

## بررسی چگونگی نماز در ادیان الهی

لعیا باقریان

دانشجوی دکتری مطالعات تطبیقی ادیان، گرایش الهیات مسیحی، گروه ادیان، دانشگاه ادیان و مذاهب اسلامی، قم، ایران.

### چکیده:

نماز به عنوان یک نیایش منسجم و هدفدار، سابقه‌ای بس طولانی در ادیان مختلف دارد و می‌توان آن را به عنوان قدیمی‌ترین عبادتی ذکر کرد که در تمام دوران گذشته حضور داشته است. با این‌که نماز یک جنبه فراگیر در ادیان دارد، صورت و کیفیت آن در همه موارد یکسان نمی‌باشد، با این اوصاف یک‌چیز در همه آنها مشترک است و آن اعتقاد به مخاطبی مافوق بشریت است که با او سخن می‌گوید و از او در امور مادی و معنوی استمداد می‌جوید. بنابراین می‌توان گفت: پیامبران پرستش را به مردم نیاموختند بلکه نوع پرستش و آداب آنرا برای مردم بیان نمودند. هدف از این پژوهش بیان جایگاه نماز، کیفیت و چگونگی آن در ادیان الهی و مطرح جهان می‌باشد تا مخاطب بتواند کامل‌ترین عبادت الهی را بشناسد و با معرفتی ژرف به عبادت معبود خود بپردازد. اکنون این پرسش مطرح می‌گردد که نماز در ادیان الهی دارای چه جایگاه، کیفیت و مقرراتی است؟ فرضیه پژوهش آن است که نماز در ادیان مختلف الهی و غیر الهی وجود داشته است و در اصل یکی از مهمترین عبادت‌ها و آیین‌هایی بوده که با آن خداوند را عبادت و پرستش می‌کردند. به گونه‌ای که در شریعت حضرت موسی و عیسی (ع) برپایی نماز از واجبات مهمی است که خداوند، در آغاز رسالت به حضرت موسی (ع) و در آغاز تولد به حضرت عیسی (ع) توصیه نمود. در عهد عتیق در مورد اصل وجوب، اهمیت نماز و دعا، چگونگی برپایی نماز، و مکان و زمان نماز مطالبی بیان شده است. برای بررسی فرضیه از روش اسنادی با مراجعه به منابع کتابخانه‌ای بهره می‌بریم.

واژگان کلیدی: نماز، عبادت، اسلام، یهودیت، مسیحیت

### پیشینه پژوهش:

سخن پیرامون نماز، نقش آن در زندگی اجتماعی و فردی انسان و اهمیت آن در کتب و مقالات بسیار زیادی ذکر گردیده است، اما منبعی که پرسش این پژوهش را مبنای خود قرار داده باشد در جست و جویا یافت نشد و تلاش جهت شناخت منبعی در این باب، متأسفانه جز چند کتاب کم حجم و تعداد معدودی مقاله به زبان فارسی، حاصل نگردید. نگاهشته‌های مرتبط در این زمینه عبارتند از:

کتاب نماز در ادیان نوشته ابوالقاسم جعفری (۱۳۹۲) که به بررسی عبادت و نیایش در ادیان پرداخته، ایشان ابتدا ادیان را به دو بخش الهی و غیرالهی تقسیم نمودند و سپس بیان نمودند که ادیان الهی دارای عبادات و نمازهای روزانه مشابه هستند و این نمازها به توصیه بنیانگذاران آن ادیان بوده است، و همانطور که مولف در ابتدای کتاب بیان می‌کند، شاید هدف ایشان این است که با مقایسه، معرفتی بیشتر به نماز اسلامی کامل‌ترین عبادت است حاصل گردد اما از آنجایی که مولف در نگاه اول، طلاب و حوزویان را مخاطب خود قرار داده که به دنبال پژوهش یا دریافت اطلاعات عمومی در مورد کلیت عبادات خاصه نماز در دیگر ادیان هستند این کتاب به عنوان یک منبع پژوهشی قابل استفاده می‌باشد.

کتاب جایگاه نماز در ادیان الهی نوشته سید محمدجواد غمخوار یزدی (۱۳۷۹)، که به بررسی جایگاه نماز در ادیان پرداخته و هدف اصلی خود را اهتمام و توجه هرچه بیشتر به مسأله اقامه نماز و گسترش فرهنگ نماز در جامعه اسلامی بیان می‌کند.

در تمام آثار فوق نوع نماز و چگونگی عبادت بیان شده اما تاثیر آن در روابط اجتماعی و فردی بیان نگردیده در این پژوهش نه تنها به نوع نگرش نماز و عبادت، بلکه سعی گردیده که تاثیر نماز و عبادت در فرد و اجتماع از دیدگاه ادیان ابراهیمی مورد بررسی قرار گیرد.

## مفهوم لغوی نماز

نماز در لغت یعنی پرستش، نیاز، اطاعت و فرمان‌برداری (دهخدا، لغت نامه)، وجود، خدمت و بندگی، سر فرود آوردن و تعظیم کردن (معین، فرهنگ فارسی) به نشانه احترام و اظهار بندگی و اطاعت (عمید، فرهنگ فارسی) و یکی از فرایض دین و گونه‌ای از عبادت مخصوص است. به عبارت دیگر می‌توان گفت هر نوع رویکرد و ارتباط برقرار کردن با خداوند نوعی نماز است.

نماز وسیله ذکر خداوند است. نماز، رابطه معنوی مخلوق با خالق است. نماز یعنی دل کندن از مادیات و پرواز دادن روح؛ یعنی پا را فراتر نهادن از هرآنچه که دیدنی و شنیدنی است.

بنابر این تعاریف واژه‌های «نماز بردن»، «در نماز آمدن»، «به نماز آمدن» و «نماز آوردن» به معنای پرستش کردن، عاجزی نمودن، خم شدن به علامت تعظیم و بندگی و به خاک افتادن به قصد تعظیم در برابر پادشاهی یا بزرگی دیگر به کار رفته است (دهخدا، همان)

## مفهوم اصطلاحی نماز

واژه نماز در فارسی از لفظ پهلوی «نماک» گرفته شده و آن هم به نوبه خود از ریشه باستانی «نم»؛ به معنی «خم شدن و تعظیم کردن» مأخوذ است که به تدریج بر معنی «صلاة» یعنی عبادت ویژه مسلمانان اطلاق گردیده است (خزائلی، ۱۳۸۴، ص ۳۳۸). بر اساس بعضی از کتب تاریخی، برخی از ایرانیان تازه مسلمان در سالهای حکومت اعراب بر ایرانیان به جای کلمه «صلاة» از کلمه «نماک» استفاده می‌کرده‌اند. و هنگام فراخواندن مردم به سوی نماز به جای «الصلوة» کلمه «النماک» و به جای «حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ» جمله «بشتابید به سوی نماک» را به کار می‌برده‌اند. (راشدی، ۱۳۸۰، ص ۲۲).

در اصل کلمه صلوة بین علمای لغت و تفسیر اختلاف است بعضی گفته اند: صلوة از ریشه عبری است و در زبان عبرانیان «صلوتا» کنیه یهودیان است. برخی ، صلوة را از لفظ عبری «صلوة» مشتق می گیرند و در منابع سریانی الفاظی مشابه و معادل با «اقامه صلوة» به چشم می خورد ( خزائلی ، ۱۳۸۴ ، ص ۳۳۸) چنانچه در قرآن کریم «صلوات» به صیغه جمع ؛ به معنی « معابد» به کار رفته است: « وَكَلِمَاتٌ مِّنْ عِبَادِكُمْ يُرْسِلُ فِيهَا لِقَاءَ رَبِّهِمْ لَعَلَّهُ يَرْسِلَهُمْ بِمِيقَاتِهِمْ خَلْفَهُمْ وَهُوَ يَسْمَعُ الْوَعْدَ الْغَيْبِ وَمَا تُبَدِّلُ مِنْ قَوْلٍ بَلَدًا مِّنْ دُونِ قَوْلِهِ لِيُعْلَمَ أَنَّ اللَّهَ مُنْذِرٌ قَدِيرٌ . وَصَلَوَاتٌ وَمَسَاجِدُ يُذْكَرُ فِيهَا اسْمُ اللَّهِ كَثِيرًا » « اگر خداوند، برخی از مردم را بوسیله برخی دیگر ، دفع نمی کرد ، صومعه های راهبان ، کلیساهای نصارا و کنیسه های یهود و مساجدی که در آنها نام خدا بسیار زیاد می شود ، ویران می شد ( حج / ۴۰) .» برخی از متأخرین ، ریشه آن را آرامی پنداشته اند و با تحقیقاتی که اخیراً به عمل آمده ، این احتمال قوت گرفته است که اصل «صلوة» سریانی باشد و از آن زبان ، نخست در زبان جنوب عربستان ، معمول گردیده است و شعرا ، آنرا در اشعار به کار برده اند و پس از آن اعراب شمالی، لفظ « صلوة » را از عربهای جنوبی گرفته اند. در هر حال، پیش از اسلام این لفظ، به معانی « پرستشگاه» و « نیایش » به کار رفته است. (خزائلی ، ۱۳۸۴ ، ص ۳۳۹) .

«صلاة» که در لسان شرع برای فعل عبادی خاصی یعنی همان «نماز» به کار برده شده است، در لغت به معنای دعا، استغفار، رحمت و مغفرت، ثنای نیکو، درود و تعظیم است و اگر به خداوند نسبت داده شود، به معنای رحمت و ثنای بر بندگان می باشد و در اصطلاح نیز به عملی عبادی اطلاق میشود که متشکل از اجزاء و شرایط خاصی است و باید با قصد قربت به پروردگار هر روز در چند نوبت به جا آورده شود .

«صلاة» یا نماز به عنوان فعلی عبادی که به منظور دعا و نیز تعظیم الهی انجام میشود، یکی از مشترکات ادیان الهی است، هرچند شکل و نحوه انجام آن در ادیان مختلف متفاوت میباشد. از همین روست که در قاموس کتاب مقدس در معنای واژه نماز آمده است: «نماز معروف است و یکی از واجبات دینیه هر روز تمام ملل و مذاهب است، چه منفرداً و چه جماعتاً...» و پس

از آن به شرح معنای نماز بر مبنای تورات و انجیل پرداخته تا آنکه می‌نویسد: «احدی جز منکرین خدا محمد مسعود نوروزی معتقد است کلمه نماز از ریشه نماچ که در پارسی میانه (پهلوی زمان ساسانیان) است گرفته شده و فعل نماچ پورتن به معنای نماز بردن و تعظیم کردن به کار رفته‌است؛ و قبل از آن در ایران باستان از ریشه نم به معنای خم شدن و سر فرو آوردن مشتق شده‌است. در اوستا نماز به صورت نمنگه یا نمه به معنای دعا و درود آمده‌است. منکر نماز و دعا نیست...» (نوروزی، ۱۳۹۰، ص ۴۶).

### تاریخچه نماز

درباره تاریخچه نماز می‌توان گفت: نماز، قدمتی بس طولانی دارد و عبادتی است که در تمام دوران گذشته مرسوم بوده است. سابقه نماز قبل از خلقت آدم بوده، گلِ آدم هنوز سرشته نشده بود که فرشتگان در بهشت نماز می‌خواندند.

حضرت علی (علیه السلام) درباره عبادت فرشتگان چنین می‌فرماید:

۱. عده‌ای از فرشتگان در حال سجده هستند و هیچ گاه سر از سجده بر نمی‌دارند.

۲. عده‌ای از فرشتگان در حال رکوع اند و هیچ گاه از رکوع بر نمی‌خیزند.

۳. عده‌ای در حال قیام خدا را عبادت می‌کنند و کار دیگری انجام نمی‌دهند.

۴. عده‌ای در حال ذکر (رکوع و سجده اند) و هرگز از آن خسته نمی‌شوند (نهج البلاغه، خطبه ۱).

همچنین آن حضرت درباره سابقه نماز شیطان در میان فرشتگان می‌فرماید: «شیطان در بهشت و میان فرشتگان شش هزار سال خدا را عبادت کرد که چهار هزار سال آن را دو رکعت نماز خواند» (نهج البلاغه، خطبه ۱۹۲ (قاصعه). از زمانی که حضرت آدم ابوالبشر (ع) پا

به روی کره خاکی گذاشت و در زمین ساکن شد، هیچ دین و شریعتی در میان دین های الهی بدون نماز نبوده است، تا جایی که پیامبر اسلام (ع) آن را به عنوان شیوه ی تمامی پیامبران یاد کرده است (بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۱). به طوری که می توان نمونه هایی از نماز پیامبران را همانند حضرت آدم، حضرت شیث، حضرت نوح، حضرت اسماعیل و دیگر پیامبران ذکر نمود.

خداوند در قرآن کریم اسماعیل را از دو جهت تعریف و تمجید می کند، زیرا در آن حضرت دو صفت زیبا وجود داشت و آن ها عبارتند از:

۱. عهد و پیمانی که با مردم بر قرار می کرد به آن پای بند بود و هیچ وقت خلف وعده نمی کرد.

۲. خانواده خود را دائم به اقامه نماز و پرداختن زکات فرا می خواند.

بعد از خلقت انسان، آدمی برای نیایش با خالق هستی از شیوه ای به نام دعا و نماز استفاده می نماید. نماز به عنوان یک نیایش منسجم و هدف دار، سابقه ای بس طولانی در ادیان مختلف دارد و می توان آن را به عنوان قدیمی ترین عبادتی ذکر کرد که در تمام دوران گذشته حضور داشته است. با این که نماز یک جنبه فراگیر در ادیان دارد، صورت و کیفیت آن در همه موارد یکسان نمی باشد، با این اوصاف یک چیز در همه آنها مشترک است و آن اعتقاد به مخاطبی مافوق بشریت است که با او سخن می گوید و از او در امور مادی و معنوی استمداد می جوید.

بنابراین می توان گفت: پیامبران پرستش را به مردم نیاموختند بلکه نوع پرستش و آداب آن را برای مردم بیان نمودند.

به طور مثال در تاریخ ادیان جان ناس می خوانیم که تبتیان در مواقعی که در دیر یا صومعه ای جشن معین بر پا می شد زوآر از هر طرف به آنجا روی می آوردند و هدایایی از جنبش قماش و کره و غیره برای راهبان می آوردند و در آنجا چند روز اقامت کرده، به طواف و نماز و دعا و رقص مشغول می شدند و پس از یک سلسله عملیات سحرآمیز به اوطان خود مراجعت می کردند (جان ناس، ص ۲۴۶).

از ادیان دیگر در زمان پارت ها و ساسانیان «صابئین و مندائیان» هستند. این قوم خود را صابی می نامیدند. صابی دین کسانی است که در زبان عربی «مغتسله» خوانده می شدند یعنی کسانی که در امر پاکیزگی تن و جامه و شستشوی در آب رودخانه دلبستگی کامل داشتند. (عبدالعظیم رضایی، ۱۳۹۳، ص ۴۵۱) نماز در آئین مندایی شبیه نماز مسلمانان بود و حتی قبل از نماز، وضو گرفتن را هم لازم می دانستند و یکی از اساسی ترین آداب و واجبات در دین مندایی - قبل از این که به نماز بایستند - انجام رشامه (وضو) است زیرا هر فرد مندایی باید سه بار در روز، صبح، ظهر و عصر عمل رشامه (وضو) را انجام دهد و این کار در بسیاری از مراسم دیگر مانند تعمیر و غیره هم به جا آورده می شود و هر فرد برای این کار در بسیاری از مراسم دیگر مانند تعمیر و غیره هم به جا آورده می شود و هر فرد برای این که بخواد وضو بگیرد باید اول نیت کند و نیز فکر خویش را پاک و از هر گونه آلودگی افکار مادی آزاد کند، آنگاه خالصانه به کنار رودخانه بیابد و با تواضع به طرف مجرای آب بایستد و دعاهایی را بخواند و به طریق خالص وضو بگیرد. (همان)

همچنین قرآن در آیه ۷۷ سوره بقره ضمن اشاره به پیمانی که از بنی اسرائیل گرفته شده نماز را به عنوان یکی از ارکان و مواد این پیمان شمرده است. «و اذ اخذنا میثاق بنی اسرائیل لاتعبدون الا الله و بالوالدین احساناً... و اقيموا الصلوة» و هنگامی که از بنی اسرائیل ما پیمانی گرفتیم که جز او را نمی پرستید و به پدر و مادر نیکی کنید.. و نماز را به پا دارید. این آیه به طور آشکار از نماز به عنوان میثاق و پیمانی یاد کرده که از بنی اسرائیل، دوشادوش مسأله

عبادت خداوند یکتا و نیکی به پدر و مادر و غیره گرفته شده است، که این خود بیانگر اهمیت مسأله نماز و شدت اهتمام به آن در شریعت آسمانی حضرت موسی - علیه السلام - است. طبری در تفسیر خود در ذیل این آیه حدیثی را نقل می کند از قول امام باقر - علیه السلام - که فرمودند: «احبار یهود و منافقین، مردم را به اقامه نماز و دادن زکات فرمان می دادند ولی خود انجام نمی دادند پس خداوند فرمان داد به آن ها که با مسلمانان تصدیق کننده پیامبر باشند و اقامه نماز کنند و...» (تفسیر طبری، ج ۱، ص ۲۰۳)

در این آیه که امام باقر(علیه السلام) فرمودند: خداوند به اقامه نماز و دادن زکات فرمان دادند، اشاره به منزّه نمودن و اصلاح روحی فردی است و اینکه زکات را پرداخت نمایند و دغدغه جامعه را داشتن و به فکر دیگران بودن نشان از هم زیستی مسالمت آمیز با جامعه است و این امر حاکی از این است که جامعه اصلاح نخواهد شد مگر با اصلاح روحی و فردی انسان.

یکی از نویسندگان زرتشتی می گوید: «شبانه روزی چند بار باید نماز کرد و نامه خدا را خواند تا آنچه اهورا مزدا فرموده به یاد و به جای آوریم و منش (اندیشه) و گوشن (گفتار) و کنش (کردار) خویش را برابر فرموده اهورا مزدا پاک و راست داشته گمراه نگردیم.» (کیخسرو شاهرخ، ۱۲۹۰، ص ۴۵) این سخن مشابه آنچه در قرآن در مورد نماز گفته شده، می باشد. یعنی آیه «اقم الصلوة لذكری» (سوره طه، آیه ۱۴) نماز را به خاطر یاد من بپادار «ان تنهی عن الفحشاء و المنکر» (سوره عنکبوت، آیه ۴۵) «بدرستی که نماز انسان را از کارهای زشت و ناروا باز می دارد».

نه تنها در ادیان دیگر نماز و عبادت از اهمیت بسزایی برخوردار است بلکه تاثیرات آن را در اخلاق و نیت فردی ملاحظه می کنیم و به تبع اصلاح شدن اندیشه، گفتار و کردار فرد، جامعه هم اصلاح خواهد شد.



## نماز در دین مسیحیت

در اناجیل گوناگون از زبان عیسی (علیه السلام) آداب نماز و دعا به صور مختلف نقل شده است که نشان از اهمیت آن حضرت و شاگردانش به دعا و نماز است مانند انجیل لوقا باب ۱۱، آیه ۱؛ مرقس باب ۱۱ آیه ۲۵

در منابع مسیحی واژه **prayer** به دعا، نماز و ذکر معنا می‌شود و باید از روی قرائن موجود حدس بزنیم که منظور نماز است یا دعا. البته در اکثر موارد واژه **supplication** را صرفاً برای دعا استفاده می‌گردد.

در مسیحیت می‌گویند انسان سه دشمن اصلی دارد: شیطان، جسم و دنیا. سه سلاح نیز برای این سه دشمن وجود دارد: نماز علیه شیطان، روزه علیه جسم و راستی علیه دنیا. همچنین به دلیل اینکه مسیحیان محتوای تورات را در مورد نیایش می‌پذیرند، بسیاری از نیایش‌های آنان برگرفته از مزامیر داود علیه السلام و برخی دعا‌های عهد عتیق است. برای مثال، دلیل وجوب دعا یا نماز در مسیحیت، هم از دستورات تورات گرفته شده است و هم از دستورات انجیل؛ برای مثال در عهد قدیم آمده است: "از خدایت بترس و او را عبادت کن." (تثنیه، باب ۶، آیه ۱۱)

مسیحیان حضرت مریم را از نسل داود علیه السلام می‌دانند. پس اگر در مزامیر داود آمده است: "تسبیح بخوانید خدا را، نام خدا را به تسبیح بخوانید" (مزامیر، مزمور ۴۷، آیه ۶)، این سخن برای مسیحیان نیز الزام آور می‌شود. در عهد جدید نیز از زبان حضرت عیسی علیه السلام آمده: "بیدار باشید و دعا کنید تا در معرض آزمایشات نیفتید." (متی، باب ۲۶، آیه ۴۱). و در جای دیگری سفارش معروف عیسی علیه السلام را آورده که می‌فرماید: "در مصیبت صابر باشید و در دعا [= نماز] مواظب کنید." (رومیان، باب ۱۲، آیه ۱۲). از این قرینه‌ها

می‌توان به این نتیجه دست یافت که منظور از "دعا" در این عبارات، نماز است که با آداب خاصی همراه است. (جعفری، ۱۳۹۲، ص ۱۶۴).

با توجه به عبارات کتاب مقدس می‌توان این را دریافت که دعا و نماز عامل اصلی ایجاد فضایل اخلاقی، از قبیل صبر و بصیرت، در انسان است که باعث تزکیه روحی و اخلاقی و ایجاد تقوی در انسان می‌گردد.

در انجیل متی آمده: و چون عبادت کنی، مانند ریاکاران مباش زیرا خوش دارند که در کنایس و گوشه‌های کوچه‌ها ایستاده، نماز گذارند تا مردم ایشان را ببینند. هرآینه به شما می‌گویم اجر خود را تحصیل نموده‌اند. لیکن تو چون عبادت کنی به حیره خود داخل شو و در بسته، پدر خود را که در نهان است عبادت نماغ و پدر نهان بین تو، تو را آشکارا جزا خواهد داد. و چون عبادت کنی، مانند امت‌ها تکرار باطل مکنید زیرا ایشان گمان می‌برند که به سبب زیاد گفتن مستجاب می‌شوند. پس مثل ایشان مباشید زیرا که پدر شما حاجات شما را می‌داند پیش از آنکه از او سؤال کنید. پس شما به اینطور دعا کنید: "ای پدر ما که در اسمانیف نام تو مقدس باد. ملکوت تو بیاید. اراده تو چنانکه در آسمان است، بر زمین نیز کرده شود. نان کفاف مارا امروز به ما بده. و قرض‌های ما را ببخش چنانکه ما نیز قرضداران خود را می‌بخشیم. و مارا در آزمایش میاور، بلکه ما را از شریر رهایی ده. زیرا ملکوت و قوت و جلال تا ابدالآباد از آن توست، آمین." (انجیل متی، باب ۱، آیات ۱۳-۵)

در این آیات نیز حضرت عیسی (علیه السلام) نمازگزاران را به صفات اخلاقی نیکو دعوت می‌نماید و متذکر می‌شود که از خدای خود در رسیدن به تواضع، بخشندگی و قناعت و ... استمداد بجویند.

محقق، مؤلف و عالم ربانی محمدمهدی تاج لنگرودی در کتابش بیان می‌کند که حضرت مسیح (علیه السلام) می‌فرمایند: درست به شما می‌گویم: چیزی به شرف آخرت رساننده‌تر و

در برابر حوادث دنیا کمک کننده<sup>۳</sup>تر از نماز پیوسته نیست و چیزی به خداوند رحمان نزدیک‌تر از آن نیست. پس آنرا بپا دارید و بر آن بیفزائید، نسبت به هر کار خوبی که به خدا نزدیک می<sup>۴</sup>کند، باز نماز بدو نزدیکتر و برگزیده‌تر است. (تاج لنگرودی، ۱۳۷۰، ص ۳۳۷)

نماز متفق علیه نمازی است که مسیح (علیه السلام) آن را تعلیم داده است و در انجیل متی آمده است. «پس اینطور دعا کنید. ای پدر ما که در آسمانی، نام تو مقدس باد! ملکوت تو بیاید، اراده‌ی تو چنانکه در آسمان است بر زمین نیز کرده شود، نان کفاف ما را امروز به ما بده و قرضهای ما را ببخش چنانکه ما نیز قرضداران خود را می‌بخشیم و ما را در آزمایش نیاور بلکه از شریر ما را رهایی ده زیرا ملکوت و قوت و جلال تا ابد الابد از آن تو است. آمین.» (انجیل متی ۶: ۹)

در تمام ادیان الهی نماز وجود داشته و در آموزه های مسیح نیز بوده، اما در طول تاریخ و در اثر تحریف هایی که در این دین الهی صورت گرفت، عملاً از عرصه دینی مسیحیان حذف شده است و در دین فعلی مسیحیت، عملی شبیه نماز مسلمانان وجود ندارد؛ ولی اگر نماز را به معنای عام آن که هر گونه نیایش و دعا و سخن گفتن با خدا را شامل می شود، در نظر بگیریم، در دین فعلی مسیحیت نیز چنین اعمال و رفتاری وجود دارد. از این رو، در قاموس کتاب مقدس در بخشی تحت عنوان «نماز و نیایش» آمده است: نماز از جمله واجبات دینی همه روزه تمام ملل و مذاهب است، چه به صورت منفرد و چه به صورت جماعت. مقصود از نماز، صحبت داشتن و گفتگو کردن با خدا و خواستن احتیاجات و اظهار تشکر و امتنان برای الطاف و مراحم حق تعالی می‌باشد. (هاکس، ۱۳۸۳، ص ۸۸۷)

همچنین در ترجمه<sup>۳</sup> ای از کتاب مقدس می‌خوانیم: روح القدس وضع و طور و طرز نماز را به شما می‌آموزد و جمیع انبیا و مؤمنان و مقدسان سلف برای نماز و دعا مشهور بوده‌اند... (ولیم گلن، ۱۸۵۶ میلادی، ص ۳۸۴)

همانطور که بیان شد مسیحیان در کتاب‌هاشان کتاب مخصوصی برای نماز و نیایش دارند، اما برای اقامه نماز و نیایش شروطنی را قائل نیستند، صبحگاه به اقامه نماز و نیایش می‌پردازند، (عهد جدید، انجیل مرقس، ۱/ ۳۵) شامگاه نیز قبل از آن که به رختخواب بروند، به اقامه نماز می‌پردازند و در نماز به سپاس‌گزاری و شکر الهی راجع به نعمت‌های آن روز می‌پردازند و نیز به استغفار از گناهان آن روز می‌پردازند.

اگر به اوقات خاص نماز و نیایش در مسیحیت توجه شود این نکته را می‌فهمیم که ارتباط با خدا در این زمان‌ها باعث می‌شود که انسان خود را در محضر خداوند ببیند و در اعمال خود مراقبت نماید

مسیحیان در روزه‌های یکشنبه و برخی، روز شنبه در کلیسا جمع می‌شوند و دعاهایی از کتاب زبور، مزامیر و پولس رامی خوانند.

مردمان معمولی بر خلاف راهبان مسیحی، فقط به دو نماز صبحگاه و شامگاه می‌پردازند و بقیه ساعات روز را به کار و تلاش مشغول هستند؛ اما راهبان مسیحی که در دیر و کلیسا زندگی می‌کنند، به نمازهای هفت‌گانه و گاه بیش‌تر می‌پردازند. (حسینی دشتی، ۱۳۷۶، ص ۲۲۹).

به طور کلی می‌توان گفت مسیحیان نمازهای روزانه دارند اما در هر فرقه‌ای مضمون، تعداد، نحوه خواندن و احکام آن متفاوت است ولی در اکثر آنها قرائت بخش‌هایی از کتاب مقدس و همچنین موعظه و سخنرانی دیده می‌شود اما اعمال خاصی برای اجرای آن ندارند. و مهمترین آیین آنها که با اعمال خاصی همراه است و می‌توان تا حدودی آن را مانند نماز جماعت یا به عبارتی نماز جمعه مسلمانان دانست مراسم عشاء ربانی آنها می‌باشد. و به طور کلی می‌توان گفت که شیوه‌های مشخص و نگرش‌های خاص از مسائل حاشیه‌ای است و این دعاها و نمازها نقش انگیزشی داشته و اساسا نقش فعالانه‌ای در جهت بخشی

به مسیحیان را دارند تا خود را هرچه بیشتر به فضایل اخلاقی آراسته نمایند و جامعه‌ای پر از محبت و عاری از خشونت داشته باشند.

### نماز در یهودیت

طبق گفته تلمود نماز از دستورات تورات است: "یهوه خدای خود را دوست بدارید و او را به تمامی دل و به تمامی جان خود خدمت نمایید." (تثنیه، باب ۱۳، آیه ۱۱) در تفسیر این آیه از تورات گفته‌اند: چه خدمتی است که با قلب انجام می‌شود؟ مصداق خدمت با قلب، عبادت و نماز است بنابراین به نمازها "ادناه شبا-لو" می‌گویند؛ یعنی خدمتی که با قلب انجام می‌شود.

در آموزه‌های الاهیاتی یهود، «هدف خلقت همانا پرستش خداوند از طریق اطاعت و انجام دادن شریعت و رعایت تقوا و پاکی است تا بشر کامل‌تر شود و بیشتر شبیه خدا شود». در یهودیت، گرچه «عبادت، محدود به نماز نیست و طیف وسیعی از تجربه‌های دینی مانند قرائت تورات، رعایت احکام و فرایض و همچنین رفتار اخلاقی انسان و شکل‌گیری شخصیت او را دربرمی‌گیرد، اما با این حال، نماز قطعاً مهم‌ترین جنبه عبادت الاهی به شمار می‌رود»

علمای یهود، عبادت، پرستش و بندگی از طریق قلب را همان دعا و نماز (Tefillah) به درگاه خالق تعبیر کرده‌اند (حمای لاله‌زار، ۱۳۸۲، ص ۵۶)؛ همچنان‌که در تورات نیز تأکید شده که: «خدای خالقان را دوست بدارید و او را با تمام قلبتان پرستش و بندگی نمایید» (تثنیه، ۱۱: ۱۳).

تا حدود ۲۰۰۰ سال پیش، اساس عبادت یهود را مراسم تقدیم قربانی‌ها تشکیل می‌داد و دعای لفظی در کنار آن قرار می‌گرفت. پژوهش‌گران معتقدند همزمان با خرابی معبد سلیمان و پس از تشکیل کنیسه، اجتماعات مذهبی و بدون سازمان وجود داشته است. دلیل آن وجود برخی

دعاهایی است که همراه با مراسم قربانی یا بدون آن خوانده می‌شده است. برخی دیگر معتقدند پیش از خرابی معبد در زمان یوشع و به دنبال خواندن کتاب مقدس در حضور مردم، رسم خواندن تورات بدون مراسم قربانی، اندک‌اندک در روستاهای دوردست شکل گرفت و این تحول سرآغاز جانشین شدن نیایش بیانی به جای نیایش قربانی است (دقیقیان، ۱۳۷۹، ص ۱۰۴).

نماز در آیین یهود، بنا بر الگوی آیین قربانی معبد، تشریح شده است (هینلز، ۱۳۸۶، ص ۶۴۰). در دوره معبد دوم و به سبب دوری یهودیان از معبد (بیت‌المقدس)، ضرورت وجود یک نسخه رسمی از دعاها پیش از پیش آشکارتر شد. بیشتر کسانی که از اسارت بابلی بازگشته بودند، در خصوص زبان عبری و مفاهیم بنیادین یهودیت کم‌اطلاع بودند و هر گاه عزم دعا می‌کردند، نه زبان دعا را می‌شناختند و نه از محتوای آن چیزی سر درمی‌آوردند. بر این اساس، مجمع کبیر (Kenesset Gedolah) تصمیم گرفت دعای مشخصی را که بازتاب آمل و آرزوهای قوم یهود باشد، تألیف کند. این ادعیه به شِموٰنه عِسرَه به معنای برکات هجده‌گانه و یا فقط به تفیلا (دعا) معروف است و از زمانی که نگارش شد، بخش اصلی تمام کتاب‌های دعای یهود را تشکیل داد. این دعا اوقات معینی داشت که براساس زمان‌های برگزاری عمومی قربانی در معبد تعیین شده بود (اشتاین سالتز، ۱۳۸۴، ص ۱۵۶-۱۵۷). بنابراین، شِموٰنه عِسرَه به عنوان پایه اصلی نماز یهودی تا زمان حاضر، مانند دعاها و آداب مختلف دیگر، در اصل، ساخته مجمع کبیر است (همان، ص ۳۹).

مبنای تدوین آداب نماز، تلمود است که شرح دامنه‌دار می‌شنا است. می‌شنا به شش بخش (سداریم) Sedarim تقسیم شده است:

زراعیم (Zeraiim) بذرها، (مَوْعِد: Moed) عیدها، (ناشیم: Nashim) زنان، نزاقین (Nezighin) خسارات، (قُدَاشیم: Ghocdashim) مقدسات (و هاروث: Teharoth) پاکی‌ها).

احکام نماز در سِدْرِ زراعیم بیان شده که شامل ۷۴ فصل است و به ۱۱ رساله تقسیم می‌شود. یکی از این رساله‌ها، رساله براخوت (Berakhot) است که حاوی ادعیه و نمازهای یومیه یهود است (همان، ص ۱۳۹-۱۴۲؛ هینلز، ۱۳۸۶، ص ۱۹۹).

اساساً «تمرکز براخوت بر سه مقوله است: ۱. دعای شَمَعِ یسرائیل (تثنیه، ۶: ۴-۹)؛ ۲. مراسم نماز؛ ۳. سپاسِ نعمت‌های گوناگون در حوادث و اتفاقات، به ویژه در بهره‌بردن از لذت‌های معنوی و سایر لذات مادی. ساختار و متن نماز، از همان آغاز مسلم فرض شده است و حکما سازمان نماز را به شیوه کتاب مقدس در زمان‌های یادشده ثابت در برنامه روزانه قربانی مرتبط می‌کنند.»

نماز در یهودیت به زبان عبری تفیلا (תפילה) و در جمع تفیلم یا تفیلت گفته می‌شود. معمولاً در هر روز سه نماز می‌خوانند و در روز شبات شنبه و سایر روزهای مقدس فرقه‌های ارتدکس و محافظه کار یک نماز اضافی هم به نام موسف خوانده می‌شود. زمانیکه موسی در جهت انجام رسالت الهی خویش به همراه همسرش از وطن هجرت کردند و دچار سختی‌ها شدند، خداوند برای آرامش او به وی وحی نمود که: «وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لَذِكْرِي» یعنی نماز را برای یاد من بپادار.»

در روایت آمده‌است که خدا به موسی می‌فرماید: بر تو باد نماز! زیرا آن جایگاهی خاص نزد من دارد و نزد من پیمانی محکم دارد. همین طور در خطابی دیگر به موسی دستور داده می‌شود در میان مردم خود امامت نمازشان را به عهده بگیرد: «ای موسی در نمازشان و آنچه اختلاف دارند امام باش» از اینرو میتوان نتیجه گرفت که نماز در شریعت موسی نیز وجود

داشته‌است و دعا و نیایش اوقات معینی داشته که براساس زمان‌های برگزاری مراسم عمومی قربانی در معبد تعیین می شده‌است. (غمخوار یزدی، بی تا، ص ۶۴).

### ارکان و اقسام نماز

رکن اساسی نماز در یهودیت سه جزء است: ۱- براخا: دعای برکتی است که معمولاً در زمانی خاص و در طی مراسم یا فعالیت ویژه‌ای خوانده می‌شود ۲- گفتن آمین: طبق هلاخا بعد از شنیدن براخا باید آمین گفت. ۳- عمیدا یا شمونه عسره، ذکر دعای برکات هیجده‌گانه ((Shemoneh Esreh است که خود در بردارنده سه بخش زیر است:

ستایش یهوه خداوند یهود؛ شامل ستایش ایمان اجداد مانند ابراهیم، اسحاق و یعقوب) پدران: آووت (Avot)؛ قدرت خدا در امر رستخیز مردگان) گووروت: قدرت (Gevurot)؛ و در تسبیح و حمد و قداست او) قدوشا (Kedushah)؛ (سه براخا یا برکت آغازین)؛ سیزده براخا به دعا برای علم، توبه، مغفرت، نجات، شفا، ...؛ و سه براخا نیز درباره دعا برای بازگشت به صهیون و دوباره برقرار کردن عبادات معبد و طلب صلح و رحمت و حیات برای اسرائیل است.

در یهودیت نماز به دو قسم نمازهای عادی و روزانه و نمازهای ویژه ایام خاص تقسیم می‌شود:

### نمازهای عادی

این نمازها در ایام عادی هفته (شنبه شب تا بعد از ظهر جمعه) خوانده می‌شود که به ترتیب عبارت‌اند از:

۱. صبح) شَحَرِیت (shacharit شامل بخش‌هایی اصلی مانند قرائت شمع، با دعا‌های برکت همراه آن، و سپس عمیدا با نوزده دعای برکت؛



۲. عصر) مینحا minchah قربانی عصر ([ لفظاً به معنای پیش‌کشی آرد گندم و جو است] شامل یک مزمور، عمیدا و یک دعای کوتاه پایانی؛

۳. شام‌گاه) مَعْرِیو Maariv / عَرَویت (Arvit شامل شمع و عمیدا و چند فقره اضافی (هینلز، ۱۳۸۶، ص ۶۴۰).

بنابراین، محور اصلی نماز همان شمونه عسره است؛ اما مقدمات و مؤخرات این سه تفیلا با هم متفاوت است. در متن شمونه عسره گاه به مناسبت‌های مختلف (اول ماه و اعیاد خاص یا روزهایی که در آن روزه گرفته می‌شود) ادعیه‌ای دیگر اضافه می‌شود. مقدمات و مؤخرات نماز صبح، طولانی‌تر از دیگر نوبت‌های نماز است؛ اما هر سه، از گزیده تورات، تلمود، مزامیر داوود و متون مربوط به نماز تشکیل شده‌اند.

خواندن نماز در هر سه نوبت بر مردان بالغ واجب است و خانم‌ها دست‌کم موظف به خواندن یک نوبت نماز هستند. در صورت نخواندن یک نوبت نماز، می‌توان آن را از طریق دو بار خواندن در نوبت بعدی جبران کرد. در روزهای دوشنبه و پنج‌شنبه پس از قرائت شمونه عسره، طومار دست‌نوشته تورات از جایگاه مخصوص خود در کنیسا خارج شده و بخش کوتاهی از فصل مربوط به آن هفته از روی آن قرائت می‌شود.

## نمازهای ویژه

### الف. شَبَات

شَبَات (شنبه) Sabbath، یکی از روزهای مقدس بنی‌اسرائیل است و مراعات آن در مقررات تورات که در طور سینا به موسی داده شد، به عنوان ده فرمان درج شد (پیترز، ۱۳۸۴، ج ۲، ص ۳۴۴). مفهوم شَبَات، بخشی بنیادین از یهودیت است و اهمیت آن، از ماجرای خلقت در

سفر پیدایش گرفته شده که کارکردن در آن، ممنوع است. این قطعه چندین بار در تورات آمده است و انبیا بارها به حفظ و ادای آن فرمان تذکر داده‌اند (همان، ج ۲، ص ۱۶۵).

در شب و روز شنبه، متن شمونه عسره و مقدمات و مؤخرات نمازها تغییر می‌کند و عمدتاً به موضوع قداست روز شنبه اختصاص می‌یابد. همچنین صبح روز شنبه، علاوه بر نماز صبح (Shacharit)، یک نوبت نماز اضافی تحت عنوان موساف (اضافی Musaf) نیز خوانده می‌شود که یادآور قربانی اضافی است که در این مواقع (اعیاد، ایام تعطیلی و شنبه) در معبد پیش‌کش می‌شد (هینلز، ۱۳۸۶، ص ۶۴۰). موساف با آرام خواندن عمیدا شروع شده، سپس مجدداً جمعی خوانده می‌شود و بخش‌هایی از سفر اعداد در خصوص قربانی‌هایی که در هیکل بت همیدراش (محل تفسیر) صورت می‌گرفت، قرائت می‌شود. صبح روز شنبه پس از نماز صبح، از تومار تورات، که «سفر تورا» نام دارد،

یک بخش کامل قرائت می‌شود. اسفار پنج‌گانه تورات، به پنجاه و چهار فصل تقسیم شده که هر فصل هفتگی آن به نام پاراشت هشاووع (Paraschet ha-shavua) در هر هفته قرائت می‌شود؛ به طوری که در پایان یک سال، یک دوره قرائت آن کامل می‌گردد.

همچنین در نماز عصر روز شنبه نیز بخش کوتاهی از سفر تورا قرائت می‌شود. با غروب آفتاب روز شنبه، متن نماز شام‌گاه به شکل عادی و تنها با تغییراتی جزئی خوانده می‌شود.

#### ب. رؤش حودش (Rosh chodesh) عید اول ماه عبری

یهودیان در روزهای اول ماه عبری، علاوه بر روزه، نمازهای توبه می‌گذارند. در نماز این عید، علاوه بر اضافه شدن بخش مخصوص در لحش، یک متن ویژه به نام هلال (تهلیل و سپاس مختصر از خداوند Half-Hallel) و قرائت بخش خاصی از سفر تورا و نماز موساف اضافه می‌شود.

### ج. اعیاد سه‌گانه و اول سال نوی عبری

در سه موقع از سال به مناسبت اعیاد ویژه مذهبی، شکل مراسم مانند روز شنبه تغییر می‌کند و علاوه بر آنکه هلال نیز خوانده می‌شود، متن نمازها و قرائت تورات، تفاوت‌هایی متناسب با آن عید مذهبی پیدا می‌کند. این اعیاد عبارت‌اند از: پسخ (Passover or pesahT) (خروج، ۱۲: ۱۶) و شاوووت (Shavuot) (لاویان، ۲۳) در بهار؛ سوکوت (Seukkot) (لاویان، ۲۳: ۲۴) در ابتدای پاییز، رُوش هَشانا (Rosh ha-shanah) در دو روز اول سال نوی عبری.

### د. یوم کیپور

در دهمین روز از سال نوی عبری، روزه بزرگ یهودیان برای طلب بخشایش سالیانه واقع شده است که کیپور (Kippur) یا روزه کفاره (Day of Atonement) نام دارد. یوم کیپور، جدی‌ترین روز سال یهودی است و کنیسه‌ها پُر از نیایش‌کنندگانی است که در روزهای دیگر سال دیده نمی‌شوند (هینلز، ۱۳۸۵، ص ۹۳). در شب و روز این مناسبت نیز کلیه نمازها و دعاها و مراسم، همانند مناسبت‌های شبات، تغییرات ویژه و متناسب با اهداف این روزه بزرگ پیدا می‌کنند. در این روز، چهار بار تفیلا خوانده می‌شود که شامل شحریت، موساف، مینحا و نعیلا (Nyla) است. نعیلا پس از نماز مینحا و قبل از غروب آفتاب به مراسم این روز اضافه می‌شود. پس از هر نوبت از این تفیلاها یک بار سلیحوت (Selichot) دعای بخشایش خوانده شده و دوباره (در شحریت و مینحا) سفر تورا قرائت می‌شود. تفیلا نعیلا در آستانه غروب روز کیپور با شوق و تمرکز خاص خوانده می‌شود. پس از پایان مراسم، شوفار (Shofar) نواخته شده، و تفیلا عرویت خروج از کیپور برگزار می‌گردد.

## نماز در اسلام

خداوند در قرآن کریم می‌فرماید که لقمان اینگونه به فرزند خویش درباره‌ی نماز نصیحت کرد: **يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَأَنْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأَصْبِرْ عَلَيَّ مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ** (ای پسرک من، نماز را برپا دار و به کار پسندیده وادار و از کار ناپسند باز دار، و بر آسبایی که بر تو وارد آمده است شکبیا باش. این [حاکمی] از عزم [و اراده تو در] امور است.) (لقمان/ ۱۷)

از این آیه ضمن اینکه می‌توان اهمیت نماز را برداشت کرد، برخی از ثمرات و فواید عملی نیز قابل استفاده است. از همین روست که در تفسیر این آیه آمده است که لقمان به فرزند خویش خطاب کرد: «ای پسرک من: نماز را برپا دار چرا که نماز مهمترین پیوند تو با خالق است، نماز قلب تو را بیدار و روح تو را مصفاً، و زندگی تو را روشن می‌سازد. و آثار گناه را از جانت می‌شوید، پرتو نور ایمان را در سرای قلبت می‌افکند و تو را از فحشاء و منکرات باز می‌دارد.» (مکارم شیرازی، ۱۳۸۰، ج ۱۷، ص ۵۲).

فرزند عزیزم! مبدا خروس از تو هشیارتر به اوقات نماز و مراقب‌تر باشد! آیا نمی‌بینی که به هنگام هر نماز، رسیدن وقت آن را اعلام می‌کند و سحرگاهان به آوای بلند ندا سر می‌دهد در حالی که تو در خوابی؟ (علی رستمی چافی، ۱۳۷۸، ص ۲۵۶).

و خداوند در آیه دیگری می‌فرماید: **«حَافِظُوا عَلَيَّ الصَّلَوَاتِ وَ الصَّلْوَةَ الْوَسْطَى»** (بقره/ ۲۳۸)؛ (محافظت کنید در برپایی نمازها بخصوص نماز میانمی).

بعضی مفسران در معنای «صلوة وسطی» گفته‌اند مراد نماز جمعه است و عده‌ای هم به شب قدر عقیده دارند ولی به نظر می‌رسد مقصود از آن نماز ظهر است چراکه شأن نزولی که برای آیه نقل شده، صلوة وسطی را به نماز ظهر تفسیر نموده است و عده‌ای از محدثین و

مفسرین نیز این اعتقاد را دارند؛ مرحوم شیخ حر عاملی روایاتی را نقل می‌کند مبنی بر اینکه صلوٰه وسطی همان نماز ظهر است و در پایان می‌فرماید: «اگر چه در بعضی از روایات صلوٰه وسطی تفسیر به نماز عصر شده است اما آنها حمل بر تقیه می‌شوند.» (محسن کازرونی، ۱۳۷۲، ص ۵۱).

یکی از مهمترین حکمت‌های تشریح نماز ذکر و یاد الهی است. «ذکر» یعنی به خاطر آوردن چیزی که در مقام بررسی و تحقیق مورد قبول است ولی در حالت عادی و در مقام عمل از آن غفلت شده است. ممکن است انسان در مقام نظر و بررسی به خداوند ایمان داشته باشد و با تمام وجود به آن معتقد باشد، اما اگر در صحنه زندگی بر اساس این عقیده عمل نکند دچار غفلت از یاد خدا شده است و در این حالت است که احتیاج به تذکر و یادآوری دارد، تا پیوسته ایمان او تعیین کننده مسیر زندگی او گردد و در این راستا نماز بهترین وسیله برای تحقق این هدف است و از همین روست که خداوند می‌فرماید نماز با به خاطر یاد من به جا آوردید. («واقم الصلوٰه لذكری» طه / ۱۴)

به عبارت دیگر «ذکر یک تأثیر کلی در اعمال انسان دارد و آن این است که اعمالش با جهت اعتقادی‌اش منطبق می‌شود و در این صورت است که اگر نماز تأمین کننده ذکر الهی باشد، یک نوع رابطه‌ی داد و ستدی بین متن نماز و تأثیر پذیری او در خارج ایجاد می‌شود.» (حائری شیرازی، ۱۳۶۲، ص ۱۵).

نماز علاوه بر اینکه از بعد دینی بازدارنده از گناهان و عاملی در جهت محو معاصی و مغفرت و آمرزش الهی است، از بعد اخلاقی نیز وسیله‌ای در جهت پرورش فضایل اخلاقی و تکامل معنوی انسان است. نماز خودبینی و کبر که منشأ بسیاری از رذایل اخلاقی است، را از بین می‌برد و به سایر رفتارهای آدمی در زندگی ارزش و روح می‌دهد. نماز انسان را به حیاتی پاک دعوت کرده و روح انضباط را در انسان تقویت می‌کند. (عباس عزیزی، ۱۳۷۵، ص ۱۰۰).

## نتیجه

یکی از دلایل حجیت عقل از نظر قرآن این است که برای احکام و دستورها فلسفه ذکر می کند معنای این امر این است که دستور داده شده معلول این مصلحت می باشد. علمای اصول می گویند مصالح و مفاسد در سلسله ی علل احکام قرار می گیرند. مثلاً قرآن در یکجا می گوید نماز بیای دارید و در جای دیگر فلسفه اش را هم یادآوری می کند:

«إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ» ( عنکبوت/۴۵).

اثر روحی نماز را متذکر می گردد که چگونه بانسان تعالی می دهد و بسبب این تعالی انسان از فحشاء و بدیها انزجار و انصراف پیدا می کند و یا از روزه یاد می کند و بدنبال دستور به اجرای آن می گوید:

«كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ». (بقره/۱۸۳).

و چنین است در مورد سایر احکام نظیر زکوة و جهاد و... که درباره ی همه ی آنها از لحاظ فردی و اجتماعی توضیح می دهد. به این ترتیب قرآن به احکام آسمانی در عین ماورائی بودن جنبه این دنیایی و زمینی می دهد و از انسان می خواهد درباره ی آنها اندیشه کند تا کنه مطلب برای او روشن گردد و تصور نکند که اینها صرفاً یک سلسله رمزهای مافوق فکر بشر است. (مطهری، آشنایی با قرآن، ص ۵۲).

دکتر الکسیس کارل در مطالعات و نوشته های خود برای معالجه یأسهای ناشی از تمدن جدید، می گوید: «نیایش، به آدمی نیروی تحمل غمها و مصائب را می بخشد و هنگامی که کلمات منطقی برای امیدواری، نمی توان یافت، انسان را امیدوار می کند و قدرت ایستادگی در برابر حوادث بزرگ به او می دهد. (راه و رسم زندگی، کارل، ص ۱۳۷).

نیایش علاوه بر این که آرامش به وجود می‌آورد، بطور کامل و صحیحی در فعالیتهای مغزی انسان یک نوع شگفتی و انبساط باطنی و گاه قهرمانی و دلاوری را تحریک می‌کند. (الکسیس کارل، ص ۱۱، ۱۲).

بنابراین می‌توان گفت افراد یک جامعه که از آرامش روحی و روانی برخوردارند می‌توانند با رعایت صحیح قوانین اعتباری، اجتماعی عاری از ظلم و بزهکاری داشته باشند.

دنیای علم از دنیای نیایش متفاوت است، اما متباین نیست، لکن نتایج دعا و نیایش را می‌توان از روی علم دریافت، زیرا نیایش نه تنها بر روی حالات عاطفی بلکه بر روی کیفیات بدنی نیز اثر می‌کند. پزشک فرانسوی «الکسیس کارل» ثابت کرد که نماز سبب ایجاد نشاط معنوی مشخصی در انسان می‌گردد و همین حالت است که احتمالاً منجر به شفای سریع برخی از بیماران در زیارتگاهها و معابد می‌شود».

انسان پس از نماز، به ذکر و دعا می‌پردازد و این خود به تداوم آرامش روانی کمک می‌کند. اصولاً انسان در دعا، با خدای خود به مناجات می‌پردازد و از مشکلاتی که او را در زندگی ناراحت و مضطرب ساخته است، به درگاهش پناه می‌برد و با بازگو کردن رنج و اندوه خود از خدا می‌خواهد که در حل مشکلات و برآوردن نیازها به او کمک کند.

رابطه ی معنوی میان انسان و خداوند در اثنای نماز، به او آن چنان نیروی معنوی می‌بخشد که مایه ی تجدید امید، تقویت اراده و آزاد شدن تواناییهای عظیم وی می‌شود، تواناییهایی که او را بر تحمل سختیها و انجام کارهای بسیار بزرگ قادر می‌سازد. (نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص ۳۵۹).

با توجه به مفاهیم موجود در آیین‌های نماز و نیایش ادیان مختلف و با عنایت به اینکه هر جامعه تشکیل می‌شود از افراد و روابط متقابل میان آنها واز سوی دیگر محیط هر جامعه از

کنش‌های اجتماعی افراد متأثر است، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت؛ نماز و عبادات با بازسازی روحی هر فرد، در شکل‌گیری یک جامعه سالم نیز تأثیر بسزایی خواهد داشت.

#### منابع

۱. قرآن کریم
۲. کتاب مقدس نشر ایلام
۳. نهج البلاغه
۴. بحارالانوار
۵. اشتاین سالتز، آدین، سیری در تلمود، ترجمه: باقر طالبی دارابی، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان و مذاهب، ۱۳۸۴.
۶. آنترمن، الن، باورها و آیین‌های یهودی، ترجمه: رضا فرزین، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان و مذاهب، ۱۳۸۵.
۷. پیترز، اف. ای، یهودیت، مسیحیت و اسلام، ترجمه: حسین توفیقی، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان و مذاهب، ۱۳۸۴.
۸. ترجمه تفسیر طبری، تحقیق حبیب یغمایی، توس، تهران، ۱۳۵۶.
۹. جعفری، ابوالقاسم، نماز در ادیان، انتشارات ستاداقامه نماز، چاپ اول، ۱۳۹۲
۱۰. حائری شیرازی، مجی‌الدین، نماز، دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۲.



۱۱. حمامی لاله‌زار، یونس، سیدور یشاریم (نیایش روزانه یهود، نماز یهودیان)، تهران، انجمن کلیمیان، ۱۳۸۲.
  ۱۲. خزائلی، محمد، احکام قرآن، انتشارات بدرقه جاویدان، چاپ اول، ۱۳۸۴.
  ۱۳. دقیقیان، شیرین‌دخت، نردبانی به آسمان، نیایشگاه در تاریخ و فلسفه یهود، تهران، نشر ویدا، ۱۳۷۹.
  ۱۴. رستمی چافی، علی، نماز راز دوست، دارالثقلین، ۱۳۷۸.
  ۱۵. رضایی، عبدالعظیم، اصل و نسب و دین‌های ایرانیان باستان، نشر در، چاپ دهم، ۱۳۹۳.
  ۱۶. عزیزی، عباس، تفسیر و پیام آیات نماز، انتشارات نبوغ، ۱۳۷۵.
  ۱۷. غمخوار یزدی، محمد جواد، جایگاه نماز در ادیان الهی، نشر الف، بی‌تا.
  ۱۸. فرهنگ لغت دهخدا
  ۱۹. فرهنگ لغت عمید
  ۲۰. فرهنگ لغت معین
  ۲۱. کازرونی، محسن، خلوت‌نگه راز، نشر مؤلف، ۱۳۷۲.
  ۲۲. کتاب مقدس، ترجمه ولیم گلن، دار السلطنه لندن، ۱۸۵۶ میلادی، عهد جدید.
  ۲۳. کتاب مقدس، ترجمه ولیم گلن، دار السلطنه لندن، ۱۸۵۶ میلادی، عهد جدید.
- ص ۳۸۴.

۲۴. حسینی دشتی، سید مصطفی، معارف و معاریف، ج ۸، چاپ دوم، قم، ۱۳۷۶.
۲۵. مطهری، مرتضی، آشنایی با قرآن، امیرکبیر، تهران، ۱۳۸۲
۲۶. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه ج ۱۷، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۰.
۲۷. ناس، جان، تاریخ جامع ادیان، ترجمه: علی اصغر حکمت، انتشارات پیروز، تهران.
۲۸. نوروزی، محمد مسعود، ناز تو نیاز من (مقدمه‌ای بر فلسفه نماز)، انتشارات یادآوران؛ چاپ سوم ۱۳۹۰
۲۹. نجاتی، محمدعثمان، قرآن و روان شناسی، ترجمه عباس عرب، بنیاد پژوهشهای اسلامی، چاپ سوم، ۱۳۷۲
۳۰. هاکس، جیمز، قاموس کتاب مقدس، اساطیر، تهران، ۱۳۸۳.
۳۱. تاج لنگرودی، محمدمهدی، اخلاق انبیاء از آدم تا خاتم، نشرحیدری، تهران، ۱۳۷۰.
۳۲. هینلز، جان راسل، فرهنگ ادیان جهان، گروه مترجمان، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان و مذاهب، ۱۳۸۶. گاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
۳۳. هینلز، جان راسل، راهنمای ادیان زنده، ترجمه: عبدالرحیم گواهی، چاپ اول، قم: بوستان کتاب، ۱۳۸۵.