

راه کارهای تقویت دعا در بین نوجوانان

سارا صادقی^۱، نوشین مطاعی، شهلا سلیمانی، زهرا شیخ پور، اعظم کریمی^۲

چکیده

دعا یک امر دینی است که ریشه در همه ادیان، مذاهب و فرقه‌ها دارد. دعا عبارت است از درخواست نیاز از خداوند که این نیاز می‌تواند هم مادی باشد هم معنوی. اسلام دعا را تحت شرایط و شیوه‌های خاصی مورد پذیرش و قبول می‌داند. دعا به سبب آثاری که دارد سبب ایجاد آرامش و دوری از گناه در انسان می‌شود. زمان نوجوانی حساس‌ترین و مهم‌ترین زمان زندگی هر انسانی است؛ زیرا انسان در این زمان مانند یک مایع است که به دنبال قالب می‌گردد. از طرفی میل انسان به گناه در این دوران بیشتر از دوران‌های دیگر است. به همین دلیل ترویج دعا در این دوران از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است؛ زیرا نتیجه ترویج دعا در این دوران، ایجاد امید و آرامش، دوری از گناه، دوری از پرخاشگری، کنترل اخلاق، ثبات شخصیت و... در میان نوجوانان است. برای ایجاد بینش دعا در میان نوجوانان را هکارهای متفاوتی وجود دارد. از آن‌جا که خانواده اولین جایی است که فرزندان در آن پا می‌نهند از این رو والدین می‌توانند بیشترین نقش را در ترویج بینش دعا در نوجوانان داشته باشند. والدین با عامل بودن خود به مسائل مذهبی علی‌الخصوص دعا و شرکت در مجالس دعا می‌توانند دعا را در میان فرزندان خود که برخی نوجوان هستند ترویج دهند. همچنین محیط مدرسه، دانشگاه و رسانه و... از طریق الگودهی مناسب به نوجوانان، تشویق نوجوانان نسبت به دین و دعا، ساخت فیلم‌های مناسب در این زمینه می‌توانند بینش صحیح و مناسب را در نوجوانان نسبت به دعا ایجاد کنند.

کلیدواژه‌ها: بینش، دعا، نوجوانان، بینش دعا، خانواده

^۱. استاد راهنما: سطح سه جامعه الزهرا (سلام الله علیها)، مدرس حوزه علمیه.

^۲. طلاب سطح دو، مدرسه علمیه فاطمه الزهرا (سلام الله علیها)، ۰۹۱۸۰۵۴۲۳۶۳، n.m@gmail.com

مقدمه

خداوند انسان را بر اساس هدف خاصی خلق کرده است. بر طبق آیات و روایات هدف اصلی خلقت انسان عبادت است. یکی از انواع عبادت دعا است که نوعی درخواست از خداوند است که این درخواست شامل مسائل مادی و معنوی می‌باشد.

دوران نوجوانی، دورانی پر از هیجان و تغییر و تحول و از دوران های سرنوشت ساز در زندگی هر فردی است. نوجوانان در این دوران مانند آب روانی هستند که به دنبال قالبی می‌گردند که خود را در آن ریخته و به خود شخصیت و تشخیص داده. از این رو هدایت نوجوانان در این دوران به سمت مسائل دینی و علی الخصوص دعا می‌تواند نقش بسیار مهمی در آرامش، مسائل اخلاقی آن‌ها و موفقیت آینده آن‌ها داشته باشد. برای تمایل نوجوانان به سمت دعا باید بینش آن‌ها را نسبت به مسائل دینی و دعا تغییر داد و در آن‌ها تفکر مثبت و سازنده نسبت به این مسأله ایجاد نمود. عوامل متعددی در ایجاد این بینش نقش دارند؛ عواملی همچون خانواده، مهد کودک، مدرسه، دانشگاه، فضای مجازی، رسانه‌ها، حوزه و... این عوامل می‌تواند با انجام راه کارهای مناسب نوجوانان را به سمت دعا سوق دهند. راهکارهایی مانند عامل بودن خود نسبت به این مسأله، تشویق نوجوانان، الگو دهی مناسب، ساخت فیلمهای مناسب و... تمایل نوجوانان به سمت دعا می‌تواند تاثیر مثبت در آینده آن‌ها داشته باشد. هدف اصلی راه کارهای ترویج بینش دعا در میان نوجوانان است. با ایجاد بینش دعا در میان نوجوانان و ایجاد روحیه دعا در میان آن‌ها می‌توان در میان نوجوانان آرامش را ایجاد نمود، مشکلات اخلاقی مثل پرخاشگری را در میان آنان به حداقل رساند.

مفهوم دعا

دعا از ریشه (دع و) می‌باشد در لغت به معنای خواندن (صدا زدن) و درخواست کردن است. این واژه اصطلاحاً در مورد خواندن و مسئلت از او به کار رفته است.

در احادیث، دعا نوعی عبادت و بندگی خدا شمرده شده است. همان گونه که امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «الدُّعَاءُ هُوَ الْعِبَادَةُ؛ دعا عبادت پروردگار است» (کافی، ج ۲، ص ۴۶۷). از این روایت می‌فهمیم که منظور از عبادت، دعا است و بهترین عبادت نیایش است.

از این رو هر کس به اندازه درک و شناخت خود، مفهوم خاصی را از آن تلقی می‌کند و بزرگان و نویسندگان تعاریف گوناگونی را در این زمینه بیان داشته‌اند علامه طباطبایی در تفسیر المیزان در بیان مفهوم دعا چنین می‌فرماید: «الدُّعَاءُ مِنَ الْعَبْدِ لِرَبِّهِ عَطْفٌ رَحْمَتِهِ وَ عِنَايَتِهِ إِلَى نَفْسِهِ» دعای بنده نسبت به پروردگارش، جلب رحمت و توجه و عنایت اوست به سوی خودش (تفسیر المیزان، ج ۱۰، ص ۳۸) بنابراین دعا و نیایش عبارت است از برقرار کردن رابطه میان انسان و پروردگار، رابطه میان موجودی بی‌نهایت کوچک و ضعیف (انسان) و وجودی بی‌نهایت بزرگ و غنی (خداوند متعال) اگر این رابطه روحی با عشق و علاقه عمیق و با سوز و گداز همراه باشد، از آن به راز و نیاز و مناجات تعبیر می‌شوند. نیایش و دعا نیز بیانگر رابطه انسان و خدا است.

راهکار های تقویت ینش دعا در میان نوجوانان

۱. زمینه سازی مناسب

از نظر لغوی زمینه به معنای نقشه، طرح و موضوع است؛ زمینه‌سازی نیز به معنای آماده‌کردن طرح و نقشه برای انجام دادن کاری می‌باشد (عمید ۱۳۶۷، ۷۳۹).

یکی از عوامل ایجاد شکل‌گیری و شکل‌دهی رفتارهای مطلوب در انسان انتخاب شرایط و زمینه‌های مناسب می‌باشد. توجه به امکانات بالقوه می‌باشد و طبق این روش باید شرایطی که سبب از بین رفتن رفتارهای نامطلوب و آسان‌کننده شکل‌گیری رفتارهای مطلوب می‌شود را مهیا کرد. اشخاص تحت شرایط مختلف

محیطی اعم از شرایط مکانی، زمانی و اجتماعی قرار می‌گیرند و می‌توان گفت هر شخصی هم از نظر ظاهر و هم از نظر باطن تحت تأثیر شرایط واقع می‌شود. به همین دلیل برای از بین بردن بعضی از رفتارهای نامطلوب و نیز ایجاد رفتارهای مطلوب در اشخاص باید محیط او را تغییر داد. با توجه به آنچه گفته شد می‌توان اذعان داشت یکی از روش‌های تربیتی اصلاح شرایط، روش زمینه‌سازی می‌باشد. در واقع زمینه‌سازی به معنای این است که با اقدامات فردی و اجتماعی خود، بتوانیم زمینه تربیت عبادی را در نوجوان ایجاد نماییم

بدون فراهم شدن زمینه‌ها و شرایط لازم، واقع شدن امور به طور نیکو و مفید ممکن نیست برای گرایش به دعا و نیایش نیز زمینه‌ها و عوامل متعددی مؤثر است؛ بنابراین برنامه‌ای وجود ندارد که بدون توجه به زمینه‌های لازم به اهداف خود دست پیدا کند. از این رو مفهوم روش زمینه‌سازی این است که برای تحقق دعا و نیایش و همچنین امور عبادی دیگر باید ابتدا شرایط متناسب با آن مهیا شود؛ این یک قاعده کلی و جامع است.

خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: "قُلْ مَا يَعْبُوا بِكُمْ رَبِّي لَوْلَا دُعَاؤُكُمْ فَقَدْ كَذَّبْتُمْ فَسَوْفَ يَكُونُ لِزَامًا" بگو: «پروردگارم برای شما ارجی قائل نیست؛ شما (آیات خدا و پیامبران را) تکذیب کردید، و (این عمل) دامان شما را خواهد گرفت و از شما جدا نخواهد شد!». (فرقان، ۷۷) خداوند در این آیه شریفه برای مخاطبین آن هیچ جایگاه و مقامی در صورتی که توجه به دعا نداشته باشد، قرار نداده است. لذا این کلام به ما می‌فهماند که جایگاه و منزلت هر شخصی نزد خداوند به اندازه همت او در مناجات و دعا می‌باشد و درک این موضوع خود زمینه‌ای برای افزایش میل انسان به دعا است.

خداوند برای این که زمینه‌ی میل به دعا را در افراد ایجاد کند دعا را وسیله‌ی توجه پروردگار به انسان معرفی نموده. یکی از اصول تربیتی در تربیت دینی، اصل زمینه‌سازی در نوجوان از نظر روحی، روانی و

عاطفی نسبت به عبادت و دعا می‌باشد این اصل علاوه بر تأکید به دعا باعث ایجاد زمینه‌ی پذیرش و میل به آن می‌شود و نیز باعث عدم کم‌توجهی نوجوان نسبت به مسائل دعا و نیایش می‌شود، بر اساس اصل «آماده سازی» ضروری است، نوجوان قبل از آنکه به وجوب عبادی برسد زمینه رویایی درست با اعمال عبادی و دعایی را در آنان بوجود بیاوریم، چرا که این اقدام مستقیماً در کمال معنوی انسان تأثیر دارد.

یکی از اهداف تربیت دینی در دوره نوجوانی، تقویت روحیه میل به دعا و اعمال عبادی و ایجاد آمادگی برای تشویق نوجوانان به امور معنوی می‌باشد. برای محقق شدن این هدف نیازمند برنامه‌ای منظم است، زیرا اگر فرد بدون آمادگی قبلی مجبور به انجام امری شود طبیعی است که میلی به آن پیدا نمی‌کند و چه بسا آن را بدون انگیزه و ناقص انجام می‌دهد البته باید توجه داشت که ارائه هر مفهومی به نوجوان، اول باید قابلیت از نظر شناختن و عاطفی در او ایجاد شود تا در نهایت به رفتار عملی شخص منجر شود، اولیا و مربیان نباید به یک دفعه نوجوان را به انجام امور معنوی و دعایی وادار کنند، بلکه باید زمینه انجام برخی از مسائل معنوی را بر آنان ایجاد کنند.

در واقع انجام عبادت و نیایش در نوجوانی نوعی زمینه سازی است و موجب ملکه شدن آن اعمال در روح و باطن نوجوان می‌شود، در نتیجه چنین فردی دعا و نیایش را به سهولت و آمادگی بیشتری انجام می‌دهد، اما کسانی که با دعا و عبادات آشنایی نداشته و تا کنون هیچ مراسم دعایی را شرکت نکرده باشند اعمال را با دشواری بیشتری انجام می‌دهند لذا اگر بخواهیم هر انسانی با دعا و نیایش خو بگیرد و به آن عادت کند باید دوران نوجوانی را غنیمت بشماریم و آنان را با مسائل معنوی و دعایی آشنا کنیم.

۲. تشویق نوجوانان به انجام کارهای دین

تشویق از نظر لغوی به معنای به شوق آوردن و برانگیختن می‌باشد. (معین، ۱۳۸۷، ۱۰۸۸، ۱) روش تشویق به معنای ایجاد شوق و راغب ساختن اشخاص برای شکوفا شدن استعدادهای انسان در رسیدن به سعادت و

بسیار تلاش کند زیرا با توجه به مراقبت و محاسبه نوجوان به ارزش وجودی خود پی ببرد و در جهت حفظ و حسابرسی خویش به عبادت و دعا و نیایش روی خواهد آورد.

از آنجایی که مراقبت و محاسبه از عوامل مهم تربیتی هستند، انسان باید هراز گاهی با خود حساب و کتاب کند و اعمال خود را سبک و سنگین نماید. کارهایش را یک بار دیگر در ذهن مرور کند و اعمالش را به یاد آورد و خود را در محضر خدا ببیند و جواب گوی رفتار و اعمال خود باشد و برای جبران عملکرد بد خود اقدام کند و بخاطر رفتار نا مناسب گذشته خود طلب مغفرت نماید و این طلب مغفرت جز با دعا انجام نمی شود.

برای این که نوجوان بتواند خود را به دعا نزدیک کند باید به حقیقت مراقبه و محاسبه توجه داشته باشد. یعنی در هر حال خدای متعال را حاضر ناضر بر اعمال خود ببیند و متوجه این باشد که خداوند بر همه چیز او آگاه است. توجه به این امر نوجوان را وادار می کند که در برابر مرزشکنی ها خود را حفظ کند و نفس سرکش محافظت کند. هر چه قدر نوجوان به مرحله بالاتری از مراقبه و محاسبه دست یابد، پایداری اش به معنویات، پیمان های الهی، دعا، انکار، نیایش بیشتر خواهد شد، و مطمئناً این روش بیشتر و بهتر نتیجه بخش خواهد بود.

بدین ترتیب در این روش نوجوان در هر شبانه روز وقتی را معین می کند که در آن به حساب نفس خویش برسد و آنچه که طی روز کرده یا نکرده به حساب آید و بیشتر مراقب اعمال خویش باشد؛ چرا که طبع آدمی خصوص نوجوان به گونه ای است که اگر به درستی تربیت نشود و مراقب آن نباشد در مسیر نادرستی قرار می گیرد که اصلاح آن سخت و گاهی هم غیرممکن خواهد شد. حضرت علی (علیه السلام) در این زمینه می فرماید: هر کس نفس خود را در لذت های آن واگذارد، بدبخت شود و از درگاه حق دور گردد.

مراقبت و محاسبه نوجوان از کارهای خویش از عوامل مهم و نتیجه بخش در تشویق و ترغیب نوجوان به دعاست. نوجوانی که اهل محاسبه و مراقبه باشد، خود را بدهکار می بیند؛ و وقتی خود را بدهکار ببیند، هرگز دچار غرور و تمرد نمی شود، خاضع می شود نتیجه اش این که کار در همه شئون زندگی اش مخصوصاً نماز، دعا و کارهای عبادی دیگری ظهور و نمود می کند.

نتیجه گیری

۱. دعا می تواند سبب آرامش روحی و روانی نوجوانان شود.
۲. از لحاظ اخلاقی بین نوجوانانی که تمایل به دعا و مسائل دینی دارند با نوجوانانی که تمایل به آن ندارند تفاوت وجود دارد. نوجوانانی که به سمت دعا و مسائل دینی گرایش دارند اکثراً مثبت اندیش و دارای امید و روحیه بالا هستند و نوجوانانی که به این سمت تمایل ندارند منفی نگر و نا امید هستند.
۳. نوجوانانی که به سمت دعا تمایل دارند اغلب آرام و دارای طمأنینه هستند و از پرخاشگری دورند اما نوجوانانی که از این مسأله دورند اغلب دارای استرس و روحیه پرخاشگرند.
۴. میزان خودکشی در میان نوجوانانی که در مراسمات دینی شرکت می کنند بسیار کمتر از نوجوانانی است که به این سمت گرایش ندارند.
۵. والدین، مربیان، مدرسان حوزه و دانشگاه می تواند در تمایل نوجوانان به سمت دعا بسیار نقش داشته باشند.

۶. والدین به عنوان اولین مربیان می توانند نقش بسیار مهمی در جهت دهی نوجوانان به سمت دعا داشته باشند. والدینی که خود در مراسمات مذهبی شرکت می کنند و تمایلات دینی دارند فرزندانیشان به سمت دعا بیشتر تمایل دارند

۷. رسانه ها، مدارس، مساجد و ... از طریق ارائه الگو دهی مناسب به نوجوانان، تشویق و ترغیب آن ها به دعا و ... می توانند در نوع بینش نوجوانان و تمایل آن ها به سمت دعا نقش داشته باشند.

منابع

۱. قرآن کریم، ترجمه مکارم شیرازی.
۲. نهج البلاغه.
۳. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۱۴۱ ه.ق / ۱۷۳۷ ه.ش)، تحف العقول، محقق / مصحح: علی اکبر غفاری، قم: جامعه مدرسین.
۴. ابن طاووس، علی، ۱۳۸۴، ادب حضور، ترجمه محمد روحی، انتشارات انصاری.
۵. احمدی، زین العابدین، ۱۳۸۱، دعا نسخه شفا بخش، قم، میثم تمار.
۶. پاک نژاد، سید رضا، اولین دانشگاه و آخرین پیامبر، تهران، اسلامیه.
۷. تهرانی، سید محمود، ۱۳۳۵، جواهر الاخلاق، تهران، دارالطباعه سید مرتضی.
۸. جوادی آملی، عبدالله، ۱۳۷۴، اسرار عبادات، تهران، الزهراء.
۹. جوادی، مرتضی، ۱۳۶۱، خودسازی اسلامی، قم، نشر کتاب.

۸. حسن زاده آملی، حسن، ۱۳۷۴، رساله نور علی نور در ذکر، ذاکر و مذکور، قم، انتشارات تشیع.
۹. حسینی، حسین علی، ۱۳۸۲، شفا در قرآن و دعا یا خوشبختی در دو جهان، مشهد، راز توکل.
۱۰. خامنه ای، سیدعلی، ۱۳۹۰، رهبر جمهوری اسلامی ایران، دعا از منظر رهبر معظم انقلاب اسلامی، تهران.
۱۱. دستغیب، عبدالحسین، ۱۳۶۴، نیایش، شیراز، کانون تربیت.
۱۲. بهرامی، محمدرضا، ۱۳۸۵، دعا و زندگی، قم، دلیل ما.
۱۳. شجاعی، محمد صادق، ۱۳۸۸، دعا و سلامت روان، قم، مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما.
۱۴. رجبی‌نیا، داوود، ۱۳۸۶، دعا و نیایش در رسانه، تهران: مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما.
۱۵. راشد، حسین علی، بی تا، سخنران‌های راشد، تهران، فراهانی.
۱۶. هاشمی، محمدبنی، ۱۳۸۹، سلسله درس‌های مهدویت: دعا و اجابت، تهران، منیر.
۱۷. صادقی، محمود، ۱۳۷۸، تحلیل روان‌شناختی نیایش، تهران، نشر طریق کمال.
۱۸. طاهایی، فاطمه، ۱۳۶۶، سیری در دعای مکارم الاخلاق امام سجاده، مشهد، مکتب نرجس.
۱۷. طباطبایی محمد حسین، ۱۳۷۴، تفسیر المیزان، ترجمه محمدباقر موسوی همدانی، قم، جامعه مدرسین.
۱۸. عمید، حسن، ۱۳۹۰، فرهنگ عمید، تهران، امیرکبیر.
۱۹. فتاحی، حمید، ۱۳۷۱، نقش دعا در زندگی انسان‌ها، قم، نشر مرتضی.
۲۰. معین، محمد، ۱۳۸۷، فرهنگ معین، تهران، زرین.

۲۱. مطهری، مرتضی، ۱۳۹۲، فلسفه اخلاق، تهران، صدرا.
۲۲. محمدتقی، فلسفی، ۱۳۷۰، شرح و تفسیر دعای مکارم الاخلاق، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۲۳. کلینی، محمد بن یعقوب، ۱۳۶۳، اصول کافی، دار الکتب الاسلامیه.
۲۴. متقی، علی بن حسام الدین، ۱۴۱۹، کنز العمال، محقق: دمیاطی، محمد عمر، بیروت، دارالکتب العلمیه.
۲۵. مجلسی، محمد باقر، ۱۴۰۳ ه. ق، مصحح: محمدی، محمد باقر، ناشر: دار احیاء التراث العربی، بیروت، لبنان.
۲۶. مجلسی، محمد باقر، ۱۳۷۸، گزیده عین الحیاء در اخلاق، تهران، وزارت ارشاد اسلامی.
۲۷. محمدی ری شهری، محمد، ۱۳۷۳ ه. ق، میزان الحکمه، ترجمه حمید رضا شیخی، قم: دارالحديث.
۲۸. اصفهانی، محمد تقی، ۱۳۸۵، مکیال المکارم، ترجمه سید مهدی حائری یزدی، قم، مسجد مقدس جمکران.
۲۹. موسوی اصفهانی، محمد علی، ۱۳۸۰، مکیال المکارم فی الفوائد الدعاء، ترجمه سید مهدی حائری قزوینی، قم، مسجد مقدس جمکران.