

آثار نماز بر رفتار انسان از منظر قرآن کریم و روایات

زهرا گنجلو ولدی^۱

چکیده

این مقاله به بررسی عمیق و جامع تأثیرات نماز بر رفتار انسان، با استناد به آیات قرآن کریم و روایات معصومین (علیهم السلام) می‌پردازد. نماز، به عنوان یکی از مهم‌ترین عبادات در دین اسلام و دومین رکن از ارکان دین، نه تنها یک فریضه دینی است، بلکه ابزاری تربیتی و اصلاحی در زندگی فردی و اجتماعی مسلمانان محسوب می‌شود. با وجود اهمیت فراوان نماز در تقویت ابعاد رفتاری و ایجاد حس مسئولیت‌پذیری، بسیاری از افراد به تأثیرات عمیق آن بر رفتارهای روزمره خود توجه کافی ندارند، توجه به این نوشتار می‌تواند گامی در راستای توسعه شناخت آثار رفتاری نماز باشد. این تحقیق با استفاده از روش توصیفی و استناد به منابع معتبر، ابعاد مختلف این تأثیرات را به خصوص در بعد فردی، مورد بررسی قرار داده و هدف آن ارائه دیدگاهی جامع و علمی درباره نقش نماز در شکل‌گیری رفتارهای اخلاقی و اجتماعی انسان‌ها است. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که نماز در بعد فردی، دارای آثار کلیدی بر رفتار انسان است، از جمله: پاکسازی آلودگی‌های رفتاری، بازداري از فساد، عاقبت به خیری اعمال، رهایی از اسارت و بندگی غیر خدا، و برکت و سامان یافتن اعمال انسان. این مقاله با تبیین این آثار، خلاء موجود در زمینه بررسی تأثیرات نماز بر رفتار انسان را مرتفع ساخته و دیدگاهی جامع در این خصوص ارائه می‌دهد.

کلید واژه: آثار فردی، اعمال، رفتار، نماز.

۱. سطح دو؛ حوزه علمیه آبیک.

مقدمه

نماز به عنوان یکی از مهم‌ترین عبادات در دین اسلام، نقش بسزایی در شکل‌گیری رفتار و اخلاق انسان‌ها دارد. با توجه به آیات قرآن کریم و روایات معصومین (علیهم‌السلام)، این عمل عبادی نه تنها به عنوان یک فریضه دینی بلکه به عنوان یک ابزار تربیتی و اصلاحی در زندگی فردی و اجتماعی مسلمانان مطرح است. با این حال، بسیاری از افراد به تأثیرات عمیق نماز بر رفتارهای روزمره خود توجه کافی ندارند و این موضوع نیازمند بررسی و تحلیل دقیق‌تری است.

اهمیت نماز در دین اسلام به حدی است که به عنوان دومین رکن از ارکان دین شناخته می‌شود و در قرآن و سنت به تکرار بر آن تأکید شده است. نماز نه تنها وسیله‌ای برای ارتباط با خداوند است، بلکه به عنوان عاملی مؤثر در تقویت روحیه، افزایش آرامش و ایجاد حس مسئولیت‌پذیری در انسان‌ها عمل می‌کند.

در دنیای پرچالش امروز، درک و توجه به آثار نماز بر رفتار انسان می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی فردی و اجتماعی کمک کند، از این رو پرداختن به موضوع مورد بحث اهمیت فراوانی دارد. به علاوه، آشنایی با آثار فردی نماز، انسان را برای اهتمام به این فریضه الهی، ترغیب می‌سازد.

محور اصلی این مقاله بررسی تأثیرات فردی نماز بر رفتار انسان از منظر قرآن و روایات است. این تحقیق با استفاده از روش توصیفی و استناد به آیات و احادیث معتبر، سعی دارد ابعاد مختلف این تأثیرات را مورد بررسی قرار دهد. با تحلیل داده‌ها و نتایج به‌دست‌آمده، هدف این مقاله ارائه یک دیدگاه جامع و علمی درباره نقش نماز در شکل‌گیری رفتارهای اخلاقی و اجتماعی انسان‌ها است.

آنچه به نظر می‌رسد این است که از دیدگاه دین اسلام و بر اساس آیات و روایات متعدد، نماز عاملی برای رابطه انسان با خدا و وسیله برای رشد انسان است. در کنار آن، تأثیر مستقیم بر اعمال انسان دارد و از این طریق نیز اسباب رشد معنوی انسان را فراهم خواهد کرد.

این پژوهش بر این فرضیه استوار است که نماز، به عنوان یک فریضه الهی، تأثیرات عمیقی بر رفتار انسان دارد. این تأثیرات شامل پاکسازی آلودگی‌های رفتاری، بازداري از فساد و منکرات، و همچنین تضمین عاقبت‌به‌خیری و رهایی از بندگی غیر خدا می‌شود. در نهایت، فرض می‌شود که نماز به سامان‌دهی و برکت یافتن امور زندگی فردی و اجتماعی کمک شایانی می‌کند.

در مورد موضوع مورد بحث آثاری نوشته شده است که از جهاتی با نوشتار حاضر ارتباط دارد. برخی از این آثار عبارتند از:

۱. مقاله: *آثار نماز بر زندگی*؛ مهسا تیموری. سال ۱۴۰۲. نویسنده در این مقاله در مورد آثار نماز در زندگی انسان بحث کرده است و نظریات اندیشمندان را در این خصوص بیان کرده است. تفاوت آن با مقاله حاضر در این است که محور مقاله حاضر آیات و روایات است.

۲. مقاله: *آثار نماز در اخلاق فردی*؛ فهیمه نجف پور. مجله فقه و حقوق معاصر سال ۱۳۹۷. در این مقاله نیز نویسنده نظریات مختلف در مورد آثار دنیایی نماز بر اخلاق انسان را بیان کرده است. با این تفاوت که مقاله حاضر آثار نماز در بعد رفتار فردی را مورد نظر دارد.

۳. مقاله: *آثار علمی روانشناختی و تربیتی نماز*؛ غلامرضا متقی فرد. مجله فقه تربیتی سال ۱۳۸۹. در این مقاله نویسنده سعی بر این داشته است که ابعاد تربیتی نماز را برجسته سازد. این مقاله نیز با توجه به اینکه تمرکز بر آثار رفتاری نماز ندارد با مقاله حاضر تفاوت دارد.

۴. کتاب: *شناختنامه نماز*؛ محمد محمدی ری شهری. در این کتاب نویسنده آیات و روایات پیرامون نماز و اهمیت آن را بیان کرده است که برخی از آنها ناظر به آثار نماز است. موضوع این کتاب اعم از مباحث مقاله حاضر است.

بر اساس تحقیق صورت گرفته اثری که آثار نماز بر رفتار انسان را به طور خصوص مورد توجه قرار داده باشد یافت نشد؛ از این رو مقاله حاضر می تواند خلأ موجود در این زمینه را مرتفع سازد.

الف) مفهوم شناسی

پیش از آغاز مباحث اصلی این نوشتار، ابتدا در مورد برخی از مفاهیم کلیدی توضیح داده و معنای آن در لغت و اصطلاح بیان می گردد.

۱) نماز

نماز در لغت به معنای دعا و نیایش است و به عنوان یک عمل عبادی، به ارتباط انسان با خداوند اشاره دارد.^۱ این واژه در زبان آیات و روایات با عنوان «صلاة» از ریشه «صلی» به معنای طلب و درخواست گرفته شده و نشان دهنده حالتی از خشوع و فروتنی در برابر پروردگار است.^۲ در فرهنگ اسلامی، نماز به عنوان یک فریضه مهم و واجب در زندگی مسلمانان شناخته می شود.

در اصطلاح، نماز به مجموعه‌ای از اعمال و اذکار خاص گفته می شود که در زمان‌های معین و با نیت قربت به خداوند انجام می گیرد. این عمل شامل قیام، رکوع، سجود و قرائت سوره‌هایی از قرآن است و به عنوان یکی از ارکان دین اسلام، در زندگی روزمره مسلمانان نقش بسزایی دارد.^۳ نماز به عنوان وسیله‌ای برای تقویت ایمان و ارتباط با خدا، به فرد کمک می کند تا در مسیر رشد و تعالی قرار گیرد.

نماز به اعتبارات مختلف، دارای اقسام مختلفی است. از جمله مهمترین اقسام آن، نماز واجب و مستحب است که در اصطلاح، به نماز واجب فریضه و به نماز مستحب، نافله گفته می شود.^۴ در این نوشتار همه اقسام نماز مورد نظر است و سعی بر این است که آثار انواع نماز بر رفتار انسان بر اساس تعالیم اسلامی تبیین شود.

۱. نفیسی، فرهنگ نفیسی، ج ۵ ص ۳۷۶۵؛ دهخدا، فرهنگ متوسط دهخدا، ج ۲ ص ۳۰۳۸؛ برهان، فرهنگ برهان قاطع، ص ۹۰۹.

۲. صعیدی، الإفصاح فی فقه اللغة، ج ۲ ص ۱۲۷۳؛ فراهیدی، العین، ج ۷ ص ۱۵۴؛ ابن منظور، لسان العرب، ج ۱۴ ص ۴۶۴.

۳. مصطفی ابراهیم، المعجم الوسیط، ج ۱ ص ۵۲۲؛ احمدنگری، جامع العلوم، ج ۲ ص ۲۴۷.

۴. طریحی، مجمع البحرین، ج ۵ ص ۴۸۵.

(۲) رفتار

رفتار در لغت به معنای نحوه عمل و کنش فرد در موقعیت‌های مختلف است.^۱ رفتار می‌تواند شامل اعمال فیزیکی، گفتاری و احساسی باشد و به نوعی نشان‌دهنده شخصیت و ویژگی‌های فردی افراد است. در زبان عربی، واژه "عمل" به عنوان معادل این مفهوم به کار می‌رود و به معنای انجام دادن یا به فعلیت رساندن یک عمل است.^۲

در اصطلاح، رفتار به مجموعه‌ای از واکنش‌ها و کنش‌های فرد در پاسخ به محرک‌های داخلی و خارجی اطلاق می‌شود. این مفهوم شامل تمامی فعالیت‌های فیزیکی، عاطفی و شناختی است که فرد در تعامل با محیط و دیگران انجام می‌دهد. رفتار می‌تواند تحت تأثیر عوامل مختلفی از جمله فرهنگ، تربیت، محیط اجتماعی و تجربیات فردی قرار گیرد.

در اصطلاح دینی، معمولاً مفهوم رفتار یا عمل در مقابل مفهوم عقیده و اخلاق قرار دارد. به عبارت دیگر، تعالیم دینی را در سه حیطه اعمال و رفتار، اخلاق و عقاید می‌توان خلاصه کرد^۳ که محور اول مرتبط با بحث این مقاله است.

۱. نفیسی، فرهنگ نفیسی، ج ۳ ص ۱۶۷۳.

۲. ازهری، تهذیب اللغة، ج ۲ ص ۲۵۵.

۳. رضایی، تفسیر قرآن مهر، ج ۸ ص ۳۴۳.

«إِنَّ الصَّلَاةَ إِذَا ارْتَفَعَتْ فِي أَوَّلِ وَقْتِهَا رَجَعَتْ إِلَى صَاحِبِهَا وَهِيَ بَيَاضٌ مُشْرِقٌ تَقُولُ حَفِظْتَنِي حَفِظَكَ اللَّهُ وَإِذَا ارْتَفَعَتْ فِي غَيْرِ وَقْتِهَا بَغَيْرِ حُدُودِهَا رَجَعَتْ إِلَى صَاحِبِهَا وَهِيَ سَوْدَاءُ مُظْلِمَةٌ تَقُولُ ضَيَّعْتَنِي ضَيَّعَكَ اللَّهُ؛ هُنْكَامِي كِه نَمَاز دَر اَوَّل وَقْت خَوَانْدِه شُود بِه سَوِي صَاحِبِش بَازْمِي گَرْدَد دَر حَالِي كِه سَفِيد وَ نَوْرَانِي اِسْت وَ بِه اُو مِي گُويَد: مَرَا مَحْفُوظ دَاشْتِي خَدَاوَنْد تُو رَا حَفْظ كَنْد وَ هُنْكَامِي كِه دَر غَيْر وَقْت وَ بَدُون رِعَايَت حُدُود اَنْجَام شُود بِه صَاحِبِش بَازْمِي گَرْدَد دَر حَالِي كِه سِيَاه وَ تَارِيك اِسْت وَ بِه اُو مِي گُويَد: مَرَا ضَايَع كَرْدِي خَدَا تُو رَا ضَايَع كَنْد.»^۱

اين حديث اشاره اهميت نماز اول وقت و نقش آن در سامان يافتن امور دارد. هنگامي كه انسان نماز را در موقع خود انجام دهد، مشمول دعا و بركات نماز مي شود و اين امر نوعي سامان و دوري از آشفتگي در زندگي انسان ايجاد مي كند.^۲

در همين راستا از نبي اكرم (صلي الله عليه و آله) منقول است:
«إِنَّمَا مَثَلُ الصَّلَاةِ فِي الدِّينِ مَثَلُ الْعَمُودِ مِنَ الْفُسْطَاطِ إِذَا قَامَ الْعَمُودُ ارْتَفَعَتِ الْأُتُنَابُ وَالْأَوْتَادُ وَإِذَا سَقَطَ الْعَمُودُ لَمْ تَنْفَعِ الْأَوْتَادُ؛ مَثَلُ نَمَاز دَر دِين مَآئِنْد سَتُون خِيمِه اِسْت. هُنْكَامِي كِه سَتُون بَرِپَا بَاشَد، طُنَابِهَا وَ مِيخِهَا بَالَا مِي رَوْنَد وَ اِگَر سَتُون بِيْفْتَنَد، مِيخِهَا هِيچ فَايْدِه اَي نَخَوَاھَنْد دَاشْت.»^۳

بر اساس حديث پيامبر اكرم (صلي الله عليه وآله)، نماز به عنوان ستون خيمه دين، نقش حياتي در ايجاد انسجام و سامان در زندگي انسان دارد. همان طور كه ستون خيمه باعث استحکام و پايداري آن مي شود، نماز نيز موجب تقويت ارتباط فرد با خداوند و نظم دهی به امور زندگي مي گردد. با برقراري اين ارتباط معنوي، انسان مي تواند در مواجهه با چالش ها و مشكلات، استقامت بيشتري داشته باشد. در نتيجه، نماز به عنوان يك عامل كليدي، به سامان دهی و بهبود كيفيت زندگي و كارهاي روزمره انسان كمك مي كند. در نقطه مقابل آن نيز اگر نماز ضايع شود، اعمال انسان رو به تباهي رفته و ضايع مي شود.^۴

۱. شيخ طوسي، تهذيب الأحكام، ج ۲ ص ۲۳۹.

۲. مكارم شيرازي، پيام امام، ج ۱۱ ص ۳۸۳.

۳. برقي، المحاسن، ج ۱ ص ۴۴؛ كليني، الكافي، ج ۳ ص ۲۶۶؛ فيض كاشاني، راه روشن، ج ۱ ص ۵۳۴.

۴. دستغيب، گناهان كبيره، ج ۲ ص ۱۸۹.

نتیجه‌گیری

این مقاله به بررسی عمیق تأثیرات نماز بر رفتار انسان از منظر قرآن کریم و روایات معصومین (علیهم السلام) پرداخت. نماز، به عنوان یکی از مهم‌ترین عبادات در دین اسلام، نه تنها یک فریضه دینی است، بلکه ابزاری تربیتی و اصلاحی برای زندگی فردی و اجتماعی مسلمانان محسوب می‌شود. این تحقیق با تحلیل متنی آیات و احادیث معتبر، ابعاد مختلف این تأثیرات را مورد بررسی قرار داد و نشان داد که نماز نقش محوری در شکل‌گیری رفتارهای انسان‌ها ایفا می‌کند.

محورهای اصلی نتیجه‌گیری:

• پاکسازی آلودگی‌های رفتاری:

- نماز به عنوان یک عمل عبادی و ارتباط مستقیم با خداوند، عاملی مؤثر در پاکسازی رفتار انسان از آلودگی‌ها و ناپاکی‌ها است.
- آیه (إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ) و روایات متعدد، از جمله کلام امام علی (علیه السلام) در مورد رفع غم گناه با دو رکعت نماز، این نقش را تأیید می‌کنند.
- نماز با شستشوی گناهان و پاک کردن خطاها، به تصفیه و پالایش اعمال و رفتار مؤمن کمک کرده و به بهبود و تعالی رفتار فردی و اجتماعی منجر می‌شود.

• بازسازی از فساد:

- نماز با ایجاد پیوندی عمیق میان انسان و خداوند، نه تنها گناهان را می‌زداید بلکه به عنوان یک نیروی بازدارنده قوی در برابر زشتی‌ها و اعمال ناپسند عمل می‌کند.
- حضور قلب و توجه به معبود در نماز، سدی محکم در برابر وسوسه‌های شیطانی و فسادهای رفتاری ایجاد کرده و انسان را به سوی صلاح و درستی رهنمون می‌گردد.

• عاقبت به خیری اعمال:

- نماز با یادآوری مداوم خداوند، انسان را از گناهان دور کرده و زمینه ساز عاقبت به خیری در زندگی فرد می‌شود.
- روایات مبنی بر دور کردن شیطان از نمازگزار در لحظه مرگ و تلقین شهادتین به او، و کلام امام علی (علیه السلام) که نماز را پناهگاهی در برابر حملات شیطان می‌دانند، این نقش را برجسته می‌سازند.

- نماز به عنوان سپری در برابر وسوسه‌های شیطانی عمل کرده و انسان را به سوی نیکی‌ها هدایت می‌نماید، که این امر به توبه و جدایی از گناه و در نهایت عاقبت به خیری منجر می‌شود.

• رهایی از اسارت و بندگی غیر خدا:

- نماز به عنوان یک عبادت خالصانه، نشان‌دهنده بندگی و تسلیم انسان در برابر خداوند است و فرد را از اسارت و بندگی غیر خدا رها می‌کند.
- نماز با تقویت ایمان و توکل به خدا، انسان را از وابستگی به معبودان و اربابان مختلف رها کرده و به او استقلال می‌بخشد و آرامش درونی را به ارمغان می‌آورد.

• برکت و سامان یافتن اعمال انسان:

- نماز به عنوان یک عبادت مهم، برکت و سامان‌دهی به کارهای انسان را در زندگی به ارمغان می‌آورد.
- حدیث امام باقر (علیه السلام) درباره بازگشت نماز اول وقت به صورت سفید و نورانی و دعای خیر برای نمازگزار، و حدیث پیامبر (صلی الله علیه و آله) که نماز را ستون خیمه دین می‌دانند، نشان‌دهنده نقش نماز در نظم‌دهی و استحکام زندگی است.
- نماز با ایجاد نظم و انضباط در زندگی و تقویت روحیه و انگیزه، به بهبود کیفیت زندگی و موفقیت در امور روزمره کمک می‌کند و در نقطه مقابل، ضایع شدن نماز به تباهی اعمال انسان منجر می‌شود.

حاصل این است که نماز، فراتر از یک فریضه دینی، ابزاری قدرتمند برای پالایش روح، بازدارندگی از فساد، تضمین عاقبت‌به‌خیری، رهایی از وابستگی‌های دنیوی و سامان‌دهی امور زندگی است. این عبادت، با ایجاد ارتباط عمیق با خداوند، انسان را در مسیر رشد و تعالی قرار داده و به او در دستیابی به آرامش و سعادت در دنیا و آخرت یاری می‌رساند. بنابراین، توجه و پایبندی به نماز، کلید بهبود کیفیت زندگی فردی و اجتماعی و ارتقاء رفتارهای اخلاقی است.

فهرست منابع

- * قرآن کریم، ترجمه مکارم شیرازی.
- * نهج البلاغه، ترجمه مکارم شیرازی.
۱. برهان، محمد حسین، فرهنگ برهان قاطع، تهران: نیما، چاپ اول، ۱۳۸۰.
 ۲. دستغیب، عبدالحسین، گناهان کبیره، قم: جامعه مدرسین، چاپ ششم، ۱۳۸۸.
 ۳. دهخدا، علی اکبر، فرهنگ متوسط دهخدا، تهران: دانشکده ادبیات، چاپ دوم، ۱۳۹۰.
 ۴. رضایی، محمد علی، تفسیر قرآن مهر، تهران: پژوهش های تفسیر و علوم قرآن، چاپ اول، ۱۳۸۷.
 ۵. فیض کاشانی، محسن، راه روشن، مشهد: آستان قدس رضوی، چاپ اول، ۱۳۷۲.
 ۶. قرائتی، محسن، تفسیر نور، تهران: درسهای از قرآن، چاپ اول، ۱۳۸۸.
 ۷. محمدی ری شهری، محمد، شناختنامه نماز، قم: دارالحديث، چاپ اول، ۱۳۹۲.
 ۸. _____ حکمت نامه پیامبر اعظم (ص)، قم: دارالحديث، چاپ اول، ۱۳۸۶.
 ۹. _____ میزان الحکمه، قم: دارالحديث، چاپ یازدهم، ۱۳۸۹.
 ۱۰. مشکینی، علی، تفسیر روان، قم: دارالحديث، چاپ اول، ۱۳۹۲.
 ۱۱. مکارم شیرازی، ناصر، پیام امام، قم: امام علی بن ابیطالب، چاپ اول، ۱۳۸۸.
 ۱۲. _____ تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ سی و دوم، ۱۳۷۴.
 ۱۳. نفیسی، علی اکبر، فرهنگ نفیسی، تهران: خیام، چاپ اول، بی تا.
 ۱۴. ابراهیم، مصطفی، المعجم الوسیط، استامبول: دارالدعوة، چاپ اول، ۱۹۸۹ م.
 ۱۵. ابن بابویه، محمد بن علی، علل الشرائع، قم: داوری، چاپ اول، ۱۳۸۵.
 ۱۶. _____ من لایحضره الفقیه، قم: جامعه مدرسین، چاپ سوم، ۱۴۱۳ ق.
 ۱۷. احمدنگری، عبدالنبی، جامع العلوم، بیروت: الأعلمی، چاپ دوم، ۱۳۹۵ ق.
 ۱۸. ازهری، محمد، تهذیب اللغة، بیروت: داراحیاء التراث، چاپ اول، ۱۴۲۱ ق.
 ۱۹. انصاری، ابن منظور، لسان العرب، بیروت: دار الفکر، چاپ سوم، ۱۴۱۴ ق.

٢٠. برقى، احمد بن محمد، المحاسن، قم: دارالكتب الاسلامى، چاپ دوم، ١٣٧١.
٢١. حرّ عاملی، محمد بن حسن، تفصيل وسائل الشيعة، قم: آل البيت، چاپ سوم، ١٤١٦ق.
٢٢. سيوطى، عبدالرحمن، الدر المنثور، قم: كتابخانه آيت الله مرعشى نجفى، چاپ اول، ١٤٠٤ق.
٢٣. صعيدى، عبدالفتاح، الإفصاح فى فقه اللغة، قم: الاعلام الاسلامى، چاپ چهارم، ١٤١٠ق.
٢٤. طباطبائى، محمد حسين، الميزان فى تفسير القرآن، بيروت: العلمى، چاپ دوم، ١٣٩٠ق.
٢٥. طريحي، فخرالدين، مجمع البحرين، تهران: مرتضوى، چاپ سوم، ١٣٧٥.
٢٦. طبرسى، فضل بن حسن، مجمع البيان، تهران: ناصر خسرو، چاپ سوم، ١٣٧٢.
٢٧. طوسى، محمد بن حسن، التبيان فى تفسير القرآن، بيروت: دار احياء الكتب، چاپ اول، بيتا.
٢٨. _____ تهذيب الأحكام، تهران: إسلامية، چاپ اول، ١٣٦٥.
٢٩. فراهيدى، خليل بن احمد، العين، قم: هجرت، چاپ دوم، ١٤٠٩ق.
٣٠. فيض كاشانى، محسن، تفسير صافى، تهران: صدر، چاپ دوم، ١٤١٥ق.
٣١. كلينى، محمد بن يعقوب، الكافى، تهران: دارالكتب الاسلاميه، چاپ چهارم، ١٤٠٧ق.
٣٢. مجلسى، محمد باقر، بحار الأنوار، بيروت: داراحياء التراث، چاپ سوم، ١٤٠٣ق.