

وبینار

"تأثیر دعا بر سلامت روح و جسم آدمی"

معاونت پژوهش نمایندگی در تاریخ 12 شهریور سال 1400 برابر با 4 سپتامبر 2021 (مطابق 25 محرم) با تاسی از منویات معاونت پژوهش جامعة المصطفی العالمیه مبنی بر برگزاری پیش نشست، وبیناری با موضوع: "تأثیر دعا بر سلامت روح و جسم آدمی" با حضور ریاست

آدمی  
روح و جسم  
بر سلامت  
تأثیر دعا

از منظر صحیفه سجادیه

سخنرانان:

Webinar:

حجة الاسلام جناب دکتر رضا شاکری  
حجة الاسلام جناب جابر جوریان  
حجة الاسلام جناب آقا ناهدی  
حجة الاسلام جناب منصور عالم جعفری  
حجة الاسلام جناب حسن کمالی  
حجة الاسلام جناب فاضل رضوی  
حجة الاسلام جناب حسین حیدری  
حجة الاسلام جناب کمال انبیر

Date: 25th Muharram Friday  
Time: 5pm

Al Mustafa International University-India Branch

محترم ، معاون پژوهش نمایندگی المصطفی در هندوستان و تعدادی از علما و محققین ارجمند برگزار نمود.

در ابتدای این وبینار معاون پژوهش که اجرای برنامه هم بعهده داشت ضمن عرض سلام و خوش آمدید به خدمت شرکت کنندگان به ویژه از ریاست نمایندگی بخاطر قبول دعوت و شرکت در این وبینار تشکر نمودند .



رئیس محترم نمایندگی حجة الاسلام والمسلمین آقای شاکری در

سخننان ارزشمند خود در معرفی صحیفه سجادیه گفتند:

از صحیفه سجادیه که سند آن به امام سجاد علیه السلام منتهی می شود، به «اخذ القرآن» و «انجیل اهل البیت علیهم السلام» و «زبور آل محمد صلی الله علیه و آله» و «صحیفه کامله» تعبیر شده است.

ایشان به نقل از الهی قمشه ای بیان داشتند:

علمای امامیه بر استفاضه و بلکه تواتر آن اتفاق نظر دارند چنان که عالم بزرگوار الهی قمشهای می گوید:

«... علمای بزرگ امامیه می گویند: صدور صحیفه سجادیه از امام سجاد - علیه السلام - به روایت مستفیضه بلکه قریب به تواتر است، هیچ شك و تردیدی در این که کلام امام است نتوان کرد»

ایشان در ادامه افزودند:

جدای از متواتر بودن صحیفه کامله سجادیه ادعیه و اذکار در این کتاب شریف از صحت کامل برخوردار بوده است

زیرا صحت یک حدیث بر چهار محور دور می زند:

اول: وثاقت راوی،

یعنی از نظر علم رجال ثابت شود که راویان یک خبر همگی مورد وثوق اند و در این صورت صحت خبر ثابت می شود.

دوم: وثاقت روایت؛

ممکن است روایت خبر همه ثقه نباشند ولی روایت متضافر یا متواتر باشد و بر اثر تضافر یا تواتر، اطمینان به خبر حاصل شود هر چند بعضی از راویان، زیر سؤال باشند.

سوم: علو مضمون؛

ممکن است حدیثی از نظر سند نه امتیاز اول را داشته باشد و نه امتیاز دوم را ولی مضمون آن به قدری عالی و والا است که صدور آن از غیر امام معصوم که دارای علم الهی است غیر ممکن باشد. در این صورت اطمینان حاصل می شود که این حدیث از معصوم صادر شده است.

چهارم: قرائن خارجی؛

گاه هیچ کدام از امتیازات گذشته در حدیث وجود ندارد، ولی قرائنی از خارج آن را تأیید و تقویت می کند مانند موافقت با کتاب الله یا عمل مشهور (مشهور بزرگان علما) به آن. یا قرائن دیگری از این قبیل که سبب می شود اطمینان به مضمون آن حاصل شود.

به جرأت می توان گفت که غالب جهات چهارگانه فوق در دعا های صحیفه سجادیه وجود دارد: بنابر این صحیفه سجادیه از نظر سند دارای اعتبار بالایی است زیرا: اولاً: محتوای آن چنان محتوای فصیح و بلیغ و ژرف و دقیقی است که صدور آن از غیر امام معصومی که با عالم غیب مرتبط است بسیار بعید به نظر می رسد و همان گونه که دیدیم جمعی از علمای بزرگ نیز بر همین موضوع تکیه کرده اند. ثانیاً: بسیاری از بزرگان علما در اجازات روایی خود به آن اشاره کرده و آن را ستوده اند. ثالثاً: بعضی از فقهای بزرگ در مسائل فقهی به بعضی مضامین آن که جنبه فقهی دارد استناد کرده اند. رابعاً: اهتمام عمومی شیعیان به قرائت

و تلاوت دعا های صحیفه قرینه دیگری بر صحت اسناد آن به امام بزرگوار، امام علی بن الحسین (علیهما السلام) می باشد و یکی از نشانه های این اهتمام، نوشتن شروح متعددی توسط جمعی از بزرگان و دانشمندان بر این دعا هاست.

در ادامه آقای شاکری به نقل از آیه الله مرعشی نجفی بیان داشتند:

چنان که «طنطاوی» مفسر قرآن وقتی آیت الله العظمی مرعشی (ره) صحیفه سجادیه را به عنوان هدیه برایش ارسال می کند، می گوید: این کتاب را فوق کلام مخلوق و دون کلام خالق دیدم.

در ادامه ایشان در باره "مستدرکات"، "شروح های مختلف"، علت نام گذاری صحیفه به صحیفه و به مباحث صحیفه سجادیه نکاتی نیز بیان داشتند.

ایشان در ادامه در باره حقیقت دعا گفتند:

«صحیفه سجادیّه»، حاوی با ارزش ترین و پرمفعت ترین دعاها و مناجات ها در پنجاه و چهار عنوان است.

صحیفه، علاوه بر این که از انسان، مناجات کننده ای پرشور، عاشقی دلسوز و عارفی شوریده به وجود می آورد، يك دوره کامل از مسائل عالی الهی، معارف ربّانی، قوانین اصولی، قواعدی سعادت بخش، برنامه هایی سلامت آور تعلیم می دهد.

در ادامه به کسانی که می گویند دعا تعیین تکلیف برای خدا است پاسخ داده و گفتند:

به نظر می رسد، اینان از دستور خداوند بر دعا و وجوب آن در قرآن بی اطلاعند.

﴿وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ﴾

و پروردگارتان گفت: مرا بخوانید تا شما را اجابت کنم، آنان که از عبادت من تکبر ورزند، به زودی خوار و رسوا به دوزخ در آیند.

در ادامه نیز بیان داشتند:

دعا در حقیقت، عین قضا و قدر و متحد با نقشه و تدبیر حق و اصلی متقن و حقیقتی الهی و واقعیتی ربّانی است و در چهارچوب هستی همراه با نتایج و ثمراتش همچون علت و معلول و شرط و مشروط است، به این معنی که گویی از جانب حقّ به عبد گفته شده: آنچه از برنامه‌های مادی و معنوی در حدود مصلحتت بخواهی، در خزانه من برای تو موجود است، ولی آنها را باید به وسیله و واسطه دعا به دست آوری.

انسان با توجّه به معشوق حقیقی عالم یعنی پروردگار حکیم، عادل، مهربان، رحیم، کریم، قادر، عزیز، لطیف و با راز و نیاز به درگاه او می‌تواند بر اضطراب، تشویش، نگرانی و سردرگمی و رنج و محنت و شدّت فایق آید.

عامل پیروزی انسان بر رنج‌ها و تخفیف دهنده نگرانی‌ها، ارتباط با محبوب هستی است، محبوبی که زندگی در رابطه با او شیرین و آرام و همراه با امنیت خواهد گذشت.

امیرالمؤمنین (علیه السلام) در «نهج البلاغه» می‌فرماید:

وَأَدْفَعُوا أَمْوَاجَ الْبَلَاءِ بِالْذُّعَاءِ .

گرفتاری‌های پی در پی و ممتدّ را با دعا و درخواست دور نمایید.

هم اکنون پس از گذشت صدها سال از این جمله حکیمانه، دانشمندان بزرگ جهان، هیجانات ممتدّ را عامل بیماری زایی می‌دانند.

حضرت زین العابدین (علیه السلام) پنجاه و هفت سال عمر بابرکت خود را در میدانی از بلاها و خطرهای و آلام و مصایب و شداید گذراند. دو سال آخر حکومت حضرت مولی الموحّدين امیرالمؤمنین (علیه السلام) را که همراه با طوفان جنگ صفین و نهروان و جنایات بی شمار بنی امیه بود درك کرد، سپس در مرکز حوادث بسیار سخت ده ساله عمر عمویش امام مجتبی (علیه السلام) بود. آنگاه با آلام و رنج‌ها و سختی‌های ده ساله آخر عمر پدر بزرگوارش سیدالشهداء (علیه السلام) روبرو شد و بقیّه عمر خود را پس از حادثه عجیب کربلا و اسارت اهل بیت به مدّت سی و پنج سال در حوزه‌ای از سختی‌های ناگوار و مصایب بی شمار و مظالم سخت و اعمال ناپسند حکام مروانی گذراند، ولی در تمام آن مدّت که مساوی با ولادت تا شهادت حضرتش بود، از هیجانات عصبی و آلام شکننده درونی و امراض خطرناک عضوی و بدنی در امان بود، چرا که تمام لحظات عمرش را با تکیه بر حقّ و اتّکال به حضرت ربّ و دعا و مناجات و راز و نیاز و خدمت به بندگان پروردگار گذراند و تمام امواج بلا را با قدرت دعا و قوّت عبادت و ناله‌های جانسوز سحر شکست و در طوفان آن همه حادثه و بلا به پیشگاه حضرت حق عرضه می‌داشت: «خدایا! مرا چون کسی قرار ده که عمرش را دراز و کردارش را نیکو گردانیده‌ای»

امام سجاد علیه السلام در این زبور اهل بیت علیهم السلام از وصول به سلامت جسم و تحصیل رزق و معاش گرفته تا امنیت و آرامش تا چگونگی عیش و ورزی به دیگران و محبت نمودن به سایرین و همچنین محبوب شدن بین دیگران و تا تحصیل احترام و منزلت اجتماعی در بین جامعه و تا خودشکوفایی و شکفتن استعدادهای شدن و پذیرفتن رنگ الهی و به کمال و قرب خدا رسیدن و همه این امور را در سایه سار دعا تبیین نموده و راه و سبک زندگی و چگونه زیستن را با ادعیه و مناجات با خداوند آسان می سازد .

کار بی نظیر و بی بدیل امام ساجدین در صحیفه این است که آن بزرگوار با تبیین هم نیازهای آدمی از جمله سلامت جسم و روح ، شیوه زندگی نمودن را به نحوی که کمترین آسیب را برای جسم و روح انسان ایجاد نماید به مخاطب آموزش می دهد .

انسان با صحیفه به عنوان کتاب زندگی باید تعامل نماید امام سجاد با شیوه دعا به انسان می آموزاند که در هر ساحت از ساحت‌های زندگی چگونه باید زندگی کند و دنبال چه اموری باشد و چه بخواهد و از که بخواهد و علاوه بر آن همه این امور را در سایه لطف خداوند و فضل پروردگار مسالت نماید .

امام سجاد ع با بیان ادبیات دعا و شکر در صحیفه ، ارمغانی بزرگ را برای انسان رقم می زند تا آدمی هر آنچه که بدست می آورد آن را از فضل حضرت حق ببیند و شکر گذار حضرتش باشد و آنچه که به دست نیآورده و به او نرسیده به نحوی مصلحت خویش را در آن دیده و باز شکر بر آنچه که به او نرسیده و به او نداده اند بجا خواهد آورد .

این منطق در صحیفه که آنچه دادند و ندادند آنچه دادند و گرفتند و همه این امور را در عالم در سایه سار شکر حضرت حق معنا دار نماید و این منطق صحیفه است .  
در ادامه در مورد تاثیر دعا بر روح و جسم گفتند:

دعا و مناجات با خدا و عرضه حوائج به درگاه ربوبی ، عواطف مثبتی تولید می‌کنند؛ این عواطف از طریق دستگاه عصبی خودمختار سبب عملکرد مطلوب دستگاه‌های فیزیولوژیک از قبیل دستگاه قلبی - عروقی، گوارش و سیستم ایمنی می‌شوند. به ویژه تأثیر وضعیت روانی بر سیستم ایمنی بدن که به خوبی بررسی شده در سال‌های اخیر موضوع یک رشته علمی جدید به نام عصب- روان - ایمنی شناسی یا سایکونورو ایمونولوژی] می‌باشد. اما ریشه عواطف مثبتی که این آثار را به بار می‌آورند، چیست؟ مسلماً نمی‌توان ادعا کرد فرد مذهبی دچار اضطراب یا افسردگی نمی‌شود، لیکن تحقیقات نشان داده مؤمنان قادرند سریع‌تر از افراد بی‌ایمان خود را از وضعیت‌های روانی نامطلوب بیرون بکشند (مرعشی، ۱۳۷۸: ۷۲). به

خصوصاً اگر دین‌داری آنان درون‌سو باشد، وضعیت مطلوب‌تری خواهند داشت (آذربایجانی، ۱۳۷۸: ۱۵۰). زیرا آن‌ها در دنیایی زندگی می‌کنند که خود را تحت فرمانروایی خداوند خیرخواه و از هر جهت قدرتمند می‌دانند که از آن‌ها مراقبت می‌کند و فیض و بخشش بی‌منت خود را به انسان‌ها عطا می‌کند. در چنین جهانی هر گونه اتفاقی (از طرف خالق) در زندگی فرد دارای هدف و معنی بوده حتی اگر این اتفاق یک حادثه منفی یا بیماری باشد. بنابراین فرد مذهبی قادر است بدترین وضعیت را به تجربیاتی مثبت تبدیل کند زیرا ابعاد شناختی وی با آموزه‌هایی چون خشیت، شکر، رضا و مهربانی خالق همراه شکل گرفته است و ارتباط با ادعیه ائمه به خصوص امام سجاد (ع) موارد مذکور را تقویت می‌کند. تکرار واژه‌های شکر و امثال آن در آموزه‌های صحیفه سجادیه زیاد است، پس خواندن دعا و توجه به مضامین آن و الگوگیری از مفاهیم آن در تثبیت نگرش شاکرانه اثر خواهد داشت چنانچه این تکرار و تأکید و تصدیق از جمله تکنیک‌های درمان معنوی باشد (مرعشی، ۱۳۷۸: ۱۳۲). (متخصصان معتقدند برای تثبیت باورها و تغییر نگرش فرد تکرار و تقلید اثرگذار است همچنین دعاخوانی از جمله اموری است که در فرایند روان‌درمانی دینی تأثیر آن مورد تأیید قرار گرفته است. (جهانگیر، ۱۳۸۲: ۷۲) اینک به تبیین این مصادیق در ادعیه امام سجاد (ع) بسنده می‌شود.

توجه به فضل الهی از جمله گزاره‌های دینی است که طبق نظر متخصصان عصب-روان‌ایمنی شناسی سبب ارتقاء سلامت و تقویت سیستم عصبی شده است. بنابراین یکی از راه‌های تقویت توجه به فضل الهی، آموزش با دعاست بدین گونه که نیایشگر با خواندن دعا به مفاهیم آن توجه کرده و آن را الگوی شناختی خود قرار دهد که چند نمونه این دعاها خواهد آمد.

و در آخر سخنان خود به چند نمونه های دعا نیز اشاره نمودند.



در ادامه این وبینار **حجة الاسلام والمسلمین جابر جوراسی** در صحبت های خود بیان داشتند:

دعا مغز و مخ عبادت بوده و عبادت منهای دعا خیلی ارزش نداشته و بهترین نوع سلاح است ما برای مقابله با شیطان در اختیار داریم. ایشان در مورد قبولی دعا گفتند:

وعدده خدا در مورد قبولی دعا بر خلاف وعده های مردم که احیاناً تحقق نمی یابد بالاحتم تحقق یافته و احیاناً اگر در دنیا قبول نشده در

آخرت حتما قبول خواهد شد به طوری که مردم وقتی در قیامت می بینند دعاهایی که در دنیا مورد قبول قرار نگرفته در قیامت به نحو احسن عوضش را دادند می گفتند ای کاش دعای ما در دنیا قبول نمی شد و اینجا عوضش را می گرفتیم.

ایشان در ادامه در مورد قبولی دعا گفتند دعا باید با شرایط و به صورت اجتماعی باشد تا خداوند آنرا مورد قبول قرار دهد.

و بهترین موقع برای دعا کردن سحر یعنی آخرین قسمت شب است که خداوند آن را قبول می کند.

در مورد امام سجاد گفتند ایشان بهترین راهنما بوده و صحیفه سجادیه بهترین نوع دعا بوده است. حاکمان جور وقتی امام سجاد را از وعظ و تبلیغ منع کردند ایشان از طریق همین دعا مسایل مختلف فردی اجتماعی را حل نمودند.

ایشان از محمد امیر حیدر محمود آباد نقل کرده وقتی ایشان صحیفه را به انگلیسی ترجمه کردند و به لندن بردند یک اروپایی وقتی با این ترجمه مواجه شد گفت: گرچه من خدا را قبول نمی کنم اما اگر قرار باشد من خدا را قبول کنم خدای امام سجاد را قبول می کردم.

در ادامه حجة الاسلام والمسلمین آقای تقی عابدی گفت:



این ویژگی اسلام و بالخصوص تشیع است که مجموعه های گرانقدر دعا همچون صحیفه سجادیه و... از ائمه آنها وارد شده که در ادیان دیگر این ذخیره ها (دعا) وجود ندارد. از حیث سند صحیفه بعد از قرآن مستندترین کتاب بوده است.

ایشان صحیفه و دعا را قرآن صاعد نام برده که به بالا می رود همانطوری که قرآن نازل می شود. وی در ادامه متذکر شدند صحیفه بهترین وسیله انسان سازی بوده که اسلام هدف آن هم انسان سازی بوده است.



ایشان در ادامه گفتند ما 3 هزار کتاب دعا داریم که این افتخار ما بوده است . وی در ادامه گفت گاندی رهبر هندوستان از آن استفاده نموده و نیز از محقق آمدی آورده که هیچ کتابی از حیث محتوی و معنی با صحیفه برابری نمی کند.

### در ادامه این برنامه حجة الاسلام والمسلمین کمیل اصغر زیدی



در سخنان خود گفتند نباید صرفاً برای رفع مشکل به دعا روی آورد بلکه باید با دعا زندگی کنیم مانند ائمه که دعا ها را برای بالا بردن معرفت و گفتگو با خداوند از آن استفاده می کردند و بر همین اساس است که درخواست های ائمه از خداوند از جمله امام سجاد در صحیفه سجادیه غیر از آن چیزی است که از خداوند تقاضا داریم. لذا باید ما از دعای مأثور و منسوب به ائمه استفاده کنیم.

در ادامه ایشان بیان داشت که امام سجاد در آن وضع نابسامان این دعا ها را وسیله قرار داده بودند برای تبلیغ و رساندن پیام به مردم و برای هر مناسبتی در صحیفه دعا موجود می باشد.

در ادامه گفتند برای این که دعای ما قبول شود باید این دعا ها با شرایط باشد که از جمله شرایط رزق حلال، خلوص نیت و...

### در ادامه این جلسه حجة الاسلام دکتر کمیلی



در ابتدای سخنان خود به نقل امام خمینی (ره) گفت دعا سرمایه حیات بخش زندگی بوده است و همچنین از رهبر معظم انقلاب آوردند که دعا از محرکات عمل بوده است. ایشان نیز به نقل از آیه الله جعفر سبحانی بیان کردند صحیفه مانند مدرسه ای است که همه چیز در آن برای ساختن فرد و جامعه برنامه ریزی شده است.

از قول مفتی جعفر مترجم صحیفه سجادیه به اردو آورده است که ایشان گفتند در زمانی این صحیفه پدید آمد که در

آن زمان آوردن عبارات مشکل و پیچیده در بیانات یک مزیت به حساب می آمد اما صحیفه سجادیه با آوردن عبارات ساده و پر معنی در دلهای انسان های پاک در طول زمان باقی می ماند.

وی به نقل از ابن شهر آشوب که صحیفه را بخاطر عبارات ساده به اوج بلاغت و فصاحت می دانست ، از یک عالم بصره آورده که اعتقاد داشت او هم می تواند مثل امام سجاد این جور دعا ها را بوجود بیاورد اما در کل زندگی نتوانست مانند جمله ای از صحیفه سجادیه پدید آورد و عاجز ماند.



### در ادامه حجة الاسلام والمسلمین منظور عالم جعفری

در سخنان خود در مورد صحیفه بیان داشت

صحیفه سجادیه کتابی حاوی ۵۴ دعا از امام سجاد(ع) است. این کتاب پس از قرآن و نهج البلاغه مهم ترین میراث مکتوب شیعه به حساب می آید و به نام های «انجیل اهل بیت»، «زبور آل محمد» و «صحیفه کامله» خواهر قرآن مشهور است. صحیفه مانند قرآن و نهج البلاغه از نظر فصاحت و بلاغت مورد توجه قرار گرفته است.

عناوین دعا های صحیفه مختلف است و بسیاری از معارف اسلامی در ضمن دعا های صحیفه بیان شده است؛ در این کتاب، مباحث خدانشناسی، هستی شناسی، عالم غیب، فرشتگان، رسالت انبیا، جایگاه پیامبر(ص) و اهل بیت(ع)، امامت، فضایل و رذایل اخلاقی، گرامیداشت اعیاد، مسائل اجتماعی و اقتصادی، اشارات تاریخی، یادآوری نعمت های مختلف خداوند، آداب دعا، تلاوت، ذکر، نماز، عبادت و... در قالب دعا بیان شده است. معروف ترین دعای صحیفه دعای مکارم الاخلاق است.

در ۱۳۵۳ق آیت الله مرعشی نجفی نسخه ای از صحیفه سجادیه را برای طنطاوی، دانشمند اهل سنت و مؤلف تفسیر طنطاوی (مفتی اسکندریه) به «قاهره» فرستاد. وی پس از دریافت، آن را با عبارت « این از بدبختی ماست که تاکنون بر این اثر گران بهای جاوید که از موارث نبوت است، دست نیافته بودیم، من هر چه در آن می نگرم آن را از گفتار مخلوق برتر و از خالق پایین تر می یابم» ستود.

در ادامه چهار هدف صحیفه سجادیه را بیان نمودند

- 1- متوجه نمودن انسان ها به معنویت
- 2- متوجه نمودن انسان به همه جهات عبودیت

3- متوجه نمودن انسان ها به خلوص در عبادت ها  
4- آموزش معارف اسلامی و انسانی به مردم

در آخر این برنامه مجری از کسانی که این برنامه را دنبال می کردند تشکر کردند و جلسه را با خواند صلوات تمام کردند.



ود

