

نماز و جایگاه آداب ظاهری و باطنی آن در تعالی بشر

اسماعیل جعفری^۱، سعید چراغی^۲

چکیده

نماز در مجموعه آموزه‌های دینی دارای جایگاه ویژه‌ای می‌باشد به گونه‌ای که شرط قبولی همه اعمال انسان و شرط عدم قبول او در قبولی و عدم قبولی نماز معرفی شده است. این مهم نشان از جایگاه نماز در تعالی انسان دارد. نماز امری است الهی که تحقق آن همانند سایر امور دارای ظاهر و باطن است که در متون دینی به هر دو جهت آن اشارت رفته است. تصویر ظاهری نماز همان است که با اعمال مخصوصه انجام گیرد، اما روح و باطن نماز عبارتست از: اخلاص، حضور قلب، ذکر خداوند و تعظیم در مقابل او، امید و دل بستگی به ذات ربوبی، اعتماد و رکون به وجود سرمدی و محو شدن در مقابل ذات یکتایی که در مقابل عظمت و جلالت او قیام نموده است.

در مقاله حاضر با استناد به آیات و روایات این مهم (نماز) از منظر ظاهر و باطن مورد واکاوی قرار داده و تنها راه ورود به باطن نماز حفظ آداب ظاهری و توجه به روح نماز دانسته شده است.

واژگان کلیدی: نماز، آداب ظاهری، آداب باطنی، تعالی انسان.

۱. دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه قم.

۲. سطح ۳ تاریخ و سیره اهل بیت (علیهم‌السلام)، موسسه آموزش عالی حوزوی امام رضا (علیه‌السلام).

مقدمه

مؤمن را به مثل کوهی استوار گفته‌اند که حوادث و تندبادهای روزگار او را از پای در نخواهد آورد. بی‌گمان، پیوستگی و ارتباط او با مبدأ هستی و مرکز قدرت لایزال و منبع عزت لم‌یزل، موجب این صلابت و استحکام اعجاب‌انگیز است. یکی از بالاترین مصادیق چنین توجهی به خدای سبحان جل جلاله «نماز» است که «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي»^۱ پرده از این راز برداشته و آدمیان را در روزگار پرغوغا به‌ویژه در عصر رقابت در میدان تکنیک و صنعت به فضایی آرام‌بخش فرامی‌خواند و آهنگ پرتین «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»^۲ را در گوش جان او می‌نوازد. زندگی بدون نماز و نیایش چون جامی خالی است که هنگام تولد به لب گرفته و در هنگام مرگ آن را دور می‌اندازیم.

جایگاه نماز در تعالی انسان

نماز برجسته‌ترین سفارش پیامبران علیهم‌السلام و از مصداق‌های بارز عبادت در اسلام است. در آیات و روایات ماثور از ائمه معصومین علیهم‌السلام از جایگاه بی‌بدیل و رفیع نماز با عناوینی همچون عناوین ذیل یاد شده است:

۱. سوره مبارکه طه؛ آیه ۱۴. ترجمه: «نماز را به یاد من برپا دار.»

۲. سوره مبارکه رعد؛ آیه ۲۸. ترجمه: «آگاه باشید که دل‌ها به یاد خدا آرامش می‌یابد.»

«إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ»؛^۱ «الصلوةُ معراج المؤمن»؛^۲ «الصلوةُ قُرْبَانُ كُلِّ تَقِيٍّ»؛^۳ «الصلوةُ عمودُ الدين»؛^۴ «الصلوة نور المؤمن»؛^۵ «الصلوة حصن من سطوات الشيطان»؛^۶ «قرة عيني في الصلاة»؛^۷ «إِنَّ أَوَّلَ مَا يُحَاسَبُ بِهِ الْعَبْدَ الصَّلَاةُ»؛^۸ «إِنْ قُبِلَتْ قَبْلَ مَا سَوَاهَا وَإِنْ رُذِّتْ رَدًّا مَا سَوَاهَا».^۹

این همه تأکید در آیات و روایات اسلامی به جهت تأثیری است که این عمل مقدس، در سعادت انسان و رشد و ترقی معنوی او دارد. این اهمیت زمانی به اوج خود می‌رسد که انسان می‌شنود از ابن عباس نقل شده است:

«لَمَّا كَانَ عَلِيٌّ عليه السلام يَوْمًا فِي حَرْبٍ صِفِّينَ مُشْتَغِلًا بِالْحَرْبِ وَالْقِتَالِ وَهُوَ مَعَ ذَلِكَ بَيْنَ الصَّفِّينِ يَر_اقِبُ الشَّمْسَ فَقَالَ لَهُ ابْنُ عَبَّاسٍ: يَا أَمِيرَ الْمُؤْمِنِينَ مَا هَذَا الْفِعْلُ؟ قَالَ: انْظُرْ إِلَى الزَّوَالِ حَتَّى نَصَلِيَ. فَقَالَ لَهُ ابْنُ عَبَّاسٍ: وَهَلْ هَذَا وَقْتُ الصَّلَاةِ! إِنْ عِنْدَنَا لَشُغْلًا بِالْقِتَالِ عَنِ الصَّلَاةِ. فَقَالَ عَلَيْهِ السَّلَامُ: عَلِيٌّ مَا نُفَاتِلَهُمْ؟ إِنَّمَا نُفَاتِلُهُمْ عَلَى الصَّلَاةِ. قَالَ: وَ لَمْ يَتْرِكْ صَلَاةَ اللَّيْلِ قَطَّ حَتَّى لَيْلَةَ الْهَرِيرِ»؛^{۱۰}

«علی عليه السلام در گرماگرم جنگ صفین در میان دو صف دشمن و خودی به خورشید نگاه می‌کرد. ابن عباس پرسید. این چه کاری است؟ حضرت عليه السلام جواب

۱. سوره مبارکه عنکبوت؛ آیه ۴۵. ترجمه: «قطعاً نماز، (شخص نمازگزار را) از زشتی و گناه باز می‌دارد.»

۲. موسوی، خمینی؛ *کشف الاسرار*؛ ج ۲، ص ۶۷۶. ترجمه: «نماز، معراج مؤمن است.»

۳. سید رضی؛ *نهج البلاغه*؛ کلمات قصار ۱۳۶. ترجمه: «نماز خواندن، وسیله نزدیکی به خدا است برای هر شخصی پرهیزگار.»

۴. مجلسی، محمدباقر؛ *بحار الانوار*؛ ج ۸۲، ص ۲۱۸. ترجمه: «نماز، ستون دین است.»

۵. مغربی قضایی، جعفر؛ *شهاب الاخبار*؛ ص ۵۰. ترجمه: «نماز، نور مؤمن است.»

۶. آمدی؛ *عُرْوَةُ الْحِكْمِ وَ دُرَرُ الْكَلِمِ*؛ ص ۵۶. ترجمه: «نماز، قلعه و دژ محکمی است که نمازگزار را از حملات شیطان نگاه می‌دارد.»

۷. مجلسی، محمدباقر؛ *بحار الانوار*؛ ج ۷۶، ص ۱۴۱. ترجمه: «نور چشم من در نماز است.»

۸. کلینی، محمد بن یعقوب؛ *کافی*؛ ج ۳، ص ۲۶۸. ترجمه: «نخستین چیزی که بنده برای آن حسابرسی می‌شود، نماز است.»

۹. سید رضی‌الدین، علی بن موسی؛ *فلاح السائل*؛ ص ۱۲۷. ترجمه: «نماز اگر قبول شود، بقیه اعمال هم مورد قبول واقع می‌شود و اگر رد شود، بقیه اعمال هم پذیرفته نخواهد شد.»

۱۰. دیلمی، حسن بن محمد؛ *ارشاد القلوب*؛ ج ۱ و ۲، ص ۲۱۷.

داد: نگاه به زوال می‌کنم تا اول وقت نماز بخوانم. ابن عباس عرض کرد: آیا در میدان جنگ نماز اول وقت؟ حضرت علیه السلام فرمود: چرا می‌جنگیم؟ همانا جنگ ما برای احیای نماز است. ابن عباس می‌گوید: نماز شب را هرگز رها نکرد حتی در لیلۃ الہریر.»

این احادیث همه بیانگر اهمیت و ارزش نماز است، پس توجه کافی به نماز باید داشته باشیم و سعی کنیم با سروقت خواندن و درست خواندن، آن را سبک شماریم و با این کار جزء مقبولین درگاه احدیت قرار بگیریم. نماز تأثیر خاصی در ارزش پیدا کردن بر دیگر اعمال دارد و در صورتی که اعمال دیگر با نماز یکجا و باهم شدند آن ارزش واقعی خود را بدست می‌آورند، حال اگر تمام اعمال خوب را انجام دهیم، اما نماز نداشته باشیم هیچ ارزشی برای دیگر اعمال باقی نخواهد ماند.

توجه به آداب ظاهری نماز طریقی برای نیل به حقیقت نماز

آنچه که مسلم است این است که این عمل ظاهری که اصطلاحاً بدان نماز گفته می‌شود، تمام حقیقت نماز نیست، بلکه این، صورت و چهره ظاهری آن است. نماز امری است الهی که تحقق آن همانند سایر امور دارای ظاهر و باطن است که در متون دینی به هر دو جهت آن اشارت رفته است. تصویر ظاهری نماز همان است که با اعمال مخصوصه انجام گیرد، اما روح و باطن نماز عبارتست از: اخلاص، حضور قلب، ذکر خداوند و تعظیم در مقابل او، امید و دل بستگی به ذات ربوبی، اعتماد و رکون به وجود سرمدی و محو شدن در مقابل ذات یکتایی که در مقابل عظمت و جلالت او قیام نموده است. توجه به این مهم نیز حائز اهمیت است که مسیر رسیدن به حقیقت و باطن نماز چیزی جز مسیر ظاهر نیست و به همین دلیل است که ائمه معصومین علیهم السلام اهتمام بسیار زیادی به ظاهر نماز و مراعات آداب آن داشتند؛ چرا که در شکل ظاهری نماز سرّ عبادت تمامی فرشتگان نهفته است.

چون برخی از آنها همواره در حال رکوع، برخی همیشه در حال سجود، برخی در حال قیام، برخی در حال قعود، برخی در حال دعا، برخی در حال استغفار، برخی در حال تلاوت، برخی در حال تسبیح، برخی در حال تحمید و برخی در حال صلوات بر پیامبر ﷺ هستند. پس نمازگزار با هر یک از بخش‌های نماز خود، در سلک گروهی از فرشتگان در می‌آید. بی شک رسیدن به آثار حقیقی نماز مقدماتی دارد و یکی از مهمترین آنها همین اصلاح و نیکو ساختن ظاهر آن است؛ زیرا همین اعمال خاص ظاهری آثار وضعی دارد که ما را در مطلوب ساختن باطن نماز یاری می‌رساند.

روایت حماد بن عیسی در تصحیح نماز

یکی از مهمترین روایاتی که به اصلاح ظاهر نماز^۱ می‌پردازد روایت^۲ حماد بن عیسی^۳ از امام صادق^۴ است. در این روایت حماد بن عیسی می‌فرماید:

«قَالَ لِي أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ يَوْمًا، رَوَيْتُ فِي خِدْمَتِ إِمَامِ صَادِقٍ عَلَيْهِ السَّلَامُ بَدُمُ كَيْفَ فَرَمُونَد: يَا حَمَادُ تُحْسِنُ أَنْ تُصَلِّيَ؟ أَيِ حَمَادٍ، مَي تَوَانِي نَمَاز نِيكُويِي بَخَوَانِي؟

۱. تذکر: آنچه ضمن این حدیث شریف ذکر خواهد شد نحوه نماز خواندن مرد است، اما نحوه نماز خواندن زن از لحاظ شکلی تا حدودی متفاوت است که از آن جمله می‌توان به موارد ذیل اشاره کرد:

(۱) زن هنگام ایستادن و قرائت باید دو پایش را به هم کاملاً بچسباند، اما برای مرد بهتر است بین انگشتان دو پا ۳ انگشت و حداکثر یک و وجب فاصله باشد؛ (۲) برای مرد بهتر است هنگام ایستادن دست‌ها را روی ران‌ها از جلو بگذارد در حالی که برای زن این‌طور لازم نیست و مستحب است دست‌ها را طوری قرار دهد که پستان‌ها را به سینه بچسباند؛ (۳) موقع رکوع، مرد باید دست‌ها را روی زانو بگذارد و زانوهای را کاملاً به عقب براند در حالی که زن بهتر است، دست‌ها را بالای زانو بگذارد. (در روایت آمده است این حالت موجب می‌شود باسن زن مرتفع نشود و این برای زن بهتر است.) (۴) بهتر است زن موقع سجده ابتدا زانوهای را بر زمین بگذارد برخلاف مرد که بهتر است اول دست‌ها را روی زمین بگذارد؛ (۵) هنگام سجده بهتر است مرد، آرنج‌ها را بر زمین فرش نکند، اما برای زن بهتر است فرش کند و شکم را هم به زمین بچسباند؛ (۶) مرد بهتر است موقع برخاستن از سجده اول زانوهای را بردارد و سپس دست‌ها را، اما زن اول دست‌ها را به آرامی برمی‌دارد موقع نشستن هم مرد بهتر است بر روی ران سمت چپ بنشیند، اما زن روی دو ران می‌نشیند.

۲. کلینی، محمد بن یعقوب؛ الکافی؛ ج ۳، ص ۳۱۱، حدیث ۸. صدوق، محمد بن علی؛ *من لایحضره الفقیه*؛ ج ۱، ص ۳۰۰. حرّ عاملی، محمد بن حسن؛ *وسائل الشیعه*؛ ج ۵، ص ۴۵۹. مجلسی، محمدباقر؛ *بحار الانوار*؛ ج ۸۱، ص ۱۸۵. طوسی، ابو جعفر؛ *تهذیب الاحکام*؛ ج ۲، ص ۸۱. سند این روایت در نهایت اتقان است.

۳. حماد بن عیسی (وفات ۲۰۹ق) از اصحاب امام جعفر صادق^۴، امام موسی کاظم^۵ و امام علی بن موسی الرضا^۶ و راویان حدیث شیعه بود که به جهت وثاقت جزو اصحاب اجماع محسوب می‌شود. وی متولد کوفه و از اهالی بصره بود. بعضی از مورخان گفته‌اند او تا زمان امام علی بن موسی الرضا^۶ بیشتر عمر نکرد، ولی برخی دیگر از دیدار ایشان با امام نهم؛ حضرت جواد^۷ سخن گفته‌اند. وی در نقل حدیث و روایات از ائمه معصومین^۸ بسیار محتاط و دقیق بود و در این امر نهایت احتیاط را می‌کرد تا جایی که فقط بیست حدیث بدون واسطه از امام صادق^۴ نقل می‌کند با اینکه می‌گوید:

«من هفتاد حدیث از آن حضرت^۴ شنیدم، اما دائماً در کم و زیاد آن احادیث شک برم وارد می‌شد و می‌ترسیدم از اینکه کوچک‌ترین نقصانی بر سخن آن بزرگواران وارد شود.» لذا برای اطمینان نقل به نقل بیست حدیث از آن حضرت اکتفا نمود.

به گفته شیخ طوسی^۹ حماد بن عیسی بعد از شهادت امام کاظم^۵ مانند چند صحابه دیگر آن حضرت^۶ به عقیده واقفیه باقی ماند، اما با معجزات و استدلالاتی که از امام رضا^۷ دید از عقیده‌اش برگشت و به امامت امام رضا^۷ ایمان آورد.

قَالَ: فَقُلْتُ يَا سَيِّدِي أَنَا أَحْفَظُ كِتَابَ حَرِيْزٍ فِي الصَّلَاةِ، عَرَضَ كَرْدَمُ: أَيِ آقَايِ مِنْ، مِنْ كِتَابِ حَرِيْزٍ^۱ فِي بَابِ نَمَازٍ رَأَى حَفِظَهُ، فَقَالَ: لَا عَلَيَّكَ يَا حَمَّادُ، ثُمَّ فَصَّلَ. حَضَرْتُ عليه السلام فَرَمَوْدَنَدُ: مَانَعِي نَدَارِدُ أَيِ حَمَّادُ، بَرَحِيْزٍ وَ نَمَازٍ بِخَوَانِ قَالَ: فَقُمْتُ بَيْنَ يَدَيْهِ مُتَوَجِّهًا إِلَى الْقِبْلَةِ فَاسْتَفْتَحْتُ الصَّلَاةَ فَرَكَعْتُ وَ سَجَدْتُ، حَمَّادُ مَيِ گويد: رُو بِي قِبَلُهُ فِي مَحْضَرِ اِمَامِ عليه السلام اِيستادم وَ نَمَازٍ رَأَى شُرُوعَ كَرْدَمُ وَ رُكُوعَ وَ سُجُودَ بِه جَا أوردَمُ فَقَالَ: «يَا حَمَّادُ لَا تُحْسِنُ أَنْ تُصَلِّيَ مَا أَقْبَحَ بِالرَّجُلِ مِنْكُمْ يَأْتِي عَلَيْهِ سِتُونَ سَنَةً أَوْ سَبْعُونَ سَنَةً فَلَا يَقِيمُ صَلَاةً وَاحِدَةً بِحُدُودِهَا ثَامَةً، حَضَرْتُ عليه السلام فَرَمَوْدَنَدُ: أَيِ حَمَّادُ، نَمَازٍ نِيكُوِيِي نَخَوَانَدِي، چَقْدَرُ بَرَايِ يَكِي اَز شَمَا زَشْتِ اسْتِ كِه شَصْتِ سَالِ يَا هَفْتَادِ سَالِ اَز عَمْرَشِ بَغْدَرْدِ وَ يَكِ نَمَازِ بَا تَمَامِ حُدُودِشِ نَخَوَانَدِ. قَالَ حَمَّادُ: فَأَصَابَنِي فِي نَفْسِي الدُّلُّ فَقُلْتُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ فَعَلِمَنِي الصَّلَاةَ، حَمَّادُ مَيِ گويد دَر دَلِ خُودَمِ اِحْسَاسِ حَقَارَتِ كَرْدَمِ، عَرَضَ كَرْدَمُ: أَيِ آقَايِ مِنْ فِدَايَتَانِ شُومِ، نَمَازِ نِيكُو رَا بِه مِنْ بِيَامُوزِيْدِ. فَقَامَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام مُسْتَقْبِلَ الْقِبْلَةِ مُنْتَصِبًا فَأَرْسَلَ يَدَيْهِ جَمِيْعًا عَلَيَّ فَخَذِيْهِ قَدْ صَمَّ أَصَابِعُهُ وَ قَرَّبَ بَيْنَ قَدَمَيْهِ حَتَّى كَانَ بَيْنَهُمَا قَدْرُ ثَلَاثِ أَصَابِعٍ مُنْفَرَجَاتٍ وَ اسْتَقْبَلَ بِأَصَابِعِ رِجْلَيْهِ جَمِيْعًا الْقِبْلَةَ لَمْ يُحَرِّفْهُمَا عَنِ الْقِبْلَةِ وَ قَالَ بِخُشُوعٍ «اللَّهُ أَكْبَرُ» ثُمَّ قَرَأَ الْحَمْدَ بِتَرْتِيْلِ^۲ وَ قُلَّ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ثُمَّ صَبَرَ هُنِيْعَةً بِقَدْرِ مَا يَنْتَفَسُ وَ هُوَ قَائِمٌ ثُمَّ رَفَعَ يَدَيْهِ حِيَالَ وَجْهِهِ وَ قَالَ «اللَّهُ أَكْبَرُ» وَ هُوَ قَائِمٌ حَضَرْتُ عليه السلام رُو بِي قِبَلُهُ بِا قَامَتِي رَاسْتِ اِيستادنَدِ، دَسْتِهَاشَانِ رَا بِرِ رَانِهَاشَانِ قَرَارِ دَادَنَدِ وَ اَنگِشْتَانِشَانِ رَا بِه هَمِ چَسْبَانَدَنَدِ، وَ دُو قَدَمِ پَايشَانِ رَا بِه هَمِ نَزْدِيكِ كَرْدَنَدِ بِه اِنْدَازِهَ اِي كِه بِيْنِ دُو قَدَمِشَانِ بِه مَقْدَارِ



۱. حَرِيْزِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ سَجِسْتَانِي؛ رَاوِي، مَحْدَثٌ وَ فُقِيْهِ شِيْعِي قَرْنِ دُوْمِ هِجْرِي قَمْرِي اسْتِ. پَدْرَشِ قَاضِي «سَجِسْتَانِ» بُوْد. عَمُومِ رَوَايَاتِ وَيِ اَز زَرَارَةَ بْنِ اَعِيْنِ وَ مُحَمَّدِ بْنِ مَسْلَمِ نَقْلِ شُدِه اسْتِ. رَجَالِيَانِ شِيْعِي اَشَارَه كَرْدِه اِنْدِ كِه حَرِيْزِ چَنْدِيْنِ كِتَابِ دَاشْتِه اسْتِ كِه اَز جَمْلَه اَصُوْلِ اَرْبَعَمَآه شَمْرَدِه مِي شُوْنَدِ. اِغْلِبِ رَوَايَاتِ وَيِ، رَاجِعِ بِه نَمَازِ بُوْدِه كِه تَقْرِيْبًا تَمَامِ مَتْنِ اَثَرِ مَشْهُورِ حَرِيْزِ، كِتَابِ الصَّلَاةِ، دَر بَابِ الصَّلَاةِ كِتَبِ اَرْبَعَه باقِي مانَدِه اسْتِ. وَيِ بَدُوْنِ اِجَازَه اِمَامِ صَادِقِ عليه السلام عَلَيْهِ خَوَارِجِ «سَجِسْتَانِ» دَسْتِ بِه شَمَشِيْرِ بَرْدِ وَ بِه دَسْتِ اَنَانِ كَشْتِه شُدِه.
۲. مَقْصُودِ اَز تَرْتِيْلِ شَمْرَدِه شَمْرَدِه خَوَانَدَنِ اسْتِ.

سه انگشت باز بود، همه انگشتان پایشان را رو به قبله گرفتند و آنها را از قبله منحرف نکردند. سپس با خضوعی فرمودند: «الله أكبر»^۱.

۱. در ادامه روایت وارد شده است: «ثُمَّ قَرَأَ الْحَمْدَ بِرَتِيلٍ، وَقُلَّ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ثُمَّ صَبَرَ هَبِيئَةً بِقَدْرِ مَا يَتَنَسُّ وَهُوَ قَائِمٌ ثُمَّ رَفَعَ يَدَيْهِ حِيَالَ وَجْهِهِ وَقَالَ «اللَّهُ أَكْبَرُ» وَهُوَ قَائِمٌ ثُمَّ رَكَعَ وَمَلَأَ كَفَيْهِ مِنْ رُكْبَتَيْهِ مُنْفَرَجَاتٍ وَرَدَّ رُكْبَتَيْهِ إِلَى خَلْفِهِ حَتَّى اسْتَوَى ظَهْرُهُ حَتَّى لَوْ صَبَتْ عَلَيْهِ قَطْرَةٌ مِنْ مَاءٍ أَوْ دُهْنٍ لَمْ تَرُلْ لِاسْتِوَاءِ ظَهْرِهِ وَمَدَّ عُنُقَهُ وَغَمَصَ عَيْنَيْهِ ثُمَّ سَبَّحَ ثَلَاثًا بِرَتِيلٍ فَقَالَ «سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ وَبِحَمْدِهِ» ثُمَّ اسْتَوَى قَائِمًا فَلَمَّا اسْتَمْتَكَنَ مِنْ الْقِيَامِ قَالَ «سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ» ثُمَّ كَبَّرَ وَهُوَ قَائِمٌ وَرَفَعَ يَدَيْهِ حِيَالَ وَجْهِهِ ثُمَّ سَجَدَ وَبَسَطَ كَفَيْهِ مَضْمُومًا الْأَصَابِعَ بَيْنَ يَدَيْ رُكْبَتَيْهِ حِيَالَ وَجْهِهِ فَقَالَ «سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى وَبِحَمْدِهِ» ثَلَاثَ مَرَّاتٍ بَعْدَ أَنْ سُوْرَةَ حَمْدٍ وَقُلَّ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ رَا بِا تَرْتِيلِ قَرَأْتِ كَرَدْنِد. پَسِ اَز اَن در حالیکه ایستاده بودند، مقداری اندک به اندازه زمان نفس کشیدن صبر کردند، پس از آن در همان حال قیام دستانشان را مقابل صورتشان بالا آورده و فرمودند: «الله أكبر». سپس به رکوع رفتند و در حالی انگشتان دستشان باز بود با کف دست کاسه زانو را گرفتند، زانوهایشان را به عقب برده تا کمرشان صاف شود به گونه‌ای که اگر قطره‌ای آب یا روغن بر کمرشان قرار می‌دادی به خاطر صافی کمرشان آن قطره حرکت نمی‌کرد. حضرت علیه السلام گردنشان را کشیده و چشمانشان را بستند، سپس سه مرتبه با ترتیل تسبیح گفتند و فرمودند: «سبحان ربی العظیم و بحمده». آنگاه از رکوع برخاستند و بعد از آنکه بدنشان آرام گرفت فرمودند: «سمع الله لمن حمده»، سپس در حالی که هنوز ایستاده بودند تکبیر گفتند و دستانشان را مقابل صورتشان بالا آوردند. آنگاه حضرت علیه السلام به سجده رفتند، (و ابتدا دستانشان را بر زمین گذاشتند و سپس زانوان خود را) دو کف دستشان را باز کرده و انگشتان دستشان را به هم چسباندند، و آنها را مقابل صورتشان و دو زانویشان قرار دادند و سه مرتبه فرمودند: «سبحان ربی الاعلی و بحمده» وَ لَمْ یَضَعْ شَیْئًا مِنْ جَسَدِهِ عَلَی شَیْءٍ مِنْهُ وَ سَجَدَ عَلَی ثَمَانِیَةِ اَعْظَمِ الْکَفَّیْنِ وَ الرُّکْبَتَیْنِ وَ اَنَامِلِ اِیْهَامَی الرَّجُلَیْنِ وَ الْجُوهَیَّةِ وَ الْاَنْفِ وَقَالَ سَبْعَةً مِنْهَا فَرَضَ يُسَجِدُ عَلَیْهَا وَ هِيَ الَّتِی ذَكَرَهَا اللهُ فِي كِتَابِهِ فَقَالَ «وَ اَنَّ الْمَسَاجِدَ لِلَّهِ فَلَا تَدْعُوا مَعَ اللهِ أَحَدًا» وَ هِيَ الْجُوهَیَّةُ وَ الْکَفَّانِ وَ الرُّکْبَانِ وَ الْاِیْهَامَانِ وَ وَضَعَ الْاَنْفَ عَلَی الْاَرْضِ سِتَّةً؛ ثُمَّ رَفَعَ رَأْسَهُ مِنَ السُّجُودِ فَلَمَّا اسْتَوَى جَالِسًا قَالَ «اللَّهُ أَكْبَرُ» ثُمَّ قَعَدَ عَلَی فَخْذِهِ الْاِیْسَرِ وَقَدَّ وَضَعَ ظَاهِرَ قَدَمِهِ الْاِیْمَنِ عَلَی بَطْنِ قَدَمِهِ الْاِیْسَرِ وَقَالَ «اسْتَغْفِرُ اللهُ رَبِّي وَ اَتُوبُ اِلَيْهِ» ثُمَّ كَبَّرَ وَهُوَ جَالِسٌ وَ سَجَدَ السُّجُودَةَ الثَّانِيَةَ وَقَالَ كَمَا قَالَ فِي الْاُولَى وَ لَمْ یَضَعْ شَیْئًا مِنْ بَدَنِهِ عَلَی شَیْءٍ مِنْهُ فِي رُكُوعٍ وَ لَا سُجُودٍ وَ كَانَ مُجِئِحًا وَ لَمْ یَضَعْ ذِرَاعَيْهِ عَلَی الْاَرْضِ فَصَلَّى رُكْعَتَيْنِ عَلَی هَذَا وَ بَدَأَ مَضْمُومًا الْأَصَابِعَ وَهُوَ جَالِسٌ فِي التَّشَهُدِ فَلَمَّا فَرَغَ مِنَ التَّشَهُدِ سَلَّمَ فَقَالَ: «يَا حَمَّادُ هَكَذَا صَلَّى؛ حضرت علیه السلام هیچ قسمت از بدنشان را بر قسمتی دیگر قرار ندادند. ایشان بر هشت جای بدنشان سجده کردند: دو کف، دو زانو، دو انگشت ایهام پا، پیشانی و بینی؛ گفت: هفت مورد سجده بر آنها واجب است و آنها مواردی هستند که خداوند در کتابش فرموده: «وَأَنَّ الْمَسَاجِدَ لِلَّهِ فَلَا تَدْعُوا مَعَ اللَّهِ أَحَدًا» [الجن: ۱۸] و آن هفت مورد: پیشانی، دو کف، دو زانو، دو ایهام است، و قرار دادن بینی بر زمین سنتی است مستحب. پس از آن، حضرت علیه السلام سرشان را از سجده برداشتند و بعد از نشستن پس از آنکه بدنشان آرام گرفت فرمودند: «الله أكبر». سپس بر ران چپ نشستند و ظاهر (بیرون) پای راستشان را بر باطن (پشت) پای چپشان قرار دادند و فرمودند: «استغفر الله ربی و اتوب ایله». سپس در حالیکه نشستند تکبیر گفتند و سجده دوم را انجام دادند و همان اذکاری را که در سجده اول فرموده بودند تکرار کردند. ایشان در رکوع و سجود هیچ قسمت از بدنشان را بر قسمتی دیگر قرار ندادند و (در سجده) دستهایشان را به صورت بال از بدنش جدا گرفتند و آرنجشان را بر زمین قرار ندادند. حضرت علیه السلام دو رکعت را به این صورت خواندند و برای تشهد نشستند در حالی که انگشتان دو دستشان به هم چسبیده بود پس از تمام کردن تشهد، سلام دادند. حضرت علیه السلام فرمودند:

«ای حماد، این چنین نماز بگذار و در نماز به هیچ سویی التفات مکن و با دست‌ها و انگشتانت بازی مکن و آب دهان به راست و چپ یا پیش رویت مینداز.»

ضرورت تحصیل حضور قلب در نماز

در ضرورت تحصیل حضور قلب همین بس که بدانیم: نماز بی حضور قلب، نماز حقیقی نیست. به عبارتی دیگر وقتی نماز از حقیقت و باطن خود جدا شد و به صورت یک عمل بی روح در آمد، تمام ثمرات و فوایدی که در آیات و روایات، برای نماز آمده، دیگر در چنین نمازی وجود ندارد. در روایتی از امام صادق علیه السلام در خصوص ضرورت تحصیل حضور قلب در نماز بیان شده است:

«إِنَّ الْعَبْدَ لَتَرْفَعُ لَهُ مِنْ صَلَاتِهِ نَصْفَهَا أَوْ ثُلُثَهَا أَوْ رُبُعَهَا أَوْ خُمْسَهَا وَ مَا يُرْفَعُ لَهُ إِلَّا مَا أَقْبَلَ عَلَيْهِ مِنْهَا بِقَلْبِهِ»^۱

«همانا از نماز انسان، نصفش، ثلثش، ربعش یا خمسش بالا برده می شود و آن مقداری از نماز که توجه قلبی داشته باشد، بالا برده می شود.»

در روایت دیگری از نبی مکرم اسلام صلی الله علیه و آله نقل شده است:

«لَيْسَ لَكَ مِنْ صَلَاتِكَ إِلَّا مَا أَحْضَرْتَ فِيهِ قَلْبُكَ»^۱؛ برای تو از نماز چیزی نیست، مگر آن مقدار که قلب تو در حال نماز باشد.»

کسی که در طول روز و شب به چیزی جز تحصیل رضای حق تعالی نمی اندیشد، به خوبی می تواند خود را از موهومات و خیالات فاسد حفظ نماید و حضور قلب پیدا کند. آن وقت است که حالت خشوع و خضوع پیدا می نماید. از اینرو، اگر توفیق برپا داشتن نماز به این کیفیت نصیب کسی شود در این صورت است که معانی عبارات «الصلوة معراج المؤمن»^۲؛ «الصلوة قربان كَلِّ تَقَى»^۳؛ «الصلوة

۱. مجلسی، محمدباقر؛ بحارالانوار؛ ج ۸۴، ص ۲۳۸.

۲. موسوی، خمینی؛ کشف الاسرار؛ ج ۲، ص ۶۷۶. ترجمه: «نماز، معراج مؤمن است.»

۳. سید رضی؛ نهج البلاغه؛ کلمات قصار ۱۳۶. ترجمه: «نماز خواندن، وسیله نزدیکی به خدا است برای هر شخصی پرهیزگار.»



عَمُودُ الدِّينِ»^۱؛ «الصلاة نور المؤمن»^۲؛ «قرة عینی فی الصلاة»^۳ را با تمام وجودمان فهم خواهیم کرد.

البته براساس اخبار و روایات، نماز بدون حضور قلب اگرچه مقبول حق است و از حیث فقهی رفع تکلیف می‌کند؛ ولی چنین نمازی محرک انسان در طریق وصول و مسیر عروج نیست؛ یعنی، اگر کسی نماز بدون حضور قلب اقامه کند، به تکلیف خود عامل بوده و به همین جهت عقاب و عذاب تارک الصلاة بر او مترتب نیست و مهر صحت بر آن می‌خورد، لیکن اثر چنین نمازی به همین مقدار است که فارق میان او و تارک الصلاة است.

۱. چگونگی کسب حضور قلب در نماز

سؤالی که در اینجا محل بحث و گفتگو است، این است که چه کار کنیم تا حضور قلب در نماز داشته باشیم؟ در پاسخ به این پرسش، پاسخ‌های داده شده است که از آن جمله می‌توان به موارد ذیل اشاره کرد:

۱-۱. آمادگی قبل از نماز از طریق انجام مستحبات مآثور

کسی که می‌خواهد در نماز حضور قلب داشته باشد، لازم است به مقدمات آن توجه داشته باشد. از جمله این مقدمات می‌توان به موارد ذیل اشاره کرد:

۱) وضو به صورت کامل انجام شود. در روایتی از نبی مکرم اسلام وارد شده

است:

«بُنِيَتِ الصَّلَاةُ عَلَى أَرْبَعٍ أَشْهُمُ سَهْمٌ مِنْهَا إِسْتِغَاةُ الْوُضُوءِ وَ سَهْمٌ مِنْهَا الرُّكُوعُ وَ سَهْمٌ مِنْهَا السُّجُودُ وَ سَهْمٌ مِنْهَا الْخُشُوعُ فَقِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ وَ مَا الْخُشُوعُ قَالَ التَّوَضُّعُ فِي الصَّلَاةِ»^۴

۱. مجلسی، محمدباقر؛ *بحار الانوار*؛ ج ۸۲، ص ۲۱۸. ترجمه: «نماز، ستون دین است.»

۲. مغربی قضایی، جعفر؛ *شهاب الاخبار*؛ ص ۵۰. ترجمه: «نماز، نور مؤمن است.»

۳. همان؛ ص ۵۰. ترجمه: «نماز، نور مؤمن است.»

۴. ابن حبیون، نعمان بن محمد؛ *دعائم الإسلام و ذکر الحلال و الحرام و التضایا و الأحکام*؛ ج ۱، ص ۱۵۸.

نماز و جایگاه آداب ظاهری و باطنی آن در تعالی بشر

«نماز بر چهار سهم قرار داده شده است یک سهم از آن رساندن آب وضو است و سهم دیگر آن رکوع و سهم سوم آن سجود و سهم آخری آن خشوع که همان تواضع در نماز است.»

در توضیح وضو کامل باید گفت: یک سری دستوراتی از ائمه معصومی علیهم السلام قبل، حین و بعد از وضو وارد شده است که شایسته است نمازگزار از آن غفلت ننماید.

۲) قبل از نماز لحظاتی را با خداوند سبحان خلوت کند. در تأیید این معنا می توان به روایتی از امام صادق علیه السلام اشاره کرد که می فرماید:

«إِذَا اسْتَقْبَلْتَ الْقِبْلَةَ فَانْسُ الدُّنْيَا وَمَا فِيهَا وَالْحَلَقَ وَمَا هُمْ فِيهِ (وَاسْتَمْرِغْ قَلْبَكَ مِنْ كُلِّ شَاغِلٍ يُشْغَلُكَ عَنِ اللَّهِ) وَعَايِنِ بِسِرِّكَ عَظَمَةَ اللَّهِ وَادْكُرْ وَقُوفَكَ بَيْنَ يَدَيْهِ يَوْمَ تَبْلُو كُلُّ نَفْسٍ مَا أَسْلَفَتْ»^۱

«هنگامی که به قصد نماز به جانب قبله ایستادی، دنیا و آنچه در آن است و مردم و احوال آنها را فراموش کن. قلبت را از هر شاغلی که تو را از یاد خدا باز می دارد، فارغ ساز. با چشم باطن، عظمت و جلال خدا را مشاهده کن. به یاد آور توقف خودت را در برابر خدا، در روزی که هر انسانی اعمال از پیش فرستاده اش را آشکار می سازد.»

۳) قبل از نماز، اذان و اقامه با توجه انجام گیرد. با گفتن اذان و اقامه و توجه به

معانی و مفاهیم بلند آن، جان و روح زنده می گردد.^۲

۱. محدث نوری؛ مستدرک الوسائل؛ ج ۴، ص ۹۵.

۲. پس از اقامه گفتن و قبل از ورود به نماز، به ابراهیم خلیل تأسی کن و بگو:

«أَتَى وَجْهِي وَجْهِي لِلذِّي فَطَرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ حَنِيفاً وَ مَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ؛ رُؤْيِ خُودِ رَا بَه سُوِي كُسِي كُردِم كَه أَسْمَانِهَا وَ زَمِينِ رَا أَفْرِيْدَه، مَن دَر اِيْمَانِ خُودِ خَالِصِمِ وَ اَز مُشْرِكَانِ نِيْسْتِم.»
سپس با حضور قلب و توجه به معانی الفاظ بگو: «أَنْ صَلَوَتِي وَ نَسْكِ وَ مِحْيَايَ وَ مِمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ»؛ نماز و تمام عبادات من، زندگی و مرگ من، همه برای خداوند پروردگار جهانیان است.
آن گاه که در آستانه تکبیر قرار گرفتی، گناهان خویش را به یاد آور و به عظمت خالق توجه نما و حقارت خویش را در نظر آور و بگو: «يَا مَحْسَنُ قَدْ أَتَاكَ الْمَسِي وَ قَدْ أَمَرْتَ الْمَحْسَنَ أَنْ يَتَجَاوَزَ عَنِ الْمَسِي أَنْتَ الْمَحْسَنُ وَ أَنَا الْمَسِي بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ صَلَّى عَلَي مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ وَ تَجَاوَزَ عَنِ قَبِيحِ مَا تَعَلَّمَ مِنِّي؛ أَيُّ خُدَايَ نِيكُو كَار! بِنْدَه گِناهِكَارَتِ بَه دَر خَانَه تُو آمَدَه، اَمْر كُردَه اِي كَه نِيكُو كَار اَز گِناهِكَار بگذرد. تُو نِيكُو كَارِي وَ مَن گِناهِكَارَم. بَه حَقِّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ، رَحْمَتِ رَا بَر مُحَمَّدِ آلِ مُحَمَّدِ بَفَرَسْتِ وَ اَز كَارِهَايَ زَشْتِي كَه مِي دَانِي اَز مَن سَر زَدَه بگذر.»

۱-۲. پرهیز از گناه

پرهیز از گناه نیز عامل مؤثری است، زیرا گناه قلب را از خدا دور می‌سازد، و از حضور قلب می‌کاهد. در روایات وارد شده است، تا آنجا که برای تان امکان دارد از گناه فاصله بگیرید؛ زیرا ظلمت با گناه به باطن راه می‌یابد.^۱ بنابراین، قلب به حساب طبع اولی، ملکوتی و رو به خداست، ولی در اثر گناه چهره‌اش وارونه گشته، ناسوتی و شیطانی می‌شود.

۱-۳. توجه به عظمت خدای سبحان

اگر آدمی بداند با چه وجود بزرگی رو به رو است که خود در مقابل او هیچ، بلکه عین احتیاج و نیاز است، با تمام وجود خاضع خواهد گردید. بنابراین، می‌توان گفت: میزان حضور هر فردی در نماز بستگی به میزان معرفت او از خداوند سبحان دارد. هر مقدار این شناخت بیشتر شود، بزرگی و عظمت او بیشتر جلوه‌گر خواهد شد. اگر کسی به عظمت و بزرگی خدا پی ببرد، طبعاً خضوع و خشوع بیشتری در پرستش و عبادت خواهد داشت. ابان بن تغلب می‌گوید: به امام صادق علیه السلام عرض کردم: علی بن الحسین علیه السلام را دیدم وقتی که به نماز می‌ایستاد، رنگ به رنگ می‌شد. فرمود: آری او خدایی را که در برابرش ایستاده بود، کاملاً می‌شناخت.^۲

۱. کلینی، محمد بن یعقوب؛ کلینی؛ ج ۳، ص ۳۷۳. قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ علیه السلام:

«كَانَ أَبِي علیه السلام يَقُولُ مَا مِنْ شَيْءٍ أَفْسَدَ لِلْقَلْبِ مِنْ خَطِيئَةٍ إِلَّا الْقَلْبَ لِيُؤَاقِعَ الْخَطِيئَةَ فَمَا تَرَالُ بِهِ حَتَّى تَغْلِبَ عَلَيْهِ فَيَصِيرَ أَعْلَاهُ أَسْفَلَهُ»؛ امام صادق علیه السلام فرمود: پدرم همواره می‌فرمود: چیزی بیشتر از گناه قلب را فاسد نکند، قلب مرتکب گناهی می‌شود و بر آن اصرار می‌ورزد تا بالایش به پائین می‌گراید (سرنگون و وارونه می‌شود و سخن حق و موعظه در آن نمی‌گنجد و تأثیر نمی‌کند.

۲. مجلسی، محمدباقر؛ *بحار الانوار*؛ ج ۸۴، ص ۲۳۶.

۴-۱. ریاضت تدریجی

یکی دیگر از عواملی که در تحصیل حضور قلب در نماز نقش دارد، ریاضت تدریجی در تمرکز حواس و توجه به مقام ربوبی است. بنابراین، نمازگزار اگر دید توجهش، دوباره سعی کند توجهش را برگرداند. اگر بار دوم هم تکرار شد، تلاش کند دوباره توجهش برگردد. این عمل را تکرار کند تا نماز به پایان برسد. اگر نماز به این کیفیت برپا شد، شیرینی آن برایتان آشکار می‌شود و در این صورت است که از نماز خسته نمی‌شوید. اینها واقعیت‌هایی است که متأسفانه اکثر ما بهره‌ای از آن نداریم.

۵-۱. مطالعه حالات ائمه معصومین علیهم‌السلام در هنگام نماز

در وصف حالات شایسته بنده در حال نماز، بهترین الگو ائمه معصومین علیهم‌السلام می‌باشند. نمازگزار باید با تأسی به ایشان سعی داشته باشد تا نمازش شباهت به آنان داشته باشد. در ادامه به ذکر برخی از حالات ائمه معصومین علیهم‌السلام می‌پردازیم. حضرت علی علیه‌السلام به هنگام نماز، رخسارش تغییر کرد و بدن مبارکش به لرزه می‌افتاد و می‌فرمود:

«وقت ادای امانتی است که خداوند آن را به آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه نموده، ولی آنها از قبول آن خودداری کردند و انسان آن را قبول کرد و حال آن که من ضعیف هستم و نمی‌دانم خوب می‌توان آن امانت را ادا کنم یا خیر.»^۱

هرگاه امام حسین علیه‌السلام وضو می‌گرفت، رنگ چهره‌اش تغییر می‌کرد. به ایشان عرض کردند: چرا چنین حالتی به شما دست می‌دهد؟ حضرت علیه‌السلام فرمود:

«سزاوار است بر آن کسی که می‌خواهد بر خداوند متعال وارد شود که حالش چنین باشد!»



در روایتی دیگری از امام سجاده علیه السلام نقل شده است:

«شبى مشغول نماز بود، يکى از پسرانش در کنارش به زمين افتاد و دستش شکست. اهل خانه جیغ و فریاد کشیدند، همسایه‌ها آمدند و شکسته بند آوردند، آن کودک از شدت درد فریاد می‌کشید، شکسته بند، دست او را بست ولی امام سجاده علیه السلام از این فریادها و صداها، چیزی نشنید، تا این که حضرت علیه السلام با کمال تعجب دیدند که دست فرزندش به گردنش آویزان است! فرموده: چه شده؟! ماجرا را به سمع حضورش رساندند.»^۱

در مورد روایتی دیگر وارد شده است: امام سجاده علیه السلام در حال سجده نماز بود، آتش سوزی سختی در خانه حضرت علیه السلام رخ داد، حاضران فریاد می‌زدند: «يَا بَنَ رَسُولِ اللَّهِ النَّارُ النَّارُ! ای فرزند رسول خدا! آتش آتش. آن حضرت علیه السلام سر مبارک را بلند نکرد تا اینکه آتش خاموش گردید، پس از سجده به آن حضرت علیه السلام گفت: چه چیز شما را از توجه به آتش سوزی بازداشت؟! در پاسخ فرمود: «الْهَيْتِي عَنْهَا النَّارُ الْكُبْرَى؛ آتش عظیم دوزخ مرا از توجه به این آتش سوزی، غافل ساخت.»^۲

۱. همان؛ ج ۴۲، ص ۷۹.

۲. همان؛ ج ۴۶، ص ۸۰.

منابع و مأخذ

* قرآن کریم.

۱. آمدی؛ غُرُرُ الْحِكْمِ وَ دُرُرُ الْكَلِمِ؛ قم: مکتب الأعلام الاسلامی، ۱۳۶۶.
۲. ابن حیون، نعمان بن محمد؛ دعائم الإسلام و ذکر الحلال و الحرام و القضايا و الأحكام؛ قم: مؤسسة آل البيت عليه السلام؛ چاپ دوم، ۱۳۸۵ق.
۳. حرّ عاملی، محمد بن حسن؛ وسائل الشیعة؛ ج ۵، قم: مؤسسه آل البيت لإحياء التراث، ۱۴۱۴ق.
۴. دیلمی، حسن بن محمد؛ ارشادالقلوب؛ بیروت: مؤسسه آل البيت لإحياء التراث، الطبعة الثانية، ۱۴۰۹ق.
۵. سید رضی الدین، علی بن موسی؛ فلاح السائل؛ ج ۱، تهران: نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۶۸.
۶. سید رضی؛ نهج البلاغه؛ ترجمه و شرح: محمد دشتی؛ قم: الهادی، ۱۳۷۹ش.
۷. صدوق، محمد بن علی؛ من لا یحضره الفقیه؛ ج ۱؛ تصحیح: علی اکبر غفاری؛ قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۴۱۳ق.
۸. طوسی، ابوجعفر؛ تهذیب الاحکام؛ ج ۲، قم: مؤسسة آل البيت لإحياء التراث، ۱۴۲۴ق.
۹. کلینی، محمد بن یعقوب؛ کافی؛ ج ۳، تحقیق: علی اکبر غفاری، تهران: دارالکتب الاسلامیه، [بی تا].
۱۰. محدث نوری، مستدرک الوسائل؛ قم: مؤسسة آل البيت عليه السلام؛ ۱۴۰۸ق.
۱۱. مجلسی، محمدباقر؛ بحار الانوار؛ ج ۸۲، بیروت: داراحیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ق.



۱۲. مغربی قضایی، جعفر؛ شهاب الاخبار؛ تصحیح: محمدتقی دانش‌پژوه، تهران: انتشارات دانشگاه تهران؛ [بی‌تا].
۱۳. موسوی، خمینی؛ کشف الاسرار؛ ج ۲، تهران: انتشارات ناصر، ۱۳۶۸.

