# نماز و تربیت كودكان و نوجوانان

## زهرا امیری

## کارشناسی ارشد علوم تربیتی، مربی سازمان فنی حرفه ای استان کرمانشاه، مدرس دانشگاه پیام نور

## جهانگیر مرادی

## کارشناسی ارشد علوم تربیتی، سرگروه آموزشی مشاوران ناحیه3 استان کرمانشاه، مشاور نمونه استان

## امیر امیری

## کارشناسی ارشد کامپیوتر، مربی سازمان فنی حرفه ای استان کرمانشاه، مدرس دانشگاه آزاد

چکیده

پروردگارا ! من وفرزندانم را ازاقامه كنندگان نمازقرارده ودعای مراقبول فرما. (ابراهیم- 40)

عبارت مشهور “العلم فی الصغر، کالنقش فی الحجر“ (دانش در کودکی، مانند نقش پایدار در سنگ است)، امروزه با پیشرفت دانش پزشکی و روانپزشکی و به خصوص با پیدایش“ روانکاوی توجیه کامل علمی پیدا کرده است. روانشناسی مدرن به ما می گوید که مهم ترین دوران زندگی بشر که به وجود آورنده شخصیت نهایی او، خواهد بود، دوران کودکی است. بر این اساس هر قدمی که در جهت ایجاد سلامت روانی اطفال برداشته شود، به نوبه خود سبب ایجاد جامعه ای سالم و موفق خواهد شد. اما بزرگ ترین موهبتی كه ممكن است در جهت ایجاد سلامت روانی نصیب یك طفل نورسیده گردد، پای گذاشتن او در خانواده ای مؤمن و نمازگزار است.تعالیم آیین حیات بخش اسلام كه حتی كوچك ترین مسائل بشری را بدون پاسخ نگذاشته است، از همان بدو تولد نوزاد برای او برنامه ها و روش های متعددی دارد كه عمل به آنها ضامن سعادت و سلامت همیشگی انسان است. شروع نماز در سنین كودكی سبب می شود كه او این صفت حسنه را به صورت یك عادت معمول و سازنده در جسم و روان خود، ملكه نماید و جزو برنامه های همیشگی زندگی خود، قرار دهد و در نتیجه از همه فواید نماز، در بعد سلامت روانی در آینده برخوردار گردد. نماز تنها عامل بازدارنده از همه لغزش ها و تنها تكيه گاه امن و مأمن مستحكم براى انسان ها خصوصاً نوجوانان است كه هرگز نفس خويش را از افتادن در مهلكه حوادث مصون نمى بينند و شايد به همين سبب باشد كه در كتاب آسمانى قرآن كمتر عبادتى چون نماز مورد اهميت قرار گرفته است تا آن جا كه حدود صد و چهارده مورد اين كلمه در قرآن بكار رفته و در پانزده مورد امر به آن شده است. اینک سزاوار است که ضمن اهتمام بیش از پیش به ترویج اقامه نماز درمیان همه قشرها,بالاخص نسل نوجوان و تبیین راز و رمزهای نماز و نقش آن در بهداشت روان و سلامت جامعه به ساده ترین بیان,بیش ترین توجه به تطبیق رفتارنمازگزاران با روح نماز معطوف گردد,تا بدآن جا که آثار حضور در محضر حق و نیاز به درگاه بی نیاز,بیان حال و تقاضای قرب,ترک خود بینی و خداخواهی واخلاص در همه شؤون زندگی, در خلق و خوی و رفتار شخصی, روابط خانوادگی و مناسبات اجتماعی متجلی شود.

کلید واژه: نماز, کودک, نوجوان.

مقدمه

خداوند تبارک و تعالى در قرآن مجید، مى فرماید:”فاَقِم وجهَکَ لِلدّینِ حنیفاً فطرتَ اللّهِ الّتی فَطَرالنّاسَ علَیها لا تبدیلَ لِخلقِ اللّهِ ذلکَ الدّینُ القَیِّمُ ولکنَ اکثرالناس لا تعلمون» پس روى خود به سوى دین حنیف کن که مطابق فطرت خداست; فطرتى که خدا بشر را بر آن فطرت آفریده و در آفرینش خدا دگرگونى نیست، این است دین مستقیم، ولى بیش تر مردم نمى دانند. (روم: ۳۰) حقیقت این است که هدف از آفرینش انسان ,عبادت خالق منان است,و عبادت برخورداری از نیت و اندیشه خالصانه و موحدانه و حرکت هدفمند و مستمر در راه خدا و به سوی خدا می باشد.هدف از عبادت نیز تربیت و رشد و کمال انسان است و هدف غایی در تربیت انسان که همه پیامبران به آن مبعوث شده اند, و رسیدن به کمال مطلوب و رشد است و بس.(1) اگر برنامه ها و فرایض مذهبی ,خصوصا جامعیت نماز, از مقدمات ورود,اذان و اقامه گرفته تا سلام و امان و مصونیت از همه محرک ها و آسیب ها را با دیدی عادلانه و عارفانه مورد توجه قرار دهیم و مبانی روان شناختی آنها را هر چه بیش تر بررسی نماییم ,در می یابیم که دین خدا فطری است و هدف اصلی انبیای الهی نیز که جملگی بشیر و نذیر بوده اند احیای فطرت و فراهم کردن زمینه های رشد و به کمال رساندن فضایل اخلاقی انسان بوده است(2).

طبق منابع اسلامى، براى ما مسلّم و متقن است که میل به پرستش، نیایش، کمال طلبى و حقیقت جویى در کودک، فطرى و درونى است. این موضوع را شواهد تاریخى (پرستش بت، خورشید، گاو و ساختن بهترین مکان ها براى معابد) و آیات و روایات تأیید مى کند (3) اگر کودکان و نوجوانان پایه‏هاى اعتقادى استوار و تربیت دینى درست نداشته باشند، آسیب‏پذیرترین قشر جامعه در مقابل امواج گناه و فساد اخلاقى و اجتماعى به شمار مى‏آیند. دشمنان اسلام و انقلاب اسلامى نیز، برنامه و بودجه زیادی را براى تهاجم فرهنگى اختصاص داده‏اند و با همۀ ابزارها و شیوه‏ها در پى جدا ساختن این قشر جامعه از جریان مقدّس اسلام و مسائل توحیدی و اعتقادی هستند. چه خوب است که برای صیانت آنان از این آفت‌ها برنامه‌ریزی کرد(4)

اهمیت نماز

پیامبر اسلام (ص) نماز را نور چشم خود می داند، و یا آن را بسان معشوقه ای توصیف می کند که هم صحبتی با او هر سختی را گوارا می سازد.آری نماز فروغ چشمی است که سایر اعضاء با آن مسیر خود را می یابند و میزانی است که همه اعمال با آن سنجیده می شود و کسی که میزانش را بر ندارد در روز قیامت اعمالش را چگونه محاسبه خواهند کرد؟!نماز آن گونه است که، پیامبران الهی نیز به آن سفارش شده اند و از سفارش کنندگان به آن بوده اند. پیشوایان الهی چه در طول حیات پر برکت خود و چه در لحظات واپسین زندگی همواره به نماز عنایت داشته اند. حضرت ابراهیم(ع) در جهت اقامه نماز، همسر و کودک خویش را در بیابانی بی آب رها می کند و با این حال از خداوند تقاضا دارد تا او و فرزندانش را در زمره اقامه کنندگان نماز قرار دهد. چه سعادتی است اقامه نماز که حضرت عیسی(ع) می گوید:”وَ اَوْصانِی بِالصَّلوهِ وَ الزَّکوهِ ما دُمْتُ حَیّاً: مادامی که در حیاتم به نماز و زکات توصیه شده ام». حضرت موسی(ع) نیز مامور به اقامه نماز است. و لقمان حکیم فرزندش را به اقامه نماز توصیه می کند و سرانجام نماز بر همه مومنان نوشته شده است تا از این چشمه جوشان بهره گیرند و به معراج رسند. پیامبر اسلام(ص) نیز از سوی خداوند مامور است تا خانواده خویش را به نماز فراخواند و خود نیز بر این امر پایداری کند (وَأْمُرْ أَهْلَکَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَیْهَا). چراکه نماز معراج مومن است، و هر کس از عروج باز ماند در سقر زمین گیر خواهد  شد (مَا سَلَکَکُمْ فِی سَقَر؟ َقَالُوا لَمْ نَکُ مِنَ الْمُصَلِّینَ). (5)

شیوه‏های آشنا سازی و تقید کودکان به نماز

۱ـ شرطی شدن پاسخ: اگر مراسم مذهبی با وقایع خوشایندی همراه شود، کودک خود به خود به آنها علاقه پیدا می‏کند.

۲ـ شرطی شدن عاملی: اگر نماز خواندن کودک همراه با پاداش باشد، استمرار و تقویت آن بیش تر خواهد بود.

۳ـ طرح سؤال و معمّا: رسانیدن کودک به درک و ضرورت استدلال و مجهز شدن به منطق سؤال ابراهیم گونه، تأثیر مهمی در علاقه‏مندی کودک به نماز خواهد داشت.

۴ـ دوری از جبر و تحمیل: باید آموزش‏های نماز را با توجه به آمادگی کودک انجام داد. اگر این آمادگی روحی و عاطفی میسر نشده باشد، به ناچار از جبر و تحمیل استفاده می‏شود که این قضـیه باعث دلزدگی کودک از نماز می‏شود. تا قبل از سن لازم برای تعلیم نماز که در احادیث ۷ سالگی می‏باشد، نباید کودکان را مجبور به یادگیری نمود.(6).آسان گیری در مسائل دینی کودکان، از اهمیت مضاعف و بسزایی برخوردار است. در دوران خردسالی، در نماز باید به گونه ای عمل کنیم که کودک احساس خستگی نکند. نباید نماز را برای او سنگین و کسل کننده بسازیم. به مصلحت اوست که نمازها را با ذکرهای طولانی و رکوع و سجودهای خسته کننده، طولانی نکنیم. حتی سفارش شده است به خاطر چند کودکی که با شما به نماز ایستاده اند، آن را سریع تر بخوانید، از برخی کارهای مستحبی صرف نظر کنید، هشیار باشید که او کودک است و حال و روحیه شما را ندارد، به ویژه که از حالات و رفتار شما سردرنمی آورد و معنای عبارات شما را نمی فهمد.(7)

۵ـ درونی کردن ارزش‏ها با پند و اندرز: در این قسمت باید توجه نمود که از گفتار مستقیم و الفاظ صریح باید پرهیز نمود؛ برای اینکه تأثیر پند و اندرز عمیق‏تر گردد، بهتر است نصایح ما با عمل توأم شود.

۶ـ تعظیم و تکریم نماز: اگر‏ خانواده و مربیان به نماز اهمیت دهند، ارزش آن در نظر کودک بیش تر می‏شود. پس خانه و مدرسه باید‏ با نگاهی شکوهمندانه به نماز، آنرا تکریم نمایند.

۷ـ بیان قصه‏ها و نمایش خاطره‏های زیبا در ارتباط با نماز: قصه، شعر و نمایش می‏تواند با توجه به نوعی جذبه و کشش که در آن دیـده می‏شود، کودکان را به سمت نماز جذب نمایند. کودکان همیشه دوست دارند همۀ مسائل را مسـتقیماً نفهمند؛ پس از راه داستان، شعر و نمایش می‏توان به راحتی کودکان را به نماز خواندن واداشت.

۸ـ توجه به توانمندی‏های کودکان و نوجوانان در اقامۀ نماز: رسیدن به مرحلۀ رشد اولیه و لازم، می‏طلبد که اصول نماز به کودک گفته شود؛ اما در این میان باید قدرت تحمل کودک و توان او را در نظر گرفت. اگر نماز را پیش او بد جلوه دهیم، یعنی بیش از توان او بخواهیم که به عبادت بپردازد، این تفکر در کودک ایجاد می‏شود که نماز کار سختی است.

۹ـ ارائۀ الگوی مناسب: کودکان از همان سنین اولیه، کار الگوسازی را انجام می‏دهند. والدین و مربیان باید مواظب رفتار خود باشند و سعی کنند در کنار خواندن نماز، با داشتن خصلت‏های نیکویی چون ایثار، گذشت، محبت و …، آگاهی لازم را به کودکان انتقال دهند.

۱0ـ برگزاری جشن تکلیف در خانواده: باید در خانواده‏ها همان طور که به جشن تولد کودک اهمیت می‏دهند، به جشن تکلـیف او نیز اهمیت دهند. جشن تکلیف می‏تواند خاطرۀ خوشایندی از نماز در ذهن کودک ایجاد کند. خداوند یکی از ایام‏الله را روز به تکلیف رسیدن کودکان می‏داند.

۱۰ـ نقش والدین در آموزش نماز: خانواده به عنوان جایگاه زیست اولیۀ کودک، مهم ترین نقش را در تربیت کودک دارد. آمادگی کودک نیز از محیط خانواده آغاز می‏شود. اگر خانواده به امری چون: معطر کردن لباس، استفاده از لباس پاکیزه در هنگام نماز، برپایی جماعت در خانه، اختصاص دادن مکانی به عنوان مکان نماز در خانه، اذان گفتن یکی از اعضای خانواده، بردن کودکان مخصوصاً در اعیاد مذهبی به مساجد و اماکن مربوطه، برگزاری نماز جماعـت با مهمانان در خانه، بازی و سرگرمی ضمن آموزش دادن و هدیه دادن، برگزاری جشن تکلیف و اهتمام فرزند، انتقال فرهنگ نماز را به کودک در مسیر راحتی قرار خواهد داد.(6)

شروع نماز در سنین کودکی، سبب می شود که او این صفت حسنه را به صورت یک عادت معمول و سازنده در جسم و روان خود، ملکه نماید و جزو برنامه های همیشگی زندگی خود، قرار دهد و در نتیجه از همه فواید مترتب بر نماز، در بعد سلامت روانی در آینده برخوردار گردد.بعلاوه با شروع نماز در دوران کودکی، مفاهیمی مثل خدا و مذهب و دستوراتی مثل تعالیم اسلامی، چنان در ذهن پذیرنده و شفاف کودک که هنوز سنگینی و تیرگی گناهان صفحه وجود او را (در واقع ظرفیت های فکری و مغزی او را) آلوده نکرده است، جای می گیرد، که امکان شکاکی در این مقولت در آینده و نشخوارهای منفی بافانه فلسفی، که سر منشاء ماده گرایی ها و دنیا طلبی ها و بسیاری از بیماریهای روحی و روانی است، بسیار کاهش می یابد. این نکته بخصوص باید مورد توجه خانواده هایی قرار بگیرد که با وجود آن که خود را مسلمان میدانند اما وقتی که فرزندشان به سن تکلیف می رسد او را به بهانه این که :“ هنوز خیلی کوچک است ! “ به خواندن نماز تحریک نمی کنند. این مسئله که با کمال تأسف به خصوص در مورد دختر بچه ها که سن تکلیف آنها پایین تر است (۹ سالگی)، شیوع بیش تری دارد، مسبب عوارض مخرب بسیاری در آینده کودک خواهد شد. در حقیقت پدر و مادرانی که با دلسوزی ساده اندیشانه، فرزند خود را به برپاداری نماز تحریک نمی کنند، خیانت بزرگی از جهت محروم نمودن کودک خویش از این نعمت بزرگ مرتکب می شوند چرا که به این ترتیب گویی به آلودگی کودک خویش، به انواع گناهان و انحرافات و بدبختیها و بیماریهای جسمی و روانی، رضایت داده اند و او را به خسارت سنگین در دنیا و آخرت، محکوم نموده اند. (4)و به همین دلیل است که آیین مقدس اسلام و بخصوص ائمه بزرگوار شیعه (ع) با توصیه های مؤکد مسلمانان را به آموزش مرحله به مرحله نماز، به کودکان فرا خوانده اند و حتی با این که از مجازات ها و تنبیهات بدنی در مورد کودکان، بخصوص قبل از ۷ سالگی، منع نموده اند در مورد تحریک به نماز گاهی امر به تنبیه کودکان فرموده اند. در این مورد در حدیثی معتبر از حضرت امام صادق (ع) آمده است که فرمودند : چون پسر، سه ساله شود، پدر و مادر به او می گویند که : هفت مرتبه بگو “ لا اله الا الله “ و چون سه سال و هفت ماه و بیست روز، از عمرش بگذررد، به او میی گویند که هفت مرتبه بگوید : “ محمد رسول الله “، پس چهار سالش تمام شود به او می گویند که هفت مرتبه بگوید : “ صلی الله علی محمد و آله “ پس چون پنچ سالش تمام شود او را وا می دارند، که خدا را سجده کند. اما چون شش سالش تمام شود. نماز به یادش می دهند و به نمازش میدارند و چون هفت سالش تمام شد، وضو را به او یاد می دهند و امر به نماز می کنند او را و چون نه سال تمام شود و وضو و نماز را بخوبی به او می آموزند و بر ترک وضو و نماز کنک بزنند. پس چون کودک وضو و نماز را یاد گرفت، خداوند پدر و مادرش را خواهد آمرزید. (۵)

همه کودکان به طور فطرى کنجکاو و کاوشگر بوده و به دنبال پاسخ به سؤالات و چراها هستند و میل به پرستش و نیایش در وجودشان موج مى زند; مثلاً، وقتى بزرگ ترها به آن ها محبت و نوازش مى کنند، ممکن است قادر به تفهیم تشکر و سپاس خویش به آن هانباشند، ولى با پیام هایى که از طریق چشم و نگاه هاى معصومانه و چهره متبسم به ما مى دهند، تشکر و قدردانى خویش را ابراز مى دارند.

تجربیات و مشاهدات نیز مؤیّد این مطلب است که کودکان در تقلید و یادگیرى مفاهیم و مسائل دینى مثل نماز و روزه آمادگى بیش ترى در مقایسه با دیگر رفتارها و موضوعات از خود نشان مى دهند. این موضوع مؤیّد فطرى بودن خداجویى در کودکان است. (3)

اگر مشاهده مى شود که گروهى از کودکان و نوجوانان نسبت به مسائل دینى ـ از جمله نماز ـ رغبت و تمایلى از خود نشان نمى دهند، این مربوط به عوامل محیطى است که فطرت کودک را از مسیر خود منحرف کرده است. متأسفانه بعضى از والدین به دلیل عدم حساسیت و اهمیت نسبت به مسائل دینى و گاهى به دلیل سخت گیرى ها و آموزش هاى غلط و عدم آشنایى آنان با سیره ائمّه اطهار(علیهم السلام)و روش هاى تربیتى، به گونه اى با کودک رفتار مى کنند که آنان نسبت به مسائل دینى بى تفاوت، کم رغبت و بعضاً از آن متنفّر مى شوند. با کمال تأسف، باید گفت که بعضى از والدین حساسیت و دقتى که در امور دنیوى (تغذیه، لباس، درس و مانند آن) فرزندانشان از خود نشان مى دهند در مسائل معنوى و دینى آن ها ندارند. به راستى، این گروه از والدین مصداق کلام نورانى رسول خدا(صلى الله علیه وآله)هستند که مى فرماید:

«واى بر فرزندان آخرالزمان، از دست پدرانشان!» گفتند: یا رسول الله، منظور شما پدران مشرکند؟ فرمود:”خیر، بلکه پدران مؤمنى که واجبات دینى را به فرزندان خود نمى آموزند و اگر آنان خود بخواهند احکام دین را فرا گیرند، ایشان جلوگیرى مى کنند (و حال آن که) اگر کالایى به دست بیاورند از آنان راضى و خوشحال خواهند شد. من از ایشان بیزار و آنان نیز از من بیزارند.»(8)

اگر والدین مى خواهند فرزندان آن ها نمازخوان و معتقد بار آیند، سعى کنند اولاً، خودشان عامل به دستورات و تعالیم دینى باشند و به دور از ریا و با خلوص نماز را به پاى دارند و خودشان بدان معتقد باشند. (8). امام صادق (ع) نیز می فرماید)یحفظ الاطفال بصلاح آبائهم: رفتار کودکان در اثر خوبی های رفتار والدین حفظ می شود(. بنابراین ,وجود الگوهای پاک وسالم ,انگیزه ومیل به پاکی و آراستگی به فضایل را در جوامع ایجاد می کند. تاکید زیاد بر نقش الگوها به این دلیل است که الگوها چون مقبول وافع شوند,دیگران را مطابق خود می سازند,چنان که هنر استاد,در جان شاگرد جای میگیرد. ثانیاً، توجه داشته باشند که در دوران کودکى، فرزندانشان را با نماز و مجالس و محافل مذهبى مأنوس سازند و سعى کنند که خاطرات خوشى را در ذهن آنان ایجاد نمایند و از سخت گیرى، اجبار و اکراه آن ها خوددارى ورزند.

ثالثاً، والدین نسبت به مسأله نماز و مسائل اعتقادى هم چون سایر مسائل حساسیت نشان دهند. اگر آن ها به سفارش ها و سیره ائمّه اطهار(علیهم السلام)و بزرگان دین عمل کنند، قطعاً فرزندانى معتقد و با نماز خواهند داشت. پیامبر گرامى(صلى الله علیه وآله) بزرگ مربّى مکتب اسلام، در زمینه آموزش نماز و تکرار آن براى نوه گرامى شان، حضرت امام حسین(علیه السلام)چنین رفتارى داشتند. گویند: روزى رسول مکرّم حضرت محمّد(صلى الله علیه وآله)، قصد خواندن نماز داشتند و امام حسین(علیه السلام)در کنار جدّ بزرگوارشان، درصدد هم راهى با آن حضرت بودند. پیامبر(صلى الله علیه وآله) تکبیر گفتند، ولى امام حسین(علیه السلام)نتوانستند آن را تکرار کنند. پیامبر (صلى الله علیه وآله)تکبیر دوم و سوم و چهارم و پنجم و ششم را گفتند. در نهایت، براى هفتمین بار، تکبیر امام حسین (علیه السلام) صحیح ادا شد و نماز آغاز گردید(9)

این شیوه رفتار نبى مکرّم (صلى الله علیه وآله) مى تواند الگوى خوبى براى والدین و مربیان باشد. آنان باید همانند پیامبر عظیم الشأن (صلى الله علیه وآله)مراحل رشد کودک را در نظر گرفته، سعى کنند با صبر و حوصله، به نیازهاى فطرى کودکشان پاسخ دهند. هنر بزرگ والدین و مربیان در این است که دنیاى کودک را درک نمایند و بدانند که برخى از مسائل که ممکن است براى بزرگسالان خسته کننده باشد، براى کودکان لذت بخش است. کودک از تکرار مکرّرات خسته نمى شود; ذکر مکرّر قصه ها و داستان ها آنان را اصلاً خسته نمى کند; به خصوص اگر بیان این داستان ها با صوت خوش و آهنگ مطلوبى باشد، آنان کاملاً مجذوب و علاقه مند مى شوند. مادران در این باره خوب مى دانند که بعضى از قصه ها را صدها بار تکرار کرده اند و باز هم کودک به آن علاقه نشان داده است. از این رو، توصیه مى شود که والدین نماز را با حال و با صوت و آهنگ موزونى قرائت کنند تا کودکان بیش تر مجذوب کلام الهى شوند. براى این کار مى توانند به قرائت نمازهاى علماى ربّانى گوش فرا دهند و از آن ها بهره گیرند.

آسان گیرى در مسائل دینى کودکان، از اهمیت مضاعف و بسزایى برخوردار است. در دوران خردسالى، در نماز باید به گونه اى عمل کنیم که کودک احساس خستگى نکند. نباید نماز را براى او سنگین و کسل کننده بسازیم. به مصلحت اوست که نمازها را با ذکرهاى طولانى و رکوع و سجودهاى خسته کننده، طولانى نکنیم. حتى سفارش شده است به خاطر چند کودکى که با شما به نماز ایستاده اند، آن را سریع تر بخوانید، از برخى کارهاى مستحبى صرف نظر کنید، هشیار باشید که او کودک است و حال و روحیه شما را ندارد، به ویژه که از حالات و رفتار شما سردرنمى آورد و معناى عبارات شما را نمى فهمد.(7) یکى از عوامل مؤثر در تکوین شخصیت علمى، معنوى و جسمى کودک و نوجوان، ایجاد هماهنگى و هم کارى مثبت و سازنده بین خانه، مدرسه و جامعه (مسجد، رسانه ها و …) است.

در آموزش و پرورش قدیم، همه مسؤولیت هاى تربیتى را مدرسه به عهده مى گرفت، اما در تربیت جدید، این حقیقت پذیرفته شده است که آموزش و پرورش مدرسه بدون هم کارى آگاهانه و فعّالانه خانواده، نتیجه مطلوب نخواهد داد; زیرا کودک بیش تر اوقات فراغت خود را در خارج از مدرسه و غالباً در خانه و جامعه مى گذراند و از والدین و جامعه متأثر مى شود که خنثی کردن اثرات محیط خارج از محیط در مدت محدود درسى بسیار سخت و گاهى غیرممکن است. در واقع، امروز اگر خانواده، مدرسه و جامعه نسل جدید را به سوى یک هدف و روش واحدى سوق ندهد، نمى توان امیدى به پیشرفت دینى جامعه داشت و اگر این مثلث تربیتى (خانه ـ مدرسه ـ جامعه) در برنامه ها و روش ها هماهنگى لازم را نداشته باشد، در روند رشد دینى کودک و نوجوان اختلال به وجود خواهد آمد که اولین عارضه آن تعارض است. متأسفانه باید اذعان کرد که فعالیت ها در این زمینه، هماهنگ، هم جهت و هم خوان نیست و حتى در مواردى، ممکن است با فعالیت هاى موازى و بعضاً مغایر توان یکدیگر را کاهش دهند.(3)

نماز و مدرسه و خانواده در سنین نوجوانی: در کتاب‌ نمازومدرسه‌راهبردهای‌ روان‌شناختی‌ به‌ قصد پرورش‌ حس‌ دینی‌ در دانش‌آموزان‌ مورد بررسی‌ قرار گرفته‌ است‌ و اولیا مربیان‌ را در آسیب‌زایی‌ و انحراف‌ در تربیت‌ دینی‌ دانش‌آموزان‌ باز داشته‌ است‌ در آئین انسان­ساز اسلام خانواده نهاد ارجمند و والایی است که صحت و شادابی آن سعادت آحاد جامعه را دربر دارد و بالعکس فساد و نگون­بختی آن به تباهی افراد و درنتیجه جامعه منجر می­شود. به این ترتیب کانون خانواده اولین کلاس درس برای فرزندان محسوب شده، بسیاری از زمینه­های مثبت و منفی اخلاقی در آن پدید می­آید. امیر بیان (ع) فرمودند:”تعلیم در کودکی همانند نقشی است که بر روی سنگ کنده شود. هم چنین آن بزرگوار در نامه­ی 31 نهج­البلاغه، اهمیت تربیت در سنین خردسالی را مطرح می­نمایند؛ فرمود:”پسرم (حسنم!) به تربیت تو شتاب کردم، پیش از آن­که دلت (به­علت دنیا­دوستی) سخت گردد و خرد تو به (چیزهای بیهوده) گرفتار شود.»اعمال روش ها 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.

۱- روش های آگاهی بخش چون روش اعلام و اشعار، روش آیت، روش تذکر و هشدار، امر به معروف، ارشاد و

۲- روش های عاطفی چون روش حب، روش رحمت، روش حث یا تحریک عواطف، روش همراهی و همگامی و احسان.

۳- روش های جلب پذیرش، احترام، تکریم و تفخیم، تقرب، التفات و لطف.

۴- روش های اقناعی چون استدلال، محاجه، مجادله، تحدی، برهان و حجت.

۵- روش های تبیینی چون تشریح و تحلیل، محاوره و گفت و گوی آزاد.

۶- روش های برانگیزاننده چون تحسین، تایید، تشکر و سپاس، ترغیب، تحریض، تشویق، پاداش و انعام.

۷- روش های امید ساز چون وعده، رجاء، بشارتها.

۸- روش های ترغیبی چون ذکر صالحان، داستان گویی، بازی.

۹- روش های عنایت آمیز چون مطایبه و مزاج، عبور کریمانه، تغافل، تسامح، تجاهل، مهلت دادن.

۱۰- برخوردهای غیر مستقیم مثل: کنایه، تعریض، اشاره، تلویح.

۱۱- روش های جدی در برخورد مثل: اعلام تعجب، ذم و قدح، تقبیح و تنفیر، قطع محبت، قهر.

۱۲- روش های اعتراضی مثل: عتاب، اعتراض، ابراز تاسف، نهی، محروم کردن.

۱۳- روش سرزنشها و نکوهش کردن مثل: ملامت، توبیخ، تحقیر عمل.

۱۴- روش های هشدار دهنده مثل: اخطار، عتاب، افشاء.

۱۵- روش های تهدیدی مثل: ارعاب، تخدیر، تخویف.

۱۶- روش های تنبیهی مثل: اخذ، تندی و سختگیری، مکافات، عقوبت، تعزیر، رجز، رسوا شدن، و. ..(10)

فوائد و آثار نماز خوانی فرزندان

1.گرایش به امور پسندیده

نماز از آن جا که ارتباط با خداوندی است که سرچشمه همه خوبی هاست، فرزندانتان را به کار های پسندیده دعوت می کند. شرایطی که برای نماز بیان شده و نمازگزار باید آن را رعایت کند، به گونه ای طرّاحی شده که او را نا خداگاه به سمت خوبی ها سوق می دهد. مسائلی مثل غصبی نبودن مکان و لباس نمازگزار، وقت شناسی و همراهی او با اجتماع و... از این مواردند. این مسئله به سادگی قابل درک است که نماز تنها نماز نیست بلکه رفتاری آموزشی است که یک مجموعه صفات و افکار پسندیده را در نهان انسان نهادینه می کند. چنانکه مشرکین هنگامی که با حضرت شعیب(ع) به جدل می پرداختند به این نکته ـ هر چند از روی تمسخر ـ اشاره کرده اند و به او گفتند:

﴿ یَا شُعَیْبُ أَصَلاَتُکَ تَأْمُرُکَ أَن نَّتْرُکَ مَا یَعْبُدُ آبَاؤُنَا أَن نَّفْعَلَ فِی أَمْوَالِنَا ما نَشاء﴾ (11)” اى شعیب! آیا نمازت به تو دستور مى دهد که آن چه را پدرانمان مى پرستیدند، ترک کنیم؛ یا آن چه را مى خواهیم در اموالمان انجام ندهیم؟»

2. دوری از گناه و جرایم

رذائل و رفتارهای ناپسند مصادیق فراوانی دارند. با این حال یکی از آثار مهمّ نماز، محافظت نمازگزار از همه این گناهان است. اگر قرآن می گوید:

﴿ أَقِمِ الصَّلاةَ إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْکَرِ﴾ (12)”نماز شما را از هر آن چه که از مصادیق فحشا و منکر است باز می دارد.»

البته اگر برخی از نمازگزاران به گناهانی آلوده می شوند بخاطر اینست که به همان میزان به نماز توجّه و عنایت نداشته اند. دو نکته را باید مورد دقّت قرار دهیم: 1- اینکه هر چه به نماز توجّه و ارزش بیش تری قائل شدیم از گناهان به همان میزان بیش تر دور می شویم. به عنوان نمونه حضرت فاطمه(س) نماز را عامل دوری از تکبّر می دانند(13) اینکه باید مراقب باشیم اگر به هر علّتی گناهان پر رنگ شدند و بر توجّه ما به نماز غلبه کردند به همان میزان، از لذّت و روح نماز ما کاسته خواهد شد. این حالت بسیار خطرناک است به گونه ای که بعضی افراد با آلوده شدن به گناهان نماز خواندن بر ایشان بی مفهوم می شود لذا تارک نماز می شوند و روز به روز در گرداب گناهان بیش تر فرو می روند.

3. آرامش بخش و شجاعت آفرین

هر کسی به فکر آرامش خود و اطرافیانش می باشد. هر پدر و مادر دلسوزی با استرس و اضطراب فرزندش و یا با ترس و دلواپسی او دچار غم و اندوه می شود. قرآن یاد خداوند را آرامش بخش دلها می داند و از سوی دیگر نماز را بهترین وسیله برای ذکر و یاد خدا می داند ﴿ أَقِمِ الصَّلاةَ لِذِکْرِی﴾ (14)

با این توصیف فرزندان ما اگر اهل نماز و راز و نیاز باشند علاوه بر اینکه دلهایشان مملوّ از آرامش است، طبق بیان قرآن ترس و خوفی نیز به دلشان راه نمی یابد ﴿ إِنَّ الَّذینَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصّالِحاتِ وَ أَقامُوا الصَّلاةَ. .. ﴾ (15)

در نتیجه می توان گفت نماز در آئین مبین اسلام دارای اهمیّت فوق العاده ای است. نماز انسان را از پلیدی ها دور می کند و راه تکامل را برایش هموار می سازد. بخاطر جایگاه رفیعی که نماز دارد، در سیره پیشوایان توصیه شده است تا فرزندانمان را از کودکی به نماز امر کنید. نماز خوان کردن کودکان، یک فرایند تربیتی است که دقّت زیادی را می طلبد. آموزش نماز باید همراه با تشویق و محبّت باشد. با بالاتر رفتن سنّ کودک، پشتیبانی فکری او از لوازم تربیتی می باشد. او باید بداند، چرا نماز می خواند؟ این امر سبب می شود تا تربیت او پایدار باشد.ما برای نماز خوان کردن کودکان رعایت سه امر را پیشنهاد می کنیم: 1- آموزش زبانی و عملی نماز به کودک. 2- آسان سازی نماز خواندن، با تکرار و به وسیله تشویق و. ... 3- پشتیبانی فکری در جهت تقویت خداباوری او.(16)

تاثیر نماز بر سلامت روان کودکان و نوجوانان

شیوع اسكیزوفرنی كه خطرناك ترین و مهلك ترین بیماری در روان پزشكی است در بچه های خانواده های مسلمان و نمازگزار بسیار کم است، چرا كه علم امروز ثابت كرده است كه بروز اسكیزوفرنی، ارتباط معنی داری با وجود سیستم زن سالاری در اداره خانواده ها دارد(17)

اعتقادات و باورهای مذهبی می تواند از فرد افسرده و مأیوس، انسانی امیدوار و محکم بسازد. چنانکه هرگز خود را تنها و بیمناک احساس نکند. او باور دارد که خدا پیوسته با او است، در رویارویی با سختی های زندگی تنها نیست و خدای مهربان به او علاقه و توجه دارد. این باور موجب می شود که فرد علیه گوشه گیری که بسیاری از مبتلایان به بیماران خطرناک را از پای در می آورد، ایمن شود.(18) هم چنین درباره آثار مثبت و متعدد، قانون مؤكد اسلامی مبنی بر آزاد گذاشتن كامل كودكان تا سن ۷ سالگی و پرهیز از تنبیه و محدودیت برای آنها می توان تعمق بسیار نمود. اما بعد دیگر،تأثیری است كه نماز به طور مستقیم بر حالات روانی اطفال دارد و آن بر اثر نماز خواندن خود كودك حاصل می شود. شروع نماز در سنین كودكی سبب می شود كه او این صفت حسنه را به صورت یك عادت معمول و سازنده در جسم و روان خود، ملكه نماید و جزو برنامه های همیشگی زندگی خود، قرار دهد و در نتیجه از همه فواید نماز، در بعد سلامت روانی در آینده برخوردار گردد. به علاوه با شروع نماز در دوران كودكی، مفاهیمی مثل خدا و مذهب و دستوراتی مثل تعالیم اسلامی، چنان در ذهن پذیرنده و شفاف كودك كه هنوز سنگینی و تیرگی گناهان ظرفیت های فكری و مغزی او را آلوده نكرده است، جای می گیرد كه امكان شك و تردید در این زمینه در آینده بسیار كاهش می یابد.(19)

نماز موجب كاهش استرس ها می گردد و فشارهای روحی را كم می كند. زیرا آنگاه كه آدمی در برابر خالق متعال می ایستد و لب به نماز و دعا می گشاید و او را رحمن و رحیم خطاب می كند، امید به رأفت و رحمت در دلش موج می زند و آن گاه كه اشك ندامت از چشمانش جاری می شود، و دردهای خویش را با خدا باز می گوید، پالایش روانی انجام می شود و انسان خود را سبك تر از قبل می یابد چون به بندگی خدا تن می دهد و با تأكید می گوید:”ایّاك نعبد و ایّاك نستعین» فقط تو را عبادت می كنیم و فقط از تو یاری می جوییم.(20)

نتیجه گیری

نماز در آئین مبین اسلام دارای اهمیّت فوق العاده ای است. انسان همیشه به نماز محتاج است و در عرصه‏های خطر محتاج‏تر.(21) نماز انسان را از پلیدی ها دور می کند و راه تکامل را برایش هموار می سازد. بخاطر جایگاه رفیعی که نماز دارد، در سیره پیشوایان توصیه شده است تا فرزندانمان را از کودکی به نماز امر کنید. نماز خوان کردن کودکان، یک فرایند تربیتی است که دقّت زیادی را می طلبد. آموزش نماز باید همراه با تشویق و محبّت باشد. با بالاتر رفتن سنّ کودک، پشتیبانی فکری او از لوازم تربیتی می باشد. او باید بداند، چرا نماز می خواند؟ این امر سبب می شود تا تربیت او پایدار باشد. ما برای نماز خوان کردن کودکان رعایت سه امر را پیشنهاد می کنیم: 1- آموزش زبانی و عملی نماز به کودک. 2- آسان سازی نماز خواندن، با تکرار و به وسیله تشویق و. ... 3- پشتیبانی فکری در جهت تقویت خداباوری او.

منابع

افروز,غلامعلی," اهداف تربیتی نماز و نگرش کودکان و نوجوانان به منش نمازگزاران",مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم انسانی

2-انی بعثت لا تمم مکارم اخلاق (حضرت محمد(ص))

3- مطهری,محمدرضا,"اصول و مبانی آموزش مسائل دینی به کودکان و نوجوانان"http://tarbiat.net

4-محدثی,جواد(1381) عشق برتر, قم ,بوستان کتاب,ص69

5-آیت الله مکارم شیرازی,"راهکارهای جذاب کردن نماز برای کودکان و نوجوانان,سایت:<http://mouood.org>

6-ماهنامۀ پرورشی تربیت، تابستان ۱۳۸۳ ,شماره ۱۰و۱۱

7- اقامه نماز در دوران کودکی و نوجوانی,ص35

8- مستدرک الوسائل ,ج 2 ,ص 625

9- بحارالانوار,ج43,ص307

10- پیر قلی,زهرا,(1391),"مقاله ای در مورد نماز" ,مجله مطالعات خانواده,سال نهم ,شماره 31

11-هود/ 87

12-عنکبوت/45

13-بحارالانورا، ج23، ص114

14-طه/14

15-بقره/277

16- الادری، حسین، جاذبه های نماز برای کودک، ص33

17- پاک نژاد,سیدرضا, "اولین دانشگاه، آخرین پیامبر" جلد 21

18-[اهمیت سلامت روانی کودکان و راه های تامین آن](http://www.hidoctor.ir/17518_%D8%A7%D9%87%D9%85%DB%8C%D8%AA-%D8%B3%D9%84%D8%A7%D9%85%D8%AA-%D8%B1%D9%88%D8%A7%D9%86%DB%8C-%DA%A9%D9%88%D8%AF%DA%A9%D8%A7%D9%86-%D9%88-%D8%B1%D8%A7%D9%87-%D9%87%D8%A7%DB%8C-%D8%AA%D8%A7%D9%85%DB%8C.html/), سایت <http://www.hidoctor.ir>

19- تاثیر نماز بر سلامت روانی كودكان, سایت <http://birjand.namaz.ir>

20-نماز و خانواده,سایت http://birjand.namaz.ir

21- قرائتی، محسن,(1372), "یکصد و چهارده نکته درباره نماز"، ناشر طرح اقامه نماز، ص۱۱