Journal of Spiritual Health
2024, Volume 2, Issue 4
Pages: 218-225
10.30491/JSH.2.4.218

The Fundamental Principles and Components of Spiritual Health from the Perspective of Imam Sajjad

Hasan Zarnooshe Farahani [1*], Mohammad Etratdoost [1]

[1] *Department of Theology and Islamic Studies, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran*

Abstract

Background and Aim: One of the basic objectives of Islam is to create inner transformation in human beings and teach the stages of growth and perfection to achieve spiritual health. This aim can be achieved in the Holy Quran and teachings issued by Ahl al-Bayt. Based on this, this article aims to extract and identify the fundamental principles and components of human spiritual health based on the teachings presented in the sayings of Ahl al-Bayt.

Methods: This research was done using the thematic analysis method. The statistical population was the supplications of Imam Sajjad in the book Sahifa Sajjadiyeh. The research steps are as follows: analyzing the text and extracting the basic themes, describing the text and identifying the organizing themes, and combining the text and analyzing the overarching themes. These themes have been obtained as the main categories and fundamental components of human spiritual health.

Results: In the supplications of Sahifa Sajjadiyah to create spiritual health, eight fundamental components have been given special attention, including acquiring knowledge about God, acquiring knowledge about the Prophet of Islam and the Ahl al-Bayt, acquiring knowledge about the rules of religion, acquiring lawful property and purifying it, benevolence to the family and relatives, service to the people, tolerance with people and constant presence in the process of repentance.

Conclusion: The Prophet of Islam and Ahl al-Bayt as the best human educators with the concern of improving the inner areas of people's personality, have tried in their enlightening words to introduce the fundamental and necessary components of a believing and committed person so that people can be receiving these teachings and using them as their guide, they will achieve spiritual health.

Keywords: Spiritual Health, Social Health, Inner Transformation, Imam Sajjad.

*Corresponding author: **Hasan Zarnooshe Farahani,** Email: zarnooshe@sru.ac.ir

Received: 4 September 2023 **Accepted:** 13 January 2024

[Downloaded from spiritual-health.ir on 2026-09-05]

[DOI: 10.30491/JSH.2.4.218]

مجله سلامت معنوی
دوره ۲، شماره ۴، زمستان ۱۴۰۲
صفحات: ۲۲۵-۲۱۸
10.30491/JSH.2.4.218

اصول و مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع)

حسن زرنوشه فراهانی[۱*]، محمد عترت دوست[۱]

[۱] *گروه الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران*

چکیده

زمینه و هدف: یکی از اهداف اساسی دین اسلام، ایجاد تحول درونی در انسان و آموزش مراحل رشد و کمال جهت نیل به سلامت معنوی است. این هدف غایی در قرآن کریم و آموزه‌های صادر شده از اهل بیت(ع) قابل دستیابی است. بر این اساس هدف مقاله حاضر، استخراج و شناسایی اصول و مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی انسان بر اساس آموزه‌های مطرح شده در کلام اهل بیت(ع) است.

روش‌ها: این پژوهش با استفاده از روش تحلیل مضمونی انجام شد. جامعه آماری این تحقیق، ادعیه امام سجاد(ع) در کتاب صحیفه سجادیه بود که در سه مرحله: تجزیه متن و استخراج مضامین پایه، تشریح متن و شناسایی مضامین سازمان‌دهنده، و ترکیب متن و تحلیل مضامین فراگیر به مثابه مقوله‌های اصلی و مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی انسان، انجام شد.

یافته‌ها: در ادعیه صحیفه سجادیه به منظور ایجاد تحول در ساحات درونی و معنوی انسان و کسب سلامت معنوی، هشت مؤلفه بنیادین مورد توجه ویژه قرار گرفته که عبارتند از: کسب معرفت نسبت به خداوند، کسب معرفت نسبت به پیامبر اسلام(ص) و اهل بیت(ع)، کسب معرفت نسبت به احکام دین، کسب اموال حلال و تطهیر آن‌ها، احسان به خانواده و نزدیکان، خدمت به خلق، مدارا با مردم و حضور دائم در جریان توبه.

نتیجه‌گیری: پیامبر اسلام(ص) و اهل بیت(ع) به عنوان بهترین مربیان انسان با دغدغه اصلاح ساحات درونی شخصیت افراد، در کلمات نورانی خود تلاش کرده‌اند تا به معرفی مؤلفه‌های بنیادین و ضروری یک انسان مؤمن و متعهد پرداخته تا افراد بتوانند با دریافت این آموزش‌ها و مبنا قراردادن آن‌ها به عنوان راهنمای خویش، یک تحول بنیادین در ساحات درونی و سلامت معنوی خود و بالتبع در سیستم جامعه ایجاد کنند.

کلیدواژه‌ها: سلامت معنوی، سلامت اجتماعی، تحول درونی، امام سجاد(ع).

*نویسنده مسئول: **حسن زرنوشه فراهانی**. پست الکترونیک: zarnooshe@sru.ac.ir
دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۶/۱۳ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۱۰/۲۳

[Downloaded from spiritual-health.ir on 2026-09-05]
[DOI: 10.30491/JSH.2.4.218]

مقدمه

مطالعه اتیولوژی بیماری‌ها در فرهنگ‌های باستان، نشانگر پیوند بین مذهب و سلامت همراه با باور به تأثیر عوامل غیرمحسوس (ماوراء الطبیعه) و متافیزیک در بروز بیماری‌هاست. دیدگاه مسیحیت قرون وسطایی بیماری را ناشی از عذاب الهی عقوبت کارهای ناشایست می‌دانست. یونانیان باستان از بین رفتن تعادل در تمام ابعاد زندگی را عامل بروز بیماری معرفی می‌کردند. چین باستان عدم تقارن یا انسداد در مسیر جریان انرژی بین جهان و انسان را عامل اتیولوژیک بیماری به شمار می‌آوردند و ایرانیان باستان معتقد به جادوی مخالفان و شور چشمی بودند (۱) اما هرگونه باور به تأثیر عوامل غیرمحسوس در زندگی و سلامت با نهضت دین زدایی سکولاریسم عصر رنسانس به عنوان خرافه و جادو کنار گذاشته شد (۲).

سیر تحول اندیشه بشری در دهه‌های پس از رنسانس، پیوند مجدد معنویت و سلامت را به ارمغان آورده است به گونه‌ای که در سیاست گذاری‌های اجتماعی نیز بر بُعد معنوی سلامت تأکید می‌شود (۳). امروزه با توجه به نقش عوامل ژنتیک و عوامل ایجاد کننده استرس تأثیر حالات روانی بر عملکرد سیستم عصبی –غدد درون ریز– دفاع ایمنی بدن، عادات غیر بهداشتی و سبک ناسالم زندگی، رفتارهای پرخطر و هیجانات مخرب در بروز بیماری (۴)، تأثیر باورهای فلسفی (جهان بینی) بر شکل‌گیری فرهنگ و سبک زندگی افراد جامعه مورد توجه است (۵). شواهد علمی متعدد هم تأثیر معنویت و باورهای افراد را بر سلامت حفظ و ارتقای عزت نفس، ایجاد حس هدفمندی و معناداری زندگی، آسودگی روانی، امیدواری افزایش توان سازگاری و تطابق (۶) ایجاد احساس آرامش و قدرت مواجهه با بحران بیماری تأیید می‌کند (۷) به نحوی که بیماران واجد تمایلات معنوی، با وجود بحران بیماری قادر به یافتن معنا و هدف در زندگی خود هستند، در سازگاری با درد و رنج بیماری و بیرون آمدن از بحران موفق تر عمل می‌کنند (۸).

از سوی دیگر محققان بر این باورند که عدم اطمینان از وقایع زندگی و بحران بیماری، نیازها و عکس العمل‌های معنوی ایجاد می‌کنند و فرصت‌هایی را برای مراقبت معنوی فراهم می‌کنند (۹) چرا که اساساً، مراقبت معنوی به عنوان یک مؤلفه اساسی مراقبت جامع، شامل درک اعتقادات معنوی بیمار و شناخت نیازهای معنوی اوست (۱۰) و اعضای تیم سلامت باید دانش خود را در مورد معنویت و تأثیر اعتقادات معنوی بر سبک زندگی، پاسخ به بیماری، انتخاب مراقبت و درمان افزایش دهند و معنویت را در خدمات بهداشتی ادغام کنند. اما از آنجا که جامعه متشکل از افراد است و هرگونه مصالح و مفاسد آن، به صلاح و فساد افراد آن جامعه باز می‌گردد، لذا گام اول در بهبود بخشیدن به وضعیت نامطلوب یک جامعه بیمار و نابسامان، تحول در اساس آن سیستم یعنی انسان است. بر این اساس باید گفت که گام نخست در هر نظام تربیتی، برنامه‌ریزی برای تربیت انسان و تعیین اولویت‌های آن نظام تربیتی است.

دین مبین اسلام داعیه‌دار تربیت انسان و جوامع بشری و هدایت آن‌ها به سمت سعادت و کمال بوده و بر این اساس دستورالعمل‌های جامعی در این زمینه توسط پیامبر اکرم(ص) و اهل بیت(ع) صادر شده است که توجه به آن‌ها می‌تواند زمینه‌ساز ایجاد تحولاتی عظیم در دیگر نهادهای اجتماعی و اقتصادی جوامع بشری شده و در اثر تربیت انسان کامل مدنظر دین اسلام، جامعه بشری الگو و مدینه فاضله تشکیل گردد.

در میان کتاب‌های حدیثی منسوب به ائمه اطهار(ع)، صحیفه سجادیه پس از نهج‌البلاغه مهمترین و معتبرترین کتاب حدیثی است (۱۱) که از آن به عنوان «أخت القرآن» (۱۲)، «انجیل اهل‌بیت» (۱۳) و «زبور آل محمد»(ع) تعبیر شده است (۱۴). از جمله مسائلی که از رهگذر مطالعه و انس با ادعیه صحیفه سجادیه برای انسان نمایان می‌شود، الگوی تربیتی مدنظر امام سجاد(ع) برای تحول درونی و معنوی انسان یا به عبارتی ایجاد سلامت معنوی در انسان است.

در این پژوهش با تمرکز بر ادعیه صحیفه سجادیه تلاش شده تا اصول و مؤلفه‌های بنیادین تحول درونی و معنوی انسان جهت ایجاد سلامت معنوی از منظر آن امام همام، کشف و تبیین شود. بر این اساس مسئله اصلی این پژوهش، جستجوی مهمترین اصول و مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی مبتنی بر تحلیل مضامین ادعیه صحیفه سجادیه است. بدین منظور با استفاده از روش متن محور و میان‌رشته‌ای «تحلیل مضمون»، به شناسایی مضامین اصلی و فرعی موجود در ادعیه این کتاب شریف پرداخته شده است. اگرچه پژوهش‌های متعددی در رابطه با ادعیه صحیفه سجادیه انجام شده و از زوایای مختلفی مانند تحلیل‌های زبانشناسی و زیبایی‌شناسی و با روش‌های مختلفی از جمله تحلیل محتوا به این ادعیه توجه شده است، اما در بررسی پیشینه این تحقیق، هیچ پژوهشی که با تمرکز بر استخراج اصول و مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی و با استفاده از روشی کیفی «تحلیل مضمون» انجام شده باشد، یافت نگردید.

روش

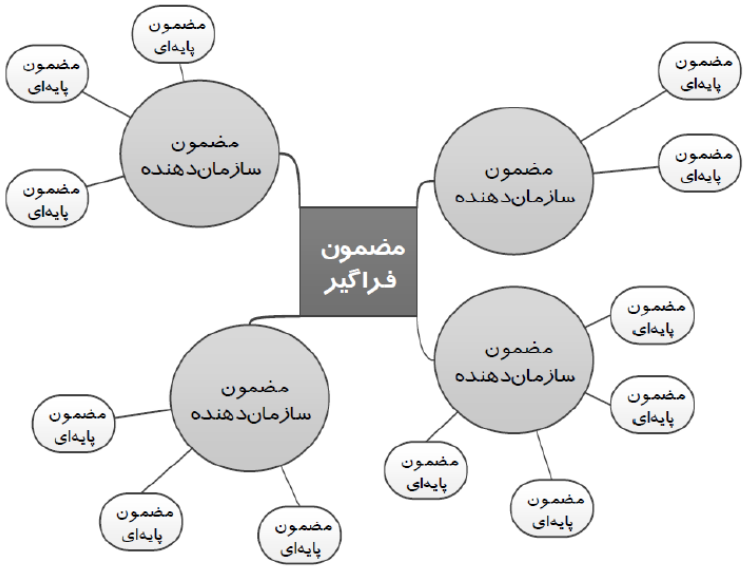
کسب نتایج مفید و با معنی در تحقیقات کیفی، مستلزم به‌کارگیری روش‌هایی است که بتواند حجم عظیم داده‌ها را به گونه‌ای نظام‌مند ثبت نموده و به تحلیل دقیق آن‌ها بپردازد. از جمله روش‌های تحلیل کیفی که با استفاده از آن می‌توان به فهم عمیق و جامعی از داده‌های مورد بررسی رسید، روش «تحلیل مضمون» است. تحلیل مضمون، روشی برای شناخت، تحلیل و گزارش الگوهای موجود در داده‌های کیفی است. این روش، فرایندی برای تحلیل داده‌های متنی است و داده‌های پراکنده و متنوع را به داده‌هایی غنی و تفصیلی تبدیل می‌کند (۱۵). به عبارت دیگر تحلیل مضمون راهبردی برای تقلیل و تحلیل داده‌هاست و به وسیله آن داده‌های کیفی، تقسیم‌بندی، طبقه‌بندی، تلخیص و بازسازی می‌گردند (۱۶). این روش، بر اساس یک رویه مشخص و

[Downloaded from spiritual-health.ir on 2026-09-05]

[DOI: 10.30491/JSH.2.4.218]

در سه سطح، مضامین را نظام‌مند می‌کند که عبارتند از:
الف) مضامین پایه شامل کدها و نکات کلیدی موجود در متن؛
ب) مضامین سازمان دهنده که از ترکیب و تلخیص مضامین پایه به دست می‌آیند؛
ج) مضامین فراگیر که همان مضامین عالی در برگیرنده اصول حاکم بر متن به‌عنوان یک کل هستند (۱۷).

الگوی نمادین سطوح مضامین در روش تحلیل مضمون در شکل ۱ نشان داده شده است.



شکل-۱. ساختار شبکه مضامین (۱۸).

نتایج

مرحلهٔ اول: تجزیهٔ متن و استخراج مضامین پایه

به‌منظور اجرای روش تحلیل مضمون، در مرحلهٔ اول لازم است به تجزیهٔ متن پرداخته و جملات با ملاک واحد و مشخصی در جدول مربوطه، تقطیع شوند. این مرحله شامل چهار گام آشنا شدن با متن، ایجاد کدهای اولیه، شناسایی مضامین و ترسیم اولیهٔ شبکهٔ مضامین می‌باشد. در فرایند اجرای روش تحقیق بر روی ادعیه صحیفه سجادیه، تعداد ۱۹۷ مضمون پایه کشف و شناسایی شد که به عنوان نمونه فقط بخش کوتاهی از جدول تحلیل مضمون ادعیه درج شده است.

جدول-۱. نمونهٔ تحلیل مضمون ادعیه صحیفهٔ سجادیه

متن دعا	مضامین پایه	کدگذاری
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِی هَدَانَا لِحَمْدِهِ، وَ جَعَلَنَا مِنْ أَهْلِهِ لِنَکُونَ لِإِحْسَانِهِ مِنَ الشَّاکِرِینَ، وَ لِیَجْزِیَنَا عَلَی ذَلِکَ جَزَاءَ الْمُحْسِنِینَ وَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِی حَبَانَا بِدِینِهِ، وَ اخْتَصَّنَا بِمِلَّتِهِ، وَ سَبَّلَنَا فِی سُبُلِ إِحْسَانِهِ لِنَسْلُکَهَا بِمَنِّهِ إِلَی رِضْوَانِهِ، حَمْداً یَتَقَبَّلُهُ مِنَّا، وَ یَرْضَی بِهِ عَنَّا	یکی از عوامل ستایش، هدایت به حمد است.	Q1
	یکی از عوامل ستایش، توفیق حمد است.	Q2
	اهل ستایش الهی بودن، یکی از راه شکرگزاری از احسان‌های خداوند است.	Q3
	پاداش خداوند به شکرگزاران مانند پاداش به نیکوکاران است.	Q4
	یکی از عوامل ستایش، ارزانی داشتن دین الهی توسط خداوند است.	Q5
	یکی از عوامل ستایش، مختص شدن برای شریعت الهی است.	Q6
	یکی از عوامل ستایش، به راه افتادن در راه‌های احسان الهی است.	Q7
وَ وَفِّقْنَا فِیهِ لِأَنْ نَصِلَ أَرْحَامَنَا بِالْبِرِّ وَ الصِّلَةِ، وَ أَنْ نَتَعَاهَدَ جِیرَانَنَا بِالْإِفْضَالِ وَ الْعَطِیَّةِ، وَ أَنْ نُخَلِّصَ أَمْوَالَنَا مِنَ التَّبِعَاتِ، وَ أَنْ نُطَهِّرَهَا بِإِخْرَاجِ الزَّکَوَاتِ، وَ أَنْ نُرَاجِعَ مَنْ هَاجَرَنَا، وَ أَنْ نُنْصِفَ مَنْ ظَلَمَنَا، وَ أَنْ نُسَالِمَ مَنْ عَادَانَا حَاشَی مَنْ عُودِیَ فِیکَ وَ لَکَ، فَإِنَّهُ الْعَدُوُّ الَّذِی لَا نُوَالِیهِ، وَ الْحِزْبُ الَّذِی لَا نُصَافِیهِ	احسان و نیکی به خویشان از آداب بندگی است.	Q34
	رسیدگی و کمک به همسایگان با احسان و عطا، از آداب بندگی است.	Q35
	پیرایش دارایی‌ها از حقوق مردم از آداب بندگی است.	Q36
	پاکیزه کردن مال با پرداخت زکات‌ها از آداب بندگی است.	Q37
	آشتی با کسی که از ما دوری جسته، از آداب بندگی است.	Q38
	انصاف با کسی که به ما ستم کرده، از آداب بندگی است.	Q39
	مدارا با دشمن، مگر کسی که در راه خدا و برای خدا با او دشمن شده‌ایم، از آداب بندگی است.	Q40

[Downloaded from spiritual-health.ir on 2026-09-05]
[DOI: 10.30491/JSH.2.4.218]

مرحلهٔ دوم: تشریح متن و شناسایی مضامین سازمان‌دهنده

در مرحلهٔ دوم تحقیق به تشریح متن و شناسایی مضامین سازمان دهنده پرداخته شده است. در این مرحله ابتدا لازم است «پایایی» و «روایی» تحقیق اثبات و تأیید شود. بدین منظور دو اقدام ضروری می‌بایست انجام شود که عبارتند از: الف) تأیید پایایی تحقیق توسط شخص محقق، ب) تأیید روایی تحقیق توسط متخصصان دیگر. لذا در اقدام اول محقق تلاش نمود تا در یک فاصلهٔ زمانی متأخر، مجدداً کل متن دعاها را تحلیل و کدگذاری نموده و نتایج دو جدول را با همدیگر مقایسه نماید. همپوشانی نسبتاً بالای نتایج کدگذاری، نشان دهندهٔ «پایایی» تحقیق صورت گرفته است. در اقدام دوم نیز از دو نفر همکار متخصص در حوزهٔ روش تحلیل مضمون و آشنا به نصوص دینی خواسته شد تا متن مذکور را تحلیل نمایند. همپوشانی بالای نتایج این بخش نیز مسئلهٔ «روایی» تحقیق را تأیید و اثبات می‌نماید.

پس از تأیید پایایی و روایی نتایج اولیهٔ تحقیق، در مرحلهٔ دوم از فرایند اجرای روش تحلیل مضمون، به تشریح متن و شناسایی مضامین سازمان دهنده پرداخته می‌شود که دسته‌بندی‌های مشخص و منطقی صورت گرفته از مضامین پایه، مؤلفان را به تعداد ۲۶ مضمون سازمان دهنده رهنمون کرد.

مرحلهٔ سوم؛ ترکیب متن و تحلیل مضامین فراگیر

مرحلهٔ سوم از فرایند اجرای روش تحلیل مضمون، ترکیب متن به‌واسطهٔ طبقه‌بندی مضامین سازمان‌دهنده و دستیابی به مقوله‌هایی است که از آن‌ها با عنوان مضامین فراگیر یاد می‌شود. بررسی‌های دقیق و تلاش برای طبقه‌بندی دقیق مضامین سازمان دهندهٔ ادعیه صحیفهٔ سجادیه نشان داد که این مضامین را در نهایت می‌توان ذیل ۸ مضمون فراگیر طبقه‌بندی نمود که به علت فراوانی بیشتر و تکرار در ادعیه مختلف، نقش مهمتری از دیگر مضامین داشته و به همین جهت به عنوان اصول و مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع) قابل طرح و تبیین هستند که در جدول ۲ به همراه فراوانی ترسیم شده است.

جدول-۲. اصول و مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی در صحیفه سجادیه

ردیف	مضمون سازمان دهنده	فراوانی
۱	معرفت نسبت به خداوند	۵۱
۲	معرفت نسبت به پیامبر اسلام(ص) و اهل بیت(ع)	۴۱
۳	معرفت نسبت به احکام دین اسلام	۳۴
۴	کسب حلال و تطهیر اموال	۲۲
۵	احسان به خانواده و نزدیکان	۱۸
۶	خدمت به خلق	۱۲
۷	مدارا با مردم	۱۰
۸	حضور دائم در جریان توبه	۹

بحث

همان‌گونه که اشاره شد، مسئله اصلی این تحقیق کشف و شناسایی اصول و مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی از منظر ادعیه صحیفه سجادیه بوده و به همین دلیل از روش تحلیل مضمون استفاده شد تا ضمن بررسی گزینشی متون ادعیه، به جمع‌آوری مضامین پایه مناسب با موضوع تحقیق پرداخته و در نهایت بتوانیم با تحلیل و دسته‌بندی آن‌ها بر مبنای سنجش فراوانی، به پرسش اصلی تحقیق پاسخ دهیم.

۱) نخستین مؤلفه بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع) کسب معرفت نسبت به خداوند است. امام سجاد(ع) خداوند متعال را از طریق بیان اسماء و صفات او، به مخاطبان خود معرفی می‌کند. چند نمونه از اسماء و صفات الهی که امام زین العابدین(ع) در ادعیه صحیفه سجادیه از آن‌ها یاد نموده‌اند، عبارتند از: عدم رغبت خداوند به دریافت مزد و پاداش، عدم پشیمانی خداوند بر عطا نمودن به بندگان، تفضل خداوند به بندگانش مافوق استحقاق آن‌ها، عادلانه بودن کیفر الهی، شکرگزاری خداوند در قبال شکر بندگان درحالی‌که خود ذات اقدسش شکر را الهام نموده، جزای خداوند در قبال ستایش بندگان درحالی‌که خود ذات اقدسش ستایش را تعلیم داده، توبه‌پذیری خداوند، مضاعف شدن حسنات در معامله با خداوند. معرفت انسان نسبت به اسماء و صفات الهی موجب می‌شود انسان به حقیقتی برسد که درک کند خداوند، علت و خالق اوست و او و دیگر موجودات جهان هستی عین نیاز و متعلق به خداوند هستند و آرامش او در گرو ارتباط پایدار و استوار با خالقش است.

۲) دومین مؤلفه بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع) که در تمام ادعیه صحیفه سجادیه به فراوانی وجود دارد، مسئله صلوات و درود فرستادن بر محمد(ص) و آل محمد(ص) و معرفی این خاندان نورانی و پاک و طاهر است. صلوات و درود بر پیامبر(ص) و خاندان ایشان در صحیفه سجادیه، از جنبه‌های مختلف قابل بررسی است: ۱) جنبه اعتقادی: ذکر صلوات، یادآور اصل نبوت و امامت اهل‌بیت(ع) است. ۲) جنبه سیاسی: ذکر صلوات، بیانگر موضع سیاسی امام سجاد(ع) است. ذکر این عبارات آن هم در حجم انبوه، در ظرف زمانی و مکانی دوران حیات امام سجاد(ع)، یک رفتار سیاسی و اجتماعی است و امام(ع) می‌کوشد

[Downloaded from spiritual-health.ir on 2026-09-05]

[DOI: 10.30491/JSH.2.4.218]

بدین‌وسیله، حقانیّت خاندان نبوت و آل علی(ع) را در مقابل خلفای اموی طرح کند (۱۹). ۳) جنبه روانی: هنگامی که نام و یاد پیامبر اکرم(ص) و ائمه معصومان(ع) بر سر زبان‌ها می‌افتد و گوش و ذهن آحاد جامعه به یاد و ذکر فرستاده خدا و جانشینان ایشان مشغول می‌شود، آرامش روانی و اطمینان خاطری در دل‌ها ایجاد می‌گردد، چرا که قرآن در سوره رعد آیه ۲۸ می‌فرماید: «الَّذِینَ آمَنُواْ وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِکْرِ اللّهِ أَلاَ بِذِکْرِ اللّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (۲۰). ۴) جنبه تربیتی: یکی از اصول اساسی هدایت و تربیت انسان‌ها، معرفی الگوهای کامل است. شاید بتوان گفت یکی از اهداف امام سجاد(ع) از ذکر مکرر صلوات، معرفی پیامبر اکرم(ص) و اهل بیت(ع) به عنوان الگوهای کامل و مناسب در مسیر سلامت معنوی باشد (۲۱).

۳) سومین مؤلفه بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع) کسب معرفت نسبت به احکام دینی و عمل به آن‌ها است. به عنوان مثال امام سجاد(ع) در دعای ۴۴ از خداوند توفیق ادای فریضه نماز را به بهترین و کامل‌ترین صورت می‌خواهند: «و ما را در این ماه بر اوقات نمازهای پنج‌گانه، با آدابی که برای آن‌ها معین کردی، و واجباتی که جهت آن‌ها واجب فرمودی، و شروطی که محض آن‌ها مقرر نمودی، و اوقاتی که تعیین کردی آگاه ساز». در رابطه با حالات آن حضرت در نماز، روایاتی نقل شده که نشان دهنده عمل ایشان به گفته‌هایشان می‌باشد (۲۲).

۴) چهارمین مؤلفه بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع) کسب حلال و تطهیر اموال و پرداخت حقوق محرومان و مستضعفانی است که خداوند متعال آن را واجب نموده است. به عنوان نمونه در دعای ۱۷ می‌فرمایند: «و ما در این ماه توفیق ده... اموال خود را از مظالم و حقوق مردم پاک کنیم» (۲۳). مسئله طهارت و پاکی چه ظاهری و باطنی، و چه نسبت به اموال و دارایی‌ها، از مهمترین مؤلفه‌های انسان مؤمن و موحد است. طهارت در اندیشه و اعتقادات به واسطه کسب معرفت به خداوند متعال و معصومان(ع) برای انسان ایجاد می‌شود. طهارت در جسم و جان نیز به‌واسطه کسب معرفت نسبت به احکام دین و عمل به واجبات و ترک محرمات برای انسان حاصل می‌گردد. در ادامه نیز طهارت اموال و دارایی‌های انسان به واسطه پرداخت صدقه و زکات حاصل شده و به همین دلیل، مؤلفان مقاله این مقوله را پس از این موارد و در مرتبه چهارم پیشنهاد کرده‌اند.

۵) پنجمین مؤلفه بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع)، احسان به خانواده و نزدیکان است. به عنوان مثال آن حضرت در دعای ۲۴ در رابطه با محبت به پدر و مادر می فرمایند: «و اطاعت و نیکوکاریم را به آنان، در نظرم از خوابِ خواب‌آلوده شیرین‌تر، و برای سوز سینه‌ام، از شربت گوارا در ذائقه تشنه خنک‌تر گردان، تا خواسته هر دو را بر خواسته خود ترجیح دهم و خشنودی آن‌ها را بر خشنودی خود مقدم دارم، نیکوکاری ایشان را در حق خود، هرچند اندک باشد، زیاد شمارم، و نیکوکاری خود را درباره ایشان هرچند بسیار باشد، اندک به حساب آورم»(۲۳). در رابطه با محبت به فرزندان نیز در دعای ۲۵می‌فرمایند: «و مرا در تربیت و ادب کردن و نیکی در حقشان یاری فرما» (۲۳). همچنین از آن حضرت حدیثی نقل شده که فرمودند: «لَأَنْ أَدْخُلَ السُّوقَ وَ مَعِی دَرَاهِمُ أَبْتَاعُ بِهِ لِعِیَالِی لَحْماً وَ قَدْ قَرِمُوا أَحَبُّ إِلَیَّ مِنْ أَنْ أُعْتِقَ نَسَمَةً» (۲۴)؛ اگر به بازاری وارد شوم و با من پولی باشد که با آن برای خانواده‌ام گوشتی که مورد نیاز آنهاست بخرم، این کار برای من از آزاد کردن بنده‌ای در راه خدا دوست داشتنی‌تر است.

۶) ششمین مؤلفه بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع)، خدمت به خلق است. در منطق دین اسلام، سالک الی‌الله و انسان مؤمن و موحد برای رسیدن به کمال مطلوب و تقرب به خداوند متعال، در عین خودسازی و تزکیه نفس می‌بایست به محیط جامعه و روابط اجتماعی نیز توجه داشته باشد و بخشی از وقت و خدمات خود را به اصلاح جامعه تخصیص دهد. از همین جهت است که بسیاری از واجبات دین اسلام از قبیل: امر به معروف و نهی از منکر، جهاد، صله رحم، تولی، تبری و ... بُعد اجتماعی دارند.

به عنوان مثال امام سجاد(ع) در دعای ۲۰ می‌فرمایند: «... وَ أَجْرِ لِلنَّاسِ عَلَی یَدَیَ الْخَیْرَ...» (۲۳): «و خیر و نیکی را به دست من برای تمام مردم جاری ساز». در تعبیر دیگری نیز این‌گونه به خدا عرضه می‌دارد: «اللَّهُمَّ حَبِّب الیَّ صحبَةَ الفقَراءِ، و أعِنّی عَلی صحبَتِهِم بِحسنِ الصَّبرِ» (۲۳): «خدایا! هم‌نشینی با تهی‌دستان را محبوب من قرار ده، و مرا در هم‌نشینی با آنان به صبر نیکو یاری ده».

۷) هفتمین مؤلفه بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع)، مدارا با مردم است. به طور نمونه امام زین العابدین(ع) در دعای بیستم صحیفه سجادیه می‌فرمایند: «وَ سَدِّدْنِی لِأَنْ أُعَارِضَ مَنْ غَشَّنِی بِالنُّصْحِ، وَ أَجْزِیَ مَنْ هَجَرَنِی بِالْبِرِّ، وَ أُثِیبَ مَنْ حَرَمَنِی بِالْبَذْلِ، وَ أُکَافِیَ مَنْ قَطَعَنِی بِالصِّلَةِ، وَ أُخَالِفَ مَنِ اغْتَابَنِی إِلَی حُسْنِ الذِّکْرِ، وَ أَنْ أَشْکُرَ الْحَسَنَةَ، وَ أُغْضِیَ عَنِ السَّیِّئَةِ» (۲۳): «خدایا! بر محمّد و آلش درود فرست و مرا به این اموری که از تو می‌خواهم پایدار و استوار دار: ایستادن در برابر کسی که به من خیانت کرده با سلاح نصیحت و خیرخواهی؛ پاداش دادن به کسی که از من دوری جسته با نیکی؛ جزا دادن به کسی که مرا از عطایش محروم ساخته با بخشش؛ تلافی کردن نسبت به کسی که با من قطع رابطه کرده با صله و پیوند؛ مخالفت ورزیدن با کسی که از من غیبت کرده با نیکو یاد کردن از او؛ به جا آوردن سپاس در برابر خوبی؛ و چشم‌پوشی از بدی». در دعای ۴۴ امام(ع) از خداوند توفیق مسالمه با کسی که به دشمنی با ایشان پرداخته را می‌طلبد و می‌فرماید: «وَ وَفِّقْنَا فِیهِ ... أَنْ نُسَالِمَ مَنْ عَادَانَا» (۲۳). البته حضرت در این طلب توفیق مسالمه، گروهی را استثنا می‌کند و آن‌ها کسانی هستند که دشمنی ما با آن‌ها در راه خدا و به خاطر خداست: «حَاشَی مَنْ عُودِیَ فِیکَ وَ لَکَ، فَإِنَّهُ الْعَدُوُّ الَّذِی لَا نُوَالِیهِ، وَ الْحِزْبُ الَّذِی لَا نُصَافِیهِ» (۲۳).

۸) هشتمین مؤلفه بنیادین سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع)،

[Downloaded from spiritual-health.ir on 2026-09-05]

[DOI: 10.30491/JSH.2.4.218]

توبه و استغفار به درگاه الهی است. کلمه «توبه» مصدری است از ریشه «تَوَبَ» به معنای رجوع و بازگشت. ابن فارس در این‌باره آورده است: «التّاءُ وَالواوُ وَالباءُ کَلِمَةٌ واحِدَةٌ، تَدُلُّ عَلَی الرُّجوعِ» (۲۵). کثرت کاربرد این کلمه در بازگشت از گناه و کارهای زشت، سبب شده که حقیقت ثانوی در این معنا گردد، چنان که واژه شناسان، توبه را به معنای بازگشت از گناه تفسیر کرده‌اند (۲۶). از منظر آن حضرت(ع)، انسان مؤمن و موحد می‌بایست دائماً در جریان توبه حضور داشته باشد بدین معنا که اولاً به محاسبه اعمال خود پرداخته و از خود حسابرسی داشته باشد، و ثانیاً در قبال اعمالی که انجام داده است واکنش مناسب از خود نشان داده و برای امور نیک، شکرگذاری و برای امور منفی و نامطلوب و ناپسند، توبه و استغفار داشته باشند. بر این اساس توبه یک جریان پاینده و پوینده است چرا که به صورت دائمی در برنامه عملکرد انسان باید ساری و جاری باشد. تعلیمات دینی و تجربه‌های شخصی این معنا را اثبات می‌کند که انسان نمی‌تواند به آینده خویش به‌طور یقینی و قطعی مطمئن باشد. گاهی برخی افراد تصمیم قطعی بر ترک گناه می‌گیرند و نذرهای سنگینی هم می‌کنند که در صورت بازگشت به گناه آن‌ها را ادا کنند، اما باز هم نمی‌توانند مطمئن باشند که روزی شیطان دوباره فریبشان ندهد. از این‌رو انسان غیر از استغفار باید از خدای متعال یاری بطلبد. به همین دلیل است که امام سجاد(ع) در دعای ۴۵ می‌فرماید: «... تَوْبَةَ مَنْ لَا یَنْطَوِی عَلَی رُجُوعٍ إِلَی ذَنْبٍ، وَ لَا یَعُودُ بَعْدَهَا فِی خَطِیئَةٍ، تَوْبَةً نَصُوحاً خَلَصَتْ مِنَ الشَّکِّ وَ الِارْتِیَابِ...» (۲۳): «خدایا! توبه می‌کنیم ... توبهٔ کسی که خیال بازگشت به گناه را ندارد و پس از آن به دامن خطایی بر نمی‌گردد؛ توبه‌ای خالص که از شک و تردید، پاک باشد. و سپس در ادامه می فرمایند: «وَ ثَبِّتْنَا عَلَیْهَا»: و ما را بر این توبه نصوح ثابت‌قدم بدار.

نتیجه‌گیری

در این پژوهش تلاش شد با استفاده از یک روش تحقیق متن محور و میان‌رشته‌ای، به تحلیل ادعیه صحیفه سجادیه جهت استخراج مهمترین اصول و مؤلفه‌های سلامت معنوی پرداخته و برخی از این مؤلفه‌ها را از منظر امام سجاد(ع) کشف و شناسایی نمائیم. بر این اساس می‌توان نتایج ذیل را به عنوان یافته‌های اصلی تحقیق ذکر کرد:

۱. ره‌آوردِ مطالعه دقیق ادعیه صحیفه سجادیه با استفاده از روش تحلیل مضمونی، استخراج ۱۹۷ مضمون پایه و دسته‌بندی آن‌ها در ذیل ۲۶ مضمون سازمان‌دهنده بود که پس از طبقه‌بندی نتایج بر اساس رویکرد ترسیم مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی، تعداد ۸ مضمون فراگیر به عنوان مقوله‌های اصلی تحقیق حاضر، کشف و شناسایی شدند.

۲. تحلیل کیفی و توصیفی دقیق مقوله‌های تحقیق نشان می‌دهد که از منظر امام سجاد(ع)، مهمترین اصول و مؤلفه‌های بنیادین سلامت معنوی عبارتند از: کسب معرفت نسبت به خداوند، کسب معرفت نسبت به پیامبر اسلام(ص) و اهل بیت(ع)، کسب معرفت نسبت به احکام دین، کسب اموال حلال و تطهیر آن‌ها، احسان به خانواده و نزدیکان، خدمت به خلق، مدارا با مردم و حضور دائم در جریان توبه.

۳. مطالعه دقیق و نظام‌مند ادعیه صحیفه سجادیه بیان‌گر آن است که از منظر امام سجاد(ع)، مهمترین تلاش نظام سلامت معنوی می‌بایست بر روی ایجاد معرفت نسبت به خداوند متعال، رسولان الهی و احکام دین باشد چرا که در پرتو کسب این معارف است که انسان‌ها می‌توانند با چگونگی کسب مال حلال آشنا شده و انگیزه‌های معنوی بسیاری برای احسان به خانواده و نزدیکان، خدمت به خلق و مدارا با مردم پیدا می‌کنند. بنابراین اگر اندیشه‌ها و باورهای اعتقادی افراد اصلاح شود، بالتبع روابط اجتماعی آن‌ها نیز اصلاح شده و جامعه بشری سالم و مطلوبی ایجاد خواهد شد.

۴. یافته حائز اهمیت دیگر در تحقیق حاضر آن است که انسان مؤمن و موحد در نظام سلامت معنوی از منظر امام سجاد(ع) می‌بایست دائماً در جریان پوینده و پاینده توبه باشد، بدین معنا که دائماً با حسابرسی روزانه اعمال خود، از گناهان و نواقص دوری جسته و با توبه، امید به آینده و اصلاح وضعیت موجود را در پیش گیرد.

تشکر و قدردانی: این پژوهش با حمایت مالی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی طبق ابلاغ گرنت شماره ۴۹۲۵ مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۰۶ انجام گردیده است.

تضاد منافع: نویسندگان تصریح می‌کنند که هیچ‌گونه تضاد منافعی در مطالعه حاضر وجود ندارد.

منابع

1. Hark reader H. Fundamentals of nursing caring and clinical judgment. Philadelphia W.B. Saunders Com; 2015.
2. Burkhart L, Hogan N. An experiential theory of spiritual care in nursing practice. Qualitative Health Research. 2008;18(7):928-38.
3. Baldacchino DR. Teaching on the spiritual dimension in care to undergraduate nursing students: The content and teaching methods. Nurse Education Today. 2008;28(5):550-62.
4. Asadzandi M. Clients and patients' spiritual nursing diagnosis of the sound heart model. Journal of Community Medicine & Health Education. 2017;7(6):581.
5. Cocker ham W.C. Medical Sociology. 5th edition. New Jersey: prentice Hall; 2008.

[Downloaded from spiritual-health.ir on 2026-09-05]

[DOI: 10.30491/JSH.2.4.218]

6. Encyclopedia of Spiritual Health. Tehran: Publications of the Academy of Medical Sciences of the Islamic Republic of Iran. 2018.
7. McSherry W, Draper P. The debates emerging from the literature surrounding the concept of spirituality as applied to nursing. Journal of Advanced Nursing. 1998;27(4):683-91.
8. Allahbakhshian M, Jaffarpour M, Parvizy S, Haghani H. A survey on relationship between spiritual wellbeing and quality of life in multiple sclerosis patients. Zahedan Journal of Research in Medical Sciences. 2010;12(3):29-33.
9. Abolghasemi H, Asadzandi M. How spiritual health affects other dimensions of health. Journal of culture and health promotion. 2019;3(2):164-74.
10. Asadzandi M. Spiritual care. Tehran; Resaneh-Takhassosi Publication; 2016.
11. Gholamali A. Validation of Sahifa Al-Sajadiyyah, Hadith Science Quarterly. 2013. pp. 32-58.
12. Madani Shirazi A. Riyad al-Salkin in the description of Seyed al-Sajdin newspaper. Qom: Islamic Publications Office. 2015. pp. 91.
13. Ibn Tavus A. Iqbal al-Aqmeh. Tehran: Dar al-Ketab Islamic Publications. 2002. pp. 72.
14. Sadr al-Din Shirazi M. Explanation of the principles of al-Kafi. Tehran: Institute of Cultural Studies and Research. 2013. pp. 86.
15. Braun V, Clarke V. Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology. 2006;3(2):77.
16. Benaquisto L, Given L. The SAGE encyclopedia of qualitative research methods. Given L, ed. 2008;413.
17. Etratdoost M, Nasiri O, Ghiyashi H. The Themes Network of Poverty Causes in Islamic Society from the Perspective of the Qur'anic Verses and Ahlul-Bayt Traditions (PBUH). Qur'an and Hadith Studies. 2020;13(1):159-87.
18. Attride-Stirling J. Thematic networks: an analytic tool for qualitative research. Qualitative research. 2001;1(3):385-405.
19. Barzegar E. Relationship between Mysticism and Politics in Safiha Sajjadiyeh. Andisheh Dini Quarterly. 2013. pp 29.
20. Naseri M. The Holy Quran, translated by Mohammad Ali Rezaei Esfahani et al., is a contemporary translation faithful to Persian. Bi-quarterly translation studies of the Qur'an and Hadith. 2014;1(1):147-77.
21. Ahmadvand F. Makarem Akhlaq in Sahifa Sajjadiyeh. Qom: Zaer Publishing House. 2013. pp. 59-64.
22. Hor Ameli M. The description of Shi'ite means of learning Islamic matters. Qom: Al-Al-Bayt Institute. 1416. pp 474. [In Arabic]
23. Sahifah Sajjadiyeh, translated by Hossein Ansarian. Tehran: Quran Printing and Publishing Center of the Islamic Republic of Iran; 2011.
24. Koleyni M. Al-Kafi. Tehran: Dar Al-Ketab Islamiya Publishing House. 1407. pp 12. [In Arabic]
25. Ibn Fares A. Mo'jam Maqaeis al-Logha. Qom: Dar al-Fekr Publications. 2021. pp 357.
26. Ibn Manzoor M. Language of the Arabs. Beirut: Dar Sadder Publishers. 1414. pp 233. [In Arabic]

[Downloaded from spiritual-health.ir on 2026-09-05]

[DOI: 10.30491/JSH.2.4.218]