

از حاده تا سجاده

علل و درمان عدم حضور قلب در نماز

پدی قطبی

قطبی، هادی۔

از جادہ تا سجادہ: علل و درمان عدم حضور قلب در نماز / هادی

قطبی۔ - قم: احمدیہ، ۱۳۸۶۔

۳۲۰ ص.

ISBN: 964-8504-20-2

فہرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا (فہرست نویسی پیش از انتشار)

کتابنامہ: ص ۲۱۷؛ ہمچنین بہ صورت زیر نویس.

۱. نماز. ۲. نماز - حضور قلب. ۳. نماز - فلسفہ. ۴. اخلاق اسلامی.

الف. عنوان.

۴ الف ق / ۱۸۶ / BP



ناشر: بہار دلہا

تیراژ: ۵۰۰۰

لیتوگرافی و چاپ: مینایی

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۱

قطع: رقعی

تلفن مرکز پخش: ۰۲۵۱۷۷۴۱۳۶۲

ہمراہ: ۰۹۱۲۷۵۳۲۰۴۱

قیمت:

Email: baharnashr@yahoo.com

فهرست مطالب

مقدمه.....	۱۳
پیشگفتار.....	۱۷
حقیقت نماز.....	۱۷
شرایط قبولی و کمال نماز.....	۱۹
لزوم تحصیل حضور قلب.....	۲۱
امکان کسب حضور قلب.....	۲۳
مراتب حضور قلب.....	۲۴

عوامل عدم حضور قلب و درمان آن

۱. هرزگی و فزار بودن قوه خیال.....	۳۱
درمان دراز مدت.....	۳۱
درمان کوتاه مدت.....	۳۲
۲. دنیا طلبی.....	۳۵
درمان.....	۳۹
۳. محیط نامناسب.....	۴۱
درمان.....	۴۱

۴۳	۴. تند خوانی و شتاب در قرائت
۴۳	درمان
۴۵	۵. ارتکاب گناه
۴۶	آثار ویژه برخی گناهان
۵۲	درمان
۵۳	گناهان چشم
۵۴	چشم چرانی
۵۵	درمان
۵۵	گناهان زبان
۵۸	غیبت
۶۰	آثار غیبت
۶۱	بررسی دو مورد از غیبت مجاز
۶۱	۱. متجاهر به فسق
۶۲	۲. ظالم و ستمگر
۶۳	درمان علمی غیبت
۶۵	درمان ریشه‌ای غیبت
۶۷	درمان عملی غیبت
۶۹	دروغ
۷۱	یا دروغ یا ایمان
۷۸	دروغ در تعارفات و شوخی‌ها
۷۹	آثار دروغ
۸۱	بررسی چهار مورد از دروغ مجاز
۸۱	۱. ضرورت
۸۱	۲. اصلاح بین دو مسلمان
۸۱	۳. وعده دادن
۸۲	۴. مبالغه، کنایه، مثل و حکایت

۸۲	درمان علمی دروغ
۸۲	درمان ریشه‌ای دروغ
۸۳	درمان عملی دروغ
۸۵	۶. سوء خلق
۸۶	غضب و درمان آن
۸۷	حسد و درمان آن
۸۸	تکبر و درمان آن
۹۳	۷. ریا و خودنمایی
۹۴	درمان
۹۷	جزای نیت خوب و بد
۹۸	نیت عبادت و آثار آن
۱۰۱	نیت گناه و آثار آن
۱۰۷	۸. عادت
۱۰۷	درمان

عوامل ایجاد حضور قلب

۱۱۲	راهکار عملی
	راهکار کوتاه مدت (هنگام نماز)
۱۱۳	۱. انصراف لحظه‌ای از خطورات ذهنی
۱۱۳	۲. رعایت آداب ظاهری (انجام مستحبات و پرهیز از مکروهات)
۱۱۴	۳. اهمیت دادن به مقدمات نماز
۱۱۵	۴. مکان مناسب
۱۱۷	۵. محیط بی‌آلایش
۱۱۸	۶. خواندن نافله
۱۱۹	نماز شب
۱۲۳	۷. نماز جماعت

۸. نماز اول وقت	۱۲۴
سیره اهل بیت علیهم السلام	۱۲۷
۹. توسل به امام عصر عجل الله تعالی فرجه الشریف	۱۲۸
۱۰. برنامه ریزی برای نماز (خواب و خوراک)	۱۳۱
۱۱. ایجاد زمینه های تمرکز	۱۳۳
۱۲. دقت در اجزاء نماز	۱۳۳
۱۳. توجه به معانی الفاظ	۱۳۴
۱۴. تنوع اذکار	۱۳۶
۱۵. یاد مرگ	۱۳۶
راهکار بلند مدت (خارج از نماز)	۱۳۹
درمان ظاهری	۱۴۱
پرهیز از دوست فاسد و مجلس فساد	۱۴۱
توبه؛ روی گردانی از گناه	۱۴۵
ارکان و شرایط توبه	۱۴۹
موانع توبه	۱۵۳
۱. ناامیدی از خدا	۱۵۳
۲. ترس از جبران	۱۵۴
۳. تسویف و تأخیر (امروز و فردا کردن)	۱۵۵
۴. کوچک شمردن گناهان	۱۵۷
راه های جبران گناه - درمان فوری و توبه عملی	۱۵۹
۱. ندامت	۱۵۹
۲. غسل	۱۶۰
۳. عبادت و نماز	۱۶۰
۴. سجده زیاد	۱۶۱
۵. کار نیک	۱۶۱
۶. خوش اخلاقی	۱۶۱

۷. قصد خیر	۱۶۱
۸. سپاسگزاری و شکر	۱۶۲
۹. صدقه	۱۶۲
۱۰. عفو و گذشت	۱۶۲
۱۱. خشنودی و رضایت والدین	۱۶۳
۱۲. زیارت امام حسین علیه السلام	۱۶۴
۱۳. دیدار دوستان و اولیاء خدا	۱۶۴
۱۴. مداومت بر ذکر استغفار	۱۶۵
۱۵. سختی کار	۱۶۷
۱۶. بلاهای دنیوی	۱۶۷
راهکارهای عملی برای تقویت اراده	۱۶۸
۱. نظم و برنامه ریزی	۱۶۹
۲. فوریت عمل پس از تصمیم گیری	۱۶۹
۳. انجام کارهای کوچک	۱۷۰
۴. پرهیز از بیهوده کاری	۱۷۰
درمان باطنی	۱۷۳
احساس فقر خود و عظمت و حضور حق	۱۷۳
فقط خدا	۱۷۶
ذکر	۱۸۰
ذکر، درمان خطورات شیطانی	۱۸۱
در معرض ذکر	۱۸۵
۱. مداومت بر ذکر لفظی	۱۸۵
۲. قرائت قرآن	۱۸۶
۳. استفاده از وسایل سمعی و بصری	۱۸۷
۴. مطالعه	۱۸۷
۵. تشرف به مکان های مذهبی	۱۸۷

۶. شرکت در مجالس وعظ.....	۱۸۸
۷. استفاده از دوست خوب.....	۱۸۸
۸. مطالعه طبیعت.....	۱۸۹
۹. استفاده از ایام الله.....	۱۸۹
۱۰. تفکر.....	۱۹۰
آتش محبت.....	۱۹۱
راه‌های جلب محبت الهی.....	۱۹۸
کرامت بندگی.....	۱۹۹

دستور العملی جامع برای راهیان کوی دوست ۲۰۵

پرسش و پاسخ‌های نماز از محضر آية الله العظمی بهجت رحمته الله علیه ۲۱۱

فهرست منابع ۲۱۷

کتاب‌ها..... ۲۱۷

نرم‌افزار ۲۲۰

دو سه روز است در این فکر که اگر در بهشت نگذارند ما نماز بخوانیم، چه بکنیم...^۱

مقدمه

نیاز آدمی به ارتباط با خالق و آفریننده هستی و ماوراء آن، از سرشت و ذاتیات اوست و اگر خالق متعال هدف از آفرینش را عبادت و معرفت معین فرمود، پس راه رسیدن به آن باید برتر از همه اعمال باشد. از همین رو «نماز» را برای تمامی فرستادگان و بندگان خویش واجب فرمود. این عبادت شریف در زمان بعثت خاتم انبیاء حضرت رسول اکرم صلی الله علیه و آله، به بهترین و کامل‌ترین نماد عبادت بندگان معرفی گردید. بی شک اگر خداوند بهتر از نماز برای نزدیکی بنده به خود سراغ می‌داشت، همانا واجب می‌فرمود. حق آن است که به بهترین وجه برپا شود؛ و آنچه بر کیفیت نماز می‌افزاید و در پذیرفته شدن نماز مؤثر است، «حضور قلب» است.

حضور قلب دارای مراتب و شدت و ضعف است؛ افراد از آغازین جوانی تا دوران پیری و سستی، هر کدام از مرتبه‌ای از حضور قلب برخوردارند. مهم، برخورداری از حضور قلب است، چراکه به فرموده آن عارف بالانشین حضرت امام خمینی رحمته الله علیه: «کلید گنجینه اعمال و باب الابواب همه سعادات، حضور قلب است که با آن فتح باب سعادت بر انسان

۱. مرحوم آية الله سید علی آقای قاضی رحمته الله علیه : عطش، ص ۴۲.

از دوست گرامی آقای سید علی شاه‌رخ‌ی که مرا در این کار یاری نمود، تشکر ویژه نمایم. هم‌چنین همسر عزیزم که سختی‌های مراحل کار را با صبر خویش تحمل نمود.

امید آن که این مجموعه مرضی حضرت حق و ولی‌الله الاعظم (روحی‌فداه) قرار گرفته و مشمول الطاف خاصه‌اش گردد.

هادی قطبی

تیرماه ۱۳۸۷ - جمادی‌الثانی ۱۴۲۹

می‌شود و بدون آن جمیع عبادات از درجه اعتبار ساقط می‌گردد.^۱ آری، نماز همان سرّ معرفت است که گفته‌اند: تمام اسرار عارفان در نماز جمع شده است.^۲

حقیقت این عبادت چیست؟ تا چه اندازه آن را می‌شناسیم و آداب به‌جا آوردن آن کدام است؟ چرا در روایات به حضور قلب این اندازه بها داده شده است؟ این امر چگونه حاصل می‌شود؟ و...

این پرسش‌ها ما را بر آن داشت که در بیان بهترین کیفیت برای بهترین عمل، چاره‌ای اندیشیم و چکیده‌ای از سیره عالمان و عارفان اسلام شناس را بیان نموده، شمه‌ای از عوامل عدم حضور قلب در نماز را برشمرده و سپس درمان عملی ارائه دهیم.

حکایات این مجموعه، مضامین اخلاقی و عرفانی دارند که در خلال مباحث، انسان را از پله‌ای به پله بالاتر می‌برد و چه بسا با ذکر اشاره‌ای، خواننده از حرف و حدیث دیگری بی‌نیاز گردد؛ یک کتاب را در یک جمله ببیند و نتواند از شکرش به در آید. حکایت عارفان و ذکر مدامشان، جوانه‌های امید را در ضمیر انسان می‌جوشاند؛ چراکه بنابر حدیث شریف: «یاد خوبان رحمت خدا را نازل می‌کند.»^۳ و نیز فرموده باشند: «در دوران عمر شما نسیم‌هایی از سوی خدا به شما می‌وزد، آگاه باشید و خود را در مسیر این نسیم‌ها قرار دهید.»^۴

□

بر خود لازم می‌دانم از انگیزه نگارش این مجموعه که مباحث استاد گرامی حجة الاسلام و المسلمین دکتر مرتضی آقائهرانی بود، یاد نموده و

۱. حضور قلب در نماز از دیدگاه عالمان ربانی و عارفان الهی، ص ۷۷.

۲. ر.ک: در کوی بی‌نشان‌ها، ص ۱۲۳.

۳. پیامبر اعظم (ص) علیه السلام: «عند ذکر الصالحین ينزل الرحمة»؛ بحار الانوار، ج ۹۰، ص ۳۴۸.

۴. پیامبر اعظم (ص) علیه السلام: «ان لربکم فی ايام دهرکم نفحات ألا فتعوضوا لها»؛ بحار الانوار، ج ۶۸، ص ۲۲۱.

پیشگفتار

حقیقت نماز

نماز، بهترین جلوه بندگی و اطاعت الهی است. تعبیرات قرآن شریف و پیامبر اکرم ﷺ و ائمه معصومین علیهم السلام در مورد نماز، نشانگر اهمیت و ارزش مندی آن است. قرآن شریف، نماز را بهترین جلوه و مظهر یاد و ذکر الهی دانسته است:

أَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ^۱
نماز را برپا دار، که نماز از کار زشت و ناپسند باز می‌دارد، و قطعاً یاد خدا بالاتر است.

نیز در جایی دیگر خطاب به حضرت موسی علیه السلام آمده است:

أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي^۲؛ و به یاد من نماز برپا دار.

بنابراین برای آن‌که بدانیم نماز ما تا چه اندازه «نماز» است، باید بنگریم تا چقدر ما را از گناهان مخفی و علنی باز می‌دارد و تا چه اندازه در آن به یاد خداوند هستیم.

نماز «ستون دین»^۳ بلکه «اساسی‌ترین پایه آن پس از ولایت»^۴، و یکی از

۱. عنکبوت / ۴۵.

۲. طه / ۱۴.

۳. پیامبر اعظم ﷺ: «الصلاة عمود الدین»: مستدرک الوسائل، ج ۷، ص ۱۶۲.

مظاهر آشکار عرفان و معنویت است. امیر المؤمنین علیه السلام نماز را محور زندگی دانسته و فرموده‌اند: «همه کارها تابع نماز است».^۵

نماز، جواز عبور آدمی و باعث قبولی اعمال دیگر است و چنانچه پذیرفته گردد، دیگر اعمال پذیرفته می‌شود اگر نه، نوبت به حساب‌رسی اعمال دیگر نخواهد رسید.^۶

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم در پاسخ کسی که از ماهیت نماز پرسیده بود، فرمود: «نماز برای نمازگزار وسیله دوستی با فرشتگان، هدایت، ایمان، نور معرفت، برکت در روزی، آسایش تن، ناخشنودی شیطان، دفاع در برابر کافران، اجابت دعا و پذیرش سایر اعمال است. نماز مؤمن توشه آخرت، شفیع هنگام مرگ، همدم گور و پاسخ پرسش‌های قبر است. نماز بنده خدا در رستاخیز، تاجی بر سر وی، نوری بر چهره و لباسی بر اندام اوست. نماز حایلی میان فرد و دوزخ است؛ حجتی است بین انسان و پروردگار، سبب ایمنی از آتش و جواز عبور از صراط است... بنده با نماز به درجات عالی می‌رسد، زیرا نماز، تسبیح، تهلیل، تمجید، تکبیر، تقدیس، ذکر و دعا است».^۷

از ارادتمندان علامه طباطبایی رحمته الله علیه بود و می‌خواست به پابوسی علی بن موسی الرضا علیه السلام برود. آمد و گفت: در بهترین مکان، بهترین عمل کدام است؟ علامه فرمود: نماز بخوان؛ بهترین چیزی که تشریع شده.^۸

بهترین عمل است که لابد مرحوم میرزا جواد آقا تهرانی رحمته الله علیه نیز

۴. امام باقر علیه السلام: «بنی الاسلام علی خمس: علی الصلاة و الزکاة و الصوم و الحج و الولاية و لم یناد بشیء کمانودی بالولاية»؛ الکافی، ج ۲، ص ۱۸.

۵. «واعلم أن کل شیء من عملک تبع لصلاک»؛ نهج البلاغه، نامه ۲۷.

۶. پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله و سلم: «هی أول ما ینظر فیه من عمل ابن آدم فان صحت نظر فی عمله و لن لم تصح لم ینظر فی بقیة عمله»؛ وسائل الشیعه، ج ۴، ص ۳۴.

۷. بحار الانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۱؛ حدیث ۵۶؛ به نقل از ره توشه، تابستان ۱۳۸۴، ص ۱۶۴.

۸. «الصلاة خیر موضوع»؛ بحار الانوار، ج ۸۲، ص ۳۰۸؛ به نقل از: فریادگر توحید، ص ۱۶۶ و ۱۶۷.

- که به گفته آیه الله العظمی اراکی رحمته الله علیه، در نماز خلع روح می‌شد^۱ - وصیت کرد: «هر کس می‌خواهد برای من هدیه‌ای بفرستد، نماز هدیه کند».^۲

آری به گفته بهجت عارفان، «معیار اصلی - در پیشرفت کارها و اعمال - نماز است».^۳

شرایط قبولی و کمال نماز

به یقین، نماز نیز مانند هر عبادت دیگری و بلکه بیش از همه، دارای آداب و شرایط کمال، و صحت و قبول است. از این رو برای هر چه بهتر به جا آوردن نماز، باید موانع قبولی و کمال نماز را شناخت و از آنها دوری جست و چنانچه به آن مبتلاییم، درمان کرد.

در روایاتی که از اهل بیت علیهم السلام به ما رسیده است، حق الناس، غیبت، شراب‌خوری، عدم تولی و تبری نسبت به اهل بیت علیهم السلام، آزار پدر و مادر و نافرمانی از شوهر، موانع قبولی نماز شمرده شده‌اند. هم‌چنین نماز کسی که رکوع و سجود را درست به جا نیاورد، عمداً متوجه اطراف خود باشد و خشوع (توجه دل به خدا) نداشته باشد، کامل نیست.^۴

به طور خلاصه در آیات و روایات، شرایط و مراحل قبولی عبادات شش چیز ذکر شده است: ۱. شرط اعتقادی. ۲. شرط ولایی. ۳. شرط اخلاقی. ۴. شرط اقتصادی. ۵. شرط اجتماعی. ۶. شرط بهداشتی.^۵

فرد نمازگزار در اعتقاد، باید به خدا ایمان داشته باشد؛ مثلاً با جبر و زور نماز نخواند. در ولایت، باید از ولایت و رهبری صحیح و آسمانی برخوردار باشد؛ یعنی امام لایقی از طرف خداوند برای هدایت داشته

۱. داستان‌های نماز، ص ۷۷؛ به نقل از نماز عارفان و فرزندان، ص ۳۲۵.

۲. هزار و یک نکته درباره نماز، ص ۱۲۶؛ نماز عارفان و فرزندان، ص ۳۲۴.

۳. نماز با شرایط شش‌گانه که بیان گردید.

۴. ر.ک: منتخب میزان الحکمة، احادیث ۳۶۱۰ - ۳۶۳۸.

۵. ر.ک: راز نماز، ص ۲۸ - ۳۳.

لزوم تحصیل حضور قلب

در اهمیت حضور قلب و لزوم آن در نماز، همین بس که بدانیم وقتی نماز از حقیقت خود جدا شد، ثمرات و فوایدی که برای آن بر شمرده‌اند، حاصل نمی‌شود. «همانا از نماز آن مقدار که با توجه قلبی بوده است، بالا برده می‌شود.»^۱ و «آن مقداری که توجه قلبی بوده است، منظور می‌شود.»^۲

در روایت دیگر از امام صادق علیه السلام چنین آمده است: «هر که دو رکعت نماز بخواند و بداند در آن چه می‌گوید، نمازش که تمام شد، گناهی میان او و خداوند باقی نمی‌ماند.»^۳ هم‌چنین رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم در اهمیت حضور قلب فرمود: «دو رکعت نماز که به اختصار و با حضور قلب باشد و در معانی تفکر نماید، بهتر از این است که تمام شب را در عبادت به سر برد.»^۴ فکر کرد الان که نزدش می‌رود، حتماً دستور العملی استثنایی می‌گیرد و مشکل خود را با آن حل می‌کند. ختم صلوات می‌خواست. محضر آیه الله بهاء الدینی رحمته الله که رسید، گفت: آقا ختم صلوات می‌خواهم؛ چند تا بفرستم؟ آقا فرمود: «یک عدد!» کیفیت همیشه بهتر از کمیت بوده. حیف که آن شخص معنای سخن آقا را نفهمید و مطلب را نگرفت.

امیرالمؤمنین علیه السلام ضمن هشدار، چنین توصیه فرمود: «نباید یکی از شما از روی کسالت و خستگی و در حال چرت زدن مشغول نماز شود و نباید در حال نماز حدیث نفس کند و به غیر نماز سرگرم گردد؛ زیرا در حال نماز در حضور پروردگارش قرار گرفته و بهره‌مند از نمازش به مقداری

باشد. نمازگزار در اخلاق (و فقه) نیز باید تقوای لازم در لباس، مکان، و... را رعایت نماید و رزق او و خورد و خوراکش حلال بوده باشد. در اقتصاد باید حقوق مردم را ادا کند و نیز خمس و زکات خود را بپردازد. در رفتار اجتماعی باید نسبت به دیگران خیرخواه بوده و پیوندهای خویشاوندی و برادری میان مسلمانان را حفظ نماید. در مسائل خانوادگی نیز با والدین، همسر، فرزندان و همسایگان باید خوش‌رفتار باشد. به عنوان نمونه در روایات آمده است: «کسی که نگاه غضب آلود به پدر و مادر خود کند، نمازش قبول نمی‌شود، هر چند آنها به فرزند ظلم کرده باشند.»^۱

از جمله شرایط کمال و قبولی، حضور قلب و خشوع و خضوع در نماز است. برخی از علما از این امر به «حیات نماز» یاد نموده‌اند.

مرحوم شبّر رحمته الله در کتاب **الاخلاق** می‌نویسد: ابوحامد غزالی و بعضی دیگر از علما، حیات نماز را به شش چیز دانسته‌اند: حضور قلب (انصراف از غیر نماز و فرو رفتن در ذکر خدا)، تفهم (توجه به الفاظ؛ که دارای مراتب است و هر کس در مرتبه‌ای است)، تعظیم قلبی، هیبت (ناشی از تعظیم و بالاتر از خوف)، رجا (امید به پاداش و پذیرش الهی و ترس از عقاب و طرد شدن) و حیا (و معرفت به گناهان).^۲

در روایت شریفی که از امام صادق علیه السلام نقل شده، چنین آمده است: «در تورات نوشته شده: ای پسر آدم! برای عبادت من، فارغ از همه چیز شو، تا قلب تو را از بی‌نیازی پُر کنم و تو را به خودت واگذار نکنم. بر من است که راه فقر بر تو را ببندم و دل تو را مالا مال از خوف خویش گردانم؛ و چنان‌چه برای عبادت من فارغ نشوی، دل تو را از اشتغال به دنیا پر کنم، پس از آن راه فقر را بر تو نبندم و تو را به سوی طلبت واگذار کنم.»^۳

قلبک خوفاً مَنّی. وان لا تُفَرِّغْ لعبادتی أَملاً قلبک شغلاً بالدُّنْیا ثُمَّ لا أَسَدُ فافتک وأکلک الی طلبک: «الکافی».

ج ۲، ص ۸۳.

۱. امام صادق علیه السلام: «و ما یرفع له الا ما أقبل علیه بقلبه»؛ **بحار الانوار**، ج ۴، ص ۲۳۸.

۲. امام باقر علیه السلام: «علیک بالاقبال علی صلاتک فانّما یحسب لک ما اقبلت علیه منها بقلبک»؛ همان، ج ۸۱، ص ۲۰۱.

۳. «من صلی رکعتین یعلم ما یقول فیهما انصرف و لیس بینه و بین الله ذنب»؛ **الکافی**، ج ۳، ص ۲۶۶.

۴. «رکعتان مقتصدتان فی تفکر خیر من قیام لیلة و القلب ساء»؛ **وسائل الشیعة**، ج ۴، ص ۷۴.

۱. امام صادق علیه السلام: «من نظر الی أبویه نظر مائت و هما ظالمان له لم یقبل الله له صلاة»؛ **الکافی**، ج ۲، ص ۳۴۹.

۲. ر. ک: **الاخلاق** (فارسی)، ص ۸۰-۸۲.

۳. «فی التّوراة مکتوب: یا بن آدم، تفرّغ لعبادتی أَملاً قلبک غنیّ ولا أکلک الی طلبک وعلی أن أَسَدُ فافتک و أَملاً

است که در آن حضور قلب داشته است.^۱

صحبت کردن با خدا، بدون دل‌دادگی و توجه، نوعی توهین و بی‌ارزش دانستن مخاطب تلقی می‌شود که باید از چنین نمازی استغفار نمود و از عاقبت و عقوبت آن ترسید. در روایتی که از پیامبر ﷺ نقل شده، چنین هشدار داده شده است: «آیا کسی که در نماز صورت خود را به این طرف و آن طرف می‌گرداند، نمی‌ترسد از این که خدای تعالی او را به صورت الاغی مسخ کند؟»^۲

معیار قبولی نماز نیز بیان گردیده است. امام صادق علیه السلام فرمود: «هر کس دوست دارد بداند که نمازش مورد قبول واقع شده یا نه، ببیند آیا نمازش او را از منکر و فحشا بازداشته یا نه؟ به مقداری که او را از فحشا و منکر بازداشته از او قبول می‌شود.»^۳ اگر در نماز، گم‌شده‌های انسان پیدا شود، چنین نمازی چندان اثر نخواهد داشت. نماز باید انسان را از دنیا جدا کند. نمازهایی که ما می‌خوانیم و البته اثری از آن در نفس خود نمی‌بینیم، نه تنها عامل بازدارنده از گناه نیست، چه بسا موجب بدبینی و خودبزرگ بینی هم باشد؛ چرا که با خواندن نماز، احساس کاذب قرب به خدا پیدا می‌کنیم و همین احساس، موجب دوری از خداست.

بنابراین روایاتی که اشاره دارد انسان با دو رکعت نماز، مانند روزی است که از مادر متولد شده، تنها در صورتی می‌تواند توجیه شود که این عبادت، با حضور قلب انجام گرفته باشد: «هنگامی که انسان برای نماز می‌ایستد، اگر تمام توجه و قلبش به خدا باشد، هنگام اتمام نماز مانند

روزی است که از مادر متولد شده باشد.»^۱

البته حضور قلب از شرایط صحت نیست و از نظر فقهی عدم حضور قلب در نماز، موجب بطلان نمی‌شود. چه بسا شیطان نیز از این طریق انسان را وسوسه کند و در تحصیل حضور قلب سنگ اندازی کند، ولی باید دانست چنین نمازی بی‌فزیلت است و اثر معراجی خود را از دست می‌دهد. شاید عدم وجوب آن این باشد که موجب عسر و حرج عمومی است، و چه بسا عده‌ای این عامل را بهانه‌ای برای ترک نماز قرار دهند.

امکان کسب حضور قلب

گاه از تصور حضور قلب در نماز ناامید می‌شویم و حتی برخی آن را محال می‌پندارند. غافل از آن که حضور قلب برای اولیاء الهی به حسب معرفت و ایمان و قرب و طلبی که داشته‌اند، حاصل شده است. اندک دقتی در حالات دوستان و اطرافیان، این مطلب را به اثبات می‌رساند که هر کدام نسبت به دیگری از حضور قلب کمتر یا بیشتری برخوردار است. پس اصل حضور قلب امکان‌پذیر است و آنچه مطرح است، میزان شدت و ضعف آن است.

دیگر آن که وجود دستور العمل برای تحصیل حضور قلب، دلیل امکان کسب است، چرا که دستور به انجام تکلیف در موردی که در توان انسان نباشد، بی معنا و غلط است و این امر هیچ‌گاه از معصوم صادر نمی‌شود. نباید فراموش کرد که حضور قلب کامل و بدون نقص، - مانند حضرت امیرالمؤمنین علیه السلام - برای کسی مقدور نیست، اما نباید نسبت به مراتب پایین‌تر بی‌اعتنا و ناامید بود. البته در عمل به راهنمایی‌ها جهت تحصیل حضور قلب، باید مراعات خود را نمود تا موجب دل‌زدگی و خستگی و

۱. «لایقومن أحدکم فی الصلوة متکاسلاً ولا ناعساً ولا یفکرن فی نفسه فانه بین یدی ربّه عزّ و جلّ و انما للعبد من صلوته ما اقبل علیه منها بقلبه»؛ وسائل الشیعه، ج ۵، ص ۴۷۷.

۲. «أما یخاف الذی یحوّل وجهه فی الصلوة أن یحوّل الله وجهه حماراً»؛ مستدرک الوسائل، ج ۴، ص ۱۰۱.

۳. «من أحب أن یعلم اقبلت صلاته لم تقبل فلینظر هل منعتة صلاته عن الفحشاء والمنکر فبقدر ما منعتة قبلت منه»؛ بحار الانوار، ج ۷۹، ص ۱۹۸.

۱. پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله و سلم: «إذا قام العبد للصلوة فکان هواه و قلبه الی الله تعالی انصرف کیوم ولدته امه»؛ مستدرک الوسائل، ج ۳، ص ۵۹.

مشقّت نگردد. به فرموده امام علی (علیه السلام): «همانا برای دل‌ها روی آوردن و روی گرداندنی است؛ شما به هنگام روی آوردن، به مستحبات بپردازید و به هنگام روی گردانی، به واجبات اکتفا کنید.»^۱

مراتب حضور قلب

در کتاب‌های اخلاق و عرفان، برای حضور قلب در نماز مراتبی ذکر کرده‌اند که به اختصار چنین است:

- اجمالاً بدانیم که حمد و ثنای پروردگار می‌گوییم. اگر چه به معانی الفاظ توجه نمی‌کنیم. مرحوم آیه الله شاه‌آبادی (ره) (استاد حضرت امام خمینی (ره)) این مرتبه را تشبیه فرموده بودند به اینکه برگه‌ای را به دست کودکی بدهند تا در مقابل بزرگی آن را بخواند. او حمد و ثنا می‌خواند، اما معنا و حقیقت آن را نمی‌داند و متوجه نیست در مقابل چه کسی، چه می‌گوید.^۲

- به معانی کلمات و الفاظی که می‌گوییم، توجه کنیم که واقعاً به خدا چه می‌گوییم؟ این مرحله، توجه ظاهری به نماز است.

- اسرار عبادت و حقیقت اذکار و تسبیح و... را بفهمیم و در نماز به آنها توجه داشته باشیم. برخی از بزرگان در این زمینه دارای آثار گران‌بها و خواندنی هستند. مرحوم شهید ثانی (ره) و مرحوم میرزا جواد آقا ملکی تبریزی (ره) و آیه الله جواد آملی هر کدام *اسرار الصلوة* نگاشته‌اند و از حضرت امام خمینی (ره) *آداب الصلوة* ترجمه و چاپ گردیده است.

- اسرار و حقایق اذکار را به باطن نفوذ داده و به یقین برسیم. در این حالت زبان از قلب پیروی می‌کند. قلب چون یقین دارد، زبان را به اذکار وادار می‌کند.

- نمازگزار، اسماء و صفات حق را با چشم باطن می‌بیند و چیزی جز او نمی‌بیند. حتی به خود و افعال و اذکارش توجه ندارد و از سخن و سخنگو غافل است. به این مرحله حضور قلب در معبود می‌گویند نه حضور قلب نمازگزار. که البته این امر با توجه به درجات سالکین، متفاوت است.^۱

از بهترین شاگردان مرحوم آیه الله سید علی آقا قاضی (ره)، سید هاشم حداد بود. در یکی از ملاقات‌های استاد شهید مطهری (ره) با سید هاشم (ره)، ایشان از شهید مطهری (ره) پرسید: نماز را چگونه به جا می‌آوری؟ شهید گفت: «کاملاً توجه به معانی کلمات و جملات آن دارم». سید هاشم (ره) تأملی کرد و فرمود: «پس کی نماز می‌خوانی؟! در نماز توجه‌ات به خدا باشد و بس!»^۲

۱. «انّ للقلوب اقبالاً و ادباراً فاذا أقبلت فاحملوها على التّوافل و اذا أدبرت فاقصروا بها على الفرائض»؛

نهج البلاغه، حکمت ۳۱۲.

۲. ر.ک: *شرح چهل حدیث*، ص ۴۳۴.

۱. ر.ک: همان، حدیث ۲۶.

۲. *روح مجرد*، ص ۱۶۱ و ۱۶۲.

عوامل عدم حضور قلب
و درمان آن

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ
ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخُسِرُونَ؛^۱ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، -زنهار- اموال
شما و فرزندان، شما را از یاد خدا غافل نگردانند، و هر کس چنین کند، آنان خود
زیان‌کارانند.

آنچه که در برخی از روایات اشاره شده و اهل معرفت به آن دست
یافته‌اند، این است که توجه به غیر خدا و مشغولیت ذهن به غیر او، موجب
محرومیت از حقیقت نماز می‌شود؛ هرچند این غفلت به یک لحظه و
مربوط به موضوع غیردنیا باشد. عوامل غفلت و روی‌گردانی ذهن از یاد
خداوند در نماز، می‌تواند به صورت‌های گوناگون بروز داشته باشد که با
راهکارهای درمان بررسی می‌شوند.

۱. هرزگی و فرّار بودن قوه خیال

گاه ذهن انسان بدون هیچ مقدمه و نظمى در موضوعات جزئى، از شاخه‌ای به شاخه‌ای پرواز می‌کند که هیچ رابطه منطقی بین آنها وجود ندارد. به این قوه و حالت، «خیال» می‌گویند که بی‌نظمی و فرّار بودن، از جمله ویژگی‌های آن است.

این تصور که کنترل و ضبط خیال به میزان دل‌بستگی و علاقه به دنیا مربوط می‌شود، اشتباه است؛ چراکه فرّار بودن خیال، مصیبتی است که تارک دنیا نیز به آن مبتلاست.^۱

خیالات به چهار گونه‌اند: افکاری برای انجام کار خیر یا شر، خیالات باطلی که جنبه عملی ندارند و به دو صورت خیر و شر مطرح هستند. در هر کدام از این صورت‌ها، می‌توان به واسطه تمرین و ممارست، ذهن را از افکار و خیالات غیر الهی پیراست و آن را تنها متوجه خداوند نمود.

درمان دراز مدت

برای درمان و کنترل قوه خیال، راهکارهای مختلفی ارائه گردیده است که بهترین آنها، توسط اساتید فن، بیان گردیده که در این جا به مهم‌ترین آنها

۱. آداب الصلوة، ص ۴۳؛ به نقل از حضور قلب در نماز، ص ۲۸.

اشاره می‌کنیم:

راه‌های ورودی ذهن، به چشم، گوش و زبان تقسیم شده‌اند که از این سه راه، عموم افکار و ذهنیات هر فردی شکل می‌گیرد و بر اساس آنها برنامه‌ریزی و زندگی می‌کند. اگر کانال‌های ورودی کنترل شوند و ذهن به صورت صحیح تغذیه شود، خروجی آن نیز مفید و به راه هدایت خواهد بود؛ مانند استخر آبی که اگر راه‌های ورودی آب، از آلودگی مبرا بودند، آبی که در استخر می‌ریزد نیز پاکیزه خواهد بود. اما اگر آب‌های وارد شده، آلودگی داشتند، طبیعی است که آب موجود در استخر نیز آلوده باشد و خروجی آن نیز آب آلوده‌ای باشد. چنانچه چشم آن‌چه را که نباید ببیند، دید، و گوش آن‌چه را که نباید بشنود، شنید و زبان از نیاید‌ها پرهیز نداشت، انتظاری جز غفلت از خدا نباید داشت. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم نیز به همین نکته تصریح فرموده‌اند: «اگر نبود این‌که دل شما چراگاه شیطان شده است و زیاد سخن نمی‌گفتید، همانا هر چه می‌شنوم، شما نیز می‌شنیدید»^۱.

تغذیه قوه خیال می‌تواند توجه و تمرکز به روی مسائل پسندیده و ممدوح باشد؛ مانند یاد خدا (ذکر و اخلاص در کارها)، تفکر در مسائل اعتقادی (تفکر درباره مبدأ و معاد، کسب اخلاق و رفتار انسانی) و دقت در عجائب خلقت و آثار نظم پروردگار. همگی در سمت و سو دادن خیال، بسیار مؤثرند.

درمان کوتاه مدت

از جمله روش‌های مقطعی و زود بازده، تصمیم بر مخالفت در حال نماز است؛ یعنی همان لحظه تصمیم بگیرد خیال خود را به نماز و معانی آن متمرکز نماید و چنانچه خارج شد، دوباره بازگردد؛ چراکه خروج از این

عوامل عدم حضور قلب و درمان آن / ۳۳

حالت به دست انسان نیست، اما بازگرداندن آن اختیاری است.^۱

البته این توقع بی‌جاست که در ابتدای امر، بتوان در تمام نماز طایر خیال را کنترل کرد؛ چراکه باید این امر به آرامی و به تدریج و به واسطه تمرین حاصل شود. به فرموده اساتید، برخی از خیالاتی که بر اثر کانال‌های ورودی ذهن (چشم، گوش و زبان) حاصل شده، گاه تا پانزده سال ضبط می‌شود و باید بر اثر تمرین از ذهن زدوده شود.^۲

باور نمی‌کنیم؛ معمولاً این‌طور بوده است. آن داستان معروف بیرون آوردن تیر از پای مبارک امام علی علیه السلام در حال نماز. وقتی اطبا از بیرون آوردن تیر عاجز شدند، پیشنهاد امام حسن علیه السلام بود که فقط یک زمان است که می‌توان تیر را بدون درد بیرون آورد؛ هنگام نماز. و چنین کردند^۳ و ما باور نمی‌کنیم هنوز.

راه دور چرا برویم؟ امام علی علیه السلام که سهل است؛ کسانی که بویی از شاگردی شاگردانش برده‌اند نیز چنین بوده‌اند. مرحوم علامه طباطبایی رحمه الله بود که عمل جراحی چشم ایشان بدون بی‌هوشی و پلک زدن صورت گرفت. آن هم هفده دقیقه!^۴

پیش از آن، جریان عمل معده مرحوم آیه الله العظمی سید احمد خوانساری رحمه الله در سن ۸۹ سالگی بود که به دلیل فتوایشان - که تقلید مقلدان در حال بی‌هوشی موجب اشکال می‌شود -، جراحی معده ایشان بدون بی‌هوشی انجام گرفت! هر چند پزشکان نمی‌پذیرفتند و در واقع باور نمی‌کردند که بتوان جراحی معده را بدون بی‌هوشی انجام داد، اما شکم را پاره کردند و دوختند. در طول مدت جراحی، مرحوم خوانساری رحمه الله عکس عملی نشان نمی‌دهد و مشغول خواندن سوره انعام می‌شود.^۵

به فرموده آیه الله مصباح رحمه الله «دامت برکاته» «کسی که در حین عمل

۱. به سوی محبوب، ص ۶۲.

۲. آداب و آفات تربیت، ص ۱۱۱.

۳. ارشاد القلوب، ج ۲، ص ۲۱۷.

۴. جرعه‌های جان‌بخش، ص ۳۸۳.

۵. نقل با تصرف: آداب الطلاب، ص ۱۰۲ و ۱۰۳.

۱. «لو لا تمریج فی قلوبکم و تریدکم فی الحدیث لسمعتم ما أسمع»؛ صریح السنة، ص ۲۹.

جراحی، چنین توجه خود را متمرکز در ساحت قدس ربوبی کند، قطعاً در حال نماز هم می‌تواند چنین کاری را انجام دهد». سید احمد خوانساری رحمته الله علیه کسی بود که امام عارفان رحمته الله علیه درباره‌ای فرمود: «ایشان تالی تلو معصوم است، شما باید از ملکه عصمت ایشان سخن بگویید».^۱

۲. دنیا طلبی

ناگفته پیداست که زندگی حلال و بهره‌مندی از نعمت‌های الهی مورد سفارش اسلام است. آیین ما مخالف رهبانیت (ترک کار، زندگی و ازدواج) است. «ترک دنیا در اسلام نیست».^۱ بلکه مهم، استفاده درست و هدفمند از این نعمت‌هاست. از همین رو آن هنگام که عده‌ای نزد پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم آمدند و قصد داشتند خود را اخته کنند تا دیگر شهوتشان تحریک نشود، حضرت آنان را نهی فرمود. این عده گمان می‌بردند، راه مبارزه با شهوت جنسی، سرکوب کردن و ریشه کن کردن این غریزه است.

ابن ابی‌یعفور نزد امام صادق علیه السلام سخن از ازدواج، حج، خرجی خانواده، کمک به برادران و صدقه و... به میان آورد، حضرت فرمود: «این دنیا نیست، این آخرت است».^۲

در قرآن شریف درباره حق بهره‌مندی از نعمت‌ها آمده است:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ^۳؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از نعمت‌های پاکیزه‌ای که روزی شما

۱. پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله و سلم: «لارهبانیه فی الاسلام»؛ مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۱۵۵.

۲. «لیس هذا دنیا هذا من الآخرة»؛ بحار الانوار، ج ۱۶، ص ۹۹؛ به نقل از: قلب سلیم، ج ۲، ص ۴۲۶.

۳. بقره/ ۱۷۲.

۱. ستارگان خوانسار، ص ۱۱۱. هم‌چنین حجة الاسلام فاطمی‌نیا از قول حضرت امام رحمته الله علیه چنین نقل کرده است: «ما در عدالت آقا سید احمد شک نداریم، در عصمتش شک داریم»؛ نکته‌ها از گفته‌ها، ج ۱، ص ۸۹.

کرده‌ایم، بخورید و اگر تنها او را می‌پرستید، خدا را شکر کنید.

در جایی دیگر فرموده است:

قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ؛^۱ - ای پیامبر - بگو: "زیورهایی را که خدا برای بندگانش پدید آورده، و - نیز - روزی‌های پاکیزه را چه کسی حرام گردانیده؟"

حتی توصیه شده است:

يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحاً؛^۲ ای پیامبران، از چیزهای پاکیزه بخورید و کار شایسته کنید.

و در مورد رابطه همسری فرموده است:

أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً؛^۳ از - نوع - خودتان همسرانی برای شما آفرید تا بدانها آرام گیرید، و میانتان دوستی و رحمت نهاد.

توصیه‌هایی که درباره کار و تلاش اجتماعی و مذمت بیکاری آمده، همه نشانگر این نکته است که ذات دنیا بد نیست و آن‌چه مذموم است و از آن نهی شده، دل‌بستگی به دنیا، اصل و هدف دانستن آن و متوقف شدن در دنیا است.

صبح زود با اصحابش نشسته بود پیامبر ﷺ. جوانی نیرومند از نزدیکی ایشان عبور کرد. عده‌ای گفتند:

- کجا صبح به این زودی؟

- به دکانم در بازار!

- حیف! کاش این سحر خیزی برای آخرت و خدا بود!!

پیامبر ﷺ شنید و نهی‌شان کرد: «چنین نگویید که اگر برای آن باشد که خود را از خلق بی‌نیاز کند و یا معاش پدر و مادر خویش یا زن

عوامل عدم حضور قلب و درمان آن / ۳۷

و فرزند را تأمین کند، در راه خدا گام برداشته است».

عیسای پیامبر ﷺ هم مردی را دیده بود و پرسیده بود:

- چه کاره‌ای؟!

- عبادت‌گرم. اهل تهجد و ذکر...

- روزی خود را چگونه تأمین می‌کنی؟

- برادم هست!

- پس برادرت از تو عابدتر است.^۱

با اندک تأملی در دستورات اخلاقی اسلام، می‌توان دریافت که اخلاقی عارفانه، بر استفاده درست از نعمت‌ها استوار است؛ فرد مؤمن کسی نیست که اصلاً شهوت یا غضب نداشته باشد. چنین انسانی، مریض و در واقع ناقص است! تمام تفاوت دوستان و دشمنان خدا، در چگونگی استفاده از این شهوت و غضب است.

امیرالمؤمنین ﷺ در کلام جامعی درباره دنیا می‌فرمایند: «دنیا... خانه امن و عافیت است برای کسی که حقیقت آن را دریابد، سرای توانگر شدن است برای کسی که از آن توشه بگیرد و خانه پند است برای کسی که از آن پند گیرد. دنیا، مسجد دوستان خدا و محل نماز فرشتگان الهی است و جای فرود آمدن وحی و محل تجارت اولیای خداست.»^۲ درباره امام سجاد ﷺ آمده است: هر گاه سائلی نزد ایشان می‌رفت، حضرت می‌فرمود: «خوش آمد کسی که توشه مرا به آخرت می‌رساند»!^۳

به تعبیر حضرت رسول ﷺ «دنیا کشت‌گاه آخرت است».^۴ و مرحوم علامه مجلسی رحمه الله در کتاب شریف بحار الانوار در همین باره می‌نویسد: «ارباب قلوب می‌دانند که دنیا، مزرعه آخرت است و قلب، زمین و ایمان،

۱. نقل یا تصرف: کیمیای سعادت، ج ۱، ص ۳۲۵؛ به نقل از: حکایت پارسایان، ص ۱۰۴.

۲. نهج البلاغه، حکمت ۱۳۰.

۳. جمیل بی بدیل، ص ۱۵۰.

۴. «الدُّنْيَا مِزْعَرَةُ الْآخِرَةِ»؛ عوالمی اللّٰهالی، ج ۱، ص ۲۶۷.

۱. اعراف / ۳۲.

۲. مؤمنون / ۵۱.

۳. روم / ۲۱.

بذری است که در آن کاشته می‌شود. عبادات به مثابه آب‌یاری زمین است... و قلبی که به دنیا آلوده باشد، مانند زمین شوره‌زاری است که بذری در آن نمی‌روید»^۱.

بعد از جلسهٔ درسش، ملاصدرا را به گوشه‌ای برد و گفت: ای محمد، من امروز گفتم کسی که می‌خواهد حکمت را تحصیل کند، باید حکمت عملی را تعقیب کند. و اینک به تو می‌گویم که حکمت عملی در درجهٔ اول دو چیز است: یکی به انجام رسانیدن تمام واجبات دین اسلام و دوم پرهیز از هر چیزی که نفس بوالهوس برای خودش می‌طلبد...^۲

این را علامه طباطبائی رحمته الله علیه دربارهٔ میرداماد گفته بود.

آن‌چه در اسلام از آن نهی شده، دنیایی است که انسان را از خدا غافل گرداند و در واقع هر آن‌چه مؤمن را از خدا باز دارد، همو دنیای اوست؛ به قول مولانا:

چیست دنیا، از خدا غافل بُدن نی قماش و نقره و فرزند و زن
بنابراین اگر دل انسان به دنیا وابسته نبود، در هنگام نماز از غیر خدا جدا شده و متوجه خداوند می‌گردد؛ مانند اولیا خدا که در عین حالی که باید به امورات روزانه خود و مسئولیت‌های خویش رسیدگی می‌کردند، اما به محض ورود به نماز، تنها متوجه خدا بودند و بس. چراکه مؤمن، در غیر نماز به دنیایش می‌رسد، اما به ذکر قلبی متذکر است.

حضرت امام خمینی رحمته الله علیه دربارهٔ حبِّ دنیا و اثر آن می‌فرمایند: «حبِّ الدُّنْیا رأسُ کُلِّ خطیئة^۳، مبدأ همهٔ خطایا همین است. حبِّ دنیا گاهی وقتها انسان را به آن جا می‌رساند که اگر موحد هم هست، لکن اگر اعتقادش

باشد که خدا از او دنیا را گرفته، در قلبش [نسبت به خداوند] کدورتی حاصل می‌شود، یک بُغْضی حاصل می‌شود. گفته شده است آن [لحظه] آخری که انسان می‌خواهد ارتحال کند از این عالم، شیاطینی که می‌خواهند نگذارند این آدم، موحد از این عالم بیرون برود، می‌آورند جلوی رویش چیزهایی را که دوست دارد... می‌گویند... برگرد از این عقیده‌ای که داری و الا اینها را آتش می‌زنیم»^۱.

آری؛ میزان و معیار خطا و گناه آدمی، علاقه و دل‌بستگی به دنیا است؛ حتی اگر این علاقه، به مسجد بوده باشد.

دنیا دوستی، نه تنها در نماز، بلکه در سایر عبادات ما نیز اثر می‌گذارد. روح اعمال انسان باید خدایی و با یاد او باشد، اما دنیا جای آن را گرفته است. از همین رو منشأ همه بیماری‌های درونی را حبِّ دنیا دانسته و فرموده‌اند: «دنیا دوستی، سرچشمهٔ هر خطا - و گناهی - است».

آری؛ دنیا پرستی با خدا پرستی، جمع نمی‌شود. انسان یک دل دارد و آن یا از آن خداست یا دنیا. و به تعبیر دیگر هر قدم که به سوی خدا نزدیک شویم، از دنیا دور و هر قدم که به دنیا نزدیک شویم، از خدا دور می‌شویم.

درمان

همان‌طور که آشنا شدن و دل بستن به دنیا، یک لحظه و یک شبه ایجاد نشده، ترک آن زمان‌بر و البته به میزان تلاش و همت افراد وابسته است. این‌که دیدگاه خود را نسبت به دنیا تغییر دهند و هدف را گم نکنند. دیگر آن‌که آن‌چه را می‌آموزند آرام آرام به مرحلهٔ عمل در آورند تا بتوانند «اعتقادات صحیح» را به «باور» و «یقین» برسانند.

حرف‌ها و حرکات مرشد چلویی رحمته الله علیه همه درس بود. جلوی مغازه سنگ تراشی که رسیده بود، به سنگ قبری اشاره کرد و گفت: «به این سنگ قبر که نام صاحبش خالی گذاشته شده، نگاه کن. صاحبش الان

۱. بحارالانوار، ج ۶۷، ص ۳۵۲.

۲. یادها و یادگارها، ص ۳۳ و ۳۴؛ به نقل از ره توشهٔ راهبان نور تابستان ۱۳۸۴، ص ۱۸۲ و ۱۸۳.

۳. حدیث مشهور به نقل از: پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله و سلم. مستدرک الوسائل، ج ۱۲، ص ۴۰؛ امیرالمؤمنین علیه السلام، همان، ص ۴۱؛ امام سجاده علیه السلام. الکافی، ج ۲، ص ۱۳۰؛ امام صادق علیه السلام. وسائل الشیعه، ج ۱۶، ص ۹؛ عیسی بن مریم علیه السلام. مستدرک الوسائل، ج ۱۲، ص ۹۶.

در بازار مشغول داد و ستد است و دارد حرص می خورد و می گوید:
سی سنّار کمتر نمی دهم.^۱

۳. محیط نامناسب

یکی از علل حواس پرتی در نماز، توجه به امور خارجی و محیط اطراف است. تلویزیون و رادیو که روشن است، مجله ای که روبه روی انسان است و یا طبیعتی که از پشت پنجره نمایان است و...

درمان

همان طور که فقها فرموده اند، هر چه محیط اطراف ساده تر و بی آرایش و آرایش باشد، برای نماز و تمرکز بهتر است. یکی از بزرگان می فرماید: برای کسی که چشمش یا گوشش با اندک چیزی که می بیند و می شنود، از نماز منحرف می شود، علاج آن است که چشم های خود را ببندد یا در مکان تاریک نماز بخواند یا در مقابل خود چیزی نگذارد که نظرش را جلب کند یا نزدیک دیواری بایستد که چشم انداز نداشته باشد و از نماز خواندن در خیابان ها و مکان های نقاشی شده و فرش های زیبا بپرهیزد.^۱ بنابراین بستن چشم و انتخاب مکان ساده و تاریک برای این عمل عبادی، بهترین درمان است. فقها نیز درباره کنترل چشم در نماز، چشم دوختن به محل سجده را مستحب دانسته اند و اگر کسی در این حال نیز قادر به کنترل چشم نباشد،

۱. نقل با تصرف: شهید ثانی رحمته الله علیه، حضور قلب در نماز، ص ۵۳ و ۵۴.

۱. بهترین کاسب قرن، ص ۲۰۸ و ۲۰۹.