



فائده نماز

کلید واژه: نماز، آرامش روانی، قرب معنوی، یاد خدا
پرسش: آیا خواندن نماز در صورت نیاز و مواقع بحرانی فایده ای دارد یا تنها باعث آرامش در همان لحظه می شود؟
پاسخ: اقامه نماز در همه حال موجب آرامش دل ها و قرب انسان به معبود می باشد. آثار و برکات نماز در همه ابعاد زندگی انسان جلوه می نماید، البته در مواقع بحرانی و مواجهه با ناراحتی ها نماز موجب آرامش و اطمینان می شود، ولی این آرامش گذرا و موقت نیست و در وجود انسانی باقی می ماند.

فهرست مندرجات

- ۱ - مقدمه
- ۲ - حکمت و فلسفه نماز
 - ۲.۱ - قرب معنوی
 - ۲.۲ - نماز از کلام علی(ع)
 - ۲.۳ - یاد خدا و آرامش روانی
 - ۲.۴ - بازدارنده از گناه
 - ۲.۵ - گناه زدایی
 - ۲.۶ - غفلت زدایی
 - ۲.۷ - عامل پرورش فضایل اخلاقی
 - ۲.۸ - همگرایی
 - ۲.۹ - نفی طاغوت و ایستادگی در مقابل ستم
- ۳ - بانیوس
- ۴ - منبع

مقدمه

اقامه نماز در همه حال موجب آرامش دل ها و قرب انسان به معبود می باشد. آثار و برکات نماز در همه ابعاد زندگی انسان جلوه می نماید، البته در مواقع بحرانی و مواجهه با ناراحتی ها نماز موجب آرامش و اطمینان می شود، ولی این آرامش گذرا و موقت نیست و در وجود انسانی باقی می ماند.

حکمت و فلسفه نماز

فلسفه نماز و عبادت در همه ابعاد، قابل درک برای بشر نمی باشد و در آیات و از طریق معصومان(ع) تنها بخشی از آثار و حکمت های نماز و عبادت بیان شده که چنین است:

← قرب معنوی

یکی از آثار بسیار مهم نماز قرب به خداوند است. این اثر، روح عبادت و نماز را تشکیل می دهد و در یکی از آیات هدف آفرینش انسان « عبادت » بیان شده است.
﴿ ذاریات (۵۱) آیه ۵۶ ﴾
که حکایت کننده از بُعد معنوی نماز و اهمیت آن است.

← نماز از کلام علی(ع)

امام علی(ع) فرمود: «الصلوة قربان لكل تقی؛
﴿ نهج البلاغه، سید شریف رضی، کلمات قصار ۱۲۱ ﴾
نماز وسیله تقرب هر پرهیزکاری به خداوند است». در برخی روایات از نماز به عنوان معراج مؤمن یاد شده که اشاره به آثار معنوی آن می باشد.

← یاد خدا و آرامش روانی

در قرآن کریم آمده است: «اقم الصلوة الذکری؛

[۱۳] طه (۲۰) آیه ۱۴

نماز را برپا دار تا به یاد من باشی».

یکی از نویسندگان در تفسیر آیه می نویسد: «روح و اساس و هدف و پایه و مقدمه و نتیجه و بالاخره فلسفه نماز یاد خدا است. ذکرالله است که در آیه به عنوان برترین نتیجه بیان شده است».

[۱۴] تفسیر نمونه، آیت الله ناصر مکارم شیرازی، ج ۱، ص ۲۸۹

ذکر و یاد خدا نقش تعیین کننده در آرامش روانی دارد. نماز به عنوان ذکر خدا به نمازگذار آرامش می دهد: «أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ؛

[۱۵] رعد (۱۳) آیه ۲۸

آگاه باشید یاد خدا مایه اطمینان و آرامش دل ها است».

← بازدارنده از گناه

یکی از آثار مهم نماز جلوگیری از گناه است: «إِنَّ الصلوة تنهى عن الفحشا و المنکر».

[۱۶] عنکبوت (۲۹) آیه ۴۵

← گناه زدایی

یکی از آثار بسیار مهم نماز گناه زدایی است. نماز وسیله شستشو از گناهان و باعث مغفرت و آمرزش الهی است. پیامبر(ص) به یاران خود فرمود: «اگر بر در خانه یکی از شما نهی از آب صاف و پاکیزه باشد و در هر روز پنج بار خود را در آن شستشو دهید، آیا چیزی از آلودگی و

کثافت در بدن می ماند؟» در پاسخ عرض کردند: نه، حضرت(ص) فرمود: «نماز درست همانند آب جاری است. هر زمان که انسان نماز می خواند، گناهی که میان دو نماز انجام شده است، از بین می رود».

[۱۷] تفسیر نمونه، آیت الله ناصر مکارم شیرازی، ج ۱، ص ۲۹۰

← غفلت زدایی

بزرگ ترین مصیبت برای رهروان راه حق این است که هدف آفرینش خود را فراموش کند و غرق در زندگی مادی و لذایذ زود گذر گردد، اما نماز به حکم این که در فواصل مختلف در هر شبانه روز پنج بار انجام می شود، مرتباً به انسان اخطار می کند و هشدار می دهد و هدف آفرینش او را خاطر نشان می سازد. این نعمت بزرگی است که انسان وسیله ای در اختیار داشته باشد که در هر شبانه روز چند مرتبه به او بیدار باش گوید.

[۱۸] نهج البلاغه، سید شریف رضی، کلمات قصار، ش ۲۵۲

← عامل پرورش فضایل اخلاقی

نماز روح اخلاص و خدا باوری را در انسان افزایش می دهد و نتیجه آن پرورش فضایل اخلاقی است. انسان باز نماز خواندن، خود را از جهان محدود ماده و چهار دیوار طبیعت بیرون می برد و به ملکوت آسمان ها دعوت می کند و با فرشتگان هم صدا می شود و خدا را در همه حال حاضر و ناظر می داند.

← همگرایی

علاوه بر آثار مذکور که معمولاً آثار فردی نماز محسوب می شوند، نماز موجب همگرایی اجتماعی و سیاسی مسلمانان می شود. برگزاری نماز جمعه و جماعت، وحدت و همگرایی مسلمانان را به نمایش می گذارد.

← نفی طاغوت و ایستادگی در مقابل ستم

انسانی که فقط خدا را می پرستد و او را عبادت می کند و در مقابل او سر تعظیم فرود می آورد، هر چه غیر خدا است، در مقابل او حقیر و کوچک شمرده می شود و هیچگاه زیر بار ظلم و ستم نمی رود و با طاغوت کنار نمی آید و همیشه سعی می کند انسانی آزاد و در همه حال فقط بنده خدا باشد.

نماز در همه حال موجب صفای باطن و آرامش روحی انسان می باشد. در سختی ها و بحران ها انسان را به ساحل امنیت رهنمون می کند و آثار پایدار و مستمری در زندگی فردی و اجتماعی دارد.

۱. [↑ ذاریات \(۵۱\) آیه ۵۶](#)
۲. [↑ نهج البلاغه، سید شریف رضی، کلمات قصار، ۱۳۱](#)
۳. [↑ طه \(۲۰\) آیه ۱۴](#)
۴. [↑ تفسیر نمونه، آیت الله ناصر مکارم شیرازی، ج ۱۶، ص ۲۸۹](#)
۵. [↑ رعد \(۱۳\) آیه ۲۸](#)
۶. [↑ عنکبوت \(۲۹\) آیه ۴۵](#)
۷. [↑ تفسیر نمونه، آیت الله ناصر مکارم شیرازی، ج ۱۶، ص ۲۹۰](#)
۸. [↑ نهج البلاغه، سید شریف رضی، کلمات قصار، ش ۲۵۲](#)

منبع

[سایت مرکز ملی پاسخگویی به سؤالات دینی](#)

رده‌های این صفحه : [فقه](#) | [فلسفه احکام](#) | [نماز](#)