

صلى الله عليه وسلم



شورای عالی حوزه علمیه قم

مرکز مدیریت حوزه های علمیه خواهران

مدرسه علمیه الزهراء (سلام الله عليها) شهرستان اراک

عنوان

تأثیر دعا در نشاط و سلامت جسمی و روانی قشر جوان

استاد راهنما

سرکار خانم منصوره غلامی

پژوهشگران

سمانه احمدی

عاطفه سلطانعلی

نسترن محمدی

طاهره مهدیان

دیماه

۱۳۹۷

چکیده

دعا راهی مستقیم برای برقراری رابطه بین انسان و خداوند متعال است. راهی که از عمیق ترین لایه های درونی انسان آغاز و به بلندترین جایگاه های وجودی منتهی می گردد و به همین خاطر همواره جزء اساسی - ترین نیازهای هر انسان، است. شکل، عمق، جهت، محتوا، زمان، مکان و شرایط دعا کننده و دعا تاثیر فراوانی در تربیت، زندگی و پویایی حیات فرد و جامعه دارد. دعا در مکتب اهل بیت نقشی بسیار مهم در سازندگی و تربیت فرد و جامعه دارد. از دیدگاه علمی، دعا یکی از مهم ترین راهکارها برای حل مشکلات و بر طرف کردن بحران های روحی و جسمی انسان ها است. بر اساس نظریه مدیریت بر مبنای انتظارات، دعا تأثیر به سزایی در ایجاد حرکت در جامعه و تلاش برای رسیدن به نقطه بهتر از لحاظ مادی و معنوی دارد.

کلید واژه: دعا، نشاط، سلامت، جوان.

فهرست مطالب

مقدمه	۱
فصل اول: مفهوم شناسی دعا	۳
مفهوم دعا	۴
اهمیت دعا	۴
آداب دعا	۶
فصل دوم: آثار دعا	۸
آثار تربیتی دعا	۹
تأثیر دعا بر جسم	۱۰
نیایش، داروی دردهای جسمانی	۱۰
خدا شناسی	۱۲
خودشناسی	۱۳
دعا راه خودسازی	۱۴
رشد انسان	۱۷
نقش دعا در سرنوشت انسان چیست؟	۱۹
دعا عامل کمال انسان به واسطه ی پیامبران	۲۲
تعلیم و تربیت انسان کامل	۲۳
تاثیر و نقش دعا در تربیت انسان	۲۴
آرامش حقیقی	۲۶

نورانیت دل در پرتو ذکر خدا (روشن دلی)	۲۸
رهایی از غفلت	۲۹
دعا عامل رستن از تکبر و استکبار	۳۱
کبر زدایی	۳۶
حرمت ترک دعا از روی تکبر	۳۷
آثار ترک دعا در زندگی	۳۸
۱- زندگی تلخ	۳۸
۲- نگرانی و اندوه	۳۹
۳- قساوت قلب	۴۳
۴- خودفراموشی	۴۵
۵- نزول بلا	۴۶
نتیجه گیری	۴۷
فهرست منابع	۵۰

روزگاری که دست تحریف به دامن دین رسید و جنبه‌هایی از آن اسیر ابهام قرار گرفت و دعا به‌عنوان برنامه تشریفاتی، فرمایشی و واسطه‌ای معرفی شد و چنین القا شد که انسان‌های معقول تنها با واسطه روحانیان می‌توانند با خدای خود رابطه برقرار نمایند. اسلام که برنامه جاوید سعادت انسان در همیشه تاریخ است، این اصل ساختگی را رد کرد و رابطه بی‌واسطه مخلوق و خالق را اعلام کرد؛ پس دعا فرصت سبز رویش جوانه‌های ایمان در قلب آدمی و علتی از علل و سببی از اسباب جلب فیض از مبدأ فیاض است؛ دعا موجب افزایش احساس آرامش، تقویت دل‌بستگی به خدا، بالا بردن احساس خود و رشد و تعالی می‌شود و منشأ اصلاح رفتار، خیررسانی، شفا بخشی، روشنایی دل و عامل پیدایش بصیرت است؛ فارغ از محاسن گفته شده، دعا باعث می‌شود انسان در مسیر تربیت قرار گیرد و بتواند در ابتدا خود و در ادامه دیگران را به‌خوبی تربیت کند.

این نوع ارتباط انسان با خالق خویش تأثیرات شگرفی در تمامی زوایای زندگی انسان دارد. بدین جهت در روایات از دعا به عنوان بهترین عبادت نام برده شده است. علاوه بر اینکه انسان با طرح خواسته های خود با خالق یکتا، به آنها می‌رسد. از لحاظ روانی و روحی نیز به آرامش می‌رسد.

دعا نقطه مشترک همه انسان‌ها در طول تاریخ بوده است، چرا که انسان موجودی است که در عین فقر و نیاز و ناتوانی و در مسیر زندگی سعی داشته خود را به موجودی برتر و تواناتر از خود متصل کند. انسان‌ها به روش‌های متفاوتی با معبود خود ارتباط برقرار نموده و نیازها و خواسته‌ها را مطرح نموده‌اند. در ادیان دیگر نیز جملاتی در قالب دعا دیده می‌شود.

نکته مهم و قابل توجه آن است که گرچه همه انسان‌ها در طول تاریخ در مسیر زندگی خود به این نقطه رسیده‌اند که دست به دعا و راز و نیاز با خالق خود بردارند، اما در فرهنگ شیعه ادعیه از زبان اشخاصی که خود انسان‌های کامل‌اند و عمیق‌ترین و برترین ارتباط با معبود خود را دارند با تعبیر بسیار باشکوه و زیبا بیان شده و این در فرهنگ‌ها و جوامع دیگر دیده نشده است. ادعیه ای که از امامان معصوم: رسیده دارای مضامین بسیار عمیق و بلند و تأثیرگذار می‌باشد که نشان از عمق و ژرفا و نورانیت وجودی آنهاست و در

حقیقت بعد از قرآن کریم راه نزدیکی برای رسیدن به تقرب خداوند و رسیدن انسان به نقطه اوج و کمال خود می‌باشد. معارفی که در ادعیه وارده از معصومین: دیده می‌شود شامل شناخت خداوند از طریق اسما و اوصافی است مانند جلال، قدرت، عظمت، رحمت و نورانیت و... می‌باشد که با تعبیر بسیار زیبا و جذاب بیان شده‌اند. همچنین یادآوری نیاز شدید انسان به خداوند و جلب رحمت و عطف او، توبه و انابه و بازگشت از گناهان و غفلت‌ها به سوی خداوند متعال و نزدیک شدن به او با شستشوی وجود خود از رذایل و بدی‌ها می‌باشد. اگر گذری کوتاه بر فرهنگ و تمدن شیعه داشته باشیم می‌بینیم که عناصر ویژه‌ای این فرهنگ را از دیگران متمایز نموده، تفاوت محسوسی بین جوامع شیعی و دیگر جوامع پدید آورده است. ایمان، اراده و شجاعت و پویایی فکر و اندیشه و حرکت به سمت جلو و نشاط و ... از این مواردند.

* قرآن

* نهج البلاغه

* دعای کمیل

۱. ابراهیمی، حفیظ الله، آثار تربیتی دعا و نیایش در قرآن کریم، ۱۳۹۱.
۲. ابن بابویه، محمد بن علی، معانی الاخبار، قم: موسسه النشر الاسلامی، ۱۴۳۱ ق.
۳. ابن طاووس، علی بن موسی، فلاح السائل و نجاح المسائل، ج ۱، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، ۱۴۰۶.
۴. امینی فرد، عبدالله در کرانه ی استجابت (مروری بر نحوه ی دعا در اندیشه ی اسلامی)، چاپ اول، پاییز ۱۳۸۵.
۵. امیدی فرد، عبدالله، نقش دعا در زندگی اجتماعی، چاپ سوم، انتشارات میثم تمار، تابستان ۱۳۷۹.
۶. بابویه قمی، محمد بن علی، توحید، محقق (هاشم حسینی طهرانی)، قم: موسسه نشر اسلامی، ۱۴۳۰ ه.ق.
۷. _____، خصال، ح ۵۶، ج ۱، قم: موسسه نشر اسلامی، ۱۴۰۲.
۸. بهرامی، غلامرضا دعا و زندگی، انتشارات دلیل ما، چاپ دوم ۱۳۸۵.
۹. بیستونی، محمد، تفسیر مجمع البیان جوان (برگرفته از تفسیر مجمع البیان طبرسی «ره») ذیل آیه ۶۰ سوره غافر، ج ۲۱، قم: بیان جوان، ۱۳۹۰.
۱۰. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و درر الکلم، ج ۱، قم: دارالکتاب الاسلامی، ۱۴۱۰.
۱۱. حرعاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه (ابواب الذکر، باب ۱۴)، ج ۴، تهران: اسلامیه، ۱۳۹۲.
۱۲. حسینی دشتی، مصطفی، دائره المعارف جامع اسلامی، تهران: موسسه فرهنگی آرایه، ۱۳۷۹.
۱۳. الحلی، احمد بن فهد، عده الداعی و نجاح الساعی، ج ۱، دارالکتاب الاسلامی، ۱۴۱۰ ق.
۱۴. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا، ج ۷، چاپ دوم، انتشارات روزنه، ۱۳۷۷.

۱۵. سلیمانیان، خدا مراد، داستان سبز نیایش، چاپ اول، انتشارات زائر، تابستان.
۱۶. سید رضی، محمد بن حسین، نهج البلاغه، محقق: صالح صبحی، ج ۱، قم: هجرت، ۱۴۱۴ق.
۱۷. شعیری، محمد بن محمد، جامع الاخبار، ج ۱، نجف: مطبعه حیدریه.
۱۸. شیخ الاسلامی، جعفر نسیم انس، چاپ اول، تابستان ۷۸.
۱۹. طباطبائی، محمدحسین، ترجمه تفسیر المیزان ذیل آیه ۱۸۶ بقره، مترجم: محمدباقر موسوی همدانی، ج ۲، قم: موسسه فرهنگی و اطلاع رسانی تبیان، ۱۳۸۷.
۲۰. طبرسی، فضل بن حسن، ترجمه تفسیر جوامع الجامع، ترجمه: احمد امیری شادمهری، ج ۳، مشهد: بنیاد پژوهشهای اسلامی، ۱۳۷۴.
۲۱. طوسی، محمد بن حسن، مصباح المتعبد، ج ۲، بیروت: موسسه فقه الشیعہ، ۱۴۱۱ق.
۲۲. عبداللہی عابد، صمد، شرایط و آثار تربیتی دعا در اسلام، مجله شمیم یاس، شماره ۴۱، ۱۳۸۵، ص ۴۱.
۲۳. عمید، حسن، فرهنگ عمید، ج ۱، چاپ پنجم و هفدهم، انتشارات امیرکبیر، ۱۳۶۳ و ۱۳۷۸.
۲۴. عیاشی، محمد بن مسعود، تفسیر عیاشی، مصحح: هاشم رسولی، ج ۲، تهران: مکتبه العلمیہ السلامیہ، ۱۳۸۱.
۲۵. فخررازی، محمد بن عمر، تفسیر الرازی، ج ۵، بیروت، دارالفکر، ۱۴۲۳، ص ۱۱۰.
۲۶. فیض کاشانی، محمد محسن، تفسیر صافی، ج ۳، قم: نوید السلام قم.
۲۷. قطب الدین رواندی، سعید بن هبه الله، الدعوات (سلوه الحزین)، ج ۱، قم: مدرسه امام مهدی (عج)، ۱۴۰۷ق.
۲۸. کاشف الغطاء، جعفر، کشف الغطاء عن مبهمات الشریعہ الغراء، ج ۳، ناشر: مرکز النشر التابع لمکتب الاعلام الاسلامی.

۲۹. کفعمی، ابراهیم بن علی، البلد الأمین و الدرع الحصین، ج ۱، بیروت: موسسه الأعلمی للمطبوعات، ۱۴۱۸.
۳۰. کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، ج ۲ و ۴ و ۸، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷.
۳۱. مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، ج ۲ و ۵۹ و ۹۳، بیروت، موسسه الوفاء، ۱۴۰۴.
۳۲. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، مترجم: حمیدرضا، شیخی، ح ۵۶۴۹، ج ۴، قم: موسسه علمی فرهنگی دارالحديث - سازمان چاپ و نشر، ۱۳۸۹، ص ۴۳.
۳۳. مدرسی، محمدتقی، دعا معراج مؤمنین و راه زندگی، چاپ دوم، ۱۳۷۹، صص ۶۸ - ۶۹.
۳۴. مصباح یزدی، محمد تقی، یاد او، بررسی مفهوم ذکر، انتشارات موسسه آموزشی امام خمینی ۱۳۸۴، چ ۳.
۳۵. مطهری، مرتضی، انسان و سرنوشت، چاپ ششم، انتشارات صدرا، ۱۳۹۳.
۳۶. _____، مجموعه آثار، ج ۱، انتشارات صدرا، تهران، ۱۳۷۴. ش.
۳۷. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، ج ۱، تهران: انتشارات داراکتل اسلامیه، ۱۳۸۶.
۳۸. ملکی تبریزی، جواد، المرقبات، ترجمه تحریریچی، انتشارات عروج، قم، ۱۳۶۲.
۳۹. ممدوحی کرمانشاهی، حسن، نیایش از دیدگاه عقل و نقل، قم، موسسه ی بوستان کتاب، ۱۳۸۹.
۴۰. موسوی کاشمری، مهدی، غفلت؛ علل و آثار آن، قم: دفتر عقل، ۱۳۸۷.
۴۱. ورام بن ابی فراس، مسعود بن عیسی، تنبیه الخواطر نزهه النواظر المعروف بمجموعه ورام، ج ۲، قم: مکتبه الفقیه، ۱۴۱۰.