

کنترل ذهن در مسیر تقرب از منظر آیات و روایات

نویسنده:

محبوبه قاسمی

www.ketab.ir

سال ۱۴۰۲

- سرشناسه : قاسمی، محبوبه، ۱۳۷۱-
عنوان و نام پدیدآور : کنترل ذهن در مسیر تقرب از منظر آیات و روایات/ نویسنده محبوبه قاسمی.
مشخصات نشر : تهران: اولین‌ها، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری : ط، ۹۶ص.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۸۰۴۲-۳۹-۸/ریال ۱۳۰۰۰۰ :
وضعیت فهرست نویسی : فیپا
یادداشت : کتابنامه:ص: ۹۱-۹۴.
موضوع : ذهن‌آگاهی (روان‌شناسی) -- جنبه‌های قرآنی
Mindfulness (Psychology) -- Qur'anic teaching
خودسازی -- جنبه‌های قرآنی
Self-actualization (Psychology) -- Qur'anic teaching
رده بندی کنگره : ۲۵/۱۰۳BP
رده بندی دیویی : ۱۵۸/۲۹۷
شماره کتابشناسی : ۹۳۴۹۹۴۳
ملی
اطلاعات رکورد : فیپا
کتابشناسی

تهران. میدان انقلاب. بعد از منیری جاوید، ساختمان افق پلاک ۱۳۶۰، واحد ۱۵ همراه
۶۶۴۸۰۴۶۸-۰۹۱۲۲۳۷۴۷۱۵

عنوان: کنترل ذهن در مسیر تقرب از منظر آیات و روایات

نویسنده: محبوبه قاسمی

موسسه فرهنگی انتشاراتی اولین‌ها

نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۲

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۳۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۸۷-۶۲۲-۸۰۴۲-۳۹-۸

فهرست مطالب

۱	مقدمه:
۳	 ۱-۱ ذهن
۳	 ۲-۱-۱ ذهن در لغت
۳	 ۲-۱-۲ ذهن در اصطلاح
۴	 ۲-۲ مفهوم عقل
۴	 ۲-۲-۱ عقل در لغت
۴	 ۲-۲-۲ عقل در اصطلاح:
۶	 ۲-۲-۳ عقل در قرآن و روایات
۷	 ۲-۳ ذکر
۷	 ۲-۳-۱ ذکر در لغت:
۷	 ۲-۳-۲ ذکر در اصطلاح:
۸	 ۲-۳-۳ ذکر در آیات و روایات
۹	 ۲-۴ فؤاد: قلب
۹	 ۲-۴-۱ قلب در لغت
۱۰	 ۲-۴-۲ قلب در اصطلاح قرآن
۱۲	 ۲-۴-۳ مقصود از قلب (فواد) در قرآن
۱۵	 ۲-۴-۴ منظور از قلب در آیات قرآن
۱۷	 ۲-۴-۵ فواد در قرآن
۱۷	 ۲-۴-۶ تفاوت قلب و فواد
۲۰	 ۲-۷ قلب ابزاری برای نفس
۲۱	 ۲-۸ فواد، قوه شناختی و گرایشی نفس انسان
۲۲	 ۲-۹ مسئولیت نفس درباره قوای خویش
۲۳	 ۲-۱۰ امکان رویت برای مرتبه فواد نفس
۲۵	 ۲-۱۱ تقرب
۲۵	 ۲-۱۱-۱ تقرب در لغت
۲۵	 ۲-۱۱-۲ تقرب در اصطلاح

مقدمه

کنترل ذهن یعنی اینکه بتوانیم به موضوعی که می‌خواهیم بیاندیشیم. یعنی اینکه کسی توجه شما را به چیزی که نمی‌خواهید جلب نکند، اگر کسی خواست توجه شما را به چیزی جلب نماید، باید از شما اجازه بگیرد و شما اگر اراده کردید، بتوانید توجه خویش را منحصر نمایید. اوج قدرت ذهنی انسان در آن است که بتواند ذهن خود را بر موضوعی متمرکز نگه دارد و یا اینکه اگر چیزی حواس و توجه او را جلب کرد، بتواند ذهن خود را از آن موضوع مهم و جذاب به موضوع دیگری تغییر دهد. این موضوع ممکن است مثبت مثل لذت حرام و یا منفی مثل یک مشکل و گرفتاری باشد که در هر صورت انسان نیاز دارد گاهی موارد ذهن خود را به دلیل خطر آن موضوع یا توهم لذتی که ایجاد می‌کند، تغییر دهد. شاخص دیگر قدرت کنترل ذهن آن است که انسان بر یک موضوع مهم که جاذبه کافی ندارد، متمرکز بماند، مثال این مورد توجه در نماز، تفکر درباره قیامت و مرگ که طبع انسان اجازه نمی‌دهد بر این موضوعات زیاد فکر کند که لازم است قدرت کنترل ذهن داشته باشیم تا بتوانیم متمرکز بمانیم. بهترین وسیله تقرب و محبوبیت بندگان به پروردگار نماز است. امام صادق (ع) درباره عظمت نماز فرمودند: «سخن انبیا در قرآن این است که حضرت مسیح (ع) می‌گوید: خدا مرا به نماز توصیه کرد». امام صادق (ع) این سخن را در جواب یکی از اصحابشان فرمودند و ادامه دادند: بهترین وسیله تقرب به پروردگار پس از معرفت خدا چیزی بالاتر از نماز نیست. معرفت جزء اصول اعتقادات است و بر اساس آن تقرب به وسیله نماز ممکن است.

رئیس‌یان و پاکزاد (۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان «مهارت غلبه بر نفس اماره در قرآن» آورده است: حاصل نوشتار حاضر این است که آدمی برای غلبه کردن بر نفس اماره و مقابله با خواسته‌های نفسانی حیوانی، ناگزیر از بهره‌گیری از مهارت‌های ارائه شده قرآنی است تا در پرتو آنها بتواند به سعادت که مطلوب فطری اوست، نایل آید و گرنه از مطلوب فطری خویش دور مانده، بلکه به واسطه تبعیت از خواسته‌های نفسانی امر شده از سوی نفس اماره، از حیوان هم پست‌تر می‌شود.