

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مرحله‌ی آماده‌سازی فایل			
پیااده‌سازی	تصحیح و ویرایش اولیه	ذکر مآخذ	ویرایش دوم
			تکمیل مآخذ و ویرایش نهایی

نماز، برترین عبادت

بحث آخری که در مبحث عبادت مطرح کردیم، بحث نماز بود؛ نماز به‌عنوان برترین عبادت. البته این بحث را خیلی فشرده در جزوه نوشته‌ام و فشرده هم توضیح می‌دهم. چون آن‌قدر زمان نداریم که بحث مفصلی راجع به نماز بکنیم. ای کاش نظام آموزشی ما طوری می‌شد که دو واحد درسی فقط برای نماز می‌گذاشتند و می‌توانستیم به‌طور مشروح وارد این بحث شویم و می‌دیدید که نماز چه چیز عجیبی است. من یقین دارم که اگر کسی بفهمد نماز یعنی چه، در جزء جزء نماز چه رازهایی، چه رمزهای لطیف و عارفانه و عمیقی نهفته است، چه آموزه‌های عجیب اعتقادی، اخلاقی و اجتماعی در دل نماز است، اگر کسی پی ببرد، محال است که دیگر دلش بیاید حتی یک نماز را در تمام عمرش از دست بدهد. ای کاش می‌شد! البته در این زمینه کتاب‌های بسیار خوبی هست. حالا که چنین فرصتی در نظام آموزشی ما فراهم نیست، توصیه می‌کنم این کتاب‌ها را بخوانید. خدا رحمت کند امام خمینی‌رضوان‌الله‌تعالی‌علیه را، دو کتاب درباره‌ی نماز دارند که واقعاً فوق‌العاده است. من در عمرم کتاب به این عظمت درباره‌ی نماز ندیده‌ام. اغراق هم نمی‌کنم. اگر کسی کتاب دیگری را در این سطح می‌شناسد معرفی کند. کتاب‌های زیادی را در بحث نماز خوانده‌ام؛ کتاب‌های عرفا را دیده‌ام؛ اما همتای این دو کتاب نیستند. یک کتاب امام آداب/الصلاة است که به فارسی است و کتاب دیگر، سرالصلاة است که به عربی است و به فارسی ترجمه شده. خدا می‌داند این دو کتاب چه هستند! و کسی اینها را بخواند مست می‌شود! گم می‌شود در اقیانوس عظیم عرفانی که در نماز است!

علی‌ای‌حال نماز برترین عبادت است. گفتیم عبادت یعنی ثنای حق گفتن و حق را ستایش کردن.

غنی‌ترین و زیباترین و کامل‌ترین شکل ثنا و ستایش خدای متعال نماز است. چرا؟ چون هر عبادتی ثنا و ستایش خداست به اعتبار یکی از صفات خدا؛ مثلاً روزه، ثنای خداست به اعتبار صمدیت خدا؛ اما نماز ثنای خداست به اعتبار جمع اسماء و صفات الهی و این نشان می‌دهد که نماز غنی‌ترین عبادت است. نماز معجونی است از عبادات تمام ملائکه‌الله. ما ملائکه‌ای داریم که از اول خلقت که خدای متعال اینها را آفریده تا قیامت، به ادب در پیشگاه الهی قیام کرده‌اند و ایستاده‌اند. اینها ملائکه‌ی قائمینند؛ هرگز نمی‌نشینند و همیشه به ادب در پیشگاه الهی قائمینند. ملائکه‌ای داریم، ملائکه‌ی راکعینند. از اول خلقت در برابر عظمت الهی رکوع و تعظیم کرده‌اند و هرگز کمر راست نمی‌کنند. ملائکه‌ای داریم، ملائکه‌ی ساجدینند؛ از اول خلقت سر به سجده گذاشته‌اند و هرگز سر بر نمی‌دارند. ملائکه‌ای داریم، ملائکه‌ی حامدینند؛ فقط حمد خدا را می‌گویند. ملائکه‌ای داریم، ملائکه‌ی مسبحینند؛ **وَ السَّابِحَاتِ سُبْحًا**^۱. ملائکه‌ای داریم، ملائکه‌ی مکبرینند. ملائکه‌ای داریم، ملائکه‌ی مهملین هستند؛ نماز تمام این اقسام عبادات را آورده و از آنها یک کپسول درست کرده؛ یعنی ویتامین عبادت همه‌ی ملائکه را گرفته و کپسولی به اسم نماز درست کرده است.

در نماز شما قیام دارید؛ قعود دارید؛ رکوع دارید؛ سجود دارید؛ حمد دارید؛ تسبیح دارید؛ تکبیر دارید؛ تهلیل دارید؛ همه‌ی آنها درهم فشرده شده و نماز را به وجود آورده است. چنین عبادتی به این غناء، مطلقاً در ادیان گذشته نبوده است. حتی انبیاء الهی، حسرت چنین عبادتی را می‌خورده‌اند. همین عبادتی که این‌طور به رایگان در اختیار من و شماست. عبادتی به این غناء در ادیان گذشته وجود نداشته است. نماز در همه‌ی ادیان بوده؛ ولی نماز این‌طوری وجود نداشته است. این سوغاتی است که پیغمبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ در سفر معراج از خدای متعال دریافت کرد و برای ما آورد. سوغات سفر معراج رسول‌الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ است؛ و نقطه‌ای که پیغمبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ توانست در معراج به آنجا برسد، هیچ پیامبری راه پیدا نکرد. لذا سوغاتی سفر او، یک سوغاتی فوق‌العاده و استثنائی است.

۱. سوره‌ی نازعات، آیه‌ی ۳.

حالا به بعضی از جنبه‌های نماز به صورت اشاره می‌پردازم تا توجهی کنیم که نماز یعنی چه. یکی از نیازهای روانی و فطری انسان نیاز به پرستش است. نماز غنی‌ترین و زیباترین شکل ارضای این نیاز روانی انسان است.

قبلاً در مبحث شکر گفته‌ایم که وقتی کسی به انسان محبت و لطف و خوبی می‌کند، انسان فطرتاً و عقلاً خودش را ملزم می‌داند که حداقل تشکری از او بکند. این حکم فطرت انسان است؛ یعنی شکر منعم یک واجب عقلی و فطری است. انسان در برابر منعم خودش که خدای متعال است، فطرتاً و عقلاً و وجداناً خود را ملزم به تشکر می‌داند؛ و گفتیم از هر کسی باید به زبانی و به شکلی تشکر کرد که مورد علاقه‌ی اوست. خدا دوست دارد با شکل نماز خواندن مورد تشکر قرار گیرد. زیباترین شکل تشکر از خدا در قبال نعمت‌های مادی و معنوی که نصیب بشر کرده، نماز است. شکلی زیباتر و غنی‌تر از این، برای تشکر وجود ندارد؛ لذا حکم عقل و فطرت این است که انسان چنین تشکری از خدا کند.

حالت روحی انسان این‌گونه است که وقتی در برابر عظمتی قرار می‌گیرد آن را می‌ستاید؛ آن را تجلیل می‌کند و بزرگ می‌دارد. فرض کنید در برابر انسان عظیم‌القدری قرار می‌گیرید که مثلاً دانشمند بزرگی است یا عارف بزرگ یا شخصیت اخلاقی بزرگی است؛ خواه‌ناخواه انسان او را می‌ستاید. حتی در برابر یک اثر طبیعی خیلی باشکوه یا یک اثر معماری خیلی باشکوه که قرار می‌گیرید، آن را تجلیل می‌کنید. مثلاً می‌گویید عجب ساختمانی! عجب بزرگ و عظیم است! این ویژگی در روح و روان ما هست. تجلیل از عظیم و کرنش در برابر او، فطری انسان است. عظیم‌ترین عظیم‌ها خدای متعال است؛ بنابراین فطرت ما حکم می‌کند که در برابر این عظیم، تجلیل و تعظیم کنیم. نماز زیباترین و بهترین شکل تجلیل و تعظیم در پیشگاه عظمت الهی است. این حکم فطرت است. کسی عظمت الهی را بشناسد، نمی‌تواند او را بزرگ نداند و بزرگ نشمارد و در برابر او تعظیم و کرنش نکند. زیباترین و غنی‌ترین شکل این کرنش نماز است.

باز فطری ما انسان‌هاست که وقتی در برابر چیز زیبایی قرار می‌گیریم، آن را می‌ستاییم و به آن دل می‌سپاریم. یک گل زیبا را می‌بینیم، یک منظره‌ی زیبا یا یک اثر معماری زیبا را می‌بینیم، یک انسان

زیبارو یا یک رفتار اخلاقی زیبا یا یک اندیشه‌ی زیبا را می‌بینیم یا یک شعر زیبا را می‌خوانیم، به اقتضای فطرت آن زیبایی را می‌ستاییم و به آن دل می‌سپاریم و در برابر آن ابراز علاقه می‌کنیم. خوب، جمال مطلق و جمیل مطلق خدای متعال است. زیبایی مطلق خداست. زیباترین شکل ستایش از حسن و جمال الهی و کامل‌ترین شکل ابراز عشق و دلدادگی در برابر این جمال مطلق نماز است. اگر کسی جمال الهی را بشناسد، فطرتش به او می‌گوید که او را بستای! زیبایی لاحدی که در برابر است را تجلیل کن! و خواه‌ناخواه دلش به او متمایل می‌شود و در برابر او ابراز دلدادگی و دلبستگی می‌کند. نماز غنی‌ترین شکل ستایش و ابراز دلدادگی به خداوند است.

ویژگی دیگر روحی ما، این است که انسان وقتی در برابر شخص غنی و کریم و قدرتمند و سخاوتمندی قرار گرفت که ذره‌ای بخل در او نیست و خودش را هم سرشار از نیاز و ناتوانی دید، به‌طور طبیعی در برابر آن شخص ابراز نیاز می‌کند و از او مدد می‌طلبد و در خطرات، خودش را در پناه قدرت او قرار می‌دهد. این یک حالت فطری انسان است. نماز زیباترین و کامل‌ترین شکل ابراز نیاز در برابر خدای غنی و کریم و پناه بردن به قدرت حضرت حق در برابر خطراتی است که در زندگی، انسان را تهدید می‌کند. از این رهگذر نماز سبب بی‌نیازی انسان در زندگی و سبب امنیت انسان است. این نوعی ابراز نیاز است که ذره‌ای هم به عزت انسان لطمه نمی‌زند. چون وقتی شما در برابر بشری ابراز نیاز می‌کنید عزت خودتان را می‌شکنید؛ اما وقتی در برابر خدا ابراز نیاز می‌کنید، این عین عزت است. چون نیازتان را به او عرضه کرده‌اید، دیگر دلیلی ندارد پیش هیچ بشری ابراز نیاز کنید. لذا اصلاً راه عزت این است که انسان فقط نیازش را پیش خدا عرضه کند؛ زیباترین شکل ابراز نیاز و پناه جستن به قدرتمندی که قدرتش مطلق است، نماز است؛ لذا نماز حکم فطرت است.

اصلاً بحث این نیست که ما کسی را از بیرون مکلف به خواندن نماز کنیم. کسی به معرفت راه پیدا کند و خدا را بشناسد و خودش را هم بشناسد، می‌بیند که به اقتضای عقل و فطرتش هیچ چاره‌ای جز نماز خواندن ندارد. از بیرون لازم نیست کسی به او حکم کند. حکم فطرتش است که به او می‌گوید نماز بخوان.

نماز اتصال به بیکرانه است. ما انسان‌ها مثل یک استکانیم؛ با یک تکان کوچک متلاطم می‌شویم؛ اما همین استکان آب را وقتی در یک اقیانوس آرام خالی می‌کنید، آن اقیانوس آرام با عظیم‌ترین تکان‌ها هم موج بر نمی‌دارد. تلاطم‌های زندگی روح انسان را مشوش می‌کند؛ روح انسان را متلاطم می‌کند؛ اما انسانی که به بی‌کرانگی خدا وصل می‌شود، دیگر هیچ چیزی نمی‌تواند او را متلاطم کند. نماز وصل شدن به این بی‌کرانگی است در زندگی؛ و در نتیجه از تلاطمات نجات پیدا کردن و به آرامش مطلق دسترسی پیدا کردن.

در جریان زندگی مادی، انسان قوای روحی خودش را از دست می‌دهد. زندگی مادی، زندگی تکراری و یأس‌آفرین و خسته‌کننده و ملالت‌آوری است. زندگی بی‌است که انسان را به احساس پوچی می‌رساند. تکرار خوردن و خود را خالی کردن، خوابیدن و دوباره خود را خسته کردن، زندگی تکراری بی‌که ملالت‌آور است، خسته‌کننده است، یأس‌آفرین است. اگر زندگی همین باشد، خیلی چیز پوچی است. انسان در جریان زندگی مادی به این ملالت می‌رسد؛ و نماز چیزی است که انسان را از احساس پوچی و یأس و دل‌مردگی و افسردگی ناشی از این تکرار ملالت‌آور نجات می‌دهد و به روح انسان نیرو می‌بخشد و به زندگی معنا می‌دهد و نمازگزار را شاداب می‌کند. این جریان تکراری زندگی، کسانی را که با نماز در ارتباط نیستند، خسته و دل‌مرده می‌کند؛ از زندگی دلزده می‌کند.

انسان در جریان زندگی ظاهری و مادی در این عالم، خود را فراموش می‌کند. چنان غرق مسائل اقتصادی، سیاسی، اجتماعی، خانوادگی، تحصیلی، آموزشی و مشکلات مختلف زندگی می‌شود که اصلاً به خودش نمی‌اندیشد. خودش را فراموش می‌کند و از خود غافل می‌شود. نماز یک فرصت و فراغتی است که انسان در طول روز لاقلاً برای همین پنج نماز واجب، از همه‌ی چیزهایی که او را از خودش غافل می‌کرد، می‌برد و به خویشتن می‌اندیشد؛ یعنی نماز راه بازگشت به خویشتن و اندیشیدن به خود و غافلانه زندگی نکردن است.

نماز ذکر خداست؛ یاد خداست؛ آن هم در غنی‌ترین صورت؛ با زیباترین و عمیق‌ترین عبارات و معنادارترین حرکات. این عبادت باورهای معنوی و توحیدی را در جان انسان رسوخ می‌بخشد. اینکه

شما در طول روز در موارد متعدّد نماز می‌خوانید، در برابر خدا تعظیم می‌کنید، سجده می‌کنید و ستایش خدا را در نماز به جا می‌آورید، باورهای توحیدی را در شما عمیق می‌کند و ایمان را تحکیم و تثبیت می‌کند و شما را به مرتبه‌ی یقین نائل می‌کند که بالاترین مرتبه‌ی ایمان است. گفتیم راه رسیدن به یقین این است که بعد از اینکه به درستی مطلبی از نظر عقلی صد درصد مطمئن شدیم، آن را بارها برای خودمان تکرار و تلقین کنیم؛ چه با زبان به خودمان تلقین کنیم و چه رفتار متناسب با آن طرز تفکر را تکرار کنیم که اوّلی ذکر لسانی و دومی ذکر عملی نام دارد. نماز، هم با زبان تکرار کردن باورهای توحیدی و معنوی و دینی است و هم با بدن، حرکتهای متناسب با آن باورها را انجام دادن و به خود تلقین عملی کردن؛ ولذا انسان با نماز می‌تواند به مرتبه‌ی یقین که او را به شهود نائل می‌کند، دست پیدا کند.

حرکتهایی که در نماز داریم، مثل رکوع و سجود، مثل قنوت که دست بلند می‌کنیم و در پیشگاه خدا اظهار نیاز می‌کنیم، احساس‌های معنوی را در انسان زنده می‌کند. احساس‌های معنوی که در جریان زندگی مادّی، کم‌کم ضعیف می‌شوند؛ گم می‌شوند. حرکات نماز در واقع احیاکننده‌ی احساس‌های لطیف عارفانه و معنوی‌یی در انسان است که در جریان زندگی مادّی کمرنگ می‌شود و کم‌کم رنگ می‌بازد.

انسان در جریان زندگی مادّی آلوده به گناه و زشتی‌ها می‌شود. نماز انسان را شستشو می‌دهد. همان تعبیر زیبای پیغمبر ﷺ که فرمودند: کسی در شبانه‌روز پنج بار خودش را شست‌وشو دهد، دیگر چرکی بر وجودش می‌ماند؟! نماز روح انسان را شستشو می‌دهد و از آلودگی‌هایی که در جریان زندگی مادّی به آن مبتلا می‌شود، پاک می‌کند.

نماز سبب می‌شود انسان از آلوده شدن به گناه و زشتی‌های اخلاقی مصون بماند. جسم و جان انسان را پاک نگه می‌دارد. انسان‌های نمازخوان کمتر از کسانی که نماز را رها کرده‌اند، در ورطه‌های فساد و

۲. صدوق، من‌لایحضره‌الفقیه، ج ۱، ص ۲۱۱ و مفید، امالی، ص ۱۸۹ و طوسی، تهذیب‌الاحکام، ج ۲، ص ۲۳۷.

فحشا و آلودگی‌ها می‌لغزند.

در عبارات نماز، یعنی آنچه در قالب اذکار نماز و تلاوت آیاتی که در نماز است، به زبان می‌آوریم، آموزه‌های عمیق اعتقادی، اخلاقی، عرفانی، معنوی و اجتماعی وجود دارد. نماز سبب می‌شود این آموزه‌ها چه در بعد اعتقادی، چه در بعد معنوی و عرفانی و چه در بعد اجتماعی‌شان، در انسان عمیق‌تر شوند و رسوخ بیشتری کنند و تثبیت شوند.

اینکه شما در نماز حرکات مختلفی دارید، همین‌که می‌ایستید، یعنی قیام نماز، می‌نشینید، قعود نماز، کمر خم می‌کنید، رکوع نماز، سر به خاک می‌گذارید، سجود نماز، پیامی دارد و می‌گوید: ای بشر، کاری کن که در زندگیت، ایستادن‌هایت برای خدا باشد. نشستن‌هایت برای خدا باشد. تعظیم و کرنش‌هایت هم برای خدا باشد. همه‌ی حرکات زندگیت را خدایی کن! جز برای خدا نیست؛ جز برای خدا ننشین؛ جز برای خدا تعظیم نکن. همه‌ی حرکات زندگیت را خدایی کن! نماز انسانی را تربیت می‌کند که جز برای خدا هیچ حرکتی انجام نمی‌دهد.

اینکه نمازهای واجب متعدّد هستند، نمازهای یومیّه، نماز آیات، نماز میّت و ... نمازهای مستحب هم تا دلتان بخواهد متنوّع و متعدّد هستند، این نمازهای متنوّع و متعدّد زندگی انسان را پر می‌کند و نمی‌گذارد خدا در زندگی انسان فراموش شود؛ حضور یاد خدا را در همه‌ی عرصه‌های زندگی انسان تأمین و تضمین می‌کند. فرصتی برای فراموش کردن خدا به انسان نمی‌دهد. نماز عامل حضور یاد خدا در همه‌ی عرصه‌های زندگی است. زلزله می‌آید، نماز می‌خوانید. خسوف و کسوف می‌شود، نماز می‌خوانید. کسی از دنیا می‌رود، برایش نماز می‌خوانید. در شرایط مختلف، نماز می‌خوانیم. نمازهای مستحب هم که برای هر ساعتی از ساعات شبانه‌روز نمازی داریم؛ کنار هر نماز واجبی، نافله‌ای داریم. روزهای مختلف سال هریک نمازهایی دارد. روزهای مختلف هفته هریک نمازهایی دارد. این نمازها زندگی انسان را از یاد خدا پر می‌کنند.

روح انسان در جریان زندگی طبیعی، نوعی کدورت پیدا می‌کند. نورانیّت و لطافتش را از دست می‌دهد. در جریان زندگی مادی انسان را نوعی غفلت فرامی‌گیرد و این غفلت نوعی ظلمت را در دل

انسان به بار می‌آورد و تاریکی را در روح انسان ایجاد می‌کند. نماز راهی است برای نجات از این کدورت و احیای نورانیت قلبی. نماز کدورتی را که در اثر نشستن غبار عالم طبیعت و عالم کثرت بر روی دل ایجاد می‌شود را از بین می‌برد و نورانیت را به قلب انسان هدیه می‌دهد؛ نمی‌گذارد جریان روزمره‌ی زندگی مادی، انسان را کدر کند و نور معنوی را از او سلب کند.

جریان زندگی مادی، به عواطف انسانی لطمه می‌زند و لطافت‌های روحی را از بین می‌برد. نماز سبب می‌شود عواطف تقویت شود و انسان بی‌عاطفه نشود. جریان زندگی مادی، خیلی جریان خشنی است. وقتی وارد اقتصاد می‌شوید، قوانین خیلی خشنی حکم می‌کند که این‌گونه کارکن و این‌طوری اقدام کن. اصلاً جنبه‌های عاطفی در نظر گرفته نمی‌شود. اقتصاد سودمحور سرمایه‌داری است و فقط به سود می‌اندیشد. در جنبه‌های دیگر زندگی هم همین‌طور. زندگی مادی، عواطف و لطافت‌های روحی را تضعیف می‌کند. نماز راهی است برای اینکه لطافت‌های روحی دوباره زنده شود؛ رقت قلب در انسان ایجاد شود؛ به یک قلب بی‌احساس خشن و سنگ دچار نشود؛ در زندگی دل‌سنگ نشود. نماز او را در فضای معنویت و عرفان قرار می‌دهد و این فضا لطافت‌های روحی را تأمین می‌کند.

نماز سبب پایبندی انسان است به ارزش‌های انسانی و فضیلت و اخلاق. نمازگزار انسان فروتنی است. امیرالمؤمنین علیه السلام فرموده‌اند، در خطبه‌ی حضرت زهرا علیها السلام هم هست که: **فَرَضَ اللَّهُ... الصَّلَاةَ تَنْزِيهَا عَنِ الْكِبْرِ**^۳: خداوند متعال نماز را واجب کرد، برای اینکه انسان را منزه و مبرا کند از تکبر و خودبزرگ‌بینی؛ از خودبینی و خودمحوری؛ از خودپسندی و خودپرستی. نماز عامل پایبندی به فروتنی و به ارزش‌های اخلاقی در زندگی است. انسان نمازگزار انسانی فروتن و پایبند به اخلاقیات است.

نماز باعث مقید شدن انسان به مراعات عدالت است؛ و پرهیز از تعدی به حقوق دیگران و ظلم و ستم به دیگران. چون در نماز اگر هر چیز کوچکی، غصبی باشد، نماز باطل است؛ یعنی شما که نماز می‌خوانید کافی است یکی از دکمه‌های پیراهنتان با نخ‌ی که از دیگران غصب کرده‌اید دوخته شده

۲. ابن‌طیفور، بلاغات‌النساء، ص ۲۸ و جوهری‌بصری، سقیفه‌وفدک، ص ۱۳۹ و صدوق، علل‌الشرايع، ص ۲۴۸.

باشد، این نماز باطل است؛ زمینی که بر روی آن نماز می‌خوانید غصبی باشد، نماز باطل است؛ آبی که با آن وضو گرفته‌اید غصبی باشد، نماز باطل است. لذا انسان نمازگزار برای درستی نمازش، خودش را مقید می‌کند که به حقوق دیگران تعدی نکند؛ پایبند به عدالت باشد؛ به حق خودش قانع باشد؛ به حقوق دیگران تجاوز نکند.

نماز سبب می‌شود انسان در همه‌ی زندگی، خود را در محضر خدا ببیند. احساس کند خدا دارد او را می‌بیند؛ وقتی خودش را در برابر خدا دید، حیا می‌کند مرتکب زشتی‌ها، آلودگی‌ها و فساد شود. این‌گونه است که نماز انسان را از آلوده شدن نگاه می‌دارد. **إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ**: نماز انسان را از زشتی‌ها و پلشتی‌ها باز می‌دارد؛ چون انسان را توجه می‌دهد که تو در هر لحظه، در منظر و محضر خدای متعال هستی؛ خدا دارد تو را می‌بیند و وقتی کسی این احساس را کرد، خجالت می‌کشد، حیا می‌کند، شرم می‌کند که درحالی که خدا او را می‌بیند، در پیشگاه خدا، در محضر و منظر خدا مرتکب آلودگی‌ها و فساد و فحشا شود.

نماز علاوه بر پاکی روح، پاکی جسم را هم به دنبال دارد. اینکه در نماز بدن نمازگزار باید پاک و مطهر باشد؛ لباسش باید پاک باشد؛ آنچه بر آن سجده می‌کند باید پاک باشد؛ یعنی نماز علاوه بر نظافت و طهارت روحی، حتی نظافت ظاهری را هم در زندگی انسان ایجاد می‌کند.

اینکه شما در نماز باید حضور قلب داشته باشید، یعنی مراقب باشید حواستان جای دیگری نرود، این تمرینی است برای تمرکز. یکی از مشکلات بسیاری از ما انسان‌ها این است که قدرت تمرکز فکر نداریم. روی یک چیز نمی‌توانیم متمرکز شویم و دائماً ذهنمان این طرف و آن طرف می‌رود؛ ولذا خیلی هم رشد فکری و علمی پیدا نمی‌کنیم. نماز تمرینی است برای تمرکز؛ یعنی انسان در نماز تمرین می‌کند تا جلوی پریشان‌فکری خودش را بگیرد. از اینکه ذهنش از این شاخه به آن شاخه بپرد و دلش از این سمت به آن سمت رو کند، جلوگیری کند؛ و از این طریق در زندگی به انسانی تبدیل می‌شود

۴. سوره‌ی عنکبوت، آیه‌ی ۴۵.

که اندیشه‌ی خود را متمرکز می‌کند. از اندیشه‌ی پخش و پراکنده کاری بر نمی‌آید. به نور خورشید می‌ماند؛ دیده‌اید وقتی نور خورشید را با یک عدسی در یک نقطه متمرکز می‌کنید، چقدر قوی می‌شود و چیزها را می‌سوزاند؛ اما در حالت عادی نمی‌تواند. فکر و اندیشه را هم اگر بشود متمرکز کرد، خدا می‌داند چه کارهایی از آن و از قوای روحی متمرکز برمی‌آید. نماز تمرینی است برای این تمرکز.

نمازهای واجب ما، مقید به زمان‌های خاصی است و تأکید هم شده که هر نماز را در وقت خودش به جا آورید و حتی المقدور نماز را اول وقت بخوانید. این سبب می‌شود زندگی انسان نظم زمانی پیدا کند؛ یعنی انسان برای هر وقتی، فعالیت‌ی را تعریف کند. نماز نظم را بر زندگی انسان حاکم می‌کند؛ چون ناگزیر باید وقت‌های نماز را در برنامه‌ی زندگی پیش‌بینی کرد؛ عملاً وقت‌های دیگر هم توسط وقت‌های نماز تقسیم می‌شود و برای فعالیت‌های دیگر اختصاص پیدا می‌کند. انسان مدیریت زمان و برنامه‌ریزی برای اوقات زندگی را از نماز یاد می‌گیرد.

نکته آخر؛ وقتی همه‌ی مسلمان‌های عالم در نماز رو به یک نقطه می‌ایستند، به آنها شخصیت واحد و هویت واحدی می‌بخشد؛ یعنی نماز، تمام نمازگزاران جهان را با هر ملیتی، با هر زبانی، با هر نژاد و رنگ پوستی، به هم پیوند می‌دهد و در آنها یگانگی ایجاد می‌کند. یک کل واحد از این افراد متفرق با ملیت‌ها و نژادها و رنگ‌ها و زبان‌ها و فرهنگ‌های مختلف می‌سازد.

علی‌ای حال نماز آثار بسیار عجیب و عظیمی دارد که اگر انسان درباره‌اش فکر کند، می‌بیند که این نماز چه معجزه‌ای است! این واقعیت است که نماز کپسولی است که ویتامین همه‌ی عبادات مخلوقات هستی در آن جمع شده.

تا اینجا به جنبه‌های عرفانی نماز به صورت جدی وارد نشدیم. در مبحث سرّ عبادت، اگر توجه کنیم که نماز عالی‌ترین عبادت است، جنبه‌های عرفانی نماز را بیشتر می‌فهمیم. توصیه هم کردم که دو کتاب امام‌رضوان‌الله‌تعالی‌علیه، کتاب *آداب‌الصلاة* و کتاب *سرّ‌الصلاة* را هم بخوانید؛ برای آنکه بفهمید ابعاد عرفانی نماز چیست؛ ولو سخت است؛ ولو کمی سنگین است و با ادبیات ساده‌ی روزنامه‌ای نوشته نشده؛ اما

می‌ارزد. هر یک صفحه‌اش را که انسان می‌خواند، خدا می‌داند با چه معارف بلند لطیف معنوی آشنا می‌شود و از این طریق به تدریج به لایه‌های عمیق نماز می‌تواند نزدیک شود.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَ عَجِّلْ فَرَجَهُمْ