

شرح رساله حقوق

عرض کردیم امام سجاد علیه السلام در بیان حق نماز فرمودند که دو حق برای شما ثابت است و در ادامه فرمود: «فإذا علمت ذلك كنت خليقاً أن تقوم فيها مقام الذليل؛ الراغب؛ الراهب؛ الخائف؛ الراجي؛ المسكين؛ المتضرع؛ المعظم من قام بين يديه بالسكون والإطراق؛ و خشوع الاطراف و لين الجناح؛ و حسن المناجاة له في نفسه و الطلب إليه في فكاك رقبتك التي احاطت به خطيئتك و استهلكتها ذنوبك؛ و لا قوة الا بالله». حال که این مطلب را دانستی، بدان که بر تو لازم است هم خضوع و خشوع قلبی داشته باشید، هم خضوع و خشوع در اعضا؛ هم جوانحی هم جوارحی.

۲. خشوع عملی

خضوع و خشوع قلبی و جلوه‌های آن را در کلام امام سجاد(ع) توضیح دادیم. گفتیم مؤلفه‌های خضوع و خشوع قلبی طبق فرموده امام سجاد در این فقرات چه چیزهایی است. چند مورد را ذکر کردیم. در ادامه حضرت به خضوع و خشوع اعضا و جوارح اشاره می‌کنند. کسی نمی‌تواند آداب ظاهری و حالت ظاهری خشوع را در نماز نادیده بگیرد. آن هم جزئی از توصیه‌های امام سجاد(ع) است. می‌فرماید: «بالسكون والإطراق؛ و خشوع الاطراف و لين الجناح».

ایشان چهار واژه به کار برده است:

۱. «بالسكون» سکون مربوط به اعضا است. این چهار مورد مؤلفه‌های خضوع جوارحی است. سکون یعنی اینکه در حال نماز، اعضا و جوارح انسان حرکت نداشته باشد. دست و پا و صورت و حتی چشم را این طرف و آن طرف نکند. سکون؛ ساکن بودن، عدم تحرک در تمامی اعضای آدمی در موقع نماز، یک مؤلفه برای خشوع در اعضا است.

۲. «والاطراق» یعنی سرافکندگی؛ حالت خجالت، سرافکندگی لزوماً به این معنا نیست که سر پایین باشد. اگر آن بود می‌گفتند «انحناء الرأس» یا چشم دوختن به زمین. می‌گویند الاطراق. الاطراق حالت سرافکندگی است.

کسی که در مقابل دیگری قرار می‌گیرد، حتی ممکن است سرش هم پایین نباشد، اما آن حالت سرافکندگی در ظاهر او آشکار شود. می‌گویند در موقع نماز انسان باید ظاهرش، ظاهر سرافکننده باشد. نه اینکه سینه‌ها را سپر کند و... بالاخره آن حالت سرافکندگی پیدا باشد.

۳. «و خشوع الاطراف» خاشع بودن اطراف و اعضا. این غیر از سکون است. درست است، ملازم با سرافکندگی هست ولی با سرافکندگی فرق دارد. افتاده بودن اعضا.

۴. «و لين الجناح» حالت تواضع و فروتنی در زمانی که به نماز ایستاده.

پس امام (علیه السلام) هم خشوع جوانحی را با اوصافی معرفی کردند، (کلی نفرمودند خشوع داشته باشید در قلبتان و اعضا)، این را مقداری شفاف و روشن کردند که اینکه می‌گوییم در قلب خاشع باشید یعنی چه حالتی داشته باشید. اینکه می‌گوییم در اعضا این چنین باشید، منظور چیست. این یکی از مهم‌ترین مسائلی است که در نماز باید به آن توجه کرد. یعنی بعد از اینکه آن دو حق را امام فرمود، اولین چیزی را که تصریح کردند و تذکر دادند، خضوع و خشوع قلبی و رفتاری است؛ جوانحی و جوارحی. این خیلی مهم است که نمازگزار باید حالت خضوع و خشوع هم در قلبش هم در اعضا و جوارحش باشد.

راه های تحصیل خشوع در نماز

ما چگونه می‌توانیم این حالت را در خودمان ایجاد کنیم؟ اینطور نیست که کسی مسیر زندگیش در لحظات دیگر به یک سمت و سوی دیگری باشد و در عین حال بتواند موقع نماز این حالت خضوع و خشوع را در قلب خود و در اعضای خود ایجاد کند. این نیاز به ممارست، تمرین و مراقبت دائمی دارد.

چند راه و روش برای تحصیل این حالت در نماز وجود دارد که به مهمترین آنها اشاره می‌شود:

راه اول: معرفت

اولین راه برای اینکه انسان بتواند این حالت را در خودش ایجاد کند، معرفت است. اینکه به آن دو حقی که در ابتدای فرمودند توجه کنیم. اینکه بدانیم نماز چیست و در ما مقابل چه کسی ایستاده‌ایم. یعنی عظمت و قدرت خداوند تبارک و تعالی و در مقابل ناچیز بودن و هیچ بودن ما. خود این معرفت و شناخت و بزرگداشت خداوند تبارک و تعالی به ما کمک می‌کند که خاشع باشیم. همین الان اگر کسی که مورد علاقه شماست (حالا بسته به این که مورد علاقه شما چه کسی باشد، یک وقت کسی به یک دانشمند خیلی علاقه دارد، یک کسی به یک هنرپیشه خیلی علاقه دارد.) را شناسید و در مقابلش قرار بگیرید، هیچ حالت خشوع در شما پیدا نمی‌شود. اما اگر بشناسید، به شما بگویند این کیست؟ مثلاً اولین متخصص فلان در عالم است. خود این معرفت و شناخت، ناخودآگاه حالت خضوع را در انسان ایجاد می‌کند. پس اولین راه شناخت و معرفت است.

راه دوم: حضور قلب

دومین راه و عاملی که به ایجاد حالت خشوع کمک می‌کند، حضور قلب در نماز است. معرفت یک امر پیشینی و به اصطلاح محتاج زمان است. ما باید در نماز حضور قلب داشته باشیم. اگر قرار باشد موقع نماز خواندن، ذهن ما و حواس ما این طرف و آن طرف برود، طبیعتاً این نمی‌تواند آن حالت خشوع را ایجاد کند. حالت خشوع در اعضا و در قلب انسان وقتی حاصل می‌شود که بدانیم در چه موقعیتی قرار گرفته‌ایم. حضور قلب در نماز، باعث آن خضوع می‌شود.

راه سوم: یاد خدا در همه لحظات زندگی

سومین راه و عامل این است که انسان مراقب باشد از یاد خدا و ذکر خدا غافل نباشد. این برمی‌گردد به سایر لحظات زندگی ما. اگر قرار باشد ما از صبح تا شام از یاد خدا غافل باشیم، به فکر شهوات باشیم، به فکر مشتهیات نفسانیه باشیم، قهراً در موقع نماز این حالت برای ما پیدا نمی‌شود. یعنی در واقع یک آمادگی‌های قبلی باید باشد تا ما بتوانیم موقع نماز آن خضوع و خشوع قلبی را داشته باشیم.

در روایتی قدسی وارد شده: «إِنَّمَا أَقْبَلُ الصَّلَاةَ مَنْ تَوَاضَعَ لِعَظَمَتِي وَ يَكْفَ نَفْسُهُ عَنِ الشَّهَوَاتِ مِنْ أَجَلِي وَ يَقْطَعُ نَهَارَهُ بِذِكْرِي وَ لَمْ يَتَعَظَّمْ عَلَى خَلْقِي»^۱. خداوند تبارک و تعالی می‌فرماید: من نماز را از کسی قبول می‌کنم که در مقابل بزرگی من فروتن و متواضع باشد، و «يَكْفَ نَفْسُهُ عَنِ الشَّهَوَاتِ مِنْ أَجَلِي» خویشتن‌داری بکند، کف نفس بکند در مقابل شهوات، و «قَطَعَ نَهَارَهُ بِذِكْرِي» روزش را به ذکر من قطع بکند، و «لَمْ يَتَعَظَّمْ عَلَى خَلْقِي» نسبت به خلق من و دیگران بزرگی و فخر فروشی و خودبرتر بینی نداشته باشد.

راه چهارم: تقوا

^۱ وسائل الشیعة، جلد ۱۵، صفحه ۲۱۰، روایت ۶.

یکی از اموری که به انسان برای تحصیل خضوع جوانحی و جوارحی کمک می‌کند، تقواست. تقوا باید در سراسر زندگی ما حضور داشته باشد. انجام واجبات، اجتناب از محرمات. بدیهی است نماز با خضوع و خشوع، از کسی که اهل تقوا نیست، تحقق پیدا نمی‌کند. ورع، پارسایی، و اینکه انسان خودش را مراقبت بکند، به ایجاد این حالت کمک می‌کند.

«والحمد لله رب العالمین»