

اینها
خوندی؟

مجموعه پوستر

معرفی کتاب

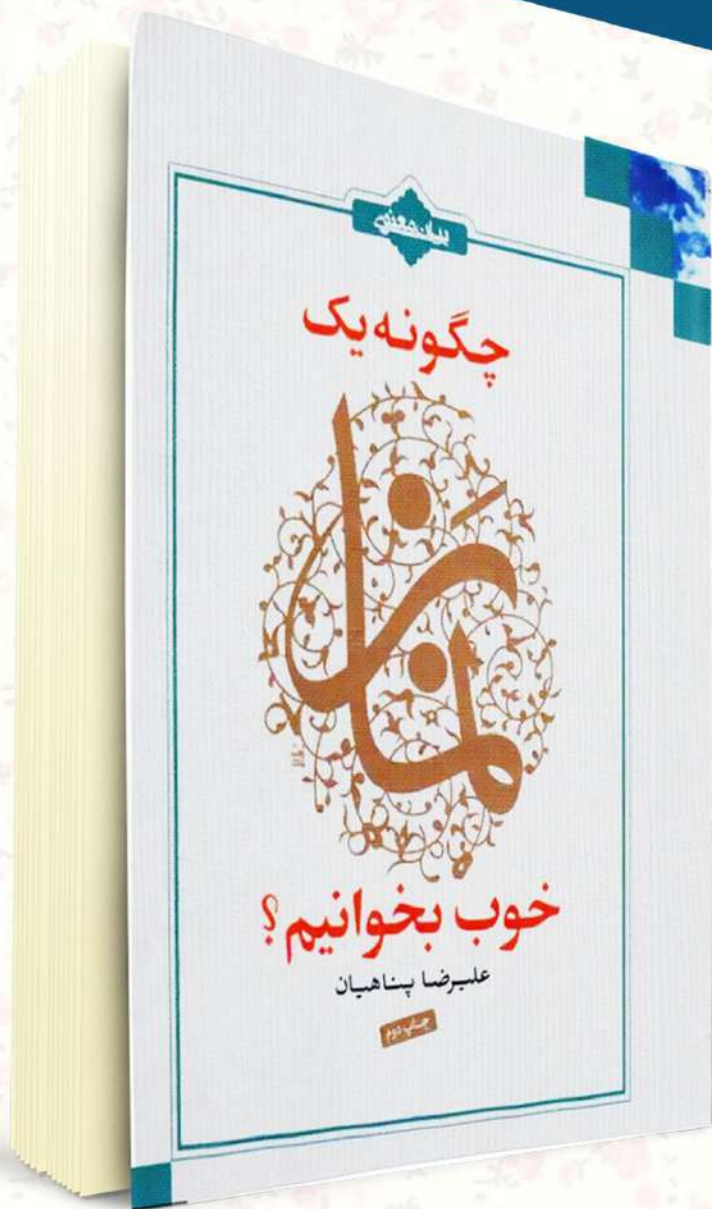
چگونه یک

ممنان

خوب بخوانیم؟

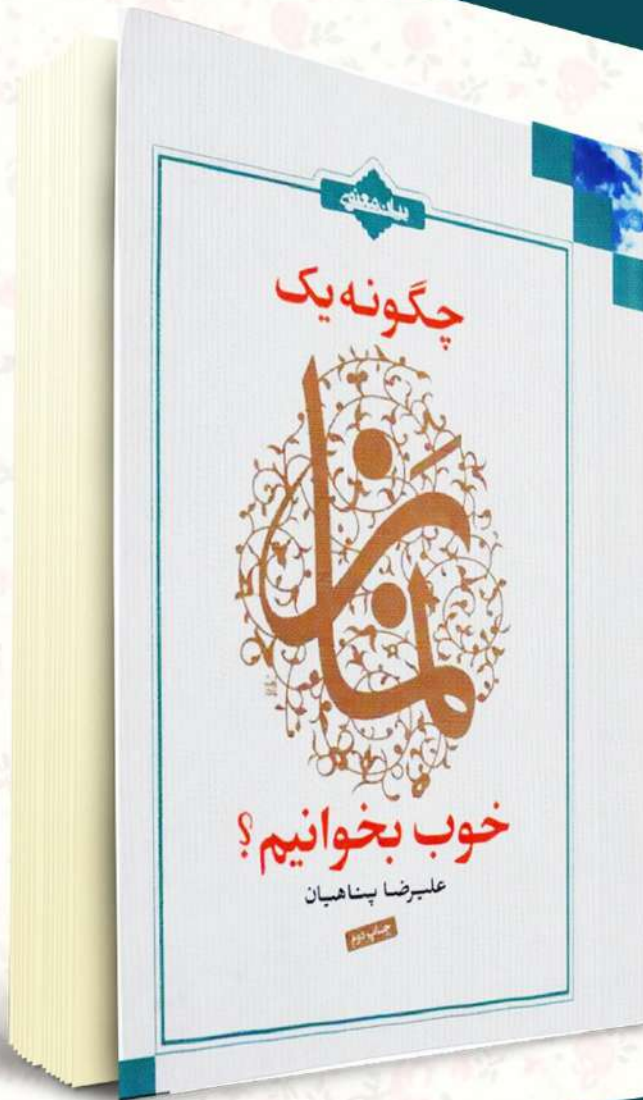
استاد علیرضا پناهیان

(تسارات بیان معنوی)



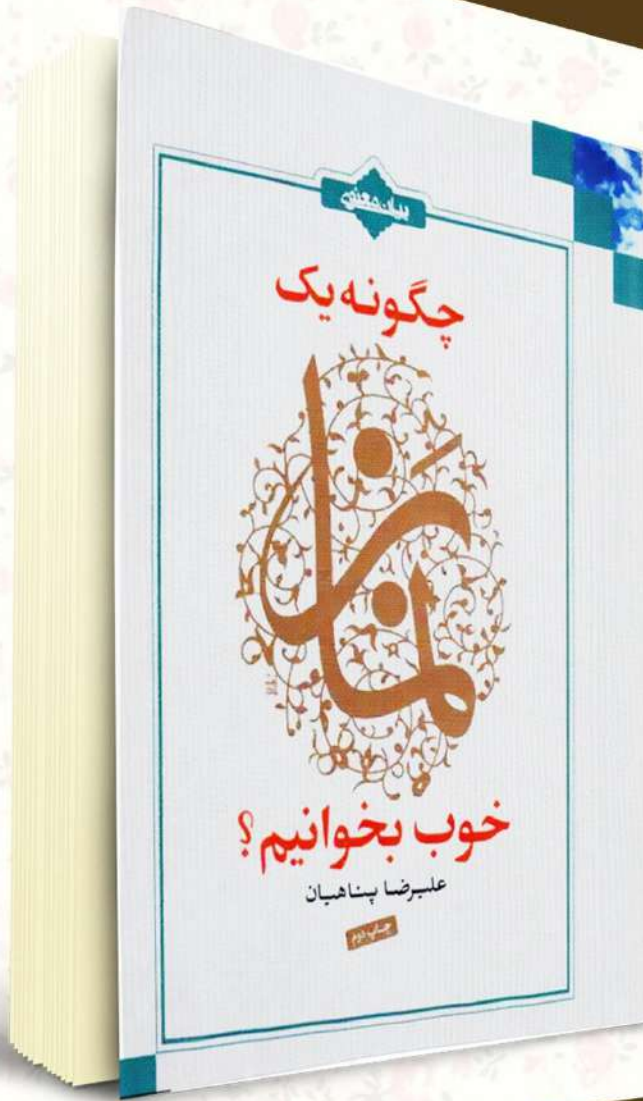
MotiGraphic.ir

@Motigraphic



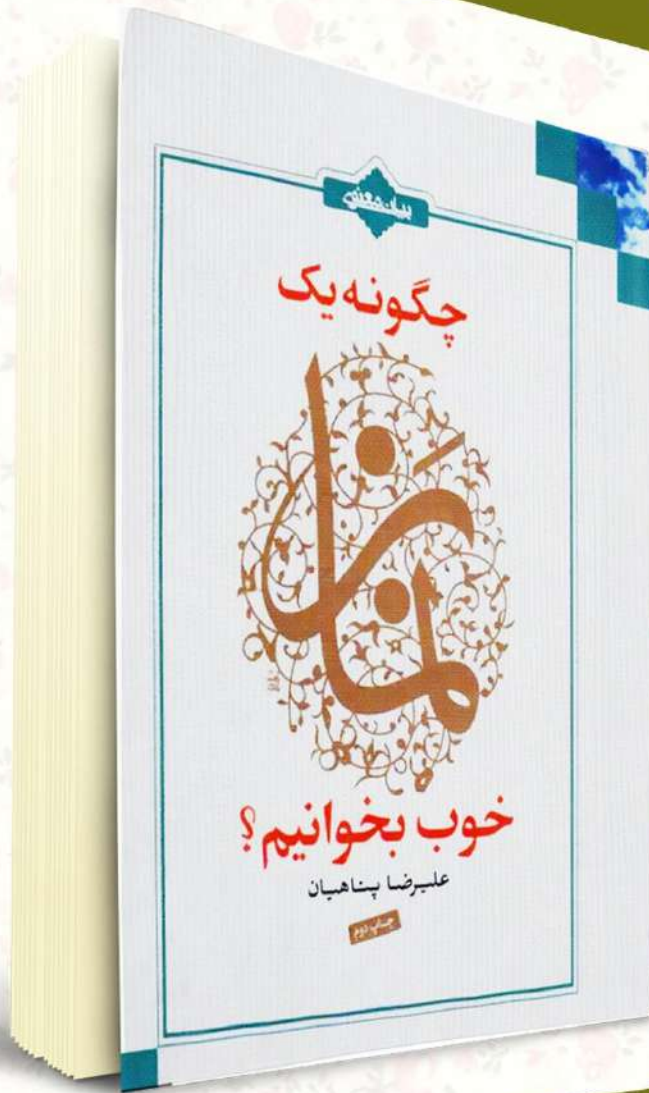
نماز استاد سیر و سلوک

چقدر خوب است آدم، استادی داشته باشد که دردهای او را تشخیص بدهد و بگوید: باید فلان کار را انجام دهی تا مشکل حل شود. استاد گاهی نه تنها راهنمایی می‌کند، بلکه به آدم کمک می‌کند تا مشکلت برطرف شود. شاید داستان‌های زیادی شنیده باشید از کسانی که به دنبال سیر و سلوک الی الله بوده‌اند و اگر استاد خوبی نصیب‌شان شده، چگونه آن استاد در مراحل مختلف دستشان را گرفته و برای عبور از موانع کمکشان کرده است...



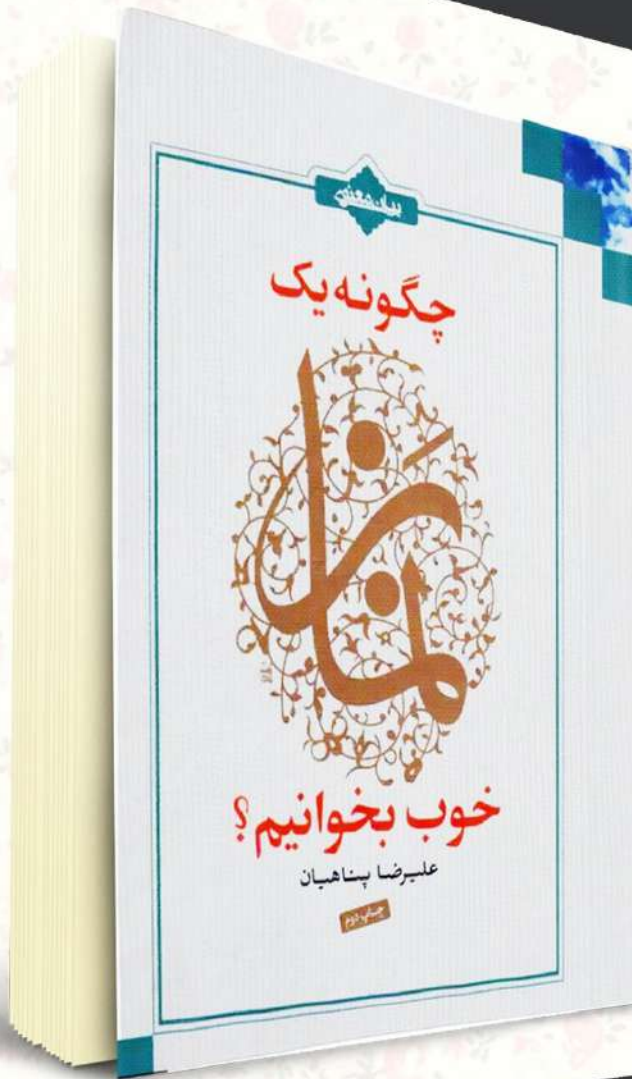
نماز هر کس می داند با او چه کار کند

همه ما استادی به نام نماز داریم؛ نماز استاد رساندن انسان به خداست. نماز زنده است، شعور دارد، متحرک است، فعال است، بصیر است، آگاه است. نماز مثل یک عادت شخصی یا یک مراسم عمومی نیست. نماز یک فعالیت مرده بی روح نیست، که خاصیتی برای ما نداشته باشد. نماز هر کسی متناسب با خود او برایش کار می کند. اگر من حب مقام دارم، نماز من، حب مقام مرا برطرف می کند. اگر حب مال دارم، حب مال مرا برطرف می کند. اگر حب شهوت دارم، حب شهوت مرا برطرف می کند. اگر تکبر دارم، تکبرم را زائل می کند. اگر محبت به خدا ندارم، محبت به خدا می آورد. نماز هر کسی می داند با او چکار کند تا اصلاح شود.



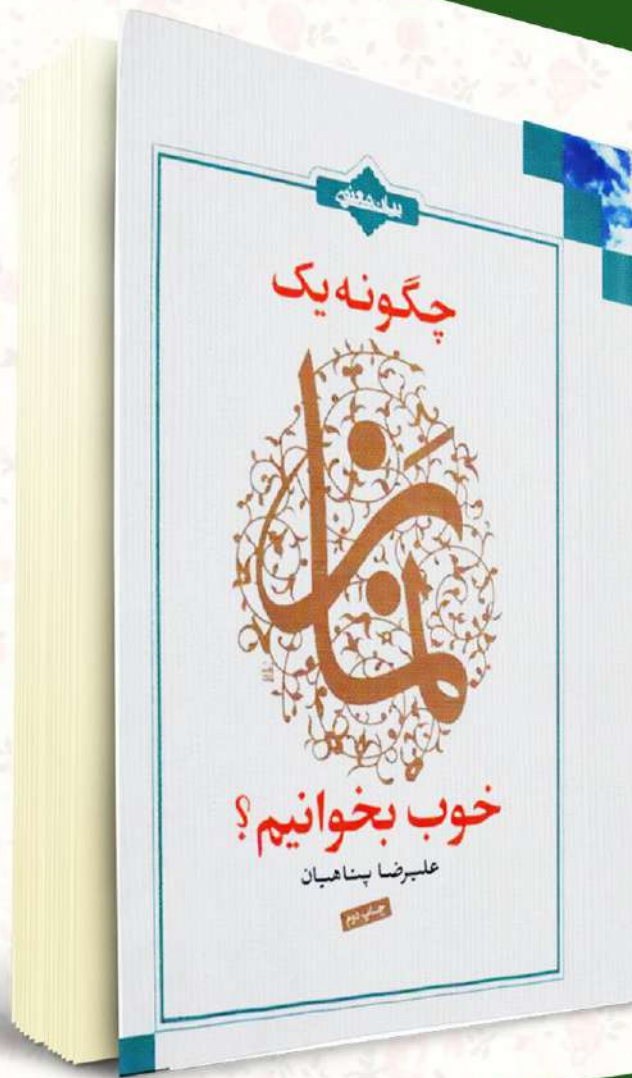
با نماز به گردونه معنویت بازگرد

اگر دیدی کارهای خطایت دارد تو را از گردونه خارج می‌کند، وضع معنویت دارد بد می‌شود، به حدی که دیگر با خدا ارتباط نداری، اولین کاری که باید بکنی این است که نمازت را درست کنی. به خودت بگو: «معلوم است که من دارم بد نماز می‌خوانم.»



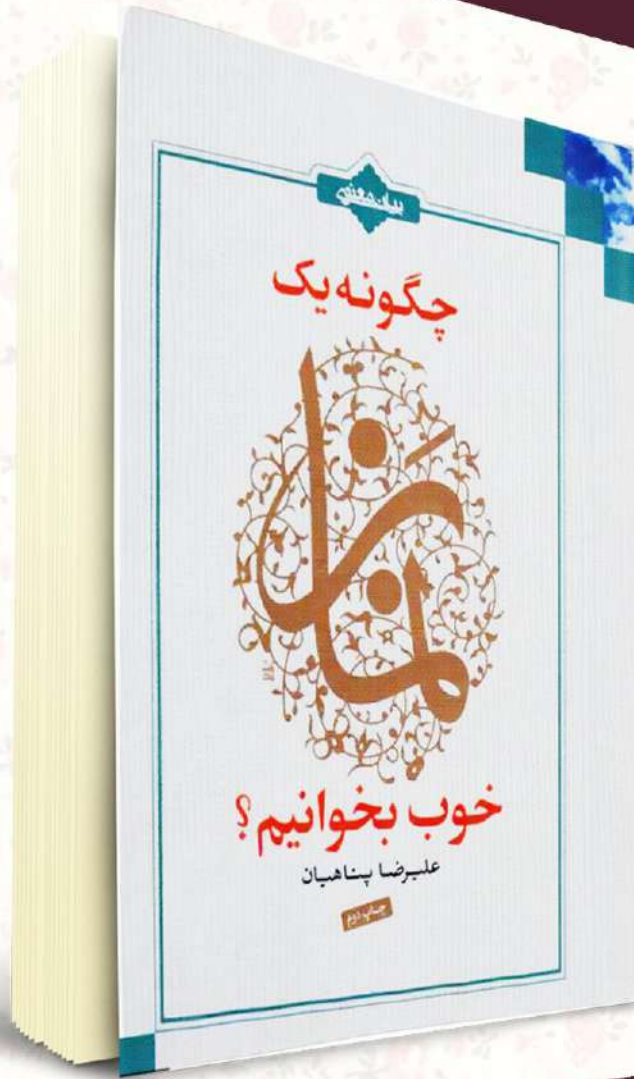
شاید در نماز کم می گذاری که مشکل داری

هر موقع در زندگی ات نقصی دیدی، نقص مادی و معنوی، نقص روحی و جسمی، به عنوان اولین اقدام، نمازت را بررسی کن؛ شاید در نماز کم می گذاری. البته مؤمن در دنیا مشکل و سختی هم دارد؛ اما اگر احساس کردی این مشکلات خیلی زیاد و طاقت فرسا شده است یا این مشکلات نباید این قدر تو را اذیت کند، احتمالاً از نمازت کم گذاشته ای. نمازت را درست کن؛ ان شاء الله مشکلات تو برطرف می شود.



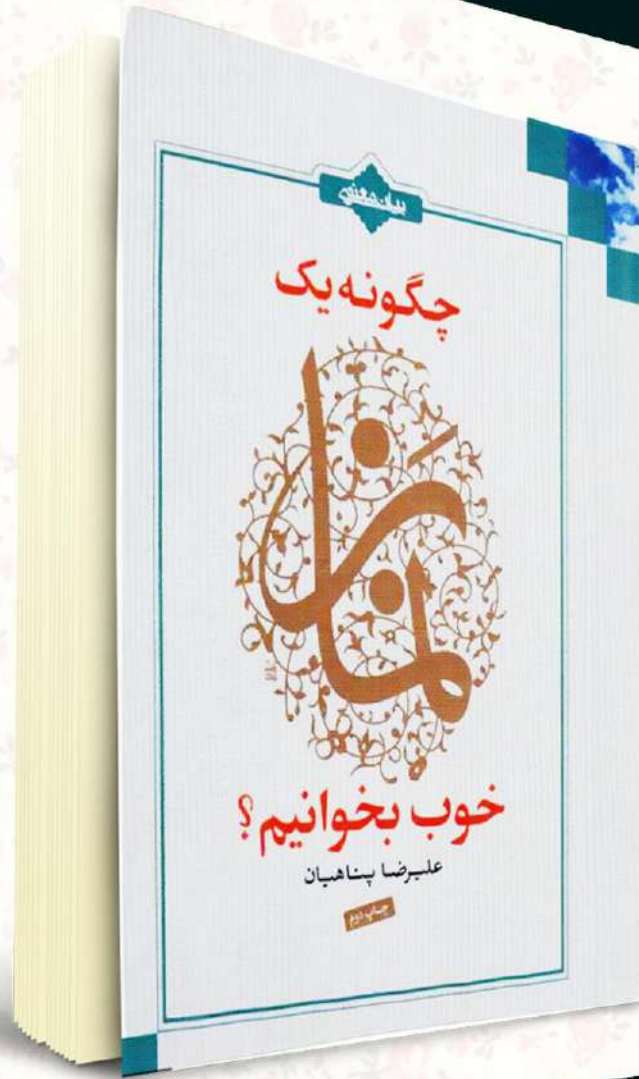
نماز، خود به تنهایی استاد انسان است

شما فکر می‌کنید، بزرگان و عرفای ما که به جایی رسیدند با چه چیزی رسیدند؟ با همین نماز! نماز، خودش به تنهایی استاد انسان است. مثلاً هر بار بعد از خواندن نماز، وقتی که می‌خواهی سریع از سر سجاده بلند شوی و به سراغ کارهایت بروی، اگر به خودت بگویی: «بگذار تعقیبات نماز را هم بخوانم» و بعد کمی تأمل کنی و بنشین تعقیبات نماز را بخوانی، همین باعث می‌شود یکی از بدی‌های روح تو از بین برود.



نماز خوب لزوماً همراه با اشک و ناله یا شور و شوق نیست

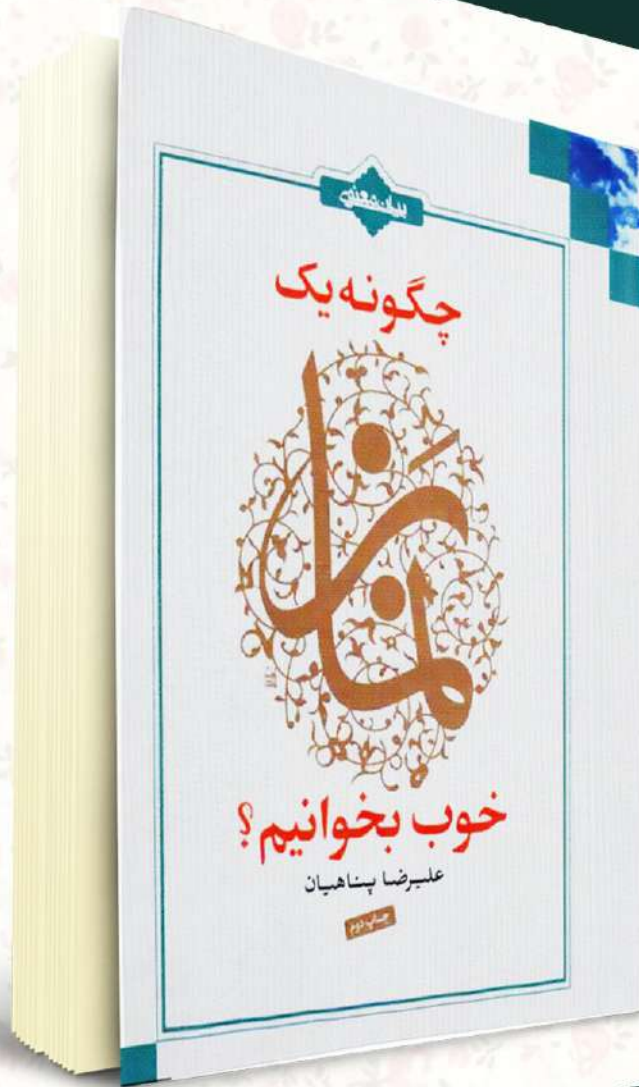
ما فعلاً نه می‌توانیم نماز خائفانه بخوانیم، نه می‌توانیم نماز عاشقانه بخوانیم. ما فعلاً باید شروع کنیم به نماز خوب خواندن و برای اینکار باید از همین ابتدا نگاهمان را نسبت به نماز تغییر دهیم. و تصور و انتظار خودمان از نماز خوب را به یک انتظار معقول و دست‌یافتنی تبدیل کنیم؛ نماز خوب لزوماً همراه با اشک و ناله یا شور و شوق نیست. پس نماز خوب چه نمازی است؟



نماز مثل کارتون «تام و جری» نیست!

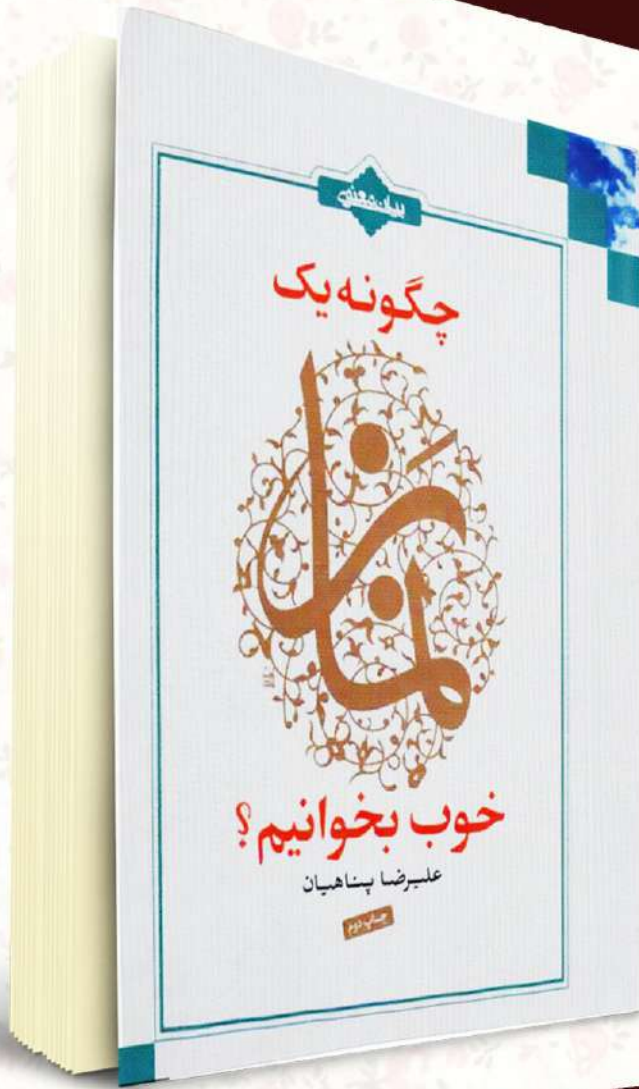
فکر می‌کند نماز خواندن هم مثل کارتون «تام و جری» است که وقتی پای آن بنشیند، مست شود، سحر شود و کیف بکند! اگر خداوند می‌خواست، خودش می‌توانست نماز را برای همه آدم‌ها شیرین و لذت بخش قرار دهد تا همه جذب نماز شوند. اما اتفاقاً خدا حال آدم‌ها را با نماز گرفته است و البته این کار خدا هم مانند تمام کارهایش حکیمانه است. حکمتش چیست؟





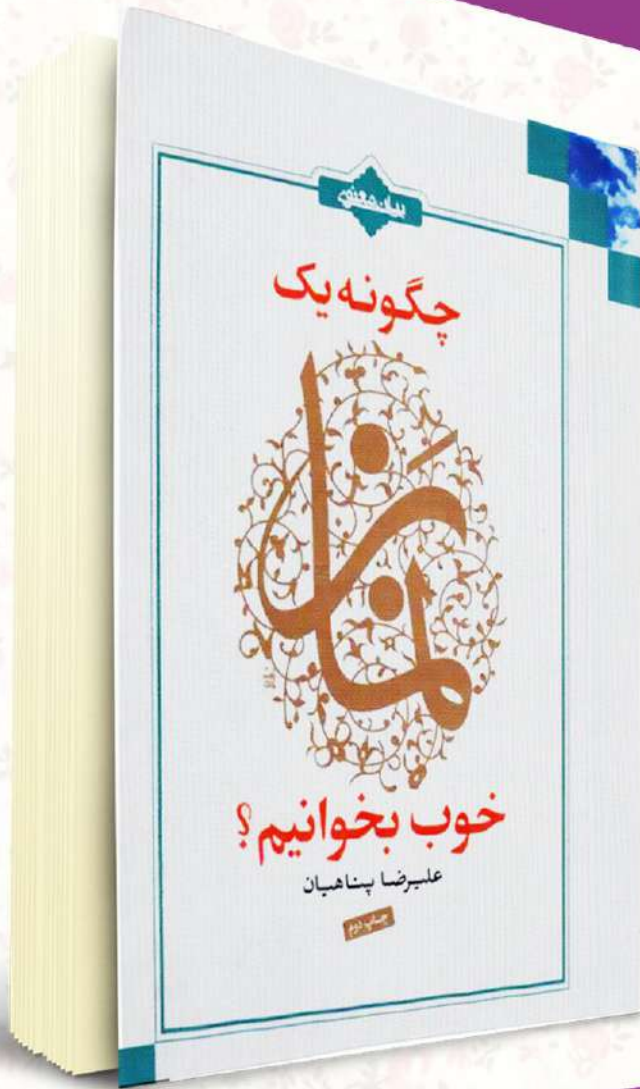
شما نماز را اشتباه به بچه‌ات معرفی کردی...

بچه من در نمازش کاهلی می‌کند. الان هجده-نوزده سالش است و دانشگاه می‌رود، ولی من ناراحتم که چرا در نمازش کاهلی می‌کند. در حالی که ما در تربیتش چیزی کم نگذاشته‌ایم. شما بفرمایید به او چه بگوییم؟
به آن پدر محترم گفتم: «خب، شما نماز را اشتباه معرفی کرده‌ای. بچه‌ات مدتی سراغ نماز می‌رود، بعد که از نماز لذت نمی‌برد، دیگر سراغ آن نمی‌رود. چون خودش را شکست خورده در نماز می‌بیند.»



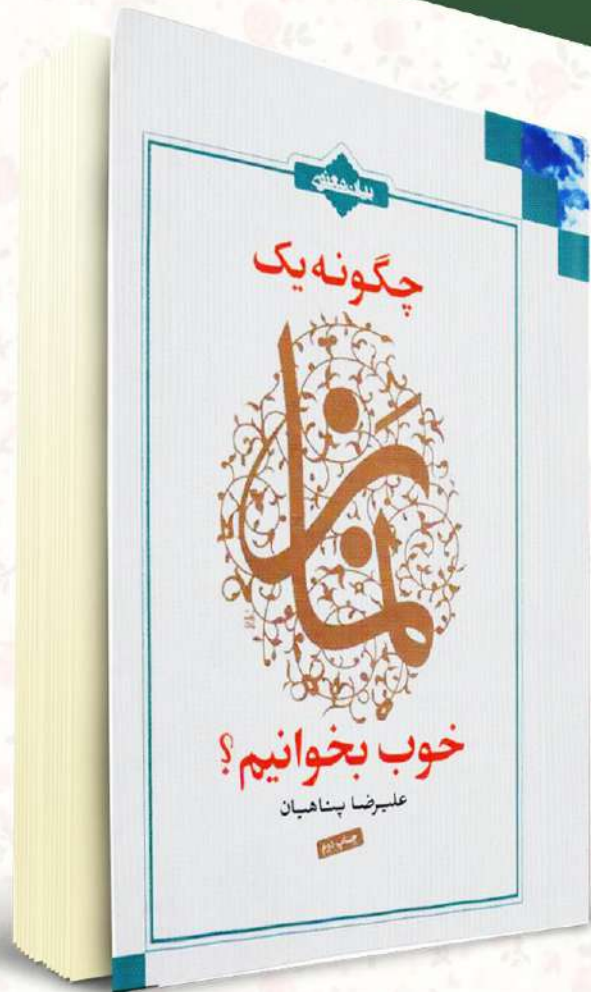
بعضی‌ها خیلی زود با خدا پسر خاله می‌شوند.

«خدایا الان حال نماز خواندن ندارم!» مگر فوتبال است که فقط هر وقت حال داشتی، به سراغش بروی؟ اصلاً تا حالا فکر کرده‌ای که چرا خداوند صبح‌ها خواب نازنین و نوشین تو را به هم زده و دستور داده که باید موقع اذان صبح بلند شوی و نماز بخوانی؟ برای اینکه می‌خواهد حال تو را بگیرد و تو را رشد دهد.



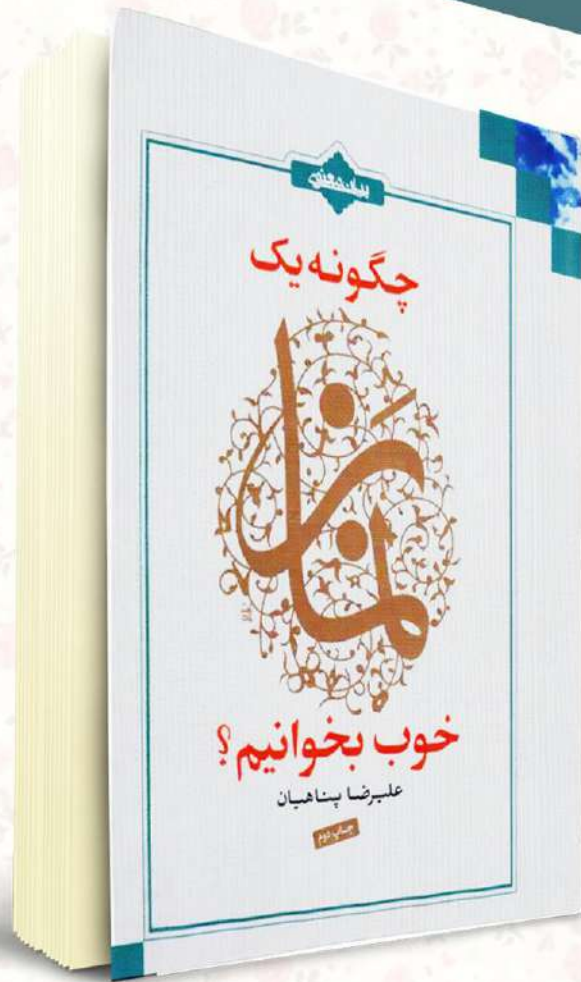
همان نمازش او را درست خواهد کرد...

به رسول خدا ﷺ گفتند: «آن جوانی که پشت سر شما نماز می خواند، چشم چرانی هم می کند. بعضی از گناه های خیلی بد را هم انجام می دهد.» لابد منظورشان این بود که شما نصیحتش بفرمایید تا آن عیبش را هم کنار بگذارد. رسول گرامی اسلام ﷺ فرمودند: «همان نمازش او را درست خواهد کرد» [نیازی به نصیحت نیست. [راوی می گوید: «طولی نکشید که آن جوان توبه کرد و آن عیب را کنار گذاشت.»] اگر درست به نماز پرداخته شود، این قدر برکت دارد.



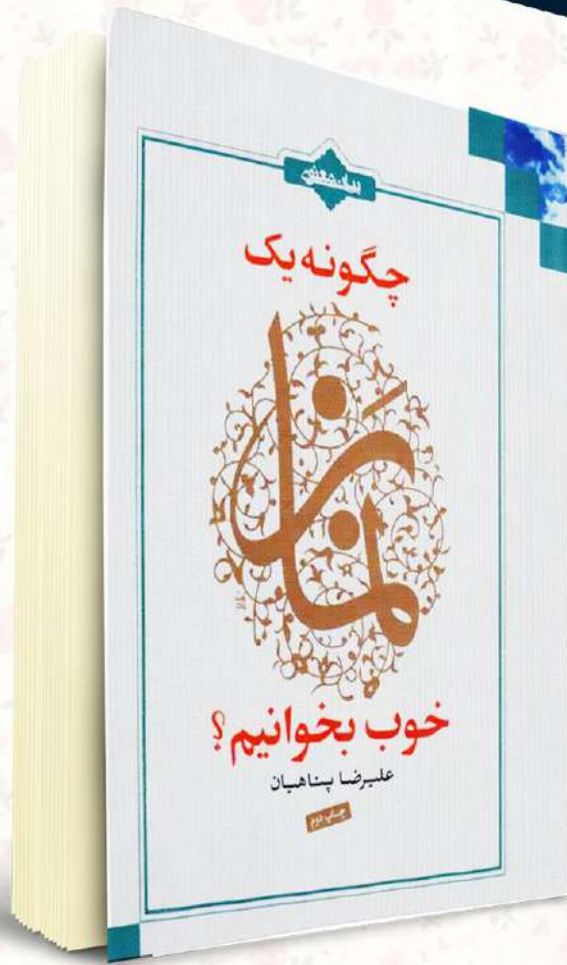
تعظیم کن...

ذکر محوری نماز «الله اکبر» است، در قسمت‌های دیگر نماز هم که اذکار دیگری غیر از «الله اکبر» بر زبان جاری می‌شود، توجه به عظمت و علو خداوند است. در «سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ وَ بِحَمْدِهِ»، دوباره سخن از عظمت خدا است. در نماز، «سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى وَ بِحَمْدِهِ» دوباره سخن از علو و عظمت خدا است. در نماز، هم سجده داریم و هم رکوع، که بالاترین نمادهای تعظیم هستند. گویا نماز چیزی جز القای کبریای خدا در دل انسان نیست...



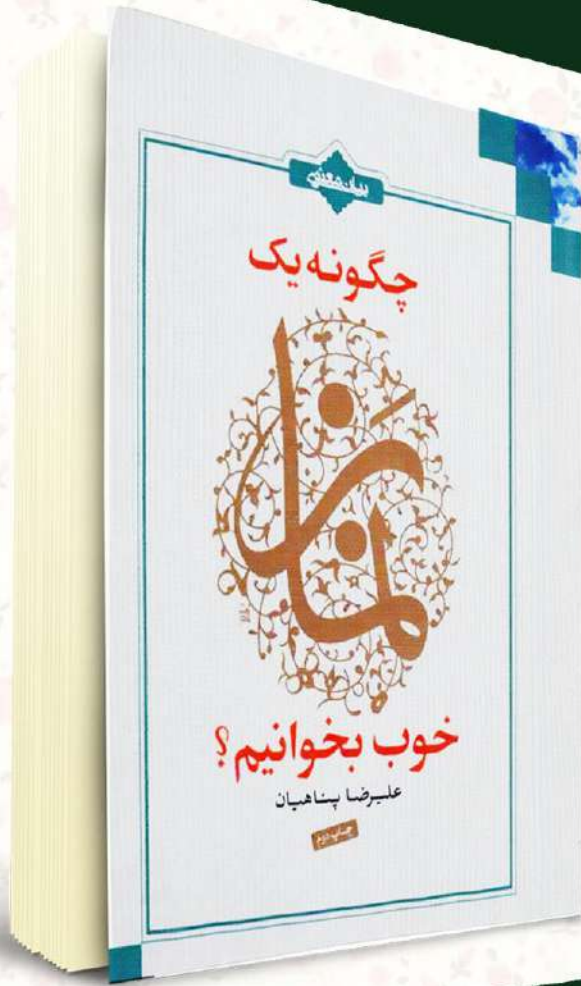
دستت را بده به من عزیزم...

بعد از سجده دوم، دیگر نمی توانی بلند شوی. می گویی: «خدا یا من نمی خواهم از سجود در خانه تو سر بردارم» خدا می فرماید «دستت را بده به من عزیزم، می دانم دیگر دوست نداری سر از خاک در خانه ام برداری، می دانم چقدر سجده را دوست داری. بیا خودم کمکت می کنم» لذا می گویی: «بِحَوْلِ اللَّهِ وَ قُوَّتِهِ أَقُومُ وَ أَقْعُدُ؛ به یاری و قوت خداوند بلند می شوم و می نشینم..»



صبر کن عزیزم، دوباره برو به سجده!

شما هم از آن ابتدای نماز که «اللّٰهُ اکبر» گفتی، عشقت به آن لحظات سجده باشد. بگو: «جانم! الان یک رکوع می‌روم، بعد می‌روم به سجده.» تا از سجده اول بلند شدی، انگار قلبت دارد از قفسه سینه بیرون می‌آید، دلت دارد از جا کنده می‌شود که خدا صدا می‌زند: «صبر کن عزیزم، دوباره برو به سجده»



مثل گنهکاران...

امام رضا علیه السلام در این باره می فرماید: «اگر خواستی نماز بخوانی، با کسالت برای نماز بلند نشو؛ با چُرت نماز نخوان، با عجله نماز نخوان بلکه با سکون و وقار نماز بخوان... وقتی خواستی سر نماز در مقابل پروردگارت بایستی، مثل بنده گنهکاری که مولایش می خواهد او را تنبیه کند، در مقابل خداوند بایستی (این ادب نماز است؛ حتی اگر گناهی نکرده باشی).



واقعاً برای تو هم سخت است؟!

یک روز درخانه با پسرم مشغول توپ بازی بودم
که وقت اذان شد. به او گفتم:



- خُب، الان اذان گفتند، باید بروم نماز بخوانم.
- ای بابا؛ بیا ادامه بدهیم!
- نه دیگه، الان اذان شده باید بروم نماز را بخوانم. بعد می آیم ادامه می دهیم.
- من هم بیایم؟!
- نمی دانم. اگر می خواهی بیا!
- آخه الان برایم سخت است نماز بخوانم، بازی شیرین است.
- اتفاقاً من هم برایم سخت است. من هم بازی برایم شیرین است.
- ولی چون خدا خواسته، باید بگویم چشم.
- واقعاً برای تو هم سخت است؟
- بله!
- اگر برایت سخت است، پس چرا الان
می خواهی بروی نماز بخوانی؟!
- تا آدم کار سخت نکند که آدم نمی شود.
می خواهم آدم شوم.
- پس من هم می آیم نماز بخوانم.

تمام شد؛ ما دیگر در خانه مان
به کسی نگفتیم نماز بخوان!

