



دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)

مجموعه مقالات همایش نماز

همایش رسالت دانشگاهیان در ترویج و توسعه فرهنگ نماز

معاونت فرهنگی و پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

سال انتشار

۱۳۹۲

سرشناسه	: همایش رسالت دانشگاهیان در ترویج و توسعه فرهنگ نماز (۱۳۹۰ : خوراسگان)
عنوان و نام پدیدآور	: مجموعه مقالات همایش نماز، همایش رسالت دانشگاهیان در ترویج و توسعه فرهنگ نماز/مجری معاونت فرهنگی و پژوهش [دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان].
مشخصات نشر	: خوراسگان (اصفهان): دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خوراسگان، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۵۶۴ ص: مصور (بخشی رنگی)، جدول.
شابک	: 978-964-1020-14-1
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: نماز--کنگره‌ها
شناسه افروده	: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خوراسگان. معاونت فرهنگی
شناسه افروده	: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خوراسگان. معاونت پژوهشی
شناسه افروده	: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خوراسگان
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۰ ۸۱۷/هـ/۱۸۶ BP
رده بندی دیویی	: ۲۹۷/۲۵۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۱۲۹۲۵۵



ناشر: دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)

نشانی: اصفهان، خیابان جی، صندوق پستی: ۸۱۵۹۵-۱۵۸

تلفن: ۰۳۱۱-۵۳۵۴۰۰۱-۹، فاکس: ۰۳۱۱-۵۳۵۴۰۶۰، Email: info@khuisf.ac.ir

همایش رسالت دانشگاهیان در ترویج و توسعه فرهنگ نماز

معاونت فرهنگی و پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

گردآورندگان: رضا اسماعیلی، حسین کاظمی، اقدس بیگی

- طراح جلد: شمیم شکرانی
- تعداد: ۱۰۰۰ جلد
- مدیر تولید: فاطمه دادرس
- نوبت چاپ: اول / وزیری
- تعداد صفحات: ۵۶۴ صفحه
- تاریخ نشر: ۱۳۹۲

قیمت: تومان

© حق چاپ محفوظ است.

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۱۰۲۰-۱۴-۱ ISBN: 978-964-1020-14-1

مشخصات اعضاء كمپته

رئیس همایش :

- دكتر احمدعلی فروغی ابری

رئیس همایش و رئیس دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

دبیر علمی همایش :

- دكتر رضا اسماعیلی

دبیر علمی همایش و معاون فرهنگی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

كمپته علمی همایش :

- حجت الاسلام والمسلمین سیدمجتبی میردامادی

رئیس دفتر نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه آزاد اسلامی استان اصفهان

- حجت الاسلام والمسلمین احمد خیرالهی

معاونت دفتر نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه آزاد اسلامی استان اصفهان

- حجت الاسلام والمسلمین علی اصغر بیگی

مدیر فرهنگی منطقه ۴ دانشگاه آزاد اسلامی

- حجت الاسلام والمسلمین سیدمحمد محمدزاده

رئیس دفتر فرهنگ اسلامی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

- حجت الاسلام والمسلمین مجید ضرغامی

مشاور فرهنگی و امام جماعت دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

- دكتر پیام نجفی

معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

كمپته اجرائی همایش :

- حوزه معاونت فرهنگی و دیگر مسئولین حوزهای معاونت اداری مالی، پژوهشی، دانشجویی،

آموزشی و عمرانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

ردیف	نام و نام خانوادگی	نام مقاله	صفحه
۱	محمد حسن نسیمی، عبد الله دن	ابعاد معنوی نماز و آثار آن در زندگی انسان	۱۱
۲	مهدی رضا کمالی بانیانی، لیلا کمالی بانیانی، مجیدرضا کمالی بانیانی	از جایگیری تا پایگیری بُعد روانی نماز در نهاد آدمی	۳۷
۳	شهرام صبری، سیاوش پورطهماسبی، آذر تاجور	بررسی رابطه بین التزام عملی به نماز با سلامت روانی و هویت یابی	۵۲
۴	یاسر عبازاده، بهرام فاتح، سیاوش پورطهماسبی	بررسی رابطه بین عمل به باورهای دینی با سلامت روانی دانشجویان	۷۶
۵	رضا عباسی بختیاری، حجت الاسلام و المسلمین امیر کاظمی، دکتر سیامک باقریان	بررسی عوامل جذب دانشجویان به نماز و ارائه مدلی کاربردی در دانشگاه‌ها	۹۳
۶	اعظم ابراهیم نجف آبادی	بررسی عوامل موثر در جذب دانشجویان به نماز	۱۰۹
۷	مریم و مرضیه محبی زاده	بررسی قضاوت دانشجویان در مورد آثار و برکات نماز و ارتباط آن با میزان مقید بودن دانشجو به انجام این فریضه	۱۳۰
۸	دکتر رضا اسماعیلی، حسین کاظمی، محمدحسین پسندیده	بررسی معنا و مفهوم نماز و اهمیت وجوه آن از منظر آیات و روایات	۱۵۷
۹	جمشید میرزایی	تبیین رابطه میان شرکت دانشجویان در نماز جماعت و سرمایه اجتماعی آنها	۱۷۷
۱۰	علی سلیمانی، لیلا نارنجانی، زهرا حیدران لیمانی	راهکارهای ترویج و توسعه فرهنگ اقامه نماز در مراکز علمی - دانشگاهی	۲۰۰
۱۱	محمد رجیبی سبدانی	راهکارهای جذب دانشجویان به نماز و نقش استادان در ترویج فرهنگ نماز	۲۱۳
۱۲	زهرة زیودار، هوتن ایروانی، رحمان ساعدی	شیوه‌های جذب دانشجویان به نماز	۲۲۷
۱۳	زهرا حیدران داروقه امنیه، دکتر علی سلیمانی، لیلا نارنجانی، عفت صبحی	عوامل جذب دانشجویان به نماز	۲۴۱

۲۶۵	عوامل و راهکارهای جذب دانشجویان به نماز	علی بهرامی	۱۴
۲۹۰	کارکردهای اجتماعی- فرهنگی نماز و ارائه راهکاری مناسب جهت گسترش آن	دکتر اسماعیل ابراهیمی، بهرام فاتح، شهروز دانا	۱۵
۳۰۵	نقش رسانه در ترویج فرهنگ نماز در بین دانشجویان	دکتر فائزه تقی پور، عفت طالبی	۱۶
۳۱۷	نقش نماز در سالم سازی فضای دانشگاهی	لیلا نارنجانی، علی سلیمانی	۱۷
۳۳۰	نماز، پلی به سوی تندرستی	دکتر فرزانه تقیان	۱۸
۳۴۷	نماز و اخلاق دانشجویی	صدیقه همایونی نجف آبادی	۱۹
۳۶۹	نماز وجه برتری انتولوجی توحیدی پانثیستی جهان اسلام ((در برابر انتولوجی اکازیونالیستی دنیای غرب))	مهدی رضا کمالی بانیانی- لیلا کمالی بانیانی - مجید رضا کمالی بانیانی	۲۰
۳۸۲	نماز، مسجد، جهان غرب و رشد اسلام گرایی	دکتر محمد هادی جهاننده	۲۱
۳۹۷	پروین اعتصامی و حقوق نسوان	دکتر جلال متینی	۲۲
۴۰۴	تحلیل اثربخشی نماز بر ابعاد گوناگون سلامت روانی دانشجویان	اسداله خاکی، پروین جمشیدیان	۲۳
۴۲۵	بررسی تاثیر نماز بر اخلاق و تربیت	اسداله خاکی، مهدی پور کرد، سحر میرقبادخدا رحمی	۲۴
۴۴۶	بررسی جایگاه نماز در دانشگاه آزاد اسلامی	اعظم ابراهیم نجف آبادی	۲۵
۴۵۹	راهکارهای بدیع جذب جوانان به نماز و مسجد از طریق خانواده و مراکز علمی	سید محمد جواد آزمون	۲۶
۴۹۱	راههای جذب جوانان به نماز جمعه	سید محمد جواد آزمون	۲۷
۵۰۷	تشریح نماز در شگفتگی معنوی و پالایش روحی دانشجویان	دکتر افسانه جوادزاده، سیما نصیری، سحر میرقبادخدا رحمی	۲۸
۵۳۹	مقایسه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز در استفاده از مقابله مذهبی	طاهره قربانی، دکتر حمید کاظمی	۲۹
۵۴۹	نماز در آینده‌ی ادب (حافظ مولانا، سعدی)	سید محمد جواد آزمون	۳۰

نماز برترین چیزی است که می‌تواند همه افراد جامعه مسلمان را به تهذیب اخلاقی و تعالی روحی و معنوی برساند.

مقدمه

نماز راه گشوده است که خدا پیش پای بندگان گذاشته تا در هر زمین و زمان مناسب و موقعیتی - از شادی و اندوه، سختی و آسایش و ناآرامی و آرامش - شرح حال را به او باز گویند یا راه چاره را از او بجویند.

نماز گفتگوی راز است و برآوردن نیاز؛ راز بزرگ بندگی و نیاز به سخن گفتن با همصحبتی که در صحبتش ملالی نیست و آنچه از همدمی اش بار می‌آید شیرینی و راحتی و آرامش است. نماز هم تسلیم است هم پرخاش؛ تسلیم در برابر شگفتی عظمت و شکوه زیبایی خدا و پرخاش علیه هر قدرتی که از سر پستی و زبونی، آهنگ توانایی را در موازات قدرت حق، مغرورانه می‌نوازد «ایاک نعبد و ایاک نستعین»

نماز نردبانی برافراشته در تمام طول عمر است تا بتوان شبانه روزی چندین بار و نه تنها در ساعتی مشخص - برافرازش رفت، بی واسطه با معبود سخن گفت و بی پرده با حیب درد دل کرد. اهمیت اقامه نماز در دانشگاه‌ها و ضرورت انسجام بخشی به فعالیت‌های فرهنگی در حوزه نماز و نیایش، مسولان این واحد را بر آن داشت تا با استفاده از تجربیات و ظرفیت فکری موجود همایش رسالت دانشگاهیان در ترویج و توسعه فرهنگ نماز برگزار نمایند.

مجموعه‌ای که پیش روی شماست حاوی مجموعه مقالات ارائه شده به دبیرخانه علمی همایش می‌باشد که هدف از گردآوری و ارائه مقالات جهت استفاده پژوهشگران و ارائه راهکارهای علمی و عملی در این خصوص برای نظام آموزش عالی می‌باشد که امید است با بهره‌مندی از توان و ظرفیت بالای دانشگاه‌ها و همفکری با صاحب‌نظران به هدف توسعه و ترویج فرهنگ اقامه نماز در دانشگاه‌ها دست یابیم.

دکتر رضا اسماعیلی
دبیر علمی همایش

دکتر پیام نجفی
معاونت پژوهشی دانشگاه

ابعاد معنوی نماز و آثار آن در زندگی انسان

محمدحسن نسیمی

دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندر لنگه، گروه مدیریت (nassimi2007@yahoo.com)

عبدالله دن

دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندر لنگه، گروه ادبیات (sh.dan1736@yahoo.com)

چکیده

نماز عالی‌ترین و اساسی‌ترین رشته الفت و عامل محبت بین بندگان و حضرت حق است. نماز، نور دل و صفای قلب و روح جان و سلامت روان و فروغ ذات عباد صالح خداست. فرهنگ نماز، مجموعه حقایق و معارفی است که بشر در گذرگاه حیات می‌آموزد تا به نیروی ایمان و جهاد از پایگاه با توجه به این که نماز ستون دین می‌باشد و اولین فریضه‌ای است که بعد از بعثت رسول اکرم به ایشان آموزش داده شده و بارها و در روایات و احادیث و آیات بر اهمیت آن تاکید شده است. اما همیشه در عمل مظلوم و کم اهمیت به شمار آمده است. در این تحقیق تلاش شده به بعضی از زوایای معنوی نماز و آثار در زندگی دنیوی و اخروی آن اشاراتی هر چند کوچک شود تا هر آنچه که تا امروز در مورد نماز فراگرفته ایم مجدداً یادآوری شود.

واژگان کلیدی: ابعاد معنوی نماز، نشانه نماز گزار واقعی، سبک شمردن نماز، آثار نماز

۱ - مقدمه

در میان عباداتی که به وسیله آنها به خداوند سبحان، تقرّب می‌جوئیم، عبادتی مهم‌تر و ارجمندتر از (نماز) نیست. نماز (ستون دین) و (معراج مؤمن) است. نماز تنها عبادتی است که ما به طور مستمرّ و در اوقات مختلف شب و روز و در هر موقعیتی، آن را بجا می‌آوریم و در هیچ شرایطی حتی در موقعیت‌های بسیار دشوار مانند: حالت غرق شدن یا در هنگام جنگ، ترک نمی‌شود و در هر حال واجب است. مگر نه این است که انسان در هنگام مشکلات و گرفتاری‌ها، توجهی بیشتر و افزون‌تر به خدا پیدا می‌کند؟ پس باید نماز بگذارد تا پروردگار در سختی‌ها، او را یاری کند. (۱)

براستی چرا نماز از میان اعمال و عبادات دین به عنوان یاد خداوند و عمود دین معرفی و توصیه شده است و اندازه ثواب این فریضه به هنگام برپایی با جماعت خارج از تصور انسان است. حضرت پیامبر ﷺ فرمودند: «اگر تعداد نمازگزاران صفوف جماعت از ۱۰ نفر فراتر رود، پاداش هر رکعت آن، آنقدر زیاد می‌گردد که حتی اگر تمام آسمانها کاغذ شود و تمام دریاها مرکب، و همه درختان قلم گردند و همه فرشتگان مأمور نوشتن آن، نمی‌توان پاداش آن را ثبت نمود و پاداش آن فقط در خور محاسبه ذات بیکران الهی است».

در حدیثی دیگر حضرت فرمودند: «هر کس مقید به حضور در نماز جماعت تحت هر شرایطی باشد از پل صراط همچون برق عبور می‌کند و به بهشت نائل می‌گردد.» واژه «صلاة» در لغت به معنای دعاست از آنجا که نماز شامل دعا نیز می‌باشد این واژه از معنی لغوی خود به اعمالی که نماز خوانده می‌شود، نامگذاری شد. بنابراین انسان نمازگزار روزانه ۳ نوبت به درگاه خالق خود دعا می‌کند. به این معنا که خدا را به یاری خود می‌طلبد و از او انتظار امید به زندگی شایسته را دارد.

این نوع ارتباط معنوی به اعتقاد روانشناسان به (درونی شدن) منجر می‌شود که در این صورت انسان موحد کسی را جز خدای سبحان امید و پشتوانه خود نمی‌داند و این احساس

مایه انگیزش او در تمام عرصه‌ها خواهد بود. با توجه به اینکه خالق هستی (رب العالمین) است و تمامی فرهنگ از جانب او به بشر رسیده است، شیوه دعا کردن را به بنده خود آموزش داده که چگونه با خدای خود سخن بگوید و چه چیزی را از او مسئلت نماید. با مرور آیات و روایات در مورد نماز به این نکته مهم پی می‌بریم که نماز سررشته ارتباط بنده با خالق بوده و جذابیت این رشته بسان آهن ربا نماز گزاران متعهد را در اوقات معین روزانه سه بار به سوی مکانهای برگزاری نماز جماعت به قصد احیاء ستونهای جدید و بسیار می‌کشاند. (۲)

۲ - معنای واژگانی نماز

نماز که در عربی لفظ (صلاة) بر آن اطلاق می‌شود، به گفته بسیاری از لغت‌شناسان به معنای دعا، تبریک و تمجید است و چون اصل و ریشه این عبادت مخصوص، دعا بوده آن را از باب نام گذاری چیزی به اسم جزءش، صلاه گذاشته‌اند. و بعضی گفته‌اند: (صلاة) مشتق از کلمه (صلاء) است که به معنای آتش برافروخته است و از این جهت به این عبادت خاص (صلاة) گفته شد، زیرا کسی که نماز بخواند، خود را به وسیله این عبادت و بندگی از آتش برافروخته الهی دور می‌سازد. (۳)

۲-۱ - معنای عرفانی نماز

نماز، ابراز پرستش و عبادت مخصوصی است که بنده در پیشگاه خدا انجام می‌دهد. نماز، جزء جدایی‌ناپذیر همه شرایع الهی بوده و در هر دینی به صورتی خاص وجود داشته است؛ چنان که خداوند در قرآن فرموده: (ان الصلوة کانت علی المومنین کتابا موقوتا). بعضی از بزرگان نیز صلاه را از (تصلیه) مشتق دانسته‌اند؛ به این معنا که عرب هنگامی که می‌خواست چوب کج را راست کند آن را به آتش نزدیک کرده، در معرض حرارت قرار می‌داد و به آن تصلیه می‌گفتند. با توجه به این معنا گویی نماز گزار وقتی به نماز می‌ایستد و توجه به مبدا اعلا پیدا می‌کند به واسطه حرارتی که در اثر حرکت صعودی و

نزدیک شدن به کانون حقیقت معنوی در نفسش حاصل می شود، قدرت پیدا می کند کج رفتاری های نفس را که بر اثر توجه به غیر خدا و میل به باطل پیدا شده، راست و تعدیل نماید. (۴)

۳ - جایگاه نماز در اسلام

نماز در فروع دین جایگاه ویژه و بلندی دارد و پس از مسئله ولایت از همه مهم تر است. نماز، بهترین وسیله برای قرب به پروردگار متعال می باشد؛ چنان که بعضی روایات گویای این حقیقت است. * معاویه بن وهب گوید: از امام صادق علیه السلام پرسیدم بالاترین و محبوبترین چیزی که سبب می شود بندگان به وسیله آن به خدا نزدیکش شوند چیست؟ حضرت فرمود: (ما اعلم شیئا بعد المعرفة افضل منهذه الصلاة؛ بعد از شناخت خدا، چیزی را از این نماز برتر نمی دانم). (۵)

امام صادق علیه السلام فرمود: (احب الاعمال الی الله عزوجل الصلاة و هی آخر وصایا الانبیاء؛ محبوبترین اعمال در پیشگاه الهی نماز است که آخرین سفارش پیامبران است). در اهمیت نماز همین بس که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله از آن به عنوان ستون دین تعبیر فرموده است. (۶)

۴ - ابعاد معنوی و محتوایی نماز

۱ - نماز و صداقت

کسی که دیگری را دوست دارد سخن گفتن با او را هم دوست دارد. آنها که با زبان مدعی خداخواهی و خدا دوستی اند ولی علاقه ای به نماز ندارند در ادعای خود صداقت ندارند. نماز ملاک و میزان مقدار تعهدی است که انسان در اظهارات خود دارد. به همین دلیل نماز منافق همچون سایر اعمالش همراه با صداقت نیست.

۲ - نماز و یاد خدا

خداوند به حضرت موسی علیه السلام می فرماید: «أَقِمِ الصَّلَاةَ لَذِكْرِي - برای یاد من نماز به پا دار.» (طه/۲۴). ذکر قلبی با روشی مخصوص یاد خداوند و با شیوه ای ابتکاری که اعضای بدن انسان از موی سر تا نوک پا در آن نقش دارند. هنگام وضو که مقدمه ای برای شروع نماز است، هم روی سر را مسح می کنیم هم روی پا را؛ هنگام سجده هم پیشانی بر زمین نهاده می شود هم انگشت پا؛ هم زبان حرکت می کند و هم دل به یاد اوست. در نماز چشم ها باید به محل سجده به حال نیمه باز دوخته شود. اگر خودتان بیشتر فکر کنید در می یابید که در نماز همه اعضا به نحوی در خدمت یاد خدا هستند.

۳ - نماز و تجملات

علاوه بر حضور قلب و خشوع معنوی و توجه کامل که سفارش اسلام و از علائم مومن است و اهمیت آن تا آن جاست که اگر نمازی با توجه خوانده نشود قبول نمی شود و از نماز همان مقداری مورد قبول است که با حضور قلب باشد؛ ولی با این همه، اسلام سفارش کرده است که نماز با بهترین لباس از نظر پاکی و نو بودن همراه با عطر و گلاب و وقار و آرامش انجام گیرد. تا جایی که بعضی به امام سجاده علیه السلام که به سوی مسجد می رفت گفتند: گویا منزل عروسی می روی! امام فرمود: ملاقات با خالق زیبایی ها دارم.

۴ - نماز یک معامله پر سود

خداوند می فرماید: «اذکرني اذکرکم». یعنی: شما مرا یاد کنید من هم شما را یاد می کنم. یاد ما برای خداوند سودی ندارد ولی یادی که خداوند از ما می کند لطفش را نصیب ما می گرداند، لغزش ما را می بخشد، دعای ما را می پذیرد، مشکل ما را حل می کند و ... لطف او برای ما بی نهایت ارزش دارد. پس در نماز که ما یاد خدا می کنیم متاع کم ارزشی را داده و در عوض متاع بسیار با ارزشی را گرفته ایم. ما از کسی یاد کرده ایم که او به یاد ما نیاز ندارد: «ان الله لغنی عن العالمین». یعنی: خداوند از تمام جهانیان بی نیاز است. ولی بدین وسیله یاد خداوندی را به سوی خود جلب کرده ایم که در حقیقت تمام کمالات را دریافت

کرده ایم. و این معامله پر سودی است (البته برای بعضی ها!) که خداوند ما را به آن دعوت کرده است ادامه دارد ...

۵ - نماز و تشکر

یکی از اسرار نماز تشکر از ولی نعمت است. قرآن می فرماید: «عبادت کنید پروردگاری را که شما و نیاکان شما را آفرید. هستس شما و همه از اوست». در سوره کوثر می خوانیم: «ما به تو کوثر دادیم و خیر زیاد عطا کردیم پس نماز بخوان». یعنی به شکرانه عطایای ما نماز به پا دار. شکر از ولی نعمت یک ارزش است و نماز تشکری است هم عملی، هم زبانی و هم دائمی.

۶ - نماز و قیامت

مردم نسبت به رستاخیز و معاد چند دسته هستند:

الف - به قیامت شک دارند: «ان کنتم فی ریب من البعث»

ب - به قیامت گمان دارند: «یظنون أنهم ملاقوا الله»

ج - به قیامت یقین دارند: «و بالاخرة هم یوقنون»

د - منکر قیامت هستند: «و کنا نکذب بیوم الدین»

و - به آن ایمان دارند ولی فراموش می کنند: «نسوا یوم الحساب».

قرآن کریم برای رفع شک استدلال کرده و از مومنین و گمان دارندگان با (تفاوت ها) ستایش کرده و از منکران خواسته است که دلیل و برهان بیاورند. و برای گروه پنجم تذکراتی داده که انسان فراموش نکند. نماز هم شک زدایی می کند و هم غفلت ها را به یاد تبدیل می کند. در نماز با گفتن جمله مالک یوم الدین، در هر شبانه روز حداقل ده بار مسأله قیامت را به خود تذکر می دهیم و تلقین می کنیم.

۷ - نماز و دوری از گناه

نماز گزار ناچار است که برای صحت و قبولی نماز خود از بسیاری از گناهان اجتناب ورزد؛ مثلاً، یکی از شرایط نماز مشروع بودن و مباح بودن تمام وسایلی است که در آن به کار می‌رود، مانند آب وضو و غسل، جامه‌ای که با آن نماز می‌گزارد و مکان نماز گزار، این موضوع سبب می‌شود که گرد حرام نرود و در کار و کسب خود از هر نوع حرام اجتناب نماید؛ زیرا بسیار مشکل است که یک فرد تنها در امور مربوط به نماز به حلال بودن آنها مقید شود و در موارد دیگر بی‌پروا باشد. گویا آیه زیر به همین نکته اشاره می‌کند و می‌فرماید: «ان الصلوة تنهى عن الفحشاء و المنکر؛ که نماز (انسان را) از زشتی‌ها و گناه باز می‌دارد.» (سوره عنکبوت) بالاخص اگر نماز گزار متوجه باشد که شرط قبولی نماز در پیشگاه خداوند این است که نماز گزار زکات و حقوق مستمندان را بپردازد؛ غیبت نکند؛ از تکبر و حسد بپرهیزد؛ از مشروبات الکلی اجتناب نماید و با حضور قلب و توجه و نیت پاک به درگاه خدا رو آورد و به این ترتیب نماز گزار حقیقی ناگزیر است تمام این امور را رعایت کند. روی همین جهات، پیامبر گرامی ما (صلی‌الله‌علیه‌وآله) می‌فرماید: نماز چون نهر آب صافی است که انسان خود را در آن شست و شو دهد، هر گز بدن او آلوده و کثیف نمی‌شود.

۸ - نظافت و بهداشت

از آنجا که نماز گزار در برخی از مواقع همه بدن را باید به عنوان «غسل» بشوید و معمولاً در شبانه روز چند بار وضو بگیرد و پیش از غسل و وضو تمام بدن خود را از هر نوع کثافت و آلودگی پاک سازد؛ ناچار یک فرد تمیز و نظیف خواهد بود. نماز به بهداشت و نظافت که یک امر حیاتی است کمک می‌کند.

۹ - انضباط و وقت‌شناسی

نمازهای اسلامی هر کدام برای خود وقت مخصوص و معینی دارد و فرد نماز گزار باید نمازهای خود را در آن اوقات بخواند، لذا این عبادت اسلامی به انضباط و وقت‌شناسی

کمک مؤثری می‌کند. بالاخص که نماز گزار باید برای ادای فریضه صبح پیش از طلوع آفتاب از خواب برخیزد، طبعاً یک چنین فردی گذشته از این که از هوای پاک و نسیم صبحگاهان استفاده می‌نماید، به موقع فعالیت‌های مثبت زندگی را آغاز می‌کند. آثار فردی و تربیتی نماز به آنچه که گفته شد منحصر نیست؛ ولی این نمونه می‌تواند نشانه اسرار بزرگ این عبادت بزرگ اسلامی باشد. (۷)

۱۰- نماز و انفاق

در سوره بقره از جمله صفات پرهیزکاران را اقامه نماز و انفاق بر می‌شمارد... و یقیمون الصلوة و مما رزقناهم ینفقون... و نماز به پای دارند و از هر چه روزی شان کردیم (به فقیران) انفاق کنند.

۱۱- نماز و زکات

در آیات زیادی از قرآن، نماز همراه با زکات مطرح شده است. زیرا نماز رابطه با خالق را محکم می‌کند و زکات به استحکام رابطه‌های بین خلق کمک می‌کند: "واقیموا الصلوة و اتوا الزکوة..." و نماز به پا دارید و زکات بدهید...

۱۲- نماز و روزه

"واستعینوا بالصبر و الصلوة..." و از صبر و نماز یاری جوید.

در تفاسیر و روایات مختلف، مراد از صبر را در این آیه، روزه دانسته‌اند.

۱۳- نماز و حج

واذ جعلنا البیت مثابة للناس و اماناً واتخذوا من مقام ابراهیم مصلی... (و به خاطر بیاورید) هنگامی را که خانه کعبه را محل بازگشت و مرکز امن و امان برای مردم قرار دادیم (و برای تجدید همین خاطره) از مقام ابراهیم نمازگاهی برای خود انتخاب کنید.

۱۴- نماز و عدالت

"قل امر ربی بالقسط و اقیموا وجوهکم عند کل مسجد..." بگو پروردگرم به عدالت فرمان داده است، و توجه خویش را در هر مسجد به سوی او کنید... "خداوند به پیامبر فرمان

داده است که هر چیز را در مورد صحیح خود به کار برده و به جای خود بنهید و فقط به سوی او و برای او و خالصانه عبادت کنید.

۱۵- نماز و جهاد

در آیه ۴۰ سوره حج، یکی از فلسفه های جهاد را جلوگیری از تخریب نمازخانه ها و عبادتگاهها بیان می کند. "الذین اخرجوا من ديارهم بغير حق الا ان يقولوا ربنا الله و لولا دفع الله بعضهم ببعض لهدمت صوامع و بيع و صلوات و مساجد يذكر فيها اسم الله كثيراً..." همانا که به ناحق از خانه خود بدون هیچ دلیلی اخراج شدند جز این که می گفتند پروردگار ما الله است و اگر خداوند بعضی از آنها را به وسیله بعضی دیگر دفع نکند، دیرها، صومعه ها و معابد یهود و نصارا و مساجدی را که نام خدا در آن بسیار برده می شود، ویران می گردد...."

به این ترتیب حتی به قیمت خون دادن، باید از مکان نماز و عبادات حفاظت و حراست کرد.

۱۶- نماز و امر به معروف و نهی از منکر

لقمان ضمن بیان سفارشاتى به پسرش، به او توصیه می کند که: "يا بني اقم الصلوة و امر بالمعروف و انه عن المنكر...". ای فرزند عزیزم نماز را به پا دار و امر به معروف و نهی از منکر کن...."

با برپایی نماز که انسان را از زشتی ها و منکرات باز می دارد، روح و جان خود را از همه آلودگی ها پاک و به صفات پسندیده آراسته کنید و آنگاه مردم را به خوبی ها امر و از بدی ها و منکرات نهی نمایید.

۱۷- نماز و تلاوت قرآن

"ان الذین یتلون کتاب الله و اقاموا الصلوة؛ آنها که کتاب خدا را تلاوت کرده و نماز به پا می دارند...."

۱۸- نماز و مشورت

"والذین استجابوا لربهم و اقاموا الصلوة و امرهم شوری بینهم..." و آنان که امر خدا را اجابت کردند و نماز را به پا داشتند و کارشان را به مشورت یکدیگر انجام دهند... . مؤمنان

به وسیله نماز ارتباط خود را با خدا محکم تر کرده و با مشورت با یکدیگر، موجبات دلگرمی دیگران را فراهم آورده و وحدت بیشتری را در جامعه اسلام سبب می‌شوند.

۵ - نماز گزاران چه کسانی هستند؟

در قرآن کریم خدای متعال نماز گزاران واقعی را معرفی می‌نماید و اینکه اقامه نماز چه تأثیری در زندگی مادی و معنوی انسان دارد را ذکر می‌کند که بدین وسیله اهمیت اقامه نماز را بیان می‌دارد.

۱ - نماز؛ نشانه مومن

" قل لعبادی الذین امنوا یقیموا الصلوة و ینفقوا مما رزقناهم سراً و علانیة من قبل ان یاتی یوم لا ینفع فیہ ولا خلال." (ابراهیم / ۳۱)، بگو به بندگان من که ایمان آورده اند، نماز را بر پا دارند و از آنچه به آنها روزی داده ایم پنهان و آشکار انفاق کنند، پیش از آن که روزی فرا رسد که نه چیزی توان خرید و نه دوستی کسی جز خدا به کار آید.

در این آیه خداوند به وسیله پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به بندگان که ایمان آورده اند دستور می‌دهد که تا روز قیامت او را رها نکنند که در آن روز هیچ مجالی برای جبران از دست داده ها نیست و از میان تمام راههایی که به خدا می‌رسد، اقامه نماز و انفاق - یقیموا الصلوة و ینفقوا - را بیان می‌کند. چرا که تمام دستورات دیگر (که اصلاح بین خدا و بندگان و بنده با بندگان دیگر است) از این دو رکن منشعب می‌شود و این تأکید دیگری بر اهمیت نماز است. خدای متعال در آیه دیگر می‌فرماید:

"والمؤمنون والمؤمنات بعضهم اولیاء بعض ینفون عن المعروف و ینهون عن المنکر و یقیمون الصلوة... (توبه / ۷۱) و مردان و زنان با ایمان یار و یاور یکدیگرند، امر به معروف و نهی از منکر می‌کنند و نماز برپا می‌دارند... مؤمنین علاوه بر این که به خاطر دوستی و محبتی که نسبت به یکدیگر دارند، همدیگر را به نیکی ها دعوت و از بدیها و منکرات باز می‌دارند و بر خلاف منافقان که دل‌هایشان را گرد سیاه نسیان یاد حق فرا گرفته، دل‌هایشان از

یاد حق سرشار بوده و به نور ذکر خدا جلا یافته است و برای محکم شدن رشته یاد خدا نماز را بر پا می دارند و قرآن را وسیله هدایت و بشارت برای مومنانی می دانند که (هدی و بشری للمومنین. الذین یقیمون الصلوة و یوتون الزکاة و هم بالآخرة هم یوقنون. - قرآن - وسیله هدایت و بشارت برای مومنان است. کسانی که نماز را بر پا می دارند و زکات را ادا می کنند و به آخرت یقین دارند).

۲ - نماز؛ از ویژگی های متقین

"ذلک الکتاب لاریب فیه هدی للمتقین. الذین یومنون بالغیب و یقیمون الصلوة و مما رزقناهم ینفقون." (بقره / ۲ و ۳) این کتاب - قرآن - بی هیچ شک راهنمای پرهیزکاران است. کسانی که به جهان غیب ایمان آورند و نماز به پای دارند و از هر چه روزیشان کردیم به فقیران انفاق کنند. از نشانه های پرهیزکاران، ایمان به غیب است و این نخستین نقطه جدایی مومنان از غیر آنهاست، ویژگی دیگر آنها، برپا داشتن نماز است. نماز که رمز ارتباط با خدا است، مومنانی را که به جهان ماوراء طبیعت راه یافته اند در یک رابطه دائمی و همیشگی با آن مبدا بزرگ آفرینش نگه می دارد، آنها تنها در برابر خدا سر تعظیم خم می کنند، و تنها تسلیم آفریننده بزرگ جهان هستی هستند، و به همین دلیل دیگر خضوع در برابر بتها، و یا تسلیم شدن در برابر جباران و ستمگران، در برنامه آنها وجود نخواهد داشت. چنین انسانی احساس می کند از تمام مخلوقات دیگر فراتر رفته و ارزش آن را پیدا کرده که با خدا سخن بگوید، و این بزرگترین عامل تربیت او است.

۳ - نماز از علامت های اولوالالباب

"... انما یتذکر اولوالالباب. الذین یوفون بعهدالله ولا ینقضون المیثاق. والذین یصلون ما امرالله به ان یوصل و یخشون ربهم و یخافون سوء الحساب. والذین صبروا ابتغاء وجه ربهم و اقاموا الصلوة... (رعد / ۱۹ تا ۲۲)، به درستی که صاحبان خرد متذکر می شوند - کسانی که به عهد خدا وفا می کنند و پیمان نمی شکنند - و کسانی که آنچه را خدا به پیوند آن امر

کرده اطاعت می کنند و از خدا می ترسند و به سختی هنگام حساب می اندیشند و کسانی که در طلب رضای خدا راه صبر پیش می گیرند و نماز به پا می دارند... در این آیات برای اولوالالباب (صاحبان مغز و اندیشه) صفاتی را بر می شمارد. از جمله صفات آنان - که پایان نیک و باغهای جاویدان بهشت به آنان وعده داده شده است - برپا داشتن نماز است و با این که در این آیات، وفای به عهد الهی، پیوندهای الهی و صبر را ذکر کرده و نماز را می توان از مصادیق آنها برشمرد ولی به طور جداگانه به آن اشاره شده و این به علت نقش فوق العاده ای است که نماز در طهارت روح و روان انسانها دارد.

۴ - نماز از نشانه های محسنین

"... هدی و رحمة للمحسنین. الذین یقیمون الصلوة و یوتون الزکوة و هم بالآخرة هم یوقنون." (لقمان / ۳ و ۴)،... (قرآن) مایه هدایت و رحمت برای نیکوکاران است. کسانی که نماز بر پا می دارند و زکات را ادا می کنند و به آخرت یقین دارند. در این آیه خدای متعال، قرآن که هیچ سخن باطلی در آن راه نداشته و محتوای مستحکمی دارد را مایه هدایت و رحمت نیکوکاران می داند و سپس نشانه های آنها را بیان می کند که اولین آنها برقراری پیوند محکم با خدا (اقامه نماز) است.

۵ - نماز، ویژگی مصلحان

"والذین یمسکون بالکتاب و اقاموا الصلوة انا لا نضیع اجر المصلحین." (اعراف / ۱۷۰) و کسانی که به کتاب (خدا) تمسک جویند و نماز را بر پا دارند، پاداش بزرگی خواهند داشت زیرا ما پاداش مصلحان را ضایع نخواهیم کرد. اجر و پاداش برای کسانی است که کمترین مخالفتی با کتاب خدا انجام نداده بلکه دستورات آن را مو به مو انجام داده و برای تحقق مفاهیم آن از جان و دل می کوشند؛ که از جمله آنها امر به نماز است. آنها با نماز، یاد خدا و خضوع در برابر او - که جان همه دستورات دینی است - را حفظ کرده و با استحکام پیوند با خدا، در هر کار و برنامه ای او را حاضر و ناظر بر اعمال خود می بینند و بنابراین با

دستورات حق تعالی مخالفت نمی کنند. اینکه می بینم از میان فرمانهای خدا خصوصاً روی نماز تکیه شده است به خاطر آن است که نماز واقعی پیوند انسان را با خدا چنان محکم می کند که در برابر هر کار و هر برنامه او را حاضر و ناظر می بیند و مراقب اعمال خویش می باشد. (۸)

۶ - سن آشنایی بچه ها با نماز

سرمایه نماز که همان تشکر از نعمتهای خداوند و ستایش زیباییها و کمالات آفریدگار هستی و پناه بردن به دامن کبریایی حضرت حق و راز و نیاز با اوست در فطرت همه هست. نقش والدین و مربیان پرورش دادن این فطرت نورانی است، لذا پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود: فرزندان خود را از هفت سالگی به نماز سفارش کنید. و امیر المومنین فرمود: از هفت سالگی نماز را به بچه ها آموزش دهید ولی از وقتی که به تکلیف رسیدند بسیار جدی بگیرید. در حدیثی امام صادق عَلَيْهِ السَّلَام فرمود: ما فرزندان خود را از پنج سالگی با نماز آشنا می کنیم شما از هفت سالگی آغاز کنید. (۴)

۶-۱ - هشدار پیامبر نسبت به خانواده ها

پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ از کنار کودکان عبور می کرد، فرمود: وای بر فرزندان آخرالزمان به خاطر پدرانشان. گفته شد، یا رسول الله منظورتان پدران مشرک است؟ حضرت فرمودند: خیر پدران مومن، پدرانی که هیچ یک از احکام و واجبات و فرایض دینی را به فرزندانشان نمی آموزند و اگر خود فرزندان در پی آموزش آن باشند ممانعت می کنند و به اندکی از منافع دنیا که به فرزندشان برسد راضی هستند. من از آنان بیزارم و آنان از من بیزار. (۹)

۷ - سبک شمردن نماز و آثار آن

شکی نیست که بی اعتنایی به نماز گناهی است بزرگ. بنابراین شناسایی مصادیق این تحقیر ناپسند، مقدمه پرهیز از این عصیان نابخشودنی است. عناوین زیر از مصادیق سبک شمردن نماز است.

الف) تأخیر نماز

امام صادق علیه السلام در تفسیر آیه‌ی شریفه‌ی قرآن، که در ارتباط با مذمت بی‌اعتنایی به نماز نازل گردیده است (۱۰) می‌فرماید: «تأخیر الصلاة عن اول وقتها لغیر عذر» (۱۱) از بی‌اعتنایی به نماز، تأخیر آن از اول وقت بدون عذر است. البته روشن است که مراد از عذر، ضرورتی است که بصورت اورژانسی پیش آید و قابل تأخیر نباشد و الا باید به کار گفت نماز دارم نه به نماز بگوئیم کار دارم.

ب) عدم رعایت آداب آن در خلوت

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در روایتی چنین می‌فرماید: «من احسن صلواته حین یراه الناس و أساءها حین یخلو فتلك استهانة» (۱۲) یعنی: «آن کس که در مقابل مردم با دقت نماز بخواند و در خلوت بدون دقت نماز گزارد به نماز بی‌اعتنایی کرده است.

ج) فراهم نکردن مقدمات نماز قبل از اذان

در روایت دیگری می‌فرماید: کسی که وضوی نماز را تا وقت اذان به تأخیر اندازد او به نماز بی‌اعتنایی کرده است. آری کسی که به کار اهمیت می‌دهد، قبل از رسیدن وقت آن، مقدمات انجام آن را فراهم می‌کند. کدام ملاقات و میهمانی است که وقت آن فرا رسیده باشد و ما هنوز در فکر پوشیدن لباس و یا آماده کردن شرایط آن باشیم؟

د) عدم یادگیری معانی

آیا ندانستن معانی الفاظی که روزانه ده بار در نماز تکرار می‌شود به معنی بی‌اعتنایی به نماز نیست؟! آیا اگر ما برای طرف گفتگوی خویش در نماز اهمیتی قائل باشیم در فکر این نخواهیم بود که محتوا و مضمون مذاکره و نجوای خود را بفهمیم و با ادراک صحیح به سخن در برابر او بایستیم؟! چگونه ممکن است با اقامت کوتاه در یک کشور، تا حدودی به زبان مردم آنجا آشنا می‌شویم و با یکی دو بار عبور از مسیری، نام و نشان آن را فراگیریم و در برخورد با هر بنایی از اسم و بانی و مشخصات آن جويا شویم اما هیچکدام از این

توجهات و حساسیت‌ها در مورد نماز اعمال نشود؟! آیا اینها به معنی بی‌اعتنایی به نماز نیست؟! چگونه می‌توانیم پاسخگوی این عباداتی باشیم که محتوای آن جز تحقیر خداوند رب العالمین نیست؟! اینجاست که امام حسین علیه السلام به خداوند تبارک و تعالی عرض می‌کند: «الهی مَنْ کانتَ محاسِنُه مَساوِیَ فکیفَ لایکونُ مَساوِیَه مَساوِیَ»

یعنی: «خدایا آن کس که اعمال به ظاهر نیک او گناه است پس چگونه گناهان او گناه نباشد؟!»

فرق نماز گزارانی که در نماز هیچ دردی را احساس نمی‌کنند. جز درد فراق دوست، از هیچ حادثه‌ای مطلع نمی‌شوند. (۱۱)

ه) عجله و شتاب در نماز

سریع خواندن نماز و تبدیل این عبادت به عادت‌تی که همچون عمل ماشین نویسی بدون توجه به معانی و بدون رعایت خشوع و طمأنینه انجام گیرد از نشانه‌های دیگر بی‌توجهی به نماز است. استاد شهید آیت الله مطهری - رحمه الله علیه - در این باره می‌فرماید: «علمای روان‌شناسی می‌گویند: «یک کار همین قدر که برای انسان عادت شد، دو خاصیت متضاد در آن به وجود می‌آید. هر چه که بر عادت بودنش افزوده شود و تمرین انسان زیادتر گردد، کار، سهل‌تر و ساده‌تر انجام می‌شود». یک ماشین نویس که به ماشین نویسی عادت می‌کند، هر چه بیشتر عادت می‌کند، از توجهش کاسته می‌شود. یعنی از اینکه این عمل او یک عمل ارادی و از روی توجه باشد کاسته می‌شود و به یک عمل غیر ارادی نزدیکتر می‌گردد. خاصیت عادت این است. اینکه در اسلام به مسأله‌ی نیت تا این اندازه توجه شده، برای جلوگیری از این است که عبادت‌ها آنچنان عادت نشود که به واسطه‌ی عادت، به یک کار طبیعی و غیر ارادی و غیر فکری و غیر هدفی و کار بدون توجه که هدف درک نشود و فقط به پیکر عمل توجه گردد تبدیل شود. (۱۳)

۸- برخی از پیامدهای استخفاف و بی‌توجهی به نماز

۱- قهر و قطع رابطه با عترت:

امیر المؤمنین علیه السلام در یک بیان قهرآمیز، با صراحت چنین خطاب فرمودند:

«لَيْسَ مِنِّي مَنْ ضَيَّعَ الصَّلَاةَ» عنی: «آن کس که نماز را تضيع نماید از من نیست» (۱۲)

صادق علیه السلام در بیان معیاری برای شناسایی افرادی که با آن حضرت پیوند مکتبی دارند

چنین می‌فرمایند: «إِمْتَحِنُوا شِيعَتَنَا عِنْدَ مَوَاقِيتِ الصَّلَاةِ كَيْفَ مَحَافِظْتَهُمْ عَلَيْهَا، یعنی شیعیان ما را

از دقت آنان در انجام به موقع نمازها شناسایی کنید» (۴)

۲- غضب خداوند:

قرآن کریم با نكوهش افرادی که نماز را ضایع می‌کنند نسبت به آن بی‌اعتنا هستند مسلمانان

را از این عمل بر حذر می‌دارد. (۱۴)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله خطاب به حضرت علی علیه السلام می‌فرمایند: «فِي تَأْخِيرِهَا مِنْ غَيْرِ عَلَيْهِ

غَضَبُ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ» یعنی: «تأخیر نماز از اول وقت بدون دلیل، موجب غضب خداوند متعال

می‌گردد».

۳- عدم اجابت دعا و محرومیت از دعای صالحان:

کسانی که به نماز به عنوان تکلیف و خواست الهی بی‌توجهی کنند و آن را کوچک

بشمارند خداوند نیز به خواسته‌ها و اعمال آنان توجهی نخواهد داشت. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در

روایتی چنین می‌فرماید: «مَنْ تَهَاوَنَ بِصَلَاتِهِ مِنَ الرِّجَالِ وَالنِّسَاءِ ابْتَلَاهُ اللَّهُ بِخَمْسِ عَشْرَةَ خِصْلَةً

... و کل عمل یعمله لا یؤجر علیه و لا یرتفع دعاؤه إلی السماء» یعنی: «هرکس به نمازش

بی‌توجه باشد و در برابر اعمالش مأجور نمی‌گردد دعایش به آسمان راه نمی‌یابد» و در ادامه،

می‌فرمایند: مشمول دعای خیر صالحین نخواهد بود.

۴- مضیقه و نارسایی دنیوی:

قهر و غضب خدا و پیامبر نسبت به کسانی که نماز را کوچک می‌شمارند زیان‌ها و

خساراتی بر جای خواهد نهاد. گر چه ممکن است تارک و یا استخفاف کننده به نماز این

تأثیر را درک نکند و متوجه علت مضیقه‌ها و گرفتاری‌های خود نباشد. امام صادق علیه السلام فرمود: خداوند برکت را از عمر و روزی کسانی که نماز را کوچک می‌شمردند بر می‌دارد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز برای این گروه از افراد، تهی دستی و نیاز را پیش بینی نموده و می‌فرماید: «قال رسول الله ص عشرون خصله تورث الفقر ... و الاستخفاف بالصلاة» یعنی: استخفاف و سبک شمردن نماز موجب فقر و تهی دستی می‌شود.

۵- سختی احوال قبر و قیامت:

امام صادق علیه السلام فرمود: نماز گزاری که نمازش را سبک بشمارد وقتی از قبرش خارج شود خداوند ملکی را بر وی موکل می‌گرداند که او را بر عرصه‌ی قیامت وارونه بر زمین می‌کشد و مردم به او نگاه می‌کنند و با شدت و سخت‌گیری مورد محاسبه قرار می‌گیرد. (۴)

۹- نماز در ادیان دیگر

نماز در تمامی ادیان ستون دین و نخستین فرضیه و بزرگترین وظیفه به شمار می‌آید. فقط از نظر اسم با هم متفاوت هستند. اما یک فرضیه روزانه و در همه ادیان در ساعات معینی انجام می‌گرفته است. در قاموس کتاب مقدس - تالیف مسترهاکس - در معنای واژه نماز نوشته: نماز معروف است، یکی از واجبات دینیه هر روزه تمام ملل و مذاهب است چه منفردا و چه جماعتا...

سپس به شرح معنای نماز و بیان خصوصیات آن بر مبنای تورات و انجیل پرداخته تا آنکه می‌نویسد: احدی جز منکرین خدا منکر نماز و دعا نیست. اما مراعات اوقات معینه برای نماز خالی از اهمیت نخواهد بود، چنانچه یهود در ساعات سوم و ششم و نهم روز و ساعات اول شب و آخر شب و وقت تناول طعام نماز می‌گزاردند. این فراز از سخن این نویسنده «احدی جز منکرین خدا منکر نماز نیست» خیلی عجیب و جالب است. یعنی وجوب و لزوم نماز در همه ادیان و در تمام مذاهب به طور ضروری و مسلم است و به حدی بدیهی است و اصالت دارد که انکار آن مساوی با انکار خدا است و منکر آن قهرا کافر است. اینک

پاره ای از آیات و روایات مربوطه را که شاهد و گواه مدعا است می‌نگاریم: خدای متعال آنجا که سخنان عیسی را برای ما حکایت می‌کند می‌فرماید: خداوند مرا به نماز و زکات سفارش فرمود تا زنده هستم.

معلوم می‌شود نماز و زکات در آیین عیسی دو فرضیه مهم و دودو واجب بزرگ بوده که در مورد آن دو بخصوص از جانب خدا به وی سفارش شده. و به موسی هم خطاب شده که اقامه نماز کن. نماز را پادار برای یاد من (سوره طه-آیه ۱۴) یعنی که مرا یاد کنی، به یاد من باشی، از من غفلت نوری در این خطاب یکی از فلسفه‌های بزرگ و عمیق نماز بیان شده که عبارت است از یاد خدا که اصل هر خیر و سعادت است.

۱۰- نماز و شخصیت‌های علمی

به جاست برای درک افزون‌تر قدر نماز، تأملی در عبارات اندیشمندان جهان داشته باشیم.

۱- مهاتما گاندی

گاندی که هند را با روش مسالمت‌آمیزی از یوغ امپریالیسم و دشمنان خارجی رهایی بخشید، رنج بسیاری در راه آرمان خود تحمل کرد. این رنج‌ها به قدری سنگین و جانکاه بود که تحمل این بار سنگین ناممکن می‌نمود، اما او همواره با کمک نماز به خود نیروی تازه‌ای می‌بخشید. وی در این باره می‌گوید: اگر کمک نماز نبود، خیلی پیش از این می‌بایست دیوانه می‌شدم.

۲- کارنگی

بنیان‌گذار مرکز مطالعات و پژوهش‌های نیویورک که از دانشمندان طراز اول جهان معاصر است می‌گوید: هر وقت همه نیروهای خودمان را در برابر نامالایمات به کار می‌بردیم و تمام راه حل‌ها را می‌آزمودیم و نتیجه دلخواه به دستمان نمی‌آمد، در حالی که امواج سهمگین یأس و نومیدی قلب و روحمان را می‌آزرد، دست‌نیاز و نماز به سوی خداوند

دراز می کردیم و از او یاری می طلبیم، راستی چرا ما قبل از اینکه دچار نومیدی شویم، چنین کاری نمی کنیم و چرا هر روز با خواندن نماز و نیایش به درگاه خداوند از او یاری نمی خواهیم؟ (۱۵)

۱۱- چه کنیم تا آثار نماز را در زندگی خود حس کنیم؟

از مجموع آیات و روایات، بر می آید که نمازها از نظر اثرگذاری بر سه قسم است:

۱- **نماز بی اثر:** نمازهایی که مهر باطل، بر روی آنها نقش می بندد. نمازی که خود نمازگزار هم به آن اعتقاد ندارد و آن را به عنوان وظیفه انجام نمی دهد. مانند نمازی که به جهت دیدن دیگران ریا، خوانده می شود و به محض دگرگون شدن شرایط و بر هم خوردن اوضاع، دیگر نه از نماز خبری است و نه از نمازگزار.

۲- **نماز با اثر کم یا متوسط:** عمده نمازها اینگونه است. نمازهایی که بدون خشوع و خضوع، بدون مراعات شرایط بدون رعایت آداب باطنی و عرفانی و ... خوانده می شود.

۳- **نماز پراثر:** نمازهای نابی که به وسیله انسان های خالص اقامه می شود. این نماز بهترین وسیله برای قرب به خدا، جامع ترین مظهر عبودیت و بندگی و کاملترین نمونه شکر و سپاسگزاری است. این نماز عامل نیرومند و مؤثری است در صلاح حال فرد و جامعه و عبادتی است که از جهت تربیت و سازندگی به راستی، بی نظیر است. این نماز آدمی را از وقفه، رکود و جمود، به حرکت، جنبش و پیشروی وادار می دارد و از جهل و نادانی به سوی علم، و از غفلت و ناآگاهی به سوی بیداری و آگاهی سوق می دهد. (۱۶)

۱۲- آثار نماز

تردیدی نیست که ایمان داشتن و انجام دستورات الهی، دشواریهایی را در پی دارد که مؤمن باید آنها را تحمل کند و پشت سر بگذارد تا به آرمان مقدس خویش که همانا سعادت جاوید در مقام قرب الهی است، دست یابد. از سوی دیگر حرکت در صراط مستقیم الهی و اطاعت از اوامر او زندگی دنیوی مؤمن را نیز تنظیم می کند و او از دنیای منظم به آخرت

خرم و شاد قدم می‌گذارد. از این رو، دستورات شریعت مقدس اسلام همواره با مصلحتی مادی یا معنوی یا هر دو همراه است، گرچه فکر ما از درک آن عاجز باشد. در این قسمت به برخی از آثار پر بار نماز که در دنیا و آخرت تحقق می‌یابد و در آیات و روایات به آن تصریح شده، می‌پردازیم.

الف- آثار دنیوی

۱- جلوگیری از گناه و فحشا

جنبه باز دارندگی نماز از فحشا و منکر یکی از آثار ارزشمند این فریضه الهی است؛ نماز از آن جهت که موجب توجه انسان به خدا می‌شود و در شبانه روز، حداقل پنج بار تکرار می‌شود، انسان را از فحشا و منکر باز می‌دارد؛ زیرا نماز گزار برای نزدیکتر شدن به خداوند تلاش خود را در جهت انجام کارهای نیک و کسب اخلاق حسنه بیشتر می‌کند. قرآن با توجه به این اصل مسلم می‌فرماید: «أَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ» (۱۷) نماز را بر پا کن که آدمی را از گناهان و کردار زشت باز می‌دارد.

چند تن از یاران رسول خدا ﷺ به حضور آن حضرت رسیدند و درباره یکی از مسلمانان که همیشه پشت سر پیامبر نماز جماعت می‌خواند، ولی مرتکب گناهان نیز می‌شد، گفتگو کردند. حضرت به آنها فرمود: (نگران نباشید) نمازش او را از گناه باز می‌دارد. طولی نکشید که آن شخص گناه را ترک کرد و توبه نمود. (۱۱) آن حضرت فرمود: «کسی که از نماز اطاعت نکند، نماز واقعی را به جا نیاورده است. اطاعت از نماز این است که از منکرات و زشتیها دوری کند.» (۱۸)

۲- بهداشت تن و روان

نماز گزاران همواره از صفای ظاهری و باطنی خاصی برخوردارند که بی‌نمازان فاقد آنند. بهداشت تن: برخی از شرایط نماز، موجب بهداشت تن، لباس و به تبع آن بهداشت محیط زندگی می‌شود. در برخی از سخنان معصومین برای برخی نمازها اثر مستقیم بهداشتی

عنوان شده است، بطور مثال، علی عَلَيْهِ السَّلَام می فرماید: «قیام اللیل مصحّٰه للبدن» (۱۱)

برخاستن شب (برای نماز) سبب سلامتی جسم است.

بهداشت روان: یکی از فلسفه های تشریح نماز، «یاد خدا» است چنانکه در قرآن آمده است؛ «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي» (۱۹) برای یاد من نماز بگذار. و یاد خدا، منشأ آرامش دل و امنیت روانی است، همانطور که در قرآن می خوانیم: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (۲۰) هان! به یاد خدا دل ها آرام گیرد.

تأثیر نماز در بهداشت روانی مردم نماز گزار قطعی است و آرامش و امنیت نسبی بیشتری که در جوامع اسلامی حکمفرماست. شاهد این تاثیر است. به تعبیر امام خمینی رضوان الله علیه: «شما پرونده هایی که در دادگستریها در جاهای دیگر دادگاههاست بروید ببینید، از نماز خوانها ببینید پرونده هست آنجا؟ از بی نمازها پرونده هست، هر چه پرونده پیدا کنید، پرونده بی نمازها هست.» (۲۱)

۳ - استقامت در برابر مشکلات

بیشترین آثار عبادات، به ویژه نماز در آخرت تجلّی پیدا می کند و نتایج آن در آخرت نسبت به دنیا بسیار بیشتر است. رسول خدا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود:

«از آن هنگام که مؤمنی به نماز می ایستد، تا آنگاه که نمازش را به پایان می برد، رحمت از بالای سرش تا افق آسمان بر او از دیگر آثاری که در سایه نماز، نصیب نماز گزار می شود، قدرت و نیروی مقاومت در برابر مشکلات و سختیهاست. به عبارت دیگر، نماز که رابطه معنوی بین شخص و عالم بالاست، قدرتی در انسان ایجاد می کند که با وجود آن در مقابل سختیها و مشکلات، شکست ناپذیر خواهد بود. قرآن می فرماید:

«إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعاً إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً إِلَّا الْمُصَلِّينَ الَّذِينَ صَلَّوْا هُمْ عَلَى صَلَوَاتِهِمْ دَائِمُونَ» (۲۲) آدمی حریص خلق شده، وقتی که شر و بدی به او می رسد، جزع و بی تاب می کند و زمانی که نعمت و خیر به او می رسد حق مستمندان و

فقرا را نمی‌دهد، مگر نماز گزاران؛ کسانی که در نمازشان مداومت دارند. از این رو، قرآن به مؤمنین سفارش می‌کند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ» (۲۳) ای مومنان، از شکیبایی و نماز کمک جوئید.

۴ - نورانی شدن چهره

حضرت صادق علیه السلام می‌فرماید: «صَلَاةُ اللَّيْلِ تَبَيِّضُ الْوَجْهَ» (۲۴) نماز شب، چهره‌ها را نورانی می‌کند. نیز از پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله نقل شده است که فرمود: «صَلَاةُ اللَّيْلِ تَحْسِنُ الْوَجْهَ...» نماز شب چهره را زیبا می‌سازد. (۴)

۵ - استجاب دعا

از دیگر آثار نماز، قبول شدن دعاها و رفع نیازهاست. نماز چون بین عبد و معبود پیوند برقرار می‌کند و نشانگر تلاش نماز گزار برای رسیدن به ملکوت اعلا و پیوستن به حق است، چنین تلاشی از نظر کردگار عالم مخفی نمانده، در مقابل، دعاها را قبول می‌کند و خواسته‌هایش را برآورده می‌سازد. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: «مَنْ أَدَّى فَرِيضَةَ فَلَهُ عِنْدَ اللَّهِ دَعْوَةٌ مُسْتَجَابَةٌ» (۱۱)

هر کس واجبی را انجام دهد، در نزد خدا یک دعا مستجاب دارد. امام صادق علیه السلام فرمود: «إِذَا أُرِدَتْ حَاجَةٌ، فَصَلِّ رَكَعَتَيْنِ وَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَ سَلِّ تَعَطُّهُ» (۲۵) هر گاه حاجتی داشتی، دو رکعت نماز بخوان و بر محمد و آل او درود فرست و سپس از خداوند (خواسته خود را) بخواه که به تو داده می‌شود.

۶ - تأخیر عذاب دنیوی

از آنجا که نماز یکی از بهترین عبادات و افضل آنها به شمار می‌رود و نماز گزار محبوب خداوند است و از جایگاه رفیعی برخوردار می‌باشد؛ سزاوار است که خداوند به احترام نماز و نماز گزار، خشم خود را از دیگران بردارد و از خطای آنها درگذرد. حضرت علی علیه السلام فرمود: «گاهی خدا اراده می‌کند که مردمی را به خاطر گناهانشان طوری عذاب

کند که احدی باقی نماند ولی در آن میان نماز گزار پیری را که با قدم های لرزان به جایگاه نماز می رود و کودکانی را که در حال تعلیم قرآن هستند می بیند، از عذاب آنها چشم پوشی کرده، آن را به تأخیر می اندازد.» (۲۶)

ب - آثار اخروی

۱ - رحمت و مغفرت الهی

بیشترین آثار عبادات، بویژه نماز در آخرت تجلی پیدا می کند و نتایج آن در آخرت نسبت به دنیا بسیار بیشتر است. رسول خدا ﷺ فرمود: «از آن هنگام که مؤمنی به نماز می ایستد، تا آنگاه که نمازش را به پایان می برد، رحمت از بالای سرش تا افق آسمان بر او بیشترین آثار عبادات، بویژه نماز در آخرت تجلی پیدا می کند و نتایج آن در آخرت نسبت به دنیا بسیار بیشتر است. رسول خدا ﷺ فرمود: «از آن هنگام که مؤمنی به نماز می ایستد، تا آنگاه که نمازش را به پایان می برد، رحمت از بالای سرش تا افق آسمان بر او سایه می افکند و فرشتگان، اطراف او را تا افق آسمان، در بر می گیرند.» (۲۷) همچنین فرمود: «لن یلج النار أحد یصلی قبل طلوع الشمس و قبل غروبها» کسی که پیش از طلوع و غروب آفتاب نماز گزارد داخل آتش نمی شود.

۲ - راهیابی به عالم ملکوت

نماز برگ عبوری است در دست نماز گزار که او را تا اوج کمال و عالم ملکوت می رساند. رسول خدا ﷺ فرمود: «وقتی بنده مؤمن برای نماز به پا می خیزد، درهای بهشت برایش گشوده می شود و پرده های میان او و خدای متعال برداشته می شود و همسران بهشتی به استقبال او می آیند.» (۲۸) نماز موجب تقرب انسان های با تقوا به خداوند بزرگ است، چنان که علی علیه السلام فرمود: «الصلوة قربان کل تقی» (۲۹) نماز نزدیک کننده متقین به خداوند است. امام صادق علیه السلام در این باره فرمود: «ما تقرب العبد إلى الله تعالى بعد المعرفة شیء أفضل من الصلوة» (۳۰) پس از خداشناسی و معرفت هیچ عاملی، بهتر از نماز انسان را به خدا

نزدیک نمی‌کند. رهبر معظم انقلاب حضرت آیه‌ا... خامنه‌ای «دام ظلّه العالی» در بخشی از پیام خود به سمینار نماز با عنایت به این حدیث شریف فرمودند: «هیچ وسیله‌ای محکمتر و دائمی‌تر از نماز برای ارتباط میان انسان با خدا نیست.» (۳۱)

۳- ورود به بهشت

نمازگزاری که با انجام فرمان الهی به درجه بالایی از معرفت رسیده و به درگاه الهی تقرّب جسته؛ تنها بهشت سزاوار اوست. رسول خدا ﷺ فرمود: «من علم أنّ الصلوة حقّ واجب دخل الجنّة» (۳۲)، کسی که بداند نماز حقی است که خدا واجب کرده، داخل بهشت می‌شود.

منابع

۱. آثار ترک نماز و بی‌نمازی بر زندگی انسان‌ها، آذر ماه سال ۱۳۸۹. <http://wikipedia-org.blogspot.com>
۲. آثار فرهنگی، اجتماعی و تربیتی نماز جماعت، سایت راسخون.
۳. معنای نماز <http://ansarossalat.mihanblog.com>
۴. وسائل الشیعه، ج ۳، ص ۴، ۱۲، ۲۶، ۱۱۴، ۲۷۱.
۵. شهید مطهری. کتاب طهارت روح (نماز و عبادت در آثار شهید مطهری).
۶. پرواز روح، سید احمد فهری (شرح و تفسیر آداب الصلوه امام خمینی).
۷. پیرقلی، زهرا، ابعاد معنوی و محتوایی نماز ۱۳۸۸ - <http://pirgoly.blogspot.com>
۸. نماز و اسرار تربیتی آن <http://www.iran-forum.ir>
۹. الحدیث، جلد اول، ص ۲۹۴.
۱۰. ماعون/۴-۵. فویلٌ للمصلّین، الذین هم عن صلاتهم ساهون.
۱۱. بحار الانوار، ۸۱-۸۳-۹۳ صص ۶، ۲۵۵، ۲۴۵، ۱۹۸، ۱۲۶، ۲۰۸.
۱۲. مستدرک الوسائل، جلد ۳، ۲۶-۹۸.
۱۳. تعلیم و تربیت در اسلام، ص ۱۹۷.
۱۴. فخلف من بعدهم خلف اضعوا الصلاه (مریم/۵۶).
۱۵. نماز زیباترین جلوه نیایش با پروردگار <http://www.iran-forum.ir>
۱۶. چرا نمازها اثر لازم را در ما ندارند www.rayatolhoda.parsiblog.com
۱۷. عنکبوت (۲۹)، آیه ۴۵.
۱۸. سیری در فلسفه احکام، صفحه ۴۶، به نقل از مجمع البیان، ج ۸، صفحه ۲۸۵.
۱۹. طه (۲۰)، آیه ۱۴.
۲۰. رعد (۱۳)، آیه ۲۸.
۲۱. صحیفه نور، ج ۱۲، صفحه ۱۴۸.
۲۲. معارج (۷۰)، آیات ۲۰-۲۳.
۲۳. بقره (۲)، آیه ۱۵۳.
۲۴. ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، شیخ صدوق، صفحه ۶۳، مکتبه الصدوق.

۲۵. فروع کافی، ج ۳، صفحه ۴۷۹، بیروت.
۲۶. ثواب الاعمال، صفحه ۹۱.
۲۷. فلاح السائل، سید بن طاووس، صفحه ۱۶۰، دفتر تبلیغات اسلامی .
۲۸. کنز العمال، ج ۷، صفحه ۲۰۷، ۲۱۲ .
۲۹. مستدرک الوسائل، ج ۱، صفحه ۱۷۵.
۳۰. مجموعه ورام، ج ۲، صفحه ۸۶.
۳۱. روزنامه اطلاعات، ۷۰/۷/۱۶.
۳۲. کنز العمال، ج ۷، صفحه ۲۰۱.

از جایگیری تا پایگیری بُعد روانی نماز در نهاد آدمی

مهدی رضا کمالی بانیانی

دانشجوی دکتری (Phd) دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

لیلا کمالی بانیانی

کارشناس و دبیر آموزش و پرورش کامفیروز

مجید رضا کمالی بانیانی

مدرس دانشگاه پیام نور

چکیده

مردم همواره چنین حکم می کنند که هنگامی که پدیده ای پس از پدیده ای دیگر رخ می دهد پدیده ی مقدم، علت و پدیده ی موخر، معلول است. حال آنکه علت حقیقی را که خداست، فراموش کرده اند. انسان موجود تشنه ای است که عطش او را هیچ چیز جز ایمان فرو نمی نشاند و رجوع او به شوره زار علم گرای و دین گریزی این تشنه را تشنه تر به احتضار می کشد. گرچه بسیاری از نیازها و خواسته های فطری یا غیر فطری او توسط گزینه های دیگری پاسخ داده می شود، اما بسیاری از آنها که شکلی نامعین پیدا کرده اند در آموزه های دینی شکوفا و شناخته می شوند. امروزه بشر در بعد معرفتی دچار تحیر علمی و نسبیّت گرایی و عدم ثبات آراء و عقاید است و در بعد روانی دچار تردید علمی، افسردگی و اضطراب، فقدان آرامش و اطمینان خاطر از خود بیگانگی و به تعبیری بی خویشی است. از لحاظ باطنی و معنوی بشر پیوسته متمایل به کسی یا چیزی بوده است. از این نظر هیچ کسی را نمی توان سراغ گرفت که اذعان کند به چیزی متمایل نیست و یا به عبارت دیگر چیزی را نمی پرستد. نماز، مجموعه ای از اعتقادات، کیش ها، آیین ها، ورع ها، طاعت ها، حساب ها، پاداش ها، جزاها و مکافات هاست. بنابراین تشخیص نیازهای آدمی و روی آوردن وی به دین و خدا خود بر مقدماتی استوار است که موجب ارتباط فهم دینی با سایر

معاریف بشری خواهد شد. این مساله که سر جستجوی انسان نسبت به نماز چیست و چه انگیزه‌ای باعث می‌شود و که انسان به دنبال نماز به کاوش بپردازد صرفاً یک پاسخ ندارد و این طور نیست که انگیزه جستجوی علت خوانش نماز در انسان، صرفاً به خاطر رفع نیازهایی باشد که از طریق غیر نماز و عبادت تشخیص داده است. سر جستجوی نماز و ادامه‌ی آن همیشه یک پاسخ ندارد و می‌تواند علل مختلفی داشته باشد. بررسی علل نیاز انسان به خداوند (تمایلات درونی، حوادث روحی، عبور از ذهنیات به عینیات و ...) و چگونگی رابطه خداوند با انسان از اهم مسایل مورد بحث این مقاله است.

کلید واژه: جایگیری، پایگیری، نماز، نهاد آدمی (ID)

درآمد

ما چو چنگیم و تو زخمه می زنی زاری از مانی تو زاری می کنی
 ما چو نائیم و نوا در ما زتوست ما چو کوهیم و صدا در ما زتوست
 ما چو شطرنجیم اندر برد و مات برد و مات ما زتست ای خوش صفات
 ما عدمه‌اییم و هستی های ما تو وجود مطلق و فانی نما
 ما همه شیران ولی شیر علم حمله مان از باد باشد دم به دم
 حمله مان پیدا و ناپیداست باد جان فدای آنکه ناپیداست باد^۱

شکی نیست پرستش و عبادت یکی از قدیمی ترین و در عین حال پربارترین امری است که در زندگی بشری وجود داشته است و دارد و خواهد داشت که این پرستش و عبادت در قالب و یا نهاد دین مطرح می گردد. دین یکی از محورهای پژوهش در جامعه شناسی است. از دین و مذهب به همراه زبان و خط به عنوان یکی از عوامل مهم ارتباط بشری یاد می شود. دین همواره پاسخ دهنده ی بسیاری از نیازهای بشری است و طبیعی است تا این نیاز به خوبی شناخته نشود، درمان میسر نخواهد شد. بنابراین تشخیص نیازهای آدمی و روی آوردن وی به دین و خدا خود بر مقدماتی استوار است که موجب ارتباط فهم دینی با سایر معاریف بشری خواهد شد به نحوی که در واقع آن معارف غیر دینی هستند که کیفیت فهم دینی را هدایت می کنند. این مساله که سرّ جستجوی انسان نسبت به نماز چیست و چه انگیزه‌ای باعث می شود که انسان به دنبال نماز به کاوش پردازد صرفاً یک پاسخ ندارد و این طور نیست که انگیزه ی جستجوی خوانش نماز در انسان، صرفاً به خاطر رفع نیازهایی باشد که از طریق غیر نماز و عبادت تشخیص داده است. سرّ جستجوی قرآن و ادامه‌ی آن همیشه یک پاسخ ندارد و می تواند علل مختلفی داشته باشد.

۱ - مثنوی معنوی، مولوی، تصحیح نیکلسون، دفتر سوم، انتشارات زوار، ۱۳۷۲.

۱- رموز سپندی و ارجمندی نماز

قرآن خواندن می‌تواند انگیزه‌های گوناگونی داشته باشد. از آن جمله می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱-۱- تمایلات و انگیزش‌های انفسی

روی آوری انسان به نماز ممکن است ناشی از تمایلات درونی باشد؛ همان چیزی که به آن فطرت و سرشت انسانی می‌گویند. در واقع ندای درونی انسان است که او را به سوی نماز و خداخواهی می‌کشاند و برخاسته است از شناخت نیازهایی که نماز را برای رفع آن مناسب می‌بیند. بنابراین در این حال انسان به صورت غریزی و تکوینی به سوی معبودش می‌شتابد.

۱-۲- ترس از عقوبت‌های فراسویی

از طرفی دیگر هم ممکن است ترس از جهان آخرت و عقوبت آن دنیوی انسان را محتاج به عبادت کند. چون روح انسانی دارای ابعاد بسیار متعدد و متنوع است و همان طور اسما و صفات جمال و جلال خداوندی نامحدود است. پس انسان می‌تواند با هر بعدی از ابعاد روحی خود به اسم و صفتی از خداوند ارتباط برقرار نماید و هر ارتباط هم پدیده روانی مختص به خود را به وجود می‌آورد. به عنوان مثال، آدمی با احساس خالقیت و حاکمیت مطلقه خداوندی در جهان هستی، عظمت خداوندی را احساس نماید و با توجه به علم مطلق و احاطی آن ذات اقدس بر جزئیات و کلیات جهان هستی، همواره احساس کند که ناظر و شاهد و بصیر مطلق، همه موجودیت و حرکات و سکانات او را می‌بیند و می‌داند. خود این احساس یک پدیده خاص روحی است و با دریافت اینکه او عادل مطلق است و برای همه جزئیات و کلیات هستی و اعمال و گفتارها و فعالیت‌های مغزی و روانی انسان‌ها محاسبه دقیق دارد، احساس عدل و حسب خداوندی در درون او به وجود می‌آید. و با درک این حقیقت که خداوند انسان‌ها را برای مورد عنایت قرار دادن خود آفریده است و به آنان رحمت و محبت دارد و همچنین با درک جمال و فروغ الهی که در ملکوت هستی قابل

شهود است، حالت وجد و انبساط و بهجت و لذت علیا و سروری والا در درون انسان سر می زند.^۱

۳-۱- حوادث روحی_روانی

از جهت دیگر ممکن است سر نماز، برخاسته از حوادث روحی و شخصی باشد. گاه یک حادثه روحی شخص را متوجه امور معنوی و ماوراء طبیعی می سازد. روی آوردن بسیاری از اهل دل به عرفان نیز در اثر حوادث تلخ و تند زندگانی بوده است و حتی گاهی هم شکست در عشق مجازی و ...

به هر حال:

وقتی تو نیستی

نه هست های ما

چونانکه بایدند

نه بایدها ...

هر روز بی تو

روز مباداست.^۲

او به واسطه ی کنت کترأ مخفیاً، می خواست شناخته شود.

مگر نه این بود که بنده و رسولش کلمینی یا حمیرا می زد. اشارت کن فیکونش خلاصه ی فخلقت الخلق است که تجلی ذات، صفات و افعال الهی را بر دل بندگان باعث می شود و ناگهان وقت سحر از غصه نجاتش خواهند داد. قرآن خواندن ناز و نیاز عاشق و معشوق است و پاسخی است به نیاز دل انسان. دلی که از صدف کون و مکان بیرون است. آری:

۱- دکتر عبدالله نصری، تکاپوگر اندیشه ها، پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه ی اسلامی، ۱۳۷۸، صص ۶۱-۲۶۰.

۲- قیصر امین پور، گزیده اشعار، انتشارات مروارید، چاپ پنجم، ۱۳۸۱.

زندگانی خالی نیست

مهربانی هست، سیب هست، ایمان هست

۲- فرهمندی نماز

نماز قطع دستی نامرئی است که در صدد ایجاد جدایی بین همگان است و تخم یاس و بدبینی می پراکند. ستایش کسی است که همچون تندیس صدای شرقی گمشدگان لب دریا را پاسخ می گوید:

آیا چه کس تو را
از مهربان شدن با من
مایوس می کند.^۱

۲-۱- توجه به حق

اگر قرآن، نیاز را پاسخ نگوید و یا به عبارت دیگر شخص پاسخ نیاز خود را در غیر از نماز (به معنای راز و نیاز عاشقانه) جستجو کند، همانند کسی است که مشعلی را در روز روشن به این سو و آن سو می برد و گویی در رهگذر باد شمعی را روشن کرده است. در واقع نماز، توجه و نظارت الهی خاص بر بنده است. توجهی که عاشق همیشه خواستار آن و برای آن لحظه شماری می کند.

علامه محمدتقی جعفری این توجه را عامل ایجاد حالات زیر در بنده می داند:

- ۱- انسان لحظات حیات خود را در حالت رویت خداوندی سپری خواهد کرد.
- ۲- انسان از روی اخلاق عمل خواهد کرد، زیرا به یقین دریافت که در این عالم هیچ موجودی جز خدا شایستگی هدف بودن برای عمل او ندارد.
- ۳- در این جهان انسان برای ابدیت خود ذخایری را خواهد اندوخت.

۱- دکتر احمد الو محبوب، زندگی و شعر حمید مصدق، انتشارات ثالث، ۱۳۸۰، ص ۸۶

۴- حیات خود را بیهوده تلف نخواهد کرد.

۵- آدمی تنها با درک نظارت الهی است که هوا و هوس های خود را کنترل می کند.

۶- نظارت الهی موجب می شود تا انسان خود را در برابر حوادث با صبر بیمه کند.

۷- توشه عبور از پل مرگ، تقوا تلقی خواهد شد.^۱

۲-۲- سیر از تجلیه به تخلیه

از بین رفتن اندیشه ی تک بعدی و یک سو شدن و یگانه شدن برای او در نماز خلاصه می شود. عبادت همانند جاده ای است که انسان مسافر آن است و این مسافر با نماز عوالمی را پشت سر می گذارد و عوالمی را پیش رو دارد. هم هدف دارد و هم راه ترک نماز و عبادت ملازم با سقوط است. او تن پوشی می خواهد که با آن فکر به راه تازه ای برد و شکلی تازه به خود گیرد. در پرتگاه زیستن، ماندن، شدن و ریختن، آشنایی با واقعیت ها کاری بس شگرف است. واقعیت این است که انسان باید با دردهای بزرگش شاهد آن باشد که از خورشید طاعون بیارد، و برزگر این طاعون کسی جز شیطان نیست. در غیر این صورت جز خواب و بیهوشی و خاموش ما را پناهی نیست. در این صورت مسمومیت گل های افیون و آن زمردین زنجیر آغشته به زهر، هر کدامشان به نوعی انسان های پر از اندیشه و احساس ما را مسموم می کنند و ذره ذره جانشان تباه این بیهوشی زودگذر می شود و هیچ کدام را خلاصی از آنها نیست و حرفهای ما هنوز ناتمام که نگاه می کنی:

وقت رفتن است

باز هم همان حکایت همیشگی!

پیش از آن که باخبر شوی

لحظه ی عزیمت تو ناگزیر می شود

آی ...

ای دریغ و حسرت همیشگی

ناگهان

چقدر زود

دیر می شود!^۱

پس پای خود را به گونه‌ی سقراط بر خاکی که خود پای بر آن سفت کرده‌اند. می‌آزمایند تا شاید راهی به جاودانگی داشته باشند و رسیدن به آن ابدیت آبی. ابدیتی که می‌توان با او سفر کرد و تا خدا و آن سوی صحرای خدا رفت.

نماز، شیخونی است بر سوار تاریکی و خلوت که خیمه‌های برافراشته‌اش را هر لحظه بر سرمان خراب می‌کند و برای ربودنمان از هیچ چیزی دریغ نمی‌کند. هشدار و اخطار کردنش در زندگی متناوباً بایست تکرار شود. همانند طبل نوبتی که می‌کوبند که مواظب خودتان باشید و سعی کنید دزد عشق خود را بشناسید که هر لحظه ممکن است برایتان و از تمام تاریکی‌ها بگذرد. برای اینکه نجات یافته از دست چنین سواری ناشناخته باشیم، همان سواری که دست غیب بر سینه‌ی نامحرمش زد، می‌بایست شعله وجودمان را در فانوس کنیم و خود را زره پوش نور می‌کنیم که اول ما خلق الله بود. نماز، اعلان کننده‌ی شخصیت ذاتی اوست و شکننده‌ی شاخه‌های نازک خیال باطل و نفس اماره.

۳-۲- مرتفع شدن پرسش‌های انفسی و آفاقی

قرآن یعنی پاسخی به ذهنیات و عبور ذهنیات به عینیات و کشف افق‌های جدید خویش‌شناسی و خداشناسی. کاشف لحظه‌های پنهانی انسان است و زیبایی‌های نامتناهی را به متناهی می‌آورد. نماز تبدیل صورت ذهنی (انفسی) subject خود به عین خارجی (آفاقی) object است. کشف نیازهای باطنی انسان، انسان را به زیباترین دنیای قابل

۱- قیصر امین پور، ص ۹۰.

وجود وصل می‌کند. یافتن خویش در دنیای گمنامی، خود حدیث مفصلی است که باید با انسان زندگی جداگانه‌ای داشت تا بتوان به تکه‌ای از شعور دنیای ازلیش دست یابد. او منتظر است و انتظار او را به سوی او می‌کشاند. او در نماز چشم به راه دیدار کسی است که عطر تنش را هدیه‌ای بخشد و باد مست این عطر را از لابه لای کلمات ذکرش بگذراند و چشم‌های یعقوبان عاشق را شفایی بخشد. آری:

افضل العباده انتظار الفرج

رنگ و صبغی الهی است که بر ارزش کار انسان می‌افزاید و عبادت انسان را گاهی برتر از عبادت می‌کند چرا که کشش چو نبود از آن سو چه سود کوشیدن. این سازش سبب رنگ گرفتن همه وجود سهراب سپهری می‌گردد، به طوری که جا نمازش چشمه می‌گردد و طبیعت برای او همگی نشان و نمادی از حق تعالی می‌گردد:

قبله‌ام یک گل سرخ

جا نمازم چشمه

دشت سجاده من

من نمازم را

وقتی می‌خوانم که

اذانش را باد گفته باشد سر گلدسته سرو

پی قدقامت موج

من نمازم را

پی تکبیرة الاحرام علف می‌خوانم

۴-۲- امید لحظات تنهایی و فراقنی های خاموشی

با قرآن، آوازهای گم شده بر روی برگ های گل زنبق دوباره جان می‌گیرند، و بر می‌خیزند و انسان دلگیر و تاریک شده از لغزش و انحرافات تاریک روزگار را به رنگین

کمان عشق الهی پیوند می زند که او را آرزوی رسیدن به آن است و به جانب خریدن تب عشق حتی اگر با مرگ همراه باشد. نماز پیوند انسان با ابدیت است. ابدیتی که هستی انسان با آن شکل می گیرد. پناه به خدا، در عمیق ترین لحظات تنهایی، انسان را همیشه امیدوار می کند. آن وقت است که تمام نیازهای بشری در پرتو قرآن پاسخ گفته می شود و آن وقت است که انسان زندگی را از دریچه ی دیگری می بیند. حتی امید دیدن نوری از روزنه ای، خون او را چون بیرقی می افزایش دهد.

۵-۲- شناخت خودی خود

در ک صحیح نماز، نیاز به شناخت خویشتن دارد چرا که مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ و این امر می تواند در راز و نیاز عاشقانه انسان صورت پذیرد. از آنجا که ما وجودمان و فعالیتمان و همچنین معرفتمان متعلق به خداست، پس در واقع ما با او متحدیم و این همان مفهوم عارفانه ی اتحاد با خدا است. چه اتحاد و یگانگی عاشق و معشوق از روی حقیقت است نه از راه صورت. اما اتحاد که حالت استغراق عاشق است با نماز و نیاز رخ خواهد داد و قصه گویی انسان و خدایش را می طلبد:

انما من اهوی و من اهوی انا نحن روحان حللنا بدنأ
من کیم لیلی و لیلی کیست من ما یکی روحیم اندر دو بدن

ای ایاز از عشق تو گشتم چو موی ماندم از قصه تو قصه من بگوی
خود تو می خوانی نه من ای مقتدا من که طورم تو موسی وین صدا^۱

لهذا هر جا عشق و شیفتگی و عشق و پرستش و الوهیتی یافت شود جلوه ی همان حب است. و لذا فرق مومن و غیرمومن در عبادت و عدم عبادت خدا، بلکه در خطا و عدم

۱- مثنوی معنوی، ص ۱۰۱.

خطای در نسبت است. هر کس خدا را به اسمی می شناسد، لیکن اشکال او در این است که او را در همان اسم و همان صورت محدود می کند. ما باید در همه صورت ها او را بشناسیم و به او اذعان کنیم و نماز ما پاسخ چنین امری است:

عقد الخلائق فی الاله عقایدا و انا اعتقدت جمیع ما اعتقدوا

مرحوم آیت الله نجابت می گوید:

هر که هر کجا که عبادت می کند عبادت تو را می کند چرا؟ چون
می فهمد خودش محتاج است می خواهد دست دراز کند به طرف
کسی، به طرف خدای نادیده لیکن اشتباه کرده و او را بت می شمارد
... پس خیالش اشتباه است و الا می خواهد خدا را بپرستد.^۱

استاد محمدتقی جعفری در مورد فواید ذکر می گوید:

- ۱- ایمان به خدا موجب می شود تا آدمی به یاد خدا باشد. کسی که اعتقاد واقعی به خدا دارد، هیچ چیز را در عالم جز خدا قابل ذکر نمی داند. هنگامی که خدا بر دل انسان تجلی می کند در دل جایی برای هیچ موجودی باقی نمی ماند.
- ۲- ذکر الهی موجب پیدایش حالت روحانی خاصی در انسان می شود که آدمی را از فروغلطیدن در مادیات رها می سازد. این حالت روحانی، حیات آدمی را معنادار می سازد و موجب می شود تا حیات طبیعی محض به حیات معقول مبدل شود.
- ۳- ذکر الهی موجب می شود تا وسوسه ها و تخیلات و توهمات مغزی و روانی از میان بروند و نیروی ثمربخش مغز و روان آدمی بیهوده مستهلک نشوند.
- ۴- ذکر الهی درون آدمی را با نشاط می سازد و نمی گذارد تا اندوه های ناشی از اختلالات حیات طبیعی محض به شخصیت انسان آسیب وارد سازد.

۱- تکاپوگر اندیشه ها، عبدالله نصری، صص ۶۶-۲۶۵.

۵- ذکر الهی، شخصیت انسان را از تجزیه شدن در میان اجزاء گسیخته جهان طبیعت بازمی‌دارد و با دریافت اصول ثابت حاکم بر جهان و اشراف بر هستی آرامشی خاص به حیات انسان می‌بخشد.

۶- ذکر الهی موجب می‌شود تا مشیت الهی بر تصفیه و منور ساختن درون آدمی تعلق گیرد.

۷- ذکر الهی موجب می‌شود تا انسان از خیال پردازی رها شود و از چیزی سخن گوید که به آنها عمل می‌کند و یاد الهی انسان را به واقع بینی و واقع گرایی و واقع گویی وادار می‌سازد.

۸- شناخت عظمت نعمت‌های خداوندی یکی دیگر از نتایج ذکر الهی است. دقت و تفکر در نعمت‌های خداوندی نیز آدمی را به سوی ذکر الهی سوق می‌دهد.^۱

نتیجه

به هر تقدیر، انسان به تنگ آمده روزگار که سینه اش دریده شده ی گناه و جفاست و قلبش محراب درد، مست سرشناسی که می‌خواهد پا به جایگاه عشق بنهد، برای شکستن، نیاز به وسیله ای دارد. او در شب همه بیدار پیاله به خاک می‌کوبد و شکست را هزار تکه می‌کند. و این سکوت است که با ترک برداشتن در چنین طغیانی به ناگهان به انفجار می‌رسد. پا می‌کوبد بر منی که لعنت الله نیست، به این خاطر که حلاج‌های دروغین روزگار او را جان به لب کرده اند و غرق در دریای معرفت. از دیوارهای خواهش می‌گذرد و تمناگونه، آشنای عشق سرخ خویش را صدا می‌زند و آمدنش را می‌طلبد. او می‌سرایدش از درد بی کسی چرا که آینه اش بدون او گریان است. به هر در می‌زند. به اشک متصل می‌شود تا راه به جویبار نامتناهی عشق ببرد. اما می‌داند که هوایش باید دریایی باشد. بنابراین

۱- شرح دعای رجبیه، حوزه علمیه شهید نجابت، شیراز، ۱۳۶۲، ص ۹۵.

ماندن را سزاوار خود نمی‌داند. لحظه‌های سماع، جنون، تهنیت و میمنت را از آینه‌ی دل باید جست.

باید نلرزد و شکی در دل نریزد که مثلاً نیازش پوچ است و به جز سراب به چیز دیگری دست نمی‌یابد و تشنگی باران نیز او را آرام بر جای نمی‌نشانند. با نماز، از راه و از چشمه‌های آشنایان - اگر حتی ازدهای چند سر بر آن راه نشسته باشد - می‌گذرد تا برای خود و یارانش، کوزه‌ی آبی خنک از کوثر هدیه آورد. انسان خاک است و آب و باران‌های زمزمه‌گر در شب‌های ابر گرفته، بازکننده‌ی پنجره‌ها برای عبور هوای تازه، که تاریکی و ارواح را بگریزند و موسیقی باران را تکرار کند. انسانی که در اربعین صباحاً به دست پروردگارش و در عین حالی که در کبد سختی‌ها خلق شده است، شور شیرین درونی خود را با راز و نیاز با یار می‌آویزد و ترنم صراط‌الذین انعمت خود را در گواهی‌اشهد ان لاله‌الله می‌یابد.

الحمد لله ستایشی است که بر یقه‌ی بهترین‌هایی که خود او دوست دارد می‌آویزد و در کنج لاله‌الله و دلش که جز الف قامت یار بر آن نیست، خانقاهی برای انا فی قلوب المنکسره می‌سازد. یارب یارب شب‌های او جلوی هر والضالینی را می‌گیرد تا ندای محک قل هو الله احد، حریق آتش‌های عذاب النار را در خود فروکشد. او می‌داند که:

پای اگر مانده به راهست سنگ انداخته در راه اگر مرگ

بال رفتن نشکسته است و هدف گم نشده است.^۱

برای رسیدن و یکی شدن باید پر سوزاند و زیر شمشیر غمش رقص کنان رفت. چرا که جرس فریاد می‌دارد که بر بندید محمل‌ها. آری تنها راه نجات انسان از دلهره‌ها،

۱- نصرت رحمانی، مجموعه اشعار (آواز بی فرجام)، انتشارات طوس، ص ۷۸.

اضطراب‌ها، شیون‌های درون، دالان‌های پیچ در پیچ گناه، برهوت خشم و گرسنگی و رسیدن به تراوش سپیده و سحر و آبی و ارغوانی قبله، *فَمِ اللَّيْلِ إِلَّا قَلِيلًا* است. این قدر گفتیم باقی فکر کن فکر گر را کد بود رو ذکر کن ذکر آرد فکر را در اهتزاز ذکر را خورشید این افسرده ساز

با توجه به مطالب ذکر شده در مقاله، می‌توان به این نتیجه رسید که فلسفه نماز، در واقع به وجود انسانی برمی‌گردد. آری رسد آدمی به جایی که به جز خدا نبیند و یا به قول باباطاهر، به صحرا بنگرم صحرا ته بینم. نماز در واقع بار انا عرضنا الامانات علی السموات والارض بود که انسان حمل آن را بر عهده گرفت. تمایلات درونی، ترس از عقوبت جهان آخرت، حوادث روحی و شخصی انسان فقط و فقط توسط نماز پاسخ داده خواهد شد. در یک عبارت نماز محو وجود پاک شده و فیلتر شده‌ی انسان در ذات مقدس باری تعالی است.

اگر نفس را از خدا جدا کنیم هیچ چیز پریشان تر از او نخواهد بود، زیرا نفس بدون آگاهی و عقل، بدون حرکت و عشق چه می‌تواند باشد. ولی این کلمه و حکمت خداست که عقل عمومی همه نفوس است، و این عشقی که خدا از طریق آن خود را دوست دارد است که تمام حرکات را به سوی خیر و کمال مطلق افاضه می‌کند. بدون خدا ما هیچیم، بدون او هیچ چیز نمی‌دانیم، هیچ چیز انجام نمی‌دهیم، هیچ چیز اراده نمی‌کنیم، و هیچ چیز حس نمی‌نماییم. او همه ماست. او آن چنان مرموز و نامحسوس در ما حضور داشته و تاثیر می‌کند که ما ازو آگاهی نداریم.^۱

1 - Maccracken• C.J•Malebrenche nad britih philosophy oxford• claredon• press• 1983. p: 19g

منابع

۱. قیصر امین پور، گزینہ اشعار، انتشارات مروارید، چاپ پنجم، ۱۳۸۱.
۲. دکتر عبدالله نصری، تکاپوگر اندیشه ها، پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه ی اسلامی، ۱۳۷۸.
۳. دکتر احمد محبوب، زندگی و شعر حمید مصدق، انتشارات ثالث، ۱۳۸۰.
۴. مثنوی معنوی، مولوی، تصحیح نیکلسون، دفتر سوم، انتشارات زوار، ۱۳۷۲.
۵. شرح دعای رجبیه، حوزه علمیه شهید نجابت، شیراز، ۱۳۶۲.
۶. نصرت رحمانی، مجموعه اشعار (آواز بی فرجام)، انتشارات طوس.
7. Maccracken, C.J. Malebrenche nad britih philosophy oxford, claredon, press, 1983.

بررسی رابطه بین التزام عملی به نماز با سلامت روانی و هویت‌یابی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد اردبیل

شهرام صبری

عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد بيله سوار^۱

سیاوش پورطهماسبی

مدرس دانشگاه آزاد اسلامی - واحد بيله سوار

آذر تاجور

مدرس دانشگاه آزاد اسلامی - واحد بيله سوار

چکیده

بیماری‌های روانی همواره به عنوان خطری انسان و جامعه را تهدید می‌کنند. ورود به دانشگاه و شروع زندگی دانشجویی خود به نوعی سرآغاز رویارویی با مجموعه‌ای مجهولات، تحولات و تغییرات می‌باشد که بی‌شک پیامدهایی از قبیل احساس ترس، ناامنی به آینده، اختلالات انطباقی، رفتاری و اخلاقی در پی خواهد داشت. از آنجا که نماز، دعا، نیایش در فرهنگ اسلام ذکر محسوب می‌شوند و برابر آیات و روایات اذکار به عنوان یک سپر حمایتی انسان را در برابر مسایل و بلاها حفظ می‌نماید. لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین تقیید به نماز و سلامت روانی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل انجام شده است.

برای انجام این پژوهش، ۲۵۰ نفر از دانشجویان واحد دانشگاهی اردبیل در سال تحصیلی ۸۸-۸۹ به طور تصادفی انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه التزام عملی به اعتقادات مذهبی محقق ساخته، پرسشنامه سلامت روانی ascl-25 و پرسشنامه حالات هویت بنیون و آدامز (۱۹۸۶) استفاده شده است، یافته‌های این پژوهش با توجه به محاسبات آماری و نمودارهای

۱- نشانی: استان اردبیل، شهرستان بيله سوار، خ کمربندی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بيله سوار. تلفکس: ۰۴۵۲۸۲۲۷۸۱۴
تلفن: ۰۹۱۴۳۵۴۹۱۶۸؛ email:tahmasbesiavash@yahoo.com

بدست آمده مبین آن است که تمامی نمونه ها با توجه به سوالات پرسشنامه نسبت به آرامش روانی نماز نظر مثبت اعلام داشته اند و ۱- بین التزام عملی به نماز و سلامت روانی دانشجویان پسر رابطه معنی داری وجود دارد ۲- بین التزام عملی به نماز و سلامت روانی دانشجویان دختر رابطه معنی داری وجود دارد. ۳- بین التزام عملی به نماز و هویت یابی دانشجویان پسر و دانشجویان دختر رابطه معنی داری وجود دارد. ۴- بین دانشجویان دختر و پسر از لحاظ التزام عملی به نماز اختلاف معنی داری مشاهده شد. ۵- بین دانشجویان دختر و پسر از لحاظ میزان سلامت روانی و هویت یابی اختلاف معنی داری مشاهده نشد.

واژگان کلیدی: نماز، سلامت روانی، هویت یابی، دانشجوی.

مقدمه

انگیزه دینداری یک انگیزه روانی است که ریشه فطری در سرشت انسان دارد، زیرا انسان در اعماق وجود خود انگیزه ای را احساس می کند که او را به تحقیق و تفکر درباره آفریدگار خویش، جهان هستی و عبادت و چاره جویی از او و پناه بردن به او وامی دارد و هنگام مشکلات و گرفتاریهای زندگی، از او کمک نمی خواهد. اصولاً انسان امنیت و آرامش خود را در حمایت و سرپرستی خداوند از خود می یابد و اگر به رفتار انسان در همه ادوار تاریخ و در جوامع گوناگون بشری توجه شود این موضوع آشکارا درک خواهد شد. مذهب به معنی رسم، عادت و طریقه زندگی است و با توجه به نیازهای اساسی انسان به داشتن و درونی کردن یک فلسفه وجودی، بزرگترین عامل در آرامش و بهداشت روانی است. رابطه ایمان و احساس امنیت و بهداشت روانی را اکثر دانشمندان و معتقدین به سایر مذاهب الهی صراحتاً و یا به صورت ضمنی پذیرفته اند. بررسیها نشان داده اند که بالاترین درجه یکپارچگی و انسجام شخصیت در داشتن یک نظام ارزشی قوی و منسجم است که موجب معنی بخشیدن به زندگی می شود، هرچه شخص به ثبات هویت نزدیکتر می شود اهداف او در جریان زندگی دگرگون و متعالی تر می شوند. شواهد نشان می دهد که اعتقادات مذهبی روی سلامتی روح و جسم اثر مثبت داشته و دور بودن از ایمان و بی اعتقادی اثری منفی روی سلامت جسم و روان بر جای می گذارد (ویلیام وست) (۱).

پژوهشگران مختلفی در سراسر جهان درباره تأثیر مذهب، محیطهای مذهبی و آداب و رسوم دینی در سلامت روانی افراد، بهداشت روانی جامعه و بهبودی بیماران روانی و مقاوم کردن افراد در برابر رخدادهای دردناک و ایجاد آرامش پژوهش کرده اند و به دست آوردهای مهمی رسیده اند. با وجود اختلاف روشها، محیطها و موضوعهای مورد بررسی، تقریباً همه این پژوهشها تأیید می کنند که در محیطهای مذهبی و جامعه‌هایی که ایمان مذهبی در آنها بیشتر است، میزان اختلالهای روانی و به ویژه افسردگی به طور

محسوسی کمتر از میزان آنها در محیط‌ها و جوامع غیر مذهبی است و افراد مذهبی به طور کلی، در مقایسه با دیگران سلامت روانی بیشتری دارند. در ادامه به برخی از این پژوهش‌ها اشاره می‌کنیم:

بناکار و همکاران (۱۳۸۰) در پژوهشی نشان دادند که نمونه‌های مورد پژوهش نگرش خود را نسبت به اثر بخشی نماز در حیطه‌های اعتقادی، مذهبی و بهداشت روانی در حد بالا، در حیطه‌های اجتماعی، فرهنگی، اخلاقی در حد متوسط و حیطه‌های تحصیلی، اقتصادی و جسمانی در حد پایین نسبت به سه حیطه اولیه اعلام داشته‌اند.

روحی عزیزی (۱۳۸۰) در پژوهشی با عنوان تأثیر نماز بر سلامت جسمی - روانی، که بر روی ۴۵ دانشجوی دختر و پسر انجام داد، دریافت که بیش از ۹۰٪ نمازگزاران پس از انجام این فریضه الهی به حالت آرامش می‌رسند.

سیف (۱۳۸۰) در پژوهشی که روی ۱۸۰ نفر انجام داد، به این نتیجه رسید که افراد پای‌بند به عبادت، همواره نصف افراد غیر پای‌بند به عبادت، به افسردگی دچار شده‌اند. البرزی و سامانی (۱۳۸۰) در پژوهش خود نتیجه گرفتند که بین نگرش مذهبی و افسردگی رابطه معناداری وجود دارد و با افزایش میزان نگرش مذهبی و انجام فریضه‌های دینی، میزان افسردگی در نوجوانان کاهش می‌یابد.

صالحی (۱۳۷۹) در یک بررسی توصیفی - تحلیلی که با هدف تعیین نقش نماز در کاهش اختلال‌های روانی بر روی دانشجویان علوم پزشکی هرمزگان انجام داد، به این نتیجه رسید که میزان افسردگی و نگرانی در افرادی که همواره نماز می‌خوانند، کمتر از افرادی است که هرگز نماز را به جا نمی‌آورند.

موسوی و همکارانش (۱۳۷۶) در درمان‌گاه‌های بیمارستان خورشید انجام دادند، دریافتند که شمار افراد بی‌نماز در میان مبتلایان به افسردگی بیشتر است و درصد بیشتری از مبتلایان، هرگز نماز نمی‌خواندند.

ابراهیمی و نصیری (۱۳۷۵) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه میان عملکرد دین و افسردگی، نشان دادند که نگرش‌های مذهبی و برپاداری نماز هر کدام به گونه‌ای در حفظ تعادل روانی و استمرار امیدواری انسان‌ها تأثیر گذارند.

نتایج پژوهش دیگری بر روی ۲۵۰ بیمار در یکی از بیمارستان‌های لندن نشان داد که ۷۹٪ از آنان از باورهای مذهبی‌شان به عنوان روش مقابله استفاده می‌کنند (کینگ^۱، ۱۹۹۹؛ به نقل از: هاریسون^۲، ۲۰۰۱).

کونیک (۱۹۹۸) در یک پژوهش میدانی، نقش مقابله‌های مذهبی و میزان اثرگذاری مسائل عبادی را در یک گروه ۴۵۵ نفری از بیماران طبی بررسی کرد. در این پژوهش، ۴۲٪ افراد تصریح کردند که یک یا چند عامل مذهبی آنان را در مقابله با بیماری یا به طور کلی در زندگی یاری رسانده است. همچنین ۷۳٪ گفتند از مذهب و اعمال مذهبی به عنوان یک برنامه مقابله‌ای بهره می‌گیرند؛ زیرا نقش بسزایی در آرامش روانی آنان دارد.

ویلتز و کریدر (۱۹۹۸) که بر روی یک نمونه ۱۶۵۰ نفری پژوهش انجام دادند، این نتیجه به دست آمد که نگرش‌های مذهبی با سلامت روانی رابطه مستقیم دارد؛ یعنی هر چه افراد، مذهبی‌تر باشند و به ارزش‌های دینی تقید بیشتری داشته باشند، سلامت روانی بیشتری دارند و از نظر روانی، نگرانی کمتری احساس می‌کنند.

سانتیا^۳ (۱۹۹۷) نشان داد که عبادت و نیایش به عنوان راههای برقراری ارتباط با خدا توسط آزمودنیها دانسته شده و این اعتقاد در بهداشت روانی آنان اثرات مثبتی دارد.

مک کلاف (۱۹۹۵) در مطالعه خود نشان داد که پرداختن به عبادت از جمله عوامل تامین کننده سلامت روانی افراد می باشد.

1-King
2-Harrison
3-Suneetha

کونینگ^۱ (۱۹۹۴) با پژوهش درباره نسبت مذهب با سلامت روانی افراد ثابت کرد که مذهب برای افراد در برابر عوامل زیان آور و تنش زای محیطی یک سپر دفاعی ایجاد می کند. وی با بررسی متن های مذهبی مسیحی و یهودی اظهار می دارد حدیث ها، باورها و مراسم مذهبی، سلسله گسترده ای از پی آمدهای مثبت و استحکام بخش روان شناختی در افراد بزرگ سال ایجاد می کند.

کیت^۲ (۱۹۹۲) تأکید دارد که مذهب می تواند جایگزینی برای همه مؤلفه های تأثیرگذار همچون عوامل اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و خانوادگی شود. نیز مذهب می تواند در رضایت و تعادل و سلامت روانی فرد نقش اساسی داشته باشد (به نقل از: بیانزاده، ۱۳۷۹).

پولوما و پندلتون^۳ (۱۹۹۱) در مطالعه خود نشان دادند که بهترین عامل تامین کننده سلامت روانی افراد، پرداختن به عبادت می باشد.

گارتز و همکارانش (۱۹۹۱) در زمینه سلامت روانی و باورهای مذهبی، شش مقاله را بررسی کردند و دریافتند که در تمام این بررسی ها، میان باورهای مذهبی و سلامت روانی رابطه مثبتی وجود دارد.

فرای^۴ (۱۹۹۰) نشان داد که پرداختن به عبادت موجب تسکین دردهای جسمانی و تامین امنیت شخص و کاهش ترس از مرگ می گردد.

همچنین پژوهش های تجربی و میدانی ثابت می کند که هرچه ارزش های دینی و عبادی عمیق تر باشد و هرچه افراد بیشتر به انجام فریضه های دینی پردازند، از سلامت و آرامش روانی بیشتری برخوردارند. در این زمینه، دونا هو^۵ (۱۹۸۵) در پژوهش های خود به این نتیجه

1-Koeing

2-Keith

3-Poloma & Pendleton

4-Fry

5-Donahue

رسید که مذهب یکی از بهترین روش‌های درمانی است و با سلامت روانی افراد رابطه مثبت دارد. ایشان دریافت افرادی که دارای مذهب درون‌سو هستند، یعنی مذهب در ذات آنها ریشه دارد و در رفتارهایشان نیز مذهبی‌تر هستند، در مقایسه با افرادی که مذهب برون‌سو دارند، یعنی مذهب را وسیله‌ای برای چیز دیگر می‌دانند و یا از نظر مذهبی، سطحی هستند، سلامت روانی بهتری دارند. همچنین زاگرن^۱ و همکارانش (۱۹۸۴) در پژوهشی، گزارش کردند در افراد سالمندی که نمره کمتری در شاخص مذهبی بودن داشتند، میزان مرگ و میر ۴۲٪ بود؛ در حالی که این میزان برای سالمندانی که نمره شاخص مذهبی بالایی داشتند، ۱۹٪ بود (به نقل از، کونینگ، ۱۹۹۴).

دیسپلایر و همکاران^۲ طی پژوهشی عمق باروهای مذهبی برجسته را مورد بررسی قرار دادند. افراد پژوهش فقدان عجیبی را در اثر ناتوانی در داشتن یک زندگی مذهبی احساس می‌کردند (۸۳/۲ درصد)، به دنبال موقعیتهایی بودند تا بتوانند خودشان را مذهبی جلوه می‌دهند (۷۱/۵ درصد)، زمانی که به فعالیتهای مذهبی اشتغال داشتند، معمولاً احساس متفاوت و مثبتی از خود داشتند (۶۵/۷ درصد).

نقش اعمال مذهبی در فرایند بهبود و بازسازی خود توسط بیماران زیادی تجربه و گزارش شده است، در یک مطالعه جامعه شناختی در سوئیس دیده شد که اعمال مذهبی و معنوی در زندگی افرادی که از اختلالات غیر عاطفی سایکوتیک رنج می‌برند برجسته‌تر می‌باشند، برای مثال در مطالعه ای که در دپارتمان روانپزشکی ژنو صورت گرفت، یک سوم بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی در سالهای اول بیماری خود در یک جامعه مذهبی فعالیت داشتند و ۱۰ درصد از کل نمونه در جنبشهای مذهبی کوچک درگیر بودند. در مطالعه بر روی بیماران اسکیزوفرن، همچنین دیده شد که یک سوم آنان درگیری نسبتاً بالایی در یک

1-Zuckerman

2- Desimpelera et al

جامعه مذهبی داشتند و بقیه آنان نقش مهمی برای معنویت در زندگی خود قایل بودند، هر روز اعمال معنوی را انجام می دادند (سیلویا ماهر و هاگلت^۱).

کونینگ و همکاران^۲ مشغولیات ذهنی افراد را بررسی نمودند و نشان دادند که افراد مذهبی از لحاظ جسمی و روانی سالم ترند و به سبک های زندگی سالم تری هدایت می شوند و نیاز کمی به خدمات سلامت جسمی و روانی دارند.

نتایج تحقیق سرگلزایی، بهدانی و قربانی پیرامون رابطه بین فعالیتهای مذهبی و سلامت روانی در دانشجویان سبزوار نشان داد که دانشجویانی که وقت بیشتری را صرف فعالیتهای معنوی و روحانی می کنند سطح اضطراب کمتر و همینطور افکار خودکشی کمتری نسبت به دیگران دارند.

نتایج تحقیق نجار اصل نشان داد که نگرش مذهبی با اختلال در سلامت عمومی رابطه منفی و با مفهوم از خویشتن رابطه مثبت دارد؛ همینطور بین آزمودنیهای مذکر و مؤنث از لحاظ نگرش مذهبی اختلاف معنی داری وجود دارد ولیکن تفاوت نمره های آزمودنیهای مذکر و مؤنث در متغیرهای سلامت عمومی و مفهوم از خویش معنی دار نبود.

قمرانی و دیگران رابطه هویت و بهداشت روانی را در دانشجویان دانشگاه شیراز مورد بررسی قرار دارند. نتایج تحقیق رابطه معنی داری را بین مؤلفه های هویت و سلامت روانی نشان داد به این صورت که خصوصیات روانی - اجتماعی متفاوت افراد ناشی از این است که افراد کدام یک از وضعیت های هویت (دیررس، زودرس، سردرگم و پیشرفته) را تجربه می کنند.

سانش و کارتر^۳ رابطه بین هویت نژادی و جهت گیری مذهبی دانشجویان آفریقایی - آمریکایی را بررسی کردند تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که نگرشهای هویت نژادی

1- Sylvia mohor & Hugulete

2- Koenig

3- Sanchez & Carter

پیش‌بینی‌های خوبی برای جهت‌گیری مذهبی می‌باشند. از لحاظ جنسیت نیز رابطه بین متغیرها معنی‌دار بود.

ریم، مروان و میلن^۱ هویت مذهبی و رفتار سیگار کشیدن را در میان دانشجویان دانشگاه بیروت بررسی کردند. نتایج نشان داد که هویت مذهبی به طور معکوس با سیگار کشیدن دائمی در میان نوجوانان پسر و دختر ارتباط دارد. الگوی روابط بین هویت مذهبی ضعیف، عوامل خطر زای دیگر و سیگار کشیدن نشان داد که مکانیسم‌های خطر را ممکن است در دو جنس متفاوت باشد. یافته‌ها نشان داد که عمل به مذهب در نوجوانان ممکن است به بهبود سلامتی و کاهش بیماری در زنان و مردان کمک کند.

غباری بناب و دیگران رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و سلامت روانی مادران کودکان استثنایی شهر بیرجند را بررسی کردند، نتایج نشان داد که بین مؤلفه‌های نشانگان مرضی و اعتقادات مذهبی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد.

نجفی رابطه کارایی خانواده و دینداری با بحران هویت دانش‌آموزان دختر و پسر متوسطه شهر تهران را مورد بررسی قرار داد. نتایج تحقیق وی بر نقش خانواده و مذهب به عنوان عوامل مهم در شکل‌گیری شخصیت و هویت نوجوانان تأکید می‌کند. همین‌طور نتایج نشان داد که بین دینداری و بحران هویت رابطه معنی‌داری وجود دارد. به عبارتی هرچه باورهای دینی و مذهبی فرد بالاتر باشد، بحران هویت فرد کمتر است. نتایج تحقیق وی تفاوت معنی‌داری را بین دینداری دختران و پسران نشان داده است.

نتایج تحقیق میشابی^۲ نقل از نعمتی گوری، فرانک، پیرچ و رایت^۳ و (روزبهرانی، نقل از کریموند) رابطه معنی‌داری را بین ارزشهای دینی و مذهبی با هویت یابی نشان داده‌اند.

1- Rema, Marwan & Mylene

2- Michabi

3- Frank, Pirch & Werite

نتایج تحقیق نیلمن و پرساد^۱ (نقل از آلواردو)، گارتنر و همکاران^۲، برگین و همکاران^۳، مورفی و همکاران^۴ نشان داد که بین عمل به اعتقادات مذهبی و سلامت روانی افراد همبستگی مثبت معنی داری وجود دارد. همینطور، نتایج تحقیقات (امیدیان، نقل از ناصری کریموند) حجازی رابطه معنی داری را بین مذهب، سلامت روانی و هویت یابی با عملکرد تحصیلی نشان داده است.

سوالات پژوهش

- آیا بین التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر رابطه معنی داری وجود دارد؟
- آیا بین التزام عملی به اعتقادات مذهبی و هویت یابی دانشجویان دختر و پسر رابطه معنی داری وجود دارد؟
- آیا بین دانشجویان دختر و پسر از لحاظ متغیرهای التزام عملی به اعتقادات مذهبی، سلامت روانی و هویت یابی اختلاف معنی داری وجود دارد؟

روش پژوهش

رشته های تحصیلی به صورت تصادفی از میان رشته های موجود انتخاب شدند. و اجرای پرسشنامه ها به صورت به صورت تصادفی طبقه ای انتخاب شدند؛ جهت جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه های الف) التزام عملی به اعتقادات مذهبی محقق ساخته و مشتمل بر ۴۵ سوال ب) پرسشنامه سلامت روانی (ASCL/۲۵) و ج) پرسشنامه حالات هویت بنیون و آدامز (۱۹۸۶) مشتمل بر ۶۴ سوال که ۴ مؤلفه هویت از قبیل هویت پیشرفته، هویت آشفته، هویت زودهنگام و هویت به تعویق افتاده را می سنجد. جامعه آماری مورد نظر در این

1- Nealman & Persaud
2- Gartner
3- Bergin
4- Murphy et al

پژوهش کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد واحد اردبیل می باشند. حجم نمونه پژوهش ۲۵۰ دانشجوی دختر و پسر می باشد که با روش نمونه گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند.

یافته‌ها

ابتدا به درج یافته های توصیفی در قالب جدول و سپس یافته های مربوط به فرضیه پرداخته می شود.

یافته‌های توصیفی

در جدول شماره ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای دو گروه دانشجویان دختر و پسر ارائه شده است.

مؤنث		مذکر			گروهها شاخص ها متغیرها	
حجم نمونه	انحراف معیار	میانگین	حجم نمونه	انحراف معیار		میانگین
۱۲۵	۳۱/۲۹	۱۸۰/۰۳	۱۴۰	۳۳/۶۱	۱۷۱/۴۷	اعتقادات عملی به نماز
۱۲۵	۱۶/۲۴	۳۶/۳۳	۱۴۰	۱۷/۷۹	۳۶/۴۶	سلامت روانی
۱۲۵	۳۶/۲۴	۲۱۷/۰۳	۱۴۰	۳۴/۹۶	۲۱۷/۲۸	هویت یابی
۱۲۵	۱۴/۳۱	۶۳/۹۳	۱۴۰	۱۴/۲۱	۶۲/۸۸	هویت پیشرفته
۱۲۵	۱۱/۱۱	۵۲/۴۵	۱۴۰	۱۱/۱۳	۵۱/۰۷	هویت آشفته
۱۲۵	۱۵/۳۹	۴۶/۳۹	۱۴۰	۱۴/۸۵	۴۶/۳۸	هویت زودهنگام
۱۲۵	۱۳/۰۹	۵۵/۷۱	۱۴۰	۱۳/۵۳	۵۷/۲۸	هویت به تعویق افتاده

یافته های مربوط به فرضیه‌ها

فرضیه اول: بین التزام عملی به نماز و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر رابطه وجود دارد.

به منظور بررسی فرضیه فوق از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است. همانگونه که در جدول ۲ ملاحظه می شود ضریب همبستگی بین التزام عملی به نماز و سلامت روانی

دانشجویان پسر ($p < 0/01$, $0/65$) و دانشجویان دختر ($p < 0/01$, $0/58$) می باشد که از لحاظ آماری معنی دار می باشند. بنابراین فرضیه تحقیق تأیید می گردد. نتیجه بدست آمده حاکی از آن است که با افزایش و تقویت نماز ابتلا به اختلالات و نابسامانیهای روانی از قبیل افسردگی، اضطراب، ترس، فرار از مسئولیت های فردی واجتماعی به طور محسوسی کاهش می یابد. چنانکه نتایج نشان دادند، افزایش نمره های افراد در مقیاس اعتقادات مذهبی (نماز) با کاهش نمره های آنها در مقیاس سلامت روانی همراه بوده است. توضیح اینکه نمره های پایین در مقیاس SCL-25 بیانگر بالا بودن سلامت روانی فرد می باشد و بالعکس.

جدول ۲: نتایج ضریب همبستگی پیرسون متغیرهای مورد مطالعه در دو گروه

هویت به تعویق افتاده	هویت زود هنگام	هویت آشفته	هویت پیشرفته	هویت یابی	سلامت روانی	متغیرهای ملاک گروهها	
						متغیر پیش بین	متغیر
$-0/07$ $p < 0/01$	$0/28$ $p < 0/01$	$-0/20$ $p < 0/01$	$0/62$ $p < 0/01$	$0/34$ $p < 0/01$	$0/65$ $p < 0/01$	مذکر	اعتقاد به نماز
$-0/13$ N.S	$0/21$ $p < 0/05$	$-0/26$ $p < 0/05$	$0/61$ $p < 0/01$	$0/32$ $p < 0/01$	$0/58$ $p < 0/01$	مؤنث	

فرضیه دوم: بین التزام عملی به نماز و هویت یابی دانشجویان دختر و پسر رابطه وجود دارد.

همانگونه که در جدول ۲ ملاحظه می شود، ضریب همبستگی بین التزام عملی به نماز و هویت یابی دانشجویان دختر ($0/32$) و دانشجویان پسر ($0/34$) می باشد که از لحاظ آماری در سطح $p < 0/1$ رابطه معنی داری را نشان می دهد. معنی این یافته این است که هر چه دامنه عمل به نماز و یا اعمال مذهبی افزایش یابد، فرایند شکل گیری هویت در جهت مثبت و سازنده بیشتر نمایان می گردد.

همین‌طور یافته‌های جدول ۲ نشان می‌دهد که همبستگی بین التزام عملی به نماز و خرده مقیاس‌های هویت یابی در دانشجویان دختر از قبیل مذهب و هویت پیشرفته (۰/۶۱، ۰/۰۱) $(p < ۰/۲۶)$ ، مذهب و هویت آشفته (۰/۲۶، ۰/۰۵) $(p < ۰/۲۱)$ ، مذهب و هویت زودهنگام (۰/۲۱، ۰/۰۵) $(p < ۰/۰۵)$ از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد.

همین‌طور همبستگی بین التزام عملی به نماز و خرده مقیاس‌های هویت یابی در دانشجویان پسر عبارتند از: مذهب و هویت پیشرفته (۰/۶۲، ۰/۰۱) $(p < ۰/۲۰)$ ، مذهب و هویت آشفته (۰/۲۰، ۰/۰۵) $(p < ۰/۲۸)$ ، مذهب و هویت زودهنگام (۰/۲۸، ۰/۰۵) $(p < ۰/۰۵)$ که از لحاظ آماری رابطه معنی‌داری را نشان می‌دهند، اما در مورد رابطه بین التزام عملی به نماز و هویت به تعویق افتاده در هیچ‌یک از گروه‌ها رابطه معنی‌داری ملاحظه نشد.

فرضیه سوم: بین دانشجویان دختر و پسر از لحاظ متغیرهای التزام عملی به نماز، سلامت روانی و هویت یابی اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

به منظور آزمون فرضیه فوق از آزمون t گروه‌های مستقل استفاده شده است. همانگونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، محاسبه آزمون t جهت مقایسه التزام عملی به نماز دانشجویان دختر و پسر نشان داد که چون مقدار t محاسبه شده (۲/۲۱) از مقدار بحرانی آن با درجه آزادی (۲۷۸) بزرگتر است، فرض صفر رد شده و فرضیه پژوهشی تأیید گردد. بنابراین، ملاحظه شد که بین التزام عملی به نماز دانشجویان دختر و پسر اختلاف معنی‌داری وجود دارد.

از طرف دیگر مقایسه میانگین‌های نمره‌های دانشجویان دختر و پسر در مقیاس‌های سلامت روانی و هویت یابی نشان داد که تفاوت در گروه از لحاظ متغیرهای فوق از نظر آماری معنی‌دار نیست. بنابراین، نتیجه گرفته می‌شود که بین سلامت روانی و همین‌طور هویت یابی دانشجویان دختر و پسر اختلاف معنی‌داری وجود ندارد (جدول ۳).

جدول ۳: نتایج t تست گروههای مستقل برای مقایسه متغیرهای مورد نظر در گروهها.

متغیرها شاخصهای آماري گروهها		التزام عملی به نماز					سلامت روانی					هویت یابی			
		میانگین	انحراف معیار	حجم نمونه	درجه آزادی	t تست	میانگین	انحراف معیار	حجم نمونه	درجه آزادی	t تست	میانگین	انحراف معیار	حجم نمونه	درجه آزادی
مذکر	۱۷۱/۴۷	۳۳/۶۱	۱۲۵	۳۷۸	۲/۲۱	۳۶/۴۶	۱۷/۷۹	۱۲۵	۳۷۸	۰/۰۶	۲۱۷/۲۸	۳۴/۹۶	۱۲۵	۳۷۸	۰/۰۵۸
مؤنث	۱۸۰/۰۳	۳۱/۲۹	۱۲۵	۳۷۸	p<۰/۰۵	۳۶/۳۳	۱۶/۲۴	۱۲۵	۳۷۸	N.S	۲۱۷/۰۳	۳۴/۲۴	۱۲۵	N.S	

– بین التزام عملی به نماز، هویت یابی و سلامت روانی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر و پسر رابطه وجود دارد.

همانگونه که در جدول ۷-۴ ملاحظه می شود، ضرایب همبستگی بین التزام عملی به نماز و عملکرد تحصیلی دانشجویان پسر (۰/۶۷، ۰/۰۱ < p)؛ سلامت روانی و عملکرد تحصیلی (۰/۴۱، ۰/۰۱ < p)؛ هویت یابی و عملکرد تحصیلی (۰/۳۹، ۰/۰۱ < p) می باشد که از لحاظ آماری رابطه مثبت و معنی داری را نشان می دهند. همین طور ضرایب همبستگی بین التزام عملی به نماز و عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر (۰/۷۲، ۰/۰۱ < p)؛ سلامت روانی و عملکرد تحصیلی (۰/۴۶، ۰/۰۱ < p)؛ و هویت یابی و عملکرد تحصیلی (۰/۲۵، ۰/۰۵ < p) می باشد که از نظر آماری رابطه مثبت و معنی داری را نشان می دهند. بنابراین فرضیه کلی تحقیق تأیید می گردد. مضمون این یافته این است که اعتقادات مذهبی و عمل به آنها سبب احساس آرامش روحی در فرد شده و با تثبیت تمرکز در فرد درک بهتر و بیشتری از مطالب فراهم می کند و پیشرفت بالاتری را برای فرد رقم می زند.

جدول ۴: ضرایب همبستگی متغیرهای سه گانه با عملکرد تحصیلی گروهها

متغیرهای پیش بین	مذهب		سلامت روانی		هویت یابی		هویت پیشرفته		هویت آشفته		هویت زود هنگام		هویت تعویقی	
	مذکر	مؤنث	مذکر	مؤنث	مذکر	مؤنث	مذکر	مؤنث	مذکر	مؤنث	مذکر	مؤنث	مذکر	مؤنث
عملکرد تحصیلی	۰/۶۷	۰/۷۲	۰/۴۱	۰/۴۶	۰/۳۹	۰/۲۵	۰/۴۳	۰/۵۰	-۰/۰۵	-۰/۰۹	۰/۱۲	۰/۱۳	۰/۱۵	۰/۱۷
	p<۰/۰۱	p<۰/۰۱	p<۰/۰۱	p<۰/۰۱	p<۰/۰۱	p<۰/۰۵	p<۰/۰۱	p<۰/۰۱	p<۰/۰۱	N.S	N.S	N.S	N.S	p<۰/۰۵

به منظور بررسی رابطه چند گانه متغیرها از رگرسیون چند متغیری استفاده شده است. بدین منظور متغیرهای اعتقاد به نماز، سلامت روانی و هویت یابی به عنوان متغیرهای پیش بین و عملکرد تحصیلی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله رگرسیون شدند. ضریب همبستگی چندمتغیره نشان داد که متغیرهای پیش بین ۶۸ درصد متغیر ملاک را تبیین کرده است. مجدور ضریب همبستگی یا ضریب تبیین بیانگر این است که واریانس مشترک بین متغیرهای پیش بین و متغیر ملاک (۰/۴۷) می باشد ($R^2=0/47$) و با توجه به اطلاعات مربوط به تحلیل رگرسیون محاسبه شده با درجات آزادی (۱۳۶ و $df=3$) و مقدار ($F=49/03$) مشخص شد که رگرسیون محاسبه شده معنادار بوده و بین متغیرهای پیش بین و عملکرد تحصیلی دانشجویان پسر همبستگی چند گانه معنی داری وجود دارد.

جدول ۵: خلاصه تحلیل واریانس رگرسیون متغیرهای پیش بین بر عملکرد تحصیلی دانشجویان پسر

منبع تغییرات	مجموع مجدورات	درجات آزادی	میانگین مجدورات	نسبت F
اثر رگرسیون	۲۴۶/۲۱	۳	۸۲/۰۷	۴۹/۰۳
باقیمانده	۲۲۷/۶۴	۱۳۶	۱/۶۷	
کل	۴۷۳/۸۵	۱۳۹	-	$p < 0/01$

از طرف دیگر در تحلیل رگرسیون با روش گام به گام ملاحظه شد که فقط متغیر التزام عملی به نماز توانست در واریانس متغیر وابسته یعنی عملکرد تحصیلی تغییر معنی داری را ایجاد نماید ($t=6/99$) ($p < 0/01$). بنابراین التزام عملی به نماز بهترین متغیر پیش بین برای عملکرد تحصیلی از بین متغیرهای ذکر شده می باشد.

جدول شماره (۶)

P	تعدیل شده		تعدیل نشده		ضرایب متغیرها
	t	بتا	SE	B	
۰/۰۱	۶/۹۹	-	۱/۱۳	۷/۹۳	همزمان
۰/۰۱	۸/۹۹	۰/۷۱	۰/۰۰۴	۳/۹۴	مذهب
N.S	۰/۲۹۶	۰/۰۲	۰/۰۰۸	۲/۴۱	سلامت روانی
N.S	۰/۷۸۹	۰/۰۵	۰/۰۰۳	۲/۶۴	هویت یابی

همینطور ضریب همبستگی چند متغیره در دانشجویان دختر نشان دهنده این است که متغیرهای پیش بین ۷۲ درصد متغیر ملاک را تبیین کرده است و مجذور ضریب همبستگی یا ضریب تبیین بیانگر این می باشد که واریانس مشترک بین متغیرهای پیش بین و متغیر ملاک ۵۲٪ می باشد. اطلاعات مربوط به تحلیل رگرسیون محاسبه شده نشان می دهد با توجه به درجات آزادی (df=۳ و ۱۳۶) و مقدار (F=۴۰/۵۷) و (p<۰/۰۱)، مقدار رگرسیون محاسبه شده معنی دار بوده و بین متغیرهای التزام عملی به نماز، سلامت روانی، هویت یابی و عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر همبستگی چندگانه معنی داری وجود دارد.

جدول ۷: نتایج تحلیل واریانس رگرسیون متغیرهای پیش بین بر متغیر ملاک

نسبت F	میانگین مجذورات	درجات آزادی	مجموع مجذورات	منبع تغییرات
۴۰/۵۷ p<۰/۰۱	۷۴/۸۱	۳	۲۲۴/۴۴۷	اثر رگرسیون
	۱/۸۴	۱۳۶	۲۵۰/۷۸	باقی مانده
	-	۱۳۹	۴۷۵/۲۲	کل

از طرف دیگر با استفاده از رگرسیون گام به گام مشخص شد که از میان متغیرهای موجود فقط متغیر مذهب توانست در واریانس عملکرد تحصیلی تغییر معنی داری را ایجاد

کند ($t=8/31$ ، $p<0/01$). بنابراین، التزام عملی به نماز بهترین متغیر پیش بین برای عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر در نظر گرفته شده است (جدول ۶).

جدول شماره (۸)

P	تعدیل شده		تعدیل نشده		ضرایب متغیرها
	t	بتا	SE	B	
0/01	7/52	-	1/14	8/56	همزمان
0/01	8/31	0/66	0/005	3/89	اعتقادات عملی به نماز
0/722	0/35	0/027	0/009	3/09	سلامت روانی
0/618	0/49	0/033	0/003	1/68	هویت یابی

نتیجه گیری

پژوهش نشان می‌دهد که وقتی دانشجویان با خداوند متعال ارتباط معنوی دارد و با یاد او در عبادت مأنوس است، آرامش بالایی دارد و نگرانی‌ها و تشویش‌ها را به وسیله ارتباط با خدا تعدیل می‌کند و به سبب پیوند با آن اقیانوس بی‌کرانه رحمت و عظمت، به اطمینان و آسایش می‌رسد. پیوند با جان جانان و خالق زمین و آسمان و انیس وحشت‌زدگان که سرچشمه هرگونه کمال است، زمینه‌ساز هر خیر و رحمت و علت تمام شادکامی‌ها و سعادت‌مندی‌ها است. این نتیجه، بدان سبب است که انسان به‌طور فطری خواهان سعادت است و اساساً وجود همین انگیزه فطری در درون انسان است که سبب می‌شود او درصدد تکامل برآید. باید گفت دانشجویانی که گرایش به نماز دارند از اعتماد به نفس و کنترل درونی بالایی و از هیجان خواهی کم‌تری برخوردارند.

در تحقیق حاضر به بررسی رابطه بین التزام عملی به نماز با سلامت روانی و هویت یابی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد واحد اردبیل پرداخته شده است. همانگونه که در بخش یافته‌ها ملاحظه شد، نتایج تحقیق رابطه معنی‌داری را میان التزام عملی به نماز با

سلامت روانی و هویت یابی هر دو گروه از دانشجویان نشان داده است نتایج تحقیق حاضر بایافته‌های تحقیقات قبلی (برای مثال، سرگلزایی و دیگران (۱۳۸۲)، غباری بناب (۱۳۸۶)؛ نجاراصل (۱۳۸۴)؛ برگین و همکاران (۱۹۹۸)؛ مورفی و همکاران (۲۰۰۰)؛ کونینگ (۲۰۰۰)؛ سیلویاماهروهاگلت (۲۰۰۴) در زمینه ارتباط اعتقادات مذهبی و سلامت روانی، و همینطور با یافته‌های (ریم، مروان و میلن (۲۰۰۴)؛ سانشز و کارتر (۲۰۰۵)، نجفی، ۱۳۸۲؛ میشابی، ۱۹۸۱؛ نجاراصل، ۱۳۸۴) پیرامون رابطه اعتقادات مذهبی و هویت یابی همسو و هماهنگ می باشد.

مطالعات تاریخی گواه آن است که نماز، نیایش، دعا و اعمال مذهبی به عنوان یک واقعیت موجود در جهان هستی از بدوخلقت انسان مطرح بوده است و مردم برای نیل به کمال از آن استفاده می کردند. امروزه روانشناسان به تحقیق و تجربه دریافته اند که دعا و نماز داشتن ایمان محکم، تشویش، نگرانی و یأس و ترس را برطرف می سازد. قرآن مجید در سوره رعد آیه ۲۸ می فرماید: «الَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» ای آحاد بشر آگاه باشید که با ذکر و یاد خدا دل‌های شما آرامش می یابد و احساس امنیت می کنید.

یونگ معتقد است انسان فطرتاً جویای سعادت خویش است و از فکر یک آینده شوم لرزه بر اندامش می افتد و سخت دچار دلهره و اضطراب می گردد. ایمان مذهبی به حکم اینکه به انسان اعتماد و اطمینان می بخشد، دلهره و نگرانی نسبت به رفتار جهان را در برابر انسان زایل می سازد و به او آرامش می دهد. در باورها و اعتقادات خلل ناپذیر دینی، انسان به گونه ای راهنمایی شده است که: شخص با ایمان هرگز دستخوش عواملی از قبیل ترس، نگرانی، اضطراب و افسردگی که بر اثر عوامل مختلف ایجاد می شوند، نمی شود و زمینه بروز این گونه پیامدها را از بین می برد.

از نتایج دیگر پژوهش حاضر تفاوت معنی دار التزام عملی به نماز در دانشجویان دختر و پسر بوده است که بایافته‌های تحقیق (نجاراصل، ۱۳۸۴؛ نجفی، ۱۳۸۲، ابراهیمی، ۱۳۷۶، سانشز و کارتر، ۲۰۰۵) هماهنگ می باشد و گویای نمرات بالاتر دانشجویان دختر نسبت به

دانشجویان پسر در مقیاس التزام عملی به اعتقادات مذهبی می باشد. کشور ما دارای سابقه‌ی کهن اعتقادی می باشد و انقلاب عظیم مذهبی و اعتقادی در آن التزام عملی به اعتقاد مذهبی را رایج کرد. علاوه بر آن می توان علل مختلفی را در رابطه با افزایش التزام عملی در زنان نسبت به مردان ذکر کرد. در پژوهشی که مصطفی اوزترک، استاد دانشکده الهیات دانشگاه چوکورا وادر ترکیه باعنوان پژوهش زندگی دینی در ترکیه انجام داد، نیز به این نتیجه رسید که التزام عملی و پای بندی به اعتقادات دینی زنان بیشتر از مردان است. اوانجام نمازهای واجب و مستحب، نافله وروزه داشتن درماه رمضان و روزهای خاص را در زنان بیشتر از مردان می داند. وی علت این تفاوت را تماس بیشتر مردان با مسایل دنیوی و در نتیجه ضعف حساسیتهای دینی مردان می داند. همچنین علت دیگر را ناشی از نوع زندگی زنان می داند به این معنی که زنان وقت بیشتری در منزل سپری می کنند و با دنیا تماس چندانی ندارند و وقت بیشتری را برای عبادت دارند. بعلاوه زنان با توجه به نقشی که به عنوان مربی در تربیت فرزند به عهده دارند، جهت آموزش اعتقادی فرزندان باید الگوی عملی یک انسان مؤمن باشند تا بتوانند فرزندان با ایمان و شایسته تربیت کنند، علاوه بر این، روحیه لطیف و رقت قلب آنان از مواردی است که آنان را بیشتر به نزدیک شدن به مبدأ هستی از طریق ادای فرایض دینی ترغیب می کند، در صورتی که مردان نقشهای دیگری را ایفا می کنند و ارتباطشان بیشتر با دنیای مادی است و دغدغه های آنان بیشتر برای اداره امور زندگی و مشکلات آن می باشد.

بین التزام عملی به نماز، سلامت روانی و هویت یابی با عملکرد تحصیلی دانشجویان نیز رابطه مثبت معنی داری درهر دو گروه مشاهده شد که با یافته های، امیدیان، ۱۳۸۴، حجازی، ۱۳۸۶، هی و موریسی، ۱۹۷۸، هماهنگ و همسو می باشد.

یک تبیین برای این یافته می تواند این باشد که باتوجه به نقش آرام بخشی مذهب و نیز نقش تعیین کننده خانواده درتکوین شخصیت و همین طور عملکرد و کارایی افراد،

نوجوانانی و جوانان که به خانواده های معتقد دینی تعلق دارند، به دلیل جو حاکم بر فضای خانه، ارتباط صمیمانه با والدین، از آرامش نسبی لازم برای مطالعه و فعالیتهای مربوط به تحصیل برخوردار بوده و قدرت تمرکز بیشتری هم برای مطالعه در منزل و هم فراگیری در کلاس درس دارند. از طرف دیگر، اشتغال به باورها و اعمال دینی در افراد دارای هویت مذهبی، احساس تعلق کمتری نسبت به مسایل مادی در آنها ایجاد می کند، ترس و اضطراب کمتری را برای دستیابی به آنها تجربه می کنند، و بنابراین با ایجاد جوی مساعد و مطلوب سرشار از احساس آرامش و پیوستگی برای خود، درانجام فعالیتهای و وظایف آگاهی و تسلط بیشتری کسب کرده و قادر خواهند بود تا عملکرد شغلی و تحصیلی خود را به سطح بهینه و مطلوب برسانند.

پیشنهادهای

- اطلاع رسانی در جهت منطبق شدن تربیت دینی خانواده و جامعه.
- برگزاری جلسات آموزش برای خانواده ها مبنی بر اینکه از دوران کودکی به کودک طوری آموزش مذهبی بدهند که کودک تصورات دقیق و صحیحی از خداوند داشته باشد؛
- در تربیت دینی جوانان سعی گردد جاذبه های دینی را تقویت کرده و دین، بدون اوهام، خرافه و ترس به آنها معرفی گردد که رسیدن به این مهم از طریق برگزاری دوره های آموزشی امکان پذیر است.
- برگزاری جلسات آموزشی متوالی خدا باوری، دین باوری و بهزیستی روانی، اجتماعی و فیزیکی از طریق دعوت از صاحب نظرانی که بتوانند با بیانی رسا و اثر بخش تحولی عمیق و عظیم در نگرش نوجوان و جوان ایجاد نمایند.
- تبیین فلسفه نماز به دانشجویان در جهت درونی کردن آن.
- تغییر در ساختار و روشها و استفاده از روشهای جدید آموزش نماز به دانشجویان

- تقویت و بهسازی زیر ساخت‌های ارتباطی برای تبلیغ و آموزش تعالیم و باورهای دینی به ویژه نماز در سطح دانشگاهها.
- آموزش اصول و ارزشهای مشترک بین انسانیت و ادیان مختلف، به منظور پرورش دانشجوی جهانی نمازگزار.
- ارزیابی سالانه میزان نمازگزاری در دانشگاهها و برگزاری همایش، کنفرانس و سمینارهای نماز.

منابع

۱. البرزی، محبوبه و حسن سامانی (۱۳۸۰)، «بررسی رابطه اعتقادات مذهبی با افسردگی، اضطراب و فشار روانی در نوجوانان»، خلاصه مقالات اولین همایش بین‌المللی نقش دین در بهداشت روان، تهران، معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران.
۲. بناکار بختیار، هاشم زاده ایرج، فرامرزی ابوالحسن، نیکویی فرهود (۱۳۸۰)، نگرش دانشجویان دانشکده علوم پزشکی فسا نسبت به اثر بخشی نماز، مجله طب و تزکیه، شماره ۴۳، زمستان.
۳. حجازی، الهه؛ فارسی نژاد، معصومه (۱۳۸۶). سبکهای هویت و پیشرفت تحصیلی، نقش خودکارآمدی تحصیلی، فصلنامه روانشناسی. سال یازدهم. شماره چهاردهم.
۴. سرگلزایی، محمدرضا؛ بهدانی فاطمه؛ قربانی، اسماعیل (۱۳۸۲). همبستگی بین فعالیتهای مذهبی و سلامت روانی. نقش دین در بهداشت روان. جلد اول. تهران. پژوهشکده فرهنگ و معارف.
۵. سیف، سوسن (۱۳۸۰)، مذهب و بهداشت بشری، خلاصه مقالات اولین همایش بین‌المللی نقش دین در بهداشت روان، تهران، معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران.
۶. صالحی، لیلا (۱۳۸۰)، «بررسی ارتباط بین برپاداری نماز و سلامت روان»، مجله نیایش، شماره ۵، تهران، ستاد اقامه نماز.
۷. غباری بناب، باقر؛ لواسانی مسعود؛ روجیلی فرخ (۱۳۸۶). رابطه جهت‌گیری مذهبی و سلامت روانی مادران کودکان استثنایی. فصلنامه روانشناسی. سال یازدهم. شماره ۲.
۸. قمرانی، امیر؛ نوری شهرام؛ البرزی شهلا (۱۳۸۳). بررسی رابطه هویت و بهداشت روانی در دانشجویان دانشگاه شیراز. مجموعه مقالات دومین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان. تهران. دانشگاه تربیت مدرس. ۱۲ و ۱۳ اسفندماه.
۹. ناصری کریموند، سکینه (۱۳۸۳). رابطه بین سبک هویت با انگیزه پیشرفت و عزت نفس دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد اهواز.

۱۰. نجاراصل، صدیقه (۱۳۸۴). رابطه بین نگرش مذهبی با مفهوم از خویشتن و سلامت روانی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد بهبهان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

۱۱. نجفی، محمود (۱۳۸۲). رابطه کارایی خانواده و دینداری با بحران هویت دانش آموزان دختر و پسر پایه سوم متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۸۲-۸۱. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی. دانشگاه علامه طباطبایی تهران.

۱۲. نعمتی گوری، الهام (۱۳۸۴). بررسی رابطه بین هویت یابی با رشد اخلاقی و نظام ارزشها در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

۱۳. ویلیام وست (۱۳۸۳). روان درمانی و معنویت. ترجمه شهریار شهیدی و سلطانعلی شیرافکن. تهران. انتشارات رشد.

14. Alvarado, KA (1995). The relationship of religions variable to death depression and death anxiety. *Jclin-psychology*. 51(2)20.2.204).
15. Bergin, A.E (1998). Religiousness and mental health reconsidered a study of on in trinsically religious sample. *Journal of consulting psychology*. 34(2).197-204.
16. Desimplare, P; sulas, f; Duriez, B. & Hutse Baut, D (1999). Psycho-Epistemological styles and religious Beliefs. *International Journal for the Psychology of religion*. 9.125-137.
17. Fry, P (1990). A Factor Analytic investigation of home-bounde Cllderly indivichials Concerns about death and dying and their coping Responses. *Journal of clinical Psychology*, 46(6), 737-748.
18. Gartez, D.B., Sherrill, K.A., etal. (1991). Associations between Dimensions of religious commitment and mental health. *American Journal of Psychiatry*, 149. 557-9.
19. Gartner, J.Larson (1992). Religious commitment and mental health. A review of the Empirical literature. *Journal of Psychology and Theology*. 19.6-25.
20. Koenig, H.G. (1994). The Relationship Between Judeo Christian Religion and Mental Health Among Middle - aged and Older Adults, Durham, NC, U.S.A.; *Advances*, Fall; Vol 9(4): 33-39.

21. koenig, H.G. (1998) Religious Attitudes and Practices of Hospitalized Medically Ill Older Adults. *International journal of Geriatric Psychiatry*. 13(4) p213 - 224.
22. Koenig.G.H.Mccullough, M. and larson, D (2000). *Hand book of religion and health*. New york. NJ. Oxford university press. P.7-14.
23. Mccullough.M(1995).Prayer and Health .*Journal of Psychology and theology*,23(1),15-29.
24. Murphy, P.E, ciarrocchi, j.w(2000). *Journal of consulting and clinical psychology*. No.G.1102.1106. copyright 2000 by the American psychological Association.
25. Poloma, M & Pendleton.B.(1991).The effects of prayer and experiences on measures of general well-being.special issue.*Journal of psychology and theology*,1(1).71-83.
26. Rema Adel, Afifi soweid, Marwan khawaja, Mylene Tewtel Salem (2004). Religious identity and Smoking behavior among Adolescents: evidence from entering students at the American university of Beirut, *Health communication*, 47-62:
27. Sanchez. Delida; carter, Robert; (2005). Explority the relationship between racial identity and religious orientation Among African American College Student. *Journal of College student development*.
28. Suncctha(1997).The Concept of God.*Journal of Indian-Psychology*,15(1),53-60.
29. Sylvia mohr and philippe Hugulete (2004). The relationship between schizophrenia and its implications for care swiss medical weekly.
30. Veltz, I.H. and kreder, C.L. (1998). *Psychological Aspects of Depression Towards a Cognitive Interpersonal Integration*,England: John Wiley and Sons Ltd.

بررسی رابطه بین عمل به باورهای دینی با سلامت روانی دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز اردبیل

یاسر عبازاده

عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد گرمی

بهرام فاتح

مدرس دانشگاه آزاد اسلامی - واحد گرمی^۱

سیاوش پورطهماسبی

مدرس دانشگاه آزاد اسلامی - واحد گرمی

چکیده

ورود به دانشگاه و شروع زندگی دانشجویی خود به نوعی سرآغاز رویارویی با مجموعه ای مجهولات، تحولات و تغییرات می باشد که بی شک پیامدهایی از قبیل احساس ترس، ناامنی به آینده، اختلالات انطباقی، رفتاری و اخلاقی در پی خواهد داشت. از آنجا که نماز، دعا، نیایش در فرهنگ اسلام ذکر محسوب می شوند و برابر آیات و روایات اذکار به عنوان یک سپر حمایتی انسان را در برابر مسایل و بلا یا حفظ می نماید. لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین عمل به باورهای دینی با سلامت روانی در دانشجویان دانشگاه پیام نور بيله سوار می باشد. نمونه آماری این تحقیق شامل ۱۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه پیام نور اردبیل در سال تحصیلی ۸۹-۱۳۸۸ می باشد.

روش تحقیق: این پژوهش توصیفی همبستگی بوده است. در این تحقیق عمل به باورهای دینی به عنوان متغیر مستقل (متغیر پیش بینی) و سلامت روانی متغیر وابسته در نظر گرفته شده است. برای جمع آوری داده از پرسشنامه سلامت عمومی و پرسشنامه معبد استفاده شده است. برای تحلیل داده ها از ضریب همبستگی پیرسون و آزمون T مستقل به کار رفت. نتایج مولفه نشان داد و مقدار

همبستگی ۰/۵ و ارزش P برابر ۰/۰۰۰ می باشد از این رو فرضیه صفر رد می شود و فرضیه تحقیق مورد تایید قرار می گیرد و بنابراین متغیر عمل به باورهای دینی با سلامت روان دانشجویان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و همین T مربوط به محل باورهای دینی و سلامت روان با توجه به درجه آزادی ۹۸ و کوچکتر از تعداد T در سطح ۰/۰۵ می باشد. بنابراین میانگین دو گروه از دانشجویان دختر و پسر از نظر عمل به باورهای دینی و سلامت روان در دانشجویان دانشگاه پیام نور اردبیل تفاوت معناداری وجود ندارد.

واژه‌گان کلیدی: باورهای دینی، سلامت روان، دانشجویان، دانشگاه پیام نور.

مقدمه

دانشجویان به آرامش و سلامت روانی نیاز دارند، زیرا در سایه آرامش و سلامت روان می توانند به رشد و پیشرفت تحصیلی، اهداف عالی و سجایای اخلاقی برسند. از سویی دیگر، سلامت روانی در گرو جلوگیری از علل و عوامل شرایط تنش زا در بین دانشجویان نهفته است. به یقین می توان گفت سلامت روانی و عاطفی مهم ترین نیاز روزافزون همه دانشجویان است. زیرا غالب دانشجویان در دنیای امروز از ناامنی روانی، اضطراب و افسردگی رنج می برند و اگر آنها در پی درمان واقعی خویش است باید خودفریبی نکرده و در پی راه حل های بیهوده نباشد. چرا که احتمال می رود دلمشغولی به مطالعه دروس دانشگاهی دانشجو را از پرداختن به درون و باطن و خدای خود دور ساخته و به مرور زمان دچار خستگی و افسردگی گردد که یکی از آنها انجام ندادن فرایض معنوی و اقامه نکردن نماز می باشد.

در میان آموزه های دینی، عبادت و ذکر خدا از جایگاه ویژه ای برخوردار است و در ایجاد بهداشت روانی و سلامت روانی افراد نقش اساسی دارد؛ چنان که بعضی از بزرگان فرموده اند: تا زمانی که سلامت و بهنجاری اعتقادی حاصل نشود، سلامت روانی هم حاصل نمی گردد (مطهری، ۱۳۸۵). از نظر روان شناسان، بیشتر بیماری های روانی که از فشارهای روانی و ناکامی های زندگی برمی خیزد، در میان افراد غیر مذهبی دیده می شود. کارل یونگ^۱ می گوید: در طول سال ها درمان بیماری های روانی، حتی یک بیمار را ندیدم که مشکل اساسی اش نیاز به گرایش دینی در زندگی نباشد. به جرئت می توان گفت همه بیماران روانی به این دلیل بیمار شده اند که از درون مایه های دینی در زندگی بی بهره بودند و تنها وقتی به طور کامل درمان شدند که به دین و دیدگاه های دینی باز گشتند (پناهی، ۱۳۸۴، ص ۱۵۹). افراد مذهبی به هر نسبت که ایمان محکمی داشته باشند، از بیماری روانی دورتر

1-Carl Jung

هستند. از این رو، یکی از پی آمدهای زندگی در عصر حاضر که برآمده از ضعف ایمان مذهبی است، افزایش بیماری‌های روانی و عصبی است.

شاید کسی دقیقاً از چگونگی ارتباط معنویت با سلامت روانی آگاه نباشد، اما عقیده بر این است که بدن و ذهن با یکدیگر ارتباط دارند. برخی تحقیقات نشان می‌دهد که فاکتورهایی مانند باورهای مثبت، آرامش و توانمندی که از اعتقادات مذهبی، دعا بدست می‌آیند، اثر شفابخش دارند و باعث بهبود می‌شوند (مطهری ۱۳۷۵).

ارتقاء سلامت روان ممکن است بیماری را درمان نکند، اما حس بهتری را در بیمار ایجاد کرده در رویارویی یا بیماری و حتی مرگ به او کمک کند. معنویت، ایمان، حضور در مکان‌های مذهبی عملکرد سیستم ایمنی را به طریقی که قابل سنجش باشد مانند افزایش گلبولهای سفید خون بهبود می‌بخشد. در مورد سلامت، زمانی که بدن احساس امنیت می‌کند و در آرامش قرار دارد سیستم عصبی قادر است آرامش خود را حفظ نموده و طبیعی باشد. معنویت مرحله‌ای است که در آن معنا، امید، آسایش و آرامش درون را در می‌یابیم. بسیاری از افراد از طریق اعتقادات مذهبی به آن دست می‌یابند. معنویت، فعالیتهای مذهبی و عمل به دستورات اسلام، می‌تواند سلامتی روحی و جسمی را برای ما به ارمغان بیاورد (جوادی آملی، ۱۳۸۷).

اعتقادات مذهبی در پیش‌گیری اختلالات روحی و روانی نقش مهمی دارد. بنیامین راش، روانشناسی مشهور می‌نویسد: «مذهب آنقدر برای پرورش سلامت روح اهمیت دارد که هوای برای تنفس». مذهب به انسان کمک می‌کند تا معنای حوادث زندگی، مخصوصاً حوادث دردناک و اضطراب‌انگیز را بفهمد (خسروی، ۱۳۸۷).

دین به مومنان و معتقدان خود می‌آموزد که چگونه با مجموعه‌ی عظیم جهان که پیش از فرد شکل گرفته و قوانین خود را بر او تحمیل کند، سازگاری می‌یابد (احمدی، ۱۳۷۴).

از نظر روانشناسان آرامش روانی و احساس رضایت از زندگی از ویژگی های اساسی در افراد سالم و بهنجار است. بررسی حالات و روحیات فرد با ایمان نیز حاکی از آرامش خاطر و صفای درونی شان است (جیمز، ترجمه ی قاثی، ۱۳۷۲). و درون فرد مومن روش از نور حقیقت و سرشار از لذت معنوی است (مطهری، ۱۳۷۵). آیات قرآن کریم نیز بر این نکته تاکید می گذارد. بعنوان مثال در سوره رعد آیه ۳۸ قرآن کریم آمده است که «الذین آمنو تطمئن القلوبهم بذكر الله الا بذكر الله تطمئن القلوب» آنها به خدا ایمان آورده و دلهايشان به یاد خدا آرام می گیرد، آگاه باشید که تنها یاد خدا آرامش بخش دلهاست.

اهداف پژوهش

اهداف کلی: در این پژوهش رابطه بین عمل به باورهای دینی با سلامت روانی دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز اردبیل مورد بررسی قرار گرفته است و همچنین شناسایی تفاوت دانشجویان دختر و پسر در میزان عمل به باورهای مذهبی و سلامت روان مد نظر بوده است.

اهداف جزئی پژوهش

- ۱- شناسایی تفاوت دانشجویان دختر و پسر در میزان عمل به باورهای مذهبی.
- ۲- شناسایی تفاوت دانشجویان دختر و پسر در میزان سلامت روان.

روش تحقیق

طرح تحقیق پژوهش حاضر همبستگی می باشد و همچنین از روش علی - مقایسه ای برای مقایسه میانگین نمرات گروهها در متغیرهای مورد پژوهش نیز استفاده شده است.

جامعه آماری

در پژوهش حاضر جامعه آماری مورد مطالعه را کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور اردبیل در نیمسال اول سالتحصیلی ۸۹-۸۸ تشکیل داده بودند که در محدوده سنی ۱۸ الی ۳۰ قرار داشتند.

نمونه و روش نمونه گیری

نمونه آماری پژوهش حاضر شامل ۱۰۰ نفر از دانشجویان دختر و پسر دانشگاه پیام نور اردبیل می باشد که با روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند.

ابزارهای جمع آوری اطلاعات

۱- مقیاس عمل به باورهای دینی

این مقیاس توسط نیلسون (۱۹۹۵) برای روش تحلیل عوامل ساخته شده است. که ۲۵ سوال دارد. مواد آزمون در چهار حوزه رفتار مذهبی شخصی، رفتار مذهبی جمعی رفتار عمل و دینی می سنجد. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس رفتار مذهبی و ایمان ۰/۹۰٪ گزارش شده است. ضریب آلفای رفتار مذهبی شخصی ۰/۸۸٪، رفتار مراسم دینی ۰/۸۸٪، رفتار عملی ۰/۸۹٪ و ایمان ۰/۹۵٪ گزارش شده برای محاسبه ضرایب اعتبار مقیاس عمل به باورهای دینی، این مقیاس با مقیاس های دلسوزی (ترحم) و دلبستگی همبستگی دارد. این مقیاس با مقیاس دلسوزی همبستگی مثبت و با مقیاس دلبستگی رابطه منفی دارد.

۲- پرسشنامه سلامت روانی

این پرسشنامه ۲۸ ماده دارد که توسط گلوبرم و میلر (۱۹۷۹) با روش تحلیل عاملی ساخته شده است و دارای چهار مقیاس می باشد. که اختلال افسردگی، اضطراب، علائم جسمانی و اختلال در کنترل اجتماعی را می سنجد. نتایج فراتحویل ۴۳ پژوهش توسط ویلیا مزماری و گلوبرک ۱۹۸۸ انجام شد. میانگین حساسیت ۰/۸۴ و متوسط ویژگی ۰/۸۲ بدست آمده همچنین نتایج بررسی مقدماتی در گیلان توسط یعقوبی، نصر و شاه محمدی (۱۳۷۴) نشان می دهد که حساسیت این آزمون در بهترین نمره برش ۲۳ برابر ۰/۸۶/۵ و ویژگی های آن برابر ۰/۸۲ می باشد. ضریب پایایی و باز آزمایی آلفای کرونباخ در این مطالعه ۰/۸۸ بدست آمد.

شیوه‌های جمع‌آوری اطلاعات

شیوه جمع‌آوری اطلاعات به صورت گروهی و در محل تحصیل دانشجویان صورت گرفته و بعد از مشخص شدن نمونه مورد نیاز، به کلاسهای درس مراجعه کردیم و ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات را در اختیار دانشجویان قرار دادیم. بعد از تکمیل پرسشنامه‌ها داده‌های خام وارد کامپیوتر شده و با نرم افزار آماری SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

تجزیه و تحلیل اطلاعات

این فصل شامل دو قسمت است:

- ویژگی فردی دانشجویان
- تحلیل اطلاعات و آزمون فرضیه‌های تحقیق با استفاده از روش‌های مناسب آمار استنباطی

توصیف ویژگی‌های فردی دانشجویان

متغیرهای مربوط به مشخصات فردی عبارتند از: جنسیت و توصیف متغیرها. با توجه به یافته‌های تحقیق توصیف هر یک از متغیرهای مربوط به مشخصات فردی به شرح جدول (۱-۴) می‌باشد.

جنسیت

جنسیت آزمودنی‌های دانشجویان در جدول و شکل ۴-۱ نشان داده، که با توجه به آن میانگین جنسیت اعضای دانشجویان مرد ۴۷ نفر (۴۷ درصد) و زن ۵۳ نفر (۵۳ درصد) می‌باشند. که جمعاً ۱۰۰ نفر می‌باشند.

جدول (۴-۱): توصیف جنسیت دانشجویان

جنسیت	تعداد	درصد
مرد	۴۷	٪۴۷
زن	۵۳	٪۵۳
کل	۱۰۰	٪۱۰۰

توصیف متغیرهای تحقیق

شاخص‌های آمار توصیفی گویای آن است که میانگین و انحراف معیار «عمل به باورهای دینی» به ترتیب ۹۱/۳۳ و ۱۶/۶۱ به دست آمده و میانگین و انحراف معیار «سلامت روان» به ترتیب ۸۶/۸۰ و ۱۶/۶۲ محاسبه شده است.

جدول (۴-۲): شاخص‌های آمار توصیفی متغیرهای تحقیق

متغیرهای تحقیق	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر
عمل به باورهای دینی	۹۱/۳۳	۱۶/۶۱	۲۵	۱۲۴
سلامت روان	۸۶/۸۰	۱۶/۶۲	۲۸	۱۲۵

آزمون فرضیه‌ها

فرضیه‌های این تحقیق شامل ۲ فرضیه می‌باشد که برای این دو فرضیه از آزمون‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و آزمون t مستقل استفاده شده است. فرضیه‌های مربوط به این مبحث و آزمون آنها به شرح زیر می‌باشند.

فرضیه ۱: رابطه مثبت و معناداری بین عمل به باورهای دینی و سلامت روان در دانشجویان وجود دارد.

داده‌های آماری حاصل از آزمون همبستگی فرضیه آماری در جدول شماره ۴-۳ نشان داده شده است.

جدول (۳-۴): ماتریس همبستگی میان مؤلفه های تحقیق

مؤلفه ها	سلامت روان	اختلال افسردگی	اضطراب	علائم جسمانی	اختلال در کنترل
عمل به باورهای دینی	* ۰/۵۰۵	* ۰/۴۵۸	* ۰/۴۵۸	* ۰/۴۲۸	* ۰/۴۹۴
رفتار مذهبی شخصی	* ۰/۵۱۵	* ۰/۷۲۷	* ۰/۴۵۷	* ۰/۴۴۱	* ۰/۵۱۳
رفتار مذهبی جمعی	* ۰/۴۱۴	* ۰/۷۹۴	* ۰/۳۷۸	* ۰/۳۳۶	* ۰/۴۳۳
رفتار عملی	* ۰/۴۳۸	* ۰/۹۳۶	* ۰/۳۸۵	* ۰/۴۳۳	* ۰/۳۸۱
رفتار دینی	* ۰/۴۶۹	* ۰/۶۸۳	* ۰/۴۲۴	* ۰/۳۵۸	* ۰/۴۹۲

* ($p < ۰/۰۵$)

همان گونه که در جدول ۳-۴ مشاهده می شود در بررسی رابطه بین عمل به باورهای دینی (رفتار مذهبی شخصی، رفتار مذهبی جمعی، رفتار عملی و رفتار دینی) و سلامت روان (اختلال افسردگی، اضطراب، علائم جسمانی، اختلال در کنترل) در دانشجویان دانشگاه پیام نور بيله سوار، مقدار همبستگی کل ۰/۵۰۵ و ارزش P برابر ۰/۰۰۰ می باشد. از این رو فرضیه صفر رد می شود و فرضیه تحقیق مورد تأیید قرار می گیرد.

بنابراین بین عمل به باورهای دینی و سلامت روان دانشجویان دانشگاه پیام نور اردبیل رابطه معنی داری وجود دارد.

فرضیه ۲: بین دو گروه از دانشجویان دختر و پسر از نظر عمل به باورهای دینی و سلامت روان تفاوت وجود دارد.

داده های آماری حاصل از آزمون T مستقل فرضیه آماری در جداول شماره ۴-۶ و ۷-۴ نشان داده شده است.

جدول (۴-۵): آزمون تفاوت معناداری متغیرهای تحقیق بین دانشجویان پسر و دختر

متغیرهای تحقیق	دانشجویان پسر		دانشجویان دختر		مقدار آماره t	سطح معناداری آماره t
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار		
عمل به باورهای دینی	۹۲/۵۹	۱۹/۶۵	۹۰/۲۱	۱۳/۴۵	۰/۷۲	۰/۴۷۶
سلامت روان	۸۹/۱۹	۱۶/۸۸	۸۴/۶۸	۱۶/۲۵	۱/۳۶	۰/۱۷۷

با توجه به جدول (۴-۷) یافته‌ی تحقیق بازگوکننده آن است که تفاوت معناداری در دو متغیر «عمل به باورهای دینی» و «سلامت روان» میان گروه‌های اجتماعی جنسی وجود ندارد. آماره آزمون T درخصوص دو متغیر فوق به ترتیب ۰/۷۲ و ۱/۳۶ محاسبه شده که به ترتیب از سطح معناداری ۰/۴۷۶ و ۰/۱۷۷ برخوردار می‌باشند و از آنجا که سطح معناداری دو متغیر در میان دانشجویان پسر و دختر بیش‌تر از ۰/۰۵ محاسبه شده، فرض صفر مورد تأیید قرار می‌گیرد. بنابراین آزمودنی‌های پسر و دختر امتیاز یکسان در «عمل به باورهای دینی» و «سلامت روان» به دست آورده‌اند و از نظر آماری تفاوت معناداری در دو متغیر مذکور بین پسران و دختران مشاهده نمی‌شود.

بنابراین، بین میانگین دو گروه از دانشجویان دختر و پسر از نظر عمل به باورهای دینی و سلامت روان در دانشگاه پیام نور شهرستان اردبیل تفاوت معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

در بینش الهی و از منظر قرآن، یاد خداوند از آن رو که تأمین‌کننده سعادت انسان است، به اطمینان و آرامش دل می‌انجامد. عکس این معنا نیز درباره ترک ذکر الهی صادق است. از آن رو که ترک یاد خداوند، زمینه‌ساز شقاوت و بریده شدن از اصل خویش

می‌شود و به از دست دادن سعادت می‌انجامد، تشویش خاطر، ناراحتی و اضطراب فرد را در پی می‌آورد (مصباح یزدی، ۱۳۸۲). قرآن کریم در بیش از ۱۲۰ آیه در سوره‌های مختلف درباره نماز، آداب، فضایل و اثرات آن نکات گوناگونی را متذکر شده که منجر به اثرات مثبت و فراوانی در نمازگزار می‌شود.

به طور کلی تحقیقات متعدد روان‌شناسان نشان می‌دهد که حالت روانی انسان با آشکار کردن مشکلات در حضور یک دوست صمیمی یا درمان‌گر رو به بهبود می‌رود. پزشک فرانسوی، الکسیس کارل ثابت کرد نماز موجب سلامت و نشاط روانی و معنوی مشخصی در خانواده‌ها می‌شود و همین حالت است که احتمالاً منجر به شفای سریع برخی از بیماران در زیارتگاه‌ها و معابد می‌شود. سیرل بوت نظریه ویلیام جیمز را درباره تأثیر نماز مورد تأکید قرار داده و گفته است: (ما به واسطه نماز وارد انبار بزرگی از نشاط عقلانی و سلامت روانی می‌شویم که در شرایط عادی یارای وصول به آن نیست) (افروز، ۱۳۸۴).

وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا (طه: ۱۲۴) «و هر کس از یاد من دل بگرداند، در حقیقت، زندگی دشواری خواهد داشت». کسی که اهمیت ذکر خداوند را بشناسد، به خوبی درمی‌یابد که روی گردانی از یاد خداوند، خسارت بزرگی است. اگر این حقیقت را درک کنیم که حیات دل انسان به ذکر خدا است، درمی‌یابیم کسی که از یاد خداوند روی بگرداند، از حیات قلب محروم می‌ماند. افسردگی دل و آتش حرمان از حیات معنوی دل، هر لحظه او را می‌آزارد و حسرتی جانکاه بر دلش می‌نشانند.

امام سجاد علیه السلام در دعای ابوحمزه ثمالی می‌فرماید: مَوْلَايَ بِذِكْرِكَ عَاشَ قَلْبِي وَ بِمُنَاجَاتِكَ بَرَدْتُ أَلَمَ الْخَوْفِ عَنِّي «ای مولای من، با یاد تو دلم زنده است و با مناجات تو، درد ترس (فراق) را از خود فرو می‌نشانم».

رسول خدا صلی الله علیه و آله نیز فرموده است: يَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ إِذَا كَانَ الْغَالِبُ عَلَى الْعَبْدِ الْأَشْتِغَالَ بِبِي جَعَلْتُ بُعَيْتَهُ وَ لَذَّتُهُ فِي ذِكْرِي فَإِذَا جَعَلْتُ وَ لَذَّتُهُ فِي ذِكْرِي عَشَقْنِي وَ عَشَقْتُهُ فَإِذَا عَشَقْنِي وَ

عَشَقْتُهُ رَفَعْتُ الْحِجَابَ فِيمَا بَيْنِي وَ بَيْنَهُ «خداوند فرمود: زمانی که دل مشغولی و توجه بنده به من باشد، لذتش را در یاد و ذکرم قرار می‌دهم (و محبتم را در دل او می‌افکنم) و وقتی لذتش در یاد من شد، عاشقم می‌شود و من نیز عاشق او می‌گردم و در آن هنگام که عشق دوسویه حاصل شد، حجاب میان خود و او را برمی‌دارم» (محمدی ری شهری، ۱۳۶۲).

غزالی یکی از دانشمندان اسلامی می‌گوید: «با ذکر، همه ترس‌ها از میان برمی‌خیزد و همه ناراحتی‌ها از آدمی سترده می‌شود. آن‌گاه که فرد به یاد خدا می‌افتد، قلبش با طمأنینه، آباد می‌شود و از خشنودی الهی سرشار می‌گردد؛ قلبی که پیش‌تر از ترس و یأس آکنده بود. لطف و توجه پروردگار، قلب ذاکر را زیر سایه خود قرار می‌دهد و انسان، به این یقین می‌رسد که رهیدن از ناراحتی‌های درونی، آسان و هموار است و می‌توان وسوسه‌های شیطانی را در هم کوبید و گمان‌های باطل را از خود دور ساخت. چنین فردی، همواره با خداست و از هیچ امری بیم ندارد و به هیچ عارضه‌ای روانی دچار نمی‌گردد. این حالت، به خاطر ثباتی که خداوند در دل او ایجاد می‌کند، به هم می‌رسد» (غزالی، ۱۳۷۰).

پیامبر گرامی اسلام ﷺ در روایتی می‌فرماید: «ذکر الله شفاء القلوب؛ یاد خدا شفای دل‌هاست» (محمدی ری شهری، ۱۳۶۲).

پژوهش نشان می‌دهد که وقتی دانشجویان با خداوند متعال ارتباط معنوی دارد و با یاد او در عبادت مأنوس است، آرامش بالایی دارد و نگرانی‌ها و تشویش‌ها را به وسیله ارتباط با خدا تعدیل می‌کند و به سبب پیوند با آن اقیانوس بی‌کرانه رحمت و عظمت، به اطمینان و آسایش می‌رسد. پیوند با جان‌جانان و خالق زمین و آسمان و انیس وحشت‌زدگان که سرچشمه هرگونه کمال است، زمینه‌ساز هر خیر و رحمت و علت تمام شادکامی‌ها و سعادت‌مندی‌ها است. این نتیجه، بدان سبب است که انسان به‌طور فطری خواهان سعادت است و اساساً وجود همین انگیزه فطری در درون انسان است که سبب می‌شود او درصدد تکامل

برآید. باید گفت دانشجویانی که گرایش به نماز دارند از اعتماد به نفس و کنترل درونی بالایی و از هیجان خواهی کم تری برخوردارند.

فرضیه اول مطالعه پیش بینی می کرد که بین عمل به باورهای دینی با سلامت روانی دانشجویان رابطه مثبت وجود دارد. نتایج بدست آمده نشان می دهد که بین متغیر عمل به باورهای دینی با سلامت روانی رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد. نتایج بدست آمده نتایج مطالعات حسین اکبر (۱۳۷۷)، خاتونی (۱۳۷۶)، رضانی (۱۳۸۰)، موسوی و همکاران (۱۳۸۰)، جیمز و مانویل می (۱۹۹۳)، لیدنثال و همکاران (۱۳۷۰)، اشتارث (۱۳۷۱)، جلیوند (۱۳۷۸)، مالتی (۱۹۹۵)، فرانسیس و پیرسون (۱۹۹۳)، خداپناهی و خوانین زاده یزدی (۱۳۷۹)، راسموس و چارمن (۱۹۹۵)، کونیک و همکاران (۱۹۹۸)، لوین و واندریول (۱۹۸۹) دوناهی و بنسون (۱۹۹۵)، کلدبورت (۱۹۹۳) کونیک (۲۰۰۱)، مالت بی ودای (۲۰۰۴) لوین و آندره پول (۱۹۹۱) فرانسیس و همکاران (۱۹۹۵)، موش و هنداول (۱۹۹۷)، سرگلزاری، بهدانی بیکر و گورساج (۱۹۸۲) کونیک، سوربرگ و کرال (۱۹۸۸)، لو و هاندال (۱۹۹۵)، رابینز و فرانسیس (۱۹۹۶) و فرانسیس و استابز (۱۹۸۷) و یراسینگ و تیرمان (۱۹۹۴)، آلوارادو، تمبلر، برسل، و تومان (۱۹۹۵) بهرامی (۱۳۷۹)، پارک، کوهن و هرب (۱۹۹۰)، اسلامی (۱۳۷۶)، بیت، آرگیل (۱۹۹۷)، گورسپاح (۱۹۸۸)، ولف (۱۹۹۷)، باکر و گورساج (۱۹۸۲) و باستون و همکاران (۱۹۹۳) هم خوانی دارد. در تبیین این یافته ها می توان گفت که افراد دارای مذهب درونی سعی دارند رویدادها را به شکل مثبت تر و به شکل آزمایشهای الهی در نظر گیرند و در نتیجه آنها را فرصتی برای رشد و پیشرفت به شمار آورید. این افراد به دلیل قابلیت‌هایی که دارند سعی می کنند تا از الگوهای شخصیتی مشابه چون سرسختی روان شناختی برای مبارزه با بحران های زندگی استفاده کنند. با توجه به صفات مطرح شده در خصوص افراد دارای مذهب درونی، این افراد توانایی بهتری برای مقابله با فشار روانی و رویدادهای زندگی دارند. به علاوه، پژوهش ها نشان داده اند که افراد

دارای مذهب درون زاد موقعیت آزمایش را به صورت مذهبی توصیف می کنند. در حالی که افراد غیر مذهبی چنین موقعیتی را به شکل غیر مذهبی توصیف می نمایند. در مکانیزم موجود در رفتارهای مذهبی، آرام سازی و تخلیه هیجانی نیز از عوامل اصلی تاثیر گذار بر بهداشت روانی می باشد (دوناهی و بنسون، ۱۹۹۵). در مجموع احتمالاً تاثیر مثبت مذهب بر سلامت روانی به دلایل زیر است:

مذهب به مرگ و زندگی انسان معنا می شود. ۲- مذهب موجب امیدواری می شود و خوشبینی افراد را افزایش می دهد. ۳- مذهب به افراد مذهبی نوعی احساس کنترل و کارآمدی می بخشد که ریشه خدایی دارد و می تواند کاهش یافتگی کنترل شخصی را جبران کند. ۴- مذهب نوعی سبک زندگی سالم تر برای افراد تجویز می کند که بر سلامتی و بهداشت روانی تاثیر مثبت دارد. مذهب مجموعه ای از هنجارهای اجتماعی مثبت است که اطاعت از آن موجب تایید، پشتیبانی و پذیرش از سوی دیگران می شود. مذهب نوعی احساس فراطبیعی به شخص می دهد که بدون تردید تاثیر روان شناختی دارد. همچنین نتایج ضریب همبستگی چند متغیری به روش ورود نشان داد که عمل به باورهای دینی در دانشجویان قوی ترین متغیرها برای پیش بینی اختلال روانی بوده است.

بین عمل به باورهای دینی با سلامت روانی رابطه مثبت وجود دارد.

یکی از فرضیه‌ها عبارت بود از اینکه بین دو گروه از دانشجویان دختر و پسر از نظر

عمل به باورهای دینی و سلامت روانی تفاوت وجود دارد.

نتایج بدست آمده نشان داد که تفاوت معنی داری بین میانگین نمرات گروهها در متغیر ذکر شده وجود ندارد. در تبیین نتیجه بدست آمده می توان گفت که آزمودنیهای مورد مطالعه در این تحقیق عموماً در محدوده ی سنی ۲۰ الی ۲۸ ساله قرار داشتند و همین با توجه به پراکندگی پایین جامعه آماری مورد مطالعه، به علت محدود بودن مطالعه حاضر به دانشگاه پیام نور بيله سوار باعث افزایش تشابه عدم معنی داری تفاوت میانگین نمرات پس

دو گروه از دانشجویان پسر و دختر را در متغیر سلامت روانی و عمل به باورهای دینی در پی داشت.

پیشنهادات

- ۱- تبیین فلسفه باورهای دینی به دانشجویان در جهت درونی کردن آن
- ۲- تغییر در ساختار و روشها و استفاده از روشهای جدید آموزش باورها و اعتقادات دینی به دانشجویان
- ۳- تقویت و بهسازی زیر ساختهای ارتباطی برای تبلیغ و آموزش تعالیم و باورهای دینی بویژه نماز در سطح دانشگاهها.
- ۴- آموزش اصول و ارزشهای مشترک بین انسانیت و ادیان مختلف، به منظور پرورش دانشجوی جهانی متعهد و معتقد.
- ۵- ارزیابی سالانه میزان اعتقادات و باورهای دینی در دانشگاهها و برگزاری همایش، کنفرانس و سمینارهای مناسب.

منابع

۱. احمدی، علی (۱۳۷۴). "روانشناسی شخصیت از دیدگاه اسلامی". تهران، چاپخانه، ۱۷۳.
۲. پناهی، علی‌احمد (۱۳۸۴)، آرامش در پرتو نیایش، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
۳. محمد امین (۱۳۷۸). "بررسی رابطه نماز با اضطراب، دانشگاه اسلامی"، سال دوم، شماره هشتم.
۴. جوادی آملی آیت ا.ا. (۱۳۷۸). "انتظار بشر از دین"، انتشارات صحیفه قم، ص ۲۴.
۵. جیمز ویلیام (۱۳۷۲). "دین و روان (چاپ دوم)". ترجمه مهدی قائی تهران؛ انتشارات آموزش انقلاب اسلامی، صفحه ۲۳ تا ۳۶.
۶. خداپناهی، محمد کریم و خوانین زاده سر یزدی، مرجان (۱۳۷۹). "بررسی نقش ساخت شخصیت در جهت گیری مذهبی دانشجویان". مجله روانشناسی، شماره ۱۴، ۲۰۴-۱۸۵.
۷. خسروی، زهره (۱۳۷۸). "بررسی تاثیر نماز بر اختلالات روانی نوجوانان". فصلنامه دانشگاه اسلامی، سال دوم شماره هشتم.
۸. روحی عزیزی، مهتاب و مریم روحی عزیزی (۱۳۸۰)، «تأثیر نماز به عنوان یکی از ارکان دین مبین اسلام بر سلامت جسمی - روانی نسل جوان»، خلاصه مقالات اولین همایش بین‌المللی نقش دین در بهداشت روان، تهران، معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران.
۹. شریفی، طیبه، مهربابی زاده، هنرمند و شکرکن، حسین (۱۳۸۴). "نگرش دینی و سلامت روانی و شکیبایی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی اهواز". اندیشه و رفتار، شماره ۱، ۸۹-۹۹.
۱۰. شولتز، دوان و السن شولتز، سیدنی (۱۳۸۰). "نظریه‌های شخصیت"، (مترجم: یحیی سیدمحمدی). تهران، انتشارات نشر ویرایش.
۱۱. شهبازی، آناهیتا (۱۳۷۵). "بررسی رابطه جهت گیری مذهبی درونی و برونی با سلامت روانی". پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه تربیت معلم.
۱۲. مطهری، مرتضی (۱۳۸۵)، فلسفه اخلاق، تهران، صدرا.
۱۳. مطهری، مرتضی (۱۳۷۳). "مقدمه بر جهان بینی اسلامی"، جلد اول. انسان و ایمان. چاپ دهم. تهران، صدرا.

منابع لاتین

1. Dnaho, P.A. (1985). The effect of pilgrimage on anxiety, depression and religious attitude. England; Psycholigical - Medicine. May; vol 12(2):291 _ 294.
2. Fry,P(1990).A Factor Analytic investigation of home-bounde Clderly indivichials Concerns about death and dying and their coping Responses.Journal of clinical Psychology,46(6),737-748.
3. Gartz, D.B., Sherrill, K.A., etal. (1991). Associations between Dimensions of religious commitment and mental health. American Journal of Psychiatry, 149. 557-9.
4. Koenig, H.G. (1994). The Relationship Between Judeo Christian Religion and Mental Health Among Middle - aged and Older Adults,Durham, NC, U.S.A.; Advances, Fall; Vol 9(4): 33-39.
5. koenig, H.G. (1998) Religious Attitudes and Practices of Hospitalized Medically Ill Older Adults. International journal of Geriatric Psychiatry. 13(4) p213 - 224.
6. Mccullough.M(1995).Praycr and Health .Journal of Psychology and theology,23(1),15-29.
7. Poloma,M & Pendlecton.B.(1991).The effects of prayer and experiences on measures of genral well-being.special issue.Journal of psychology and theology,1(1).71-83.
8. Suncctha(1997).The Concept of God.Journal of Indian-Pschology,15(1),53-60.
9. Veltz, I.H. and kreder, C.L. (1998). Psychological Aspects of Depression Towards a Cognitive Interpersonal Integration,England: John Wiley and Sons Ltd.

بررسی عوامل جذب دانشجویان به نماز و ارائه مدلی کاربردی در دانشگاه‌ها

رضا عباسی بختیاری

reza.abbasi.bakhtiari@gmail.com

حجت الاسلام و المسلمین امیر کاظمی

دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران، اصفهان، ایران

دکتر سیامک باقریان

دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران، اصفهان، ایران

چکیده

انسان تا آخرین لحظات زندگی به فیض بخشی از سوی مبدأ پیدایش خویش نیازمند است و این مقصود جز از راه ارتباط با آفریدگار متعال حاصل نخواهد شد و بهترین راه ارتباط با او نماز است. به نظر می‌رسد که اقامه نماز واقعی در جامعه و دانشگاه از یک سو سبب ساز معنویت، رشد و پیشرفت انسان‌ها و از دیگر سو عامل ارتقاء سلامت و حیات متعال جامعه انسانی و دانشگاهی کشور و باز دارنده از تباهی‌ها و زشتی‌ها است و می‌تواند زمینه تحقق اهداف والای حاکمیت اسلامی در دانشگاه‌ها را فراهم سازد. راه‌های جذب جوانان به نماز و آگاه کردن آن‌ها از فلسفه، ارزش و اهمیت آن، بسیار متنوع و متناسب با شرایط فردی و اجتماعی جوانان است. در این مسیر آگاه نمودن جوانانی که در محیط‌های دانشگاهی مشغول هستند بسیار حساس‌تر و ظریف‌تر به نظر می‌رسد. آنچه پژوهش حاضر دنبال می‌کند این است که در مجموع پژوهش‌های گوناگون چه عواملی را به طور معنادار در جذب هر چه بیشتر دانشجویان به فریضه نماز در دانشگاه‌ها مؤثر می‌داند. در این پژوهش محقق تلاش نموده با مطالعه و بررسی پژوهش‌های توصیفی و منابع دست اول عوامل جذب دانشجویان به نماز را مورد مطالعه قرار دهد. هدف از این پژوهش، بررسی عوامل جذب و مشارکت دانشجویان در نماز، و ارائه پیشنهاداتی در راستای تقویت حضور دانشجویان به نماز و مراسم‌های فرهنگی دانشگاه است. در این تحقیق برای بررسی عوامل تأثیر گذار بر جذب و مشارکت

دانشجویان به نماز علاوه بر استفاده از روش فرا تحلیلی توصیفی از روش اسنادی و تجزیه و تحلیل منابع کتابخانه‌ای داخلی و خارجی و همچنین از منابع موجود در فضای مجازی بهره برده شده است. در پایان مدلی کاربردی برای جذب بهتر دانشجویان به فریضه نماز در محیط‌های آموزشی و فرهنگی پیشنهاد می‌شود.

واژه‌های کلیدی: نماز، دانشجوی، دانشگاه، نمازخانه

مقدمه و مبانی نظری

نماز، نیاز آدمی است. ما گرفتاران زندگی مادی، به دریچه‌ای که هوای پاک آزادی را از عالم معنا به ما برساند و دل را از آلودگی و بی‌خبری برهاند نیازمندیم. اگر نماز را آن گونه که هست بشناسیم، خدا را بر این هدیه بزرگ که پیامبرانش به ما عطا کرده‌اند، هزاران بار سپاس خواهیم گفت. انسان در زندگی این جهان با توجه به عوامل متعدد غفلت‌زا به یادآوری و تذکر نیاز دارد، باید وسیله‌ای او را در فاصله‌های مختلف زمانی به مبدأ هستی توجه دهد، هدف آفرینش را به یادش آورد و از غرق شدن در گرداب غفلت و فراموشی بازش دارد. (این وظیفه مهم به عهده نماز است)، (مکارم شیرازی، ج ۱۳، ص: ۱۹۹).

انسان تا آخرین لحظات زندگی به فیض بخشی از سوی مبدأ پیدایش خویش نیازمند است تا قلبش نمیرد و به زندگی روحانی‌اش ادامه دهد و این مقصود جز از راه ارتباط با آفریدگار متعال حاصل نخواهد شد و چنان که خداوند متعال فرموده و در آیات بسیاری از قرآن بر آن تاکید ورزیده بهترین راه ارتباط با او نماز است، از این رو، در نخستین دستورات به حضرت موسی علیه السلام آمده است (نماز را به پا دار تا به یاد من باشی)، (طه: ۱۴) یکی از مفسران می‌گوید: این که در این آیه ذکر و یاد خدا را مخصوص نماز بیان نموده بدان سبب است که نماز برترین عملی است که فروتنی و بندگی در آن نمایان می‌شود: و به عبارتی در نماز یاد خداوند تجسم پیدا می‌کند (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ج: ۱۴: ۱۴۰).

در چندین آیه قرآن مهم‌ترین مسأله پس از شناخت خداوند و ایمان به او برپاداشتن نماز شمرده شده است (بقره: ۳، نساء: ۱۶۲، توبه: ۱۸). امام صادق علیه‌السلام نیز می‌فرماید: پس از شناخت خداوند هیچ عملی نیست که با نماز برابری کند (حسن دیلمی، ج: ۱: ۱۴۵)، برخی از احادیث نیز این موضوع را تاکید کرده‌اند که نماز اساس و پایه اصلی دین و ایمان است، پایه‌ای مرکزی که در وسط خیمه قرار می‌گیرد و اگر برداشته شود خیمه فرو می‌ریزد.

(شیخ کلینی، ۱۳۶۲، ج ۳: ۲۶۶).

واژه نماز در لغت به معنی نیایش و دعاست. وجه اشتقاق این واژه را از کلمه (نمیدن) به معنی تعظیم و کرنش و خم شدن در مقابل کسی دانسته‌اند. این واژه در متون ادبی و عرفانی فارسی به معنای انقیاد، تکریم و بزرگداشت، ذکر و رحمت و زیارت نیز به کار رفته است (گوه‌رین، ۱۳۸۰: ۶۴).

از وظایف قطعی حاکمیت در نظام اسلام آن چنان که از قرآن کریم و آیه (الَّذِينَ إِن مَّكَّنَّاهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ) (الحج: ۴۱) و فرمان پیامبر اکرم ﷺ به معاذبن جبل و فرمان امیرالمومنین علیه السلام به محمد بن ابی بکر (وَاعْلَمُوا أَنَّ كُلَّ شَيْءٍ مِّنْ عَمَلِكُمْ تَبِعٌ لِصَلَاتِكُمْ)، (نهج البلاغه، ص: ۳۸۵، نامه: ۲۷) بر می‌آید، اقامه نماز است.

نماز ذکر خداست و آنکه با ذکر خدا همراه شد. منش و روشش خداگونه خواهد شد و آن که از یاد خدا روی برتایید، زندگی سختی را بر جان خرید و آخرتش را بر باد داد؛ (وَ مَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَ نَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى). (طه: ۱۲۴).

پرستش حقیقی است که در همه موجودات عالم وجود دارد و موجودی در عالم نیست که پرستنده حق نباشد. این حقیقت که گوشه‌هایی از رموز آن در عالم کشف و شهود برای عالمان راستین پدیدار گشته، در آیه شریفه ۴۴ سوره اسراء این گونه آورده شده است: «وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ وَ لَكِنْ لَا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ»، «موجودی نیست که تسبیح گوی خداوند سبحان نباشد، لکن تسبیح آن‌ها را متوجه نمی‌شوید». با دقت در آیات قرآن درمی‌یابیم که نه تنها هستی تسبیح گوی خداست، بلکه هیچ کسی نیست که از پرتو نور خدا استفاده نکرده باشد. خداوند فلسفه خلقت انسان را عبادت قرار داده چنانچه فرموده است: «وَ مَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَ الْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ» (ذاریات/۵۶)؛ «خلق نکردم جن و انس را مگر برای آنکه مرا بندگی کنند». و جامع‌ترین نوع عبادت که در تمامی ادیان آسمانی وجود داشته، همانا نماز است.

آدمی اگر احساس کرده که در زندگی او خدایی نیست مثل مگس‌های بی حال پاییزی می‌شود که به محض این که به شیشه می‌خورند بی صدا می‌میرند. روح عبادت در فطرت انسان نهفته است، عبادت پرورش یک حس اصیل است و روح واصل و حقیقت آن همان دعا و ذکر و نیایش و پرستش است (مطهری، ۱۳۶۷). الکسیس کارل^۱ درباره دعا و نیایش می‌گوید: هیچ ملتی در تاریخ به سقوط و زوال قطعی نیفتاده است مگر آنکه از پیش، خود را برای مرگ آماده کرده است. نیایش در همین حال که آرامش را پدید آورده است در فعالیت‌های مغزی انسان یک نوع شگفتی و انبساط باطنی و گاهی روح فهرمانی و دلاوری را تحریک می‌کند. رومانوسکی^۲ طی پژوهشی دفاع از اجرای عبادت روزانه در مدارس را نیازی مبرم و ضروری دانسته است و عقیده دارد که در این زمینه درک نظرات کلیسا^۳، دولت و فهم فرهنگی حایز اهمیت است. لی^۴ (۲۰۰۲) اظهار داشته است گروهی که به صورت تیمی با هم عبادت کنند، بهتر در کنار یکدیگر باقی می‌مانند. منظور این است که مسائل معنوی پیوند عمیق‌تر میان افراد ایجاد می‌کند؛ به گونه‌ای که در تسهیل سایر فعالیت‌ها و موفقیت‌های بعدی تأثیرگذار است.

قرآن در سوره طه آیه ۱۲۴ ایمان و توجه به خدا و ارتباط معنوی با مبدأ وجود را عامل رفع نگرانی و اندوه و ترس و آرامش روان می‌داند. قطع ارتباط معنوی با خدا و کناره‌گیری از ذکر و پرستش او را باعث گرفتگی روح و سختی زندگی و معیشت دانسته است. درباره تأثیر دعا، آلفرد تنی سن^۵ شاعر معروف انگلیسی می‌گوید: چه بسیار چیزهایی که با دعا به دست آمده که دنیا خواب آن را هم ندیده است. (عبدی، ۱۳۷۸).

-
1. A.CarL
 2. Romanowski
 3. Church
 4. Lee
 5. Alfered.T.S

در عصر جدید، انسان‌ها و به خصوص جوانان گرفتار یک بحران روانی شده‌اند، تعبیرات مختلف در قرائت‌های گوناگون همه بیان‌گر این سردرگمی و واقعیات تلخ است. هایدرگر^۱ می‌گوید: انسان به سینه این صحرای طبیعت پرتاب شده است و به هیچ جای دستاویزی ندارد، (همان منبع).

به نظر می‌رسد که اقامه نماز واقعی در جامعه و دانشگاه از یک سو سبب ساز معنویت، رشد و پیشرفت انسان‌ها و از دیگر سو عامل ارتقاء سلامت و حیات متعال جامعه انسانی و دانشگاهی کشور و باز دارنده از تباهی‌ها و زشتی‌ها است و می‌تواند زمینه تحقق اهداف والای حاکمیت اسلامی در دانشگاه‌ها را فراهم سازد.

نماز محبوب‌ترین اعمال در پیشگاه ربوبی و آخرین وصیت رسول هدایت است، نماز ستون خیمه دین و قوام شریعت است. به هنگام نماز درب‌های آسمان و بهشت باز شده و دعا مستجاب می‌شود. نماز نردبان آسمان است و کلید فردوس برین، نماز میزان سنجش اعمال و معیار پذیرش افعال است؛ اگر قبول افتد کارهای دیگر نیز پذیرفته می‌شود و گرنه، امور دیگر نیز مقبول نخواهد افتاد.

هم زمان با ورود دانشجویان به محیط دانشگاه علائم جستجوی معنوی و کنکاش دینی در وی ظاهر می‌گردد، جسم و اندام جوان رشد بیشتری می‌کند، عقلش کامل‌تر شده و قدرت فهم و درکش، افزایش می‌یابد، در همین دوران است که در باورهای دینی خود می‌کاود تا آنان را به مدد عقل و اندیشه، استوار سازد. کار اساسی در دانشگاه‌ها این است که روحیه جوان را به خوبی شناخته و با اندازه‌گیری ظرف اندیشه او، تغذیه معنوی متناسب با آن را به وی ارائه نمایند. نماز واقعی، هرگز صرفاً با انباشت اطلاعات مذهبی محقق نخواهد شد، حفظ و انباشت دانسته‌های مذهبی، انسان را پرورش مذهبی نمی‌دهد و او را به عبادتی که به مبدأ اعلی مرتبط می‌گرداند، رهنمون نمی‌سازد. راه‌های جذب جوانان به نماز

1. Hiderger

و آگاه کردن آن‌ها از فلسفه، ارزش و اهمیت آن، بسیار متنوع و متناسب با شرایط فردی و اجتماعی جوانان است. در این مسیر آگاه نمودن جوانانی که در محیط‌های دانشگاهی مشغول هستند بسیار حساس‌تر و ظریف‌تر به نظر می‌رسد.

به دلیل اهمیت نماز لازم است که با استفاده از پژوهش‌هایی که در زمینه عوامل مؤثر در اقامه نماز انجام گرفته است، بررسی و تجزیه و تحلیل دقیقی صورت پذیرد. پژوهش‌ها در این زمینه عوامل متفاوتی را در گرایش و شرکت دانشجویان به نماز جماعت؛ از جمله متغیرهای فردی، خانوادگی، دانشگاهی، گروه همسالان و دوستان، جو و محیط اجتماعی معرفی نموده‌اند.

روش تحقیق

پژوهش‌های ذکر شده در مقدمه و مبانی نظری نشان داده که تربیت مذهبی و اخلاقی دانشجویان و دانش‌آموزان یکی از نگرانی‌های جوامع بشری است که روز به روز بر اهمیت آن افزوده می‌شود. عبادت به طور عام و برگزاری نماز جماعت در مدارس و دانشگاه‌ها به طور خاص یکی از مصداق‌های توجه به تربیت مذهبی^۱ است که در محیط‌های آموزشی جوامع اسلامی برگزار می‌شود. راه‌های جذب هر چه بیشتر دانش‌آموزان و دانشجویان به این عبادت، موضوع پژوهش‌های زیادی بوده است که نتایج برخی از آن‌ها در قسمت‌های قبل ارائه شد. آنچه پژوهش حاضر دنبال می‌کند این است که در مجموع، پژوهش‌های گوناگون چه عواملی را به طور معنا دار در جذب هر چه بیشتر دانشجویان به فریضه نماز در دانشگاه‌ها مؤثر می‌داند؛ روشن شدن پاسخ این سؤال کمک شایان توجهی به همه دست‌اندرکاران به ویژه مسئولان امور تربیتی و دینی دانشگاهی می‌کند تا با توجه به آن‌ها زمینه رونق بخشیدن برگزاری نماز جماعت و مراسم‌های فرهنگی را در دانشگاه‌ها فراهم سازند. در این پژوهش محقق تلاش نموده با مطالعه و

بررسی پژوهش‌های توصیفی و منابع دست اول عوامل جذب دانشجویان به نماز را مورد مطالعه قرار دهد. هدف از این پژوهش، بررسی عوامل جذب و مشارکت دانشجویان در نماز و ارائه پیشنهاداتی در راستای تقویت حضور دانشجویان در نماز جماعت و مراسم‌های فرهنگی دانشگاه است. در این تحقیق برای بررسی عوامل تأثیرگذار بر جذب و مشارکت دانشجویان به فریضه مقدس نماز علاوه بر استفاده از روش فرا تحلیلی^۱ توصیفی از روش اسنادی و تجزیه و تحلیل منابع کتابخانه‌ای داخلی و خارجی و همچنین از منابع موجود در فضای مجازی بهره برده خواهد شد. دلاور (۱۳۸۴، ص: ۲۸۹) اظهار می‌دارد: «فرا تحلیل مهارتی است که در آن از روش‌های آماری، کمی و ریاضی، استفاده می‌شود، اصل اساسی این روش عبارت است از ترکیب نتایج متعدد و استخراج نتایج جدید و منسجم و حذف آنچه موجب سوگیری در نتایج نهایی می‌شود». روش فرا تحلیل به پژوهشگر امکان می‌دهد که در مقایسه با انجام پژوهش با یک روش، به شناختی بیشتر از پدیده‌ها برسد، زیرا با ترکیب مطالعات انجام شده نتیجه گیری کلی حاصل می‌شود (شکرکن (۱۳۷۷)، گال (۱۹۹۶)). در پایان مدلی کاربردی برای جذب بهتر دانشجویان به فریضه نماز در محیط‌های آموزشی و فرهنگی پیشنهاد می‌شود.

بحث و نتیجه گیری

توسعه علمی و پیشرفت تکنولوژی در دنیای امروز موجب شده است که مردم از زندگی متنوع و آسایش بیشتری برخوردار شوند ولی بسیاری از آنان نتوانسته‌اند از نابسامانی‌های رفتاری جلوگیری کنند و به آرامش دست یابند. به عقیده بسیاری از صاحب نظران، جهان نیازمند ترسیم برنامه جدیدی است و آن گرایش و تقویت معنویت اصیل در انسان‌هاست. نوجوانان و جوانان در کسب هویت خود به دنبال ایده‌آل‌های فلسفی و مذهبی می‌گردند تا به آرامش دست یابند.

1. Meta-analysis

محیط‌های دانشگاهی همراه با خانواده‌ها در کنار تأمین آموزش و آسایش دانشجویان و فرزندان با جذب آنان به سوی نماز و وصل به معبود و سخن گفتن قلبی با خدای قادر و توانا، می‌تواند روح خسته و آشفته آنان را به ساحل امن و آرامش برساند. نماز برترین عبادت است که اگر در محیط‌های دانشگاهی و خانواده‌ها اصل قرار گیرد، اعضای خانواده از بسیاری آسیب‌های احتمالی مصون خواهند ماند.

جوان با گذر از دوران کودکی و نوجوانی به دوره بلوغ جسمانی و عقلانی می‌رسد، در این دوره وی با کاویدن و اندیشیدن در باورهای خویش سعی دارد تا آن‌ها را با اندیشه محکم بزند و به این وسیله تعمق بخشد، جوان در این بازنگری سعی دارد تا بار خویش را برای یک سفر طولانی، پر پیچ و خم و در عین حال لذت بخش ببندد. مکان آموزشی و دانشگاه از دیدگاه اسلام مقدس و ارزشمند است، ترویج و توسعه نماز در بین دانشجویان، کارکنان و اساتید را می‌بایست رسالتی بزرگ بر دوش همگان دانست. با توجه به هجمه فرهنگی دشمنان که در این زمان هدف خود را بر تفکرات دانشگاهیان متمرکز نموده‌اند، شناخت بررسی و آسیب شناسی نقاط قوت و ضعف علل تمایل دانشجویان به حضور در نماز و مراسم‌های فرهنگی در دانشگاه‌ها می‌تواند محیط دانشگاه را از بسط تفکرات غیر دینی و اندیشه‌های غربی دور ساخته و به قول حضرت امام خمینی (ره) به کارخانه آدم سازی واقعی تبدیل نماید.

شعبانی (۱۳۷۲، ص ۶) معتقد است اگر در این دوران شور مذهبی نوجوانان به طرز منطقی و صحیحی هدایت شود، می‌توان زیربنای دیانت را در آنان مستحکم ساخت و آنان را از بسیاری از سردرگمی‌ها، حیرت‌ها و انحراف‌ها نجات داد و به آرامش رساند. علی‌رغم فردی بودن این موضوع، نباید نقش سایر عوامل مانند خانواده و اجتماع فراموش شود، چرا که نوع گرایش‌ها و میزان آگاهی‌های فرد نسبت به مسائل به سایر عوامل نیز بستگی دارد. دکتر احمد رضا نصر در مقاله‌ای که بر اساس نتایج پژوهش‌های صورت

گرفته در طی سال‌های ۱۳۸۰-۱۳۷۰ در خصوص عوامل موثر بر جذب و شرکت دانش‌آموزان در نماز و با روش فرا تحلیلی نگاشته است، بیان می‌دارد که از میان عوامل فردی، میزان آشنایی با احکام نماز و همچنین گرایش‌های مذهبی دانش‌آموزان میانگین وزنی بالاتر داشته است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که درونی شدن مسائل مذهبی، اعتقادی و ارزش‌های دینی سبب گرایش آنان به نماز جماعت می‌شود و اگر بتوان با روش‌های مناسب ارزش‌ها را درونی ساخت، مسلماً آن‌ها به طور طبیعی و با احساس رضایت قلبی، آن رفتارهای منطبق با ارزش‌ها را خواهند آموخت.

مسلماً در خانواده‌هایی که از شعور مذهبی بالایی برخوردارند، درصد فرزندان نمازخوان و شرکت‌کننده در نماز جماعت بیشتر است (سیلان اردستانی، ۱۳۷۹)؛ در این خانواده‌ها والدین با برخوردهای منطقی و جذاب خود و تکریم نماز جماعت و پیش‌قدم شدن در آن، فرزندان را به نماز جماعت ترغیب می‌نمایند. خانواده‌ای که فرزندان خود را به خوبی تربیت می‌کند، آن‌ها را در برابر آنچه فطرت را تحت تأثیر عوامل منفی قرار می‌دهد، واکسینه می‌کند و از طریق یادگیری مشاهده‌ای، الگویی تأثیرگذار است. اگر نخستین، نمونه بارز انسان‌های متدین باشند، اثرگذارتر خواهند بود. در هر حال، پدر و مادر نخستین الگوهای فرزندان خود هستند و بسیاری از افراد ممکن است تا پایان عمر نسبت به آنچه در خانواده آموخته‌اند، وفادار بمانند. بنابراین، خانواده نقش اساسی در زمینه تربیت فرزندان ایفا می‌نماید، زیرا نخستین تجربه زندگی فرد در خانواده و در روابط با والدین و سایر فرزندان شکل می‌گیرد. فراهم آوردن فضایی آرام در خانه سبب ایجاد تعادل روحی و عاطفی در فرزندان می‌شود و سایر فعالیت‌ها را به نحو مثبت و مؤثر تحت تأثیر قرار می‌دهد. حسن بیگلو (۱۳۷۱) تأکید کرده است که همکاری خانه و مدرسه در هدایت مذهبی دانش‌آموزان مؤثر است. در همین راستا، زنگی آبادی (۱۳۷۲) نیز نقش والدین را در جذب فرزندان به نماز حایز اهمیت دانسته است.

از میان عوامل آموزشگاهی و دانشگاهی (انسانی درون مدرسه‌ای) نقش حضور مربی تربیتی در مدارس و مسول امور فرهنگی در دانشگاه پررنگ‌تر از سایر عوامل بوده است. این امر می‌تواند نشان دهنده این موضوع باشد که مربیان تربیتی و مسئولین فرهنگی در حکم چهره شاخص مذهبی در مدرسه و دانشگاه زیر ذره بین نگاه دانش آموزان و دانشجویان قرار دارند.

وجود الگوهای شایسته در زندگی، وسیله بسیار مفیدی، برای هدایت و ارشاد بوده و هست و خواهد بود. به همین دلیل پیامبر صلی الله علیه و آله و پیشوایان معصوم مهم‌ترین شاخه هدایت را با عمل خود نشان می‌دادند و لذا هنگامی که سخن از سنت به میان می‌آید، گفته می‌شود سنت عبارت است از «قول» و «فعل» و «تقریر» معصوم، یعنی پیشوایان معصوم سخن و عمل و سکوتشان همه حجت و راهنماست و نیز به همین دلیل است که عصمت در تمام پیامبران و امامان شرط است تا الگوهایی در همه زمینه‌ها باشند، (تفسیر نمونه ج ۲۴، ص ۲۴). شایان ذکر است که، وجود امام جماعت شاداب و عالم و پرهیزکار و خوش برخورد و مأنوس با دانشجویان و جوانان و آشنا به مسائل آنان، عامل بسیار مؤثری برای جذب آنها به سمت نماز و فرهنگ نمازخوانی و جماعت می‌باشد؛ همچنین حضور افراد اثرگذار بر دانشجویان و جوانان مثل اساتید، مسئولین، دوستان خوب و لایق و شرکت آنان در نماز جماعت، می‌تواند عاملی برای جذب دانشجویان به سمت فریضه مقدس نماز باشد.

برقراری ارتباط مناسب و صمیمی مسئولین دانشگاه با دانشجویان و تکریم و شخصیت دادن به آنها می‌تواند بر جذب آنان به اقامه نماز جماعت مؤثر باشد. نقش رئیس دانشگاه در ارزش قائل شدن برای اقامه نماز، برنامه ریزی مناسب و ارائه خدمات لازم، هرگز از چشمان تیزبین دانشجویان پنهان نمی‌ماند و می‌تواند تأثیر بسزایی در ایجاد جاذبه یا دافعه در آنها داشته باشد. اهتمام و جدیت مسئولین دانشگاه از طریق مسئولیت دادن به دانشجویان در فعالیت‌های مختلف آموزشی و فرهنگی گروه‌های گوناگون

دانشجویی نیز می‌تواند به عنوان بهترین تشویق در جذب آن‌ها به نماز جماعت تأثیرگذار باشد.

یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که نقش عوامل فیزیکی مربوط به نمازخانه دارای میانگین وزنی بالایی بوده و این حاکی از این است که امکانات و محیط فیزیکی نمازخانه دانشگاه در میزان شرکت دانشجویان در نماز جماعت بسیار مؤثر است.

در شرع مقدس اسلام بسیار سفارش شده که نماز را در مسجد^۱ بخوانند و بهتر از همه مسجدها مسجد الحرام است و بعد از آن مسجد پیغمبر ﷺ و بعد مسجد کوفه و بعد از آن مسجد بیت المقدس و بعد از آن، مسجد جامع شهر و بعد از آن مسجد محله و بعد از مسجد محله، مسجد بازار است، (امام خمینی، توضیح المسائل) (رساله احکام) مسأله ۸۹۳، ص ۱۴۵). عواملی که در کیفیت محیط فیزیکی دخیل است، عبارتند از: پاکیزگی، آراستگی و جذابیت مکان اقامه نماز، وسعت و بزرگی مکان اقامه نماز، کمیت و کیفیت فرش‌ها و موکت‌ها، کیفیت صدا در محل برگزاری نماز، وضعیت تبلیغات اعم از پوستر، تراکت، پلاکارد و غیره، وضعیت نور و رنگ نمازخانه، وجود مهر و جانماز کافی، معطر و خوشبو بودن محل اقامه نماز، وضعیت جاکفشی نمازخانه، به اندازه کافی بودن سرویس‌های بهداشتی و دست‌شویی، وجود وسایل سرمازا و گرمازا در نمازخانه.

وضعیت اعتقادی دوستان نیز از جمله عواملی است که تحت عنوان نقش گروه همسالان همواره در مباحث روان‌شناختی مطرح بوده است. بهره‌مندی دانش‌آموزان از دوستان نمازخوان و معتقد به مسائل مذهبی و عدم هم‌نشینی با دوستان ناباب از اهمیت خاصی برخوردار است. در این زمینه زنگی آبادی (۱۳۷۲) و مسعودی فر (۱۳۷۵) به این نتیجه رسیده‌اند که پایبند بودن دوستان به اعتقادات مذهبی، مشوق بسیار خوبی برای دعوت دانش‌آموزان به نماز جماعت و اعتقادات مذهبی است.

1. Mosque

میان عوامل اجتماعی، تبلیغات رسانه‌های گروهی، تأثیر قابل توجهی دارد که ضرورت دارد این امر مورد توجه مسئولان جامعه قرار گیرد. نتایج پژوهش‌های انجام شده توسط سیلان اردستانی (۱۳۷۹)، شعبانی (۱۳۷۲) و فرش‌ی (۱۳۷۹) نیز مؤید نقش تبلیغات و برنامه‌های رسانه‌های گروهی در زمینه اقامه نماز جماعت است.

رادیو و تلویزیون و مطبوعات و سایر رسانه‌های مختلف، نقش مهمی در پیام‌رسانی و انتقال داده‌های معنوی و جذب گروه‌های مختلف و به ویژه دانشجویان به سمت نماز می‌توانند داشته باشند، و فرهنگ نماز و فلسفه آن و آثار و روح نماز را در ضمیر وجودی جوانان به نحو زیبا ترسیم نموده و علاقه‌مندی به آن را مضاعف نمایند.

نتایج این پژوهش می‌تواند مورد بهره‌گیری برنامه‌ریزان مذهبی، فرهنگی و اجتماعی کشور و به ویژه مسئولان دانشگاه، آموزش و پرورش، مدیران، مربیان و اساتید قرار گیرد. همچنین، تحلیل نتایج می‌تواند زمینه لازم را برای رونق بخشیدن هرچه بیشتر به نماز جماعت در مدارس و دانشگاه‌ها فراهم نماید.

مدلی پیشنهادی برخاسته از تحقیق برای جذب بیشتر و بهتر دانشجویان به نماز در دانشگاه‌ها:
الف) تشکیل ستاد اقامه نماز مرکب از نمایندگان دانشجویان، اولیا، اساتید و مسول فرهنگی دانشگاه تحت نظارت رئیس دانشگاه برای تدوین برنامه‌های مناسب اقامه نماز جماعت و نظارت بر اجرای آن.

ب) فراهم ساختن فضای فیزیکی مناسب برای اقامه نماز جماعت و پیش‌بینی این گونه فضاهای طراحی ساختمان‌های جدید و در حال احداث، که وجود مسجدی مناسب و زیبا از الزامات است.

ج) افزایش امکانات مسجد دانشگاه و نمازخانه‌های موجود شامل فرش و موکت، مهر و جانماز، وسایل سرمازا و گرمازا و وضوخانه کافی و بهداشتی.

د) ارائه پیام‌های تربیتی مرتبط با نماز در کتاب‌های درسی، به ویژه کتاب‌های مربوط به گروه معارف اسلامی.

ه) مشارکت بیشتر دانشجویان در برپایی نماز جماعت از طریق تشکیل گروه‌های فعال دانشجویی و پذیرش و تکریم آن‌ها از سوی مسئولان دانشگاه.

و) تهیه بروشورها و تراکت‌های جذاب و مناسب تبلیغاتی در زمینه نماز و نماز جماعت برای بهره‌گیری دانشجویان و اساتید از آن‌ها.

ز) تأکید بر افزایش میزان حضور اساتید و مدیران گروه و مسئولان دانشگاه در نماز جماعت.

ح) انتخاب امام جماعتی که علاوه بر حفظ شان و جایگاه روحانیت به سهولت بتواند با دانشجویان ارتباط برقرار نماید.

ط) توجه کردن مراکز فرهنگی و رسانه‌های گروهی، به ویژه صدا و سیما به اهمیت نماز و نماز جماعت از طریق انجام تبلیغات مستقیم و غیرمستقیم و الگوسازی جذاب و مناسب در این زمینه.

ی) تهیه و ارائه احکام و مسائل مربوط به نماز با کمک نرم افزارهای چند رسانه‌ای و ابزار کمک آموزشی در محیط‌های آموزشی و به خصوص در دانشگاه‌ها.

منابع

۱. قرآن کریم.
۲. بنائیان سفید، محمد. (۱۳۷۲). نگرش دانش آموزان نسبت به اقامه نماز در مدارس استان سمنان. شورای تحقیقات آموزش و پرورش استان سمنان.
۳. دکتر نصر، احمد رضا و همکاران. (۱۳۸۷). بررسی فرا تحلیلی عوامل مؤثر بر جذب و شرکت دانش آموزان در نماز جماعت مدارس. فصل نامه نوآوری های آموزشی، شماره ۲۶، چاپ هفتم.
۴. زنگی آبادی، مهدی. (۱۳۷۲). بررسی شیوه و روش های جذب دانش آموزان کلاس های دوم و سوم متوسطه به نماز و نماز جماعت در دبستان های کرمان. شورای تحقیقات آموزش و پرورش استان کرمان.
۵. دلاور، علی. (۱۳۷۴). مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و علوم اجتماعی. تهران: انتشارات رشد.
۶. سادئی، علی. (۱۳۷۴). بررسی عوامل مؤثر در ترغیب دانش آموزان به نماز با تأکید بر عوامل درون مدرسه ای. شورای تحقیقات آموزش و پرورش استان مرکزی.
۷. سیلان اردستانی، شمسی. (۱۳۷۹). راه های گسترش فرهنگ نماز در بین دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان اردستان. دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان (پایان نامه).
۸. شعبانی، زهرا (۱۳۷۲). عوامل مؤثر در جذب بیشتر دانش آموزان دبیرستان به نماز جماعت مدارس اصفهان. شورای تحقیقات آموزش و پرورش استان اصفهان.
۹. طالبان، محمدرضا. (۱۳۷۷). میزان همبستگی عوامل مدرسه ای با گرایش نسبت به نماز در دانش آموزان دوره متوسطه. پایان نامه کارشناسی ارشد.
۱۰. گال و همکاران (۱۹۹۶). روش های تحقیق کمی و کیفی در علوم تربیتی و روان شناسی، ج ۱. ترجمه نصر و همکاران، (۱۳۸۲). تهران: انتشارات سمت و دانشگاه شهید بهشتی.
۱۱. مسعودی فر، احمد رضا. (۱۳۷۵). بررسی عوامل مؤثر در گرایش نوجوانان دبیرستان های شهر مشهد به نماز جماعت. شورای تحقیقات آموزش و پرورش استان خراسان.
۱۲. فرشی، نادر. (۱۳۷۵). عوامل درون مدرسه ای مؤثر در ترغیب نوجوانان و جوانان به اقامه نماز در استان آذربایجان شرقی. شورای تحقیقات آموزش و پرورش استان آذربایجان شرقی.

۱۳. دیلمی، شیخ حسن. (۱۴۱۲ ق). *إرشاد القلوب إلى الصواب*.
۱۴. طباطبایی، محمد حسین. (۱۴۱۷ ق). *المیزان*.
۱۵. مکارم شیرازی، ناصر. (۱۳۷۴). *تفسیر نمونه*.
۱۶. شیخ کلینی. (۱۳۶۲). *الکافی*.
17. Bauer, N. J. (1995). *Likely Implications of the Thought of Dewey and James Regarding a School Prayer Amendment*. Cortland, N.Y.
18. Cohen, J. (1977). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. New York: Academic Press.
19. Hayes, R. (1996). Forecasting the future of research. *Moral Education*. Vol. 20, No. 4, P. 16-25.
20. Lee, J. W. (2002). *When Sport and Religion Combin*. DAL – A 63/02.
21. Partige, S.(1995) *Character Education? Moral Education? Standards? A Discussion*, USA, North Carolina.
22. Romanowski, M. H. (2002). Is School Prayer the Answer? *Educational Forum*, Vol66, No.2, P. 154-161.
23. Streiner, D.L. (2003). Meta analysis: A 12 steps program. Retrived From: [www. Eamh.net](http://www.Eamh.net).

بررسی عوامل مؤثر در جذب دانشجویان به نماز

اعظم ابراهیم نجف آبادی

کارشناس ارشد مددکاری اجتماعی از دانشگاه علامه طباطبایی تهران

مددکار مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

آدرس: دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد - حوزه معاونت دانشجویی - مرکز مشاوره و خدمات

روانشناختی

شماره تلفن: ۰۹۱۳۲۸۹۴۱۵۲

شماره ثابت: ۰۳۳۱-۲۶۳۸۹۶۸

E mail: a_ebra2004@yahoo.com

چکیده

پژوهش حاضر در صدد بررسی عوامل مؤثر در جذب دانشجویان دختر و پسر دانشگاه علامه طباطبایی به نماز است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان روزانه و شبانه تمامی رشته ها و کلیه مقاطع کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری؛ که در سال تحصیلی ۷۹-۷۸ به تحصیل اشتغال داشته‌اند. نمونه آماری پژوهش حاضر شامل ۱۰۶۲ دانشجوی دختر و پسر است که با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. ابزار پژوهش مشتمل بر: الف) تهیه مقدماتی پرسشنامه عوامل مؤثر در جذب دانشجویان به نماز (۷۰ ماده ای)؛ ب) تهیه پرسشنامه اصلی با روش تحلیل عوامل از کل نمونه پژوهش (۳۱ ماده ای)؛ ج) تهیه پرسشنامه جذب به نماز ویژه دختران (۵۲ ماده ای)؛ د) تهیه پرسشنامه جذب به نماز ویژه پسران (۳۸ ماده ای). نتایج حاصل از تحلیل عوامل برای کل نمونه پژوهش منجر به استخراج دو عامل قوی با محتوای تبلیغی - تشویقی (۱۸ ماده) و حسن روابط انسانی - آموزشی با فراگیر (۱۳ ماده) گردید؛ تحلیل عامل تفکیکی در مورد دانشجویان پسر سه عامل تشویقی - ترغیبی (۱۸ ماده)؛ تبلیغی - آموزشی (۱۰ ماده) و حسن روابط انسانی - آموزشی (۱۰ ماده) را نشان می‌دهد و برای دانشجویان دختر، تحلیل عامل تفکیکی مبین سه عامل قابل حصول با ماهیت تبلیغی - مشارکتی، یادگیری مشاهده‌ای و حسن روابط آموزشی - انسانی با

دانشجویان است. ضریب همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ برای پرسشنامه کلی یعنی پرسشنامه ویژه پسران و پرسشنامه دختران به ترتیب برابر با ۰/۹۰، ۰/۹۰ و ۰/۸۹ می باشد. به طور کلی، آزمون t برای گروههای مستقل، تحلیل واریانس یک راهه و آزمون شفه (scheffe) تفاوت های معنی داری را میان آزمودنیهای پژوهش به شرح ذیل نشان می دهند: میان ارزشیابی دانشجویان دختر و پسر در پرسشنامه کلی عوامل مؤثر در جذب دانشجویان به نماز تفاوت معنی دار ۰/۰۲۸ $p <$ وجود دارد، میانگین نمرات آزمودنیهای دختر بیشتر است؛ مقایسه دیدگاه دانشجویان دختر و پسر با وضعیت اقتصادی - اجتماعی در هر سه پرسشنامه سه گانه بالا، متوسط و پایین نشان می دهد که میانگین آزمودنیهای با وضعیت اقتصادی - اجتماعی متوسط از دانشجویان طبقه بالا و پایین بیشتر است که این تفاوت در سطح ۰/۰۰۱ $p <$ معنی دار است. اما در خصوص مقایسه دیدگاه دانشجویان مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد و دکتری لحاظ عوامل مؤثر در جذب آنها به نماز (پرسشنامه کلی) تفاوت معنی داری وجود ندارد.

مقدمه

بر اساس آیه شریفه ((فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ)) * سرشت انسان گرایش به خداشناسی و خداگرایی دارد. بنابراین برای حصول به این هدف پرستش خداوند متعال امری ضروری است، به طوری که در طول تاریخ حیات انسان آیینهای عبادی به صورت مختلف خود را نشان داده‌اند. با استناد به آیه شریفه ((ما خلقت الجن والانس الا ليعبدون)) *، انسان سعادت‌مند شخصی است که خداوند متعال را عبادت کند و در گرو قرب الهی به کمال خویش خواهد رسید؛ همسو با این دیدگاه، اریک فروم روانشناس انسان‌گرا معتقد است که متعهد شدن به یک عقیده، ایدئولوژی و... از جمله منابع نیرومند سلامت روانی و خود — شکوفایی انسان محسوب می‌شود؛ و باز در این راستا ابراهام مزلو از دیگر روانشناسان انسان‌گرا، روان‌نژندی را محصول انحراف از ارزشهای ذاتی انسان می‌داند و روان‌درمانی را هدایت انسان به سوی این ارزشها برمی‌شمارد. بنابراین، در زندگی عقلایی، عبودیت و بندگی خداوند، رکن اساسی دستیابی به قرب الهی است. منظور از عبادت ایجاد نوعی رابطه خاضعانه و ستایشگرانه انسان با خالق هستی است. روح عبادت با تکرار الفاظ و انجام اعمال ویژه‌ای در انسان به وجود می‌آید؛ اما برگزاری صرف این امور برای حصول حقیقت عبادت و پرورش روحیه (روح) عبادی کافی نیست؛ و اگر عبادت خالی از توجه و اخلاص باشد تأثیر چندانی در پرورش روحیه عبودیت انسان نخواهد داشت. با توجه به مفهوم لفظی عبادت، برگزاری نماز راهکاری برای تحقق آن است، به طوری که هیچ شریعتی بدون نماز وجود نداشته است، گرچه در کیفیت برگزاری نماز با یکدیگر اختلاف داشته‌اند. روی هم رفته خداوند در قرآن کریم اقامه نماز را وظیفه ثابت و لایتغیر هر انسانی می‌داند و می‌فرماید: ((ان الصلوه کانت علی المومنین کتاباً موقوتاً)) (به درستی که نماز بر مؤمنان ثابت و واجب گردیده است) و همچنین بیش از ۱۲۲ آیه در قرآن مجید پیرامون نماز نازل شده است که این امر نشان دهنده اهمیت و منزلت نماز نزد خداوند عظیم‌شان است (دیلمی، ۱۳۷۷). به

رغم اهمیت عبادت برای همه انسانها و به خصوص نوجوانان، رفتارهای مذهبی کمتر از سوی متخصصان تعلیم و تربیت و روانشناسی مورد علاقه قرار گرفته است. براساس پژوهش لارسون و همکاران (۱۹۹۸) کمتر از ۱/۰۱ مقالات چاپ شده در مجلات روانشناسی و روان پزشکی پیرامون (در زمینه) پژوهشهای مذهبی است؛ این در حالی است که بنیامین راش پدر روان پزشکی اظهار می‌دارد مذهب در سلامت روانی انسان مانند اکسیژن برای تنفس اهمیت دارد. همچنین روانشناسان دیگر همانند جمیز، یونگ، فروم و فرانکل، بر نقش اعتقادات و رفتارهای مذهبی اشاره کرده و اهمیت آنها را برای بهداشت روانی مورد تأکید قرار داده‌اند (غباری بناب، ۱۳۷۷).

زمینه پژوهش

براساس آیات و روایات متعدد هدف از خلقت انسان عبادت و بندگی خداوند متعال است که برای نیل به این امر، می‌بایست رفتارهای عبادی گوناگونی از انسان سر بزند. لذا توجه اندیشمندان به این مهم جزء نیازهای اساسی هر جامعه‌ای است و در این راستا بررسیهای داخلی و خارجی متنوعی صورت پذیرفته است که به ذکر پاره‌ای از آنها اکتفا می‌کنیم. در تحقیقی تحت عنوان نماز در آئینه پژوهش (امام جمعه و جعفری، ۱۳۷۸)، پژوهشگران به تجزیه و تحلیل ۵۲ پژوهش داخلی صورت گرفته درباره نماز پرداخته‌اند. با توجه به این پژوهش از مجموع ۵۲ تحقیق، ۲۸ مورد از آنها درصدد تعیین عوامل مؤثر در جذب جوانان به اقامه نماز؛ ۲۱ مورد به بررسی وضع موجود اقامه نماز از نظر چگونگی برگزاری، امکانات، نظرات و گرایشات دانش آموز به نماز؛ ۵ پژوهش در خصوص راههای جذب دانش آموزان به نماز؛ ۴ تحقیق در رابطه با تأثیر برپایی نماز در مدرسه بر اعمال و رفتار دانش آموزان و در نهایت ۱ مورد نیز به بررسی علل عدم حضور دبیران در نماز جماعت مدارس است. یافته‌های این فرا تحلیل به چهار حیطه قابل طبقه بندی است. حیطه اول پژوهشها، مبتنی بر شناخت وضع موجود اقامه نماز در مدارس است: در حیطه دوم،

بررسی‌ها درصدد کند و کاو در عوامل مؤثر در جذب یا عدم جذب به نماز تحت عنوان‌های درون مدرسه‌ای، خانوادگی، فردی و اجتماعی را در برمی‌گیرند. حیطة سوم نقش تقویت‌کننده‌های اجتماعی به ویژه احترام به شخصیت دانش‌آموزان و دیگر تقویتها در جذب دانش‌آموزان به نماز را مورد بررسی قرار داده‌اند. در حیطة چهارم، این پژوهشها تأثیر نماز را بر ابعاد روانی، عاطفی و اجتماعی دانش‌آموزان مورد توجه قرار داده‌اند. حسینی و دلاویز (۱۳۷۱) پژوهشی درباره علل عدم گرایش به نماز بر روی ۱۰۰۰ دانش‌آموز مقطع راهنمایی و متوسطه استان مازندران انجام داده و مهمترین علل عدم گرایش دانش‌آموزان به نماز را به شرح ذیل عنوان می‌کنند: تبلی و سستی، عدم آگاهی و شناختی پیرامون فواید و اثرات نماز؛ نماز خواندن را یاد ندارند، عدم تأثیر نماز در اخلاق و رفتار برخی نمازگزاران؛ احساس گناه و شرمساری از اعمال خویش؛ و در نهایت بی‌اهمیتی پدر، مادر و دوستان آنها به نماز. گیلک و ظروفی (۱۳۷۰) در تحقیقی با عنوان تمایل ((به اقامه نماز)) بر روی ۳۶۰۰ زن و مرد در گروههای سنی دریافتند جنسیت، میزان تحصیلات، وضعیت اقتصادی - اجتماعی و کنترل از سوی والدین متغیرهای پیش‌بینی‌کننده معنی‌داری برای تمایل به اقامه نماز هستند. مطالعه شورای عالی جوانان در سال ۱۳۷۳ بر روی یک نمونه آماری ۱۲۰۰ نفری از جوانان سنین بین ۱۱ تا ۲۹ ساله تهرانی نشان می‌دهد که ۵۵٪ از آزمودنیهای هر دو جنس اظهار نموده‌اند که نماز می‌خوانند. بالاترین درصد دختران جوان نمازخوان متعلق به گروه سنی ۱۹ - ۱۵ ساله (۶۹/۳٪) و پسران جوان مربوط به گروه سنی ۲۴ - ۲۰ ساله (۵۷٪) می‌باشد. از کل آزمودنیها، متأهلان بیش از مجردها، دختران بیش از پسران، شاغلان مرد بیش از غیر شاغلان مرد، زنان خانه‌دار بیش از زنان شاغل، با سوادان بیش از کم‌سوادان به اقامه نماز می‌پردازند. پژوهش جهانیان (۱۳۷۶) در رابطه با عوامل جذب به نماز بر روی جوانان نشان می‌دهد که ۹۵٪ از کسانی که به سوی نماز گرایش دارند، نماز را عامل آسایش روحی می‌دانند و از برقراری رابطه با خدا در نماز خشنود هستند؛ در رابطه با این

موضوع که آرامش و خشنودی از عبادت انسان را بیشتر به سوی آن سوق می‌دهد، بررسی‌های گوناگونی صورت گرفته است. در بررسی کوزم (۱۹۹۶) در خصوص تاثیر آئین عبادی در درمان افسردگی این نتیجه به دست آمد که حالات افسردگی بیمار مبتلا به سرطان پروستات بعد از حضور در کلیسا و اجرای آیینهای عبادی بهبود یافته است. گوهرنیک (۱۹۹۵) در تحقیقی با عنوان ((مناجات، واقعیت دیده و ناشنیده)) اظهار می‌دارد که ((مناجات نوعی روش ایده آل برای تداوم زندگی محسوب می‌شود و گفتگو با خداوند در نهایت به لذت، رضایت، پذیرش و تجلی نفس منجر خواهد شد)). پولوما و پندلتون (۱۹۹۱) پژوهشی تحت عنوان ((اثرات عبادت و تجارب آن بر بهزیستی عمومی)) بر روی ۵۶۰ خانوار انجام دادند، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که بهترین پیش‌بینی کننده بهزیستی افراد، فراوانی عبادت و تجربیات ناشی از آنها است. آسبی و لنهارت (۱۹۹۴) تحقیقی با عنوان ((عبادت به منزله راهکاری برای سازگاری)) بر روی ۱۰۵ بیمار مبتلا به درد مزمن انجام دادند، آنها به این نتیجه رسیدند که بیماران برای سازگاری با دردشان به عبادت و نیایش متوسل می‌گردند؛ این یافته، نتایج تحقیقات گذشته را تأیید می‌کند. یافته‌های پژوهشی با عنوان، تفاوت‌های سنی در الگوها و همبستگی آن با فراوانی عبادت و نیایش بر روی ۱۴۸۱ زن و مرد سنین مختلف نشان می‌دهد که عبادت و نیایش غالباً در تمام گروه‌های سنی مورد پژوهش صورت می‌گیرد، اما در مردان بزرگسال آمریکایی آفریقایی تبار نسبت به مردان آمریکائی سفیدپوست، بیشتر دیده می‌شود. همچنین تحلیل آماری بین عبادت و نیایش با رفتار احسان، اعتقاد و تجارب مذهبی گروه‌های سنی ارتباط معنی‌داری را نشان می‌دهد (لوین و تایلور، ۱۹۹۷). بررسی باتلر و همکاران (۱۹۹۸) نشان می‌دهد که زوج‌های متدین، عبادت را به عنوان یک رویداد آرام بخش مهم قلمداد می‌کنند که در سازش و حل مشکلات خویش از آن استفاده می‌کنند؛ همچنین از جمله اثرات عبادت، کاهش احساسات متضاد، واکنش‌های هیجانی و افزایش رفتارهای ارتباطی، مشارکتی و همدلانی با دیگران توأم

با نگاه دور از تعصب می‌باشد؛ نتایج، مبین این امر است که عبادت باعث تمرکز در فرد می‌گردد که این مهم منجر به تغییرات در وی خواهد شد و در نهایت این که عبادت مسؤولیت زوجهای برای سازگاری و حل مشکلات زندگی را متجلی می‌سازد. یافته‌های پژوهشی با عنوان رابطه نحوه برپایی نماز و اختلالات افسردگی بر روی ۲۰۰ نفر افراد بیمار و همراهان سالم آن (به طور مساوی) نشان می‌دهد که چگونگی برپایی نماز، تبیین و شناخت نماز، اقامه نماز در اول وقت، توجه به الفاظ و معانی هنگام برپایی آن و خواندن نمازهای مستحبی با ابتلا به اختلال افسردگی اساسی رابطه معکوس دارد (موسوی، ۱۳۷۸). ماتن در پژوهشی بر روی دانش آموزان سال اول دبیرستان به این نتیجه رسید که افرادی که تحت شرایط استرس بالایی قرار داشته‌اند، بیش از دیگران که در معرض فشارهای کمتری بوده‌اند، حمایت روحی و مذهبی را گزارش داده‌اند (نجم عراقی، ۱۳۷۹ به نقل از سواری، ۱۳۸۰).

اهداف پژوهش

پژوهش حاضر دارای اهداف گوناگونی است که به اختصار مشتمل است:

- الف) تبیین عوامل مؤثر در جذب دانشجویان به سوی اقامه نماز؛
 ب) مقایسه دیدگاههای دانشجویان دختر و پسر طبقات مختلف اقتصادی - اجتماعی و سه مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد و دکتری از لحاظ علل گرایش آنها به سوی نماز.

فرضیه‌های پژوهش

۱. بین ارزشیابی دانشجویان دختر و پسر از لحاظ عوامل مؤثر در جذب آنها به نماز تفاوت معنی دار وجود دارد؛
۲. بین ارزشیابی دانشجویان دختر و پسر با وضعیت اقتصادی - اجتماعی بالا، پایین و متوسط از لحاظ عوامل مؤثر در جذب آنها به نماز تفاوت معنی دار وجود دارد؛
۳. بین ارزشیابی دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد و دکتری از لحاظ عوامل مؤثر در جذب آنها به نماز تفاوت معنی دار وجود دارد؛

روش نمونه‌گیری

به منظور دستیابی به نمونه آماری از روش تصادفی ساده استفاده گردید و از این بین تمامی دانشجویان ۱۰۶۲ آزمودنی دانشجو دختر و پسر مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد و دکتری انتخاب شدند.

جدول شماره ۱: توصیف آزمودنیها بر اساس جنسیت و پایه تحصیلی

مقطع تحصیلی	دختر	پسر	مجموع
دکتری	۸۸	۹۳	۱۸۱
کارشناسی ارشد	۱۷۲	۱۹۲	۳۶۴
کارشناسی	۱۶۳	۲۰۸	۳۷۱
مجموع	۴۲۳	۴۹۳	۹۱۶

همان گونه که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود جمع کل آزمودنیها (۹۱۶) کمتر از حجم واقعی نمونه یعنی ۱۰۶۲ است. این نتیجه ناظر بر این است که برخی از آزمودنیها مقطع تحصیلی و جنسیت خود را مشخص نکردند.

شیوه تجزیه و تحلیل داده‌ها

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روشهای آمار توصیفی از قبیل فراوانی، میانگین، انحراف معیار و روشهای آمار استنباطی از قبیل تحلیل عوامل، t برای گروه‌های مستقل و تحلیل واریانس یک راه استفاده شد.

ابزار پژوهش

در پژوهش حاضر از چهار پرسشنامه استفاده شد؛ که به چگونگی تدوین آنها پرداخته می‌شود. به منظور ساخت ابزاری (پرسشنامه‌ای) جهت ارزیابی نگرش دانشجویان نسبت به

عوامل مؤثر در جذب به نماز در دانشگاه مراحل گوناگونی طی گردید که به شرح آنها پرداخته می‌شود.

در مرحله اول برای این که پژوهشگران درصدد اکتشاف عوامل مؤثر در جذب دانشجویان به نماز بودند، به تدوین سؤالهای باز پاسخ (انشایی) اقدام نمودند؛ در دومین مرحله، این گونه سؤالها در اختیار ۲۰۰ آزمودنی دختر و پسر دانشجویان دانشگاه در سراسر دانشکده‌های دانشگاه علامه طباطبائی قرار داده شد و از آنها خواسته شد که به تفصیل به سؤالها به صورت انشایی و باز پاسخ دهند، در مرحله سوم با بررسی به عمل آمده که بر روی پاسخ‌های آزمودنیها به پرسشنامه‌ای مقدماتی مشتمل بر ۷۷ ماده تهیه گردید؛ در چهارمین مرحله این فرایند، پرسشنامه مقدماتی توسط ۵۰ آزمودنی سه مقطع و برخی از اساتید گروه مددکاری مورد بررسی و بازبینی قرار گرفت و آنگاه تعداد ۷ ماده به عنوان ماده‌های مبهم یا مشابه از پرسشنامه مقدماتی حذف گردید؛ و در آخرین مرحله پرسشنامه‌ای با ۷۰ ماده برای مقاصد پژوهش تهیه و تنظیم گردید. نحوه نمره گذاری سؤالهای پرسشنامه براساس یک طیف ۵ درجه‌ای از نمره ۱ (برای گزینه هیچ) تا نمره ۵ (برای گزینه خیلی زیاد) بود. بعد از جمع آوری اطلاعات از نمونه پژوهش، کدگذاری و ورود داده‌ها به رایانه صورت پذیرفت؛ سپس با استفاده نرم افزار آماری SPSS/PC ۹ داده‌ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. در آغاز برای تعیین تعداد عاملهای مناسب جهت پژوهش از آزمون اسکری استفاده گردید، آزمون اسکری بر سه عامل (با توجه به ارزش ویژه عوامل) تأکید نمود، ولی از آنجائی که عامل سوم آمیختگی زیادی در آن مشهود بود و از سوی دیگر همسانی درونی آن نیز در حد قابل نبود، لذا مبنای نقطه برش برای تعیین عوامل ۰/۵۲ مدنظر قرار گرفت که بر اساس آن دو عامل قوی به دست آمد. شایان ذکر است ضریب آزمون KMO برابر با ۰/۹۴ است، لذا داده پژوهش برای تحلیل عوامل از بسندگی لازم برخوردار می‌باشند. بررسی کرویت داده‌ها نشان می‌دهد که مقدار آن برابر است با ۵۹۴۱/۲۵ که در سطح $P < ۰/۰۰۰۱$ معنی دار

می باشد. روی هم رفته تحلیل عوامل داده ها با روش تحلیل عناصر اصلی و روش چرخش متعامد محورها از نوع واریماکس منجر به استخراج دو عامل اساسی گردید. با روش واریماکس پس از سه چرخش آزمایشی ۱۸ ماده روی عامل اول و ۱۳ ماده روی عامل دوم قرار گرفت. بررسی ماده های عامل اول نشان می دهد که عامل تشویقی - تبلیغی در این عامل نهفته است؛ برای مثال، اردو بردن دانشجویان نماز خوان و وجود ستاد نماز در دانشگاه ها، به ترتیب بیشترین بار عاملی یعنی ۰/۶۴ و ۰/۶۳ می باشند. اما در ماده های عامل دوم یک عامل حسن روابط انسانی - آموزشی با فراگیر وجود دارد، لذا رسیدگی به اعتراضات دانشجویان جهت تصحیح مجدد اوراق امتحان، رسیدگی به شکایات یا نظرات آنها در صندوق پیشنهادات، برخورد مناسب و به دور از اضطراب با دانشجویان در جلسه امتحان به ترتیب دارای بیشترین بار عاملی ۰/۷۹، ۰/۷۶ و ۰/۷۵ می باشد. از سوی دیگر، میزان واریانس تبیین شده توسط این عامل به ترتیب برابر با ۱۸/۵۶ و ۱۱/۵۴ است. همانطور که در جدول ۲ ملاحظه می شود به منظور سنجش همسانی درونی کل پرسشنامه و عاملهای آن از ضرایب آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن، استفاده شد.

جدول شماره ۲: ضرایب آلفای کرونباخ و تنصیف آزمودنیهای دختر، پسر و کل در پرسشنامه ۳۱ ماده ای.

کل		پسر		دختر		آزمودنیها
تنصیف	آلفای کرونباخ	تنصیف	آلفای کرونباخ	تنصیف	آلفای کرونباخ	ضرایب آماری عوامل
۰/۸۸	۰/۸۹	۰/۸۸	۰/۸۹	۰/۸۸	۰/۸۹	اول
۰/۸۷	۰/۸۹	۰/۸۸	۰/۸۸	۰/۸۹	۰/۸۹	دوم
۰/۹۲	۰/۹۰	۰/۹۲	۰/۹۰	۰/۹۲	۰/۸۹	کل پرسشنامه

با توجه به تفاوت های عمده احساسی، عاطفی و شناخت بین دانشجویان دختر و پسر و نیز اهمیت جنسیت به عنوان یک متغیر تعدیل کننده، لذا داده های مربوط به هر دو جنس به تفکیک بررسی می شود.

ویژگیهای روان‌سنجی پرسشنامه عوامل مؤثر در جذب دانش‌آموزان پسر به نماز به‌منظور تدوین پرسشنامه‌ای برای آزمودنیهای پسر در پژوهش، پس از طی مراحل جمع‌آوری، کدگذاری و ورود داده‌ها به رایانه، آنگاه داده‌ها با استفاده از آمارهای اسکری، کایزومایر - ایکمن و کرویت مورد بررسی قرار گرفتند؛ نتایج نشان دهنده، آزمون اسکری با ۳ عامل، KMO برابر ۰/۹۰ و کرویت برابر با ۱۰۸۵۲/۳۳ است که در سطح ۱ $P < ۰/۰۰۰$ معنی‌دار می‌باشند. تحلیل عوامل داده‌ها با روش واریماکس پس از ۸ چرخش آزمایشی منجر به قرار گرفتن ۱۰۱۸ و ۱۰ ماده به ترتیب بر روی عامل اول، دوم و سوم شد. بنابراین پرسشنامه ای ۳ عاملی با ماده ساخته شد و از سوی دیگر ۳۲ ماده به دلیل غیرقابل قبول بودن بار عاملی آنها (کمتر از ۰/۴۳) از پرسشنامه حذف گردید؛ میزان واریانس تبیین شده این سه عامل برابر ۰/۲۶/۳۰ است. محتوی عامل اول بیشتر اشباع از یک عامل تشویقی - ترغیبی، از قبیل افزایش نمره انضباط به علت شرکت در نماز، تشویق کلامی استادان از نماز گزاران، تمیز بودن محل نمازخانه، اردو بردن دانشجویان نماز گزار و امر و نهی کردن به دانشجویان به ترتیب واحد بیشترین بار عاملی، ۰/۵۵، ۰/۷۵، ۰/۵۳، ۰/۵۲ و بوده‌اند. اما عامل دوم در برگیرنده گرایشهای آموزشی - تبلیغی از قبیل آموزش قرائت و اقامه نماز، پیگیری جدی مناسک نماز، نمایش فیلمهای مذهبی و وجود پیش نماز روحانی است که به ترتیب دارای باری عاملی ۰/۵۳، ۰/۵۲، ۰/۵۲ و ۰/۵۲ می‌باشند. عامل سوم پرسشنامه بر حسن روابط انسانی - آموزشی استادان و کادر مدرسه با دانش‌آموزان پسر تاکید می‌کند؛ ماده‌هایی همچون رسیدگی به اعتراضات دانشجویان برای تصحیح مجدد اوراق امتحان (برگه امتحانی)، رسیدگی به شکایات یا پیشنهادات و نظرات دانشجویان در صندوق پیشنهادات مدرسه، چشم‌پوشی از خطاهای دانشجویان از سوی کادر آموزشی و اداری دانشگاه، عدالت استاد در نمره دادن به فراگیران، عدم ایجاد اضطراب برای دانشجویان در هنگام برگزاری جلسه امتحان و پرهیز از تهدید دانشجویان را شامل می‌شود، گفتنی است که این

عامل از همسانی درونی بالایی برخوردار است. در جدول ۳ ضرایب همسانی درونی پرسشنامه عوامل مؤثر در جذب دانشجویان پسر به نماز ارائه شده است.

جدول شماره ۳: ضرایب همسانی درونی کل پرسشنامه و عوامل مؤثر آن در جذب دانشجویان پسر به نماز

توصیف	آلفای کرونباخ	ضرایب آزمونهای اعتبار عوامل پرسشنامه
۰/۸۵	۰/۸۸	دکتری
۰/۷۹	۰/۸۰	کارشناسی ارشد
۰/۸۴	۰/۸۷	کارشناسی
۰/۷۴	۰/۹۱	کل

جدول شماره ۴: ضرایب آلفای کرونباخ و توصیف برای پرسشنامه عوامل مؤثر در جذب دانشجویان دختر به نماز

توصیف	آلفای کرونباخ	ضرایب آزمونهای اعتبار عوامل پرسشنامه
۰/۹۰	۰/۸۹	دکتری
۰/۸۴	۰/۸۴	کارشناسی ارشد
۰/۸۵	۰/۸۹	کارشناسی
۰/۷۷	۰/۹۲	کل

یافته‌های تحقیق

یافته‌های تحقیق در دو بخش الف) توصیفی و ب) درارتباط با فرضیات پژوهش مورد بررسی قرار می‌گیرند.

الف. یافته‌های توصیفی تحقیق

در این بخش به توصیف آزمودنیها به صورت کلی و تفکیک جنسیت با توجه به وضعیت اقتصادی - اجتماعی پایه‌های تحصیلی و آماره‌های گوناگون پرداخته می‌شود.

جدول شماره ۵: توصیف آزمودنیها به صورت کلی و تفکیک جنسیت با توجه به وضعیت اقتصادی - اجتماعی مختلف در پرسشنامه کلی عوامل مؤثر در جذب به نماز

پسر			دختر			آزمودنیها آماره
انحراف معیار	میانگین	تعداد	انحراف معیار	میانگین	تعداد	وضعیت اقتصادی اجتماعی
۲۰/۶۵	۹۹/۶۴	۱۴۵	۲۰/۵۳	۱۰۳/۹۹	۱۵۷	بالا
۱۷/۸۳	۱۰۷/۴۶	۱۸۳	۱۶/۶۲	۱۱۱/۰۵	۱۷۱	متوسط
۱۸/۷۲	۱۰۴/۱۴	۲۲۲	۱۸/۱۲	۱۰۶/۷۴	۱۵۰	پایین
۱۹/۱۶	۱۰۴/۰۶	۵۵۰	۱۸/۶۵	۱۰۷/۲۸	۴۷۸	کل

همان طور که در جدول ۵ مشاهده می شود، نمره کل آزمودنیهای دختر در پرسشنامه کلی عوامل مؤثر در جذب به نماز در دانشگاه ها، ۳/۳ واحد بیشتر از آزمودنیهای پسر است.

جدول شماره ۶: تعداد نمونه، میانگین و انحراف معیار آزمودنیها دختر و پسر با توجه به مقاطع تحصیلی در پرسشنامه کلی عوامل مؤثر در جذب به نماز.

پسر			دختر			آزمودنیها
انحراف معیار	میانگین	نمونه	انحراف معیار	میانگین	نمونه	آماره پایه تحصیلی
۱۹/۳۴	۱۰۳/۷۷	۹۳	۱۹/۴۱	۱۰۶/۶۴	۸۸	دکتری
۱۷/۸۷	۱۰۳/۱۷	۱۹۲	۱۷/۵۵	۱۰۹/۰۹	۱۷۲	کارشناسی ارشد
۲۰/۱۸	۱۰۶/۳۷	۲۰۸	۱۸/۷۶	۱۰۷/۹۹	۱۶۳	کارشناسی
۱۹/۱۷	۱۰۴/۶۳	۴۹۳	۱۸/۴۰	۱۰۸/۱۵	۴۲۳	کل

همان طور که در جدول ۶ ملاحظه می شود، کمترین میانگین برابر با ۱۰۳/۱۷ متعلق به آزمودنیهای پسر کارشناسی ارشد و بیشترین میانگین برابر با ۱۰۹/۰۹ از آن آزمودنیها دختر کارشناسی ارشد می باشد.

جدول شماره ۷: تعداد نمونه میانگین، انحراف معیار آزمودنیهای پسر با توجه به وضعیت اقتصادی - اجتماعی در پرسشنامه عوامل مؤثر در جذب آزمودنیها پسر به نماز

پسر			آزمودنیها وضعیت آماره اقتصاد - اجتماعی
انحراف معیار	میانگین	تعداد	
۲۴/۳۰	۱۲۳/۳۳	۱۵۴	بالا
۲۰/۷۵	۱۳۲/۵۷	۱۸۳	متوسط
۲۳/۳۲	۱۲۸/۳۹	۲۲۲	پایین
۲۳/۰۰۵	۱۲۸/۴۵	۵۵۰	کل

با توجه به جدول ۷، بیشترین و کمترین میانگین آزمودنیهای پسر برابر با ۱۳۲/۵۷ و ۱۲۳/۳۳ به ترتیب متعلق به وضعیت اقتصادی - اجتماعی متوسط و بالا است.

نتایج جدول ۸ نشان می دهد، بیشترین و کمترین میانگین آزمودنیهای پسر برابر با ۱۳۰/۹ و ۱۲۷/۴۴ به ترتیب مربوط به مقاطع تحصیلی دکتری و کارشناسی است. در جدول شماره ۹ و ۱۰ به توصیف وضعیت نمرات آزمودنیهای دختر با توجه به وضعیت اقتصادی - اجتماعی و پایه های تحصیلی براساس پرسشنامه عوامل مؤثر در جذب دانش آموزان دختر به نماز پرداخته شده است.

جدول شماره ۸: تعداد نمونه، میانگین و انحراف معیار آزمودنیهای پسر با توجه به مقاطع تحصیلی در پرسشنامه عوامل مؤثر در جذب آزمودنیهای پسر به نماز

پسر			آزمودنیها آماره
انحراف معیار	میانگین	تعداد نمونه	
۲۲/۳	۱۲۷/۴۴	۹۳	مقطع تحصیلی کارشناسی
۲۱/۹	۱۲۸/۱۷	۱۹۲	کارشناسی ارشد
۲۴/۲۲	۱۳۰/۹	۲۰۸	دکتری
۲۲/۹۸	۱۲۹/۸	۴۹۳	کل

جدول شماره ۹: تعداد، میانگین و انحراف معیار آزمودنیهای دختر با توجه به وضعیت اقتصادی - اجتماعی در پرسشنامه عوامل مؤثر در جذب دانشجویان دختر به نماز.

دختر			وضعیت آماره اقتصادی - اجتماعی
انحراف معیار	میانگین	تعداد نمونه	
۳۱/۵۴	۱۷۸/۵۱	۱۵۷	بالا
۲۶/۵۹	۱۹۰/۸۶	۱۷۱	متوسط
۲۹/۳۰	۱۸۵/۲۶	۱۵۰	پایین
۲۹/۵۳	۱۸۵/۰۴	۴۷۸	کل

با توجه به جدول ۹، بیشترین و کمترین میانگین آزمودنیهای دختر برابر ۱۹۰/۸۶ و ۱۸۵/۲۶ به ترتیب متعلق به وضعیت اقتصادی - اجتماعی متوسط و پایین است.

ب. یافته مربوط به فرضیه‌های تحقیق

در این بخش نخست فرضیه‌های پژوهش به ترتیب بیان می‌گردد، آنگاه جدول مربوط به آن ترسیم می‌شود و در نهایت بر اساس نتایج مندرج در هر جدول، فرضیه مورد نظر مورد بررسی قرار می‌گیرد:

۱- ارزشیابی دانش آموز دختر و پسر از لحاظ عوامل مؤثر در جذب آنها به نماز.

جدول شماره ۱۰: خلاصه نتایج آزمون گروههای مستقل برای مقایسه نمره‌های آزمودنیهای دختر و پسر در پرسشنامه کلی عوامل مؤثر در جذب دانشجویان به نماز.

P	T	F	انحراف معیار S	میانگین M	تعداد N	جنس	شاخص تغییر
%۲۸	۲/۲۰		۱۹/۰۹	۱۰۶/۷۹	۴۸۸	دختر	پرسشنامه کلی عوامل مؤثر در جذب آزمودنیهای
			۱۹/۱۳	۱۰۴/۱۷	۵۶۰	پسر	دختر و پسر به نماز

همان طور که در جدول ۱۰ ملاحظه می شود، نتایج آزمون t تفاوت بین میانگین نمره های آزمودنیهای دختر و پسر در پرسشنامه کلی برابر با ۲/۲۰ است که با توجه به آزمون دو دامنه، ($P < .28$) از لحاظ آماری تفاوت معنی داری بین آزمودنیها وجود دارد؛ و میانگین نمرات دختران بیشتر از میانگین نمرات پسران است.

۲- ارزشیابی دانشجویان با وضعیت اقتصادی - اجتماعی بالا، متوسط و پایین از لحاظ عوامل مؤثر در جذب آنها به نماز.

جدول شماره ۱۱: تحلیل واریانس بین ارزشیابی آزمودنیها با توجه به وضعیت اقتصادی - اجتماعی سه گانه نسبت به عوامل مؤثر در جذب آنها به نماز (پرسشنامه کلی)

P	F	میانگین مجذورات MS(S)	درجات آزادی d.f	مجموع مجذورات SS	منابع تغییراتی
		۴۳۲۷/۵	۲	۸۶۵۵/۰۴	بین گروهها SSb
۰/۰۰۰۱	۱۲/۲۸	۳۵۲/۴	۱۰۳۰	۳۶۲۹۹۴/۶	درون گروهها SSW
			۱۰۳۲	۳۷۱۶۴۹/۷	کل sst

همان طور که در جدول ۱۱ مشاهده می شود نتایج آزمون F بین دانشجویان با وضعیتهای اقتصادی - اجتماعی گوناگون در پرسشنامه کلی برابر با ۱۲/۲۸ است که در سطح $P < 0/0001$ تفاوت معنی داری وجود دارد. آزمون شفیه (scheffe) نشان می دهد تنها بین دانشجویان طبقات بالا و پایین تفاوت معنی داری وجود دارد، حال آن که بین گروههای دیگر این گونه نیست؛ با توجه به نتایج به دست آمده، فرضیه دوم پژوهش مورد تایید قرار می گیرد.

۳- ارزشیابی دانشجویان مقاطع کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری از لحاظ عوامل مؤثر در جذب آنها به نماز با توجه به نتایج به دست آمده نتایج آزمون F بین نگرش دانشجویان

مقاطع مختلف از لحاظ پرسشنامه کلی برابر با $P < 0/76$ تفاوت معنی داری وجود ندارد. بنابراین فرضیه سوم پژوهش رد می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر دسته بندی عوامل مؤثر در جذب دانشجویان به نماز در دانشگاه علامه طباطبایی تهران است. وجه تمایز عمده این پژوهش با مطالعات دیگری که در این زمینه در ایران صورت گرفته توجه به بررسی تحلیل عاملی علل جذب دانشجویان به نماز است. به عبارت دیگر، تحقیقاتی که تاکنون پیرامون نماز انجام شده است به بیان توصیفی و ارائه درصد پاسخگویی آزمودنیها به سؤالهای پرسشنامه‌های محقق ساخته پرداخته‌اند، حال آن که در این پژوهش مؤلفه‌های بدیعی با روش تحلیل عوامل به دست آمده که به ذکر خلاصه‌ای از آنها می‌پردازیم.

تحلیل پرسشنامه ۷۰ ماده‌ای برای آزمودنیهای پسر سه عامل نسبتاً منسجم را در ۳۸ ماده به دست می‌دهد. بررسی عامل اول نشان از آن دارد که گرایشهای تشویقی - ترغیبی، محتوای عمده ماده‌های این عامل را تشکیل می‌دهد. عامل دوم عمدتاً به فعالیتهای تبلیغی - آموزشی به عنوان علل جذب به نماز اشاره دارد و در نهایت موادی که حاکی از حسن روابط انسانی - آموزشی میان دانشجویان و کادر دانشگاه (استادن، معاونان و رییس دانشگاه) است، در عامل سوم جمع شده‌اند؛ این عامل، انسجام خود را در مقابل تحلیل عوامل به تفکیک جنس و به صورت کلی حفظ می‌کرد. یقیناً ایجاد یک جو دوستانه میان کادر دانشگاه و دانشجویان گام مهمی در جهت هدایت جوانان به سوی ارزشهای معنوی خواهد بود. از سوی دیگر، عوامل موجود در پرسشنامه ویژه دختران حاکی از این است که فعالیتهای تبلیغی - مشارکتی به عنوان عامل اول و تأثیر یادگیری مشاهده‌ای در عامل دوم، وجه تمایز میان دیدگاه دانشجویان دختر و پسر می‌باشد. از لحاظ روان‌شناسی عامل تشویقی - مشاهده‌ای در شکل‌گیری رفتار، حائز اهمیت فزاینده‌ای می‌باشد. برخی از روان‌شناسان

یادگیری، الگوی شرطی شدن عامل و مشاهده‌ای را مهمترین شیوه تربیت انسان قلمداد می‌کنند، به عبارت دیگر، تقویت رفتار مثبت بی‌تجاهل نسبت به رفتار نامناسب و فراهم نمودن الگوی مناسب برای جوانان و به‌طور کلی انسان، زمینه شکل‌گیری رفتارهای مثبت را فراهم می‌سازد. بررسی فرضیه‌های پژوهش حاکی از این است که میان دیدگاه دانشجویان دختر و پسر از لحاظ عوامل جذب به نماز تفاوت معناداری وجود دارد، به گونه‌ای که میانگین نمرات دانشجویان دختر از میانگین نمرات پسر بیشتر شده است همگام با این پژوهش در تحقیقی که توسط گیلگ و ظروفی (۱۳۷۰)، کمالی (۱۳۷۱) و عسگری (۱۳۷۱) انجام گرفته است، ارتباط معنی‌دار میان جنسیت و گرایش به سوی نماز، گزارش شده است. بررسی امام جمعه و جعفری (۱۳۷۸) بر بیش از پنجاه و دو پژوهش در خصوص نماز به این نتیجه رسیده‌اند که نتایج تحقیقات درباره رابطه بین وضعیت اقتصادی - اجتماعی و گرایش به سوی نماز متناقض به نظر می‌رسد؛ ولی پژوهش حاضر نشان می‌دهد که میان نمرات دانشجویان با وضعیت اقتصادی - اجتماعی متفاوت در جذب به نماز در سطح $p < 0/0001$ تفاوت معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، ارزشیابی دانشجویان با وضعیت اقتصادی - اجتماعی متوسط در هر دو جنس از علل گرایش به نماز به‌طور قابل ملاحظه‌ای برتر از دانشجویان طبقات بالا و پایین است. به‌طور کلی، می‌توان این استنباط ضمنی را مطرح کرد که کوششهای تبلیغاتی و یا تشویقی برای جذب این دانشجویان به نماز در مدارس در مقایسه با طبقه متوسط از تأثیر کمتری برخوردار است. از سوی دیگر، پژوهش حاضر حاکی از این است که بین ارزشیابی دانشجویان مقاطع مختلف تحصیلی نسبت به علل جذب به نماز در دانشگاه‌ها تفاوت معناداری وجود ندارد. با این وجود، برپایی نماز در دانشگاه وظیفه خطیر و بسیار حساس است؛ زیرا که مدارس جدای از ویژگیهای منحصر به فرد خود، محل تشویش، اضطراب از امتحان، رقابتهای نگران‌کننده توأم با شکست و پدیده‌های ناخوشایند دیگری است که هر کدام از آنها به تنهایی قادر به تبدیل محرکهای خنثی به محرکهای

شرطی نیرومند فراخوان اضطراب و حالات ناخوشایند روانی می باشند. بنابراین ایجاد اصلاحات بنیادی به منظور تغییر در نگرش دانشجویان نسبت به محیط دانشگاه و مناسک جاری در آن و همچنین اصلاح الگوهای تعاملی - رفتاری آسیب زا میان دانشجویان و کل کادر مدرسه می تواند زمینه ساز تحولات اساسی در شخصیت دانشجویان شود و نه تنها نگرش آنها را نسبت به صورت ظاهری عبادات در دانشگاه ها بهبود بخشد بلکه در جهت گیری اصولی به سوی ارزشهای انسانی، آنها را هدایت نماید.

منابع

۱. امام جمعه، سید محمدرضا و جعفری، پروین (۱۳۷۸). نماز در آینه پژوهش. تهران: نهمین اجلاس سراسری نماز، شهریور ماه.
۲. حسینی، میر سعید و دلاویز خلیل (۱۳۷۱). بررسی نگرش دانش آموزان دختر و پسر دوره های راهنمایی و متوسطه استان مازندران نسبت به اقامه نماز در مدارس شهرستان ساری. طرح پژوهشی اداره کل آموزش پرورش استان مازندران.
۳. گیلک، عبدالامیر و ظروفی، مجید (۱۳۷۰). تمایل به اقامه نماز. معاونت پژوهشی دفتر مشاوره و تحقیق آموزش و پرورش
۴. موسوی، غفور (۱۳۷۸). بررسی رابطه نحوه برپاداری نماز بر اختلالات افسردگی. چکیده تازه های تحقیق در دانشگاهها و مراکز تحقیقاتی ایران. دوره ۷. شماره ۱. تهران: مرکز اطلاعات و مدارک علمی ایران.
۵. نجم عراقی، لعیا (۱۳۷۹). آموزش آرام سازی و نیایش به عنوان تکنیکی برای کاهش تنش با مقایسه شیوه آرام سازی و دعا و نقش آنها در کاهش تنش. ماهنامه روان شناسی دین، شماره ۲.
۶. سواری، کریم (۱۳۸۰). بررسی دیدگاههای فلسفی عقیدتی دانش آموزان پسر پایه سوم متوسطه شهر اهواز در مورد نماز. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه شهید چمران. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
۷. سواری (۱۳۸۰). در پژوهشی تحت عنوان دیدگاههای فلسفی عقیدتی (دلایل گرایش) دانش آموزان پسر پایه سوم متوسطه شهرستان اهواز در مورد اقامه نماز بر روی ۳۲۰ آزمودنی.
8. Ashby, J.S & Len hart, R.S. (1994). Prayer as a coping strategy for chronic pain Patients Rehabil itation – Psychology, Vol 39(3), 205-209.
9. Butler, M. & at al. (1998). Not just a time out: change dyna mics of prayer for religious Couples in conflict situations. Family process, 37(4), 451- 475.
10. Poloma, M. & Pendleton, B. (1991). The effects of prayer and prayer experiences of measures of general well-being special issue, journal of psychology and theology 1, (1), 71-83.
11. Goehring, M.M. (1996). Listening prayer: the unseen and unheard real Journal of psychology and Christianity, Vol 14(4), 318-329.

12. Khouzam, H.R. (1996). Prayer and the treatment of depression in a case of prostate cancer. *Clinical Gerontologist*, Vol 17(1), 69-73.
13. Levin, J.S. & Taylor, R.J. (1997). Age difference in patterns and correlates of the frequency of prayer. *Gerontologist*, Vol 37(1), 75-88 .

بررسی قضاوت دانشجویان در مورد آثار و برکات نماز و ارتباط آن با میزان مقید بودن دانشجویان به انجام این فریضه

مریم محبی زاده

مدرس دانشگاه آزاد اسلامی واحد هرنند mar.mohebi@gmail.com

مرضیه محبی زاده

دانشجوی پزشکی (دکتری حرفه‌ای) دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد maz_mohebi@yahoo.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی قضاوت دانشجویان در مورد آثار و برکات نماز و ارتباط آن با میزان مقید بودن دانشجویان به انجام این فریضه می باشد. جهت نیل به این هدف پس از پر کردن پرسشنامه محقق ساخته توسط ۲۰۰ نفر از دانشجویان پسر فنی- مهندسی دانشگاه آزاد اسلامی هرنند که به روش نمونه گیری آسان انتخاب شده بودند، دانشجویان به دو گروه نمازگزار و تارک نماز تقسیم شدند و سپس به بررسی مقایسه ای میانگین نمره قضاوت آنها درباره آثار و برکات نماز در چهار بعد (اخلاقی، تربیتی، بهداشتی و اجتماعی) پرداخته شد. نتایج حاصله در نرم افزار آماری spss و با آزمون compare means تجزیه و تحلیل و با سطح معنی داری ($pvalue < 0/005$) بررسی و تفسیر شدند. این پژوهش نشان داد که هرچه سطح شناخت و قضاوت دانشجویان نسبت به آثار اخلاقی، تربیتی، بهداشتی و اجتماعی نماز بالاتر باشد، انگیزه بالاتری برای اقامه نماز پیدا کرده و برعکس. پس در صورتیکه شناخت و معرفت نسبت به آثار و برکات نماز برای دانشجویان حاصل شود، قطعاً خود را از فیض این فریضه محروم نخواهند ساخت. لذا به نظر می رسد، اگر برنامه های فرهنگی-آموزشی پر محتوی تری در خلال برنامه های دانشگاه گنجانده شود و این فیض معین با استدلال و استنباط و کمک گیری از آیات و روایات گویا و شیوا با تمام ابعاد، آثار و برکات آن به

دانشجو ارائه شود، دانشجویان که آینده سازان اجتماع می باشند به سمت اصلاح پیش رفته و از این تربیت غنی برخوردار می گردند.

واژه های کلیدی: آثار اخلاقی و تربیتی و بهداشتی و اجتماعی نماز، قضاوت دانشجویان، پابندی به نماز

بیان مسئله و ضرورت انجام پژوهش

نماز در همه‌ی ادیان بوده است. قبل از حضرت محمد (ص) در آئین حضرت عیسی (ع) هم نماز بوده است، قرآن کریم از زبان او نقل می‌کند که خداوند مرا به نماز سفارش کرده است: «وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ» و قبل از او موسای کلیم (ع) بوده که خداوند به او خطاب می‌کند: «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي» [۱] و قبل از موسی پدر زن او حضرت شعیب بوده است که نماز بر پا داشته است: «يَا شُعَيْبُ أَصَلَاتُكَ تَأْمُرُكَ» و قبل از همه آن‌ها ابراهیم خلیل (ع) بوده که از خداوند برای خود و ذریه اش توفیق اقامه نماز را خواسته است: «رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي».

و این لقمان حکیم است که به فرزندش می‌گوید: «يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ» پسر من نماز را به پا دار و امر به معروف و نهی از منکر بکن [۲].

نماز از جمله عباداتی است که اثرات مادی و معنوی بسیار زیادی در زندگی بشر دارد. مقدمات نماز از هنگام وضو تا پایان نماز هر کدام جزء به جزء فواید و آثاری دارد، چنانکه علی (ع) فرمود: «اگر نماز گزار از رحمتی که سراپای او را فراگرفته خبر داشته باشد، دل از نماز نکند، و دوست ندارد که سر از سجده بردارد» [۳]. برترین فایده و فضیلت نماز ذکرالله می‌باشد که روح و اساس و هدف و پایه و مقدمه و نتیجه و فلسفه نماز همان یاد خداست [۴]. «اقم الصلوة تنهى عن الفحشاء والمنكر ولذكر الله اكبر الله يعلم ما تصنعون» "عنكبوت، ۴۵"

ذکر اهمیت نماز و آثار فردی و اجتماعی آن راهی است برای مهیا ساختن دانشجویان در خصوص اعتلای شناخت و معرفت نسبت به دین و دستورات الهی بخصوص نماز، چرا که انسان هر گاه از فواید، آثار و فلسفه یک دستور الهی آگاه شود و بعبارت دیگر نسبت به آن معرفت پیدا کند بواسطه عقلش که رسول باطنی است، به اطاعت از آن پرداخته و از فضائل دنیوی و اخروی آن برخوردار می‌گردد. از جمله ابعاد مهم معرفت دینی که در قرآن

به آن توجه شده «عقل» است. امام صادق (ع) فرمود: « پیغمبر حجت خدا است بر بندگان و حجت میان بندگان و خدا عقل است» و باز فرمود: «عقل راهنمای مؤمن است» [۵].

با توجه به مطالب بالا به ضرورت شناخت و معرفت که مقدمه رسیدن به قرب الهی است، بخصوص شناخت و بصیرت نسبت به نماز (که فریضه واجب الهی است)، موجبات با نشاط انجام دادن نماز را از یک سو و حضور قلب و اخلاص بیشتر را از دیگر سو مهیا می کند. همان گونه که عارف بزرگ میرزا جواد آقاملکی تبریزی می نویسد: «اما عمده خیر نماز و فایده اش در فهم نماز است، چون فهم، نزدیک ترین سبب به معرفت است و معرفت تمامش خیر است بلکه همه خیر در معرفت است...» [۶].

لذا ضرورت انجام این پژوهش نیل به این چارچوب ذهنی است که در صورتیکه شناخت و معرفت نسبت به آثار و برکات نماز برای دانشجویان حاصل شود، قطعاً خود را از فیض این فریضه محروم نخواهند ساخت. بعبارت دیگر هدف از انجام این پژوهش اثبات این فرضیه است که اغلب دانشجویانی که از فیض نماز محرومند علت آن عدم شناخت نسبت به فلسفه و آثار نماز است.

البته نباید اعمال عبادی را به خاطر این فواید اجرا کرد که موجب بطلان آن خواهد شد، زیرا اگر کسی غسل و وضو کند تا ضمن آن خنک شود یا از فواید بهداشتی آن بهره مند شود و یا قیام و رکوع و سجود کند تا ضمن آن حرکات ورزش و نرمش اجرا کند، نماز شرک آلود خوانده است.

اهداف پژوهشی

هدف کلی: بررسی ارتباط قضاوت دانشجویان نسبت به آثار نماز با میزان تقید آنها در بجا آوردن این فریضه

اهداف جزئی:

۱. بررسی ارتباط قضاوت دانشجویان نسبت به آثار اخلاقی نماز با میزان تقید آنها به نماز
۲. بررسی ارتباط قضاوت دانشجویان نسبت به آثار تربیتی نماز با میزان تقید آنها به نماز
۳. بررسی ارتباط قضاوت دانشجویان نسبت به آثار بهداشتی نماز با میزان تقید آنها به نماز
۴. بررسی ارتباط قضاوت دانشجویان نسبت به آثار اجتماعی نماز با میزان تقید آنها به نماز

فرضیات پژوهشی

۱. میزان شناخت دانشجویان از آثار و فوائد نماز ارتباط مستقیمی با میزان مقید بودن آنان بر انجام این فریضه دارد.
۲. با افزایش شناخت دانشجویان از آثار نماز، میزان تقید آنان به نماز افزایش می یابد.

بررسی منابع

۱. نماز، مظهر پرستش؛ پرستش میوه فطرت

۱-الف) پرستش و تاریخ: یکی از صفات ذاتی انسان ها میل به پرستش است که همواره در طول تاریخ به صور مختلف وجود داشته است. پرستش، امر فطری در انسان ها و پاسخی است درمان بخش به نیاز و خواست بشر و این عشق و نیاز ازلی و ابدی است. نماز شاخه پر بار عشق به خدا و پرستش اوست، اصل این درخت سبز یعنی نیایش، با قلب بشر و سرنوشت آدمی پیوند دارد و گستره آن از فراخنای جهان هستی، پر دامنه تر و از تاریخ، باستانی تر است.

امروزه فطری بودن پرستش و خداجویی به تأیید جامعه شناسان، فیلسوفان و روان شناسان رسیده است، برای نمونه دکتر الکسیس کارل می گوید: «احساس عرفانی (خداگرایی

و پرستش)، جنبشی است که از اعماق فطرت ما سرچشمه گرفته است و یک غریزه اصلی است. و یونگ، پروفیسور روان شناس می گوید: طبیعت آدمی به گونه ای خلقت یافته است که نسبت به (پرستش) خدا به طور ناخود آگاه در خود، احساس عطش و عشق می کند، از این رو اگر به صراط مستقیم توحید هدایت نشود، در برابر معبودهای کاذب سر تعظیم فرود می آورد تا آن عطش درونی خود را پاسخگو باشد. نماز که مظهر پرستش است، به این آهنگ درونی پاسخ می دهد و عطش را فرو می نشاند [۷].

۱-ب) نماز و تاریخ: انبیاء ابراهیمی - علیه السلام - با نماز مانوس بودند چه اینکه قبل از ابراهیم خلیل (ع) هم با نماز محشور بودند، حضرت ابراهیم (ع) هنگامی که فرزند خود را در کنار کعبه به ودیعت الهی سپرد عرض کرد پروردگارا من اینها را در این وادی غیر ذی زرع نهادم. «رَبَّنَا لِيُقِيمُوا الصَّلَاةَ فَاجْعَلْ أَفْتَدَةً مِنَ النَّاسِ تَهْوَى إِلَيْهِمْ» برای اینکه از کنار خانه وحی، اقامه نماز آغاز شود و این اقامه نماز با ذریه من انجام گیرد و هدف اینها که اقامه نماز است محقق شود. همین دعا و دعوت خلیل حق در ذریه اش جلوه کرد.

یکی از ذراری برجسته حضرت ابراهیم موسای کلیم است که آغاز وحی او با دستور نماز شروع می شود وقتی خدا به موسای کلیم وحی فرستاد و فرمود آنچه را که بر تو تلاوت می شود استماع کن و بدان «أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا» آنگاه فرمود «اقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي» نماز را برای احیای یاد من اقامه کن.

وقتی نوبت به عیسای مسیح - علیه السلام - می رسد معرفی قرآن درباره عیسای مسیح این است که عیسی فرمود: «وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا» یعنی من تا زنده ام با نماز و وقتی هم که رحلت کردم باز با نماز در آن عالم هستم.

یکی از انبیاء ابراهیمی، اسماعیل صادق الوعد است که یک سیره خاص و مخصوص به خود دارد. قرآن کریم در تبیین سیره آن حضرت می فرماید: «وَكَانَ يَأْمُرُ أَهْلَهُ بِالصَّلَاةِ» یعنی نه تنها خود نماز را اقامه می کرد بلکه اهلیش را به اقامه نماز امر می کرد.

خدا به پیامبر اسلام (ص) فرمود: «وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا» و آیه «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ». که این پیام خطاب مستقیم به پیامبر است و شامل امت اسلامی هم می‌شود.

قرآن نماز را بر همه واجب کرده است مسئله اقامه نماز بر هر مکلفی واجب است و درباره مؤمنین فرمود: «إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا» نماز برای مردم با ایمان یک امر تثبیت شده است [۸].

۲. فلسفه نماز در اسلام

از دیدگاه قرآن، فلسفه اقامه نماز، یاد خداست «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي» یاد خدا آرامش دهنده قلب هاست (أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ) و آرامش نعمتی است که همه در جست و جوی آن هستند.

بشر به طور طبیعی در طول زندگی اش در این جهان، با نگرانی‌ها و اضطراب‌های بسیاری روبه‌رو بوده و همواره برای برطرف کردن آنها کوشیده است. تشکیل خانواده، قبیله، دولت و دیگر سازمان‌های اجتماعی همچنین ظهور دین، مذهب، هنر، آداب و رسوم و حتی گاه جنگ‌ها، در حقیقت برای دست‌یابی بشر به آرامش در زندگی بوده است. اندیشه‌های بشری و مکتب‌ها و آیین‌های گوناگون با هدف رسیدن به آرامش پدید آمده‌اند که در این میان، ادیان ابراهیمی و آیین‌های بومی نیز وصول به آرامش روح و روان را یکی از مهم‌ترین اهداف پیدایش خویش می‌دانند. از دیدگاه اسلام، آنچه موجب آرامش است، یاد خداست و خواسته خداوند از بشر مبنی بر اقامه نماز، یاد او را زنده می‌دارد [۷].

۳. فلسفه نماز، از دیدگاه ائمه معصوم علیهم السلام

امامان معصوم (ع) برای هر یک از احکام، فلسفه ای هماهنگ با فهم و ادراک مردم عصر خود بیان کرده اند که برای نمونه، به بعضی از آنها اشاره شده است:

پیامبر اکرم (ص) فرمود: نخستین چیزی که (در قیامت) به حسابش می رسند نماز است. امام علی (ع) می فرماید: خداوند نماز را برای پاک ساختن (روح) از تکبر قرار داد... با نماز به خدا نزدیک می شوید، نماز گناهان را مانند ریختن برگ درختان می ریزد و انسان را آزاد می سازد.

فاطمه زهرا (ع) در خطبه معروف خود می فرماید: «خدای تعالی نماز را واجب فرمود تا انسان از کبر و خودبینی پاکیزه شود».

در حدیثی از امام صادق (ع) می آید: «نخستین چیزی که در قیامت از بندگان حساب می شود نماز است اگر مقبول افتاد سایر اعمالشان قبول می شود و اگر مردود شد سایر اعمال نیز مردود می شود».

امام رضا (ع) هم می فرماید: نماز سبب می شود بنده پیوسته به یاد خدا باشد و او را فراموش نکند، طاعی و یاغی نباشد و با خشوع و تذلل و رغبت، خواستار فرونی بهر خود در دین و دنیا باشد و همین نماز گزاردن، بازدارنده انسان از گناهان است و او را از فسادهای گوناگون دور می کند. سجده بر خاک، غرور و طغیان و خودخواهی را دور می سازد [۷].

۴. نماز و آثار و فوائد آن

قرآن فوائد فراوانی برای نماز ذکر می کند. می فرماید: «إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ» نماز جلوی زشتی را می گیرد زیرا طهارت هست این اولین فایده ای است که قرآن کریم برای نماز ذکر می کند و فایده اخلاقی، اجتماعی، سیاسی، اقتصادی، هم دارد که همه این منافع را در سوره مبارکه معارج می توان یافت. خداوند در سوره مبارکه معارج فرمود: «إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا إِلَّا الْمُصَلِّينَ» این هلو

بودن، جزوع بودن، بی‌قرار بودن، مناع خیر بودن، خیر و برکات را برای خود خواستن، خیر را توسعه ندادن، شرح صدر نداشتن، جزع را تحمل نکردن و خیر را برای دیگران طلب نکردن، اینها جزء رذایل اخلاقی است که هر بخشی برای خود آثار سوء آن بخش را دارد. اینها صفات *إِلَّا الْمُصَلِّينَ* است یعنی بغیر از نمازگزاران. لذا این نماز است که انسان را از طبیعتش که مبتلا به رذائل اخلاقی است «*أَنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِّنْ طِينٍ*»، دور ساخته و به فطرت موحد حق خواه حق طلبش نزدیک می‌سازد. چراکه قرآن می‌فرماید: انسان فطرتاً موحد است و فطرت او از فطرت خداست «*فَطَرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ*».

نماز به انسان می‌گوید حقوق دیگران را نگیر، بلکه با خدا رابطه پیدا کن، و وقتی با خدا رابطه پیدا کردی رزق را از او می‌طلبی و این «نعبد» گفتن و متکلم مع‌الغیر آوردن و دعاها را به صورت متکلم مع‌الغیر ذکر کردن و خیر دیگران را خواستن و دیگران را در خیر خود سهیم دانستن ایجاب می‌کند که انسان در مسائل اقتصادی هم دیگران را فراموش نکند [۸].

سوره معارج بسیاری از فضایل اخلاقی را به برکت نماز تبیین می‌کند و بسیاری از رذایل اخلاقی را به برکت نماز می‌زداید، و می‌فرماید: اینها کسانی هستند که تن به تباهی نمی‌دهند و از زهد معنوی برخوردارند.

فایده دیگری که ذات اقدس الله برای نماز ذکر می‌کند در سوره مبارکه حمد بیان شده است: این که بگویید «*إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ*» راه استعانت را هم مشخص کرده است. فرمود: «*وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَأِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ*» یعنی اگر بخواهید از مدد غیبی برخوردار باشید به وسیله نماز از خدا استعانت کنید. خدایی که خیر معین است و خیر معاون، به اعانت شما توجه می‌کند، پس نماز بهترین رابط است بین خلق و خالق و عبد و مولی که از این راه فیض مولی به خلق و عبد برسد.

نماز علاوه بر شرایط صحت، شرایط قبول، یا به تعبیر دیگر شرایط کمال دارد که رعایت آنها نیز عامل مؤثر دیگر برای ترک بسیاری از گناهان است. در کتب فقهی و منابع حدیث، امور زیادی به عنوان موانع قبول نماز ذکر شده است. امام علی (ع) فرمود: «هر که نوشابه مست کننده (شراب) نوشد نمازش تا چهل شب به درگاه خدا قبول نمی شود» [۸]. اگر به فوائد ذکر شده، ویژگی ها و اهمیت نماز جماعت را نیز اضافه نماییم، برکات آن مضاعف خواهد شد.

در نهایت می توان گفت، نماز درست مانند سرودی که سربازان، صبح و شام می خوانند تا روح سلحشوری در آنان زنده بماند، یا سرودی که پیشاهنگان می خوانند تا روح نیکوکاری در آنان تقویت شود [۲].

آثار نماز را می توان در قالب های مختلف من الجمله دنیوی و اخروی، مادی و معنوی، فردی و اجتماعی، روحی و جسمی بیان کرد. در این پژوهش آثار نماز در قالب چهار بعدی اخلاقی، تربیتی، بهداشتی و اجتماعی بیان شده است که هر کدام از این ابعاد خود شامل طیف گسترده ای می باشد و در هر قسمت از این بحث بصورت اجمالی به تفسیر هر یک پرداخته شده است.

آثار اخلاقی نماز

انسان در نظام تربیتی اسلام، بر اساس پرورش صحیح می تواند از مرز غرایز عبور کند و خود را به مقام والا و پراج انسانیت برساند و تاج پرافتخار «لقد کرما بنی آدم» را بر سر بگذارد، ولی عروج بدان مقام پراج، نهفته در کمالی است که با زدودن غبار از لوح دل و تجلی انوار در کانون پرفروغ سر حاصل می آید و این در حقیقت جز تخلق به اخلاق الله چیز دیگری نیست [۹]. بر همین اساس اخلاق، منزلتی بزرگ و جایگاهی بلند است و در تمام شرایع و ادیان الهی نیز سرلوحه دعوت همه انبیاء الهی بوده و همواره پیروان خود را پس از

دعوت به یکتاپرستی، به پاکیزگی نفس، اصلاح درون، علاقه مندی به نیکی و فضیلت و دیگر امور نیک و سودمند سوق می‌داده‌اند.

برای رسیدن به فضایل اخلاقی و دوری از رذایل نفسانی راههایی در قرآن و احادیث ائمه علیهم السلام بیان شده است که یکی از آن‌ها «نماز» است. نماز در تربیت اخلاقی و شکوفایی و ایجاد فضایل اخلاقی در انسان تأثیر به‌سزایی دارد که در ذیل به برخی از آن‌ها اشاره شده است.

- **تکامل و خودسازی:** انسان‌ها برای ارضای امیال نامحدود خود، به تعالی روح خود نیاز دارند و در این راه نماز بزرگ‌ترین عامل تزکیه و خودسازی است که انسان را به کمال حقیقی می‌رساند؛ زیرا انسان را از بدی‌ها باز می‌دارد «الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنکر» که قلعه‌ای محکم در مقابل تهاجمات ویرانگر شیطان است (قال علی علیه السلام: «الصلوة حصن من سطوات الشیطان»)[۱۰] و سبب محو گناهان می‌شود «ان الحسنات یذهبن السيئات». از این گذشته، نماز برخی فضایل مانند اخلاص، صبر و تواضع را پدید می‌آورد که تقوا را در انسان به دنبال دارد که سرمنشأ فضایل و کمالات است.

- **اخلاص:** اخلاص اساس عبادت (قال علی (ع): اعلی العبادة اخلاص العمل) و حقیقت بندگی است و ارزش عبادت به اخلاص است (قال علی (ع): «الاخلاص ملاک العبادة»). حضرت زهرا علیها السلام می‌فرماید: هر کس که عبادت با اخلاص را به سوی خدا تقدیم کند، خدا هم برترین مصلحت‌ها را برای او منظور می‌دارد [۱۱]. روح نماز اخلاص است (قال الصادق علیه السلام: «لیست الصلوة قیامک و قعودک انما الصلاه اخلاصک و ان ترید بها الله وحده») و نماز گزار از نماز ریاکارانه و بدون اخلاص نهی شده است. چون ریا با حقیقت و واقعیت نماز سازگار نیست. نماز برای نیایش و مناجات با قدرت برتر هستی است و چون بدون اخلاص برپا شود، گفت و گوی نماز گزار با

خدا بی معنا جلوه می کند. به این ترتیب، نماز گزار باید هر روز با برپایی نماز، اخلاص را تمرین کند. امام باقر می فرماید: «الصلاة بیت الاخلاص؛ نماز خانه اخلاص است» [۱۲].

- **تواضع:** تواضع یکی از فضایل اخلاقی است که در پرتو نماز در انسان ایجاد می شود. یکی از اسرار نماز این است که خودبینی و تکبر را درهم می شکند و درس فروتنی در برابر خداوند را به انسان می آموزد، زیرا نماز گزار در هر شبانه روز طی هفده رکعت نماز، ۳۴ بار پیشانی تواضع بر خاک می ساید. حضرت زهرا می فرماید: «فجعل الله الايمان تطهيراً لكم من الشرك و الصلوة تنزيهاً لكم عن الكبر» خداوند ایمان را وسیله پاکسازی شما از آلودگی شرک و نماز را برای دوری و پاک نمودن شما از تکبر قرار داد [۱۳].

اعمال و ذکرهای نماز بیانگر تواضع است و توجه عمیق به آن ها تواضع را در انسان ایجاد می کند. تکبیره الاحرام، دعا و خواهش از خداوند و سوره حمد از جمله ذکرهای نماز هستند که کبر و خود بزرگی بینی را از انسان دور می کنند. سجده و رکوع و ایستادن با رعایت ادب و وقار در مقابل خداوند مرور هر روزه درس تواضع است.

- **صبر:** انسان در مسیر زندگی دچار برخی مشکلات و سختی ها می شود که تحمل برخی از آن ها به قدرت و ایمان زیادی احتیاج دارد. تحمل سختی ها و صبر بر آن ها یکی از فضایل اخلاقی است که در اسلام ارج فراوانی به آن نهاده شده است. به طوری که در روایات صبر نسبت به ایمان همانند سر نسبت به بدن توصیف شده است [۱۴]. یاد خدا، نیایش و نماز، نیروی معنوی تجدید شونده ای در انسان ایجاد خواهد کرد که او را در رویارویی با مشکلات نیرو می بخشد. امام علی می فرماید: «الذكر يشرح الصدر؛ یاد خدا سبب شرح صدر می شود» [۱۵]. نماز بهترین وسیله استعانت و کمک خواهی از پیشگاه

الهی است. پیامبر اکرم هرگاه با دشواری رو به رو می شد، از نماز استعانت می جست: «اذا حزبه امر فزع الى الصلوة» [۱۶]. امام صادق می فرماید: هنگامی که با غمی از غم های دنیا رو به رو شدید، وضو بگیرید و به مسجد رفته نماز بخوانید و در حال نماز دعا کنید. امام صادق در حدیث دیگری می فرماید: «هر گاه برای امیرالمؤمنین پیش آمدی می شد، به نماز پناه می برد و ناراحتی خود را به آن جبران می کرد» [۱۷]. نماز با افزایش ایمان سبب می شود نمازگزار خود را به گونه ای ابدی به جهان مادی متعلق نداند و با دید دیگری وقایع را بنگرد و با تغییر بینش، مشکلات را تحمل می کند و به آرامش روانی دست می یابد. اندیشمندان غربی نیز به نقش دعا در مبارزه با دشواری ها اعتراف کرده اند. نورمن وینسنت گریسی می گوید: دعا و نماز بزرگ ترین نیرویی است که برای مبارزه با دشواری های زندگی روزانه و به دست آوردن آرامش روحی، شناخته شده است [۱۸]. گاندی رهبر بزرگ مردم هند می گوید: اگر نماز نبود و با خدا ارتباط پیدا نمی کردم، به طور حتم سال ها بود که دیوانه شده بودم [۱۹].

● **آرامش روحی:** گاهی آدمی برای مدتی، رازی را در دل خود نگاه می دارد تا زمانی که محرم رازی بیابد و حرف دل خود را با او بازگوید، که اگر این فرصت دست ندهد، گاه آثار ناخوشایندی را بر روح و روان فرد بر جای می گذارد. دلیل کارنگی می گوید: گاهی از مواقع درد ما بی درمان است. حتی نمی توانیم آن را با نزدیک ترین دوستانمان در میان بگذاریم. در این اوقات است که روی به سوی خدا می آوریم و احساس می کنیم که در زندگی شریک غمی داریم، یک غمخوار واقعی داریم. روان شناسان شفای دردها و درمان بیماری های بیماران خود را راز و نیاز با خدا و پرستش او می دانند از جمله، پروفیسور ویلیام جیمز می گوید: روان پزشکان معتقدند انسان ناگزیر است برای تسکین دردهای خود، آنها را نزد دیگران بازگو کند و چه کسی شایسته تر از خالق انسان.

آرامش روانی ناشی از نماز، انسان را از اضطرابی که بیماران روانی همواره از آن رنج می‌برند، می‌رهاند؛ چون این حالت‌ها معمولاً تا مدتی پس از نماز در انسان باقی می‌ماند و ادامه می‌یابد. اکنون به خوبی درک می‌شود که پیامبر اسلام (ص) چگونه با جمله‌ای کوتاه، از رمزی بزرگ در علم روان‌شناسی پرده برمی‌دارد، آنجا که به هنگام نماز می‌فرمود: «ای بلال! ما را با نماز به آرامش وادار» [۷].

- **صداقت:** نماز گزار چون خود را همواره در محضر خداوند دیده و او را حاضر و ناظر بر اعمال خویش می‌داند در رفتار و گفتارش هم از آنچه که باعث خشم و نارضایتی خداوند گردد، می‌پرهیزد و تمامی اعمالش را صادقانه و خالصانه انجام می‌دهد.
- **نشاط و امید در زندگی:** انسان نماز گزار همواره خود را از امداد غیبی و نیروی ماورا بشری برخوردار دانسته و با نماز از او استعانت می‌جوید. چنین شخصی در سختی‌های زندگی ناامید نگشته و همواره به خیر معین خدا امیدوار است. ابن سینا، فیلسوف معروف شرق گفته است: «من هر وقت مشکلی علمی داشتم که قابل حل نبود، به مسجد جامع شهر می‌رفتم، وضو می‌گرفتم و نماز می‌خواندم و از خدا مدد می‌خواستم، مشکلم حل می‌شد» [۷].

آثار تربیتی نماز

فراهم آوردن شرایط برای شکوفایی همه استعدادهای درونی در جهت رسیدن به هدف مطلوب و برنامه ریزی شده، تربیت نامیده می‌شود. همه انسان‌ها به دنبال سعادت هستند و دارای دو بعد وجودی اند. نماز در این راستا سبب شکوفایی استعدادهای بالقوه انسان می‌شود و شخصیت برجسته‌ای از انسان به تصویر می‌کشد، زیرا نماز سبب خودشکوفایی و خودآگاهی می‌شود [۲۰].

- **ثبات شخصیت:** از بعد روانشناسی، شخصیت دربرگیرنده مجموعه‌ای از صفات، رفتارها، افکار و تمایلات عاطفی و هیجانی می‌باشد. که فرد را از دیگران متمایز

می‌کند و صرف نظر از عوامل درونی و جسمی تأثیرگذار بر روی شخصیت و عوامل بیرونی و محیطی، نقش عمده‌ای را در شکل دادن به شخصیت، ایفا می‌کند. برخورداری از پایداری شخصیتی یکی از مطلوب‌ترین خواسته‌های بشری است. نماز می‌تواند ایفاگر نقش بسیار مهمی در پیشگیری و درمان اختلال‌های شخصیتی ایفا کند. نماز گزار ضمن تکرار یک مجموعه از ذکرها و واژه‌های مشخص در نمازهای خود پیوسته یک عقیده واحد و یک خط مشی مشخص را در زندگی خود دنبال می‌کند. به این ترتیب، گویی یک شخصیت ثابت و یک روش و منش معین و همیشگی را برای خود برمی‌گزیند و در روند تکرار نماز، اصول اساسی خود را یادآوری کرده و به تثبیت شخصیت خود می‌پردازد.

روانکاو معروف، هانری لنگ می‌گوید: در نتیجه تحقیقات طولانی خود در اجرای آزمایش‌های روانی بر روی افراد، به این موضوع پی برده ام کسی که با دین سرو کار داشته باشد و به عبادت پردازد، آن چنان شخصیتی نیرومند پیدا می‌کند که هیچ‌گاه یک نفر بی دین، نمی‌تواند چنین شخصیتی به دست آورد [۲۱].

- **نظم و انضباط:** در بطن نماز مفاهیم و آموزه‌هایی وجود دارد که فرد را منظم و منضبط می‌کند؛ زیرا نماز گزار برای برپایی نماز می‌بایست در زمانی خاص و مکانی مشخص، رو به قبله بایستد و مشغول نماز شود. تکرار این اعمال در هر روز سبب می‌گردد نماز گزار، فردی منظم و منضبط شود؛ زیرا نظم نهفته در این عمل عبادی به انسان یاد می‌دهد که چگونه در دیگر امور زندگی منظم و مرتب باشد.
- **احساس قدرت و عزت:** نماز با آن که احساس تواضع و فروتنی را در انسان نسبت به خداوند برمی‌انگیزد، ولی به هیچ وجه به نماز گزار اجازه نمی‌دهد در خود

احساس ذلت یا فرومایگی داشته باشد؛ زیرا نماز، انسان را به قدرت فناپذیر الهی متصل می‌گرداند و از این جهت در انسان، احساس قدرت و عزت را برمی‌انگیزد. امیرالمؤمنین علی علیه السلام در مناجات خود با خدای متعال چنین می‌گوید: «الهی کفی بی فخرأ ان اکون لک عبداً و کفی بی عزأ ان تکون لی رباً؛ خدایا این افتخار مرا بس، که بنده تو باشم و این عزت مرا کافی است که تو پروردگار من باشی» [۲۲].

- **ادب برخاسته از نماز: زندگی اجتماعی بشر مستلزم رعایت برخی اصول و آداب** است که بدون آن‌ها انسان‌ها نمی‌توانند به طور مسالمت‌آمیز و در زمانی طولانی در کنار یکدیگر زندگی کنند. از این رو ادب در تعاملات روزمره انسانی بسیار مؤثر است. برای بررسی اثر نماز در رشد و تعالی ادب انسانی می‌توان جلوه‌های آن را چنین برشمرد:
 - **تواضع:** انسان‌های مؤدب، انسان‌هایی فروتن هستند و از خود بزرگ بینی به دورند و از این رو محبت دیگران را جلب می‌کنند و همان‌طور که گفته شد نماز، مسیر تواضع را هموار می‌کند.
 - **خوش‌زبانی:** انسان‌های مؤدب بسیار خوش‌زبان هستند و گفتار آن‌ها سبب آزار و اذیت دیگران نمی‌شود. نمازگزار در نماز یاد می‌گیرد که چگونه بهترین کلمات را بر زبان جاری کند و چگونه الفاظ زیبایی را برگزیند.
 - **رعایت آداب خاص:** نماز به انسان یاد می‌دهد که چگونه آداب خاصی را در زمان معین به جا آورد. است. سلام کردن یکی از متداول‌ترین آداب اجتماعی است که در نماز وجود دارد.
 - **متانت و وقار:** انسان‌های مؤدب، متین و باوقارند. دست‌یابی به وقار را از آثار تربیتی نیز می‌توان به حساب آورد.

- **پرهیز از منکرات:** طبیعت نماز از آنجا که انسان را به یاد خدا نیرومندترین عامل بازدارنده یعنی اعتقاد به مبدا و معاد می اندازد، دارای اثر بازدارندگی از فحشا و منکرات است. انسان در نماز به سوی حق و پاکی روی کرده و جهتش به سوی تقوای درون ایجاد می شود.

آثار بهداشتی نماز

وضو یکی از مقدمات نماز است که آثار بهداشتی آن بر کسی پوشیده نیست. به ویژه اگر به این امر توجه کنیم که تکرار وضو در اسلام توصیه شده است. از جمله وصیت پیامبر اکرم (ص) به حضرت علی (ع) که می فرماید: «هر نماز با مسواک، با نماز چهل روز بدون مسواک برابر است» [۲۳]، یا کلام مولای متقیان که می فرماید: «بر تو باد مسواک زدن پیش از وضوی هر نماز». این توصیه ها یک عامل تشویقی مؤثر برای رعایت بهداشت دهان و دندان نمازگزار است؛ زیرا نمازگزاری که می داند هر رکعت نماز با مسواک، با هفتاد رکعت بدون مسواک برابر است، مسواک زدن را رها نمی کند [۲]. نمازگزاری که می داند باید به هنگام نماز پاک باشد، رعایت بهداشت فردی به طور طبیعی برای او در اولویت قرار می گیرد، به تبع آن در اندیشه فراهم کردن امکانات بهداشتی می افتد.

نمازگزاری که می داند که هنگام نماز باید خداوندی را عبادت کند که زیبایی را دوست دارد، بهداشت فردی خود را جدی می گیرد. هم چنین در بعد اجتماعی پاکیزگی مسجد برای او حکم یک فریضه را پیدا می کند.

تأکید بر مسایل بهداشتی آن چنان که در اسلام مورد توجه قرار گرفته که حتی «استنشاق» یکی از مستحبات وضو قلمداد شده است. پوشیدن لباس تمیز نیز یکی دیگر از مستحبات نماز است که در بهداشت و نظافت مؤثر است.

آثار دیگر نماز عبارت اند از: بهداشت خوب، شادابی جسم، آرامش عضلات، درمان بیماری فشار خون، بیماری های دهان و دندان، بیماری های پوست و بیماری های واگیردار،

افزایش طول عمر، درمان وسواس های فکری و عملی، جلوگیری از شیوع خودکشی، جلوگیری از سکتته های قلبی و مغزی. نماز بر بهداشت و آرامش روان نیز مؤثر است که این موضوع در ابتدای بحث ضرورت نماز گزاری مورد بحث قرار گرفت.

آثار اجتماعی نماز

نماز تنها یک عبادت در میان فرایض و تکالیف عبادی نیست، بلکه اصلی ترین نماد دین داری است که علاوه بر آثار فردی، در عرصه اجتماعی نیز آثار آن اندک نیست و در پاره ای موارد اثرات اجتماعی آن بسیار فراوان تر است. شناخت کارکردهای نماز در ابعاد اجتماعی آن، در شکل گیری رفتارها، اتخاذ روش ها، تعیین استراتژی ها و اهداف عمومی اجتماعی تاثیر بسزایی دارد. برخی نماز را به عنوان یک رفتار دینی بیشتر در حوزه روان شناسی و تأثیر روانی آن بر فرد مورد بررسی قرار داده اند و برای نماز، کارکرد اجتماعی قایل نیستند؛ در حالیکه بررسی پی آمدهای اجتماعی نماز، نشان می دهد که آثار این عبادت از فرد فراتر رفته و در ساختار جامعه اثرگذار می شود، چرا که از نظر جامعه شناسی یکی از عناصر اساسی سازنده جامعه در سطح خرد، موجودیت فرد است که در کنار تعامل اجتماعی نقش مهمی را ایفا می کند [۲۴]. از جمله آثار اجتماعی نماز عبارتند از:

- **تعادل و میانه روی:** تأثیر معانی و نمادها و دیگر اجزای فرهنگی نماز بر نماز گزار که باعث منظم شدن و تعادل در نیازها و آرزوهای نماز گزار می شود که تحت عنوان اعتدال و میانه روی یا خردورزی از آن یاد می شود [۲۴].
- **فعال گرایی:** تأثیر نماز گزار بر دیگر اجزای فرهنگی برای غلبه بر محیط، جهت تأمین منافع آنی بدون اینکه نیازها تعدیل و تغییر مهمی را تجربه کنند که تحت عنوان فعال گرایی از آن یاد می شود [۲۴].
- **هم گرایی و وحدت:** یکی از آثار نماز ایجاد تفاهم نمادین است. این تفاهم عبارتست از: تفاهم در شناخت، وحدت در روش، تفاهم ارزشی و اخلاقی و تفاهم اجتماعی.

بعبارت دیگر نماز از اختلالات اجتماعی جلوگیری کرده و موجب تعمیق وحدت اجتماعی می‌گردد [۲۴].

- **همکاری و تعاون:** همکاری و تعاون که از عوامل وحدت آفرین و استحکام بخش جامعه هستند غالباً در نماز جماعت بیش از سایر اجتماعات به چشم می‌خورد. مراعات حقوق دیگران و یاری آنها، رسیدگی به مشکلات برادران دینی در نماز جماعت مطرح شده و به همت مردم کارهای مهم و مفیدی صورت می‌گیرد [۲۴].
- **سپاس‌گذاری و حق‌شناسی:** انسان نمازگزار بواسطه تکرار ستایش و سپاس‌گذاری از خدا (که در هر نماز ۲ بار به جا می‌آورد «الحمد لله رب العالمین») روح سپاس‌گذاری و حق‌شناسی را در خود تقویت می‌کند.
- **تعهد و مسئولیت‌پذیری:** نماز حس مسئولیت را در انسان پرورش می‌دهد و احساس مسئولیت قطعاً انسان را به تعهد وای می‌دارد که این تعهد سبب حل بسیاری از مشکلات اجتماعی می‌گردد.
- **دفاع از حق و مبارزه با باطل:** انسانی که فقط خداوند را عبادت نماید و در مقابل او سر تسلیم فرود آورد، هرچه غیر خداوند است، برای او حقیر و کوچک می‌شود و کسی نمی‌تواند با ظلم و ستم بر او چیره شود. خداوند این مسئله را یکی از اهداف بعثت پیامبر(ص) دانسته است (در میان هر امتی، پیامبری را مبعوث کردیم تا خداوند را عبادت نماید و از طاغوت و هر چه در مقابل خدا است پرهیز کنید) [۱].
- **خروج جامعه از حالت انزوا و انفرادی و پانهادن به عرصه قانونمند اجتماعی:** دو عنصر اساسی یعنی فرد نمازگزار و تعامل بین نمازگزاران منجر به پدید آمدن عنصر سومی به عنوان «ما» و گروه نمازگزاران می‌شوند. در نتیجه، بعد کلان جامعه را از خود متأثر می‌کنند که این تعمیم ساختاری به معنای خروج جامعه از حالت انزواجویانه و پانهادن به عرصه اجتماعی است [۲۴].

- **عدالت اجتماعی و مراعات حقوق دیگران:** از آنجا که مکان و لباس نمازگزار و آبی که برای وضو و غسل استفاده می کند باید از هر گونه غضب و تجاوز به حقوق دیگران پاک باشد، بنابراین نماز خود دعوتی است به رعایت حقوق دیگران. میان ادیان و مکاتب الهی، اسلام بیشترین توجه را برای مراعات حقوق انسان ها قائل شده و بعنوان حق الناس در جایگاه عدالت اجتماعی آن را مطرح کرده است.
- **ایجاد استقلال:** نماز انسان را از مرعوب شدن در برابر قدرت های خودکامه و از خودباختگی در برابر زیبایی ها و قدرت ها مصون می سازد. همچنین نماز با ایجاد احساس قدرت و عزت در نمازگزار، به وی اجازه نمی دهد که ذلیل و فرومایه شود و نماز حافظ استقلال بشریت است.

پیشینه پژوهش

از آنجایی که چنین تحقیقی با این هدف برای اولین بار است که مطرح شده و تحقیقات مشابهی تاکنون در این زمینه صورت نگرفته است، لذا آماری از ارتباط قضاوت دانشجویان درباره آثار نماز و میزان تقید آنها به این امر، در دسترس نیست. اما لازم به ذکر است که تحقیقات متعددی در ارتباط با عوامل مطرح شده در بخش اطلاعات زمینه ای این پرسشنامه انجام شده و موجود است که از جمله این تحقیقات به مواردی چند اشاره می شود: خشنود مقدم و جعفری (۱۳۸۰) در خصوص عوامل باز دارنده از نماز به عادت نداشتن به نماز از دوران نوجوانی، ندانستن فلسفه نماز، حل نشدن مسائل اعتقادی، تضاد فرهنگی و کاهلی اشاره کرده است [۲۵].

نفیسی و دیانت (۱۳۸۰) آشنا نبودن به آثار و برکات نماز، مسائل سیاسی و اجتماعی را علت عدم گرایش افراد به نماز عنوان می کنند [۲۶].

نصیر زاده و عرفان منش (۱۳۸۹) در پژوهشی تحت عنوان تفاوت های جنسیتی و تاهل بر نگرش و پایبندی نسبت به نماز در دانشجویان به این نتایج رسید که: ۱. دختران بیشتر از

پسران گرایش به اقامه نماز به صورت فرادی داشتند درحالیکه پسران دانشجو به خواندن نماز بصورت جماعت مایل ترند. ۲. نگرش دختران نسبت به نماز مثبت تر است. ۳. تفاوت معنی داری از نظر نگرش و پابندی به نماز بین دانشجویان متأهل و مجرد وجود نداشت [۲۷].

عسگری (۱۳۷۹) و طالبان (۱۳۷۸) در بررسی نگرش نسبت به نماز نتیجه گرفت که اقلیت بسیار ناچیزی از دانش آموزان گرایش منفی نسبت به نماز داشته اند و نگرش اکثر آنان نسبت به نماز مثبت است، وی همچنین بر تاثیر عوامل نظیر میزان تقید والدین به نماز بر نگرش نسبت به نماز اشاره کرده است [۲۸ و ۲۹].

ابراهیم زاده (۱۳۸۰) نشان داد که نگرش دانشجویان در سنین مختلف نسبت به نماز مثبت است و رابطه معنی داری بین وضعیت تاهل، تقید والدین به نماز، سن و ترم تحصیلی دانشجو با گرایش وی نسبت به نماز وجود دارد [۳۰].

مرکز افکار سنجی دانشجویان ایران (۱۳۸۰) نشان داد که نگرش دانشجویان نسبت به نماز هم به لحاظ اعتقادی و هم رفتاری بالاست.

گیلک و ظروفی (۱۳۷۰) از عوامل موثر نسبت به نماز به جنسیت (به نفع دختران)، میزان تحصیلات (به نفع تحصیلات بالاتر) و کنترل و گرایش والدین و سن و ترم تحصیلی دانشجو اشاره می کند [۳۱].

نگرش افراد نسبت به مذهب در کشورهای غربی نیز مورد بررسی قرار گرفته است. گالوپ و لیندسی (۱۹۹۹) گزارش کرده اند که ۹۷٪ ساکنان ایالات متحده به خدا معتقدند و حدود ۹۰٪ نماز می خوانند. ۷۶٪ نیز نماز را بسیار مهم می دانستند [۲۷].

روش تحقیق

این پژوهش که از نوع توصیفی-تحلیلی است به هدف اثبات این فرضیه که نماز گزاران قضاوت بهتری نسبت به آثار و برکات نماز دارند، در بین ۲۰۰ نفر از دانشجویان پسر فنی-

مهندسی دانشگاه آزاد اسلامی هرنند (مقطع کارشناسی) که به روش نمونه گیری آسان انتخاب شده بودند، انجام شد.

جهت نیل به این هدف پس از تکمیل پرسشنامه توسط دانشجویان، ابتدا آنان به دو گروه نمازگزاران (دانشجویانی که همیشه یا اکثر اوقات نماز را بجا می آورند) و تارکین (دانشجویانی که هرگز یا فقط بعضی اوقات نماز می خوانند) تقسیم شدند، سپس به بررسی نگرش دانشجویان نسبت به آثار و برکات نماز (در چهار بعد اخلاقی، تربیتی، بهداشتی و اجتماعی) در هر یک از دو گروه (نمازگزاران و تارکین) پرداخته شد.

نهایتاً داده های حاصله با نرم افزار آماری spss و با آزمون compare means مورد تجزیه و تحلیل قرار داده شدند و با قرار دادن سطح معنی دار بودن (p value) کوچکتر از ۰/۰۰۵ به بررسی نتایج پرداخته شد. لازم به ذکر است که این پرسشنامه از نوع محقق ساخته و مشتمل بر دو قسمت سوالات عمومی و اختصاصی بود. سوالات عمومی خود شامل دو قسمت بودند: مشخصات فردی (وضعیت نمازگزارى فرد) و مشخصات زمینه ای (شامل سن و وضعیت تاهل و مقید بودن والدین به امر نماز).

سوالات اختصاصی در برگیرنده قضاوت دانشجویان نسبت به آثار نماز بودند (شامل ۸ اثر اخلاقی، ۶ اثر تربیتی، ۵ اثر بهداشتی و ۱۲ اثر اجتماعی).

به منظور رعایت مسائل اخلاقی و فراهم آمدن فضای امن برای دانشجویان در ابتدای پرسش نامه قید شده بود که چنانچه مایل به تکمیل پرسش نامه نیستند می توانند آزادانه از شرکت در پژوهش امتناع ورزند و علاوه بر این پاسخ های آنان بصورت گروهی بررسی می شود نیاز به ذکر نام نمی باشد و نظر آن ها هرچه باشد محترم است.

بحث و نتیجه گیری

به منظور رد و یا اثبات این فرضیه که قضاوت دانشجویان در مورد آثار نماز (اخلاقی، تربیتی، بهداشتی و اجتماعی) ارتباط مستقیمی با تقید آنان در ارتباط با این امر دارد، به

هریک از دانشجویان نمره ای از لحاظ اعتقاد به هر یک از این آثار داده شد و نهایتاً میانگین این نمرات در بین دو گروه نماز گزاران و تارکین نماز، مقایسه شد که نتایج حاصل از آن به شرح زیر می باشد:

سطح معنی داری (Pvalue)	گروه تارکین	گروه نماز گزاران	میانگین نمره دانشجویان در
$0/001 >$	۱/۴	۳/۲	۱. اعتقاد به آثار اخلاقی (از ۸ نمره)
$0/001 >$	۱/۴	۲/۴	۲. اعتقاد به آثار تربیتی (از ۶ نمره)
$0/003$	۱/۳	۲/۳	۳. اعتقاد به آثار بهداشتی (از ۵ نمره)
$0/001$	۱/۷	۴/۵	۴. اعتقاد به آثار اجتماعی (از ۱۲ نمره)

همانطور که جدول فوق نشان می دهد ارتباط معنی داری بین نمره قضاوت دانشجویان در مورد آثار نماز با میزان تقید آنها به این امر وجود دارد. در نتیجه میتوان گفت:

۱. هرچه سطح شناخت و قضاوت دانشجویان نسبت به آثار اخلاقی نماز بالاتر باشد، انگیزه بالاتری برای اقامه نماز پیدا کرده و برعکس ($0/001 > Pvalue$).
۲. هرچه سطح شناخت و قضاوت دانشجویان نسبت به آثار تربیتی نماز بالاتر باشد، انگیزه بالاتری برای اقامه نماز پیدا کرده و برعکس ($0/001 > Pvalue$).
۳. هرچه سطح شناخت و قضاوت دانشجویان نسبت به آثار بهداشتی نماز بالاتر باشد، انگیزه بالاتری برای اقامه نماز پیدا کرده و برعکس ($0/003 = Pvalue$).
۴. هرچه سطح شناخت و قضاوت دانشجویان نسبت به آثار اجتماعی نماز بالاتر باشد، انگیزه بالاتری برای اقامه نماز پیدا کرده و برعکس ($0/001 = Pvalue$).

از آنجا که به نظر می رسد، عوامل زمینه ای شامل سن، وضعیت تاهل و میزان مقید بودن والدین به نماز، با وضعیت تقید دانشجویان نسبت به نماز ارتباط دارد، در قسمتی از این پژوهش به بررسی این ارتباط پرداخته و نتایج زیر حاصل شد:

۱. از نظر آماری ارتباط معنی داری بین میزان تقید والدین با مقید بودن دانشجو برای اقامه نماز وجود دارد ($0/001 = Pvalue$) بدین معنی که هرچه والدین نسبت به نماز

خود مقیدتر باشند، فرزندانشان هم اهتمام بیشتری جهت انجام این فریضه دارند. این امر نشان گر نقش مهم والدین در الگو دادن به دانشجو می باشد که شاید هم این نتیجه پیامد آگاه شدن بیشتر دانشجویان نسبت به برکات و آثار نماز توسط والدین آنها باشد.

جدول ذیل بیانگر این مطالب است:

دانشجوی تارک	دانشجوی نماز گزار	
٪۲۳	٪۷۷	والدین مقید به نماز
٪۸۷/۵	٪۱۲/۵	والدین غیر مقید به نماز

۲. همانطور که دیده میشود با آنکه بطور قابل توجهی با افزایش سن دانشجو، میزان تقید وی به نماز افزایش می یابد ولی این اختلاف از نظر آماری معنی دار نیست ($p\text{value} = ۰/۲۹$).

دانشجوی تارک	دانشجوی نماز گزار	سن (به سال)
٪۴۰	٪۶۰	۱۷ تا ۲۰
٪۳۲/۸	٪۶۷/۲	۲۰ تا ۲۵
٪۱۰	٪۹۰	۲۵ تا ۳۰
۰	٪۱۰۰	بالاتر از ۳۰

۳. همانطور که دیده می شود با آنکه بطور قابل توجهی درصد بیشتری از دانشجویان متاهل (نسبت به مجردین) به نماز مقید هستند ولی این اختلاف از نظر آماری معنی دار نیست ($p\text{value} = ۰/۰۳۹$).

دانشجوی تارک	دانشجوی نماز گزار	وضعیت تاهل
٪۷/۱	٪۹۲/۹	متاهل
٪۳۳/۸	٪۶۶/۲	مجرد

پیشنهادات: همانطور که دیده می‌شود در صورتیکه شناخت و معرفت نسبت به آثار و برکات نماز برای دانشجویان حاصل شود، قطعاً خود را از فیض این فریضه محروم نخواهند ساخت. لذا به نظر می‌رسد، اگر برنامه‌های فرهنگی-آموزشی پر محتوی تری در خلال برنامه‌های دانشگاه گنجانده شود و این فیض معین با استدلال و استنباط و کمک‌گیری از آیات و روایات گویا و شیوا با تمام ابعاد، آثار و برکات آن به دانشجو ارائه شود، دانشجویان که آینده‌سازان اجتماع می‌باشند به سمت اصلاح پیش‌رفته و از این تربیت غنی برخوردار می‌گردند.

منابع

۱. قرآن مجید
۲. قرائتی، محسن، ۱۱۴ نکته درباره نماز.
۳. ابن شعبه الحرانی، تحف العقول، ص ۱۲۷.
۴. حر، سید حسین، راههای جذب دانشجویان به نماز، مجله معارف، شماره ۶۵، اردیبهشت ۱۳۸۸، ص ۲۹.
۵. کلینی، اصول کافی، ج ۱، ص ۲۹.
۶. ملکی تبریزی، ترجمه اسرار الصلوئه، ص ۲۳۸.
۷. یغمایی، ابوالفضل، نماز و آثار تربیتی آن، مجله طوبی، شماره ۲، بهمن ۱۳۸۴، ص ۷۵.
۸. جوادی آملی، آیت الله، نماز زیباترین جلوه نیایش، ص ۱۹.
۹. «قد افلح من زکها» شمس: ۹.
۱۰. میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۶۷؛ غرر الحکم و درر الکلم، ص ۵۶. اسرار الصلوئه شهید ثانی، ص ۱۰.
۱۱. بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۲۵۰؛ ج ۶۷، ص ۲۴۹.
۱۲. بحار الانوار، ج ۷۸، ص ۱۸۳.
۱۳. اعیان الشیعه، ج ۱، ص ۳۱۶؛ الاحتجاج، طبرسی، ج ۱، ص ۱۳۴.
۱۴. اصول کافی، ج ۳، ص ۱۴۰ و ۱۴۲، ح ۴؛ امام خمینی، چهل حدیث، ج ۱، ص ۲۵۳.
۱۵. منتخب الغرر، ص ۶۲.
۱۶. تفسیر در المنثور، ج ۱، ص ۳۸۶.
۱۷. تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۱۵۵؛ مجمع البیان، ج ۱، ص ۱۰۰؛ وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۲۶۳.
۱۸. کلیدهای خوش بختی، ترجمه احمد آرام، ص ۳۸۶ و ۳۸۸.
۱۹. گاندی، همه مردم برادرند، ج ۵، ص ۱۰۷، مرواریدهای پراکنده، ص ۱۳۵.
۲۰. نماز از دیدگاه دانشمندان و متفکران، ص ۳۱ و ۶۰.
۲۱. هانری لنگ، بازگشت به سوی ایمان، ص ۲۶.
۲۲. بحار الانوار، ج ۷۷، ص ۴۰۰.
۲۳. بحار الانوار، ج ۸۰، ص ۳۴۴.
۲۴. نماز و جامعه شناسی، ص ۸۰-۱۶۰.
۲۵. خشنود مقدم، علی، جعفری، محمد تقی، ۱۳۸۰، بررسی و تحلیل جایگاه نماز در میان دانشگاهیان، دبیرخانه دائمی اجلاس سراسری نماز، یازدهمین اجلاس سراسری نماز، ص ۱۶۱-۱۷۰.

۲۶. نفیسی، حمیدرضا، دیانت، مهین، ۱۳۸۰، بررسی و تحلیل جایگاه نماز در میان دانشگاهیان، دبیرخانه دائمی اجلاس سراسری نماز، یازدهمین اجلاس سراسری نماز، ص ۳۷-۴۶.
۲۷. نصیرزاده، راضیه، عرفان منش، نرجس، تفاوت های جنسیتی و تاهل بر نگرش و پایبندی نسبت به نماز و ادراک محدودیت های اقامه آن در دانشجویان، مجله زن در فرهنگ و هنر، دوره ۲، شماره ۲، ۱۳۸۹، ص ۴۹-۶۷.
۲۸. عسگری، محمد، ۱۳۷۹، بررسی نگرش و راه های جذب دانش آموزان دوره راهنمایی و متوسطه همدان نسبت به طرح اقامه نماز، فصل نامه نیایش، ص ۳۳-۴۹.
۲۹. طالبان، محمدرضا، ۱۳۷۸، دینداری و گرایش جوانان نسبت به نماز، فصل نامه نیایش، ص ۴۹-۶۵.
۳۰. ابراهیم زاده، فریمان، ۱۳۸۰، نگرش دانشجویان دختر رشته پرستاری دانشگاه آزاد شیروان در مورد اثرات نماز در رفع مشکلات روانی آنان، دبیرخانه دائمی اجلاس سراسری نماز، یازدهمین اجلاس سراسری نماز، ص ۱۱-۳۶.
۳۱. گیلک، عبد الامیر، ظروفی، معجد، ۱۳۷۰، تمایل به اقامه نماز، معاونت پژوهشی دفتر مشاوره آموزش و پرورش.

بررسی معنا مفهوم نماز و اهمیت وجوه آن از منظر آیات و روایات

دکتر رضا اسماعیلی

عضو هیئت علمی گروه مدیریت و برنامه ریزی فرهنگی و معاون فرهنگی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

محمد حسین پسندیده

کارشناس ارشد رشته مدیریت فرهنگی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

حسین کاظمی

مدیر دفتر مطالعات میان فرهنگی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

چکیده

این پژوهش به بحث و بررسی پیرامون معنا و مفهوم نماز می پردازد. آنان که غواص دریای معرفت و پیرو معصومین است اگرچه زاویه‌هایی از نماز را مشاهده کرده‌اند لیکن چون شهودشان شخصی است نتوانستند آن را برای تشنگان بر ساحل نشسته بیان کنند زیرا که معرفت به نماز، چشیدنی است نه گفتنی، گرچه گفتن و بیان نیز ممکن است راز و رمزهای آن را به ما نمایانده و جانهای خشکیده ما را به زلال آن آب زندگانی و طراوت بخش روشن کند، لذا در این مقاله به دنبال آنیم که در ابتدا مفهوم نماز را در لغت و اصطلاح که به معنی مختلفی چون اطاعت، پرسش، تعظیم و بزرگداشت و سپس حقیقت آن یعنی پیاداشتن و اقامه این فریضه شریف را بیان نماییم. روش کار به صورت کتابخانه‌ای بوده که بر این مبنا از اسناد و مدارک دینی بهره برده و به نقل و توصیف موارد مذکور پرداخته ایم و سعی نموده ایم در حد توان از منابع دست اول روایی بهره گیری نماییم و در پایان می‌توان گفت، نمازی که از ما مکلفین خواسته شده، اقامه تمامی جوانب آن می‌باشد.

واژه های کلیدی: نماز، مفهوم نماز، اقامه و پیاداشتن، اهمیت نماز

تعاریف و مفاهیم بحث

نماز در قرآن بیش از هر عبادتی تکرار شده و هیچ عبادتی در قرآن به اندازه نماز، ذکر آن به میان نیامده به طوریکه بیش از ۱۰۲ مرتبه نماز واحکام و آثار گوناگون آن مطرح شده لذا برای آشنایی با مفهوم آن به معرفی این فریضه پرداخته ایم.

- ریشه واژه نماز

ریشه واژه نماز در فارسی از لفظ پهلوی «نماک» گرفته شده و آن هم به نوبه خود از ریشه باستانی «نم»؛ به معنی «خم شدن و تعظیم کردن» مأخوذ است که به تدریج بر معنی «صلاة» یعنی عبادت ویژه مامسلمانان اطلاق گردیده است. (۱) بر اساس بعضی از کتب تاریخی، برخی از ایرانیان تازه مسلمان در سالهای حکومت اعراب برای ایرانیان به جای کلمه «صلاة» از کلمه «نماک» استفاده می کرده اند. و هنگام فراخواندن مردم به سوی نماز به جای «الصلاة» کلمه «النماک» و به جای «حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ» جمله «بشتابید به سوی نماک» را به کار می برده اند. (۲).

- معانی نماز

معنی اول: خدمت و خدمتکاری، اطاعت و فرمانبرداری (۳)، سرفروآوری و تعظیم (۴)، سر به زمین نهادن، کرنش و تکریم (۵)، اظهار طاعت و بندگی (۶)، لذا واژه های «نماز بردن»، «در نماز آمدن»، «به نماز آمدن» و «نماز آوردن» به معنای پرستش کردن، عاجزی نمودن، خم شدن به علامت تعظیم و بندگی و به خاک افتادن به قصد تعظیم در برابر پادشاهی یا بزرگی دیگر به کار رفته است (۷)، معنی دوم: کلمه "نماز"؛ به معنی «پرستش و ادای طاعت ایزد تعالی (۸)» و «عرض نیاز به سوی خدای عالمیان است به طریقی که در شریعت پیغمبران وارد شده است (۹)» که در این معنی، معادل کلمه «صلوة» می باشد (۱۰) به همین منظور در ادبیات پارسی، «نماز نیمروز»، «نماز پیشین»، «نماز میانین»، به معنای «نماز ظهر»، «نماز دگر»، «نماز دیگر»، «نماز پسین»، به معنای «نماز عصر» و «نماز خفتن» به معنای «نماز عشاء» و

«نمازبام»، «نماز بامداد»، «دوگانه» به جای «نماز صبح» به کار رفته است. لازم به ذکر است که مردم فارسی زبان، واژه «نماز بستن» را به جای «تکبیرة الاحرام گفتن» به کار می‌بردند. (۱۱) معنی سوم: از آنجا که شرط نماز، طهارت است و کلمه نماز، مفهوم طهارت و پاکیزگی را تداعی می‌کند، کلمه «نمازی» که منسوب به نماز و به معنای «دوستدار نماز» است، به معنی «پاک و طاهر» نیز به کار رفته است و «نمازی شدن» که مصدر مرکب است، به معنای «پاک و طاهر شدن و شسته شدن و غسل داده و پاکیزه شدن» به کار رفته است. همچنین «نمازی کردن» به معنی «پاک کردن، شستن، آب کشیدن و غسل دادن» و «نماز کن» به معنای «شستشو کننده» استعمال می‌شده است (۱۲).

- ریشه کلمه «صلوة»

در اصل کلمه صلوة بین علمای لغت و تفسیر اختلاف است بعضی گفته اند: صلوة از ریشه عبری است و در زبان عبرانیان «صلوتا» کنیه یهودیان است. برخی، صلوة را از لفظ عبری «صلوة» مشتق می‌گیرند و در منابع سریانی الفاظی مشابه و معادل با «اقامه صلوة» به چشم می‌خورد (۱۳) چنانچه در قرآن کریم «صلوات» به صیغه جمع؛ به معنی «معابد» به کار رفته است: «وَلَوْلَا دَفَعُ اللَّهُ النَّاسَ بَعْضَهُمْ بِبَعْضٍ لَهَدَمَتْ صَوَامِعُ وَبِيَعٌ وَصَلَوَاتٌ وَمَسَاجِدُ يُذْكَرُ فِيهَا اسْمُ اللَّهِ كَثِيرًا» «اگر خداوند، برخی از مردم را بوسیله برخی دیگر، دفع نمی‌کرد، صومعه‌های راهبان، کلیساهای نصارا و کنیسه‌های یهود و مساجدی که در آنها نام خدا بسیار زیاد می‌شود، ویران می‌شد (۱۴).

برخی از متأخرین، ریشه آن را آرا می‌پنداشته اند و با تحقیقاتی که اخیراً به عمل آمده، این احتمال قوت گرفته است که اصل «صلوة» سریانی باشد و از آن زبان، نخست در زبان جنوب عربستان، معمول گردیده است و شعرا، آنرا در اشعار به کار برده اند و پس از آن

اعراب شمالی، لفظ «صلوة» را از عربهای جنوبی گرفته‌اند. در هر حال، پیش از اسلام این لفظ، به معانی «پرستشگاه» و «نیایش» به کار رفته است (۱۵).

معانی صلوة

در اشتقاق معنوی نام «صلوة» در میان اهل لغت اختلاف نظر وجود دارد: معنای اول: گفته شده صلوة از دعا مشتق شده است (۱۶) و به معنای تبریک و تمجید می باشد و گفته شده نماز را به خاطر دعاهایی که در آن وجود دارد «صلوة» نامیده‌اند. (۱۷) «وَالصَّلَاةُ الَّتِي هِيَ الْعِبَادَةُ الْمَخْصُوصَةُ اَصْلُهَا الدُّعَاءُ وَسُمِّيَتْ هَذِهِ الْعِبَادَةُ بِهَا كَتَسْمِيَةِ الشَّيْءِ بِاسْمِ بَعْضِ مَا يَتَضَمَّنُهُ» (۱۸).

معنای دوم: گفته شده که این کلمه از «صلی» که از «صَلَّيْتُ الْعُودَ عَلَى النَّارِ» به معنای «چوب یا عصا را به کمک آتش، نرم و راست کرد» (۱۹) گرفته شده (۲۰) و چون مشتمل بر «کمک خواهی» از خداست به این نام نامیده‌اند چرا که انسان با استعانت از خداوند و نماز نرم و انعطاف پذیر می گردد. (۲۱) معنای سوم: امکان دارد که صلوة از «مصلی» «وصلة» که به معنای پیوستن است گرفته شده است. (۲۲) زیرا در نماز انسان چه از لحاظ روحی و جسمی به خدا می پیوندد و پل ارتباطی بین خدا و بنده است. معنای چهارم: در برخی از کتب لغت «صلوة» به معنی بزرگداشت و تعظیم نیز آمده است چنانچه لفظ «نم» در کلمه نماز به همین معنی است (۲۳).

معنای پنجم: در جایی نیز صلوة به معنای «زیارت» آمده است. چنانچه از امیر المومنین (ع) در تفسیر «قد قامت الصلوة» آمده است که حضرت فرمود: «یعنی وقت زیارت و دیدار رسید» (۲۴) معانی ششم: صلوة به معنای رحمت می باشد (۲۵) چنانچه خداوند در سوره احزاب می فرماید: «إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا» «همانا خداوند و فرشتگان او بر پیامبر درود می فرستند ای اهل ایمان شما نیز بر او

درود فرستید.» (۲۶) معنای هفتم: ودر جایی صلوة را اوج گرفتن عقل به سوی خدا به حدی که برای او سجده کرده و شکر گزار او باشیم (۲۷) معنی شده است.

- مفهوم اقامه به عنوان حقیقت نماز

آنچه به دنبال یک بررسی حقیقت جویانه در همه آیاتی که به موضوع نماز اختصاص دارد بیش از همه نظر خواننده کنجکاو را به خود معطوف داشته و او را به اندیشه وامی دارد این است که در اکثر مواضع، هر جا سخنی از نماز رفته، امر به اقامه و گزاردن آن شده جزیکی دو مورد که موضوع شخصی بوده و مستقیماً به پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله مربوط می شده (۲۸) و نه تنها صلاة به تنهایی در قرآن مورد ستایش نیست، بلکه حتی از «مصلین» در برابر «اقامه کنندگان نماز» نکوهش شده است. آنجا که می فرماید: «فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ» «پس وای بر آن نماز گزاران که دل از یاد خدا غافل دارند. (۲۹)» و در جای دیگر در مورد اعراب جاهلی فرموده است: «و ما كان صَلَاتُهُمْ عِنْدَ الْبَيْتِ الْاَلْمَكِّيِّ وَتَصَدِيْقَةً فذوقوا العذابَ بما كُنتُمْ تَكْفُرُونَ» «ونماز آنها در خانه کعبه جز صغیر و کف زدنی (که خلق خدا را از خانه او منع کنند) چیز دیگری نیست پس بچشید طعم عذاب (خدا) را به کیفر آنکه کافر شدید. (۳۰)» در حقیقت هر کجا لفظ «صلوة» هست به دنبال آن کلماتی از جنس اقامه همچون «أَقِمِ و أَقِمُوا» و دیگر مشتقات آن همراه نماز می باشد و اگر نبود به دنبال آن، دوام و محافظت (۳۱) بر نماز مورد تاکید قرار گرفته است. (۳۲) حال برای آنکه معنا و مفهوم «اقامه» را بررسی نماییم ابتدا آنرا به صورت لغوی و سپس در اصطلاح فقها، محدثین، مفسرین و بزرگان بررسی کرده تا معلوم شود چرا همه ما مکلف به «اقامه نماز» هستیم نه به «قرائت آن».

– معنای «اقامه» در لغت و اصطلاح

اقامه از ماده قیام به معنا و مفهوم دوام بخشیدن و ادای حق هر چیز به تمام و کمال است و مقصود از اقامه برای نماز، فراخواندن به آن می باشد و گفته شده اقامه نماز یعنی تسویه و برابری صف های جماعت و تتمیم و تکمیل آنها. (۳۳) و اقامه را به معنای بر پا داشتن هر برنامه ای و تعطیل نکردن آن دانسته اند به عنوان مثال هنگامی که گفته می شود «اقام القوم سَوْقَهُمْ» یعنی «مردم بازار خود را بر پا کردند و به خرید و فروش پرداخته و آنرا موقوف و تعطیل نکردند.» و مراد از آنرا «حق نماز را ادا کردن» یعنی اقامه نمازها و ادای فرایض دانسته اند به عنوان نمونه درباره کسی که جیره غذایی سربازان را که گفته می شود «فلان» یقیم ارزاقُ الجُند» یعنی او جیره سپاهیان (حق آنها) را می دهد.» و در نظر دیگر منظور از آن را قیام نماز می دانند و چون قیام در نماز، نخستین رکن از ارکان نماز و کاری مداوم و ادامه دار است، در میان سایر اعمال نماز، توجه بیشتری به آن شده است. (۳۴) در جای دیگر، «اقامه نماز»، راست گردانیدن، محکم و استوار کردن و مراقبت بر آن معنا شده است. (۳۵) و دیگر آنکه، «اقامه نماز» از ماده قیومیت دادن گرفته شده و معنی آن قیومیت دادن محتوای نماز بر همه زندگی، کارها، اندیشه، عمل و حرکت مسلمانان می باشد، قیومیت بخشیدن به نماز بر همه زندگی، حفاظت حقیقت و محتوای آن در همه حالات و دوام بخشیدن به آن در همه کارها و برنامه هاست. (۳۶) در کتب دیگر «یقیمون الصلوة» را «با تمام رکوعها و سجودها و حفظ مواقیتها و حدودها و صیانتها «مما یفسدها أو ینقصها (۳۷) تعبیر کرده اند تا این نکته را برساند که «أنَّ المقصود من فعلها توفیه حقوقها و شرائطها لا الاتیانُ بهیئتها (۳۸) می باشد. مقام معظم رهبری فرموده اند: به نظر می رسد که اقامه نماز، چیزی فراتر از گزاردن نماز است، یعنی فقط همین نیست که کسی خود به عمل نماز قیام کند بلکه این نیز هست که در جهت و سمت نماز [باید] به جهت و سمتی که نماز به آن فرا می خواند به راه افتد و دیگران را نیز به راه اندازد.

گویا بر پا داشتن نماز آن است که انسان با کوششی بایسته، جو و فضای زندگی خود و دیگران را جوی نماز گزارانه یعنی خدا جویانه و خدا پرستانه سازد و همه را در خط و جهت نماز به راه افکند (۳۹) استاد شهید مرتضی مطهری نیز در این باره سخن رانده و فرموده اند: «به پا داشتن نماز آن است که حق نماز ادا شود یعنی نماز به صورت یک پیکری روح انجام نگردد بلکه نمازی باشد که واقعاً بنده را متوجه خالق و آفریننده خویش سازد (۴۰)» «نماز گزارند، گویی که در «الله» می نگرند و باوی راز و نیاز می کنند تصدیقاً لقوله - علیه السلام - «عبد الله کانک تراه فان لم تکن تراه فانه یراک (۴۱)» ... و لفظ اقامه را از آن جهت باز گرفت تا تنبیهی باشد مؤمنان را که ثواب در معنی اقامت است نه در مجرد صورت نماز، بزرگان دین از آنجا گفته اند که نماز گزار فراوانند اما مقیمان نماز اندک ... و معنی اقامه در نماز، روی دل خویش فراحق کردن و همگی خویش در نماز دادن و شرط راز داری به جای آوردن و از اندیشه ها و فکرتها برآسودن است (۴۲) در واقع می توان در یک جمع بندی کلی گفت: اقامه نماز به معنای حقیقی کلمه، تحقق بخشیدن به موارد زیر است:

۱- رعایت آنچه در جسم و باطن نماز معتبر است (مانند دقت در تحصیل طهارت، شادابی و صحت وضو، پاکی بدن و لباس و مکان نماز و پاکی از آلودگی های زشت اخلاقی بوسیله توبه و پشیمانی، چرا که وضو و نظافت ظاهری باید همراه با صفا و طهارت قلبی و باطنی باشد).

۲- رعایت آداب نماز (مانند دقت در انجام واجبات و مستحبات نماز و ارائه صحیح اذکار آن به عنوان ساختار وارکان نماز).

۳- اهتمام به نماز خواندن در مساجد و مشاهد شریفه و اماکن مقدس.

۴- اهتمام به نماز جماعت.

۵- دعوت اعضای خانواده به نماز.

۶- دعوت دیگران به برپایی نماز (۴۳). اقامه نماز اشاره به این است که نه تنها خودشان (مقیمین) نماز می‌خوانند بلکه کاری می‌کنند که رابطه محکم با پروردگار همچنان و در همه جا بر پا باشد (۴۴).

۷- اهتمام به بقیه شرایط کمال نماز و مواظبت بر روح و حقیقت نماز (۴۵). در واقع جان و روح نماز، همانا روی کردن و توجه کامل به سوی خدا، با اخلاص کامل، روی دل را واقعاً به سوی او داشتن و خود را در پیشگاه با عظمت او دیدن و با او سخن گفتن و از او خواستن و اظهار فقر و نیاز در برابر ذات اقدس غنی و بی‌نیاز او نمودن و در مقابل جلال و کبریائیش، در درون خویش احساس خوف و خشیت کردن و در نتیجه با خضوع و خشوع بودن و خود را از هر چه جز اوست فارغ داشتن و از هر چه که جز اوست روی گرداندن و به التفات نمودن و امید به او داشتن و از هر چه جز او امید را بریدن و ترس از مقام او، از چیزها و مقامهای دیگر، هر چه و هر مقامی باشد، نه‌راسیدن و در تمام این احوال او را شاهد و حاضر و ناظر دانستن می‌باشد (۴۶) و معنای باطنی نماز هفت چیز است که عبارتند از:

۱- خلاص به معنی قصد قربت و خالی بودن از ریا، ۲- حضور قلب یعنی فارغ بودن دل از غیر آنچه به آن مشغول است که خشوع دل را به همراه دارد، ۳- تفهم و این غیر از حضور قلب است زیرا ممکن است کسی حضور قلب داشته باشد ولی نداند الفظاتی که به زبان می‌راند به چه معناست، ۴- تعظیم خدای تعالی ۵- هیبت و آن ترسی است که بر اثر اندیشه بر عظمت خداوند پدید آید، ۶- رجا، امید داشتن به احسان و لطف خداوندی که از هیبت او ترس به دل دارد، ۷- حیا و آن آگاهی بنده از تقصیر و یادآوری گناهان و شرم و حیا داشتن از خداوند می‌باشد (۴۷).

آنچه گفته شد به نیکی این مطلب را می‌رساند که نه تنها هدف غایی در تشریح نماز، هرگز، زمزمه کردن اذکار و اورادی خاص - بی توجه به معنای آنها - زیر لب و یا انجام حرکات و تشریفات چند نبوده بلکه دریافت محتوای بس عمیق این اذکار و اوراد از یک

سو و گسترش مفاهیم آن در سطوح زندگی ازسوی دیگر بیش از همه، تشریح این حکم را ایجاب می نموده است (۴۸) و اقامه نماز، سوای از پذیرش و انجام آن، به عنوان فرمان الهی، در حقیقت کوششی است در راه احیاء و ابقاء فریضه نماز در میان مردم و تلاشی جاودانه در جهت شکل دادن روح و فلسفه نماز در زندگی فردی و اجتماعی و زنده نگهداشتن فرهنگ مترقی آن در همه شئون زندگی است. (۴۹) لذا نماز با این وصف است که می تواند برای نماز گزار مفید و دارای آثاری بزرگ و نتایجی پی در پی باشد و انسانی به تمام معنا انسان بسازد.

وجوه اهمیت نماز

۱- جنگ و جهاد برای احیای نماز

امیر المومنین علیه السلام درباره نماز و اهمیت آن فرمایشی دارند که فلسفه و جوب و ارزش و اهمیت آنرا به خوبی روشن می سازد، در این فرموده، حضرت نماز را در رأس همه مسایل قرار داده و حتی جنگ و جهاد در میدین نبرد با دشمن را برای احیای این فریضه ارزشمند معرفی می نماید. این روایت شگفت انگیز این است که: «لَمَّا كَانَ عَلِيٌّ عَلَيْهِ السَّلَامُ يَوْمًا فِي حَرْبٍ صَفِينٍ مُشْتَغِلًا بِالْحَرْبِ وَالْقِتَالِ وَهُوَ مَعَ ذَلِكَ بَيْنَ الصَّفَيْنِ يَرِاقِبُ الشَّمْسَ (۵۰)» هنگامیکه علی (ع) در جنگ صفین سرگرم نبرد بود.

در میان هر دو صف کارزار مواظب وضع آفتاب بود. ابن عباس که شاهد قضیه بود عرض کرد: «یا امیر المومنین! این چه کاری است که می کنی؟ چرا به آفتاب می نگری؟» حضرت فرمودند: منتظر زوال آفتاب هستم و می خواهم ببینم که اگر وقت نماز فرا رسیده نماز بخوانیم! ابن عباس عرض کرد: «آقا آیا الان وقت نماز است با اینکه ما سرگرم جنگیم! (۵۱) حضرت فرمود: «عَلَى مَا نَقَاتِلُهُمْ، أَمَّا تَقَاتِلُهُمْ عَلَى الصَّلَاةِ (۵۲) چرا ما با اینها می جنگیم؟ آنگاه امام علیه السلام فرمود: «ما تنها به خاطر نماز با آنها می جنگیم و نبرد می نمایم» (۵۳)

بنابراین نماز اساس اسلام بوده و حتی جهاد نیز برای اقامه آن صورت می‌گیرد و نباید هیچ چیز مانع آن گردد حتی جنگ و مبارزه در راه خدا چنانچه ابن عباس در مورد حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «لَمْ يَتْرُكْ صَلَاةَ اللَّيْلِ قَطُّ حَتَّى فِي لَيْلَةِ الْهَرِيرِ (۵۴)» «هرگز حضرت نماز شب خود را حتی در ليله الهرير (۵۶) ترك نمود.» و همانطور که می‌دانیم نماز شب، نماز مستحبی است و هنگامیکه حضرت در چنین شرایطی مستحبات را فروگذار نمی‌کند اهمیت انجام فرایض در آن هنگام چندین برابر می‌شود.

۲- اقامه نماز در سفرهای مهاجرتی و پیکارگری

یکی دیگر از موضوعات شگفت‌انگیز در خصوص نماز در قرآن که سخت جلب توجه می‌کند و خواننده را به مطالعه بیشتر وامی‌دارد اقامه نماز در سفرهای مهاجرتی و پیکارگری است که بیم همه نوع خطر در آن می‌رود و این موضوع، اهمیت ویژه‌ای به نماز می‌بخشد و انسان را به طرح این پرسش وامی‌دارد که: مگر چه حکمتی در تشریح نماز است که حتی در چنین هنگامه‌ای خطرناک نیز نباید آنرا ترك نمود. در صورتیکه همه‌گونه احتمال خطر و آسیب در آنها می‌رود؟ برای مهاجرین، یعنی هر آنکس که از قلمرو شرارت شرک‌گرایان خارج گردد و از وطن خویش به خاطر عقیده و ایمانش بگذرد و به سرزمین اسلام هجرت کند (۵۷) خطر بیدار و آگاه شدن دشمن، شروع به تعقیب آنها نمودن و غافلگیر کردن آنان وجود دارد و برای آنهایی که به جهاد می‌روند خطر حمله ناگهانی دشمن یا شیخون زدن به آنها، با این همه با دقت در آیات زیر مشاهده می‌کنیم که در چنین شرایط خطرناک و خاصی هم، باز ترك نماز جایز نیست بلکه آنچه در این سفرها مجاز شمرده می‌شود «گزاردن اقتضاری» آن است (۵۸).

«وَمَنْ يُهَاجِرْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يَجِدْ فِي الْأَرْضِ مَرَاغِمًا كَثِيرًا وَسَعَةً وَمَنْ يَخْرُجْ مِنْ بَيْتِهِ مُهَاجِرًا إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ يُدْرِكُهُ الْمَوْتُ فَقَدْ وَقَعَ أَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا. وَإِذَا ضَرَبْتُمْ فِي الْأَرْضِ فَلَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَنْ تَقْصُرُوا مِنَ الصَّلَاةِ إِنْ خِفْتُمْ أَنْ يَفْتِنَكُمُ الَّذِينَ

كفروا إِنَّ الكافرين كانوا لكم عدواً مبيناً و اذا كُنْتُمْ مِنْهُمْ فَأَقْمِتْ لَهُمُ الصَّلَاةَ فَالْتَقِمْ طَائِفَةً مِنْهُمْ مَعَكَ وَلياً خذوا أسلِحَتَهُمْ فاذا سَجِدُوا فليكونوا مِنْ ورائكم و لْتَأْتِ طَائِفَةٌ أُخْرَى لَمْ يُصَلُّوا فَلْيُصَلُّوا مَعَكَ و... إِنَّ اللَّهَ أَعَدَّ لِلْكَافِرِينَ عَذَاباً مُهِيناً» (۵۹) «و هر کس در راه خدا (از وطن خویش) هجرت کند در زمین (پهناور خدا) برای آسایش و گشایش امورش جایگاه بسیار خواهد یافت و هر گاه کسی از خانه خویش برای هجرت به سوی خدا و رسولش (و حفظ ایمان) بیرون آید و در سفر، مرگ وی را فرا رسد اجر و ثواب چنین کسی بر خداست و خدا پیوسته آمرزنده و مهربان است. و هنگامیکه در سفر باشید باکی برای شما نیست که نماز را کوتاه به جای آرید، هر گاه بیم آن داشته باشید که کافران شما را به رنج و هلاکت اندازند که دشمنی کفار نسبت به شما (مسلمین) کاملاً آشکار است. و هر گاه (در سفرهای جهادی) شخص تو (یا فرمانداران از طرف تو) در میان سپاه اسلامی باشی و نماز بر آنان به پای داری باید سپاهی با تو مسلح به نماز بایستد چون سجده نماز به جای آورند این سپاه برای حفاظت رفته و گروهی که نماز نخوانده اند به نماز بایستند.

البته با لباس جنگ و با اسلحه، زیرا کافران آرزو و انتظار دارند که شما از اسلحه و اسباب خود غفلت کنید که ناگهان یکباره به شما حمله آورند و چنانچه بارانی یا مرضی شما را از بر گرفتن سلاح به رنج اندازد باکی نیست اسلحه را فرو گذارید ولی البته از دشمن در حذر باشید (لیکن به وعده خدا مطمئن باشید) که خدا بر کافران عذاب خوارکننده مهیا ساخته است.» در شأن نزول این آیات گفته شده هنگامیکه پیامبر با عده ای از مسلمانان به عزم مکه به سرزمین حدیبیه وارد شدند، و جریان به گوش قریش رسید خالد بن ولید به سرپرستی یک گروه ۲۰۰ نفری برای جلوگیری از پیشروی مسلمانان به سوی مکه در کوههای نزدیک مکه مستقر شدند. هنگام ظهر، بلال اذان گفت و پیامبر ﷺ با مسلمانان، نماز ظهر را به جماعت ادا کردند، خالد از مشاهده این صحنه در فکر فرو رفت و به نفرات خود گفت: در موقع نماز عصر که در نظر آنها بسیار پر ارزش است، باید از فرصت استفاده

کرد و با یک حمله برق آسا و غافلگیرانه در حال نماز کارشان را ساخت. در این هنگام آیه فوق نازل شد و برای پیشگیری از حمله دشمن دستور نماز خوف را به مسلمانان داد و این از موارد اعجاز قرآن است که پیش از اقدام دشمن، نقشه‌های آنان را نقش بر آب کرد و خالد بن ولید با مشاهده این صحنه ایمان آورد و مسلمان شد (۶۰).

این آیات شریف به خوبی تکلیف و وظیفه مسلمانان را در سفرهای مهاجرتی و جهادی مشخص ساخته است ولی به آنان دستور ترک نماز به خاطر حفظ جان نداده بلکه دستور داده که در این گونه سفرها نماز را قصر و شکسته و در سفرهای جهادی، نماز خوف به جای آورند و در ادامه آیات می فرماید: «فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقَعُودًا وَعَلَى جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا.» (پس آنگاه که از نماز فراغت یافتید (خصوص در حال جنگ که از نماز کامل بازماندید) باز در همه احوال، ایستاده و نشسته و بر پهلو و هر حال که توانید خدا را یاد کنید سپس که از آسیب دشمن ایمن شدید در این حال نماز (کامل) به جا آرید که نماز برای اهل ایمان حکمی واجب و لازم است (۶۱)»

برخی در تفسیر این آیه نظر دارند که منظور آیه این است که: هنگامی که بخواهید نماز بخوانید اگر از صحت و سلامت بهره‌مند هستید، نماز را ایستاده و اگر نمی‌تواند نشسته و اگر نمی‌تواند بر پهلو آرمیده بخوانید، چرا که از دیدگاه قرآن هیچ انسان عاقل و خردمندی نمی‌تواند نماز را ترک کند. و در مورد (فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ) دو نظر آمده است:

۱- به باور گروهی، منظور این است که: هنگامی که با از میان رفتن خطر آرامش خاطر یافتید نماز را به صورت تمام بخوانید.

۲- به باور گروهی دیگر: هنگامی که به وطن خویش رسیدید نماز را تمام بخوانید (۶۲) این برنامه انسان ساز عبادی و روحی از آنچنان جایگاه بلندی برخوردار است که خدای جهان آفرین به هیچ عنوان اجازه ترک آن را نمی‌دهد و روشن می‌سازد که انسان توحیدگرا در

هر حال و در هر شرایط، مطلوب یا نامطلوب، در اوج پیروزی و یا در خطر یورش دشمن، در اوج سلامت یا بیماری و رنج و ناتوانی، هنگام شادی یا اندوه، باید نماز را به پا دارد و به هر صورت ممکن با سرچشمه هستی به راز و نیاز پردازد، چرا که نماز یاد خداست و آرامش دهنده دلها و بنابراین، انسان همواره به این نیروی معنوی و این برنامه سازنده احتیاج دارد و بر همین اساس خدای فرزانه هم نماز خوف را مقرر داشته و هم خاطرنشان می‌سازد که در هر حال خدای را یاد کنند (۶۳).

۳- پیگیری جنگ تا اقامه نماز

پاره‌ای از مکاتب و یا جهان‌گشایان و زورمندان در مسیر پیروزی، هدف خویش را قبضه قدرت و امکانات ملت‌ها و حکومت و فرمانروایی بر جامعه‌ها و گرفتن هستی و سرزمین دیگران قرار داده و به هر کجا پایشان رسید، همه چیز را به نام خود تغییر می‌دهند و به دست عوامل خویش سپرده (۶۴) و در این راه از شکنجه و آزار و قتل عام مردم کوتاهی نمی‌کنند. اما هدف خداوند آنگونه که در قرآن مجید آمده، گسترش توحید، تقوا، عدالت، آزادی و کرامت و تضمین حقوق انسانهاست و نه اسارت دیگران و انحصار قدرت و امکانات آنان، چنانچه در سوره توبه آمده است که: «فَإِذَا انسَلَخَ الْأَشْهُرُ الْحُرْمُ فَاقْتُلُوا الْمُشْرِكِينَ حَيْثُ وَجَدْتُمُوهُمْ وَخُذُوهُمْ وَاحْضَرُواهُمْ وَأَقْعُدُوا لَهُمْ كُلَّ مَرْصِدٍ فَإِن تَابُوا وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ فَخَلُّوا سَبِيلَهُمْ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ» (۶۵) «پس از آنکه ماههای حرام (۶۶) که (مدت امان است) در گذشت آنگاه مشرکان را هر جا بیابید به قتل برسانید و آنها را دستگیر و محاصره کنید و هر سو در کمین آنها باشید چنانچه (از شرک) توبه کرده و نماز اسلام را به پا داشته و زکات دادند پس از آنها دست بردارید که خدا آمرزنده و مهربان است.»

در ابتدای آیه خداوند با شدت و ویژه‌ای فرمان به «یافتن» و «کشتن» و «دستگیر کردن»، «محاصره نمودن»، «در کمین نشستن» دشمن برای نابودی او می‌دهد اما تا کی؟ تا

چه هنگام، ادامه آیه پاسخگوی سؤال می باشد یعنی اگر آنها قوانین اسلام، که در رأس آن نماز می باشد را پذیرفتند راهشان را باز گذاشته و دست از آنها بردارید (۶۷) علامه طباطبایی (ره) در این باره می فرماید: مراد از توبه [در آیه فوق] رجوع از شرک به توحید است، به ایمان آوردن به خدا و رسول صلی الله علیه و آله و دلیل و حجت چنان رجوع و ایمانی اقامه نماز و التزام عملی به احکام در ارتباط با خالق و مخلوق می باشد (۶۸)، بنابراین ذکر توبه کفایت نمی کند بلکه اقامه نماز (آشکارترین مظهر عبودیت) و ایتای زکات را به آن عطف می کند (۶۹) تا ملاکی برای صدق گفتارشان باشد.

۴- اقامه نماز در رأس برنامه مؤمنان پس از پیروزی

برنامه ای را که مؤمنان پس از پیروزی بر کافران و تمکین (۷۰) در زمین به یاری خدا پیدا کرده و جامعه آرمانی خود را بر اساس آن بنا نهاده و پی ریزی کرده اند باید در راستای قوانین و فرمانهای اسلام باشد، در آیه زیر به این برنامه اشاره شده و سرلوحه آن اقامه نماز می باشد که ارزش و اهمیت والای نماز را در میان سایر قوانین روشن می سازد: «الَّذِينَ إِن مَكَّانَهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ وَآمَرُوا بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَوْا عَنِ الْمُنْكَرِ وَلِلَّهِ عَاقِبَةُ الْأُمُورِ» (آنانکه خدا را یاری می کنند) آنهایی هستند که اگر در روی زمین به آنان اقتدار و تمکین دهیم نماز به پا می دارند و زکات به مستحق می دهند و امر به معروف و نهی از منکر می کنند و (می دانند) که عاقبت کارها به دست خداست. در آیات قبل از این آیه، سخن از کسانی رفته است که به خاطر یکتاپرستی و توحید گرایی ناگزیر به هجرت شدند و خدا به آنان وعده فرموده که اگر آنان و هر کس دیگر در قرون و اعصار، دین خدا و راه و رسم عادلانه و انسانی او را یاری کند، خدا آنان را یاری خواهد کرد. و اینجا در وصف این مهاجرین حق طلب و یاری کنندگان دین خدا فرموده است: آنان کسانی هستند که اگر در زمین به آنان توانایی و امکانات ارزانی دادیم (۷۱).

آنها هرگز پس از پیروزی، همچون خود کامگان و جباران به عیش و نوش و لهو و لعب نمی پردازند و در غرور و مستی فرو نمی روند بلکه پیروزیها و موفقیتها را نردبانی برای ساختن خویش و جامعه قرار می دهند، آنها پس از قدرت یافتن تبدیل به یک طاغوت جدید نمی شوند، ارتباطشان با خدا محکم و با خلق خدا نیز مستحکم است، زیرا نماز سمبل پیوند با خالق و زکات رمزی برای پیوند با خلق است (۷۲) آنها به معروف که برای فطرت شناخته و مورد پسند و هماهنگی آن است امر کرده و از منکر که با فطرت بشری غریبه است نهی می کنند تا پایه های اساسی یک جامعه سالم و آرمانی شکل پذیرد.

نکته هایی جالب در خصوص نماز

نماز، تسبیح خداوند است که موجب نزدیکی روحی و معنوی بنده با پروردگار می شود، اما آیا می دانید حالات مختلف در نماز خواندن می تواند انرژی های منفی و معیوب را به انرژی های روحانی و مثبت تبدیل کند؛ با خواندن مطلب زیر از این شکر خداوندی آگاه می شوید. ایستادن: این حالت موجب تبادل انرژی با زمین از طریق چاکرای کف پاها و گرفتن انرژی معنوی از چاکرای سر می شود.

رکوع: در این حالت تبادل انرژی بالا تنه با پایین تنه از طریق چاکرای کف دست ها و چاکرای روی زانوها انجام می گیرد. سجده: تبادل انرژی های منفی با زمین از هفت منطقه ی چاکرای پیشانی، زانوها، کف دست ها و روی پاها و گرفتن انرژی مثبت زمین از طریق این چاکراها صورت می پذیرد. در حالت سجده، انرژی زمین، احساس شادی، رضایت، امید و میل به ادامه ی حیات را ایجاد می کند و چاکرای پیشانی که مرکز استدلال و منطق است، متعادل می شود.

همچنین با تحقیق بر روی یکی از ورزش های «یوگا» که بسیار شبیه به حالت سجده است، نشان داده که سجده می تواند: موجب بالا رفتن سطح منطق و استدلال می شود. (به علت فعال شدن چاکرای چشم سوم) چاکرای آجنا (وسط پیشانی) و روشن بینی و اشراق

فعال می شود. سطح آگاهی و کنترل انرژی های روانی (به دلیل فعال کردن چاکرای چشم سوم و آجنا) را افزایش می دهد. باعث کشیدگی ماهیچه های پشت و آسودگی ماهیچه های کمر و اتصال بین مهره ها می شود.

به رها شدن دیسک های ستون فقرات و به حالت طبیعی درآمدن مهره ها کمک می کند. باعث آرامش اعصاب سمپاتیک، تنظیم غده ی آدرنال و تسکین و کاهش دهنده ی خشم می شود. به علت فشار به معده و فعال کردن چاکرای خورشیدی، دافع یبوست است. معالج بیماری «سیاتیک» است. موجب تعادل بیش تر انرژی های منفی بدن با انرژی های مثبت زمین از طریق چاکراهای کف دست ها و روی پاها می شود. نشسته: در این حالت تبادل انرژی با زمین از طریق چاکرای پاها و زانوها و انرژی روحانی از چاکرای تاجی یا سر گرفته می شود. در حالت نشسته، دست ها روی پاهاست تا انرژی بالاتنه و پایین تنه با هم تبادل شده و گردش انرژی متعادل باشد. قنوت: در قنوت، تبادل انرژی از طریق کف دست ها اتفاق می افتد و با گرفتن دست ها در مقابل صورت، برگشت انرژی درمان گر به کمک صورت ایجاد می شود. از نظر علمی نیز ثابت شده که میزان انرژی حیاتی، قبل و بعد از طلوع و غروب خورشید بیشتر است، برای همین سفارش به نماز اول وقت می شود. نماز، دعا و عبادت جمعی قدرت بسیاری دارد، زیرا انرژی جمعی ایجاد می کند. به همین دلیل در اسلام، نماز جمعی، سفارش شده است. در اسلام نماز وحشت سفارش شده است. امروزه نیز از نظر علمی، ثابت شده که در زمان خورشید گرفتگی و طوفان های خورشیدی، بیماری های روانی شدت می گیرند و میزان انرژی های منفی آزاد شده طی زلزله، طوفان و سیل افزایش می یابد. بنابراین با خواندن نماز وحشت در زمان ماه گرفتگی و یا خورشید گرفتگی، بروز سیل، زلزله، طوفان و دیگر بلاها با انرژی نماز و عبادت که نوعی انرژی الهی است، می توان بر انرژی های منفی ماه گرفتگی و خورشید گرفتگی غلبه کرد.

نتیجه گیری

نماز در قرآن بیش از هر عبادتی تکرار شده به طوری که بیش از ۱۰۲ مرتبه در مورد وجوب، احکام و آثار آن سخن به میان آمده و این نشانگر درجه اهمیت نماز می باشد. ریشه واژه فارسی نماز از لفظ پهلوی «نماک» گرفته شده و «نم» به معنی «خم شدن و تعظیم کردن» است و نیز دارای معانی مختلفی چون خدمتکاری، پرستش و ادای اطاعت ایزد تعالی و طهارت می باشد و ریشه واژه عربی آن یعنی «صلوة» عبری است و تا پیش از اسلام به معانی نیایش و دعا به کاررفته است و در اشتقاق معنوی آن اختلاف نظر وجود دارد و به معانی تبریک و تمجید، دعا، انعطاف پذیری، پیوستن، بزرگداشت، زیارت و رحمت استعمال شده است. در اکثر مواضع سخن از نماز، لفظ اقامه به کاررفته به جز مواردی که موضوع مربوط به شخصیت پیامبر ﷺ بوده و دو مورد دیگر نیز بر دوام و محافظت بر نماز تأکید شده است، و اقامه را می توان به معنای دوام بخشیدن، تتمیم و تکمیل نماز جماعت، حق نماز را ادا کردن و... دانست و در این باره جان و روح نماز را همانا توجه تام به خدا و با اخلاص کامل خود را در پیشگاه با عظمت او دیدن و با خضوع و خشوع بودن و معانی باطنی نماز یعنی حضور قلب و تفهیم و تعظیم و هیبت و رجا و حیاء را رعایت نمودن است. بنابراین آنچه گفته شد چنین نمازی اثرگذار و منتج خواهد بود.

پی‌نوشت‌ها

۱. خزائلی، محمد، احکام قرآن، تهران: انتشارات عادل، ص ۳۳۸.
۲. راشدی، حسن، نماز شناسی، ج ۱، ص ۶۵.
۳. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، ج ۱۴، ص ۲۲۷۳۱.
۴. معین، محمد، فرهنگ فارسی، انتشارات وزارت ارشاد اسلامی، ج ۴.
۵. عمید، حسن، فرهنگ فارسی و حسینعلی و کیلی، فرهنگ فارسی، ص ۶۳۷.
۶. دهخدا.
۷. عمید.
۸. حسن راشدی، همان، ص ۶۷.
۹. دهخدا.
۱۰. همان.
۱۱. خزائلی، محمد، ص ۳۸.
۱۲. سوره حج آیه ۴۰.
۱۳. خزائلی.
۱۴. جمعی از مولفین، المعجم الوسیط، ج ۱، ص ۵۲۲، و محمد بندر ریگی، فرهنگ بندر ریگی.
۱۵. راشدی.
۱۶. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ قرآن، ص ۲۹۳.
۱۷. «صلی العضا بالنار وعلیها، عصا را بر آتش گردانید تا برای راست کردن نرم شود». خلیل ج، فرهنگ لاروس، ترجمه سید حمید طیبیان، ج ۲، ص ۱۳۲۹.
۱۸. ملکی تبریزی، جواد، اسرار الصلوة، ترجمه رضا رجب زاده، ص ۱۱۵.
۱۹. راشدی.
۲۰. ملکی تبریزی.
۲۱. راشدی.
۲۲. ملکی تبریزی.
۲۳. راشدی، همان، ص ۷۵، و میرزا جواد ملکی تبریزی همان، و محمدبندر ریگی، همان. ج ۲، ص ۱۲۵۷.
۲۴. سوره احزاب آیه ۵۷.
۲۵. سوره کوثر آیه ۲.
۲۶. سوره الماعون آیه ۵ و ۴.
۲۷. سوره انفال آیه ۳۵.
۲۸. سوره معارج (۷۰) آیات ۲۲ و ۲۳ و سوره مؤمنون (۲۳) آیه ۲.
۲۹. رضوانطلب، محمد رضا، پرستش آگاهانه، ص ۷۶.

۳۰. سید علوی، سید ابراهیم، نماز در قرآن، ص ۲۰.
۳۱. فضل ابن حسن طبرسی، مجمع البیان، علی کرمی، ج ۱، ص ۱۰۰.
۳۲. سید علوی.
۳۳. شفیعیان، محمدجواد، همان، ص ۲۱ و ۲۲.
۳۴. «یعنی به تمام کردن رکوع وسجود ونیکو به جا آوردن آن و حفظ اوقات و حدود نماز و حفظ آن از آنچه نماز را فاسد یا ناقص می نماید.» سید عبدالله شیر، تفسیر القرآن الکریم ص ۴۰ و محمد باقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۸۲ ص ۱۹.
۳۵. راغب اصفهانی.
۳۶. خامنه‌ای، سید علی، از ژرفای نماز، ص ۱۵.
۳۷. مطهری، مرتضی، آشنایی با قرآن، ج ۱ و ۲، ص ۱۳۳.
۳۸. حدیث از امیرالمؤمنین (ع) می باشد.
۳۹. میدی، رشیدالدین، کشف الاسرار، ج ۱، ص ۳۴ و ۳۵.
۴۰. وحیدی، محمد، دانستنی های لازم از نماز، ص ۱۱۳.
۴۱. عزیزی، عباس، سلامت روح، ص ۷۵.
۴۲. وحیدی.
۴۳. کاشانی، علی آقا نجفی، برداشتی از نماز، ص ۲۳.
۴۴. ملا احمدنراقی، معراج السعاده، ص ۶۹۴.
۴۵. شفیعیان، محمدجواد، نماز عصیانی علیه شرک، ص ۱۷-۱۶.
۴۶. علاء الدین حجازی، فرهنگ نماز، ص ۱۵۴.
۴۷. حسن بن محمد دیلمی، ارشاد القلوب، ج ۱ و ۲، ص ۲۱۷.
۴۸. سید حسین موسوی راد لاهیجی، نماز از دیدگاه قرآن و حدیث، ص ۱۹ و ۲۰.
۴۹. حسن محمد دیلمی، همان و محمدباقر مجلسی، بحار، ج ۸۳، ص ۲۳، ح ۴۳.
۵۰. سید حسین موسوی راد لاهیجی.
۵۱. حسن بن محمد دیلمی، همان، محمدباقر مجلسی، همان.
۵۲. خاتمه جنگ صفین جنگ لیلۃ الهزیر بود که شب جمعه ۱۱ ماه صفر سنه ۳۸ هجری می باشد، گویا به مناسبت وضعیت دهشتناک جنگ و لهله دلاوران این نام بروی اطلاق شده چون هریر صدای سگ را گویند و در آن شب سپاه شام از شدت سرما مانند سگ صدا می کردند، به علاوه چون دولشکر به پیروزی و فتح خود امیدوار بودند میل نداشتند که جنگ را در شب متارکه کنند و به مناسبت شدت هول وهراس و کشته شدن بسیاری از مردم آنرا با شب قادسیه همانند می کنند.
۵۳. محمد هاشم خراسانی، منتخب التواریخ، ص ۱۶۳.
۵۴. فضل بن حسن طبرسی مجمع البیان، ج ۳، جزء ۵ و ۶، ص ۲۹۴.
۵۵. محمد جواد شفیعیان، نماز عصیانی علیه شرک، ص ۲۷.

۵۶. سوره نساء، آیه ۱۰۲ تا ۱۰۰.
۵۷. حسن راشدی، نماز شناسی، ج ۱، ص ۱۹۷، و در تفسیر مجمع البیان این جنگ را در منطقه عسفان و ضحجان دانسته است. طبرسی، همان، ج ۳، جزء ۵ و ۶، ص ۳۰۴.
۵۸. سوره نساء آیه ۱۰۳.
۵۹. فضل بن حسن طبرسی، همان، ج ۳، ص ۳۰۷.
۶۰. فضل بن حسن طبرسی، همان، ج ۳، ص ۳۱۱.
۶۱. همان، ص ۴۹۴.
۶۲. سوره توبه آیه ۵.
۶۳. ماههای حرام چهار ماه ذیقعده، ذیحجه، محرم و صفر می باشد.
۶۴. محمد جواد شفیعیان، همان، ص ۳۰.
۶۵. محمد حسین طباطبائی، المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه موسوی همدانی، ج ۱۷، ص ۲۳۹.
۶۶. همان، ص ۲۴۷.
۶۷. تمکین یعنی قدرت بخشیدن و ابزار و امکانات در اختیار کسی قرار دادن و او را بر انجام کاری هنمون دادن.
۶۸. طبرسی، همان، ج ۹، جزء ۱۸ و ۱۷، ص ۲۹۸.
۶۹. عباس عزیزی، سلامت روح، ص ۶۳.

تبیین رابطه میان شرکت دانشجویان در نماز جماعت و سرمایه اجتماعی آنها

جمشید میرزایی

کارشناس ارشد جامعه‌شناسی

دبیر آموزش و پرورش

نشانی: تهران، ورامین، خیرآباد، خیابان امام حسین (ع)، جنب مسجد امام حسین (ع)، پلاک ۱۳۲

تلفن: ۰۲۹۱-۳۲۳۳۶۹۷، همراه ۰۹۱۲۲۹۴۸۵۱۸

نشانی الکترونیک: mirzaejamshid1979@yahoo.com

چکیده

نوشتار حاضر حاصل یک کار پژوهشی در حوزه جامعه‌شناسی است. علم جامعه‌شناسی به دین به عنوان پدیده‌ای اجتماعی (که سروکارش با آدمیان و اجتماع است) می‌نگرد. در این مقاله ابتدا برخی اصطلاحات خاص تعریف شده و سپس چارچوب نظری کار را که مبتنی بر یکی از جدیدترین نظریات حوزه جامعه‌شناسی است یعنی تئوری سرمایه اجتماعی مطرح شده است. سرمایه اجتماعی مجموعه‌ای از هنجارها یا ارزش‌های غیررسمی و مثبت است که اعضای یک اجتماع در آن سهیم باشند. اساساً این هنجارها باید دربرگیرنده عناصری از قبیل صداقت، وفای به عهد، اعتماد متقابل و... باشد. ما در این نوشتار به دنبال آن هستیم که آیا بین شرکت دانشجویان در مساجد و نماز جماعت با میزان سرمایه اجتماعی آنها، رابطه وجود دارد؟ و آیا شرکت دانشجویان در نماز جماعت موجب افزایش سرمایه اجتماعی آنها می‌شود؟

ما بر این باوریم از آنجایی که دین اسلام از جلسات و گردهمایی‌ها و از مراسم و مناسک جمعی برخوردار است و از آنها حمایت می‌کند، موجب گسترش شیوه همکاری و همیاری و آگاهی از مسائل اجتماعی می‌گردد و توسعه بیشتر این مناسک عمومی و اجتماعی موجب ارتقاء سرمایه اجتماعی می‌شود.

کلید واژه: دین، نماز جماعت، مناسک، مراسم، سرمایه اجتماعی، همبستگی، دانشجویان.

Collaboration of relationship between university student's participation in collective praying and their social capital

Abstract

This article written is a research work in sociology domain .This science- sociology –conceder the religion as social phenomena concerned with the human and society. First this article provides the meaning of some certain expressions and then recognizes the theoretical framework based on one of the most modern theories in sociology domain. That is, the theory of **Social Capital**.

Social capital includes a set of norms or informal and positive values deals with members of a society. These norms basically must have factors including honesty, loyalty, and bilateral trust and so on. In this article we are looking for one thing.

Is university student's participation in collective praying caused their social capita? And also does collective praying participation lead to increase social capital?

We believe that since Islam holds group meetings, ceremonies and rituals it develops the way of cooperation and contribution and also understanding at social problems. However the more development in public and social rituals, The more improvement in social capital.

Key Words: Religion, Collective praying, Rituals, Ceremonies, Social Capital, Solidarity, students.

مقدمه

انسان موجودیست اجتماعی؛ یعنی در جامعه می‌زید و موجودیت او و هویت او بدون دیگران تعیین پیدا نمی‌کند. در سیر تاریخ بشری تا به امروز، این موجود اجتماعی در میان ساختارها و نهادهای عمده و متعددی زندگی کرده است. جامعه‌شناسان پنج نهاد اصلی را در زندگی انسان‌ها شناسایی کرده‌اند که هر کدام نقش و کارکرد خاصی دارند که بعضاً از عهده دیگر نهادها خارج است. این پنج نهاد اصلی عبارتند از: ۱- نهاد خانواده (تولید مثل و بقای نسل)، ۲- نهاد سیاست (اداره کردن جامعه)، ۳- نهاد اقتصاد (رفع نیازهای مادی)، ۴- نهاد آموزش (آموختن معرفت)، ۵- نهاد دین (معنادار کردن هستی برای آدمیان). یکی از مهم‌ترین ابعاد هر دین، بعد مناسکی و مراسم آن است و البته مناسک جمعی مذهبی از اهمیت بیش‌تری برخوردارند.

بیان مسئله

مفهوم دین و مناسک جمعی مذهبی از ابعاد و زوایای مختلف قابل بررسی و تأمل و تعمق بوده و هست. فلسفه از چیستی و ماهیت دین سخن می‌گوید، فقه از چگونگی اجرای احکام شریعت و روانشناسی از مفهوم آرامش و تمرکز روحی در دین سخن می‌گوید علاوه بر این «دین، از جمله موضوعاتی است که همواره در مرکز توجه متفکران اجتماعی جای داشته است و این، علاوه بر دل مشغولی و تعلق خاطر شخصی آنان، ناشی از اهمیتی است که دین در حیات اجتماعی مردمان اعصار گذشته داشته است. (شجاعی زند، ۱۳۸۸: ۱۴)

سخن اصلی ما در این نوشتار پژوهشی، بر پیوند میان دو نهاد دین و آموزش است که از هر کدام یک عنصر (یعنی عنصر نماز جماعت از نهاد دین و عنصر دانشجو از نهاد آموزش) را مورد کاوش و بررسی قرار داده‌ایم. علاوه بر این در جامعه ما، دین به عنوان کهن‌ترین میراث سنتی شناخته می‌شود و دانشگاه نیز «پدیده‌ای مدرن است که گاه از آن به عنوان هسته اصلی تداوم بخش مدرنیته یاد می‌شود به همین جهت در فرهنگ و ساختار آن می‌توان

ارزش های مرتبط با مدرنیته را یافت.» (رجب زاده، ۱۳۸۲: ۸) لذا موضوع نوشتار حاضر، پیوندی میان مفاهیم سنتی و مدرن و با تأکید بر مفهوم "سرمایه اجتماعی"^۱ می باشد. یکی از جدیدترین نظریات مطرح شده در حوزه علوم اجتماعی، سرمایه اجتماعی است؛ «یعنی نوعی دارایی می باشد چون سرمایه است و نیز به حوزه روابط اجتماعی مربوط می شود و منظور این که جنبه انتفاعی و منفعت مادی مد نظر نیست بلکه بر کمیت و کیفیت روابط اعضای جامعه اشاره دارد.» (میرزایی، ۱۳۸۹) با تفاسیر مسئله مورد پژوهش ما این است که آیا میان شرکت دانشجویان در نماز جماعت با سرمایه اجتماعی آن ها رابطه ای وجود دارد؟ و آیا شرکت دانشجویان در نماز جماعت موجب افزایش سرمایه اجتماعی آن ها می شود؟

اهمیت و ضرورت پژوهش

جامعه شناسی دین^۲ - به عنوان یکی از مهم ترین رهیافت های دین پژوهی - مطالعه و بررسی دین از منظر جامعه شناختی را تعهد کرده است^۳ بر این باور است که یکی از مهم ترین جنبه های یک دین، مشارکت پیروان آن دین در نیاش های جمعی و گروهی می باشد. «مشارکت دینی با فراوانی شرکت در مراسم عبادی اندازه گیری می شود، با وابستگی به سازمان های دینی مرتبط نظیر سازمان های خیریه مذهبی، گروه های جوانان و باشگاه های اجتماعی و... رابطه مثبت دارد، تأکید می کنند.» (نوریس و اینگلهارت، ۱۳۸۷: ۳۲۶) در این میان نماز جماعت به عنوان یکی از مناسبک جمعی مذهبی نقش مهمی در فرهنگ اسلامی ما دارد. به طوری که «فرهنگ اسلامی براساس زدودن منیت ها و رهایی انسان از تنهایی و حصار خود، نماز جماعت را حایز اهمیت فراوان

1-Social Capital

2-Sociology of Religion

۳ - در اهمیت جامعه شناسی دین همین بس که دو تن از بنیانگذاران و کلاسیک های جامعه شناسی توجه خاصی را به این حوزه مبذول داشته و چند اثر بزرگ را در این مورد به جا گذاشته اند؛ یعنی ماکس وبر آلمانی با آثاری نظیر "اخلاق پروتستان و روح سرمایه داری"، "جامعه شناسی دین" و امیل دور کیم فرانسوی با کتاب مشهور خود یعنی "صور بنیانی حیات دینی".

دانسته است، نماز جماعت سند انسجام مسلمانان و تبلور انضباط آنهاست و نمونه ای ارزنده از هماهنگی مسلمانان است». (نصر و همکاران، ۱۳۸۷: ۶۵) با این توضیحات، وضعیت تقید دانشجویان به مناسک جمعی مذهبی نظیر نماز جماعت و نماز جمعه چگونه است؟ نتایج یافته های پژوهشی بیانگر چه چیزی است؟ در این مورد باید دو نکته را از هم تفکیک کرد: الف: میزان اعتقادات، ب: الزام به اجرای جمعی مناسک دینی. نتایج یافته های پژوهشی نشان می دهد که میزان اعتقادات دینی دانشجویان بالاست^۱ (آزادارمکی و ملکی، ۱۳۸۶) و (آزادارمکی و نائبی، ۱۳۸۵) اما در حوزه تقید به مناسک جمعی نظیر شرکت در نماز جماعت و جمعه و... یافته های پژوهشی نشان می دهد که میزان تقید دانشجویان به شرکت در مناسک جمعی دینی نظیر نماز جماعت و نماز جمعه کم است (علوی، ۱۳۸۲)، (معیدفر و نصرتی نژاد، ۱۳۸۴)، (علوی، ۱۳۸۶)، (آزادارمکی و غیاثوند، ۱۳۸۶)، (آزادارمکی و زارع، ۱۳۸۷)^۲. از سوی دیگر مطالعات بسیاری بر نقش مؤثر مذهب و نهادهای مذهبی در

۱ - شاخص دینداری مردم ایران در مقیاسی بین ۱۰ تا ۱۰۰، نمره ایران ۹/۴۴ بوده است و نمره شاخص های دینداری افراد با تحصیلات پایین ۹/۶، افراد با تحصیلات متوسط ۹/۴، افراد با تحصیلات بالا ۹/۲۲ بوده است. نمره شاخص های دینداری افراد با تحصیلات پایین ۹/۶، افراد با تحصیلات متوسط ۹/۴، افراد با تحصیلات بالا ۹/۲۲ بوده است. با افزایش سطح تحصیلات، از اهمیت ارزش های دینی کاسته می شود. با این حال در حوزه ارزش های سنتی در حوزه دین، ماندگاری و پایداری ارزش ها در کشور ما بیش از حد انتظار بوده است. رتبه ایران در میان ۷۶ کشور جهان، رتبه ۶ بوده است. بیشترین شاخص ها به ترتیب عبارتند از: مصر ۹/۸۳، اندونزی ۹/۷۵، اردن ۹/۶۲ و... کمترین آن نیز به ترتیب عبارت بودند از جمهوری چک ۲/۵۵، ویتنام ۲/۵۳، استونی ۲/۸۶، ژاپن ۳/۳۳، سوئد ۳/۴۱، دانمارک ۳/۵ و... (ر.ک: آزادارمکی و ملکی) پژوهش دیگری نشان می دهد که: «میانگین نمره اعتقادات دانشجویان ۴/۲۸ بوده که کمتر از نمره غیر دانشجویان (۴/۵۰) بوده و نمره میانگین کل نیز ۴/۳۷ بوده است.» (آزادارمکی و نائبی، ۱۳۸۵)

۲ - طبق یافته های پژوهشی علوی، ۷/۴ درصد دانشجویان همیشه و یا بیشتر اوقات نمازهای واجب را به جماعت برگزار می کنند. (علوی، ۱۳۸۲) مقایسه نتایج دو گروه دانشجو و غیر دانشجویان در زمینه رفتارهای جمعی رسمی، تفاوت بین این دو گروه را نشان می دهد که مبین این است که میزان مشارکت دانشجویان کمتر از غیر دانشجویان است و همچنین مقایسه میانگین ها (۱/۶۴ در مقایسه با ۲/۷۶) هم بیان کننده این موضوع است. نتایج این پژوهش نشان می دهد که ۶۴ درصد دانشجویان در نماز جماعت شرکت نمی کنند، ۱۹/۸ درصد در حد متوسط و ۱۲/۶ درصد در حد زیاد شرکت می کنند این ارقام اینگونه به دست آمده اند: شرکت در نماز جماعت: اصلاً+خیلی کم+کم=۶۴ درصد، متوسط=۱۹/۸،

تکوین و تقویت سرمایه اجتماعی تأکید کرده اند. تمامی این مطالعات نشان داده اند که اولاً، افراد مذهبی حساسیت بیشتری نسبت به سایرین داشته و آمادگی بیشتری جهت کمک به دیگران دارند و ثانیاً نهادهای مذهبی با فراهم آوردن امکاناتی برای گردهمایی افراد و نیز سازماندهی فعالیت های خیریه به رشد سرمایه اجتماعی کمک قابل توجهی می کنند. (وورمز، ۲۰۰۲ به نقل از کاظمی پور، ۱۳۸۳: ۱۲) لذا ضرورت دارد که به تبیین رابطه و نسبت میان شرکت دانشجویان در نماز جماعت و سرمایه اجتماعی آن ها پرداخت.

اهداف پژوهش

هدف اصلی این پژوهش تبیین رابطه موجود میان شرکت کردن دانشجویان در نماز جماعت و سرمایه اجتماعی آن هاست و هدف فرعی نیز این است که می خواهد بداند که آیا میزان مشارکت دانشجویان در مناسک جمعی مذهبی نظیر نماز جماعت و... سرمایه اجتماعی آنان را افزایش می دهد یا خیر.

فرضیه های پژوهش

فرض ما این است که: الف: به نظر می رسد که بین میزان شرکت دانشجویان در مساجد و نماز جماعت و سرمایه اجتماعی آنها رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؛ ب: به نظر می رسد

زیاد+ خیلی زیاد=۱۲/۶، بی جواب:۳/۳ درصد. (آزاد ارمکی و زارع، ۱۳۸۷) مطابق نتایج پژوهشی دیگری، ۵۳ درصد دانشجویان در نماز جماعت شرکت نمی کنند، ۳۲/۳ درصد در حد متوسط و ۷/۲ درصد در حد زیاد شرکت می کنند. این ارقام اینگونه به دست آمده اند: در نماز جماعت شرکت می کنم: اصلاً+خیلی مخالف+مخالف=۵۳ درصد، متوسط+متوسط به بالا و پایین=۳۲/۳، موافق+خیلی موافق=۷/۲. (آزاد ارمکی و غیاثوند، ۱۳۸۱) نتایج پژوهشی معیدفر و نصرتی نژاد (۱۳۸۴) می دهد که «در کل روند جامعه به سوی کم رنگ شدن ابعاد مناسکی دینی است و افراد کم تر در این مناسک شرکت می کنند.» مطابق یافته های علوی (۱۳۸۵)، ۱۴ درصد دانشجویان اصلاً در نماز جماعت شرکت نمی کنند، ۲۸ درصد به ندرت شرکت می کنند، ۴/۶ درصد در ایام تعطیل شرکت می کنند، ۴۷/۵ درصد بعضی اوقات شرکت می کنند، ۶/۱ درصد هر روز شرکت می کنند.

که شرکت دانشجویان در مراسم نماز جماعت می تواند تأثیری مثبتی در افزایش سرمایه اجتماعی آن ها داشته باشد.

روش پژوهش

این نوشتار پژوهشی بر مبنای روش پژوهشی کتابخانه ای-اسنادی و با رویکرد جامعه شناسی دین به نگارش درآمده است و پژوهشگر تلاش کرده است که در حد بضاعت علمی اندک خود و آموخته های دبستان جامعه شناسی، به بررسی اسناد و مدارک و تحلیل های مختلف پردازد و نیز کوشیده است که در تشریح و توضیح نظرات خود، از یافته های پژوهشی سایر پژوهشگران نیز استفاده کند.

تعریف مفاهیم و اصطلاحات

جامعه شناسی^۱: مطالعه علمی جامعه انسانی و رفتار اجتماعی آن ها. (رابرتسون، ۱۳۸۵: ۲۴)
جامعه شناسی دین: مطالعه صور مختلف حیات دینی و کارکردهای نهاد دین در جامعه. (دور کیم، نقل به مضمون)

دین^۲: از آنجا که دین مفهوم سیالی است و نمی توان به سهولت آن را در یک قالب جامع و مانع تعریف کرد. با این حال جهت روشن شدن موضوع یک تعریف را از آن ارائه می کنیم: ماخر می گوید: «دین احساس تنهایی در برابر نامتناهی است.» (به نقل از باربور، ۱۳۷۴: ۱۳۲)

مناسک^۳: عبارت است مراسم و شعائر عملی و آیینی یک دین که به آموزه های آن تجسم و تجسد و عینیت می بخشد.

1- Sociology
2- Religion
3- Ritual

غالباً هر دین و مذهبی دارای یک بعد عملی و اجرایی برای مومنان آن دین می باشد که در واقع تجسم و تجسد بخشیدن به آن باورها و اعتقادات است. در واقع می توان آن را بیان عملی، جنبه آئینی، مراسم، تشریفات، شعائر و... نامید.

ارزش^۱: عبارتند از اموری که برای فرد یا گروه مهم، مطلوب، خوب و با ارزش هستند. مانند صداقت، نوع دوستی.

هنجار^۲: مقررات استاندارد شده رفتار که رفتار خوب و درست را معرفی می کند و شامل عرف، آداب و رسوم و قوانین می باشد.

سرمایه اجتماعی: منظور، سرمایه و منابعی است که افراد و گروه ها از طریق پیوند و ارتباطات با یکدیگر می توانند بدست آورند. (نادمی، ۱۳۸۴)

عناصر اصلی تعریف دین، اجزای اصلی و ابعاد دین

در تعریف دین چندین عنصر را مطرح نظر قرار می دهند:

الف) نظام باورداشت ها و عقاید؛ ب) نظام مناسکی و عملکردها؛ ج) قلمرو روحانی یا فراطبیعی؛ د) ماهیت موجودیت ها یا نیروهای مذهبی. اجزای اصلی دین نیز عبارتند از:

۱) جهان شناسی یا کیهان شناسی؛ ۲) نظام فلسفی؛ ۳) نظام اخلاقی؛ ۴) صور نمایشی یا مناسکی؛ ۵) متون مقدس و سه بعد اصلی هر دین عبارتند از ایمان (شناختی)، اخلاق (تنظیم رفتار)، آئینی (مناسکی).

چارچوب نظری مقاله

اندیشمندان علوم اجتماعی در رشته های مختلف، در توسعه مفهوم سرمایه اجتماعی نقش داشته اند. برای توضیح بیشتر این مفهوم چند تعریف از آن ارائه می شود:

1- Value

2- Norm

از نظر بانک جهانی سرمایه اجتماعی یعنی «شبکه ها، انجمن ها و مؤسساتی که با هنجارهای مشترک و روابط متکی بر اعتماد شکل می گیرند و همکاری را تسهیل می کنند.» (به نقل از شریفیان ثانی، ۱۳۸۰)

«سرمایه اجتماعی پدیده ای رابطه ایست که در پیوندهای میان همسایگان، همکاران و دوستان یافت می شود...» (نوریس و اینگلهارت، ۱۳۸۷: ۲۶۶)

مفهوم سرمایه اجتماعی را می توان از ابعاد و زوایای مختلفی نگریست و مورد مذاقه قرار داد. در یک تقسیم بندی قراردادی می توان دو بعد مهم سرمایه اجتماعی را از هم تفکیک کرد: یعنی بعد کمی و بعد کیفی. به لحاظ بعد کمی، یعنی این که سرمایه اجتماعی یک کمیت است و مفهوم مشارکت اعم از رسمی و غیررسمی را در بر می گیرد. هرچه و هر جا که مشارکت مردم در امور اجتماعی بیشتر باشد سرمایه اجتماعی آن نیز بیشتر می شود. گاه این مشارکت مدنی می تواند رسمی باشد مانند شرکت در انجمن های محله، تشکل های داوطلبانه و...؛ و گاه می تواند غیررسمی باشد مانند شبکه های دوستی خویشاوندی، شرکت در فعالیت های مذهبی و عزاداری مساجد و حسینیه ها، دفعات حضور در مسجد، و... که همگی بر بعد کمیت روابط و سرمایه اجتماعی انگشت تأکید می گذارد. یعنی هرچه رابطه فرد با دیگران (خویشاوندان، هم محلی ها، همکلاسی ها، همکاران، اجتماع بزرگتر و...) بیشتر باشد، سرمایه اجتماعی آن بیشتر و متراکم تر می شود؛ «سرمایه اجتماعی به سیمانی تشبیه شده است که بلوک های تشکیل دهنده ساختمان جامعه را در کنار هم نگه می دارد.» (کاظمی پور، ۱۳۸۳: ۹۳)

جنبه کیفی سرمایه اجتماعی عمدتاً به میزان اعتماد اجتماعی مربوط می شود. این اعتماد می تواند عمومی باشد مانند میزان اعتماد افراد جامعه به یکدیگر؛ و نیز می تواند اعتماد نهادی باشد یعنی میزان اعتماد افراد جامعه به مؤسسات، نهادها و سازمان های مختلف در جامعه. بعد کیفی سرمایه اجتماعی در برگیرنده میزان همبستگی، میزان انسجام درون

گروهی و برون گروهی، احساسات مثبت در جامعه، مثبت نگری و خوشباوری و در واقع بر یک نوع چسب اجتماعی تأکید می کند که این اجزا را به هم متصل کرده و یک کل منسجم را پدیدار می سازد و استمرار می بخشد و از ذره ای شدن جامعه جلوگیری می کند. از میان کسانی که به مفهوم سرمایه اجتماعی پرداخته اند می توان به جیمز کلمن، فرانسیس فوکویاما، پیر بوردیو، رابرت پوتنام و... اشاره کرد.

دیدگاه جیمز کلمن: از دیدگاه کلمن سرمایه اجتماعی نشان دهنده آن است که چگونه ساختار اجتماعی یک گروه می تواند به عنوان منبعی برای افراد گروه عمل نماید. (شارع پور، ۱۳۸۰: ۱۰۳) در دیدگاه کلمن، سرمایه اجتماعی با کارکردش تعریف می شود. سرمایه اجتماعی یک شی واحد نیست؛ بلکه انواع چیزهای گوناگون است که دو ویژگی مشترک دارند: ۱) همه آن ها شامل جنبه ای از یک ساختار اجتماعی هستند؛ ۲) کنش های معین افرادی را که درون ساختار هستند تسهیل می کنند. (کلمن، ۱۳۷۷: ۴۶۲) از نظر کلمن، سرمایه اجتماعی نمایانگر منبعی است از انتظارات دو طرفه و بنابراین با شبکه های گسترده تر ارتباطات، اعتماد و ارزش های مشترک، بالاتر از افراد قرار می گیرد. (فیلد، ۱۳۸۴: ۳۲)

دیدگاه فرانسیس فوکویاما: فرانسیس فوکویاما می گوید: «سرمایه اجتماعی مجموعه ای از هنجارها یا ارزش های غیررسمی و مثبت است که اعضای یک اجتماع در آن سهیم باشند. اساساً این هنجارها باید شامل عناصر از قبیل صداقت، وفای به عهد، اعتماد متقابل و... باشد.» (فوکویاما، ۱۳۷۹: ۱۲-۱۰) از نظر فوکویاما سرمایه اجتماعی مجموعه معینی از هنجارها یا ارزش های غیررسمی است که اعضای گروهی که تعاون و همکاری میانشان مجاز است در آن سهیم و ذینفع هستند. (فوکویاما، ۱۳۸۴: ۳۳)

دیدگاه پیر بوردیو: از نظر بوردیو سرمایه هر گونه خاستگاه و سرچشمه در عرصه اجتماعی است که در توانایی فرد برای بهره مندی از منافع خاصی که در این صحنه حاصل می گردد موثر واقع می شود. (استونز، ۱۳۸۵: ۳۳۵) وی چهار نوع سرمایه را از هم تفکیک می کند:

فیزیکی، انسانی، فرهنگی و اجتماعی. سرمایه اجتماعی به منابعی اطلاق می شود که افراد به خاطر عضویت و حضورشان در یک گروه یا اجتماع یا جامعه به آن دست می یابند. در واقع برای بردیو پیوندهای بادوام و متراکم از اهمیت خاصی برخوردار است.

دیدگاه رابرت پوتنام: پوتنام دانشور ایتالیایی نیز دارای دیدگاه های معتبری در حوزه سرمایه اجتماعی (پوتنام، ۱۳۸۰) می باشد. می توان گفت که از نظر او، سرمایه اجتماعی در گروه های مدنی، دینی، مذهبی، پیوندهای خانوادگی، هنجارهای عمل متقابل، شبکه های اجتماعی غیررسمی، دوستان و خویشاوندان، داوطلب شدن، از خود گذشتگی، روندهای تشریک مساعی و... نهفته است.

دیدگاه های کلاوس اوفه: اوفه نیز با توجه به ابعاد سرمایه اجتماعی آن را در برگیرنده روابط انجمنی، اطمینان به نهادها و اعتماد بین اشخاص و اقوام و خیرخواهی می داند. عوامل تاریخی، فرهنگی - سیاسی و اقتصادی را در کم و کیف سرمایه اجتماعی مؤثر دانسته و خود سرمایه اجتماعی را به عنوان یکی از عوامل کارایی و توسعه اقتصادی، نظم و صلح جهانی، احساس امنیت و توسعه معرفی کرده است. (به نقل از تاجبخش، ۱۳۸۴: ۱۶)

با توجه به نظریاتی که به عنوان چارچوب^۱ و دیدگاه نظری مطرح شد، ما در این نوشتار به دنبال آن هستیم که آیا بین میزان و شرکت دانشجویان در مساجد و نماز جماعت با سرمایه اجتماعی آنها رابطه وجود دارد؟ و آیا شرکت دانشجویان در نماز جماعت موجب افزایش سرمایه اجتماعی آن ها می شود؟

کارکردهای نهاد دین در جامعه

همانطور که گفته شد هر نهادی دارای کارکردهای خاص و کارویژه های مخصوص به خود است که بعضاً از عهده دیگر نهادها خارج است. «تحلیل کارکرد یک پدیده اجتماعی به معنی نشان دادن نقشی است که آن پدیده در ادامه بقای جامعه ایفا می کند.» (گیدنز، ۱۳۸۴: ۱۳۸۴)

1- Farm work

۷۵۶). به نظر می‌رسد یکی از مهم‌ترین کارکردهای دین معنادار کردن هستی است. پیتر برگر (۱۹۷۳) معتقد است: «دین کوشش جسورانه‌ای است که برای آنکه سراسر گیتی برای انسان معنادار شود.» (به نقل از همیلتون، ۱۳۸۱: ۲۸۱)

جامعه‌شناسان چندین کارکرد و نقش اصلی را برای نهاد دین تعریف کرده‌اند. ادی^۱ شش کارکرد مثبت دین را برای فرد و جامعه چنین بر می‌شمارد:

(۱) دین برای انسان حمایت و تسلی به بار می‌آورد و از این طریق ارزش‌ها و هدف‌های تثبیت شده را پشتیبانی می‌کند.

(۲) دین از طریق آیین‌ها و مراسم، امنیت عاطفی و هویت و نقطه اتکاء ثابتی در بحبوحه ناسازگاری‌های آراء و عقاید برای انسان به بار می‌آورد. این همان کارکردی است که آموزش آموزه‌های مذهبی و اجرای مراسم مذهبی را در بر می‌گیرد. این کارکرد دین به نظم اجتماعی استواری می‌بخشد و غالباً به حفظ وضع موجود کمک می‌کند.

(۳) دین به هنجارها تقدس می‌بخشد و هدف‌های گروهی را بر فراز هدف‌های فردی قرار می‌دهد. دین نظم اجتماعی را مشروع می‌سازد.

(۴) دین معیارهایی را به عنوان مبنای انتقاد از الگوهای اجتماعی موجود فراهم می‌سازد. این همان کارکرد پیامبرانه دین است و می‌تواند مبنایی را برای اعتراض اجتماعی فراهم سازد.

(۵) دین به انسان در شناخت خودش کمک می‌کند و باعث می‌شود که او احساس هویت کند.

(۶) دین در فراگرد رشد انسان بسیار اهمیت دارد؛ زیرا به افراد در بحران‌های زندگی و مقاطع گذار از یک وضعیت به وضعیت دیگر کمک می‌کند و در نتیجه بخشی از فراگرد اجتماعی شدن به شمار می‌آید. (همان، ۲۱۰ و ۲۱۱)

جنبه مناسکی و مراسمی دین

ادیان فقط دارای جنبه اعتقادی و شناختی نیستند یعنی علاوه بر ایمان، باید آن اعتقاد و شناخت و ایمان را تجسم و تجسد بخشیده و به فعلیت درآورد. مناسک بر مفهوم روحانی- جسمانی یا روانی- تنانی دین صحنه می گذارند. دین نه فقط شناخت و ایمان محض و نافی عمل، و نه عمل و فعلیت محض بدون شناخت و اعتقاد است بلکه این دو توأمان می باشند. شیلر دین پژوه بزرگ می گوید: «معرفت دینی درکی است که که به طور کامل قبل از بیان نیایشی وجود ندارد. اما از پرستش به مثابه یک وسیله ضروری برای رشد خود استفاده می کند. بنابراین عمل دینی ممکن است در اصل یک عمل ذهنی باشد. اما هیچ وقت یک طرفه و فقط ماهیت روانی ندارد، بلکه همیشه روانی- تنانی است.» (واخ، ۱۳۸۰: ۲۱)

انسان در اعمال دینی خود جنبه های مختلفی را لحاظ می کند. او حرمت خود را نسبت به امر مقدس در قالب پرستش یا کرنش و عبادت نشان می دهد. واخ به نقل از اولین آندر هیل اعمال پرستشی را در چهار دسته تقسیم کرده است. «۱) مراسم (مراسم نمازگذاری جمعی)، ۲) نمادها (صورذهنی)، ۳) شعائر مقدس (اشیاء و اعمال مشهود)، ۴) قربانی. این طبقه بندی برای تحقیق سیستماتیک در ماهیت، مناسبات و معانی مناسک دینی لازم است.» (همان، ۲۶)

این در واقع همان رابطه و نسبت وثیق میان ارزش (ایمان) و هنجار (مناسک) است. مثلاً در جامعه ما دینداری یک ارزش است و نماز خواندن، روزه گرفتن، صدقه دادن، قرآن خواندن و... بعد هنجاری و مناسکی آن ارزش می باشد. این مناسک و مراسم نقش مهم و محوری را در طول تاریخ ادیان و جوامع مختلف بشری ایفا کرده اند. گیدنز (۱۳۸۴) به نقل از دور کیم می گوید که «همه ادیان متضمن اجتماعات منظم مومنانی اند که در آن ها دستورات مربوط به شعائر رعایت می گردد.»

یکی از بزرگ‌ترین کوشش‌های علمی برای نشان دادن جنبه‌های اهمیت بعد مناسکی و مراسمی ادیان تلاش‌های امیل دورکیم از بنیانگذاران جامعه‌شناسی است. «او تنها در صدد آن نیست که اثبات کند که دین حقایق بنیادی را به صورت نمادین تجسم می‌بخشد، بلکه می‌خواهد نقشی را که دین در یک پارچه‌سازی جامعه ایفا می‌کند، نیز بیان نماید.» (همیلتون، ۱۳۸۱: ۱۸۴) به گفته پیتربرگر (۱۹۷۳) «دین در سراسر تاریخ یکی از مؤثرترین دژهای بشری در برابر بی‌هنجاری بوده است.» (همان، ۲۸۲) که در واقع بر کارکرد اجتماعی دین برای استقرار نظم و مقابله با بی‌هنجاری و بی‌نظمی انگشت تأکید می‌نهد. «دین زنده با ماهیتی که دارد باید روابط اجتماعی را خلق کرده و از آن نگهداری کند.» (واخ، ۱۳۸۰: ۲۹)

اهمیت و ضرورت مراسم و مناسک دینی

حال این سوال پیش می‌آید چرا این مناسک و شعائر و اجرا و انجام آن، اینقدر اهمیت دارد؟ نظر ما بر این است که این شعائر مراسم و مناسک (نمازخواندن، روزه گرفتن، شرکت در مراسم عزاداری و...) دو نقش و کارکرد اصلی ایفا می‌کنند: از یک سو به مثابه قشر و پوسته دین عمل می‌کنند یعنی به مثابه یک محافظ هستند؛ و از سوی دیگری نقشی که برای اجتماع مومنان دارند و موجب قوام جامعه و تقویت چسب اجتماعی می‌شود و همبستگی و انسجام اجتماعی مجدداً در جامعه برقرار و مورد تأکید قرار می‌گیرد و استمرار می‌یابد. در واقع جامعه با این مکانیسم و سازوکار بار دیگر بر محور و مدار نظم قرار می‌گیرد. انسان‌شناسان «معمولاً این مناسک را چونان وسیله‌ای تعبیر می‌کنند که جامعه یا اجتماع یا گروه به این وسیله از ارزش‌ها و اصول اساسی حمایت می‌کند و سامان اخلاقی را حفظ می‌کند.» (همیلتون، ۱۳۸۱: ۲۲۶)

از نظر دورکیم (۱۹۱۵) همه ادیان متضمن اعمال و تشریفات و شعائر منظمی هستند که در آن گروهی از مومنان گرد هم می‌آیند. در مراسم تشریفات جمعی، حس همبستگی

گروهی تأیید و تقویت می شود؛ تشریفات و شعائری که برای پیوند دادن اعضای گروه ضروری است. در واقع مذهب تقید مردم را به ارزش های اجتماعی اساسی مورد تأکید قرار می دهد و به این طریق به حفظ انسجام و همبستگی اجتماعی کمک می کند.

دور کیم در مورد مناسک می گوید: «آن ها برای کارکرد درست زندگی اخلاقی ما به همان اندازه ضروری اند که خوراک برای نگهداشت زندگی جهانی ما ضرورت دارد؛ زیرا از طریق همین مناسک است که گروه خود را حفظ و تأیید می کند.» (همان، ۱۷۹)

نماز جماعت به عنوان یکی از مناسک مذهبی جمعی

علی رغم این که دین امری فردی و شخصی (به لحاظ مسئولیت فرد در قبال فرایض دینیش) است، و فرد می تواند مناسک و واجبات دینی خود را به صورت فردی انجام دهد (مانند نمازهای یومیّه، و...) اما اسلام تأکید خاصی بر نماز جماعت، نماز جمعه، و دیگر مناسکی دارد که اجتماع مومنان گردهم می آیند. در ثواب و اهمیت و منزلت نماز جماعت (به عنوان یکی از مناسک اجتماعی دین) همین بس که «اگر همه ملائک کاتب بشوند، و اگر همه آب دریا ها مرکب بشوند، و اگر درختان همه قلم بشوند، باز هم نمی توانند ثواب و ارزش نماز جماعت را بنویسند و بیان کنند.»

به راستی چه رازی در این کار نهفته است؟ چه فرقی میان دو نماز جماعت و فرادا وجود دارد؟ با آنکه این دو در کمیت و کیفیت انجام، تفاوت چندانی ندارند، چرا شرع مقدس اسلام تأکید وافر بر نماز جماعت و انجام این مناسک به صورت جمعی دارد؟ (و نیز بنگرید به نمازهای عید فطر، دعای عرفه، عزاداری عاشورا و ...)

مالینوفسکی مردم شناس شهیر لهستانی می گوید: «مقدس ترین اعمال در یک مجمع دینی صورت پذیر است... واقعاً رفتار و منش معقول پیروان صدیق یک دین را هنگامی می توان در آنان مشاهده کرد، که مستمراً در مراسم دینی شرکت کرده، به درگاه معبود خود

نماز می گذارند، قربانی می کنند، مناجات می کنند، یا ستایش وی را به جای می آورند». (واخ، ۱۳۸۰: ۴۰)

چیستی رابطه بین شرکت در مراسم نماز جماعت و سرمایه اجتماعی

حال بین مفهوم شرکت در مراسم نماز جماعت و بحث چارچوب نظری نوشتارمان (تئوری سرمایه اجتماعی) پلی بزنیم. «این نظریه ناظر بر این است که مردمی که غالباً با یکدیگر به عبادت می پردازند، احساس تعلق بیش تری به تشکیلات دینی می کنند، پیوستگی بیش تری به طیف وسیعی از گروه های اجتماعی در جامعه مدنی دارند، در مسائل محلی هم در کنار یکدیگر می ایستند و لذا اجتماعات را تقویت می کنند.» (نوریس و اینگلهارت، ۱۳۸۷: ۴۴ و ۲۷۹)

مطالعات بسیاری بر نقش مؤثر مذهب و نهادهای مذهبی در تکوین و تقویت سرمایه اجتماعی تأکید کرده اند. تمامی این مطالعات نشان داده اند که اولاً، افراد مذهبی حساسیت بیشتری نسبت به سایرین داشته و آمادگی بیشتری جهت کمک به دیگران دارند و ثانیاً نهادهای مذهبی با فراهم آوردن امکاناتی برای گردهمایی افراد و نیز سازماندهی فعالیت های خیریه به رشد سرمایه اجتماعی کمک قابل توجهی می کنند. (وورمز، ۲۰۰۲ به نقل از کاظمی پور، ۱۳۸۳: ۱۲)

حال یک بار دیگر دو پرسش اصلی و محوری پژوهش خود را مطرح می کنیم: آیا بین میزان شرکت دانشجویان در مساجد و نماز جماعت سرمایه اجتماعی آنها رابطه وجود دارد؟ و آیا شرکت دانشجویان در نماز جماعت موجب افزایش سرمایه اجتماعی آن ها می شود؟ فرض ما این است که: الف: به نظر می رسد که بین میزان شرکت دانشجویان در مساجد و نماز جماعت و سرمایه اجتماعی آنها رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؛ ب: به نظر می رسد که شرکت دانشجویان در مراسم نماز جماعت می تواند تأثیری مثبتی در افزایش

سرمایه اجتماعی آن‌ها داشته باشد. برای تقویت این فرض‌ها و ادعاها، چند مثال تجربی و تحقیق عملی را ذکر می‌کنیم:

نتایج پژوهش‌های غربی‌ها در مورد کاهش سرمایه اجتماعی کشورها نشان می‌دهد که «کاهش میزان مذهبی بودن و نیز کاهش مشارکت افراد در فعالیت‌ها و مناسک جمعی مذهبی از عوامل اصلی کاهش فعالیت‌های خیریه یاد می‌کنند.» (کاظمی پور، ۱۳۸۳: ۸۲)

رابرت ووتنو پژوهشی در سال ۱۹۹۹ انجام داده و اظهار داشته است که در ایالات متحده کلیساروی (در آئین پروتستان) موجب ایجاد انواعی از شبکه‌های اجتماعی، هنجارها و روابطی می‌شود که به افراد و اجتماعات کمک می‌کند که به اهداف مهم دست یابند و... (ووتنو، ۲۰۰۲)

تحقیقی در سال ۲۰۰۲ توسط *کلاوس اوفه* و *سوزان فوش* با عنوان «کاهش سرمایه اجتماعی؟» صورت گرفت. این تحقیق نشان داد که «*دین باوری و تعهد دینی*» رابطه مستقیمی با سرمایه اجتماعی دارد؛ زیرا تشکل‌های دینی نقش میانجی را در فعالیت‌های دینی ایفا می‌کنند. از آنجا که ادیان از نشست‌های عمومی و از مراسم و مناسک برخوردارند، باعث توسعه شیوه همکاری و تعاون و آگاهی از مسائل اجتماعی می‌گردند و ادیانی که بیشتر از مناسک عمومی برخوردارند در افزایش سرمایه اجتماعی نقش بیشتری ایفا می‌کنند.

پیانوریس و رونالد اینگلهارت در کتاب خود که به نوعی تحلیل ثانویه «پیمایش ارزش‌های جهانی WVS^۱» است به این نتایج رسیده‌اند که «حضور منظم در کلیسا، مسجد، معبد و کنیسه تأثیر معناداری بر عضویت در سازمان‌های دینی نشان می‌دهد؛ نظیر داوطلب شدن برای کمک به مؤسسات خیریه مذهبی در انجام فعالیت‌هایشان، نوانخانه‌ها و

1-World value survey.

باشگاه‌های اجتماعی... به نظر می‌رسد سازمان‌های مذهبی در بسیاری از مذاهب (نه همه آنها) با تدارک محل گردهمایی‌ها، ایجاد ارتباط میان همسایگان و ترویج از خود گذشتگی، پیوندهای وابستگی به زندگی مدنی را تقویت می‌کنند... آن‌ها ارتباط رویاروی مردم با یکدیگر، روابط اجتماعی و شبکه‌های سازمانی که به ترتیب موجب اعتماد به یکدیگر و همکاری در امور اجتماعی می‌شوند را ترویج می‌کنند». (نوریس و اینگلهارت، ۱۳۸۷)

تحلیل ثانویه یافته‌های پژوهشی دومین پیمایش ارزش‌ها و نگرش‌ها (۱۳۸۲) نشان می‌دهد که مشارکت اجتماعی در انجمن‌ها و مجامع سنتی همبستگی شدید و مثبت با شاخص‌های مذهبی دارد... شرکت در انجمن‌ها و مجامع سنتی بیش از هر چیز با شاخص تقید مذهبی بالا (۰/۲۳۹) ارتباط دارد و ۲۰/۰۴ درصد واریانس آن از جانب متغیرهای مذهبی تفسیر می‌شود که نشان‌دهنده تأثیر شدید متغیرهای مذهبی بر این حوزه است. (دفتر طرح‌های ملی، ۱۳۸۴: ۱۱۰)

نتایج پژوهش‌های علوی (۱۳۸۲) نشان می‌دهد که ۴۶/۴۲ درصد پاسخگویان کاملاً موافقت می‌کنند که اقامه نماز جمعه باعث آگاهی فرد از مسائل و مشکلات روز جامعه می‌گردد. می‌توان آن را اینگونه تفسیر کرد که آگاهی‌های اجتماعی از سازنده‌های سرمایه اجتماعی می‌باشد.

پژوهش دیگری توسط **سید احمد فیروزآبادی** با عنوان «سرمایه اجتماعی و عوامل مؤثر بر شکل‌گیری آن در شهر تهران» در سال ۱۳۸۴ صورت گرفته است. در این پژوهش، دین باوری و تعهد دینی (خواندن نماز و استمرار آن و حضور در جماعت) با سرمایه اجتماعی، همبستگی مستقیم معنادار داشتند. طبق یافته‌های این پژوهش، ۷ عامل به عنوان عمده‌ترین متغیرهای تأثیرگذار بر سرمایه اجتماعی شناخته شدند که مهم‌ترین آن‌ها در ترتیب اولویت، شاخص تعهد دینی بوده است و **دین باوری** با سایر عناصر مفهومی سرمایه اجتماعی یعنی

اعتماد نهادی، مشارکت های غیررسمی خیریه ای، مذهبی و همیارانه رابطه معنادار مثبت دارد.»

بهره سخن (جمع بندی نهایی)

مساجد و مجامع مذهبی محل هایی را برای تجمع افراد فراهم می کنند، افراد را نسبت به امور اجتماعی و عمومی آگاه می کنند، شبکه های اجتماعی غیر رسمی دوستان، همسایگان، همکلاسی ها و همکاران و... را ترویج می کنند و موجب ترغیب افراد به حضور در گروه های مشارکت طلب و خدمات انسان دوستانه (نظیر مؤسسات خیریه) می شوند.

مساجد و مجامع مذهبی در گرد هم آوردن گروه های مختلف درون اجتماعات، در ایجاد ارتباط و مواجهه مردم با یکدیگر، گسترش روابط چهره به چهره و شخصی، ایجاد روابط اجتماعی و شبکه های ارتباطی، افزایش اعتماد به یکدیگر و اعتماد بین فردی و همکاری در مسائل اجتماعی، در کاهش تفرقه های گروه های مختلف در اجتماعات کوچک، در تقویت روابط اجتماعی و شبکه های گروهی و همکاری در خصوص مسائلی که موجب نگرانی خاطر عمومی هستند، نقش مهمی را ایفا می کنند.

از آنجا که دانشجویان (در گروه های مختلف سنی، گرایش تحصیلی، طبقه اجتماعی، قومی و...) با چندین بار حضور در طول روز و هفته در مساجد و نمازخانه ها و... برای فریضه نماز جماعت گرد هم می آیند به تدریج یک شبکه اجتماعی غیررسمی شکل می گیرد. آن ها ضمن به جا آوردن تکالیف فردی دینی خود به شکل جمعی، از مشکلات هم با خبر می شوند، اعتماد اجتماعی میان آنان تقویت می شود، روابط اجتماعی توسعه می یابد، در می یابند بسیاری از مشکلات فردی و جمعیشان با توانمندی برخی دیگر از نمازگزاران قابل حل است، از توانمندی ها و استعداد های هم باخبر می شوند، می توانند گروه های خودیاری محلی با محوریت مسجد تشکیل دهند و... که این ها، همه به شکل گیری و توسعه و تقویت سرمایه اجتماعی می انجامد که نیاز امروز جامعه دانشگاهی ماست.

منابع

۱. آزاد ارمکی و زارع، مریم (۱۳۸۷). «دانشگاه، مدرنیته و دینداری؛ بررسی تغییر نگرش ها و رفتارهای دینی جوانان»، فصلنامه پژوهشنامه علوم انسانی و اجتماعی «ویژه نامه پژوهش های اجتماعی»، بهار و تابستان ۱۳۸۷، مازندران، صص ۱۳۲-۱۶۰.
۲. آزاد ارمکی، تقی و ملکی، امیر (۱۳۸۶). «تحلیل ارزش های سنتی و مدرن در سطح خرد و کلان»، فصلنامه نامه علوم اجتماعی، شماره ۳۰، بهار ۱۳۸۶، تهران، ۹۷-۱۲۱.
۳. آزاد ارمکی، تقی و غیاثوند، احمد (۱۳۸۱). «تحلیل جامعه شناختی وضعیت دینداری جوانان با رویکرد بی شکلی دین ورزی»، فصلنامه پژوهشنامه علوم انسانی، شماره ۳۵، پاییز ۱۳۸۱، تهران، صص ۱۱۷-۱۴۸.
۴. آزاد ارمکی، نائبی (۱۳۸۶). «سکولاریسم و رابطه آن با تحصیلات عالی»، فصلنامه مجله جامعه شناسی ایران، دوره هفتم، شماره ۳، پاییز ۱۳۸۵، تهران، صص ۹۳-۷۵.
۵. استونز، راب (۱۳۸۵). متفکران بزرگ جامعه شناسی، ترجمه مهرداد میردامادی، تهران، نشر مرکز.
۶. الوانی، سیدمهدی، سید نقوی، میرعلی (۱۳۸۴). «سرمایه اجتماعی؛ مفاهیم و نظریه ها» فصلنامه مطالعات مدیریت، شماره های ۳۴-۳۳.
۷. باربور، ایان (۱۳۷۴). علم و دین، ترجمه بهاءالدین خرمشاهی، تهران، مرکز نشر دانشگاهی.
۸. تاجبخش، کیان (۱۳۸۴). سرمایه اجتماعی، اعتماد دموکراسی و توسعه، تهران، نشر شیرازه.
۹. پوتنام، رابرت (۱۳۸۰). دموکراسی و سنت های مدنی، ترجمه محمد تقی دلفروز، تهران، انتشارات روزنامه سلام.
۱۰. شارع پور، محمود (۱۳۸۰). «فرسایش سرمایه اجتماعی و پیامدهای آن»، مجله نامه انجمن جامعه شناسی ایران، شماره ۳، صص ۱۱۳ تا ۱۰۱.
۱۱. شجاعی زند، علی رضا (۱۳۸۸). جامعه شناسی دین (۱)؛ درباره موضوع، تهران، نشر نی.
۱۲. شریفیان ثانی، مریم (۱۳۸۰). «سرمایه اجتماعی»، فصلنامه رفاه اجتماعی، سال اول، شماره ۲.
۱۳. رابرتسون، یان (۱۳۸۵). درآمدی به جامعه، ترجمه حسین بهروان، مشهد، انتشارات بهینه.

۱۴. رجب زاده، احمد (۱۳۸۲). «دانشگاه و دین در ایران»، فصلنامه فرهنگ و اندیشه، سال دوم، شماره ششم، تابستان ۱۳۸۲، صص ۷-۳۰.
۱۵. دفتر طرح های ملی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی (۱۳۸۴). **شاخص های اجتماعی؛ تحلیل ثانویه پیمایش ارزش ها و نگرش های ایرانیان**، تهران، انتشارات طرح های ملی.
۱۶. فوکویاما، فرانسیس (۱۳۷۹). **پایان نظم سرمایه اجتماعی و حفظ آن**، ترجمه غلامعباس توسلی، تهران، انتشارات جامعه ایرانیان.
۱۷. فوکویاما، فرانسیس (۱۳۸۴). **سرمایه اجتماعی و جامعه مدنی**، ترجمه افشین خاکباز و حسن پویان، تهران: شیرازه.
۱۸. فیروزآبادی، سیداحمد (۱۳۸۴). «**سرمایه اجتماعی و عوامل مؤثر بر شکل گیری آن در شهر تهران**»، رساله دکترا، تهران، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه تهران.
۱۹. فیلد، جان (۱۳۸۴). **سرمایه اجتماعی**، ترجمه جلال متقی، تهران، موسسه عالی پژوهش تامین اجتماعی.
۲۰. علوی، سیدحمیدرضا (۱۳۸۲). «بررسی وضعیت و عوامل مرتبط با بهداشت روانی، نگرش و رفتار دینی دانشجویان و دانش آموزان شاهد شهر کرمان»، طرح پژوهشی چاپ نشده، اداره کل بنیاد شهید شهر کرمان
۲۱. علوی، سید حمیدرضا (۱۳۸۵). «عوامل مرتبط با اقامه نماز در دانشجویان دبیرستان و دانشجویان دانشگاه های شهر کرمان»، فصلنامه **ترویج اسلامی**، سال دوم، شماره ۳، پاییز و زمستان ۱۳۸۵، صص ۱۴۱-۱۷۴.
۲۲. کاظمی پور، عبدالمحمد (۱۳۸۳). **سرمایه اجتماعی در ایران**، تهران، انتشارات طرح های ملی
۲۳. کلمن، جیمز (۱۳۷۷). **بنیادهای نظریه اجتماعی**، ترجمه منوچهر صبوری، تهران، نشر نی.
۲۴. گیدنز، آنتونی (۱۳۸۴). **جامعه شناسی**، ترجمه منوچهر صبوری، تهران، نشر نی.
۲۵. معیدفر، سعید و نصرتی نژاد، فرهاد (۱۳۸۴). «دانشگاه و دگرگونی ارزش ها» تهران، پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.

۲۶. میرزایی، جمشید (۱۳۸۹). «توسعه اجتماعی منطقه ۱۷ با تأکید بر مفاهیم سه گانه سرمایه اجتماعی، توانمندسازی و دموکراسی مشارکتی»، همایش **موقعیت اقتصادی منطقه ۱۷ و راهکارهای توسعه آن**، تهران، اسفند ۱۳۹۰
۲۷. نادمی، داوود (۱۳۸۴). «فرسایش سرمایه اجتماعی و کاهش انصاف اجتماعی در ایران»، روزنامه **اعتماد**، مورخه ۱۳۸۴/۱۲/۸.
۲۸. نصر، احمدرضا، معین پور، حمیده، عریضی، حمیدرضا و باقری، زهره (۱۳۸۷). «بررسی فراتحلیلی عوامل مؤثر بر جذب و شرکت دانش آموزان در نماز جماعت مدارس» فصلنامه **نوآوری های آموزشی**، سال هفتم، تابستان ۱۳۸۷، تهران، صص ۶۲-۸۶.
۲۹. نوریس، پیپا و اینگلهارت، رونالد (۱۳۸۷). **مقدس و عرفی؛ دین و سیاست در جهان**، ترجمه مریم وتر، تهران، انتشارت کویر.
۳۰. واخ، یواخیم (۱۳۸۰): **جامعه شناسی دین**، ترجمه جمشید آزادگان، تهران، انتشارات سمت.
۳۱. همیلتون، ملکم (۱۳۸۱): **جامعه شناسی دین**، ترجمه محسن ثلاثی، چاپ دوم، تهران، نشر تبیان.
32. Berger, p(1973). *The Social Reality of Religion*, Harmonds worth: Penguin.
33. Durkheim, E(1915). *The Elementary Forms of the Religion life*. London, Allen and Unwin.
34. Putnam, Robert. D(2000). *Bowling Alone :The Collapse and Revival of American Community*, New York, Simon & Schuster.
35. Wuthnow, Robert(2002). *Religious involvement and status-bridging Social capital*” Journal for the Scientific Study of Religion. 41 (4), pp: 669-675.

سوابق پژوهشی و علمی پژوهشگر

علايق پژوهشی: جامعه شناسی دین، سرمایه اجتماعی، جنبش های اجتماعی

- ۱- مقاله «هویت نوجوان از منظر جامعه شناسی»، مقاله برتر در همایش استانی «هویت نوجوان از منظر علوم انسانی»، دی ماه ۱۳۸۰،
- ۲- مقاله «هویت و جهانی شدن»، مقاله برتر در همایش استانی «آموزش و پرورش، هویت و چالش های فرا رو»، اردیبهشت ماه ۱۳۸۵،

- ۳- مقاله «واکنش انسان ایرانی به جهان جدید»، مقاله برتر در همایش سراسری «مقاله نویسی به مناسبت انتشار کتاب جدیدالتألیف جامعه شناسی (۲)»، اردیبهشت ماه ۱۳۸۶،
- ۴- مقاله «حقوق و تکالیف شهروندی با تأکید بر مفاهیم شهر شهروندمدار و شهروند مشارکتجو»، مقاله تحسین شده در همایش منطقه ای «تعامل دینداری و مدیریت شهری»، آذرماه ماه ۱۳۸۹،
- ۵- مقاله «توسعه اجتماعی منطقه ۱۷ با تأکید بر مفاهیم سه گانه سرمایه اجتماعی، توانمندسازی و دموکراسی مشارکتی»، همایش منطقه ای «موقعیت اقتصادی منطقه ۱۷ و راهکارهای توسعه آن»، تهران، اسفند ۱۳۹۰. (این مقاله در اکتبر ۲۰۱۱ در همایش بین المللی علوم اجتماعی ICSS ترکیه-ازمیر ارائه شد)
- ۶- مقاله «تبیین جامعه شناختی پیوند دین و سیاست در قیام ۱۵ خرداد»، مقاله برتر در سومین «همایش ملی قیام پانزده خرداد-ستارگان درخشان»، خردادماه ۱۳۹۰

راهکارهای ترویج و توسعه فرهنگ اقامه نماز در مراکز علمی - دانشگاهی

علی سلیمانی

دانشیار گروه زراعت، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خوراسگان، اصفهان

لیلا نارنجانی

مربی گروه علوم پایه، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد دولت آباد، اصفهان و عضو هسته پژوهشی زنان واحد دولت آباد

زهرا حیدران

مربی گروه برق، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد دولت آباد، اصفهان و عضو هسته پژوهشی زنان واحد دولت آباد

چکیده

از نظر فقهی نماز عملی است که دارای ارکان و شرایط خاص است که روزی پنج بار بر شخص مکلف واجب است اما حقیقت نماز آن رابطه قلبی و عملی با خدا است. نماز موجب تقرب هر پارسایی به خداست در این مقاله پس از تعریف نماز به اهمیت و ارزش فریضه نماز از دیدگاه حضرت امیرالمومنین حضرت علی (ع) و نهج ابلاغه تاکید شده است. هدف از این مقاله ارائه راهکارهای ترویج و توسعه فرهنگ اقامه نماز در مراکز علمی - دانشگاهی و نقش فرهنگی این فریضه عزیز می باشد.

کلمات کلیدی: نماز، نماز از دیدگاه نهج البلاغه، ارزش نماز

مقدمه

ایمان به خدا و راز و نیاز با او به انسان امید و توان می‌دهد و انسان احساس می‌کند به پناهگاه مطمئن و با قدرتی متکی است و از این رو، احساس نشاط و توانمندی می‌کند و اگر این ارتباط با آن منبع عظمت و رحمت قطع باشد، احساس دل‌تنگی و نگرانی در او ایجاد می‌شود و به بیماری‌های روانی گرفتار می‌آید. به این حقیقت روان‌شناسان و روان‌کاوان بزرگی همچون یونگ، اریک فروم، ویلیام جیمز و دیگران اشاره کرده‌اند و ایمان به خدا را اساس آرامش و سلامت روان می‌دانند. [۳]

توجه به امر نماز از اهمیت بالایی برخوردار است و بنابراین راهکارهای توسعه و ترویج فرهنگ نماز در بین دانشجویان و دانشگاہیان امری است که نمی‌توان آن را نادیده گرفت و از کنار آن به سادگی گذشت.

تعریف نماز

یک تعریف برای نماز، تعریف فقهی آن است که نماز عملی است که دارای ارکان و شرایط خاص است که روزی پنج بار بر شخص مکلف واجب است. [۱]

اما حقیقت نماز آن رابطه قلبی و عملی با خدا است و معجونی است از تمام حرکاتی که برای انسان وجود دارد از ایستادن، نشستن، خم شدن و دست‌ها و پاها را به صورت‌های مختلف حرکت دادن و زبان را با الفاظ گوناگون به سخن در آوردن و مانند آن، یعنی انسان در تمام حالات در یاد او فرو می‌رود، تمام اعضای او رنگ ایمان پیدا کند و این خود یک نوع لطافتی است که در فریضه نماز که در تعدیل حرکات مؤثر خواهد بود.

نماز از دیدگاه نهج البلاغه

حضرت علی (ع) در خطبه ۱۹۹ نهج البلاغه راجع به اهمیت نماز این گونه می‌فرماید: نماز را بر عهده گیرید و آن را حفظ کنید، نماز زیاد بخوانید، و با نماز خود را به خدا نزدیک کنید.

آیا به پاسخ دوزخیان گوش فرا نمی دهید، آن هنگام که از آنها پرسیدند: چه چیز شما را به دوزخ کشانده است؟ گفتند "ما از نماز گزاران نبودیم". همانا نماز، گناهان را چونان برگ های پاییزی فرو می ریزد، غل و زنجیر گناهان را از گردن ها می گشاید. پیامبر اسلام (ع) نماز را به چشمه آب گرمی که بر در سرای مردی جریان داشته باشد، تشبیه کرد، اگر هر شبانه روز پنج بار خود را در آن شستشو دهد، هرگز چرک و آلودگی در بدن او نماند.

همانا کسانی از مومنان حق نماز را شناختند که زیور دنیا از نماز بازشان ندارد، و روشنایی چشمشان، یعنی اموال و فرزندان، مانع نمازشان نشود. خدای سبحان می فرماید: "مردانی هستند که تجارت و خرید و فروش، آنان را از یاد خدا، و بر پا داشتن نماز، و پرداخت زکات باز نمی دارد".

رسول خدا (ع) پس از بشارت به بهشت، خود را در نماز خواندن به زحمت می انداخت، زیرا خداوند به او فرمود: "خانواده خویش را به نماز فرمان ده و بر انجام آن شکیا باش". پس پیامبر (ع) پی در پی خانواده خود را به نماز فرمان می داد، و خود نیز در انجام نماز شکیا بود.

ارزش نماز: حکمت ۱۳۶

نماز، موجب نزدیکی هر پارسایی به خداست و حج، جهاد هر ناتوان است. هر چیزی زکاتی دارد و زکات تن، روزه و جهاد زن، نیکو شوهرداری است.

اهمیت دادن به نماز، نامه ۵۳، ۱۲۰ حضرت امیر المومنین (ع) به مالک اشتر: نیکوترین وقت ها و بهترین ساعات شب و روزت را برای خود و خدای خود انتخاب کن، اگر چه همه وقت ها را برای خداست، اگر نیت درست و رعیت در آسایش قرار داشته باشد.

از کارهایی که به خدا اختصاص دارد و باید با اخلاص انجام دهی، انجام واجباتی است که ویژه پروردگار است، پس در بخشی از شب و روز، وجود خود را به پرستش خدا اختصاص ده، و آنچه تو را به خدا نزدیک می کند بی عیب و نقصانی انجام ده، اگر چه دچار خستگی جسم شود.

هنگامی که نماز جماعت می خوانی، نه با طولانی کردن نماز، مردم را پراکنده ساز و نه آن که آن را تباه سازی، زیرا در میان مردم، بیمار یا صاحب حاجتی وجود دارد. آنگاه که پیامبر (ع) مرا به یمن می فرستاد از او پرسیدم، با مردم چگونه نماز بخوانم؟ فرمود: (در حد توان ناتوانان نماز بگذار و بر مومنان مهربان باش) هیچ گاه خود را فراوان از مردم پنهان مدار، که پنهان بودن رهبران، نمونه ای از تنگ نظری و کن اطلاعی در امور جامعه می باشد. پنهان شدن از رعیت، زمامداران را از دانستن آنچه بر آنان پوشیده است باز می دارد، پس کار بزرگ، اندک، و کار اندک، بزرگ جلوه می کند، زیبا، زشت و زشت، زیبا می نماید و باطل به لباس حق در آید.

حضرت علی (ع) می فرماید: «پروردگارا! تو از هر مونس برای دوستان مونس تری و از همه آنها برای کسانی که به تو اعتماد کنند، برای کارگزاری، آماده تری. پروردگارا! آنان را در باطن دلشان مشاهده می کنی و در اعماق ضمیرشان بر حال آنان آگاهی و میزان معرفت و بصیرتشان را می دانی، رازهای آنان نزد تو آشکار است و دل های آنان در فراق تو بی تاب. اگر تنهایی سبب وحشت آنان گردد، یاد تو مونس آنهاست، و اگر سختی ها بر آنان فرو ریزد، به تو پناه می برند.» [۲]

نماز و احساس مسولیت

با اقامه نماز، احساس مسولیت در انسان بیدار می شود چون آن چه آدمی را به بی تفاوتی می کشاند غفلت است و نماز ضد غفلت است.

انسان در زندگی این جهان با توجه به "عوامل غافل‌کننده" به تذکر و یادآوری نیاز دارد. باید وسیله‌ای او را در فاصله‌های مختلف زمانی به مبدأ هستی توجه دهد، هدف آفرینش را به یادش آورد و از غرق شدن در گرداب غفلت و بی‌خبری بازدارد. این وظیفه مهم به عهده نماز است. [۴]

به عبارت دیگر، انسان موجودی دو بعدی است و خداوند هستی‌بخش او را مرکب از جسم و روح آفریده است. همان‌گونه که وی از ابتدای خلقت جسم و ماده خویش تا پایان زندگانی در این دنیا به افاضه از ناحیه خالق خویش نیاز دارد و بدون آن لحظه‌ای درنگ نخواهد کرد، در زندگانی روحانی نیز از هنگامی که درک و شعورش کامل شد تا پایان زندگانی به فیض‌بخشی از سوی مبدأ پیدایش خویش نیازمند است تا قلبش نمیرد و به زندگانی روحانی‌اش ادامه دهد؛ و این مقصود جز از راه ارتباط با آفریدگار متعال حاصل نخواهد شد؛ و چنان که خود فرموده و در آیات بسیاری از قرآن بر آن تأکید ورزید: بهترین راه ارتباط با او نماز است. از این رو، در نخستین دستورها به موسی (ع) آمده است "نماز را برپا دار تا به یاد من باشی" [۵]

علامه طباطبایی (ره) می‌گوید: این که در این آیه "ذکر" و یاد خدا را مخصوص نماز کرده بدان سبب است که نماز برترین عملی است که فروتنی و بندگی در آن نمودار می‌شود؛ و به عبارتی در نماز "یاد خداوند" تجسم پیدا می‌کند. [۶]

قرآن کریم در دو سوره مؤنون (آیات ۱ تا ۱۱) و معارج (آیات ۲۲ تا ۳۴) به ترتیب شش و هشت ویژگی انسان‌های شایسته را برشمرده و در آغاز و انجام آن‌ها نماز را مطرح فرموده است. از نماز شروع و به نماز ختم می‌گردد. خداوند در این خصوص می‌فرماید:

"الذین هم علی صلواتهم دائمون؛ آنان همواره نمازشان را می‌خوانند" و هرگز نماز را ترک نمی‌کنند.

"والذین هم فی أموالهم حق معلوم للسائل و المحروم" نماز گزار کسی است که همه آنچه را در اختیار او است، به خود اختصاص نمی دهد، بلکه سهمی را هم برای فقرا منظور می کند.

"والذین هم من عذاب ربهم مشفقون" آنان از عذاب خدای سبحان هراسناکند.

"والذین هم لأماناتهم و عهدهم راعون" آنان که امانت‌ها را (چه مالی و چه غیر مالی) رعایت می کنند و به تعهداتی که بین خود و خدا و بین خود و دیگران دارند پایبند هستند. از این که صفاتی مانند امانتداری و وفاء به عهد و کمک به نیازمندان و شهادت به حق دادن که از انواع مسولیت های اجتماعی است در زمره آیات نماز ذکر شده است، می توان گفت: نماز واقعی انسان را به انجام این گونه مسولیت ها و می دارد.

از سوی دیگر نماز ستون دین است و اگر نیک بنگریم در می یابیم همه فعالیت های اجتماعی بسان طناب ها یا چوبک های اطراف خیمه اند. البته برای برپا ماندن خیمه به همه این طناب ها و چوبک ها نیاز است، اما آنچه انگیزه کارهای نیک را تقویت می کند و کارهای امر به معروف و جهاد و... جهت می دهد یاد خدا است که بهترین قالب آن نماز است.

نکته مهم دیگر تاثیر نماز در تقویت همیاری مردم و احساس مسولیت آنان است. همه می دانیم مستحب است نماز های روزانه بویژه نماز صبح و مغرب و عشا به جماعت اقامه شود. در اسلام به این امر مستحب سفارش اکید شده، از مجموع روایات استفاده می شود که اصل اولی در نماز، به جماعت خواندن است، مگر این که انسان عذری داشته باشد. استحباب و ثواب آن به اندازه ای است که رسول خدا(ص) در جنگ هم به جماعت نماز گذارد و به فرادا توصیه نکرد. در حدیث دیگر آمده: حاضر نشدن به جماعت از روی

بی اعتنائی جایز نیست. [۷]

همه این ها گویای اهمیت نماز جماعت است. روشن است آن همه سفارش و تأکید و ثواب بر پایه مصالح و فوایدی است که بر جماعت مترتب است. از امام رضا(ع) نقل شده که: "کمک به نیکی و تقوا است و مانع از خلاف‌ها و نافرمانی‌های خداوند است". از دیگر آثار نماز جماعت بر طرف شدن کدورت‌ها و کینه‌ها و اختلافات و نیز تقویت روح وحدت و برادری بین مسلمانان و نزدیکی دل‌ها است. همچنین موجب مساوی بودن فقیر و ثروتمند، رئیس و مرئوس، سیاه و سفید، کوچک و بزرگ است..

امام صادق(ع) فرمود: "خداوند به وسیله صف‌های جماعت دل‌های نمازگزاران را با هم هماهنگ می‌کند."

قرار گرفتن در صفوف به هم پیوسته جماعت امتیازها و برتری‌ها و غرورهای کاذب را دور می‌کند و انسان را به ماهیت خود آشنا می‌سازد. با شرکت در نماز جماعت مسلمانان از حال یکدیگر و حوادث و مشکلات که احیاناً برای جامعه اسلامی پیش می‌آید، با خبر می‌شوند. این عبادت با اجتماعی که همه در حال رکوع و سجودند، باعث رحمت خدا می‌گردد.

خداوند در سوره انفال پس از آن که از ایمان در قلب سخن گفته، می‌فرماید: "الذین یقیمون الصلوة و ممّا رزقناهم ینفقون اولئک هم المؤمنون حقاً آنان که نماز را اقامه کرده و از آن چه به آنان روزی دادیم، در راه خدا انفاق می‌کنند، مؤمن واقعی هستند". یعنی ایمان واقعی و حقیقی، عمل را به همراه دارد. عمل فردی و عبادی و ارتباط با خدا و راز و نیاز با او، نیز عمل اجتماعی و نیکی به دیگری و دستگیری از مستمندان و خدمت به خلق.. در غیر این صورت ایمان واقعی و حقیقی نخواهد بود. فریضه نماز امری نیست که فقط بنده را به خالق و پروردگارش نزدیک سازد و حلقه اتصال بین عبد و معبود را شدت بخشد و عشق به خدا در قلب و باطن او زنده سازد، بلکه در عین قرب الهی، او را با جامعه انسانی پیونده داده و نسبت به سایر انسانها بلکه تمام هموعانش ولو غیرمسلمان یک فرد مسئول بار می‌آورد.

بی‌جهت نیست که در قرآن مجید نماز در کنار زکات آمده است. این آیات به مسلمانان می‌آموزد که ارتباط با خالق از ارتباط با مخلوق جدا نیست. نمازی که با حس مسولیت همراه نباشد نماز واقعی نیست. اهل نماز به فکر اجتماع خویش بوده و تلاش دارند که با دادن زکات و اعطای صدقات، جامعه را از فقر بیرون آورند. «واقیموا الصلاة و اتوا الزکاة و ما تقدموا لانفسکم من خیر تجدوه عندالله؛ و نماز را به پا دارید و زکات را ادا کنید. هر کار خیری برای خود از پیش فرستید آن را نزد خدا خواهید یافت.» [۸]

۳ - "والذین یصدقون بیوم الدین" نمازگزاران کسانی هستند که به قیامت باور دارند، چون یاد معاد انسان را طاهر می‌کند و همه مشکلات در اثر فراموشی قیامت است. (همان، آیه ۲۶) ۶ - "والذینهم بشهاداتهم قائمون؛ کسانی که در شهادت‌های خود ایستادگی می‌کنند." (همان، آیه ۳۳) امام صادق (ع) فرمودند: «چه مانعی دارد که چون یکی از شما غم و اندوهی از غم‌های دنیا بر او در آید، وضو بگیرد و به مسجد رود و دو رکعت نماز بخواند و برای رفع اندوه خود، خدا را بخواند؟ مگر نشنیده‌اید که خداوند می‌فرماید: از صبر و نماز یاری بجوید.»

یکی از دانشمندان اسلامی می‌گوید: از طریق ذکر خدا، همه مخاوف و ترس‌ها و بیم‌ها از میان برمی‌خیزند و همه ناراحتی‌ها از آدمی سترده می‌شوند. آن‌گاه که فرد به یاد خدا می‌افتد، قلبش با طمأنینه، معمور و آباد گشته، مالا مال از رضا می‌شود؛ قلبی که قبلاً آکنده از ترس و یأس بوده است. لطف و توجه پروردگار، قلب ذاکر را زیر سایه خود قرار می‌دهد و انسان به این یقین و قاطعیت می‌رسد که رهیدن از ناراحتی‌های درونی، سهل و هموار است و می‌توان وسوسه‌ها را درهم کوبید و تخیلات باطل را از خود دور ساخت.. چنین فردِ ذاکری با خداست و از هیچ امری بیمناک نبوده، از هیچ چیزی نمی‌ترسد و به هیچ عارضه روانی دچار نمی‌گردد. این حالت به خاطر ثباتی که خداوند متعال در دل او ایجاد می‌کند، به هم می‌رسد.

گاندی می گوید: «دعا و نماز، زندگی ام را نجات داده است. بدون آن باید از مدت‌ها پیش دیوانه می‌شدم. من در تجارب زندگی عمومی و خصوصی خود، تلخ کامی‌های بسیار سخت داشته‌ام که مرا دست‌خوش ناامیدی می‌ساخت. اگر توانسته‌ام بر این ناامیدی‌ها چیره شوم، به خاطر نمازها و نیایش‌هایم بوده است. دعا و نماز را مانند حقیقت بخشی از زندگی خود نمی‌شمارم، فقط به خاطر نیاز و احتیاج شدید روحی آن‌ها را به کار می‌بستم؛ زیرا اغلب خود را در وضع و حالی می‌یافتم که احتمالاً بدون دعا و نماز نمی‌توانستم شادمان باشم. هر چه زمان گذشت، اعتقاد من به خداوند افزایش یافت و نیاز من به دعا و نماز بیشتر می‌شد و بدون آن زندگی برایم سرد و تهی بود.» [۹]

استاد جوادی آملی می گوید: خداوند متعال، حکیم است و حکیم کارهای خود را از روی حکمت و تدبیر انجام می‌دهد و در تشریح نماز هم رازهایی است که به تمام آن‌ها نمی‌توان پی برد، ولی با توجه به روایات و قرآن کریم، می‌توان به بعضی از آن‌ها رسید. مهم‌ترین رازهای عبادی همان طهارت ضمیر است که انسان جانش را از هر چه غیر خداست، پاک می‌کند. [۱۰]

انسان هر لحظه به خدای متعال و عنایت او احتیاج دارد و اگر عنایت الهی لحظه‌ای از انسان قطع شود، نابود و هلاک می‌گردد. دل انسان تنها با یاد و ذکر خدا مأنوس و آرام است و قلب انسانی با ذکر و نام او نورانی و باصفا می‌شود.

وقتی قرآن کریم سخن از نماز به میان می‌آورد، در سوره طه می‌فرماید: «نماز بخوانید تا یاد مرا زنده کنید» اگر یاد خدا به وسیله نماز ظهور کرد، قلب مطمئن و آرام می‌شود. کسی که دلش با یاد خدا مطمئن و محکم است، آرامش روحی و روانی دارد و هیچ هراسی از غیر خدا ندارد و امیدوار و آرام است؛ چون متکی به قدرت و عظمت الهی است و انوار الهی در درونش رسوخ کرده و یاد خدا عامل طمأنینه او شده است.

قرآن مجید درباره یکی از اسرار نماز در سوره معراج می‌فرماید "همانا انسان حریص آفریده شده است؛ وقتی شری به او برسد، فریاد می‌کشد و جزع می‌کند و هرگاه خیر و نعمتی به او برسد، بخل می‌ورزد، مگر نماز گزاران که اینان، افرادی هستند که بر نماز خویش مداومت می‌کنند و به آن اهمیت می‌دهند."

استاد جوادی آملی می‌گوید: این‌ها طبیعت را کوبیده‌اند و فطرت را احیا کرده‌اند و خاصیت نماز احیای فطرت است.

پیامبر گرامی (ص) فرمودند: «مَثَلُ خانِه‌ای که در آن از خدا یاد می‌شود و خانه‌ای که در آن ذکر از خدا به میان نمی‌آید، مانند مثل موجود زنده و مرده است.» یعنی دلی که مرکز یاد خداست، آباد و آرام است و دلی که از یاد خدا تهی است، ویران و تاریک است و اندوه و اضطراب آن را فرا گرفته. تنها یاد خدا و ذکر او دل‌های پریشان را دوا می‌کند.

یک پزشک معروف هلندی در این باره می‌گوید: «مهم‌ترین جواب آرام بخش که من در طول سال‌های متمادی تجربه و مهارتم در مسائل روانی به آن پی بردم، همین نماز است. من به عنوان یک پزشک می‌گویم مهم‌ترین وسیله در آرامش روان که ضامن از بین بردن تنش‌ها و اضطراب‌ها و افسردگی‌های روزمره است و من تا کنون شناخته‌ام نماز است.»

در بحث برنامه ریزی ساعات آموزش برای نماز، مشکل اساسی، نگرش افراد نسبت به این مسئله است. مثال بسیار زیبا برای آن بزرگانی همچون شهید رجایی و شهید باهنر و شهید صیاد شیرازی است که اهمیت نماز را درک کرده بودند و آن را به هر کاری ارجحیت می‌دادند. اما مشکل بعدی در بحث نگرش‌ها نوع نگرش ما نسبت به کار است اینکه ما نگرش سیستمی و نظام مند نداریم و عموماً جزیره‌ای عمل می‌کنیم.

راهکارهای ترویج و توسعه فرهنگ اقامه نماز در مراکز علمی - دانشگاهی

برای توسعه و گسترش فرهنگ اقامه نماز در دانشگاه‌ها و بین دانشجویان، اساتید و کارکنان باید به صورت هر می عمل نمود یعنی اینکه این روند باید ابتدا در روسا و معاونین

آغاز شود و عملکرد آنها، در حوزه آموزش و فرهنگ سازی و تبلیغات و برنامه ریزی و ایجاد تسهیلات لازم شرط لازم آن می باشد. راهکارهای زیر را برای توسعه این امر ارائه می کنیم.

۱- تبیین ارزش و اهمیت نماز چه یادآوری و چه آموزش و آسیب شناسی و رفع

آسیب ها

۲- در مراکز علمی- آموزشی باید به این نکته توجه شود که ساعت کلاس ها با زمان نماز تلاقی نداشته باشد. در برخی مراکز مرسوم شده که دوبار اذان گفته می شود و آن هم به علت عدم جابه جایی کلاس ها لذا باید معیار برنامه ریزی ها را وقت نماز قرار داد.

۳- عملکرد مسئولان، وظیفه ای به عنوان آموزش چهره به چهره که برعهده ما است. هر مسئولی چند نفری دور خود دارد که آموزش به ایشان باعث گسترش فرهنگ نماز می گردد.

۴- برخی جلسات و برنامه ها در زمان اذان هم ادامه پیدا می کند، که باید از آن جلوگیری شود. مشخص است اگر جلسه در زمان اذان ادامه پیدا کند تا افراد آماده شوند و به نماز برسند یا وسط نماز می رسند یا وقتی که نماز تمام شده.

۵- تبلیغات، از فرصتهای مناسب باید برای تبلیغ و ترویج دین اسلام و گسترش فرهنگ نماز و نمازخوانی استفاده نمود.

۶- ایجاد احساس مسئولیت در اساتید و کارمندان که حتماً باید در نماز جماعت حضور پیدا کنند و تأکید بر آن البته با توجه به صحبت های حضرت امام (ره) و مقام معظم رهبری در کنار تبلیغات باید توجه شود.

۷- شوق آفرینی و ایجاد راههای دوستانه و محبت بردانشجویان و تشویق دانشجویان به امر نماز.

۸- رفع موانع فیزیکی در بحث نماز از مواردی است که باید به آنها اهتمام شود. و در نمازخانه در طول روز باشد.

۹- در حوزه فرهنگ سازی هم ترویج اذان، شناسایی و ارزش نهادن به موذن، اذان زنده در محل کار، راهروها و اتاق ها و سالن های محل کار کمک شایانی به امر ترویج نماز جماعت می نماید که با اجرای مسابقات اذان و نماز و سایر راهکارهای لازم می توان در ارتقای مقام و منزلت نماز قدم برداشت.

منابع

۱. محمد محمدی اشتهاردی، نماز از دیدگاه قرآن و عترت ص ۶، ناشرانتشارات نبوی
۲. نهج البلاغه خطبه ۲۲۵
۳. مهدی پروا، روان‌شناسی یکتاپرستی، تهران، نشر انتشار، ۱۳۸۰، ص ۷۸
۴. ناصر مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۱۳، ص ۱۷۴
۵. قرآن کریم، سوره طه آیه ۴
۶. علامه طباطبایی، المیزان فی تفسیرالقرآن، ج ۱۶، ص ۱۴۰
۷. وسائل الشیعه، ص ۲۹۳، باب ۲ ح ۸
۸. قرآن کریم، سوره بقره، آیه ۱۱۰
۹. مهاتما گاندی، همه مردم برادرند، ترجمه محمود تفضلی، تهران، امیرکبیر، ۱۳۶، ص ۱۰۶
۱۰. عبدالله جوادی آملی، اسرار عبادات، ص ۳۱

از نظر فقهی نماز عملی است که دارای ارکان و شرایط خاص است که روزی پنج بار بر شخص مکلف واجب است اما حقیقت نماز آن رابطه قلبی و عملی با خدا است نماز، موجب نزدیکی هر پارسایی به خداست.

راهکارهای جذب دانشجویان به نماز و نقش استادان در ترویج فرهنگ نماز

(بر اساس تحقیق بر روی دانشجویان مهندسی برق دانشگاه آزاد اسلامی واحد هرنند)

محمد رجیبی سیدانی

هیئت علمی تمام وقت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد هرنند، اصفهان

چکیده

در پژوهش حاضر، راهکارهای جذب دانشجویان رشته مهندسی تکنولوژی برق - قدرت دانشگاه آزاد اسلامی واحد هرنند در اقامه نماز جماعت مورد مطالعه واقع شده است. در راستای هدف مذکور، اعتقاد به نماز و اقامه آن، نقش استادان تخصصی و گروه معارف در ایجاد انگیزه جهت اقامه نماز و شرکت مسئولین دانشگاه در اقامه نماز مورد تحلیل قرار گرفت.

مقدمه

جوانان به عنوان آینده سازان جامعه اسلامی از بزرگ ترین سرمایه های این کشور به شمار می روند و تلاش در جهت توسعه آگاهی های دینی آنان از اهمیت بسزایی برخوردار است.

اگر میزان معرفت جوانان به آموزه های دینی و زلال معارف دین از رشد و نمو مطلوبی بهره مند باشد، شخصیت دینی آنان به گونه ای شایسته شکل خواهد گرفت و هنگام ورود به جامعه اسلامی تاثیر به سزایی در آن جامعه پدید خواهند آورد، اما اگر خدای ناکرده از تربیت لازم برخوردار نباشند زمینه اصلاح جامعه فراهم نخواهد شد. سرزندگی و نشاط، برکت حضور جوانان بوده و هر جایی که این قشر از جامعه در آن جا دیده شوند محیطی فرح بخش و جذاب است. تدین قشر جوان ایرانی بدون شک خود عاملی برای حضور جوانان در مرکز دینی است ولی با توجه به تأکیدات بزرگان دین برای تبلیغ اسلام و جذب اقشار مختلف از جمله قشر جوان باید با در نظر گرفتن تمامی جوانب اوضاع داخلی و خارجی کشور و جذابیت های کاذب هجمه فرهنگی غرب برای جلب نظر این طیف اکثریت فعال طرحی نو در انداخت. شعار جوان گرایی در سال های اخیر درباره مسائل مختلف بسیاری گفته شده و به خاطر عمل نشدن به آن دلزدگی جوانان را در پی داشته لذا در این مورد باید تلاش بر این باشد که همان مباحث با همان رویکرد شکل نگیرد و جذب جوانان به نماز و فرهنگ نماز با تمامی ابزارهای مادی و معنوی دنبال شود تا مبادا دست دشمن مترصد کوتاهی متولیان امر از آستین درآمده و جوانانمان را در چنگال خود گیرد.

هم اکنون با گسترش وسایل ارتباط جمعی و تنوع اهرمهای مورد استفاده ی غرب، این تهدید وجود دارد که جوانان ساده دل را به راحتی جذب امیال دنیوی کرده و در خود منازل و در اطاق شخصی افراد به آنان اطاعات غلط القا کنند. برای ترویج نماز و جذب جوانان به نماز زیاد می شود بحث کرد و به نتایج بسیار والایی هم دست یافت. نکته قابل ذکر اینکه

مورد مطلوب ما از جوان بیشتر دانشجویان می باشد. معمولاً جوانی که وارد دانشگاه می شود شخصیت فرهنگی و اجتماعی شکل گرفته است و تغییر دادن آن خیلی کار ساده‌ای نیست. به همین خاطر باید عوامل خیلی مهمی که در قبل از آن نقش خیلی مهم و تعیین کننده‌ای دارند مورد تاکید و بررسی قرار گیرد. پدر و مادر خیلی در جذب کردن فرزند خود به سمت دین و امور دینی نقش دارند. شاکیله‌های ذهنی و فکری فرزند در آغوش پدر و مادرش شکل می گیرد. برای اینکه یک جوان و یا نوجوان را به نماز و یا به طور کلی به دین علاقه مند کرد باید از کودکی با وی کار کرد. بعد از پدر مادر کودک بیشتر از والدین و محیط مدرسه تاثیر زیادی می گیرد. به همین دلیل معلمان هم خیلی می توانند در جذب نوجوان به نماز موثر واقع شوند. البته ما نمی توانیم نقش جامعه و گروه‌های اجتماعی دیگر مثل دانشگاه را بی تاثیر بدانیم. ولی برای اینکه فرد را به هر سمتی که می خواهی هدایت کنی بهترین موقع وقت کودکی فرد می باشد.

با توجه به اینکه دانشگاه نقش و رسالت بزرگی در ترویج و توسعه فرهنگ نماز دارد، در این مقاله به بررسی راهکارهای موثر در جذب دانشجویان به اقامه نماز جماعت پرداخته می شود. البته مسائل دینی و عبادی گرایش فطری دانشجویان است اما بررسی راهکارهای جذب، خالی از لطف نیست.

وجود عقل در اشرف مخلوقات دلیل عبادت خداوند بالا مرتبه است. دانستن این که عقل دارای کمترین خطاست بر کسی پوشیده نیست، و هرگاه حداقل خطا باشد عقل حکم به تبعیت می کند، عبادت جایگاهی است که خطا صفر است پس عقل آدمی به او حکم می کند که از آن پیروی کند.

سوالات و تحلیل آن

این پژوهش دارای سوالات پنج گزینه ای است که هر یک از موارد، به اختصار بررسی

می شود:

۱- با اصل نماز

تمام انسانها به طور فطری به اصل وجود خدا اعتقاد دارند در ضمیرشان نسبت به این امر واقفند، به نوعی همه دانشجویان اصل نماز را قبول داشتند زیرا از ۱۱۴ دانشجو ۹۶ نفر با اصل نماز کاملاً موافق و ۱۴ نفر هم موافق بودند یعنی حدود ۹۶/۴۸ درصد اصل نماز را قبول دارند و زیبا ترین مورد اینکه هیچ کس کاملاً مخالف یا مخالف با اصل نماز نبود. این نکته بسیار حایز اهمیت است و پتانسیل بالای اعتقاد به نماز را نشان می دهد و مسئولیت شورای فرهنگی و مسئولین فرهنگی دانشگاه را می طلبد تا اینگونه اعتقادات که ریشه در اسلامی شدن دانشگاههاست را با ارائه برنامه های مناسب و جامعی، اقامه نماز در دانشگاه را به جایگاه والا برسانند.

سوال	نظر دانشجو	تعداد	درصد	درصد متناظر
با اصل نماز	کاملاً موافقم	۹۶	۸۴/۲	۹۶/۴۸
	موافقم	۱۴	۱۲/۲۸	
	نظری ندارم	۴	۳/۵۲	۳/۵۲
	مخالفم	۰	۰	۰
	کاملاً مخالفم	۰	۰	
	جمع	۱۱۴	۱۰۰	۱۰۰

۲- نماز می خوانید

اصل نماز عرفان و انس و عشق و ادب است. اما در این انس و ادب و عشق، ذکرهایی همچون تکبیر، رکوع، سجده و تشهد است، پس نیاز به معرفت و آگاهی است. در نماز می گوئیم «حَىَّ عَلَى خَيْرِ الْعَمَلِ» به سوی بهترین عمل بشتابید. از این پیداست نماز یک کار است. وقتی نماز بهترین کار است، پس باید اصولی که در کار هست در نماز هم باشد. نماز باید الگو باشد. چرا نماز خیر العمل است؟ چون مفید، سازنده، مقدس و جامع است.

سوال	نظر دانشجو	تعداد	درصد	درصد متناظر
نماز می خوانید	همیشه	۸۰	۷۰/۱۷	۸۷/۷۱
	اکثر اوقات	۲۰	۱۷/۵۴	
	گاهگاهی	۱۲	۱۰/۵۳	۱۰/۵۳
	بی نظر	۰	۰	۱/۷۶
	هرگز	۲	۱/۷۶	
	جمع	۱۱۴	۱۰۰	۱۰۰

اعتقاد بالای دانشجویان به اصل نماز در مقام عمل نیز مشخص است همانطور که از نظر سنجی بدست آمده، ۸۷/۷۱ درصد دانشجویان نماز می خوانند و تنها ۱۰/۵۳ درصد دانشجویان در خواندن نماز ممکن است کوتاهی کنند که شاید خستگی، دلزدگی، غرق شدن در دنیا و یا دلایلی دیگر آنها را از این فریضه الهی دور ساخته است. نکته مهم این بخش اینست که همه نظر دادند و دانشجوی بی نظر وجود نداشت و عده ای حتی اعتراف به گناه کردند یعنی ۱/۷۶ درصد دانشجویان نماز نمی خوانند و باید در باطن آنها این آگاهی را ایجاد کرد تا بتوان آنها را به این فریضه الهی پایبند کرد، زیرا هیچ دانشجویی با اصل نماز مخالف نبود.

۳- با چه کسانی برای نماز به نمازخانه دانشگاه می روید؟

سوال	نظر دانشجو	تعداد	درصد	درصد متناظر
با چه کسی به نمازخانه می روید	دوستانم	۴۲	۳۶/۸۴	۴۶/۴۹
	استادم	۱۱	۹/۶۵	
	به تنهایی	۴۶	۴۰/۳۵	۴۰/۳۵
	اصلاً به نمازخانه نمی روم	۷	۶/۱۴	۶/۱۴
	برای کار شخصی به نمازخانه می روم	۸	۷/۰۲	۷/۰۲
	جمع	۱۱۴	۱۰۰	۱۰۰

همیشه در دین اسلام دستور بر جماعت بنا شده (اقیموا الصلوة) و همیشه نماز جماعت فضیلتش بیشتر است. ضمیر جمع داشتن آیه های سوره حمد: «ایاک نعبد و ایاک نستعین»، «اهدنا الصراط المستقیم» نشان دهنده تأکید بر جماعت است. البته آمار ۴۶/۴۹ درصدی دانشجویان تا حدودی اجتماعی بودن آنان را نشان می دهد اما تعداد زیادی از آنها ۴۰/۳۵ درصد نیز به تنهایی به نماز خانه می روند که دوستان و استادان می توانند نقش مهمی در همراهی کردن دانشجویان در اقامه نماز جماعت داشته باشند.

این امر با تشکیل نهادها و کانون های فرهنگی که توسط خود دانشجویان اداره می شوند، می تواند برای تبلیغ و تشویق به اقامه نماز جماعت مناسب باشد. البته ۷/۰۲ از دانشجویان از نماز خانه برای کتاب خواندن، مشورت با دوستان و یا استراحت از این مکان مقدس استفاده می کنند. با برنامه ریزی فرهنگی مناسب می توان این افراد را نیز به اقامه نماز جماعت دعوت کرد. در بعضی از دانشگاه ها در نمازخانه اعتکاف علمی برگزار می شود یعنی با جذب دانشجویان ممتاز در قسمت فرهنگی نمازخانه باعث جذب دیگر دانشجویان شده و آنها را نیز از نظر علمی تقویت می کنند.

تشکل های موجود در دانشگاه ها به دلیل اینکه تقریباً همه آنها دانشجویی هستند و از دل دانشجویان بیرون می آیند و با دانشجویان روابطی دانشجویی و دوستانه دارد خیلی نقش مهمی در ترویج نماز و جذب جوانان به نماز و فرهنگ نماز دارد. چون دانشجویان بیشتر این تشکلها را از خود می دانند و مسئولین آن از دوستان خودشان هستند و به طور معمول جوان از جوان و از همسن و سال خود خود بیشتر حرف شنوی دارد و احساس راحتی دارد؛ تشکل های دانشجویی می توانند با استفاده از این فرصت در دل دانشجویان نفوذ کرده و با آنها رابطه صمیمانه و دوستانه و پایدار برقرار کند و فرهنگ نماز را بین آنها ترویج کند. البته جدیداً رویکردی که بیشتر در اکثر دانشگاه ها دنبال می شود این است که بیشتر کارها به خود دانشجویان واگذار می شود. با توجه به این رویکرد می توان برنامه ریزی های فرهنگی را در

ابعادی به خود دانشجویان و یا تشکل‌های دانشجویی که نماینده دانشجویان می‌باشد و اگذار کرد تا با توجه به روحیات جوانی و شرایط محیطی دانشگاه در مورد امور دینی بالاخص ترویج نماز و شعائر دینی در بین دانشجویان تصمیم بگیرند.

۴- استادان دانشگاه در نماز جماعت شرکت می‌کنند.

آنچه که بیشتر مورد مطلوب ما در این مقاله می‌باشد همین بحث است. یعنی نقش و تاثیری که اساتید در ترویج فرهنگ اصیل نماز و جذب دانشجویان به نماز و به ویژه نماز جماعت دارند چه می‌باشد؟

اساتید دانشگاه می‌توانند به عنوان یک الگویی که چهره‌ای مقبول بین دانشجویان دارند معرفی شوند. معمولاً دانشجویان در محیط دانشگاه بیشتر از دو قشر تاثیر می‌پذیرند: یکی دوستان و یکی دیگر اساتید. این تاثیر پذیری نه فقط در امور مذهبی بلکه در امور سیاسی و یا اجتماعی هم چنین می‌باشد.

دانشجویان اساتید خود را به عنوان فردی که گرم و سرد روزگار را چشیده است و مطالعات زیادی داشته و تجربیات زیادی در عمر خود کسب کرده، می‌شناسند و در پیش خود اعمال و رفتارشان را تقریباً منطقی و علمی می‌دانند که احتمال اشتباه در آن خیلی کم وجود دارد. بنابراین رفتار خیلی از اساتید که بیشتر هم در بین دانشجویان سرشناس تر هستند خیلی می‌تواند در ترویج این امر کمک کند.

سوال	نظر دانشجو	تعداد	درصد	درصد متناظر
شرکت استادان در نماز جماعت	همیشه	۱۶	۱۴/۰۳	۵۰/۸۷
	اکثر اوقات	۴۲	۳۶/۸۴	
	گاهگاهی	۳۸	۳۳/۳۴	۳۳/۳۴
	بی نظر	۱۸	۱۵/۷۹	۱۵/۷۹
	هرگز	۰	۰	۰
	جمع	۱۱۴	۱۰۰	۱۰۰

بر اساس این آمار که توسط دانشجویان در نظر سنجی آمده، ۵۰/۸۷ درصد استادان دانشگاه در اقامه نماز دانشگاه حضور دارند و این آمار خوبی است و می تواند در جایگاه ممتاز قرار گیرد، زیرا دانشگاه اسلامی رسالت بزرگ تربیتی بر عهده دارد و باید سعی شود تا با تشویق، این آمار افزایش یابد. در نتیجه می باید زمینه های لازم برای شرکت استادان در اقامه نماز همه جانبه فراهم شود، البته در آیین نامه جدید ارتقاء هیئت علمی موارد فرهنگی بطور چشمگیری ملاحظه شده است، اما باز می توان با برگزاری جلساتی همانند برگزاری جشن ها، عیدها، روز معلم و ایجاد کانون های مذهبی دانشگاهیان و مواردی از این قبیل در دانشگاه، حضور استادان را در اقامه نماز پر رنگ تر کرد. از نکات جالب در نظر سنجی این است که استادان به هر نوعی در نماز جماعت دانشگاه حضور داشته اند و هیچ دانشجویی شرکت استادان را کاملاً نفی نکرده است و گزینه هرگز در این نظر سنجی استفاده نشده است. البته از نظر اینجانب برگزاری جلسات ضیافت که برای اولین بار در اصفهان به نمایندگی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان با موضوع تعلیم و تربیت اسلامی و علم ودین برای استادان تشکیل شد بسیار موثر و مفید بود.

۵- استادان گروه معارف در نماز جماعت حضور دارند.

سوال	نظر دانشجو	تعداد	درصد	درصد متناظر
شرکت استادان گروه معارف در نماز جماعت	همیشه	۷۸	۶۸/۴۲	۸۶/۸۴
	اکثر اوقات	۲۱	۱۸/۴۲	
	گاهگاهی	۸	۷/۰۲	۷/۰۲
	بی نظر	۷	۶/۱۴	۶/۱۴
	هرگز	۰	۰	۰
	جمع	۱۱۴	۱۰۰	۱۰۰

دانشجویان حضور استادان گروه معارف را در اقامه نماز مطلوب دانسته اند. پس این گروه نقش بسزایی در جذب دانشجویان به اقامه نماز می توانند داشته باشند. دروس گروه معارف دانشگاه به خصوص درس آیین زندگی از بهترین درس های دانشگاهی است که استادان گروه معارف می توانند تأثیر زیادی بر جذب دانشجویان به اقامه نماز داشته باشند. البته حضور امام جماعت دانشگاه در تدریس نقش پر رنگی در این آمار داشته است، و از آنجا که استادان گروه معارف تأثیر بی نظیری در جذب دانشجویان به اقامه نماز دارند می توان از استادان تحصیل کرده حوزه علمیه، که دارای اخلاق پسندیده و جوان پسند هستند استفاده کرد.

۶- پدر و مادر در منزل نماز می خوانند

سوال	نظر دانشجو	تعداد	درصد	درصد متناظر
نماز خواندن والدین	همیشه	۹۳	۸۱/۵۸	۹۲/۹۸
	اکثر اوقات	۱۳	۱۱/۴	
	گاهگاهی	۶	۵/۲۶	۵/۲۶
	بی نظر	۰	۰	۰
	هرگز	۲	۱/۷۶	۱/۷۶
	جمع	۱۱۴	۱۰۰	۱۰۰

خانواده ها از نظر اعتقاد به اقامه نماز در حد عالی هستند و حدود ۹۳ درصد والدین نمازخوان هستند و این نکته بسیار قابل تأمل است و باید قشر جوان و دانشجو مورد غفلت قرار نگیرد و دانشجویان می توانند از والدین خود الگو برداری کنند و آنها مشاهده می کنند که والدین خود با چه شوق و اشتیاقی این تکلیف الهی را بدون سستی انجام می دهند. البته چندی پیش دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان با همت واحدهای هرند، دولت آباد و شاهین شهر، همایشی با نام تعامل خانواده، دانشجو و دانشگاه برگزار کرد و اگر تداوم داشته

باشد می توان با تأثیر، نقش خانواده و دانشگاه، حضور دانشجویان را در نماز جماعت پر رنگ تر کرد.

۷- مسائل نماز را می دانید

سوال	نظر دانشجو	تعداد	درصد	درصد متناظر
دانستن مسائل نماز	همه مسائل	۱۶	۱۴/۰۴	۶۹/۳
	اکثر مسائل	۳۴	۲۹/۸۲	
	بعضی مسائل	۲۹	۲۵/۴۴	
	مسائل مورد نیازم	۳۲	۲۸/۰۷	۲۸/۰۷
	هیچ نمی دانم	۳	۲/۶۳	۲/۶۳
	جمع	۱۱۴	۱۰۰	۱۰۰

خوشبختانه اکثر دانشجویان مسائل مربوط به نماز را می دانند که این امر نشان دهنده پابندی دانشجویان به نماز و اعتقادات مذهبی است. مسائل نماز هر کدام دارای حکمی است که دانستن آن بر فرد مسلمان واجب است تا نماز از نظری شرعی مورد قبول حق تعالی واقع شود. این فقط نظر سنجی است و باید به صورت عملی از دانشجویان پرسیده شود تا بتوان آنها را از این نظر مقایسه کرد. حضور امام جماعت دانشگاه قبل و بعد از نماز در نمازخانه دانشگاه برای پاسخ دادن به مسائل نماز بسیار مورد استقبال واقع می شود، همچنین می توان مسائل عمومی نماز را در تابلوهای مناسبی در معرض دید دانشجویان قرار داد. وجود دفتر فرهنگ اسلامی نیز در این امر می تواند بسیار مفید باشد. امام جماعات مساجد دانشگاه نقش موثری در رونق بخشی به نماز دارند و مسئولان دانشگاهها نیز باید با همکاری ائمه جماعات در ارتقاء معنوی و فرهنگی دانشجویان کوشش نمایند. مساجد در دانشگاهها باید جایی باشد که همه گرایشات فکری در آن به راحتی حضور داشته باشند.

نماز تنها مقوله‌ای است که می‌تواند تمام ابعاد سیاسی، اجتماعی و فرهنگی مرتبط با دانشجویان را در دانشگاه‌ها در بر بگیرد و در واقع نماز همه نیازمندی‌های یک انسان را برطرف می‌کند.

در یک نظرسنجی که از دانشجویان پیرامون اقامه نماز در سال گذشته صورت گرفت بیش از ۸۰ درصد از دانشجویان بر اقامه نماز اول وقت تاکید داشتند و این نشان دهنده این است که اکثر دانشجویان برای نماز و خصوصاً نماز اول وقت اهمیت قائل هستند و این مسئولان فرهنگی دانشگاه هستند که باید با کمک مسئولان دانشگاه امکان استفاده دانشجویان را از این نعمت الهی فراهم کنند.

مسئولین امور فرهنگی باید برای اقامه نماز جماعت در دانشگاه و ترویج نماز بین دانشجویان یک محیط مناسب و تمیز که در شأن نماز است را در نظر بگیرند.

۸- مسابقات نماز، قرآن و عترت در علاقه‌مندی دانشجویان به نماز جماعت نقش مهمی دارد
بهترین شیوه جهت دعوت به اقامه نماز در دانشگاه‌ها، شیوه عملی همراه با رویکردی پویا و خلاقانه است که در اسلام تبلیغ گروهی با برگزاری نماز جماعت را به تبلیغ فردی ترجیح داده شده که در این امر حضور اساتید و متولیان فرهنگی دانشگاه‌ها جهت اقامه نماز نقش بسیار مهمی ایفا می‌کند. در دانشگاه‌ها هنوز در زمینه اقامه نماز در دانشگاه‌ها خلأ وجود دارد. در زمینه ترویج و نهادینه شدن این فریضه الهی باید ابتکار و خلاقیت در مورد ارتباط و تعامل با جوانان مورد توجه متولیان و مبلغان قرار گیرد که در این رابطه نیاز به حضور افراد پویا جهت برنامه‌ریزی منسجم درباره ترویج فرهنگ نماز در دانشگاه‌هاست. تبلیغ و تشویق دانشجویان به اقامه نماز بسیار مهم است، که خوشبختانه دانشگاه آزاد در این امر همیشه پیش قدم است. در این نظر سنجی این سوال از دانشجویان پرسیده شد که نتایج در جدول زیر آمده است:

سوال	نظر دانشجو	تعداد	درصد	درصد متناظر
رابطه مسابقات و اقامه نماز	کاملاً موافقم	۷۶	۶۶/۶۷	۷۸/۹۵
	موافقم	۱۴	۱۲/۲۸	
	نظری ندارم	۱۹	۱۶/۶۷	۱۶/۶۷
	مخالفم	۳	۲/۶۳	۴/۳۸
	کاملاً مخالفم	۲	۱/۷۵	
	جمع	۱۱۴	۱۰۰	۱۰۰

دانشگاه آزاد اسلامی توانسته با ایجاد مسابقات قرآنی و نماز در جذب دانشجویان به مسائل اعتقادی و دینی گامی بسیار بزرگی بردارد، پس لازم است این سرمایه گذاری معنوی و گاهی اوقات تشویقات مادی و تبلیغات مناسب در زمینه اقامه نماز صورت گیرد. دانشجویان این نیروهای جوان همیشه علاقه مند به دیدن بازخوردها و رفتار گروه فرهنگی دانشگاه در امور نماز هستند لذا لازم است هزینه های مناسبی برای این موارد در نظر گرفته شود، تا دانشجویان در شرکت در نماز جماعت رغبت پیدا کنند. برپایی مسابقات قرآن و عترت، جشنواره های فرهنگی، مسابقات اذان و اقامه، شعر و داستان می تواند در جشن ها و اعیاد بهتر است در دستور کار قرار گیرد.

نتیجه گیری

محیط دانشگاه اگر محیط نماز باشد دانش جویان نمازخوان می شوند. ولی اگر محیط دستور به نماز باشد ولی نماز نباشد آنها هم خیلی عنایت نخواهند داشت. گفتنی است برای اینکه بتوانیم دید جامعی نسبت به نماز در بینش دانش جویان ایجاد نماییم، باید تمامی عوامل دانشگاه در ترویج این فریضه الهی همکاری داشته و با حضور اکثریت اساتید در نمازهای جماعت دانشگاه، الگوسازی کاملی را برای دانش جویان ایجاد نمایند و با مطالعه کتب دینی و اخلاقی، در جهت پرورش روحیه مذهبی و اخلاقی آنها نقش موثری داشته باشند. برای

ترویج فرهنگ نماز در محیط دانشگاه فاکتورهای زیاد و مهمی وجود دارد. به عبارت دیگر عوامل مختلف و متفاوتی با هم باید همگاری تنگاتنگی داشته باشند تا بتوانند نماز را در بین دانشجویان و دانشگاه ترویج دهند.

این پژوهش نشان می دهد که اعتقادات دانشجویان با اصل نماز بسیار زیاد است (۹۶/۵٪) و باید آگاهی دانشجویان را بیشتر کرد تا همه دانشجویان نماز خوان شوند، پس نیازمند برنامه های جامع و مناسب است تا دانشگاه جایگاه نماز را ممتاز کند. استادان تخصصی و گروه معارف نیز می توانند نقش مهمی در جذب دانشجویان به اقامه نماز داشته باشند، استفاده از استادان تحصیل کرده حوزه علمیه با اخلاق پسندیده در این مورد مناسب به نظر می رسد. ایجاد کانونهای تعامل دانشگاه و خانواده در سراسر کشور نیاز است تا با توجه به نقش تربیتی خانواده، الگوی مناسبی برای جذب دانشجویان به اقامه نماز شود. برای غنی ساختن مسائل نماز لازم است امام جماعت قبل و بعد یا بین دو نماز به طور مختصر و مفید مسائل عمومی و لازم را بازگو کند. البته می توان احکام مورد نیاز را به صورت کتابچه ای در اختیار دانشجویان قرار داد. برپایی مسابقات قرآن و نماز و تشویق نیز نقش مهمی در جذب دانشجویان به اقامه نماز دارد.

منابع

۱. طالبان، محمدرضا (۱۳۷۷)، «سنجش دینداری جوانان». نمایه پژوهش. شماره‌های ۷ و ۹، تهران. پژوهش‌های فرهنگ و اندیشه اسلامی.
۲. قرائتی، محسن (۱۳۷۴). تفسیر نماز. تهران. ستاد اقامه نماز
۳. رحیمی چ، نصیرزاده ر. انگیزه های نماز خواندن و بازخورد دانشجویان نسبت به نماز. مجله حیات. ۱۳۸۲. ۱۲۴-۱۲۱: (۴) ۱
۴. پوروهاب، محمود ۱۳۸۰، مجید ملامحمدی، پله پله تا خدا، نشر بستان کتاب قم، چاپ ۳، ص ۱۰
۵. ضیایی فرد یدا...، ۱۳۸۱ نگاهی به نهاد امور تربیتی، ماهنامه پرورشی تربیت، شماره ۷ و ۸ سال ۱۷ ص ۱۵
۶. نعیمی، جواد ۱۳۷۵، شوق پرواز، مشهد انتشارات گوهر سیاح ص ۶۴.
۷. معاونت پرورشی وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۷۴ طرح‌ها و فعالیت‌های گروهی دانش آموزان، تهران نشر تربیت، ۷۲
۸. محمدی، محسن و دیگران، (۱۳۸۳)، راهکارهای مشارکت جوانان در مساجد، مجله مسجد، سال هفتم، ش ۸۹
۹. نشریه حوزه، قم، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه، سر دبیر عباس صالحی
۱۰. طوسی، ابو جعفر، استبصار، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۹۰

شیوه‌های جذب دانشجویان به نماز

زهرة زیودار^۱

دانشگاه آزاد اسلامی، واحد دولت آباد، گروه حسابداری، اصفهان، ایران Zivdar@iauda.ac.ir

هوتن ایروانی

دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اردستان، گروه معماری، اصفهان، ایران

h_iravani@iauard.ac.ir

رحمان ساعدی

دانشگاه آزاد اسلامی، واحد دولت آباد، گروه حسابداری، اصفهان، ایران

saedi@hesabdari.iauda.ac.ir

چکیده

انسان‌ها با تمام ویژگی‌های مختلفی که دارند، نقاط مشترکی نیز در وجودشان یافت می‌شود. حس پرستش و اظهار نیاز به یک مبدأ متعالی در درون هر انسانی شعله‌ور است. هر انسانی از صمیم وجود خویش می‌داند که باید خدایی را پرستید و در مقابل او کرنش نمود. توسعه علمی و پیشرفت فن‌آوری در دنیای امروز موجب گردیده که با اختراع و تولید ابزار و وسایل بی‌شمار مردم از زندگی متنوع و آسایش بیشتری برخوردار شوند ولی نتوانسته‌اند از اختلافات و نابسامانی‌های رفتاری جلوگیری نموده و به آرامش درونی بیشتری دست یابند. به عقیده بسیاری از صاحب‌نظران و اندیشمندان، جهان نیازمند ترسیم برنامه‌جدیدی است و آن‌گرایش و تقویت معنویت در انسانهاست. نوجوان در کسب هویت خود به دنبال ایده‌آل‌های فلسفی و مذهبی می‌گردد تا آرامش پذیرد. دانشجویان در جامعه ما قشر عظیمی از جوانان و نوجوانان را تشکیل می‌دهند. برای جذب هر چه بیشتر این قشر به انجام این فریضه الهی راه کارهای مناسبی وجود دارد. این مقاله سعی

۱. عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد دولت آباد - تلفن تماس: ۰۹۱۲-۲۳۴-۲۳۶۸

آدرس: دولت آباد - بلوار دانشگاه - دانشگاه آزاد اسلامی واحد دولت آباد - گروه حسابداری

دارد تا با بیان این روش ها، قشر دانشجو را به بهره مندی هر چه بیشتر از این برکت الهی تشویق نماید.

واژه های کلیدی: نماز، دانشجو دانشگاه

مقدمه

قرآن در اولین سوره اش یعنی سوره حمد بر این نکته تاکید می کند که انسان بدون هیچ واسطه ای می تواند با خدای خود تماس بگیرد، با او سخن بگوید، راز و نیاز کند و حاجت بطلبد. نه تنها در سوره حمد، در جاهای دیگری از قرآن نیز به ساده بودن این ارتباط اشاره شده است، در سوره بقره آیه ۱۸۶ خداوند می فرماید:

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي

و هنگامی که بندگان من، از تو درباره من سؤال کنند، (بگو): من نزدیکم؛ دعای دعا کننده را به هنگامی که مرا می خواند، پاسخ می گویم، پس باید دعوت مرا بپذیرند، و ... راه آسان ارتباط با خدا بیشتر از هر دین و آیین دیگری، در دین مبین اسلام ظهور و بروز یافته است. خداوند متعال با تشریح یکی از زیباترین راه های ارتباط، بندگانش را گرمی داشته و لطف و مرحمتش را نصیبشان ساخته است. نماز همان پل ارتباطی بین انسان و خداست. همان که به راحتی برای هر انسان در هر جا و مکانی میسر است و با آن می تواند به ملکوت آسمان ها پرواز نماید. (ساجدی، ۱۳۸۷)

دستورات الهی برای به سعادت و کمال رسانیدن انسان ها و در نهایت رسیدن به قرب خداست. برای نیل به این مقصود خداوند متعال پیامبرانی و به ویژه آخرین سفیرش، پیامبر اعظم حضرت محمد مصطفی (ص) را فرستاد تا انسان ها را در یک برنامه تدریجی از انواع آلودگی ها، خرافات، کجروی ها، و زنگارهای شرک که همچون غل و زنجیر بر پیکرشان سنگینی می کرد رهایی بخشند. از جمله این دستورات، فریضه مقدس «نماز» است که ستون دین است و با پذیرفته شدن آن سایر اعمال نیز پذیرفته می شود. و اگر مورد پذیرش قرار نگیرد، سایر اعمال نیز بی نتیجه و مردود است. نماز در حقیقت به منزله آرم اسلام است و به سایر کارهای ما، در زندگی ارزش و اعتبار می بخشد. یقیناً یکی از دغدغه های استادان، دعوت و جذب دانشجویانی است که احیاناً اهمیت کمتری به نماز می دهند. (حر، ۱۳۸۸)

لازم به ذکر است برای جذب دانشجویان به نماز، لازم است ابتدا علل به توجهی و یا کم توجهی به نماز که مربوط به خانواده، محیط گروه همسالان و خود دانشجو است شناسایی شود و با آن ها مقابله گردد. در ادامه مقاله نیز به راههای جذب دانشجویان به نماز اشاره می گردد.

دلایل بی توجهی و یا کم توجهی به نماز (نصر، ۱۳۷۳)

موضوع مزبور به عنوان یک سؤال و موضوع تحقیق در میان عده کثیری از دانش آموزان دبیرستانی، دانش پژوهان مراکز پیش دانشگاهی و دانشجویان مطرح گردیده است تا در این صورت قضیه از ظن و گمان خارج و به واقعیت عینی نزدیک تر گردد. آنان در این نظر سنجی ها علل و عواملی را برشمرده اند که بسیار جالب توجه است. لازم به ذکر است که برخی از این علل از درصد بالایی برخوردار بوده که اکثریت آن را بیان داشته اند و بعضی دیگر در حد متوسط و ضعیف مطرح شده اند. مهمترین این عوامل عبارتند از:

۱- محیط خانواده و بی توجهی والدین

۲- عدم آگاهی و بینش کافی از فریضه نماز

۳- سستی و تنبلی

۴- مجالست با دوستان ناباب

۵- فساد اخلاقی

۶- تزامم نماز با کارهای شخصی

۷- غرور و تکبر

۸- تسویف (واگذار کردن کار به آینده)

۹- ضعف اعتقادی

۱۰- رفتار نامناسب مبلغان دینی

محیط خانواده و بی‌توجهی والدین

بی‌توجه بودن یا کم‌توجهی پدر و مادر یا مربی خانواده نسبت به دانشجویان در محیط خانه و سطحی‌نگری آنان در ابتدای نوجوانی دانشجویان و یا احياناً بی‌مبالاتی اعضای خانواده نسبت به مسائل دینی خصوصاً فریضه نماز تأثیر بسزائی در تربیت دانشجویان بجای می‌گذارد. بعنوان مثال فرزند اگر در خانه‌هایی رشد نماید که در آن خانه کسی به نماز اهمیت ندهد و یا در قبال مسائل دینی خود را مسئول ندانند و یا خود اهل نماز باشند ولی فرزند خانواده را تحریض و تشویق به نماز ننمایند قطعاً فرزند آن خانواده اهل نماز و عبادت نخواهد شد البته شاید در آینده بر اثر عوامل دیگر به نماز نخواهد داد. کانون خانواده مهمترین عامل در این زمینه محسوب می‌شود چون کانونی که جوان در آن رشد یافته کانون بی‌تفاوتی بوده است و هرگز کسی از طریق محبت و تشویق و یا از راه قهر و تهدید او را به امور عبادی و ادار نکرده و یا از او نخواسته است. چه بسا این جوان نسبت به سایر امور زندگی فردی سر به زیر و تسلیم‌پذیر و با شخصیتی از دیدگاه خانواده باشد ولیکن اهل نماز و دیانت نیست. این بدان جهت است که والدین در آن امور تأکید داشته‌اند اما در امور دینی اصراری به خرج نداده‌اند. و اگر در بُعد دینی توجه داشتند قطعاً خللی در او مشاهده نمی‌کردند.

عدم آگاهی و بینش کافی از فریضه نماز

عالم نبودن به محتوای نماز، درک پایین و بسیار اندک نسبت به تأثیر آن، عدم توجه به جایگاه نماز در اسلام، نداشتن انگیزه و هدف در اقامه و برپایی آن، آشنا نبودن به اسرار و فلسفه نماز و درخواست امور مادی از خدا و عدم دست‌یابی به آن یکی از عواملی است که جوانان را از این فریضه الهی دور نگه داشته است. در گفته‌ها و نوشته‌های بسیاری از آنان این نکته جلب توجه می‌کرد که ما نمی‌دانیم برای چه باید نماز خواند. اگر نماز نخوانیم چه می‌شود. با ترک نماز چه چیزی را از دست خواهیم داد و ظاهراً مشاهده می‌شود آنان که

نماز را برپا می‌دارند با کسانی که تارک نمازند فرقی نمی‌کنند. اگر نماز باید در زندگی افراد مؤثر واقع شود پس چرا این اثر ملموس نیست و چرا این مرزبندی را عملاً ما نمی‌بینیم؟ مگر خدا به دو رکعت نماز ما محتاج است؟ جوان باید قلبش پاک باشد، انسان باید با دوستان و همسایگان و نزدیکان و هموعان خود رفتار شایسته‌ای داشته باشد. خدا اینها را از ما خواسته است. نه اینکه نماز بخوانیم و در عین حال صدها عمل ناشایست را مرتکب شویم. اصل این است که ما انسان خوبی باشیم حال چه قائم به نماز باشیم یا تارک آن. پس ملاک انسان خوب بودن، نماز خواندن نیست بلکه دل و قلبی پاک داشتن است. همه این گفته‌ها حاکی از آن است که شناخت لازم و آگاهی کافی از فضائل نماز و جایگاه آن در اسلام برای کثیری از نوجوانان و جوانان حاصل نشده است.

سستی و تنبلی

بعد از دو عامل مذکور، علت دیگری که در ترک یا بی‌توجهی به نماز بیان شده است عنصر و عامل تنبلی است. غالباً نوجوانان و جوانان به آسانی تن به فعالیت نمی‌دهند مگر در اموری که بیشتر جنبه احساسی و هیجانی داشته و یا در اموری که با انگیزه و شناخت قلبی همراه باشد. برای فردی که چند سال است به سن تکلیف رسیده قدری مشکل است در هوای سرد زمستان آستین خود را بالا زند و با آب سرد وضو بگیرد و یا کفش و پوتین را از پایش در آورد و مسح نماید به همین خاطر گاهی از نماز خواندن طفره می‌رود و یا برای او دشوار است که از خواب نوشین صبح گاهی بزند و نمازش را بخواند. هر چند که برخی از نوجوانان و جوانان این عامل را در موضوع مورد بحث مهم شمرده‌اند و لیکن به نظر می‌رسد که این علت نمی‌تواند بعنوان یک عامل مستقل و بلکه یک علت به حساب آید چون بعداً خواهیم گفت که تنبلی خود معلول علل دیگری می‌باشد.

مجالست و همنشینی با دوستان ناباب

بدیهی است که نقش بسیار مهم دوستان در شکل دهی شخصیت انسانی خصوصاً در سنین نوجوانی و جوانی را نباید نادیده انگاشت. دوستان شایسته و خوب در سوق دادن انسان به سوی سعادت و کمال مؤثرند و دوستان ناشایست در انحراف آدمی به سمت ناهنجاریهای اخلاقی. چه بسا جوانانی که در مسائل دینی علاقمند و به دینداری خود راغبند و لیکن در محیطهای مختلف از قبیل محل‌هایی که در آن زندگی می‌کنند یا محیط کار و تحصیل که در آن ساعاتی از عمر را سپری می‌سازند با افرادی آشنایی شوند که به تدریج او را در دام بدینی و لا ابالی گری گرفتار می‌کنند.

فساد اخلاقی

برخی از جوانان در علت دوری از نماز و تعالیم دینی و مذهبی، مفساد اخلاقی را بسیار مؤثر می‌دانند. البته این عامل در خانواده‌ها و محیط‌های مختلف دارای شدت و ضعف می‌باشد و در بروز و ظهور آن می‌توان عللی را بر شمرد که هر کدام از آن عوامل به تنهایی می‌تواند در ایجاد آن و انحراف شخص کافی باشد.

عواملی چون خواندن و مطالعه نوشته‌های تحریک آمیز در مکتوبات و مقالات خصوصاً اگر با نثر روان یا بصورت نظم بوده باشد، تصاویر و عکسهای مبتذل در بیرون از خانواده و نیز بد حجابی یا بی حجابی برخی از اعضای فامیلی در مراسم جشن و سرور و عدم رعایت موازین شرعی و سنتهای غلط حاکم بر برخی از خانواده‌ها در درون خانواده می‌توانند در بروز مفساد اخلاقی اشخاص خصوصاً جوانان تأثیر زیادی داشته باشند.

مزاحم دانستن نماز برای کارهای شخصی

برخی چون در وقت نماز مشغول کارها و اعمال شخصی خود هستند فرصت اینکه نماز را در اول وقت آن اقامه کنند ندارند و وقتی که فرصتهای اولیه برای اقامه و برپایی نماز از دست برود تدریجاً بعد از استراحت چون دوباره مشغول فعالیت می‌شوند اقامه نماز را مانعی

برای انجام کارهای خود می‌دانند. البته خواهیم گفت که این عامل به بهانه شبیه‌تر است تا یک علت برای ترک یا بی‌توجهی به نماز.

تکبر و غرور

عامل دیگری که در ترک نماز و سایر فرایض عبادی می‌تواند مؤثر باشد غرور جوانی و تکبر و بزرگ‌منشی برخی از افراد است. صفت غرور از پست‌ترین اوصاف انسانی است که شاید بتوان گفت منشأ تمام گناهان و معاصی می‌گردد. هرگاه این خصلت در کسی پا بگیرد و استقرار یابد فرد را به مهلکه‌های بزرگی می‌کشاند با متصف شدن به این صفت فرد چنین می‌پندارد که اگر در مقابل خدای خود سجده کند کوچک می‌گردد بنابراین برای اینکه بزرگی و غرورش محفوظ بماند در مقابل هیچ‌کس نباید سر تعظیم فرود آورد ولو در مقابل خداوند متعال. فلذا این خیالبافی شاعرانه و تصورات جاهلانه او را از همه او امر متعبدانه دور ساخته و مانعش می‌شود که او در مسیر سعادت خویش گام بردارد. این همان وصفی است که وقتی در ابلیس ظاهر و آشکار شد در مقابل دستور صریح خداوند سرباز زد و حاضر نشد امر الهی را در سجده بر آدم امتثال نماید.

تسویف (واگذاری امور به آینده)

برخی از جوانان با توجه به اینکه چند سالی است که وارد سن تکلیف شده و در مقابل تعالیم و دستورات دین مکلف می‌باشند و بر آنها واجب است که به احکام دینی گردن نهند ولی با این توجیها که ما هنوز جوانیم و تازه اوایل عمر ماست و بهانه‌هایی از این قبیل اعمال دینی را ترک می‌کنند. جوان در بسیاری از مواقع نماز نخواندن خود را این چنین توجیه می‌کند که من بعداً می‌خوانم و یا قضای آن را بجا می‌آورم. عمر طولانی در پیش است پس می‌توان اعمالی که امروز از من ترک می‌شود در سنین پیری و زمان بیکاری

انجام داد و یا توبه کرد. بنابر این عملی که در آینده قابل جبران باشد و از طرفی مغفرت و بخشش الهی آن را شامل گردد جای نگرانی نیست.

ضعف اعتقادی

عامل دیگری که در روحیه جوانان می تواند تأثیر زیادی را بگذارد باورهای دینی و تقویت روحیات مذهبی است که بخش عمده این مسئولیت بر عهده مبلغان دینی می باشد. امروزه بخش عظیمی از جوانان که بهترین و مهمترین، قشر جامعه محسوب می شوند از ضعف اعتقادی رنج می برند. در کتب درسی خوانده اند که خدا و قیامتی هست و مسائل دینی تا حدودی به آنان گفته شده و لیکن به باور و یقین نرسیده است. اصول اعتقادی را بصورت مستدل و متقن فرا نگرفته بلکه اصول را چون فروع مقلدانه باور دارد. تعالیم دین را با انگیزه و اعتقاد انجام نمی دهد و بیش از آنکه با درایت و بینش همراه باشد با احساس و عاطفه با امور دینی برخورد دارد. این ضعف در عقیده و عدم استواری آن بر پایه منطق موجب می گردد که جوان به مسائل دینی آن اهمیت خاص را قائل نباشد و یا پای بندی کامل به تعالیم دینی را نداشته باشد. به همین جهت بسیار دیده می شود که بعضی از افراد، نماز خواندشان موسمی و فصلی است. مثلاً در فصل خاصی مثل ماه مبارک رمضان یا ایام ماه محرم و صفر، نمازشان را می خوانند و بقیه ماههای سال را با نماز وداع می گویند. بعضی فقط به چند تا از نمازهای واجب عمل می کنند و نماز صبح را مثلاً نمی خوانند. این نیست مگر از ضعف اعتقادی فرد. و تا این ضعف جبران نگردد، مشکل فوق قابل حل نخواهد بود.

رفتار نامناسب مبلغان دینی

منظور از عنوان مزبور، انکار یا زیر سؤال بردن مبلغان متعهد و متدین خصوصاً روحانیون وارسته ای که حیات خویش را صرف تبلیغ دین نموده اند نیست بلکه توجه دادن به این نکته است که باید برخورد با جوانان بسیار با ظرافت و دقت انجام گیرد. چون چه بسا جوانانی که مقید به موازین دینی باشند ولی با یک عکس العمل فردی که لباس دین بر تن

کرده است از دین بی‌زار گردند. تحقیقات و نظر سنجی‌ها گویای این حقیقت است که برخی از جوانان به خاطر دوستی و صمیمیت و ارتباط نزدیکی که با طلاب و روحانیون خصوصاً طلبه جوان پیدا کرده که باید از آن بعنوان یک پدیده میمون و مبارک نگریست رفتاری را مشاهده می‌کنند و یا سخنانی را می‌شنوند که موجب سستی و وهن آنها از دین می‌گردد.

شیوه‌های جذب دانشجویان به نماز (امانی ۱۳۸۹)

۱. ایجاد احساس خوشایند نسبت به نماز

اولین گام این است که تلاش کنیم تا احساس خوشایندی نسبت به نماز پیدا کند و شوق درونی را در او ایجاد کنیم زیرا اگر احساس خوبی به نماز داشته باشد خود به دنبال کسب اطلاعات و شناخت بیشتر نسبت به آن بر می‌آید و به ایجاد گرایش مثبت و به جای آوردن نماز در او منجر می‌شود.

۲. بکارگیری شیوه‌های غیر مستقیم

از بکارگیری جبر و فشار در دانشجویان برای انجام فریضه نماز پرهیز شود و از روش‌های استفاده نمایم که مطابق رغبت‌ها و انگیزه‌های خود آگاهانه و درونی دانشجویان باشد.

۳. استفاده از الگوهای رفتاری

همانند سازی با الگوی محبوب امری طبیعی و فطری است، مشاهده والدین، دوستان، نزدیکان، خویشان، اساتید و دیگر الگوها در حین اقامه نماز با معنا اثر خویشاندی در جذب او به این فریفته مهم خواهد داشت.

فلذا ضمن تعظیم و تکریم نماز از جانب خودمان خصوصاً در سفر میهمانی، مجالس عروسی، اردو و... زمینه دیدار فرزندان را با الگوهای محبوب فراهم آوریم. مشاهده تصاویر

ورزشکاران و هنرمندان محبوب نوجوانان در هنگام اقامه نماز تأثیر مثبتی روی آن‌ها می‌گذارد.

۴. بیان خاطره‌های زیبا در اهمیت و عظمت نماز

در مناسبت‌های مختلف از خاطرات زیبا و اثربخش نماز که خود تجربه کرده ایم و یا از دیگران شنیده ایم و خوانده ایم برای دانشجویانمان نقل نماییم. مثلاً: تصویر و فیلم مربوط به حضرت امام خمینی در بیمارستان که با وجود بیماری سخت نماز را ترک نمی‌کرد و اقامه می‌نمود. برخورد شهید رجایی که وقت اذان غذا آوردند گفت عهد کرده‌ام هیچ وقت قبل از نماز، ناهار نخورم. نماز ظهر عاشورای امام حسین (ع) در برابر سپاه دشمن و بیان اینکه جنگ‌ها بخاطر نماز است.

۵. توام کردن نماز دانشجویان با تجارب خوشایند

با پاداش و هدیه دادن بدون اطلاع قبلی و احترام بیشتر به آنان بعد از اول نماز، خاطره خوش آن لحظات را برای آنان تثبیت کنیم.

۶. افزایش تجربه دانشجویان در خواندن نماز

در ابتدا هیچگاه غلط خواندن نماز دانشجویان را به آنها گوشزد نکنیم اصلاح آن برآیم چرا که توجه به مثبت‌ها اعتماد به نفس و ارزشمندی را در پی خواهد داشت و با تشویق قدرت عقل انسان افزایش می‌یابد.

۷. توجه به عوامل افزایش گیرایی و جاذبه‌های معنوی نماز

در عین رعایت سادگی و زیبایی از عوامل محیطی برای افزایش جاذبه‌های نماز استفاده کنیم مثلاً:

- حضور با تبسم و شاداب خود در هنگام اقامه نماز
- تهیه چادر رنگی و زیبا برای دانشجویان دختر هنگام اقامه نماز
- استفاده از سجاده و جانماز برای اقامه نماز
- استفاده از رنگ‌های آرامش‌بخش در تهیه سجاده و چادری

۸. کوتاه خواندن نماز جماعت

هنگام اقامه نماز در صورت همراه شدن دانشجویان با ما در کوتاهترین وقت ممکن ادا کنیم.

۹. بهره‌گیری از جغرافیای زمان و مکان

در ترغیب دانشجویان خود به انجام فریضه نماز از فرصت‌های زمانی مانند ماه مبارک رمضان به اعیاد اسلامی و موقعیت‌های مکانی مانند محل‌های زیارتی، مساجد، هیات‌ها و مجالس مذهبی حداکثر استفاده را ببریم.

۱۰. ساده و آسان جلوه دادن نماز

از کودکی یادگیری و انجام فریضه نماز را برای دانشجویان خود ساده و آسان جلوه دهیم و از بیان کلماتی که سختی و اجبار را به ذهن تداعی می‌کند پرهیز نماییم.

۱۱. استفاده از رسانه‌ها

استفاده از روش‌های تصویری، عرضه و نمایش و رسانه‌های جمعی و اینترنت که نوجوانان امروز علاقه مند به آنها هستند می‌تواند در ایجاد رغبت و جلب نوجوانان موثر باشد.

۱۲. استفاده از جاذبه‌های صوتی و کلامی برای جذب

مثلاً قرائت نماز با صدای خوب با لحن خوب و جذب‌کننده و دلنشین.

نتیجه‌گیری

ترویج نماز در دانشگاه‌ها نیازمند فعالیت‌های زیربنایی و بنیادی فرهنگی و دینی است که باید در این فعالیت‌های تبلیغی شیوه‌های موثر با مورد توجه قرار دادن مبانی روانشناسی تبلیغ و تعامل مبلغان با دانشجویان به کار گرفته شود. تعالی و پیشرفت در محیط‌های علمی و دانشگاهی منوط به حاکمیت دین در کنار تولید علم است و تزکیه مقدم بر تعلیم و علم‌آموزی است و توجه توأمان به علم و دین باید بیش از پیش در دانشگاه‌ها مورد توجه

قرار گیرد. ترویج فرهنگ نماز و اهمیت دادن به اقامه آن معیاری برای سنجش موفقیت و صلاحیت مدیر هر مجموعه‌ای است و چنان که حضرت علی (ع) خطاب به محمد بن ابی‌بکر فرمودند: همه اعمال تو، تابع نماز تو است. به همین منظور باید از شیوه‌های گوناگونی برای جذب دانشجویان به نماز بهره گرفت. شیوه‌هایی از قبیل ایجاد احساس خوشایند نسبت به نماز، ساده و آسان جلوه دادن نماز، توأم کردن نماز دانشجویان با تجارب خوشایند و... حضور اساتید و مسئولان دانشگاهی در صفوف نماز بهترین شیوه برای تشویق و ترغیب دانشجویان به اقامه نماز است. ایجاد فضای معنوی در نمازخانه‌های دانشگاه‌ها در نهادینه کردن فرهنگ اقامه نماز در محیط‌های علمی مؤثر است.

منابع

۱. امانی، عباسعلی، (۱۳۸۹) شیوه های جذب جوانان به نماز، برگرفته از سایت: <http://abbasaliamani.blogfa.com/post-9.aspx>
۲. حر، سید حسین، (۱۳۸۸)، "راههای جذب دانشجویان به نماز"، ماهنامه معارف، شماره ۶۶، ص ۸.
۳. ساجدی، اکبر، (۱۳۸۵)، "اگر نماز از تباط با خداست چه نیازی به انجام اعمال مخصوص است؟" برگرفته از سایت: <http://vaezoon.ir>
۴. نصر، سید حسین، (۱۳۷۳)، جوان مسلمان و دنیای متجدد، ترجمه مرتضی اسعدی. تهران، انتشارات طرح نو.

عوامل جذب دانشجویان به نماز

زهرا حیدران داروقه امنیه

مدیر گروه برق، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد دولت آباد، گروه برق؛ اصفهان، ایران
اصفهان - خیابان بزرگمهر - خیابان فرهنگیان - خیابان علامه امینی غربی - مجتمع مسکونی شکوفه - طبقه
دوم - پلاک ۳، تلفن: ۰۹۱۳۱۱۴۱۲۹، zahraheydaran@gmail.com

دکتر علی سلیمانی

دانشیار زراعت (فیزیولوژی گیاهان زراعی)، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، گروه زراعت، اصفهان،
ایران a_soleymani@khuisf.ac.ir

لیلا نارنجانی

مری، مدیر گروه علوم پایه، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد دولت آباد، گروه علوم پایه، اصفهان، ایران
lnaranjani@yahoo.com

عفت صبحی

مری، مدیر گروه معماری، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد دولت آباد، گروه معماری، اصفهان، ایران
townscape_88@yahoo.com

چکیده

نماز بهترین و مؤثرین سلوک روحانی و یاد آرام‌بخش خداوند جان و جهان است. اگر انسان موجودی ترکیبی است، نیازهای او نیز قطعاً نیازهای مرکب و جسمانی و روحانی است و نماز یکی از این نیازها و دارو و درمان روحی و معنوی است که اگر به درستی اقامه گردد، جان آدمیان را فراخی و فرخی خواهد بخشید. اما پرسش اصلی آن است که چگونه این مهم را بگزاریم و در زمان و زمینی که نسل جوان از فرهنگ اصیل معنوی دور نگه داشته می‌شود و جریان‌های کاذب معنوی به مدد زر و تزویر تبلیغ می‌شوند، چگونه می‌توان جوان را با نماز مأنوس و این عبادت شیرین را محبوب او ساخت؟ این مقاله در پی پاسخ به این سؤال کلیدی است.

مقدمه

دستورات الهی برای به سعادت و کمال رسانیدن انسان‌ها و در نهایت رسیدن به قرب خداست. برای نیل به این مقصود خداوند متعال پیامبرانی و به ویژه آخرین سفیرش، پیامبر اعظم حضرت محمد مصطفی (ص) را فرستاد تا انسان‌ها را در یک برنامه تدریجی از انواع آلودگی‌ها، خرافات، کجروی‌ها، و زنگارهای شرک که همچون غُل و زنجیر بر پیکرشان سنگینی می‌کرد رهایی بخشند. از جمله این دستورات، فریضه مقدس «نماز» است که ستون دین است و با پذیرفته شدن آن سایر اعمال نیز پذیرفته می‌شود و اگر مورد پذیرش قرار نگیرد، سایر اعمال نیز بی‌نتیجه و مردود است. نماز در حقیقت به منزله آرام اسلام است و به سایر کارهای ما، در زندگی ارزش و اعتبار می‌بخشد. یقیناً یکی از دغدغه‌های استادان معارف اسلامی، دعوت و جذب دانشجویانی است که احیاناً اهمیت کمتری به نماز می‌دهند.



آنچه در این مقاله مورد بحث قرار می‌گیرد عبارت است از عواملی که در جذب دانشجویان و جوانان به این فریضه الهی مؤثرند.

(۱) ترسیم جذابیت‌های نماز

هنگامی که انسان از زیبایی‌ها و جذابیت‌های عبادات به ویژه نماز که ستون دین است، آگاه شود، پابندی و توجه به آن فزونی می‌یابد و می‌کوشد به نحو احسن آن را به جا آورد. برای روشن تر شدن این موضوع ذکر برخی از بیانات نورانی حضرات معصومین علیهم‌السلام ضرورت دارد. پیامبر اسلام (ص) در این خصوص می‌فرماید: «نماز به نهری تشبیه شده که انسان روزی پنج بار در آن شستشو می‌کند و دیگر چرکی باقی نمی‌ماند» [۱] و یا فرمود: نور و روشنی چشم من در نماز است. [۲] و نیز فرمود: نماز، به منزله پرچم و آرم و نشانه مکتب اسلام است. [۳] امام علی (ع) در این باره فرمود: «مردم نماز را بر عهده گیرید و آن را حفظ کنید، زیاد نماز بخوانید، و با نماز خود را به خدا نزدیک کنید... همانا نماز، گناهان را چونان برگ‌های پائیزی فرو می‌ریزد و غل و زنجیر گناهان را از گردن‌ها می‌گشاید...» [۴] از امام حسن مجتبی (ع) سؤال شد: چرا بهترین لباس‌ها را به هنگام نماز می‌پوشید؟ فرمود: خدای بزرگ زیباست و زیبایی را دوست دارد. پس من برای پروردگارم خود را آراسته می‌کنم؛ زیرا خداوند می‌فرماید: نزد هر مسجدی خود را آراسته کنید. به همین دلیل دوست دارم بهترین لباس‌هایم را بپوشم. [۵] امام سجاد (علیه‌السلام) فرمود: «و به هنگام نماز، مقام و اصلاص به منازل والای آن و حافظان ارکانش را بر ما ارزانی دار، آنان که نماز را در اوقات مخصوصش بنا بر سنت بنده و پیامبرت که درود تو بر او و آتش باد در رکوع و سجود و همه فضیلت‌هایش با کامل‌ترین و تمام‌ترین طهارت، و روشن‌ترین و رساترین خشوع، به جای می‌آورند» [۶] امام صادق (علیه‌السلام) فرمود: «هر که این نمازهای پنجگانه واجب را بر پا دارد و بر وقت‌هایش مواظبت نماید، خداوند را در روز رستاخیز در حالی دیدار کند که او را از جانب خداوند پیمانی باشد و خدا او را به سبب آن پیمان به بهشت در آورد و هر که در وقت‌هایش نماز را بر پا ندارد، پس او را چنان باشد که اگر خدا خواهد او را ببخشد و چون خواهد او را عذاب کند» [۷] با توجه به این بیانات و سایر احادیثی که در خصوص

جاذبه‌های نماز از سوی حضرات معصومین علیهم السلام ایراد شد، نسیم فرح‌بخشی در وجود ما وزیدن گرفته و شوق و رغبت‌مان را نسبت به اقامه نماز که فریضه الهی است، مضاعف می‌نماید.

(۲). پاداش رفت و آمد به مسجد و بیان فضیلت نماز جماعت

هنگامی که پیامبر عظیم‌الشان اسلام به مدینه هجرت کردند، نخستین اقدام ایشان تأسیس مسجد بود، تا گذشته از اینکه در خدمت عبودیت و بندگی خدا قرار می‌گیرد، به عنوان یک محل تعلیم و تربیت از یک سو و هم‌چنین کانون سیاسی و قضایی از سوی دیگر در آید. ساختن مسجد باعث ایجاد وحدت و یکپارچگی و انسجام بیشتر در میان جامعه اسلامی گردید، به طوری که مسلمین برای اقامه نمازهای پنجگانه در مسجد حضور پیدا می‌کردند و باعث اخوت و برادری و نزدیک شدن قلوب آنها به یکدیگر می‌گردید و می‌توانستند ضمن به جا آوردن فریضه مقدس نماز معارف و احکام اسلامی را از زبان پیامبرگرامی اسلامی بشنوند و عمل نمایند [۸]

مساجد به عنوان یک مکان مقدس از صدر اسلام تا کنون برای مسلمین نقش مهمی چه در حوزه عبودیت و چه در حوزه‌های مختلف دیگر ایفا نموده، پیشوایان ما اجر و پاداش زیادی برای کسانی که قدم به آن می‌نهادند، بیان فرمودند که به پاره‌ای از آنها اشاره می‌نمایم:

امام علی (ع) بارها می‌فرمود: هر که به مسجد رفت و آمد کند، یکی از این هشت چیز را به دست آورد: برادری که در راه خدا از او بهره‌مند گردد، دانشی برگزیده، نشانه‌ای استوار، رحمتی مورد انتظار، سخنی که او را از تباهی باز دارد، سخنی که بشنود و او را بر راه هدایت رهنمون شود و یا گناهی را به سبب بیم یا آزرمت ترک کند. [۹] امام صادق از پدرانش علیهم السلام روایت نموده که پیامبر خدا (ص) فرمود: هر که قرآن گفتارش و مسجد خانه‌اش باشد، خداوند خانه‌ای برای او در بهشت بنا نهد. [۱۰] و نیز فرمود: هر که پیاده سوی

مسجدها رود، پای خویش را بر هیچ خشک و تری ننهد، جز آنکه این زمین تا زمین هفتم برای او خدا را تسبیح گویند و به پاکی یاد کنند.[۱۱]

به نظر می‌رسد یکی از اهداف نبی مکرم اسلام (ص) در توجه دادن به مساجد این بود که به مردم تفهیم نمایند که علم و ایمان با یکدیگر توأم است، یعنی هر کجا مسجدی بنا شد آنجا کانون تعلیم و تربیت و علم و دانش نیز می‌باشد.[۱۲] در خصوص پاداش نماز جماعت امام صادق علیه السلام فرمود: به راستی، نماز جماعت بیست و سه درجه بر نماز فردای برتری دارد و بیست و پنج نماز به شمار آید.[۱۳] از رسول خدا (ص) نقل شده که فرمود: نماز کسی که صدای اذان را بشنود و بی دلیل، در نماز جماعت مسلمانان شرکت نکند، ارزشی ندارد.[۱۴] اگر نفرات شرکت کننده در نماز جماعت از ده نفر گذشت، حساب آن را جز خدا کسی نمی‌داند.[۱۵]

نخستین نماز جماعتی که در صدر اسلام برگزار شد، به امامت پیامبر عظیم الشان بود. یعقوبی در این خصوص می‌نویسد: «نخستین نمازی که بر او واجب گشت، نماز ظهر بود، جبرئیل آمد و وضو گرفتن را به او نشان داد و چنانکه جبرئیل وضو گرفت، رسول خدا هم وضو گرفت، سپس نماز خواند تا به او نشان دهد که چگونه نماز بخواند، سپس رسول خدا (ص) نماز خواند. بر روایت بعضی نخستین نمازی که رسول الله (ص) خواند، «صلوة وسطی» یعنی نماز ظهر بود. سپس خدیجه دختر خویلد رسید و رسول خدا (ص) او را خبر داد، پس وضو گرفت و نماز خواند، سپس علی بن ابیطالب رسول خدا (ص) را دید و هر چه را دید انجام می‌دهد، انجام داد.»[۱۶]

اگر شریعت مبین اسلام امروز به دست ما رسیده، مرهون زحمات پیامبر اسلام (ص) و ائمه اطهار علیهم السلام و بسیاری از کسانی است که در این راه شکنجه و یا حتی جان خود را در راه اعتلای آن دادند. چنانکه در تاریخ آمده، روزی پیامبر (ص) به همراه مسلمانان مشغول نماز جماعت بودند که یکی از مشرکان، غلام خود را امر کرد تا شکنجه و سرگین

شتر را بردارد و بر میان دو شانه رسول خدا (ص) که در سجده بود، افکند. [۱۷] و به این صورت موجبات آزار رسول الله (ص) را فراهم نمودند. هر چند این حادثه با جوانمردی عمومی پیامبر (ص) ابوطالب، پاسخ دندان‌شکنی به مشرکان داده شد اما دلالت بر استقامت پیامبر (ص) از یک سو و ایستادگی و حمایت مسلمانان از ایشان از دوم سو دارد. شایان ذکر است هنگامی که دانشجویان و جوانان برومند ما از این مصادیق تاریخی مطلع باشند با علاقمندی بیشتر به سمت نماز جماعت سوق پیدا می‌کنند.

(۳). ارائه و ترسیم ارزش عبادت در جوانی از جمله عوامل سوق دهنده دانشجویان و جوانان به نماز جماعت

بیان ارزش عبادات آنان در دوره جوانی، که در حقیقت همانند یک دُر گرانبها در اختیار آنان نهاده شده، می‌باشد. پر واضح است هنگامی که انسان از جایگاه و منزلت خود در نزد حضرت حق مطلع باشد، عمر گرانمایه‌اش را در همان راهی که محبوبش می‌پسندد، صرف می‌نماید و به هیچ وجه حاضر نیست ارزش وجود خود را با گناه تیره و تار سازد. در اینجا بیان احادیثی از سوی نبی مکرم اسلام (ص) ضرورت می‌یابد. رسول خدا (ص) فرمود: «خداوند جوانی را که در اطاعت خدا، جوانی خود را سپری کند دوست دارد» [۱۸] و نیز فرمود: «خدای تعالی در برابر فرشتگان به جوانی که عبادت می‌کند، مباحات می‌نماید و می‌فرماید: به بنده من بنگرید که به خاطر من تمایلات شهوانی‌اش را رها ساخته است.» [۱۹] و باز فرمود: «برتری جوان عابدی که در کمی سنش بندگی ورزد، بر پیری که پس از سالمندی رو به بندگی آرد، همچون برتری پیامبران بر دیگر مردم است.» [۲۰]

(۴). ارائه الگوهای موفق نماز گزار به دانشجویان و جوانان

یکی از ویژگی‌های عمده در انسان به ویژه در دوران نوجوانی و جوانی، حسن الگوپذیری است. انسان‌ها در صددند شخصیت‌هایی که از نظر مادی و به ویژه معنوی به کمال رسیده‌اند را اسوه خود قرار دهند. الگوها و نمونه‌های اخلاقی و چهره‌های موفق

نمازگزار، همیشه نیروی محرکه جامعه بوده‌اند و آنها را به سمت اهداف متعالی که همان قرب به خداوند است سوق داده‌اند.

در این مورد ذکر برخی از نمونه‌ها ضروری است. در جنگ صفین تیری به پای مبارک امیرمؤمنان اصابت کرد و نوک تیر در پای حضرت باقی ماند. جراحان آن روز نتوانستند آن را خارج سازند و وقتی حضرت به سجده رفتند آن را بیرون آوردند، بعد از نماز حضرت قسم یاد نمود که چیزی حس نکرد. [۲۱] حال ممکن است که این سؤال در ذهن متبادر شود که چگونه ممکن است کسی چنین دردی را حس نکند؟ آری! مراحل کمال انسان اولاً: تسلط بر اعضا و جوارح است یعنی اینکه انسان بر چشم، گوش، زبان و... مسلط باشد. ثانیاً: تسلط بر خواسته‌های درون است از شهوت، غضب، حبّ مال، ریاست‌طلبی و... ثالثاً: تسلط بر اوهام و خیالات و افکار است که در نماز اسیر آنها نباشد. رابعاً: فراموش کردن خویشتن و جذب جلوات حضرت حق شدن است. [۲۲]

جهادهای پیامبر (ص) و نبردهای علی علیه‌السلام و نهضت حسینی، همه برای «اقامه نماز» و ایجاد و تقویت رابطه بندگی میان خالق و مخلوق است. در نهضت عاشورا، نماز جایگاه مهمی دارد. پیش از شب عاشورا که سپاه عمر سعد به طرف خیمه‌گاه امام می‌تازند، حضرت برادرش عباس را می‌فرستد تا با آنان گفتگو کند و شب را مهلت بخواهد تا به نماز و عبادت بگذرانند. در همان وقت نیز حیب بن مظاهر به سپاه دشمن خطاب کرد که چرا با گروهی می‌جنگید که سحر خیزان و شب‌زنده‌داران و اهل عبادتند؟ [۲۳]

به گفته مورخان همه یاران امام شب را به نماز مشغول بودند. ظهر عاشورا نیز، ابو‌ثمامه صائدی، وقت نماز را به یاد حضرت آورد. حضرت نیز او را دعا کرد که: خداوند تو را از نمازگزاران ذاکر قرار دهد، آنگاه به اتفاق جماعتی به نماز ایستادند و نماز خوف خواندند.

سعید بن عبدالله نیز از یاران او بود که هنگام نماز، جلوی امام ایستاد و بدن خویش را سپر تیرهای بلا ساخت و با پایان یافتن نماز امام، او بر زمین افتاد و شهید نماز گشت. [۲۴]

امام زین العابدین را که اهل سجده بود و آثار آن بر پیشانی‌ش ظاهر بود «ذی الثغفات» می‌گفتند. [۲۵] افراد زیادی در طول تاریخ به پیشوایان معصوم علیهم السلام که سیاستمدار و رهبر بندگان و ارکان و استوانه‌های بلادند و اگر نبودند زمین اهلش را به کام خود فرو می‌برد، [۲۶] اقتدا کرده و سجده‌های طولانی داشتند، از جمله: فضل بن شاذان گوید: داخل عراق شدم، شخصی را دیدم که دوستش را مورد سرزنش قرار داده و به او می‌گوید: تو مردی عاقله مندی و ناچار می‌بایست برای آنها کسبی داشته باشی، من می‌ترسم که سجده طولانی تو، به چشمانت آسیب برساند. چون سخن بر این منوال بسیار راند، دوستش در پاسخ گفت: سخن بسیار گفתי، وای بر تو، اگر چشم کسی به جهت سجده از دست می‌رفت، باید چشم ابن ابی عمیر از دست برود، چه می‌گویی درباره مردی که بعد از نماز صبح به سجده شکر رفت و تا هنگام ظهر سر برنداشت؟ البته هرگز نباید از آنچه در این باره ذکر شد یا می‌شود، شگفت زده شد، زیرا عاشق از مناجات با معشوق لذت می‌برد و نزدیک‌ترین حال وصل همان سجده است، سجده‌ای که تجلی گاه فروتنی و مستلزم ترقی و رسیدن به محبوب واقعی است. [۲۷] نسل حاضر ما از امام خمینی (ره) بنیانگذار جمهوری اسلامی ایران، نیز در خصوص پایبندی به نماز تا پایان عمر شریفش درس می‌آموزد و آن را الگوی خود قرار می‌دهد. یکی از نزدیکان امام گوید: امام خمینی در یکی از روزهای آخر عمر خود می‌خواست بخوابد، به من گفت: اگر خوابیدم، اول وقت نماز بیدارم کن. گفتم: چشم. اول وقت نماز شد و امام خوابیده بود و حیقم آمد که او را صدا بزنم، زیرا عمل جراحی کرده و سرم به دست او بود، گفتم ایشان را صدا نمی‌زنم، چند دقیقه‌ای از اذان گذشت که امام چشمهای خود را باز کرد و گفت: وقت نماز شده است؟ گفتم: بله... فرمود: چرا صدایم نزدی؟ گفتم: ده دقیقه بیشتر نگذشته است. فرمود: مگر به شما نگفتم (مرا صدا بزنید؟) سپس فرزندش را صدا زد که: احمد بیا! و فرمود: ناراحتم، از اول عمرم تا به حال نمازم را اول وقت خوانده‌ام، چرا الان که پایم لب گور است ده دقیقه به تأخیر افتاد؟ [۲۸] جوانان و

دانشجویان ما که خاطره جانفشانی‌ها و عبادات و نمازها و توسلات رزمندگان اسلام و شهیدان جنگ تحمیلی عراق علیه ایران را یا شنیده، یا دیده و یا مطالعه نموده و یا مطالعه خواهند نمود، می‌توانند آن نمونه‌ها را به عنوان الگوهای موفق نمازگزار برای خود قرار داده و اسباب سعادت‌مندی خود را مهیا نمایند.

(۵). در قرآن و تبیین و تفهیم آن به دانشجویان [آثار نماز]

هنگامی که انسان از دستورات الهی مطلع باشد و بداند که فرامین حضرت حق چیست و یا به عبارتی ملاک‌های سعادت‌مندی و رستگاری و شایستگی یافتن در محضر حق تعالی کدام است و در صدد تفهیم دستورات خداوند باشد، مطمئناً پای‌بند به آن دستورات نیز می‌شود. یکی از فرامین مهم پروردگار متعال، امر به نماز است. اگر بتوانیم آیات نوربخش الهی را برای جوانان و دانشجویان به زبان ساده و رسا تفسیر نماییم، قطعاً موجبات علاقتمندی به آن دستورات و فرامین را در ضمیر وجودی آنها فراهم نموده‌ایم. زیرا دستورات حضرت حق بر اساس فطرت خداجویی در نهاد انسانها قرار داده شد و فقط باید آن را شکوفا نماییم. در این صورت است که موفقیت ما نسبت به جذب دانشجویان به نماز بیشتر می‌شود و این یکی از راهکارهای اساسی است. در این باب توجه به برخی از آیات قرآن ضروری است. از جمله: «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ» [۲۹] خداوند می‌فرماید: من جن و انس را نیافریدم جز برای اینکه عبادتم کنند.» (و از این راه تکامل یابند و به من نزدیک شوند).

هدف از آفرینش جن و انس آن است که آنان را در معرض پاداش نیک قرار دهیم و این به دست نمی‌آید مگر به وسیله انجام عبادت. [۳۰] پاداش کمالی است برای فعل خدا، نه برای فاعل فعل که خود خداست. پس عبادت غرض از خلقت انسان است و کمالی است که نصیب انسان می‌شود. پس هم عبادت غرض است و هم توابع عبادت که رحمت و مغفرت و غیره باشد. [۳۱]

خداوند در خصوص نماز می‌فرماید: «وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ [۳۲]...؛ از صبر و نماز

یاری جوید»

کلمه استعانت به معنای طلب کمک است، و این در وقتی صورت می‌گیرد که نیروی انسان به تنهایی نتواند مسأله‌ای مهم و یا حادثه‌ای را که پیش آمده بر وفق مصلحت خود بر طرف سازد، و اینکه فرموده: از صبر و نماز برای مهمات و حوادث خود کمک بگیرید، برای این است که در حقیقت یآوری به جز خدای سبحان نیست، در مهمات یاور انسان مقاومت و خویشتن داری آدمی است، به اینکه استقامت به خرج داده، ارتباط خود را با خدا وصل نموده، از صمیم دل متوجه او شود و به سوی او روی آورد، و این همان صبر و نماز است و این دو بهترین وسیله برای پیروزی است. چون صبر هر بلا و یا حادثه عظیمی را کوچک و ناچیز می‌کند، و نماز که اقبال به خدا و التجا به او است، روح ایمان را زنده می‌سازد، و به آدمی می‌فهماند که به جایی تکیه دارد که انهدام پذیر نیست، و به سببی دست زده که که پاره شدنی نیست. [۳۳]

و باز حضرت حق فرمود: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ [۳۴]؛ ای افرادی که ایمان آورده‌اید! از صبر (استقامت) و نماز کمک بگیرید! (زیرا) خداوند با صابران است.»

این آیه از یک سو ارجمندی و ارزش ایمان و مؤمن را نزد خداوند بیان می‌دارد و از سوی دیگر بیانگر لزوم استعانت مؤمنان از صبر و نماز است و از سوی سوم می‌گوید نماز و صبر، یاور مومنان است و از سوی چهارم بیان می‌دارد که خداوند با صبرپیشگان است و از سوی دیگر ارزش و اهمیت صبر و نماز و جایگاه بلند صبرپیشگان را در بر دارد. [۳۵] این آیه دارای این پیام و نکات است: ۱. اگرچه خداوند با هر کس و در هر جایی حضور دارد لکن همراهی خدا با صابران معنای خاصی دارد و آن لطف به محبت و یاری‌رسانی خداوند به صابران است. ۲. نماز اهرم است بار نیست. [۳۶]

و نیز فرمود: «... فَأَعْبُدْهُ وَاصْطَبِرْ لِعِبَادَتِهِ» [۳۷]؛ خدا را بپرست، و درباره عبادت او صبور و شکبیا باش»

البته عبادت زحمت و مرارت دارد و بر خلاف هوای نفس است، باید انسان دشمن‌های خود که دنیا و هوای نفس و شیطان هستند را دور کند و کنار بگذارد و خود را برای بندگی و اطاعت و فرمان‌برداری پروردگار خود مهیا نماید. [۳۸]

سپس خداوند متعال به فلسفه بزرگ نماز پرداخته می‌گوید: (ان الصلوة تنهى عن الفحشاء و المنکر) [۳۹] نماز انسان را از زشتی‌ها و منکرات باز می‌دارد «طبیعت نماز از آنجا که انسان را به یاد نیرومندترین عامل بازدارنده یعنی اعتقاد به مبدأ و معاد می‌اندازد.

دارای اثر بازدارندگی از فحشاء و منکر است. منتها هر نمازی به همان اندازه که از شرایط کمال و روح عبادت برخوردار است، نهی از فحشا و منکر می‌کند، گاه نهی کلی و جامع و گاه نهی جزئی و محدود. ممکن نیست کسی نماز بخواند و هیچ‌گونه اثری نداشته باشد. هر چند نمازش صوری باشد و هر چند آلوده گناه باشد، البته این گونه نماز تأثیرش کم است، این گونه افراد! اگر همان نماز را نمی‌خواندند از این هم آلوده‌تر بودند.

نهی از فحشا و منکر سلسله مراتب و درجات زیادی دارد و هر نمازی به نسبت رعایت شرایط دارای بعضی از این درجات است. [۴۰]

نماز، مهمترین توصیه انبیای الهی و بزرگان حکمت بوده، به نحوی که حضرت لقمان به فرزندش فرمود: يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ. [۴۱] «پسر من! نماز را برپا دار» در جای دیگر خداوند می‌فرماید: «... فَأَعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي» [۴۲]؛ مرا بپرست و نماز را برای یاد من برپا دار»



(۶). ارائه و ترسیم آثار شگفت نماز در پیشگیری و درمان بیماری‌ها

نماز و نیایش از عواملی هستند که روح بیمار را قوت می‌بخشند و او را در مقابله با بیماری نیرومند ساخته و به سلامتی و بهبودی امیدوار می‌سازند. برگزاری مراسم مذهبی مانند نماز و دعا به همان اندازه که دارو برای بهبود وضع جسمانی تأثیر می‌گذارد، در بهبود روانی بیمار مؤثر است. از این رو کمک به بیمار در انجام فرایض دینی و امور معنوی موجب آسایش خاطر و آرامش روحی و روانی او می‌باشد. [۴۳]

به عنوان نمونه یکی از شایع‌ترین بیماری‌های طب داخلی «آسم» می‌باشد. این بیماری با حملات تنگی نفس، سرفه، و خس خس سینه خود را نشان می‌دهد. عواملی که در بروز این بیماری نقش دارند عبارتند از:

۱. آلرژن‌ها ۲. محرک دارویی (فارماکولوژیک) ۳. عوامل محیطی و آلودگی هوا
۴. فاکتورهای شغلی ۵. عفونت ۶. ورزش ۷. استرس‌های عصبی. حال بینیم از نظر علمی نماز چه نقشی در تسکین شدت حملات این بیماری می‌تواند داشته باشد؟ از نظر روان‌پزشکان خس خس بیمار آسمی در واقع شکل سرکوب شده‌ای از فریاد است برای تمنای محبت و حمایت و وابستگی شدید و اضطراب نقش مهمی در این میان دارند و به همان دلیل، روان‌درمانی حمایتی در این بیماران بسیار ارزشمند است و باید برای بیمار این امکان فراهم گردد که بیشترین ترس‌هایی را که از بیماری دارد و به خصوص تخیلاتی را که درباره مرگ دارد بیرون بریزد و اضطراب مربوط به فشارهای زندگی شناسایی شده و به

تأمین دفاع‌هایی پرداخته شود. شایان ذکر است با توجه به نقش بسیار مؤثری که نماز و اعتقادات مذهبی می‌تواند در رفع اضطراب و احساس امنیت روانی ایفا کند، این مهم به اثبات می‌رسد. امروزه بر استفاده از روش‌های آرام‌سازی برای کاهش تنش تأکید و حتی از آن برای درمان امراض جسمی مانند فشار خون، آسم و... استفاده می‌شود و توصیه شده این تمرینات حداقل ۲ بار در روز و در محیطی آرام و راحت صورت گیرد و اقامه نماز آن هم پنج بار در روز، خود بهترین تمرین آرام‌سازی است. [۴۴]

مطلب فوق تنها یک نمونه از آثار شگفت نماز در پیشگیری و درمان بیماری آسم بود. اما با توجه به تحقیقات پزشکان و روانشناسان تأثیرات نماز در آرامش روانی (روانی درمانی) و همچنین در ایجاد بهداشت روانی و پیشگیری از انحراف جنسی و جلوگیری از بیماری‌های آمیزشی و پیشگیری از خودکشی و سکنه‌های قلبی و مغزی و... قابل توجه و به اثبات رسیده است. [۴۵]

الکسیس کارل (پزشک معروف فرانسوی) می‌نویسد: «دعا و نماز قوی‌ترین نیروی است که همچون قوه جاذبه وجود حقیقی دارد. من در حرفه پزشکی خود انسان‌هایی را دیده‌ام که پس از آن که تمام معالجات دیگر برای آن‌ها مؤثر نبوده است، با نیروی دعا و نماز و نیایش از بیماری جسمی یا روحی رهایی یافته‌اند» [۴۶]

(۷). جلب توجه دانشجویان و جوانان به آثار فردی و اجتماعی نماز

ترسیم آثار فردی و اجتماعی نماز، کشش و جذابیت انسان را نسبت به این فریضه الهی و مقدس بیشتر نموده و تلاش می‌نماید، با حضور قلب و روحانیت بیشتری و به نحو مطلوب آن را به جا آورد که در ذیل به برخی از آن آثار اشاره می‌نمائیم.

۱. روح و اساس و هدف و پایه و مقدمه و نتیجه و فلسفه نماز همان یاد خداست (ذکر الله)
۲. نماز وسیله شستشوی گناهان و مغفرت و آمرزش الهی است؛ زیرا خواه ناخواه نماز انسان را دعوت به توبه و اصلاح گذشته می‌کند.

۳. نماز سدی در برابر گناهان آینده است، زیرا روح ایمان را در انسان تقویت می‌کند، و نهال تقوا را در دل پرورش می‌دهد. [۴۷] [ایمان و تقوا نیرومندترین سد در برابر گناه است].
۴. نماز، غفلت‌زدا است، و این نعمت بزرگی است که انسان وسیله‌ای در اختیار داشته باشد که در هر شبانه‌روز چند مرتبه قویاً به او بیدار باش گوید.
۵. نماز خودبینی و کبر را در هم می‌شکند، زیرا انسان در هر شبانه‌روز هفده رکعت و در هر رکعت دو بار در برابر خدا پیشانی بر خاک می‌گذارد و خود را ذره کوچکی در برابر عظمت او می‌بیند، بلکه صفری در برابر بی‌نهایت.
۶. نماز وسیله پرورش فضائل اخلاق و تکامل معنوی انسان است؛ چون انسان را از جهان محدود ماده و چهار دیوار عالم طبیعت بیرون می‌برد به ملکوت آسمان‌ها دعوت می‌کند و با فرشتگان همصدا و همراز می‌سازد، خود را بدون نیاز به هیچ واسطه در برابر خدا می‌بیند، و با او به گفتگو بر می‌خیزد. [۴۸]
- علی (ع) فرمود: «اگر نماز گزار از رحمتی که سراپای او را فرا گرفته خبر داشته باشد، دل از نماز نکند، و دوست ندارد که سر از سجده بردارد. [۴۹]
۷. نماز به سایر اعمال انسان ارزش و روح می‌دهد. برای اینکه نماز روح اخلاص را زنده می‌کند و مجموعه‌ای است از نیت خالص و گفتار پاک و اعمال خالصانه و تکرار این مجموع در شبانه‌روز بذریه سایر اعمال نیک را در جان انسان می‌پاشد و روح اخلاص را تقویت می‌کند. چنان که امام علی (ع) در آستانه شهادت در وصیت‌نامه بسیار زیبای خود به اهمیت نماز پرداخته و فرمود: «خدا را، خدا را! درباره نماز، زیرا ستون دین شماست...» [۵۰]
- پیامبر اکرم (ص) فرمود: نخستین چیزی که (در قیامت) به حسابش می‌رسند نماز است. [۵۱]
- در حدیثی از امام صادق (ع) می‌خوانیم: «نخستین چیزی که در قیامت از بندگان حساب می‌شود نماز است اگر مقبول افتاد سایر اعمالشان قبول می‌شود و اگر مردود شد سایر اعمال نیز مردود می‌شود»

۸. نماز قطع نظر از محتوای بلندش با توجه به شرائط صحت، دعوت به پاکسازی زندگی می‌کند، زیرا می‌دانیم مکان نماز گزار، لباس نماز گزار، فرشی که بر آن نماز می‌خواند، آبی که با آن وضو می‌گیرد و غسل می‌کند، محلی که در آن غسل و وضو انجام می‌شود باید از هر گونه غصب و تجاوز به حقوق دیگران پاک باشد. بنابراین تکرار نماز در پنج نوبت شبانه‌روز خود دعوتی است به رعایت حقوق دیگران. [۵۲]

۹. نماز علاوه بر شرائط صحت، شرائط قبول، یا به تعبیر دیگر شرایط کمال دارد که رعایت آنها نیز عامل مؤثر دیگر برای ترک بسیاری از گناهان است. در کتب فقهی و منابع حدیث، امور زیادی به عنوان موانع قبول نماز ذکر شده است. امام علی (ع) فرمود: «هر که نوشابه مست کننده (شراب) نوشد نمازش تا چهل شب به درگاه خدا قبول نمی‌شود» [۵۳] رسول اکرم (ص) فرمود: «نماز سه کس از گوش‌هایشان بالاتر نمی‌رود: غلام فراری تا زمانی که باز گردد، زنی که شب را بخوابد در حالی که شوهرش از او ناراضی باشد، و پیشوای قومی که آنان از او متنفر باشند» [۵۴]

۱۰. نماز روح انضباط را در انسان تقویت می‌کند، زیرا دقیقاً باید در اوقات معینی انجام گیرد که تأخیر و تقدیم آن هر دو موجب بطلان نماز، است همچنین آداب و احکام دیگر در مورد نیت و قیام و قعود و رکوع و سجود و مانند آن که رعایت آنها، پذیرش انضباط را در برنامه‌های زندگی کاملاً آسان می‌سازد. [۵۵] اگر به فوائد ذکر شده، ویژگی‌ها و اهمیت نماز جماعت را نیز اضافه نماییم، برکات آن مضاعف خواهد شد.

(۸). مهیا ساختن دانشجویان در خصوص اعتلای شناخت و معرفت نسبت به دین و

دستورات الهی

برای رسیدن به تکامل، نخستین گام کسب «معرفت و بصیرت» یعنی نورانیت دل و دیده است. شناخت و معرفتی که از یک سو به فهم و مقام والای پروردگار و از دوم سو شناخت دین برگزیده آن یعنی اسلام و از سوم سو شناخت نسبت به دستورات ارزنده آن بینجامد. سر

منشاء این معرفت رسیدن به کمال یعنی قرب الی الله است. در ارتباط با اهمیت بصیرت و معرفت در قرآن آمده است: «آیات الهی و کتاب آسمانی که سبب بصیرت شماست، البته از طرف خدا آمد پس هر که بصیرت یافت خود به سعادت رسید و هر کس کور بماند خود در زیان افتاد و من نگهبان شما از عذاب نیستم.» [۵۶] از جمله ابعاد مهم معرفت دینی که در قرآن به آن توجه شده «عقل» است.

در ارتباط با اهمیت عقل و ضرورت استفاده و به کارگیری آن در امورات مختلف زندگی در قرآن چنین آمده است: «آنچه نزد خداست بهتر و باقی تر است اگر تعقل کنید.» [۵۷] رسول خدا (ص) در خصوص اهمیت عقل فرمود: «خداوند عقل را آفرید و به او گفت: عقب برو، عقب رفت. سپس فرمود: پیش بیا، پیش آمد آن گاه فرمود: مخلوقی را نیافریدم که نزد من محبوب تر از تو باشد...» [۵۸] و نیز فرمود: «کور آن نیست که چشمش نابینا باشد، بلکه کور (واقعی) آن کسی است که دیده بصیرتش کور باشد.» [۵۹]

امام صادق علیه السلام فرمود: «پیغمبر حجت خدا است بر بندگان و حجت میان بندگان و خدا عقل است» [۶۰] و باز فرمود: «عقل راهنمای مؤمن است» [۶۱] با توجه به مطالب بالا به ضرورت شناخت و معرفت که مقدمه رسیدن به قرب الهی است پی بردیم. شناخت و بصیرت بیشتر به نماز که فریضه واجب الهی است، موجبات حضور قلب بیشتر را از یکسو، و اخلاص در عبادت را از دوسو و با نشاط انجام دادن نماز از سوم سو را مهیا می کند.

عارف بزرگ میرزا جواد آقاملکی تبریزی می نویسد: «اما عمده خیر نماز و فایده اش در فهم نماز است، چون فهم، نزدیک ترین سبب به معرفت است و معرفت تمامش خیر است بلکه همه خیر در معرفت است...» [۶۲]

(۹). فضای فیزیکی مناسب جهت اقامه نماز

در شرع مقدس اسلام بسیار سفارش شده که نماز را در مسجد بخوانند و بهتر از همه مسجدها مسجد الحرام است و بعد از آن مسجد پیغمبر (ص) و بعد مسجد کوفه و بعد از آن

مسجد بیت المقدس و بعد از آن، مسجد جامع شهر و بعد از آن مسجد محله و بعد از مسجد محله، مسجد بازار است. [۶۳]

نماز در حرم امامان علیه السلام مستحب بلکه بهتر از مسجد است و نماز در حرم مطهر حضرت امیرالمؤمنین علیه السلام برابر دوست هزار نماز است. [۶۴] زیاد رفتن به مسجد و رفتن در مسجد که نماز گزار ندارد مستحب است و همسایه مسجد اگر عذری نداشته باشد، مکروه است در غیر مسجد نماز بخواند. [۶۵]

نظافت و تمیزی که از نشانه‌های ایمان است، در فضای فیزیکی جهت اقامه نماز همراه با لباس مناسب توصیه شده است.

امام کاظم (ع) روایت نمود که رسول خدا (ص) فرمود: «هر که در روز پنجشنبه یا شب جمعه، مسجد را جارو کند و از آن مسجد به اندازه سرمه‌ای که در چشم نشانند، خاک بیرون برد، خداوند او را می‌آمرزد» [۶۶]

چند چیز در لباس نماز گزار مستحب است مثل پوشیدن عبا و لباس سفید و پاکیزه‌ترین لباس‌ها و استعمال بوی خوش و دست کردن چند انگشتری عقیق [۶۷]

امام صادق علیه السلام فرمود: «دو رکعت نمازی را که شخص عطر زده به جا آورد، برتر از هفتاد رکعت نمازی است که شخص عطر نزنده به جا می‌آورد.» [۶۸]

۱۰. اصلاح و بهینه‌سازی عملکرد صدا و سیما و رسانه‌ها در جذب دانشجویان و

جوانان به نماز

رادیو و تلویزیون و مطبوعات و سایر رسانه‌های مختلف، نقش مهمی در پیام‌رسانی و انتقال داده‌های معنوی و جذب گروه‌های مختلف به سمت نماز می‌توانند داشته باشند، و فرهنگ نماز و فلسفه آن و آثار و روح نماز را در ضمیر وجودی مردم به نحو زیبا ترسیم نموده و علاقمندی به آن را مضاعف نمایند. در یک نظرسنجی از مردم تهران درباره نحوه تبلیغ نماز در صدا و سیما، نتایج ذیل به دست آمد: از پاسخگویان پرسیده شد: شما، بیان

تأثیرات نماز در زندگی فردی و اجتماعی در تبلیغ نماز و فرهنگ نمازخوانی را در برنامه‌های صدا و سیما تا چه حد مؤثر می‌دانید؟ نتایج نشان می‌دهد که ۷۷٪ از پاسخگویان در حد «خیلی زیاد و زیاد» و ۱۸٪ در حد «کم و خیلی کم» بیان تأثیرات نماز در زندگی فردی و اجتماعی را در تبلیغ نماز و فرهنگ نمازخوانی در برنامه‌های صدا و سیما مؤثر می‌دانند. ۴٪ «اصلاً» بیان این موضوع را مؤثر نمی‌دانند. ضمن آنکه ۱٪ نیز در این باره اظهار نظری نکرده‌اند.

این آمار نشان دهنده آن است که بین متغیرهای تحصیلات و فعالیت با نظر پاسخگویان در خصوص بیان نماز در زندگی فردی و اجتماعی در تبلیغ نماز و فرهنگ نمازخوانی در برنامه‌های صدا و سیما رابطه معناداری مشاهده می‌شود. بر اساس تحصیلات، با افزایش سطح تحصیلات پاسخگویان بیشتری بیان تأثیرات نماز را در حد «خیلی زیاد و زیاد» مؤثر می‌دانند. از پاسخگویان پرسیده شد: به نظر شما پخش نماز علما و بزرگان دینی در تبلیغ نماز و فرهنگ نمازخوانی در برنامه‌های صدا و سیما تا چه حد مؤثر است؟

پاسخ‌ها نشان می‌دهد که ۶۳٪ پاسخگویان در حد «خیلی زیاد و زیاد» و ۲۶٪ در صد در حد «کم و خیلی کم» پخش نماز علما و بزرگان دینی را در تبلیغ نماز و فرهنگ نماز در برنامه‌های صدا و سیما مثبت ارزیابی می‌کنند. ۱۰٪ «اصلاً» این شیوه را مؤثر نمی‌دانند ضمن آنکه ۱٪ در این باره اظهار نظری نکرده‌اند.

از پاسخگویان پرسیده شد: به نظر شما بیان توصیه‌ها و تأکیدات چهارده معصوم (ع) در خصوص نماز در تبلیغ نماز و فرهنگ نمازخوانی در برنامه‌های صدا و سیما تا چه حد مؤثر است؟

نتایج نشان می‌دهد که ۸۶٪ از پاسخگویان در حد «خیلی زیاد و زیاد» و ۱۱٪ در حد «کم و خیلی کم» بیان توصیه‌ها و تأکیدات چهارده معصوم علیهم‌السلام در خصوص نماز را

در تبلیغ نماز و فرهنگ نمازخوانی در برنامه‌های صدا و سیما مؤثر می‌دانند. ۳٪ نیز «اصلاً» این عامل را مؤثر ارزیابی نمی‌کنند. [۶۹]

اینها نشان می‌دهد، اگر مسئولان فرهنگی جامعه و صدا و سیما، سرمشق‌هایی توحیدی و معنوی را به جوانان معرفی نکنند، جوامع غربی این کار را به عهده خواهند گرفت. رسانه، باید توجه داشته باشد که در فیلم‌ها و دیگر برنامه‌ها، افراد هواپرست، حسود، متکبر و... همواره نقش‌های منفی و شکست خورده داشته باشند. به عکس، افراد با ایمان، مخلص، نمازگزار، ایشارگر، مقتدر و... دارای نقش‌های مثبت و پیروز باشند. از ساخت و تهیه فیلم‌هایی که زندگی نامه انسان‌های موحد و مؤمن است، نباید غفلت کرد.

باید، اعتقادات تقویت شود و جوانان، راه ایمان را پیدا کنند. این توطئه غرب است که گمان می‌کنیم، برخی انسان‌ها دین دارند و برخی دیگر اخلاق و در برخی جاها هم، نه به دین باید اعتماد کرد و نه به اخلاق، بلکه باید به فکر نوآوری و سنت‌شکنی بود. این توطئه، نخست در دانشگاه مطرح شد و سپس موج آن، اقشار دیگر را نیز فرا گرفت. بنابراین مسئولان فرهنگی، خصوصاً صدا و سیما، باید تلاش کنند که باورهای دینی جوانان تقویت شود و تردید به دل‌های آنان راه پیدا نکند. باید به هشدارهای مدام مؤکد مقام معظم رهبری حضرت آیت‌الله خامنه‌ای، درباره خطر تهاجم فرهنگی بیش از پیش توجه کرده و از تقلید کورکورانه جوانان از افکار غیردینی که ارمغان تهاجم فرهنگی است، جلوگیری نمود. [۷۰]

مسئولان رسانه‌های ما به ویژه صدا و سیما همواره باید این سخن امام علی (ع) را آویزه گوش خود کرده و در عمل به آن پایبند باشند و آن را در خصوص تولیدات رسانه‌ای به کار گیرند و آن سخن حکیمانه و ارزشمند چنین است.

«پسرم! هنگامی که دیدم سالیانی از من گذشت، و توانایی، رو به کاستی رفت، به نوشتن وصیت برای تو شتاب کردم، و ارزش‌های اخلاقی را برای تو برشمردم. پیش از آن که أجل فرا رسد، و رازهای درونم را به تو منتقل نکرده باشم، و در نظرم کاهشی پدید آید،

چنان که در جسمم پدید آمد، و پیش از آن که خواهش‌ها و دگرگونی‌های دنیا به تو هجوم آورند، و پذیرش و اطاعت مشکل گردد، زیرا قلب نوجوان چونان زمین کاشته نشده، آماده پذیرش هر بذری است که در آن پاشیده شود. پس در تربیت تو شتاب کردم، پیش از آن که دل تو سخت شود، و عقل تو به چیز دیگری مشغول گردد، تا به استقبال کارهایی بروی که صاحبان تجربه به زحمت آزمون آن را کشیده‌اند...» [۷۱]

(۱۱). توجه دادن به نورانیت ناشی از وضو

حضرت عبدالعظیم حسنی از امام حسن عسگری علیه‌السلام نقل می‌کند که حضرت فرمود: روزی هنگام سخن گفتن کلیم خداوند با پروردگار، موسی علیه‌السلام عرض کرد: «خدایا پاداش کسی که وضویی تمام و کامل از خوف و خشیت تو بگیرد، چیست؟» پروردگار فرمود: «روز قیامت او را مبعوث می‌کنم در حالی که نور بین دو چشمان او تلالو و نورافشانی می‌کند.» در حدیثی دیگر خبر بسیار خوبی به آنان که «وضو» را همیشه همراه خود می‌کنند که:

«وضو نور است و وضوی بر وضو نور بر نور، کسی که تجدید وضو کند، بی آنکه وضوی او باطل شده باشد، خداوند نیز توبه او را تجدید می‌کند، بدون آنکه استغفار کرده باشد.»

ارزش و اهمیت وضو به گونه‌ای والا و بالاست که پیامبر اکرم (ص) فرمود: «نماز بر چهارم سهم قرار دارد، سهمی از آن «وضوی کامل و شاداب» است، سهمی دیگر رکوع، سهم سوم سجود و چهارمین سهم خشوع.» [۷۲] و نیز فرمود: «دعا، کلید رحمت، وضو کلید نماز، و نماز کلید بهشت است.» [۷۳]

(۱۲). امام جماعت عامل و شایسته

وجود الگوهای شایسته در زندگی، وسیله بسیار مفیدی، برای هدایت و ارشاد بوده و هست و خواهد بود. به همین دلیل پیامبر (ص) و پیشوایان معصوم مهم‌ترین شاخه هدایت را

با عمل خود نشان می‌دادند و لذا هنگامی که سخن از سنت به میان می‌آید، گفته می‌شود سنت عبارت است از «قول» و «فعل» و «تقریر» معصوم، یعنی پیشوایان معصوم سخن و عمل و سکوتشان همه حجت و راهنماست و نیز به همین دلیل است که عصمت در تمام پیامبران و امامان شرط است تا الگوهایی در همه زمینه‌ها باشند. [۷۴]

شایان ذکر است که وجود امام جماعت شاداب و عالم و پرهیزکار و خوش برخورد و مأنوس با دانشجویان و جوانان و آشنا به مسائل آنان، عامل بسیار مؤثری برای جذب آنها به سمت نماز و فرهنگ نماز خوانی و جماعت می‌باشد. همچنین حضور افراد اثرگذار بر دانشجویان و جوانان مثل اساتید، معلمان، مسؤولان، دوستان خوب و لایق و شرکت آنان در نماز جماعت، می‌تواند عاملی برای جذب دانشجویان به سمت نماز و جماعت باشد.

نتیجه گیری

آنچه در این مقاله مورد بحث قرار گرفت عبارت است از اینکه چگونه در زمان و زمینی که نسل جوان از فرهنگ اصیل معنوی دور نگه داشته می‌شود و جریان‌های کاذب معنوی به مدد زر و تزویر تبلیغ می‌شوند، چگونه می‌توان جوان را با نماز مأنوس و این عبادت شیرین را محبوب او ساخت و چگونه این مهم را بگزاریم و نیز عواملی که در جذب دانشجویان و جوانان به این فریضه الهی مؤثرند، بیان گردید.

منابع

۱. حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۳، ص ۷، نهج البلاغه، خطبه ۱۹۹، ص ۳۰۷.
۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۷، ص ۷۷.
۳. متقی هندی، کنز العمال فی السنن و الافعال، ج ۷ ص ۲۷۹.
۴. نهج البلاغه، خطبه ۱۹۹، ص ۳۰۷.
۵. دشتی، مجموعه نهج الحیاه (فرهنگ سخنان امام حسن (ع))، ص ۵۴۷، ۵۴۸.
۶. صحیفه کامله سجاده، دعای ۴۴، ص ۲۸۷.
۷. شیخ صدوق، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۷۹.
۸. بنگرید به مقاله نگارنده (سید حسین حرّ) در مجله آینه پژوهش شماره ۸۷ ص ۹.
۹. شیخ صدوق، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۷۵.
۱۰. همان، ص ۷۵.
۱۱. همان.
۱۲. بنگرید به مقاله نگارنده (سید حسین حرّ) در مجله آینه پژوهش شماره ۸۷ ص ۹.
۱۳. شیخ صدوق، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۹۹.
۱۴. قرائتی، پرتوی از اسرار نماز، ص ۲۰۸.
۱۵. همان، ص ۲۰۹.
۱۶. یعقوبی، تاریخ یعقوبی، ج ۱ ص ۳۷۸.
۱۷. همان، ص ۳۸۰.
۱۸. نهج الفصاحه، حدیث شماره ۱۹۲۱، ص ۳۶۲.
۱۹. همان، حدیث شماره ۱۹۲۹، ص ۳۶۳.
۲۰. جامع الصغیر، ج ۲، ص ۲۱۳، حدیث ۵۸۵۶.
۲۱. وحیدی، احکام و روح نماز، ص ۱۸۶.
۲۲. همان، ص ۱۸۶.
۲۳. محدثی، فرهنگ عاشورا، ص ۴۵۲، ۴۵۱.
۲۴. همان، ص ۴۵۲.
۲۵. جعفریان، حیات سیاسی و فکری امامان شیعه، ص ۲۶۲.
۲۶. شیخ صدوق، عیون اخبار الرضا (ع) ج ۱، باب ۲۸، ص ۵۵۷ [سلیمان بن جعفر جعفری گوید: از امام رضا علیه السلام سؤال کردم: آیا زمین بدون حجت باقی خواهد ماند؟ فرمود: اگر زمین ولو به مدت یک چشم به هم زدن، از حجت خالی باشد، اهل خود را فرو خواهد برد. همان، ص ۵۵۸].

۲۷. آیه ا... جوادی آملی، رازهای نماز، ص ۱۷۶، ۱۷۷.
۲۸. اکبری، سیمای امام خمینی، ص ۴۷، ۴۸.
۲۹. ذاریات / ۵۶.
۳۰. طبری، ترجمه تفسیر مجمع البیان، ج ۲۳، ص ۳۳۱.
۳۱. علامه طباطبایی، ترجمه تفسیر المیزان، ج ۸، ص ۵۷۹.
۳۲. بقره / ۴۵.
۳۳. ترجمه تفسیر المیزان، ج ۱، ص ۲۲۸.
۳۴. بقره / ۱۵۳.
۳۵. هاشمی رفسنجانی، تفسیر راهنما، ج ۱، صفحه ۳۹۲.
۳۶. قرآنتی، تفسیر نور، ج ۱، ص ۳۰۶.
۳۷. مریم / ۶۵.
۳۸. آیت... طیب، تفسیر طیب البیان، ج ۸، صفحه ۴۶۵.
۳۹. عنکبوت / ۴۵.
۴۰. جمعی از نویسندگان، تفسیر نمونه، ج ۱۶، ص ۲۸۴، ۲۸۵.
۴۱. لقمان / ۱۷.
۴۲. طه / ۱۴.
۴۳. کریمی یزدی، آثار شگفت‌انگیز نماز در پیشگیری و درمان بیماری‌ها، ص ۹۰.
۴۴. همان، ص ۹۴ تا ۹۶.
۴۵. برای اطلاع بیشتر در این باره بنگرید به کتاب آثار شگفت‌انگیز نماز در پیشگیری و درمان بیماری، نوشته دکتر کریمی یزدی.
۴۶. همان، ص ۵۳.
۴۷. تفسیر نمونه، ج ۱۶، ص ۲۹۰.
۴۸. همان، ص ۲۹۱.
۴۹. ابن شعبه الحرّانی، تحف العقول، ص ۱۲۷.
۵۰. نهج البلاغه، نامه ۴۷، ص ۴۰۷.
۵۱. نهج الفصاحه، حدیث شماره ۲۱۹۳، ص ۴۱۴.
۵۲. تفسیر نمونه، ج ۱۶، ص ۲۹۳.
۵۳. ابن شعبه الحرّانی، تحف العقول، ص ۱۲۶.
۵۴. نهج الفصاحه، حدیث ۲۲۱۰، ص ۴۱۶.

۵۵. تفسیر نمونه، ج ۱۶، ص ۲۹۴.
۵۶. انعام/ ۱۰۴.
۵۷. قصص / ۶۰.
۵۸. علامه طباطبائی، سنن النبی، ص ۲۳.
۵۹. ری شهری، میزان الحکمه، ج ۲، ص ۵۰۳.
۶۰. کلینی، اصول کافی، ج ۱، ص ۲۹.
۶۱. همان، ص ۲۹.
۶۲. ملکی تبریزی، ترجمه اسرارالصلوه، ص ۲۳۸.
۶۳. امام خمینی، توضیح المسائل (رساله احکام) مسأله ۸۹۳، ص ۱۴۵
۶۴. همان منبع، مسأله ۸۹۵، ص ۱۴۵.
۶۵. همان منبع، مسأله ۸۹۶، ص ۱۴۵
۶۶. شیخ صدوق، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۸۵
۶۷. امام خمینی، توضیح المسائل (رساله احکام)، مسأله ۹۶۴، ص ۱۴۰
۶۸. شیخ صدوق، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۱۰۵
۶۹. کتاب پژوهشی مطالعاتی نماز، شماره ۲۳ و ۲۴، ص ۱۴۷، ۱۴۹، ۱۵۲، مراجعه شود به مقاله آقای محمد فانی ملکوه
۷۰. همان منبع، ص ۳۸، ۳۹، مراجعه شود به مقاله آقای دکتر غلامحسین حیدری.
۷۱. نهج البلاغه، نامه ۳۱، ص ۳۸۱
۷۲. لقمانی، بهترین آرزوهای زندگی، ص ۲۶۱، ۲۶۲ به نقل از مستدرک الوسائل ج ۴، ص ۱۰۳.
۷۳. نهج الفصاحه، حدیث شماره ۳۶۰۰، ص ۶۷۸.
۷۴. تفسیر نمونه ج ۲۴، ص ۲۴.

عوامل و راهکارهای جذب دانشجویان به نماز

علی بهرامی

مدرس گروه معارف اسلامی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرضا

آدرس: شهرضا- خیابان پاسداران- کوچه نهم- مجتمع فرهنگیان- واحد ۶

تلفن تماس: ۰۹۱۳ ۲۲۲ ۲۴۰۰ - کدپستی: ۵۳۱۴۸-۸۶۱۸۸

Email: alibahrami96@yahoo.com

چکیده

گفتگو و راز و نیاز با خالق و آفریننده ی جهان از زمان های دور همراه و همدم انسان ها بوده است. در همین راستا انبیا عظام الهی در تعلیم و تربیت نسل انسانی به سوی معنویت و تعالی از این مهم به عنوان اولین قدم بهره گرفته اند و دقیقا به همین خاطر است که در تمامی ادیان الهی فریضه ی نماز وجود داشته و حتی مورد تأکید قرار گرفته است. در این مقاله که در راستای رسالت ما دانشگاهیان را برای انجام وظیفه مقدس ترویج و توسعه ی نماز تنظیم شده است، تلاش شده با استفاده از آیات روشنگر کلام الله مجید و تفاسیر علمای بزرگ، نماز را در نزد انبیا و ادیان الهی بررسی کنیم و با اثبات آن به اهمیت و منزلت نماز نزد نبی مکرم اسلام حضرت محمد مصطفی (ص) که در قرآن کریم به عنوان الگوی نیک و حسنه انسان ها معرفی شده اند بپردازیم و اشاره ای به احادیث آن حضرت و برخی ائمه ی بزرگوار - علیهم السلام - بکنیم. سپس آثار و پیامدهای نماز در آیات قرآن با استفاده احیث امامان بزرگوار و کتب تفسیری و کلام بزرگان مورد بررسی قرار گرفته است. پس از آن به آثار فردی و اجتماعی نماز از جمله شستشوی گناهان و شکستن غرور و خودپسندی، پرورش فضائل اخلاقی و ... پرداخته ایم و در پایان راهکارهایی را برای جذب جوانان که در این مقاله بیشتر بحث بر روی قشر دانشجویی کشور به عنوان آینده سازان و امید های آینده ی کشور بوده است ارائه شده است که می توان به مواردی چون درک جوان و همدلی با او، انعطاف پذیر بودن در مقابل او و همچنین تغییر در نگرش به مساجد و وظایف این مکان های مقدس در جهت جذب جوانان اشاره کرد. قابل ذکر است این تحقیقی کتابخانه ای است و نگارنده که

سال‌های متمادی در آموزش و پرورش و سپس دانشگاه از نزدیک با خواسته‌ها و نیازهای نسل جوان درگیر بوده و مدتی نیز روش تدریس تعلیمات دینی (هدیه‌های آسمان) در دوره‌ی ابتدایی را برای معلمان در حال تحصیل آن مقطع بر عهده داشته و از نزدیک سخنان آنان را شنیده است، این مقاله را تدوین و تنظیم نموده است. هر چند قدمی کوچک است اما انشاء الله تلاشی باشد در راستای رسیدن به اهداف عالی و مقدس جمهوری اسلامی ایران در ترویج و توسعه‌ی فرهنگ نماز و نماز خوانی.

واژگان کلیدی: نماز، نماز خوانی، فرهنگ، توسعه، رسالت، دانشگاه، جوان، دانشجو

۱) مقدمه

بی شک نماز پایه و اساس تمتی ادیان الهی بوده و هست. نماز در اصل گفتگویی رو در رو و بی واسطه بین مخلوق و خالق متعال است که به تنهایی موجب قبولی و یار شدن دیگر عبادات می شود. واضح و مبرهن است که چنین جایگاهی بایسته و شایسته نماز می باشد چرا که در روایات هست و در رساله ی عملی فقهای عالیقدر می بینیم که اگر در تار و پودی از لباس نماز گزار شک و شبهه ای باشد نماز گزاردن اشکال دارد، پس وقتی انسان باید در نماز آنچنان مواظب و مراقب باشد که حتی وجود یک نخ مشکوک در لباسش در انجام عبادت خلل ایجاد می کند پس مشروط شدن قبولی دیگر عبادات به قبولی نماز زیاد موجب تعجب نخواهد بود. حال وظیفه چیست؟ مسئولیت ما که در مرکز اشاعه دین مبین اسلام هستیم که پیامبر اعظم (ص) و آورنده ی این دین برپایی و اشاعه ی نماز را در اولویت کارهای خود قرار می داد، چگونه است؟ ما اگر بتوانیم فرهنگ نماز و نماز خوانی را به نسل جوان و بخصوص قشر دانشجو به صورتی صحیح آموزش و انتقال دهیم تا آن ها نسبت به این فریضه ی مهم باور قلبی پیدا کنند، آن وقت توانسته ایم خدمت بزرگی به نسل آینده بکنیم. هرچند در این راستا در نظام مقدس اسلامی کشورمان تلاشهای وسیع و درخور توجهی انجام گرفته است، ما نیز برآن شدیم بر حسب وظیفه و چون قطره ای در دریای موج آموزش های معارف اصیل اسلامی سهمی داشته باشیم، شاید مقبول در گاه حق قرار گیرد. فرضیه اصلی مقاله این است که: تبیین اهمیت نماز در آیات کلام الله مجید و احادیث و ارائه ی الگوهای دینی و نقش آن در جذب جوانان به نماز چگونه است؟ و سؤالات فرعی عبارتند از: ۱- آیا نماز برای تمام انبیای الهی (حداق انبیای اولوالعزم) سفارش شده است؟ ۲- آثار و پیامدهای نماز در آیات الی قرآن کریم چگونه تبیین شده است؟ ۳- اهمیت و منزلت نماز در احادیث نبی مکرم اسلام (ص) چگونه بیان شده است؟ ۴- راهکارهای جذب دانشجویان به نماز را چگونه تبیین کنیم؟ این مقاله که بر اساس

تجربیات نگارنده در اثر سال‌ها رویاروی با نسل نوجوان و جوان در آموزش و پرورش و سپس دانشگاه تهیه شده، بر اساس روش کتابخانه‌ای انجام گرفته و در پنج مبحث و یک مقدمه و یک نتیجه‌گیری تنظیم شده است که هر مبحثی به یکی از فرضیه‌های تحقیق اختصاص یافته است. با امید به اینکه در جذب قشر جوان و به خصوص قشر فهیم دانشجویی به نماز مؤثر و مفید واقع شود.

۲) فضیلت نماز نزد انبیا و ادیان الهی

رسول مکرم اسلام (ص) می‌فرماید: موضع الصلوة فی الدین کموضع الرأس فی الجسد. / جایگاه نماز در دین، مانند جایگاه سر در بدن است. (متقی هندی، ۱۴۲۴، حدیث ۱۸۹۷۲). با ژرف‌اندیشی در این حدیث کاملاً مشهود است که نماز مهمترین قسمت دین و بهترین سلوک روحانی انسان و مؤثرین آرام‌بخش جان و جهان از تلاطمات است. انسان موجودی است مرکب از دو بعد جسم و روح، لذا نیازهای او نیز قطعاً نیازهایی از احتیاجات مرکب و جسمانی و روحانی است و نماز یکی از این نیازها است و دارو و درمانی روحی و معنوی است که اگر به درستی اقامه گردد، جان آدمیان را راحتی و سلامتی خواهد بخشید. اما پرسش اصلی آن است که چگونه این مهم را انجام دهیم و مهم‌تر این که چگونه این مهم را آموزش دهیم و در جهانی که به هر نحو و وسیله‌ای تلاش می‌شود نسل جوان از این فرهنگ اصیل معنوی دور نگه داشته شود و در دنیایی که جریان‌های کاذب معنوی به مدد زر و تزویر تبلیغ می‌شوند و زراندوزان و زورمداران با کمک گرفتن از هر گزینه‌ای حتی اختراعات و ابداعات جدید الکترونیکی و ... بی‌دینی و لابلالی‌گری را تبلیغ می‌کنند، چگونه می‌توان جوان را با نماز مأنوس کرد و این عبادت شیرین را برای او محبوب ساخت؟ آیا اثبات اینکه نماز در دوران تمامی انبیا الهی وجود داشته و از دستورات عملی تمامی ادیان آسمانی است، جوان را به اهمیت این عبادت پروردگار بی‌همتا نزدیک‌تر می‌کند؟ نظری کوتاه ولی ژرف به آیات الهی (که در ادامه به برخی از آن‌ها اشاره خواهد شد) نشان از این

دارد که تمامی انبیاء الهی حتی قبل از ابراهیم خلیل (ع) هم با نماز محشور بودند چنانکه ذات اقدس الله درباره‌ی خلیل خود ابراهیم می‌فرماید: مهمترین خواسته خلیل از حق این بود که «رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَ مِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَ تَقَبَّلِ الصَّلَاةَ (ابراهیم/۴۰)»
خدایا مرا اقامه کننده نماز قرار بده و همچنین ذریه مرا برپا دارنده نماز بساز و لذا مشخص می‌شود که قبل از آن حضرت نماز وجود داشته است که ایشان نیز تقاضای اقامه‌ی نماز را داشته‌اند. حتی وقتی که فرزند خود را وقتی در کنار کعبه به ودیعت الهی سپرد عرض کرد: پروردگارا من اینها را در این وادی غیر ذی‌زرع نهادم تا نماز به پای دارند:

«رَبَّنَا لِيُقِيمُوا الصَّلَاةَ فَاجْعَلْ أَفْتَدَةً مِنَ النَّاسِ تَهْوِي إِلَيْهِمْ (ابراهیم / ۳۷)»

برای اینکه نماز به پای دارند، پس دل‌های مردم را به سوی آنان متمایل گردان.»
پس برای اینکه از کنار خانه وحی، اقامه نماز آغاز بشود و این اقامه نماز با ذریه آن حضرت انجام بگیرد اینها را به ودیعت در کنار خانه خداوند به صاحب‌خانه سپرده است تا هدف اینها که اقامه نماز است محقق بشود. وقتی هم خدا به موسای کلیم - علیه السلام - وحی فرستاد و فرمود آنچه را که بر تو تلاوت می‌شود استماع کن و بدان:

«أَنْتَى أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي (طه / ۱۴)»

همانا من خدایی هستم که جز من معبودی نیست، نماز را برای احیای یاد من اقامه کن.»
و وقتی نوبت به عیسای مسیح - علیه السلام - می‌رسد ایشان در همان گهواره چنین آغاز به سخن می‌کنند:

«وَأَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ وَالزَّكَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا (مریم / ۳۱)»

یعنی من تا زنده‌ام به نماز و زکات سفارش شده‌ام.»

یعنی من همیشه با نماز هستم و تا هر زمانی که زند باشم نماز از من جدا نمی‌شود. قرآن کریم در تبیین سیره حضرت اسماعیل - علیه السلام - می‌فرماید:

«وَكَانَ يَأْمُرُ أَهْلَهُ بِالصَّلَاةِ (مریم / ۵۵)

یعنی نه تنها خود نماز را اقامه می کرد بلکه اهلش را به اقامه نماز امر می کرد. نوبت به وجود مبارک پیامبر گرامی اسلام - صلی الله علیه و آله - که رسید خداوند به ایشان فرمود:

«وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا (طه / ۱۳۲)

تو اهل بیت خود را به نماز و طاعت خدا امر کن و خود نیز بر آن (نماز) صبور باش»
و «اقِمِ الصَّلَاةَ لِدُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا» (اسرا / ۷۸)
نماز را وقت زوال آفتاب تا اول تاریکی شب به پا دار، نماز صبح را نیز به جای آر که آن به حقیقت مشهود است.

که خطاب مستقیم به پیامبر - صلی الله علیه و آله - است و شامل امت اسلامی می شود برای اقامه ی نمازهای پنجگانه ی یومیه از دلوک شمس الی غسق اللیل که چهار نماز است و پنجمین نماز، که نماز صبح است. دستورات الهی برای به سعادت و کمال رسانیدن انسان ها و در نهایت رسیدن به قرب خداست. برای نیل به این مقصود خداوند متعال پیامبرانی و به ویژه آخرین سفیرش، پیامبر اعظم حضرت محمد مصطفی (ص) را فرستاد تا انسان ها را در یک برنامه تدریجی از انواع آلودگی ها، خرافات، کجروی ها، و زنگارهای شرک که همچون غل و زنجیر بر پیکرشان سنگینی می کرد رهایی بخشند. از جمله این دستورات، فریضه مقدس «نماز» است که ستون دین است و با پذیرفته شدن آن سایر اعمال نیز پذیرفته می شود. و اگر مورد پذیرش قرار نگیرد، سایر اعمال نیز بی نتیجه و مردود است. نماز در حقیقت به منزله آرم اسلام است و به سایر کارهای ما، در زندگی ارزش و اعتبار می بخشد.

۳) ارائه الگوهای موفق نماز گزار به دانشجویان و جوانان

یکی از ویژگی های عمده دوران نوجوانی و جوانی انسان، حسن الگوپذیری است. انسان ها در صددند شخصیت هایی که از نظر مادی و به ویژه معنوی به کمال رسیده اند را

اسوه خود قرار دهند همانگونه که می دانیم طبق نص صریح قرآن کریم، پیامبر اکرم (ص) به عنوان الگوی کامل و نیکو برای انسان ها معرفی شده اند.

«و لقد فی رسول الله لکم اسوة حسنه (احزاب / ۲۱)».

وقتی آورنده‌ی پیام الهی و اسوه‌ی نیکوی انسان ها نماز را موجب روشنی چشم خود می‌داند:

«قرة عینی فی الصلاة / روشنی چشم من در نماز است. (پاینده: ۱۳۳۷: ۲۸۳، ح ۱۳۴۳)»

یعنی نماز را پایه و نگه دارنده‌ی اجزای دیگر دین معرفی می‌کنند. الگوها و نمونه‌ی اخلاقی دیگر ما برای معرفی که تا امروز هم برای ما مسلمانان و هم ادیان اندیشمندان ادیان دیگر که در مورد ایشان دست به قلم شده اند، الگوی کامی انسان موفق مانده اند، امام علی (ع) است که تلاششان این بوده ما را به سمت اهداف متعالی که همان قرب به خداوند است سوق دهند. در مورد این امام بزرگوار ذکر شده: در جنگ صفین تیری به پای مبارک امیرمؤمنان اصابت کرد و نوک تیر در پای حضرت باقی ماند. جراحان آن روز نتوانستند آن را خارج سازند و وقتی حضرت به نماز ایستادند (به قولی به سجده رفتند)، آن را بیرون آوردند، بعد از نماز حضرت قسم یاد نمود دردم سبک شده است. یعنی متوجه خارج کردن پیکان نشده اند. (وحیدی: ۱۳۸۹: ۱۸۶). حال ممکن است که این سؤال در ذهن متبادر شود که چگونه ممکن است کسی چنین دردی را حس نکند؟ آری! این ها از مراحل کمال انسان است: اولاً تسلط بر اعضا و جوارح است یعنی اینکه انسان بر بدن خود مسلط باشد. ثانیاً: تسلط بر خواسته‌های درون است از شهوت، غضب، حبّ مال، ریاست‌طلبی و... ثالثاً: تسلط بر اوهام و خیالات و افکار است که در نماز اسیر آنها نباشد. رابعاً: فراموش کردن خویشتن و جذب جلوه‌های حضرت حق شدن است. (همان: ۱۸۶). و نیز از امام علی (ع) روایت شده است که: «فیما اوصی به امیرالمؤمنین - علیه السلام - عند وفاته: الصلوة، الصلوة، الصلوة. / آن چیزی که امیرالمؤمنین (ع) هنگام وفات وصیت کرد، این بود: نماز، نماز، نماز. (نوری:

۱۳۷۸: ۱/۱۷۳). همچنین از حضرت امام جعفر صادق -علیه السلام- بنیان گذار فقه متعالی شیعه روایاتی در دست است که نشان از ارج و اهمیت نماز نر خداوند متعال دارد. از جمله از آن حضرت روایت شده: «اذا قام المصلی الی الصلاة، نزلت علیه الرحمة من اعنان السماء الی اعنان الارض و حفت به الملائكة و ناداه ملک لو يعلم هذا المصلی ما فی الصلاة ما انتقل / هنگامی که انسان به نماز ایستاد، رحمت خدا از آسمان بر او نازل می شود و ملائکه اطرافش را احاطه می کنند و فرشته ای می گوید: اگر این نماز گزار ارزش نماز را می دانست هیچ گاه از نماز منصرف نمی شد». (کلینی: ۱۳۷۲: ۳/۲۶۵)

۴) آثار نماز در قرآن و تبیین و تفهیم آن به دانشجویان

هنگامی که انسان از دستورات الهی مطلع باشد و بداند که فرامین حضرت حق چیست و یا به عبارتی ملاک های سعادت مندی و رستگاری و شایستگی یافتن در محضر حق تعالی کدام است و در صدد تفهیم دستورات خداوند باشد، مطمئناً پای بند به آن دستورات نیز می شود. یکی از فرامین مهم پروردگار متعال، امر به نماز است. اگر بتوانیم آیات نوربخش الهی را برای جوانان و دانشجویان به زبان ساده و رسا تفسیر نماییم، قطعاً موجبات علاقمندی به آن دستورات را در ضمیر وجودی آنها فراهم نموده ایم. زیرا دستورات حضرت حق بر اساس فطرت خداجویی در نهاد انسانها قرار داده شد و فقط باید آن را شکوفا نماییم. در این صورت است که موفقیت ما نسبت به جذب دانشجویان به نماز بیشتر می شود و این یکی از راهکارهای اساسی است. در این باب توجه به برخی از آیات قرآن ضروری است:

«وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ»؛ (ذاریات / ۵۶)، من جن و انس را نیافریدم جز برای اینکه عبادتم کنند.»

یعنی از این راه تکامل یابند و به من نزدیک شوند. هدف از آفرینش جن و انس آن است که آنان را در معرض پاداش نیک قرار دهیم و این به دست نمی آید مگر به وسیله انجام عبادت (طبرسی: بی تا: ۲۳ / ۳۳۱). پس غرض از خلقت انسان عبادت خداست و

کمالی است که نصیب انسان می شود. پس هم عبادت غرض است و هم توابع عبادت که رحمت و مغفرت و غیره باشد. (طباطبایی: بی تا: ۸ / ۵۷۹) خداوند در خصوص نماز می فرماید:

«وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ (بقره / ۴۵)، از صبر و نماز یاری جوید»

کلمه استعانت به معنای طلب کمک است، و این مهم وقتی صورت می گیرد که نیروی انسان به تنهایی نتواند مسأله‌ای و حادثه‌ای را که پیش آمده بر وفق مصلحت خود بر طرف سازد، و اینکه فرموده: از صبر و نماز برای مهمات و حوادث خود کمک بگیرید، به این معنی است که در حقیقت یآوری به جز خدای سبحان نیست و مقاومت و خویشتن داری انسان با مدد اوست، پس استقامت به خرج داده، ارتباط خود را با خدا برقرار نموده، از صمیم دل متوجه او شود و به سوی او روی آورد، و این دو همان صبر و نمازند و بهترین وسیله برای پیروزی می باشند. چون صبر هر بلا و حادثه عظیمی را کوچک و ناچیز می کند، و نماز که اقبال به خدا و التجا به او است، روح ایمان را زنده می سازد و به آدمی می فهماند که به جایی تکیه دارد که انهدام پذیر نیست، و به سببی دست زده که که پاره شدنی نیست (طباطبایی: بی تا: ۱ / ۲۲۸). این آیه در جای دیگری نیز آمده است:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ (بقره / ۱۵۳)، ای افرادی که ایمان آورده‌اید! از صبر (استقامت) و نماز کمک بگیرید! (زیرا) خداوند با صابران است.»

این آیه پنج پیام مهم دارد: اول ارجمندی و ارزش ایمان و مؤمن را نزد خداوند بیان می دارد. دوم بیانگر لزوم استعانت مؤمنان از صبر و نماز است. سوم می گوید نماز و صبر، یاور مومنان است. چهارم بیان می دارد که خداوند با صبرپیشگان است و پنجم ارزش و اهمیت صبر و نماز و جایگاه بلند صبرپیشگان را در بر دارد. (هاشمی رفسنجانی، بی تا: ۱ / ۳۹۲). این آیه دارای نکات دیگری نیز هست: ۱. اگرچه خداوند با همه کس و در همه جا حضور دارد لکن همراهی خدا با صابران معنای خاصی دارد و آن لطف به محبت و یاری

رسانی خداوند به صابران است. ۲. نماز اهرم است بار نیست. (قرائتی: ۱۳۷۵: ۱ / ۳۰۶) و باز خداوند در قرآن فرموده:

«... فَأَعْبُدْهُ وَاصْطَبِرْ لِعِبَادَتِهِ ... (مریم / ۶۵)، خدا را بپرست، و درباره عبادت او صبور و شکبیا باش»

البته عبادت زحمت و مرارت دارد و بر خلاف هوای نفس است، باید انسان دشمن‌های خود که دنیا و هوای نفس و شیطان هستند را دور کند و کنار بگذارد و خود را برای بندگی و اطاعت و فرمان‌برداری پروردگار خود مهیا نماید.

(آیت... طیب: ۱۳۵۹: ۸ / ۴۶۵). سپس خداوند متعال به فلسفه بزرگ نماز پرداخته می‌گوید:

«ان الصلوة تنهى عن الفحشاء والمنکر»، «نماز انسان را از زشتی‌ها و منکرات باز می‌دارد» (عنکبوت / ۴۵)

طبیعت نماز از آنجا که انسان را به یاد نیرومندترین عامل بازدارنده یعنی اعتقاد به مبدأ و معاد می‌اندازد. دارای اثر بازدارندگی از فحشاء و منکر است. منتها هر نمازی به همان اندازه که از شرایط کمال و روح عبادت برخوردار است، نهی از فحشا و منکر می‌کند، گاه نهی کلی و جامع و گاه نهی جزئی و محدود. ممکن نیست کسی نماز بخواند و هیچ‌گونه اثری نداشته باشد. حتی گفته شده اگر فردی آلوده گناه باشد و نماز بخواند بی اثر نخواهد بود، هرچند این گونه نماز تأثیرش کم است ولی این گونه افراد! اگر همان نماز را نمی‌خواندند از این هم آلوده‌تر می‌شدند. نهی از فحشا و منکر سلسله مراتب و درجات زیادی دارد و هر نمازی به نسبت رعایت شرایط دارای بعضی از این درجات است (مکارم شیرازی: بی تا: ۱۶ / ۲۸۴، ۲۸۵). نماز، مهمترین توصیه انبیای الهی و بزرگان حکمت بوده، به نحوی که حضرت لقمان به فرزندش فرمود:

یا بُنِیَّ اَقِمِ الصَّلَاةَ (لقمان / ۱۷)، «پسرم! نماز را برپا دار»

در جای دیگر خداوند می‌فرماید:

«... فَأَعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي (طه / ۱۴)، مرا پرست و نماز را برای یاد من بپادار» .

نماز به انسان می‌گوید حقوق دیگران را تضییع نکن، بلکه با خدا رابطه پیدا کن، و وقتی با خدا رابطه پیدا کردی رزق هم برای خود و هم برای دیگران از او بطلب. معنای «نعبد» گفتن و متکلم مع الغیر آوردن و دعاها را به صورت متکلم مع الغیر ذکر کردن و خیر دیگران را خواستن و دیگران را در خیر خود سهیم دانستن ایجاب می‌کند که انسان در مسائل اقتصادی هم دیگران را فراموش نکند. این دینی که دستور می‌دهد در سحرها برخیز و چهل مؤمن را لا اقل دعا کن، دستور روز هم این است که حداقل چهل مؤمن را دستگیری بکن، مشکلات چهل مؤمن را هم برطرف بکن، برای تهذیب روزانه است. خداوند در سوره معارج بسیاری از فضایل اخلاقی را به برکت نماز تبیین می‌کند و بسیاری از رذایل اخلاقی را به برکت نماز می‌زداید، فرمود اینها کسانی هستند که تن به تباهی نمی‌دهند و از زهد معنوی برخوردارند. فایده دیگری که ذات اقدس الله برای نماز ذکر می‌کند در سوره مبارکه حمد بیان شده است: این که بگویید:

«إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ» (حمد، ۵)

اما راه استعانت را همانگونه که قبلاً نیز ذکر شد، مشخص کرده است. فرمود:

«وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ...» (بقره، ۱۵۳)

شما اگر بخواهید از مدد غیبی برخوردار باشید به وسیله نماز از خدا استعانت کنید. خدایی که خیر معین است و خیر معاون، به اعانت شما توجه می‌کند، پس نماز بهترین رابط است بین خلق و خالق و عبد و مولی که از این راه فیض مولی به خلق و عبد برسد از این جهت فرمود:

«وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَأَنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ» (بقره، ۴۵)

۵) جلب توجه دانشجویان و جوانان به آثار فردی و اجتماعی نماز

ترسیم آثار فردی و اجتماعی نماز، کشش و جذابیت انسان را نسبت به این فریضه الهی و مقدس بیشتر نموده و تلاش می‌نماید، با حضور قلب و روحانیت بیشتری و به نحو مطلوب آن را به جا آورد که در ذیل به برخی از آن آثار اشاره می‌نمائیم.

- ۱ - ۵: هدف اصلی و اساسی، روح و نتیجه و فلسفه نماز همان یاد خداست (ذکر الله)
- ۲ - ۵: نماز وسیله شستشوی گناهان و مغفرت و آمرزش الهی است؛ زیرا خواه ناخواه نماز انسان را دعوت به توبه و اصلاح گذشته می‌کند.
- ۳ - ۵: نماز سدّی در برابر گناهان آینده است، زیرا روح ایمان را در انسان تقویت می‌کند، و نهال تقوا را در دل پرورش می‌دهد. ایمان و تقوا نیرومندترین سدّ در برابر گناه است. (مکارم: بی تا ۱۶ / ۲۹۰)
- ۴ - ۵: نماز، غفلت‌زدا است، و این نعمت بزرگی است که انسان وسیله‌ای در اختیار داشته باشد که در هر شبانه‌روز چند مرتبه قویاً به او بیدار باش گوید.
- ۵ - ۵: نماز خودبینی و کبر را در هم می‌شکند، زیرا انسان در هر شبانه‌روز هفده رکعت و در هر رکعت دو بار در برابر خدا پیشانی بر خاک می‌گذارد و خود را ذره کوچکی در برابر عظمت او می‌بیند، بلکه صفری در برابر بی‌نهایت.
- ۶ - ۵: نماز وسیله پرورش فضائل اخلاق و تکامل معنوی انسان است؛ چون انسان را از جهان محدود ماده و چهار دیوار عالم طبیعت بیرون می‌برد به ملکوت آسمان‌ها دعوت می‌کند و با فرشتگان همصدا و همراز می‌سازد، خود را بدون نیاز به هیچ واسطه در برابر خدا می‌بیند، و با او به گفتگو بر می‌خیزد. (مکارم: بی تا ۱۶ / ۲۹۱) علی (ع) فرمود: «اگر نماز گزار از رحمتی که سرپای او را فرا گرفته خبر داشته باشد، دل از نماز نکند، و دوست ندارد که سر از سجده بردارد. (ابن شعبه الحرّانی: ۱۳۰۳: ۱۲۷)

۷ - ۵: نماز به سایر اعمال انسان ارزش و روح می‌دهد. زیرا نماز روح اخلاص را زنده می‌کند و مجموعه‌ای است از نیت خالص و گفتار پاک و اعمال خالصانه و تکرار این مجموع در شبانه‌روز بذر سایر اعمال نیک را در جان انسان می‌پاشد و روح اخلاص را تقویت می‌کند. چنان که امام علی (ع) در آستانه شهادت در وصیت‌نامه بسیار زیبای خود به اهمیت نماز پرداخته و فرمود: «خدا را، خدا را! درباره نماز، زیرا ستون دین شماسست... (نهج البلاغه، نامه ۴۷). پیامبر اکرم (ص) فرمود: نخستین چیزی که (در قیامت) به حسابش می‌رسند نماز است. (نهج الفصاحه، حدیث شماره ۲۱۹۳) در حدیثی از امام صادق (ع) می‌خوانیم: «نخستین چیزی که در قیامت از بندگان حساب می‌شود نماز است اگر مقبول افتاد سایر اعمالشان قبول می‌شود و اگر مردود شد سایر اعمال نیز مردود می‌شود». (ابن شعبه الحرّانی: ۱۳۰۳: ۳۵۸)

۸ - ۵: نماز قطع نظر از محتوای بلندش با توجه به شرائط صحت، دعوت به پاکسازی زندگی می‌کند، زیرا می‌دانیم مکان نماز گزار، لباس نماز گزار، فرشی که بر آن نماز می‌خواند، آبی که با آن وضو می‌گیرد و غسل می‌کند، محلی که در آن غسل و وضو انجام می‌شود باید از هر گونه غضب و تجاوز به حقوق دیگران پاک باشد. بنابراین تکرار نماز در پنج نوبت شبانه‌روز خود دعوتی است به رعایت حقوق دیگران. (مکارم: بی تا ۱۶ / ۲۹۳)

۹ - ۵: نماز علاوه بر شرائط صحت، شرائط قبول، یا به تعبیر دیگر شرایط کمال دارد که رعایت آنها نیز عامل مؤثر دیگر برای ترک بسیاری از گناهان است. در کتب فقهی و منابع حدیث، امور زیادی به عنوان موانع قبول نماز ذکر شده است. امام علی (ع) فرمود: «هر که نوشابه مست کننده (شراب) نوشد نمازش تا چهل شب به درگاه خدا قبول نمی‌شود» (ابن شعبه الحرّانی: ۱۳۰۳: ۱۲۶) رسول اکرم (ص) فرمود: «نماز سه کس از گوش‌هایشان بالاتر نمی‌رود: غلام فراری تا زمانی که بازگردد، زنی که شب را بخوابد در حالی که شوهرش از او ناراضی باشد، و پیشوای قومی که آنان از او متنفر باشند. (نهج الفصاحه، حدیث ۲۲۱۰)

۱۰ - ۵: نماز روح انضباط را در انسان تقویت می‌کند، زیرا دقیقاً باید در اوقات معینی انجام گیرد که تأخیر و تقدیم آن هر دو موجب بطلان نماز، است همچنین آداب و احکام دیگر در مورد نیت و قیام و قعود و رکوع و سجود و مانند آن که رعایت آنها، پذیرش انضباط را در برنامه‌های زندگی کاملاً آسان می‌سازد. (مکارم: بی تا ۱۶ / ۲۹۴) اگر به فوائد ذکر شده، ویژگی‌ها و اهمیت نماز جماعت را نیز اضافه نماییم، برکات آن مضاعف خواهد شد.

۶) ارائه‌ی چند راهکار و پیشنهاد

یکی از مهم‌ترین و نخستین گام‌ها کسب «معرفت و بصیرت» یعنی نورانیت دل و دیده است. شناخت و معرفتی که از یک سو به فهم و مقام والای پروردگار و از دیگر سو شناخت دین برگزیده آن یعنی اسلام و از سوی سوم شناخت نسبت به دستورات ارزنده آن بینجامد. سر منشاء این معرفت رسیدن به کمال یعنی قرب الی الله است. در ارتباط با اهمیت بصیرت و معرفت در قرآن آمده است:

قد جاء کم بصائر من ربکم فمن ابصر فلنفسه و من عمی فعلیها و ما انا علیکم بحفیظ
 «بی تردید آیات الهی از طرف خدا آمد پس هر که بصیرت یافت خود به سعادت رسید و هر کس کور بماند خود در زیان افتاد و من نگهبان شما از عذاب نیستم (انعام/ ۱۰۴)
 از جمله ابعاد مهم معرفت دینی که در قرآن به آن توجه شده «عقل» است. در ارتباط با اهمیت عقل و ضرورت استفاده و به کارگیری آن در امورات مختلف زندگی در قرآن چنین آمده است:

... و ما عندالله خیر و ابقی افلا تعقلون، «آنچه نزد خداست بهتر و باقی تر است اگر تعقل کنید. (قصص / ۶۰)

رسول خدا (ص) در خصوص اهمیت عقل فرمود: «خداوند عقل را آفرید و به او گفت: عقب برو، عقب رفت. سپس فرمود: پیش بیا، پیش آمد آن گاه فرمود: مخلوقی را

نیافریدم که نزد من محبوب‌تر از تو باشد.... (طباطبایی: ۱۳۵۴: ۲۳) و نیز فرمود: «کور آن نیست که چشمش نابینا باشد، بلکه کور (واقعی) آن کسی است که دیده بصیرتش کور باشد.» (ری شهری: بی تا: ۲ / ۵۰۳) امام صادق علیه‌السلام فرمود: «پیغمبر حجت خدا است بر بندگان و حجت میان بندگان و خدا عقل است (کلینی: ۱۳۷۲: ۱ / ۲۹) و باز فرمود: «عقل راهنمای مؤمن است» (همان: ۱ / ۲۹) ولذا شناخت عقلی و بصیرت بیشتر به نماز که فریضه واجب الهی است، موجبات حضور قلب بیشتر و اخلاص در عبادت و با نشاط انجام دادن نماز را مهیا می‌کند. عارف بزرگ میرزا جواد آقا ملکی تبریزی می‌نویسد: «اما عمده خیر نماز و فایده‌اش در فهم نماز است، چون فهم، نزدیک‌ترین سبب به معرفت است و معرفت تمامش خیر است بلکه همه خیر در معرفت است....» (ملکی تبریزی: ۱۳۸۸: ۲۳۸). در این راه (همدلی) نیازمند چند مسأله است:

۱-۶- درک جوان: واقعیت آن است که دوره جوانی اقتضائات خاص خود را دارد. جوانان به دلیل ناپختگی کم تجربگی، احساسات شدید و مشکلات بلوغ به طور طبیعی، خطاپذیرند و از طرفی روحیه استقلال‌طلبی و ستیزه جویی زمینه چالش‌ها و تضادها را در میان این قشر و بزرگ‌ترها به وجود می‌آورد. نحوه برخورد با مسائل جوانان بسیار ظریف و حساس می‌باشد، بسیاری از دست‌اندرکاران کانون‌های دینی و مساجد، بدون توجه کافی به واقعیات دوران نوجوانی و جوانی و مشکلات ویژه آنان، اقدام به واکنش‌های تند و افراطی می‌کنند و چه بسا یک یا دو برخورد ناسنجیده و ناصواب برای همیشه جوانان را از مساجد و عرصه تربیت دینی دور گردانند. استاد مطهری داستانی را نقل می‌کند که گویا این حقیقت است و می‌گوید: شخصی که به مسجد می‌آمد و نماز جماعتش ترک نمی‌شد توسط یکی از مقدسین مورد عتاب قرار می‌گیرد که اگر مسمانی چرا ریش‌ت را این‌طور کرده‌ای؟ او از همان جا سجاده را بر می‌دارد و می‌گوید این مسجد و این نماز جماعت و این دین و مذهب مال خودتان رفت که رفت. (مطهری: ۱۳۶۹: ۲ / ۱۰۱). پس ما که منادیان

و ناشران فرهنگ نمازیم باید راه‌های ارتباط با جوانان را شناسایی کنیم و از روش‌های کارآمد استفاده نماییم و خود را جای جوان بگذاریم و توقع بیش از حد از او نداشته باشیم. خوشبختانه دین مبین اسلام به نکات دقیقی پرداخته که بسیار کارگشا است. وقتی امام علی(ع) با خدمت کارش قنبر برای خرید لباس به بازار رفتند و دو پیراهن دو درهمی و سه درهمی خریداری نمودند امام(ع) پیراهن سه درهمی را به قنبر دادند. قنبر گفت: شما به آن سزاوارتری چون شما بالای منبر می‌روی و خطبه می‌خوانی، امام(ع) در پاسخ فرمود: «انت شاب و لک شره الشباب؛ تو جوان هستی و میل جوانی داری». (مجلسی: ۱۳۶۲: ۱۰۰ / ۹۳) در حدیث فوق امام(ع) این درس را به همگان داده است که جوان را درک کنند و روحیه او را در نظر گیرند.

۲- ۶- انعطاف‌پذیری: همدلی بدون انعطاف‌پذیری ممکن نیست. جوان به حکم جوان بودن در معرض خطا و لغزش است. از این رو امام علی(ع) می‌فرماید: جهل الشباب معذور و علمه محقور؛ نادانی جوان غیر قابل ملامت و علم او محدود و اندک است (آمدی: ۱۳۸۹: ۳ / ۳۶۷). خداوند به پیامبر رحمتش می‌فرماید:

«و لو كنت فظاً غليظ القلب لانفضوا من حولك؛ اگر سخت دل و ترش روی بودی همه از تو دور تو پراکنده می‌شوند.» (آل عمران، آیه ۱۵۹).

مسئولان مساجد باید با تحمل و بردباری و انعطاف‌پذیری، با جوانان بزرگوارانه برخورد کنند و چون پدری دلسوز دست نوازش بر سر فرزندان خود بکشند و «ارتباط عاطفی» را بر ارتباط دستوری و خشک مقدم دارند. روان‌شناسان معتقدند نخستین امری که بر اثر پیوندهای معنوی یا معنایی و دوستی می‌شکند محبت است و محبت در ابتدای امر مستقل و فراگیر است. (دکتر محسنی و همکاران: ۱۳۷۴: ۱۵۳)

۳- ۶- جوان‌گرایی: معمولاً جوان از جوان بهتر و زودتر می‌پذیرد. در دو جوان به دلیل نزدیک بودن جهان احساسی و عاطفی و روحی، تفهیم و تفاهم سریع‌تر اتفاق می‌افتد. در

حال حاضر ائمه جماعت بسیاری از مساجد کهنسال اند و با دنیای جوان بیگانه اند هر چند در این میان، پیران خوش اندیش و جوان دل وجود دارند که توانایی فوق العاده‌ای در جذب جوانان دارند اما باید به یک جوان گرایی در مساجد برسیم. بعضی از جوانان، عدم امکان ارتباط با امام جماعت سالمند را دلیل اجتناب از نماز جماعت و عدم حضور در مساجد می‌دانند و به تجربه دیده شده مساجدی که امام جماعت جوان و پرشوری دارد در جذب جوانان موفق‌تر بوده‌اند. در این رابطه لازم است تحولی در سیستم مدیریتی مساجد به وقوع پیوندد و فرهنگ جوان گرایی در اداره مساجد نهادینه گردد و جوانان در کنار سالمندان در هیئت امنای مساجد راه یابند.

۴-۶- زیبا سازی و فعال کردن مساجد دانشگاه: یکی از راه‌های استحکام پیوند جوانان با مساجد، زیبا ساختن مساجد و کانون‌های دینی است. مساجد از همان سردر تا درون مسجد (صحن، محراب، فضا، دیوارها و غیره) باید آراسته و پیراسته و جوان پسند باشد و از جاذبه‌های هنری و علمی در پیشانی مسجد استفاده شود. پاکیزگی، طراوت و زیبایی مسجد، در جذب جوانان بسیار مؤثر است. بعضی از دانشجویان مواردی چون بوی بد، فضای تنگ نمازخانه، فرش‌ها و موکت‌های آلوده را باعث بی رغبتی به نماز می‌دانند. برای حضور جوانان در مساجد، لازم است، مساجد را از انحصار به نماز خارج کرد. جوان عنصری فعال و پرشور است و به دنبال کانونی فراگیر و خودجوش می‌باشد. مطالعه عصر نبوی نشان می‌دهد که مسجد، پایگاه تصمیم‌گیری اجتماعی، نظامی، سیاسی، عبادی و فرهنگی بوده است. در این صورت مسجد یک مجتمع می‌باشد که جوانان را با سلايق مختلف در خود جمع کرده است. اگر در دوران دفاع مقدس ما شاهد حضور چشمگیر جوانان در مساجد بودیم یکی از دلایل فعال بودن در زمینه‌های عبادی، نظامی و فرهنگی بوده است. اگر امکانات هنری، ورزشی، نمایشی، کتابخانه رایانه و اینترنت و... در کنار مسجد به عنوان جزئی از پیکره مسجد محسوب شود مساجد در تمام اوقات شبانه روز باز بوده و فعال باشند،

جوانان به مسجد راغب تر خواهند شد. با کمال تأسف دنیاى الحاد در مسیر خود با ظواهرى زیبا از روش‌های نو و از تمامی امکانات استفاده می‌کنند ولی ما تنها به روش‌های سنتی اکتفا کرده‌ایم و از همه ظرفیت‌ها استفاده نمی‌کنیم. قرآن کریم به کاربرد هنر در القا و تغییر افکار اشاره کرده و می‌فرماید:

فأخرج لهم عجلا جسدا له خوار فقالوا هذا الهکم و اله موسى ففسى

{سامری دشمن موسی(ع)}، گوساله‌ای ساخت که صدایی شگفت داشت و آن را خدای موسی معرفی کرد(طه، آیه ۸۸)

و به این صورت پیروان موسی(ع) را به انحراف کشاند وقتی دشمن خداوند برای انحراف مردم از شگردهای به اصطلاح هنری استفاده می‌کند و موفق هم می‌شود، چرا ما برای جذب جوانان از شیوه‌های هنری سالم مثل فیلم، نقاشی، مسابقه و غیره استفاده نکنیم؟

۵-۶ - بهبود شیوه‌های پیام رسانی دینی: متأسفانه در روش‌های تبلیغی و جذب جوانان، بیش‌تر از روش‌های کلیشه‌ای و تکراری و به صورت مستقیم استفاده می‌کنیم و همین امر در بی‌علاقگی و گریز جوانان از نماز جوامع مؤثر بوده است. در برخی تحقیقات به ویژه تحقیقاتی که در آموزش و پرورش انجام پذیرفته است یکی از دلایل گریز دانش‌آموزان از نماز جماعت، سخنرانی‌های طولانی و تکراری مطرح شده است(مجله پیوند، ش ۲۴۳، ص ۳۲). ما همدسه گفتن با جوانان را به خوبی نمی‌دانیم و یا رعایت نمی‌کنیم. پرگویی، مکرر گویی و ارتباط مستقیم آمرانه و دستوری باعث دلزدگی و نفرت و دین‌گریزی جوانان می‌شود و این موضوع، نگرش منفی جوانان نسبت به روش متعارف تبلیغ دینی را می‌رساند و ثابت می‌کند که نوجوانان و جوانان به طور کلی، حوصله و علاقه کم‌تری برای شنیدن سخنان یا خواندن مطالب دارند. ما در عصر ابتکارات و خلاقیت‌ها به سر می‌بریم هر روز شیوه‌های جدید اطلاع رسانی و تبلیغاتی ابداع می‌شود ولی آیا شیوه‌های پیام رسانی در عرصه دین و معارف دینی شیوه‌های کارآمد و به روز است؟ بی‌شک منبر و وعظ و خطابه

یکی از شیوه‌های اصیل و مؤثر تبلیغ دینی است ولی آیا فقط صرف استفاده از این روش در همه جا و برای همه اقشار جامعه مفید است؟ آیا ائمه جماعات مساجد به غیر از سخنرانی، روش دیگری را آزموده‌اند؟ باتوجه به تجارب سودمند مبلغان در سال‌های اخیر در به کارگیری از گفتگوی مستقیم دو نفری و به اصطلاح تبلیغ چهره به چهره و رفیق شدن و اظهار همدردی کردن بانسل جوان وقت آن رسیده که در سطح وسیع از این تجربه ارزشمند استفاده گردد و ائمه جماعات مساجد با اتخاذ روشهایی ابتکاری، مجالس را به صورت پرسش و پاسخ و هدایت غیر مستقیم و ... برگزار نمایند.

۶-۶ - عمل گرایی: روابط جوان با مسجد تا حد زیادی بستگی به نوع برخورد و رفتار امام جماعت و الگوهای جامعه دارد. جوانان حساس و زود شکن هستند. رؤیت فاصله میان گفتن و بودن در جامعه، زمینه گریز جوانان را فراهم می‌کند. آن‌ها کم‌تر می‌توانند به تحلیل عمیق پردازند، از این رو زود قضاوت و حکم صادر می‌کنند. توصیه‌های کلامی در صورتی که با رعایت نکات روان شناختی انجام گیرد تأثیری بسزا خواهد داشت ولی عدم هماهنگی میان قول و فعل، پند و اندرز مریبان را بی اعتبار می‌کند. امام صادق (ع) می‌فرماید: هرگاه شخص عالم به مقتضای علم خویش عمل نکند اثر موعظه‌اش هم چون آب باران بر روی سنگ صاف از قلب‌های مردم محو خواهد شد (کلینی: ۱۳۷۲: ۱ / ۴۴). امام علی (ع) نیز می‌فرماید: کسی که خود را پیشوای مردم قرار می‌دهد پیش از آن که به آموزش دیگران پردازد باید خود را آموزش دهد و نیز باید تربیت کردار او بر تربیت گفتارش پیشی داشته باشد (نهج البلاغه، کلمات قصار ۷۰). استاد مطهری. می‌گوید: این خود یک غفلت و اشتباه بزرگی است امروز در اجتماع ما که برای گفتن و نوشتن و خطابه و مقاله بیش از اندازه ارزش قائلیم و بیش از اندازه انتظار داریم. در حقیقت از زبان اعجاز می‌خواهیم. (استاد مطهری: ۱۳۸۹: ۶۷)

سعدیا گر چه سخندان و مصالح گویی به عمل کار بر آید به سخندانی نیست

فرزندان ما پیش از آن که به گفتار ما نظر افکنند اعمال ما را زیر نظر می‌گیرند که گفته‌اند: بچه‌های ما آن گونه می‌شوند که ما هستیم نه آن گونه که می‌خواهیم باشند. (مجله پیوند، ش ۲۴۴، ص ۵۰). یکی از پیامدهای تضاد در گفتار و رفتار مبلغان و متصدیان امور مساجد، ایجاد تنفر در بین جوانان است در روان‌شناسی ثابت شده است که بخش زیادی از یادگیری انسان از راه چشم صورت می‌گیرد. استاد مطهری می‌گوید: هیچ چیز بشر را بیش‌تر از عمل تحت تأثیر قرار نمی‌دهد شما می‌بینید مردم از انبیاء و اولیا زیاد پیروی می‌کنند ولی از حکما و فلاسفه آن قدر پیروی نمی‌کنند چرا؟ برای این که فلاسفه فقط می‌گویند، فقط مکتب دارند، فقط تئوری می‌دهند... ولی انبیا و اولیا تنها تئوری و فرضیه ندارند عمل هم دارند آن چه می‌گویند اول عمل می‌کنند حتی این طور نیست که اول بگویند بعد عمل کنند اول عمل می‌کنند بعد می‌گویند، وقتی انسان بعد از آن که خودش عمل کرد گفت آن گفته اثرش چندین برابر است. (مطهری: ۱۳۶۹: ۲/ ۱۰۶) بسیار اتفاق افتاده وقتی از جوانان می‌پرسیم چرا به مسجد نمی‌روی؟ می‌گویند فلان مسجدی نماز جماعتش ترک نمی‌شود ولی در عمل فلان کار را می‌کند. او انتظار چنین رفتاری را از الگوهای جامعه ندارد. از این رو نسبت به همه چیز بدبین و بی‌اعتماد می‌شود. در شرایطی که جوان به الگوگرایی و همانندسازی توجه دارد باید روی کرد تازه‌ای به این مقوله ارزش‌مند صورت گیرد و الگوهای متناسب با فرهنگ دینی به شکل جوان معرفی گردد و در دو بخش، سخت‌افزاری و نرم‌افزاری شکل و محتوای مساجد، تغییر اساسی به وجود آید تا در تعامل جوان و مساجد، شاهد خیزشی همه‌جانبه باشیم.

۷-۶- پاسخ‌گویی به پرسش‌های دینی جوانان: یکی از راه‌های استحکام پیوند میان مسجد و جوان، رفع نیاز فکری و معنوی جوانان می‌باشد. جوانان ذهن خلاق و جستجوگری دارند و همواره به دنبال کشف حقیقت و حل مسائل و پاسخ‌گویی به شبهات‌اند. علاوه بر آن امروز شبهه‌افکنی در حوزه فرهنگ دینی یکی از پرخطرترین جلوه‌های تهاجم فرهنگی در

عرصه تربیت دینی است این شبهات به قول استاد مطهری، گذرگاه خوبی هستند اما عدم پاسخ گویی به آنها موجب تزلزل در عقاید و اندیشه‌های دینی آنان می‌گردد و پایه‌های تربیت دینی را سست می‌گرداند. جوان اگر احساس کند که مسجد محلی برای پاسخ گویی به سؤالات اوست و در آن شخصیت ارزشمند و فرهیخته‌ای است که درد او را درک می‌کند، خواه ناخواه به سمت و سوی او متمایل می‌گردد و دیگران را نیز با خود همراه می‌سازد. استاد مطهری می‌گوید: ما امروز از این نسل گله داریم که چرا با قرآن آشناییست چرا در مدرسه‌ها قرآن یاد نمی‌گیرند حتی به دانشگاه هم که می‌روند از خواندن قرآن عاجزند البته جای تأسف است که این طور است اما باید از خودمان بپرسیم ما تاکنون چه اقدامی در این راه کرده‌ایم؟ آیا با همین فقه و شرعیات و قرآن که در مدارس است توقع داریم نسل جوان با قرآن آشنایی کامل داشته باشد؟ (مطهری، ده گفتار، ص ۱۸۹). قرآن از مؤمنان می‌خواهد که:

«قولوا قولاً سدیداً» (احزاب، آیه ۷۰)، در سخنانشان محکم و استوار باشد.

این نکته در تربیت دینی و جذب جوانان بسیار مهم و حیاتی است که سخنان مربی باید. همچون سدی محکم جلوی امواج مختلف مقاوم باشد.

۷-۶ - پیوند مسجد با زندگی جوان: اگر مساجد از خاصیت تک بعدی (معنوی گرایی) به سوی چند بعدی شدن سوق داده شود و اقدام عملی در جهت نیازهای فردی و اجتماعی نسل جوان بردارد قطعاً در جذب جوانان موفق خواهد بود. وجود برخی مشکلات زمینه ساز انحراف و بی رغبتی به دین یا کانون‌های دینی است. بیکاری، عدم ازدواج و عدم تأمین معیشت زمینه دین گریزی و سستی نسل جوان را فراهم می‌سازد. از جوانی که در آتش غریزه جنسی می‌سوزد و بر اثر بی کاری و عدم امید به آینده سر از یأس و ناامیدی در می‌آورد و مأمنی برای حل مشکلات خود نمی‌یابد چگونه انتظار رغبت به نماز و دین مداری از او می‌توان داشت. دین خردگرا و حکمت مدار اسلام در کنار مسایل معنوی بر مسایل

مادی و اقتصادی نیز تأکید می‌کند و فقر را مایه کفر معرفی می‌کند چنان که از پیامبر اکرم (ص) نقل است که فرمود: کاد الفقر ان یكون کفراً (کلینی: ۱۳۷۲: ۲ / ۳۱۰). رهبران دینی و الگوهای جامعه باید خود را با مشکلات جوانان درگیر کنند و در حد امکان در حل آن بکوشند تا از این طریق پیوند عاطفی برقرار گردد. مردم دل به کسی می‌دهند و خانه دل را حریم کسانی می‌سازند که با درد و رنج آنان آشنا و با غم هایشان محرم و در راه خدمت به آنان کوشا باشند.

۷) نتیجه گیری

هر چند نتیجه و برداشتی که باید از این تحقیق انجام گیرد، در قسمت قبلی و ارائه ی پیشنهادات ذکر شد اما بر حسب وظیفه و تکلیف بصورتی کوتاه و به منظور رسیدن به نتیجه ای مطلوب و قابل اجرا نکاتی هر چند تکراری ولی خلاصه وار را متذکر می شویم. روایات زیادی است که نشان می دهند اولین سؤال در پس از مرگ انسان نماز است و همچنین شرط پذیرفته شدن دیگر عبادات نیز نماز است. آیات فراوانی در قرآن کریم به صورت مکرر پیرامون نماز و دستور و دعوت به برپایی نماز می دهند. احادیث نبوی و سپس ائمه ی هدی - علیهم السلام و الصلوات - و حتی وصیت آن بزرگواران در لحظات پایان عمر جسمانی شان نیز به ارج و قرب نماز می افزاید. حال ما وظیفه داریم اولاً خود به عنوان الگویی صحیح و قابل اعتماد برای جوانان، این فریضه ی مهم و ملکوتی را با رعایت جوانب شرعی و پرهیز از افتادن به دامن ریا انجام دهیم و سپس در راستای انتقال این فرهنگ اصیل به نسل بعدی تلاش کنیم. توجه به این نکته لازم است که امروز دوران طلایی حکومت اسلامی است و ما در دوران نظام مقدسی به سر می بریم که بعد از سال ها پرچم حکومت اسلامی رسول الله (ص) را به اهتزاز درآورده و وظیفه ی اشاعه ی اسلام ناب محمدی (ص) را سرلوحه ی فعالیت های خود قرار داده، وظیفه ی ما دو چندان می شود. بایستی راهکارهای جدید و بهتری را پیدا کنیم، عوامل مؤثر را مشخص نماییم، علل دین گریزی را مورد نقد و

بررسی قرار دهیم و در نهایت راهی برای هدایت نسل جوان کشور پیدا کنیم. مخصوصاً که اختراعات و ابداعات جدید بشری در خدمت زور مداران و زرداران استکباری ضد دین قرار گرفته و از هر گزینه ای برای دور کردن نسل جوان کشور از مفهوم دین و دینداری استفاده می کنند. به عنوان مثال پیشنهاد می شود مساجد به عنوان تکیه گاه و مرکز اصلی برپایی نماز فعال تر شوند، به مراکز رایانه ای و کتابخانه ای و ورزشی و سالن های مطالعه مجهز شوند، در مساجد ستاد رفع مشکلات جوانان تأسیس گردد و معتمدین محل از اهل مسجد در سامان دهی معیشت جوانان، کاریابی، آسان سازی ازدواج و غیره مشارکت نمایند. پس بیائیم در نگرش و روش خود به مقوله های ارزش مند نماز، مسجد و جوان تجدید نظر نماییم و بین این ها پیوندی ناگسستنی برقرار سازیم تا با جذب جوانان به مسجد در نهایت به توسعه و ترویج نماز برسیم.

منابع

۱. قرآن کریم
۲. آمدی، عبدالواحد تمیمی، (۱۳۸۹)، *عُرُرُ الْحِكْمِ وَ دُرُرُ الْكَلِمِ*، ترجمه ناصرالدین انصاری قمی، آستان قدس.
۳. ابن شعبه، ابو محمد حسن حرانی، (۱۳۰۳) *تحف العقول*، ترجمه آیة الله كمره ای، تهران.
۴. انجمن اولیا و مربیان وزارت آموزش و پرورش، ماهنامه پیوند، شماره های ۲۴۳ و ۲۴۴ و ۱۳۷۶.
۵. پاینده، ابوالقاسم، (۱۳۳۷) *نهج الفصاحه (مجموعه کلمات قصار حضرت رسول «ص»)*، چاپ اسلامیة، تهران.
۶. ری شهری، محمد محمدی، (بی تا)، *میزان الحکمه*، ترجمه حمیدرضا شیخی.
۷. طباطبایی، محمد حسین، (۱۳۵۴)، *سنن النبی*، گروه مترجمان، کتاب فروشی اسلامیة، قم.
۸. طباطبایی، محمد حسین، (بی تا)، *المیزان فی تفسیر القرآن*، ترجمه: محمدباقر موسوی همدانی.
۹. طبرسی، ابو علی فضل بن حسن «شیخ طبرسی»، (بی تا)، *تفسیر مجمع البیان*.
۱۰. طیب، سید عبدالحسین، (۱۳۵۹)، *تفسیر اطیب البیان*، بنیاد فرهنگ اسلامی «کتابفروشی اسلامی»، تهران.
۱۱. قرائتی، محسن، (۱۳۷۵)، *تفسیر نور*، مرکز فرهنگی درس هایی از قرآن، تهران.
۱۲. کلینی، ابو جعفر محمد بن یعقوب، (۱۳۷۲) *اصول کافی*، ترجمه و شرح محمد باقر کمره ای، اسوه، تهران.
۱۳. متقی هندی، علی بن عبد الملک (علاء الدین علی)، (۱۴۲۴ق)، *کنز العمال فی سنن الأفعال و الأفعال*، بیروت، دار الکتب العلمیة.
۱۴. مجلسی، محمد باقر، (۱۳۶۲)، *بحار الانوار*، دارالکتب الاسلامیة، تهران.
۱۵. محسنی، نیکچهر و احدی، حسن، (۱۳۷۴)، *روانشناسی رشد*، چاپخانه بنیاد، تهران.
۱۶. مطهری، مرتضی، (۱۳۶۹)، *حماسه حسینی*، انتشارات صدرا، تهران.
۱۷. مطهری، مرتضی، (۱۳۸۹)، *ده گفتار*، انتشارات صدرا، قم «بصورت لوح فشرده».
۱۸. مکارم شیرازی، ناصر «جمعی از نویسندگان زیر نظر آیت الله مکارم شیرازی»، (بی تا)، *تفسیر نمونه*.

۱۹. ملکی تبریزی، جواد بن شفیع، (۱۳۸۸)، اسرار الصلاة، مترجم: علی احمدی، انتشارات: اشکذر، قم.
۲۰. نوری، میرزا حسین، (۱۳۷۸)، مستدرک الوسائل، ناشر مؤسسه آل البيت (ع) لاحیاء التراث.
۲۱. وحیدی، محمد، (۱۳۸۹)، احکام و روح نماز، انتشارات: بوستان کتاب، قم.
۲۲. هاشمی رفسنجانی، اکبر و جمعی از محققان مرکز فرهنگ و معارف قرآن، (بی تا)، تفسیر راهنما، انتشارات بوستان کتاب، تهران.

کارکردهای اجتماعی - فرهنگی نماز و ارائه راهکاری مناسب جهت گسترش آن

دکتر اسماعیل ابراهیمی

عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی - واحد گرمی^۱

بهرام فاتح

مدرس دانشگاه آزاد اسلامی - واحد گرمی^۲

شهر روز دانا

مدرس دانشگاه آزاد اسلامی - واحد گرمی

چکیده

نماز ستون دین ما مسلمانان است. نماز سفینه نجات و مهم ترین عامل و اصولی ترین روش تربیت در جلوگیری از انحرافات اخلاقی و موثرترین روش درمانی در اصلاح انحرافات و اختلالات رفتاری انسانها است. نماز از نظر قلمرو اجتماعی دارای نقش ها و آثار و توانمندی های زیادی است. متن و محتوای نماز خود مشتمل بر مفاهیم و ارزشهای اجتماعی از جمله پیروی از الگوهای کمال-هدایت خواهی و انسان دوستی، مردم داری، و همراهی با خوبان می باشد. در شرایط و احکام اجرایی نماز نیز رازها، اشاره ها و پیام هایی نهفته است که به تربیت و سازندگی فرد و اجتماع کمک فراوان می نماید. هماهنگی، وحدت و همکاری و تعاون اعتماد به نفس، مسئولیت پذیری، رعایت حقوق دیگران، دوست یابی و دشمن شناسی نمونه هایی از ارزشها و هنجارهای اجتماعی هستند که نماز عاملی بسیار مهم در جهت زمینه سازی و رشد و تقویت آن ها می باشد.

۱ - نشانی: استان اردبیل، شهرستان گرمی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمی - تلفن: ۰۹۱۲۴۶۱۴۸۲۹، ایمیل:

education2009sa@yahoo.com

۲ - تلفن: ۰۹۱۴۴۵۱۸۱۳۴؛ ایمیل: bahram-8134@yahoo.com

نتیجه گیری

کارکردهای اجتماعی: انسجام اجتماعی - تقسیم کار - نظم و انضباط اجتماعی - تفکیک اجتماعی - تعهد اجتماعی. **کارکردهای فرهنگی و علمی** رشد و ارتقاء فرهنگ اسلامی - استمرار ارزشها - مبارزه با تهاجم فرهنگی. **کارکرد کاهش آسیبهای اجتماعی:** کاهش انحرافات جنسی - کاهش بیماریهای آمیزشی - کاهش میزان خودکشی.

کلیدواژه‌ها: نماز، اسلام، کارکردهای اجتماعی، فرهنگی، راهکارها.

مقدمه

نماز آیین نامه جامع و دستورالعمل اثر بخش برای ایجاد حیات طیبه است. فریضه ای مهم برای عبادت و بندگی خداوند که عزیز شدن انسان در پرتو آن محقق می شود. بندگی کن تا که سلطانت کنند. «وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِلرَّسُولِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ» (منافقون، ۸). هیچ شکی نیست که دین مبین اسلام دینی است که مردم را به تضامن، و پیوستگی و محبت، و ترابط، و اخوت و برادری با هم، دعوت می کند. در نماز جماعت، نمازگزاران در برابر خدا با خشوع و خضوع کامل ایستاده و با او مناجات می کنند، و هیچ فرقی بین فقیر و ثروتمند، و امیر و مأمور، و جاهل و نادان، و دانشمند نخواهد بود، بلکه همگی در یک صف ایستاده اند. این باعث می شود که برادران مسلمان با هم اُلفت و مودت بگیرند و از حال مادی و معنوی همدیگر با خبر شوند، و باعث رفع بسیاری از مشکلات نیز خواهد شد، و این اجتماع است که باعث سربلندی و عزت اسلام در جامعه بشری خواهد بود. در بینش الهی و از منظر قرآن، یاد خداوند از آن رو که تأمین کننده سعادت انسان است، به اطمینان و آرامش دل می انجامد. عکس این معنا نیز درباره ترک ذکر الهی صادق است. از آن رو که ترک یاد خداوند، زمینه ساز شقاوت و بریده شدن از اصل خویش می شود و به از دست دادن سعادت می انجامد، تشویش خاطر، ناراحتی و اضطراب فرد را در پی می آورد (مصباح یزدی، ۱۳۸۲). قرآن کریم در بیش از ۱۲۰ آیه در سوره های مختلف درباره نماز، آداب، فضایل و اثرات آن نکات گوناگونی را متذکر شده که منجر به اثرات مثبت و فراوانی در نمازگزار می شود.

خداوند در قرآن کریم می فرماید:

الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ. (رعد: ۲۸) آنها که به

خدا ایمان آورده اند، دل هاشان به یاد خدا آرام می گیرد. آنگاه باشید که تنها یاد خدا آرام بخش دل هاست.

از جمله آثار یاد خدا آرامش خاطر است و این اثر، در اقامه نماز آشکار است؛ زیرا اقامه نماز، سبب آرامش خاطر و رفع نگرانی‌ها می‌شود: «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِدِكْرِي (طه: ۱۴)؛ نماز را به خاطر یاد من به پا دارید».

پیامبر گرامی اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید: مثل البيت الذي يذكر الله تعالى فيه و البيت الذي لا يذكر الله فيه كمثل الحي و الميت؛ (طبرسی، ۱۳۷۱). مَثَلِ خانِه‌ای که در آن از خدا یاد می‌شود و خانِه‌ای که در آن یادِی از خدا به میان نمی‌آید، مَثَلِ زنده و مرده است. یعنی خانِه و دلی که خدا در آن یاد می‌شود، آباد و آرام است و خانِه و دلی که از یاد خدا تهی است، ویران و تاریک است و اندوه و آشفتگی آن را فرا گرفته است.

در میان آموزه‌های دینی، عبادت و ذکر خدا از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است و در ایجاد بهداشت روانی و آرامش روانی افراد نقش اساسی دارد؛ چنان‌که بعضی از بزرگان فرموده‌اند: تا زمانی که سلامت و بهنجاری اعتقادی حاصل نشود، سلامت روانی هم حاصل نمی‌گردد (مطهری، ۱۳۸۵). از نظر روان‌شناسان، بیشتر بیماری‌های روانی که از فشارهای روانی و ناکامی‌های زندگی برمی‌خیزد، در میان افراد غیرمذهبی دیده می‌شود. کارل یونگ^۱ می‌گوید: در طول سال‌ها درمان بیماری‌های روانی، حتی یک بیمار را ندیدم که مشکل اساسی‌اش نیاز به گرایش دینی در زندگی نباشد. به جرئت می‌توان گفت همه بیماران روانی به این دلیل بیمار شده‌اند که از درون‌مایه‌های دینی در زندگی بی‌بهره بودند و تنها وقتی به طور کامل درمان شدند که به دین و دیدگاه‌های دینی بازگشتند (پناهی، ۱۳۸۴، ص ۱۵۹). افراد مذهبی به هر نسبت که ایمان محکمی داشته باشند، از بیماری روانی دورتر هستند. از این رو، یکی از پی‌آمدهای زندگی در عصر حاضر که برآمده از ضعف ایمان مذهبی است، افزایش بیماری‌های روانی و عصبی است.

1-Carl Jung

کارکردهای اجتماعی

نماز عبادتی جامع است. دامنه نفوذ و محتوای نماز در اندیشه و رفتار و اخلاق و حوزه‌های فردی- اجتماعی- تعلیم و تربیت دنیا و آخرت، از جمله نشانه‌ای این جامعیت است. پیوند عمیق نماز با معرفت‌های اصیل^۱ توحید و نبوت و معاد و عدالت، امامت و رهبری و نیز مدیریت و سیاست، فرهنگ غنی را تشکیل می‌دهد که مؤلفه‌های بسیار مؤثر در تربیت دینی، اجتماعی و فرهنگی را در خود دارد که از آن به فرهنگ نماز تعبیر می‌شود. نماز مخصوصاً نمازهای جماعت که در سطح جامعه شامل اماکن مذهبی، سازمانها و ادارات، کارخانه‌ها، مراکز آموزشی (مدارس، دانشگاهها)، روستاها و شهرها... برگزار می‌گردد دارای کارکردهای متعدد اجتماعی می‌باشد به شرح ذیل به آنها اشاره می‌شود.

الف - کارکرد انسجام اجتماعی:

به عقیده بسیاری از اندیشمندان اسلامی و حتی غربی از قبیل: دورکیم و آگوست کنت و ... دین و فرایض و مناسک مذهبی نقش مؤثری در افزایش روحیه همکاری و همبستگی اجتماعی بین اعضای جامعه دارد. زیرا وقتی افراد یک جامعه یک عمل دینی مشترکی ن ظیر نماز را انجام می‌دهند سعی می‌کنند که به قوانین و مقررات و موازین مشترکی به صورت همزمان و در مکان خاص و زمان معین عمل نمایند و حتی در کنار همدیگر و در صف واحد و در عین احترام به عقاید و مبانی فکری متفاوت اعمال مذهبی مشخص شده را انجام دهند. حتی همگی هنجارهای اجتماعی مشترک را تبعیت نمایند بعنوان مثال تعطیل شدن بازار و مغازه‌ها و یا کار در هنگام برگزاری نمازهای یومیه و جماعت و تعطیل شدن کلاسهای دانشگاهها در هنگام نماز و... (محمدی، ۱۳۸۷).

ب - تقسیم کار اجتماعی:

در نماز مخصوصاً نمازهای جماعت و جمعه، نمازهای اعیاد اسلامی و ... نوعی تقسیم کار اجتماعی بین امام جماعت، نمازگزاران، مؤذن، مکبر، متولیان اماکن مذهبی و سایر مسئولان و دست اندرکاران وجود دارد فقدان تداخل وظایف هر کدام از افراد مزبور سبب ایجاد تقسیم کار سالم و مناسب شده و باعث می شود که این عمل و دستور الهی به نحوه مطلوب برگزار گردد. لازم به ذکر است که این تقسیم کار ممکن است در سطح خرد نظیر تعداد اندکی نمازگزار در یک اداره یا دانشگاه و یا یک مکان مذهبی کوچک صورت گیرد و هم این مسأله در سطح کلان و در مصلی های بزرگ و اماکن مذهبی مهم نظیر نماز جمعه تهران و یا مرقد امام رضا (ع) و یا در زمان مراسم حج صورت گیرد.

ج - نظم و انضباط اجتماعی:

به عقیده بسیاری از جامعه شناسان کارکردگرا یکی از عوامل مؤثر در تداوم پدیده‌ها و وقایع اجتماعی و فرهنگی وجود نظم و تعادل بین اجزاء و عناصر پدیده ها می‌باشد. هرگونه اختلال و بی نظمی می تواند انسجام و بقاء پدیده یا واقعه را بر هم بزند و حتی زمینه تغییر و یا نابودی پدیده را به همراه داشته باشد. همانطوری که گفته شد نماز یک مسأله روحی و فردی است اما وقتی به صورت اجتماعی و گروهی برگزار می‌گردد نظم و انضباط از محورهای اساسی برگزاری آن محسوب می شود. نمونه‌هایی از نظم و انضباط اجتماعی که در نمازهای جماعت حائز اهمیت است عبارتند از: قرار گرفتن امام جماعت در جلوی نمازگزاران، قرار گرفتن نمازگزاران در صفوف منظم و پشت سر امام جماعت، استقرار امام جماعت و نمازگزاران به سمت قبله (خانه خدا کعبه)، رعایت فاصله معین بین فرد نمازگزار با فرد سمت راست و چپ و حتی نمازگزار جلوی خویش، قراردادن سجده (مهر سجده) در خطی منظم، قرار گرفتن مکبر در نزدیکی امام

جماعت، انجام اعمال نماز با ندای مکبر توسط امام جماعت و نمازگزاران، رعایت اعمال نماز بعد از امام جماعت توسط نمازگزاران، شروع و انجام و پایان نماز با نظم خاص، سفارش برای رعایت حواس پنجگانه در نماز از سوی امام جماعت و نمازگزاران و... است.

د - تفکیک اجتماعی:

طبق بسیاری از آیات و روایات اسلامی تفاوت چندانی بین زن و مرد وجود دارد و هر دو یک جنس و مکمل یکدیگر در زندگی خانوادگی و اجتماعی هستند. دین در حین توجه به کرامت و شرافت زن و مرد و برای حفظ شخصیت و حریم و محدوده هر کدام در مسایل عبادی از جمله نماز قلمروهایی را مشخص کرده است بعنوان مثال دین اسلام در حین توجه به انسجام و وحدت اجتماعی برای رعایت بیشتر موازین و دستورات الهی و کاهش آسیبهای ناشی از اختلال دو جنس تأکید کرده که هنگام انجام فرایض الهی زن و مرد در صفوف واحد اما مجزا قرار گیرند البته این مسأله منجر به تفرقه و پراکندگی اجتماعی نمی‌گردد بلکه انسجام و وحدت را تقویت و استمرار می‌بخشد (محمدی، ۱۳۸۷).

ه - تعهد اجتماعی:

در نماز جماعت جنبه ای از ابعاد اجتماعی وجود دارد که منشأ این تعهد نوعی علاقه و دل‌بستگی عاطفی است که به شرح ذیل توضیح داده می‌شود. الف: تعهد نسبت به روابط اجتماعی: نماز گزار احساس تعلق و وظیفه نسبت به نمازگزاران و جامعه می‌نماید نماز گزار احساس تعلق متقابل نسبت به ارزشها، هنجارها و اهداف نماز می‌کند.

و - تعهد نسبت به جماعت نماز گزار:

این بعد مربوط به تطبیق اعمال نماز گزار با سایرین دارد. بعنوان مثال در صفوف منظم نشستن و انجام اعمال عبادی به صورت هماهنگ، خواندن نماز و انجام حرکات یکنواخت و....

ز - تعهد نسبت به مسائل فرهنگی:

تعهد نماز گزار به مسائل فرهنگی و پای بندی به عناصر اخلاقی و مذهبی در نماز و ... و اشاعه آن در سطح جامعه و حتی انجام آن در امور مادی قابل تأمل است (حجازی، ۱۳۸۵).

کارکردهای فرهنگی و علمی

الف - کارکرد رشد و ارتقاء فرهنگ اسلامی:

در دین اسلام سفارش زیادی شده که انجام اعمال مذهبی بویژه نماز که جزء ستون دین محسوب می شود به صورت گروهی و حتی الامکان در مکانه ای مقدس و خاص اقامه شود. حضور جمعی و گروهی نماز گزاران به تدریج زمینه رشد علمی و دینی افراد بویژه نماز گزاران مبتدی و مخصوصاً نوجوانان و جوانان را فراهم می کند، افراد با شرکت در نمازهای جماعت کم کم اشتباهات و اعمال خطایی که بعضاً به صورت سهواً و غیر عمدی و از روی ناآگاهی را که انجام می دهند پی برده و در صدد رفع و اصلاح آنها بر می آیند.

به تدریج با شرکت فرد در نماز جماعت از مطالب و مباحث مطرح شده توسط امام جماعت بهره می برد و نسبت به مسائل دینی و علمی آگاهی نسبی کسب می نماید.

ب - استمرار ارزشها:

ارزش در مفهوم جامعه شناختی عبارتست از: کلیه مفاهیم انتزاعی که مورد مقبولیت اکثریت افراد جامعه باشد ارزشها امری نسبی هستند در عین حال برخی از ارزشهای

اجتماعی در طول زمان و مکان تغییر پیدا نمی کند و در طول تاریخ مورد مقبولیت جوامع و انسانها بوده است نظیر: عدالت، آزادگی، انفاق و یکی از طرق حفظ ارزشها انجام فرائض دینی مخصوصاً نمازهای جماعت است شرکت افراد در نماز جماعت به تدریج ارزشهایی نظیر: ایثار، از خودگذشتگی، حجاب، غیرت، انسان دوستی، کمک به مسلمانان نیازمند، مودت، مبارزه با ظلم، تبعیت از رهبری و ولایت، آزادگی، ایمان در نهایت اخلاص و... احیاء و تجدید حیات می شود. البته این گونه ارزشها در جامعه معمولاً وجود دارد اما وقتی با مسایل عبادی تلفیق و ترکیب می شود بیشتر هویت و استمرار پیدا می کند.

ج - نماز و مبارزه با تهاجم فرهنگی:

از کارکردهای دیگر فرهنگی نماز مقابله با تهاجم فرهنگی است. از طریق نماز و گسترش آن در سطح مراکز علمی، آموزشی، سازمانی و ... می توان تا حدودی با تعارضات فرهنگی خارجی که بر علیه فرهنگ اسلامی و ملی شکل گرفته مقابله و مبارزه کرد. هنگامی که یک جوان در هر شبانه روز پنج نوبت با بدن پاک و تمیز و با وضو در برابر پروردگار یگانه می ایستد و با زبان ظاهری و باطنی با معبود خویش سخن می گوید این امر نقش مؤثری بر فقداهن گرایش وی به انحرافات دارد. حال اگر خواندن نماز به صورت گروهی و با جماعت و با خلوص نیت و با آرامش دل به همراه باشد مانند سدی در برابر تهاجم فرهنگی دشمنان ش کست ناپذیر می شود و حتی چنین فرد یا افرادی می توانند با انجام امر به معروف و نهی از منکر مبلغی برای دین اسلام و راهنمایی برای هدایت جوانانی باشند که بعضاً ناخواسته و ناخودآگاه آلوده به گناهان و انحرافات شده اند.

کارکرد کاهش آسیبهای اجتماعی

بر اساس آیات و روایات اسلامی انجام باورهای مذهبی نظیر نماز به صورت فرادا و اجتماعی نقش مؤثری در کنترل آسیبهای اجتماعی دارد. حق تعالی در سوره عنکبوت آیه ۴۵ می فرماید: «همانا نماز از فحشاء و منکر تو را باز می دارد و همانا یاد و ذکر خدا بزرگتر است و خدا به هر چه می کنید آگاه است».

دکتر کارل می نویسد: «آمار جنایت ها نشان داده است که بطور متوسط کسانی که به عنوان مجرم و جنایتکار در جامعه شناخته شده اند کسانی هستند که یا هیچ و یا بسیار اندک و جاهلانه نیایش می کنند و بر عکس در همان سطح و در همان مسیر و در همان تیپ اجتماعی و طبقه اقتصادی، غالباً آنها که هنوز سنت نیایش را حفظ کرده اند از ارتکاب به جنایت مصونند و گاه اگر دست می آلاینند به صورت حرفه‌ای و سرگرمی دایمی و صفت مشخص‌شان نیست بلکه به گونه لغزش و یا حادثه‌ای در زندگی آنها است (نجفی، ۱۳۸۴).

با توجه به مطالب مزبور خوا نندن نماز تأثیر زیادی بر مهار و کاهش آسیبهای اجتماعی دارد که به برخی از آنها اشاره می گردد.

الف- کاهش انحرافات جنسی:

بررسی ها نشان می دهد در جوامعی که نماز بر پا می گردد انحرافات جنسی کم می شود. چون به پاداشتن نماز برای شخص نماز گزار باعث ایجاد آرامش معنوی شده و انسان را به یاد مبدأ معاد انداخته و این خود عامل بازدارنده فحشاء و منکر است و نماز توانایی کنترل غرایز را در انسان فزونی می بخشد (کریمی یزدی، ۱۳۸۴).

ب- بیماری‌های آمیزشی:

طبق بررسیهای سمناری در سال ۱۹۶۴ در ۷۱ کشور از خطرناکترین امراضی که در بین کشورهای اروپایی و آمریکایی شایع شده بیماری ایدز بوده است، یکی از راههای

عمده انتقال آن روابط جنسی است، که با توجه به مسائل جنسی مشروع در بین مسلمانان کمتر رایج است. نماز تأثیر زیادی در جلوگیری از فحشاء و منکر دارد به گونه ای که با خواندن نمازهای پنج گانه در طول روز تغییراتی در محرکهای جنسی بوجود آمده که منجر به مهار شهوت می شود.

ج - کاهش میزان خودکشی:

پدیده مزبور دارای سابقه طولانی در تاریخ بشر دارد. طبق تحقیقات انجام شده توسط برخی از جامعه شناسان نظیر دورکیم و ... میزان خودکشی در بین مردان نسبت به زنان، نقاط شهری نسبت به روستایی، جوانان نسبت به سالمندان، افراد دین دار نسبت به بی دین و ... بیشتر است. حال کسانی که نماز را اقامه می نمایند و به خدا توکل می کنند کمتر در سختی ها و بیماریهای لاعلاج ایمان خود را از دست داده و همواره به نیایش و عبادت در مقابل پروردگار خود می پردازند و کمتر مأیوس و ناامید می گردند حق تعالی در سوره طه آیه ۱۲۴ می فرماید: "و هر کس که از یاد من اعراض کند همانا معیشتش تنگ شود و روز قیامت نابینا محسور کنیم".

در روایت است " جوانی از انصار در نماز جماعت با پیامبر اسلام (ص) شرکت می کرد اما کارهای زشت نیز مرتکب می شد به پیامبر خبر دادند، حضرت فرمود: "بالاخره نمازش روزی او را نجات خواهد داد و از کارهای زشت بازش می دارد مدتی نگذشت که جوان توبه کرد (عزیزی، ۱۳۷۹).

از دیدگاه بسیاری از صاحب نظران و روانشناسان " برای هدایت افراد ناصالح، بهترین راه، استفاده از قوه روحانی خود آنها است. بدین صورت که هرگاه فردی منحرف، ساعاتی در شبانه روز را به " درون گرایی (نماز و نیایش) اختصاص دهد و با تجسم اعمال زشت خود، در دنیای اندیشه به خود بگوید من انسانم و باید از اوصاف انسانی

بهره‌ای داشته باشم، من شایستگی راهیابی به دنیای صف و پاکی‌ها و ایمان را دارم (نجفی، ۱۳۸۴).

امام خمینی (ره) در مورد آثار و کارکردهای نماز بر کاهش انحرافات اجتماعی می‌گوید: «به نماز و مساجد اهمیت دهید که پرونده‌های دادگستری مال بی‌نمازهاست و نمازخوانهای (واقعی) در دادگستری پرونده ندارند. نماز پشتوانه ملت است. نماز یک کارخانه انسان‌سازی است، نماز خوب، فحشاء و منکر را از یک ملت بیرون می‌کند اینهایی که به مراکز فساد کشیده شدند بی‌نمازها هستند ما با ذکر خدا پیش برویم و نماز بالاترین ذکر خداست شیطانها از مساجد و نماز می‌ترسند، آنها می‌خواهند از نماز جلوگیری کنند و بعد از خالی کردن سنگرها حمله کنند (موگهی، ۱۳۷۰).

نتیجه‌گیری

بی‌شک نماز اثری مثبت و سازنده هم در زندگی و پیشرفت‌های اجتماعی دارد و هم نقش جهت‌بخشی در نیل به شدن‌های انسانی و فرازهای روحانی و معنوی. از این رو نماز را برترین اعمال و باعث قبول و پذیرش اعمال عبادی دانسته‌اند نماز جماعت دارای اثری به مراتب بیشتر و سازنده‌تر می‌باشد. به گونه‌ای که با افزایش تعداد نمازگزاران در نماز جماعت، قلم و مرکب از احصاء اجر و ثواب آن عاجز می‌گردند. زیرا در جماعت است که انسانها از یکدیگر باخبر شده و در جهت رفع مشکلات و مسائل فردی و اجتماعی مسلمانان، تلاش می‌کنند. توجه به فرد و جمع از دیدگاه دین اسلام زیاد سفارش شده است و به جا آوردن واجبات و اعمال نیک را به صورت دسته‌جمعی و گروهی توصیه می‌نماید علم جامعه‌شناسی مطالعه رفتار انسان در این گروه‌ها و اجتماعات را با توجه به نیروهای نظارت‌کننده بر آنها به عهده دارد. پس مطالعه اجتماعات انسانی و تأثیرات آن بر انسان‌ها در حیطه علم جامعه‌شناسی قرار داشته و دارد. همچنین یکی از شاخه‌های علم جامعه‌شناسی، جامعه‌شناسی دینی است. بزرگان

علم جامعه‌شناسی نظیر کنت، دورکیم، اسپنسر، مرتون و متفکران مسلمان همانند ابن خلدون، فارابی و استاد مطهری به نقش و کارکرد دین و عقاید و باورهای دینی در ایجاد انسجام اتحاد و یکپارچگی جامعه انسانی و عاملی در جهت جلوگیری از ناهنجاری‌های اجتماعی یاد می‌کنند. انجام مناسک، مراسم‌ها، آداب و آیین‌های دینی خصوصاً شرکت در جماعات همانند نمازهای جماعت، جمعه، قربان، فطر و ... کارکردهای اجتماعی، فرهنگی، سیاسی و اقتصادی خاصی دارد که مشمول همه افراد شرکت‌کننده و جامعه خواهد شد (توسلی، ۱۳۷۹).

از برکات اولیه مشارکت در اجتماعات دینی پیدایش روحیه رحمت و رأفت در جامعه است که خمیرمایه اصلی فعالیت‌های گروهی و اجتماعی در عرصه‌های مختلف اقتصادی، اجتماعی و سیاسی است در کنار آن نمازگزاران احساس شادی، شادابی و نشاط اجتماعی می‌کنند که آنها را در انجام امور اجتماعی یاری می‌کند. نماز جماعت موجب حفظ نظم و انضباط اجتماعی، کلاس اتحاد و انسجام و یگانگی اجتماعی است که محصول آن اقتدار ملی و دینی می‌باشد (تقوی، ۱۳۸۴).

پیدایش اعتماد عمومی (سرمایه اجتماعی)، احساس مسئولیت اجتماعی، التیام دردهای اجتماعی، برنامه‌ریزی، ارتقای پایگاه و منزلت اجتماعی افراد، کمرنگ شدن تفاوت‌های طبقاتی از آثار و برکات نماز جماعت است.

نماز جماعت موجب شناخت افراد از یکدیگر و مشکلات اجتماعی می‌شود، عامل نظم و انسجام و وحدت است، بازدارنده از مناهی و آسیب‌های اجتماعی و فردی است، عامل آبادانی جامعه اسلامی و آخرت ملت مسلمان است، موجب دوری از خودخواهی و فردگرایی و مشوق دگرخواهی است، عامل ضمانت اجرایی قوانین و حفظ و تقویت امنیت اجتماعی، زایل شدن خوف و ترس از جامعه است، حکومت را وسیله‌ای برای عبادت خدا کرده عامل رحمت و برکات الهی است، مشوق کودکان به برپایی نماز

است و دهها اثر سازنده دیگر در جامعه دارد که به دلیل اقتصاد مکانی و کوتاهی کلام به آنچه برشمرده شد، اکتفا می‌گردد. لذا حکمت نماز جماعت، وسعت تالیف قلوب مومنین و اجابت دعا و حل مشکلات می‌باشد. در حکومت صالحان، نماز جماعت دارای ارزش دوچندان شده، در جامعه اقامه می‌گردد. مهمترین پشتوانه اتحاد و همبستگی مسلمانان است. عدالت پیش‌نماز، نفوذ او برای تسخیر قلبها و برپایی نماز به جماعت را می‌افزاید.

جامعه ای که مبتنی بر وحدت و انسجام است و به دنبال مستحکم کردن پیوندهای اخوت و برادری و رعایت حقوق متقابل اعضای خانواده با یکدیگر و افراد جامعه نسبت به یکدیگر می‌باشد، افراد اساس روابط اجتماعی خود را بر خوشرفتاری قرار می‌دهند، نمازشان مورد پذیرش حضرت حق تعالی قرار گرفته و استمرار می‌یابد. بنابراین اساس پذیرش نماز و وظایف شرعی انسان، خوشرفتاری و رعایت حقوق یکدیگر می‌باشد. ادب چگونه گفتن، ادب نشست و برخاست، ادب در رعایت حقوق دیگران، ادب و آداب شور خواهی و مشورت دهی، ادب و آداب عفت ورزی، حجاب و حیا، مهرورزی و عدالت گستری، خردمداری و رعایت منداها و خطوط قرمز نمونه هایی از، درسها و اشاره های اجتماعی، فرهنگی و تربیتی نماز است.

پیشنهادها

۱- نظر به اهمیت آگاهی و شناخت فلسفه و رمز و رازهای نماز، در ترویج و گرایش آحاد جامعه به این فریضه مهم، موضوع نماز شناسی در ابعاد مختلف به عنوان یک فعالیت مهم فرهنگی، توسط نهادهای آموزشی و تربیتی و دستگاههای تبلیغاتی همواره مورد توجه قرار گیرد.

۲- تغییر در ساختار و روشها و استفاده از روشهای جدید آموزش نماز به دانشجویان

- ۳- تقویت و بهسازی زیر ساختهای ارتباطی برای تبلیغ و آموزش تعالیم و باورهای دینی بویژه نماز.
- ۴- آموزش اصول و ارزشهای مشترک بین انسانیت و ادیان مختلف، به منظور پرورش انسان جهانی نمازگزار.
- ۵- مسابقات کتابخوانی ویژه نماز شناسی در بین نوجوانان و جوانان بخصوص در سطح مدارس و دانشگاهها برگزار گردد.
- ۶- همایش های منطقه ای و استانی در خصوص نماز شناسی و ابعاد آن ترتیب داده شود.
- ۷- در مدارس و مرکز آموزشی برای نوجوانان و جوانان فعال در امر نماز اردوهای زیارتی و سیاحتی به عنوان تشویقی در نظر گرفته شود.
- ۸- ارزیابی سالانه میزان نمازگزاری در شهرهای مختلف.

منابع

۱. پناهی، علی‌احمد (۱۳۸۴)، آرامش در پرتو نیایش، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
۲. تقوی، سید رضا (۱۳۸۴)، نماز جمعه و مطالبات رهبری، نشر هماهنگ، تهران.
۳. توسلی، غلامعباس (۱۳۷۹)، جامعه شناسی دینی، انتشارات سخن، تهران.
۴. حجازی، سید ناصر (۱۳۸۵)، رویکرد جامعه شناسی نماز و تبعات اجتماعی آن، مجموعه مقالات همایش منطقه ای نماز، دانشگاه آزاد اسلامی واحد دهقان.
۵. عزیزی، عباس (۱۳۷۹)، آثار و برکات نماز در دنیا، برزخ و قیامت، قم، انتشارات نبوغ.
۶. کریمی یزدی، حسن (۱۳۸۴)، آثار شگفت انگیز نماز در پیشگیری و درمان بیماریها، قم، سنابل.
۷. محمدی، اصغر (۱۳۸۷)، کارکردهای فردی، اجتماعی، فرهنگی و سیاسی نماز با تایید بر نماز جماعت، مجموعه مقاله های همایش نماز (وصال)، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین - پیشوا، ۱۴ اسفند.
۸. مصباح یزدی، محمدتقی (۱۳۸۲)، به سوی او، قم، انتشارات مؤسسه امام خمینی قدس سره.
۹. مطهری، مرتضی (۱۳۸۵)، فلسفه اخلاق، تهران، صدرا.
۱۰. نجفی، گودرز (۱۳۸۴)، راز نیایش فواید طبی و درمانی نماز، تهران، امیر کبیر.

نقش رسانه در ترویج فرهنگ نماز در بین دانشجویان

دکتر فائزه تقی پور

عضو هیات علمی گروه مدیریت و برنامه ریزی فرهنگی - دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان (اصفهان)

Faezeh.Taghipour@gmail.com

عفت طالبی

کارشناس ارشد مدیریت فرهنگی

چکیده

مقاله حاضر با هدف بررسی نقش رسانه در ترویج فرهنگ نماز در بین دانشجویان انجام شد، و مفاهیمی چون رابطه فرهنگ و دین، فرهنگ نماز و آثار آن بیان می شود. در راستای فرهنگ سازی پیرامون نماز رسانه ها با حضور همه جایی و فراگیر خود قادرند آثار نماز را در زندگی فردی و اجتماعی انسان نشان دهند.

آموزش از طریق رسانه ها، فرایند درک، حضور واسطه گر رسانه ها، تقویت هویت دینی با تولید پیامهای متنوع رسانه ای و بهره مندی از الگوی اشاعه و نوآوری تأثیر بسزایی در تقویت فرهنگ نماز دارد.

واژگان کلیدی: فرهنگ، نماز، رسانه، دین

مقدمه

امروزه با توجه به روند پیشرفتهای تکنولوژی در جوامع بشری خلأ معنوی بیش از پیش احساس می‌گردد، در این راستا تقویت فرهنگ نماز ضرورتی غیر قابل انکار است، چرا که داشتن یک پیوند عمیق با خالق هستی، نگرانی و تشویش و ترس را بر طرف می‌سازد. عبادت و پرستش معبود ریشه در اعماق فطرت بشری دارد و در طول تاریخ بشریت، همواره نیایش و نماز از اساس آیینهای عمیق و تأثیر گذار زندگی انسانها بوده، هر چند روش و شیوه انجام آن در جوامع و شرایط مختلف، یکسان نبوده است. نماز به عنوان میراث انبیا، هسته و مهم ترین شکل عملی دین، قدیمی ترین عمل شفا بخش، شیوه مقابله ی هیجان مدار، تأمین و تقویت کننده بهداشت روانی و سلامت جسمی افراد، عامل شادی و برطرف کننده غم ها (نصیرزاده، عرفان منش، ۱۳۸۹، ص ۵۰) در مکتب اسلام از جایگاه ویژه ای برخوردار است. نقل است از حضرت رسول (ص) که "نماز ترازوی اعمال است هر کس بیشتر به جا آورد بیشتر بهره می برد" (خرمی، ۱۳۸۴، ص ۲۹۹). هم چنین در آیات مختلفی به نقش نماز در آرام سازی درون و شفاف بخشی قلب و شادابی روح اشاره شده است؛ از جمله سوره طه آیه ۱۴ (أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي) و سوره رعد آیه ۲۸ (أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ).

در جامعه ما تقویت و پرورش ارزشهای الهی و اسلامی از اهمیت خاصی برخوردار است، لذا دانشگاهها به عنوان یک نهاد فرهنگی نمی توانند نسبت به ترویج ارزشهای اسلامی و بالخصوص نماز بی تفاوت باشند. از دیگر سو با توجه به نقش رسانه ها به عنوان یکی از عوامل جامعه پذیری و تحول بخش در جنبه های گوناگون زندگی و نیز پیشرفتهای شگرف در حوزه رسانه ها و تأثیرات رسانه ای، توجه به ترویج و تقویت فرهنگ نماز در محیط دانشگاهها امری ضروری به نظر می رسد. (قلی زاده، ۱۳۸۷)

کازنو می گوید: این اندیشه در نظر مردم چه عادی و چه تحصیلکرده رواج یافته که وسایل ارتباط جمعی قدرتی فوق تصور دارند و می توانند افکار فلسفی و سیاسی را

دگرگون کنند، شکل تازه ای به آن ببخشند و با اختیار، تمامی رفتارها را هدایت کنند. (ساروخانی، ۱۳۸۸، ص ۹۵) لذا ترویج فرهنگ نماز در بین دانشجویان از طریق رسانه، از جمله راهکاری است که این مقاله به آنها اشاره دارد. اما رسانه چگونه می تواند تجلی بخش فرهنگ نماز باشد؟

همگونی فرهنگ و دین

بندیکت فرهنگ را الگوی تفکر و روش انجام دادن امور فردی و شخصی می داند که او را از دیگران متمایز می کند. (فردرو و همکاران، ۱۳۸۰، ص ۳۹۱) و تایلور فرهنگ را مجموعه پیچیده ای می داند که در بر گیرنده دانستیها، اعتقادات، هنرها، اخلاقیات، قوانین و عادات و هر گونه توانایی دیگری است که انسان به عنوان عضوی از جامعه به دست می آورد. (روح الامینی، ۱۳۸۱، ص ۱۷)

فرهنگ دارای یک ویژگی معرفتی - معنوی و هویت بخش است. مؤلفه های اصلی فرهنگ در چهار گروه اصلی ارزشها، عقاید، هنجارها و نمادها قرار می گیرند. تبلور این چهار جزء در هر فرد شکل دهنده ذهنیت او از یک سو و رفتار او از سوی دیگر است. (سجادیه، ۱۳۸۹، ص ۳۰) عقاید صورتهای ذهنی در مورد وجود و موجودات - ارزشها مقاصد و اهداف مطلوبی، که افراد جامعه برای دستیابی به آنها فعالیت می کنند تا بدین وسیله نیازها و خواسته های خود را برآورده کنند، هنجارها قواعد و رهنمودهای مشترکی که رفتار مناسب را در یک وضعیت معین مقرر می دارند و نهادها الگوهای معینی از مؤسسات، سازمانها و مقررات اجتماعی برای ارضای نیازمندها و تمایلات افراد جامعه، می باشند. (قلی زاده، ۱۳۸۷، صص ۱۱۰-۱۶۹)

یکی از کارکردهای فرهنگ، معنا آفرینی است، یعنی از طریق فرهنگ، انسان تبدیل به موجود فرهنگی شده و هویت فرهنگی می یابد. دین نیز به عنوان بخشی از هویت فرهنگی موجب بقای جامعه و احساس همبستگی و وحدت افراد است. در واقع بین ارزشها و

باورهایی که در شکل دادن به روش زندگی افراد نقش مهمی ایفا می کنند تعهدات دینی از زمره مهم ترین آنها هستند، از دیگر سو دین و اعتقادات دینی گستره‌ای به پهنای همه فرهنگها و سرزمینها دارند. (نصیر زاده و عرفان منش، ۱۳۸۹، ص ۶۳)

بدون شک نمی توان فرهنگ و شخصیت را جدا از یکدیگر در نظر گرفت، تأثیر محیط زیست فرهنگی، منجر به شکل گیری شخصیت فرد می شود. یا به صورت دیگر هر نمونه فرهنگی، نموداری از شخصیت مردمی است که وابسته به آن فرهنگ هستند. فرهنگ هر سرزمین، ضمن آنکه شیوه ای خاص را برای زندگی افراد جامعه فراهم می کند، به تناسب تجارب مردم و تغییرات جمعیت و تکنولوژی، نیازمند بازبینی است. هر چند نسل جوان جامعه باید راه و روش زندگی را از طریق باز تولید فرهنگی فرا گیرد، اما انتظار پذیرش محض تجربه گذشتگان توسط نسل جدید امری قابل تعمق است، زیرا هر امری هر چند مقدس و عالی باشد تا زمانی که مورد قبول اعضای یک جامعه قرار نگرفته باشد، امر فرهنگی محسوب نمی شود. به همین سبب ممکن است بسیاری از احکام دین در عمق روح و جوهره انسان مادی یک اجتماع رسوخ نیافته و نهادینه نشده باشد. (صالحی امیری، ۱۳۸۶، صص ۴۲-۶۸) در این میان رسانه ها می توانند نقش فعالی را به ویژه در مورد نهادینه کردن و روشن سازی مفاهیم دینی ایفا کنند، زیرا همه افراد جامعه در دو نهاد دینی و خانوادگی مشارکت دارند، اما نیاز دینی در انسان یک نیاز فطری است. همچنین بار آمدن در یک فضای فرهنگی، هنجارهای رفتاری را به گونه‌ای در ژرفای وجود انسان می نشاند، که کل نظام رفتاری فرد را کنترل می کند. (قلی زاده، ۱۳۸۸، ص ۱۸)

شایان ذکر است، دین و فرهنگ در حیات مردم جوامع دارای جلوه های گوناگونی است؛ جلوه های تبلور فرهنگ و دین در ایران را در آثار شاعران و هنرمندان ایرانی از آثار مولوی؛ حافظ، سعدی و خواجه عبدالله انصاری و ... گرفته تا هنرمندان معاصر چون استاد فرشچیان و سایرین به طور گسترده می توان یافت.

فرهنگ نماز

همزمان با آفرینش و پیدایش انسان، نماز و نیایش نیز تولد یافته است. اسلاف و گذشتگان ما از آن زمان به درگاه خداوند سر فرود آورده بودند که حتی برای خدا نامی هم نتوانسته بودند، بگذارند. به بیان دیگر انسان در برخورد با حوادث ناگوار نیایش و نماز را شناخت. نماز نه تنها در ادیان الهی که در میان ملل مختلف جهان نیز به نوعی وجود داشته است. از روزی که اسلام ظاهر شد نماز به صورت یک ضرورت در آمد و اهمیتی فوق العاده در بین مسلمانان یافت. (کارگر محمد یاری، ۱۳۷۵، صص ۷-۳۳).

از آنجایی که اسلام برنامه سالم سازی است و این سلامت در سایه تسلیم در برابر مشیت الهی و اجرای دستورات حاصل می شود، بدیهی است که همه قوانین اسلام راه را برای آرامش خیال و سلامت روان انسان آماده می سازد، از این دیدگاه در بین تمام برنامه های اسلام نماز از جایگاه ویژه ای برخوردار است. (آقایانی چاوشی، ۱۳۸۷، ص ۱۵۰) نماز نشان دهنده رابطه بین انسان و خداوند که در متون دینی ما بعنوان "صله" از آن یاد شده دارای معانی بسیاری است. نماز امری است الهی که تحقق آن همانند سایر امور دارای ظاهر و باطن است. تصویر ظاهری نماز همان است که با اعمال مخصوص انجام می گیرد و حفظ آن نیز واجب است اما روح و باطن نماز عبارت است از: اخلاص حضور قلب، ذکر خداوند و تعظیم در برابر او، امید و دل بستگی به ذات ربوبی، اعتماد و رکوع به وجود سرمدی و محو شدن در برابر ذات باری تعالی. (خلیلی، ۱۳۸۸، صص ۱۶-۱۸)

نماز دارای سه بخش است: بخش اول، ستایش پروردگار یکتاست. بخش دوم اعتراف و اقرار به اعمال روز گذشته است و بخش سوم قدرشناسی و شکر گذاری است. (کارگر محمد یاری، ۱۳۷۵، صص ۶۰-۶۱) عوامل مؤثر در فرهنگ سازی نماز در دو حوزه فردی و اجتماعی قابل طرح است. در حوزه فردی توجه به محدوده اختیار فرد و توجه به عوامل درونی مانند ایمان (توجه به این امر که با افزایش ایمان سپاس از خداوند یعنی توجه به نماز

نیز بیشتر می‌شود) و عوامل بیرونی مانند اصرار فرد به انجام گناه؛ و در حوزه اجتماعی نقش خانواده‌ها از طریق توجه به ظرفیتهای ذهنی و روانی فرزندان، الزام والدین به اقامه نماز، نقش نهادها و سازمانهای فرهنگی من جمله آموزش و پرورش و خصوصاً رسانه‌ها و تأثیر آنها قابل بحث است. (زند اقطاعی، ۱۳۸۹، صص ۱۹-۲۵)

علل بی توجهی جوانان به نماز

نصیرزاده و عرفان منش (۱۳۸۹) عادت نداشتن به نماز در دوران نوجوانی، ندانستن فلسفه نماز و تبلیغات ناکافی را از عوامل بازدارنده برپایی نماز توسط جوانان می‌دانند. محیط خانواده و بی توجهی والدین نسبت به مسائل دینی، عدم آگاهی و بینش نسبت به محتوای نماز و درک پایین از تأثیرات آن و آشنا نبودن به فلسفه نماز، سستی و تنبلی، مجالست و همنشینی با دوستان ناباب که در شکل دهی شخصیت انسانها نقش اساسی دارند، فساد اخلاقی از طریق مشاهده تصاویر از طریق رسانه‌ها و مجلات و یا خواندن نوشته‌های تحریک آمیز، مزاحم دانستن نماز برای کارهای شخصی، رفتار نامناسب مبلغان دینی، ضعف اعتقادی، غرور و تکبر و تسویف (واگذاری امور به آینده) از دیگر علل بی توجهی به نماز بوده است. (خلیلی، ۱۳۸۸، صص ۵۲-۶۲)

آثار نماز

توسعه فرهنگ نماز بر شخصیت و شیوه‌های رفتاری، مناسبات زندگی و فرهنگ عمومی جامعه، تأثیرات بسیاری بر جای می‌گذارد. روانشناسان امروزه به این نتیجه رسیده‌اند، که توجه به خدا و نماز و دعا موجب رفع بسیاری از گرفتاری‌ها و درمان امراض می‌گردد. نماز انسان را از زشتی باز داشته و عامل دوری انسان از فحشا و منکرات، باعث ایجاد ارتباط خالق و مخلوق شده و راهی جهت بخشش گناهان و عامل نجات از عذاب الهی است. (خلیلی، ۱۳۸۸، صص ۱۶۰-۱۶۵) همچنین نماز باعث تمرکز، که خود منجر به تغییرات اساسی در فرد شده و در نهایت باعث ایجاد مسؤولیت و افزایش سعی و تلاش در

جهت حل مشکلات زندگی و نیز باعث کاهش افسردگی می شود. (بشلیده و همکاران، ۱۳۸۲، ص ۴۷)

کارل^۱ در کتاب راه و رسم زندگی می گوید: "نیایش به آدمی نیروی تحمل غمها و مصائب را می بخشد و هنگامی که کلمات منطقی برای امیدواری، نمی توان یافت، انسان را امیدوار می کند و قدرت ایستادگی در برابر حوادث بزرگ به او می دهد". از آثار نماز در بعد فردی به: تقاضای رسیدن به کمال و هدف نهایی انسان، نیرو گرفتن از ماورای طبیعت و جهان متافیزیک، تماس و ارتباط پیدا کردن بی نهایت کوچک با بی نهایت بزرگ و هماهنگ شدن دنیای مادی و معنوی فرد، مقاومت در برابر مشکلات، رفع بیماریها و امراض، ایجاد آرامش و امنیت روانی و قلبی (تنها با یاد خدا دلها آرام می گیرد) و در بعد اجتماعی: تأثیر وافر در بیدار کردن روح نظم و حفظ نظام مانند یک آموزش نظامی، ایجاد روحیه وحدت - یگانگی - برادری - مساوات و برابری و راهی برای تجمع مسلمانان و علاقه عمومی اجتماعی می توان اشاره داشت. (کارگر محمد یاری، ۱۳۷۵، صص ۹-۲۸)

امروزه با تحقیقاتی که درباره ابعاد درمانی نماز انجام گرفته، مشخص شده که تأثیر فیزیولوژیکی فعالیت فیزیکی در طول نماز، مکانیسم های اسکلتی، عضلانی و عصبی و سیستم های قلبی و عروقی تنفسی و روانی فرد را تنظیم می کند. برپایی نماز به صورت دسته جمعی به جز پاداش های الهی و اخروی در زندگی فردی و اجتماعی آثار معنوی - اجتماعی - سیاسی - اخلاقی و تربیتی بسیاری دارد. نماز جماعت نظم و انضباط، صف بندی - وقت شناسی را آموزش داده و روحیه فردگرایی، انزوا و گوشه نشینی را از بین می برد و با غرور و خودخواهی مبارزه کرده و باعث می شود انسان راه برقراری ارتباط را تجربه کند. (کریمی، گلچین، ۱۳۸۳، صص ۴۸-۴۹)

نقش رسانه در ترویج فرهنگ نماز

رسانه‌ها لحظات بسیاری از زندگی انسان را پر کرده و در ایجاد انگیزه و پذیرش یک عمل و شکل دادن به عادات خوب و بد مؤثر هستند، اگر برنامه و پیامهای رسانه‌ای با تفکر و ارزشهای معنوی و مذهبی جامعه انطباق نداشته باشد، القای پیام معنوی اثری نخواهد داشت. (فرهادیان، ۱۳۷۷، ص ۱۵۸)

لاسول^۱ ۱۹۸۴ تحت عنوان (ساخت و کارکرد ارتباطات در جامعه) برای پیام سه نقش مشخص کرد. اول نظارت بر محیط و نقش خبری که در آن ضرورت آگاهی افراد از دگرگونی‌های جامعه و لزوم انتشار اخبار را توجیه می‌نماید، این همان نقش اصلی وسایل ارتباط جمعی در جوامع سرمایه داری است. دوم ایجاد و توسعه همبستگی‌های اجتماعی افراد و نقش راهنمایی که به تکمیل اطلاعات با استفاده از تجزیه و تحلیل و تفسیر موضوعی اشاره دارد و در راهنمایی و هدایت افکار عمومی نقش مؤثری دارد. سوم نقش انتقال میراث فرهنگی و آموزشی است. (معتمد نژاد، ۱۳۸۴، ص ۴۵)

بر اساس نقشها و رسالت‌های وسایل ارتباط جمعی می‌توان با کمک این وسایل بهره برداری مناسبی از رسانه‌ها داشت و آنها را به عنوان وسایل مناسبی برای آموزش و فرهنگ سازی پیرامون موضوعات گوناگون در نظر گرفت. اما با در نظر گرفتن نماز و اهمیت زوایای آن در جامعه، رسانه قادر است از راهکارهای مناسب تری در جهت فرهنگ سازی نماز استفاده کند. چراکه نظریه‌هایی مانند برجسته سازی یا گلوله جادویی (پیامهای ارتباط جمعی بر همه مخاطبانی که در معرض آنها قرار می‌گیرند اثرهای قوی و کم و بیش یکسان دارند.) (دهقان، ۱۳۸۶، ص ۳۸۷)؛ پیرامون ترویج فرهنگ نماز کاربری لازم را ندارند. ترویج فرهنگ نماز نیاز به فاصله و فرصت زمانی دارد و غالباً به صورت مستقیم از رسانه به مخاطب انتقال نمی‌یابد. در این شرایط نظریه "شناخت مخاطبان وسایل ارتباط جمعی" که

توسط لازار^۲ مطرح شد، شاید راهکار مناسب تری باشد. تحقیقات لازار به همراه کاتز^۳ و برلسون^۴ به طرح الگوی دو مرحله ای ارتباطات انجامید. (ساروخانی، ۱۳۸۸، ص ۴۷)

اجرای این الگو نشان داد که پیامها به صورت یکنواخت و یکپارچه اثر نمی کنند. این پیامها بر مخاطبان متفاوت اثرات گوناگونی دارد. چرا که بر اساس نظریه های درک تجربه های پیشین مخاطب، فرهنگ و انگیزه از عواملی هستند که باعث شده پیامها به صورت متفاوت بر مخاطبان نشان تأثیر گذارند.

درک "فرآیند پیچیده ای است که طی آن افراد محرکهای حسی را گزینش می کنند، سازمان می دهند و به تصویری معنی دار و منسجم از جهان تفسیر می کنند". این تعریف نقش فعالی را که شخص در فرایند درک بازی می کند را آشکار می سازد. (دهقان، ۱۳۸۶، ص ۹۵)

همچنین پیامها از طریق واسطه ها و کانالهایی به مخاطبان می رسند. علاوه بر رسانه ها، رهبران فکری و گروههای مرجع که اعتبار و اعتماد لازم را دارند، قادر هستند در کنار انتقال پیامها متقاعد سازی کنند. در این شرایط چون رهبران فکری دریافتهای بیشتری از منابع رسانه ای دارند، در نتیجه رسانه ای موفق تر است که بتواند رهبران افکار را تحت تأثیر قرار دهد. (دادگران، ۱۳۸۶، ص ۱۲۲)

تأثیر حضور فراگیر رسانه ها

به اعتقاد گریتر افرادی که در مواجهه بسیار با وسایل ارتباط جمعی و بالاخص تلویزیون قرار دارند به مرور جهان را به گونه ای درک می کنند، که به جای انطباق با واقعیت بیرونی بیشتر با آنچه رسانه ها درباره واقعیت بیان می کنند، همخوان است. بدین معنی که تلویزیون منبع اطلاعات، افکار و آگاهی های فرد را به انحصار در می آورد که اثر این مواجهه با پیامها، آموزش جهان بینی رایج، نقشها و ارزشهای رایج است، به نحوی که در دراز مدت، ادراکهای افراد را از طریق فرایند فرهنگ سازی تحت تأثیر قرار می دهند. اکنون پس از

سالها نقد و اصطلاحات بر نظریه کاشت گربنر، عقیده صاحب نظران بر این است که تلویزیون با متغیرهای بسیاری در تعامل است به طوری که تماشای برنامه های تلویزیون بر بعضی از مخاطبان اثر قوی تری دارد، یعنی مخاطب تلویزیون موجود فعالی است که محتوای برنامه ها را مورد ارزیابی قرار می دهد. (دهقان، ۱۳۸۶، صص ۳۹۰-۳۹۳) لذا توجه به شناخت مخاطب و ویژگیهای او در راستای فرهنگ سازی فریضه نماز در بین دانشجویان از اهمیت اساسی برخوردار است.

تقویت هویت دینی توسط آموزش رسانه ای

آموزه ها و اطلاعات متنوعی از طریق رسانه ها به مردم القاء می شود لذا بیشتر نظریه پردازانی که به تأثیر رسانه ها معتقدند، هویت را از اصلی ترین حوزه های تأثیرگذاری رسانه ها می دانند.

اگر هدف آموزش آگاهی سازی باشد، آموزش مؤثرترین وسیله تغییر دیدگاه افراد است.

عبادت را نباید بر روح و روان تحمیل کرد هدف باید پرورش انسانی باشد که با تکیه بر عقل و اراده و از سر تکلیف عمل کند نه بر حسب عادت و یا اجبار. (رحیمی و نصیرزاده، ۱۳۸۴، ص ۱۲۷)

اشاعه نوآوری

الگوی اشاعه نوآوری ها به ترویج و گسترش فرهنگهای جدید اشاره دارد. بر اساس این الگو پیام مورد نظر به شکل یک نوآوری، از مجاری معینی و طی زمان طولانی عبور کرده و در میان مردم ابلاغ می شود. با استفاده از الگوی مطرح می توان مفهوم نماز را در قالبهای جدیدی وارد کرد و با کنار هم قرار دادن اطلاعات، مخاطب را به اقناع و متقاعدسازی نزدیک ساخت. برخی صاحب نظران رسانه در این فرایند به تصمیم پیرامون نوآوری ها اشاره کرده و فرایند تصمیم را طرحی ذهنی می دانند. این فرایند شامل مواجهه با نوآوری و شناخت

کارکرد آن (آگاهی)، شکل‌گیری نگرش نسبت به نوآوری (اقناع)، فعالیتی که به قبول یا رد نوآوری منتهی می‌شود (تصمیم)، استفاده از نوآوری (اجرا) و تقویت یا برگشت به تصمیم آغاز شده درباره نوآوری (تثبیت) می‌شود. (دهقان، ۱۳۸۶، ص ۳۱۴).

راجرز^۱ و شومیکر^۲ برای تأثیر گذاری چنین فرایندی به ترکیبی از رسانه‌های جمعی و ارتباطات میان فردی اشاره کرده و مؤثرترین راه رسیدن برای القاء افکار جدید و متقاعد ساختن افراد، را استفاده نوآوریها می‌دانند. کارشناسان رسانه به بحثهای آزاد رسانه‌ای که با گروههای کوچک سازمان یافته و به طور منظم برای دریافت برنامه رسانه‌های جمعی چه سمعی و چه نوشتاری مطرح می‌شود، اشاره کرده و همسطح سازی یا همانند سازی هنگام انتقال اطلاعات را شیوه‌ای مناسب می‌دانند.

بحث، نتیجه‌گیری و ارائه راهکار

با توجه به تأثیر نماز بر سلامت انسان و تأکید اسلام به برپایی نماز و با توجه به اثرگذاری رسانه‌ها در زندگی مردم، ایجاد برنامه‌هایی که منجر به خودباوری جوانان شده و آنان را به فکر و تأمل و انجام فریضه نماز وادارد اهمیت وافری دارد.

در راستای فرهنگ سازی نماز در دانشگاهها از طریق رسانه، اهم فعالیتها می‌تواند بر ایجاد گرایش‌های تشویقی - ترغیبی دانشجویان، فعالیتهای تبلیغی - آموزشی - مشارکتی بین دانشجویان و نهادها و تشکلهای دانشگاهی متمرکز گردد.

بهره‌مندی از عامل تکرار در رسانه‌ها، تقویت قوه درک مخاطب پیرامون فرهنگ نماز، حضور فراگیر رسانه‌ها استفاده از الگوی اشاعه و نوآوری در رسانه‌ها، تقویت هویت دینی از طریق آموزش در رسانه‌ها و نمایش آثار نماز در فرد و جامعه تأثیر بسزایی در شکل دهی به فرهنگ نماز ایفا می‌کند.

منابع

۱. آقایانی چاوشی ا و همکاران. ۱۳۸۷. بررسی رابطه نماز با جهت گیری مذهبی و سلامت روان. مجله علوم رفتاری، دوره ۲، ۲: ۱۴۹-۱۵۶.
۲. بشلیده ک و همکاران. ۱۳۸۲. بررسی عوامل مؤثر درون مدرسه ای جذب دانش آموزان مقطع متوسطه استان خوزستان به نماز. مجله مطالعات تربیتی و روانشناسی. ۱۰: ۶۳-۹۰.
۳. خلیلی م. ۱۳۸۸. نقش نماز در شخصیت جوانان. قم: انتشارات زائر آستانه مقدسه.
۴. خرمی ح. ۱۳۸۴. با طلا باید نوشت. انتشارات امام عصر عج.
۵. دادگران م. ۱۳۸۶. مبانی ارتباطات جمعی. انتشارات فیروزه.
۶. روح الامینی م. ۱۳۸۱. زمینه فرهنگ شناسی. تهران: انتشارات عطار.
۷. رحیمی چ، نصیرزاده ر. ۱۳۸۴. انگیزه های نماز خواندن و باز خورد دانشجویان نسبت به نماز. فصلنامه روانشناسان ایرانی. سال ۲. ۶: ۱۲۱-۱۳۰.
۸. زند اقطاعی ف. ۱۳۸۹. همت مضاعف در تقویت فرهنگ نماز. ماهنامه مهندسی فرهنگی. سال ۴. ۴۳-۴۴: صص ۱۸-۲۹.
۹. سجادیه م. ۱۳۸۹. ۷۰۰ نکته درباره فرهنگ. اصفهان: نشر پویان مهر
۱۰. سورین و ، تانکارد ج. ۱۳۸۶. نظریه های ارتباطات. ترجمه ع دهقان. انتشارات دانشگاه تهران
۱۱. ساروخانی ب. ۱۳۸۸. جامعه شناسی ارتباطات. انتشارات اطلاعات
۱۲. صالحی امیری ر. ۱۳۸۶. مفاهیم و نظریه های فرهنگی. تهران: ققنوس
۱۳. فردرو م ، حمیدی س، یعقوبی ر. ۱۳۸۰. جامعه و فرهنگ. تهران: انتشارات آرون
۱۴. فرهادیان ر. ۱۳۷۷. عوامل گرایش نوجوانان و جوانان به نماز. قم: انتشارات ستاد اقامه نماز
۱۵. قلی زاده آ. ۱۳۸۷. درآمدی بر جامعه شناسی. اصفهان: دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان
۱۶. قلی زاده آ. ۱۳۸۸. جامعه شناسی فرهنگی. جزوه درسی کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی. واحد خوراسگان
۱۷. کارگر محمد یاری ر. ۱۳۷۵. نماز از دیدگاه دانشمندان و متفکران. انتشارات ستاد اقامه نماز
۱۸. کریمی م، گلچین م. ۱۳۸۳. بررسی مقدماتی ارتباط نماز و سلامت جوانان. فصلنامه اصول بهداشت روانی، ۱: ۴۵-۵۶
۱۹. معتمدنژاد ک. ۱۳۸۴. وسایل ارتباط جمعی. انتشارات دانشگاه علامه طباطبایی
۲۰. نصیرزاده ر. عرفان منش ن. ۱۳۸۹. تفاوت های جنسیتی و تأهل بر نگرش و پای بندی به نماز و ادراک محدودیتهای اقامه آن در بین دانشجویان. مجله زن در فرهنگ و هنر. دوره ۲. ۲: ۴۹-۶۷

نقش نماز در سالم سازی فضای دانشگاهی

لیلا نارنجانی

مربی گروه علوم پایه، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد دولت آباد، اصفهان
و عضو هسته پژوهشی زنان واحد دولت آباد

علی سلیمانی

دانشیار گروه زراعت، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خوراسگان، اصفهان

چکیده

با توجه به ضرورت برپایی واجبات دینی و نیاز مبرم جامعه به اثرات این واجبات، در این مقاله ابتدا به تعریف محیط سالم پرداخته و سپس روح و حقیقت نماز را بیان می کنیم و نماز را از دیدگاه قرآن تشریح کرده و توضیح می دهیم که که نماز و تعالیم دینی چه نقشی در شکل گیری شخصیت دانشجویان دارد و چگونه با انجام فریضه الهی نماز می توان در دانشجو رفع اضطراب و نگرانی نمود.

کلمات کلیدی: نماز، شخصیت دانشجو، تسلط بر خود، رفع اضطراب

مقدمه

امروزه بر همگان روشن است که تأمین نیازهای روحی، جسمی و عاطفی در گرو معنویت و دین نهفته است. وقوف خاشعانه و خاضعانه انسان در نماز، در برابر خداوند متعال به او نیرویی معنوی می بخشد که حس صفای روحی و آرامش قلبی، امنیت روانی و سلامت جسمی و روانی را در او پدید می آورد. نتایج تحقیقات فراوان نشان می دهد که انجام اعمال و فرایض دینی از جمله نماز با تحریک احساسات معنوی در کاهش تنش ها در تعاملات روزمره و تأمین سلامت و بهداشت روانی افراد مؤثر است. نتایج یک مطالعه تحقیقی که به بررسی رابطه راهبردهای مقابله ای مذهبی، اعتقاد دینی و توکل با تنیدگی در خانواده های کارمندان دانشگاه تهران انجام شد، نشان داد که خانواده ها تمایل به توکل به خدا برای مقابله با تنیدگی به عنوان راهبرد مقابله ای دارند. نتایج مطالعه پارگامنت نشان داد که دین نقش مهمی در رویارویی با تنشهای روزمره دارد و می تواند اثرات بحران های شدید زندگی را تعدیل کند. از نظر وی افراد متدین برای مقابله با تنش به خوبی از دین و فرایض دینی استفاده می کنند. امروزه بسیاری از روان شناسان نیز دریافته اند که دعا، نماز و داشتن یک ایمان محکم به دین، اضطراب، افسردگی، نگرانی، تشویش و ترس را که زمینه ساز بسیاری از بیماری هاست برطرف می کند: «الابدکر الله تطمئن القلوب». آرامش روان و سلامت روانی در نتیجه روی گردانی کامل از مشکلات زندگی و نیندیشیدن به آن در میان نماز می باشد و همان نتیجه ای که به دنبال یک روان درمانی مؤثر و موفق به دست می آید از نماز، نیز حاصل می شود. نماز تنها غذای روح انسان نبوده بلکه جسم انسانها را نیز تقویت می کند. به عقیده کارشناسان تاثیر حرکات موزون و قیام و قعود و رکوع و سجود منظم نماز بر تقویت و بهبود عملکرد اعضاء و جوارح مختلف غیر قابل انکار است و هم چنین موجب کاهش شدت فشارهای عصبی روزانه و تنش هایی که بسیاری از مردم دچار

آن هستند می‌شود. و از طریق دعا و نیایش نیروی محدود خویش را با توسل به منبع نامحدودی چون قدرت احدیت افزایش می‌دهد. [۱]
 رسم عاشق نیست با یک دل، دو دلبر داشتن یا زجانان یا زجان بایست دل بر داشتن

محیط سالم چیست؟

در تعریف یک محیط سالم مانند فضای دانشگاه می‌توان گفت، محیطی که در آن افراد به هم احترام می‌گذارند، وظایف خود را به طور صحیح و کامل و در چارچوب قوانین انجام می‌دهند، به حقوق هم تجاوز نمی‌کنند، تا جایی که بتوانند به هم کمک می‌کنند، پشت سر دوستان و همکاران خود سخنانی نمی‌گویند که باعث به خطر انداختن موقعیت آنها شود، حال سوالی که مطرح می‌شود این است که چگونه می‌توان محیطی سالم داشت؟ آیا به جز داشتن یک دین آسمانی و کامل و یک راهنما می‌توان به چنین محیطی دست یافت؟ مسلماً چنین نیست، بنابراین ضرورت وجود دین و رعایت قلبی قوانین آن باعث می‌شود که جامعه ای سالم داشته باشیم. یکی از واجبات دین مبین اسلام نماز است که رموز بسیاری را در دل خود نهان ساخته است و اگر به درستی و حقیقت و با خلوص نیت ادا گردد زمینه سالم سازی هر جامعه ای را ایجاد می‌کند.

روح و حقیقت نماز

نماز لفظ و واژه ای است که در متون دینی ما بعنوان «صلاة» از آن یاد شده و دارای معانی متعددی بوده که یکی از آن معانی، همین عمل مخصوصی است که به نام «نماز» در دین اسلام تشریح شده است. این لفظ در برخی از آیات به معنای سلام و تحیت آمده است آنجا که خداوند در قرآن می‌فرماید:

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا.

«همانا خداوند و فرشتگان بر پیامبر (صلی الله علیه و آله وسلم) درود میفرستند شما هم ای اهل ایمان بر او صلوات و درود بفرستید و با تعظیم بر او سلام گوئید» و در آیه دیگر با اشاره به همین معنی میفرماید: هو الذی یصلی علیکم و ملائکته «اوست خدایی که هم او و هم فرشتگانش بر شما تحیت و رحمت میفرستند» و به معنای دعا هم در برخی از آیات آمده است. آنجا که به پیامبر (صلی الله علیه و آله وسلم) دستور گرفتن زکات داده می شود خداوند میفرماید بعد از گرفتن زکات برای آنها و در حقشان دعا کن. خذ من اموالهم صدقة تطهرهم و تزکیهم بها وصل علیهم إن صلواتک سکن لهم

«ای رسول ما، تو از مؤمنان صدقات را بگیر تا بدان واسطه نفوس آنان را پاکیزه سازی و آنها را به دعای خیر یاد کن همانا دعای تو در حق آنان، موجب تسلی خاطر آنهاست «صلاة» به هر دو معنای مزبور که در حقیقت به معنای واحد بر میگردند که همان دعا باشد مورد بحث ما نیست بلکه مراد از «صلاة» همان معنایی است که با طریق مشخص و با ارکان مخصوص و جزئیات معین از طرف شارع مقدس، حقیقت پیدا کرده است و پیامبر خاتم (صلی الله علیه و آله وسلم) آن حقیقت نازله را در عمل تشریح و خود، آن را تحقق عملی بخشید. نه تنها شخص پیامبر (صلی الله علیه و آله وسلم) در طول عمرش به عمل بدان پای بند بود بلکه همه مسلمین موظف بودند که آن را شبانه روز پنج بار بجای آورند. أقم الصلاة لدلوك الشمس الی غسق الليل، «نماز را از زوال خورشید تا نهایت تاریکی شب برپا دار»

که این آیه اشاره اجمالی به نمازهای پنج گانه دارد. نماز با این شیوه مرسوم که مصداق آن برای همه مسلمین روشن و آشکار است چیزی نیست که مورد فهم و درک نباشد چون آنچه که از سنت رسول اکرم (صلی الله علیه و آله وسلم) و اهل بیتش استفاده میشود پر واضح است که این تلقی از نماز یعنی اعمال مخصوصه ای که با تکبیرة الاحرام شروع و به سلام ختم می گردد. و این است معنای دیگری که از آیات استفاده میشود. آنچه که مسلم است

این است که این عمل ظاهری که اصطلاحاً بدان نماز گفته میشود تمام حقیقت نماز نیست بلکه این صورت و چهره ظاهری آن است. نماز امری است الهی که تحقق آن همانند سایر امور دارای ظاهر و باطن است که در متون دینی به هر دو جهت آن اشارت رفته است. تصویر ظاهری نماز همان است که با اعمال مخصوصه انجام گیرد و حفظ آن نیز فرض و واجب است اما روح و باطن نماز عبارتست از: اخلاص، حضور قلب، ذکر خداوند و تعظیم در مقابل او، امید و دل بستگی به ذات ربوبی، اعتماد و رکون به وجود سرمدی و محو شدن در مقابل ذات یکتایی که در مقابل عظمت و جلالت او قیام نموده است. حقیقت نماز اعم از معنای ظاهر و باطن است و محدود و محصور نمودن آن به ظاهر، چون محدود نمودن حقیقت انسان و انسانیت او به جسم مادی است. همانطور که حقیقت انسان در این جسم خاکی و هیكل مادی قالب گیری شده و به اطوار مختلف و گوناگون درآمده و به این شکل ظاهری وجود یافته است چنانچه خداوند فرماید: «و قد خلقتکم اطواراً» (و به تحقیق شما را به صورت گوناگون آفرید).

حقیقت نماز هم چون سایر امور در باطن و روح او نهفته شده که این قالب و صورت را پذیرا شده است هر گاه آن حقیقت بخواهد در عالم خارج تحقق یابد قطعاً باید در همین طور و قالب خاص باشد و در غیر این صورت نماز نبوده بلکه پدیده دیگری است. هر گاه این قالب خاص و صورت ظاهری نماز با روح و باطن آن آمیخته و قرین گردد نماز حقیقت خود را یافته و تأثیر خود را می گذارد. در چنین صورتی است که این امر الهی، ستون دین، معراج مؤمنین، روشنگر چهره مسلمین، مقرب متقین، مکمل اخلاص مخلصین، مبعّد خصائص ملحدین، مسوّد چهره شیاطین، و ممیز مؤمنین از کافرین، قرار میگیرد. پس نمازی که فقط ظاهر داشته باشد و فاقد روح باشد معطی شی نخواهد بود. بنابر این قیام به ظاهر آن، تحرکی در نماز گزار ایجاد نخواهد کرد و از سوی ذات باری به این نماز اقبال و توجهی نیست چنانچه از رسول گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله وسلم) روایت شده که فرمودند:

«خداوند متعال نظر نمی افکند به نمازی که آدمی دل خود را با بدن خود به نماز حاضر نکند». پس حقیقت نماز اعم از صورت ظاهری و معنای باطنی است و تمسک به هر یک از این دو بدون دیگری نماز نیست در نتیجه هم کسانی که به ظاهر آن تشبث جسته و از روح آن بیخبرند از حقیقت نماز غافلند و هم آنانکه نماز نمی خوانند و ادعا دارند که ما به معنا و حقیقت آن رسیده ایم معرفتی از نماز ندارند چون نماز در هر دو صورت فاقد حقیقت است.

نماز از دیدگاه قرآن

این آیات، نقش نماز در زندگی اجتماعی و فردی انسان را متذکر می شود. ابتدا به اختصار به توضیح آیات در زمینه یاد شده می پردازیم؛ سپس، به نتیجه ای که از کنار هم قرار دادن آیات به دست می آید اشاره می کنیم.

"إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي ۚ مِنَ اللَّهِ هَسْتُمْ، معبودی جز من نیست؛ مرا پرستش کن و نماز را برای یاد من به پا دار." [۵]

در این آیه، به یکی از فلسفه ها و نقش های مهم نماز اشاره شده است. انسان در زندگی این جهان با توجه به عوامل غافل کننده نیاز به تذکر و یادآوری دارد. نماز این وظیفه مهم را به خوبی انجام می دهد و در فاصله های مختلف زمانی، ما را به یاد خدا انداخته و از غفلت بیرون می آورد.

همه این عوامل در برابر ایمان به خدا ذوب و بی رنگ شده و انسان با ایمان به خدا و یاد او آرامش خاصی پیدا می کند.

"...أَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ" [۶]

انسان در طول شبانه روز، خواه ناخواه با انواع گناهان و منکرات مواجه می شود. در این صورت به عامل بازدارنده ای نیاز دارد تا در گرداب گناهان فرو نرود. مهم ترین عامل، اعتقاد به خداوند و روز قیامت است. اقامه نماز در طول شبانه روز این عامل را در ما تقویت کرده و همیشه ما را به یاد مبدأ و معاد می اندازد و این یادآوری ما را از ارتکاب گناه باز می دارد.

افزون بر آن، خود نماز شرایطی از جمله طهارت، غضب نکردن و... دارد مراعات همه این امور در آلوده نشدن به گناهان اثر مهمی دارد.

نقش نماز و تعالیم دینی در شخصیت دانشجویان

اینکه در دانشجو تمایلات و گرایشاتی وجود دارد که او را متوجه به اهدافی می‌سازد و می‌خواهد با دست‌یابی به آن اهداف خود را تسکین و اطمینان ببخشد نشانه آن است که باید چنین ملجائی وجود داشته باشد. چون اقتضای حکمت بالغه الهی این است که هیچ نیازی را بدون پاسخ نگذارد. آری اگر دانشجو احساس عطش و گرسنگی می‌کند باید آب و طعامی باشد تا رفع تشنگی و گرسنگی نماید. حال باید دید که چه عواملی اضطراب او را رفع می‌کنند و چه دارویی برای او شفا بخش است و کدام طیب به درد او عالم می‌باشد؟ تردیدی نیست که روح و حقیقت تعالیم دین به نیازهای روحی و گرایشات غریزی و فطری او برگشت می‌کند و با جزم و یقین می‌توان گفت که هیچ‌یک از دستورات دین بی‌ارتباط با تکامل انسانی او نیست. «جان و جوهر پاسخ‌اسلامی به دنیای متجدد در جهات دینی و معنوی و فکری زندگی بشر نهفته است، همین جهات است که کردار بشر و نحوه تلقی او را از جهان پیرامون رقم می‌زند. مهمترین پاسخ یک جوان مسلمان و مهمترین گامی که باید او پیش از هر چیز بردارد این است که قوت ایمان خود را حفظ کند و اعتمادش را به صدق و اعتبار وحی اسلامی از دست ندهد. دنیای متجدد به تدریج تباه شده است و در صدد است همه آنچه را که مقدس و طبعاً دینی است از بین ببرد و بخصوص با اسلام به عنوان دینی که از نگرش قدسی نسبت به زندگی و قانون الهی در برگیرنده همه افعال و اعمال بشر عدول نکرده است مخالفت دارد. اکثر مشرقان غربی حدود دو قرن به اسلام می‌تاخته‌اند و سعی داشته‌اند به مسلمین یاد دهند که دین خود را چگونه بفهمند». همه این تلاشها بدان جهت صورت می‌گیرد که اسلام چون مسیحیت و یهودیت تحریف نشده و متون واقعی آن در دست است و پاسخ همه معضلات را می‌توان در او جست. در متن و منبع همین دین (قرآن)

به مسلمانان تعلیم داده می شود که قرآن شفای همه امراض قلبی انسانهاست قد جاء تکم موعظةً من ربکم وشفاءً لما فی الصدور. «اندرزی از سوی پروردگارتان برای شما آمد و درمان آنچه که در سینه هاست»

و خداوند، عالم به سرّ و علن همه موجودات بوده پس تنها طیب حاذق اوست و قرآن تنها نسخه کاملی است که با عمل بدان می توان سلامت کامل را بدست آورد چنانچه علی (علیه السلام) فرموده‌اند: «از قرآن برای بیماری های خود شفا طلب کنید و برای حل مشکلات خویش به آن استعانت بجوئید چه اینکه؛ قرآن شفای بزرگترین دردهاست که آن درد کفر و نفاق و گمراهی است.»

و نیز در همین دین تأکید بسیار رفته است به اینکه اطمینان قلبی شما انسانها در گرو یاد الهی است. الا بذكر الله تطمئن القلوب «آگاه باشید که با ذکر و یاد خدا دلها آرامش می یابد» پس تنها ملجأ و پناهگاه واقعی، اتصال قلوب به عالم لاهوت و سپردن دل به دست صاحب‌دل و توجه کامل به خالق قادر است تا اینکه خود را بدان وابسته بیند و از غیر او دل برکند و پاسخ اصلی و برآوردن همه نیاز و فقر خود را در بی نیازی و غنای او یابد و هدایت خویش را در عمل به دستورات و تعالیم او بداند و تعدیل شخصیت و تکمیل انسانیت خود را در انس و آشنایی با تعالیم قرآن و دستورات اسلام جستجو نماید.

نماز و تسلط بر خود (آرام بخشی)

نماز عملی است که نشان دهنده رابطه‌ای میان انسان و پروردگار است. قیام خاشعانه و خاضعانه انسان در نماز، در برابر خداوند متعال به او نیرویی معنوی می بخشد که حس صفای روحی و آرامش قلبی، امنیت روانی و سلامت روانی را در او پدید می آورد.

انسان در نماز با همه اعضای بدن و حواس خود متوجه خدا می شود و از همه اشتغالات و مشکلات زندگی روی برمی گرداند و همین حالت روی گردانی کامل از مشکلات زندگی و نیندیشیدن به آن در میان نماز، موجب آرامش روان و سلامت روانی می شود. این

حالت آرامش روانی، در ایجاد وضعیت سلامت روانی تأثیر بالایی دارد و موجب کاهش شدت فشارهای عصبی روزانه و تنیدگی‌ها و تنش‌هایی که بسیاری از مردم دچار آن هستند، می‌شود. قرآن مجید می‌فرماید: "در زندگی از صبر و نماز کمک بگیرید". [۲]

امام صادق (ع) می‌فرماید: "هنگامی که مشکل مهمی برای علی (ع) پیش می‌آمد، به نماز بر می‌خاست" سپس آیه فوق را تلاوت فرمود. [۳]

یکی از بزرگ‌ترین بلاهای زندگی انسان، نگرانی و اضطراب در زندگی اجتماعی و فردی است. عوامل این نگرانی‌ها، آینده تاریک و مبهم، گذشته تاریک، احساس پوچی زندگی، سوءظن‌ها و توهمات، دنیاپرستی و ترس از مرگ می‌تواند باشد. خداوند متعال در قرآن کریم، درمان تمام نگرانی‌ها و اضطراب‌ها را یاد و ذکر خدا معرفی می‌کند و آرامش‌دهنده قلب‌ها را «توجه به خدا» و یاد او معرفی می‌نماید، آنجا که می‌فرماید: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» [۴] بدانید و آگاه باشید که یاد خدا و ذکر او باعث آرامش دل‌هاست. و البته یکی از مصادیق کامل ذکر خدا «نماز» است.

و اساساً خداوند متعال فلسفه نماز را ظهور یاد خدا در دل‌ها بیان کرده است: «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي» [۵] نماز را به خاطر ذکر من و یاد من بپا دار.

تبیین رابطه نماز و رفع نگرانی و اضطراب

از نظر روان‌پزشکان، اضطراب با یک احساس منتشر و مبهم دلواپسی که اغلب ناخوشایند و بدون دلیل است مشخص می‌شود که معمولاً با یک یا چند مشکل جسمی همراه می‌گردد. از جمله شخص ممکن است علامت‌های جسمی چون احساس تپش قلب، تنگی نفس و درد قفسه سینه، خالی شدن سردل، تعریق، سردرد، تکرر ادرار، اسهال، گزگز دست و پاها، لرزش و... را نیز به همراه داشته باشد.

اضطراب، گاهی به شکل طبیعی در اشخاص سالم بروز می‌کند و گاهی به صورت بیمارگونه و دائمی در می‌آید که نیاز به درمان و مراقبت پزشکی دارد. با اینکه دلایل علمی

گوناگونی از دیدگاه‌های مختلف به عنوان دلایل بروز اضطراب و تشدید آن ارائه شده است اما همچنان دور شدن از ایمان مذهبی، به عنوان یک عامل مهم در بروز اضطراب نقش غیرقابل انکاری دارد. [۷]

و به این ترتیب نقش پیشگیری کننده و حتی درمانگر مذهب در مورد اضطراب قابل بررسی است.

نماز، عامل سازنده‌ای است که مقاومت و ایستادگی آدمی را در نشیب و فرازهای زندگی، حفظ می‌کند و نماز گزار در مقابل هر خیر و شر و هر اقبال و ادباری، تحمل خویش را حفظ نموده و به هر بادی نمی‌لغزد. شخص نماز گزار با ایمان به قدرت لایتناهی پروردگاری که در مقابلش کرنش می‌کند، خود را در مقابل هر عاملی که قصد به خطر انداختن و ترساندن (و در نتیجه مضطرب ساختن) او را داشته باشد ایمن می‌یابد و ضمن تکرار باور اعتقادی خود طی نمازهای پنجگانه یومیه این ایمنی همه جانبه را، به روان خود تلقین می‌کند و سرانجام آرامش عمیق را در وجود خود ملکه می‌سازد.

مؤمن با نماز خود با برون ریزی هیجانی خود و با تخلیه ناپاکی‌ها و افکار منفی، گامی به سوی پالایش روانی خود برمی‌دارد و پالایش روانی یک نتیجه مشخص دارد و آن سلامت روحی و روانی فرد است.

از آن جا که انسان در نماز با همه اعضای بدن و حواس خود متوجه خدا می‌شود و از همه اشتغالات و مشکلات زندگی روی برمی‌گرداند، به هیچ چیز جز خدا و آیات قرآن که در نماز به زبان می‌آورد فکر نمی‌کند. همین حالت روی گردانی کامل از مشکلات زندگی و نیندیشیدن به آن در میان نماز موجب آرامش روان و سلامت روانی می‌شود.

با رویکرد روان‌شناختی، این حالت آرامش روانی در ایجاد وضعیت سلامت روانی تأثیر بالایی دارد و موجب کاهش شدت فشارهای عصبی روزانه و تنیدگی‌ها و تنش‌هایی که بسیاری از مردم دچار آن هستند، می‌شود. انسان بلافاصله پس از نماز، به ذکر دعا و تسبیح

می پردازد که این تداوم همان حالت آرامش و سلامت روانی را موجب می شود. اصولاً انسان در دعا با خدای خود به مناجات می پردازد و از مشکلاتی که او را در زندگی مضطرب و افسرده می کند به او پناه می برد و با بازگو کردن مشکلات اضطراب انگیز در چنین حالتی از سلامت روانی برخوردار می شود.

علاوه بر مسائلی که ذکر شد، بیان مشکلات و مسائل پس از نماز موجب آرامش روانی می شود. این زمان، یک زمان طلایی است که فقط در اختیار افرادی که به اقامه نماز می پردازند، قرار می گیرد.

به طور کلی تحقیقات متعدد روان شناسان نشان می دهد که حالت روانی انسان با آشکار کردن مشکلات در حضور یک دوست صمیمی یا درمان گر رو به بهبود می رود. حال تصور کنید که همین انسان اگر مشکلات خود را با خدا بازگو کند و پس از نماز به مناجات با پروردگار و دعا به درگاه او طلب یاری بخواهد، حالت روانی او تا چه اندازه بهبود پیدا می کند. ملاحظه می شود که همان نتیجه ای که در یک روان درمانی مؤثر و موفق حاصل می شود، از نماز نیز به دست می آید، زیرا آن احساس امنیت و رهایی از اضطراب را که نماز در انسان ایجاد می کند، موجب آزاد شدن نیروی روانی او می شود که این آزادی ضامن ایجاد سلامت روان است. نیرویی که قبلاً در زنجیرهای اضطراب، نگرانی و افسردگی، مقید و زندانی بود.

در نتیجه انسان حالت نشاط و طراوت را در همه وجودش احساس می کند. همین رابطه معنوی انسان با پروردگار در طول نماز و دریافت نوعی فیض الهی یا بارقه روانی از خداوند متعال، موجب رهایی نیروهای معنوی مستقر در انسان می شود و عزمش را جزم، اراده اش را قوی و همتش را بلند می کند. در نتیجه برای پذیرش علم و معرفت آماده تر و برای انجام کارهای بزرگ تواناتر می شود.

نتایج و بحث

با توجه به نکاتی که ذکر شد نتیجه می‌گیریم نماز به عنوان یک فریضه دینی و امری که باعث می‌شود انسان را از ناپاکی‌ها و وسوسه شیطان دور نگه دارد نقشی اساسی در سالم سازی فضای جامعه و دانشگاه ایجاد می‌کند. وقتی که انسان سر بندگی به درگاه احدیت فرود می‌آورد و خود را از یاد برده و فقط می‌خواهد به فرمان خداوند باشد، این امر تزکیه روح را به دنبال خواهد داشت و انسان در زندگی به آرامشی غیر قابل وصف می‌رسد که عاشق کمک به مردم و دوستی هموعان و انجام وظایف کاری به نحو احسن می‌گردد که این خود شرط لازم یک فضای سالم و زندگی سالم می‌باشد.

منابع

۱. رباب نظری، مقاله نقش نماز بر ابعاد سلامت جسمی و روانی انسان
۲. قرآن کریم، سوره بقره، آیه ۴۵
۳. تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۲۱۹
۴. قرآن کریم، سوره رعد، آیه ۲۸
۵. قرآن کریم، سوره طه، آیه ۱۴
۶. قرآن کریم، سوره عنکبوت، آیه ۴۵
۷. سیناپس کاپلان - سادوک، ترجمه فارسی، جلد دوم، صفحه ۴۷۳

نماز، پلی به سوی تندرستی

دکتر فرزانه تقیان

استادیار فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خوراسگان،

اصفهان

تلفن: ۰۹۱۳۳۰۸۰۲۴۱

Email : f_taghian@yahoo.com

چکیده

در مجموعه عبادات اسلامی، نماز برترین عبادت است که با عنوان عمود و ستون خیمه دین از آن یاد شده است. زیباترین مجموعه ای که خداوند برای ذکر و یاد خود در اختیار بندگان قرار داده است. امام صادق(ع) در آخرین وصیت خویش می فرماید: به شفاعت ما خاندان نمی رسد کسی که نماز را سبک بشمارد و نماز را اول وقت نخواند. برخی از کارشناسان معتقدند نماز خواندن تنها غذای روح انسان نیست، بلکه جسم انسانها را نیز تقویت می کند و آنها را در مبارزه با مشکلات روزمره یاری می دهد. طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی، سلامت، حالت تندرستی کامل جسمانی، روانی و اجتماعی است و نه صرفاً فقدان ضعف یا بیماری. از دیدگاه الگوی زیستی، روانی و اجتماعی سلامت چیزی است که فرد از طریق توجه به نیازهای زیست شناختی، روحی، روانی و اجتماعی آن را به دست می آورد. امروزه بر همگان روشن است که تأمین نیازهای روانی و عاطفی در گرو معنویت و دین نهفته است. دیده شده بسیاری از مسلمانان بزرگسال که از زمان کودکی به اقامه نماز مشهور بوده اند، در سن پیری و با داشتن عمرهای بالا، تا حد زیادی از سلامت جسمانی و عقلی قابل قبولی برخوردارند. نماز به عنوان یک واکنش قدرتمند در ایمن بخشی انسان در مقابل استرس ها و ناملایمات زندگی و ایجاد احساس امنیت روانی در اشخاص و مهم تر اینکه با ایجاد ثبات شخصیت و برقرار کردن تعادل روانی، می تواند اثر شگرفی بر همه ی مشکلات جسمی بگذارد. روشن است که نماز فلسفی خاص خود را دارد که معراج مومن و مایه ی قرب به حق است و آن را باید فقط برای خداوند تعالی خواند و نه به انگزه فواید و آثاری از این دست، ولی آگاهی

از این دست نظرات علمی نیز می‌تواند برای برخی مفید باشد. اکنون دیدگاه «زیستی، روانی و اجتماعی» دیدگاه نظری برجسته‌ای است که فرض اساسی آن تأثیر متقابل عوامل زیست‌شناختی، روان‌شناختی، معنوی و اجتماعی در تعیین سلامت و بیماری است. این الگو، محور زمینه روبه‌رشد روان‌شناسی سلامت و دین است که بر مراقبت از سلامت با تأکید بر انجام فرایض دینی نظیر نماز و ارتقای آن تمرکز کرده است.

هدف این تحقیق، توجه دادن به حقیقتی مهم است: عبادت‌های اسلامی فواید جسمی روشنی برای بدن انسان دارد. این پژوهش با بررسی متون علمی، به دنبال بیان تاثیرات مثبت حرکات نماز بر سلامت و بهبود عملکرد دستگاه‌های مختلف در بدن است. امید اینکه با مطالعه این تحقیق بتوانیم انگیزه نماز خواندن را به خصوص در دانشجویان طالب علم افزایش دهیم.

مقدمه

عبادت و پرستش، ریشه در اعماق جان و فطرت انسان دارد و فطری بودن پرستش پاسخی است درمان بخش به نیاز و خواست بشر. آنچه در شرع آمده و شارع مقدس آن را بیان نموده، حتما ریشه در فطرت انسانها دارد. لذا می بینیم بنا به فرموده قرآن و احادیث متعدد، در زمینه فطری بودن دین و پرستش و مطابق تحقیق و بررسی دانشمندان روان شناس، در نهاد آدمی نیروی بسیار مرموزی وجود دارد که ناخود آگاه او را به سوی خدا جویی و پرستش سوق می دهد. مکانیسم سرشت آدمی به مصداق آیه (نفخت فیه من روحی) چنان ساخته و پرداخته شده است که اگر انسانی دارای فطرتی پاک و سالم و دست نخورده باشد، ناخود آگاه به سوی خدا حرکت می کند و در برابر عظمت کبریایی اش سر تعظیم فرود می آورد.

ریشه واژه نماز در فارسی از لفظ پهلوی «نماک» گرفته شده و آن هم به نوبه خود از ریشه باستانی «نم»؛ به معنی «خم شدن و تعظیم کردن» مأخوذ است که به تدریج بر معنی «صلاة» یعنی عبادت ویژه ما مسلمانان اطلاق گردیده است. بر اساس بعضی از کتب تاریخی، برخی از ایرانیان تازه مسلمان در سالهای حکومت اعراب بر ایرانیان به جای کلمه «صلاة» از کلمه «نماک» استفاده می کرده اند. و هنگام فراخواندن مردم به سوی نماز به جای «الصلوة» کلمه «النِّمَّاک» و به جای «حَى عَلَى الصَّلوة» جمله «بشتابید به سوی نماک» را به کار می برده اند. معنی اول: خدمت و خدمتکاری، اطاعت و فرمانبرداری، سرفروادآوری و تعظیم سر به زمین نهادن، کرنش و تکریم اظهار طاعت و بندگی لذا واژه های «نماز بردن»، «در نماز آمدن»، «به نماز آمدن» و «نماز آوردن» به معنای پرستش کردن، عاجزی نمودن، خم شدن به علامت تعظیم و بندگی و به خاک افتادن به قصد تعظیم در برابر پادشاهی یا بزرگی دیگر به کار رفته است معنی دوم: کلمه "نماز"؛ به معنی «پرستش و ادای طاعت ایزد تعالی و عرض

نیاز به سوی خدای عالمیان است به طریقی که در شریعت پیغمبران وارد شده است که در این معنی، معادل کلمه «صلوة» می باشد (۱).

یاد خدا و کرنش بی تکلف در مقابل خالق هستی از مهمترین دستاوردها و نشانه‌های ترنم روح بخش نماز است. آرامش روحی، اعتماد به نفس و امید به حال و آینده نیز از برکات ذکر و یاد خدا هستند، ضمن اینکه براساس تحقیقات جهانی نماز تاثیر مستقیمی بر سلامتی قلب دارد. به گزارش خبرنگار مهر، از دیگر محسنات یاد همیشگی خدا توجه ویژه به اعمال و رفتار، اصلاح آنها و تلاش برای انجام بهترینها است. انسانی که همواره به یاد خدا باشد، آن خالق هستی بخش را ناظر بر همه اعمال خود دانسته و با دقت نظر بیشتر رفتار کرده و حتی صحبت می‌کند. پذیرش نماز و مورد قبول واقع شدن این عمل عبادی نیازمند شرایطی است، بنابراین به طور طبیعی انسان نمازگزار نهایت تلاش خود را به کار می‌گیرد تا به گونه ای رفتار و زندگی کند که نمازش مورد قبول واقع شده، از خیرات و برکات دنیوی و اخروی آن بهره مند شود. یکی از ضرورت‌های پذیرش دعا، دوری و پرهیز از گناه است. به همین دلیل نمازگزار مراقب است هرگونه معصیت دوری کند نظیر غیبت، دروغ، خیانت در امانت و دزدی. همچنین از آنجا که لباس و محل اقامه نماز باید پاکیزه و حلال باشند، توجه به بهداشت فردی و خانوادگی و نیز کسب حلال نیز مورد توجه ویژه قرار می‌گیرد (۲).

خداوند در سوره هود، آیه ۱۱۴ می‌فرماید: وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُلْفًا مِّنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرِي لِلذَّاكِرِينَ؛ و در دو طرف روز [=اول و آخر آن] و نخستین ساعات شب نماز را برپا دار زیرا خوبیها بدیها را از میان می‌برد این برای پندگیرندگان پندی است (۳).

تاثیر نماز بر آرامش عضلات

اندورفین‌ها انواع مختلفی دارند که معروفترین آنها بتا اندورفین است که در انتقال عصبی و سرکوب درد دخالت دارد. این ماده بطور طبیعی وقتی کسی از نظر جسمی آسیب

می بیند آزاد شده و تا حدودی مسئول فقدان درد در ضایعات حاد می باشد. اثرات اپیوئیدها بر سیستم ایمنی اولین بار توسط ویبران در سال ۱۹۷۹ مورد مطالعه قرار گرفت. وی دریافت که مورفین توانایی سلولهای T را در تشکیل گلبولهای قرمز گوسفند کاهش می دهد و نالوکسان این اثر را خنثی می کند. در این مطالعه علاوه بر تاثیر اپیوئیدها بر سیستم ایمنی، وجود پذیرنده های اپیوئیدی بر سطح سلولهای ایمنی نیز مورد تایید قرار گرفت. اپیوئید به واسطه نقش تعدیلی که بر اعمال مختلف سلول های ایمنی اعمال می کنند در بیماری های مختلف از جمله سرطان ها که در آنها سیستم ایمنی نقش مراقبت را ایفا می کند، اهمیت ویژه ای دارند. برخی از اپیوئیدها خواص ضد سرطانی دارند (۴).

دانش پزشکی، امروزه به اثبات رسانده است که اگر شخصی حدود ساعت ۱۰ شب بخوابد و ساعت ۵ صبح از خواب بیدار شود (یعنی ۷ ساعت خواب) در ساعت ۱ بامداد، در بدن او اندورفین ها و آنکفالین ها ترشح می شوند که این مواد اثر مستقیم بر روی قسمت های مختلف بدن از جمله عضلات اسکلتی دارند و منجر به ریلکسیشن عضلانی، در طول روز بعدی برای فرد می شوند. اما چنانچه شخص در ساعت ۱۲ شب بخوابد و صبح روز بعد، ساعت ۱۰ صبح از خواب بلند شود (یعنی حدود ۱۰ ساعت خواب)، اندورفین ها و آنکفالین ها بر خلاف حالت قبلی، افزایش ترشح کافی نخواهند داشت و در نتیجه سبب می شود با این که شخص حدود ۳ ساعت بیشتر از حالت قبلی خوابیده است، از آرامش و استراحت عضلانی به اندازه کافی بهره مند نشود، و درست به همین علت است که هر چه خواب انسان بیشتر ادامه پیدا کند و مثلاً تا ساعت ۱۰ صبح به درازا بکشد، احساس خستگی و کوفتگی عضلانی پس از آن، بیشتر خواهد بود. فریضه "نماز" با اثر درخشان و بی نظیری که در ایجاد سلامت خواب دارد در این مورد نیز نقش بسیار مؤثری ایفا می کند، چرا که "نماز صبح" ضمن ایجاد الزام و وجوب برای سحر خیزی، انسان را خود به خود به سوی یک آرامش عضلانی ناشی از مواد شیمیایی درون زا سوق می دهد. بزرگان عرصه علم و

اندیشه مانند استاد شهید مرتضی مطهری (ره) نیز برنامه زندگی خود را بر مبنای خوابیدن در ساعت حدود ۱۰ شب و برخاستن از خواب، حدود نیم ساعت قبل از اذان تنظیم کرده بود تا از مواهب خدادادی و بی حد و حصر نماز، حداکثر فیض و بهره را ببرد (۵).

نماز صبح و کاهش بیماری‌های قلبی

امروزه بیماری قلبی عروقی را به عنوان یکی از اصلی ترین عوامل مرگ و میر در دنیا می‌شناسند. تقریباً نیمی از همه مرگ‌ها در کشورهای صنعتی و ۲۵ درصد در کشورهای در حال توسعه مربوط به بیماری کرونری قلب می‌باشد (۶). اخیراً اطلاعاتی برآورد شده که نشان می‌دهد عدم فعالیت بدنی منظم و رژیم غذایی نامناسب باعث ۴۰۰۰۰۰ مرگ و میر در سال ۲۰۰۰ در ایالات متحده شده که پس از مصرف تنباکو رتبه دوم را دارا می‌باشد و احتمالاً همراه با صنعتی شدن بیشتر جوامع عدم فعالیت بدنی منظم و رژیم نامناسب به رتبه اول این رتبه بندی صعود کند (۷). نکته جالب توجه این که هزینه اقتصادی درمان بیماری‌های قلبی عروقی در ایالات متحده سالانه برابر ۳۵۱/۸ میلیون دلار برآورد شده است (۸). براساس آمار وزارت بهداشت ایران ۳۸/۵ درصد مرگ و میرها در ایران به سبب بیماری کرونری می‌باشد (۹) نتایج تازه ترین تحقیقات علمی نشان می‌دهد، خواندن نماز صبح، بهترین شیوه برای پیش‌گیری از بیماری‌های قلبی - عروقی است. بر اساس تحقیقات انجام شده از سوی مؤسسه‌ی قلب و عروق اردن، خواب طولانی مدت در طول شبانه‌روز، مهم‌ترین عامل ابتلا به بیماری‌های قلبی است. این تحقیقات نشان می‌دهد اگر فردی به مدت طولانی بخوابد، ضربان قلب او به پنجاه بار در دقیقه کاهش می‌یابد که این امر، منجر به کندی گردش خون در سرخرگ‌ها و سرانجام انسداد رگ‌ها شده و حملات قلبی عروقی را به دنبال خواهد داشت. این تحقیق همچنین بر ضرورت حداقل پانزده دقیقه تحرک بدنی پس از چند ساعت خواب تأکید می‌کند. در نتایج این تحقیق با بیان اینکه ادای نماز صبح برای این امر کافی است، به سلامت قلبی مسلمانانی که صبح زود بیدار شده و

برای انجام فریضه‌ی نماز به مسجد می‌روند، اشاره شده و آمده است: اگر این عمل در مسجد و یا به صورت گروهی انجام شود، نتیجه‌ی بهتری خواهد داشت (۱۰).

تأثیر نماز بر بیماری فشار خون

افزایش فشار خون می‌تواند اعضای مختلفی از جمله قلب، عروق خونی، کلیه‌ها و مغز را تحت تأثیر قرار دهد.

میزانی از فشار خون که بالا در نظر گرفته می‌شود در منابع مختلف متفاوت است ولی معمولاً به فشار خون بیشتر از ۱۴۰/۹۰ میلی‌متر جیوه افزایش فشار خون اطلاق می‌شود (۱۰). به فشار خون افزایش یافته گاهی قاتل خاموش گفته می‌شود چون اگرچه معمولاً بی‌علامت است ولی می‌تواند منجر به حمله قلبی و سکته مغزی شود. فشار خون بالا خصوصاً در افراد مسن بسیار شایع است. تقریباً در حدود یک نفر از هر چهار نفر از فشار خون بالا رنج می‌برند. در بیماران جوانتر در مردان شایعتر است ولی در سنین بالاتر در زنان بیشتر از مردان دیده می‌شود. به طور کلی با افزایش سن خطر ابتلا افزایش می‌یابد. علل بروز این بیماری هنوز به طور کامل شناخته نشده است (۱۱). در بیشتر موارد افزایش مقاومت محیطی عروق مسئول افزایش فشار خون است که خود علل متفاوتی دارد. افزایش فشار خون یکی از شایع‌ترین دلایل مراجعه به پزشک در سرتاسر دنیاست. به علت عوارض خطرناک و متعددی که این بیماری برای بسیاری از اعضای بدن از جمله قلب، مغز، کلیه و چشم و .. دارد، سعی و اهتمام فراوانی در دانش پزشکی برای پیشگیری و کنترل این بیماری وجود دارد. در تمامی منابع معتبر علمی، برای پیشگیری از ابتلا به افزایش فشار خون و همچنین کنترل تعداد زیادی از بیماران که افزایش فشار خونی در حد خفیف یا متوسط دارند، رعایت برخی اصول و استفاده از درمان‌های غیر دارویی توصیه می‌شود. درمان‌های غیر دارویی ضمن آن که هزینه‌چندانی را بر بیمار تحمیل نمی‌کنند، در پایین آوردن فشار خون

و ممانعت از بروز و پیشرفت آن مؤثرند (۱۰). چهار درمان اولیه و بسیار مهم غیر دارویی که در منابع جدید علمی برای کنترل فشار خون مورد توجه قرار می‌گیرند، عبارتند از:

- کاهش اضطراب و استرس
- کاهش یا عدم مصرف الکل
- کم کردن وزن
- انجام ورزش های سبک به طور منظم در شبانه روز

اما با توجه به نقش بسیار مهمی که نمازهای واجب یومیه، در ایمن کردن انسان در مقابل استرس ها و مشکلات گوناگون زندگی ایفا می‌کنند و نیز با توجه به الزامی که نماز به شخص نمازگزار مبنی بر عدم مصرف مشروبات الکلی می‌دهد، می‌توان این امر را قدم مؤثری در پیشگیری و کنترل فشار خون تلقی کرد. از طرفی نماز با حرکات موزون و قیام و قعود و رکوع و سجود منظمی توأم است که قابل مقایسه با یک نرمش سبک روزانه مشابه آنچه که در درمان های غیر دارویی فشار خون توصیه می‌شود، می‌باشد (۱۲). ملک محمدی

تأثیر نماز بر سلامت کلیه ها

سلامت دستگاه ادراری انسان، به خصوص کلیه ها، تأثیر بی‌نهایت مهمی در ادامه حیات انسان دارند و بیماری کلیوی از دردناک ترین و پر مخاطره ترین، گرفتاری های جسمی است (۱۳). در این میان عفونت دستگاه ادراری که یکی از شایع ترین علل مراجعه بیماران به مطب پزشکان می‌باشد، علاوه بر آن که خود بخود و به تنهایی بیماری آزار دهنده ای است، گاهی سبب بروز بیماری های دیگر نیز در بدن انسان می‌شود. به عنوان مثال برخی عفونت های دستگاه ادراری می‌توانند، گاهی باعث نارسا شدن و از کار افتادگی کلیه شوند یا عفونت کلیوی در خون و در نتیجه در تمام بدن پخش شود یا برخی عفونت ها ممکن است به ایجاد سنگ کلیه در بیماران منتهی شوند، که همه اینها نشانه اهمیت موضوع

است. ادرار پس از آنکه توسط دو کلیه انسان تولید شد، توسط دو لوله موسوم به "حالب" که کلیه ها را به مثانه وصل می کنند، به مثانه تخلیه می شود تا بدان وسیله از بدن دفع گردد. حال چنانچه مثانه به موقع از ادرار خالی نشود، ادرار از مثانه به حالب ها و حتی کلیه باز می گردد و همین "برگشت ادرار از مثانه به حالب ها، سبب ایجاد استعداد در فرد برای ابتلا به عفونت کلیه می شود" و به این ترتیب کسانی که در شبانه روز، بنا به هر علتی به ندرت ادرار می کنند به طور جدی در معرض خطر هستند (۱۴، ۱۵).

اما در رسایل فقهی توضیح المسائل، یکی از مبطلات وضو و نماز، خروج بول و غائط و نفخ کلیه، از بدن انسان درج شده است و این موضوع سبب می شود که شخص نماز گزار و احیاناً "دائم الوضو"، برای پرهیز از ابطال عبادتش به طور معمول و بر حسب عادت، قبل از وضو، به تخلیه ادرار بپردازد. (تعبیه توالت در مجاورت وضو خانه مساجد در واقع به منظور پاسخ به این عادت پسندیده و سلامتی بخش صورت می گیرد). به این ترتیب حداقل سه بار، دفع ادرار از بدن، در زمان هایی به فواصل مناسب نسبت به یکدیگر و در حدی که برای یک انسان طبیعی لازم است، فرد را در مقابل ابتلا به عفونت های کلیه و دستگاه ادراری مصون می سازد و می تواند به عنوان نکته ای مهم پیرامون نماز مورد توجه قرار گیرد (۱۶).

تأثیر نماز و معنویت بر عملکرد سیستم ایمنی

معنویت راهی است که با آن می توان در زندگی به امید، آسایش و آرامش درونی دست یافت. به عبارت دیگر سلامت معنوی انسان از طریق اعتقاد به یک نیروی برتر که در زندگی از او حمایت می کند، تامین می شود. برقراری ارتباط با منبع و سرچشمه هستی و استمداد از او به تقویت قوای روحی و جسمی انسان کمک می کند. دیدگاه های معنوی نه تنها روی نگرش ها و باورها و رفتارهای انسان تاثیر عمیق دارد بلکه بر روی فیزیولوژی و سلامت تن نیز تاثیر گذار می باشد. این تاثیر معنویت بر روی فکر و بدن به نام تندرستی

معنوی نامیده می شود. بطور کلی دستیابی به سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی نیاز اصلی هر انسان است. نماز از جمله راههای ذکر و یاد خدا و توجه به معنویات، بهترین راه حضور در محضر او و ارتباط با منشا هستی است. امروزه برای کاهش تنش و اضطراب و حتی درمان بیماری‌ها از روش‌های مختلف مثل آرام سازی و مدیتیشن استفاده می شود که همگی آنها در نماز وجود داشته و به بهترین وجه از طریق آن قابل وصول است. در سال‌های اخیر توجه زیادی به تاثیر معنویت بر سلامتی انسان شده و شواهد بسیاری در مورد استفاده از نماز و نیایش برای سلامتی در مکاتب مختلف مثل اسلام، مسیحی و یهودی ارائه شده است مطابق بررسی مطالعات انجام شده، دیدگاه معنوی از چهار طریق روی سلامت جسمی، روانی و اجتماعی فرد تاثیر می گذارد:

- ۱- رفتارهای بهداشتی: تعهدات دینی و انجام فرایض مذهبی سبب می شود که فرد با انجام برخی دستورات و ترک بعضی اعمال دیگر اثرات مفید جسمانی و روانی برخورد بگذارد. مثل عدم مصرف الکل و مواد مخدر و دستورات تغذیه‌ای.
- ۲- حمایت اجتماعی: انجام اعمال دینی سبب افزایش تعاملات اجتماعی شده و این امر حمایت اجتماعی بعنوان منبع، ارتقاء سلامت را فراهم می‌سازد (مانند حضور در مساجد و سایر مراکز تجمع دینی)
- ۳- سایکونورویمونواندوکرینولوژی: احساس رضایت از دیدگاه معنوی از طریق نوروپپتیدهای مترشح بدن انسان، بر کل سیستم فیزیولوژی بدن در ابعاد مختلف تاثیر گذاشته و خاصیت تقویت کننده ارگان‌های بدن را موجب می‌شود.
- ۴- اثرات مافوق طبیعی (متافیزیک) که اغلب ناشناخته بوده و یا قابل ارائه با معیارهای مادی نیستند.

نتیجه کلی این تاثیرات پیشگیری از بیماری‌ها، افزایش تحمل و بهبود سریع‌تر بیماری است. البته درباره مطالبی که در فواید جسمی نماز و معنویات گفته می‌شود باید توجه داشت گذشته از این که، در گرو سلامت تن است که بعد معنوی انسان امکان رشد بیشتری می‌یابد ولی پرداختن به فواید دنیوی نماز و نیایش نباید انسان را از توجه به دریای نور و معرفت همراه با نماز غافل کند. این قبیل مقولات تنها به عنوان تاییدی علمی و دنیایی بر این عبودیت محض است و خدای ناکرده نباید حدود و مزایای این فرایض نورانی در حد خاک و دنیا بماند. اعمال مذهبی با فعال کردن لوب فرونتال مغز (بخصوص کورتکس پره فرونتال) و همراهی عملکرد شناختی، کمال‌گرایی را در انسان سبب می‌شوند. بعلاوه فعال شدن کورتکس فرونتال مغز سبب افزایش توجه مورد نیاز برای نماز، نیایش، تفکر و ... می‌گردد. مطالعات نشان داده اند تفکر عمیق و سایر اعمال مذهبی سبب افزایش آزادسازی برخی واسطه‌های شیمیایی عصبی در مغز نظیر GABA، ملاتونین، سروتونین و موارد دیگر شده، بر آگاهی معنوی و تجارب عرفانی تاثیر گذار می‌باشند. همچنین مشخص شده است که در طی تفکر عمیق در حین عبادت فعالیت‌های نیمکره چپ مغز افزایش یافته و بر پاسخ‌های ایمنی از نظر تیتراکتی بادی‌ها و فعالیت‌های سلول‌های NK تاثیر گذار می‌باشند. اعمال مذهبی علاوه بر فعال کردن قشر فرونتال مغز از طریق افزایش ارتباط بین لوب فرونتال، لیمبیک، هیپوتالاموس و هسته‌های آمیگدال فرد را تحت تاثیر بیشتر قرار می‌دهند. در واقع تاثیرات دو طرفه بین سیستم اعصاب مرکزی و سیستم ایمنی که در اعمال مذهبی و سایر اعمال مشابه رخ می‌دهد، نه تنها سبب تغییراتی در عملکرد مغزی می‌شود بلکه بر سیستم ایمنی مؤثر بوده و نیز با تاثیر بر سیستم اتونوم سبب کاهش فشار خون، ضربان قلب و تنفس و سطوح کورتیزول بدن می‌گردد و در نتیجه کاهش استرس، اضطراب و ترس را موجب می‌شوند. همانطور که اشاره شد، در سال‌های اخیر، ارتباط بین اعتقاد به مذهب و

معنویت با وضعیت ایمنی و سلامت موضوعی است که توجه بسیاری از دانشمندان جهان را به خود جلب کرده است (۱۷).

پیشگیری از افسردگی با نماز صبح

افسردگی احساسی است که مشخصه‌اش اندوه، بی‌احساسی، بدبینی و احساس تنهایی است. این بیماری که امروزه از شیوع بالایی در میان مراجعه‌کنندگان به کلینیک‌های روانپزشکی برخوردار است، دارای تظاهرات متنوع و زیادی بوده که از مهمترین آنها می‌توان به اختلالات خواب اشاره نمود. تحقیقات نشان می‌دهد ۷۵ درصد از بیماران افسرده مشکلی در خواب (چه به صورت بی‌خوابی و چه پرخوابی) دارند و همچنین علایم این بیماران در هنگام صبح تشدید می‌شود (۱۸). نکته جالب و قابل توجه و مورد بحث ما این است که در این بیماران چگالی *rem* (حرکت سریع چشم) در نیمه اول خواب و همچنین کل زمان *rem* افزایش یافته و فاصله میان به خواب رفتن تا شروع اولین دوره (*latency - rem*) کم شده و مرحله ۴ خواب نیز کاهش می‌یابد. پس به عبارت ساده‌تر می‌توان گفت، افراد افسرده زمان بیشتری را در مرحله خواب *rem* به سر می‌برند. یعنی به میزان بیشتری نسبت به سایرین خواب می‌بینند (۱۹).

یک روش درمانی جدید برای بیماران افسرده، بیدار نگه داشتن آن‌ها برای کاهش میزان *rem* است، که بهترین شکل آن نماز صبح است. زمان نماز صبح که مورد تاکید قرآن و همچنین بسیاری از روایات بوده، سبب کاهش قابل توجه میزان خواب *rem* در اشخاص می‌شود. زیرا شخص نمازگزار که خود را ملزم به اقامه نماز صبح می‌داند و باید صبحگاه بیدار شود، پس در حقیقت جلوی ورود به مرحله قابل توجهی از *rem* را می‌گیرد. از این جهت بیداری صبحگاهی برای نماز خود به تنهایی می‌تواند یک عامل مهم بدون عارضه در پیشگیری از افسردگی مطرح باشد که بر تمام روش‌های درمانی دارویی و غیر دارویی ارجح است، چرا که پیشگیری بر درمان مقدم است. به طور متوسط ۲۰ - ۱۵

دقیقه طول می کشد تا یک فرد معمولی به خواب رود. پس در عرض ۴۵ دقیقه وارد مراحل ۳ و ۴ خواب شده که این مراحل عمیقترین مراحل خواب اند. یعنی بیشترین تحریک برای بیدار کردن فرد در این مراحل لازم است. حدود ۴۵ دقیقه پس از مرحله ۴ است که نخستین دوره حرکات سریع چشم (rem) فرا می رسد. هر چه از شب می گذرد، دوره های rem طولانی تر و مراحل ۳ و ۴ کوتاه تر می شود. بنابراین در اواخر شب، خواب شخص سبک تر شده و رؤیای بیشتری می بیند (یعنی خواب rem اش بیشتر می شود). پس قسمت اعظم خواب rem در ساعات نزدیک صبح به وقوع می پیوندد. و از طرفی دیدیم که یکی از مشکلات مهم بیماران افسرده، افزایش یافتن طول خواب rem و خواب دیدن زیاد است. از این جهت یک مبنای مهم در تولید داروهای ضد افسردگی ایجاد داروهای است که کاهش دهنده مرحله rem خواب باشند. لازم به ذکر است آثار روحی و روانی ایمان به خدا و اقامه نماز بسیار زیاد است و نکات علمی بسیار شگرفی در اسرار سحر که مورد تاکید فراوان اسلام نیز بوده، نهفته است که انسان با دانستن آنها از تمام وجود زمزمه می کند. علاوه بر این یک روش درمانی جدید برای بیماران افسرده، بیدار نگه داشتن آنها برای کاهش میزان rem است، که بهترین شکل آن نماز صبح است. زمان نماز صبح که مورد تاکید قرآن و همچنین بسیاری از روایات بوده، سبب کاهش قابل توجه میزان خواب rem در اشخاص می شود. زیرا شخص نماز گزار که خود را ملزم به اقامه نماز صبح می داند و باید صبحگاه بیدار شود، پس در حقیقت جلوی ورود به مرحله قابل توجهی از rem را می گیرد. از این جهت بیداری صبحگاهی برای نماز خود به تنهایی می تواند یک عامل مهم بدون عارضه در پیشگیری از افسردگی مطرح باشد که بر تمام روش های درمانی دارویی و غیر دارویی ارجح است، چرا که پیشگیری بر درمان مقدم است (۲۰، ۲۱).

تاثیر نماز بر کارآمدی چرخش خون در مغز

با توجه به این که مغز یکی از مهم‌ترین اعضای بدن به شمار می‌رود، وظیفه‌ی آن به میزان زیادی به جریان چرخش خون بستگی دارد. جریان چرخه‌ی خون، تغذیه‌کننده‌ی مغز می‌باشد. به نظر می‌رسد، حرکات نماز بر جریان خون در مغز، تاثیرات مثبت فراوانی داشته باشد. در هنگام سجده با متمایل شدن سر به سمت پایین، جریان خون به سمت مغز افزایش می‌یابد همچنین خم شدن بدن بر روی خود هنگام سجده، به جهت گیری خون از اطراف بدن به سمت اعضای درونی و مغز کمک می‌مند اضافه‌براین، هنگام سجده و تمایل سر به سمت پایین، معدل دی‌اکسید کربن در خون باعث اضافه شدن جریان به سمت مغز خواهد شد. همچنین خم شدن مکرر سر به پایین در هنگام رکوع و سجود، سپس بالا آمدن سر هنگام ایستادن و نشستن، کمک می‌کند از نظام خودکار توازن جریان خون به مغز، مراقبت بیشتری شود. مشهور این است که این نظام خودکار اعتدالی، با افزایش سن، فرسوده می‌شود. نظام خودکار توازن جریان خون در مغز، در هنگام سجده، عکس العمل دوگانه‌ای از خود نشان می‌دهد: در ابتدای سجده، مانع جریان خون اضافه به مغز می‌شود. این حالت باعث آمادگی مغز برای دریافت جریان بیشتر خون می‌شود. جلوگیری ابتدایی از جریان خون به مغز به جریان چرخش احتیاطی خون به مغز، این فرصت را می‌دهد تا برای فعالیت و عملکرد خود آماده شود. در مرحله‌ی بعد، به خون اضافه اجازه داده می‌شود به سمت مغز جریان پیدا کند و سرانجام در جایگاه‌های ذخیره خون توزیع شود. به این صورت، از این کارکرد مهم احتیاطی مراقبت می‌شود. کارکردی که بنا بر مشهور با افزایش سن و پیری، تضعیف می‌شود و چه بسا بی‌توجهی و عدم به کارگیری هم در این ضعیف شدن موثر باشد. براساس توضیحات بالا، روشن می‌شود که نماز در اسلام، تاثیرات روشنی بر جریان خون در مغز دارد، از انجام وظیفه‌ی جایگاه‌های ذخیره‌ی خون در مغز و همچنین از نظام خودکار چرخش خون در مغز محافظت می‌نماید (۲۲).

خلاصه و نتیجه‌گیری

مطالعات انجام شده تجربی تاثیرات مثبت اعمال مذهبی و نماز که شاخص این اعمال است را بر سلامتی انسان نشان داده اند. با وجود این کمتر از ۳٪ مطالعات علوم پزشکی به ارتباط این بعد وجودی انسان (معنویت) با سایر ابعاد و بخصوص سلامتی تن و جسم وی اختصاص یافته است. نیاز به مطالعات گسترده تری برای بررسی ابعاد و مکانیسم های مختلف تاثیر معنویت بر سلامت وجود دارد. بطور کلی در مورد مطالعات مربوط به تاثیرات نماز و سایر اعمال معنوی باید تجدید ساختاری صورت گیرد. با این افق که دیدگاهی کلی نگر به سلامت انسان بعنوان یک موجود چند بعدی داشته باشد. در این شرایط درک بهتری از نماز و سایر اعمال مذهبی شده و تاثیرات آن بر سلامت جسم بهتر پذیرفته می شود. در یک بررسی همه جانبه می توان به این نتیجه رسید که درمان اختلالات سلامتی در تامین اهداف معنوی می تواند نقش بسیار وسیع و پایه ای بر عهده بگیرد به طوری که محدوده زمانی تامین سلامتی جسمی روانی، اجتماعی تا پایان عمر انسان است ولی نتایج سلامت معنوی تا ابدیت ادامه دارد. در پایان توصیه می گردد که دانشجویان را با مفاهیم نماز و سلامتی آشنا کرده تا بتوانیم بیش از پیش بر آگاهی و شناخت دانشجویان بر دین مبین اسلام بیفزاییم.

منابع

۱. عباس عزیزی، کتاب تفسیر و پیام آیات نماز، چاپ سوم، انتشارات نبوغ، ۱۳۸۹.
۲. مهدی شیبانی، نماز راهی به سوی بهشت، چاپ دوم، انتشارات نگار، ۱۳۸۸.
۳. سوره هود، آیه ۱۱۴.
۴. امینی ع و همکاران (۱۳۸۷) بررسی ایمونوترابی بالنفوسیت‌های ارتشاحی در تومور فعال شده به همراه مت‌انکفالین در موش‌های به فیبروسارکوما. فصلنامه پزشکی یاخته.
۵. <http://www.rasekhoon.net>
۶. اسدپوریان فر، محمد. پردال، امیرحمزه. رجیبان، افسانه. عبداللهی مرتضی. بررسی دگرگونی میزان فیبرینوژن و CRP و فیبرینوژن به دنبال دریافت آسپیرین در بیماران قلبی-عروقی. تهران، ۱۳۸۵؛ ۱۱ (پی در پی ۱۴۹): ۳۹.
۷. کارپنتر. سی. جی و همکاران. مبانی طب داخلی. سسیل ۲۰۰۷. بیماری‌های قلبی و عروق. دهنادی مقدم، انوش. انتشارات تیمورزاده-نشرطبیب. پاییز ۱۳۸۵.
۸. هاریسون، تینسلی روندولف. کاسپر، دنیس. بیماری‌های قلب و عروق (اصول طب داخلی). (۲۰۰۵). ملک‌علایی، محسن. چاپ اول. تهران. سماط. ۱۳۸۴.
9. <http://www.bakhshi-b.blogfa.com>
10. Duncan JJ, Farr JE, Upton SJ, Hagan RD, Oglesby ME, Blair SN. The effects of aerobic exercise on plasma catecholamines and blood pressure in patients with mild essential hypertension. JAMA 1995;254:2609-2613
11. Sheffield LT, Maloof JA, Sawyer JA, Roitman D. Cardiovascular disease risk factors and blood pressure response during exercise in healthy children and adolescents: The European Youth Heart Study J. Appl. Physiol.. 2010;109:1125-1132
۱۲. عالم ربانی ملا احمد نراقی ره، معراج السعاده، ص ۲۳۵.
۱۳. احمد راجی علی اصغر، سیف اکبر، نجفی ایرج. در ترجمه: بیماری‌های کلیه و مجاری ادراری، تنسلی راندولف هریسون (مولف). جلد دوم، تهران: انتشارات ارجمند؛ ۲۰۰۸؛ ۳۰۴.
۱۴. نجفی ایرج، ارجمند محسن، گوران اوریمی امید. در ترجمه: مبانی طب داخلی سیسیل بیماری‌های کلیه، آندرتولی تامس (مولف). چاپ اول. تهران: انتشارات ارجمند؛ ۲۰۰۷؛ ۱۵۲.

۱۵. نسابه زهرا، حضرتی مریم. در ترجمه: کلیه و مجاری ادراری، برونر و سودارث (مولف). چاپ سوم. تهران: نشر سالمی؛ ۲۰۰۸؛

16. <http://darjostejoyemaana.blogfa.com>

17. <http://forum.nursism.ir>

۱۸. علی صالحی خواه، افسردگی از دیدگاه اسلام و علم روز، اصفهان: شهید حسین فهمیده، ۱۳۸۰.

۱۹. ایوی.ام. بلاک برن، مقابله با افسردگی و شیوه های درمان آن، ، ترجمه: گیتی شمس، تهران: رشد، ۱۳۸۰.

20. <http://www.thegalexxy.blogfa.com/post-203.aspx>

۲۱. روانپزشکی بالینی کاپلان، ترجمه دکتر مرصده سمیعی و دکتر حسن رفیعی، ص ۱۵۲

22. <http://shahrekord.namaz.ir>

نماز و اخلاق دانشجویی

صدیقه همایونی نجف آبادی

دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تربیتی گرایش مدیریت آموزشی

دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

شماره دانشجویی: ۸۹۰۶۲۹۵۹۶

نشانی: نجف آباد سخ ۱۵ خرداد شمالی - سخ نمازی - کوی شهید سمندری - ک بهار - سمت چپ - بن

بست اول - منزل اول

تلفن: ۰۹۱۳۲۳۱۶۸۴۳-۰۳۳۱۲۶۳۰۵۷۱

نشانی الکترونیک: homayoni1354@yahoo.com

چکیده

هدف از نوشتن این مقاله بررسی تاثیر نماز بر اخلاق دانشجویی می باشد. هر نمازی به همان اندازه که از شرایط کمال و روح عبادت برخوردار است نهی از فحشاء و منکر می کند؛ گاه نهی کلی و جامع و گاه نهی جزئی و محدود. ممکن نیست کسی نماز بخواند و هیچگونه اثری در او نبخشد؛ ولی شرطش این است که صوری صرف و برای رفع تکلیف و با کسالت نبوده، و روحی از نماز در آن باشد.

در این نوشتار تاثیر نماز بر صفای درون انسان ها و دوری آنها از غفلت و رذائل اخلاقی بررسی شده است و تاثیر نماز بر روشنی دل، امید و نشاط در زندگی و جلب رحمت پروردگار نیز بیان شده است.

کلید واژه‌ها: نماز، صفای درون، فضیلت، امید، تکبر، غفلت

مقدمه

یکی از پایدارترین تجلیات روح آدمی و اصیل‌ترین ابعاد وجود او حس نیایش و پرستش است. مطالعه تاریخ زندگی بشر نشان می‌دهد هر زمان و هر جا بشر وجود داشته، نیایش و پرستش هم وجود داشته، اما شکل عبادت و معبود او متفاوت بوده است؛ از نظر شکل، از حرکات دسته‌جمعی موزون همراه با یک سلسله اذکار و اوراد گرفته تا عالی‌ترین خضوع‌ها و خشوع‌ها و راقی‌ترین اذکار و ستایش‌ها، و از نظر معبود، از سنگ و چوب گرفته تا ذات قیوم ازلی و ابدی منزّه از زمان و مکان، همه در پاسخ به حس نیایش و پرستش بوده‌اند.

انسان در حال پرستش، از وجود محدود خویش پرواز می‌کند و با حقیقتی می‌پیوندد که در آن نقص و کاستی و فنا و محدودیتی وجود ندارد و به قول انیشتین، دانشمند بزرگ معاصر، «در این حال، فرد به کوچکی آمال و اهداف بشری پی می‌برد و عظمت و جلالی را که در ماورای امور و پدیده‌ها در طبیعت و افکار تظاهر می‌نماید، حس می‌کند.» (واعظی نژاد، ۱۳۸۱)

اقبال می‌گوید: «نیایش عمل حیاتی و متعارفی است که به وسیله آن، جزیره کوچک شخصیت ما وضع خود را در کل بزرگ‌تری از حیات اکتشاف می‌کند.» (واعظی نژاد، ۱۳۸۱) یکی از خلق‌های ثابت، همگانی، تغییرناپذیر و نسخ‌ناپذیر، که زمان هیچ‌گاه نمی‌تواند در آن تأثیر داشته باشد، عبادت و پرستش است. پرستش از نیازهای اساسی انسان است.

پرستش یعنی چه؟ پرستش یعنی حالتی که انسان از ناحیه باطنی خود به حقیقتی که او را آفریده است و خود را در قبضه قدرت او می‌بیند، توجه داشته باشد و خودش را نیازمند و محتاج او ببیند. عبادت اساساً قطع نظر از هر فایده و اثری که داشته باشد، خود یکی از نیازهای روحی بشر است و انجام ندادن آن موجب عدم تعادل و اضطراب در روح می‌باشد. در میان عبادات، نماز از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است، به گونه‌ای که این عمل به عنوان رکن و اساس دین معرفی شده، (حرعاملی، ۱۳۸۰) و این جایگاه رفیع به خاطر نقش و جایگاه و تأثیرگذاری شگرف آن در آرامش روح و روان، دور نگه داشتن انسان از پلیدی‌ها و آثار ویژه تربیتی آن است.

وقتی قرآن کریم سخن از نماز به میان می‌آورد، می‌فرماید: «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِدِكْرِي» (طه: ۱۴)؛ نماز را به خاطر یاد من بر پای دار. در آیه دیگر می‌فرماید: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (رعد: ۲۸)؛ آگاه باشید که یاد خدا آرامش‌بخش دل‌هاست. یعنی اگر در دل کسی یاد خدا با نماز ظهور کند، آن دل مطمئن و آرام است و اضطراب و نگرانی ندارد و آن دل آباد و مهذب است.

پس معلوم می‌شود که نیاز انسان به عبادت و پرستش، یک نیاز اساسی و سترگ است و نماز در میان عبادات از جایگاه ویژه‌ای برخوردار بوده و قطع نظر از هر چیزی، طیب در خانه است؛ یعنی اگر ورزش برای شادابی مفید است، آب تصفیه شده برای سلامت جسم لازم است، هوای پاک برای هر کس ضروری است، غذای سالم برای انسان لازم است، نماز هم برای سلامتی روح و روان انسان لازم و حیاتی است. و آن‌گاه که انسان در شبانه‌روز ساعتی از وقت خود را به راز و نیاز با پروردگار اختصاص می‌دهد، روحش را با صفا و پاک می‌کند و عناصر موذی و ملال‌آور را به وسیله نماز از روح خود بیرون می‌ریزد و عطر روح‌بخش معنویت و طهارت را جایگزین آن می‌کند.

با توجه به جایگاه رفیع و بلند نماز در آرامش دل و صفای باطن و با عنایت به این مطلب که این فریضه آثار و برکات معنوی و مادی و اخروی زیادی دارد، در این نوشتار سعی شده است تا به گوشه‌ای از رابطه بین نماز و اخلاق دانشجویی پرداخته شود.

نماز و پرورش تمرکز ذهن و صفای درون

اضطراب فکری و تنش‌های روانی از بیماری‌های مهلکی هستند که بشریت قرن حاضر را تهدید می‌کنند. روان‌کاوان و دانشمندان می‌کوشند تا راه‌های کاهش بار فکری انسان‌ها را پیش‌بینی کنند و برای مقطعی به فکر و روان او استراحت دهند و او را از دگرگونی‌های روحی نجات بخشند. مهار این پراکندگی‌های فکری و تنش‌های درونی شرط نخست دست‌یابی به نبوغ، درایت و فهم مسائل است. به همین دلیل، کوشش می‌شود مکان‌هایی که برای مطالعه و تحقیق در نظر گرفته می‌شوند از آرام‌ترین و مطبوع‌ترین و دل‌انگیزترین مکان‌ها باشند تا امکان تمرکز ذهن و رفع نگرانی را فراهم آورند.

روان‌شناس معروف، ویلیام مولتون مارستن، در مجله گزیده‌ای از ریدرز وایجست می‌نویسد: «بیشتر مردم از حیث قدرت تمرکز حواس در ارتباط با مسائلی که تصمیم‌گیری در ارتباط با آن به عهده آنان نهاده شده، عاجزند و همین تشّت و پراکندگی موجب خطا و سرگردانی آنان می‌شود، در حالی که عقل انسانی اگر تمرکز قوی و شدید نسبت به امری پیدا کند، به صورت یک ابزار جبران‌کننده، ایفای نقش خواهد نمود.»

سپس با استناد به سخن یکی دیگر از روان‌شناسان، که به «پدر روان‌شناسی» معروف است، می‌افزاید: «فرق نوابغ و افراد عادی، در امکان تمرکز ذهن و قوای عقلانی است، نه در توانمندی و سایر صفات فکری.» (طیار، ۱۳۷۳)

نماز این عمود دین و معراج مؤمن اگر با شرایط باطنی و ظاهری انجام شود نه تنها ذهن را در مدار تمرکز می‌نهد، بلکه درون را نورانی و با صفا می‌کند و اگر انسان حضور قلب و توجه در نماز را به خوبی درک کرده باشد توان آن را پیدا می‌کند که در یک لحظه تمام قوای ذهنی را متوجه یک چیز بکند و در نماز این تمرین را به دفعات انجام داده است.

نماز؛ واقعی‌ترین لذت

اگر می‌خواهیم در امتداد زندگانی خویش، لحظاتی از جدی‌ترین هیجان‌ات روانی بهره‌مند شویم، و اگر می‌خواهیم روح خود را به وجد و سرور برسانیم، دقایقی چند روح خود را به نیایش و عبادت پروردگار واداریم. و اگر می‌خواهیم زندگی ما اصالت داشته باشد و قابل تفسیر عقلایی باشد باید خالق متعال را عبادت کنیم.

دیر یا زود، همه ما از این کره خاکی و از این ستارگان و آفتاب فروزان، که میلیاردها سال از زندگی آنها می‌گذرد و هنوز درخشانده‌اند، چشم فرو بسته و با خاک تیره هماغوش خواهیم شد.

امام باقر علیه السلام می‌فرماید: «یا باغی العلم، صلِّ قبلَ أَنْ لَا تَقْدِرَ عَلَى لَيْلٍ وَلَا نَهَارٍ تُصَلِّيَ فِيهِ»؛ (مجلسی، ۱۳۸۱) ای طالب علم و انشجو! نماز بخوان، پیش از آنکه بر شب و روزی قادر نباشی تا در آن نماز بگزاری. آری، دیر یا زود نسیم بادهای خزان آخرین نفس‌های ما را در لابه‌لای خود در خواهد پیچید. آیا این ستارگان زرین خیمه لاجوردین، به ما

خاک‌نشینان محقّر چشمک نمی‌زنند و ما را به اشارت نمی‌خوانند؟ آیا این اشاره در عین مرموز بودن، این نکته را برای ما فاش نمی‌سازد که:

خرامیدن لاجوردی سپهر همان گرد گردیدن ماه و مهر
مپن‌دار کز بهر بازیگری است سرا پرده‌ای این چنین سرسریست؟!
(فردوسی)

خلاصه اینکه همه زمین و زمان با زبان خود به ما هشدار می‌دهد و ندا می‌کند که متوجه باش و در غفلت نمان. زندگی در بستر خود به پیش می‌رود و در این بستر، با حوادثی درگیر است؛ گاهی یأس و ناامیدی و اندوه‌های ما به آخرین درجه شدت خود می‌رسند و گاهی پس از لحظاتی اندوه و غم، بارقه‌امیدی در دل انسان زده می‌شود و یأس‌ها به امید و شادی مبدل می‌گردند و در طوفان سهمناک یأس و اندوه جانکاه، بارقه خیره‌کننده‌ای از گوشه مبهم جان سر می‌کشد، و سراسر وجود ما را پر از فروغ می‌سازد و همیشه در گوش دل ما می‌گوید:

هان مشو نومید، چون واقف نیی زاسرار غیب باشد اندر پرده، بازی‌های پنهان، غم مخور
(حافظ)

در آن هنگام که شادی‌ها و اطمینان و گرنش‌های ما به غیر خدا از حدّ می‌گذرند؛ یعنی کشتیبان وجود ما، که شخصیت ماست، به جای هدف‌گیری ساحل، از روی عمد یا خطا، خود را در گرداب‌های نابودکننده ساقط می‌کند و خود را به اندوه و غم و تیرگی گرفتار می‌سازد. تنها یاد خدا و ذکر اوست که این تیرگی را به نور و صفا مبدل می‌کند و عبادت و نیایش اوست که چراغ راه انسان شده و این سرگشته را نجات می‌دهد.

در این موقع است که احساس می‌کنیم در دریایی از نور غوطه‌ور گشته‌ایم و سبک‌بال شده‌ایم. مرغ سبک‌بال روح ما در حال عبادت و نماز از تنگنای قفس تن رها گشته، پر و بالی در بی‌نهایت می‌گشاید. اگر این پرواز به درستی صورت گیرد، دیگر برای روح آدمی برگشتن و دوباره در زندان تاریک بدن محبوس شدن امکان نخواهد داشت؛ زیرا روح آدمی

در آن حال که می‌خواهد از خانه محقّر بدن به پرواز درآید، این کالبد خاکی را به صورت
رصدگاهی درمی‌آورد که به سوی بی‌نهایت هدف‌گیری شده است و هرگز دیده از نظاره
بی‌نهایت نخواهد پوشید.

خداوندا! این مرغ ناچیز و محبوس در قفس، به تو چشم دوخته است و با لرزاندن
بال‌های ظریف خود، آماده حرکت به سوی توست، نه برای آنکه از قفس تن پرواز کند و
در فضای بیکران پر و بالی بگشاید، نه؛ زیرا زمین و آسمان با آن‌همه پهناوری جز قفس
بزرگ‌تری برای این پرنده شیدا چیزی نیست!

زان سبب شد خیال اسباب غم	تنگ‌تر آمد خیالات از عدم
زان شود در وی قمر همچون هلال	باز هستی تنگ‌تر بود از خیال
تنگ‌تر آمد که زندانی است تنگ	باز هستی جهان حسّ و رنگ
جانب ترکیب حس‌ها می‌کشد	علّت تنگی است ترکیب و عدد
گریکی خواهی، بدان جانب بر آن	زان سویِ حسّ، عالم توحید دان

(مولوی)

او می‌خواهد آغوش بارگاه بی‌نهایت را به رویش باز کنی و به دیدار خویش بخوانی،
که دیدار تو و حضور در محضر تو برایش آرام‌بخش‌ترین حالات و لذیذترین مشتیهات
است.

تنها چیزی که غربت مرگبار آدمی و تحیر اضطراب‌انگیز او را به روشنی و صفا مبدّل
کرده خلوت با پروردگار و عبادت اوست، یاد اوست که به نهان‌خانه درون انسان نفوذ کرده
و مأنوس‌تر از آغوش مادر برای کودک شیرخوار، به انسان آرامش و راحتی می‌بخشد و نور
الهی است که مثل چراغی فروزان از آغاز حیات انسان تا آخر عمر، به او گرمی و نشاط
می‌بخشد و اگر کسی با این منبع نور و روشنایی ارتباط داشته باشد، شاه‌راه حیات را گم
نخواهد کرد. تنها دوائی که بیماران ناامید از طبابت طیب را به آرامش و امید وا می‌دارد و
در بدترین حالات و پُرتشویش‌ترین زمان‌ها - وقتی که از همه چیز ناامید شده‌اند - نیایش و

یاد خداست که با نوازشی نامحسوس دست خداوندی را به سر و صورت بیمار می‌کشد، او را به هیجان درمی‌آورد و به زندگی امیدوار می‌کند.

در روایتی نقل شده است که حضرت علی علیه‌السلام به عبادت علاقه شدید داشت و مناجات با خداوند را بالاترین لذت می‌دانست و بر هر لذت دیگری ترجیح می‌داد. عبادت را به خاطر شوق بهشت و ترس از جهنم انجام نمی‌داد، بلکه خدا را سزاوار پرستش می‌دانست. (عزیزی، ۱۳۷۹) خلاصه اینکه برای عاشق مال حق و جویای سعادت، هیچ لحظه و زمانی شیرین‌تر و لذیذتر از خلوت با معشوق و جان‌جانان نیست و وقتی با اوست و در محضر اوست، به عالی‌ترین وجد و سرور نایل می‌شود و نماز عالی‌ترین و نزدیک‌ترین راه برای رسیدن به این مقام است.

نماز؛ برطرف‌کننده تکبر

انسان طالب کمال و سعادت خویش است، می‌خواهد هم در دنیا و هم در آخرت سعادت‌مند گردد، و سعادت و کمال انسان در پرستش خداوند و اطاعت او نهفته است؛ چرا که ممکن‌الوجود زمانی به کمال می‌رسد که به واجب‌الوجود پیوندد و نماز، این اکسیر عظیم، عبارت است از: تلاش و جلوه معنوی اشرف مخلوقات در پیشگاه خالق اکبر. در نماز، گفتارها و کردارها، همه برای تواضع و خشوع در مقابل حضرت حق تعالی هستند و توجه به قدرت لایزال حضرت حق و تمسک و توکل انسان نماز‌گزار بر آن منبع عظیم است و با یاد او آرام و استوار است.

امام سجاد علیه‌السلام می‌فرماید: «خدایا! دل‌های ما را به یاد خود از هر یادی، و زبان‌هایمان را به سپاس خود از هر سپاسی، و اندام‌هایمان را به طاعت خود از هر طاعتی مشغول گردان.» (فیض الاسلام، ۱۳۹۴ق)

با راز و نیاز و نماز است که انسان متوجه فیض الهی می‌گردد و شیرینی عبادت و سجده را درک می‌نماید.

نماز اگر با شرایط خاص و مطلوب اقامه شود، انسان را تربیت می‌کند و تکبر را، که یکی از بیماری‌های روحی و اخلاقی است، درمان می‌کند.

اساس تکبر این است که انسان خود را برتر از دیگران می‌داند (خود برترینی) و توقع دارد دیگران به او احترام کنند و صدرنشین مجلس باشد و همه در مقابلش تعظیم کنند. (مکارم شیرازی، ۱۳۷۸) علمای اخلاق تکبر را به سه بخش تقسیم کرده‌اند که یکی از آن‌ها «تکبر در برابر خداوند» است و منظور از آن، که بدترین نوع تکبر است و از نهایت جهل و نادانی سرچشمه می‌گیرد، این است که انسان ضعیف خود را بنده خدا نداند، بلکه مردم را به بندگی و اطاعت خود دعوت کند. (مکارم شیرازی، ۱۳۷۸)

کسی که هر روز پنج بار با حال خضوع و خشوع، یعنی در نهایت تواضع ظاهری و باطنی در برابر پروردگار خود می‌ایستد و در هر نماز، چندین بار به رکوع و سجود می‌رود و اظهار بندگی و تواضع می‌کند، نه تنها در مقابل خدا، بلکه در مقابل بندگان خدا هم تکبر نمی‌ورزد و خود را کمتر از آن می‌داند که در مقابل خالق و آفریدگار خود تکبر و خود برترینی داشته باشد.

امام علی علیه السلام می‌فرماید: «فَرَضَ اللَّهُ الْإِيمَانَ تَطْهِيرًا مِنَ الشَّرْكِ وَالصَّلَاةَ تَنْزِيهَا عَنِ الْكِبْرِ»؛ (شهیدی، ۱۳۷۲) خداوند ایمان را برای پاکی از نجاست شرک و نماز را برای پاکیزگی از پلیدی کبر، واجب گردانیده است.

امام خمینی قدس سره می‌فرماید: «چون نماز معراج کمالی مؤمن و مقرب اهل تقواست، متقدم به دو امر است که یکی مقدمه دیگری است:

اول. ترک خودبینی و خودخواهی؛ که آن، حقیقت و باطن تقواست.

دوم. خداخواهی و حق‌طلبی؛ که آن حقیقت معراج و قرب است.» (موسوی

خمینی، ۱۳۷۰)

نماز؛ رافع غفلت

«غفلت» دارای مفهوم گسترده‌ای است که هرگونه بی‌خبری از شرایط زمان و مکان را (که انسان در آن زندگی می‌کند) شامل می‌شود، اعم از واقعیت‌های حال و آینده و گذشته خویش و صفات و اعمال خود و پیام‌ها و آیات حق و همچنین هشدارهایی که حوادث تلخ و شیرین زندگی، به انسان‌ها می‌دهند. اما در اینجا، مراد «غفلت از یاد خدا» است.

خطری که به وسیله «غفلت» و بی‌خبری از «یاد خدا» متوجه سعادت انسان می‌شود، بیش از آن است که غالباً تصور می‌کنیم، غفلت ارکان سعادت ما را ویران می‌سازد و مانند آتش سوزان، خرمن زندگی را می‌سوزاند و تمام امکانات و استعدادهای خداداد را بر باد می‌دهد. هنگامی که پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله به معراج رفت، خطاب‌هایی از سوی خداوند به او شد؛ از جمله اینکه «یا احمَدُ انتَ لا تغفل ابدا. مَنْ غَفَلَ عَنِّي لا اُبالي بِأَيِ وادٍ هَلَکَ»؛ (دیلمی، ۱۳۷۲) ای احمد! هرگز افل مشو. هر که از من غافل شود، من اعتنایی نمی‌کنم که او در کدام راه نابود می‌شود.

این بیان به خوبی نشان می‌دهد که عاقبت غفلت از خداوند، هلاکت و نابودی است؛ زیرا غفلت سرچشمه بسیاری از گناهان است و حتی باعث می‌شود انسان از حیوانات هم پست‌تر گردد و در عذاب الهی گرفتار آید.

قرآن کریم در این باره می‌فرماید: «به یقین، گروه زیادی از جن و انس را برای دوزخ آماده کردیم؛ آن‌ها عقل‌هایی دارند که با آن اندیشه نمی‌کنند و چشم‌هایی دارند که با آن حقایق را نمی‌بینند و گوش‌هایی که با آن نمی‌شنوند؛ آن‌ها همچون چهارپایانند، بلکه گمراه‌تر! اینان همان غافلانند.» (زیرا با داشتن همه‌گونه امکانات هدایت، باز هم گمراهانند!) (اعراف: ۱۷۹)

طبیعت زندگی دنیا، غفلت‌زاست؛ گاهی انسان را چنان به خود مشغول می‌سازد که همه چیز را فراموش می‌کند، حتی خویشتن را. نماز فرصت خوبی برای بازنگری در اعمال و باز یافتن خویش و نجات از چنگال اهریمن غفلت فراهم می‌سازد. نماز، این ذکر عظیم الهی، انسان را هر روز متوجه معاد و روز جزا می‌کند و باعث خروج انسان از غفلت و بی‌توجهی می‌شود.

وقتی انسان در هر روز، چندین بار می‌گوید: «مالکِ یومِ الدین»، به یاد قیامت و عظمت آن و خالق آن می‌افتد و سعی می‌کند با اعمال و کردار خود، به مقام قُرب الهی برسد تا سعادت آخرت نصیبش شود و به همین دلیل، متوجه و هوشیار است و به بیراهه نمی‌رود و اعمال خود را در مسیر سعادت و فلاح ابدی قرار می‌دهد.

امام باقر علیه السلام در این باره می فرماید: «أَيُّمَا مُؤْمِنٍ حَافِظٍ عَلَى الصَّلَاةِ الْمَفْرُوضَةِ فَصَلَّاهَا لَوْ قَتَلَهَا فُلَيْسَ هَذَا مِنَ الْغَافِلِينَ»؛ (مجلسی، ۱۳۸۱) هر فرد با ایمانی نمازهای واجب را به موقع و به طور صحیح انجام دهد، از غافلان نخواهد بود.

میرزا جواد ملکی تبریزی می فرماید: «اذان دعوت برای ملاقات است و همان گونه که روز قیامت برای عرضه بر خداوند فراخوانده می شوند، در این دنیا هم با اذان، مؤمنان به مجلس حضور و معراج و زیارت حضرت پروردگار خوانده می شوند.» (تبریزی، ۱۳۸۰) و این احساس حضور در محضر حق، انسان را از غفلت و بی خبری خارج می سازد و متوجه می کند که باید هوشیار باشد و وظایف بندگی را به خوبی انجام دهد تا در محضر حق شرمنده و نادم نباشد.

نماز؛ احیاگر فضیلت‌ها

اگر انسان نماز را با شرایطی که شرع مقدّس بیان فرموده و توصیه کرده است انجام دهد، خصلت‌ها و فضیلت‌های انسانی در وجودش زنده می شوند و انسان را به سوی تربیت عالی بشری رهنمون می گردند. مسئله نیت پاک و اخلاص در آن، انسان را به گونه‌ای تربیت می کند که در هر کاری، هدفی عالی و خدایی داشته باشد و کارها را با توجه به هدف و مقصدی پاک انجام دهد و در کارش جز راستی و صداقت و امانت چیزی نباشد. چگونه ممکن است بنده‌ای که به مبدأ و معاد (مالکِ یومِ الدّین) معرفت دارد، روزی پنج بار، راستی و صداقت ورزی با خدا را با نیت خالص تمرین کند و این خصیصه در دیگر کارها و شئون زندگی اش اثر نگذارد؟! آنکه با خدای خویش صداقت دارد، مطمئناً با بندگان خدا نیز صادق است و نمی تواند اهل ریا و شرک و نفاق و فریب باشد.

انسان در نماز روح تشکر و سپاسی را که از خصال عالی انسانی است، در خود تقویت می کند. اینکه در ضمن نماز، به پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله سلام می دهیم و از خدا می خواهیم که بر او و خاندانش درود بفرستد، در واقع نوعی تشکر و قدردانی از مروج نعمت‌های بزرگ نماز و اسلام است. انسان نماز گزار تسلیم قضای پروردگار است و تنها به او امید دارد و از او کمک می طلبد: «إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَايَّاكَ نَسْتَعِينُ» و از این رو، در زندگی صبور

و قانع است و احساس خشنودی می‌کند؛ چون راضی به رضایت حق تعالی است. «نماگزار با گفتن «ایاکَ نَعْبُدُ و اِیَاکَ نَسْتَعِینُ»، هرگونه حاکمیت غیر خدا را محکوم می‌کند، هرگونه حقارت‌پذیری و استمداد از قدرت‌های پوشالی را نفی می‌نماید و به نمازگزاران، درس عزت در سایه بندگی خدا می‌دهد، تا بنده و برده غیر خدا نشوند و از تهدیدها و تطمیع‌های دیگران، نلغزند و راه خدا را کنار نگذارند.» (قرائتی، ۱۳۷۰)

نماز؛ باعث روشنی دل

نماز معراج مؤمن است و این معراج و عروج نه در فضای باز آسمان، بلکه در فضای معنویت و بندگی است و برای رسیدن به قرب پروردگار و رسیدن به آرامش کامل. وقتی چنین شد، باعث شکفتگی و طراوت وجود و روشنی دل انسان می‌شود و نور الهی در درون انسان و جوهره وجودی انسان حلول می‌کند و از این‌رو، پیامبر خاتم صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمودند: «جَعَلَ اللَّهُ قُرَّةَ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ»؛ (مجلسی، ۱۳۸۱) خداوند روشنایی چشم و خوشحالی‌ام را در نماز قرار داده است.

مراد از «روشنی چشم» در این روایت، روشنی دل و درون است و اگر هر انسانی نماز را با شرایطش انجام دهد، همین روشنی و صفای دل در او ایجاد می‌شود و به انبساط خاطر نایل می‌گردد.

الکسیس کارل می‌گوید: «نیایش در روح و جسم تأثیر می‌گذارد و احساس عرفانی و احساس اخلاقی را توأماً تقویت می‌کند. در چهره کسانی که به نیایش می‌پردازند، حسّ وظیفه‌شناسی، قلّت حسد و شرارت و حسّ نیکی و خیرخواهی نسبت به دیگران نمایان می‌شود. نیایش خصایص خود را با علامات بسیار مشخص و منحصر به فردی نشان می‌دهد: صفای دل، متانت رفتار، انبساط خاطر، شادی بی‌دغدغه، چهره پُر از یقین، استعداد هدایت، آمادگی برای پذیرش حق و راضی بودن به رضای پروردگار.» (شریعتی، ۱۳۷۷) و عالی‌ترین نوع عبادت و نیایش، نماز است که به عنوان رکن دین و «مُخَّ عِبَادَت» معرفی شده است.

امام سجاد علیه‌السلام در مناجات «خمس عشره» عرض می‌کند: و مشاهده تو تنها حاجت و نیاز من، و نعمت هم‌جواری با تو مطلوب من، و مقام قرب تو فراخنای خواهم

است. شادی و آرامش من در مناجات تو نهفته، و دوی بیماری و شفای قلب سوزانم و فرو نشاندن حرارت دل و برطرف شدن اندوهم نزدتوست. پس تو در هنگام وحشت و ترس، انیس و مونس من باش و عذر لغزش‌هایم را بپذیر و از زشتی‌هایم درگذر. (قمی، ۱۳۷۶)

نماز؛ باعث امید و نشاط

در برنامه شبانه‌روزی، هر انسانی اگر بخواهد با روانی شاداب و روحیه‌ای بالا و خوب با مشکلات زندگی مواجه شود و با امید و اطمینان آن را ادامه دهد، باید به نماز و دعا پناه ببرد و از آثار روانی و معنوی آن برخوردار باشد و از این رو، پیروان تمام ادیان الهی تا زمانی که زنده‌اند، باید نماز را برپا دارند و آن را ادامه دهند؛ زیرا نماز در سعادت و سلامت روان آن‌ها نقش عمده‌ای ایفا می‌کند. (پروا، ۱۳۸۰) ایمان به خدا و راز و نیاز با او به انسان امید و توان می‌دهد؛ احساس می‌کند به پناهگاه مطمئن و با قدرتی متکی است و بدین دلیل، احساس نشاط و توانمندی می‌کند و اگر این ارتباط با آن منبع عظمت و رحمت قطع باشد، احساس دل‌تنگی و نگرانی در او ایجاد می‌شود و به بیماری‌های روانی گرفتار می‌آید.

به این حقیقت روان‌شناسان و روان‌کاوان بزرگی همچون یونگ، اریک فروم، ویلیام جیمز و دیگران اشاره کرده‌اند و ایمان به خدا را اساس و پایه پیش‌گیری و معالجه بیماری روانی می‌دانند. (پروا، ۱۳۸۰)

یل کارنگی^۱ می‌نویسد: «هنگامی که کارهای سنگین، قوای ما را از بین می‌برد و اندوه‌ها هر نوع اراده‌ای را از ما سلب می‌کند و بیشتر اوقات، که درهای امید به روی ما بسته می‌شود، به سوی خدا روی می‌آوریم. ولی اصلاً چرا بگذاریم روح یأس و ناامیدی بر ما چیره شود؟ چرا همه روزه به وسیله خواندن نماز و دعا و بجای آوردن حمد و ثنای خداوند، قوای خود را تجدید نکنیم؟» (سیف، ۱۳۸۰)

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «پروردگارا! تو از هر مونس‌ی برای دوستان مونس‌تری و از همه آن‌ها برای کسانی که به تو اعتماد کنند، برای کارگزاری آماده‌تری. پروردگارا! آنان را در باطن دلشان مشاهده می‌کنی و در اعماق ضمیرشان بر حال آنان آگاهی و میزان

معرفت و بصیرتشان را می‌دانی، رازهای آنان نزد تو آشکار است و دل‌های آنان در فراق تو بی‌تاب. اگر تنهایی سبب وحشت آنان گردد یاد تو مونس آن‌هاست و اگر سختی‌ها بر آنان فرو ریزند به تو پناه می‌برند.» (شهیدی، ۱۳۷۲)

نماز و جلب رحمت پروردگار

خدای متعال، لطف ویژه و اقبال خاصی به نمازگزاران دارد، و روی آوردن پروردگار به بنده، سبب کاملی برای سعادت و رستگاری اوست. روی آوردن خدا به بنده به معنای آمرزیدن گناهان و برآوردن حاجات و آباد کردن دنیا و عقبای او و نزدیکی به بارگاه یزدان و برخوردارگی از لطف و رحمت ایزدی و سعادت ابدی است.

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «لَوْ يَعْلَمُ الْمَصَلِّي مَا يَغْشَاهُ مِنْ جَلَالِ اللَّهِ مَا سَرَّهُ أَنْ يُرْفَعَ رَأْسُهُ مِنْ سُجُودِهِ»؛ (صدوق، ۱۳۷۵) اگر نمازگزار می‌دانست که چگونه رحمت خدا او را فرا گرفته است سر از سجده بر نمی‌داشت.

میرزا جواد ملکی تبریزی می‌فرماید: «بدان که سجود از افضل اعمال بدنی است، و از امام صادق علیه السلام روایت شده که فرمود: نور را در دو چیز یافتیم: در گریه و سجده، و برای سجده فضیلت‌های زیادی است؛ از جمله آمده است که جمعی از رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم خواستند که از طرف خدا بهشت را برای آنان تضمین کند، حضرت فرمود: با این شرط که مرا به طول سجده یاری کنید. آنان پذیرفتند. حضرت هم بهشت را برای آنان ضمانت فرمود.» (تبریزی، ۱۳۸۰)

و این سجده و نماز باعث می‌شود که انسان مقرب درگاه الهی شود و از اولیای الهی به حساب آید و فاصله او با منبع فیض و رحمت کم گشته، به اقیانوس رحمت و برکات الهی متصل شود.

علی علیه السلام می‌فرماید: «الصَّلَاةُ قُرْبَانٌ كُلُّ تَقَى»؛ (مجلسی، ۱۳۸۱) نماز موجب تقرب هر پرهیزگاری است.

نماز و یاد خدا باعث می‌شود که غبار گناه از دل انسان زایل شود و نور و رحمت الهی در آن جای گیرد و هر قدر انسان با اقامه نماز، روح خود را منور کند، به خدا نزدیک‌تر

می‌شود و از دریای رحمت الهی بیشتر فیض می‌برد و به جایی می‌رسد که جزو اولیای الهی می‌گردد و کسی که جزو اولیای الهی قرار گیرد، هیچ حزن و نگرانی ندارد و برکات الهی او را احاطه می‌کنند. قرآن کریم می‌فرماید: «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (یونس: ۶۲)؛ اولیای خدا خوف و حزنی ندارند و غم و اندوهی بر آنان نیست.

«اولیای خدا کسانی هستند که میان آنان و خدا حایل و فاصله‌ای نیست، حجاب‌ها از قلبشان کنار رفته و در پرتو نور معرفت و ایمان و عمل پاک، خدا را با چشم دل چنان می‌بینند که هیچ‌گونه شک و تردیدی به دل‌هایشان راه نمی‌یابد، و به خاطر همین آشنایی با خدا، که وجود بی‌انتهای و قدرت بی‌پایان و کمال مطلق است، ما سوای خدا در نظرشان کوچک و کم ارزش و ناپایدار و بی‌مقدار است. کسی که با اقیانوس آشناست، قطره در نظرش ارزشی ندارد، و کسی که خورشید را می‌بیند نسبت به یک شمع بی‌فروغ اعتنا نمی‌کند.» (مکارم شیرازی، ۱۳۸۲)

از این مطالب، روشن می‌شود که نماز باعث رحمت و برکات الهی بر انسان است و موجب تقرّب انسان به خداست، نماز گزار از اولیای الهی محسوب می‌شود، و اولیای الهی ترس و حزن و اضطرابی ندارند؛ زیرا خوف و اضطراب به خاطر احساس تنهایی و نداشتن ملجأ و پناهگاه و به خاطر ترس از آینده است. اما کسانی که به دریای رحمت الهی راه پیدا کرده‌اند و هر روز پنج بار خود را با آب زلال معرفت شست و شو می‌دهند، دل‌هایشان نورانی و پاکیزه است و نگرانی و هراسی ندارند و غم و اضطرابی که دیگران نسبت به گذشته و آینده دارند، به وجود آن‌ها راه ندارد و امنیت و آرامش واقعی بر وجود آن‌ها حکمفرماست و به فرموده قرآن کریم: «وَلْيُكَلِّمَهُمُ الْأَمْنُ» (انعام: ۸۲)؛ آن‌ها در امنیت و آرامشند و به تعبیر دیگر، دل‌هایشان به یاد خدا آرام و مطمئن است.

نماز؛ مانع زشتی و منکر

آن‌گاه که انسان دست از مادیات می‌شوید و با لباسی پاکیزه از نجاست ظاهری و غضب و درآمد حرام به پیشگاه خدا روی می‌آورد و در نماز خود، از خداوند رحمان و رحیم یاد می‌کند و از او یاری می‌خواهد که به راه راست هدایتش کند، و او را همراه با

ستمگران و گم‌راهان مغضوب در گاهش قرار ندهد (سوره حمد) و این برنامه را در پنج وقت شبانه روز و در هر نماز تکرار می‌کند و در جوی معنوی مملو از یاد خدا و توجه به دستورات او و دوری از گناه و نافرمانی خدا قرار می‌گیرد، این حالت معنوی و توجه، غفلت را از او دور ساخته، از گناه و معصیت پروردگار باز می‌دارد.

خداوند متعال در قرآن مجید می‌فرماید: «أَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ» (عنکبوت: ۴۵)؛ نماز را بپا دار، که همانا نماز انسان را از پستی و پلیدی باز می‌دارد. محمد بن سنان از حضرت رضا علیه السلام روایت می‌کند که حضرت در پاسخ پرسش‌های او درباره فلسفه نماز نوشتند: «علت نماز آن است که نماز اقرار به ربوبیت خداوند بزرگ، نفی شریک برای او، قیام در پیشگاه او با حالت فروتنی و خضوع و درخواست آمرزش گناهان، و نهادن پیشانی به خاک به منظور تعظیم خداوند بزرگ، و نیز بدان منظور است که انسان همواره به یاد خدا باشد و او را فراموش نکند و با حالت فروتنی و گرنش، پیشرفت امر دین و دنیای خود را بخواهد. علاوه بر این، نماز در پنج وقت موجب مداومت یاد خدا و یاد قیامت می‌شود و این ذکر مداوم و قیام در پیشگاه حضرت حق، انسان را از آلودگی به گناهان حفظ می‌کند و از فساد باز می‌دارد.» (عاملی، ۱۳۸۰)

البته وقتی نماز این خاصیت را خواهد داشت که انسان آن را با آداب و شرایط خاص خودش بجای آورد و نماز را کامل و درست انجام دهد و گوش به فرمان نماز باشد و با حال معنوی و معرفت ویژه این عبادت سترگ را انجام دهد.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «کسی که به فرمان نماز توجه نکند، نمازش نماز کامل نیست، و اطاعت از فرمان نماز آن است که خویش را از گناه و معصیت حفظ کند.» (حویزی، ۱۳۶۱)

البته ممکن است گاهی خاصیت بازدارندگی نماز سریع و فوری نباشد، و پس از مدتی نماز گزار را از گناه بازدارد. «روایت شده است که جوانی از انصار پشت سر پیامبر نماز می‌خواند، ولی مرتکب فحشا می‌شد، این خبر را به پیامبر اسلام رساندند، حضرت فرمود:

نمازش سرانجام، روزی او را از گناه باز می‌دارد. چیزی نگذشت که توبه کرد.» (ری شهری، ۱۳۷۲)

بنابراین، خاصیت بازدارندگی نماز به دلیل همان توجه قلبی به خدا و فرمان او و خاصیت معنوی نماز است و هر قدر انسان نماز را بیشتر با حضور قلب و توجه به معنا و فلسفه نماز و محتوای آن بخواند، به همان اندازه برای او سازنده بوده، به حالش مؤثر و مفید خواهد بود، و اگر انسان بخواند بدانند که از نماز چقدر بهره می‌برد، باید ببیند نماز تا چه اندازه در عمل و رفتار او اثر گذاشته است.

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «وَأَنَّهَا لَتُحَطُّ الذُّنُوبَ حَطَّ الْوَرَقِ وَ تُطْلَقُهَا اِطْلَاقَ الرِّبْقِ»، (مجلسی، ۱۳۸۱) نماز گناهان را می‌ریزد؛ مثل یختن برگ درختان، و آزاد می‌کند گناه کار را؛ چنان که کسی را از بند بگشایند.

در روایتی هم حضرت رسول صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: «لو كان علی باب دار احدكم نهرٌ و اغتسل فی كل یومٍ منه خمسَ مرّاتٍ اُكَانَ یبقی فی جسدِهِ مِنَ الدَّرَنِ شیءٌ؟ قلتُ: لا. قال: مثلُ الصلوةِ كمثلِ النهرِ جاری كَلَّمَا صَلَّى صَلَاةً كَفَرْتَ مَا بَيْنَهُمَا مِنَ الذُّنُوبِ»؛ (عاملی، ۱۳۸۰) اگر جلوی در خانه شما نهر آبی باشد و هر یک از شما هر روز پنج نوبت در آن آب خود را شست و شو دهد، آیا از چرک و پلیدی چیزی در بدنش باقی می‌ماند؟ راوی می‌گوید: عرض کردم: نه، یا رسول الله. فرمود: نماز در پنج وقت شبانه روز همانند آن نهر جاری است. هر وقت بنده نماز می‌خواند گناهان او پوشیده می‌شوند.

انسان وقتی متوجه باشد که یاد خدا و ذکر خدا باعث آمرزش گناهان می‌شود و نماز انسان را شست و شو می‌دهد، نگرانی و اضطرابش کاهش یافته، به رحمت خداوند امیدوار می‌شود؛ چون گناه و معصیت باعث نگرانی و تشویش است و نماز انسان را از نگرانی و دلهره خارج می‌کند و نورانیت و صفای درونی در او ایجاد می‌کند و دل به رحمانیت و کرم خداوند متعال می‌سپارد.

شیطان یکی از دشمنان قسم خورده انسان است که به هر طریق ممکن، سعی در گمراه کردن انسان دارد و یکی از شیوه‌های شیطان برای گمراه کردن انسان‌ها، ترساندن و ناامید

کردن آن‌هاست؛ به این معنا که انسان‌ها را نسبت به آینده ناامید می‌کند و بذر هراس و نگرانی در دل انسان‌ها می‌پاشد و روح امید و نشاط را از انسان می‌گیرد.

استاد محمدتقی مصباح می‌فرماید: «ترساندن انسان و ناامید کردن او، یکی دیگر از کارهای شیطان است که انسان را نسبت به آینده خویش بیمناک می‌سازد و از این رهگذر، مانع وی می‌شود از انجام کارهای خیر.» (مصباح، ۱۳۷۶)

خداوند در قرآن می‌فرماید: «الشَّيْطَانُ يُعِدُّكُمْ الْفَقْرَ» (بقره: ۲۶۸)؛ شیطان به فقر و نداری وعده می‌دهد و بدین وسیله، شما را از کارهای مفید اجتماعی و اخلاقی باز می‌دارد. یکی از چیزهایی که انسان را از گزند و انحراف شیطان نگه می‌دارد، نماز و یاد خداست.

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «الصَّلَاةُ حِصْنٌ مِنْ سَطَوَاتِ الشَّيْطَانِ»؛ (ری شهری، ۱۳۷۲) نماز قلعه‌ای است که انسان را از حملات شیطان نگاه می‌دارد.

شیطان، مردم را از اطاعت پروردگار به اطاعت خود می‌خواند، اما نماز آنان را به فطرت اصلی‌شان سوق می‌دهد و در قلعه امن الهی قرار می‌دهد و از تیرهای زهرآلود شیطان محافظت می‌کند. از این رو، نماز موجب افسرده گشتن شیطان‌هاست. دور کردن شیطان، یعنی قرار گرفتن در حریم امنیت الهی و آرام گرفتن به یاد و ذکر خدای سبحان.

انسان‌ها از طریق نماز به جایی می‌رسند که قرآن کریم درباره آنان می‌فرماید: «رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ» (نور: ۳۷)؛ مردانی که ایشان را هیچ تجارت و معامله‌ای از یاد خدا و اقامه نماز باز نمی‌دارد.

حضرت علی علیه السلام هنگام تلاوت این آیه شریفه، تصویری ذهنی و چهره‌ای معنوی از ذاکران خدا به دست دادند و در بخشی از آن فرمودند: «فرشتگان گرداگردشان حلقه می‌زنند؛ رحمت و آرامش جسم و جان بر آنان فرود می‌آید و درهای آسمان به رویشان باز می‌گردد. در این سفر روحانی، در جایگاهی که در آن خدا از احوالشان آگاه است، کرسی‌های کرامت برایشان نهاده است، سعیشان مرضی خداوند و مقامشان نزد او محمود

است، بوی خوش نیایش به درگاه خدا را استشمام می‌کنند و آمرزش او را امید می‌دارند.» (صبحی صالح، ۱۳۶۰)

رسول اکرم ﷺ فرمودند: «تا زمانی که فرزندان آدم بر نمازهای پنج‌گانه مواظبت دارند، شیطان پیوسته از آنان دور می‌شود. پس آن‌گاه که آن‌ها نماز را تباه گردانند و حق آن را ادا نکنند، جرئت و جسارت شیطان بر آنان زیاد می‌گردد و آنان را به گناهان بزرگ می‌اندازد.» (دینوری، ۱۳۷۳)

و آیا به راستی چنین نیست؟ آیا امروز، شیطان‌ها و صاحبان فرهنگ‌های شیطانی، از نماز، این سلاح مؤثری که در دست مسلمان‌هاست، نمی‌ترسند؟! آیا در صدد آن نیستند که نماز، این حربه فرهنگی مؤثر و این دژ محکم الهی را در هم بشکنند و امت اسلامی را گرفتار فحشا و منکر و بی‌هویتی و تشویش و نگرانی کنند؟
امام خمینی قدس سره درباره «سفر عشق» فرمودند:

با دل تنگ به سوی تو سفر باید کرد	از سر خویش به بت‌خانه گذر باید کرد
پیر ما گفت: زمیخانه شفا باید جست	از شفا جستن هر خانه حذر باید کرد
آنکه از جلوه رخسار چو ماهت پیش است	بی‌گمان معجزه شقّ قمر باید کرد
گر دل از نشئه می‌دعوی سرداری داشت	به خود آید که احساس خطر باید کرد
مژده، ای دوست که رندی سر خم را بگشود	باده نوشان! لب از این مائده تر باید کرد
در ره جُستن آتشکده سر باید باخت	به جفاکاری او سینه سپر باید کرد
سر خُم باد سلامت که به دیدار رُخش	مست ساغر زده را نیز خبر باید کرد
طرّه گیسوی دلدار به هر کوی و دری است	پس به هر کوی و در از شوق سفر باید کرد

(۴۵)

خلاصه آنکه این نماز و این عبادت با عظمت، انسان را در ابعاد گوناگون وجودی‌اش تربیت می‌کند و از او انسانی کامل و بلندمرتبه می‌سازد و او را به سوی سعادت دنیوی و اخروی رهنمون می‌گرداند.

بیاییم حق این معجون انسان‌ساز را به خوبی به جای آوریم و به وسیله آن در آسمان‌ها به پرواز درآمده، به قلّه‌های بلند معنویت و کمال نایل آییم. ان‌شاءالله.

نتیجه‌گیری

برای خوب شدن نماز لازم است، ولی کافی نیست. نماز انسان را به عالم قدس اله وصل می‌کند و نقطه آغازی برای رشد و سلوک انسان است، ولی تمامی راه کمال و سلوک منحصر به نماز نیست. نماز ستون دین است ولی خیمه اسلام علاوه بر ستون وسط ارکان دیگری دارد که روی هم انسان ساز هستند. برای ورود به یک مسجد مثلاً بازگشایی درب مسجد خیلی مهم است، ولی کافی نیست، نماز مانند بازگشایی راه معنوی به روی انسان است. باید وارد شد و از تمامی فضاهای معنوی دین بهره برد و به کمال و قرب الهی رسید.

یکی از ارکان دین اخلاق است، برای اینکه نماز تاثیر نهایی داشته باشد، رعایت اخلاق و تهذیب نفس هم خیلی مهم است. کسانی که از نظر اخلاقی خودساخته نیستند، نیز بهره کمی از نماز و سایر عبادات خود می‌برند. البته نماز هم بر روی اخلاق موثر است و کسی که نماز می‌خواند می‌تواند آرامش بیشتری داشته باشد و اخلاقش بهتر باشد، ولی این تاثیر متقابل برای اخلاق هم هست و اخلاق خوب تاثیر معنوی نماز را بیشتر می‌کند. بد اخلاقی زمینه گناه می‌شود و گناه هم مانع این تاثیر است به همین خاطر بسیار تاکید شده است که تقوا را رعایت کنید، زیرا شرط قبولی اعمال است.

همچنین خیلی متفاوت خواهد بود اگر کسی با آگاهی و از روی شناخت و اختیار عبادت کند، یا از روی عادت و تقلید. مسلماً یک انسان عالم و بیدار و آگاه از نماز و عبادت خود بهره ای بیشتر می‌برد تا یک فرد عامی و ناآگاه.

اینکه در قرآن کریم آمده است: نماز جلوی فحشا و منکر را می‌گیرد، این به نحو اقتضا است نه علیت. یعنی اینطور نیست که به صورت جبری نگذارد انسان گناه کند. در هر صورت انسان اختیار دارد و نماز مانع اختیار انسان نیست. بله نماز و انجام کارهای خوب اقتضای مانعیت برای گناه و انجام کارهای خوب را دارد و کسی که نماز می‌خواند قدرت ترک گناه اش بیشتر از کسی است که نماز خوان نیست، بنابراین در معنای آیه مشکلی وجود ندارد و کسی که نماز می‌خواند می‌تواند امیدوار باشد که توانایی اش برای اصلاح خود بیشتر است.

تأثیر اعمال و عبادات و به ویژه نماز بستگی کامل و مستقیم به زمینه های روحی و معنوی و وجود بستر مناسب در خود نماز خوان و رفع موانعی که اثر نماز را خنثی می سازد و یا آن اثر را کم رنگ می کنند دارد. پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ و امیر مؤمنان عَلَيْهِ السَّلَام و اولاد پاک و معصومش عَلَيْهِمُ السَّلَام نماز می خواندند و ما هم نماز می خوانیم و به هر دو نیز نماز گفته می شود، ولی چقدر فاصله و تفاوت بین این دو نماز وجود دارد و دلیل این تفاوت چیست؟ آیا نماز امامی که همه عالم را محضر خداوند می بیند و در حال نماز یکسره خود را در محضر حق می یابد و خود و اسم و رسم و افکار و تعلقات خود را در برابر هستی مطلق نیست و نابود می بیند با نماز ما که همراه با افکار مختلف و خیالات پراکنده و باطل است یکسان است؟ پس نماز به تنهایی معجزه نمی کند و این معجزه و دگرگونی و تأثیر عمیق و شگرف را باید فرد نمازگزار خود رقم زند. اوست که باید اعتقادات و باورهایش را درست و مستقیم و استوار سازد و اصول عقایدش را با مطالعه و تفکر از آبخور صافی و زلال منابع دین یعنی قرآن و سنت پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ و ائمه اهل بیت عَلَيْهِمُ السَّلَام بگیرد و آنگاه در انجام اعمال صالح بکوشد و همزمان جویبار وجودش را از ناپاکی و آلودگی و رذایل نفسانی پیراسته سازد و به اندازه ظرفیت وجودی اش مؤمن و معتقد گردد تا نمازش معراج مؤمن و نزدیک کننده انسان با تقوا به خدا گردد. فردی که نماز می خواند ولی نیت صاف ندارد و دچار گناه و خطا می گردد، عیب و اشکالش ربطی به نمازش ندارد بلکه به آلودگی درونی و عدم زمینه مناسب در درون او بر می گردد از شما می پرسم همین فرد گناهکاری که به قول شما نیت صافی ندارد اگر نماز را ترک کند و نماز نخواند آیا وضع و حال بهتری پیدا می کند؟ آیا دلش صاف و روشن می گردد؟ بدون شک نماز در همین فرد آلوده و خطاکار به اندازه خودش دارای اثر است به گونه ای که اگر این نماز ترک شود، آلودگی و گناه این فرد بیشتر و فراوانتر می شود. یعنی اثر نماز که همان نهبی از فحشا و زشتی منکرات است ولو در حد کم و ناچیز در این فرد ظاهر می گردد و به اندازه خود او را از آلودگی و زشتی بیشتر باز می دارد.

منابع

۱. پروا، مهدی، (۱۳۸۱)، روان‌شناسی یکتاپرستی، تهران، انتشارات تهران.
۲. حرّ عاملی، (۱۳۸۰)، وسائل الشیعه، تهران، انتشارات پیام یاس.
۳. حسین، واعظی نژاد (۱۳۸۱)، طهارت روح، قم، انتشارات ستاد اقامه نماز و احیای زکات.
۴. حویزی، عبدعلی جمعه، (۱۳۶۱)، نورالتقلین، قم، انتشارات اسماعیلیان.
۵. دیل، کارنگی، (۱۳۸۰)، آیین زندگی، ترجمه ریحانه سیف، تهران، انتشارات ابن سینا.
۶. دیلمی، حسن بن محمد، (۱۳۷۲)، ارشادالقلوب، بیروت، دارالفکر.
۷. دینوری، قتیبه، (۱۳۷۳)، عیون الاخبار، تهران، انتشارات ققنوس.
۸. شهیدی، جعفر، (۱۳۷۲)، نهج‌البلاغه، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۹. شیخ صدوق، خصال، (۱۳۷۵)، قم: انتشارات جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۱۰. طیار، عقیف عبدالفتاح، (۱۳۷۳)، روح الصلاة فی الاسلام، بیروت، دارالعلم للملایین.
۱۱. عزیزی، عباس، (۱۳۷۹)، نماز و عبادت امام علی علیه السلام، تهران، انتشارات نبوغ.
۱۲. قرائتی، محسن، (۱۳۶۹)، پرتوی از اسرار نماز، انتشارات ستاد اقامه نماز.
۱۳. الکسیس، کارل، (۱۳۷۷)، نیایش، ترجمه علی شریعتی، تهران، انتشارات قلم.
۱۴. مجلسی، محمدباقر، (۱۳۸۱)، بحارالانوار، تهران، المکتب الاسلامیه.
۱۵. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، قم، موسسه علمی فرهنگی دارالحدیث.
۱۶. مصباح، محمدتقی، (۱۳۷۶)، راهیان کوی دوست، قم، موسسه آموزشی، پژوهشی امام خمینی.
۱۷. مکارم شیرازی، ناصر، (۱۳۷۸)، اخلاق در قرآن، قم، انتشارات مدرسه امام علی ابن ابیطالب.
۱۸. مکارم شیرازی، ناصر، (۱۳۸۲)، تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
۱۹. ملکی تبریزی، میرزا جواد، (۱۳۸۰)، اسرار الصلوة، تهران، انتشارات اشکذر.
۲۰. موسوی خمینی، روح‌الله، (۱۳۷۰)، آداب الصلاة، تهران، موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره).

نماز وجه برتری انتولوجی توحیدی پانتیستی جهان اسلام در برابر انتولوجی اکازیونالیستی دنیای غرب

لیلا کمالی بانیانی

کارشناس و دبیر آموزش و پرورش کامفیروز.

مهدی رضا کمالی بانیانی

دانشجوی دکتری (Phd) دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

مجید رضا کمالی بانیانی

مدرس دانشگاه پیام نور

چکیده

فراموش کردن هدف و جهت، در زیر فشار گرفتاری های مادی، امری طبیعی و واضح است. از طرفی امکان مرور کردن همه ی تعهدهایی که در راه رسیدن به هدف، بر عهده ی آدمی هست، در هر روز، تقریباً ناممکن و محال است و شنیدن از کسی که حرفه اش اینست محال تر. نماز چکیده و خلاصه ی اصول این مکتب را در خود دارد و با گفتنی ها و حرکت های حساب شده و منظمی که در آن هست، نمودار انتولوجی توحیدی است.

اگر هر سیستمی متکی به یک فلسفه ای، که جزء پدیده های انسان و جزء ذات انسان است، نباشد، به طور وضوح محکوم به فناست. چون دیگر نه تنها آن یک تفکر انسانی نیست بلکه یک نوع احساسات صرف می باشد که بنیاد عقلانی ندارد و بسیار ضروری است که اگر بخواهیم از نماز به عنوان یک اندیشه ی عرفانی در انقلابمان دفاع کنیم، ریشه ی فلسفی آن را بررسی کنیم. زیرا بررسی فلسفه ی نماز ضامن تداوم این امر الهی است و گرنه این احساسات مطبوع و این قدرت و اتحاد عظیم الهی تا یک فلسفه ثابت و قابل دوامی در بنیاد نداشته باشد ادامه پیدا نخواهد کرد و مثل سایر جریاناتی که زود به وجود می آیند و زود هم از بین می روند، خواهند بود و یا به قول حافظ خوش می درخشند ولی دولتی مستعمل اند.

کلمات کلیدی: نماز، انتولوجی توحیدی، اکازیونالیسم، پانتیسم

مقدمه

فلسفه از جمله واژگانی است که در بحث‌های محاوره‌ای روزمره و چه در مباحث تخصصی، بیشترین کاربرد و استعمال را دارد. ولی باید اذعان کرد که در عین حال پیچیده‌ترین و یا به تعبیری بحث‌برانگیزترین مفاهیم را خصوصاً در مغرب زمین داراست گرچه در شرق، خصوصاً شرق اسلامی نیز تعاریف و تفاسیر گوناگونی از فلسفه وجود دارد، ولی این تعاریف با تمام تفاوت‌هایشان، در تضاد مفهومی با یکدیگر قرار ندارند، به طوری که بسا بتوان جامع میان آنها را یافت. بر خلاف غرب که تفاوت تعاریف فلسفه گاه آن چنان است که هر کدام دیگر را تا بدانجا نفی می‌کند که اساساً آن را فلسفه نمی‌داند. بدون آنکه بخواهیم به نقد و مناقشه در گونه‌های مختلف تعاریفی که فیلسوفان مسلمان برای فلسفه کرده‌اند وارد شویم، در یک نظر کلی می‌توان رسالت فلسفه را ارائه بینشی فراگیر و تصویری جامع از انسان و جهان دانست و این آن قدر جامع است که از میان تعارف مختلف فیلسوفان اسلامی استنباط می‌شود.

موضوع فلسفه

چیستی انسان و جهان، چرایی، کنجایی و غایت آن، بحث از حقیقت و رهیافت بدان، مبدا و معاد هستی، بررسی مفهوم زندگی و راه‌های تامین سعادت و ... از زمره‌ای است که فلسفه در ضمن ارائه تصویر کلی از هستی، بدانها می‌پردازد و این همه از رهگذر اهتمامی است که فلسفه به «وجود» دارد. بنابراین فلسفه، تاملی ژرف‌نگرانه در هستی است، به منظور دستیابی به شناختی فراگیر و مجموعی از جهان و در واقع این یکی از مهمترین ویژگی‌هایی است که تفکر فلسفی را بر سایر مطالعات یک سو نگرانه‌ای که در فلسفه‌های علمی مورد اهتمام است برتری می‌بخشد. اینکه مرز هستی تا به کجاست؟ و آیا در حصار مادیت و طبیعت محصور می‌شود یا مرزهای فرامادی را نیز درمی‌نوردد و ماوراء طبیعت نیز در گستره‌ی هستی داخل می‌شود و نیز اینکه ژرف‌نگری و مطالعات متاملانه در هستی با چه

ابزاری تحقق پذیر است؟ و آیا در این مسیر شیوه و روش علمی، کارآمد است یا روش خاصی باید؟ بنابراین هر پژوهنده ای که دلبسته ی مطالعات علمی است را نمی توان صاحب تفکر فلسفی و طرفدار فلسفه ی علمی دانست. بلکه تنها آن زمان تفکری فلسفی دارد که از مطالعات تک ساختی و جزء نگرانه ی علمی، نقبی بر کل هستی بزند و نتیجه ای فراگیر بگیرد.

نقش و رسالت فلسفه

کل نگری و جست و جو از بینش عام، از ویژگی ها و خاصه های ذاتی آدمی بوده و از زمره ای است که او را از سایر موجودات متمایز می کند، و این نگرش کلی و بینش عام، از رهگذر تامل فلسفی، تامین شدنی است. فلسفه، به زندگی آدمی سازمان می دهد مجموعه فعالیت های ذهنی و عینی او را در رشته ای ساز واره نظام مندی می کند و الگوی حیات معنادار را برای او ترسیم می نماید. گرچه آن الگو، حیات را بی معنا بداند، زیرا در همان حال، زندگی را به بی معنایی معنی کرده است و این قاعده ی عام فلسفه است. به همین جهت همه انسان ها در زندگی خود نیازمند نوعی فلسفیدن هستند.^۱ اگر دین را مجموعه ی معرفتی نظام مند بدانیم، نخستین رسالت آن ارائه ی تصویری فراگیر از هستی است که در راستای آن جهان بینی دینی شکل می گیرد، و از این جهت حوزه ی عملی مشابه با فلسفه پیدا می کند ولی نه اینکه رقیب آن به شمار آید. بینشی که دین از هست های جهان ارائه می دهد، برخوردار از توجیه عقلانی است و به جهت بهره مندی از مقدمات عقلی و منطقی، انتظار واکنش استدلالی از سوی مخاطبان خود را دارد. چه واکنش منفی و مثبت! هر چند با اطمینانی که از وجه هست و توجیه پذیری عقلی مبانی خویش دارد، هستی شناسی خود را برترین، گوهترین، کاملترین و ابطال ناپذیرترین تصویر ممکن می داند، و همین اطمینان که به آن جسارت احتجاج و ورود در میدان رقابت با مدعیان را بخشیده است.

۱- حسینی قائم مقامی، سیدعباس، رنج بی پایان، موسسه انتشارات امیرکبیر، ۱۳۷۹، ص ۱۲۰.

فرق تعبد و تعقل

تعبد نقدناپذیری و نیز تسلیم‌پذیری مرید مآبانه را به دنبال دارد، از این رو بر خلاف تلقی دین‌گريزان، رکن پایه‌ای که بنای دین بر مبنای آن استوار می‌شود، «تعقل» از نوع تاملات فلسفی است، و تعبد ماهیتی درون‌دینی دارد که پس از گذر از گذرگاه شناخت و پذیرش پیش و تصویب تصویری که دین از هستی ارائه داده است به سراغ آدمی می‌آید که این نیز خود توجیهی عقلانی دارد. بنابراین پیدایش و رشد تعبد، در بستری از تعقل و تفلسف بوده و حقانیت مبنای دینی و امدار عقلانیت توجیه‌پذیری عقلی آن است، نه تکلیف و الزام آفرینی شرعی آن، و بر همین اساس فلسفه‌ی دینی به معنای فلسفه‌ورزی و به کارگیری تفکر عقلی در بررسی مدعیات دینی تولد می‌یابد، و به دنبال آن، فلسفه‌ی نظامات سیاسی و اجتماعی شکل می‌گیرد. رسالت فلسفه‌شناختن حقیقت است که جاذبه برانگیز و دافعه‌زاست و هموست که منشاء اثر می‌باشد و امکان ندارد که مفهومی عاری و خالی از حقیقت، منشاء جذب و دفع شود، و اینکه شبیحی در تاریکی شب، آدمی را می‌ترساند و منشاء آثاری خاص می‌شود به آن دلیل است که بیننده، آن شبیح را حقیقت پنداشته است.

فلسفه‌ی اسلامی و فلسفه‌ی غرب

در جهان غرب، به موازات رشد تفکر حسی و رواج پدیدارشناسی فلسفه به عنوان دانش وجودشناسی و پردازنده‌ی هستی‌شناسی، مورد بی‌مهری قرار گرفت و آنچه به نام فلسفه رواج یافت، از این مفهوم تهی شد و مقابل آن نشست. پس از کانت با تفکیکی که میان ظواهر و حقایق ایجاد کرده بود. حقایق از حوزه‌ی معرفت خارج شد و ظواهر به عنوان تنها موضوع و متعلق شناخت باقی ماند و این یعنی تعطیلی وجودشناسی. در تفکر فیلسوفان جدید، فلسفه به معنایی که ذکر شد به شدت مورد دشمنی قرار گرفت آن گونه که آن را فاقد ارزش معرفتی می‌دانستند. اوج این دشمنی را در فلسفه‌ی زبانی و یا فلسفه‌ی تحلیلی

(analytic philosophy) که پایه گذار آن ویتگنشتاین (۱۸۸۹-۱۹۴۷م.) بود می یابیم. گفته های وی با تمام خاصه هایش، تفاوت ماهوی با گفته های پیشینیان خود همچون بار کلی، لاک، هیوم و کانت ندارد. چه جملگی با تاکید بر یک اصل و با یک انگیزه به بحث نشسته اند؛ یعنی اصل اصالت بخشی به تجربه در معرفت و به انگیزه ی جدایی میان مرز فیزیک (علم) از متافیزیک، به منظور ارزش گذاری شناختی اولی و ارزش زدایی از دومی! شاید یکی از امتیازات فلسفه اسلامی عدم دوگانگی در تاریخ فلسفه است، بر خلاف فلسفه ی غرب که این دوگانگی به صورت دو رشته و حتی دو روش از تفکر بشری بسیار ملموس و محسوس است. در حقیقت فلسفه اسلامی «ستز تضاد دیالکتیک بین اشاعره و معتزله بود. اصلاً معنای کلام هم همین است، معنای کلام را هم به معنای دیالکتیک می توانید تفسیر کنید. چون آنها از طریق تکلم و مکالمه، به خصوص مکالمه ای که به روش جدال باشد می خواستند که کشف حقایق قرآن را بکنند. اما تضاد دیالکتیکی که اصطلاح هگل است خیلی بیشتر از مناظرات کلامی است. در هر حال فلسفه ی اسلامی مولود تاریخی این تضاد دیالکتیک بین اشاعره و معتزله است، منتهی خوشبختانه در اثر روشن و روشن گرایی نخستین فلاسفه اسلام مثل فارابی و ابن سینا بوده است که سعی کردند کاملاً عناصر انسانی و عقلانی اسلام و قرآن را با سیستم فلسفه تطبیق بکنند.^۱ فلسفه ی اسلامی به بحث مابین اشاعره و معتزله به طور سیستماتیک پایان داد. زیرا آنها فلسفه را به درستی فهمیدند و تا اندازه ای که قدرت عقلی و بشری داشتند. اصول و معارف اسلامی و قرآنی را هم درک می کردند، و این در میزان عقل و دین را به یکدیگر دمساز نمودند و مشکلات جوامع اسلامی را پاسخ منطقی دادند.

۱- حائری، مهدی، متافیزیک، به کوشش عبدا... نصری، نهضت زنان مسلمان، ۱۳۶۰، ص ۲۶.

اکازیونالیسم^۱ و پانتئیسم

حقیقت این است که بینش فلسفی یک بینش انسانی است و از نظر بینش انسانی هیچ تفاوتی بین انسان‌ها وجود ندارد. آنچه که در غرب اهمیت دارد مسأله‌ی خدامحوری است که اوج آن را می‌توان در فلسفه‌ی مالبرانش مشاهده کرد. هر چند زیربنای بحث ما هم در تفکر اسلامی و هم در فلسفه‌ی امثال مالبرانش همان مسأله‌ی وحدت و کثرت است، لیکن با غور و بررسی در آثار فلاسفه قرن هفدهم و نگاهی به آثار متفکران اسلامی درمی‌یابیم که دسته‌ی اول یعنی متفکران غربی بیشتر در جنبه‌ی عام بحث یعنی رابطه‌ی خدا و جهان به طور کلی سخن گفته‌اند اما دسته‌ی دوم یعنی متفکران مسلمان همتشان بیشتر به سوی جنبه‌ی خاص بحث یعنی «رابطه‌ی خدا و انسان» معطوف بوده است.

اکازیونالیسم برداشتی وحدت‌انگارانه از علیت است. مسأله‌ی علیت یکی از مسایل اندیشه سوز تاریخ فلسفه، و پس از مسأله‌ی وجود، اصیل‌ترین، مرموزترین و مهمترین مسأله فلسفه است. چه در بعد وجود شناختی و چه در بعد معرفت شناختی، کمتر مسأله‌ای را می‌توان یافت که به نحوی از انحاء با مسأله‌ی علیت در ارتباط نباشد. ماجد فخری رساله‌ای برای معرفی نظریات اشاعره و به خصوص غزالی در مورد «لاموثر فی الوجود الاالله» برای غربی‌ها منتشر ساخته و از نظریه آنها به Islamic occasionalism یاد کرده است. اکازیونالیسم برداشتی دینی و تفسیری کلامی از مسأله‌ی علیت در حوزه‌ی طبیعیات است. اگر علیت را مسأله‌ی فلسفی خالصی بدانیم که جایگاه بحث آن امور عامه‌ی فلسفه است، در این صورت «اکازیونالیسم در پذیرش «اصل علیت» با فلسفه متعارف همراه و همگام است هر چند در اصل ضرورت و اصل سنخیت با این فلسفه تفاوت‌هایی دارد».^۲

1 - Occasionalism

2 - Themes. centavo. lock. Berkeley. Hume. Oxford. 1992. p.142

سبب این تعارض و تفاوت برداشت، تفاوتی است که به زغم طرفداران این نظریه بین خدای فلسفه ی یونانی و خدای ادیان توحیدی وجود دارد. در فلسفه خدا چیزی است که بر اساس اصل سنخیت و قاعده ی الواحد تنها یک چیز از او صادر می شود و از آن یک چیز، چیز دیگر و همین طور ... و به این ترتیب نظام هستی وجود پیدا می کند. اما در دین خدا از کسی است که همه چیز و همه کس را با اختیار خویش خلق می کند. فعال مطلق است. هیچ چیز از دایره ی قدرتش بیرون نیست. و هیچ چیز بر مشیت و قدرتش حکومت نمی کند. پس در دین، خدا کسی است و در فلسفه خدا چیزی است.^۱ آنجا سخن از آفرینش و خلقت است و اینجا سخن از صدور. آنجا سخن از آفرینش و خلقت است و اینجا سخن از قاعده الواحد. آنجا بحث از آزادی و اختیار مطلق خدا و اینجا بحث از قطعیت و ضرورت است. آنجا سخن از موثریت مطلق خداست و اینکه در همه چیز و همه جا تنها موثر اوست و اینجا سخن از نظام طولی، علت اولی و علل ثانیه، امکان اشرف و ... است. در نتیجه می توان گفت اکازیونالیسم عکس العملی است کلامی در برابر خدای فلسفه یونان به نفع خدای دین و کوششی است برای پی ریز نظامی کلامی که در آن بحث علیت به طوری اصلاح و تعدیل شده است که بتواند مفسر و مبین فعل خدای دین باشد. پانتئیسم گرایان معتقدند که تمام موجودات تجلی خداوند هستند و اصل همه ی چیزها همان وجود حقیقی است که خداست پس هر چه هست تجلی اوست. «لیس فی الدار غیر دیار» که در واقع یعنی بازگشت تمام چیزها در عین کثرت به وحدت. با این تفسیر اشیاء و موجودات اعلام نما هستند که همگی در صدد علم حق تحت عنوان اعیان ثابتة موجودند و خدا به سان موجودی است که همواره در آیینی ذات خود در حال تجلی و تحقق بخشیدن به چهره های گوناگون ذات نامتناهی و بیکران خدا می باشد. از دید این عده نه تنها می توان گفت که نفسی که حقیقت را می شناسد تا حدی خدایی را که حقیقت دربردارد شناخته است، بلکه می توان گفت که تا

۱- ژیلسون، انین، خدا در فلسفه ی مسیحی، ترجمه ی شهرام پازوکی، مجله فرهنگ، ۱۳۶۵، ص ۴۲.

حدی چیزها را همان طور که خداشناخته است، می‌شناسد. «این نفس در حقیقت به روابط حقیقی اشیاء که خدا علم دارد، معرف پیدا می‌کند. این نفس آنها را از طریق ادراک کمالات خداوند که آن اشیاء را می‌نمایاند و خدا نیز به همین نحو آنها را می‌شناسد».^۱

انتولوجی توحیدی

انتولوجی توحیدی یکی از بزرگترین مباحث و بلکه یکی از شاهکارهای فلسفه ی اسلامی است. انتولوجی یعنی حقیقت شناسی، حقیقت یابی، بحث در طبیعت وجود از لحاظ وجود و از آن جهت که وجود است. به عبارت دیگر «یعنی ما جهان را با خدای جهان و با آنچه که در جهان هستی هست با پدیده‌ها و ناپدیده‌ها و هر چه که هست همه اینها را به نوعی از انواع واحد در وجود شناسایی کنیم و بالنتیجه تمام عالم هستی را در یک واحد هستی بشناسیم. یعنی تمام پدیده‌های هستی را با خدای هستی که مبدا هستی است همه را یک واحد حقیقی وجود بدانیم».^۲ مقصود از توحید نیز حقیقت و یکتایی است. در حقیقت هیچ وجه افتراقی در وجود نیست، کثرتی در عالم وجود ندارد؛ کثرت یک امر عرضی است. معنی پایه‌های جوامع انسانی روی وحدت هستی است که ما با خدای خود یگانه هستیم و جدا نیستیم. بنابراین پایه‌های اجتماع و جامعه شناسی ما بر همین انتولوجی توحیدی استوار است، اما انتولوجی که در جامعه‌ی غرب وجود دارد با انتولوجی توحیدی متفاوت است. افلاطون معتقد بود که عالمی به نام عالم مُثُل وجود دارد که در آن انسان دارای مثالی عقلانی و نوری است. عالم مثل عالم ماورای طبیعت است اما محیط به این عالم است و امور این عالم را اداره می‌کند. بنابراین با این دید انتولوجی انسان و جوامع انسانی و کثرات جوامع انسان در ماوراء طبیعت است.

1 - Schwarz, M. "Acquisition" (kasb) in Early Islamic a philosophy and the classical tradition (oxford, cassiverltd, 1922). P.346

۲- حائری، مهدی، متافیزیک، نهضت زنان مسلمان، ۱۳۶۰، ص ۳۷.

آنچه که از دید سیوسیاالیست ها اهمیت دارد اصالت جامعه است. « این ایراد کلی بر سیوسیاالیزم وارد است که انتولوجی خود را از کجا می آورد. فلاسفه ی سیوسیاالیزم از جمله مارکس و انگلس از این مساله چشم پوشی کردند. و انتولوجی جامعه را اثبات نمی کنند بلکه باصطلاح «اصل موضوعی» فرض می کنند. مثلاً فرض می کنند یک حرکتی هست و یا فرض می کنند یک تضادی هست، حالا هستی اینها از کجا و چه طور آمده است، جوابی ندارند و نمی توانند جوابی بگویند چون انتولوجی ندارند.^۱ یک سیوسیاالیست نمی تواند از اینکه حرکت چیست و آیاد وجود دارد یا نه، بحث کند چون بحث انتولوجی به میان می آید و آنها اصلاً انتولوجی ندارند بنابراین سیستم سیوسیاالیزم ناقص است و همین یکی از نابسامانی های سیوسیاالیزم است. در سیوسیاالیزم اقتصادی مخصوصاً کمونیزم، آحاد مردم حکم آلت را دارند. به این معنا که انسان یک واحد جامعه نیست، نه تنها واحدی از جامعه نیست بلکه جزء اتمیک آن هم نمی باشد. افراد در جامعه ی سیوسیاالیستی چنین حکمی دارند و از لحاظ انتولوجی هیچ عضویتی در تشکیل جامعه ندارند و این در حالی است که افراد با جوامع در انتولوجی توحیدی نه تنها فرقی ندارند بلکه یک وحدت وجودی دارند به خاطر اینکه همه افراد انسان و همه ی جوامع بشری به طور کلی همه ی موجودات جهان هستی یک واحد از مخروط هستی را تشکیل می دهند که راس آن مخروط خدا است و یک ارتباط اتحادی با تمام مخروط دارد که قابل جداسازی و جدازائی نیست.

نماز انتولوجی توحیدی پانتئیسمی

مساله ی اصلی مابین خدا و انسان، چگونگی رابطه بین این دو است. آیا ما هستی های مستقلی هستیم که از سوی خدا هستیم و به سوی ابدیت هم می رویم. به عبارت دیگر آیا رابطه ی ما با خداوند رابطه ای تاریخی است یا نه؟ خدا چه نقشی در وجود فرد فرد ما انسانها

۱- حائری، مهدی، متافیزیک، نهضت زنان مسلمان، ۱۳۶۰، ص ۴۱.

دارد؟ اگر به چنین سئوالاتی پاسخ داده نشود، مطمئناً سردرگمی های زیادی به وجود خواهد آمد و راه حقیقت برای عده ی بسیار زیادی نامشخص می گردد: جنگ هفتاد و دو ملت همه را عذر بنه چون ندیدند حقیقت ره افسانه زدند

و همین گونه پیش خواهد رفت تا جایی که همانند فریدریش نیچه گفته می شود: خداوند مرده است.

جواب تمام این مباحث را فقط می توان با توحید دارد. به عبارت دیگر زیرسازی تمام این مشکلات و تمام این سئوالات مساله ی توحید است. توحید به این معنا که تمام جهان هستی یکی است و هیچ دوئیتی وجود ندارد:

که یکی هست و هیچ نیست جز او و حده لا اله الا هو

بهترین تجلی چنین امری در نماز است. رجوع بشر به شوره زار علم گرایی و دین گریزی، جهت یافتن پاسخی برای نیازهای فطری یا غیرفطری است. بسیاری از آنها که شکل نامعین پیدا کرده اند در آموزه های دینی شکوفا می شوند. امروزه بشر در بعد معرفتی دچار تحیر علمی و نسبت گرایی و عدم اثبات آراء و عقاید است و در بعد روانی دچار تردید علمی، افسردگی و اضطراب، فقدان آرامش و اطمینان خاطر از خودبیگانگی و به تعبیری بی خویشی است. این مجموعه از گرایشات انسانی در یک کلیت بزرگتر به نام نماز قرار می گیرند. این مساله که سر جستجوی انسان نسبت به خدا چیست و چه انگیزه ای باعث می شود که انسان در مورد نماز به کاوش پردازد صرفاً یک پاسخ ندارد و این گونه نخواهد بود که انگیزه ی جستجوی خوانش نماز به خاطر رفع نیازهایی باشد که از طریق غیرنماز و عبادت مشخص شده است.

مهمترین اهمیت نماز (سمبل انتولوجی توحیدی) از بین بردن اندیشه ی تک بعدی و یک سو شدن و یگانه شدن با حق است. نماز در واقع عرفان عملی است که به آن سیر و

سلوک نیز می گویند. نماز از بایدها و نبایدها سخن می گوید و بر اساس آن دستورالعمل‌هایی است که از بایدها و نبایدها، از غیرالمغضوبین‌ها و الضالین‌ها و از اهدنالصراط‌المسقیم سخن می گوید. نماز نوعی اخلاق مذهبی است که بخش اصلی آن را تنظیم ارتباط انسان با خدا تشکیل می دهد و می توان از آن به اخلاق سیر و سلوکی تعبیر کرد. و در واقع ارتباط با مبدا هستی را در بالاترین سطح مورد تاکید قرار می دهد. مرحله‌ی یقظه یا بیداری که در عرفان مطرح است سرچشمه اش در نماز است و ادامه خوانش، سالک را به واصل بدل می کند.

انتولوجی توحیدی با نماز پایه و اساس می یابد زیرا که نماز (عرفان علمی) باعث ایجاد جهان بینی خاص عارفانه ای می شود که باعث تغییر بسیاری از اندیشه‌ها و جهان بینی‌های دیگر می شود. همان گونه که از زاویه نگرش و بیشن یک ماتریالیست به هستی، تفکر عادی است، یک انسان با عبادت از زاویه ای عرفانی به جهان می نگرد و تفسیری بر اساس اعتقادش از هستی ارائه می کند.

نماز به عنوان ترجمان عرفانی عملی، تبدیل حجیات شخصی به حجیات الزامی است. به عبارت دیگر محتوای عبادات اگر در قالب نماز جریان نیابد، جنبه جنبه خاص پیدا می کند و نمی تواند به صورت فراگیر و عام مطرح شود. اما از آنجا که نماز بر اساس جهان بینی الهی امری همگانی است، در نتیجه خوانش آن، هر چه بیشتر به استحکام انتولوجی توحیدی پائنتیستی کمک خواهد کرد. در واقع تبلور حضور و تجلی همه جانبه‌ی خداوند در نفس نماز است. اگر چنین اندیشیده شود، فلسفه عبادات و اطاعت از خداوند نیز بسیار آشکار خواهد شد.

در نظام تکوینی هر معلولی علت خود بوده در حدوث و بقا او را پیروی کرده و در ذات و صفت و فعل فرمان او را می برد و هیچگونه گسستگی در رشته‌ی علیت راه ندارد. نه علت از اشراف و افاضه باز می ماند و نه معلول از انقیاد و خضوع سرباز می زند و بی‌نیازی

معلول، که صرف نیاز به علت است، از علت خود که لازمه‌ی ضروری وی عین افاضه بر معلول می‌باشد با اساس علیت و معلولیت، سازگار نیست؛ لذا سراسر جهان امکان که معلول خدای سبحان اند، بنده‌ی محض حق بوده و آنی از امثال تکوینی آن حضرت تمبر ندارد و عناوین اسلام، نماز، تسبیح، سجده، عبودیت و اطاعت ناظر به همین مطلب است. در واقع یقین شهودی به معارف هدف‌نهایی آفرینش است که همواره به عبادت متکی است گرچه نحوه‌ی اعتماد آن بر عبادت در هر نشأتی مناسب با همان نشأه می‌باشد و اگر لحظه‌ای نماز نباشد آنچه مشهود است مستور می‌گردد و آنکه شاهد است محجوب می‌شود. زیرا تنها وسیله شهود سالک و ظهور غیب همان عبادت است. و اعبدر بک حتی یاتیک الیقین.^۱ نه آنکه بعد از تعیین پرستش بر طرف شود، زیرا زوال عبادت همان و زوال یقین همان. آنچه از آیه‌ی سوره‌ی طلاق (الله الذی خلق سبع السموات و من الارض مثلهن یتنزل الامر بینهن اتعملوا ان الله علی کل شیء قدیر و ان الله قد احاط بکل شیء علماً)^۲ بر می‌آید این است که هدف پیدایش جهان یعنی ظهور حق در آینه خلق همانا آگاه شدن انسان سالک به علم و قدرت حق است و این علم شهودی عارف و اصل را مظهر علم و قدیر می‌نماید. از این رهگذر معلوم می‌شود که حقیقت انسان کامل سرّ هر گونه عبادت است و هر سالکی به مقدار نیل خود از کمال انسانی به راز عبادت می‌رسد و کامل‌ترین آنها که معصومین (ع) اند به سرّ‌نهایی عبادت واصل آمدند، لذا صراط‌المستقیم و میزان اعمال و ... خواهند بود.

بنابراین او همه جا و در همه‌ی مراتب خداوند ظهور دارد. پس او ظاهر است و همه چیز مظهر این است که می‌فرماید: «هو محکم اینما کنتم».^۳ ایاک نستعین یک توحید

۱- سوره حجر، آیه ۹۹.

۲- سوره طلاق، آیه ۱۲.

۳- سوره حدید، آیه ۵.

متوسط خواهد بود هر چند فقط از او استعانت می کنیم ولی سخن از ما هست اما در نماز که رفتاری عاشقانه است و الله المستعان.^۱

ندیم و مطرب و ساقی همه اوست خیال آب و گل در ره بهانه

نتیجه

آنچه که می توان از این مباحث نتیجه گرفت این است که انتولوجی توحیدی جهان اسلام بر انتولوجی غیر توحیدی و اکازیونالیستی غرب برتری دارد وجه برتری و عظمت آن در نماز است. اندیشه ی یگانه محوری غریبان از جنس همان اندیشه های فلسفی و ناقص است که در شناخت خداوند متعال ره به جایی نخواهد برد. چنین اندیشه هایی لایق این بیت مولانا هستند که می گوید:

پای استدلالیان چوین بود پای چوین سخت بی تمکین بود

در حالی که اندیشه ی توحیدی جهان اسلام که مبنی بر وجود خداوند در تمام جلوه های طبیعت است و یا به عبارت کامل تر تمام زمین و زمان و مکین و مکان تجلی ذات اقدس باری تعالی هستند. فلسفه توحیدی اسلام به خاطر وجود نماز باعث عاشقانه شدن رابطه ی بین بنده و خدا شده است.

در چنین حالتی انسان عالم را مظهر خدا می داند و بر خلاف سیوسیالیست ها و خدامحورها، همه چیز برایش با اهمیت و معنا است. هر کجا هست، باشد. زیرا که آسمان مال اوست. فکر، زمین، باغ و هوا در اختیار اوست. بنده ی خسته ی در راه مانده فقط به امید اوست که هنوز گام بر می دارد. آری:

اوقات خوش آن بود که با دوست به سر شد باقی همه بی حاصلی و بوالهوی بود

۱- تفسیر المیزان، سوره یوسف، ج ۱۱، انتشارات جامعه مدرسین، ص ۱۰۶



نماز، مسجد، جهان غرب و رشد اسلام گرایي:
بررسی تطبیقی آثار منتخب ادبیات انگلیسی و فارسی

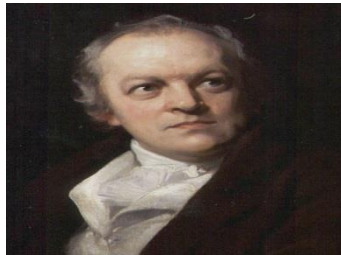
دکتر محمدهادی جهان‌دیده

عضو هیات علمی

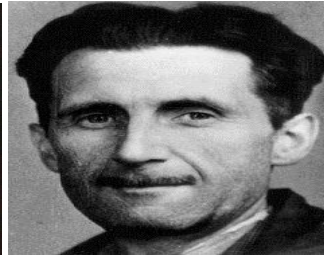
دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شیراز، گروه زبان انگلیسی، شیراز، ایران

E-Mail: goleroz1797@yahoo.com

Mobile Number: 09176959533



جورج اورول



ویلیام بلیک



ajayeb.ir

سعدی شیرازی



محمد رضا آغاسی

چکیده

همزمان با قیام ملل مسلمان که در پیشانی حرکت خود نشانی از بیداری اسلامی و رشد اسلام گرایی دارد، نقش مساجد در خنثی سازی توطئه های جهان غرب به وضوح نمایان است. هدف از این پژوهش آنست که با بررسی تطبیقی آثار منتخب بلیک، اورول، سعدی و آغاسی جایگاه و منزلت پرستشگاه در پیکره عظیم ادبیات انگلیسی و فارسی مشخص گردد. اهمیت این پژوهش در آگاه ساختن نسل جوان ایران از نقش اثرگذار و جایگاه ویژه مساجد در دنیای چند فرهنگی کنونی و آماده ساختن آنان برای مقابله با امواج سهمگین تهاجم فرهنگی قرار دارد. روش تحقیق در پژوهش حاضر، به صورت توصیفی-تحلیلی و با رویکردی تطبیقی می باشد. به بیان دیگر، پژوهشگر با استفاده از منابع کتابخانه ای به تجزیه و تحلیل مفهوم پرستشگاه و تفاوت های آنها در متون منتخب ادبی می پردازد. نتایج بدست آمده حاکی از آن هستند که پرستشگاه ها در نظر تمامی شاعران و نویسندگان منتخب، بیش از آنکه به پیروان دین خاصی تعلق داشته باشند، پناهگاه های مقدسی هستند که باید با منش پاک و خلوص نیت در آنها پای گذاشت. مساجد نیز به عنوان یکی از این پایگاه های فرهنگی از نقش بسزایی در ترویج عدالت، تسخیر دلها، تنویر افکار نسل جوان و گسترش ارزشهای اسلامی برخوردار هستند.

واژه های کلیدی: مسجد، ادبیات، فرهنگ، جوانان

مقدمه

با وجود گذشت دو سده از پیدایش "بیداری" یا "خیزش" اسلامی در اقصا نقاط جهان همچنان نقش مساجد و رهبران آگاه در شکل‌گیری این حرکات پرننگ و ملموس است. البته این نکته شایان ذکر است که در مسیر این حرکات همواره جریان‌های سیاسی و فرهنگی متعددی شکل گرفته‌اند که در جای خود شبیه به هم، متفاوت از یکدیگر و در برخی از موارد از هدف اصلی فاصله گرفته‌اند.

با این حال، آنچه در گرداب حوادث و فراز و نشیب‌های روزگار مانع از تبدیل شدن اختلاف سلیقه‌ها به انحراف شده است، عنصر حیات بخش مساجد و راهنمایی‌های مقتدرانه رهبران آزادی خواهی همچون حضرت امام خمینی علیه السلام و حضرت آیت الله العظمی خامنه‌ای (دامت برکاته) بوده است.

همواره میان پرستشگاه‌هایی همچون کلیساها، معابد و مساجد از یکسو و پهنه گسترده ادبیات جهان تفاهم و تعاملی دوسویه برقرار بوده است. این اماکن به زیبایی در تار و پود آثار تنیده شده‌اند و از نقشی محوری در شکل‌گیری پرننگ داستانها و طرح‌های اشعار برخوردار هستند.

در باطن این پرستشگاه‌ها، ارزش‌ها و ایدئولوژی‌هایی نهفته‌اند که به نوبه خود عامل فرهنگی-عقیدتی شکل‌دهنده و جلو برنده متون ادبی محسوب می‌گردند. از طرفی، شاعران و نویسندگان نیز به فراخور اصول جهان بینی و طرز فکر خود به مخالفت یا ملازمت ارزشهای موجود می‌پردازند و آنها را نیز در آثار خود منعکس می‌سازند. در پژوهش حاضر قصد آن داریم تا با بررسی شباهتها و تفاوت‌های موجود در دیدگاه‌های ادیبان منتخب به نقش و جایگاه پرستشگاه‌ها و بویژه مساجد در زندگی بشریت پی ببریم. نگاهی به پیشینه پژوهش‌های صورت گرفته در این زمینه، ما را از اهمیت این موضوع آگاه خواهد ساخت.

پیشینه تحقیق

با آنکه تا کنون مقالات بسیاری حول محورها و موضوعات مرتبط با مسجد و نماز نوشته شده است اما کمتر به رابطه این مفاهیم با ادبیات پرداخته شده است. از طرفی هیچیک از نویسندگان منتخب نیز به طور همزمان و یکجا با یکدیگر مقایسه نشده اند. از این رو، پژوهش حاضر گام موثری جهت بررسی هماهنگ جایگاه و منزلت پرستشگاه و بالاخص مسجد در آثار این نویسندگان خواهد بود. از جمله پژوهش های انجام شده می توان به مقاله حمید قنبری (۱۳۸۴) با عنوان "مروری بر نقش مسجد در ادبیات" اشاره کرد که وی به بررسی مفهوم مسجد در اشعار چند تن از شاعران بنام ایرانی پرداخته است. پژوهش دیگر مقاله غلامرضا گلی زواره (۱۳۸۵) «مسجد کانون قیام های اسلامی از آغاز تا انقلاب اسلامی» است که او در آن نقش مهم مسجد در نهضت اسلامی و ابعاد مختلف این پایگاه عبادی و سیاسی را مورد مذاقه قرار داده است. پژوهش دیگر پایان نامه کارشناسی ارشد ثریا امیری (۱۳۸۰) تحت عنوان «مسجد در جامعه اسلامی از دیدگاه آیات و روایات» می باشد که به زعم پژوهشگر امروزه نیز باید کارکردهای مختلفی را که مسجد در صدر اسلام در جامعه اسلامی داشته است دوباره احیا کنیم و نقش همه جانبه مسجد را در جامعه اسلامی بیش از پیش پر فروغ گردانیم. در بخش بعدی به محدوده پژوهش و دامنه بحث می پردازیم.

محدودیت های تحقیق

در این تحقیق، پژوهشگر بر آن است تا تنها برخی از آثار شاعران و نویسندگان منتخب را از حیث مولفه های مرتبط با پرستشگاه مورد بررسی قرار دهد. این بدان دلیل است که انجام چنین کاری مستلزم صرف زمان کافی و تحلیل محتوای تمامی آثار با رویکرد به زندگینامه نویسندگان می باشد. لذا، به دلیل محدودیت زمان و به فراخور مجال این مقاله، فقط با نگاهی گذرا و از چشم انداز فرهنگی به تحلیل محتوای این آثار می پردازیم. نخست، آثار ادیبان انگلیسی و سپس شاعران ایرانی را مورد واکاوی قرار خواهیم داد.

بررسی تطبیقی مفهوم "پرستشگاه" در آثار منتخب:

الف) ویلیام بلیک: ترانه های بی گناهی و ترانه های تجربه

ویلیام بلیک (۱۷۵۷-۱۸۲۷) در زمره مشهورترین شاعران جنبش رومنتیک است. از مهمترین ویژگیهای این دوره می توان به توجه بسیار زیاد شاعران به احساسات، نمادگرایی، طبیعت و عناصر فرا طبیعی اشاره نمود. از آنجا که پیروان این مکتب به خودجوش، تخیلی، نوآور و آزاد بودن ادبیات اعتقاد داشتند. بلیک ترانه های بی گناهی و تجربه را به ترتیب در سالهای ۱۷۸۹ و ۱۷۹۴ منتشر کرد. امرالله ابجدیان واژه های بی گناهی و تجربه را بدین صورت تشریح نموده است:

بی گناهی را به معنای بی آزاری و نداشتن گناه به کار می بریم، اما هدف بلیک بی گناهی نیست، بلکه ناآزمودگی است. بی گناهی سازمان نیافته و یا ناآزمودگی، دو گانه با بی گناهی سازمان یافته و یا آزمودگی، در برابر تجربه ناتوان است. از آنجا که بی گناهی و تجربه دو حالت از چهار حالت هستی روان انسان هستند، گذر از هر دو حالت بایسته است، اگر چه بی گناهی و یا ناآزمودگی، ویژه تنها کودکی و تجربه، ویژگی تنها بزرگسالی نیستند. بلیک این سروده ها را نمایانگر دو حالت متضاد از روان انسان می داند. بی گناهی، سرزمین بوله است و تجربه، دنیای خشن اما زنده ی زایش و پویایی است. (ابجدیان، ۱۳۸۷، ۱۰۰)

سروده "تمثال خداوند" در ترانه های بی گناهی، سراسر تجسم خالق عالم در وجود انسانها است. به زعم بلیک، هر جا که سخن از دلسوزی، عشق و صفا باشد در آنجا محل حضور پروردگار عالم است. به بیان دیگر، پرستشگاه ها تنها بهانه و مستمسکی برای یافتن خدا و محل تجمع ساده دلان و گمگشتگانی هستند که آفریننده خویش را در یک مکان خاص جستجو می کنند:

To Mercy Pity Peace and Love	به درگاه گذشت، دلسوزی، صفا و عشق
All pray in their distress	همگان در پریشانی دعا می کنند
And to these virtues of delight	و به درگاه این پارسایی های شادی بخش
Return their thankfulness	همگان شکر گزاری می کنند
For Mercy Pity Peace and Love	زیرا گذشت، دلسوزی، صفا و عشق
Is God our father dear	خداست پدر گرامی ما
And Mercy Pity Peace and Love	و گذشت، دلسوزی، صفا و عشق
Is Man his child and care	انسان است، فرزند و مورد توجه آن پدر
For Mercy has a human heart	زیرا گذشت قلبی انسانی دارد
Pity, a human face	دلسوزی چهره ای انسانی دارد
And Love, the human form divine	و عشق کالبد خدایی انسان است
And Peace, the human dress	و صلح و صفا تن پوش انسان است
Then every man of every clime	بنابراین، هر انسانی ار هر آب و خاکی
That prays in his distress	که در پریشانی دعا می کند
Prays to the human form divine	به درگاه قالب خدایی انسان دعا می کند
Love Mercy Pity Peace	به درگاه عشق، گذشت، دلسوزی و صفا
And all must love the human form	و همگان باید شمایل انسانی را دوست بدارند
In heathen, turk or jew	چه کافر، چه ترک و چه یهودی
Where Mercy, Love & Pity dwell	هر کجا گذشت، عشق و دلسوزی مسکن گزینند
There God is dwelling too	در آنجا نیز خدا بسر می برد

(همان، ۱۰۷)

"روز نیکوکاری"، در **ترانه های تجربه**، بیانگر بغض و کینه ریشه دار بلیک نسبت به

زاممداران فاسد **کلیساها** می باشد. وی در این سروده خود را مدافع حقوق از دست رفته ایتام

معرفی می کند و در پی زنگارزدایی از چهره عاملان دین مسیحیت، گسترش عدالت و تنویر افکار نسل های پس از خود است. در دنیای تجربه، ارزشها وارونه هستند و شرارت و بدکاری به مثابه نیکوکاری هستند. وظیفه آدمی نیز آنست که با گذر از پل تجربه به بی گناهی سازمان یافته نایل گردد. در این ترانه، شاعر با هنرمندی هر چه تمام تر نشان می دهد که چگونه **کلیساها** و کشیشان وابسته به دولت را نماد دنیای تجربه و دغلكاری معرفی می کند. این کشیشان سودجو از تعالیم دینی که خود در **کلیساها** به دیگران می آموزند بهره ای نبرده اند و زیر نقاب سرپرستی از ایتام و کودکان بی سرپرست، آنها را به استثمار می کشانند. بلیک در "**روز نیکوکاری**"، با قلبی سرشار از حزن و اندوه چنین گلایه سر می دهد:

Is this a holy thing to see	آیا این چیزی مقدس است که بینیم
In a rich and fruitful land	در سرزمینی ثروتمند و پر بار
Babes reduced to misery	بچه ها به بدبختی افتاده اند
Fed with cold and usurous hand?	و با دست بی عاطفه و رباخوار تغذیه می شوند؟
Is that trembling cry a song?	آیا آن لرزش، صدای ترانه است؟
Can it be a song of joy?	آیا می تواند ترانه شادمان باشد؟
And so many children poor?	و بسیاری از کودکان تهی دست باشند؟
It is a land of poverty!	اینجا سرزمین تهی دستی است.
And their sun does never shine	و خورشید آنها هرگز نمی درخشد،
And their fields are bleak and bare	و دشت های آنها سرد و بی آب و علف هستند
And their ways are filled with thorns	و راهشان را خارها پوشانده اند
It is eternal winter there.	در آنجا زمستان جاودانه است
For where'er the sun does shine	زیرا هر کجا خورشید بدرخشد،

و هر کجا باران بیارد،
Babes should never hunger there بچه هرگز گرسنه نمی ماند،
Nor poverty the mind appall و تهی دستی، خیال انسان را هراسان نمی کند.
(همان، ۱۲۷)

ب) جورج اورول: به یاد کاتالونیا و روزهای برمه

نفرت از کلیسا تا چند سده ها بعد از بلیک ادامه پیدا می کند و در به یاد کاتالونیا (۱۹۳۸) اثر جورج اورول (۱۹۵۰-۱۹۰۳) هویدا می گردد. این سفرنامه به جنگ داخلی اسپانیا میان جمهوری خواهان و ملی گرایان در خلال سالهای ۱۹۳۶ تا ۱۹۳۹ می پردازد. اورول تا حدودی نفرت از کلیساها را عامل نهضت‌های انقلابیون جمهوری خواه اسپانیا می داند:

برای اولین بار در شهری بودم که طبقه کارگران بر مرکب نشسته بود. آنان عملاً همه بناهای بزرگ را در اختیار خویش آورده و از آنها پرچم‌های سرخ، یا پرچم‌های سرخ و سیاه آنارشیسست‌ها را آویخته بودند. روی هر دیواری داس و چکش یا حرف اول احزاب انقلاب را کج و کوله رسم کرده بودند. تقریباً تمام کلیساها تخلیه و تصاویرش سوزانده شده بود. گروه‌های کار اینجا و آنجا کلیساها را منظمآ خراب می کردند. (اورول، ۱۳۶۱، ۶)

زمانی که اورول هنوز درگیر جنگ با نیروهای فاشیست ملی گرا به رهبری فرانکو است از جابجایی ارزشهای کلیسایی با آنارشیسستی در حیرت فرو می رود:

در شرق هواسکا تا اواخر مارس اتفاقی نیفتاد- تقریباً به معنای واقعی کلمه، هیچ اتفاقی...، کاملاً غیر ممکن است که جنگ اسپانیا را صرفاً از دیدگاه نظامی آن نوشت...، طبقه کارگر اسپانیا بخاطر دموکراسی و حفظ موقعیت - بعکس آنچه احتمالاً انتظار می‌رفت - در مقابل فرانکو ایستاده بود. مقاومتش همراه با اعتراضی سازش ناپذیر و انقلابی بود، یا در حقیقت می‌توان گفت از آن سرچشمه می‌گرفت.

دهقانان زمینها را گرفته بودند، بسیاری از کارخانه ها و بخش اعظم سیستم حمل و نقل در اختیار اتحادیه‌ها در آمده بود. کلیساها تخریب و کشیش‌ها تار و مار شده بودند یا بقتل می‌رسیدند. روزنامه دیلی میل توانست به تشویق مراجع روحانی، فرانکو را به عنوان وطنپرستی که کشورش را از چنگ یک ایل اهریمنی «سرخ» نجات می‌داد، معرفی کند. (همان، ۴۸)

اورول در سفرنامه **به یاد کاتالونیا** اساس و عصاره تفکر آنارشیستی را در سه چیز خلاصه می‌کند که یکی از آنها نفرت از **کلیساها و کشیشان** خائن می‌باشد:

تعریف بینش آنارشیستی به این سادگی نیست. واژه ناروشن «آنارشیست‌ها» در هر حال به منظور مشخص کردن تعداد کثیری از مردمی با نقطه نظرهای متفاوت بکار می‌رود. بلوک عظیم اتحادیه‌های ان.ت.ان.ت (کنفدراسیون ملی کارگران) حدوداً دو میلیون عضو داشت و ارگان سیاسی اش اف.آ.ئی (فدراسیون آنارشیستی ئیریا)، سازمانی خالص آنارشیستی بود. اهداف ان.ت.ان.ت و اف.آ.ئی به طور کلی این بود:

۱. اعمال کنترل مستقیم کارگران بر هر یک از شعبات صنعت، یعنی در بخش حمل و نقل، کارخانه‌های نساجی و غیره.
۲. حاکمیت شوراهای محلی و مقاومت در مقابل هر گونه قهر متمرکز و اقتدارگرایانه دولتی.
۳. خصومت بی‌چون و چرا علیه بورژوازی و دستگاه کلیسا.

(همان، ۵۹)

در **روزهای برمه (۱۹۳۴)**، معابد را هم به تیر نقد می‌سپارد و با نگاهی از سر تمسخر آنها را پناهگاه‌های امنی برای آندسته از مجرمانی معرفی می‌کند که به خیال خام خود قادر به فریب پروردگار هستند. این رمان ماجرای اهداف شیطنانی اصلی‌ترین شخصیت داستان یعنی یوپوکین رئیس دادگاه فرعی بخش کیائوکتادا در ناحیه علیای برمه است.

تنها آرزوی این شخصیت پلید که تا حد زیادی از عقده خود کم بینی وی سرچشمه می گیرد، نشست و برخاست با انگلیسی ها به عنوان صاحبان نژاد و فرهنگ برتر است. یوپوکین که دست خود را به جرایم مختلفی از قبیل رشوه خواری، دزدی، فحشا و برده داری آلوده کرده است، گمان می کند که ثواب ها و کمک های وی به **صومعه ها و معابد** وی را عاقبت بخیر خواهند نمود. اورول می نویسد:

او [یوپوکین] عملاً آسیب ناپذیر بود...، انسان می توانست به جرات ادعا کند که وی هیچگاه مشتش باز نخواهد شد و همیشه با موفقیت قرین خواهد بود و سرانجام دار فانی را با چنان افتخار کاملی وداع خواهد گفت که چندین لک (چند صد هزار) روپیه ارزش خواهد داشت. حتی پس از مرگ نیز موفقیت هایش ادامه خواهد داشت...، یوپوکین...، در نظر داشت در سالهای آخر حیات خود آنقدر کار ثواب ذخیره نماید که کفه ترازو را به نفع خود سنگین کند. شاید کارهای نیک وی به صورت ساختن پاگوداها درآید. چهار معبد، پنج تا، شش تا، هفت تا - کاهنان به وی خواهند گفت چند تا - با کنده کاری های سنگی، چترهای زرانود و تعدادی از زنگوله های کوچک که با وزش باد به صدا درآیند و هر جرنگ و جرنگ زنگوله ای دعایی به حساب وی منظور شود. سپس با قالب انسانی به زمین باز خواهد گشت. (اورول، ۱۳۶۳، ۴)

یوپوکین از اینکه عضویت وی در باشگاه اروپائیان تنها با حذف دکتر وراسوامی تحقق می یابد آگاه است و برای رسیدن به این هدف از کوباسین، متصدی دفتر قائم مقام کمیسیونر، کمک می گیرد. گفتگوی ذیل میان یوپوکین و کوباسین حاکی از تلاش وی در توطئه سازی علیه رقیب خود است:

[یوپوکین] می خواهیم به یک حمله هماهنگ شده علیه دکتر وراسوامی، که یک جراح عمومی و رئیس زندان است، دست بزنیم. می خواهیم به او تهمت بزنیم. شهرتش را لکه دار کنیم و سرانجام او را از بین ببریم. عمل حساسی خواهد بود، به

طور وضوح مورد اتهام باید خیانت، ملی گرایی، تبلیغ به آشوبگری و عصیان باشد. باید اروپائیان را متقاعد کنیم که دکتر دارای عقیداد خیانت آمیز و ضد انگلیسی است. آنها از کارمند بومی انتظار دارند که رشوه بگیرد. ولی بگذاریم حتی یک لحظه هم در وفاداری او شک کنند، کارش ساخته است.

[کوباسین]: اثبات این کار بسیار مشکل است. دکتر به اروپائیان بسیار وفادار است و وقتی که حرفی علیه آنان زده می شود عصبانی می شود آنها این را می دانند، عقیده شما چیست؟ [پوپوکین]: مزخرف است، مزخرف است. هیچ اروپایی به فکر دلیل در این مورد نیست. اگر مردی چهره‌ای سیاه داشته باشد، شک، خود دلیل است.

(همان: ۹)

رمان *روزهای برمه* سرانجام با سکنه مغزی یوپوکین و راهی شدن وی از زندگی نکبت بارش به سوی دوزخ خاتمه می یابد. گویی خداوند مکافات افراد کج اندیشی همچون یوپوکین را در همین دنیا قرار داده است. به عقیده اورول، هرگز با عوام فریبی و توسل دروغین به معابد و سایر پرستشگاه ها نمی توان راه رستگاری را پیمود.

ج) سعدی شیرازی: بوستان و غزلیات

جایگاه سعدی شیرازی (۶۹۱-۶۰۶ هجری قمری) سخن سرای نامدار ایرانی در ادبیات فارسی رفیع تر از آن است که نیازمند تذکر و تایید باشد. در این پژوهش، تنها دو نمونه از شاهکارهای ادبی سعدی یعنی *بوستان* (۶۵۵-هجری قمری) و *غزلیات* وی را از حیث مفاهیم پرستش و پرستشگاه بررسی می نماییم. این مفاهیم در کنار سایر مقوله‌های بنیادی مرتبط با رفتار بشر و با اهتمام به آموزش تربیتی و پرورش اخلاقی افراد جامعه به شیوایی هر چه تمام جلوه گر شده اند. سعدی در *غزلیات* خود چندین بار بر اهمیت خلوص، یکدلی در پیمودن طریقت حق پای می فشارد:

روی در مسجد و دل ساکن خمار چه سود؟ خرقه بر دوش و میان بسته به زنا چه سود؟

هر که او سجده کند پیش بتان در خلوت
دل اگر پاک بود خانه‌ی ناپاک چه پاک
چون طبیعت نبود قابل تدبیر حکیم
قوت حافظه گمراسته نیاید در فکر
عاشقی راست نیاید به تکبر سعدی
لا ف ایمان زدنش بر سر بازار چه سود؟
سر چو بی مغز بود نغری دستار چه سود؟
قوت ادویه و ناله بیمار چه سود؟
عمر اگر صرف شود در سر تکرار چه سود؟
چون سعادت نبود کوشش بسیار چه سود؟

به عقیده شیخ اجل، شرط مسلمانی و نشانه ایمان بیش از آنکه رفتن به مسجد و انجام واجبات شرعی باشد، رعایت رفتار انسانی و احترام متقابل نسبت به دیگران است. حکایت رویارویی عالمی متکبر با جوانی غیر مسلمان در کتاب *بوستان* شاهدی بر همین نکته است:

فقیهی بر افتاده مستی گذشت
ز نخوت بر او التفاتی نکرد
تکبر مکن چون به نعمت دری
یکی را که در بند بینی مخند
نه آخر در امکان تقدیر هست
تورا آسمان خط به مسجد نشست
ببند ای مسلمان به شکرانه دست
نه خود می رود هر که جویان اوست
به مستوری خویش مغرور گشت
جوان سر بر آورد کای پیرمرد
که محرومی آید ز مستکبری
بادا که ناگه درافتی به بند
که فردا چو من باشی افتاده مست؟
مزن طعنه بر دیگری در کنشت
که ز نار مغ بر میانست نسبت
به عنفش کشان می برد لطف دوست

از نظر استاد سخن، سعدی علیه الرحمه، انسان به شرط برخورداری از صفای باطن و نیت پاک می تواند جلوه حضور پروردگار را در تمامی پرستشگاه ها اعم از مسجد، کنیسه و کلیسا مشاهده نماید. این جهان بینی و طرز تفکر در اشعار شاعران معاصر همچون محمد رضا آغاسی نیز ادامه یافته است.

د) محمد رضا آغاسی: ساقی سرمست ما، نماز، روح نماز

مرحوم حاج محمد رضا آغاسی (۱۳۸۳-۱۳۳۸)، مداح و شاعر مذهبی شیعه، کلمه **مسجد** را در اشعار دلنشین خود با تلاش نستوه خود برای بیداری اسلامی و هدایت مردم بویژه نسل جوان بکار می برد. وی همچون بیشتر شاعران متعهد پیش از خود، اخلاص در عمل، تواضع و بندگی به درگاه ایزد منان را از شرایط قبولی اعمال عنوان می کند. از نظر این شاعر خودساخته، تمامی ادیان مظهر نور حق و تمامی پرستشگاه‌ها جایگاه تبلور عظمت الهی هستند. وی در شعر "**ساقی سرمست ما**" اینگونه اندرز می دهد:

ساقی سرمست ما دیوانه نیست	سرگذشت انبیا افسانه نیست
آنچه در دستور کار انبیاست	جنگ با مکر و فریب اغنیاست
چیست در انجیل و تورات و زبور	آیه های نور و تسلیم و حضور
جمله ادیان ز یک دین پیش نیست	جز الوهیت رهی در پیش نیست
خانقاه و مسجد و دیر و کنشت	هر که را دیدم به دل بت می سرشت
لیک در بتخانه دیدم بی عدد	هر صنم سرگرم ذکر یا صمد
یا صمد یعنی که ما را بشکنید	پیکر ما را در آتش افکنید
گر سبک گردیم در آتش چو دود	می توان تا مبدا خود پرگشود

(منابع اینترنتی، ۱)

مرحوم آغاسی با شور حالی کم نظیر در شعر "**نماز**"، مساجد را یکی از روحبخش ترین

اماکن مذهبی و خانه سرور و شادی معرفی می کند:

به آوای خروسان سحر خیز	سحر سر میزند از خواب برخیز
به آب دیده دل را شستشو کن	پس آنگه جانب معشوق رو کن
مساجد خانه نور سرورند	تجلی گاه آیات حضورند
زجا برخیز هنگام حضور است	اگر موسی شوی هر گوشه تورا است
مسلمان بی نمازی ناسپاسیست	نماز اول قدم در خود شناسیست

تو بنگر گاه قرآن مبین را
نماز آرام جان مومنین است
خوشا آنان که دائم در نمازند

مروری کن صفات مومنین را
ستون آسمان پیمای دین است
تمام عمر قنائم بر نمازند
(همان)

اکنون، به عنوان حسن ختام این بحث، روح خود را با شعر "روح نماز" این شاعر تسلی

می بخشیم:

ما را نظری به غیر الله مباد
هر چند که دست ما به جز آه مباد
امروز بشارتی عظیم دادند
وقتی که موذن به نمازم می خواند
زان روز که تو اهل نمازم کردی
تا بر قدمت روی نیاز آوردم
یک قوم پر از سوز و گدازت خواندند
قوم دگری بریده از راه حجاز

بر در گه عشق غیر از این راه مباد
از دامن اهل بیت کوتاه مباد
راهی به صراط مستقیم دادند
سجاده‌ای از جنس نسیم دادند
در وادی سجده سرفرازم کردی
از منت خلق بی نیازم کردی
قومی ز نیاز بی نیازت خواندند
ای روح نماز، بی نمازت خواندند
(همان)

۵) نتیجه گیری

آنچه مایه پیوند آثار این شاعران و نویسندگان منتخب به یکدیگر می گردد، حس عدالت خواهی آنها نسبت به مفاهیم پرستش و پرستشگاه است. به نظر تمامی این ادیبان، پرستشگاه‌ها بیش از آنکه به پیروان دین یا مذهب خاصی تعلق داشته باشند، پناهگاه‌های امن و مقدسی هستند که باید با منش پاک و خلوص نیت در آنها پای نهاد. مساجد نیز به عنوان یکی از این پرستشگاه‌ها و پایگاه‌های فرهنگی صاحب قدرتی فراوان در ترویج عدالت و تسخیر دلها می باشند. از اینرو باید از این حریم‌های امن الهی در جهت تنویر افکار نسل جوان و گسترش ارزش‌های اسلامی استفاده بهینه کرد.

منابع

۱. ابجدیان، امرالله (۱۳۸۷) **تاریخ ادبیات انگلیس**، جلد نهم، شیراز، مرکز نشر دانشگاه شیراز.
۲. امیری، ثریا (۱۳۸۰) «مسجد در جامعه اسلامی از دیدگاه آیات و روایات». پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده اصول الدین، قم.
۳. اورول، جورج (۱۳۶۳) **روزهای برمه**، اول، تهران، آوا.
۴. -----،----- (۱۳۶۱). **به یاد کاتالونیا**. تورج آرامش. تهران. نشر آگاه
۵. سعدی، مصلح الدین عبدالله. (۱۳۶۱). **غزلیات سعدی**. به تصحیح حبیب یغمایی. تهران. موسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی.
۶. قبری، حمید (۱۳۸۴) "**مروری بر نقش مسجد در ادبیات**" موجود در پایگاه اینترنتی: <http://www.ido.ir/a.aspx?a=1384053101>
۷. گلی زواره، غلامرضا (۱۳۸۵) «**مسجد کانون قیام های اسلامی از آغاز تا انقلاب اسلامی**» موجود در پایگاه اینترنتی: [_www.hawzah.net/fa/MagArt.html?MagazineID](http://www.hawzah.net/fa/MagArt.html?MagazineID)

منابع اینترنتی

۱. <http://www.aghasi.blogfa.com/>؛ See
۲. [http:// fa.wikisource.org/wiki/...](http://fa.wikisource.org/wiki/.../)؛ See

«پروین اعتصامی» و حقوق نسوان

نامه‌های پروین اعتصامی و چند نکته در باره‌ی دیوان شعر و زندگانی وی

سال ۱۳۸۰ فصلنامه‌ی ایرانشناسی

دکتر جلال متینی

2011، August 28، Sunday

www.govara.com

خرداد ۱۳۸۶

با آن که نوشته‌اند «پروین» دختری کمرو و

خجالتی بوده‌است، او به «آزادی نسوان» از دل و جان

اعتقاد داشته و سالها پیش از آن که به فرمان

«رضاشاه» در ۱۷ دیماه ۱۳۱۴، کشف حجاب در ایران

عملی گردد، او در خردادماه ۱۳۰۳ خورشیدی در

خطابه‌ای با عنوان «زن و تاریخ» در روز جشن

فارغ‌التحصیلی خود در مدرسه‌ی «انائیه‌ی آمریکایی

تهران»، از ستمی که در طی قرون و اعصار، در شرق و



غرب به زنان روا داشته‌اند، سخن گفت و در ضمن تصریح نمود که: «سرانجام زن پس از

قرن‌ها درماندگی، حق فکری و ادبی خود را به دست آورد و به مرکز حقیقی خود نزدیک

شد... در این عصر، مفهوم عالی «زن» و «مادر» معلوم شد و معنی روحبخش این دو کلمه که

موسس بقا و ارتقاء انسان است، پدیدار گشت. این که بیان کردیم راجع به اروپا بود. آنجا

که مدنیت و صنعت، رایت فیروزی افراشته و اصلاح حقیقی بر اساس فهم و درک تکیه

کرده... آنجا که دختران و پسران، بی تفاوت جنسیت، از تربیتهای بدنی و عقلی و ادبی

بهره‌مند می‌شوند... آری آنچه گفتیم در این مملکت‌های خوشبخت وقوع یافت. عالم

نسوان نیز در اثر همت و اقدام، به مدارج ترقی صعود نمود. اما در مشرق که مطلع شرایع و مصدر مدنیت علام بود... کار بر این نهج نمی گذشت.

اخیراً "کاروان نیک‌بختی از این منزل کوچ کرد و معمار تمدن از عمارت این مرز و بوم، روی برتافت... در طی این ایام، روزگار زنان مشرق زمین، همه‌جا تاریک و اندوه‌خیز، همه‌جا آکنده به رنج و مشقت، همه‌جا پر از اسارت و مذلت بود... مدت‌هاست که آسایی از خواب گران یأس و حرمان برخاسته می‌خواهد، آب رفته را به جوی بازآرد. اگرچه برای معالجه‌ی این مرض اجتماعی بسیار سخن‌ها گفته و کتابها نوشته‌اند، اما داروی بیماری مزمن شرق، منحصر به تربیت و تعلیم است. تربیت و تعلیم حقیقی که شامل زن و مرد باشد و تمام طبقات را از خوان گسترده‌ی معرفت مستفید نماید.

ایران، وطن عزیز ما که مفاخر و مآثر عظیمه‌ی آن زینت‌افزای تاریخ جهان است، ایران که تمدن قدیمیش اروپای امروز را رهین منت و مدیون نعمت خویش دارد، ایران با عظمت و قوتی که قرن‌ها بر اقطار و ابصار عالم حکمروا بود، از مصائب و شداید شرق، سهم وافر برده، اکنون به دنبال گم‌شده‌ی خود می‌دود و به دیدار شاهد نیک‌بختی می‌شتابد... امیدواریم به همت دانشمندان و متفکرین، روح فضیلت در ملت ایجاد شود و با تربیت نسوان اصلاحات مهمه‌ی اجتماعی در ایران فراهم گردد. در این صورت، بنای تربیت حقیقی استوار خواهد شد و فرشته‌ی اقبال در فضای مملکت سیروس و داریوش، بال‌گشایی خواهد کرد.» «پروین اعتصامی» در همین جلسه، شعر «نهال آرزو» را که برای جشن فارغ‌التحصیلی کلاس خود سروده بود، خواند. شعری که همان دختر شرمگین و آرام و کمرو در آن، فریاد برآورده که «از چه نسوان از حقوق خویشتن بی‌بهره‌اند»:

نهال آرزو

ای نهال آرزو، خوش زی که بار آورده‌ای
غنچه بی‌باد صبا، گل بی بهار آورده‌ای
باغبانان تو را امسال، سال خرمی ست
زین همایون میوه، کز هر شاخسار آورده‌ای
شاخ و برگت نیکنامی، بیخ و بارت سعی و علم
این هنرها، جمله از آموزگار آورده‌ای
خرم آن کاو وقت حاصل ارمغانی از تو برد
برگ دولت، زاد هستی تو ش کار آورده‌ای

غنچه‌ای زین شاخه، ما را زیب دست و دامن است
همتی ای خواهران، تا فرصت کوشیدن است
پستی نسوان ایران، جمله از بی‌دانشی ست
مرد یا زن، برتری و رتبت از دانستن است
زین چراغ معرفت کامروز اندر دست ماست
شاهراه سعی اقلیم سعادت، روشن است
به که هر دختر بداند قدر علم آموختن
تا نگوید کس پسر هوشیار و دختر کودن است

زن ز تحصیل هنر شد شهره در هر کشوری
 برنکرد از ما کسی زین خوابِ بیداری سری
 از چه نسوان از حقوق خویشتن بی بهره‌اند
 نام این قوم از چه، دور افتاده از هر دفتری
 دامن مادر، نخست آموزگار کودک است
 طفل دانشور، کجا پرورده نادان مادری
 با چنین درماندگی، از ماه و پروین بگذریم
 گر که ما را باشد از فضل و ادب بال و پری

ناگفته نماند که سرودن شعر «نهال آرزو» در آن سال‌ها، آن چنان با جو حاکم بر جامعه‌ی ایران ناسازگار بوده‌است که «اعتصام‌الملک»، پدر «پروین»، در سال ۱۳۱۴ و پیش از کشف حجاب، از آوردن این شعر در چاپ اول دیوان «پروین» خودداری کرده‌است تا غوغای آخوندها و عوام را علیه خود و دخترش بر نیانگیزد. بدیهی است دختری که در مدرسه‌ی آمریکایی تهران تحصیل کرده و با فرهنگ و اوضاع اجتماعی اروپا و آمریکا آشناست، وقتی در ۱۷ دی ۱۳۱۴ خبر کشف حجاب و آزادی زنان را می‌شنود، آن را از سر اعتقاد تأیید می‌کند و بدین مناسبت قصیده‌ای در ۲۶ بیت با عنوان «گنج عفت» می‌سراید و اقدام «رضاشاه» را در سه بیت پایان آن - به صورت بسیار معقولی - مورد ستایش قرار می‌دهد.

«خسروا، دست توانای تو آسان کرد کار
 و نه در این کار سخت، امید آسانی نبود
 شه نمی‌شد گر در این گمگشته کشتی ناخدای
 ساحلی پیدا از این دریای طوفانی نبود...»

این قصیده را از آغاز تا پایان به دقت بخوانیم تا سپس دلیل اهمیت این موضوع که نویسنده از کار دیوان «پروین» از سال ۱۳۶۸ تا به امروز غافل نبوده، روشن گردد.

زن در ایران، پیش از این گویی که ایرانی نبود

پیشه‌اش جز تیره‌روزی و پریشانی نبود

زندگی و مرگش اندر کنج عزلت می‌گذشت

زن چه بود آن روزها، گر زان که زندانی نبود

کس چو زن، اندر سیاهی قرن‌ها منزل نکرد

کس چو زن، در معبد سالوس قربانی نبود

در عدالتخانه‌ی انصاف، زن شاهد نداشت

در دبستان فضیلت، زن دبستانی نبود

دادخواهی‌های زن می‌ماند عمری بی‌جواب

آشکارا بود این بی‌داد، پنهانی نبود

بس کسان را جامه و چوب شبانی بود، لیک

در نهادِ جمله گرگی بود، چوپانی نبود

از برای زن به میدان فراخ زندگی

سرنوشت و قسمتی، جز تنگ میدانی نبود

نور دانش را ز چشم زن نهان می‌داشتند

این ندانستن ز پستی و گرانجانی نبود

زن کجا بافنده می‌شد بی‌نخ و دوک هنر

خرمن و حاصل نبود آنجا که دهقانی نبود

میوه‌های دگه‌ی دانش فراوان بود، لیک

بهر زن هرگز نصیبی زین فراوانی نبود

در قفس می‌آرمید و در قفس می‌داد جان
در گلستان، نام از این مرغ گلستانی نبود
بهر زن، تقلید تیه فتنه و چاه بلاست
زیرک آن زن کاو رهش این راه ظلمانی نبود
آب و رنگ از علم می‌بایست شرط برتری
با زمرّد یاره و لعل بدخشانی نبود
جلوه‌ی صد پرنیان، چون یک قبای ساده نیست
عزت از شایستگی بود، از هوسرانی نبود
ارزش پوشنده، کفش و جامه را ارزنده کرد
قدر و پستی، با گرانی و به ارزانی نبود
سادگی و پاکی و پرهیز، یک یک گوهرند
گوهر تابنده، تنها گوهر کانی نبود
از زر و زیور چه سود آنجا که نادان است زن
زیور و زر، پرده‌پوشِ عیب نادانی نبود
عیب‌ها را جامه‌ی پرهیز پوشانده‌ست و بس
جامه‌ی عجب و هوا، بهتر ز عریانی نبود
زن سبکساری نبیند تا گرانسنگ است و پاک
پاک را آسیبی از آلوده دامانی نبود
زن چو گنجور است و عفت، گنج و حرص و آرز، دزد
وای اگر آگه از آیین نگهبانی نبود
اهرم بر سفره‌ی تقوی نمی‌شد میهمان
زان که می‌دانست کان جا، جای مهمانی نبود

پا به راه راست باید داشت، کاندر راه کج
توشه‌ای و رهنمودی، جز پشیمانی نبود
چشم و دل را پرده می‌بایست، اما از عفاف
چادر پوشیده، بنیاد مسلمانی نبود
خسروا، دست توانای تو، آسان کرد کار
ورنه در این کار سخت امید آسانی نبود
شه نمی‌شد گر در این گمگشته کشتی ناخدای
ساحلی پیدا از این دریای طوفانی نبود
باید این انوار را پروین به چشم عقل دید
مهررخشان را نشاید گفت نورانی نبود

تحلیل اثربخشی نماز بر ابعاد گوناگون سلامت روانی دانشجویان

مهندس اسداله خاکی

عضو هیئت علمی و معاون دانشجویی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد.

پروین جمشیدیان

کارشناس ارشد روانشناسی و مشاور دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد.

آدرس: دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد - مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی.

E.mail:jamshidianp@yahoo.com

شماره تماس: داخلی ۲۳۳۲-۰۳۳۱۲۲۹۱۱۱۱

آدرس پست الکترونیکی: moshaver@iaun.ac.ir

اصل مقاله به همراه فایل در محیط Microsoft Office Word 2007

در CD به پیوست این فرم ارسال گردیده است.

چکیده

در دین ما اسلام، نماز دارای اهمیت فوق العاده ای است؛ به طوری که از نماز به عنوان ستون دین، برترین چهره‌ی ایمان و برجسته‌ترین نمود مذهب یاد می‌شود. در ورای تأکید اسلام به نماز به عنوان یکی از فریضه‌های مهم الهی، رمزهای زیادی نهفته است که به نظر می‌رسد به میزان زیادی با سلامت روانی ارتباط داشته باشد. و با ایجاد ارتباط بین منابع اسلامی و پژوهش‌های روانشناختی، این موضوع ثابت می‌شود که نماز علاوه بر یک عبادت، یک راه سالم زیستن است. بنابراین؛ هدف این مقاله تحلیل اثربخشی نماز بر ابعاد گوناگون سلامت روانی دانشجویان بود. چه بسا پرده‌گشایی از این رازها و ناشناخته‌ها، سبب جذب و ترغیب دانشجویان به نماز نیز، شود. در این مقاله با استفاده از پژوهش‌های علمی روانشناختی، قرآن کریم، بیانات معصومین (ع) و حکمای الهی، به بررسی تأثیر نماز بر ابعادی از سلامت روانی که در دنیای مدرن اما پیچیده‌ی امروز دارای اهمیت بیشتری است، پرداخته شد. از مرور منابع متعدد و ارتباط دهی آنها به یکدیگر این

نتیجه حاصل شد که نماز، از راه های مختلف موجب کاهش اضطراب، افسردگی، خودکشی و وسواس می شود و همچنین در تقویت اراده دارای نقش قابل ملاحظه ای است. جمع بندی نتایج این مقاله به طور کلی حاکی از این بود که نماز در مقابل آشفتگی ها و اختلالات روانی، هم یک راهکار پیشگیری است و هم یک روش درمانی. به عبارتی، اقامه کننده ی نماز، دارای سبک زندگی سالم و سازگار با دنیای امروزی است. و نماز علاوه بر سعادت اخروی، آرامش دنیوی را نیز تأمین می کند.

واژگان کلیدی: اثربخشی نماز، سلامت روانی، دانشجویان .

مقدمه

هر یک از دستورات اسلامی ممکن است به دلیلی تعطیل شود. مثلاً جهاد برای بیمار و نابینا واجب نیست، روزه بر مریض واجب نیست، خمس و زکات و حج بر طبقه‌ی محروم واجب نیست، اما تنها عبادتی که بر همه‌ی افراد و اقشار جامعه از مرد و زن (البته نماز برای زن در دوره‌های معینی، فرض نیست)، فقیر و غنی، سالم و بیمار واجب است، نماز است که تا لحظه‌ی مرگ حتی یک روز قابل تعطیل شدن نیست (سوره‌ی مریم، آیه‌ی ۳۱).^۱ در واقع، نماز اولین واجب بعد از ایمان به خداست؛ به طوری که در ابتدای قرآن و آغاز سوره‌ی بقره، بعد از ایمان به غیب که شامل ایمان به خداوند و معاد و فرشتگان است، اولین اصل عملی که مورد توجه قرار گرفته، مسئله‌ی اقامه‌ی نماز است (سوره‌ی بقره، آیه‌ی ۲).^۲ در اهمیت نماز، همین بس که در روایات می‌خوانیم: اگر نماز، قبول شود، عبادات دیگر هم قبول می‌شود، ولی اگر نماز مردود شود، کارهای دیگر هم رد خواهد شد (بحار الانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۶). پیوند پذیرش عبادات دیگر به قبولی نماز، نقش کلیدی آن را نشان می‌دهد. در بعضی روایات می‌خوانیم که نماز، هم اولین سفارش انبیاء بوده (وسائل، جلد ۳، ص ۲۶) و هم آخرین وصیت اولیاء (مستدرک، ج ۱، ص ۱۷۳، به نقل از قرائتی، ۱۳۸۹). در حدیث می‌خوانیم اولین چیزی که در قیامت مورد سؤال و حساب قرار می‌گیرد، نماز است (بحار، ج ۲، ص ۲۶۷). و صدها حدیث و روایت دیگر که حاکی از اهمیت نماز است.

به راستی دلیل تأکید اسلام به نماز به عنوان ستون دین و برترین چهره‌ی ایمان چیست؟ در سالهای اخیر روانشناسان توجه بیشتری به دین برای سلامت روانی^۳ و درمان بیماریهای روانی معطوف داشته‌اند. آنها معتقدند در ایمان به خدا نیروی خارق العاده‌ای وجود دارد که نوعی قدرت معنوی به انسان می‌بخشد و در تحمل سختی‌های زندگی

۱- «و اوصانی بالصلوه و الزکاه ما دمت حیاً».

۲- «الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ»

روزمره او را کمک می کند. و در دنیای پیچیده ی امروز، نقش دین و اعتقادات مذهبی، بر سلامت روانی، بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته است. به طوری که بنیامین راش، پدر روانپزشکی آمریکا می گوید: «دین آنقدر برای پرورش و سلامت روح آدمی اهمیت دارد که هوا برای تنفس». یونگ، روانکاو (ترجمه ی روحانی، ۱۳۸۹) می نویسد: «در مورد بیماران روانی که از ۳۵ سال به بالا داشتند، حتی یک نفر یافت نمی شود که مشکل روانی او در آخرین مرحله ی تحلیل، به ایمان مذهبی مربوط نگردد و بهتر است بگوییم که هر فرد از آنان، به علت فقدان آنچه که دین به اشخاص می دهد، بیمار شده اند و هیچ کس از آنها که نظر دینی و مذهبی خویش را باز نیافتند، واقعاً درمان نشده اند». در واقع مذهب یک عامل حفاظتی در مقابل آشفتگی های روانی است و اعتقادات مذهبی در پیش گیری از اختلالات روانی نقش بسیار مهمی دارند.

نتایج مطالعات پزشکی به کرات ثابت کرده که فرامین الهی پایه ی پزشکی محکمی دارند. به این معنا که هرگاه فرمانی از طرف دین صادر شود و لو اینکه فرمان در نگاه اول یک عبودیت محض و یک اطاعت صرف به نظر برسد، اما چنانچه بشر با ابزار نیرومند علم، در آن فرمان، تفکر و تأمل نماید، قطعاً به تأییدات علمی و عقلی متعددی، در ارتباط با آن خواهد رسید و با بررسی عمیق آیات قرآن، سخنان معصومین (ع) و آرای حکمای الهی، متوجه عظمت شگرف و لایتناهی دستورات اسلامی در پرداختن به مسائل جسمی و پزشکی انسان، خواهیم شد (ملک محمدی، ۱۳۷۶).

اعتقاد و عمل به فرامین الهی نه تنها در سلامتی جسم مؤثر است، بلکه در ارتقای سلامت روانی نیز نقش قابل توجهی دارد. به طوری که تاثیر مثبت ارزش ها و عقاید مذهبی در سلامت روانی افراد در پژوهش های گوناگون مورد مطالعه قرار گرفته و به اثبات رسیده است. برای مثال، کوینگک^۱ (۱۹۹۸) در پژوهش های خود به این نتیجه رسید که عقاید

1- Koeing

مذهبی قوی تر، باعث ایجاد اثرات مثبت روانی می شود که در ارتقاء بهداشت روانی و پایداری عاطفی افراد مؤثر است. بهرامی مشعوف (۱۳۷۳) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که بین میزان عبادت و سلامت روان دانشجویان ارتباط معناداری وجود دارد. جمالی (۱۳۷۹) در پژوهش خود بین نگرش مذهبی و احساس معنا بخش بودن زندگی و سلامت روان دانشجویان ارتباط معناداری پیدا کرد. از سوی دیگر میان سلامت روانی و سیستم ایمنی بدن با نگرش مذهبی پایین و بالا ارتباط معناداری دیده شده است (حمید، ۱۳۸۸). همچنین رئیس پور (۱۳۸۶) در پژوهش خود نشان داد که آموزش نگرش مذهبی می تواند به عنوان یک روش مداخله‌ای مفید برای افزایش سلامت روان به کار رود. جیمز (ترجمه‌ی قائی، ۱۳۸۷) معتقد است که دین و حیانی، بدان سبب که با فطرت انسان هماهنگ است، افزون بر سعادت اخروی، آرامش دنیوی را نیز تأمین می کند. و نیازهای اصیل روانی را به نیکوترین صورت برآورده می سازد. یونگ (ترجمه‌ی روحانی، ۱۳۸۹) نیز معتقد است که «اعتقادات و مناسک دینی لاقلاً از لحاظ روش بهداشت روانی، اهمیت خارق العاده‌ای دارند و مذهب نه تنها بر ضد بیماری است، بلکه عملاً سیستمی برای بهبود و رشد روانی است».

با توجه به پیشینه‌ی تحقیقات انجام شده، می بینیم که به راستی مذهب، اعتقادات مذهبی و عمل به فرامین الهی تأثیر بسزایی در بهداشت و سلامت روانی دارد. و در دین ما، اسلام نماز شکوهمندترین جلوه‌ی مذهب است، و با اندکی تأمل و همچنین جستجو در منابع اسلامی و پژوهش‌های روانشناختی، این موضوع ثابت می شود که نماز علاوه بر یک عبادت، یک راه سالم زیستن است.

بی شک بهره‌وری از فواید نماز، مختص گروه سنی خاصی نیست، ولی یکی از موضوعاتی که همواره موجب دغدغه‌ی مسئولین بوده و هست، مسئله‌ی سلامت روانی دانشجویان است؛ چرا که دانشجویان، به عنوان آینده - سازان کشور ما نقش مهمی در

سازندگی کشور دارند. میلانی فر (۱۳۸۲) سلامت روانی را اینگونه تعریف می‌کند: دانش یا هنری که به افراد کمک می‌کند با ایجاد روش‌های صحیح روانی و عاطفی بتوانند با محیط خود سازگاری حاصل نموده و برای حل مشکلات، راه حل‌های مطلوب را برگزینند. مفهوم سلامت روانی نیز، به کلیه‌ی روش‌ها و تدابیری اطلاق می‌شود که برای جلوگیری از ابتلاء به بیماری‌های روانی به کار می‌رود (میلانی فر، ۱۳۸۲).

بدون شک، نماز زمینه‌ساز و مهیاکننده‌ی صفای روحی و سلامت روانی دانشجویان است و در ورای تأکید اسلام به نماز به عنوان یکی از فریضه‌های مهم الهی، رمزهای زیادی نهفته است که به نظر می‌رسد به میزان زیادی با سلامت روانی ارتباط داشته باشد. چه بسا پرده‌گشایی از این رازها و ناشناخته‌ها، سبب جذب و ترغیب دانشجویان به نماز نیز، شود. بنابراین، با توجه به نقش مثبت مذهب در سلامت روان و با توجه به این که آینده‌ی هر جامعه‌ای وابسته به نگرش‌ها، عقاید و رفتارهای قشر جوان آن جامعه می‌باشد؛ هدف این مقاله تحلیل اثربخشی نماز بر ابعاد گوناگون سلامت روانی دانشجویان است.

در این مقاله با استفاده از پژوهش‌های علمی روانشناختی، قرآن کریم، بیانات معصومین (ع) و حکمای الهی، به بررسی ابعاد گوناگون سلامت روانی و تأثیر نماز بر آنها پرداخته می‌شود.

بدیهی است که سلامت روانی، حیطة وسیعی را در بر می‌گیرد و نماز علاوه بر تأثیر مثبتی که بر سلامت روانی می‌گذارد، بر سلامت جسمی نیز تأثیر گذار است و فواید دنیوی و اخروی نماز، بسی زیادتر از آن است که بتوان همه‌ی آنها را در یک مقاله گنجانده؛ به همین دلیل در این مقاله به ذکر اثر بخشی نماز بر برخی ابعاد سلامت روانی (اضطراب، افسردگی، خودکشی، وسواس، اراده) که در دنیای امروز دارای اهمیت بیشتری است، پرداخته می‌شود.

اثر بخشی نماز بر کاهش اضطراب

اضطراب^۱ بیماری شایع دنیای مدرن است و پیشرفت سریع و پیچیده‌ی تمدن و در عین حال بی‌توجهی به ارزش‌های مذهبی و خانوادگی، هر روز بیش از پیش برای افراد و اجتماع، اضطراب‌های جدید به وجود می‌آورد (کاپلان و سادوک، ۱۹۳۳، ترجمه‌ی پورافکاری، ۱۳۷۳). با اینکه دلایل علمی مختلفی از دیدگاه‌های مختلف به عنوان دلایل بروز اضطراب و تشدید آن ارائه شده است، اما همچنان دور شدن از ایمان مذهبی به عنوان یک عامل عمیق در بروز اضطراب نقش غیرقابل انکاری دارد (همان منبع).

اعتقاد مذهبی و نگرش مذهبی نیاز انسان در جهان هستی است و نیاز مذهبی در تمام دوران‌ها و در تمام جوامع مطرح بوده است (آلپورت^۲، ۱۹۵۰). پژوهش‌های بسیاری نقش مثبت مذهب در بیمارهای اضطرابی را ثابت کرده‌اند؛ مثلاً وحیدی مطلق (۱۳۸۴) نشان داد که آموزش‌های شناختی - رفتاری و شناختی - رفتاری مذهبی، موجب کاهش اضطراب می‌شود. رضوانی (۱۳۸۸) نیز در پژوهش خود نشان داد که معنویت درمانی و فرا شناخت درمانی در کاهش اضطراب دانشجویان مؤثر واقع می‌شود. بنابراین نقش مذهب در پیشگیری و حتی درمان اضطراب، غیرقابل انکار است. و در این ارتباط، شخص نمازگزار با ایمان به قدرت لایتناهی پروردگاری که در مقابلش کرنش می‌کند، خود را در مقابل اضطراب، ایمن می‌کند. و از ترس‌ها و دلهره‌های روزمره به پروردگار خود پناه می‌برد. و ایمان قلبی می‌آورد به این گفته‌ی قرآن کریم که «الا بذکر الله تطمئن القلوب». تحقیقات علمی در برخی از کشورهای مسلمان نشان می‌دهد که بیماران اضطرابی که در کنار درمان‌های رایج ضد اضطراب، به خواندن نماز و قرآن و حتی احادیث نبوی تحریک شده‌اند از درجه‌ی درمان بالاتری نسبت به سایرین برخوردار بوده‌اند (گلزاری، به نقل از ملک محمدی، ۱۳۷۶).

1 - anxiety

2 - Alport

اثر بخشی نماز بر کاهش افسردگی

افسردگی^۱ رایج ترین اختلال روانی است و اخیراً به شدت رو به افزایش نهاده است. افسردگی سرماخوردگی بیماری روانی است. تقریباً همه، حداقل به صورت خفیف احساس افسردگی کرده اند. احساس دمغی، بی حوصلگی، غمگینی، ناامیدی، دلسردی و ناخشنودی، همگی تجربیات افسردگی رایج هستند (سلیگمن و روزنهان، ترجمه‌ی سید محمدی، ۱۳۸۶). البته بین افسردگی بهنجار و افسردگی بالینی تفاوت وجود دارد: ضایعه^۲ و رنج عناصر اجتناب ناپذیر بزرگ شدن و مسن تر شدن هستند. گاهی افرادی که دوستشان داریم ما را طرد می کنند، مقاله‌های بد می نویسیم، سهاممان تنزل می کند، نمی توانیم شغلی را که دوست داریم به دست آوریم، افرادی که دوست داریم می میرند. زمانی که این ضایعات رخ می دهند ماتم می گیریم، و بعد زندگیمان بی روح می شود ولی به آینده امیدواریم. تقریباً هرکسی با چند نشانه‌ی افسردگی به ضایعه واکنش نشان می دهد. ما غمگین و مأیوس، بی‌علاقه و منفعل می شویم، آینده تیره و تار به نظر می رسد و شور و اشتیاق ما تا اندازه‌ای از دست می رود. این واکنش، طبیعی است و ما بارها دیده ایم که در هر لحظه‌ی معین ۲۵ تا ۳۰ درصد از دانشجویان حداقل تا اندازه‌ای دارای این نشانه‌ها هستند (همان منبع). شواهد روز افزون حاکی از این است که عصر نوگرایی، افسردگی را به همراه آورده است (سلیگمن و روزنهان، ترجمه‌ی سید محمدی، ۱۳۸۶). و بدیهی است که در دنیای مدرن اما افسرده کننده‌ی امروز، مذهب، معنا بخش زندگی انسان‌هاست.

جیمز (ترجمه‌ی قائنی، ۱۳۸۷) معتقد است، هنگامی که در نبرد زندگی، همه‌ی امیدها بر باد می رود، وقتی که دنیا به آدمی پشت می کند، احساسات مذهبی دست اندرکار شده، در اندرون ما چنان شورو هیجانی برپا می سازد که ما را جوان کرده و زندگی درونی ما را که تیره و تار بوده است، دگرگون می سازد. آلپورت (۱۹۵۰) بیان می کند که؛ اعتقاد و

1 - depression

2 - loss

نگرش مذهبی، نیاز به فهمیدن مبدا و وجود، نیاز به فهمیدن هدف زندگی و نقش انسان در زندگی را آشکار می‌سازد. به طوری که نقش مثبت مذهب در درمان افسردگی در پژوهش‌های علمی مختلف به اثبات رسیده است. مثلاً بهرامی (۱۳۸۴) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که آموزش گروهی تقویت نگرش‌های دینی موجب کاهش سطح افسردگی می‌شود.

نماز، که ستون دین اسلام است از راه‌های مختلف سبب شادکامی و درمان افسردگی می‌شود. به منظور توضیح ارتباط بین شادکامی و خواندن نماز، توضیحاتی در ارتباط با خواب و مراحل آن، لازم به نظر می‌رسد.

چرخه‌ی خواب، شامل دو مرحله‌ی REM^۱ (مرحله‌ی رویا دیدن) و NREM^۲ می‌باشد. وقتی افراد را در مرحله‌ی خواب REM بیدار می‌کنیم، تقریباً همیشه می‌گویند که در حال خواب دیدن بوده‌اند، اما کسانی که در مرحله‌ی خواب NREM بیدار می‌شوند تنها در ۲۵٪ موارد چنین چیزی را گزارش می‌دهند. رویاهایی که اشخاص، هنگام بیدار شدن از خواب REM گزارش می‌دهند معمولاً از لحاظ بصری روشن و دارای ویژگی‌های هیجانی و غیرمنطقی هستند (اتکینسون و همکاران، ۲۰۰۰، ترجمه‌ی براهنی و همکاران، ۱۳۸۵). خواب REM در حد تعادل برای سلامت و رفع خستگی لازم است اما زیاده‌ی آن سبب مشکلات مختلف می‌شود. مثلاً در بیماری افسردگی، طول خواب REM نسبت به میزان طبیعی آن افزایش می‌یابد؛ به طوری که شخص افسرده نسبت به افراد عادی، رویای بیشتری می‌بیند. یکی از عملکردهای داروهای ضد افسردگی، کاهش مرحله‌ی REM می‌باشد (کاپلان و سادوک، ۱۹۳۳، ترجمه‌ی پورافکاری، ۱۳۷۳).

1 - REM (rapid eye movement)

2 - NREM (non-rapid eye movement)

قسمت بیشتر خواب REM در حوالی صبح اتفاق می افتد و چنانچه شخص خود را ملزم به بیداری صبحگاهی کند؛ جلوی ورود خود به مرحله‌ی قابل توجهی از خواب REM را گرفته است. علاوه بر این؛ در ساعات سحرگاهی پیک عصبی "کورتیزول" (که به طور غیر ارادی سبب شادی و شغف انسان می شود) به شدت افزایش می یابد. از این رو؛ بیداری صبحگاهی برای نماز می تواند به عنوان واکنشی در پیشگیری از افسردگی و حتی دارویی برای درمان آن مطرح باشد (ملک محمدی، ۱۳۷۶). علاوه بر این، امروزه نخستین اصلی که در ایجاد بهداشت خواب، توسط جدیدترین منابع علمی دنیا توصیه می شود؛ بیدار شدن هر صبح، سر یک موقع مشخص از خواب است کاپلان و سادوک، ۱۹۳۳، ترجمه‌ی پورافکاری، ۱۳۷۳). با توجه به این یافته‌ی علمی، اقامه کننده‌ی نماز صبح، با برخاستن سحرگاهی، در واقع اساسی‌ترین گام را در جهت رعایت بهداشت خواب و در نتیجه‌ی آن، سلامت جسمی و روانی برداشته است. بنابراین نماز علاوه بر اینکه بر شادکامی فرد می‌افزاید بر بهداشت خواب نیز تأثیر گذار است.

اثر بخشی نماز بر کاهش خودکشی

تقریباً هیچ جامعه‌ای را نمی‌توان یافت که خودکشی^۱ در آن به وقوع نپیوندد. توجه کنید که "اقدام به خودکشی" با "خودکشی موفق" تا حدودی متفاوت است، به عنوان مثال ثابت شده است که خودکشی‌های جدی و مصمم که معمولاً از روش‌های جدی و خشونت‌آمیز (مثل پرت کردن خود از ساختمان‌های مرتفع، حلق آویز کردن یا استفاده از گلوله و...) صورت می‌گیرد، عمدتاً در مردها و در سنین بالا و با موفقیت به وقوع می‌پیوندد. در عوض "اقدام به خودکشی" به شیوه‌ی تهدیدآمیز یا نمایشی و با استفاده از روش‌های کم‌خطرتر مثل مصرف دارو، بیشتر در خانم‌ها و در سنین جوانی شایع است و کمتر به موفقیت می‌انجامد. هر چند که در موارد تهدید و اقدام نمایشی به خودکشی نیز باید مسئله

1 - suicide

را کاملاً جدی گرفت. چرا که ۷۰ تا ۸۰ درصد کسانی که خودکشی موفق می‌کنند، قبلاً نیت خود را با کسی در میان گذاشته‌اند که البته مورد توجه قرار نگرفته است (روانپزشکی لینفورد - ریس، ص ۲۵۷، به نقل از ملک محمدی، ۱۳۷۶).

در کتاب آسیب‌شناسی روانی آزاد (۱۳۸۴) اصطلاح پیرا خودکشی^۱ برای تمام اقدامات ناکشنده که در آن شخص ماهرانه به خود آسیب می‌رساند یا دارویی بیش از اندازه می‌خورد، مورد استفاده واقع شده است. آنان در واقع خواهان مرگ نیستند، بلکه بدین وسیله می‌خواهند احساسات خود را بیان داشته، رفتار دیگران را نسبت به خود تغییر دهند (ساراسون، ۱۹۸۴، به نقل از آزاد، ۱۳۸۴).

مطابق با تحقیقی که آزاد (۱۳۷۲) در ایران انجام داده است. گرچه مردان کمتر از زنان اقدام به خودکشی می‌کنند (در حدود یک سوم)، اما خودکشی واقعی در بین آنان ۳ برابر زنان بوده است. این موضوع بیانگر آن است که گرچه مردان کمتر از زنان اقدام به خودکشی کرده‌اند، ولی آن عده که به این عمل مبادرت می‌ورزند، واقعاً خواهان مرگ هستند (آزاد، ۱۳۷۲).

جیمز (ترجمه‌ی قرائی، ۱۳۸۷) معتقد است که مذهب فداکاری‌ها و از خودگذشتگی‌ها و خویش‌داری‌هایی که در زندگی ضروری و ناچار نیست را آسان و دلنشین می‌سازد و حتی پذیرفتن آنها را سعادت می‌شمارد. و مذهب چرخ اصلی زندگی ما به شمار می‌آید. جیمز مطرح می‌کند که مذهب چیزی نیست که باقیمانده از زمان‌های قدیم باشد. مذهب عامل همیشگی، ابدی و ازلی روح بشر است و مصیبت و گرفتاری برای فرد مذهبی معنی ندارد.

نماز به عنوان ستون دین اسلام با تک تک واژه‌های خود به انسان صبر و بردباری را هدیه می‌دهد. و در سوره‌ی بقره (آیات ۱۵۳ و ۴۴۵) آمده است: «و استعینوا بالصبر و الصلوه».

1 - parasuicide

آیت الله خامنه‌ای (۱۳۸۷) در کتاب «ژرفای نماز» با قلمی زیبا و دلنشین، تمامی جملات نماز را از عمق و ژرفای آنها مورد بحث قرار داده است و بدیهی است کسی که به عمق و معنای نهفته در این جملات پی ببرد؛ در این دنیا احساس بی پناهی و تنهایی نمی کند و در مقابل سختی ها صبر و شکیبایی از خود نشان می دهد.

«بسم الله الرحمن الرحيم» به نماز گزار می گوید: شروع همه ی کارها فقط نام خداست، همه چیز انسان، آغاز زندگی اش و تمامی جلوه های زنده بودنش به نام خداست. «الحمد لله رب العالمين» می گوید: همه ی ستایش ها و سپاس ها مخصوص اوست، چون همه ی عظمت ها از آن او و همه ی رحمت ها از سوی اوست. هر کس در خود چیزی از رفتارهای قابل ستایش می بیند باید آن را از فیض رحمت و لطف خدا بداند، زیرا خداست که در انسان، مایه های نیکی را به کار برده و ذات و سرشت او را آماده و جویا و پذیرای نیکی و فضیلت ساخته است. این بینش، راه خود بینی را بر انسان می بندد، همچنان که از بی مصرف گذاردن یا بیهوده مصرف کردن خصلت های نیک در وجود آدمی جلوگیری می کند. در عبارت «رب العالمين»: هم وجود عوالم و جهان های دیگر و هم خویشاوندی و پیوستگی این همه با هم احساس می شود. نماز گزار در می یابد که به جزء این عالم و در ماورای نظرگاه تنگ و محدود او و پشت این حصار که او برای زندگی خود فرض کرده، گیتی ها و گردون ها و جهان های دیگر هست و خدای او خداوندگار سراسر این پهنه ی عظیم است. این احساس، تنگ نظری ها و کوته بینی ها را در او از بین می برد، به او جرئت و حس تکاپو می بخشد، از عبودیت خدا احساس غروری در او پدید می آید. از سوی دیگر می بیند که همه ی موجودات، انسان ها و حیوانات و گیاهان و آسمان و عوالم بشمار هستی، بندگان خدایند و رب و مدبر و پروردگار این همه، اوست. با درک این حقیقت احساس می کند که تنها نیست، می فهمد که با تمام ذرات عالم و با تمام موجودات ریز و درشت، خویشاوند است، با همه ی انسانها پیوسته و مرتبط است. همگان، برادران و همسفران اویند و این کاروان عظیم،

راهی یک هدف و یک جهت است. این رابطه و پیوستگی او را نسبت به همه ی موجودات مکلف و متعهد می سازد (آیت الله خامنه‌ای، ۱۳۸۷).

بنابراین؛ نماز از آغاز تا پایان خود، سرشار از آموزه های مختلف است. فرد نمازگزار با گفتن «الحمد لله رب العالمین» خداوند را به خطر نعمت هایی که به او عطاء کرده شکر می گوید. بی شک هر فردی اگر شکر گزار خداوند باشد و نسبت به داشته های خوب خود هرچند اندک باشد، احساس رضایت بکند؛ اسیر ناامیدی و تسلیم خودکشی نمی شود. فرد نمازگزار با گفتن «مالک یوم الدین»، به جای شکایت از این دنیا، به این می اندیشد که این دنیا موقتی و محل گذر است و سرانجام بنده ی خالص خدا در روز قیامت با نشاط و شادی به پروردگار خود می پیوندد. نمازگزار با گفتن «ایاک نعبد و ایاک نستعین»، می فهمد که باید به هنگام سختی ها از خدا یاری جوید و به او توکل کند تا خداوند مایه ی آرامش او باشد و گره از کار او باز کند. به قول رهبر عظیم الشأن انقلاب: «انسان در هر شرایطی به نماز محتاج است و در عرصه های خطر محتاج تر».

اثر بخشی نماز بر کاهش نشانه های اختلال وسواس فکری - عملی

اختلال وسواس فکری - عملی^۱ از دو جزء تشکیل می شود: وسواس هاس فکری و وسواس های عملی. وسواس هاس فکری افکار، تصورات یا تکانه های تکراری هستند که هشیاری را اشغال می کنند، اغلب نفرت انگیزند و کنار گذاشتن یا کنترل کردن آنها بسیار دشوار است. این افکار صرفاً نگرانیهای شدید درباره ی مشکلات زندگی واقعی نیستند. فرد مبتلاء به وسواس فکری می داند که این افکار زاییده ی ذهن او هستند و از خارج به او تحمیل نشده اند. او همچنین می داند که وسواس های فکری او افراطی و نامعقول هستند و می کوشد با فکر یا عملی دیگر، آنها را سرکوب یا خنثی کند. وسواس های عملی

1 - obsessive – compulsive disorder (OCD)

پاسخ‌هایی هستند که به افکار و سواسی داده می‌شوند. این و سواس‌ها شامل تشریفات مقرراتی (مثل شستن دست یا واریسی) یا اعمال ذهنی (نظیر شمردن یا تکرار بی‌صدای کلمات) هستند که شخص احساس می‌کند مجبور به انجام آنها در پاسخ به و سواس فکری است. هدف و سواس‌های عملی پیشگیری یا کاهش پریشانی و یا جلوگیری از رویدادهای هولناک است؛ با این حال این اعمال هیچ‌گونه ارتباط منطقی با آنچه قرار است از آن پیشگیری شود نداشته و به وضوح افراطی هستند (سلیگمن و روزنهان، ترجمه‌ی سید محمدی، ۱۳۸۶).

و سواس‌های فکری و عملی موجب ناراحتی زیاد شده، وقت گیرند و فعالیت‌های روزمره، کار یا روابط اجتماعی فرد را مختل می‌کنند. عموماً افراد مبتلاء به و سواس‌های فکری، به و سواس‌های عملی نیز مبتلاء هستند. و این دو در کنار هم یافت می‌شوند؛ زیرا و سواس‌های عملی، اعمال جسمانی یا ذهنی کلیشه‌ای هستند که برای رهایی شخص از اضطراب تولید شده توسط و سواس فکری انجام می‌گیرند (همان منبع).

به نظر می‌رسد، مذهب در زدودن و سواس، نقش بسیار مهمی ایفا می‌کند. گواه این موضوع نیز یادآوری این مسئله است که در منابع اسلامی، و سواس پدیده‌ی شناخته شده‌ایست و به آن به عنوان و سوسه‌ای از سوی شیطان اشاره می‌شود. مثلاً امام صادق (ع) می‌فرماید: «شیطان، به وسیله‌ی و سواس نمی‌تواند بر ضرر بنده‌ی خدا کاری بکند، مگر آنکه بنده از یاد خدا اعراض کرده باشد» (بحار الانوار، جلد ۶۹، صفحه ۱۲۴، حدیث ۲، به نقل از ملک محمدی، ۱۳۷۶). در این مورد حتی منابع اسلامی از قول معصومین (ع) روش‌های متعددی را برای پیشگیری و درمان و سواس پیشنهاد کرده‌اند، که از آن جمله بهره از ادعیه و اذکار خاصی از جمله (لااله الاالله) و (لاحول و لا قوة الا بالله) می‌باشد که در حقیقت ماحصل همه‌ی آن روش‌ها را می‌توان در ذکر خدا خلاصه کرد.

در منابع علمی جدید، برای متوقف کردن افکار وسواسی، علاوه بر درمان های دارویی و حتی قبل از آن درمان ها، از روش های خاصی استفاده می شود که مهمترین آنها روش «توقیف فکر» نام دارد و بدین ترتیب است که از بیمار خواسته می شود به طور عمد، افکار وسواسی خود را آزاد بگذارد و در این بین ناگهان درمانگر با صدای بلند و بیزار کننده، فریاد می زند: ایست؟!؟ به نظر می رسد این عمل، جریان فکر وسواسی را متوقف می سازد (روانپزشکی لینفورد - ریس، به نقل از ملک محمدی، ۱۳۷۶).

با این وصف برخی از اذکار و توجهات حین نماز نه تنها با این قبیل روش ها قابل مقایسه است، بلکه بسیار مؤثرتر به نظر می رسد. استفاده ی زبان و ذهن از ذکر «غیر المغضوب علیهم و الظالمین» که جدایی راه مؤمن را از ابلیس و شیطان نشان می دهد، حداقل ده بار، طی نمازهای یومیه گفته می شود. همچنین فیض بردن از سوره ی مبارکه ی ناس بعد از حمد، به خصوص آیات شریفه ی «من شرّ وسواس الخناس الذی یوسوس فی الصدور الناس» در توقف افکار وسواسی مؤثر هستند. بنابراین ائمه ی معصوم (ع) برای دوری از وسواس ذکر خدا را پیشنهاد کرده اند؛ و این فرمان الهی است که برای ذکر من نماز را به پا دارید: «اقم الصلوة لذكری».

علی رغم اینکه اسلام، آیین نظم و ترتیب و مسلک پاکیزگی و طهارت است، اما آنجا که کار به افراط و مبالغه می کشد و پدیده ای از عدل دور می گردد، اسلام (به خصوص تشیع) آن پدیده را مذموم تلقی می کند و برای نزدیک نمودن آن به تعادل، راه حل عملی پیشنهاد می کند. از جمله ی این افراط ها، وسواس است. که به عنوان وسوسه ای از سوی شیطان در تعالیم اسلامی نام برده می شود و بخش قابل توجهی از تعالیم اسلامی و بخصوص نمود برجسته ی آن یعنی نماز، به زدودن وسواس از زندگی انسان ها اختصاص دارد.

چنانچه مروری بر آداب طهارت در رساله های فقهی علماء شیعه داشته باشیم، متوجه می شویم که بسیاری از دستورات، توجه به شک های وسواس آمیز در مورد طهارت جسم یا

لباس را باطل اعلام کرده‌اند، مثلاً اگر شخصی شك کند که وضویش باطل شده یا نشده است، باید بنا بر باطل نشدن آن بگذارد، یا آنکه اگر شك کند لباسش نجس یا پاک است، بنا را بر پاک بودن لباس بگذارد.

این دستورات در آداب نماز نیز به همین گونه است، به عنوان مثال از جمله شکایاتی که هرگز نباید به آن اعتناء کرد، شك كثير الشك (کسی که زیاد شك می کند) است. یا اینکه در بسیاری از شکایات نماز (مثلاً شك بین ۳ و ۴ رکعت) باید برای پرهیز از وسواس بنا را به یک طرف شك گذاشت و بدان عمل نمود.

اثر بخشی نماز بر تقویت اراده

اراده، قصد و عزم قوی است که با تصمیم برای رسیدن به یک نتیجه‌ی مشخص همراه می‌باشد. اراده از ازل با بشر بوده و این تمایل و خواست باطنی، کیفیت زندگی انسان را رقم می‌زند. همه‌ی ما آرزوها و خواست‌هایی داریم که دوست داریم به آنها برسیم. در کشاکش و پیکار دایمی دنیای امروز، پیروزی نصیب کسی می‌گردد که در برابر هجوم ناملایمات و طغیان‌های سرکش درون، پایداری نماید و با بهره‌گیری از موهبتی به نام اراده به چاره‌جویی برخیزد و بکوشد تا گریبان از چنگ عقده‌ها و تردیدها برهاند و مسیر خود را به درستی پیدا کرده و آن را ادامه دهد. شخص با اراده کسی است که وقتی درباره‌ی کاری، به خوبی تأمل کرد و آن را نافع دانست، تصمیم به انجام آن می‌گیرد و با فعالیت و ثبات قدم، آن را به اجرا در می‌آورد. شخص با اراده، کسی است که دارای هدفی معقول است و تا موقعی که به آن نرسیده، از تعقیب آن باز نمی‌ایستد و مشکلات و موانع روانی یا مادی، به اراده و عزم او لطمه نمی‌زند و از پیشرفتش، جلوگیری نمی‌کند و در مقابل، فرد سست اراده، با کمترین مشکلی، از انجام دادن کار، دلسرد شده، دست از تلاش برمی‌دارد

بنابراین اراده نیز بیمار می‌شود و اراده‌ی پولادین و محکم در مقابل اراده‌ی سست و آبکی، قرار دارد.

دایر (۱۹۴۰، ترجمه‌ی علی پناهی، ۱۳۸۸) می‌نویسد: اگر به جهان هستی به دقت بنگریم متوجه می‌شویم که: جایی وجود ندارد که قدرت اراده وجود نداشته باشد؛ زیرا در درون هر چیزی که خداوند خلق کرده است؛ قدرت اراده را نیز قرار داده است. این امر در مورد تمام موجودات زنده صادق است، چه یک گوزن وحشی باشد چه یک بوته گل رز یا یک کوه. یک شکوفه‌ی سیب در فصل بهار به صورت گل کوچک و زیبا به نظر می‌رسد، اما در درون آن، قدرت اراده قرار داده شده است تا در تابستان به شکل سیب ظاهر شود. طبیعت در هماهنگی کامل با حوزه‌ی اراده پیش می‌رود. ما نیز تحت تأثیر این کانون قدرت (خداوند متعال) قرار داریم. زیرا ما نیز جزئی از طبیعت و آفریده‌ی خداوندیم. برای فعال کردن قدرت اراده باید به منشاء الهی خود پیوندیم و یک معجزه‌گر امروزی شویم. دایر (۱۹۴۰) معتقد است برای تقویت اراده باید تا جایی که ممکن است خود را به منشاء اراده نزدیک کنیم. او ۷ ویژگی کانون اراده را اینگونه بیان می‌کند: خلاقیت، مهربانی، عشق، زیبایی، رشد و توسعه، فراوانی و نعمت بی‌پایان و پذیرش یا جذب. و معتقد است خداوند که جهان هستی را آفریده، این ویژگی‌ها را در روح حاکم بر جهان هستی نیز قرار داده است و با اتصال به منشاء اراده که پروردگار جهانیان است، می‌توان به اراده‌ی قدرتمند دست یافت. او معتقد است اتصال سایر موجودات با خالق خود قطع نمی‌شود و حیوانات، گیاهان و عالم جمادات همواره با خالق خود در ارتباط هستند. اما ما انسان‌ها با قابلیت که مغزمان برای کارهای برتر دارد، ویژگی‌ای داریم که به آن «خودخواهی» می‌گوییم. و همین خودخواهی مانع اتصال ما به قدرت اراده می‌شود. دایر (۱۹۴۰) برای رسیدن به قدرت اراده توصیه می‌کند که ۷ ویژگی قدرت اراده را در خود پرورش دهید. در واقع او معتقد است باید به صفا و پاکی روحی برسیم تا آماده‌ی دریافت قدرت اراده باشیم. دایر در

کتاب «درمان با عرفان» (ترجمه‌ی هاشمی، ۱۳۸۹) تجربه‌ی خود را در ارتباط با نماز و عبادت اینگونه بیان می‌کند: «من در حین نماز به شیوه‌ای باور نکردنی از نور الهی برخوردار می‌شوم و احساس می‌کنم که همه‌ی وجود من روح است هر چند که هنوز از داشتن جسم خود آگاه هستم؛ و هنگامی که از این احساس روحانی و سیر و سیاحت درعالم روح به جسم خود باز می‌گردم، احساس قدرت می‌کنم؛ گویی که جسم من آکنده از مقدار زیادی انرژی شده است».

یکی از عوامل مهم تقویت اراده، انجام وظایف الهی است. نماز را اول وقت خواندن، مقررات الهی را رعایت نمودن، اجتناب از گناه، هر کدام مهم‌ترین عوامل تقویت اراده به شمار می‌آید. کسی که روزه می‌گیرد؛ در واقع با تمام هوس‌ها و رذایل اخلاقی مبارزه می‌کند. کسی که به عبادت خداوند می‌پردازد، آرامش روانی پیدا می‌کند. آرامش روانی مؤثرترین عامل تقویت اراده است (نورمن، ترجمه‌ی آزرمی، ۱۳۸۷).

جمع بندی

این مقاله با هدف تحلیل اثربخشی نماز بر ابعاد گوناگون سلامت روانی دانشجویان، نوشته شد. مرور و ارتباط دهی بین منابع مختلف شامل پژوهش‌های علمی روانشناختی، قرآن کریم، بیانات معصومین (ع) و حکمای الهی نشان داد که نماز، از راه‌های مختلف موجب کاهش اضطراب، افسردگی، خودکشی و وسواس می‌شود و همچنین در تقویت اراده دارای نقش قابل ملاحظه‌ای است. جمع بندی نتایج این مقاله به طور کلی حاکی از این است که نماز در مقابل آشفتگی‌ها و اختلالات روانی، هم یک راهکار پیشگیری است و هم یک روش درمانی. به عبارتی، اقامه کننده‌ی نماز، دارای سبک زندگی سالم و سازگار با دنیای امروزی است. نتیجه‌گیری کلی از این مقاله حاکی از این است که نماز زمینه ساز و مهیا کننده‌ی صفای روحی و سلامت روانی دانشجویان است و اقامه کننده‌ی نماز دارای سبک زندگی سالمی است که او را در مقابل خطرات دنیای امروز ایمن می‌کند. بنابراین در ورای

تأکید اسلام به نماز به عنوان یکی از فریضه های مهم الهی، رمزهای زیادی نهفته است که به میزان زیادی با سلامت روانی ارتباط دارد. و بی شک روح و روان سالم به داشتن جسم سالم و با نشاط نیز منجر می شود.

بنابراین نگاهی عمیق و دقیق به نماز، نشان می دهد که این فرمان الهی، هم دارای جنبه‌ی عبادی و هم دارای جنبه‌ی بهداشتی است. و نماز علاوه بر سعادت اخروی، آرامش دنیوی را نیز تأمین می کند. با اطمینان می توان گفت: زندگی بدون اعتقاد به مذهب و باورهای قلبی و ایمانی در بُعد مادی خلاصه شده و در هر فراز و نشیبی به شدت تحت تأثیر قرار می گیرد و بر روح و روان انسان فشار و درد سنگینی وارد می کند. انسان عصر ماشین و صنعت بیش از انسان قرون گذشته به مذهب نیازمند است، زیرا صنعت و تکنولوژی اگر چه در رفع نیاز مادی او مؤثر باشد، اما جنبه‌های روحی و روانی او را تأمین نمی کند.

منابع

۱. آزاد، حسین. (۱۳۷۲). تحقیقی درباره‌ی خودکشی. *مجله‌ی دارو و درمان*، ش ۱۵، صص ۲۸-۲۱.
۲. آزاد، حسین. (۱۳۸۴). *آسیب شناسی روانی*. تهران: بعثت.
۳. اتکینسون، ری‌تال، اتکینسون، ریچارد سی، اسمیت، ادوارد ای، بم، داریل ج و هوکسما، سوزان نولن (۱۳۸۵). *زمینه‌ی روانشناسی هیلگارد*. (ترجمه‌ی محمد نقی براهنی بهروز بیرشک، مهرداد بیک، رضا زمانی، سعید شاملو، مهرناز شهرآرای، یوسف کریمی، نیسان گاهان، مهدی محی‌الدین و کیانوش هاشمیان). تهران: رشد. (تاریخ انتشار به زبان اصلی: ۲۰۰۰)
۴. بهرامی، مریم. (۱۳۸۴). *اثر بخشی آموزش گروهی تقویت نگرش‌های دینی در کاهش سطح افسردگی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان.
۵. بهرامی مشعوف، عباس. (۱۳۷۳). *بررسی رابطه بین میزان عبادت و سلامت روان در دانشجویان پسر مرکز تربیت معلم همدان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۶. جمالی، فریبا. (۱۳۷۹). *بررسی رابطه بین نگرش‌های مذهبی، احساس معنا بخش بودن زندگی و سلامت روان در دانشجویان دانشگاه‌های تهران*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء.
۷. جیمز، ویلیام. (۱۳۸۷). *دین و روان*. (ترجمه‌ی مهدی قاننی) تهران: دارالفکر.
۸. حمید، نجمه. (۱۳۸۸). *بررسی رابطه نگرش مذهبی با سلامت روانی و عملکرد سیستم ایمنی بدن*. فصلنامه مطالعات روان شناختی، شماره ۱۸.
۹. خامنه‌ای، سید علی. (۱۳۸۷). *از ژرفای نماز*. تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۱۰. دایر، وین. (۱۳۸۸). *قدرت اراده: دنیای خود را چگونه خلق کنیم؟* (ترجمه‌ی علی علی پناهی). تهران: آسیم. (تاریخ انتشار به زبان اصلی: ۲۰۰۴).
۱۱. دایر، وین. (۱۳۸۹). *درمان با عرفان: روانشناسی اعجاز و الهام و اشراق و کشف شهود و بینش عرفانی: راهی برای نیل به تحول نفس*. (ترجمه‌ی جمال هاشمی) تهران: شرکت سهامی انتشار.
۱۲. رضوانی، روح‌اله. (۱۳۸۸). *مقایسه اثر معنویت درمانی و فرا شناخت درمانی بر میزان اضطراب دانشجویان مراجعه کننده به مراکز جهاد دانشگاهی شهر اصفهان*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه اصفهان.
۱۳. روزنهان، دیوید ال و سلیگمن، مارتین ای. پی. (۱۳۸۶). *آسیب شناسی روانی*، جلد دوم. (ترجمه‌ی یحیی سید محمدی) تهران: ساوالان.

۱۴. رئیس پور، حفیظ اله. (۱۳۸۶). *اثر بخشی آموزش نگرش مذهبی بر سلامت روان دانش آموزان دبیرستانی شهر اصفهان*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان.
۱۵. قرائتی، محسن. (۱۳۸۹). *یکصد و چهارده تگنه درباره ی نماز*. تهران: مرکز فرهنگی درس هایی از قرآن.
۱۶. کاپلان، هرولد و سادوک، بنجامین. (۱۳۷۳). *خلاصه ی روان پزشکی، علوم رفتاری - روان پزشکی بالینی*. (ترجمه ی نصرت اله پورافکاری). تهران: شهرآب. (تاریخ انتشار به زبان اصلی، ۱۹۳۳).
۱۷. ملک محمدی، مجید. (۱۳۷۶). *۴۰ تگنه ی پزشکی درباره ی نماز*.
۱۸. میلانی فر، بهروز. (۱۳۸۲). *بهداشت روانی* (چاپ سوم). تهران: قومس.
۱۹. نورمن وینسنت پیل. (۱۳۸۷). *معجزه اراده*. (ترجمه ی وجیه آزرمی).
۲۰. وحیدی مطلق، لیدا. (۱۳۸۴). *تاثیر آموزش های شناختی رفتاری و شناختی رفتاری مذهبی در کاهش اضطراب دانش آموزان دختر پایه اول دبیرستان*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان.
۲۱. یونگ، کارل گوستاو. (۱۳۸۹). *دین و روانشناسی*. (ترجمه ی فؤاد روحانی) ناشر: علمی و فرهنگی.
22. Alport ، G.W.(1950).*The individual and his religion: A psychology interpretation* .New York : Macmillan.
23. koeing ، H.G.(1998).*International journal of psychology* ، 13، 224-273.

منابع اینترنتی

- وب سایت شیعه بوک : کتب شیعه به صورت آنلاین:
<http://shiabook.blogfa.com/>
 وب سایت کتب شیعه : پایگاه دریافت و دانلود کتب شیعه:
<http://www.shia-book.blogspot.com/>

بررسی تأثیر نماز بر اخلاق و تربیت

اسداله خاکی

عضو هیئت علمی و معاون دانشجویی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد.

مهدی پورکورد

مشاور - فوق لیسانس روانشناسی

تلفن: ۰۹۱۳۲۱۷۰۷۹۹

سحر میرقباد خدارحمی

مسئول مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد .

نشانی: دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد- جنب اتوماسیون تغذیه- مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی.

E-Mail: purkord@yahoo.com

چکیده

نمازها از حیث اثرگذاری بر پنج قسم تقسیم می‌شوند: ۱- نماز ناب ۲- نماز پرآثار ۳- نماز مؤثر ۴- نماز کم اثر و ۵- نماز بی‌اثر، که نماز ناب بالاترین درجه عشق و معرفت را به انسان می‌دهد و مخصوص انبیاء است و نماز بی‌اثر فاقد آثار نیک می‌باشد و حتی زیانبار است. در این پژوهش آثار نماز به دو دسته تقسیم می‌شود: ۱- آثار اخلاقی ۲- آثار تربیتی.

آثار اخلاقی نماز شامل: ۱- تکامل و خودسازی ۲- اخلاص ۳- تواضع ۴- برطرف کننده کبر ۵- صبر و ۶- تهذیب اخلاق، و آثار تربیتی نماز شامل: ۱- ثبات شخصیت ۲- نظم و انضباط ۳- احساس قدرت و عزت ۴- ادب ۵- تمرکز حواس ۶- اهتمام به حقوق دیگران ۷- کنترل تمایلات و احساسات و ۸- وقت شناسی می‌باشد. همچنین مشخص شد که نماز باعث نشاط عقلانی و پوشاندن زشتی‌های باطنی در انسان می‌شود.

کلمات کلیدی: نماز، اخلاق، تربیت

مقدمه

یکی از نیازهای حقیقی و ضروری انسان، نماز است و به میزان ضرورتی که برای فرد و اجتماع دارد، دارای فایده و آثار نیکوی فردی و جمعی است، و به همان نسبت که وجود آن منشأ برکات و خیرات است، فقدان آن زیانبار است.

نماز، بازدارنده از بدی‌ها، معراج هر مؤمن پاکیزه، مایه نزدیکی هر پرهیزگار به خدا، پاک‌کننده گناهان، شستشو دهنده جسم و جان، خاموش‌کننده آتش دوزخ، نردبان رسیدن به اوج کمال و انسانیت، مهمترین نهاد دین، بهترین کارها و معیار سنجش اعمال است. اگر نماز قبول شود، کارهای دیگر هم پذیرفته می‌شود و اگر نماز رد شود کارهای دیگر نیز مردود است. بوسیله نماز، دعاها مستجاب و نیازها برآورده می‌شود، کسی که خدا را یاد کند خدا نیز او را یاد می‌کند، خدای تعالی فرمود:

أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي (طه/۱۴)، نماز را برای یاد من برپا دار.

و فرمود:

فَاذْكُرُونِي أَذْكَرُكُمْ (البقره/۱۵۳)، مرا یاد کنید تا شما را یاد کنم.

اقسام نماز بر حسب آثار

از بررسی آیات و روایات مربوط به صلوات، به دست می‌آید که نمازها از حیث اثر گذاری بر پنج گونه‌اند. البته این تقسیم براساس کیفیت نماز و اقسام نماز گزاران است.

۱- نماز ناب: نمازی است که با بالاترین درجه از عشق و معرفت، بیشترین خشوع و حضور خوانده شود نمازی که در آن خاطر نماز گزار آنی غافل از خدا و معطوف به دنیا نشود و نماز گزار به گونه‌ای در آن غرق شود که اگر تیر از پایش در آورند، متوجه نشود. نماز ناب، مخصوص انبیاء اوصیاست و مقام والایشان مرهون همین نماز آنان است.

۲- نماز پر آثار: نمازی است که آگاهانه و عاشقانه بگزارند. نمازی ناب و پر از حضور، توسط انسانهای خالص و ناب، این نماز مخصوص عارفان و بندگان صالح خدا است.

۳- نماز مؤثر: چنانچه آفات نماز، یعنی جهل و ضعف، سهو و ریا را به آگاهی، ایمان، توجه و اخلاص بدل سازیم، نمازمان، نماز مؤثرتری خواهد بود. این نماز، نماز مومنانی است که اهل علم و معرفت‌اند.

۴- نماز کم اثر: نمازی است غالباً از اول وقت خود به تأخیر می‌افتد. و چنانچه در آغاز وقت خوانده، شود، باز هم با توجه کامل و حضور دل خوانده نمی‌شود. این نماز همان نماز ساهی و غافل است.

۵- نماز بی‌اثر: نمازی است که نماز گزارنده، آن را نه از روی اعتقاد و به عنوان یک تکلیف بلکه برای چشم و گوش دیگران و به عنوان یک فریب می‌خواند و چون نمازش خالی از انگیزه خدایی و به دور از آگاهی و احساس تعهد و مسئولیت است، گاهی نماز می‌خواند و گاهی نمی‌خواند. چنین نمازی، نه تنها بی‌ثمر و فاقد آثار نیک می‌باشد بلکه زیانبار است (راشدی، ۱۳۸۰).

آثار اخلاقی

انسان در نظام تربیتی اسلام، بر اساس پرورش صحیح می‌تواند از مرز غرایز عبور کند و خود را به مقام والا و پراج انسانیت برساند و تاج پرافتخار «لقد کرّمنا بنی آدم» را بر سر بگذارد، ولی عروج بدان مقام پراج، نهفته در کمالی است که با زدودن غبار از لوح دل و تجلی انوار در کانون پرفروغ سرّ حاصل می‌آید و این در حقیقت جز تخلّق به اخلاق الله چیز دیگری نیست. بر همین اساس اخلاق، منزلتی بزرگ و جایگاهی بلند است و در تمام شرایع و ادیان الهی نیز سرلوحه دعوت همه انبیاء الهی بوده و همواره پیروان خود را پس از دعوت به یکتاپرستی، به پاکیزگی نفس، اصلاح درون، علاقه‌مندی به نیکی و فضیلت و دیگر امور نیک و سودمند سوق می‌داده‌اند. برای رسیدن به فضایل اخلاقی و دوری از ذایل نفسانی راههایی در قرآن و احادیث ائمه علیهم السلام بیان شده است که یکی از آن‌ها «نماز» است.

نماز در تربیت اخلاقی و شکوفایی و ایجاد فضایل اخلاقی در انسان تأثیر به‌سزایی دارد که در ذیل به برخی از آن‌ها اشاره می‌کنیم.

۱. تکامل و خودسازی

همه انسان‌ها به گونه‌ای زمان‌مند در حال حرکت هستند و به همین دلیل می‌بایست با مدیریت زمان، حرکتی هدفدار و رو به پیشرفت را در نظر بگیرد تا سرمایه عمرشان را در این سفر سرنوشت‌ساز به بهایی ارزان از دست ندهد. از این رو انسان‌ها برای ارضای امیال نامحدود خود، به تعالی روح خود نیاز دارند و در این راه نماز بزرگ‌ترین عامل تزکیه و خودسازی است که انسان را به کمال حقیقی می‌رساند؛ زیرا انسان را از بدی‌ها باز می‌دارد (عنکبوت، ۴۵) و قلعه‌ای محکم در مقابل تهاجمات ویرانگر شیطان است (میزان الحکمه؛ ری شهری، ج ۵، ص ۳۶۷) و سبب محو گناهان می‌شود (هود، ۱۱۴). از این گذشته، نماز برخی فضایل مانند اخلاص، صبر و تواضع را پدید می‌آورد که تقوا را در انسان به دنبال دارد که سرمنشأ فضایل و کمالات است.

۲. اخلاص

اخلاص اساس عبادت (غرر الحکم؛ آمدی، ج ۱، ص ۹۸) و حقیقت بندگی است و ارزش عبادت به اخلاص است (غرر الحکم؛ آمدی، ج ۱، ص ۳). قصد قربت انگیزه اصلی عبادت است و عبادت خالصانه یکی از صفات ویژه بندگان خاص خداست. حضرت زهرا علیها السلام می‌فرماید: هر کس که عبادت با اخلاص را به سوی خدا تقدیم کند، خدا هم برترین مصلحت‌ها را برای او منظور می‌دارد (بحار الانوار؛ علامه مجلسی، ج ۷۰، ص ۲۵۰). روح نماز اخلاص است (شرح نهج البلاغه ابن ابی الحدید) و نماز گزار از نماز ریاکارانه و بدون اخلاص نهی شده است. نماز مطلوب، نمازی است که برای رضای خدا برپا شود و اگر در نماز درجه‌ای از آلودگی شرک و ریا باشد، به همان نسبت از مقام قرب دور خواهد شد. چون ریا با حقیقت و واقعیت نماز سازگار نیست. نماز برای نیایش و مناجات با قدرت برتر

هستی است و چون بدون اخلاص برپا شود، گفت و گوی نماز گزار با خدا بی معنا جلوه می کند. به این ترتیب، نماز گزار باید هر روز با برپایی نماز، اخلاص را تمرین کند. امام باقر علیه السلام می فرماید: «الصلاة بیت الاخلاص؛ نماز خانه اخلاص است.» (بحار الانوار؛ علامه مجلسی، ج ۷۸، ص ۱۸۳).

۳. تواضع

تواضع یکی از فضایل اخلاقی است که در پرتو نماز در انسان ایجاد می شود. یکی از اسرار نماز این است که خودبینی و تکبر را درهم می شکنند و درس فروتنی در برابر خداوند را به انسان می آموزد، زیرا نماز گزار در هر شبانه روز طی هفده رکعت نماز، ۳۴ بار پیشانی تواضع بر خاک می ساید. نماز گزار در سجده، خود را هم چون پر کاهی در میان فضای لایتناهی می بیند و بدین سان خود را بنده کوچک و ناچیز خدا دانسته و هر گونه خودخواهی و غرور را از خود دور می کند.

حضرت زهرا علیها السلام می فرماید: فجعل الله الايمان تطهيراً لكم من الشرك و الصلوة تنزيهاً لكم عن الكبر (اعيان الشيعة؛ جبل عاملی، ج ۱، ص ۳۱۶؛ الاحتجاج، طبرسی، ج ۱، ص ۱۳۴).

خداوند ایمان را وسیله پاکسازی شما از آلودگی شرك و نماز را برای دوری و پاک نمودن شما از تکبر قرار داد. اعمال و ذکرهای نماز بیانگر تواضع است و توجه عمیق به آن ها تواضع را در انسان ایجاد می کند. تکبیر الاحرام، دعا و خواهش از خداوند و سوره حمد از جمله ذکرهای نماز هستند که کبر و خود بزرگی بینی را از انسان دور می کنند. سجده و رکوع و ایستادن با رعایت ادب و وقار در مقابل خداوند مرور هر روزه درس تواضع است. مستحبات نماز مثل تحت الحنک به گردن آویختن ب، گذاشتن بینی بر روی خاک، خشوع و دعاهایی که در نماز و تعقیبات آمده، از اشکال دیگر تواضع است (عزیزی، ۱۳۷۵).

نماز برطرف کننده کبر

برای درمان بیماری خود بزرگ بینی، دو راه وجود دارد، یکی علمی و دیگری عملی. درمان علمی کبر، آن است که شخص نسبت به خود و خدای خود، علم پیدا کند. هرگاه، خودش را چنان که هست بشناسد، خواهد یافت که خوارترین و ناچیزترین موجود است برای آن که خود را بشناسد، درک معنای این سخن حق، تعالی بسنده است که فرمود:

قَتَلَ الْإِنْسَانَ مَا أَكْفَرَهُ، مِنْ أَي شَيْءٍ خَلَقَهُ، مِنْ نُطْفَةٍ وَ قَدَرَهُ. ثُمَّ السَّبِيلَ يَسَّرَهُ. ثُمَّ أَمَاتَهُ وَ أَقْبَرَهُ. ثُمَّ إِذَا شَاءَ أَنْشَرَهُ. كَلَّا لَمَّا يَقْضِ مَا أَمَرَهُ. (عبس / ۱۷ تا ۲۰).

کشته باد انسان چه چیزی او را کافر کیش و ناسپاس کرد. مگر خدا او را از چه آفرید؟ او را از یک نطفه آفرید و اندازه بندی کرد. آنگاه راه تکاملش را آسان نمود. پس از آن او را میراند و به گور درآوردش. بعد از آن هرگاه که بخواهد او را برآورد و بازگرداند. هرگز، هنوز آنچه را که خدا به او فرمان داده، اجرا نکرده است.

خدای تعالی، در این آیات، به آغاز آفرینش انسان و پایان کار او اشاره فرموده است. موجودی است که آغازش نطفه ای گندیده بود و مراحل طی کرده است. بنابراین سرمستی، بزرگنمایی، خودپسندی و فخر فروشیش از چیست؟ او ناتوان خلق شده است و گاهی نمی تواند خود را از زحمت یک مگس رها سازد. پایان کارش مرگ است و به مرداری بویناک و پلید بدل می گردد. آنگاه پاره هایش از هم می پاشد، کرمها، اجزایش را می خورند و استخوانهای او می پوسد و بهترین حالات او آن است که به آنچه در اصل بوده باز گردد. به گلی که از آن کوزه ها کنند و خاکی که از آن خانه ها سازند.

امام علی (ع) فرمودند: مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ (بحارالانوار؛ علامه مجلسی، ج ۶۱، ص ۹۹)، هر کس خود را به خواری و پستی بشناسد، خدایش را به عظمت و بلندی خواهد شناخت و هر که او را به قدرت بشناسد، به عجز و ضعف خود پی خواهد برد و کبر نخواهد ورزید.

بنابراین، کبر بیماری صعب العلاجی است که درمان قطعی آن نماز خواندن از روی خضوع و اخلاص است و درخت تناوری است که فقط نماز می‌تواند آن را از بیخ و بن براندازد.

۴. صبر

انسان در مسیر زندگی خود دچار برخی مشکلات و سختی‌ها می‌شود که تحمل برخی از آن‌ها به قدرت و ایمان زیادی احتیاج دارد. تحمل سختی‌ها و صبر بر آن‌ها یکی از فضایل اخلاقی است که در اسلام ارج فراوانی به آن نهاده شده است. به طوری که در روایات صبر نسبت به ایمان همانند سر نسبت به بدن توصیف شده است (اصول کافی؛ شیخ کلینی ج ۳، ص ۱۴۰ و ۱۴۲).

یاد خدا، نیایش و نماز، نیروی معنوی تجدید شونده‌ای در انسان ایجاد خواهد کرد که او را در رویارویی با مشکلات نیرو می‌بخشد. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «الذکر یشرح الصدر؛ یاد خدا سبب شرح صدر می‌شود» (منتخب الغرر؛ کمپانی ص ۶۲). نماز بهترین وسیله استعانت و کمک خواهی از پیشگاه الهی است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله هر گاه با دشواری روبه‌رو می‌شد، از نماز استعانت می‌جست: «إذا حزبه امر فزع الى الصلوة» (تفسیر در المثنور؛ سبوطی). امام صادق علیه السلام می‌فرماید: هنگامی که با غمی از غم‌های دنیا روبه‌رو شدید، وضو بگیرید و به مسجد رفته نماز بخوانید و در حال نماز دعا کنید، امام صادق علیه السلام در حدیث دیگری می‌فرماید: «هر گاه برای امیرالمؤمنین علیه السلام پیش آمدی می‌شد و حضرت را ناراحت می‌کرد، به نماز پناه می‌برد و ناراحتی خود را به آن جبران می‌کرد (تفسیر نمونه؛ مکارم شیرازی، ج ۱، ص ۱۵۵).

نماز موجب وسعت رزق، برطرف شدن حوایج، دفع بلا و رفع مشکلات و ناراحتی می‌گردد (تفسیر در المثنور؛ سبوطی، ج ۱، ص ۶۷) و به این ترتیب، انسان را در تحمل مشکلات یاری می‌دهد. از طرف دیگر، نماز با افزایش ایمان سبب می‌شود نماز گزار خود را

به گونه‌ای ابدی به جهان مادی متعلق نداند و با دید دیگری وقایع را بنگرد. در نتیجه، با تغییر بینش، مشکلات را تحمل می‌کند و به آرامش روانی دست می‌یابد. اندیشمندان غربی نیز به نقش دعا در مبارزه با دشواری‌ها اعتراف کرده‌اند. نورمن وینسنت گریسی می‌گوید: دعا و نماز بزرگ‌ترین نیرویی است که برای مبارزه با دشواری‌های زندگی روزانه و به دست آوردن آرامش روحی، شناخته شده است (آرام، ۱۳۸۲).

گانندی رهبر بزرگ مردم هند می‌گوید: اگر نماز نبود و با خدا ارتباط پیدا نمی‌کردم، به طور حتم سال‌ها بود که دیوانه شده بودم (گانندی، به نقل از تفضلی، ۱۳۸۷، ج ۵، ص ۱۰۷).

تأثیر نماز در تهذیب اخلاق

بر اساس تعالیم عالی اسلام، انسان از یک سو سازنده و خالق کردار خویش است و از دیگر سو ساخته و پرداخته اعمال خود است. عامل، در این جهان و جهان دیگر از عملش جدا نمی‌گردد. در این دنیا به گونه‌ای ساخته می‌شود که عمل کرده است و در آن جهان نیز به صورتی متناسب با کردار خود سزا و جزا خواهد دید.

بنابراین، علاوه بر تعلیمات عملی که پدر و مادر و اطرافیان و معلمان به او می‌دهند و هر کدام در سعادت و شقاوت این جهان و آن جهان او اثر دارد. مثلاً طبق فرمان و رهنمود قرآن، مؤمنان موظفند که با کمک گرفتن از روزه و نماز خود را بسازند و برای تکامل نفس و روح خود از آن بهره بردارند. از آثار محافظت بر نماز این است که نقص‌ها رذیله‌هایی همچون شتابزدگی، حرص به دنیا، مال‌پرستی، ناشکیبایی و بی‌تابی، تنگ‌نظری، و منع از بخشش مال و ثروت را که جزء طبیعت انسان است از وجود او می‌زداید و صبوری، خویشتنداری، سعه صدر، میل به خیرات، بلند نظری و روح جود و بخشش را که جزء فطرت اوست به جای آن می‌نشانند. نماز در تهذیب اخلاق انسان اثری همه‌جانبه دارد نماز نه تنها زداینده رذیلت‌هاست بلکه زاینده و فزاینده فضیلت‌هاست (راشدی، ۱۳۸۰).

ب) آثار تربیتی

فراهم آوردن زمینه برای پرورش استعداد‌های درونی و به ظهور و فعلیت رساندن امکانات بالقوه را تربیت می‌گویند. در مورد انسان نیز فراهم آوردن شرایط برای شکوفایی همه استعداد‌های درونی در جهت رسیدن به هدف مطلوب و برنامه‌ریزی شده، تربیت نامیده می‌شود. همه انسان‌ها به دنبال سعادت هستند و دارای دو بعد وجودی‌اند. نماز در این راستا سبب شکوفایی استعداد‌های بالقوه انسان می‌شود و شخصیت برجسته‌ای از انسان به تصویر می‌کشد، زیرا نماز سبب خودشکوفایی، خودآگاهی و نشاط عقلانی می‌شود (مغیسی، ۱۳۸۷).

۱. ثبات شخصیت

از بعد روانشناسی و روان پزشکی، شخصیت دربرگیرنده مجموعه‌ای از صفات، رفتارها، افکار و تمایلات عاطفی و هیجانی می‌باشد. که فرد را از دیگران متمایز می‌کند و صرف نظر از عوامل درونی و جسمی تأثیرگذار بر روی شخصیت (مثل مسایل ژنتیکی، هورمونی و شیمیایی، وضعیت ظاهری و فیزیکی بدن و...) و عوامل بیرونی و محیطی، نقش عمده‌ای را در شکل دادن به شخصیت، ایفا می‌کند. با توجه به نقش این عوامل بر تشکیل شخصیت می‌توان رسیدن به اثبات شخصیت و برخورداری از آرامش و پایداری شخصیتی را یکی از مطلوب‌ترین خواسته‌های بشری دانست؛ زیرا وجود ناهنجاری در هر کدام از عوامل شکل دهنده شخصیت می‌تواند سبب اختلالی یا بی‌ثباتی شخصیت گردد و با این که روش‌های درمانی متعددی برای درمان این بیماران به کار گرفته می‌شود، ولی نماز می‌تواند ایفاگر نقش بسیار مهمی در پیشگیری و درمان این گونه اختلال‌های عمیق شخصیتی ایفا کند. تسلیم در مقابل آموزه‌های یک دین و پیروی از یک مذهب و پیمودن راهی که صراط مستقیم باشد، ویژگی مهم و برجسته نمازگزاران است. نماز گزار ضمن تکرار یک مجموعه از ذکرها و واژه‌های مشخص در نمازهای خود پیوسته یک عقیده واحد و یک خط مشی

مشخص را در زندگی خود دنبال می‌کند. به این ترتیب، گویی یک شخصیت ثابت و یک روش و منش معین و همیشگی را برای خود برمی‌گزیند و در روند تکرار نماز، اصول اساسی خود را یادآوری کرده و پیوسته به تثبیت شخصیت خود می‌پردازد.

در اسلام نماز، عالترین جلوه‌ نیایش است و آثار روحی و تربیتی شگرفی دارد. در چهره‌ کسانی که به نیایش می‌پردازند، حس وظیفه‌ شناسی، قلت حسد و شرارت، و حس نیکی و خیرخواهی نسبت به دیگران دیده می‌شود. در صورت تساوی قدرت مغزی و علمی دو نفر، سجایا و خصلتهای آن که حتی به صورت بسیار معمولی و متوسطی نیایش می‌کند، تکامل یافته‌تر از آن دیگری است. نیایش، هنگامی که مداوم و پرشور است تأثیرش محسوس‌تر است. نیایش، خصائل خود را با علامات بسیار مشخص و منحصر به فردی نشان می‌دهد. صفای نگاه، متانت وقار، انبساط خاطر، آمادگی برای پذیرش حق، استقبال از حوادث؛ یعنی تسلیم بودن در برابر تقدیر پروردگار، و راضی بودن به قضای او. این قبیل ویژگی‌های انسان نیاشگر، حاکی از وجود یک گنجینه‌ پنهان در اعماق جسم و روح انسان است (راشدی، ۱۳۸۰).

روانکاو معروف، هانری لنگ‌چنین می‌گوید: در نتیجه تحقیقات طولانی خود در اجرای آزمایش‌های روانی بر روی افراد، به این موضوع پی برده‌ام که با دین سروکار داشته باشد و به عبادت پردازد، آن چنان شخصیتی نیرومند پیدا می‌کند که هیچ‌گاه یک نفر بی‌دین، نمی‌تواند چنین شخصیتی به دست آورد.

۲. نماز و نظم انضباط

نماز، تنها عبادتی است که ارتباط بنده را با خدا به طور پیوسته برقرار می‌کند. و او را در این پیوند مستمر به رعایت نظم و انضباط می‌دارد. بنده‌ای که نظم را در پیوند با خدا، یاد می‌گیرد و بر آن ممارست دارد، بخوبی می‌داند که در پیوند با خود و مردم، چگونه جانب نظم و انضباط را نگه دارد.

پیامبر (ص) برای نماز، نظم و ویژه‌ای مقرر کردند تا هر که نماز حقیقی بجای آورد، از روح نظم و انضباط برخوردار و در زندگی، کامروا باشد. وقتی که انسان، عمل منظمی را به طور منظم و با رعایت نظم زمانی آن و در طول عمر، در هر شبانه روز، پنج نوبت اجرا می‌کند، علاوه بر آن که ملکه نظم همان عمل در او رسوخ می‌کند، رعایت نظم، به عنوان یک عادت و یک روش همیشگی، به سایر اعمال او نیز سرایت می‌کند.

نماز، روح نظم را در انسان ایجاد می‌کند و استمرار نماز، این روح را زنده نگه می‌دارد. پس با توجه به آن که رعایت نظم و انضباط در زندگی، شرط اصلی توفیق و پیروزی است، باید قبول کرد که نمازهای یومیه، برنامه‌ای است که از این جهت نیز در ساختن و پروراندن افراد موفق، نظیر ندارد.

کسی که با نماز تربیت شود مرگ را برای خود جشن می‌داند. وقتی انسان می‌بیند دنیا فانی است، احساس سقوط می‌کند و خود را به یک دستگیرنده و پناه دهنده محتاج می‌بیند و چون پناه دهنده‌ای جز خدا نمی‌یابد، بسوی نماز حرکت می‌کند تا خود را به قرب او برساند. کسی که با نماز انس دارد با مرگ نیز انس دارد و از آن نمی‌ترسد چون هر دو را ملاقات با خدا می‌داند، یاد مرگ، نماز خوان را همچون خود نماز به دنیایی وسیع، منتقل می‌سازد و زمینه رشد و تربیتش را فراهم می‌کند. مرگ، تلخ‌ترین چیز برای انسان است اما نماز تلخی آن را به حلاوت بدل می‌سازد. نماز، می‌تواند کاری کند که مرگ برای انسان جشن شود (راشدی، ۱۳۸۰).

۳. احساس قدرت و عزت

نماز با آن که احساس تواضع و فروتنی را در انسان نسبت به خداوند برمی‌انگیزد، ولی به هیچ وجه به نماز گزار اجازه نمی‌دهد در خود احساس ذلت یا فرومایگی داشته باشد؛ زیرا نماز، انسان را به قدرت فناپذیر الهی متصل می‌گرداند و از این جهت در انسان، احساس

قدرت و عزت را برمی‌انگیزد. از این رو، مؤمن هر کجا احساس تنگنا کند، به نماز متوسل می‌شود و در پرتو آن گره‌های کار خود را می‌گشاید.

امیرالمؤمنین علی علیه السلام در مناجات خود با خدای متعال چنین می‌گوید: «الهی کفی بی فخرأ ان اکون لک عبداً و کفی بی عزاً ان تکون لی رباً؛ خدایا این افتخار مرا بس، که بنده تو باشم و این عزت مرا کافی است که تو پروردگار من باشی». نماز سندی است بر بندگی بنده و ربوبیت خداوند و شاهد صدقی بر این پیوند با برکت و افتخار آفرین است (بحارالانوار؛ علامه مجلسی، ج ۷۷، ص ۴۰۰).

۴. ادب برخاسته از نماز

موقعیت ویژه انسان‌های مؤدب در جامعه، نشانگر تأثیر ادب در تعریف جایگاه اجتماعی انسان است؛ زیرا زندگی اجتماعی بشر مستلزم رعایت برخی اصول و آداب است که بدون آن‌ها انسان‌ها نمی‌توانند به طور مسالمت آمیز و در زمانی طولانی در کنار یکدیگر زندگی کنند. از این رو ادب در تعاملات روزمره انسانی بسیار مؤثر است. برای بررسی اثر نماز در رشد و تعالی ادب انسانی می‌توان جلوه‌های آن را چنین برشمرد:

خوش‌زبانی

انسان‌های مؤدب بسیار خوش‌زبان هستند و گفتار آن‌ها سبب آزار و اذیت دیگران نمی‌شود. نمازگزار در نماز یاد می‌گیرد که چگونه بهترین کلمات را بر زبان جاری کند و چگونه الفاظ زیبایی را برگزیند. نماز، مناجات با خدایی است که جز با بهترین و زیباترین کلمات، سخن گفتن با او نشاید.

نظافت

انسان‌های مؤدب پاکیزه و مرتب نیز هستند؛ زیرا ادب اجتماعی چنین حکم می‌کند. نمازگزار نیز به سبب وجوب پاکیزگی نمازگزار، موظف به شست و شوی اعضای بدن و

پوشیدن لباس تمیز است و حتی به امر مستحبی چون استعمال بوی خوش سفارش شده است.

رعایت آداب خاص

انسان های مؤدب در تعاملات اجتماعی خود آداب خاصی را رعایت می کنند که ممکن است این آداب در فرهنگ های مختلف، تعریف متفاوتی داشته باشند. نماز نیز به انسان یاد می دهد که چگونه آداب خاصی را در زمان معین به جا آورد. داشتن سجاده، مهر، تسبیح، رو به قبله بودن، ایستاده نماز خواندن در صورت داشتن سلامتی کامل، وضو گرفتن، خواندن نوافل و اختصاص لباس خاص به نماز، از جمله این آداب است. هم چنین سلام کردن یکی از متداول ترین آداب اجتماعی است که در نماز وجود دارد.

۵. تمرکز حواس

هر عمل عبادی، علاوه بر آن که مقام و ارزش ویژه مذهبی و معنوی دارد، موجب تمرکز فکری و ذهنی ملموس و قابل توجهی می شود که هر کس می تواند آن را به تجربه بگذارد و ادراک کند.

مخصوصاً نمازها، هنگامی که با حضور قلب و آگاهی کامل برگزار شود، تمرکز ذهنی و فکری نیرومندی به دنبال خواهد داشت. دلیل آن؛ این است که نماز با حضور، آشفتنگی های روحی و تشتت فکری را بکلی می زداید و آرامش روح و اندیشه، جمعیت خاطر، و تمرکز را به دنبال می آورد، و نماز گزار را به قابلیت و نتیجه تکامل روانی می رساند. نماز حقیقی، بهترین وسیله ای است برای پرورش توجه و تمرکز در انسان. زیرا نماز گزار که پیوسته و با تمام قدرت می کوشد تا ذهن خود را از تمامی آنچه غیر خداست، منصرف و فقط به خدا متوجه کند تمام نیروی فکری خود را در یک جا جمع کند تا نمازش با خشوع و حضور قلب خوانده شود، این برای او عادت می شود، و در هر موردی می تواند قوای ذهنی خود را متمرکز سازد. و با توجه به آن که تمام پیشرفتهای بشر در علوم عقلی و نقلی،

نظری و عملی، و اکتشافات و اختراعات محیر العقول، نتیجه همین تمرکز قوای ذهنی برای تحقیق و کشف حقیقت است، نماز می‌تواند عامل مؤثری در پیشرفت علم و معرفت، و صنعت و هنر باشد.

ویلیام مولتون می‌گوید: بهترین راهی که توجه و التفات را در انسان زیاد می‌کند این است که فکر و جسم هر دو با هم کار کنند.

در نتیجه هفده رکعت نمازی که در هر روز متناوباً خوانده می‌شود، بالاترین حالت توجه و التفات را برای نمازگزار ایجاد می‌کند، حالتی که در همه عمر و زندگی وجود و حضور خواهد داشت. پیامبر اسلام (ص) در مورد کسانی که بی توجه نماز می‌گزارند و از نماز خود نتیجه‌ای نمی‌گیرند، چنین می‌فرماید:

لَا صَلَوةَ إِلَّا بِحُضُورِ الْقَلْبِ، تا حضور قلب نباشد، نمازی نیست.

۶- اهتمام به حقوق اجتماعی

یکی از آثار دیگر نماز این است که انسان را به رعایت حقوق دیگران وادار می‌کند. مکتب اسلام برای ایجاد چنین فرهنگی (حساسیت در برابر حقوق اجتماعی دیگران) در بین مسلمانان به نمازگزار هشدار می‌دهد که مبدا ذره‌ای از چیزهایی که به دیگران تعلق دارد، بدون رضایت صاحبانش، در مرحله‌ای از مراحل مختلف انجام نماز به کار گرفته شود. استاد شهید مرتضی مطهری رحمته‌الله در این زمینه می‌فرماید: ((اسلام می‌گوید: جایی که در آن نماز می‌خوانی، آبی که با آن وضو می‌گیری، حتی آن محلی که در آن آب وضوی تو ریخته می‌شود، لباسی که با آن نماز می‌خوانی، تمام آن چه که با این عمل تو ارتباط دارد، باید مباح باشد؛ یعنی نباید حرام باشد. اگر یک نخ غصبی هم در لباس تو باشد، این عبادت پذیرفته نیست. این نیز پیاده کردن یک برنامه‌ی تربیتی مربوط به حقوق اجتماعی در پیکره‌ی عبادت است)) (مطهری، ۱۳۸۳).

۷- کنترل تمایلات و احساسات

انسان در شرایط عادی در هر لحظه که بخواهد می‌تواند بخورد، بیاشامد، بخندد، گریه کند، به این طرف و آن طرف نگاه کند، راه برود و با این و آن حرف بزند، در زمینه‌ی رسیدن به تمایلات و ابراز احساسات خود در تنگنا قرار ندارد؛ اما همین که الله اکبر نماز گفته شد و شروع به نماز خواندن کرد، بسیاری از امور که قبلاً برای او جایز بود، ممنوع می‌گردد.

استاد شهید مرتضی مطهری رحمته‌الله در این باره می‌گوید: ((در تمام مدت نماز، خوردن و ولو یک ذره قند... ممنوع است، خندیدن، آنرا خراب می‌کند، گریستن برای غیر خدا خرابش می‌کند، زیرا در حال نماز انسان باید بر تمایلات خود از قبیل خوردن و خوابیدن غلبه کند و بر احساسات خود از قبیل خندیدن و گریستن مسلط باشد و خود را نگه دارد... به چپ و راست متمایل شدن و نگاه کردن، نماز را باطل می‌کند. این یک حالت انضباط جسمی و روحی است)) که در سرنوشت انسان بسیار تأثیر دارد (مطهری، ۱۳۸۳).

وقتی انسان بر تمایلات و خواسته‌های دل و احساسات خود کنترل داشته باشد، از اراده‌ای قوی بهره‌مند می‌شود و می‌تواند در مراحل مختلف زندگی برای این که اسیر تمایلات و احساسات خود نشود، تصمیم‌گیری کند.

نماز و وقت شناسی

وقت شناسی و زمان سنجی، از مهم‌ترین عوامل پیشرفت جوامع بشری است. هر کاری، در یک پاره از زمان، صورت می‌گیرد. اگر این زمان، زمان مناسب آن است، آن کار با موفقیت روبرو خواهد شد و اگر زودتر یا دیرتر از زمان خاص آن باشد، دیگر آن اثر و نتیجه واقعی را نخواهد داشت.

عبادت، کار و کسب، استراحت، خواب، صرف غذا، تفریح، مزاح، فکر کردن، دم فرو بستن، کارهای شخصی، کارهای اجتماعی و... هر کدام، زمان مخصوص به خود را

می‌طلبد. در هر شبانه روز باید هشت ساعت را به کار و کسب، هشت ساعت را به عبادت، خوردن، نوشیدن و کوشیدن و هشت ساعت را به خواب و استراحت اختصاص دهیم. اگر در هر کدام از این هشت ساعت، برنامه مخصوص آن عملی شود، علاوه بر سلامت، تندرستی و نیرومندی، اهداف و مقاصد دیگر نیز برآورده می‌شود (راشدی، ۱۳۸۰).

یکی از عادت‌های زشت و ناروایی که چون سدی در برابر پیشرفت انسان است، تأخیر در کار است. تأخیر در عمل، انسان را از رسیدن به مقصد، باز می‌دارد، و اکثراً موجب عدم اجرای آن کار است.

امام علی (ع) فرمودند: کار هر روز را در همان روز بران که هر روز را کاری است مخصوص به آن (نهج البلاغه؛ ترجمه دشتی، ۱۳۸۳).

اسلام، برای رسیدن انسانها به رشد، تعالی و برخوردار شدن آنان از پیشرفت همیشگی مادی و معنوی، اهمیت زیادی برای مسأله وقت، در عبادات قائل شده است تا با رعایت آن، تمرین وقت‌شناسی کنند. قرآن در مورد نماز می‌گوید:

إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا (النساء/۱۰۴)، همانا نماز، بر مؤمنان، فرضی است محدود به وقت.

امام صادق (ع) فرمودند: الصَّلَاةُ تَسْتَحَبُّ فِي أَوَّلِ الْأَوْقَاتِ (بحارالانوار؛ علامه مجلسی، ج ۸۰، ص ۱۳)

خواندن نماز در اول وقت و در اولین فرصت، کاری مستحب و پاداش‌افزاست. نماز اول وقت شخص در سعادت شخصی و توفیقات و پاداش او تأثیر بیشتری از دارایی و اهل او دارد و انگهی هر اندازه مهربان و گرامی باشند، خدا از همه مهربانتر است و باید از هر کس و هر چیزی عزیزتر باشد.

در نتیجه کسی که روزی سه یا پنج نوبت، وقت را شناسایی می کند تا نماز را در وقت خاص آن که همان وقت فضیلت است بگذارد، مطمئناً در اجرای همه کارهای خود بهترین و مناسب ترین وقت را انتخاب خواهد کرد.

نماز سبب نشاط عقلانی

پروفسور والتر رکوفمان، استاد دانشگاه بریستول انگلیس، می گوید: هنگام ستایش و نیایش، چنان صمیمیت و اخلاقی در ما ایجاد می شود که در هیچ یک از حالت های عادی میسر نیست. احساسات و عواطفی که در گفتگوهای معمولی با مردم دچار شرم در اینجا به شکل سپاسگزاری های صمیمانه، گلایه گزاری های خودمانی و خواهش های دوستانه در می آید. آنچه در عقده دل بشکل غنچه های ناشکفته و پژمرده بود، اکنون همچون گل خندانی باز و شکفته می شود. روح آدمی، پروبال گرفته به آسمانها پرواز کرده و اوج می گیرد و سیریل برت، روان شناس انگلیسی می گوید: ما بوسیله نماز می توانیم وارد آنچه آنچنان محیط گسترده ای از نشاط عقلانی می شویم که در شرایط عادی یارای وصول به آن را نداریم. (نجاتی، محمد عثمان؛ به نقل از عرب، ۱۳۸۸).

وجوب پوشاندن عورتها در نماز یادآور ضرورت پوشاندن زشتی های باطنی

برای ایستادن به نماز و حضور در محضر کردگار و بار یافتن به درگاه ذوالجلال، باید عورت های ظاهر و باطن خود را بپوشانیم. مرد باید عورتین خود را بپوشاند اما زن، تمام وجودش عورت است و به هنگام نماز باید سراپای وجود خود را بپوشاند به استثنای دست و پا تا مچ و به استثنای چهره به اندازه ای که به هنگام وضو شسته می شود. حتی زن باید صدای خود را پوشیده دارد و نمازش را بلند نخواند (بحار الانوار؛ علامه مجلسی، ج ۴۳، ص ۹۲).

عورت های باطنی همان خلق و خوی های ناپسند و زشتی های عادات مذموم است که لیاقت حضور در محضر رب الارباب را از آدمی می گیرد. کشف عورت های باطنی، زشتی و

رسوایی‌اش بیشتر از کشف عورت‌های ظاهری است که فرموده‌اند: **انَّ اللهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَ أَقْوَالِكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَ أَعْمَالِكُمْ**. (بحارالانوار؛ علامه مجلسی، ج ۷۷، ص ۸۸)

خدا به صورت ظاهر ننگرد لیکن به دل‌هایتان (که صورت باطن است) نظر دارد. پس لازم است که مسلمان، ویژگی‌های پلید و خصلت‌های زشت خود را تبدیل به صفات کمال انسانی کند تا در دریای صفات کمال حق فنا گردد.

تأثیر نماز در بازداری از فحشا و منکرات

وقتی بنده در هر شبانه روز پنج بار نماز می‌خواند و به فرمان:

وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ. (الحجر / ۱۰۰)

و سفارش **وَ أَوْصَانِي بِالصَّلَاةِ مَا دُمْتُ حَيًّا** (مریم / ۳۲)

تا لحظه فرا رسیدن مرگ به این برنامه روزانه، طبعاً باید شخص را از معاصی بزرگ، همچون تجاوز به جان، مال، و ناموس مردم و کلیه اعمالی که ذوق دینی، آن را زشت می‌داند، دور نگه دارد و نه تنها از ارتکاب گناه بلکه حتی از تصور آن نیز مانع شود زیرا که ذکر خداست، ذکری که ایمان به یگانگی خدا و نبوت و روز جزا و یاری طلبی و هدایت خواهی و پرهیز از گام نهادن در صراط مغضوبان و گمراهان را به او تلقین می‌کند و او را وادار می‌کند که با جسم و روح پاک متوجه ذات پاک کبریایی حق گردد و او را با زبان تسبیح، تحمید و تکبیر، یاد کند و در پایان بر خود و همه بندگان صالح خدا درود فرستد.

نماز، صفتی در روح انسان ایجاد می‌کند که به مثابه یک پلیس درونی است و صاحبش را از منکرات منع می‌کند و در نتیجه روحش را از ناپاکی گناهان و آلودگی‌های ناشی از آنها دور نگه می‌دارد.

اگر انسان مدتی با خلوص نیت، نماز بگذارد و بر آن پایداری کند، ملکه تقوی و پرهیز از منکرات در او پدید می‌آید. چنین نمازی به صورت یک آموزگار یا پلیس درونی در

می آید که مرتباً ناظر بر اعمال و احوال اوست و او را کنترل می کند و چنان می سازد که نتواند از راه راست خارج شود.

تأثیر نماز به گونه ای است که اگر شخص به جای نماز، آموزگار یا پلیسی همیشگی را برای تربیت و کنترل خود بگمارد، آن معلم و محافظ نخواهد توانست به اندازه نماز در تربیت، هدایت و اصلاح او اثر بخشد.

نماز و یاد خدا و موانعی که اثر آن را خنثی می کند؛ مانند دو کفه یک ترازوست. اگر کفه نماز سنگین تر شود، نماز گزار از گناه باز می ماند و اگر کفه موانع، سنگین تر شود، نماز گزار از یاد خدا و حقیقت نماز منصرف و متوجه امور دیگری می گردد و چه بسا که مرتکب گناهان گردد.

در نتیجه هر چه نماز شخص، کامل تر باشد، پروای بیشتری از گناه خواهد داشت تا جایی که حتی فکر گناه هم به مخیله اش راه نیابد.

نتیجه گیری

برای رسیدن به فضایل اخلاقی و دوری از رذایل، راههایی را قرآن کریم و احادیث ائمه - علیهم السلام - بیان نموده اند که یکی از آنها نماز خواندن است. ولی نماز کامل در سایه فضایل اخلاقی تحقق می یابد، پس فضایل اخلاقی در تحقق کامل نماز از یک سو و تأثیر نماز در تربیت اخلاقی و شکوفایی و ایجاد فضایل اخلاقی در انسان از سوی دیگر، نقش بسزایی دارد.

نماز گزار باید فقط به نقش نماز در اخلاق نگاه نکند، بلکه به نقش اخلاق در نماز هم توجه کند. نماز گزار وقتی در حال نماز است، باید از همه رذایل مبرا باشد، پاک وارد نماز شود و چیزی از پلیدی همراه او نباشد، چون که زشتی ها و بدی ها مانع انجام درست نماز می شود، زیرا نماز با گناه و رذایل سازگار نیست و میان آنها تراحم و درگیری خواهد بود. نماز گزار می تواند فضایل اخلاقی و نکات تربیتی را از نماز یاد بگیرد. افعال و اذکار نماز،

درس اخلاقی و تربیتی و آداب فردی و اجتماعی، از قبیل: تواضع، خشوع، نظم و انضباط، اخلاق، ادب و ... را به انسان می‌آموزد، و رزایل اخلاقی از قبیل: خودبینی، تکبر و ... را در هم می‌شکند. بنابراین نماز وسیله پرورش این اوصاف و خویهای پسندیده انسانی و اسلامی و بهترین راه برای سرکوب و از بین بردن هواها و هوس‌های نفسانی می‌باشد.

منابع

۱. قرآن مجید
۲. نهج البلاغه، نامه ۵۳. ترجمه؛ دشتی، محمد. (۱۳۸۳). انتشارات مؤسسه فرهنگی - تحقیقاتی امیرالمؤمنین. قم.
۳. آمدی. غرر الحکم، ج ۱، ص ۹۸ و ص ۳۰.
۴. جبل عاملی، سید محسن. اعیان الشیعه. ج ۱، ص ۳۱۶.
۵. ری شهری، محمد مهدی. میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۶۷.
۶. راشدی، حسن. (۱۳۸۰). نماز شناسی، ج ۲. انتشارات ستاد اقامه نماز. قم.
۷. سبوطی، جلال الدین. تفسیر در المثنوی، ج ۱، ص ۶۷ و ۳۸۶.
۸. شرح نهج البلاغه ابن ابی الحدید، ج ۱، ص ۳۲۵.
۹. شیرازی، مکارم. تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۱۵۵.
۱۰. طبرسی، الاحتجاج. ج ۱، ص ۱۳۴.
۱۱. عزیزی، عباس. (۱۳۷۵). اخلاق نماز گزاران. انتشارات نبوغ، قم.
۱۲. علامه مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی. بحار الانوار، ج ۴۳، ۷۰، ۷۱، ۷۷، ۷۸ و ۸۰، ص ۲۵۰.
۱۳. کمپانی، فضل الله. (۱۳۷۸). منتخب الغرر، ص ۶۲.. ۲۴۰۰ سخن از امام علی.
۱۴. کلینی، محمد بن یعقوب. اصول کافی، ج ۳، ص ۱۴۰ و ۱۴۲.
۱۵. گاندی، همه مردم برادرند. ج ۵. ترجمه؛ تفضلی، محمود. (۱۳۸۷). انتشارات آستان قدس رضوی.
۱۶. مطهری، مرتضی. (۱۳۸۵). تعلیم و تربیت در اسلام. انتشارات صدرا.
۱۷. مجموعه مقالاتی از نویسندگان مختلف جهان. کلیدهای خوش بختی. ترجمه آرام، احمد. (۱۳۸۲). نشر، آرون.
۱۸. مغیسی، عباسعلی. (۱۳۸۷). نماز از دیدگاه دانشمندان و متفکران. دفتر انتشارات اسلامی.
۱۹. نجاتی، محمد عثمان. قرآن و روانشناسی. ترجمه عرب، عباس. (۱۳۸۸). انتشارات آستان قدس رضوی.

بررسی جایگاه نماز در دانشگاه اسلامی

اعظم ابراهیم نجف آبادی

کارشناس ارشد مددکاری اجتماعی از دانشگاه علامه طباطبایی تهران

مربی دانشگاه علمی - کاربردی اصفهان و پیام نور نجف آباد

و مددکار مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

آدرس: دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد - حوزه معاونت دانشجویی - مرکز مشاوره و خدمات

روانشناختی

شماره تلفن: ۰۹۱۳۲۸۹۴۱۵۲

شماره تلفن: ۰۹۱۳۲۸۹۴۱۵۲

شماره ثابت: ۰۳۳۱-۲۶۳۸۹۶۸

E mail: a_ebra2004@yahoo.com

چکیده

مقدمه: در تاریخ بشر هیچ قبیله ای را نمی توان یافت که به گونه ای دین نداشته باشد. پس به جاست اگر دین را یکی از وجوه اصلی امتیاز بشر نسبت به دیگر انواع شناخته شده حیات بدانیم. با توجه به تاثیرات شگرفی که نماز در روح و روان انسان می گذارد ضرورت داشت که جایگاه نماز را دانشگاه اسلامی از نظر دانشجویان بدانیم.

روش: در یک مطالعه مقطعی در بهمن و اسفند ماه ۱۳۸۹ تعداد ۲۰۰ پرسشنامه بین دانشجویان دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه علامه طباطبایی تهران توزیع گردید. پرسشنامه ها توسط نمایندگان دانشجویان در کلاسها توزیع شد. در این پرسشنامه ۱۵ سؤال در مورد وضعیت دموگرافیک افراد مورد پژوهش همچون جنس، مقطع تحصیلی، وضعیت تاهل و محل سکونت و سؤالاتی درباره نقش نماز در زندگی و عوامل ترغیب به شرکت در نماز جماعت طراحی گردیده بود. برای اینکه دانشجویان پرسشنامه ها را صحیح تکمیل نمایند سؤالاتی که در آن هویت دانشجو مشخص می گردید مثل نام و نام خانوادگی و شماره دانشجویی لحاظ نگردید. همچنین برای جمع آوری

صندوقی در معاونت فرهنگی تعبیه گردید که دانشجویان پاسخ های خود را در آن صندوق می انداختند. تعداد ۱۴۲ نفر پرسشنامه ها را تکمیل نمودند.

نتایج: در پاسخ به میزان استمرار در ادای نماز، همیشه یا عمدتاً نماز می خوانم، ۸۲/۷ درصد به دست آمد این امر بیانگر آن است که برخلاف پیش فرض غالب جامعه، جوانان به نماز اهمیت می دهند. در ضمن بیشتر پاسخ دهندگان اعلام داشته اند که در دبیرستان و دانشگاه میزان علاقه آنها به نماز بیشتر بوده و دوره ای که فرد خود تصمیم می گیرد برخلاف دوره راهنمایی و ابتدایی که براساس تشویق معلمان و خانواده نماز می خوانند. همچنین بیشتر پاسخ دهندگان نماز را پایه آرامش روح دانسته و ضعف پایه های اعتقادی را عدم توجه به نماز می دانند.

نتیجه گیری: در دنیای امروزی که بیشتر محققان بر این باورند که باید به معنویت بیشتر از پیش توجه گردد، تهیه یک برنامه دقیق و جامع اعتقادی برای نسل جوان و نوجوان ما امری ضروری به نظر می رسد. برنامه ریزی باید طوری باشد که به طور تدریجی بر روی اعتقادات جوانان کار شود و با استدلال و شیوه های آموزشی جذاب و نو تفکرات و اعتقادات اصیل اسلامی را به جوان آموخت که این امر باعث خواهد شد که تفکرات غیر مذهبی و برداشت های غیر صحیح از اسلام از بین رود.

مقدمه

تاکنون هیچ حیوانی نشانه‌ای از وجود حیات دینی بروز نداده است که بتوان آن را به عنوان تمهیدی برای زندگی پس از مرگ او به حساب آورد. برعکس در تاریخ بشر هیچ قبیله‌ای را نمی‌توان یافت که به گونه‌ای دین نداشته باشد. (۱) پس به جاست اگر دین را یکی از وجوه اصلی امتیاز بشرنسبت به دیگر انواع شناخته شده حیات بدانیم.

اما نکته‌ای که شاید وجه اشتراک همه ادیان حتی شبه ادیان خود خوانده‌ای که ساخته دست بشرند نیز باشد، آن است که نیاز فطری بشر به نیایش با منبع جلال، جمال، قدرت و دیگر صفات خداوندی را به گونه‌ای مرتفع کنند. در ادیان فراگیر متأخری چون یهود، مسیحیت و اسلام این نیاز با آیینی خاص تشریح شده و رسیدن به کمال انسانی نیز از مسیر این اتصال با معبود مفروض گردیده است. نماز مهمترین رکن نیایشی است که در همه ادیان و به ویژه ادیان متأخر تشریح و توصیه گردیده است.

دکتر الکسیس کارل نویسنده مشهور کتاب انسان موجود ناشناخته در مورد اتصال به قوه محرکه پایان ناپذیر خداوندی و تاثیر نماز در سلامت انسان می‌نویسد: دعا و نماز قوی‌ترین نیرویی است که انسان می‌تواند تولید کند، نیرویی است که چون قوه جاذبه در زمین وجود حقیقی و خارجی دارد. (۲)

با توجه به تاثیرات شگرفی که نماز در جان انسان می‌گذارد و با توجه به اینکه دانشجویان دانشکده ما نیز اهل نماز هستند بنابراین ضرورت داشت که بررسی جامعی برای علت یابی موانع عدم حضور در نماز جماعت و اول وقت صورت پذیرد.

پژوهش استوارد و جو (۳) در مورد ۱۲۱ دانشجو نشان داد که روحیه مذهبی به صورت چشمگیری با سلامت روان و سازگاری در ارتباط است و افرادی که خود را بیش از همه مذهبی می‌دانند از دیگران سازگارترند و بالاترین عملکرد تحصیلی را دارند.

نتیجه پژوهش‌هایی که در مورد اثر مذهب بر سلامت روان انجام شده است، حاکی از وجود اثر مثبت بر سازگاری، ارتقای سلامت روانی، کاهش علائم بیماری و کاهش ناراحتی و آشفتگی می‌باشد و از وجود یک رابطه مثبت بین مذهب و سلامت روانی حمایت می‌کند. (۴، ۵، ۶، ۷)

پژوهشگری همچون پروفیسور ژول لایوم که بیش از ۳۰ سال از عمر خود را صرف بررسی درباره قرآن و اسلام کرد می‌نویسد: اسلام واسطه میان انسان و خدا را از میان برد و برای اولین بار ایجاد ارتباط مستقیم را میان دو قطب اعلام کرد. در پذیرش عبادت و نماز لازم نیست که شخصی از یک گروه مشخص مقام وساطت را میان مردم و خدا داشته باشد بلکه هر انسانی می‌تواند خودش اعمال عبادی را انجام دهد. (۱۲)

سوی این رصدی گذرا در متون اسلامی و اندیشمندان دینی نیز اهتمام خاص اسلام را به موضوع نماز و آثار آن بیان می‌کند.

خداوند، تبارک و تعالی در قرآن مجید چنین می‌فرماید:

وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ. نماز را به پادار که همانا نماز اهل نماز را از هر کار زشت و ناپسند باز می‌دارد. (۸)

حضرت رسول اکرم (ص) نیز فرموده اند: ان عمود الدین الصلاة. همانا ستون دین نماز است (۹)

امام خمینی علیه السلام می‌فرماید: «در اسلام از نماز هیچ فریضه‌ای بالاتر نیست... نماز یک کارخانه انسان‌سازی است. نماز خوب فحشاء و منکر را از یک امتی بیرون می‌کند.» (۱۰).

مقام معظم رهبری در باره نماز چنین می‌فرمایند:

نماز و نیایش، ارتباط صمیمانه‌ای است میان انسان و خدا، آفریده و آفریدگار، تسلی بخش و آرامش‌گر دل‌های مضطرب و خسته و به ستوه آمده، و مایه صفای باطن و روشنی بخش روان است، پیمان و انگیزه تحرک و بسیج و آمادگی است. برنامه‌ای است برای باز

یافتن و آن گاه ساختن خویش و کوتاه سخن رابطه و استفاضه‌ای مداوم است با سرچشمه و پدید آورنده همه نیکی‌ها یعنی خدا. (۱۱)

گر چه نماز به تعبیری یک امر شخصی مابین فرد و خدای خود تعریف می‌شود اما تاکیدات قرآن کریم، پیامبر ﷺ و ائمه طاهرين عليهم السلام در پر با داشتن نماز جماعت مبین وجود نقش اجتماعی نماز جماعت می‌باشد.

از دیگر سو از آنجا که شکل اصلی نماز به استناد جمع بودن افعال سوره مبارکه حمد که قرائت آن برای هر نماز لازم است به صورت جماعت است، تأکید فراوان اهل بیت عليهم السلام، اهمیت آن را بیش از پیش آشکار می‌نماید.
امام رضا علیه السلام فرمود:

انما جعلت الجماعة لثلاثا يكون الاخلاص و التوحيد و الاسلام و العبادة لله الا ظاهرا مشكوفاً مشهوراً. علت تشريع نماز جماعت آن است که اسلام و توحيد و بندگی و اخلاص به خداوند متعال در معرض دید عموم و ظاهر و مشهور در میان مردم باشد. (۱۵)
پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله فرمود:

صلاة الجماعة افضل من صلاة الفرد بخمس و عشرين درجة. فضیلت نماز جماعت بیست و پنج برابر نماز فرادا می‌باشد. (۱۳)

در حدیث معروفی که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله از جبرئیل نقل کرده اند، می‌فرمایند: خداوند متعال وعده داده است که اگر عدد حاضران در نماز جماعت بیش از ده نفر باشد، اگر تمام دریاها مرکب و درخت‌ها قلم و جن و انس و ملائکه نویسنده شوند، نتوانند ثواب یک رکعت آن را بنویسند. (۱۴)

ایشان به تشویق در باب نماز جماعت بسنده نکرده اند و در باره بی‌اعتنایی به آن نیز چنین فرموده اند:

امام باقر علیه السلام از امیرالمؤمنین علیه السلام نقل می‌فرماید که حضرتش فرمود:

من سمع النداء فلم يجبه من غير علة فلا صلاة له.

هر که صدای اذان جماعت را بشنود و بدون هیچ عذری اجابت نکند نماز ندارد (ارزش معتوی ندارد اگرچه به آن موظف است). (۱۶)

بر پا داشتن نماز و شرکت در نماز جماعت از مواردی است که پژوهش‌های مرتبط با آن و مشخص کردن علاقه یا دوری دانشجویان از این امر ارزشمند راهشگای برنامه ریزان فرهنگی دانشگاه‌های کشور خواهد بود تا با درک عمیق تری در این مقوله اهتمام و سیاست‌گذاری نمایند.

روش تحقیق

در یک مطالعه مقطعی در بهمن و اسفند ماه ۱۳۸۹ تعداد ۲۰۰ پرسشنامه بین دانشجویان دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه علامه طباطبایی توزیع گردید. پرسشنامه‌ها توسط نمایندگان دانشجویان در کلاسها توزیع شد. در این پرسشنامه ۱۵ سؤال در مورد وضعیت دموگرافیک افراد مورد پژوهش همچون جنس، مقطع تحصیلی، و وضعیت تاهل و محل سکونت و سؤالاتی درباره نقش نماز در زندگی و عوامل ترغیب به شرکت در نماز جماعت طراحی شده بود. برای اینکه دانشجویان پرسشنامه‌ها را صحیح تکمیل کنند سؤالاتی که در آن هویت دانشجو مشخص می‌شود مثل نام و نام خانوادگی و شماره دانشجویی لحاظ نشد. همچنین برای جمع‌آوری صندوقی در معاونت فرهنگی تعیین گردید که دانشجویان پاسخ‌های خود را در آن صندوق می‌انداختند. تعداد ۱۴۲ نفر پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند.

یافته‌های پژوهش

از بین ۱۴۲ شرکت‌کننده در این مطالعه ۶۳ نفر دانشجوی دختر و ۵۶ نفر دانشجوی پسر و ۲۳ نفر جنسیت خود را اعلام نکرده بودند. ۱۰۲ نفر دانشجوی دوره کارشناسی و ۴۰ نفر دانشجوی تحصیلات تکمیلی بودند. همچنین ۹ نفر از این دانشجویان متاهل بوده‌اند.

پاسخ دهندگان در برخی موارد می توانستند یک یا چند گزینه را انتخاب کنند. بیشتر دانشجویان (۸۷/۲ درصد) آرامش روحی - روانی را از برکات نماز می دانستند در حالی که ضعف پایه های اعتقادی (۶۳/۴ درصد) را علت عدم توجه به نماز می دانستند. همچنین بیشترین میزان علاقه دانشجویان به نماز در دوران جوانی بوده است به طوریکه ۶۶/۴ درصد دانشجویان اظهار داشته اند که میزان علاقه آنها به نماز در دبیرستان و دانشگاه بیشتر از مقاطع راهنمایی و ابتدایی بوده است.

در ضمن ۸۰/۹ درصد از دانشجویان اعلام داشتند که میزان علاقه آنها به نماز زیاد است (جدول یک).

بیشتر دانشجویان با احکام نماز (۷۰/۴ درصد)، قرائت و تجوید (۶۷/۶ درصد) مضمون و ترجمه نماز (۸۰/۶) آشنایی مطلوب داشتند اما بیشترین ضعف آنها درباره فلسفه نماز است به طوری که ۴۵/۱ درصد از دانشجویان با فلسفه نماز اصلاً آشنایی ندارند یا اطلاعات آنها در این باره کم است (جدول شماره ۳).

۸۲/۷ درصد دانشجویان اعلام داشته اند که همیشه یا عمدتاً نماز می خوانند و هیچکس اظهار نداشته است که اصلاً نماز نمی خواند (نمودار یک).

همچنین ۶۳/۸ درصد از دانشجویان علاقه زیادی به شرکت در نماز جماعت را داشته اند و ۴۱/۷ درصد هر روز یا هر چند روز یکبار در نماز جماعت شرکت می کنند و بیشترین نماز را که به جماعت می خوانند نماز ظهر و عصر و مغرب و عشاء است.

عواملی که از نظر پاسخ دهندگان بر میزان حضور دانشجویان در نماز جماعت موثر است عبارتند از: دوستان (۸۴/۴ درصد)، فضا و کیفیت نمازخانه (۶۶ درصد) و وضوخانه (۶۲/۴ درصد) و حضور اساتید دانشکده در نماز جماعت (۵۶/۸ درصد) (نمودار یک). اما عواملی که باعث عدم حضور دانشجویان در نماز جماعت می شود عبارت اند از: انجام کارهای شخصی (۴۷/۲ درصد)؛ کلاس درس (۴۴/۴ درصد)؛ توزیع غذا (۳۹/۴ درصد)؛ بی

حوصلگی (۳۸/۷ درصد) و طولانی شدن نماز جماعت (۲۱ درصد) (نمودار ۲ و ۳). همچنین ۴۲/۹ درصد از دانشجویان موافق سخنرانی در نماز جماعت بوده اند و ۷۱/۸ درصد از آنها موافق سخنرانی بعد از نماز جماعت بوده اند.

جدول یک: تأثیرات نماز در زندگی افراد

درصد	تعداد		
۴۷/۲	۷۵	بلی	نقش نماز را در زندگی شخصی و اجتماعی افراد چگونه می‌دانید؟
۵۲/۸	۶۷	خیر	
۶۲/۷	۸۹	بلی	جامعه و مردم را از انحرافات باز می‌دارد
۳۷/۳	۵۳	خیر	
۷۸/۲	۱۱۱	بلی	باعث تعالی و تکامل انسان می‌شود
۲۱/۸	۳۱	خیر	
۰	۰	بلی	آرامش روحی و روانی بدنبال دارد
۱۰۰	۱۴۲	خیر	
۶۳/۴	۹۰	بلی	تأثیر چندانی ندارد
۳۶/۶	۵۲	خیر	
۶۳/۴	۹۰	بلی	ضعف پایه‌های اعتقادی
۳۶/۶	۵۲	خیر	
۳۷/۳	۵۳	بلی	فرهنگ خانواده
۶۲/۷	۸۹	خیر	
۱۸/۳	۲۶	بلی	فرهنگ جامعه
۸۱/۷	۱۱۶	خیر	
۲۵/۴	۳۶	بلی	رفتار نامناسب اهل نماز
۱/۶	۱۰۶	خیر	

جدول ۲: میزان علاقه دانشجویان به نماز

درصد	تعداد		
۱۳/۵	۱۷	ابتدایی	میزان علاقه شما به نماز، در کدامیک از مقاطع تحصیلی بیش از مقاطع دیگر بوده است
۱۱/۹	۱۵	راهنمایی	
۳۷/۳	۴۷	دبیرستان	
۳۷/۳	۴۷	دانشگاه	
۴/۲	۶	ضعیف	به چه میزان به نماز عشق می ورزید
۱۴/۸	۲۱	نسبتاً ضعیف	
۳۹/۴	۵۶	نسبتاً زیاد	
۴۱/۵	۵۹	زیاد	

جدول ۳: میزان آشنایی دانشجویان در رابطه با نماز

درصد	تعداد		
۷/۰	۱۰	آشنایی ندارم	فلسفه نماز
۷/۷	۱۱	کم	
۳۰/۳	۴۳	نسبتاً کم	
۳۷/۳	۵۳	نسبتاً زیاد	
۱۷/۶	۲۵	زیاد	
۳/۵	۵	آشنایی ندارم	احکام نماز
۶/۳	۹	کم	
۱۹/۷	۲۸	نسبتاً کم	
۳۵/۹	۵۱	نسبتاً زیاد	
۳۴/۵	۴۹	زیاد	
۳/۵	۵	آشنایی ندارم	قرائت و تجوید نماز
۹/۲	۱۳	کم	
۱۹/۷	۲۸	نسبتاً کم	
۳۳/۸	۴۸	نسبتاً زیاد	

۳۳/۸	۴۸	زیاد	نسبت به مضمون و ترجمه نماز
۱/۴	۲	آشنایی ندارم	
۵/۸	۸	کم	
۱۲/۲	۱۷	نسبتاً کم	
۳۳/۸	۴۷	نسبتاً زیاد	
۴۶/۸	۶۵	زیاد	

بحث و نتیجه‌گیری

آگاهی از نتایج به دست آمده در رابطه با اهمیت به خواندن نماز در دانشجویان دانشگاه، بیانگر وضعیت جامعه از نظر توجه و اهمیت به یکی از ارکان دین و مهمترین آن یعنی نماز است.

در پاسخ به میزان استمرار در ادای نماز، همیشه یا عمدتاً نماز می‌خوانم، ۸۲/۷ درصد به دست آمد این امر بیانگر آن است که برخلاف پیش فرض غالب جامعه، جوانان به نماز اهمیت می‌دهند. در ضمن بیشتر پاسخ دهندگان اعلام داشته‌اند که در دبیرستان و دانشگاه میزان علاقه آنها به نماز بیشتر بوده (یعنی دوره‌ای که فرد خود تصمیم می‌گیرد برخلاف دوره راهنمایی و ابتدایی که براساس تشویق معلمین و خانواده نماز می‌خوانند). همچنین بیشتر پاسخ دهندگان نماز را پایه آرامش روح دانسته و ضعف پایه‌های اعتقادی را عدم توجه به نماز می‌دانند.

در رابطه با عوامل موثر در جذب دانشجویان به نماز جماعت از نظر پاسخ دهندگان، دوستان بیشترین نقش را داشته و پس از آن فضا و کیفیت نماز خانه و وضوخانه و به میزان کمتری اساتید در جذب دانشجویان به نماز جماعت نقش داشته‌اند.

بالا بودن نقش دوستان در ترغیب فرد به شرکت در نماز جماعت همسو با این نکته است که در این شرایط روانی-اجتماعی جوانان بیشترین تاثیر پذیری را از همسالان خود

دارند لذا به نظر می رسد تشویق در جهت دعوت چهره به چهره برای شرکت در نماز جماعت تاثیر بالایی برای حضور در نماز جماعت خواهد داشت.

هم چنین متولیان فرهنگی اجتماعی ضرورت دارد تا محیط های مناسبی جهت آماده شدن برای نماز فراهم نموده و بعلاوه محل مسجد یا نمازخانه را به بهترین نحو آماده کنند تا جماعت بیشتری در نماز جماعت شرکت کنند.

کم رنگ بودن نسبی نقش اساتید از نظر دانشجویان پاسخ دهنده در پژوهش حاضر در جذب به نماز جماعت نیازمند به کنکاش جدی تری می باشد. علی رغم اینکه دانشجویان در رفتار حرفه ای معمولا نقش اساتید خود را مهمترین عامل ذکر می نمایند اما در ترغیب به شرکت در نماز جماعت این عامل در اولویت های پایین تری قرار گرفته است. این موضوع می تواند ناشی از عدم ارتباط موثر فرهنگی - مذهبی بین اساتید و دانشجویان و یا عدم توفیق اساتید در شرکت در نماز جماعت به علل گوناگون بوده و این مسئله خود می تواند موضوع یک تحقیق مستقل باشد.

در رابطه با عدم آشنایی نزدیک به نیمی از پاسخ دهندگان با فلسفه نماز باید متذکر شد که اصولا قشر جوان و دانشجو به خاطر وضعیت سنی و فکری خاص خود علاقه مند به فهم عمیق موضوعات مرتبط با خود است. این که چرا علی رغم وجود دروس آموزشی مرتبط با نماز در مدارس و دانشگاه و هم چنین طرح این موضوعات در رسانه ها و کتب مختلف، این عده از دانشجویان آشنایی کافی با فلسفه نماز ندارند می تواند ناشی از عوامل گوناگون مانند عدم شناخت از مسائل واقعی و شبهات موجود جوانان، طرح نامناسب مسئله یا عدم تدریس مناسب این دروس، یا فقدان انگیزه کافی برای یادگیری و علل دیگر بوده که نیاز به بررسی بیشتر و راه حل های مناسب دارد.

در مورد عواملی که مانع حضور دانشجویان در نماز جماعت می شود یک نکته قابل تامل است. و آن حضور در کلاس های درس به هنگام نماز جماعت بوده که این مسئله

علی‌رغم برنامه‌ریزی‌های دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه علامه طباطبایی تهران مبنی بر شروع کلاس‌ها در خارج از ساعات اقامه نماز جماعت ظهر و عصر هنوز از سوی دانشجویان عنوان شده است. برای برطرف کردن این مانع باید قبل از شروع ترم تحصیلی، براساس فصل و ساعت اذان؛ پیش‌بینی‌های لازم انجام پذیرد و با تعامل و توجیه اساتید و مدیران گروه‌های آموزشی توسط معاونین آموزشی دانشکده‌ها و دانشگاه‌ها مسئله با ظرافت و تدبیر به نحوی طرح شود که همگان خود تبلیغ‌کننده اهمیت و اولویت نماز باشند.

دردنیای امروزی که بیشتر محققان بر این باورند که باید به معنویت بیشتر از پیش توجه شود، تهیه یک برنامه دقیق و جامع اعتقادی برای نسل جوان و نوجوان ما امری ضروری به نظر می‌رسد. برنامه‌ریزی باید طوری باشد که به طور تدریجی از سوی چهره‌های شاخص علمی بر روی اعتقادات جوانان کار شود و دوستانه؛ مستدل و باشیوه‌های آموزشی جذاب و نو؛ تفکرات و اعتقادات اصیل اسلامی را به جوانان آموخت که این امر باعث خواهد شد که تفکرات غیر مذهبی و برداشت‌های غیر صحیح از اسلام از بین رود.

منابع

۱. هیوم، رابرت. ادیان زنده جهان. عبدالرحیم گواهی. دفتر نشر فرهنگ اسلامی (۱۳۶۹)
۲. آئین زندگی ص ۱۷۰ و ۱۷۱
3. Steward RJ, Joe H. Does Spirituality Influence Academic Achievement and Psychological Adjustment of African American Urban Adolescents? Available at: http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/search/detailmini.jsp?_nfpb=true&_ERICExtSearch_SearchValue_0=ED417248&ERICExtSearch_SearchType_0=no&accno=ED417248. Access 18 August 2010 .
4. Watson DL, Thrap RG. Self- directed behavior: Self- modification for personal adjustment. ۷th edition. Wadsworth Publishing Company. 1996.
۵. طهماسبی پور، نجف؛ کمانگیری، مرتضی. بررسی ارتباط نگرش مذهبی با میزان اضطراب، افسردگی و سلامت روان گروهی از بیماران بیمارستانهای شهدای هفتم تیر و مجتمع رسول اکرم (ص)، ۱۳۷۵
۶. بیرشک، بهروز؛ بخشایی، نور محمد؛ بیان زاده، سیداکبر و آذربایجانی، طیبه. بررسی نقش مذهب در تجربه و رتبه بندی استرس های زندگی، افسردگی و اضطراب. چکیده مقالات اولین همایش بین المللی نقش دین در بهداشت روان، ۱۳۸۰؛ سال پنجم: شماره ۱۹
۷. جمالی، فریبا. بررسی رابطه نگرش مذهبی، احساس معنابخش بودن زندگی و سلامت روان در دانشجویان دانشگاههای تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی. دانشگاه الزهراء، (۱۳۸۱)
۸. قرآن مجید، سوره عنکبوت، آیه ۴۵
۹. میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۷۴
۱۰. صحیفه نور ج ۱۲ ص ۱۴۸
۱۱. از ژرفای نماز چاپ ۱۳۵۰ ص ۷ و ۱۰ و ۱۱ و ۱۲
۱۲. فرهنگ اسلام از دیدگاه ژول لام بوم ص ۶۶ و ۶۷
۱۳. وسائل الشیعه/ج ۵/ص ۳۷۴
۱۴. عروۃ الوثقی، ج ۱، باب طاه الجماعه.
۱۵. وسائل الشیعه/ج ۵/ص ۳۷۲
۱۶. وسائل الشیعه/ج ۵/ص ۳۷۵

راهکارهای بدیع جذب جوانان به نماز و مسجد از طریق خانواده و مراکز علمی

سیدمحمدجواد آزمون

دانشجوی کارشناسی گروه مهندسی نفت

دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ماهشهر، باشگاه پژوهشگران جوان، ماهشهر، ایران

Javad.Azmoon20@yahoo.com

چکیده

نماز از بهترین جلوه‌های ارتباط بنده با خداست. گفتگو از سر نیاز و عشق بین عاشق و معشوق. بریدن از نماز، انقطاع از معبود ازلی و ابدی است. در این مقاله نگارنده بر آن است با بیان مقدماتی کوتاه در خصوص خانواده، دانشگاه، نماز و جوان زمینه‌ای را برای بحث اصلی که همانا شیوه‌ی هدایت جوان به نماز است بپردازیم. برای رسیدن به این هدف مقاله را در سه بخش گنجانده ایم: ۱- وظایف دست اندرکاران (خانه، دانشگاه) ۲- نحوه برخورد با جوان ۳- فضا و محیط که در پایان مقاله فشرده مطالب را ذکر خواهیم نمود.

واژه‌های کلیدی: نماز، دانشگاه، خانواده، جوان

مقدمه

نماز عالی ترین نوع ارتباط عبد و معبود و خلق است و خالق. نماز ریسمان پیوند آفریدگان است با آفریدگار، آب زلالی است که سر چشمه آن دل بنده ای که طالب مطلوب گردیده است. مهمترین شعار هر کیشی نماز است.

این نماز و روزه و حج و جهاد هم گواهی دادنسست از اعتقاد (مثنوی، ج ۵، ص ۷۰۷)

پایه اقتدار و اساس سلطنت در بر پا گذاشتن نماز نهفته است.

این پنج اصل توبه است در نوبتی تو پنج نوبه است (لیلی و مجنون، ج ۳، ص ۳۴)

پنج نوبه زدن کنایه است از حاکمیت سلطان وقت و آرامش و سکون طایقان و مخالفان. چون از آوازه حاکمیت سلطان ابدی و ازلی است یاغی همچون شیطان در سکون و انزوا است.

اصلاً طراوت جهان هستی منوط به عبادت و نماز است.

بر پنج فرض عمر بر افشان ودان که هست شش روز آفرینش از این پنج بانوا (خاقانی، دیوان، ص ۱۳۷)

جهاد مومن با غیر مومن از طریق نماز مقدور است.

از نماز و روزه و حج و زکات با منافق مومنان در بردو مات (مثنوی، ج ۱، ص ۱۳۴)

تا جائی که حتی استغاثه و استمداد طلبیدن بی نماز هم مقبول نمی افتد.

وامش مده آن که بی نماز است گر چه دهندش ز فاقه باز است
کو فرض خدا نمی گذارد از قرض تو نیز غم ندارد
(گلستان، ص ۱۸۱)

و پرواز مومن و گسستن از این دنیای مادی بواسطه نماز امکان پذیر است.
به سوی عرش الهی گشوده ام پرو بال بزن که قصه راز و نیاز می گویی
(دیوان شهریار، ج ۱، ص ۲۶۱)

از طرف دیگر، اولین آموزشگاه فرزند و بلکه بهترین آنها برای هدایت نسل آتی جامعه به سوی نماز، کانون گرم خانواده است. خانواده عام ترین و اصیل ترین و بنیادی ترین نهاد اجتماعی است که از بدو خلقت قدم به عرصه گیتی می نهد و سبب دوام و بقای نوع آدمی گردیده است. خانواده سنگ بنای اولیه شخصیت آدمی است. اگر این بنا درست شکل نگیرد.

سنگ اول چون نهاد معمار کج تاثریامی رود دیوار کج

از سوی دیگر، فضای آموزشی پس از خانواده دومین محیطی است که شخص با علم و آگاهی می تواند سراغ آداب و مناسک حج برود. بنابراین لازم است از همان ابتدا در پرورش فرزندان و جوانان و هدایت آنها به سوی مراکز دینی مذهبی و انس گرفتن با اطلاعات و عبادات الهی تلاش کنیم، چرا که شکل گرفتن شخصیت جوانان از همان ابتدا مقدر است.

چوب تر را چنانچه خواهی پیچ نشود خشک جز به هیزم است
سر چشمه شاید گرفتن به بیل چو پر شد نشاید گرفتن به پیل

از این رو عنایت خانواده به جوانان خانه و انس و الفت دادن آنها به ذکر حق یک وظیفه است برای تک تک اعضای خانواده علی الخصوص والدین. در ابتدای مقاله به بررسی واژه‌های کلیدی این مقاله به صورت مجمل می پردازیم.

خانواده

اهمیت خانواده در کلیه‌ی فرهنگ‌ها آنقدر زیاد است که سابقه و بنیاد آن را به خداوند نسبت داده‌اند. «خدا در ابتدا تنها می‌زیست. اما از آنجایی که مصریان می‌توانستند هیچ‌باشنده‌ای را بدون خانواده تصور کنند، ایزدی سه‌گانه تثلیثی به وجود آمد که بین آنها همیشه پدر ریاست نمی‌کرد و گاه ایزد بانو، خدای اصلی ناحیه بود.» (ژیو، ص ۱۷)

در کلیه ملل به خانواده پرداخته شده است کنفوسیون: تکامل جامعه را به رفتار صحیح خانوادگی منوط می‌داند. در نوشته‌های عبری (سفر خروج exodu سفر تثبیه deuteronemy، کتاب مزامیر psalms) در مورد اهمیت تمکین از وظایف خانواده صحبت گردیده است. در آیات کهن هند چون ریگ ودا rig – veda یا قانون انسان fmans awo توجه خاص به خانواده گردیده است. نظریه پردازانی از افلاطون گرفته تا اونیدا onida شیکرز shakers مورمون‌ها momons در عصر فعلی به این مسئله توجه داشته‌اند (جی، ص ۱۸)

خانواده مامن امنی است که علاوه بر مرد وزن که حکم زن و شوهر را دارند، فرزندان در آن پرورش می‌یابند. در واقع خانواده مهمترین واحدی است که می‌تواند، شخصیت کودک را مطابق معیارهای مورد پسند جامعه شکل دهد. وجود خانواده‌ای معتقد و پاینده به موازین اسلام فرزندان را متعهد و مومن بار می‌آورد. لذا در اسلام نیز بارها به اهمیت خانواده و تشکیل خانواده اشاره گردیده است. «و من آیاته ان خلق لکم من انفسکم ازواجاً لتسکنوا الیها و جمعا بینکم مودة و رحمة.» (روم، ۲۱) در احادیث نیز بارها به این اصل اشاره شده است. «من تزوج احرز نصف دینه فلیتق ... فی النصف الباقی.» (مجلسی - روضه المتقین، ج ۸، ص ۲) «ما بنی بناء فی الاسلام احب الی ... تعالی من التزویج.» (همان، همان ص). امام صادق می‌فرماید: «رکعتان یصلها المتزوج افضل من سبعین رکعتة یصلها الاعزب.» (عاملی، باب ۲۰، ص ۳) تأکیدات فراوان اسلام مبنی بر تشکیل خانواده صرفاً از جهت اهمیتی است

که این نهاد در تکامل فرد و اجتماع برخوردار است و در آرامش و هدایت افراد جامعه به سوی خیر و نیکی تأثیر دارد.

دانشگاه

جوان در بحرانی‌ترین سن وارد دانشگاه می‌شود. در دوره ای که احساس استقلال و کمال می‌کند، دوره ای که در پی ایدئولوژی و جهان بینی فلسفی است. در این سن جوان می‌تواند عرشی شود یا فرشی. به هدایت سوق داده شود یا به ضلالت. دانشگاه انسان ساز است. در همین دوره است که جوان فلسفه اعمال و مناسک مذهبی را درک می‌کند، بدور از عادت و تعبد. اگر جوان با تعمیق دینی به سراغ آداب مذهبی برود می‌تواند به عنوان بهترین مدافع دین در برابر اندیشه های انحرافی قد علم کند. دانشگاه جایی است که دین را از حالت تقلیدی به صورت تحقیقی در می‌آورد. در دانشگاه شخص از عبادت بدون آگاهی دور می‌شود:

دید موسی یک شبانی رابه راه کو همی گفت ای خدا و ای اله
تو کجایی تا شوم من چاکرت چارقت دوزم کنم شانه سرت

نماز یک دانشجوی نمازی است از سر آگاهی و علم به آنچه می‌دهد و برای حرکاتی که انجام می‌دهد معرفتی عمیق حاصل می‌کند که غفلت و خستگی و بی‌حالی نمی‌تواند مانع انجام تکالیف مذهبی گردد، چرا که در پشت هر یک از این آداب فلسفه‌ای کامل می‌بیند که مسئولیت او را برای انجام این اعمال چند برابر می‌نماید.

در نمازم جریان دارد ماه جریان دارد نور

سنگ از پشت نمازم پیداست

همه ذرات وجودم متبور شده است.

(سپهری)

دانشگاه‌ها بهترین مکانی است که می‌تواند دین را از شر اوهام و خرافات برهاند. از آنجایی که نا آگاهی در امر دین بهترین دست‌آویز برای مخالفان و دین و دشمنان نظام‌های دینی فراهم می‌نماید لذا دانشگاه‌هایی که علم و دین را در جوار دین پرورش می‌دهند، همچون سدی مستحکم در برابر چنین دسیسه‌هایی مقاومت نموده با منطق و عقل و خرد پاسخگوی شبهات احتمالی خواهند بود. با بررسی وضعیت سایر کشورها در امر دین و مذهب، متوجه صرف هزینه‌های هنگفت و استمداد طلبیدن از علمای مختلف برای نیل به اهداف مذهبی خود هستند. «امروزه کلیسا با ترجمه انجیل به ۱۲۰۰ زبان و ترویج مسیحیت از رادیوهای دنیا، صدای خود را در سراسر جهان پخش می‌کند. و اتیکان حدود ۵۰۰۰ نوع مجله و روزنامه در بیش از دو میلیون تیراژ منتشر می‌کند که بعضی از نشریات آنها به هشتاد زبان ترجمه می‌شود و ۱۵۰۰۰۰ روحانی به کشورهای دنیا می‌فرستند.» (قرائتی، صص ۱۱-۱۵) «جهان مسیحیت با بهره‌گیری از صنعت رسانه با به خدمت گرفتن آن در جهت تبلیغ دین مسیح بهترین استفاده‌ها را از این ابزار برده است. پاپ در واتیکان با در اختیار داشتن یک ماهواره مستقل روزانه مبلغان خود را سخنان و نصایح او بهره‌بگیرند.» (فتوحی اردکانی، ص ۲۹۵)

نماز

واژه نماز از اصطلاحات اصیل فارسی با ریشه nimac به معنی سر فرو آوردن و خم شدن است. خود واژه namac از اصل nam یعنی خم شدن اخذ شده است. سپس در واژه‌هایی از قبیل nemah (هندی) namazh (پازند) nawah ... گسترده شد. (برهان، قاطع، آندراج ف جهانگیری) این واژه در عربی با لفظ صلاه و الفاظ دیگری از قبیل: فریضه، واجب، پنج نوبه، پنج رکن ... برابر است. اما در تعریف نماز: «خم شدن و به خاک افتادن به نشان کمال فروتنی و از جمله عبادات و ارکان اسلام است.» (اهورا، ج ۴، ص ۲۳۱۴) اما در تعریف باطن نماز گفته‌اند: «نماز عبارت از، حضور حق و مواجهه و مکالمه حق و عدم غیبت

و مقام وصول یا اتصال و طاعت مقصود و محبوب یا یافت مطلوب.» و باز گفته شده است: «نماز برهنه گشتن است از همه علاقت ها و یگانه گشتن است به حقیقت ها...» (نوربخش، ج ۲، ص ۶۷)

اما واقعیت این است که نماز در فرهنگ اسلامی و ایرانی به معنی مطلق پاکی و نظافت به کار می رود. «سه چیز از ما باید یادداشت یکی آنکه چون موی کسی برداری دست و ستره نماز کنی.» (اسرار التوحید، ص ۱۴۴)

گهی گهتر نوازست او گهی دشمن گدازست او

به دادی چون سحابست او به پاکی چون نمازست او

نماز گزار پاک است. در اسلام هم نماز ستون دین، معراج مومن، اولین سوال از مومن در روز حشر و سبب کمال و ترقی آدمی است در پلکان معنویات و وسیله جهاد با شیطان است.

نیست خالص طاعت حق تا نگردد گکشته نفس می کند این خون نمازی دامن سجاده را (صائب، ج ۱، ص ۱۰۳) و سبب مصونیت آدمی از ارتکاب به گناه می گردد.

جوشش و افزونی زر در زکات عصمت از فحشا و منکر در صلوات (مثنوی، ج ۳، ص ۹۱۸)

باد خشم و باد شهوت باد آز برد او را که نبود اهل نماز

در نتیجه هدایت انسانها به سوی نماز در واقع مصون نگه داشتن آنها از وساوس شیطانی و هدایت آنها به سوی مواهب رحمان است. برخی از فواید برپا داشتن نماز عبارتند از:

۱. می تواند عامل مهار اضطراب، احساس ناامنی ها و وسیله ای برای ایجاد آرامش باشد.

۲. عامل تعدیل‌گریزه جنسی که در نوجوان بیدار شده و ممکن است گاهی اشوبی به پا کند.

۳. در زمینه فلسفه حیات و چرایی و چگونگی زندگی به آدمی آگاهی قانع‌کننده‌ای می‌دهد. (قائمی، صص ۱۸-۱۹)

جوان از دیدگاه اسلام

جوانی گوهری است بی‌همتا که تقدیم نوع بشر گردیده است و موهبتی است که با استفاده بهینه و در خور از این سن می‌توان به کمالات دین، علمی و اجتماعی نایل شد. بنا بر همین است که حضرت علی (ع) این سن را بی‌نظیر می‌داند. «شئیان لایعرف فضلها الا من فقدهام: الشباب و العافیه» (نگارش، به نقل از غرر، ج ۱، ص ۴۹۹) سلامتی و جوانی را دو گوهر بی‌نظیر می‌داند. البته این را باید در نظر داشت که سلامتی هم نعمتی است که حاصل جوانی است. بنا بر اهمیت همین سن است که پیامبر اسلام تأکید می‌نماید فرشتگان آسمان برای وادار کردن جوانان به تلاش هر شب از آسمان فرود می‌آیند. «ملکا ینزل فی کل لیله، فیناید یا ابناء العشرین، جدوا و اجتهدوا» (مستدرک الوسایل، ج ۲، ص ۳۵۳) جوانی سنی است که انسان مستعد فراگیری همه قابلیت‌ها است. حضرت علی (ع) می‌فرماید: «انما قلب الحدیث کالارض الخالیه، مهما القی فیها من کل شیء قبلته» (نهج البلاغه، نامه ۳۱) و امام صادق نیز در همین رابطه می‌گوید: «قلبا للشباب ارق من قلب الشیخ» (مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۲، ص ۲۸۰)

در عصر فعلی هم این شور و حرارت جوانان بود که انقلاب را به موفقیت و پیروزی رساند. «شما جوان‌ها قدرتمند، شما جوانهای با ایمان، شما جوان‌ها با قدم ثابت این پیروزی را تحصیل کرده‌اید. قیام شما جوانهای ایران قرآن را زنده کرد، حیات تازه به اسلام بخشید.» (امام خمینی، صحیفه نور، ج ۵، ص ۱۴۰)

برای نیل به موفقیت در برخورد با جوان باید، او را خوب شناخت با شناخت استعدادها، توانمندیها و قابلیت جوان، استراتژی فرد در معاشرت با جوان مشخص می گردد. جوان خصوصیتی دارد، از قبیل: «۱- الگو گزینی و تأثیرپذیری ۲- آرمانخواهی ۳- افراط و تفریط در موضع گیری اجتماعی ۴- حساسیت در برابر نابرابرهای اجتماعی ۵- تضاد تعارض با اقتدار بزرگسالان ۶- نشاط، تلاش، تکاپو و سازندگی». (نگارش، صص ۳۲۱-۳۲۲) با شناخت هر یک از این پارامترها، امکان استفاده از قوای بالقوه جوان را بهتر امکان پذیر می گردد.

دانشجو و دین

حال بینیم جوان در قبال دین چه موضع گیری دارد، اصلاً جوان تمایلی به انجام اعمال و مناسک دین از جمله نماز دارد یا خیر؟

از آنجائیکه دانشمندان علوم اجتماعی همانند دو کیم و انسان شناسان، در تحقیقات دینی خود شاخص های دینداری یا تعلق جامعه را شامل دو بعد اساسی «اعتقادات» و «اعمال و مناسک می دانند» این دو بعد هسته ی مشترک همه ادیان محسوب می شود (باقی نصر آبادی، ص ۳۳) لذا میزان گرایش جوانان به اعمال دین و نماز را با عنایت به این دو بعد مورد توجه قرار می دهیم.

وقتی به بررسی آمار می پردازیم، متوجه می شویم که موضع گیری متفاوتی در این خصوص دیده می شود.

۱. نظریه بی دینی جوانان: برخی، بخش زیادی از دانشجویان را بی نماز قلمداد نموده و برخی دیگر پا را از این فراتر گذاشته و آشکارا اظهار نموده اند که ۷۳٪ از مردم ایران نماز نمی خوانند (باقی نصرآبادی، ص ۳۰۲) در تحقیقی دیگر نشان داده شده است که: «میزان مشارکت جوانان در فرایض دینی به ترتیب: نماز جماعت ۱۵٪،

نماز جمعه ۱۰٪، همکاری با مسجد ۱۸٪، شرکت در مجالس دینی ۱۵٪ است. (عطوفی، ص ۳۷۲)

۲. نظریه دینداری جوانان: ا مجموع ۱۳ پژوهش در خصوص میزان پایبندی جوانان به نماز و احکام دینی موارد زیر بدست آمده: ۸۰-۹۶٪ نماز می خوانند. دامنه کسانی که نماز نمی خوانند از ۱/۵-۲۰٪ در نوسان است: نکته قابل توجه در این تحقیقات آنست که بیشترین نسبت نماز خوانان از ان دانشجویان کشور که همان جوانان است، می باشد. با ۷۳، ۹۵٪ سال ۷۹، ۹۶٪)

۳. برای اینکه بتوان بهتر قضاوت نمود، منطقی تر آنست که آموزه های دینی را امروز نمائیم در قرآن اشاراتی می توان یافت دال بر این پذیرش دین و حفظ و تکامل آن به واسطه جوانان است. «انهم فتیه آمنوا بر بهم وز دنهم هدی: آنها جوانانی بودند که به پروردگارشان ایمان آوردند و ما بر هدایتشان افزودیم.» (کهف، ۱۳)

در پیشرفت دین موسی هم این جوانان بودند که مؤثر بودند. «فماء امن لموسی الاذریه من قومهی.» (یونس، ۸۳) در بقیه ادیان از جمله دین اسلام هم نقش جوانان غیر قابل انکار است. اولین مومن به پیامبر، جوان ترین آنهاست یعنی حضرت علی (ع) و بقیه ی جوانان از قبیل یاسر و بلال،... اصولاً مخالفان ادیان الهی پیران و مشایخی هستند که به پرستش اصنام خو گرفته، موقعیت خود را با اندیشه های الهی در خطر می بیند. بنا بر همین از امام صادق (ع) وارد است: امام از احوال مردم در خصوص میزان گرایش آنها به دین و نماز سوال کرد، گفت: به خدا کم می آیند، گرایش دارند اما بسیار کم، امام فرمود: بر تو باد که به سراغ جوانان بروی، چرا که آنان شتابنده ترین افراد به سوی خیر هستند.» (حیدری، ص ۱۲۹)

البته اگر چه قلب جوان همچون زمینی خالی و مستعد است. «حضرت علی (ع): انما قلب الحدث كالارض الخاليه ما القى فيها قبلته» (نهج البلاغه، نامه ۳۱) اما مسلم گرایش جوانان به سوی خیر افزونتر است. حتی اگر جذابیت گناه او را متوجه خود نماید با اندك هشداري

متوجه عمل زشت خویش می شود، علی الخصوص جوانی که اهل نماز باشد، پذیرش خیر از سوی او راحت تر امکان پذیر است. «در میان نمازگزاران مسجد پیامبر، جوانی از انصار بود که به نماز جماعت حاضر می شد، برخی از اهل مسجد گفتند: این جوان اهل کارهای ناشایسته است. حضرت رسول به سادگی پاسخ دادند: همین نماز او را از کارهای بد باز خواهد داشت. چیزی نگذشت که جوان توبه نمود و پاک شد.» (حیدری، ص ۱۴۲) در اسلام عبادت جوان جایگاه ویژه دارد. «ان ... یحب الشباب الذین یفنی فی طاعه ا...» (میزان الحکمه، ح ۹۰۹۷) ان ... یباهی بالشباب العابد الملائکه (همان، ح ۹۰۹۲) فضل الشباب العابد الذین تعبد ضباة علی الشیخ الذی تعبد ما کبر سنه کفضل المرسلین علی السایر الناس (همان، ح ۹۰۹۳) هر کس از او نوجوانی تا هنگام مرگ عبادت کند، خدا پاداش ۹۹ صدیق به او عطا می کند. (کنز العمال، ج ۱۵، ص ۷۸۵) از آنچه گذشت نتیجه می گیریم که گرایش جوانان به نماز و احکام دینی یک امر طبیعی بلکه قابل انتظار است و دوری از دین عجیب است.

علی الخصوص در عصر حاضر گرایشات ضد دینی کاملاً خلاف طبیعت انسان است. «انسان هدف آفرینش خود فاصله گرفته و در همین راستا قوانینی را هم وضع نموده که با فطرت او سازگار نیست.» (امیری، ص ۲۷) اما وقتی به وضعیت جهان فعلی نگاهی می افکنیم متوجه می شویم که گرایش مردم، خصوصاً جوانان به دین بیشتر شده است. «دکتر گلزاری از روان شناسان بزرگ حاضر: گرایش دنیای معاصر به دین در آستانه ی ورود به قرن بیستم، خیلی زیاد شده است. کشش ها و علاقه های دینی نسل جوان ما زیاد شده است. پرسش نسبت به دین و عرفان و معنویت زیاد است. (باقی نصر آبادی، ۳۹۳) «تحلیل گران غربی: در شرایط فعلی قدرت اجتماعی قوی تر از دین در جهان وجود ندارد.» (روزنامه جمهوری، ۱۳۷۴/۳/۲۴) مردم دنیا به طور روز افزون چه در شرق و چه در غرب به طرف خداوند، مذهب و معنویت سوق پیدا می کنند.» (ابرار ۱۳۷۵/۶/۶) همین مطلب در ابرار شماره

۷۶/۵/۱۵ تأکید شده است. «رابرت ما کوانر، نویسنده آمریکایی: سده جدید، دوره هیجانان مذهب خواهد بود و انتظارات مردم در این زمینه به شدت افزایش خواهد یافت. (حاجتی، ۱۳۸۱) در جوامع غربی بازگشت به دین در عصر پسامدرنی آن هم بعد از اندیشه های سکولار (secular) یک واقعیت است.

ضرورت انجام تحقیق

ابتدا باید در نظر داشت که انجام فرایض و اعمال دینی، بر کلیه اقشار اجتماع ضروری است و هدف خلقت خداوند، چیزی غیر از این نیست. «ما خلقت الجن و الانس الا ليعبدون» و ترک این فرایض یک گناه محسوب می گردد. حضرت علی (ع): «ما اوهن الدين كترك اقامه دين ... و تضييع الفرائض.» (سلطانی، ص ۲۱۹ به نقل از غررالحکم و دررالکم، ج ۶، ص ۱۱۲) لذا هدایت انسان ها، علی الخصوص جوانان هدایت به خیر و صلاح و مصون نگه داشتن از وساوس شیطانی است. جهان امروز این ضرورت را افزون تر کرده است. برای اینکه بهتر متوجه این ضرورت گردیم، نقل قول پروفیسور یوجی سوزوکی استاد دانشگاه هوسایی توکیو، خود بهترین دلیل است: «با اجرای برنامه های نوسانی در کشور خوب شرقی آسیا، ساختار اقتصادی و اجتماعی این کشورها دگرگونی اساسی یافته است. روند شهر نشینی و کمتر شدن اهمیت مناطق روستایی، تغییر ساختار معیشتی، تحول خانواده و ابعاد و نقش های آن باد دگرگونی سبک و سیاق زندگی گروه های سنتی و تغییر در باورها و گرایش های سنتی از جمله اعتقادات دینی از جمله دگرگونی هایی هستند که در عرصه های فرهنگی و اجتماعی جوامع مزبور ایجاد شده اند. به اعتقاد سوزوکی، تا زمانی که ارزش های جدید در جامعه وارد نشده بود، آنچه هویت مردم این منطقه را تشکیل می داد، سنت یا ارزش ها و نیز قوم، طایفه و خویشاوندان بودند که ارزش های سنتی خود را در قالب ارزش ها طایفه ای و دینی شکل می دادند. از زمانی که در این منطقه الگوهای نوسانی به سبک غربی به اجرا در آمد، دو تحول اساسی ایجاد شد. نخست به تدریج محدوده زندگی مردم این

منطقه گسترش یافت و آنها با هیأت های جدید و وسیعتری به نام کشور و ملت روبرو شدند و در نتیجه ارزش های قومی و طایفه ای تبدیل به ارزش های ملی شد. دوم ارزش های جدید به سبک غربی در این جامعه مطرح شدند که با تغییر ساختارهای اقتصادی و اجتماعی به شدت مردم را در زندگی روزمره به خود می خواند. اما تحول اساسی در این زمینه خصوصاً از بعد هویتی زمانی بود که این ارزش ها در رویارویی با سنت قرار گرفتند و آن چیزی که به نام تعارض سنت و مدرنیته نام دارد در این جوامع ایجاد شد. در این راستا نیز تعارض در ابتدا به شکل تعارض سنت یا مدرنیسم رخ نمود اما به تدریج تعارض به صورت مثلثی در آمد که در یک گوشه ی آن ارزش های جدید غربی و در دوراس دیگر آن یکی ارزش های ملی و دیگر ارزش های دینی قرار دارد.

ارزش های جدید غربی

ارزش های ملی

ارزش دینی

در واقع با ورود ارزش های جدید غربی، توافق ارزش های قومی و ملی با دین در سنت نیز دچار اختلال شده و میان آنها نیز جدال ایجاد شد. ارزش های غربی در ابتدا سنت را به چالش می کشانند و در ادامه از یک سو ملیت و ارزش های ملی و از سوی دیگر دین و ارزش های آن را با چالش روبرو می ساختند. اما چالش دیگری نیز در این میان بین ارزش های ملی و ارزش های دینی ایجاد می گردید و توافق قبلی آنها را زیر سوال می برد. با ورود ارزش های جدید، موافقت قبلی قومیت و دین منازعه میان آنها تبدیل شد. (عطوفی، ص ۳۵۳ به نقل از سعید فر، جامعه شناسی مسائل اجتماعی معاصر، ص ۱۴۸) این خود بهترین دلیل است برای ضرورت توجه به گرایش مردم خصوصاً نسل جوان و آسیب پذیر به امر دین و نماز.

خانواده، دانشگاه و نماز

یکی از کانون اصلی برای هدایت و انس جوانان به نماز، در وهله اول خانواده و سپس محیط تحصیل است. این بنیاد اولیه و اساسی در صورتی به امر نماز جوانان عنایت ویژه داشته باشند، هدایت و جهت گیری او در سنین بالاتر به راحتی امکان پذیر است. قرآن والدین را به حفظ خانواده دعوت می کند. «یا ایها الذین آمنوا قوا انفسکم و اهلیکم نارا» (تحریم، ۶) الرجل راع فی بیت اهله و مسؤل عن رعیتہ. (پرکی، ص ۷۷)

فرزندان معمولاً مطیع و پیرو اندیشه والدین هستند. و اذا قیل لهم ما انزل... قالوا بل نتبع ما الفینا علیه اباؤنا و لو کان اباؤهم لا یعقلون شیئا و لا یهتدون (بقره، ۱۷۰) همچنین در سوره لقمان آیه ۳۱ این مورد تأکید گردیده است. باز در قرآن به تبعیت از مذهب پدران آمده است: «انا وجدنا اباؤنا علی امه و انا علی اسرهم مهتدون.» (زخرف، ۲۱) در آیه ۲۳ همین سوره دوباره به این امر اشاره شده است.

پیامبر اسلام هم به اصل اطاعت فرزندان از اولیاء اشاره کرده و می فرماید: اعمالتان را براساس اطاعت از خداوند باشد. از معاصی بپرهیزید و فرزندان را امر کنید که دستورات شما را اطاعت نمایند و از آنچه که بر حذر می دارید، دوری کنند. (امیری، ص ۳۵) در تحقیقات اخیر نیز این مورد بارها تأکید شده است که عناصر مهم و تأثیر گذار برای جوان: «خانه، مدرسه و جامعه است.» (فرهادیان، ص ۱۵۴) مروری بر تحقیقات انجام شده تأکید بر این ادعاست. «صفایی فیروز آبادی در تحقیقی تحت عنوان: بررسی عوامل موثر بر جذب نوجوانان و جوانان به نماز شهرستان یزد، به این نتیجه رسید که مقید بودن والدین به نماز باعث شرکت جوانان به نماز می گردد. زهرا شعبانی در تحقیق دیگر با عنوان: عوامل موثر در جذب دانش آموزان به نماز جماعت در شهر اصفهان اثبات کرد به بی توجهی خانواده، تأکید نکردن اولیای مدرسه به نماز جماعت، در عدم گرایش جوانان به نماز موثر است. در همین تحقیق نشان داده شد که از پدرانی که مقید به نماز بوده اند ۱۸/۴٪ دختران و ۱۴/۴٪

پسران آنها نماز نمی خوانند. اما مادرانی که مقید به نماز بوده اند ۲۰/۴٪ دختران و ۱۸/۴٪ پسران آنها اهل نماز نمی شوند. علی سادی پژوهشی با عنوان: بررسی عوامل موثر در ترغیب دانش آموزان به نماز در استان مرکزی انجام داد که مشخص شد یکی از عوامل عدم رغبت به نماز: عادت نداشتن به نماز از دوران کودکی و خانواده است. محمدرضا میری با تحقیق: بررسی عوامل موثر در عدم گرایش به فریضه نماز در استان سیستان و بلوچستان معلوم گردید: ۶۹٪ عوامل خانوادگی و انس و عادت داشتن به نماز از دوران نوجوانی را در خواندن نماز موثر دانسته اند. «اینها نمونه هایی است که بیانگر تأثیر فراوان خانواده در شکل گرفتن شخصیت فرزندان از جمله گرایش آنها است. اکنون به بررسی عواملی که در هدایت جوان به نماز موثر است، می پردازیم.

تأثیر استاد

در تحقیقات مختلف به نقش مربیان و اساتید در گرایش جوانان اشاره شده است. در واقع الگوی رفتاری جوانان مربیان آنها هستند. صفایی فیروز آبادی در پژوهشی تحت تأثیر "عوامل موثر در جذب جوانان به نماز" اثبات کرد: اخلاق و رفتار و شخصیت مربی باعث جذب آنها به نماز می شود. رمضان جهانیان در تحقیق "جاذبه‌ها و دافعه های نماز" پنج عامل اصلی را در گرایش جوانان موثر دانست از جمله مشارکت مربیان و اساتید در نماز ... ستاد اقامه نماز نیز با جمع بندی نتایج تحقیقات مختلف، نقش مربیان را بسیار مهم می داند.

بخش اول : وظایف والدین و دست اندرکاران دانشگاه

۱- شناخت جوان:

همچنان که قبلاً متذکر گردیدیم برای در پیش گرفتن استراتژی مناسب، شناخت استعدادها و ویژگی های جوان، ضرورت دارد. «برای رهبری انسان، از جمله جوان، ابتدا باید او را شناخت. زیرا یک سلسله اصولی بر رفتار انسان حکومت می کند که اگر کسی بخواهد وی را رهبری کند، جز از راه شناخت قوانینی که بر حیات و بر روان زندگی بشر حاکم است،

مسیر نیست.» (باقی نصر آبادی، ص ۲۹۱ به نقل از امدادهای غیبی در زندگی بشر: مرتضی مطهری، ص ۱۳۶) باز می گوید: «نسل جوان را بشناسیم، جوان مزایا و عیب‌هایی دارد. یک نوع ادراکات و احساساتی دارد که در گذشته نبوده و از این جهت باید به او حق داد. در عین حال، یک انحراف فکری و اخلاقی وجود دارد. باید آنها را شناخت و چاره کرد. چاره کردن این انحرافات بدون در نظر گرفتن مزایا و بدون احترام گذاشتن به آنها میسر نیست. اگر بخواهیم به این امور بی اعتنا باشیم محال است که بتوانیم جلوی انحرافات فکری و اخلاقی نسل آینده را بگیریم، منطبق نسل جوان رو به رو شدن با منطق و زبان خودش است. هر کس احساس می کند این نسل بر خلاف آنچه در ابتدا به نظر می رسد، لجوج نیست. آمادگی زیاد برای درک حقایق دارد.» (باقی نصر آبادی، ص ۲۹۲، به نقل از مطهری، ده گفتار، ص ۱۸۲) با عنایت به آنچه مرقوم شد، بر خورد با جوان در نظر گرفتن ویژگی‌ها و خصوصیات آن که قبلاً معرفی شده ضرورت دارد.

۲- عدم تعارض در رفتار و گفتار:

یکی از عللی که در علاقمند شدن جوان به انجام فرایض دینی اهمیت دارد. آنست که خود عامل به احکام و آداب دینی و توصیه‌های قرآن باشیم و از طرف دیگر درست بجا آوردن نماز و به موقع ادا کردنش، آن هم با معیارهای صحیح در هدایت جوانان موثر است. در قرآن به این اصل اشاره شده است. «اتامرون الناس بالبر و تنسون انفسکم.» (بقره، ۴۲)

«اگر بیان پیام و روح نماز با عمل توأم نباشد، در ذهن جوان تناقض بوجود می آورند و پیام نماز منجر به ایجاد انگیزه، شوق، اراده و عمل نمی شود. (فرهادیان، ص ۱۵۴).

۳- آگاهی‌های دینی:

برای اینکه، جوانان صرفاً به صورت تبعیدی به آموزش نماز اقدام نمایند، و آن را مجموعه‌ای از حرکات جسمی و قیام و قعودها ندانند لازم است، ابتدا خودشان به فلسفه احکام دینی از جمله نماز واقف بوده تا جوان را به شیوه‌ی کاملاً منطقی و استدلال دعوت به عبادت نمایند.

جوان کنجکاو و پرسش گر است، اگر بزرگترها توان پاسخگویی به سوالات او را نداشته باشند، ای بسا به دام شیادانی بیفتند که آنها را نسبت به انجام اعمال دینی بی انگیزه نمایند. پیامبر اسلام؛ «انسان ها از بدو تولد خدا پرستند این والدین هستند که آنها را یهودی یا مسیحی می کنند.» (طبری، ج ۲، ص ۱۷۶) دانشگاه محیطی است که می تواند به این سوالات پاسخ دهد.

۱- مادر:

تماس فرزندان با مادر در بسیاری از خانواده ها بیشتر از پدر است و تأثیر است و تأثیر پذیری فرزندان از مادران نیز بیشتر از پدران است. چرا که زبان مادری است. هنگامی که اسکندر ایران را تصرف نمود، برای اینکه مذهب، فرهنگ و زبان آریایی را از بین ببرد، دختران ایرانی را به ازدواج سربازان رومی درآورد، تا فرزندان آنها کاملاً رومی شوند. اما در عمل نتیجه ای خلاف این بدست آمد که فرزندان به کیش و زبان مادری گرویدند و مذهب و فرهنگ ایرانی را در بین رومیان اشاعه دادند. در حدیث آمده است: «الام راعیه فی بیت زوجها و مسو وله عن رعیتها.» (بلوچ زهی، ص ۵۲۷)

الام مدرسه اذا اعددتها اعدت شعبا طيب الاعراق

ما در مانند مدرسه ای است که اگر آن را آماده کنی، ملتی پاک سرشت را آماده کرده ای

ليس اليتيم من انتهى ابواه من هم الحياه و خلقاء ذليلا

یتیم کسی نیست که پدر را از دست داده و او را پس از خود هوار گذاشته است

اذا اليتيم هو الذي تلقى له اما تخلف او ابا مشغول

بلکه یتیم کسی است که پدر و مادر مشغول کار خود باشند و او را به حال خود رها کرده باشند.

در ادبیات فارسی هم به این مطلب اشاره گردیده است. «ما مندیم در برابر هیچ خم

شدیم، در برابر هیچ، پسر نماز مادر را نشکستیم.» (سپهری، ص ۱۷۳)

در اشعار فروغ فرخزاد هم به نماز مادر اشاره رفته است. (فروغ، ص ۲۷۵) و البته بسیاری از شاعران دیگر.

۲- ایجاد فضای دینی

اولیای خانه و دانشگاه باید به گونه‌ای رفتار نمایند که فرهنگ نماز خوانی و انجام فرایض دینی در محیط ساطعه افکند و طنین صلاه شمیم خوش نیایش را در فضای پراکنده نمایند. فرزندان که در خانه نماز خوان پرورش می‌یابد گرایش او به نماز بیشتر از دیگر جوانان است. « شیخ ابو سعید گفت: قدس الله روحه العزیز که در کودکی در آن وقت که قرآن می‌آموختم پدرم مرا به نماز آدینه می‌برد.» (اسرار التوحید، ص ۶۰) رفت و آمد در محافل مذهبی و مسجد جوان را با چنین فضایی دمخور می‌کند.

۳- آموزش نتایج نماز برای دانشجویان

اگر دانشجویان به تأثیر اقامه نماز در طول تحصیل پی می‌برند، رغبت آنها در انجام این فریضه بسیار بیشتر می‌شد. مثل تأثیری که در آرامش بخشیدن به افراد، حل کردن مشکلات و گره‌های علمی، دور شدن از گناه و سرگرمی‌های بیهوده... "هرگاه در مسائل علمی برای ابوعلی سینا گره‌ای پیش می‌آمد بر می‌خواست و وضو می‌ساخت و به مسجد می‌رفت و نماز می‌خواند آن مشکل بر او آسان می‌شد. در روایات آمده است مردی به زنی نظر داشت زن موضوع را به شوهر خود گفت، شوهر زن گفت با آن مرد شرط کن که چهل روز در نماز جماعت شرکت کند. زن چنین کرد، مرد بعد از مدتی شرکت در نماز، پیغام فرستاد که توبه کرده‌ام. (گیتی، ص ۱۰۴)

بخش دوم: نحوه برخورد با جوان

الف- برخورد توأم با محبت:

امام خمینی در همین راستا می‌فرماید: با روی گشاده و آغوش باز حرف‌های آنان را بشنوید. اگر بیراهه می‌روند با بیان آکنده از محبت و دوستی راه راست را نشان دهید،

عواطف و احساسات معنوی و عرفانی آنان را نادیده نگیریم...» (صحیفه نور، ج ۲۰، ص ۲۴۳)

مسلم است که جوان باید محبت ببیند تا جذب سخنان، اعمال، نصایح و خواسته ها گردد و در غیر این صورت حالت انفعالی و انکار به خود می گیرد و گاه به لجاجت و یکدندگی خواهد کشید.

ب- پرهیز از تحکم در نماز:

نماز خواندن فضیلت است همچنان که خداوند در قرآن می فرماید: ما راه رشد و هدایت را به شما نمودیم می خواهید راه هدایت در پیش بگیرید یا کافر گردید، وظیفه ما هدایت است نه تحکم. «روشی که ما در مقابل این نسل پیش گرفته روش دهان کجی و انتقاد صرف و مذمت است و این درست نیست» (باقی نصر آبادی، ص ۲۹۱ بهنقل از مطهری ده گفتار، ص ۱۸۳)

«به جای پرخاش و کنار زدن آنها با محبت پدرانه و الفت با آنها بر خوردار کنیم.» (امام خمینی، ج ۲۰، ص ۲۴۳) باید شرایطی را فراهم آورد که جوان با عشق و تمایل قلبی به سراغ برود.

ج- ارتباط کلامی مستمر:

لازم است به سراغ جوان برویم و منتظر نباشیم به نزدمان بیاید، چرا که جوان با روحیاتی از قبیل شرم و حیا، بدبینی، حس استقلال طلبی در برابر بزرگسالان، ... کمتر ممکن است نزد بزرگسالان بیاید. «در قرآن هم که مباحث تبلیغی را در پیش گرفته کلمه «قل» را حدود ۳۵۰ مرتبه بکار برده است.» (حیدری، ص ۱۲۹)

خ- پرهیز از نصایح شفاهی:

به جای نصایح گفتاری بهتر است جوانان را در عمل متوجه عمل خیر بنماییم. البته این مورد تناقضی با مورد قبل ندارد، چرا که سخنان مهر آمیز و ارتباط عاطفی سوای نصایح خشک و

سرد است، اگر هم نصیحتی در کار باشد، به شیوه مناسب و با کلامی در خور باید صورت بگیرد. «کونوا دعوات الناس به غیر السننکم».

ح- تحقیقی بودن نه تقلیدی:

صرفاً اگر پیرو آیین پدران باشیم، در تضادها و تعارضها و تردیدها نمی تواند پاسخگویی سوالات ما و دیگران باشد. همچنان که در قرن اکثراً گمراهی و ضلالت به واسطه تبعیت از دین پدران بدون تحقیق و آگاهی می داند. «و کذلک ما ارسانا من قبلک فی قریه من نذیر الا قال متر فوها انا وجدنا اباءنا علی امه و انا علی اثر هم مقدون.» (زخرف، ۲۳) انتخاب دین و انجام مناسک و فرایض آن با آگاهی و علم همراه باشد. البته محیطی است که این امکان را برای جوان محقق می کند.

د- استدلال در کلام و بیان فلسفه نماز:

جوان پرسشگر است، کنجکاو است، اهل جستجو است. بزرگترها وظیفه دارند به سوالات آنان پاسخ گویند آن هم به شیوهی منطقی به گونه ای که طبع جستجوگر آنها ارضا گردد. اگر در خصوص نحوه ی قرائت و ادای فریضه نماز و زمان آن و حرکات آن به جوان پاسخ راضی کننده نگویید، ای بسا در انجام آن سست و بی انگیزه گردد. جوان انتظار دارد که دانشگاه به او این پاسخ را بدهد، تا بداند آن نمازی سبب نجات او از آتش دوزخ می گردد که از آتش عشق درونی او شعله کشد و گر نه «گفت: گر پنداری که این نماز سبب رسید است به خدای تعالی غلط می کنی که همه پنداشته است.» (تذکره اولیاء، ص ۱۵۳)

همه پارسایی نه روزه است و زهد نه اندر فزونی نماز و دعاست (ناصر خسرو، ص ۸۴).

ر- تشویق:

هنگام بر پا داشتن نماز با تشویق جوان و بعضاً خرید هدایای در خور با ارزش معنوی او را در ادای فریضه نماز مشتاق به گونه ای که از بر داشتن واجب احساس خرسندی نماید.

ز- انس و عادت دادن به نماز و عشق ورزی با آن:

اگر جوان را به گونه ای بار آوریم که بر پا داشتن نماز جزو عادات یومیه گردد و انیس لحظات تنهایی آنها گردد، به صورت خود جوش به سراغ این عمل می رود. آنچه در این زمینه مهم است این که صرفاً عادت خالی، بدون احساس و انس نباشد بلکه در نماز عشق موج بزند. اصولاً جوان نیاز به عشق دارد. پیامبر می فرماید: «الشباب شعبه من الجنون» (مجلسی، ج ۷۷، ص ۱۷۴) یعنی دوره است که عشق بر عقل غلبه دارد نمازی که با عشق قرائت گردد، نیاز جوان را به معشوق بر می آورد، آنها معشوقی ازلی و ابدی.

دائم اندر نماز و روزه عشق درس عشاق را زبر گرده

آنگاه چنین فردی، که معشوقش خداوند است، به تمام مظاهر آفرینش عشق می ورزد.

به جهان خرم از آنم که جهان خرم از اوست عاشقم بر همه عالم که همه عالم از اوست

(سعدی)

هر لحظه از ذکر معشوق بهره مند است.

مستی که خراب ره عشقست درین ره خواب خوش مستیش همه عین نماز است

(عراقی، ص ۵۲)

فی الجملة چو در می نگرم قبله ام اوست باید به همه سوی نمازم باشد

(نیمایوشیح، ص ۵۳۸)

س- ارائه الگوی مناسب:

برای جوان باید الگوهای معرفی نمود که نمونه ای بارز شخص نماز گزار عامل به احکام

باشد. نمونه ای همچون پیامبر اسلام: «مصطفی (ص) را در حرب احد در پای جراحی رسید،

چنانکه بر سر پای نتوانست استادن بر انگشتان پای نماز بجا آورد.»

(اسرار التوحید، ص ۴۸)

یا حضرت علی که درد عمل جراح را در هنگام نماز حس نمی کرد.

ماه محراب عبودیت حق سرب به محراب عبادت منشق
(شهریار، ج، ص ۹۸۲)

یا نماز شهیدان کربلا در ظهر عاشورا که با چه عشق و حرارتی در اوج فشار و تاخت و تاز
ستم پیشگان اموی بر گزار گردید.

اگر نماز شهیدان ظهر عاشورا است نماز من بخدا نیست جز قیام و قعود
(شهریار، ج ۲، ص ۹۸۲)

الگوی رفتاری علاوه بر پدر و مادر کسانی هستند که به شعار نماز آراسته‌اند و به باطن نماز
نیز باید متحلی باشد. دانشجوی به استاد به عنوان الگوی کامل در دین و علم می‌نگرد و از
اعمال و رفتار او بسیار تأثیر می‌پذیرد، حرکات و سکنات استاد را زیر نظر می‌گیرد، لذا
انتخاب اساتیدی با ویژگی‌های برجسته مذهبی در گرایش جوانان به دین بسیار موثر است.
بنابر همین است که در قرآن و روایات از علمای ضلال دینی بسیار خرده گرفته شده است.

ش - پرهیز از خرافه:

خرافات (superstition) یا مرهوم پرستی که بیشتر ریشه در جهل یا ترس دارد (جاهودا،
ص ۴) خاص دوره ای نیست. «هیچ خرافه ای از خرافات عصر قدیم نیست که رنگی از آن
در زندگی امروزه کره زمین وجود نداشته باشد.» (دورانت، ص ۹۳) در بریتانیا حدود ۲۰۰۰
فالگیر با درآمد بالا و یک میلیون مشتری دائمی موجود دارد و در خود کشور انگلیس از هر
۶ نفر یک نفر به اشباح معتقد است از هر ۱۴ نفر یکی مدعی دیدن شیخ شده و از هر ۳ نفر
یک نفر به فالگیر مراجعه نموده است. در آلمان نصف مردم به بحث و شانس اعتقاد دارند.
در آمریکا ۲۵۰۰۰ جادوگر وجود دارد، (جاهودا، ص ۱۱۹)

اعتقادات خرافی دامن دین را هم می‌گیرد. به گونه ای که انتظارات نامعقول و خلاف منطق
از دین می‌خواهند گاه انتظار می‌کشند بر خلاف جریان قضا و قدر الهی و سیر منطقی
حوادث، خواسته‌های آنها بر آورده گردد. خصوصاً آنگاه که ادای فرایض را دستاویزی

برای جبران کمک کاری ها قرار دهند. باید به جوان آموخت که فلسفه ی برپایی نماز، صرفاً انتظار بر آوردن امیال شخصی و گاه نامعقول نیست. این انتظاری از فضای دانشگاهی می رود که عقل و منطق را جانشین هر گونه موهومی بنماید.

ص- انتظار معقول از دین داشتن:

یکی از نکات اساسی که باید به جوانان آموزش داد اینست که از دین انتظار معقول و در خوری داشته باشیم. علی رغم اینکه نماز می تواند سبب نجات آدمی از عذاب و وسواس شیطانی گردد، لیکن انتظار بیهوده از نماز داشتن و تصور انجام کارهای خارج از عرف و قضا و قدر الهی پسندیده نیست، کما اینکه بعضی از مطالعات و خواسته های کفار از خداوند خارج از عقل و منطق بوده «و اذا جاءتهم الرسل من بین ایدیهم و من خلفهم الا تعبدوا الا... قالوا لولاء ربنا لا نزل ملائکه فانابما ارسلتم به کافرون» هنگامی که رسولان ما از رو به رو پشت سرشان آمدند و گفتند که تنها خدا را پرستید آنها گفتند اگر قرار بود خدا رسول را بفرستد هر آینه از فرشتگان خویش می فرستاد پس ما به رسالت شما کافریم... (فصلت، ۱۴). همچنین در فرقان آیه ۲۱ و زخرف ۵۴ نیز نمونه ی چنین انتظاری نقل گردیده است. یا «و اذ قلتم یا موسی لن نومن لک حتی نری الله جهره» (بقره، ۱۵۳)

ط- ادای نماز توام با خرسندی و نیاز:

باید به جوان آموخت که نماز ما نیاز ماست. بشر آنگاه که از آلام و دردهای زندگی به ستوه می آید و ما من و پناهگاهی می طلبد راز و نیاز با خدا و درد دل با او، تسکین و آرامش اوست. اگر جمال حقایق و معارف دین بر جان پاک و خرد سالم بشر (بویژه نسل جوان) عرضه شود و احساس نیاز انسان ها به دین زنده شود، خود به دین روی خواهند آورد و هم پاسدار آن خواهند شد و هم پیاده کننده آن. لذا وظیفه ما این است که این احساس احتیاج به دین را در بشر بیدار کنیم.» (مطهری، مجله ی حوزه، ص ۱۳) «آداب و عبادتها مذهبی چون پاسخی به عالیتترین نیازهای معنوی انسان است، اگر به طور طبیعی و با احساس و

رضایت قلبی جوانان ارائه شود، موجب احساس خوشایندی در آنان می شود و آن را به راحتی جذب می کنند. با ایجاد احساسات خوشایند در انجام فرایض مذهبی در کودکان و نوجوانان، زمینه یادگیری رفتارها و احساسات مطلوب فراهم می گردد و آن نیز به نوبه خود موجب پیدایش انگیزه و گرایش به نیایش و ارتباط با پروردگار متعال می شود. خانواده ها باید بتوانند بسیاری از رفتارهای مطلوب و احساسات خوشایند و دوست داشتنی خود را در قالب ارزش ها و احکام دینی به طور غیر مستقیم از طریق بهره گیری از الگوی رفتاری در وجود کودکان و نوجوانان جایگزین نمایند. (میری، ص ۱۳)

ک- توجه به تفاوت های فردی:

هر انسان ویژگی های خاص خود را دارد. هیچ انسانی شبیه شخص دیگر نیست بسیار ظریف و شکننده است. کافی است کمی بی ملاحظگی و برخورد نامناسب صورت گیرد، ای بسا به انحراف و کجروی کشانده شود. در بعد نماز هم، باید خصوصیات هر فرد را در نظر بگیریم. تفاوت های فرهنگی، ادراکی، اجتماعی، جنسی، سنی، روحی همه لحاظ گردد و خانواده با جوانشان با ویژگی های خاص خودش برخورد نماید.

گ- تعلیم اطاعت پذیری:

ضرورت دارد که با آموزش نیکو و تربیتی مناسب، ادب اطاعت و تبعیت از کلام والدین و استاد را فراگیرند، از جمله هدایت جوان به سوی مراکز دینی و انجام مناسک مذهبی را به گوش دل شنوا باشند. (پیامبر اسلام می فرماید: «اعمالتان بر اساس اطاعت از خداوند باشد. از معاصی پرهیزید و فرزندانان را امر کنید که دستورات شما را اطاعت نمایند و از آنچه بر حذر می دارید دوری کنند.» (میری، ص ۳۵).

ل- قدرت هوای نفس:

از نکاتی که همواره به جوان می بایست گوشزد نمایید، قدرت شیطان و نفوذ پذیری و وسوسه انگیزی اش است که جاذبه گناه و شهوات را در چشم آدمی می آراید، به گونه ای که

از انجام اعمال مذهبی روی گردان می شود و گاه آن را کاری عبث می پندارد. در اسلام روایات زیادی بر قدرت هوی و شهوت وارد گردیده است. تا جایی که هوس را خدای خود قرار می دهد. «افرایت من اتخذ الهه هواه (جائیه، ۲۳). از امام صادق در خصوص ترک فرائض دینی ذکر گردیده است: «قوة الهوی من الشهوه و اصل علامت الشهوة: اكل الحرام و الغفلة عن الفرائض و الاستهانه بالسنن و الخوض فی الملاهی (مجلسی، ج ۱، ص ۱۳۰) امام موسی جعفر (ع) می فرماید: «من اظفا نور عبرته بشهوات نفسه فکانما اعان هواه علی هدم عقله و من هدم عقله افسر دینه و دنیا». (کسی که پرتوانداز را با خواهش ها و امیال نفسانی خاموش کند گویا هوس خود را بر نابودی عقلش یاری داده و کسی که عقلش نابود کند دین و دنیايش را تباه ساخته است). (کلینی، ج ۱، ص ۱۹)

بخش سوم شرایط محیط

محیط تحصیل و زندگی از مهمترین عوامل گرایش جوان به فریضه نماز است. فراهم کردن شرایط مطلوب زمینه جذب آنها را به سوی این واجب بیشتر فراهم می نماید.

الف- پرهیز از رفاه زدگی و تجمل گرایی:

نتیجه ثروت و نعمت معمولاً غفلت است. غرق شدن در کسب مال و غوطه ور شدن در مادیات، فاصله گرفتن از معنویات را به همراه دارد. حفظ تعادل در کسب ثروت میان روی در این باب پسندیده است. «بر اساس داده ها و اکاویهای روانشناسی اجتماعی: رفاه زدگی گسترده و نامحدود، بر خورداری از امکانات ناساز با ارزش های اعتقادی، بهره گیری نادرست و نابخردانه و نامشروع از درآمدهای نیمه کلان و کلان اقتصادی، روشن فکر زدگی بی محتوا از شرایط و وضعیت های پیرامونی، علم زدگی موجود در محیط خانواده بویژه از سوی پدر و مادر موجب القای کنش های انفعالی یا ناساز در اندیشه، روحیه و

تصمیم جوان می شود.» (فرهادیان، ص ۱۵۸) «بر طبق تحقیقات گرایش به تجمل گرایی در عدم شرکت جوانان به نماز تأثیر دارد.» (جهانیان، ص ۲۰۳)

ب- آموزش تحت تعالیم اسلامی:

کسب علم و دانش پسندیده است اما نه به هر قیمتی. قیمت کسب علم و دانش از دست دادن فرهنگ، مذهب هویت، اعتقاد و ... نیست. اکنون ۶۹۴۰ دانشجوی لبنانی، ۶۹۰۰ عربستانی، ۳۹۸۰ کویتی، ۲۶۴۰ ترکیه ای ... در آمریکا تحصیل مینمایند که اگر آنها با اندیشه های روشنفکران و معارض با دین پرورش پیدا کنند خطری بزرگ برای اسلام است. (اسکندری، ص ۳۹۱)

پ - ایجاد فضای پر جاذبه برای نماز:

گاه فقدان جاذبه و شرایط نامناسب محیطی که در آن نماز ادا می گردد، سبب روی گردانی جوان از انجام فریضه می گردد. در واقع در جنب بر پایی نماز یکسرس آموزش های دیگر هم نهفته است که در شکل دادن روحیه ی جوان نقش اساسی ایفا می کند. آموزشهایی از قبیل طهارت، نظافت، آراستگی، نظم، ادب، وقار، ... «خذوا زینتکم عند کل مسجد» (اعراف، ۳) بنا بر همین لازم است اطاقی که فرایض در آن انجام می گیرد معطر، آراسته، مفروش، همراه با ادعیه ی مناسب به گونه ای که جاذبه ای برای نماز گزار ایجاد نماید. در تحقیقات مختلف به این نکته اشاره گردیده است: " تمیز نبودن نمازخانه، بوی بد آن و ... به عدم گرایش دانش آموزان به نماز دامن می زند." (شعبانی، ۷۱) وجود امکانات اعم از نمازخانه، فرش تمیز، معطر کردن فضای نماز خانه و نصب پوسترهای تبلیغاتی مناسب باعث افزایش علاقه به نماز می گردد. (صفایی فیروز آبادی، ۷۱)

ج - راهنمایی در انتخاب دوست:

روحیات دوست در دوست دیگر تأثیر فراوان دارد. بر دست اندرکاران است که رفت و آمد جوان را کنترل و از سلامت اخلاقی و تهذیب نفس دوستان فرزندشان اطمینان حاصل

نمایند، در دانشگاه نیز با مشوره‌ی مناسب دینی آنها را در انتخاب دوست مساعدت نموده با در پیش گرفتن تدبیری پسندیده آنها را از همنشینی با دوستان ناباب دور نماییم؛ مثلاً در گروه بندی علمی دانشجویان یا در اردوهای آموزشی به این اصل توجه شود. چرا که در قرآن ناله‌ی دوزخیان از انتخاب دوستان بد است. «یا لیتنی اتخذت مع الرسول سبیلاً یا ویلتی لم اتخذ فلا نا خلیلاً. لقد اضلّتی عن الذکر بعد اذ جائتی و کان الشیطان للانسان خذولت.» (فرقان، ۲۹-۲۷) پیامبر اسلام می‌فرماید: انسان، هم کیش دوست و رفیق است. (اصول کافی، ج ۴، ص ۴۵۶) و باز می‌فرماید: «همنشین خوب مانند کسی است که با خود مشک دارد یا به تو مقداری از آن را می‌دهد یا مقداری از او می‌خرد و یا حداقل بوی خوشی از آن به تو می‌رسد، اما رفیق بد مانند کسی است که در دم آهنگری می‌دمد که یا لباس را آتش می‌زند و یا بوی بسیار بدی از آن به تو می‌رسد.» (پرکی، ص ۷۵) جهانیان در تحقیق خود اثبات می‌نمایند که پنج عامل در عدم گرایش جوانان به نماز موثر است و یکی از آنها دوستان بی‌توجه به نماز است امام صادق می‌فرماید: که با بدعت گذران همنشین نشوید: «لا تصحبوا اهل البدع و لا تجالسوهم فتصیروا عند الناس کو احد منهم قال رسول الله... (ص) امرء علی دین خلیله و قرینه، (اصول کافی، ج ۴، ص ۴۵۶) و احادیث متعدد دیگر که دلیل بر تأثیر فراوان دوستان بر یکدیگر است. از نظر رهبر انقلاب فضای کلی و محیط عمومی فعلی مناسب‌تر از گذشته است. «کسانی این طور وانمود می‌کنند که نسلی دارد روی کار می‌آید که اصطلاحاً به آن نسل سوم انقلاب می‌گویند، پشت کرده به انقلاب و رویگردان از ارزش‌های دینی، یا اگر این طور هم نیست به طور اجتناب‌ناپذیری این طور خواهد شد. بنده صد در صد حرف آنها را رد می‌کنم. این نسل در محیطی بار آمده که از محیط سی سال و سی و پنج سال قبل به مراتب پاکیزه‌تر و بهتر است، کسانی که در این محیط متولد شده‌اند به برکت این هدایت دینی توانستند آن کار عظیم را انجام می‌دهند و آن ایمان‌های پولادین و

استوار را عرصه کنند. من معتقدم این نسل نسبت به آن نسل در محیط بهتری پرورش یافته.»
(برخوردهای شایسته، ص ۳۰۲).

د- حفظ اصالت خانواده:

یکی از راههای حفظ سلامت خانواده و سوق دادن فرزندان به سوی ادب و فرایض، حفظ اصالت و ساختار محکم آن است. حضرت علی (ع) می فرماید: «اذا کرم اصل الرجل کرم مغیبه و محضره» (غررالحکم، ج ۳، ص ۱۸۸)

نتیجه

در کل می توان موارد زیر را به عنوان راهکارهای هدایت جوانان به نماز را در نظر گرفت.
۱- هرگز اندیشه جوانان را تکفیر و طرد ننماییم، بلکه همواره آنها را به مناظر و مباحثه دعوت کنیم.

۲- عرضه کردن صحیح مکتب اسلام در همه‌ی زمینه‌ها آن هم به زبان روز.

۳- رهبران نسل جوان قبل از اینکه الگوی فکر دینی باید الگوی عمل دینی بشوند تا جوانان به راحتی بتوانند فکر آنها را نیز بپذیرند.

۴- برای انتقال فرهنگ نماز خوانی به جوانان روش‌های پرجاذبه را انتخاب کنیم.

۵- متوجه تفاوت‌های فرهنگی، ادراکی، اجتماعی نسل جدید باشند و با فهم زمانه، روشهای تعلیمی و تربیتی را اتخاذ کنند.

۶- برخورد توأم با احترام داشته باشیم.

۷- احترام با جوانان باید موضع مساوی و برادر وار باشد نه موضع تحکمی و تحمیلی.

۸- با دفاع عقلانی و برخوردهای عاطفی بهتر می توان به جوانان فرهنگ را انتقال داد.

۹- آسیب شناسی و شناسایی مشکلات نسل جوان در گرایش آنها به نماز موثر است.

۱۰- پرهیز از برخورد خشن و پاسخ منطقی و استدلال به سوالات جوان

۱۱- ارائه الگوی عملی در امر دینداری

- ۱۲- بیان معقولانه مفاهیم نماز
- ۱۳- بازیچه قرار ندادن دین
- ۱۴- برخورد مناسب نیروها و افراد مذهبی
- ۱۵- توجه به سن و جنسیت، روحیات و تمایلات
- ۱۶- معرفی فلسفه و اسرار اعمال مذهبی
- ۱۷- محدود نکردن مساجد را برای عبادت، بحث و مناظره و مشورت در نظر بگیریم
- ۱۸- عدم تضاد ارزشی در رفتار والدین
- ۱۹- تحقیقی بودن دین
- ۲۰- تشویق
- ۲۱- پرهیز از نصایحشفاهی مستمر
- ۲۲- ارتباط کلامی و عاطفی

منابع

۱. اسکندری، علی اکبر، مجموعه مقامات هفتمین همایش علمی تحقیقی مذاهب اسلامی، کمیسیون اجتماعی، ۱۳۸۴.
۲. افسر کشمیری، بیژن، ابرار، ۸۰/۳/۹.
۳. امام خمینی، صحیفه نور، مرکز مدارک فرهنگی انقلاب اسلامی، ۱۳۶۱.
۴. امیری، آبتین، مجموعه مقالات هفدهمین همایش علمی تحقیقی مذاهب اسلامی، کمیسیون اجتماعی، ۱۳۸۴.
۵. اهور، پرویز، کلک خیال انگیز، اساطیر، دوم، ۱۳۷۲.
۶. ایزد پناه، عباس، رسالت، ۸۰/۸/۲۸.
۷. باقی نصرآبادی، علی، مجموعه مقالات هفتمین همایش علمی تحقیقی مذاهب اسلامی، کمیسیون اجتماعی، ۱۳۸۴.
۸. استعلامی، محمد، مثنوی مولوی، زوار، اول، ۱۳۶۳.
۹. برخورد شایسته با جوانان در آینه ی نگاه، مقام معظم رهبری، موسسه فرهنگی قدر ولایت، تهران، ۱۳۸۱.
۱۰. بلوچ زهی، رحیم بخش، مجموعه مقالات هفتمین همایش علمی تحقیقی مذاهب اسلامی، کمیسیون اجتماعی، ۱۳۸۴.
۱۱. حاجتی، میر احمد رضا، عصر امام خمینی، بوستان کتاب قم، ۱۳۸۱.
۱۲. جاهودا، گوستاو، رونشناسی خرافات، ترجمه محمد نقی براهنی، البرز، سوم، ۱۳۷۱.
۱۳. جی، ویلیام، خانواده و جامعه، ترجمه ویدا ناصحی، بنگاه ترجمه و نشر کتاب، اول، ۱۳۵۲.
۱۴. حیدری، عزیز الله، مجموعه مقالات هفدهمین همایش علمی تحقیقی مذاهب اسلامی، کمیسیون اجتماعی، ۱۳۸۴.
۱۵. خان جانی، ابوالفضل، مردم سالاری، ۸۲/۵/۳۰.
۱۶. دبیر سیاقی، دیوان فرخی، هیرمند، ۱۳۷۳.
۱۷. دورانت، ویل، تاریخ تمدن، ترجمه احمد آرام، موسسه فرانکلین، تهران، اول.
۱۸. روزنامه جمهوری اسلامی، ۱۳۷۴/۳/۲۴.
۱۹. روزنامه ابرار، ۱۳۷۵/۶/۶ و ۱۳۷۶/۵/۱۵.
۲۰. ژبوژ، اساطیر مصر، ترجمه ابوالقاسم اسماعیل پور، کارون، اول، ۱۳۸۲.
۲۱. شاهرودی، اسماعیل، دیوان عراقی، فخر رازی، دوم، ۱۳۵۴ سپهری، هشت کتاب، طهوری، تهران، ۱۳۸۰.

۲۲. سپهری، هشت کتاب، طهوری، تهران، ۱۳۸۰.
۲۳. سجادی ضیاءالدین، برگزیده‌هاشعار خاقانی، فرانکلین، زوار، ششم، ۱۳۷۸.
۲۴. سنگری، محمدرضا، عوامل موثر بر گرایش جوان به نماز، مجموعه مقالات برگزیده هشتمین اجلاس سراسری نماز، ۱۳۷۷.
۲۵. سهیلی، دیوان نالصر خسرو، اول، تهران .
۲۶. شعبانی، زهره عوامل موثر در جذب دانش آموزان به نماز در مدارس اصفهان، ۷۱-۷۲.
۲۷. شفیع‌ی کدکنی، محمدرضا، برگزیده اسرار التوحید، سخن ، ۱۳۷۲.
۲۸. صفایی فیروز آبادی، صدیقه، عوامل موثر در جذب نوجوانان و جوانان به نماز، ۷۱-۷۲ طاهباز، سیروس، مجموعه کامل اشعار نیما، نگاه، ۱۳۸۳ .
۲۹. عاملی، حر، وسایل الشیعه.
۳۰. عطوفی، طاهره، مجموعه مقالات هفتمین همایش علمی تحقیقی مذاهب اسلامی، کمیسیون اجتماعی، ۱۳۸۴ .
۳۱. فرهادیان، رضا، عوامل گرایش نوجوانان و جوانان به نماز، مجموعه مقالات برگزیده هشتمین اجلاس سراسری نماز، ۱۳۷۷.
۳۲. فتوحی اردکانی ، فرهاد ، راهکارهای فراروی عالمان دینی در برخورد با تفرقه و ایجاد وحدت چابهار، نوزدهمین همایش مذاهب اسلامی، ۱۳۸۶ .
۳۳. قرائتی، محسن، قرآن و تبلیغ، مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، اول، تهران .
۳۴. قهرمان، محمد، دیوان صائب علمی و فرهنگی، دوم، ۱۳۵۴ .
۳۵. گیتی، زهدی شایان، تبیین سیره‌ی اخلاقی و عملی ... مجموعه مقالات نماز، حور شرق، تبریز، ۱۳۸۵.
۳۶. کلینی رازی، اصول کافی، دارالکتب الاسلامیه ۱۳۶۵ .
۳۷. مجلسی، بحارالانوار، المکتبه الاسلامیه، بی تا .
۳۸. مجلسی، روضه المتقین فی شرح من لا یحضر الفقیه، بنیاد فرهنگ اسلامی، قم، ۱۳۵۲ .
۳۹. مرتضوی، دیوان شهریار، زرین و نگاه، ۱۳۷۲ .
۴۰. مطهری، مرتضی، مجله حوزه، شماره ۶۷.
۴۱. میری، محمدرضا، بررسی عوامل موثر در عدم گرایش و مشارکت جوانان به فریضه نماز، استان س - ب ۱۳۸۰ .
۴۲. نخفی، حسین، دیوان وحشی بافقی، سپهر، هفتم تهران ۱۳۶۶ .

۴۳. نگارش، مجموعه مقالات هفتمین همایش علمی تحقیقی مذاهب اسلامی، کمیسیون اجتماعی، ۱۳۸۴.
۴۴. نوربخش، فرهنگ نوربخش، ناشر مولف، سوم، ۱۳۷۳.
۴۵. نیشابوری حاکم، مستدرک الوسایل، دارالکتب العلمیه، اول بیروت.
۴۶. نهج البلاغه، دارالبلاغه، بیروت اول.
۴۷. یوسفی غلامحسین، گلستان سعدی، خوارزمی، ششم، ۱۳۸۱.

راه‌های جذب جوانان به نماز جمعه

سیدمحمدجواد آزمون

دانشجوی کارشناسی گروه مهندسی نفت

دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ماهشهر، باشگاه پژوهشگران جوان، ماهشهر، ایران

Javad.Azmoon20@yahoo.com

چکیده

هنگامی که انسان از زیبایی‌ها و جذابیت‌های عبادات به ویژه نماز که ستون دین است، آگاه شود، پایبندی و توجه به آن فزونی می‌یابد و می‌کوشد به نحو احسن آن را به جا آورد.

۱. مقدمه

اشاره دستورات الهی برای به سعادت و کمال رسانیدن انسان‌ها و در نهایت رسیدن به قرب خداست. برای نیل به این مقصود خداوند متعال پیامبرانی و به ویژه آخرین سفیرش، پیامبر اعظم حضرت محمد مصطفی (ص) را فرستاد تا انسان‌ها را در یک برنامه تدریجی از انواع آلودگی‌ها، خرافات، کجروی‌ها و زنگارهای شرک، که همچون غل و زنجیر بر پیکرشان سنگینی می‌کرد رهایی بخشند. از جمله این دستورات، فریضه مقدس "نماز" است که ستون دین است و با پذیرفته شدن آن سایر اعمال نیز پذیرفته می‌شود. و اگر مورد پذیرش قرار نگیرد، سایر اعمال نیز بی نتیجه و مردود است. نماز در حقیقت به منزله آرام اسلام است و به سایر کارهای ما، در زندگی ارزش و اعتبار می‌بخشد. یقیناً یکی از دغدغه‌های استادان معارف اسلامی، دعوت و جذب دانشجویانی است که احیاناً اهمیت کمتری به نماز می‌دهند. آنچه در این مقاله مورد بحث قرار می‌گیرد عبارت است از عواملی که در جذب دانشجویان و جوانان به این فریضه الهی مؤثرند.

الف: ترسیم جذابیت‌های نماز

برای روشن تر شدن این مقدمه ذکر برخی از بیانات نورانی حضرات معصومین - علیهم‌السلام - ضرورت دارد. پیامبر اسلام (ص) در این خصوص می‌فرماید: "نماز به نهری تشبیه شده که انسان روزی پنج بار در آن شستشو می‌کند و دیگر چرکی باقی نمی‌ماند. و یا فرمود: نور و روشنی چشم من در نماز است. و نیز فرمود: نماز، به منزله پرچم و آرام و نشانه مکتب اسلام است. امام علی (ع) در این باره فرمود: "مردم نماز را بر عهده گیرید و آن را حفظ کنید، زیاد نماز بخوانید، و با نماز خود را به خدا نزدیک کنید... همانا نماز، گناهان را چونان برگ‌های پائیزی فرو می‌ریزد و غل و زنجیر گناهان را از گردن‌ها می‌گشاید..." از امام حسن مجتبی (ع) سؤال شد: چرا بهترین لباس‌ها را به هنگام نماز می‌پوشید؟ فرمود: خدای بزرگ زیباست و زیبایی را دوست دارد. پس من برای پروردگام خود را آراسته

می‌کنم؛ زیرا خداوند می‌فرماید: نزد هر مسجدی خود را آراسته کنید. به همین دلیل دوست دارم بهترین لباس‌هایم را بپوشم. امام سجاد(علیه‌السلام) فرمود: "و به هنگام نماز، مقام واصلان به منازل والای آن و حافظان ارکانش را بر ما ارزانی دار، آنان که نماز را در اوقات مخصوصش بنا بر سنت بنده و پیامبرت - که درود تو بر او و آتش باد - در رکوع و سجود و همه فضیلت‌هایش با کامل‌ترین و تمام‌ترین طهارت، و روشن‌ترین و رساترین خشوع، به جای می‌آورند. امام صادق(علیه‌السلام) فرمود: "هر که این نمازهای پنجگانه واجب را بر پا دارد و بر وقت‌هایش مواظبت نماید، خداوند را در روز رستاخیز در حالی دیدار کند که او را از جانب خداوند پیمانی باشد و خدا او را به سبب آن پیمان به بهشت در آورد و هر که در وقت‌هایش نماز را بر پا ندارد، پس او را چنان باشد که اگر خدا خواهد او را ببخشد و چون خواهد او را عذاب کند".

با توجه به این بیانات و سایر احادیثی که در خصوص جاذبه‌های نماز از سوی حضرات معصومین علیهم‌السلام ایراد شد. نسیم فرح‌بخشی در وجود ما وزیدن گرفته و شوق و رغبتمان را نسبت به اقامه نماز که فریضه الهی است، مضاعف می‌نماید.

ب: پاداش رفت و آمد به مسجد و بیان فضیلت نماز جماعت

هنگامی که پیامبر عظیم‌الشان اسلام به مدینه هجرت کردند، نخستین اقدام ایشان تأسیس مسجد بود، تا گذشته از اینکه در خدمت عبودیت و بندگی خدا قرار می‌گیرد، به عنوان یک محل تعلیم و تربیت از یک سو و هم‌چنین کانون سیاسی و قضایی از سوی دیگر در آید. **ساختن مسجد** باعث ایجاد وحدت و یکپارچگی و انسجام بیشتر در میان جامعه اسلامی گردید، به طوری که مسلمین برای اقامه نمازهای پنجگانه در مسجد حضور پیدا می‌کردند و باعث اخوت و برادری و نزدیک شدن قلوب آنها به یکدیگر می‌گردید و می‌توانستند ضمن به جا آوردن فریضه مقدس نماز معارف و احکام اسلامی را از زبان پیامبر گرامی اسلامی بشنوند و عمل نمایند.

مساجد به عنوان یک مکان مقدس از صدر اسلام تا کنون برای مسلمین نقش مهمی چه در حوزه عبودیت و چه در حوزه‌های مختلف دیگر ایفا نموده، پیشوایان ما اجر و پاداش زیادی برای کسانی که قدم به آن می‌نهادند، بیان فرمودند که به پاره‌ای از آنها اشاره می‌نمایم.

امام علی (ع) بارها می‌فرمود: هر که به مسجد رفت و آمد کند، یکی از این هشت چیز را به دست آورد: برادری که در راه خدا از او بهره‌مند گردد، دانشی برگزیده، نشانه‌ای استوار، رحمتی مورد انتظار، سخنی که او را از تباهی باز دارد، سخنی که بشنود و او را بر راه هدایت رهنمون شود و یا گناهی را به سبب بیم یا آزرمت ترک کند. امام صادق از پدرانش علیهم السلام روایت نموده که پیامبر خدا (ص) فرمود: هر که قرآن گفتارش و مسجد خانه‌اش باشد، خداوند خانه‌ای برای او در بهشت بنا نهد. و نیز فرمود: هر که پیاده سوی مسجدها رود، پای خویش را بر هیچ خشک و تری نهد، جز آنکه این زمین تا زمین هفتم برای او خدا را تسبیح گویند و به پاکی یاد کنند.

به نظر می‌رسد یکی از اهداف نبی مکرم اسلام (ص) در توجه دادن به مساجد این بود که به مردم تفهیم نمایند که علم و ایمان با یکدیگر توأم است، یعنی هر کجا مسجدی بنا شد آنجا کانون تعلیم و تربیت و علم و دانش نیز می‌باشد. در خصوص پاداش نماز جماعت امام صادق علیه السلام فرمود: به راستی، نماز جماعت بیست و سه درجه بر نماز فردای برتری دارد و بیست و پنج نماز به شمار آید. از رسول خدا (ص) نقل شده که فرمود: نماز کسی که صدای اذان را بشنود و بی دلیل، در نماز جماعت مسلمانان شرکت نکند، ارزشی ندارد. اگر نفرات شرکت کننده در نماز جماعت از ده نفر گذشت، حساب آن را جز خدا کسی نمی‌داند.

نخستین نماز جماعتی که در صدر اسلام برگزار شد، به امامت پیامبر عظیم الشان بود. یعقوبی در این خصوص می‌نویسد: "نخستین نمازی که بر او واجب گشت، نماز ظهر بود،

جبرئیل آمد و وضو گرفتن را به او نشان داد و چنانکه جبرئیل وضو گرفت، رسول خدا هم وضو گرفت، سپس نماز خواند تا به او نشان دهد که چگونه نماز بخواند، سپس رسول خدا (ص) نماز خواند. بر روایت بعضی نخستین نمازی که رسول الله (ص) خواند، "صلوة وسطی" یعنی نماز ظهر بود. سپس خدیجه دختر خویلد رسید و رسول خدا (ص) او را خبر داد، پس وضو گرفت و نماز خواند، سپس علی بن ابیطالب رسول خدا (ص) را دید و هر چه را دید انجام می دهد، انجام داد."

اگر شریعت مبین اسلام امروز به دست ما رسیده، مروهون زحمات پیامبر اسلام (ص) و ائمه اطهار علیهم السلام و بسیاری از کسانی است که در این راه شکنجه و یا حتی جان خود را در راه اعتلای آن دادند. چنانکه در تاریخ آمده، روزی پیامبر (ص) به همراه مسلمانان مشغول نماز جماعت بودند که یکی از مشرکان، غلام خود را امر کرد تا شکنجه و سرگین شتر را بردارد و بر میان دو شانه رسول خدا (ص) که در سجده بود، افکند. و به این صورت موجبات آزار رسول الله (ص) را فراهم نمودند. هر چند این حادثه با جوانمردی عمومی پیامبر (ص) ابوطالب، پاسخ دندان شکنی به مشرکان داده شد اما دلالت بر استقامت پیامبر (ص) از یک سو و ایستادگی و حمایت مسلمانان از ایشان از دوم سو دارد. شایان ذکر است هنگامی که دانشجویان و جوانان برومند ما از این مصادیق تاریخی مطلع باشند با علاقمندی بیشتر به سمت نماز جماعت سوق پیدا می کنند.

ج: ارائه و ترسیم ارزش عبادت در جوانی

از جمله عوامل سوق دهنده دانشجویان و جوانان به نماز جماعت، بیان ارزش عبادات آنان در دوره جوانی، که در حقیقت همانند یک دُر گرانبها در اختیار آنان نهاده شده، می باشد. پر واضح است هنگامی که انسان از جایگاه و منزلت خود در نزد حضرت حق مطلع باشد، عمر گرانبهایش را در همان راهی که محبوبش می پسندد، صرف می نماید و به هیچ وجه حاضر نیست ارزش وجود خود را با گناه تیره و تار سازد. در اینجا بیان احادیثی از

سوی نبی مکرم اسلام (ص) ضرورت می یابد. رسول خدا (ص) فرمود: "خداوند جوانی را که در اطاعت خدا، جوانی خود را سپری کند دوست دارد" و نیز فرمود: "خدای تعالی در برابر فرشتگان به جوانی که عبادت می کند، مباحثات می نماید و می فرماید: به بنده من بنگرید که به خاطر من تمایلات شهوانی اش را رها ساخته است." و باز فرمود: "برتری جوان عابدی که در کمی سنش بندگی ورزد، بر پیری که پس از سالمندی رو به بندگی آرد، همچون برتری پیامبران بر دیگر مردم است."

د. ارائه الگوهای موفق نماز گزار به جوانان و نوجوانان

یکی از ویژگی های عمده در انسان به ویژه در دوران نوجوانی و جوانی، حسن الگوپذیری است. انسان ها در صددند شخصیت هایی که از نظر مادی و به ویژه معنوی به کمال رسیده اند را اسوه خود قرار دهند. الگوها و نمونه های اخلاقی و چهره های موفق نماز گزار، همیشه نیروی محرکه جامعه بوده اند و آنها را به سمت اهداف متعالی که همان قرب به خداوند است سوق داده اند.

در این مورد ذکر برخی از نمونه ها ضروری است. در جنگ صفین تیری به پای مبارک امیر مؤمنان اصابت کرد و نوک تیر در پای حضرت باقی ماند. جراحان آن روز نتوانستند آن را خارج سازند و وقتی حضرت به سجده رفتند آن را بیرون آوردند، بعد از نماز حضرت قسم یاد نمود که چیزی حس نکرد. حال ممکن است که این سؤال در ذهن متبادر شود که چگونه ممکن است کسی چنین دردی را حس نکند؟ آری! مراحل کمال انسان اولاً تسلط بر اعضا و جوارح است یعنی اینکه انسان بر چشم، گوش، زبان و... مسلط باشد. ثانیاً: تسلط بر خواسته های درون است از شهوت، غضب، حب مال، ریاست طلبی و... ثالثاً: تسلط بر اوهام و خیالات و افکار است که در نماز اسیر آنها نباشد. رابعاً: فراموش کردن خویشتن و جذب جلوات حضرت حق شدن است.

جهدهای پیامبر (ص) و نبردهای علی علیه السلام و نهضت حسینی، همه برای "اقامه نماز" و ایجاد و تقویت رابطه بندگی میان خالق و مخلوق است. در نهضت عاشورا، نماز جایگاه مهمی دارد. پیش از شب عاشورا که سپاه عمر سعد به طرف خیمه گاه امام می تازند، حضرت برادرش عباس را می فرستد تا با آنان گفتگو کند و شب را مهلت بخواهد تا به نماز و عبادت بگذرانند. در همان وقت نیز حیب بن مظاهر به سپاه دشمن خطاب کرد که چرا با گروهی می جنگید که سحر خیزان و شب زنده داران و اهل عبادتند؟

به گفته مورخان همه یاران امام شب را به نماز مشغول بودند. ظهر عاشورا نیز، ابو ثمامه صائدی، وقت نماز را به یاد حضرت آورد. حضرت نیز او را دعا کرد که: خداوند تو را از نماز گزاران ذاکر قرار دهد. آنگاه به اتفاق جماعتی به نماز ایستادند و نماز خوف خواندند.

سعید بن عبدالله نیز از یاران او بود که هنگام نماز، جلوی امام ایستاد و بدن خویش را سپر تیرهای بلا ساخت و با پایان یافتن نماز امام، او بر زمین افتاد و شهید نماز گشت. امام زین العابدین را که اهل سجده بود و آثار آن بر پیشانی اش ظاهر بود "ذی الثفنات" می گفتند. افراد زیادی در طول تاریخ به پیشوایان معصوم علیهم السلام که سیاستمدار و رهبر بندگان و ارکان و استوانه های بلادند و اگر نبودند زمین اهلش را به کام خود فرو می برد "اقتدا کرده و سجده های طولانی داشتند، از جمله: فضل بن شاذان گوید: داخل عراق شدم، شخصی را دیدم که دوستش را مورد سرزنش قرار داده و به او می گوید: تو مردی عاقله مندی و ناچار می بایست برای آنها کسی داشته باشی، من می ترسم که سجده طولانی تو، به چشمانت آسیب برساند. چون سخن بر این منوال بسیار راند، دوستش در پاسخ گفت: سخن بسیار گفتم، وای بر تو، اگر چشم کسی به جهت سجده از دست می رفت، باید چشم ابن ابی عمیر از دست برود، چه می گویی درباره مردی که بعد از نماز صبح به سجده شکر رفت و تا هنگام ظهر سر برداشت؟ البته هرگز نباید از آنچه در این باره ذکر شد یا می شود، شگفت زده شد، زیرا عاشق از مناجات با معشوق لذت می برد و نزدیک ترین حال وصل همان سجده

است، سجده‌ای که تجلی‌گاه فروتنی و مستلزم ترقی و رسیدن به محبوب واقعی است. نسل حاضر ما از امام خمینی (ره) بنیانگذار جمهوری اسلامی ایران، نیز در خصوص پابندی به نماز تا پایان عمر شریفش درس می‌آموزد و آن را الگوی خود قرار می‌دهد. یکی از نزدیکان امام گوید: امام خمینی در یکی از روزهای آخر عمر خود می‌خواست بخوابد، به من گفت: اگر خوابیدم، اول وقت نماز بیدارم کن. گفتم: چشم. اول وقت نماز شد و امام خوابیده بود و حیفم آمد که او را صدا بزنم، زیرا عمل جراحی کرده و سرم به دست او بود، گفتم ایشان را صدا نمی‌زنم، چند دقیقه‌ای از اذان گذشت که امام چشمهای خود را باز کرد و گفت: وقت نماز شده است؟ گفتم: بله... فرمود: چرا صدایم نزدی؟ گفتم: ده دقیقه بیشتر نگذشته است. فرمود: مگر به شما نگفتم (مرا صدا بزنید؟) سپس فرزندش را صدا زد که: احمد بیا! و فرمود: ناراحتم، از اول عمرم تا به حال نمازم را اول وقت خوانده‌ام، چرا الآن که پام لب‌گور است ده دقیقه به تأخیر افتاد؟ جوانان و دانشجویان ما که خاطره جانفشانی‌ها و عبادات و نمازها و توسلات رزمندگان اسلام و شهیدان جنگ تحمیلی عراق علیه ایران را یا شنیده، یا دیده و یا مطالعه نموده و یا مطالعه خواهند نمود، می‌توانند آن نمونه‌ها را به عنوان الگوهای موفق نمازگزار برای خود قرار داده و اسباب سعادت‌مندی خود را مهیا نمایند.

ه ارائه و ترسیم جایگاه مهم نماز در قرآن و تبیین و تفهیم آن به جوانان [آثار نماز]

هنگامی که انسان از دستورات الهی مطلع باشد و بداند که فرامین حضرت حق چیست و یا به عبارتی ملاک‌های سعادت‌مندی و رستگاری و شایستگی یافتن در محضر حق تعالی کدام است و در صدد تفهیم دستورات خداوند باشد، مطمئناً پای‌بند به آن دستورات نیز می‌شود. یکی از فرامین مهم پروردگار متعال، امر به نماز است. اگر بتوانیم آیات نوربخش الهی را برای جوانان و دانشجویان به زبان ساده و رسا تفسیر نماییم، قطعاً موجبات علاقمندی به آن دستورات و فرامین را در ضمیر و جودی آنها فراهم نموده‌ایم. زیرا دستورات حضرت حق بر اساس فطرت خداجویی در نهاد انسانها قرار داده شد و فقط باید آن را شکوفا نماییم.

در این صورت است که موفقیت ما نسبت به جذب دانشجویان به نماز بیشتر می شود و این یکی از راهکارهای اساسی است. در این باب توجه به برخی از آیات قرآن ضروری است. از جمله: "وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ؛ خداوند می فرماید: من جن و انس را نیافریدم جز برای اینکه عبادتم کنند." (و از این راه تکامل یابند و به من نزدیک شوند).

هدف از آفرینش جن و انس آن است که آنان را در معرض پاداش نیک قرار دهیم و این به دست نمی آید مگر به وسیله انجام عبادت. پاداش کمالی است برای فعل خدا، نه برای فاعل فعل که خود خداست. پس عبادت غرض از خلقت انسان است و کمالی است که نصیب انسان می شود. پس هم عبادت غرض است و هم توابع عبادت که رحمت و مغفرت و غیره باشد.

خداوند در خصوص نماز می فرماید: "وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ...؛ از صبر و نماز

یاری جوید"

کلمه استعانت به معنای طلب کمک است، و این در وقتی صورت می گیرد که نیروی انسان به تنهایی نتواند مسأله ای مهم و یا حادثه ای را که پیش آمده بر وفق مصلحت خود بر طرف سازد، و اینکه فرموده: از صبر و نماز برای مهمات و حوادث خود کمک بگیرید، برای این است که در حقیقت یآوری به جز خدای سبحان نیست، در مهمات یاور انسان مقاومت و خویشتن داری آدمی است، به اینکه استقامت به خرج داده، ارتباط خود را با خدا وصل نموده، از صمیم دل متوجه او شود و به سوی او روی آورد، و این همان صبر و نماز است و این دو بهترین وسیله برای پیروزی است. چون صبر هر بلا و یا حادثه عظیمی را کوچک و ناچیز می کند، و نماز که اقبال به خدا و التجا به او است، روح ایمان را زنده می سازد؛ و به آدمی می فهماند که به جایی تکیه دارد که انهدام پذیر نیست، و به طناب نجاتی دست زده که پاره شدنی نیست.

و به حضرت حق فرمود: "يا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ؛ ای افرادی که ایمان آورده‌اید! از صبر (استقامت) و نماز کمک بگیرید! (زیرا) خداوند با صابران است."

این آیه از یک سو ارجمندی و ارزش ایمان و مؤمن را نزد خداوند بیان می‌دارد و از سوی دیگر بیانگر لزوم استعانت مؤمنان از صبر و نماز است و از سوی سوم می‌گوید نماز و صبر، یاور مومنان است و از سوی چهارم بیان می‌دارد که خداوند با صبرپیشگان است و از سوی دیگر ارزش و اهمیت صبر و نماز و جایگاه بلند صبرپیشگان را در بر دارد. این آیه دارای این پیام و نکات است:

۱. اگرچه خداوند با هر کس و در هر جایی حضور دارد لکن همراهی خدا با صابران معنای خاصی دارد و آن لطف به محبت و یاری‌رسانی خداوند به صابران است.

۲. نماز اهرم است بار نیست.

و نیز فرمود: ".... فَأَعْبُدْهُ وَاصْطَبِرْ لِعِبَادَتِهِ؛ خدا را بپرست، و درباره عبادت او صبور و شکمیا باش"

البته عبادت زحمت و مرارت دارد و بر خلاف هوای نفس است، باید انسان دشمن‌های خود که دنیا و هوای نفس و شیطان هستند را دور کند و کنار بگذارد و خود را برای بندگی و اطاعت و فرمان‌برداری پروردگار خود مهیا نماید.

سپس خداوند متعال به فلسفه بزرگ نماز پرداخته می‌گوید: (ان الصلوة تنهى عن الفحشاء و المنکر) نماز انسان را از زشتی‌ها و منکرات باز می‌دارد "طبیعت نماز از آنجا که انسان را به یاد نیرومندترین عامل بازدارنده یعنی اعتقاد به مبدأ و معاد می‌اندازد.

دارای اثر بازدارندگی از فحشاء و منکر است. منتها هر نمازی به همان اندازه که از شرایط کمال و روح عبادت برخوردار است، نهی از فحشا و منکر می‌کند، گاه نهی کلی و جامع و گاه نهی جزئی و محدود. ممکن نیست کسی نماز بخواند و هیچ‌گونه اثری نداشته

باشد. هر چند نمازش صوری باشد و هر چند آلوده گناه باشد، البته این گونه نماز تأثیرش کم است، این گونه افراد، اگر همان نماز را نمی خواندند از این هم آلوده تر بودند. نهی از فحشا و منکر سلسله مراتب و درجات زیادی دارد و هر نمازی به نسبت رعایت شرایط دارای بعضی از این درجات است.

نماز، مهمترین توصیه انبیای الهی و بزرگان حکمت بوده، به نحوی که حضرت لقمان به فرزندش فرمود: یا بُنَى اَقِمِ الصَّلَاةَ. "پسرم! نماز را برپا دار" در جای دیگر خداوند می فرماید: "... فَأَعْبُدْنِي وَاقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي؛ مرا پرست و نماز را برای یاد من برپا دار"

۲. نتیجه و راه کارها

هستی زیباست، همراه با تقارن ها، تناسب ها و هندسه شگفت و چشم نوازی که تامل و تفکر در آن روح و جان را به شکوفایی و بالندگی می برد. جوان نیز زیباست، عواطف جوشان، آرمان جویی، شور، نشاط و زیباخواهی فضای زندگی جوان را پر کرده است. نماز هم زیباست، فرصت زیبا شدن روح، پیوند با همه زیبایی همه خوبی برای رسیدن به کرانه های کمال و جمال. سخن براین است که چگونه می توان میان جوان و نماز جمعه و به دیگر زبان، میان دو زیبایی، پیوند و یگانگی آفرید.

امروز اکثریت جامعه ما را جوان تشکیل می دهد. جوانانی که سعادت و شقاوت این جامعه به آنها سپرده شده است که اگر به خوبی هدایت و رهبری شوند و مسلح به علوم مختلف گردند می توانند در آینده بزرگی و بزرگواری نمایند. از سوی دیگر اگر علوم و اندیشه فرا گرفته شده توأم با عمل و رفتار گردد تا به گونه ای جز صفات نفسانی آنها گردد، جامعه زندگی ما گلستان می شود.

نماز جمعه تجلی حضور جوانان مومن و خداجوی در عرصه علم و رفتار خداپسندانه است که می توان با آن محکک به برخی از اهداف شناخت جوانان و ایمان آنان دست یافت.

همانگونه که بزرگان دین ما گفته اند: قلب جوان زمین آماده پذیرش بذراست هر بذری در آن کاشته شود خواهد روید. پس بهترین بذرها باید در آن قلب ریخته شود تا ثمره آن علاوه بر هدایت او جامعه را به سوی خدا هدایت کند.

اما اینکه چه راهکارهایی برای هدایت او به سوی نماز جمعه وجود دارد به چند عامل بستگی دارد:

- به محیط زندگی (خانواده، دوستان، جامعه)
 - به شخص امام جمعه (محتوای علمی، لحن سخن و داشتن جاذبه و دافعه)
 - نحوه برگزاری نماز جمعه و چگونگی آن که به برخی از راهکارها اشاره می شود.
 - مقید و علاقه مندی پدر و مادر جوان به شرکت در نماز جمعه به صورت مستمر.
 - استفاده از الگوهای موجود در جامعه برای جوانان.
- هر قدر شخصیت الگوهای تربیتی و پرورشی برای دانش آموزان محبوب و دوست داشتنی باشد، تاثیر پذیری آنها افزایش می یابد. روشن است که هرگز نباید به اجبار و تحمیل و فشار جوانان و نوجوانان را به انجام فرضیه نماز جمعه وادار کنیم، در عوض شایسته است بیش از هر چیز، جاذبه های رفتار خود را در میان ارزش ها، با فراهم کردن مقدمات نماز افزایش دهیم. محیط مدرسه و اولیا مدرسه ضمن اینکه خودشان اهل نماز جمعه باشند اهمیت نماز جمعه را با تکیه بر آیات و روایات اسلامی برای دانش آموزان تشریح نمایند.
- پیرامون تفسیر و حفظ سوره جمعه خصوصاً آیه نماز جمعه مسابقه برگزار شود.
- یا ایها الذین امنوا اذا نودی للصلوة من یوم الجمعة فاسعوا الی ذکر الله و ذرو البیع ذللكم خیر لکم ان کنتم تعلمون.

هان ای کسانی که ایمان آوردند هنگامی که در روز جمعه برای نماز جمعه اذان داده می شود به سوی ذکر خدا بشتابید و داد و ستد را رها کنید، اگر بفهمید برای شما بهتر است.

«سوره جمعه آیه ۹»

تشویق جوانان و دانش آموزانی که بطور مستمر در نماز جمعه شرکت می کنند از طریق مدیران مدارس ، پدر و مادر، آموزش و پرورش، ستاد نماز جمعه، که تشویق ها می تواند معنوی مثل زیارت ائمه باشد.

همراه کردن نماز با محرک های خوشایندی که کودک و نوجوان به آنها علاقه مند هستند و از مواجهه با آنها لذت می برند. البته نوع تحرک ها را بایستی متناسب با روحیه، سن و وضعیت شخصیتی فرد انتخاب نمود تا موثر واقع شود.

درخواست مساعدت و همکاری از جوانانی که در نماز جمعه شرکت می کنند. از جمله دوست شدن، با جوانان و هدایت آنان به شیوه معقول و حساب شده به نماز جمعه. برگزاری همایش های متعدد در مراکز شهرستان ها و بخشها و حتی دهستان ها پیرامون فواید و اهداف نماز جمعه و مضرات و خطرات ناشی از برگزار نشدن و یا عدم شرکت در آن.

برخورداری از امام جمعه محقق و دانشمند و اهل علم و عمل تا با آگاهی به شناخت جوانان و ارائه مطالب نو و جدید و محققانه آنان را مجذوب خود کند. ائمه جمعه باید به مسائل تربیتی و روانی نسل جوان آشنا باشند، تغذیه مداوم آنها در این زمینه از بایسته ترین کارهایی است که پرداختن به آن ضروری احساس می شود.

چون نماز جمعه معمولاً در ظهر توأم با صرف ناهار برگزار می شود که در این زمان جشن عروسی ها، مهمانی ها صورت می گیرد لذا نماز جمعه طولانی نشود. یکی از دلایل بی علاقهگی و گریز دانش آموزان از نماز جمعه سخنرانی های طولانی و تکراری مطرح شده است. باید خطبا و گویندگان برای ایراد سخنرانی های پنج تا ده دقیقه ای کوتاه، مفید، جذاب و متناسب تمرین و ورزیدگی داشته باشند. به دیگر زبان، روح زیبا طلب جوان، کلام جوان، زیبا، رسا و کوتاه می طلبد.

برداشتن سدهای میان مسجد و مدرسه. اعضای مساجد می توانند در انجام امور مدارس شرکت کنند مثلاً در تعمیر میز و صندلی گروه نجار مسجد همکاری کنند یا پزشک مسجد، اگر ممکن است با مدرسه مرتبط باشد. بهره گیری از زمان خاص برای ارتباط عاطفی میان مسجد و مدرسه از یک سو و خانه و مسجد از سوی دیگر در جذب و جلب خانواده ها به ویژه جوانان موثر است.

در فرصت های عاطفی مانند عروسی، سفر حج، رفع یک خطر و ولادت فرزند می توان به سراغ افرادی رفت که احیاناً با مسجد ارتباطی ندارند. هدیه بردن به نام مسجد برای این افراد، عایق های میان خانه و مسجد را از میان بر می دارد.

اگر در جشن مدرسه، شیرینی به شکل بسته بندی شده و نام مسجد به دانش آموزان داده شود چه تاثیری خواهد داشت؟

کانون مهم نماز جمعه برای بدست گرفتن ساختار فرهنگی نماز جمعه تشکیل شود تا به امور جوانان و مشکلات آنان رسیدگی شود.

اقامه نماز جمعه در بوستان ها، میدان های ورزشی و مجامع عمومی می تواند برای نوجوانان دل انگیز و به یادماندنی باشد.

بهتر است در مدرسه قبل از شروع نماز یا حتی قبل از رفتن به نماز هفتگی جمعه، برنامه هایی تدارک دیده شود که زمینه ساز احساس خوشایند برای دانش آموزان باشد، تا عزم و اراده و انگیزه لازم برای انجام این فریضه، با طیب خاطر در آنان پدید آید.

استشمام بوی عطر و گلاب و نورپردازی با رنگ های سبز و پخش نوایی ملایم و گوش نواز تواشیح مربوط به اسماء الله، قبل از شروع نماز محیط را سرشار از حال و هوایی معنوی و روحانی می کند. قدرت تحمل و صبر و حوصله مدیر مدرسه، ناظم، مربی پرورشی برای برپایی نماز جمعه باید بالا باشد.

رسانه های جمعی، صدا و سیما با پخش برنامه هایی در مورد نماز جمعه که با محرک های خویشاوند همراه باشد (موسیقی مطلوب، سرود زیبا، متن شیوا، صدای خوب و دلنشین، تصویرهای دلپذیر...) نیز می تواند در فضا سازی معنوی برای ادراک مطلوب نماز، تاثیر زیادی داشته باشد.

منابع

۱. سید حسین خُرّمری و مدرس دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر.
۲. حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۳، ص ۷، نهج البلاغه، خطبه ۱۹۹، ص ۳۰۷.
۳. مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۷، ص ۷۷.
۴. متقی هندی، کنز العمال فی السنن و الافعال، ج ۷ ص ۲۷۹.
۵. نهج البلاغه، خطبه ۱۹۹، ص ۳۰۷.
۶. دشتی، مجموعه نهج الحیاء (فرهنگ سخنان امام حسن (ع))، ص ۵۴۷، ۵۴۸.
۷. صحیفه کامله سجاده، دعای ۴۴، ص ۲۸۷.
۸. شیخ صدوق، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۷۹.
۹. بنگرید به مقاله نگارنده (سید حسین حرّ) در مجله آینه پژوهش شماره ۸۷، ص ۹.
۱۰. اصول کافی ج، ص ۲۸.
۱۱. مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، ج ۴۳، ص ۱۸.
۱۲. شیخ مفید، ۱۳۷۴ ص ۱۸۱.
۱۳. طبرسی، ۱۳۸۰، ج ۱ ص ۱۴۷.
۱۴. قرآن کریم.

تشریح نماز در شکفتگی معنوی و پالایش روحی دانشجویان

دکتر افسانه جوادزاده

عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر

سیما نصیری

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی و مشاور دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد، مدرس موسسه آموزش

عالی غیردولتی المهدی

سحر میرقباد خدارحمی

مسئول مرکز مشاوره و خدمات روانشناختی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

آدرس: دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد، حوزه معاونت دانشجویی - مرکز مشاوره و خدمات

روانشناختی

شماره تلفن: ۰۹۱۳۳۳۲۲۳۵۱ - ۰۹۳۶۰۷۷۰۵۴۳

Email: amiss_nassiri@yahoo.com

چکیده

هدف مقاله حاضر آن است که به بررسی آثار روانی نمازبرفرد نمازگزار به خصوص قشر دانشجویی می پردازد.

نماز از دیدگاه بسیاری از عاملین آن، تصویری جز یک عمل تعبدی و وظیفه عمومی مسلمانان که تنها برای نشان دادن خضوع و تشکر آنها در برابر خالق یکتای بی نیاز نیست، با کمی توجه و دقت نظر به اهمیت و آداب و شرایط آن، ضمن تأیید نماز به صورت یک امر تعبدی، آن را عاملی بسیار مهم در جهت اصلاح نفس و شکوفایی استعداد و عامل سوق انسان به صراط مستقیم و در نهایت قرب الهی معرفی نموده و در کنار آثار فردی فراوانش موجب اصلاح جامعه و کنترل نظم و اندیشه جوامع می شود همچنین: تاثیر بر روان فرد، ایجاد تمرکز، آرامش، اعتماد به نفس، پشتوانه قوی، درمان بیماریهایی همچون افسردگی، استرس و اضطراب و وسواس و.. می باشد. از

سوی دیگر مهیا ساختن دانشجویان در خصوص اعتلای شناخت و معرفت نسبت به نماز و جلب توجه دانشجویان و جوانان به آثار روحی و روانی نماز می باشد. روش جمع آوری مطالب، کتابخانه‌ای بوده که بر این مبنای اسناد و مدارک دینی بهره برده و به نقل و توصیف موارد مذکور پرداخته‌ایم و سعی نموده‌ایم در حد توان از منابع دست اول روایی بهره‌گیری نماییم.

کلید واژه: نماز، آثار روانی نماز، شکفتگی معنوی، دانشجویان

مقدمه

نماز فراگیرترین عبادت و زیبا ترین نیایش و روح بخش ترین پرستش و معراج مومنین است. و پیامبر(ص) آن را ستون دین خوانده که ارزش و قبولی سایر عبادت به آن وابسته است و از جهات مختلف فردی، اجتماعی، سیاسی، اقتصادی عبادی، انضباطی، اخلاقی، روحی و روانی قابل مطالعه و بررسی است. نماز کامل و سازنده، نمازی است که در درجه اول روان انسانها را تحت تاثیر خود قرار داده، و لذا بر نماز گزار است که روح و حقیقت نماز را بیابد که این عصاره عبادتی است که منجر به پرورش انسان کامل می شود و در نهایت قلب که به مثابه عرش الهی است به واسطه آن با خداوند پیوند خواهد خورد و تحقق این امر در یافتن اصرار نماز است که آن روح و باطن نماز است. همان چیزی که انسان با آن محشور خواهد شد. صاحبان عقول و عالمان فن در خصوص نماز دو گونه اظهار نظر کرده اند: گاه به آداب الصلوه پرداخته اند و زمانی از اسرار الصلوه سخن گفته اند، که این مربوط به سرّ و باطن درونی نماز است که منشای اثرات و ثمرات فراوانی است و لازمه آن در مرحله اول آشنایی با حقیقت و کنه عبادت و سپس اثرات نماز از جمله به نقش نماز در سلامت روان و بهداشت روانی نماز گزار و نیز آشنایی با قلب و تاثیر شگفت آن در اقامه نماز و نیز نحوه آمادگی قلب و حاضر بودن آن در هنگامه نماز است. چنانچه این سیر محقق شود روح نیز تغذیه معنوی شده و جوارح را به تسلیم در برابر نفس قدسی و تکامل یافته وا می دارد. در این گزیده سعی شد تا حتی الامکان به این مهم پرداخته شود.

آثار روانی نماز:

سلامت روانی: عبارت است از؛ وضع روانی فردی که احساس راحتی و آسایش نموده و در آن حالت می تواند در اجتماع خود به راحتی و بدون اشکال، فعالیت داشته باشد و ویژگی شخصی او در اجتماع باعث خوشنودی و رضایت خاطر او گردد.

و بهداشت روانی: به آن دسته از مقررات و اقداماتی که در جهت استقرار و حفظ سلامت روانی باشد گفته می‌شود.

دین مبین اسلام، دستورهای منظم و دقیقی برای سعادت دنیا و آخرت دارد و از عمده‌ترین وظایفی که برای پیروان خود معین کرده، چنانچه ذکر شد، مداومت بر یاد خدای سبحان است که همه دغدغه‌ها و خاطر پریشانی‌ها را به طمأنینه مبدل می‌سازد و نماز که در این میان دارای رفیع‌ترین جایگاه است و سرود آزادی و آزادگی، او را از اسارت دشمنان درونی و بیرونی آزاد کرده و چون ارتباط صمیمانه‌ای میان آفریده ضعیف و آفریدگار تواناست آثار روحی و روانی فراوانی برای قلوب خسته و دلها و روحمهای ناتوان و مضطرب در بردارد که به ذکر چند مورد از آن می‌پردازیم.

۱ - تمرکز فکر و اندیشه:

تمرکز حواس و حضور ذهن یکی از عوامل بسیار مهم برای کسب موفقیت در زندگی انسان است عرصه کاربرد تمرکز، نه فقط در فعالیتهای مادی و محسوس انسان، بلکه گاهی تا حد مسائل ماورایی و مرموز هستی گسترده است، بدین معنا که حتی عملیات محیر العقول مرتاضان هندی، طریقه‌های پیشرفت و سیر و سلوک در مکاتب عرفانی و مذهبی شرق دور از راههای دیدن حقیقت اشیاء در مقابل نگاه معمولی به آنها، روشهای کشف و شهود و مراقبه در سلسله‌های عرفان اسلامی و ایرانی، و بسیاری دیگر از مسایل معنوی از این قبیل، تنها از طریق دست یافتن به درجاتی از تمرکز قابل وصول می‌باشند. ذهنی که متمرکز باشد قوی و نیرومند و ذهن پراکنده، مشوش و ناتوان است، در واقع اضطرابات فکری و تنش‌های روانی از بیماریهای مهلکی است که بشریت قرن بیستم را تهدید می‌نماید. روانکاوان و دانشمندان می‌کوشند تا راههای کاهش بار فکر انسانها را پیش بینی کرده و برای مقطعی به فکر و روان او استراحت داده و او را از دگرگونیهای روحی

نجات بخشند. (نجفی، ۱۳۸۰)

مه‌ار این پراکنندگی‌های فکری، شرط نخست دستیابی به نبوغ، درایت و فهم مسایل است، به همین جهت کوشش می‌شود مکان‌هایی که برای مطالعه و تحقیق در نظر گرفته می‌شود، از آرام‌ترین، مطبوع‌ترین و دل‌انگیزترین مکان‌ها باشد تا امکان تمرکز ذهن و رفع نگرانی را فراهم آورد.

ویلیام مولتون موستن، روان‌شناس، می‌گوید: «افراد موفق کسانی هستند که می‌توانند در امری تمام افکار خود را متمرکز کنند و تمام دانستی‌های خود را درباره آن بیاورند و به کار بندند» به راستی اگر روح و فکر ما به طور کامل در نقطه‌ای متمرکز شود یا برای امری به کار افتد نیروی شگفت‌انگیز و فوق‌العاده‌ای می‌آفریند؟ ویلیام جیمز، فیلسوف و روان‌شناس آمریکایی (۱۹۱۰ - ۱۸۴۲) که پدر روان‌شناسی جدید محسوب می‌شود، می‌گوید: «فرق بین افراد نابغه با دیگران، یک موهبت فطری نیست، بلکه مربوط به توجه کاملی است که به موضوعات و نتیجه‌های آن مبدول می‌دارند و میزان نبوغ بستگی به میزان و درجه تمرکز افکار خاصی دارد.

ویلیام مولتون، در پاسخ به این پرسش که چگونه می‌توان حضور ذهن و تمرکز حواس را در خود به وجود آورد می‌نویسد:

این نیرو تمرکز فکر و اندیشه به وسیله تمرین به دست می‌آید و البته تمرین، احتیاج به شکیبایی و پایداری دارد. وقتی قادر باشی افکارت را پنجاه یا صد بار به طور پی‌درپی، درباره موضوعی متمرکز کنی، ناگزیر سایر اندیشه‌ها و خاطره‌ها جای خود را به موضوع مورد نظر خواهد داد و سرانجام عادت خواهی کرد که در هر امری ذهن خود را با اراده خود متمرکز کنی.

از این سخنان می‌توان به این نتیجه رسید که نماز حقیقی، بهترین وسیله برای پرورش توجه و تمرکز در انسان است، زیرا نمازگزاری که پیوسته و با تمام قدرت می‌کوشد تا ذهن خود را از تمامی آنچه غیر خداست منصرف و فقط به خدا متوجه کند و تمام نیروی فکری

خود را در یک نقطه جمع کند تا نمازش با خضوع و خشوع و حضور قلب خوانده شود، با گذشت زمان، بدون تردید این عمل در او ملکه شده و در هر موردی می‌تواند افکار و قوای ذهنی خود را متمرکز سازد و با بهره‌گیری از آن در همه عرصه‌های زندگی، به ترقیات و اکتشافات مهمی در علم و معرفت، صنعت و هنر نایل گردد و موفقیت را در همه ابعاد ممکن، نصیب خویشن سازد. در تأیید بیشتر این موضوع، ویلیام مولتون می‌گوید: «بهترین راهی که توجه و استقامت را در انسان زیاد می‌کند این است که فکر و جسم هر دو با هم کار کنند.» و می‌دانیم که نماز در آئین اسلام، ترکیبی از کار فکر و جسم و عمل قلب و قالب است. یعنی آنچه جسم نمازگزار در حالت‌های قیام و قعود و رکوع و سجود به جا می‌آورد و آنچه از ذکر خدا در هر مقام بر زبان دارد با آنچه دلش در بزرگداشت و یاد خدا می‌کند، هماهنگ است و قلب و قالب، هر دو با هم کار می‌کنند. نماز، روزانه، پنج نوبت فکر را در مدار تمرکز قرار داده و پرورش تمرکز ذهن را آسان می‌کند به همین منظور در راستای رسیدن به تمامیت این تمرکز در اسلام، دستور داده شده، از هر کاری که موجب پراکندگی ذهن و عدم حضور قلب در نماز می‌شود همانند ایستادن در مقابل آینه، تصویر، تابلو، درب گشوده، پرهیز شود. (رضوانطلب، ۱۳۸۱) و دکتر الکسیس کارل - فیزیولوژیست بزرگ فرانسوی در قرن بیستم - در این باره می‌گوید: «به نظر می‌رسد که نیایش، وضع فکری آدمی را از سطحی که به اقتضای توارث و تعلیم و تربیت به دست آورده، بالاتر می‌کشد. یعنی نماز و نیایش استعدادها و نبوغ انسان را شکوفا می‌کند و این در سایه تمرکز فکر و حضور قلب در نماز است.

۲ - نماز پشوانه‌ای قوی در پیشبرد امور زندگی

دنیایی که ما را احاطه نموده، از روند پیچیده و زحمت‌آفرینی، تشکیل شده که به مرور زمان، مشکلاتی خاص را برای انسان به همراه آورده و روز به روز، این مشکلات مضاعف می‌شود به طوری که آدمی در مواجهه خویش با چنین دنیایی، خود را بیش از

پیش ناتوان و ضعیف و آسیب پذیر می بیند همچون کشتی ای که در دریای متلاطم و خروشان در حال متلاشی شدن است و نیاز به تکیه گاهی محکم و تزلزل ناپذیر دارد تا او را از غرق شدن و نابودی و ناامیدی نجات دهد. اگر روح انسان با یاد خدا آشنا شود و ایمان به قدرت لایزال الهی پیدا کند، مشکلات نزد او آسان می گردد، به این صورت که دیگر در برخورد با مشکلات، منتظر معجزه و امر خارق العاده نیست بلکه می داند شرط رسیدن به هدف، تحمل و مقاومت و یاد خداست که مورد تأکید و سفارش قرآن کریم می باشد: «یا ایها الذین آمنوا استعینوا بالصبر و الصلاة، إن الله مع الصابرين».

ای اهل ایمان در پیشرفت کار خود صبر و مقاومت پیشه کنید و به ذکر خدا و نماز توسل جوئید که خدا یاور صابران است. (سوره بقره، آیه ۱۵۳)

لذا با توجه به مطالب فوق درمی یابیم که نماز پشتیبانی قوی و نیرومندی است که نماز گزار را در پناه خود می گیرد و او را از مخاطرات و تهدیدها محافظت می کند، چرا که هم از حیث ارتباط کلامی، تجلی یاری خواستن از خداوند است و آنجا که با ادای آیات سوره حمد، بر پرستش و بر یاری خواستن از او اصرار می ورزد و هم از جهت ارتباط روحی و روانی با خداوند، از آن جهت که خود را در پیشگاه با عظمتش دیده و به او اتصال یافته و در نهایت اطمینان از حمایت و پشتیبانی آن ذات مقدس برخوردار می شود. چنانچه در روایتی از پیامبر ﷺ آمده است که: «مَنْ صَلَّى رُكْعَتَيْنِ، لَمْ يَسْأَلِ اللهُ تَعَالَى شَيْئاً إِلَّا أَعْطَاهُ إِيَّاهُ عَاجِلاً أَوْ آجِلاً». «هر کس دو رکعت نماز بگذارد، از خداوند مسئلتی نخواهد داشت مگر آنکه خدا خواسته اش را سریعاً برآورده سازد.» لذا برای رفع مشکلات زندگی و دستیابی به خواسته ها و پیشبرد زندگی، استعانت از نماز در هر وقتی به خصوص هنگام عرض حاجت و بروز مصیبت و مددجویی از آن مورد سفارش خداوند و پیامبر اکرم ﷺ جانشینان و پیروان اوست و حتی سیره پیامبر ﷺ این بود که: «كَانَ رَسُولُ اللهِ ﷺ إِذَا حَزَنَهُ أَمْرٌ فَرَعَ إِلَى الصَّلَاةِ» (مجلسی، بحار الانوار)

یعنی پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ هر گاه از امری نگران می‌گردید به نماز پناه می‌برد. "

۳ - آرامش و ثبات روح و دل در پرتو نماز:

انسان موجودی است که خواسته‌هایش نامحدود است و هیچ یک از امور این عالم او را اشباع نمی‌کند، لذا با مشکلات زیاد، درونی و بیرونی، دست و پنجه نرم می‌کند، درست است که در عصر حاضر، هزاران مشکل علمی و صنعتی حل شده، اما دنیای امروز نه تنها در ایجاد آرامش رشد نکرده بلکه روز به روز، آمار فساد و دلهره و اضطراب و ناراحتیهای روانی و در نتیجه استفاده از داروهای اعصاب و ... بالاتر می‌رود. (بقرانی، ج ۳)، از نظر روانپزشکان، اضطراب یا عدم ثبات روحی با یک احساس منتشر و مبهم دلواپسی که اغلب ناخوشایند و بدون دلیل است مشخص می‌شود که معمولاً با یک یا چند مشکل جسمی همراه می‌گردد، از آن جمله شخص ممکن است علامتهای جسمی چون احساس طپش قلب، تنگی نفس و درد قفسه سینه، خالی شدن سر دل، سردرد و لرزش و... را نیز به همراه داشته باشد که گاهی به شکل طبیعی در اشخاص سالم بروز می‌کند و گاهی به صورت بیمار گونه و دائمی درمی‌آید که نیاز به درمان مراقبت پزشکی دارد. ارتباطی که انسان بوسیله یاد خدا و در رأس آن نماز و دعا و ... با غنی و قادر مطلق برقرار می‌سازد، (زاهدی، ج ۳). اگر به واقع، خالق خود را بشناسد و بفهمد که هر چه هست نزد اوست، در این صورت است که صفات رذیله همچون حرص و طمع و قوه شهوت در او فروکش کرده و مهار نفس اماره‌اش را بدست می‌گیرد لذا در مقابل مشکلات دچار دلهره و اضطراب نشده و با توجه به قدرت بیکران خود را در مقابل هر عاملی که قصد به خطر انداختن و مضطرب نمودن او را داشته باشد ایمن یافته و دیگر احساس تنهایی نمی‌کند و می‌داند کسی هست که او را یاری رساند و تحمل او چندین برابر گشته در نتیجه به بیماریهای روحی و عصبی، دچار نشده و به آرامش روحی و ثبات روانی دست می‌یابد (شهرضایی، ۱۳۸۰)

۴ - افزایش اعتماد به نفس و رسیدن به اعتماد به خدا:

رسیدن به اعتماد به نفس باعث بسیاری از موفقیتها در زندگی فردی و اجتماعی یک انسان می‌باشد و نماز خواندن موجبات افزایش اعتماد به نفس را فراهم می‌آورد زیرا به نمازگزار اجازه داده می‌شود به طور خصوصی با حضرت حق تعالی راز و نیاز کند و بدون هیچ تشریفات و آداب سختی با مولا و صاحب اختیارش سخن بگوید، نیازها و ناتوانیهایش را بر شمارد و او را به یاری بطلبد.

در نماز، به نمازگزار، آن قدر شخصیت داده شده که با خالق با عظمت عالم هر روز اذن ملاقات می‌یابد و تعیین مدت آن را هم به عهده نمازگزار است که هر قدر خواست بتواند صحبت کرده و اشک شوق بریزد و از او استعانت جوید لذا در این زمان، توان بیشتری را در خود احساس می‌کند که ناشی از اتکای به خدای تعالی است و داشتن چنین نقطه اتکایی باعث افزایش اعتماد به نفس در فرد می‌گردد و او در این حال خود را به سان قطره‌ای می‌داند که با دریا پیوند خورده است. به این ترتیب، آدمی از خویشتن مفهوم بهتری خواهد داشت و تصور وی از خود در مرتبه بالاتری قرار گرفته و مفهوم «خود» را نزد او متعالی می‌یابد و اینها اعتماد به نفس را در او اشباع نموده و افزایش می‌دهد. در اینجا به یک نکته باید دقت زیادی نمود و آن اینکه اگر ما از اعتماد به نفس و آرامش روانی سخن گفته و از یافته‌های روانشناسی سخن به میان می‌آوریم به این معنا نیست که اینها بالاترین مرحله تکامل انسان است، آنچه که اسلام ارائه داده، مرحله‌ای بالاتر از اعتماد به نفس می‌باشد، همانطور که می‌دانیم تعلق داشتن یک نیاز روانی است و نماز به انسان این تعلق پاینده را نوید می‌دهد و حتی قدمی فراتر نهاده و به مؤمن می‌آموزد که از خدا چیزی جز خود خدا نخواهد.

انسان در نماز از اعتماد به نفس می‌گذرد و به اعتماد به خدا روی می‌آورد چرا که قدرت را در او می‌بیند، مهربانی را در او سراغ دارد و عقلش از منطق او سیراب می‌شود یعنی

اعتماد می کند به آن که به او تعلق دارد و می گوید خدایا درست است که من تو را عبادت می کنم «ایاک نعبد» لکن اعتماد چندانی به خود ندارم! از ان رو از تو یاری می جویم «ایاک نستعین» (بهرامپور، ۱۳۸۳).

۵ - خاصیت خود تأثیری نماز:

تلقین به معنای افکندن، فهماندن، مطلبی را به کسی گفتن و کسی را وادار به گفتن کلامی یا انجام کاری نمودن است و اگر آدمی مطلبی را به نفس خود القاء نماید به آن «خود تأثیری» گویند. حال اگر بخواهیم که تلقین به خود، مؤثر باشد باید آنچه را که تلقین می کنیم، خود به آن معتقد باشیم و دقت کنیم که تلقین را نادرست شکل ندهیم و آن را نادرست بیان نکنیم، اگرچه خود تأثیری و دیگر تأثیری می تواند برای اهداف خوب و مقدس به کار رود لیکن همیشه باید به این حقیقت توجه داشت که هر اندازه، شخص تأثیر پذیر باشد بیشتر در معرض خطر فریب کسانی که می خواهند تأثیرهای نادرستی بر او بگذارند قرار می گیرد، کسانی که برای مقاصد عالی خود از عامل نیرومند تلقین، استفاده درست می نمایند روشنفکر و واقع بین اند. اسلام که واقع بینی خاص خود را دارد با وضع نماز و تنظیم برنامه آن، بهترین دستور علمی و عملی را برای تلقین حقایق و خوبیها به نمازگزار تدارک دیده و با مقرر کردن آن، مسلمانان را موظف کرده است که در هر شبانه روز پنج بار به خود تأثیری پردازند و تلقین کننده حقایق و خوبیها و وظیفهها به نفس خود باشند و با هر نماز این موارد را در قسمت ذخیره ذهن خود ثبت کند بی آنکه متوجه این ثبت و جنبه های تلقینی کار خود باشد، باید توجه داشت، مطابق آنچه گذشت، حقیقت نماز نه تلقین است نه «القاء» و نه «تقلید» بلکه «ذکر» است و ذکر به معنای التفات و توجه به یک واقعیت عینی یعنی خدا که تحت تأثیر عوامل مختلف مورد غفلت قرار می گیرد.

(راشدی، ۱۳۸۴)

در واقع حقیقت نماز این است که انسان را به یاد خدا و حقایق می‌اندازد و اثرش آن است که حقیقت بودن حقایق و عمل به آنها را به انسان تلقین می‌کند.

۶- شخصیت از خود فرا رونده، قوی و سالم در پرتو نماز:

تراژدی عصر ما، گرفتار شدن شخصیت انسانها به انواع و اقسام بیماریها می‌باشد. توضیح آنکه: «شخصیت» در تعریف روانشناسی و روانپزشکی، معرف مجموعه‌ای از صفات، رفتارها، افکار و تمایلات عاطفی و هیجانی هر فرد می‌باشد که او را از دیگران متمایز می‌کند و عوامل تأثیرگذار و شکل دهنده آن به دو گروه درونی و بیرونی طبقه‌بندی می‌شوند. منظور از عوامل درونی، مسایل ژنتیکی، وضعیت فیزیکی و ظاهری بدن، مسایل هورمونی و شیمیایی و ... و منظور از عوامل بیرونی، تأثیر والدین و خانواده، عوامل فرهنگی، اجتماعی و تجارب زندگی می‌باشد و تأثیر هر یک از این عوامل بر شخصیت انسان توسط مطالعات زیاد پژوهشی به اثبات رسیده است. بی‌ثباتی شخصیت که به آن «پسیکوپاتی» گفته می‌شود و گاهی در ممالک غربی برای برچسب زدن به مخالفان سیاسی و مذهبی نیز استفاده می‌شود، دلالت بر یک نوع شایع از اختلال شخصیت دارد که مبتلایان به آن از تغییرات دائمی حالات و رفتارها و افکار رنج می‌برند به نحوی که هر لحظه به رنگی درمی‌آیند و نغمه جدیدی ساز می‌کنند به عنوان مثال به تغییر مکرر شغل می‌پردازد، اختلال شخصیت دیگری به نام شخصیت «اسکیزوئید» و به تعبیر روانپزشکان ایرانی شخصیت منزوی کسانی هستند که عمری را در کناره گیری از اجتماع گذرانده و مردم گریز و تنها و منزوی بوده و که غیر از بستگان درجه یک، دوستان نزدیک و محرم خاصی نداشته باشند. شخصیت بیمار دیگری به نام شخصیت «نارسیستیک» یا شخصیت خود شیفته کسانی هستند که با احساس عمیق اهمیت شخصی، احساس خود بزرگ بینی و به نوعی، اعتقاد به بی نظیر بودن خودشان دارند و انتظار دارند، بدون هیچ دلیلی با آنها، به صورت فردی بی نظیر مخصوص و استثنایی رفتار شود نمونه مبتلایان به این اختلال، کسانی هستند که تصور می‌کنند ضرورتی ندارد آنها

هم در صفی که دیگران منتظر ایستاده‌اند، انتظار بکشند. و بسیاری دیگر از اختلالات شناخته و ناشناخته شخصیتی که بشر امروز به آنها مبتلاست و او را در قید و بند و اسارت خویش درآورده و فرا روندگی را از او گرفته است و روانشناسان و روانپزشکان را به فکر درمان این اختلالات انداخته است. نماز، این پیوند انسان زمینی و معبود آسمانی، همچون برکه با برکتی است که امراض او را شستشو داده و انسان را از «خود» فراتر برده و به رشد و عظمت می‌رساند و علت تأثیر نماز در شخصیت انسان این است که نماز گزار با اطمینانی که به بزرگتر بودن خداوند از همه تعلقات و جاذبه‌ها، از همه افراد و شخصیت‌ها، از همه قدرتها و امکانات، دارد منبع پر قدرتی است که نماز گزار خود را وابسته به او دانسته و تمام توجه و دقت خود را به او معطوف کرده و راز سخن با کسی می‌کند که جهانیان در قبضه قدرت او و پرورش یافته اویند که در عین قدرت، رحمان و رحیم است و حکومتش به چند روزه دنیا محدود نمی‌گردد، و با این اطمینان و حضور قلب انسان به رشد و بالندی و وقار شخصیتی دست یافته و از حصار تنگ و بسته خودخواهی، خودپرستی و خودشیفتگی آسوده و رها می‌گردد. دیگر آنکه: از یک طرف توصیه موکد اسلام مبنی بر اقامه نمازهای واجب یومیه به جماعت و بانگ روح افزای نماز جمعه، به عنوان یک اجتماع شکوهمند و پرشور هفتگی، او را از رهبانیت و گوشه گیری رهانده و به بطن اجتماع می‌کشد و از طرف دیگر وجود ضمائر جمع به جای ضمائر مفرد در سوره حمد و سلام به تمام نماز گزاران و عباد الصالحین، مبتلایان به انزوا را از کنج عزلت به قلب جامعه می‌کشاند. و به کسانی که مبتلا به بی‌ثباتی هستند می‌آموزد که پذیرفتن مطلق و تسلیم در مقابل یک دین و پیروی از یک مذهب و پیمودن یک راه که همانا صراط مستقیم است و تکرار مکرر یک مجموعه از الفاظ و اذکار در طی نمازهای روزانه، به این معناست که باید در زندگی خویش یک عقیده واحد و یک خط مشی مشخص را دنبال کرده و در نتیجه به یک شخصیت ثابت و روش و منش معین و انتخاب ایدئولوژی همیشگی و ثابت برسد در مورد شخصیت آدمی «هانری لینک» -

بزرگترین روانشناس انگلیسی معاصر - می گوید: «در نتیجه تحقیقات طولانی و اجرای آزمایشهای روانی بر روی افراد مختلف به این موضوع پی برده‌ام که کسی که با دین سر و کار داشته باشد و به عبادت بپردازد، آنچنان شخصیت قوی و نیرومندی پیدا می‌کند که هیچ وقت یک نفر بی‌دین نمی‌تواند چنین شخصیتی پیدا کند» در این زمینه به سخن ارزشمند، انسان شناس کامل، امیر المؤمنین حضرت علی - علیه السلام - اشاره می‌کنیم که پس از پرداختن به پاره‌ای از اخلاق رذیله از قبیل سرکشی، ظلم و خودبینی می‌فرماید...*: و عن ذلك، ما حرس الله عباده المؤمنین بالصلوات و الزکوات مجاهدة الصیام فی الأيام المفروضات چون بشر در معرض این آفات اخلاقی و بیماریهای روانی است خداوند به وسیله نماز و زکاتها و روزه‌ها بندگان مؤمن خود را از این آفات حراست و نگهبانی کرد زیرا که این عبادات دستها و پاها و جوارح آنها را آرام و از گناه باز می‌دارد. «تسکیناً لأطرافهم» و چشمها را از خیرگی بازداشته «تخشیعاً لأبصارهم» و نفوس را رام می‌گرداند «تذلیلاً لنفوسهم» و دلها را متواضع می‌نماید «تخضیعاً لقلوبهم» و باد دماغ را از آنها زایل می‌سازد. (دستی، ترجمه نهج البلاغه، ۱۳۵۴).

۷ - تنزیه وجدان اخلاقی:

وجدان از ریشه لغوی «وجد» به معنای «یافتن» آمده است به این معنا که آدمی پاره‌ای از امور را در باطنش به خودی خود می‌یابد و نیاز به اکتساب آن از منبع دیگری ندارد، نظیر «احساس عدالت خواهی» و «ظلم ستیزی» و گرایش به «خیر اخلاقی» و امثال اینها که در همه انسانها، عمومیت دارد. از جمله مظاهر وجدان اخلاقی، احساس گناه ناشی از ارتکاب خطاست که بلافاصله پس از عمل، وجدان را فراراه هدف قرار می‌دهد تا او را به توبه و جبران خطا وا دارد. امروزه، غالب مکاتب روانشناسی با احساس گناه به مبارزه برمی‌خیزند و آن را منافی رشد و تعالی شخصیت می‌دانند. از سوی دیگر تقویت چنین احساسی به مصلحت فرد نمی‌باشد زیرا امکان بازگشت به شخصیت سالم و رشید را از آدمی می‌گیرد

ولیکن حد متعادل میان این دو پسندیده و مطلوب است و در خطا کار ایجاد شده تا او را برای ترک گناه و جبران مافات برانگیزد. یکی از عواملی که موجب آمرزش گناهان و در نتیجه رفع احساس گناه در فرد می شود، چنانچه گذشت، نماز است و این امر زمینه‌ای برای پاکسازی وجدان اخلاقی محسوب می شود. در کلامی گهربار از امیرالمؤمنین - حضرت علی علیه السلام آمده است که: «تَعَاهَدُوا أَمْرَ الصَّلَاةِ وَ حَافِظُوا عَلَيْهَا وَ اسْتَكْثِرُوا مِنْهَا وَ تَقَرَّبُوا بِهَا ... وَ إِنَّهَا لَتُنْحَتُ الذُّنُوبَ حَتَّى الْوَرَقِ وَ تُطْلَقَهَا إِطْلَاقَ الرَّبِيقِ ...» (مردم!) خواندن و اقامه نماز را بر عهده بگیرید و آن را حفظ کنید و زیاد بخوانید و بوسیله نماز خود را به خدا نزدیک کنید ... همانا نماز، گناهان را چونان برگهای پاییزی فرو می ریزد و غل و زنجیر گناهان را از گردن‌ها می گشاید (مطهری، ۱۳۵۴)

۸ - تثبیت احساس قدرت و عزت نفس:

ارزشمندترین گوهر وجود آدمی، احساس کرامت و عزت نفس است. زیرا اصل و اساس خلقت آدمی، بر مبنای فرموده الهی «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ، این چنین تدبیر گردیده که انسانها، جایگاه واقعی خویش را بیابند و آن را به رایگان از کف ندهند. نماز با آنکه احساس تواضع و فروتنی را در انسان برمی انگیزد اما به هیچ وجه به نماز گزار اجازه نمی دهد در خود احساس ذلت یا فرومایگی داشته باشد نماز، انسان را به قدرت لایزال الهی متصل می گرداند و از این جهت در انسان احساس قدرت و عزت را برمی انگیزد زیرا مؤمن هر کجا احساس تنگنا کند به نماز متوسل شده و در پرتو آن گره‌های کار خود را می گشاید و از اینکه عبد و بنده چنین مولای با عظمتی است به خود می بالد (بهرامپور، ۱۳۷۷) امیرالمؤمنین علیه السلام در مناجات با خدای متعال چنین عرض می کند: «إِلَهِي كَفَى بِي عِزًّا أَنْ أَكُونَ لَكَ عَبْدًا وَ كَفَى بِي فَخْرًا أَنْ تَكُونَ لِي رَبًّا». (قمی، ۱۳۸۲) "خدایا این عزت مرا بس که بنده تو باشم و این عزت مرا کافی است که تو پروردگار من باشی». نماز روح سازش ناپذیری با طاغوتها و گمراهان زمان را در انسان تقویت کرده و به او می آموزد که سری که در مقابل چنین عظمتی

به سجده درآمد در مقابل کسان و چیزهای دیگر که کوچکتر از آنند هرگز خم نمی‌گردد و این معنای عزت و کرامت نفس است.

۹ - تبیین راه صحیح زندگی:

بدون تردید، به شمار آدمیان، راههای متنوع زندگی نیز وجود دارد، زیرا هر کس، به اقتضای فرهنگ، باورها، بیشنها و برداشتهایش از هستی، راه و رسم خاصی در زندگی دارد، ولی آنچه که می‌توان با قاطعیت اظهار نمود، میزان و درجه یقین افراد به درستی راهی است که در زندگی برگزیده‌اند، چون اگر همه انسانها، رضایت از زندگی خویش داشتند، شاهد ظهور پدیده‌های روبه رشد افسردگی، پریشانی، تردیدها، خودکشی‌ها و نظایر آنها نمی‌بودیم. چنانچه علیرغم تنوع بی نظیر راههای زندگی، انسان مطمئن و معتمد به این واقعیت باشد که در راه خدا گام برمی‌دارد و خدا از عمل او راضی است، تمامی تردیدها و نگرانی‌ها برطرف شده و نوعی آرامش حاصل می‌شود. از سوی دیگر، نماز راهی روشن در جهانی تاریک است و نماز گزار علیرغم تعدد و تنوع راههای زندگی به درستی می‌داند که در چه مسیری گام برمی‌دارد و نوعی قاطعیت و یقین در انتخاب راه پیدا می‌کند که قادر است بر سختیهای ناشی از طولانی بودن راه حق، غلبه نماید. (نعیم آبادی، ۱۳۷۷)

۱۰ - تعادل پایدار:

آدمی در مصاف با زندگی، واکنشهای متفاوتی از خود نشان می‌دهد که در بعضی اوقات با حفظ تسلط و کنترل موقعیت، آنها را به گونه‌ای حل می‌کند و در مواردی دیگر، از موقعیت مذکور، متأثر شده و تحت الشعاع آن قرار می‌گیرد و به اصطلاح، تعادل خود را از دست می‌دهد و برای دستیابی به تعادل مجدد، نیاز به زمان کافی و ابتکار مناسب دارد حتی در احادیث پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ از دل تعبیرهای گوناگونی شده چنانچه فرموده‌اند: «دل فرزند آدم، از دیگی که سخت جوشان باشد تغییر پذیرتر است با این معنا که تعادل در دل او وجود ندارد پس به عاملی برای تقویت و پایدار نمودن نیاز دارد. نماز همچون ریشه است وقتی

تارها و ریشه‌ها درون انسان جای بگیرد او را در مقابل بادهای لرزه‌های سخت و طوفانی زندگی حفظ می‌نماید و وقتی که ریشه‌های نورانی نماز در عمق وجود انسان فرو رود از هیچ بادی نخواهد لرزید نماز چون موجب تقویت روح نمازگزار است، تعادل درون او را حفظ نموده و آن را پایدار می‌سازد (شرفی، ۱۳۸۰)

۱۱- معنا بخشیدن به زندگی:

نماز پیوند انسان را با آن ذات فنا ناپذیر برقرار نموده و به او جاودانگی را نوید می‌دهد، در واقع نماز دستی است از سوی انسان به سوی آنکه متناسب با نیاز و خواست اوست، رشته‌های چنین ارتباطی از زمین تا آسمان، برقرار می‌شود و علاوه بر اتصال روح به مطلق وجود، او را از محتوا و معنا، سرشار و اقناع می‌کند، زیرا هر نوع ارتباطی، بر روح انسان تأثیر معینی بر جای می‌گذارد و به همین میزان و متناسب با آن «تصویر فرد از خویشتن» نیز تغییر می‌یابد. نماز بر مایه‌های درون نمازگزار می‌افزاید و آن را سرشار از غنا و سرمایه‌های معنوی می‌سازد و هر اندازه کیفیت نماز متعالی باشد، سرمایه‌هایی که عاید جان آدمی می‌شود، ارزشمندتر و بیشتر خواهد بود، تا جایی که اولیای خدا، با نماز، خود را نیازمند به چیز دیگری نمی‌یافتند.

با این وصف، از جمله عواملی که زندگی را از حالت روزمرگی و پوچی، خارج نموده و به آن شادابی، تنوع و تحول خاصی می‌بخشد، ملاقات منظم و با برنامه محب و محبوب می‌باشد. فاصله هر نماز تا نماز بعد و انتظار رسیدن وقت ملاقات با محبوب، به انسان بهانه‌ای برای زیستن و دلیلی برای بودن می‌بخشد و گفتگوهای رازگونه عاشق و معشوق، در آدمی این احساس را زنده می‌کند که تا زمانی که کسی را برای گفتگو و ارتباط حاضر می‌بیند، زندگی قابل زیستن است به ویژه آنکه طرف گفتگو، هستی آفرین و خالق مهربان باشد. چنین نمازی به او تفهیم می‌کند که: «الذین یذکرون الله قیاماً و قعوداً و علیٰ جُوبِهِمْ وَ یَتَفَكَّرُونَ فِی خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَ الْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطِلاً سُبْحَانَكَ فَقْنَا عَذَابَ النَّارِ»

«آنهایی که در حال ایستاده و نشسته و خفتن، خدا را یاد می‌کنند و دائم فکر در خلقت آسمان و زمین کرده و گویند پروردگارا این دستگاه با عظمت را بیهوده نیافریده‌ای پاک و منزهی ما را به لطف خود از آتش دوزخ نگاه دار» (سوره آل عمران، آیه ۱۹۱). عالم هستی بیهوده و بی‌معنا خلق نشده و چون آن هم مخلوق خداست دوست داشتنی می‌باشد و انسان نیز به عنوان زیر مجموعه عالم هستی، بیهوده خلق شده و در خلقت او منظوری اساسی و مهم، که همانا قرب و نزدیکی به او با عبادت و راز و نیاز است، نهفته می‌باشد.

۱۲ - سپر دفاعی در مقابل مصایب و مشکلات:

گاهی اتفاق می‌افتد که آدمی برای مدتی، راز و مطلبی را در دل خود نگاه می‌دارد تا زمانی که محرم رازی بیابد و درد دل خود را با او بازگوید و یا به عبارت بهتر عقده دل را خالی کرده و به اصطلاح خود را سبک کند و اگر شخص این طریق را در پیش نگیرد، گاه پنهان نگاه داشتن درد دلهايش اثرات بسیار نامطلوبی را بر روح و روان فرد بر جای می‌گذارد که برخی مواقع ممکن است حتی عواقب سوء و وحشتناکی را به دنبال داشته باشد وای بسا انسانی که با این طرز فکر، یعنی عدم اعتقاد به خدا، ممکن است در جهان تنها باشد و پناهگاه و مأوایی امن نداشته باشد تا به آن التجا جوید و در نهایت به بن بست رسیده و خود را اشتباه طبیعت بیندارد، لذا نماز یکی از مؤثرترین و بهترین راههای درمان اینگونه امراض روحی است زیرا که راز و نیازی با مبدأ هستی و خالق انسان می‌باشد و او با معبود خود عقده گشایی می‌کند و آنچه را در درون و قلبش پنهان داشته، بیرون می‌ریزد و با قادر مطلق، به امید گشایش، راز دل خود را در میان می‌گذارد و همین امر یعنی امید به استجاب دعا و قبولی نمازش است که به او نیرو و حیاتی تازه بخشیده و او را از چنگال مخوف برخی از بی‌صبری‌ها و امراض روحی ناشی از آن رهایی می‌بخشد زیرا در قرآن کریم آمده است که: «و قال رَبُّكُمْ اُدْعُونِي اَسْتَجِبْ لَكُمْ...» «و خدای شما فرمود که مرا با خلوص دل بخوانید تا دعا شما را مستجاب کنم...» (سوره غافر) دکتر الکسیس کارل نیز در اسرار و فواید نماز

می‌گوید: «نیایش به آدمی نیرویی برای تحمل غمها و مصایب می‌بخشد و او را امیدوار ساخته و قدرت ایستادگی و مقاومت را در برابر حوادث بزرگ به او می‌دهد.» به راستی وقتی پس از خاتمه نماز، نمازگزار به سجاده می‌نشیند و به تعقیب و دعای پر دازد، در آن وقت به قدرت کامله حضرت حق پی می‌برد و جز او را حلال مشکلات خویش نمی‌شناسد و به غیر او التجا اعتماد نمی‌کند و خداوند است که او را کفایت نموده و او را در مقابل ناملایمات صبور و شکمیا می‌نماید لذا نماز مکتب مقاومت و ایستادگی در مقابل حوادث بزرگ است زیرا اتکا و اتکال نمازگزار همیشه به ذات اقدس حضرت باری تعالی می‌باشد. (موسوی راد لاهیجی، ۱۳۷۴)

۱۳ - محکم شدن عزم و اراده:

صبح زود به خصوص در فصل بهار که دیدگان تازه از خواب گشوده می‌گردد و کسالت شب درست از بدن رفع نشده، چقدر برای انسان ادامه به خواب شیرین لذت بخش و برخاستن از رختخواب، سخت است، در واقع هیچ نیرویی، هر چند قوی باشد در این حال نمی‌تواند انسان را به میل و رغبت بیدار کند مگر نیروی ایمان. در حقیقت شیرینی ایمان است که بر تمام لذتها فائق می‌شود و هر لذتی را هر چند قوی باشد می‌زداید، در این حال، نمازگزار مجبور است با نفس خود بجنگد و با شیطان درونی به مبارزه برخیزد زیرا شیطان وقتی بهتر از این فریب دادن و گول زدن شخص ندارد و می‌خواهد با هزار نیرنگ او را دوباره به خواب اندازد تا از فیض حضور در درگاه باری تعالی محروم گرداند، در این حالت او از نیروی اراده خود استفاده کرده و یک مرتبه بر نفس غالب شده و بر می‌خیزد. روانشناسان نیز عقیده دارند که برای تقویت اراده، چیزی بهتر از این نیست که انسان کارهایی خلاف میل خویش انجام دهد و برای این منظور تمرین‌های عملی مقرر کرده‌اند، آنان پس از مشاهدات و تجربه‌های فراوان ثابت کرده‌اند که انسان، با انجام هر عملی که

برخلاف هوای نفس خویش باشد، به عزم و اراده خود، ثبات و توان می‌بخشد.
(رضوانطلب، ۱۳۸۱)

۱۴ - احساس رضایت از ایفای مسئولیت الهی:

از وظایفی که بر عهده انسان از طرف خداوند گذاشته شده انجام فرایض الهی بویژه نماز است زیرا که در میان اعمال عبادی جایگاه ویژه و خاصی دارد. شناخت دقیق وظیفه و چگونگی انجام آن، زمینه موفقیت آدمی را فراهم می‌کند و در برخی عبادات و اعمال مهم و ویژه، انجام آن، طبق شرایط صحت و کمال از موفقیت‌های شخص مؤمن و موحد به شمار می‌رود. رابطه ایفای مسئولیت الهی و روان آدمی، اینگونه قابل تبیین است که هر نوع عمل یا رفتاری که بیانگر موفقیت در انجام وظیفه باشد، تأثیری مثبت در روح و روان او دارد و مجموعه این تأثیرات به مرور زمان، موجب رضایت خاطر وی در قبال انجام وظیفه به ویژه در مقابل ذات اقدس الهی می‌گردد، که این رضایت خاطر غیر از آن عجب و خودپسندی مذموم است در حقیقت شاید بتوان آن را لذت مناجات نامید که رضایت الهی را نیز به دنبال دارد چنانچه در قرآن کریم آمده است: «... وَ سَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَ قَبْلَ غُرُوبِهَا وَ مِنْ أَنْاءِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْهُ وَ أَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضَى»، (سوره طه)... و خدای را پیش از طلوع خورشید و بعد از غروب آن و ساعاتی از شب تار و اطراف روز که روشن ستایش و تسبیح گوی باشد که به مقام رفیع شفاعت خوشنود شوی"

۱۵ - نماز، درمانی برای برطرف نمودن وسواس:

وسواس، از قدیمی‌ترین اختلالات شناخته شده روانی است که بین مردم از شیوع نسبتاً بالایی حدود دو درصد جامعه برخوردار است، و آن را امروزه در دو عنوان کلی «وسواس فکری» مانند احتیاط یا تنفر مربوط به ترشحات و مواد دفعی بدن، ترس از وقوع اتفاقات وحشتناک مانند آتش سوزی و مرگ، افکار آلوده جنسی و ترسهای فرضی و ... و «وسواس

عملی» مانند شستشوی دست، استحمام، آرایش مفرط، امتحان درها و قفلها، مرتب و منظم کردن، احتکار و جمع آوری و ... طبقه‌بندی می‌کنند.

گواهی این موضوع نیز یادآوری این مسأله است که در منابع اسلامی و سواس پدیده شناخته شده ایست و از آن به عنوان «وسوسه‌ای از سوی شیطان» اشاره می‌شود. به عنوان نمونه روایتی از امام صادق - علیه السلام - که یکی از یاران ایشان در نزد ایشان شخصی را به عقل و درایت یادآور شد ولی شخص نسبت به وضو و نماز خود گرفتار و سواس بود. حضرت فرمود:

"وَأَيُّ عَقْلٍ لَهُ وَهُوَ يَطِيعُ الشَّيْطَانَ" کدام عقل را دارد که فرمانبر شیطان است. در این مورد حتی منابع اسلامی از قول معصومین عليهم السلام روشهای متعددی را برای پیشگیری و درمان و سواس پیشنهاد کرده‌اند که از آن جمله بهره از ادعیه و اذکار خاصی از جمله «لا حول و لا قوة الا بالله می‌باشد. (قمی، ۱۳۸۲) و ما حصل همه آن روشها در «ذکر خدا» خلاصه می‌شود و در روایاتی نیز برای درمان و دفع وسوسه کمک گرفتن از نماز را به شخص و سواسی پیشنهاد نموده‌اند. نمونه آن شخص کثیر الشک است که در اجزای نماز زیاد دچار شک می‌شود و به فتوای مراجع نباید به شک خود اعتنا نماید و نمونه دیگر مسائل شکیات در نماز که به برخی نباید اعتنا کند و برخی را به یک طرف شک عمل می‌کند بدین ترتیب آموزشهای نماز، بسی قدرتمندتر از روشهای معمول در علم غرب مانند روش حساسیت زدایی تدریجی، در زدودن و سواس مطرحند چرا که انسان نمازگزاری که در شبانه روز بارها به تعالیم ضد و سواس همراه نماز کردن می‌نهد به نحو مؤثری دور از و سواس خواهد زیست. (سایت درمانگران ایران)

- نماز و درمان بیماریهای روحی و روانی:

- نماز و رفع نگرانی و اضطراب:

اضطراب و نگرانی یکی از بزرگ‌ترین بلاهای زندگی انسانها بوده و عوارض ناشی از

آن در زندگی فردی و اجتماعی کاملاً محسوس است. از سوی دیگر، آرامش یکی از گم شده‌های مهم بشر بوده و به هر دری می‌زند تا آن را پیدا کند. اگر گزارش تلاش و کوشش انسانها را در طول تاریخ برای پیدا کردن آرامش از راههای صحیح و کاذب جمع‌آوری کنیم، خود کتاب بسیار قطوری خواهد شد

خداوند متعال در قرآن کریم درمان تمام نگرانی‌ها و اضطرابها را یاد و ذکر خدا معرفی می‌کند. نماز یکی از مصادیق کامل ذکر خداست و خداوند متعال فلسفه نماز را ظهور یاد خدا در دلها بیان کرده است. «نماز را به خاطر یاد من به پا دار. (طه، آیه ۱۴) در تشریح نماز رازهایی وجود دارند که به تمام آنها نمی‌توان پی برد، ولی با توجه به روایات و قرآن کریم، می‌توان به بعضی از آنها دست یافت. مهمترین راز اقامه نماز «طهارت ضمیر» است تا انسان جاننش را از هرچه غیر خداست پاک کند. انسان در هر لحظه به خدای متعال و عنایت او احتیاج دارد و اگر عنایت الهی لحظه‌ای از انسان قطع شود، نابود و هلاک می‌گردد. دل انسان تنها با یاد و ذکر خدا آرام می‌گیرد و قلب انسان با ذکر و نام او نورانی و با صفا می‌شود.

در قرآن درباره اسرار نماز می‌خوانیم: «طبع انسان در برابر شداید جزع می‌کند، و اگر خیری به او برسد سعی می‌کند انحصارطلب باشد و به دیگران ندهد، اگر رنج و شری به او برسد جزع و بی‌تابی می‌کند، صبر را از دست می‌دهد، و اگر خیری به او برسد از دیگران منع می‌کند، مگر نمازگزاران. (معارج، آیه ۲۰)

- بررسی علل نگرانی و اضطراب درون:

الف. احساس پوچی و بی‌هدفی در زندگی

گاهی ریشه نگرانی‌های آزاردهنده انسان، احساس پوچی زندگی و بی‌هدف بودن آن است، ولی کسی که به خدا ایمان دارد و مسیر تکاملی زندگی را به عنوان یک هدف بزرگ

پذیرفته است و می‌داند که خدای بزرگ مالک و صاحب اختیار عالم و جزا دهنده است، از سرگردانی و اضطراب نجات پیدا می‌کند.

ب. آینده تاریک و مبهم

گاهی اضطراب و نگرانی به خاطر آینده تاریک و مبهمی است که در برابر فکر انسان خودنمایی می‌کند. احتمال زوال نعمتها، گرفتاری در چنگال دشمن، ضعف، بیماری، درماندگی و احتیاج، همگی آدمی را رنج می‌دهند، اما ایمان به خداوند و اعتقاد به او و منشأ کمک و یاری دانستن او، انسان را آرام و مطمئن می‌کند.

ج. نگرانی به خاطر دریافت نکردن پاداش

گاهی انسان برای رسیدن به یک هدف زحمات زیادی متحمل می‌شود، اما کسی را نمی‌بیند که به زحمت او ارج نهد و از او قدردانی کند. این ناسپاسی او را بشدت رنج می‌دهد و در حالت اضطراب و نگرانی فرو می‌برد. اما هنگامی که احساس کند کسی از تمام تلاشها و کوششهای او آگاه است و به آن ارج می‌نهد، جای نگرانی برایش باقی نمی‌ماند. (مکارم شیرازی).

از طریق ذکر است که روحانیت و بُعد معنوی فرد بر بُعد خاکی و زمینی و مادی او غلبه می‌کند و درمی‌یابد که شک و دودلی خاطرهِ ای شیطانی است، و اضطراب و پریشانی درون از وسوسه‌های شیطان ریشه می‌گیرد. آن‌گاه که انسان در عبودیت خویش دارای اخلاص باشد و در جهت اطاعت از پروردگار خود بکوشد، خداوند متعال او را سرپرستی کرده، هم و غم او را زایل می‌سازد. در چنین وضعی، کسی که به یاد خداست، در همراهی خدا به سر می‌برد و آن‌گاه که ابتلائات و گرفتاریها بر انسان ذاکر یورش می‌آورند و زندگانی، با رنج‌ها و آلامش، بر او سنگینی می‌کند، از رهگذر ذکر و یاد خدا به اطمینان دست می‌یابد و از قناعت و رضایت خاطر برخوردار می‌شود. کسی که با یاد و ذکر خدا، خود را در حضور حق می‌بیند، هیچ‌گونه ناله و شکوه‌ای ندارد، زیرا جایی برای ناراحتی و

اضطراب و ترس و بیم در وجود او نیست و دلش با یاد خدا آرام و مطمئن گشته است. اما کسی که از خدا غافل، و گرفتار تکبر و خودخواهی باشد به خویشتن ستم می کند، چون می پندارد که عاقل و خردمند است و دیگران جاهل و نابخردند. ولی باید گفت: در واقع، خود او نادانترین افراد و نابخردترین مردمان است. «آنکه از یاد من روی گردان است، زندگانی اش سخت و غیرقابل تحمل خواهد بود.» (طه، آیه ۱۲۴) «ذاکر» کسی است که خدا نیز به یاد او است: «و از من یاد کنید تا به یاد شما باشم.» (بقره، آیه ۱۵۲).

دلی که مرکز یاد و ذکر خداست، آباد و آرام است و دلی که از یاد خدا تهی است ویران و تاریک، و اندوه و اضطراب آن را فرا گرفته است. تنها یاد خدا و ذکر او دلها و روحهای پریشان را دوا می کند و آرامش واقعی را به ارمغان می آورد. گاندی رهبر مقاومت هندوستان می گوید: «دعا و نماز، زندگی ام را نجات داده است. بدون آنها باید از مدتها پیش دیوانه می شدم. من در تجارب زندگی عمومی و خصوصی خود، تلخ کامی های بسیار سختی داشته ام که مرا دستخوش ناامیدی می ساختند، اگر توانسته ام بر این ناامیدیهایی چیره شوم، به خاطر نمازها و نیایش هایم بوده است. دعا و نماز را مانند حقیقت بخشی از زندگی خود نمی شمارم. فقط به خاطر نیاز و احتیاج شدید روحی آنها را به کار می بسته ام، زیرا اغلب خود را در وضع و حالی می یافتم که احتمالاً بدون دعا و نماز نمی توانستم شادمان باشم. هرچه زمان گذشت، اعتقاد من به خداوند افزایش یافت و نیاز من به دعا و نماز بیشتر شد و بدون آنها زندگی برایم سرد و تهی بود.» (گاندی).

- نماز و پرورش تمرکز ذهن و صفای درون

اضطراب فکری و تنش های روانی از بیماریهای مهلکی هستند که بشریت قرن حاضر را تهدید می کنند. روانکاوان و دانشمندان می کوشند تا راههای کاهش بار فکری انسانها را پیش بینی کنند و برای مقطعی به فکر و روان او استراحت دهند و او را از دگرگونی های

روحي نجات بخشند. مهار اين پراکندگي هاي فکري و تنشهاي دروني شرط نخست دست يابي به نبوغ، درايت و فهم مسائل است. به همين دليل، کوشش مي شود مکانهايي که براي مطالعه و تحقيق در نظر گرفته مي شوند، از آرام ترين و مطبوع ترين و دل انگيز ترين مکانها باشند تا امکان تمرکز ذهن و رفع نگراني را فراهم آورند در روايتي نقل شده است که حضرت علي(ع) به عبادت علاقه شديد داشت و مناجات با خداوند را بالاترين لذت مي دانست و بر هر لذت ديگري ترجيح مي داد.

عبادت را به خاطر شوق بهشت و ترس از جهنم انجام نمي داد، بلکه خدا را سزاوار پرستش مي دانست. براي عاشق جمال حق و جويای سعادت، هيچ لحظه و زماني شيرين تر و لذيدتر از خلوت با معشوق و جان جانان نيست و وقتي با اوست و در محضر اوست، به عالي ترين وجد و سرور نایل مي شود و نماز عالي ترين و نزديکترين راه براي رسيدن به اين مقام است. - نماز، برطرف کننده تکبر انسان طالب کمال و سعادت خویش است، مي خواهد هم در دنيا و هم در آخرت سعادت مند گردد، و سعادت و کمال انسان در پرستش خداوند و اطاعت او نهفته است، زيرا ممکن الوجود زماني به کمال مي رسد که به واجب الوجود پيوند و نماز، اين اکسير عظيم، عبارت است از: تلاش و جلوه معنوی اشرف مخلوقات در پيشگاه خالق اکبر. در نماز، گفتارها و کردارها، همه براي تواضع و خشوع در مقابل حضرت حق تعالی هستند و توجه به قدرت لايزال حضرت حق و تمسک و توکل انسان نماز گزار بر آن منبع عظيم است و با ياد او آرام و استوار است.

امام سجاده(ع) مي فرمايد: «خدایا! دلهاي ما را به ياد خود از هر يادي، و زبانهايمان را به سپاس خود از هر سپاسي، و اندامهايمان را به طاعت خود از هر طاعتي مشغول گردان.» (صحيفه سجاده). با راز و نياز و نماز است که انسان متوجه فيض الهي مي گردد و شيريني عبادت و سجده را درک مي نمايد. نماز اگر با شرايط خاص و مطلوب اقامه شود، انسان را تربيت مي کند و تکبر را، که يکي از بيماريهاي روحي و اخلاقي است، درمان مي کند.

اساس تکبر این است که انسان خود را برتر از دیگران می داند (خود برترینی) و توقع دارد دیگران به او احترام کنند و صدرنشین مجلس باشد و همه در مقابلش تعظیم کنند. علمای اخلاق تکبر را به سه بخش تقسیم کرده اند که یکی از آنها تکبر در برابر خداوند است و منظور از آن، که بدترین نوع تکبر است و از نهایت جهل و نادانی سرچشمه می گیرد، این است که انسان ضعیف خود را بنده خدا نداند، بلکه مردم را به بندگی و اطاعت خود دعوت کند.

امام علی (ع) می فرماید: «خداوند ایمان را برای پاکی از نجاست شرک و نماز را برای پاکیزگی از پلیدی کبر، واجب گردانیده است. (نهج البلاغه).
امام خمینی (ره) می فرماید: چون نماز معراج کمالی مؤمن و مقرب اهل تقواست، متقدم به دو امر است که یکی مقدمه دیگری است.

اول. ترک خودبینی و خودخواهی، که آن، حقیقت معراج و باطن تقواست.
دوم. خداخواهی و حق طلبی، که آن حقیقت معراج و قرب است.» (امام خمینی، ره)
- نماز، رافع غفلت دارای مفهوم گسترده ای است که هرگونه بی خبری از شرایط زمان و مکان را که انسان در آن زندگی می کند شامل می شود، اعم از واقعیتهای حال و آینده و گذشته خویش و صفات و اعمال خود و پیامها و آیات حق و همچنین هشدارهایی که حوادث تلخ و شیرین زندگی، به انسانها می دهند. اما در اینجا، مراد غفلت از یاد خدا است.

خطری که به وسیله غفلت و بی خبری از یاد خدا متوجه سعادت انسان می شود، بیش از آن است که تصور می کنیم، غفلت ارکان سعادت ما را ویران می سازد و مانند آتش سوزان، خرمن زندگی را می سوزاند و تمام امکانات و استعدادهای خدادادی را بر باد می دهد. قرآن کریم در این باره می فرماید: «گروه زیادی از جن و انس را برای دوزخ آماده کردیم، آنها عقلهایی دارند که با آن اندیشه نمی کنند و چشمهایی دارند که با آن حقایق را

نمی‌بینند و گوشه‌ای که با آن نمی‌شنوند، آنها همچون چهارپایانند، بلکه گمراه‌تر! اینان همان غافلانند.» (اعراف، آیه ۱۲) طبیعت زندگی دنیا، غفلت زاست، گاهی انسان را چنان به خود مشغول می‌سازد که همه چیز و حتی خویش را فراموش می‌کند. نماز فرصت خوبی برای بازنگری در اعمال و بازیافتن خویش و نجات از چنگال اهریمن غفلت فراهم می‌سازد. نماز، این ذکر عظیم الهی، انسان را هر روز متوجه معاد و روز جزا می‌کند و باعث خروج انسان از غفلت و بی‌توجهی می‌شود. وقتی انسان در هر روز، چندین بار می‌گوید: مالکِ یوم الدین، به یاد قیامت و عظمت آن و خالق آن می‌افتد و سعی می‌کند با اعمال و کردار خود، به مقام قرب الهی برسد تا سعادت آخرت نصیبش شود و به همین دلیل، متوجه و هوشیار است و به بیراهه نمی‌رود و اعمال خود را در مسیر سعادت و فلاح ابدی قرار می‌دهد.

امام باقر(ع) در این باره می‌فرماید: «هر فرد با ایمانی نمازهای واجب را به موقع و به طور صحیح انجام دهد، از غافلان نخواهد بود.» (مجلسی، بحارالانوار). - نماز، احیاگر فضیلتها انسان در نماز روح تشکر و سپاس را که از خصال عالی انسانی است، در خود تقویت می‌کند. اینکه در ضمن نماز، به پیامبر اکرم(ص) سلام می‌دهیم و از خدا می‌خواهیم که بر او و خاندانش درود بفرستد، در واقع نوعی تشکر و قدردانی از مروج نعمتهای بزرگ نماز و اسلام است. انسان نماز گزار تسلیم قضای پروردگار است و تنها به او امید دارد و از او کمک می‌طلبد، از این رو، در زندگی صبور و قانع است و احساس خشنودی می‌کند، نماز گزار با گفتن ایاک نعبد و ایاک نستعین، هرگونه حاکمیت غیر خدا را محکوم می‌کند، هرگونه حقارت پذیری و استمداد از قدرت های پوشالی را نفی می‌نماید و به نماز گزاران، درس عزت در سایه بندگی خدا می‌دهد، تا بنده و برده غیر خدا نشوند و از تهدیدها و تطمیع های دیگران، نلغزند و راه خدا را کنار نگذارند.» (سوری). - نماز، باعث روشنی دل الکسیس کارل می‌گردد: «نیایش در روح و جسم تأثیر می‌گذارد و احساس عرفانی و

اخلاقی را توأماً تقویت می کند. در چهره کسانی که به نیایش می پردازند، حس وظیفه شناسی، قلت حسد و شرارت و حس نیکی و خیرخواهی نسبت به دیگران نمایان می شود. نیایش خصایص خود را با علامتهای بسیار مشخص و منحصر به فردی نشان می دهد: صفای دل، متانت رفتار، انبساط خاطر، شادی بی دغدغه، چهره پر از یقین، استعداد هدایت، آمادگی برای پذیرش حق و راضی بودن به رضای پروردگار. امام سجاده (ع) در مناجات خمس عشره می فرماید: و مشاهده تو تنها حاجت و نیاز من، و نعمت همجواری با تو مطلوب من، و مقام قرب تو فراخنای خواهش من است. شادی و آرامش من در مناجات تو نهفته، و دوی بیماری و شفای قلب سوزانم و فرو نشاندن حرارت دل و برطرف شدن اندوهم نزدتوست. پس تو در هنگام وحشت و ترس، انیس و مونس من باش و عذر لغزش هایم را پذیر و از زشتی هایم در گذر. (قمی، ۱۳۸۲) - نماز، باعث امید و نشاط ایمان به خدا و راز و نیاز با او به انسان امید و توان می دهد، احساس می کند به پناهگاه مطمئن و باقدرتی متکی است و بدین دلیل، احساس نشاط و توانمندی می کند و اگر این ارتباط با آن منبع عظمت و رحمت قطع باشد، احساس دل تنگی و نگرانی در او ایجاد می شود و به بیماریهای روانی گرفتار می آید.

روانشناسان و روانکاوان بزرگی همچون یونگ، اریک فروم، ویلیام جیمز و دیگران به این حقیقت اشاره کرده اند و ایمان به خدا را اساس و پایه پیشگیری و معالجه بیماری روانی می دانند. حضرت علی (ع) می فرماید: «پروردگارا، تو از هر مونس برای دوستان مونس تری و از همه آن ها برای کسانی که به تو اعتماد کنند، برای کارگزاری آماده تری... اگر تنهایی سبب وحشت آنان گردد یاد تو مونس آنهاست و اگر سختیها بر آنان فرو ریزند به تو پناه می برند. (نهج البلاغه) - نماز و جلب رحمت پروردگار خدای متعال، لطف ویژه و اقبال خاصی به نمازگزاران دارد، و روی آوردن پروردگار به بنده، سبب کاملی برای سعادت و رستگاری اوست. روی آوردن خدا به بنده به معنای آمرزیدن گناهان و برآوردن حاجتها و

آباد کردن دنیا و عقبای او و نزدیکی به بارگاه یزدان و برخورداری از لطف و رحمت ایزدی و سعادت ابدی است. امام صادق(ع) می‌فرماید: «اگر نماز گزار می‌دانست که چگونه رحمت خدا او را فرا گرفته است سر از سجده بر نمی‌داشت.»

امیرالمومنین(ع) می‌فرماید: نماز موجب تقرب هر پرهیزگاری است:

کسی که به خدا نزدیکتر می‌شود رحمت الهی بیشتر فیض می‌برد و به جایی می‌رسد که جزو اولیای الهی می‌گردد و کسی که جزو اولیای الهی قرار گیرد، هیچ حزن و نگرانی ندارد و برکات الهی او را احاطه می‌کنند. قرآن کریم می‌فرماید: «اولیای خدا خوف و حزنی ندارند و غم و اندوهی بر آنان نیست.» (یونس، آیه ۶۴) - نماز، مانع زشتی و منکر آن‌گاه که انسان دست از مادیات می‌شوید و با لباسی پاکیزه از نجاست ظاهری و درآمد حرام به پیشگاه خدا روی می‌آورد و در نماز خود، از خداوند رحمان و رحیم یاد می‌کند و از او یاری می‌خواهد که به راه راست هدایتش کند، و او را همراه با ستمگران و گمراهان مغضوب در گاهش قرار ندهد و در جوی معنوی مملو از یاد خدا و توجه به دستورات او و دوری از گناه و نافرمانی خدا قرار می‌گیرد، این حالت معنوی و توجه، غفلت را از او دور ساخته، از گناه و معصیت پروردگار باز می‌دارد.

خداوند متعال در قرآن مجید می‌فرماید: «نماز را بپا دار، که همانا نماز انسان را از

پستی و پلیدی باز می‌دارد.» (عنکبوت، آیه ۲۱)

حضرت رضا(ع) درباره فلسفه نماز می‌فرماید: «علت نماز آن است که نماز اقرار به ربوبیت خداوند بزرگ، نفی شریک برای او، قیام در پیشگاه او با حالت فروتنی و خضوع و درخواست آمرزش گناهان، و نهادن پیشانی به خاک به منظور تعظیم خداوند بزرگ، و نیز بدان منظور است که انسان همواره به یاد خدا باشد و او را فراموش نکند و با حالت فروتنی و کُرنش، پیشرفت امر دین و دنیای خود را بخواهد. علاوه بر این، نماز در پنج وقت موجب مداومت یاد خدا و یاد قیامت می‌شود و این ذکر مداوم و قیام در پیشگاه حضرت حق، انسان

را از آلودگی به گناهان حفظ می کند و از فساد باز می دارد.» (عاملی، وسایل الشیعه). بنابراین، خاصیت بازدارندگی نماز به دلیل همان توجه قلبی به خدا و فرمان او و خاصیت معنوی نماز است و هر قدر انسان نماز را بیشتر با حضور قلب و توجه به معنا و فلسفه نماز و محتوای آن بخواند، به همان اندازه برای او سازنده بوده، به حالش مؤثر و مفید خواهد بود، و اگر انسان بخواهد بداند که از نماز چقدر بهره می برد، باید ببیند نماز تا چه اندازه در عمل و رفتار او اثر گذاشته است.

در روایتی هم حضرت رسول (ص) فرمودند: «اگر جلوی در خانه شما نهر آبی باشد و هر یک از شما هر روز پنج نوبت در آن آب خود را شست و شو دهد، آیا از چرک و پلیدی چیزی در بدنش باقی می ماند؟ راوی می گوید: عرض کردم: نه، یا رسول الله... فرمود: نماز در پنج وقت شبانه روز همانند آن نهر جاری است. هر وقت بنده نماز می خواند گناهان او پوشیده می شوند. (حرعاملی، ج ۴۰).

انسان وقتی متوجه باشد که یاد و ذکر خدا باعث آمرزش گناهان می شود و نماز انسان را از گناهان شست و شو می دهد، نگرانی و اضطرابش کاهش یافته، به رحمت خداوند امیدوار می شود، زیرا گناه و معصیت باعث نگرانی و تشویش است و نماز انسان را از نگرانی و دلهره خارج می کند و نورانیت و صفای درونی در او ایجاد می کند و دل به رحمانیت و کرم خداوند متعال می سپارد. نماز از بهترین ابزار برای محافظت از گزند و انحرافات شیطان است.

حضرت علی (ع) می فرماید: نماز قلعه ای است که انسان را از حملات شیطان نگاه می دارد. شیطان، مردم را از اطاعت پروردگار به اطاعت خود می خواند، اما نماز آنان را به فطرت اصلی شان سوق می دهد و در قلعه امن الهی قرار می دهد و از تیرهای زهرآلود شیطان محافظت می کند.

انسانها از طریق نماز به جایی می‌رسند که قرآن کریم درباره آنان می‌فرماید: «مردانی که ایشان را هیچ تجارت و معامله‌ای از یاد خدا و اقامه نماز باز نمی‌دارد.» (نور، آیه ۳۷). حضرت علی(ع) هنگام تلاوت این آیه شریفه، در بیان و توصیف چهره معنوی آنان فرمودند: «فرشتگان گرداگردشان حلقه می‌زنند، رحمت و آرامش جسم و جان بر آنان فرود می‌آید و درهای آسمان به رویشان باز می‌گردد. در این سفر روحانی، در جایگاهی که در آن خدا از احوالشان آگاه است، کرسیهای کرامت برایشان نهاده است، سعیشان مرضی خداوند و مقامشان نزد او محمود است، بوی خوش نیایش به درگاه خدا را استشمام می‌کنند و آمرزش او را امید می‌دارند.» (نهج البلاغه).

نتیجه‌گیری

انسان‌ها به آرامش و سلامت روانی نیاز دارند، زیرا در سایه آرامش می‌توانند به رشد و کمال، اهداف عالی و سجایای اخلاقی برسند. از سویی دیگر، سلامت روانی در گرو جلوگیری از علل و عوامل شرایط تنش‌زا نهفته است. به یقین می‌توان گفت آرامش روانی و عاطفی مهم‌ترین نیاز روزافزون همه انسان‌ها در گستره جهان است. زیرا غالب افراد در دنیای امروز به ویژه در غرب از ناامنی روانی، اضطراب و افسردگی رنج می‌برند و اگر انسان در پی درمان واقعی خویش است باید خودفریبی نکرده و در پی راه‌های بیهوده نباشد. اگر به ریشه‌های بیماری‌های روانی جامعه دقت کنیم، به یکی از علل آن یعنی ضعیف بودن ارتباط انسان‌ها با خدا می‌رسیم. علاوه بر آن، نماز تاثیر بسزایی در شکفتگی معنوی و پالایش روحی روانی فرد دارد. نمازگزار در مقایسه با کسی که نماز نمی‌خواند، احساس آرامش بیش‌تری دارد. هنگامی که از طریق نماز، روح خود را به معراج می‌فرستد و با خدا و نام او پیوند می‌دهد، احساس عزت و قدرت می‌کند و از هیچ‌کس و هیچ قدرتی نمی‌ترسد. نمازگزار هیچ‌گاه چشمش را به چیزهای حرام آلوده نمی‌کند و نمی‌گذارد هوس‌های زودگذر و وسوسه‌های شیطانی روح و ذهنش را مشغول کند.

در جهان امروز که لجام گسیختگی فرهنگی به طور فزاینده ای سلامت و امنیت جانی بسیاری از جوامع را به مخاطره انداخته است و همه روزه شاهد طغیان و عصیان گروه های مختلف مردم به ویژه نوجوانان و جوانان هستیم، کیست که فریادرس این مردم باشد؟! آیا چیزی جز نماز و توکل و امدادهای غیبی خداوندی می تواند ناجی این افراد از منجلاب این گناهان عظیم شود و آن ها را از سقوط به دره نیستی و فلاکت باز دارد؟

منابع

۱. بهرامپور، ابوالفضل: ستون خیمه، تهران، مدرسه، (۱۳۷۷).
۲. بهرامپور، ابوالفضل: نسیم حیات، قم، هجرت، چاپ چهارم، (۱۳۸۳).
۳. دشتی، محمد: ترجمه نهج البلاغه، قم، پارسیان، (۱۳۷۹)..
۴. دشتی، محمد: ترجمه نهج البلاغه، خطبه ۱۹۲، (۱۳۵۴).
۵. راشدی، حسن: نمازشناسی، جلد اول، تهران و دفاترستاد اقامه نماز، ستاد اقامه نماز، چاپ نهم، (۱۳۸۴)
۶. رضوانطلب، محمد رضا: پرستش آگاهانه، تهران و مراکز ستاد اقامه نماز، ستاد اقامه نماز، چاپ پنجم، (۱۳۸۱)
۷. سایت انجمن درمانگران ایران، چهل نکته پیرامون نماز، نکته ۱۳ [Http://www.iranhealeves.com](http://www.iranhealeves.com) . 413
۸. شرفی، محمدرضا: «مبانی و آثار روانشناختی نماز»، نشریه تربیت، (۱۳۸۰)
۹. قمی، شیخ عباس: مفاتیح الجنان، ترجمه مهدی الهی قمشه ای، قم، جامعه القرآن الکریم، (۱۳۸۲)
۱۰. گاندی، مهاتما: همه مردم برابرند، انتشارات اسلامی، (۱۳۶۴).
۱۱. مجلسی، محمد باقر: بحار الانوار، ج ۸۲.
۱۲. مطهری، مرتضی: سیری در نهج البلاغه، قم، صدرا، (۱۳۵۴).
۱۳. مکارم شیرازی، ناصر: تفسیر نمونه، ج ۱۰.
۱۴. موسوی رادلاهیجی، سیدحسین: نماز از دیدگاه قرآن و حدیث، بی جا، انتشارات اسلامی، چاپ چهارم، (۱۳۷۴).
۱۵. نجفی، گودرز: راز نیایش، تهران، چاپ و نشر بین الملل سازمان تبلیغات اسلامی، (۱۳۸۰).
۱۶. نعیم آبادی، غلامعلی: نماز زیباترین الگوی پرستش، تنظیم حسین واعظی نژاد، تهران، ستاد اقامه نماز، (۱۳۷۷). ۱۷- نقی فیض الاسلام، علی: صحیفه سجاده
۱۷. نوری شهرضایی، رحمت الله: دیدار با محبوب، قم، میثم تمار، (۱۳۸۰).

مقایسه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز در استفاده از مقابله مذهبی (نماز و دعا) در کسب آرامش در موقعیت‌های استرس آمیز

طاهره قربانی

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

دکتر حمید کاظمی

دکترای روانشناسی بالینی

هیات علمی دانشگاه اصفهان

نشانی: مرکز مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

شماره تلفن همراه: ۰۹۱۳۴۰۸۰۹۶۴

پست الکترونیکی: ghorbani_190@yahoo.com

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر، مقایسه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز در استفاده از مقابله مذهبی (نماز و دعا) در کسب آرامش در موقعیت‌های استرس آمیز است. روش پژوهش: پژوهش حاضر از نوع مطالعات توصیفی - مقایسه ای است. جامعه‌ی پژوهش حاضر شامل تمام دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز است که در سال تحصیلی ۸۷-۸۸ به تحصیل مشغول بوده اند. از میان این دانشجویان تعداد ۱۵۰ دانشجو (۶۸ پسر و ۸۲ دختر) به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. از دانشجویان خواسته شد تا پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای و سیاهه رویدادهای اضطراب آمیز را تکمیل کنند. برای تحلیل نتایج از روش t برای گروه های مستقل استفاده شد.

یافته ها: یافته های پژوهش حاضر نشان می دهد که تفاوت معناداری بین دو گروه دختر و پسر دانشجوی دانشگاه شیراز در میزان اضطراب تجربه شده توسط فرد وجود ندارد. همچنین همان طور که مشاهده شد تفاوت معناداری بین این دو گروه از لحاظ استفاده از متغیر مقابله مذهبی ($t=۳/۵۳$ ،

$p = ۰/۰۰۱$) وجود دارد. از آنجا که t مشاهده شده از t جدول ($t=۲/۳۳$) بزرگتر است، فرضیه پژوهش حاضر تایید می شود.

نتیجه گیری: اگر چه رابطه بین مقابله مذهبی و سلامت روان پیچیده است، اما آشکار است که باورها و شعائر مذهبی نقش مهمی در پیشگیری از اختلالات روانی دارد. در نتیجه آموزش باورها و رفتارهای مذهبی در آموزش به افراد مبتلا به اختلالات می تواند مفید باشد.

کلید واژه‌ها: مقابله مذهبی، دانشجویان، اضطراب

مقدمه

مقابله روشی است که فکر کردن و رفتار کردن با آن شیوه به مردم کمک می‌کند تا استرس را کاهش داده و نیز از هیجانات ناشی از آن بکاهند. مقابله و سازگاری فرایندی پویا، مداوم و حفظ‌کننده زندگی می‌باشد که توسط آن موجود زنده خود را با محیط سازگار می‌سازد (کارسون و آرنولد، ۱۹۹۶). باید به این نکته توجه داشت که راهبردهای مقابله‌ای مختلفی وجود دارد. یکی از انواع این مقابله‌ها، مقابله‌ی مذهبی شیوه‌ای است که در آن انسان‌ها از شعائر و عقاید مذهبی جهت مقابله با مشکلات و فشارهای زندگی استفاده می‌کنند (کوئینگ و همکاران، ۱۹۹۷).

بالغ بر دو دهه است که علاقه به پژوهش درباره‌ی ارتباط "مذهب" و مقابله مخصوصاً در میان محققان علوم اجتماعی و سلامت افزایش یافته است (پارگامنت و اولسون، ۱۹۹۲). در سال ۱۹۹۰ پارگامنت و همکارانش اثرات مثبت انواع مختلفی از مقابله مذهبی را یافتند. پارگامنت به بعد مذهبی مقابله اشاره کرده و یادآوری نمود که مذهب می‌تواند بخشی از ساخت مرکزی هر فرایند مقابله است. مذهب منابعی را برای فرد فراهم می‌کند که به کمک آن بتواند موقعیت‌های استرس‌آمیز را ارزیابی کرده و توانایی آنها را در مقابله با استرس افزایش می‌دهد. پارگامنت (۱۹۹۰) عقیده دارد که افراد نمی‌توانند بدون هیچ تکیه‌گاهی با حوادث استرس‌زا رو به رو شوند. آنها نظامی از باورها، رفتار و آرمان‌هایی دارند که مشخص می‌کند، در لحظه‌های دشوار چگونه رفتار کنند و مذهب یکی از این نظام‌های جهت‌گیری است (به نقل از گراهام، پور، فلورور، بورک و ماری، ۲۰۰۱). می‌توان مقابله مذهبی به افراد کمک می‌کند که به نتایج مطلوبی در موقعیت‌های استرس‌آمیز دست یابند. تاراکشوار و پارگامنت (۲۰۰۱) معتقدند هر فردی به گونه خاصی به مذهب می‌نگرد. بعضی آن را جست و جوی معنا، برخی آن را وسیله رسیدن به آرامش و گروهی آن را عامل ایجاد صمیمیت با دیگران می‌دانند. افرادی در جست و جوی خویشتن و کسانی از آن رفاه

جسمانی، روانی و هیجانی را می‌طلبند. نکته مهم آن‌که افراد برای کاربرد و استفاده از مذهب در فرایند مقابله سبک ویژه‌ای دارند. از جمله ارزیابی‌های مهربانانه، کسب حمایت معنوی، نذر و قسم، کاربرد شعائر مذهبی مثل نماز و زیارت یا برعکس احساس نارضایتی معنوی و اعتراض منفی و... در مجموع سبک مقابله‌ای فرد با موقعیت‌های استرس‌آمیز با در نظر گرفتن عامل مذهب و خداوند می‌تواند به دو صورت منفی و مثبت باشد. گروهی که هنگام مواجهه با حوادث ناگوار آن‌را آزمایش الهی می‌دانند و به خداوند و مذهب خود خوش بینند از مقابله مذهبی مثبت و گروهی که این حوادث را عقوبت الهی و مداخله شیطان می‌دانند از مقابله مذهبی منفی استفاده نموده‌اند.

در دین مبین اسلام مهم‌ترین عامل آرامش یاد خداوند متعال است (الا بذكر الله تطمئن القلوب). و مهم‌ترین راه رسیدن به آرامش ذکر خداوند متعال است. بهترین روش برای کسب این آرامش هم از دیدگاه خداوند متعال نماز است و از آن به عنوان ذکر اکبر یاد شده است.

برخی از مطالعات ارتباط مثبت و معناداری را بین به کارگیری شیوه‌های مقابله مذهبی و کاهش میزان افسردگی، اضطراب، طلاق، خودکشی و سوء مصرف مواد نشان داده‌اند (عظیمی و ضرغامی، ۱۳۸۱).

علاوه بر ارتباط بالقوه مذهب برای سازگاری با حوادث ناگوار، تحقیقات نشان می‌دهد، مذهب در مقابله با حوادث جزئی‌تر زندگی نیز نقش دارد (جلیلود، ۱۳۷۸).

در همین راستا، هدف پژوهش حاضر مقایسه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز در استفاده از مقابله مذهبی (نماز و دعا) در کسب آرامش در موقعیت‌های استرس‌آمیز است. فرضیه‌ی پژوهش حاضر عبارت است از "دختران دانشجو بیشتر از پسران از مقابله مذهبی (نماز و دعا) برای کسب آرامش در موقعیت‌های استرس‌آمیز استفاده می‌کنند."

تا کنون پژوهش‌های مختلفی در سراسر جهان در زمینه سلامت و بیماری روانی و عوامل مرتبط با آن در سراسر جهان انجام شده است. از آن جمله می‌توان به تحقیقات نیک بخت نصریادی، جعفری و ناجی همایون (۱۳۷۷) باقری یزدی و بوالهروی (۱۳۷۹) عظیمی و ضرغامی (۱۳۸۱) آرگیل (۲۰۰۰) در زمینه رابطه مذهب، سلامت روان و کاهش اضطراب و افسردگی اشاره کرد.

روش تحقیق

پژوهش حاضر از نوع مطالعات توصیفی-مقایسه‌ای است. جامعه‌ی پژوهش حاضر شامل تمام دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز است که در سال تحصیلی ۸۸-۸۹ به تحصیل مشغول بوده‌اند. از میان این دانشجویان تعداد ۱۵۰ دانشجو (۶۸ پسر و ۸۲ دختر) به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. از دانشجویان خواسته شد تا پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای و سیاهه رویدادهای اضطراب‌آمیز را تکمیل کنند. برای تحلیل نتایج از روش t برای گروه‌های مستقل استفاده شد.

ابزار پژوهش

- ۱- پرسشنامه مقابله مذهبی: این پرسشنامه در سال ۲۰۰۰ توسط پارگامنت ساخته شد و شامل ۳۵ آیتم می‌باشد. این پرسشنامه توسط قربانی (۱۳۸۳) به فارسی برگردانده شد و پس از مطابقت آن با فرهنگ اسلامی-ایرانی روایی صوری آن توسط متخصصان علوم دینی و روانشناسی دانشگاه شیراز تأیید شد. اعتبار این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ بود.
- ۲- سیاهه رویدادهای اضطراب‌آمیز: این مقیاس شامل چک لیستی از رویدادهای اضطراب‌آمیز است که از شدیدترین استرس‌های مثبت و منفی (مرگ همسر) تا ضعیف‌ترین آنها دسته‌بندی می‌شود.

یافته ها

اطلاعات به دست آمده نشان می دهد که محدوده سنی آزمودنی ها بین ۱۸-۲۳ سال (میانگین ۲۰/۷ سال و انحراف استاندارد ۲/۲۳) است که دو گروه تفاوت معناداری در متغیر سن نشان ندادند. ۳۴/۵ درصد از دانشکده علوم تربیتی، ۲۹/۷ درصد از دانشکده علوم پایه و ۲۶/۹ درصد از دانشکده فنی-مهندسی انتخاب شدند.

در جدول شماره ۱ نشان داد که از میان ۳۴٪ افرادی که از مقابله مذهبی قوی استفاده کردند ۱۵ نفر (۱۰٪) اضطراب شدید، ۱۳ نفر (۸/۶۶٪) اضطراب متوسط و ۶ نفر (۴٪) اضطراب خفیف داشتند. در حالی که از بین ۱۰۷ نفری که به صورت متوسط از مقابله مذهبی استفاده می کردند ۵۲ نفر (۳۴/۶۶٪) اضطراب شدید، ۴۱ نفر (۲۹/۳۳٪) اضطراب متوسط و ۱۴ نفر (۹/۳۳٪) اضطراب خفیف داشتند. در آخر از بین افرادی که در حد ضعیف از مقابله مذهبی استفاده می کنند ۱ نفر (۰/۶۶٪) اضطراب خفیف، ۳ نفر (۲٪) اضطراب متوسط و ۵ نفر (۳/۳۳٪) اضطراب شدید را گزارش دادند.

در ادامه برای مقایسه دو گروه دختر و پسر دانشجو در استفاده از مقابله مذهبی در موقعیت های اضطراب انگیز از روش t برای دو گروه مستقل استفاده شد.

همان طور که در جدول شماره ۲ نشان داده شد، تفاوت معناداری بین دو گروه دختر و پسر دانشجوی دانشگاه شیراز در میزان اضطراب تجربه شده توسط فرد وجود ندارد. هم چنین همان طور که مشاهده شد تفاوت معناداری بین این دو گروه از لحاظ استفاده از متغیر مقابله مذهبی ($t=۳/۵۳$ ، $p=۰/۰۰۱$) وجود دارد. از آنجا که t مشاهده شده از t جدول ($t=۲/۳۳$) بزرگتر است، فرضیه پژوهش حاضر تایید می شود.

بحث و نتیجه گیری

۲۲/۶۶ درصد و ۷۳/۳۲ درصد به ترتیب از مقابله مذهبی به ترتیب از مقابله قوی و متوسط را به کار می برند.

یافته های پژوهش حاضر نشان می دهد که دختران و پسران از لحاظ سطح اضطراب تفاوت معناداری با هم ندارد. این یافته ها با پژوهش عظیمی و ضرغامی (۱۳۸۱) و فرهادی و امینی (۱۳۷۸) هماهنگ است. هم چنین، نتایج نشان داد که دختران بیش از پسران از مقابله ی مذهبی استفاده می کنند. این یافته با نتایج به دست آمده در تحقیق زب و مور (۱۹۹۹) هماهنگ است.

پژوهش های مختلف در ایران نشان می دهد که تفاوت معناداری بین مردان و زنان در میزان مذهبی بودن وجود دارد. این حقیقت که زنان بیشتر از مردان از مقابله مذهبی استفاده می کنند، مدت هاست که به اثبات رسیده است. توجه مطرح در این رابطه آن است که مذهب حاوی دستوراتی است که جنبه های اخلاقی و تربیتی دارد و این موارد با نقش زنان به عنوان مادر و مربی همخوانی بیشتری دارد (عظیمی و ضرغامی، ۱۳۸۱). نتایج پژوهش میرهاشمیان (۱۳۷۸) در پژوهشی نشان داد که زنان نسبت به مردان از گرایشات مذهبی بیشتری برخوردارند. آرگیل (۲۰۰۰) بیان کرد که زنان و مردان از لحاظ مذهبی با هم متفاوتند و این تفاوت در تمام مراحل رشد و تکامل کاملاً مشهود است. او معتقد است تفاوت بین دختران و پسران به دلیل راههای متفاوت اجتماعی شدن آنها است. عواملی مثل استقلال، خودمختاری و پرخاشگری در تربیت پسران بیشتر لحاظ می شود در حالی که در تربیت دختران بیشتر بر مسول بودن، پرورش دهنده بودن و مطیع بودن تأکید می شود.

منابع

۱. باقری یزدی، سید عباس؛ بوالهروی، جعفر و پیروی، حمید، (۱۳۷۹)، بررسی وضعیت سلامت روان دانشجویان ورودی سال تحصیلی ۷۳-۷۴ دانشگاه تهران، خلاصه مقالات همایش تحقیقات علوم پزشکی در اسلام.
۲. جلیوند، محمد امین، (۱۳۷۸)، بررسی رابطه نماز با اضطراب در دانش آموزان دبیرستانی شهر تهران، انتشارات دانشگاه اسلامی، تهران.
۳. عظیمی، حمیده؛ ضرغامی، مهران. (۱۳۸۱)، بررسی مقابله مذهبی و میزان اضطراب در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران در سال تحصیلی ۷۸-۷۹، مجله علمی-پژوهشی مازندران.
۴. فرهادی، علی و امینی، فریبا، (۱۳۷۸)، شیوع اضطراب و افسردگی و تأثیر آنها بر عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان، یافته.
۵. قربانی، طاهره، (۱۳۸۳)، هنجاریابی پرسشنامه مقابله مذهبی با استرس ها در دانشجویان، پایان نامه کارشناسی.
۶. میرهاشمیان، حمیرا، (۱۳۷۸)، تأثیر اعتقادات مذهبی در شکل گیری منبع کنترل و نیم رخ روانی دانشجویان دانشگاه های تهران، انتشارات دانشگاه اسلامی، تهران.
۷. نیک بخت نصرآبادی، علیرضا؛ جعفری، غلامحسین و ناجی، همایون، (۱۳۷۷)، بررسی تأثیر آوای قرآن در کاهش اضطراب قبل از انجام اقدامات تشخیصی و درمانی، طب و تزکیه.
8. Argyle, M. (2000), Psychology and religion, London & New York: Routledge.
9. Carlson, V, Arnold E. N. mental health nursing: patient journey, (1996), California: W. B. Saunders Company.
10. Graham, S; Purr, s; Flowers, C; Burk & Mary, (2001), Religious & spirituality in coping with stress, Journal of counseling & volumes.
11. Koenig HG, Weiner DK, Peterson BL, Meador KG, Keefe FJ. (1997), Religious coping in the nursing home: a biopsychosocial model. Int J Psychiatry med. 27, 365-376.
12. Paragament, K.I. & Olsen, H. (1992), God help me (2), Journal of Scientific study of Religion.
13. Paragament, K.I. (1990), God help me: Toward a theoretical framework of coping for the psychology of religion, Research in the social scientific study of religion .

14. Tarkeshvar, N., & Paragament, K.I., (2001), religious coping in families of children with autism. *Journal for the Focus on Autism & other Developmental Disability*.
15. Zebb, BJ, & Moor, MC, (1999), Another look at the psychometric properties of the anxiety control questionnaire, *Behavior- Therapy*.

پیوست

جدول شماره ۱: ویژگی های توصیفی دانشجویان در متغیر مقابله مذهبی و اضطراب

میزان اضطراب	مقابله مذهبی	قوی	متوسط	ضعیف	مجموع
خفیف	۶ (٪۰/۴)	۱۴ (٪۹/۳۳)	۱ (٪۰/۶۶)	۲۱ (٪۱۳/۹۹)	
متوسط	۱۳ (٪۸/۶۶)	۴۱ (٪۲۹/۳۳)	۳ (٪۲)	۵۷ (٪۳۹/۹۹)	
شدید	۱۵ (٪۱۰)	۵۲ (٪۳۴/۶۶)	۵ (٪۳/۳۳)	۷۲ (٪۴۸)	
مجموع	۳۴ (٪۲۲/۶۶)	۱۰۷ (٪۷۳/۳۲)	۹ (٪۵/۹۹)	۱۵۰ (٪۱۰۰)	

جدول شماره ۲: میانگین، انحراف نمرات و تفاوت دو گروه پسران و دختران در متغیرهای مقابله مذهبی و اضطراب

p	T	مجموع	میانگین و انحراف استاندارد پسران	میانگین و انحراف استاندارد دختران	مقابله مذهبی اضطراب
۰/۰۰۱	۳/۵۳	۹۰/۸۷	۷۲/۷۰	۹۵/۷۰	مقابله مذهبی
		(۴/۷۲)	(۵/۶۵)	(۴/۳۲)	
NS*	۰/۴۰	۴۳/۷۰	۴۵/۱۴	۴۲/۸۵	اضطراب
		(۵/۵۴)	(۳/۳۲)	(۵/۴۳)	

*معنادار نیست

نماز در آینه‌ی ادب (حافظ مولانا، سعدی)

سید محمد جواد آزمون

دانشجوی کارشناسی گروه مهندسی نفت

دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ماهشهر، باشگاه پژوهشگران جوان، ماهشهر، ایران

Javad.Azmoon20@yahoo.com

چکیده

با توجه به جایگاه ویژه نماز در فرهنگ مسلمانان، شاعران مسلمان با زبان رسا نغز و نکته سنج شعر به بیان حقیقت نماز پرداخته اند. این مسأله در سروده های مولانا، سعدی و حافظ از برجستگی خاصی برخوردار است. با توجه به بحران معنویت در جوامع امروزی و تأثیر گذاری زبان هنر و شعر در بیان جایگاه نماز، در این مقاله برآنیم که ابتدا درباره نماز سخنانی به اختصار بیان کرده، سپس به بررسی حقیقت نماز در کتاب های مثنوی مولوی، غزلیات شمس، اشعار سعدی و دیوان حافظ پردازیم.

واژه‌های کلیدی: نماز، مولوی، حافظ، سعدی، مثنوی معنوی

مقدمه

انسان در خلال زندگی روزمره لحظه به لحظه با استرس و فشارهای گوناگون مواجه می‌شود که تدریجاً قوای روحی و جسمی وی را کاسته و زمینه را برای بیماریهای خطرناک روانی و جسمی فراهم می‌سازد. برقراری ارتباط با منبع و سرچشمه هستی و استمداد از ذات لایتناهی به ترمیم قوای روحی انسان کمک نموده و باعث تسکین بسیاری از گرفتاریها و رنجوریهای روحی روانی می‌گردد، از این رو برقراری ارتباط با خدا برای انسان همانند آب و اکسیژن ضروری بوده که نماز از جمله راه‌های ذکر و یاد خدا و بهترین راه حضور در محضر او و ارتباط با منشاء هستی است.

نماز که سرود یکتا پرستی و زمزمه‌ی دلنشین فضیلت و پاکی و تمرین وظیفه‌شناسی در درگاه خداوند است صرف نظر از جنبه‌ی عبادی، دارای آثار بسیار روحی است که اقامه صحیح آن اگر همراه با حضور قلب و تفهیم باشد تأثیر بسزایی در کاستن و زدودن اضطراب و استرس روانی، هماهنگ کردن قوای روحی، استنباط خاطر، از میان بردن کبر و غرور، ایجاد انضباط، تمرکز حواس و حضور ذهن و ایجاد آرامش باطن و اطمینان قلب دارد.

دین وجه اصلی امتیاز بشر است. تاکنون، در هیچ حیوانی نشانه‌ای از وجود حیات دینی بروز نداده است و یا هیچ کاری نکرده است که بتوان آن را به عنوان تمهیدی برای زندگی پس از مرگ او به حساب آورد برعکس در تاریخ بشر هیچ قبیله‌ای را نمی‌توان یافت که به گونه‌ای دین نداشته باشد. (هیوم، ۱۳۶۹: ۳۲)

اسلام برنامه سالم سازی است، این سلامت در سایه تسلیم در برابر مشیت الهی و اجرای دستورات و قوانین حیات بخش او به دست می‌آید. بنابراین بدیهی است که همه قوانین، مقررات و برنامه‌های اسلام، راه را برای آرامش خیال و سلامت روان انسان و تحقق خلیفه‌الله بودن او، همواره و آماده می‌سازد.

از سوی دیگر در بین تمام برنامه ها و قوانین اسلام، نماز از جایگاه والایی برخوردار است و در آیات مختلف، مستقیماً به نقش آن در آرام سازی درون، شفابخشی قلب و شادابی روح و روان اشاره شده است. از جمله در سوره طه آیه ۱۴ (اقم الصلوة لذكری) و سوره رعد آیه ۲۸ (الا بذكر الله تطمئن القلوب)

نماز در آینه ادب پارسی

نماز راز با بی نیاز، راز میان عاشق و معشوق و پیوند خلق و خالق، سر تعظیم فرود آوردن بنده در برابر صاحب امر خود، و اظهار عبودیت از جانب عبد است. نماز پالاینده‌ی آلودگی‌ها، تیرگی‌ها، ظلمت‌ها، تاریکی‌های روح و روان آدمی و شست و شو دهنده‌ی دل و جان اوست، نماز توجه باطن و ملازمت در حضور و اقبال به سوی حق و اعراض از ماسوی ... است. نیایش یکی از روحانی‌ترین لحظات زندگی هر مومن است. در همه ادیان آسمانی متناسب با تلقی و درک مومنان از دین شیوه‌ها و شکل‌هایی برای راز و نیاز با معبود فراهم شده است. شاعران هم به عنوان دارندگان روح‌های لطیف و حساس در لابلای اشعار خود مناجات‌هایی نغز و دلنشین گنجانده‌اند که از لطیف‌ترین فرازهای آثارشان است.

نماز و اسرار تربیتی آن

۱- نماز موجب یاد خداست: یاد خدا بهترین وسیله برای خویشتن داری و کنترل غرایز سرکش و جلوگیری از روح طغیان است. «نماز گذار» همواره به یاد خدا می‌باشد، خدایی که از تمام کارهای کوچک و بزرگ ما آگاه است، خدایی که از آنچه در زوایای روان ما وجود دارد و یا تمام کارهای کوچک و بزرگ ما آگاه است، خدایی که از آنچه در زوایای روان ما وجود دارد و یا از اندیشه ما می‌گذارد، مطلع و باخبر است و کمترین اثر یاد خدا این است که به خود کامگی انسان و هوسهای وی اعتدال

می بخشد، چنان که غفلت از یاد خدا و بی خبری از پاداشها و کیفرهای او، موجب تیرگی عقل و خرد و کم فروغی آن می شود.

انسان غافل از خدا در عاقبت اعمال و کردار خود نمی اندیشد و برای ارضای تمایلات و غرایز سرکش خود حد و مرزی را نمی شناسد و این نماز است که او را در شبانه روز پنج بار به یاد خدا می اندازد و تیرگی غفلت را از روح و روانش پاک می سازد.

به راستی، انسان که پایه حکومت غرایز در کانون وجود او مستحکم است، بهترین راه برای کنترل غرایز و خواستههای مرزنشاس او همان یاد خدا، یاد کیفرهای خطاکاران و حسابهای دقیق و اشتباه ناپذیر آن می باشد. از این نظر قرآن یکی از اسرار نماز را یاد خدا معرفی می کند: «اقم الصلوة اذکری: نماز را برای یاد من بپا دار» (سور طه، آیه ۱۴)

۲- دوری از گناه: نماز گزار ناچار است که برای صحت و قبولی نماز خود از بسیاری از گناهان اجتناب ورزد: مثلاً: یکی از شرایط نماز مشروع بودن و مباح بودن تمام وسایلی است که در آن به کار میرود: مانند آب وضو و غسل، جامه ای که با آن نماز می گزارد و مکان نماز گزار، این موضوع سبب می شود که گرد حرام نرود و در کار و کسب خود از هر نوع حرام اجتناب نماید: زیرا بسیار مشکل است که یک فرد تنها در امور مربوط به نماز به حلال بودن آنها مقید شود و در موارد دیگر بی پروا باشد.

گویا آیه زیر به همین نکته اشاره می کند و می فرماید: «ان الصلوة تنهى عن الفحشاء و المنکر: که نماز (انسان را) از زشتیها و گناه باز می دارد.» (سوره عنکبوت، آیه ۴۵)

بالاخص اگر نماز گزار متوجه باشد که شرط قبولی نماز در پیشگاه خداوند این است که نماز گزار زکات و حقوق مستمندان را بپردازد: غیبت نکند: از تکبر و حسد بپرهیزد: از مشروبات الکلی اجتناب نماید و با حضور قلب و توجه و نیت پاک به درگاه خدا رو آورد و به این ترتیب نماز گزار حقیقی ناگزیر است تمام این امور را رعایت کند. روی همین جهات،

پیامبر گرامی ما (ص) می فرماید: نماز چون نهر آب صافی است که انسان خود را در آن شست و شو دهد، هرگز بدن او آلوده و کثیف نمی شود. همچنین کسی که در شبانه روز پنج مرتبه نماز بخواند و قلب خود را در این چشمه صاف معنوی شست و شو دهد، هرگز آلودگی گناه بر دل و جان او نمی نشیند.

۳- نظافت و بهداشت: از آنجا که نماز گزار در برخی از مواقع همه بدن را باید به عنوان «غسل» بشوید و معمولاً در شبانه روز چند بار وضو بگیرد و پیش از غسل و وضو تمام بدن خود را از هر نوع کثافت و آلودگی پاک سازد: ناچار یک فرد تمیز و نظیف خواهد بود. از این نظر نماز به بهداشت و موضوع نظافت که یک امر حیاتی است کمک می کند.

۴- انضباط و وقت شناسی: نمازهای اسلامی هر کدام برای خود وقت مخصوص و معینی دارد و فرد نماز گزار باید نمازهای خود را در آن اوقات بخواند، لذا اینعبادت اسلامی به انضباط و وقت شناسی کمک موثری می کند. بالاخص که نماز گزار باید برای ادای فریضه صبح پیش از طلوع آفتاب از خواب برخیزد، طبعاً یک چنین فردی گذشته از این که از هوای پاک و نسیم طلوع آفتاب از خواب برخیزد، طبعاً یک چنین فردی گذشته از این که از هوای پاک و نسیم صبحگاهان استفاده می نماید، به موقع فعالیتهای مثبت زندگی را آغاز می کند.

نماز در آینه ادب پارسی

نماز در اشعار حافظ

خواجه شمس الدین محمد حافظ شیرازی ملقب به لسان الغیب یکی از پر فروغ ترین ستارگان آسمان شعر و ادب پارسی است که همواره در طول تاریخ و در تمامی عالم پرتو افشانی می کند.

حافظ در اشعارش نمازی را درست و کامل می داند که عاشق نمازگزار با معشوق خود که باری تعالی است، از روی حضور قلب سخن گوید و اگر حضور قلب نداشته باشد، اگر چه با مرارت بسیار، اشک خونین، مقدمات راز گویی نماز، مثل وضو و طهارت را درست انجام دهد، باز نماز شایسته و بایسته ی بارگاه باری تعالی نیست.

حضور که در مقابل غیبت به کار میرود در اصطلاح عرفانی عبارت از آن است که فرد از خلق غیبت کند و حضور عندالحق یابد. به بیان عرفا هرگاه سالک از خلق غایب شود به حضرت حق حاضر شود. به مقام حضور رسیده است، و بدان معناست که فرد در قلب خود، حاضر نزد خدای خود است و غافل از او نیست و او را فراموش نکرده است و دائم الذکر است. لسان الغیب عدم حضور قلبی در نماز را از بین برنده ی دین و ایمان دانسته و می سراید:

می ترسم از خرابی ایمان که می برد محراب ابروی تو حضور نماز من
(حافظ، ۷۴: ص ۳۵۲)

از دیدگاه شرع مبین اسلام، سزاوار است که نماز گزار در تمام اقوال و افعال نماز حضور قلب داشته باشد، چرا که فقط به میزان آن چه که توجه کرده است ثمره و نتیجه دریافت خواهد کرد. بنابراین باید تمام توجه او به نماز و اذکار آن باشد و با توجه کامل به حضرت معبود جل جلاله و عظمت و جلال و هیبت او در نماز ایستد و دل و جان خود را از غیر او فارغ کرده و خود را در برابر پروردگار متعال قرار دهد و او را مخاطب گیرد و با او به راز و نیاز پردازد: اگر شخص به این مقام رسید و دریافت کرد که در برابر مقام بزرگی چون یگانه خالق هستی قرار دارد قلبش را هیبت الهی فرا می گیرد و خود را در ادای فرایض و وضایف مقصر دیده، و از خداوند می هراسد و آن گاه وسعت رحمت الهی را می نگرد و امید به رحمت الهی دست یافته، برایش حالتی میان خوف و رجا، بیم و امید فراهم می آید که این صفت نماز گزاران کامل است و دارای درجات و مراتب بی شماری به حسب

درجات عبادت کنندگان است. نماز گزار واقعی در حال نماز خضوع و خشوع، سکینه و وقار دارد و هم چمن عبدی ذلیل در برابر معبود خود می ایستد و در گفتن ایاک نعبد و ایاک نستعین صادق است و تنها خداوند را عبادت می کند و می ایستد و در گفتن ایاک نعبد و ایاک نستعین صادق است و تنها خداوند را عبادت می کند و فقط از او یاری می جوید و نه بنده ی هوای نفس است و نه دست نیاز به پیش این و آن دراز می کند. و تلاش می کند هر آنچه را که مانع حضور قلب و سکینه ی او می شود از خود دور کرده و عوامل باز دارنده ی نماز گزار از حضور قلب بسیار است که برخی از آن ها را می توان رذایل اخلاقی چون، غرور، عجب یا خود برتر بینی، حسد، غیبت، حبس زکات و سایر حقوق واجب و... دانست. شاعر شیراز از نظر مثبت به زاهدان و صوفیان ندارد و نماز زاهدان را نمازی ریایی خود بینانه و زاهد را دل بسته و وابسته ی نماز خود می بیند در مقابل نماز ریایی زاهد نمی یابد خود را نمازی از سر درد و نیاز می داند و می سراید:

زاهد و عجب و نماز و من و مستی و نیاز تا تو را خود ز میان با که عنایت باشد
(همان، ۲۱۴)

در این جا مستی ناشی از شراب انگوری نیست بلکه مستی عرفانی است، که عبارت از حال بی خودی که به سالک دست می دهد. وصال به معشوق تنها در این حال میسر است و در پی آن نور عقل در نور تجلی محو شده و سبب پیدایش حالت سکر برای عارف می شود. در جایی دیگر حافظ در مورد نماز خود می سراید:

چون نیست نماز من آلوده نمازی در میکده زان کم نشود سوز و گدازم
(همان، ۴۵۴)

در این جا نمازی به معنی کنایی پاکیزه است. حافظ می گوید چون نماز من آلوده دامن پاک و پاکیزه نیست ، در میخانه ی محبت پیوسته در سوختن و گداختن تا آتش عشق آرایش مرا بزداید و پاکم سازد.

لسان الغیب نمازی را صحیح می داند که در آن نمازگزار از روی درد سر تعظیم در برابر خالق خود فرود آرد. درد در اصطلاح عرفانی بلا و مصیبتی است که از دوری حق ناشی می شود و خذلان محض است. حافظ چنین نمازگزاری را تحسین کرده و می سراید: خوشا نماز و نیاز کسی که از سردرد به آب دیده و خون جگر طهارت کرد (همان، ۱۷۹).

به عبارت دیگر شاعر، نماز کسی را پذیرفته و قبول درگاه بی نیاز حق می داند که با خاطری دردمند و دلی سوخته اقامه شود و قبل از آن وضو با اشک چشم و خوناب جگر گرفته شده باشد. هم چنین بر این عقیده است که اگر عاشق واقعی با خون جگر طهارت نکند به قول مفتی عشق نمازش صحیح نیست:

طهارت ارنه به خون جگر کند عاشق به قول مفتی عشقش درست نیست نماز
(همان ، ۳۷۱)

نماز در خم آن ابروان محرابی کسی کند که به خون جگر طهارت کرد
(همان ، ۱۷۸)

لسان الغیب از میان نمازهای یومیه فقط صریحاً به نماز مغرب در اشعار خود اشاره کرده و گفت:

نماز شام غریبان چو گریه آغازم به مویه های غریبانه قصه پردازم
(همان، ۴۵۲)

پیر فرزانه علاوه بر نمازهای واجب یومیه به نماز میت به طور کنایی نیز در اشعار خود می پردازد و می گوید: کسی که در دایره ی هستی به عشق زنده ی جاوید نیست، اگر چه هنوز به مرگ تن جان نسپرده باشد به رأی شرعی من بر وی نماز میت بخوانید زیرا تن مرده و جان بی عشق یکی باشد:

هر آن کسی که درین حلقه نیست زنده به عشق برو نمرده به فتوای من نماز کنید
(همان، ۳۳۰)

حافظ قرائت نماز میت را با توجه به تعالیم مذهبی اسلام ثوابی داند و می گوید: دل مهربان تو سزای آفرین و شایسته ی تحسین است چه برای یافتن پاداش از خداوند بر جنازه ی من که کشته ی تیغ ناز توأم به نماز ایستاده ای.

آفرین بر دل نرم تو که از بهر ثواب کشته ی غمزه ی غمزه ی خود را به نماز آمده ای
(همان، ۵۷۴)

پیر فرزانه، نماز ریایی را که از سر کبر و غرور خوانده شده باشد، را لایق بارگاه باری تعالی نمی داند و او نمازی را لایق می داند که از سر تعظیم و نیاز به حضرت حق اقامه شده باشد.

خوشا نماز و نیاز کسی که از سر درد به آب دیده و خون جگر طهارت کرد
(همان، ۱۷۹)

غزلی از حافظ که در مورد نماز به طور ضمنی اشاره ای دارد:

صبح است ساقیا، قدحی پر شراب کن	دور فلک درنگ ندارد، شتاب کن
زان پیشتر که عالم فانی شود خراب	مارا ز جام باده گلگون، خراب کن
خورشید می ز شرق ساغر طلوع کرد	گر برگ عیش می طلبی، ترک خواب کن
روزی که چرخ از گل ما کوزه ها کند	زنهار کاسه سر ما پر شراب کن
کار صواب باده پرستیت، حافظا	برخیز و عزم جزم به کار صواب کن

(همان، ۴۱۵)

نماز از دیدگاه مولوی

مولوی بخش قابل توجهی از آثار خود را به توضیح و تبیین نماز اختصاص داده است. وی نماز را همانند سایر اعمال دینی دارای کالبد (صورت) و جان (معنا) می داند: کالبد نماز که همان آداب و حرکات و سکنت و اذکار، و جان نماز همان حضور قلب و خلوص نیت و صفای دل است. از این رو، مولوی نماز را استغراق بی هوش عارف دانسته که از همه صورت ها فراتر رفته، در آنها نمی گنجد. (مولوی، ۱۳۸۰: ۱۱) از همین منظر، وی میان نماز عوام و خواص فرق می گذارد و می گوید: «نماز عوام قالبی باشد بی جان، چه جان نماز حضور دل است که گفته اند: لا صلوة الا بحضور القلب. (همان، ۱۴۳) در نظر مولوی نماز، ایستادن آمی در روز رستاخیز در حضور حق است. (کاشفی، ۱۳۷۵: ۱۸) همان گونه که در روز رستاخیز پرده ها کنار رفته و غیب ها آشکار می شود، نماز راستین هم همین تجربه را به نماز گزار می دهد. مولوی همچنین نماز را سفری روحانی معنوی می داند که نماز گزار در طی آن می تواند نقیبی به عالم غیب بزند:

ای بلال خوش نوای خوش سهیل مندنه بر رو طبل بزن طبل رحیل
جان، سفر رفت و بدن اندر قیام وقت رجعت زین سبب گوید سلام
(مولوی، ۱۳۶۳، دفتر سوم: ۲۳۹۵، ۲۳۹۷)

حاصل سخن آنکه مولوی نماز عرفانی را روزنی به سوی مخزن انوار الهی می داند. از نظر او نماز خلوتگاه راز است که نماز گزار دم به دم با دانای راز یعنی خداوند گفت و گو دارد:

تا روم من سوی خلوت در نماز پرسم این احوال از دانای راز
روزی جانم گشاد دست از صفا می رسد بی واسطه نامه خدا
نامه و باران و نور از روزنم می افتد در خانه ام از معدنم
(مولوی، ۱۳۶۳، دفتر سوم: ۲۴۰۰، ۲۴۰۳)

در عرفان مولوی، نماز گزار باید از طهارت ظاهری (وضو و غسل) به طهارت باطنی

برسد:

چون شدی آماده ی غسل و وضو از معاصی دست و دل هم رو بشو

(مولوی، ۱۳۶۳، دفتر ششم: ۱۸۹۶)

به نظر مولوی نماز گزار اول باید خود را از بدی ها تخلیه کرده سپس خود را با تکبیر

نماز تخلیه نماید:

خویش را خالی از تزویر کن پس بلند آوازه ی تکبیر کن

(مولوی ۱۳۶۳، دفتر ششم ۱۹۶۳)

پیش در شد آن دقوقی در نماز قوم همچون اطلس آمد او طراز

اقتدا کردند آن شاهان قطار در پیی آن مقتدای نامدار

چونک با تکبیرها مقرون شدند همچون قربان از جهان بیرون شدند

(مولوی، ۱۳۶۳، دفتر سوم: ۲۱۴۰_۲۱۴۲)

از نظر مولوی محل نماز قربانگاهی است که در آن نماز گزار نفس خود را به پای خدا

قربانی می کند، پاداش این قربانی، وصال با خدا یا وحدت با اوست و معنای تکبیر هم

اعلام آمادگی نماز گزار برای ورود به چنین معرکه ای است.

معنی تکبیر این است ای امام کای خدای ما پیش تو قربان شدیم

وقت ذبح الله اکبر می کنی همچنمین در ذبح نفس کشتنی

(همان: ۲۱۴۳_۲۱۴۴)

تکبیره احرام نشان دهنده ی اهمیت مبارزه با نفس و قوت قلب نماز گزار است تا بتواند

در این نبرد بر نفس و شیطان فائق آید.

بت نفس دشمن ترین دشمنان آدمیان است که کشتن آن به مبارزه ی دائمی نیاز دارد.

و محراب نماز بهترین جایگاهی است که در آن می توان با نفس مبارزه کرد.

تن چو اسماعیل و جان همچون خلیل کرده جان تکبیر بر جسم نیل
(همان: ۲۱۴۵)

از نظر مولوی سوره فاتحه در حقیقت ملکوت معنا را بر نمازگزار می‌گشاید زیرا وقتی آدمی عبارت "اهدنا صراط المستقیم" را می‌خواند خداوند دست او را می‌گیرد و تا بهشت می‌برد (شامل ۱۳۸۲: ۴۹۳) رکوع نشانه شرمساری نماز گزار از کرده‌ها و از وجود خود است: زیرا در عرفان بهترین حالت عارف آن است که به مقام فقر فنا برسد. اگر کسی هنوز به این مقام نرسیده باشد باید از شرمندگی در برابر خدا رکوع کند. افزون بر آن گذراندن لحظه‌ای بدون یاد خدا عین خسران است. بنابر این از نظر مولوی تمام حواس آدمی باید مصروف دیدار حق شود نه چیز دیگر:

در قیام این گفته‌ها دارد رجوع و ز خجالت شد دو تا او در رکوع
(همان: بیت ۲۱۵۵)

سالک رکع می‌کند تا بتواند با شکستن خودش به وصال حق نایل آید. سجده نیز همانند رکوع نشانه خود شکستگی عارف است. وقتی نماز گزار به یاد کرده‌های ناشایست خود می‌افتد از فرط خجالت توان رکوع را نیز از دست می‌دهد و به سجده می‌افتد:

قوت استادن از خجالت نماند در رکوع از شرم تسییحی بخواند
(همان: بیت ۲۱۵۶)

این ابیات مولوی یاد آور غزلی از بیدل می‌باشد:

هر جا کردم به یاد سجده ات ساز رکوع	چون مه نو تا فلک رفتم به پرواز رکوع
پیش از آن کز خاک من بالذ نهال زندگی	می‌رسد از بار دل در گوشم آواز رکوع
پیچ تاب موجها یکسر گهر گردیدندی است	سجده انجام است هر جا دیدی آغاز رکوع
شخص تسلیمی ز پرواز هوسها شرم دار	با هوا کاری ندارد سر نگون تا ز رکوع
ما ضعیفان را به سامان سلیمانی بس است	سجده ایجاد نگین و خاتم انداز رکوع
گر منافق از تواضع صاحب دین می‌شود	تیغ هم خواهد نمازی شد به پرواز رکوع

راست می تازم چو اشک از دیده تا دامان خاک
سرکشی ها زین ادا آغوش رحمت می شود
پیکرت خم کرد پیری؛ از فنا غافل مشو
بر نمی دارد دماغ سجده ام نماز رکوع
دیگر ای غافل! چه می خواهی ز اعجاز رکوع
سخت نزدیک است «بیدل» سجده باساز رکوع
(www.adaber.blogfa.com)

مولوی در غزل معروف نماز، نکات بدیعی درباره ی وضعیت نفس و قوای آن در حین گزاردن نماز آورده است:

چو نماز هر کس بنهد چراغ و خوانی
چو وضو ز اشک سازم بود آتشین نماز
رخ قبله ام کجا شد؟ که نماز من قضا شد
عجبا نماز مستان تو بگو درست هست آن؟
عجبا دور کعب است؟ عجبا که هشتمین
در حق چگونه کوبم که نه دست ماند و نه دل
به خدا خبر ندارم چو نماز می گزارم
به رکوع سایه منگر، به قیام سایه منگر
ز حساب رست سایه که به جان غیر جنبد
چو مرا نماند مایه منم و حدیث سایه
منم و خیال یاری، غم و نوحه فغانی
در مسجدم بسوزد، چو بدو رسد اذانی
ز قضا رسد هماره، به من و تو امتحانی
که نداند او زمانی، نشناسد او مکانی
عجبا چه سوره خواندم؟ چو نداشتم زبانی
دل و دست چون تو بردی بده ای خدا امانی
که تمام شد رکوعی که امام شد فلانی
مطلب ز سایه قصدی، مطلب ز سایه جانی
که همی زند دودستک که کجاست سایه
چه کند دهان سایه به تبعیت دهانی
(مولوی، ۱۳۷۸: غزل ۲۸۳۱)

ایاتی چند از مولوی درباره نماز

بشنو از اخبار آن صدر صدور
لا صلاة الا بالحضور
(مولوی، ۱۳۶۳، دفتر اول: ب ۳۸۱)

گفت پیغمبر به اعرابی ما
صل انک لم تصل یافنی
از برای چاره ی این خوف ها آمد
اندر هر نمازی اهدنا

کین نمازم را نیامیزای خدا
با نماز ضالین و اهل ریا
(همان، دفتر اول ۳۳۹۲ - ۳۳۹۰)

به پیش قبله ی حق همچو بت میا منشین
نماز خود را از خویش بی نماز مکن
(مولوی، ۱۳۷۸، غ ۹۰۱ ب ۲۰۷۹)

کیفیت نماز عاشقان از دیدگاه مولانا

پنج وقت آمد نماز و رهنمون
عاشقان را فی صلاه دائمون
نه به پنج آرام گیرد آن خممار
که در آن سرهاست نی پانصد هزار
(مولوی، ۱۳۶۳، دفتر ششم: ب ۲۶۶۹-۲۶۷۱)

فرض لازم شد عبادت عشق را آخر بگو
فرض و ندب و واجب و تعلیم و استلزام کو
عشق بازی های جان و آنگهی اکراه و زور
عشق بر بسته کجاو ای ولی اکرام کو
رنج بر رخسار عاشق راحت اندر جان او
رنج خود آوازه ای آنجا به جز انعام کو
خدمتی از خوف خود انعام را باشد و لیک
خدمتی از عشق را امثال کالانعام کو
(مولوی، ۱۳۷۸، غ ۳۲۰۳، ب ۲۲۰۷)

نماز از دیدگاه سعدی

در نظر سعدی نمازی می تواند باعث سعادت جاوید گردد که از سر صدق اقامه گردد:
نماز از سر صدق بر پای دار
که حاصل کنی دولت پایدار
(سعدی، ۱۳۷۱: ۱۰۲)

او شخص بی نماز را شایسته ی کمک کردن نمی داند:

وامش مده آنکه بی نماز است
ور خود دهنش ز فاقه باز است
کو قرض خدا نمی گذارد
از قرض تو نیز غم ندارد
(سعدی، ۱۳۷۱: ۲۸۲)

غزلی از سعدی در مورد هنگام نماز صبح:
می برزند ز شروق، شمع فلک زبانه
ای ساقی صبوحی درده می شبانه
عقلم بدزد لختی، چند اختیار دانش
هوشم ببر زمانی، تا کی غم زمانه؟
گر سنگ فتنه بارد، فرق منش سپر کن
ور تیر طعنه آید، جان منش نشانه
صوفی و کنج خلوت، سعدی طرف صحرا
صاحب هنر نگیرد بر بی هنر بهانه
(www.saadi.blogfa.com)

از دیدگاه سعدی حقیقت نماز به روح و باطن آن است، که در سایه طهارت درون حضور قلب اخلاص عشق و ... حاصل می شود و در صورت نبودن این ویژگی ها چه بسا نماز سبب ریا عجب و دوری از خدا گردد.

نتیجه گیری

خواجه حافظ و سعدی به عنوان یک شاعر عاشق، نمازی را شایسته و بایسته ی درگاه باری تعالی می داند که تمام شرایط آن به صورت کامل به جا آورده شود. از نظر وی نماز حتماً با حضور قلب و از روی خشوع و خضوع باید قرائت شود و فرد در قلب خود حاضر نزد پروردگار متعال باشد پیر فرزانه، نماز ریایی را که از سر کبر و غرور خوانده شده باشد، را لایق بارگاه باری تعالی نمی داند و او نمازی را لایق می داند که از سر تعظیم و نیاز به حضرت حق اقامه شده باشد.

نماز از نظر مولوی مهم ترین راهی است برای دستیابی به وصال وحدت پروردگار. سالک از طریق اقامه نماز می تواند به حالتی دست یابد که هیچ به وجه پیش از آن نمی توانست به آنها دست یابد.

منابع

۱. قرآن کریم .
۲. حافظ شیرازی، محمد (۷۴). دیوان غزلیات، به کوشش خلیل خطسب رهبر، انتشارات صفی علی شاه، چاپ ۱۶.
۳. کاشفی، ملاحسین (۱۳۷۵). لب لباب مثنوی، به کوشش نصرالله تقوی، تهران، اساطیر.
۴. مصلح الدین، سعدی (۱۳۷۱). گلستان خلیل خطیب رهبر، انتشارات صفی علیشاه چاپ ۷.
۵. مولوی، جلال لادین محمد بن محمد (۱۳۸۰). فیه ما فیه، بدیع الزمان فروزانفر، تهران، امیر کبیر.
۶. مولوی، جلال الدین محمد بن محمد (۱۳۶۳). مثنوی معنوی، به تصحیح رینولد نیکلسون، تهران، امیر کبیر.
۷. مولوی، محمد، (۱۳۷۸)، کلیات شمس یا دیوان کبیر، به تصحیح بدیع الزمان فروزانفر، تهران، امیر کبیر، چاپ چهارم.
۸. هیوم، رابرت (۱۳۶۹). ادیان زنده جهان. عبدالرحیم گواهی، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.

www.adaber.bhogfa.com

www.saadi.blogfa.com