نشریه فرهنگ و ارتقای سلامت فرهنگستان علوم پزشکی
دوره هفتم، بهار ۱۴۰۲، شماره اول، صفحات ۱۳۰ تا ۱۳۷

پژوهشی

برآیند یاد مرگ و معاد بر سلامت معنوی در ساحت کنش، در صحیفه سجادیه

فاطمه احمدی[۱]، علی اسدی‌اصل*[۲]، عباس اسماعیلی‌زاده[۳]

۱. دانشجوی دکتری، علوم قرآن و حدیث، دانشگاه فردوسی مشهد خراسان رضوی، ایران
۲. *نویسنده مسئول: دانشیار، دانشکده الهیات، گروه قرآن و حدیث، دانشگاه فردوسی مشهد خراسان رضوی، ایران، asadi-@um.ac.ir
۳. دانشیار، دانشکده الهیات، گروه قرآن و حدیث، دانشگاه فردوسی مشهد خراسان رضوی، ایران

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۱۲/۲۹ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۲/۲۰

چکیده

زمینه و هدف: بر مبنای جهان‌بینی الهی، نظام کنونی جهان، ابدی نیست؛ همچنین روح انسان حقیقت مجردی است که با مرگ بدن فانی و نابود نمی‌شود. این حقیقت از سوی امام زین‌العابدین علیه السلام در صحیفه سجادیه به روشنی تبیین شده است. در صحیفه سجادیه به همه جنبه‌های سلامت انسان، اعم از جسمانی، روانی، اجتماعی، عاطفی و معنوی، توجه و بر آنها تأکید شده است؛ ولی همچون قرآن، همواره حاکمیت با بعد معنوی سلامت است.

روش: این پژوهش به روش کتابخانه‌ای و اجتهادی، با مطالعه مستقیم و روشمند صحیفه سجادیه انجام شده؛ به منظوراصطیاد دستمایه‌های ارزشمند درباره سلامت معنوی در ساحت کنش، که حاصل یاد مرگ و معاد است. تبیین مطالب، با استدلال عقلی و نقلی و استناد به آیات و روایات و بهره‌گیری از تفاسیر و شروح معتبر صحیفه و دیگر نصوص دینی صورت گرفته است.

یافته‌ها: برخی از آثار یاد مرگ و معاد بر سلامت معنوی در ساحت کنش، از منظر صحیفه سجادیه عبارتند از: توبه‌اندیشی و نیک فرجامی، داشتن حیات طیبه و ممات طیب، بهره‌گیری از حطام ناچیز دنیا در راه خدا، مقاومت و پایمردی، شب‌زنده‌داری، مواسات با فقیران، پرهیز از غفلت، انسان حقیقی شدن، انس با قرآن، طهارت دل و نیکنامی و پرواپیشگی.

نتیجه‌گیری: یاد مرگ و معاد منجر به تغییر رفتارهای درونی و بیرونی انسان شده، سلامت معنوی او را ارتقا می‌بخشد. یافته‌های این پژوهش منحصر به کتاب شریف سجادیه است و ادبیات آن با یافته‌های مشابه در منابع دیگر تفاوتی چشمگیر دارد.

کلیدواژه‌ها: اسلام، بهداشت و تندرستی، مرگ، معاد، معنویت

مقدمه

از منظر انسان‌شناسی اسلامی، وجود انسان منحصر در جسم و کینونت مُلکی او نیست؛ بلکه انسان علاوه بر جسم دارای نفس انسانی و کینونت ملکوتی نیز می‌باشد که انسانیت انسان بدان است. ملکوت هر فرد انسانی همان حقیقت و باطن اوست و به هر میزان وجه ملکوتی فرد برتر از وجه ملکی او باشد، به همان میزان با «عالم معنی» هم‌آهنگ‌تر و با «معنای عالم» هم افق‌تر خواهد شد. رهایی آدمی از قیود عالم ملک سبب فزونی سلامت قلب و کاهش سقامت قلب، و در نتیجه موجب ارتقای وجه ملکوتی نفس می‌شود؛ از این فرایند به حصول «سلامت معنوی» تعبیر می‌شود. برخورداری انسان از بینش متعالی و آراستگی او به منش نیکو و التزام به کنش یا رفتار صالح، تأمین‌کننده سلامت معنوی اوست و شخصیت حقیقی و هویت آدمی را می‌سازد و پیوسته همراه اوست؛ از این رو سلامت و سقامت معنوی حتّی پس از مرگ نیز از او جدا نمی‌شود و سعادت و شقاوت ابدی او را در پی خواهد داشت.

امیرمؤمنان علی علیه السلام از این حقیقت پرده برداشته و می‌فرماید: «آگاه باشید که یکی از بلاها ناداری است و بدتر از ناداری، بیماریِ تن است و سخت‌تر از بیماریِ تن ، بیماریِ دل است. بدانید که یکی از نعمت‌ها گشایش در مال است و برتر از گشایش در مال، تندرستی است و برتر از تندرستی، پرهیزکاریِ دل است » (۱). سلامت معنوی، هرچند می‌تواند ابزاری برای تحقق ابعاد دیگر سلامت انسانی اعم از جسمانی، روانی و اجتماعی نیز به شمار آید؛ لیکن فی نفسه دارای اهمیت و استقلال ذاتی است؛ زیرا اصالت از آنِ روح و بدن پیرو روح است. سلامت و رعایت

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-21]

[DOI: 10.22034/7.1.17]

اصول طب مادی و معنوی وی، برای تأمین سلامت روح از گزند عقاید سوء و آسیب اخلاقی ناروا و حفظ آن از زیان رفتار ناپسند می‌باشد (۲).

هرچند از مطرح شدن موضوع سلامت معنوی بیش از پنج دهه می‌گذرد، ولی همچنان ابعاد این رکنِ بسیار بااهمیت، ناشناخته باقی مانده است؛ به همین دلیل، هر کس با توجه به پارادایم حاکم و مبتنی بر جهان‌بینی خود سعی کرده است تعریفی ارائه دهد و مؤلفه‌های آن را بیان کند؛ ولی تاکنون اتفاق نظری پدید نیامده است. شاید بتوان گفت دلیل اصلی عدم توافق، مربوط به وجود دیدگاه‌های متنوعی باشد که در باب واژه سلامت و واژه‌های معنوی و معنویت وجود دارد (۳). اسلام به عنوان کامل‌ترین، جامع‌ترین دین الاهی، ژرف‌ترین مفاهیم، گزاره‌ها و آموزه‌های معنوی را در دو ثقل گرانقدر قرآن و عترت ارائه کرده و عهده‌دار تربیت انسان و تأمین سلامت او در همه ساحات وجودی است. در میان متون مقدس دینی و وحیانی، مجموعه ادعیه حیات بخش که به «قرآن صاعد» موسوم شده‌اند، نقشی به‌درستی محوری دارند. صحیفه سجادیه به عنوان یکی از منابع معتبر شیعی، که سخنان عرشی امام سجاد علیه‌السلام در قالب نیایش و دعا است دستمایه‌های ارزشمندی در باب سلامت معنوی در تمامی ساحات وجودی انسان دارد.

مقاله حاضر برآن است تا اثرات مرگ و معاد اندیشی را بر سلامت معنوی انسان در ساحت کنش، در متن گرانسنگ صحیفه سجادیه استنباط و اصطیاد کند و بالطبع، پیشگیری از سقامت معنوی را در این ساحت به تصویر بکشد و با مستندات قرآنی و روایی آن را تبیین کند.

روش

این پژوهش با مطالعه مستقیم و روشمند صحیفه سجادیه و با روش کتابخانه‌ای و اجتهادی انجام گرفته است. پس از مرور مطالعات پیشینه‌ای، محورهای سلامت معنوی در ساحت کنش که متأثر از یاد مرگ و معاد بود، در صحیفه سجادیه استنباط و اصطیاد گردید؛ آنگاه بر قرآن و روایات عرضه شد؛ سپس با مراجعه به تفاسیر قرآن، شروح معتبر صحیفه سجادیه و دیگر نصوص دینی، تحلیل و تبیین گردید و به این ترتیب راهکارهایی برای ارتقای سلامت معنوی در ساحت رفتار، از منظر مبارک امام سجاد علیه‌السلام پژوهندگان در این عرصه تقدیم گردید.

مفهوم‌شناسی

مفهوم سلامت

سلامت، مصدر است به معنی سالم بودن. به ادراک، رفتار و پدیده‌ای سالم می‌گویند که کار خود را متناسب با آنچه برای او ایجاد شده است، به‌خوبی انجام دهد؛ ازاین رو، جسمی سالم است که مجموعه اعضا و جوارح آن به‌خوبی کار کنند و تمامی امور همچون جذب و دفع را بدون مشکل انجام دهند و انسانی سالم است که همه ابعاد جسمی، روحی و ذهنی آن در مسیر تعالی انسان و نشاط و رفاه او قرار گیرد و به تعبیر دیگر، بتواند رفاه و نشاط او را تأمین کند (۳) سلامت عبارت است از آمادگی و رفاه جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی که افراد از آن لذت ببرند. بنابراین، سلامتی تنها نبود بیماری نیست، بلکه کیفیتی از زندگانی است که تعریف آن مشکل و اندازه‌گیری واقعی آن تا اندازه‌ای غیرممکن است (۴). سلامت عبارت است از برخورداری آدمی از حد تراز به لحاظ جسم، یا روان، یا مناسبات اجتماعی، یا معنویت، یا ایمان، یا ادراک، یا اخلاق، و یا جز آنها (۵).

مفهوم معنویت

به معنویت از دو جنبه می‌توان نگاه کرد؛ یکی از نگاه عمومی و جهانی، که در این صورت، معنویت شامل هدفمندی در زندگی، تجربه ارتقا و تعالی، نمود اجتماعی و پایبندی به بایسته‌های تعریف شده اخلاقی می‌باشد؛ و دیگری از دیدگاه مکاتب الهی، که در این صورت، معنویت شامل مواردی همچون خداشناسی، خداجویی و خدامحوری و مواردی از این قبیل است (۶). معنویت در منظومه معرفت اسلامی با فصلِ مقوم «ایمان به غیب» در سه ساحت وجودی تعریف و تنظیم می‌شود: بینشی (اعتقاد به خدا، شریعت حقه و معاد)؛ گرایشی، (گرایش‌های عالی با انگیزه قرب به خدا و جهت‌گیری‌های توحیدی از طریق آراستگی به فضائل و پیراستگی از رذائل تا تخلق به اخلاق الهی و مظهریت جمال و جلال حق؛ کنشی (زیست مؤمنانه در ارتباط با خدا، خود،خلق و خلقت در پرتو ارتباط با انسان کاملِ مکمل-پیامبر، امام و ولیِّ خدا)(۷). برخی معنویت را در نخستین تقسیم‌بندی به معنویت دینی و غیردینی تقسیم می‌کنند. معنویت دینی برخاسته از ادیان الهی و برساخته تعالیم وحیانی است، ولی معنویت غیردینی یا سکولار، معنویت منهای دین است که دانشمندان درباره وجود این نوع معنویت اتفاق نظر ندارند. معنویت سکولار یا غیردینی، تعبیری تعارض نمون و تناقض‌آمیز است و در واقع معنا منهای معنا است (۸). معنویّت از نظر اسلام عبارت است از مواجهه‌ی متیقّنانه با ساحت حقیقی جهان و ملکوت کائنات و رفتار (مواجهه عملی) فراخور این مواجهه (۹).

مفهوم سلامت معنوی

سلامت معنوی یکی از ابعاد مهم در منظومه سلامت انسانی است و باید آن را به‌گونه‌ای تعریف کرد که همه جنبه‌های وجودی انسان را در برگیرد. سلامت معنوی عبارت است از برخورداری از حس پذیرش، احساسات مثبت، اخلاق، و حس ارتباط متقابل مثبت با یک قدرت حاکم و برتر قدسی، دیگران و خود که طی یک فرایند پویا و هماهنگ شناختی، عاطفی، کنشی و پیامدی شخصی حاصل می‌شود (۳). فرابودگیِ فرد و جامعه و رهایی آن از تعلّقات دون مادی، تحت تعلیمات وحیانی، در ابعاد و ساحات وجودی چهارگانه: بینشی، گرایشی، منشی و کنشی (۹)

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-21]

[DOI: 10.22034/7.1.17]

برخورداری آدمی از حد تراز، در مواجهه با ساحت حقیقی جهان و ملکوت کائنات، و رفتار فراخور این مواجهه در زمینه رابطه با خالق، خود، دیگرانسان‌ها و جهان آفرینش (۵).

براساس تعاریف ارائه شده، سلامت معنوی با رویکرد اسلامی، بنیاد حیات طیبه در ساحات بینشی، ارزشی، گرایشی و کنشیِ متناظر به ساختار وجودی انسان از عالم اله تا عالمِ ماده (قوس نزول)، و از عالم ماده تا عالم اله (قوس صعود) است و از معنویتی سرچشمه می‌گیرد که برخاسته از منابع معتبر دینی و مستنبَط از متون مقدس اسلامی است.

یاد مرگ و معاد

اگر انسان به حیات آخرت معتقد باشد، آنگاه آنچه خداوند در عوض ناملایمات دنیوی برایش در آخرت در نظر گرفته، نزد او نیکوتر خواهد بود. در برخی از آیات قرآن کریم به این باور اشاره شده است. از جمله آیه شریفه: «ولی شما زندگی دنیا را مقدم می‌دارید در حالی‌که آخرت بهتر و پایدارتر است». (اعلی: ۱۷-۱۶)

دلیل اینکه آخرت برای انسان بهتر است چند چیز است: اول، دوران دنیا کوتاه است اما آخرت دارای ابدیت است. دوم، لذات دنیا آمیخته با آلام است اما اهل سعادت در آخرت نه رنجی می‌کشند و نه دردی. سوم، سطح و مرتبه لذات اخروی بسیار فراتر از لذات دنیوی است (۱۰)

صفات برجسته اخلاق، در کنار یاد معاد و تذکر قیامت، به کمال لازم می‌رسند؛ زیرا یاد مرگ و عذاب قیامت، انسان را دل شکسته و قلب او را خاشع می‌سازد (۱۱).

یاد مرگ و فکرِ زوالِ آنچه هم اکنون مایه سرگرمی است، سهم بسیاری در غفلت‌زدایی انسان دارد؛ چنان که در کلمات نورانی امیر مؤمنان علیه‌السلام آمده است: «شما را وصیت می‌کنم که مرگ را یاد کنید و از مرگ غافل مشوید» (۱). یاد مرگ و پس از مرگ علاوه بر اینکه زمینه رهایی دنیا را برای انسان فراهم می‌کند، عامل حرکت نیز هست؛ زیرا آدمی را بر تهیه زاد و توشه برای سفر آخرت بر می‌انگیزد؛ البته مرگ و معاداندیشی زمانی برای انسان سازنده و کارساز است، که همیشگی باشد، نه گاه‌گاه؛ چنانکه که حضرت امام زین‌العابدین علیه‌السلام هرگاه خبر مرگ کسی را می‌شنید یا به یاد مرگ می‌افتاد، دعایی را می‌خواند که در فرازی از آن آمده است: «معبودا! بر محمّد و خاندان او علیهم‌السلام درود فرست و ما را از آرزوی دراز باز دار، ... و مرگ را پیش رویمان مجسّم فرما و چنان مکن که یادمان نسبت به مرگ، روزی باشد و روزی دیگر نباشد» (۱۲).

یافته‌ها

یکی از مهم‌ترین ابعاد معادباوری، یاد مرگ است. خدای متعال در قرآن، با زبان تمثیل به‌روشنی به زودگذر بودن دنیا اشاره می‌فرماید و انسان‌ها را در برابر دنیای ناپایدار، به «دارالسلام» فرامی‌خواند. (یونس: ۲۵-۲۴)

دارالسلام یعنی سرا و خانه‌ای که عاری از هرگونه درد و رنج و غم است. مراد از این خانه فردوس برین است؛ «دارالسلام هی الجنه» (۱۳).

موضوع مرگ در نگاه حجج الهی قرین با آرامش و راحتی است. این آرامش، سلامتی روحی انسان را در پی دارد. البته این آرامش برای همه نیست و مشروط به مؤمن بودن فرد است. به این مطلب در روایات دیگر به‌صراحت اشاره شده است: «مرگ راحتی مؤمن است.» (۱۴).

امام سجّاد علیه‌السلام پس از آنکه یاد دائمی مرگ را از خداوند طلب می‌فرماید، از او عمل صالحی را می‌خواهد که باعث شود مرگ برای ایشان، «مأنس» و «مألف» باشد: « ما را آن‌گونه به انجام دادن کارهای شایسته موفق کن که بازگشتمان به‌سوی تو را کُند پنداریم و در رسیدن به کوی تو حریص‌تر شویم؛ بدان پایه که مرگ برای ما خانه آرامشی شود که در آن بیاساییم و جایی دوست‌داشتنی که مشتاقانه بدان درآییم و خویشاوندی که نزدیک شدن به او را دوست بداریم» (۱۲).

انس یعنی سکون و آرامش قلب و جان (۱۷). «مأنس» محلی است که در آن، روح و جان انسان تسکین می‌یابد و آرام می‌گیرد. ریشه واژه «مألف» نیز «ألف» است که به معنای جمع شدن با چیزی همراه با التیام‌بخشی است (۱۶). «مألف» محل التیام و تسکین جان انسان است. امام سجاد علیه‌السلام در این عبارات، عمل صالحی را می‌طلبد که باعث شود مرگ، جایگاه آرامش و التیام جانش باشد. گویا در نگاه امام، یاد دائمی مرگ، انسان را به سمت انجام اعمال صالح می‌برد و در این صورت، مرگ برای او محل انس و التیام روح خواهد بود؛ طوری که نه‌تنها از آن هراسی ندارد بلکه مشتاق آن است (۱۷) برخی از آثار یاد مرگ و معاد بر سلامت معنوی انسان در ساحت کنش، در کتاب گرانسنگ صحیفه عبارتند از:

توبه‌اندیشی و نیک فرجامی

هرگاه انسان توجه داشته باشد که روزهای زندگی‌اش رو به پایان است، از بیم بدفرجامی، در توبه و انابه به درگاه خداوند سهل‌انگاری نمی‌کند و فریب تسویف شیطان را نمی‌خورد و با هر گناهی که ناخواسته از او سر می‌زند، فوری توبه می‌کند و آن را به تأخیر نمی‌اندازد. در قرآن به کسانی که از سر جهل آلوده به گناه شده و به‌سرعت توبه کرده‌اند وعده مغفرت حتمی داده شده است: «بی تردید توبه نزد خدا فقط برای کسانی است که از روی نادانی مرتکب کار زشت می‌شوند، سپس به زودی توبه می‌کنند؛ اینانند که خدا توبه آنان را می‌پذیرد.» (نساء: ۱۷)

سوء عاقبت و حسن عاقبت از اهمیت فوق‌العاده‌ای برخوردار است. چه بسا افرادی که مدتی از عمر آلوده بودند؛ اما مسیرشان را در آخر عمر تغییر دادند و جزء نیکان و پاکان چشم از جهان فرو بستند و بلعکس کسانی که در دنیا مدت زیادی در صف صالحان و پرهیزگاران بودند؛ اما در آخر عمر بر اثر هوا پرستی مسیر خود را تغییر دادند و همراه گمراهان از

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-21]

[DOI: 10.22034/7.1.17]

دنیا رفتند. پیامبر اکرم صلی‌الله علیه و آله فرمود: «معیار عمل خوب و بد، پایان آن است (و این سخن را سه بار تکرار فرمود)» (۱۸، ۱۹).

در حدیث دیگری فرمود: «تعجب نکنید از ظاهر افراد تا عاقبت کارشان را ببینید؛ زیرا بعضی از افراد در یک زمانی عمل صالح انجام می‌دهند که اگر با آن بمیرند اهل بهشتند، ولی در پایان عمر ناگهان عوض می‌شوند و به زشتکاری روی می‌آورند.» (۲۰).

سرور ساجدان در دعا برای عاقبت بخیری، آخرین عمل را در دنیا، توبه‌ای مقبول از حضرت حق درخواست می‌فرماید، که پس از آن هرگز بازگشتی به گناه نباشد و بازخواستی بر معاصی گذشته در پی نداشته باشد:

«و آنگاه که روزهای زندگی‌مان سپری گشت و رشته عمرهایمان گسسته شد و دعوت تو (مرگ)، که از آن و پذیرش آن گریزی نیست، ما را فراخواند؛ پس بر محمّد و خاندان او علیهم‌السلام درود فرست، و پایان آنچه را که نویسندگان اعمالمان بر ما برمی‌شمارند، توبه‌ای پذیرفته شده قرار ده، که پس از آن ما را بر گناهی که کرده‌ایم و نافرمانی‌ای که مرتکب شده‌ایم، بازداشت نفرمایی (۱۴). منظور از فراخواندن دعوت الهی، ظاهر شدن نشانه های مرگ است (۲۱).

داشتن حیات طیبه و ممات طیب

انسانی که به مرگ طیب می‌اندیشد، در اصلاح حیات خویش چندان می‌کوشد که به شدت از گناهان و حتی از مکروهات پرهیز می‌کند و زمینه مرگ و آخرتی طیّب را برای خود فراهم می‌سازد. زنده شدن به حیات طیّبه الهی فیضی است که خداوند آن را بهره مؤمنان نیکوکار قرار داده است: «از مرد و زن، هر کس کار شایسته انجام دهد درحالی‌که مؤمن است، مسلماً او را به زندگی پاک و پاکیزه‌ای زنده می‌داریم و پاداششان را برپایه بهترین عملی که همواره انجام می‌داده‌اند، می‌دهیم.» (نحل: ۹۷)

طیب در مورد حیات، معتدل بودن و در راه مستقیم بودن است. و از آنجا که انسان دارای هر دو جنبه بدن و روح است و باید هر دو جنبه را تأمین کند، حیات طیبه برای او به معنی، تداوم حیات آنچنان که شایسته اوست، می‌باشد (۲۲).

منظور از «حیات طیّبه» حیات غیرمادی است؛ زیرا «دنیا خانه‌ای است که با بلا و سختی در هم آمیخته است.» (۱) ممکن نیست کسی در این جهان دارای زندگی گوارا باشد؛ حیات طوبی برای پس از مرگ است(۱۱). البته انسان می‌تواند در دنیا باشد و با قطع تعلّق از دنیا و با نور ایمان و معرفت، به حیات طیّبه برسد؛ ولی حیات دنیا فی نفسه نمی‌تواند طیّب باشد. ازآنجاکه آخرت باطن دنیا است و انسان خودش حامل باطن دنیا، یعنی بهشت و دوزخ است، مؤمن در همین دنیا از حیات طیّب برخوردار است؛ ولی این حیات به جنبه جسمانی و طبیعی او ربط ندارد (۱۱).

حضرت سیدالساجدین علیه‌السلام در بخشی از دعای عرفه، از خداوند حیات طیبه‌ای درخواست می‌نماید که به عصمت نزدیک است:

«پس مرا به زندگی پاکیزه‌ای زنده بدار، که به آنچه می‌خواهم بپیوندد و به آنچه دوست دارم منتهی گردد؛ آنگونه که آنچه را نمی‌پسندی انجام ندهم، و آنچه را از آن بازداشته‌ای مرتکب نشوم؛ و مرا همچون مرگ کسی بمیران که نورش پیشاپیش، و از جانب راست او می‌رود.» (۱۲).

از آنجا که مرگ عصاره زندگی است، انسان همان گونه خواهد مرد و محشور خواهد شد، که در دنیا زندگی کرده است؛ پیامبر صلّی‌الله علیه و آله وسلّم فرمود: «همانگونه که زندگی می‌کنید؛ می‌میرید و همانگونه که می‌میرید؛ محشور می‌شوید.» (۲۳). بنابراین آنچه در دوران حیات انجام می‌شود، در جریان موت ظهور می‌کند و مرگ طیّب و پاکیزه، نتیجه حیات طیّب و زندگی دنیایی پاک و پاکیزه است و مرگ طیّب، طلیعه حیات آخرتی طیّب است (۱۱).

بهره‌گیری از حطام ناچیز دنیا در راه خدا

کالای دنیا همانگونه که برای دنیا دوستانی که دارایی خود را تنها در برآوردن نیازها و لذایذ جسمانی صرف می‌کنند، سبب تیره‌بختی و خسارت ابدی است و برای کسانی که به خشنودی خدا و جایگاه ابدی خود می‌اندیشند، می‌تواند زمینه رستگاری و وسیله رسیدن به بهشت الهی باشد؛ چنانکه امیرمؤمنان علیه‌السلام فرمود: «کسی که خداوند مالی به او عنایت کرد باید به اقوامش کمک کند، مهمانیِ شایسته‌ای برگزار کند، اسیر و گرفتار را آزاد کند، به فقیر و بدهکار ببخشد و بر ادای حقوق واجبه و حوادث و بلاها جهت درخواست ثواب الهی شکیبایی ورزد، زیرا بدون تردید دستیابی به این خصلت‌ها شرف و کرامت در دنیا، و دستیابی به فضائل آخرت است اگر خدا بخواهد.» (۱).

امام سجاد علیه‌السلام در دعا برای یاری جستن بر ادای دین، از خداوند درخواست می‌نماید که عطاهای دنیایی را، سبب قرب الهی و بهشت خود قرار دهد: «و آنچه را از دارایی ناچیز دنیا به من ارزانی داشتی و آنچه از کالای آن برایم (در این جهان) پیش انداختی، سببی برای رسیدن به جوارت و پیوستن به مقام قربت و وسیله‌ای به سوی بهشتت قرار ده؛ که همانا تویی صاحب احسان بزرگ، و تویی بخشنده کریم.» (۱۲).

مقاومت و پایمردی در جهاد با دشمن

نصب‌العین بودن بهشت و عده‌های الهی آن در برابر چشم مجاهدان اسلام، آنان را چنان در صحنه‌های نبرد در برابر دشمنان مقاوم می‌سازد که هرگز اندیشه خالی کردن صحنه نبرد را به ذهن و انگیزه فرار از حریف را به دل راه نمی‌دهد و در این باره با خود حدیث نفس نمی‌کنند. بدیهی است که این مقاومت و پایمردی در صحنه جهاد اکبر و مبارزه با دشمن درون، ظهور بیشتری خواهد داشت.

امام سجّاد علیه‌السلام در دعا برای کسانی که در خط مقدّم آتش

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-21]

[DOI: 10.22034/7.1.17]

جنگ برای صیانت از مرز و بوم اسلامی در تلاش هستند، بـه امـوری چـون تهذیب نفس، تزکیه اخلاق، تربیت نفوس و تطهیر دل اشاره کرده اسـت و از خداوند می‌خواهد که قلب ایشان را به یاد خویش گرم کند، علاقه به دنیـا را از دل‌هایشان بیرون ببرد و تعلّق به خانه و محیط زندگی را از دل‌هـای آنـان بزداید؛ تا صحنه نبرد را ترک نکنند و از دشمن نگریزند و زمینه‌سـاز تحقـق همه این درخواست‌ها را یاد بهشت و نعمت‌های آن می‌داند:

«و بهشت را نصب‌العین آنان قرار ده، و آنچه را در آن فراهم آورده‌ای؛ از مسکن‌های جاوید، و جایگاه‌هـای کرامـت را ... در برابـر دیـدگان آنـان نمایان‌ساز؛ تا هیچ یک از آنان آهنـگ بازگشـت نکنـد، و اندیشـه گریـز از حریفِ خویش را در دل نگذراند.» (۱۲).

شب‌زنده‌داری و خلوت با محبوب

آن کس که در دنیا به فکر دوزخ و دوزخیان و عذاب‌های جهنم است، آن را برای خود، تازیانه سلوک عارفانه به سوی خدا مـی‌دانـد و از مرکـب شب و بیداری در آن بهره‌ها می‌گیرد؛ چنان که در بیان نورانی امام حسن عسکری علیه‌السلام وصول به حضرت حق برای سالکان جز با مرکب شب میسور نیست: «رسیدن به خداوند عـز و جـل سـفری اسـت کـه جـز بـا بهره‌گیری از مرکب شب، پیموده نشود.» (۲۰).

انسان وقتی سحر برمی‌خیزد و با خدایش گفتگو می‌کند و خـودش را به او می‌سپارد، گویی بر مرکب شب سوار می‌شود و این راه را طی می‌کند. چنین افرادی به قدری از زندگی لذّت می‌برند که هیچ کسی به اندازه آنها لذّت نمی‌برد.

سرور ساجدان و زینت عابدان علیه‌السلام در فرازهـای پایـانی دعـای عرفه برای آبادانی شب و خلوت در آن، چنین دعا می‌فرماید:

«و شبم را آباد گردان با: بیداری‌ام در آن برای عبادتت، و خلوتم (تجـردّم) به شب‌زنده‌داری برایت، و عُزلتم به آرام گـرفتن بـه پیشـگاهت و فـرود آوردن خواسته‌هایم بـه درگاهـت، و درخواسـت مکـرّرم از تـو در آزادی از آتشـت، و پناهندگی‌ام از عذابی که اهل آتش در آنند.» (۱۲).

تجرد در لغت به معنی عریانی است؛ زیرا انسان هنگـامی کـه عـزم کار بزرگی می کند، جامه خویش را بر زمین مـی‌افکنـد و در اصـطلاح عارفان و صاحبدلان، به معنی بیرون افکندن ماسوی الله از قلـب و سـرّ است؛ گاهی نیز این واژه به انقطاع از غیرخدا و خلوت گزیـدن و عزلـت اطلاق می‌شود و شاید به قرینه «بسکونی الیـک»، مـراد آن حضـرت از تجرد، معنای اخیر باشد (۲۴).

همنشینی با فقیران و مواسات با آنان

کسی که به سرای آخرت می‌اندیشد و به یاد آن است، همنشینی و مواسات با فقیران را دوست می‌دارد و بر آن استقامت مـی‌ورزد و خـود نیز دلبستگی به متاع فانی دنیا ندارد؛ زیرا می‌داند هـر چـه بـه مشـیت الهی در دنیا از او گرفته شود، در سرای ابدی برایش اندوخته مـی‌شـود. خداوند به حضرت عیسی علیه‌السلام سفارش فرمود: یَـا عِیسَـی! تَـزَیَّنْ بِالدِّینِ وَ حُبِّ الْمَسَاکِینِ؛ ای عیسـی! خـود را بـا دیـن‌داری و مهـر بـه مسکینان بیارای (۲۵).

امام سجاد علیه‌السلام با این نگرش که متـاع دنیـا فـانی و خـزائن آخرت باقی است، در دعایی که هنگام یاری جستن از خداونـد بـر ادای دین می‌خوانده است، از خداوند درخواست می‌کنـد کـه همنشـینی بـا فقیران را محبوب او گردانـد و در مواسـات بـا آنـان یـاری‌اش فرمایـد: «معبودا! همنشینی با فقیران را محبوب من گردان و با صبر نیکو مرا در همنشینی با آنان یاری کن و آنچه از متاع فانی دنیا از من دریغ داشتی، در گنجینه‌های باقی آخرتت ذخیره‌ساز.» (۱۲).

پرهیز از غفلت و اشتغال به ذکر و طاعت

اگر انسان همواره به مقصد و مقصود اخروی خویش بیندیشد و به یـاد آن باشد، زمان های غفلت او کوتاه و در همه مراحل عمر، به ذکر خداوند و طاعـت حق موفق خواهد بود و سیر الی‌الله را محبانه طی خواهد کـرد. ایـن راه همـان چیزی است که امام صادق علیه‌السلام فرموده است: «هنگامی که مؤمن از دنیا و زرق و برق آن کنار رود اوج می‌گیرد و شیرینی محبت خـدا را مـی‌یابـد و از نظر اهل دنیا، دیوانه به شمار آید؛ حال آن که شیرینیِ دوستی خدا، با این مؤمنان درآمیخته است و به کسی جز او نمی‌پردازند.» (۲۵).

منطق مؤمنـان درخواسـت جمـع میـان دنیـا و آخـرت از خداسـت؛ به‌گونه‌ای که نه امور دنیوی، آنان را از امور اخـروی غافـل کنـد و نـه بـه عکس؛ چنان که قرآن از این گروه یاد فرمـوده اسـت: «و گروهـی از آنـان می‌گویند: پروردگارا! به ما در دنیا نیکی و در آخرت هم نیکی عطا کن و ما را از عذاب آتش نگاه دار.» (بقره: ۲۰۱) لکن جمع کردن میان خیـر دنیـا و آخرت به طور کامل، برای کسی ممکن است که در زمان‌های غفلـت، بـه یـاد خدا است و در دوران عمر خویش (که مهلتی بـرای اوسـت) بـه طاعـت خـدا مشغول است و این مسیر را با محبت طی می‌کند.

سرور ساجدان در دعای شریف مکارم‌الاخـلاق راه جمـع میـان خیـر دنیا و آخرت را در یاد خداوند و طاعت و محبت او می‌داند:

«معبودا! بر محمد و خاندان او علـیهم‌السـلام درود فرسـت و مـرا در اوقات بی‌خبری برای یاد خودت هشیار ساز و در روزهای مهلت (عمر) بـه فرمانبرداری‌ات بگمار و برایم راهی هموار به سوی محبّتت روشن فرما؛ بـه سبب آن، خیر دنیا و آخرت را برایم کامل گردان.»(۱۲).

به گفته برخی عرفا، ذکر (یاد خـدا) چهـار مرحلـه دارد کـه سـه مرحلـه، پوسته‌های آن و یک مرحله مغز آن است. مرحله نخست ذکر زبانی، مرحله بعد ذکر قلبی است که انسان با تکلف بر خود تحمیل می‌کند و مرحله سـوم ذکـر قلبی است که مطابق طبع انسان و بدون تکلف است و مرحله چهارم کـه مغـز همه مراحل پیشین است، غرق شدن در یاد خدا و فنای در او است (۲۴).

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-21]

[DOI: 10.22034/7.1.17]

انسان حقیقی شدن

از نظر امام سجاد علیه‌السلام انسان زنده، اهل حمد است و حیات او در حمدش خلاصه می شود. تصرف در نعمت‌های الهی بدون شکرگزاری، سبب بیرون شدن انسان از حدود انسانیت و هبوط به حد حیوانیت می‌شود؛ چنان که فرمود: «اگر راه شناخت حمد خود را از بندگان خویش دریغ می‌داشت، چون آنان را برای امتحان، به احسان‌های پی در پی و اعطای نعمت‌های گوناگون مبتلا کرده، به صَرف نعمت‌های الهی مشغول می‌شدند و او را سپاس نمی‌گزاردند و اگر چنین بودند، از حدود انسانیت خارج و به سرحد حیوانیت می‌رسیدند.» (۱۲).

امام سجاد علیه‌السلام فصل مقوّم انسان را حمد الهی معرفی فرموده ... بنابراین، اگر کسی حامد نبود یا تنها در حدّ زبان، اهل حمد الهی بود، نه در عمل و قلب، از حدود انسانیت خارج شده و به مرز بهیمیّت رسیده است و همچون چهارپایان از نعمت‌ها بهره می‌برد ولی معرفت حمد الهی را ندارد. پس حمدِ الهی ملاک تمایز انسان از حیوان است و فصل اخیر انسان، حامد بودن اوست (۲۶).

حضرت سیدالساجدین علیه‌السلام یکی از آثار چنین حمدی را یاری رساندن به حامد در برزخ و قیامت می‌داند. چنان که در دعای موسوم به «دعای حمد» می‌فرماید: «ستایش از آن خدا است؛ ... ستایشی که تاریکی‌های برزخ را برای ما روشن سازد، و راه قیامت را بر ما آسان نماید.» (۱۲).

آن حضرت حمدی را از خداوند درخواست می‌کند که او را در بهشت جاوید، همنشین فرشتگان و انبیاء علیهم‌السلام قرار دهد: «ستایشی که با آن در جمع فرشتگان مقرب قرار گیریم و در سرای جاویدانی که هرگز زوال ندارد و محل کرامتی که تغییر نپذیرد به پیامبران مرسل بپیوندیم.» (همان)

حمدی که انسان را هم ردیف فرشتگان و دوش به دوش ملائکه مقربان و در کنار انبیای مرسلان در قیامت قرار می‌دهد، به یقین حمدی است که از ایمان و معرفت کامل سرچشمه می‌گیرد و آثار آن در زندگی مادی و معنوی انسان آشکار می‌شود. (۲۱).

انس با قرآن و طلب شفاعت از آن

کسی که نگران مرگ، برزخ و قیامت خویش است، در دنیا با اعمالی انس می‌گیرد که در سکرات مرگ و حوادث بعد از آن به کارش بیاید و در عقبه‌هایی که پیش روی اوست، از آنها استشفاع کند. از نظر امام سجاد علیه‌السلام، قرآن بهترین وسیله و پناهگاهی است که انسان را در حوادث مرگ و معاد یاری می‌دهد:

«معبودا! بر محمّد و خاندان او علیهم‌السلام درود فرست ... و به سبب قرآن ما را از خوی‌های نکوهیده و اخلاق پست دور بدار ... ؛ تا (قرآن) در روز قیامت راهبر ما به سوی خشنودی و بهشت تو، و در دنیا بازدارنده ما از خشم و تجاوز از احکام تو باشد، و به حلال دانستن حلال، و حرام دانستن حرامِ آنچه نزد توست گواه باشد.» (۱۲).

آن حضرت در دعای ختم قرآن، از نازل شدن عزرائیل سلام‌الله علیه برای کسی که در آستانه مرگ است یاد می‌کند و در آن حال شفاعت قرآن را از خدا می‌خواهد: «و قرآن را برایمان دستاویزی قرار ده برای رسیدن به برترین منازل کرامت، و نردبانی ساز که بدان، تا جایگاه امنیّت (بهشت) بالا رویم، و سببی گردان که بدان، نجات در عرصه قیامت را پاداش یابیم، و وسیله‌ای قرار ده که بدان بر نعمت فراوان سرای اقامت (بهشت جاوید) درآییم.» (۱۲).

و در فراز دیگری می‌فرماید: «و به واسطه قرآن، در ایستگاه عرض اعمال به پیشگاهت، به خواری جایگاه ما رحمت آور و در هنگام لرزش گذرگاه جهنم در روز گذر بر آن، گام‌هایمان را از لغزش بازدار و تاریکی گورهای ما را پیش از برانگیختن روشن فرما و ما را از هر سختی در روز قیامت و از ترس‌های سنگین آن روزِ غلبه رهایی ده.» (۱۲).

روایات در باره شفاعت قرآن در روز قیامت از کسانی که پیروی آن بوده‌اند و شکایت از کسانی که بی‌اعتنایی به آن کرده‌اند، بسیار است؛ چنان که در روایتی از رسول اکرم صلّی‌اللّه علیه و آله، قرآن شافع مشفّع و ماحل مصدق معرفی شده است؛ یعنی شفاعت‌کننده‌ای که شفاعتش پذیرفته و خصومت‌کننده‌ای که مخاصمه او تصدیق می‌شود (۲۷).

طهارت دل و نیکنامی

کسی که می‌خواهد در زمره صالحان و پرواپیشگان باشد و پس از مرگ به نیکی از او یاد کنند، باید همانند بهشتیان، قلبش از کینه منزّه و از حِقد مبرّا بماند؛ چنان که قرآن بهشتیان را چنین وصف می‌فرماید: «و ما هرگونه کینه‌ای در سینه‌های آنان را برکنده‌ایم، (در نتیجه آنان) برادرانه بر تخت‌ها روبروی یکدیگرند.» (سوره حجر: ۴۷)

امیرمؤمنان علیه‌السلام می‌فرماید: «از کینه‌توزی نسبت به یکدیگر بپرهیزید، زیرا کینه ورزی دینِ شما را همانند تراشیدن مو با تیغ از میان می‌برد.» (۱).

امام سجاد علیه‌السلام در فرازهای پایانی دعای عرفه، هم طهارت دل از کینه مؤمنان و هم مهرورزی به آنان را از خداوند طلب می‌فرماید، هم نیکنامی پس از مرگ را: «و دشمنی مؤمنان را از دلم برکن، و قلبم را بر خاشعان مهربان‌ساز، و با من آنچنان باش که با شایستگان هستی، و به زینت پرهیزکارانم بیارای، و برایم یاد خوبی در میان بازماندگان، و آوازه روزافزونی در میان آیندگان قرار ده، و در جایگاه پیشتازانم وارد ساز.» (۱۲).

اگر کسی به یاد زندگانی جاوید و حیات پس از مرگ نباشد، برایش چه تفاوت دارد که از او نام نیک به یادگار بماند یا نام زشت؟ او انگیزه‌ای ندارد که در پی خوبی‌ها و نیکی‌ها برود و از تجاوز و ستم پرهیز کند. درخواست نیکنامی را انبیاء علیهم‌السلام نیز داشته‌اند. دعا و خواست حضرت ابراهیم علیه‌السلام، زنده ماندن همیشگی با داشتن

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-21]

[DOI: 10.22034/7.1.17]

زبان صادقی در آیندگان بوده است: «و برای من یادی نیکو در آیندگان قرار ده!» (شعراء: ۸۴) اگر شنیده‌اید که ابراهیم علیه‌السلام از خدای تعالی چنین درخواستی کرده، منظورش ذکر خیر آیندگان نبوده؛ بلکه منظورش این بوده که دعوت حقه‌اش در انسان‌های آینده نیز باقی باشد و لسان صادقش همواره گویا بماند، نه اینکه بعد از او ذکر خیرش را بگویند و بس (۲۷).

پرواپیشگی (تقوا)

نخستین شرط سلامت معنوی و شفای دل از بیماری‌های درونی، پرهیز است. کسی که به مسافر بودن و کوچیدن خود می‌اندیشد و مقصد و اقامتگاه ابدی خویش را به یاد دارد، همواره در تلاش برای کسب توشه تقوا است و از فرصت کوتاه عمر برای تهیّه زادراه ابدی خود بیشترین بهره برداری را می‌کند.

حضرت علی بن‌الحسین علیه‌السلام در نیایش خود، انسان را مسافری معرفی می‌فرماید که نیازمند زاد و توشه است و مقصدی دارد که به سوی آن در حرکت است؛ آنگاه به محلی وارد می‌شود که محل اقامت و استقرار او است؛ سپس از خداوند درخواست می‌نماید که توشه این راه را برایش تقوا قرار دهد:

«و از دنیا، تقوایت را زادراه من گردان و کوچ مرا به‌سوی رحمتت، و ورودم را در خشنودی‌ات و جایگاهم را در بهشتت قرار ده.» (۱۲)، امام علیه‌السلام در این عبارت، تقوا را زادراه، رحمت الهی را مقصد، رضایت حق را ورودی آن و بهشت را اقامتگاه می‌شمرد (۲۱).

نتیجه‌گیری

هرگاه انسان مرگ را پیش روی خود ببیند و نگران مرگ و برزخ و قیامت خویش باشد، برای هر گناهی که ناخواسته از او سر می‌زند، فوری توبه می‌کند و آن را به تأخیر نمی‌اندازد؛ متاع ناچیز دنیا را ماندگار نمی‌داند و آن را در راه رسیدن به قرب‌الهی و سرای ابدی خود هزینه می‌کند؛ در دنیا با اعمالی همچون حمد الهی و انس با قرآن خود را مشغول و مانوس می‌سازد که در سکرات مرگ و حوادث بعد از آن به کارش آید؛ از بیداری در شب و خلوت با محبوب بهره‌ها می‌گیرد؛ همنشینی و مواسات با فقیران را دوست می‌دارد و بر آن استقامت می‌ورزد؛ در زمان‌های غفلت، به ذکر خداوند و طاعت او مشغول است و محبانه سیر الی‌الله دارد؛ همواره در تلاش برای کسب توشه تقوا است؛ از همه فرصت‌های حیات دنیایی خود برای تطهیر از رذایل و کسب فضایل بهره می‌گیرد و به صیانت از حیات معنوی و استمرار آن اهتمام دارد وسرانجام، بهشت و وعده‌های الهی را پیش چشم داشتن، انسان را در عرصه جهاد اصغر و اکبر مقاوم می‌سازد.

منابع

1. Sharif Razi A. Nahj al-Balagha. Translated by M. Dashti. Tehran: The Promise of Islam; 2005. [In Persian]
2. Javadi Amoli A. Tasnim Exegesis. Qom: Esra Publications; 2009. [In Persian]
3. Abul Qasimi MJ. Conceptology of spiritual health and its scope in religious attitude. Medical Ethics 2012; 6(20): 68-45. [In Persian]
4. Babapour J, Rasoulzadeh Tabatabei K, Ezheii J, Fathi Ashtiani A. Investigation of the relationship between problem solving methods and psychological health of students. Psychology 2013; 25: 16-3. [In Persian]
5. Abbaszade M, Rashad AA. Religion and Spiritual Health: Background, Necessity and foundations. Iran J Cult Health Promot 2021; 4(3): 383-90. [In Persian]
6. Esfahani M. Spiritual health and approach. Medical Ethics 2010; (4)14: 49-41. [In Persian]
7. Roodgar M. Spiritual Conduct Foundations of Spiritual Health. Iran J Cult Health Promot 2022; 6(2): 265-273. [In Persian]
8. Rashad AA. Sense Devoid of Sense. Tehran: Research Institute for Islamic Culture and Thought Publishing Organization; 2009. [In Persian]
9. Rashad AA, Abbaszadeh M. The Basis of Spiritual Health. . Iran J Cult Health Promot 2019; 3(2): 198-206. [In Persian]
10. Fakhr al-Din al-Razi M. Al-Tafsir al-Kabir. Beirut: Dar Ehya Torath al-Arabi; 1999.
11. Javadi Amoli A. Thematic exegesis of Quran, Afterlife in Quran. Qom: Esra Publications; 2007. [In Persian]
12. Al-Ṣaḥīfa Al-Sajjādīyya. Translated by F. Ahmadi. Qom: Osweh; 2020.
13. Azhari MA. Tahdhib al-lughat. Beirut: Dar Ehya Torath al-Arabi; 2000.
14. Ibn Babawayh al-Qummi A. Al-Khisal. Translated by M. Baqir Kamrei. Isfahan: Computer Research Center; 2019.
15. Fayyūmī A. Al-misbah al-munir fi gharib al-sharh al-kabir lil-rafi'i. Cairo: dar al-Maarif; 1976.
16. Tarihi F. Tafsir Majma Al-Bahrin. Tehran: Al-Mortazawieh School; 1996.
17. Qahpaei B. Riyad al-Abidin in explaining the Sahife of Maulana Zain al-Abidin. Tehran: Ministry of Islamic Culture and Guidance; 1976. [In Persian]
18. Hamiri A. Ghorbal Asnad. Qom: Ale Al-Bayt; 1992.
19. Majlesi MB. Bahar-al-Anvar. Beirut: Dar Ehya Torath al-Arabi; 1989.
20. Ibn Hanbal A. Musnad Ahmad ibn Hanbal. Beirut: Al-Rasalah Institute; 1995.
21. Makarem Shirazi N. Islamic mysticism. Qom: Ali bin Abi Talib; 2019. [In Persian]
22. Mostafavi H. Researching the words of the Holy Qur'an. Tehran: Dar al-Katb al-Islamiya; 1989. [In Persian]
23. Ibn abi jumhur al-ahsai M. Awali al-la'ali al-'aziziyya fi l-ahadith al-diniyya. Qom: Seyyed al-Shohada; 1982.
24. Madani Shiraz A. Riaz Al-Salkin. Qom: Islamic Publications Office; 2020. [In Persian]
25. Al-Kulayni M. Al-Kafi. Translated by MB. Kamarei. Qom: Oswa; 1998.

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-21]

[DOI: 10.22034/7.1.17]

26. Javadi Amoli A. Thematic exegesis of Quran, Monotheism in Quran. Qom: Esra Publications; 2007. [In Persian]
27. Tayeb A. Atyab Al-Bayan fi Tafsir al-Qur'an. Tehran: Sebtain Institute; 1991.
28. Tabatabai MH. Al-Mizan fi Tafsir al-Quran. Translated by MB. Moosavi Hamedani. Qom: Seminary Scholar's Community; 1999. [In Persian]

Original

The Result of the Effect of Remembrance of Death and Resurrection on the Spiritual Health of Human in the Field of Action, from the Perspective of Al Sahifa Al-Sajjadiyya

Fatemeh Ahmadi[1], Ali Asasdi Asl[2*], Abbas Esmaeilizadeh[3]

1. PhD Student, Quran and Hadith Sciences, Ferdowsi University of Mashhad, Iran
2. **Corresponding Author:** Associate Professor, Faculty of Theology, Department of Quran and Hadith, Ferdowsi University, Mashhad, Iran, asadi-a@um.ac.ir
3. Associate Professor, Faculty of Theology, Department of Quran and Hadith, Ferdowsi University, Mashhad, Iran

Abstract

Background: Based on the divine worldview, the current world system is not eternal. Also, the human spirit is immaterial and is not destroyed by the death of the mortal body. This fact is clearly explained by Zayn-al-Abidin (a) in the Al-Sahifa Al-Sajjadiyya. All aspects of human health, including physical, mental, social, emotional and spiritual, have been emphasized in Al-Sahifa al-Sajjadiyya; However, similar to the Quran, governance is always ascribed to the spiritual aspect of health.

Methods: The method of this article is a library and Ijtihad method, with a direct and methodical study of Sahifa Al-Sajjadiyya, in an attempt to obtain valuable resources about spiritual health in the field of action, which is the result of remembering death and resurrection. Contents have been explained with rational and narrative reasoning, referring to verses and traditions, and using interpretations of Sahifa and other religious texts.

Results: Some of the effects of remembrance of death and resurrection on spiritual health in the field of action, from the perspective of the Al-Sahifa Al- Sajjadiyya, include: thinking of repentance and good fate, having a good life and a good death, taking advantage of the insignificant world for the sake of God, resistance and steadfastness, staying awake at night and being alone with the beloved God, going along with the poor, avoiding neglect, becoming a true human being, being close to the Qur'an, purity of heart and good name, and piety.

Conclusion: Remembrance of death and resurrection leads to changes in internal and external human behavior and improves his spiritual health. The findings of this research are unique to Sahifa Al- Sajjadiyya, and its literature is significantly different from similar findings in other sources.

Keywords: Death, Health, Islam, Resurrection, Spirituality

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-21]

[DOI: 10.22034/7.1.17]