

نقش و اثر ناز و تنگی انسان

www.ketab.ir

مطهره اکبری

سرشناسه  
عنوان و نام پدیدآور : نقش و اثر نماز در زندگی انسان / مطهره اکبری؛ به سفارش مرکز فرهنگی خانواده کارکنان و اعضای وابسته فراجا؛ تصحیح و ویرایش محمده یاری.

مشخصات نشر : قم: خادمان کتابخانه، ۱۴۰۲.

م. ۳۴/۵ - ۳۷/۵

978-600-206-232-1 :

شابک

وضعیت فهرست نویسی :

فیبا

کتابنامه: ص. ۱۵۳ - ۱۵۷.

یادداشت

نماز -- تاثیر

موضوع

Salat -- Influence

نماز -- فلسفه

Salat -- Philosophy

نماز -- احادیث

Salat -- Hadiths

نماز

Salat

شناسه افزوده : فرماندهی انتظامی جمهوری اسلامی ایران. مرکز فرهنگی

خانواده کارکنان

BP۱۸۶ :

رده بندی کنگره

۲۹۷/۳۵۳ :

رده بندی دیویی

۹۲۲۶۰۴۲ :

شماره کتابشناسی ملی

اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا





## نقش و اثر نماز در زندگی انسان

مطهره اکبری

به سفارش: مرکز فرهنگی خانواده کارکنان و اعضای وابسته فراجا

تصحیح و ویرایش: محمد یاری

ناشر: انتشارات خادم الرضا

لیتوگرافی: صیام / چاپ: کوثر / صحافی: ترابی

نوبت چاپ: اول - پاییز ۱۴۰۲

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

برای اطلاع از قیمت به سایت انتشارات خادم الرضا مراجعه فرمایید:

[Khademolreza.com](http://Khademolreza.com)

70000

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۶-۲۳۲-۱

تمامی حقوق محفوظ است





## فهرست مطالب

پیشگفتار..... ۱۳

### فصل اول: نماز و بررسی آن در ادیان گذشته/ ۱۹

فلسفه نماز..... ۲۳

ب) تاریخچه نماز (گزینه الف را پیدا نکردیم) (صفحه آرا)..... ۳۲

ج) نماز در ادیان پیش از اسلام..... ۳۳

حضرت آدم علیه السلام و نماز..... ۳۳

حضرت ادریس علیه السلام و نماز..... ۳۴

حضرت نوح علیه السلام و نماز..... ۳۵

حضرت ابراهیم علیه السلام و نماز..... ۳۵

حضرت اسحاق علیه السلام و حضرت یعقوب علیه السلام و انبیای از ذریه

ابراهیم علیه السلام و نماز..... ۳۸

حضرت موسی علیه السلام و نماز..... ۳۸

حضرت لقمان علیه السلام و نماز..... ۳۹



- ۴۰..... حضرت یونس علیه السلام و نماز
- ۴۱..... حضرت زکریا علیه السلام و نماز
- ۴۱..... حضرت داوود علیه السلام و نماز
- ۴۲..... حضرت شعیب علیه السلام و نماز
- ۴۳..... حضرت عیسی علیه السلام و نماز
- ۴۴..... زرتشت و نماز
- ۴۶..... حضرت محمد صلی الله علیه و آله و نماز
- ۴۸..... امت اسلامی و نماز

## فصل دوم: نقش و اثر بهداشتی، درمانی، روحی و روانی نماز در زندگی

- ۵۳..... الف) نقش و اثر بهداشتی و درمانی نماز
- ۵۳..... تأثیر نماز در بهداشت عمومی بدن
- ۵۵..... رابطه نماز و سلامت تغذیه
- ۵۹..... خواص طبی نماز
- ۶۱..... نماز، تسکین دهنده دردها و تقویت کننده سیستم دفاعی بدن
- ۶۴..... ب) نقش و اثر روحی و روانی نماز در زندگی
- ۶۴..... نماز، اکسیر غم زدا
- ۶۸..... نماز، عامل اعتماد به نفس
- ۷۰..... نماز توان بخش روح و روان

- نماز، پرواز روح..... ۷۱
- نماز عامل آرامش و امنیت روانی..... ۷۴
- نماز، عامل رهایی از تنگناهای زندگی..... ۷۶

## فصل سوم: نقش و اثر اخلاقی، تربیتی، اجتماعی و اخروی نماز در زندگی/ ۷۹

- الف) نقش و اثر اخلاقی، تربیتی نماز در زندگی انسان..... ۸۱
- نماز، نظم و انضباط..... ۸۱
- امام خمینی رحمته الله علیه و نظم در نماز..... ۸۴
- نماز، رافع کبر..... ۸۴
- نماز، مهم‌ترین عامل بازدارنده از اشتباهات و تباهی‌ها..... ۸۷
- تأثیر نماز در تهذیب اخلاق..... ۸۹
- احترام در سایه نماز..... ۹۱
- محبت و ملایمت به جای سرسختی و عداوت..... ۹۲
- نماز، نشانه تواضع..... ۹۳
- ب) نقش و اثر اجتماعی و اخروی نماز در زندگی انسان..... ۹۵
- نماز و خانواده..... ۹۵
- رعایت حقوق دیگران در سایه سار نماز..... ۱۰۱
- نقش نماز در شخصیت جوانان..... ۱۰۳
- دفع وحشت‌های قبر..... ۱۰۵

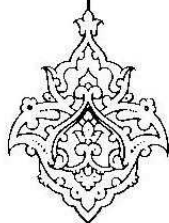
- ۱۰۶..... مؤنس انسان در قبر
- ۱۰۶..... باغی از باغ‌های بهشت
- ۱۰۶..... نماز، توشه آخرت
- ۱۰۷..... عبور از صراط
- ۱۰۷..... عامل ورود به بهشت
- ۱۰۸..... بزرگی نمازگزار در قیامت

#### فصل چهارم: نقش و اثر نماز از دیدگاه آیات و روایات/ ۱۰۹

- ۱۱۱..... (الف) نماز از دیدگاه آیات قرآن
- ۱۱۱..... نماز، یاد خدا
- ۱۱۴..... نماز، تسلیم ربوبیت و رفع انانیت
- ۱۱۷..... نماز، زیباترین مروارید دریای بندگی
- ۱۲۱..... امیدبخش‌ترین آیه قرآن
- ۱۲۳..... راه پیروزی بر مشکلات
- ۱۲۵..... نماز، جزو برنامه‌های حکومت اسلامی
- ۱۲۷..... پیام‌ها و نکته‌های آیه:
- ۱۲۸..... نماز، شرط برادری و اخوت اسلامی
- ۱۲۹..... پیام‌ها و نکته‌های آیه:
- ۱۳۰..... نماز، بازدارنده از فحشا و منکرات
- ۱۳۴..... نماز و طاعت رسول

|          |                                                                      |
|----------|----------------------------------------------------------------------|
| ۱۳۶..... | ب) نماز ازدیدگاه روایات                                              |
| ۱۳۶..... | پیامبر اکرم ﷺ و نماز                                                 |
| ۱۳۷..... | اهتمام امیر مؤمنان علی ﷺ به نماز اول وقت                             |
| ۱۳۸..... | مجازات عظیم سستی در امر نماز                                         |
| ۱۳۹..... | امام حسن ﷺ و نماز                                                    |
| ۱۳۹..... | امام حسین ﷺ و دوستی با نماز                                          |
| ۱۴۱..... | عبادت و ترس از آتش قیامت                                             |
| ۱۴۱..... | نماز امام محمد باقر ﷺ                                                |
| ۱۴۱..... | سفارشی مهم در آخرین لحظات عمر                                        |
| ۱۴۲..... | حال موسی بن جعفر ﷺ در زندان                                          |
| ۱۴۳..... | امام رضا ﷺ و نماز                                                    |
| ۱۴۴..... | نماز امام جواد ﷺ و برکت آن                                           |
| ۱۴۵..... | امام هادی ﷺ و نماز                                                   |
| ۱۴۶..... | نماز امام حسن عسکری ﷺ                                                |
| ۱۴۶..... | امام زمان <small>عجل الله تعالی فرجه</small> بر روی آب نماز می خواند |
| ۱۴۷..... | روایتی پیرامون نماز                                                  |
| ۱۵۱..... | منابع و مأخذ                                                         |





## پیشگفتار

برای شناخت کامل از نماز، باید انسان پی به آثار آن ببرد و پی به این مطلب که نماز چه نقش و اثری می‌تواند در زندگی ما داشته باشد. خداوند می‌فرماید:

﴿إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ﴾

نماز انسان را فرشته‌خوی می‌کند زیرا نمازگزار به واسطه نماز از همه بدهی‌ها پاک است و هر کس که نمازگزار است پاکیزه‌خوی و نیکوکار و نیکورفتار است.

نماز دارای اسرار و نتایج بسیار زیاد فردی و اجتماعی و منافع قلبی و عملی و عرفانی است و جای هیچ گونه تردید نیست که یاد خدا سرچشمه واقعی بسیاری از فضیلت‌ها و ارزش‌های اخلاقی است. اگر یاد خدا را به معنای وسیع‌تر و از دید بازتری بنگریم، در واقع یاد رحمت خدا، یاد پاداش‌ها و کیفرهای خدا، یاد بزرگی و عظمت خدا و... است که همه اینها چون سدی مستحکم جلو تجاوزها و هوس‌رانی‌ها را گرفته و اصول انسانی را در وجود انسان پی‌ریزی می‌کنند. در ۲۴ ساعت، پنج بار در ساعات حساسی،

یعنی در مواقعی که انسان نوعاً سرگرم امور مادی است (نماز ظهر و عصر) و در ساعاتی که از کارهای مادی دست کشیده، ولی افکارش پاک نشده (نماز مغرب و عشاء) و در ساعاتی که خواب و استراحت انسان را ساعت‌هایی به عالم بی‌خبری و غفلت برده و یا قوای انسانی بر اثر آسایش و استراحت تجدید شده و خستگی‌ها و کسالت‌ها رفع شده است (نماز صبح) انجام می‌گیرد.

به علاوه نماز از نظر اجتماعی و فردی نیز دارای نتایج فراوانی است، مثلاً نمازگزار برای صحت و قبولی نماز خود ناگزیر است که از گناهان بسیاری دوری کند، آب غسل و وضوی او غصبی نباشد، از طریق غیر مشروع به دست نیامده باشد و در محل و مکانی که غصب نیست وضو و غسل بسازد و در لباسی که دیگران در آن حقی نداشته باشند نماز بخواند.

توجه به این مسایل در امکان نوعی مراقبت و کنترل را به وجود می‌آورد که سرچشمه رعایت حقوق دیگران در حال غیر نماز نیز خواهد شد. نمازگزار برای آن که نمازش صحیح و قبول گردد باید بدن خود را پاک نگه دارد و از این نظرمی‌توان گفت نماز مظهر بهداشت است.

نمازگزار در وقت‌های مخصوصی رو به قبله می‌ایستد و با حرکات خاصی خداوند بزرگ را می‌پرستد، بنابراین نماز از این دید مظهر اتحاد و تقویت‌کننده رشته وحدت و هماهنگی مسلمانان خواهد بود. در نمازگزار حس اطاعت و فرمان‌بری زنده می‌شود و این حس در شبانه‌روز چند بار پرورش می‌یابد و این خود نوعی تمرین است که انضباط و مراقبت و دور کردن بی‌ارادگی را به همراه دارد. نماز اگر به جماعت خوانده شود چهره وحدت و مساوات را مجسم می‌کند. نمازگزار فاصله طبقاتی و تبعیضات نژادی و... را با صفوف فشرده و وحدت خیز خود عملاً لغو می‌کند و این خود بزرگ‌ترین درس انسانی است که

می‌توان از مکتب نماز آموخت. در قرآن بیش از ۱۲۲ آیه پیرامون نماز و آثار و نقش آن در زندگی وجود دارد، پیامبر اکرم ﷺ و ائمه اطهار (نیز سخنان فراوانی درباره این فریضه بزرگ بیان کرده، آن را برتر از سایر عبادات دانسته و نماز را پیوند انسان با خالق هستی و رب العالمین و نردبان عروج آدمی در مسیر الهی دانسته‌اند. ناگفته نماند نمازی باعث عروج آدمی و کمال او می‌باشد که کامل باشد.