

## آثار تربیتی نماز

نماز در لغت به معنای پرستش، نیاز، سجود، بندگی و اطاعت، رخم شدن برای اظهار بندگی و اطاعت و یکی از فرایض دین و عبادت مخصوصی است که مسلمانان پنج بار در شبانه روز به جا می آورند.

## معنا و مفهوم نماز

نماز در لغت به معنای پرستش، نیاز، سجود، بندگی و اطاعت، رخم شدن برای اظهار بندگی و اطاعت و یکی از فرایض دین و عبادت مخصوصی است که مسلمانان پنج بار در شبانه روز به جا می آورند.

نماز یعنی خدمت و بندگی، فرمان برداری، سر فرود آوردن و تعظیم کردن به نشانه احترام، نماز، داروی نسیان و وسیله ذکر خداوند است. نماز، رابطه معنوی مخلوق با خالق است. نماز یعنی دل کندن از مادیات و پرواز دادن روح، یعنی پا را فراتر از دیدنی ها و شنیدنی ها نهادن.

## نماز در قرآن و حدیث

فلسفه، فایده و آثار، شرایط و آداب و اوصاف نماز در آیات و روایات بسیاری آمده که پرداختن به همه آن ها در این جا ممکن نیست، لکن به طور مختصر قطره ای از دریای معارف اسلامی را درباره نماز بازگو می کنیم. نماز، بزرگ ترین عبادت و مهم ترین سفارش انبیا است. لقمان حکیم پسرش را به نماز توصیه می کند. ۱. حضرت عیسی (ع) در گهواره فرمود: «خدایم مرا به نماز و زکات

سفارش کرده است. ۲. حضرت ابراهیم (ع) همسر و کودک خویش را در بیابان

های داغ مکه آن هنگام که هیچ آب و گیاهی نداشت برای به پا داشتن نماز

مسکن داد. ۳. پیشوایان معصوم - علیهم السلام - هنگام نماز رنگ می باختند .

گرچه بعضی نماز را به خاطر بهشت یا ترس از عذاب جهنم می خوانند ،اما

حضرت علی (ع) نه برای تجارت و ترس از آتش ، بلکه به خاطر شایستگی خدا برای

عبادت نماز می خواند. ۴.

نماز ، اهرم استعانت در غم ها و مشکلات است . خداوند می فرماید :

از صبر و نماز در مشکلات کمک بگیرید و بر آن ها پیروز شوید . نماز به منزله

پرچم و نشانه مکتب اسلام است . پیامبر اکرم می فرماید : علم الاسلام الصلوه نماز

به منزله سر نسبت به تن است . پیامبر (ص) می فرماید : موضع الصلوه من الدین

موضع الراس من الجسد

نماز برای اولیای خدا شیرین و برای غیر آنان دشوار و سنگین است . قرآن می

فرماید : وانها لكبيره الا على الخاشعين

در اهمیت نماز همین بس که حضرت علی (ع) در جنگ صفین و امام حسین (ع)

در ظهر عاشورا دست از جنگ کشیدند و به نماز ایستادند . و آن گاه که به

علی (ع) ایراد گرفتند که چه هنگام نماز است؟

ایشان فرمود : ما برای همین می جنگیم تا مردم اهل نماز باشند .

در زیارت نامه وارث می خوانیم اشهد انک قد اقامت الصلوه / شهادت می دهم

که تو نماز را برپا داشتی

حضرت علی(ع) درباره نماز بارها سخن به میان آورده که در این جا به چند نمونه

اشاره می کنیم .

الف درباره برکات نماز می فرماید : فرشتگان ، آنان را در بر می گیرند و آرامش بر

آنان نازل می شود ، درهای آسمان بر آنان گشوده و جایگاه خوبی برایشان آماده می

شود

ب) در خطبه ۱۹۶ نهج البلاغه گوشه هایی از مفاسد اخلاقی هم چون کبر و

سرکشی و ظلم را برمی شمارد و آن گاه می فرماید : نماز به همه وجود انسان

آرامش می بخشد ، چشم ها را خاضع و خاشع می گرداند ، نفس سرکش را رام و

دل ها را نرم و تکبر و بزرگ منشی را محو می کند .

ج) هم چنین در نامه ای به محمد بن ابی بکر می نویسد : نماز را در وقت معین

آن به جای آر و به خاطر آسوده بودن از کار نماز ، پیش از وقت معین آن را برپای

مدار و آن را واپس مینداز . ۸.

### **آداب نماز و آثار تربیتی آن**

شرایط و آداب نماز به قدری زیاد است که تمام نظام ها و روابط انسانی را به

طور خودکار تنظیم و اصلاح می کند . توجه به همه آثار تربیتی نماز کار مشکلی

- است ولی ما چند نمونه آن را بیان می کنیم:
۱. ادب در برابر سخن امام جماعت؛ در نماز جماعت وقتی امام مشغول خواندن حمد و سوره است باید ساکت باشیم .
  ۲. مراعات حقوق دیگران؛ آب وضو، مکان نمازگزار و لباس او باید حلال و از مال دیگران و غصبی نباشد؛ حتی اگر از مال خمس نداده لباس تهیه کند، نمازش باطل است .
  ۳. تغذیه و بهداشت نمازگزار؛ اگر نمازگزار از مشروبات الکلی استفاده کرده باشد، تا چهل روز نمازش مورد قبول نیست . لباس نمازگزار نیز باید پاک باشد و بهتر است به هنگام نماز عطر و مسواک زد و موها را شانه کرد .
  ۴. همسرداری کسی که به همسر خود نیش بزند، نمازش قبول نیست .
  ۵. ولایت کسی که اهل نماز است ولی تسلیم طاعت ها است و ولایت و حکومت رهبران اسلامی را پذیرا نیست، نمازش قبول نیست؛ گرچه تمام عمر در کنار کعبه باشد .
  ۶. نظم و ترتیب؛ در تمام کلمات و کارهای نماز نظم و ترتیب به چشم می خورد .
  ۷. انعطاف و هم آهنگی؛ امام جماعت باید با مردم هم آهنگ باشد؛ به این معنا که مراعات ضعیف ترین افراد را بکند . اگر کسی دیر به جماعت رسید، امام باید

کمی رکوع خود را طول بدهد تا او نیز به نماز برسد. مردم نیز باید خود را با امام هم آهنگ کنند مثلاً کسانی که یک رکعت از نماز جماعت عقب هستند و در رکعت دوم به جماعت پیوسته اند، می توانند با نوعی انعطاف و تغییر در نماز جماعت شرکت کنند.

۸. اعتماد؛ اگر هر یک از امام یا مردم در انجام قسمتی از نماز شک کردند، باید به یک دیگر اعتماد کنند؛ یعنی با توجه به رفتار دیگری تصمیم بگیرند.
۹. ورزش اگرچه نماز برای انجام وظیفه الهی است، ولی طراحی آن طوری است که در لابه لای نماز و حرکات رکوع و سجود یک نوع حرکت ورزشی نیز نهفته است.
۱۰. آموزش اجباری؛ نمازگزار باید مسائل و احکام مورد نیاز خود را فراگیرد.
۱۱. آگاهی از اخبار؛ مردم با شرکت در نماز جمعه و جماعت با اخبار و مسائل دینی و مشکلات مسلمانان آشنا می شوند.

۱۲. امر به معروف و نهی از منکر حی علی الصلوه در اذان یکی از بزرگ ترین معروف ها است.

### **معانی بلند عبارات و الفاظ نماز**

نمازگزار با گفتن الله اکبر ابهت همه ابرقدرت ها را می شکند و خط بطلان بر همه قدرت های طاغوتی، وسوسه های ابلیس و جاذبه های مادی می کشد.

با گفتن بسم الله به کار خود قداست و کرامت می دهد و در خود توکل و وابستگی به قدرت غیبی را ایجاد می کند و به دنیا اعلام می کند قدرتی که من به او پناه آورده ام سرچشمه مهربانی ها است .

با الحمد لله گفتن خود را از اطاعت کردن و بله قربان گفتن انسان های سفله و پست رها می کند .

با رب العالمین قدرت لایزال خداوندی را بر تمام جهانیان حاکم می داند .

با الرحمن الرحیم تمام هستی را از آن خدا معرفی می کند .

با این جمله بیان می کند که نه تنها نعمت های مادی خداوند ما را احاطه کرده بلکه نعمت های معنوی خداوند نیز ما را فرا گرفته است .

با گفتن مالک یوم الدین مسیر و آینده را مشخص می کند و یاد روز سخت دادرسی را در دل زنده می کند .

تا این جا نمازگزار زمینه برای اظهار بندگی و ابراز نیاز و مددخواهی از خدا را فراهم می کند و بعد از این مرحله با درک عظمت خدا و رحمتش و ابراز نیاز خویش می گوید : ایاک نعبد و ایاک نستعین تنها مطیع امر تو هستیم نه غلام حلقه به گوش جباران و تنها از تو یاری می طلبیم .

با گفتن اهدنا الصراط المستقیم از خدا طلب هدایت می کند چرا که با پیمودن این راه او به تمام هوس ها و افراط و تفریط ها و وسوسه های شیطانی پشت پا می زند .

با گفتن صراط الذین انعمت علیهم الگوها را مشخص می کند .  
با غیر المغضوب علیهم ولا الضالین به گروه های انحرافی که انسان های پاک را اغفال می کنند هشدار می دهد .  
با رکوع در برابر عظمت پروردگار ، اظهار بندگی و اطاعت می کند و فروتنی و تواضع و خضوع خود را در برابر عظمت پروردگار نشان می دهد .  
با سجده ، تذلل و اظهار کوچکی و خاکساری در برابر خدا را نمایان می سازد .  
ذکر مقدس سبحان الله که در تمام عبادت ها به چشم می خورد ، حقیقتی را در بردارد که ریشه در همه عقاید و تفکرات صحیح اسلامی دوانده است و زیربنای ارتباط انسان با خدا و صفات کمال او است ، روح تعبد و مغز عبادت ، همان تسبیح است . توحید و عدل و نبوت و امامت و معاد براساس تسبیح خدا و منزله دانستن او از عیوب و کمبودها است . توحید خالص جز با منزله دانستن پروردگار از شریک و شبیه و عیب و عجز محقق نمی شود .

### **آثار فردی و اجتماعی نماز**

نماز تاثیر بسزایی در زندگی فردی و اجتماعی فرد دارد . در این جا برخی از آن ها را فهرست وار بیان می کنیم .  
نماز گزار در مقایسه با کسی که نماز نمی خواند ، احساس آرامش بیش تری دارد .  
هنگامی که از طریق نماز ، روح خود را به معراج می فرستد و با خدا و نام او

پیوند می دهد، احساس عزت و قدرت می کند و از هیچ کس و هیچ قدرتی نمی ترسد .

نمازگزار هیچ گاه چشمش را به چیزهای حرام آلوده نمی کند و نمی گذارد هوس های زودگذر و وسوسه های شیطانی روح و ذهنش را مشغول کند . در مقابل ، دامن گیری مفسد جاذبه های آلوده موجود در اجتماع ، زلف ها و بدن های عریان صحنه های بدآموز و تحریک کننده ، موسیقی و نغمه های حرام چنان پرده ای بر دل های افراد بی نماز می کشند که آنان را توان مشاهده و ارتباط با ظرایف و لطایف و معنویت نیست . در جهان امروز که لجام گسیختگی فرهنگی به طور فزاینده ای سلامت و امنیت جانی بسیاری از جوامع را به مخاطره انداخته است و همه روزه شاهد طغیان و عصیان گروه های مختلف مردم به ویژه نوجوانان و جوانان هستیم ، کیست که فریادرس این مردم باشد؟! آیا چیزی جز نماز و توکل و امدادهای غیبی خداوندی می تواند ناجی این افراد از منجلاب این گناهان عظیم شود و آن ها را از سقوط به دره نیستی و فلاکت باز دارد؟

### **آثار و عواقب ترک نماز**

ترک نماز در دنیا و آخرت عواقب تلخی دارد . در قیامت ، اهل بهشت از دوزخیان می پرسند : چه چیزی شما را روانه جهنم کرد؟ یکی از پاسخ هایشان این است که ما پای بند به نماز نبودیم . ۹۰ در جایی دیگر به نمازگزارانی که در



نمازشان سهل انگارند یعنی گاهی می خوانند و گاهی نمی خوانند می گوید: وای بر آنان. ۱۰ رسول خدا(ص) فرموده است من ترك الصلوه متعمدا فقد كفر هر که عمدا نماز را ترك کند از اسلام خارج شده و کافر است در جایی دیگر می فرماید: بین العبد و بین الکفر ترك الصلوه رمز بین بنده خدا و کفر ترك نماز است. هیچ انسان با وجدان و متفکری نیست که از ابعاد و اسرار و ظرایف نماز آگاه باشد ولی از کنار آن ها بی اعتنا رد شود مگر کسانی که به خاطر غفلت و بی خبری توفیق سخن گفتن با خداوند را از خود سلب کرده اند.

#### منابع:

- ۱- سایت اطلاع رسانی دانشنامه رشد  
[www.daneshnameh.roshd.ir](http://www.daneshnameh.roshd.ir)
- ۲- سایت اطلاع رسانی آفتاب  
[www.aftab.ir](http://www.aftab.ir)
- ۳- سایت اطلاع رسانی تبیان  
[www.tebyan.net](http://www.tebyan.net)