

۲۴۲۸۲۷۱

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قرآن و بهداشت روان

(نمادهای رفتاری)

جلد پنجم

www.ketabo.ir

تألیف:

عباسعلی اسدی مقدم

اسدی مقدم، عباسعلی، ۱۳۳۶ -	سرشناسه
قرآن و بهداشت روان/ عباسعلی اسدی مقدم.	عنوان و نام پدیدآور
تهران: قلم و اندیشه، ۱۳۹۹ -	مشتخصات نشر
ج.	مشتخصات ظاهری
ج. ۴-۲۵-۶۴۲۱-۹۷۸: ۱۱ ج. ۲-۶-۹۰۲۳۲-۹۷۸	شابک
ج. ۳-۵۰-۶-۹۷۸: ۴-۵۴-۶۴۲۱-۹۷۸: ۵-۶۱-۶۴۲۱-۹۷۸	وضعیت فهرست نویسی
فلیا	یادداشت
پشت جلد به انگلیسی: Abbas Ali Asadi Moghaddam, Quran & mental health.	یادداشت
ج. ۲ (چاپ اول: ۱۴۰۰).	یادداشت
ج. ۳ (چاپ اول: ۱۴۰۰) (فلیا).	یادداشت
ج. ۵ (چاپ اول: ۱۴۰۱) (فلیا).	یادداشت
کتابنامه.	یادداشت
ج. ۱. آثار تربیتی و روانی نماز - ج. ۲. نبایدهای گفتاری - ج. ۳. نبایدهای رفتاری - ج. ۴. نبایدهای اخلاقی - ج. ۵. نبایدهای رفتاری	مندر جات
نماز -- جنبه‌های قرآنی	موضوع
Salat -- Quranic teaching	
نماز -- احادیث	
Salat -- Hadiths	
نماز -- جنبه‌های بهداشتی	
Salat -- Health aspects	
نماز -- جنبه‌های روان‌شناسی	
Salat -- Psychological aspects	
BP۱۰۴	رده بندی کنگره
۲۹۷/۱۵۹	رده بندی دیویی
۷۲۴۶۰۵۸	شماره کتابشناسی ملی
فلیا	اطلاعات رکورد کتابشناسی



قرآن و بهداشت روان

جلد پنجم - نبایدهای اخلاقی

نویسنده: عباسعلی اسدی مقدم ناشر: قلم و اندیشه
نوبت چاپ: اول- ۱۴۰۱ تیراژ: ۵۰۰ نسخه
صفحه آرای: موسسه آذین کامپیوتر ۰۴۱-۳۵۲۴۷۰۵۱
چاپ: ماندگار (قلی پور) قیمت: ۱۱۰۰۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۲۱-۶۱-۲ شابک دوره: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۲۱-۵۱-۳

تهران- میدان انقلاب - خیابان ۱۲ فروردین - خیابان شهدای ژاندارمری
روبروی اداره پست - پلاک ۱۲۲ - قلم و اندیشه
تلفن: ۰۹۱۲۵۴۳۷۶۳۱ - ۶۶۹۵۶۰۳ - ۶۶۴۸۷۲۰۴ - ۶۶۴۸۴۰۷۰
ghalambook.ir ghalamoandisheh_press

این اثر با همکاری کتابسرای دریای تبریز به چاپ رسیده است.



فهرست

۱۳	پیشگفتار
۱۵	غیرت در اسلام
۱۷	انواع غیرت
۱۷	۱ - غیرت دینی
۳۱	۲ - غیرت ناموسی
۳۴	۳ - غیرت بر اولاد
۳۵	۴ - غیرت در مال
۳۶	۵ - غیرت ملی
۳۷	غیرت دوستی خدا
۴۰	غیرت فطری انسان نسبت به محبوب‌ها
۴۲	غیرتمندی در انسان، مستلزم اموری از قبیل
۴۲	منشأ و ریشه‌های غیرت
۴۲	۱ - غیرت فطری
۴۴	۲ - غیرت غریزی
۴۵	۳ - غیرت تعقلی
۴۶	۴ - غیرت جاهلی
۴۷	چند نمونه از غیرت پیشوایان دینی
۵۱	آثار و فواید غیرت
۵۱	۱ - غفت و پاکدامنی
۵۱	۲ - جلوگیری از فساد
۵۱	۳ - ثبات خانواده
۵۲	۴ - تکمیل ایمان
۵۲	احادیث در مورد غیرت

۵۴	داستان‌هایی در مورد غیرت
۵۴	۱ - رد امان‌نامه
۵۵	۲ - غیرت دینی
۵۶	۳ - غیرت به جا
۵۷	۴ - مجسمه غیرت
۵۹	عوامل بی‌غیرتی
۵۹	۱ - ترویج فرهنگ بیگانگان
۵۹	۲ - جلب منافع و رضایت بیگانگان
۶۰	۳ - هم‌نشینی با افراد بی‌غیرت
۶۰	۴ - اعتیاد
۶۱	۵ - خوردن گوشت خوک
۶۲	۶ - فیلم‌های مبتذل
۶۳	گوشه‌ای از مضرات ماهواره
۶۳	الف) خدا فراموشی
۶۴	ب) خود فراموشی
۶۴	ج) افسردگی
۶۵	د) آلودگی روح
۶۵	ه) انزوا و گوشه‌نشینی
۶۵	۷ - سفرهای خارجی
۶۶	۸ - محیط‌های آلوده
۶۷	۹ - آپارتمان‌نشینی
۶۷	۱۰ - عدم حمایت از غیرتمندان
۶۸	غضب از دیدگاه اسلام
۶۹	انواع قوه غضبیه
۷۲	خشم و غضب از دیدگاه روانشناسی
۷۶	موارد صحیح ابراز خشم از دیدگاه قرآن و احادیث
۷۶	۱ - احقاق حق و جلب رضایت پروردگار
۷۷	دلایل خشم حضرت موسی (علیه السلام) و تأثیر آن
۷۷	الف) انحراف قوم بنی اسرائیل از توحید به شرک و بت‌پرستی

- ب) تأسف حضرت موسی علیه السلام به خاطر مردم ۷۸
- ج) کوتاهی هارون علیه السلام در انجام مسئولیت خویش ۷۸
- د) بیدار ساختن دل های خفته ۷۹
- ه) اثرات تربیتی ۷۹
- دلائل خشم حضرت سلیمان علیه السلام ۸۰
- الف) کوتاهی هدهد در انجام مسئولیت ۸۰
- ب) تعیین مجازات در صورت ثبوت ۸۰
- ج) تسلیم دلیل و منطق بودن ۸۰
- درس های آموزنده ۸۰
- ۲ - خشم در برابر کفار و دشمنان اسلام ۸۲
- خشم منفی ۸۳
- هشدار امام علی علیه السلام به گناهکار توجیه گر ۹۰
- عوامل غضب ۹۳
- ۱ - حسادت ۹۳
- ۲ - عجب ۹۳
- ۳ - حب دنیا ۹۳
- ۴ - حب نفس ۹۴
- ۵ - کم حوصلگی و کم ظرفیتی ۹۴
- ۶ - ضعف و ناتوانی مزاج ۹۴
- ۷ - عدم اعتماد به نفس ۹۴
- ۸ - حساسیت های افراطی ۹۴
- ۹ - منفی بافی و سوءظن به دیگران ۹۴
- ۱۰ - یادگیری و همانند سازی و تقلید از والدین، همسالان، همکلاسان و دوستان ۹۴
- ۱۱ - کبر ۹۴
- ۱۲ - مزاج کردن ۹۴
- ۱۳ - مسخره و استهزاء ۹۵
- ۱۴ - عیب جوئی ۹۵
- ۱۵ - حرص و آز ۹۵
- روایات در مورد خشم ۹۵

- پیامدها و آثار سوء غضب ----- ۱۰۳
- ۱ - از کار انداختن فکر و عقل انسان ----- ۱۰۳
- ۲ - عدم پذیرش مؤعظه ----- ۱۰۴
- ۳ - به خطر افتادن سلامتی انسان ----- ۱۰۴
- ۴ - آثار روانی و معنوی ----- ۱۰۷
- ۵ - فاسد شدن ایمان ----- ۱۰۷
- ۶ - کلید همه بدی‌ها ----- ۱۰۷
- ۷ - آشکار شدن عیوب ----- ۱۰۷
- ۸ - از بین بردن دوستی و الفت ----- ۱۰۸
- ۹ - زمینه برای تسلط شیطان ----- ۱۰۸
- ۱۰ - خواری و رسوایی ----- ۱۰۹
- ۱۱ - سلب اعتماد دیگران ----- ۱۰۹
- ۱۲ - شدت غضب حالت جنون می‌آورد ----- ۱۰۹
- غلبه بر غضب ----- ۱۱۰
- آثار و فواید کنترل خشم ----- ۱۱۲
- ۱ - ایمنی در روز قیامت ----- ۱۱۲
- ۲ - نجات از آتش دوزخ ----- ۱۱۲
- ۳ - خشنودی روز قیامت ----- ۱۱۲
- ۴ - افزایش ایمان ----- ۱۱۳
- ۵ - پوشیده شدن عیب انسان ----- ۱۱۳
- ۶ - راه رسیدن به خدا ----- ۱۱۳
- ۷ - عاقبت به خیری ----- ۱۱۳
- ۸ - پیروزی بر شیطان ----- ۱۱۳
- ۹ - مصون ماندن از هلاکت ----- ۱۱۳
- ۱۰ - نشان انسانیت ----- ۱۱۴
- ۱۱ - نشان قدرت انسان ----- ۱۱۴
- ۱۲ - روشنی چشم اهل بیت (علیهم‌السلام) ----- ۱۱۴
- ۱۳ - امنیت از خشم خدا ----- ۱۱۴
- ۱۴ - داخل شدن در ردیف اهل ایمان ----- ۱۱۵

پیشگفتار

قرآن کتاب هدایت است و در آن مجموعه‌ای از دستورات، پندها، مؤظظه‌ها و قصص مطرح شده است که هر کدام به جنبه‌ای از زندگی انسان نظر دارد، و از آن آموزه‌ها می‌توان قواعد و دستورالعمل‌هایی که بهداشت روانی را تأمین می‌کند استفاده کرد و گرنه قرآن کتاب بهداشت روانی نیست و در آن مباحث بهداشت روانی به سبک امروزی به صورت منظم و فصل‌بندی مطرح نشده است.

در برخی از آیات قرآن به دو مسئله رویکرد شناختی و رفتاری و تأثیر آنها بر سلامت و بهداشت روان اشاره شده است که از جمله آنها مسئله «ایمان به خدا» است. «مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ»^۱ کسانی (از آنان) که به خدا و روز بازپسین ایمان آوردند و کار شایسته انجام دادند، پس هیچ ترسی بر آنان نیست و نه آنان اندوهگین می‌شوند. در این آیه و آیات مشابه یکی از راهکارهای شناختی که باعث امنیت روانی انسان می‌شود ایمان به خدا معرفی شده است و از راهکار رفتاری به «عمل صالح» یا «اصلاح» تعبیر شده است.

بنابراین حتی قوانین و احکام دستوری و فقهی اسلام در راستای تأمین اهداف اخلاقی و تحقق تمامیت مکارم اخلاقی است، که عالی‌ترین سطح از سطوح و اخلاق را شامل می‌شود از همین رو انسان مؤمن، انسان اخلاقی است که مکارم اخلاق در وی ظهور کرده به طوری که اهل اشاره

از حقوق حق خویش و عفو و احسان و اکرام می‌باشد.

در مجموعه پیش‌رو تلاش بر این شده که به نمونه‌هایی از احکام و رهنمودهای نورانی و حیات‌بخش اشاره شود، امید این که مورد توجه علاقه‌مندان اهل بیت عصمت و طهارت (علیهم‌السلام) قرار گیرد.

والسلام علیکم و رحمة الله

۱۴۰۰/۴/۳۰ عباسعلی اسدی