# سير و سلوك به سوى خداوند از پایگاه نیرومند درونی تا تکیه گاه محکم برونی

## شاهین امیرشقاقی

چکیده

در اسلام، حقیقت اصیلی به نام تسلیم و تعبد، با تعبیرهای گوناگون به چشم می خورد. تعبد و بندگی، حکم و قضای الهی است. دست ربوبی، چنین حقیقتی را ایجاد و امر کرده است. عبودیت و پرسش در اسلام، منحصر به یک شکل خاص و زمان معین نیست، بلکه یک فرهنگ و روش فراگیر است که انسان می تواند درتمام لحظات حیات، بدان اشتغال ورزد. این واقعیت، از آموزه ای قرآنی و دینی معلوم می شود. گویی خداوند چنان امتیاز و فرصتی به انسان مومن عنایت کرده است که هر فعل و کردار پسندیده ای که قرین قصد و نیت نزدیکی و تقرب به خدائند باشد، عبادت محسوب شود. این معنا، از گستره وسیع عبودیت در اسلام حکایت می کند. نوع اثر پذیری روان انسان از یک فعل، عوامل متعددی دارد. ماهیت یک فعل یا کنش، انگیزه و نیت فاعل، تداوم و اصرار بر آن فعل، و عنصر آگاهی و بینش نسبت به یک عمل، از عواملی است که نوع تآثیر و میزان آن را به لحاظ شدت و ضعف تعیین می کند. بنابراین، اگر میان عوامل تأثیر گذار تربیتی، وحدت و هماهنگی لازم نباشد، تآثیر گذاری آنها مثبت نخواهد بود. در اندیشه اسلامی، نقش بندگی، به ویژه نماز در سلامت شخصیت بی بدیل است. آرامش، نگاه خوشبینانه، خودشناسی، آخرت گرایی، احساس مسئولیت، حیا، عفت و پاکدامنی، محبت به اولیای دین و مردم، بصیرت و خضوع در برابر پروردگار، همه از آثار نماز و انس با خداوند به شمار می آیند، که بدون این مولفه ها، نمی توان از سلامت شخصیت و روان سخن گفت.

کلید واژه : نیت، نماز، روان، فرهنگ، انگیزه، پرستش، عبودیت.

مقدمه

در عصر دانش و انفجار اطلاعات، از سویی نوعی سرگشتگی و ابهام ناشی از تراکم اطلاعات حاصل می شود و از سویی دیگر، ساخت ها و عرصه هاي جدیدي بر روي بشر گشوده می شود. برتري در این عرصه با کسانی است که به بینش هاي منسجم و تبیین کننده اي نسبت به انسان، هستی، طبیعت و جامعه مجهز باشند، تا هدفهاي انسانی را در چشم اندازي همه جانبه و واقع گرا بیابند. علاوه بر این، در جهان جدید، با وجود فرصتهاي مذکور، تهدیدها و آسیب هایی از نظر فکري، ارزشی و اجتماعی نیز بروز می کند که انسان را در معرض بحرانها و تنهایی هاي نوینی قرار می دهد. این بحران ها و انزواهاي مفرط، عطش انسان را به ارتباط با یک مبداء متعالی بیش تر می کند. (معین،1380) بین انگیزه ها، شیوة تفکر، اعمال و رفتارهاي انسان پیوند عمیقی وجود دارد و به طورکلی، تغییر رفتار یا ایجاد رفتارهاي خاص در انسان، مستلزم تغییر انگیزه ها یا ایجاد انگیزه هاي تازه و نوینی در اوست. از این رو، مطالعۀ انگیزه هاي نماز خواندن داراي اهمیت ویژه اي است (فوستر، 1992)

بیان مسئله

بحث انگیزش و تأثیر آن بر رفتار فرد، از مباحث عمدة پژوهش هاي روان شناسی است.روان شناسی انگیزش در پی پاسخ به این پرسش است که انسان چرا و به چه منظوري رفتار می کند؟ در واقع؛ انگیزش غالباً علل رفتار و این که چرا انسان در مواقع مختلف دست به رفتارهاي متفاوت می زند را توضیح می دهد. نظریه هاي مختلفی در بارة انگیزش مطرح شده و مکاتب روان شناسی به اشکال متفاوتی به تبیین پدیدة انگیزش پرداخته اند. بر خلاف فروید که رفتار را نتیجۀ تعارض بین نیاز و دفاع علیه آن می داند؛ از دیدگاه انسان گرایی، انگیزة رفتار در انسان این است که تا حد امکان، انسانی کامل، مؤثر و خلّاق باشد (آرکز و گراسک، 1977) به نظر انسان گرایان، انگیزش در جهت رشد و خودشکوفایی است و این نوع انگیزش مربوط به یادگیري نیست، بلکه فطري است (همان) در مقابل، اشاراتی وجود دارد که نمازهاي تشریفاتی و نمازهایی که صرفاً خم و راست شدن هستند، ممکن است با شادکامی رابطۀ منفی داشته باشد )مک کالو و لارسون، 1999) نمازهاي نیابتی هم یک موضوع جدال انگیز به شمار می آیند. این باور که نماز خواندن در حق دیگري می تواند بر وضعیت سلامت آن شخص اثر بگذارد، پیشینه اي طولانی دارد و در معرض تحقیقات بسیاري قرار گرفته است. درحالی که برخی تحقیقات از نماز به عنوان بخش از درمان تکمیلی و جایگزین بسیاري از بیماري ها همچون سرطان و جراحی قلب نام می برند (اوایلز و همکاران، 2001؛ هریس و همکاران، 1999).

پیشینه پژوهش

بشر در تاریخ شناخته شدة خود، در هیچ مقطعی آسوده از دغدغه هاي دینی و پرستش نبوده است (معین، 1380) قرآن، عبادت را راز خلقت انسان و در صدر برنامه هاي انبیا عنوان فرموده و انسان کامل را عبد نامیده است. اگر عبادت را آمیزه اي از پرستش، نیایش، پناه جویی، رازگویی، نیازخواهی و عشق بدانیم، نماز بالاترین مصداق آن است. در واقع؛ نماز از مهم ترین فرایض دینی و از ضروریات دین مقدس اسلام، نخستین عبادتی که پس از بعثت تشریح شد، نقطۀ اوج عبادات، عمود دین و مرز بین کفر و ایمان، وسیلۀ قرب الهی و تکامل انسان است که از درخشندگی و برجستگی خاص و جایگاهی رفیع برخوردار است که بدون آن، سایر اعمال انسان پذیرفته نیست. هم چنین از میان عبادات اسلامی، نماز در زیادتی احکام نیز نمونه است؛ به گونه اي که 4000 حکم براي آن بیان شده و کلمۀ -” صلاه” و مشتقات آن- به معناي نمازحدود 104 بار در قرآن مجید آمده و در 15 مورد به آن امر شده است. در پژوهش هاي روان شناسی مذهب نیز نماز به عنوان هسته دین (برون، 1994؛ باتریک، 1942)

فرضیه های پژوهش

1- نماز انسا را از بسیاری مشکلات روحی و روانی و آلودگی های اجتماعی مصون می دارد.

2- تاثیر نماز در کاهش استرس ها و دردها و افسردگی هاست (از نظر آزادسازی اندروفین ها از هیپوفیز)

3- ظاهر و باطن آدمی، دو جلوه از یک حقیقت واحدند و تاثیر متقابلی بر یکدیگر دارند، به گونه ای که نیات و انگیزه های درونی، در مواردی بر رفتار وی تجلی یافته و رفتارهای ظاهری نیز متقابلا به درون پر رمز و راز و روان انسان نفوذ می کند و به تدریج شخصیت اورا متحول می نماید.

سوالات پژوهش

 1-انسان ها با چه انگیزه هایی نماز می گزارند؟

2- آیا آن کس که نماز می گزارد، نیت نماز را دارد؟

3- اثرات روانی و اجتماعی و شخصیتی نماز چه تاثیری بر جهان بینی افراد دارد؟

4- انگیزه نماز گزار برای خود فرد چگونه است و به چه صورت تجلی می یابد؟

5- بازخورد عمل و رفتار خالصانه نماز چگونه می تواند بر تمام وجوهات رفتاری ایشان درطول زندگی داشته باشد؟

6- آیا به صرف شرط ذهنی و مسائل دنیوی، به قصد کسب منافع مادی درست است؟

روش تحقيق

روش تحقيق از نوع تحليلي - توصيفي مي باشد و با مرور، واكاوي و تركيب سوابق مطالعاتي موجود در رابطه با موضوع انجام گرفته است. براي انجام مطالعه، از شيو ه هاي مرسوم جمع آوري اطلاعات اعم از اسنادي و ميداني بهره گيري شده است. در بخش مطالعات كتابخانه اي به بررسي مباني نظري موضوع مورد بحث پرداخته شده است.

بدنه پژوهش

برای این که بدانیم هرکس به شکل غالب در چه مرحله ای قرار گرفته است، نمی توانیم تنها به اظهارات یا به عبارتی به ادعاهای او، یا به رفتارهای ظاهری او و به عبارت درست تر نقش هایی که بازی می کند، توجه کنیم، ادعاها و نقش هایی که فرد بازی می کند، اغلب اوقات پوششی است بر واقعیت شخصیت او که حتی امر را به خود فرد مشتبه می کند. ما در بسیاری از مواقع برای پنهان کردن چهره واقعی شخصیت خود، نه تنها مقابل دیگران، که برای خود نیز متوسل به مکانیزم هایی چون - دلیل تراشی و فرافکنی - می شویم. همین نکته موجب می شود حتی خود ندانیم عملی که انجام می دهیم به چه انگیزه ای است (کالبرگ، 1976).

الف - اجزای عبادی

دست کم از دو قسمت تشکیل می شود :

1- رفتار عبادی، که صورت ظاهری عمل است و دارای آدابی است.

2- انگیزه عبادی، که همان نیت است، نیت باید خالصا الله باشد.

نیت اساس عمل است و این که عمل عبادی، صحت و مقبولیت داشته باشد، مبتنی بر صحت نیت است. نیت قصدی اگاهانه است که عمل را معنی دار می سازد و در تمام طول عمل جریان دارد، نیت نه یک قول کلامی است و نه یک تصور ذهنی از عملی که انجام می گیرد. از همین روست که فقها ادای قول و یا گذراندن تصمیم از ذهن را شرط لازم برای نیت نمی دانند. اگر آن ها نباشند هم نیت می تواند وجود داشته باشد. نیت کاملا جنبه فردی دارد، هرچند که رفتار عبادی می تواند جمعی باشد، چنان که درنماز جماعت رفتار عبادی جمعی انجام می گیرد ولی نیت توسط یکا یک افراد صورت می پذیرد. به این ترتیب، نیت انگیزه رفتار عبادی است که باید به صورت یک قصد اگاهانه برای انجام کاری که به دستور خداوند به منظور اطاعت او او و قرب به اوست، انجام گیرد.

ب- انگیزه های رفتار بشری

انگیزه عبارت است از عاملی درونی که رفتار انسان یا حیوان را در جهت رسیدن به هدفی تجهیز می کند. انسان برای انجام اعمال خود انگیزه های گوناگونی می تواند داشته باشد. مثلا در رفتاری مانند غذا خوردن ممکن است انگیزه های گوناگونی درکار باشد. کسی ممکن است به انگیزه سیرشدن و رهایی از ضعف و مرگ غذا بخورد. فرد دیگری ممکن است تنها به منظور کسب لذت غذا بخورد و از این رو برای او مزه و جذابیت ظاهری غذا بر خواص حیاتی آن ارجحیت داشته باشد. کسی نیز ممکن است غذا را صرفا به انگیزه عادت تناول کند و شخص دیگر ممکن است غذا بخورد برای این که با دیگران همراهی کند و ادب اجتماعی را به جا آورد. به این ترتیب چنان که ملاحظه می شود حتی یک رفتار می تواند با انگیزه های گوناگون انجام پذیرد، چه رسد به رفتارهای متنوع آدمی که بدون شک می تواند انگیزه های گوناگون داشته باشد. انگیزه ها به رغم تنوع و تعدد در چهار دسته کلی جای می گیرند. این چهار دسته در چهار وهله تحول روانی انسان به وجود می آیند. این چهار دسته عبارتند از :

1- انگیزه های فیزیولوژیک

2- انگیزه های اجتماعی

3- انگیزه های فردی

4- انگیزه های متعالی

1- انگیزه های فیزیولوژیک: انسان در بدو تولد تنها با انگیزه های فیزیولوژیک که پایه بدنی محض دارند، سر و کار دارد. اعمال او از یک سو تحت تآثیر محرک های درونی است (مانند گرسنگی) که در اثر به هم خوردن تعادل درونی و تحلیل مواد غذایی مصرف شده به وجود می آیند و از سوی دیگر تحت تأثیر برخی از محرک های فیزیکی محیط است که بدن را به شکل مادی تحت تآثیر قرار می دهند؛ مانند صدای شدید که واکنش ترس را ایجاد می کند، یا دمای زیاد و کم که احساس سرما یا گرما را به وجود می آورد.

2- انگیزه های اجتماعی : انسان با برقراری رابطه اجتماعی با دیگران، به تدریج بر اساس انگیزه های اجتماعی عمل می کند. در اشکال مثبت این انگیزه ها، جلب توجه مقبولیت و تحسین و داشتن جایگاه مطلوب اجتماعی، می تواند موجب رفتار شود رقابت، حسادت، پرخاشگری و اطاعت و همرنگی نیز می توانند رفتار انسان را شکل دهند. به هر تقدیر هدف انگیزه های اجتماعی رسیدن به رضایت از طریق تعامل اجتماعی رسیدن به رضایت از با دیگران است. در مراحلی از تحول روانی، انسان به شکل غالب درصدد کسب رضایت دیگران است. در دوره دبستان کودکان به دنبال آنند که پیوسته در نظر دیگران خوب جلوه کنند. از این رو اغلب رفتارها به منظور جلب رضایت دیگران انجام می گیرد.

3- انگیزه های فردی : وقتی انسان تا حدی از رفع نیازهای فیزیولوژیک فارغ می شود، نیازهای اجتماعی او به میدان می آیند و وقتی تا حدی از برآورده شدن نیازهای اجتماعی فارغ می شود، نیازهای فردی او به طور غالب، رفتارهای اورا تحت تأثیر خود می گیرند، هرچند که نیازها و انگیزه های سطوح پایین تر پیوسته وجود دارد ولی نیازهای فردی غالب می شوند. مقصود از نیازهای فردی نیازهایی است که نسان به عنوان یک فرد مستقل آنها را احساس می کند، این نیازها علی القاعده پس از بروز نیازهای اجتماعی وغلبه نسبی آنها بر رفتار، به ظهور می رسند، و معمولا حاصل نوعی استدلال هستند، فرد در پاسخ به این سوال که تا کی من می باید به خاطر دیگران کار کنم؟ با تأمل به این نتیجه می رسد که خودم هم در این جا نقشی دارم و باید کارهایی را هم برای خودم انجام دهم. به این ترتیب است که نیازهایی را به عنان یک فرد برای خویشتن در نظر می گیرد. در یک دسته بندی کلی مهم ترین نیاز از این نوع را می توان نیاز به خود شکوفایی نامید. این نیاز بر شکفتگی استعداد ها و توانایی های فردی تکیه دارد بر اساس این انگیزه ممکن است به رغم مخالفت و مقاومت محیطی، فرد درصدد تحقق استعدادهای فردی خود باشد.

پیاژه برای تحول انسان در زمینه پیروی از قواعد اجتماعی سه دوره را به میان می کشد، این سه دوره با سه مرحله ای که تاکنون مطرح کرده ایم تطابق دارد. در دوره اول رفتار انسان حاکی از نوعی ناپیروی است، به این معنی که دستورهای اخلاقی و آن چه از طرف محیط آمرانه است در واقع از نظر دستگاه روانی کودک ملحوظ و مرعی نیست و کودک از آنها تبعیت نمی کند. در دوره دوم دیگر پیروی جانشین ناپیروی نخستین می گردد، به عبارت دیگر پس از یک سلسله مقدمات، کودک تدریجا به یک واقع بینی اخلاقی می رسد. این واقع بینی به این صورت است که کودک محتوای ذهنی خود، یعنی اوامر بزرگ سالان را خارج از خود می داند و به صورت اشیای مستقل به آنها می نگرد به این معنی که در اراده بزرگسالان مداخله ذهنی نمی کند، می داند که آن چه بزرگسالان گفته اند معمولا باید درست باشد و قابل قبول (منصور، 1356)

4- انگیزه های متعالی : انسان ها نشان می دهند که درمواردی نمی توانند در سطح انگیزه های فردی متوقف شوند و باید اعمالشان بر اساس ضوابطی کلی و جهانی هدایت شود. در اصل در سطح انگیزه های فردی، فرد به تدریج احساس می کند نمی تواند بین آن چه امیال او حکم می کند و آن چه دقیقا درست است و براساس یک قاعده جهان شمول و به دور از خود پسندی هاست، تفکیک حاصل کند. کسانی که در سطح انگیزه های فردی باقی می مانند به تدریج آمیزه ای می شوند از یک نوع استقلال فکری و رفتاری و تعدادی از رذائل اخلاقی از جمله خودپسندی و خود بزرگ بینی. چنین حالتی مجددا نوعی تعارض را به میان می آورد : تعارض بین درست و نادرست، تعارض بین رفتار انسانی و غیر انسانی، برخی از انسان ها راه حل این تعارض را در جست و جوی اصول و قواعدی فراتر از خود می یابند؛ اصول و قواع ی که جنبه کلی و فراتر از فرد آدمی داشته باشند، اصولی که فرد به کمک آنها بتواند چارچوبی مطمئن برای هدایت رفتارهای خود بیابد. اخلاق و مذهب چنین اصولبی را در اختیار انسان قرار می دهند. افراد متدین در جست و جوی آنند که رفتارهایشان را براساس اصولی استوار سازند که از مبداء کل خیرات و حکیم بالا طلاق صادر می شود. در این مرحله فرد بر اساس استدلال عقلی، از سطح من و فرد خارج شده، به سطحی فراتر از من می رسد. در این مرحله نیز بین انگیزه های سطوح پایین تر وحدت ایجاد می شود. به عبارت دیگر در این مرحله توحید تحقق عملی در زندگی فرد پیدا می کند و همه چیز معنایی متعالی می یابد. (کالبرگ، 1984)

انواع نماز و قواي نفساني

در اين قسمت انواع نماز از ديدگاه مولوي را با در نظر گرفتن وضعيت قواي نفساني نمازگزار در حين برگزاري نماز بررسي مي كنيم تا ببينيم كه در هنگام انجام نماز اين قوا چه حالتي پيدا مي كنند؟ آيا همانند وضعيت عادي به فعاليت خود ادامه مي دهند يا همه قوا يا بخشي از آنها حالت تعطيل به خود مي گيرد؟ گفتني است كه در ميان عارفان مسلمان عموماً چنين تقسيم بندي از نماز عرضه نشده است. الگوي نگارنده در اين مسئله تقسيم بندي ترزا آويلايي عارف معروف اسپانيا است كه نمازها (نيايش ها).؛ (Teresa: 127-133) را به چهار قسم تقسيم كرده است.

1 نماز ذهني (مراقبه)

 2نماز ذكر؛

3نماز سكوت و.

4نماز وصال نهايي.

در آثار مولوي دو نماز از نمازهاي چهارگانه ترزا وجود دارد كه به بررسي آن مي پردازيم. گفتني است كه مولوي همانند ترزا به طبقه بندي منطقي نيايش هاي خود اهتمام نكرده، بلكه به طور كلي به انواع و درجات نيايش (= نماز) پرداخته بدون آنكه مرتبه يا جايگاه و يا رابطه آنها با يكديگر را مشخص كرده باشد. با وجود اين اگر تقسيم بندي ترزا را در نظر داشته باشيم مي توانيم نمازهاي مولوي را نيز طبقه بندي كنيم.

1- نماز ذهني. منظور از نيايش ذهني نظم دادن به افكار و انديشه ها در جهت توجه به خداست. نام ديگر اين نيايش مراقبه است. اين كار را به اشكال و طرق مختلف مي توان انجام داد؛ مثلاً مي توان تصوير دوست را تخيل كرد تا ذهن به نظم عادت كند و بتواند به مراقبه بر روي همان تصوير ذهني بپرداز د. البته در اين زمينه كار عارفان مسيحي آسان تر است براي اينكه در مسيحيت خداي متجسم و متجسدي به نام عيسي وجود دارد كه به سهولت مي توان تصوير او را در ذهن مجسم ساخت؛ اما در اسلام چنين كاري دست كم در باب ايجاد رابطه با خدا امكان پذير نيست. از اين جهت عارف مسلمان ناچار است از موجوداتي غير از خدا بهره گيرد تا به وساطت او بتواند به مراقبه درباره خدا بپردازد. مولانا در اين زمينه راهكارهاي جزئي و مشخصي عرضه نمي كند، بلكه تنها تحت واژه كلي تر فكر و در باره عمل ملازم با آن يعني ذكر، به مراقبه ذهني (يا نيايش ذهني) مي پردازد (چيتيك، 173) مولوي به دنبال آن است كه بتواند فكر را به ذكر و ذكر را به ياد مذكور تبديل كند.

مهم در نيايش(=نماز) ذهني آن است كه شخص بتواند تصاوير ذهني پيشين را از ذهن خالي كرده، تصوير معشوق را جانشين آنها سازد. تنها راه ممكن براي اين كار ايجاد عشق در درون است؛ زيرا عشق به موجودي باعث پر شدن دل و ذهن با تصوير اوخواهد شد. در نتيجه جا براي تصويرها و تصورات ديگر تنگ خواهد شد؛ زيرا عشق از تصوير معشوق تغذيه مي كند. بنابراين تا انسان همه توجه ذهني خود را به معشوق (جانان) معطوف نكند و تا خيال خود را فقط از انديشه معشوق آكنده نكند، عشقش رشد نخواهد كرد و قادر به رهايي از دست خيالات نامربوط نخواهد شد. زيرا هدف اين

نيايش(=نماز) آن است كه نمازگزار انديشه خود را كاملاً به سوي خدا متوجه كند و چيزي جز خدا را در نظر نداشته باشد. اين هدف جز از طريق عشقي سوزان تحقق نخواهد يافت در نتيجه رشد مداوم عشق سالك، او به نقطه اي خواهد رسيد كه تنها تشنگي خيال عشق براي او خواهد ماند. پله پله از حالات قبض و بسط بالا مي رود، تا آنكه بالأخره خيال او از واقعيتي كه بيرون از او و در وراي او وجود دارد، قابل تميز نباشد. خيال به عنوان يك حالت نسبتاً ذهني به تصوير ذهني معشوق دگرگون مي شود، (همان،278) و اين خود، عاشق را بالا و بالاتر مي كشد از اين جهت است كه عنصر خيال در نيايش ذهني اهميت پيدا مي كند ولي سالك در مراحل بعدي نيايش از اين عنصر هم فراتر رفته بلكه به راكد ساختن آن خواهد انديشيد. بنابراين در نماز ذهني از نظر مولوي داشتن تصوير ذهني معشوق نقش خداي پدر در عرفان ترزا را ايفا مي كند. شرط توفيق در نيايش ذهني حفظ خيال محبوب است و بس.

 با خيالي ميل تو چون پر بود تا بدان پر بر حقيقت بر شود

 چون براندي شهوتي پرت بريخت لنگ گشتي و آن خيال از تو گريخت

 (مولوي، مثنوي، دفتر سوم، ابيات 2135 2136-)

مولوي در آثار خود به اثر گذاري چنين تصويرسازي اي اشاره كرده است :” يار خوش چيزي است زيرا كه از خيال يار قوت مي گيرد و مي بالد وحيات مي گيرد. چه عجب مي آيد مجنون را خيال ليلي قوت مي داد و غذا شد جايي كه خيال معشوق مجازي را اين قوت و تأثير باشد كه يار او را قوت بخشد، يار حقيقي را چه عجب مي داري كه قوتش بخشد خيال او درصورت و غيبت. چه جاي خيال است؟ آن خود جان حقيقت هاست آن را خيال نگويند” (مولوي، فيه مافيه 119)،

مولوي به اين نكته هم اشاره مي كند كه به خيال موجودي بودن، چيزي را از انسان خواهد ستاند و به سوي خود خواهد برد. اما اگر مورد خيال خداوند باشد آدمي را به سوي خود خواهد برد و از آن خود خواهد ساخت.

 چون به هر فكري كه دل خواهي سپرد از توچيزي در نهان خواهند برد

 هر چه انديشي و تحصيلي كني مي درآيد دزد از آن سو كايمني

 پس بدان مشغول شوكان بهتر است تازتوچيزي برد كان كمتر است

 (مولوي، مثنوي، دفتر دوم، ابيات، 1505-1507)

 پس بر سالك فرض است كه اگر قرار است خيال موجودي را در ذهن و دل داشته باشد شايسته آن است كه موجود بهتري را انتخاب كند تا براي هميشه برايش باقي بماند. دل و ذهن سالك ديار دياري است چون خيال خدا؛ و اگر خود ا و در دل حاضر شود كه سالك به حضورش مي رسد و از او تغذيه مي كند، اما اگر چنين توفيقي دست نداد، آنگاه با خيال او معاشقه خواهد كر د:

 آمد آن رخ چون گلستان تو وآورد قصه هاي شكر از لبان تو

 گفتم بدو چه با خبري از ضمير جان جان و جهان چه بي خبرند از جهان تو

 آخر چه بوده اي و چه بوده است اصل تو آخر چه گوهري و چه بوده است كان تو

 (مولوي، كليات شمس، غزل 2235)

هدف اصلي نماز ذهني مقدمه سازي براي دستيابي به وصال نهايي است؛ چرا كه از ديدگاه مولوي سالك به خيال اهميت مي دهد تا خيال او را به وصال برساند:

 از صفت و زنام چه زايد است خيال و آن خيالش هست دلال وصال

 (مولوي، مثنوي، دفتر اول، بيت 3454)

 هر چه بود آن خيال گردد روزي وصال چند خيال عدم آمد در هست، دوش

 (مولوي، كليات شمس، غزل 1277)

مولوي سپري كردن مراحل تصوير، حال، خيال، وصال و نگار براي رسيدن به كمال مطلوب لازم مي داند؛ زيرا پس از طي اين مراحل كه عمدتاً در قوه خيال رخ مي دهد كمال مطلوب حاصل خواهد شد.

 هر چه بر اصحاب حال باشد اول خيال گردد آخر وصال چونك در آيد نگار

 (همان، غزل 1130)

تفاوت اصلي عارفان و ديگران در حوزه خيال درآن است كه ديگران تصاوير قوايد ماغي خود را درك مي كنند و به آنها مي انديشند، اما عارفان به جاي درك چنين تصاويري، تصويرهايي را از يك سطح وجود شناسانه مستقل از خود دريافت و تصوير معشوق را جانشين تمام تصاوير ديگر مي كنند (چيتيك، 282)

 شب خواب مسافري ببندي يعني كه مخسب، خيز، بنشين

 بنشين به خيال خانة دل هر نقش كه مي كنيم مي بين

 نقش دگري همي فرستم تا لقمة او شود نخستن

 امشب همه نقش ها شكارند از اسب فرو مگير تو زين

 (مولوي، كليات شمس، غزل 1932)

2- نماز وصال يا فنا. مراد از نماز وصال نمازي است كه در طي آن قواي دروني و بيروني نماز گزار از كار مي افتد و او نسبت به دنيا كاملاً بي خبر است و نسبت به خدا كاملاً زنده. چنين نمازي در آثار مولانا مورد توجه قرار گرفته است. هم مولوي خود چنين نمازهايي اقامه كرده است و هم درباره چنين نمازهايي سخن گفته است. نقل است كه وقتي مولوي در احوال سماع غرق مي شد به وي مي گفتند كه وقت نماز شام رسيده است، اگر در سماع به اوج نمي رسيد و دست كم برخي از قوايش فعال بود سماع را متوقف مي كرد و به نماز مي پرداخت و چون وارد نماز مي شد حالت بي خودي اش مضاعف مي شد؛ چنان كه گويي مجلس و چراغ و قبله و. .. همه يك صدا با او به نماز در مي آمدند و او خود نيز رعايت وضع نماز را فراموش مي كرد و اركان آن به هم مي ريخت. (زرين كوب، پله پله تا ملاقات خدا : 182 -183)

یافته های پژوهش

1- تاثیر نماز بر اعضای درونی و بیرونی نماز متفاوت است و به چگونگی ادای نماز و حالت نمازگزار بستگی دارد.

2- نماز صحیفه ای است که قرائت های زیادی را بر می تابد که هر کدام در حوزه خود مورد توجه اند 3- اگر نگرش عرفانی به نماز مورد توجه و تاکید قرار گیرد نماز خوانان رغبت بیش تری به آن پیدا کرده، انجام آن را از حد وظیفه فراتر خواهند برد و آن را در عمق جان خود قرار خواهند داد و بی اختیار به سوی آن کشیده خواهند شد.

4- نیت نماز، آن گونه که مراد دین است، تنها از عهده کسانی بر می آید که به عالی ترین مرتبه تحول انگیزه ها رسیده باشند،

5- از منظر قرآن کریم، انسان بر اساس شاکله خویش عمل می کند، یعنی انتخاب ها، رفتارها، واکنش ها، دوستی ها و دشمنی ها و چگونگی ابراز عواطف، در شخصیت و هویت وی ریشه دارد.

6- براساس یافته های دینی و روان شناسی، دو متغیر شخصیت سالم و رفتار شایسته مبتنی بر ایمان، رابطه ای ناگسستنی دارند.

7- نماز داروی غفلت و نسیان، برترین مصداق ذکر خدا، واسطه ارتباط معنوی مخلوق با خالق، تمرین بریدن از جهان ماده و پرواز روح به جانب کمال است.

نتیجه گیری

خودشناسی یکی از اصول مهم موفقیت و شادکامی است. کسی که نمی داند ازکجا آمده است، به کجا می رود و برای چه آمده است، در تفسیر زندگی خود دچار سردرگمی می شود. امام علی (ع) بدترین جهالت را” جهالت انسان نسبت به خویشتن” می داند. بنابراین، می توان اساس همه مشکلات اجتماعی، رفتاری، روانی و عاطفی را، عدم شناخت خویش و شأن و کرامت انسانی دانست، زیرا اهداف، آرزوها و انتظارات انسان، براساس تعریف انسان از خود او، تنظیم می شود. از این رو شناخت انسان و نیازهای متعالی او زمینه درک حیات طیبه را فراهم می آورد. نیازهای متعالی پس از نیازهای اولیه، اساسی ترین نیاز آدمی است. در فرهنگ دینی، نیاز معنوی انسان، از مهم ترین نیازهای متعالی آدمی محسوب می شود که تنها از طریق انس با خدا و ذکر دائم تأمین می شود. بصیرت صبوری و دعوت به صبر، نشان دیگری از شخصیت سالم است. انسان بی بصیرت احیانا، بر موج فتنه دنیا طلبان سوار شده و کمر همت به نابودی عدالت و انسانیت می بندد. بنابراین، تنها عنصری که به آدیم احساس امنیت، اعتماد و اطمینان بخشیده و او را از اضطراب های درونی و تشویش های ذهنی رها می سازد، یاد خداوند و داشتن یک تکیه گاه محکم در زندگی است.

منابع

1- معین، مصطفی (1380)، عصر دانایی و بازگشت به معنویت، فصلنامه نیایش، ش 7-8، 25-34

2- Foster, R.J. (1992). Prayer: Finding the Heart's True Home. SanFrancisco: Harper.

3- Arkes, H.R. & J.P. Garske (1977). Psychological Theories of Motivation. 2th. Ed., Wadsworth, Inc., Belmant, California.

4- MC Cullough, M.E. & D.B. Larson (1999). “Prayer”. In W.R.Miller. Integrating Spirituality into Treatment Association (P: 85-110). Washington, DC: American Psychology.

5- Aviles J.M.; S.E. Whelan, D.A. Hernke & et al. (2001). “Intercessory Prayer and Cardiovascular Disease Progression in a Coronary Care Unit Population: a Randomized Controlled Trial”. Mayo Clin Proc, 76: 1192-8.

6- Harris W.S.; M. Gowda, J.W. Kolb & et al. (1999). “A Randomized, Controlled Trial of the Effects of Remote, Intercessory Prayer on Outcomes in Patients Admitted to the Coronary Care Unit”. Arch Intern Med, 159: 2273-8.

7- Brown, L.B. (1994). The Human Side of Prayer: The Psychology of Praying. Birmingham Al: Religious Education Press.

8- Buttrick, G.A. (1942). Prayer. NewYork: Abingdon-Cokesbury.

9- cohlberg ,L (1976) moral stages and moralization : the cognitive developmental approach in. j. lickonoal (ED) , moral development behavior theory , research and social issues new york : nolt , rinehart and winston.

10- منصور، محمود (1365) زمینه بررسی بزه کاری کودکان و نوجوانان، شرکت سهامی انتشار، تهران

11- kohilberg , L (1984). the psychology of moral development : the nature and validity of moral stages (vol2) new uork : harper & row

12- Teresa of Avila, Tr. E Allison Peers, New York Image Books Doubleday, 1991.

13- چيتيك، ويليام( 1383)، طريق صوفيانه عشق، مهدي سرشته داري، تهران، مهر انديش،

14-مولوي، جلال الدين محمدبن محمد(1380)، فيه ما فيه، بديع الزمان فروزانفر، تهران، اميركبير،

15- مولوي، جلال الدين محمدبن محمد( 1363)، كليات شمس تبريزي، بديع الزمان فروزانفر، تهران، اميركبير،

16-مولوي، جلال الدين محمدبن محمد(1363 )، مثنوي معنوي، به تصحيح رينولد نيكلسون، تهران، امير كبير،

17- مولوي، جلال الدين محمدبن محمد(1371)، مكتوبات، ه. توفيق سبحاني، تهران، مركز نشر دانشگاهي،

18- زرين كوب، عبدالحسين(1381)، پله پله تا ملاقات خدا، انتشارات علمي، تهران،