

سلامت معنوی

محرم رضا آتشپور: صدف



سرشناسه: آتشین صدف، محمدرضا، ۱۳۵۲ - عنوان و نام پدیدآور:
سلامت معنوی: محمدرضا آتشین صدف، مشخصات نشر: تهران: مؤسسه
فرهنگی، ۱۳۹۵. مشخصات ظاهری: ۲۴
ص.؛ مضمون: شایک، ۴۵-۷۹۱۷-۶۰۰-۹۷۸ وضعیت فهرست نویسی:
قیفا یادداشت کتابخانه موضوع: زندگی معنوی--اسلام شناسه
افزوده: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آتشین صدف، رده بندی کنگره:
۱۳۹۵/۵/۹۱۷ BP۱۱/۵/۹۱۷ رده: شماره کتابشناسی:
ملی: ۴۳۴۱۸۱۷

سلامت معنوی

محمدرضا آتشین صدف

مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین

احمد رضائی

محمد مرادی حسین آباد

سعید فلاحتی

نجف نجفی

اول، بهار ۱۳۹۷

زیتون

۲۰۰۰

۲۰،۰۰۰ ریال

۹۷۸-۶۰۰-۷۹۱۷-۴۵-۹

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۹	(۱) سلامت معنوی چیست
۱۰	(۲) چکاپ سلامت معنوی در چند دقیقه
۱۳	(۳) دو عامل تهدیدزا
۱۳	یک) گناه کردن
۵	دو) دنیا دوستی آسیب‌زا
۱۶	(۴) راه‌کار دست‌یابی به سلامت معنوی
۲۰	نتیجه‌گیری
۲۱	کتابنامه

مقدمه

بعد از مدت ها ها، یک بار آمده بودیم و خاطرات گذشته را مرور می کردیم. حرمان مساجد به آن شب ها که چون بچه بودیم، ما را به دعای کسین که هر شب جمعه در منزل یکی از شهدای مسجد برگزار می شد، راضی دادند. تا آن شب که دعا در منزل شهیدی بود که خانه شان نزدیک مسجد بود و بزرگ ترها پیاده و نه مثل هفته های پیش با ماشین راه افتادند.

من و مرتضی هم با فاصله دنبال آنها را می بردیم. وقتی رسیدند و می خواستند یا الله گویان وارد شوند ما هم خرابه ها را قاتی جمع کردیم و وارد شدیم. یکی دو نفر از بزرگ ترها هم که ما را دیدند دیگر نتوانستند یا نخواستند کاری بکنند.

ما هم مثل بقیه نشستیم. چراغ ها خاموش و دعای کمیل شروع شد و کم کم زمزمه ها و بعد هم گریه ها و ناله ها. ما تعجب می کردیم که چرا ما گریه مان نمی گیرد. هرچی تلاش کردیم و چشمانمان را به هم فشار دادیم، خبری نبود. حالا

مرتضی اعتراف می کرد که حتی به چشمانش آب دهان هم زده بود؛ ولی افاقه نکرده بود!

همین طور حرف و حدیث ما ادامه پیدا کرد تا اینکه مرتضی گفت: محمدرضا، یه چیز بگم دعوام نمی کنی؟ گفتم: کم نه. خندید و گفت: باورت میشه چند سالی میشه گریه ام نگرفته. گفتم: خب این چیز بدیه یا خوبیه؟ گفت: منظورم گریه معنویه. چند وقته می خوام با کسی مطرح کنم روم نمیشه. قبلاً زیارت می رفتم یا دعایی می خوندم، زود گریه ام می گرفت؛ ولی الآن اصلاً! نماز هم که می خونم هیچ حس ندارم. همین طور طوطی وار می خونم، عینهو یه رباعی می خونه، خوندن نماز، برنامه نویسی شده. از اینم بدتر، گاهی از خدایم می پرسم برای چی به دنیا اومدم و آرزو می کنم کاش اصلاً به دنیا نیامده بودم.

گفتم: حاضریه چیز بگم تو دعوام نمی کنی؟ گفت: نه. گفتم: مریضی گفت: خودتی. گفتم: منظور بدی نداشتم، واقعاً گفتم. هر دو طرف به ما سلامت جسمی و روانی و اجتماعی داریم، سلامت معنوی هم داریم. امروزه هم این بحث در سطح جهانی مطرحه. از نظر سلامت معنوی ات درد می کنه! باید براش فکری بکنی. گفت: چی کار؟

گفتم: کمی برایش توضیح دادم و گفتم: یک سری مقالات و مطالب رو برات ایمیل می کنم، مطالعه کن. بعد اگر خواستی با هم قراری می گذاریم، مثلاً می آیم با خانواده، شام می خوریم، مفضل صحبت می کنیم. گفت: نه ما بیاییم اثرش بیشتره. حالا برای شما خواننده عزیز، خلاصه بعضی از مطالبی را که برای مرتضی فرستادم اینجا می آورم.