



دانشگاه تهران  
دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی



استاد آقامه نماز

# کنگره نماز و سلامت روان



۱۹ و ۲۰ آبان ماه ۱۳۹۵

وبسایت: <http://namazcongress.com>



دانشگاه تهران



معاون آموزشی  
مرکز مشاوره و خدمات فرهنگی تهران



مرکز مشاوره و خدمات فرهنگی آسیا



انجمن روانشناسی ایران



مرکز مشاوره و خدمات فرهنگی آسیا  
سازمان تخصصی روانشناسی ایران



انجمن روانشناسی ایران  
مؤسسه تخصصی خدمات فرهنگی



دانشگاه تهران



دانشگاه تهران



انجمن روانشناسی ایران



CIVILICA





## کنگره ملی نماز و سلامت روان

رئیس کنگره: دکتر غلامعلی افروز  
دبیر علمی کنگره: دکتر علی اکبر ارجمندنیا  
دبیر اجرایی کنگره: دکتر محمد جوادی پور





## اعضای کمیته علمی کنگره:

جناب آقای دکتر رضا خجسته مهر  
جناب آقای دکتر محمد خدایاری فرد  
جناب آقای دکتر کمال خرازی  
جناب آقای دکتر فریبرز درتاج  
جناب آقای دکتر عباس رحیمی نژاد  
جناب آقای دکتر محمدرضا شرفی  
جناب آقای دکتر ناصر صبحی قراملکی  
جناب آقای دکتر مجید صفاری نیا  
جناب آقای دکتر محمدکاظم عاطف وحید  
سرکار خانم دکتر اسما عاقبتی  
سرکار خانم دکتر جمیله علم الهدی  
جناب آقای دکتر باقر غباری بناب  
جناب آقای دکتر سید محسن فاطمی  
جناب آقای دکتر علی فتحی آشتیانی  
سرکار خانم دکتر سوگند قاسم‌زاده  
جناب آقای دکتر قنبری  
جناب آقای دکتر کیوان کاکابرابی  
جناب آقای دکتر کلانتری  
جناب آقای دکتر مسعود غلامعلی لواسانی  
جناب آقای دکتر علی مقدم زاده  
جناب آقای دکتر حمید یعقوبی  
جناب آقای دکتر سید جلال یونس

جناب آقای دکتر مسعود آذربایجانی  
جناب آقای دکتر علی اصغر احمدی  
جناب آقای دکتر علی اکبر ارجمندنیا  
جناب آقای دکتر علی اصغر نژاد فرید  
جناب آقای دکتر غلامعلی افروز  
جناب آقای دکتر احمد برجعلی  
جناب آقای دکتر جعفر بوالهبری  
جناب آقای دکتر احمد به پژوه  
جناب آقای دکتر هادی بهرامی احسان  
سرکار خانم دکتر شهلا پاکدامن  
جناب آقای دکتر رضا پورحسین  
سرکار خانم دکتر مه سیما پورشهریاری  
جناب آقای حمید پیروی  
جناب آقای دکتر مسعود جان بزرگی  
جناب آقای دکتر جوکار  
جناب آقای دکتر فرهاد چنگیزی  
جناب آقای دکتر جواد حاتمی  
سرکار خانم دکتر منصوره حاج حسینی  
سرکار خانم دکتر الهه حجازی  
جناب آقای دکتر سعید حسن‌زاده  
سرکار خانم دکتر سیمین حسینیان





## اعضای کمیته اجرایی کنگره:

جناب آقای دکتر فرهاد چنگیزی  
جناب آقای سید حسین نبوی  
جناب آقای محمد جلینی  
جناب آقای محمد کریمیان  
جناب آقای محمدرضا عبدلی  
جناب آقای محسن حکمت  
سرکار خانم نسرین لطفی  
سرکار خانم اعظم ابراهیمی  
سرکار خانم مژگان عطار  
سرکار خانم رویا سیفی  
جناب آقای محمدرضا چوبین  
جناب آقای مهدی صفرزاده  
جناب آقای مهدی جمالی  
جناب آقای علی قاسمی  
جناب آقای مهران مقدم  
جناب آقای هاییل عبدالله زاده  
سرکار خانم فائزه جامحمدی  
جناب آقای امیر میرزایی  
سرکار خانم پگاه سروشیان  
جناب آقای حیدر عمارلو  
جناب آقای میثم عقلمند  
سرکار خانم عفت یوسفی  
سرکار خانم فاطمه خمسه





## پیام رئیس کنگره

نماز کامل‌ترین پاسخ به عالی‌ترین نیاز انسان است، و عالی‌ترین نیاز انسان، نیاز به خود شکوفایی و نیل به کمال وجود است. و خود شکوفایی در بستر دل آرامی و بهره‌مندی از نشاط معنوی مقدور و میسر خواهد بود.

آرامش بزرگ‌ترین موهبت خالق مهربان است، یاد خدا و ذکر و تسبیح حق سرچشمه زلال معرفت و دل‌آرامی است، و نماز تسبیح اکبر است. نماز زینت مؤمنان و فرصت سخن گفتن با خالق شگفتی‌هاست. هم‌کلامی با خدای مهربان، باور قلبی به هستی‌بخش علیم و حکیم و قدیر، وجود انسان را اعتلا بخشیده و آرامش عرشی را در وجودش نهادینه می‌نماید.

همین است که نماز، این پرچم عبادت‌ها، سکوی پالایش روان و بستر شکفتن وجود و زیباترین جلوه توحید و یکتایی است.

خدای مهربان را شاکریم که به ما توفیقی عنایت کرد تا با جمعی از همراهان صمیم بتوانیم میزبان شما عزیزان در اولین کنگره نماز و سلامت روان باشیم.

با سپاس از همه عزیزانی که ما را در برگزاری این کنگره ارزشمند عرشی یاری نمودند، مقدم همه شما خوبان را گرامی می‌داریم.

امید است ای کنگره فرصت مطلوبی برای تبادل اندیشه‌ها و ارائه دیدگاه‌های نوین در قلمرو نماز و سلامت روان از منظر مطالعات روان‌شناسی و علوم تربیتی باشد.

سلامت و توفیقات همه شما خوبان را از خالق مهر آفرین مسألت دارم.

دکتر افروز

استاد ممتاز دانشگاه تهران

رئیس کنگره





## پیام حجت الاسلام قرائتی ریاست ستاد اقامه نماز

یکی از مهم ترین نقش ها و کارکردهای نماز در بازسازی از منکرات است. برای اصلاح جامعه تغییر رفتارها و باورهای بنیادین فرد فرد اعضای آن لازم است. برای این تغییر نیاز به پذیرش رفتاری خاص از سوی جامعه تعیین کننده است. اسلام این رفتار را ۱۴۰۰ سال پیش تجویز کرده است که همان نماز است و وظیفه ما تلاش برای تفهیم هر چه بهتر مفهوم و کارکردهای نماز در جامعه است و این رسالت نیاز به تبیین و توجیه افراد جامعه دارد که امری سخت و حساب شده است.

ریشه‌ی تمام منکرات در جامعه غفلت است و خداوند در آیه ۱۷۹ سوره‌ی اعراف، انسان غافل را از حیوان بدتر شمرده است. «أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلَّ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ» بر طبق آیه «أَقِمِ الصَّلَاةَ لِدُكْرِي» نماز یاد خدا و بهترین وسیله‌ی غفلت‌زدایی است. پس زمینه‌ی منکرات را از بین می‌برد.

نماز، دارای احکام و دستوراتی است که رعایت هر یک از آنها انسان را از فحشا و منکر باز می‌دارد در قیامت، اهل بهشت از دوزخیان می‌پرسند: «يَسْأَلُونَ عَنِ الْمُجْرِمِينَ مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ» چه چیز شما را روانه جهنم کرد؟ یکی از پاسخ‌هایشان اینست که ما پایبند به نماز نبودیم: «كَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ» از این آیات استفاده می‌شود که بین ارتکاب جرم و پای بند نبودن به نماز ارتباط وجود دارد.

از سوی دیگر قرآن می‌فرماید: «أَنَّ الصَّلَاةَ تُنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ» قطعاً نماز از فحشا و منکر جلوگیری می‌کند. این آیه شریفه نشان می‌دهد نقش نماز در اصلاح فرد و جامعه و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی قطعی است.

البته عده‌ای با وجود اینکه نماز می‌خوانند باز گناه می‌کنند همانگونه که اگر مدرسه و دانشگاه به انسان رشد علمی می‌دهد به این معنا نیست که هرکس به مدرسه و دانشگاه رفت به آن رشد می‌رسد، بلکه به این معناست که مدرسه و دانشگاه بستر رشد است به شرط آنکه با جدیت درس بخوانید و آنچه را می‌خوانید بفهمید. نماز نیز اگر با اصول و شرایطی که دارد اقامه گردد، مانع فحشا و منکر می‌شود.

خداوند در آیه ۵۹ سوره مریم می‌فرماید: «فَخَلَفَ مِنْ بَدْعِهِمْ خَلْفًا أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهْوَاتِ فَسُوفَ يَلْقَوْنَ غِيَا» آن گاه پس از آنان، جانشینان بد و ناشایسته‌ای آمدند که نماز را ضایع کردند و هوسها را پیروی کردند. پس به زودی (کیفر) گمراهی خود را خواهند دید.

ضایع کردن نماز، غیر از نخواندن و ترك آن است. کسی که نماز می‌خواند، ولی بدون رعایت شرایط آن یا با تأخیر، چنین کسی نماز را ضایع کرده و آن را سبک شمرده است. اهمال و کوتاهی مسئولین و اندیشمندان و پژوهش‌گران این مملکت در اشاعه و شناساندن فواید و لزوم پایبندی به نماز نیز مصداق بارز سبک شمردن نماز است. باشد که چنین برنامه‌هایی بتواند از بار غفلت جامعه کم کرده و از ضایع شدن نماز جلوگیری کنند.





## پیام دبیر علمی کنگره

نماز برترین عمل در پیشگاه حضرت حق و پسندیده‌ترین عبادت در محضر باری تعالی است. نماز زیباترین نغمه‌ی مؤمن برای طی طریق و اتصال به منبع لایزال الهی است. با نماز است که مؤمن فراغ بال پیدا کرده و با روحی سبک و سرشار از عطر معنویت در فواصل مختلف شبانه‌روز به منبع هستی دست یازیده و از آن متعمم می‌گردد. از این رو اهمیت آن بر همه ابنا بشر مبرهن است و تأکید بر آن صرفاً به معنای تذکر به مسلمانان و آزادگان و مؤمنان با هدف بهره‌مند ساختن بیشتر ایشان از این سفره گسترده نعمت حق تعالی است.

دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران در جهت تعمق بیشتر و تحقیق در حوزه اثرات و برکات نماز، این فریضه زیبا با مشارکت جمعی از اندیشمندان و محققان اقدام به برگزاری کنگره نماز و سلامت روان در روزهای ۱۹ و ۲۰ آبان ۱۳۹۵ نموده و میزبان علاقه‌مندان این حوزه است. در خصوص تأثیر نماز بر بهداشت جسم و روان قلم‌فرسای‌ها و مکاشفه‌های علمی و تجربی فراوانی صورت گرفته است به‌گونه‌ای که به نظر می‌رسد در حال حاضر با خزینه گران‌بهایی از دانش و تحقیق و یافته پژوهشی روبرو هستیم. جا دارد با انجام همایش‌ها و کنگره‌هایی از این دست محفلی شکوهمند و درخور برای به نمایش گذاشتن و اعلان بخشی از این خزانه ارزشمند به پا کنیم تا دین خود را ادا کرده و به نشر و توسعه آن همت گماریم. باشد که باری تعالی این وجیزه ناچیز را از همه پژوهشگران و علاقه‌مندان بپذیرد. این‌جانب به سهم خود مقدم کلیه علاقه‌مندان، میهمانان، پژوهشگران، اساتید و دانشجویان و دانش‌پژوهان عرصه علم و معرفت در این محفل عرشی گرامی داشته و به ایشان خیرمقدم عرض می‌کنم و از ایشان تقاضا دارم تا ضمن مشارکت فعال در بخش‌های مختلف همایش خادمان خود را در کمیته علمی همایش از نظرات ارزنده خود محروم نکنند. برای همه بزرگواران توفیق الهی و سلامتی روزافزون و زندگی در پرتو الطاف خفیه الهی آرزو می‌کنم و امید دارم تا زندگی‌شان همواره مملو از نور نماز و برکت آن باشد.

و من الله توفیق  
دکتر علی اکبر ارجمندنیا  
دبیر علمی کنگره







پذیرش- ورودی تالار کوثر	۸:۳۰ - ۷:۳۰
تلاوت قرآن کریم / سرود جمهوری اسلامی ایران / نماهنگ دانشگاه تهران سخنان رئیس کنگره دکتر غلامعلی افروز سخنان رئیس دانشکده: جناب آقای دکتر خداپاری فرد گزارش دبیر کمیته علمی دکتر ارجمندنیا سخنرانی رئیس ستاد اقامه نماز حجت الاسلام قرائتی سخنرانی معاون محترم فرهنگی وزارت علوم تحقیقات و فناوری دکتر هاشمی	۱۰ - ۸:۳۰
پذیرایی	۱۰:۳۰ - ۱۰
میزگرد نماز و کاهش اضطراب (با حضور دکتر اصغرنژاد ، دکتر بوالهروی، دکتر درتاج، دکتر شایسته ،دکتر یعقوبی)	۱۱:۴۵ - ۱۰:۳۰
اقامه نماز و نهار	۱۳ - ۱۱:۵۰
میزگرد نماز و پیشگیری از افسردگی (با حضور دکتر بهرامی احسان، دکتر بابامرادی، دکتر سهرابی ، دکتر صبحی، دکتر منطقی، ، دکتر رضانی، دکتر جلال یونسی)	۱۴:۳۰ - ۱۳
سخنرانی دکتر غلامعلی افروز	۱۴:۵۰ - ۱۴:۳۰
سخنرانی دکتر باقر غباری بناب	۱۵:۱۰ - ۱۴:۵۰
سخنرانی دکتر منصوره حاج حسینی	۱۵:۳۰ - ۱۵:۱۰
پذیرایی	۱۶ - ۱۵:۳۰
سخنرانی دکتر محمد خداپاری فرد	۱۶:۲۰ - ۱۶
سخنرانی دکتر فرهاد چنگیزی	۱۶:۴۰ - ۱۶:۲۰
سخنرانی دکتر جلیوند	۱۷ - ۱۶:۴۰



برنامه روز دوم، پنجشنبه ۲۰ آبان ماه

قرائت قرآن کریم	۸ - ۸:۱۰
سخنران کلیدی - دکتر هادی بهرامی احسان	۸:۱۰ - ۸:۳۰
سخنران کلیدی دوم	۸:۳۰ - ۹
سخنرانی دکتر دلیر	۹ - ۹:۲۰
سخنرانی دکتر زهرا نقش	۹:۲۰ - ۹:۴۰
سخنرانی دکتر فاطمه نصرتی	۹:۴۰ - ۱۰
پذیرایی	۱۰ - ۱۰:۳۰
میزگرد نماز- تقویت تاب آوری (دکتر رنجبران، دکتر معماریان، دکتر غباری بناب)	۱۰:۳۰ - ۱۱:۴۵
اقامه نماز - ناهار	۱۲ - ۱۳
اختتامیه	۱۳ - ۱۵





# لوح فشرده چکیده ها

کمیته علمی کنگره هیچگونه ویرایشی در متن مقالات انجام نداده است. کلیه مسئولیت ها بر عهده نویسندگان محترم می باشد.



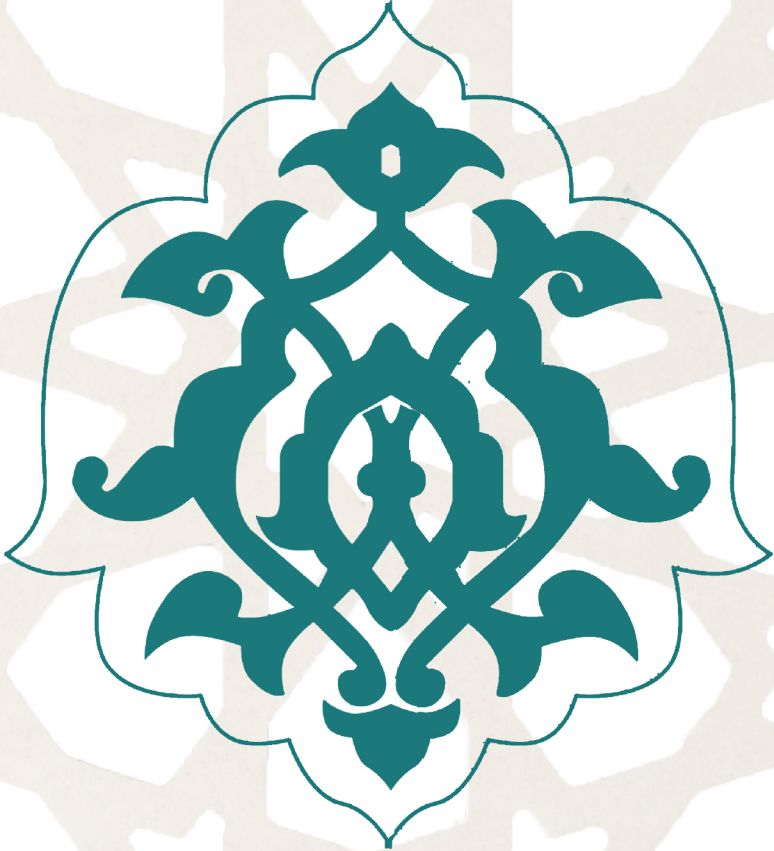


دانشگاه تهران  
دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی



ستاد اقامه نماز

# کنگره نماز سلامت روان



۱۹ و ۲۰ آبان ماه ۱۳۹۵

وبسایت: <http://namazcongress.com>



دانشگاه تهران



معاونت دانشجویی



مرکز مشاوره و خدمات درمانی احیا



انستیتو کودکان استثنایی ایران



وزارت بهداشت و درمان  
سازمان کنش‌های اجتماعی



پسوی نماز ایران  
مؤسسه پژوهش‌های سلامت‌نگاری



دانشگاه علوم پزشکی تهران



سازمان بهزیاری



انجمن روانشناسان ایران



CIVILICA