

از جاده تا سجاده
علل و درمان عدم حضور قلب در نماز



مؤلف: هادی قطبی

ناشر: آبانه

مدیر تولید: علیرضا اصغری

نوبت و تاریخ چاپ: اول / ۱۳۹۳

صفحه و قطع: ۲۲۴ / رقعی

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

لیتوگرافی و چاپ: صادقی / پرستش

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۶۳-۳۴-۶

قیمت: ۸۵۰۰ تومان

مرکز پخش: قم - انتشارات آبانه

تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۳۶۹۷۶ / ۲۷۷۳۱۴۸۰ / فکس: ۰۲۵-۳۷۷۳۶۹۷۶

هاتف: ۰۹۱۲ ۷۳۷ ۲۰۸۸ - ۰۹۱۲ ۱۵۳ ۰۳۶۰

www.abanebook.ir

سرشناسه: قطبی، هادی، ۱۳۹۳
عنوان: از جاده تا سجاده، علل و درمان عدم حضور قلب در نماز
تکرار نام پدیدآور: هادی قطبی
مشخصات نشر: قم: آبانه، ۱۳۹۳
مشخصات ظاهری: ۲۲۴ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۶۳-۳۴-۶ / BN: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۶۳-۳۴-۶
وضعیت فهرست نویسی: فیا
یادداشت: کتابنامه: ص. ۲۱۷ - ۲۲۰؛ همچنین: صورت زیرنویس.
موضوع: نماز
موضوع: نماز - حضور قلب
موضوع: نماز - فلسفه
رده بندی کنگره: ۲۳۰. ۱۳۹۴ الف عمق / ۱۸۶ BP
رده بندی دیویی: ۲۹۷/۲۵۳
شماره کتابشناسی ملی: ۳۹۱۲۹۷۱

از جاده تا سجاده

عالم و درمان عدم حضور قلب در نماز

هادی قطبی

www.ketab.ir

فهرست مطالب

۱۳.....	مقدمه
۱۷.....	پیشگفتار
۱۷.....	حقیقت نماز
۱۹.....	شرایط قبولی و کمال نماز
۲۱.....	لزوم تحصیل حضور قلب
۲۳.....	امکان کسب حضور قلب
۲۴.....	مراتب حضور قلب

عوامل عدم حضور قلب و درمان آن

۳۱.....	۱. هرزگی و فرار بودن قوه خیال
۳۱.....	درمان دراز مدت
۳۲.....	درمان کوتاه مدت
۳۵.....	۲. دنیا طلبی
۳۹.....	درمان
۴۱.....	۳. محیط نامناسب
۴۱.....	درمان

۴۳	۴. تند خوانی و شتاب در قرائت
۴۳	درمان
۴۵	۵. ارتکاب گناه
۴۶	آثار ویژه برخی گناهان
۵۲	درمان
۵۳	گناهان چشم
۵۴	چشم چرانی
۵۵	درمان
۵۵	فناهای زبان
۵۸	غیبت
۶۰	آثار غیبت
۶۱	بررسی دو مورد در غیبت مجاز
۶۱	۱. متجاهر به خسوف
۶۲	۲. ظالم و ستمگر
۶۳	درمان علمی غیبت
۶۵	درمان ریشه‌ای غیبت
۶۷	درمان عملی غیبت
۶۹	دروغ
۷۱	یادروغ یا ایمان
۷۸	دروغ در تعارفات و شوخی‌ها
۷۹	آثار دروغ
۸۱	بررسی چهار مورد از دروغ مجاز
۸۱	۱. ضرورت
۸۱	۲. اصلاح بین دو مسلمان
۸۱	۳. وعده دادن
۸۲	۴. مبالغه، کنایه، مثل و حکایت

۸۲.....	درمان علمی دروغ.....
۸۲.....	درمان ریشه‌های دروغ.....
۸۳.....	درمان عملی دروغ.....
۸۵.....	عسر سوء خلق.....
۸۶.....	غضب و درمان آن.....
۸۷.....	حسد و درمان آن.....
۸۸.....	تکبر و درمان آن.....
۹۳.....	۷. ریا و خودنمایی.....
۹۴.....	درمان.....
۹۷.....	جزای نیت خراب و بد.....
۹۸.....	نیت عبادت و آثار آن.....
۱۰۱.....	نیت گناه و آثار آن.....
۱۰۷.....	۸. عادت.....
۱۰۷.....	درمان.....

عوامل ایجاد حضور قلب

۱۱۲.....	راهکار عملی.....
	راهکار کوتاه مدت (هنگام نماز)
۱۱۳.....	۱. انصراف لحظه‌ای از خطورات ذهنی.....
۱۱۳.....	۲. رعایت آداب ظاهری (انجام مستحبات و پرهیز از مکروهات).....
۱۱۴.....	۳. اهمیت دادن به مقدمات نماز.....
۱۱۵.....	۴. مکان مناسب.....
۱۱۷.....	۵. محیط بی‌آلایش.....
۱۱۸.....	۶. خواندن نافله.....
۱۱۹.....	نماز شب.....
۱۲۳.....	۷. نماز جماعت.....

۱۲۴	۸. نماز اول وقت
۱۲۷	سیره اهل بیت علیهم السلام
۱۲۸	۹. توسل به امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف)
۱۳۱	۱۰. برنامه ریزی برای نماز (خواب و خوراک)
۱۳۳	۱۱. ایجاد زمینه های تمرکز
۱۳۳	۱۲. دقت در اجزاء نماز
۱۳۴	۱۳. توجه به معانی الفاظ
۱۳۶	۱۴. تنوع اذکار
۱۳۶	۱۵. یاد مرگ
۱۳۹	راهکار راند مدتها (خارج از نماز)
۱۴۱	درمان خستگی
۱۴۱	پرهیز از دوست فاسد - مجلس فساد
۱۴۵	توبه؛ روی گردانی از گناه
۱۴۹	ارکان و شرایط توبه
۱۵۳	موانع توبه
۱۵۳	۱. ناامیدی از خدا
۱۵۴	۲. ترس از جبران
۱۵۵	۳. تسویف و تأخیر (امروز و فردا کردن)
۱۵۷	۴. کوچک شمردن گناهان
۱۵۹	راه های جبران گناه - درمان فوری و توبه عملی
۱۵۹	۱. ندامت
۱۶۰	۲. غسل
۱۶۰	۳. عبادت و نماز
۱۶۱	۴. سجده زیاد
۱۶۱	۵. کار نیک
۱۶۱	۶. خوش اخلاقی

۷. قصد خیر	۱۶۱
۸. سپاسگزاری و شکر	۱۶۲
۹. صدقه	۱۶۲
۱۰. عفو و گذشت	۱۶۲
۱۱. خشنودی و رضایت والدین	۱۶۳
۱۲. زیارت امام حسین علیه السلام	۱۶۴
۱۳. دیدار دوستان و اولیاء خدا	۱۶۴
۱۴. مداومت بر ذکر استغفار	۱۶۵
۱۵. سختی کار	۱۶۷
۱۶. پلاهی دنیوی	۱۶۷
راهکارهای عملی برای تربیت اراده	۱۶۸
۱. نظم و برنامه ریزی	۱۶۹
۲. فوریت عمل پس از تصمیم گیری	۱۶۹
۳. انجام کارهای کوچک	۱۷۰
۴. پرهیز از بیهوده کاری	۱۷۰
درمان باطنی	۱۷۳
احساس فقر خود و عظمت و حضور حق	۱۷۳
فقط خدا	۱۷۶
ذکر	۱۸۰
ذکر، درمان خطورات شیطانی	۱۸۱
در معرض ذکر	۱۸۵
۱. مداومت بر ذکر لفظی	۱۸۵
۲. قرائت قرآن	۱۸۶
۳. استفاده از وسایل سمعی و بصری	۱۸۷
۴. مطالعه	۱۸۷
۵. تشرف به مکان های مذهبی	۱۸۷

- ۶ شرکت در مجالس وعظ ۱۸۸
۷. استفاده از دوست خوب ۱۸۸
۸. مطالعه طبیعت ۱۸۹
۹. استفاده از ایام الله ۱۸۹
۱۰. تفکر ۱۹۰
- آتش محبت ۱۹۱
- راه‌های جلب محبت الهی ۱۹۸
- درامت بندگی ۱۹۹
- دستور الهی جامع برای راهیان کوی دوست ۲۰۵
- پرسش و پاسخ‌های مازان حضرت آية الله العظمی بهجت (حفظه الله) ۲۱۱
- فهرست منابع ۲۱۷
- کتاب‌ها ۲۱۷
- نرم‌افزار ۲۲۰

دو سه روز است در این فکر که اگر در بهشت نگذارند ما
نماز بخوانیم، چه بکنیم...^۱

مقدمه

نیاز آدمی به ارتباط با خالق و آفریننده هستی و ماوراء آن، از سرشت و ذاتیات اوست و اگر خالق متعال هدف از آفرینش را عبادت و معرفت معین فرمود، پس راه رسیدن به آن باید بهتر از همه اعمال باشد. از همین رو «نماز» را برای تمامی فرستادگان و بندهای خویش واجب فرمود. این عبادت شریف در زمان بعثت خاتم انبیاء حضرت رسول اکرم صلی الله علیه و آله، به بهترین و کامل ترین نماد عبادت بندگان معرفی گردید. بی شک اگر خداوند بهتر از نماز برای نزدیکی بنده به خود سراغ می داشت، همانا واجب می فرمود. حق آن است که به بهترین وجه برپا شود؛ و آن چه به کیفیت نماز می افزاید و در پذیرفته شدن نماز مؤثر است، «حضور قلب» است. حضور قلب دارای مراتب و شدت و ضعف است؛ افراد از حائزین جوانی تا دوران پیری و سستی، هر کدام از مرتبه ای از حضور قلب برخوردارند. مهم، برخورداری از حضور قلب است، چراکه به فرموده آن عارف بالانشین حضرت امام خمینی رحمته الله علیه: «کلید گنجینه اعمال و باب الابواب همه سعادات، حضور قلب است که با آن فتح باب سعادت بر انسان

۱. مرحوم آیه الله سید علی آقای قاضی رحمته الله علیه، عطش، ص ۴۲.

می‌شود و بدون آن جمیع عبادات از درجه اعتبار ساقط می‌گردد.^۱
 آری، نماز همان سرّ معرفت است که گفته‌اند: تمام اسرار عارفان در
 نماز جمع شده است.^۲

حقیقت این عبادت چیست؟ تا چه اندازه آن را می‌شناسیم و آداب
 به‌جا آوردن آن کدام است؟ چرا در روایات به حضور قلب این اندازه بها
 داده شده است؟ این امر چگونه حاصل می‌شود؟ ...

این پرسش‌ها ما را بر آن داشت که در بیان بهترین کیفیت برای بهترین
 عمل چهاره‌ای اندیشیم و چکیده‌ای از سیره عالمان و عارفان اسلام شناس
 را بیان نموده، شبهه‌ای از عوامل عدم حضور قلب در نماز را برشمرده و
 سپس درمان عمل ارائه دهیم.

حکایات بزرگوار مجموعه مضامین اخلاقی و عرفانی دارند که در خلال
 مباحث، انسان را از نادانی و غفلت بالتر می‌برد و چه بسا با ذکر اشاره‌ای،
 خواننده از حرف و حدیث دیگری بی‌نیاز گردد؛ یک کتاب را در یک جمله
 ببیند و نتواند از شکرش بگذرد. حکایت عارفان و ذکر مدامشان،
 جوانه‌های امید را در ضمیر انسان می‌جویند؛ چراکه بنابر حدیث شریف:
 «یاد خوبان رحمت خدا را نازل می‌کند» و نیز فرموده باشند: «در دوران
 عمر شما نسیم‌هایی از سوی خدا به شما می‌وزد، آنگاه باشید و خود را در
 مسیر این نسیم‌ها قرار دهید.»^۳

□

بر خود لازم می‌دانم از انگیزه نگارش این مجموعه که مباحث استاد
 گرامی حجة الاسلام و المسلمین دکتر مرتضی آفانه‌رانی بود، یاد نموده و

۱. حضور قلب در نماز از دیدگاه عالمان ربّانی و عارفان الهی، ص ۷۷.

۲. رک: در کوی بر نشانی‌ها، ص ۱۲۳.

۳. پیامبر اعظم ﷺ: «عند ذکر الفضّالین ينزل الرحمة»؛ بحار الانوار، ج ۹۰، ص ۳۴۸.

۴. پیامبر اعظم ﷺ: «ان لریکم فی ایام دهرکم نفحات ألا فتعرضوا لها»؛ بحار الانوار، ج ۶۸، ص ۲۲۱.

از دوست گرامی آقای سید علی شاهرخی که مرا در این کار یاری نمود،
تشکر ویژه نمایم. هم‌چنین همسر عزیزم که سختی‌های مراحل کار را با
صبر خویش تحمل نمود.

امید آن که این مجموعه مرضی حضرت حق و ولی‌الله
الاعظم (روحی‌نداء) قرار گرفته و مشمول الطاف خاصه‌اش گردد.

هادی قطبی

نیرماه ۱۳۸۷ - جمادی‌الثانی ۱۴۲۹