



سید حمید حسینی

بمراه بار امانی پذیرسانی



نمازِ قرآنی

سید حمید حسینی



نماز قرآنی

پدیدآورنده: سید حمید حسینی

ناشر: بنیاد امام علی (علیه السلام) - بخارست

گرافیک و صفحه آرایی: نشر آنلاین

نوبت چاپ: اول / ۱۴۰۵

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۸۹۱۷۲-۰-۷

شماره تماس: ۰۴۰-۷۳۴۱۰۱۱۱۱

ایمیل: info@imamali.ro

وبسایت: www.imamali.ro

کلیه حقوق مادی و معنوی برای
مؤلف و ناشر محفوظ است و هرگونه
سوء استفاده و فروش به غیر پیگرد
قانونی دارد.

مطالب فهرست



۷	پیشگفتار
۱۱	اهمیت و فایده نماز
۱۳	نماز، تکلیف یا توصیه؟
۱۷	نماز از زاویه‌ای دیگر
۲۳	بهانه‌هایی برای محرومیت از نماز
۲۷	نماز، به کدام روش؟
۳۳	اوقات نماز
۳۷	نماز و طهارت
۴۱	نیت و نماز
۴۵	در حریم کبریا
۴۷	سوره ستایش
۵۱	همراه با سجده کائنات
۵۵	تشهد و سلام
۵۹	راهنمای چند رسانه‌ای

پیشگفتار

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ

آنچه مطالعه آن را آغاز کرده‌اید، حاصل تلاشی فروتنانه است که در پاسخ به مراجعات متعدد حضوری و مجازی انجام پذیرفته تا بخشی از دغدغه کسانی را که در زمینه نماز خود یا فرزندان‌شان ابهام و مشکل دارند برطرف سازد و آنها را در برقراری ارتباطی عمیق‌تر با خالق مهربان یاری رساند.

در طول سال‌هایی که به لطف خدا توفیق فعالیت در عرصه‌های فرهنگی و دینی را داشته‌ام، یکی از درخواست‌هایی که به صورت مستمر از سوی افراد گوناگون دریافت می‌کردم، ارائه توضیحات یا معرفی منبعی بود که برخلاف اغلب محصولات موجود، بر چرایی تشریع، اهداف، مقاصد و معانی نماز تمرکز داشته باشد. این افراد معمولاً متقاضی منبعی بودند که در کنار آموزش اعمال و اذکار ظاهری، انگیزه لازم را برای اهمیت دادن به نماز ایجاد کند و شیرینی ارتباط صمیمانه با خدا را در جان آنها بچشاند تا نماز برای آنها از یک وظیفه به لذت و نیازی درونی تبدیل شود.

با توجه به تنوع این مخاطبان، به‌ویژه در دوران اشتغال به فعالیت بین‌المللی و مواجهه با تازه‌مسلمانان، لازم بود متنی در اختیار آنها گذاشته شود که به‌جای منابع مختلفی، بر قرآن کریم که نقطه اشتراک همه مذاهب اسلامی و منبع اصلی و مطمئن شناخت شریعت محمدی (ص) است، تکیه کند.

بر این اساس پس از بررسی منابع و محصولات مشابه و احساس ضرورت برای نگارش متنی جدید، آیات مرتبط با نماز از سراسر قرآن، استخراج و دسته‌بندی شد تا آنچه تدوین می‌شود، با نگاه و آموزه‌های این کتاب آسمانی انطباق کامل داشته باشد. با کنار هم قرار گرفتن این آیات و آشکارتر شدن زیبایی و عمق شگفت‌انگیز روش قرآن در تربیت و ارتقای

معنوی، ساختار این مباحث بر همان مبنا تنظیم شد و مبانی مرتبط با کلیات این عبادت در ابتدا و روش انجام و نکات مربوط به اعمال و اذکار آن، بر اساس آنچه قرآن درباره هر یک از آنها بیان کرده است، در ادامه قرار گرفت. سپس یافته‌های این بررسی در قالب یادداشت‌هایی کوتاه در کانال تلگرامی نگارنده^۱ انتشار یافت.

در این یادداشت‌ها، که به تناسب اقتضائات فضای مجازی، کوتاه و فشرده نگاشته شد، پس از بیان اهمیت و فلسفه اقامه نماز، دلایل و موانع پایبندی به آن از نگاه قرآن ارائه گردید و سپس، مستندات قرآنی هر یک از مقدمات و اعمال و اذکاری که همه مسلمانان درباره واجب بودنشان اتفاق نظر دارند، در اختیار خوانندگان گرامی قرار گرفت.

هدف اصلی این مجموعه، به تبعیت از آنچه قرآن در زمینه عبادت و معنویت ارائه می‌دهد، این است که آموزش پوسته و شکل مناسک دینی آمیخته و همراه با فهم اهداف و معانی آن باشد و کسی که حرکت در مسیر معنویت را با یادگیری و تمرین نماز آغاز می‌کند، از همان ابتدا بداند چه می‌گوید و هر عملی را به چه دلیل و برای رسیدن به چه هدفی انجام می‌دهد. اگرچه این مجموعه می‌تواند برای همه علاقمندان به رشد روحانی و کسانی که درصدد یادگیری بهتر نمازند مفید باشد، ولی از آنجا که تلاش شده همه آموزه‌های مرتبط قرآنی را در متنی کوتاه و فشرده در بر داشته باشد، ممکن است برای برخی مخاطبان و از جمله نوجوانان، کمی سنگین به نظر برسد. به منظور کاهش این مشکل، راهنمایی تصویری و انیمیشنی آموزشی به عنوان ضمیمه آن تولید و تقدیم شد تا عموم مخاطبان و از جمله کودکان و نوجوانان نیز بتوانند از نکات ساده‌سازی شده آن بهره‌مند شوند. این ویدیو را می‌توانید با اسکن کردن کدی که در کنار راهنمای تصویری قرار دارد، در تلفن همراه خود مشاهده کنید. بر خود لازم می‌دانم از همه عزیزانی که در تدوین این مجموعه و تولید محصولات ضمیمه آن همکاری داشتند، صمیمانه تشکر کنم و توفیق بیش از پیش آنان را از خداوند مهربان مسئلت نمایم. امیدوارم این تلاش اندک، مقبول درگاه الهی قرار گیرد و همه ما در جمع برپادارندگان نماز پذیرفته شویم و به امداد و لطف او بتوانیم گام‌های بعدی را در تکمیل و



۱. <https://t.me/hamidhossaini> (برای دسترسی به کانال می‌توانید این کد را

اسکن کنید.)

ارتقای این طرح برداریم و بخش‌های تکمیلی این مجموعه را در اولین فرصت تقدیم مشتاقان کنیم.

سید حمید حسینی

فروردین ۱۴۰۵

◉ اهمیت و فایدهٔ نماز ◉

خدای مهربان ما را برای هدفی بزرگ‌تر و مهم‌تر از جهان مادی آفریده و راه رسیدن به بالاترین درجات معنوی را بر ایمان هموار ساخته است. البته شرط موفقیت در دست‌یابی به این مقصد از دشمنان، پایداری در مسیر انسانیت و خودداری از انحراف به سوی بدی‌ها و آلودگی‌هاست.

یکی از بهترین و مؤثرترین روش‌هایی که ما را در مسیر خوبی‌ها نگه می‌دارد و از لغزیدن به پرتگاه‌های خطرناک حفظ می‌کند، راز و نیاز و نیایش با خداست. دلی که همواره به یاد آفرینندهٔ زیبایی‌ها باشد، پاک می‌ماند و در دام زشتی‌ها نمی‌افتد. چرا که سر و کار داشتن با روشنایی و ارزش‌های متعالی، دل را جلا می‌دهد و سرشار از امید و آرامش می‌سازد.

همهٔ پیامبران و رهبرانی که مأموریت داشتند ما را به خوبی‌ها دعوت کنند و راه رسیدن به هدف زندگی را نشانمان دهند، نخستین و مهم‌ترین توصیهٔ معنوی خود را به نماز اختصاص می‌دادند و با این روش، یاد و نام خدا را در دل پیروانشان زنده نگه می‌داشتند.

در شریعت آخرین پیامبر خدائیز نماز از جایگاه والایی برخوردار است و بیش از هر دستورالعملی دربارهٔ آن سفارش می‌شود. قرآن نماز را وظیفه‌ای زمان‌بندی شده می‌داند^۱ که یاد خدا را زنده^۲ و انسان را از زشتی‌ها دور می‌کند^۳ و بدی‌های گذشتهٔ آدمی را از بین می‌برد^۴.

۱. إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا (النساء: ۱۰۳)

به راستی نماز به صورت زمان‌بندی شده بر مؤمنان مقرر شده است.

۲. إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي (طه: ۱۴)

منم، من، خدایی که جز من معبودی نیست؛ پس مرا پرستش کن و نماز را برای اینکه به یاد من باشی برپا دار.

۳. وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ (العنکبوت: ۴۵)

و نماز را برپا دار، که نماز از کار زشت و ناپسند باز می‌دارد، و قطعاً یاد خدا بالاتر است، و خدایم داند چه می‌کنید.

۴. وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُلْفَا مِنْ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرُ لِلَّذَاكِرِينَ (هود: ۱۱۴)

و در دو طرف روز و نخستین ساعات شب نماز را برپا دار، زیرا خوبی‌ها بدی‌ها را از میان می‌برد. این پندی است برای پندگیرندگان.

خدایی که انسان را آفریده است و بیش از هر کسی او را می‌شناسد، در کتابش هشدار می‌دهد مراقب ویژگی‌های منفی و خودخواهی‌ها و بی‌صبری‌هایی^۱ باشیم که می‌تواند ما را در شرایطی رنج‌آور و آسیب‌زا قرار دهد و نخستین راه حلی که برای پیشگیری از این گرفتاری‌ها ذکر می‌کند، نماز خواندن است.^۲

البته هر وسیله‌ای که به‌درستی از آن استفاده نشود، نتیجه مطلوبی ندارد؛ لذا قرآن نه تنها نمازی را که با شرایطی چون حضور قلب، اخلاص و رعایت حقوق دیگران همراه نباشد ثمربخش نمی‌داند^۳، بلکه چنین نمازگزارانی را به‌شدت سرزنش می‌کند^۴. اما تأثیر نماز واقعی را در موفقیت، تضمینی و فراتر از هر روش دیگر می‌داند.^۵

-
۱. إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا * إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا * وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (المعارج: ۱۹ تا ۲۱)

به راستی که انسان سخت آزمند خلق شده است. هر گاه به بدی برسد به‌شدت بی‌تابی می‌کند و چون خیری به او برسد از دیگران به‌شدت نسبت به دیگران بخل می‌ورزد.

 ۲. إِلَّا الْمُصَلِّينَ * الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ (المعارج: ۲۲ و ۲۳)

مگر نمازگزارانی که همواره در بر نماز خود مداومت دارند.

 ۳. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ (النساء: ۴۳)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، در حال مستی به نماز نزدیک نشوید تا بدانید چه می‌گویید.

 ۴. قَوْلٍ لِّلْمُصَلِّينَ * الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ * الَّذِينَ هُمْ يُرَاءُونَ * وَيَمْنَعُونَ الْمَاعُونَ (الماعون: ۴ تا ۷)

پس وای بر نمازگزارانی که نسبت به نمازشان سهل‌انگارند؛ آنان که ریا می‌کنند و وسائل مورد نیاز دیگران را در اختیارشان نمی‌گذارند.

 ۵. قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ * الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ (المؤمنون: ۱ و ۲)

قطعاً مؤمنان رستگار شده‌اند، همانان که در نمازشان افتاده‌حال‌اند.

◉ نماز، تکلیف یا توصیه؟ ◉

رابطه با خدا و ارتقای معنوی موضوعی درونی است که از مسیر انتخاب و اشتیاق قلبی^۱ می‌گذرد؛ لذا هیچ اجباری در آن راه ندارد.^۲ الزام در جایی به‌کار می‌آید که حقوق دیگران مطرح باشد و جز با اعمال قانون نتوان در برابر زیاده‌خواهی‌ها ایستاد. اما وقتی سر و کار با دل است، هرگونه فشار، نتیجه را وارونه می‌کند.^۳

شاید به نظر برسد گاهی ناچاریم در مسائل شخصی نیز اجبار را بپذیریم یا چیزی را بر خود تحمیل کنیم. مثلاً وقتی بیماریم اگر داروی تلخ را با اکراه هم بخوریم به‌سود ماست و درمان می‌شویم. پس در دینداری نیز خوب است تلخی عبادت و سنگینی اجبار را تحمل کنیم تا به درمان بیماری‌های باطنی و تعالی روحی برسیم.

این برداشت درست نیست و نباید امور معنوی که به شوق و اراده انسان وابستگی دارد^۴ را با

۱. الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (الرعد: ۲۸)

همان کسانی که ایمان آورده‌اند و دل‌هایشان به یاد خدا آرام می‌گیرد. آگاه باشید که دل‌ها با یاد خدا آرامش پیدا می‌کند.

۲. لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ (البقرة: ۲۵۶)

در دین هیچ اجباری نیست.

۳. قَالَ يَا قَوْمِ أَرَأَيْتُمْ إِنْ كُنْتُ عَلَىٰ بَيْتَةٍ مِّن رَّبِّي وَآتَانِي رَحْمَةً مِّنْ عِنْدِهِ فَعُمِّيَتْ عَلَيْكُمْ أَنُلْزِمُكُمْوهَا وَأَنُتَفَرِّ لَهَا كَاهِنُونَ (هود: ۲۸)

گفت: «ای قوم من، به نظر شما اگر من از جانب خداوندگارم دلیلی روشن داشته باشم، و مرا از نزد خود رحمتی بخشیده باشد که بر چشم شما پوشیده شده است، آیا ما شما را در حالی که از آن خوششان نمی‌آید، به آن وادار کنیم؟»

۴. وَمَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ وَسَعَىٰ لَهَا سَعْيَهَا وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَٰئِكَ كَانَ سَعْيُهُمْ مَّشْكُورًا (الاسراء: ۱۹)

و هر کس خواهان آخرت باشد و در حالی که مؤمن است نهایت کوشش خود را برای آن به‌کار گیرد، آنانند که از تلاششان قدرشناسی خواهد شد.

فرایندهای مادی قیاس کرد. از نگاه قرآن، ذره‌ای ناخالصی در نیت^۱ و اندکی احساس ناخشنودی در رابطه با خدا^۲ عبادت را بی‌خاصیت و نابود می‌کند و نمازی که با تلخ‌کامی خوانده شود نه تنها سودبخش نیست، بلکه به معنویت آسیب می‌زند.

قرآن به جای اصرار بر الزامی بودن نماز یا تعیین مجازات برای بی‌نمازی، همواره از فوائد یاد خدا سخن می‌گوید^۳ و با بیان نشانه‌ها و نعمت‌های او، در پی ایجاد رابطه‌ای محبت‌آمیز^۴ است تا لطفش را شامل کسانی کند که این دعوت کریمانه را می‌پذیرند و با اشتیاق، ظرفیت خود را برای بهره‌مندی بیشتر از رحمتی بی‌پایان افزایش می‌دهند.

اگر اندکی با گسترده‌ی رحمت خدا^۵ آشنا باشیم، متوجه می‌شویم که همه آنچه درباره عذاب‌هایی سخت بیان کرده، هشدارهایی از سر مهربانی است برای مراقبت از کسانی که دوستشان دارد و

۱. ذَلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَلَوْ أَشْرَكُوا لَحَبَطَ عَنْهُمْ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ (الانعام: ۸۸)
آن، هدایت خداست که هر کس از بندگان را بخواهد با آن راهبری می‌کند. و اگر شرک بورزند، قطعاً آن چه انجام می‌دادند نابود شده و از دستشان خواهد رفت.

۲. ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ اتَّبَعُوا مَا أَسْخَطَ اللَّهَ وَكَرِهُوا رِضْوَانَهُ فَأَحْبَطَ أَعْمَالَهُمْ (محمد: ۲۸)
زیرا آنان در پی آنچه خدا را به خشم آورده است رفتند و از خشنودیش بدشان آمد؛ پس اعمالشان را نابود گردانید.

۳. اَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْتَهِي عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ (العنکبوت: ۴۵)

آنچه از کتاب به سوی تو وحی شده است را تلاوت کن، و نماز را برپا دار، که نماز از کار زشت و ناپسند باز می‌دارد، و قطعاً یاد خدا بالاتر است، و خدا می‌داند چه می‌کنید.

۴. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مِنْ يَزِيدْ مِنْكُمْ عَنْ دِينِهِ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهَ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ (المائدة: ۵۴)
ای کسانی که ایمان آورده‌اید، هر کس از شما از دین خود بازگردد، پس به‌زودی خدا گروهی را خواهد آورد که دوستشان دارد و آنان نیز او را دوست دارند.

۵. وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ (الأعراف: ۱۵۶)

و گستره رحمتم همه چیز را در بر گرفته است.

می‌خواهد با توصیفی ملموس^۱، واقعیت وحشتناک دور شدن از هدف حقیقی زندگی^۲ را به آنها گوشزد کند تا از این مقصد مهم، غافل و محروم نشوند.

فرمان محافظت از نمازها^۳ نیز تکلیفی نیست که از موضع قدرت بر عهده‌بندگان گذاشته شده باشد. خدایی که کار خود و فرستادگانش را برداشتن بار از دوش انسان^۴ و سبک‌بال کردن او^۵ برای پرواز می‌داند، راضی به زحمت کسی نیست^۶، ولی چون می‌داند جز با برنامه‌ای دائمی^۷ نمی‌توان به چنین هدفی رسید، پابندی همیشگی به آن را توصیه می‌کند.^۸

تفاوت تکلیف یا توصیه دانستن نماز را نباید در اصطلاحاتی چون واجب یا مستحب فقهی جستجو کرد. زیرا هیچ عاقلی در انجام سفارش خدایی مهربان و دوست‌داشتنی^۹ تردید و

۱. كَلَّا إِنَّهَا لَأَطْلَى * نَزَاعَةٌ لِّلشَّوْءِ ... (المعارج: ۱۵ و ۱۶)

نه هرگز که به‌راستی آن آتشی زیان‌کننده است که پوست‌ها را به‌شدت می‌کند ...

۲. مَن أَعْرَضَ عَنْهُ فَإِنَّهُ يَحْمِلُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وِزْرًا (طه: ۱۰۰)

هر کس از آن روی برتابد، روز قیامت بار سنگینی بر دوش خواهد کشید.

۳. حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَىٰ وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ (البقرة: ۲۳۸)

بر نمازها و نماز میانه مواظبت کنید، و خاضعانه برای خدا به‌پا خیزید.

۴. وَيَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ وَالْأَغْلَالَ الَّتِي كَانَتْ عَلَيْهِمْ (الأعراف: ۱۵۷)

و (این پیامبر) بارهای سنگینشان و بندهایی را که بر آنان بوده است از دوششان برمی‌دارد.

۵. يُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُخَفِّفَ عَنْكُمْ وَخَلَقَ الْإِنْسَانَ ضَعِيفًا (النساء: ۲۸)

خدا می‌خواهد تا بارتان را سبک گرداند؛ در حالی که انسان، ناتوان آفریده شده است.

۶. يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ (البقرة: ۱۸۵)

خدا برای شما آسانی می‌خواهد و نمی‌خواهد شما را به سختی اندازد.

۷. الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ (المعارج: ۲۳)

همان کسانی که بر نمازشان مداومت می‌کنند.

۸. وَجَعَلَنِي مُبَارَكًا أَيْنَ مَا كُنْتُ وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا (مریم: ۳۱)

و هر جا که باشم مرا با برکت ساخته، و تا زنده‌ام به نماز و زکات سفارش کرده است.

۹. وَإِذَا جَاءَكَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِنَا فَقُلْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَىٰ نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ أَنَّهُ مَنْ عَمِلَ مِنْكُمْ

سُوءًا يَجْهَلَالُهُ ثُمَّ تَابَ مِنْ بَعْدِهِ وَأُصْلَحَ فَإِنَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ (الأنعام: ۵۴)

و چون کسانی که به آیات ما ایمان دارند نزد تو آیند، بگو: «درو بر شما»، خداوندگارتان رحمت را

کوتاهی نمی‌کند. نکته اصلی در پرهیز از نگاهی است که خدایی زورگو را در انتظار اطاعت شدن و تملق شنیدن معرفی می‌کند و شرایطی را پدید می‌آورد که نماز، با کسالت و بی‌میلی خوانده شود.^۱

بر خود مقرر کرده است که هر کس از شما از روی نادانی کار بدی انجام دهد و آنگاه توبه و اصلاح کند، قطعاً او آمرزنده و مهربان است.

۱. وَلَا يَأْتُونَ الصَّلَاةَ إِلَّا وَهُمْ كُسَالَى وَلَا يُنْفِقُونَ إِلَّا وَهُمْ كَارِهُونَ (التوبة: ۵۴)
و جز با کسالت نماز به جا نمی‌آورند و جز با بی‌میلی انفاق نمی‌کنند.

◉ نماز از زاویه‌ای دیگر ◉

نه نماز خواندن کسی لزوماً به معنی وارستگی و سعادت‌مندی اوست و نه بی توجه بودنش به نماز نشانه‌ای قطعی برای پلیدی و سرنوشت شومش به شمار می‌آید. چه بسیار نمازخوان‌هایی که زشت‌ترین جنایت‌ها را مرتکب شدند و بسا افرادی که اهل نماز نبودند، ولی آزارشان به مورچه هم نرسید و شرافتمندانه زندگی کردند. اما آیا این واقعیت می‌تواند توجیه خوبی برای ترک نماز باشد؟

برای پاسخ به این پرسش و آگاهی از راز اصرار قرآن به برپا داشتن نماز^۱، باید از همان چشم‌اندازی به جهان بنگریم که کتاب خدا در برابر ما می‌گشاید. در این منظره آنچه دیده می‌شود، رحمتی است بی‌کران که همه جا را فرا گرفته^۲ و کائنات را به‌سوی مهربانی مطلق حرکت می‌دهد^۳. جزئیات این صحنه نیز سرشار از مهرورزی است و از باد و باران^۴ و شب و روزه^۵ تا مرگ و زندگی^۶، همه و همه بر مدار محبت تنظیم شده است.

۱. وَأُمِرَ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا (طه: ۱۳۲)

و کسان خود را به نماز فرمان ده و بر آن شکیبا باش.

۲. وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ (الأعراف: ۱۵۶)

و رحمت من همه چیز را فرا گرفته است.

۳. رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ (البقرة: ۲۸۵)

خداوندگارا، آمرزش تو را [خواستاریم] و فرجام به سوی تو است.

۴. وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ يُرْسِلَ الرِّيَّاحَ مُبَشِّرَاتٍ وَلِيَذِيقَكُمْ مِنْ رَحْمَتِهِ (الروم: ۴۶)

و از نشانه‌های او این است که بادها را به‌عنوان مژده می‌فرستد تا از رحمتش به شما بچشاند.

۵. وَمِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ (القصص: ۷۳)

و از رحمتش شب و روز را برایتان قرار داد تا در آن بیارامید و از فروز بخشی او بجوید و تا شاید قدر شناسی کنید.

۶. فَانظُرْ إِلَى آثَارِ رَحْمَتِ اللَّهِ كَيْفَ يُحْيِي الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا إِنَّ ذَلِكَ لَمُحْيِي الْمَوْتِ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

(الروم: ۵۰)

پس به آثار رحمت خدا بنگر که چگونه زمین را پس از مرگش زنده می‌گرداند. در حقیقت، هم

قرآن فیض بخشی خدا را به آبی فرو آمده از آسمان تشبیه می‌کند که سیل آسا به جریان افتاده و هر ظرفی بسته به گنجایش محدودش از آن بهره می‌برد؛ ولی در این میان، ظرفی متفاوت به نام انسان وجود دارد که می‌تواند همپای بی‌کرانگی دریای رحمت، در ابعادی نامحدود رشد کند^۲ و جانشین و پذیرای مهر بی‌پایان او^۳ باشد؛ تا جایی که گنجاترین آوندها در برابرش سر به سجده بگذارند^۴.

توصیفی که قرآن از این صحنه شکوهمند ارائه می‌دهد، حمد و تسبیح همه ذرات جهان^۵ و پستیانی آنها از رشد بیشتر انسان^۶ است. در این نظرگاه، هر پدیده‌ای همچون ظرفی لبریز از

اوست که قطعاً زنده‌کننده مردگان است، و اوست که بر هر چیزی تواناست.

۱. أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَسَالَتْ أَوْدِيَهُ بِقَدَرِهَا (الرعد: ۱۷)

از آسمان، آبی فرو فرستاد. پس رودخانه‌هایی به اندازه گنجایش خودشان روان شدند.

۲. رَبَّنَا إِنَّا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رِسَدًا (الكهف: ۱۰)

ای خداوندگار ما، از جانب خود به ما رحمتی بخش و امور ما را برای رشد یافتن فراهم فرما.

۳. وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ

وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ (البقرة: ۳۰)

و هنگامی که خداوندگار به فرشتگان گفت: «قطعاً من در زمین جانشینی می‌گمارم.» گفتند: «آیا کسی را در آن می‌گماری که آنجا فساد و خونریزی می‌کند در حالی که ما همراه با سپاس و ستایش تو را از هر نقصی منزّه می‌دانیم و به‌خاطر تو پاکی و روشنایی می‌گسترانیم.» گفت: «به‌راستی من چیزی را می‌دانم که شما نمی‌دانید.»

۴. وَإِذْ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ (البقرة: ۳۴)

و چون فرشتگان را فرمودیم: «برای آدم سجده کنید.»

۵. تُسَبِّحُ لَهُ السَّمَاوَاتُ السَّبْعُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ وَلَكِنْ لَا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ

إِنَّهُ كَانَ حَلِيمًا غَفُورًا (الإسراء: ۴۴)

آسمان‌های هفتگانه و زمین و هر کس که در آنهاست او را تسبیح می‌گویند، و هیچ چیز نیست مگر اینکه همراه ستایش، تسبیح او را می‌گوید، ولی شما تسبیح آنها را در نمی‌یابید. به راستی که او همواره بردبار و آمرزنده است.

۶. وَسَخَّرَ لَكُمُ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ دَائِبَيْنِ وَسَخَّرَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ (ابراهيم: ۳۳)

و خورشید و ماه را -که پیوسته روانند- برای شما رام گردانید و شب و روز را مسخر شما ساخت.

رحمت، نشان‌دهنده بی‌نقص بودن^۱ پدیدآورنده‌ای است که مسیر همه چیز را از قبل مشخص کرده^۲ و موجوداتی را که با این جریان همراه باشند، در حال نماز توصیف می‌کند^۳؛ اما از انسان می‌خواهد نمازی متفاوت را بر پا دارد.

راز تفاوت انسان با دیگر موجودات در برخورداری از اراده‌ای^۴ است که باری سنگین‌تر از تاب‌آوری آسمان و زمین و کوه‌ها^۵ را بر دوشش می‌گذارد و فرصت بی‌نظیر انتخاب عاشقانه را برایش فراهم می‌آورد. زیرا فقط اوست که می‌تواند در شرایطی که راه فساد و جنایت در برابرش

۱. إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَع النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَّاءٍ فَأَخْبَأَ بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيَّاحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِينَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ (البقرة: ۱۶۴)

به‌راستی که در آفرینش آسمان و زمین و پیایی آمدن شب و روز و کشتی‌هایی که برای آنچه به مردم سود می‌رساند در دریا روان‌اند و آنچه خدا از آسمان فرو فرستاد یعنی آبی که زمین را پس از مرگش با آن زنده ساخت و در آن از هر نوع جنبه‌ای پراکند و جابه‌جایی بادها و ابر و داشته شده میان آسمان و زمین، قطعاً نشانه‌هایی است برای گروهی که درک می‌کنند.

۲. رَبَّنَا الَّذِي أَعْطَى كُلَّ شَيْءٍ خَلْقَهُ تُهْدِي (طه: ۵۰)

خداوندگار ما کسی است که به هر چیزی آفرینشش را عطا کرده، سپس راهبری فرموده است.

۳. أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يُسَبِّحُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالطَّيْرِ صَافَاتٍ كُلُّ قَدْ عَلِمَ صَلَاتَهُ وَتَسْبِيحَهُ وَاللَّهُ عَلِيمٌ بِمَا يَفْعَلُونَ (النور: ۴۱)

آیا ندیدی که به‌راستی هر که در آسمان‌ها و زمین است برای خدا تسبیح می‌گویند، و پرندگان در حالی که پرگشوده‌اند؟ هر یک نماز و تسبیح خود را می‌داند، و خدا به آنچه می‌کنند داناست.

۴. وَقُلِ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكَ مَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيُكْفُرْ (الکف: ۲۹)

و بگو: «حق از جانب خداوندگارتان است. پس هر که خواست ایمان آورد و هر کس خواست حق‌پوشی کند.

۵. إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا (الأحزاب: ۷۲)

ما امانت را بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه کردیم؛ اما از برداشتن آن سر باز زدند و از آن هراسناک شدند، ولی انسان آن را برداشت؛ به‌راستی او ستمگری نادان بود.

باز است^۱، مهربانی و صداقت را برگزیند و با تسلیم شدن در برابر حقیقت^۲، از ظرفیت و رشدی بی پایان برخوردار شود.

اکنون اگر از این زاویه به اخلاق و انسانیت بنگریم، آن را حمد و تسبیحی به مراتب ارزشمندتر از ستایش و تقدیس دیگر موجودات می یابیم و به جرأت می توانیم ادعا کنیم نماز واقعی چیزی جز زندگی پاک و شرافتمندانه نیست.^۳ لذا قرآن کسی را که صادقانه^۴ در برابر تشخیص وجدانش^۵

۱. قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ (البقرة: ۳۰)

گفتند: «آیا کسی را در آن می گماری که آنجا فساد و خونریزی می کند در حالی که ما همراه با سپاس و ستایش تو را از هر نقصی منزّه می دانیم و به خاطر تو پاکی و روشنائی می گسترانیم.» گفت: «به راستی من چیزی را می دانم که شما نمی دانید.»

۲. إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ (آل عمران: ۱۹)

به راستی دین نزد خدا تسلیم بودن در برابر حقیقت است.

۳. قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (الأنعام: ۱۶۲)

بگو: «به راستی نمازم و مناسکم و زندگی و مرگم برای خدا خداوندگار جهانیان است.»

۴. قَالَ اللَّهُ هَذَا يَوْمُ يَنْفَعُ الصَّادِقِينَ صِدْقُهُمْ لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَوَّضُوا عَنْ ذَلِكَ الْفَوْزَ الْعَظِيمَ (المائدة: ۱۱۹)

خدا فرمود: «این، روزی است که راستگویان را راستی شان سود بخشد.» برای آنان باغ هایی است که از زیرشان نهرها روان است. همیشه در آن جاودانند. خدا از آنان خشنود است و آنان از او خشنودند. این است رستگاری سترگ.

۵. فَأَقَمَ لَهُمُ الدِّينَ خَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ (الروم: ۳۰)

پس روی خود را حق طلبانه به سوی دین بر پا دار، همان سرشتی که خدا مردم را بر آن سرشته است. آفرینش خدا تغییر پذیر نیست. این است همان دین پایدار، ولی بیشتر مردم نمی دانند.

تسلیم باشد، اهل نجات و شایسته بهشت امن^۱ و رحمت گسترده^۲ خدا می‌داند.

این آموزه قرآنی نه تنها توجیهی برای ترک نماز به دست نمی‌دهد، بلکه حق طلبان را در پایبندی به عبادت مصمم‌تر می‌کند. زیرا آنها وقتی با تأثیر یاد خدا در سلامت روان^۳ و ضمانت بخشی نماز^۴ برای انسانیت آشنا شوند، با همه وجود آن را به جا می‌آورند^۵؛ و بر فرض اگر نسبت به آن کم توجه باشند، خود را با نماز ظاهری^۶ دلخوش و با نماز ریاکارانه^۷ از انسانیت دور نمی‌کنند.

۱. بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ (البقرة: ۱۱۲)

نه این چنین نیست؛ هر کس در حالی که نیکوکار باشد روی خود را تسلیم خدا قرار دهد پاداشش را نزد خداوندگارش خواهد داشت و نه هیچ بیمی بر ایشان می‌رود و نه اندوهگین می‌شوند.

۲. وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ (آل عمران: ۱۳۳)

و برای رسیدن به آمرزشی از جانب خداوندگارتان و بهشتی به پهنای آسمان‌ها و زمین که برای پروا پیشگان فراهم آمده است، شتاب داشته باشید.

۳. أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمِئِنُّ الْقُلُوبُ (الرعد: ۲۸)

آگاه باشید که دل‌ها با یاد خدا آرامش می‌یابد.

۴. وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ (العنکبوت: ۴۵)

و نماز را برپا دار، که نماز از کار زشت و ناپسند باز می‌دارد، و قطعاً یاد خدا بالاتر است، و خدا می‌داند چه می‌کنید.

۵. الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ (المؤمنون: ۲)

همانان که در نمازشان افتاده‌اند.

۶. إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالًا يُرَءَوْنَ النَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ

اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا (النساء: ۱۴۲)

منافقان، با خدا نیرنگ می‌کنند، و حال آنکه او با آنان نیرنگ خواهد کرد؛ و چون به نماز ایستند با کسالت برخیزند. در برابر مردم خودنمایی می‌کنند و خدا را جز اندکی یاد نمی‌کنند.

۷. قَوْلٍ لِلْمُصَلِّينَ * الَّذِينَ هُمْ عَنِ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ * الَّذِينَ هُمْ يُرَءَوْنَ (الماعون: ۴ تا ۶)

پس وای بر نمازگزارانی که نسبت به نمازشان سهل‌انگارند؛ آنان که ریا می‌کنند.

◀ بهانه‌هایی برای محرومیت از نماز ▶

کسی که به معنویت پشت کرده^۱ و ذهن و دلش را در زندان مادیات محصور ساخته باشد،^۲ دلیلی نمی‌بیند نماز بخواند^۳؛ همان‌گونه که ضرورتی برای کمک به تهیدستان^۴ احساس نمی‌کند. اما اگر کسی به خدا باور داشت و اهل نیکوکاری بود و با این حال نماز نخواند، حتماً دلیل خاصی برای این انتخابش دارد.

اگرچه دلایل کسانی که نماز نمی‌خوانند متفاوت است، اما قرآن که بر اقامه نماز اصرار ورزیده^۵ و از هیچ نکته‌ای در بیان مقاصدش فروگذار نکرده^۶، برای همه این توجیه‌ها پاسخ و راه حل ارائه داده است. به عنوان نمونه:

برخی می‌گویند خدا بزرگ‌تر از آن است که به نماز امثال ما نیاز داشته باشد یا از تشکر کردن کسی سود و لذت ببرد.

۱. مَنْ تَوَلَّى عَنْ ذِكْرِنَا وَلَمْ يُدِرْ إِلَّا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا (النجم: ۲۹)

آن کس که از یاد ما روی بر تافته و جز زندگی دنیا را نخواستہ باشد.

۲. ذَلِكَ مَبْلَغُهُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اهْتَدَى (النجم: ۳۰)

این منتهای دانش آنان است. به راستی خداوندگارت، او خود بهتر می‌داند چه کسی از راه او گمراه شده است و او بهتر می‌داند چه کسی راه یافته است.

۳. قَالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ (المدثر: ۴۳)

گویند: «ما از نمازگزاران نبودیم.»

۴. وَلَمْ نَكُ نَطْعِمُ الْمِسْكِينَ (المدثر: ۴۴)

و بینوا را غذا نمی‌دادیم.

۵. وَأَنْ أَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَاتَّقُوا وَهُوَ الَّذِي إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ (الأنعام: ۷۲)

و اینکه نماز را برپا دارید و پروای او را داشته باشید، و هم اوست که به‌سوی او برانگیخته و گردآورده خواهید شد.

۶. مَا قَرَرْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ (الأنعام: ۳۸)

ما هیچ چیزی را در کتاب فروگذار نکرده‌ایم.

اما قرآن می‌گوید این شما بیید که به خدا نیاز دارید^۱ و او غنی مطلق است که از سر مهربانی بندگان را فرامی‌خواند^۲ تا از رحمتش بهره‌مند شوند و با قدرشناسی و رشد اخلاقی، خودشان سود بیشتری ببرند^۳. گروهی دیگر معتقدند عبادت به جز خدمت خلق نیست و شکر نعمت‌های خدا استفاده درست از آن و رسیدگی به نیازمندان است، نه خم و راست شدن و گفتن چند جمله خاص. ولی خدا با آنکه نماز بدون نیکوکاری را محکوم می‌کند^۴، از آنجا که انسان را به خوبی می‌شناسد^۵ و از تله‌ها^۶ و محدودیت‌های روانی او^۷ آگاه است؛ یاری گرفتن از نماز^۸ را برای دور ماندن از زشتی‌ها^۹

۱. يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ (فاطر: ۱۵)

ای مردم، شما بیید نیازمندان به خدا، و خداست همان بی‌نیاز ستوده.

۲. يَدْعُوكُمْ لِيَغْفِرَ لَكُمْ مِنْ ذُنُوبِكُمْ وَيُؤَخِّرَكُمْ إِلَى أَجَلٍ مُسَمًّى (ابراهيم: ۱۰)

او شما را فرامی‌خواند تا پاره‌ای از گناهانتان را بر شما ببخشد و تا مهلت مشخصی به شما فرصت دهد.

۳. وَمَنْ شَكَرْنَا نَأْثِمَ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ رَبِّيَ غَنِيٌّ كَرِيمٌ (النمل: ۴۰)

و هر کس قدرشناسی کند، جز این نیست که به سود خودش قدرشناسی می‌کند و هر کس حق‌پوشی کند، بی‌گمان خداوندگارم بی‌نیاز و کریم است.

۴. قَوْلِ الْمُصَلِّينَ * الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ * الَّذِينَ هُمْ يُرَءُونَ * وَيَمْنَعُونَ الْمَاعُونَ (الماعون: ۴ تا ۷)

پس وای بر نمازگزارانی که نسبت به نمازشان سهل‌انگارند؛ آنان که خودنمایی می‌کنند و از مایحتاج دریغ می‌ورزند.

۵. وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ (ق: ۱۶)

و ما انسان را آفریده‌ایم و آنچه نفسش او را بدان وسوسه می‌کند می‌شناسیم، و ما از شاه‌رگ به او نزدیک‌تریم.

۶. قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا (يوسف: ۱۸)

گفت: «بلکه نفس شما کاری را برایتان خوب جلوه داده است.»

۷. إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا * إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا * وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (المعارج: ۱۹ تا ۲۱)

به راستی که انسان سخت آزمند آفریده شده است؛ هر گاه بدی به او برسد بسیار بی‌تاب است و چون خیری نصیبش شود بسیار دریغ‌کننده.

۸. وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ (البقرة: ۴۵)

از شکیبایی و نماز یاری جوید که به راستی آن جز برای افتاده‌حالات سنگین و دشوار است.

۹. إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ الْعَنِكَوَتِ (۴۵)

به راستی که نماز از کار زشت و ناپسند باز می‌دارد.

و تشخیص گمراهی‌هایی که نیکو پنداشته می‌شود^۱، ضروری می‌داند. دسته‌ای دیگر می‌گویند ما همیشه به یاد خدا بیم، ولی با روش و بیان خودمان از او تشکر می‌کنیم. اما قرآن علاوه بر یاد خدا در هر حال^۲، پایبندی به برنامه‌ای زمان‌بندی شده^۳ را نیز لازم می‌داند و با انتقاد از برخی نمازهای مبتذل و بی‌محتوا^۴، تلویحاً نشان می‌دهد پایبند نبودن به چارچوب‌های مطمئن می‌تواند از جایی سر در بیاورد که فکرش را هم نمی‌کنیم. استدلال دیگری که برای توجیه نماز نخواندن بیان می‌شود، عملکرد بد برخی نمازخوان‌ها و رفتارهای زشتی است که به اسم دین و ترویج نماز انجام می‌گیرد و افراد را دلزده می‌کند. این در حالی است که استفاده نادرست یک عده از موضوعی ارزشمند، توجیه عاقلانه‌ای برای محروم ساختن خود نیست و قرآن ضمن تقبیح دینداری‌های زشت^۵، چنین عذری را نمی‌پذیرد و به بهانه‌جویان گوشزد می‌کند که رفتار بد دیگران، جلوی آنها را برای خوب بودن نگرفته است^۶.

-
۱. الَّذِينَ صَلَّوْا سَعِيَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا (الكهف: ۱۰۴)
 - کسانی که کوشش‌شان در زندگی دنیا به هدر رفته است، ولی خود می‌پندارند که کاری نیکو انجام می‌دهند.
 ۲. الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ (آل عمران: ۱۹۱)
 - آنان که خدا را ایستاده و نشسته و به پهلوهایشان یاد می‌کنند.
 ۳. إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا (النساء: ۱۰۳)
 - به‌راستی که نماز به‌صورتی زمان‌بندی شده بر مؤمنان مقرر بوده است.
 ۴. وَمَا كَانَ صَلَاتُهُمْ عِنْدَ الْبَيْتِ إِلَّا مُكَاءً وَتَصْدِيَةً (الأنفال: ۳۵)
 - و نمازشان نزد آن خانه جز سوت کشیدن و کف زدن نبود.
 ۵. قُلْ بِئْسَمَا يَأْمُرُكُمْ بِهِ إِيمَانُكُمْ إِن كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (البقرة: ۹۳)
 - بگو: «اگر مؤمن‌اید، ایمانتان به چه بد چیزی فرماتنان می‌دهد.»
 ۶. قَالَ الَّذِينَ اسْتَكْبَرُوا الَّذِينَ اسْتَضَعُوا لَكُمْ صَدَدًا كُمْ عَنِ الْهُدَىٰ بَعْدَ إِذْ جَاءَكُمْ بَلْ كُنْتُمْ مُجْرِمِينَ (سبأ: ۳۳)
 - کسانی که برتری‌جویی کردند به کسانی که زیر دست کشیده شدند گفتند: «آیا ما شما را از هدایت - پس از آنکه به‌سوی شما آمد - بازداشتیم؟ نه، بلکه خودتان بزهکار بودید.»

نماز، به کدام روش؟

همیشه و همه جا می‌توان به یاد خدا بود^۱ و با هر زبان و روشی با او نیایش و از او خواهش^۲ کرد. خدا نیز رحمتش را بر همه کسانی که به یادش باشند، نازل^۳ و هر بنده‌ای را که بخواندش اجابت می‌کند^۴. اما معنویت، سرگرمی یا وسیله‌ای برای رفع حاجت نیست که گاهی به یادش بیفتیم و سایر اوقات در میان روزمرگی‌ها فراموشش کنیم^۵.
قرآن از ما می‌خواهد صبح و شام و بین روز^۶ نماز بخوانیم و برای زنده نگه داشتن یاد خدا

۱. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا (الأحزاب: ۴۱)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خدا را یاد کنید با یادکردی فراوان.

۲. ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ (الأعراف: ۵۵)

خداوندگار خود را به زاری و نهانی بخوانید که او زیاده‌خواهان را دوست ندارد.

۳. فَادْكُرُونِي أذكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ (البقرة: ۱۵۲)

پس مرا یاد کنید تا شما را یاد کنم و قدرشناس من باشید و با من حق‌شناسی نکنید.

۴. وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ

(البقرة: ۱۸۶)

و هر گاه بندگانم از تو درباره من پرسیدند، پس من نزدیکم و خواهش کسی که دعا می‌کند را وقتی مرا بخواند مستجاب می‌کنم. پس آنها نیز باید به من پاسخ مثبت دهند و به من ایمان آورند تا شاید راه صلاح را بیمایند.

۵. وَادْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ

(الأعراف: ۲۰۵)

و در دل خویش، خداوندگارت را بامدادان و شامگاهان با تضرع و ترس، بی صدای بلند، یاد کن و از غافلان مباش.

۶. أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُولِكَ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْانَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْانَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا (الإسراء: ۷۸)

نماز را از زوال آفتاب تا نهایت تاریکی شب برپا دار، و نیز قرآن بامدادان را، زیرا قرآن بامدادان گواهی شده است.

در دل‌هایمان برنامه‌ای دائمی^۱ داشته باشیم. پایبندی همیشگی به نیایشی خاص با محتوایی توحیدی، ارزش‌های متعالی را به ما یادآوری^۲، راه بسیاری از انحراف‌ها را در برابرمان مسدود^۳، غبار غفلت را از دیدگانمان پاک^۴ و بیماری‌های روح و روانمان را درمان می‌کند^۵. برای این منظور باید در اوقاتی^۶ مشخص رو به مسجدالحرام^۷ که نخستین خانه بنا شده برای عبادت خداست،^۸ با صدایی نه‌چندان بلند و نه‌چندان آهسته^۹، آیاتی از قرآن را تلاوت

۱. الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ (المعارج: ۲۳)

همان کسانی که همواره بر نمازشان مداومت دارند.

۲. إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي (طه: ۱۴)

به‌راستی من خدایم، که جز من خدایی نیست، پس مرا بندگی کن و نماز را به یاد من برپا دار.

۳. وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ (العنکبوت: ۴۵)

و نماز را برپا دار، که نماز از کار زشت و ناپسند باز می‌دارد.

۴. تَبَصَّرَةٌ وَذِكْرِي لِكُلِّ عَبْدٍ مُنِيبٍ (ق: ۸)

تا برای هر بنده بازگشت‌کننده‌ای بینش‌افزا و یادآور باشد.

۵. يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ (یونس: ۵۷)

ای مردم، قطعاً برای شما از جانب خداوندگارِتان اندرز و درمانی برای آنچه در سینه‌هاست، و رهنمود و رحمتی برای مؤمنان آمده است.

۶. إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّقْشُورًا (النساء: ۱۰۳)

به‌راستی که نماز به‌صورتی زمان‌بندی‌شده بر مؤمنان مقرر بوده است.

۷. وَمِنْ حَيْثُ خَرَجْتَ قَوْلٌ وَجْهَكَ شَطْرَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ (البقرة: ۱۴۹)

و از هر کجا بیرون آمدی، روی خود را به سوی مسجدالحرام بگردان.

۸. إِنَّ أَوَّلَ بَيْتٍ وُضِعَ لِلنَّاسِ لَلَّذِي بِبَكَّةَ مُبَارَكًا وَهُدًى لِّلْعَالَمِينَ (آل عمران: ۹۶)

به‌راستی نخستین خانه‌ای که به گونه‌ای پربرکت و هدایت‌بخش جهان‌ها، برای مردم بنا نهاده شد، همان است که در بکه قرار دارد.

۹. وَلَا تَجْهَرْ بِصَلَاتِكَ وَلَا تُخَافِتْ بِهَا وَابْتَغِ بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلًا (الإسراء: ۱۱۰)

و نمازت را به آواز بلند مخوان و بسیار آهسته‌اش مکن، و میان آن راهی بجو.

کنیم^۱ و در رکوع و سجود^۲، تسبیح و ستایش خدا^۳ را به زبان آوریم. البته لازم است پیش از نماز با شستن صورت و دست و مسح پا و سر^۴، وضو بگیریم و اگر جُنُب بودیم، غسل کنیم^۵ و در شرایط خاص، تیمم با خاک^۶ را جایگزین شستشو با آب قرار دهیم.

همه آنچه قرآن درباره شیوه و شرایط ظاهری نماز بیان کرده همین چند نکته‌ای است که در بند بالا ذکر شد. با این حال، مشکل و ابهام مهمی در این زمینه وجود ندارد و اوقات نمازهای پنج‌گانه، ساختار و ارکان آن، تعداد رکعات، اذکار واجب و آداب اصلی به‌جا آوردنش برای مسلمانان روشن و با وجود مذاهب گوناگونی که ایجاد کرده‌اند، یکسان باقی

۱. إِنَّ الَّذِينَ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً يَرْجُونَ تِجَارَةً لَّن تَبُورَ (فاطر: ۲۹)

به‌راستی کسانی که کتاب خدا را می‌خوانند و نماز برپا می‌دارند و از آنچه بدیشان روزی داده‌ایم، نهان و آشکارا انفاق می‌کنند، به تجارتی امید بسته‌اند که هرگز زوال نمی‌پذیرد.

۲. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (الحج: ۷۷)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، رکوع و سجود به‌جا آورید و پروردگارتان را بندگی کنید و کار خوب انجام دهید، باشد که رستگار شوید.

۳. إِنَّمَا يُؤْمِنُ بِآيَاتِنَا الَّذِينَ إِذَا ذُكِّرُوا بِهَا خَرُّوا سُجَّدًا وَسَبَّحُوا بِحَمْدِ رَبِّهِمْ وَهُمْ لَا يَسْتَكْبِرُونَ (السجدة: ۱۵)

تنها کسانی به نشانه‌های ما ایمان می‌آورند که چون آن را به ایشان یادآوری کنند، سجده‌کنان به روی درمی‌افتند و همراه ستایش خداوندگارشان تسبیح می‌گویند و اهل برتری‌جویی نیستند.

۴. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ (المائدة: ۶)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، چون به قصد نماز برخیزید، صورت و دست‌هایتان را تا آرنج بشوید؛ و سر و پاهای خودتان را تا دو برآمدگی مسح کنید.

۵. وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا (المائدة: ۶)

و اگر جنب بودید خود را پاک کنید.

۶. وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُم مِّنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ يَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ (المائدة: ۶)

و اگر بیمار یا در سفر بودید، یا یکی از شما از محل قضای حاجت آمد، یا با زنان نزدیکی کرده بودید و آبی نیافتید، پس با خاکی پاکیزه تیمم کنید و از آن به صورت و دست‌هایتان بکشید.

مانده است.

البته طبعاً در این موضوع نیز همچون دیگر امور تاریخی، ابهام و اختلاف‌هایی پدید آمده که برطرف کردن اغلب آنها غیر ممکن است، ولی از آنجا که این مسائل فرعی تغییری در روح و هدف عبادت ایجاد نمی‌کند، باید به جای بحث‌های بی‌فایده، هر کس به قدر وسعش^۱ روشی را که درست‌تر می‌داند برگزیند و با تکیه بر مشترکات، برای رسیدن به خشوع و حضور قلب^۲ بیشتر تلاش کند.

اینکه قرآن به جای پرداختن به احکام و اجزای این عبادت مهم، همواره بر اقامه و انجام درست^۳ همان نمازی تأکید می‌کند که گویا مخاطبانش از قبل با آن آشنایی دارند، نشان می‌دهد چارچوب کلی برنامه عبادی دیگر پیامبران خدانیز یکسان بوده و این کتاب، تمرکز خود را بر اثربخشی بیشتر همان نماز مشترک و شناخته‌شده^۴ قرار داده است.

کتابی که صومعه و کلیسا و کنیسه^۵ را به خاطر عطر آگین بودن به یاد خدا در ردیف مسجد و مقدس می‌شمرد و مسیحیان و یهودیان اهل نماز را با آنکه همچنان بر شریعت گذشته خود

۱. لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا (البقرة: ۲۸۶)

خداوند هیچ کس را جز به اندازه توان و ظرفیتش تکلیف نمی‌کند..

۲. الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ (المؤمنون: ۲)

همانان که در نمازشان افتاده‌حال‌اند.

۳. وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَارْكَعُوا مَعَ الرَّاكِعِينَ (البقرة: ۴۳)

و نماز را برپا دارید و زکات بدهید و همراه رکوع‌کنندگان، سر فرود آورید.

۴. وَأَوْحَيْنَا إِلَىٰ مُوسَىٰ وَأَخِيهِ أَنْ تَبَوَّأَ لِقَوْمِكُمَا بِمِصْرَ بُيُوتًا وَاجْعَلُوا بُيُوتَكُمْ قِبْلَةً وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ (يونس: ۸۷)

و به موسی و برادرش وحی کردیم که شما دو نفر برای قوم خود در مصر خانه‌هایی را مستقر کنید و سراهایتان را مقابل قرار دهید و نماز برپا دارید.

۵. وَلَوْلَا دَفْعُ اللَّهِ النَّاسَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ لَهْدِمَتْ صَوَامِعُ وَبُيَعٌ وَصَلَوَاتٌ وَمَسَاجِدُ يُذْكَرُ فِيهَا اسْمُ اللَّهِ كَثِيرًا (الحج: ۴۰)

و اگر خدا بعضی از مردم را با بعض دیگر باز نمی‌داشت، قطعاً صومعه‌ها و کلیساها و کنیسه‌ها و مساجدی که نام خدا در آنها بسیار برده می‌شود ویران می‌شد.

باقی مانده‌اند از صالحان^۱ می‌داند و سجده و تلاوتی را که از آیات کتابشان^۲ دارند می‌ستاید، قطعاً نمازهای متفاوتی را که خالصانه خوانده شود، می‌پسندد و می‌پذیرد.

۱. يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ يُؤْثِرُونَ فِي الْحَيَاتِ وَأُولَئِكَ مِنَ الصَّالِحِينَ (آل عمران: ۱۱۴)

به خدا و روز واپسین ایمان دارند و به پسند عرف فرمان می‌دهند و از ناپسند باز می‌دارند و همواره در خوبی‌ها شتاب می‌کنند. و ایشان از شایستگان‌اند.

۲. لَيْسُوا سَوَاءً مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ أُمَّةٌ قَائِمَةٌ يَتْلُونَ آيَاتِ اللَّهِ آنَاءَ اللَّيْلِ وَهُمْ يَسْجُدُونَ (آل عمران: ۱۱۳)

آنها یکسان نیستند؛ از اهل کتاب گروهی ویژه‌اند که برخاسته و در حالی که سجده می‌کنند، ساعات شب را به تلاوت نشانه‌های خدا می‌پردازند.

• اوقات نماز •

ساختار کلی نماز در همه شرایع آسمانی یکسان بوده و روش به جا آوردنش برای مخاطبان قرآن ابهامی نداشته است؛ به همین سبب، این کتاب نکته جدیدی درباره احکام نماز بیان نکرده و تا ضرورتی^۱ پیش نیامده، حتی قبله آن را از بیت المقدس به مسجد الحرام^۲ تغییر نداده است.

پس وقتی در قرآن می‌خوانیم «نماز همواره با زمان‌بندی خاصی بر مؤمنان مقرر بوده است»^۳ باید آن را فراتر از دوره‌ای خاص و بیانگر نکته‌ای مهم درباره سنتی دیرین در آیین‌های توحیدی بدانیم که همچنان در میان مؤمنان مسلمان، یهودی، زرتشتی، صابئی و ... برقرار مانده و امروزه نیز مبنای اعلام وقت نماز است.

در مکتب یکتاپرستی برای آنکه یاد خدا و نیایش با او همه جوانب و برنامه‌های روزانه آدمی را در بر بگیرد و رفت و آمد شب و روز^۴، به جای تکراری بی‌معنا، به نشانه‌ای برای

۱. قَدْ نَرَى تَقَلُّبَ وَجْهِكَ فِي السَّمَاءِ فَلَنُوَلِّيَنَّكَ قِبْلَةً تَرْضَاهَا فَوَلِّ وَجْهَكَ شَطْرَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ وَحَيْثُ مَا كُنْتُمْ فَوَلُّوا وُجُوهَكُمْ شَطْرَهُ (البقرة: ۱۴۴)

قطعاً زیر و زبر شدن رویت را در آسمان می‌بینیم و حتماً تو را به سوی قبله‌ای که آن را می‌پسندی برگردانیم. پس رویت را به سمت مسجد الحرام برگردان و هر جا بودید رویتان را به سوی آن برگردانید.

۲. وَمِنْ حَيْثُ خَرَجْتَ فَوَلِّ وَجْهَكَ شَطْرَ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ وَإِنَّهُ لِلْحَقِّ مِنْ رَبِّكَ وَمَا اللَّهُ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ (البقرة: ۱۴۹)

و از هر جا که بیرون آمدی پس رویت را به سوی مسجد الحرام برگردان که به راستی قطعاً این حق و از جانب خداوندگارت است و خدا از آنچه می‌کنید غافل نیست.

۳. إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا (النساء: ۱۰۳)

به راستی که نماز به صورتی زمان‌بندی شده بر مؤمنان مقرر بوده است.

۴. إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ (آل عمران: ۱۹۰)

به راستی در آفرینش آسمان‌ها و زمین و پیاپی آمدن شب و روز، نشانه‌هایی برای صاحب‌دلان است.

حضور و قدرت الهی^۱ تبدیل شود، همواره طلوع، زوال و غروب خورشید^۲ به عنوان اوقات خاص عبادت در نظر گرفته می شود.

اگرچه گذر ایام و آسیب فرقه سازی^۳، تغییرات و اختلافاتی را در این زمان بندی ایجاد کرده، ولی قدر مشترک سنت باقیمانده در میان خداجویان جهان، پرداختن به دعا و نیایش در هنگام سپیده دم یا آغاز روز، ظهر یا ساعات پس از اوج خورشید و بعد از غروب آفتاب یا زمان فرا رسیدن شب است.

مسلمانان نیز در این سه وقت، پنج نماز می خوانند و از هنگام گسترش پرتو خورشید^۴ تا وقت بیرون آمدنش از افق^۵، به نماز صبح؛ با رسیدن سایه به کوتاه ترین حد^۶ تا غروب آفتاب^۷، به نماز ظهر و عصر؛ و از لحظه پنهان شدن

۱. وَهُوَ الَّذِي يُحْيِي وَيُمِيتُ وَلَهُ اخْتِلَافُ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ أَفَلَا تَعْقِلُونَ (المؤمنون: ۸۰)

و اوست آن کس که زنده می کند و می میراند و پیاپی آمدن شب و روز از آن اوست؛ آیا درک نمی کنید؟

۲. أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا (الإسراء: ۷۸)
نماز را از زوال آفتاب تا نهایت تاریکی شب بر پا دار، و نیز قرآن بامدادان را، زیرا قرآن بامدادان گواهی شده است.

۳. فَتَقَطَّعُوا أَمْرَهُم بَيْنَهُمْ زُبُرًا كُلُّ حِزْبٍ بِمَا لَدَيْهِمْ فَرِحُونَ (المؤمنون: ۵۳)
پس با دسته دسته شدن، امورشان را میان خود جدا جدا کردند و هر گروهی به آنچه پیش آنهاست دلخوش است.

۴. حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ (البقرة: ۱۸۷)

تا رشته سفید سپیده دم از رشته سیاه برای شما آشکار شود.

۵. وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ (طه: ۱۳۰)

و پیش از بر آمدن خورشید، همراه با ستایش خداوندگارت تسبیح بگو.

۶. أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُوكِ الشَّمْسِ (الإسراء: ۷۸)

نماز را از زوال آفتاب بر پا دار.

۷. فَاصْبِرْ عَلَى مَا يَقُولُونَ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ الْغُرُوبِ (ق: ۳۹)

و بر آنچه می گویند شکیبا باش و پیش از بر آمدن خورشید و پیش از غروب به همراه با ستایش خداوندگارت تسبیح بگو.

خورشید^۱ تا نیمه شب، به نماز مغرب و عشا می ایستند. البته بیشتر آنها به درستی نماز عصر را جداگانه و بعد از برابر شدن سایه هر چیز با خودش و عشا را بعد از تاریکی کامل همه آسمان^۲ به جا می آورند. مهم ترین تأکید قرآن در زمینه اوقات نماز، مراقبت همیشگی^۳ برای از دست نرفتن آن و بلکه به جا آوردنش در اولین فرصت است. این دقت و التزام، علاوه بر تقویت اراده و نظم بخشیدن به دیگر برنامه های زندگی، نوعی دل سپردن به فرمان خدا و پیشگیری از سقوط در شرایط اسفباری است که کوتاهی نسبت به نماز^۴ به امری عادی تبدیل می شود.

البته در میان نمازهای پنج گانه، نماز صبح از جایگاه ویژه ای برخوردار است. قرآن لحظات سرشار از آرامش و انرژی سحرگاهان^۵ را بهترین فرصت برای راز و نیاز با خدا می داند و نمازی را که در هنگام دمیدن صبح خوانده شود، شایسته توجه و گواهی ملکوتیان^۶ و بیداری و استغفار در آن ساعات رازمینه ساز بالاترین دستاوردها^۷ اعلام می کند.

۱. وَمِنَ اللَّيْلِ فَسَبِّحْهُ وَأَدْبَارَ السُّجُودِ (ق: ۴۰)

و در پاره ای از شب و به دنبال سجده او را تسبیح بگو.

۲. أَقِمِ الصَّلَاةَ لَدُلُوكَ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ (الاسراء: ۷۸)

نماز را از زوال آفتاب تا نهایت تاریکی شب بر پا دار.

۳. حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَىٰ وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ (البقرة: ۲۳۸)

همواره بر نمازها و نماز میانه مواظبت داشته باشید و در حالی که فرمانبرانه سرفروا و رده دیر برای خدا به پا خیزید.

۴. الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ (الماعون: ۵)

آنان که نسبت به نمازشان سهل انگارند.

۵. الصَّابِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَانِتِينَ وَالْمُنْفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ (آل عمران: ۱۷)

همان شکیبایان و راستگویان و سربه فرمانان و اتفاق کنندگان و آمرزش طلبان در سحرگاهان.

۶. إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا (الاسراء: ۷۸)

به راستی که قرآن با مددگان گواهی شده است.

۷. إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي جَنَّاتٍ وَعُيُونٍ ... * كَانُوا قَلِيلًا مِنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ * وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ

(الذاریات: ۱۵ و ۱۷ و ۱۸)

به راستی پروا پیشگان در باغ ها و چشمه سارانی قرار دارند ... و از شب اندکی را می غنودند و در سحرگاهان [از خدا] طلب آمرزش می کردند.

◉ نماز و طهارت ◉

مهم‌ترین و گویاترین نماد معنویت، پاکیزگی است. لذا قرآن هم‌داستان با دیگر مکاتب معنوی هر گونه بی‌اخلاقی^۱، بی‌فکری^۲ و لجاجت^۳ و حتی ابزار و مقدمات اموری^۴ که به زندگی اخلاقی و عقلانی آسیب برساند را آلودگی‌هایی معرفی می‌کند که دل را تیره و تار و راه رسیدن به درجات والای انسانیت را مختل می‌سازد.

این کتاب، جهت‌گیری و مقصود آموزه‌های خود را پاکیزگی بیشتر قرار داده است؛ لذا نه فقط در احکام مرتبط با نظافت، بلکه حتی در اموری چون دریافت صدقات و وظایف مالی^۵، یا آدابی چون معاشرت عقیفانه با جنس مخالف^۶، احترام به حق انتخاب افراد در ازدواج^۷ و شیوه

۱. إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا (الأحزاب: ۳۳)

جز این نیست که خدا می‌خواهد آلودگی را از شما خاندان بزداید و شما را پاک و پاکیزه گرداند.

۲. وَيَجْعَلُ الرِّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ (یونس: ۱۰۰)

و خدا پلیدی را بر کسانی که عقل را به‌کار نمی‌گیرند قرار می‌دهد.

۳. قَالَ قَدْ وَقَعَ عَلَيْكُمْ مِّن رَّبِّكُمْ رِجْسٌ وَغَضَبٌ أَتَجَادِلُونَنِي فِي أَسْمَاءٍ سَمَّيْتُمُوهَا أَنْتُمْ وَآبَاؤُكُمْ مَا نَزَّلَ اللَّهُ

بِهَا مِنْ سُلْطَانٍ (الأعراف: ۷۱)

گفت: «قطعاً پلیدی و خشمی از جانب خداوندگار تان بر شما قرار گرفته است. آیا درباره نام‌هایی که خودتان و پدرانتان نامگذاری‌شان کرده‌اید و خدا بر درستی آنها دلیل قانع‌کننده‌ای فرو نفرستاده است با من مجادله می‌کنید؟

۴. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (المائدة: ۹۰)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، جز این نیست که شراب و قمار و بت‌ها و تیرهای قرعه پلیدی‌هایی از کارهای شیطان‌اند؛ پس از آنها دوری گزینید تا شاید رستگار شوید.

۵. خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا (التوبة: ۱۰۳)

از دارایی‌های آنان صدقه‌ای بگیر تا به وسیله آن پاکیزه‌شان سازی و رشد و پاکی به آنها بدهی.

۶. وَإِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعًا فَاسْأَلُوهُنَّ مِن وَرَاءِ حِجَابٍ ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ (الأحزاب: ۵۳)

و چون از آنان چیزی خواستید از پشت پرده از آنان بخواهید؛ آن برای دل‌های شما و دل‌های آنان پاکیزه‌تر است.

۷. وَإِذَا طَلَقْتُمُ النِّسَاءَ فَلَبَسْنَ أَجَاهُنَّ فَلَا تَعْصِلُوهُنَّ أَن يَنْكِحْنَ أَزْوَاجَهُنَّ إِذَا تَرَاضَوْا بَيْنَهُم بِالْمَعْرُوفِ ذَلِكَ يُوعَظُ بِهِ

مَنْ كَانَ مِنْكُمْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكُمْ أَزْكَى لَكُمْ وَأَطْهَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ (البقرة: ۲۳۲)

گفتگو با پیشوایان دین^۱ نیز هدفش را افزایش طهارت اعلام می‌کند. خدای مهربانی که رحمت بی‌انتهایش همه چیز را در بر گرفته^۲، مشتاق است افراد بیشتری را از مهرورزی و ویژه خود^۳ بهره‌مند سازد؛ لذا بندگان را به وضو گرفتن و غسل کردن قبل از نماز فرا می‌خواند^۴ و بزرگوارانه توضیح می‌دهد که قصدش به زحمت انداختن کسی نیست و فقط می‌خواهد آنها را پاک کند^۵ تا از نعمات بیشتری برخوردار شوند.

و چون زنان را طلاق دادید و به پایان مهلت تعیین شده خود رسیدند، در صورتی که میان خودشان بر اساس عرف به توافق برسند، با در تنگنا گذاشتن، مانع ازدواجشان یا همسرانشان نشوید. این نکته‌ای است که هر یک از شما به خدا و روز واپسین ایمان داشته باشد از آن پند خواهد گرفت. این (شیوه) رشد و پاکی بیشتری برای شما به ارمغان می‌آورد و پاکیزه‌تر است. و خدا می‌داند و شما نمی‌دانید.

۱. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا نَجَّيْتُمُ الرُّسُولَ فَقَدِمُوا بَيْنَ يَدَيْ نَجْوَاكُمْ صَدَقَةٌ ذَلِكَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَأَظْهَرُ فَإِنْ لَمْ تَجِدُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ (المجادله: ۱۲)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، هرگاه با فرستاده نجوا کردید، پیش از نجوای خود صدقه‌ای تقدیم دارید. آن برای شما بهتر و پاکیزه‌تر است؛ البته اگر چیزی نیافتید بدانید که خدا آمرزنده و مهربان است.

۲. وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ (الأعراف: ۱۵۶)

و رحمت من بر همه چیز گسترده است.

۳. فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَيُدْخِلُهُمْ رَبُّهُمْ فِي رَحْمَتِهِ ذَلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْمُبِينُ (الجاثية: ۳۰)

و اما کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته کرده‌اند، پس خداوند گارشان آنان را در رحمت خویش داخل می‌گرداند. آن همان کامیابی آشکار است.

۴. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ (المائدة: ۶)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، چون به قصد نماز برخاستید، صورت و دست‌هایتان را تا آرنج بشوید؛ و سر و پاهایتان را تا دو برآمدگی مسح کنید.

۵. مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيَعْتَمِدَ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ (المائدة: ۶)

خدا نمی‌خواهد بر شما تنگنایی قرار دهد، لیکن می‌خواهد شما را پاک کند و نعمتش را بر شما تمام گرداند، باشد تا شاید قدرشناسی کنید.

راز اصلی تأکید بر طهارت در هنگام نماز و تمیز بودن محل آن^۱، جلب توجه‌ها به سوی همین نکته مهم است. زیرا پاکیزگی ظاهری می‌تواند مقدمه و نمادی برای پاکسازی باطنی باشد. لذا در همه شرایع معنوی بر ضرورت برطرف ساختن آلودگی لباس و بدن پیش از ورود به نماز و شستشوی همه یا بخشی از اعضا با عناوینی چون وضو یا غسل تأکید شده است.

البته وضو و غسل، بیش از آنکه شستشویی ظاهری باشد، عبادتی است که با نیتی خالصانه و مطابق با فرمان خدا به جا آورده می‌شود تا آثاری را فراتر از پاکیزگی دست و صورت و بدن، در دل پدید آورد^۲. لذا در شرایط اضطرار، وقتی به جای وضو یا غسل، تیمم واجب می‌شود، می‌توان با دست کشیدن بر خاکی پاک^۳ به همان طهارتی رسید که با آب به دست می‌آید.

برای وضو باید صورت و دست‌ها را تا آرنج بشوییم^۴ و سپس با آب باقیمانده در دست، روی سر و پاها را مسح کنیم^۵. اگرچه مسلمانان در فهم دستورالعمل قرآن درباره شستن یا مسح پا در وضو اختلاف دارند، ولی اگر به جای قرائت حفص (که دلیلی بر برتری آن نداریم) «أرجلكم» را طبق قرائت اکثر راویان قرآن، مجرور بخوانیم، تردیدی در اینکه باید پا را مسح کرد باقی نمی‌ماند.

۱. وَعَهَدْنَا إِلَىٰ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ أَنْ طَهَّرَا بَيْتِي لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ (البقرة: ۱۲۵) و به ابراهیم و اسماعیل سفارش کردیم که خانه‌ام را برای طواف‌کنندگان و معتکفان و رکوع و سجده‌کنندگان پاکیزه گردانید.

۲. أُولَٰئِكَ الَّذِينَ لَمْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَظْهَرْ قُلُوبُهُمْ (المائدة: ۴۱) ایشان‌اند کسانی که خدا نخواست دل‌هایشان را پاک گرداند.

۳. وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُم مِّنَ الْغَايَةِ أَوْ لَا مَسَاسَ لَكُمُ الْيَسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ (المائدة: ۶)

و اگر بیمار یا در سفر بودید، یا یکی از شما از محل قضای حاجت آمد، یا با زنان نزدیکی کرده بودید و آبی نیافتید، پس با خاکی پاکیزه تیمم کنید و از آن به صورت و دست‌هایتان بکشید.

۴. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ (المائدة: ۶) ای کسانی که ایمان آورده‌اید، چون به قصد نماز برخاستید، صورت و دست‌هایتان را تا آرنج بشویید.

۵. وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ (المائدة: ۶) و سر و پاهایتان را تا دو برآمدگی مسح کنید.

در شرایطی که فرد جنب باشد، باید به جای وضو غسل کند^۱. یعنی همه بدن را بشوید یا در آب قرار دهد. برای این منظور لازم است همچون هنگام وضو ابتدا از پاک بودن محل شستشو مطمئن شد و با نیت عبادت و طهارت، آبی پاک را به سر و گردن و سپس به بقیه بدن رساند. البته خوب است سمت راست بدن، پیش از سمت چپ آن شسته شود.

اما اگر در دسترسی به آب یا استفاده از آن محدودیتی وجود داشت^۲، همین که آداب طهارت پیش از نماز، با استفاده از خاکی پاک به جا آورده شود کافی است و تیمم، جایگزین وضو یا غسل می شود. برای این منظور باید کف دو دست را با قصد قربت بر خاک زد و پس از تکاندن بقایای آن، از بالای پیشانی بر صورت و از بالای میج بر پشت دست ها کشید.

۱. وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا (المائدة: ۶)

و اگر جنب بودید خود را پاک کنید.

۲. وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُم مِّنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ يَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوْهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ (المائدة: ۶)

و اگر بیمار یا در سفر بودید، یا یکی از شما از قضا حاجت آمد، یا با زنان نزدیکی کردید و آبی نیافتید، پس با خاکی پاک تیمم کنید و از آن به صورت و دست هایتان بکشید.

◉ نیت و نماز ◉

نخستین و مهم‌ترین رکن هر عبادتی نیت است. قرآن نیت خالص را اساس بندگی خدا می‌داند^۱ و نماز و انفاق و دیگر مناسک را روبنهایی برای آن به‌شمار می‌آورد. چرا که درخت ایمان و معنویت، جز با انگیزه‌ای زلال قابل آبیاری نیست^۲ و میوه‌های عمل صالح جز در قلبی پاک و سلیم^۳ به ثمر نمی‌رسد.

نیت یعنی تمرکز بر هدف؛ و رکن بودن آن در عبادت به این معناست که هر کاری، هر چند با ظاهری زیبا و مقدس، اگر بدون انتخاب و از سر عادت، یا با هدفی جز تقرب به خدا انجام شود، بی‌ارزش و بی‌خاصیت است^۴. نماز نیز از این قاعده مستثنی نیست و باید با هوشیاری کامل^۵ و انگیزه‌ای درست^۶ به‌جا آورده شود.

۱. وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حَقَّاءَ (البینة: ۵)

و فرمان نیافته بودند جز اینکه خدا را بندگی کنند در حالی که دین را برای او خالص می‌گردانند و حق طلب‌اند.

۲. إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا وَأَصْلَحُوا وَاعْتَصَمُوا بِاللَّهِ وَأَخْلَصُوا دِينَهُمْ لِلَّهِ فَأُولَئِكَ مَعَ الْمُؤْمِنِينَ وَسَوْفَ يُؤْتِي اللَّهُ الْمُؤْمِنِينَ أَجْرًا عَظِيمًا (النساء: ۱۴۶)

مگر کسانی که توبه کردند و اصلاح نمودند و خود را با خدا محفوظ داشتند و دین خود را برای خدا خالص قرار دادند که چنین کسانی با مؤمنان خواهند بود، و به زودی خدا مؤمنان را پاداشی سترگ خواهد بخشید.

۳. إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ (الشعراء: ۸۹)

مگر کسی که دلی سالم‌مانده به سوی خدا بیاورد.

۴. وَلَوْ أَشْرَكُوا لَحَبِطَ عَنْهُمْ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ (الأنعام: ۸۸)

و اگر آنان شرک ورزیده بودند، قطعاً آن چه انجام می‌دادند از اعتبار می‌افتاد و از دستشان می‌رفت.

۵. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ (النساء: ۴۳)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، در حالی که مست‌اید تا زمانی که بدانید چه می‌گویید به نماز نزدیک نشوید.

۶. وَادْعُوهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ (الأعراف: ۲۹)

و او را در حالی که دین را برایش خالص می‌گردانید بخوانید.

این نگاه، دایره عبادت را از اعمالی خاص فراتر می‌برد و همه لحظات^۱ و هر رفتاری را که با چنین توجه و تمرکز همراه باشد، در بر می‌گیرد؛ لذا نه فقط نماز و نیایش، بلکه زندگی و مرگ انسان نیز برای خدا می‌شود^۲ و این‌گونه به دینی ناب^۳، رویکردی توحیدی^۴ و حساب و کتابی منطبق بر حقیقت مطلق^۵ دست می‌یابد.

اما توهم تأثیرگذاری اموری پوچ^۶، یا دل بستن به منافع و لذاتی زودگذر^۷، محاسباتی غلط را در ذهن آدمی شکل می‌دهد که او را به ریاکاری^۸ و شرکت دادن دیگران در

۱. الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ (المعارج: ۲۳)

همان کسانی که بر نمازشان مداومت دارند.

۲. قُلْ إِنْ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (الأنعام: ۱۶۲)

بگو: «به‌راستی نمازم و کارهایی با آنها به خدا نزدیک می‌شوم و زندگی و مرگم برای خداست که خداوندگار جهانیان است.

۳. أَلَا لِلَّهِ الدِّينُ الْخَالِصُ (الزمر: ۳)

آگاه باشید که آیین ناب از آن خداست.

۴. إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ (الأنعام: ۷۹)

به‌راستی من حق طلبانه روی خود را به سوی کسی قرار دادم که آسمان‌ها و زمین را پدید آورده است و من از مشرکان نیستم.

۵. يَوْمَئِذٍ يُؤْقِرُ اللَّهُ دِينَهُمُ الْحَقَّ وَيَعْلَمُونَ أَنَّ اللَّهَ هُوَ الْحَقُّ الْمُبِينُ (النور: ۲۵)

در آن روز خدا دین حقیقی آنان را به طور کامل به ایشان می‌دهد و خواهند دانست که خدا همان حقیقت آشکار است.

۶. وَيَوْمَ نَحْشُرُهُمْ جَمِيعًا ثُمَّ نَقُولُ لِلَّذِينَ أَشْرَكُوا آيِنَ شُرَكَائِكُمْ الَّذِينَ كُنْتُمْ تَزْعُمُونَ (الأنعام: ۲۲)

و روزی که همگی آنان را محشور می‌کنیم، آنگاه به کسانی که شرک ورزیدند می‌گوییم: «کجایند آن شریکان شما که می‌پنداشتید؟»

۷. كَلَّا بَلْ تُحِبُّونَ الْعَاجِلَةَ (القیامة: ۲۰)

هرگز چنین نیست؛ بلکه شما دنیای زودگذر را دوست دارید.

۸. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَبْطُلُوا صَدَقَاتِكُمْ بِالْمَنِّ وَالْأَذَىٰ كَالَّذِي يُنْفِقُ مَالَهُ رِئَاءَ النَّاسِ (البقرة: ۲۶۴)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، صدقه‌های خود را با منت و آزار باطل نکنید، مانند کسی که مالش را برای خودنمایی به مردم انفاق می‌کند.

عبادت^۱ و او می‌دارد و با پایین کشیدن وی در درهٔ نفاق و بی‌ایمانی، نیکی‌هایش را به کاری بی‌حاصل همچون کشاورزی روی تخته سنگ^۲ تبدیل می‌کند.

البته اخلاص، مقامی بسیار والاست که هر کس بسته به ظرفیت^۳ و تلاشش^۴ به درجاتی از آن دست می‌یابد و پابندی به همان رتبه، برای قبولی و اثربخشی نماز او کافی است^۵؛ ولی همان‌گونه که نیت خالص‌تر، نماز ارزشمندتری به ارمغان می‌آورد، توجه بیشتر به آموزه‌های نماز نیز می‌تواند ارتقای نیت را در پی داشته باشد.

تکرار درس توحید در همهٔ اجزای نماز و یادآوری یگانگی، بزرگی و بی‌نیازی خدای مهربانی که هیچ معبود و مالک و مؤثری جز او نیست^۶، نمازگزار واقعی را به جایی می‌رساند که حتی عبادت خود را شایستهٔ توجه و شادمانی^۷ نمی‌بیند؛ چه رسد به اینکه

۱. وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا (النساء: ۳۶)

و خدا را عبادت کنید و چیزی را شریک او قرار ندهید.

۲. فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ صَفْوَانٍ عَلَيْهِ تُرَابٌ فَأَصَابَهُ وَابِلٌ فَتَرَكَهُ صَلْدًا لَا يَقْدِرُونَ عَلَى شَيْءٍ مِّمَّا كَسَبُوا (البقرة: ۲۶۴)

پس داستان او به داستان تخته‌سنگ بسیار صافی می‌ماند که روی آن خاکی است و رگباری به آن زده و چیزی سخت و بدون رویش از آن بر جای گذاشته است؛ آنها به هیچ چیزی از آنچه به‌دست آورده بودند نمی‌رسند.

۳. لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا (البقرة: ۲۸۶)

خدا هیچ‌کس را جز به اندازهٔ توان و ظرفیتش تکلیف نمی‌کند.

۴. وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى (النجم: ۳۹)

و اینکه انسان چیزی جز آنچه تلاش می‌کند ندارد.

۵. وَمَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ وَسَعَى لَهَا سَعْيَهَا وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَٰئِكَ كَانَ سَعْيُهُمْ مَشْكُورًا (الاسراء: ۱۹)

و هر کس خواهان سرای واپسین باشد و در حالی که مؤمن است نهایت کوشش خود را برای آن به‌کار گیرد، چنین کسانی تلاششان قدرشناسی خواهد شد.

۶. إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي (طه: ۱۴)

منم، من، خدایی که جز من خدایی نیست، پس مرا پرستش کن و نماز را برای یادکردن من برپا دار.

۷. لَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَفْرَحُونَ بِمَا أَتَوْا... فَلَا تَحْسَبَتْهُمْ بِمَقَارَةِ مِنَ الْعَذَابِ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ (آل عمران: ۱۷۸)

دوست داشته باشد دیگران از کارهای نکرده او تعریف و تمجید کنند^۱.

هرگز مپندار کسانی را که به خاطر آنچه انجام داده‌اند شادی می‌کنند ...، هرگز آنها را در جایگاه نجات از عذاب مپندار؛ و عذابی دردناک خواهند داشت.

۱. لَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَفْرَحُونَ بِمَا أَتَوْا وَيُجِبُونَ أَنَّ يُحْمَدُوا بِمَا لَمْ يَفْعَلُوا فَلَا تَحْسَبَنَّهُمْ بِمَفَازَةٍ مِنَ الْعَذَابِ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ (آل عمران: ۱۸۸)

هرگز مپندار کسانی را که ... دوست دارند به خاطر آنچه نکرده‌اند ستایش شوند، هرگز آنها را در جایگاه نجات از عذاب مپندار؛ و عذابی دردناک خواهند داشت.

◀ در حریم کبریا ▶

نقطه آغاز همه نمازها ذکر زیبای «الله اکبر» است. این جمله کوتاه، اگر از صمیم قلب بیان شود، پنجره‌ای رو به معنویت را در برابر نمازگزار می‌گشاید و او را چنان با کبریای خدایی بی‌نهایت بزرگ^۱ مواجه می‌سازد که جایی برای توجه به دیگران باقی نمی‌گذارد و شرایط لازم برای عبادتی سرشار از خشوع و قدرشناسی^۲ را فراهم می‌آورد.

ارزش واقعی هر کس بر اساس جایگاه او در نسبت با حقیقت مشخص می‌شود و رتبه‌های بالاتر در این سلسله مراتب، با شناخت حقایق بیشتر^۳ به دست می‌آید. اوج این درجات در گرو درک عمیق این نکته است که حتی برترین توصیف‌ها با بزرگی حقیقت مطلق^۴ تناسبی ندارد و او از همه تعریف و تمجیدهای انسانی منزّه^۵ و فراتر از وصف شدن است. نماز با چنین اعتراف مهمی آغاز می‌شود تا متوجه باشیم باید خدا را از آنچه در عبادات

۱. وَلَهُ الْكِبَرِيَاءُ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (الباقية : ۳۷)

و در آسمان‌ها و زمین، بزرگی از آن اوست، و اوست عزتمند باحکمت.

۲. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ (البقرة : ۱۷۲)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید از روزی‌های پاکیزه‌ای که به شما دادیم بخورید و قدردان خدا باشید اگر واقعاً او را بندگی می‌کنید.

۳. يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ (المجادلة : ۱۱)

خدا رتبه کسانی از شما را که ایمان آورده و کسانی را که دانش به آنها داده شده است ارتقا دهد؛ و خدا به آنچه می‌کنید آگاه است.

۴. ذَلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ هُوَ الْحَقُّ وَأَنَّ مَا يَدْعُونَ مِن دُونِهِ هُوَ الْبَاطِلُ وَأَنَّ اللَّهَ هُوَ الْعَلِيُّ الْكَبِيرُ (الحج : ۶۲)

آن بدین خاطر است که بهر راستی خداست که حق است و مسلماً آنچه به جای او می‌خوانند باطل است و بهر راستی این خداست که والا و بزرگ است.

۵. سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُصِفُونَ (الصفات : ۱۵۹)

خدا از آنچه توصیف می‌کنند منزّه است.

می‌گوییم نیز برتر بدانیم و غرض از این اذکار، خضوع در برابر چنین عظمتی است؛ همان هدفی که قرآن برای سایر مناسک نیز بر می‌شمرد؛ لذا مقصود از روزه گرفتن^۱ و فلسفه قربانی در حج^۲ را توجه به بزرگی خدا به عنوان قدرشناسی در برابر هدایت او اعلام می‌کند.

گفتن «الله اکبر» در ابتدای نماز «تکبیرة الاحرام» نامیده می‌شود. زیرا نشانه ورود به حریمی است که برای پاسداشت آن باید از رفتارهای ناسازگار با قداست این مقام پرهیز کرد و تا پایان نماز، کارهایی چون روگرداندن از قبله، سخن گفتن، خوردن، آشامیدن، خندیدن و مانند آن را که نمازگزار با انجامش از حالت عبادت بیرون می‌آید، ممنوع دانست.

بر اساس سنتی پسندیده در میان همه مسلمانان، خوب است تکبیر را بعد از هر یک از اعمال نماز تکرار کنیم تا با یادآوری عظمت خدایی که از هر چه می‌اندیشیم و می‌گوییم بزرگ‌تر است، از غافل شدن نسبت به هدف عبادت جلوگیری کنیم. همچنین خوب است هم‌زمان با هر تکبیر، دست‌ها را تا کنار صورت بالا بیاوریم تا ناچیز شمردن و کنار زدن جاذبه‌های دنیوی را به خود تلقین کنیم.

۱. فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرٍ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَذَا كُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ (البقرة: ۱۸۵)

پس هر کس از شما این ماه را درک کند باید آن را روزه بگیرد و کسی که بیمار یا در سفر باشد، شماری از روزهای دیگر. خدا برای شما آسانی و گشایش می‌خواهد و سختی و تنگنای شما را نمی‌خواهد، تا این شمارش را کامل کنید و خدا را به‌خاطر اینکه راهبریتان کرد بزرگ بدارید و تا شاید قدردانی کنید.

۲. لَنْ يَنَالَ اللَّهُ خُومَهَا وَلَا دِمَاؤُهَا وَلَكِنْ يَنَالُهُ التَّقْوَى مِنْكُمْ كَذَلِكَ سَخَّرَهَا لَكُمْ لِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَذَا كُمْ وَيُبَشِّرَ الْمُحْسِنِينَ (الحج: ۳۷)

هرگز نه گوشت‌های آنها و نه خون‌هایشان به خدا نخواهد رسید، ولی تقوا از جانب شما به او می‌رسد. این‌گونه آنها را در تسخیر شما قرار داد تا خدا را به پاس آنکه راهبریتان کرد بزرگ دارید؛ و نیکوکاران را مژده بده.

سوره ستایش

قرائت آیات کتب آسمانی یکی از اجزای ثابت نماز در شرایع الهی است. قرآن نیز با کنار هم قرار دادن نماز و تلاوت کتاب خدا^۱، پیوند نزدیک آنها را یادآور می‌شود و ضمن تمجید از یهودیان و مسیحیانی که آیات کتاب مقدس خود را در حال سجده و عبادت زمزمه می‌کنند^۲، از پیروان آخرین پیام آسمان می‌خواهد شب‌ها برای عبادت برخیزند و قرآن بخوانند^۳.

در همه نمازهای واجب و مستحب، نخستین اقدام لازم پس از تکبیرة الاحرام، قرائت مهم‌ترین سوره قرآن، یعنی «حمد» یا «فاتحة الكتاب»^۴ است؛ سوره‌ای سرشار از زیبایی و مهربانی که

۱. اَتْلُوْا مَا اُوْحِيَ اِلَيْكُم مِّنَ الْكِتَابِ وَاَقِمِ الصَّلَاةَ (العنکبوت: ۴۵)

آنچه از به سوی تو وحی شده است یعنی کتاب را تلاوت کن و نماز را برپا دار.

۲. لَيْسُوا سَوَاءً مِّنْ اَهْلِ الْكِتَابِ اُمَّةٌ قَائِمَةٌ يَتْلُوْنَ آيَاتِ اللّٰهِ اَنَاءَ اللَّيْلِ وَهُمْ يَسْجُدُوْنَ (آل عمران: ۱۱۳)

آنها یکسان نیستند؛ از اهل کتاب گروهی ویژه‌اند که برخاسته و در حالی که سجده می‌کنند، ساعات شب را به تلاوت نشانه‌های خدا می‌پردازند.

۳. فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ عَلِمَ اَنْ سَيَكُوْنُ مِنْكُمْ مَّرْضًى وَاٰخَرُوْنَ يَصْرُفُوْنَ فِي الْاَرْضِ يَتَّبِعُوْنَ مِنْ فَضْلِ اللّٰهِ وَاٰخَرُوْنَ يُقَاتِلُوْنَ فِي سَبِيْلِ اللّٰهِ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ وَاَقِمُوا الصَّلَاةَ (المزمل: ۲۰)

پس هر چه از قرآن میسر می‌شود بخوانید. می‌داند که از شما بیمارانی خواهند بود، و دیگری در زمین سفر می‌کنند و از افزون‌دهی خدا می‌جویند و دیگری در راه خدا پیکار می‌کنند. پس هر چه از آن میسر شد بخوانید و نماز را برپا دارید.

۴. بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۝ الْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ ۝ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ ۝ مٰلِكِ يَوْمِ الدِّيْنِ ۝ اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ ۝ اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيْمَ ۝ صِرَاطَ الَّذِيْنَ اَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوْبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّيْنَ ۝ (الفاتحة: ۷-۱)

به نام خدای مهربار مهربان. (۱) همهٔ سیاس‌ها و ستایش‌ها از آن خداست، خداوندگار جهانیان. (۲) آن مهربار مهربان. (۳) که صاحب اختیار روز حساب است. (۴) فقط تو را بندگی می‌کنیم و فقط از تو یاری می‌جوییم. (۵) ما را به راه راست و استوار راهبری فرما. (۶) راه کسانی که به آنها نعمت بخشیدی، کسانی که نه بر آنان غضب شده و نه گمراه‌اند. (۷)

چکیده‌ای از آموزه‌های این کتاب و دیگر کتب آسمانی را در بر دارد و ساختارش نشان می‌دهد برای ستایش خدا و مناجات در موقعیتی چون نماز تنظیم شده است.

این قطعه درخشان هنری با وجود کوتاه و مختصر بودن، دریایی بی‌کران از آگاهی‌های معنوی را در خود جای داده و سه موضوع مهم مبدأ، مقصد و راه زندگی را با زیباترین و دقیق‌ترین تعبیر تبیین کرده است. تنها خواسته‌ای که در این سوره مطرح می‌شود^۱ نیز دربارهٔ فلسفهٔ زندگی است و بر اهمیت درست زیستن تأکید می‌کند.

توصیف خدا به رحمن و رحیم در آغاز سوره و دو بار تأکید بر مهربانی او از میان اسماء و صفات دیگرش، تأییدی است بر آنچه دربارهٔ محوریت رحمت در نظام هستی بیان کردیم^۲. نکته‌ای که با تکرار این دو صفت در آیه سوم^۳، جایی برای تردید در آن باقی نمی‌ماند و نشان می‌دهد هدف از این نیایش، بهره‌مندی بیشتر از آن چشمهٔ جوشان مهرورزی است.

این رویکرد، سپاس از خدا و ستایش او^۴ را به قدرشناسی صمیمانه‌ای تبدیل می‌کند که نه از سر تکلف و تظاهر، بلکه با احساس رضایت از قرار گرفتن در نظامی زیبا و حکیمانه ابراز می‌شود و انگیزه و ظرفیت انسان را برای سر سپردن به تدبیری که همهٔ اجزای هستی را به‌سوی هدفی حساب‌شده^۵ پیش می‌برد، افزایش می‌دهد.

برای موفقیت در این مسیر باید در برابر حقیقتی که همهٔ هستی را در بر گرفته است تسلیم

۱. اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ (الفاتحه: ۶)

ما را به راه راست و استوار راهبری فرما.

۲. نماز از زاویه‌ای دیگر (فصل ۳)

۳. الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ (الفاتحه: ۳)

آن مهربار مهربان.

۴. الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (الفاتحه: ۲)

همهٔ سپاس‌ها و ستایش‌ها از آن خداست، خداوندگار جهان‌ها،

۵. مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ (الفاتحه: ۴)

که صاحب‌اختیار روز حساب است.

بود^۱ و از لطف و مهربانی او یاری جست^۲. لطفی که نعمت راهیابی به مقصد آفرینش را از طریق افرادی برگزیده^۳ در اختیار ما قرار داده و آنان را در جایگاهی نشانده است که محروم ماندن از رحمت و گمراهی از روش درست زندگی^۴ در آن راه ندارد.

اگرچه مسلمانان درباره ضرورت و شیوه خواندن سوره‌های دیگر قرآن در نماز اختلاف نظر دارند، ولی همه آنها قرائت آیاتی علاوه بر سوره حمد را سنتی بسیار پسندیده می‌دانند. بر این اساس خوب است تلاوت قرآن در نماز را با خواندن یکی دیگر از سوره‌های این کتاب آسمانی تکمیل کنیم و بسم الله ابتدای آن سوره را نیز بخوانیم.

۱. إِيَّاكَ نَعْبُدُ (الفاتحة: ۵)

فقط تو را بندگی می‌کنیم.

۲. وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ (الفاتحة: ۵)

و فقط از تو یاری می‌جوییم.

۳. صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ (الفاتحة: ۷)

راه کسانی که به آنها نعمت بخشیدی.

۴. غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ (الفاتحة: ۷)

کسانی که نه بر آنان غضب شده و نه گمراه‌اند.

◉ همراه با سجده کائنات ◉

در تصویر شگفت‌انگیزی که قرآن از پشت پرده هستی ترسیم می‌کند، تک‌تک اجزای جهان به سجده افتاده^۱ و در حال تسبیح‌اند^۲. در این صحنه هر آنچه در آسمان‌ها و زمین است و حتی سایه‌های آنها^۳ با نهایت خواری و فروتنی سجده گزارده و این‌گونه، تسلیم بودن خود در برابر اراده الهی را به نمایش گذاشته‌اند.

در این کتاب، سجده‌کنندگان، و به عبارتی تسلیم‌شدگان در برابر خدا^۴، به دو گروه تقسیم می‌شوند^۵: دسته‌ای شامل موجوداتی که بی‌اختیار در مسیری معین قرار گرفته و چاره‌ای جز تسلیم نداشته‌اند؛ و دسته‌ای دیگر همچون انسان‌های مؤمن که با انتخابی آگاهانه در برابر اراده الهی سر فرود آورده و به فرمان او گردن نهاده‌اند.

۱. وَلِلَّهِ يَسْجُدُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مِنْ دَابَّةٍ وَالْمَلَائِكَةُ وَهُمْ لَا يَسْتَكْبِرُونَ (النحل: ۴۹)
و آنچه در آسمان‌ها و آنچه در زمین از جنبندگان و فرشتگان است، برای خدا سجده می‌کنند در حالی که خود بزرگ‌بینی نمی‌ورزند.

۲. يُسَبِّحُ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (الجمعة: ۱)
آنچه در آسمان‌ها و آنچه در زمین است، خدایی را که پادشاه پاک عزتمند فرزانه است، تسبیح می‌گویند.

۳. وَلِلَّهِ يَسْجُدُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ طَوْعًا وَكَرْهًا وَظِلَالُهُم بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ (الرعد: ۱۵)
و هر که در آسمان‌ها و زمین است و حتی سایه‌هایشان مشتاقانه یا به‌اجبار، بامدادان و شامگاهان برای خدا سجده می‌کنند.

۴. أَفَغَيْرِ دِينِ اللَّهِ يَبْغُونَ وَلَهُ أَسْلَمَ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ طَوْعًا وَكَرْهًا وَإِلَيْهِ يُرْجَعُونَ (آل عمران: ۸۳)
آیا (چیزی) جز دین خدا را می‌جویند، در حالی که کسانی که در آسمان‌ها و زمین‌اند مشتاقانه یا به‌اجبار تسلیم او شده‌اند و به‌سوی او باز گردانده می‌شوند؟

۵. وَلِلَّهِ يَسْجُدُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ طَوْعًا وَكَرْهًا وَظِلَالُهُم بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ (الرعد: ۱۵)
و هر که در آسمان‌ها و زمین است و حتی سایه‌هایشان مشتاقانه یا به‌اجبار، بامدادان و شامگاهان برای خدا سجده می‌کنند.

قرآن از دسته‌بندی متفاوتی نیز سخن می‌گوید^۱ که بر اساس آن، هر کس در آسمان‌ها و زمین است و خورشید و ماه و ستارگان و درخت و جنبندگان و بسیاری از انسان‌ها همگی در گروه سجده‌کنندگان به خدا قرار می‌گیرند و دسته دوم را انسان‌هایی تشکیل می‌دهند که به‌خاطر سجده نکردن، گرفتار عذابی حتمی می‌شوند.

همه این نکات بیانگر اهمیت و نقش کلیدی تعظیم در برابر خدا به‌عنوان شرط برخورداری از رحمت خاص^۲ اوست؛ خالق بی‌نیازی^۳ که از کرنش دیگران، سود و لذتی نمی‌برد و صرفاً از روی مهربانی، بندگانش را به دعا و تضرع^۴ دعوت می‌کند تا راه دریافت الطاف او را باز نگه دارند و نگذارند کبر و خودبینی آن را مسدود سازد^۵.

اگرچه جایگاه تسلیم و خشوع در دل است^۶، ولی هر حقیقتی که به قلب راه یابد، آثارش

۱. أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يَسْجُدُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ وَالنُّجُومُ وَالْجِبَالُ وَالشَّجَرُ وَالْدَّوَابُّ وَكَثِيرٌ مِّنَ النَّاسِ وَكَثِيرٌ حَقَّ عَلَيْهِ الْعَذَابُ وَمَنْ يُهِنِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِن مُّكْرِمٍ إِنَّ اللَّهَ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ (الحج: ۱۸)

آیا ندیدی که برای خدا سجده می‌کند هر کس در آسمان‌ها و هر کس در زمین است و خورشید و ماه و ستارگان و کوه‌ها و درختان و جنبندگان و بسیاری از مردم و بسیاری هم عذاب بر آنان واجب شده است؟ و هر کس خدا خوارش کند گرامی‌دارنده‌ای نخواهد داشت؛ به‌راستی خدا هر چه بخواهد انجام می‌دهد.

۲. يَخْتَصُّ بِرَحْمَتِهِ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ (آل عمران: ۷۴)
هر که را بخواهد به رحمتش ویژه گرداند و خدا دارای فزون‌بخشی سترگ است.

۳. وَرَبُّكَ الْغَنِيُّ ذُو الرَّحْمَةِ (الأنعام: ۱۳۳)
و خداوندگارت بی‌نیاز و اهل مهربانی است.

۴. ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً (الأعراف: ۵۵)
خداوندگارتان را با زاری و به‌صورت نهانی بخوانید.

۵. إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْتَكْبِرِينَ (النحل: ۲۳)
به‌راستی خدا خودبزرگ‌بینان را دوست ندارد.

۶. إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ (الأفال: ۲)

جز این نیست که مؤمنان، همان کسانی‌اند که چون خدا یاد شود دل‌هره پیدا کنند و چون آیات او بر آنان تلاوت شود بر ایمانشان بیفزاید و بر خداوندگارشان تکیه و اعتماد می‌کنند.

در اعضا و جوارح آشکار می‌شود؛ همان‌گونه که رفتار ظاهری نیز احوال درونی را تقویت یا تضعیف می‌کند. لذا قرآن بارها از مخاطبانش می‌خواهد احساسات و باورشان را نسبت به خدا با همه وجود در رفتار و حالت جسمشان ابراز کنند.

رکوع به معنی خم شدن به اندازه‌ای که دستان به زانوهای برسد و سجده به معنی نهایت افتادگی به حدی که پیشانی بر زمین قرار گیرد، از ارکان نماز است و آیات متعددی از قرآن نشان می‌دهد^۱ این اعمال نیز همچون قرائت کتاب مقدس، از اجزاء نماز در شرایع گذشته بوده^۲ و لازم است همچنان در عبادت حق طلبان باقی بماند^۳.

پیروان همه مذاهب اسلامی در کلیات شیوه به‌جا آوردن این دو رکن اتفاق نظر دارند و گفتن تسبیح خدا در رکوع و سپس برخاستن و به سجده رفتن و تسبیح گفتن در آن حالت و نشستن و انجام سجده‌ای دوباره را واجب می‌دانند و مجموع این اعمال را در کنار قرائت ایستاده قرآن، یک «رکعت» از نماز به‌شمار می‌آورند.

آنها همچنین در اینکه بهترین ذکر در حال رکوع، «سبحان ربی العظیم»^۴ و در سجده، «سبحان ربی الاعلی»^۵ است اختلافی ندارند. البته با توجه به فرمان قرآن درباره ذکر فراوان^۶،

۱. وَإِذْ بَوَّأْنَا لِإِبْرَاهِيمَ مَكَانَ الْبَيْتِ أَنْ لَا تُشْرِكْ بِي شَيْئًا وَطَهِّرْ بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَالْقَائِمِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ (الحج: ۲۶)

و چون محل خانه را برای ابراهیم در نظر گرفتیم، که: «چیزی را شریک من قرار نده و خانه‌ام را برای طواف‌کنندگان و قیام‌کنندگان و رکوع‌کنندگان سجده‌گزار پاکیزه گردان.»

۲. يَا مَرْيَمُ اقْنُتِي لِرَبِّكِ وَاسْجُدِي وَارْكَعِي مَعَ الرَّاكِعِينَ (آل عمران: ۴۳)

ای مریم، خاضعانه فرمانبر خداوندگارت باش و سجده بگزار و همراه رکوع‌کنندگان سر فرود آر.

۳. وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَارْكَعُوا مَعَ الرَّاكِعِينَ (البقرة: ۴۳)

و نماز را برپا دارید و زکات بدهید و همراه رکوع‌کنندگان، سر فرود آورید.

۴. فَسَبِّحْ بِاسْمِ رَبِّكَ الْعَظِيمِ (الواقعة: ۷۴)

پس به نام خداوندگار سترگت تسبیح بگو.

۵. سَبِّحْ اسْمَ رَبِّكَ الْأَعْلَى (الأعلى: ۱)

نام خداوندگار والاتر خود را پاک و منزّه بدان.

۶. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا (الأحزاب: ۴۱)

بهتر است تسبیح‌ها حداقل سه بار گفته شود و بنا به توصیه این کتاب در زمینه همراه بودن تسبیح سجده با حمد^۱، عبارت «و بحمده» نیز به آن افزوده شود.

این خم و راست شدن و سر بر خاک نهادن اگر با تمرکز بر عظمت، بلندمرتبی و بی نقص بودن تکیه‌گاه هستی انجام پذیرد، حقیقت عبادت را در جان انسان شکوفا می‌کند^۲ و توان و انگیزه حرکت به سوی خوبی‌ها^۳ و دوری از کرنش‌های باطل^۴ را افزایش می‌دهد تا جایی که با هر سجده گامی جدید در مسیر کمال^۵ برداشته می‌شود.

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خدا را با یادکردی فراوان یاد کنید.

۱. فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ (الحجر: ۹۸)

پس همراه با سپاس و ستایش خداوندگارت تسبیح بگو و از سجده‌گزاران باش.

۲. فَاسْجُدُوا لِلَّهِ وَاعْبُدُوا (النجم: ۶۲)

پس خدا را سجده گزارید و بندگی کنید.

۳. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (الحج: ۷۷)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، رکوع و سجده گزارید و خداوندگارتان را بندگی کنید و کار خوب انجام دهید تا شاید رستگار شوید.

۴. وَمِنْ آيَاتِهِ اللَّيْلُ وَالنَّهَارُ وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ لَا تَسْجُدُوا لِلشَّمْسِ وَلَا لِلْقَمَرِ وَاسْجُدُوا لِلَّهِ الَّذِي خَلَقَهُنَّ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ (فصلت: ۳۷)

و از نشانه‌های او شب و روز و خورشید و ماه است؛ نه به خورشید سجده کنید و نه به ماه؛ بلکه به خدایی که آنها را آفریده است سجده گزارید اگر فقط او را بندگی می‌کنید.

۵. كَلَّا لَا تَطَّعُهُ وَاسْجُدْ وَاقْتَرِبْ (العلق: ۱۹)

آری، از او فرمان نبر و سجده بگزار و نزدیک شو.

◀ تشهد و سلام ▶

هر رکعت نماز مجموعه‌ای از اعمال، اذکار و نمادهایی است که وقتی به درستی در کنار هم قرار می‌گیرد، رشد معنوی را تسهیل و تسریع می‌کند. مسلمانان دربارهٔ تعداد رکعات اتفاق نظر دارند و آن را در نماز صبح دو بار، در نمازهای ظهر و عصر و عشاء چهار بار و در نماز مغرب، سه بار تکرار می‌کنند.

با کامل شدن رکعت دوم و رکعت پایانی هر نماز، تشهد خوانده می‌شود. برای انجام این واجب، نمازگزار با حالت نشسته به یگانگی خدا شهادت می‌دهد و با گواهی به حقانیت فرستادهٔ خدا و درود بر او و خاندانش، قدرشناسی خود را نسبت به پیشوایانی که واسطهٔ این دستاورد معنوی بوده‌اند ابراز می‌دارد.

ارزشمندترین ثمرهٔ بندگی خدا درک عمیق یگانگی تکیه‌گاه هستی^۱ است و هر قدر این حقیقت بهتر شناخته شود، شهادت دادن به آن واقعی‌تر خواهد بود. بر همین اساس قرآن این گواهی مهم را اقدامی عدالت‌خواهانه معرفی می‌کند که تنها خدا و فرشتگان و افراد خاصی که اهل دانش‌اند از عهدهٔ انجامش بر می‌آیند^۲.

نمازگزار واقعی با معرفتی که از تلاوت آیات الهی و راز و نیاز با خدا به دست

۱. فَأَعْلَمُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ (محمد: ۱۹)

پس بدان که هیچ معبودی جز خدا نیست.

۲. شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلَكُ وَالْعِلْمُ قَائِمًا بِالْقِسْطِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (آل عمران: ۱۸)

خدا در حالی که به نظامی عادلانه برخاسته گواه است که قطعاً معبودی جز او نیست و فرشتگان و اهل دانش نیز؛ هیچ معبودی جز آن عزتمند فرزانه نیست.

می‌آورد، ایمان خود را تازه تر^۱ و حقیقت توحید را برای جان و دلش^۲ مشهودتر می‌سازد. این مقصد عالی جز از مسیر همراهی با شاهدان^۳ آن حقیقت نمی‌گذرد و راز ضرورت صلوات بر پیامبر خدا و خاندانش در همین نکته نهفته است.

خدا و فرشتگانی که به توحید گواهی می‌دهند^۴، بر محمد به عنوان گواه بر گواهان حقائق هستی^۵ درود می‌فرستند و مؤمنان را نیز تشویق می‌کنند بر او درود و سلام گویند^۶. چرا که دریافت نور و رحمت الهی در گرو دل دادن و توجه به شاهدانی است که واسطه فیض و هدایت خدا^۷ و تنها مرجع مطمئن در این مسیرند.

۱. إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ (الأنفال: ۲)

مؤمنان تنها کسانی‌اند که چون خدا یاد شود دل‌هاشان بترسد، و چون آیات او بر آنان تلاوت شود بر ایمانشان بیفزاید، و بر خداوندگارشان اعتماد و تکیه می‌کنند.

۲. الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (الرعد: ۲۸)

همان کسانی که ایمان آورده‌اند و دل‌هاشان به یاد خدا آرام می‌گیرد. همان‌که به یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد.

۳. رَبَّنَا آمَنَّا بِمَا أَنْزَلْتَ وَاتَّبَعْنَا الرَّسُولَ فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ (آل عمران: ۵۳)

ای خداوندگار ما، به آنچه فرو فرستادی ایمان آوردیم و از فرستاده پیروی کردیم؛ پس ما را همراه گواهان مقرر فرما.

۴. شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (آل عمران: ۱۸)

خدا در حالی که به نظامی عادلانه برخاسته گواه است که قطعاً معبودی جز او نیست و فرشتگان و اهل دانش نیز؛ هیچ معبودی جز آن عزتمند فرزانه نیست..

۵. فَكَيْفَ إِذَا جِئْنَا مِنْ كُلِّ أُمَّةٍ بِشَهِيدٍ وَجِئْنَا بِكَ عَلَىٰ هَؤُلَاءِ شَهِيدًا (النساء: ۴۱)

پس چگونه خواهد بود وقتی که از هر امتی گواهی بیاوریم و تو را به عنوان گواه بر آنان حاضر کنیم؟

۶. إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا (الأحزاب: ۵۶)

به راستی خدا و فرشتگانش بر پیامبر درود می‌فرستند. ای کسانی که ایمان آورده‌اید، بر او درود فرستید و سلامی از سر تسلیم گویند.

۷. وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أَئِمَّةً يَهْدُونَ بِأَمْرِنَا لَمَّا صَبَرُوا وَكَانُوا بِآيَاتِنَا يُوقِنُونَ (السجدة: ۲۴)

و چون شکیبایی کردند و به آیات ما یقین داشتند، برخی از آنان را پیشوایانی قرار دادیم که به فرمان ما هدایت کنند.

البته درود خدا منحصر به شخص خاصی نیست و آن رحمت و سلام مطلق^۱، بر همهٔ بندگان^۲ درود می‌فرستد تا آنان را به نور برساند. او همگان را به بهشتی دعوت می‌کند که نامش سرای سلام^۳ و آنچه در آن شنیده می‌شود، فقط سلام است^۴ و از میهمانانش با سلام استقبال^۵ و با سلامی مهربانانه^۶ پذیرایی خواهد شد^۷.

نمازی که آغازش با تکبیر بود، با سلام پایان می‌پذیرد تا مقصد این سفر معنوی، صلح و

۱. هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيَّمُنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ (حشر: ۲۳)

اوست خدایی که جز او معبودی نیست، همان فرمانروای پاک سلام مؤمن مسلط عزتمند جبار متکبر. پاک و منزّه است خدا از آنچه شریک قرار می‌دهند.

۲. هُوَ الَّذِي يُصَلِّي عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَتُهُ لِيُخْرِجَكُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا (الاحزاب: ۴۳)

اوست کسی که همراه با فرشتگانش بر شما درود می‌فرستد تا شما را از تاریکی‌ها به سوی روشنایی برآورد، و نسبت به مؤمنان مهربان است.

۳. وَاللَّهُ يَدْعُو إِلَى دَارِ السَّلَامِ وَيَهْدِي مَن يَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ (يونس: ۲۵)

و خدا به سرای سلام فرا می‌خواند، و هر که را بخواهد به راه راست و استوار راهبری می‌کند.

۴. لَا يَسْمَعُونَ فِيهَا لَغْوًا إِلَّا سَلَامًا وَلَهُمْ رِزْقُهُمْ فِيهَا بُكْرَةً وَعَشِيًّا (مریم: ۶۲)

در آنجا سخن بیهوده‌ای نمی‌شنوند، و جز سلام نمی‌شنوند. و در آن صبح و شام روزی خود را خواهند داشت.

۵. الَّذِينَ تَتَوَفَّاهُمُ الْمَلَائِكَةُ طَيِّبِينَ يَقُولُونَ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ ادْخُلُوا الْجَنَّةَ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ (النحل: ۳۲)

همان کسانی که فرشتگان جانشان را در حالی که پاکند می‌ستانند و می‌گویند: «درود بر شما باد، به خاطر آنچه انجام می‌دادید به بهشت درآید.»

۶. سَلَامٌ قَوْلًا مِّن رَّبِّ رَحِيمٍ (یس: ۵۸)

سلام، به عنوان سخنی از جانب خداوندگاری مهربان.

۷. أُولَئِكَ يُجْزَوْنَ الْغُرْفَةَ بِمَا صَبَرُوا وَيُلَقَّوْنَ فِيهَا نَحِيَّةً وَسَلَامًا (الفرقان: ۷۵)

ایشانند که به پاس آنکه صبر کردند، به آنها غرفه پاداش داده خواهد شد و در آنجا با سلام و درود مواجه می‌شوند.

آرامش و رحمت باشد. بدین منظور پس از ستایش خدایی که همه تحیات از جانب اوست^۱ و سلام بر پیامبری که دریافت‌کننده و انتقال‌دهنده برترین مهربانی‌هاست، به خودمان و به بندگان شایسته خدا^۲ سلام می‌کنیم.

سلام گفتن به خود و اطرافیان^۳، توصیه قرآن و نماد و تلاشی است برای بهره‌مند شدن از لطف خدایی که سلام و رحمت است. لذا در آخرین جمله نماز، سلام و رحمت و برکات بی‌پایان او را برای همگان آرزو می‌کنیم. این تحیت، افراد یا فرشتگان سمت راست و چپ نمازگزار و همه کسانی که با او در ارتباطند را در بر می‌گیرد.

۱. فَسَلِّمُوا عَلٰی اَنْفُسِكُمْ تَحِيَّهً مِّنْ عِنْدِ اللّٰهِ مُبَارَكَةً طَيِّبَةً (النور: ۶۱)

پس به‌عنوان تحیتی مبارک و پاکیزه از نزد خدا بر خود سلام کنید.

۲. قُلِ الْحَمْدُ لِلّٰهِ وَسَلَامٌ عَلٰی عِبَادِهِ الَّذِيْنَ اصْطَفٰی (النمل: ۵۹)

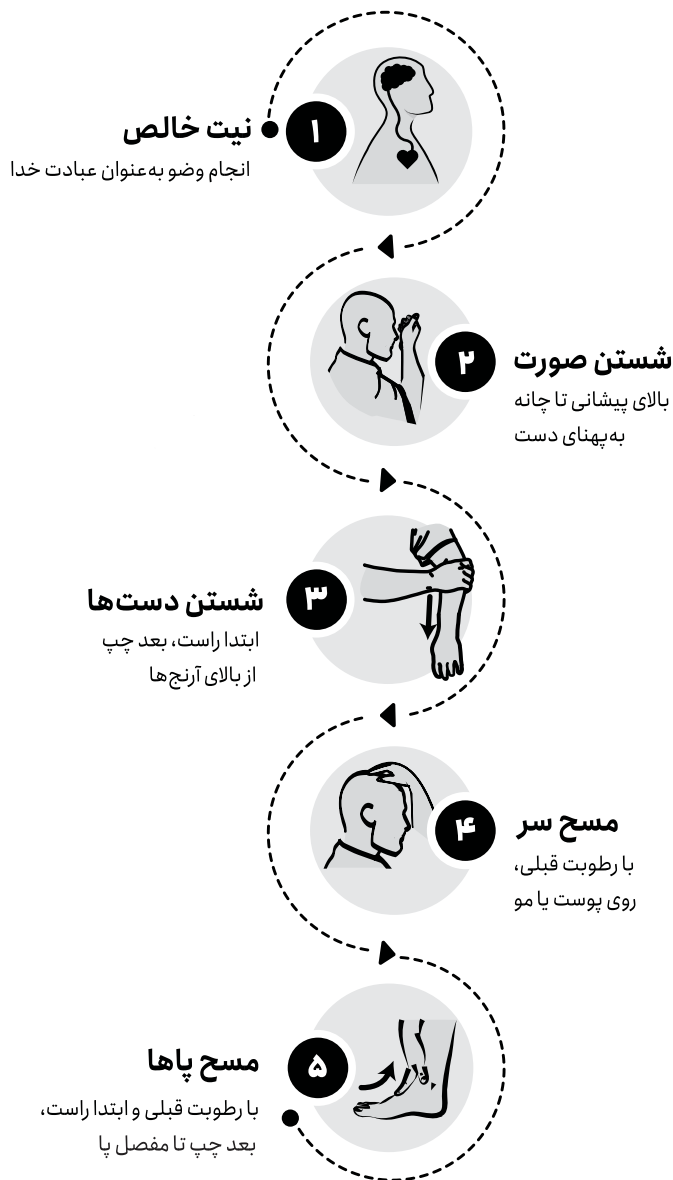
بگو: «سپاس و ستایش از آن خداست، و درود بر آن بندگان که برگزیده است.»

۳. فَاِذَا دَخَلْتُمْ بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلٰی اَنْفُسِكُمْ (النور: ۶۱)

پس چون به خانه‌هایی وارد شدید به خودتان سلام کنید.

راهنمای چندرسانه‌ای







آموزش نماز - برای افراد مبتدی

برای مشاهده ویدیوی آموزشی اسکن کنید.

۲ رکعت	• از طلوع فجر تا بیرون آمدن خورشید	☀️ نماز صبح
۴ رکعت	• از هنگام ظهر تا کمی قبل از غروب آفتاب	☀️ نماز ظهر
۴ رکعت	• پس از نماز ظهر تا غروب آفتاب	☀️ نماز عصر
۳ رکعت	• از هنگام مغرب تا کمی قبل از نیمه شب	🌙 نماز مغرب
۴ رکعت	• پس از نماز مغرب تا نیمه شب	🌙 نماز عشا

۱ آغاز نماز



با گفتن «تکبیرة الاحرام» همراه با نیت خالص برای عبادت خدا:

اللَّهُ أَكْبَرُ

خدا بزرگ تر از آن است که وصف شود

۲ اعمال هر رکعت

الف تلاوت قرآن با خواندن سوره «حمد»

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ①

به نام خدای پر مهر همیشه مهربان

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ②

همه سپاس ها و ستایش ها از آن خداست، خداوندگار جهان ها

الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ③

آن پر مهر همیشه مهربان

مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ④

که صاحب اختیار روز حساب است

إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ⑤

فقط تو را بندگی می کنیم و فقط از تو یاری می جویم

أَهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ⑥

ما را به راه راست و استوار راهبری فرما

صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ⑦

راه کسانی که به آنها نعمت بخشیدی، کسانی که نه بر آنان غضب شده و نه گمراه اند





آموزش نماز - برای افراد مبتدی

برای مشاهده ویدیوی آموزشی اسکن کنید. ◀

و تلاوت سوره‌ای دیگر (مثل سوره
«توحید») در رکعت اول و دوم
[در رکعت سوم یا چهارم تلاوت سوره
حمد کافی است].



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

به نام خدای پر مهر همیشه مهربان

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ۝

بگو خدا یکتاست

اللَّهُ الصَّمَدُ ۝

خدا آن بی نیازی است که همه نیازمند اویند

لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ۝

زاده است و زاده نشده

وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ۝

و هیچ کس همتای او نیست

ب تسبیح خدا همراه با کائنات در رکوع با گفتن:

ب

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ وَ بِحَمْدِهِ

خداوندگار با عظمتم را از هر نقصی منزّه می‌دانم
و او را سپاس و ستایش می‌گویم



برخاستن از رکوع و ایستادن قبل از سجده

ج



ب تسبیح خدا همراه با کائنات در دو سجده با گفتن:

د

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى وَ بِحَمْدِهِ

خداوندگار والا ترینم را از هر نقصی منزّه می‌دانم
و او را سپاس و ستایش می‌گویم





۳ تشهد

در پایان رکعت دوم و رکعت آخر همه نمازها در حال نشسته می‌گوییم:



أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ

گواهی می‌دهم که قطعاً هیچ معبودی جز خدا نیست؛ تنها او چنین است و هیچ شریکی ندارد

وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

و گواهی می‌دهم که قطعاً محمد بنده و فرستاده اوست

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ

خدایا بر محمد و خاندان محمد درود فرست

۴ پایان نماز با سلام و درخواست رحمت الهی برای همگان



السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

سلام بر شما و رحمت خدا و برکات او بر شما باد



در این مجموعه به جای تکرار محتوا و
روش مرسوم در زمینه آموزش نماز، تلاش شده است
مهم‌ترین توصیه‌ی عبادی ادیان آسمانی، بر اساس آنچه قرآن
ارائه می‌دهد، معرفی شود و نکات مرتبطی که در آیات گوناگون
آمده است، به صورت منسجم و کاربردی در اختیار عموم قرار گیرد.
این شیوه متفاوت به خواننده کمک می‌کند از ابتدا بر معانی و
اهداف نماز تمرکز پیدا کند و مفاهیم باطنی و مقصود از اعمال و
اذکاری که در این عبادت زیبا به جا می‌آورد را بهتر بشناسد.
یک راهنمای تصویری و چند ویدیوی جذاب نیز به عنوان
پیوست در نظر گرفته شده است تا این محتوا با زبانی
ساده‌تر نیز قابل بهره‌برداری باشد.



بنیاد امام علی (علیه السلام) - بخارست

www.imamali.ro