

زمیندهای روان‌شناختی نماز

سیوه‌های جذب به نماز با تأکید بر مکتب اسلام و اصول روانشناسی

مؤلفان:

فاطمه بی‌دی

دکتر اکبر رنجبرزاده

انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۳



فهرست مطالب

سخن آغازین.....	۱۵
سخنی با مسئولان تعلیم و تربیت و خانواده‌ها.....	۱۹
فصل اول: تعاریف، توصیفات و تمایز.....	۲۷
بررسی ریشه‌ی واژه‌ی صبر و معنای و کاربردهای آن.....	۲۹
تعریف نماز.....	۳۳
توصیف‌های کوناه‌ی از نماز.....	۳۵
نامهای نماز در قرآن.....	۳۹
روح نماز و حقیقت آن.....	۴۲
فصل دوم: شیوه‌های گسترش فرهنگ قنماز از دیدگاه قرآن.....	۴۷
بیان رمز و راز نماز و آثار آن.....	۴۹
اصلاح جلوه‌های رفتاری نمازگزاران.....	۵۶
عوامل مؤثر در اقامه نماز.....	۶۵
الف) کیفیت القای نماز.....	۶۶
ب) شرایط القاء.....	۷۱
ج) نحره‌ی تمرین و عمل.....	۷۲
د) القنات لازم.....	۷۳

هـ) آغاز دعوت و تمرین.....	۷۵
آموزش جنبه‌های مذهبی در کودکان.....	۷۶
۱. دوران تمهید.....	۷۶
۲. دوران تمرین.....	۷۶
۳. دوران تکلیف.....	۷۷
ب) راهنمای ما در اجرای نماز.....	۷۷
۱. استفاده از فرصت.....	۷۷
۱.۱. اصول تربیتی.....	۷۸
۱.۲. قواعد مراقبت‌ها.....	۷۹
۱. در جنبه‌ی فقهی.....	۷۹
قاعده‌ی محبت.....	۷۹
قاعده‌ی لذت.....	۷۹
قاعده‌ی نخستین و تشویق.....	۷۹
قاعده‌ی سننیت.....	۷۹
قاعده‌ی مساحت.....	۷۹
قاعده‌ی تدریج.....	۸۰
قاعده‌ی القاء.....	۸۰
قاعده‌ی تحریک.....	۸۰
قاعده‌ی انس.....	۸۰
۲. مراقبت‌ها.....	۸۰

فصل سوم: روشهای پرورش احساس مذهبی نماز در کودکان و

نوجوانان..... ۸۱

۱. نقش مادر مؤثر در پرورش احساس مذهبی ۸۳

الف) خانواده و احیاء پرورش احساس مذهبی در کودکان ۸۳

ب) تأثیر یادگیری غیر مستقیم یا مشاهده‌ای در ایجاد و تقویت احساس مذهبی ۸۵

ج) نقش الگوهای رفتاری در پرورش احساس مذهبی ۸۶

د) تعظیم رکعت نماز توسط الگوهای رفتاری ۸۶

ه) نقل یا نمایش قصه و خاطره‌های زیبا در ارتباط با اهمیت و عظمت نماز ۸۷

و) توأم کردن نماز با مسکن و خوشایند برای کودکان و نوجوانان ۸۸

ز) افزایش نجارب موفقیت برای کودکان در خواندن نماز ۸۹

ح) توجه به توانمندی‌های کودکان نماز در قلمرو ۹۰

ط) سادگی، زیبایی و گیرایی مساجد و نمازگاه ۹۱

ی) نقش ائمه جماعات و خادمین مساجد در شکوفایی احساس مذهبی کودکان و نوجوانان ۹۳

فصل چهارم: نقش خانواده و تأثیر آن در خواندن نماز ۹۷

زمینه‌های روان شناختی نماز در خانواده ۹۹

۱. الگوپذیری ۱۰۲

ویژگی‌های الگو ۱۰۱

ویژگی‌های مشاهده کنندگان ۱۰۴

پیامدهای پاداش مربوط به رفتارها ۱۰۴

۲. شرطی سازی وسیله‌ای ۱۰۵

رفع نیازهای روانی ۱۰۹

۱۱۱.....	معنی گرایی.....
۱۱۴.....	عشق.....
۱۱۶.....	پیشنهادهای عملی.....
۱۲۳.....	نقش نماز در افزایش سلامت روانی خانواده.....
۱۲۷.....	نقش خانواده در ترغیب نماز با تاکید بر روش ها.....
۱۲۷.....	۱. اذان و اقامه در گوش نوزاد.....
۱۲۸.....	۲. برنامه آموزشی.....
۱۲۹.....	۳. نقش اشک بچه ها با نماز.....
۱۲۹.....	۴. نماز در وقت در خانه.....
۱۳۰.....	۵. آموزش عمر.....
۱۳۱.....	۶. بیدار کردن در خانه پس از خواب.....
۱۳۲.....	۷. اذان گفتن در خانه.....
۱۳۳.....	۸. حضور بچه ها در مساجد.....
۱۳۷۴.....	۹. احترام به شخصیت نوجوانان.....
۱۳۵.....	۱۰. پدر و پسر در خدمت مسجد.....
۱۳۵.....	۱۱. میانه روی در عبادت.....
۱۳۶.....	۱۲. هشدار پیامبر(ص) نسبت به خانواده ها.....
۱۳۶.....	۱۳. انتخاب همسر نمازگزار.....
۱۳۹.....	فصل پنجم: جوانان را به نماز دعوت کنیم.....
۱۴۱.....	اهمیت نماز.....
۱۴۱.....	۱. ارزش و جایگاه نماز.....

۲. اهمیت نماز در ایجاد ارتباط خدا و خلق..... ۱۴۲
۳. نماز اولین فریضه‌ی الهی ۱۴۴
۴. نماز اولاد عمل خیری که نزد خدا بالا می‌رود..... ۱۴۴
۵. نماز اولین پرسش در قبر..... ۱۴۵
۶. برتری نماز بر سایر اعمال آدمی..... ۱۴۶
۷. نماز را با آن با اهمیت دینی..... ۱۴۶
۸. نماز آخرین وصیت از اولیاء اللهی..... ۱۴۷
۹. نماز یعنی تمام دین..... ۱۴۸
۱۰. اهمیت دادن به وقت نماز..... ۱۴۸
۱۱. نماز مهمترین وسیله تقرب به خدا..... ۱۴۹
۱۲. آثار نماز در عالم قبر..... ۱۴۹
۱۳. نماز باعث بخشش گناهان..... ۱۵۰
۱۴. نماز عامل نجات از عذاب الهی..... ۱۵۰
۱۵. نماز؛ یاد خدا..... ۱۵۱
- تأثیرات نماز..... ۱۵۶
۱. عدم احساس گناه و یا کاهش آن..... ۱۵۷
۲. وحدت شخصیت و انسجام خانوادگی..... ۱۵۹
۳. افزایش اعتماد به نفس..... ۱۶۳
۴. بالا رفتن عزت نفس..... ۱۶۵
۵. کاهش فشار و استرس‌های روانی..... ۱۷۰
۶. درمان و یا کاهش افسردگی..... ۱۷۱

۷. نماز موجب گشایش مشکلات دکتیا..... ۱۷۲

۸. نماز بازدارنده‌ی زشتی‌ها..... ۱۷۳

۹. عنایت الهی به نمازگزار..... ۱۷۴

فصل ششم: چگونه نسلی نمازگزار پرورش دهیم..... ۱۷۵

۱۷۷. یق‌ها و بازدارنده‌های نماز..... ۱۷۷

۱. تأثیر کم رنگ خانواده، جامعه، آموزش و پرورش و رسانه‌ها بر نماز..... ۱۷۸

۲. تعارض میان بود و نبود دعوت کنندگان به نماز..... ۱۸۰

۳. راه‌های مناسب دعوت به نماز..... ۱۸۱

۴. نقش یار و هم‌راهی مکنان‌ها و امکانات برپایی نماز..... ۱۸۲

۵. فقدان استمرار جامعه‌نوی در از مدت در باب نماز..... ۱۸۳

۶. شیوه‌های غیرمطلوب تعلق با نماز در خانواده..... ۱۸۴

۷. چگونگی حضور جوانان در نماز و مساجد..... ۱۹۲

سخن پایانی..... ۲۰۱

فهرست منابع..... ۲۰۳

تقدیم بہ منجی عالم بشریت حضرت مہدی (عج)

تقدیم بہ میکائیل انجبریل و جبرائیل کہ انظار قیام شکوہ مندش، خود قیامی است کہ باطل و باطل مداران
را باطنیہ جسم منظرانی بہ نابودی میکشند.

آن امام بزرگوار کی کہ باطل و پیر و رنیش، رسالت نامقام تمامی انبیاء و اولیاء را
کامل حوحد و مومنین

آن وجود ہدایت یافتہ و ہدایتگری کہ قلب عالم آمان است فرزند

«طہ» و «یاسین»

و تقدیم بہ تمام آمان کہ با انتظار دولت کریمہ اوزندہ اند و زندگی می کنند.

«ناز، رکن اصلی دین است و باید اصلی ترین جایگاه را در زندگی مردم داشته باشد. حیات
 غیه انسان در سایه حاکمیت دین خدا، وقتی حاصل خواهد شد که انسان مایل خود را بیاورد خدا
 زنده نگه دارند و به کمک آن بتوانند با همه جاذبه های شرف و فساد مبارزه کنند و بهر دست مبارکشان
 دست زدن به شیطان های درونی و برونی را از وجود خود قطع کنند. این ذکر و حضور و انمی
 فقط بهر گشت از حاکم می شود و ناز در حقیقت، پشتوانه مستحکم و ذخیره تمام نشدنی در مبارزه
 ای است که آدمی با شیطان نفس خود که در راه پستی و زبونی می کشد و شیطان های قدرت
 که باز و زور او را وادار به ذلت و سیم می کنند و در همه حال دارند، پیچ و سیله ای
 مستحکم تر و دانی تر از ناز برای ارتباط میان انسان و خداست».

مقام معظم رهبری (دامت افاضته)

خانواده عامل تربیت

«اسلام برای دوران کودکی و نوجوانی و پس جوانی چند عامل تربیتی تعیین کرده که یکی از آنها آشنایی با محیط و تأثیرات محیط خانواده است که یک بحث مفصلی دارد و برای این که کودک در آن دوران تربیت بتواند از یک پایه محکم و قاعده‌ی استینی در شخصیت خودش برخوردار شود دستورالعملی برای پدر و مادر داده شده و براساسی محیط خانواده هم شرایطی پیش بین کرده که اگر آنها را فراموش نکنیم، یک پایه‌ی اصلی تربیت کودک لنگ خواهد شد.

مقام معظم رهبری (دامت افاضه)

«آموزش و پرورش انسان ساز و زیرساز آینده کشور»

«وزارت آموزش و پرورش زیرساز آینده کشور است و از اینرو

دولت باید به این وزارتخانه انسان ساز توجه بیش تری مبذول

دارد... اکنون این نسل (نوجوانان و جوانان) در دستگاه آموزش و

پرورش در حال رشد است و شما باید بکوشید که عناصری والا و کارآمد تحویل

جامعه بدهید».

مقام معظم رهبری (دست افراشته)

سخن آغازین

نماز اساسی ترین رشتۀ طافت و عالی ترین عامل محبت بین بندگان و حضرت حق است. سرچشمه نور دل و صفای قلب و روح و جان و سلامت روان و فروغ ذات عباد است. نماز واسطه محکمی است که تمام هستی انسان را به ملکوت هستی پیوند می دهد. به مانند آن، برنامه ای را برای ربط دادن آدمی به حق و حقیقت نمی توان نوشت. نماز پناه بی پناهان، سنگر جهادگران، گلستان روح افزای عاسقان، چراغ سحر مشتاقان، نور وجود عارفان، آرامش دل بینایان، وسیر کمالی آگاهان است. نماز زنده کننده جان، ظهور دهنده حیات جاودان، راز و نیاز در عبادت، روشنی راه رهروان، نور دیده بیداران، سرمایه مستحندان، دوی درد بی دردان، نماز دل بی دلان، دلیل گمراهان، امید امیدواران، سیر حقیقی سحر خیزان، سرز دل سوختگان، حرارت روح افسردگان، حایه بقای جان و دستگیره نجات انسان از تمام مهالک است. نماز برتر از همه عبادات، جامع تمام کمالات، منعکس کننده کل واقعیات، منبع برکات و کلید قفل تمام مشکلات است. نماز عشق سالکین، عبادتی آتشین، کاری بی فرین، بهترین معین، خورشید

اهل زمین، مونس اصحاب دین، امنیت جان غمین و رحمت واسعه حضرت ارحم الراحمین است. نماز، چشمه زمزم روح، ساغر معنوی صبح، فتح الفتوح، توبه نصوح، حضرت حق را ممدوح، اجمال قرآن را مشروح، و در طوفان حوادث، کشتی نوح (ع) است. نماز حلقه اتصال بین عالم و معبود است. نماز اولین فریضه الهی است. نماز اولین عمل خیری است که نزد خدا بالا میرود. نماز مهمترین وسیله تقرب به خداست. نماز باعث بخشش گناهان است. نماز عامل نجات از عذاب الهی است. نماز پادشاه است. نماز اولین پرسش و سوالی است که خداوند در قیامت از بندگانش می‌پرسد. نماز آخرین وصیت انبیاء و اولیاء الهی است. نماز یعنی تمام دنیا. نماز یعنی میدان از همه و پیوستن به او که همه چیز است و دیگران هیچ. نماز میعادگاه حضور مخلوق در مقابل خالق، بنده در مقابل رب، ذر در مقابل هستی، قطره در مقابل اقیانوس و واژه در دل قاموس است. فلسفه آفرینش در آن عبادت بندگی و عبودیت است. آنکه بنده‌ی آفریدگار است، این بندگی را احساس می‌کند و بناور دارد که در برابر او مطیع فرمان است و در پیشگاه او سر به خاک می‌نهد و قامت خم می‌کند و به سجده می‌افتد و با وی راز و نیاز می‌طلبد و آن خالق بی‌همتا را که سر رشته دار اوست به عظمت و جلال می‌ستاید. نماز بازدارنده از فحشا و منکر و معراج مؤمن و تقرب دهنده به پرہیزگار و در یک سخن بهترین نهاد دین معرفی شده است و پیامبر مکرم اسلام (ص)

آترا روشنی چشم خویش خوانده، که باید ما را در قهیم و عظمت نماز به تأمل و ژرف نگری بیشتری بکشاند.

نماز عبادتی است که بین عبد و مولا ارتباط برقرار می‌کند و این ارتباط بسبب آن است که عبد در بقیه امور زندگانی مولا را مد نظر بگیرد و او را فراموش نکند. نماز است که انسان نیاز ذاتی پناهندگی به قدرت مطلق را اشباع می‌کند به واسطه آن که نماز ناله‌ی دردمندانه درد آشنایی است که از خود بیگانگی می‌هراسد و خود را با بیگانگی می‌شناسد. هر که با او یگانه شود، با همه یگانه می‌شود. دل انسان را به بهار است و جانش پر از نگار.

نماز تمرین وظیفه شناسی نماز به اصول مکتب و دین. نماز خروج از خود و پرواز بسوی خدا. نماز به حافظ شاط محضی و مانع افسردگی روحی. نماز سرود زنده نگهداشتن محبت عالی انسانی. نماز یاد خدا، گفتگو با خدا و دل سپردن به خدا. نماز بیدار باش در ساعات مختلف زندگی. نماز چکیده معنوی و نمودار عینی تمدن اسلام الهی. نماز عامل اصلاح نفس و مایه کنترل نظامهای اجتماعی. نماز تمرین بیگانگی، یکسوئی، یکرویی و پایان دادن به تفرقه‌ها. نماز تجدید نظر هر چه در باورها، گرایش‌ها و تصحیح عملکردها. نماز تجدید قوا، تجهیز معتبر. آماده شدن برای ورود به میدان سختی‌ها. نماز فرایند هجرت از خودخواهی به خداخواهی و از خودمحوری به خدامحوری. نماز فراگیری مردم دوستی، جمع گرایی، عدالت خواهی و احترام به حقوق دیگران. نماز سرود رهایی از خودبینی، خودپسندی، تنبلی، تن پروری. نماز رهایی

از آلودگی‌های جسمی و روحی، غفلت و بی‌توجهی و تفرقه و پراکندگی. نماز راه استحکام بخشیدن به ارزشها و جلوگیری از فروپاشی شخصیت افراد خانواده و جامعه.

سلام بر حقیقت نماز. سلام بر مهدی (عج) که حجت پایدار حق است. سلام بر نماز اول وقت مهدی (عج). سلام بر ناله‌های شبانه مهدی (عج). سلام بر نماز شب مهدی (عج). سلام بر عدالت مهدی (عج) که جهان را برقرار می‌کشد. سلام بر ذکرهای عاشقانه امام زمان (عج). سلام بر دعاها و شفا بخش امام زمان (عج). مهدی جان! هنگام ظهور و حضور که ترا برسد که همه دلها منتظر توست و همه مظلومان جهان انتظار قدوم سایه تو را می‌کشند، نمازگزاران همگی منتظر تو هستند که پشت سر تو نماز اقامت کنند.

مهدی جان (عج)! کی می‌آیی تا نماز را تمام جان احیاء کنی؟

بیایم قلبمان با امام زمان (عج) باشد. لحظه از او غافل نشویم و به عشق او نمازمان را اول وقت بخوانیم؛ زیرا در صورت نیز اول وقت نماز می‌خواند و در دل شب به یاد او باشیم، همراه او باشیم و راز و نیاز کنیم و بعد از هر نمازی برای فرج آقا و سرورمان با تمام وجود دعا کنیم و از خداوند سبحانه و تعالی بخواهیم که در امر فرجش تعجیل فرماید.

- «پروردگارا! بایات اقامه، تعظیم و تکریم و تبلیغ شایسته «نماز» را عینیت فرما» -

چند با متولیان تعلیم و تربیت و خانواده‌ها

همه انسان‌ها بطرناً کنجکاو و خداجو هستند، اما باید به خاطر داشت که همیشه به بیان میل و استدلال نمی‌توان این استعداد فطری را بیدار نگاه داشت و پرورش داد. اساسات، عواطف و خوشایندها خمیر مایه اولیه گرایش‌های مذهبی و تقویت‌کنگرش‌ها و رفتارهای مکتبی در بین همه انسان‌ها، بویژه نوجوانان و جوانان است.

امروزه ما بیش از هر زمان دیگری نیازمند تفکر و اندیشه‌ی دوباره پیرامون اتخاذ مناسبترین و مؤثرترین روش‌های پرورش و تقویت احساس مذهبی و رفتارهای خداجویانه در میان شکوفا‌ی حیات و سرمایه‌های راستین جامعه فردا هستیم. پرستش و ارضای استعداد فطری انسان نماز است. کسی نیست که در عمق فطرت خویش احساس خدای در مقابل قدرت لایزال نکند. نماز آثار پر برکتی در زندگی انسان‌ها دارد. یکی از برکات بسیار مهم نماز در بعد فردی، تقویت حس اعتماد به نفس در نوجوان و جوان و بالا بردن این حس می‌باشد. در نتیجه نوجوان و جوان را به سوی اعمال خیر سوق می‌دهد. نماز باعث بخشش گناهان انسان و وسیله‌ای برای شفاعت انسان نزد بارگاه الهی است، البته نماز با حضور و با توجه، نمازی که از یاد و ذکر سرشار است، نمازی که آدمی

در آن با خدای خود سخن می‌گویند و به او دل می‌سپارند. نمازی که والاترین معارف اسلام را پیوسته به انسان می‌آموزد، انسان را از پوچی و ضعف می‌رهاند. انسان همیشه به نماز محتاج است و در صحنه‌های خطر محتاج‌تر.

نماز در مکتب انسان ساز اسلام از جایگاه ویژه‌ای برخوردار بوده و هیچ عملی از اعمال دینی و افعال عبادی با آن قابل مقایسه نمی‌باشد. نماز تنها بهترین و مؤثرترین امر و دستور الهی است بلکه اولین حکمی است که آنست که خداوند بر بندگان واجب شده است. وقتی به روایات در باب نماز می‌رسیم، می‌بینیم که از نماز به عنوان پایه و ستون دین، نشانه‌ای از برکت و رحمت، رجم اسلام و تعبیری از این قبیل یاد شده است که همه این‌ها بیانگر برتری نماز بر سایر اعمال عبادی است. تحقیقات متعدد روان‌شناسان نشان می‌دهد که همان نتیجه‌ای که در یک روان درمانی مؤثر و موفق حاصل می‌شود، از نماز نیز به دست می‌آید، زیرا احساس امنیت و رهایی از اضطراب، که نماز در انسان ایجاد می‌کند، موجب آزاد شدن نیروی روانی او می‌شود که منجر به آزادی ضامن ایجاد سلامت روان است. ملاحظه می‌شود که همین راهی که خود انسان با پروردگار در طول نماز و دریافت نوعی فیض الهی یا بارقه روانی خداوند متعال، موجب رهایی نیروهای معنوی مستقر در انسان می‌شود و احساس را جزم، اراده‌اش را قوی و همتش را بلند می‌کند، لذا امنیت روانی و ارتزاق روحی انسان در سایه‌ی اقامه‌ی حقیقی نماز حاصل می‌شود.

سخن آغازین ۲۱

خانواده نقش بسیار مؤثری در ترغیب و تشویق جوانان به نماز و پرورش اساس مذهبی در آنان را دارد. یکی از گرایش‌های نیرومند و ریشه‌دار انسان، غلبه تقلید است که در نظام تعلیم و تربیت و سازندگی از پند و اندرز بیشتر اثر را دارد. خانواده و مربیان باید از این غریزه مفید، کمال بهره را بگیرند. ارائه الگو، اسوه، موثرترین و موفق‌ترین روش تربیتی است. آنچنان که خداوند رسول گرامی اسلام (ص) را به عنوان بهترین سرمشق و اسوه برای نسل بشر معرفی می‌فرماید: «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ»^۱؛ مسلمانان! شما را زندگی رسول خدا سرمشق نیکویی بود. باید به این نکته ظریف تربیتی توجه نمود که، خانواده و آموزگاران و مربیان نمی‌توانند تنها با توسل به گفتار، خواه‌خواه کان و شاگردان خود را به رفتار نیک رهنمون گردند، مگر آن‌چه با رفتار و عمل و اسوه خود را تأیید کنند. امام صادق (ع) می‌فرماید: «كُونُوا دُعَاةَ النَّاسِ بِأَعْمَالِكُمْ وَلَا تَكُونُوا دُعَاةَ النَّاسِ بِأَلْسِنَتِكُمْ»^۲؛ مردم را با رفتارشان [به دین] فراخوانید و با زبان هایشان، دعوت کنندگان مردم نباشید.

موضوع مهم دیگر این است که همان‌طور که نوجوان و جوان زیر نفوذ و تأثیر خانواده و اطرافیان نزدیک خود است، به همان میزان تحت تأثیر جامعه و محیط قرار خواهد گرفت. با در نظر داشتن چنین مواردی، جوان با فعالیت خنداجوی مانند زمین بکر و آماده‌ای است که توانایی پذیرش هر بذری را دارند و در زمینه مذهبی و خداپرستی آمادگی بیشتری برای پذیرش دارد، اما

۱- [احزاب، آیه ۲۱]. (در ترجمه تمامی آیات این کتاب، از ترجمه استاد مکارم شیرازی استفاده شده است).

۲- مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، ج ۵، ص ۱۹۸.

اگر محیط برای پذیرش و رد چنین بذری در جوان مساعد نباشد، بذره‌های دیگر و علفهای هرز و بیهوده در این زمین بکر می‌رویند و رشد می‌کنند و دیگر جایی برای بذره‌های مطلوب نمی‌گذارند. و چه سخت است بعد از دوران جوانی که هدف‌ها و خوشایندهای فرد نقش بسته، فرد به آنها پشت کند و راه دیگری را در پیش گیرد. این مسئولیت خطیر و سترگ، یعنی بذری شی‌درست و صحیح و یا به عبارت دیگر هدایت صحیح آنها به سوی خیر پرستی، مذهب ایمان و تقوا و هر عمل مطلوب دیگری به عهده متولیان تعلیم و تربیت و مسئولین جامعه است.

پس انسان‌ها، مؤمن و با تقوا که در این مورد مسؤلان امور جامعه ما هستند، از تلاش برای نجات زندگی دنیوی و اخروی نوجوانان و جوانان این مرز و بوم، یستی غفلت دارند و شادی وصف ناپذیر و همچنین پاداش اخروی این نجات‌رندگان را به راحتی از دست دهند.

حقیقت آن است که نماز هم جایگاه شایسته خود را، حتی در نظام اسلامی ما، به دست نیاورده است. این مسئولیت بیشتر بر عهده نسل جوان است و از کودک دبستانی تا پژوهشگر پخته‌شده‌ی عالی، هر یک فرابخور ذهن و معرفت خود، می‌توانند در راه شناختن نماز، برهه‌ای از آقدام‌های بردارند و با ناشناخته‌هایی آشنا شوند. حتی عرفای بزرگ و نیز رای سالکان وادی معرفت، اسرار نماز را نوشته و آموخته‌اند. باید فلسفه و تحلیل رازها و رمزهای آن، با زبان هنر در معرض دید همگان قرار گیرد، تا کسی به قدر ظرفیت خود از آن متمتع گردد. همه‌ی ما ماندگاری را دوست داریم و از فنا و نابودی بیزاریم.

کتابی که با عنوان «زمینه‌های روان‌شناختی نماز»؛ (شیوه‌های جذب به نماز) ما تاکید بر مکتب اسلام و اصول روانشناسی، پیش روی شماست، در شش فصل تدوین شده است. در این مجموعه تلاش شده است که راه‌های تشویق جوانان را از دیدگاه علم روانشناسی و قرآن و احادیث، به نماز، تقویت کنیم. فریضه عبادی بر ابعاد گوناگون زندگی، را مورد بررسی قرار می‌دهد تا این که جوانان ما به وضوح به این مطلب برسند که نماز واسطه‌ای محکم است که تمام هستی انسان را به ملکوت هستی پیوند می‌دهد و به مانند این پرنده‌ای، ما برای ربط دادن آدمی به حق و حقیقت نمی‌توان یافت و در دنیای ما، ماهر متمدن امروزی که لعاب تجمل و تظاهر تمام زندگی انسان را بفضه آورد است از ظاهر و باطن خود مراقبت بیشتری به عمل آورده و آداب و شرایط باطنی و ظاهری و دستورهای دینی و وظایف شرعی را مورد توجه قرار دهند و نماز را بزرگ شمرده و به آن اهمیت دهند و درصدد تمام شدن شایسته الهی خویش برآمده و با عبادت و بندگی خدا و تقرب به درگاه او سرگشته و راه ترقی و کمال را بیابند و با صدق و صفا و راستی به سوی خداوند و با دوری از محرمات و ناپاکی‌ها خویش را از صدمات جسمی و معنوی مصون و محفوظ نگه دارند و از هر آنچه غیر رضای الهی در آن است اجتناب کنند و با استفاده از اکسیر شفا بخش و جان بخش نماز دلها را تسلی بخشیده و از غبارهای مادیت و غفلت رهایی دهند چرا که

هیاہوی تمدن امروزی، فطرت خداگونه ما را نمی‌تواند آرام کند و تنها یاد اوست که آرام بخش دلهاست. امید آنکه مباحث مطرح شده در این کتاب باعث افزایش بینش و آگاهی شده و در گسترش فرهنگ نماز و نمازخوانی مفید واقع گردد. در انتها از کلیه عزیزانی که همواره به عنوان - بی در کنارم بوده‌اند، تقدیر و تشکر نموده و امید که با نقدهای سازنده خویش مرا در کامل شدن این اثر یاری نمایند.

«وَالسَّلَامُ عَلٰی مَنْ اَتْبَعَ الْهُدٰی»-

bidi.fateme@gmail.com

فاطمه بیدی

آذرماه ۱۳۹۲