

سیره عبادی پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)

چکیده

موضوع پژوهش حاضر «سیره عبادی پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم)» است. چرا که عبادت و بندگی از ضروری ترین امور انسانی است و تأثیر مهمی در زندگی دنیوی و اخروی او دارد. عبادت موجب تقرب و تقرب سبب محبوبیت در نزد خداوند متعال است. بنده با عبادت حقیقی به خدا نزدیک می شود و مورد لطف و عنایت او قرار می گیرد. مهمترین وظیفه و تکالیف انسان ها، ادای حق عبودیت و بندگی خداوند یکتاست. که این مهم بدون الگوگیری از والاترین نمونه انسانی، که در اوج قله عبودیت قرار دارد امکان پذیر نمی باشد. خداوند برگزیده خود را که از او در قرآن کریم با عنوان «اسوه» یاد نموده است بهترین الگو معرفی نموده است.

این پژوهش با بهره گیری از آیات قرآن و روایات پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) و ائمه اطهار (علیهم السلام)، به بررسی عبادت از منظر رسول اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) می پردازد، برای این مقصود به بررسی مفهوم عبادت و اقسام و آداب و شرایط آن پرداخته و پس از تبیین جایگاه و فلسفه برخی عبادات، آثار و برکات آن را بیان نموده و به بررسی عوامل آسیب زا به عبادت خواهد پرداخت.

واژگان کلیدی: عبد، عبودیت، عبادت، عابد، پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم).

طرح بحث

یکی از نیازها و امیال فطری انسان، میل به پرستیدن معبود است. بشر در طول تاریخ برای پاسخگویی به این نیاز فطری خود به روش های مختلف متوسل شده؛ گاه آسمان و خورشید و ماه و ستاره را پرستید و گاه زمین و سنگ و چوب را بت خویش قرار داد. گاه خود را ستود و خدا خواند و گاه دیگری را مورد پرستش قرار داد.

یکی از برجسته ترین ویژگی های پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) قبل از بعثت، عبودیت ایشان می باشد. آن حضرت عبد مطلق پروردگار است و در قرآن با عنوان «عبد» از ایشان یاد شده زیرا کامل ترین عبودیت از آن ایشان می باشد.

آن حضرت از زمانی که به سن تمیز رسید یک پرستشگر بود و پیوسته در این می اندیشید که چگونه او را عبادت کند. هرگز خلوت انسی را رها نمی کرد و با نگرستن به آسمان و زمین و پدیده های دیگر به دلالت آنها به پروردگارش می اندیشید. ایشان در هر سال، یک ماه را در غار حراء به عبادت می نشستند.

آغاز رسالت ایشان در حال عبادت و بندگی بود، آن زمان که ایشان در غار حرا مشغول عبادت بودند فرشته وحی نازل گردید از آن جا که مسئولیت سنگین رسالت جز با بندگی مطلق میسر نیست لذا در اولین آیاتی که به ایشان نازل شد موظف به عبادت شبانه و تلاوت قرآن شدند خداوند سبحان فرمود: «يا أَيُّهَا الْمَرْمَلُ قُمْ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا نِصْفَهُ أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَ رَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا» (مزمل، ۷-۱)

واقعیت این است که تمام اعمال و رفتار و گفتار و حرکات و سکناات پیامبر(صلی الله علیه و آله و سلم) عبادت خداست. زیرا همه آن ها را به فرمان او برای کسب رضای او انجام می داد.



خداوند می فرماید: «إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ» (انعام، ۱۶۳)

عبادت ایشان بعد از بعثت به خاطر الگو دهی به مردم و تربیت آنان نمود و جلوه پیدا کرده است. در این پژوهش تلاش شده تا در جهت نمایاندن بهتر عبادت در منظر آن حضرت گامی برداشته شود.

الف) مفهوم عبادت و حقیقت آن

عبد یعنی مطیع و بنده که عبد را در اثر ذلت و انقیادش در مقابل مولی عبد گویند. (قرشی، ۱۳۸۱، ج ۳)، عبادت خداوند یعنی اطاعت و تذلل در پیشگاه خداوند همراه با تقدیس و تنزیه ذات مقدسش است.

ولی عبادت غیر از احترام و تواضع است که درباره بزرگان دین و حتی بوسیدن حجر الاسود و .. انجام می شود. زیرا این احترام در واقع خود کم بینی در مقابل آن چیز است ولی عبادت تقدیس و تنزیه است که این مخصوص خداست.

عبادت در اصطلاح فقهی عبارت از نهایت تعظیم است و آن فقط شایسته خداوند است زیرا نهایت تعظیم در مورد کسی رواست که نهایت انعام کند و آن خداست و احکام شرعی که متعلق به آخرت باشد عبادتند و گاه برای ثواب و خوف از عقاب است و گاه برای شرف عبودیت و محبت به الله است. (سجادی، ۱۳۶۲، ج ۳، ص ۴۲)

«عبادت در اصطلاح شرایع به معنای اظهار بندگی و نهایت خضوع و خشوع در برابر فرمانهای الهی می باشد و در ادیان مراسمی وجود دارد که عبادت نامیده می شود.» (سجادی، ۱۳۶۲، ج ۳، ص ۴۳)

عبادت همان نفی انسانیت و خودپرستی و اقرار به ربوبیت الهی است. و حقیقت آن در نظر



پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) و اوصیای گرامی او این است که انسان بنده خدا باشد و برای خودش به طور مستقل هیچ ارزشی قائل نشود و اراده و خواسته های خویش را در اراده و خواسته الهی فانی کند، اگر خدا برای او عافیت بخواهد قبول می کند و شکر آن را به جای می آورد و اگر خدا برایش بیماری را بخواهد باز هم راضی به رضای اوست. البته ابن بدان معنا نیست که انسان سعی کند تا مریض شود. این برداشتی غلط است و عین استکبار و استقلال در رأی است زیرا می گوید: می خواهم مریض باشم!

امام صادق (علیه السلام) فرزند بزرگوار حضرت رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرماید: حقیقت عبادت سه چیز است: « ۱- بنده ای که برای خود در آن چه خدا به او ارزانی داشته، ملکیتی قائل نباشد زیرا بندگان را مال و منالی نیست، مال را از آن خدا می دانند و در راهی که خداوند فرمان داده صرف می نمایند. ۲- بنده ای که به هیچ کاری با اراده و تدبیر نفس خویش نپردازد بلکه تنها از مولای خود پیروی کند. ۳- همه اهتمام و مشغولیتش به اموری باشد که خدای متعال امر فرموده یا پرهیز داده است». (حر عاملی، ۱۳۸۳، ق ۱، ج ۱، ص ۳۸)

ب) اهمیت عبادت و فلسفه آن

توجه به عبادت، توجه به حیاتی ترین مقوله انسانی است چرا که بیشتر صلاح ها، فسادها، سعادت ها، و شقاوت ها به این مسئله بر می گردد.

غوغای زندگی مادی آن چنان تب و تاب مادی به خود گرفته که توجه هر انسان غافل را به خود جلب می کند. و افکار و ابدان انسان ها را به استخدام خود در می آورد. در اثر غفلت از خدا و توجه بیش از حد به مادیات، قلب انسان به تدریج سیاه و مکدر می شود. و زندگی معنوی او را سخت و تیره می نماید. در این حال انسان از خود بی خود می شود و احساس پوچی و بیهودگی سراسر زندگی او را فرا می گیرد. در این میان تنها چیزی که می تواند انسانها را از گرفتاری در



گرداب مادیات نجات دهد و انسان را از آلودگی ها و تیرگی‌ها رهایی بخشد، توجه به خدا و راز و نیاز با اوست.

عبادت به عنوان عالی‌ترین وسیله تربیت اندیشه و فکر، نقش بسیار مهمی در بیداری انسان ها و دوری از غفلت‌ها دارد. عبادت انسان را متوجه بی‌نهایت می‌کند و گرد و غبار گناه را از دل و جانش می‌شوید و پرده غفلت را از جلوی چشمانش کنار می‌زند. بر اساس استعدادهايش صفات نیکو و پسندیده‌ای در او به وجود می‌آورد و روح ایمان را در وجودش تقویت می‌کند و به او آگاهی و مسئولیت می‌بخشد.

عبادت شخصیت افراد را پرورش می‌دهد و باعث تغییرات عمیق در دیدگاه عقاید و رفتار و کردار افراد می‌شود و از یک انسان معمولی، انسان مصمم، شجاع، پاک و با ایمان و ... می‌سازد. عبادت دل و جان انسان را صفا و جلا می‌دهد و او را لحظه به لحظه تازه تر می‌کند و آمادگی او را برای تسلیم بودن در برابر فرمان‌های الهی تقویت می‌کند. (ر.ک: سلطانی، بی تا، ص ۸۵-۹۰)

قرآن کریم درباره عبادت خدا و دستورهای عبادی مانند نماز، دعا، حج، روزه و .. بسیار سخن به میان آورده و بدون شک دستورهای خدا و احکام شرع دارای فلسفه و دلیل است ولی لازم نیست در تمام احکام و فرمانهای الهی در پی یافتن دلیل اقتصادی و بهداشتی و عملی آن باشیم.

بلکه مسلمان باید در برابر فرمان الهی تسلیم باشد این روحیه تسلیم و پذیرش کمال آدمی است و برخی از دستورها برای آزمودن روح تسلیم و بندگی است و هر چه عنصر تسلیم در عبادت بزرگتر باشد اثرش در عمق بخشیدن به رابطه بین عبادت کننده و پروردگارش قوی تر است وقتی عملی که عبادت کننده انجام می‌دهد با همه ابعادش قابل فهم و حکمت و منفعت و مصلحت آن در همه اجزایش واضح باشد، عنصر تسلیم در آن ضعیف می‌گردد و هر عمل سودمندی که، عبادت کننده آن را انجام می‌دهد تا به وسیله آن سود ببرد، عبادت خدا محسوب نمی‌شود. (صدر، ۱۳۸۵،



بر همین اساس در برخی روایات عبادت کنندگان و به تبع آن عبادت به سه قسم تقسیم شده است:

الف) کسانی که سوداگر و تجارت پیشه اند و از روی شوق و رغبت خدا را عبادت می کنند، اگر بدانند بهشت و نعمت های آن، بدون عبادت دست یافتنی است، انگیزه ای ندارد.

ب) کسانی که با بردگی و از روی ترس و رهبت، خدا را می پرستند. اکثر عبادت کنندگان از این گروهند.

ج) کسانی که در عبادتشان، نه رهبت از دوزخ دارند و نه رغبت به بهشت، نه ترس دارند و نه شوق دارند. بلکه عبادتشان از آن جهت است که خدا را اهل عبادت یافته اند. این نوع عبادت، عبادت احرار و آزادگان است.

«إِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ رَغْبَةً فَتِلْكَ عِبَادَةُ التَّجَارِ وَإِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ رَهْبَةً فَتِلْكَ عِبَادَةُ الْعَبِيدِ وَ

إِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ شُكْرًا فَتِلْكَ عِبَادَةُ الْأَحْرَارِ» (محمدی ری شهری، ۱۳۷۷ق، جلد ۷، باب ۲۴۸۶، ح ۱۱۶۰۷)

امام رضا (علیه السلام) در باره فلسفه و حکمت عبادت می فرماید: «لِيَتَلَّأَ يَكُونُوا نَاسِينَ لِذِكْرِهِ وَ لَا تَارِكِينَ لِأَدْبِهِ وَ لَا لَاهِينَ عَنْ أَمْرِهِ وَ نَهْيِهِ إِذْ كَانَ فِيهِ صَلَاحُهُمْ وَ قَوْمُهُمْ فَلَوْ تَرَكُوا بَغَيْرَ تَعَبُدٍ لَطَالَ عَلَيْهِمُ الْأَمْدُ فَفَسَتْ قُلُوبُهُمْ» (فیض کاشانی، ۱۴۰۸ق، ج ۵، ص ۷۵، ذیل آیه (۵۶) ذاریات)

تا اینکه مردم یاد خدا را فراموش نکنند و آداب او را وانگذارند و از اوامر و نواهی او غافل نشوند زیرا درستی و قوام آنان در این است. اگر بدون تعبد به حال خود رها شوند زمانی طولانی که بر آنها می گذشت دلهایشان سخت می شد.

بر اساس این حدیث مهم ترین حکمت عبادت این است که انسان در پرتو آن بتواند همواره به یاد خدا باشد و او را فراموش نکند و از حکمت های دیگرش این است که انسان را مطیع خدا بار



آورد و کسی که دلش به یاد خداست و در عمل مطیع او باشد هرگز دلش سخت نمی شود بلکه از دلی خاشع پاک و نورانی برخوردار می گردد. نه تنها دین مبین اسلام بلکه همه‌آدیان الهی عبادات خاصی را برای مردم متدین خود ارائه نموده اند تا آنها به کمک آن برنامه های عبادی خدا در زندگی خود فراموش نکنند و از اوامر و نواهی او اطاعت کنند. و این همان بندگی و عبودیت است که همه‌پیامبران الهی مردم را به سوی آن می خواندند.

این نکته قابل توجه است که همه‌عبادات یک اثر مشترک دارند و هر یک تأثیر ویژه، اثر مشترک همه‌آنها پرورش روح خضوع و اخلاص و تسلیم در برابر حق و بیداری و هوشیاری و ترک غفلت است. به این ترتیب، کسی که همه‌این عبادات را به جا می آورد هم از اثرات عام آن بهره مند می گردد و هم از تأثیرات ویژه آنها استفاده می کند و می تواند فضائل اخلاقی را در پرتو آنها در وجود خود پرورش دهد. بنابراین عبادت و نیایش ما در برابر پروردگار، یکی از گامهای مؤثر در خودسازی ماست مشروط بر این که با روح و فلسفه آن آشنا باشیم و تنها به ظاهر آن قناعت نکنیم.

ج) آداب عبادت و آثار آن

عبادت و پرستش اوج کمال انسان است. خدای متعال کمال مطلق است و نهایت قرب انسان به این کمال مطلق با عبادت حاصل می شود. عبادت چنان ارزشمند و والاست که ورود و داخل شدن به آن آداب خاصی را می طلبد که پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله و سلم) آن آداب را بیان فرموده و به آن توجه خاصی داشته اند در این قسمت به بیان این آداب می پردازیم.

۱. حضور قلب

«آمادگی روحی و تمرکز همراه با امنیت خاطر و اعتماد به نفس ایجاد حضور می کند. بریدگی



از تعلقات دنیوی و قطع همه نوع وابستگی مهلک با حواسی جمع که برای تصور آن چه انسان از خدا می خواهد حالتی را در انسان تمرکز می بخشد که اصطلاحاً به آن حضور قلب می گویند» (مختاری، ۱۳۷۳، ص ۱۰۸)

علت غفلت از یاد خدا و پریشانی خاطر در هنگام عبادت، غفلت از عظمت معبودی است که در برابر او مشغول عبادت هستیم باید همواره پیش از شروع به عبادت به یاد خود آوریم که به محضر خالق قادر علیم می رویم و اجازه سخن گفتن با چنین خداوندی را یافته ایم. پس از آن باید بکوشیم که عوامل غفلت را از بین برداریم و عوامل پریشانی حواس را برطرف کنیم. عوامل غفلت دو دسته اند عوامل خارجی و عوامل داخلی. برای از میان بردن عوامل خارجی باید زمان و مکان عبادت را طوری قرار دهیم که عوامل تفرق خاطر وجود نداشته باشند.

عامل داخلی پریشانی خاطر و غفلت، تعلقات قلبی ماست. آن چه غیر خداست دنیای مذموم است می توان به دست آورد به طوری که تحت اختیار و اراده حرکت کرد که هر وقت بخواهد آن را در هر مطلبی یا مقصدی حبس کند و قلب ما به این باور نرسیده که سرمایه عالم آخرت عبادت و بندگی خدا نیست. و عبادات را سرمایه زندگی و سرچشمه ی سعادت آن نشئه بدانیم و در تحصیل آن کوشش کنیم که در این تحصیل زحمت و رنج را به جان و دل قبول کنیم.

منشأ دوم که مانع حضور قلب در زمان عبادت می شود حب دنیا است. انسان به حسب فطرت به هر چه علاقه و محبت پیدا کرد به آن توجه خواهد کرد. آنان که حب مال و ریاست در دل آن ها است در خواب نیز مطلوب را می بیند و در بیداری به فکر محبوب خود (مال و ریاست) به سر می برند و مادامی که در اشتغال به دنیا به سر می برند و در زمان عبادت، دل چون با حب دنیا آمیخته شده و قصد و مقصودی جز آن ندارد ناچار این حب مانع از فراغت و حضور آن به محضر مقدس شود، پس باید عزم را قوی کرد و اراده خویش را محکم نمود.

از مهم ترین اسباب برای حضور قلب در عبادات، تفکر در مقام جلال، عظمت و سایر صفات



الهی و مطالعه و تأمل در اهمیت و نقش عبادت در تکامل روحی انسان می‌باشد وقت معینی را در شبانه روز برای عبادت قرار داده شد و در آن به کار دیگری نپردازد فکر و ذهن خود را از توجه نمودن به امور دنیوی منصرف کند و از هر کس و هر چیز جز حضرت حق فارغ سازد.

۲. مراعات

از دیگر آداب مهم در عبادت، مراعات است و آن به این معناست که شخص در عبادت بر خود سخت نگیرد و زاید بر طاقت خود تحمیل نکند. خصوصاً در ایام جوانی که باعث انزجار و تنفر نفس می‌شود که انسان را از ذکر حق منصرف می‌کند و در احادیث شریفه اشاره به این معنی بسیار است که در روایتی حضرت ابی جعفر (علیه السلام) از حضرت رسول اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) حدیثی آورده که فرموده: «همانا این دین محکم است، داخل آن شوید با رفق و مدارا، و عبادت خدا را مبعوض بندگان نکنید تا مثل سوار مفرطی باشید که نه سفر را قطع می‌کند و نه پشت به مرکوب خود باقی می‌گذارد» (کلینی، ۱۴۰۸ق، ج ۳، ص ۱۳۸) و در حدیثی دیگری پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) می‌فرمایند: «عبادت پروردگار را مبعوض نفس خود مکن» (همان، حدیث ۲، ج ۳، ص ۱۳۸)

خلاصه این که اگر نفس در عبادت و ریاضت قوی و تاب مقاومت دارد، در عبادت کوشش و جدیت کند. (ر.ک: امام خمینی، ۱۳۸۰، ص ۲۵)

۳. محافظت از تصرفات شیطان

یکی از دیگر آداب مهم عبادت خلوص عبادت از تصرف شیطان است و آن حقیقت حاصل نمی‌شود مگر آن که سالک در سلوکش خداخواه شود و خود خواهی و خودپرستی را که منشأ تمام مفسد است زیر پا نهد.



متابعت و پیروی از شیطان نیز سرچشمه و منشأ هر آفت و رذیله ای است ولی شیطان و جنود او همه عوامل خارجی هستند. انسان تا راه نفوذ آن را باز نکند، نمی تواند کاری از پیش ببرند که یکی از مهم ترین عوامل حفظ نفس از تصرف شیطان تقواست که قرآن کریم آن را عامل توجه آدمی و دستورهایی او به هنگام وسوسه های شیطان معرفی کرده و بر این نکته تأکید می کند که اهل تقوا هنگام روبرو شدن با وسوسه های شیطان قادر بر تشخیص آن هستند. (رک: همان، ص ۱۹)

« إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا... » (اعراف، ۲۰۱)

چون اهل تقوا را از شیطان وسوسه و خیالی به دل فرا رسد همان دم خدا را به یاد آرند. تقوا وسیله شناخت وسوسه های فکری شیطان و راه معرفت و درک هجوم افکار و اوهام شیطانی است. کسانی که دارای تقوا هستند، می توانند افکار رحمانی و شیطانی را از یکدیگر تشخیص دهند.

در روایتی بسیار مهم در مورد آثار عظیم تقوا، پیغمبر (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرمایند: «خداوند بزرگ همه آن چه را که وصیت کنندگان از اولین و آخرین به آن وصیت و سفارش نموده اند، در یک حقیقت جمع نموده است، و می فرماید:

«ما وصیت کردیم آنانی را که از قبل به آنها کتاب نازل کردیم و شما را که دارای تقوای الهی باشید». (اردبیلی، ۱۳۸۲، ۲/۳۶۸، به نقل از بحار الانوار ۷۸/۲۰۰، سوره قمر، آیه ۵۵، ۵۴)

۴. خشوع

از اموری که برای تمام عبادات لازم است خشوع است. در لغت خشوع و خشیت، ترسی است آمیخته با تعظیم. (راغب، ۱۳۸۱، ج ۱، ص ۱۷۴) و در اصطلاح: به آن حالتی گفته می شود که به افراد مقهور دست می دهد. افرادی که در برابر سلطان قاهر قرار گرفته اند بطوری که تمام توجه آنان



معطوف او گشته و از دیگر قطع می شود. (راغب، ۱۳۸۱، ج ۱، ص ۱۷۵) خشوع و تواضع انسان در برابر خدای متعال بستگی به معرفت اوست، هر قدر معرفت انسان به پروردگار بیشتر باشد خاکساری در برابر خدا بیشتر خواهد بود.

خداوند در آیه ای خطاب به مؤمنان می فرماید: « أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ... » (حدید، ۱۶)

آیا نوبت آن نرسیده که گرویدگان دل‌هایشان به یاد خدا خاشع گردد و آن چه از حق نازل شده بذل توجه کنند...؟

بنابراین، بزرگترین مانع ترقی دل، غافل شدن از یاد خدا و دور شدن از مکتب وحی است که باید به شدت از آنها پرهیز کرد.

پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) در حدیثی نشانه های خاشع را در چهار چیز می داند: «حساب بردن از خدا در نهان و آشکار، انجام کارهای نیک، اندیشیدن برای روز قیامت و راز و نیاز با خدا.»

نکته قابل توجه این است که جسم و جان باید توأم با هم، در برابر خدا خضوع و خشوع کند زیرا خشوع قلب، خشوع اعضا و جوارح را نیز در پی دارد. مانند کلام رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) - به طوریکه روایت شده- درباره شخصی که در نمازش با ریش خود بازی می کند فرمود: «اگر دلش دارای خشوع می بود جوارحش را نیز خاشع می کرد»

۵. طمأنینه

از آداب مهم عبادات طمأنینه است که در لغت به معنای آرامش خاطر بعد از بی تابی و اضطراب است و در اصطلاح به معنی سکون و اطمینان است، و اطمینان به چیزی به این است



که آدمی با آن دلگرم و خاطر جمع شود. (راغب، ۱۳۸۱، ج ۲، ص ۶۹۰)

هر وقت دل آدمی به یاد خدا افتد اولین اثر این است به تقصیرها و گناهان گذشته خود متوجه می شود. و دومین اثرش این است که متوجه پروردگار می شود که هدف نهایی در فطرت اوست در نتیجه خاطرش سکون یافته و به یاد او دلش آرامش می یابد همان طور در قرآن آمده:

«أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (رعد، ۲۸)؛ با یاد خدا دلها آرام می گیرد.

شخص باید عبادت را از روی آرامش قلب و اطمینان خاطر انجام دهد و قلبی که در آن اطمینان و سکونت و طمأنیه نباشد اذکار در آن تأثیری ندارد.

مثلاً اگر کسی ذکر شریف لا اله الا الله محمد رسول الله را با سکونت قلب و اطمینان دل بگوید و قلب را به این ذکر شریف تعلیم دهد، کم کم زبان قلب گویا شود و زبان ظاهر تابع زبان قلب شود و اول قلب ذاکر گردد و پس از آن لسان.

در اشاره به این معنی حضرت صادق (علیه السلام) فرمودند:

«فَأَجْعَلُ قَلْبَكَ قِبْلَةً لِّلسَانِكِ لَا تُحَرِّكُهُ إِلَّا بِإِشَارَةِ الْقَلْبِ وَ مُوَافَقَةِ الْعَقْلِ وَ رِضَى الْإِيمَانِ»:

قلب خود را قبله زبانت قرار بده جز با اشاره قلب و موافقت عقل و رضای ایمان، زبان نجبان.

(امام خمینی، ۱۳۸۰، ص ۱۶)

اما اگر این ذکر شریف را بی سکونت قلب و طمأنینه آن و با عجله و اضطراب گفت از آن در قلب اثری حاصل نشود و از حد باطن و گوش ظاهر به باطن نرسد و حقیقت آن در باطن قلب محقق نشود.

۶. نشاط و بهجت

عبادت را باید از روی نشاط و بهجت قلب به جای آورد یعنی از روی میل و رغبت انجام دهد؛ زیرا اگر نفس را در اوقات کسالت و خستگی وادار به عبادت کرد، ممکن است آثار بدی به آن



مترتب شود که از جمله آن نفس منزجر و باعث تنفر طبع می شود و این ممکن است انسان از ذکر حق منصرف شود و از چنین عبادتی نورانیتی در قلب حاصل نمی گردد، پس باید عبادت را از روی نشاط به جای آورد.

در حدیثی از پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) می خوانیم که می فرمایند:

«خُذُوا مِنَ الْعِبَادَةِ مَا تُطِيعُونَ فَإِنَّ اللَّهَ لَا يَسَامُ حَتَّى تَسَامُوا» (متقی هندی، ۱۴۰۱ق، ص ۵۲۵)

از عبادت به اندازه ای که توان دارید برگزید زیرا خداوند خسته نمی شود مگر آن گاه که شما خسته شوید.

نداشتن شور و نشاط در عبادت می تواند دو دلیل داشته باشد: اول اینکه بسیاری از مردم ایمان قلبی به جهان پس از مرگ ندارند و اعتقاد آنان از استحکام کافی برخوردار نیست. و دوم اینکه سود و زیان های معنوی و اخروی برای آنان محسوس و قابل درک نیست از این رو نشاطی در عبادت و بندگی ندارند. (امام خمینی، ۱۳۸۰، ص ۲۳)

۷. تفهیم

تفهیم یعنی آدم به معنای آن چه در عبادت می گوید فکر می کند و توجه داشته باشد تفهیم از دیگر آداب عبادت است که انسان قلب خود را در ابتدای امر چون طفلی می پندارد که زبان باز نکرده و آن را می خواهد تعلیم دهد، پس هر یک از اذکار و اوارد و اسرار عبادت را با کمال دقت و سعی به آن تعلیم دهد.

نتیجه این که تفهیم آن است که پس از مدتی مواظبت، زبان قلب گشوده شود و قلب ذاکر و متذکر گردد. علامت گشوده شدن زبان قلب آن است که تعب ذکر و زحمت آن رفع شود و نشاط و فرح رخ دهد و خستگی و رنج زایل گردد، چنان چه اگر کسی طفلی را که زبان باز ننموده بخواند تعلیم دهد تا طفل زبان باز ننموده معلم خسته و ملول شود و همین که طفل زبان گشود و



آن کلمه را که امر تعلیم می کرد ادا کرد خستگی معلم رفع شود به تبع طفل کلمه را ادا کند بی رنج و تعب. (امام خمینی، ۱۳۸۰، ص ۲۸)

از قرآن مجید و روایات برای عبادت و بندگی خدا، آثار و نتایج استفاده می شود که هر یک از آن آثار نقش سازنده در سعادت انسان دارد بطور مختصر به آن اشاره می شود.

- خداترسی

هر چه عابد بیشتر در درگاه الهی سیر یابد، به او نزدیک تر شده، عظمت او را بیشتر درک می کند در نتیجه ایهت و خوف از خدا دلش را پر می کند و به انجام وظایف دینی پرداخته، از کارهای حرام دوری می کند.

قرآن در دو آیه به این اثر اشاره می فرماید: «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ» (انفال، ۲) مؤمنان تنها کسانی هستند که هر گاه نام خدا برده شود دلشان ترسان می گردد.

- یاد حق

ریشه همه آثار معنوی، اخلاقی و اجتماعی عبادت در یک چیز است. یاد حق و غیر او را از یاد بردن. ذکر خدا و یاد خدا که هدف عبادت است، دل را جلا می دهد و صفا می بخشد و آن را آماده تجلیات الهی قرار می دهد.

- قرب الهی

رحمت حق در قالب نعمتهای خاص خداوند، شامل بندگان می شود که هم نعمتهایی مادی را در بر می گیرد و هم معنوی را، هم باع و حور و قصور در بهشت وجود دارد و هم رضایت حضرت حق که از همه نعمت های مادی و معنوی برتر است.

انسان در تحصیل قرب، گاهی همانند رسول الله (صلی الله علیه و آله و سلم) می شود آن



حضرت در واقعه معراج به حدی به خداوند نزدیک شد که قرآن می فرماید:

ثُمَّ دَنَا فَتَدَلَّى * فَكَانَ قَابَ قَوْسَيْنِ أَوْ أَدْنَى (نجم، ۹-۸)

- لذت نیایش

دنیای نیایش، دنیای لذت و عشق واقعی است زیرا کسی که به بارگاه عظمت و قدرت پروردگار و سرچشمه عظمت و کمال مشاهده می کند لذت مناجات و انس و راز و نیاز را بر هر لذت دیگری ترجیح خواهد داد.

شهید مطهری در این خصوص می نویسد: آن ها که لذت دعا و انقطاع از خلق به خالق را چشیده اند، هیچ لذتی را بر این لذت مقدم نمی دارند، دعا آن وقت به اوج عزت و عظمت و لذت می رسد و صاحب خود را غرق در سعادت می کند که عبادت کننده، لطف خاص الهی را خود ببیند و آثار استجابت دعای خود را مشاهده کند. (مطهری، ۱۳۵۳، ص ۲۶۸)

- سلامت جسم و روان

اثر دیگر عبادت، آرامش روحی و سلامت جسم و جان است باید توجه داشت که یکی از عوامل بیماری روحی و جسمی از نظر اسلام و روانشناسان، تشویش خاطر و غم و غصه است.

از نظر قرآن مجید، درمان افسردگی و اندوه دل در سایه ذکر خداست. چنان که می فرماید:

«الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (رعد، ۲۸)

آنها کسانی که ایمان آورده اند و دل‌هایشان به یاد خدا مطمئن (و آرام) است. آگاه باشید با یاد خدا دل‌ها آرامش می یابد.

- گناه زدایی

از نظر تعلیمات اسلامی، هر گناه اثری تاریک کننده و کدورت آور بر دل آدمی باقی می گذارد



و در نتیجه میل و رغبت به کارهای نیک و خدایی کاهش می‌گیرد و رغبت به گناهان دیگر افزایش می‌یابد. متقابلاً عبادت و بندگی و در یاد خدا بودن وجدان مذهبی انسان را پرورش می‌دهد، میل و رغبت به کار نیک را افزون می‌کند واز میل و رغبت به شر و فساد و گناه می‌کاهد یعنی تیرگیهای ناشی از گناهان را زایل می‌گرداند و میل به خیر و نیکی را جایگزین آن می‌سازد.

- تسلط بر قوه خیال

در اثر عبادت انسان بر اندیشه‌های پراکنده و نیروی خیال مسلط می‌گردد و دیگر گرفتار غرور نمی‌شود، قوه خیال ذهن ما را هر لحظه از موضوعی به موضوع دیگری متوجه می‌سازد و تداعی معانی و تسلل خاطرات صورت می‌گیرد. خاطرات در اختیار ما نیستند و ما نمی‌توانیم ذهن خود را روی موضوعی معین متمرکز کنیم مثلاً در نماز حضور قلب نداریم.

حضرت رسول (صلی الله علیه و آله و سلم) دل را بر پرنده ای تشبیه فرمودند که بر درختی آویخته شده. باد هر لحظه آن را پشت و رو می‌کند. (پاینده، ۱۳۸۵، ج ۲، ص ۷۷۸، شماره ۴۸۰۳)

- یقین

ثمره مهم و اساسی عبادت، یقین است، این مرتبه مقامی بسیار والا و ارزشمند است که جز با رحمت بسیار حاصل نمی‌شود. و مرتبه کامل آن، همان مرتبه نهایی ایمان است.

قرآن کریم در این زمینه می‌فرماید:

«وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ» (حجر، ۹۹)

و پروردگارت را عبادت کن تا یقین فرا رسد.

و این به این معنا نیست که اگر بنده به مقام یقین رسید دیگر نیازی به عبادت ندارد. مانند این است که شخص نردبان را طی کرده و به پله‌های بالایی رسیده حال که دستش به سقف



رسید نردبان را رها کند، بلکه مراد این است که راه رسیدن به یقین، عبادت و تقوا و تزکیه نفس و ارزشهای اخلاقی است، چه اینکه اگر ارتباط انسان با خدا از طریق عبادت حتی برای مدت کوتاه قطع شود به طور حتم نور ایمان و یقین کاهش می یابد.

پس کسی که به این مرحله می رسد، در واقع چنان حضور خدا را احساس می کند و او را بر اعمالش حاضر می یابد که آن چه به او رسیده و یا نرسیده است بر مصلحت خود می داند.

د) عبادت پیامبر رحمت (صلی الله علیه و آله و سلم)

محمد بن عبدالله (صلی الله علیه و آله و سلم) از همان ابتدا پرستش بتان را انکار کرد و آنها را تقدیس نکرد و هرگز برای بت ها سجده نمود. در جشن ها و مراسمی که به نام بت ها برپا می شد شرکت نمی کرد و با گوشت قربانی که تقدیم بت ها می شد دست و دهان آلوده نمی ساخت. از ابن سعد نقل شده که ام ایمن گفت: بوانه بتی بود که قریش در سال یک روز کنار آن جمع می شدند، زمانی که ابوطالب با قومش نزد آن آمدند از رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) خواستند تا کنار بت حاضر شود. آن حضرت نپذیرفت و از نزد آنها رفت و بعدها گفت: هر زمان که در نزدیکی بتی قرار می گیرد صدایی او را از دست زدن به بت نهی می کند.

حتی حضرت در دوران کودکی نیز برای بت ها احترامی قائل نشد. به عنوان نمونه زمانی که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) خواست به همراه برادران رضاعی خود به صحرا رود، حلیمه می گوید: فردای آن روز برای اینکه دیوهای صحرا به او صدمه نرسانند یک مهره یمانی که در نخ قرار گرفته بود به گردن او آویختم.

محمد (صلی الله علیه و آله و سلم) مهره را از گردن درآورد و به مادر خود چنین گفت: مادر جان! آرام باش. خدای من که پیوسته با من و نگهدار و محافظ من است. (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۵،



دانشمندان بزرگ اسلام که از خصوصیات زندگی پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) بیش از دیگران اطلاع و آگاهی دارند می گویند: پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) از بت و بت پرستی انزجار داشت، که نه تنها از نظر عقیده موحد و یکتاپرست بوده بلکه در طول سال در مواقع خاصی به تعبد و اعتکاف می پرداخت.

حضرت علی (علیه السلام) حوادث کودکی ایشان را در یکی از خطبه های خود می فرماید:

«قَرَنَ اللَّهُ بِهِ مِنْ لَدُنْ كَانَ فَطِيمًا أَعْظَمَ مَلَكٍ مِنْ مَلَائِكَتِهِ يَسْئَلُكَ بِهِ طَرِيقَ الْمَكَارِمِ وَالْمَحَاسِنِ
أَخْلَقَ الْعَالَمَ لَيْلَهُ وَ نَهَارَهُ» (نهج البلاغه، ۱۳۸۰، خطبه ۱۹۲)

از روزی که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) از شیر گرفته شد خداوند بزرگترین فرشته از فرشتگان خود را با او همراه کرد که او را به بزرگواریها و خوبیهای نیکوی جهان شب و روز رهبری نماید.

پس شخصیتی که بزرگترین فرشته خدا مربی و راهنمای او باشد او را شب و روز مراقبت نماید پس چگونه است که از جاده توحید و یکتاپرستی کنار رود و از فضائل و سیرت های نیکو سرباز زند.

عمویش ابوطالب، حضرت محمد (صلی الله علیه و آله و سلم) را در زمان کودکی توصیف می کرد که همیشه هنگام شروع به غذا بسم الله می گفت بعد از آن الحمد لله. (ابن شهر آشوب، ۱۳۷۶ق، ج ۱، ص ۳۷)

پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) از همان آغاز که به سن تمییز رسید یک پرستشگر بود و پیوسته اندیشه ی خود را به خدا مشغول می کرد. که به این می اندیشید که چگونه و از چه راهی پرستش کند و چه چیزی مورد خشنودی خدا است.

پس از چندی عبادت خدا را با تفکر در آفریده های او یافت. زیرا اگر عبادت کردن سر بندگی



باشد، حضرت (صلی الله علیه و آله و سلم) از روزی که خود را شناخت چنان بود زیرا با تفکر در نعمت ها به وجود خالق پی برد و چون به آن پی برد همان جا توقف کرد. زیرا به حد مطلوب خود رسید و برای این بود که به یاران خود گفت: شیطان به سراغ شما می آید و می پرسد؟ خالق آسمان کیست؟ پاسخ می دهید: خدا باز می پرسد خالق زمین کیست؟ به او می گوئید: آن هم خداست. آن وقت می پرسد: خالق خدا کیست؟ هر کس از شما دچار این پرسش شود باید بگوید: من به خدا و رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) ایمان آورده ام. (ابوزهره، ۱۳۹۳ق، ص ۴۰۲)

منظور از این گفتار این است که هر کس به خدا رسید و او را خالق همه چیز دانست این شناسایی کافی است و اگر فراتر رود گمراه خواهد بود.

برای دوری گزیدن از مردم خلوت انسی را فراهم می آورد که در آن به پرستش خدا می پرداخت. گفته شده زمانی که از خانه دور می شد و به شکاف کوهها می رفت از هیچ درخت و سنگی عبور نکرد مگر اینکه بر او سلام می کردند رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) به این سوی و آن سوی نظر می کردند اما کسی را نمی دیدند. (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۸، ص ۲۰۵)

رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) هر سال یک ماه به کوه حرا می رفت و در آنجا عبادت می کرد. قریش نیز در جاهلیت همین عمل را انجام دادند. در آن زمان هر فقیری که می آمد او را غذا می داد. پس از خاتمه مراسم عبادت، قبل از اینکه داخل خانه خود شود خانه کعبه را طواف می کرد.

حضرت قبل از اینکه به مقام رسالت برسد در آن جا بسر می برد و این مکان را به منظور عبادت و پرستش انتخاب کرده بود. حضرت خدیجه (سلام الله علیها) می دانست که هر وقت حضرت به خانه نیامده، به طور قطع در کوه حراء مشغول عبادت بوده است. هر زمان کسانی را دنبال او فرستاد، او را در آن نقطه در حالت تفکر و عبادت پیدا می نمودند.

استاد جعفر سبحانی می نویسد: نه تنها از نظر اعتقادی موحد یکتاپرست بود بلکه در طول سال



در مواقع خاصی به تعبد و اعتکاف می پرداخت و از پلیدیها خصوصاً میته دوری می گزید و مراسم حج را به طور صحیح که از ابراهیم به یادگار مانده بود انجام می داد. (سبحانی، ۱۳۶۲، ص ۲۹۴)

عبدالله بن یغفور از حضرت صادق (علیه السلام) نقل می کند که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) در دوران جاهلیت بیست بار بطور پنهانی مراسم حج را به جای آورده بود. (حر عاملی، ۱۳۸۳ق، ج ۸، ص ۸۸)

علت استتار این بود که قریش برخی از مراسم حج را بطور غیر صحیح انجام می دادند و یا به خاطر مصالح مادی و سیاسی، ماه های حرام را پس و پیش می کردند.

صدر تعالیم انبیای الهی، همان پدید آوردن و گسترده شدن و ژرفا بخشیدن به روح عبودیت در میان مردم و پرهیز دادن آنان از عبادت غیر خدا بوده است.

وَلَقَدْ بَعَثْنَا فِي كُلِّ أُمَّةٍ رَسُولًا أَنِ اعْبُدُوا اللَّهَ وَاجْتَنِبُوا الطَّاغُوتَ (نحل، ۳۶)

ما در هر امتی رسولی را فرستادیم خدای یکتا را بپرستید و از طاغوت اجتناب کنید.

قرآن کریم علاوه بر این که حضرت محمد (صلی الله علیه و آله و سلم) را به عنوان عبد مطلق معرفی کرده است. ایشان را «اول عابدین» و «اول مسلمین» توصیف می کند.

قُلْ إِنْ كَانَ لِلرَّحْمَنِ وَكَدِّ فَأَنَّا أَوْلُ الْعَابِدِينَ (زخرف، ۸۱)

بگو اگر برای خداوند فرزندی بود من نخستین مطیع او بودم.

عبادت پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) عبادتی بود همراه با بالاترین درجات معرفت به معبود هستی و این سیر معرفتی با زمینه های پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) از دوران کودکی ایشان توسط برترین ملک الهی ادامه یافت و سرانجام با اتصاف نبی اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) به منبع وحی الهی پس از رسالت به اوج رسید. تمام اعمال و رفتار و گفتار و حرکات پیغمبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، عبادت خداوند بود.



پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) کامل ترین دین را برای جهانیان معرفی کرد. او که خود کامل ترین عبادات را دارد و به عنوان معلم جهانیان و پیروان راستین خود در آداب و رفتارها و عبادات می باشد، باید کامل ترین و بهترین نوع وضو را داشته باشد چرا که اگر معلم اشکال داشته باشد پیروان و شاگردان او آنرا بدرستی یاد نخواهند گرفت. لذا ائمه معصومین (علیهم السلام) نیز با تأسی از رسول اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) و با توجه به اتصال آنها با منبع وحی بهترین شیوه عبادات را به مردم تعلیم می دهند.

رسول گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله و سلم) به هنگام داخل شدن وقت نماز به مؤذنش، بلال می فرمود: «ای بلال بالای دیوار (مسجد) برو و صدایت را به اذان بلند کن که خداوند نسیمی را موکل اذان فرموده تا آن را تا آسمان بالا می برد و چون فرشتگان آن را از اهل زمین می شنوند، می گویند: این صداهای امت محمد (صلی الله علیه و آله و سلم) است که به وحدانیت خدای عزوجل بلند است و برای امت محمد (صلی الله علیه و آله و سلم) طلب مغفرت و آمرزش می نمایند، تا از آن نماز فارغ شوند». (کلینی، ۱۴۰۸ق، باب بدء الاذان و الاقامه و فضلها و ثوابها، حدیث ۳۱)

۱. نماز پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)

نماز وسیله ارتباطی بین انسان خاکی و معبود والایی است که از طریق این رشته ارتباطی به یگانه هستی متصل می شود و این اتصال باعث می گردد که خود را تنها احساس نکنند، زمانی که انسان در بین میلیون ها نفر احساس تنهایی و سرخوردگی می کند، با این رشته اتصال که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) به او تعلیم داده است خود را شاداب و مفید می بیند.

طبق روایات رسیده این گونه نماز به پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) تعلیم داده شد که او نیز به پیروان خود بیاموزد. محمد بن اسحاق از عایشه روایت کرده که: «اول نمازی که بر پیامبر



(صلی الله علیه و آله و سلم) واجب شد، دو رکعت بود بعد از آن چهار رکعت. زمانی که نماز به رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) واجب شد، جبرئیل بر او فرود آمد و پیامبر در بالای کوه بود جبرئیل پای بر کنار کوه زد و چشمه ای جاری شد و وضو گرفت و از پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) خواست که همان طور وضو بگیرد. بعد جبرئیل در جلو ایستاده و از پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) خواست مانند او نماز بخواند بعد از آن پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) به نزد حضرت خدیجه (سلام الله علیها) رفت و این موضوع را به حضرت خدیجه اطلاع داد از خدیجه (سلام الله علیها) آب خواست و پیش حضرت خدیجه وضو گرفت و فرمود: بیا و این چنین وضو بگیر. بعد حضرت خدیجه (سلام الله علیها) وضو گرفت و در پشت سر پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) نماز خواند» (ابن هشام، سیرت رسول الله، ص ۱۱۵)

در میان گونه های عبادت های پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، هیچ یک با نماز برابری نمی کند نماز محبوب ترین عبادت در نزد پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) بود که در حدیثی به ابوذر نماز را چشم خود می داند و می فرماید:

«إِنَّ اللَّهَ جَعَلَ قُرَّةَ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ وَ حَبِيبَهَا إِلَيَّ كَمَا حَبِيبَ إِلَيَّ الْجَائِعِ الطَّعَامَ وَ إِلَى الظَّمآنِ الْمَاءَ وَ إِنَّ الْجَائِعَ إِذَا أَكَلَ الطَّعَامَ شَبِعَ وَ الظَّمآنَ إِذَا شَرِبَ الْمَاءَ رَوَى وَ أَنَا لَا أَشْبِعُ مِنَ الصَّلَاةِ» (شیخ مفید، ۱۴۱۴ق، ص ۵۲۸)

«ای ابوذر، خداوند نور چشم مرا در نماز قرار داده و آن را، آن چنان محبوب من ساخته که غذا را برای گرسنه و آب را برای تشنه [جز آنکه] گرسنه با خوردن غذا و تشنه با نوشیدن آن سیر و سیراب می شوند اما من از نماز سیر نمی شوم.»

افزون بر حالات عادی، آن حضرت هنگام نماز خود را خوشبو می ساخت. ایشان مشک دانی داشت که پس از وضو، با دستان مرطوب آن را در دست می گرفت. به مستحبات و ترک مکروهات نماز نیز اهتمام داشت.



پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) اولین نماز جمعه را در میان قبیله بنی سالم بن عوف اقامه کرد که امروز آن جا را مسجد کرده اند و اولین خطبه نماز جمعه را رسول الله (صلی الله علیه و آله و سلم) در مدینه خواندند.

۲. روزه پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)

جلوه ی دیگری از سیره عبادی پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) که بسیار بدان اهتمام می ورزید، روزه داری وی بود. آن حضرت در بیان شدت علاقه اش به روزه آن را همچون نماز، نور چشم خویش معرفی نمود و فرمود:

«جُعِلَ قُرَّةَ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ وَالصَّوْمِ» (حمیری بغدادی، ۱۴۱۳ق، ص ۱۷۱)

حماد بن عثمان می گوید: از امام صادق (علیه السلام) شنیدم که می فرمود: «رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) چندان روزه گرفت که گفتند دیگر افطار نخواهد کرد و چندان افطار کرد تا اینکه گفتند: دیگر روزه (مستحبی) نخواهد گرفت. سپس روزه گرفت مانند روزه داوود (علیه السلام) یک روز می گرفت و یک روز نمی گرفت، پس از آن در پایان عمر از هر ماه سه روزش را روزه گرفت. این سه روز برابر با روزه تمام سال [یا ماه] است و وسوسه و تیرگی قلب را از بین می برد. «حماد گوید: عرض کردم: فدایت شود آن کدام روزهاست؟ فرمود: اولین پنجشنبه دهه اول هر ماه و اولین چهارشنبه دهه دوم و آخرین دهه سوم هر ماه. (حماد گوید) گفتیم: چرا این روزها برگزیده شده؟ فرمود: «امت هایی که قبل از ما بودند، چون عذاب برایشان می آمد، در این روزها نازل می شده، پس رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) این روزها را روزه می گرفته، زیرا روزهای ترسناکی می باشد.» (ابن بابویه قمی، ۱۳۶۳، ج ۲، باب صوم السنه، حدیث ۲)

برای روزه گرفتن در برخی از روزهای دیگر، مانند این سه روز، سفارش بیشتری شده که از آن جمله: روز سیزدهم و چهاردهم و پانزدهم هر ماه، تمام ماه رجب و شعبان و بعضی از این دو ماه،



اگرچه یک روز آن، روز عید نوروز، روز چهارم تا نهم شوال، روز بیست و پنج و بیست و نهم ذیقعد، روز اول تا نهم ذیحجه (روز عرفه) [ولی اگر بواسطه ضعف روزه نتواند دعاهای روز عرفه را بخواند، روزه آن روز مکروه است] روز عید سعید غدیر [۱۸ ذیحجه]، روز مباحله (۲۴ ذیحجه)، روز اول سوم، و هفتم، محرم، روز میلاد مسعود پیغمبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) (۱۷ ربیع الاول)، روز پانزدهم جمادی الاولی، روز مبعث حضرت رسول اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم)

۳. اعتکاف

از دیگر جلوه های زیبای عبادت خداوند اعتکاف است؛ که زمینه ساز خوبی برای توجه و حضور دل و تمرین خلوت گزینی با معبود و جدایی از مظاهر مادی و دنیوی است. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) در کنار دیگر عبادات، به اعتکاف نیز توجه خاصی داشتند. آن حضرت برای انجام این مهم، بهترین زمان ها را بر می گزیدند و همواره بر این سنت تأکید داشتند. بنا بر روایتی، امام صادق (علیه السلام) می فرماید: «آن حضرت ابتدا دهه اول ماه رمضان، سپس دهه دوم و در نهایت دهه سوم این ماه را برای انجام اعتکاف برگزیدند و پس از آن تا آخر عمر، بر اعتکاف در دهه آخر ماه رمضان مداومت داشتند.» (همان، ص ۲۰۱)

۴. نماز شب پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)

از دیگر عباداتی که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) توجه خاصی به آن داشت، نماز شب بود. پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) علاوه بر نمازهای یومیه که بر او واجب بوده، نماز شب است که بر پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) واجب شد که کیفیت آن در بسیاری از کتابها آمده است و طبق روایت از امام صادق (علیه السلام) نافله شب بدین شرح بوده است: «

آب وضوی پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) در بالای سر او آماده می شد و روی آن



پوشیده بود و مسواکش را زیر فرش می گذاشت. آن گاه می خوابید و چون بیدار می شد، می نشست و به آسمان نگاه می کرد و آیه «إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ...» (بقره، ۱۶۴) «مسلماً در آفرینش آسمان و زمین...» را قرائت می نمود.

آن گاه مسواک می کرد و وضو می گرفت، سپس به مسجد می رفت و چهار رکعت نماز می خواند و رکوع و سجده هر رکعتی برابر با قرائت بود. به قدری رکوع را طول می داد که گفته می شد، چه وقت از رکوع سر بر می دارد و سجود را چه قدر طول می داد که گفت می شد، چه وقت از سجود سر بر می دارد. آن گاه به رختخواب بر می گشت و می خوابید و دوباره بیدار می شد و می نشست و آیات سوره آل عمران را می خواند و نگاه به آسمان می افکند و سپس مسواک می زد و وضو می گرفت و به محل نماز خود می رفت و نماز وتر و دو رکعت نماز صبح می خواند» (طوسی، بی تا، ج ۲، ص ۳۵۸)

گویی نمی خواست همان مقدار که می خوابید، راحت بخوابد و خود را از لذت آن محروم می کرد مثل این بود که نمی خواست مدت طولانی از ذکر خدا غافل باشد از این رو از خواب بیدار می شد و به عبادت می پرداخت و باز می خوابید.

سیره ایشان مستمر بر عبادت و بیداری در نیمی از شب بود.

۵. قرائت قرآن

به جز نوافل شبانه، قرائت قرآن از دیگر برنامه های پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) به ویژه در دل شب بود.

قرائت قرآن، در حین ادای نمازهای واجب و نافله و در غیر حال نماز صورت می گرفت.

اهتمام آن حضرت به قرائت قرآن به ویژه در دل شب به قدری بود که حتی حالت بیداری و تب نیز مانع آن نمی شد.



بنابر روایتی، هنگامی که یکی از اصحاب پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) را سخت بیمار دید و جوپای حال حضرت شد آن حضرت پاسخ داد:

« این بیماری مانع آن نشد که شب گذشته سی سوره که سبع طوال نیز جزء آنها بود، قرائت کنم.» و هنگامی که صحابی عرض کرد. این تلاش در عبادت چیست در حالی که خداوند گناهان پیشین و پسین شما را آمرزیده است؟ حضرت پاسخ داد: «آیا نباید بنده شکرگزار باشد؟» (همان، ج ۲، ص ۳۳۴)

برای رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) هیچ چیز مانع تلاوت قرآن شریف نبود، مگر حالت جنابت. (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۲، ص ۲۱۶)

رسول گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله و سلم) در حدیثی می فرمایند: «پس از انبیاء، گرامی ترین بندگان نزد خدا، علماء و پس از ایشان، حاملان قرآن هستند اینان همچون پیامبران از دنیا می روند و به همراه انبیاء از قبرهایشان برانگیخته می شوند و از صراط می گذرند و پاداش برای آنان نوشته می شوند پس خوشا به حال جوینده علم و حامل قرآن، از آن کرامت و شوفی که نزد خداوند دارند.»

۶. استغفار و حمد الهی

یکی از حالات پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، حمد گفتن و استغفار کردن است که روزانه در حالات مختلف آن را انجام می داد. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) در هر مجلسی که حضور می یافت، گرچه مدت آن کوتاه بود بیست و پنج مرتبه استغفار می کرد.

«كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ص لَا يَقُومُ مِنْ مَجْلِسٍ وَإِنْ خَفَّ حَتَّى يَسْتَعْفِرَ اللَّهَ خَمْسًا وَعِشْرِينَ مَرَّةً»

(کلینی، اصول کافی، ج ۴، ص ۵۰۴)

حارث بن مغیره از امام صادق (علیه السلام) روایت نموده است: «پیغمبر اکرم (صلی الله علیه



و آله و سلم) روزی هفتاد و دو مرتبه استغفرالله و هفتاد مرتبه أتوب الی الله می گفت» (کلینی، ج ۵، ص ۵۰۵)

۷. سجده های پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)

سجده نمودن برای معبود و خالق، نهایت درجه خضوع و خشوع و پرستش اوست و قدرشناسی مخلوق را می رساند سجده نزدیک ترین حالات بنده به پروردگار است و موجب نائل شدن به مقام قرب ذات پاک ربوبی است.

یکی دیگر از حالات پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) سجده های طولانی آن حضرت بوده است. آن حضرت سجده های بسیار طولانی و فراوانی داشتند. خداوند متعال به خاطر کوشش در عبادت می فرماید:

«ما أَنْزَلْنَا عَلَيْكَ الْقُرْآنَ لِتَشْقَى» (طه، ۲)

ما قرآن را بر تو نازل نکردیم که خود را به زحمت بیندازی.

پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) علاوه بر اینکه روزها به دعا و نیایش مشغول بودند و او را عبادت می کردند در شب نیز از تاریکی شب استفاده می کرد و با تضرع و زاری شب را به روز می آورد. روزها را روزه بودند و در حواجیح مسلمین می کوشیدند.

بنابراین روایت است که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، خود را به مشقت می انداخت تا زودتر به مرحله نهایی کمال برسد.

۸. نماز و دعای پیامبر برای باران

در سال ششم هجرت در مدینه قحطی شد و مردم دچار فقر و زیان و مشکلات زیادی شدند از این رو نزد پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) آمدند و از حضرت خواستند که از خدا بخواهد که



باران بیارد، حضرت فرمودند: سه روز، روزه بگیرند و صدقه دهند و از شهر بیرون بیایند تا دعای باران بخوانند، سه روز بعد حضرت به اتفاق مردم مدینه، به صحرا رفتند و نماز استسقاء اقامه کردند و رو به مردم شروع به خواندن دعای باران کردند و هنوز دعا تمام نشده بود که ابرها بر شهر مدینه و اطراف آن سایه افکند و باران شدیدی شروع شد و هفت شبانه روز ادامه داشت.

(اکبرپور، ۱۳۸۳، ص ۵۵)

همین معرفت والا به خداوند متعال، جوارح پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) را به کار می گرفت و خواب و آسایش را از وی می ربود و ایشان برای اظهار بندگی و خضوع و خشوع در برابر خداوند، به عباداتی می پرداخت که دیگران طاقت انجام آنها را نداشتند.



نتیجه بحث

عبادت به معنی اطاعت و تزلزل در پیشگاه خداوند، همراه با تنزیه و تقدیس ذات او می باشد. و حقیقت آن این است که انسان، بنده خدا باشد و برای خودش بطور مستقل هیچ ارزشی قائل نباشد و اراده خود را در اراده الهی فانی کند.

از دیدگاه اسلام هر عملی که با انگیزه الهی و نیت بندگی انجام شود اطاعت محسوب می شود که شرع مقدس برخی را واجب (فرائض) دانسته مانند: نماز، روزه، زکات، حج و ... و برخی را که انجام آنها الزامی نیست اما رجحان و فضیلت دارد نافله نامیده است مانند نمازهای مستحبی،



قرائت قرآن، عبادت در نگاه، دعا، طلب علم، کمک به مسلمانان و ...

عبادت مهم ترین مقوله انسانی است زیرا سعادت یا شقاوت او به این موضوع بر می گردد. عبودیت یکی از دلایل خلقت انسان بوده و رسالت انبیاء (علیهم السلام) برای هدایت بشر به سوی عبودیت خداوند است.

بزرگ ترین فلسفه عبادت، تسلیم و کمال یابی است، یاد خدا، دوری از فحشاء و منکر، وسیله تعالی و رشد انسان، تزکیه و تطهیر روح و بخشش گناهان و ... از جمله فلسفه برخی عبادات می باشند.

عبادت پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) عبادتی بود همراه با بالاترین درجات معرفت به معبود هستی و این سیر معرفتی با زمینه های پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) از دوران کودکی ایشان توسط برترین ملک الهی ادامه یافت و سرانجام با اتصاف نبی اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) به منبع وحی الهی پس از رسالت به اوج رسید.

تمام اعمال و رفتار و گفتار و حرکات پیغمبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، عبادت خداوند بود در قلب نماز، روزه، اعتکاف، قرائت قرآن، ... شایسته تأمل و درس آموزی است.

داخل شدن به عبادت آداب خاصی می طلبد که در روایات به آنها اشاره شده است مانند حضور قلب، مراعات، خشوع، طمأنینه، نشاط و بهجت و ... اعمال عبادی به لحاظ صحت و درستی شرایطی دارد از جمله اسلام، ولایت، اخلاص، علم و ایمان و برای کمال عبادت هم شرایطی است مانند تلاش برای عبادت بیشتر، عبادت مخفی، و ...

البته عبادت خدا منحصر در مناسک خاصی نیست و لازم است که عبودیت تمام ابعاد انسان را در بر می گیرد، انسان باید در امور فردی مانند رسیدگی به بدن، ذهن، اعتقادی و در امور

اجتماعی تسلیم اراده خدا باشد. (شفیعی، ۱۳۷۶، ص ۲۷۸)



عبادت آثار و برکاتی در زندگی دنیوی و اخروی انسان دارد آثاری چون: خداترسی، یاد حق، قرب الهی، لذت نیایش، سلامت جسم و روان، گناه زدایی، قدرت تصرف بر دنیای بیرون، یقین و عواملی مانند: جهل، هوای نفس، عجب، ریا و حب دنیا، مانع عبادت می‌شود و یا به آن آسیب می‌رساند.



فهرست منابع

*قرآن

- *نهج البلاغه، دشتی، محمد، چاپ دهم، قم، مشرقین، ۱۳۸۰.
۱. اربیلی، علی بن عباس بن الفتح، کشف الغمه فی معرفة الائمة، بیروت، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۰.
۲. اکبرپور، حبیب الله، معجزات خاتم پیامبران، نشر الف، مشهد، ۱۳۸۳.
۳. خمینی، روح الله، آداب الصلاة، تهران، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام، ۱۳۸۰.
۴. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، قم، ناشر: اندیشه هادی، ۱۳۸۵.
۵. حر عاملی، محمد بن حسن، وسایل الشیعه، تهران، مکتبه الاسلامیه، ۱۳۸۳ ق.
۶. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ قرآن، ترجمه سید غلامرضا خسروی حسینی، چاپ دوم، تهران، مرتضوی، ۱۳۸۱.



۷. سجادی، سید حیدر، فرهنگ معارف اسلامی، چاپ اول، تهران، کاویان، ۱۳۶۲.
۸. سلطانی، غلام رضا، تکامل در پرتوی اخلاق، دفتر انتشارات اسلامی، قم، بی تا.
۹. صدر، محمد باقر، آیین زندگی در آیین اندیشه و احساس، قم، اندیشه هادی، ۱۳۸۵.
۱۰. صدوق، محمد بن علی بن بابویه قمی، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، بیروت، مؤسسه الاعلی، ۱۴۱۷ ق.
۱۱. الصدوق، محمد بن علی بن بابویه قمی، معانی الاخبار، تهران، مکتبه الصدوق، ۱۳۷۹ ق.
۱۲. طباطبائی، سید محمد حسین، تفسیر المیزان، قم، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۹۳ ق.
۱۳. طوسی، محمد، امالی، نجف، المطبعة الحیدریه، بی تا.
۱۴. فیض کاشانی، ملا محسن، تفسیر صافی، تهران، بی جا، بی نا، بی تا.
۱۵. قرشی، سید علی اکبر، قاموس قرآن، ترجمه مرتضی آخوندی، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۱.
۱۶. کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۰۸ ق.
۱۷. متقی هندی، علاء الدین علی، کنز العمال، بیروت، مؤسسه رساله، ۱۴۰۱ ق.
۱۸. مجلسی، محمد تقی، بحار الانوار الجامعة لدرر الاخبار الائمة الاطهار، مؤسسه وفا، بیروت، ۱۴۰۳ ق.
۱۹. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، قم، مؤسسه فرهنگ دارالحديث، ۱۳۷۷ ق.



۲۰. مختاری، محمد حسین، حدیث آرزومندی و الطاف خداوندی، قم، دفتر

تبلیغات، ۱۳۷۳.

۲۱. مطهری، مرتضی، ببست گفتار، چاپ اول، بی جا، حکمت، ۱۳۵۶.

۲۲. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۶.

۲۳. موسوی خمینی، روح الله، صحیفه نور، چاپ اول، تهران، وزارت ارشاد اسلامی،

۱۳۷۱.

