

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

مرحله‌ی آماده‌سازی فایل				
پیاده‌سازی	تصحیح و ویرایش اولیه	ذکر مأخذ	ویرایش دوم	تکمیل مأخذ و ویرایش نهایی

آرام نماز بخوانیم

عزیزان من! ما همه‌ی کارهایمان را با حوصله و صبر انجام می‌دهیم، چرا به نماز که می‌رسیم، این قدر شتاب داریم آن را به پایان ببریم؟ گاهی اوقات دیده‌ام در خیابان‌ها، پشت دستگاه‌های خودپرداز بانک‌ها، شخص نیم‌ساعت، سه‌ربع با حوصله می‌ایستد تا نوبتش شود و پولی بگیرد، چرا آنجا شتاب نمی‌کنیم؟ اما اینجا که می‌خواهیم با محبوب خودمان دیدار و ملاقات کنیم، می‌خواهیم هرچه زودتر فرار کنیم؟ چرا این طور است؟! چرا لذت مناجات با خدا، ما را جذب خودش نمی‌کند که دلمان نیاید نماز را تمام کنیم؟ دلمان نیاید!

می‌دانید که نماز عصاره‌ی عبادات ملائکه‌الله است که پیغمبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ به‌عنوان سوغات سفر معراج، برای این امت آورده‌اند. ملائکه‌ای داریم که از بدو خلقت، که خدا آفرینش را آغاز کرد و اینها را آفرید، به ادب در برابر حضرت حق قیام کرده‌اند و مؤدب ایستاده‌اند و تا قیامت نمی‌نشینند؛ اینها ملائکه‌ی قائمینند. ملائکه‌ای داریم که در برابر عظمت حضرت حق از اول آفرینش تعظیم کردند؛ رکوع کردند و تا قیامت کمر راست نمی‌کنند؛ اینها ملائکه‌ی راکعینند. ملائکه‌ای داریم که از اول خلقت در برابر علو و بزرگی حضرت حق سر به سجده گذاشتند و تا قیامت سر از سجده بر نمی‌دارند؛ اینها ملائکه‌ی ساجدینند. نماز ما، کپسولی از این عبادات است. لذا وقتی شما به قیام می‌ایستید، حالتان باید حالت کسی باشد که می‌خواهد تا قیامت، ایستاده باشد. وقتی نماز می‌خوانید، طوری نباشد که از قیام دورخیز کرده باشید که به رکوع بروید! یعنی قیامت‌تان دورخیز برای رکوع باشد؛ رکوعتان، دورخیز برای

سجده باشد و سجده‌تان دورخیز برای سلام نماز و فرار کردن! این‌طور نباشد! یعنی وقتی الله‌اکبر گفتید و به نماز ایستادید، چه نماز جماعت که در رکعت اول و دومش قرائت امام‌جماعت را گوش می‌دهید، چه رکعت سوم و چهارم که خودتان تسبیحات را می‌گویید یا در نماز فرادی که خودتان در منزل می‌خوانید، وقتی تکبیرة الاحرام گفتید و قیام کردید یا رکعات بعدی نماز بود، حالت ایستادن‌تان طوری باشد که گویا تا قیامت قصد ندارید رکوع یا سجده کنید. حالتان، حالت دائمی باشد؛ یعنی این‌قدر آرام! مثل اینکه نماز اصلاً بخش دیگری ندارد و فقط همین به ادب ایستادن است و اذکار قیام. این حالت باید در ما باشد؛ نه حالت هیجان و شتاب به‌گونه‌ای که بخواهیم زودتر نماز را تمام کنیم؛ اینکه زودتر قیام تمام شود تا به رکوع بروم و رکوع که رفتیم، عجله داشته باشیم بلند شوم؛ بعد هم که بلند شدم بلافاصله به سجده بروم... نه! از رکوع که بلند شدی بایست! مقداری تأمل کن. آرام باش! **سَمِعَ اللهُ لِمَنْ حَمِدَهُ** را در حالت ایستاده و بدون حرکت بگو. **اللهُ أَكْبَرُ** را هم بدون حرکت بگو؛ بعد با آرامش برو به سجده.

در رکوع طوری باش که گویا اصلاً نمی‌خواهی بلند شوی و می‌خواهی تا قیامت در حالت تعظیم در برابر خدا باشی. سعی کنید این‌گونه شوید؛ وجودتان آرام باشد. در هر جایی از نماز هستید، حالت دائمی شما گویای آن باشد؛ مثل آن ملائكة الله. سر به سجده که گذاشتید، مثل فنر نباشید که تا سر گذاشتید، بلافاصله بلند شوید. نه! سر به سجده که گذاشتید، گویا تا قیامت می‌خواهید در سجده بمانید و هیچ‌وقت قصد ندارید سر از سجده بردارید. این سجده‌ی اول، موت است. وقتی از سجده بلند شدی و نشست، این برزخ است. مُردی و حالا زنده شدی و آمدی به عالم برزخ. دوباره می‌میری، سر به سجده می‌گذاری، از عالم برزخ هم مُردی. حالا در سجده‌ی دوم گویا هیچ‌وقت نمی‌خواهی بلند شوی. بلند که شدی، گویا سر از قیامت درمی‌آوری. از قیامت که سر در بیاوری، همه‌ی حقایق مشهود است؛ لذا تشهّد می‌خوانی: **أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ**. داری می‌بینی! قیامت شده است! حالا می‌گویی: **أَشْهَدُ**

أَنَّ لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ؛ یعنی دارم می‌بینم که **لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ**! می‌بینم که **مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ**!

عزیزان دل من! این‌گونه نماز بخوانید. حیف است. حیف است! این نماز عبادتی است که انبیای امت‌های گذشته، حسرت آن را می‌خوردند. در هیچ‌یک از ادیان گذشته، عبادتی با این غنا وجود نداشته است. همه‌ی ادیان نماز داشتند؛ اما این نماز ما چیز دیگری است! اگر در نمازتان این‌گونه شدید، آن‌وقت متوجه می‌شوم که تکانی خورده‌ایم و راهی را رفته‌ایم. جوری به نماز وارد شوید که گویا نمی‌خواهید بیرون بیایید. به قول شاعر: قصد رفتن مکن ای دوست دمی با ما باش!

الْمُصَلِّي مُنَاجٍ رَبِّهِ، نمازگزار دارد نجوا می‌کند؛ صحبت درگوشی و محرمانه با محبوب و معبودش می‌کند! حالا که پیش من خدا آمدی، قصد رفتن مکن ای دوست دمی با ما باش! قصد رفتن نکن؛ اگر هم از نماز بیرون آمدی، قصد بیرون آمدن نداشته باش؛ اگرچه نماز تمام شده است. دیده‌اید در رکوع رکعت آخر، معمولاً کمی ذکر را ادامه می‌دهند، چند تا ذکر بیشتر می‌گویند. این یعنی چه؟ یعنی نماز دارد تمام می‌شود؛ دلم نمی‌آید تمامش کنم. در سجده‌ی آخر، سجده را با ذکرهای بیشتری که می‌گویند، کمی طولانی‌تر می‌کنند. برای این است که دلشان نمی‌آید از نماز بیرون بیایند. به امید آنکه نمازهایمان این‌گونه باشد. چون ما برای نماز، به شکل دیگری آموزش دیده‌ایم، کمی برایمان غیرعادی است و کسی که این‌طور نماز بخواند فکر می‌کنیم دارد نمازش را خیلی کش می‌دهد؛ خسته‌مان کرد! بس است دیگر! تمامش کن! جانمان را گرفتی! نفسمان را بریدی!

غالباً تقصیری هم نداریم. ما نماز را یا از پدر و مادرها یاد گرفته‌ایم یا از معلمان یا از برخی از روحانیان و امام‌جماعت‌ها یاد گرفته‌ایم و پشت سرشان نماز خوانده‌ایم، که در غالب آنها چیزی که الان گفتیم پیدا نمی‌شود. پیدا نمی‌شود! یعنی شاید آن لذت نماز را نمی‌برند. ببینید، اگر من لذیذترین خوراکی‌ها را به شما بدهم و شما تندتند بخورید، اصلاً مزه‌اش را می‌فهمید؟ یک‌مقدار در دهانت نگه دار! یک‌کم بجو و بگذار مزه‌اش را بفهمی. بگذار مزه‌ی نماز را بفهمی. چرا تندتند نماز را تمام می‌کنی؟ خب تمام شد! که چه؟ برای رفع تکلیف و از سر باز کردن بگوییم نمازمان را خواندیم؟! نماز را بخوان که چاق

۱. مصباح‌الشریعه، ص ۱۱۱ و مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۸، ص ۲۱۶ و ابن‌ابی‌جمهور، عوالی‌الآثالی، ج ۴، ص ۳۹

شوی! بگذار رشد کنی. **الصَّلَاةُ مِعْرَاجُ الْمُؤْمِنِ**^۲، **الصَّلَاةُ قُرْبَانُ كُلِّ تَقِيٍّ**^۳. با این نماز باید به معراج بروی؛

باید به قرب الهی برسی. این طور که تندتند می خوانی، به کجا می رسی!؟

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَعَجِّلْ فَرَجَهُمْ

۲. مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۹، ص ۲۴۸ و محدث قمی، سفینه البحار، ج ۲، ص ۲۶۸.

۳. کلینی، کافی، ج ۳، ص ۲۶۵ و ابن اشعث، جعفریات، ص ۳۲ و ابن شعبه حرانی، تحف العقول، ص ۱۱۰.