

موانع حضور قلب در نماز

بس گل حیدری^۱

چکیده

حضور قلب، یعنی توجه به خداوند، اطمینان خاطر، توجه قلبی به خداوند و احساس وجود او در همه جاست؛ به گونه‌ای که انسان خدا را انیس خود بداند. همچنین به معنای فارغ ساختن دل از غیر کاری که به آن مشغول است. نماز، نخستین فریضه و عملی است که انسان در قیامت درباره آن، بازجویی می‌شود. حضور قلب، یکی از شرایط قبولی نماز است و رعایت سایر شرایط قبولی نماز برای رسیدن به این مقصود نیز ضروری است. حضور قلب، روح عبادت است و عبادت بدون آن پذیرفته نیست هرچند برحسب تکلیف ظاهری صحیح باشد. از این رو ضرورت دارد تا به بررسی موانع حضور قلب در نماز پرداخته شود تا عمل ما مورد قبول حق تعالی قرار بگیرد. موانع دو قسم می‌باشد موانع درونی و بیرونی. موانع درونی شامل: وسوسه شیطان، دنیاپرستی، تندخوانی و شتابزدگی، پرخوری، پرخواهی، هرزه‌گی قوه خیال، وسواس در قرائت، کسالت و خستگی، خودنمایی، و موانع بیرونی حضور قلب شامل: بیهوده‌گویی، چشم‌چرانی، جلوگیری از بول، احکام فقهی و ظاهری، گناه، حواس ظاهری، عادت، می‌شود. این تحقیق در صدد است تا به روش توصیفی و ابزار کتابخانه‌ای به بررسی موانع حضور قلب در نماز هر چند به صورت اجمالی پرداخته شود.

واژگان کلیدی: حضور قلب، موانع بیرونی، موانع درونی، نماز

^۱ طلبه سطح دو حوزه فاطمیه (س)، نجف آباد

مقدمه

امام باقر علیه السلام می‌فرماید: «علیک بالاقبال علی صلاتک فانما یحسب لک فیها ما اقبلک علیه منها بقلبک»^۱؛ برتوست که در نماز توجه قلبی داشته باشی، همانا از نماز، آن مقداری که با قلبت، توجه به نماز داشتی برایت محسوب می‌شود.

نماز یکی از اعمال دینی است که انجام آن برای هر فرد مسلمانی واجب می‌باشد. بعد از اصول دین و بعد از مسأله امامت و ولایت نماز مهم‌ترین فروع دین و مهم‌ترین عبادات محسوب می‌شود. نمازگزار به خاطر وجوب نمازهای یومیّه ناچار است از تمام آلودگی‌های ظاهر در درجه‌های اول و سپس از آلودگی‌های باطن خود را حفظ کند تا شرایط صحت و قبولی تحقق یابد. یک شرط از شرایط عبادت حضور قلب است و نماز بی‌توجه و حضور قلب تنها یک سری الفاظ و حرکاتی است که انجام می‌گیرد. سزاوار است که نمازگزار در تمام گفتار و افعال نماز حضور قلب داشته باشد زیرا انسان آن‌چه را که هنگام نماز به آن توجه داشته به حسابش گذاشته می‌شود و آن‌چه را که به آن توجه نداشته به حساب نماز نمی‌گذارند. با کمال تأسف غالب مردم این جان‌مایه حرکت به سوی قله تکامل را چنان که باید نمی‌شناسند و آن‌چه که شاید از آن بهره‌نمی‌برند. بنابراین این مقاله در صدد است موانع حضور قلب را با مطالعه‌ی در آثار مکتوب به روش کتابخانه‌ای بررسی کند. دراین زمینه مقالاتی نوشته شده است از جمله:

۱. بررسی موانع حضور قلب در نماز، در مثنوی معنوی نوشته دکتر علی اکبر باقری خلیلی که به بررسی موانع حضور قلب در مثنوی پرداخته و موضوع را ضیق کرده ولی مقاله حاضر به صورت کلی موانع حضور قلب را بیان نموده است.

^۱ فیض کاشانی، محمد بن شاه مرتضی، محجّه البیضاء، مصحح علی اکبر غفاری، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه،

۲. بررسی عوامل و موانع اقبال قلب در نماز از منظر روایات نوشته رسول مرادی که عوامل و موانع را آورده و در روایات است که این هم موضوع را جزئی تر نموده است.

۳. توجه و حضور قلب در نماز نوشته حجه الاسلام و المسلمین سید مرتضی مهری که این مقاله فقط حضور قلب را آورده پس با این عنوان کلی مقاله ای یافت نشد.

۱- موانع درونی حضور قلب در نماز

آنچه انسان را از نماز غافل می کند خطورات پستی است که در دل وجود دارد و انسان را به خود مشغول می سازد لذا باید علت و سبب این خطورات را شناخت. سبب بروز آنها در دل از دو قسم بیرون نیست یا چیزی خارج از ذات او که به آن موانع بیرونی گفته می شود و یا امری است باطنی و در ذات او که موانع درونی گفته می شود که در اینجا موانع درونی بازگو می شود که عبارتند از:

۱-۱- وسوسه شیطان

از مهمترین عوامل حواس پرتی، وسوسه شیطان در نماز است که نمازگزاران را به دام می اندازد؛ از جمله آن دام ها که در خیال نمازگزاران می پروراند «حضور قلب در نماز واجب نیست» می باشد تا نمازگزار در پی کسب حضور قلب نباشد.^۱

شیطان دائماً از طریق نفس اماره وارد عمل می شود و مرتباً انسان را وسوسه می کند و اگر از یک راه موفق نشد از طریق دیگر وارد عمل می شود تا مانع حضور همه جانبه انسان در محضر خدا گردد. رسول اکرم صلی الله علیه و آله می فرماید: «انَّ الْعَبْدَ إِذَا اشْتَغَلَ بِالصَّلَاةِ جَاءَهُ الشَّيْطَانُ وَقَالَ

^۱ اسفندیاری، محمد، و همکاران، نمازیه های ماندگار، چاپ نخست، تهران: مؤسسه فرهنگی دین پژوهی بشرا،

لَهُ: اذکر کذا، حتی یضِلَّ الرجل ان یدری کم صَلَّى؛^۱ هنگامی که بنده خدا مشغول نماز می‌شود، شیطان می‌آید و به انسان می‌گوید: این را بگو آن را بگو تا اینکه او نفهمد که چگونه نماز خوانده است. پس معلوم می‌گردد که وسوسه‌های شیطان همیشگی است و از راه‌های مختلف وارد می‌شود تا انسان را گمراه کند، هواهای نفسانی تیر لشکریان شیطان اند و به این سبب راه‌های نفوذ شیطان هم مختلف است.

«شیطان البته آن هیکل دم دراز شاخداری نیست که خیال عوام و نقاشان به شکل دیو مخوف تصویر می‌کنند بلکه یکی از موجودات نامرئی است که موثر در فکر و باعث تشویش ذهن و به هم زدن نیت خیر می‌باشد. او همان عاملی است که انسان را بر خلاف مصلحت و تشخیص عقل خود، به بدکاری تحریک می‌کند.»^۲

۲-۱- دنیاپرستی

دوستی دنیا منشا همه گناهان و اساس هر نقصان و سرچشمه همهء تباهی‌هاست.

آن کس که باطنش بر محبت دنیا سرشته شده و همش پیوسته در پی تحصیل دنیا اشتغال به حفظ و تکمیل آن است، آن هم نه به حد ضرورت، بلکه به خاطر محبت و لذت_ که دنیای مذموم هم همین دنیاست که آدمی را از ذکر و یاد خدا باز می‌دارد_ چنین کسی نباید انتظار داشته باشد که طعم محبت خدا را بچشد، و لذت مناجات با او را آنچنان که زاهدان در نماز و دیگر عبادات و طاعات خود می‌چشند دریابد. زیرا کسی که از کسب دنیا خوشحال شود، قطعاً از توجه به خدا و مناجات با او خوشحال و مسرور نخواهد شد، و همت آدمی متوجه چیزی است که دلباخته و علاقمند به آن باشد، اگر دلباخته دنیا باشد، همتش هم در پی آن است و اگر علاقمند به نماز باشد،

^۱ مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، مصحح علی اکبر غفاری، بیروت: داراحیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ق، ج ۸۴

همتش نیز متوجه آن خواهد بود. دنیا وسیله‌ای است جهت رسیدن به هدف، نه نهایت آرزو و کمال مطلوب بشری^۱

۳-۱- تندخوانی و شتابزدگی

از موجبات حواس پرتی، تندخوانی و تعجیل در اتمام نماز است، که علت سریع خوانی هم، عدم اهتمام در نماز است، چرا که چنین افرادی، نماز را فقط برای رفع تکلیف می‌خوانند، لذا با کراهت و بی‌میلی عبادت را انجام می‌دهند و در نتیجه احساس خستگی می‌کنند. نماز با عجله نمی‌تواند با حضور قلب باشد، چرا که فکر، خیال و قلب چنین آدمی دائماً متوجه اتمام نماز و عمل بعد از نماز می‌باشد. انگیزه تندخوانی، حاضر شدن نزد محبوب کذابی است و از اینکه چند لحظه‌ای نزد کسی که قلبش متوجه او نیست ایستاده، رنج می‌برد و می‌خواهد هرچه سریع‌تر به طرف کسی یا کاری که دوست دارد پرواز کند. اگر کسی قلبش متوجه خدا باشد و از این حضور راضی باشد، لزومی برای تندخوانی و فرار از نماز نمی‌بیند، چون در محضر کسی است که باید باشد، لذا تمام حواسش را متمرکز محبوب واقعی می‌نماید.^۲

۴-۱- پرخوری

پرخوری علاوه بر زیان‌های جسمی و فیزیولوژیکی، آسیب‌های روحی و روانی نیز دارد، که از جمله ناراحتی‌های روحی آن، مانع بودن از قلب در نماز است. و در روایتی از رسول اکرم (صلی‌الله‌علیه‌وآله) داریم که:

^۱ الهامی نیا، علی اصغر، طاهرزاده، غلامعباس، اخلاق عبادی، چاپ دوم، افق فردا، پاییز ۱۳۷۹، ص ۱۳۴

^۲ بدیعی، محمد، حضور قلب در نماز «از دیدگاه عالمان ربانی و عارفان الهی»، چاپ دوم، انتشارات تشیع،

بهار ۱۳۷۸، ص ۴۹

همانطور که نماز، عامل بازدارنده از گناه است، فحشا و منکرات نیز مانع حضور قلب در نماز است. نماز و گناه رابطه متقابل و متضاد دارند. کسی که اهل فحشا و منکر است، توفیق تحصیل حضور قلب در نماز را ندارد، چرا که گناه اثر منفی خود را در نماز می‌گذارد و از طرفی نماز به اندازه حضور قلب در آن، بازدارنده از معصیت و بزه کاری می‌باشد. مسلماً نماز با حضور قلب را اراده کرده است، چرا که حضور قلب یعنی حاضر شدن قلب در محضر خدا که مبدا پاکی‌هاست و قلب آدم فاسق، فاجر و گناهکار نزد گناهان است، نه خدا. گناهان، لذت مناجات را از انسان می‌گیرد و با گرفتن لذت و شیرینی عبادت، حضور قلب هم خواهدرفت، به همین جهت کمترین برخورد خدا با گناهکار، گرفتن لذت مناجات است.^۱

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «خداوند به داوود فرموده است: قرار نده میان من و خودت عالمی را که شیفته دنیا است، چون این شخص از راه محبت من جلوگیری می‌کند، این‌ها دزدان راه بندگانی هستند که به سمت من می‌آیند، کمترین کاری که من با آنها می‌کنم این است که شیرینی مناجاتم را از قلبشان می‌گیرم.»^۲

کسی که غرق در شهوات و گناهان است، حق معنویات و نماز را تباه می‌کند. با خدا بودن، منافات با اسارت در شهوات و گناه و آلودگی دارد. مسلماً روح و قلبی که به گناه عادت کرده و انس گرفته نمی‌تواند قبله خدا و محل توجه او باشد. خیانت به مردم، کلاهبرداری، رشوه خواری، دزدی، ربا، شراب خواری، تهمت، دروغ، غیبت و... با نماز به همراه حضور قلب، منافات دارد، چون قلبی نمی‌ماند تا در آن، خدا جلوه کند، هرچه هست غیر خداست. کسی که دلش همراه گناه و بزه کاری است، اگر نماز بخواند نماز تکلیفی می‌خواند، چرا که نماز توأم با گناه، مساوی است

^۱ عزیزی تهرانی، همان، ص ۵۵

^۲ طبرسی، علی بن حسن، مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار، مترجم عبدالله محمدی، قم: دارالثقلین، ج ۱، ۱۳۷۹، ص

با نماز بی‌حضور، و نماز عاری از گناه مساوی است با نماز با حضور، که برای لذت بردن و به کمال رسیدن است.^۱

۶-۲- حواس ظاهری

یکی از عوامل حواس پرتی، متوجه شدن به امور خارجی است، چرا که قلب و ذهن به منزله حوضی هستند که این پنج حس به آن می‌ریزند و به واسطه آنها صورت‌های معانی بر قلب وارد می‌شود؛ به طوری که به واسطه دیدن تصویری یا شنیدن صدایی چندین صورت خیالی بر ذهن وارد می‌شود و قلب را مشغول خود می‌کند. اگر هنگام نماز، گوش آدمی چیزی را بشنود یا چشم، چیزی را ببیند، حواس و ذهن نمازگزار متوجه آن شنیدنی (مسموع) یا تصویر می‌گردد و از خدا و توجه به او غافل می‌گردد و چه بسا با شنیدن یک کلمه، خاطره‌های زیادی در ذهن او نقش بندد و تا آخر نماز، او را مشغول بدارد.

۷-۲- عادت

از اسباب بی‌توجهی و غفلت در نماز، عادت به عبادت است؛ به این معنا که انسان، اصل نماز و افعال و اذکار آن را از روی عادت به جا آورد؛ به طوری که به حقیقت و روح نماز (حضور قلب) توجه نداشته باشد. اولاً، عادت یعنی انس و خوی گرفتن به عملی یا چیزی، به گونه ای که آدمی، به راحتی و بدون زحمت و به صورت خودکار، آن عمل را انجام دهد. ثانیاً، عادت اقسامی دارد: عادت فعلی و انفعالی. عادت‌تی که انسان تحت تأثیر یک عامل خارجی عملی را انجام دهد. ثالثاً، عادات انفعالی، نشانه‌ها و ویژگی‌هایی دارد که ذکر می‌کنیم: ۱- برای انسان، حالت انس ایجاد کرده و موجب اسارت و وابستگی انسان به عمل یا چیزی می‌گردد؛ به طوری که اختیار، اراده و آزادی را از انسان سلب می‌کند و در حقیقت، این انسان نیست که عمل می‌کند، بلکه خود عمل به صورت خودکار، بدون اراده ی آدمی از روی عادت انجام می‌شود. ۲- عادت انفعالی، ارزش و آثار سازنده ی یک عمل را از میان می‌برد؛ یعنی اگر یک کار و عمل اخلاقی و خدایی به صورت

^۱ عزیزی تهرانی، همان، ص ۵۵

عادت درآید، ارزش خود را از دست می دهد، چرا که ارزش عمل به آگاهانه و ارادی بودن آن است و عمل معتاد به صورت عادت و ناخودآگاه و خودکار انجام می شود، که در نتیجه از محتوای حقیقی خود خالی می شود. به عبارت دیگر، ارزش هرکاری به آن است که اراده و توجه آدمی به آن کار تعلق گیرد، در حالی که عادت موجب می شود اراده و روح عمل (توجه) از آدمی سلب شود؛ به گونه ای که عمل، خودکار و ماشین وار انجام گیرد. ۳- کاری که در ابتدا مشکل به نظر می آید، با تمرین و تکرار آسان می شود؛ به گونه ای که به صورت عادت درمی آید و هرچه بر عادت افزوده شود، کار آسان تر و ساده تر انجام می گیرد. ۴- عملی که به صورت عادت درآید، ترک آن مشکل می گردد؛ ۵- هرچه بر عادت انسان افزوده شود، از توجهش به عمل کم می شود؛ یعنی عمل او بر اثر عادت، از حالت ارادی و آگاهانه بودن خارج شده و به یک عمل غیرآگاهانه تبدیل می شود. این که روح و حقیقت بیشتر اعمال و سنت های مذهبی فراموش شده، به همین جهت است که آن امور به صورت عادت درآمده و روح اعمال، فراموش شده و تنها ظاهر اعمال، هدف قرار گرفته است. از آنجایی که حضور قلب در نماز بستگی به میزان آگاهی و توجه قلبی نمازگزار دارد، اگر نماز، به صورت عادت و غیرآگاهانه درآید، موجب غفلت و حواس پرتی خواهد شد؛ تا آن جا که موجب می شود گاهی انسان تمام افعال و اذکار را از روی عادت انجام دهد، بدون این که بفهمد چه کرده است. گاهی طولانی کردن نماز (رکوع و سجود) به صورت عادت درمی آید و لذا ارزش خود را از دست می دهد. امام صادق (علیه السلام) می فرماید:

«لَا تَنْظُرُوا إِلَى طَوْلِ رُكُوعِ الرَّجُلِ وَ سَجُودِهِ فَإِنَّ ذَلِكَ شَيْءٌ اِعْتَادَهُ فَلَوْ تَرَكَهُ اِسْتَوْحَشَ لَذَلِكَ وَ لَكِنْ اَنْظُرُوا اِلَى صَدَقِ حَدِيثِهِ وَ اِداءِ اِمَانَتِهِ»^۱ به طولانی کردن رکوع و سجود کسی نگاه نکنید، زیرا شاید این چیزی باشد که به آن عادت کرده باشد که اگر ترکش کند وحشت می کند، و لیکن به راستی در گفتارش و ادای امانتش نگاه کنید.

^۱ ابن بابویه، محمدعلی، عیون اخبار الرضا، مصحح مهدی لاجوردی، تهران: جهان، ج ۲، ص ۵۱.

نتیجه گیری

بهترین و کامل ترین نوع حضور قلب در نماز این است که قلب نمازگزار در تمام اعمال و گفتار و اذکار متوجه همان عمل و قول باشد و مراعات حضور پروردگارش را کند و متوجه باشد که این اعمال را در حضور او ادا می کند تأمل و تفکر درباره جزئی از نماز، او را از توجه به آن جزء که مشغول انجام آن است باز ندارد و در هنگام انجام هر عملی یا ادای هر ذکر به فکر آن عمل و یا ذکر باشد و بداند که در آن لحظه انجام آن جزء از نماز و ادای آن ذکر از او خواسته شده و از خدا بخواهد که او را کمک کند تا آن جزء را همان گونه که از او خواسته انجام دهد در نتیجه آن که تحصیل حضور قلب در نماز برای همه انسان ها به تناسب ظرفیت معنوی آن ها امکان پذیر خواهد بود.

فهرست منابع

*قرآن الهی قمشه ای

۱. اسفندیاری، محمد، و همکاران، نمازیه های ماندگار، چاپ نخست، تهران: مؤسسه فرهنگی دین پژوهی بشرا، ۱۳۸۷
۲. الهامی نیا، علی اصغر، طاهرزاده، غلامعباس، اخلاق عبادی، چاپ دوم، افق فردا، ۱۳۷۹
۳. بدیعی، محمد، حضور قلب در نماز «از دیدگاه عالمان ربانی و عارفان الهی»، چاپ دوم، انتشارات تشیع، ۱۳۷۸
۴. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، تهران: دنیای دانش، ۱۳۸۲
۵. طباطبایی، محمدحسین، تفسیرالمیزان، مترجم محمدباقر موسوی، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۷۸
۶. طبرسی، علی بن حسن، مشکاه الأنوار فی غرر الأخبار، مترجم عبدالله محمدی، قم: دارالثقلین، ۱۳۷۹

۷. عزیزی تهران، علی اصغر، حضور قلب در نماز علل و درمان حواس‌پرتی در

نماز، تهران: مؤسسه بوستان کتاب، ۱۳۹۲

۸. فیض کاشانی، محمد بن شاه مرتضی، محجه البیضاء، مصحح علی اکبر غفاری، قم:

جامعه مدرسین حوزه علمیه، ۱۳۷۵،

۹. قمی، عباس، سیری در سفینه البحار، قم: مؤسسه در راه حق، ۱۳۹۵

۱۰. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، مترجم حمیرضا شیخی، قم: مؤسسه

علمی فرهنگی دار الحدیث، ۱۳۸۹

منابع عربی

۱۱. ابن بابویه، محمد علی، عیون اخبار الرضا، مصحح مهدی لاجوردی، تهران:

جهان، بی تا

۱۲. حلّی، ورام بن ابی فراس، تنبیه الخواطر و نزهة النواظر، بیروت: مکتبه الفقیه،

۱۴۰۳ق

۱۳. مجلسی، محمّدباقر، بحارالانوار، مصحح علی اکبر غفاری، بیروت: داراحیاء

التراث العربی، ۱۴۰۳ق

۱۴. نوری، حسین بن محمد تقی، مستدرک الوسائل، بیروت: مؤسسه آل البيت

(علیهم السلام)، ۱۴۰۸ق

سایت

۱۵. <https://hawzah.net/fa/Article/View>