

پایان نامه ی مقطع کارشناسی رشته ی مدیریت علوم تربیتی

بررسی نقش باورهای دینی - مذهبی (نماز و ادعیه) در

پیشرفت تحصیلی دانش آموزان

به راهنمایی استادان محترم :

پژوهشگران :

دانشگاه پیام نور (واحد مشهد)
سال تحصیلی ۸۸-۸۹

تقدیر و تشکر

سپاس و ستایش پروردگاری را که با ودیعه نهادن فطرتی پاک
در دل انسان ها به ویژه " معلمان "، مسیر تربیت و درستکاری را فرا
روی آنان گشود و نعمت وجود استادان گرانقدر و ارجمند جناب آقایان "
دکتر تفضلی مقدم" و "دکتر نعمتی" را به ما ارزانی داشتند که
راهنمایی های ارزنده ی ایشان بهترین مشوق ما بوده و خواهد بود.

☺ تقدیم به :

تمامی انسان های ارزشمندی که آگاهانه و آزادانه حرفه معلمی
را برگزیده اند و می کوشند تا در نسل جوان جامعه دگرگونی هایی
شایسته پدید آورند.

☺ پیشگفتار :

پیامد این رشد روزافزون تبدیل نظام آموزشی به سازمانی عظیم و فراگیر است که با تعداد کثیری دانش آموز سروکار دارد و وظایف متعدد و متنوعی انجام می دهد و اثرات و نتایج دامنه داری به بار می آورد. از جمله مهمترین مسائل انسان امروز، مسئله ارزش است؛ زیرا انسان در طول حیاتش برای ارزش ها زندگی می کند؛ به علاوه اساسی ترین اختلاف بین افراد بشر، اختلاف ارزشها و معیارهاست و انسان عوامل موجود در محیط را از لحاظ تاثیری که در زندگی او دارند ارزیابی می کند.

در دنیای امروز، مذهب، اصیل ترین وسیله برای رشد بشر و مطمئن ترین راه برای رسیدن به کمال مطلوب است و ما زمینه و شرایطی مطمئن تر از آن برای زندگی نداریم.

ما را، دین، نیازی قطعی است و انسان ناآشنای تازه وارد به این عرصه حیات بدون مذهب نمی تواند به حل و رفع مشکلات شخصی و اجتماعی خود توفیق یابد. باورهای مذهبی نشان دهنده راه زندگی است و عامل اعتماد و ایمان و گام برداری ها به سوی سعادت است. به گفته روانکاوی صاحب نظر: "دینداری و ایمان یک ضرورت است. از آن بابت که ایمان ستونی است که ما را در طوفان ها از افتادن و مغلوب شدن نگاه می دارد و کسی که مذهب ندارد همچون غریقی است که مدام در دریای شک و تردید و بی تکلیفی دست و پا می زند. در عصر کنونی و اصولاً در همه اعصار با شدت و ضعف متفاوت، بسیاری از انحرافات و لغزش ها، شکست ها و ناپودی ملتها و... به دلیل غوطه ور شدن انسان ها در منجلاب گناه و شهوات و غرایز نفسانی بوده است."

در مقطع زمانی حاضر و دوران حاکمیت انقلاب اسلامی و ارزش ها، مطمئن ترین و موثرترین حربه ای که دشمن برای گرفتن فرزندان انقلاب و انحراف آنان از آن سود می جوید، تحریک غرایز و هواهای نفسانی است که از طرق مختلفی [همچون فیلم ها و نوارهای مبتذل تصاویر مستهجن، بدحجابی و ...] به آن دامن می زند، که نجات نسل جوان از خطر سقوط در منجلاب گناه و آلودگی های ناشی از تحریک غریزه ی جنسی تنها با حاکم کردن یک نیروی باز دارنده و کنترل کننده درون می تواند عفت و پاک دامن را برای جامعه به ارمغان بیاورد و در این زمینه دین عامل کنترل و تعدیل غریزه جنسی است؛ غریزه ای که در نوجوانی بیدار شده و ممکن است گاهی آشوب برپا کند. دین سببی برای کنترل افراد در برابر آلودگی ها و گناهان است. عدم آشنایی به وظایف شخصی در عرصه های فردی و اجتماعی که معمولاً در سنین نوجوانی و جوانی به دلیل

قانون شکنی به شیوه های مختلف توسط جوانان و نوجوانان، ازاموری است که همواره دل مشغولی و نگرانی متولیان نظام سیاسی و تعلیم و تربیت را فراهم می نماید؛ و بسیاری از حرکت ها و برنامه ها و نیروها را برای تربیت انسان هایی وظیفه شناس و منضبط، که به ارزش ها و قوانین جامعه احترام و ارزش قائل شوند، سازماندهی می کند. اگر شور و احساس جوانی با شعور عمیق دینی و سلاح توانای ایمان الهی تجهیز شود، سعادت نسل جوان و سلامت جامعه تضمین خواهد شد. جوانان به اقتضای طبیعت جوانی در معرض بحران هویت و استخفاف شخصیت قرار می گیرند. تنها راه نجات و امیدواری، احیای تفکر دینی و قداست مذهبی در پاسخ به ندای فطرت الهی آنان است؛ زیرا تجربه نشان داده که روح نا آرام و قلب پر التهاب نسل جوان جز در پرتو شعاع جاودانه ی دین و نوای شورانگیز ایمان و نسیم ملکوتی وحی، آرامش و تسکین نمی یابد. آنچه که در دل، آدمی را درشاند و سختی های زندگی قوت و توانمندی می بخشد ذکر خداست ...

«الا بذکر الله تطمئن القلوب»: [تنها با یاد خداست که دل آدمی آرامش می گیرد.] تقویت معنوی و جنبه روحانی زندگی در حدی که بخشی از زندگی شود و یاد خدا در کام ما شیرین شود، از جنبه های ارزنده ایجاد آرامش است .

ما در عصر حاضر نیازمند نوعی تفسیر معنوی از زندگی هستیم تا بتوانیم با اتکاء به آن ها احساس دشوار و نامطلوب پوچی امروزی را از خود برهانیم و آرامش عمیقی در پرتو نماز و دعا در روان ما جاری شود .

پرستش جوششی است از اعماق ذرات عالم که عطر جان بخشش همه جا گسترده و پرتو انوارش هستی را روشن ساخته است. پرستش ندای فطرت انسان، راز آفرینش و اصلی ترین نیاز بشر است. عبادت سر لوحه تعالیم انبیاء، نشانه ی ایمان و عبودیت حق، عالی ترین رتبه ای است که آدمی می تواند به آن نائل گردد.

رسد آدمی به جایی که به جز خدا نبیند بنگر که تا چه حد است مقام آدمیت

نقش مدرسه در پرورش باورهای دینی دانش آموزان برکسی پوشیده نیست. هر چند که متخصصین ضمن تعلیم و تربیت اسلامی معتقدند که ارائه ی الگوی خواندن نماز اولین بار در خانه، آن هم از طریق والدین به کودک ارائه می شود؛ اما با ورود کودک به مدرسه و تقارن حساس ترین زمان رشد و شکل گیری باورهای مذهبی او با

دوره ی نوجوانی توجه خاص صورت پذیرد.

زهرست مطالب

عنوان

صفحه

فصل اول : طرح تحقیق

- مقدمه
- بیان مسئله

- - - - -
- اهداف تحقیق ۵
- فرضیه های پژوهش ۶
- متغیرهای پژوهش ۶
- تعاریف عملیاتی پژوهش ۶
- روش گردآوری داده ها ۸

فصل دوم : پیشینه تحقیق

- تاریخچه نماز و دعا ۹
- نیاز انسان به عبادت ۱۲
- نماز و نیایش یکی از موثرترین عوامل تربیتی ۱۲
- جوانان و اعتقادات مذهبی ۱۳
- قدرت مذهب و آثار آن ۱۴
- اسلام و تربیت مذهبی ۱۵
- نقش تعالیم مذهبی در آرامش روانی ۱۵
- نقش نماز و مذهب در تأمین امنیت اجتماعی ۱۶
- مذهب و زندگی اجتماعی ۱۸
- نیاز به پیشرفت ۱۸
- عوامل موثر در پیشرفت تحصیلی ۱۹
- ویژگی افراد پیشرفت گرا چیست؟ ۱۹
- چگونه انگیزه ی پیشرفت ایجاد می شود؟ ۲۰
- نماز چیست ؟ ۲۰
- فلسفه ی نماز! ۲۱
- سیمای نماز از دیدگاه قرآن ۲۳
- نماز از دیدگاه چهارده معصوم (ع) ۲۴

- ۲۷ دعا در قرآن
- ۲۸ رابطه علم و دعا
- ۲۹ آداب دعا
- ۳۰ ادعیه معروف
- ۳۲ اهمیت دعا از نظر قرآن و معصومین (ع)
- ۳۳ نظرات دانشمندان و پزشکان در مورد نیایش
- ۳۴ اهداف عالی و مقدس نماز
- ۳۵ ثمرات ذکر خداوند در نماز و دعا
- ۳۷ آثار اخلاقی و تربیتی نماز
- ۳۸ آثار بهداشتی نماز در آموزش و پرورش جسم و روح
- ۴۱ آثار آموزشی و پرورشی نماز در تعالی همت ها
- ۴۳ تاثیر نماز در تمرکز حواس و حضور ذهن
- ۴۳ تمرکز، دقت و دل سپاری به حرفه و شغل
- ۴۴ اصل و نظم و ترتیب
- ۴۵ اصول موفقیت تحصیلی
- ۴۷ اهمیت و ضرورت نماز و دعا
- ۵۰ خلاصه نتایج تحقیقات دیگران

فصل سوم : روش تحقیق

- ۵۲ مقدمه
- ۵۲ بهره گیری از پژوهش
- ۵۳ محدودیت های تحقیق
- ۵۴ روش انجام تحقیق
- ۵۴ جامعه آماری و نمونه مطالعه

فصل چهارم: یافته های تحقیق و تجزیه و تحلیل یافته ها

- مقدمه ۵۶
- بررسی فرضیه ها ۵۶
- روش توصیفی ۵۶
- ضریب همبستگی ۵۷
- سئوالات و جداول فراوانی درصد ۵۷
- میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به سئوالات فرضیه ۱ ۶۳
- میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به معدلهاي فرضیه ۱ ۶۴
- میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به سئوالات فرضیه ۲ ۶۵
- میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به معدلهاي فرضیه ۲ ۶۶
- میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به سئوالات فرضیه ۳ ۶۷
- میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به معدلهاي فرضیه ۳ ۶۸
- بررسی فرضیه ها ۷۲
- بررسی فرضیه ي ۱ ۷۴
- بررسی فرضیه ۲ ۷۶
- فرضیه ۲ با استفاده از فرمول X^2 خي دو ۷۷
- بررسی فرضیه ۳ ۷۸

فصل پنجم: نتایج پژوهش

- نتایج ۷۹
- بهره گیری از پژوهش ۸۰
- محدودیت های تحقیق ۸۱

فصل ششم : خلاصه پژوهش و پیشنهادات

- طرحی نوین برای جذب جوانان به نماز ۸۲
- خلاصه تحقیق ۸۴
- پیشنهادات ۸۵
- نمونه ی پرسشنامه ۹۵
- فهرست منابع و مواخذ ۹۶
- نظر استاد ۹۹

فهرست جداول و نمودارها

- جداول فرآوانی و درصد شماره ۱ تا ۱۷ ۵۷
- میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به سئوالات فرضیه ۱: ۶۵
- میانگین و واریانس و انحراف معیار مربوط به معدل های فرضیه ۱: ۶۶
- میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به سئوالات فرضیه ۲: ۶۷
- میانگین و واریانس و انحراف معیار مربوط به معدل های فرضیه ۲: ۶۸
- میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به سئوالات فرضیه ۳: ۷۰

• میانگین و واریانس و انحراف معیار مربوط به

معدل های فرضیه ۳: ۷۱

• نمودار ۴-۱ / فراوانی سوالات فرضیه ۱
۶۹

• نمودار ۴-۲ / فراوانی معدل های فرضیه ۱
۷۳

• نمودار ۴-۳ / فراوانی سوالات فرضیه ۲
۷۴

• نمودار ۴-۴ / فراوانی معدل های فرضیه ۲
۷۴

• نمودار ۴-۵ / فراوانی سوالات فرضیه ۳
۷۵

• نمودار ۴-۶ / فراوانی معدل های فرضیه ۳
۷۵

• جدول ضریب همبستگی متغیر X و Y فرضیه ۱
۷۳

• جدول ضریب همبستگی فرضیه ۲
۷۵

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoocn.com

www.kandoocn.com

مقدمه:

عصر ما را عصر فضا، عصر کامپیوتر، عصر تکنولوژی و ... نامیده اند. ولی به نظر می رسد که باید آن را عصر اضطراب و تشویش و نگرانی نامید. زیرا انسان و مخصوصاً نسل جوان در این عصر با نگرانی ها و دلهره ها دست به گریبان است و به همین جهت در جستجوی آرامش قلب تلاش می کند و در همه جا به دنبال آن می گردد. ولی کمتر جایی به آن دست می یابد و دست خالی و حسرت زده برمی گردد؛ غافل از اینکه آرامش عمیق و مستمر قلب در اثر یاد خدا میسر است .

" امرسون " می گوید: « آرامش سرمنشاء نیروهای شماسست و هرکس که به خدا

روی آورد آرامش می یابد.»

از دیدگاه علمی وقتی که از آرامش ذهنی برخوردار هستیم، ریتم مغزی حرکت آرام تری دارد یعنی امواج آلفا را نشان می دهد و در این حالت انسان توانایی و خلاقیت بیشتری دارد.

کسی که از نظر ذهنی در آرامش به سر می برد، راحت تر تفکر می کند و اندیشه های وی شکوفا می گردند. برای موفقیت تحصیلی، داشتن آرامش ذهنی از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است و بدون آن یادگیری تقریباً غیر ممکن است .

www.kandoocn.com

باشد، قدرت حافظه ی او نیز از هر جهت بسیار قوی خواهد بود .

" دیل کارنگی " نویسنده ی آمریکایی در کتاب " آئین زندگی " نماز و دعا را وسیله غلبه بر تشویش و نگرانی معرفی می کند و می نویسد: « امروز جدید ترین علم پزشکی یعنی روان پزشکی، همان چیزهایی را تعلیم می دهد که پیامبران تعلیم می دادند. چرا؟ به علت این که "پزشکان روحی" دریافته اند که دعا و نماز داشتن ایمان محکم دینی، نگرانی و هیجان های منفی را که موجب نیم بیشتری از ناخوشی های ما است، بر طرف می سازد .

قرآن می فرماید که : « خدا به بندگان نزدیک است و دعایشان را پاسخ می گوید .»
« و اذا سالک عبادی عنی فانی قریب اجیب دعوہ الداع اذا دعان فلیستجیبوالی و لیومنوا بی»

[هنگامی که بندگان راجع به من از تو می پرسند بگو من به بندگانم نزدیکم و کسی که مرا بخواند دعوتش را پاسخ می دهم؛ بنابراین باید دعوت مرا پاسخ دهند و به من ایمان داشته باشند.]

" امرسون " می گوید : « هرگز هیچ کس دعا نکرد مگر آنکه به چیزی رسید.»
" لئون دنی " دانشمند روح شناس فرانسوی چنین گفته است: « نیایش به درگاه خداوند توانا، راز و نیاز است که بنده ی خاکسار با معبود و آفریدگار خود می نماید و در خلوت و تنهایی با تمرکز فکر، توجه خود را به سوی مبداء و آفریننده ی موجودات که ملجاء و پناهگاه دل شکستگان است، معطوف می دارد و با خشوع و فروتنی، در ماندگی و ناتوانی و پریشان حالی خود را به آستان الوهیتش عرضه می دارد. تسبیح و تقدیس ذات پروردگار و عرض نیایش و سپاس به آستان ملکوتی اش در سپیده ی صبح و قبل از طلوع آفتاب و هنگام عصر و غروب و شامگاه است .

در پی یک قد قامت عشق، از مسجد الاقصای وجود با براق نماز به معراج تو آیم و در منزلگاه عشق تو کمی بیاسایم.»

ارتباط خالصانه انسان با خدا، نورانیت ضمیر و صفای باطن و بصیرتی به همراه دارد که انسان را در پیچ و خم های زندگی و بن بست ها و مشکلات هدایت می کند.

یکی از علل و اسبابی که خدا در کار انسان موثر قرار داده است، "دعا" است. یعنی اینکه آدمی با تمام وجودش به خدا توجه کند، تا او به راز و نیاز بپردازد، خواسته ی خود را با او در میان نهد و از او کمک بخواهد.

درست است که خدا همه چیز را می داند و از خواست قلبی و از درون همه کس آگاه است، ولی همانطور که او در مناسبات بشر با طبیعت، نظام کار و کوشش و عمل و بازده عمل

را مقرر کرده و ناپرده رنج، گنجی و ناکرده کارمزدی میسر نساخته است، در مناسبات مستقیم انسان با خدا نیز نظام دعا و استجابیت را مقرر ساخته است.

از درگاه خداوند منان خواستاریم که این ودیعه ی آسمانی و قره العین رسول را آن چنان در دیدگاه ما قرار دهد که در دیدگاه اولیاء بزرگش قرار داده است تا همچون بزرگواران نماز گزارده و برکات و نتایج گرانبهای آن ما را نصیب گردد. از خداوند بزرگ، اخلاص و دوام توفیق و تاثیر نوشته مان را می طلبیم و امیدواریم که این گام کوچک در زمینه سازی برای گرایش به فریضه نماز و دعا موثر باشد.

بیان مسئله :

انسان به طور کلی در تمام مراحل حیات به عشق ورزی و پرستش نیازمند است. اما آنچه مهم است در دوران نوجوانی و جوانی این ویژگی بسیار چشم گیر تر و در عین حال حیاتی تر است. روانشناسان، رشد در این مرحله را هویت یابی و آرمان خواهی می دانند که البته خود نوجوان آن را انتخاب می کند؛ اگر نتواند

تراشید .

چرا که جوان و نوجوان با او هویت می یابد. نوجوانی آمادگی زیادی برای پذیرش فضیلت‌های انسانی، ارزش های اخلاقی و معنوی دارد و احساسات کمال طلبی در وی بروز می کند .

هرچقدر نوجوان و جوان از مایه های درونی قوی تر و معنوی تری برخوردار باشد، انگیزه های معتبر تر و ارزشمند تری را جهت ارتقاء هویتی خویش بر خواهد گزید. بنابراین وابستگی هویتی نوجوان به من هویتی برتر، متعالی تر و نهایتاً خدا، مهمترین گام در تشویق و ترغیب آنان به نماز و دعا است. به طوری که او در این نمایش روحانی

زیبا خود را طالب مهمترین و والاترین آرمان ها و اعتقادات بداند. در این پژوهش محققان می خواهند بدانند :

- ۱- آیا نماز بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان موثر است ؟
- ۲- آیا دعا بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان موثر است ؟
- ۳- آیا نماز و دعا بر بهبود رفتارهای اخلاقی و اجتماعی دانش آموزان موثر است ؟

❦ **ضرورت و اهمیت تحقیق :**

از آنجا که رشد افکار مذهبی و علاقه به فضیلت های مذهبی و دین در سنین نوجوانی به حداکثر رشد خود می رسد و این امر تا بدانجا پیش می رود که گاهی نوجوانان گرایش به انجام عبادات زیاد و راز و نیاز با خدا و گریه های شبانه در هنگام نماز پیدا می کنند، لذا این را ترک گفته و صفا و پاکی و خلوص در روحشان ایجاد می شود و تحقیقات " کوهلن " و "آرنولد " نشان داده است که نوجوانان در سنین ۱۲ تا ۱۵ سالگی دارای اعتقادات مذهبی بیشتری هستند و در سنین ۱۸ سالگی این اعتقادات کاهش می یابد. خانواده و اجتماع در تثبیت اعتقادات مذهبی نقش بسیار مهمی دارند. نوجوانان به شدت تحت

پیروی می کنند.

نیاز نسل جوان به پناهگاهی امن و مطمئن می باشد که در تنگناها و تصادمات روانی، عاطفی و حتی اجتماعی بدان تمسک جوید و در آن قرار گیرد. تبلیغ و زمینه سازی برای تربیت دینی و تثبیت و تقویت آن در " درون نسل ها"، گامی مهم و ضروری بوده و در عصر ما برای نسل حاضر ضروری تر و از اهمیتی بیشتر برخوردار است. باورهای مذهبی دارای آثار و فواید عظیمی در حیات فردی و اجتماعی است. دنیای امروز علی رغم پیشرفت های حیرت انگیزی که در زمینه های ارتباطات، تکنولوژی، توسعه علمی و اقتصادی و ... در آن صورت گرفته است؛ نه تنها امنیت و آرامش روحی و روانی را به

ارمغان نیاورده است، بلکه بر فشارهای روانی، روحی و ترس و احساس نا امنی و اضطراب بشریت نیز افزوده است. باورهای مذهبی می تواند عامل کنترل اضطراب احساس نا امنی ها و وسیله ای برای ایجاد آرامش باشد؛ و از آنجا که فعالیت های آموزشی و پرورشی، از جمله برنامه ریزی درسی و تربیتی متأثر از فرض های کلی مسئولان، برنامه ریزان و معلمان است، بررسی خاستگاه دین و باورهای مذهبی می تواند به عنوان یکی از فرض های اساسی، کلیه مراحل و فعالیت های تربیتی از جمله انتخاب هدف ها، تشخیص نیازها و نیز تعیین هنجارهای رفتاری را تحت تاثیر خود قرار دهد.

از نظر اسلام یاد خداوند موثرترین عامل در ایجاد آرامش و اطمینان قلبی است. اعتقاد به این واقعیت در نظام تربیتی و بهداشتی روانی یک جامعه مستلزم آن است که نه تنها تربیت دینی و خداگرایی به عنوان اصلی با اهمیت تلقی شود. بلکه این اصل به عنوان هدفی پراهمیت محور اهداف غایی نظام آموزش و پرورش و بهداشت روانی قرار گیرد و کلیه هدفها و فعالیت های آموزشی و پرورشی، هم جهت با آن، انتخاب، تدوین و اجرا گردد.

اهداف تحقیق

توجه شود و مورد بررسی قرار گیرد که باورهای مذهبی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان موثر است یا نه؟

❖ هدف کلی

بررسی نقش باورهای مذهبی نماز و ادعیه بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر مقطع راهنمایی ناحیه دو مشهد .

❖ اهداف جزئی

- ۱- بررسی نقش نماز بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان.
- ۲- بررسی نقش دعا بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان .
- ۳- بررسی نقش نماز و دعا در بهبود رفتارهای اخلاقی و اجتماعی دانش آموزان .

🌀 فرضیه های پژوهش :

- ۱- نماز بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان موثر است .
- ۲- دعا بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان موثر است .
- ۳- انجام نماز و دعا در بهبود رفتارهای اخلاقی و اجتماعی دانش آموزان موثر است .

🌀 متغیرهای موجود در پژوهش :

- متغیر مستقل : باورهای مذهبی (نماز و دعا)
متغیر وابسته : پیشرفت تحصیلی
متغیر کنترل: جنس دختر
پایه تحصیلی : هر سه پایه راهنمایی

تعاریف عملیاتی پژوهش :

بررسی : الف : به کاربردن عقل یا ذهن برای روشن ساختن یک مسئله یا موضوع.
ب : بحث و بررسی درباره ی یک موضوع خاص یا گزارش درباره ی یک تحقیق.

❖ باورهای مذهبی :

نماز، واژه ی فارسی نماز از لفظ پهلوی " نماک " گرفته شده است و آن هم به نوبه ی خود از ریشه ی باستانی " نم " به معنی " خم شدن و تعظیم کردن " به تدریج به معنی صلوات یا عبادت ویژه ی مسلمین اطلاق گردیده است .
نماز به معنی : ۱. خدمت و خدمتکاری، اطاعت و فرمانبرداری
۲. پرستش و ادای طاعت خداوند
۳. طهارت، یعنی پاک و طاهر شدن

❖ ادعیه جمع دعا

دعا : از نظر لغت: خواندن و ندا کردن، کمک خواستن ، پرسش کردن، فریاد رسی کردن، تشویق و ترغیب کردن، نام گذاری کردن ؛
" دعا " در عرف متشرعین عبارت است از تضرع و انابه که در فارسی به آن راز و نیاز و توبه می گویند.

❖ تعریف دعا

^۱ المنجد ، مفردات راغب

قراری می گیرد دعا به انسان امید و نشاط می بخشد و یاس و ناامیدی را از زندگی دور میسازد.

❖ پیشرفت تحصیلی :

میزان پیشرفت شاگرد به طرف هدف های تربیتی. در نتیجه برای سنجش میزان پیشرفت تحصیلی شاگرد، باید پیشرفت شاگرد را نسبت به هدفهایی که از پیش تعیین و تعریف شده اند مورد ارزیابی قرار دهیم. در نظام آموزشی و پرورشی هدف از پیشرفت

تحصیلی دستیابی به اهداف مورد نظر در هر دوره آموزشی است که در این پژوهش بر اساس معدل دانش آموزان سنجیده می شود.^۱

❖ پیشرفت تحصیلی : عبارت است از میزان پیشرفت یادگیرندگان در رسیدن

به هدفهای آموزشی.^۲

❖ دانش آموز: دانش می آموزد ، دانش فرا می گیرد ، علم می آموزد .

❖ دوره ی راهنمایی تحصیلی : منظور دوره و مرحله بعد از آموزش ابتدایی و

قبل از دوره ی متوسطه ی نظری است.^۳

در این تحقیق دانش آموز به کسی گفته می شود که در دوره ی راهنمایی روزانه و در

سال تحصیلی ۸۸-۸۹ در مدارس ناحیه ی دو مشهد مشغول به تحصیل بوده است.

☞ روش های گردآوری داده ها :

^۲ دکتر علی شریعتمداری ، روان شناسی تربیتی / سال ۶۹ / صفحه ۴۵۱

^۱ سیف ۱۳۷۱ / صفحه ۲۰

^۲ شعاری نژاد ، علی اکبر

پژوهشگران تهیه شده در مقیاس لیکرت نمره گذاری می شود و پس از اینکه سئوالات پرسشنامه با راهنمایی استاد راهنما تکمیل و بازسازی شد. بین دانش آموزان نمونه ی آماری توزیع گردیده و بدین ترتیب بر اساس پاسخ دانش آموزان به این پرسشنامه ها داده های آماری لازم جمع آوری می شود.

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

تاریخچه نماز و دعا :

تاریخ نماز و پرستش به قدمت تاریخ ادیان و سابقه ی ادیان به موازات پیشینه ی پیدایش حیات انسان است؛ و اینک بررسی پیشینه ی تاریخی نماز با توجه به آیات قرآنی . نماز، نخستین عبادتی است که پرندگان واجب شد. خداوند در آغاز سوره ی بقره در توصیف اهل تقوی فرمود: «الذین یؤمنون بالغیب و یقیمون الصلوة و...»^۱ [بقره / آیه ی ۳]

[همانان که به غیب یعنی به وجود خدا، معاد و فرشتگان، ایمان دارند و نماز را به پا می دارند و...]

و این می رساند که پس از وجوب اعتقاد به مبدا و معاد، وحی و نبوت، نخستین چیزی که مطرح است و مهم است، " نماز " است و بنابراین هیچ عبادتی را پیش از آن واجب نکرده اند. زیرا اگر عبادتی قبل از حکم نماز، مقرر می شد. مطمئناً آن را در آیه ی کریمه مذکور، مقدم بر نماز ذکر می فرمود.

نماز در ادیان پیش از اسلام :

در سوره ی ابراهیم، آیه ی چهل، حضرت ابراهیم (ع) برای خود و ذریه اش از خدا توفیق اقامه ی نماز می خواهد و می گوید: « رب اجعلنی مقیم الصلوة و من ذریتی » [ای پروردگار من، من و فرزندانم را اقامه کننده ی نماز قرار ده]

در سوره ی مریم، آیه ۴ و ۵۵، قرآن ضمن ستایش از اسماعیل می گوید : « و کان یامراهله بالصلوة و کان عند ربه مرضیاً »

[افراد خانواده اش را به نماز، فرمان می داد و نزد پروردگار خود مورد خشنودی بود.]

در سوره ی هود آیه ی ۸۷ خداوند خطاب به شعیب، پدر زن حضرت موسی می فرماید: « قالوا یا شعیب اصلوتک تامرک ان نترک ما یعبد ابائنا... »^۲

^۱ قرآن، ۱۹ / مریم، ۵۴ و ۵۵
^۲ قرآن، ۱۱ / هود ۸۷

www.kandoo.cn.com

رها سازیم...؟]

در سوره ی طه آیه ی ۲۴ ، خداوند، خطاب به حضرت موسی (ع) می فرماید:

« اقم الصلوة لذكری»^۱ [نماز را برای یاد من برپا دار]

در سوره ی لقمان، آیه ی هفدهم، لقمان (ع) به فرزندش می گوید:

« یا بنی اقم الصلوة و امر بالمعروف و انه عن المنکر»^۲

[پسر من نماز را برپا دار و امر به معروف و نهی از منکر کن]

در سوره ی آل عمران، هنگامی که از زکریا، سخن به میان می آید و بیان می شود که

چگونه زکریا از خداوند درخواست ذریه ی طیبه کرد. بشارت تولد یحیی در حالی از جانب فرشتگان به زکریا داده می شود که او ایستاده در محراب، به گزاردن نماز، مشغول است.

در سوره ی مریم آیه ی ۳۱ از قول مسیح (ع) می خوانیم:

« و اوصانی بالصلوة و الزکوة مادمت حیا»^۳

[و خدا، تا زمانی که زنده باشم، مرا به نماز و زکات فرمان داده است.]

نماز یهودیان و مسیحیان به دعا نزدیکتر است. یهود در ساعات سوم و ششم و نهم روز در ساعات اول شب و آخر شب و هنگام تناول غذاها دعاهایی دارند.

رکوع، در نماز کمتر اقوام وجود داشته نماز یهود از رکوع خالی است.

مسیحیان، در روز یکشنبه، در کلیسا، جلسات دعای دسته جمعی تشکیل می دهند.

بعلاوه روحانیون و وابستگان آنان دعاهایی دارند و معتقدند که باید دعا کنند و با دلی پاک

حاجات خود را از خدا بخواهند با وجود این آخرین نمازی را که مسیح با حواریون بجای

آورد بهترین صورت دعا می دانند. و این دعا یا نماز مشتمل بر تمجید خداست.

« زرتشتیان» را پنج نماز است که در هنگام طلوع آفتاب ظهر و عصر اول شب و

زمان خفتن، اجرا می کنند. بعلاوه، برای هر یک از شب ها و روزهای ماه سرودهای ویژه

ای دارند که مجموعه ی آن ها را در « خرده اوستا و سینا» می توان یافت.

^۳. قرآن ، ۲۰ / طه ، ۲۴

^۴. قرآن ، ۳۱ / لقمان ، ۱۷

^۵. قرآن ، ۱۹ / مریم ، ۳۱

می آوردند و هر سال سی روز روزه می گرفتند. « اعراب جاهلیت » ، در مقابل خانه ی کعبه، برهنه حاضر می شدند و با صغیر و کف زدن، اظهار عبادت می کردند. از موارد فوق برمی آید که نماز، در اعماق تاریخ انسان ریشه دارد و در تمامی دوره ها و جامعه های بشری و به موازات خدانشناسی او که امری فطری است وجود داشته است.

☞ نماز در اسلام:

بر حسب بعضی از روایات، سه سال پیش از بعثت، جبرئیل وضو و نماز را به پیامبر اکرم (ص) آموخته است ولی آنچه مسلم است از آغاز بعثت، خدیجه (ع) و علی ابن ابیطالب (ع) با پیامبر اکرم (ص) نماز می خواندند. مسلمانان در ابتدا فقط در بامداد و عصر هر بار دو رکعت نماز می خواندند تا آنکه در شب معراج، نمازهای پنجگانه، مقرر گردید.

☞ نماز در فرق اسلامی و فرقه های دیگر :

۱. یغفوریه از فرق امامیه است که اعتقاد دارند اگر کسی معرفت امام را درک کند او را دیگر اعتقاد به شریعتی لازم نیست و هیچ فریضه ای بر او واجب نیست. فقط معرفت امام او را بسنده است و دیگر به او تکلیفی نیست.
۲. یزیدیه یکی دیگر از فرق اسلامی است که اعتقاد دارند در امر نماز یزیدی متدین هنگام طلوع و غروب به طرف مشرق و مغرب توجه نموده و زمین را مانند زرتشتیان می بوسند و با زبان خود که آمیخته ای از عربی و کردی و فارسی است، دعا می خوانند.
۳. بابکیه پیروان مکتب بابک خرم دین هستند. بابکیه بنیاد دین خود را به شروین نامی که در جاهلیت پادشاه آنان بود رساندند؛ و شروین را برتر از محمد (ص) و دیگران می دانند. به قول نظام الملک آنان رنج عبادت را از تن خود برداشته اند و نماز نخوانند و روزه نگیرند و حج نزنند. مذهب ایشان با مزدکیان یکی است و

کنند.^۱

اعتقاد به خدای بزرگ، خدای آفریدگار، که اساس آفرینش از اوست، در بسیاری از ادیان و مکتبهای فلسفی و عرفانی دیده می شود. در "اوستا" آمده: «ای اهورا مزدا» به دستگیری اردیبهشت که با پاکان و نیکان گشایش می دهد آبادی و دو جهان خاکی و مینوی را به من منش نیک به تو روی می آورم ارزانی دار.

«اوستا» درباره ی دعا می گوید: «ای مزدا اهورا، آن دانایانی را که در راستی و منش نیک سزاوار شناختی آرزو برآور و کامروا کن، چه دائم سخن و خواهش برای رستگاری نزد تو کارساز و سود بخش است.»

🌸 نیاز انسان به عبادت

خداوند در عبادت ما هدفی برای خود در نظر گرفته و عبادت ما به خاطر رفع نیاز از ساحت مقدس او نیست بلکه هدف از عبادت، تربیت و پرورش جان ماست. غرض پدید آوردن قدرت های روحی است برای رفع تیرگی های درونی از صفحه ی دل و نورانی شدن به انوار ملکوت و آمادگی جان انسان برای پذیرش تجلیات حق. در میان عبادات، نمازیکی از بزرگترین فرایض اسلامی است و عالی ترین کلاس مکتب تربیتی است. نماز به انسان نیرویی می بخشد که همچون سدی محکم در برابر گناه و حوادث ناگوار مقاومت می کند. هرچه نماز کامل تر باشد خودداری از فحشاء و منکرات بیشتر خواهد بود. انسان به توفیقی باشکوه تر دست می یابد و آن هم صحبتی با معبود است و ارتباط با خدای خویش که نصیب نمازگزار واقعی می گردد. زیرا نماز، ذکر خدا، کلید توفیقات و خیرات و برکات است. محور دعا و نیایش های اسلامی را ایمان و عشق تشکیل می دهد. دل عشقی که در نهایت بر بصیرت شناخت و معرفت مطلوب استوار است و در اعتقاد اصیل شورو شعور هر دو ضرورت دارد.^۲

^۱ فرهنگ فرق اسلامی / دکتر مشکور / صفحه ۱۸۰

^۲ نقش تعالیم مذهبی در آرامش روانی / عبدالعظیم کریمی / ماهنامه تربیت / مهر ۷۳ / صفحه ۲۲

نماز و نیایش یکی از موثرترین عوامل تربیتی

نماز، رابطه‌ی قلبی و عملی با خداست. نماز معجونی است که از تمام حرکاتی که برای انسان وجود دارد، از ایستادن، نشستن، خم شدن، دستها را حرکت دادن، پاهای را به صورت مختلف راست و خم کردن و زبان را با الفاظ گوناگون به حرکت درآوردن و مانند آن یعنی انسان در تمام حالات در یاد او فرو می‌رود تا تمام اعضای او رنگ ایمان پیدا کند و این خود یک نوع لطافتی است در فریضه‌ی نماز که در تعدیل حرکات موثر خواهد بود.^۱

نمازیکی از بهترین عوامل سیروسلوک معنوی و تقرب الی... است. حضرت " امام رضا (ع) " فرمودند: « نماز وسیله‌ی تقرب هر انسان پرهیزگاری است. » نماز یک ترکیب ملکوتی است که در هر جزئی رازی نهفته است؛ وسیله‌ی ارتباط با خدا و راز نیاز و انس با پروردگار جهان می‌باشد. بهترین وسیله‌ی تکامل و سیرو صعود و قرب به خداست. معراج مومن و ناهی از فحشاء و منکر است. چشمه‌ی زلال نورانیت و معنویت است که هر کس در شبانه روز پنج نوبت در آن وارد می‌شود و از آلودگی‌های نفسانی پاک می‌شود.

اصولا بزرگترین هدف تشریح نماز، تحصیل ذکر و یاد خداست.^۲

رسول خدا (ص) ضمن سخنانی در ترغیب مردم به نماز بیان فرمودند: نماز، عمل برگزیده‌ی خدای تعالی، محبوب فرشتگان، روش پیغمبران، روشنایی شناخت، ریشه‌ی ایمان، پاسخ دعا، پذیرش اعمال برکت در روزی راحت در بدن، همدمی در شادی و گرفتاری، و باران رحمتی در گور است تا روز رستاخیز.^۳

^۱ نماز از دیدگاه قرآن و عترت / محمد اشتهاردی / قم / انتشارات نبوی / ۱۳۷۱ / صفحه ۶

^۲ امینی - ابراهیم / خودسازی / قم / ۱۳۷۲ / صفحه ۲۶۵

^۳ المنتخب الحسینی / صفحه ۷۳ و ۷۴

☞ جوانان و اعتقادات مذهبی :

نوجوانان بیش از جوانان علاقه به مذهب دارند. هرچه طبقه ی فرد بالاتر می رود، عقیده ی مذهبی او سست تر می شود. دلیل این امر را می توان در عدم توجه والدین یا عدم اعتقاد آنان به مذهب دانست.^۱

" کوهلن" و " آرنولد" هشدار می دهند که باید والدین نگذارند انحرافات اخلاقی در نوجوانان رسوخ کند. زیرا متأسفانه نوجوانان برای انحرافات مستعدتر از کسب معنویات اخلاقی می باشند. اصولاً در دوران بلوغ جهش ناگهانی به طرف مذهب در بیشتر نوجوانان دیده می شود. به گفته ی " دبس"، « در این اوقات نوعی بیداری مذهبی حتی نزد کسانی که سابقاً نسبت به مسائل مذهبی لاقید بودند، دیده می شود. این حالت را می توان بخشی از توسعه ی شخصیت جوان دانست.»^۲

" اولوم" گفته است: « بسیاری از نوجوانان داشتن نوعی فلسفه زندگی را برای خود ضروری می یابند. وقتی برای اولین بار به دنیای اطراف خود می نگرند و سعی می کنند

تاشخصیت خود را ارزیابی نمایند، احساس می کنند که درباره ی جهان، معنای وجود انسان و حتی خودشان نیازمند پاسخ هستند؛ طبعاً پاسخ را در مذهب جستجو می کنند.

☞ قدرت مذهب و آثار آن :

مذهب عامل نجات از سردرگمی ، سیر دهنده به سوی کمال ، ارائه دهنده ی راه و رسم درست و نظم و قانون و ضابطه و دربرگیرنده ی همه ی راه های درست و بهره گیری از نظام هستی است. آثار و قدرت مذهب را هم در حیات فردی و هم در حیات اجتماعی می توان دید.

❖ در حیات فردی :

۱۱. روابط بین پدر و مادر با فرزندان در دنیای امروز / انتشارات انجمن اولیاء و مربیان / صفحه ۲۶

۱۲. دبس / بلوغ / صفحه ۱۸ و ۱۲۰

۱۳. مجله تربیت / شماره ۸ / سال پنجم / اردیبهشت ۶۹ / صفحه ۸ و ۹

زدن بر سر دوراهی های زندگی، سقوط در خطر فراهم می سازد. پاکیزگی و صفای آن تعالیم و بی آلاچی آن، روان آدمی را متقاعد کرده و آرامش و خوشبختی به او می دهد. نیروی ایمان و خداپرستی، تبعیت از تعالیم حق، او را بر تمام مشکلات روحی و پریشانی ها چیره خواهد کرد. روحی توانا و روانی شکست ناپذیر دارند و درپیش آمدهای زندگی، دچار وحشت و خودباختگی نمی شوند و روح عفاف و تقوا و اعتماد در او پدید می آید و قوای فکری او تقویت می گردد.

❖ در جنبه بی اجتماعی :

" امام صادق (ع) " فرموده اند: « تعالیم مذهب این قدرت را دارد که زمینه را برای جلوگیری از گمراهی ها فراهم سازد. »
همچنین فرموده اند: « ذهن را باید با مسائل ارزنده ی اسلامی پر کرد تا عوامل گمراه کننده زمینه را برای سقوط انسان فراهم نسازند. »

❖ اسلام و تربیت مذهبی :

آموزش و پرورش مذهبی باید به عنوان اصلی باشد تا زمینه را برای نیرومندی آنان فراهم آورد و قدرت مذهب به صورت احساسی قوی درآید و آنان به خوبی شکفته شده و به رشد و کمال خود برسند. در این برنامه، خانواده و مخصوصاً پدر! نقش اساسی دارد. زیرا او معلم خانواده است و قبل از هر چیز می تواند به تعلیم کتاب خدا و تأویلش و شرایع اسلام آشنا سازد.

❖ نقش تعالیم مذهبی در آرامش روانی :

خود در انسان دمیده است و این سرمایه جاودانی و الهی زمانی به شکوفایی و تحقق می رسد که نوع نگرش انسان نسبت به حوادث و رویدادهای زندگی از سطح به عمق، و از ظاهر به باطن تحول یابد.

مذهب به ما تعلیم می دهد که از خود گذشتگی داشته باشیم. این احساس از خود گذشتگی نوعی کرامت و حرمت نفس را در فرد برمی انگیزد. زیرا انسان نیاز دارد که به دیگران محبت نماید و این نیازمند ایمانی آگاهانه به الطاف خفیفه خداوند است. آرامش دل، و سکون خاطر که عین سعادت و سلامت روانی و روحی است، از راه ایمان حقیقی حاصل می شود. ایمان در آدمی روح و نشاط و توکل و خوش بینی و خدمت به خلق و خیرخواهی ایجاد می کند. ترس، اضطراب، دلهره، روان آزردگی، افسردگی، دلشوره و ... از جمله عوارض روانی برای افرادی است که در ایمان به خداوند متعال دچار تردید و تزلزل هستند.

" ویلیام جیمز " فیلسوف و روان شناس بزرگ می گوید: «قوی ترین عامل برای تسکین نگرانی ها و کاهش اضطراب ایمان و اعتقاد مذهبی است.»^۱

همه ی این متانت ها، آرامش ها و ثبات و استحکام درونی، بستگی به این دارد که تا چه حد فرد به سرمایه ها و قدر و منزلت خدادادی خود باور واقعی دارد. توکل و تکیه بر قدرت لایزال الهی دارد و به مدد همین قدرت به انسان قدرت تسلط بر خویش می بخشد.

خویش را صافی کن از اوصاف خود تا ببینی ذات پاک صاف خود

" الکسیس کارل " فیزیولوژیست، جراح و زیست شناس در کتاب " راه و رسم زندگی " می گوید: « الهام مذهبی و توجه به خداوند و ایمان برای نیاکان ما موجد تعادل و آرامش بود و امروز این آرامش خاطر وجود ندارد زیرا پایه های مذهب متزلزل گشته است.»

" ویلیام جیمز " فیلسوف و روان شناس بزرگ می گوید: « قوی ترین عامل برای تسکین نگرانی ها و کاهش اضطراب، ایمان و اعتقاد مذهبی است. ایمان یکی از قوایی است که انسان به مدد آن می تواند به حیات خود آرامش بخشد و فقدان آن در حکم سقوط بشر است.»

نمی زند. در نگاه کسی که بر حقایق بزرگتر و با ثبات تر دستاویز دارد فراز و نشیب های زندگی نسبتاً بی اهمیت جلوه می کنند. بنابراین شخص واقعاً متدین، تزلزل ناپذیر و فارغ از هر دغدغه و تشویش است و برای انجام هرگونه وظیفه ای که روزگاری پیش آورد با خونسردی و متانت آماده و مهیا می باشد. اگر انسان از طریق خودیابی به پهنه ی عظیم وجود خویش پی برده و تکیه بر روح الهی دمیده شده در وجود خویش بزند، مسلماً در برابر فراز و نشیب های زندگی می تواند تعادل و بهداشت روانی خود را حفظ نماید.

نقش نماز و مذهب در تأمین امنیت اجتماعی^۱:

بدون شك امنیت اجتماعی، در تمامی جوامع بشری همواره از جانب کسانی تهدید شده و مختل گردیده است که شخصیت فردی آن ها بنا به علل گوناگون مورد اهانت واقع شده و در نتیجه «کرامت نفس» خود را از دست داده اند. چنین افرادی که نقش و شخصیت آن ها لگدکوب شده و دیگر عزت و کرامتی برای خود قائل نیستند، از دست زدن به انواع و اقسام بزهکاری ها و جرم و جنایت های اجتماعی، ابایی نداشته و احساس شرمساری نمی کنند و به همین دلیل جامعه از شر آن ها ایمن نخواهد بود؛ همچنانکه در سخن حکیمانه ای که از پیشوای دهم شیعیان "امام هادی(ع)" نقل شده می خوانیم: «من هانت علیه نفسه فلاتامن شره» [کسی که خود را خفیف و خوار می داند، و در باطن احساس پستی و حقارت می کند از شر او ایمنی نداشته باش]. اما نقطه ی مقابل این مسئله یعنی «ذلت نفس»؛ «کرامت نفس» و احساس عزت نمودن است که آدمی را از هرگونه گناه فردی و اجتماعی مصون می دارد.

همانگونه که امیرمؤمنان علی(ع) در کلامی آسمانی می فرماید:

«من کرمت علیه نفسه لم یهنها بالمعصية»

[آن کس که بزرگی و کرامت نفس خود را باور دارد هرگز با پلیدی گناه، پست و موهونش نمی کند.]

^۱ - روزنامه ی جوان / تاریخ ۸۸/۶/۱۶

یکی از راهکارهای اساسی و مهم، آن است که عوامل عزت آفرین و کرامت بخش را شناسایی و تقویت نموده تا افراد جامعه با تمسک و عمل به آنها از چنان کرامت نفسی برخوردار شوند که ارتکاب گناه حتی در خلوت ها و پنهانی برای آن ها امری دشوار و هراسناک جلوه کند و بدین ترتیب انسانی که از چنین « تربیت الهی » برخوردار شد هرگز نه در عرصه ی زندگی فردی و نه در عرصه ی زندگی اجتماعی، تهدیدی برای « امنیت و آسایش » خود و جامعه نخواهد بود. و در این راه یعنی مسیر « کرامت بخشی » به نفوس انسان ها، بدون شك، یکی از مهم ترین

عوامل و راهکارهای قابل توجه که در عین حال هیچ گونه هزینه ای را در بر ندارد، امر مقدس و عظیم « نماز » است، چرا که نماز در واقع حلقه ی اتصال انسان با وجودی عظیم الشان و بی نهایت به نام خداست که یکی از مهم ترین اسامی و صفات او « کریم » است به معنی بزرگوار، و کسی است که به مصداق آیه ی شریفه ی « فان العزة لله جميعاً » [تمامی عزت از آن خداست] دارنده ی تمامی مراتب عزت است و یقیناً انسانی که با او سروکار پیدا کرد، رنگ و بوی خدایی به خود می گیرد و « کریم » می گردد و « عزیز » می شود و چون چنین خواهد شد هرگز نفس کریم و عزیز خود را با گناه نمی آلود و جامعه از جانب او در امن و آسایش قرار خواهد گرفت. از سوی دیگر همان گونه که می دانیم، خداوند عزیز در سوره ی مبارکه ی عنکبوت آیه ی ۴۵، یکی از مهم ترین آثار نماز را دور نمودن نمازگزار از « فساد و فحشاء » معرفی می نماید، آنجا که می فرماید: « ان الصلوة تنهي عن الفحشاء و المنکر... » در نتیجه انسان نمازگزار فردی است که گرد گناه نمی گردد چرا که صبح و شام با خدای خود در راز و نیازی عاشقانه است و حضور او را مستمراً درك می کند و چنانچه صحنه ی گناه و تجاوز به حقوق دیگران پیش آید، پا پس می کشد و مرتکب گناه نمی شود زیرا خداوند را حاضر و ناظر می داند و جامعه از ناحیه ی او در امن و امان خواهد بود. نگاهی هر چند گذرا به تاریخچه ی زندگی بزهکاران اجتماعی و آنانکه « امنیت اجتماعی » را به نحوی از انحاء مختل نموده اند، به خوبی این نکته را ثابت می کند که اکثر قریب به اتفاق آنان، کسانی بوده اند که با نماز و مسجد ارتباطی نداشته و به این دو عنصر انسان ساز علقه ای نشان نداده اند.

🔖 **مذهب و زندگی اجتماعی:**

اعتماد و امنیت خاطر، یک نیاز احساسی است که این نیاز اساسی در سالهای پس از کودکی نیز همچنان باقی می ماند و باید به شکل های دیگری بدان پاسخ داده شود. در سنین بزرگسالی آرمان های بزرگ انسانی و وابستگی به اعتقادات مذهبی است که برآورده ی اطمینان قلبی و امنیت خاطر است.

مذهب در طول تاریخ انسان پاسخگوی همین نیاز اساسی او بوده است. اعتماد و امنیت خاطر استعداد و ظرفیت زیربنای کودک برای امید داشتن به زندگی و راضی بودن از آن است که این خود پایه گذار عمق اعتقاد و ایدئولوژی معنوی در بزرگسالی می گردد. در جامعه ای که مذهب نقش واقعی خود را از دست بدهد انسان به جستجوی راه های دیگر برای پاسخگویی به این نیاز خود می پردازد. به این ترتیب، انسان خدایان دیگری می یابد و منابع دیگری برای اعتماد و امید خویشتن می جوید تا بتواند به زندگی خود ادامه دهد.

فقط جوامعی که یک مفهوم ثابت و قابل اتکاء برای این زندگی دارند، می توانند امیدی به حیات افراد ببخشند؛ و جامعه ای که فاقد چنین مفهوم متعالی باشد، احساس پوچی و توخالی بودن وبی معنا بودن زندگی را به افراد تلقین می کند که نتیجه ی آن هم ناامیدی عمیق اعضای جامعه است.^۱

🌀 نیاز به پیشرفت:

انسان برای حیات خود همواره نیازمند عوامل بسیار است که باید برای دستیابی به آن بکوشد، تا نیازهای خود را برآورده سازد؛ لذا یکی از این نیازها که پژوهشگران زیادی را به خود اختصاص داده نیاز به پیشرفت است که افراد از لحاظ این نیاز باهم متفاوت هستند. بعضی از افراد دارای انگیزه ی بالایی هستند و در رقابت با دیگران در کارهای خود برای کسب موفقیت به سختی می کوشند. دیگران انگیزه ی چندانی به پیشرفت و موفقیت ندارند و از ترس شکست آماده ی خطر کردن برای کسب موفقیت نیستند.

۱۵. روانشناسی نوجوانی / دکتر هادی بهرامی / انتشارات دانشگاه ابرویحان بیرونی سابق / ۱۳۵۸

انجام کارها از جمله یادگیری هستند، بر افرادی که از این انگیزه بی بهره اند پیشی می گیرند.^۱

عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی:

آقای "حسن شعبانی" در کتاب "مهارت های آموزش و پرورش (روشها و فنون تدریس)" بین عملکرد و یادگیری تفاوت قائل شده است و عملکرد را متأثر از عوامل بسیاری در یادگیری می داند که به نظری این عمل می توانند در یادگیری فرد تاثیر بسزایی داشته باشد.

۱. **آمادگی جسمی و عاطفی و عقلی شاگرد:** که او را برای رسیدن به نیازهای وی برمی انگیزد و میل و رغبت و تجارب و آموخته های قبلی شاگرد نیز در یادگیری او کمک شایانی دارند.

۲. **شرایط محیطی:** شرایط فیزیکی مثل نور، هوا، تجهیزات و امکانات آموزشی و محیط عاطفی نیز رابطه ی معلم و شاگرد و رابطه ی شاگردان باهم و رابطه ی بین والدین باهم در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان موثر هستند.

۳. **شرایط عاطفی:** عواملی نظیر عدم امنیت، ترس، اضطراب و نومییدی و شک و تردید و تناسب موفقیت آموزشی با آمادگی، استعداد، احتیاج و گرایش شاگردان در یادگیری شاگردان اثر دارند.

۴. **خانواده و امکانات:** امکانات خانواده و محیط آموزشی و پایگاه خانواده، اعم از نیروی انسانی و تجهیزات و وضعیت اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی خانواده، نگرش والدین و مربیان به تحصیل و آموزشگاه و هزاران عوامل محیطی دیگر مانند روش تدریس معلم و سطح سواد و بار علمی وی و والدین و استفاده از روش های تمرین و تکرار و تلاش خود دانش آموزان در میزان یادگیری و پیشرفت تحصیلی آنان می توانند موثر واقع شوند.

❧ ویژگی افراد پیشرفت گرا چیست؟

این قبیل افراد دارای اعتماد به نفس هستند. مسئولیت فردی را ترجیح میدهند و علاقه دارند که به طور عینی و ملموس از نتایج کار خود آگاه شوند. نمونه های درسی آنان خوب است و در فعالیت های اجتماعی و آموزشگاهی شرکت می کنند.

❧ چگونه انگیزه ای پیشرفت ایجاد می شود؟

به نظرمی رسد که پیدایش این انگیزه مربوط به ارزش های والدین و نگرش آنان نسبت به موضوع پیشرفت است. بهره گیری از شیوه ی انگیزش (انگیزه) پیشرفت برای بهبود و تعالی آموزش و باروری و سازندگی نسل امروز، که با آموزش های متعدد و مختلف سازنده و مخرب مواجه است کاری بایسته و ضروری است.^۱

❧ نماز چیست؟

"نماز"، پرستش مشترکی میان تمام ادیان است. نماز، کلاس درس و کتاب هستی است. "اگوست ساباتیه" استاد فلسفه ی دانشگاه پاریس در کتاب "فلسفه ی دین" می گوید: «دین، روح انسان را با نیروی نامرئی که مقدراتش را در اختیار دارد، ارتباط می دهد و نماز است که این ارتباط را برقرار می سازد.»

"دین حق"، یعنی همان دینی که به مرحله ی علم درآمده است. اگر با دین یا عمل زنده ای که پیوند دهنده ی آفریده به آفریدگار و سوق دهنده ی روح به سوی رستگاری باشد، توأم نگردد، معنا و مفهومی نخواهد داشت.^۲ نماز چراغ هر خانه و کاشانه، زینت هر شهرو دینار و عطر حیات است. نماز نوید بخش سلامت جسم و بهداشت روان و طهارت روح است. روح نماز و حقیقت آن هفت تاست :

۱۷. باقری / ۱۳۷۱ / صفحه ۲۵

۱۸. دین و روان / اثر جیمز / ترجمه : مهدی قائینی / صفحه ۱۶۹

۲. **حضور قلب** : یعنی فارغ بودن دل از آنچه به آن مشغول است و در آن سخن دارد. حضور قلب، خشوع دل است. آنکه نمازگزار، بی آنکه فکرش به جای دیگری برود تمام اندیشه و همتش نماز باشد و همه ی حواس خود را متوجه آن سازد.

۳. **تفهیم** : مراد از فهم آن است که دل از معانی الفاظ یا خبر متوجهش باشد و این مقامی است که حال مردمان در آن متفاوت است. همه مردم، معانی قرآن و تسبیحات را به طور یکسان نمی فهمند. "رسول خدا(ص)" فرمود: «برای نماز یک بنده تنها به اندازه ای که می فهمد ثواب می نویسند.»

۴. **تعظیم** : آن چیزی است که غیر از حضور قلب و فهمیدن، چه بسا که آدمی خود را مخاطب قرار می دهد در حالی که دلش حاضر است و می فهمد که چه می گوید اما مخاطب را بزرگ نمی دارد.

۵. **هیبت** : ترسی است که به سبب بزرگداشت خدا، دست می دهد.

۶. **رجا** : امید نیز امری است علاوه بر آنچه مذکور افتاد حال آنکه بنده باید در نماز خود به ثواب و پاداش خدا امیدوار باشد.

۷. **حیاء** : بنده ای که به هنگام نماز از خدای خود شرم دارد.

"مهاتما گاندی" رهبر بزرگ هندوستان و نجات بخش آن از چنگال استعمار

انگلیس می نویسد:

«عجز و لابه و دعا و نماز به درگاه خدا، خرافات نیستند. آنها اعمال بسیار حقیقی تر از خوردن، آشامیدن، نشستن و راه رفتن هستند. اگر بگوییم که فقط آنها حقیقی هستند، اغراق نکرده ایم. چنین دعا و نمازی دور از فصاحت کلام نیست، اما احترام لفظی هم نیست، از قلب سرچشمه می گیرد و می جهد. من کوچکترین شکی ندارم که نماز و دعا وسیله ی غیر قابل انکاری برای پاک کردن قلب از امیال نفسانی است؛ ولی باید به منتهای تواضع آمیخته شود.»^{۱۹}

بنده ای که به نماز ایستاده است و دلش با پرده ی غفلت پوشیده است و خدا را نمی بیند، عملش چه اندازه از حقیقت نماز دور است! پس باید بیایید با حضور قلب نماز بخوانیم و شاهد آثار فرخنده اش در وجود خویش باشیم.

فلسفه ی نماز:

- ۱- **نماز یک عامل نیرومند ارتباط با خدا:** انسان فطرتاً نیاز به ارتباط با آفریدگارش دارد و باید این نیاز درونی را با شیوه مفید و سازنده اشباع کرد و به آن پاسخ مثبت داد. تکرار نماز در هر شبانه روز این ارتباط را همواره تاز و تازه نگه داشته و کامل می نماید، چرا که غفلت، همچون ابری تیره است که بر سر راه نور ارتباط سایه افکنده و اثر ارتباط را خنثی می سازد. تکرار نماز، اثر این ابر تیره را از سر راه بیرون رانده و برنامه ی ارتباط و پیوند با خدا را شکوفا می سازد. یکی از آثار و برکات نماز ذکر و یاد خدا و غفلت زدائی است، یاد خدا موجب آرامش و رفع پریشانی و اضطراب است.
- ۲- **نماز عامل بازداری از حرص و آز و کم طاقتی:** با توجه به اینکه تباهی ها و گناهان بسیاری از ناحیه ی حرص و اراده ی رها شده دامن گیر بشر می شود و با توجه به نقش کنترل و بازداری نماز از طغیان حرص و ضعف اراده نتیجه می گیریم که نماز عامل مهمی برای پاک سازی و بهسازی خواهد بود.
- ۳- **نماز، عامل بازدارنده ی گناهان:** در سوره ی عنکبوت، آیه ی ۴۵ می خوانیم: همانا نماز، انسان را از زشتی و گناهان باز می دارد.
- ۴- **استقامت در برابر دشواری ها:** یکی از رازها و فوائد نماز این است که موجب استواری و استقامت نمازگزار در برابر سختی ها و ناگواری ها می گردد. به خاطر اینکه نماز روح نیرومند و معنوی را در انسان زنده می کند و قطعاً چنین روحی، در برابر سختی ها، مقاوم تر و استوارتر خواهد شد. استعانت و یاری طلبی از نماز، گاهی در مرحله ی بالاتری است و آن اینکه انسان در نماز، حاجات خود را از خدا می طلبد و از آنجا که نماز، که عالی ترین مناجات و وسیله برای نزدیک شدن به پیشگاه خدا است، حاجت انسان که در نماز از خدا خواسته بهتر و زودتر برآورده می شود.

عبودیت و بندگی است. و به طور کلی اگر عبادات هیچ فلسفه ای نداشته باشد ولی درس عبودیت را می آموزند و انسان را به عنوان عبد و بنده ی خدا، پرورش می دهند و چه فلسفه و فایده ای بالاتر از مقام بندگی!

۶- **درس نظم و انضباط از مکتب نماز:** انجام نماز در اوقات معین و مخصوص، آداب نماز در مورد نیت و قیام و رکوع و سجود و جای گرفتن هر موضوعی از نماز در محل خود، علاوه بر آثار مفیدی که در روح انسان می گذارد، موجب نظم و انضباط در زندگی خواهد شد؛ و یکی از عوامل بسیار مهم در پیشرفت و تکامل نظم و انضباط است.

۷- **درس تواضع در پرتو نماز:** دعا و گریه از خوف خدا در نماز موجب افزایش ارزش و ثواب نماز می شود و همچنین هرگاه انسان خدا را به خاطر عظمتش عبادت کند بیانگر تواضع بیشتر در برابر عظمت خدا است.

۸- **پرورش ارزش های اخلاقی در پرتو نماز**

سیمای نماز از دیدگاه قرآن :

در آیه ی ۴۵ سوره ی بقره می خوانیم: «**و استعینوا بالصبر و الصلوة**»
[از صبر و نماز، یاری طلبید.]

نماز از این رو تکیه گاه محکم است که برقرار کننده ی ارتباط با خداست. انسان در پرتو نماز و ارتباط با خدا دارای ایمان و اراده ای نیرومند می شود و بر اثر اتصال به آن منبع نامتناهی فیض، آرامش می یابد. چرا که در پرتو نماز احساس می کند که چنان تکیه گاه بزرگی، پشتیبان او است.

در آیه ی ۲ و ۳ سوره ی مومنون می خوانیم: «**قد افلح المومنون الذین هم فی صلاتهم خاشعون**»

[مومنان رستگار شدند... آنها که در نماز، خشوع دارند.]

خشوع در نماز، همان حضور قلب و تواضع روحی خاصی است که آثارش در جسم آشکار می گردد و به معنی فرورفتن در کانال هدف نماز و عبودیت است. به طوری که گاه

در میان امواج اقیانوس قرار گرفته و خود را در برابر عظمت آن، هیچ می پندارد و به طور کلی خشوع در نماز، روح نماز و توجه خاص درونی است که بر تمام اعضاء اثر می گذارد.^۱

نماز بهترین عبادتی است که در بردارنده ی عرفان و اخلاق اسلامی است و درسهای بزرگی مانند صبر و شکر، حمد، توکل، دعا، تسلیم و مانند اینها را به انسان می آموزد. و خدا پاداش شایستگان نکوکاری را که به قرآن چنگ می زنند و نماز را به پا می دارند و ضایع نمی کند:

«والذین یمسکون بالکتاب و اقاموا الصلوة انا لا نضیع اجر المصلحین»^۲

و همچنین می فرماید:

«فاذا قضیتم الصلوة فاذا ذکرُوا... قیاماً و قعوداً و علی جنوبکم»^۳

[پس از اتمام نماز، یاد خدا را فراموش نکنید و در حال ایستاده و نشسته و زمانی که بر پهلو خوابیده اید به یاد خدا باشید. و از او کمک بخواهید.]

- قرآن هدف از نماز را یاد خدا می داند. اقم الصلوة لذكری^۴
 - و اثرش را آرامش جان. الا بذکرا... تطمئن القلوب^۵
 - در آیه ی ۳۲ سوره ی طه آمده: و امر اهلک بالصلوة و اصطبر علیها
- [و خانواده ی خود را به نماز، فرمان بده و خود نیز بر انجام آن شکیبا و پراستقامت باش]

در آیه ی ۱۴۲ سوره ی نساء آمده: «و اذا قاموا الی الصلاة قاموا کسالی»

[منافقان، هنگامی که به نماز برخیزند از روی کسالت و بی حالی برخیزند]

در آیات ۴۲ و ۴۳ سوره ی مدثر می خوانیم:

«ما سلکم فی سقر- قاموا لم تک من المصلین»

[چه چیز شما را به دوزخ فرستاد، در پاسخ می گویند: «از نماز گزاران نبودیم.»]

۲۱. نماز از دیدگاه قرآن و عترت / نوشته ی محمد محمدی اشتهاردی / صفحه ۴۵

۲۲. قرآن، ۷ / اعراف، ۱۶۹

۲۳. قرآن ج ۸۴ / نساء ص ۲۴۰

۲۴. قرآن ۲۰ / طه ۱۴

۲۵. قرآن، الرعد، ۲۸

نماز از دیدگاه چهارده معصوم (ع)

۱. رسول اکرم (ص) در ضمن وصایای خود به ابوذر فرمود: ای ابوذر! همانا خداوند نور چشم مرا در نماز قرار داد و نماز را محبوب من نمود. چنانکه غذا را محبوب انسان گرسنه نموده، همانا انسان گرسنه، هنگامی که غذا بخورد سیر می شود و من از نماز سیر نمی شوم.^۱

و همچنین فرمود: دو رکعت نماز سبک در صورتی که همراه با تفکر و اندیشه باشد بهتر از عبادت سراسر یک شب است.^۲

۲. حضرت زهرا (س) چنین فرمود: خداوند، ایمان را وسیله ی پاک سازی شما از آلودگی شرک و نماز را برای دوری و پاک نمودن شما از تکبر (در برابر حق) قرار داد.

۳. امام علی (ع) فرمود: هر چیز دارای صورت است، صورت دین شما نماز می باشد. [بحار، ج ۸۲، صفحه ۲۲۷]

و همچنین فرمود: بدان تمام اعمال، تابع نماز خواهند بود. [نهج البلاغه / نامه ۴۷]

۴. امام حسن مجتبی (ع) فرمودند: هر که همواره به مسجد (برای نماز) رفت و آمد کند یکی از هشت فایده به او برسد:^۳

- بهره مندی از آیه روشنی از قرآن
- یافتن رفیق نیک
- فراگیری علم تازه
- برخورداری از رحمتی که در انتظارش بوده
- شنیدن سخنی که راهنمای او باشد.
- یا مانع انحراف گردد.
- یا موجب ترک گناه از روی حیا شود.
- یا موجب ترک گناه بر اثر ترس گردد.

۲۶. امالی / شیخ طوسی / ج ۲ / صفحه ۱۴۱

۲۷. بحار / ج ۸۴ / صفحه ۲۴۰

۲۸. تحف العقول / صفحه ۲۵۸

- از نمازگزاران و یادکنندگان خدا قرار دهد.
۶. امام سجاد (ع) فرمودند: حق نماز بر تو آن است که بدانی ورود به درگاه خداوند است و در حال نماز، در پیشگاه خدا ایستاده ای، بنابراین شایسته است که همچون بنده ای ذلیل، خواهنده، بیم ناک، ترسان، امیدوار، درمانده و زار بایستی...^۱
۷. امام محمد باقر فرمودند: سه چیز است که جبران کننده و محو کننده گناه است:^۲
- کامل گرفتن وضو در هوای بسیار سرد

- راه رفتن در شب و در روز به سوی نماز جماعت های اسلامی مانند (نماز جمعه و جماعت)

- مراقبت بر انجام صحیح نماز

۸. امام صادق فرمودند: هرگاه بنده ای به نماز ایستاده و خداوند به او توجه کند، تا وقتی که آن بنده، سه بار در نماز به اطراف خود نگاه کند، در این صورت، خداوند از او روی گرداند.^۳

۹. امام موسی کاظم می فرماید: ای هشام! بهترین چیزی که بنده بعد از شناخت خدا به وسیله آن به درگاه الهی مقرب شود، «نماز» است.^۴

۱۰. امام رضا (ع) فرمودند: نخستین چیزی که انسان، با مطرح کردن محاسبه می شود، نماز است. اگر صحیح بود سایر اعمال نیز صحیح است و اگر رد شد، سایر اعمال نیز رد می شود.^۵

۱۱. امام جواد(ع) فرمودند: فروتنی و خود کوچک بینی در نماز، زینت نماز است.^۶

۱۲. امام هادی (ع) فرمود: حضرت موسی (ع) به خدا عرض کرد:

« خدایا! پاداش کسی که نماز را در وقت خود انجام می دهد چیست؟ »

خداوند به وی وحی کرد: « درخواست و حاجتش را به او عطا می کنم و بهشتم را برای او روا می دارم. »^۷

۲۹. تحف العقول / صفحه ۲۹۴

۳۰. معانی الاخبار / صفحه ۳۱۴

۳۱. بحار / ج ۸۴ / صفحه ۲۴۱

۳۲. تحف العقول / صفحه ۴۵۵

۳۳. فقه الرضا / صفحه ۶

۳۴. احقاق الحق / ج ۱۲ / صفحه ۴۳۴

۳۵. امالی الصدوق / صفحه ۱۲۵

« عبادت به بسیاری روزه گرفتن و نماز خواندن نیست، بلکه عبادت به اندیشیدن بسیار در امر خداوند است.»^۱

۱۴. حضرت ولی عصر (عج) می فرماید:

« هیچ چیزی مانند نماز، بینی شیطان را به خاک نمی مالد، پس نماز بخوان و بدین وسیله بینی شیطان را به خاک بمال.»^۲

🔖 دعا:

دعا یکی از احساسات اصیل و حقیقی بشر است که ریشه ی فطری دارد. توجه به دعا و ارتباط یافتن با عالم غیب و مبداء آفرینش و قدرت ازلی الهی است. حاجت به دعا در ذات بشر موجود است و در هنگام اضطراب و ناامیدی از وسایل متعارف و اسباب و قوای مادی آشکارتر می شود و انسان بی اختیار با جان و دل به سوی خداوند کریم کارساز رو می آورد، و از او یاری و مدد می طلبد. دعا بهترین غذای روح و نشاط بخش روان است و هیچ وسیله ای برای اقناع روح وسیع بشر از آن موثرتر نیست. دعا سلاح مومن است؛ خستگی ها را می برد و فشار مصائب را آرام و سبک می سازد. اگر دعا نباشد و اگر بشر خدا را نخواهد چگونه می تواند بر حوادث پیروز شود و در سختی ها و شدائد چه پناهگاهی دارد؟

فوائد نفسی و روحی و تربیتی دعا و حتی تاثیر آن در ترقی فکر و معالجه بیماریهای روانی ثابت شده و بشر عصر فضا به این فوائد بیشتر از گذشته نیاز دارد. چون دعا ویژگی فطری انسان است و شعور هر کس به آن مسلم است. در پیشرفت علم و صنعت بشر را از آن بی نیاز نساخته و بلکه دعا به یک امر لازم و ضروری زندگی انسان شناخته شده و در اجتماعات به اصطلاح پیشرفته توجه به مظاهر دعا رو به افزایش است.^۳

^{۱۶}. بحار / ج ۷۸ / صفحه ۳۷۳

^{۱۷}. فرازی از توقیع امام زمان (عج) / بحار / ج ۵۳ / صفحه ۱۸۲

^{۱۸}. فروغ ولایت / از آیت ... لطف ... صافی گلپایگانی / صفحه ۱۰ و ۹

﴿ دعا در قرآن ﴾ :

- در سوره ی زمر آیه ی ۵۳ ، خداوند می فرماید:
« لا تقنطوا من رحمة ا... » [از رحمت خدا ناامید نشوید]
- در سوره ی رعد آیه ی ۲۸ می فرماید:
« الا بذکرا... تطمئن القلوب » [آگاه باشید که به یاد خدا دلها آرامش می یابد]
- در سوره ی غافر آیه ی ۶۰ می فرماید:
[و پروردگار شما گفت مرا بخوانید تا شما را جواب دهم ، آنانکه از عبادت و بندگی من تکبر کنند بزودی ذلت وار داخل جهنم می گردند]
- در سوره ی بقره آیه ی ۱۸۶ می فرماید:
[و هنگامیکه بندگان من از تو درباره ی من از تو سوال می کنند [بگو] من نزدیکم ، دعای دعا کننده را بهنگامی که مرا می خواند پاسخ می گویم . پس آنها دعوت مرا بپذیرند و به من ایمان بیاورند . باشد که راه یابند [و به مقصد برسند]]
- در سوره ی اعراف آیه ی ۵۴ می فرماید:
[و او را از روی بیم و امید بخوانید همانا رحمت خدا به نیکوکاران نزدیک است]
- در سوره ی اعراف آیه ی ۵۵ می فرماید:
[پرودگارتان را با تضرع و زاری و در حالت نمان بخوانید و او تجاوزکاران را دوست ندارد]

﴿ رابطه ی علم و دعا ﴾ :

دعا آن حالت ارتباط و خواهش بین انسان و خدا می باشد که انسان در آن روابط فقط نقش یک گیرنده را پیدا می کند و خدا نقش فرستنده . یعنی انسانی که در خط دعا و نیایش است ، همه چیز را نقد به نقد و آسان می خواهد . او فقط به خدای خود می گوید بده و اجابت دعا هم به این معنا که بگیر آنچه می خواهی . علم و دانش و عبادت و نیایش در هم ادغام شده است . خداوند آن دعائی را مستجاب می کند ، که بدانیم چگونه و چطور است که به این

دھیم و کسی که علم و حکمت پیدا کند، خیر و برکت بسیاری بدست آورده است. پس موفقیت پیامبران و اولیاء خدا فقط یک موفقیت دعائی و نیایشی نیست. بلکه حرکت در مسیر علم و حکمت است. یعنی آنجا که به مقام خلافت می رسند و به تمامی قاعده ها و فرمولها و فنون طبیعت آگاهی کامل دارند. با این حساب دین اسلام در خط علم و دانش و دعا مطرح می شود تا در انتها انسان به مقام بزرگی از علم و دانش برسد. رسول خدا (ص) می فرماید: « قلب در بدن انسان مانند چراغ داخل اطاق است که هر چه بهتر و بیشتر روشن گردد و خود و آنچه در خانه است را بیشتر و بهتر نشان می دهد.»

پس می شود گفت که دین اسلام در دستورات خود انسان ها را از مسیر علم و دانش در ارتباط با خدا قرار می دهد تا همراه با فراگیری علم و دانش به نور ایمان و تقوا هم مجهز شوند.^۱

از بزرگترین پدیده های علم و بهترین درس ها که از امام چهارم (ع) به ما رسیده است، دعای مکارم الاخلاق است. در قسمتی از دعا، تقاضای علم و تقوا از خداوند متعال دارد. از خداوند، علم و تقوی تمنا می کند و اثبات می دارد که همه چیز مخصوصاً علم و تقوی به دست خداست.

« پروردگارا رحمت و برکات خود را شامل حال محمد و آل محمد (ص) بگردان و به فضل خود با من رفتار کن.»

« پروردگارا! مرا به کلماتی هدایت کننده گویا کن و تقوی را به من الهام فرما و مرا به آن قول و عملی که پاکیزه تر است موفق نما.»^۲

یکی از بهترین رهنمودهای الهی نسبت به رسول اکرم (ص) این است که به وی فرمود:

« قل رب زدنی علماً و عملاً صالحاً » [بگو خدایا علم و عمل صالح مرا زیاد کن.]
ما وقتی مزه علم و عمل صالح را چشیدیم در دعاهایمان هم تتمیم چنین نعمتی را از خدا می خواهیم. چون هیچ لذتی بالاتر از لذت و معرفت خدا و عمل صالح نیست.^۳

^۲۹. از شرح دعای مکارم الاخلاق / محمد علی صالح غفاری / صفحه ۸۷ تا ۹۴

^۴۰. شرح دعای مکارم الاخلاق / صفحه ۲۷۱

^۴۱. مجله تربیت / سال دهم / بهمن ۷۳ / صفحه ۵۴

آداب دعا:

۱- توجه و حضور قلب :

در هنگام دعا توجه دل و حضور قلب لازم است. از امام صادق (ع) روایت شده که فرمود: «براستی که خدای عزوجل دعای برخاسته از قلب غافل را مستجاب نکند. پس هرگاه دعا کردی با دل توجه کن، پس یقین به اجابت آن داشته باش.»^۱

۲- تضرع و زاری و ابتهال و بلند کردن دستها:

در کتاب مکارم الاخلاق از امام حسین (ع) روایت کرده که فرمود: «شیوه ی رسول خدا چنان بود که در هنگام ابتهال و دعا دستهای خود را بلند می کرد. همانگونه که مسکین درخواست غذا می کند.»^۲

۳- بسم الله... ، مدح و ثنای الهی ، صلوات و اقرار به گناه:

روایتی که حارث بن مغیره از امام صادق (ع) روایت کرده که فرمود: «چنان باشید که هرگاه یکی از شما بخواهد از پروردگار خود چیزی از نیازمندیهای دنیا و آخرت درخواست کند. پیش از هر چیز به ثنای خدای عزوجل و مدح او و درود بر رسول خدا (ص) دعای خود را آغاز کند ، آنگاه حاجات و نیازمندیهای خود را درخواست نماید.»
۴- همچنین با وضو بودن، رو به قبله بودن، اعتراف به گناه کردن، قبل از دعا صدقه دادن، خدا را با نام رب خواندن، عطر زدن ، حاجت را به زبان آوردن، با چشم گریان و دل سوزان دعا کردن.

ادعیه ی معروف^۳:

۱. دعای مأثور: برای دعا کردن بهتر از هر دعائی دعاهای مأثور از معصومین (ع) است که دریائی از حقایق و معارف در آنها نهفته است. صحیفه ی سجادیه که به

^۲ اصول کافی / کتاب الدعاء / باب الاقبال علی الدعاء

^۳ مکارم الاخلاق / صفحه ۳۱۲

^۴ کتاب ارتباط با خدا / مترجم : مرحوم الهی قمشه ای / نشر ساریان

را دربر دارد.

۲. **دعای کمیل:** و آن ادعیه‌ی معروف است و علامه مجلسی فرموده که بهترین دعاهاست و آن دعای خضر علیه السلام است. حضرت امیرالمومنین (ع) آن را تعلیم کمیل که از خواص اصحاب آن حضرت است. فرموده در شبهای نیمه‌ی شعبان و در هر شب جمعه خوانده شود و برای کفایت از شر اعداء و فتح باب رزق و آمرزش گناهان نافع است.

۳. **دعای ندبه:** سید بن طاووس در مصباح الزائر فصلی در اعمال سرداب مقدس ایراد کرده و در آن شش زیارت نقل کرده. پس از آن فرموده و مطلق می‌شود با این فصل دعای ندبه زیارتی که مولای ما صاحب الامر (ع) هر روز با آن زیارت کرده می‌شود. بعد از نماز صبح و آن زیارت هفتم حساب می‌شود که مستحب است در چهار عید: فطر، غدیر خم، قربان و روز جمعه بخوانند.

۴. **دعای سمات:** خواندن این دعا در ساعت آخر روز جمعه مستحب است.

۵. **دعای توسل:** علامه مجلسی (ره) فرموده که محمد بن بابویه این دعا توسل را از ائمه روایت کرده است و گفته است که در هیچ امری نخواندم مگر آنکه اثر اجابت را بزودی یافتم.

۶. **دعای فرج:** این دعای حضرت صاحب الامر است که تعلیم فرمود آن را به شخصی که محبوس بود، پس خلاص شد.

۷. **دعای نور:** حضرت فاطمه (س) آن را به جناب سلمان تعلیم فرمودند که در وقت صبح و شام آن را بخوانند تا هرگز دچار تب نشوند.

۸. **دعای عهد:** از حضرت صادق نقل شده است که هر چه صبح از این عهد بخواند از یاران امام زمان باشد و اگر پیش از ظهور آن حضرت بمرد، خدا او را از قبر بیرون آورد و حق تعالی هزار حسنه او را کرامت فرماید و هزار گناه او را محو نماید.

۹. **دعای حضر مهدی (عج)**

۱۰. **دعای استغفار**

۱۱. زیارت و ارث

۱۲. زیارت وارث

۱۳. زیارت امین ...

۱۴. حدیث شریف کساء : به سند صحیح از جابرین عدا... انصاری

۱۵. زیارت جامعه ی کبیره

۱۶. دعای عظیم الشان

برنامه های اسلامی مساجد و نماز و دعا ، همه باید مراکز تحرک و نهضت و بسیج نیروهای انسانی باشد. تمام دعاهایی که مطرح شد باید نیروی انسانی ما را بسیج و از تسلط ضعف و ناامیدی و اندیشه های مایوس کننده و مخرب مانع و توان بخش ارواح شوند.

دعاهای اسلامی از آهنگ و شیوه ی جذاب و دلچسب برخوردار است. متون و دعاهای اسلامی از زیباترین متون ادبی و هنری عالی ترین نثر در زبان و نمونه بهترین فصاحت و بلاغت در بیان است و این نشان می دهد که اسلام به زیبایی و ارزش هنر نه تنها اهمیت میدهد، بلکه فراوان دستور تاکید برای اهمیت دادن و توسل به آن وجود دارد. شرکت دادن فرزندان در جلسات دعا که با صوت و لحن زیبا خوانده شود و مشاهده ی هرگونه رفتار زیبا، گفتار زیبا، کردار زیبا از جانب والدین و اطرافیان می تواند معنویت گرایی

را که به پرورش ایمان و نهایتاً انجام عبادات می انجامد در روح و جسم آنها پرورش دهد. و نماز که زیباترین فرم عبادات اسلامی و کاملترین نوع عشق ورزی است، اگر به واسطه ی فردی زیبا (ظاهر و باطن) با حالتی زیبا و روحانی در پوششی زیبا با صورتی زیبا و دلنشین و در مکانی زیبا و مقدس خوانده شود، تأثیر گذار است.

اهمیت دعا از نظر قرآن و معصومین (ع)

قرآن دعا را از نشانه ها و کارهای پسندیده ی بندگان صالح می داند، و آنان را در همه ی شئون زندگی با این واقعیت عالی همراه و هماهنگ معرفی می کند.

و امید، در رابطه با دعا بوده و نسبت به ما، در همه ی امور خشوع داشتند.^۱

در روایتی از پیامبر اکرم (ص) آمده :

« الدعاء هو العباده » [دعا همان عبادت است.]^۲

از امیرالمومنین (ع) نقل شده که فرمود:

« الدعاء مفاتيح النجاح و مقاليد الفلاح » [دعا کلیدهای نجات و کامیابی و گنجینه های رستگاری است.]^۳

از امام صادق (ع) نقل شده است که حضرت علی (ع) فرموده است:

« اجب الاعمال الى الله في الارض الدعاء » [محبوبترین کارها نزد خداوند در زمین دعا و نیایش است.]

امام صادق (ع) می فرماید : « پس هنگامی که دعا کردی با دلت توجه کن آنگاه یقین داشته باش که اجابت شود. »^۴

امام محمد باقر (ع): به خدا سوگند هیچ بنده ی مومنی در دعا پافشاری و اصرار به درگاه خدا نمی کند مگر جز این که خداوند حاجتش را برایش برآورد.^۵

خداوند منان در آیات فراوانی از قرآن به دعا امر فرموده و وعده ی اجابت داده است که از آن جمله است:

۱- مرا بخوانید که شما را اجابت کنم. [سوره ی مومن ، آیه ۶۰]

۲- نیایش نیایش کننده را اجابت می کنم. [سوره ی بقره ، آیه ۱۸۶]

۳- پروردگار خود را با تضرع و در نهان بخوانید. [سوره ی اعراف، آیه ی ۵۵]

۴- خداوند دعای کسانی را اجابت می کند که ایمان آورده ، عمل صالح انجام دهند.

[سوره ی شوری ، آیه ۲۶]

❖ پیامبر اکرم (ص) فرمود: « پروردگار خود را شب و روز بخوانید که اسلحه ی

مومن دعاست. »

^{۴۵} سوره انبیاء / آیه ۹۰

^{۴۶} بحارالانوار / مجلسی / ج ۹۳ / صفحه ۳۰۰ / روایت ۳۷

^{۴۷} بحارالانوار / مجلسی / ج ۹۳ / صفحه ۳۴۱ / روایت ۱۲

^{۴۸} اصول کافی / کلینی / کتاب الدعاء / باب الاقبال علی الدعاء / حدیث ۱

^{۴۹} بحارالانوار / مجلسی / ج ۹۳ / صفحه ۳۷۵

^{۵۰} اصول کافی / جلد ۲ / صفحه ۴۶۸

پیامبران چیست؟ فرمود: «دعا»
❖ امام صادق (ع) فرمود: «دعا بسیار کنید که آن کلید در رحمت و عامل پیروزی در هر حاجتی است.»^۲

نظرات دانشمندان و پزشکان در مورد نیایش:

❖ دکتر "الکسیس کارل" می نویسد: «دعا و نماز قوی ترین نیرویی است که انسان می تواند تولید کند. نیرویی است که همچون قوه ی جاذبه ی زمین وجود حقیقی و خارجی دارد. از راه دعا بشر می کوشد نیروی محدود خود را با متوسل شدن به منبع نامحدود تمام نیروها افزایش دهد. هر وقت ما با شور و حرارت خداوند را در دعا و نماز مخاطب می سازیم، هم روح و هم جسم خود را به وجهی نیکو تغییر می دهیم.»^۳

آقای "کارل" در جای دیگری می نویسد: «آثار درمانی نیایش، در تمام دوره ها، دقت مردم را به خود جلب کرده است. نتایج نیایش تنها در مواردی می تواند به تحقق برسد که همه راههای درمانی، غیر عملی یا مردود باشد.»^۴

❖ دکتر "هوماس هایسلوپ" می گوید: مهمترین عامل خواب آرام بخش در درون و اعصاب انسان که تاکنون شناخته ام نماز است.

❖ آقای "ویلیام جیمز" می گوید: دعا در بهبودی حال بیمار بسیار موثر است و در نتیجه، صحت جسمانی آنان را هم به دنبال خواهد داشت.^۵

❖ آقای دکتر "اکیرو ماتسوموتو" که تاثیر خوب نماز را در تسکین روح و آرامش نفس تجربه کرده می نویسد: «من نماز را اقامه کردم و فهمیدم که نماز خواندن

۱. مکارم الاخلاق / صفحه ۲۸۳

۲. وسائل / ج ۴ / صفحه ۱۰۸۶

۳. سخنی درباره ی دعا / سید هاشم رسول محلاتی / سال ۷۵ / صفحه ۲۰ و ۲۱

۴. کتاب نیایش / نوشته: آقای کارل / ترجمه: دکتر شریعتی / شماره ۸

۵. نماز شناسی / ج ۲ / حسن راشدی / صفحه ۷۳

سازم.»^۱

دکتر " کارل " در جای دیگری می نویسد: « نیاز به خداوند، با نیایش تظاهر می کند، نیایش یک فریاد عجز ، یک تقاضای کمک و یک سرود عشق است.»

آقای " گاندی " ، رهبر فقید هندی می گوید : « اگر دعا و نماز نبود من مدتها پیش دیوانه شده بودم.»^۲

نماز در ایجاد تقویت روح و استقامت، موثر است و روح پیگیری از هدف را در انسان زنده می کند.

اهداف عالی و مقدس نماز:

۱. ظاهر شدن اخلاص ، توحید ، اسلام و عبادت در جامعه
۲. اتمام حجت بر مردم.
۳. امکان تشخیص مومن از منافق و نمازگزار از بی نماز و سبک شمارندگان نماز.
۴. شناخت رعایت کنندگان وقت نماز از ضایع کنندگان آن .
۵. امکان گواهی دادن به صلاحیت و عدم صلاحیت افراد.
۶. بازشناختن کسانی که به شعائر اسلامی احترام می گذارند از کسانی که به آن وقعی نمی دهند.
۷. شکسته شدن دیوار تفاخر و تکبرها به سبب قرار گرفتن فقیر و غنی ، وصیع و شریف در صف واحد و در کنار یکدیگر.

۸. نزدیک کردن دلهای نمازگزاران به یکدیگر، ایجاد روح برادری و خواهری و وفاق و اتحاد در میان آنان.

ثمرات ذکر خداوند در نماز و دعا:

^۱ نماز شناسی / ج ۲ / حسن راشدی / صفحه ۷۳
^۲ کتاب دستان سبز نیایش / خدامراد سلیمان / صفحه ۱۵ و ۱۶

مترنم بودن زبان و قلب انسان به اسماء حسنیای الهی و شاداب نگهداشتن گل روح در ریزش مداوم باران یاد حق بر آن. در قرآن شریف، ایمان آورندگان، ذاکران شامگاه و صبحگاه و یاد آورنده، همواره حق در نشستن و برخاستن و خوابیدن معرفی شده اند.

علاوه بر ثواب اخروی و اینکه بهشت خاص و رضوان الهی ثمره ی ذکر خداست و یافتن نفس مطمئنه در اثر ذکر اخروی، در دنیا نیز اثرات اعجاب آور و باشکوهی دارد:

۱- یکی از ثمرات والای ذکر، **نورانی شدن قلب و بیداری و عمارت و جلای دل** است. مردن دل و افسردگی و از نشاط و امید افتادن دل، از هولناک ترین سیه روزی هاست. در دعای کمیل نیز حضرت امیر ذکر خدا را موجب شفای جسم و روح معرفی می نمایند. «یامن اسمه دواء و ذکره شفاء» یاد خدا همچون باد بهاری است که کشتزار دل را از خزان زدگی و فسردهگی بیرون آورده و شکوفه باران می نماید.

۲- از ثمرات دیگر ذکر، **زدوده شدن اضطراب های درونی و ایجاد اطمینان و آرامش قلبی** است. رفع این اضطرابها از سرپنجه ی علم و تکنیک ساخته نیست که علم، حداکثر توانش کاهش اضطراب های بیرونی است. ذکر حق و یاد آوردن اسماء و صفات خدا انسان را به یک قدرت لایزال متصل می نماید. احساس اضطراب و ناامنی ناشی از فقر و کمبودها را با تذکر غنای بیکران الهی، نگرانی حاصل از زیان و صدمه ی دشمنان را با یاد آوردن قدرت مطلقه ی خدا و اضطراب ناشی از به بن بست رسیدن علل طبیعی را با امدادهای غیبی او در جان انسان ریشه کن می سازد.

حضرت "امیر المومنین (ع)" می فرماید: ملائکه آنها (اهل ذکر) را در بر می گیرند و اطمینان و سکینه را بر آنان نازل می نمایند. [نهج البلاغه / خطبه ۲۱۳]

۳- **بصیرت شناخت شیطان**: یکی از عوامل اصلی سقوط انسان و سیه روزی او، در افتادن به دام ناپیدای شیطان است و ذکر حق به انسان بصیرتی می دهد که وسوسه های پنهان دامهای ناپیدای شیطان به سهولت بشناسد و در دام او نیافتد.

۴- **حکمت و علم**، یکی دیگر از ثمرات ذکر و پختگی عقل و کمال و حکمت است. ذکر باعث فروزان شدن قوه ی ادراک انسان و جوشش فکر و اندیشه می شود. " شیخ الرئیس ابن سینا " و " صدر المتالهین " تصریح دارند که: « هرگاه در یک مسئله ی علمی و فلسفی به بن بست رسیده و قادر به حل آن نبوده اند، به ذکر و نماز پرداخته و مطلب برایشان آشکار شده است.»

دانیم که خود نماز یکی از مصادیق بزرگ ذکر است، در آیه ی ۴۵ سوره ی عنکبوت آمده : « آنچه را که از کتاب بر تو وحی می شده برخوان و نماز را به پای دار که نماز از فحشاء و منکر باز می دارد و ذکر خدا برتر از هر چیز است و خداوند به آنچه می کنی آگاه است.

۶- **باطن بینی:** [بوسیله ی تداوم ذکر، توان دیده ملکوت بین پیدا کرد و درهای آسمان معنی را به روی خود گشود.]

« فتحت لهم ابواب السماء » [نهج البلاغه / خطبه ۲۱۳]

۷- **نور ذکر باطن امور را بر ما می گشاید** حتی به حقایق آخرت و جهان دیگر می توان آگاهی یافت . جلب نعمت های الهی ، یکی از ثمرات و الای ذکر، جلب نعمت های بیکران الهی و ریزش خزانه رحمت خدای تعالی بر زندگی فرد است و این حقیقت را در آیه ی معروف، سوره ی بقره ، آیه ی ۱۴۷ « فانذرونی انکرکم » به صراحت بیان فرموده است.

۸- **تشدید محبت الهی** ، ذکر خدا به تدریج قلب انسان را از محبت خدا لبریز می کند و آتش شوق لقای حق را در دل فرد برمی انگیزد.

۹- **کنترل قوای فکری:** یکی از ثمرات ذکر و کنترل قوای فکری و حواس است. در مسیر تهذیب نفس، انسان باید به تدریج قوای درونی و همه ی ابعاد گفتاری و رفتاری وجود خود مسلط شود. یکی از ابعاد گریز پا و سرکش درون انسان ، قوه ی تفکر اوست. سرکشی این بعد را می توان در نماز به خوبی درک کرد. یکی از عوامل بسیار موثر در کنترل فکر، مداومت در ذکر است. ذاکری که مثلاً اراده کرده در روز " دوشنبه " فقط متوجه اسم « یا لطیف» باشد و بیش از هزار بار این ذکر را زمزمه کند و به هیچ چیز در اثنای ذکر جز معنای همین اسم خدا نیندیشد ، به تدریج قادر می شود تمرکز حواس شدیدی کسب کند و هر لحظه به هر چه اراده کرده بیندیشد و فکر را از سرکشی مانع شود و این قدرت در ابعاد بسیاری قابل استفاده است. چنین فردی به تدریج خواهد توانست فکر

خویش را در خواب هم به ساحت خاصی متوجه سازد. تفکری که هر شخص از خودش دارد، راهنمای اصلی رفتار او در زندگی است. " مترلینگ " می گوید :

« آدمی ساخته ی افکار خویش است؛ فردا همان خواهد شد که امروز فکر می کند. »

صعود پردازیم. هر چقدر پله‌ی نردبان بیشتر باشد، صعودمان هم بیشتر خواهد بود. «پستالوژی» تفکر مثبت، مهم‌ترین اصل مطالعه و موفقیت است و انسان را در راه رسیدن به هدف کمک می‌کند.

آثار اخلاقی و تربیتی^۱:

یکی از عوامل تربیت و کسب اخلاق صحیح که دین مقدس اسلام به آنها توجه کرده است، عبادت است. عبادت برای تقویت عشق و علاقه‌ی معنوی و ایجاد حرارت ایمان در انسان است.

روح عبادت، "تذکر" است. یعنی غافل نگشتن از خدا و به یاد وی بودن اسلام، برای رسیدن انسان‌ها به رشد و تعالی و برخوردار شدن آنان از پیشرفت همیشگی و مادی و معنوی، اهمیت زیادی برای مسئله‌ی "وقت" در عبادت قائل شده است تا با رعایت آن، تمرین وقت‌شناسی کنند و در کارهای دیگر زندگی نیز اولویت‌ها و نظم زمانی را مراعات کنند.

زمان عبادت، در روح عبادت و رابطه‌ی انسان با خدا موثر نیست. لیکن مسلمان را چنان تربیت می‌کند که ارزش وقت را بداند و زمان‌شناس بار آید، لحظه‌ی عمر را غنیمت شمارد و از آنها بهره‌بردارد.

"پیامبر اکرم (ص)" برای نماز نظم ویژه‌ای مقرر کردند تا هر که نماز حقیقی بجای آورد، از روح نظم و انضباط و برخوردار در زندگی، کامروا باشد. نماز، روح نظم را در انسان ایجاد می‌کند و استمرار نماز، این روح را زنده نگه می‌دارد، پس با توجه به آنکه رعایت نظم و انضباط در زندگی، شرط اصلی توفیق و پیروزی است.

آثار بهداشتی نماز در آموزش و پرورش جسم و روح:

بهداشت است. باید این نکته را یادآور شویم که معمولاً دستور العمل های بهداشتی در دانش پزشکی، به بهداشت جسم نظر دارد. ولی در اسلام هرگاه از بهداشت سخن به میان می آید می تواند به دو جنبه ی بهداشت جسم و بهداشت روح نظر داشته باشد.

نماز با کسب طهارت به وسیله ی وضو آغاز می شود^۱، و این گرفتن وضو تنها برای تأمین بهداشت جسم نیست؛ از این رو "امام رضا (ع)" می فرماید: «در وضو سه جنبه مطرح است:

- پاکیزگی جسم

- نشاط روح

- نزدیک شدن به خدا^۲

آنچه ما بر آن تأکید داریم این است که نماز انسان را با پاکیزگی و بهداشت به مفهوم وسیع و گسترده ی آن انس می دهد. جسم را از آلودگی های ظاهری پاک می سازد و روح را از زنگارهایی چون آشفتگی ها، ناپاکی ها، زشتی ها و ... پاک می سازد.

حال با رعایت اختصار، **جمله های بهداشتی نماز** را در دو بعد جسمی و روحی،

فهرست گونه می آوریم:

● هر چند طهارت مقدمه ی هر عبادتی است ولی تأکید خاصی در باب نماز بر مسئله ی طهارت و پاکیزگی شده است به گونه ای که در یک اصل کلی از رهبران دین آمده است: «**لَا صَلَاةَ إِلَّا بِطَهْرٍ**»^۳ [نماز بدون طهارت نماز نیست]

رعایت اصول بهداشت و پاک بودن بر احدی مخفی نیست تا آنجا که حیوانات نیز نسبت به تمیزی لانه و اطراف خود اهتمام می ورزند و خداوند می فرماید: «ان ... یحب التوابین و یحب المتطهرین»^۴

بدیهی است که چند نوبت روی آوردن به وضو و کسب طهارت در هر روز، توجه به بهداشت را استمرار خواهد بخشید.

^۱ وسایل الشیعه ۲۵۶/۱ هر چند طهارت تنها از طریق وضو نیست بلکه شامل غسل و تیمم نیز هست.

^۲ بقره (۲) / آیه ی ۲۲۲

بهداشت دارد به گونه ای که شخص نمازگزار همواره تابلوهای بهداشتی را در برابر خویش محسم می بیند.

در باب احکام نماز آمده است:

- نمازگزار باید با وضو یا غسل یا تیمم باشد.^۱
- لباس نمازگزار باید پاک و پاکیزه باشد.
- مکان نمازگزار باید پاک باشد.
- مستحب است برای نماز بهترین لباس را بپوشد، از عطر استفاده کند، مسواک بزند و ...

جالب است که امروزه از برخی احکام فقهی در باب طهارت، آثاری بهداشتی را در دانش پزشکی استفاده نموده اند. مثلاً، مستحب است قبل از وضو استنشاق نماید که این خود از بهترین راه های پیشگیری از امراضی مثل سینوزیت است.

- با اینکه در نگرش ظاهری وضو تنها وسیله ی نظافت جسمی به شمار می رود ولی حقیقت جز این است. زیرا وضو نوعی طراوت روحی را نیز به آدمی ارزانی می دارد.

امام رضا (ع) می فرماید: « وضو گرفتن به چند انگیزه صورت می گیرد: رعایت نوعی ادب برای حضور در برابر پروردگار است تا با پاکی شرف حضور یابد.

- وسیله ی پاک شدن از آلودگی ها و پلیدی هاست.
- کسالت را می برد و طراوت و شادابی می آورد.
- روح را آماده ی حضور در پیشگاه خدا می کند.^۲

شایان یادآوری است که اهمیت وضو به اندازه ای است که مورد سفارش فراوان حتی در غیر حال عبادت و نماز شده است^۳؛ و از وضو به عنوان " کلید ایمان " و " نصف ایمان " تعبیر شده است.

- در مقام ارزش گذاری ذکر این نکته ضروری است که توجه اساسی در عبادتی چون نماز به بهداشت روح است. اگر انگیزه ی اصلی این عبادت تقرب و نزدیک شدن به خداست، اگر اخلاص در نماز باید تا پایان نماز همواره حفظ گردد، اگر خضوع و

^۱ هر یک به شرایط خاصی بستگی دارد و در رساله ی فقهی بیان گردیده است.

^۲ وسائل الشیعه ۲۵۷/۱

^۳ روایات فراوانی در این مورد آمده است. / محجة البیضاء ۲۸۱/۱.

به زبان

می آید و ... همه ی اینها برای لطافت بخشیدن به روح و تعالی روحانی نمازگزار است. از این رو پیامبر (ص) فرموده اند:

« الصلوة معراج المؤمن »^۱ [نماز پلکان ترقی مؤمن است.]

کوتاه سخن اینکه نماز بهداشت جسم و روح را روزانه چند نوبت به انسان آموزش میدهد و همین آموزش بهداشتی است که با دقت و استمرار آن به پرورش شخص نمازگزار می انجامد. این آموزش و پرورش دست آورد نماز و نماز ره آورد مکتب است. پی این توجه به بهداشت جسم و روح ارمان این است و بس.

● **نماز و وقت شناسی:** یکی از مقدمات نماز وقت شناسی است.^۲ زیرا علاوه بر آنکه هر یک از نمازها وقت مخصوص به خودی را داراست، تأکید خاصی نیز بر انجام این واجب الهی در اول وقت شده است.

" امام صادق (ع) می فرماید: « لكل صلاة وقتان اول و آخر. فاول الوقت افضله »^۳

[هر نماز دو وقت دارد. ابتدا و پایان زمان. پس آغاز وقت برترین آن است.]

در نوبتی دیگر حضرت (ع) می فرمایند: « برتری اول وقت بر پایان آن مانند برتری آخرت بر دنیا است. »

در سیره ی عملی پیامبر (ص) و خاندان پاک او آورده اند:

« هنگامی که وقت نماز نزدیک می شد، در احوال آنان دگرگونی خاصی پدید می آمد و با بلند شدن صدای اذان دیگر هیچ کس جز خدا را نشناخته و به چیزی جز نماز نمی اندیشیدند.^۴ حال می توان به آثار آموزشی این دستور دینی پی برد. گذشته از آنکه اداء این فریضه در ابتدای وقت، وظیفه شناسی فرد را نسبت به آئین الهی نشان می دهد، می تواند نتیجه ی دیگری نیز در بر داشته باشد. چه آنکه اهتمام ویژه به این امر که روزانه چند نوبت انجام می پذیرد، شخص نمازگزار را وقت شناس و وظیفه دان خواهد ساخت. زیرا او می داند که تأخیر از ابتدای وقت ممکن است از ارزش عمل بکاهد. همچنانکه توجه به وقت، ارزش یک عمل را افزون خواهد ساخت.

^۳ نهج الفصاحه.

^۴ در رساله های فقهی نیز بابی به این مهم اختصاص یافته است.

^۱ بحار الانوار ۲۵/۸۳.

^۲ بحار الانوار ۳۵۹/۸۲.

^۳ محجة البيضاء ۳۷۷/۱، تفسیر صافی ۳۷۰/۲، بحار الانوار ۲۵۸/۸۴. و امام علی (ع) حتی در میدان نبرد در جنگ صفین به نماز اول وقت اهتمام داشت به گونه ای که شگفتی یاران را نیز برانگیخت، سفینه البحار ۴۴/۲.

تحصیل علمی چون هیئت، نجوم، مثلثات و... بروند، همین امر بود که بسیاری از عبادات مانند نماز به وقت خاصی محدود هستند و این خود از آثار آموزشی و پرورشی عباداتی چون نماز است.

آثار آموزشی و پرورشی نماز در تعالی همت ها :

بشرخاکی به گونه ای است که اگر سیر طبیعی زندگی مادی و حیوانی خود را سپری کند، تنها به امور مادی وفانی خواهد اندیشید. قرآن در بیان مراحل طبیعی زندگی آدمی، می فرماید:

« انما الحیوة الدنیا لعب و لهو و زینة و تفاخر بینکم و تکاثر فی الاموال و الاولاد. ^۱ »

[همانا زندگی دنیا بازیچه و سرگرمی و آرایش و فخر فروشی به یکدیگر و افزون طلبی در سرمایه و فرزندان است.]

گویی خداوند متعال در این کریمه به بیان همت آدمی در سنین گوناگون پرداخته است. فرد در دوران خردسالی به بازی و سرگرمی مشغول است، در جوان سالی به زینت ها و جلوه های آرایشی می پردازد. در میان سالی و بزرگسالی هرکس به نوعی بر دیگران می بالد و به چیزی فخر می کند و سرانجام در کهنسالی به زراندوزی و افزونی فرزندان می اندیشد. در این زنجیره ی زندگی همت انسان از این بالاتر و ارزنده تر نیست مگر آنکه به او جهت داده شود و بداند که دنیا در این زنجیره جز متاع و کالایی اندک نیست. ^۲

دین به عنوان تکامل بخش انسان همواره آدمی را به تعالی همت ها دعوت می کند. ^۳ از جمله ابزارهای دین در راستای این هدف ارزنده، نماز است.

شخص نمازگزار به یاد خداست. چه آنکه فلسفه ی اصلی نماز نیز جز این نیست. ^۴ و کسی که تنها به خدا می اندیشد از همت والا بهره مند است. " امام علی (ع) " در وصف چنین افرادی می فرماید: « عظم الخالق فی انفسهم فصغر مادونه فی اعینهم. ^۵ » [آفریننده، نزد ایشان بزرگ است پس هر آنچه جز اوست، در نظر ایشان کوچک خواهد بود.]

^۱ حدید/ ۲۰

^۲ و ما الحیوة الدنیا الا متاع قلیل . حدید/ ۲۰.

^۳ یا ایها الذین آمنوا استجبوا لله و للرسول اذا دعاکم لما یحییکم (انفال / ۲۴)

^۴ اقم الصلوة لذکری (طه / ۱۴)

^۵ نهج البلاغه / خطبه ی همام.

دست از هر چیز می شوید، این عمل را نیز برای کسب اموال و جلب افکار و ... انجام نمی دهد. بلکه انگیزه ی والای او تقرب و نزدیک شدن به خدا است. با گفتن « ا... اکبر » همت خود را

اوج می دهد. گویی با بالا بردن دست ها و سپس افکندن آنها ، با زبان حال می گوید: هر آنچه را تاکنون پیش روی خود داشت، پشت سر انداخته و با تمام وجود به خدا روی آورده و او را به بزرگی یاد می کند. همت او همچنان اوج می گیرد تا آنجا که فقط خدا را می شناسد و تنها

با او کار دارد بدون آنکه کمترین فاصله ای میان خود با او حس نماید.^۱ اینجا دیگر خواسته ی او امور مادی و دنیوی و گذرا نیست، بلکه حفظ همین همت والا و منظور و مقصود است.^۲

حقیقت آن است که جمله جمله ی نماز از همت والا حکایت دارد. نماز گزار هنگام نماز به خوردن ، خوابیدن، به اطراف نگرستن، با دیگران بودن و سخن گفتن و ... نمی اندیشد؛ بلکه امور این چینی را موانع می داند.^۳

فرد را نمی بیند ، جامعه نگر است.^۴ تنها خدا را تمجید و تسبیح می کند.^۵ دیگران را با ملاک می پذیرد و از آنان تجلیل می نماید.^۶ تنها در برابر خدا تعظیم کرده و سر فرود می آورد^۷ و ... این همه تعالی همت تنها در پرتو نماز به دست می آید.

از " امام صادق (ع) " نقل گردیده است که فرمودند:

« نگاه که به قبله رو نمودی ، دنیا و هر آنچه را در اوست از یاد و خاطر دور ساز. مردم را فراموش کن.

« و اندرون خانه ی دل را از هر چیز جز حضرت حق فارغ و خالی گردان. و تنها به بزرگی او بیندیش.

« ایستادن در پیشگاه خداوندی در عرصه ی قیامت را بیاد آور.

۶. ایك تعبد و ایك نستعین .

۱. اهدنا الصراط المستقیم .

۲. مبطلات نماز

۳. در نماز ضمایر و نیز صیغه های متکلم بصورت جمع ومع الغیر آمده است.

۴. سبحان ربی...

۵. غیر المغضوب ... والسلام علینا و علی عبادا... الصالحین.

۶. رکوع و سجود

غیر این صورت اگر به نماز ایستی خداوند تو را مخاطب خواهد ساخت: «ای دروغگو! با من به فریب سخن گویی. سوگند به عزت و بزرگی ام که شیرینی عبادتم را به کام تو نگذارم و تو را به بارگاه خود راه ندهم.»^۱

آری اگر همت چنین متعالی نباشد، نماز از حقیقت تهی است. به هر حال آنچه مهم است این است که نماز داشتن همت والا والهی را آموزش می دهد و فرد را این چنین می پرورد.

تأثیر نماز در تمرکز حواس و حضور ذهن:

ذهن متمرکز، قوی و نیرومند است و ذهن پراکنده، ناتوان و ضعیف. ما برای فهم و درک و تشخیص قوی و باریک شدن در بسیاری از امور، نیاز به ذهن متمرکز داریم و اگر بتوانیم ذهن را از محسوسات جدا کنیم به تمرکز رسیده ایم.

دقت و تمرکز بیش از هر عامل دیگری در تحولات فکری بشر و رساندن او به حقایق ماورایی و علمی موثر بوده است. کلیه ی اکتشافات، اختراعات و پیشرفتهای گوناگون علمی، صنعتی و هنری که بشریت امروز از آن سود می برد، مرهون انسان های والایی است که قادر به دقت در پدیده های هستی و متمرکز کردن قوای دماغی خود به روی آنها بوده اند و از استعدادهای خداداد خود بهره برداری درست و نیکو کرده اند.

" ویلیام مولتون مارستن " که در دانش روان شناسی صاحب نظر است، می گوید:

« افراد موفق، کسانی هستند که می توانند در امری تمام نیروی فکری خود را متمرکز کنند و همه ی دانستگی های خود را درباره ی آن به یاد آورند و به کار بندند و به راستی اگر روح و فکر ما به طور کامل در نقطه ای متمرکز شود و یا برای امری به کار افتد، نیرویی شگفت انگیز خواهد آفرید.

" ویلیام جیمز " که او را پدر روان شناسی جدید می دانند، می گوید: « فرق بین افراد نابغه با دیگران، یک موهبت فطری نیست بلکه مربوط به توجه کاملی است که به موضوعات و نتیجه های آن مبذول می دارند و میزان نبوغ یک نابغه به درجه ی تمرکز نیروی فکری بستگی دارد.

🌀 تمرکز، دقت و دل سپاری به حرفه و شغل :

وقتی که پیوسته نماز را باحضور به جای آوریم و تمام وجود خود را متوجه معبود و اصل و مرکز عالم وجود سازیم؛ فقط به او دل می سپاریم. در ذهن و اندیشه و روح خود را خالی از اغیاری سازیم ، اهل تمرکز و دقت بار می آییم و راز و رمز همه ی پیشرفت های مادی و معنوی را به دست می آوریم. خرد ورز دین ورزی که روزی پنج بار نماز با حضور بگذارد و دل را به خدا بسپارد به طور مسلم به درجه ی بالایی از حضور ذهن و تمرکز می رسد.

🌀 اصل نظم و ترتیب :

ما غالباً کارهای خود را بدون رعایت ضابطه ها ، و بدون ردیف کردن و برنامه ریزی صحیح و نظم و ترتیب اجرا می کنیم. از این روی در موارد بسیاری مجبور به دوباره کاری می شویم . در بسیاری از موارد کارها و وظایف خود را فراموش می کنیم. نماز امام است؛ اگر آن را امام خویش می گرفتیم و در نظم و ترتیب خاص و تقدم و تاخر آن نظر می کردیم ، مطمئناً به پیشرفت های خیره کننده ای نائل می شدیم. نماز بخوانیم تا وظیفه شناس و عامل به تکلیف بار آییم و به خوشبختی و پیشرفت نائل شویم.

نماز به شخصیت انسان شکفتگی و انبساط می بخشد:

در اسلام نماز، عالی ترین جلوه ی نیایش است و نیایش آثار روحی و تربیتی شگرفی

دارد.

آقای " الکسیس کارل " می گوید : نیایش، در روح و جسم تاثیر می گذارد. این تاثیر به کیفیت، شدت و تواتر نیایش بستگی دارد. شناختن این که تواتر نیایش چیست؟، آسان است. شدت آن را تا حدودی می توان دریافت ؛ اما کیفیت آن ، سرزمین ناشناخته ای است؛ زیرا ما وسیله ای برای سنجش ایمان و میزان عشق دیگران در دست نداریم. با وجود این ، طریقه ی زندگی کسی که به نیایش می پردازد، می تواند ما را به کیفیت دعایی که در پیشگاه خدا می کند ، آشنا کند. حتی دعا در سطح بسیار پایینی تنزل پیدا می کند و به صورت بیان طوطی وار فرمولهای معینی در می آید. تمرینی برای پیدایش یک زمینه ی

می کند.

نیایش، خصائل خود را با علامات بسیار مشخص و منحصر به فردی نشان میدهد: صفا، نگاه، متانت، رفتار، انبساط خاطر، شادی بی دغدغه، چهره پراز یقین، استعداد و هدایت.

این قبیل ویژگی های انسان نیایشگر، حاکی از وجود یک گنجینه ی پنهان در اعماق جسم و روح انسان است. تحت این قدرت و سلطنت حتی غفلت زدگان و عقب ماندگان و آنان که از نظر فکری در حال استضعاف به سر می برند و کم استعداد ترند، می توانند نیروی عقلی و اخلاقی خویش را بهتر به کار اندازند و از آن بیشتر بهره بردارند.^۱

اصول موفقیت تحصیلی :

"ایمان" مهمترین عنصر ذهن است. وقتی ایمان با تفکر مثبت باشد نیروی فرد را برای رسیدن به موفقیت دوچندان می کند. ایمان حالتی از ذهن است که آن را به اراده ی خود و با کمک تلقین به خود می توانید ایجاد کنید. ایمان به خدا و اراده، انسان را در راه رسیدن به هدف تقویت می کند و همچنین "اعتماد به نفس" و نفس تربیت شده، پایه های موفقیت را در ذهن تقویت می کند.

نیروی عظیم ذهنی را در جهت رسیدن به هدف و همسو و هم گرا می کند. به بازوان فرد قدرت می بخشد و او را در راه رسیدن به پیروزی همراهی می کند. اعتماد به نفس انسان این امکان را می دهد که در جهت اهداف خویش گام های استوار بردارد و بدون هیچ گونه شک و تردیدی به فعالیت پردازد و ثبات اطمینان رادر وی تقویت می کند. اتکاء به نفس، استقلال ذهنی، روحی و جسمی در اشخاص ایجاد می کند و قدرت

تصمیم گیری را در آنان افزایش می دهد تا جایی که روان شناسان معتقدند:
«در اعتماد به نفس قدرتی است که توانایی های انسان را دو برابر می کند.»

مهم است که روزانه اکثر انسان ها ده ها جمله و اصطلاح که نمایانگر اهمیت آن است، به کار می برند.

مثل :

« در نومیدی بسی امید است پایان شب سیه سپید است»

« از این ستون به آن ستون فرج است.»

« خدا بزرگ است ؛ نا امید نباش »

« امید و توکل به خدا داشته باش»

آری، انسان به واسطه ی امید زنده است. امید غذای روح انسان است، مایه ی روشنایی و حیات است و به واسطه ی امید به خداوند است که انسان زنده است. به واسطه ی این نیروی الهی است که گاه در آخرین لحظات شکست، می توان به موفقیت های عظیم و غیرمنتظره دست یافت.

برای موفقیت تحصیلی باید امید فعالی داشت، امیدی توأم با کار و کوشش .

دانش آموزانی که با ایمان راسخ به موفقیت خویش امیدوارند، بسیار بیشتر از دانش آموزان ناامید به درس و مطالعه ی خود می پردازند.

بعد از امید، " آرامش ذهنی " بزرگترین نشانه ی یک اراده ی قوی و استوار است و در سایه ی آن می توان از استعدادهای خود به خوبی استفاده کرد.

فردی که تشویش خاطر دارد و از آرامش ذهنی برخوردار نیست، نمی تواند درست بیندیشد و افکار خلاق در ذهنش ظاهر نمی شوند. شخصی که دائماً آشفته حال است، راه شکست را پیش خواهد گرفت. افکار منفی ، اضطراب ، تشویش خاطر و هنجانات عصبی به مغز فشار آورده و مانع تصمیم گیری صحیح می شوند. فشارهای عصبی ، قدرت و توان انسان را تحت تاثیر منفی قرار می دهند.

" امرسون " می گوید: « آرامش سرمنشاء نیروی شماسست، و هرکس که به خدا روی آورد آرامش می یابد.»^۱

برای پیروزی باید به تعادل ذهنی و آرامش فکری دست یافت. باید اول آرامش ذهنی را بدست آورد و بعد به مطالعه پرداخت.

باشد، قدرت حافظه ی او نیز از هر جهت بسیار قوی خواهد بود.
با یاد خداست که دلها آرامش می گیرد و این آرامش باعث نشاط و شادمانی در انسان می شود. هیچ چیز به اندازه ی افکار بانشاط و مغز درخشان، به سعادت و تندرستی کمک نمی کند.

وقتی که مغز با نشاط باشد، شخص بهتر می تواند فعالیت کند و حاکم خوبی برای اعضاء بدن خواهد بود. روحیه ی عالی و بانشاط موجب می گردد تا جریان خون مغزی بهتر گردد، حافظه کارایی بالاتری داشته باشد و مطالب درسی سریعتر فرا گرفته شوند. آنچه که باعث از بین رفتن نشاط و شادمانی می شود، ترس و اضطراب است.
ترس یک نیروی منفی و بازدارنده است که مانع پیشرفت و تکامل می گردد. ترس از چیزی است که هنوز به وقوع نپیوسته است، ولی ذهنمان را به خود مشغول ساخته است و از طرف دیگر ما حاصل عدم اطمینان به قدرت جسمی و روحی خویش، بی ایمانی و تخیلات منفی می باشد.

مهمترین تأثیری که ترس و اضطراب بر روی دانش آموزان در جلسه ی امتحان دارد، تأثیر منفی آن بر روی حافظه است یعنی ترس و اضطراب بیش از حد، از کارایی حافظه می کاهد و مانع یادآوری سریع اطلاعات می شود.
کلید رسیدن به نتیجه ی مطلوب و دلخواه، آن است که امور را طوری به تصویر درآوریم که روحیه ی ما را تقویت سازد و به ما شهامت برداشتن قدم هایی را بدهد که سرانجام ما را به نتیجه برساند. خواستن، توانستن است و جوینده، یابنده. آنچه که آدمی را به تحریک، جنب و جوش، پویایی و فعالیت، استقامت و پشتکار وامی دارد، خواستن است. اولین قدم برای ایجاد تغییر در زندگی و رسیدن به موفقیت دین است که می بینیم واقعاً چه می خواهیم، در نتیجه هدفی در نظر داریم و به سوی آن حرکت می کنیم. هرچه خواسته ی خود را مشخص تر کنیم، هدف در نظرمان روشن تر می شود و نیروی بیشتری در خود احساس می کنیم و در نتیجه می توانیم زودتر به هدف دلخواه خود برسیم.

اهمیت و ضرورت نماز و دعا:

انسان موجود پیچیده ای است. بی جهت نیست که پروردگار متعال در عظمت و تعالی آفرینش انسان فرمود: تبارک... احسن الخالقین. روی این اصل همانطور که انسان پیچیده و ظریف است، تربیت او نیز نیازی بسیار پیچیده و دقیق است. در دنیای غرب بر اساس عالی ترین و دقیق ترین برنامه هایی که توسط دانشمندان تربیتی و روان شناسی و جامعه شناسی تنظیم و تدوین یافته است، افراد، انسانی را رشد و پرورش می دهند. ولی بزرگترین ضرر و زیان این گونه سازندگی ها این است که در مکاتب غربی، امور معنوی و الهی نادیده گرفته شده است و تمامی برنامه ها بر محور یک فرد مادی دور می زند؛ در حالی که ارزش والای انسان در ژرفای جان و روح انسان قرار دارد و استكمال انسان و وصول به مقام قرب الهی جز با استخراج ذخایر معنوی انسان، امکان پذیر نیست. در غرب، رشد فکری و جسمی مطرح است؛ درحالیکه در شرق باور مذهبی و ایمان نیز مورد توجه است. به اعتقاد ما تربیت واقعی و همه جانبه ی انسان وقتی حاصل می گردد که مطابق دستورهای قرآنی در سازندگی انسان رفتار شود. با توجه به دستورهای قرآنی می توان عالی ترین برنامه ها را درباره ی انسان ها اجرا کرد. بدیهی است هدف از آفرینش انسان، وصول به مقام خلیفة اللہی بوده است و راه رسیدن به قله ی انسانیت در خلال آیات قرآنی بیان شده است. در قرآن،

پروردگار متعال رسول خدا را الگو قرار داد و به همه ی مسلمانان تاکید شده است که همانند رسول خدا باشید. «لقد کان لکم فی رسول... اسوة حسنة» یعنی الگو و مدل شما باید پیامبر اسلام باشد.

می بینیم که اهداف تربیتی اسلام چقدر وسیع و گسترده و بی نهایت است. با توجه به این مقدمه درمی یابیم که آشنایی با اهداف تربیتی اسلام در تربیت دینی و اخلاقی نوجوان باید ملحوظ باشد. چه بدون در نظر گرفتن دستورهای قرآنی، هرگز نمی توان انسان را تربیت کرد. در موضوع اخلاق و دین، اعتقاد داریم همه ی کودکان با فطرت خداداد خود از روحيات پاک و پاکیزه برخوردارند. با درستی و راستی و صداقت و ایثار و فداکاری آشنا هستند و در بعد مذهب و دین نیز از همان ابتدا حس مذهبی در آنان وجود دارد. منتهی همه ی اینها به صورت قوه هستند و رسالت اساسی و مهم پدران و مادران

ها را به فعلیت در آورند.

اگر مذهب واقعاً چیزی است که در زندگی عملی ما مورد نیاز است، باید جوابگوی آن یک چیز عملی باشد وگرنه چیزهای نظری و تئوری نمی تواند جواب یک مذهب عملی باشد. آن عمل و کوشش که مذهب انجام می دهد، عبارت است از دعا و نماز.

نیاز به نیایش، علاوه بر تقرب به ذات پروردگار که بر اثر نیایش بدست می آید، همواره سیل بنیان کن غم ها و مصیبتها، هستی او و دیگران را تهدید می کند و این نیایش است که انسان را امیدوار کرده و قدرت ایستادگی و مقاومت در برابر حوادث را به او می بخشد. نیایش سبب می شود که انسان نیایشگر خود را نیازمند پروردگار ببیند، و در برابر او خضوع کند و از مرکب غرور فرود آید. قرآن بر دعا و نیایش دستور داده و از بندگان می خواهد تا از این برکت عظیم منشاء رسیدن به تمامی فیوضات الهی و خیر دنیا و آخرت است، غفلت نکنند.

در تعلیمات و درس های آموزنده ی اهل بیت (ع) آمده است که انسان نباید در هیچ حال از دعا مأیوس شود و لطف خدای تعالی نسبت به بندگان چنان است که اگر دعای او را در دنیا مستجاب نفرماید، آن را به صورت اندوخته ای در قیامت در آورده و در آن روز به صورت پاداش بزرگی به حساب او درمی آورد.

خداوند می فرماید: «مرا بخوانید تا شما را اجابت کنم و آنان که از دعا و عبادت سرکشی کنند با ذلت و خواری داخل جهنم شوند.»

از "امیرالمومنین (ع)" روایت شده است که «محبوبترین عملها در پیشگاه خدای بزرگ در روی زمین دعا است.»

در قرآن بیش از نود بار با واژه های گوناگون از نماز سخن به میان آمده است و این همه تکرار و سفارش قرآن بیانگر این است که خداوند به نماز، ارزش خاصی داده و نماز در جایگاه رفیع و بلندی در پیشگاه خدا قرار دارد. نماز یک نیاز حقیقی و ضروری انسان است که به میزان ضرورتی که برای فرد در اجتماع دارد، دارای فایده ها و آثار نیکوی فردی و جمعی است و به همان نسبت که وجود آن منشاء برکات و خیرات است، فقدان آن زیانبار است. نماز حقیقی موجب نجات کلی و همه جانبه است و انسان را از آفت ها،

نماز قدیمی ترین نیایش به خداست و مظهر و نتیجه ی خداپرستی و گرایش به حق می باشد. نماز رابطه ی قلبی و عملی با خداست. نماز یک برنامه ی موثر ویژه ای برای تربیت و پاک ساختن درون و روح است. نماز موجب قوت و نیرومندی در برابر حوادث شده و در انسان نیروی مقاومت می سازد. دعاها و نیایش های پی در پی، تپش قلب و تنفس شخص را آرامش می بخشد؛ چون دعا ویژگی فطری انسان است، و شعور هرکس به آن مسلم است. پیشرفت علم و صنعت، بشر را از آن بی نیاز ساخته و بلکه دعا یک امر لازم و ضروری زندگی شناخته شده و در اجتماعات به اصطلاح پیشرفته، توجه به مظاهر دعا رو به افزایش است.

خلاصه نتایج تحقیقات دیگران:

در زمان رژیم ستم شاهی پهلوی به مذهب و دین هیچ توجهی نمی شد به همین علت به تحقیقات و پژوهش هایی که در مورد دین و مذهب و اعتقادات دینی صورت می گرفت، اهمیت داده نمی شد. بدین جهت نیز تحقیق قابل بحثی در مورد نماز و دعا در دوره ستم شاهی وجود ندارد و از آنجا که انقلاب اسلامی یک انقلاب نوظهور می باشد، هنوز

تعدادی از آنها اشاره می شود.

۱. تحقیقی: (اقبالی، حسین، نقش والدین در گرایش فرزندان به اقامه ی نماز، پایان نامه دوره ی کارشناسی، گرمسار، سال تحصیلی ۷۳-۷۲) به راهنمایی دکتر علی اصغر احمدی انجام شده است که در این تحقیق جامعه ی آماری دانش آموزان پسر مقطع

متوسطه در سطح شهرستان گرمسار بوده است که نمونه ی آماری آن ۵۰ نفر از دانش آموزان علاقمند به نماز و ۵۰ نفر از دانش آموزانی که تمایل به خواندن نماز نداشته اند بوده است. روش تحقیق پروژه فوق مقایسه علی است و برای مقایسه و تحلیل داده ها از روش آماری آزمون "جی دو" (G^2) و روش درصدی استفاده شده است. نتیجه ی تحقیق این بوده است که مقید بودن پدران و تأثیر آنها در گرایش فرزندان به اقامه ی نماز در سطح ۱٪ (۹۹٪ اطمینان) معنی دار می باشد، درحالیکه مقید بودن مادران به اقامه ی نماز، تأثیر آن در گرایش پسران به نماز در سطح ۵٪ (۹۵٪ اطمینان) معنی دار می باشد.

۲. بر اساس یک تحقیق از (معاونت پرورشی آموزش و پرورش استان گیلان در سال تحصیلی ۱۳۷۳ مقطع راهنمایی و متوسطه استان گیلان با عنوان نگرش دانش آموزان مقاطع یاد شده با اقامه ی نماز جماعت در مدارس که روی نمونه ی آماری ۶۰۰۰ نفری دانش آموزان استان گیلان انجام گرفت، قریب ۸۰٪ از دانش آموزان اذعان داشته اند که تمایل دارند در مدرسه نماز بخوانند و ۹۰٪ آنها اظهار داشته اند که از شرکت در نماز جماعت مدرسه راضی هستند که نشان دهنده ی نگرش مثبت دانش آموزان به نماز جماعت می باشد. همچنین در این تحقیق نتیجه گیری شده است که حضور مربیان پرورشی، مدیران و معاونین و دبیران به ترتیب بیشترین تأثیر را در جذب و تشویق دانش آموزان به نماز جماعت دارد. در رابطه با آموزش احکام

اولیه و مقدمات نماز ۵۶٪ از دانش آموزان احکام مربوط به نماز را می دانند و حدود ۴۲٪ آنان نیز عنوان نموده اند که فقط تا حدودی با احکام نماز آشنا هستند و تنها ۱۲/۵٪ اظهار نموده اند که با احکام نماز مربوط به نماز جماعت هیچ گونه آشنایی ندارند. همچنین از تحقیق به عمل آمده نتیجه گیری شده است که امکانات

آموزان به نماز جماعت موثر می باشد.

۳. پژوهش اقامه ی نماز در مدارس از دیدگاه دانش آموزان استان سمنان، (اداره ی کل آموزش و پرورش استان سمنان، شهریور ۷۲)

بر اساس نتایج بدست آمده از این تحقیق تشویق دانش آموزان احترام به شخصیت آنها تاکید مربیان و معلمان و مدیران بر اقامه ی نماز جماعت و شرکت فعال آنان به برگزاری نماز جماعت به طور مستمر و جدی استفاده از روحانی که بین دو اقامه ی نماز ظهر و عصر به آموزش و مسائل اعتقادی و سیاسی بپردازد. استفاده از اردوهای زیارتی و تفریحی احترام به شخصیت دانش آموزان احترام نمودن از اجبار

و اکراه دانش آموزان جهت اقامه ی نماز و... که در ایجاد نگرش مثبت دانش آموزان به اقامه ی نماز جماعت بیشترین تاثیر را داشته اند.

از زندگی تجلی می کند. نوجوان در تلاش برای تأمین هویت خویش است و می خواهد ایدئولوژی قابل قبولی که رهگشا برای مشکلاتش باشد، بیابد که این به نوبه ی خود زمینه ی مناسبی را برای مواجهه با امور مربوط به خدا و تکلیف فراهم نموده و سببی است که نوجوان بسوی عبادت و نماز و دعا روی می آورد.

بدون شک همه نوجوانان بالفطره استعداد پذیرش و انجام تکالیف مذهبی را دارند عامل مذهب در جهت تامین نیازها فطری انسان، کاملترین پاسخ و عالی ترین نیاز به انسان را بوسیله ی اقامه ی نماز و انجام دعا همراه با حضور قلب معرفی می کند.

بهره گیری از پژوهش :

در دنیای امروز، مذهب اصیل ترین وسیله برای رشد و مطمئن ترین راه برای رسیدن به کمال مطلوب است. " ویلیام جیمز " می نویسد: « مذهب، عبارت است از رابطه یا معامله ی روح مضطرب در کمال شعور و اراده، با قدرتی که احساس می کند به آن بستگی دارد و سرنوشتش به دست اوست. این ارتباط با خدا فقط از راه دعا و نماز به درگاه وی انجام می گیرد. بررسی نماز از دیدگاه روان شناسی تربیتی و اقدام در جهت آموزش فلسفه ی نماز با استفاده از شیوه های اصلی تعلیم و تربیت یکی از مباحث مهم حوزه ی علوم تربیتی است که امروزه مورد توجه خاص صاحب نظران این علم قرار گرفته است و دعا که از فطرت انسان و ژرفای ذات او برمی خیزد. فطرت انسان در حالت اضطرار و درماندگی به وجود یکتایی که ملکوت هر چیز و هر کس بدست اوست، پناه می برد؛ او را صدا می زند؛ از اومی خواهد و از هر کس غیر از او قطع نظر می کند.

در بستر زمان جویباری صدای زندگانی، گاهی یأس و ناامیدی و اندوه های ما به آخرین درجه ی شدت خود می رسند یا پس از لحظات معدودی به امید و شادی شگفت انگیز مبدل می گردد؛ یا در طوفان سهمناک آن همه یأس و اندوه جانکاه بارقه خیره کننده ای از گوشه ی مبهم روح سر می کشد، می درخشد، سراسر وجود ما را پر از فروغ می سازد و همیشه در گوش دل ما می گوید:

« هان مشو نومید چون واقف نیی از سر غیب

باشد اندر پرده، بازی های پنهان غم مخور»

محدودیت های تحقیق :

می دانیم که در هر تحقیق موانع و مشکلات و محدودیت هایی وجود دارد که باید پیش بینی شود. بعضی از این مشکلات قابل رفع بوده و محقق تلاش می کند آن را برطرف نماید. ولی بعضی از آن ها نیز از عهده ی محقق خارج است و بعضی از مشکلات هم وجود دارند که در این مورد تا آنجا که لطمه ای به نتایج تحقیق نزنند می توان از آن ها صرف نظر نمود.

محدودیت انسانی در کلیه ی پژوهش هایی که انسان موضوع آن است، این محدودیت مطرح می شود و ناشی از عواملی مثل پیچیدگی رفتار، بیماری های جسمی و روانی، دخالت عوامل ذهنی، تجربیات تلخ گذشته و یا مقاومت که عوامل فوق ناشی از تفاوت های فردی فراگیران می باشد و به طور غیر عمدی صورت می گیرد و لذا محدودیت هایی که در این پژوهش بروز می کند عبارتند از:

۱. فقدان تحقیقات کامل و کافی در مورد تحقیق فوق.
۲. این تحقیق تنها شامل باورهای مذهبی (نماز، ادعیه) بر پیشرفت تحصیلی می باشد.

روش انجام تحقیق :

استفاده می شود.^۱

این تحقیق از نوع روش توصیفی، توزیع فراوانی، فراوانی نسبی، تراکمی، شاخصهای پراکندگی، شاخص های مرکزی، رسم نمودار ستونی و از ضریب همبستگی و آزمون χ^2 یا مجذور خی استفاده شده است.

جامعه آماری :

جامعه ی آماری در این تحقیق عبارتند از کلیه ی دانش آموزان دختر در مقطع راهنمایی تحصیلی ناحیه ی دومشهد که در سال تحصیلی ۸۹-۸۸ مشغول به تحصیلند.

نمونه ی مطالعه :

بر اساس نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شده . یعنی ابتدا به ۵ مدرسه به صورت رندوم به عنوان خوشه انتخاب شده و از هر مدرسه ۲۰ نفر که در مجموع ۱۰۰ نفر می باشد.

گروه های گردآوری داده ها :

برای گردآوری داده ها پرسشنامه ای شامل ۱۷ سوال ۵ گزینه ای توسط پژوهشگران تهیه شده در مقیاس لیکرت نمره گذاری می شود و پس از اینکه سئوالات پرسشنامه با راهنمایی استاد راهنما تکمیل و بازسازی شد. بین دانش آموزان نمونه ی آماری توزیع گردیده و بدین ترتیب بر اساس پاسخ دانش آموزان به این پرسشنامه ها داده های آماری لازم جمع آوری می شود .

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

❧ مقدمه :

آنچه در يك تحقيق اهميت خود را بيشتراز ديگر ارکان آن نمايان مي سازد چگونگي عمليات تحقيق و به نمايش در آوردن يافته هاي آن مي باشد. به طوري که خواننده بتواند بدون مطالعه محتوای مطلب و تنها با مراجعه به جداول و نمودارها، تصوير کلي و روشني از تحقيق را در ذهن خود منعکس مي نمايد و اين امر ميسر نمي شود مگر با استفاده ي درست و به جا از روشي که محقق براي خود برگزيده است.

❧ بررسی فرضیه ها

www.kandoo.cn.com

دانش آموزان از طریق پرسشنامه ی پنج گزینه ای (خیلی زیاد، زیاد، متوسط، کم، خیلی کم) جمع آوری و نتایج حاصل از پیشرفت تحصیلی آنان بر اساس معدل ترم اول که از طریق دفاتر امتحانات استخراج گردیده به طور کامل آورده است. روش آماری خاصی که برای تجزیه و تحلیل یافته های این تحقیق مورد استفاده قرار گرفته است از روش توصیفی آماری و ضریب همبستگی و آزمون χ^2 یا مجذور

روش توصیفی

از توزیع فراوانی و فراوانی نسبی و فراوانی تراکمی و شاخص های مرکزی میانگین حسابی، میانه، نما یا مد) و شاخص های پراکندگی (واریانس، انحراف معیار) و رسم نمودار ستونی برای هر فرضیه که شامل چند سؤال می باشد استفاده شده است.

ضریب همبستگی :

عبارت است از اندازه ی قدرت ارتباط بین دو متغیر. این شاخص نشان می دهد که تغییر های بوجود آمده تا چه میزان با هم ارتباط دارند. هرچه بین تغییرات در متغیرها هماهنگی بیشتر باشد ارتباط و همچنین ضریب همبستگی بین آنها بیشتر خواهد شد.

سئوالات و جداول فراوانی و درصد

۱- انجام نماز به موقع به چه میزان به قدرت تفکر شما کمک می کند؟

جدول ۴-۱

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	۱	-	۸	۲۴	۶۷	فراوانی
%۱۰۰	%۱	-	%۸	%۲۴	%۶۷	درصد
%۱ کم			%۹۹ به بالا			

۲- نماز چقدر در یادگیری شما موثر است؟

جدول ۴-۲

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰ نفر	-	۱	۱۴	۴۵	۴۱	فراوانی
%۱۰۰	-	%۱	%۱۳	%۴۵	%۴۱	درصد
%۱			%۹۹ به بالا			

۳- به چه اندازه نماز باعث رهایی شما از ناامیدی و شکست در تحصیل شده است؟

جدول ۴-۳

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	۸	۳	۱۴	۲۸	۴۷	فراوانی
%۱۰۰	%۸	%۳	%۱۴	%۲۸	%۴۷	درصد
%۱۱			%۸۹ به بالا			

۴- انجام وضو و نماز قبل از برگزاری امتحان چقدر باعث آرامش شما می شود؟

جدول ۴-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	۲	۲	۱۶	۳۰	۵۰	فراوانی
%۱۰۰	%۲	%۲	%۱۶	%۳۰	%۵۰	درصد
%۴			%۹۶ به بالا			

۵- شرکت در مراسم دعا به چه میزان بر پیشرفت تحصیلی شما تأثیر می گذارد؟

جدول ۴-۵

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	۱	۶	۲۴	۳۸	۳۱	فراوانی
%۱۰۰	%۱	%۶	%۲۴	%۳۸	%۳۱	درصد
%۷			%۹۳ به بالا			

۶- هنگامی که با مشکلات تحصیلی روبرو می شوید چقدر دست به دعا بر می دارید؟

جدول ۴-۶

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	-	۱	۱۳	۳۳	۵۳	فراوانی
%۱۰۰	-	%۱	%۱۳	%۳۳	%۵۳	درصد
%۱			%۹۹ به بالا			

جدول ۷-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	-	۲	۱۳	۲۵	۶۰	فراوانی
%۱۰۰	-	%۲	%۱۳	%۲۵	%۶۰	درصد
%۲			%۹۸ به بالا			

۸- تأثیر دعا در آرامش روان و روحیه ی شما در مواقع مطالعه چقدر است؟

جدول ۸-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	-	۵	۱۸	۴۷	۳۰	فراوانی
%۱۰۰	-	%۵	%۱۸	%۴۷	%۳۰	درصد
%۵			%۹۵ به بالا			

۹- دعا و ذکر خداوند در هنگام امتحانات به چه میزان در کم شدن اضطراب شما کمک می کند؟

جدول ۹-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	۳	۲	۲۲	۲۸	۴۵	فراوانی
%۱۰۰	%۳	%۲	%۲۲	%۲۸	%۴۵	درصد
%۵			%۹۵ به بالا			

جدول ۱۰-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	-	۱	۶	۲۴	۶۹	فراوانی
%۱۰۰	-	%۱	%۶	%۲۴	%۶۹	درصد
%۱			%۹۹ به بالا			

۱۱- نماز خواندن به چه میزان شما را از مفاسد فردی (دروغ گفتن، تقلب، ...) باز می دارد؟

جدول ۱۱-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	-	-	۱۲	۴۶	۴۲	فراوانی
%۱۰۰	-	-	%۱۲	%۴۶	%۴۲	درصد
-			%۱۰۰ به بالا			

۱۲- شرکت در مراسم دعا چقدر شما را از مفاسد اجتماعی (دیدن فیلم های نامناسب، بدحجابی، ...) باز می دارد؟

جدول ۱۲-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	۲	۴	۱۳	۳۵	۴۶	فراوانی
%۱۰۰	%۲	%۴	%۱۳	%۳۵	%۴۶	درصد
%۶			%۹۴ به بالا			

www.kandoo.cn.com

جدول ۱۳-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	-	۴	۲۱	۴۶	۲۹	فراوانی
%۱۰۰	-	%۴	%۲۱	%۴۶	%۲۹	درصد
%۴			%۹۶ به بالا			

۱۴- به چه میزان در هنگام اقامه ی نماز و دعا به معبود خود توجه دارید؟

جدول ۱۴-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	-	۳	۱۸	۴۷	۵۲	فراوانی
%۱۰۰	-	%۳	%۱۸	%۴۷	%۵۲	درصد
%۳			%۹۷ به بالا			

۱۵- با اتکاء به دعا چقدر احساس با ارزش بودن می کنید؟

جدول ۱۵-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	-	۹	۱۸	۳۷	۳۶	فراوانی
%۱۰۰	-	%۹	%۱۸	%۳۷	%۳۶	درصد
%۹			%۹۱ به بالا			

۱۶- چقدر در مراسم مذهبی شرکت دارید؟

www.kandoo.cn.com

جدول ۱۶-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	۲	۱۴	۴۱	۳۰	۱۳	فراوانی
%۱۰۰	%۲	%۱۴	%۴۱	%۳۰	%۱۳	درصد
%۱۶			%۸۴ به بالا			

۱۷- اوقات فراغت خود را چقدر با نیایش و دعا سپری می کنید؟

جدول ۱۷-۴

جمع	خیلی کم	کم	متوسط	زیاد	خیلی زیاد	
۱۰۰	۱	۸	۴۱	۳۳	۱۷	فراوانی
%۱۰۰	%۱	%۸	%۴۱	%۳۳	%۱۷	درصد
%۹			%۹۱ به بالا			

۶ میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به سوالات فرضیه ۱

جدول ۱۸-۴

X_i	F_x	F_i	cf	$F_x \cdot X_i$	$F_x \cdot X_i^2$
ارزش طبقات	فراوانی	فراوانی نسبی	فراوانی تراکمی		
خیلی زیاد (۵)	۵۱	%۵۱	۱۰۰	۲۵۵	۱۲۷۵
زیاد (۴)	۳۲	%۳۲	۴۹	۱۲۸	۵۱۲

کم (۲)	۱	۱%	۴	۲	۴
خيلي کم (۱)	۳	۳%	۲	۳	۳
جمع = ۱۵	۱۰۰	۱۰۰%		$\sum Fx \cdot Xi$	$\sum Fx \cdot Xi^2$

$$\bar{X} = \frac{\sum FiXi}{N} = \frac{427}{100} = 4/27 \text{ میانگین}$$

$$C = \frac{15}{5} = 3 \quad \text{میانگین طبقات}$$

$$M_s = 5 \quad \text{میانۀ دار} = \frac{100}{2} = 50 \quad M_s = 5 \quad \text{میانۀ}$$

$$\sigma^2 = \frac{\sum Fixi^2}{N} - (\bar{x})^2 \Rightarrow \sigma^2 = \frac{19/11}{100} \cdot (4/27)^2 = 19/11 \times 18/2329 = 0/88$$

واریانس

$$\delta = \sqrt{0/88} \Rightarrow \delta = 0/93 \quad \text{انحراف معیار}$$

میانگین و واریانس و انحراف معیار مربوط به معدل های فرضیه ۱:

جدول ۱۹-۴

Xi	Fx	Fi	\bar{X}	fc	$Fx \cdot \bar{X}$	$Fx \cdot \bar{X}^2$
ارزش طبقات	فراوانی	فراوانی نسبی	عدد میانی	فراوانی تراکمی		
۱۸-۲۰	۴۵	۴۵%	۱۹	۱۰۰	۸۵۵	۱۶۲۴۵
۱۶-۱۸	۲۷	۲۷%	۱۷	۵۵	۴۵۹	۱۲۳۹۳

۱۲-۱۴	۱۰	%۱۰	۱۳	۱۲	۱۳۰	۱۳۰۰
۱۰-۱۲	۲	%۲	۱۱	۲	۲۲	۴۴
جمع	۱۰۰				$\sum Fx \cdot \bar{X}$	$\sum Fx \cdot \bar{X}^2$

$$\bar{X} = \frac{1706}{100} = 17/06 \quad \text{میانگین}$$

$$M_x = L \left(\frac{N}{2} - \right) \cdot i \quad \text{نما} \quad M_x = 16 \times \frac{100}{27} \times 28 \times 2 = 160 \times \frac{24}{27}$$

$$M_x = 17/62 \quad \text{میانه}$$

$$M_x = L \frac{Fi - (fi - 1)}{2fi - (fi + 1) + (FI - 1)} \times C = 18 + \frac{45 - 27}{2 \times 45 - 27} \times 3$$

$$M_x = 18 + \frac{36}{63} = 18/57 \quad \text{نما}$$

$$\sigma^2 = \frac{29580}{100} = (17/06)^2 = 2/756 \quad \text{واریانس}$$

$$\sigma = \sqrt{4/756} = 1/180 \quad \text{انحراف معیار}$$

☞ میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به سئوالات فرضیه ۲ :

جدول ۴-۳۰

X_i	F_x	F_i	cf	$Fx \cdot Xi$	$Fx \cdot Xi^2$
ارزش طبقات	فراوانی	فراوانی نسبی	فراوانی تراکمی		
خیلی زیاد (۵)	۴۴	%۴۴	۱۰۰	۲۲۰	۱۱۰۰
زیاد (۴)	۳۴	%۳۴	۵۶	۱۳۶	۵۴۴

کم (۲)	۳	%۳	۴	۶	۱۲
خیلی کم (۱)	۱	%۱	۱	۱	۱
جمع = ۱۵	۱۰۰	%۱۰۰		$\sum Fx \cdot Xi$	$\sum Fx \cdot Xi^2$

$$\bar{X} = \frac{417}{100} = 4.17 \quad \text{میانگین} \quad M_x = 4 \quad \text{میانه}$$

$$C = \frac{15}{5} = 3 \quad M_x = 5 \quad \text{نما} \quad \frac{100}{2} = 50 \quad \text{ردیف میانه دار}$$

$$\sigma^2 = 18/19 - 17/39 = 0.8 \quad \text{واریانس}$$

$$\sigma = \sqrt{0.8} = 0.89 \quad \text{انحراف معیار}$$

میانگین و واریانس و انحراف معیار مربوط به معدل های فرضیه ۲:

جدول ۲۱-۴

X_i	F_x	F_i	\bar{X}	cf	$F_x \cdot \bar{X}$	$F_x \cdot \bar{X}^2$
ارزش طبقات	فراوانی	فراوانی نسبی	عدد میانی	فراوانی تراکمی		
۱۸-۲۰	۴۵	%۴۵	۱۹	۱۰۰	۸۵۵	۱۶۲۴۵
۱۶-۱۸	۲۴	%۲۴	۱۷	۵۵	۴۰۸	۶۹۳۶
۱۴-۱۶	۱۷	%۱۷	۱۵	۳۱	۲۵۵	۳۸۲۵

۱۰-۱۲	۶	%۶	۱۱	۶	۶۶	۷۲۶
جمع	۱۰۰	%۱۰۰			$\sum Fx \cdot \bar{X}$	$\sum Fx \cdot \bar{X}^2$

$$\bar{X} = \frac{1688}{100} = 16/88 \quad \text{میانگین}$$

$$M_x = L \left(\frac{N}{2} \right) \times i = 16 + \frac{100}{2} \times 31 \times 2 \times \frac{44}{24} \quad \text{نما}$$

$$M_x = 16 + \frac{38}{24} = 16 + 1/58 = 17/58 \quad \text{میانه}$$

$$M_2 = Li \frac{Fi - (fi - 1)}{2fi - (fi + 1) \times (fi - 1)} \times C = 18 + \frac{45 - 24}{2 \times 45 - 24} \times 2 =$$

$$18 + \frac{21}{66} \times 2 = 18 + 0/64 = 18/64 \quad \text{نما}$$

$$\sigma^2 = \frac{29111}{100} = (16/88)^2 = 6/21 \quad \text{واریانس}$$

$$\sigma = \sqrt{6/21} = 2/49 \quad \text{انحراف معیار}$$

☞ میانگین و انحراف معیار و واریانس مربوط به سئوالات فرضیه ۳:

جدول ۲۲-۴

X_i	F_x	F_i	cf	$Fx \cdot Xi$	$Fx \cdot Xi^2$
ارزش طبقات	فراوانی	فراوانی نسبی	فراوانی تراکمی		
خیلی زیاد (۵)	۳۸	%۳۸	۱۰۰	۱۹۰	۹۵۰
زیاد (۴)	۳۵	%۳۵	۶۲	۱۴۰	۵۶۰
متوسط (۳)	۲۱	%۲۱	۲۷	۶۳	۱۸۹

خیلی کم (۱)	۱	۱%	۱	۱	۱
جمع = ۱۵	۱۰۰	۱۰۰%		$\sum Fx \cdot Xi$	$\sum Fx \cdot Xi^2$

$$\bar{X} = \frac{404}{100} = 4/04 \quad \text{میانگین} \quad M_x = 4 \quad \text{میانه}$$

$$C = \frac{15}{5} = 3 \quad M_x = 4 \quad \text{میانه} \quad \text{ردیف میانه دار} = \frac{100}{2} = 50$$

$$M_x = 5 \quad \text{نما (بیشترین فراوانی)}$$

$$\sigma^2 = \frac{\sum fixi^2}{x} (\bar{X}) \Rightarrow \sigma^2 = \frac{1720}{100} = (4/04)^2$$

$$\sigma^2 = 17/2 - 16/32 = 0/88 \quad \text{واریانس}$$

$$\sigma = \sqrt{0/88} = 0/94 \quad \text{انحراف معیار}$$

🔗 میانگین و واریانس و انحراف معیار مربوط به معدل های فرضیه ۳:

جدول ۲۳-۴

X_i	F_x	F_i	\bar{X}	cf	$Fx \cdot \bar{X}$	$Fx \cdot \bar{X}^2$
ارزش طبقات	فراوانی	فراوانی نسبی	عدد میانی	فراوانی تراکمی		
۱۸-۲۰	۴۶	۴۶%	۱۹	۱۰۰	۸۷۴	۱۶۶۰۶
۱۶-۱۸	۲۴	۲۴%	۱۷	۵۴	۴۰۸	۶۹۳۶
۱۴-۱۶	۱۸	۱۸%	۱۵	۳۰	۲۷۰	۴۰۵۰

۱۰-۱۲	۵	%۵	۱۱	۵	۵۵	۶۰۵
جمع	۱۰۰	%۱۰۰			$\sum Fx \cdot \bar{X}$	$\sum Fx \cdot \bar{X}^2$

$$\bar{X} = \frac{1698}{100} = 16/98 \quad \text{میانگین}$$

$$M_x = L \left(\frac{N}{2} \right) \times i = 16 + \frac{100}{2} \cdot 30 \times 2 \quad \text{نما}$$

$$M_x = 16 + \frac{24}{24} = 16 + 1/67 = 17/67 \quad \text{میانه}$$

$$M_2 = Li \frac{Fi - (fi + 1)}{2fi - (fi + 1) + (fi - 1)} \times c$$

$$M_2 = 18 + \frac{46 - 24}{2 \times 46 - 24} = 18 + \frac{22}{66} \times 2 = 18 + 0/65 = 18/65 \quad \text{نما}$$

$$\sigma^2 = \frac{29380}{100} = (16/98)^2 = 293/8 - 288/32 = 5/48 \quad \text{واریانس}$$

$$\sigma = \sqrt{5/48} = 2/34 \quad \text{انحراف معیار}$$

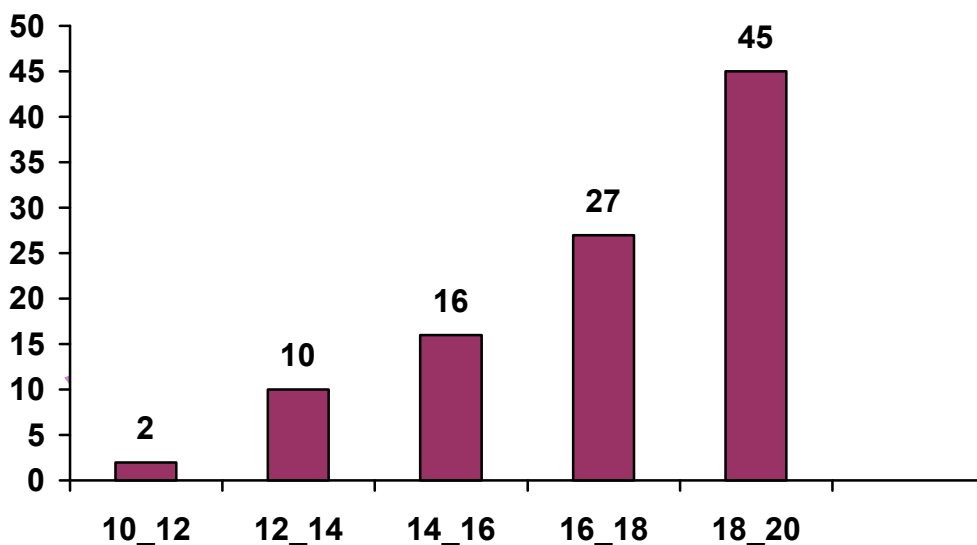
نمودار ۱-۴ / فراوانی سوالات فرضیه ۱

www.kandooon.com

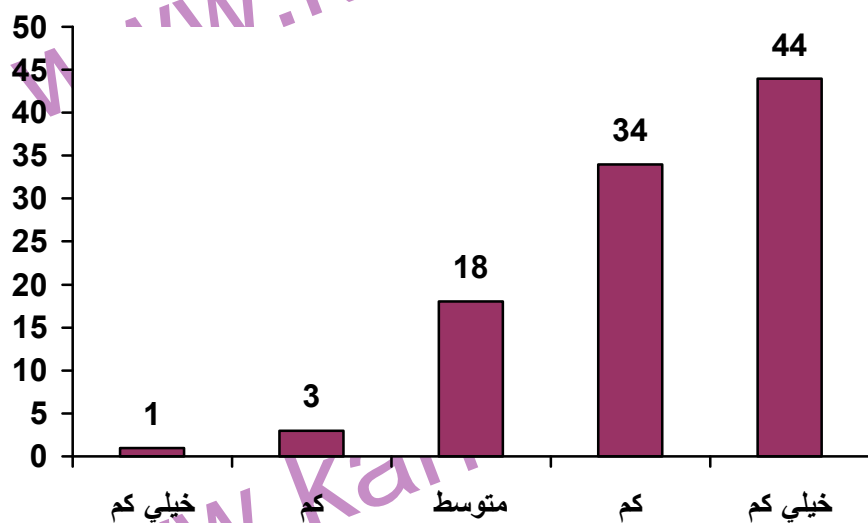
www.kandooon.com



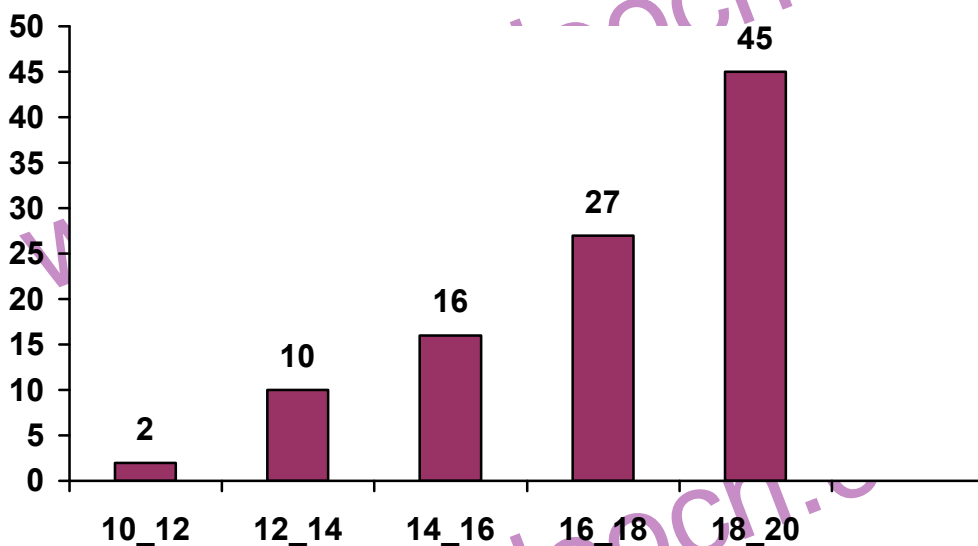
نمودار ۲-۴ / فراوانی معدل های فرضیه ۱



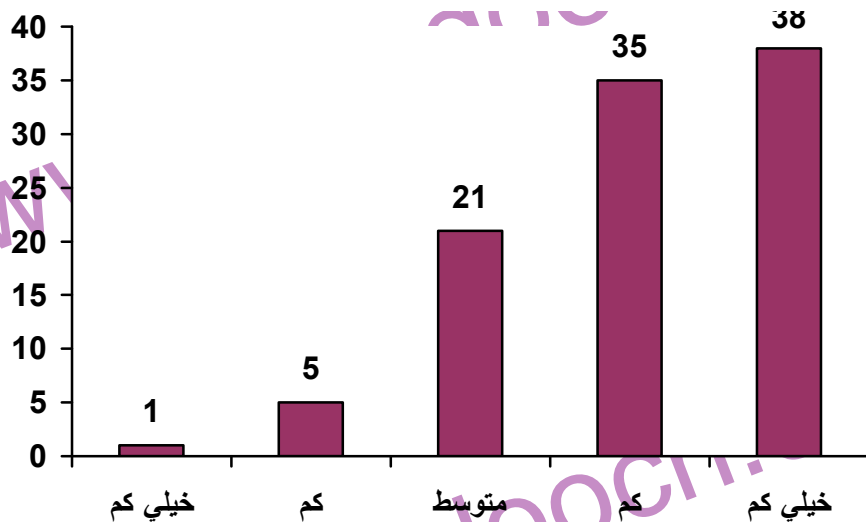
نمودار ۳-۴ / فراوانی سوالات فرضیه ۲



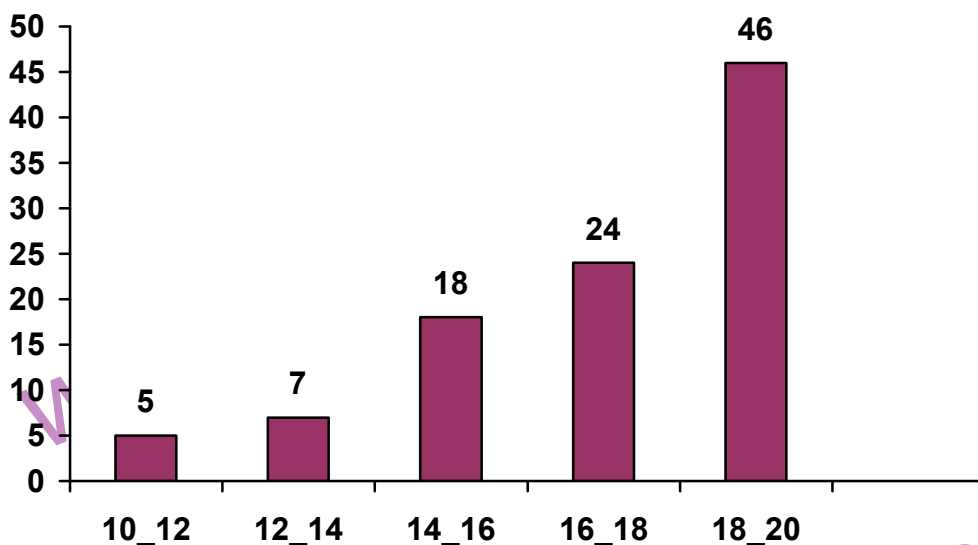
نمودار ۴-۲ / فراوانی معدل‌های فرضیه ۲



نمودار ۴-۳ / فراوانی سوالات فرضیه ۳



نمودار ۶-۴ / فراوانی معدل های فرضیه ۳



بررسی فرضیه ها:

تجزیه و تحلیل فرضیه ها:

فرضیه ی اول :

تأثیر نماز بر پیشرفت تحصیلی: از ضریب همبستگی استفاده می شود و برای اینکه ارزش متغیر x و متغیر y با همدیگر همخوانی داشته باشند به ارزش طبقاتی خیلی زیاد، ۱۹؛ زیاد، ۱۷؛ متوسط، ۱۵؛ و کم، ۱۳؛ و خیلی کم ، ۱۱؛ داده شده است.

فرضیه ی دوم :

تأثیر دعا بر پیشرفت تحصیلی: که این فرضیه را هم از طریق ضریب همبستگی بررسی می کنیم؛ طبق موارد فوق.

فرضیه ی سوم :

تأثیر نماز و دعا بر بهبود رفتارهای اخلاقی و اجتماعی می باشد از مجذور خی یا خی دو x^2 استفاده می شود.

جدول ضریب همبستگی متغیر x و y فرضیه ی ۱

جدول ۲۴-۴

ارزش طبقات	F_x	FiX	F_x	X^2	F_y	Fcy	y	x	$\sum x^2 y$
۱۸-۲۰	۵۱	۹۶۹	۹/۶۹	۹۳/۹۰	۴۵	۸۵۵	۸/۵۵	۷۳/۱۰	۸۲/۸۵
۱۶-۱۸	۳۲	۵۴۴	۵/۴۴	۲۹/۵۹	۲۷	۲۵۹	۲/۵۹	۱۲/۰۷	۲۴/۶۹
۱۴-۱۶	۱۳	۱۹۵	۱/۹۵	۴/۸۰	۱۶	۲۴۰	۲/۴	۱/۷۶	۴/۲۸
۱۲-۱۴	۱	۱۳	۰/۱۳	۰/۱۶۹	۱۰	۱۲۰	۱/۲	۱/۶۹	۰/۱۶۹
۱۰-۱۲	۳	۲۴	۰/۵	۱/۸۹	۲	۲۲	۰/۲۲	۰/۴۸	۰/۷۴
جمع	۱۰	۱۷۴	/۵۴	/۴۴	۱۰۰	۱۷۰	/۹۶	/۴۷	/۷۴۲
	۰	۵	۱۷	۱۲۷		۶	۱۴	۱۰۱	۱۱۲

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

$$r = \frac{100 \times 112 / 742 - (17 / 54)(17 / 06)}{\sqrt{100 \times 127 / 42 - (17 / 56)^2 \times 100 \times 101 / 67 - (17 / 06)^2}}$$

$$r = \frac{11274 / 2 - 299 / 23}{\sqrt{12742m - 307 / 65 \times 10167 - 291 / 04}} = \frac{10974 / 97}{12434 / 35 \times 9875 / 96}$$

$$r = \frac{10974 / 97}{\sqrt{122801143 / 226}} = \frac{10974 / 97}{11081 / 57} = 0 / 99$$

همبستگی خیلی بالا

بررسی فرضیه ۱: ❁

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

ضریب همبستگی متغیر x و y ۹۹٪ بدست آمده است پس همبستگی بین متغیر y خیلی بالا است.

متغیر x باورهای مذهبی (نماز)

متغیر y پیشرفت تحصیلی (معدل)

پس نتیجه می گیریم با توجه به محاسبات فوق چون ضریب همبستگی متغیر x و y ۹۹٪ است بنابراین می توان نتیجه گرفت که نماز بر پیشرفت تحصیلی تأثیر دارد.

از نظر معنی دار بودن ضریب همبستگی چون ۹۵٪ بزرگتر از ضریب همبستگی در سطوح ۱۰٪، ۵٪، ۲٪، ۱٪ معنی دار می باشد. با درجه ی آزادی بیشتر (بیشتر از ۹۰)

بدین ترتیب می توان ادعا کرد با ۹۵ درصد اطمینان متغیر x و y با همدیگر همبستگی مستقیم و کامل دارند.

جدول ضریب همبستگی فرضیه ۲

جدول ۲۵-۴

ارزش طبقه	F_x	Fix	F_x	X^2	Fy	Fcy	y	x	$\sum x^2 y$
۱۸-۲۰	۲۶	۸۴۶	۸/۴۵	۲۹/۸۹	۴۵	۸۵۵	۸/۵۵	۷۲/۱۰	۷۱/۴۵
۱۶-۱۸	۳۲	۵۷۸	۵/۷۸	۲۳/۴۱	۲۲	۴۰۸	۴/۰۸	۱۶/۶۵	۴۲/۵۸
۱۴-۱۶	۱۸	۲۷۰	۲/۷۰	۷/۲۹	۱۷	۲۵۵	۲/۵۵	۶/۵۰	۶/۸۸
۱۲-۱۴	۳	۳۹	۳/۹	۱۵/۶۱	۸	۱۰۴	۱/۰۴	۰/۸۱۶	۰/۴۰۶
۱۰-۱۲	۱	۱۱	۱/۱	۰/۱۲۱	۶	۶۶	۶۶/۰	/۴۳۵۶	۰/۷۳
جمع	۱۰	۱۷۳	/۲۴	/۸۶	۱۰	۱۶۸	/۵۵	۹۷/۷۷	/۴۱۹
	۰	۴	۱۷	۱۹۸	۰	۸	۱۶		۱۰۲

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x \times \sum y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

ضریب همبستگی

$$r = \frac{100 \times 102 / 419 - (17 / 34)(16 / 88)}{\sqrt{100 \times 198 / 86 - (17 / 34)^2 \times 100 \times 97 / 77 - (16 / 88)^2}}$$

$$r = \frac{10241 / 9 - 292 / 70}{\sqrt{19886 - 300 / 67 \times 9777 - 284 / 93}} = \frac{9949 / 2}{\sqrt{18590523 / 223}}$$

$$= \frac{9949 / 2}{13634 / 71} = 0 / 73$$

همبستگی بالا

بررسی فرضیه ۲

با توجه به محاسبات فوق چون ضریب همبستگی متغیر x و y ۷۳٪ است و همبستگی بالا می باشد می توان نتیجه گرفت که دعا بر پیشرفت تحصیلی تأثیر دارد. از نظر معنی دار بودن ضریب همبستگی چون ۷۳٪ بزرگتر از ضریب همبستگی در سطوح ۱۰٪، ۵٪، ۲٪ و ۱٪ با درجه ی آزادی (بیشتر از ۹۰) معنی دار می باشد. بدین ترتیب می توان ادعا کرد ۹۵ درصد اطمینان بین متغیر x و y همبستگی مستقیم و کامل وجود دارد.

فرضیه ۲ با استفاده از فرمول خسی دو x^r

۱	۵	۲۱	۳۵	۳۸
---	---	----	----	----

$$\sum(X) = ap - 100 \times \frac{1}{5} = 20$$

فرآوانی مشاهده شده	فرآوانی مورد انتظار	O-E	O-E ^۲	$\frac{O-E^2}{E}$
۱	۲۰	-۱۹	۳۶۱	۱۸/۰۵
۵	۲۰	-۱۵	۲۲۵	۱۱/۲۵
۲۱	۲۰	۱	۱	۵/۰
۳۵	۲۰	۱۵	۲۲۵	۱۱/۲۵
۳۸	۲۰	۱۸	۳۲۴	۱۶/۲
۱۰۰	۱۰۰	۰	-	۵۶/۸

$d \cdot f = k - 1 = 5 - 1 = 4$ درجه آزادی

$X^2 = K - 1 = 5 - 1 = 4$ خی دوی مشاهده شده

$$X^2 = 56/8 \Rightarrow X = 9/49$$

$X - 2^2$ خطا $\%5 = 9/49$

بحرانی جدول $\%1 = 13/28$

کمبرسی فرضیه ۳:

با توجه به محاسبات فوق مجذور کا، خی دو محاسبه شده (۵۶/۸) چون بزرگتر از مجذور کا یا خی دو جدول با درجات آزادی ۴ - ۱ - ۵ و در سطح $\%5$ (۹/۴۹) می باشد.

تفاوت معنی داری وجود دارد و نماز و دعا بر بهبود رفتارهای اخلاقی و اجتماعی دانش آموزان در سطح ۵٪ با (۹۵٪ اطمینان) معنی دار می باشد.

نتایج:

بر اساس محاسبات درصد پاسخگویی به سئوالات در سطح خیلی بالا می باشد و میانگین حسابی فرضیه ها با توجه به میانگین ارزش طبقاتی در سطح بالاتری قرار دارد و انحراف معیار و واریانس بدست آمده تغییرات توزیع نمرات نسبت به میانگین پایین می باشد و همچنین محاسبات فرضیه ۱ بر اساس ضریب همبستگی متغیر x و y ۹۹٪ می باشد و از نظر معنی دار بودن با ۹۵٪ اطمینان می توانیم بگوییم که متغیر x و y با همدیگر همبستگی مستقیم و کامل دارند و همبستگی آنها خیلی بالاست. بنابراین نماز بر پیشرفت تحصیلی تأثیر دارد.

در فرضیه ۲ بر اساس ضریب همبستگی متغیر x و y ۷۲٪ می باشد و از نظر معنی دار بودن ۹۵ درصد اطمینان می توانیم بگوییم که متغیر x و y با همدیگر همبستگی مستقیم و کامل دارند و همبستگی بین آنها بالاست. بنابراین دعا بر پیشرفت تحصیلی تأثیر دارد.

در مورد فرضیه ۳ بر اساس محاسبات x^2 یا مجذور x (۵۶/۸) می باشد. چون x دوی مشاهده شده از x دوی جدول بزرگتر است در سطح ۵٪ (۹/۴۹) بنابراین نتیجه گرفته می شود که بین فراوانی های مورد انتظار تفاوت معنی داری وجود دارد. نماز و دعا بر بهبود رفتارهای اخلاقی و اجتماعی دانش آموزان در سطح ۵٪ با (۹۵٪ اطمینان) معنی دار می باشد.

دنیای امروز، مذهب اصیل ترین وسیله برای رشد بشر و مطمئن ترین راه برای رسیدن به کمال مطلوب است و باورهای مذهبی نشان دهنده ی راه زندگی است. و عامل اعتماد و ایمان و گام برداری ها به سوی سعادت است و نقش مدرسه در پرورش باورهای دینی دانش آموزان همزمان با تحصیلاتشان ایجاب می کند نسبت به آموزش نماز و دعا ی نوجوانان توجه خاص صورت پذیرد.

بهره گیری از پژوهش :

در دنیای امروز، مذهب اصیل ترین وسیله برای رشد و مطمئن ترین راه برای رسیدن به کمال مطلوب است. " ویلیام جیمز " می نویسد: « مذهب ، عبارت است از رابطه یا معامله ی روح مضطرب در کمال شعور و اراده، با قدرتی که احساس می کند به آن بستگی دارد و سرنوشتش به دست اوست. این ارتباط با خدا فقط از راه دعا و نماز به درگاه وی انجام می گیرد. بررسی نماز از دیدگاه روان شناسی تربیتی و اقدام در جهت آموزش فلسفه ی نماز با استفاده از شیوه های اصلی تعلیم و تربیت یکی از مباحث مهم حوزه ی علوم تربیتی است که امروزه مورد توجه خاص صاحب نظران این علم قرار گرفته است و دعا که از فطرت انسان و ژرفای ذات او برمی خیزد. فطرت انسان در حالت اضطرار و درماندگی به وجود یکتایی که ملکوت هر چیز و هر کس بدست اوست، پناه می برد؛ او را صدا می زند؛ از او می خواهد و از هر کس غیر از او قطع نظر می کند.

در بستر زمان جویباری صدای زندگانی، گاهی یأس و ناامیدی و اندوه های ما به آخرین درجه ی شدت خود می رسند یا پس از لحظات معدودی به امید و شادی شگفت انگیز مبدل می گردد؛ یا در طوفان سهمناک آن همه یأس و اندوه جانکاه بارقه خیره کننده ای از گوشه ی مبهم روح سر می کشد، می درخشد، سراسر وجود ما را پر از فروغ می سازد و همیشه در گوش دل ما می گوید:

باشد اندر پرده، بازی های پنهان غم مخور»

محدودیت های تحقیق :

می دانیم که در هر تحقیق موانع و مشکلات و محدودیت هایی وجود دارد که باید پیش بینی شود. بعضی از این مشکلات قابل رفع بوده و محقق تلاش می کند آن را بر طرف نماید. ولی بعضی از آن ها نیز از عهده ی محقق خارج است و بعضی از مشکلات هم وجود دارند که در این مورد تا آنجا که لطمه ای به نتایج تحقیق نزنند می توان از آن ها صرف نظر نمود.

محدودیت انسانی در کلیه ی پژوهش هایی که انسان موضوع آن است، این محدودیت مطرح می شود و ناشی از عواملی مثل پیچیدگی رفتار، بیماری های جسمی و روانی، دخالت عوامل ذهنی، تجربیات تلخ گذشته و یا مقاومت که عوامل فوق ناشی از تفاوت های فردی فراگیران می باشد و به طور غیر عمدی صورت می گیرد و لذا محدودیت هایی که در این پژوهش بروز می کند عبارتند از:

۳. فقدان تحقیقات کامل و کافی در مورد تحقیق فوق.

۴. این تحقیق تنها شامل باورهای مذهبی (نماز، ادعیه) بر پیشرفت تحصیلی می باشد.

طرحی نوین برای جذب جوانان به نماز :

نماز از معدود عباداتی است که سفارشات بسیار موكدی را از ناحیه ی شریعت مقدسه در پی دارد؛ و قرآن و حدیث بر اهمیت فوق العاده ی آن گواه است. خداوند متعال صریحاً به محافظت و مراقبت از آن توصیه کرده^۱، و آن را بازدارنده از گناهان و انحرافات نامیده^۲، و خشوع و خضوع در آن را موجب فلاح و نجات و رستگاری دانسته^۳، و ضایع ساختن نماز و سستی در آن را مورد نکوهش شدید قرار داده^۴، و ترک نماز و بی اعتنائی به آن را از عوامل دوزخی شدن انسانها دانسته است.^۵ و در روایات اسلامی از نماز با تعبیرات بخصوصی یاد شده که در مورد سایر عبادات این گونه تعبیر وجود ندارد. بعضی از این تعبیرات عبارتند از:

مایه ی رضایت خداوند^۶، حصن و قلعه ای در برابر مکاید شیطان^۷، موجب نزول رحمت پروردگار^۸، محبوب ترین اعمال نزد خداوند^۹، روشنی چشم رسول خدا صلی ا... علیه و آله^{۱۰}، موجب تقرب خداوند^{۱۱}، بهترین اعمال^{۱۲}، ستون خیمه ی دین^{۱۳}، بازدارنده از گناه^{۱۴}، اولین عمل مورد محاسبه در قیامت کفاره ی گناهان^{۱۵}، و ...

علاوه بر این تعبیر، عناوین خاصی نیز در روایات وجود دارد که هر کدام سرفصلی برای بحثی عمیق و گسترده است. مثل: اهتمام به نماز جماعت^{۱۶}، لزوم اداء کامل نماز^{۱۷}، پرهیز از سبک شمردن نماز^{۱۸}، پای بندی به خضوع و خشوع در نماز^{۱۹}، نهی از

۱. بقره / ۲۳۸
۲. عنكبوت / ۴۵
۳. مومنون / ۲-۱
۴. نساء / ۴۳ - ماعون / ۴-۵ - مریم / ۵۹
۵. مدثر / ۳۰-۴۳
۶. بحار الانوار: ۲۱۳/۷۹
۷. غرر الحکم / ۸
۸. وسائل الشیعه: ۲۶/۳
۹. بحار الانوار: ۷۷/۷۵
۱۰. بحار الانوار: ۹۹/۱۰
۱۱. همان: ۲۰۹/۷۹ - ۴۰۶/۶۷
۱۲. فروع کافی: ۲۶۶/۳
۱۳. بحار الانوار: ۱۹۸/۷۹
۱۴. همان: ۳۶۹/۱۰
۱۵. همان: ۲۰۷/۷۹
۱۶. همان: ۲۷۱/۷۴
۱۷. همان: ۵۷/۷۲
۱۸. فروع کافی: ۲۶۹/۳
۱۹. بحار الانوار: ۲۳۰/۸۲

ترک یا تضييع نماز^۱، سفارش به اقامه ی نماز در اول وقت^۲، رعایت آداب نماز^۳، و عناوین دیگری از این قبیل.

نکته ای که ذکرش را در اینجا خالی از فایده نمی دانیم این که در اهمیت نماز و مناجات با خداوند همین بس که حضرت ابراهیم (ع) منادی بزرگ توحید در گیتی و بناکننده ی قبله ای برای موحدان عالم و کعبه ای برای خداجویان جهان، فلسفه هجرت طاقت فرسا و سکونت دادن زن و فرزند خردسالش را در بیابان خشک و بی آب و گیاه و به دور از آبادانی مکه، تنها مسئله ی اقامه ی نماز و همه گیر شدن و جهان شمول گشتن آن ذکر کرد و گفت: «ربنا انی اسكنت من ذریتی بواد غیر ذی زرع عند بیتک المحرم ربنا لیقیموا الصلاة»

اینک سخن در این است که نماز با این همه عظمت و اهمیتی که دارد چگونه باید همه گیر و همه شمول شود؟ و به عبارت دیگر چه باید کرد تا نماز در جامعه ی اسلامی زنده شود، توجه عمومی به سوی آن معطوف گردد، همه جا در درجه ی اول اهمیت اجتماعی و فردی قرار گیرد، و هرکس در هر شرایطی که هست، اهتمام جدی و درخور نسبت به آن داشته باشد؟

و از آنجا که در همیشه ی تاریخ بیشترین سرمایه گذاری دشمنان اسلام بر روی افکار و عقائد نوجوانان و جوانان جوامع اسلامی بوده، و اینک نیز لبه ی تیز تهاجم فرهنگی اجانب متوجه آن قشر عظیم و زنده و پویا و کارآمد جوامع دینی و مخصوصاً کشور اسلامی ما است، ماهم عنوان بحث را در این بعد قرار می دهیم و به بررسی این مسئله می نشینیم که: چه باید کرد تا نماز در بین جوانان و نوجوانان دارای جاذبه ای قوی باشد به طوری که هیچ نوع جاذبه ی منفی و دروغین و بدلی نتواند جایگزین آن گردد؟

^۲ فروع کافی: ۲۶۸/۳ - بحار الانوار: ۲۱۶/۷۹

^۳ بحار الانوار: ۳۵۹/۷۹ - ۱۱/۱۰ - فروع کافی: ۲۷۴/۳

^۴ فروع کافی: ۳۰۹/۳ - بحار الانوار: ۴/۷۲ - ۲۳۰/۸۲

🌸 خلاصه تحقیق :

انسان معاصر درگیر مسائل و مشکلات زیادی است که برای از بین بردن یا تخفیف دادن آنها از ابزار مختلفی سود می جوید؛ از جمله راه کارهایی که از دوران گذشته برای انسان مطرح بوده است، پناه بردن به قدرت لایزال الهی است.

به طور کلی می توانیم بگوییم که بررسی های انجام شده موثر بودن ملاحظات مذهبی در کاهش اضطراب و تحمل فشارهای روانی و سپس بهبودی را نشان داده اند. نماز از جمله عباداتی است که در ایجاد حالتی از آرامش روان و آسودگی عقل در انسان نقش اساسی دارد.

شخص مومن پس از نماز به دعا و نیایش به درگاه باری تعالی می پردازد که این خود به تداوم آرامش روانی کمک می کند. بنابراین راه چاره را در امنیت خاطر، اطمینان قلبی و توکل به خداوند و راز و نیاز با خداوند جستجو می کنیم. در این پژوهش به منظور بررسی نقش باورهای مذهبی (نماز، ادعیه) بر پیشرفت تحصیلی از بین دانش آموزان مدارس راهنمایی دخترانه ۱۰۰ نفر به عنوان گروه نمونه انتخاب شده است. ابزار سنجش، پرسشنامه ی خود ساخته با مقیاس لیکرت می باشد که پس از طرح سئوالات توسط استاد راهنما تکمیل گردیده و در اختیار پاسخگویان قرار گرفته است.

اهداف ویژه ی شامل سه فرضیه می باشد:

فرضیه ی اول : نماز بر پیشرفت تحصیلی موثر است.

فرضیه ی دوم : دعا بر پیشرفت تحصیلی موثر است.

فرضیه ی سوم : نماز و دعا بر بهبودی رفتارهای اخلاقی و اجتماعی دانش آموزان موثر هستند.

برای توصیف داده ها از روش های آمار توصیفی (توزیع فراوانی- درصد- رسم نمودار- شاخص های مرکزی- شاخص های پراکندگی - ضریب همبستگی و از شیوه ی مجذور خی دو X^2 استفاده شده است.

با توجه به شیوه های بکاررفته شده در پژوهش نتایج حاصله به شرح ذیل می باشد.

۱. نماز بر پیشرفت تحصیلی موثر است.

۲. دعا بر پیشرفت تحصیلی موثر است.

پیشهادات:

۱- معرفی الگو و اسوه:

با توجه به توصیه های مکرر شارع مقدس و عقلاء عالم در مورد نقش اساسی الگو و اسوه در زندگی بشر، کارآیی این اصل مهم جایگاهی ویژه در مسائل تربیتی به صورت عام و در مسئله همه شمول کردن نماز به صورت خاص پیدا می کند. قرآن مجید می فرماید: «لقد کان لکم فی رسول ا... اسوة حسنة لمن کان یرجو... و الیوم الاخر» [ممتحنه / ۴۰] یعنی به تحقیق که رسول خدا صلی ا... علیه وآله برای شما الگو و اسوه نیکویی است برای هرکس که خداجوی است و آخرت گرا است. و درآیه ی دیگری حضرت ابراهیم (ع) را اسوه ی خدایپرستان و

حق جویان و هدایت طلبان معرفی کرده است^{۱۱۵}. و در بسیاری دیگر از آیات به طور ضمنی بر الگوپذیری مسلمین تأکید نموده و از آن به عنوان یکی از راههای صحیح هدایت و رستگاری نام برده است. در روایات و احادیث نیز در این باره سخن ها به میان آمده و مطالب متعددی مورد تعرض قرار گرفته است.

در حدیث جالب و هشدار دهنده ای که از امام سجاد (ع) نقل شده آمده است که: «مبغوض ترین مردم نزد خداوند کسی است که به اعمال و رفتار امام و پیشوا و رهبر و اسوه ی خود اقتدا نکند»^{۱۱۶}.

این ها همه گویای نقش پرائر و بااهمیت سرمشق گیری از الگوها و اسوه ها در زندگی بشر است. ما نیز می توانیم به عنوان بهترین راه جذب مردم و مخصوصاً جوانان و نوجوانان به سوی نماز، از بیان لطافتها و ظرافتها و ظرافتهایی که از نمازهای پیغمبر اکرم صلی ا... علیه و آله و ائمه اطهار علیه السلام، و اصحاب و الاتبارشان رضوان ا... علیهم و علمای بزرگوار علیهم الرحمه بهره ی زیاد و موثری ببریم.^{۱۱۷}

۲- رعایت اختصار در نمازهای جماعت:

آن گونه که ما تحقیق کرده ایم و تجربه ی عملی نیز داریم، یکی از موانع جذب جوانان به سوی نماز و نیز مساجد و نمازهای جماعت، ملال آور بودن بعضی از جماعات و طولانی بودن آن ها است. درحالی که هر مقدار نماز جماعتی مختصرتر و کوتاه تر به جای آورده شود جاذبه ی بیشتری برای همه مردم و مخصوصاً جوانها دارد. این نکته علاوه بر آنکه مجرب است، مورد توصیه ی پیشوایان دینی نیز قرار گرفته است.

۱- بحار الانوار: ۱۷۸/۶۹

۲- ما بعضی از آن جلوه ها را در کتاب «داستان نماز عرفان» چاپ ستاد طرح اقامه نماز جمع آوری و عرضه داشته ایم.

۳- وسائل الشیعه: ۸۰۱/۴

در حدیثی آمده است که رسول خدا (ص) کامل ترین نمازهای را اقامه می کردند در حالی که کوتاهترین و مختصرترین نمازها همان نماز رسول خدا (ص) بود.^{۱۱۸}

و در روایتی از امام صادق (ع) نقل شده که فرمودند: کوتاه به جای آوردن نمازهای واجب (و مخصوصاً نماز جماعت) و طولانی کردن نوافل و نمازهای مستحبی، عبادت (و مورد توصیه) است.^{۱۱۹}

۳- معرفی آثار مادی نماز:

تبیین نعمت های پروردگار متعال دارای فواید تربیتی بسیاری است که قابل تردید و انکار نمی باشد، ولذا خداوند منان در جای جای قرآن کریم به مواهب و نعمت هایی که بر بشر ارزانی داشته اشارت نموده است. گاه از نعمت روز و روشنایی و خورشید یاد می کند^{۱۲۰}، گاه نعمت آب گوارا و مشروب را متذکر می شود.^{۱۲۱} گاهی از محصولات زراعی به عنوان نعمتی الهی نام می برد^{۱۲۲}، گاه از مجموعه نعمت های الهی یاد کرده است^{۱۲۳}، و در نهایت در يك جمله ی رسا و گویا و پرمعنا از غیر قابل شمارش بودن نعمت های الهی سخن گفته می فرماید: «و ان تعدوا نعمة... لا تحصوها»^{۱۲۴}، و برای آن که تمامی مواهب و نعمت های ظاهری و باطنی و مادی و معنوی را فقط از او بدانیم و دیگر عوامل را در دستیابی به آن ها دخیل و سهم ندانیم می فرماید: «و ما بكم من نعمة فمن ا...»^{۱۲۵} [یعنی آنچه از خیر و خوبی و نعمت به شما رسیده همه از ناحیه ی خداوند است].

از سوی دیگر علاوه بر آن که خداوند متعال در قرآن مجید یکی از عوامل از دیداد نعمت ها را شکرگزاری و سپاس از آنها دانسته^{۱۲۶} و کفران و ناسپاسی

۱- وسائل الشیعه : ۲۴/۳

۲- یونس / ۵ - قصص / ۷۱

۳- ملك / ۳۰ - روم / ۲۴ - عنكبوت / ۶۳ - بقره / ۲۲

۴- انعام / ۱۴۱ - زمر / ۲۱ - واقعه / ۶۴

۵- ابراهیم / ۳۴

۶- نحل / ۱۸

۷- نحل / ۵۳

۸- نحل / ۱۱۴

۱- ابراهیم / ۷

نعمتها را موجب سلب و یا کم اثر و بی برکت بودن آنها معرفی کرده و می فرماید: «لئن شکرتم لازیدنکم و لئن کفرتم ان عذابی لشدید»^{۱۲۷} عقل و وجدان آدمی نیز بر لزوم سپاسگزاری از کسی که خیری به انسان رسانده و یا نعمتی به او داده است تأکید دارد و بنابراین شکرگزاری از خداوند بخشنده ی نعمتها، از واجب و اجبات برای انسان ها و مخصوصاً معتقدان به مکاتب آسمانی است. و نماز عالی ترین و زیبا ترین و رساترین سپاسها از پروردگار متعال است.

با توجه به آنچه ذکر شد بایستی همه ی مردم و مخصوصاً جوان های عزیز را اولاً با نعمت های پروردگار منان آشنا سازیم و از نعمت دست و پا و چشم، عقل و درك و هوش و حافظه، از نعمت خوراکی جات گیاهی و گوشتی، از نعمت هوا و آب و زمین و آسمان، و سایر نعمت های الهی برای آنها شاهد آوریم. سپس به لزوم سپاسگزاری و شکرگویی از هر کس که خیری به انسان رسانده و لطف در حق او کرده اشاره کنیم.

آنگاه نماز را بهترین سپاس و شکر از پروردگار معرفی نماییم و بگوییم همان گونه که اگر کسی خیر و خوبی به انسان روا دارد معمولاً سعی در جبران آن خیر می شود و کاری را که او دوست می دارد انجام می دهند تا سپاسی عمیق از او به جای آورده باشند، تردیدی نیست که خداوند متعال هم نماز را دوست می دارد، زیرا در روایتی آمده است که محبوب ترین اعمال نزد خداوند نماز است^{۱۲۸}، و لذا بهترین سپاسها نسبت به حضرت حق، اقامه ی نماز، آن هم به صورت کامل و با آداب و شرایط به همان نحو که او می پسندد می باشد.

۴- سوق به معنویات:

شکي نیست که فطرت آدمي پاک و سالم و خداجوي است و گرایش ناخودآگاهی به معنویات و امور ماوراء طبیعی دارد، و این غبار مادیات است که چون بر آن می نشیند آن را به ظاهر از مسیر اصلی اش منحرف می سازد، و با زدودن آن غبار می توان انحراف ایجاد شده را نیز از بین برد و فطرت را به مسیر اصلی معنوي اش بازگرداند.

^۲ - وسائل الشیعه / ۲۶/۳

^۳ - بحار الانوار: ۷۷/۷۵

جوان ها چون کمتر به مادیات و ظواهر طبیعی آلوده شده اند بسیار زودتر از دیگران می توانند به سالم سازی فطرت خویش بپردازند.

از سوی دیگر اگر انسانی به سوی معنویات سوق داده شود و توجه او به مظاهر مادی ضعیف و کم رنگ گردد، قطعاً از جلوه های معنوی اعمال لذت بسیار می برد و کم کم به جایی می رسد که تمامی خوشی ها و لذات را در توجه به معنویات می یابد و جز آن را لذت واقعی نمی انگارد. و از آنجا که سرچشمه ی تمامی معنویات، وجود مقدس باریتعالی است، چنین انسانی از مناجات و راز و نیاز و تقرب به ذات لایزال او لذت های برد و با او انس فراوان می گیرد.

پس باید به هر وسیله ی ممکن سعی شود، تا مومنان و مخصوصاً جوانان جامعه ابتدا به سوی معنویات سوق داده شوند و اشتیاق به معنویات در آنها زنده شود، آنگاه با ذکر آثار و فواید معنوی نماز آنان را به سوی این عبادت بی نظیر معنوی مشتاق و علاقه مند نمود.

راه های سوق به معنویات عبارت است از:

- بیان حقایق و باطن عالم وجود
- تبیین فطرت پاک و خداجوی انسان
- اشاره به لذت های معنوی و نتایج آن
- ذکر داستان هایی از عبادیات و معنویات سلف صالح

و نیز ذکر و توضیح این مطلب که تمام زندگی بشر در مادیات خلاصه نمی شود زیرا اگرچنان بود و معنویات جایگاهی در زندگی آدمی نداشت نبایستی بین زندگی انسانها و سایر حیوانات تفاوتی باشد، درحالی که چنین نیست و امتیاز انسان به معنویات و تعقل او است.

و بالاخره بیان آثار معنوی نماز مانند این که: نماز موجب روشنی چشم رسول خدا (ص) بود^{۱۲۹}، نماز انسان را به خدا نزدیک می کند^{۱۳۰}، نماز بهترین عبادت است، نماز ستون استواری ایمان است، نماز باعث دوری انسان از

^۱- بحار الانوار: ۹۹/۱۰

^۲- بحار الانوار: ۴۰۶/۶۷

فحشاء و منکر و گناه و نافرمانی خداوند است، نماز کفاره ی گناهان گذشته است، و این که خشوع در نماز دارای آثار ارزشمند می باشد، و ...

۵- تشویق:

تشویق و تحسین همیشه جایگاه ویژه ای در تعلیم و تربیت داشته و دارد و آثار بسیاری بر آن مترتب است که هرگز قابل انکار نیست. و این امر به عنوان یکی از اصول مهم تربیتی مورد توجه خاص تمامی ادیان و مذاهب و مکاتب مطرح است.

برای آن که جوانان و نوجوانان به نماز علاقه مند شوند و به سوی آن گرایش یابند بایستی از مسئله ی مهم تشویق غافل نباشیم و از این نردبان صعود، بهترین بهره ها را بگیریم. البته این امر دارای اشکال مختلفی می تواند باشد که یک نمونه ی آن را به عنوان مثال در اینجا متعرض شویم.

مثلاً می توان در مساجدی که نماز جماعت در آنها برپا می شود یک شب در هفته بدون اطلاع قبلی به وسیله ی امام جماعت و یا یک نفر از هیئت امنای و یا مسئول پایگاه بسیج به هریک از نوجوانان ۱۰ تا ۱۵ ساله ی حاضر جایزه ای تقدیم کرد و اعلام نمود که این هدیه به جهت حضور شما در مسجد و جماعت تقدیم می شود. در هفته ی بعد نیز در یک شب غیر معین چنین برنامه ای در رابطه با جوانان ۱۵ تا ۲۰ ساله ی حاضر اجرا گردد. و در هفته ی سوم جوایزی به نوجوانان ها و بچه های زیر ۱۰ سال داده شود، و همین برنامه در مورد خواهران حاضر در مسجد به وسیله ی خانمی که از قبل معین می شود در طول سه هفته انجام بشود. (بدین صورت که یک هفته برای پسران و یک هفته برای دختران اجرا گردد.) و به این طریق ۶ هفته یعنی یک ماه و نیم سپری می شود و در این مدت شور و حال خاصی در مسجد ایجاد می شود و حضور در مسجد مورد توجه خاص جوانان و نوجوانان قرار می گیرد، و پس از سپری شدن این ۶ دوره می توان دوباره از اول شروع نمود و ۶ دوره ی دیگر در همان مقاطع سنی را مورد نظر قرار داد، و هكذا.

لازم به توضیح است که اولاً در هر دوره مجدد باید به همه ی جوانان و نوجوانان آن مقطع که در مسجد حاضرند جایزه داد. حتی اگر مرتبه ی قبل هم

هدیه گرفته باشد تا حضور مستمر در مسجد و جماعت عملی گردد. و ثانیاً جوایز و هدایا متناسب با سنین مذکور باشد. غیر از این مورد هم می توان از نمونه های دیگر نیز بهره برداری نمود.

۶- فیلم و نمایش:

یکی از طرق موثر در جذب جوانان و نوجوانان به نماز، تهیه و پخش فیلمها و سریالها و نمایشنامه های جالب، پربار، و جذاب است. مثلاً می توان یک سری میان پرده های کوتاه و جالب درباره ی نماز و آداب و احکام آن از روی داستان های موجود تاریخی (مثل آنچه ما در کتاب داستان نماز عارفان آورده ایم) پخش کرد، اگرچه دارای هزینه ی بسیار باشد و سرمایه گذاری لازم داشته باشد.

توضیح اینکه سیمای جمهوری اسلامی علیرغم بعضی برنامه های خوب که درباره ی نماز داشته، هنوز هم وظیفه ی دشواری در این زمینه دارد و سرمایه گذاری بیشتری باید بنماید.

همین جا پیشنهاد می کنیم در سیمای جمهوری اسلامی یک واحد مستقل به نام واحد نماز تأسیس شود و امکانات لازم و نیروی انسانی و ابزار مناسب و بودجه ی کامل در اختیارش گذاشته شود تا جز تهیه و پخش برنامه های اختصاص نماز اشتغالات دیگری نداشته باشد.

کار دیگری که در این زمینه می توان انجام داد تهیه و ساخت فیلمهای سینمایی جالب و جذاب به وسیله ی حوزه ی هنری سازمان تبلیغات، صدا و سیما، وزارت فرهنگ و ارشاد، و ستاد طرح اقامه ی نماز (هر یک مستقلاً یا با همکاری یکدیگر) است که پیام اصلی آن نماز و اهتمام به آن باشد، و درسینماها و تلویزیون به نمایش درآید، و یا حتی از طریق ویدئو در مراکز علمی و دینی و اردوئی جوانان به نمایش گذاشته شود.

۷- اردوی نماز:

مناسب است ستاد طرح اقامه ی نماز با همکاری وزارت آموزش و پرورش و سازمان تبلیغات اسلامی در ایام تعطیلی مدارس به تشکیل اردوهای نماز توجه خاصی مبذول دارد تا ضمن فراهم آوردن وسایل و امکانات تفریحی برای جوانان و نوجوانان، به عناوین مختلف، انگیزه و علاقه به نماز را (از طریق نمایش فیلم ها، ارائه ی سخنرانیها، ذکر داستان ها، وادار کردن به مطالعه ی کتب مربوط به نماز، انجام مسابقات اردویی درباره ی نماز، و...) در آنان ایجاد نماید.

این کار هم اثر تبلیغی بسیاری در کل جامعه دارد و هم در بین حاضران در اردو تأثیرات شگرفی در این زمینه خواهد داشت.

۸- مسابقات:

طرح و انجام مسابقات در مورد نماز بسیار مفید و پرتأثیر خواهد بود. این گونه مسابقات می تواند در سه بخش انجام پذیرد:

الف- مسابقات سراسری و عمومی:

سئوالاتی درباره ی نماز و آداب و احکام آن طرح شود و از طریق روزنامه های رسمی کشور در اختیار عموم قرار گیرد و کتب مشخص و مناسبی تعیین شود و جوایز ارزنده ای در نظر گرفته شود.

ب- مسابقات اختصاصی دانش آموزی:

همین برنامه با همکاری جدی آموزش و پرورش در وقت مناسبی که ایام امتحانات یا ایام تعطیلی مدارس نباشد در دو مقطع راهنمایی و دبیرستان (و حتی دبستان) انجام شود.

ج- مسابقات اختصاصی سربازی:

همین برنامه در محیط های سربازی با همکاری سازمانهای عقیدتی سیاسی نیروهای نظامی و انتظامی برای سربازان وظیفه (و در مقاطعی برای درجه داران و افسران) انجام شود.

فایده و اثر این کار این است که:

- ۱- کتب مختلف و متعددی با موضوع نماز در اختیار عده ی کثیری قرار میگیرد.
 - ۲- فرهنگ کتابخوانی در جامعه رواج می یابد.
 - ۳- قشر عظیمی از جوان ها و نوجوان ها و نیز عموم زن و مرد کشور با مسائل نماز آشنا می شوند.
 - ۴- تحرك گسترده ای در مورد مسئله ی نماز در جامعه ایجاد می گردد.
- ! توضیح این که انتخاب زمان مناسب بسیار لازم و ضروری است.

۹- نوار:

از آنجا که امکان فراگیری بسیاری از مسائل و احکام و آداب نماز برای عده ی زیادی از زنان و مردان و مخصوصاً جوانان و نوجوانان (به علت کم سوادی یا گرفتاریهای شغلی و مخصوصاً برای خانم های خانه دار که دختران جوان قشر عظیمی از آنها هستند.) از طریق مطالعه مقدور نیست، تهیه ی نوارهای کاست و توزیع و فروش آن به صورت گسترده می تواند در تعلیم احکام ، آداب ، شرایط ، قرائت حمد و سوره، و

هر مسئله ای که مربوط به نماز است تأثیر شگرفی در سوق جامعه به سوی نماز داشته باشد.

۱۰- نمایشگاه:

تشکیل نمایشگاه های گسترده ی شهرستانی و استانی و حتی روستایی يك بار در سال، و ارائه ی کتب مربوط به نماز، نوارکاست نماز، و حتی نوارهای ویدئویی نماز، در کنار نمایش فیلم های مناسب با نماز، و حتی انجام مسابقات مقطعی در بین بازدیدکنندگان از نمایشگاه و اهدای جایزه به برندگان، می تواند اثرات بسیاری در گرایش به سوی نماز داشته باشد و مسئله ی نماز را در بین مردم و مخصوصاً جوانان و نوجوانان احیاء نماید.

۱۱- دوری از منفرات:

رفع تمامی آنچه در مورد نماز تنفس آور است (مثل صدای غیرمتعارف بلندگوها در هنگام اذان و نماز، صدای زشت مؤذن بد صدا، جمع آوری اعانات در مساجد، وجود مهرهای کثیف و شکسته در مسجد، کثیف و متعفن بودن

فرشها و ...) و توجه جدي داشتن به نظافت و نظم مساجد و نمازخانه ها، و ایجاد هر آنچه جاذبه دار است، میتواند نقش عمده اي در جذب همگان و مخصوصاً جوانان بسوي مساجد و نماز داشته باشد. البته در این باره اقدامات خوبی انجام شده ولي همت بیشتری لازم است و نواقص زیادی موجود مي باشد.

۱۲ - هفته ي نماز:

امروزه که همه چیز در این کشور در اي روز و هفته ي مخصوصي است، چرا نباید نماز هم در اي هفته ي مخصوص باشد که در طول آن هفته با تشکیل نمایشگاه ها و تبلیغات گسترده ي تلویزیوني و رادیويي و نیز روزنامه اي (به وسیله ي پست یا مأموران شرکت آب و برق و گاز و تلفن) در خانه هاي سراسر کشور، و انجام امور مشابه، حال و هوای معنوي نماز لااقل در آن هفته در تمامی نقاط کشور حاکم شود. و پرواضح است که این حرکت تا چه میزان مي تواند در جذب جوانان به سوي نماز مؤثر باشد.

۱۳ - کتب درسي:

در کتب درسي از مقطع ابتدایي تا پایان دوره ي متوسطه و حتي دانشگاه ها، خوب و حتي لازم است به سبک زیبا و گویا و جذاب و البته با رعایت اختصار از نماز و احکام و آداب و اسرار آن بحث هايي (گسترده تر از آنچه اینک وجود دارد) گنجانیده شود تا نماز حضوري دائمي در زندگي کودکان و نوجوانان و جوانان داشته باشد.

در پایان خوب است نظر عزیزان را به این نکته جلب کنم که در يك نظرخواهي از تعدادي از جوانان در مورد نماز، نکات جالبی به دست آوردیم که در ذیل اهم آن را متذکر مي شویم. سؤال ما این بود:

۱- چگونه مي توان نماز را در بین جوانان جذاب کرد؟

۲- چه کنیم تا مساجد ما جذاب شوند؟

خلاصه ی پاسخ ها این بود:

- ۱- تبلیغات گسترده در مورد نماز و توجیه فواید و ارزشمندی آن.
- ۲- اقامه ی نماز در مراکز پر رفت و آمد اجتماعی.
- ۳- ایجاد انگیزه و اشتیاق در بین جوانان نسبت به نماز به طرق مختلف.
- ۴- تقویت اعتقاد جوانها نسبت به مسائل دینی.
- ۵- جذاب کردن محیط های اقامه ی نماز.
- ۶- آشنا کردن خانواده ها که محل رشد و نمو و شکل گیری جسم و روح جوانها هستند با نماز و احکام آن.
- ۷- سالم سازی محیط و رفع زمینه های گناه که مهم ترین عامل در سوق جوانان به نماز و معنویات است.
- ۸- ورود تکنولوژی جدید به مساجد (از قبیل ویدیو- کامپیوتر و)
- ۹- انتخاب مسئولان جوان و پرشور و نیز امام جماعت خوش ذوق و خوش خلق.
- ۱۰- رعایت بهداشت و نظافت و نظم در مساجد.
- ۱۱- ایجاد برنامه های متنوع در کنار نماز جماعت در مساجد.
- ۱۲- ایجاد کلاس های روانشناسی برای ائمه ی جماعات جهت فراگیری طریقه برخورد بهتر با مردم و جوانان.
- ۱۳- تسریع در اقامه ی جماعات.
- ۱۴- رعایت سه اصل: مکان، زمان، و لباس در نماز جماعت (۱- مکان: زیبا سازی مساجد، و ساختن نماز خانه های شیشه ای در پارک ها- که هم جذاب است و هم تبلیغی برای نماز خوانی. ۲- زمان: اقامه ی نمازها در اول وقت و با سرعت. ۳- پوشیدن لباسهای سفید و متحدالشکل در مساجد - مثل دوش کردن عباهاي يك شکل و سفید به هنگام جماعت.)
- ۱۴- تشویق و ترغیب دانش آموزان به نماز و دعا بوسیله ی معلمان، مربیان، والدین و رسانه های گروهی.
- ۱۵- افزایش برنامه های دعا

۱۶- نهادینه کردن اعتقادات و باورهای دینی دانش آموزان از طریق رفتار و عملکرد

۱۷- آموزش شیوه ی استفاده از کتابهای دعا و روش درست خواندن نماز

۱۸- اجرای برنامه های فرهنگی فوق برنامه در جهت نماز و دعا سبب جذب دانش آموزان

۱۹- اجرای پژوهشهای دیگر در این زمینه در سطوح دیگر از نظر سن و جنسیت.

۲۰- می توان این پژوهش را بین دانش آموزان دختر و پسر دوره ی راهنمایی انجام داد و نتیجه را با هم مقایسه نمود.

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

www.kandoo.cn.com

فهرست منابع و مآخذ

کتاب:

- " فرهنگ نماز (مجموعه مقالات) " ، گردآورنده : مرتضی عطائی ، انتشارات امورتربیتی آموزش و پرورش ناحیه ی ۵ ، چاپ اول ، ۱۳۷۴
- " روان شناسی نوجوانان و جوانان " ، نوشته ی : سید احمد احمدی ، انتشارات جیحون ، ۷۷
- " ارتباط با خدا (ادعیه و زیارات) " ، نوشته ی الهی قمشه ای ، انتشارات ساربان ، ۷۷
- " خدا از دیدگاه قرآن " ، نوشته ی آیت ... بهشتی ، انتشارات فرهنگ اسلامی ، بهار ۶۲
- " داروخانه ی معنوی " ، نوشته ی رضا جاهد ، انتشارات هاتف ، ۷۸
- " دعا " ، نوشته ی سیدعلی محمد دستغیب شیرازی ، انتشارات خدمات فرهنگی ، ۵۶
- " نماز شناسی " ، نوشته ی حسن راشدی ؛ انتشارات ستاد اقامه ی نماز ، ۸۰ ، چاپ هفتم ، ج ۱ و ۲
- " سخنی درباره ی دعا " ، نوشته ی سید هاشم رسولی محلاتی ، انتشارات شورای سیاستگذاری ائمه ی جمعه ، ۷۵

• " اسرار الصلوة "، نوشته ی رضا رجب زاده ملکی تبریزی، تهران، انتشارات مروی، ۷۲

• " عشق و رستگاری (شرح دعای ابوحمزه ثمالی ("، نوشته ی احمد زمردیان، انتشارات نوید شیراز، ۷۶

• " داستان سبز نیایش "، نوشته ی خدامراد سلیمیان، انتشارات زائر آستانه ی مقدسه ی قم، ۷۷

• " پرورش روح (در پرتو چهل حدیث) "، نوشته ی سید محمد شفیعی، انتشارات تبلیغات اسلامی قم، ج ۲

• " فروغ ولایت در دعای ندبه "، نوشته ی آیت ... لطف ... صافی گلپایگانی، انتشارات موسسه امام المهدی بنیاد بعثت

• " پرتوی از اسرار نماز "، نوشته ی محسن قرائتی، قم، طرح اقامه ی نماز، ۷۲

• " نماز از دیدگاه قرآن و عترت "، نوشته ی محمد محمدی اشتهاردی، انتشارات نبوی، ۷۱

• " شرح و تفسیر دعای کمیل "، نوشته ی آیت ... حسین مظاهری / محمد تحریرچی، انتشارات لا...الا...

• " خانواده و فرزندان در دوره ی دبیرستان "، نوشته ی استادان طرح آموزش خانواده، انجمن اولیاء و مربیان، ۷۸

• " شرح دعای مکارم الاخلاق "، نوشته ی صالح غفاری، انتشارات برهان، چاپ اول

- " اصول موفقیت تحصیلی - تندخوانی " ، نوشته ی بیژن علیپور،
انتشارات دکلمه گران، بهار ۷۶

🌀 مجلات :

- " سرو ناز " ، ستاد آموزش مکاتبه ای ، امور تربیتی منطقه ی ۱۴ ، سال هشتم ، شماره ۱ ، ۷۰
- " تربیت " ، سال دهم بهمن ۷۳ ، سال سیزدهم شماره ۲ و ۳ ، آبان و آذر ۷۶
/ سال سیزدهم ، مهر ۷۳ / سال سیزدهم شماره ۶ سال پنجم ، ۶۸
- " پیوند " ، نشریه ی ماهانه ی آموزشی- تربیتی ، فروردین ۷۷ ، شماره ۲۲۲

🌀 پایان نامه ها :

- " بررسی نگرش نوجوانان نسبت به اقامه ی نماز و اثرات آن در محیط مدرسه " ، اعظم محمدشاهی ، ۷۴-۷۳
- " بررسی تماشای تلویزیون بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پایه ی پنجم " ، براتعلی کیوانلو، ۷۷
- " بررسی رابطه ی عزت نفس با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پسر مقطع راهنمایی " ، ابراهیم مقیمی زاد ، ۷۵-۷۴

باسمه تعالی

دانش آموز گرامی سلام و خسته نباشید.

پرسشنامه ای را که در اختیار دارید برای پروژه ی تحقیقاتی تهیه گردیده. لذا پاسخهای شما در جهت کمک به اهداف این تحقیق موثر خواهد بود. خواهشمندیم سئوالات زیر را با دقت بخوانید و نظر خود را در یکی از ستونهای مقابل علامت بزنید.

از همکاری شما متشکریم

سئوالات	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	خیلی کم
۱					
۲					
۳					
۴					
۵					
۶					
۷					
۸					
۹					
۱۰					
۱۱					
۱۲					
۱۳					
۱۴					
۱۵					
۱۶					
۱۷					
معدل:					

- ۱- انجام نماز به موقع چقدر به قدرت تفکر شما کمک می کند؟
- ۲- نماز چقدر در یادگیری شما موثر است؟
- ۳- نماز چقدر باعث رهایی شما از ناامیدی و شکست در تحصیل شده است؟
- ۴- انجام وضو و نماز قبل از برگزاری امتحان چقدر باعث آرامش شما می شود؟
- ۵- شرکت در مراسم دعا چقدر بر پیشرفت تحصیلی شما تاثیر می گذارد؟
- ۶- هنگامی که با مشکلات تحصیلی روبرو می شوید چقدر دست به دعا برمی دارید؟
- ۷- توکل به خدا چقدر در درس خواندن شما موثر است؟
- ۸- تاثیر دعا در آرامش روان و روحیه ی شما موقع مطالعه چقدر است؟
- ۹- دعا و ذکر خداوند در هنگام امتحانات به چه میزان در کم شدن اضطراب شما کمک می کند؟
- ۱۰- نماز و دعا به چه میزان باعث تقویت ایمان شما به خداوند و آخرت می شود؟
- ۱۱- نماز خواندن به چه اندازه شما را از مفاسد فردی (دروغ، تقلب و...) باز می دارد؟
- ۱۲- شرکت در مراسم دعا چقدر شما را از مفاسد اجتماعی (دیدن فیلم های نامناسب، بدحجابی و...) باز می دارد؟
- ۱۳- اعتقادات مذهبی چقدر اعتماد به نفس را زیاد می کند؟
- ۱۴- توجه شما به خداوند هنگام اقامه ی نماز و دعا چقدر است؟
- ۱۵- با اتکاء به دعا چقدر احساس با ارزش بودن می کنید؟
- ۱۶- چقدر در مراسم مذهبی شرکت می کنید؟
- ۱۷- اوقات فراغت خود را چقدر با نیایش و دعا سپری می کنید؟