



وقتها لصلاة الصلاة

- سرشناسه  
عنوان و نام پدیدآور : ثانیه‌های انس/ رضا اخوی؛ کاری از مرکز تخصصی نماز ستاد اقامه نماز.  
مشخصات نشر : تهران: ستاد اقامه نماز، ۱۳۹۱.  
مشخصات ظاهری : ۱۹۸ ص.  
شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۵۳۷-۰۸۶-۰  
وضعیت فهرست نویسی : فیبا  
یادداشت : کتابنامه: ص. ۱۹۱ - ۱۹۸؛ همچنین به صورت زیرنویس.  
موضوع : نماز  
موضوع : نماز -- احادیث  
شناسه افزوده : ستاد اقامه نماز  
شناسه افزوده : مرکز تخصصی نماز  
رده بندی کنگره : ۱۳۹۱ ث ۳۶۶ الف/ ۱۸۶ BP  
رده بندی دیویی : ۲۹۷/۳۵۳  
شماره کتابشناسی ملی : ۳۰۲۵۰۲۷

ثانیه‌های انس  
رضا اخوی



نام کتاب: شانیه‌های انس  
نویسنده: رضا اخوی  
کاری از: مرکز تخصصی نماز  
ناشر: مؤسسه فرهنگی - انتشاراتی ستاد اقامه نماز  
شمارگان: ۱۵۰۰ نسخه  
نویت چاپ: ششم، زمستان ۱۳۹۹  
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۳۷-۰۸۶-۰۰  
چاپ و صحافی: بوستان کتاب  
قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان  
مراکز پخش:  
۱- تهران، میدان فلسطین، مقابل سازمان تبلیغات اسلامی، انتشارات ستاد اقامه نماز  
تلفن: ۸۸۹۰۰۵۹ - ۸۸۹۹۱۰۶۸  
۲- خرید از طریق سایت [namazstore.ir](http://namazstore.ir)  
۳- خرید فایل الکترونیکی از طریق طاقچه و کتابچین



ستاد اقامه نماز  
مرکز تخصصی نماز



## فهرست عناوین

۱۱	.....طلیعه
<b>۱۳</b>	<b>..... فصل اول. هنربندگی</b>
۱۵	.....بال‌های عروج
۱۷	.....کلید دانایی
۱۸	.....مسافر کمال
۱۹	.....همسایه خدا
۲۰	.....گام‌های انس با خدا
۲۰	.....گام اول: خانه‌تکانی دل
۲۲	.....توجه! توجه!
۲۳	.....گام دوم: ابراز محبت
۲۶	.....گام سوم: همراهی در قهر و آشتی
۲۷	.....گام چهارم: دوری از گناه
۲۹	.....گام پنجم: توبه و بازگشت
۲۹	.....یادآوری و یادسپاری
۳۰	.....پنج راز
۳۲	.....کلام رهبر

- ۳۳ ..... یادگاری.....
- ۳۴ ..... خودآزمایی.....
- ۳۵ ..... نردبان بندگی.....
- ۳۵ ..... پیش چشم پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ.....
- ۳۵ ..... یادآوری.....
- ۳۶ ..... درجه شما؟.....
- ۳۷ ..... انواع نماز.....
- ۳۸ ..... ۱. تقلیدی.....
- ۳۹ ..... یک نمونه.....
- ۴۰ ..... ۲. رفع تکلیفی.....
- ۴۴ ..... ۳. نماز ترسوها.....
- ۴۵ ..... ۴. به عشق بهشت.....
- ۴۶ ..... ۵. عارفانه و عاشقانه.....
- ۴۸ ..... نَفْسِ راحت!.....
- ۴۹ ..... ملاک تشخیص.....
- ۵۱ ..... یادگاری.....
- ۵۲ ..... خودآزمایی.....
- ۵۳ ..... چشم به راه.....
- ۵۳ ..... اضطراب شیرین.....
- ۵۵ ..... ثانیه‌های تنبل.....
- ۵۶ ..... پیامبر اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ.....
- ۵۷ ..... امیرالمؤمنین عَلَيْهِ السَّلَام.....
- ۵۷ ..... حضرت زهرا عَلَيْهَا السَّلَام.....
- ۵۸ ..... امام حسن عَلَيْهِ السَّلَام.....
- ۵۹ ..... امام حسین عَلَيْهِ السَّلَام.....
- ۶۰ ..... امام سجاد عَلَيْهِ السَّلَام.....

- ۶۱ ..... امام باقر و امام صادق علیهما السلام
- ۶۱ ..... امام کاظم علیه السلام
- ۶۲ ..... امام رضا علیه السلام
- ۶۳ ..... امام خمینی
- ۶۴ ..... رُخ به رُخ
- ۶۵ ..... یادگاری
- ۶۶ ..... خودآزمایی
- ۶۷ ..... بالانس روح
- ۶۷ ..... پس گردنی
- ۷۱ ..... بالانس روح
- ۷۳ ..... تفاوت‌ها
- ۷۵ ..... شباهت‌ها
- ۷۶ ..... حساسیت ویژه رهبر
- ۷۸ ..... دقت علامه طباطبایی
- ۸۰ ..... کشف رمز بی‌حالی
- ۸۱ ..... چه باید کرد؟
- ۸۲ ..... شهید جوان
- ۸۳ ..... وضوی دایمی
- ۸۴ ..... رعایت قانون
- ۸۴ ..... ویژه‌خواری ممنوع
- ۸۵ ..... سیب حلال
- ۸۵ ..... گناهان هفته
- ۸۵ ..... گناهان هفته:
- ۸۶ ..... یادگاری
- ۸۷ ..... خودآزمایی
- ۸۸ ..... میدان مبارزه
- ۸۸ ..... دشمن قدیمی



- خط مستقیم..... ۸۹
- راه‌های نفوذ شیطان..... ۹۰
- میدان مبارزه..... ۹۲
- راه شکست شیطان..... ۹۳
- رمز و راز پیروزی در کلام امام زمان علیه السلام..... ۹۴
- یادآوری و یادسپاری..... ۹۵
- شهید بابایی..... ۹۶
- مبارزه با شیطان در امریکا..... ۹۹
- راز نخ‌های وسط اتاق..... ۱۰۰
- یک توصیه..... ۱۰۱
- یادگاری..... ۱۰۳
- خودآزمایی..... ۱۰۴
- دوربین مخفی..... ۱۰۵
- اشهد ان علیاً ولی الله..... ۱۰۵
- به عشق دیده شدن..... ۱۰۶
- داستانی از ریا..... ۱۰۷
- راهکار خداوند..... ۱۰۸
- دوربین مخفی..... ۱۱۰
- یک حقیقت علمی..... ۱۱۳
- نمونه‌های ناب تاریخی..... ۱۱۴
- فیلم زندگی..... ۱۱۷
- یک مژده..... ۱۱۹
- یادگاری..... ۱۲۰
- خودآزمایی..... ۱۲۱
- آخرین نماز..... ۱۲۲
- داوطلب اعدام..... ۱۲۲
- یک اعتراف صادقانه..... ۱۲۴
- قلبت را همراه خودت بیاور!..... ۱۲۶

- چند راهکار برای دستیابی به حضور قلب..... ۱۲۸
۱. خدا می‌بیند!..... ۱۲۸
- نماز خربزه‌ای!..... ۱۳۰
۲. شاید آخرین نمازت باشد!..... ۱۳۱
- آخرین نماز مدرّس..... ۱۳۲
۳. توجه به نقش حضور قلب در قبولی نماز..... ۱۳۴
۴. بی‌توجهی به وسوسه شیطان..... ۱۳۶
- برطرف کردن عوامل حواس‌پرتی..... ۱۳۷
۶. مراقبت‌های قبل از نماز..... ۱۳۸
- یادگاری..... ۱۴۲
- خودآزمایی..... ۱۴۴

## فصل دوم . نکته‌های سفارشی ناب ..... ۱۴۵

۱. پرچم..... ۱۴۷
- مسابقه یا نماز؟..... ۱۴۸
۲. خجالت ممنوع!..... ۱۵۱
- اما چه باید کرد؟..... ۱۵۳
- نماز جماعت با سران کشورها..... ۱۵۳
۳. شارژ معنوی..... ۱۵۵
- حال چه باید کرد؟..... ۱۵۵
۴. همدل و هم‌زبان..... ۱۵۷
- زبان عمومی و جهانی..... ۱۵۸
۵. برج مراقبت..... ۱۶۰
۶. مرام عشق‌بازی..... ۱۶۱
۷. اخمو نباش!..... ۱۶۴
- اندیشه‌های زلال..... ۱۶۵
- آگهی استخدام بیکار!..... ۱۶۷
۸. مغز نماز..... ۱۷۱

## فصل سوم. پرونده ویژه ..... ۱۷۵

۱. هدیه‌ای تقدیم به خدا ..... ۱۷۷

کیفیت نماز شب ..... ۱۸۱

سفارش پدران ..... ۱۸۲

۲. اولویت نماز ..... ۱۸۵



## طلیعه

از لذت بخش ترین حالات انسان، هم نشینی و گفت و گو با محبوبی است که عشقی خالص و محبتی تمام نثار انسان می کند. خوشی و لذت ثانیه ها و دقایق هم سخنی با او گاه چنان است که انسان از دیگر لذت ها دست می شوید و به هر فرمان و خواسته او تن درمی دهد تا به وصال او برسد. این لذت هم سخنی همان است که سبب شد موسای نبی علیه السلام پاسخ به سؤال ساده "آن چیست در دستان تو" را با توضیح و تفصیل بیشتری همراه می سازد تا بلکه این لذت ثانیه های بیشتری ادامه یابد. "این عصای من است؛ بر آن تکیه می دهیم؛ گوسفندان را با آن می رانیم؛ البته فایده های دیگری هم دارد...".<sup>۱</sup> این لذت همان است

که انبیا و اولیا و مقربان درگاه الهی را به وجد و بی‌تابی می‌کشاند و خواب آرام شب را از آنان می‌گیرد و به دیدار معشوق می‌کشاند.

به‌راستی کدامین محبوب عشقی وافرتر و حقیقی‌تر از خدا دارد؟ پروردگار مهربانی که حتی پیش از به‌دنیا آمدن نیز تمام نیازمندی‌ها و امکانات مادی (شیر مادر) و معنوی (مهر و عطوفت و عشق مادرانه) را برای ما مهیا می‌سازد و هم‌اینک نیز پس از گذشت سال‌ها، همچنان سرکشی‌ها و نامهربانی‌های ما را تحمل می‌کند و لغزش‌های ما را نادیده می‌گیرد؛ حتی مادر هم با تمام مهربانی‌اش، گاه تاب از کف می‌دهد و باعث رنجش خاطر ما می‌شود.

آنچه در دستان شماس‌ت، نگاهی کوتاه به چرایی، چگونگی و شرایط بهره‌مندی بیشتر از فرصت هم‌سخنی و دقایقی کنار محبوب حقیقی نشستن است تا لذت این ثانیه‌های انس را بیشتر دریابیم و دیگران را برای حضور در این بزم عاشقانه دعوت کنیم؛ همان‌گونه که پس از دیدن تصاویری جذاب و هیجان‌انگیز، یا صحنه‌هایی بدیع و خوش، سعی در انتقال این تجربه به دیگران داریم.

## فصل اول

# ہنر بندی





## بال‌های عروج

هر انسانی برای رسیدن به اهداف خود، پیش‌بینی‌ها و بسترهایی فراهم می‌کند تا در پرتو آنها به مقصد و هدف اصلی برسد؛ برای مثال دانش‌آموزی که می‌خواهد به بالاترین درجات علمی و تخصصی دست یابد، باید با تلاش و کوشش خود کلاس‌ها را یکی پس از دیگری با موفقیت پشت سر بگذارد تا با راه‌یافتن به دانشگاه و تحصیل در رشته مورد علاقه خود، در سال‌های پیش‌رو، به هدف اصلی خود برسد و مزد زحمات و تلاش‌هایش را بگیرد.

همچنین کشاورزی که درصدد برداشت محصولی مرغوب و با کیفیت برتر است، باید تمام نکات علمی و فنی را رعایت کند تا در پایان سال زراعی، به هدف و مقصد خود برسد و نتیجه زحمات و تلاش‌هایش را ببیند.

افزون بر این، انسانی که قصد مسافرت دارد، قبل از هر چیز باید مقدمات و بسترهای آن را فراهم کند؛ برای مثال برای سفر به مشهد مقدس، ضمن تهیهٔ بلیط، باید خود را سر وقت به قطار برساند و قطار نیز باید با گذشتن از مسیر تعیین شده و مقدمات و بسترهای تدارک دیده شده از قبل، مانند ریل‌ها، او را به مقصد و هدف که همان رسیدن به مشهد مقدس است، یاری کند.

در مسیر زندگی معنوی هم انسان به سان مسافری است که برای رسیدن به مقصد اصلی و نهایی در حال تلاش و کوشش است و برای نیل به این مقصود باید مقدمات آن را از قبل تدارک ببیند. یکی از اصلی‌ترین این مقدمات و وسایل، ارتباط دایمی با خالق هستی‌بخش است که تمام زندگی و وجود انسان نیازمند و وابسته به اوست و بدون خواست و ارادهٔ او، انسان به موفقیت و کمال مطلوب نخواهد رسید. در میان وسایل یاری‌بخش انسان در رسیدن به هدف نهایی، بهترین و محکم‌ترین راه برپایی نماز است که پرشکوه‌ترین و اثربخش‌ترین وسیلهٔ ارتباط و اتصال انسان با آفریدگار هستی است؛ لذا وقتی یکی از یاران امام صادق علیه السلام از آن حضرت دربارهٔ محبوب‌ترین و برترین چیزی که بندگان با آن به پیشگاه پروردگارشان نزدیک می‌شوند، سؤال کرد، حضرت در پاسخ فرمود: "ما أَعْلَمُ شَيْئًا بَعْدَ الْمَعْرِفَةِ"



أَفْضَلُ مِنْ هَذِهِ الصَّلَاةِ": پس از شناخت خداوند، چیزی را برتر از نماز سراغ ندارم.<sup>۱</sup>

## کلید دانایی

دانستن این نکته که نماز کارآمدترین راه تداوم ارتباط با خداوند است، به سبب رمزگشایی از یک نکته کلیدی و مهم زندگی درباره نقش شگرف و پراهمیت نماز در آموزه‌های دینی و فهم دقیق چرایی و فلسفه تأکیدهای فراوان قرآن و روایات بر نماز و آن همه اوصاف و تأکیدهای گفته شده درباره نماز است. این رمز و راز چیزی نیست، جز اینکه نماز معبر، پل و وسیله‌ای است برای رسیدن به چیزهای برتر؛ همان طور که ریل‌ها و دیگر مقدمات مسافرت و کشاورزی بستر و پلی بودند برای رسیدن به هدف و مقصد اصلی و پیمودن پله‌های ارتقای معنوی؛ بنابراین امیر مؤمنان علی علیه السلام فرمود: "الصلاة قُرْبَانٌ كُلُّ تَقَى": نماز وسیله تقرب هر پرهیزکاری به خداست.<sup>۲</sup>

۱. کافی، ج ۳، ص ۲۶۴.

۲. نهج البلاغه؛ کلمات قصار، جمله ۱۳۶.

## مسافر کمال

هدف و مقصد اصلی انسان کدام است که نماز بهترین وسیله و سبب برای نیل بدان به شمار می‌آید؟ پاسخ این است که هدف از خلقت انسان، شناخت و معرفت خالق و رسیدن به مقام قرب الهی و چشیدن لذت انس و محبت پروردگار مهربان است و انسان نمازگزار همانند مسافری است که هر نماز او به سان قطعه ریلی است که کنار هم چیده‌شدن آنها، انسان را به مقصد و هدف نهایی خلقت، یعنی انس و محبت الهی می‌رساند؛ به عبارت دیگر انسان، با نماز از خداوند یاد می‌کند و به یاد خدا بودن، یعنی مرور هدف خلقت و بازخوانی انگیزه آمدن انسان به نشئه دنیا که همان شناختن پروردگار و رسیدن به قرب الهی و انس با اوست و از آن به "ذکرالله" تعبیر می‌شود؛ لذا خودش می‌فرماید: "إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي": به یقین این منم خدای یکتا که جز من معبودی نیست؛ پس مرا پرستش کن و نماز را برای یاد من به پا دار.<sup>۱</sup>

در این آیه، خداوند متعال اشاره می‌کند که برای زنده نگه‌داشتن یاد من و دوری از غفلت و خودفراموشی، نماز به‌پادار؛ یعنی کسی که از نماز دوری می‌کند مانند کسی است که مسیر و هدف را نشناخته یا اگر

شناخته است، برای رسیدن به آن مقدمات لازم را فراهم نمی‌کند. روشن است چنین شخصی به هدف نخواهد رسید و همیشه حیران و سرگردان خواهد ماند.

### همسایه خدا

چگونه می‌توان به مقام قرب الهی و انس و هم‌جواری با خداوند متعال رسید؟ در میان این همه عشق و محبت کاذب و بدلی، چگونه می‌توان حقیقت عشق و محبت را درک و آن را به خالق یکتا هدیه کرد؟ چگونه می‌توان از این همه محبت‌های دروغین دنیا که گرداگرد انسان را فراگرفته است وارheid و خود را در دامان عشق و محبت الهی افکند تا لذت انس و قرب را چشید و نمازی از سر شور و شیدایی تقدیم خدای مهربان کرد؟

## گام‌های آنسی با خدا

اگر بخواهیم طرح یک دوستی واقعی را با خداوند بریزیم و محبت الهی را به خود جلب کنیم، به گونه‌ای که خدا از ما راضی شود و ما نیز بنده خوب او باشیم، باید چند گام اساسی در زندگی خود برداریم.

### گام اول: خانه‌تکانی دل

وقتی کسی می‌خواهد آبی بنوشد، دقت می‌کند که لیوان تمیز باشد و اگر ببیند فردی قبلاً با آن آب نوشیده یا ته‌مانده‌ای آب در آن است، اول آن را آب می‌کشد و سپس درون آن آب می‌ریزد. برای دوستی با خدا هم انسان باید دل خود را از آلودگی‌ها بزدايد؛ زیرا اگر پیش از این، دیگرانی که مورد رضایت خداوند نبودند، در این خانه جا داشتند یا هنوز ته‌مانده لذت گناه درون قلب انسان باشد، طبیعتاً خداوند هم جای مناسبی در آن نخواهد داشت و به تدریج محبت خدا کم‌رنگ می‌شود تا جایی که یاد وی چندان لذتی برای انسان ندارد؛ به عبارت دیگر نماز و دعا و زیارت نه تنها جاذبه‌ای برای او ندارد، بلکه وقت نماز که می‌رسد، حالت کسلی و بی‌حالی به او دست می‌دهد و گویا بار سنگینی بر دوش اوست که مجبور است به هر قیمت ممکن بر زمین بگذارد!

همه این حالات به این دلیل بر قلب و جان انسان سیطره یافته که شهوت‌ها و عوامل نفسانی و گرایش‌های شیطانی جای محبت خدا را گرفته و انسان آلودگی گناه را پاک نکرده است. ظرفیت محبت در قلب و دل انسان محدود است و او نمی‌تواند بیشتر از یک معبود و معشوق حقیقی داشته باشد؛<sup>۱</sup> بنابراین چون نمی‌تواند هم‌زمان هر دو را در قلب خود جای دهد، غالباً انسان‌های سست ایمان بسیار راحت خدا را از خانه خویش بیرون می‌کنند!

بنابراین، اولین گام برای ایجاد محبت الهی، پاک کردن قلب از وابستگی‌ها و عشق‌های مجازی است که نقطه مقابل عشق و محبت به خداست. به همین سبب پیامبر اعظم ﷺ می‌فرماید: "حب الدنيا و حب الله لا یجتمعان فی قلبٍ واحد!" محبت و دوستی دنیا و حب خداوند در یک قلب جمع نمی‌شوند.<sup>۲</sup>

۱. خداوند در قرآن می‌فرماید: "ما جعل الله لرجلٍ من قلبین فی جوفیه"؛ خدا در درون هیچ مردی دو قلب

نهاده است. (احزاب: ۴).

۲. میزان الحکمه؛ ج ۲، ص ۲۲۸.

## توجه! توجه!

این سخن بدین معنا نیست که باید صبر کرد تا درون از همه ناخالصی‌ها پاک شود؛ سپس به درگاه الهی توجه کرد و به نماز ایستاد؛ زیرا این خود حربه‌ای در دست شیطان است که به بهانه ارتکاب گناه، از ارزش نماز در پیش چشم ما بکاهد و چنین القا کند: نماز از فرد گناه‌کاری مثل تو که غرق در گناه است پذیرفته نخواهد شد؛ تو دیگر از چشم خدا افتاده‌ای و او به تو توجهی ندارد؛ نمازت هم بی‌فایده و بی‌اثر خواهد بود؛ همان بهتر که از این چند روزه عمر لذت ببری و خود را با این افکار مضطرب نسازی.

آری! شیطان هنرمندانه کلمات و اندیشه‌های خود را به انسان تلقین می‌کند تا بتواند به اهداف خود که دور ساختن انسان از خداوند است، برسد؛ درحالی که انسان هر قدر آلوده به گناه باشد، باز ندای "لا تقنطوا": (ناامید نشوید)<sup>۱</sup> پروردگار مهربان در گوش جاننش طنین‌انداز است که او را به سوی خود می‌خواند؛ از این رو باید با بی‌توجهی به ترفند شیطان، خود را در جاده دوستی الهی قرار داد و با معطر شدن به عطر استغفار، به شست‌وشوی جان از آلودگی‌ها پرداخت و از حیل‌های شیطان به آغوش امن الهی پناه برد.

## گام دوم: ابراز محبت

وقتی کسی به انسان محبتی می‌کند، او هم می‌کوشد تا محبت او را جبران سازد؛ البته مراتب و درجات محبت متفاوت است. گاه یک دوست، به مناسبت روز تولد، هدیه‌ای می‌آورد و انسان سعی می‌کند با شرکت در جشن تولد او، با هدیه‌ای مناسب، محبت او را پاسخ دهد. گاه نیز انسان برای همیشه مدیون کسی می‌شود؛ مانند اینکه کسی باعث نجات جان و زندگی او می‌گردد و زندگی دوباره‌ای به او می‌بخشد. در این صورت، شخص تا آخر عمر از او تشکر و همواره محبت و دوستی خود را نثار او می‌کند.

به‌راستی خداوندی که از آغاز تا انجام انسان را با لطف خود تدبیر کرده و در هیچ حالی او را از یاد نبرده و حتی بی‌احترامی‌ها و ناشکری‌ها و اشتباه‌های او را نادیده گرفته است، لایق محبت خالصانه نیست؟

خدایی که تمام وجود و هستی انسان وابسته به اوست و اگر لحظه‌ای نظر لطف خود را از او بردارد، همه‌هستی وی بر باد خواهد رفت، آیا این توقع نابجایی است که روزی چند بار سر به آستانش بساید و دوستی خود را آشکار کند و نام خود را در دفتر دوستی و

بندگی ثبت نماید؟ خدایی که به شدت خاطر خواه بندگان خود است و تا حد امکان تلاش می‌کند انسان از او جدا نشود.

نقل کرده‌اند پس از آنکه حضرت نوح علیه السلام کفار را نفرین کرد و همه آنان غرق شدند، فرشته‌ای پیش او ظاهر شد. شغل حضرت نوح علیه السلام کوزه‌گری بود. کوزه‌هایی از گِل درست می‌کرد و پس از خشک شدن می‌فروخت. آن فرشته کوزه‌ها را یکی‌یکی می‌خرید و پیش چشمش آنها را می‌شکست و خُرد می‌کرد. حضرت نوح علیه السلام بسیار ناراحت شد و به او اعتراض کرد که این چه کاری است می‌کنی؟ فرشته گفت: من آنها را خریده‌ام و اختیارش را دارم. نوح گفت: بله، درست است؛ ولی من آنها را ساخته‌ام. فرشته گفت: کوزه‌هایی ساخته‌ای؛ آنها را خلق که نکرده‌ای! سپس آن فرشته راز این کار خود را گفت: تو از اینکه آن را می‌شکنم ناراحت می‌شوی؛ پس چطور نفرین کردی که این همه خلق خدا هلاک شوند؟

می‌گویند پس از این قضیه، آن حضرت از بس گریه کرد، نوح نامیده شد.<sup>۱</sup>

۱. عبدالحسین دستغیب؛ استعاذه، ص ۱۰۳.



پیش از اینت بیش از این اندیشه عشاق بود  
 مهرورزی تو با ما شهره آفاق بود  
 یاد باد آن صحبت شبها که با نوشین لبان  
 بحث سرّ عشق و ذکر حلقه عشاق بود  
 پیش از این کاین سقف سبز و طاق مینا برکشند  
 منظر چشم مرا ابروی جانان طاق بود  
 از دم صبح ازل تا آخر شام ابد  
 دوستی و مهر بر یک عهد و یک میثاق بود  
 سایه معشوق اگر افتاد بر عاشق چه شد  
 ما به او محتاج بودیم او به ما مشتاق بود<sup>۱</sup>

---

۱. حافظ شیرازی.

## گام سوم: همراهی در قهر و آستی

وقتی فردی با کسی قهر می‌کند و ارتباط خود را با او قطع می‌نماید، اگر یکی دیگر از دوستان او با همان ارتباط برقرار کند و طرح دوستی بریزد، انسان چه واکنشی نشان خواهد داد؟ حتماً آزرده می‌شود و در واقعی بودن دوستی او شک می‌کند. شاید هم در رابطه و دوستی با او تجدید نظر کند؛ زیرا تصور می‌کند اگر ادعای دوستی او واقعی بود، باید از او جدا می‌شد، نه اینکه رابطه‌اش را ادامه می‌داد یا استوارتر می‌ساخت.

خداوند می‌فرماید: اگر می‌گویید مرا دوست دارید، پس باید دوستان مرا هم دوست باشید و با دشمنانم و کسانی که با من ارتباطی ندارند، قطع ارتباط کنید. پیامبر اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ این پیام خداوند را در قرآن کریم چنین نقل می‌فرماید: "قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ، فَاتَّبِعُونِي، يُحِبِّكُمُ اللَّهُ...": بگو اگر خدا را دوست دارید، از من پیروی کنید تا خدا نیز شما را دوست بدارد.<sup>۱</sup> به همین دلیل است که امام صادق عَلَيْهِ السَّلَام می‌فرماید: "هر کس ما را دوست بدارد، در حقیقت خداوند را دوست داشته است."<sup>۲</sup>

۱. آل عمران: ۳۱.

۲. کافی؛ ج ۸، ص ۱۲۹.

## گام چهارم: دوری از گناه

انسان همواره سعی می‌کند چیزهایی را که باعث ناراحتی دوست و محبوب او می‌شود، ترک کند. طبیعتاً در مورد خدا هم همین‌گونه است. امام صادق علیه السلام نیز با تأکید بر همین نکته می‌فرماید: "ما احبَّ الله عزَّ و جلَّ مَنْ عَصَاهُ": آن کس که گناه می‌کند خدا را دوست ندارد. ایشان آن‌گاه این شعر را خواندند:

تَعَصَى الْإِلَهَ وَ أَنْتَ تَظْهَرُ حُبَّهُ      هَذَا مَحَالٌ فِي الْفِعَالِ بَدِيعِ  
لَوْ كَانَ حُبُّكَ صَادِقًا لَأَطَعْتَهُ      إِنَّ الْمُحِبَّ لَمَنْ يُحِبُّ مُطِيعِ

خدا را معصیت می‌کنی و به او اظهار محبت هم می‌کنی؟! به جانم سوگند این کار عجیب و بی‌سابقه است. اگر محبت تو به خدا واقعی بود، بی‌تردید اطاعتش می‌کردی؛ زیرا دوست مطیع دوست خویش است.<sup>۱</sup>

واقعاً جای بسی تعجب است وقتی کسی ادعای دوستی و محبت الهی دارد؛ ولی نماز خواندن برای او از هر کاری دشوارتر است. چطور انسان برای یک محبوب موقت دنیایی که غالباً شرش بیشتر از خیرش است، ساعت‌ها وقت می‌گذارد؛ ولی برای گفت‌وگو با پروردگار مهربان خود چند دقیقه وقت ندارد؟ چگونه است که ساعت‌ها نشستن پای

۱. وسائل الشیعه؛ ج ۱۵، ص ۳۰۸.

تلویزیون و تماشای انواع فیلم‌ها و مسابقات ورزشی ما را خسته نمی‌کند و به درس و کار هم ضربه نمی‌زند؛ ولی برای گفت‌وگو با خدا و خواندن چند رکعت نماز هزار بهانه ردیف می‌کنیم؟! آیا این است دوستی و محبتی که از آن دم می‌زدیم؟! چطور ادعای عشق و انس با خدا داشته باشیم و از یک صحنه شهوت‌انگیز نتوانیم بگذریم؟

## گام پنجم: توبه و بازگشت

هر انسانی در زندگی مرتکب کارهای ناشایستی شده و راه‌هایی رفته که مورد رضایت خداوند نبوده است؛ در این صورت باید با بازگشت و پشیمانی از گناه، از خداوند بخواهد که او را مورد مغفرت و آمرزش قرار دهد؛ همان‌طور که وقتی در زندگی اشتباهی می‌کند با عذرخواهی درصدد جبران آن برمی‌آید.

توبه از گناه و اشتباه، رشتهٔ محبت را دوباره گره خواهد زد و بنده را به خدا نزدیک‌تر خواهد کرد و درهای محبت و رحمت و ویژهٔ خداوند را به روی وی خواهد گشود. راه بازگشت نیز سخت نیست؛ همین که وضویی بسازید و در یک نماز دو رکعتی به گفت‌وگویی با او بپردازد، خود نشان از پذیرش وی و موفقیت‌آمیز بودن توبه دارد.

## یادآوری و یادسپاری

همان‌طور که ریل‌های راه‌آهن با یکدیگر مسیری می‌سازند که انسان را به مقصد می‌رساند، در مسیر بندگی نیز هر نماز مثل یک قطعه ریل است که انسان را در جادهٔ بندگی به خداوند می‌رساند. اگر کسی لذت قرب و محبت الهی را بچشد، آن را با هیچ چیز عوض نخواهد کرد و به قول امام ساجدان علیه السلام بدان جا می‌رسد که ذکرش

چنین خواهد بود: "أَسْتَغْفِرُكَ مِنْ كُلِّ لَذَّةٍ يَغْيِرُ ذَكَرَكَ، وَ مِنْ كُلِّ رَاحَةٍ يَغْيِرُ قُرْبِكَ، وَ مِنْ كُلِّ شُغْلٍ يَغْيِرُ طَاعَتِكَ"<sup>۱</sup>: مولای مهربانم! از هر لذتی که از غیر یاد تو برده‌ام و از هر راحتی که در غیر یاد تو داشته‌ام و از هر خوشی‌ای که از غیر قرب تو دیده‌ام و از هر کاری که غیر از طاعت تو کرده‌ام، آمرزش می‌خواهم.

همچنین به گفته‌ی امام سجاد علیه السلام انسان از بی‌محبتی دیگران به خدای مهربان و رویگردانی آنان از وی حسرت می‌خورد و چنین زمزمه می‌کند: "إِلَهِي مَنْ ذَا الَّذِي ذَاقَ عِلَاقَةَ مَحَبَّتِكَ، فَرَامَ مِنْكَ بَدَلًا، وَمَنْ ذَا الَّذِي أُنْسَ بِقُرْبِكَ، فَابْتَغِيَ عَنْكَ جَوْلًا"<sup>۲</sup>: خدایا! کیست که شیرینی محبت تو را چشیده باشد و در پی جانشینی برای تو باشد؟ کیست که به قرب تو انس گرفته باشد و بخواهد از این حالت منصرف و به حالت دیگری منتقل شود؟

## پنج راز

می‌گویند پادشاهی در شهر بلخ حکومت می‌کرد. او پسرعمویی داشت که شب و روز به خدمتگزاری پادشاه مشغول بود؛ اما ناگهان خدمت پادشاه را رها کرد و به عبادت خداوند روی آورد. روزی پادشاه از حال پسرعمویش

۱. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۹۱، ص ۱۵۱.

۲. همان، ص ۱۴۸.

پرسید. گفتند: به عبادت خداوند روی آورده است و شب و روزش را به نماز و نیایش می‌گذراند. پادشاه یکی از درباریان را فرستاد تا او را به حضور آورد. وقتی او را حاضر کردند، پادشاه از او پرسید: چرا خدمت به ما را رها کردی؟ پسرعمو در پاسخ گفت: چون در خدمت کردن به تو پنج عیب دیدم؛ اما در عبادت و خدمت خدا پنج فضیلت یافتم. شاه پرسید: عیب خدمت به من چه بوده است؟ گفت: اول اینکه از بامداد تا شامگاه در پیش رویت می‌ایستادم و یک‌بار نمی‌گفتی بنشین؛ اما چون در خدمت خدایم، در هر چهار رکعت دو بار به من امر می‌کند بنشین.

دوم اینکه تا تو از غذا سیر نمی‌شدی، اجازه خوردن غذا به من نمی‌دادی؛ اما من خدمت خدایی را می‌کنم که خود نمی‌خورد؛ ولی به من می‌خوراند.

سوم اینکه چون به خواب می‌رفتی، باید شب‌های دراز بر پا می‌ایستادم و از تو پاسداری می‌کردم و بی‌خواب می‌شدم؛ اما من خدایی را می‌پرستم که خود نمی‌خوابد و مرا می‌خواباند و خود نگهبان من است.

چهارم اینکه چون در خدمت تو بودم، اگر گناه یا تقصیری می‌کردم، مرا می‌کشتی و می‌بایست پادشاهی را به شفاعت آورم؛ ولی خدای من با استغفار و توبه خود مرا می‌آمرزد، اگرچه گناهم بسیار باشد.

پنجم اینکه به من فرمان می‌دادی که به کس دیگری خدمت نکنم؛ ولی اکنون خدایی را می‌پرستم که دیگری را به خدمت من فرمان می‌دهد.<sup>۱</sup>

### کلام رهبر

نماز، گذرگاه اصلی برای سلوک انسان در راهی است که ادیان الهی در برابر وی نهاده‌اند تا بتواند از آن به هدف و غایت اصلی حیات، یعنی رستگاری و خوشبختی دنیا و آخرت دست یابد. نماز اولین گام در سلوک الی‌الله است. ظرفیت این عامل الهی به اندازه‌ای است که در اوج کمال بشری نیز می‌تواند بال پرواز انسان عرشی شود، تا آنجا که برترین انسان تاریخ، یعنی پیامبر گرامی اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می‌فرماید: "نماز نور چشم من است" و در هنگام فرارسیدن وقت نماز از مؤذن خود می‌خواهد با سردادن بانگ اذان، جان او را کامیاب و سرشار از راحت و امنیت سازد. شاید بتوان گفت هیچ عامل عبادی دیگری این‌گونه در همهٔ مراحل تکامل معنوی انسان برای او کارگشا و نیروبخش و پیشبرنده نیست.<sup>۲</sup>

۱. کشکول شمس؛ ص ۹۷.

۲. پیام مقام معظم رهبری به نهمین اجلاس سراسری نماز (تهران - ۱۳۷۸).



## یادگاری

پیامبر ﷺ: "إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الشَّابَّ الَّذِي يُفْنِي شَبَابَهُ فِي طَاعَةِ اللَّهِ": خداوند

جوانی را که جوانی‌اش را به اطاعت خداوند می‌گذراند، دوست دارد.<sup>۱</sup>

---

۱. میزان الحکمه، ج ۲، ص ۱۴۰۲.

## خودآزمایی

۱. چرا نماز می‌خوانیم و به عبادت در پیشگاه الهی می‌پردازیم؟
۲. نماز گذرگاهی برای رسیدن به چه امر مهمی است؟
۳. شرط‌های وصول به قرب الهی کدام‌اند؟
۴. درجهٔ محبت و انس شما با پروردگار متعال چقدر است؟
۵. آیا پس از ارتکاب گناه، نماز خواندن بی‌فایده خواهد بود؟

## نردبان بندگی

### پیش چشم پیامبر ﷺ

"دَخَلَ رَجُلٌ مَسْجِدًا فِيهِ رَسُولُ اللَّهِ فَخَفَّفَ سُجُودَهُ دُونَ مَا يَتَّبِعِي وَ دُونَ مَا يَكُونُ مِنَ السُّجُودِ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ: نَقَرَ كَنْفَرِ الْغُرَابِ تُو مَاتَ، مَاتَ عَلَى غَيْرِ دِينِ مُحَمَّدٍ:" پیامبر خدا ﷺ در مسجد نشسته بودند که ناگهان مردی وارد شد و به نماز ایستاد؛ اما رکوع و سجودش را شتابزده و ناتمام انجام داد. رسول اکرم ﷺ فرمود: او مانند کلاغ منقار به زمین زد. اگر او بمیرد و نمازش همین گونه باشد، قطعاً مسلمان نمرده است.<sup>۱</sup>

## یادآوری

پیش از این گفتم نماز وسیله‌ای برای رسیدن به قرب الهی و اظهار دوستی و محبت به ساحت پروردگار مهربان و هر نماز مثل قطعه ریلی است که انسان را در جاده بندگی برای رسیدن به حق تعالی یاری می‌رساند. اکنون می‌پرسیم: درست است که نماز مُقَرَّب است و انسان را به خدا می‌رساند، ولی کدام نماز چنین خاصیت و اثربخشی‌ای دارد؟ کدامین نوع نماز است که باعث ریل‌گذاری و آماده‌شدن جاده بندگی و عبادت و عبودیت خواهد شد؟

۱. وسائل الشیعه؛ ج ۳، ص ۲۱. روایت از امام باقر علیه السلام نقل شده است.

## درجه شما؟

شکی نیست که درجات نمازگزاران و حالات بندگی افراد بسیار متفاوت است و از روی ظاهر نمی‌توان به حقیقت عبادت افراد پی برد. چه بسا عده‌ای با هم در یک مکان نماز می‌خوانند یا حتی در یک صف از نماز جماعت حاضرند؛ ولی تفاوت بسیاری بین نمازهایشان وجود دارد. به فرمایش رسول اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ: "ان الرجلین من امتی یقومان فی الصلاة و رکوعهما و سجودهما واحد و ان مابین صلاتیهما مابین السماء والارض:" چه بسا دو نفر از امت من به نماز می‌ایستند و رکوع و سجودشان، در ظاهر، یکسان است؛ اما میان نماز آن دو تفاوتی مانند فاصله زمین و آسمان است.<sup>۱</sup>

ایشان همچنین فرمودند: "ان من الصلاة لما یقبل نصفها و ثلثها و ربعها و خمسها إلى العشر، و ان منها لما یلغ كما یلغ الثوب الخلق فیضرب بها وجه صاحبها، و إنما لك من صلاتك ما اقبلت علیه بقلبك:" بعضی از نمازها نیمی از آن پذیرفته می‌شود؛ بعضی یک‌سوم آن، برخی یک‌چهارم و بعضی یک‌پنجم تا آنجا که برخی یک‌دهم آن قبول می‌شود. بعضی از نمازها نیز همچون جامه کهنه، پیچیده و بر صورت صاحبش زده می‌شود و نمازگزار بهره‌ای از نمازهایش نمی‌برد، مگر به اندازه‌ای که در هنگام خواندن آنها به خداوند توجه داشته است.<sup>۲</sup>

۱. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار؛ ج ۸۴، ص ۲۴۹.

۲. مستدرک الوسائل؛ ج ۳، ص ۵۹.

اگرچه تمام این نمازها باعث رفع تکلیف شرعی انسان می‌شود، ولی مقصود اصلی و فلسفه نماز را برای انسان محقق نمی‌سازد. باید دانست که این اظهار بندگی در قالب اقامه نماز، برای دستیابی به قرب الهی و افزودن معنویت مراتبی دارد و هر کس با توجه به نیت و عمل خود به مرتبه‌ای از آن دست می‌یابد؛ اما سوال اساسی همچنان بی‌پاسخ مانده است که کدام نماز مقرر است و انسان را به مقام قرب و دوستی خداوند می‌رساند؟

برای دستیابی به پاسخ، ابتدا باید تقسیم‌بندی و انواع نمازها را بدانیم؛ سپس ببینیم کدام نماز انسان را به درجات بالاتر می‌رساند و باعث ارتقای درجات معنوی او می‌شود.

## انواع نماز

نکته: بی‌گمان نماز، از ابعاد و زوایای گوناگون، تقسیم‌شدنی است؛ ولی آنچه در این نوشتار، اساس تقسیم قرار گرفته، انواع نماز بر اساس نوع دیدگاه نمازخوان‌ها و چرایی مبادرت آنها به نماز است که به اجمال آن را بررسی می‌کنیم.

## ۱. تقلیدی

اگر از بسیاری از مردم بپرسید که چرا نماز می‌خوانند، شاید نتوانند دلیل محکمی برای این عمل خود بیاورند و تنها به ذکر موارد و دلایل کلی اکتفا کنند. گاه حتی دلیلی پشتوانه نماز خواندن نیست. رفقا می‌خوانند؛ او هم می‌خواند. پدر و مادر و دیگر اعضای خانواده از روز اول می‌خواندند و مقید به نماز بودند، او هم از روی عادت می‌خواند. محیط مدرسه و جمع دوستان از نماز خالی نبود و او هم با آنان همراه و همنوا شده است.

این نوع نماز تقلیدی، اگرچه باید انجام پذیرد، زیباتر می‌شد اگر به درجه‌ای فراتر از تقلید می‌رسید و با دلیل و برهان و روح تعبد عجین می‌گشت تا تأثیرات بهتر آن را در زندگی می‌دیدیم.

نشانه این نوع نماز این است که در مواردی که نماز فرد قضا می‌شود، چندان برای وی اهمیت ندارد و بحران معنوی به شمار نمی‌رود. همچنین در مواردی که نماز مزاحم افراد یا مستلزم زحمت و مشقت بسیار، مانند دل‌کندن از گرمای پتو در زمستان باشد، طبیعتاً نماز در جایگاه دوم اهمیت قرار می‌گیرد. ضمن اینکه اگر محیط چندان مساعد نباشد، فرد تمایل جدی برای برپا کردن خیمه نماز در خود احساس نمی‌کند؛ به‌ویژه اگر احتمال نگاه‌ها و حرف‌های نیش‌دار و مخالف هم وجود داشته باشد.

## یک نمونه

دو ماه پس از شروع جنگ، ابراهیم به مرخصی آمد. با دوستان به دیدن او رفتیم. در آن دیدار، ابراهیم از خاطرات و اتفاقات جنگ حرف می‌زد؛ اما از خودش چیزی نمی‌گفت. تا اینکه سخن از نماز و عبادت رزمندگان شد. یک‌دفعه ابراهیم خندید و گفت: در منطقه المهدی، در همان روزهای اول، پنج جوان به گروه ما ملحق شدند. آنها از یک روستا با هم به جبهه آمده بودند. چند روز گذشت و دیدم اینها اهل نماز نیستند. یک روز با آنها حرف زدم. آدم‌های خیلی ساده‌ای بودند. آنها نه سواد داشتند، نه نماز بلد بودند. فقط به سبب علاقه به امام به جبهه آمده بودند.

از طرفی خودشان هم دوست داشتند نماز را یاد بگیرند. من هم بعد از یاد دادن وضو، یکی از بچه‌ها را صدا زدم و گفتم: این آقا پیش‌نماز شما؛ هر کاری کرد شما هم انجام بدهید. من هم کنار شما می‌ایستم و بلندبلند ذکرهای نماز را تکرار می‌کنم تا یاد بگیرید.

ابراهیم به اینجا که رسید دیگر نمی‌توانست جلو خنده‌اش را بگیرد. چند دقیقه بعد ادامه داد: در رکعت اول، وسط خواندن حمد، امام جماعت شروع کرد سرش را خاراندن. یک‌دفعه دیدم آن پنج نفر هم شروع کردند به خاراندن سر.

خیلی خنده‌ام گرفته بود؛ اما خودم را کنترل کردم. وقتی امام جماعت از سجده بلند شد، مهر به پیشانی‌اش چسبیده بود و افتاد. پیش‌نماز به سمت چپ خم شد که مهرش را بردارد. یک‌دفعه دیدم همه آنها به سمت چپ خم شدند و دستشان را دراز کردند. اینجا بود که دیگر نتوانستم تحمل کنم و زدم زیر خنده.<sup>۱</sup>

## ۲. رفع تکلیفی

نوع دیگر نماز که مشابه مورد قبلی، ولی یک درجه برتر از آن است، نمازی است که بر اساس احساس وظیفه بندگی به درگاه خالق متعال خوانده می‌شود. مشکل این نوع عبادت نیز این است که غالباً افراد دارای چنین تفکری، قائل به جایگزین برای چنین تکلیفی هستند؛ بنابراین قضای نماز و یا واگذاری آن به آینده و دوران پیری و مانند آن از نمونه‌های رایج این نوع نماز است و تأخیر یا قضای نماز چندان مهم به نظر نمی‌رسد. مهم آن است که بالاخره به‌جا آورده شود، خواه اول وقت یا آخر وقت یا حتی پس از وقت و به‌صورت قضا.

این نوع نماز یکی از مصادیق سبک شمردن نماز است که باعث محروم شدن از رحمت خداست؛ چون همان‌گونه که نماز نخواندن یک

۱. به نقل از: کتاب سلام بر ابراهیم.



گناه بزرگ است، نماز را خفیف شمردن و بی‌اهمیت دانستن نماز، اثر نماز را از بین می‌برد و ما را از رحمت خداوند و شفاعت اهل بیت دور می‌کند. قرآن کریم دربارهٔ بهانه‌های بنی‌اسرائیل - که دستور ذبح گاوی به آنها داده شد و هر بار نکتهٔ جدیدی بهانه می‌کردند تا بالاخره وقتی تمام راه‌های بهانه‌جویی بسته شد گاو مدنظر را ذبح کردند - تعبیر عجیب و تکان‌دهنده‌ای دارد و دربارهٔ این عمل آنان می‌فرماید:

"قَذَّبْجُوهَهَا وَمَا كَادُوا يَفْقَهُونَ": گاو را از روی بی‌میلی ذبح کردند.<sup>۱</sup>

گویا خداوند به ما هشدار می‌دهد که اگر در پیشگاه قدس او ایفای دستورهای الهی از روی بی‌میلی و سبک‌شمردن امر او باشد، مساوی و هم‌درجه با ترک آن عمل است و ارزش چندانی ندارد لذا می‌فرماید گاو را ذبح کردند؛ ولی گویا این عمل را انجام ندادند.

ام‌حمیده

پس از وفات امام صادق (علیه السلام) ابوبصیر نزد ام‌حمیده آمد تا تسلیتی عرض کند. ام‌حمیده شروع کرد به گریه کردن. ابوبصیر نیز که نابینا بود، شروع کرد به گریستن.

ام‌حمیده به ابوبصیر گفت: ابوبصیر! نبودی و لحظه آخر امام را ندیدی. جریان عجیبی رخ داد. امام در حالی فرو رفت که تقریباً حال غشوه بود. سپس چشم‌هایش را باز کرد و فرمود: به تمام خویشان نزدیک من بگویید بالای سر من حاضر شوند. ما امر امام را اطاعت و همه را دعوت کردیم. وقتی همه جمع شدند، امام در همان حالات، در لحظات آخر عمرشان، یک مرتبه چشمش را گشود و رو کرد به جمعیت و همین یک جمله را گفت: "ان شفاعتنا لا تنال مستخفاً بالصلاة": هرگز شفاعت ما به مردمی که نماز را سبک بشمارند، نخواهد رسید. این را گفت و جان به جان‌آفرین تسلیم کرد.

شهید مطهری درباره این جمله حضرت می‌نویسد: امام نفرمود که شفاعت ما به مردمی که نماز نمی‌خوانند نمی‌رسد، آن که تکلیفش خیلی روشن است، بلکه فرمود به کسانی که نماز را سبک می‌شمارند، شفاعت ما نمی‌رسد؛ یعنی چه نماز را سبک می‌شمارند؟ یعنی وقت و فرصت دارد، می‌تواند نماز خوبی با آرامش بخواند؛ ولی نمی‌خواند. نماز ظهر و عصر را تا نزدیک غروب نمی‌خواند. نزدیک غروب که شد می‌رود یک وضوی سریعی می‌گیرد و بعد با عجله یک نمازی می‌خواند و فوراً مهرش را می‌گذارد آن طرف؛ نمازی که نه مقدمه دارد و نه مؤخره؛ نه آرامش دارد و نه حضور قلب.

طوری عمل می‌کند که خب دیگر این هم یک کاری است و باید نمازمان را هم بخوانیم. این خفیف شمردن نماز است.

این جور نماز خواندن خیلی فرق دارد با آن نمازی که انسان به استقبالش می‌رود: اول ظهر که می‌شود با آرامش کامل می‌رود وضو می‌گیرد، وضوی با آدابی، بعد می‌آید در مصلائی خود اذان و اقامه می‌گوید و با خیال راحت و فراغ خاطر نماز می‌خواند. السلام علیکم را که گفت فوراً در نمی‌رود. مدتی بعد از نماز با آرامش قلب تعقیب می‌خواند و ذکر خدا می‌گوید.

این علامت این است که نماز در این خانه احترام دارد. نمازخوان‌هایی هستند که خودشان نماز را استخفاف می‌کنند، یعنی کوچک می‌شمارند، نماز صبحشان دم آفتاب است؛ نماز ظهر و عصرشان دم غروب است؛ نماز مغرب و عشايشان وقتی است که چهار ساعت از شب گذشته است و نماز را با عجله و شتاب می‌خوانند.

...نماز را نباید استخفاف کرد؛ نباید سبک شمرد؛ نباید انسان کوشش بکند که در نماز فقط به واجباتش قناعت بکند و بگوید خب، برویم بینیم فتوای مرجع تقلید چیست؟ آیا می‌گوید سه تا "سبحان الله" و "الحمد لله" و "لا اله الا الله" و "الله اکبر" باید گفت یا یکی هم کافی است؟ خب مجتهد باید فتوایش را بگوید. مجتهد می‌گوید یکی هم کافی است. احتیاط مستحبی این است که سه تا گفته شود. دیگر ما

نباید بگوییم حالا که گفته‌اند یکی کافی است ما هم یکی بیشتر نمی‌خوانیم. این فرار از نماز است.

ما باید طوری باشیم که وقتی هم که مجتهد به ما می‌گوید یکی واجب است و دو تای دیگر مستحب، بگوییم ما معتنم می‌شماریم و آن دو تای دیگر را هم می‌گوییم.<sup>۱</sup>

### ۳. نماز ترسوها

روحیات انسان‌ها بسیار متفاوت است و هر کدام به دلایل خاصی به عبادات و واجبات و محرمات الهی واکنش نشان می‌دهند و آن را می‌پذیرند. در بحث نماز نیز یکی از علل شایع برای اقامه آن، تصویر دهشتناکی از جهنم و سوختن در آتش آن است که انگیزه‌ای قوی برای نماز خواندن به شمار می‌رود.

مشکل این گروه که تنها ترس از عذاب خدا آنان را به عبادت وامی‌دارد، این است که اگر خداوند جهنم را نمی‌آفرید و عذاب عالم برزخ و قیامت در کار نبود و مردم تنها از نظر برخورداری از اصل ثواب و مراتب آن و درجات بهشت متفاوت می‌بودند، خدا را نمی‌پرستیدند.

۱. مرتضی مطهری؛ آزادی معنوی؛ ص ۱۳۱ - ۱۳۳.

این نوع عبادت همان است که در روایات به عبادت بردگان تعبیر شده است. طبق فرمایش حضرت علی علیه السلام، عبادت چنین افرادی عبادت بردگان است که از ترس شلاق ارباب، فرمان‌های وی را اجرا می‌کنند. این‌گونه عبادت‌ها، گرچه رافع تکلیف است و بازدارندهٔ انسان از محرمات، کامل نیست و از امتیاز اخلاص حقیقی بی‌بهره است.

#### ۴. به عشق بهشت

دلیل دیگری که باعث اقبال برخی به نماز می‌شود، رسیدن به نعمت‌های وعده داده شدهٔ اخروی و ثواب‌های بهشتی و حورالعین‌هایی است که خداوند در قرآن مردم را به آنها دعوت کرده است؛ لذا آنان به انگیزهٔ رسیدن به این نعمت‌ها خداوند را می‌پرستند. به‌واقع آنان خوی تجارت‌پیشگی دارند و انگیزهٔ آنها رسیدن به سود سرشار است. ایشان در پی آن‌اند که در معاملهٔ خود با خداوند به سود بزرگی برسند که بهشت و نعمت‌های آن است. این نوع عبادت، در روایات به "عبادت تاجران" تعبیر شده و از شرایط نماز کامل بی‌بهره است. چه بسا اگر حورالعین و غذاها و تفریحات وعده داده شدهٔ بهشتی نبود، از نماز اینان هم خبری نبود.

## ۵. عارفانه و عاشقانه

دانستیم همه آنان که به سوی خدا می‌روند و به پرستش و عبادت و نماز روی می‌آورند انگیزه یکسانی ندارند. حال باید دید برترین انگیزه برای پرستش و عبادت خداوند کدام است؟

امام حسین علیه السلام می‌فرماید: "إِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ رَغْبَةً فَتِلْكَ عِبَادَةُ التُّجَّارِ وَإِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ رَهْبَةً فَتِلْكَ عِبَادَةُ الْعَبِيدِ، وَإِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ شُكْرًا فَتِلْكَ عِبَادَةُ الْأَحْرَارِ، وَ هِيَ أَفْضَلُ الْعِبَادَةِ": همانان گروهی خدا را برای شوق بهشت می‌پرستند که این پرستش تاجران است و گروهی دیگر خدا را از روی ترس می‌پرستند که این پرستش بردگان است و گروهی خدا را از روی شکر و سپاس عبادت می‌کنند که این عبادت آزادگان است و این نوع پرستش والاترین نوع عبادت است.<sup>۱</sup>

بنابراین برترین و کامل‌ترین نوع عبادت، عبادتی است که از سر اخلاص و شوریدگی و دلدادگی و عشق به حضرت دوست باشد. در این مرتبه، عاشق از معشوق چیزی برای خود نمی‌خواهد و عشق او به سبب بهره‌ای نیست که از معشوق می‌برد، بلکه او به مرتبه‌ای رسیده

۱. محمدباقر مجلسی؛ بحارالانوار؛ ج ۷۸، ص ۱۱۷. مشابه این روایت از حضرت علی علیه السلام نیز

در نهج البلاغه حکمت ۲۳۷ نقل شده است.

است که خود را نمی‌بیند و با همه وجود در معشوق فانی می‌شود و در برابر او به خاک می‌افتد.

در این‌گونه عبادت، خداوند در شعور آگاه و فطرت بیدار شخص پیداست. وی خدا را آن‌گونه می‌پرستد که برخاسته از فطرت اوست و اگر خداوند بهشت و جهنمی نمی‌آفرید، باز او را به سبب حب و عشق ستایش می‌کرد. چنین عبادتی که تنها برای خشنودی خداوند و تقرب به اوست، خالص و کامل است؛ چراکه از نیت‌های نفسانی و غیرخدایی پاک و آراسته است. دلی که به او تعلق گرفت، از هر چیز جز او رهایی می‌یابد. عبادت مولا علی علیه السلام، مظهر چنین عبادتی است و خود حضرت در سخنی چنین می‌فرماید: "الهی ما عَبَدْتُكَ خَوْفاً مِنْ نَارِكِ وَ لَا طَمَعاً فِي جَنَّتِكَ بَلْ وَجَدْتُكَ اَهْلًا لِلْعِبَادَةِ فَعَبَدْتُكَ!" خداوندا! تو را نه به دلیل ترس از جهنم و نه به طمع بهشتت پرستش کردم، بلکه تو را شایسته پرستیدن یافتم و عبادتت کردم.<sup>۱</sup>

ز بارگاه قدس حق، یک نفس او کنار نیست

علی است عاشق خدا، بندگی اش شعار نیست

۱. محمدباقر مجلسی؛ بحار الانوار؛ ج ۶۷، ص ۱۸۶.

## نَفَسِ رَاحَت!

اینجاست که می‌توان نفس راحتی کشید؛ زیرا انسان به چرایی تأثیرنداشتن نماز در رفتار و کردار برخی نمازگزاران و کسانی که چه‌بسا در طول چند دهه عمر، حتی یک نمازشان هم قضا نشده است، پی می‌برد؛ زیرا دغدغه نمازخوان‌های بی‌ایمان یا سست‌ایمان، همواره ذهن‌ها به خود معطوف کرده و پیامدهای روانی فراوانی به بار آورده و در برخی موارد بهانه و چماقی شده است برای کوبیدن بر سر نمازگزاران و مؤمنان حقیقی.

اما فرد زیرک و هوشمند، در نوع و رتبه و درجه نماز دقیق می‌شود تا حقیقت ماجرا برایش روشن شود و به راحتی درمی‌یابد که این گروه نمازشان حقیقی و عارفانه و عاشقانه نبوده است و گرنه بدون شک و به فرموده قرآن، خاصیت نماز این است که انسان را از بدی‌ها و گناهان دور می‌سازد!<sup>۱</sup> حال کسی که نماز می‌خواند و مرتکب گناه هم می‌شود، بی‌شک نمازش نماز نبوده که نه تنها خاصیت اثربخشی و شفادهی نداشته، بلکه چه‌بسا باعث دوری او از خداوند شده است؛ لذا رسول خدا ﷺ در پیامی چنین هشدار دادند: "هر کس نمازش او را از فحشا

۱. "ان الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنکر".



و منکر باز ندارد، هیچ بهره‌ای از نماز، جز دوری از خدا نبرده است.<sup>۱</sup> به گفته امام صادق علیه السلام: "به رکوع و سجده‌های طولانی افراد نگاه نکنید؛ زیرا ممکن است به آن عادت کرده باشند و برای آنان یک امر عادی شده باشد؛ چنان‌که اگر آن را ترک کنند، وحشت می‌کنند، بلکه به راست‌گویی و امانت‌داری آنان بنگرید."<sup>۲</sup> لذا خداوند متعال به داوود پیامبر صلی الله علیه و آله چنین فرمود: "چه بسیار رکعت‌های طولانی خاشعانه نمازگزاری نزد من به اندازه فتیلی<sup>۳</sup> ارزدا! زیرا وقتی من به قلب اونظر می‌کنم می‌بینم تا از سلام نماز فارغ شد، اگر زنی خود را به او عرضه نماید او را اجابت خواهد کرد و اگر مؤمنی با او معامله کند، به او خیانت خواهد نمود."<sup>۴</sup>

### ملاک تشخیص

اگر بپرسند از کجا می‌توانیم بفهمیم نماز ما جزء کدام دسته است، با توجه به آنچه گفته شد، پاسخ آن روشن است؛ زیرا نماز کامل و

۱. محمدباقر مجلسی؛ بحار الانوار؛ ج ۸۲، ص ۱۹۸.

۲. عبدعلی بن جمعه حویزی؛ تفسیر نور الثقلین، ج ۱، ص ۴۹۶؛ محمد بن یعقوب کلینی؛ کافی، ج ۲، ص ۱۰۵.

۳. فتیل به نخ نازکی که در شکاف هسته خرماست، گفته می‌شود.

۴. الجواهر السنیة، ص ۸۸.

عارفانه و عاشقانه، نمازی تحول‌آفرین است؛ نمازی است که نه تنها به‌جا آوردن آن سنگین و خسته‌کننده نیست، بلکه انسان با اشتیاق معنوی وصف‌ناپذیری به دنبال آن است و همواره منتظر شنیدن صدای خوش اذان و رسیدن لحظات و ثانیه‌های لذت‌بخش گفت‌وگو با حضرت دوست است.

چنین نمازی برای انسان آرامش و پیش‌برندگی معنوی دارد و زمینه‌ساز توفیقات روزافزون است و دید انسان را چنان گسترده می‌سازد که لذت معنوی نماز را با هیچ لذتی معاوضه نمی‌کند و مراقبت و توجه کامل برای توفیق دوباره را به حداکثر می‌رساند و از زشتی‌ها و لذت‌های زودگذر به‌راحتی چشم می‌پوشد و تغییر را در خود احساس می‌کند.

باید ای دل اندکی بهتر شویم	یا نه، اصلاً آدمی دیگر شویم
از همین امروز، هنگام نماز	با خدا قدری صمیمی‌تر شویم
مثل رویای درخت و روح گل	زیر احساسات باران، تر شویم <sup>۱</sup>

۱. سیدحسن ثابت محمودی مشهور به سهیل محمودی، از شلوغ پیاده‌روها.

## یادگاری

رسول الله ﷺ فرمودند: "رَكَعَتَانِ مُقْتَصِدَتَانِ فِي تَفَكُّرٍ خَيْرٌ مِنْ قِيَامٍ لَيْلَةٍ وَالْقَلْبُ لَاهٍ؛" دو رکعت نماز همراه با تفکر و حضور قلب، ارزشمندتر از یک شب زنده داری با دل سرگردان و بدون توجه است.<sup>۱</sup>

---

۱. محمدباقر مجلسی؛ بحارالانوار؛ ج ۷۴، ص ۸۲.

## خودآزمایی

۱. چگونه نماز بخوانیم تا نماز را دوست داشته باشیم؟
۲. معنای جمله "نماز، معبر است" چیست؟
۳. برترین و مقرب‌ترین نوع نماز کدام است؟
۴. چرا نماز در برخی نمازگزاران کم‌اثر است؟
۵. نماز شما جزء کدام درجه نماز است؟

چشم به راه

اضطراب شیرین

"آقا. آقا. آقا قربونت برم. آقا فدات بشم. توروخدا من رو دور آقا بگردون. توروخدا من رو دور آقا بگردونین". اینها را مادر دو شهیدی می‌گوید که حالا دیگر روی ویلچر نشسته. رهبر را که می‌بیند، به نفس نفس می‌افتد. اصرار کرده بود که بیاورندش جلو در برای استقبال. لابد می‌خواست اولین نفری باشد که رهبر را می‌بیند. از نیم‌ساعت پیش که شنیده میهمانش فرد دیگری است، آرام روی ویلچر نشسته و آرام شکر خدا کرده و اشک ریخته. اما حالا دیگر خبری از آن مادر آرام نیست. هنوز روی ویلچر نشسته و هنوز شکر خدا می‌کند و هنوز اشک می‌ریزد، اما این بار با صدای بلند؛ درست مثل دخترش؛ درست مثل نوه‌اش.

مادر به محافظ‌ها گلایه می‌کند که چرا زودتر ماجرا را نگفته‌اند؛ اما خودش حرفش را کامل می‌کند: "اگه گفته بودین، تا حالا سخته کرده بودم".

صندلی رهبر را می‌گذارند کنار عکس شهدا؛ ویلچر او را هم کنار صندلی رهبر؛ اما او می‌خواهد به استقبال رهبر برود. برای همین با

همان ویلچر می‌برندش جلو در. برای اینکه نفسش نگیرد، به نوه‌ها می‌گوید اسپری‌اش را بیاورند. دو مدل اسپری مختلف توی گلویش می‌زند. نوه‌ها چادرش را مرتب می‌کنند و حالا او آماده استقبال از رهبرش است.

رهبر را که می‌بیند، اسپری‌ها خاصیتشان را از دست می‌دهند. به نفس نفس می‌افتد. یک نفس "آقا آقا" می‌گوید و قربان صدقه "آقا" می‌رود. به همه التماس می‌کند: "تو رو خدا من رو دور آقا بگردونین"؛ اما رهبر تشکر می‌کند و منع. او هم عبا‌ی رهبر را می‌گیرد و چندین بار می‌بوسد.

رهبر می‌نشیند و حال و احوالی با مادر می‌کند و پرس‌وجویی از نحوه شهادت فرزندان و دعایی به حال فرزندان: "خدا ان شاءالله که هردوشون رو با پیغمبر محشور کنه. با اولیائش محشور کنه. خدا به شما اجر بده. چشم شما رو روشن کنه" ...<sup>۱</sup>.

---

۱. «شما هم ما را دعا کنید»، گزارشی از بازدید سرزده رهبر از خانواده شهیدان فاطمی، به نقل از: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله‌العظمی سیدعلی خامنه‌ای (مدظله‌العالی). *khamenei.ir*. مؤسسه پژوهشی - فرهنگی انقلاب اسلامی.

## ثانیه‌های تنبل

حقیقت این است که ما اگر کسی را دوست داشته باشیم، برای دیدارش لحظه‌شماری می‌کنیم و دوست داریم دقایق و ثانیه‌ها با سرعت بگذرند تا زودتر به دیدار محبوب خود نایل شویم. در زندگی روزمره نیز همین‌گونه است. وقتی منتظر آمدن کسی هستیم یا وقتی می‌خواهیم به میهمانی یا دیدار شخصی برویم که در نظر ما جایگاه والا و مقام بالایی دارد، شور و اشتیاق عجیبی وجود ما را فرامی‌گیرد و هر چه به دیدار محبوب نزدیک‌تر می‌شویم، اضطراب شیرین لحظه‌ وصل نیز بیشتر می‌شود و ضربان قلبمان شتاب بیشتری می‌گیرد. لذت این انتظار زمانی به اوج می‌رسد که محبوب ما نیز شیدا و دلدادۀ ما باشد و او هم با تمام وجود ما را دوست داشته باشد. همان خدایی که به من و تو نزدیک است<sup>۱</sup> و خود فرموده است: "لَوْ يَعْلَمُ الْمُدْبِرُونَ عَنِّي كَيْفَ أَنْتَظِرِي لَهُمْ وَ رَفِئِي بِهِمْ وَ شَوْفِي إِلَي تَرْكِ مَعَاصِيهِمْ لَمَاتُوا شَوْقًا إِلَيَّ": اگر کسانی که از من روی گردانده‌اند، می‌دانستند که من چقدر منتظر بازگشت آنها هستم و چه اندازه با آنها مدارا می‌کنم و چقدر دوست دارم که دنبال گناه و معصیت نروند، از شدت خوشحالی و محبت به من خواهند مُرد.<sup>۲</sup>

۱. «نحن اقرب اليه من جبل الوريد»؛ به انسان از رگ گردنش هم نزدیک‌تریم. (ق: ۱۶).

۲. محمد ری شهری؛ میزان الحکمه، ج ۴، ح ۲۷۹۷.

کسانی که واقعاً خدا را دوست داشته و لذت این محبت و انتظار دیدار را چشیده و درک کرده و با تمام وجودشان منتظر دیدار محبوبشان بودند، هنگام نماز حالاتی به آنها دست می‌داد:

### پیامبر اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

چون وقت نماز می‌رسید، چنان منقلب می‌شد که گویا از مدت‌ها قبل منتظر فرارسیدن چنین وقتی بوده است و در این حال، نه او کسی را می‌شناخت و نه کسی او را.<sup>۱</sup>

ایشان روزی به ابوذر غفاری فرمودند: "ای اباذر! خداوند متعال، نماز را محبوب دل من ساخته است؛ همان‌گونه که غذا را محبوب دل گرسنگان و آب را مطلوب تشنگان قرار داده است؛ ولی گرسنه و تشنه از غذا و آب سیر می‌شوند؛ اما من هرگز از نماز سیر نمی‌شوم."<sup>۲</sup>

همسر پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ گفته است: "با رسول خدا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ سخن می‌گفتمیم. همین‌که هنگام نماز می‌شد، حالتی به خود می‌گرفت که گویی نه او ما را می‌شناخته است و نه ما او را می‌شناخته‌ایم."<sup>۳</sup>

۱. میرزا حسین نوری طبرسی، مستدرک الوسائل؛ کتاب الصلاة، باب ۲، حدیث ۱۷.

۲. حر عاملی، محمدبن حسن، وسائل الشیعه؛ ج ۷، صص ۳۰۴ و ۳۰۶، از ابواب صوم مندوب.

۳. همان، ص ۲۶۴. علامه محمدباقر مجلسی، بحار الانوار؛ ج ۸۱، ص ۲۶۳.



## امیرالمؤمنین علیه السلام

در حالات حضرت علی علیه السلام چنین آمده است: به هنگام نماز، رنک و رخسارش تغییر می کرد و بدن مبارکش به لرزه می افتاد و می فرمود: "وقت ادای امانتی است که خداوند آنرا به آسمانها و زمین و کوهها عرضه کرد؛ ولی آنها از قبول آن خودداری ورزیدند و انسان آن را پذیرفت؛ حال آنکه من ضعیفم و نمی دانم می توانم آن امانت را ادا کنم یا خیر".<sup>۱</sup>

## حضرت زهرا علیه السلام

حضرت فاطمه علیه السلام هنگامی که به عبادت می ایستاد، بدنش از ترس مقام خداوند می لرزید و با تمام وجود به عبادت روی می آورد و موجب فخر خداوند بر فرشتگان بود. نقل کرده اند که ایشان از خوف خداوند در نماز نفس نفس می زد.<sup>۲</sup>

---

۱. همان، ج ۸۱، ص ۲۴۸.

۲. همان، ج ۸۴، ص ۲۸۵.

## امام حسن علیه السلام

حضرت امام حسن مجتبی علیه السلام هرگاه برای نماز برمی‌خواست، بهترین لباس خود رامی‌پوشید و می‌فرمود: "خداوند زیباست و زیبایی را دوست دارد"<sup>۱</sup> و زمانی که به سوی مسجد حرکت می‌کرد، وقتی به در مسجد می‌رسید، سرش را به سوی آسمان بلند می‌کرد و با خشوع مخصوص می‌گفت: "الهی ضیفک بیابک، یا محسن قد اتاک المسیء، فتجاوز عن قبیح ما عندی بجمیل ما عندک یا کریم": خدایا! مهمان تو به در خانه آمده است، ای نیکوبخش! گنه‌کاری به محضرت بار یافته است؛ پس به لطف و کرمت از گناهانم بگذر، ای خدای بزرگوار!<sup>۲</sup>

نیز نقل شده است که مفاصل بدن مبارک حضرت، هنگام وضو می‌لرزید و رنگ مبارکش زرد می‌شد، علت آن را از حضرت پرسیدند. فرمود: "سزاوار است هرکس در پیشگاه پروردگار بایستد، رنگش زرد شود و اندامش بلرزد."<sup>۳</sup>

همچنین نقل کرده‌اند که هرگاه صدای مؤذن را می‌شنید، احوالش متغییر می‌شد و رنگشان به زردی می‌گرایید. وقتی از آن بزرگوار علت را

۱. حر عاملی، محمدبن حسن، وسائل الشیعه؛ ج ۴، ص ۴۵۵.

۲. عباس قمی، منتهی الامال؛ ج ۱، ص ۲۶۷.

۳. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۴۳، ص ۳۳۹.

پرسیدند، می فرمود: "خدای متعال، مؤذن را به سوی من فرستاده است که از من بخواهد خدمت ویژه نماز را انجام دهم و من نمی دانم آیا آن خدمت و عمل را از من می پذیرد یا نه؟ اکنون چگونه رنگم متغیر نشود؟"<sup>۱</sup>

### امام حسین علیه السلام

"كَانَ الْحُسَيْنُ بْنُ عَلِيٍّ إِذَا تَوَضَّأَ تَغَيَّرَ لَوْنُهُ وَارْتَعَدَتْ مَفَاصِلُهُ، فَقِيلَ لَهُ فِي ذَلِكَ فَقَالَ: حَقُّ لِمَنْ وَقَفَ بَيْنَ يَدَيِ الْمَلِكِ الْجَبَّارِ أَنْ يَصْفَرَ لَوْنُهُ وَيَزْتَعِدَ مَفَاصِلُهُ": امام حسین علیه السلام وقتی وضو می گرفت، رنگش می پرید و پاهایش می لرزید. وقتی سبب را پرسیدند، فرمود: سزاوار است کسی که در مقابل خدای با جبروت ایستاده است، رنگش زرد شود و پاهایش بلرزد.<sup>۲</sup>

نقل کرده اند: هرگاه امام حسین علیه السلام وضو می گرفت، رنگ چهره اش تغییر می کرد. به ایشان عرض کردند: "چرا چنین حالتی به شما دست می دهد؟" حضرت فرمود: "کسی که می خواهد بر خداوند وارد شود سزاوار است حالش چنین باشد."<sup>۳</sup>

۱. مهدی نصیری، نماز و عبادات حضرت امام حسن مجتبی علیه السلام؛ ص ۱۷.

۲. علی بن سعد الخياط و دیگران، جامع الاخبار؛ ص ۷۶.

۳. فیض کاشانی، محجة البيضاء؛ ج ۱، ص ۳۵۱.

## امام سجاده علیه السلام

امام باقر علیه السلام درباره حالات پدرشان می‌فرمود: "كَانَ عَلِيُّ بْنُ الْحُسَيْنِ علیه السلام إِذَا تَوَضَّأَ إِصْفَرَ لَوْنَهُ، فَيَقُولُ لَهُ أَهْلُهُ، مَا الَّذِي يَغْشَاكَ؟ فَيَقُولُ: أَتَدْرُونَ لِمَنْ أَتَاهَبُ لِلْقِيَامِ بَيْنَ يَدَيْهِ؟" پدرم امام سجاده علیه السلام هنگامی که وضو می‌ساخت، رنگ مبارکش زرد می‌شد. همراهان و نزدیکانش از او می‌پرسیدند: چه چیز شما را می‌ترساند؟ حضرت در جواب می‌فرمود: آیا می‌دانید آماده می‌شوم تا در مقابل چه کسی بایستم؟<sup>۱</sup>

امام سجاده علیه السلام چون برای نماز آماده می‌شد و وضو می‌گرفت، رنگ رخسارش دگرگون می‌شد و چون از علت آن می‌پرسیدند، پاسخ می‌داد: آیا می‌دانی می‌خواهم به آستان چه بزرگی ره‌یابم و در مقابل چه مقامی قرار بگیرم.<sup>۲</sup>

طاووس یمانی از اصحاب امام زین العابدین علیه السلام می‌گوید: چون به نماز می‌ایستاد، رنگ چهره گلگون می‌گشت، بیم از خدا در اندامش متجلی بود و چنان نماز می‌گزارد که گویی آخرین نماز اوست. چون به سجده می‌رفت، تا دیرزمان در سجده می‌ماند و چون سر برمی‌داشت،

۱. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار؛ ج ۴۶، ص ۷۴.

۲. ابوالحسن علی بن عیسی بن ابی الفتح اربلی، کشف الغمه؛ ج ۲، ص ۲۸۰.

قطرات عرق بر بدنش جاری بود. همواره تربت سیدالشهداء علیه السلام را به همراه داشت و پیشانی جز بر آن نمی‌نهاد. <sup>۱</sup>

می‌گویند آن حضرت همین که در نماز به جمله "مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ" می‌رسید، آن قدر آن را تکرار می‌کرد که اطرافیان خیال می‌کردند حضرت در آستانه جان دادن قرار گرفته است. <sup>۲</sup>

### امام باقر و امام صادق علیه السلام

و امام باقر و امام صادق علیه السلام زمانی که به نماز می‌ایستادند، رنگ صورت مبارکشان تغییر می‌کرد، گاهی قرمز و زمانی زرد می‌شد؛ مثل اینکه با کسی مناجات می‌کنند که او را می‌بینند. <sup>۳</sup>

### امام کاظم علیه السلام

احمد بن عبدالله از پدرش نقل می‌کند که بر فضل بن ربیع وارد شدم؛ در حالیکه وی بر جایی بلند نشسته بود. همین که مرا دید، گفت: درون

۱. نورالله شوشتری، احقاق الحق؛ ج ۱۲، ص ۲۶.

۲. محمد باقر مجلسی، بحار الانوار؛ ج ۸۴، ص ۲۴۷.

۳. همان، ج ۸۴، ص ۲۴۸.

این اتاق چه می‌بینی؟ گفتم: پیراهنی است در وسط اتاق گفت: خوب نگاه کن! گفتم: گویا مردی است که به سجده رفته است.

گفت: آیا او را می‌شناسی؟ او موسی بن جعفر، امام هفتم شیعیان، است. من روز و شب مراقب او هستم و در تمام اوقات، وی را چنین دیدم که پس از به‌جا آوردن نماز صبح، مشغول تسبیح می‌شود تا آنکه خورشید طلوع کند. سپس به سجده می‌رود و در سجده می‌ماند تا زوال خورشید. پس از نماز عشاء، افطار می‌کند و تجدید وضو می‌نماید و به سجده می‌رود. او تا سپیده صبح سرگرم عبادت است.<sup>۱</sup>

### امام رضا علیه السلام

امام رضا علیه السلام می‌فرمود: اگر برای نماز ایستادی، تلاش کن حالت کسالت و خواب‌آلودگی و سستی و تنبلی نداشته باشی، بلکه با آرامش و وقار نماز را به‌جای آور. بر تو باد که در نماز خاشع و خاضع باشی و برای خدا تواضع کنی و خشوع و خوف را بر خود هموار سازی. در آن حال که میان بیم و امید ایستاده‌ای و پیوسته با آرامش و نگرانی. همانند بنده گریخته و گنه‌کار که در محضر مولایش ایستاده است، در پیشگاه خدای عالمیان بایست. پاهای خود را کنار هم بگذار و قامتت را

۱. ابن الجوزی، مناقب؛ ج ۴، ص ۳۱۸.

راست نگهدار و به راست و چپ توجه نکن و چنان باش که گویی خدا را می‌بینی، که اگر تو او را نمی‌بینی، او تو را می‌بیند.<sup>۱</sup>

البته این حالات در دیگر معصومان علیهم‌السلام نیز وجود داشته است؛ حتی بزرگان و عارفانی نیز بوده‌اند که به درجاتی از این مقام دست یافته بودند که در این مختصر مجال بیان آنها نیست و در اینجا به ذکر دو نمونه اکتفا می‌کنیم.

### امام خمینی رحمته‌الله

امام رحمته‌الله به نماز اول وقت خیلی علاقه داشتند. در آخرین روز عمرشان، تقریباً ساعت ده شب، نماز مغرب و عشا را با اشاره خواندند. همهٔ امیدها قطع شده بود و دکترها تقریباً همه چیز را تمام‌شده می‌دانستند. امام در حالت بیهوشی بودند که یکی از پزشکان بالای سرشان رفت و برای اینکه شاید با نماز بشود آقا را به هوش آورد، گفت: آقا! وقت نماز است. همین را که گفت، آقا یک لحظه چشمان خود را تکان دادند و در همان حالت بیهوشی، نمازشان را با اشاره خواندند. از صبح آن روز هم مرتب از ما سؤال می‌کردند که چقدر به ظهر مانده؟ چون خودشان ساعت دم دستشان نبود و آن قدرت را

۱. ابن بابویه، علی بن حسین، فقه الرضا علیه‌السلام؛ ص ۱۰۱.

نداشتند که به ساعت نگاه کنند، یک‌ربع به یک‌ربع از ما می‌پرسیدند. نه به خاطر اینکه نمازشان قضا نشود، به خاطر اینکه نماز را اول وقت بخوانند.<sup>۱</sup>

### رُخ به رُخ

در مورد نماز آیت‌الله سیدمحمدتقی خوانساری (۱۳۰۵-۱۳۷۱ق) چنین نقل شده است: او حضور خدا را با همه وجود خود احساس می‌کرد. نشاط حضور در نمازش نمودِ چشمگیری داشت. در آینه خلوت او حقیقت چهره می‌گشود. وی در نمازش که جُرعه‌ای از چشمهٔ حضور بود، دست از جان می‌شست و تا بلندای نماز پرواز می‌کرد و اشک‌های اجابت، گونه‌هایش را تر می‌کرد.

آیت‌الله اراکی (۱۳۱۲-۱۴۱۵ق) که از نزدیکان آن فقیه مجاهد بودند، در مورد نماز ایشان می‌گویند: "آنچه من فهمیدم دربارهٔ حالت‌های ویژه‌اش در نماز که وقتی جمعی از ایشان در این مورد

۱. مجله زن روز، ش ۱۲۶۷، خرداد ۱۳۶۹، خاطره از خانم نعیمه اشراقی نوه امام خمینی علیه السلام. نماز



پرسیدند، او در جواب گفت: من در نماز که می‌ایستم، مثل اینکه با خدا شفاهی دارم صحبت می‌کنم؛ کأنه رُخ به رُخ هستم.<sup>۱</sup>

خرم آن روی که در روی تو باشد همه عمر  
وین نباشد مگر آن وقت که رای تو بود  
ذره‌ای در همه اجزای من مسکین نیست  
که نه آن ذره معلق به هوای تو بود<sup>۲</sup>

### یادگاری:

رسول مهربانی صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود: "لَا يَزَالُ الْعَبْدُ فِي صَلَاةٍ مَا انْتَهَرَ الصَّلَاةَ": بنده تا زمانی که منتظر نماز است، در حال نماز است.<sup>۳</sup>

۱. سید محمدتقی خوانساری؛ «بر چشمه ساران حضور»، مجله حوزه؛ ش ۱۲، ص ۵۹.

۲. شمس تبریزی.

۳. نهج الفصاحه؛ ص ۵۲۷، حدیث ۲۵۴۸.

## خودآزمایی

۱. چرا حالات بزرگان و پیشوایان دین هنگام نماز تغییر می‌یافت؟
۲. آیا تاکنون لذت انتظار برای نماز را چشیده‌اید؟
۳. حالات معنوی امام علی علیه السلام را توضیح دهید؟
۴. چگونه می‌توان شوق نماز را در خود ایجاد کرد؟

## بالانس روح

### پس گردنی

روحانی لشکر سخرنانی می‌کند. حاج همت، تازه گرم شنیدن سخنان او شده است که باز هم آن مرد از مقابلش می‌گذرد و مثل همیشه سلام می‌کند. حاج همت هم مثل همیشه جوابش را می‌دهد و مثل همیشه به فکر فرومی‌رود تا او را بشناسد؛ اما هر چه به مغزش فشار می‌آورد، او را به‌جا نمی‌آورد. چند بار تصمیم گرفته است موضوع را از خودش بپرسد؛ اما نیرویی از درون، مانع از این کار شده است. حاج همت هر موقع آن مرد را می‌بیند، چیزی شبیه شرم و گناه در خود احساس می‌کند؛ اما چه شرم و گناهی، خودش هم نمی‌داند.

روحانی لشکر می‌گوید: "پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در روزهای آخر عمرش به مسجد آمد و فرمود: هر کس حقی به گردن من دارد، برخیزد و طلب کند؛ چراکه قصاص در این دنیا آسان‌تر از قصاص در روز رستاخیز است. مردی به نام سواده برخاست و گفت: یا رسول‌الله! یک روز بر شتری سوار بودی. وقتی تازیانه‌ات را در هوا می‌چرخاندی به من خورد. حالا من می‌خواهم قصاص کنم...".

این روایت، توجه حاج همت را به خود جلب می‌کند و با اشتیاق به حرف‌های آن روحانی گوش می‌دهد. روحانی ادامه می‌دهد: "پیامبر اکرم ﷺ، خودش را برای قصاص آماده کرد. سواده گفت: یا رسول‌الله! آن روز تن من برهنه بود. رسول خدا ﷺ پیراهنش را بالا زد و گفت: قصاص کن. سواده خود را به رسول خدا ﷺ رسانید و عاشقانه او را در آغوش گرفت و شکم و سینه‌اش را بوسید. همه اهل مسجد به گریه افتادند...".

حاج همت به گریه افتاد. ناگهان چیزی در ذهنش، مثل پُتک ضربه زد. چهره آن مرد مثل یک تابلو در طاقچه ذهنش ثابت ماند. به هر طرف می‌چرخید، آن مرد را می‌دید. از شرم و عذاب وجدان، سرش را پایین انداخت و از حسینه خارج شد.

جمله پیامبر ﷺ، مثل زنگی پی‌درپی در ذهن حاج همت نواخته می‌شد: "هر کس حقی به گردن من دارد، برخیزد و طلب کند؛ چراکه قصاص در این دنیا آسان‌تر از قصاص در روز رستاخیز است...".

تن حاج همت داغ می‌شود و ضربان قلبش شدت می‌گیرد. او بی‌قرار است. اطرافیان از حالت غیرعادی او تعجب می‌کنند و با نگرانی به هم چیزهایی می‌گویند؛ اما حاج همت متوجه هیچ‌کس نیست. او تنها به آن مرد فکر می‌کند. وقتی سخنرانی روحانی تمام می‌شود،

بدون اینکه با کسی حرفی بزند، به حسینیه برمی‌گردد و در تاریکی، منتظر خروج آن مرد می‌ماند.

چیزی به پیروزی انقلاب نمانده بود. وقتی "امام خمینی" فرمان راهپیمایی داد، بیشتر مردم به خیابان‌ها ریختند. ساواکی‌ها قدرت خودشان را از دست داده بودند. در عوض عده‌ای فرصت‌طلب، قدرت گرفته بودند. آن‌ها خودشان را انقلابی جا می‌زدند و وقتی راهپیمایی می‌شد، به میان جمعیت می‌آمدند و شعارهای مردم را عوض می‌کردند. آنها به جای امام خمینی علیه‌السلام، کس دیگری را به عنوان رهبر معرفی می‌کردند. گاهی با این کارشان بین مردم تفرقه می‌انداختند و باعث به‌هم‌خوردن راهپیمایی می‌شدند. حاج همت به توطئه آنها پی‌برده و برای مقابله، شعارهای انقلابی را چاپ و بین مردم پخش کرده بود. آن روز، یک نفر از پشت بلندگو شعارها را می‌خواند و مردم تکرار می‌کردند. آن مرد جلو حاج همت حرکت می‌کرد و همراه مردم شعار می‌داد. حاج همت مراقب اوضاع بود. ناگهان دست‌های مرد بالا آمد و شعاری شنیده شد. در یک لحظه، نظم مردم به هم ریخت. چیزی نمانده بود که بی‌نظمی به همه جا سرایت کند. حاج همت در حالی که اشعار اصلی راهپیمایی را با صدای بلند تکرار می‌کرد، به سمت آن مرد هجوم برد و یک "پس‌گردنی" به او زد. آن مرد که از اینکار حاج همت

جا خورده بود، می‌خواست لب به اعتراض باز کند که با اعتراض جمعی مردم مواجه شد. با این برخورد حاج همت، شعارها دوباره منظم شد و مردم به حرکت خود ادامه دادند.

حاج همت باز هم مراقب اوضاع بود. در همان لحظه پیرمردی پیش آمد و درگوشی به او گفت: چرا آن آقا را زدی؟ حاج همت گفت: چون شعار انحرافی داد. پیرمرد پرسید: با چشم خود دیدی که او شعار داد؟ عرق سر و روی حاج همت را فراگرفت و چهره‌اش از ناراحتی کبود شد. او با چشم خودش ندیده بود. پیرمرد ادامه داد: آن کسی که شعار انحرافی داده بود، فرار کرد و رفت. حاج همت دیگر صدای پیرمرد را نمی‌شنید. سراسیمه به دنبال پیرمرد گشت؛ اما هر چه تلاش کرد، او را نیافت.

حالا چندین سال از آن ماجرا می‌گذرد و آن مرد، یکی از نیروهای لشکر حاج همت است. همان مردی که رو در روی حاج همت ایستاده و با نگاهی معنادار به او خیره شده است. حاج همت هنوز از شرم و خجالت بی‌قرار است. او با صدای بلند، از همه می‌خواهد که لحظه‌ای بمانند. حاج همت می‌گوید: "من به این مرد ظلم کرده‌ام؛ در حضور یک جمعیت هم ظلم کرده‌ام. اما حالا که از حاضر کردن آن جمعیت

عاجزم، از این مرد می‌خواهم که در حضور همین جمع، مرا قصاص کند."

حاج همت جلو می‌رود و سرش را در مقابل مرد فرود می‌آورد. همه از رفتار او تعجب می‌کنند. حاج همت، منتظر واکنش مرد می‌ماند و مرد با بغضی در گلو، دست می‌اندازد دور گردن حاج همت و گردنش را غرق بوسه می‌کند. حاج همت هم زانو می‌زند و پای مرد را می‌بوسد و اشک در چشمان همه حلقه می‌زند.<sup>۱</sup>

### بالانس روح

بی‌تردید نمازی که انسان از سر عشق و دلدادگی به پروردگار بخواند و در آن خاضعانه و خاشعانه در برابر خداوند بایستد، نمازی کامل و پیش‌برنده است که باعث ارتقای بیش از پیش انسان می‌شود و با هر نماز، یک گام به سوی کمال و قرب الی الله به‌پیش می‌رود.

اما باید توجه داشت که برای خاموش‌نشدن یا به‌سردی‌نگراییدن شور و دلدادگی انسان به خدا باید مراقب بود تا از چیزهایی که محبت و شیدایی ما را کمرنگ یا مختل می‌سازند، دوری کرد؛ مانند پرهیز از هر نوع گناه به هر بهانه‌ای، نخوردن مال حرام، کنترل نگاه،

۱. رحیم مخدومی؛ قصه فرماندهان؛ معلم فراری؛ ص ۶۹. سوره مهر، ۱۳۸۷.

حضور نیافتن در مجالس آلوده، کنترل فکر و خیال‌های شهوانی، پرهیز از دروغ و غیبت و تهمت، پرهیز شدید از تماس بدنی و شوخی با نامحرم، گوش‌ندادن به موسیقی حرام و لهو و لعب، حضور نیافتن در مکان‌هایی که احتمال آلوده‌شدن فکر و روح انسان وجود دارد. اینها گام‌های نخست و حداقل‌هایی است برای کسی که می‌خواهد در مسیر خدایی شدن قرار بگیرد و عطر الهی از او به مشام برسد؛ اما گام مهم‌تر برای هر نمازگزاری؛ به‌ویژه نوجوانان و جوانان، این است که همان‌طور که می‌دانیم، اصل وجودی انسان و تصمیم‌گیرنده و فرمانده و راهبر اصلی، روح است که سوار بر مرکب جسم شده است و او را به سمت خوبی‌ها یا بدی‌ها می‌کشاند.

روح، با وجود تمام قدرت و قوتی که دارد، بسیار حساس و شکننده و تغییرپذیر است. اصولاً تمام چیزهای ظریف و با ارزش با کوچک‌ترین تغییر و تبدیلی، از روند طبیعی خود خارج می‌شوند؛ همانند ترازوی تلافروشی که حساسیت آن بالاست و ممکن است با گردوغبار اندکی نامیزان شود؛ لذا نیازمند مراقبت بیشتری است. روح آدمی نیز به همین‌گونه است. اگر بناست از حساسیت بالای خود تنزل نکند و از قیمت آن کاسته نشود، باید پیوسته مراقب تعادل آن باشیم. هر چقدر روح لطیف‌تر، مراقبت از آن هم ضروری‌تر.



فرد نمازگزاری که می‌خواهد نماز او در روند تکامل معنوی‌اش اثربخشی داشته باشد، باید فضایی فراهم کند تا روح او با آمادگی کامل به سوی معبود برود و با جسم و جانی مملو از گرایش به خوبی‌ها و فضایل در پیشگاه الهی حاضر شود و از هر چیزی که تعادل روح او را به هم ریزد و باعث بیماری روح می‌شود، به‌شدت پرهیزد؛ چون آدمی، همان‌طور که ممکن است در تن و جسم خود به یک رشته عوارض خوب و بد دچار شود، در روح و روان خود نیز گاهی مبتلا به یک رشته عوارض و حوادث مشابه می‌گردد و تعادل و توازن معنوی آن به هم می‌ریزد؛ البته روح و جسم در بسیاری از جهات با یکدیگر تفاوت و شباهت دارند.

### تفاوت‌ها

۱. مثلاً تن حجم و وزن دارد و روح حجم و وزن ندارد؛ بنابراین اگر اندکی غذا وارد بدن بشود، بر وزن بدن اضافه می‌شود؛ اما اگر انسان یک جهان دانش و معلومات پیدا کند، ذره‌ای بر وزن و سنگینی او افزوده نمی‌گردد.

۲. ظرفیت تن و جسم محدود است و ظرفیت روح نامحدود. هر لقمه‌ای که آدمی بخورد، به همان اندازه معده‌اش پر می‌شود تا به تدریج

به کلی سیر می‌گردد و از فرو بردن یک لقمهٔ دیگر عاجز است و تا وقتی که آن غذا از معده نگذرد، جایی برای غذای جدید نیست. برخلاف معده، ظرفیت غذایی معنوی روح، سیرشدنی و پرشدنی نیست. انسان هراندازه بیشتر معلومات کسب کند، برای کسب معلومات دیگر آماده‌تر و گرسنه‌تر می‌شود و می‌گوید: خدایا! بر علم من بیفزای و چنین نیست که باید معلومات اولی خود را فراموش کند و ظرف روح خود را از آنها خالی کند تا بتواند معلومات جدیدی فراگیرد. حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: از وسعت هر ظرفی به واسطه ریختن چیزی در آن کاسته می‌شود، مگر ظرف علم که هر اندازه بیشتر در آن بریزند، وسیع‌تر و باگنجایش‌تر می‌گردد.

۳. تن به تدریج پیر و فرسوده و ضعیف می‌شود؛ ولی روح هرگز پیر و فرتوت و فرسوده نخواهد شد.

۴. تن می‌میرد و متلاشی می‌شود و هر ذره‌اش به جایی می‌رود؛ ولی روح مردنی و متلاشی‌شدنی نیست؛ باقی‌ماندنی است و بعد از رهاکردن قشر بدن به عالمی دیگر منتقل می‌شود. همان‌گونه که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: "شما برای جاوید ماندن آفریده شده‌اید، نه برای فانی‌شدن و ازبین‌رفتن".

## شباهت‌ها

افزون بر تفاوت‌های پیش‌گفته بین روح و بدن، شباهت‌هایی نیز بین آنها وجود دارد:

۱. بدن برای اینکه شاداب و بانشاط بماند، به یک رشته غذاها و آشامیدنی‌ها و تنوع‌ها احتیاج دارد. روح نیز به سهم خود غذا می‌خواهد. غذای روح علم است و حکمت و ایمان و یقین. همان‌طور که بدن بر اثر نرسیدن غذای کافی پژمرده و افسرده می‌شود، روح نیز پژمردگی و افسردگی دارد.

۲. آنچه سبب پژمردگی و افسردگی روح می‌شود، غیر از آن چیزهایی است که بدن را پژمرده و افسرده می‌سازد. امام علی علیه السلام می‌فرماید: "روح‌ها مانند بدن‌ها خستگی و افسردگی پیدا می‌کنند. در اینحال که افسردگی روحی به شما دست می‌دهد، با سرگرم‌شدن به حکمت‌های بدیع و فکرهای نغز و دلپذیر، خود را مشغول کنید".

۳. همچنین روح مانند بدن بیمار می‌شود و به معالجه و دارو احتیاج پیدا می‌کند. علت اینکه بدن بیمار می‌گردد این است که تعادل مزاج به هم می‌خورد؛ یعنی مجموع موادی که به نسبت معین باید در بدن باشد، کم و زیاد می‌شود و فرمول لازم که خداوند، طبیعت انسان را بر اساس آن ساخته است، به هم می‌خورد. به قول سعدی:

چهار طبع مخالف سرکش      چند روزی شوند با هم خوش  
گریزی زین چهار شد غالب      جان شیرین برآید از قالب<sup>۱</sup>

۴. همین‌طور که وضع و مزاج روحی بشر به محبت دیدن و محبت کردن احتیاج دارد، به نظم اخلاقی، به فهم و معرفت و دانش، به ایمان و اعتقاد و به تکیه‌گاه محکمی نیاز دارد که در کارها به او توکل کند و به او امیدوار باشد که یاری رسان او در کارهاست. اینها همه مواد لازمی است که برای مزاج روح لازم است و اگر تعادل و توازن به هم بخورد، دیگر هیچ چیزی نمی‌تواند به انسان خوشی و آرامش بدهد.<sup>۲</sup>

این است راز این همه مراقبت و حساسیت بزرگان، نه تنها به گناه، بلکه حساسیت ویژه به مسائل جزئی و کوچک.

### حساسیت ویژه رهبر

نمونه‌های این نوع حساسیت در زندگی بزرگان و علمای وارسته و باتقوا وجود دارد. حضرت آیت‌الله جوادی آملی می‌فرمود: یک روز مهمان مقام معظم رهبری بودم. فرزند ایشان "آقامصطفی" نیز

۱. سعدی شیرازی.

۲. مرتضی مطهری، حکمتها و اندرزها؛ ص ۳۶.

نشسته بود که سفره را پهن کردند. آیت‌الله خامنه‌ای به وی نگاهی کرد و فرمود: شما به منزل بروید! من خدمت ایشان عرض کردم: اجازه بفرمایید آقازاده هم باشند؛ من از وی درخواست کرده‌ام که با هم باشیم. آقا فرمودند: این غذا از بیت‌المال است؛ شما هم میهمان بیت‌المال هستید. برای بچه‌ها جایز نیست که بر سر این سفره بنشینند. ایشان به منزل بروند و از غذای خانه میل کنند.

من در آن لحظه فهمیدم که خداوند چرا این همه عزت به حضرت آقا عطا فرموده است.<sup>۱</sup>

در حالات امام خمینی علیه السلام هم نقل شده است که ایشان در فاصله‌های بین اعمال وضو، شیرآب را باز نمی‌گذاشتند.<sup>۲</sup> همچنین نقل کرده‌اند یک‌بار آقای رضوانی که مسئول مالی و دیگر کارهای حضرت امام بود، پشت یک پاکت چیزی نوشته و برای امام فرستاده بود. حضرت امام در یک کاغذ کوچک جواب داده و زیر آن نوشته بودند: شما در این کاغذ کوچک هم می‌توانستید بنویسید؛ لذا آقای رضوانی خرده‌کاغذها را جمع‌وجور می‌کرد و در کیسه‌ای می‌گذاشت و وقتی می‌خواست برای حضرت امام چیزی بنویسد، بر روی آن کاغذها

۱. مقاله «خاطرات درس‌آموزی از زندگی مقام معظم رهبری»؛ با عنوان «اصلاح الگوی مصرف».

۲. ماهنامه توسعه صادرات؛ فروردین و اردیبهشت ۱۳۸۸؛ سال سیزدهم، شماره ۷۸، ص ۱۲.

می‌نوشت و برای ایشان می‌فرستاد و حضرت امام هم زیرش جواب می‌نوشتند.<sup>۱</sup>

## دقت علامه طباطبایی

علامه طباطبایی رحمته الله همان عالم بزرگواری است که می‌فرماید: روزی در مسجد کوفه نشسته و مشغول ذکر بودم. در آن بین یک حوریهٔ بهشتی از طرف راست من آمد که یک جام شراب بهشتی در دست داشت و آن را برای من آورده بود. او خود را به من عرضه می‌کرد. همین که خواستم به او توجهی کنم، ناگهان یاد حرف استادم، مرحوم قاضی، افتادم که فرموده بود: چنانچه در بین نماز و یا قرائت قرآن و یا در حال ذکر و فکر، برای شما پیشامدی افتاد و صورت زیبایی دیدید، توجه نکنید و دنبال عمل خود باشید. به همین دلیل من نیز توجهی نکردم. آن حوریه برخاست و از طرف چپ آمد و بار دیگر آن جام را به من تعارف کرد. باز توجهی نکردم. آن حوریه رنجید و از

۱. امیررضا ستوده، فهیمه حسین‌زاده، شهرام رضازاده، پا به پای آفتاب؛ ج ۳، ص ۱۵۲ - ۱۵۳؛ به نقل

از : حجة الاسلام والمسلمین محمد رضا ناصری.

من دور شد. از آن زمان هر وقت چنین منظره‌ای را به یاد می‌آورم، از آزرده‌گی وی متأثر می‌شوم.<sup>۱</sup>

به‌راستی این‌گونه افراد چگونه به چنین مقاماتی می‌رسند؟ چه عاملی روح آنان را چنان ظریف و متعالی کرده است که حوریه برای جلب توجه و رضایتشان التماس می‌کند؟ آیا جز این است که روح آنان از هر آلودگی پاک شده و به حد‌اعلای ظرافت رسیده است تا بدان جا که همسایه‌ی علامه می‌گوید: یک روز صبح ایشان به دنبال ما فرستاد؛ با اینکه برای کار شخصی به کسی مراجعه نمی‌کرد. رفتیم دیدیم بسیار ناراحت است و نمی‌تواند مطالعه کند. معلوم شد گربه‌ای در چاه حیاط‌خوت خانه‌اش افتاده است و با آنکه مرتب برای آن غذا و گوشت می‌ریخته است، بسیار ناراحت بود که چرا ما باید غفلت کنیم و سرچاه را باز بگذاریم تا حیوان در آن بیفتد. سپس دستور داد که مقنّی بیاورند و چاه را بکنند و گربه را بیرون بیاورند. طبق نقل فرزند ایشان، این کار حدود ۱۵۰۰ تومان در آن روز برایش خرج برداشته بود؛ ولی خوشحال بود که برای نجات حیوانی اقدام کرده است.<sup>۲</sup>

۱. سیدمحمدحسین حسینی، مهر تابان؛ ص ۱۹.

۲. باقی نصرآبادی؛ رمز موفقیت استاد مطهری؛ ص ۲۶۵.

همسر علامه گفته بود: ما در منزل حق نداشتیم برای ازبین بردن مورچه یا سوسک و مانند آن سمپاشی کنیم. چون علامه معتقد بود اینها جان دارند و ما حق نداریم آنها را بی جان کنیم. باید بکوشیم منزل را نظافت کنیم تا اینها پیدا نشوند.<sup>۱</sup>

### کشف رمز بی حالی

حال با چه ملاک و معیاری می توان دریافت که تعادل روح انسان به هم خورده و از حالت طبیعی خارج شده است؟

پاسخ آن در روایات چنین آمده است: باید به نماز و حالات خود در آن دقت کنید. اگر حال خوشی برای عبادت و نماز ندارید، بدانید از حالت تعادل خارج شده و تنظیم طبیعی آن مختل شده است. پیامبر ﷺ می فرماید: "الصَّلَاةُ مِيزَانُ مَنْ وَفَى اسْتَوْفَى": نماز میزان و الگوست. هر کس شرایط و آداب آن را به شایستگی رعایت کند، پاداش کامل می گیرد.<sup>۲</sup>

۱. غلامرضا گلی زواره؛ مقاله "رشته عشق است و بر گردن نکوست"؛ مجله پیام زن؛ ص ۱۸، ش ۵۶.

آبان ۱۳۷۵.

۲. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار؛ ج ۷۳، ص ۳۴۸.



با توجه به آنچه گفته شد، رمز و راز بی‌حالی و تنبلی بسیاری از مردم و کاهلی و بی‌توجهی آنان به نماز روشن می‌شود. دلیل اینکه برخی حال نماز و عبادت ندارند یا سخت‌ترین کار برایشان اقامه نماز است، این است که حساسیت و توازن روح به سبب گناه و اشتباه به هم خورده است؛ لذا گرایش آنان به خوبی و خدای خوبی‌ها کم‌رنگ شده و لطافت روحی آنان از بین رفته است. نشانه این‌گونه افراد هم این است که به سوی گناه و کارهای بی‌ارزش که دعوت می‌شوند، با تمام قوا و با سرعت تمام آن را اجابت می‌کنند؛ ولی همین که نوبت به معنویت و نماز و عبادت می‌رسد، رخوت و سنگینی نامعلومی بر روح و بدنشان حاکم می‌شود.

### چه باید کرد؟

نسخه عمومی برای درمان این‌گونه دردها این است که باید با هر چیزی که روح انسان را نامتعادل می‌سازد، یعنی همان عبورکردن از خطوط قرمز الهی و انجام دادن گناه، مقابله کرد. در نقطهٔ مقابل، در اموری که ظرافت و لطافت روح را تقویت می‌کند مانند دعا و مناجات و ذکر و توجه و مراقبه، باید کوششی تمام کرد. نمونه‌های فراوانی از این قبیل را در زندگی راه‌یافتگان به کوی محبت الهی می‌توان دید این بزرگان برای حفظ تعادل روح و لطیف ماندن آن، به رعایت اموری

به‌ظاهر ساده که بسیاری از کنار آن می‌گذرند و به‌راحتی مرتکب آن می‌شوند، چه دقت نظرها و توجه‌هایی داشتند که یادآوری آن می‌تواند نقش مهمی در تعادل روح انسان ایفا کند.

## شهید جوان

محمدرضا از جوانانی بود که در زمان جنگ به جبهه رفته بود. در یکی از جنگ‌ها او مجروح شد و به اسارت دشمن درآمد و در آنجا به شهادت رسید. او را دفن کردند و شانزده سال بعد، هنگام تبادل جنازه شهدا با اجساد عراقی، جنازه محمدرضا شفیعی و دیگر شهدای دفن‌شده را بیرون آورد تا به گروه تفحص شهدا تحویل دهند؛ اما دیدند جنازه محمدرضا سالم است، سالم سالم.

صدام گفته بود این جنازه این‌طور نباید تحویل ایرانی‌ها داده شود. او را سه ماه زیر آفتاب سوزان می‌گذارند؛ اما تفاوتی نمی‌کند. روی پیکرش آهک می‌پاشند؛ ولی باز بی‌تأثیر است.

با پرسش از مادر ایشان معلوم شد راز سالم‌ماندن ایشان چند چیز است: هیچ‌وقت نماز شب او ترک نمی‌شد؛ همیشه باوضو بود؛ هیچ‌وقت زیارت عاشورایش ترک نمی‌شد؛ مداومت بر غسل جمعه داشت و

همچنین هر وقت برای امام حسین علیه السلام گریه می‌کرد، اشک‌هایش را به بدنش می‌مالید.<sup>۱</sup>

از این‌گونه موارد دربارهٔ علمای وارسته و شهدا بسیار نقل شده است که به چند نمونه از آنها اشاره می‌کنیم. اینها راهکارهایی هستند برای تقویت روح و جلوگیری از انحراف و ضعف آن:

### وضوی دایمی

"آخر شب بود. لب حوض داشت وضو می‌گرفت. بهش گفتم: پسرم تو که همیشه نمازت رو اول وقت می‌خوندی؛ چی شده که...؟! البته ناراحت نباش؛ حتماً کار داشتی که تا حالا نمازت عقب افتاده. محمدرضا لب‌خندی زد و بعد از اینکه مسح پاشو کشید، گفت: الهی قربونت برم مادر! نمازم رو سر وقت، مسجد خوندم. دارم تجدید وضو می‌کنم تا با وضو بخوابم. شنیدم هر کس قبل از خواب وضو بگیره و با وضو بخوابه، ملائکه تا صبح برایش عبادت می‌نویسن."<sup>۲</sup>

۱. امتداد (ماهنامهٔ فرهنگ و ادبیات مقاومت)، شماره ۴۵، مهر ۱۳۸۸.

۲. اخراج یک زگیل؛ ص ۴۷.

## رعایت قانون

"با محمدعلی داشتیم می‌رفتیم جایی. پیچیدم توی یه خیابان یک‌طرفه. زد روی پام و گفت: داری گناه می‌کنی‌ها! توی جمهوری اسلامی این کار تو خلاف قانونه. قانون هم که رعایت نکنی، گناه کردی؛ عین اینکه نمازت عمداً قضا بشه؛ هیچ فرقی هم نمی‌کنه."<sup>۱</sup>

## ویژه‌خواری ممنوع

"فرمانده بود؛ اما برای گرفتن غذا مثل بقیه رزمنده‌ها توی صف می‌ایستاد. سر صف غذا هم جلویی‌ها به احترامش کنار می‌رفتند و می‌خواستند او زودتر غذاش رو بگیره. او هم عصبانی می‌شد؛ ول می‌کرد و می‌رفت.

نوبتش هم که می‌رسید، آشپزها غذای بهتر براش می‌ریختند؛ او هم متوجه می‌شد و می‌داد به پشت سریش."<sup>۲</sup>

۱. خاطره‌ای از زندگی شهید دکتر محمدعلی رهنمون؛ یادگاران؛ شهید رهنمون؛ ص ۳۸.

۲. بهزاد دانشگر، خدمت از ماست...؛ خاطره‌ای از زندگی سردار شهید محمود کاوه؛ ص ۲۳.

## سیب حلال

"با بچه‌های فامیل، کنار نهر آب مشغول بازی بود که یک سیب قرمز و درشت از آب رد شد. بچه‌ها سیب را گرفتند و تقسیمش کردند و خوردند؛ اما علی‌رضا نخورد. گفت: من نمی‌خورم؛ شاید صاحبش راضی نباشد. بچه‌ها نفهمیدند چی گفت؛ ولی پدر از خوشحالی بال درآورد وقتی دید پسر کوچکش این قدر حلال و حرام سرش می‌شود."<sup>۱</sup>

## گناهان هفته

صدای انفجار آمد و سنگرش رفت هوا. هر چه صدایش زدیم جواب نداد... رفتیم جلو. سرش پر از ترکش شده بود. جیب‌هایش را خالی کردیم. یک کاغذ تویش پیدا کردیم. که روش نوشته بود:

## گناهان هفته:

شنبه: احساس غرور از گل‌زدن به طرف مقابل؛

یکشنبه: زود تمام کردن نماز شب؛

دوشنبه: فراموش کردن سجده شکر یومیه؛

سه‌شنبه: شب بدون وضو خوابیدن؛

---

۱. خاطره‌ای از شهید علی رضا مظفری صفا؛ فکر بکر خدا؛ ص ۷۰.

چهارشنبه: در جمع با صدای بلند خندیدن؛  
 پنج‌شنبه: پیش‌دستی فرمانده در سلام کردن؛  
 جمعه: تمام‌نکردن صلوات‌های مخصوص جمعه و رضایت‌دادن به  
 هفتصد تا.

اسمش حسینی بود. تازه رفت دبیرستان".<sup>۱</sup>

## یادگاری

"جاء رجل الى اميرالمؤمنين عليه السلام فَقَالَ يا اميرالمؤمنين، اِنِّي قَدْ حُرِّمْتُ الصَّلَاةَ بِاللَّيْلِ؟ قَالَ: فَقَالَ اميرالمؤمنين عليه السلام: اَنْتَ رَجُلٌ قَدْ قَيَّدَتْكَ ذُنُوبُكَ!": مردی از امیرالمؤمنین علی عليه السلام پرسید: توفیق خواندن نماز شب ندارم. حضرت فرمود: تو کسی هستی که گناهان پاگیرت شده است / یعنی گناهانت تو را به بند کشیده و توفیق خواندن نماز شب را از تو سلب کرده است.<sup>۲</sup>

۱. مهدی قزلی، آخرین امتحان؛ ص ۷۴.

۲. کلینی، کافی؛ ج ۳، ص ۴۵.

## خودآزمایی

۱. چرا برخی وقت‌ها علاقه‌ای به خواندن نماز نداریم؟
۲. چه رابطه‌ای میان گناه و بی‌رغبتی به نماز وجود دارد؟
۳. علت سختی و قساوت قلب چیست؟

## میدان مبارزه

### دشمن قدیمی

همه ما از شیطان بسیار شنیده‌ایم و سخن‌ها درباره آن گفته‌ایم؛ حتی خیلی وقت‌ها او را زیر رگبار لعن و نفرین خود گرفته‌ایم؛ چون احساس کرده‌ایم در ارتکاب فلان عمل ناپسند دست داشته و بار دیگر می‌خواسته است با ترفندی جدید ما را به فساد و گمراهی بکشاند.

یکی از ویژگی‌های بی‌مانند شیطان این است که به هیچ وجه کوتاه نمی‌آید و با تمام قوا به مبارزه با ما ادامه خواهد داد تا شاید بتواند از میان دام‌های مختلفی که سر راه ما پهن می‌کند، بالاخره ما را در بند یکی از این گناهان گرفتار سازد.

در دشمنی و عداوت شیطان و اینکه او همواره تلاش می‌کند با ترفندها و تاکتیک‌های جدید، انسان را گام‌به‌گام به سوی سقوط و انحراف و خارج شدن از مسیر بندگی حق تعالی بکشاند، شکی نیست. در اهمیت دشمنی شیطان همین بس که خداوند متعال در آیات فراوانی از قرآن کریم، شیطان را دشمن دیرینه انسان معرفی می‌کند و از انسان می‌خواهد مغلوب فریب‌کاری و ظاهرسازی شیطان نشود:



"إِنَّ الشَّيْطَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوٌّ مُّبِينٌ": شیطان دشمن آشکار انسان است.<sup>۱</sup>  
 "أَفَتَتَّخِذُونَهُ وَذُرِّيَّتَهُ أَوْلِيَاءَ مِنْ دُونِي وَهُمْ لَكُمْ عَدُوٌّ": آیا او [ابلیس] و  
 فرزندان او را به جای من [خدا] دوست می گیرند؛ در حالی که آنها  
 دشمن شمايند؟<sup>۲</sup>

"إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا": بی شک شیطان دشمن شماست؛  
 پس او را دشمن بگیرید.<sup>۳</sup>

"و لا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ": از گام های شیطان پیروی  
 نکنید؛ چراکه او دشمنی آشکار برای شماست.<sup>۴</sup>

### خط مستقیم

به سبب همین دشمنی هاست که پیامبر اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ در زمان های  
 مختلف، اصحاب و یاران خود را به حيله ها و نیرنگ های شیطان آگاه  
 می کردند و با اعلام آماده باش دایمی، به بازخوانی مستمر مسیر خدا  
 می پرداختند تا انسان همیشه بروز شود، وسوسه ها و ترفندهای جدید  
 شیطان کارگر نیفتد.

۱. یوسف: ۵

۲. کهف: ۵۰

۳. فاطر: ۶

۴. بقره: ۱۶۸

جابر بن عبدالله می‌گوید: روزی پیامبر ﷺ بر زمین جلو خود خطی کشید و فرمود: "این راه خداست!" سپس خط‌هایی در اطراف آن کشید و فرمود: "اینها هم راه‌هایی است که بر سر هر یک شیطانی قرار دارد که به آن دعوت می‌کند!" سپس دست خود را بر خط میانی گذاشت و این آیه را تلاوت کرد: "وَأَنَّ هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ فَاتَّبِعُوهُ، فَلَا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَنْ سَبِيلِهِ ذَلِكُمْ وَصَّاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ".<sup>۱</sup> این راه مستقیم من است؛ از آن پیروی کنید و از راه‌های پراکنده [و انحرافی] پیروی نکنید که شما را از طریق حق دور می‌سازد. این چیزی است که خداوند شما را به آن سفارش می‌کند؛ شاید پرهیزگاری پیشه کنید.<sup>۲</sup>

### راه‌های نفوذ شیطان

شیطان برای عملی ساختن‌های خود، راه‌های انحرافی و مسیرهای گمراه‌کننده‌ای را طراحی می‌کند تا بتواند انسان را از خط مستقیم بندگی، به بیراهه گناه و عصیان بکشد و با روش‌های گوناگونی در فکر و روح او نفوذ کند تا وی را به نافرمانی پروردگار سوق دهد.

۱. انعام: ۱۵۳.

۲. سیل الهدی و الرشاد، ج ۹، ص ۱۴ و با اندکی تفاوت در: محمدحسین طباطبایی؛ تفسیر المیزان فی تفسیر

القرآن؛ ج ۷، ص ۵۸۷.

وقتی دستور اخراج شیطان از بهشت صادر شد، شیطان به مقابله با خداوند پرداخت و وقاحت را بدانجا رساند که نه تنها انسان را با کمال صراحت و شدت تهدید کرد، بلکه به رَجَزْخَوَانِی در مقابل خداوند روی آورد: "لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ": حتماً سر راه مستقیم تو، برای گمراه‌سازی آنان، می‌نشینم. شیطان همچنین اکیداً بر گمراه کردن انسان سوگند یاد کرده است: "فَبِعِزَّتِكَ لَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ": به عزتت سوگند، همه آنها را فریب خواهم داد و به گمراهی خواهم کشاند.<sup>۱</sup>

سپس شیطان درباره چگونگی عملی ساختن تهدید و اجرای فریب‌های خود چنین می‌گوید: "لَأَقْعُدَنَّ لَهُمْ صِرَاطَكَ الْمُسْتَقِيمَ، ثُمَّ لَأَأْتِيَنَّهُمْ مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ وَمِنْ خَلْفِهِمْ وَعَنْ أَيْمَانِهِمْ وَعَنْ شَمَائِلِهِمْ": من بر سر راه راست می‌نشینم و انسان‌ها را از جلو می‌رانم و از پشت تعقیب می‌کنم و از طرف راست و چپ گرفتارشان می‌سازم.<sup>۲</sup>

بی‌شک منظور از جلو، پشت سر، طرف راست و طرف چپ، جهات چهارگانه جغرافیایی نیست؛ چون حوزه وسوسه شیطان، دل آدمی است؛ پس منظور شیطان از این سخن چیست؟

۱. رک: ص: ۸۲، حجر: ۳۹.

۲. اعراف: ۱۶ و ۱۷.

امام باقر علیه السلام در توضیح این آیه می‌فرماید: اینکه شیطان گفت از روبه‌رو حمله می‌کنم، یعنی اینکه مسئله مرگ و آخرت را برایشان آسان جلوه می‌دهم و آنها را با خوشی و لذت‌های دنیا مشغول می‌کنم تا آخرت را فراموش کنند تا مبادا به سبب ترس از آخرت، دست از گناه بکشند. اینکه گفت: از پشت سرشان حمله می‌کنم، یعنی آنها را به جمع کردن مال و ثروت امر می‌کنم و با وسوسهٔ اینکه به فکر آیندهٔ فرزندان خود باشید، آنان را از پرداخت حقوق و واجبات مالی منع می‌کنم. حملات از طرف راست معنایش این است که با زینت‌دادن گمراهی و زیبا جلوه‌دادن شبهات، دینشان را فاسد می‌کنم و اینکه از چپ حمله می‌کنم، یعنی اینکه با محبوب قراردادن لذت‌ها و غلبه‌دادن شهوت‌ها بر قلب‌هایشان، به آنان حمله می‌کنم.<sup>۱</sup>

## میدان مبارزه

بر طبق آنچه گفته شد، شاید چنین به نظر برسد که با این تهدیدهای همه‌جانبه و ابزارهایی که شیطان تدارک دیده، شکست و تسلیم‌شدن انسان محتمل است و چه‌بسا نمی‌توان از دست شیطان رها شد!

۱. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار؛ ج ۱۱، ص ۱۳۲ و ج ۶۰، ص ۱۵۲.

باید گفت به این مسئله از جنبه مثبت هم می‌توان نگرست؛ یعنی می‌توان تصور کرد تهدیدها و حملات پی‌درپی شیطان، نعمت و فرصتی است برای موفقیت بیشتر در راه بندگی؛ زیرا از مجموع گفت‌وشنود شیطان با خدا چنین فهمیده می‌شود که انسان در زندگی دنیایی خود در میدان مسابقه حاضر شده است، با حریفی که تمام تلاش خود را به کار بسته است تا ما را شکست دهد. این خود فرصتی است برای اثبات لیاقت و شایستگی خود به خدای متعال. اگر میدان مبارزه‌ای باشد، ولی حریفی در کار نباشد و انسان پیروز از زمین خارج شود و مدال طلا را هم از آن خود کند، آیا چنین بُرد و مدالی ارزشمند و افتخارآفرین است؟ مطمئناً جواب منفی است. چون مدال طلا و مقام والا وقتی ارزش حقیقی خود را پیدا می‌کند که حریفی نیز در کار باشد و انسان با زحمت و تلاش و کنارزدن و شکست‌دادن آنان، به پیروزی و مدال طلا دست یابد.

### راه شکست شیطان

در میدان مبارزه با شیطان، خداوند برای انسان برخی تجهیزات و وسایل مورد نیاز، به‌منظور مقابله با شیطان، تدارک دیده است تا وی دست خالی به میدان مبارزه گام نگذارد.

وقتی رجز خوانی‌ها و تهدیدها و قسم‌های شیطان به اتمام رسید، چنین به نظر آمد که انسان مغلوب حتمی این مبارزه خواهد شد؛ لذا فرشتگان از خدا پرسیدند: شیطان از چهار سمت بر انسان مسلط است؛ پس چگونه انسان نجات می‌یابد؟ خداوند فرمود: "راه بالا و پایین باز است. راه بالا نیایش و راه پایین سجده و برخاک افتادن است؛ بنابراین کسی که دستی به سوی خدا بلند کند یا سری بر آستان او بساید، می‌تواند شیطان را طرد کند."<sup>۱</sup>

### رمز و راز پیروزی در کلام امام زمان علیه السلام

در فرمایش زیبایی از حضرت مهدی علیه السلام، به همین راهکار شکست شیطان اشاره شده است. آن هم شکستی مفتضحانه و خوارکننده که شیطان را به عقب می‌راند و امید به تصرف و غلبه بر انسان را کم‌رنگ می‌سازد. آن حضرت فرمودند: "ما أَرْعَمُ أَنْفَ الشَّيْطَانِ بِسَيِّءِ أَفْضَلِ مِنَ الصَّلَاةِ، فَصَلِّهَا وَ أَرْعَمُ أَنْفَ الشَّيْطَانِ": بهترین چیز برای به خاک مالیدن بینی شیطان، نماز است؛ پس نماز بخوان و بینی شیطان را به خاک بمال.<sup>۲</sup>

۱. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار؛ ج ۶۰، ص ۱۵۵.

۲. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)؛ کمال الدین و تمام النعمه؛ ص ۵۲۰. وسائل الشیعه؛ ج ۴،

به‌راستی اگر فردی روزانه پنج بار در ساعات مختلف شبانه‌روز نمازی کامل و خالصانه بخواند، آیا دیگر راهی برای نفوذ شیطان وجود خواهد داشت؟ این مسئله حقیقتی است که در میان دوستان و آشنایان هم می‌توان به‌سادگی آن را دید. کسانی که اهل عبادت و نماز و مسجد و دعا نیستند، با یک اشاره شیطان دنبال او راه می‌افتند و راحت مرتکب گناه می‌شوند و به همین سادگی مغلوب شیطان می‌گردند و شکست را می‌پذیرند و در تسلط او درمی‌آیند.

### یادآوری و یادسپاری

راهکار مهم پیروزی در مبارزه با شیطان، ایجاد رابطه‌ای قوی و مستحکم با خداوند متعال از طریق نماز و عبادت است که سپر دفاعی محکم و نفوذ ناپذیری در مقابل شیطان ایجاد می‌کند. امام صادق عَلَيْهِ السَّلَام می‌فرماید: "قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: لَا يَزَالُ الشَّيْطَانُ دَعِرًا مِّنَ الْمُؤْمِنِ مَا حَافَظَ عَلَى الصَّلَاةِ الْخَمْسِ فَإِذَا ضَيَّعَهُنَّ تَجَرَّأَ عَلَيْهِ فَأَدْخَلَهُ فِي الْعِظَائِمِ": پیامبر صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند: تا وقتی آدمی نمازهای پنج‌گانه خویش را به وقت خود بگذارد، شیطان از او ترسان و گریزان است و چون نمازها را تباه کند، شیطان بر او دست می‌یابد و او را به گناهان بزرگ می‌کشاند.<sup>۱</sup>

۱. کافی؛ ج ۳، ص ۲۶۹.

لذا کسانی که اهمیت این مسئله را درک کرده بودند، به شدت از خود مراقبت می‌کردند و تمام راه‌های نفوذ شیطان را می‌بستند و با استعانت از نماز و نیایش، به مقابله با شیطان می‌پرداختند. یکی از این افراد شهید عباس بابایی بود.

### شهید بابایی

شهید بابایی در سال ۱۳۲۹ در شهرستان قزوین به دنیا آمد. او دوره ابتدایی و متوسطه را در همان شهر گذراند و در سال ۱۳۴۸ به دانشکدهٔ خلبانی نیروی هوایی راه یافت و پس از گذراندن دورهٔ آموزش مقدماتی، برای تکمیل دوره به امریکا اعزام شد.

شهید بابایی طبق مقررات دانشکده می‌بایست به مدت دو ماه با یکی از دانشجویان امریکایی هم‌اتاق می‌شد. امریکایی‌ها هدف این برنامه را پیشرفت دانشجویان در روند فراگیری زبان انگلیسی بر می‌شمردند؛ اما واقعیت چیز دیگری (کنترل افراد) بود. عباس در همان شرایط تمام واجبات دینی خود را انجام می‌داد و از بی‌بندوباری موجود در جامعهٔ امریکا بیزار بود. هم‌اتاقی او در گزارشی که از ویژگی‌ها و روحیات عباس به مافوق خود نوشته است، یادآور می‌شود بابایی فردی منزوی است و در برخوردها، به آداب و هنجارهای اجتماعی



بی‌اعتناست. از رفتار او برمی‌آید که نسبت به فرهنگ غرب موضع منفی دارد و شدیداً به فرهنگ سنتی ایران پایبند است. وی نوشته است: او به گوشه‌ای می‌رود و با خودش حرف می‌زند (منظور او نماز و دعاخواندن عباس بوده است).

خود شهید بابایی ماجرای فارغ‌التحصیلی از دانشکدهٔ خلبانی امریکا را چنین تعریف کرده است: دورهٔ خلبانی ما در امریکا تمام شده بود؛ اما به‌خاطر گزارشاتی که (توسط هم‌اتاقی) در پروندهٔ خدمتم درج شده بود، تکلیفم روشن نبود و به من گواهینامه نمی‌دادند تا اینکه روزی به دفتر مسئول دانشکده، که یک ژنرال امریکایی بود، احضار شدم. به اتاقش رفتم و احترام گذاشتم. او از من خواست که بنشینم. پروندهٔ من جلو او، روی میز بود. ژنرال آخرین فردی بود که می‌بایستی نسبت به قبول و یا رد شدنم اظهارنظر می‌کرد. او پرسش‌هایی کرد که من پاسخش را دادم. از سؤال‌های ژنرال برمی‌آمد که نظر خوشی نسبت به من ندارد. این ملاقات ارتباط مستقیمی با آبرو و حیثیت من داشت؛ زیرا احساس می‌کردم که رنج دوسال دوری از خانواده و شوق برنامه‌هایی که برای زندگی آینده‌ام در دل داشتم، همه در یک لحظه در حال محو و نابودی است و باید دست خالی و بدون دریافت گواهینامهٔ خلبانی به ایران برگردم. در همین فکر بودم که در اتاق به صدا درآمد و شخصی اجازه

خواست تا داخل شود. او ضمن احترام، از ژنرال خواست تا برای کار مهمی به خارج از اتاق برود. با رفتن ژنرال، من لحظاتی را در اتاق تنها ماندم. به ساعت نگاه کردم. وقت نماز ظهر بود. با خود گفتم: کاش در اینجا نبودم و می‌توانستم نماز را اول وقت بخوانم. انتظارم برای آمدن ژنرال طولانی شد. گفتم که هیچ کار مهمی بالاتر از نماز نیست؛ همین‌جا نماز را می‌خوانم. ان‌شاءالله تا نماز تمام شود، او نخواهد آمد. به گوشه‌ای از اتاق رفتم و روزنامه‌ای را که همراه داشتم به زمین انداختم و مشغول نماز شدم. در حال خواندن نماز بودم که متوجه شدم ژنرال وارد اتاق شده است. با خود گفتم چه کنم؟ نماز را ادامه بدهم یا بشکنم؟ بالاخره گفتم نماز را ادامه می‌دهم؛ هرچه خدا بخواهد همان خواهد شد. سرانجام نماز را تمام کردم و در حالی که بر روی صندلی می‌نشستم، از ژنرال معذرت‌خواهی کردم. ژنرال پس از چند لحظه سکوت نگاه معناداری به من کرد و گفت: چه می‌کردی؟ گفتم: عبادت می‌کردم. گفت: بیشتر توضیح بده. گفتم: در دین ما دستور بر این است که در ساعت‌های معین از شبانه‌روز باید با خداوند به نیایش بپردازیم و در این ساعات زمان آن فرارسیده بود. من هم از نبودن شما در اتاق استفاده کردم و این واجب دینی را انجام دادم. ژنرال با توضیحات من سری تکان داد و گفت: همه این مطالبی که در پرونده تو آمده، مثل

اینکه راجع به همین کارهاست. این طور نیست؟ پاسخ دادم: آری، همین طور است. او لبخندی زد. از نوع نگاهش پیدا بود که از صداقت و پابندی من به سنت و فرهنگ و رنگ‌نباختم در برابر تجدد جامعهٔ امریکا خوشش آمده است. با چهره‌ای بشاش، خودنویس را از جیبش بیرون آورد و پرونده‌ام را امضا کرد. سپس با حالتی احترام‌آمیز از جا برخاست و دستش را به سوی من دراز کرد و گفت: به شما تبریک می‌گویم. شما قبول شدید. برای شما آرزوی موفقیت دارم.

من هم متقابلاً از او تشکر کردم. احترام گذاشتم و از اتاق خارج شدم. آن روز به اولین محل خلوتی که رسیدم، به پاس این نعمت بزرگی که خداوند به من عطا کرده بود، دو رکعت نماز شکر خواندم.<sup>۱</sup> اکنون دو نمونهٔ دیگر از مبارزهٔ این شهید بزرگوار را با شیطان در پی می‌آوریم؛ آن هم در امریکا و در خانه شیطان بزرگ:

### مبارزه با شیطان در امریکا

یکی از دوستان ایشان می‌گوید: در دوران تحصیل در امریکا، یک روز دیدم در بولتن خبری پایگاه "ریس"، مطلبی نوشته شده که نظر همه را جلب کرده بود. مطلب به این مضمون بود: دانشجو بابایی،

۱. علی اکبر؛ پرواز تا بی‌نهایت، ص ۴۲.

ساعت دو بعد از نصف شب می‌دود تا شیطان را از خود دور کند. تا این مطلب را خواندم، رفتم سراغ عباس و گفتم: عباس! قضیه چیست؟ گفت: چند شب پیش، بدخواب شدم. رفتم میدان چمن تا کمی بدوم. کلنل باکستر و زنش مرا دیدند. از شب‌نشینی می‌آمدند. کلنل به من گفت: این وقت شب برای چی می‌دوی؟ گفتم: دارم ورزش می‌کنم. گفت: راستش را بگو؛ داری دروغ می‌گویی. گفتم: راستش محیط اینجا خیلی آلوده است. برای من وسوسه‌انگیز است. شیطان بدجوری اذیتم می‌کند و می‌خواهد من را به گناه بیندازد. دین ما توصیه کرده این‌طور موقع‌ها، عمل سخت انجام بدهید. کل داستان همین بود.<sup>۲۱</sup>

### راز نخ‌های وسط اتاق

دوست شهید بابایی می‌گوید: یک روز برای درس خواندن رفتم به اتاق عباس. دیدم یک نخ وسط اتاق نصب کرده. گفتم: این نخ دیگر چیست؟ چرا اتاق را نصف کردید؟ گفت: ولش کن؛ بیا این طرف تا به درسمان برسیم. بعداً متوجه شدم که هم‌اتاقی عباس مشروب می‌خورده

۱. امیر مؤمنان علی علیه السلام فرمود: «در ترك گناه، با نفس خویش دست‌وپنجه نرم کنید تا کشاندن آن به

سوی طاعات و عبادات بر شما آسان شود». جامع احادیث شیعه؛ ج ۳، ص ۳۲۶.

۲. علی اکبر؛ پرواز تا بی‌نهایت؛ ص ۳۶.

و عکس زنان را به دیوار می‌زده و عباس هم چون نمی‌توانست اتاقش را عوض کند، آن را نصف کرده بود. با آن دانشجوی خارجی هم توافق کرده بود که هیچ‌کس طرف دیگری نرود. هرچند وقت که می‌رفتم به اتاقش، می‌دیدم نخ را برده بالاتر نصب کرده.<sup>۱</sup>

### یک توصیه

راه‌های مبارزه با شیطان متعدد است و بهترین سبک آن هم نیایش به درگاه الهی و مستحکم کردن رابطه با اوست که بهترین تجلی آن نماز خواندن است؛ ولی روشن است نمازگزار واقعی باید به تمام آنچه باعث ناراحتی و دوری شیطان از او می‌شود هم توجه داشته باشد؛ لذا پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می‌فرماید: "آیا شما را آگاه کنم بر کارهایی که اگر انجام دادید، شیطان از شما فاصله می‌گیرد، به اندازه فاصله مشرق تا مغرب؟ گفتند: آری. فرمود: "روزه، صورت شیطان را سیاه می‌کند و صدقه کمرش را می‌شکند. دوستی برای خدا و کمک برای عمل صالح، پشت او را می‌شکند و استغفار، بند دلش را پاره می‌کند."<sup>۲</sup>

۱. علمدار آسمان؛ ص ۲۹-۳۰.

۲. سفینة البحار؛ شیخ عباس قمی؛ ج ۲، ص ۶۴.

امیرالمؤمنین علیه السلام نیز در این باره چنین راهکار می‌دهند: "صافوا الشيطان بالمجاهدة و اغلبوه بالمخالفة، تزكوا أنفسكم و تعلوا عندالله درجاتكم!" در برابر شیطان که مانع و رهزن سیر آدمی به سوی خداست، صف‌آرایی کنید و با همهٔ ساز و برگ نظامی خود به جنگ او بروید. اگر چنین کردید، جان شما تزکیه می‌شود و درجات شما بالا می‌رود.<sup>۱</sup>

یعنی اگر شیطان انسان را وسوسه و به گناهی تحریک کرد و انسان مرتکب گناه شد، به جایی که نباید نگاه بکند نگاه کرد، مالی را که نباید بگیرد گرفت یا سخنی را که نباید بگوید گفت و با اینکه می‌داند این کار گناه است با او موافقت کرد و خواسته‌های او را برآورد، زمینهٔ پیشروی او و شکست خود را فراهم کرده است. اگر کسی دستی به گناه دراز کرد، پایی به مکان حرام گشود و زبانی به دروغ و تهمت و افترا و مانند آن باز کرد، همان لحظهٔ شروع گناه، لحظهٔ پیشروی شیطان است؛ چنان‌که لحظه‌ای که دارد مقاومت می‌کند، لحظهٔ عقب‌نشینی شیطان و اسیرکردن وی است؛ اما وقتی کاملاً گناه را ترک می‌کند، لحظهٔ پیروزی او و شکست شیطان است.<sup>۲</sup>

۱. لیبی واسطی، علی بن محمد، عیون الحکم و المواعظ؛ ص ۳۰۲.

۲. ک: عبدالله جوادی آملی؛ مراحل اخلاق در قران کریم، ص ۱۱۲-۱۱۳.

## یادگاری

پیامبر ﷺ فرمود: "عَلَى كُلِّ قَلْبٍ خَادِمٌ مِنَ الشَّيْطَانِ فَإِذَا ذَكَرَ اللَّهُ تَعَالَى حَسَنًا وَ إِذَا تَرَكَ الذُّكْرَ التَّقَمَّهُ فَجَذَبَهُ وَ أَغْوَاهُ وَ اسْتَنْزَلَهُ [اسْتَنْزَلَهُ] وَ أَطْعَاهُ": هر دلی شیطانی دارد و تلاش می‌کند تا او را بفریبد؛ پس اگر خدا را یاد کرد، از او دور می‌شود و اگر یاد خدا را کنار گذاشت، آن شیطان به او نزدیک می‌شود و او را متوجه خود می‌سازد و گمراهش می‌کند و به لغزش و کم‌کم به طغیان و سرکشی وامی‌دارد.<sup>۱</sup>

---

۱. ارشاد القلوب؛ ج ۱، ص ۱۶۰-۱۶۱.

## خودآزمایی

۱. "وجود شیطان لازمه تکامل انسان است"، یعنی چه؟
۲. چه زمانی شیطانی بر انسان مسلط می‌شود؟
۳. راز اصلی شکست شیطان چیست؟



## دوربین مخفی

### اشهد انّ علیاً ولیّ الله

بازی‌اش توی والیبال حرف نداشت. به سه زبان عربی، انگلیسی و آلمانی حرف می‌زد و به طلاب، انگلیسی درس می‌داد؛ روحانی‌ای که نعلین نمی‌پوشید و به قول خودش با به‌ظاهر غیرمذهبی‌ها هم سروکار داشت. حاضر نبود کسی حتی پشت سر دشمنانش هم بد بگوید. او در خیلی از ویژگی‌ها از جمله انتقادپذیری و صبر و تحمل مخالف، در بین یاران انقلاب کم‌نظیر بود.

با جدیت می‌گفت: "بهشتی سُنَّه!" "اشهد انّ علیاً ولیّ الله" رو نمی‌گه." گفته بود شب بیا پشت سرش نماز بخون تا بفهمی اشتباه می‌کنی. به بهشتی سپرد که امشب فلانی میاد، این جمله "اشهد انّ علیاً ولیّ الله" رو بلند بگو. دکتر اذان و اقامه رو گفت؛ ولی خبری از این جمله نشد. به بهشتی اعتراض کرد که هر شب می‌گفتی؛ حالا امشب چرا؟ گفت: "اگه امشب می‌گفتم به خاطر اون آقا بود؛ ولی من که همه

وجودم محبت علی علیه السلام است، چرا باید برای یک نفر بگویم." <sup>۱</sup> آفرین به این اخلاص!

### به عشق دیده‌شدن

طبع انسان به گونه‌ای است که دوست دارد مورد توجه و علاقه دیگران باشد و کارهای خوب و مثبت او زبانزد شود و همه، زبان به تعریف و تمجید او بگشایند. به همین دلیل برخی حاضرند با صرف هزینه‌های کلان، تیتراژ اول شوند و اسمشان سر زبان‌ها بیفتد و مشهور شوند؛ حتی برخی در کارهای خیر فعالیت می‌کنند، تا نیکوکار و خیر شناخته شوند. چه بسا این راه‌ها برای مدت زمان کمی دوام داشته باشد؛ ولی قطعاً ادامه نخواهد داشت؛ ضمن اینکه پیامدها و خسارت‌های معنوی بسیاری برای انسان به بار خواهد آورد و باعث تباه‌شدن و ازبین‌رفتن زحمات انسان خواهد شد و گناه ریا و دورویی و عمل ناخالصانه را هم در پرونده‌اش ثبت خواهد کرد.

۱. مجید تولایی، صد دقیقه تا بهشت؛ نشر بنیاد آثار دکتر بهشتی، ص ۴۴.

## داستانی از ربا

می‌گویند مردی بود که هر کار می‌کرد نمی‌توانست اخلاص خود را حفظ کند و رباکاری نکند. روزی فکر کرد و با خودش گفت: در گوشه شهر، مسجدی متروک هست که کسی به آن توجه ندارد و به آن رفت‌وآمد نمی‌کند. خوب است شبانه به آن مسجد بروم تا کسی مرا ندیده است، خالصانه خدا را عبادت کنم. در نیمه‌های شب تاریک، مخفیانه به آن مسجد رفت. آن شب رعدوبرق می‌آمد و باران شدیدی می‌بارید. او در آن مسجد مشغول عبادت شد. در میانه عبادت، ناگهان صدایی شنید. با خود گفت: حتماً شخصی وارد مسجد شد. خوشحال گردید که آن شخص فردا می‌رود و به مردم می‌گوید این آدم چقدر خداشناس و ارسته‌ای است که در نیمه‌های شب به مسجد متروک آمده و مشغول نماز و عبادت شده است. او بر کیفیت و کمیت عبادتش افزود و همچنان با کمال خوشحالی تا صبح به عبادت ادامه داد. وقتی هوا روشن شد و به آن کسی که وارد شده بود، زیرچشمی نگاه کرد، دید آدم نیست، بلکه سگ سیاهی است که بر اثر رعدوبرق و بارندگی شدید، نتوانسته در بیرون بماند و به مسجد پناه آورده است. بسیار ناراحت شد و اظهار پشیمانی کرد و پیش خود شرمند بود که ساعت‌ها برای سگ عبادت می‌کرده است.

به خود گفت: من فرار کردم و به مسجد دورافتاده آمدم تا در عبادت خود، احدی را شریک خدا قرار ندهم. اینک می‌بینم سگ سیاهی را در عبادتم شریک خدا قرار داده‌ام. وای بر من! چقدر مایهٔ تأسف است که این حالت را پیدا کرده‌ام.<sup>۱</sup>

### راهکار خداوند

برای ارضای این غریزه در وجود انسان، راهکار واقعی و حقیقی هم وجود دارد. آیا هدف این‌گونه افراد جز این است که کسی رفتار و اعمالشان را ببیند و به تصویر بکشد و همه از نماز و عبادت خالصانه و واقعی آنان تعریف و تمجید کنند و او هم از این‌همه سوز و عشق و محبت به خداوند بر خود ببالد؟

راهکار خداوند این است که قبل از هر چیز می‌فرماید: به کارهایتان رنگ و بوی خدایی بدهید: "صِبْغَةَ اللَّهِ وَ مَنْ أَحْسَنُ مِنْ اللَّهِ صِبْغَةً": رنگ خدایی [بپذیرید]، و چه رنگی بهتر از رنگ خدایی است.

اگر می‌خواهید کاری کنید، نیت و قصدتان برای خدا باشد؛ چون بالاترین کارها، حتی جهاد و شهادت در راه خدا هم اگر رنگ و بوی الهی نداشته باشد، پوچ و باطل است؛ مانند آن بیچاره‌ای که به "قتیل

۱. ملاحیب الله کاشانی، منتخب قوامیس الدرر؛ ص ۱۴۴.

الحمار" (کشته راه خر) شهرت یافت. در تاریخ نقل کرده‌اند که شخصی در جنگ میان مسلمانان و کفار کشته شد. مردم گفتند: خوشا به حالش! چه سعادت‌مند شد که در رکاب رسول خدا ﷺ به شهادت رسید. موقعی که نعش او را نزد پیامبر اعظم ﷺ آوردند تا بر او نماز بخواند، با کمال تعجب دیدند که حضرت فرمود: "هذا قتيل الحمار"؛ او کشته راه خدا نشد؛ کشته راه حمار شد.

وقتی حقیقت ماجرا را پرسیدند، حضرت فرمود: "او الاغی را در لشکر دشمن دیده بود و برای اینکه آن را تصاحب کند، گفت: حالا که مسلمانان به میدان جنگ می‌روند، ما هم می‌رویم و می‌کشیم و غنیمت نصیبمان می‌شود و الاغ را هم برای خود می‌گیریم. او برای جهاد و اسلام نیامده بود؛ برای الاغ آمده بود و در راه آن کشته شد."<sup>۱</sup>

بنابراین خداوند متعال به همگان سفارش می‌کند تمام رفتارهایشان برای جلب رضایت الهی باشد.<sup>۲</sup> سپس می‌فرماید: اگر نگران دیده‌شدن هستید، بدانید که دیده می‌شوید و همواره هستند کسانی که رفتار و گفتار و حتی کوچک‌ترین حرکات شما را ثبت و ضبط می‌کنند و هیچ چیز از قلم نخواهد افتاد.

۱. مهدی بن ابی‌ذر نراقی، کاشانی، جامع السعادات، ج ۲، ص ۲۴۴.

۲. بقره: ۱۳۸.

## دوربین مخفی

حقیقت این است که خداوند برای اینکه دل ما قرص و محکم شود و بدانیم او همه چیز را می‌بیند، تصریح می‌کند که کارهای ما را نه تنها خودش می‌بیند<sup>۱</sup> - و اگر صلاح بداند می‌تواند در کمتر از ثانیه‌ای محبت و شهرت و شوکت شما را در قلب‌ها که در دست خود اوست بیفکند - بلکه شاهدان نامریی و به اصطلاح امروزی‌ها دوربین‌های مخفی کار گذاشته است تا همه اعمال انسان به دقت ثبت و ضبط شود؛ بنابراین مأموران مخفی الهی همواره ناظر بر رفتار ما هستند و اعمال کوچک و بزرگ و مثبت و منفی ما را ثبت می‌کنند.<sup>۲</sup>

۱. «قُلْ اَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَ الْمُؤْمِنُونَ»: بگو: عمل کنید (هر کاری انجام می‌دهید)؛

خداوند و فرستاده او و مؤمنان اعمال شما را می‌بینند». (توبه: ۱۰۵).

۲. «وَمَا تَكُونُ فِي شَأْنٍ وَمَا تَتْلُوا مِنْهُ مِنْ قُرْآنٍ وَلَا تَعْمَلُونَ مِنْ عَمَلٍ إِلَّا كُنَّا عَلَيْكُمْ شُهُودًا إِذْ تُفِيضُونَ

فِيهِ وَمَا يَعْزُبُ عَنْ رَبِّكَ مِنْ مِثْقَالِ ذَرَّةٍ فِي الْاَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَلَا أَضْعَفُ مِنْ ذَلِكَ وَلَا أَكْبَرَ إِلَّا

فِي كِتَابٍ مُبِينٍ»: در هیچ حال و اندیشه‌ای نیستید و هیچ قسمتی از قرآن را تلاوت نمی‌کنید و

هیچ عملی را انجام نمی‌دهید، مگر اینکه ما گواه بر شما هستیم، آن هنگام که وارد آن / عملی

گناه یا عبادت / می‌شوید و هیچ چیز در زمین و آسمان از پروردگار تو مخفی نمی‌ماند؛ حتی به

اندازه سنگینی ذره‌ای و نه کوچک‌تر از آن و نه بزرگ‌تر از آن؛ مگر اینکه همه آنها در کتاب

آشکار / و لوح محفوظ علم خداوند / ثبت است». (یونس: ۶۱).

البته این شاهدان متفاوت‌اند: برخی درونی هستند و برخی بیرونی. اعضای بدن<sup>۱</sup> و وجدان<sup>۲</sup> نمونه‌هایی از شاهدان درونی هستند و آگاهی و نظارت پیامبر و امامان معصوم علیهم‌السلام،<sup>۳</sup> زمان<sup>۴</sup> و فرشتگان<sup>۵</sup> نمونه‌هایی از شاهدان بیرونی.

بله، واقعیت دارد؛ انسانی که به نماز ایستاده، نه تنها در محضر الهی است، بلکه فرشتگان، زمینی که وی روی آن به نماز ایستاده، لحظات

۱. «يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَجْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ»: در آن روز زبان‌ها و دست‌ها و پاهایشان بر ضد آنها به کارهایی که انجام داده‌اند، گواهی می‌دهند» (نور: ۲۴). نیز رک: پس:

۶۵

۲. قرآن کریم می‌فرماید: وقتی نامه عمل شخص را به دست او می‌دهند، به او می‌گویند: «إِقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا»: پرونده اعمال را بخوان و وجدان خود را قاضی قرار بده که همین برای تو کافی است و نیازی به محکمه دیگر نیست. (اسراء: ۱۴).

۳. برای نمونه، رک: نساء: ۴۱. مزمل: ۱۵.

۴. پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم فرمود: «خداوند از میان مخلوقات خود مراقبان بر بندگان قرار داده است؛ به گونه‌ای که تمامی کردارها و گفتارها و لحظه‌های بنده را ثبت و حفظ می‌کند و در روز قیامت به سود یا زیان او شهادت خواهند داد؛ شاهدانی مانند مکانی که در آن قرار می‌گیرد، روزها، شب‌ها، ماه‌ها [گذر زمان]، بندگان مؤمن و فرشتگان الهی». «بحارالانوار؛ ج ۷، ص ۳۱۵. میزان الحکمه؛ ج ۳، ص ۳۱۸۳.

۵. «أَمْ يَحْسَبُونَ أَنَّا لَا نَسْمَعُ سِرَّهُمْ وَنَجْوَاهُمْ بَلَىٰ وَرُسُلْنَا لَدَيْهِمْ يَكْتُمُونَ»: آیا آنان می‌پندارند ما اسرار نهان و سخنان درگوشی آنان را نمی‌شنویم؟ آری، رسولان [فرشتگان] نزد آنها هستند و [اعمال آنها را] می‌نویسند». (زخرف: ۸۰). نیز رک: انفطار: ۱۰ - ۱۲. ق: ۱۷ - ۱۸.

و وقت نمازگزاردن، امام زمان علیه السلام، اعضای بدن او، همه و همه او را می‌بینند.

امام صادق علیه السلام دربارهٔ احاطهٔ فرشتگان بر انسان در هنگام نماز می‌فرماید:

"إِذَا قَامَ الْمُصَلِّي إِلَى الصَّلَاةِ، نَزَلَتْ عَلَيْهِ الرَّحْمَةُ مِنْ أَعْنَانِ السَّمَاءِ إِلَى أَعْنَانِ الْأَرْضِ وَ حُفَّتْ بِهِ الْمَلَائِكَةُ وَ نَادَاهُ مَلَكٌ لَوْ يَعْلَمُ هَذَا الْمُصَلِّي مَا فِي الصَّلَاةِ مَا انْفَتَلَ:"  
 هنگامی که انسان به نماز ایستد، رحمت خدا از آسمان بر او نازل می‌شود و ملائکه اطرافش را احاطه می‌کنند و فرشته‌ای می‌گوید: اگر این نمازگزار ارزش نماز را می‌دانست، هیچ‌گاه از نماز منصرف نمی‌شد."<sup>۱</sup>

حضرت علی علیه السلام دربارهٔ توجه خداوند به فرد نمازگزار فرمود:

"چون نمازگزار به نماز می‌ایستد، برای او سه خصلت است: فرشتگانی او را از جای پاهایش تا آسمان احاطه می‌کنند و از آسمان بر فرق سرش رحمت و نیکی فرومی‌ریزد و فرشته‌ای از سمت راست و چپ بر او گماشته می‌شود. در این حال اگر نمازگزار توجه خود را از دست بدهد، خدای تبارک و تعالی ندا می‌دهد: بهتر از

۱. کلینی، کافی؛ ج ۳، ص ۲۶۵.



من کسی را یافته‌ای که به او توجه می‌کنی؟ اگر نمازگزار می‌دانست با چه کسی مشغول مناجات است، خسته و رنجیده نمی‌شد.<sup>۱</sup>

### یک حقیقت علمی

اشاره کردیم که یکی از مهم‌ترین شاهدان بر کردار و رفتار ما - که در روز قیامت هم بر اعمال ما گواهی خواهد داد - مکان و زمینی است که در آن عبادت می‌کنیم. یکی از واقعیت‌هایی که در منابع دینی ما وجود دارد و امروزه دانشمندان هم به آن اعتراف کرده‌اند، وجود درک و شعور در اشیا و جمادات است؛ یعنی تمام چیزهایی که در اطراف ما هستند و ما کمترین درک و شعوری برای آنان قائل نیستیم، درک و شعور دارند و طاعات و عبادات یا خدای ناکرده گناه و معصیتی را که ما در حضور آنها انجام داده‌ایم، ثبت می‌کنند و روزی در پیشگاه پروردگار به شهادت لب به سخن خواهند گشود.

پیامبر اعظم ﷺ فرمودند: "فضاهایی که انسان در آن اعمال خوب یا بد [گناه یا عبادت] انجام می‌دهد، شاهدانی از طرف پروردگارند که به

۱. حر عاملی، وسائل الشیعة؛ ج ۷، ص ۲۸۹.

نفع یا ضرر او شهادت خواهند داد".<sup>۱</sup>

ایشان همچنین به ابوذر غفاری فرمودند: "بنده‌ای نیست که پیشانی خود را [به سجده] در جایی از زمین بگذارد، مگر اینکه آن قسمت از زمین در روز قیامت به نفع او شهادت خواهد داد".<sup>۲</sup>

امام صادق علیه السلام نیز فرمودند: "صَلُّوا مِنَ الْمَسَاجِدِ فِي بِقَاعٍ مُخْتَلِفَةٍ فَإِنَّ كُلَّ بُقْعَةٍ تَشْهَدُ لِلْمُصَلِّيِّ عَلَيْهَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ": در مساجد گوناگون نماز بخوانید؛ زیرا هر قطعه از زمین، در قیامت برای کسی که روی آن نماز خوانده است، گواهی می‌دهد".<sup>۳</sup>

### نمونه‌های ناب تاریخی

نگاهی به شرح حال و سیره زندگانی معصومان علیهم السلام نیز این حقیقت را بیشتر آشکار می‌کند که به چند نمونه از آن اشاره می‌کنیم تا اطمینان و آرامش درونی‌مان بیشتر شود.

۱. در مورد حضرت علی علیه السلام نقل کرده‌اند هنگامی که به خزانه بیت‌المال درهم و دینار فراوانی سرازیر می‌شد، ایشان بی‌درنگ همه را

۱. عبدالرحمن الخازنی، میزان الحکمه؛ ج ۳، ص ۲۱۸۳.

۲. حر عاملی، وسائل الشیعه؛ ج ۵، ص ۱۸۸. محمدبن حسن طوسی؛ امالی؛ ص ۵۳۴.

۳. حر عاملی، وسائل الشیعه؛ ج ۳، ص ۴۷۴. بحارالانوار؛ ج ۸۰، ص ۳۸۴.

میان مردم تقسیم می‌کردند و سپس در همان مکان دو رکعت نماز می‌خواندند. چرا؟ "رَجَاءُ أَنْ تَشْهَدَ لَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ": به این امید که همان مکان در روز قیامت به نفع حضرت شهادت دهد و بگوید علی عليه السلام همه بیت‌المال را میان اهل آن تقسیم کرد و درهمی برای خود ذخیره نساخت.<sup>۱</sup>

۲. روزی رسول اکرم صلى الله عليه وآله مشغول خواندن سوره زلزال بودند. وقتی به آیه "يَوْمَئِذٍ تُحَدِّثُ أَخْبَارَهَا" رسیدند، به مردم فرمودند: "می‌دانید زمین به چیزی خبر می‌دهد؟" عرض کردند: خدا و رسولش بهتر می‌دانند.

فرمودند: "فَإِنَّ أَخْبَارَهَا أَنْ تَشْهَدَ عَلَيَّ كُلَّ عَبْدٍ وَ أَمَةٍ بِمَا عَمِلَ عَلَيَّ ظَهَرَهَا تَقُولُ: عَمِلَ كَذَا وَ كَذَا يَوْمَ كَذَا وَ كَذَا، فَهَذَا أَخْبَارُهَا؛ منظور از خبر دادن زمین در قیامت، آگاه ساختن و بیان کردن اعمالی است که بر روی آن صورت گرفته است. می‌گوید: فلان مرد یا زن در فلان روز فلان کار (عبادت یا گناه) را روی من انجام داده است، این است خبر دادن زمین."<sup>۲</sup>

۳. شخصی از امام صادق عليه السلام پرسید: آیا انسان نمازهایش را در یک مکان بخواند یا اینکه هر نمازی را در جایی بخواند؟ حضرت در پاسخ فرمودند: بهتر است نمازهایش را در جاهای مختلف بخواند: "فَإِنَّهَا تَشْهَدُ

۱. الشامی، محمدبن یوسف الصالحی، سبل الهدی و الرشاد؛ ج ۱۱، ص ۳۰۱.

۲. حر عاملی، میزان الحکمه؛ ج ۳، ص ۲۱۸۳.

تَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ": زیرا مکان نمازگزار در روز قیامت به نفع او شهادت خواهد داد.<sup>۱</sup>

۴. بخشی از رفتارها و روش زندگی عبادی و معنوی پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ برای آموزش و توجه‌دادن مسلمانان به مسائل مهم و گشودن افق‌های جدید در پیش چشم آنان بود؛ برای مثال نقل شده است: "إِنَّهُ لَمْ يَرْتَحِلْ مِنْ مَنَزِلٍ إِلَّا وَ صَلَّى فِيهِ رَكَعَتَيْنِ، وَ قَالَ: حَتَّى يَشْهَدَ عَلَيَّ بِالصَّلَاةِ": رسول خدا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ هیچ منزلی را ترک نمی‌کردند، مگر اینکه در آن منزل دو رکعت نماز می‌خواندند و درباره دلیل این عملشان می‌فرمودند: این منازل بر نمازی که در آنها می‌خوانم شهادت می‌دهند.<sup>۲</sup> نیز می‌فرمودند: "بر وضو محافظت کنید [یکوشید همیشه با وضو باشید] و بهترین اعمال شما نماز است و مواظب زمین باشید؛ چون همواره ملازم و همراه شماست و کسی نیست که عمل خوب یا بدی روی آن انجام دهد، مگر اینکه زمین آن را بازگو خواهد کرد."<sup>۳</sup>

۱. محمدبن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)؛ علل الشرایع؛ ج ۲، ص ۳۴۳.

۲. میرزا حسین نوری، مستدرک الوسائل؛ ج ۸، ص ۲۴۵. سیدمحمدحسین طباطبائی؛ سنن النبی؛ ص

۱۶۲.

۳. تفسیر نور الثقلین؛ ج ۵، ص ۶۴۹.

ابو سعید خدری نیز می‌گوید: با صدای بلند اذان بگو؛ زیرا از رسول خدا ﷺ شنیدم که می‌فرمود: "هیچ جن و انسان و قطعه‌سنگی آن را نمی‌شنود، مگر اینکه در روز قیامت به نفع او شهادت و گواهی خواهد داد!"<sup>۱</sup>

### فیلم زندگی

انسان‌هایی که دنبال ثبت و ضبط رفتارهای مثبت خود هستند تا بتوانند نگاه و محبت مردم را به خود جلب کنند، اگر کمی بر چاشنی ایمان خود بیفزایند، متوجه خواهند شد که تمام اعمال آنان - چه مثبت و چه منفی - به صورت خودکار ثبت می‌شود و پس از این نیز ثبت خواهد شد و به نفع یا ضد او گواهی خواهد داد. حال خود اوست که با توجه به نیتی که داشته است باید پاسخگو باشد. اگر نیت او الهی و خالص بوده است، تمام عبادات و نمازهایش هم مدافع او خواهند بود و اگر به قصد ریا و فریبکاری آنها را انجام داده است، همان‌ها دشمن او و شاهی علیه او خواهند شد و او فیلم زندگی خود را نیز خواهد دید تا راه هیچ‌گونه انکاری باقی نماند. همان‌گونه که حضرت علی عَلَيْهِ السَّلَام فرمودند: "أَعْمَالُ الْعِبَادِ فِي عَاجِلِهِمْ نُصَبُ أَعْيُنِهِمْ فِي آخِرِهِمْ": اعمالی که بندگان در

۱. عبد علی بن جمعه العروسی، تفسیر مجمع البیان؛ ج ۱۰، ص ۴۱۹.

دنیا انجام می‌دهند، در روز قیامت آن را مقابل چشمان خود نصب‌شده می‌بینند.<sup>۱</sup>

امام صادق علیه السلام فرمودند: "يُذَكَّرُ بِالْعَبْدِ جَمِيعَ مَا عَمِلَ وَ مَا كُتِبَ عَلَيْهِ حَتَّى كَانَهُ فَعَلَهُ تِلْكَ السَّاعَةِ": تمام کارهای انسان و اعمالی که مأموران الهی در پرونده او ثبت کرده‌اند برای او آورده می‌شود / به نمایش درمی‌آید؛ گویا آنها را در همین لحظه انجام داده یا در حال ارتکاب آن است.<sup>۲</sup> راوی پرسید: یعنی او کارهایی را که انجام داده است در پرونده می‌بیند؟ امام فرمود: "همه کارهای خود را حتی لحظه‌ها و کوچک‌ترین کلمه‌ای که به زبان آورده، هر گامی که برداشته و آنچه انجام داده است، به یاد می‌آورد؛ گویا آنها را در همان لحظه انجام داده است."<sup>۳</sup>

۱. نهج البلاغه؛ حکمت ۷. تحف العقول؛ ص ۲۰۲.

۲. تفسیر المیزان فی تفسیر القرآن؛ ج ۱۳، ص ۷۱. تفسیر عیاشی، ج ۲، ص ۲۸۴. تفسیر مجمع البیان، ج ۶،

ص ۲۳۱.

۳. مجلسی، بحار الانوار؛ ج ۷، ص ۳۱۴. تفسیر المیزان فی تفسیر القرآن؛ ج ۱۳، ص ۳۳۵.

## یک مؤده

شاید برخی بپرسند حال که همه اعمال ما محفوظ و بایگانی می‌شود و در پیشگاه عدل الهی، روزی پرونده اعمال ما گشوده خواهد شد و در هر زمان و مکان و فضا و با هر وسیله‌ای که مرتکب گناه شده‌ایم، همان‌ها بر ضرر ما گواهی خواهند داد، پس ستاری و پرده‌پوشی خداوند چه می‌شود؟ چرا می‌گویند هر کس توبه کند خداوند گناهان او را می‌بخشد؟

پاسخ این سؤال در حدیث آمده است. امام صادق علیه السلام فرمودند: "زمانی که بنده‌ای توبه نصوح (واقعی) کند، خداوند او را دوست می‌دارد و گناهانش را می‌پوشاند". راوی پرسید: این پوشاندن و ستاری خداوند چگونه است؟ (چون همه چیز ثبت و ضبط شده است). امام فرمودند: "پرده‌پوشی خداوند به این صورت است که فرشتگانی که اعمال آدمی را می‌نویسند، گناه توبه‌کار را فراموش می‌کنند و خداوند به اعضا و جوارح انسان گنهکار و به مکانی که در آن گناه کرده است، دستور می‌دهد تا گناه وی را بپوشانند و بازگو نکنند و در حالی این شخص گنهکار خداوند را ملاقات می‌کند که هیچ شاهد و گواهی بر گناه او نخواهد بود."<sup>۱</sup>

۱. کافی؛ ج ۲، ص ۴۳۱. وسائل الشیعه؛ ج ۱۶، ص ۷۱. المیزان فی تفسیر القرآن؛ ج ۴، ص ۲۵۲.

## یادگاری

"إِنَّ اللَّهَ سُبْحَانَهُ وَ تَعَالَى لَا يَخْفَى عَلَيْهِ مَا الْعِبَادُ مُفْتَرِقُونَ فِي لَيْلِهِمْ وَ نَهَارِهِمْ، نَطَفَ بِهِ خُبْرًا وَ أَحَاطَ بِهِ عِلْمًا، أَعْضَاؤُكُمْ شُهُودُهُ وَ جَوَارِحُكُمْ جُنُودُهُ وَ صَمَائِرُكُمْ عِيُونُهُ وَ خَلَوَاتُكُمْ عِيَانُهُ:"  
 همانا آنچه بندگان در شب و روز انجام می‌دهند بر خداوند پنهان نیست، بلکه با علم دقیق خود از اعمال آنها آگاه است و با علم خویش بر آنها احاطه دارد. اعضای شما گواهان او، اندام شما سپاهیان او و روان و وجدانتان، جاسوسان او هستند و بدانید خلوت‌های شما بر خداوند آشکار است.<sup>۱</sup>

۱. نهج البلاغه؛ خطبه ۱۹۹.



## خودآزمایی

۱. پس از دیدن فیلم یک روز از زندگی خود، چه نمره‌ای به خود می‌دهید؟
۲. راه پاک کردن گناهان گذشته چیست؟
۳. در هنگام انجام دادن عمل مثبت یا منفی، هم‌زمان چند نفر ما را می‌بینند؟

## آخرین نماز

### داوطلب اعدام

پس از بازشدن در، افسر عراقی با یکی از درجه‌داران و چندسرباز وارد آسایشگاه شدند. همهٔ اسرا می‌بایست برای احترام از جا بلند می‌شدند و یک ضربهٔ پا به زمین می‌زدند. بعد از احترام، به فرمان افسر عراقی، همه نشستند. او جلو صف ایستاد و در حالی که لبخند تمسخرآمیزی بر لب داشت، گفت: می‌خواهیم یکی از شماها را اعدام کنیم. اگر داوطلبی هست، خودش برخیزد؛ وگرنه خودمان یکی را انتخاب می‌کنیم.

حرکت‌های نامناسب سربازان بعثی در کنار افسر عراقی که کابل‌ها را به دور دست خود می‌چرخاندند و حرف‌ها را به عربی ردوبدل می‌کردند، اسرا را کلافه کرده بود و شاید قدرت فکر کردن را از آنان - که در اندیشهٔ راه و چاره‌ای بودند - گرفته بود. در این حال، یکی از اسرا به نام حسن برخاست و برای اعدام شدن اعلام آمادگی کرد.

افسر عراقی با چشمان ناباور خود، قدری در صورت او خیره شد و گفت: بیا بیرون، حسن! حسن با گام‌های محکم و استوار و بی‌تردید و بدون ترس به جلو رفت. بابرخواستن او، آثار غم و اندوه در صورت

دوستان ظاهر شد. در حین رفتن او، اسرا برای آخرین بار او را تماشا می‌کردند.

در آخرین لحظات، عراقی‌ها از او درخواست کرده بودند که آخرین آرزو و وصیت خود را بخواهد تا آن را برآورند. وی تقاضای خواندن دو رکعت نماز کرده بود و آنان هم این فرصت را به او داده بودند. حسن در جلو چشم شگفت زده فرمانده و سربازان عراقی، با آرامش کامل وضویی ساخت و خود را برای خواندن دو رکعت نمازِ آخر آماده کرد. نماز به پایان رسید و او همراه آنان خارج شد.

درون آسایشگاه بچه‌ها ناآرام بودند و خدا خدا می‌کردند عراقی‌ها از تصمیم خود منصرف شوند. هنوز این افکار، اذهان اسرا را مشغول کرده بود که ناگاه عراقی‌ها به همراه حسن به داخل آمدند. ورود او باعث خوشحالی وصف ناشدنی همه شد و گل لبخند بر لب‌ها شکفت. افسر عراقی رو به بچه‌ها کرد و گفت: این جوان خیلی فهمیده و شجاع است. ما از قصد این کار را کردیم تا آن کس را که شهامت بلند شدن دارد به عنوان مسئول آسایشگاه شما انتخاب کنیم.<sup>۱</sup>

به‌راستی اگر ما نیز بدانیم که به اندازه خواندن دو رکعت نماز وقت داریم و این نماز، آخرین نماز ماست، چطور نماز می‌خوانیم؟

۱. اصغر زاغیان؛ در محراب اسارت؛ ص ۲۲.

## یک اعتراف صادقانه

نمی‌توان انکار کرد که نماز بیشتر افراد کیفیت و حقیقت لازم را ندارد. نشانه‌ی این مسئله این است که اگر یک نفر بخواهد دو رکعت نماز با حواس جمع و بدون دل‌مشغولی و افکار پراکنده بخواند، غالباً نمی‌تواند. به‌راستی کدام‌یک از ما تاکنون توانسته‌ایم دو رکعت نماز صادقانه و خالصانه به‌جا بیاوریم؟

باید اعتراف کنیم بیشتر نمازها، فرصتی است برای جست‌وجوی گمشده‌ها، یادآوری کلمات و جملات نغز یا طعنه‌آمیز دیگران، پاسخ به پرسش‌ها و تفکر درباره‌ی هر آنچه در زندگی برای ما دغدغه و معضل شده است و ما به دنبال فرصتی آرام و مناسب برای یادآوری و تفکر درباره‌ی آن بودیم. ما غرق در افکار و تخیلات و تفکرات عمیق خود هستیم و قرائت، رکوع و سجود، قیام و قعود، تسیحات و اذکار و تمامی ارکان پنج‌گانه و واجبات یازده‌گانه نماز اتوماتیک‌وار و با مهارت مثال‌زدنی انجام می‌شود.

هم‌زمان با یافتن گمشده، به‌اتمام‌رسیدن ساخت‌وساز، تثبیت لطیفه در ذهن، یافتن پاسخ مناسب پرسش و مانند آن، سلام آخر نماز هم به پایان رسیده و تکلیف الهی ادا شده و عشق واقعی به درگاه الهی ابراز شده است.

سید نعمت‌الله جزائری در کتاب *انوار نعمانیه* می‌نویسد: یکی از دوستان مورد اعتماد و عادل‌م گفت: با خود فکر کردم که در حدیث وارد شده است: هر کس دو رکعت نماز او قبول شود، عذاب نمی‌شود. به همین دلیل تصمیم گرفتم به مسجد کوفه بروم؛ در آنجا دو رکعت نماز با حضور قلب بخوانم و خود را از وسوسه‌های شیطان خالی کنم.

در نماز، ناگاه به خاطرم گذشت که مسجد کوفه مناره ندارد. اگر کسی بخواهد مناره‌ای برای آن بسازد، از کجا باید سنگ و گچ تهیه کند؟ بالاخره به فکرم رسید که از فلان محل بهتر می‌شود سنگ و گچ تهیه کرد. کم‌کم تعیین کردم که در چند روز این مناره تمام می‌شود و سر مناره را چگونه می‌سازند. همین که دو رکعت نماز تمام شد، متوجه شدم من هم از ساختمان مناره فارغ شده‌ام. فهمیدم به مسجد کوفه آمدم برای ساختن مناره، نه برای دو رکعت نماز با حضور قلب.<sup>۱</sup>

---

۱. حسین فرزین، پند تاریخ؛ ج ۵، ص ۲۲۱.

## قلب را همراه خودت بیاور!

آیا خداوند از ما چنین عبادتی خواسته است؟ اگر همین بی‌اعتنایی (بخوانید بی‌ادبی و جسارت) را هنگام سخن گفتن با پدر و مادر، معلم و مسؤل داشته باشیم، آنها چه واکنشی نشان خواهند داد؟ اگر کسی عمیقاً در این مسئله تأمل کند، قطعاً عرق شرم بر پیشانی‌اش خواهد نشست. ما حتی با دوست خود هم، با این دل‌زدگی سخن نمی‌گوییم و اگر چنین کنیم، او از ما دلخور می‌شود؛ لذا در حدیث می‌خوانیم: "بعضی چنان در برابر خدا سبک سخن می‌گویند و نماز می‌خوانند که اگر با همسایه‌شان چنین حرف بزند، جواب او را نمی‌دهند."<sup>۱</sup>

به‌راستی چه معنا دارد انسان در مقابل خالق خود چند بار در شبانه‌روز بایستد و به جای سخن گفتن با او، مدام فکر و ذکرش در مسائل حاشیه‌ای باشد؛ حتی لحظاتی را هم به گفت‌وگوی آگاهانه با او نگذراند؟ نمازی به نام خدا، برای غیرخدا!

به فرمودهٔ عارف واصل، امام خمینی رحمته‌الله حقیقتاً این عبادت فضاحت‌آور است و این مناجات شرم‌انگیز؛<sup>۲</sup> از این‌رو در منابع دینی و

۱. کلینی، وافی؛ ج ۲، ص ۱۳.

۲. امام خمینی، چهل حدیث؛ ص ۳۶۰.

آموزه‌های الهی، با بحثی به نام حضور قلب مواجه می‌شویم که به انسان تأکید می‌کنند برای گفت‌وگو با خدا باید مقدماتی فراهم شود و نماز و عبادت او با آگاهی کامل و حضور قلب باشد. "حضور قلب"، یعنی اینکه انسان بداند مشغول چه کاری است و با توجه کامل، آن را انجام‌دهد؛ یعنی توجه و تمرکز کامل در کاری که در حال انجام‌دادن آن است.

## چند راهکار برای دستیابی به حضور قلب

### ۱. خدا می‌بیند!

یکی از بهترین راهکارهای حضور قلب، برای اینکه نماز گزار بتواند در وقت عبادت از همه جا و همه چیز غیر از جمال حق تعالی فارغ و منصرف شود، این است که خود را فقط در محضر محبوب ببیند و جز او چیزی مشاهده نکند. هنگامی که نماز گزار در محضر خدا بودن را از عمق جان خود احساس کند، قطعاً توجه و التفات او هم بیشتر خواهد شد؛ همان گونه که وقتی خود را در منظر و نظارت می‌بیند یا در محضر بزرگی می‌خواهد جملاتی بیان کند، بسیار مؤدبانه و محترمانه و آرام و شمرده سخن می‌گوید؛ لذا رسول اکرم ﷺ می‌فرماید: "خدا را عبادت کن؛ آن چنان که گویا او را می‌بینی و اگر تو او را نمی‌بینی، او تو را می‌بیند."<sup>۱</sup>

امام صادق علیه السلام نیز می‌فرماید: "هنگام نماز از دنیا و آنچه در آن است، مأیوس شو و تمام توجه خود را به خدا معطوف کن و به یاد روزی باش که در برابر دادگاه عدل الهی قرار می‌گیری."<sup>۲</sup>

۱. مجلسی، بحارالانوار؛ ج ۷۴، ص ۷۴.

۲. فیض کاشانی، محجة البیضاء؛ ج ۱، ص ۳۸۲.



به همین دلیل است که از چیزهایی که نشانه بی‌ادبی و به ساحت ربوبی حق تعالی است منع شده و برخی کارها مخالف با خشوع دانسته شده است. خشوع در نگاه رسول خدا ﷺ زینت و زیور نماز شمرده شده است<sup>۱</sup> و ایشان درباره حقیقت آن فرموده‌اند: "التواضع في الصلاة و ان يقبل العبد بقلبه كله على ربه...": "فروتنی و خاکساری در نماز و اینکه بنده با تمام قلبش به سوی خدا برود..."<sup>۲</sup>

همچنین امام باقر عليه السلام فرمودند: "هر گاه به نماز ایستادی، کاملاً متوجه نماز باش؛ چون آن مقدار از نماز که با توجه باشد، برای تو مفید خواهد بود. در نماز با دست و سر و ریش خویش بازی نکن و در نماز با خودت سخن مگو و خمیازه نکش و قامت کشی نکن."<sup>۳</sup>

نقل کرده‌اند روزی نبی اکرم صلی الله علیه و آله مردی را دید که موقع خواندن نماز با ریش خود بازی می‌کرد. آن حضرت فرمود: "أما إني لو خشع قلبه لخشعت جوارحه!" همانا او اگر قلبش خاشع بود، اعضایش هم خاشع می‌شد.<sup>۴</sup>

۱. مجلسی، بحارالانوار؛ ج ۷۷، ص ۱۳۶.

۲. همان؛ ج ۸۱، ص ۲۶۴.

۳. همان؛ ج ۸۱، ص ۲۰۱.

۴. عبد علی بن جمعه العروسی، تفسیر نورالثقلین؛ ج ۳، ص ۵۲۸.

## نماز خربزه‌ای!

بزرگی می‌گفت: روزی به قصد تشریف به مسجدالحرام و خواندن نماز در آن مکان مقدس، از خانه خارج شدم. در میانه راه، خطری پیش آمد و خداوند مرا از مرگ نجات داد و با کمال سلامت به مسجد آمدم. نزدیک در مسجد، خربزه‌های بسیاری روی زمین بود و صاحبش مشغول فروش آنها بود. قیمت آن را پرسیدم، گفت: آن قسمت، فلان قیمت و قسمت دیگر ارزان‌تر و فلان قیمت است. گفتم: پس از برگشت از مسجد مقداری می‌خرم و به منزل می‌برم؛ پس به مسجدالحرام رفتم و مشغول نماز شدم. در حال نماز با خود فکر کردم از قسمت گران آن خربزه بخرم یا قسمت ارزان‌تر آن! اصلاً چه مقدار بخرم؟ خلاصه تا آخر نماز در این خیال بودم. وقتی نماز به پایان رسید و خواستم از مسجد بیرون بروم، شخصی از در مسجد وارد شد و نزدیک من آمد و در گوشم گفت: خدایی که امروز تو را از خطر مرگ نجات بخشیدی، آیا سزاوار است که در خانه او نماز خربزه‌ای بخوانی؟ فوراً متوجه عیب خود شدم و بر خود لرزیدم. خواستم از او کمک بخواهم؛ اما دیگر او را نیافتم.<sup>۱</sup>

۱. عبدالحسین دستغیب، داستان‌های شگفت؛ ص ۹۱.

## ۲. شاید آخرین نمازت باشد!

راه دیگر ایجاد حضور قلب و توجه هنگام نماز این است که انسان هر نمازی را که به جا می‌آورد، این تصور را داشته باشد که شاید پس از این نماز، دیگر فرصت و امکان خواندن نماز دیگری را نیابد و چه بسا لحظاتی دیگر چراغ عمرش خاموش شود و حسرت خواندن دو رکعت نماز با حضور قلب برای همیشه بر دلش بماند. به همین سبب رسول خدا ﷺ فرمودند: "صَلِّ صَلَاةَ مُؤَدَّعٍ تَرَى أَنَّكَ لَا تُصَلِّي بَعْدَ مَا صَلَاةَ أَبَدًا": آن چنان نماز بگزار که گویی آخرین نماز توست و دیگر هرگز نمازی نخواهی خواند.<sup>۱</sup>

این گونه نماز گزاردن، شیوه معصومین علیهم‌السلام بوده است؛ همان گونه که امام باقر علیه‌السلام درباره حالات نماز پدر بزرگوارشان می‌فرماید: "كَانَ يُصَلِّي صَلَاةَ مُؤَدَّعٍ يَرِي أَنَّهُ لَا يُصَلِّي بَعْدَهَا أَبَدًا": امام سجاد علیه‌السلام همواره مانند کسی که آخرین نماز خود را به جای می‌آورد، نماز می‌گزارد. او چنین می‌دید که پس از آن، هیچ‌گاه نماز نمی‌گزارد.<sup>۲</sup>

فرد مؤمن هم با تبعیت از پیشوایان خود، آموخته است این گونه نماز بخواند: "إِذَا صَلَّيْتَ صَلَاةَ قَرِيْبَةٍ فَصَلِّ لِقَوْتِهَا صَلَاةَ مُؤَدَّعٍ تَخَافُ أَلَّا تَعُوْدَ إِلَيْهَا": نماز

۱. مجلسی، بحارالانوار؛ ج ۸۴، ص ۲۶۴.

۲. مجلسی، بحارالانوار؛ ج ۴۶، ص ۷۹.

واجب را در وقت خودش بخوان؛ مانند کسی که نماز وداع می‌خواند و می‌ترسد بعد از این توفیق و فرصت نماز خواندن نیابد.<sup>۱</sup>

### آخرین نماز مدرّس

مدرّس رحمته‌الله بر سر سجاده‌اش می‌نشیند. نگاهش را به جایی دوخته و خاموش است. انگار که در آن دم واپسین، سراسر زندگی‌اش را مرور می‌کند؛ تا دورترین خاطره‌هایش را و حتی ضربه‌ترک‌های را که در شش سالگی به بازویش خورد و او را به نزد پدر بزرگ، به قمشه و بعد به اصفهان کشاند.

جان خسته‌اش انگار زخم تمام ضربه‌هایی را که در سراسر عمر خورده است، به یاد می‌آورد. با این حال در چهره‌اش طراوت و شادابی خاصی موج می‌زند؛ زیرا به‌خوبی می‌داند آخرین ضربه که برای همیشه او را به دیار دوست می‌فرستد، در حال فرود آمدن است.

صدای اذان، مدرّس را به خدا و دیگران را به خود بازمی‌گرداند. جهان‌سوزی (شخصی که برای قتل مدرّس آمده بود) به‌تندی قوری را از روی سماور برمی‌دارد و در استکانی چای می‌ریزد و استکان را به خَلَج (همکارش) می‌دهد. خَلَج نیز گرد پاکتی کوچک را در آن خالی

۱. فیض کاشانی، محجة البیضاء؛ ج ۱، ص ۳۵۰.

می‌کند. استکان را در مقابل مُدرّس می‌گذارد و به او می‌گوید: بخور. مُدرّس استکان را برمی‌دارد و چای را در چند جُرعه می‌نوشد و با خونسردی سریعاً به نماز می‌ایستد و در پیش روی کسانی که داغ حسرت یک تعظیم او به دلشان مانده است، در برابر خدا به رکوع می‌رود؛ رو به دوست و پشت به دشمنان زانو می‌زند و به سجده می‌افتد.

مستوفیان با نگرانی چشم دوخته است به او. مدرس رحمۃ اللہ علیہ نماز مغرب را به پایان می‌برد؛ اما زهر هنوز اثر نکرده است. مدرس هنوز بر سجاده نشسته است و ذکر می‌گوید. سه دژخیم با تعجب و وحشت به او خیره شده‌اند. در برابرش احساس ناتوانی می‌کنند. زهر را به او خورانده‌اند؛ اما تلخی در کام و جان خودشان موج می‌زند.

مستوفیان بیش از آن تاب نمی‌آورد. بلند می‌شود و مدرس را به زمین می‌اندازد. جهانسوزی و خلع نیز دست و پای سید را می‌گیرند. مدرس با صدای بلند شهادتین خود را می‌گوید. مستوفیان عمامه مدرس را باز می‌کند و آن را بر گردن او می‌پیچد. آن‌گاه دو سوی عمامه را آن‌قدر از دو طرف می‌کشد تا راه دهان، بر کلام سرخ مدرس بسته می‌شود. چشمانش به روی مُهر سجاده و لبانش به کلام خدا بسته می‌شود؛ اما جالادان هنوز رهایش نمی‌کنند. آن‌قدر عمامه را به

دور گردنش نگه می‌دارند تا پیکر نحیف و رنج کشیده‌اش سست می‌شود و ستاره بر آسمان سجاده می‌افتد؛ همچون مولایش علی علیه السلام در محراب خون.<sup>۱</sup>

### ۳. توجه به نقش حضور قلب در قبولی نماز

اهمیت مسئله حضور قلب تا بدانجاست که مقدار قبولی نماز بدان وابسته است و از نماز انسان، تنها همان مقداری که با توجه و حضور قلب بوده است، پذیرفته خواهد شد؛ همان‌گونه که امام باقر علیه السلام فرمود: "عَلَيْكَ بِالْإِقْبَالِ عَلَى صَلَاتِكَ فَإِنَّهَا يُحْسَبُ لَكَ مِنْهَا مَا آقَبْتَ عَلَيْهِ": در نماز توجه به خدا داشته باش؛ زیرا از نماز آن مقدار قبول می‌شود که با توجه خوانده شود.<sup>۲</sup>

رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم نیز فرمودند: "لَيْسَ لَكَ مِنْ صَلَاتِكَ إِلَّا مَا أَحْضَرْتَ فِيهِ قَلْبَكَ": نیست برای تو از نماز، مگر قلب تو در حال نماز باشد.<sup>۳</sup>

ایشان همچنین فرمودند: "إِنَّمَا يُكْتَبُ لِلْعَبْدِ مِنْ صَلَاتِهِ مَا عَقَلَ مِنْهَا": برای نماز یک بنده، تنها به آن اندازه‌ای که می‌فهمد، ثواب نوشته می‌شود.<sup>۴</sup>

۱. وحید نیکخواه آزاد و دیگران، ستاره‌ای بر خاک؛ ص ۱۰۶.

۲. فیض کاشانی، محجة البیضاء؛ ج ۱، ص ۳۵۴.

۳. مجلسی، بحارالانوار؛ ج ۸۱، ص ۲۵۹.

۴. میرزا حسین نوری، مستدرک الوسائل؛ ج ۳، ص ۵۷.

امام رضا علیه السلام نیز درباره نشانه‌های یک نماز کامل فرمودند: "نمازی است که با حضور قلب و فراغت اعضا و انکسار و فروتنی در حضور خداوند تبارک و تعالی باشد؛ بهشت را در طرف راستش و آتش جهنم را در طرف چپش و صراط را پیش روی خود و خداوند را در مقابل خود ببیند."<sup>۱</sup>

اگر بخواهیم تعبیری ساده و عامیانه در این باره داشته باشیم، شاید بتوان گفت نمازی در پیشگاه الهی پذیرفته است که نه تنها جسم، بلکه قلب هم با نمازگزار همراه باشد؛ زیرا به همان اندازه که اقبال و توجه و همراهی قلب باشد، نماز نیز پذیرفته خواهد شد؛ همان‌طور که پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: "لَا يَقْبَلُ اللَّهُ صَلَاةَ عَبْدٍ لَا يَحْضُرُ قَلْبُهُ مَعَ بَدَنِهِ": خداوند نماز کسی را که قلبش در کنار بدنش حضور ندارد، نمی‌پذیرد."<sup>۲</sup>

مرا غرض ز نماز آن بود که یک ساعت

حدیث درد فراق تو با تو بگزارم

وگرنه این چه نمازی بود که من بی تو

نشسته روی به محراب و دل به بازارم

۱. مجلسی، بحار الانوار؛ ج ۸۴، ص ۲۴۶.

۲. برقی؛ المحاسن؛ برقی، ج ۱، ص ۴۰۶.

#### ۴. بی‌توجهی به وسوسه شیطان

چنانچه به یاد داشته باشید، پیش از این اشاره کردیم که بهترین راه شکست شیطان در میدان مبارزه دنیا، اقامه نماز و برقراری ارتباط محکم و وثیق با خداوند داست؛ از این رو شیطان هم برای جلوگیری از این شکست، تلاش می‌کند تا به هر نحو ممکن این ارتباط برقرار نشود یا اگر هم شد، ناقص و بی‌اثر باشد.

قطعاً نمازی که دماغ شیطان را به خاک می‌مالد، یعنی او را خوار و مفتضح می‌کند، نمازی است که همراه با حضور قلب است و شرایط کمال و صحت نماز را با هم دارد تا بتواند اثرگذاری مورد نظر یا همان ریل‌گذاری به سوی قرب الهی را درست و کامل انجام دهد؛ چون اگر شیطان بتواند در حال نماز بر انسان چیره شود، گمراه‌ساختن و شکست او در غیرنماز آسان‌تر خواهد بود.<sup>۱</sup>

حضرت علی علیه السلام با اشاره به همین نکته، این حرکت شیطان را نوعی اختلاس و دزدی از جانب شیطان می‌داند و می‌فرماید:

"الْإِلْتِفَاتُ فِي الصَّلَاةِ اخْتِلَاسٌ مِنَ الشَّيْطَانِ فَإِيَّاكُمْ وَالْإِلْتِفَاتُ فِي الصَّلَاةِ فَإِنَّ اللَّهَ مُقْبِلٌ عَلَى الْعَبْدِ إِذَا قَامَ فِي الصَّلَاةِ فَإِذَا التَّمَّتْ قَالَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى يَا ابْنَ آدَمَ عَمَّنْ تَلْتَفِتُ ثَلَاثَةَ

۱. امیر مؤمنان علیه السلام فرمود: «مَنْ صَبَّحَ الصَّلَاةَ فَهُوَ لِعَيْرِهَا صَبِيحٌ»: کسی که نماز را تباه و ضایع سازد، غیرنماز را بیشتر و راحت‌تر ضایع خواهد ساخت. (وسائل الشیعه؛ ج ۳، ص ۱۹).



فَإِذَا انْتَهَتِ الرَّابِعَةَ أَعْرَضَ اللَّهُ عَنْهُ! بی توجهی در نماز اختلاسی است از شیطان؛ پس بپرهیزید از بی توجهی در نماز؛ زیرا خداوند تبارک و تعالی روی می آورد به بنده، در هنگامیکه نماز می خواند و وقتی بی توجه شد، خداوند می گوید: ای فرزند آدم! از چه کسی روی برمی گردانی؟ سه مرتبه این سخن را تکرار می کند و آن گاه که مرتبه چهارم بنده بی توجهی کرد، خداوند از او اعراض می کند.<sup>۱</sup>

### برطرف کردن عوامل حواس پرتی

برای دستیابی به حضور قلب، باید از عواملی که باعث حواس پرتی می شود پرهیز کرد؛ عواملی مانند بازی کردن با سر و ریش و لباس و اعضای بدن، خاراندن بدن، به اطراف توجه کردن، پوشیدن لباس تنگ و نامناسب، خمیازه کشیدن اختیاری، نگاه کردن به آسمان، گذاشتن دست به کمر، فشار دادن بند انگشتها و مقابل تصویر یا در باز ایستادن؛ البته انجام دادن این امور موجب بطلان نماز نمی شود.

ما در بسیاری زمانها در برابر تلویزیون روشن نماز می خوانیم و همه حواس ما به آن است. گاهی در حال خواب آلودگی و کسل بودن نماز می خوانیم. در بسیاری موارد، چون با رعایت مقدمات وارد نماز

۱. بحارالأنوار؛ ج ۸۱، ص ۲۳۹.

نمی‌شویم، حواسمان به مسائل و اتفاقات مختلف زندگی است و اصلاً به نماز توجه نداریم.

امام باقر علیه السلام می‌فرماید: "هنگام نماز با دست و سر و صورت خود بازی مکن؛ زیرا همه این کارها سبب نقص نماز می‌شود و در حالت کسالت و خواب‌آلودگی و سنگینی مشغول نماز مشو؛ زیرا چنین نمازی از آن منافقان است..."<sup>۱</sup>

همچنین مولای پرهیزگاران امام علی علیه السلام فرمودند: "لا يَقُومَنَّ أَحَدُكُمْ فِي الصَّلَاةِ مُتَكَاسِلًا وَلَا نَاعِسًا، وَلَا يُفَكِّرَنَّ فِي نَفْسِهِ فَإِنَّهُ بَيْنَ يَدَي رَبِّهِ عَزَّ وَجَلَّ، وَإِنَّمَا لِلْعَبْدِ مِنْ صَلَاتِهِ مَا أَقْبَلَ عَلَيْهِ مِنْهَا بِقَلْبِهِ": هیچ‌یک از شما با کسالت و خواب‌آلودگی به نماز نایستد و به خودش نیز فکر نکند؛ زیرا در پیشگاه پروردگار عزوجل خویش قرار دارد. بنده را همان مقدار از نمازش نصیب است که با توجه قلبی او همراه باشد."<sup>۲</sup>

## ۶. مراقبت‌های قبل از نماز

نماز، حضور در پیشگاه خداوند و شرکت در ضیافتی معنوی است که بندگان به آن فراخوانده شده‌اند؛ مانند اینکه انسان برای حضور در یک مهمانی و جشن، آداب و مقدماتی را رعایت می‌کند و با نظر

۱. همان؛ ج ۷۴، ص ۷۴.

۲. ابن بابویه، محمدبن علی (صدوق)، الخصال؛ ص ۶۱۳.

داشتن عواملی، مانند شأن مخاطب، اهمیت مجلس، شخصیت شرکت‌کنندگان و تأثیرگذاری نوع شرکت در سرنوشت و آینده او، بر حساسیت و دقت و آمادگی خویش می‌افزاید تا با بهترین شکل و هیئت در آن مراسم باشکوه حضور یابد؛ ادای فریضه الهی نیز چنین است.

نمازگزاری که می‌خواهد در پیشگاه الهی حاضر شود، اگر بخواهد بهره کافی و کاملی از این ضیافت ببرد و مدال بندگی بگیرد، باید زمینه‌های آن را مهیا سازد و لیاقت خود را به بهترین شیوه ممکن به معرض نمایش بگذارد؛ برای مثال فردی را در نظر بیاورید که وقتی اذان شروع شده یا در حال اتمام است، با اکراه برمی‌خیزد و همان‌طور که چشم به برنامه تلویزیون دوخته است و برنامه را تماشا می‌کند، برای وضو اقدام می‌کند و اقامه نماز و تماشای فیلم را هم‌زمان انجام می‌دهد تا از فیض هیچ کدام محروم نشود.

حال فرد دومی را در نظر بگیرید که در طول روز از اعضا و جوارح خود مواظبت می‌نماید و کوششی تمام می‌کند تا به دام شیطان نیفتد؛ لب‌هایش نیز مترنم به ذکر است و دقایقی است وضوی کاملی گرفته و رو به قبله بر سجاده نشسته و منتظر شنیدن صدای اذان است تا تکلیف الهی خویش را به‌جا آورد و به درگاه حضرت دوست عرض

ارادت کند. به‌راستی کدام میهمان شأن صاحبخانه را حفظ کرده و جایگاه و ارزش او را محترم شمرده است؟

بدین‌روی، جای هیچ شک و شبهه‌ای نیست که مهم‌ترین مراقبت برای شخص نمازگزار - که باعث همراه‌شدن دیگر موارد هم خواهد شد - نیفتادن در منجلاب گناه است که باعث نزول برکات و توفیق الهی برای پذیرش حق و چشیدن حلاوت و شیرینی گفت‌وگوی با پروردگار مهربان است که با کنترل و مراقبت‌های پیش از نماز به دست آمدن است. به قول شهید بزرگوار، علامه مطهری رحمته‌الله، اگر انسان بخواهد لذت‌های معنوی و الهی را در این دنیا درک کند، چاره‌ای ندارد جز اینکه از لذت‌های مادی و جسمانی بکاهد.<sup>۱</sup>

مقام معظم رهبری، امام خامنه‌ای نیز در فرمایش خود، به زیبایی این فضا را به تصویر می‌کشند:

اسلام می‌خواهد انسان‌ها را آن‌چنان بالا ببرد، دل‌ها را آن‌چنان نورانی کند، بدی‌ها را آن‌چنان از سینه من و شما بیرون بکند و دور بیندازد که ما آن حالت لذت معنوی را در همه لحظه‌های زندگی‌مان، نه فقط در محراب عبادت، بلکه حتی در محیط کار، در حال درس، در میدان جنگ، در هنگام تعلیم و تعلّم و در زمان سازندگی احساس

۱. ر.ک: مرتضی مطهری رحمته‌الله، حق و باطل؛ ص ۱۷۱ - ۱۷۳.

کنیم. "خوشا آنان که دایم در نمازند"، یعنی این. در حال کسب و کار هم با خدا، در حال خوردن و آشامیدن هم باز به یاد خدا. این‌گونه انسانی است که در محیط زندگی و در محیط عالم، از او نور پراکنده می‌شود. اگر دنیا بتواند این‌طور انسان‌هایی را تربیت کند، ریشهٔ این جنگ‌ها و ظلم‌ها و نابرابری‌ها و پلیدی‌ها و رجس‌ها کنده خواهد شد. این، حیات طیبه است.<sup>۱</sup>

در حدیثی از پیامبر ﷺ چنین نقل شده است: "رُكْعَتَانِ مِنْ رَجُلٍ وَرِعٍ أَفْضَلُ مِنْ أَلْفِ رُكْعَةٍ مِنْ مَخْلَطٍ": دو رکعت نماز انسان باتقوا برتر از هزار رکعت نماز فرد لایابالی است.<sup>۲</sup>

یعنی نه تنها نحوهٔ نماز خواندن در با ارزش شدن نماز مهم است، بلکه حالات شخص نمازگزار هم در آن نقش دارد.

همچنین از جمله وحی‌های خداوند متعال به حضرت داوود عَلَيْهِ السَّلَام این بود: "گاه بنده نماز می‌خواند و من آن را به چهرهٔ او می‌زنم و نمی‌گذارم صدایش به من برسد. ای داوود! آیا می‌دانی او چه کسی است؟" "ذَكَ"

۱. سخنرانی در اجتماع بزرگ مردم مشهد و زائران حضرت رضا عَلَيْهِ السَّلَام، ۱۳۷۰/۱/۲۹.

۲. ابوالقاسم پاینده، نهج الفصاحه؛ ح ۱۶۷۲.

الذي يُكثِرُ الالتفاتَ الى حَرَمِ الْمُؤْمِنِينَ بِعَيْنِ الْفِسْقِ": او کسی است که با چشمی ناپاک به ناموس مؤمنان می‌نگرد.<sup>۱</sup>

برای رسیدن به رَقَّتْ قلب و تقوا و حالات معنوی، دائم‌الوضو بودن، گفتن ذکر، حضور در مسجد پیش از اذان، به‌دست‌آوردن رضایت والدین و احترام به آنان، کنترل زبان و دوری از بدزبانی، کنترل و مراقبت از چشم و هر آنچه مایهٔ تَقَرُّبْ به خداست و موجب کسب رضای اوست می‌تواند مؤثر باشد؛ لذا پیامبر خدا ﷺ فرمود: "نماز بر چهار سهم بنا شده است: سهمی از آن، کامل‌گرفتن وضوست و سهمی رکوع و سهمی سجود و سهمی خشوع... و هر گاه این چهار سهم نماز، کامل نشود، نماز با تاریکی بالا می‌رود و درهای آسمان به رویش بسته می‌شود و می‌گوید: مرا تباه کردی؛ خدا تباهت کند، و آن نماز به چهرهٔ نمازگزار پرت می‌شود."<sup>۲</sup>

## یادگاری

امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمودند: "مَنْ صَلَّى رَكَعَتَيْنِ يَعْلَمُ مَا يَقُولُ فِيهِمَا انْصَرَفًا وَ لَيْسَ بَيْنَهُ وَ بَيْنَ اللَّهِ ذَنْبٌ": کسی که آگاهانه و با توجه به مفاهیم، دو رکعت نماز

۱. مجلسی، بحار الأنوار؛ ج ۸۴، ص ۲۵۷.

۲. ابو حنیفه، نعمان بن محمد، دعائم الإسلام؛ ج ۱، ص ۱۵۸.

بخواند، در حالی نمازش را به پایان می‌برد که میان او و خدایش هیچ گناهی  
نمانده است.<sup>۱</sup>

---

۱. حر عاملی، وسائل الشیعه؛ ج ۴، ص ۶۸۷.

## خودآزمایی

۱. چرا نماز ما اثربخشی لازم را ندارد؟
۲. برای رعایت حضور قلب، قبل از نماز چه مراقبت‌هایی باید انجام گیرد؟
۳. چگونه می‌توان هنگام نماز، قلب خود را از افکار آشفته حفظ کرد؟
۴. چگونه باید از "احساس حضور" در نماز لذت برد؟
۵. علامت قبولی نماز چیست؟



## فصل دوم

# نکته‌های سفارش ناب



## ۱. پرچم

تا حالا دقت کرده‌اید وقتی فرد یا گروهی پس از مدت‌ها تلاش و کوشش، موفق به فتح یک قلّه یا کوه مرتفع می‌شوند، پرچم کشورشان را در قسمت مرتفع آن نصب می‌کنند. می‌دانید علت این کار چیست؟ چون پرچم نماد و نشانه‌ای است از حضور فلان گروه یا فلان شخص از کشوری که به این افتخار دست یافته است و اینک این افتخار را به رخ همه می‌کشد و بدان مباهات می‌ورزد.

بنابراین ما که مسلمانیم، آیا نباید هر جا هستیم، پرچم مسلمانی و نماد ایمان خود را برافرازیم؟ در ورزشگاه، هنگام مسافرت، مهمانی، عروسی و مانند آن نه تنها این نماد را نصب و بدان افتخار می‌کنیم، بلکه به بسیاری جرئت حرکت و نزدیک شدن به این پرچم را می‌دهیم؛

همان‌ها که همیشه خدا محتاط و مصلحت‌اندیش‌اند و منتظرند کسی جلو بیفتد تا پشت سرش حرکت کنند.

نماد و پرچم ایمان ما، به فرموده گرامی‌ترین فرستاده خدا، نماز است؛ آنجا که فرمود: "عَلَّمَ الْإِيمَانَ الصَّلَاةَ": علامت و نشانه ایمان، نماز است.<sup>۱</sup>

نیز فرمود: "عَلَّمَ الْإِسْلَامَ الصَّلَاةَ": نماز، پرچم اسلام است.<sup>۲</sup>  
بنابراین من و شما باید پرچم نماز را هر کجا هستیم نصب کنیم تا دیگران نیز دور این پرچم بگردند و با دیدن آن به آن رغبت کنند.

### مسابقه یا نماز؟

او از همان سنین کودکی به نماز اول وقت اهمیت می‌داد و فضیلت نماز اول وقت را با هیچ چیز دیگری عوض نمی‌کرد. در دوران جوانی که به ورزش کشتی می‌رفت، روزی برای برگزاری مسابقات، به اتفاق هم، به سالن رفتیم.

مسابقات فینال بود. در میان جمعیت به تماشا نشسته بودم و چند

۱. قاضی قضاعی، شهاب الاخبار؛ ص ۵۹.

۲. ضیاء الدین محمد بن عبدالواحد المقدسی، کنز العمال؛ ج ۷، ص ۲۷۹، حدیث ۱۸۸۷.

نفر از رقیبان با هم مبارزه می‌کردند. نوبت به عباس<sup>۱</sup> رسید. چند بار نام او را برای مبارزه خواندند؛ اما او حاضر نشد. تا اینکه دست رقیب او را به عنوان برندهٔ مسابقه بالا بردند. نگران شدم و به خود می‌گفتم: یعنی عباس کجا رفته است؟ در جست‌وجوی او بودم که نگاهم به او افتاد که از درب سالن وارد می‌شد. جلو رفتم و گفتم: کجا بودی؟ اسمت را خواندند، نبودی؟ گفت: وقت نماز بود. نماز از هر کاری برایم مهم‌تر است. رفته بودم نماز جماعت.<sup>۲</sup>

نقل کرده‌اند شهید رجایی عادتش این بود که در هر شرایطی، نمازهای واجبش را سر وقت به‌جا می‌آورد. یک‌بار او در حال پرسش و پاسخ با مسئولان بود که صدای اذان بلند شد و خطاب به حضار و آن جمع گفت: اگر خبر داده باشند برای مدت بیست دقیقه ضرورت دارد ارتباط تلفنی با مرکزی برقرار کنم، آیا اجازه هست همین جا حرف را متوقف و ادامهٔ آن را به بعد از تلفن موکول کنیم؟ حضاران که از پیشنهاد نامنتظرهٔ شهید رجایی غافلگیر و شگفت‌زده شده بودند، گفتند: اختیار دارید. بله، قربان. او گفت: هم‌اکنون دستگاه بی‌سیم الهی (اذان) خبر از فرا رسیدن زمان ایفای فریضةٔ ظهر داده است. ما فعلاً وظیفه

۱. شهید عباس حاجی‌زاده که بعدها در یکی از عملیات‌ها به شهادت رسید.

۲. محمد خامه یار، ستارگان خاکی؛ ص ۲۱۹.

داریم با اقامهٔ نماز، این ارتباط را برقرار کنیم. لحظه‌ای بعد، شهید رجایی در برابرنگاه ناباورانهٔ حضار، با جمعی به نماز ایستاد و این تکلیف الهی را سروقت به‌جا آورد.<sup>۱</sup>

---

۱. گلبرگ؛ ش ۵۴، شهریور ۱۳۸۳.

## ۲. خجالت ممنوع!

همیشه در اطراف ما کسانی هستند که به قول خودشان اعتمادبه‌نفس بیشتری دارند و با بیان و حرکات، توجه دیگران را به سمت خود جلب می‌کنند. در این میان عده‌ای هستند که پا را از مرحله اعتمادبه‌نفس فراتر گذاشته و به مرحله جسارت منفی یا همان پرووی رسیده‌اند و انتظار دارند حتی کارهای شخصی آنان را هم یک نفر بر عهده بگیرد و درخواست‌های بی‌موردشان فوراً اجابت شود و دیگران نوکر حلقه به گوششان باشند. برای اینان دیگر حریم‌ها چندان معنایی ندارد و هر جا فرصتی بیابند، آن را جولانگاه رفتارهای خود می‌کنند؛ حتی به تذکرها و لب‌گزیدن‌ها و عرق شرم دوستان و پدر و مادر خود توجه نمی‌کنند و همچنان به میدان‌داری و حرکات زنده خود ادامه می‌دهند.

آنچه باعث افسوس خوردن است این است که نقطه مقابل این‌گونه افراد، کسانی هستند که از درخواست‌های کوچک خود هم خجالت می‌کشند؛ مثلاً گاه تشنه‌اند و خجالت می‌کشند درخواست آب بکنند؛ گرسنه‌اند و خود را به سیری می‌زنند. دوست دارند با گروه دوستان همراه شوند و در کار و تفریح گروهی آنان سهمی داشته باشند؛ ولی

خجالت و شرمندگی بیجا، جرئت ابراز وجود و اقدام را از آنان گرفته است.

در امور دینی هم همین کسالت و خجالت همراه آنان است؛ مثلاً اگر در مجلسی، آشکارا گناه انجام می‌شود، واکنشی نشان نمی‌دهد. اگر فضای شوخی و تمسخر و لودگی فراهم باشد، آنان هم که با چند شوخی و حرکت، سعی می‌کند از قافله عقب نماند.

واقعاً بین این دوگونه افراد تفاوت از کجا تا کجاست؟ او از کارهای زشت و ناپسند شرم نمی‌کند و این از انجام دادن کارهای خوب و نیک خجالت می‌کشد!

مشکل اساسی آنجا بروز می‌کند که اینان نه تنها در مقابل زشتی‌ها و گناهان دیگران بی‌اعتنا می‌مانند، بلکه خود نیز از ایفای وظایف بندگی خجالت می‌کشند. اگر در جمعی باشند و کسی اقدام به اقامه نماز نکند، بعید است آنان هم حرکتی انجام دهند، اگرچه نمازشان قضا شود.

به همین دلیل است که در کلام علوی می‌خوانیم: "مَنْ صَيَّعَ الصَّلَاةَ فَهُوَ لِعَيْرِهَا صَيَّعٌ": کسی که نماز را تباه و ضایع سازد، غیرنماز را بیشتر و راحت‌تر ضایع خواهد ساخت."<sup>۱</sup>

۱. وسائل الشیعه؛ ج ۳، ص ۱۹.



## اما چه باید کرد؟

امیرمؤمنان علیه السلام به همه ما نشان داده است. ایشان یک فرمول و قانون به ما می آموزد و می فرماید: "لا تُعْتَذِرُ مِنْ أَمْرِ أَطَعْتَ اللَّهَ سُبْحَانَهُ فِيهِ فَكْفَىٰ بَدَنِكَ مَنْقِبَهُ": از کاری که با آن خدای سبحان را فرمان برده‌ای عذرخواهی مکن. این خو یک خصلت مثبت برای توست.<sup>۱</sup>

یعنی اجرای فرمان الهی باعث عزت است، نه خجالت؛ پس نه تنها خجالت نکش، بلکه این ضعف را با آب وضویت بشوی و با افتخار مهر و سجاده را بردار و به سمت قبله بایست و با آرامش و طمأنینه، واجب الهی را به جای آر.

## نماز جماعت با سران کشورها

روزی که سران کشورهای مسلمان برای قضیه صلح ایران و عراق به خدمت حضرت امام علیه السلام آمده بودند، وسط جلسه اذان ظهر گفته شد. امام بلند شدند و فرمودند من می خواهم نماز بخوانم و چون مقید بودند هنگام نماز خود را با عطر خوشبو کنند، در همان جلسه اشاره کردند

---

۱. لیلی واسطی، علی بن محمد، عیون الحکم؛ ص ۵۲۵.

عطر من را بیاورید؛ پس از عطرزدن، به نماز ایستادند و دیگران هم پشت سر ایشان نماز جماعت خواندند.<sup>۱</sup>

---

۱. روش‌های پرورش احساس مذهبی نماز؛ ص ۳۲.

### ۳. شارژ معنوی

لازمه ایستادگی و مقاومت بر اصول و عقاید، لازم‌اش تقویت معنوی و قدرت روحی است تا انسان بتواند در مقابل آزار و اذیت‌های مخالفان دین و دینداری تاب آورد و کاسه صبر وی لبریز نگردد؛ زیرا بسیاری هستند که دین و آموزه‌های دینی مخالف با خواسته‌های نفسانی و حیوانی و شهوانی آنان است؛ لذا به هر قیمت ممکن تلاش می‌کنند افراد دیندار را تخطئه کنند و آنان را در هدف و راهی که در پیش گرفته‌اند به تردید اندازند. از مهم‌ترین راهکارهای شیطانی آنان، تمسخر و استهزا است و نسبت‌دادن لقب‌هایی که روح انسان را می‌خراشد و باعث هجمه غم و اندوه بر دل انسان می‌شود؛ زیرا انسان هر قدر صبور باشد، آزار و اذیت‌ها گاه تاب و تحمل وی را به انتها می‌رساند؛ چنان‌که حتی رسول خدا ﷺ نیز دلتنگ و دلگیر می‌شد.

### حال چه باید کرد؟

چگونه می‌توان تاب و تحمل و صبر و بردباری را تداوم بخشید و کم نیاورد؟ راهی که خداوند به پیامبرش پیشنهاد می‌کند، شارژ معنوی است از طریق یاد خداوند با حمد و تسبیح و نماز خواندن: "وَلَقَدْ نَعَلِمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ مِمَّا يَقُولُونَ\* فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَ كُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ": ما

می‌دانیم تو سینه‌ات از آنچه می‌گویند تنگ می‌شود. به ستایش پروردگارت تسبیح گوی و از سجده‌کنان باش.<sup>۱</sup>

همچنین سفارش می‌کند:

"قَاصِرٌ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ غُرُوبِهَا وَمِنْ آنَاءِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْ وَأَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضَىٰ": پس بر آنچه می‌گویند شکیبا باش و پیش از طلوع آفتاب و قبل از غروب آن، تسبیح و حمد پروردگارت را به‌جا آور، و نیز برخی ساعات شب و حوالی روز را به نیایش پرداز. باشد که [از الطاف الهی] خشنود شوی."<sup>۲</sup>

۱. حجر: ۹۷ - ۹۹.

۲. طه: ۱۳۰.

## ۴. همدل و هم‌زبان

یکی از راه‌های نفوذ شیطان، تشکیک در ابعاد مختلف نماز است. به همین سبب هر روز به بهانه‌ای، فکر و سؤال‌ی جدید در ذهن به وجود می‌آورد تا انسان را در راهی که در پیش گرفته است و در نمازی که می‌خواند، مردد کند؛ مثلاً گاه می‌پرسد اصلاً چرا باید نماز خواند؟ روز دیگر می‌گوید چرا باید این‌گونه نماز خواند؟ گاه چنین تلقین می‌کند چرا باید نماز را به عربی خواند، ما که زبانمان فارسی است؟ حتماً عربی خواندن نشان‌دهنده این مطلب است که این کار مخصوص عرب‌ها بوده است، نه همه مسلمانان. ما باید به زبان خودمان عبادت کنیم. چرا باید برخی نمازها را آهسته و برخی دیگر را بلند بخوانیم؟ چرا تعداد رکعات نماز این‌گونه است؟

باید توجه داشته باشیم که پیش‌آمدن این‌گونه سؤال‌ها - در صورتی که پاسخ آن را بیابیم و از کسانی که اهل علم و کارشناس مسائل دینی هستند بپرسیم - خود بهترین راه برای دلیل‌کردن شیطان است. مهم آن است که نباید این‌گونه شبهات را در ذهن خود نگه داریم یا به آن بی‌توجهی نماییم و آن را بدون پاسخ رها کنیم یا فقط با فکر و ذهن خودمان پاسخی برای آن بیابیم؛ چون این‌گونه سؤال‌ها پاسخ‌های

روشنی دارد و شیطان هم این سؤال‌ها را معمولاً برای کسانی مطرح می‌کند که تازه کارند و با این مسائل چندان آشنا نیستند.

## زبان عمومی و جهانی

جواب این قبیل پرسش‌ها و شبهات این است که اگر بنا باشد هر کسی نماز را به زبان خاصی بخواند، ترجمه عبارات و الفاظ نماز چه می‌شود؟ مثلاً "بسم الله الرحمن الرحيم" یا ذکر رکوع و سجده به فارسی، به انگلیسی، به فرانسوی، به ترکی، به چینی و زبان‌های دیگر چگونه ترجمه می‌شود؟ به‌راستی اصلاً می‌توان دو رکعت نماز مثلاً به فارسی یا ایتالیایی خواند؟

حال تصور کنید مسلمانان کشورهای مختلف در یک‌جا در حال نمازگزاردن هستند و هر کدام به زبان خود مشغول خواندن نمازند؛ به‌ویژه اگر با این ادعای که خداوند همه‌جا حضور دارد، هر کدام بخواهند به سمت و جهت دلخواه خود بایستند و نماز بخوانند. به‌راستی اگر فردی چنین منظره‌ای ببیند، از آن، وحدت و هماهنگی در دین جهانی اسلام را می‌فهمد یا تشتت و سردرگمی را؟ آیا چنین دینی می‌تواند داعیه جهانی‌بودن داشته باشد؟

بنابراین خداوند می‌خواهد همه انسان‌ها، از هر رنگ و نژاد و لباس و شکل و از هر کجای این کره خاکی، با یک زبان واحد در زمان‌های خاص با پروردگارشان سخن بگویند. خدا می‌خواهد یک میلیارد و نیم مسلمان با این آداب، همدل، هم‌زبان، هم‌زمان، هم‌جهت و هم‌قبله بگویند "الله اکبر" تا هم وحدت خودشان بیشتر شود و هم به دل مخالفان ترس و دلهره افکنند و فکر تجاوز و استثمار را از مخیله آنان بیرون کنند.

## ۵. برج مراقبت

وقتی ضرورت و بایستگی اقامه نماز را پذیرفتیم، چگونگی آن نیز باید طبق دستور خود خداوند باشد؛ مثل اینکه وقتی مراجعه بیمار به پزشک، ضروری تشخیص داده شد، چگونگی مصرف دارو تابع دستور پزشک است. همچنین یک خلبان همین که پرواز را پذیرفت، در هر کجای دنیا که خواست با برج مراقبت تماس بگیرد، باید به زبان انگلیسی سخن بگوید. ضمن اینکه اگر کسی دوست دارد خدا را به زبان مادری خود بخواند، در خانه خدا هیچ‌گاه بسته نیست، بلکه هر گاه خواست می‌تواند خدا را به زبان خود بخواند و با او درددل کند؛ اما اسم این خلوت و مناجات، نماز نیست.

ضمن اینکه به گفته دانایان لغت، زبان عربی وسیع‌ترین و دقیق‌ترین زبان‌هاست. به همین جهت است که امروزه مترجمان زبده اصلاً کلمه "الله" را ترجمه نمی‌کنند؛ چنان‌که در فارسی هم نمی‌توانیم کلمه "الله" را ترجمه کنیم. بسیاری دیگر از بخش‌های نماز نیز قابلیت ترجمه به هیچ زبانی را ندارد.



## ۶. مرام عشق‌بازی

عرفا می‌گویند عشق و عشق‌بازی مرام دارد و ورود به میدان عشق‌بازی دارای حساب و قانون است. مرام عشق‌بازی این است که عاشق در برابر خواسته‌ی معشوق چون و چرا نمی‌کند و برای او تعیین تکلیف نمی‌نماید؛ زبان حال عاشق چنین است: از تو به یک اشاره، از ما به سر دویدن!

برخی اصل موضوع نماز و آثار و برکات بی‌شمار آن را رها می‌کنند و تنها به فکر حل چرایی رکعت‌های نمازند و پیوسته می‌پرسند چرا تعداد رکعات نماز چرا دو، سه یا چهار رکعت است؟

حقیقت این است که ما نمی‌توانیم برای هیچ‌کدام از اینها فلسفه‌ی عقلی بتراشیم و بگوییم چرا نماز صبح دو رکعت است؟ چرا نماز عشاء چهار رکعت است؟ یا چرا نماز مغرب سه رکعت است؟ به عبارت دیگر ما تنها به اندازه‌ی اطلاعات و به میزان معلومات بشری در هر عصر و زمان می‌توانیم فلسفه و اسرار احکام الهی را دریابیم؛ لذا هرگز نمی‌توانیم اطاعت از دستورها و احکام الهی را به درک و فهم فلسفه‌ی آنها مشروط کنیم. در واقع با توجه به عمق و وسعت آن دستورها و محدودیت علم ما نباید غیر از این انتظار داشته باشیم. اگر هم در

مواردی درباره فلسفه احکام الهی بحث می‌کنیم، برای این است که با ارزش و اهمیت و آثار مختلف آنها آشنا تر شویم، نه برای اینکه ببینیم آیا باید به آنها عمل کرد یا نه؟

این مسئله درست به این می‌ماند که از پزشک حاذق خود توضیحاتی درباره فواید داروهای که برای ما تجویز کرده است و چگونگی تأثیر آنها بخواهیم تا آگاهی و علاقه بیشتری به آن پیدا کنیم، نه اینکه به کار بستن دستورهای وی مشروط به توضیحات قانع‌کننده او باشد؛ زیرا در این صورت باید خود ما هم پزشک باشیم.<sup>۱</sup>

از این رو در آموزه‌های دینی با بحثی به نام "تعبد" مواجه می‌شویم. تعبد، یعنی بندگی خالصانه و اطاعت بی‌شائبه و بی‌چون و چرای انسان از خداوند. اصول دین و عقیده هر شخصی باید بر اساس دلیل باشد؛ اما در فروع دین همین قدر ثابت شود که آن حکم از جانب خداست کفایت می‌کند و به تحقیق و استدلال و دانستن علت و فلسفه آن نیازی نیست؛ زیرا چه بسا بر اثر ضعف علمی بشر، فلسفه و حکمت آن روشن نشده باشد.

نماز هم به همین گونه است. خداوند ضرورت اقامه نماز را در قرآن ذکر فرموده و به مسلمانان دستور داده است از سخن و روش

۱. ر.ک: مرکز پاسخگویی به سؤالات دینی.

پیامبر ﷺ پیروی کنند.<sup>۱</sup> پیامبر ﷺ هم به ما تعلیم داده است این گونه نماز بخوانیم. ما هم به حکم مسلمانی و با اعتمادی که به سخن آنان داریم، از فرمان الهی اطاعت می‌کنیم.

---

۱. «مَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ، وَمَا نَهَاكُمُ عَنْهُ فَانْتَهُوا»: آنچه پیامبر برایتان آورده است بگیرید و از آنچه نهی کرده است، بازایستید». (حشر: ۷).

## ۷. اخمو نباش!

همه ما با افرادی برخورد داشته‌ایم که همواره با چهره‌ای عبوس و اخمو با دیگران برخورد می‌کنند و خود را مجسمه ایمان و رفتارشان را اسلام مجسم می‌دانند و هر گونه اشتباه و کج‌فهمی را از ساحت قدسی خود مبرا می‌دانند. واقعیت این است که از مهم‌ترین عوامل و ریشه‌های شکل‌گیری تصور منفی نسبت به دین، عملکرد برخی دینداران است. آنان قوانین و مقررات اسلام را چنان خشک و بی‌روح جلوه می‌دهند که افراد را از گام گذاشتن در مسیر ایمان و دینداری باز می‌دارند و یا دست‌کم به تأمل وامی‌دارند. در برخی موارد، این‌گونه افراد، در تعامل و مواجهه خود با دیگران چنان چهره عبوس و گرفته‌ای به خود می‌گیرند و از مشکلات خود چنان گلایه می‌کنند که تصویری کاملاً منفی و ذلت‌بار در ذهن مخاطبان می‌سازند و آنها را از مسلمانی و عمل به احکام الهی نادم و پشیمان می‌کنند.

متفکر شهید، استاد مطهری رحمته‌الله می‌گوید: علی علیه‌السلام مردی بود بشاش؛ بر خلاف مقدس‌مآب‌های ما که همیشه از مردم دیگر، بهای مقدسی می‌خواهند و همیشه چهره‌هایی عبوس و درهم‌کشیده دارند و هیچ‌گاه

تبسمی بر لبشان نمی‌نشیند؛ گویی لازمهٔ قدس و تقوا عبوس بودن است.<sup>۱</sup>

این نوع برخورد در حالی است که ذات و حقیقت اسلام سرشار از شادی، نشاط، طراوت، آرامش، سرزندگی، بهجت و سرور است و حتی زندگی بزرگان دین هم با شادی و نشاط و پویایی فراوان همراه بوده است؛ بنابراین یکی از وظایف مهم هر فرد مسلمانی، زیبا و آسان جلوه‌دادن دین و دوری از سخت‌گیری‌های بیجا و تندروی‌های بی‌فایده است.

### اندیشه‌های زلال

علامهٔ بزرگ، سیدشرف‌الدین جبل آملی رحمته الله علیه (۱۲۹۰ - ۱۳۷۷ ه.ق) می‌گوید: یکی از مسیحیان ثروتمند لبنان نزد من آمد و گفت: می‌خواهم مسلمان شوم؛ وظیفه چیست؟ گفتم: دو رکعت نماز صبح بخوان و چهار رکعت نماز عصر. گفت: اما مسلمانان هفده رکعت نماز می‌خوانند! گفتم: مسلمانی آنها قدری قوی شده است. از این رو پیامبر صلی الله علیه و آله به تازه‌مسلمانان - بنابر نقل تواریخ - خواندن دو رکعت نماز صبح و عصر را توصیه می‌کردند. اکنون که شما مسلمان شده‌اید، همین اعمال را انجام

۱. مرتضی مطهری، سیری در سیره نبوی؛ ص ۲۳۹.

بدهید کافی است. کم‌کم این شخص تازه‌مسلمان قوی شد و به مساجد می‌رفت و مانند دیگر مسلمانان، نمازهای پنج‌گانه را به‌جا می‌آورد، تا اینکه ماه رمضان فرارسید. ایشان سراسیمه نزد من آمد و گفت: آیا من هم باید روزه بگیرم؟ گفتم: خیر، روزه مربوط به مسلمانان قوی است. مسلمانان صدر اسلام، پس از مدت طولانی که از بعثت پیامبر گذشت، به روزه‌گرفتن مأمور شدند. گفت: می‌خواهم روزه بگیرم. گفتم: هر اندازه که آمادگی داری روزه بگیر. همین روش باعث شد که در سال دوم، تمام ماه رمضان را روزه گرفت و اکنون از مسلمانان نیرومند لبنان است. نمازشبش ترک نمی‌شود و مهم‌ترین بودجه و کمبودهای مالی جنوب لبنان را تأمین می‌کند.<sup>۱</sup>

البته هر کسی اجازهٔ چنین کاری ندارد و این‌گونه نسخه‌پیچیدن تنها وظیفهٔ بزرگان وارسته و علمایی است که در برخی موارد خاص، بنابر تشخیص و مصلحت خود، چنین راهکاری پیشنهاد می‌دهند تا از این طریق بتوانند چهره زیبا و دل‌نشین دین را به دیگران نشان دهند و در ابتدای راه بندگی، لذت ایمان را به آنان بچشانند؛ زیرا در غیر این صورت چه‌بسا اتفاق دردناک آن همسایهٔ مسیحی تکرار می‌شد.

## آگهی استخدام بیکار!

می‌گویند دو همسایه که یکی مسلمان و دیگری مسیحی بود، گاهی با هم دربارهٔ اسلام سخن می‌گفتند. مسلمان که مرد عابد و متدینی بود، آن قدر از اسلام توصیف و تعریف کرد که همسایهٔ نصرانی‌اش به اسلام متمایل و مسلمان شد.

شب فرارسید، هنگام سحر بود که مسیحی تازه‌مسلمان دید در خانه‌اش را می‌کوبند. متحیر و نگران پرسید: کیستی؟ از پشت در صدا بلند شد: من فلان شخصم و خودش را معرفی کرد. همان همسایهٔ مسلمانش بود که به دست او به اسلام مشرف شده

- در این وقت شب چه کار داری؟

- زود وضو بگیر و جامه‌ات را بپوش تا برویم مسجد برای نماز!

تازه‌مسلمان برای اولین بار در عمر خود وضو گرفت و به دنبال رفیق مسلمانش روانه مسجد شد. هنوز تا طلوع صبح خیلی باقی بود. موقع نافلهٔ شب بود. آن قدر نماز خواندند تا سپیده دمید و موقع نماز صبح رسید. نماز صبح را خواندند و مشغول دعا و تعقیب بودند که هوا کاملاً روشن شد. تازه‌مسلمان حرکت کرد که برود به منزلش. رفیقش گفت: کجا می‌روی؟

- می‌خواهم برگردم به خانه‌ام. فریضه صبح را که خواندیم. دیگر کاری نداریم.

- کمی صبر کن و تعقیب نماز را بخوان تا خورشید طلوع کند.

- بسیار خوب!

تازه مسلمان نشست و آن قدر ذکر گفت تا خورشید دمید. برخاست که برود. رفیق مسلمانش قرآنی به او داد و گفت: فعلاً مشغول تلاوت قرآن باش تا خورشید بالا بیاید و من توصیه می‌کنم امروز نیت روزه کن. نمی‌دانی روزه چقدر ثواب و فضیلت دارد؟

کم‌کم نزدیک ظهر شد. گفت: صبر کن چیزی به ظهر نماند است. نماز ظهر را در مسجد بخوان.

نماز ظهر خوانده شد. به او گفت: صبر کن. طولی نمی‌کشد که وقت فضیلت نماز عصر می‌رسد. آنرا هم در وقت فضیلتش بخوانیم!

بعد از خواندن نماز عصر گفت: چیزی از روز نمانده است. او را نگاه داشت تا وقت نماز مغرب رسید. تازه مسلمان بعد از نماز مغرب حرکت کرد که برود افطار کند. رفیق مسلمانش گفت: یک نماز بیشتر باقی نمانده و آن عشا است. صبر کردند تا حدود یک ساعت از شب گذشته و وقت نماز عشا (وقت فضیلت) رسید و نماز عشا هم خوانده شد.

بالاخره تازه مسلمان حرکت کرد و رفت.



شب دوم هنگام سحر بود که بازصدای در را شنید که می‌کوبند.  
پرسید: کیست؟

- من فلان شخص، همسایه‌ات هستم. زود وضو بگیر و جامه‌ات را  
پوش که با هم به مسجد برویم.

- من همان دیشب که از مسجد برگشتم، از این دین استعفا کردم.  
برو یک آدم بیکارتی از من پیدا کن که کاری نداشته باشد و وقت  
خود را بتواند در مسجد بگذراند. من آدمی فقیر و عیالوارم. باید به دنبال  
کار و کسب روزی بروم.

امام صادق علیه السلام بعد از اینکه این حکایت را برای اصحاب و یاران  
خود نقل کرد، فرمود: به این ترتیب، آن مرد عابد سختگیر، بیچاره‌ای را  
که وارد اسلام کرده بود، خود از اسلام بیرون کرد. شما همیشه متوجه  
این حقیقت باشید که بر مردم تنگ نگیرید. اندازه و توانایی مردم را در  
نظر بگیرید. تا می‌توانید کاری کنید مردم به دین متمایل شوند و از آن  
فراری نشوند. آیا نمی‌دانید روش سیاست اموی بر سختگیری و عاف و  
شدت است؛ ولی راه و روش ما بر نرمی و مدارا و حسن معاشرت و  
به‌دست‌آوردن دل‌هاست.<sup>۱</sup>

۱. حر عاملی، وسائل الشیعه؛ ج ۲، ص ۴۹۴، باب استحباب الرفق علی المؤمنین، به نقل از: مرتضی

مطهری؛ داستان راستان؛ داستان شماره ۲۸.

بنابراین باید توجه داشته باشیم که اخلاق و رفتار فرد دیندار تأثیر به‌سزایی در جذب و علاقه‌مندی دیگران به دین دارد؛ البته باید مراقب بود که دچار افراط و تفریط نشود. نه آن‌قدر در دام شوخی‌ها و رفتارهای سبک افتاد که به قول حضرت علی علیه السلام حرفمان را نپذیرند و جدی نگیرند<sup>۱</sup> و نه آن‌قدر خشک و عبوس که نماد بداخلاقی شویم و تنها لبخندها و تمسخرهای التماس دعا یا سکوت مطلق هنگام دیدن ما و ادامه خنده و شوخی‌ها، لحظاتی پس از عبور ما، فضا را پر کند.

---

۱. حضرت علی علیه السلام فرمود: «مَنْ كَثُرَ هَزْلُهُ بَطَلَ جِدُّهُ»؛ هر کس مسخرگی‌اش زیاد باشد، جدی‌بودنش از بین می‌رود / او مردم سخنان و کردارهای جدی او را نیز به شوخی می‌گیرند و اهمیتی نمی‌دهند. (حر عاملی، میزان الحکمه؛ ج ۴، ص ۲۸۹۸).

## ۸. مغز نماز

در همه چیزها، اصول و پایه‌هایی وجود دارد که قوام و برپایی آن چیزها بدانها وابسته است و با نبود آنها، شیء هستی و حقیقت وجودی خود را از دست خواهد داد و وسایل جانبی و فرعی با تمام کثرت و وفور خود هم مفید نخواهد بود؛ برای مثال اگر چارچوب ساختمان و پایه‌های آن کامل نباشد، داشتن تمام وسایل مورد نیاز یک زندگی بی‌فایده است. یک ماشین اگر صندلی و چرخ و دنده و فرمان و زیباترین روکش و بهترین دزدگیر را داشته باشد، ولی موتور نداشته باشد، اگرچه صورت و ظاهر آن مانند دیگر ماشین‌هاست، فاقد ارزش واقعی است. یک انسان هم اگر دست و پا و گردن دیگر اعضا را داشته باشد، ولی سر نداشته باشد، بی‌ارزش خواهد بود.

بنابراین در تمام چیزها یک بخش اصلی و یک مغز و پایه وجود دارد که قوام و پویایی آن چیز بدان وابسته است و با نبود آنها، آن چیز هم از ارزش خواهد افتاد. در نماز هم همین‌گونه است؛ اگر با طهارت و وضوی کامل، قرائت غلیظ و بی‌نقص، رکوع و سجود طولانی، گریه و حالات معنوی سوزناک و خضوع و خشوع همراه باشد، اما بدون مغز و پایه اساسی، یعنی بدون قبول ولایت ائمه طاهرين علیهم‌السلام باشد، نمازی بی‌فایده خواهد بود. عبارتی، نماز بی‌ولایت، بی‌نمازی است.

لذا پیامبر اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود:

"مثل الصلاة مثل عمود الفسطاط، اذا ثبت العمود ثبتت الاطناب و الاوتاد والغشاء واذا انكسر العمود لم ينفع وَتَد و لا طنَب و لا غشاء": نماز مانند ستون خیمه است. هرگاه ستون ثابت باشد، طناب‌ها و میخ‌ها و پرده‌ها ثابت و سودمند خواهند بود و هرگاه ستون بشکند و در هم فرو ریزد، نه میخ نافع است و نه ریسمان سودی دارد و نه پرده اثری خواهد داشت!"<sup>۱</sup>

ایشان همچنین از قول خداوند متعال - در حدیث معراج - فرمودند:

"ای محمد صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ! من تو و علی و فاطمه و حسن و حسین و ائمه نسل حسین را از نور خود آفریدم و ولایت شما را بر اهل آسمان‌ها و زمین عرضه کردم؛ پس هر کس آن را بپذیرد، در پیشگاه من از مؤمنان به شمار می‌آید و هر کس آن را انکار کند، نزد من از کافران محسوب می‌گردد. ای محمد صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ! اگر بنده‌ای از بندگانم سر بر آستان عبودیت من بساید، تا بدانجا که جسمش فرسوده و نزار شود، سپس در حالی نزد من آید که منکر ولایت شما باشد، هرگز او را نخواهم آمرزید تا آنکه به ولایت شما تقرب جوید!"<sup>۲</sup>

۱. ابن بابویه، محمد بن علی (صدوق)، من لایحضره الفقیه؛ ج ۱، ص ۲۱۱. کافی؛ ج ۳، ص ۲۶۶.

۲. مجلسی، بحارالانوار؛ ج ۳۶، ص ۲۶۱.

یعنی اگرچه برپایی خیمه ایمان مسلمان وابسته به نماز است، شرط اثربخشی و مفیدبودن نماز هم این است که ستون خیمه نماز، یعنی ولایت نیز برپا باشد؛ زیرا تنها با وجود آن است که نماز باعث قرب به خدا، رشد معنوی، قبولی اعمال<sup>۱</sup> و رشدیافتگی نمازگزار خواهد شد. به همین سبب امام باقر علیه السلام فرمود: "اگر کسی با تمام تلاش خود برای نزدیکی به خداوند به عبادت پردازد؛ ولی امام منصوب از جانب خداوند را قبول نداشته باشد، تلاشش پذیرفته نمی‌شود و گمراه و سرگردان خواهد بود و خداوند نیز اعمال او را دشمن می‌دارد"<sup>۲</sup>.

چرایی این امر مهم نیز روشن است؛ زیرا اگر کسی چشم نداشته باشد یا فرض کنید فردی بدون سر باشد، چه اتفاقی می‌افتد؟ آیا می‌تواند راه درست را ببیند و مسیر را درست بییماید؟ پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله و سلم درباره جایگاه اهل بیت علیهم السلام می‌فرماید: "اجْعَلُوا أَهْلَ بَيْتِي فِيكُمْ مَكَانَ الرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ وَ مَكَانَ الْعَيْنَيْنِ مِنَ الرَّأْسِ فَإِنَّ الْجَسَدَ لَا يَهْتَدِي إِلَّا بِالرَّأْسِ وَ الرَّأْسَ لَا يَهْتَدِي إِلَّا بِالْعَيْنَيْنِ": اهل بیت من را همچون نسبت سر به بدن و همانند چشم نسبت به سر بدانید. همانا بدن بدون سر و سر

۱. «فَمَنْ لَمْ يَتَوَلَّنَا لَمْ يَرْفَعْ اللَّهُ لَهُ عَمَلًا»: هر کس ولایت و رهبری ما را نپذیرد، خدا هم اعمال او را قبول نمی‌کند». (کلینی، کافی؛ ج ۱، ص ۴۳۰).

۲. «كُلُّ مَنْ دَانَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ بِعِبَادَةٍ يَجْهَدُ فِيهَا نَفْسَهُ وَلَا إِمَامَ مِنَ اللَّهِ، فَسَعْيُهُ غَيْرَ مَقْبُولٍ، وَهُوَ ضَالٌّ مُتَجَبِّرٌ وَاللَّهُ شَانِيَةٌ لِأَعْمَالِهِ» (کلینی، اصول کافی؛ ج ۱، ص ۱۸۴).

بدون چشم هدایت نمی‌شود /مردم نیز بدون ولایت راه درست را نمی‌یابند و به سرمنزل مقصود نخواهند رسید.<sup>۱</sup>

بنابراین آنچه دین انسان را ثابت نگه می‌دارد، نماز است و آنچه باعث قبول و رشدیافتگی و تأثیرگذاری نماز است، قبول ولایت و محبت اهل بیت علیهم‌السلام است.

---

۱. محمدبن حسن طوسی؛ امالی؛ ص ۴۸۲.

## فصل سوم

### پرونده ویژه





## ۱. هدیه‌ای تقدیم به خدا

طبع انسان به گونه‌ای است که به محبت‌ورزی دیگری واکنش مثبت نشان می‌دهد و از آن خرسند می‌شود و احساس احترام و انس به او می‌یابد. از بهترین جلوه‌های ابراز محبت، هدیه‌دادن است که در آموزه‌های دینی نیز بدان تأکید فراوان شده است. هدیه در اعیاد مختلف و سوغاتی‌آوردن نمونه‌هایی از آن است. در نگاه نخست با شنیدن کلمهٔ هدیه همواره هدیه مادی به ذهن خطور می‌کند؛ ولی روشن است گاه هدیه معنوی به مراتب بهتر و لذت‌بخش‌تر از هدایای مادی است که چه بسا با گذر زمان مشمول فراموشی و خرابی می‌شود. در هر حال، رهاورد هر گونه هدیه‌ای، ایجاد و استحکام پیوند محبت و دوستی و ابراز علاقه درونی به طرف مقابل است.

آیا تا به حال به این فکر افتاده‌اید که به خدا هم هدیه بدهید؟ این سؤال کمی عجیب به نظر می‌رسد؛ ولی حقیقت این است که انسان نیز می‌تواند محبت و دوستی خود را با یک هدیه معنوی تقدیم پروردگار مهربانش کند.

این هدیه معنوی در سخن امام باقر علیه السلام چنین آمده است: "إِنَّ صَلَاةَ اللَّيْلِ... وَ هِيَ هَدِيَّةُ الْمُؤْمِنِ إِلَى رَبِّهِ فَأَحْسِنُوا هَدَايَاكُمْ إِلَى رَبِّكُمْ يُحْسِنِ اللَّهُ جَوَائِزَكُمْ:" همانا نماز شب هدیه مؤمن به پروردگارش است؛ پس هدایای خویش به پروردگارتان را نیکو سازید تا خداوند نیز پاداش شما را نیکو گرداند.<sup>۱</sup>

جالب است که امام باقر علیه السلام می‌فرماید وقتی شما به خدا هدیه می‌دهید، خداوند نیز به شما هدیه و پاداشی برتر خواهد داد که باعث روشنی چشم شما خواهد شد: "فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُمْ مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ:" پس هیچ کس نمی‌داند آنچه روشنی‌بخش چشم‌هاست و برای آنان ذخیره شده است، به سزای اعمالی است که انجام می‌داده‌اند.<sup>۲</sup>

۱. مستدرک الوسائل؛ ج ۶، ص ۳۲۸.

۲. سجده: ۱۷.

از این رو علما و صالحان که عظمت و شأن نماز شب را در پیشرفت و ترقی مادی و معنوی خود به خوبی درک کرده بودند، همواره ملازم نماز شب بودند و ایفای آن را بر خود لازم می‌دانستند؛ لزومی از سر عشق و دل‌دادگی به خدای مهربانی که هر لحظه می‌توان با او خلوت کرد و ناگفته‌های درونی را برای آن مهربان‌تر از مادر واگویی کرد و خلوت دوستی و عشق‌بازی با پروردگار را چشید؛ لذا در حالات امام خمینی(ره) نقل شده است ایشان در بیماری، در سلامت، در زندان، در خلاصی و در تبعید، حتی بر روی تخت بیمارستان قلب هم نماز شب می‌خواند.

امام در قم بیمار گشتند و به دستور پزشکان می‌بایست به تهران منتقل می‌شوند. هوا هم بسیار سرد بود و برف می‌بارید و جاده‌ها یخبندان بود. امام چندین ساعت در آمبولانس بودند و پس از انتقال به بیمارستان قلب، باز نماز شب خواندند. شبی هم که از پاریس به تهران می‌آمدند، تمام افراد در هواپیما خوابیده بودند و تنها امام در طبقه بالای هواپیما، نماز شب می‌خواندند و شما اگر از نزدیک دیده باشید، آثار اشک بر گونه‌های مبارک امام از شب زنده‌داری و گریه‌های نیمه‌شب ایشان حکایت دارد.<sup>۱</sup>

۱. سرگذشت‌های ویژه از زندگی حضرت امام خمینی؛ ج ۲، ص ۱۵۱-۱۵۰.

فرزند استاد شهید مطهری نیز ضمن تشریح وقایع شب شهادت استاد چنین می‌گوید: آن شبی که خبر ترور را شنیدیم، همگی تا صبح بیدار بودیم. ساعت دو و نیم نیمه‌شب بود که زنگ ساعتی که ایشان را مطابق معمول برای نماز شب بیدار می‌کرد، به صدا درآمد؛ ولی دیگر او در قید حیات نبود. او نماز شبش را در میان خون مطهرش، زودتر از موعد نماز شب، در تاریکی خیابان خوانده بود.<sup>۱</sup>

این سنت و شیوه همیشه‌گی عارفان و واصلان بارگاه دوست است که شب‌های خود را با یاد و نام خدا مزین می‌کنند و توشه راه برمی‌گیرند؛ به گونه‌ای که حضرت آیت‌الله العظمی مرعشی نجفی رحمته الله به فرزندش چنین وصیت کرد: سجاده‌ای که هفتاد سال بر روی آن نماز شب به‌جا آورده‌ام و تسبیحی از تربت امام حسین علیه السلام که با آن در سحرها به عدد دانه‌هایش استغفار کرده‌ام، با من دفن شود.<sup>۲</sup>

همچنین علامه طباطبایی، صاحب تفسیر گران‌قدر *المیزان*، می‌فرمودند: وقتی برای تحصیل به نجف اشرف مشرف شدم، به سبب خویشاوندی، گاه‌گاهی به محضر مرحوم قاضی شرفیاب می‌شدم. روزی کنار در مدرسه‌ای ایستاده بودم که مرحوم قاضی از آنجا عبور

۱. ر.ک: سیدعبدالله حسینی؛ داستانهای شیرین از نماز شب، نیز ر.ک: طهارت روح؛ ص ۳۷۸.

۲. وصیت نامه آیت الله مرعشی نجفی؛ ص ۱۹.

می‌کردند. وقتی به من رسیدند، دست خود را روی شانه من گذاشتند و گفتند: "ای فرزند! دنیا می‌خواهی، نماز شب بخوان و آخرت می‌خواهی، نماز شب بخوان!"<sup>۱</sup>

### کیفیت نماز شب

برای نماز شب آثار و برکات مادی و معنوی بسیاری، از قبیل زیاد شدن رزق و روزی،<sup>۲</sup> خوش‌بویی، زیبایی و نورانیت صورت،<sup>۳</sup> ادای قرض، از بین رفتن غم‌ها و زیاد شدن نور چشم‌ها<sup>۴</sup> برشمرده‌اند. اگر کسی بتواند با دوری‌گزیدن از گناه، توفیق خواندن نماز شب را بیابد، ایفای آن بسیار ساده و آسان است.

نماز شب یازده رکعت است که هشت رکعت آن (چهار نماز دورکعتی) به نیت نافله شب خوانده می‌شود که شکل آن مانند نماز صبح است؛ با این تفاوت که اولاً به نیت نافله شب خوانده می‌شود و مستحب است و ثانیاً می‌توانند آن را بلند یا آهسته بخوانند. بعد از آن

۱. حسینی تهرانی، محمدحسین بن محمدصادق، مهر تابان؛ ص ۲۶.

۲. ابن بابویه، علی بن حسین، فقه الرضا<sup>علیه السلام</sup>؛ ص ۱۳۷.

۳. عبد علی بن جمعه العروسی، تفسیر نور الثقلین؛ ج ۳، ص ۲۰۴.

۴. حر عاملی، وسائل الشیعه؛ ج ۸، ص ۱۵۲.

دو رکعت به نیت "شَفَع" و در آخر هم یک رکعت به نیت "وتر" به جا آورده می‌شود.

وقت نافله شب هم از نیمه‌شب است تا اذان صبح و بهتر است نزدیک اذان صبح خوانده شود؛<sup>۱</sup> ضمن اینکه خواندن سوره در رکعت‌های نماز شب لازم نیست و می‌توان فقط به خواندن سوره حمد اکتفا کرد. همچنین چنانچه انسان هنگامی از خواب برخیزد که فرصت کافی برای خواندن نماز شب به صورت کامل نداشته باشد، می‌تواند به خواندن سه رکعت آخر (شفع و وتر) یا فقط یک رکعت (وتر) اکتفا کند و از آثار و برکات نماز شب بهره‌مند شود.

#### سفارش پدران

رهبر معظم انقلاب، حضرت آیت‌الله‌العظمی امام خامنه‌ای دامت‌ظله‌العالی، در اهمیت نماز شب می‌فرمایند:

نماز شب بخوانید و آن هم نماز شب با توجه؛ نماز شبی که می‌فهمید چه می‌کنید، نه نمازی که در آن توجه نباشد. نماز شب باید با توجه و عنایت باشد. اثر نماز شب در شما که جوان هستید، بسیار زیادتر از نماز شبی است که من می‌خوانم. این اثرات را حفظ کنید و چیزهایی که برای هدف و تکاملتان لازم است فراگیرید و

۱. روح‌الله خمینی؛ توضیح‌المسائل؛ بخش وقت نافله‌های یومیه.

ایام را از دست ندهید که این ایام و این فرصت‌ها قابل بازگشت  
نیستند.<sup>۱</sup>

---

۱. درس اخلاق مقام معظم رهبری، ص ۴۸، به نقل از: محمدمهدی علیقلی؛ سجاده عشق؛ ص ۹.

صلا زدند که برگ صبح ساز کنید  
 به ساز مرغ سحر ترک خواب ناز کنید  
 می خمارشکن می دهند کز سرها  
 خمار چون شکن زلف یار باز کنید  
 سرود بدرقه کاروان شب خوانید  
 درای قافلئه صبح پیش‌سواز کنید  
 به ساز زهره سماوات می دهد پیغام  
 که گوش دل به مناجات اهل راز کنید  
 وضو به چشمه صهای صبحدم سازید  
 به سوی قبله میخوارگان نماز کنید  
 چو بلبلان بهاری به اهتزاز نسیم  
 هوای شور و نوایی به سوز و ساز کنید<sup>۱</sup>



## ۲. اولویت نماز

یکی از اسرار مهم نماز، توجه و اهمیت دادن به نماز اول وقت است که در روایات هیچ عملی مقدم بر آن دانسته نشده است؛ به گونه‌ای که آیت‌الله بهجت رحمته الله از قول استادشان، مرحوم قاضی، نقل می‌کنند: "اگر کسی نماز واجبش را اول وقت بخواند و به مقامات عالیه نرسد، مرا لعن کند."

این دقت و توجه به نماز اول وقت بسیار بود؛ برای مثال امام رضا علیه السلام در زمانی زندگی می‌کردند که شبها علیه اسلام بسیار شده بود و آن حضرت سعی داشتند با شرکت در جلسات مناظره، با رفع شبهات، مانع انحراف مردم از دین شوند. زمانی در یکی از مجالس مناظره، ایشان با عمران صابی که از دانشمندان برجسته بود، مشغول بحث درباره توحید بودند و او هر سؤالی مطرح می‌کرد، امام با استدلال محکم جواب می‌داد و بحث و مناظره به اوج خود رسیده بود؛ ولی وقتی هنگام نماز ظهر شد، امام رضا علیه السلام به مأمون فرمود: "الصلاة قد حَصَرَتْ! وقت نماز فرا رسید."

عمران صابی گفت: "یاسیدی لاتقطع علی مسأنتی فقد رَقَّ قلبی": ای آقای من! دنباله بحث و پاسخ به سؤال مرا قطع نکن [بنشین و پس از پایان بحث، به نماز برو]. همانا دلم نرم شده است [و نزدیک است بپذیرم].

ولی امام رضا علیه السلام تحت تأثیر احساسات عمران صابی قرار نگرفت و نماز اول وقت را فدای بحث و مناظره نکرد و با کمال قاطعیت فرمود: "نَصَلِّ وَ نَعُوذُ": نماز می‌خوانیم و باز می‌گردیم.

امام با همراهان برخاستند و نماز خواندند. پس از نماز به همان مجلس بازگشتند و به بحث ادامه دادند.<sup>۱</sup>

بی‌گمان امام زمان علیه السلام نیز در اول وقت نماز می‌خوانند و کسانی که در این زمان نماز بخوانند، خداوند، به برکت نماز آن حضرت علیه السلام، نمازشان را قبول خواهد کرد؛ البته اختلاف افق‌ها تأثیری در این موضوع ندارد؛ به عبارت دیگر منظور ایفای نمازها در زمان واحد نیست، بلکه مقصود اتحاد در یک عنوان واحد، یعنی "ادای نماز در اول وقت" است؛ اما هر کسی بر حسب افق خود.<sup>۲</sup> همچنین نور علی نور خواهد شد اگر این نماز اول وقت به جماعت اقامه شود. آن وقت بنده می‌ماند و

۱. ابن بابویه، محمد بن علی (صدوق)، عیون أخبار الرضا علیه السلام؛ ج ۱، ص ۱۷۲.

۲. ر.ک: علی اصغر رضوانی؛ شرح چهل حدیث حضرت مهدی (عج)؛ مرکز مطالعات و پژوهش‌های

فرهنگی حوزه علمیه، قم: انتشارات مرکز مدیریت حوزه علمیه قم.

ثواب‌هایی که تنها خداوند از آن آگاهی دارد و باعث محبوبیت بنده نزد خدا خواهد شد؛ همان‌گونه که در حدیث آمده است: "هر که نماز جماعت را دوست بدارد، خدا و فرشتگان او را دوست می‌دارند."<sup>۱</sup>

---

۱. میرزا حسین نوری، مستدرک الوسائل؛ ج ۱، ص ۴۸۸.

باز از گلدسته‌ها عطر اذان  
 می‌تراود در فضای آسمان  
 بر دلم چیزی است مثل بوی یاس  
 شادی و دل‌شوره، ایمان و هراس  
 رنگ گنبدها مرا گم می‌کند  
 مثل دریا پر تلاطم می‌کند  
 از وجود خود فراتر می‌شوم  
 غرق در الله اکبر می‌شوم  
 می‌روم تا آستان شست‌وشو  
 در کنار حوض، آهنگ وضو  
 در نماز احساس‌ها گل می‌دهند  
 گفتگوها بوی سنبل می‌دهند  
 از گلوها بُغض‌ها و می‌شود  
 روی لب لبخند پیدا می‌شود

دوست داری با خدا صحبت کنی؟  
 نور را در خانه‌ات دعوت کنی؟  
 هست شیرین تر ز معنای غسل  
 نغمه‌ی حیّ علی خیر العمل  
 رو به سوی قبله با آغوش باز  
 خویش را گم کن در آغوش نماز<sup>۱</sup>

---

۱. شهرام محمدی؛ بوی بال فرشته؛ ص ۶۵.



## کتابنامه

۱. قرآن کریم
۲. نهج البلاغه
۳. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ۸ جلدی، تحقیق علی اکبر غفاری، دارالکتب الاسلامیه، چ ۳، ۱۳۸۸ق.
۴. خُرّ عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه، ۳۰ جلدی، قم، نشر آل البيت علیهم السلام، چ ۱۴۱۴، ۲. و چاپ داراحیاء التراث العربی، بیروت (اسلامیه).
۵. مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار الجامعه لدرر اخبار الائمه الاطهار علیهم السلام، بیروت، مؤسسه وفاء، چ دوم، ۱۴۰۳
۶. حرّانی، ابن شعبه، تحف العقول، تحقیق علی اکبر غفاری، قم، جامعه مدرسین، چ دوم، ۱۳۶۳
۷. نهج الفصاحه، محمد امین شریعتی، عبدالرسول پیمانی، قم، نشر پرهیزگار، ۱۳۸۵ش.
۸. نزاقی، محمد مهدی، جامع السعادات، (۳جلدی)، مؤسسه مطبوعاتی اسماعیلیان.
۹. شیخ مفید، الارشاد فی معرفه حجج الله علی العباد، بیروت، مؤسسه آل البيت لاحیاء التراث، ۱۴۱۶.

۱۰. شیخ طوسی، الامالی، نشر دار الثقافة، قم، چ ۱، ۱۴۱۴
۱۱. اللیثی الواسطی، علی بن محمد، عیون الحکم والمواعظ، تحقیق حسین حسنی بیرجندی، قم، دارالحديث، چ ۱،
۱۲. صالحی شامی محمد بن یوسف، سبل الهدی و الرشاد، بیروت، دارالکتب العلمیه، چ ۱، ۱۴۱۴
۱۳. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، ترجمه حمیدرضا شیخی، قم، دارالحديث، ۱۳۷۷
۱۴. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمه، (عربی)، قم، دار الحديث، چ ۱،
۱۵. نوری، میرزا حسین، مستدرک الوسائل، قم، نشر آل البيت علیهم السلام، چ ۱، ۱۴۰۸
۱۶. نمازی شاهرودی، علی، مستدرک سفینه البحار، قم، جامعه مدرسین، ۱۴۱۹.
۱۷. صدوق، ابوجعفر محمد بن علی بن بابویه، من لا یحضره الفقیه، تحقیق علی اکبر غفاری، چاپ دوم، جامعه مدرسین، قم، ۱۴۰۴
۱۸. صدوق، ابوجعفر محمد بن علی بن بابویه، عیون اخبار الرضا علیه السلام، بیروت، نشر اعلمی، چ ۱، ۱۴۰۴.



۱۹. شیخ صدوق، ابوجعفر محمد بن علی بن بابویه، الخصال، تحقیق علی اکبر غفاری، قم، جامعه مدرسین.
۲۰. حرعاملی، محمد بن حسین، الجواهر السنیه فی الاحادیث القدسیه، قم، نشر مفید.
۲۱. شیخ صدوق، ابوجعفر محمد بن علی بن بابویه، علل الشرایع، نجف، نشر حیدریه، ۱۳۸۶
۲۲. التمیمی المغربی، نعمان بن محمد، دعائم الاسلام، بیروت، دارالمعارف، ۱۳۸۳ ق.
۲۳. ابن بابویه علی، فقه الرضا علیه السلام، نشر المؤتمر العالمی للامام الرضا (ع).
۲۴. سید شهاب الدین مرعشی نجفی، شرح إحقاق الحق و إزهاق الباطل، قم، نشر کتابخانه آیت الله مرعشی نجفی.
۲۵. مطهری مرتضی، مجموعه آثار، نشر صدرا. کتابهای: آزادی معنوی، حکمت‌ها و اندرزها، سیری در سیره نبوی، حق و باطل.
۲۶. کاشانی فیض، محجة البیضاء، دفتر انتشارات اسلامی، چاپ دوم.
۲۷. ابن شهر آشوب، مناقب آل ابی طالب، نشر حیدریه، نجف، ۱۳۷۶،

۲۸. روح الله خمینی رحمته الله علیه، *آداب نماز*، مؤسسه نشر و تنظیم آثار امام خمینی رحمته الله علیه، چاپ اول.
۲۹. *آداب الصلاة*، امام خمینی رحمته الله علیه، ناشر، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام قدس سره، سال نشر ۱۳۷۲.
۳۰. موسوی خمینی رحمته الله علیه، سید روح الله، *صحیفه ی نور*، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
۳۱. خمینی رحمته الله علیه، سید روح الله، *چهل حدیث*، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره)، چ پنجم، ۱۳۷۳.
۳۲. شیخ صدوق محمد بن علی بن بابویه قمی، *کمال الدین و اتمام النعمه*، انتشارات جامعه مدرسین، قم، ۱۳۶۳.
۳۳. احمد بن محمد بن خالد برقی، *المحاسن*، نشر دار الکتب الاسلامیه.
۳۴. متقی هندی، *علاء الدین، کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال*، بیروت، مؤسسه الرساله، ۱۴۰۹.
۳۵. طباطبایی، سید محمد حسین، *المیزان فی تفسیر القرآن*، قم، جامعه مدرسین.
۳۶. العروسی الحویزی، عبد علی بن جمعه، *تفسیر نور الثقلین*، قم، اسماعیلیان، چ چهارم، ۱۴۱۲.

۳۷. شیخ طبرسی، تفسیر مجمع البیان، بیروت مؤسسه علمی،  
چ ۱، ۱۴۱۵.
۳۸. الاربلی، ابوالحسن، کشف الغمه فی معرفه الائمه،  
دارالاضواء.
۳۹. فیض کاشانی، ملا محسن، الوافی، نشر مؤسسه تحقیقات و  
نشر معارف اهل البيت علیهم السلام.
۴۰. پند تاریخ، موسی خسروی، نشر اسلامیه.
۴۱. صد دقیقه تا بهشت، مجید تولایی، نشر بنیاد آثار شهید  
دکتر بهشتی.
۴۲. در محراب اسارت، اصغر زاغیان، ناشر دفتر انتشارات  
اسلامی، سال نشر ۱۳۷۵، چاپ اول.
۴۳. هدی رشاد، بوی بال فرشته (مجموعه شعر نماز ویژه  
نوجوانان)، تهران، نشر اطلاعات، ۱۳۷۴.
۴۴. نویسندگان: وحید نیکخواه آزاد، فرشته طائرپور، کاظم  
اخوان، زهرا احمدی، انتشارات کانون پرورش فکری کودکان و  
نوجوانان، چ اول، آذر، ۱۳۶۶.
۴۵. ستارگان خاکی، ناشر: ستاد یادواره سرداران لشکر ۱۷ علی  
بن ابیطالب علیه السلام.

۴۶. سرگذشتهای ویژه از زندگی امام روزه علیه، مصطفی وجدانی، ناشر انتشارات پیام آزادی، سال نشر، ۱۳۶۲
۴۷. سید عبدالحسین دستغیب، داستانهای شگفت، قم، دفتر انتشارات اسلامی، چ ۹، ۱۳۸۳
۴۸. جامع/حدیث شیعیه، قم، منشورات المطبعه العلمیه.
۴۹. امتداد (ماهنامه‌ی فرهنگ و ادبیات مقاومت)، مهر ۳۸۸، شماره ۴۵،
۵۰. قصه فرماندهان معلم فراری، رحیم مخدومی، سوره مهر، چ ۱۲، ۱۳۸۷
۵۱. پرواز تا بی‌نهایت، یادنامه امیر شهید عباس بابایی، علی اکبر حکمت قاصی، محمد طاهری، رحمت الله سلمان ماهینی، نشر اجا (انتشارات سازمان عقیدتی سیاسی ارتش جمهوری اسلامی ایران)، چ ۲۱، ۱۳۹۰
۵۲. داستان‌های شیرین از نماز شب، سید عبدالله حسینی، نشر مهدی یار، قم، ۱۳۸۳.
۵۳. طهارت روح، "عبادت و نماز" در آثار شهید مطهری، حسین واعظی نژاد، تهران، ستاد اقامه نماز، چاپ چهارم، ۱۳۷۴

۵۴. برگگی از دفتر آفتاب، شرح حال شیخ السالکین حضرت آیت الله العظمی بهجت، باقی زاده پلامی، رضا، قم، نشر مشهور، چ ۱۴، ۱۳۸۴.
۵۵. شرح چهل حدیث حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه، علی اصغر رضوانی، مرکز مطالعات و پژوهش های فرهنگی حوزه علمیه قم، نشر انتشارات مرکز مدیریت حوزه علمیه قم.
۵۶. یادواره امام رزم الله علیه (مجله زن روز)، شماره ۱۲۶۷، ۱۲ خرداد ۱۳۷۰، ویژه اولین سالگرد رحلت امام خمینی رزم الله علیه.
۵۷. علی احمد پور ترکمانی، نماز خوبان (حکایات و داستانهایی از دانشمندان و فرزانتگان)، نشر مشهور، قم، ۱۳۷۸.
۵۸. محمد صحتی سردرودی، نماز ابرار، انتشارات ستاد اقامه نماز، سال نشر ۱۳۵۷، چاپ اول.
۵۹. غلامعلی افروز، روش های پرورش احساس مذهبی نماز، نشر انجمن اولیاء و مربیان، ۱۳۸۶.
۶۰. امیررضا ستوده، پا به پای آفتاب، گفته ها و ناگفته ها از زندگی امام خمینی رزم الله علیه، نشر پنجره، تهران، ۱۳۷۳ ش.
۶۱. سید عبدالحسین دستغیب، استعاذه، تهران، صبا، ۱۳۶۱.

۶۲. حسینی طهرانی محمد حسین، مهر تابان، قم، انتشارات باقرالعلوم علیه السلام.

۶۳. شیخ تاج الدین محمد بن محمد بن حیدر شعیری (قرن ششم)، جامع الاخبار، یک جلدی، عربی، نشر رضی، قم ۱۳۶۳ش.

" رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِي "

پروردگارا! مرا و فرزندان مرا برپادارنده نماز قرار ده و دعای  
مرا بپذیر.<sup>۱</sup>