

نیایش اوج عشق بازی با معبود خویش



آکادمی مجازی باور مثبت

در کتاب نیایش اوج عشق بازی با معبود خویش مباحث زیر رو
باهم بررسی می‌کنیم:

- ✓ توصیفی زیبا از نیایش
- ✓ نیایش نیرویی درونی برای حال خوب داشتن
- ✓ درک نیایش دریچه‌ی رو به احساس خوب
- ✓ چرا لازمه نیایش پاکی درونه؟
- ✓ بررسی چرایی نیایش در زندگی شما
- ✓ نیایش به نفع کیست؟
- ✓ در نیایش درخواست کنید
- ✓ آیا تا حالا با خداوند راه رفتین؟



توصیفی زیبا از نیایش

نیایش رو همیشه در لغت به معنای عبادت، دعا، ستایش و ... دونست و در واقع نیایش شبیه یه پل بین بنده و خداست، راهی که ما میتونیم عشق بازی کنیم و به معشوقمون برسیم یا راهی که بشه آرامش خالق رو دریافت کرد.

در واقع نیایش یه حالت روحی و معنویه که وقتی انسان اون رو داره وجود خالقش رو در کنارش حس میکنه و همین امر باعث میشه که توی اون لحظه آرامش رو در زندگی حس کنیم.



نیایش نیرویی درونی

موضوعی که امروز می‌خواهیم در موردش صحبت کنیم باهم یه ابزار نیست یه حالت درونی و یا یه حالت معنویه که درک بهترش باعث میشه نگاه زیباتری داشته باشیم هر کسی در جای جای زندگیش در وقت‌های که کسی نیست شروع میکنه با خدای خودش یا چیزی که بهش اعتقاد داره صحبت میکنه،

همون صحبت باعث میشه که آرامشی رو در زندگی حس کنیم، این لحظه رو بهش میگن لحظه‌ای که ما داریم نیایش می‌کنیم و امروز می‌خواهم در مورد نیایش باهاتون صحبت کنم و به درک زیبایی در مورد نیایش برسیم اما قبل از همه چیز یه درک رو در مورد نیایش باهم بررسی می‌کنیم که به یه شناخت اولیه بهش برسیم



درک نیایش درچه ی رو به احساس خوب

وقتی می‌گیریم به موضوع رو درک کنیم منظورمون دقیقاً چه چیزیه؟ و الان می‌خواهیم درک و شناخت بهتری از نیایش پیدا کنیم درک به معنی اینه که با اون موضوع راحت باشی و به راحتی حسش کنی و بفهمیش وقتی به این احساس و مرحله از خودشناسی برسی تو آدم با درکی میشی و موضوعات مختلف رو به راحتی درک میکنی.

برای اینکه ما بتونیم بعد روحی زندگیمون رو بیدار کنیم و برای آرامش و لذت بردن از زندگی از درونمون کمک بگیریم نیاز به یه سری مقدمه داریم که یکی از این مقدمه‌ها نیایشه با نیایش ما کم کم درک می‌کنیم،



چیزی بزرگتر و عظیم‌تر از این جسم خاص هستیم و میتونیم خودمون رو از وابستگی‌های دنیا رها کنیم و از زندگی لذت بیشتری ببریم، به قول فردوسی:

همه نیکویی‌ها ز گیتی به توست / نیایش ز فرزند گیرم نخست

چرا لازمه نیایش پاکی درونه؟

وقتی ما میتونیم نیایش رو واقعاً حس کنیم که اول بیایم از درون خودمون رو صاف کنیم و درک کنیم که ما زیباترین هدیه خداوند هستیم، و این زیبایی‌ها رو ببینیم و وقتی این زیبایی‌ها رو دیدیم کم کم میتونیم حس نیایش واقعی رو هم حس کنیم،

تمرین: همین حالا یه نامه برای خالق که بهش باور و ایمان دارین بنویسین و حرف‌های که دوست دارین رو به خالقتون بزنین چیزایی که دوست دارین رو بگین و بخواین که کمک کنه که در زندگی به این موارد برسیم.

بررسی چرایی نیایش در زندگی شما

بعد از تعریف و درک نیایش در مورد نیایش می‌بینیم که تموم نیایش‌های که ما داریم برای یه خواسته است، پس در واقع ما نیایش می‌کنیم برای رسیدن به یه حال و خواسته است و توی داستان می‌بینیم که اون مسئله‌ها برای این بود که بنده تو بیایی با خدا بیشتر حرف بزنی و

ستایش کنی، اما موردی که میخوایم اینجا بگم اینه که خداوند به نیایش‌های ما جواب میده،



حالا بسته به موردی که ازش میخوایم شروع میکنه به پاسخ دادن و این پاسخ‌ها موارد عجیب غریبی نیست، از یه آرامش شروع میشه تا زنگ زدن یه دوست، یه پیشنهاد جدید، یه ایده و... پس در دعاها و ستایش هامون منتظر معجزه نباشیم،

فقط بعد از ستایش بیایم و موارد اطرافمون رو بیشتر و با دقت تر ببینیم. آموزش نیایش یه آموزشه معنوی و عرفانی است.

نیایش در اشعار فارسی

به دلیل معنوی بودن نیایش در ادامه یه شعر رو با هم میخوانیم و بعد ادامه میدیم یه شعر...

خدایا خسته‌ای در غم اسیرم
 به نزدت بنده‌ای زار و حقیرم
 تو را در سینه می‌یابم خدایا
 هر آنوقتی سراغت را بگیرم
 تو را ویرانه‌ها لایق نباشد
 که در ویرانه‌ای گیری تو ماوا
 تو را قصری طلا باشد سزاوار
 سرای دل بود ویرانه‌ای خوار
 ولی چون متنی بر من نهادی
 به روی چشم من پایت تو بگذار
 که دانه گر تو جایی پا گذاری
 به رویش آتشی سوزان بباری
 دل منم به آتش آشنا شد
 که از نا پاکی دنیا رها شد
 دلک را اشک پاکی شستشو داد
 که پاک از هر گناه و هر خطا شد
 دلم را چون طهارت داده آتش
 تو با عشق خودت دادی نجاتش

کنون با عشق تو قلب شکسته
جلا گیرد تمامس صفاتش
دل زاری که از صد غصه بشکست
به ناگه با تو و عشق تو پیوست
کنون آه... ای خدای مهربانم
دل از غیر تو هم یکبار بگسست
به روی تو در دل را گشودم
ولی دردل تورا پیدا نمودم
چو دیدم قلب ما ویرانه جایی ست
تورا بر این قدم رنجه ستودم
نباشد این عجب گر دل گزیدی



تو خود دل را به آتشها کشیدی
تو ماوای خودت را پاک کردی
چو نوری بعد آن بر دل دمیدی
تو خواهان همان سوزنده جانی
که می‌خواند تو را با مهربانی
هر آن قلبی که در عشق تو سوزد
تو را خاموش آیدت آنجا نمایی
کنون گر لایقم دانی خدایا
به قلب خسته ما لطف فرما
مرو از قلب من هرگز خدایا
ز ویران کلبه درویشی ما

و شاید اگه بخوام در نیایش شعر یه الگو رو معرفی کنم همیشه به حضرت مولانا و متنوی معنوی اشاره کنم که چند بیت از یکی از شعرها رو اینجا میاریم، که برای مطالعه بیشتر هم میتونین اون کتاب رو بخونین.

ای خدا ای فضل تو حاجت روا
با تو یاد هیچ کس نبود روا
این قدر ارشاد، تو بخشیده‌ای
تا بدین، بس عیب ما پوشیده‌ای
قطره‌ای دانش که بخشیدی زپیش
متصل گردان به دریاهاى خویش و...

بررسی نیایش از زاویه دیگر

نیایش از تمام مفاهیمی که شاید تا الان شنیدیم تفاوت داره و جدای از تمام ارسال فرکانس و قانون جذب، در واقع نیایش یعنی عشق بازی کردن با خالق که فقط عشق و آرامش رو برای ما میخواد و در حالتی که ما پیدا می‌کنیم، در واقع حالتی جدای از همه حالتها و حس‌های دیگه ای هست که در زندگی اونارو تجربه کردیم



این مورد تا جایی ادامه پیدا میکند که ارزش واقعی انسان رو در زندگی میتونه تعیین کنه و میتونه جنبه معنوی یه انسان رو به ارزش‌های بالایی برسونه.

وقتی که فردی میاد از نیایش کردن دوری میکنه و با خدای خودش حرف نمیزنه در واقع داره خودش رو از درهایی که به واسطه همون نیایش میتونه به روش باز بشه دور میکنه، اما فردی که در درونش این رو حس میکنه میتونه از این برکت و فرصت ر زندگیش استفاده کنه.

یک ابزار برای نیایش

شاید یکی از لازمه‌های که برای نیایش باید داشته باشیم خلوص قلب و حضور قلب باشه، ما اگه در حال راز و نیازیم بایستی بدونیم که داریم با خالق تمام دنیا صحبت می‌کنیم و در اون لحظه جایی بجز اون در قلبمون نداشته باشیم،

وقتی در دلی کینه باشه نیایش درستیم صورت نمیگیره که اون از درون با خودمون صافشیم اول خودشناسی بعد خداشناسی،

نباید نیایش ما فقط برای لحظه‌های سختی باشه در واقع بعضی وقتها افراد چون نگاه انسان گونه‌ای به خداوند دارن فکر میکنن میتونن با دعا برای حل مشکل خدا رو گول بزنن ولی در واقع دارن خودشون رو گول میزنن،

خداوند به نیت قلبی ما در دعا و نیایش نگاه می‌کند باید درونمون و نیتمون برای خودمون و خدا باشه نه اینکه بخوایم از اون نیایش سوء استفاده کنیم؛ وقتی که با خلوص قلب نیایش کنیم خواسته‌های که داریم،



هم بر آورده میشه و درهای رحمت و هدایت به روی ما باز میشه پس این که بیایم اول خودشناسی کنیم لازمه همیشه برای نیایش‌ها ما که یادگیری در حوزه خودسازی و تزکیه داشته باشیم.

نماز نیایش توجه آگاهانه به معشوق

نوع دیگر نماز، نیایش نیازمندانه هستش، در چنین نیایشی اکراه و اجبار راه نداره، نماز، تکلیفی از سر باز کردنی تلقی نمیشه که ناگزیر باید بجا آورده بشه عشق و اشتیاقه که می‌کشاند و جذب می‌کند



شمه‌ای از این شیفتگی را مولانا در مثنوی خود برای ما به تصویر کشیده است؛ حسرت مردی را روایت می‌کند، که مشتاق پیوستن به صفوف نماز است، اما همینکه به مسجد می‌رسد، پیامبر و مؤمنین را در ختم نماز و خروج از مسجد می‌یابد. آهی از ته دل می‌کشد و می‌شکند!

گفت آه و دود از آن آه شد برون
آه او می‌داد از دل بوی خون
آن یکی گفتا بده آن آه را
وین نماز من ترا بادا عطا
گفت دادم آه و پذیرفتم نماز
او ستد آن آه را با صد نیاز



سپس نقل می‌کند که شب در خواب دید که خدا به حرمت حضور او، نماز بقیه را قبول درگاهش کرده است در واقع جان او در نماز به پیامبر اقتداء کرده بود، هر چند جسمش به جمع نرسیده بود و بودند کسانی که در مسجد بودند، ولی دلشان هوای و هوسهای بیرونی را داشت.

اقتباسی از نیایش امام سجاد

پروردگارا بر محمد و دودمان او درود فرست.
و مرا از اسراف و زیاده روی باز دار!
و با بخشش و میانه روی پایدارم کن.
و روش نیکو خرج کردن را به من بیاموز!
و مرا به لطف خود از ولخرجی دور دار!
و روزی‌هایم را با سببهای حلال روان ساز.
و انفاقم را در راههای خیر توجیه پذیر گردان.
و ثروتی که مغرورم سازد؛
یا مرا به ستمکاری کشاند؛
یا باعث سرکشیم گردد؛ از من دور ساز!

آیا تا حالا با خداوند راه رفتین؟

آیا تاکنون آرزوی راه رفتن با خداوند رو کردین؟ نه این که حضور اونو در لحظات دعا یا الهام حس کنید بلکه خداوند را همراه همیشگی خود بدانید؟ آیا تا کنون آرزو کردین

خداوند رو مثل نیرویی که حتی در لحظات انجام وظایف روزمره تون حضور داره بدونین؟

یا مته چراغی در مقابل کوره راه زندگی، یا لنگری که شما را در مقابل امواج دریایی که از آن عبور می‌کنید، محکم نگه می‌دارد؟



آیا تا به حال آرزو کردین خداوند را مته صدایی که به شما می‌گوید در کدام جهت حرکت کنید و کی توقف کنید، تجربه کنید،

همچون عشقی که دل‌ها را گرم می‌کند، ایمانی که هرگز خاموش نمی‌شود و یاری که شما را ترک نمی‌کند؟ با دقت و توجه، به آنچه که هم اکنون متعلق به شماست، شما می‌تونید امروز و هر روز با خداوند راه برین.

زیرا خداوند همراه همیشگی همه انسان‌هاست و با همه انسان‌ها راه رفته است گر چه عده خیلی کمی آن را دریافته‌اند، پس این حقیقت بزرگ را به خاطر داشته باشید که خداوند با شما راه می‌رود.



زیباترین آیات نیایش در قرآن

در قرآن کریم خیلی آیات زیبایی به صورت پراکنده در تموم سوره‌های قرآن وجود دارد که معانی بسیار زیبایی برای نیایش و ستایش پروردگار و معبود خود بیان شده، اما ما در اینجا از آیات ابتدایی و انتهایی سوره آل عمران چند آیه رو انتخاب کردیم که برای شما عزیزان زیباترین احساسات رو وجود میاره.

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ
(۸)

(می گویند) پروردگارا پس از آنکه ما را هدایت کردی دل‌هایمان را دستخوش انحراف مگردان و از جانب خود رحمتی بر ما ارزانی دار که تو خود بخشایشگری (۸)

رَبَّنَا إِنَّكَ جَامِعُ النَّاسِ لِيَوْمٍ لَا رَيْبَ فِيهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُخْلِفُ الْمِيعَادَ (۹)
پروردگارا به یقین تو در روزی که هیچ تردیدی در آن نیست گردآورنده [جمله] مردمانی قطعاً خداوند در وعده [خود] خلاف نمی‌کند (۹)



رَبَّنَا إِنَّكَ مَنْ تَدْخِلِ النَّارَ فَقَدْ أَخْزَيْتَهُ وَمَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ أَنْصَارٍ (۱۹۲)
 پروردگارا هر که را تو در آتش درآوری یقیناً رسوایش کرده‌ای و برای
 ستمکاران یاورانی نیست (۱۹۲)

رَبَّنَا إِنَّا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِي لِلْإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا
 ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَقَّنَا مَعَ الْأَبْرَارِ (۱۹۳)

پروردگارا ما شنیدیم که دعوتگری به ایمان فرا می‌خواند که به پروردگار
 خود ایمان آورید پس ایمان آوردیم پروردگارا گناهان ما را بیامرز و
 بدیهای ما را بزدای و ما را در زمره نیکان بمیران (۱۹۳)



رَبَّنَا وَآتِنَا مَا وَعَدْتَنَا عَلَىٰ رُسُلِكَ وَلَا تُخْزِنَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّكَ لَا تُخْلِفُ الْمِيعَادَ
(۱۹۴)

پروردگارا و آنچه را که به وسیله فرستادگانت به ما وعده داده‌ای به ما عطا کن و ما را روز رستاخیز رسوا مگردان زیرا تو وعده‌ات را خلاف نمی‌کنی

همه ما نیازمند به راز و نیاز با خداوندیم و این نیازها هستن که مارو به سمت رفاه بیشتر هل میدن و در مسیر تلاش بیشتر قرار میدن

به قول مولونا که میگه:
هر چه رویید از پی محتاج رُست
تا بیابد طالبی چیزی که جست
حق تعالی گر سماوات آفرید
از برای دفع حاجات آفرید
هر کجا دردی دوا آنجا رود
هر کجا فقری نوا آنجا رود
هر کجا مشکل جواب آنجا رود
هر کجا کشتی است آب آنجا رود
آب کم جو تشنگی آور بدست
تا بجوشد آبت از بالا و پست

نیایش به نفع کیست؟

خیلی وقتها ما میخوایم در نیایش یک معامله انجام بدیم و فکر می‌کنیم که نیایش کردن ما به نفع خداست یا خداوند به این نیای و عشق بازی نیاز داره و این دقیقاً در حالتی که خداوند منبع هستش و یک منبع بی انتهاست و یک منبع نیازی به تزریق نداره بلکه دوست داره که ازش برداشت بشه و ما با استفاده از نعمتها و فرصتهای زندگیمون و با نیایش کردن در حال برداشت هستیم،



پس در باطن این موضوع که نیایش به نفع کیست به این جواب قطعی و کامل می‌رسیم که نیایش به نفع ماست اما چرا؟ بزارین جواب این چرایی رو از دیدگاه قوانین دنیا بررسی کنیم: اینکه الآن اکثر افراد با قانون جذب و ارتعاش آشنا هستن یک واقعیت انکار ناپذیره و این موضوع آشکار شده که ما با افکارمون و احساسمون فرکانس‌های رو می‌فرستیم و بر اساس فرکانس‌های که ما در حال فرستادن هستیم،

واقعیت‌های رو به زندگیمون دعوت یا جذب می‌کنیم و زمانی که ما در حال نیایش هستیم و به دنبال لمس معنای واقعی نیایش هستیم هم حس و حال و هم افکار عالی رو به همراه خودمون داریم. اینکه ما بتونیم حس خوب و افکار مثبتی رو داشته باشیم،



باعث میشه که جذب‌های مثبتی رو داشته باشیم ولی اگه بخوایم یک نگاه اجمالی دیگه داشته باشیم میتونم این رو بگم که وقتی ما در حال برقراری یک ارتباط معنوی و درونی هستیم،

در مدت زمانی که در حال ایجاد اون ارتباط هستیم ما اشتیاق و انرژی بهتری رو داریم و در ادامه زندگی میتونیم از این انرژی و از این اشتیاق بهره بگیریم،

برای اینکه بتونیم مسیر زندگیمون رو با انرژی بیشتری طی کنیم چون هر موضوعی که ما بتونیم در درون نهادینش کنیم استحکام بیشتری رو خواهد داشت.

خدا همیشه هست

خدا همیشه در کنار همه ما انسان هاست و همواره در حال کمک کردن به ماست و این رو میشه با نیایش بیشتر از هر زمانی درک کرد خدایا تو هر روز به من می‌بخشی هدیه‌ای رو که شاید خیلی وقت‌ها من قدردان این هدیه نباشم و این هدیه اسمش زندگیست.

خدای مهربانم تو چه بی‌شمار با عشق به من بخشیدی و من چه ریز بینانه با حساب و کتاب با زندگی برخورد می‌کنم
خدایا مهربانم کمک کن که وجود تو و نعمت‌های که به من دادی رو درک کنم و بیشتر از هر زمانی بابت داشته‌های که دارم شاد باشم.

این ما هستیم که بایستی دیدگاهمون رو تغییر بدیم نه خداوند، در مواقع زیادی از زندگی ما انسانها منتظر هستیم

که خداوند برای ما کاری کنه و از دید دیگهای به ما نگاه کنه و این درحالیه که ما بایستی با یک دید تازه به خودمون و زندگیمون نگاه کنیم ما با نیایش میتونیم این تغییر زاویه دید رو در زندگیمون داشته باشیم و درکهای تازه‌ای رو در زندگی برای خودمون ایجاد کنیم.



در نیایش درخواست کنید

نیایش و دعا یک عامل میتونه باشه که ما یک رابطه بین خودمون و خدای خودمون ایجاد کنیم و همین رابطه باعث میشه که بدونیم داریم با چه خالق ارتباط میگیریم من میخوام به شما بگم ما میتونیم در نیایش‌هایی که داریم و در دعا‌هایی که داریم درخواست هامون رو با خدا مطرح کنیم تا بتونیم جواب بگیریم.

یک فرمول هستش که میگه تا زمانی تقاضا نباشه ارائه دادنم نیست و ما زمانی که بتونیم در نیایش‌های که داریم تقاضا و درخواست هامون رو مطرح کنیم اونوقت میتونیم منتظر دریافت هم باشیم پس دعا میتونه یک راه ارتباطی با خالقمون باشه تا به خواسته هامون برسیم.



جمع بندی کتاب و کلام پایانی

دوست دارم در جای جای زندگی که دارین از لذت نیایش استفاده کنین و همونطوری که طول روز وقت میذاریم برای صحبت با بقیه یه وقت‌های رو هم، برای صحبت با خدای خودمون بذاریم هر چند که باید هر لحظه ما خداوند باشه.

خدایا

به ذکر نام زیبایت

و نیایش لحظه‌هایت

وجود زمینی‌ام را ملکوتی گردان

تا آنچه

تو می‌خواهی باشم

و از آنچه

من هستم رها شوم

که تو بی نیاز و من غرق نیازم



نیایش بدون عشق، غلط، توخالی و بیهوده است. کلمات نیایش بدون عشق
ابتداً هیچ ارزشی ندارند. و کسانی که علاقمند سفر بسوی خدا هستند،
هیچکدام بدون عشق نمیتوانند برسند دوست دارم به بهترین‌ها و
عالی‌ترین‌های زندگی‌تون برسین چون لایق عالی‌ترین‌ها و بهترین‌ها
هستین.

همیشه بایستی در راستایی رشدمون حرکت کنیم اما یه وقت‌های هم
نیاز به خلوت داریم بهترین خلوت هم میتونه خلوت کردن با معشوق
باشه جدایی از هر چیزی که روی این زمین داریم امیدوارم تونسته
باشیم اینبار هم یه درک بهتری بدیم بهتون و تونسته باشیم یه تأثیر
مثبت رو در زندگی شما عزیزان گذاشته باشیم.

دوستتون داریم

درپناه حق

یا حق.