



اثر درمانی دعا و نیایش

با تکیه بر صحیفه رضویه

دکتر مهدی احمدی فراز

علی بن موسی علیه السلام، امام هشتم، ۹۱۵۳ - ۲۰۳ ق

[الصحيفة الرضوية الجامعة لأدعية الإمام علي بن موسى عليه السلام - فارسی - عربی، برگزیده]

اثر درمانی دعا و نیایش با تکیه بر صحیفه رضویه / مهدی احمدی فراز . - مشهد: بنیاد پژوهشهای اسلامی، ۱۳۹۳ .

ISBN 978-964-971-928-3

۲۱۲ ص.

فیبا.

۱. علی بن موسی علیه السلام، امام هشتم، ۹۱۵۳ - ۲۰۳ ق. - دعاها. ۲. قرآن - برگزیدهها - ترجمهها.

۳. دعاها. ۴. زیارتنامهها. ۵. نمازهای مستحب. ۶ دعا - تأثیر. الف. احمدی

فراز، مهدی، ۱۳۵۰ - . ب. بنیاد پژوهشهای اسلامی. ج. عنوان.

۲۹۷ / ۷۷۲

۲۷۳۵۶۴۹

BP ۶۷۲ / ۲ / ۸۵ ص ۳۰۴۲ ۱۳۹۳

کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران



اثر درمانی دعا و نیایش

با تکیه بر صحیفه رضویه

دکتر مهدی احمدی فراز

ویراسته دکتر مجتبی مجرد

چاپ اول: ۲۰۰۰/۱۳۹۴، نسخه، وزیري / قیمت ۸۵۰۰۰ ریال

چاپ و صحافی: مؤسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی

بنیاد پژوهشهای اسلامی، مشهد: صندوق پستی ۹۱۷۳۵-۳۶۶

مراکز توزیع:

تلفن و دورنگار واحد فروش بنیاد پژوهشهای اسلامی: ۲۲۲۳-۸۰۳

فروشگاههای کتاب بنیاد پژوهشهای اسلامی، مشهد: ۳۲۲۳۳۹۲۳، قم: ۳۷۷۳۳-۰۲۹

www.islamic-rf.ir

info@islamic-rf.ir

حق چاپ محفوظ است

فهرست مطالب

۱۱.....	پیشگفتار
۱۳.....	مقدمه
۱۴.....	نگرش جامع به نیایش
۱۶.....	دعا از دیدگاه امام علی <small>علیه السلام</small>
۱۶.....	دعا از منظر علما و محققان
۱۸.....	بهداشت روانی
۱۸.....	رابطه دعا با بهداشت روانی
۲۰.....	تأثیر نیایش و اعتقادات بر سلامت روان
۲۲.....	رابطه نگرش مذهبی و سلامت روانی
۲۴.....	بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی و سلامت روان
۲۷.....	تأثیرات نیایش بر سلامت جسم
۳۱.....	بیان مسئله و روش
۳۴.....	اهداف نگارش
۳۴.....	معرفی کتاب
۳۵.....	نکات لازم برای خوانندگان محترم
۳۷.....	نیایش‌ها
۳۷.....	نیایش حضرت در تسبیح خداوند جل جلاله
۳۷.....	قدرت پروردگار
۳۸.....	نیایش حضرت در تسبیح خداوند روز دهم و یازدهم هر ماه

- ۳۸..... ضرورت تسییح پروردگار.....
- ۳۸..... نیایش حضرت در تسییح خداوند هنگام گرفتن تربت امام حسین علیه السلام.....
- ۳۹..... نیایش حضرت در تسییح و سپاس به روایت امام رضا علیه السلام از یوشع نبی علیه السلام.....
- ۳۹..... خصوصیات بهترین بندگان.....
- ۴۰..... آثار حمد و ستایش الهی.....
- ۴۰..... نیایش حضرت در سپاس خداوند.....
- ۴۱..... مناجات حضرت به سبب ستایش و شکر خداوند.....
- ۴۱..... ره آورد تفکر در عظمت نعمت‌ها.....
- ۴۲..... توجه به خدا در نعمت‌ها.....
- ۴۳..... نیایش حضرت هنگام سپاس در حال سجده شکر.....
- ۴۳..... مناجات حضرت برای طلب گشایش.....
- ۴۳..... عوامل انحراف شناخت پروردگار.....
- ۴۵..... مناجات حضرت برای سپاس خدا و طلب شفاعت از پیامبر و خاندانش برای قبولی دعا.....
- ۴۵..... طلب شفاعت از پیامبر صلی الله علیه و آله.....
- ۴۶..... درخواست دیدار با پروردگار.....
- ۴۷..... طلب آموزش برای پدر و مادر.....
- ۴۸..... درخواست بهترین‌ها برای والدین.....
- ۴۸..... نیایش حضرت درباره درود بر پیغمبر و خاندانش.....
- ۴۸..... صلوات بر پیامبر صلی الله علیه و آله هنگام دعا.....
- ۴۹..... نقش ایمان به خدا و پیامبر صلی الله علیه و آله.....
- ۵۰..... نیایش حضرت پیرامون درود بر پیامبر صلی الله علیه و آله و خاندانش.....
- ۵۰..... نیایش حضرت برای درخواست امنیت و ایمان.....
- ۵۱..... نیایش حضرت برای درخواست هدایت و تثبیت آن.....
- ۵۱..... نیایش حضرت برای درخواست عاقبت.....
- ۵۲..... نیایش حضرت برای درخواست عاقبت و شکر آن.....
- ۵۲..... نیایش حضرت در طلب خیر.....
- ۵۲..... عاقبت به خیری در امور.....
- ۵۳..... نیایش حضرت برای طلب باران بعد از حمد و ثنای خداوند.....
- ۵۴..... نیایش حضرت برای جلب بی‌نیازی.....
- ۵۴..... نیایش حضرت برای درخواست رزق حلال.....
- ۵۴..... نیایش حضرت برای دفع گرفتاری‌های سخت.....

- ۵۴..... دعا راه پاکسازی از گناهان
- ۵۵..... فرایند راز و نیاز با خدا
- ۵۷..... ویژگی ها و فضایل علی علیه السلام
- ۵۸..... توجه و توسل به ائمه علیهم السلام
- ۶۰..... ره آورد توسل به امامان معصوم علیهم السلام
- ۶۱..... نیایش حضرت برای طلب گشایش و برطرف شدن اندوه
- ۶۱..... نیایش حضرت برای طلب گشایش با متوسل شدن به آسمای الهی
- ۶۱..... گواهی بر نظم آفرینش
- ۶۲..... ویژگی های پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله
- ۶۲..... آسمای الهی کلید گشایش امور
- ۶۳..... انواع صفات الهی
- ۶۴..... صفات ثبوتیه
- ۶۷..... خداشناسی
- ۶۸..... توسل به پیامبر و اهل بیتش علیهم السلام
- ۶۹..... سلسله امامت بعد از علی علیه السلام
- ۷۲..... هدایتگران امت
- ۷۳..... نقش توسل در استجابات دعا
- ۷۶..... روش دعا و خواستن پاکی ها از خدا
- ۷۸..... نیایش حضرت برای درخواست گشایش غم و اندوه
- ۷۹..... نیایش حضرت برای درخواست گشایش در غم و اندوه
- ۸۰..... نیایش حضرت در برآمدن حاجات با توسل به قرآن و پیامبر و خاندانش علیهم السلام
- ۸۱..... نیایش حضرت در برآورده شدن حاجات
- ۸۲..... نیایش حضرت در برآورده شدن حاجات بعد از نماز و روزه
- ۸۳..... نیایش برآمدن حاجات
- ۸۴..... نیایش حضرت در برآمدن حاجات هنگام توسل
- ۸۴..... آزمایش های دنیا
- ۸۶..... نیایش حضرت در برآمدن حاجات به واسطه نام های خداوند
- ۸۶..... صفات خداوند
- ۸۶..... نیایش حضرت در برطرف شدن قرض هنگام توسل به نام های خداوند
- ۸۷..... نیایش حضرت در برطرف شدن ترس از پادشاه
- ۸۸..... نیایش حضرت برای دفع دشمن

- نیایش حضرت در قنوت نماز برای دفع گرفتاری حاصل از دشمنان ۸۸
- علم الهی ۸۸
- ره آورد بردباری پروردگار ۸۹
- نیایش حضرت در قنوت نماز برای دفع شر دشمنان ۹۰
- ضرورت توجه به صفات الهی ۹۰
- دعا برای رفع تجاوز و ستم ۹۲
- نیایش حضرت برای محفوظ ماندن از شر دشمنان ۹۲
- نیایش حضرت برای درخواست حفظ شدن یا رقة الجیب ۹۴
- نیایش حضرت برای درخواست محفوظ ماندن ۹۵
- نیایش حضرت برای درخواست حرز ۹۶
- نیایش حضرت برای درخواست حفظ شدن از شر دشمنان ۹۷
- نیایش حضرت برای غلبه بر دشمنان ۹۸
- نیایش حضرت برای محفوظ ماندن از سحر و جادو ۹۹
- نیایش حضرت برای پیدا شدن گمشده ۱۰۰
- نیایش حضرت برای موجود باردار و حامله ۱۰۰
- نمونه های قرآنی در صحیفه رضویه ۱۰۰
- نیایش حضرت برای برطرف شدن درد ۱۰۳
- نیایش حضرت برای برطرف شدن تمام دردها ۱۰۳
- نیایش حضرت در هر روز از ماه شعبان ۱۰۴
- نیایش حضرت در آخر ماه شعبان ۱۰۴
- نیایش حضرت هنگام دیدن هلال ماه رمضان ۱۰۵
- نیایش حضرت هنگام افطار ۱۰۵
- نیایش حضرت هنگام خروج برای نماز عید ۱۰۶
- نیایش حضرت در روز عرفة ۱۰۶
- نیایش حضرت در روز اول ماه محرم ۱۰۷
- نیایش حضرت هنگام صبحگاه ۱۰۸
- نیایش حضرت هنگام شب ۱۰۸
- نیایش حضرت بعد از هشت رکعت نماز شب ۱۰۹
- نیایش حضرت در قنوت نماز وتر ۱۱۰
- نیایش حضرت برای توبه هنگام اذان صبح و مغرب ۱۱۱

- نیایش حضرت قبل از شروع نماز ۱۱۲
- نیایش حضرت بعد از نماز واجب برای رسول خدا ﷺ ۱۱۲
- نیایش حضرت بعد از نماز واجب در طلب روزی ۱۱۲
- نیایش حضرت بعد از نماز صبح ۱۱۳
- نیایش حضرت بعد از نماز رسول خدا ﷺ ۱۱۴
- نیایش حضرت بعد از هر دو رکعت از نمازهای جمعه ۱۱۵
- نیایش حضرت در سجده بعد از نماز شکر ۱۱۶
- نیایش حضرت هنگام خروج از خانه ۱۱۷
- نیایش حضرت هنگام سوار شدن بر مرکب ۱۱۸
- نیایش حضرت هنگام سفر در خشکی و دریا ۱۱۸
- نیایش حضرت هنگام هیجان موج ها ۱۱۹
- نیایش حضرت هنگام وداع با خانه خداوند ۱۲۰
- نیایش حضرت هنگام ازدواج ۱۲۰
- نیایش حضرت هنگام خرید کالا ۱۲۲
- نیایش حضرت بعد از تهدید برای قبول ولایت عهدی ۱۲۳
- نیایش حضرت پس از ولایت عهدی ۱۲۴
- نیایش حضرت بعد از آمدن از مسجد جامع در روز جمعه برای درخواست مرگش ۱۲۵
- نیایش حضرت برای برادرانش ۱۲۵
- نیایش حضرت برای فرزندش مهدی عجل الله فرجه الشریف ۱۲۶
- طلب ایمنی برای حضرت مهدی ﷺ ۱۲۷
- ره آورد ظهور ۱۲۷
- برپایی عدل توسط حضرت مهدی ﷺ ۱۲۸
- حضرت مهدی ﷺ و انتقام از ظالمان ۱۲۹
- خصوصیات حضرت مهدی ﷺ ۱۳۰
- گواهی بر پاکی امام ۱۳۰
- الگوی دعا برای حضرت مهدی ﷺ ۱۳۰
- اخلاص در دعا ۱۳۱
- خصوصیات یاران حضرت مهدی ﷺ ۱۳۳
- نیایش حضرت برای فرزندش مهدی (عج) در قنوت نماز جمعه ۱۳۴
- نیایش حضرت برای هدایت مردی به مذهب حقه ۱۳۵

- نیایش حضرت برای مظلوم علیه ظالم به خاطر درخواست دوری از آن (نجات از آن) ۱۳۵
- دعا برای رفع تجاوز و ستم ۱۳۵
- لعن بر دشمنان محمد ﷺ و خاندانش در سجده شکر ۱۳۶
- نشانه‌های دشمنان خدا ۱۳۶
- نیایش حضرت در سپاس خدا هنگام ورود به بازار ۱۳۹
- نیایش حضرت در سپاس خداوند بر نعمت اسلام و قرآن و پیامبر هنگام دیدن ذمی ۱۳۹
- نیایش حضرت در سپاس خدا بر نعمتش و درخواست صبر بر گرفتاری‌ها ۱۳۹
- نیایش حضرت در صلوات بر محمد و خاندانش در عصر جمعه ۱۴۰
- نیایش در نماز استخاره ۱۴۱
- نیایش در طلب باران ۱۴۱
- نیایش حضرت برای برطرف شدن بلا و ترس از حاکم و غیره ۱۴۲
- نیایش حضرت هنگام بیداری از خواب برای تهجد و نافله و درودها ۱۴۳
- دعا و درخواست ۱۴۵
- نیایش حضرت قبل از نماز شب ۱۴۵
- درخواست آبرومندی ۱۴۵
- نیایش حضرت در قنوت نماز وتر ۱۴۶
- وصف پروردگار ۱۴۶
- روش دعا و درخواست ۱۴۷
- ضرورت پناهندگی به خدا ۱۴۸
- بهترین و کامل‌ترین درود بر پیامبر و خاندانش ۱۵۰
- دعا برای پدر و مادر ۱۵۱
- اهمیت دعا ۱۵۲
- درخواست تعجیل در ظهور ۱۵۴
- عوامل و سران فتنه در دین ۱۵۵
- نکوهش از شرک و ریا ۱۵۶
- الگوی خوب زیستن ۱۵۶
- راه‌های دستیابی به سعادت ۱۵۸
- نیایش حضرت بعد از نافله صبح ۱۵۹
- نیایش بین اذان و اقامه ۱۵۹
- نیایش حضرت بعد از تکبیرات ۱۵۹
- نیایش حضرت در قنوت نمازها ۱۶۱

۱۶۱	نیایش حضرت در قنوت نماز عید
۱۶۲	نیایش حضرت در قنوت نماز کسوف
۱۶۳	نیایش حضرت در رکوع
۱۶۳	نیایش حضرت در سجده آخر نماز نافله مغرب شب جمعه
۱۶۳	نیایش حضرت بعد از نماز
۱۶۵	نیایش‌های حضرت برای حج
۱۶۸	دوری از محرّمات حج
۱۶۹	معنویت سفر حج
۱۷۱	پرستشگاه معنوی
۱۷۲	سپس به حجر نزدیک می‌شوی
۱۷۳	نیایش هنگام شروع طواف از حجرالاسود
۱۷۴	نیایش مقابل ناودان
۱۷۴	نیایش هنگام ملتزم در دور هفتم طواف
۱۷۴	هنگام داخل شدن کعبه
۱۷۵	نیایش هنگام سعی به طرف صفا
۱۷۵	توصیف پروردگار
۱۷۷	نیایش هنگام روی آوردن به منا
۱۷۸	نیایش هنگام جمره عقبه
۱۷۸	نیایش هنگام نحر و ذبح کردن
۱۷۸	نیایش هنگام تراشیدن موی سر
۱۷۹	نیایش هنگام وداع با بیت‌الله‌الحرام
۱۷۹	نیایش هنگام زیارت پیغمبر ﷺ در زیر ناودان
۱۷۹	نیایش هنگام وداع با قبر پیامبر ﷺ
۱۸۰	اصطلاحات علمی
۱۸۰	طب تنوسوماتیک
۱۸۱	روان‌درمانی دینی
۱۸۳	مقابله مذهبی
۱۸۴	هوش معنوی
۱۸۷	هوش اخلاقی
۱۸۷	هفت اصل ضروری هوش اخلاقی

۱۸۸ مکانیسم‌ها
۱۸۸ راه سایکونوروفیزیولوژیک
۱۸۹ مسیر رفتار بهداشتی
۱۹۰ برخورداری از حمایت‌های اجتماعی
۱۹۱ احساس گناه
۱۹۲ دینداری درون‌سو و برون‌سو
۱۹۳ نمایه علمی
۱۹۵ نمایه
۲۰۷ منابع

www.ketab.ir

پیشگفتار

نیایش تنها عرصه خواندن نیست، بلکه صحنه شناختن هم هست. نیایش نوعی تفکر است که انسان را به مبدأ هستی متصل می‌کند. نیایش پیوند فکری و عاطفی فرد با پروردگار جهان و پرواز روح انسان به سوی خدا، یا پرستش عاشقانه کانون غیرمادی جهان است. نیایش کنشی است که همواره واکنشی مثبت در پی دارد. نیایش فقط راز و نیاز و درخواست نیست، بلکه نوعی دریافت است. نیایش مشق عشق، تمرین هنر، ابزار زندگی و ابزار بندگی است. نیایش نمودار کوشش انسان برای ارتباط با وجود نامرئی هستی است. نیایش یادآور این نکته است که هرچند بشر پایبند زمین است، اما دل در آسمان دارد.

عالی‌ترین نمونه این گونه نیایش را در کلام نورانی ائمه معصومین علیهم‌السلام، به ویژه ادعیه حضرت رضا علیه‌السلام می‌توان یافت. این نوشتار می‌کوشد تا با انتخاب برخی از عبارات دعا و با نگاهی علمی - روان شناختی به تبیین ادعیه صحیفه رضویه در ارتقای بهداشت روانی بپردازد. بدین منظور نگارنده در مقدمه، نگرشی جامع نسبت به نیایش، بهداشت روانی و رابطه آن با دعا ارائه نموده و تأثیر نیایش را بر سلامت مورد بررسی قرار داده است. آنگاه الگوهای شناختی، رفتاری و عاطفی

مؤثر بر بهداشت روانی را براساس مضمون دعاها تحلیل مختصری کرده است. این مجموعه شامل ۱۱۷ دعای منتخب از ادعیه امام رضا علیه السلام است و هدف اصلی آن ایجاد نگرش کارکردگرا به مفاهیم ادعیه می باشد. البته تحلیل همه مفاهیم انتخابی نیاز به کتاب مستقلی دارد و ما در این کتاب فقط اشاره مختصری به مباحث بهداشت روانی کرده ایم. همچنین با توجه به آنکه مضامین دعا برگرفته از مفاهیم قرآنی بوده، برخی از مفاهیم دعایی را با مضامین قرآنی ذکر کرده ایم. ائمه ما از سلاح دعا در تثبیت عقاید و انتقال آن به پیروان خود بهره گرفته اند، ما نیز برخی از فرقه های اسلامی را با مضامین دعا نقد کرده ایم. امیدواریم این سه نگرش به دعا، یعنی استخراج مباحث بهداشت روانی، انطباق مفاهیم قرآنی و نقد برخی از فرق اسلامی برای استفاده بیشتر و کاربردی ادعیه در فرهنگ شیعی، الگوی مطلوبی باشد. شایسته است از زحمات سروران معظم جناب آقایان دکتر مسعود آذربایجانی و آقای دکتر علی اکبر عباسی و نیز پدر بزرگوارم حضرت حجة الاسلام و المسلمین حسین احمدی فراز - مدظله العالی - و دعای مادر و صبوری همسر مکرمه علویه و همراهی فرزندانم کمال تشکر و قدردانی را بنمایم.

دکتر مهدی احمدی فراز

اصفهان - تابستان ۱۳۹۱ شمسی