

متن و ترجمه دعای روز یکشنبه

بسم الله الرحمن الرحيم

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا أَرْجُو إِلَّا فَضْلَهُ وَلَا أَخْشَى إِلَّا عَذْلَهُ وَلَا أَعْتَمِدُ إِلَّا

بنام خدایی که جز فضلش امیدی ندارم و جز عدلش از چیزی ترس ندارم و جز به گفته او اعتماد ندارم و جز

قَوْلُهُ وَلَا أُمْسِكُ إِلَّا بِحَبْلِهِ بِكَ أَسْتَجِيرُ يَا ذَا الْعَفْوِ وَالرِّضْوَانِ مِنْ

به رشته (بندگی و اخلاص) او چنگ زنم ای دارای گذشت و خوشنودی به تو پناه برم از

الظُّلْمِ وَالْعُدْوَانِ وَمِنْ غَيْرِ الزَّمَانِ وَتَوَاتُرِ الْأَحْزَانِ وَطَوَارِقِ

ستم و دشمنی (خلق) و از دگرگونیهای روزگار و پی در پی رسیدن اندوهها و

الْحَدَثَانِ وَمِنْ انْقِضَاءِ الْمُدَّةِ قَبْلَ التَّأَهُبِ وَالْعُدَّةِ وَإِيَّاكَ أَسْتَرْشِدُ

حوادث ناگوار شب و از سپری شدن عمر قبل از آمادگی و توشه گیری و تنها از تو راهنمایی می جویم

لِمَا فِيهِ الصَّلَاحُ وَالْإِصْلَاحُ وَبِكَ أَسْتَعِينُ فِيمَا يَقْتَرِنُ بِهِ النُّجَاحُ وَ

برای آنچه صلاح و اصلاح من در آنست و از تو یاری طلبم در (رسیدن به) آنچه مقرون به کامیابی و

الْإِنْجَاحُ وَإِيَّاكَ أَرْغَبُ فِي لِبَاسِ الْعَافِيَةِ وَتَمَامِهَا وَشُمُولِ

کامروایی است و از تو امید دارم برای پوشش لباس تندرستی کامل و شمول

السَّلَامَةِ وَدَوَامِهَا وَاعُوذُ بِكَ يَا رَبِّ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَ

سلامتی دائم و پناه می برم به تو ای پروردگار از وسوسه های شیاطین و

أَحْتَرِزُ بِسُلْطَانِكَ مِنْ جَوْرِ السَّلَاطِينِ فَتَقَبَّلْ مَا كَانَ مِنْ صَلَوَتِي

احتراز جویم بوسیله سلطنت تو از ستم سلاطین پس (ای خدا) نماز

وَصَوْمِي وَاجْعَلْ عُدَى وَ مَا بَعْدَهُ أَفْضَلَ مِنْ سَاعَتِي وَ يَوْمِي وَ

و روزه ام را بپذیر و فردای من و مابعد آنرا بهتر از این ساعت و امروزم قرارده و

أَعِزَّنِي فِي عَشِيرَتِي وَ قَوْمِي وَ احْفَظْنِي فِي يَفَقَظَتِي وَ نَوْمِي فَأَنْتَ

مرا در میان فامیل و خویشانم عزیز گردان و مرا در بیداری و خوابم حفظ کن که تویی

اللَّهُ خَيْرٌ حَافِظًا وَ أَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ اللَّهُمَّ إِنِّي أَبْرَأُ إِلَيْكَ فِي

خدایی که بهترین نگهبانی و تو مهربانترین مهربانانی خدایا من بسوی تو بیزاری جویم و در این

يَوْمِي هَذَا وَ مَا بَعْدَهُ مِنَ الْأَحَادِ مِنَ الشَّرِّكَ وَالْإِلْهَادِ وَ اخْلِصْ لَكَ

روز و روزهای یکشنبه دیگر از شرک و بی دینی و دعایم را برای تو خالص می کنم تا

دُعَائِي تَعَرُّضًا لِلْإِجَابَةِ وَ أَقِيمْ عَلَى طَاعَتِكَ رَجَاءً لِلْإِثَابَةِ فَصَلِّ

در معرض اجابت قرار گیرد و همچنان بر اطاعتت پایداری می کنم پس

عَلَى مُحَمَّدٍ خَيْرِ خَلْقِكَ الدَّاعِي إِلَى حَقِّكَ وَأَعِزَّنِي بِعِزِّكَ الَّذِي

درود فرست بر محمد بهترین خلق خود آنکه (مردم را) بسوی حقانیتت خواند و مرا به عزت

لَا يُضَامُ وَ احْفَظْنِي بِعَيْنِكَ الَّتِي لَا تَنَامُ وَ اخْتِمِ بِالْإِنْقِطَاعِ إِلَيْكَ

تزلزل ناپذیرت عزیز گردان و به دیده ات که هرگز خوابد حفظ کن و ببریدن از خلق و توجه بسوی

أَمْرِي وَ بِالْمَغْفِرَةِ عُمْرِي إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

خودت کارم را به پایان رسان و عمرم را قرین به آمرزش به اتمام رسان که همانا تویی

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دعای امام سجاد در یکشنبه

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا أَرْجُو إِلَّا فَضْلَهُ، وَلَا أَخْشَى إِلَّا عَذْلَهُ، وَلَا أَعْتَمِدُ إِلَّا قَوْلَهُ، وَلَا أُمْسِكُ إِلَّا بِحَبْلِهِ، بِكَ أَسْتَجِيرُ يَا دَا الْغَفُورَ وَالرَّضْوَانَ
مِنَ الظُّلْمِ وَالْعُدْوَانِ، وَمِنْ غَيْرِ الزَّمَانِ، وَتَوَاطُرِ الْأَحْزَانِ، وَطَوَارِقِ الْخِذْلَانِ، وَمِنْ انْقِضَاءِ الْمُدَّةِ قَبْلَ التَّأَهُّبِ وَالْعُدَّةِ، وَإِيَّاكَ
أَسْتَرْشِدُ لِمَا فِيهِ الصَّلَاحُ وَالْإِصْلَاحُ، وَبِكَ أَسْتَعِينُ فِيمَا يَقْتَرِنُ بِهِ النَّجَاحُ وَالْإِنْجَاحُ، وَإِيَّاكَ أَرْغَبُ فِي لِبَاسِ الْعَافِيَةِ وَتَمَامِهَا وَ
شُمُولِ السَّلَامَةِ وَدَوَامِهَا، وَأَعُوذُ بِكَ يَا رَبِّ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ، وَاحْتِرَزُ بِسُلْطَانِكَ مِنْ جَوْرِ السَّلَاطِينِ

به نام خدا که رحمتش بسیار و مهربانی اش همیشگی است

به نام خدایی که جز به فضل و بخشش او امید نبستم و جز از عدالت او نهراسم و جز به سخن او اعتماد نکنم و جز به
ریسمانش چنگ نزنم، تنها به تو پناه می آورم ای خدای گذشت کننده و خوشنود شونده از ستم و دشمنی و پیش آمدهای روزگار
و اندوه های پیاپی و از بدبختی ها و حوادث ناگوار دوران و از گذشت عمر پیش از مهیا شدن و توشه برداشتن و تنها از تو
راهنمایی می جویم به سوی آنچه خیر و صلاح من در آن است و فقط از تو یاری می خواهم در آنچه پیروزی و رستگاری با
آن همراه است و در پوشیدن لباس تندرستی و کمال آن و فراگیری سلامتی و دوام آن تنها به تو دل می بندم و به تو پناه
می آورم ای پروردگار من از وسوسه های شیاطین و به یاری اقتدار و قدرتت می پرهیزم از ستم پادشاهان

فَقَبَّلْ مَا كَانَ مِنْ صَلَاتِي وَصَوْمِي، وَاجْعَلْ غَدِي وَمَا بَعْدَهُ أَفْضَلَ مِنْ سَاعَتِي وَيَوْمِي، وَأَعِزَّنِي فِي عَشِيرَتِي وَقَوْمِي، وَاحْفَظْنِي
فِي بَقِيَّتِي وَيَوْمِي، فَأَنْتَ اللَّهُ خَيْرُ حَافِظٍ، وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَبْرَأُ إِلَيْكَ فِي يَوْمِي هَذَا وَمَا بَعْدَهُ مِنَ الْإِحَادِ، مِنَ
الشَّرِكِ وَالْإِلْحَادِ، وَأَخْلِصْ لَكَ دُعَائِي تَعَرُّضًا لِلْإِجَابَةِ، وَأَقِيمْ عَلَى طَاعَتِكَ رَجَاءً لِلْإِثَابَةِ، فَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ خَيْرِ خَلْقِكَ، الدَّاعِي
إِلَى حَقِّكَ، وَأَعِزَّنِي بِعِزِّكَ الَّذِي لَا يُضَامُ، وَاحْفَظْنِي بِعَيْنِكَ الَّتِي لَا تَنَامُ، وَاخْتِمِ بِالْإِنْقِطَاعِ إِلَيْكَ أَمْرِي، وَبِالْمَغْفِرَةِ عُمْرِي، إِنَّكَ
أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ.

پس آنچه از نماز و روزهام صورت گرفته بپذیر و فردا و روزهای پس از آن مرا بهتر از این ساعت و امروزم قرار ده و مرا در بین خویشاوندان و بستگانم توانمند کن و در بیداری و خواب نگهدارم باش، چراکه تویی خدا و بهترین نگهدار و تویی مهربان‌ترین مهربانان. خدایا، من در امروزم و یکشنبه‌های دیگر از شرک و بی‌دینی، به‌سوی تو بیزاری می‌جویم و دعایم را فقط برای تو خالص می‌کنم تا در معرض اجابت قرار گیرد و به امید پاداش تو بر طاعتت پایداری می‌کنم، پس درود فرست بر بهترین آفریده‌ات محمد آن‌که دعوت‌کننده مردم به حقانیت تو بود و مرا نیرومند گردان با نیرومندی خواری ناپذیرت و به دیده بی‌خواب خودت نگاهم دار و کارم را با گسستن از همه خلق و پیوستن به تو و عمرم را با آمرزش خویش پایان‌بخش، همانا تویی بسیار آمرزنده و مهربان.

استعاذه روز یکشنبه

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللَّهُ أَكْبَرُ اللَّهُ أَكْبَرُ اسْتَوَى الرَّبُّ عَلَى الْعَرْشِ وَ قَامَتِ السَّمَاوَاتُ وَ الْأَرْضُ بِحُكْمِهِ
وَ زَهَرَتِ النُّجُومُ بِأَمْرِهِ وَ رَسَتْ الْجِبَالُ بِإِذْنِهِ لَا يُجَاوِزُ اسْمُهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ
الَّذِي دَانَتْ لَهُ الْجِبَالُ وَ هِيَ طَائِعَةٌ وَ اتَّبَعَتْ لَهُ الْأَجْسَادُ وَ هِيَ بَالِيَةٌ وَ بِهِ أُخْتَجِبُ عَنْ كُلِّ غَاوٍ
وَ بَاغٍ وَ طَاغٍ وَ جَبَّارٍ وَ حَاسِدٍ وَ بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي جَعَلَ بِهِ (بَيْنَ الْبَحْرَيْنِ حَاجِزاً) وَ أُخْتَجِبُ بِاللَّهِ
(الَّذِي جَعَلَ فِي السَّمَاءِ بُرُوجاً وَ جَعَلَ فِيهَا سِرَاجاً وَ قَمَراً مُبِيناً) وَ رَبَّنَا لِلنَّاطِرِينَ وَ حَفِظَهَا (مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ رَجِيمٍ)
وَ جَعَلَ فِي الْأَرْضِ رَاسِيًّ جِبَالاً أَوْتَاداً أَنْ يَوْصَلَ إِلَى سُوءٍ أَوْ فَاحِشَةٍ أَوْ بَلِيَّةٍ-
(حم تَنْزِيلُ مِنَ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ) (حم عسق كَذَلِكَ يُوحَى إِلَيْكَ وَ إِلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكَ اللَّهُ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ) وَ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ
وَ آلِ مُحَمَّدٍ وَ سَلَّمَ تَسْلِيماً) وبگاه موسسه تحقیقات و نشر معارف اهل بیت(ع))

تسبیح روز یکشنبه

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ سُبْحَانَ مَنْ مَلَأَ الدَّهْرَ قُدْسُهُ
سُبْحَانَ مَنْ يَغْشَى الْأَيْدِ نُورُهُ سُبْحَانَ مَنْ أَشْرَقَ كُلَّ شَيْءٍ ضَوْؤُهُ
سُبْحَانَ مَنْ يُدَانُ بِدِينِهِ كُلِّ دِينٍ وَ لَا يُدَانُ بِغَيْرِ دِينِهِ
سُبْحَانَ مَنْ قَدَرَ بِقُدْرَتِهِ كُلَّ قَدَرٍ وَ لَا يَقْدِرُ أَحَدٌ قَدْرَهُ
سُبْحَانَ مَنْ لَا يُوصَفُ عِلْمُهُ سُبْحَانَ مَنْ لَا يَعْتَدَى عَلَى أَهْلِ مَمْلَكَتِهِ
سُبْحَانَ مَنْ لَا يَأْخُذُ أَهْلَ الْأَرْضِ بِاللَّوَانِ الْعَذَابِ سُبْحَانَ الرَّءُوفِ الرَّحِيمِ
سُبْحَانَ مَنْ هُوَ مُطَّلِعٌ عَلَى خَرَائِنِ الْقُلُوبِ سُبْحَانَ مَنْ يُحْصِي عَدَدَ الذُّنُوبِ
سُبْحَانَ مَنْ لَا يَخْفَى عَلَيْهِ خَافِيَةٌ فِي الْأَرْضِ وَ لَا فِي السَّمَاءِ

تلاقی جلال و اکرام

«یکشنبه، روزی است برای تجلی دو صفت بزرگ؛ جلال و اکرام. جلال، همان شکوه و هیبت خداوند است که در وجود علی (ع) تجلی یافته و به ما می‌آموزد که در مسیر حق، با عزت و ایستادگی گام برداریم. و اکرام، همان بخشندگی و لطف الهی است که در وجود زهرا (س) می‌درخشد و به ما یادآوری می‌کند که مسیر سعادت، از میان محبت و مهربانی می‌گذرد. امروز، وقتی می‌گوییم «یا ذالجلال و الاکرام»، از خداوند می‌خواهیم که هم به ما عزت ببخشد تا در برابر سختی‌ها سر خم نکنیم، و هم کرامت و لطف، تا قلبمان از سختی‌ها پاک و سرشار از محبت شود.»

پیام کاروان «عشق بیکران» برای روز یکشنبه

«به نام آنکه جلالش، عزت جان است و اکرامش، وسعت جان»

امروز، کاروان عشق بیکران، در ایستگاه یکشنبه توقف کرده است؛ روزی که خورشید جلال علوی و ماهتاب کرامت فاطمی، آسمان روح را روشن می‌کنند.

مسافران این کاروان می‌دانند که هر قدم در مسیر بندگی، با ذکر «یا ذالجلال و الاکرام» هموار می‌شود. ما در این کاروان، یاد می‌گیریم که:

- با «جلال» او، در طوفان‌های زندگی، استوار و باصلابت بمانیم و قامت عزت‌مان در برابر ناملایمات خم نشود.
- با «اکرام» او، قلب‌هایمان را به چشمه‌های محبت و بخشش بسپاریم و بدانیم که خداوندی که صاحب تمام کرامت‌هاست، هرگز دست نیازمند عاشق را خالی رها نمی‌کند.

ای همراهان این کاروان نور،

امروز بیایید با نام علی (ع) که معنای استواری است و زهرا (س) که حقیقت پاکی و کرامت است، پیمان ببندیم که روح‌مان را در اقیانوس بی‌کران عشق الهی شستشو دهیم. امروز، روز پیروزی نور بر ظلمت، و بخشش بر کینه است.

در این لحظات، قلبت را به سوی آن «صاحب جلال و اکرام» بگشا و بگذار عشق بیکران او، تمام گره‌های فرو بسته را با دست لطفش بگشاید.

همسفران کاروان!

امروز، نیت کنید که هر عمل کوچک خیر شما، بخشی از این کاروان عشق باشد؛ لبخندی به یک رنجور، گذشتی از یک خطا، و دعایی برای همه دردمندان.

«یا ذالجلال و الاکرام؛ ما را در این کاروان، هم‌قدم راه عشق و حقیقت بگردان.»