



عنوان پژوهش

«نقش معلمان در ترویج نماز نسل نو با هدف پیشگیری از انحرافات اجتماعی

با تکیه بر روانشناسی نیایش»

مولف: زهرا نظری

چکیده: نماز، مثل ستون چادر است؛ اگر ستون محکم و برقرار باشد، طناب ها و میخ ها و پرده ها مفید خواهند بود؛ ولی اگر ستون چادر بشکند، دیگر طناب ها و میخ ها سودی ندارند^۱. این کلام رسول اکرم (ص)، ضرورت ترویج نماز در پایه گذاری جامعه و امت اسلامی را پر واضح گویاست. آنچه بر ارزش و شگفتی این کلام بیش از پیش می افزاید، ارتباط آن با نسل جوانی است که خود پایه های یک جامعه را تشکیل میدهند. از این باب آنچه مسئله ی اصلی پژوهش حاضر است مستحکم نمودن نسل نو، به عنوان زیر بنای جامعه، با ستون محکم نماز در راستای یک جامعه اسلامی است. از آنجا که بیشترین میزان شکل گیری و نهادینگی اخلاقی در سن کودکی است مهم ترین متولیان فرهنگی در این میان معلمان هستند که با ارتباط مستقیمشان با دانش آموزان میتوانند ضرورت این امر را برای نسل نو روشن کنند و از انحرافات اجتماعی آنان در جامعه کوچکتری چون مدرسه و در نهایت جامعه بیرون از مدرسه جلوگیری کنند. این پژوهش که با روش توصیفی تحلیلی و با مراجعه به کتب، مقالات گوناگون و سایر اسناد مدون نگاشته شده است؛ به دنبال آن است که ابتدا نیایش را از بعد روانشناختی بررسی کرده و در نهایت به نقش موثر و سازنده معلمان و مدارس در توسعه فرهنگ نماز بپردازد. در درون همه انسانها میل به پرستش وجود دارد. چنانچه این میل درونی درست هدایت نشود، نتایج زیانباری به دنبال خواهد داشت. کودکان به واسطه روحیه پرسشگری که دارند، اگر در محیطی مناسب و با افراد مناسب در این کار روبهرو شوند و سوالاتشان راجع به نماز، یاد خدا و اهمیت آن و نیز پیامدهای منفی غفلت از آن با دلایل درست و منطقی پاسخ داده شود و نیز خود معلمان، عامل به سخنان خود در این زمینه باشند؛ رغبت دانش آموزان در اجرای این امر الهی افزایش چشمگیری خواهد داشت.

^۱.کنز العمال، ح ۲۰۵۷۵

کلیدواژه: مدرسه، نماز، روانشناسی، نیایش، انحراف اجتماعی

بیان مسئله

نماز در لغت به معنای پرستش، نیاز، سجود، بندگی و اطاعت، خم شدن برای اظهار بندگی و اطاعت و یکی از فرایض دین و عبادت مخصوصی است که مسلمانان پنج بار در شبانه روز به جا می آورند. (دهخدا، ذیل واژه نماز) نماز یعنی خدمت و بندگی، فرمان برداری، سر فرود آوردن و تعظیم کردن به نشانه احترام. نماز، تقدیم حمد و سپاس به درگاه خالق منان و کامل ترین پاسخ به عالی ترین نیاز انسان، یعنی کمال جویی است. نماز، فرصتی برای طراوت بخشیدن روح و پلی برای نیل به اوج کمال مطلق و زینت بخش شخصیت و منش مؤمنان است. نماز، یکی از اساسی ترین ارکان حیات، تمدن، فرهنگ، زندگی و تحرک جوامع انسانی است. پیامبر(ص) فرمود: «هرچیزی حقیقتی دارد.» یعنی هر چیزی، به غیر از معنای ظاهری، معنای حقیقی و باطنی هم دارد. این موضوع شامل همه عبادات و از جمله نیایش ها نیز می شود. بشر بدون تکیه گاه، چون علفی بی ریشه، دست خوش تندباد حوادث است، و خود را در دار هستی تنها می یابد. نگرانی از بیماری، نداری، تشویش از آینده ای مبهم و سرانجام هراس از نیستی و نابودی یعنی مرگ همانند خوره روح سرگردان وی را می خورد و هر روز بر هراس وی می افزاید. بی هدف خود را به سرگرمی های آنی، فیلم ها، دانش ها، مشروبات الکلی و مواد مخدر مشغول می کند تا از خویش فرار کند، و خویش را نفی کند همه این ها از بی اعتقادی به نیرویی است که توانا و محیط بر همه چیز، و مدبّر و سرپرست همه می باشد. اما یاد خدا و نیایش به درگاه بلندش و تکیه بر خدا همه نگرانی ها را برطرف می سازد. کافی است، لحظه ای با خدای خویش خلوت کند و مشکلات خویش را با وی در میان گذارد و از او حلّ گرفتاری های خویش را بخواهد، عقده روانی او گشوده می شود، و هیولاهای مهیب روان به تاریکی فرار می کنند، وی آرام و قرار می یابد بلکه انسان خدا پرست عقده ای پیدا نمی کند تا در آن درگاه بگشاید، زیرا خویش را در حضور کسی می بیند که به مصالح وی آن طور که باید، اقدام می کند و تربیت وی را به نحو احسن بر عهده دارد. امروزه نقش دعا به عنوان یک پناهگاه روحی در مقابل ناملازمات تمدن جدید غیر قابل انکار است، روانشناسان بیدار برای معالجه بیمارانی که از خود و اطرافیان خود ناامید شده اند، دعا را توصیه می کنند. و بهترین روش درمان بیماری های روانی را تکیه به خدای تعالی و نیایش به درگاه پاکش می دانند. بدون تردید همه انسان ها به طور فطری استعداد و گرایش به نیایش دارند، اما آنچه که درباره کودکان و نوجوانان مهم است، چگونگی راه های دعوت و تشویق آنها به این امر مقدس که عالی ترین پاسخ به نیاز انسان به پرستش است، می باشد. به همین جهت، هیچ قوم و گروهی از انسانها عاری از پرستش و نیایش نبوده اند و دانشمندان هم معترف اند که یکی از چهار میل اساسی انسان (حس دانایی، حس نیکی، حس زیبایی و حس مذهبی) میل به پرستش و نیایش است. آلکسیس کارل، روان شناس معروف می گوید: «فقدان نیایش در میان ملتی

برابر با سقوط آن ملت است؛ اجتماعی که احتیاج به نیایش را در خود کشته است، معمولاً از فساد و زوال مصون نخواهد ماند.^۲

یکی از محیط‌هایی که کودکان بعد از طی کردن دوران کودکی و آماده شدن برای فراگیری علم، وارد آن می‌شوند، مدرسه و کلاس درس است. مدرسه به عنوان مرکز فراگیری مراسم دینی و مذهبی می‌تواند به عنوان بزرگترین چاره انحرافات درون مدرسه‌ای برای کنترل و درمان نابه‌سامانی‌های دانش‌آموزان باشد. تحقیقات و بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهد: مدارس که اقامه نماز را جدی گرفته‌اند اضطراب و ناهنجاری‌ها، ضد ارزش‌ها و مشکلات اخلاقی کمتری را شاهد بوده‌اند. بنابراین مسئله این پژوهش بررسی راه‌های نهادینگی نماز نسل نو در پیشگیری از انحرافات درون مدرسه‌ای و اجتماعی است.

اهمیت پژوهش

ناهنجاری‌ها و انحرافات اجتماعی از مهمترین موضوعات مورد بحث جامعه‌شناسی است که بروز آن در مدارس بدلیل تهدیدی عمومی برای جامعه از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. گسترش روزافزون آسیب‌های اجتماعی، ترک تحصیل، فرار از مدرسه، اعتیاد، سرقت و بسیاری ناهنجاری‌های دیگر به ویژه در سال‌های اخیر در بین دانش‌آموزان مستلزم تعمق و چاره‌اندیشی اساسی از سوی کارشناسان است. این نهاد به عنوان بخشی از بدنه جامعه تحت تاثیر چه آسیب‌هایی قرار دارد و راهکارهای آن در چیست و نباید نسبت به زنگ خطرهای بسیاری که در حوزه نهادهای آموزشی به صدا درآمده بی‌تفاوتی صورت می‌گیرد. آنان می‌گویند اگر برای بررسی و پیشگیری و مقابله با این آسیب‌ها هیچگونه برنامه ریزی نداشته باشیم در آینده شاهد مدارس آسیب‌زا خواهیم بود. تجربه بشری نشانگر این است که سلامت نظام اجتماعی، ثبات و پایداری آن به توانایی، آمادگی و سلامت افراد انجمن بستگی دارد. اسلام به عنوان یک دین جامع که به تمامی شوون و جوانب زندگی انسان توجه دارد، به تربیت اجتماعی انسان نیز توجه خاص مبذول داشته است. همان‌طور که نماز می‌تواند در تربیت فردی افراد موثر باشد، این توانایی را دارد که در تربیت اجتماعی انسان‌ها نیز تأثیر گذار باشد. با بهره‌بردن از نماز، نظام اجتماعی از ثمرات مفید آن، یعنی تعادل، روابط پایدار، محبت متقابل، نظارت و مراقبت اجتماعی، پرهیز از هرگونه انحرافات اجتماعی، کاهش جرائم و... بهره‌مند می‌شود. ناگفته پیداست که با عدم رعایت تعالیم دینی جرائم و انحرافات فردی و اجتماعی، دامنگیر همه افراد جامعه خواهد شد و روز به روز افزایش می‌یابد چه حکیمانه فرموده است آن امام‌الحکماء امام خمینی (ره): «همه سعادت‌ها و همه شقاوت‌ها انگیزه‌اش از مدرسه‌ها است و کلیدش دست معلمین است.» (خمینی، ۱۳۶۱) سنین مدرسه، دوره دانایی، تمایل

^۲. نیایش، آلکسیس کارل، به نقل از تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۶۴۰.

در کاهش اضطراب، افسردگی بیماران روانی و ایجاد سلامت روانی، شبیه تأثیر روان درمانی برخی از روان درمان گران معاصر برای درمان اضطراب و افسردگی بیماران روانی است.

امروزه بسیاری از روان شناسان دریافته اند که دعا، نماز و داشتن یک ایمان محکم به دین، اضطراب، افسردگی، نگرانی، تشویق و ترس را که زمینه ساز بسیاری از بیماری هاست، برطرف می سازد. « ال بذکر اهلل تطمئن القلوب» کلمه نماز نشان میدهد که رابطه ای میان انسان و پروردگارش وجود دارد. وقوف خاشعانه و خاضعانه انسان در نماز، در برابر خداوند متعال به او نیرویی معنوی می بخشد که حس صفای روحی و آرامش قلبی، امنیت روانی و سلامت روانی را در او پدید می آورد.

به طور کلی تحقیقات متعدد روان شناسان نشان می دهد که حالت روانی انسان با آشکار کردن مشکلات در حضور یک دوست صمیمی یا درمان گر رو به بهبود می رود. حال همین انسان اگر مشکلات خود را با خدا بازگو کند و پس از نماز به مناجات با پروردگار و دعا به درگاه او طلب یاری بپردازد، حالت روانی او تا چه اندازه بهبود پیدا می کند. ملاحظه می شود که همان نتیجه ای که در یک روان درمانی مؤثر و موفق حاصل می شود، از نماز نیز به دست می آید، زیرا آن احساس امنیت و رهایی از اضطراب را که نماز در انسان ایجاد می کند، موجب آزاد شدن نیروی روانی او میشود که این آزادی ضامن ایجاد سلامت روان است. نیرویی که قبلاً در زنجیره ای اضطراب، نگرانی و افسردگی، مقید و زندانی بود. در نتیجه انسان حالت نشاط و طراوت را در همه وجودش احساس می کند. همین رابطه معنوی انسان با پروردگار در طول نماز و دریافت نوعی فیض الهی یا بارقه روانی از خداوند متعال، موجب رهایی نیروهای معنوی مستقر در انسان می شود و عزمش را جزم، اراده اش را قوی و همتش را بلند می کند. در نتیجه برای پذیرش علم و معرفت آماده تر و برای انجام کارهای بزرگ توانا تر می شود.

مؤمن با نماز خود با برون ریزی هیجانی خود و با تخلیه ناپاکی ها و افکار منفی، گامی به سوی پالایش روانی خود برمی دارد و پالایش روانی یک نتیجه مشخص دارد و آن سلامت روحی و روانی فرد است. از آن جا که انسان در نماز با همه اعضای بدن و حواس خود متوجه خدا می شود و از همه اشتغالات و مشکلات زندگی روی برمی گرداند، به هیچ چیز جز خدا و آیات قرآن که در نماز به زبان می آورد، فکر نمی کند. همین حالت روی گردانی کامل از مشکلات زندگی و نیندیشیدن به آن در میان نماز موجب آرامش روان و سلامت روانی می شود. با رویکرد روان شناختی، این حالت آرامش روانی در ایجاد وضعیت سلامت روانی تأثیر بالایی دارد و موجب کاهش شدت فشارهای عصبی روزانه و تنیدگی ها و تنش هایی که بسیاری از مردم دچار آن هستند، می شود. انسان بافاصله پس از نماز، به ذکر دعا و تسبیح می پردازد که این تداوم همان حالت آرامش و سلامت روانی را موجب می شود. اصولاً

انسان در دعا با خدای خود به مناجات می پردازد و از مشکلاتی که او را در زندگی مضطرب و افسرده می کند به او پناه می برد و با بازگو کردن مشکلات اضطراب انگیز در چنین حالتی از سلامت روانی برخوردار میشود. علاوه بر مسائلی که ذکر شد، بیان مشکلات و مسائل پس از نماز موجب آرامش روانی می شود. این زمان، یک زمان طالایی است که فقط در اختیار افرادی که به اقامه نماز می پردازند، قرار می گیرد. به طور کلی تحقیقات متعدد روان شناسان نشان می دهد که حالت روانی انسان با آشکار کردن مشکلات در حضور یک دوست صمیمی یا درمان گر رو به بهبود می رود. حال تصور کنید که همین انسان اگر مشکلات خود را با خدا بازگو کند و پس از نماز به مناجات با پروردگار و دعا به درگاه او طلب یاری بخواهد، حالت روانی او تا چه اندازه بهبود پیدا می کند. ملاحظه می شود که همان نتیجه ای که در یک روان درمانی مؤثر و موفق حاصل می شود، از نماز نیز به دست می آید، زیرا آن احساس امنیت و رهایی از اضطراب را که نماز در انسان ایجاد می کند، موجب آزاد شدن نیروی روانی او می شود که این آزادی ضامن ایجاد سلامت روان است. نیرویی که قبلاً در زنجیرهای اضطراب، نگرانی و افسردگی، مقید و زندانی بود.

توجه دادن به این حقیقت متعالی است که روح حقیقی نماز و فلسفه شکوهمند آن چیزی جز عبودیت محض در مقابل آفرینشگر یگانه هستی و ابراز خشوع بنده ناتوان در پیشگاه قادر متعال نیست و هر آنچه که اندیشمندان و قلم به داستان، پیرامون فواید گوناگون نماز در عرصه های مختلف بگویند و بنویسند تنها به منزله حاشیه ای بر این متن گهر بار خواهد بود». آن چه دنیای برخوردار از تکنیک و صنعت را رنج میدهد خالء روانی و عدم برخورداری از اطمینان روحی است. بیش از ۵۰ درصد از تخته های بیمارستهای آمریکا اختصاص به بیماران روانی دارد و بیش از ۷۵ درصد دانش آموزان دبیرستانهای این کشور مواد مخدر مصرف میکنند» (روانطلب، ۱۳۷۵: ۲۴)

نقش نماز در جلوگیری از انحرافات اجتماعی

تجربه بشری نشانگر این است که سلامت نظام اجتماعی، ثبات و پایداری آن به توانایی، آمادگی و سلامت افراد انجамه بستگی دارد. اسلام به عنوان یک دین جامع که به تمامی شوون و جوانب زندگی انسان توجه دارد، به تربیت اجتماعی انسان نیز توجه خاص مبذول داشته است. همان طور که نماز می تواند در تربیت فردی افراد موثر باشد، این توانایی را دارد که در تربیت اجتماعی انسان ها نیز تأثیر گذار باشد. با بهره بردن از نماز، نظام اجتماعی از ثمرات مفید آن، یعنی تعادل، روابط پایدار، محبت متقابل، نظارت و مراقبت اجتماعی، پرهیز از هرگونه انحرافات اجتماعی، کاهش جرائم و ... بهره مندمی شود.

یکی از شاخصه‌های بهداشت روان، نگرش‌های ناظر به زندگی مانند پذیرش مسولیت‌ها است که در این جهت نماز نقش تعیین‌کننده‌ای دارد. چون نماز آداب و شرایطی دارد که نمازگزار باید آن‌ها را مراعات کند مثلاً لباسش غصبی نباشد، یادآور اول وقت نماز بخواند و در حال نماز به اطراف خود نگاه نکند. این‌گونه مسولیت‌پذیری را در انسان تقویت می‌کند. نمازگزار می‌فهمد که در زندگی فردی مسؤل است و نمی‌تواند به هر کاری دست زند و اساساً یکی از فوائد نمازبازدارندگی از گناه است. خداوند متعال در قرآن مجید می‌فرماید: ان الصلاه تنهى عن الفحشا و المنکر (عنکبوت / ۴۵) طبیعت نماز از آن‌جا که انسان را به یاد خدا نیرومندترین عامل بازدارنده یعنی اعتقاد به مبدأ و معاد می‌اندازد، دارای اثر بازدارندگی از فحشا و منکر است. انسان که به نماز می‌ایستد و تکبیر می‌گوید، خدا را از همه چیز بالاتر می‌شمرد.

افزایش تسلط بر خود: نماز، عامل سازنده‌ای است که مقاومت و ایستادگی آدمی را در نشیب و فرازهای زندگی، حفظ می‌کند و نمازگزار در مقابل هر خیر و شر و هر اقبال و ادباری، تحمل خویش را حفظ نموده و به هر بادی نمی‌لغزد. شخص نمازگزار با ایمان به قدیت لایتناهی پروردگاری که در مقابلش کرنش می‌کند، خور را در مقابل هر عاملی که قصد به خطر انداختن و ترساندن او را داشته باشد ایمن می‌یابد و ضمن تکرار باور اعتقادی خود طی نمازهای پنجگانه این ایمنی همه‌جانبه را، به روان خود تلقین می‌کند و سرانجام آرامش عمیق را در وجود خود ملکه می‌سازد (ر.ک: رعد / ۲۸ و طه / ۱۴)

آرامش بیشتر در عرصه اجتماع: مومن با نماز خود با برون‌ریزی هیجانی خود و با تخلیه ناپاکی‌ها و افکار منفی، گامی به سوی پالایش روانی خود بر می‌دارد و پالایش روانی یک نتیجه مشخص دارد و آن سلامت روحی و روانی فرد است. خداوند متعال حکیم است و حکیم کارهای خود را از روی حکمت و تدبیر انجام می‌دهد و در تشریع نماز هم رازهایی است که به تمام آن‌ها نمی‌توان پی برد، ولی با توجه به روایات و قرآن کریم، می‌توان به بعضی از آن‌ها رسید. مهم‌ترین رازهای عبادی همان طهارت ضمیر است که انسان جانش را از هر چه غیر خداست، پاک می‌کند (جوادی آملی / ۱۳۸۱ / ص ۳۱)

تقویت به عهد: ریشه بسیاری از مشکلات، آسیب‌های اجتماعی و جرائم مثل قتل‌های ناموسی، خیانت‌های همسران در حق یکدیگر، انحرافات اجتماعی و اخلاقی ناشی از لجبازی یا مقابله به مثل همسران نسبت به یکدیگر و موارد مشابه را می‌توان در عدم پایبندی به امانت‌ها و پیمان‌ها دانست. نمازگزاران با تمرین و تقویت این ویژگی در درون خود، زمینه بروز چنین مسائلی را از بین برده یا حداقل کاهش می‌دهند. خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: "نمازگزاران کسانی هستند که امانت‌ها و پیمان‌های خود را رعایت می‌کنند". (معارف / ۳۲)

راه‌های ترویج نماز در مدارس

۱. تقویت گرایش مذهبی دانش‌آموزان
۲. آشنایی دانش‌آموزان با احکام نماز
۳. برنامه‌ریزی بنا به جنسیت و پایه تحصیلی: در مدارس ابتدایی اجرای جشن تکلیف در مدارس دخترانه و فراهم نمودن چادر نماز و شرکت دانش‌آموزان در نماز جماعت مسجد محل در نماز جمعه موثر است.
۴. اعتقادات مذهبی اعضای خانواده از عملکرد تربیتی والدین، میزان تحصیلات و شغل اثر گذار است: پدر و مادر یا اعضای خانواده و تحصیلات و آگاهی خانواده شغل مناسب که در کنار هم بودن تاثیر دارد.
۵. حضور دبیران کارکنان مدرسه در نماز جماعت: در صورتی که دبیران و کارکنان در نماز جماعت حضور داشته باشند بر حضور فعال دانش‌آموز تاثیرگذار و مؤثر است. (قرائتی، ۱۳۹۳) نمازخانه‌های مدارس باید فضای مناسب و پاک و تمیز و دلنواز داشته باشد تا دانش‌آموزان میل و رغبت بیشتری در حضور در نمازخانه پیدا نمایند.
۶. در مدارس همواره نماز جماعت اقامه شود و روحانیان زبده و خبره و متبحر در مسائل دینی به خصوص نماز برای پیش‌نمازی و پاسخ‌گویی به مسائل دینی استخدام شود.
۷. نمازخانه‌ها به پوسترها، شعارها، و مطالب مربوط به نماز تزئین شود.
۸. در کتابخانه مدارس کتاب‌های مربوط به نماز تهیه و گردآوری و انگیزه کتاب‌خوانی در دانش‌آموزان خلق شود.
۹. معلمان، و مربیان در تبیین احکام و مسائل و آداب و شرایط و اهمیت نماز، اهتمام و توجه ویژه داشته باشند. (کاردل و معصوم، ۱۳۹۹)

نقش الگویی معلمان در فرهنگ توسعه نماز

تقلید و یادگیری مشاهده‌ای، اساس رفتار و آموخته‌های اولیه انسان را تشکیل می‌دهد. حقیقت آن است که یادگیری از طریق تقلید و تاثیر رفتارهای کلامی و غیر کلامی الگوها، از همان سال‌های اول تولد کودک وجود دارد. (افروز، ۱۳۸۸: ۲۲)

افرادی که وظیفه دعوت دیگران به دین و خصوصاً نماز را به عهده می‌گیرند، باید خود را به خصایص و ویژگی‌هایی آراسته کنند که مهم‌ترین آنها را با ذکر شاهد قرآنی و حدیث ائمه معصومین در این قسمت ذکر می‌کنیم:

۱. تواضع کامل در برابر مخاطب: «وَأَخْفِضْ جَنَاحَكَ لِلْمُؤْمِنِينَ»
۲. شرح صدر و اخلاق نیک دعوت کننده: «وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ»
۳. دعوت بر اساس اخلاق و ادبیات و فرهنگ مخاطب: «بِلِسَانٍ قَوْمِهِ» (کاردل و معصوم، ۱۳۹۹)

روش های دعوت معلمان در فریضه نماز به دانش آموزان

۱. نمایش بدون تکلف و تصنع مسئولان مدرسه در انجام فریضه نماز.
۲. از آنجا که هر دانش‌آموز، روش مخصوص به خود را در امر دریافت پیام‌های دینی می‌طلبد؛ بنابراین یکی از مهمترین و موثرترین عناصر مداخله گر در فرآیند تربیت دینی، مخاطب‌شناسی است.
۳. از آنجایی که دانش‌آموزان، مایل نیستند از موضع تحکم، نکته‌ای به آنان گوشزد شود، معلمان باید توجه داشته باشند تا پیام‌های تبلیغی را به صورت اشاره و گذرا بگویند و مخاطب، بر اساس تجربیات قبلی و پردازش‌های ذهنی و تمایلات قلبی خود آنها را بازتولید کند. (ایزدی، ۱۳۹۴)

نتیجه گیری