

افغانستان آزاد – آزاد افغانستان

AA-AA

چو کشور نباشد تن من مباد
همه سر به سر تن به کشتن دهیم

بدین بوم و بر زنده یک تن مباد
از آن به که کشور به دشمن دهیم

www.afgazad.com

afgazad@gmail.com

Ideological

مسائل ایدئولوژیک

تتبع و نگارش: الحاج داکتر امین الدین سعیدی- سعیدافغانی

۲۴ می ۲۰۱۴

خشوع روح نماز است!

۱

« قد أفلح المؤمنون الذين هم في صلاتهم خاشعون » (المؤمنون: ۱) (به تحقیق نجات یافتند مؤمنان ، آنانی که در نماز هایشان فروتنی کنند) از یفحوالین آیت کریمه معلوم می شود، که آن مؤمنان نماز خوان کامیاب می گردند و نجات می یابند که نماز های خود را با هوش یعنی با فروتنی و گریه و زاری خاص از برای الله تعالی می خوانند. علماء می گویند که قلب مؤمن به دلیل صفا و جلالتی که دارد، با خواندن نماز با حضور قلبی و رعایت خشوع در نماز، مانند یک آئینه صاف و شفاف می تواند انوار و تجلیات پروردگار را به سوی خود جذب کند . علمای اسلام بدین امر معتقد اند که استعداد پذیرش انوار الهی در قلب، به حدی است که نماز گزار واقعی می تواند در اثر تابش انوار الهی به منزله مقامی دست یابد، که در نتیجه آن بسیاری از اسرار زندگی برایش مکشوف گردد . « قد افلح المؤمنون » (افلح) از ماده (فلح و فلاح) در اصل به معنی شکافتن و بریدن است سپس بر هر نوع پیروزی و رسیدن به مقصد و خوشبختی اطلاق شده است .

مفسرین می نویسند :

فلاح و رستگاری معنی وسیعی دارد که هم پیروزی های مادی را بر می گیرد و هم دست آورد های معنوی را، و در آیت متذکره هر دو بعد پیروزی ها برای مؤمنان مسلمان در نظر گرفته شده است . پیروزی و رستگاری یک مسلمان مؤمن در دنیا اینست که انسان آزاد و سر بلند، عزیز و بی نیاز زندگی کند و این امور جز در سایه ایمان امکان پذیر نیست و رستگاری آخرت برای یک مؤمن مسلمان، در این است که در سایه رحمت پروردگار در میان نعمت های جاویدان با کمال عزت و سربلندی به زندگی ابدی خویش ادامه دهد .

راغب در (مفردات) خویش می نویسد **فلاح دنیوی** در سه چیز خلاصه می شود: بقاء و غنا و عزت و فلاح اخروی در چهار چیز خلاصه می شود : بقاء بلا فنا، و غنا بلا فقر، و عز بلاذل و علم بلا جهل : (بقای بدون فنا، بی نیازی بدون فقر، عزت بدون ذلت، و علم خالی از جهل) .

- کلمه خشوع به معنای تأثر خاصی است . خشوع حالت خاص و فوق العاده اطاعت می باشد ، طوری که برخی از افراد در برابر پادشاه تحت یک حالت خاصی از اطاعت قرار می گیرند . اگر ملا حظه فرموده باشید حتی چشمش پلک هم نمی زند و روابط ذهنی و جسمی خویش را، از هر جای دیگر قطع نموده و با تمام حواس منتظر اوامر و هدایات پادشاه می گردد.

خشوع هم در نماز در برابر پروردگار به حالتی می ماند که جسم ، روح و روان یک نفر فرد مؤمن مسلمان در برابر خالق خویش در حالت نماز با تمام قوت در حال تسلیمی کامل قرار داشته باشد.

معنی خشوع :

علماء معانی متعددی را در باره خشوع آورده اند که برخی از آنها به شرح ذیل می باشد:

- خشوع به معنای ترس و بی حرکت شدن اعضاء از ترس است .
- و یا گفته اند: افتادن پلكها و خفض جناح و تواضع است .
- و یا گفته اند: سر به زیر انداختن است .
- و یا گفته اند: خشوع آن است که به این سو و آن سو ننگری .
- و یا گفته اند: خشوع آنست که مقام طرف را بزرگ بشماری و همه اهتمام خود را در بزرگداشت او جمع و جور کنی .
- و یا گفته اند: خشوع عبارت از تذلل است.
- همچنان خشوع عبارت است از آرامش، طمأنینه و وقار و تواضع، و ترس از خدا و توجه به وی (تفسیر ابن کثیر ط. دار الشعب (۴۱۴/۶)

- خشوع، یعنی در کمال ذلت و با فروتنی تمام در مقابل خداوند ایستادن (المدارج (۵۰۲/۱)).
و از مجاهد روایت شده است که گفت: (وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ): قنوت عبارت است از ایستادن، فروتنی، چشم پوشی و تواضع از ترس خداوند» (تعظیم قدر الصلاة (۱۸۸/۱)).

محل خشوع :

محل خشوع، به اتفاق همه مفسرین و علمای اسلام قلب معرفی شده است و ثمرات خشوع در اعضاء بدن ظاهر می گردد و اعضاء بدن تابع قلب هستند، وقتی که فروتنی قلب - به سبب غفلت و وسوسه - از بین رفت، فروتنی دیگر اعضاء بدن هم از بین می رود، زیرا قلب مانند قومندان اعلی و اعضاء بدن مانند سر بازان اوست و از وی پیروی و اطاعت می کنند. وقتی که فرمانده عزل یا نابود شود سربازان هم از بین می روند، پس خشوع اعضاء بدن متعلق به خشوع قلب است.

اما تظاهر به فروتنی و خشوع مذموم است زیرا از نشانیهای اخلاص پنهان کردن خشوع و فروتنی است. فضیل بن عیاض فرمودند:

مکروه است که اعضاء بدن بیش از قلب خاشع باشند. یعنی لازم است (این دو) مساوی و برابر باشند.
می گویند روزی حضرت عمر امیر المؤمنین یکی از مسلمانان را دید که در نماز گردن خویش را بیش از حد پایان انداخته است. به او گفت: خشوع و فروتنی اینجاست - به سینه خویش اشاره کرد - نه در خود خم کردن (المدارج (۵۲۱/۱)).

ابن قیم الجوزی - رحمه الله تعالی : در مورد فرق میان خشوع ایمانی و تظاهر به خشوع می نویسد :

«خشوع الإیمان هو خشوع القلب لله بالتعظیم والإجلال والوقار والمهابة والحیاء، فینکسر القلب لله کسرة ملتئمة من الرجل والخلج والحب والحياء وشهود نعم الله وجنایاته هو، فیخضع القلب لا محالة فیتبعه خشوع الجوارح».

خشوع ایمان همان خشوع و تواضع قلب همراه با تعظیم و اجلال و وقار و مهابت و حیاء، پس قلبها فروتن می شوند همراه با ترس و حب و حیاء و حضور ذهن نعمتهای بی منتهای خداوندی بر او و کوتاهی او در برآورده کردن شکر این نعمتها، پس در این هنگام است که قلب بدون اختیار خاشع و فروتن می شود.

اما تظاهر به خشوع عبارت است از این که انسان جوارح خود را به حالت تصنعی و ظاهری فروتن کند اما قلبش غافل باشد و بعضی از اصحاب رسول الله صلی الله علیه وسلم می‌گفتند: «أعوذ بالله من خشوع النفاق» گفته شد: خشوع نفاق چیست؟ گفتند: آن است که جسم فروتن و دل غافل باشد.

بنده فروتن خدا کسی است که آتش شهوات خود را خاموش کرده و دود آن شهوات از دلش خارج شده است، پس دلش می‌تابد و صاف می‌شود و نور عظمت و بزرگی خداوند در آن می‌درخشد و به سبب ترس از خدا و خشوع در مقابل وی شهوات می‌میرند، اعضای بدن احساس آرامش می‌کنند، دل مملو از آرامش و طمأنینه می‌شود و فرمانبردار و مطیع خواهد شد و همانند زمینی که آب در آن نفوذ کند کاملاً تسلیم می‌شود. و نشانه آرامش این است که به خاطر عظمت خدا، در کمال ذلت و خواری چنان سجده‌ای می‌کند که سرش را بلند نمی‌کند، تا به ملاقات خداوند نرود سر را بلند نمی‌کند. این است معنای خشوع و فروتنی.

اما تظاهر به خشوع و خود را به مردن زدن حالتی است که شخص، اندام بدن خود را به ظاهر فروتن نشان می‌دهد و ریاکاری پیشه می‌کند. این‌گونه افراد ظاهری زیبا و آراسته و فروتن، اما باطن آنها ویران و زنده به شهوات است. چنین انسانی به ظاهر فروتن است اما در درون وی عقربها و مارهای سمی زندگی می‌کنند و در پی فرصت مناسب هستند (برای تفصیل موضوع مراجعه شود به کتاب الروح ص ۳۱۴).

فروتنی در نماز وقتی حاصل می‌شود که انسان دل خود را بدان مشغول کند و آن را بر چیزهای دیگر ترجیح دهد، در چنین حالتی است که احساس راحتی و آرامش می‌کند و چشمانش روشن می‌شوند. همانطور که پیامبر بزرگوار ما محمد صلی الله علیه وسلم فرمودند: «وجلعت قرّة عینی فی الصلاة» (تفسیر ابن کثیر (۴۵۶/۶) والحديث فی مسند احمد (۱۲۸/۳)). «نور چشمان من در نماز است».

خداوند در قرآن کریم مردان و زنان فروتن و خاشع را ستوده و فروتنی را از صفات نیکوکاران شمرده و برای آنها آمرزش و اجر بس بزرگی را مهیا دیده است (سوره احزاب آیه ۳۵) الهی تو ما بندگان خویش را از خشوع حقیقی بر خوردار نمائی.

راه های وصول به خشوع :

علماء اسباب خشوع و فروتنی در نماز را بر دو قسم تقسیم نموده اند :

- ۱- آن چه که خشوع را ایجاد و تقویت می‌کند.
 - ۲- از بین بردن آن چه که مانع خشوع می‌شود و آن را تضعیف می‌کند.
- شیخ الاسلام، ابن تیمیه - رحمه الله - آن را بر آنچه که سبب تقویت خشوع می‌شود تعبیر می‌کند و می‌فرماید: آنچه انسان را بر انجام خشوع یاری می‌رساند دو چیز است:
- ۱- قدرت متقاضی.
 - ۲- از بین بردن مشغولیت‌ها.

اما اولی یعنی تقویت نیروی متقاضی، این است که بنده‌ای کوشش کند هر آنچه را که می‌گوید و انجام می‌دهد بفهمد و در قرائت و ذکر و دعا تدبیر نماید و با تمام وجود - آن گونه که گوئی او را می‌بیند - با خدایش مناجات کند، زیرا نمازگزار با خداوند مناجات می‌کند.

و احسان هم این است که رسول گرامی فرمودند: «أن تعبدالله كأنک تراه، فإن لم تکن تراه فإنه یراک» «آن چنان خداوند را پرستش کن گویا او را می‌بینی و اگر تو وی را نمی‌بینی خداوند تو را می‌بیند».

هر اندازه که بنده‌ای حلاوت و شیرینی نماز را بچشد بیشتر به سوی آن کشیده می‌شود و این امر متناسب با قوت ایمان اوست.

اسباب تقویت ایمان بسیار زیادند و به همین خاطر است که رسول‌گرامی صلی الله علیه وسلم فرمودند: «سه چیز نزد من محبوب است؛ زن، عطر، و نور چشم من در نماز است».

و در حدیث دیگر فرمودند: «**أرحننا بالصلاة**» «بلال ما را به نماز خوشحال کن». یعنی اذان بگو تا نماز بخوانیم و از شر دنیا راحت شویم.
اما دومی:

از بین بردن مشغولیت‌ها، بدین صورت است که انسان کوشش کند خود را از مشغولیت‌های قلبی که افکار و خیالات بوج و بیهوده است رها سازد و از هر آن چه که سبب دور شدن از هدف اصلی نماز است بیندیشد و آنها را از خود براندبرای تحصیل خشوع و حضور قلب در نماز و سایر عبادات، موارد ذیل مورد توصیه قرار گرفته است:

۱- بدست آوردن آنچنان معرفتی که دنیا را در نظر انسان کوچک و خدا را در نظر انسان بزرگ کند، تا هیچ کار دنیوی نتواند به هنگام راز و نیاز با معبود نظر او را به خود جلب و از خدا منصرف سازد.

۲- توجه به کارهای پراکنده و مختلف، معمولاً مانع تمرکز حواس است و هر قدر انسان، توفیق پیدا کند که مشغله‌های مشوش‌کننده و پراکنده را کم کند به حضور قلب در عبادات خود کمک کرده است.

۳- انتخاب محل و مکان نماز و سایر عبادات نیز در این امر، اثر دارد، به همین دلیل، نماز خواندن در برابر اشیاء و چیزهائی که ذهن انسان را به خود مشغول می‌دارد مکروه است و همچنین در برابر درهای باز و محل عبور و مرور مردم، در مقابل آئینه و عکس و مانند اینها، به همین دلیل معابد مسلمین هر قدر ساده تر و خالی از زرق و برق و تشریفات باشد بهتر است چرا که به حضور قلب کمک می‌کند.

۴- پرهیز از گناه نیز عامل مؤثری است، زیرا گناه قلب را از خدا دور می‌سازد، و از حضور قلب می‌کاهد.

۵- آشنائی به معنای نماز و فلسفه افعال و اذکار آن، عامل مؤثر دیگری است.

۶- انجام مستحبات نماز و آداب مخصوص آن، چه در مقدمات و چه در اصل نماز نیز کمک مؤثری به این امر می‌کند.

۷- از همه این‌ها گذشته این کار، مانند هر کار دیگر نیاز به مراقبت و تمرین و استمرار و پیگیری دارد، بسیار می‌شود که در آغاز انسان در تمام نماز یک لحظه کوتاه قدرت تمرکز فکر پیدا می‌کند، اما با ادامه این کار و پیگیری و تداوم آنچنان قدرت نفس پیدا می‌کند که می‌تواند به هنگام نماز دریچه‌های فکر خود را بر غیر معبود مطلقاً ببندد!

حضور قلبی در نماز:

از آیات قرآنی و احادیث نبوی چنان استفاده می‌شود که نماز کامل و حقیقی نمازی است که با حضور قلب و خلوص نیت و همراه با یقین، اداء گردد.

نماز کامل باید با طهارت کامل، وضوی کامل، با حضور قلب و خلوص یقین و خالی بودن فکر و ذهن و قلب از توجه و مصروفیت‌های دنیوی بر پا گردد.

همانطوری که خطاب به پیامبر صلی الله علیه وسلم است: «**فإذا فرغت فانصب وإلى ربك فرغب**» (هنگامی که فارغ شدی، به نماز بایست و به سوی پروردگارت بشتاب).

اما این بدان معنا نیست که اگر احیاناً نماز با این خصوصیت نبود آن نماز باطل است، بلکه می‌توان مراتب متعددی برای نماز و نمازگزار تصور کرد. مسلماً هر چه درجه و مرتبه کمال معنوی بالاتر باشد، نماز بهتر و از درجه ای بالا برخوردار خواهد بود.

قرآن عظیم الشان از برخی انسان ها چنین یاد می کند « رجال لا تلهيهم تجارة و لا بيع عن ذكر الله؛ (سوره نور آیت ۳۷) .

(اشخاصیکه تجارت و خرید و فروش آنان را از ذکر خدا باز نمی دارد) . اینان در عین حالی که در بین مردم هستند و به کار و تلاش زندگی روزمره مشغولند، ولی همه این مصروفیت ها آنان را از نماز و یاد پروردگار باز نمی دارد.

برای تحصیل حضور قلب در نماز، مراعات کردن نکات ذیل مفید و مؤثر است :

۱- نماز گزار باید بداند که در نماز با پروردگار خویش ملاقی است و با الله خود سخن می گوید و حمد و ثنای او را به جای می آورد ، اگرچه به معنای الفاظ توجه هم نمی کند.

۲- نمازگزار به علاوه حضور قلب ، باید ، به معانی کلمات و اذکار که بر زبان می آورد ، باید توجه جدی داشته باشد و بداند که چه می گوید.

۳- بر نماز گزار است تا ، اسرار عبادت و حقیقت اذکار و تسبیح و تحمید موجود در نماز را بفهمد و این اسرار و حقایق باید به باطن نماز گزار نفوذ کند.

آمادگی قلبی برای نماز:

کسی که می خواهد در نماز حضور قلب قوی داشته باشد، لازم است به مقدمات نماز توجه داشته باشد طوری که قبلاً یا د آور شدیم وضو را به صورت کامل و بهتر مطابق سنت پیامبر صلی الله علیه وسلم ، انجام دهد و حتی علماء می گویند که نماز گزار قبل از ادای نماز لحظاتی را در خلوت با پروردگار خویش سپری نماید.

رعایت واجبات و مستحبات نماز:

یکی دیگر از اسباب حضور قلب در نماز رعایت ، فرایض ، واجبات و مستحبات نماز و در مجموع آداب و احکام نماز است، مانند نگاه کردن به محل سجده در حال قیام، نگاه کردن بین دو پا در حال رکوع، نگاه کردن به انگشت سبابه در تشهد و غیره و غیره ... و در نهایت امر ادا کردن نماز به طریقه پیامبر صلی الله علیه وسلم .

نماز گزار از هنگام وضو و تا ختم نماز باید در راز و نیاز حقیقی با پروردگار خویش باشد نماز گزار با گفتن الله اکبر باید قلب و روح خویش را با خط نوری ملکوتی اتصال دهد و از کعبه تا عرش و از آن جا تا حقیقت اسما و صفات و از آن فراتر تا ذات پروردگار امتداد اتصال دهد و باید با خود بگوید : « اِنَّ صَلَوَتِي وَ نَسْكَی وَ مَحْيَای وَ مَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ »

(سوره انعام : آیت ۷۹) (بگو: «نماز و تمام عبادات من، و زندگی و مرگ من، همه برای پروردگار جهانیان است.)

خواندن نماز با خشوع :

علماء می گویند نماز حقیقی دارای دو بُعد است: بُعد ظاهری که به منزله جسم نماز به شمار می رود و بُعد باطنی نماز که به مثابه روح و حقیقت واقعی نماز به شمار می رود.

هریک از این دو بُعد احکام و آداب به خصوص خود را دارند ، که با رعایت آن نماز ، نمازگزار به کمال و هدف که به منظور آن نمازگزار ، نماز بر پا داشته است ، دست می یابد.

در مورد نماز باید گفت که نماز بدون رعایت احکام و شرایط ظاهری، باطل است و نماز بدون مراعات آداب باطنی و قلبی نیز نزد الله مقبول نبوده، و هدف واقعی نماز که اتصال انسان به پروردگار رب العزت است، حاصل نمی گردد.

بدون شک از مهم ترین آداب باطنی نماز و بلکه تنها راه رسیدن به اسرار و آثار و نتایج آن، همانا حضور قلب در نماز می باشد.

با تمام قوت گفته می توانم که بهره هر کس از نماز، به اندازه حضور قلبی اش در اجرای دقیق نماز مطابق نماز پیامبر صلی الله علیه وسلم می باشد. که میفرماید: «**صلوا كما رأيتموني أصلي**». (روایت بخاری) (نماز بخوانید طوری که مرا می بیند که نماز می خوانم)

در دین مقدس اسلام، حضور قلب در همه عبادات و به خصوص در نماز که ستون دین در شریعت اسلامی معرفی گردیده است، بی نهایت عمده و اساسی می باشد.

بهترین راه ایجاد حضور قلب و دفع وسوسه شیطان، ایجاد خشوع و خضوع، همانا مبارزه جدی با هجوم افکار پراکنده که فکر انسان در امور دنیوی مصروف ساخته، می باشد.

برای دفع وسوسه شیطان و مبارزه به این افکار و اوهام، راهی جزء دفع انگیزه های آنها نیست، زیرا افکار پراکنده به انسان فشار می آورد و مانع توجه قلب می شود، لذا باید علل و اسباب آن را یافت و از بین برد.

علماء سبب همه این تشنگی افکار و تهاجم اوهام را فقط در یک نقطه خلاصه و جمع بندی می نمایند که همان «حُب دنیا» است.

در روایات اسلامی «حُب الدنيا رأس كل خطيئه» بلی محبت دنیا محبت با مال دنیا، محبت به مقام و منصب دنیا، سر سلسله همه خطاهای و گناهان محسوب می گردد.

همچنان علماء بدین باور اند که اساس عدم خشوع در نماز علاقه، مزید دلچسپی نمازگزار به دنیا و امور دنیائی است و طوری که گفته شد تا زمانی که ریشه محبت به دنیا (مال و مقام دنیا) از دل کنده نشود، امکان بر پا داشتن نماز، کاردشواری خواهد بود.

نمازگزار نباید فراموش کند که:

شیطان دشمن قسم خورده مؤمن مسلمان است و هر لحظه در کمین انسان نشسته است، او قسم یاد نموده است که به هر وسیله ای که باشد انسان را گمراه بسازد، به خصوص شخص مؤمن و مسلمانی که مصروف نماز خواندن باشد. شیطان هم سعی و تلاش خویش را به راه می اندازد، که در روح و روان نمازگزار به هر وسیله ممکن نفوذ پیدا کند و قلب نمازگزار را از اتصال به الله به امور دنیائی منحرف نماید و بدین صورت از اجر و پاداشش که از اجرای نماز با خشوع به دست آرد، محروم می سازد.

در نمازی که خشوع و حضور قلب در آن وجود نداشته باشد، شرع اسلامی آن را عبادت ناقص الاجر می داند و اجر و پاداش نماز بر اساس مقدار خشوع نمازگذار است و کسانی که بدون هیچ خشوع و حضور قلبی نماز را اداء کنند شاید کارشان به جایی برسد که فقط فرضیت آن نماز نزد خداوند از گردنش بیفتد ولی هیچ پاداش دیگری نگیرد.

از عمار بن یاسر روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و سلم فرمودند: «**إن الرجل لينصرف وما كتب له إلا عشر صلواته، تسعها، ثمناها، سبعها، سدسها، خمسها، ربعها، ثلثها، نصفها**» (صحیح - روایت ابو داوود و نسائی)

(یک شخص از نمازش منصرف می شود در حالی که برایش فقط یک دهم، یک نهم، یک هشتم، یک هفتم، یک ششم، یک پنجم، یک چهارم، یک سوم، و یا نصف (اجر و پاداش) برایش نوشته می شود).

یعنی هر چه خشوع و حضور قلب در نماز بیشتر باشد اجر و پاداش بیشتر و کاملتر به دست خواهد آورد.

و یکی از راه های حل مبارزه با وسواس شیطان خناس ، این مشکل روشی است که در روایت عثمان بن ابی العاص وارد شده است که گفت: « یا رسول الله، إن الشیطان قد حال بئى و بین صلاتى یلبسها علی ، فقال رسول الله صلی الله تعالی علیه وسلم : « ذاك شیطان یقال له خنزب ، فإذا أحسسته فتعوذ بالله منه ، و اتقل عن یسارك ثلاثا ، ففعلت ذلك ، فاذهبه الله تعالی عنى » . (روایت مسلم)

(ای رسول الله، شیطان بین من و نمازم فاصله انداخته و هواسم را پرت و پریشان می کند، پیامبر صلی الله علیه و سلم فرمودند: این شیطانی است که به او خُنْزُب می گویند، پس اگر آن را احساس کردی به الله بناه بَیر (بگو: اعوذ بالله من الشیطان الرجیم) و به طرف چپ خود (در حال قیام و در نماز) سه بار تف بینداز (البته بدون آب دهان)»، (عثمان با ابی العاص) گفت: آن را انجام دادم و این مشکل رفع شد.

پس شما نیز می توانید برای دفع وسواس شیطان اعوذ بالله بگوئید و سه بار از طرف چپ تف (بدون آب دهان) بیندازد تا این وسواس رفع و دفع شود.

و سبب دیگر برای ایجاد خشوع، از بین بردن موانع و مشغولیت‌های دنیائی است که باعث از بین رفتن خشوع یا کمتر شدن آن می شود .

خواهر و برادر مسلمان!

طوری که گفته آمدیم نمازگزار باید در حین نماز مانده یک بنده و «برده» فرمانبردار بوده ، « و قوموا لله قانتین » باشد و در حضور پروردگار باید با آداب و فروتنی ایستاده شود .

نماز گزار باید در حین ادای نماز چنان با عجز و فروتنی در پیشگاه پروردگار خویش ایستاده شود که از یاد عظمت و جلالی ذات باری تعالی ، قلبش بلرزد ، و این حالت نه تنها بر قلبش بلکه بر سایر اعضای بدنش مستولی گردد .

یکی از صفات برجسته مؤمنان که در سوره مؤمنون « **قد أفلح المؤمنون الذین هم فی صلاتهم خاشعون** » به آن اشاره شده خشیت در نماز است.

«**خاشعون**» از مصدر خشوع به معنی حالت تواضع و ادب جسمی و روحی آمده است . خاشعون حالتی که در برابر شخص بزرگ یا حقیقت مهمی در انسان پیدا می شود و آثارش در بدن ظاهر می گردد.

در اینجا قرآن عظیم الشان صرف به جای آوردن نماز را ، نشانه مؤمنان نمی داند ، بلکه خشوع در نماز را از ویژگی آنان می شمارد.

اشاره به این که نماز آنها الفاظ و حرکاتی بی روح و فاقد معنی نیست بلکه در حال نماز آن چنان حالت توجه به پروردگار در آنها پیدا می شود که از غیر او جدا می گردد و به او می پیوندند، چنان غرق حالت تفکر و حضور و راز و نیاز با پروردگار خویش می شوند که این حالت بر تمام ذات وجودشان اثر می گذارد. خود را ذره ای می بینند در برابر وجودی بی پایان و قطره ای در برابر اقیانوسی بیکران. لحظات این نماز هر کدام برای او درسی است از خودسازی و تربیت انسان و وسیله ای برای تهذیب روح و جان.

قرآن عظیم الشان خشوع در نماز را یکی از نشانه های مؤمنان می داند و می فرماید « **الذین هم فی صلاتهم خاشعون** » (1)؛ آنان ، که در نمازشان خشوع می ورزند.

اگر به فهم آیت متبرکه دقت نمائیم به وضاحت تام در خواهیم یافت که قرآن عظیم الشان «**اقامه صلوة**» (خواندن نماز) را نشانه مؤمنان نمی شمارد بلکه خشوع در نماز را از ویژگی های آنان می شمرد.

زمینه سازی برای روحیه خشوع:

قبل از این که در مورد ایجاد وزمینه سازی برای روحیه خشوع در نماز بحث نمائیم ، علماء نماز را ترکیبی از جسم و روح می دانند و به اصطلاح نماز را به مانند جسم انسان تشبیه نموده می فرمایند که اگر جسم انسان ضعیف باشد ، روح انسان از قوت و صلابت لازمی برخوردار نمی باشد . جسم نماز به فهم علمای دین ، خواندن و به جای آوردن نماز مطابق دستور پیامبر صلی الله علیه است که می فرماید : «صلوا کما رایتمونی اصلی» (نماز بخوانید مثل مرا که دیدی نماز می خوانم)
ما پیامبر صلی الله علیه را ندیده ایم ، ولی ما باید نماز خویش را طوری انجام دهیم طوری که احکام آن در احادیث نبوی در دسترس ما قرار گرفته است .

خشوع روح نماز است:

گفتیم خشوع ، روح نماز است اگر رکوع و سجود و قرائت و تسبیح را جسم نماز بدانیم ، حضور قلب و توجه درونی به حقیقت نماز و کسی که با کسی که راز و نیاز می کنیم روح نماز است .
خشوع در واقع چیزی جز حضور قلب توأم با تواضع و ادب و احترام چیزی دیگری نیست و به این ترتیب روشن می شود که مؤمنان تنها به نماز به عنوان یک کالبد بی روح نمی نگرند بلکه تمامی توجه آنها به باطن و حقیقت نماز است . بسیاری از نمازگزاران هستند که اشتیاق فراوان به حضور قلب و خشوع و خضوع در نمازها دارند اما هر چه می کوشند توفیق آن را نمی یابند .

توفیق رسیدن به خشوع :

علماء و مفسران و فقها برخی از پیشنهادات را در مورد رسیدن به خشوع حقیقی در نماز و ایجاد فضای خشوع در نماز بعد از تحقیق ، در روشنی هدایت اسلامی و احادیث نبوی به عمل آورده اند که برخی از این راه ها عبارتند از :

معرفت و آمادگی برای نماز:

فقها می گویند خشوع و خضوع در برابر خداوند، مخصوصاً در حالت نماز، ریشه قوی در معرفت انسان از فهم واقعی نماز است . مؤمن مسلمان در جنب این که معرفتی نسبت به خود داشته باشد ، حد اعظم کوشش را به عمل آورد تا شناخت کاملی از خالق خویش را نیز حاصل نماید و تحصیل معرفت خالق نه تنها در خواندن نماز به خشوع حاصل می گردد . بلکه مؤمن مسلمان این معرفت را قبل از نماز نیز حاصل نموده باشد
آمادگی برای نماز یکی از عوامل عمده در ایجاد روحیه خشوع در نماز می باشد . بناءً یکی از عوامل اساسی که از لحاظ روانی بر حضور قلب ، و ایجاد خشوع در نماز ، ذی تأثیر می باشد ، نوع بینش و نگرش نمازگزار نسبت به نماز است .

هر فرد از نمازگزار تعریفی خاصی از فهم نماز در فکر خویش به عمل می آورد ، و هر شخص با دید به خصوص خویش به فهم عبادت می نگرند . این نوع دیدگاهها در حضور قلب تأثیر زیادی دارد .

موضوع آمادگی برای نماز طوری که قبلاً یاد آور شدیم : به معنای خوب وضوء گرفتن و خواندن اذکار قبل و بعد از وضوء ، اهمیت دادن به مسواک ، پوشیدن لباس مطهر و پاک و زیبا ، زود و آرام رفتن و با تمکین به سوی مسجد و منتظر اقامه نماز شدن ، و سعی و تلاش لازم به خرج دادن در منظم و راست بودن صف نماز همه اینها مقدمه ای برای نماز باخشوع می باشد .

و این امر با تکرار آذان همراه مؤذن و خواندن دعای ثابت شده بعد از آذان و دعا در بین اذان و اقامه ، ادامه می یابد .

- طوری که گفتیم نماز به وجود انسان می ماند که مرکب از جسم و روح است . هر یک از اعضای جسم انسان که برخی در ظاهر و برخی در درون هستند نقش خاص و حیاتی در زندگی انسان دارد . برخی از اعضای جسم انسان مانند قلب نقش کلیدی در حیات انسان داشته و با نبود آن نقصان جدی در تمامیت وجود انسان ایجاد می شود و برخی دیگر مانند چشم ، بینی ، گوش ، مو و ... به کالبد انسان جلوه می دهند . اگر قرار باشد ، به نماز از همین دید بنگریم ، حضور قلب را روح نماز خواهیم دید و ارکان نماز را اعضای حیاتی نماز ، دیگر واجبات مثل قرائت و تشهد و سلام را به منزله دست و پا و مستحباتی همچون قنوت را زینت و جلوه نماز خواهیم دید .

شتافتن به سوی نماز در اولین اوقات آن:

این امر با این وسیله تحقق می یابد که قلب انسان آمادگی و قوف (ایستادگی) در مقابل خداوند را پیدا کرده باشد. بر مسلمان لازم است که در اول وقت به نماز روی آورد و با خشوع و تدبیر هر آنچه را که خداوند برایش میسر کند از قرآن بخواند زیرا این امر بر خشوع نمازگزار می افزاید.

رسول الله صلی الله علیه وسلم در حدیثی که بخاری و مسلم آن را از ابو هریره (ره) روایت کرده اند می فرماید: «لَوْ يَعْلَمُ النَّاسُ مَا فِي النَّدَاءِ وَالصَّفِّ الْأَوَّلِ ثُمَّ لَمْ يَجِدُوا إِلَّا أَنْ يَسْتَهْمُوا عَلَيْهِ لَأَسْتَهْمُوا عَلَيْهِ وَلَوْ يَعْلَمُونَ مَا فِي التَّهَجِيرِ لَأَسْتَبْقُوا إِلَيْهِ»

اگر مردم می دانستند که در آذان گفتن و در صف اول جماعت حضور پیدا کردن چه اجر و ثوابی نهفته است سپس برای رسیدن به آن جز قرعه کشی راه دیگری نمی یافتند، بر آن قرعه می گرفتند، و اگر می دانستند در تهجیر چه خیری هست برای رسیدن به آن با هم مسابقه می کردند.

فرق است میان کسی که از مجلسی به نماز می آید که سراسر آن لغو و بیهوده گوئی و سخن از دنیا است، و کسی که درحالی برای نماز برخاسته که قبلاً آمادگی کامل برای آن پیدا کرده است و دلش مالمال از شوق و شور و قوف در برابر پروردگار و راز و نیاز با او است.

چرا که این فرد قبل از ورود به نماز از طریق قرائت قرآن برای آن زمینه سازی کافی نموده است و حال فرد دومی با خدایش به مراتب بهتر از حال فرد اول است.

ادامه دارد