

از جاده تا سجاده

علل و درمان عدم حضور قلب در نماز

مؤید قطبی

قطبی، هادی...

از جاده تا سجاده: علل و درمان عدم حضور قلب در نماز / هادی
قطبی. - قم: احمدیه، ۱۳۸۶.
۲۲۰ ص.

ISBN: 964-8504-20-2

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا (فهرست نویسی پیش از انتشار)
کتابنامه: ص ۲۱۷؛ هم چنین به صورت زیر نویس.
۱. نماز. ۲. نماز - حضور قلب. ۳. نماز - فلسفه. ۴. اخلاق اسلامی.
الف. عنوان.

۴ الف ۶ ق / ۲/۱۸۶ BP

از جاده تا سجاده

علل و درمان عدم حضور قلب در نماز

مؤلف: هادی قطبی

ناشر: انتشارات احمدیه

لیتوگرافی و چاپ: قسم / زلال کوثر

نوبت چاپ: اول / مهر ۱۳۸۷

تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه

قطع و تعداد صفحات: رقعی / ۲۲۰ صفحه

بها: ۳۰۰۰ تومان

تلفن مرکز پخش: انتشارات احمدیه

۰۹۱۴۵۵۳۸۳۸۶ - ۰۹۱۲۱۵۳۵۰۹۷

شابک: ۲ - ۲۰ - ۸۵۰۴ - ۹۶۴ / ISBN: 964-8504-20-2

تکثیر و نسخه برداری، منوط به اجازه ناشر می باشد



هرگز به بهشت راضی نشود
وقتی که بهشت آفرین است

فهرست مطالب

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

عوامل عدم حضور قلب و درمان آن

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

۴۳	۴. تند خوانی و شتاب در قرانت
۴۳	درمان
۴۵	۵. ارتکاب گناه
۴۶	آثار ویژه برخی گناهان
۵۲	درمان
۵۳	گناهان چشم
۵۴	چشم چرانی
۵۵	درمان
۵۵	گناهان زبان
۵۸	غیبت
۶۰	آثار غیبت
۶۱	بررسی دو مورد از غیبت مجاز
۶۱	۱. متجاهر به فسق
۶۲	۲. ظالم و ستمگر
۶۳	درمان علمی غیبت
۶۵	درمان ریشه‌ای غیبت
۶۷	درمان عملی غیبت
۶۹	دروغ
۷۱	یا دروغ 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، مَثَل و حکایت

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

عوامل ایجاد حضور قلب

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

۱۲۴	۸. نماز اول وقت
۱۲۷	سیره اهل بیت (علیهم السلام)
۱۲۸	۹. توسل به امام عصر (علیه السلام) 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 بلند مدت (خارج از نماز)
۱۴۱	درمان ظاهری
۱۴۱	پرهیز از دوست فاسد و 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

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

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

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 برتر از همه اعمال باشد. از همین رو «نماز» را برای تمامی فرستادگان و بندگان خویش واجب فرمود. این عبادت شریف در زمان بعثت خاتم انبیاء حضرت رسول اکرم ﷺ، 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 آنچه بر 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 آغازین جوانی تا دوران پیری و سستی، هر کدام از مرتبه ای از حضور قلب برخوردارند. مهم، برخورداری از حضور قلب است، چرا که 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 سرِ 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؟ و...

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

حکایات این مجموعه، مضامین اخلاقی و عرفانی دارند که در خلال
 مباحث، انسان را از پله‌ای به پله بالاتر 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 به در آید. حکایات عارفان و ذکر مدامشان،
 جوانه‌های امید را در ضمیر انسان می‌جوشانند؛ چراکه بنابر حدیث شریف:
 «یاد خوبان رحمت خدا را نازل می‌کند.»^۳ و نیز فرموده باشند: «در دوران
 عمر شما نسیم‌هایی از سوی خدا به شما می‌وزد، آگاه باشید و خود را در
 مسیر این نسیم‌ها قرار دهید.»^۴

□

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

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

۲. رک: در کوی بی‌نشان‌ها، ص ۱۲۳.

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

۴. پیامبر اعظم ﷺ: «ان لرتکم فی انام دهرکم نفحات ألا فتمضوا لها»؛ بهار 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 (روح‌فداء) قرار گرفته و مشمول الطاف خاصه‌اش گردد.

هادی قطبی

تیرماه ۱۳۸۷ - جمادی الثانی ۱۴۲۹