

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

نماز و سبک زندگی

هادی درویش نائج

دانشجوی ارشد تربیت بدنی

دبیر ادبیات متوسطه اول مهندس خان بیگی

اداره آموزش و پرورش شهرستان نوشهر

۰۹۳۷۷۵۲۵۶۸۷

Nazanindarvish92@gmail.com

چکیده

مفهوم سبک زندگی در غرب متفاوت از آن چیزی است که مقام معظم رهبری بیان نموده‌اند. تعالیم اسلام، قوانین ویژه ای دارد که نه تنها نظام خانواده را اداره و تنظیم میکند، بلکه در سلامت روانی، تعادل و تعالی خانواده و اعضای آن نقش مؤثری دارد. در میان عبادات نماز از جایگاه ویژه ای برخوردار است نماز بر تمام جنبه های زندگی انسان تأثیر می گذارد. از جمله این ابعاد، سبک زندگی است. نمازی که به شکل صحیح و با آگاهی و بصیرت و تأمل ادا شود، و از سر عادت نباشد، تغییر دهنده ی سبک و شیوه ی زندگی خواهد بود. انسان در امواج زندگی و در کشاکش رنج ها و بلاها به تکیه گاهی نیازمند است که به آن تکیه کند و درون پر اضطراب خود را آرامش بخشد. خداوند متعال که از قدرت بی انتها برخوردار است، اگر به عنوان پناهگاه و تکیه گاه انتخاب شود، دغدغه های آدمی رفع می گردد و آرامش بر او حاکم می شود. یکی از راههای ارتباط با ذات باری تعالی و استعانت از او نماز است. نماز تسلی بخش دل‌های خسته و مایه روشنی و صفای جان است. نماز یک دستور تربیتی و اصلاحی است تا رشد و تعالی افکار در پرتو آن حاصل شود و پیراستگی ها و آلودگی ها و زشتی ها زدوده گردد. باید که نماز با خضوع و خشوع همراه باشد.

کلید واژه : نماز ، اعتقاد ، باورهای دینی ، سبک زندگی.

نیایش عروج آدمی از مقام بندگی به آستانه درگاه الهی وجهی است از سر عشق و اخلاص به سوی آفریننده ی اثر بیمانندی همچون «معجزه زندگی» پرستش، در واقع، تلاش آدمی برای پیوستن به وجودی با شعور، اما نامحسوس است که سازنده و گرداننده جهان هستی، روشنی بخش فرد، برترین نیروی و جمال آفرین و صادق ترین راهنما و دلسوزترین منجی است. نیایش واقعی، حالتی است عارفانه، که در آن آدمی، خداوند را طلب می کند، او را می یابد، او را می شناسد، او را دوست می دارد، به او عشق می وزد و در نهایت محو جمال او می گردد، و او نیز در قلب پرتپش بنده ی خود، قرار گاهی همیشگی می یابد، در برابر خداوند یکتای انسان و جهان، با فروتنی سر فرود می آورد، گویی با زبان حال خود می گوید؛ که او را دوست دارد، نعمت هایش را سپاس می گذارد، خود را به او می سپارد، و تسلیم اراده و خواست اوست. آن گاه، به رضای معبود خود راضی، در بلای سخت، اما شیرین او صبور، به واحدیت او مقرر، و به امان فریاد رسش چنگ زنان می گردد. گویی چنان است که یکتای مهربان، نجوای عاشقانه بنده اش رامی شنود و به امر مزده ی «خدا گونه شدنش» را می دهد بندگی و عبادت، آدمی را خدا گونه می کند و به مقام خلیفه الهی می رساند دل او را از نعمت ها، به ولی نعمت می کشاند، که دون همت است که روی از ولی نعمت برگرداند و دل به نعمت مشغول کند!؛ و این هست «راز هستی»

سبک زندگی به معنی اصول و الگوهای حاکم بر رفتار فردی و خانوادگی در درون خانواده و اجتماع می باشد. به عبارت دیگر ما در رفتارهایمان در مورد زندگی خودمان، خانواده مان و یا اجتماعمان از چه ارزشها و الگوهای تبعیت می کنیم. این اصول و الگوها می توانند بخش حقیقی یک تمدن را تشکیل دهند. تغییر در این الگوها و اصول است که رفتار اقتصادی مردم را تغییر می دهد و نوع تحلیل ها درباره عوامل مختلف اقتصادی و اجتماعی نیز تغییر می کند. سبک و نوع زندگی مردمان هر جامعه ای به میزان بسیار زیادی ناشی از فرهنگ عام و خاص آن جامعه است. مقصود از فرهنگ عام مجموعه ای از هنجارها، ارزش ها و رفتارهایی است که در تمام سطوح و لایه های آن جامعه رسوخ و نفوذ دارد و مردمان آن در طی سالیان دراز ضمن پذیرش اصول و مبانی فکری و عقیدتی آن فرهنگ در رفتار، گفتار و منش زندگانی روزمره خویش با عمل به این اصول، پایبندی خود را نسبت به فرهنگ غالب و حاکم بر جامعه به صورت غیر لسانی و نمادین اعلام و اظهار می کنند.

اعتقادات دینی و مذهبی و عقاید و نگرش های ذهنی و حتی قلبی نشأت گرفته از آن در هر جامعه ای به طور مستقیم بر فرهنگ حاکم بر عامه مردم تأثیرگذاری عمیق دارد. در همین راستا اگر به سبک زندگی و نوع رفتارها و افعالی که توسط جوامع و ملل مختلف ساکن در کره زمین نیم نگاهی داشته باشیم در خواهیم یافت که بسیاری از رفتارهای زندگی که شامل نوع پوشش، برخوردهای اجتماعی و گفتمان غالب جامعه، شیوه حیات خصوصی و عمومی، نوع تشکیلات خانواده و تعامل بین اعضای خانواده و چگونگی روابط بین والدین و فرزندان و... تا اندازه زیادی متأثر از آموزه های دینی و اعتقادی آنان می باشد؛ چرا که تمامی ادیان آسمانی و حتی غیر آسمانی نیز در خصوص چگونگی و سبک و سیاق زندگی دارای رهنمود و پیام هستند و هیچ دین، مذهب، کیش و آیینی را نمی توان یافت که در این امور مهم حیات بشری و سبک زندگی پیروان و مریدانش مسائل و مباحثی را مطرح نکرده باشد.

نماز در تحقق عدالت و آزادی مؤثر است. از آن جا که این تاثیر از طریق محتوای نماز و نقش آن در یادآوری قیامت و ایجاد ملکه عدالت و... است؛ به نظر می آید، هر چه اهتمام به نماز و توجه به معانی آن بیشتر باشد، تأثیر یاد شده فزونی یابد. نماز در لغت به معنای پرستش و بندگی، و در اصطلاح فقه عملی عبادی با اجزاء و شرایط خاص است. عدالت، از عدل گرفته شده و به معنی راستی، درستی و دادگری می باشد. آزادی در زبان فارسی به معنای خلاص، رهایی، قدرت انتخاب و... به کار می رود. آزادی و عدالت از مفاهیمی هستند که برداشتهای متفاوتی از آن دو می توان داشت. منظور آزادی و عدالت در علم حقوق و اجتماع می باشد؛ و مراد از آن، عدالت و آزادی مورد نظر اسلام است؛ البته گاه از عدالت فردی و آزادی معنوی به عنوان ملکه ای نفسانی و واسطه در ایجاد عدالت و آزادی، سخن رفته است. نماز یکی از مناسک دینی است، لذا مطالعه نظری رابطه میان نماز (متغیر مستقل) بامتغیرهای وابسته (آزادی و عدالت)، نیازمند نیم نگاهی به دین و کشف امکان وجود کارکردهای اجتماعی برای دین و سبک خاص آن، نماز، می باشد.

پیامدهای ارزش نماز در خانواده

فریضه ای که به آن توجهی وافر شده، نماز است و با آن که جزو فروع دین محسوب می شود ولی استمرار و برپاداشتن آن، موجب حفظ باور فرد نسبت به اصول دین می شود. خداوند فرمود: نماز را برای ذکر من برپا دار. اما فواید نماز به نمازگزار می رسد، اوست که با یاد خدا، دلش آرامش می یابد و قرآن می فرماید: «فقط با یاد خداست که دل ها آرامش می گیرد.» و «چون از ذکر و یاد خدا بهره گیرند مورد لطف و عنایت خدا قرار می گیرند.» زیرا خدای تعالی فرمود: «مرا یاد کنید تا شما را یاد کنم.» منظور از آیه شریفه نزول الطاف و رحمت خداوندی است و گرنه ما هرگز لحظه ای از یاد خدا نمی رویم. چراکه به قول فارابی خدای تعالی هم به عالم ما فوق قمر عنایت دارد و هم به عالم مادون قمر. ولی چون آدمی نماز را برپا می دارد، از فحشا و منکرات به دور می ماند و طریق صلاح و سلامت می پوید و قرآن می فرماید: چون ترک نماز گوید، دچار سختی و تنگی در معیشت می گردد. خدای تعالی می فرماید: هر کسی که از ذکر من اعراض کند به درستی که برای او معیشتی سخت و تنگ خواهد بود و آن کس که نمازش را از روی عمد ترک کند، کفر ورزیده است. پس اگر به پیام قرآن دقیقاً توجه کنیم، دوزخیان را اهل نماز معرفی نمی کند. بنابراین از یک طرف نماز نقش به سزایی در تأمین آزادی و عدالت اجتماعی دارد و از طرف دیگر، بدون اعتقاد به خداوند و بندگی او و کنترل درونی، تحقق نمی یابد. کنترل درون نیز بدون اقامه نماز، ناقص است. برقراری عدالت و آزادی، بدون سر سپردن به درگاه حق، امکان وقوع حقیقی ندارد. بدین سان، مکاتب، ایدئولوژی ها و سیاستمدارانی که بخواهند بدون توجه به امور قدسی، به شعارهای خود جامعه عمل ببوشانند، دیر یا زود شکست خواهند خورد. نماز از بهترین طاعات و عباداتی است که اگر مقبول درگاه حق باشد همه ی عبادات نیز قبول است و اگر مردود گشت همه ی آن ها مردود است. رابطه ی نماز و اخلاق همانند این است که انسان گرسنه در وجود خود احساس میل به غذایی را می کند و این میل، نیرویی است در انسان که او را به سوی آن غذا می کشاند

«إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ» نماز انسان را از زشتی‌ها و گناه باز می‌دارد. و نمازگزار را به صفات اخلاقی برتر رهنمون می‌شود که خود نمازگزار از طریق شهود درونی (نوعی درک درونی، یک حس غریب درونی) آن را احساس می‌کند. نماز اثری مثبت و سازنده در زندگی مادی و معنوی و پیشرفت اجتماعی دارد. «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»: آگاه باشید که تنها یاد خدا آرام‌بخش دلهاست و همچنین نماز شستن دل از همه ی مادیات دنیوی و پاکی روح و دل است. «نماز اصولی ترین اصل اسلام است که جوانان را از صفات شیطانی دور نگه داشته و انسان را به بارگاه خداوند بیمه می‌کند.»

برای انجام نماز و اظهار بندگی به ذات خداوند مقدماتی لازم است :

۱- طهارت : نماز را با وضو ، غسل یا تیمم انجام می‌دهیم . در دین اسلام تمیزی و پاکی فرد نقش مهمی داشته، هم از نظر ظاهری هم از نظر روحی، و فطرت انسان طوری است که به زیبایی و پاکی توجه دارد. و طهارت مراتبی دارد طهارت ظاهر، از نجاسات و آلودگی‌ها ۲- طهارت اعضاء از گناه و جرایم ۳- طهارت روح از مفسد و رذایل اخلاقی.

تأثیر نماز در تحقق عدالت اجتماعی از دو طریق تصور پذیر است:

یکم: نماز عامل ایجاد عدالت فردی است و عدالت فردی در مردم و کارگزاران، مهمترین شرط تحقق عدالت اجتماعی است.

دوم: دو پایه مهم عدالت اجتماعی، توازن اجتماعی و تکافل عمومی است. نماز در ایجاد توازن به وسیله شرطهایی چون غصبی نبودن مکان، لباس و... تاثیر گذار است . تکافل عمومی نیز از طریق ضمائر جمع در خواست ها و دعاها و اوراد نماز و همچنین نماز جماعت، صورت می‌بندد.

به اختصار می‌توان گفت که از یک سو اصلی ترین مصداق عدالت و آزادی در رعایت همه حقوق دیگران جلوه گر است. از دیگر سو، مهمترین شرط رعایت حقوق دیگران، کنترل درونی است. نماز به عنوان برترین عبادت، در ایجاد این عامل بسیار مؤثر است.

آثار نماز:

نماز زنده کننده یاد خدا در انسان ۱- درمان فساد پذیری انسان ۲- مصونیت از غفلت و تنگ نظری ۳-رهائی از تکبر و خود برتری ۴- سوق به انضباط و انتظام اجتماعی ۵- رهائی از ظلمت و هدایت به خیر و حقیقت ۶- جبران خطاها و اشتباهات ۷- تکامل انسان ۸- تهذیب نفس و پرورش روانی ۹- ایجاد آرامش دل و رفع نگرانی روحی ۱۰- اعتماد به نفس و امیدواری ۱۱- پشتوانه مبارزه با شیطان نفس.

«إِنِّي تَارِكٌ فِيكُمْ الثَّقَلَيْنِ كِتَابِ اللَّهِ وَ عِترَتِي مَا إِنْ تَمَسَّكْتُمْ بِهِمَا لَنْ تَضِلُّوا أَبَدًا» در میان شما دو چیز گران بها می‌گذارم؛ کتاب خدا و عترتم را؛ تا وقتی که به هر دو تمسک کنید گمراه نمی‌شوید. این کلام نورانی پیامبر اکرم(ص) بیانگر این معناست که مهم‌ترین قدرت نرم در مکتب نورانی اسلام، قرآن و عترت

است. بنابراین می‌فرماید: «هر فرد و گروه و جامعه‌ای که تمسک به این دو قدرت داشته باشد، هیچ‌گاه راه رستگاری و موفقیت را گم نخواهد کرد.» در واقع، با تمسک به آنها به عنوان دو منبع عظیم و الهی قدرت نرم، می‌توان قدرت‌های نرم فرهنگ اسلامی را شناسایی کرد که عمده‌ترین آنها عبارتند از: ایمان و معرفت (دین‌دانی)، تقوا، عمل صالح (دین‌داری)، جهاد، ایثار و شهادت‌طلبی (دین‌یاری و دین‌بانی). بنابراین امام بزرگوارمان رمز پیروزی را کلمه توحید و توحید کلمه دانستند. هرگاه پایبندی فکری، قلبی و عملی آحاد امت به باورهای دینی محکم باشد، هیچ قدرتی از قدرت‌های سخت و نرم شیاطین جن و انس، این امت را نمی‌تواند زمین‌گیر کند و هرگاه روحیه فداکاری، ایثار، جهاد و شهادت‌طلبی و در واقع، بذل جان، مال و آبرو برای یک امت، افتخار باشد هیچ قدرتی به حصن حصین این امت پولادین نمی‌تواند نفوذ کند. مقابله با جنگ نرم، نیازمند خودشناسی است و تا خودشناسی محقق نشود، حتی اگر چیزی به نام دشمن بیرونی هم نباشد، نمی‌توان دشمن را شناخت.

سبک زندگی از منظر مقام معظم رهبری

یکی از ابعاد پیشرفت با مفهوم اسلامی عبارت است از سبک زندگی کردن، رفتار اجتماعی، شیوه‌ی زیستن اینها عبارةً اخرای یکدیگر است این یک بُعد مهم است؛ این موضوع را می‌خواهیم امروز یک قدری بحث کنیم. ما اگر از منظر معنویت نگاه کنیم که هدف انسان، رستگاری و فلاح و نجات است باید به سبک زندگی اهمیت دهیم؛ اگر به معنویت و رستگاری معنوی اعتقادی هم نداشته باشیم، برای زندگی راحت، زندگی برخوردار از امنیت روانی و اخلاقی، باز پرداختن به سبک زندگی مهم است. بنابراین مسئله، مسئله‌ی اساسی و مهمی است. ما اگر پیشرفت همه‌جانبه را به معنای تمدن‌سازی نوین اسلامی بگیریم بالاخره یک مصداق عینی و خارجی برای پیشرفت با مفهوم اسلامی وجود دارد؛ این جور بگوییم که هدف ملت ایران و هدف انقلاب اسلامی، ایجاد یک تمدن نوین اسلامی است؛ این محاسبه‌ی درستی است این تمدن نوین دو بخش دارد: یک بخش، بخش ابزاری است؛ یک بخش دیگر، بخش متنی و اصلی و اساسی است. به هر دو بخش باید رسید.

آن بخش ابزاری چیست؟ بخش ابزاری عبارت است از همین ارزشهایی که ما امروز به عنوان پیشرفت کشور مطرح می‌کنیم: علم، اختراع، صنعت، سیاست، اقتصاد، اقتدار سیاسی و نظامی، اعتبار بین‌المللی، تبلیغ و ابزارهای تبلیغ؛ اینها همه بخش ابزاری تمدن است؛ وسیله است. البته ما در این بخش در کشور پیشرفت خوبی داشته‌ایم. کارهای زیاد و خوبی شده است؛ هم در زمینه‌ی سیاست، هم در زمینه‌ی مسائل علمی، هم در زمینه‌ی مسائل اجتماعی، هم در زمینه‌ی اختراعات - که شما حالا اینجا نمونه‌اش را ملاحظه کردید و این جوان عزیز برای ما شرح دادند - و از این قبیل، الی ماشاءالله در سرتاسر کشور انجام گرفته است. در بخش ابزاری، علی‌رغم فشارها و تهدیدها و تحریمها و این چیزها، پیشرفت کشور خوب بوده است.

اما بخش حقیقی، آن چیزهایی است که متن زندگی ما را تشکیل می‌دهد؛ که همان سبک زندگی است که عرض کردیم. این، بخش حقیقی و اصلی تمدن است؛ مثل مسئله‌ی خانواده، سبک ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات، مسئله‌ی خط، مسئله‌ی زبان، مسئله‌ی کسب و کار،

رفتار ما در محل کار، رفتار ما در دانشگاه، رفتار ما در مدرسه، رفتار ما در فعالیت سیاسی، رفتار ما در ورزش، رفتار ما در رسانه‌ای که در اختیار ماست، رفتار ما با پدر و مادر، رفتار ما با همسر، رفتار ما با فرزند، رفتار ما با رئیس، رفتار ما با مرئوس، رفتار ما با پلیس، رفتار ما با مأمور دولت، سفرهای ما، نظافت و طهارت ما، رفتار ما با دوست، رفتار ما با دشمن، رفتار ما با بیگانه؛ اینها آن بخشهای اصلی تمدن است، که متن زندگی انسان است.

ابعاد معنوی و محتوایی نماز

نماز و صداقت :

کسی که دیگری را دوست دارد سخن گفتن با او را هم دوست دارد. آنها که با زبان مدعی خداخواهی و خدا دوستی اند و لی علاقه ای به نماز ندارند در ادعای خود صداقت ندارند. نماز ملاک و میزان مقدار تعهدی است که انسان در اظهارات خود دارد. به همین دلیل نماز منافق همچون سایر اعمالش همراه با صداقت نیست .

نماز و یاد خدا :

خداوند به حضرت موسی(ع) می فرماید: « أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي » ، برای یاد من نماز به پا دار. (طه/۲۴). ذکر قلبی با روشی مخصوص یاد خداوند و با شیوه ای ابتکاری که اعضای بدن انسان از موی سر تا نوک پا در آن نقش دارند. هنگام وضو که مقدمه ای برای شروع نماز است، هم روی سر را مسح می کنیم هم روی پا را؛ هنگام سجده هم پیشانی بر زمین نهاده می شود هم انگشت پا؛ هم زبان حرکت می کند و هم دل به یاد اوست. در نماز چشم ها باید به محل سجده به حال نیمه باز دوخته شود. اگر خودتان بیشتر فکر کنید در می یابید که در نماز همه اعضا به نحوی در خدمت یاد خدا هستند .

نماز و تجملات :

علاوه بر حضور قلب و خشوع معنوی و توجه کامل که سفارش اسلام و از علائم مومن است و اهمیت آن تا آن جاست که اگر نمازی با توجه خوانده نشود قبول نمی شود و از نماز همان مقداری مورد قبول است که با حضور قلب باشد؛ ولی با این همه ، اسلام سفارش کرده است که نماز با بهترین لباس از نظر پاکی و نو بودن همراه با عطر و گلاب و وقار و آرامش انجام گیرد. تا جایی که بعضی به امام سجاد(ع) که به سوی مسجد می رفت گفتند : گویا منزل عروسی می روی ! امام فرمود : ملاقات با خالق زیبایی ها دارم. (حلیة المتقین/علامه مجلسی).

نماز یک معامله پر سود :

خداوند می فرماید : « أَذْكَرُنِي أَذْكَرُكُمْ ». یعنی : شما مرا یاد کنید من هم شما را یاد می کنم. یاد ما برای خداوند سودی ندارد ولی یادی که خداوند از ما می کند لطفش را نصیب ما می گرداند، لغزش ما را می بخشد، دعای ما را می پذیرد، مشکل ما را حل می کند و ... لطف او برای ما بی نهایت ارزش دارد. پس در نماز که ما یاد خدا می کنیم متاع کم ارزشی را داده و در عوض متاع بسیار با ارزشی را گرفته ایم. ما از کسی یاد کرده ایم که او به یاد ما نیاز ندارد : « إِنَّ اللَّهَ لَعَنِيَّ عَنِ الْعَالَمِينَ ». یعنی : خداوند از تمام جهانیان بی نیاز است. ولی بدینوسیله یاد خداوندی را به سوی خود جلب کرده ایم که در حقیقت تمام کمالات را

دریافت کرده ایم. و این معامله پر سودی است (البته برای بعضی ها!) که خداوند ما را به آن دعوت کرده است ادامه دارد.

نماز و تشکر :

یکی از اسرار نماز تشکر از ولی نعمت است. قرآن می فرماید: « عبادت کنید پروردگاری را که شما و نیاکان شما را آفرید. هستی شما و همه از اوست ». در سوره کوثر می خوانیم : « ما به تو کوثر دادیم و خیر زیاد عطا کردیم پس نماز بخوان ». یعنی به شکرانه عطایای ما نماز به پا دار.

نماز بهترین نوع شکرگزاری است که شیوه آن را خداوند تبیین نموده و تمام اولیاء هم آن شیوه را به کار گرفته اند. تشکر از ولی نعمت یک ارزش است و نماز تشکری است هم عملی، هم زبانی و هم دائمی.

دوری از گناه :

نمازگزار ناچار است که برای صحت و قبولی نماز خود از بسیاری از گناهان اجتناب ورزد؛ مثلاً، یکی از شرایط نماز مشروع بودن و مباح بودن تمام وسایلی است که در آن به کار می رود، مانند آب وضو و غسل، جامه ای که با آن نماز می گزارد و مکان نمازگزار، این موضوع سبب می شود که گرد حرام نرود و در کار و کسب خود از هر نوع حرام اجتناب نماید؛ زیرا بسیار مشکل است که یک فرد تنها در امور مربوط به نماز به حلال بودن آنها مقید شود و در موارد دیگر بی پروا باشد. گویا آیه زیر به همین نکته اشاره می کند و می فرماید: «إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ؛ که نماز (انسان را) از زشتیها و گناه باز می دارد.» (سوره عنکبوت) بالاخص اگر نمازگزار متوجه باشد که شرط قبولی نماز در پیشگاه خداوند این است که نمازگزار زکات و حقوق مستمندان را بپردازد؛ غیبت نکند؛ از تکبر و حسد بپرهیزد؛ از مشروبات الکلی اجتناب نماید و با حضور قلب و توجه و نیت پاک به درگاه خدا رو آورد و به این ترتیب نمازگزار حقیقی ناگزیر است تمام این امور را رعایت کند.

نماز و مدرسه و خانواده:

به نظر می رسد اگر تربیت دینی از رهیافت "فطری"، و خودانگیخته آن به سوی رهیافت های اکتسابی، بیرونی و تحمیلی منحرف شود "آسیب زایی تربیت دینی" بیش از هر زمان دیگر رخ نمایی خواهد کرد. چرا که، در رهیافت "فطری" می توان "حس دینی را از درون کشف کرد و پرورش داد، اما در رهیافت بیرونی و عاریه ای، تربیت دینی معطوف به حفظ کردن و انباشت یک ردیف اطلاعات صوری و ذهنی از دین است. در واقع در روش فطری، دین از درون "کشف" می شود، اما در روش تصنعی، دین از بیرون "کسب" می شود. به این اعتبار، می توان تربیت دینی را از دو منظر دین یابی (درونی) و دین دهی (بیرونی) مورد مقایسه قرار داد. در "دین یابی"، "حس دینی"، "پرورش" می یابد و در "دین دهی" ظواهر دینی "آموزش" داده می شود. در فرآیند تربیت دینی معطوف به رهیافت "دین یابی"، شوق و خوف درونی جایگزین تشویق و تنبیه بیرونی می شود و دین "کنش لذت بخش" خود را در همه ابعاد زندگی توسعه می دهد؛ اما در تربیت دینی معطوف به "دین دهی"، کنش های آدمی در اخلاق و رفتار، بی ریشه و بعضاً آسیب زا می شود.

در کتاب نماز و مدرسه راهبردهای روان شناختی به قصد پرورش حس دینی در دانش آموزان مورد بررسی قرار گرفته است و اولیا مربیان را در آسیب زایی و انحراف در تربیت دینی دانش آموزان باز داشته است در آئین انسان ساز اسلام خانواده نهاد ارجمند و والایی است که صحت و شادابی آن سعادت آحاد جامعه را دربر دارد

و بالعکس فساد و نگون بختی آن به تباهی افراد و در نتیجه جامعه منجر می شود. به این ترتیب کانون خانواده اولین کلاس درس برای فرزندان محسوب شده، بسیاری از زمینه های مثبت و منفی اخلاقی در آن پدید می آید. امیر بیان (ع) فرمودند: «تعلیم در کودکی همانند نقشی است که بر روی سنگ کنده شود. همچنین آن بزرگوار در نامه ی ۳۱ نهج البلاغه، اهمیت تربیت در سنین خردسالی را مطرح می نمایند؛ فرمود: «پسرم (حسنم!) به تربیت تو شتاب کردم، پیش از آن که دلت (به علت دنیادوستی) سخت گردد و خرد تو به (چیزهای بیهوده) گرفتار شود.» اعمال روشها برای واداشتن نوجوانان به نماز از فنون و شیوه هایی می توان استفاده کرد که علمای روان شناسی و تربیت بدانها تکیه کرده اند. این فنون به صورت کلی در تربیت به کار می رود و در تربیت مذهبی، از جمله در واداشتن به نماز می تواند مورد استفاده قرار گیرد.

سفارش امام خمینی به نماز:

پسرم! همت کن و از هوای نفسانیه - کد حد و حصر ندارد - بکاه و از خدای متعال (جل و علا) استمداد کن که بی مدد او، کسی به جایی نرود. نماز، این معراج عارفان و سفر عاشقان راه و وصول به این مقصد است. اگر توفیق یابی و یابیم به تحقق یک رکعت آن و مشاهده انوار مکنون در آن و اسرار مرموز آن، ولو به قدرت طاقت خویش، شمه ای از مقصد و مقصود اولیای خدا را استشمام نموده ایم و دورنمایی از صلاه معراج سید انبیا و عرفا (عیله و علی آله الصلاه و السلام) را مشاهده کرده ایم، که خداوند منان ما و شما را به این نعمت بزرگ، منت نهد. راه، بس دور است و بسیار خطر ناک و زاد امثال من، یا هیچ است، یا بسیار اندک مگر لطف دوست (جل و علا) شامل شود و دستگیری کند.

و چه زیبا و با اطمینان، بعد از این همه تقید نماز و عبادت، این بزرگ مرد عرصه بندگی در وصیت نامه خود فرمودند: «با دلی آرام و قبلی مطمئن و روحی شاد و ضمیری امیدوار به فضل خدا از خدمت خواهران و برداران مرخص و بسوی جایگاه ابدی سفر می کنم.»

نتیجه:

نماز یکی از صورت های عبادت است که در برخی از ادیان وضع شده است. واژه نماز واژه ای پارسی است که ایرانیان برای واژه «صلاة» عربی به کار بردند. این واژه به معنای خم شدن و سرفروودآوری برای ستایش و احترام است. واژه نماز نام واژه ای از فعل نمیدن فارسی به معنی تعظیم کردن است. آنکه «نماز» می گذارد و در جرگه ی مؤمنان است، با شکر نعمت های الهی، با اظهار عجز و ناتوانی، و با اقرار به وحدانیت و صمدیت خدا. درهای رحمت الهی را به روی خود گشوده، و موجب نزول رحمت بی انتها ی خدای یکتا و بهره مند از مرحمت خاصه و عامه او می گردد. آن چنان رحمتی که دل تیره ی ابلیس را به درد آورده و او را در آتش حسد سوزاند.

از آنجا که یکی از ارکان مهم برای استحکام خانواده اقتصاد و توجه به پیشرفت آن در ابعاد مختلف است لذا نیازمند آن است که اصولی در آن مورد توجه و اهمیت قرار گیرد ما با مرور این محورها در زندگی شخصیت نمونه ی دنیای اسلام حضرت زهرا ی مرضیه (س) در می یابیم که رعایت این محورها و عمل بر اساس آنها بسیار راهگشا خواهد بود. محور اول یعنی همان ساده زیستی و زهد و پرهیز از اسراف و تکاثر و حاکم ساختن قناعت در زندگی از راه های پیشرفت اقتصادی در خانواده هاست.

محور دوم اینار و انفاق و دیگر گزائی و کمک به هم نوعان سبب برقراری تعادل بین افراد جامعه و از بین رفتن طبقات اجتماعی و اتحاد هم دلی مسلمانان و انگیزه برای کار بیشتر می شود و اعتقاد به برکت مال دین مبین اسلام این انگیزه را در مسلمانان بیشتر می کند.

محور سوم صبر بر مشکلات مادی است. از آنجا که اکثریت مردم در طول مدت زندگی به خصوص در آغاز راه ممکن است با مشکلات اقتصادی و تنگ دستی مواجه باشند لذا این سیره فاطمه زهرا بهترین راه برای رسیدن به قدرت تحمل بالا و به دست آوردن آمدگی روحی برای کار و تلاش خستگی ناپذیر است و ضریب مقاومت روح انسان را بالا می برد و قطعاً ارتباط با خدا و استعانت از او و استفاده از نماز و ذکر، تقویت کننده ی این صفت اخلاقی خواهد بود. محور چهارم کمک به اقتصاد خانواده است بی تردید تلاش و کوشش دائمی و مستمر همه ی افراد خانواده در مدارهای معین و مساعدت همه ی اعضا و داشتن روحیه همکاری و تعاون، هم از فشار کار بر یک نفر می کاهد و هم باعث بهبود اقتصاد خانواده می گردد.

محور پنجم دفاع از حق مالکیت خویش و باز پس گرفتن حقوق پایمال شده است. این محور نیز برای حفظ و صیانت از اموال و دارائی ها لازم و ضروری است و در شأن یک انسان مومن نیست که مورد ظلم قرار گیرد حقوقش پایمال شود و او تسلیم شود و صدای اعتراض و دادخواهی اش بلند نشود و این درسی همیشگی برای رهروان راه اهلبیت (ع) می باشد حال به این نکته می رسیم که آنچه بیان کردیم بدین سبب بود که دریچه ای بیابیم برای نگرستن و الگو برداری از زندگی قرآنی حضرت فاطمه (س) ولی ممکن است این سوال مطرح شود که امروزه در دوره ی پیشرفت علم و صنعت و تکنولوژی و تمدن مادی و ارتقاء سطح اقتصادی مردم نسبت به دوران زندگی حضرت زهرا (س) چگونه می توان از این الگو بهره گرفت؟ آیا با گذشت این همه سال از آن دوران و اختلافات اساسی در زندگی آن روزها و زندگی مدرن امروزی چه توقعی می توان از الگوی خویش داشته باشیم؟ پاسخ این است که برای تبعیت از آن الگوی وارسته نیاز نیست که ما دقیقاً مانند آن ها و با امکاناتی در حد آنها زندگی کنیم بلکه کافی است مرام آن ها و ویژگی های شخصیتی و اخلاقی آن ها و چگونگی برخورد با مشکلات و راه های فائق آمدن بر مشکلات را از آن ها فرا گیریم. به عبارتی بکار گیری و پیاده کردن محورهای ذکر شده در زندگی کنونی کاملاً امکان پذیر و راهگشا خواهد بود.

منابع:

- ۱- دهخدا، علی اکبر، ۱۳۳۴. لغت‌نامه دهخدا، تهران، دانشگاه تهران
- ۲- شیروانی، علی، ۱۳۸۱، اخلاق اسلامی و مبانی نظری آن، قم، دارالفکر، چ دوم
- ۳- شرفی، محمد رضا (۱۳۷۹ و ۱۳۸۰): «مبانی و آثار روان شناختی نماز» ماهنامه تربیت، وزارت آموزش و پرورش، اردیبهشت ۱۳۸۰
- ۴- عزیزی، عباس، ۱۳۸۸، نماز و عبادت امام علی(ع)؛ قم، انتشارات صلاه، چاپ ششم،
- ۵- موسوی راد لاهیجی، سید حسین، نماز از دیدگاه قرآن و احادیث؛ قم، دفتر انتشارات اسلامی، چاپ چهاردهم، ۱۳۷۴
- ۶- مقدسی پور، علی، اصول و روشهای آموزش مفاهیم دینی، ماهنامه معرفت