

این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

## بسم الله الرحمن الرحيم

عنوان تحقیق:

نماز و عبادت

[www.asemankafinet.ir](http://www.asemankafinet.ir)

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.**

فهرست مطالب

|    |                                       |
|----|---------------------------------------|
| ۴  | پیشگفتار.....                         |
| ۶  | چرا عبادت؟.....                       |
| ۷  | ریشه های عبادت.....                   |
| ۷  | عظمت خدا.....                         |
| ۷  | احساس فقر و وابستگی.....              |
| ۸  | توجه به نعمت ها.....                  |
| ۸  | فطرت.....                             |
| ۹  | بهانه یا تحقیق؟.....                  |
| ۱۱ | اهمیت نماز.....                       |
| ۱۲ | ترک نماز.....                         |
| ۱۳ | نمونه ای از اخلاص.....                |
| ۱۳ | اخلاص در عبادت.....                   |
| ۱۵ | راه نزدیک شدن به اخلاص.....           |
| ۱۵ | نتیجه اخلاص.....                      |
| ۱۶ | اخلاص، در متن جامعه.....              |
| ۱۷ | نماز و پیامبران.....                  |
| ۱۷ | استخوان بی نماز.....                  |
| ۱۸ | برترین نماز.....                      |
| ۱۸ | اولین نماز جماعت در اسلام.....        |
| ۱۹ | پاداش سجده طولانی بهشت است.....       |
| ۱۹ | نماز برای شکر گذاری.....              |
| ۲۰ | مطرب از گفته حافظ غزلی نغز بخوان..... |
| ۲۱ | نماز و امامان.....                    |
| ۲۱ | اثرات بی نمازی.....                   |

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید .**

|    |  |
|----|--|
| ۲۲ | ..... دو رکعت نماز برای خدا  |
| ۲۳ | ..... نماز برای صبر  |
| ۲۴ | ..... نماز مشکل گشاست  |
| ۲۵ | ..... آرامش در نماز  |
| ۲۶ | ..... نماز شهید مطهری  |
| ۲۷ | ..... بهره بردن مردگان از نماز                                       |
| ۲۸ | ..... اهمیت نماز در پاسخ مرحوم آیه الله العظمی اراکی                 |
| ۲۹ | ..... نماز امام خمینی (ره) و رهبری                                   |
| ۲۹ | ..... نماز اول وقت امام خمینی (ره)                                   |
| ۳۰ | ..... نماز شب امام هرگز ترک نشد                                      |
| ۳۱ | ..... نماز شب از زبان حضرت آیه الله خامنه ای                         |
| ۳۱ | ..... خاطره رهبر انقلاب از نماز شب شهید مطهری                        |
| ۳۲ | ..... راز نیایش  |
| ۳۷ | ..... فطری بودن پرستش در آیات و روایات                               |
| ۳۸ | ..... گواهی تاریخ بر فطری بودن پرستش                                 |
| ۴۲ | ..... فطرت خداجویی و پرستش از دیدگاه روان شناسان و جامعه شناسان جهان |
| ۴۵ | ..... فواید و آثار روانی نماز  |
| ۴۷ | ..... فواید طبی حرکات نماز   |
| ۵۰ | ..... فایده طبی رکوع و سجود  |
| ۵۳ | ..... تأثیر نماز در تمرکز فکر  |
| ۵۷ | ..... منابع  |

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.**

#### **پیشگفتار**

از خدوند بزرگ، اخلاص و دوام و تاثیر سخن و نوشته می طلبیم و امید داریم که این گام کوچک در زمینه سازی برای گرایش فریضه بزرگ نماز، موثر باشد و در سایه نظام اسلامی، سهمی در نشر فرهنگ اسلامی در سراسر جهان داشته باشیم. که این وظیفه یکایک ماست. و امت بزرگ اسلامی ما، بتواند با تکیه به هویت دینی و فرهنگ غنی اسلامی خویش، دژ استوار حمایت از حق، و پناه مستحکمی برای محرومان جهان باشند.

...انه ولی التوفیق

این فایل فقط برای مشاهده می باشد . برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید .

[www.asemankafinet.ir](http://www.asemankafinet.ir)

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### چرا عبادت؟

عبادت، به معنای اظهار ذلت، عالی ترین نوع تذلل و کرنش در برابر خداوند است. در اهمیت آن، همین بس که آفرینش هستی و بعثت پیامبران (عالم تکوین و تشریح) برای عبادت است. خداوند می فرماید:

« و ما خلقت الجن و الانس الا ليعبدون »

هدف آفرینش هستی و جن و انس، عبادت خداوند است.

کارنامه همه انبیا و رسالت آنان نیز، دعوت مردم به پرستش خداوند بوده است:

« و لقد بعثنا فی کل امه رسولا ان اعبدوا الله و اجتنبوا الطاغوت »

پس هدف از خلقت جهان و بعثت پیامبران، عبادت خدا بوده است. روشن است که خدای متعال، نیازی به عبادت ما ندارد و سود عبادت، به خود پرستندگان بر می گردد، همچنانکه درس خواندن شاگردان به نفع خود آنان است و سودی برای معلم ندارد.

# این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

## ریشه های عبادت

آنچه انسان را به پرستش و بندگی خدا وادار می کند اموری است، از جمله:

### عظمت خدا

انسان وقتی خود را در برابر عظمت و جلال خدایی می بیند، نا خودآگاه در برابر او احساس خضوع و فروتنی می کند. آن سان که در برابر یک دانشمند و شخصیت مهم، انسان خویشتن را کوچک و ناچیز شمرده، او را تعظیم و تکریم می کند.

### احساس فقر و وابستگی

طبیعت انسان چنین است که وقتی خود را نیازمند و وابسته به کسی دید، در برابرش خضوع می کند. وجود ما بسته به اراده خداست و در همه چیز، نیازمند به اویم. این احساس عجز و نیاز، انسان را به پرستش خدا و او می دارد. خدایی که در نهایت کمال و بی نیازی است. در بعضی احادیث است که اگر فقر و بیماری و مرگ نبود، هرگز گردن بعضی نزد خدا خم نمی شد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### توجه به نعمت ها

انسان، همواره در برابر برخورداری از نعمت ها، زبان ستایش و بندگی دارد. یاآوری نعمت های بیشمار خداوند، می تواند قوی ترین انگیزه برای توجه به خدا و عبارت او باشد. در مناجات های امامان معصوم، معمولا ابتدا نعمت های خداوند، حتی قبل از تولد انسان، به یادآورده می شود و از این راه، محبت انسان به خدا را زنده می سازد آنگاه درخواست نیاز از او می کند. خداوند هم می فرماید: «قلیعبدوا رب هذا البیت، الذی اطعمهم من جوع و آمنهم من خوف» مردم پروردگار این کعبه را پرستند، او را که از گرسنگی سیرشان کرد و از ترس، ایمنشان نمود. در آیه ای دیگر است، پروردگارتان را بندگی کنید، چون شما را آفرید.

### فطرت

پرستش، جزئی از وجود و کشش فطری انسان است. این روح پرستش، که در انسان فطری است، گاهی در مسیر صحیح قرار گرفته و انسان به «خداپرستی» می رسد، گاهی انسان در سایه جهل یا انحراف به پرستش سنگ و چوب و خورشید و گاو و پل و ماشین و همسر و پرستش طاغوت ها کشیده می شود.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

انبیا، برای ایجاد حس پرستش نیامده اند، بلکه بعثت آنان، برای هدایت این غریزه فطری به مسیر درست است. علی (ع) می فرماید:

« فبعث الله محمداً بالحق ليخرج عباده من عبادة الاوثان الى عبادة »

خداوند، محمد (ص) را به حق فرستاد، تا بندگانش را از بت پرستی به خدا پرستی دعوت کند.

بیشتر آیات مربوط به عبادت در قرآن دعوت به توحید در عبادت می کند، نه اصل عبادت. زیرا روح عبادت در انسان وجود دارد. مثل میل به غذا که در هر کودکی هست، ولی اگر راهنمایی نشود، به جای غذا، خاک می خورد و لذت هم می برد!

اگر رهبری انبیا نباشد، مسیر این غریزه منحرف می شود و به جای خدا، معبودهای دروغین و پوچ پرسیده می شود. آنگونه که در نبود حضرت موسی و غیبت چهل روزه اش، مردم با اغوای سامری، به پرستش گوساله طلایی سامری روی آوردند.

### بهانه یا تحقیق؟

با توجه به آنچه گذشت، معلوم می شود که کسانی هستند که روحیه تعبد و تسلیم ندارند و در پی بهانه اند تا شانه از بار تکلیف و دینداری خالی کنند. از این رو مسئله «تحقیق»

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

را عنوان می کنند و برای هر دستور دینی، دنبال فلسفه و دلیل می گردند و خیلی هم خود را روشنفکر جا می زنند. قرآن کریم نسبت به برخی از اینگونه افراد درباره اعتقاد به قیامت، می فرماید:

« بل یرید الانسان لیفجر امامه، یسل ایان یوم القیمه؟ »

گروهی می خواهند راه گناه را در پیش گیرند، می پرسند: روز قیامت کی است؟

آنان مثل کودکان بهانه گیری هستند که هر لحظه بهانه می گیرند و آن که انجام شد.

بهانه ای دیگر. قرآن درباره چنین کسان می گوید:

« و ان یروا آیه یعرضوا و یقولوا سحر مستمر »

اگر نشانه از قدرت خدا و معجزات انبیا مشاهده کنند اعراض کرده، می گویند: این هم

همان سحر و جادوی معمولی و همیشگی است!

اینان در مقابل مکانیک و پزشکی و مدهای خارجی و وسوسه های نفس و تمایلات

شیطانی تسلیم اند و چون و چرا ندارند، ولی وقتی نوبت به دستور دین می رسد، اهل تحقیق و

استدلال می شوند و قیافه هم می گیرند.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### اهمیت نماز

جز آنچه از آیات و احادیث نقل شد، رفتار اولیا خدا نیز اهمیت و جایگاه آنرا بیان می کند. نماز، جز برنامه انبیا بوده است. حضرت عیسی (ع) در گهواره هم می گوید خداوند مرا تا زنده هستم به نماز و زکات سفارش کرده است: «*واوصانی بالصلوه و الزکوه مادمت حیا*»

امام حسین (ع)، حتی ظهر روز عاشورا در میدان مبارزه و در برابر تیرهای دشمن هم نماز را رها نکرد.

حضرت ابراهیم (ع) همسر و کودک خویش را در بیابان های داغ مکه که آن هنگام هیچ آب و گیاهی نداشت، مسکن داد و گفت: «*خدایا، تا نماز به پا دارند: «انی/سکنت من دریتی بواد غیر ذی زرع ربنا لیقیموا الصلاه*»

پیشوایان معصوم ما، هنگام نماز، رنگ خود را می باختند و می فرمودند: وقت ادای امانت الهی و حضور در پیشگاه و درگاه الهی است»

گر چه بعضی نماز را به طمع بهشت یا ترس از عذاب جهنم می خوانند، اما امیر المومنین (ع) نماز را نه برای تجارت یا سپری از آتش، بلکه بخاطر شایستگی خدا برای عبادت، انجام می دهد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### ترک نماز

ترک نماز، قطع رابطه کردن با آفریدگار هستی است و این در دنیا و آخرت، عواقب تلخی دارد. در قیامت، اهل بهشت از دوزخیان می پرسند: چه چیز شما را روانه جهنم کرد؟ یکی از پاسخ هایشان اینست که ما پابند به نماز نبودیم: «لم نک من المصلین»

درجایی دیگر، به نمازگزارانی که نسبت به نمازشان سهل انگار و بی اعتنا هستند و گاهی می خوانند و گاهی نمی خوانند، می گوید: وای بر آنان: «قویل للمصلین الذین عن صلاتهم ساهون»

رسول خدا (ص) فرموده است:

«من ترک اصلاحه متعمد فقد کفر»

هر که از روی عمد و با توجه نماز را رها کند، از اسلام خارج شده و کافر است.

و نیز فرموده است:

«بین العبد و بین الکفر ترک الصلاة»

مرز میان اسلام و کفر، چیزی بیش از رها کردن نماز نیست.

# این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

## نمونه ای از اخلاص

علی (ع) در صفت متقین می فرماید:

« اذنا زکی احدهم خاف مما یقال له »

هرگاه یکی از آنان ستایش می شود، از آنچه درباره اش گفته اند می هراسد.

مردان وارسته، هراس از آن دارند که توجه مردم به آنان، مانع توجهشان به خدا گردد و

خود، مصداق عن سبیل الله شوند!

شبی در سیمای جمهوری اسلامی، مصاحبه ای با یک رزمنده شانزده ساله پخش شد.

مصاحبه گر پرسید: کار تو چیست؟ گفت: خنثی کردن مین. پرسید: تا کنون چند «مین»

خنثی کرده ای؟ گفت: از لطف خدا زیاد. پرسید: عدد آنرا می دانی؟ جواب داد: می ترسیم

بگویم، شیطان مرا گول بزند و دچار عجب و غرور شوم و دوستانم که کمتر موفق بوده اند،

احساس کوچکی کنند. الله اکبر...!

## اخلاص در عبادت

همه عبادت ها باید به قصد قربت انجام گیرد و اگر گوشه ای از آن برای غیر خدا باشد.

باطل است. مثلا اگر در نماز یکی از واجبات، برای غیر خدا باشد، نماز باطل است.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

اگر یکی از مستحبات هم ریایی انجام گیرد، یا زمان عبادت (اول وقت خواندن) و مکان آن (درصف اول یا در مسجد خواندن) برای غیر خدا باشد، نماز باطل است. حتی اگر در زمستان، کنار بخار بایستد که هم گرم شود و هم نماز بخواند، باز عبادتش باطل است. خداوند، عملی را می پذیرد که از جهت شرایط زمانی و مکانی و کیفیت و خصوصیاتش، همه خالص باشد و برای او شریکی قرار داده نشود: «و لایشرك بعباده ربه احد» در حدیث است: اگر رزمنده ای در جبهه، بخاطر تعصب یا بدست آوردن غنائم جنگی یا اظهار قدرت شجاعت و امثال اینها بجنگد، ارزش ندارد.

داشتن اخلاص و دوری از ریا، به قدری حساس و مشکل است که در حدیث از امام عسکری (ع) می خوانیم: ورود شرک در کارهای انسان از حرکت مورچه در شب تاریک، روی سنگ سخت، بی نمودتر است.

علی (ع) درباره اخلاص، سخنان بسیاری دارد که به چند نمونه اکتفا می شود:

«الاخلاص غایه»: نیت خالص، نهایت مطلوب و هدف نهایی است.

«الاخلاص فوز»: اخلاص، رستگاری است.

«الایمان اخلاص العمل»: ایمان، خالص ساختن کار است.

# این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

## راه نزدیک شدن به اخلاص

گوشه ای از راههای نزدیک شدن به اخلاص در نیت و عمل، از این قرار است:

### ۱- فکر در آفرینش

تفکر بیشتر در آفرینش، شناخت ما را به عظمت و قدرت خدا می افزاید و در نتیجه، کارها را برای او انجام می دهیم و به اخلاص نزدیک تر می شویم.

### ۲- توجه به صفات خدا

اوصاف خدای متعال را دانستن و آنها را زمزمه کردن و در ذهن، زنده نگاه داشتن، سبب توجه به او و قطع نظر از غیر او می گردد و انسان را کم کم خدایی می کند، مثلاً دقت و توجه به اسامی و اوصاف خدا در دعای «جوشن کبیر»، مفید است.

## نتیجه اخلاص

ارتباط خالصانه انسان با خدا، نورانیت ضمیر و صفای باطن و بصیرتی به همراه دارد که انسان را در پیچ و خم های زندگی و بن بست ها و مشکلات، هدایت می کند.

علی (ع) می فرماید:

« عند تحقیق الاخلاص تستنیر البصائر »

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

هر گاه خلوص در دل آید، نورانیت و بینش به همراه آن می آید. این همان «فرقان» است که قرآن کریم، آنرا از نتایج تقوا می شمارد و نیز می فرماید: اگر تقوا داشته باشید، خداوند برای شما نوری قرار می دهد که با آن، راه خود را می روید: «یجعل لکم نورا تمشون به»

اخلاص و دوری از هوای نفس و تقوا، این نتیجه را دارد که روشن بینی انسان را می افزاید و انسان را از تاریکی های شرک و جهل و هوس. به فضای نور و توحید و علم می رساند. آنکه اخلاص داشته باشد به فوز و رستگاری می رسد: «ان تخلص تفز»

### اخلاص، در متن جامعه

اخلاص مطلوب و ارزشمند، آنست که در متن جامعه و در میان مردم و همراه با مسئولیت ها و فعالیت های اجتماعی باشد. عده ای به غلط، آنرا در انزوا و دوری از مردم می جویند. خداوند، شیر خالص و گوارا را از میان غذا و خون پدید می آورد. انسان خالص نیز باید از لابلای آلودگیها و ناپاکی های محیط، جان خود را سالم نگهدارد و نیت و عمل خود را از آلایش ریا پاک سازد و روسفید بیرون آید. اینگونه اخلاص است که ارزشمند و مهم است.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

مخلص، خود را در اختیار پروردگار می گذرد و دل را خانه محبت او می سازد و انگیزه الهی را بر همه اعمال و رفتار خویش حاکم می کند و از این راه به غزت و سربلندی می رسد.

### نماز و پیامبران

#### استخوان بی نماز

شخصی آمد به نزد حضرت رسول شکایت از فقر و نداری کرد حضرت فرمود: مگر نماز نمی خوانی عرض کرد من پنج وقت نماز را به شما اقتدا می کنم حضرت فرمود: مگر روزه نمی گیری عرض کرد سه ماه روزه می گیرم. آن حضرت فرمود امر خدا را نهی و نهی خدا را امر می کنی یا بکدام معصیت گرفتاری، عرض کرد یا رسول الله حاشا و کلا که من خلاف فرموده خدا را بکنم حضرت متفکرانه سربجیب حیرت فرو برد ناگاه جبرئیل نازل شد عرض کرد یا رسول الله حق تعالی مرا سلام می رساند و می فرماید در همسایگی این شخص باغیست و در آن باغ گنجشکی آشیانه دارد و در آشیانه او استخوان بی نمازی می باشد به شومی آن استخوان از خانه این شخص برکت برداشته شده است و او را فقر گرفته است حضرت باو فرمود برو آن استخوانرا از آنجا بردار بینداز دور. به فرموده حضرت عمل کرد و بعد از آن توانگر شد.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.**

### برترین نماز

پیامبر فرمود: نماز آدمی در جماعت برتر است از نمازی که چهل سال در خانه اش به جای می آورد. عرض کردند: یا رسول الله نماز یک روز؟ فرمود: بلکه یک نماز! سپس فرمود: هر گاه بنده خدا پشت سر امام عادل به نماز بایستد برای او صد میلیون و بیست درجه « مراتب است، و این قدر ثواب می برد»

### اولین نماز جماعت در اسلام

نخستین نماز جماعت که در اسلام منعقد شد چنین بود که روزی پیغمبر اکرم در نماز بود، علی (ع) کنارش ایستاد و به حضرتش اقتدا نمود در اینحال ابوطالب که فرزندش جعفر به همراه داشت سررسید، جعفر را گفت: تو نیز به کنار پسر عمویت نماز بخوان. و چون حضرت متوجه شد که جعفر نیز بر وی اقتدا نمود پیشتر رفت (که آن دو پشت سرش قرار گیرند) ابوطالب شادمان شد و بازگشت. پیغمبر (ص) فرمود: نماز را باید با جماعت خواند اگر چه بر روی سرنیزه ای باشد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### پاداش سجده طولانی بهشت است

امام صادق (ع) فرمود: روزی پیامبر اکرم مشغول تعمیر یکی از خانه هایش بود مردی از آنجا عبور می کرد. عرض کرد اجازه می فرمائید کمک کنم شما را فرمود مانعی نیست. همینکه کار را تمام نمود پیغمبر (ص) فرمود در خواست و حاجتی نداری؟ عرض کرد چرا حاجت من بهشت است حضرت رسول (ص) سربه زیر انداخته در فکر فرو رفت. بعد از مختصر زمانی فرمود حاجتت برآورده است وقتی خواست برود فرمود: ما را به طول سجده کمک کن.

### نماز برای شکر گزاری

عطا بن ریاح می گوید: روزی نزد عایشه رفتیم، پرسیدم: شگفت انگیزترین چیزی که در عمرت از پیامبر (ص) دیدی چه بود؟ او گفت: کارهای پیامبر(ص) همه اش شگفت انگیز بود ولی از همه عجیب تر، اینکه شبی از شبها که پیامبر(ص) در خانه من بود، به استراحت پرداخت، هنوز آرام نگرفته بود از جا برخاست و لباس پوشید و وضو گرفت و به نماز ایستاد و آنقدر در حال نماز و در جذب به خاص الهی اشک ریخت که جلو لباسش، از اشک چشمش، تر شد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

سپس به سر سجده نهاد و چندان گریست که زمین از اشک چشمش، تر شد و همچنان تا طلوع صبح منقلب و گریان بود. هنگامی که بلال او را به نماز خواند، پیامبر را گریان دید، عرض کرد چرا چنین گریانید، شما که مشمول لطف خدا هستید. فرمود: *افلا اکون عدا شکورا*

« آیا نباید بنده شکرگزار خدا باشم.»

در نمازم خم ابروی تو در یاد آمد

حالتی رفت که محراب به فریاد آمد

بوی بهبود ز اوضاع جهان می شنوم

شادی آور گل و باد صبا شاد آمد

دلفریبان نباتی همه زیور بستند

دلبر ماست که با ناز خدا داد آمد

از من اکنون طمع صبر و دل و هوش مدار

کان تحمل که تو دیدی همه بر باد آمد

مطرب از گفته حافظ غزلی نغز بخوان

تا بگویم که ز عهد طربم یاد آمد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

نماز و امامان

اثرات بی نمازی

روزی حضرت زهرا(س) به پدرش عرض کرد کسیکه در نمازش کاهلی می کند و نمازش را سبک می شمارد چه می شود؟ رسول خدا فرمود: هر کس در نماز کوتاهی کند و نماز را سبک بشمارد به پانزده بلا مبتلا می شود شش در دنیا و سه، وقت مردن و سه، در قبر. و سه، در وقتیکه از قبر خارج می شود.

اما آن بلاهائیکه در دنیا می رسد اول: برکت از روزی وی برداشته می شود، دوم عمرش بی برکت می شود سوم محو می شود از روی او سیمای صالحین، چهارم هر عمل انجام دهد ثواب ندارد پنجم دعایش قبول نمی شود ششم از دعای صالحان بهره نمی برد. و اما بلاهائیکه وقت مردن باو می رسد: اول- ذلیل می میرد، دوم- گرسنه جان می سپارد، سوم- تشنه از دنیا می رود. و آن بلاهائیکه در قبر باو می رسد اول: یک ملک باو موکل می شود تا او را غذاب کند دوم: قبر بر وی تنگ گردد سوم: قبر وی تاریک شود و آن بلاهائیکه در قیامت باو می رسد: اول - یک ملک او را کشان کشان می آورد به عرصات محشر دوم- حساب وی سخت می شود، سوم- خداوند باو نظر نمی کند و او را عفو نمی کند و برای اوست غذاب سخت.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### دو رکعت نماز برای خدا

روزی دو نایب بزرگ و چاق برای رسول خدا (ص) هدیه آوردند حضرت باصحاب خود فرمودند: آیا کسی هست در میان شما که دو رکعت نماز بخواند و در قیام و رکوع و سجود و وضو و خشوع اهتمام بامور دنیا نداشته و در قلب او فکر دنیا نبوده باشد تا من یکی از یک دو شتر را باور بدهم کسی جواب نگفت. سه مرتبه این جمله را فرمود کسی جواب او را نداد مگر علی بن ابیطالب (ع) برخاست و عرضه کرد یا رسول الله من می خوانم و از اول نماز تا آخر چیزی از دنیا بخاطرم راه نداده فکر دنیا را نمی کنم.

رسول خدا: بخوان. علی نماز را خواند تمام کرد. جبرئیل نازل شد و عرض کرد یا رسول الله یکی از دو شتر را به علی بده.

رسول خدا (ص): من با علی شرط کرده بودم چیزی از دنیا بقلبش راه ندهد ولی علی در سلام نماز بخاطرش آورد من کدام یکی را بگیرم بزرگشرا یا چاقش را. جبرئیل: یا محمد خداوند می فرماید که علی فکر می کرد بزرگرا بگیرم یا چاقو را گرفته قربانی کنم و در راه خدا صدقه بدهم و این فکر علی در سلام نماز برای خدا بود، نه برای دنیا. رسول خدا یک شتر از آن دو شتر را به علی (ع) داد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### نماز برای صبر

قافله ای از حاجیان در صحرا به خیمه زنی رسیدند خواستند استراحت نمایند اجازه گرفتند در خیمه اش وارد شدند. زن گفت ای زائران خانه خدا خوش آمدید، شتران من به چرا رفته اند وقتی برگشتند از شما پذیرائی می کنم. زن بیرون شد از دورچوپان مویه کنان می آمد به زن گفت شترها نزدیک چاه آب که رسیدند هجمه کردند پسر را به چاه افکندند. بدیهی است چاه هائی کذائی که عمق زیاد و آب فراوان دارد افتادن و مردن است امید نجاتی نیست.

زن جلو رفت تا چوپان را آرام کند گفت ما میهمان داریم صدا نده مبادا میهمانها ناراحت شوند، میهمان نوازی، لازمه مسلمانی است. فورا دستور داد گوسفندی کشتند و آماده برای پذیرائی شد.

وقتی زن وارد خیمه شد حاجیها باو گفتند ما خیلی متاسفیم که چنین جریانی رخ داده و در چنین موقعی مزاحم شدیم.

زن گفت آقایان حجاج من نمی خواستم شما بفهمید و متاثر شوید ولی حالا که دانستید پس اذان بدهید من دو رکعت نماز بخوانم، چرا؟ چون خدا در قرآن فرموده «*واستعینوا بالصبر و الصلوه*» بنماز طلب یاری کنید. من هم برای بردباری در این مصیبت نماز بخوانم. من و شما

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

اسمی از اهل قرآن داریم، زن بیابانی بیک آیه قرآن عمل می کند. از نماز. بعد گفت که امتان قرآن می توانید بخوانید؟ یکی از حاجی ها شروع بخواندن آیات استرجاع کرد « ونبیونهم بشی من الخوف و الجوع » زن گفت خدایا اگر بنا بود کسی در این دنیا بماند باید حبیبیت محمد (ص) می ماند پرورگارا در قرآن مجیدت امر بصبر فرمودی و وعده اجر دادی، من در مصیبت جوانم صبر می کنم تو هم در عوض پاداشت را شامل حال من گردان این جوانم را بیامرز.

### نماز مشکل گشاست

ابن خلکان در تاریخ خود می نویسد: چون بر بوعلی سینا مسئله مشکلی پیش می آمد برمی خاست و وضو می ساخت و قصد مسجد جامع می کرد و نماز می گزارد و خدا را می خواند که آن مسئله مشکل را بر وی آسان کند و آن بسته و پوشیده را به رویش بگشاید. انسان بر اثر اعراض از تعلیقات این نشانه و تصفیه خاطر و توجیه نفس ناطقه به ملکوت عالم بهتر و زودتر به حقیقت مطلوبش دست می یابد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### آرامش در نماز

در یکی از جنگها که پیامبر همراه لشکر بودند، در شبی که پاسبانی لشکر اسلام بر عهده عبادبن بشر و عمار یاسر بود، نصف اول شب نصیب، عباد گردید و نصف دوم نصیب عمار، پس عمار خوابید و تنها بشر بیدار بود و مشغول نماز گردید در آنحال یکی از کفار به قصد شبیخون زدن به لشکر اسلام برآمد بخیال اینکه پاسبانی نیست و همه خوابند از دور عباد را دید ایستاده و تشخیص نمی داد که انسانست یا حیوان یا درخت برای اینکه از طرف او نیز مطمئن شود تیری به سویش انداخت تیر بر پیکر عباد نشست و او ابداعتنائی نکرد، تیر دیگر باو زد و او را سخت مجروح و خونین نمود باز حرکت نکرد تیر سوم زد پس نماز را کوتاه نمود و تمام کرد و عمار را بیدار نمود عمار دید سه تیر بر بدن عباد نشسته و او را غرق در خون کرده گفت: چرا در تیر اول مرا بیدار نکردی عباد گفت: مشغول خواندن سوره کهف در نماز بودم و میل نداشتم آنرا ناتمام بگذارم و اگر نمی ترسیدم که دشمن بر سرم برسد و صدمه ای به پیغمبر برساند و کوتاهی در این نگهبانی که بمن واگذار شده کرده باشم هرگز نماز را کوتاه نمی کردم اگر چه جانم را از دست می دادم.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### نماز شهید مطهری

در دانشکده الهیات واقع در سرچشمه نماز خانه کوچکی ساخته بودند که در قست جنوبی دانشکده قرار داشت. استاد بزرگوار ما مرحوم آیه الله علامه شهید مطهری احیانا نماز خود را افرادی در آنجا برگزار می کردند این نماز خانه، اوایل نماز خوان فراوانی نداشت ولی بتدریج بر مشتریان آن افزوده شد.

در روزهای غربت این نمازخانه روزی به مسجد درآمد. استاد با اینکه هوا گرم بود- با عمامه و قبا و عبا در حال اقامه نماز بودند. واقعا نماز را اقامه می کردند. شاید به علت آنکه با تمرکزی عجیب و خضوع و خشوعی جالب توجه نماز می خواندند به هیچ وجه متوجه ورود من نشدند.

استاد نماز را به گونه ای آمیخته با توجه و خضوض برگزار می کردند که حالت ویژه ایشان مرا به خود مجذوب ساخت. به جای اینکه به ایشان اقتدا کنم مشغول تماشای نمازشان شدم تا از نماز فارغ شدند و ادعیه و تعقیبات و تسبیحات را ادامه دادند. حالتی که از پشت سر در نماز ایشان به وضوح احساس می کردم غیر قابل توصیف است. گویا قیامت و احوال آن را

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

شهود می کردند و حالت خشیتی که ویژه علمای واقعی و خدا آشنا است، حتی از قفا در قد و بالای این سرو سهی انسان را مجذوب خود می ساخت.

### بهره بردن مردگان از نماز

حاج ملاعلی تهرانی از والد ما جدش حاج میرزا خلیل نقل می کند در تهران در یکی از حمام ها در سر حمام آن خادمی بود که او را پادو می گفتند و از نماز و روزه بجا نمی آورد، روزی نزدیکی از معمارها آمد و گفت می خواهیم برایم حمامی بنا کنی معمار گفت تو از کجا پول می آوری گفت تو چکار داری پول بگیر و حمام بساز پس آن معمار، حمامی برای او ساخت معروف باسم او و اسمش علی طالب بود.

مرحوم حاج میرزا خلیل فرمود وقتی که در نجف اشرف بودم در خواب دیدم که علی طالب به نجف اشرف در وادی السلام آمد پس من تعجب کردم و گفتم تو چگونه به این مکان شریف آمدی و حال آنکه تو نه نماز می کردی و نه روزه می گرفتی گفت ای فلانی من مردم و مرا گرفتند با غل و زنجیر ها که بسوی غذاب ببرند که حاج ملا محمد کرمانشاهی (ایشان از علمای تهران بودند) جزاه الله خیرا فلانی را نایب گرفت برای من که حج بجا آورد و فلانی را اجیر کرد برای نماز و روزه من و از برای من زکوه و مظالم داد بفلان و فلان چیزی بر ذمه من

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

نگذاشت مگر اینکه ادا کرد و مرا از عذاب خلاص نمود خداوند جزای خیرش دهد پس من ترسان از خواب بیدار شدم و از آن خواب تعجب داشتم تا اینکه بعد از مدتی جماعتی از تهران آمدند احوال علی طالب را از ایشان پرسیدم پس مرا خبر دادند به همان نحو که در خواب دیده بودم حتی اشخاصی که نایب شده بودند برای حج و نماز و روزه او مطابق بودند آنچه در خواب بمن خبر داده بود پس از صدق رویای خود تعجب کردم.

### اهمیت نماز در پاسخ مرحوم آیه الله العظمی اراکی

در جواب سئوالی که درباره مستجاب الدعوه بودن مرحوم سید محمد تقی خوانساری از محضر حضرت آیه العظمی اراکی پرسیده شده بود، ایشان فرمودند: آنچه من فهمیدم این بود که وقتی از ایشان پرسیدند، گفتند: در نماز که می ایستم، مثل اینکه با خدا شفاهی دارم صحبت می کنم، کانه رخ برخ هستم. این طور حالی دست می دهد، با خدا شفاهی دارم حرف می زنم، به خلاف ماها که با گفتن الله اکبر، توی کار بازار می رویم، هر کس بازاری است توی بازار می رود، هر کس طلبه است توی درسش می رود، اهل حرفه توی حرفه خودش می رود. «السلام علیک» که گفت دیگر تمام می شود، این جنگ و نزاعها همه توی نماز است، از نماز که فارغ شد دیگر راحت است، هر کس چیزی گم کرده توی نماز پیدا می کند، در جای

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

دیگر حواسش جمع نیست. توی نماز که می روند حواسشان جمع می شود، آن چه گم کرده پیدا می کند، اما او آن جور نبوده، سر و کارش با خالق بود، با پروردگار آسمان و زمین بوده است، می دانسته که این نماز چه معنی دارد، معنای نماز چیست؟

### نماز امام خمینی (ره) و رهبری

«نماز پرچم اسلام است»

قال رسول الله (ص): علم الاسلام الصلاة

### نماز اول وقت امام خمینی (ره)

روز اولی که شاه رفت، ما نوفل لوشاتو بودیم، نزدیک به سیصد الی چهار صد خبرنگار، اطراف منزل امام جمع شده بودند تختی گذاشتند و امام روی آن ایستاد. تمام دروینها کار می کرد، قرار بود هر چند نفر خبرنگار، یک سؤال بکنند. دو سه سؤال از امام شد که صدای اذان ظهر شنیده شد. بلافاصله امام آنجا را ترک کردند و فرمودند: وقت فضیلت نماز ظهر می گذرد. تمام حاضرین از اینکه بدون جهت صحنه را ترک کردند متعجب شدند. کسی از امام خواهش کرد که چند دقیقه ای صبر کنید تا حداقل چهار پنج سؤال دیگر بکنند امام با عصبانیت فرمودند به هیچ وجه نمی شود و رفتند.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### نماز شب امام هرگز ترک نشد

پنجاه سال است که نماز شب امام خمینی ترک نشده امام در بیماری، در صحت در زندان در خلاصی، در تبعید، حتی در روی تخت بیمارستان قلب هم نماز شب می خواند امام در قم بیمار شدند بدستور اطباء امام به تهران می بایست منتقل شوند هوا بسیار سرد بود و برف می بارید، یخبندان عجیبی در جاده ها وجود داشت امام چندین ساعت در آمبولانس بودند و پس از انتقال به بیمارستان قلب باز نماز شب خواندند. اما شبی که از پاریس بسوی ایران می آمدند تمام افراد در هواپیما خوابیده بودند و تنها امام در طبقه بالای هواپیما نماز شب می خواندند و شما اگر از نزدیک دیده باشید آثار اشک بر گونه های مبارک امام حکایت از شب زنده داری و گریه های نیمه شب وی دارد.

جالب این است که امام همیشه موقع نماز عطر و بوی خوش مصرف می کنند و شاید بودن بوی خوش بسر نماز نایستاده باشند، حتی در نجف هم که نماز شب را پشت بام می خواندند در همان پشت بام نیز یک شیشه عطر داشتند.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### نماز شب از زبان حضرت آیه الله خامنه ای

الان موقع جمع آوری است، بخوانید، مطالعه کنید، خوب کار کنید، دعا بخوانید، ورزش کنید، ورزش روحی که عبادت است بیشتر انجام دهید که ثمره اش هم زیادتر است، نماز شب بخوانید و آن هم نماز شب با توجه، نماز شبی که می فهمید چه می کنید، نه نمازی که در آن توجه نباشد، نماز شب باید با توجه و با عنایت باشد و اثر نماز شب در شما که جوان هستید بسیار زیادتر از نماز شبی است که من می خوانم، است. این اثرات را حفظ کنید و چیزهایی که برای هدفتان و تکاملتان لازم است قرار بگیرید و ایام را از دست ندهید که این ایام و این فرصتها قابل بازگشت نیست.

### خاطره رهبر انقلاب از نماز شب شهید مطهری

حضرت آیه الله خامنه ای رهبر انقلاب اسلامی ایران چنین می فرماید: مرحوم مطهری یک مرد اهل عبادت و اهل توسیه و تزکیه اخلاق و روح بود. من فراموش نمی کنم، ایشان وقتی به مشهد می آمد خیلی از اوقات به منزل ما وارد می شد گاهی هم ورودشان در منزل خویشاوندان همسرشان بود.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

هر شبی که ما با مرحوم مطهری بودیم، این مرد نیمه شب تهجد با آه و ناله داشت. یعنی نماز شب می خواند و گریه می کرد بطوری که صدای گریه و مناجات او افراد را از خواب بیدار می کرد یک شب ایشان منزل ما بودند، نصف شب از صدای گریه ایشان خانواده ما از خواب پریده بودند. البته اول ملتفت نشده بودند صدای کیست، اما فهمیدند که صدای آقای مطهری است. بله ایشان نصف شب نماز شب می خواند، همراه با گریه، با صدائی که از آن اطاق می شد آن را شنید.

### راز نیایش

هر چند نماز یک عبادت تعبدی است و از وجدان و فطرت پاک آدمی، سرچشمه گرفته است و باید آن را از روی تعبد و برای اجرای فرمان معبود و خشنودی او بپذیریم، لکن نسل امروز بویژه قشر تحصیل کرده، به دلیل ترقی فکر و اندیشه و پیشرفت علوم، گه گاهی سئوالاتی در زمینه احکام به ذهن کنجکاو و جستجو گرش حطور می کند که بسیار مایل است برای آنها پاسخی منطقی و روشن بیابد. سئوالاتی از قبیل:

- چرا نماز بخوانیم؟

- چرا بعضی از نمازگزاران بسوی گناه می روند؟!

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.**

- نماز خواندن و حرکات آن چه فایده ای برای انسان دارد؟

- آیا نمی شود نماز نخوانیم، ولی بجای آن کارهای نیک انجام بدهیم؟

- چرا باید نماز را در اوقات معین (در پنج وقت) ادا نماییم؟

- چرا باید به رکعت معینی نماز بخوانیم؟

- چرا باید نماز را به عربی بخوانیم؟

- چرا باید برای نماز وضو ساخت و غسل انجام داد؟

- آیا تیمم برای نماز غیر بهداشتی نیست؟

و چرا های بسیار دیگر.

واضح است که اسلام دینی نیست که حکمی از احکام دینی را بی دلیل و بطوری که فاقد

حکمت و یا مصلحتی برای انسان باشد، صادر نماید. بطور یقین بر هر کدام از احکام شرع،

فلسفه و فایده ای روانی، معنوی و بهداشتی مترتب است که بر حسب نیاز به فلسفه و فواید

اخلاقی و روانی برخی از آنها در آیات و روایات اشاره شده است.

اما رضا (ع) در این باره می فرماید:

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

ما می بینیم که خدای متعال چیزهایی را حلال کرده است که مردم در زندگی و ادامه آن، به آن چیزهای نیازمند هستند و برای آنها مصلحت و فایده دارد و چیزهایی را حرام کرده است که علاوه بر اینکه مورد نیاز بشر نیست، موجب فساد، فنا و نیستی او می باشد.

دین مبین اسلام نیز این حق و اجازه را به مسلمانان داده تا از اسرار نماز و دیگر احکام دینی آگاهی یابند. این بدین معنا نیست که اگر فردی فلسفه یا فایده یکی از احکام و قوانین الهی را نیافت، آن حکم را ترک نماید و یا ...

چقدر زیبا، امام علی (ع) می فرماید:

چیزی که همه آن درک نمی شود، نباید همه آن ترک شود.

چنانکه امروزه با پیشرفت علوم، روز به روز پرده از اسرار و فواید طبی و اخلاقی و روانی

احکام و قوانین الهی برداشته می شود.

ناگفته نماند که ما نیز ادعا نمی کنیم که در این نوشتار، فلسفه و اسرار اعمال نماز را

کاملاً بیان داشته ایم، چرا که دانش محدود بشر در برابر علم بیکران و نامحدود خداوندی مانند

قطره ای است در برابر دریا.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

عباد و پرستش، ریشه در اعماق جان و فطرت انسان دارد و (فطری بودن پرستش) پاسخی است درمان بخش به نیاز و خواست بشر، زیرا که در یک بررسی کوتاه در می یابیم که میان دستگاه تکوین و تشریح، هماهنگی ویژه ای وجود دارد و این دو مکمل یکدیگرند.

آنچه در شرع آمده و شارع مقدس آن را بیان نموده، حتما ریشه در فطرت انسانها دارد. به عبارت دیگر با توجه به اینکه از خدای حکیم کار عبث و بیهوده سر نمی زند، فرمانی که برای انسان صادر می کند این طور نیست که مثلا در فرمان تکوینی بگوید: انجام بده و در فرمان تشریحی بگوید انجام نده. لذا می بینیم بنا به فرموده قرآن و احادیث متعدد، در زمینه فطری بودن دین و پرستش و مطابق تحقیق و بررسی دانشمندان روان شناس، در نهاد آدمی نیروی بسیار مرموزی وجود دارد که ناخود آگاه او را به سوی خداجویی و پرستش سوق می دهد.

مکانیسم سرشت آدمی به مصداق آیه «نفخت فیه من روحی» چنان ساخته و پرداخته شده است که اگر انسانی دارای فطرتی پاک و سالم و دست نخورده باشد، ناخود آگاه به سوی خدا حرکت می کند و در برابر عظمت کبریایی اش سرتعظیم فرود می آورد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

فطرت پرستش، چیزی آموختنی و اکتسابی نیست، زیرا هر یک از انسانها (حتی اگر خدای یکتا را نیز پرستشگر نباشند) بطور ناخواسته بالاخره به نوعی پرستش و مذهب روی آورده و سعادت خود را در سایه آن جستجو کرده اند. هر چند که این گونه پرستش انحراف از فطرت پاک آدمیان است. مرحوم استاد علامه طباطبایی در تفسیر مشهور خود، المیزان، ج ۱، در این باره می فرماید:

«وقتی که فطرت از سیطره عوامل انحرافی سالم بماند، خود به خود، بر نیازمندی خود به هدایت نوع سوم (وحی-قرآن) گواهی می دهد و نفس انسان از طریق فطرت، وجود غایبی که سلسله علل به او ختم می شود، اذعان دارد و همانگونه که هیچ یک از اجزا پیکر انسان، بدون فایده آفریده نشده اند، فطرت آدمی نیز بی جهت در آدمی اعاده نگشته است و این فطرت همان است که ما را به سه، خود از اصول دینند که انسان از طریق فطرت بدانها اذعان دارد.»

بنابر این، با توجه به مطالب فوق و اینکه ریشه همه اعتقادات و برنامه های عملی اسلام در درون انسانها نهفته است، نماز نیز که در تعالیم اسلامی از آن به عنوان ستون دین یاد شده است، نماز نیز که در تعالیم اسلامی از آن به عنوان ستون دین یاد شده است، در نهاد پاک هر انسانی وجود داشته و از فطرت پاک او سرچشمه می گیرد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### فطری بودن پرستش در آیات و روایات

درباره فطری بودن عبارت و پرستش خدا، آیات و روایات فراوانی در قرآن و کتب اسلامی

آمده است که ما در اینجا تنها به ذکر دو نمونه از آنها بسنده می نماییم.

قرآن کریم می فرماید:

« فاقم وجهک للدين حنیفا فطره الله التي فطره الله التي فطر الناس علیها لا تبدیل لخلق

الله ذلك الدين القيم و کن الناس لا يعلمون»

روی خود را متوجه آیین خالص پروردگار کن. این فطرتی است که خداوند انسانها را

بر آن آفریده، دگرگونی در آفرینش خدا نیست، این است دین و آیین محکم و استوار. ولی اکثر

مردم نمی دانند. در حدیث مشهوری است که پیامبر گرامی اسلام (ص) فرمودند:

«کل مولود یولد علی الفطره»

هر نوزادی روی فطرت خداجویی (پرستش خدا) متولد می شود.

نیز امام صادق (ع) ذیل آیه: «فاقم وجهک للدين حنیفا» می فرماید:

« یقیم الصلوه و لا یلتفت یمینا و شمالا»

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

سرشت آدمی بر این، خلقت یافته است که (نماز را بر پا دارد و به راست و چپ روی

نگرداند»

نتیجه ای که از آیات و احادیث فوق به دست می آید، این است که عبادت و پرستش از خصایص فطری بشری است و یک احساس درونی که بطور ناخودآگاه در نهاد بشر وجود دارد و او را در واماندگی ها، گرفتاریها و اضطرابها و ناامیدیها و ... بی اختیار وادار به نیانش و کرنش محصول می کنند.

### گواهی تاریخ بر فطری بودن پرستش

از مهمترین دلایل فطری بودن پرستش، وجود انسانهای پرستشگر قبل از تاریخ و از همان آغاز خلقت انسانها بوده است. این حس از جمله اصیلترین نیروها و کششهای فطری است که تغییر و تحولات و حوادث تاریخ نیز نتوانسته است آن را از میان بردارد. به عبارت دیگر اگر تاریخ بشر را مورد مطالعه قرار دهیم، نشان می دهد که بسیاری از چیزها در طول تاریخ و حتی قبل از آن دستخوش تغییر و تحول اساسی قرار گرفته و یا بکلی از بین رفته اند، اما چیزهایی که از فطرت و درون انسان سرچشمه گرفته ، به همان صورت دست نخورده باقی

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

مانده است. چنانکه به اعتراف تمامی تاریخ نویسان جهان آشکارترین و رایجترین مساله همیشه زنده جهان از بدو پیدایش انسان همین حس پرستش بوده است و بس.

پلوتارک مورخ نامی در این باره می نویسد:

شما اگر به صفحه گیتی نظری بیفکنید، بسیاری از اماکن را خواهید یافت که در آنجا نه

آبادی وجود دارد و نه سیاحت و نه سیاست و علم و نه صنعت، نه حرفه است و نه دولت، اما جایی که در آن خدا نباشد، نمی توان پیدا کرد.

شمست دانشمند نژاد شناس، ثابت نموده است که قدیمیترین نژاد بشری وحشیان

آفریقایی بوده اند که در میان آنها نیز پرستش و نیایش وجود داشته است.

ماکس مولر ضمن تایید دو گفتار پیشین به سخنی دیگر، چنین می گوید:

«پیشینیان ما، از زمانی به درگاه خداوند سر تعظیم (برای نیایش و نماز به درگاه خدا)

فرود آوردند که حتی برای خدا نامی هم نتوانسته بودند بگذارند»

ث.اف. دارسی متفکر انگلیسی می نویسد:

« دامنه نیایش از فرخناى جهان هستی پر دامنه تر و از تاریخ باستانیتراست و از وحشیان

پیرو مذهب جهانگیری در رفته، همه به نیایش روی آورده و می آورند. حتی بوداییان که در

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

اساس مذهب آنها جایی برای نیایش گذارده نشده، باز آن مردم برای آرامش روح خود به نیایش می پردازند.

با روبه رو شدن با این حقایق و واقعیتها اگر بگوییم که:

نیایش در اعماق قلب بشر و سرشت آدمی ریشه دارد از حقیقت دور نشده ایم. نیایش بازتابی است که از احساس آدمی، از ناتوانی خد و محدودیت خویش و عظمت جهانی که در آن زندگی می کند، سرچشمه می گیرد. در حقیقت می توان گفت که نیایش بیش از هر اعتقاد مشخصی در فکر بشر ریشه دارد و از نیازمندی بشر که هر کس در خود احساس می کند، برخاسته است.

ویل دورانت در تاریخ تمدن خود می نویسد:

هفتاد هزار نوع خدا، در آفریقا پرستش می شود و حتی قبایل وحشی که دارای ایدئولوژی نیستند دارای توتم و توتم پرستی هستند و در صور ادوار گذشته نیز نوعی پرستش وجود داشته است.

ساموئیل کینگ جامعه شناس اروپا در کتاب جامعه شناسی خود می نویسد:

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

اساسا در جهان، طایفه یا جامعه ای بدون نیایش و معتقدات و آداب و رسوم وجود ندارد. ما نتوانستیم از لابلای اوراق تاریخ، لوحه ها، کتیبه ها و بقایای آثار تاریخی، بشر را از قید مذهب و نیایش و پرستش آزاد ببینیم.

دکتر الکسیس کارل می گوید:

تقریبا در همه اعصار، مردم مغرب زمین نیز نیایش کرده اند. تمدن باستانی بر مبنای مذهب بود. رومیها همه جا معابدی بر پا می کردند. در دوران قرون وسطی، دیرها و معابد، خاک اروپا را می پوشانید. امروزه نیز در هر دهکده ای ناقوسی طنین می افکند. در طول تاریخ، نیایش، احتیاج اولیه همچون کار کردن، ساختن، دوست داشتن و یا پیروزی بوده است. در حقیقت، حس روحانی و قدسی، مانند یک فعالیت اصلی آدمی، از عمق وجود ما سر بالا می کشد. تنوعش در یک گروه انسانی، ناشی از آمیختگی با سایر فعالتهای اصلی مانند حس اخلاقی، سجایا و گاهی حس جمالی است. متاسفانه در تمدن امروزی، ما گذشته ایم که این خصیصه اصلی و گرانبدر، کوچک شمرده و گاهی از بین می رود. بایستی به یاد داشت که آدمی نمی تواند راه زندگی را به هوس خود ببیماید. برای موفقیت باید در زندگی از قوانینی که

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

درو وجود ما نقش شده پیروی کند. اگر بگذاریم یکی از فعالیت‌های اصلی وجود آدمی - خواه بدنی یا فکری یا معنوی، در ما بمیرد، با خطر بزرگی رو به رو خواهیم شد.

### فطرت خداجویی و پرستش از دیدگاه روان شناسان و جامعه شناسان جهان

بسیاری از دانشمندان و محققان با بررسی درباره ابعاد روح انسان به این نتیجه رسیده اند که آدمی دارای یک بعد اصیل روحی، یعنی حس پرستش، با حس قدسی است که سرچشمه گرایش به دین و مذهب است.

از جمله رنه دکارت، فیلسوف مشهور اروپا، درباره فطری بودن خداجویی و پرستش می

گوید:

در نهاد من شعور به وجود ذات کاملی هست و این شعور از نظر وضوح و صراحت با شعور به اینکه مجموع زوایای مثلث برابر دو قائمه است، ذره ای فرق ندارد پس حتما خدا وجود دارد.

ارنست رنان، فیلسوف فرانسوی، در باب فطری بودن پرستش می گوید: ممکن است روزی

هر پدیده‌های از پدیده های جهان و هر لذتی از لذایذ حیات و هر نعمتی از نعمتهای زندگی یک

روزی متلاشی و نابود گردد و ممکن است بشر روزی علم و صنعت، بلکه نیروی عقل را از دست

بدهد و لکن محال است عقیده دینی متلاشی گردد و از بین برود.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

میشل فاراده ، دانشمند شهیر انگلیسی، می گوید:

من به پیشگاه خداوند بزرگ پیشانی مسکنت می سایم و زانوی اعتراف به زمین می زنم، تنها به او که فطرت من، احساس و شعور باطنم و همه نظامات علوم وقوانین جهان به وجود او شهادت می دهند، می اندیشم.

انیشن، فیزیکدان بزرگ قرن بیستم، حس مذهبی را عامل پیدایش علوم مختلف و هنرهای گوناگون دانسته و در این رابطه می گوید:

زیباترین و عمیقترین احساسی که ممکن است به ما دست دهد، حس عرفانی است، اوست که تخم همه علوم واقعی را در دلها می نشاند.

آری تمام سخنان فوق الذکر نشانگر این حقیقت مسلم است که انسان بطور فطری و ذاتی خداگراست و پرستش و نیایش جز لاینفک خمیر مایه و سرشت اوست و آن را به هیچ عنوانی نمی توان از او جدا ساخت. چرا که این فطرتی است که خداوند، انسانها را برآن آفریده و دگرگونی در آفرینش پروردگار نیست (فطه الله التي فطر الناس علیها لا تبدیل لخلق الله) این است دین و آیین محکم و استوار (ذلک الدین القیم) ولی اکثر مردم نمی دانند (ولکن اکثر

الناس لا یعلمون)

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

اما اینکه پس چگونه در این میان عده ای به ندای فطرت پاسخ مثبت نداده و از این امر روی گردانند، مساله ای است جدا، چه اینکه اینان یا از جاده اصلی فطرت پرستش منحرف شده اند و یا اینکه توجه این عده به یک یا چند نوع امیال غریزی خویش بیش از حد لازم و بیشتر از توجه به معنویات بوده است و همین توجه بیش از نیاز به امیال و بی توجهی به معنویت موجب ضعف و نادیده گرفتن فطرت خداجویی و پرستش گشته است. به عنوان مثال دانش آموزی که در میان تمام درسهایی که باید امتحان بدهد، علاقه و توجه بیشتری به درس ورزش دارد، معمولا در همین درس بیشترین امتیاز و نمره را کسب می نماید و از پرداختن بیشتر به سایر دروس، بازمانده و نمرات کمتری بدست می آورد، به عبارت دقیقتر توجه بیش از حد این دانش آموز به ورزش. استعداد او را در دیگر رشته ها به ضعف و رکود می کشاند. همین طور کسانی که تمام وقت و هم خود را روی ارضاء امیال و خواسته های غریزی و نفسانی خود صرف می کنند، نباید از اینان انتظار داشت که گرایش به خدا و عبادت او را در سر داشته باشند.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

حال که بر خواننده دقیق النظر و حقیقت جو، این امر به ثبوت رسید که پرستش و عبادت، فطری و غیر اکتسابی است. می پردازیم به این سؤال که اساسا چرا باید نماز بخوانیم و خدا را پرستش و عبادت نماییم؟

### فواید و آثار روانی نماز

بی هیچ تردیدی نماز فواید تربیتی، روانی و معنوی و حتی فایده بهداشتی فراوانی را در بر دارد. نماز انسان را ملزم به رعایت نظم و انضباط می کند، چرا که تاخیر و تقدم نماز، هر دو موجب بطلان نماز می گردد. به علاوه نماز موجب تقویت اراده گشته و درس وقت شناسی به ما می دهد. یعنی اینکه باید صبح در وقت معین هنگام فجر به نماز بایستیم و نماز ظهر و عصر و مغرب و عشا، هر یک را در وقت خود به جا آوریم و همین مساله است که سبب تقویت اراده شده و تمرینی می گردد برای حسابرسی و مراقب بار آمدن.

نماز گزار می داند که پیامبرش فرموده است:

خداوند را بر فضای بیت المقدس فرشته ای است که هر شب ندا می کند:

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

هر کس از مال حرام بخورد، واجب و مستحبی از او قبول نمی گردد. و می داند که پیامبرش نیز می فرماید: کسی که لباس را به دو درهم خریده و در پول آن لباس درهمی از حرام باشد، خداوند در آن لباس نماز را نخواهد پذیرفت.

نماز گزار می داند که اگر بخواند نمازش مقبول درگاه حق تعالی افتد، باید حقوق همه مردم را دقیقاً مراعات کند. چه نماز، خود دعوتی است برای رعایت حقوق دیگران و اگر به حقوق مردم حتی به اندازه نخ دگمه ای دست تجاوز دراز کند، نمازش باطل خواهد شد.

به عبارت دقیقتر نماز گزار به این مساله آگاه است که زمانی از او نمازی (بطور کامل) پذیرفته می شود که از بسیاری گناهان چون دزدی، نگاه شهوت آلود به ناموس دیگران، رعایت نمودن حقوق والدین، ربا خواری، دروغ، غش در معامله، احتکار و گرانفروشی، کبر و غرور، اسراف، دشمنی با مومن، خیانت به امانت، پیمان شکنی، شرابخواری و غیبت و ... دوری گزیند چرا که هر یک از گناهان فوق جز موانع قبولی نماز هستند. و اگر هم نمازی از اشخاصی که دارای یکی از صفات مذکور فوق هستند پذیرفته شود در قیامت اجر و پاداش ناچیزی به آن فرد تعلق می گیرد. خصوصاً دو گناه آخری که اگر کسی مرتکب آن شود، بنابر روایت مشهور نبوی تا چهل روز هیچ یک از عبادات و اعمال نیکش پذیرفته نخواهد شد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

لذا هیچ یک از نمازگزاران واقعی مرتکب چنین گناہانی نمی گردند. در این رابطه امام

باقر (ع) می فرماید:

کسی که به حقوق دیگران تجاوز نماید، نمازی از او قبول نمی گردد.

همچنین رسول گرامی اسلام می فرماید:

کسی که اطاعت فرمان نماز را نکند نمازش، نماز نیست و اطاعت نماز آن است که از فحشا و منکرات به دور باشد.

افزون بر این، نماز خودبینی و کبر را از بین می برد. مسلم است کسی که شبانه روز پنج

بار آگاهانه سر بر آستان خدا می ساید و خود را چون ذره ای در برابر عظمت و بزرگی او می

بیند، کبر و غرورش درهم می شکند. در حدیث معروفی از امام علی (ع) می خوانیم که فرمود:

خداوند ایمان را برای پاکسازی انسانها از شرک، واجب کرد و نماز را برای پاکسازی از

کبر.

### فواید طبی حرکات نماز

این مبحث را با سخن دکتر اکسیس کارل آغاز می کنیم، آنجا که درباره فواید طبی نماز

می گوید:

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

نتایج نماز و نیایش را با علم نیز می توان دریافت، زیرا نماز و نیایش نه تنها به روی حالات عاطفی بلکه روی کیفیات بدنی نیز اثر می کند و گاهی در چند لحظه یا چند روز بیماری جسمی را بهبود می بخشد. این کشفیات هر چقدر هم که غیر قابل درک باشند، بایستی به واقعیتشان معترف شد. دفتر مشاهدات طبی لورد (Lourdes) بیش از ۲۰۰ مورد درمان فوری و غیر قابل تردید سل ریوی و عفونت کلیه و سرطان و امراض بدنی دیگر را ضبط کرده است.

اما حرکات نماز، چنانکه امروزه ثابت گردیده، تکرار قیام و قعود در نماز بهترین وسیله ای است که سرعت گردش خود را افزایش داده و از این رو نماز را یکی از عوامل موثر در به کار انداختن جهاز هاضمه دانسته اند که راه اشتها و میل به غذا را نیز هموار می سازد. و جالب این است که اوقات نماز و مواقع هضم غذا کاملاً مناسب و هماهنگ می باشد.

با این ترتیب که وقت نماز صبح پیش از شروع به غذای صبحانه بوده، و ظهر قبل از آنکه انسان به نهار بپردازد و عصر یا همان وقت که هضم غذا آغاز شده،... و به هنگام غروب یا موقعی که انسان بین دو وعده نهار و شام قرار دارد. و به همین ترتیب موقع عشا که هضم غذا تازه شروع گردیده است.. طب جدید این موضوع را ثابت کرده و مدلل ساخته که نماز بهترین

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

وسیله ای است که از بالا رفتن فشار خون جلوگیری کرده و در حفظ تعادل آن اثر بسزایی خواهد داشت.

مجله ریدرز دایجست می نویسد:

براساس تحقیقات معلوم شده است افرادی که بطور مرتب به عبادتگاه می روند، در برابر بسیاری از بیماریها نظیر: فشار خون، بیماریهای قلبی، سل و سرطانهای ناحیه گردن مصونیت دارند.

دکتر ادوین فردریک پاروز. استاد امراض عصبی در ایالات متحده آمریکا می گوید:

علم طب در دنیای کنونی از بسیاری از رموز و اسرار بیماری ها به طرز معجزه آسایی پرده برداشته است. با این وصف هنوز هم هزاران بیماری و مرض باقی است که بزرگترین اطباء هوشمند و نوابغ پزشکی کمترین بارقه امیدی به کشف و معالجه آنها به دست نیاورده اند. اما بررسی و دقت در مطالعات این اطبا و نوابغ این نکته را روشن می سازد که اغلب آنها این نظریه را تأیید نموده و اعتقاد پیدا کرده اند که در میان معجزات فراوانی که برای نماز شمرده اند، یکی اعاده صحت و تندرستی روحی و شفای کلیه بیماریهایی است که مداوا شده و کلیه روشهای پزشکی در برابر آنها عاجز مانده است.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

### فایده طبی رکوع و سجود

چنانچه اشاره شد بزرگترین متخصصان و پزشکان عالی مقام بین المللی بر این باورند که حرکات نماز در سجود و رکوع می تواند یکی از راههای مهم درمان بیماری دیسکوپاتی یا بیماری دیسک ناحیه کمر باشد.

رکوع و قیام در نماز در تقویت عضلات پشت و معده اثر بسزایی داشته و آنچه از مواد چربی و پیه که در جدار معده باقی مانده به کلی برطرف می سازد. و مهمترین فایده سجود نیز این است که هم عضلات ران و ساق پا را تقویت می نماید و هم در وصول خون به اعضا و نواحی بدن کمک کرده و نیروی جدار معده را نیز افزایش می دهد و فعالیت و حرکات امعا نیز تقویت می گردد و یکی دیگر از فواید سجود (البته اگر سجده بطور صحیح انجام گیرد) این است که از بزرگ شدن شکم و ورم معده که بر اثر فشردن عضلات آن بوده و خود بیماری بزرگی محسوب می شود، جلوگیری خواهد کرد.

دکتر مصطفی حفار متخصص امراض دستگاه هضم و عضو تحقیقات علیم مجلس شورای ملی لبنان و استاد دانشکده طب فرانسه، راجع به فواید ضمنی رکوع و سجود در نماز می گوید:

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

رکوع در تقویت عضلات دیواره شکم بسیار مفید است و به جمع شدن معده کمک می کند و آن را در کار هضم یاری می دهد. همچنین روده ها برایشان دفع فضولات هضمی به صورت طبیعی آسان می شود.

اما سجود باعث رانده شدن هوا از میان معده به دهان می شود و دشتواری های هضم و انعکاسات قلبی را برطرف می سازد. پزشکان، نشستن به صورت سجده در نماز را برای درمان جمع شدن خون در پایین شکم بانوان که ناشی از پشت درد در زهدان است، توصیه می کنند. اخیرا بعضی از دانشمندان برای تقویت عضلات تمرین هایی معین کرده اند که برخی از آنها شبیه به حرکات نماز است.

دکتر دیاب و دکتر قوقوز درباره فواید طبی سجود چنین می گویند:

پایین آمدن سر به هنگام سجود منجر به احتقان خون در رگهای خونی مغز می شود و هنگامی که سر به صورت ناگهانی به طرف بالا می رود، فشار داخل رگها کاهش می یابد و این حرکت در هر رکعت نماز شش بار در خلال رکوع و سجود تکرار می شود، یعنی ۱۰۲ بار در شبانه روز و این درحالی است که انسان فقط نماز های واجب را بجا آورد.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

ولی اگر علاوه بر نمازهای واجب، نمازهای مستحب را نیز به جا آورد، این رقم به ۲۱۶ بار در شبانه روز و ۶۴۸۰ بار در ماه بالغ می شود که در هر حرکتی رگهای خونی منقبض و منبسط شده و بر نرمی و قدرت جداره و عضلات آن افزوده می شود.

البته نباید آرامش روحی و صفای ذهنی حاصل از نماز را نادیده گرفت. تکرار این حالات چند بار در روز موجب می شود مغز به شکل مطلوبتر و بهتری به فعالیت خود ادامه داده و تفکر به نحو احسن صورت پذیرد.

آنچه ورزش نماز را از سایر ورزشها ممتاز می نماید، توزیع مناسب آن در طول شبانه روز است «ان الصلوه کانت علی المومنین کتابا موقوتا» دانشمندان نیز ثابت کرده اند که بهترین نوع ورزش، ورزشی است که تکرار شود و در طول اوقات روز توزیع گردد و خسته کننده نباشد و انجام آن برای هر کس امکان پذیر باشد، که تمام این ویژگی ها در حرکات نماز فراهم است.

فواید ورزشی حاصله از نماز را می توان به شرح زیر خلاصه نمود:

- تحریک عضلات بدن و تمام مفاصل، حتی مفاصل ستون فقرات در هر رکعت. با

علم به اینکه نمازهای یومیه ۱۷ رکعت بوده و نوافل نیز به آن اضافه می گردد.

- نشاط بخشیدن به کار قلب و دستگاه گردش خون.

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

- بهبود فعالیتهای مغزی به دلیل کمک به تغذیه بهتر آن.
- تقویت جداره شریانهای مغزی و حفظ حالت ارتجاعی آنها که در نتیجه آن، در مقابل پاره شدن و خونریزی مقاوم خواهند شد.
- آماده کردن بدن برای مقابله با پیشامد حالتهای ناگهانی که ممکن است بسیاری از مردم دچار آن شوند مثل سرگیجه و سیاهی رفتن چشم و بیهوشی های زودگذر.
- آرامش روحی و اعتماد به نفس.

### تأثیر نماز در تمرکز فکر

توجه و خشوع در نماز وسیله ای است برای پرورش حضور ذهن و تمرکز حواس که در زندگی بسیار حائز اهمیت است و می توان گفت که بیشتر موفقیتهای انسان در نتیجه همین تمرکز فکر و توجه کامل و حضور ذهن است.

ویلیام مورتن مارستن متخصص در روان شناسی می گوید:

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

افراد موفق کسانی هستند که می توانند در امری تمام افکار خود را متمرکز کنند و تمام دانستیهای خود را درباره آن بیاورند و به کار بندند. برآستی اگر روح و فکر ما بطور کامل در نقطه ای متمرکز شود یا برای امری به کار افتد نیروی شگفت انگیز و فوق العاده ای می آفریند. از تمام مطالب فوق نتیجه می گیریم که نماز بهترین وسیله برای پرورش تمرکز فکر و حواس در انسان است. زیرا نمازگزاری که می کوشد با تمام قدرت کار خود را در یک جا جمع کند تا نمازش با خشوع و حضور قلب باشد، بدون تردید این عمل در وی عادت می شود و می توان در هر موردی تمام افکار خود را متمرکز سازد و در نتیجه به ترقیات و اکتشافات مهمی نایل گردد.

### تأثیر نماز در طول عمر

در یک بررسی آماری محققین دنیای پزشکی اعلام کردند که علما و رجال مذهبی و افراد پایبند به قوانین و احکام مذهبی که شبانه روز چند بار در اوقات معین با خدا ارتباط برقرار داشته و زندگی آنان با ایمان و معنویت آمیخته است، طول عمر بیشتری از سایر افراد و کسانی که پایبند مذهب نیستند، خواهند داشت.

در تأیید مطلب فوق دکتر ویلیام پارک آمریکایی آماری بدین مضمون منتشر نموده است:

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

در تمام دنیا هر دقیقه ۶۲ نفر و هر ساعت ۳۷۶۷ نفر و هر روز ۹۰۴۱۰ نفر و هر سال ۳۳ میلیون نفر به مرگ طبیعی از دنیا می روند... در اروپا از هر هزار نفر فقط یک نفر به صد سالگی و ۱۰ نفر به مرز ۸۰ سالگی می رسند و در میان آنهایی که می توانند خود را به مرز ۸۰ سالگی برسانند، از هر هزار نفر ۴۳ نفر روحانی، ۴۰ نفر کشاورز، ۲۹ نفر دانشمند و نویسنده، ۲۶ نفر استاد و دبیر و ۲۴ نفر پزشک می باشند.

همچنین دکتر علی پریور می نویسد:

همین چند وقت قبل بود که روزنامه های آمریکایی نوشته بودند، کشیشان و راهبان کمتر از سایرین به بیماریها مبتلا می شوند و دفاعشان بهتر است. در کشور خودمان نیز آنان که ایمان بیشتری دارند کمتر بیمارند و آنها که فقط کوشش خود را در کارها دخیل می دانند و خدایی را باور ندارند، اغلب ام الامراضند و عمری را به تلخکامی و بیماری به سر می برند.

در برخی از مناطق کشور شوروی سابق از هر ۱۰۰ نفر ۱۰ نفر وارد دومین قرن زندگی خود می شوند، این در حالی است که در مناطق مسلمان نشین شوروی که پایبند به اصول و اعتقادات دینی و مذهبی هستند، از هر ۱۰۰ نفر ۸۴ نفر وارد دومین قرن زندگی خود می شوند که این خود حاکی از تاثیر عمیق ایمان و عبادات و عمل به دستورات مذهبی در طول

## این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.

عمر افراد روحانی و مذهبی است. در ایران هم اکنون جمع کثیری از مجتهدین و مراجع تقلید هشتاد به بالا هستند و از مراجع کسانی بوده اند که حتی نود سال به بالا هم عمر کرده اند که از آن میان می توان به علما و مراجع زیر اشاره نمود: آیت الله بروجردی بیش از ۹۰ سال عمر کرد. آیت الله مرعشی نجفی در سن ۱۰۰ سالگی فوت نمود. آیت الله اراکی بیش از ۱۰۰ سال عمر کرد. آیت الله سید علی تفرشی ۹۵ سال عمر کرد. آیت الله محسنی ملایری ۹۲ سال عمر کرد و بسیاری از آیات عظام.

از صنف روحانی که بگذریم، افراد مذهبی و متدین که دائما با آداب و سنن اسلامی سر و کار داشته و نماز را سرلوحه دستورات دینی خود قرار داده اند، بیشتر از دیگر مردم روی زمین عمر می کنند.

دکتر الکسین کارل در رابطه با سحر خیزی بویژه نیایش صبحگاهی می نویسد:

ناپاکی اخلاقی نیز همچون کثافت بدنی مدموم است، پیش از شروع یک روز هر کس باید اخلاقی را نیز همانند جسمش شستشو دهد.

حال خواننده عزیز! برای رسیدن بدین هدف، چه عملی بهتر از اقامه نماز است. آن هم نماز صبحگاهی و بیدار بودن بعد از آن.

**این فایل فقط برای مشاهده می باشد. برای خرید فایل ورد و قابل ویرایش این تحقیق با قیمت ده هزار تومان به سایت علمی و پژوهشی آسمان مراجعه کنید.**

منابع

- ۱- راز نیایش، فواید طبی و درمانی نماز/ مولف: زنجفی گودرز/ نشر سازمان تبلیغات اسلامی / چاپ اول ۱۳۸۰.
- ۲- داستانهای نماز/ مولف: عطایی مرتضی / نشر الف / چاپ ششم ۱۳۷۷
- ۳- پرتوی از اسرار نماز/ مولف قرائتی محسن / نشر ستاد اقامه نماز، چاپ پازدهم ۱۳۷۴

www.asemankafinet.ir