



بررسی اثرات دنیوی و اخروی نماز

محمد بندانی

کارشناسی حقوق

نویسنده مسئول: محمد بندانی fhmin.۰۲۳۲@gmail.com

چکیده: هدف از این مقاله بررسی اهمیت دنیوی و اخروی نماز می باشد که به روش کتابخانه ای انجام گرفته است. نماز یک نیاز حقیقی و ضروری انسان است و به میزان ضرورتی که برای فرد و اجتماع دارد دارای فایده ها و آثار نیکوی فردی و جمعی است و به همان نسبت که وجود آن منشأ برکات و خیرات است فقدان آن زیانبار است در آیات قرآنی و روایات اسلامی هم بسیاری از فواید و آثار نیکوی آن مذکور است و هم زیانهای فردی و جمعی ناشی از ترک آن آمده است. نماز حقیقی موجب نجات کلی و همه جانبه است انسان را از آفتها و آسیب ها و فرجام های ناگوار رها می سازد و باب رحمت یزدان را به رویش می گشاید. نماز دیوار بلندی در برابر شیطانهاست و فرد و جامعه نمازگزار را از حمله و آسیب آنان نگاه می دارد این دژ استوار برای آنان بیم آور و نگرانیزا است لیکن تضييع و تخریب دیوار نماز فرو ریختن این حصن حصین شیاطین را امیدوار و گستاخ می سازد و جرأت می دهد که بر اهل نماز یورش برند نماز مصادیقی از مصادیق (حبل الله) است و تا وقتی که مسلمانان به ریسمان خدا چنگ زنند متفق و متحدند و از بلای تفرقه در امان می مانند همچنان که نماز ایجاد تواضع و وحدت می کند ترک نماز زمینه ساز تعصب و تفرقه می شود.

واژگان کلیدی: نماز، انسان، آخرت، دنیا



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

نماز ناب نمازی است که با بالاترین درجه از عشق و معرفت و بیشترین خشوع و حضور خوانده شود نمازی که در آن خاطر نمازگزار آنی غافل از خدا و معطوف به دنیا نشود البته این نماز مخصوص انبیاء اوصیاست و مقام والایشان مرهون همین نماز آنان است.^۱

بحث از علل و عوامل بدان خاطر مطرح است که اگر از ریشه و اساس سردرپیوریم در آن زمینه نمی توانیم اقدامی سازنده داشته باشیم از جمله فساد و آلودگی را می توان به دلیل عدم تربیت صحیح، کمبودها و نارساییها، ضعف ایمان و اخلاص، عدم پایبندی به یک مکتب پرجاذبه اعتقادی، عدم گرایش به نماز را نام برد از جملا ضررهای ناشی از عدم گرایش به نماز را می توان به صورت موارد زیر نام برد :

۱. خود را پیدا نکردن (من عرف نفسه فقد عرف ربه) □

۲. خضوع و خشوع نداشتن

۳. نداشتن سکینه قلب و آرامش روان

۴. آسیب پذیر بودن در برابر تهاجم فرهنگی و تیرهای زهرآگین دشمنان اسلام

۵. مصون نبودن در برابر ضلالتها و شقاوتها

۶. آسیب پذیریهای فردی و اجتماعی

۷. نداشتن روحیه مسئولیت پذیری

۸. ورود به انحرافات اخلاقی و اختلالات رفتاری

۹. نداشتن تکیه گاه و سفینه نجات

۱۰. آلوده شدن به انواع گناهان و داشتن روح عصیانگری

۱۱. نیافتن مقصد و مقصود



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

۱۲. محصور شدن در دیوار آزمندیها و خودخواهیها و غرورها و از دست دادن ارزشهای اصیل و هزاران مورد دیگر می توان اشاره کرد.

تاریخچه نماز :

تاریخ نماز و پرستش به قدمت تاریخ ادیان و سابقه ادیان به موازات پیشینه پیدایش حیات انسان است و اینک بررسی پیشینه تاریخی نماز با توجه به آیات قرآنی. نماز نخستین عبادتی است که بر بندگان واجب شد. خداوند تعالی در آغاز سوره بقره در توصیف اهل تقوی فرمود :

الذین یؤمنون بالغیب و یقیمون الصلوه و ...^۱

همانا که به غیب، یعنی به وجود خدا، معاد و فرشتگان ایمان دارند و نماز را به پای دارند و ...

و این می رساند که پس از وجوب اعتقاد به مبدأ و معاد و وحی و نبوت نخستین چیزی که مطرح است و مهم است نماز است و بنابراین هیچ عبادتی را پیش از آن واجب نکرده اند زیرا اگر عبادتی قبل از حکم نماز مقرر می شد مطمئناً آن را در کریمه مذکور، مقدم بر نماز ذکر می فرمود. افزون بر این از رسول گرامی اسلام (ص) روایت شده است که فرمودند :

اول ما فرض علی العباد الصلوه و اخر ما یبق عند الموت الصلوه و اول ما یحاسب به العبد یوم القیامه الصلوه فمن اجاب فقد سهل ما بعده و من لم یجب فقد اشد ما بعده.^۲

نخستین پرستشی که بر بندگان واجب شد نماز است آخرین عملی که به هنگام مردن بماند نماز است و اولین چیزی که روز قیامت از آن بپرسند نماز است پس هر کس به خوبی جواب گوید و پاسخش را بپذیرند در حسابرسی های پس از نمازش آسان گیرند و آنکه پاسخ نیکو ندهد در اعمال دیگرش به سختی حساب کشند. و فرمودند :

۱. قرآن - ۲ / البقره - ۳

۲. سنن ترمذی - صلات - ۱۸۸



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

نخستین چیزی که خدا بر امتم واجب کرد پنج نماز است و نخستین چیزی که از اعمالش بالا برده شود پنج نماز است و نخستین چیزی که از آن سؤال شوند پنج نماز است.

جمله های (اول ما فرض علی العباد الصلوه) و (اول ما افترض الله) حاکی از آن است که پیش از نماز

هیچ عملی پا به عرصه تشریح و وجوب ننهاده است.^۱

اهمیت نماز

۱. از نظر دین :

نماز ستون دین است که مرتب روح انسان را با خدا و صفات نیکوی الهی ارتباط می دهد. و دین وقتی با عملی زنده توأم نباشد که میان بنده و آفریدگار را ارتباط دهد و روح را به سوی رستگاری بکشاند مفهومی نخواهد داشت.

۲. از نظر روان پزشکی :

الا بذكر الله تطمئن القلوب : هان با یاد خدا دلها آرامش می یابد.

امروزه بسیاری از روانشناسان و پزشکان روحی دریافته اند که دعا و نماز و داشتن یک ایمان محکم به دین نگرانی، تشویش، یأس و ترس را که موجب نیم بیشتری از بیماریهاست برطرف می سازد.

۳. از نظر روانی :

قد افلح المؤمنون، الذین هم فی صلاتهم خاشعون

براستی که مؤمنان رستگارند کسانی که در نمازشان خشوع می ورزند.

توجه و خشوع که از شرایط مهم نماز است وسیله ایست برای پرورش و تمرین حضور ذهن و تمرکز حواس که در زندگی بسیار حائز اهمیت بوده و بیشتر موفقیت‌های انسان در نتیجه همین تمرکز فکر و توجه کامل و حضور ذهن است.

۴. از نظر اخلاقی :

ان الصلوه تنهی عن الفحشاء و المنکر



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

نماز آدمی را از بدیها و تباهیها باز می دارد.

نماز با توجه دادن به خدا و صفات نیکوی الهی و روز قیامت آدمی را از بدیها باز می دارد و فضائل اخلاقی و انسانی را در وی تقویت و به اخلاق الهی آراسته می گرداند.

۵. از نظر تربیتی و اجتماعی :

نظافت و طهارت لباس و بدن و غصبی نبودن لباس و محل نماز، و وقت شناسی و غیره از شرایط صحت نماز است و نمازگزار واقعی طبق آیات ۱۹-۳۵ سوره معارج کسی است که نمازش ترک نشود، قسمتی از اموال خود را از آن بینوایان و محرومین بداند، روز جزا را باور داشته خود را از عذاب پروردگار ایمن نداند، دامان خود را از شهوترانی پاک نگاهدارد و به امانتها و عهد و پیمان خود وفادار باشد و برای حفظ حقوق مردم نترسد و برای شهادت قیام کند.

افزون بر اینکه شعارهای متن نماز خود سازنده و تربیت کننده فرد و اجتماع است.

۶. از نظر سیاسی :

یکی از امتیازات حکومت اسلامی بر سایر مکتبهای سیاسی نماز و سایر برنامه های عملی آن است چه همه مکتبها ابتدا دم از خلق می زنند و نویدهای بسیاری به مردم می دهند و مردم هم قول پیروی و فداکاری و همبستگی، ولی پس از مدتی ایده ها و شعارها و قرارها به دست فراموشی سپرده می شود و به وضع اختناق و استعمار باز می گردند و این اسلام است که با برنامه عملی و تمرینهای روزانه و شعارهای سازنده اذان، نماز و سایر عبادات ایده ها و تعهدات و مسئولیتها را در میان همه اقشار زنده و پایدار داشته و باعث می شود که دولت و ملت همواره به عهد خود وفادار بمانند.

۷. از نظر معنوی :

همانطور که در روایت آمده الصلوه معراج المؤمن نماز معراج و سفر معنوی شخص با ایمان بسوی خداست.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

(والصلوه قربان کل نفی) و نماز مایه تقرب و نزدیک شدن افراد پرهیزگار به خدا خواهد بود و طبق آیه

قرآن نماز شب انسان را به مقام والای معنوی می رساند.^۱

عبادت و خودسازی :

نخستین بخش فقه اسلامی مربوط به برنامه هایی است که انسان و محیطش را از آلودگی جسمی و روحی و اخلاقی پاک می گرداند و از پلیدیها و صفات شیطانی دور و به خدا و صفات نیکوی الهی نزدیک می سازد و در اجتماع روح پاکی، اعتماد، صفا و صمیمیت مهربانی و گذشت ایجاد می کند.

این بخش را عبادت می نامند عبادات عبارتند از :

طهارت و پاکیزگی (غسل، وضو و تیمم) نماز، روزه، حج، زکات، خمس، جهاد، امر به معروف و نهی از منکر.

احکام و شرایط عمومی این عبادات از این قرار است :

۱. شخص عبادت گزار باید توجه داشته باشد که این اعمال خود هدف نبوده بلکه وسیله ای هستند برای رسیدن به مرحله یقین به خدا و آخرت، تقرب و نزدیک شدن به صفات خدا. و اگر نیت و هدف در این اعمال نباشد عبادت بصورت یک عادت در می آید و تأثیر آن بسیار اندک یا ناچیز خواهد بود.

۲. دومین شرط عبادت این است که برای ربا و خود نمایی و جلب توجه و نظر مردم نباشد اگر خدای نکرده کسی چنین مقصدی را در عبادت خود منظور کند مرتکب گناه و عوام فریبی گشته و عبادتش باطل و بی اثر بلکه بنا به بعضی از احادیث مقرون به شرک خواهد بود.

۳. تعریف کردن از عبادتهای خود پیش دیگران مکروه است چنانکه قرآن می فرماید :

فلا تزکوا انفسکم هو اعلم بمن اتقی

خوستایی نکنید که خداوند داناتر است به کسی که متقی و پارسای واقعی است.



مگر برای رفع تهمت از خود و یا جلب و ترغیب مردم به عبادت.^۱

نماز اکسیر غم زدا

غم و اندوه غالباً بر اثر یکی از عوامل زیر پیش می آید :

۱. از دست دادن یک چیز
۲. به دست نیاوردن مطلوب
۳. اضطراب و نگرانی
۴. تردید و بلاتکلیفی
۵. مشاهده صحنه های تأثیر انگیز
۶. ارتکاب خطا و گناه
۷. سخنان نادرست یا عملکرد نادرست دیگران

نماز در همه این موارد می تواند به نحو معجزه آسایی غم و غصه را برطرف سازد به وسیله نماز انسان می تواند به مرحله ای از معرفت دست یابد که به خاطر از دست دادن هیچ چیزی اندوهگین نشود آنکه خدا را ملک و معبود و خود را عابد و مملوک می داند توجه دارد که ملک و صاحب اختیار چیزی نیست از این رو به خشنودی خدا خشنود و به تقدیر او راضی است آنکه نماز می خواند هرگز به دنبال خواسته های نادرست و نامشروع نخواهد رفت و اگر خواسته اش مشروع است نماز که سراسر دعا و نیایش است به او می آموزد که پیوسته برآورده شدن حاجات و به دست آوردن مطالب خود را از خدا بخواهد و به لطف و کرم او امید بندد کسی که نماز او توانسته است روح امید را در او زنده نگه دارد هیچ گاه ناامید نخواهد شد و مغموم نخواهد گشت یعقوب علیه السلام گفت:

انما اسکو بشئ و حزونی الی الله و اعلم من الله ما لا تعلمون یا بنی ولا تیاأسو من روح الله انه

لا یبئس من روح الله الا القوم الکافرون.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

عرض حال پریشانی و اندوه خود را فقط به خدا می‌کنم می‌دانم از خدا آنچه که شما نمی‌دانید ای پسران من از رحمت خدا نومید نباشید براستی که کسی بجز مردم کافر از رحمت خدا ناامید نمی‌گردد. جنبه‌ی اکسیری نماز افسانه نیست هنگامی که غم و غصه‌ها، مانند پاره‌های شب تار، شما را در بر گرفتند می‌توانید آن را به تجربه بگذارید برای به دست آوردن این اکسیر لازم نیست هزینه‌ای بپردازید کافی است چند دقیقه‌ای وقت خود را برای آن صرف کنید و آن را با توجه و حضور قلب به جا آورید.

نماز توانبخش روح و روان

تحمل سختیها و دشواریها و تلخیها برای آدمیان دشوار است هرگاه امر ناگواری بر ایشان پیش آید بی‌تابی می‌کنند و سر و صدا به‌را می‌اندازند و چون خیری به آنها برسد و لذتی ببرند حاضر نیستند که دیگران را در سرور و شادی خود سهیم کنند بخل و تنگ‌نظری می‌ورزند و مانع خیر می‌گردند این حالتها حکایت از ناتوانی روح و روان و پستی طبعشان دارد کسانی که پیوسته نماز می‌خوانند و در نمازهای خود به منبع قدرت و منشأ رحمت توجه دارند و روح خود را به او مرتبط می‌سازند قدرت روح و روح توکل خود را بالا می‌برند در برابر سختیها و ناملایمات صبور و مقاوم و به‌هنگام برخوردار از خیرات دست و دلباز و بخشنده می‌باشند.

نماز اجازه نمی‌دهد که روح و روانشان به ضعف و زبونی کشیده شود قرآن تأکید می‌کند :
فقط نمازگزارانی که پیوسته نماز می‌خوانند و در نمازهای خود مواظبت دارند صاحب روح و روانی مقاوم و پرتوان می‌گردند و می‌فرماید :

إذا مسه الشر جزوعاً و إذا مسه الخیر منوعاً الا المصلین الذین هم علی صلوتهم دائمون.

دکتر علی شریعتی که خدا بر او رحمت آورد درباره مطلق نیایش می‌گوید:
اگر هیچ‌زبانی از ارزش نیایش سخن نمی‌گفت جز کلماتی که صحیفه سجادیه را ساخته‌اند و آثار آن را هیچ‌جا نمی‌توانستیم یافت جز در روحی که کلمات صحیفه را ساخته است کافی بود که هر انسان آگاهی نیایش را یکی از نیرومندترین عوامل تلطیف و تکامل روح و عاطفه نوع انسان در تاریخ بشناسد و آن را در تربیت معنوی جامعه بشری دستی اعجازگر ببیند درسی که یک روح وحشی و سخت‌همان اندازه به آن محتاج



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

است که روح اهلی و نرم روحی که هم معنی دوست داشتن را می فهمد و هم زیبایی اشک را هم می جنگد و هم می داند که سر به زانوی مهربان او نهادن و زیر دستهای نوازشگرش به لذت تسلیم رام بودن از شکوه آدمی نمی کاهد.

نماز امیدبخش ترین عمل

نمازهای روزانه از مصداقهای روشن حسنات □ نمازهای روزانه از مصداقهای روشن حسنات و حسنات شوینده سیئات است :

خدای تعالی فرمود : **و اقم الصلوه طرفی النهار و زلفاً من اللیل ان الحسنات یذهبن السيئات ذلک ذکری للذاکرین.**

نماز را در دو طرف روز و اوایل شب بر پا دار چرا که نمازها بديها را از میان می برند و می شویند این کار برای پند گیرندگان و یاد کنندگان خدا یاد آوری و تذکر است.

مفسران با توجه به صدر و ذیل آیه و قرینه ای که در آن وجود دارد و همچنین با تکیه بر سخنان معصومین علیهم السلام گفته اند : (مقصود از حسنات در این آیه نمازهای روزانه است).

چون به موجب آیه چهل و پنجم از سوره عنکبوت از فحشا و منکرات باز می دارد و موجب ترک سیئات می شود و در حقیقت بديها را می زداید و باعث می شود که تدارک و جبران گردند و شسته شوند و چون این آیه از بین رفتن سیئات را به وسیله حسنات (نمازها) مژده می دهد پیامبر اکرم (ص) آن را امیدبخش ترین آیه قرآن معرفی فرمودند و چون موضوع امیدبخش ترین آیه قرآن نماز می باشد جان کلام آن بزرگوار این است که باید نماز را امید بخش ترین کار به حساب آورد.

گاندی می گوید :

دعا و نماز زندگی ام را نجات داده است بدون آن باید از مدتها پیش دیوانه می شدم. من در تجارب زندگی عمومی و خصوصی خود تلخ کامیهای بسیار سخت داشته ام که مرا دستخوش ناامیدی می ساخت. اگر توانسته ام بر این ناامیدیها چیره شوم بخاطر نمازها و نیایشهایم بوده است.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

دعا و نماز را مانند حقیقت بخشی از زندگی خود نمی شمارم. فقط بخاطر نیاز و احتیاج شدید روحی آنها را به کار می بسته ام زیرا اغلب خود را در وضع و حالی می یافتم که احتمالاً بدون دعا و نماز نمی توانستم شادمان باشم هر چه زمان می گذشت اعتقاد من به خداوند افزایش می یافت و نیاز من به دعا و نماز بیشتر می شد و بدون آن زندگی برایم سرد و تهی بود.

نماز چگونه ایجاد امنیت روانی می کند؟

آنان که زندگی را پوچ، بی معنی و بی هدف تصور می کنند و آن را رنگ باخته و از دست رفته می بینند به نومیدی، افسردگی، اضطراب، روان پریشی، درون گرایی و انزوا طلبی مبتلا می گردند. آنان بعلت آنکه برای خود و کار خود قایل به ارزش و ارزش گذاری نمی باشند و قدرتی ماورایی را که ناظر بر اعمالشان باشد قبول ندارند اعتماد به نفس و امنیت روانی خود را از دست می دهند اما نماز دست کم روزی ده بار به نمازگزار می گوید: این جهان آفریننده و پرورش دهنده ای دارد که بر آن نظارت دارد و داور و ارزش گذار کار بندگان خود است.

کوچکترین کار آنان را زیر نظر دارد به آنان نمره می دهد و برای آن درجه ثواب و عقاب معین می کند او مالک روز محاسبه (یوم الدین) است. نمازگزار به یقین میداند که از ذره حساب است و ریزترین کار نیک و بدش بدون پاداش نمی ماند این باور همان چیزی است که به او آرامش جمعیت خاطر و امنیت روانی می دهد گرفتاریهای دنیا، رنج ترک گناه و تکلف عمل به تکلیف را راحت و آسان می کند. اما بی نمازان از خیرات و برکات نماز بی بهره و گرفتار اضطراب و دلهره اند بی خدایان که خود را بی پناه و سرگردان و کارهای خود را بیهوده و بی نتیجه می دانند، مشکلات و مصیبتهای کوچک دنیا آنان را از پا می اندازد زیرا بر این باورند که چیزی را از دست داده اند بدون آنکه در برابر آن چیزی به دست آورند آنان همانند ورشکستگانی هستند که بر خدای روزی رسان توکل ندارند و از شدت غم دق می کنند.

نماز مائده ای آسمانی برای روح بشر



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

در خیر است که :

الا ان الصلوه مآدبه الله فی الارض قد هناها لأهل رحمته فی کل یوم خمس حسرات.

بدانید نماز غذایی روحی و آسمانی است که خدا برای زمینیان قرار داده است و به تحقیق آن را برای شایستگان رحمت خویش گوارا کرده است خوراکی روحی و روانی که در هر شبانه روز پنج نوبت از آن تغذیه می کنند و رشد می یابند.

و امام علی فرمودند :

الذکر قوت الارواح و مفتاح الصلاح

یاد خدا غذای جانها و کلید خودسازی است.

ویلیام جیمز می نویسد :

اگر نیرویی برای تحمل پیشامدها لازم باشد، در اثر دعا و نماز به دست می آید هرگونه دعا و نمازی نشانه این اعتقاد است که با ارتباط با خداوند نیرویی ملکوتی که غذای روح است بدست می آید همین قدر که به حقیقی بودن این نیروی ملکوتی معتقد شویم دیگر چندان اهمیتی ندارد که بخواهیم بدانیم این نیروی معنوی چگونه است. از نظر مذهب اهمیت در این است که یک نیروی معنوی که تاکنون از ما پنهان بوده است در اثر دعا و نماز به کار می افتد.

نماز سفره پر نعمتی است که خداوند آن را در هر شبانه روز پنج بار برای بندگان خود می گستراند و آنان را به بهره برداری از آن می خواند در این سفره انواع و اقسام غذاها و خوراکی ها وجود دارد و هر کس می تواند بر وفق ذوق و سلیقه و به تناسب صحت و سقم خود از آن استفاده کند مطمئناً آنان که بیمارند نمی توانند بهره کافی از آن ببرند اما آنان که ایمان سالمی دارند به اندازه ظرفیت خود از غذاهای روحی آن ارتزاق و کسب نشاط خواهند کرد. از این روست که پیامبر اکرم فرمودند :

الصلوه قربان کل تقی

نماز برای همه نسلها در همه عصرها درسها و پیامهای آموزنده ای دارد و خاص و عام می توانند از آن بهره ور شوند نماز گنجینه ذکر و رازی است که آن را نهایت نیست و کتاب بی انتهایی است که باید آن را



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

بیشتر و بیشتر مطالعه کرد و درسهای زیادی برای زندگانی این جهان و آن جهان از آن آموخت و سفره پهنآوری است که نعمتهای موجود در آن قابل شمارش نیست.

تأثیر نماز و نیایش در تلطیف روح و روان و تعالی آن

نمازی که می خوانیم باید همراه با خشوع باشد و خشوع در نماز به تدریج روح و روان را نرم و لطیف می سازد خشوع در نماز که خشوع در پیشگاه کردگار است باید به گونه ای باشد که مایه رستگاری ابدی گردد چهره، چشم، صورت و حنجره، قلب و روح و خلاصه نمای اندامهای جسمی و قوای روحی انسان باید به حال خشوع باشد به عبارت دیگر همچنان که نماز نباید فقط نماز جسم باشد و روح و روان هم باید همزمان با بدن به نماز بپردازد، خشوع در نماز هم باید خشوع کاملی باشد جسم و روح هر دو باید خاشعانه نماز بگذارند. روح خاشع، همانند آب نرم و لطیف است و هیچ نقشی را در خودش نگه نمی دارد و روحی که دارای قساوت است به دیوار سخت و خشن می ماند که کوچکترین خدشه وارد شده را در خودش حفظ می کند. اگر دست خود را در آب فرو برید و بیرون بیاورید اثری از فرو رفتن دست شما در آن نمی ماند اما اگر میخی را به دیوار فرو کنید و بیرون بیاورید اثر میخ به نحو پایداری در آن می ماند روح کودک که لطیف است کدورتی را در خودش نگه نمی دارد اگر کودکی که روحش بر فطرت سلیم خداداد باقی مانده است از کسی آزرده خاطر شود و قهر کند به زودی آن را به فراموشی می سپارد و اثری از کدورت در روان او نمی ماند و چون چنین است کینه ها، خصومت ها و حسادت ها در او بوجود نمی آید و از رنج این صفات ناپسند در امان می ماند اما روح یک انسان بزرگسال که به انواع گناهان آلوده است و بر اثر تیرگی های گناه سخت و خشن شده است پیشامدها و برخوردهای نامطلوب اثر مخرب و پایداری را در روح او باقی می گذارد.

آثاری که بصورت کینه ها، حسادتها و دیگر مرضهای روحی و اخلاقی بجا می ماند و رشد می یابد □
دعا در چهره مردانی مثل علی زیباست که از شمشیرش مرگ می بارد و از زبانش عاجزانه، ناله و از چشمش اشک، این است که هم انسان متمدن و متفکر غربی از او کوچکتر و پایین تر است و هم آن حکیم عارف شرقی هندی، و او مثل یک عقاب بلند پرواز، با هر دو بال، در ماورای وجود، ماورای تاریخ و ماورای همه ما در پرواز است و با چه قدرتی؟ و کیست که احساس نکند که به همان اندازه خواستن، کرنش، ذلت و عجز انسان در



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

برابر انسان دیگر زشت است و نفرت آور، اظهار خضوع و خشوع و فروتنی و عاجزانه التماس کردن و ستایش و سپاس در برابر پروردگار از انسان غرورآفرینی که مظهر قدرت و دلاوری و خشونت در برابر قدرتهای دیگر است چقدر زیباست؟ زیرا این انسان در برابر معشوق و معبود خود به خضوع و خشوع افتاده است و ستایش و سپاس می گذارد و این نهایت است، آنچه زشت است تملق از قدرت است اما در برابر عشق و دوست داشتن، هر اندازه که انسان خاکسار است خدایی است در مسیر زندگی به میزانی که رشد عقلی، رشد فکری، رشد تکنولوژیک، رشد اقتصادی، رشد نظامی اجتماعی و تسلط بر همه قوانین طبیعت آدمی بخصوص انسان امروز را در دنیا و طبیعت قوی و متمدن می کند و به همان میزان نیز آدمی لطافت روح و زیبایی معنا را از دست می دهد. و در نتیجه آدمی مقتدر دارای یک روح خشن و آدمی حسابگر و دیگر هیچ پرورده می شود. اگر انسانی که در قدرت پیش می رود عشق را و تجلی عشق را نفهمد و خضوع و خشوع و نفی خویش را در برابر عشق، در برابر زیبایی مطلق، در برابر خداوند، احساس نکند به هر میزانی که رشد عقلی و تسلط بر طبیعت پیدا می کند، یک موجود خشن، خشک، فلزی و مصنوعی بار می آید گاه بصورت گرگی در می آید که بیش از همه فلاسفه عاقل است و خطر برای انسان امروز این است.

نماز بزرگترین و محکمترین پناهگاه معنوی

اسلام مردم را از سویی به روشهای صحیح فکری و عملی متکی بر خرد، و دانش متکی بر محاسبه دعوت می کند و از دیگر سو بر تهذیب نفس و تنویر روان و باقی ماندن بر عواطف پاک و فطری بشری تأکید می ورزد یعنی هم به جهات علمی و عقلانی بشر توجه دارد و هم به سلامت اخلاق و عاطفه اش نظر دارد، در مقام اثبات اصول خود بر علم و خرد تکیه می کند و در ایجاد ایمان از محبت و عاطفه بهره می گیرد. بشر به هنگام خردورزی در حقیقت برای اقناع و آرامش خود به منزلگاه خرد پناهنده می شود و به هنگام جستجوهای علمی می خواهد با کشف قوانین و حقایق هستی، روح حقیقت جو و ناآرام خود را به منزلی راحت و آرامش بخش انتقال دهد. او همچنین با عشق و محبت و دلدادگی برای روح مضطربش پناهگاهی از عاطفه می سازد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

یکی از عالیترین حالت‌های نفسانی که از سنگرهای آرامش و اطمینان به شمار می‌رود اعتماد و اتکای به نفس است و از عوامل اعتماد به نفس و خودباوری و برخورداری از حس مسئولیت است که بر اصل اختیار استوار است و بهره‌مندی از قوه اختیار بر اساس خردمندی است. اسلام انسان عاقل مختار را مسئول می‌داند و می‌کوشد که حس مسئولیت را از طریق قوانین و احکامش در او زنده کند و نماز یکی از آن احکام است. حس مسئولیت موجب اعتماد به نفس، تکیه کردن به خود و ایستادن روی پای خود می‌شود و این رشد است علم نیز مانند اختیار زاییده خرد است و زلال‌گوارایی که از آن جریان می‌یابد همچنان که برخی از دانشها از سرچشمه وحی روان می‌گردد. و خرد ما را به وجود حضرت حق رهبری می‌کند علم منعم به اختیار و حس مسئولیت ما را برای سپاس از هستی آفرین نعمت بخش به سوی نماز می‌کشاند. هر یک از این عوامل از بعد ویژه‌ای پناهگاهی برای آرامش روح، رشد و تعالی و رسیدن به سعادت است. لیکن لازم به ذکر است که عقل، علم و اعتماد به نفس در حد کارایی خود موجب اعتماد به نفس می‌گردند.

نماز پیام پرورش پروردگار

نماز بازدارنده از بدیها، معراج هر مؤمن پاکیزه، مایه نزدیکی هر پرهیزگار به خدا، پاک‌کننده گناهان، شستشو دهنده جسم و جان، خاموش‌کننده آتش دوزخ، بن اسلام، پایه دین، نردبان رسیدن به اوج کمال و انسانیت، مهمترین نهاد دین، بهترین کارها و معیار سنجش اعمال است. اگر نماز قبول شود کارهای دیگر هم پذیرفته می‌شود و اگر نماز رد شود کارهای دیگر نیز مردود است خداوند مسیح و دیگر پیامبران علیه السلام را به نماز سفارش کرد نماز نور چشم سید انبیاء و جانشینان به حق اوست کسی که به قبله روی آورد و به خدا توجه کرد خدا نیز به دیده رحمت به او بنگرد و برکاتش را بر او فرو آورد بوسیله نماز دعاها مستجاب و نیازها برآورده می‌شود، نماز غایت غایتها و نهایت نهایتهاست، کسی که خدا را یاد کند خدا او را یاد می‌کند خدای تعالی فرمود:

اقم الصلوه لذكری

نماز را برای یاد من بر پای دار

فاذکرونی اذکرکم

مرا یاد کنید تا شما را یاد کنم



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

نماز حضور در برابر پروردگار و رفتن مسیء به درگاه محسن است در نماز حاصل و نتیجه کارهای پیامبران وجود دارد. زیرا وظیفه پیامبران، آشنا کردن مردم با راه خدا و رساندن آنان به بارگاه پروردگار است و نماز نیز چنین اثری دارد وقتی که بنده در زمان، مکان، لباس و حالت خاصی به خدای روی می آورد و با تکبیر، تحمید، الفاظ ویژه و حرکتهای معین به زنده پایدار توجه می کند و نماز می گزارد و خدا نیز حجاب از دلش بر می گیرد تا خدا را به خدا بشناسد و لیاقت حضور در محضر حق را به دست آورد.

در نماز خدای پاک خود را به بنده اش معرفی میکند در نتیجه معرفتش اوج می گیرد و ایمانش کمال می یابد برترین پیامبران و بهترین آفریدگان به معراج رفت و نزد عرش نماز گزارد و برای امت خود معراجی برای عروج به درجات معرفت و کمال و رسیدن به بارگاه ذوالجلال آورد نماز پیام تربیت رب است نماز بگزاریم و این پیام پروردگار و رهاورد پیامبران، صلوات الله علیهم اجمعین را گرامی بداریم و باشد که خداوند ما را از نمازگزاران قرار دهد.

نماز و نظم و انضباط

کسانی که برنامه منظمی برای خود دارند و اوقات و امور خود را بر اساس آن تنظیم می کنند علاوه بر مقاصد روزانه به اهداف عالی خود نیز دست می یابند و همیشه موفق و کامروا هستند. مثلاً کسی که خواب و خوراکش محدود و کارش طبق برنامه معینی باشد از آنجا که هر کارش در زمان مخصوص خود اجرا می شود هیچ یک از کارهایش مزاحم کار دیگر نیست به تمام کارهای خود می رسد و با کمبود وقت مواجه نمی گردد.

کدبانویی را در نظر بگیرید که تمام ظروف، وسایل آشپزخانه، ادویه و مأكولات را در جای خودش قرار می دهد و به هنگام نیاز بدون اتلاف وقت به آن دست می یابد و چون کارهای آشپزخانه اش معوق نمی ماند به کارهای دیگر منزل نیز می رسد و در کار خانه داری موفق است و هیچگاه دچار فشارهای عصبی نمی گردد فرسوده نمی شود و نزد همسر و فرزندان و میهمانان خود سرافراز است.

برعکس آنکه در کار و زندگی او نظمی نیست برای انجام عمل از چند کار دیگر باز می ماند. بازرگانی که فاکتورها و نامه های رسیده و فرستاده را در کاغذها و پوشه های مخصوص قرار نمی دهد در موقع لزوم برای پیدا کردن یک نامه چند ساعت معطل می شود و از کار تجارت باز می ماند چنین تاجری علاوه بر آن که اوقات تلخی دارد در کار خود موفق نیست.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

با مطالعه سرگذشت و ویژگیهای مردان بزرگ دنیا خواهیم یافت که نظم و ترتیب از ارکان موفقیت آنان بوده است.

نماز تنها عبادتی است که ارتباط بنده را با خدا بطور پیوسته برقرار می کند و او را در این پیوند مستمر به رعایت نظم و می دارد. بنده ای که نظم را در پیوند با خدا یاد می گیرد و بر آن ممارست دارد به خوبی می داند که در پیوند با خود و مردم چگونه جانب نظم و انضباط را نگه دارد.

پیامبر اکرم (ص) برای نماز نظم ویژه ای مقرر کردند تا هر که نماز حقیقی بجای آورد از روح نظم و انضباط برخوردار و در زندگی کامروا باشد کار از غسل یا وضو شروع می شود که هر کدام از این دو نیز، نظمی مخصوص به خود دارد. پس از آن اذان و اقامه است که هر یک دارای نظم و فصول ویژه ای است آنگاه تکبیره الاحرام و بعد قرائت و بعد رکوع و پس از آن سجود و دیگر عوامل که باید به ترتیب اجرا شود. نماز را پیش و پس نخواندن، قبل و بعد از وقت نخواندن حالت‌های انضباطی ویژه آن را رعایت کردن، بیجا سخن نگفتن، خودداری از خوردن و نوشیدن، در نماز جماعت تشکیل صفهای منظم دادن، با هم رکوع کردن، با هم به سجده رفتن، با هم نشستن، با هم قیام کردن، با هم سکوت کردن، با هم قنوت کردن همه و همه سیمای یک نظم ویژه را نشان می دهد نمازی که در زمان، مکان و لباس ویژه و با الفاظ، حرکات، تعداد رکعات و ترتیب خاص گزارده می شود.

وقتی که انسان، عمل منظمی را بطور منظم و با رعایت نظم زمانی آن و در طول عمر در هر شبانه روز، پنج نوبت اجرا می کند علاوه بر آنکه ملکه نظم همان عمل در او رسوخ می کند، رعایت نظم به عنوان یک عادت و یک روش همیشگی به سایر اعمال او نیز سرایت می کند.

تأثیر تسبیحات در تمرکز

کمتر مسلمانی وجود دارد که تأثیر تسبیحات را در تأمین سلامت روح و اندیشه نشناسد. تسبیح گفتن از قدیم الایام در میان مذهبیان و روستاییان مسلمان، راه اساسی مبارزه با تشتت فکری بوده است. بسیاری از کسانی که گرفتار هذیان گویی، افکار درهم و برهم و کابوسهای ترسناک می شده اند و می شوند تنها به وسیله ذکر و تسبیح سلامت روحی و توانایی فکر خود را باز می یافته اند و می یابند.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

اگر آنان که دچار پراکندگی افکارند هر روز بامدادان سبحة به دست گیرند و در هوایی آزاد و محیطی طبیعی و آرام بنشینند و تسبیحات اربعه را با حال توجه و حضور دل مکرراً بر زبان رانند و هر بار یک دانه سبحة بیندازند و این اذکار یا مانند آنها را تا تمام شدن دانه های سبحة و یا بیش از آن ادامه دهند به تدریج به تمرکز و نظم فکری دست می یابند و هر چند که آثار آن را تا حدودی در همان روز اول مشاهده می کنند اما این قدرت تمرکز روز به روز رو به فزونی می گذارد تا جایی که از حد عادی فراتر می رود و به تمرکز فوق العاده منجر می شود.

روشن است که تکرار تسبیحات هرچه بیشتر باشد نتایج نمایان تر و آثاری درخشان تر به دنبال خواهد داشت.^۱

کسی که با نماز تربیت شود مرگ را برای خود جشن می داند

توجه به مرگ و عوالم بعد از مرگ نیز چنین اثری دارد وقتی که انسان می بیند دنیا فانی است، احساس سقوط می کند و خود را به یک دستگیرنده و پناه دهنده محتاج می بیند و چون پناه دهنده ای جز خدا نمی یابد بسوی نماز حرکت می کند تا خود را به قرب او برساند کسی که با نماز انس دارد با مرگ نیز انس دارد و از آن نمی ترسد چون هر دو را ملاقات با خدا می داند، یاد مرگ نمازخوان را همچون خود نماز به دنیای وسیع، منتقل می سازد و زمینه رشد و تربیتش را فراهم می کند، مرگ تلخ ترین چیز برای انسان است اما نماز تلخی آن را به حلاوت بدل می سازد. نماز می تواند کاری کند که مرگ برای انسان جشن شود.^۲

نماز راهی برای ورود به محیط گسترده ای از نشاط عقلانی

دکتر هانری لینک، روان شناس معروف می گوید: در نتیجه تحقیقات طولانی خود در اجرای آزمایش های روانی بر روی افراد به این موضوع پی برده ام

۱. نماز شناسی جلد دوم - حسن راشدی - ناشر ستاد اقامه نماز صفحه ۱۳۳

۲. همان مأخذ صفحه ۱۴۱



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

کسی که با دین سر و کار داشته باشد و به عبادت بپردازد، آنچنان شخصیت قوی و نیرومندی پیدا می کند که هیچگاه یک نفر بی دین نمی تواند چنین شخصیتی بدست آورد.

پروفسور والتر کوفمان، استاد دانشگاه بریتول انگلیس می گوید : هنگام ستایش و نیایش، چنان صمیمیت و اخلاق در ما ایجاد می شود که در هیچ یک از حالت‌های عادی میسر نیست. سکوت تنهایی را می شکند و فضای گسترده ای را در پیش روی نیایش کننده باز می کند. احساسات و عواطف که در گفتگوهای معمولی با مردم دچار شرمساریها و رودربایستی ما می شود، در اینجا به شکل سپاسگزاری های صمیمانه، گلابه گزاریهای خودمانی و خواهشهای دوستانه در می آید. آنچه در عقده دل به شکل غنچه های ناشکفته و پژمرده بود اکنون همچون گل خندانی باز و شکفته می شود روح آدمی، پر و بال گرفته به آسمانها پرواز کرده و اوج می گیرد.

آقای کارل می گوید : به نظر می رسد که نیایش، انسانها را چنان رشد می دهد که جامه وراثت و محیط بر قامتشان کوتاه می شود. ملاقات پروردگار آنها را از صلح و آرامش درون لبریز می سازد به نحوی که شعشه پرتو این صلح از چهره شان نمودار است و این را هر جا که می روند به همراه می برند.

اما دریغا که امروز در دنیای ما اندکند کسانی که نیایش را در چهره حقیقی اش بشناسند نیایش هر قدر به نظر عجیب بنماید ناچاریم آن را همچون واقعیتی بنگریم که هر چه بخواهد می یابد و هر دری را که بکوبد به روی آن باز می شود رویهم رفته، احساس عرفانی نسبت به دیگر فعالیت‌های روحی، اهمیت بیشتری دارد □ زیرا ما را به عظمت اسرار عالم معنی آشنا می کند بوسیله نیایش است که انسان به سوی خدا می رود و به صفات او متصف می گردد و خدا نیز در دلش وارد می شود ما نباید نیایش را بهانه ای برای تن دادن به ضعفهای اخلاقی، فقرها، زبونیها و سستیهای خود قرار دهیم. نیچه می نویسد : (دعا کردن شرم آور است)، در صورتی که دعا کردن همچون آشامیدن و دم زدن هیچگاه شرم آور نیست، انسان همچنان که به آب و اکسیژن نیازمند است به خدا نیز محتاج است، احساس عرفانی و نیایش در ردیف قدرت مکاشفه، احساس اخلاقی، احساس جمال و نور عقل به شخصیت بشری شکفتگی و انبساط پرمعنی و کامل می بخشد، شک نیست که



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

توفیق در زندگی به رشد کامل هر یک از فعالیتهای فیزیولوژیکی، عقلی، روانی و معنوی بستگی دارد. نیمی از روح عقل است و نیم دیگرش احساس.^۱

نماز برطرف کننده کبر

برای درمان بیماری خود بزرگ بینی، دو راه وجود دارد یکی علمی و دیگری عملی، درمان علمی کبر، آن است که شخص نسبت به خود و خدای خود، علم پیدا کند. هرگاه خودش را چنان که هست بشناسد، خواهد یافت که خوارترین و ناچیزترین موجود است برای آنکه خود را بشناسد، درک معنای این سخن حق تعالی بسنده است که فرمود :

کشته باد انسان چه چیزی او را کافر کیش و ناسپاس کرد مگر خدا او را از چه آفرید؟ او را از یک نطفه آفرید و اندازه بندی کرد. آنگاه راه تکاملش را آسان نمود. پس از آن او را میراند و به گور درآوردش. بعد از آن هرگاه که بخواهد او را برآورد و باز گرداند. هرگز، هنوز آنچه را که خدا به او فرمان داده اجرا نکرده است خدای تعالی در این آیات به آغاز آفرینش انسان و پایان کار او اشاره فرموده است موجودی است که آغازش نطفه ای گندیده بود و مراحل را طی کرده است. او ناتوان خلق شده است و گاهی نمی تواند خود را از زحمت یک مگس رها سازد. پایان کارش مرگ است و به مرداری بویناک و پلید بدل می گردد. آنگاه پاره هایش از هم می پاشد کرمها اجزایش را می خورند و استخوانهای او می پوسد و بهترین حالات او آن است که به آنچه در اصل بوده بازگردد به گلی که از آن کوزه ها کنند و خاکی که از آن خانه ها سازند.^۲

اهمیت نماز در اسلام :

نماز در تمام ادیان آسمانی واجب بوده است. نماز یاد خدا است. نماز تشکر از خداست. پیامبر اکرم (ص) فرمود : (نماز نور چشم من است). امام حسین (ع) در شب عاشورا فرمود : من نماز را دوست دارم. نماز انسان را از بدیها باز می دارد. نماز ستون دین است این جمله از ائمه معصومین (ع) است که در حق نماز

۱. همان مأخذ صفحه ۱۴۳

۱. همان مأخذ صفحه ۱۴۷



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

ایراد شده است هر ساختمانی اجزایی دارد و ارکانی و بالطبع هریک از اجزا و قسمت‌های مختلف آن نقش مخصوصی در ایجاد و نگهداری بنای ساختمان به عهده دارند اما آنچه که در برپا نگه داشتن یک بنای برافراشته سهم بسزایی دارد ستونهای آن است اگر بخواهیم ساختمانی را بدون ستون بنا کنید از هم فرو خواهد پاشید و پابرجا نخواهد ماند و همین طور اگر به هریک از اجزای ساختمان لطمه وارد سازند و آن را از میان بردارند تمام ساختمان فرو نخواهد ریخت بلکه بخشی از آن از بین خواهد رفت و اصل و عمده آن باقی خواهد ماند لکن اگر ستونهای یک بنا کوچک باشد یا بزرگ آسیب دیده برپا نباشد اصل ساختمان با همه سقفها فرو خواهد ریخت. اسلام هم در حکم یک بنای برافراشته و یک ساختمان هماهنگ و پابرجاست و در میان معارف اسلامی و دستوره‌های دینی تنها نماز است که نقش اساسی را در حفظ آن ایفا می کند و حکم ستون برای این مجموعه را دارد بدین ترتیب به آنان که نمازشان ترک شده است یا از اول تارک الصلوه بوده اند و آنان که نمازشان فقط ایستادن و خم شدن و سر به مهر گذاردن و از روح و محتوای نماز بهره ای نبرده اند باید گفت که مشکل بزرگی برای خویش بوجود آورده اند و بر مابقی معارف و دستوره‌های دینی خود لطمه وارد ساخته اند اما آنان که به نماز اهمیت می دهند و آن را بزرگ شمرده به آداب و شرایط باطنی و ظاهری آن توجه ویژه ای دارند بالطبع به دنبال بقیه دستوره‌های دینی و وظایف بیشتری می روند و درصدد انجام تکالیف الهی خویش برمی آیند هر کس به هر اندازه از نماز بهره معنوی و روحانی ببرد به همان اندازه در امور زندگانی خویش بصورت فردی یا جمعی به وظایف دینی بیشتر پایبند بوده و از ظاهر و باطن خود مراقبت بیشتری به عمل می آورند و به همان اندازه نیز به خدای تبارک و تعالی نزدیک تر شده تکامل می یابند.

خداوند تبارک و تعالی از هر آنچه عیب و نقص است میرا و منزّه است و بی نیاز و غنی مطلق می باشد نه عبادت و طاعت بندگان به وی نفعی می رساند و کمبودی از او (نعوذ بالله) بر طرف میسازد و ز عصیان و نافرمانی ایشان ضرری را بدو متوجه کرده یا نقصی را بدو وارد می آورد خداوند بی نیاز مطلق است و ما سوای او نیازمندان در گاه اویند همه موجودات هم در مقام ایجاد و هم در مقام بقای ذات محتاج فیض او هستند اگر لحظه ای لطف او منقطع گردد زوال و نابودی گریبانگیر ممکنات خواهد شد. لذا اگر خداوند عبادتی را در حق افراد انسانی واجب قرار داده و انسان را موظف ساخته که دستوره‌های اخلاقی حمیده را بکار بندد و خویش را به صفات پسندیده آراسته کند و از دستوره‌های اخلاقی رزایل دوری کرده نفس و جان خویش را از



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

آن صفات پاک و مصفا گرداند همه به این جهت بوده است که خود انسانها با عبادات و بندگی خدا و تقرب به درگاه او سود برده راه ترقی و کمال را بیمایند و با دوری از محرمات و ناپاکیها خویش را از صدمات جسمی و معنوی مصون و محفوظ نگه دارند. سپس سود و نفع مادی و معنوی عبادات و دستورهایی دین به خود انسانها برمی گردد و نفع و ضرری به حال خداوندی که خالق همه چیز و بی نیاز از همه چیز است ندارد. نماز به این عبادت اگر که با همه حقه (آنگونه که سزاوار است) بجا آورده شود موجب می گردد که انسان نمازگزار از امور مادی، لذتند نعم جسمانی و مادی دوری کند روح و جان خویش را با خدا ارتباط دهد و نیز باعث می شود که انسان با پاگذاردن به هر آنچه او را از خدا غافل می کند به پروردگار مشغول شود و با او تمام حضور قلب و توجه باطن راز و نیاز کند این عبادت سبب می شود که استعدادهای نهفته در آدمی که او را به باطن این عالم سوق می دهند زنده و شکوفا گردد و سرانجام از حصار دنیای مادی به بلندای معنویت و صفا اوج گیرد و این راه فلاح صلوه است و همین وسیله تقرب است که در شرع مبین اسلام از اهمیت بسزایی برخوردار می باشد و ائمه هدی و پیامبر اکرم علیه و علیهم السلام در این باره سفارشهای فراوان و تأکیدهای مهمی داشته اند.^۱

نقش نماز در تربیت عقلانی

انسان با توانایی برگرفته از عقل و اندیشه نه تنها به اصل دین دست می یابد بلکه به کنه و عمق آن نیز پی می برد. انسان به واسطه نماز روح حقیقت جویی و تعقل و تفکر و مطالعه و بررسی و تعمق و تحقیق و ابتکار خود را در تمامی زمینه ها تقویت می کند و آماده پذیرش پند و اندرز و موعظه حسنه می گردد زیرا دلها آماده و افکار نیز متمرکز است و زمینه هدایت کاملاً مهیا گشته است او با اقامه نماز با یکسری از کلمات و جملات مضامینی بلند و والا و عرفانی آشنا می گردد و حتی اگر بصورت عادت آنها را ادا نماید باز در فکر و اندیشه و روح جستجوگر او به خاطر تکرار زیاد تأثیر بسزایی خواهد گذاشت و از افکار پست و بی محتوا و مشکل آفرین دوری خواهد گزید. او با تلاوت آیاتی از قرآن و به هنگام نماز نسبت به حق تعالی معرفت پیدا

۱. قرائتی - محسن - راز نماز برای نوجوانان - انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

کرده و نور الهی بر قلب او می تابد و با اسرار خلقت بیشتر آشنا می گردد و عاشقانه و عارفانه به سوی محبوب و معشوق خویش گام بر می دارد.^۱

نقش نماز در تربیت عاطفی :

تربیت صحیح از آن به تربیت دینی تعبیر می شود علاوه بر بعد شناختی و علمی احساسات و عواطف فرد نیز تربیت گردیده و به آن جهت گیری منطقی داده خواهد شد و بویژه نسل جوان که دارای احساسات و عواطف شدید بوده و این عواطف دارای نوسانات زیاد نیز هستند آنان دارای قلبی مملو از احساسات و عواطف ظریف هستند نماز فرو نشاننده عطش گرایش درونی انسان و خدا و ابزاری برای رفع نیاز و نجات از اضطرابهاست از این رو دعا و نماز بهترین روش و بهترین محتوا برای پرورش و تربیت بعد عاطفی است گاهی تکرار الفاظی مانند لا اله الا الله، الله اکبر، الرحمن الرحیم که بارها در نماز تکرار می شوند اثراتی ماندگار و جاودان در قلب و ذهن انسان به جای می گذارد بسیاری از دعاها به دلایل عقلی درباره امور مختلف دینی و اعتقادی است اما بسیاری از آنها برای تلطیف احساسات و عواطف است در این میان نماز در ایجاد روحیه و عواطف الهی و محبت و عشق به خداوند و اولیاء و همچنین در ایجاد بغض و کینه نسبت به دشمنان تأثیر فراوانی خواهد گذاشت.^۲

نماز موجب نجات و به ارث بردن مینوی همیشگی :

خدای تعالی صفات برجسته مؤمنان را در آغاز سوره مؤمنون بر شمرده است دو مورد از آنها خشوع در نماز و محافظت بر نماز است و دو مورد از نتایج آنها که بیان شده است یکی رسیدن به فلاح قطعی و دیگری به ارث بردن فردوس جاوید است.

۱. همان مأخذ

۱. همان مأخذ



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

خشوع حالت تواضع و ادب جسم و روح است که در برابر حقیقت یا یک شخص در انسان بروز می کند و خشوع در نماز همان تواضع و ادب جسمانی و روحانی در پیشگاه خداوند عالم است. محافظت بر نماز نگرهبانی از اوقات نماز و خودداری از تباه کردن آن است.

و فلاح معنای گسترده ای دارد و هم رستگاری معنوی را در برمی گیرد و هم پیروزیهای مادی را زیرا فلاح در اصل به معنای شکافتن و بریدن است. آنگاه آن را به هر نوع رهیدن و رسیدن به هر گونه پیروزی و خوشبختی اعم از مادی و معنوی و این جهانی و آن جهانی اطلاق کرده اند.

رستگاری این جهانی این است که انسان آزاد و رها بی نیاز و عزیز و سربلند زندگی کند و این جز در سایه ایمان میسر نیست. و رستگاری آخرت هم این است که در میان انبوه نعمتهای همیشگی در کنار دوستانی پاک و شایسته و در جوار رحمت حضرت حق و خشنودی و رضوان او بسر ببرد. راغب اصفهانی در کتاب المفردات می نویسد :

رستگاری این جهانی در سه چیز است : بقا، غنا، عزت و فلاح اخروی در چهار چیز است : بقای بدون فنا، غنای بدون فقر، عزت بدون ذلت و علم بدون جهل. بکار رفتن فعل ماضی افلح درباره رستگاری مؤمنان برای تأکید است یعنی رستگاری آنان به اندازه ای قطعی و حتمی است که گویی تحقق یافته است و استعمال کلمه قد نیز تأکید دیگری بر این امر است.

قابل توجه است که قرآن، خواندن نماز را در اینجا از نشانه های مؤمنان نشمرده است بلکه خشوع در نماز را از ویژگیهای آنان برشمرده است :

قد افلح المؤمنون الذین هم فی صلاتهم خاشعون

به تحقیق مؤمنان رستگار شدند همانان که در نماز خود خشوع می ورزند.

تا اشاره ای باشد به اینکه نماز آنان صرف حرکات و الفاظی بدون روح و فاقد معنا نیست بلکه آنان موقع نماز چنان متوجه پروردگار خود می شوند که از غیر او جدا و به او متصل می گردند چنان غرق در حضور و راز و نیاز با معبود می شوند که خود را ذره ای در برابر وجودی بی پایان و قطره ای در برابر دریای بیکران می بینند و روایت کرده اند که رسول خدا (ص) فرمودند :

من صلی نجا و من ترک هلك



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

کسی که نماز گزارد رستگار گردد و آن که آن را واگزارد هلاک شود هر یک از لحظه ها، حرکتها و سکونها و هر یک از الفاظ و اذکار نماز درسی از خودسازی و تربیت و وسیله ای برای تهذیب روح و جان آنان است. این روایت را در جای دیگر نیز آورده ام که رسول خدا (ص) مردی را که دیدند که در حال نماز سرگرم بازی با ریش خویش بود فرمودند :

لو خشع قلب هذا لخشعت جوارحه

اگر این مرد دلش خاشع بود جوارحش نیز خاشع بود

یعنی خشوع و فروتنی یک حالت درونی است که در اندامهای برونی نیز اثر دارد چون قلب هر کس امام اوست و دیگر اعضای او مأمومین آن هستند و به آن اقتدا و از آن پیروی می کنند و نماز امام قلب است و قلب باید به آن اقتدا و از آن پیروی کند و چون نماز عبارت از خشوع و ادب در برابر پروردگار و قلب عبارت از کل حوزه دریافت درونی انسان است نتیجه این می شود که در نماز باید ظاهر و باطن و جسم و روح و حس و درک او یعنی تمام وجود او در حال خشوع باشد و بلکه سراسر وجودش عین خشوع شود و در این حال است که اگر تیر از پایش درآورد حس نخواهد کرد. چون در این حال حس و اندام او شأن دیگری دارند و در کار دیگری هستند.

گفته اند پیامبر اکرم (ص) پیش از نزول این آیه گاهی در نماز خود به آسمان نظر می کرد. اما پس از نزول آن دیگر فقط به زمین نگاه می کرد و به آسمان نمی نگریست.

با توجه به آیات آغازین سوره مؤمنون نماز نخستین صفت از صفات برجسته مؤمنان است اما صفات دیگری که همراه نماز دارند و در رستگاری آنان مؤثر است عبارتند از :

روی گردانی از کردار و گفتار بیهوده و غیر سازنده که از آن تعبیر به لغو می شود.

والذین هم عن اللغو معرضون

همان مؤمنانی که از گفتار و کردار بیهوده روی می تابند



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

کلمه لغو تنها سخنان و افعال بیهوده و غیر مفید را در بر نمی گیرد بلکه شامل افکار بی پایه و بیهوده ای که نه تنها سازندگی ندارند بلکه بنیاد و بنای ایمان را تخریب می کند و انسان را غافل و از خدا بی خبر و به خود مشغول می کند نیز می شود.

بنابراین مؤمنان نمازگزار به گونه ای تربیت می شوند که نه تنها سرگرم اندیشه های باطل و گفتار و کردار غیر مفید نمی گردند بلکه از آنها روی می تابند.

سومین ویژگی مؤمنان راستین، پرداختن زکات است که از مسائل مالی اجتماع است.

والذین هم للزکوه فاعلون

همان مؤمنانی که پرداخت کننده زکات می باشند

توضیح آنکه در مواردی که قرآن زکات و نماز را در کنار هم ذکر می کند دادن زکات به همان معنای

انفاق اموال است نه هر کار نیکوی دیگری که تزکیه روح و پاکسازی جان را نتیجه می دهد.

چهارمین خصوصیت آنان دوری کردن از آلودگی جنسی و رعایت عفت و پاکدامنی است.

والذین هم لفروجهم حافظون

همان مؤمنانی که دامنه های خود را پاک نگه می دارند شهوات خود را حفظ می کنند و عنان آنها را در

اختیار می گیرند

خدای تعالی در هشتمین آیه از سوره مؤمنون به پنجمین و ششمین صفت برجسته مؤمنان اشاره می

کند و می گوید

والذین هم لأماناتهم و عهدهم راعون

کسانی هستند که امانت ها و پیمانهای خود را مراعات می کنند

بنابراین حفظ و ادای امانت و پایبندی به عهد و پیمان در برابر خلق خدا و خدا به معنای وسیع آن از

صفات بارز مؤمنان است.

مراد از امانت در مفهوم عام و گسترده آن همان نعمت های گوناگون خداوند است که شامل نعیم نبوت

و ولایت نیز می شود چنان که زراره از شاگردان بزرگ صادقین گفته است از کریمه



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

أَنْ تُوَدُّوا الْأَمَانَاتَ إِلَىٰ أَهْلِهَا

این است که ولایت و حکومت را به اهلش واگذارید

بنابراین حکومت از بزرگترین ودیعه های الهی است که مردم باید آن را به اهلش بسپارند. دلیل

عمومیت معنای عهد و پیمان در این آیه نیز تعبیراتی است که در سایر آیات قرآن دیده می شود مانند

وَأَوْفُوا بَعْدَ اللَّهِ إِذَا عَاهَدْتُمْ

هنگامی که پیمان بستید به پیمان خدا وفا کنید

این نکته نیز در خور توجه است که در بعضی از آیات قرآن **ادای امانت** بکار رفته است اما در این آیه

از **رعایت امانت و عهد و پیمان** سخن رفته است که شامل ادا و محافظت هر دو می شود.

خدای بزرگ در نهمین آیه از سوره مؤمنون آخرین ویژگی مؤمنان را که محافظت بر نماز هاست بیان

کرده است می فرماید :

وَالَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَوَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ

مؤمنان کسانی هستند که در نگاهداشت نمازهای خود می کوشند

جالب است که در این آیات می بینیم نخستین ویژگی نمایان مؤمنان خشوع و آخرین صفت برجسته

آنان محافظت بر نماز است شمارش صفات مؤمنان از نماز شروع و به نماز ختم می شود و این علاوه بر آنکه

اهمیت نماز در تقویت ایمان و نگاهبانی از آن را می رساند اشاره به این حقیقت دارد که مؤمنان صفات دیگری

نیز به نمازشان بستگی دارد و نماز در ایجاد تنظیم و نگاهداشت دیگر صفات مؤمنان اثر دارد چنان که گویی

خشوع در نماز و محافظت بر آن حصن و حصار محافظی برای دیگر صفات نیکوی مؤمنان و در عین حال مهم

ترین رشته ای برای برقراری ارتباط میان آفریده و آفریدگار می باشد.

در آیه نخست صلوه بصورت مفرد و در آیه اخیر به صورت جمع آمده است اولی از خشوع در نماز که

امری درونی و قلبی است و با تأثیر در اندام های ظاهری ایجاد خشوع جسمی می کند سخن می گوید و دومی

ناظر بر رعایت شرایط آداب و اوقات نماز است و به مؤمنان نمازگزار سفارش می کند که در همه نمازهای خود

آنها را مراعات کنند.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

از این آیات می فهمیم که اگر نماز با آرامش اجرا شود زمینه مورد اعتمادی برای تمام خوبی ها و نیکی ها و وسیله ای برای بیداری روح و جان انسانها و بیمه کننده آنان در برابر گناهان است و خلاصه بهترین و برترین مکتبی برای تربیت است.

قرآن کریم پس از ذکر صفات برجسته مؤمنان نتیجه نهایی آن را بیان می کند می فرماید :

اولئک هم الوارثون

مؤمنانی که صاحب این صفاتند وارثانند

الذین یرثون الفردوس هم فیها خالدون

همان وارثانی که بهشت برین را به ارث می برند و در آن جاودانه می مانند

گفته اند فردوس باغ ویژه ای است که همه نعمتها و موهبتهای الهی در آن جمع است و می توان آن را بهشت برین نامید.

این که در کریمه اخیر فرموده است مؤمنان بهشت را به ارث می برند شاید از آن جهت است که آنان بدون زحمت به آن دست می یابند چنان که وارثان ارثیه را بدون آنکه زحمتی برای آن بکشند از پدران و مادران و اسلاف خود به ارث می برند و اگرچه فردوس برین بدون کوشش بدست نمی آید اما آن پاداش به اندازه ای عظیم و کوشش بنده در برابر آن چنان ناچیز است که گویا آن را به رایگان و بی زحمت کسب کرده است.

رسول خدا (ص) فرمودند :

أبشروا أبشروا من صلی الصلوات الخمس واجتنب الكبائر السبع دخل من أی ابواب

الجنة شاء عقوق الوالدين و الشرك بالله و قتل النفس و قذف المحصنات و أكل مال الیتیم و الفرار

من الزحف و أكل الربا

مژده دهید مژده دهید مژده دهید کسی را که نمازهای پنجگانه بگذارد و از گناهان بزرگ هفتگانه اجتناب کند به این که از هر دری که خواهد به بهشت در آید هفت گناه بزرگ عبارت است از : نافرمانی از امر والدین، شرک به خدا، قتل نفس، متهم کردن زنان شوهردار به زنا، خوردن مال یتیم، گریز از کارزار با دشمنان خدا و رباخوری.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

از پیامبر اکرم (ص) روایت شده که فرمودند :

ما منکم من احد الا و له منزلان : منزل فی الجنه و منزل فی النار فأن مات و دخل النار ورث

اهل الجنه منزله

هر کدام از شما بدون استثنا دارای دو منزل است جایگاهی در بهشت و جایگاهی در جهنم. اگر بمیرد

و به دوزخ در آید بهشتیان جای او را به ارث می گیرند.

برخی دیگر از آنچه از آیات اول سوره مؤمنون استفاده می شود این است که درجات عالی جنت ویژه

مؤمنانی است که دارای چنان صفاتی باشند و دیگر بهشتیان در مدارج پایین تر آن قرار می گیرند.^۱

نمازگزاران داخل شوندهگان به بهشت خاص

خدای تعالی در پانزدهمین آیه از سوره طه فرمود :

واقم الصلوه لذكری

برای آنکه به یاد من باشی نماز را به پای دار

در بیست و نهمین آیه از سوره رعد فرمود

الا بذكر الله تطمئن القلوب

بدانید که یاد خدا آرام دهنده دلهاست

و در آیات بیست و هشتم تا سی و یکم سوره فجر فرمود :

يا ايها النفس المطمئنه ارجعي الي ربك راضيه مرضيه فادخلي في عبادي وادخلي جنتي

ای نفس به آرام رسیده به سوی پروردگار خود برگرد و در حالی که هم خرسند باشی و هم مورد خشنودی

در زمره بندگان خالص من در آی و در بهشت ویژه من قدم بگذار.

۱. نماز شناسی جلد دوم حسن راشدی ناشر ستاد اقامه نماز



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

بنابراین هنگامی که آیات فوق را در کنار هم قرار می دهیم و آنها را به هم مرتبط می سازیم می فهمیم که نماز ذکر خدا، ذکر خدا اطمینان دهنده دلها دارندگان قلب مطمئن در ردیف بندگان خالص پروردگار و بندگان خالص او داخل شونده در بهشت خاص او هستند.

از ابی امامه روایت شده است که گفت از رسول خدا (ص) هنگامی که در حجه الوداع سخن می گفت شنیدم که فرمود :

اتقوا الله و صلوا خمسکم و صوموا شهرکم و أدوا زکاه اموالکم و اطیعوا امرائکم تدخلوا جنه

ربکم

از خدا بترسید پنج نمازتان را بجای آورید ماه رمضان خود را روزه بگیرید زکات و داراییهای خود را بپردازید و مطیع فرمانروایان (به حق) خود باشید تا به بهشت ویژه پروردگار خویش در آیید.

نماز خاموش کننده آتش

از رسول اعظم (ص) گزارش شده است که فرمودند :

ما من صلوه يحضر وقتها الا نادى ملك بين یدی الناس. ايها الناس قوموا الى نيرانکم التي

أوقدتموها على ظهورکم فاطفئوها بصلاتکم

هیچ نمازی نیست مگر آنکه در وقت نماز فرشته ای به مردم می گوید ای مردم برخیزید و آتشیایی

را که با دست خود بر پشت خود روشن کرده اید به وسیله نماز خود خاموش کنید

گناه آتش است و با توجه به آن که عمل از عامل جدا نیست در حقیقت گناهایی که بار آنها را به دوش

می کشیم آتشیایی است که با دست خود روشن کرده ایم و آنها را همراه خود داریم بعضی از انسان ها خود

هیزم دوزخند و حتی اشتعال و سوزندگی آنان بد تر از دوزخ است.

ظریفی گفته است: کس باشد که دوزخ گوید: دوزخ آمد قاسطین یعنی اهل قسط (ظلم) از آن کسانند خدای تعالی

فرمود:

و اما القاسطون فکانوا لجهنم حطباً

ستمکاران هیزم دوزخ اند.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

اگر خدا اهل قسط (عدالت کامل) را دوست دارد اهل قسط (ستم) را دشمن دارد و اینان همزم برافروخته دوزخند. از حدیث مذکور در فوق بر می آید که نماز حقیقی، آتش گناهان قبل از نماز را خاموش می کند و چون همین نماز مانع از گناهان بعد از نماز می شود خاموش کننده آتش گناهان احتمالی آینده نیز می باشد و باید آن را نور علی نور به حساب آورد.^۱

**** صد قصر در بهشت بنا می کند نماز ****

ما را غریق مهر خدای می کند نماز	شولای نور بر تن ما می کند نماز
ما را به کوی عشق صدا می کند نماز	با بانک پر صلابت قد قامت الصلوه
سرچشمه خلوص و رضا می کند نماز	دلهای خو گرفته به مرداب شرک را
درهای رحمت است که وا می کند نماز	هر صبحدم به روی خدا باوران خاک
ایمن تو را ز موجب بلا می کند نماز	کن تکیه بر نماز که در شط حادثات
وقت سفر چگونه ادا می کند نماز	بنگر به پیر عشق که بر تخت احتضار
آنجا که بال نافله را می کند نماز	آکنده از طنین عبور فرشته هاست
در آسمان نور رها می کند نماز	از بنده های وسوسه طاووس روح را
پیمانانه نوش خوف و رجا می کند نماز	مردان راه راز جفا و وفای دوست
بر تو سلام عشق و صفا می کند نماز	با زانوی ادب چو نشینی گه سلام
صد قصر در بهشت بنا می کند نماز	مقبول حق چو گشت نمازت برای تو

ساز مرغ سحر

به ساز مرغ سحر ترک خواب ناز کنید	صلا زدند که برگ صبح ساز کنید
به سوی قبله میخوارگان نماز کنید	وضو به چشمه صهبای صبحدم سازید

۱. همان مأخذ



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

یگانه راز نیاز قبول اهل دل است
دوگانه ای که به درگاه بی نیاز کنید
اگر چه دست و دل اینجا به اشک می شویند
شما به دامنش این دست و دل دراز کنید

نتیجه گیری

برای مطلع شدن از آثار معنوی نماز و گرایش بیشتر افراد به نماز باید روحانیون و علماء اطلاعات ضروری و مهم در مورد نماز را یادآور شوند و چشمان آنها را به روی درهای بسته آثار و برکات این فرضیه الهی باز کنند و این امکان ندارد مگر با تشکیل جلسات مذهبی و دینی و تشویق افراد به شرکت در این جلسات و پخش برنامه های مذهبی از تلویزیون و رسانه های گروهی دیگر و باید تلاش کنند تا آنجا که امکان دارد افراد را تشویق کنند تا در فطرت و درون افراد نفوذ پیدا کند برای برپایی بهتر و کاملتر این فرضیه الهی اگرچه متأسفانه آنچه که در این دوران نشان می دهد افراد علاقه چندانی به این جلسات نشان نمی دهند و نماز را جزیی از وجود خود نمی دانند و در زندگی هم از آثار و برکات آن برخوردار نمی شوند ولی هدف اصلی ما در این تحقیق این است که تا چه حد روحانیون و دیگر مسئولین مربوط می توانند بر روی ذهنیات و گرایشهای افراد تأثیر بگذارند و با رعایت کامل رکن ها و ستونهای دین افراد را مورد لطف دین و قرآن قرار دهند تا انشاءالله بتوانند روزی جامعه ای با افراد مؤمن و متدین واقعی به دست آورند.

۱. پیشنهادات و ارائه راه حلها :

۱. راهنماییها در مورد نماز باید بر اساس کتاب اهل سنت قرآن و احادیث و روایات باشد.
۲. باید افراد را به این عبادت معنوی با راههای مختلف تشویق کرد.
۳. باید اطلاعات زیادی در مورد محتوای نماز و آثار آن بیان شود تا برای افراد خوب روشن و مبین باشد.
۴. از نظرات روحانیون در مورد بهتر برپایی مراسم مذهبی استفاده شود.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۷۷۸۶-۲۹۸۰۱۳۳N

۵. آموزشهای دینی باید با علاقه و رغبت زیاد صورت گیرد چه از نظر رسانه ها و یا جلسات عبادی و روحانی.
۶. آموزش باید طوری باشد که افراد در بهتر برپایی نماز پیشرفت کنند و در نتیجه به معانی آن بیشتر توجه کنند و علاقه را به بهتر فهمیدن آن افزایش دهند.

منابع و مأخذ :

۱. نماز شناسی جلد دوم- حسن راشدی- ستاد اقامه نماز - نوبت چاپ مهر ۸۰
۲. قرآن - ۲ / البقره - ۳
۳. سنن ترفدی- صلات - ۱۸۸
۴. نماز شناسی - جلد اول - راشدی حسن - ستاد اقامه نماز
۵. رساله نوین - تحریر، ترجمه و توضیح از عبدالکریم بی آزار شیرازی ناشر : مؤسسه انجام کتاب
۶. قرائتی - محسن - راز نماز برای نوجوانان - انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
۷. کلید بهشت ملا محسن فیض کاشانی - ۱۳۷۷ سازمان چاپ و انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
۸. آموزش احکام و آداب نماز - محمد حسین حق جو- نشر مطهر ۱۳۷۳