





نمایی از مسجد گنبد شاهچراغ و مردم رضوی

### راه آفتاب

نماز را وسیله نزدیکی انسانِ پارسا به خداوند می‌شمرد و می‌فرمود: «الصلاة قُرْبَانٌ كُلِّ تَقَى».  
عیون اخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص ۷.

## سستی در عبادت، چرا؟

جواد محدثی



## آستان قدس رضوی معاونت تبلیغات ارتباطات الهی

شناسنامه: محدثی، جواد، ۱۳۳۱. عنوان و نام پدیدآور: سستی در عبادت، چرا؟ / جواد محدثی؛ تهیه: معاونت تبلیغات و ارتباطات اسلامی آستان قدس رضوی. مشخصات اثر: مشهد، انتشارات قدس رضوی، ۱۳۹۳. فروست: رهنما ۱۲۳. شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۹۹-۱۰۴-۱. وضعیت فهرست‌نویسی: فیا. یادداشت: نماز، عبادت (اسلام). شناسه افزوده: آستان قدس رضوی، معاونت تبلیغات و ارتباطات اسلامی. رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۳ س ۲۷۵ م/ ۱۸۶ BP. رده‌بندی دیویی: ۳۵۳/۲۹۷. شماره کتابشناسی ملی: ۳۶۶۴۵۴۳.

۱۳۳



نام اثر : سستی در عبادت، چرا؟

نویسنده : جواد محدثی

تهیه و تولید : اداره تولیدات فرهنگی آستان قدس رضوی

به سفارش : اداره پاسخ‌گویی به سؤالات دینی آستان قدس رضوی

چاپ اول : تابستان ۱۳۹۴ • چاپ دوم : پاییز ۱۳۹۵ شمارگان : ۱۰۰۰۰ نسخه

ناشر : انتشارات قدس رضوی شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۲۹۹-۱۰۴-۱

به کوشش : محمدحسین پورامینی

ویراستار : عظیم قهرمانلو

مدیر هنری : مریم سادات منصوری

نشانی : مشهد مقدس، حرم مطهر امام رضا علیه السلام، اداره پاسخ‌گویی به سؤالات دینی

تلفن : ۰۵۱-۳۲۲۳۵۳۱۲ نمابر : ۰۵۱-۳۲۲۴۰۶۰۲

سامانه پیامکی : ۳۰۰۰۲۰۲۰

پست الکترونیک : rahnama.eq@gmail.com

## فهرست

۹	درآمد
۱۱	فصل اول: چرا نماز می خوانیم؟
۱۷	فصل دوم: روح نماز
۲۵	فصل سوم: استمرار نماز
۲۹	فصل چهارم: حال نماز
۳۵	فصل پنجم: حضور قلب
۴۱	فصل ششم: نشانه های اهتمام به نماز
۴۷	فصل هفتم: الگوی نماز خوانی
۵۳	فصل هشتم: مسلمانی کامل؛ نه نیمه مسلمان
۵۹	فصل نهم: تشویق به نماز
۶۵	فصل دهم: نقش دوست و دوستی
۷۱	فصل یازدهم: مستحبات، راهی برای حفظ نماز
۷۷	فصل دوازدهم: با نماز قضا چه کنیم؟



## سستی در عبادت، چرا؟

### ؟ در بچه

در این نوشتار، برآنیم به سؤالات ذیل دربارهٔ نماز پاسخ دهیم:

۱. چرا نماز می خوانیم و فایدهٔ آن چیست؟
۲. نماز چه نقشی در زندگی ما ایفا می کند؟
۳. چه کنیم در نماز، حضور قلب و حال عبادت داشته باشیم؟
۴. درمان سستی در عبادت و بی حالی برای نماز چیست؟
۵. کسانی را که نسبت به نماز سهل انگاری می کنند و گاهی نماز نمی خوانند، چگونه به نماز دعوت کنیم؟
۶. وظیفهٔ والدین درباره نماز خواندن فرزندان چیست؟
۷. تشویق در ایجاد علاقه به نماز چه نقشی دارد؟
۸. چرا بعضی از افراد که نماز خوان بوده اند، گاهی نماز نمی خوانند؟





## درآمد

خدای عالمیان را  
ز عمق جان و دل خویش عاشقانه صدا کن  
تویی که بنده آن آفریدگار کریمی  
دل از تباهی و غفلت، ز دام و دانه جدا کن  
به اشک نیمه شبی، یا ربی، به سجده شکری  
سپاس نعمت بی منتهاش ادا کن  
چرا خدا ز خدایی؟ ز خویش بیگانه؟  
چرا فرار؟  
چرا بیقرار و ناآرام؟  
بیا سحرگاه  
خزان خسته دلی را  
به عطر یاد و شمیم دعا چو گلشن کن  
بیا به زمزمه یاد یار در دل شب

درون تیره خود را چو روز روشن کن  
چراغ راه تو جز سوز اشک و آهی نیست  
تو را که مانده چنین بی پناه و دلگیری  
به جز خدای جهان، هیچ تکیه گاهی نیست  
به پیش پای تو، ای اشتیاق سبز و جوان  
به جز نیایش و راز و نیاز، راهی نیست!

چرا نماز می خوانیم؟



فصل اول



وقتی بخوایم احساس غربت و تنهایی نکنم و در همه حال همدمی صمیمی چون خدا داشته باشم، نماز می خوانم.

وقتی بخوایم زانوانم در برابر سنگینی بار مشکلات و مصیبت ها نلرزد، نماز می خوانم.

وقتی بخوایم یکی از هزاران نعمت خدا را شکر کنم، نماز می خوانم.  
وقتی بخوایم از اضطراب و آشفتگی روح رها شوم، به ساحل امن آرامش برسم و وجدانی آسوده و قلبی مطمئن داشته باشم، نماز می خوانم.

وقتی بخوایم چون فرشته ها، همانند پیامبران و قدیسان و مثل خوب ترین انسان ها به ستایش آفریدگار هستی بپردازم، نماز می خوانم.

وقتی بخوایم در اوج غفلت های فراگیر و در انبوه مشکلات و روزمرگی ها به یاد خدا باشم، نماز می خوانم.

وقتی بخوایم به احساس درونی و نیاز فطری ام به نیایش پاسخ دهم، نماز می خوانم.

وقتی بخواهم در کمال افتخار بیرق مسلمانی خود را بالا ببرم و به همه نشان دهم، نماز می‌خوانم.

وقتی بخواهم کشش‌ها و هوس‌های دل را با جاذبه‌ای قوی‌تر خنثی کنم، نماز می‌خوانم.

وقتی بخواهم علف‌های هرز گناه و غرور و غفلت را ریشه کن کنم، نماز می‌خوانم.

وقتی بخواهم از سستی و رخوت و خمودی درآیم، از طراوت صبحدم پُر شوم و برای کار روزانه نیرو و نشاط بگیرم، نماز می‌خوانم.

وقتی بخواهم با تزریق خون تازه در رگ‌های ایمان خویش، حیات دوباره بیابم و مسلمانی و بندگی خود را تقویت کنم، نماز می‌خوانم.

وقتی بخواهم با آب شیرین ذکر، غنچه فطرتم را شکوفا سازم، نماز می‌خوانم.

وقتی بخواهم به نیاز و بندگی خود و به عظمت و بی‌نیازی خدا اعتراف کنم، نماز می‌خوانم.

وقتی بخواهم به طهارت روح و جان و پاکی جسم و جامه و جامعه برسیم، نماز می‌خوانم.

وقتی بخواهم چشمهٔ زلال روحم و صفحهٔ روشن دلم با لجن‌های گناه تیره و تار و آلوده نشود، نماز می‌خوانم.

وقتی بخواهم پای در دام شیطان نگذارم و اسیر وسوسه های دل نشوم، نماز می خوانم.

وقتی بخواهم خود و خدایم را فراموش نکنم، نماز می خوانم.

### پنجره

نماز می خوانم تا بگویم:

در اوج بی کسی، تنها نیستم.

در انبوه مشکلات، ناتوان نیستم.

در محاصره رنج ها بی شکیب نیستم.

در اوج قلّه دانش، قدرت، ثروت و شهرت، مغرور نمی شوم و خود را نمی بازم و خدای مهربان و دوست داشتنی خود را از یاد نمی برم و با او قهر نمی کنم، حتی اگر همه عالم از خدا رویگردان شوند، من از او جدا نمی شوم و بی وفایی نمی کنم.

برای اینکه در مقابل قدرت ها زانو نزنم، در پیشگاه خداوند زانو می زنم و رکوع و سجود می کنم.

### پنجره

وقتی خدا دوست دارد نماز بخوانیم، من اگر نماز نخوانم،

برای «خدادوستی» خود چه سند و شاهی دارم؟ اگر نماز

نخوانم، روح تشنه‌ام را چگونه سیراب کنم و آرامشی را که فقط با نماز به دست می‌آید، از کجا به دست آورم؟

زندگی بدون نماز و یاد خدا، تکرار بی‌معنا و ملال‌آور لحظه‌هاست. روزی پنج بار در «چشمه نماز» شست‌وشو می‌کنم تا هیچ آلودگی در وجودم نماند.

من پیچکی عاشقم که به نماز تکیه می‌کنم تا به خدا برسم. من اشتیاق نمازخواندن دارم، آنگونه که اباعبدالله الحسین علیه السلام به نماز عشق می‌ورزید و آخرین لحظات زندگی‌اش را به نماز و ذکر و دعا و سجده و تلاوت قرآن گذراند.

من که عاشق حسینم، باید از معشوق خود درس بگیرم. اگر حسینی‌ام، سستی در نماز و بی‌حوصلگی در عبادت برای من بی‌معناست!

#### « خلاصه

آنچه شوق نماز و عبادت می‌آورد، شناخت فلسفه نماز و آثار فراوان آن در زندگی است. برای رسیدن به این شناخت بیشتر بیندیشیم.



روح نماز



فصل دوم



آنچه بیان شد، همه در چیستی نماز و فلسفه آن و نقشی است که نماز در زندگی ما ایفا می‌کند؛ ولی هنوز هم بعضی نمی‌دانند چرا باید نماز بخوانیم و این حرکات خاص به نام نماز یعنی چه و یا در پشت این عبادت و آیین دینی، چه رازی نهفته است و اصلاً روح نماز چیست؟

از این رو، این عبادت واجب را بیشتر تحلیل می‌کنیم تا جای هیچ پرسشی باقی نماند.

خضوع در برابر «عظمت» در سرشت انسان نهفته است.

«نیایش» در پیشگاه معبود، حس فطری بشر است و لذت روحی و آرامش روانی و معنوی در سایه آن به دست می‌آید. رمزی از این افتادگی و خضوع «نماز» است و نماز یعنی فروتنی و نیازخواهی و سپاس در برابر عظیم‌ترین سرچشمه قدرت و دانایی و حکمت و بینایی که «خدا»ست.

آن یگانه معبود، تنها تکیه‌گاه انسان است؛ در میدان‌های کارزار و صحنه‌های خونین جهاد، امید مجاهدان و الهام‌بخش مقاومت و صبر است و در تندباد حوادث و هجوم مشکلات و گرفتاری‌هاست

که انسان می‌تواند به نماز پناه برد و نیرو بگیرد چنانچه او خود در قرآن کریم فرموده است: از «صبر و نماز» استعانت و یاری بجویید.<sup>۱</sup>

## پنجره

نماز ستون دین است که بدون آن، بنیان دینداری انسان فرو می‌ریزد. نماز، پاسخ به ندای ابراهیم علیه السلام و حضرت محمد صلی الله علیه و آله است که ما را به بندگی خدا فراخوانده‌اند.

«قبله» و «کعبه» رمز وحدت و یکپارچگی امت موحد و خداپرست است و نماز، صحنه و تجلیگاه این هماهنگی است.

وقتی «وضو» می‌گیریم، همراه با دست و صورت، دل و جان مان هم پاک می‌شود؛ چرا که با «نیت» و به قصد تقرب به خداست، نه فقط برای پاکیزگی دست و صورت از چرک و آلودگی‌ها. وضو یک عبادت است و نورانیت می‌آورد. خودتان این را تجربه کرده‌اید. وقتی با وضو هستید، دلتان باصفاتر است.

«قبله» خانهٔ توحید است. وقتی رو به کعبهٔ مقدس می‌ایستیم، با موحدان عالم و یکتاپرستان تاریخ همسوی شویم و در امتداد صف خداجویان قرار می‌گیریم.

حمد و سورهٔ ما، ستایش خداوند و یاد نعمت‌های او و استعانت

۱. بقره، ۴۵.

از پروردگار است.

«رکوع و سجود»، رمز خضوع در برابر آفریدگار است و بنابر روایات نزدیک‌ترین حالت بنده به درگاه خداوند.

با تسبیح و «سبحان الله»، خدا را از هر عیب و نقصی منزّه می‌دانیم.

با «صلوات» بر رسول خدا، محمد مصطفی ﷺ درود می‌فرستیم که دین اسلام را برای ما آورد و ما را به توحید فراخواند.

با «سلام» نماز، به همهٔ صالحان و شایستگان و فرشتگان سلام

می‌دهیم.

#### پنجره

نماز، اگر ده‌ها دلیل و حکمت دارد، یکی هم عرض سپاس به درگاه خداست که ما را غرق نعمت‌های بی‌شمار خویش ساخته است. ما اگر چشم نعمت‌شناس داشته باشیم، زندگی و هستی خود را مدیون خداییم. نماز، معیار قبولی سایر عبادت‌هاست.

وقتی کسی خود را «بندهٔ خدا» میداند، یعنی خود را فرمانبردار فرمان خدا معرفی می‌کند. وقتی نماز یکی از فرامین مهم و مؤکد و همیشگی خداست، چگونه می‌توان خود را بندهٔ خدا دانست، ولی نماز نخواند یا نسبت به آن سهل‌انگار بود؟

نماز، تا حد زیادی انسان را از گناه بازمی‌دارد. روزی پنج نوبت در پیشگاه خدا می‌ایستیم و او را می‌ستاییم و از او یاری می‌خواهیم و با رکوع و سجود می‌گوییم که ما مطیع فرمان اویم. فرد نمازخوان کمتر سراغ معصیت می‌رود؛ چون معصیت با نماز و اطاعت از خداوند منافات دارد. ما که نمی‌خواهیم سر خودمان کلاه بگذاریم، خدا را هم که نمی‌شود فریب داد.

جامعه بی‌نماز گرفتار انواع مفاسد می‌شود حتی مفاسد اقتصادی. وقتی لباس و مکان نمازگزار باید حلال و غیرغصبی باشد، نمازخوان نمی‌تواند درآمدهای حرام و زندگی آمیخته به ظلم و حق الناس داشته باشد؛ چون نمازش باطل می‌شود و اینجاست که از بسیاری از مفاسد دوری می‌کند.

### پنجره

نماز انسان را با خدا مرتبط می‌سازد و معرفت خدا و عشق به او را افزایش می‌دهد و ابلیس و وسوسه‌هایش را از زندگی انسان دور می‌سازد. به همین سبب خداوند می‌فرماید: «نماز از فحشا و منکر باز می‌دارد» و به دنبال آن می‌فرماید «و یاد خدا بزرگ‌تر از هر چیز است».<sup>۱</sup>

۱. عتکبوت، ۴۵.

نماز چون یاد خداست، نمازگزار را از انجام آنچه برخلاف رضای اوست، باز می‌دارد و اگر نماز می‌خوانیم و دست از گناه نمی‌کشیم به این خاطر است که نمازهای ما از چاشنی ذکر و یاد خدا خالی است. نماز، جسمی دارد و روحی.

روح نماز، همان توجه قلبی به خدا و «حضور قلب» در نماز است. نمازخوان باید از یاد نبرد که نمازش «میثاق بندگی» با خداست و اگر نمازهایش از روی عادت و تکرار روزمره و عجولانه و بی‌توجه و بدون «یاد خدا» باشد، اسکلتی بی‌جان است.

از چنین نمازی که روح ندارد، چه انتظاری است؟

#### « خلاصه

تنها به انجام ظاهری این عبادت نپردازیم. بکوشیم عبادت و نمازمان روح داشته باشد تا از آن لذت ببریم و هرگز آن را ترک نکنیم.





استمرار نماز



فصل سوم



پزشکان وقتی نسخه‌ای را برای بیمار تجویز می‌کنند، اصرار دارند داروها مرتب و بدون وقفه مصرف شود و بیمار به محض دیدن علائم بهبودی مصرف دارو را قطع نکند.

مربیان ورزش هم معتقدند که ورزش هرچند سبک و اندک باشد، به شرط استمرار و مداومت است که ما را به نتیجه مطلوب می‌رساند. یکی دو روز ورزش و نرمش و یکی دو هفته تحرک نداشتن بی‌فایده است.

#### پنجره

اگر «نماز» ورزش روح و تقویت معنویت و مایه رشد در عبودیت و بندگی است، وقتی اثر دارد که استمرار داشته باشد.

طبعاً آنها که گاهی نماز می‌خوانند و گاهی نمی‌خوانند، از برکات و آثار آن محروم می‌شوند. علاوه بر این در مواقعی که نماز نمی‌خوانند، خدا را نافرمانی کرده‌اند و این عصیان و سرپیچی از اجرای فرمان الهی، کیفر و عذاب در پی دارد.

سربازی که گاهی سر پست حاضر شود و گاهی غیبت کند، یا دانش آموزی که گاهی درس بخواند و گاهی نخواند، به وظیفهٔ سربازی و دانش آموزی خود عمل نکرده و قابل پیگیری و مجازات است و به هدف مورد نظر هم نمی‌رسد.

از آن‌ها که گاهی ترک نماز می‌کنند، باید پرسید: آیا ممکن است شما گاهی غذا بخورید و گاهی نخورید؟ چرا برای خوردن همه روزه صبحانه و نهار و شام تبلی نمی‌کنید، ولی برای نماز خواندن انگیزه ندارید؟

اگر غذا نیاز همیشگی جسم است، نماز و عبادت هم غذای روح است و ما همیشه به این عبادت و پرستش نیاز داریم تا «بنده بودن» خود را فراموش نکنیم و گرفتار گناه نشویم.

#### « خلاصه

اگر اصل نماز، فرمان خداست، همیشه نماز خواندن هم فرمان خداست. این تکلیف هیچ وقت از روی دوش ما برداشته نمی‌شود، پس برای همیشه و عاشقانه اهل نماز باقی بمانیم.

حال نماز



فصل چهارم



امام صادق علیه السلام فرمودند:

وقتی کسی نماز می‌خواند و توجه‌اش به نماز است، خداوند به همان اندازه که او در نماز حضور قلب دارد، به بنده‌اش رو می‌کند و توجه می‌نماید. از این رو گاهی نصف نماز قبول می‌شود، گاهی یک سوم، گاهی یک چهارم و گاهی یک پنجم.<sup>۱</sup>

به هر اندازه که در نماز حضور قلب داشته باشیم، به همان اندازه نمازمان مورد قبول خداوند است.

«حال نماز» یعنی همین نماز خواندن با شوق و رغبت و توجه قلبی و نشاط روحی و لذت بردن از عبادت. در روایات آمده است که در نماز تا وقتی خدا به بنده‌اش توجه دارد که بنده هم به خدا توجه داشته باشد. اگر سه بار در نماز، حواس نمازگزار به جای دیگر رفت، خدا هم از او روی می‌گرداند.

۱. احمد بن محمد بن خالد برقی، محاسن، ج ۱، ص ۹۷.

آنچه این «حال» را ایجاد می‌کند، «محبت» و «معرفت» است. هر که خداشناس‌تر و خدا دوست‌تر باشد، شوق عبادتش بیشتر است و از گفتگو با خدا لذت می‌برد و دوست دارد این رابطه طولانی‌تر باشد.

در سیرهٔ امام حسین علیه السلام آمده است که حضرت وقتی وضو می‌گرفتند و آمادهٔ ورود به نماز می‌شدند، رنگ از رخسار مبارکشان می‌پرید. می‌گفتند: این چه حالتی است که در شما پیدا می‌شود. ایشان می‌فرمودند: می‌خواهم در پیشگاه فرمانروایی بزرگ بایستم.<sup>۱</sup>

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمودند:

گاهی دو نفر به نماز می‌ایستند؛ رکوع و سجودشان یکسان است ولی فاصلهٔ میان نماز آن دو به اندازهٔ فاصلهٔ زمین تا آسمان است.<sup>۲</sup>

این همه تفاوت، به میزان معرفت نمازگزار نسبت به خدا و عبودیت و حقیقت نماز و اسرار آن و حالتی که در نماز دارد، مربوط می‌شود. باید آن قدر تمرین کرد تا هنگام نماز دل از هر جایی و هر کسی جدا شود و تنها به خدا توجه داشته باشد.

۱. محمد محمدی ری شهری، میزان/الحکمه، حدیث ۱۰۶۱۱.

۲. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۸۱، ص ۲۴۹.



علاوه بر شناخت بیشتر نسبت به حقیقت نماز و عبادت و محبت به خدای مهربان، انس و آشنایی و دوستی با افرادی که حال عبادت و نماز دارند، به تقویت این روحیه کمک می‌کند. همنشینی با کسانی که اهل نمازند و نمازهایشان را با حال و توجه می‌خوانند، در ما هم تأثیر می‌گذارد و بر عکس دوستی و همنشینی با کسانی که نماز جایی در زندگی‌شان ندارد و یا نسبت به آن بی‌اعتنا هستند، در ما تأثیر منفی دارد.

گاهی شرکت در نماز جماعت یا نماز خواندن در مساجد، حرم‌ها، زیارتگاه‌ها و اماکن مقدسه باعث می‌شود در عبادت حال بهتری داشته باشیم. به همین دلیل نباید از چنین اماکن و موقعیت‌ها و فرصت‌هایی غافل شد.

#### « خلاصه

نمازهای بی‌حال، هم بی‌نتیجه است و هم بی‌دوام. بکوشیم با معرفت بیشتر به نماز و عشق عمیق‌تر به خدا تضمینی برای استمرار نماز خواندن خود داشته باشیم.



حضور قلب



فصل پنجم



سستی و سهل انگاری در عبادت گاهی هم به دلیل نداشتن «حضور قلب» در نماز است.

نماز خواندن در حالی که دل و فکر انسان جای دیگری است، بی اعتنایی به این عبادت و بی توجهی به خدایی است که در مقابل او به نماز می ایستیم.

پیامبر خدا ﷺ فرمودند: «برترین مردم کسی است که به عبادت عشق ورزد و با دلش به آن محبت داشته باشد»<sup>۱</sup>.

افسوس گاهی در نماز «تن» ما در معبد و مسجد است و «دل» ما پیش غیر خدا.

#### پنجره

خدا از ما خواسته که در عبادت و نماز، تن و جان و جسم و قلب را با هم به حضور او بیاوریم، پس روا نیست که جسم ما در نماز «حاضر» باشد و روح ما «غایب».

باید در نماز ادب حضور و «اقبال قلبی» داشته باشیم.

برای داشتن حضور قلب باید:

به یاد داشته باشیم که در محضر خداوند به نیایش و بندگی ایستاده ایم و ادب ایجاب می کند دلمان هم پیش خدا باشد همچنان که اگر به دیدار یک شخصیت بزرگ رفته باشیم، می کوشیم حواسمان به او و سخنان و حرکاتش باشد.

نماز را تشرف به حضور و بارگاه یک بزرگ بدانیم؛ بزرگی که از هر کس بزرگتر است و احترامش بر ما لازم، با سر و گوش و لباسمان بازی نکنیم، مؤدب بایستیم و وقار داشته باشیم.

به معانی عبارات و اذکار نماز توجه داشته باشیم.

از آنچه سبب حواس پرتی ما می شود، بپرهیزیم. مثلاً در جای شلوغ نماز نخوانیم یا جایی که افراد از جلوی ما رفت و آمد می کنند یا رادیو و تلویزیون روشن است و در حال پخش فیلم و سریال و مسابقات فوتبال و... و یا فضا بسیار تنگ و نامناسب است و امثال این ها.

به آنچه حضور قلب می آورد توجه کنیم مثل جای خلوت، خواندن نماز به جماعت در مسجد، نماز با آرامش و طمأنینه، رعایت مستحبات نماز، توجه به معانی و اسرار نماز مثل اینکه معنی تکبیرة الاحرام چیست و رکوع و سجود چه مفهومی دارد؟ دست بلند کردن به قنوت

برای چیست و سر بر خاک نهادن و دو بار سجده کردن چه رمز و رازی با خود دارد؟<sup>۱</sup>

برای به دست آوردن حضور قلب تمرین تدریجی داشته باشیم. اگر نمی‌توانیم در طول نماز تمرکز داشته باشیم، ابتدا سعی کنیم هنگام نیت و تکبیرة الاحرام حضور قلب داشته باشیم، به تدریج حمد و سوره را هم بر آن بیفزاییم، سپس بکوشیم در رکوع و سجود هم توجه مان به معبود باشد. همین‌طور پیش برویم تا ان شاء الله به جایی برسیم که در کل نماز جز به خدا به کس دیگر و چیز دیگری توجه نداشته باشیم.

امام سجاد علیه السلام مشغول خواندن نماز بودند. گوشه‌ عبا از روی یکی از دوش‌های آن حضرت کنار رفت، ولی حضرت آن را درست و مرتب نکردند. پس از پایان نماز پرسیدند: یک طرف عبایتان کنار رفت. چرا آن را مرتب نکردید؟ فرمودند: وای بر شما! می‌دانید در برابر چه کسی ایستاده بودم؟ از نماز بنده همان مقدارش مقبول درگاه خداست که در آن حضور قلب داشته باشد.<sup>۲</sup>

پس تلاش برای داشتن حضور قلب در نماز، یکی از راه‌های مقابله با سستی در عبادت و سهل‌انگاری در امر نماز است.

۱. درباره‌ اسرار نماز آثار متعددی وجود دارد از جمله «راز بندگی» آیت الله میرزا جواد ملکی تبریزی، ترجمه و تلخیص جواد محدثی.  
۲. شیخ صدوق، *علل الشرایع*، ص ۲۳۲.

بیا بیا به جانب خدای خویش رو کنیم  
گل حضور و نور را به باغ عشق بو کنیم

به کوی بندگی رویم و در رکوع و سجود  
رضای آفریدگار خویش جستجو کنیم

خدا بزرگ و بی‌نیاز و ما فقیر و کوچکیم  
بیا بیا که با خدای خویش گفتگو کنیم

اگرچه دستمان تهی، اگرچه بارمان گران  
به او امید بسته و سعادت آرزو کنیم.

« خلاصه

حضور قلب، حقیقت و جوهر اصلی نماز است. بکوشیم با  
تمرین به این فضیلت مهم دست یابیم.



نشانه‌های اهتمام به نماز



فصل ششم



چه کسی نسبت به نماز سهل انگار است؟

چه کسی «کاهل نماز» است؟

چه کسی نسبت به عبادت سست و بی رغبت است؟

در مقابل، ویژگی‌های بندگان خالص خدا که اهل نمازند و شوق

عبادت دارند و به امر خدا اهمیت می‌دهند، چیست؟

### ۱. خواندن نماز

اولین نشانهٔ یک مؤمن واقعی، نماز خواندن است. افراد بی‌نماز رگه‌هایی از نفاق دارند و باید خود را اصلاح کنند؛ زیرا نماز خواندن، دستور حتمی، قطعی و روشن دین است.

### ۲. مرتب خواندن

نشانهٔ دیگر، مداومت بر نماز است. از وقتی که شخص به سن تکلیف می‌رسد، باید به طور مرتب نمازهایش را بخواند و عمداً نماز را ترک نکند و در صورتی که خواب ماند یا یادش رفت و یا از روی بی‌توجهی گاهی نماز نخواند، آنها را قضا کند.

### ۳. نماز اول وقت

توصیه فراوان شده که نمازگزار، هر نماز را در اولین زمان آن بخواند و به تأخیر نیندازد. بنابر احادیث وارده، نماز اول وقت، مایهٔ رضایت الهی است، به زندگی انسان خیر و برکت داده و رزق و روزی را افزایش می دهد.

### ۴. نماز صحیح

نماز، عبادتی است که شرایط و احکام خاصی دارد. وضوی صحیح، لباس پاکیزه، مکان مباح، قبلهٔ درست، قرائت صحیح حمد و سوره و اذکار از شرایط قبولی آن است، بنابراین باید احکام نماز را فرا گرفت و آن را صحیح به جا آورد.

### ۵. آداب ظاهری و باطنی

نماز، تنها خم و راست شدن و خواندن جملاتی در رکعت‌ها و رکوع و سجود آن نیست؛ یک نیایش عالی و پرستش ارزشمند و سازنده است که باید با نیت خالص و دور از ریا و تظاهر خوانده شود. توجه به معبود، حضور قلب، تمرکز حواس، توجه به معانی جملات و اذکار نماز و ترک گناهان جزو آداب نماز است. همچنین پوشیدن لباس پاکیزه و مرتب، استفاده از عطر و شانه زدن موی سر، انتخاب جایی دور از سر و صدا و عوامل مزاحم از سایر آداب آن است که مراعات مجموعهٔ این آداب، نمایانگر اهمیت دادن به نماز می باشد.

## ۶. نماز جماعت

نماز جماعت از اجر و ثواب بسیاری برخوردار است چنانچه ۲۵ برابر نماز فردی ثواب دارد. هرچه تعداد نمازگزاران به جماعت بیشتر باشد، ثواب آن هم افزایش می‌یابد. شرکت در نماز جماعت، نشانه‌ای دیگر از اهمیت دادن به امر نماز است.

## ۷. نماز در مسجد

مسجد خانهٔ خداست و حضور در آن ثواب دارد. نماز خواندن در مسجد آن هم به جماعت از چنان اجری برخوردار است که در وصف نمی‌گنجد.

### پنجره

فضای معنوی مسجد حال عبادت و حضور قلب بیشتری در انسان ایجاد می‌کند. خداوند هم به آنان که نماز را به جماعت می‌خوانند و در مسجد حضور می‌یابند، عنایت ویژه‌ای دارد.

در این صورت نمازگزار از احوال برادران دینی خود آگاه می‌شود و از معارف دینی و احکام اسلامی که در برنامه‌های مذهبی مساجد ارائه می‌شود، بهره می‌برد.

حضرت امام سجاده علیه السلام دربارهٔ حق نماز بر انسان می‌فرمایند:

حق نماز بر تو آن است که بدانی نماز، ورود به میهمانی خدا و بار یافتن به محضر اوست. تو در نماز، در پیشگاه خداوند بزرگ می ایستی. اگر این را بدانی، با حالتی فقیرانه، خاشعانه، متواضعانه، همراه با بیم و امید و با نیاز و تضرع در برابر او خواهی ایستاد و خدا را بزرگ خواهی شمرد و آرامش و وقارت را حفظ خواهی کرد و با قلبت رو به خدا خواهی داشت و حدود و شرایط نماز را رعایت خواهی کرد.<sup>۱</sup>

کسی که شام و سحر با سجود دم ساز است  
دریچه ای ز سعادت به روی او باز است

سرت به سجده و صورت به روی خاک گذار  
هر آن که پیش خدا خم شود، سرفراز است

#### « خلاصه

اگر از کسانی هستیم که به نماز اهمیت می دهیم، خدا را بر این نعمت شکر کنیم و اگر خدای نکرده در امر نماز سهل انگاریم، هرچه زودتر خود را اصلاح کرده و با خدای خویش آشتی کنیم.

۱. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۱، ص ۴.

## الگوی نماز خوانی



فصل هفتم





چگونه می‌توان فرزندان را نمازخوان بار آورد؟  
چگونه می‌توان فرهنگ نماز را در خانواده نهادینه کرد؟

#### پنجره

اگر پدر و مادر اهل نماز باشند و به نماز اهمیت دهند و آن را اول وقت بخوانند و به بهانه‌های مختلف عقب نیندازند، فرزندان خانواده هم نمازخوان بار می‌آیند.

اگر در خانواده‌ای، زن یا شوهر در نماز خواندن سستی می‌کند، اهمیت دادن به نماز از طرف همسرش، در روح او تأثیر می‌گذارد؛ زیرا ما بیش از آن که تحت تأثیر گفتار دیگران باشیم، از رفتار آنها اثر می‌پذیریم، پس می‌توانیم در خانه و اداره و مدرسه و خوابگاه و پادگان برای دیگران الگو باشیم.

یکی از دعاهای بندگان ویژه خدا این است که از پروردگار می‌خواهند تا سرمشق و مقتدا و الگوی اهل تقوا باشند: پروردگارا! ما را برای پرهیزگاران پیشوا گردان.<sup>۱</sup>

۱. فرقان، ۷۴.

اگر معلم و مدیر مدرسه، در نمازخانه حاضر شوند و به جماعت نماز بخوانند، رفتارشان بر دانش‌آموزان هم تأثیر می‌گذارد.

اگر رئیس اداره به نماز اهمیت بدهد، کارمندان اداره هم در نماز جماعت حاضر می‌شوند.

اگر فرمانده پادگان اهل نماز خواندن باشد، نیروهای او هم نمازخوان می‌شوند.

البته گاهی هم باید با «دعوت زبانی» تشویق به نماز خواندن کرد؛ فواید و فلسفه نماز را بیان کرد، خاطراتی از نمازهای بزرگان نقل کرد، سیره پیامبر خدا ﷺ و ائمه معصومین علیهم‌السلام و شهدا و رزمندگان اسلام را بازگو نمود تا نمازهای این گوها بر دیگران هم اثر بگذارد.

پیامبر خدا ﷺ شیفته نماز بودند و قبل از اذان، رسیدن وقت نماز را انتظار می‌کشیدند و هنگام نماز که می‌شد، به سرعت برخاسته و به نماز می‌ایستادند.

عشق حضرت زهرا علیها‌السلام و امیرمؤمنان علی علیه‌السلام و سایر ائمه، هم به نماز و دعا و ذکر و عبادت بسیار بود. آنان نماز را بر هر چیزی مقدم می‌داشتند. هرگاه وقت نماز می‌رسید، چهره حضرت علی علیه‌السلام متغیر و حالشان آشفته می‌شد. می‌پرسیدند: چرا این‌گونه شدید؟ می‌فرمودند: «وقت ادای امانتی رسیده است که خدا بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه نمود، آن‌ها از پذیرش آن ابا کردند، اما انسان آن امانت را

پذیرفت. نمی دانم من این امانت را نیکو ادا می کنم یا خیر»<sup>۱</sup>؟

امام حسن مجتبیٰ علیه السلام چون به نماز می ایستادند، از اینکه در آستان پروردگار هستند، لرزه بر اندام مبارکشان می افتاد و چون از بهشت و جهنم یاد می کردند، همچون مارگزیده ها به خود می پیچیدند.<sup>۲</sup>

عبادات و نمازهای اولیای الهی کجا و نمازهای ما کجا؟!

دست کم بکشیم نمازهایمان را درست و مرتب و بدون سستی و بی حالی بخوانیم و از خدا بخواهیم توفیق درک لذت عبادت را به همه ما عنایت کند و نمازمان را وسیله رشد معنوی و تقرب به ذات اقدسش قرار دهد.

#### « خلاصه

سعی کنیم هم خودمان الگو و سرمشق برای دیگران باشیم و هم از الگوهای مکتبی و پیشوایان دینی و اولیای الهی نمونه هایی برای دیگران بیان کنیم.

۱. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۴۱، ص ۱۷.

۲. همان، ج ۸۱، ص ۲۵۸.



مسلمانیِ کامل؛ نه نیمه‌مسلمان



فصل هشتم



نام دین ما «اسلام» است؛ اسلام یعنی تسلیم بودن در برابر اوامر خدا. مسلمان یعنی کسی که خدا را شناخته و او را می‌پرستد و در همه کارها تسلیم فرمان اوست و همه دستورات او را بدون چون و چرا اجرا می‌کند.

کسی که احکام و برنامه‌های دینی را به صورت گزینشی می‌پذیرد یا به آن عمل می‌کند، «نیمه مسلمان» است نه مسلمان کامل.

اسلام، اگر نماز و روزه دارد، جهاد و امر به معروف و نهی از منکر هم دارد. اگر در برنامه‌های عبادی قانونمند است، در برنامه‌های اجتماعی و سیاسی و اقتصادی هم صاحب‌نظر است. مسلمان باید در همه موارد تابع حکم خدا باشد، نمی‌شود که آدمی نماز شب بخواند و برای اهل بیت علیهم‌السلام عزاداری کند و به زیارت مشهد و کربلا برود، ولی درآمدش از راه حرام باشد، ربا و رشوه هم بگیرد، احتکار و قاچاق هم داشته باشد.

### پنجره

ممکن است کسی دروغ نگوید، مردم‌آزار نباشد، زیارت و

سینه زنی اش ترک نشود، ولی نماز نخواند یا به نماز اهمیت ندهد؛ چنین کسی مسلمان کامل و مورد قبول نیست.

ممکن است کسی اهل نماز و مسجد باشد، اما احتکار و ظلم و حق کشتی داشته باشد که این هم صحیح نیست.

نماز یکی از معیارهای مسلمانی است که در روز قیامت و هنگام محاسبه اعمال، پیش از هر چیز از آن سؤال می شود.

پیامبر خدا ﷺ فرمودند:

اولین چیزی که روز قیامت در عمل بنده به آن نظر می شود، نماز اوست؛ اگر قبول شد، در غیر آن هم نظر می شود و اگر پذیرفته نشد، به اعمال دیگر او نگاه نمی کنند.<sup>۱</sup>

امام محمد باقر علیه السلام هم فرمودند:

اولین چیزی که مورد سؤال و حساب قرار می گیرد، نماز است؛ اگر قبول شد، اعمال دیگر هم قبول می شود.<sup>۲</sup>

اگر می خواهیم مهر قبولی به مسلمانی ما بخورد و در آخرت از زیانکاران نباشیم، نماز را در رأس برنامه های خود قرار دهیم و به آن چنان اهمیت بدهیم که خدا و پیامبر صلی الله علیه و آله و اهل بیت علیهم السلام اهمیت داده اند.

مسلمانی آن است که تابع «دین» باشیم نه تابع «دل».

۱. محمد محمدی ری شهری، میزان/الحکمه، حدیث ۱۰۵۶۸.

۲. همان، حدیث ۱۰۵۷۰.



اگر کسی تاکنون اشتباه کرده و نسبت به نماز، بی توجه بوده و آن را جدی نگرفته است، ابتدا به درگاه خداوند توبه کند که خداوند توبه پذیر و مهربان است، سپس تصمیم جدی بگیرد که از این پس نمازهایش را اول وقت، مرتب، صحیح و با توجه و حضور قلب بخواند تا نمازش دست او را بگیرد و در دنیا و آخرت سبب سعادت و رستگاری اش شود.

#### « خلاصه

ما که مسلمانیم، مسلمانِ کامل باشیم، نه نیمه مسلمان. مسلمانِ کامل کسی است که به همه دستورات دینی و ارزش‌های اخلاقی پایبند باشد که نماز هم یکی از مهم‌ترین آن‌هاست.



تشویق به نماز



فصل نهم



تشویق یعنی شوق آفرینی، یعنی انگیزه سازی.

اگر کسی بی‌علاقه به نماز است یا در عبادت سستی می‌کند، باید دید از چه راهی می‌توان در او ایجاد انگیزه و علاقه کرد و نماز را در نظرش زیبا و دوست‌داشتنی جلوه داد. هر کس را به زبانی و هر مخاطب را به روشی.

بدون شک تنبیه و ملامت و توبیخ و سرزنش چندان اثری در نمازخوان کردن افراد ندارد برخلاف تشویق که بسیار مؤثر است.

#### پنجره

خداوند در قرآن کریم بارها و بارها به آنان که اهل نماز و اطاعت و بندگی اند، «وعدۀ بهشت» داده است؛ این یعنی تشویق. همچنین از پیامبران: و انسان‌های صالح گذشته با این عنوان یاد می‌کند که اهل نماز بودند و خانواده خود را هم به نماز فرا می‌خواندند و از خدا می‌خواستند که نسل آنان را هم نمازخوان قرار دهد.<sup>۱</sup>

پیامبر خدا ﷺ فرمودند:

هر مؤمنی که به نماز می‌ایستد، از آسمان نیکی و رحمت بر او می‌بارد و خداوند فرشته‌ای را مأمور می‌کند که خطاب به او بگوید: ای فرزند آدم! اگر می‌دانستی که به خاطر نمازت چه پاداش‌هایی داری و با چه کسی در حال مناجاتی، هرگز از عبادت خسته نمی‌شدی و رو به غیر خدا نمی‌کردی.<sup>۱</sup>

امام علی علیه السلام نیز فرمودند:

هرگاه مؤمنی به نماز می‌ایستد، ابلیس با حسد به او نگاه می‌کند؛ زیرا می‌بیند که چه رحمتی از سوی خدا او را فرا می‌گیرد.<sup>۲</sup>

همچنین از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله روایت شده است که فرمودند:

هرکس دو رکعت نماز بخواند و در آن دو رکعت چیزی از امور دنیا بر دلش نگذرد و توجه اش فقط به خدا باشد، خداوند گناهان او را می‌آمرزد.<sup>۳</sup>

بسیارند احادیثی که با بیان فضیلت و ثواب نماز، انسان را به نماز خواندن علاقه‌مند می‌سازند؛ زیرا بیان پاداش‌های الهی نوعی تشویق به عبادت است و در افراد سست اراده ایجاد انگیزه می‌کند. بر خورد ما با کودکان و نوجوانان اگر با محبت و تشویق باشد،

۱. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۹، ص ۲۳۴.

۲. محمد محمدی ری شهری، میزان‌الحکمه، حدیث ۱۰۵۸۴.

۳. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۴۹.

اثر خوبی بر آنان خواهد گذاشت. اگر فرزندی در خانه نماز می‌خواند، به خاطر نمازش مورد توجه و تقدیر قرار گیرد، اگر نوجوانی برای نماز خواندن به مسجد می‌رود، از سوی امنای مسجد مورد لطف و محبت قرار بگیرد، اگر دانش‌آموزی در نماز جماعت مدرسه شرکت می‌کند، از نظر اخلاقی امتیازی داشته باشد، اگر نماز خواندن فرزندان و نوجوانان را همراه با تحسین و ستایش برای دیگران تعریف کنیم، همه این‌ها در ایجاد انگیزه و رغبت مؤثر است.

مطالعه کتاب‌هایی درباره نماز یا احادیثی در فضیلت اهتمام به نماز و مراعات اول وقت نیز تشویقی برای نمازخوانی است.

حضرت علی علیه السلام می‌فرمایند:

نزد خداوند، هیچ کاری محبوبتر از نماز نیست. پس هیچ کاری از کارهای دنیا شما را از نماز خواندن در وقت آن، باز ندارد.<sup>۱</sup>

این سخن شهید رجایی هم مشهور است که گفتند:

به نماز نگوئید کار دارم، به کار بگوئید نماز دارم.

گاهی ممکن است حرف‌های ما در شخصی اثر نداشته باشد، اما او نسبت به کس دیگری علاقه و دلبستگی خاصی دارد و برایش احترام قائل است و از او حرف‌شنوی دارد، بهتر است در این صورت از آن شخص بخواهیم تا فرد مورد نظر ما را به نماز خواندن تشویق و

۱. شیخ صدوق، خصال، ص ۶۲۱، ح ۱۰.

ترغیب کند. چنین شخصی ممکن است معلم، دوست، فلان فامیل دور یا نزدیک، روحانی یا امام جماعت مسجد و یا یک شخصیت شناخته شدهٔ اجتماعی باشد. بدیهی است که تشویق غیرمستقیم مؤثرتر است.

#### « خلاصه

بکوشیم گفتار و رفتار ما، مشوقی برای دیگران بوده و وسیلهٔ جذب آنان به سمت و سوی نماز خواندن باشد.



## نقش دوست و دوستی



فصل دهم



پیامبر خدا ﷺ فرمودند:

داشتن دوست خوب، همچون وارد شدن به مغازهٔ عطر فروش است. اگر انسان عطر هم نزند، فضای معطر آنجا او را خوش بو می‌سازد. دوستی با افراد بد هم همچون وارد شدن به دکهٔ آهنگری است که اگر جرقه‌های آتش کوره هم لباس را نسوزاند، انسان بوی دود و دم آنجا را به خود می‌گیرد.<sup>۱</sup>

از امام علی علیه السلام هم روایت شده که فرمودند:

همنشینی با نیکان نیکی به همراه می‌آورد همانگونه که هرگاه باد بر بویی خوش گذر کند، آن بوی خوش را به همراه آورد و همنشینی با بدان، بوی بد به همراه می‌آورد، همان گونه که هرگاه باد بر بوی ناخوش گذر کند، آن بوی ناخوش را همراه سازد.<sup>۲</sup>

این تعابیر همه بیان‌کنندهٔ نقش دوستان و همشینیان در خوب و بد شدن انسان و اهل نماز یا بی‌نماز شدن فرزندان ماست.

۱. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمه، حدیث ۱۸۴۴۹.

۲. جمال الدین محمد خوانساری، شرح غرر الحکم، ج ۴، ص ۲۰۲ - ۲۰۵.



اگر فرزندی نماز خوان بود و حالا دیگر نماز نمی‌خواند یا کاهل نماز شده است، باید دید او با چه کسانی نشست و برخاست می‌کند و دوستانش چه کسانی هستند؟ از سوی دیگر افراد سست‌اراده و بی‌توجه به نماز و عبادت، اگر دوستان خوبی بیابند و با جوانان مسجدی و هیئتی رفاقت کنند، کم‌کم به خواندن نماز ترغیب می‌شوند.

بنابراین، والدین باید نسبت به رفت و آمدها و معاشرت فرزندان بیشتر دقت کنند تا زحمات چندین ساله آنان در تربیت فرزندان سالم و اهل نماز و عبادت، یکباره در اثر دوستی‌های ناسالم و رفت و آمد با دوستان لالابالی و بی‌نماز بر باد نرود.

فرزندان را باید با افراد صالح آشنا کرد، با مسجدیان باب رفت و آمد را گشود و از طریق همنشینان باتقوا و متدین بعد دینی آن‌ها را تقویت کرد.

تو اول بگو با کیان زیستی پس آن‌گه بگویم که تو کیستی؟

نظارت بر دوستان و رفت و آمدهای خودمان و فرزندانمان با اشخاص، در شوق عبادت یا سستی در عبادت مؤثر است. از این نکته غافل نشویم.



مستحبات، راهی برای حفظ نماز



فصل یازدهم





یکی از راه‌هایی که کمک می‌کند نماز را جدی بگیریم و سستی و تنبلی و بی‌حالی نداشته باشیم، انجام مستحبات در نماز است.

کسی که با عجله وضو می‌گیرد، فوری وارد نماز می‌شود و تند تند نماز می‌خواند و با گفتن «السلام علیکم...» برخاسته و به دنبال کار خود می‌رود، یعنی نماز در نظر او اهمیت ندارد که به آدابش چندان توجهی نمی‌کند.

اما اگر مستحبات رعایت شود، مثلاً انسان پیش از وقت نماز، کم‌کم خود را برای نماز آماده کند، وضو را با آرامش و دقت بگیرد، لباس‌های مرتبی بپوشد، سر و صورت را شانه بزند، خود را معطر سازد، جای مناسبی را برای نماز انتخاب کند، عجله و شتاب نداشته باشد، اذان و اقامه بگوید، بعد از نماز تسبیحات حضرت زهرا علیها السلام را بگوید و تعقیبات بخواند، حاجات خود را به پیشگاه خدا عرضه بدارد، سجده شکر کند، پس از نماز برخیزد و به پیامبر صلی الله علیه و آله و امامان علیهم السلام سلام دهد و بسیاری آداب و مستحبات دیگر نماز را رعایت کند، این‌ها کمک می‌کند که نماز جایگاه واقعی خود را در زندگی انسان پیدا کند.

از همه نمی‌توان انتظار داشت که همه مستحبات را مراعات کنند، ولی خوب است به هر مقدار که بتوانیم به این آداب توجه کنیم تا دچار سهل‌انگاری و سستی در عبادت نشویم.

### پنجره

خواندن نمازهای مستحب و نافله‌های شبانه روز هم سبب می‌شود به نمازهای واجب راغب‌تر شویم. کسی که اهل نماز شب است یا نماز غفیله‌اش ترک نمی‌شود و یا نافله‌ها را به جا می‌آورد، طبیعی است که به واجبات اهتمام بیشتری داشته باشد و سستی نکند. مستحبات وسیله‌ای برای حفاظت و مراقبت از واجبات است.

یکی از اصحاب امام محمدباقر علیه السلام به نام «فضیل بن یسار» از آن حضرت پرسید: مقصود از آیه‌ای که می‌گوید «آنان بر نمازهای خود محافظت می‌کنند»<sup>۱</sup> چیست؟ حضرت فرمودند: مقصود نمازهای واجب است. پرسید: منظور از آیه «آنان که بر نمازشان دائم و پیوسته اند»<sup>۲</sup> چیست؟ حضرت فرمودند: منظور نمازهای مستحب است.<sup>۳</sup>

در همه دستورات دینی، مستحبات مقدمه‌ای برای انجام بهتر و

۱. مؤمنون، ۹. مشابه این مضمون در آیه ۳۴ سوره معارج و آیه ۹۲ سوره انعام آمده است.

۲. معارج، ۲۳.

۳. محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمه، حدیث ۱۰۶۸۴.

دقیق‌تر واجبات است و اگر انجام برخی مستحبات به واجبات ما ضرر بزند، هیچ مطلوبیتی ندارد و خواسته خدا نیست. برای نمونه کسانی در هیئت‌های عزاداری ساعت‌ها سینه می‌زنند، ولی نماز صبح‌شان را نمی‌خوانند. مستحبات هم باید در راستای واجبات و مکملی برای آنها باشد.

#### « خلاصه

انجام عبادات مستحب یا انجام مستحبات در نماز موجب حفاظت بیشتر از نمازهای واجب می‌شود. با خواندن نوافل، شوق عبادت و قرب به خدا را در خودمان بیشتر کنیم.



با نماز قضا چه کنیم؟



فصل دوازدهم



گاهی به هر دلیل نمازهای ما قضا می‌شود و در وقت واجب خوانده نمی‌شود.

نماز همانند یک بدهی است که اگر در زمان مقرر نپرداختیم، نمی‌توانیم بی‌خیال شویم و دیگر نپردازیم، بلکه باید در اولین فرصت آن را ادا کنیم و با گذشت زمان، این تکلیف از دوش ما برداشته نمی‌شود. ترک اطاعت و نماز هم همانند بدهکار بودن به مردم گناه است.

خواندن نمازهای قضا هم واجب است و هم نشانه اهمیت دادن به این فرمان الهی است؛ لذا بی‌اعتنایی به این موضوع سبب می‌شود در تکالیف دیگر هم بی‌تعهد شویم و کم‌کم به ترک واجبات عادت کنیم و برایمان مهم نباشد، اما با قضا کردن نمازها نشان دهیم که برای آن اهمیت قائل هستیم.

اگر ترک بعضی نمازها به عمد و از روی بی‌اعتنایی بوده، گناه کرده‌ایم. در این صورت هم باید نمازهای نخوانده را قضا کنیم و هم به خاطر این نافرمانی از خدا عذر بخواهیم و استغفار کنیم. خدا هم می‌بخشد و اگر بداند که در این توبه جدی هستیم، خطای گذشته

ما را نادیده می‌گیرد.

ممکن است بعضی به دلیل غفلت و سهل‌انگاری مدت طولانی نماز نخوانده‌اند یا در فاصله‌های مختلف نمازهای بسیاری از آنان قضا شده است. به جای آوردن قضای همه آن‌ها به یکباره طاقت فرسا و دشوار است و باید به تدریج قضای آنها را انجام دهد مثلاً با هر نمازی که می‌خواند یک نماز قضا هم بخواند تا به تدریج به این وظیفه دینی خود عمل کرده باشد.

#### « خلاصه

قضا کردن نمازهای فوت شده هم واجب و هم نشانه و تمرینی برای اهمیت دادن به نماز است.





۱. امام خمینی، *آداب الصلاة*، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۳۷۶.
۲. آیت الله سیدعلی خامنه‌ای، *از ژرفای نماز*، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۹۰.
۳. آیت الله عبدالله جوادی آملی، *رازهای نماز*، قم: اسراء، ۱۳۸۲.
۴. جواد محدثی، *راز بندگی (بازنگاری اسرار الصلاة عارف وارسته حاج میرزا جواد ملکی تبریزی)*، تهران: مرکز پژوهش‌های جوان و کانون اندیشه جوان.
۵. محسن قرائتی، *تفسیر نماز*، تهران: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، ۱۳۸۳.
۶. حسین دیلمی، *هزار و یک نکته درباره نماز*، تهران: ستاد اقامه نماز، ۱۳۷۶.

# مجموعهٔ یک صد جلدی کتابچه‌های ره‌نما



# لوح فشرده کتابچه‌های رهنما (نسخه ۲)



## نسخه ویژه تلفن همراه کتابچه‌های رهنما (نسخه ۲)



محل دریافت:

- حرم مطهر، مرکز پاسخگویی به سوالات دینی آستان قدس رضوی (مدرسه پریراد)
- وب‌کیوسک‌های مستقر در حرم مطهر