

بسم الله الرحمن الرحيم

آشنایی با نماز

(برای نوجوانان)

تهیه: محسن قرآنتی

تدوین: جواد محدثی

آشنایی با نماز

تهیه: محسن قرآنتی

تدوین: جواد محدثی

نوبت چاپ: دهم - بهار 1375

تیراژ: 100000

چاپ و صحافی: مهر - قم

قیمت: 600 ریال

مرکز پخش: تهران، صندوق پستی 355/15655

8700980

تلفن:

8700970

هرگونه تغییری در قیمت خلاف شرع و قابل پیگیری است

فهرست

بندگی»، هدف خلقت»

چرا و چگونه» نماز» بخوانیم؟

آمدگی برای نماز

قبولی نماز

نماز، در آینه وحی

همراه با نماز

مقدمات نماز -

اذان، شعار مکتب -

نیت -

چگونه مخلص شویم -

الله اکبر

سوره حمد

!ای خدای رحیم

حضور قلب، روح نماز

نماز اولیاء خدا

پایان نماز

تعقیبات

نماز جمعه و جماعت

سخن آخر

بندگی»، هدف خلقت»

آیا تاکنون، از نیکی‌ها و کمک‌ها و محبت‌های دیگران تشکر کرده‌اید؟ البته که آری. چرا؟
چون عقل و وجدان انسان، به سپاسگزاری از نیکان و نیکوکاران و تشکر از محبت‌ها و خوبی‌های دیگران،
فرمان می‌دهد.

پس نعمت‌ها، سپاس را به گردن انسان می‌گذارد و درک و شعور و وجدان، عامل اصلی سپاسگزاری انسان
است. حتی اگر دوستی در درس به ما کمک کند، کتاب و دفترش را به ما امانت دهد و سؤال‌های درسی ما را
جواب دهد و راهنمایی مان کند، در جبران عقب ماندگی‌ها ما را یاری کند و وسیله درس خواندن ما را فراهم

سازد، مشکل ما را برطرف سازد و... در همه این موارد خود را به او مدیون و بدهکار می دانیم و سعی می کنیم تا به نحوی نیکی های او را جبران کرده، از او تقدیر کنیم بدون شك، بالاترین و بهترین نعمت ها را خداوند در اختیار ما گذاشته است. به ما عقل و جان و اراده و فکر و استعداد بخشیده، در راه زندگی، راهنمایی برای سعادت مندی ما فرستاده و هستی و حیات ما، در دست اوست همه چیز ما از آفریدگار ماست. او خالق است و ما بنده و مخلوق اویم. او بی نیاز و تواناست، و ما بنده ای هستیم نیازمند و ناتوان و محدود و ناچیز.

اگر درسی می خوانیم و دانشی می آموزیم، در سایه لطف و مهربانی اوست که به ما نیروی فراگیری دانش و استعداد فهمیدن بخشیده است.

اگر نفسی می کشیم و به حیات خود ادامه می دهیم، به خاطر امکاناتی است که آن خدای خوب و مهربان برای ما فراهم کرده است.

از يك «بنده محتاج» چه انتظاری می رود، جز عبادت و پرستش؟ از يك «مخلوق ناتوان»، چه توقعی است، جز نیایش و توجه و اظهار بندگی و کوچکی و نیاز، به آستان آن خالق بزرگوار؟ از يك انسان بهره مند از همه گونه نعمت های آشکار و نهان خداوند، چه انتظاری است، جز تشکر از قادر متعال؟

ما عاقلیم و با وجدان، حق شناسیم و سپاسگزار، بنده ایم و نیازمند؛ و اگر در پیشگاه آفریدگار مان، سر بر خاک می سائیم و «عبادت» می کنیم و «نماز» می خوانیم و «نیاز» می طلبیم و «راز» می گوئیم، برای این است که «خدایی او» و «بندگی خود» را آشکار و ابراز کنیم.

اگر عبادت نکنیم، از هدف اصلی خلقت دور شده ایم، چرا که خداوند، هدف آفرینش ما را پرستش خداوندیش (دانسته و فرموده است: «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ» [1])

من جن و انس را نیافریدم مگر برای آنکه مرا بندگی کنند. «و در آیه دیگری فرموده است: «وَأَنْ اعْبُدُونِي، هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ» (2) مرا عبادت کنید زیرا راه راست همین است

از این رو اگر بندگی خدا نکنیم و مطیع فرمانش نباشیم و پیروی از آیین آسمانی و جاوید او نکنیم، هم ناسپاسی کرده ایم، هم از رحمت او دور شده ایم و هم غفلت خود را از هدف زندگی و شناختن صاحب نعمت، نشان داده ایم آنکه بندگی خدا را نکند، به بند شیطان و دام ابلیس ها و طاغوت ها و قدرت های ضد خدایی می افتد. بندگی خدا، انسان را چنان عزیز می کند که از بردگی قدرت های جبار، رها می شود

چرا و چگونه «نماز» بخوانیم؟

خدای بزرگ، نه از نماز خواندن ما سود می برد و نه بی نمازی ما به او زیان می رساند. اگر بخوانیم خودمان به پاکی جان و صفای روح و دوری از پلیدی ها می رسیم. اگر به نماز بی اعتنا باشیم، محروم شدن از برکات و آثار معنوی و اجتماعی آن، دامنگیر خودمان خواهد شد و در آخرت هم به خاطر ناسپاسی و دوری از خدا و آلوده شدن به فسادها کیفر خواهیم دید.

وقتی کمال و سعادت ما در «بندگی خدا»ست، این بندگی و عبادت در «نماز» و انجام فریضه الهی آشکار میشود. پس نماز، همان عبودیت و پرستش و راز و نیاز به درگاه آفریدگار است، و توجه به او و نعمت های اوست که روزی چند مرتبه انجام می گیرد.

این عبادت، ما را همواره به یاد خدا می اندازد، و یاد خدا ما را از پستی و ستم و گناه و فساد، باز می دارد. آنکه بنده خدا باشد، دیگر اسیر شیطان و برده هوا و هوس نمی شود. آنکه با انجام نماز، فرمان خدا را گردن می نهد و تسلیم می شود، دیگر در برابر طاغوت ها و قدرت های شیطانی تسلیم نخواهد شد.

نماز می خوانیم، تا یاد خدا در طول شبانه روز و در همه عمر، در دل ما زنده باشد و توجه به خدا، ما را به یاد او بیاندازد، چرا که «بنده» ایم و او صاحب و ربّ و سرپرست ماست، و هیچ بنده ای نباید برخلاف میل و خواسته و فرمان خداوند رفتار کند. قرآن کریم دستور می دهد
(وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي) (3) به یاد من، نماز برپا مدار»

در آیه دیگر می خوانیم
(إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ) (4) نماز، از کارهای زشت و ناپسند، باز می دارد»
پس «چگونه» باید نماز خواند؟

گرچه هرکاری که خضوع و توجه و بندگی ما را نسبت به آفریدگار مهربان برساند، می تواند شکلی از عبادت به حساب آید، اما چون او پروردگار و مربی ماست، و ما فرمانبردار و بنده اویم، پس در این هم که چگونه و با کدام عمل و کدام کلام، او را بپرستیم و به درگاهش اظهار بندگی کنیم، خود او هرطور که بپسندد و هر فرمانی که بدهد، برای ما لازم الاجرا است

نماز، به صورتی که می خوانیم، خواسته خداوند است و فرموده پیامبر او. اگر بنده خالص باشیم، باید بی چون و چرا و بی کم و زیاد به هرچه در دین و دستورهای فقهی آمده عمل کنیم تا این عبادت، ما را به خدا نزدیک کند. طبق آنچه خداوند و پیامبر و امامان فرموده اند، عبادت و نماز ما باید

آگاهانه باشد - 1

عبادت های کورکورانه و بی فکر و تعقل، ارزش و ثواب هم ندارد. یعنی انسان باید در نماز، توجه به خدا و معنای عبادت و جملات و ذکرها و دعاها داشته باشد و بداند در مقابل چه کسی ایستاده و چه می گوید. پیامبر اسلام(ص) فرموده است
(دو رکعت نماز با توجه، بهتر از شب زنده داری غافلانه است). (5)

عاشقانه باشد - 2

نمازی که از روی تنبلی، بی حالی و سستی باشد اثر ندارد. نمازگزار باید محبت خدا را در دل داشته باشد و با عشق و علاقه به خدایی که به او آن همه نعمت و رحمت عطا کرده نماز بخواند و آن را به شکرانه مهربانی های خدا، از روی شور و شوق انجام دهد
رسول خدا(ص)، نماز را نور چشم خود می دانست. آن حضرت فرموده است: کسی که صدای اذان را بشنود و بی تفاوت بماند، جفا کرده است. (6) شوق به عبادت و نماز، باید چنان باشد که با شنیدن دعوت به نماز، هرکاری را رها کند و به سوی نماز و ملاقات و گفت و گو با خدای جهان بشتابد

خالصانه باشد - 3

به دستور قرآن کریم، دین و کارهای دینی باید خالص و برای خدا باشد و نیت و هدف غیرخدایی در آن ها راه نیابد
(وَمَا أَمْرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ) (7) به آنان دستور داده نشد مگر آنکه خدا را بندگی کنند و دین را «برای او خالص نمایند
ریاکاری نوعی شرک است و کار را از ارزش می اندازد. خداوند هم نمازی را که برای غیرخدا و برای جلب توجه دیگران و برای فریب مردم باشد، نمی پذیرد و به آن پاداش نمی دهد
عبادت بدون اخلاص، همچون جسم بدون جان است. روح نماز، خلوص آن است

خاشعانه باشد - 4

بعضی در نماز، حواس شان پرت است، با سر و دست و لباس خود بازی می کنند، به این طرف و آن طرف و این و آن نگاه می کنند، هم نماز می خوانند و هم به حرف های دیگران گوش می دهند، آرامش بدنی و توجه قلبی ندارند. این ها همه نشانه آن است که در نمازشان، خضوع و خشوع نیست
خاشع بودن در نماز، آن است که نمازگزار، دلش با خدا و توجهش به آفریدگار باشد، آرامش بدنی داشته باشد، و واقعاً خود را در برابر خدایی که از هر شخصیتی و مقامی برتر و از هر قدرتمندی تواناتر است، حس کند
در حدیث آمده است

(أَعْبُدِ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ) (8) خدا را چنان عبادت کن که گویی او را می بینی»

اگر این حالت را داشتید، به مرحله ای رسیده اید که خداوند از آنان به «مؤمنان رستگار» یاد می کند و یکی از صفاتشان را چنین می داند:

(الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ) (9) آنانکه در نمازشان، خشوع دارند»

با این اوصافی که برای نماز خداپسندانه گفته شد، وقتی انسان، نماز و نیایش پیامبران و امامان و انسان های پاک و والا را نگاه می کند و آن را با نماز خود مقایسه می نماید، از خود و نمازش شرمند می شود.

کاهش نمازی بخوانیم که خدا بیسندد و بیذیرد... و اجر بزرگ برای آن عطا کند.

نماز را باید همیشه و مرتب خواند، چرا که سهل انگاری در امر نماز و بی اعتنائی کردن و گاهی خواندن و گاهی نخواندن آن، گناه است.

آمادگی برای نماز

اگر به سنّ تکلیف رسیده اید، خوشا به حال تان. چرا که لیاقت آن را یافته اید که پروردگارتان شما را مورد خطاب خویش قرار دهد و از شما انجام عبادتی همچون نماز را بطلبد. این نعمت، جشن لازم دارد؛ جشن تکلیف وقتی پسران 15 سال را تمام می کنند و دختران 9 سال را، بلوغ و تکلیف شان آغاز می شود، و اجرای دستورهای خداوند بر آنان واجب می شود و باید از کارهای حرام هم اکیداً پرهیز کنند.

اگر هم به سنّ تکلیف نرسیده اید، باز هم نماز بخوانید تا با فراگیری صحیح نماز و احکام مربوط به آن با این وظیفه مقدّس و عبادی آشنا و مأنوس شوید و زمانی که برایتان واجب می شود، مشکلی از جهت اجرا یا آشنایی با جزئیات آن نداشته باشید.

البته می دانید که: غیر از بلوغ، چیزهای دیگری هم شرط تکلیف است مثل: قدرت و اختیار و عقل. یعنی اگر کسی دیوانه و سفیه باشد، یا در شرایط غیراختیاری قرار بگیرد، یا ناتوان باشد یا به سنّ بلوغ نرسیده باشد، انجام تکلیف های شرعی بر او واجب نیست.

اما به هر حال، نماز و مسائل آن را فرا بگیرد و خود را به خواندن مرتب نماز، عادت دهید و با خدا و یاد او آشنا و مأنوس شوید و به این صورت آمادگی لازم را از هر جهت، برای اجرای فرمان خدا در خودتان فراهم کنید.

همچنان که نبرد با دشمن و رویارویی با او در میدان جنگ نیاز به تمرین های مقدماتی و فراهم کردن آمادگی های لازم دارد، عبادت و نماز نیز که نوعی مبارزه با دشمن نفس و جنگ با شیطان در سنگر عبادت است به این تمرین احتیاج دارد.

اگر قبلاً دل و جانتان را آماده انجام درست و همیشگی این عبادت سازنده نکرده باشید، هنگام واجب شدن آن، برایتان سخت و سنگین خواهد بود.

قبولی نماز

نماز صحیح خواندن، يك مرحله است. و نماز مقبول خواندن، مرحله ای بالاتر است. شما ممکن است خوب درس بخوانید، اما قبولی آخر سال مهم است. ممکن است انسان همیشه نماز و عبادت های خود را بجا آورد، ولی به خاطر نقص و ضعف هایی که دارد در پیشگاه خداوند، پذیرفته نشود. ممکن است شاگردی نمره خوب هم بگیرد، ولی اخلاق و رفتار او مورد رضایت خاطر آموزگار نباشد. پس ملاک در ارزش بیشتر نماز، قبولی آن است. باید کوشید تا نمازی پسندیده به آستان خداوند تحویل داد: امام علی (علیه السلام) فرموده است

كُونُوا عَلَى قَبُولِ الْعَمَلِ أَشَدَّ عِنَايَةً مِنْكُمْ عَلَى الْعَمَلِ» (10) (بیش از خود عمل، به قبولی آن عنایت و توجه داشته باشید) (قبولی عبادات، چه شرایطی دارد؟)

شرایط قبولی عبادات

ایمان - 1

اولین شرط قبولی نماز، آن است که نماز همراه با ایمان و اعتقاد به خدا و دین او باشد. اگر کسی عمری هم به نماز و عبادت بگذراند ولی در دلش اعتقاد به آن نداشته باشد، نمازش مقبول نیست. نه تنها در نماز، بلکه در مورد هر کار نیک هم، ایمان شرط است و انجام اعمال صالح از ناحیه کفار که به خدا ایمان ندارند، بی ارزش و بی پاداش است. (11)

ولایت - 2

کارهای عبادی را خداوند از کسی می پذیرد که نسبت به خدا و پیامبر و پیشوایان معصوم، حالت پذیرش، اطاعت، مودت و محبت داشته باشد و آنان را پیشوای خود بشناسد و فرمانبردار آنان باشد. عبادت بی ولایت هم پذیرفته نیست

امام صادق (ع) فرموده است

«مَنْ لَمْ يَتَوَلَّنَا لَمْ يَرْفَعْ اللَّهُ لَهُ عَمَلًا» (12) (هرکس ولایت ما را نداشته باشد و رهبری ما را نپذیرد، خداوند هیچ ... کاری را از او، بالا نمی برد و نمی پذیرد). روشن است که دینداری دور از اهل بیت، و عبادت های بی اعتقاد به رهبری معصومان، چاره ساز نیست و غالباً به بیراهه می رود. ولایت، پذیرش آن خط رهبری صحیح است که در پیشوایان آسمانی و الهی مجسم می شود

تقوا - 4

تقوا، یعنی خدا ترسی و پرهیز از گناه. کسی که بی تقوا باشد، عبادتش هم او را به جایی نمی رساند. کسی که دزدی کند و به بیچارگان انفاق کند، یا جهاد کند ولی مال مردم را هم تصرف کند، پاداشی از انفاق و جهادش نمی برد.

نماز هم به عنوان عبادت، وقتی به درگاه خداوند پذیرفته می شود که همراه با تقوا باشد. خداوند، نماز مردم معصیت کار و بی بند و بار را نمی پذیرد

همو فرموده است

«إِنَّمَا يَنْفَعُ اللَّهَ مِنَ الْمُتَّقِينَ» (13) (خداوند، فقط از اهل تقوا می پذیرد)

مراعات حقوق دیگران - 4

نماز، عبادتی است که باید انسان را به خدا نزدیک کند. اگر نمازگزار، با حرکات خود از خدا و رضای او دور شود، نماز چگونه می تواند وسیله قرب او به خدا شود

آنکه بدهکار است و مال مردم را نمی دهد

آنکه باید خمس و زکات بپردازد ولی خودداری می کند

آنکه غیبت مسلمانی را می کند یا تهمت می زند

آنکه رابطه برادری را با يك مسلمان قطع می کند

آنکه در دل، برای دیگران، نیت بد دارد و دشمنی آنها را در دل پنهان می کند... آنکه با دیگران، با اهل خانه، با پدر و مادر، بد اخلاقی و بد رفتاری می کند و مایه آزار و رنجش آنان می شود این همه کارهایی است که به نحوی، سبب تضییع حقوق دیگران و مایه دور شدن از خدا می شود. کسی که اینگونه رفتار کند نمی تواند انتظار قبولی نمازش را از طرف خداوند داشته باشد نمازگزار باید هم از راه نماز پیوند خود را با خدا مستحکم و استوار کند، و هم رابطه دوستی و صمیمیت و برادری خود را با مؤمنان و هموعان نگسلد و حقوق شان را رعایت کند و به کسی ظلم نکند در حدیث، از رسول خدا (ص) نقل شده است: مردی که همسرش را بیازارد، یا زنی که شوهرش را اذیت کند، خداوند نماز و کارهای نیک و حسنات آنان را قبول نمی کند (14)

و: امام صادق (ع) فرموده است

هرکس به پدر و مادر خود، از روی خشم و عصبانیت نگاه کند خداوند نماز او را نمی پذیرد، حتی اگر این پدر و مادر در حقیقت ناروا کرده باشند. (15)

از کجا می توان فهمید که نمازهای ما مقبول یا مردود درگاه خداوند است؟ در این باره حدیث جالبی از امام صادق (ع) نقل شده است

مَنْ أَحَبَّ أَنْ يَعْلَمَ أَقْبَلَتْ صَلَاتُهُ أَمْ لَمْ تُقْبَلْ فَلْيَنْظُرْ هَلْ مَنَعَتْهُ صَلَاتُهُ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ؟ فَيَقْدِرُ مَا مَنَعَتْهُ فُيَلْتُ»
میهن (16) کسی که دوست دارد بداند آیا نمازش قبول شده یا نه، پس بنگرد که آیا آن نماز او را از گناهان و زشتی ها باز داشته است یا نه؟ هر مقدار که نمازش او را از بدی ها دور کرده باشد همان مقدار هم پذیرفته شده است بیایید سعی کنیم نماز مان، مکتب تربیت و سازندگی باشد و همانگونه که در نماز می گوئیم، خود را بنده خدا بدانیم و شرط بندگی را که «اطلاعت از خدا» و «ترك گناه» است رعایت کنیم

در اینصورت است که از نماز، لذت خواهیم برد. سخن گفتن و مناجات با خدا برایمان شیرین خواهد بود و از نماز خواندن، سیر و خسته نخواهیم شد

خدایا! لذت و شیرینی عبادت خود را به ما بچشان، و نمازهای ما را پذیرفته درگاه خویش بگردان

×××

برای يك مسلمان، هیچ لذتی بالاتر از این نیست که خود را مجری امر خدا ببیند و در انجام عبادت و نماز و سایر تکالیف، بگوید

خدایا!... چون تو فرمودی، اطاعت کردم. چون تو خواستی، به جا آوردم چون تو وظیفه مقرر کردی، بی چون و چرا تسلیم شدم. این است مسلمانی... تسلیم شدن در برابر دستور خدا و تکلیف الهی

نماز، در آینه وحی

درباره نماز صدها آیه قرآن و حدیث آمده است که ارزش، فایده و مفهوم و اسرار آن را بیان می کند. از میان انبوه (آیات و روایات، برخی نکات را که به ترسیم سیمای نماز پرداخته است، بیان می کنیم: (17)

نماز، مهم ترین توصیه پیامبران به فرزندان شان می باشد -

نماز، برطرف کننده غفلت و یادآور خداوند است -

نماز، نور چشم پیامبر است -

نماز تکبر را می زداید و پشتوانه انسان در غم ها و مشکلات است و نشانه شکرگزاری نعمت های الهی می باشد

نماز، پایه دین، پرچم اسلام، کلید بهشت و وسیله آزمایش مردم است -

- نماز، رابطه انسان با خالق است. گناهان را از بین می برد. انسان مادی را معنوی می کند. بهترین فریاد است. - عبادتی است که در هیچ حال، ساقط نمی شود و وسیله نزدیک شدن مؤمن پرهیزکار به خداوند است.
- نماز، زنده نگه داشتن سنت ابراهیم و سیره محمد(ص) و مرام حسین(ع) است -
- نماز، کوبنده شیطان، خشنود کننده پروردگار و حضور در برابر آفریدگار بزرگ است -
- نماز، اتصال و پیوند موجودی ضعیف و کوچک، با وجود برتر و توانا و عظیم (الله) است -
- عیسی در گهواره گفت: خداوند مرا به نماز سفارش کرده است -
- امام صادق(ع) هنگام وفات فرمود: هر که نماز را کوچک بشمارد، از شفاعت ما محروم است -
- امام علی(ع) در میدان جنگ صفین هنگام نماز، دست از جنگ کشید و به نماز ایستاد -
- امام حسین(ع)، شهید راه خدا و نماز شد و در میان تیرباران دشمنان، به نماز ایستاد -
- رسول خدا(ص) آنقدر نمازش را طول می داد که پاهای مبارکش ورم می کرد -
- حضرت علی(ع) در نماز، چنان غرق توجّه به خدا می شد که از هر چیز به جز او غافل می ماند -
- کیفر مردم بی نماز دوزخ است -

وای بر کسانی که نماز را سبک می شمارند و نسبت به آن، سهل انگارند. (فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ... (18))

رسول خدا(ص) فرمود -

«مَنْ تَرَكَ الصَّلَاةَ مُتَعَمِّدًا فَقَدْ كَفَرَ» (19) هرکس به عمد، نماز را ترک کند، از مرز اسلام خارج شده و به کفر رسیده است.

- آنکه نماز را سبک بشمارد، خداوند برکت و بهره را از عمر و مال او برمی دارد. پاداش کارهای او را از بین می برد. دعاهایش مستجاب نمی شود. هنگام مرگ، با احساس گرسنگی و تشنگی و ذلت مخصوصی از دنیا می رود. در عالم برزخ، شکنجه و عذاب می شود و در قیامت، حساب سختی از او می کشند. (20)
- نماز تکیه گاه معنوی انسان در بحران های زندگی است. نماز، برترین عبادت هاست -
- دو رکعت نماز انسان با تقوا، از هزار رکعت نماز افراد لابلایی بهتر است -
- مؤمنانی رستگارند که در نمازشان به خدا توجّه دارند -

×××

مناسب است در پایان این بخش، برخی از سخنان امام امت (قدس سره) را پیرامون نماز، یادآور شویم. فرموده است: «در اسلام، از نماز، هیچ فریضه ای بالاتر نیست... نماز، پشتوانه ملت است... نماز، يك کارخانه انسان... سازی است... فحشا و منکر را نماز، از يك امتی بیرون می کند. مسجدها را خالی نکنید، تکلیف است امروز نماز، بالاترین ذکر هاست... این دژهای محکم را محکم نگهدارید، نگویید که ما انقلاب کردیم حالا هی باید فریاد... بزنیم، خیر، نماز بخوانید، از همه فریادها بالاتر است (شیطان ها از نماز می ترسند، از مسجد می ترسند...» (21))

همراه با نماز

تاکنون، سخن از اصل نماز و اهمیّت آن و فوائد و آثارش بود. اینک فرصتی است که به متن نماز بپردازیم و گوشه ای از اسرار و مفاهیم و درس های نهفته در نماز را مرور کنیم، تا از این راه نمازهایمان روح تازه ای بیابد و از این عبادت بزرگ و روزانه، بهره بیشتری ببریم.

مقدمات نماز

پیش از نماز باید «طهارت» داشت و پاك بود. هم بدن را از آلودگی ها باید پاك ساخت و هم به نحوی که در کتاب های احکام بیان شده، وضو گرفت یا تیمم کرد یا غسل نمود. وضو، اذن ورود به نماز و کسب زمینه روحی (برای پرداختن به این عبادت است و بدون آن، نماز باطل است). (22)

وضو جزء ایمان است. نورانیت دل و توجه معنوی می آورد و به فرموده امام رضا (ع) آنکه در مقابل پروردگار به عبادت می ایستد، باید از آلودگیها پاك باشد. از سستی و بی حالی و کسل بودن دور باشد و با وضو، دل را برای (ایستادن در مقابل خدای توانا پاك و آماده سازد). (23)

با وضو بودن در هر حال، خوب است. حتی خوابیدن با وضو، ثواب عبادت شبانه دارد. برای بسیاری از کارهای عبادی نیز مانند دعا، زیارت، قرائت قرآن، مطالعه و... دستور داده اند که وضو داشته باشیم و نیز بدون وضو به آیات قرآن و نام خدا و پیامبر و امامان دست نزنیم

البته غیر از پاکی ظاهری لباس و بدن و داشتن وضو، دل هم باید از نفاق و حسد و کینه پاك باشد و اندام و اعضاء هم از جرائم و گناهان دور باشد

راستی!... اگر لباس و بدن پاك باشد ولی روح شخص ناپاK بماند، این نوعی نفاق نیست؟ پس باید هم در طهارت جسمی و ظاهری، و هم در پاکی درونی و قلبی کوشید تا حضور در برابر «الله»، با ادب کامل همراه باشد برای کسانی که «جنب» شده باشند، «غسل» واجب است و تمام بدن باید به صورت خاصی شسته شود. اما در

(صورت نبودن آب، یا ضرر داشتن آن، یا نداشتن فرصت برای وضو و غسل باید «تیمم» کرد). (24)

نمازگزار، باید بدن خود را بپوشاند. در زنان، تمام بدن، غیر از صورت و دستها و پاها تا مچ و در مردان، (عورتین

بهتر است که انسان لباسی تمیز و سفید و معطر برای نماز انتخاب کند، چرا که به دیدار خدا می رود. از این رو شرط ادب، استفاده از بهترین لباس هاست

لباس و مکان انسان باید «مباح» باشد، نه غصبی و نه از مال مردم. نمازگزار، باید قبله را بشناسد و وقت نماز را بداند. رو به کعبه و قبله مسلمین بایستد و آماده نماز شود

گرچه خدا در همه جا هست و همه جا ناظر ماست، اما رو کردن به کعبه مقدس و حرم الهی، یادآور توحید ابراهیمی و سنت های یکتاپرستانه و خلوص آن پدر و پسری است که کعبه را بنا نهادند

قبله، جهت گیری توحیدی مسلمانان را نشان می دهد. نه تنها در نماز، بلکه در دعا، قربانی کردن، سر بریدن، ... نشستن، خوردن و خوابیدن، دفن کردن مردگان و

این درسی است که توجه ما را در سراسر زندگی به خانه خدا، خانه محبوب و سرور و مولایمان معطوف می کند و میان صفوف مسلمانان، وحدت و نظم عمومی پدید می آورد

اذن، شعار مکتب

اذن، که وسیله ای برای اعلام توحید و اعلان به مردم و فراخواندن آنان به تجمع برای نماز است، از شعارهای بر انگیزنده، زیبا و مؤثر اسلام است

در اذن، تکبیر، توحید، شهادت به رسالت پیامبر، شهادت به ولایت امیرالمؤمنین و دعوت مردم به شتافتن به سوی نماز و رستگاری نهفته است

اذن اعلام موجودیت و حضور اسلام و دعوت مسلمین و معرفی عقاید دینی است

اذن شکستن سکوت و فریاد بر علیه معبودهای خیالی و شعار در جهت شناخت اسلام و طرفداری از آیین خداست. «مؤذن» در اسلام، احترامی خاص دارد و در قیامت هم سرافراز است. بلال حبشی از نخستین مسلمانان

صدر اسلام بود که عنوان «اذن گویی» سبب افتخارش شد و اولین مؤذن در اسلام بود. (25) اذن يك بار برای اعلان عمومی و اعلان فرا رسیدن وقت نماز، گفته می شود، يك بار هم به خصوص برای شروع نماز

پس از اذن، اقامه نیز همان مفاهیم را دارد و برای آغاز نماز و پیدایش آمادگی روحی و توجه به خدای یکتا و رستگاری در سایه نماز، بر زبان جاری می شود. اذن و اقامه گرچه مستحب است، ولی از شعار مهم اسلامی است و بر گفتن آن، بسیار تأکید شده است

مسلمان واقعی، با گفتن اذن، نام خدای بزرگ را هر چه رساتر و آشکارتر در جهان طنین افکن می سازد. این بانگی ملکوتی و توحیدی است که کمر دشمنان اسلام را می شکند و مخالفان خدا را به ستوه می آورد و نابود می کند

نیت

نیت، به معنای قصد و توجه و تصمیم است. مفهوم نیت در نماز، آن است که نمازگزار به قصد انجام دستور خدا و برای رضا و تقرب به او نماز میخواند و هدفی جز اجرای فرمان و انجام تکلیف الهی ندارد. يك مسلمان باید نیت خود را در هر کاری، به خصوص در عبادات، به «قصد قربت» قرار دهد، یعنی به خاطر خدا و نزدیک شدن به «اللّه» عبادت کند، نه از روی ریا و تظاهر و خودنمایی یا هدف های دیگر. نیت، از ارکان نماز است و در طول نماز، باید این توجه و هشیاری در نمازگزار باشد و عمل های بدون نیت یا با نیت های مادی و فاسد، بی ارزش است.

در آیات قرآن تعبیر «فی سبیل اللّه» درباره کارهای بسیاری همچون نماز، جهاد، انفاق، هجرت و غیره به کار رفته است، یعنی در راه خدا بودن و رنگ خدایی گرفتن این اعمال نیت، شرط قبولی عمل است و اگر در عبادت‌هایمان نیت خالص نداشته باشیم، نباید از خداوند انتظار پاداش داشته باشیم. خداوند، فقط عمل های ناب و خالص را می پذیرد. اگر نیت، خالص و الهی باشد، کارهای اندک و کوچک هم بسیار ارزشمند و بزرگ می شود ولی اگر نیت، بد و انگیزه ها هم غیر خدایی باشد اعمال بسیار هم بی فایده و بی ارزش خواهد بود.

سخن امام صادق(ع) در این باره چنین است

هرکس باکار اندک خود، هدف و انگیزه الهی داشته باشد، خداوند کار او را در نظر مردم برجسته جلوه میدهد و «آنکه برای جلب توجه مردم، کار بسیار هم بکند، خداوند آن را در نظرها کم جلوه می دهد پس باید به خاطر خداکار کرد و عبادت نمود، دل ها هم در دست خداوند است، اوست که عزت و آبرو و اعتبار و محبوبیت می بخشد. مسلم است که خداوند هرگز بندگان شایسته و خالص خویش را فراموش نمی کند. پس لازم است انگیزه عبادت و نمازمان فقط خدا باشد نه مردم و در خانه دل خود، جز خداوند، احدی را راه ندهیم و به پسند خدا و رضای او، بیشتر از پسند مردم ارزش بدهیم.

البته اخلاص در عمل و نیت، دشوار است و شیطان همواره می‌کوشد تا با هر نیرنگ و وسوسه ای انگیزه ای غیر خدایی را در دل های ما پدید آورد. ولی ما در برنامه مبارزه با شیطان و جهاد با نفس، باید بکوشم هرکارمان را برای خدا انجام دهیم.

حضرت علی علیه السلام می فرماید: «أَخْلِصْ لِلَّهِ عَمَلَكَ وَ عِلْمَكَ وَ بُعْضَكَ وَ أَخْذَكَ وَ تَرْكَكَ وَ كَلَامَكَ وَ صُمْتَكَ» (26) کار و علم خود را، دشمنی و گرفتن و نگرقتن و سخن و سکوت خود را، برای خدا خالص کن اگر انسان تمام کارهای خود را رنگ خدایی بدهد، حتی کارهای غیر عبادی هم عبادت می شود، زیرا رنگ اخلاص و رنگ خدایی پیدا می کند. نیت، یعنی آنکه همه نماز، همیشه و همه جا برای خدا باشد، در غیر این صورت، باطل است. حتی اگر کسی در مکان خاصی یا زمان خاصی یا به حالت خاصی نمازش جز برای خدا باشد، باز هم عملش باطل است، مثل آنکه برای غیر خدا یا برای ریا و خودنمایی به مسجد برود، نماز جماعت بخواند یا برای توجه مردم، رکوع و سجود خود را طول بدهد، اینها همه با «اخلاص در نیت» ناسازگار است. آنکه برای خداکار می کند، نه خسته می شود و نه ناامید. نه از بی توجهی مردم ناراحت می شود و نه از تشویق آنها خشنود و متأثر. اخلاص، نیرویی در انسان پدید می آورد که همه جا و همیشه او را به عمل خیر تحریک می کند، بدون آنکه مأیوس و خسته و آزرده شود.

علی علیه السلام فرموده است

(الْعَمَلُ كُلُّهُ هَبَاءٌ إِلَّا مَا أَخْلِصَ فِيهِ) (27) همه کارها پوچ و بیهوده است، جز آنکه در آن خلوص باشد» از دوکار که در ظاهر مثل هم هستند کاری که نیت و انگیزه بهتری داشته باشد، ارزشمندتر است. مثلاً چاقوکش و جراح هر دو شکم پاره می کنند، ولی اولی را به زندان می برند و به دومی پول می دهند و تشکر می کنند. چون اولی برای کشتن و دشمنی شکم پاره می کند، دومی برای زنده کردن و زندگی بخشیدن پس، نیت خمیرمایه تمام عبادت هاست و به فرموده علی علیه السلام: «الْأَيُّهُ أَسَاسُ الْعَمَلِ» (28) نیت، اساس کار است.

از دو نفری که مثل هم و در کنار هم ایستاده و نماز می خوانند، نماز فردی با ارزش و مقبول است که نیت بهتر و خدایی داشته باشد، هرچند ظاهر عمل هر دو یکسان است.

چگونه مخلص شویم؟

برای رسیدن به اخلاص، باید در بینش و اعتقاد و باورهای دینی دقت کرد. نوع بینش در نیت انسان مؤثر است. مثلاً، اگر باور داشته باشیم که

- انسان برترین مخلوقات و جانشین خدا در زمین و عصاره هستی و هدف آفرینش است، -
- طرف حساب ما در اعمال مان خداوند است و اوست که پاداش می دهد و حتی کارهای جزئی ما را در صورت داشتن نیت پاک اجری بزرگ می بخشد،
- هیچ کار كوچك و بزرگی در حساب خدا گم نمی شود و انسان در دنیا و آخرت، نتیجه اعمال خود را خواهد دید -
- خداوند، عیب ها و کارهای فاسد ما را می پوشاند و خوبی های ما را آشکار می سازد، -
- تحصیل بهشت، ارزش و قیمت انسان است و انسان غیر از بهشت، خود را به هرچه بفروشد ضرر کرده است. -
- (بد تجارتي است که انسان، «دنیا» را بهای خود قرار دهد، (29)
- خداوند مشتری اعمال انسان است و انسان در عبادات با خدا معامله می کند و با او طرف حساب است -
- هرچه داریم از خداست، او «ولّی نعمت» و صاحب اختیار و پروردگار ماست، پروردگاری مهربان -
- خدا در درون هیچ فردی دو قلب ننهاده است؛ (30) یا خدادوستی یا دنیاطلبی، یا عشق به «الله» یا توجه به دنیا و مادیات
- دنیا شکوفه ای زودگذر است، غنچه ای است که برای کسی باز نشده و به کسی وفا نکرده است. خداوند دنیا را -
- کالای غرور و متاعی اندک به حساب آورده است
- در قیامت، همه شفاعت کنندگان و وساطت کنندگان از کار می افتند، تنها خلوص و عمل صالح و عبادات همراه -
- با تقوا و اخلاص است که سود می بخشد. در آن روز هرکس به فکر خود است. از این و آن که در دنیا به محبت هایشان دل می بندیم، کاری ساخته نیست و هرکسی نتیجه کار خود را می بیند و محصول عمل خود را در می کند
- ریاکاران و فریبکاران در آخرت رسوا خواهند شد و در آنجاست که اعمال خود را بر باد رفته و تباه خواهند دید -
- آری ... اگر این باورها را در دل داشته باشیم، به خلوص نزدیک تر می شویم و برای خدا کاری می کنیم و نظر و پسند عامه، برای ما مهم نخواهد بود. محرك و انگیزه اصلی این خواهد شد که خدا می خواهد و خدا می پسندد و خدا پاداش می دهد
- اگر ما خدا را نمی بینیم، او که ما را می بیند
- اگر عذابی هم در کار نباشد، به خاطر نعمت ها هم که شده، باید شکرگزار باشیم و خالصانه عبادت کنیم و از نافرمانی بپرهیزیم، عالم محضر خداست، در محضر خدا نباید گناه کرد
- جهان برای ما سفره گسترده نعمت های الهی است. رو به غیر کردن و ریاکردن و تظاهر نمودن، ناسپاسی در برابر خدای رحمان است و نعمت های بی پایان او
- عبادت را، حتی نه برای رسیدن به بهشت یا ترس از جهنم، بلکه به خاطر آنکه خداوند، شایسته پرستش است، باید انجام داد، و اینگونه پرستش، «عبادت آزادگان» است؛ امیرالمومنین (ع)، خدا را اینگونه عبادت می کرده است. (31)
- کسی به مقام اخلاص می رسد که به مرحله یقین رسیده باشد. و به تعبیر امام علی (ع) اخلاص، میوه یقین است؛
- («الإخلاصُ ثَمَرَةُ الْيَقِينِ» (32)
- اگر یقین داشته باشیم که در محضر خداییم و او همه کارهای ما را می بیند و از نیت های قلبی ما هم خبر دارد و هرگونه عزت و ذلت به دست اوست و رضای او در مقابل دنیای زودگذر، ارزش بیشتری دارد، ... بیشتر و سریعتر به اخلاص می رسیم دیگر از دیگران، توقع تعریف و ستایش و چشمداشت و تقدیر و تشکر نداریم
- آنگونه که خانواده امیرالمؤمنین (ع) به خاطر خدا سه روز، افطار خود را به یتیم و اسیر و مسکین بخشیدند، بی آنکه امید سپاس و توقع تشکر داشته باشند (33)، خداوند هم به پاس انفاق و اطعام مخلصانه آنان، سوره «هل آتی...» را فرستاد و در آن از اهل بیت تجلیل کرد
- انسان مخلصی که در راه انجام وظیفه تلاش می کند، تعریف یا انتقاد اشخاص، در او تأثیری نخواهد داشت و بی توجهی عموم، او را دلسرد و از کار نیک پشیمان نمی سازد. او هرکار را به خاطر ادای تکلیف شرعی انجام میدهد. به خاطر نظر این و آن، برنامه هایش را تغییر نمی دهد

مال و مقام، مانع او از اجرای فرمان خدا نمی شود، ظاهر و باطنش یکی است

در راه خدا و دین، ملامت و بی مهری ها را تحمل می کند. از تعصّب و خودخواهی به دور است

بِه کارهای اثنیابه، اصرار نمی کند و ادامه نمی دهد. مطیع «تکلیف» است، نه مجری دلخواه خود یا پسند مردم

...اللّٰه اكبر

اینک، نمازمان را شروع می‌کنیم. با نام و یاد خدا و تکبیر او پس از نیت، با گفتن «اللّٰه اكبر»، وارد نماز می‌شویم و هرچه را جز خدای بزرگ، از دل بیرون می‌کنیم، به چیزی جز پروردگار، توجه نمی‌کنیم و جز به عظمت و کبریا و قدرت و رحمت او نمی‌اندیشیم. چرا که او!
«اكبر» است، بزرگ‌تر است
بزرگ‌تر از هر چیز و از هر کس و برتر از آنکه قابل توصیف باشد، بزرگ‌تر از هر چه که بگوییم و بستانیم و بشناسیم و بشناسانیم
قدرتش، برترین قدرت هاست

ذاتش، جاودانه است. لطفش، بی‌کرانه است. نعمت‌هایش، بی‌شمار است
علمش، نامحدود است. بی‌همتاست، بی‌شریک است، بی‌زوال است، بی‌نیاز است
اللّٰه اكبر» یعنی هیچ قدرتی را در مقابل قدرت او به رسمیت نمی‌شناسیم، جز از او نمی‌ترسیم، جز او را «
اطاعت نمی‌کنیم، جز به او دل نمی‌سپاریم، جز عشق او را در دل نداریم، جز در پیشگاه او اظهار بندگی نمی‌کنیم، جز با نام او آغاز نمی‌کنیم، چرا که او برتر و بزرگ‌تر از هر چیز است
هیچ عبارتی، عظمت او را نمی‌رساند، و هیچ کلامی، در خور مقام والا و با عظمت او نیست
اللّٰه اكبر ... -

هرچه عظمت خدا را بیشتر احساس و باور کنیم، جز او در نظرمان کوچک و ناچیز می‌شود. آنگونه که هرچه به آسمان بالاتر رویم، خانه‌های روی زمین در نظرمان کوچک جلوه می‌کند. کسی که در «تکبیر»، عظمت خدا را باور کرد و بر زبان آورد، دیگر غیر خدا را بزرگ نمی‌بیند
تکبیر، شروع نماز است و خاتمه آن

پیش از هر رکوع و سجود، در هر جای نماز، حتی پس از سلام نماز نیز این شعار را بر زبان می‌آوریم. آنکه در تکبیرش، لذت و شیرینی عبادت را احساس کند، باید بداند که نمازش مورد قبول واقع شده است
هنگام گفتن «اللّٰه اكبر»، و بلند کردن دست تا گوش، باید رو به خدا کرد و پشت به هر چیز دیگر و این حالت را در سراسر نماز، در خود زنده نگه داشت

چه دروغ آشکاری است، اینکه انسان در زبان «اللّٰه اكبر» بگوید، ولی در زندگیش و در دلش، و در واقعیت، چیزهای دیگری مهم‌تر و بزرگ‌تر باشد، همچون دنیا، ثروت، شهرت، مقام، ریاست، پس انداز، شکم، شهوت، ... دوست، خویشاوند، خانه، موتور و ماشین و

آنکه «اللّٰه اكبر» می‌گوید، باید بر آن باشد تا هر چیز دیگر را جز خدا، کوچک بشمارد و حاضر باشد که ماسوای خدا را فدای خدا کند، حتی جانش را

راستی که «اللّٰه اكبر»، سخن بزرگ و کلام ژرف و عمیقی است که رسول خدا(ص) درباره آن فرموده است
اللّٰه اكبرُ، فَهِيَ كَلِمَةٌ لَيْسَ اَعْلَاهَا كَلَامٌ وَ اَحْبُهَا اِلَى اللّٰهِ...» (34) (اللّٰه اكبر، کلمه‌ای است که برتر از آن و «
(محبوب‌تر از آن نزد خداوند، کلامی نیست)

سوره حمد

نمازمان را پس از تکبیر، با خواندن سوره حمد و سپس سوره ای دیگر، مثل «قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ» ادامه می دهیم. شروع سوره با «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ» است. با نام خدا و یاد او، که بخشنده مهربان است، آغاز می کنیم. «بِسْمِ اللَّهِ»، رمز توجه به خدا و استمداد از اوست. «بِسْمِ اللَّهِ»، آغاز هرکاری است که بخواهد به نتیجه برسد. «بِسْمِ اللَّهِ»، شیطان را می راند، دل را به یاد خدا می اندازد، نشانه بندگی و وابستگی انسان به خداوند، و مظهر «عشق به خدا و توکل بر اوست».

هرکس در هر مرام و مکتبی کارش را به نام کسی یا چیزی شروع می کند، اما مسلمان، همه کارهایش را از جمله نماز را (با نام خدا آغاز می کند که بهترین نام هاست ای نام تو بهترین سرآغاز بی نام تو، نامه کی کنم باز؟

سپس حمد و سپاس الهی است. همه ستایش ها مخصوص خداوند است، چرا که همه نعمت ها و رحمت ها و جان ها و زندگی ها از اوست. مگر...! می توان نعمت های از را برشمرد؟ هیئات

در قرآن کریم می خوانیم
(وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا) (35) هرگز نمی توانید نعمت های خدا را بشمارید»

آنگونه که ماهی در آب است و قدر آب را نمی داند، ما نیز از لحظه آغاز حیات مان تا واپسین لحظه ها غرق نعمت های خداییم و افسوس که از آن ها غافلیم؛

جانی که داریم، هوش و استعدادی که از آن برخورداریم، سلامتی و تندرستی، عقل و وجدان، آب و گیاهان و میوه ها و حیواناتی که در اختیار ماست، ابر و باد و مه و خورشید و فلکی که تماماً برای ما در حرکت است، رفت و آمد شب و روز، دریا با نعمت هایش، زمین با برکاتش، آسمان با ستارگان و خورشیدش، چشمی که با آن می بینیم، زبانی که با آن سخن می گوئیم، گوشی که صداها را می شنویم، حافظه ای که مطالب را به آن می سپاریم، هماهنگی دستگاه های بدن، و... هزاران هزار نعمت دیگر که واقعاً به فرموده خداوند «بی شمار» است ما را احاطه کرده است.

از دست و زبان که برآید
کز عهده شکرش به در آید

پس او را می ستاییم و همه حمدها را از آن او و مخصوص او می دانیم: الحمد لله رب العالمین. او که پروردگار جهان است، بخشنده و مهربان است، روزی رسان همه است، فرمانروای روز قیامت است، از او هدایت می طلبیم و می خواهیم که ما را به راه راست و «صراط مستقیم» راهنمایی کند.

صراط مستقیم، راه وحی و راه خدا و دین است. راه پیامبران و امامان و صالحان است. راه شهیدان و اولیای خداست. راه تقوا، پاکی، عدالت، نیکی، بندگی، حق پرستی، اطاعت از خدا، دوری از گناه و ترس از دوزخ است. از او می خواهیم که ما را به راه نیکان و صالحان، که دور از انحراف و گمراهی و معصیت و هوای نفس و فسادآفرینی و تبهکاری و دشمنی با خدا و دین است، هدایت کند و در این راه، ما را استوار بدارد.

در سوره توحید نیز خدا را به یکتایی و بی نیازی و بی فرزندی و بی همتایی می ستاییم و در رکوع و سجود، همراه ستایش خداوند، او را از هر کمبود و عیب و نقص و ظلم و حق کشی و تبعیض و جهل و هر صفت مادی و انسانی و محدود کننده، پاک و منزّه و بی آلایش می دانیم و تسبیح ما، شعار تقدیس و پاک دانستن خداوند است: «سُبْحَانَ اللَّهِ...»، «سبحان ربی الاعلی و بحمده»

ای خدای رحیم

آفریدگارا، تو را سپاس که ما را هدایت کردی و عقلمان دادی
پروردگارا برای راهنمایی مان به «صراط مستقیم»، انبیا و حجّت های خودت را مبعوث کردی
نعمت های مادی و معنوی، کوچک و بزرگ، آشکار و نهان را به وفور و سرشاری، برایمان مهیا ساختی
رکوع ما در برابر تو، نشان خضوع و تواضع ماست
ما در مقابل هیچ قدرت و ابرقدرتی خم نمی شویم و سر تسلیم فرود نمی آوریم و قامت راست خود را نمی شکنیم،
ولی در برابر تو، که کمال بی پایان و قدرت بی انتهایی، تعظیم می کنیم، گردن خم می کنیم، به خاک می افتیم، سجود
می کنیم، پیشانی بر زمین می گذاریم، تسبیح گوی تویم، زبان به ستایش تو می گشاییم: «سبحان ربی العظیم و
«بحمده ... الله اکبر
خدایا، تویی که می توانی گناهانمان را ببخشی. اگر تو عفو نکنی، فردای قیامت، گرفتاریم. اگر تو هدایت نکنی، به
بیراهه ها می افتیم. اگر تو دست مان را نگیری، اسیر دست شیطان و هوای نفس می شویم. اگر تو، توفیق عبادت
و اطاعت و بندگی نبخشی، از تو دور می شویم و دوری از تو دوری از حقیقت و پاکی است. آنان که از حق و
پاکی و راستی دورند، به دوزخ می روند
خدایا... تو بخشنده خطاهایی، [در قنوت مان] از تو معذرت می خواهیم و مغفرت می طلبیم و رحمت می جویم
(تو همه گناهان را می ببخشی، مأیوس شدن از رحمت تو گناه است. 36)
(تو آنچنان رحیم و مهربانی که بدی های مان را هم به حسنات تبدیل می کنی. 37)
رحمتی کن تا در دام گناه گرفتار نشویم و دانه هوس فریب مان ندهد و اسیر و محبوس قفس مادّیات و شهوات
«نشویم تنها بنده تویم و دست نیاز و حاجت، فقط به سوی تو دراز می کنیم: «ایاک نعبد و ایاک نستعین
ما چه می خواهیم که تو نداری؟ ما چه نیازی داشته ایم که نداده ای؟
کدام دام و خطر و ضرر بوده که ما را از آن برحذر نداشته ای؟ کدام نیکی و سعادت و رستگاری است که ما را
به آن دعوت نکرده ای؟
ای کانون همه خوبی ها! ای سرچشمه همه پاکی ها! توفیق مان ده تا بنده شایسته ای برای تو که خدایی بی همتا و
شایسته هستی باشیم و از راه وسوسه ها و گناهان، که در واقع، بیراهه است، دور کنیم
خدایا... وقتی در برابرت به خاک می افتیم، یعنی ما از خاکیم و خاک خواهیم شد و چون سر از سجده برمی داریم،
یعنی پس از مرگ دوباره برمی خیزیم، تا حساب اعمالمان را پس بدهیم
سجود، روح فروتنی و عبودیت را در ما زنده می کند
حالتی است معنوی که تو بیش از هر حالتی آن را می پسندی
دوست داری که بندگان خطاکاری چون ما، چهره بر خاک بگذاریم و تو را صدا بزنیم و «یارب، یارب» بگوییم تا
تو جوابمان بدهی، تا بر ما ببخشایی
دوست داری تا بندگان خالصت تو را بخوانند تا از «یارب یارب» آنان، به فرشتگان بگویی و آنان را به خدمت
اولیانت بگماری
تشهد ما، شهادت به یگانگی خدا و رسالت پیامبر(ص) است. سلام ما، درود به رسول خدا و پاکان و صالحان و
فرشتگان و همه مؤمنان است
خدایا... ای خدای رحیم، نماز مان را قبول بفرما و ما را بنده ای قرار بده که حق تو را بشناسیم و در اطاعت
فرمانت بکوشیم

حضور قلب، روح نماز

هر چیزی جسمی دارد و روحی. روح نماز، «حضور قلب» است و نماز بی حضور قلب، تنها يك سرى الفاظ و حرکاتی است که انجام می گیرد

حضور قلب آن است که انسان در نماز، توجه قلبی به خدا داشته باشد و از یاد او غافل نشود و هر لحظه و در تمام جملات و حرکات نماز، بدانند چه می گویند، چه می خواهد، معنی حرکات و افعالش چیست، رو به چه کسی ایستاده است قبله اش کجاست، چرا نماز می خواند و در برابر چه خدای عظیمی به نیایش و پرستش و حمد و ثنا و ذکر و دعا ایستاده است

اگر ذهن انسان به مسائل دیگر مشغول باشد، اگر حواس انسان پرت شود، اگر هر صدایی، هر منظره ای، هر رفت و آمدی، هر نوشته و خط و نقاشی و صحنه ای، او را به خود مشغول کند و یادش برود که در حال نماز است و کجا ایستاده و چه می گویند، معنای این، نداشتن حضور قلب است

یکی از راه های کسب حضور قلب، دانستن معنای نماز و در نظر آوردن ترجمه کلماتی است که در نماز می گویند

راه دیگر، انتخاب جایی برای نماز است که رفت و آمدها و سر و صداها و صحبت ها و عکس ها و تابلوها، او را به خود مشغول نسازد

راه دیگر، انجام مستحباتی است که پیش از نماز و هنگام نماز، به نمازگزار حالت توجه بیشتری می دهد و او را به یاد خدا و بندگی او می اندازد

مثالی می زنم: وقتی به ملاقات يك شخصیت برجسته می روید، بهترین لباس را می پوشید و مؤدب در نزد او قرار می گیرید و از هر کاری که برخلاف ادب باشد پرهیز می کنید؛ به سخنان او کاملاً گوش فرا می دهید و به آنچه خودتان می گویند واقف هستید و در سراسر لحظه دیدار به آن شخص توجه کامل دارید. حال، با توجه به اینکه؛

خدا برترین موجودات است و اصلاً هستی همه کائنات به او بستگی دارد و ما بنده ای نیازمند و ناتوان، و در عین حال برخوردار از نعمت های او هستیم پس به شکرانه این نعمت ها در باید در برابرش به عبادت و نماز بایستیم. توجه به مقام کبریایی «الله» دل مان را نرم می سازد و موجب خضوع و خشوع و فروتنی می شود. نماز، «ذکر خدا» ست. هر چه بیشتر در نماز، دل مان حاضر و قلب مان متوجه عظمت خدا و نیاز خودمان باشد، نمازمان سازنده تر است

به یاد داشته باشیم که رکوع مان، خم شدن در مقابل عظمت آفریدگار است

سجده مان، هماهنگی با همه هستی است که در پیشگاه خداوند تسلیم و خاضع و مطیع اند

تسبیح مان، همصدایی با همه ذرات عالم است که خدا را تسبیح می گویند و سجده می کنند

تسبیح گوی او نه بنی آدمند و بس»

«هر بلی که زمزمه بر شاخسار کرد

نه تنها ما که همه آفریدگان جهان به زبان خاص خود خدا را تقدیس و تسبیح می گویند. مخلوقات، جملگی نشانه یکتائی و حکمت و قدرت اویند

هر گیاهی از زمین روید

وحده لاشریک له» گویند»

حضور قلب، جان نماز است

هنگام نماز بکشیم که جز به پروردگار نیندیشیم، و دل مان و فکرمان و حواسمان را جای دیگری نبریم. هم به لطفش امیدوار باشیم و هم از عذابش، هراسان. همواره در حالت بیم و امید (خوف و رجاء) باشیم

نماز اولیای خدا

پیشوایان معصوم، در زندگی و معاشرت و جهاد در راه خدا و عبادت سرمشق مسلمانان هستند. نماز آنان نیز برای ما الگوست. هرچه انسان خداشناس تر باشد، عبادتش عمیق تر و عاشقانه تر و عارفانه تر خواهد بود.

پیامبران و اولیای خدا، به خاطر عشقی که به پروردگار داشتند، بیش از همه عبادت می کردند. همواره به یاد خدا بودند، سجده های طولانی، رکوع هایی مستمر، نماز شب هایی همراه با گریه و دعاهایی از دل برخاسته داشتند.

(دلیل آنکه حضرت ابراهیم(ع) به مقام «دوستی خدا» رسید و «خلیل الله» شد، سجده های طولانی او بود. (38)

(حضرت موسی(ع) پس از هر نماز مستحب، قسمت راست و چپ صورت خود را بر خاک می نهاد. (39)

(امام کاظم(ع) بعد از هر نماز صبح، سر به سجده می نهاد و تا پاسی از روز رفته، در حال سجده بود. (40)

امام سجاد(ع) در سجده به قدری نام خدارا تکرار می کرد و طول می داد که وقتی سر بلند می کرد، بدنش خیس عرق بود. (41) آنحضرت را از آن جهت امام «سجّاد» نامیده اند که سجده هایی طولانی داشت و آثار سجده در

(پیشانی و مواضع سجودش آشکار بود. (42)

حضرت علی(ع) آن قدر رکوع طولانی داشت که عرق، از ساق پای مبارکش جاری می شد. (43) پیامبر خدا، شیفته نماز بود و چنان دلبسته آن بود که برای رسیدن وقت نماز، لحظه شماری می کرد و چون وقتش می رسید،

(چنان بود که گویا کسی را نمی شناسد و به نماز می شتافت. (44)

آن حضرت می فرمود: خداوند، نور چشم مرا در نماز قرار داده و آن را در نظرم محبوب ساخته است. انسان

(گرسنه و تشنه وقتی آب و غذا می خوردم سیر و سیراب می شود اما من هرگز از نماز سیر نمی شوم. (45)

(وقتی آنحضرت نماز می خواند، جانش بی تاب و هراسناک بود و از خوف خدای لرزید. (46)

رسول خدا، بخش عمده ای از شب را به عبادت می گذراند. امیرالمومنین علی(ع) در نماز، از خود بیخود می شد، رنگ از چهره اش می پرید.

پیامبر(ص) فرموده است: من بهشت را برای شما ضمانت می کنم، به شرط آنکه مرا با سجده های طولانی یاری (نمایید. (47)(3)

قرآن کریم سیمای یاران محمد(ص) را چنین معرفی می کند: تَرَاهُمْ رُكْعًا سَجْدًا يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِنَ اللَّهِ وَ رِضْوَانًا سِيمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِنْ أَثَرِ السُّجُودِ (همراهان پیامبر را می بینی که اهل رکوع و سجودند، آن ها رحمت و رضای

(خدا را می طلبند، و اثر سجود بر سیمای شان آشکار است. (48)(4)

امام صادق(ع) جز بر خاک مزار امام حسین(ع) سجده نمی کرد و می فرمود: سجده بر تربت امام حسین(ع)

(نورانی دارد که همه پرده های مانع را پاره می کند(49)(5)

روشن است که سجده بر تربت سیدالشهدا(ع) الهام دهنده فداکاری در راه خدا است یعنی راه دین و جهاد و شهادت و لذا نمازگزار را با فرهنگ شهادت و مبارزه که در کربلا تجلی کرد، آشنا می سازد

درباره نماز پیشوایان معصوم و اولیای خدا، نمونه بسیار است که در این خلاصه نمی گنجد

امید است که حالات معنوی آن پیشوایان، سرمشق ما قرار گیرد

پایان نماز

پس از نگاه گذرا و سریعی که به نماز کردیم، به مراحل پایانی آن می‌رسیم. پس از آخرین سجده، دو زانو نشسته و با تشهد، به یکتایی خدا و رسالت و عبودیت پیامبر شهادت می‌دهیم. بر آنحضرت درود می‌فرستیم و سلام می‌گوییم. همچنین سلام به خودمان، به بندگان شایسته خدا، به فرشتگان الهی و به هر کس که شایسته سلام باشد. سلام‌های نماز ما، پیوندی است با رسول خدا و مؤمنان راستین، و پیمانی است با پاکان و صادقان. پیوند با رسول الله و دودمان پاکش را همواره برقرار می‌کنیم، حتی در تشهد نماز. دین بدون ارتباط با اهل بیت، ناقص است و نماز بدون درود بر آنان، باطل است. این اهمیت نقش رهبری صحیح را می‌رساند و شهادت ما به رسالت محمد(ص) و درود فرستادن بر امامان (اهل بیت)، بیعت و تأکیدی بر خط صحیح رهبری در مسیر خدا و قرآن است.

حضرت رسول، سلام ما را می‌شنود و پاسخ می‌دهد، هر چند ما آن را درک نکنیم. چه موهبتی بالاتر از این که! ما به برترین انسان عالم وجود یعنی حضرت محمد(ص) سلام دهیم و او سلام ما را جواب دهد. سلام نماز ما، اظهار ادب به پیشگاه آنحضرت و قدردانی از رنج و حرمانی است که برای هدایت ما کشید.

تعقیبات

نماز که پایان یافت، خوب است انسان به دعا و نیایش و امور دیگری بپردازد که مکمل نماز است، و فوراً برنخیزد و نماز را رها نکند. این برنامه‌های مستحبی پس از نماز را «تعقیبات» می‌گویند. در کتاب‌های دعا، برای هر نمازی دعاها و تعقیب‌های خاصی بیان شده، و نیز تعقیباتی که میان همه نمازها مشترک است؛ (50) (1) خواندن قرآن پس از نماز، استغفار کردن، صلوات فرستادن، دعا‌های مختلف خواندن، از خدا حاجت طلبیدن، تسبیحات حضرت زهرا(س)، سجده شکر و نظائر آن، جزء تعقیبات نماز به حساب می‌آید که فراوان به آنها سفارش شده است، تسبیحات حضرت زهرا(س) آن است که پس از هر نماز، 34 مرتبه «الله اکبر»، 33 مرتبه «الحمد لله»، 33 مرتبه «سبحان الله» گفته شود. این ذکر را، که ثواب بسیار دارد، رسول خدا(ص) به دختر گرامی اش حضرت فاطمه(س) یاد داد و از این جهت به تسبیحات حضرت زهرا مشهور است. کسیکه شیفته نماز و دوستدار خداست، پس از نماز، این رابطه را فوراً قطع نمی‌کند و همچنان به دعا و مناجات می‌پردازد.

سجده شکر «یکی دیگر از این تعقیبات است. سر بر سجده نهادن، «الحمد لله» و «شکر الله» گفتن، «العفو» گفتن، «پارب» گفتن، از خدا مغفرت خواستن، از نعمت هایش سپاسگزاری کردن. این‌ها ادب و معرفت نمازگزار را نشان می‌دهد.

البته سجده شکر، یک نمونه از سپاس نعمت هاست، و گرنه به اشکال مختلف می‌توان سپاسگزار نعمت‌های خدا بود، مثلاً دوری از گناه، از بهترین نمونه‌های شکرگزاری است.

نماز جمعه و جماعات

غیر از اصل نماز که واجب است، به جماعت خواندن آن مستحب است و بسیار بر آن تأکید شده است. به جز نمازهای واجب روزانه، نمازهای مستحبی هم وجود دارد که در شب و روز خوانده می شود و به «نوافل» مشهور است، و بر نمازهای مستحب دیگری هم که در ایام و مناسبت های مختلف خوانده می شود تأکید شده است. عشق به عبادت، باید انسان موحد و خداجوی را به عبادت های مستحب و نوافل و نماز شب و نظایر آن بکشاند و تنها به واجبات، اکتفا نکند.

پاداشی که برای نماز جماعت قرار داده شده به حدی است که به توصیف در نمی آید. نماز جمعه، که هفته ای یک بار برگزار می شود، غیر از جنبه عبادی، جنبه اجتماعی و سیاسی و فرهنگی هم دارد. و صفوف مسلمانان را متحد و توطئه های تفرقه افکنانه را خنثی و تبلیغات سوء دشمنان را بی اثر می کند. نماز جمعه و جماعت، رمز شکوه و عظمت مسلمین است.

نماز جماعت زمینه شناخت و آگاهی است. تمهیدی است برای رفع مشکلات. اجتماع همگان است برای همکاری و همیاری در حل مسائل مسلمین. ثواب نماز جماعت هر چند که مختصر باشد و با تأخیر هم خوانده شود، به مراتب از نماز به تنهایی هر چند که طولانی و سُر وقت باشد بیشتر است. در صفوف جمعه و جماعت، همه همدل و هماهنگ و در کنار هم و متحد می شوند. خودخواهی ها و خودمحوری ها در «جمع» نوب می شود.

شمول رحمت خداوند نیز به جمع مؤمنان بیشتر و گسترده تر است.

(در حدیث آمده است که: هر کس ندای نماز جماعت را بشنود اما به آن اعتنا نکند، نمازش بی ارزش است. (51)1)
(شریعت دایمی در نماز جماعت، انسان را از منافق شدن بیمه می کند. (52)2)

سخن آخر

به پایان مطلب رسیدیم. ولی... در آغاز راهیم.
راه انسان شدن، کمال یافتن است، بندگی کردن است، مسلمان زیستن است، خدا را بر خود سرپرست و حاکم دانستن است، خدا را خالصانه پرستیدن است.
نماز، انس ما با پروردگاران است، آن را سست نگیریم.
نماز، سخن گفتن «بنده» با «خالق» است، آن را دوست بداریم.
نماز، غذای روح ماست، فراموشش نکنیم.
در نماز خدا را به یاد داشته باشیم. حضور قلب و توجه، روح و جان نماز ماست.
نماز، بازدارنده از فحشا و منکر است، از آن بیشتر بهره بجوئیم.

نماز، برترین عبادت، مهم ترین فریضه و عاشقانه ترین نیایش و پرستش يك انسان با معبود خویش است، آن را یکی از اساسی ترین «کار»های خود بدانیم بدون نماز، روح خسته می شود، امیدها سست می گردد و دل و جان انسان، بی نشاط و فرسوده می شود. اگر تاکنون نسبت به نماز کوتاهی و سستی کرده ایم، راه کمال و توبه باز است. تصمیم بگیریم به معنای دقیق ... کلمه، «امت محمد» و «شیعه علی» و «پیرو حسین» و «منتظر امام زمان» باشیم. این پیشوایان، رسالت و جهاد و شهادت و غیبت شان، برای احیای دین و پیوند انسان ها با خداست پس «نماز» را جدی تر بگیریم... ان شاء الله

ستاد مرکزی اقامه نماز منتشر کرده است

نام کتاب مؤلف
آداب و مستحبات نماز عباس عزیزی
آموزش نماز محمدحسین فلاح زاده
جشن شکوفه ها مازیار تهرانی
حی علی الصلاة سلمان غفاری
نمازهای مستحبی عباس عزیزی
معراج سبز علی اکبر رشاد
نماز در آئینه حدیث عباس عزیزی
نماز در آئینه قرآن عباس عزیزی
چهارصد سخن پیرامون نماز سیدجواد بهشتی
جاده سجاده محمدرضا سنگری
در قلمرو راز محمدرضا سنگری
سرچشمه امید محمدرضا سنگری
شکفتنی دیگر مرتضی مشتاقی
مجموعه اشعار نماز و عاشورا ستاد اقامه نماز
گل تسبیح خدا ستاد اقامه نماز
نام دیگر زمین عبدالعظیم صاعدی
نافله باغ محمدرضا سنگری
آبشار رحمت جواد چناری
آشنایی با نماز (برای نوجوانان) محسن قرآنتی
تفسیر نماز محسن قرآنتی
پرتوی از اسرار نماز محسن قرآنتی
راز نماز (برای نوجوانان) محسن قرآنتی
نماز محبوب عارفان عبدالله
همراه با نماز محسن قرآنتی - سیدجواد بهشتی
قهرمان دبیرستان امیرکبیر سیداحمد زرهانی

نام کتاب مؤلف
یکصد و چهارده نکته درباره نماز محسن قرآنتی
طهارت روح حسین واعظی نژاد
تنهایی آفرینش نصرا... دارنده
پرواز سیدجواد هاشمی
داستانها و حکایتهای نماز رحیم کارگر محمدیاری
داستان نماز عارفان سیدمهدی شمس الدین
ملکه جنگل سیداحمد زرهانی

نماز در اسارت اکرم ارجح - فریده هادیان
يك صبح پرماجرا سيدجواد هاشمی
بهترین پناهگاه رحيم كارگر محمدیاری
پیشانی سوخته ستاد اقامه نماز
نماز، پیوند خلق و خالق ستاد اقامه نماز
پیام معنویت ستاد اقامه نماز
نماز نشانه حکومت صالحان ستاد اقامه نماز
نشانه های حقگزاری نماز ستاد اقامه نماز
نماز بهشت خلوت انس ستاد اقامه نماز
نماز و نمازگزاران ستاد اقامه نماز
بهداشت مسجد محمد مهدی اصفهانی
اقامه نماز در دوران کودکی و نوجوانی دکتر علی قائمی
هدایت نوجوانان به سوی نماز دکتر علی قائمی
آموزش خط نستعلیق در عرصه نماز حسین اسماعیلی
زنگ نماز سیداحمد زرهانی
هزار کتاب و رساله پیرامون نماز رضا استادی - ناصرالدین انصاری
امام در سنگر نماز ستاد اقامه نماز
پرستش آگاهانه محمدرضا رضوان طلب

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

آشنایی با نماز

.....(Anotates).....

- 1) سوره ذاریات، آیه 56
- 2) سوره یس آیه 61
- 3) سوره طه آیه 14
- 4) سوره عنکبوت، آیه 45
- 5) بحار الانوار، ج 84 ص 259
- 6) نهج الفصاحه - سخن 132
- 7) سوره بیّنه، آیه 5
- 8) مصباح الشریعه، ص 8
- 9) سوره مؤمنون، آیه 2
- 10) بحار الانوار، ج 71 ص 173
- 11) سوره انبیاء، آیه 94
- 12) اصول کافی، ج 1 ص 430
- 13) سوره مائده، آیه 27
- 14) وسائل الشیعه، ج 14 ص 116
- 15) اصول کافی، ج 2 ص 349
- 16) بحار الانوار، ج 82 ص 198
- 17) این توصیف، همه از آیه ها و حدیث ها گرفته شده و به جهت رعایت اختصار، از آوردن متن عربی آن ها خودداری کرده ایم
- 18) سوره ماعون آیات 4 و 5
- 19) محجة البیضاء، ج 1 ص 301
- 20) وسائل الشیعه، ج 2 ص 43
- 21) صحیفه نور، ج 12 ص 148 و 149
- 22) (امام صادق) ع (فرمود: لا صلوة الا بطهور) وسائل ج 1 ص 256
- 23) وسائل الشیعه، ج 1 ص 257
- 24) کیفیت و تفصیل وضو و غسل و تیمم و موارد و شرایط آن ها را می توان در رساله های عملیه مطالعه کرد
- 25) وسائل الشیعه، ج 4 ص 614
- 26) فهرست غرر الحکم، واژه اخلاص
- 27) فهرست غرر الحکم، واژه اخلاص
- 28) فهرست غرر الحکم، واژه نیت
- 29) (لبئس المتجران تری الدنيا تمنا) نهج البلاغه، خطبه 32
- 30) (ما جعل الله لرجل من قلبين في جوفه) سوره احزاب، آیه 4
- 31) نهج البلاغه، حکمت 237
- 32) فهرست غرر الحکم، واژه اخلاص
- 33) سوره انسان، آیه 9
- 34) اختصاص، شیخ مفید، ص 34
- 35) سوره ابراهیم، آیه 34
- 36) (لا تقنطوا من رحمة الله، ان الله يغفر الذنوب جميعاً) سوره زمر، آیه 53

- (يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ) سورة فرقان، آيه 70 (37)
مستدرك الوسائل، ج 1 ص 329 (38)
قصار الجمل (39)
قصار الجمل (40)
بحار الانوار، ج 82 ص 137 (41)
وسائل الشيعة ج 4 ص 977 (42)
بحار الانوار، ج 82 ص 110 (43)
سنن النبي، ص 251 (44)
سنن النبي، ص 269 (45)
سنن النبي، ص 269 (46)
مستدرك الوسائل، ج 1 ص 329-47 (3)
سورة فتح، آيه 29-48 (4)
بحار الانوار، ج 103 ص 135 - 49 (5)
به اول مفاتيح الجنان رجوع كنيد - 50 (1)
وسائل الشيعة، ج 5 ص 375 - 51 (1)
من لا يحضره الفقيه، ج 1 ص 377-52 (2)