

افغانستان آزاد – آزاد افغانستان

AA-AA

چو کشور نباشد تن من مباد
بدین بوم و بر زنده یک تن مباد
همه سر به سر تن به کشتن دهیم
از آن به که کشور به دشمن دهیم

www.afgazad.com

afgazad@gmail.com

Ideological

مسایل ایدئولوژیک

تتبع و نگارش: الحاج داکتر امین الدین سعیدی- سعیدافغانی

۲۷ می ۲۰۱۴

خشوع روح نماز است!

۲

دادن وقت کافی برای نماز:

یکی دیگر از عوامل حضور قلب در نماز و به خصوص برای ایجاد خشوع کمک و مساعدت می کند دادن وقت و فرصت کافی برای نماز است .

بر مسلمان است تا برای اجراء و انجام عبادت خویش زمان و وقت را اختصاص دهد تا نماز خویش را بدون عجله و شتاب و اضطراب انجام دهد .

البته همان گونه که در تعلیمات شرعی آمده است ، نماز را باید در وقت فضیلت ، یعنی همان اول وقت برپا نماید . این که برخی برای نماز وقت معینی ندارند و فرصت نماز را می سوزانند ، دلیل آشکاری بر بی توجهی آنها نسبت به نماز است، گویا نماز عاملی است که خارج از پروگرام زندگی اوقرار دارد و چون از کارهای دیگر فارغ می شوند ، ابتداء با کراهت به سوی آن می روند و سپس شتاب زده آن را اداء می کنند. روشن است که چنین نمازی با افکار پریشان ، خاطری آشفته و بدون حضور قلب تنها در خم و راست شدن خلاصه می شود.

این تجربه ها به خوبی نشان می دهد که چرا وقت نماز در تعلیمات اسلامی بسیار مهم معرفی گردیده است .

فراغت قلب برای ادای نماز

همانطوری که ما برای نماز وقت کافی را در نظر می گیریم ، در جنب آن باید جای و مقام مهمی را برای نماز در قلب خویش ایجاد نمائیم چون که محل خشوع در قلب بوده و خشوع حقیقی در قلب حاصل می شود.

عزم و اراده و مجاهدت برای نماز:

تا اراده و عزم بر فعل و ترک عملی تعلق نگیرد حرکتی انجام نمی شود. برای حضور قلب در نماز لازم است عزم و تصمیم جدی اتخاذ شود، سپس باید بر این خواستن، مداومت و مراقبت اصرار ورزید.

احساس نیاز برای نماز:

هر وقت انسان احساس احتیاج و نیاز به عبادت پیدا کند با کمال اشتیاق به طرف آن می رود.

مهم شمردن نماز:

اگر بخواهیم در نماز حضور قلب کامل پیدا کنیم باید اهمیت عبادت را به قلب تفهیم و تلقین کنیم. نماز به هر مقدار در نظر نمازگزار مهم جلوه کند به همان تناسب توجه و حضور قلب در نماز به وجود می آید، و این یکی از امور فطری است.

قابل تذکر است که برخی علماء فراغت قلب را مهمتر از فراغت وقت در آوردن خشوع به شمار می آورند. فراغت قلب برای ادای نماز بدین معنی است که نماز گزار در حین عبادت، ذهن و قلب خود را از مشغله ها و هم و غم دنیائی فارغ کند و توجه کامل قلب را از امور پراکنده و پریشانی خاطر منصرف نماید و تمامیت دل را معطوف به عبادت حق تعالی و مناجات با او منعطف کند.

آرام نماز خواندن :

در احادیث متعددی از پیامبر صلی الله علیه وسلم روایت است که پیامبر اسلام در نماز از حرکتی به حرکت دیگری منتقل نمی شدند مگر این که تمام استخوانهایش به جای خودش بر می گشت.

رعایت آداب نماز:

برای رسیدن به معنای حقیقی نماز و خشوع کامل رعایت آداب نماز لازم است. آداب نماز برخی ظاهری و برخی باطنی است. آداب ظاهری که شکل اعمال نماز را مشخص می کند و موجب زینت نماز می شود عبارتند از: «طمانینه، صوت و لحن، مسواک زدن، استعمال عطر، پوشیدن لباس مطهر و پاکیزه و ...» آداب باطنی، مربوط به معانی و مفاهیم و اسرار نماز است. نمازگزار باید علاوه بر رعایت آداب ظاهری به آداب باطنی نماز نیز توجه کند که حضور قلب واقعی در اثر توجه به این آداب است. رعایت آداب ظاهری نیز مقدمه ای برای رسیدن به این مرحله است. آداب باطنی نماز عبارتند از: نشاط، اخلاص، گریه از خوف خدا و خشوع.

یاد مرگ در نماز:

به یاد آوردن مرگ در نماز از جمله عواملی است که به حضور بیشتر قلب در نماز تاثیر بسزائی دارد. در حدیثی از رسول الله صلی الله علیه و سلم روایت است: «در نماز مرگ را به یاد آورید سزاوارتر است که نمازش بهتر باشد و انسان طوری نماز بخواند که بعد از این نمی تواند نماز دیگری را بخواند» باور کند که هر لحظه امکان وقوع مرگ ممکن و میسر و غیر ممکن نیست و شاید هم «این نماز» نماز آخر و نماز وداع شما باشد.

تدبیر و تفکر در اوراد و اذکار نماز:

تدبیر و تفکر ورزیدن در اذکار و اوراد نماز و فهم درست آنها یکی دیگر از اسباب ایجاد خشوع و حضور قلب در نماز است.

پروردگار با عظمت ما در جمله سایر عبادات، نماز را بهترین، مقبولترین عبادت معرفی داشته است، و باز در نماز بهترین حالت بنده خویش را زمانی معرفی داشته است که بنده در حال سجده قرار گیرد.

سجده با تمکین عامل بی نهایت عمده در خشوع نماز به شمار می رود .

ام المؤمنین حضرت بی بی عایشه رضی الله عنها می گویند پیامبر صلی الله علیه وسلم زمانی که نماز می خواندند سرشان به طور خاشعانه پائین می آوردند و به زمین نگاه می نمودند و زمانی که برای تشهد می نشستند به انگشتشان که در حال حرکت دادن بود نگاه می کردند چنانچه که این مسأله از پیامبر صلی الله علیه وسلم به احادیث متواتری به اثبات رسیده است .

امام ابن القیم در الفوائد می گوید:

«بنده را دو بار ایستادن در برابر خدا هست، یکی هنگام نماز و دیگری ایستادن در برابر او در روز قیامت برای محاسبه و بازخواست. کسی که در ایستگاه اول به خوبی ظاهر شود و موجبات رضای الله را فراهم سازد قطعاً در ایستگاه دوم نیز سربلند خواهد ایستاد و حساب بر وی آسان خواهد گشت. اما کسی که در ایستگاه اول سستی ورزد و حق آن را به خوبی اداء ننماید بی شک در ایستگاه دوم بروی سخت گرفته خواهد شد.» خداوند متعال می فرماید:

«ومن الليل فاسجد له وسبحه ليلاً طويلاً» (سورة المزمّل آیات ۲۶ و ۲۷) (در شب هنگام برای او سجده ببر و در شب طولانی او را تسبیح و ثنا گو.)

بنا براین بر نماز گزار لازم است حق این موقف به خوبی اداء شود و خضوع و فروتنی لازم از باب اجلال و تعظیم خداوند (عز وجل) از خود نشان بدهد و در هر نمازی که بنده خدا اقامه می کند چنین احساس کند که این آخرین نمازش خواهد بود ، که برای خدا به جای می آورد هرگاه چنین شعور و احساسی در دل مسلمان قرار گرفت قطعاً نمازی پر از خشوع و تواضع برای خدا اقامه خواهد کرد.

امام احمد از ابو ایوب انصاری روایت می کند:

مردی نزد رسول الله صلی الله علیه وسلم آمد و عرض کرد، ای رسول خدا مرا موعظه ای کوتاه و مفید بده. رسول صلی الله علیه وسلم فرمود: «اذا قمت في صلاتك فصل صلاة مودع ولا تكلم بكلام تعذر منه غدا واجمع اليأس مما في ايدي الناس» (هرگاه به اقامه نمازت برخاستی آن را چنین اقامه کن گوئی آخرین نماز است و داری برای همیشه با آن وداع می گوئی و هرگز سخنی بر زبان نیاور که بعداً از آن معذرت خواهی کنی و از هر آنچه که در اختیار دیگران است ناامید و مأیوس باش.)

و این تفکر به وجود نمی آید مگر با پی بردن به معانی قرآن و احیاناً باعث جاری شدن اشک می شود. در آیت ۷۳ سورة فرقان آمده « وَالَّذِينَ إِذَا ذُكِّرُوا بِآيَاتِ رَبِّهِمْ لَمْ يَخِرُّوا عَلَيْهَا صُمًّا وَعُمْيَانًا » (و کسانی که هنگامی که به وسیله قرآن پند داده شدند همانند کران و نابینایان بدان نمی پردازند و گوش نمی دهند) هنگام قرائت آیات رحمت از الله طلب رحمت کنیم و هنگام آیات عذاب به الله پناه ببریم که این خود موجب تقویت خشوع در نماز می شود.

همچنان علماء آمین گفتن در ختم سورة فاتحه که در آن اجر بزرگی وجود دارد عامل خشوع و حضور قلب در نماز معرفی داشته اند ، طوری که رسول الله صلی الله علیه وسلم می فرماید : (هنگامی که امام آمین گفت شما هم آمین بگوئید، هرکس آمین او با آمین ملائکه همراه شود گناهان قبلی که داشته آمرزیده می شود) به روایت امام بخاری و همچنین بعد از سمع الله لمن حمده ، در جواب امام بگوئیم : « ربنا و لك الحمد» اجر زیادی دارد . عوامل در ایجاد خشوع و حضور قلب در نماز به حساب آورده اند .

قرائت در نماز:

قرائت در نماز به خصوص قرائت سوره فاتحه باید به ترتیل و شمرده شمرده قرائت گردد: پروردگار با عظمت ما در آیت ۴ سوره مزمل می فرماید « و رتل القرآن ترتیلا » و رسول الله صلی الله علیه و سلم می فرماید : (قرآن را با صدای خود زینت دهید همانا صدای زیبا به زیبایی قرآن می افزاید) خواندن سوره ها و به خصوص خواندن سوره فاتحه ، باعث می شود تا معنی آیات را بهتر بفهمیم و در معنی آن تدبر و تفکر نمائیم ، این امر ما را در ایجاد خشوع در نماز کمک می کند و این روش، روش نماز پیامبر اسلام نیز می باشد .
(به روایت حاکم)

بدانیم که الله تعالی در نماز به ما جواب می دهد : همانطور که الله در حدیث قدسی می فرماید (نماز را بین خود و بنده ام تقسیم نموده ام و برای بنده ام است آنچه که بخواهد هرگاه گفت : «الحمد لله رب العالمین»، الله می فرماید : بنده ام مرا ستایش نمود . هرگاه گفت :

«الرحمن الرحیم» ، الله می فرماید : بنده ام ثنای مرا گفت . و هرگاه گفت : «مالک یوم الدین»، الله می فرماید : بنده ام مرا تمجید نمود .

و هرگاه گفت : «ایک نعبد و ایک نستعین»، الله می فرماید : این بین من و بنده ام است و برای بنده ام است هر چه بخواهد . و هرگاه گفت : «اهدنا الصراط المستقیم ، صراط الذین انعمت علیهم غیر المغضوب علیهم و الضالین» ، الله می فرماید : این برای بنده ام است هر چه طلب نموده.)

دعا و توسل:

یکی از راههای ایجاد حضور قلب، و خشوع در نماز دعا و درخواست حضور قلب از حق تعالی است . نمازگزار پیش از نماز می باید از پروردگار بخواهد که به او توفیق حضور قلب در عبادت را اعطا فرماید . این دعا علاوه بر آماده کردن روح نمازگزار برای حضور قلب سبب جبران کاستی هائی می شود که در طول شبانه روز از او سرزده است.

گذاشتن ستره در نماز :

گذاشتن ستره و به خصوص ، نزدیک خواندن نماز به ستره از جمله عاملی مفید برای ایجاد خشوع در نماز بشمار می رود .

علماء می گویند که فواید نزدیک بودن به ستره : حواس انسان به چیزهای پشت ستره جلب نمی شود سد و مانعی برای عبور شیطان از جلوی نماز است و راه برای عبور مردم آزاد می شود و رسول الله صلی الله علیه و سلم می فرماید: (هرگاه یکی از شما در برابر ستره نماز می خواند به ستره اش نزدیک شود تا شیطان نماز او را قطع نکند) (به روایت ابو داوود)

اشاره به انگشت سبابه در تشهد :

پیامبر صلی الله علیه و سلم در مورد حکمت اشاره به انگشت سبابه در تشهد فرموده اند: « این برای شیطان سنگین تر از آهن است » و به انگشت سبابه خود اشاره نمودند .

اشاره با انگشت سبابه انسان را به وحدانیت الله یادآور می شود و این بزرگترین چیزی است که شیطان از آن بدش می آید . از شر شیطان به الله پناه می بریم.

تنوع قرائت آیات و اذکار در نماز :

نمازگزار با استفاده از این روش در جنب این که از عادت و سنت پیامبر صلی الله علیه وسلم در نماز متابعت به عمل می آورد ، از جانب دیگر تنوع قرائت در حرکت و اذکار عامل خوبی برای خشوع و حضور قلب در نماز به حساب می آید .

پروردگار با عظمت ما (در آیت ۵۵ سوره اعراف) می فرماید :

«ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً..» (پروردگار خود را فروتنانه و پنهانی به کمک بخوانید) و رسول الله صلی الله علیه وسلم می فرماید : (نزدیکترین مکان بنده با پروردگارش سجده است پس در آنجا زیاد دعا کنید) (رواه مسلم .)

پایبند بودن به اذکار صحیح وارد شده از پیامبر صلی الله علیه وسلم بعد از نماز :

این اذکار باعث تثبیت اثر خشوع در قلب و بقای برکت نماز می شود و تمام موانع که باعث از بین رفتن خشوع یا کمرنگ شدن آن می گردد ، از بین می برد .

نخواندن نماز در لباسی که تصویر دارد :

مسلمان باید حد اعظمی کوشش به عمل آرد تا در لباسی که در آن رسامی و تصویر وجود داشته باشد نباید نماز بخواند . در حدیثی از بی بی عائشه رضی الله عنه روایت است که پیامبر صلی الله علیه وسلم در لباسی که دارای طرح و نوشته هائی بود نماز خواندند ، نوشته ها و طرح لباس ایشان را مشغول کرد و بعد از نماز گفتند این لباسها را به نزد ابی جهم بن حذیفه ببرید و در عوض آن لباس ساده و بدون نقش بیاورید چون این لباس مرا در نماز مشغول ساخت . به روایت امام مسلم رحمه الله.

همچنان زمانی که غذا آماده است و یا اشتهای خوردن غذا داشته باشیم نماز را بعد از غذا در صورتی که وقت نماز سپری نگردد به تعویق اندازیم . در حدیثی پیامبر صلی الله علیه وسلم فرموده اند : «با حاضر شدن غذا نمازی وجود ندارد» (به روایت امام مسلم رحمه الله .)

همچنان دستور دین مقدس اسلام همین است اگر انسان در حالی باشد که ادرار یا مدفوع داشته باشد نباید نماز بخواند زیرا پیامبر صلی الله علیه وسلم می فرماید: «هرگاه غذا آماده باشد و یا دو چیز نجس فشار آورده باشد، نمازی وجود ندارد» (به روایت امام مسلم رحمه الله) .

خواننده محترم !

همه حالاتی که در فوق تذکر رفت از جمله حالتی می باشد که خشوع نماز را از بین می برد و یا خشوع را کمرنگ می سازد ..

ذکر دائم الله :

یکی از راههای حضور قلب و ایجاد فضای خشوع ، ذکر همیشگی الله است ، یعنی نمازگزار در طول روز در خارج از نماز نیز به یاد خدا باشد و این ممکن نخواهد بود مگر آن که نمازگزار با یاد خدا، اعمال صالح را فراروی خود قرار دهد. چطور ممکن است قلبی که در طول شبانه روز از یاد خدا غافل بوده به یکباره در هنگام نماز تغییر جهت داده و از گرایش های دنیوی خارج شود . چنین قلبی هرگز به مرحله حضور کامل نخواهد رسید و مصداق نمازگزار می شود که با غفلت از روح نماز ، «صلوة ساهون» را به جای می آورد و از ستم ابائی نخواهد داشت . ولی قلبی که همواره به یاد خداست ، با تمام وجود در هنگام نماز محضر خداوند را درک می کند .

- جایگاه خشوع، قلب است و نباید انتظار داشت که خشوع در مدت یک شبانه روز در قلب به وجود آید، بلکه پیدایش آن نیاز به تمرین و ممارست پیوسته دارد.

- در طول روز و در هر ساعت گر چه در یک دقیقه باشد، خدای عز و جل را ذکر کنیم، چون کسی که قلبش در طول روز از ذکر خدا غافل بوده، مشکل است که به یک بار در نماز به خشوع بگراید. بنابراین، ذکر خدا در طول روز، از مقدمات پیدایش خشوع در قلب می‌باشد.

- برای گزاردن هر نماز وضوی مجدد بگیریم و از خدا بخواهیم که قلبمان را پاک و پیراسته سازد، همان طور که بدنمان را پاک ساخت و از او در خواست کنیم تا قلبی خاشع به ما عنایت فرماید.

سجده کردن در سجده تلاوت :

الله تعالی در آیت ۱۰۹ سوره اسراء می فرماید « و یخرون للاذقان بیکون و یزیدهم خشوعا » (و برچهره ها سجده می کنند و می گریند و بر تواضع آنان می افزاید) و همچنین در آیت ۵۸ مریم می فرماید « ... اذا تتلی علیهم آیات الرحمن خروا سجدا و بکیا »، (هر زمان که آیات الله مهربان بر آنان تلاوت می شد سجده کنان و گریان به خاک می افتادند)

رسول الله صلی الله علیه وسلم می فرماید : (زمانی که ابن آدم آیت سجده بخواند و سجده نماید شیطان خود را دور می گیرد و گریه می کند و می گوید وای بر من ، فرزند آدم به سجده امر شد و سجده نمود و بهشت برای اوست ، من به سجده امر شدم و خودداری کردم و آتش برای من است) . (به روایت امام مسلم رحمة الله) بناءً رعایت سجده تلاوت در داخل نماز عامل قوی در ایجاد خشوع به شمار می آید .

اعوذ بالله گفتن در نماز:

اعوذ بالله گفتن و از شر شیطان به الله پناه بردن عامل بهتر و مؤثرتری در ایجاد روحیه خشوع در نماز است .

شیطان دشمن ماست، شیطان قسم نموده است که از دشمنی خود با ما دست بر ندارد ، دشمنی شیطان زمانی به اوج خود می رسد زمانی که انسان می خواهد که به نماز ایستاده شود .

با آغاز بنده به نماز فعالیت های شیطان شدت می یابد و همه تلاش و سعی خود را به خرج می دهد که روحیه، خشوع و خضوع در نماز را از ما بگیرد ، شیطان به منزله راهزنی است که می خواهد مانع و قطع کننده این مسیر شود اما بنده عبادتکار با استفاده از صبر و اذکار وارد شده از پیامبر صلی الله علیه وسلم از کید و مکر شیطان در امان می ماند .

دفع وسواس شیطان:

طوری که در فوق یاد آور شدیم که شیطان دشمن قسم خورده انسان است و همیشه می کوشد تا انسان را در تشویش ، اضطراب و وسواس نگاه دارد . فعالیت جد و جهد شیطان همیشه در فریب انسان بوده ، ولی زمانی این کوشش ها به اوج خود می رسد که مؤمن مسلمان به دربار پروردگار به نماز ایستاده می شود .

پس برنماز گزار واجب است بنابر قوتی که الله نصیبش گردانیده ، توجه اساسی خویش را به نماز و مقام با عظمتش گردانیده و تشویش و اضطراب را از خود دور نگاه داشته و با اطمینان و آرامش و بصیرت کامل نماز خویش را به خشوع کامل و حضور قلب به جای آورد .

در حدیثی آمده است زمانی که رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ شخصی را دید که نمازش را نادرست و بدون طمأنینه می خواند دستور داد تا نمازش را تکرار نماید و به او گفت:

« إِذَا قُمْتَ إِلَى الصَّلَاةِ فَاسْبِغِ الوُضُوءَ، ثُمَّ اسْتَقْبِلِ الْقِبْلَةَ فَكَبِّرْ، ثُمَّ اقْرَأْ مَا تيسَّرَ مَعَكَ مِنَ الْقُرْآنِ، ثُمَّ ارْكَعْ حَتَّى تَطْمَئِنَّ رَاكِعًا، ثُمَّ ارْفَعْ حَتَّى تَعْدِلَ قَائِمًا، ثُمَّ اسْجُدْ حَتَّى تَطْمَئِنَّ سَاجِدًا، ثُمَّ ارْفَعْ حَتَّى تَطْمَئِنَّ جَالِسًا، ثُمَّ افْعَلْ ذَلِكَ فِي صَلَاتِكَ كُلِّهَا. » .

«هرگاه به نماز بلند شوی وضوی کامل بگیر، سپس رو به قبله کن و تکبیر بگو، سپس آنچه از قرآن که برایت ممکن باشد بخوان، آن‌گاه به رکوع برو تا این‌که در حالت رکوع بدنت بی‌حرکت و آرام گردد، سپس از رکوع بلند شو تا این‌که در حالت ایستادن راست و بی‌حرکت شوی، آن‌گاه سجده را به جا آور تا این‌که در حالت سجده آرام و بی‌حرکت شوی، سپس سرت را از سجده بردار تا این‌که به حالت نشسته آرام بگیری، سپس این عمل را در تمام رکعت‌های نمازت انجام بده.».

اگر نماز گزار در نماز احساس کند که در برابر الله تعالی ایستاده و با او مشغول مناجات هست، این احساس او را به خشوع و خضوع در نماز وا می‌دارد و باعث می‌شود که شیطان از او فاصله گرفته و از وسوسه‌های او در امان بماند .

هرگاه وسوسه‌های شیطانی در نماز بر نماز گزار غالب گردد، نماز گزار به طرف دست چپ خویش بدون لعاب دهن تف کند و سه بار از شیطان ملعون به الله پناه ببرد (سه بار اعوذ بالله من الشیطان الرجیم بگو) رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ به برخی صحابه زمانی که به چنین مشکل و وسواس مواجه می‌شدند برایشان همین راهنمایی می‌نمودند .

ناگفته نباید گذاشت دین اسلام دین آسانی است و در همه امور به خصوص در عبادات راه میانه و اعتدال را در پیش گرفته ، برای پیروان خویش امر فرموده اند ، که اگر باز هم نماز دچار وسواس گردد ، و در نماز شک واقع شود نباید به اعاده نماز مبادرت کند بلکه اگر موجبات سجده سهو پیش بیاید لازم است که آنرا به انجام برساند.

صاف کردن سجده گاه از سنگ ریزه ها :

در حدیثی از امام بخاری رحمة الله از معیقب رضی الله عنه روایت آمده است که پیامبر صلی الله علیه وسلم مردی که موقع سجده نمودن خاک را صاف می نمود گفتند : « اگر اینکار را می کنی یکبار کافیسیت» علت نهی در اینجا به خاطر محافظت بر خشوع نماز است چون زیادی حرکات موجب کم شدن خشوع می گردد . و بهتر است ، اگر محل سجده نیاز به صاف و درست شدن دارد قبل از نماز آن را صاف و پاک و هموار نماید.

عدم قرانت تلاوت به آواز بلند:

قرانت تلاوت قرآن عظیم الشان به آواز بلند در نماز موجب ایجاد مزاحمت و تشویش برای دیگران می شود طوری که در حدیثی پیامبر صلی الله علیه وسلم مسلمانان را از این عمل در حذر داشته است می فرماید: «همانا هر کدام از شما با پروردگارش در مناجات است ، مزاحم همدیگر نشوید و در قرانت صدای خود را بر همدیگر بالا نبرید یا گفتند در نماز .» (به روایت ابوداود رحمة الله)

چرخ دادن روی خود به اینطرف و آنطرف:

در حدیثی که ابوزر رضی الله عنه روایت گردیده است آمده است : (در نماز به استمرار الله مقابل بنده است تا زمانی که بنده روی خود را چرخ ندهد پس زمانی که روی خود را چرخ داد الله از او روی می گرداند) از رسول الله صلی الله علیه وسلم در مورد گرداندن صورت در نماز سؤال شد فرمودند : (اختلاسی است که شیطان از نماز بنده اختلاس می کند.) به روایت امام بخاری رحمة الله.

نگاه کردن به آسمان در وقت نماز:

نمازگزار در نماز حداعظمی کوشش به عمل آورد تا در نماز آرامش لازمی را داشته باشد و از حرکت هائی که از جنس نماز نیست خود داری نماید. و از گردانیدن روی خویش در وقت نماز این طرف و آنطرف پر هیز نماید. همچنان نماز گزار در وقت نماز و به خصوص بعد از بالا آمدن از رکوع به طرف آسمان نگاه ننماید. پیامبر صلی الله علیه و سلم از این عمل شدیداً نهی فرموده، طوری که می فرماید: «زمانی که در نماز هستی روی خود را به آسمان نکنید» (به روایت امام احمد رحمة الله) تا جائی که به شدت نهی می کنند و می گویند: (از این کار دست برمی دارید یا این که بینائیتان را از دست بدهید.) (به روایت امام بخاری رحمة الله.)

انداختن لعاب دهن:

انداختن لعاب دهن در وقت نماز در پیش روی با روحیه و آداب خشوع سخت در تناقض بوده و این عمل در برابر الله از ادب به دور می باشد. پیامبر می فرماید: «هرگاه شما نماز می خوانید در پیش روی خود لعاب دهن خود را نیندازید چون در حال نماز الله در برابر شما است» (به روایت امام بخاری رحمة الله.) همچنان پیامبر صلی الله علیه و سلم مسلمانان را در وقت نماز از کشیدن فازه منع نموده طوری که می فرماید: «هرگاه در صورتی که ممکن باشد از کشیدن فازه جلوگیری کنید چون شیطان داخل دهن تان می شود» (به روایت امام مسلم رحمة الله.)

همچنان پیامبر اسلام نمازگزاران را از خواندن نماز به دهان پوشانده منع فرموده است: به روایت ابو داوود رحمة الله

همچنان پیامبر صلی الله علیه و سلم نمازگزاران را از تشبیه نمودن به حیوانات به خصوص از سه چیز منع فرموده است: «از نوک زدن مانند زاغ (سریع نماز خواندن)، شکل خوابیدن حیوان درنده) در سجده دو ساعد بر روی زمین پهن کردن، و عادت کردن به یک جای خاص در مسجد که فضیلتی در آن نباشد مثل شتر که برای خوابیدن، همیشه به یک جای خاص عادت می کند و جای خود را تغییر نمی دهد.

درک و فهم فواید خشوع در نماز:

یکی از عواملی که در ایجاد خشوع بی نهایت مفید و مؤثر است، درک و فهم مفهوم «خشوع» می باشد. از جمله راه درست درک کردن فواید خشوع در نماز می توان به این حدیث پیامبر صلی الله علیه و سلم اشاره نمود: «شخص مسلمانی که هنگام نمازهای واجب خوب وضوء بگیرد و در نماز خشوع و رکوع خوبی داشته باشد موجب بخشیده شدن گناهانش به جز گناهان کبیره او می گردد و در تمام عصور چنین است» (به روایت امام مسلم).

نماز در فضای بندگی:

بندگی رکن اصلی و گوهر تمامی عبادات است و هدف از خلقت انسان چنین تعیین می شود. بندگی رنگ دیگری به عبادت می بخشد و بینش انسان را نسبت به عبادت تغییر می دهد. بندگی یعنی احساس و اظهار بندگی، خدا را مالک همه چیز دانستن، راضی به رضای خدا بودن، خدا محوری، خود فراموشی و پسندیدن آنچه خدا می پسندد. قرار گرفتن در فضای بندگی موجب می شود عبادت انسان در سمت واقعی اش صورت گیرد.

تأمل و تفکر در روش گذشتگان در نماز :

تأمل و تفکر در زندگی گذشتگان نیک احوال یاران گرامی رسول الله صلی الله علیه وسلم و سلف صالح در نماز ما که در برابر نماز چه حالتی داشته اند به ما کمک می کند تا ما با استفاده از روش آنان در نماز خویش حالت خشوع و خضوع را ایجاد نماییم .

در روایت آمده است :

زمانی که حضرت علی بن ابی طالب رضی الله عنه وقت نماز فرا می رسید ، می لرزیدند و رنگ رخسارشان تغییر می کرد ، به ایشان گفته شد شما را چه شده است ؟ گفتند : به الله قسم وقت نماز رسیده وقت ادای امانتی است که الله تعالی به کوهها عرضه نمود اما آنها نتوانستند آن را حمل کنند .
ابن تیمیه (رح) در این زمینه گوید :

«مسلم بن یسار در مسجد نماز می خواند، در همان حال گوشه ای از مسجد فرو ریخت مردم از جای خود برخاستند و فرار کردند او که در نماز بود اصلاً متوجه قضیه نشد!؟
عبد الله بن زبیر (رض) در سجده بود که منجیقی گوشه ای از پیراهن وی را سوزاند ولی او از جای خود تکان نخورد و سر بلند نکرد .

خطاب به عامر بن قیس گفتند :

آیا به هنگام نماز چیزی با نفس خود زمزمه می کنی؟ گفت آیا چیزی محبوبتر از نماز در نزد من وجود دارد تا نفس خود را بدان مشغول گردانم و آن را با نفس خود زمزمه کنم؟ گفتند نه، لیکن بعضی اوقات تفکر در باره خانواده و اولاد ما را به خود مشغول می کند .

گفت: اگر سر نیزه ها را در بدنم فرو ببرند نزد من محبوبتر است از این که دل خود را در هنگام نماز به همچون چیزهایی مشغول بدارم .

سعد بن معاذ گفت: سه خصلت دارم، اما کاش همیشه داشتم:

در نماز به چیزی نمی اندیشم .

اگر حدیثی از پیامبر صلی الله علیه وسلم بشنوم، در درستی آن شک و شبهه ای به خود راه نمی دهم .

وقتی همراه جنازه ای هستم چیزی به جز آنچه که خود می خوانم و دعاهایی که دیگران به زبان می آورند، به ذهنم خطور نمی کند؛ یعنی کاملاً حضور قلب داشتند الفتاوی لابن تیمیه (۶۰۵/۲۲)

و حاتم - رحمه الله - گفت: در اوقات نماز برمی خیزم و با خشیت به سوی نماز می شتابم و با نیتی پاک نماز می خوانم و «الله اکبر» را در کمال عظمت و بزرگی می گویم و با ترتیل تأمل و تفکر قرآن می خوانم و در کمال فروتنی به رکوع می روم و تشهد را با خضوع به اتمام می رسانم و با نیت خارج شدن از نماز سلام می دهم و با کمال اخلاص آن را تمام می کنم، و باز به خود برمی گردم و می ترسم که از من پذیرفته نشود و مقبول خداوند نباشد و تا زنده ام بر نماز محافظت می کنم و آن را پاس می دارم (کتاب خشوع فی صلاة ۲۷-۲۸) .

ابوبکر الصبیغی - رحمه الله - گفت:

دو امام، یعنی ابوحاتم رازی و محمد بن نصر المروزی را دیدم و از شنیدن صدای آنها لذت بردم و هیچ کسی را همانند آنها ندیدم و صدائی مثل صدای آنها را نشنیده ام . هیچ کسی را ندیدم که زیباتر از محمد بن نصر نماز بخواند؛ زبور بر پیشانی وی می نشست و پیشانی او را زخمی می کرد اما کوچکترین حرکتی نمی کرد . محمد بن یعقوب اخرم گفت:

هیچ نمازی از نماز محمد بن نصر زیباتر نبود، پشه‌ها بر گوش وی جمع می‌شدند ولی آنها را از خود دور نمی‌کرد و زیبایی نماز، خشوع و فروتنی او شگفت‌آور بود؛ چانه‌اش را بر سینه می‌نهاد و همانند چوبی خشک می‌ایستاد (کتاب تعظیم قدر الصلاة)

شیخ الاسلام ابن تیمیه - رحمه الله - وقتی به نماز می‌ایستاد بدنش چنان می‌لرزید که گاه به راست یا چپ متمایل می‌شد.

حکم خشوع در نماز:

در مورد این که خشوع در نماز (واجب است، یا سنت است یا مستحب) نظریات مختلفی در نزد علمای اسلام وجود دارد، تعدادی از علمای بزرگوار اسلام از جمله امام نووی و حافظ ابن حجر بدین باور اند که خشوع در نماز از جمله مستحبات و سنت است، ولی تعدادی از علماء از جمله امام غزالی در «احیاء» و ابن حامد از اصحاب امام احمد و امام ابن تیمیه گفته اند که خشوع در نماز واجب است.

دلایل علمائیکه قایل بر وجوب خشوع در نماز اند :

علمائی که قایل بر وجوب خشوع در نماز اند به (آیت : ۸۲ سوره نساء) استدلال می‌نمایند: «أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ الْقُرْآنَ» (آیا در آیات قرآن نمی‌اندیشند؟) و می‌گویند که اندیشیدن و تدبر در قرآن بدون تمرکز بر معنای آن متصور نخواهد بود. و می‌فرماید: «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي» (سوره طه ۱۴). «نماز را برای یاد و ذکر من به پادار». و غفلت و عدم خشوع با ذکر و یاد خدا در تضاد است، و لذا می‌فرماید: «وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ» (سوره اعراف آیت ۲۰۵). و از جمله غافلان مباش. یعنی: از غافلان ذکر و یاد خدای عزوجل و از غافلان قرائت در نماز نباش. از طرفی مقصود اصلی نماز تلفظ آیات و اذکار و ادعیه داخل آن نیست، بلکه مقصود حقیقی معانی آنها هستند، و اگر نمازگزار معانی الفاظی را که بر زبان می‌آورد، درک نکند و در آنها فرو نرود، مقصود اصلی نماز را ترک گفته است.

و از پیامبر صلی الله علیه وسلم روایت شده که ایشان فرمودند: «إِنَّ الْعَبْدَ لِيُصَلِّيَ الصَّلَاةَ لَا يَكْتَبُ لَهُ سِدْسُهَا وَلَا عَشْرُهَا، وَإِنَّمَا يَكْتَبُ لِلْعَبْدِ مِنْ صَلَاتِهِ مَا عَقَلَ مِنْهَا».

یعنی: هرگاه بنده نماز می‌خواند برای او نه یک ششم آن و نه یک دهم آن نوشته نمی‌شود، و بلکه برای بنده آن مقدار از نمازش نوشته می‌شود که به آن توجه کرده است. روایت ابوداود و نسائی و ابن حبان از حدیث عمار بن یاسر. و نیز از معاذ بن جبل رضی الله عنه روایت است که گفت: «مَنْ عَرَفَ مِنْ عَلِيٍّ يَمِينَهُ وَشِمَالَهُ مُتَعَمِّدًا وَهُوَ فِي الصَّلَاةِ فَلَا صَلَاةَ لَهُ». هر کس در نماز از روی عمد بفهمد چه کسی در طرف راست و چپش قرار گرفته نماز او نماز نیست. إحياء علوم الدين؛ کتاب أَسْرَارِ الصَّلَاةِ وَمَهْمَاتِهَا.

و حسن بصری رحمه الله می‌فرماید: «كُلُّ صَلَاةٍ لَا يَحْضُرُ فِيهَا الْقَلْبُ فَهِيَ إِلَى الْعَقُوبَةِ أَسْرَعُ». هر نمازی که در آن حضور قلب وجود نداشته باشد، پس به زودی عقوبت خواهد دید. مرجع سابق، و در «بداية الهداية». و عبد الواحد بن زيد می‌گوید: «علماء اجماع کرده اند بر این که چیزی نصیب بنده نمازگزار نخواهد شد به جز آن مقدار که در آن توجه داشته است». إحياء علوم الدين (۱/۱۶۱).

و شیخ الاسلام ابن تیمیه رحمه الله در «مجموع فتاوی» چنین می‌گوید: «خداوند در قرآن می‌فرماید: «وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ» بقره ۴۵. «و از صبر و از نماز یاری جوئید و برآستی که نماز جز برای خاشعان، گران و دشوار است»، و این فرموده الله تعالی مقتضای سرزنش غیرخشوع‌کنندگان است، از سوئی سرزنش جز به سبب ترک واجب یا انجام عمل حرامی نخواهد بود، پس از آنجائی که غیر خاشعین مورد سرزنش واقع

شده اند نتیجتاً این امر دلالت بر وجوب خشوع در عبادت است، و همچنین این فرموده الله تعالی دلیل بر وجوب خشوع است: «قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ * الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ - تا جائیکه می فرماید: - أُولَئِكَ هُمُ الْوَارِثُونَ * الَّذِينَ يَرْتُونَ الْفِرْدَوْسَ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ» مؤمنون: ۱۰- ۱۱. «براستی که مؤمنان رستگار شدند کسانی که در نمازشان خاشعند. آنان وارثان هستند، همان کسانی که جنت را به ارث می‌برند و جاودانه در آن ماندگارند». خداوند متعال خبر داده که آنها (خاشعان) جنت را به ارث می‌برند و این مقتضای این حقیقت است که غیر آنها فردوس را به ارث نخواهند برد، و این دلالت بر وجوب این خصلت دارد و اگر مستحب می بود می بایست فردوس بدون آن به ارث می رسید، زیرا جنت به وسیله انجام عمل واجبات به دست می آید نه مستحبات و به همین خاطر چیزی در مورد این خصلت ذکر نمی شود مگر آن که واجب باشد..

بنابراین خشوع در نماز واجب است و این متضمن سکون، آرامش و تواضع است، و کسی که در سجده به مانند زاغ منقار می‌زند (یعنی کسی که به سجده می رود و بدون سکون از آن بر می‌گردد و باز با سرعت به سجده دوم می رود، بدون آن که آرامش و سکونی در سجده و جلوس بین آنها داشته باشد) و نیز کسی که هنوز از رکوع بلند نشده به سجود می‌رود خاشع نیست و در نمازش آرامش و سکون نگرفته، زیرا سکون یعنی طمأنینه و کسی که طمأنینه نداشته باشد سکون و آرامش ندارد و کسی که سکون نداشته باشد در رکوع و سجودش خشوع نخواهد داشت و کسی که خاشع نباشد گناهکار و عاصی است.. و دلیل (دیگر) بر واجب بودن خشوع در نماز اینست که پیامبر صلی الله علیه وسلم کسی را که در نماز به آسمان نگاه می‌کرد و از خود حرکات اضافی انجام می‌داد هشدار و سرزنش کرده است، زیرا این اعمال با خشوع در نماز منافات دارند». مجموع الفتاوی (۲۲/۵۵۳-۵۵۸).

دلایل علمانی که قایل بر سنت بودن خشوع در نماز اند :

هر چند که پیامبر صلی الله علیه وسلم فرموده اند: «إن العبد لينصرف من الصلاة ولم يكتب له إلا نصفها، ثلثها، ربعها، حتى بلغ عשרها» «همانا بنده از نماز فارغ می شود در حالی که برایش جز نصف، یا یک سوم، یا یک چهارم و یا تا آن که به یک دهم برسد، نوشته نمی شود»، ولی با این وجود ایشان به کسی که در نمازش دچار سهوی می شود امر نموده تا سجده سهو ببرد ولی وی را به تکرار نماز امر نکرده است.

و نیز از پیامبر صلی الله علیه وسلم ثابت شده است که ایشان فرمودند: «إذا أذن المؤذن بالصلاة أدير الشيطان وله ضراط، حتى لا يسمع التأذنين، فإذا قضى التأذنين أقبل، فإذا ثوب بالصلاة أدير، فإذا قضى التثويب أقبل، حتى يخطر بين المرء ونفسه، يقول: أذكر كذا .. أذكر كذا، ما لم يكن يذكر، حتى يظل لا يدرى كم صلى، فإذا وجد أحدكم ذلك فليسجد سجدتين وهو جالس». بخاری (۵۷۳) و مسلم (۵۸۲).

یعنی: «هرگاه برای نماز، اذان داده می شود، شیطان فرار می‌کند و از عقب خود، هوا خارج می‌کند تا صدای اذان را نشنود و هرگاه اذان تمام شد، برمی‌گردد، و اگر اقامه گفته شد باز فرار می‌کند، و دوباره پس از اتمام آن، بر می‌گردد تا نمازگزاران را دچار وسوسه کند و می‌گوید: فلان مسأله و فلان مسأله و... را به خاطر بیاور، و همه آنچه را که فراموش کرده است به یادش می آورد و او را چنان سرگرم می کند که نداند چند رکعت خوانده است، پس هرگاه یکی از شما دچار چنین حالتی شد در آخر دو سجده سهو ببرد».

می بینیم که پیامبر صلی الله علیه وسلم در چنین نمازی که شیطان نمازگزار را در آن به غفلت می اندازد تا جایی که نمی داند چند رکعت خوانده است، امر می کند تا دو سجده سهو به جای آورد ولی وی را به تکرار نماز امر نمی کند، و اگر واقعاً - چنان که شما می گوئید - نماز به سبب غفلت و عدم خشوع باطل شود، پس می بایست پیامبر صلی الله علیه وسلم نمازگزار را به تکرار نمازش امر می کردند. نگاه کنید به: مدارج السالکین ۱/ ۱۱۲ و ۵۲۸-۵۳۰.

همچنین فقها اجماع کرده اند که خشوع جزو شروط صحت نماز نیست و امام نووی رحمه الله نیز اجماع علماء را مبنی بر این که خشوع واجب نیست نقل کرده است. (فتح الباری ج: ۲ ص: ۲۲۶).

و لذا نتیجه می گیریم که خشوع واجب نیست، بلکه سنت و فضیلت است، چنانکه امام نووی در «المجموع» آورده است: «خشوع و خضوع در نماز و تدبیر و توجه در قرائت و اذکار آن و آنچه که متعلق به نماز است و نیز دوری از افکاری که متعلق به آن نیست، (همگی) مستحب هستند، و اگر در چیزی غیر از نماز به تفکر بپردازد و این افکار زیاد شوند، نمازش باطل نمی شود اما مکروه است، و تفاوتی ندارد که در امورات مباح فکر کند یا حرام مانند نوشیدن شراب و .. (و قوی که می گوید:) هرگاه تفکر کردن در سخن نفس زیاد شود، نماز باطل خواهد شد، قول مردود و شاذی است، چرا که اجماع نقل شده است که این امر نماز را باطل نمی کند، اما بر کراهت آن اتفاق نظر وجود دارد». (المجموع ج: ۴ ص: ۱۱۴).

الهی به ما توفیق خواندن نماز با خشوع و حضور قلب نصیب فرمائی. آمین یارب العالمین.