



ندای عشق رضوی

با نگاهی روان شناختی به

زیباترین امام رضا علیه السلام

دکتر مهدی احمدی فراز

احمدی قراز ، مهدی ، ۱۳۵۰ -

ندای عشق رضوی با نگاهی روان‌شناختی به زیارت‌نامه امام رضا علیه السلام /
مهدی احمدی قراز . - مشهد : بنیاد پژوهشهای اسلامی، ۱۳۹۳ .

ISBN 978-964-971-810-1

۱۶۰ ص.

فیبا.

۱. علی بن موسی علیه السلام ، امام هشتم، ۱۴۸ - ۲۰۳ ق. - زیارت‌نامه‌ها. ۲. علی

بن موسی علیه السلام ، امام هشتم، ۱۴۸ - ۲۰۳ ق. - زیارت. ۳. زیارت و زائران -

جنبه‌های روانشناسی الف ، بنیاد پژوهشهای اسلامی. ب. عنوان.

۲۹۷ / ۷۷۷

۱۳۹۳ الف ۳ / الف ۸۷ / ۷ / ۲۷۱ BIP

۳۵۳۸۲۵۸

کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران



مجلس شورای اسلامی
ایران

ندای عشق رضوی

با نگاهی روان‌شناختی به زیارت‌نامه امام رضا علیه السلام

دکتر مهدی احمدی قراز

ویراسته سید جلال قیامی

چاپ اول: ۱۳۹۳/۱۵۰۰ نسخه ، رقعی / قیم: ۶۰۰ ریال

چاپ و صحافی: مؤسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی

بنیاد پژوهشهای اسلامی، مشهد: صندوق پستی ۲۶۶-۷۳۵

مراکز توزیع:

تلفن و دورنگار واحد فروش بنیاد پژوهشهای اسلامی: ۲۲۳۰۸۰۳

فروشگاه‌های کتاب بنیاد پژوهشهای اسلامی، مشهد: ۲۲۳۳۹۲۳، قم: ۷۷۳۳۰۲۹

www.islamic-rf.ir

info@islamic-rf.ir

حق چاپ محفوظ است

فهرست

۹.....	الهی نامه
۱۱.....	پیشگفتار
۱۳.....	دل‌نوشته‌ای برای ملط عثمان‌لی بن موسی الرضا (ع)

فصل یکم

۱۷.....	تحلیل زیارت
۱۹.....	۱- معنای لغوی و اصطلاحی
۲۰.....	۲- انواع زیارت
۲۱.....	۲-۱- گونه‌های زیارت نامه مأثور
۲۱.....	۳- اهمیت و ضرورت زیارت
۲۱.....	۱- ضرورتی در قدرت مادی و فناوری
۲۲.....	۲-۱- احساس تنهایی
۲۳.....	۳-۱- جرابی زیارت
۲۳.....	۳-۲- آثار و حکمت زیارت
۲۳.....	۴- زیارت و آداب آن در ادیان دیگر
۲۳.....	آداب زیارت کعبه در زمان جاهلیت
۲۲.....	زیارت در اوایل دوران مسیحیت
۲۳.....	شیوه‌های زیارت کاتولیک‌ها در اروپا و آمریکا

- ۳۷..... سنت‌های مربوط به زیارت دین‌های دیگر
- ۳۸..... ۵- تبیین رابطه زیارت با سلامت
- ۳۹..... ۱-۵- راه سایکونوروفیزیولوژیک
- ۴۱..... ۲-۵- نگرش مذهبی
- ۴۴..... ۳-۵- مقابله مذهبی
- ۴۶..... ۶- بهداشت روانی و زیارت

فصل دوم

- ۴۹..... تحلیل پیش
- ۵۱..... ۱-۱- بستر تفکر
- ۵۱..... ۲-۱- نقش حاج به نیایش
- ۵۵..... ۳-۱- نقش امامیر مومنان علی (ع)
- ۵۵..... ۴- نیایش از منظر متفکران
- ۵۷..... ۵- نحوه اثربخشی و زیارت
- ۵۷..... ۶- روش تأثیر مضمون‌های دینی بر سلامت
- ۵۸..... ۱-۶- طب تنوسوماتیک و دعا
- ۵۹..... ۲-۶- نظر اندیشمندان تجربی در مورد دعا

فصل سوم

- ۶۳..... زیات‌نامه امام رضا (ع) با تحلیل ادبی- روان‌شناختی
- ۶۴..... ۱- روش بحث در این فصل
- ۶۵..... صحن اندیشه
- ۶۶..... رواق معرفت
- ۶۶..... مفاهیم
- ۶۶..... مفاهیم
- ۶۶..... شفا
- ۶۶..... ۱-۲- احساس گناه منطقی

۶۸.....	صحن اندیشه
۶۸.....	مفاهیم
۶۹.....	شفا
۶۹.....	۲-۲. مثبت‌نگری
۷۱.....	صحن اندیشه
۷۲.....	مفاهیم
۷۳.....	مفاهیم
۷۳.....	شفا
۷۳.....	۲-۱. انجام شخصیت
۷۶.....	صحن اندیشه
۷۷.....	۲-۴. گنجینه ذهنی
۸۰.....	۲ صحن اندیشه
۸۲.....	مفاهیم:
۸۳.....	شفا
۸۳.....	۲-۵. تصدیق و تأکید
۸۵.....	صحن اندیشه
۸۶.....	مفاهیم
۸۷.....	شفا
۸۷.....	۲-۶. ویژگی شناختی
۸۸.....	صحن اندیشه
۸۹.....	مفاهیم
۸۹.....	شفا
۹۰.....	۲-۷. جنگ نرم
۹۴.....	صحن اندیشه
۹۵.....	مفاهیم
۹۶.....	شفا
۹۶.....	۲-۸. پایبندی دینی

۹۷	 صحن اندیشه
۹۸	 مفاهیم
۹۹	 شفا
۹۹	 ۹-۲ هوش اخلاقی
۱۰۱	 صحن اندیشه
۱۰۲	 مفاهیم
۱۰۳	 شفا
۱۰۳	 ۱۰-۲ امید
۱۰۵	 صحن اندیشه
۱۰۷	 مفاهیم
۱۰۷	 شفا
۱۰۷	 ۱۱-۱ هوش معنوی
۱۱۰	 مفاهیم
۱۱۱	 شفا
۱۱۱	 ۱۲-۲ تحلیل تأثیر بیماری افسردگی
۱۱۴	 صحن اندیشه
۱۱۵	 مفاهیم
۱۱۶	 شفا
۱۱۶	 ۱۳-۲ تغییر نگرش
۱۱۷	 صحن اندیشه
۱۱۸	 مفاهیم
۱۱۹	 شفا
۱۱۹	 ۱۴-۲ واقع بینی
۱۲۱	 ۱۵-۲ صحن اندیشه
۱۲۲	 مفاهیم
۱۲۳	 شفا
۱۲۳	 ۱۵-۲ مفهوم های دینی

۱۲۴.....	صحن اندیشه
۱۲۶.....	مفاهیم
۱۲۷.....	شفا
۱۲۷.....	۱۶-۲- توبه
۱۲۹.....	۱۷-۲- صحن اندیشه
۱۳۰.....	مفاهیم
۱۳۱.....	شفا
۱۳۱.....	۱-۲- شخصیت سالم

فصل چهارم

۱۳۳.....	تحلیل دعای ضروریات
۱۳۵.....	۱- آموزش با دعای امام حسین (ع) از دشواری های زندگی
۱۳۷.....	تحلیل
۱۳۸.....	۱-۱- سازوکار تطابق روحیه آن دعا
۱۳۹.....	۲- دعای امام رضا (ع) برای گسستن زنجیر گرفتاری
۱۴۰.....	مفاهیم
۱۴۱.....	۳- تحلیل روان شناختی دعای امام رضا (ع)
۱۴۱.....	مثبت نگری
۱۴۴.....	با نیایش، پروانه شدن را تجربه کنید
۱۵۷.....	منابع

الهی نامه

الهی! منی که در این سندوقچه‌ای به دریا فرستادی و او را به ساحل امن
رساندی و تاج بندگی بر سرش نشاندی، حال ای بنده نوازی نیاز، دریای
ظلمت و غفلت و موج گناه و نافرمانی، مال پرستی، دنیا پرستی وجود ما را
فرا گرفته و در حال غرق شدنیم و خود گفتی سفینه النجاة داری و این
کشتی نجات، ناخدا یان متعدد دارندگان سسین، گاه فاطمه، گاه مهدی،
گاه علی و گاه رضا علیه السلام - حال آمده ام و ما را به شفاعت گیرم تا مرا به کشتی،
سوار و به ساحل امن، روان سازی و تاج بندگی بر سرم نهی.
ای زائر دل‌باخته حال که بر روضه رضوان علیه السلام (کشتی نجات)
شرف حضور یافتی با سوز دل این گونه بگو:
الهی همه^۱ از تونان خواهند من جان

۱. مقصود از کلمه «همه» تمام افراد حاجی و زائر نیست و مقصود از من نگارنده نیست
بلکه هر عارف به حق خدای تعالی و اهل بیت علیهم السلام مقصود می باشد اگرچه حقیر
امیدوارم خدا با فضلش به بنده، معرفت به حقیقت عنایت فرماید.

الهی همه از توساز (زندگی) خواهند و من سوز (دل عاشق)
 الهی همه دعا خوانند تا به حاجت رسند من دعا خوانم تا به معشوق رسم
 الهی همه گویند عطا کن من نگویم «عطا کن یا نکن» زیرا دانم که عطا
 کردند فضل و گاه عطا نکردند خود عطای دیگری در حق من است
 الهی همه گویند دل، همچون کعبه معبود است، یاری ام کن تا با
 حضور به طواف این کعبه روم و جان را فدای محبوب کنم
 آنان حاجیان به مکه روند و من به مشهد
 آنان می پوشند و من جامه تقوا
 آنان به سوی توبه آمد و من به سوی معشوق تو
 آنان سنگ سنگ زنند (ری جمرات) من سنگ به نفس
 آنان حبرالاسیر بوی من ضریح مطهر
 آنان با پای تن طواف کنند پای دل
 آنان به سعی صفا و مروه و من سعی دارم با صفا به رواق رضا روم.
 آنان از تو می خواهند که نعمت طاعتی تا راضی شوند من از تو
 می خواهم چون رضا علیه السلام راضی به رضای تو شوم
 پس آنان حاجی شوند و من باقی

پیشگفتار

برخی از آداب و سنت‌های اسلامی با آنکه از منظر عقل، تأیید و تأثیر آن قطعی است، تشکیک‌ناپذیر نیستند که باید مورد توجه پیروانش قرار نگرفته، زیرا تحلیلی به زبان مناسب زمان و در صورت فرهنگ زمانه برای آن بیان نشده یا کم شده است. از جمله این سنت‌های اسلامی، زیارت ائمه و زیارت قبرهای مؤمنان و حضور بر تربت ائمه اطهار و مساجد دادن به لوح مقدس آنان و خواندن نماز و دعا و قرآن در زیارتگاه می‌باشد که ادای و شرایط خاصی دارد و عالی‌ترین نمونه این زیارت‌ها، زیارت امام هشتم علیه السلام است.

در این نوشتار سعی بر آن است تا با نگاه علمی - روان‌شناختی، به تحلیل آموزه‌های ناب زیارت‌نامه امام رضا علیه السلام پرداخته، تأثیر آن بر سلامت روان بیان گردد. در فصل نخست، معنا و زیارت انواع آن، چرایی زیارت و آثار و حکمت زیارت و رابطه زیارت و سلامت بیان شده است. در فصل دوم، نگرش صحیح به نیایش از منظر امام علی علیه السلام و اندیشمندان و نحوه اثربخشی نیایش بر سلامت مورد بررسی قرار گرفته است. در فصل سوم، ترجمه مفهومی متن زیارت‌نامه امام رضا علیه السلام به انجام رسیده؛ همچنین در این فصل، پیش از متن زیارت، عنوان «صحن

اندیشه «آمده که زائر را به تدبیر و درون اندیشی وامی دارد. آنگاه متن زیارت با عنوان «رواق معرفت» دیده می شود. سپس عنوان شفا آمده که در آن، تحلیل های روان شناختی برگرفته از متن زیارت به چشم می خورد. در فصل چهارم، آموزش با دعا برای تفسیر صحیح از زندگی تبیین گردیده و نیایشی از صحیفه رضویه برگزیده شده که قسمتی از آن را با نگاه روان شناختی تحلیل کرده ایم.

در بحث اصلی از نگارش این کتاب، توجه بیشتر زائران محترم به مضمون های زیارت است، زیرا این مضامین افزون بر آثار قدسی، سرشار از الگوهای رفتاری و عاطفی درست می باشد و باید باورهای ما با آن ها شکل گیرد در کنار ما نمود یابد.

امید است زائران محترم با تدبیر در معانی زیارت نامه امام رضا (ع) و دقت در این الگوی اسلامی، معاد شناختی، رفتاری و عاطفی خود را با روش های مطرح در دعا های زیارت، تصحیح و تکمیل کنند تا از سلامت روانی، فردی و اجتماعی برخوردار شوند.

در پایان شایسته است از حضرت آبراهام بدر بزرگوارم حضرت حجة الاسلام والمسلمین حاج حسین احمدی نرانی دعای مادر دلسوز مهربانم و شکیبایی همسر مکرمه فداکارم و فرزندان عزیزم جناب آقای اکبر فرهمند و رهنمودهای استاد ارجمند جناب آقای دکتر مهرداد کلانتری کمال قدردانی و تشکر را بنمایم.

دکتر مهدی احمدی فراز

اصفهان پاییز ۱۳۹۱