

بسم الله الرحمن الرحيم

آرامش روان از منظر آیات قرآن

www.ketab.ir

سید محمدرضا عدنانی ساداتی

استادیار گروه معارف دانشگاه پیام نور

سرشناسه: عدنانی، سیدمحمدرضا، ۱۳۴۵ -
عنوان و نام پدیدآور: آرامش روان از منظر آیات قرآن / سید محمدرضا عدنانی ساداتی.
مشخصات نشر: قم: میراث ماندگار، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری: ۲۳۰ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۱۴-۹۵۶-۴
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
موضوع: آرامش و آسایش -- جنبه‌های قرآنی
Relaxation -- Qur'anic teaching
رده بندی کنگره: BP۱۰۴
رده بندی دیویی: ۱۵۹/۲۹۷
شماره کتابشناسی ملی: ۹۰۱۷۵۰۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

- نام اثر: آرامش روان از منظر آیات قرآن
- نویسنده: سید محمدرضا عدنانی ساداتی
- ناشر: انتشارات میراث ماندگار
- نوبت چاپ: اول ۱۴۰۱
- تیراژ: ۱۵۰ جلد
- قیمت: ۹۸,۰۰۰ تومان
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۱۴-۹۵۶-۴

مرکز پخش: قم، ساختمان ناشران، پلاک ۳۱۸

تلفن: ۰۲۵۳۷۸۴۲۳۹۸

فهرست

۷.....	مقدمه
۹.....	فصل اول: آرامش روان در پرتو ایمان و تقوا.....
۱۰.....	ایمان
۱۵.....	ایمان خالصانه
۲۲.....	تقوا
۳۲.....	تقوا و عمل صالح
۳۵.....	اقامه نماز
۳۷.....	ذکر
۴۹.....	فصل دوم: آرامش روان در پرتو زکات و انفاق
۵۰.....	زکات
۵۲.....	زکات عامل پاکی فرد و جامعه
۵۶.....	انفاق
۵۶.....	انفاق در راه خدا
۶۱.....	فصل سوم: آرامش روان در پرتو استقامت، تسلیم و توکل
۶۲.....	استقامت در راه خدا
۷۴.....	تسلیم

- ۷۶..... توکل
- ۷۸..... تاثیر سریع تربیت الهی
- ۸۵..... بینش توحیدی زیربنای توکل است
- ۸۶..... توکل نتیجه در راه حق بودن انسان است
- ۸۷..... پی گیری در تلاش و کوشش در سایه توکل
- ۸۹..... فصل چهارم: دلداری و دلدادگی
- ۹۰..... دلداری حضرت لوط
- ۹۰..... سرنوشت آلودگان
- ۹۶..... دلداری حضرت ابراهیم:
- ۱۰۷..... فرازی از زندگی بنفشه گل
- ۱۱۳..... دلداری حضرت مریم
- ۱۲۲..... دلداری حضرت موسی
- ۱۲۸..... دلداری پیامبر و همراهش
- ۱۳۹..... داستان یار غار
- ۱۴۳..... فصل پنجم: آرامش اولیاء
- ۱۵۳..... [اولیاء الله چه کسانی هستند؟]
- ۱۶۶..... عوامل نگرانی و پریشانی
- ۱۷۵..... فصل ششم: آرامش روان در پرتو مائده آسمانی
- ۱۷۶..... مائده آسمانی

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على اشرف المرسلين

وخاتم النبيين وعلى آله اجمعين

مقدمه

گزارش نیست اگر بحث آرامش را مهترین گتمان و دیالوگ بشر در عصر حاضر بدانیم سردمداران فکری عالم چند صباحی صنعتی شدن جوامع را حلال مشکلات معرفی نموده اند واین چنین تلقین کرده اند که اگر تمام زوایای زندگی انسان مرتبط باصنعت و تکنیک شود دیگر جایی برای نگرانی نیست معلمان این مدرسه صدای دستگاه های غول پیکر صنعتی را به لالائی مادرانه ترجمه کرده اند تا شاید بشر خواب بهتری را تجربه کند غافل از اینکه صنعت و تخصصی که در آن خبری از تعهد و معنویت نباشد شاید رفاه نسبی را به شما هدیه دهد اما پژواکی از آرامش در آن به گوش نمی رسد دقیقا در وقتی که صدای بوق ماشین توسعه گوش همه را پر کرده بود نسخه دیگری برای آرامش پیچیده شد و آن بی بندباری جنسی و برداشتن تمام خطوط قرمز هادر این زمینه بود بی خبر از اینکه اشتباهی سیری ناپذیری که افسار آن بدست شیطان بیفتد به این زودیها به ساحل قابل اعتماد نمی رسد این مصیبت آنقدر سنگین بود که مرده شور هم به گریه افتاد صدای اعتراض ها روبه فزونی گرفت و در آخرین مرحله سرازین های علمی نسخه نویس های جهانی بعد از اینکه دریافتند نمی توانند دین و معنویت را بطور

کامل از سبب تعلقات زندگی ها پاک کنند به سراغ ترویج عرفان های کاذب و افتتاح خانقاه های غیر انتفاعی! رفتند. ایسم هائی که بثنایه ای و بطور قارچ وار در حال تکثیر هستند و تمام ذهن ها را به خود مشغول نموده اند تا در این تهوع اطلاعاتی اندیشه های وارداتی و رنگ و لعاب دار سهراب وار اندیشیدن را سربرند بدون اینکه کسی متوجه بشود در این میان صدای آشنایی به گوش می رسد. آشنا بفطرت های سلیم و مشتاق کمال چه نسخه زیبایی برای همه قلب هاشفاست و هیچ گسست زمانی و مکانی را به خود راه نمی دهد. گلچینی از تمام خوبی ها و راستی ها و به فراخناکی تمام هستی! غرق شدن انسان کرانمند و محدود در وجودی بی کران و نامحدود.

الا بذکر الله تطمئن القلوب؛ آری تنهایاد خداست که آرام بخش دلهاست.