

ویتامین های کننده  
تقویت

گلبرگ  
گلبرگ

حسین دهنوی

۵

گلبرگ

www.ketab.ir





## وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً

و خداوند بین شما عشق و مهربانی را قرار داد.

[www.ketab.ir](http://www.ketab.ir)



سرشناسه: دهنوی، حسین، ۱۳۴۰ -

عنوان و نام پدیدآور: گلبرگ زندگی (۵)؛ ویتامین‌های تقویت‌کننده عشق در زندگی / مولف حسین دهنوی.

مشخصات نشر: قم: خادم‌الرضا (ع)، ۱۳۹۹ -

مشخصات ظاهری: ۲۴۴ ص، ۱۴/۵ × ۲۷/۵ س.م.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۶-۱۳۰۰۰-۰

وضعیت فهرست نویسی: فیا

عنوان دیگر: ویتامین‌های تقویت‌کننده عشق در زندگی.

موضوع: زناشویی (اسلام) - Marriage - Religious aspects - Islam

موضوع: روابط زن و مرد - جنبه‌های اخلاق - Man-woman relationships - Moral and ethical aspects

موضوع: روابط زن و مرد - جنبه‌های مذهبی - اسلام - Man-woman relationships - Religious aspects - Islam

رده بندی کنگره: BP۲۵۳/۲

رده بندی دیویی: ۲۹۷/۶۴۲

شماره کتابشناسی ملی: ۶۲۳۱۸۲۰

# گلبرگ‌های کهنه

ویتامین های کهنه  
تقویت

## عشق در زندگی



مؤلف: حسین دهنوی / ناشر: خادم الرضا  
طراح: مهدی عباسی / چاپ: کوثر  
شمارگان: ۱۰۰۰ / قیمت چاپ: پنجم - ۱۴۰۳  
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۰۰۰-۰۰۰-۰۰۰

برای اطلاع از قیمت به سایت انتشارات خادم الرضا  
مراجعه فرمایید: [khademolreza.com](http://khademolreza.com)

مشهد مقدس، خیابان شهید کامیاب ۳۶، پلاک ۲۹  
بخش صنایع فرهنگی ابر و بن

150000



خرید و فروش این کتاب بدون برجسب آرم دار (هولوگرام) شرعاً حرام است و پیگرد قانونی دارد.

از تباطا با ما :

قم، خیابان صفییه (بهدا) انتهای کوچه ۲۸، پلاک ۲۸۴  
صندوق پستی ۱۱۹۱ - ۳۷۱۹۵



تلفن ۰۲۵ - ۳۷۷۳۶۱۶۵ - ۳۷۷۳۲۱۲۲  
۰۹۱۲ ۲۵۱ ۳۶۸۹ - ۰۹۱۲ ۷۴۶ ۱۲۰۵



صفحه اینستاگرام @khademolrezaa  
نمایش تصویر، معرفی کتابها و مطالب مرتبط با انتشارات



فروشگاه مجازی انتشارات Kh-reza.ir  
با امکان خرید محصولات و بهره‌مندی از تخفیف ویژه



کانال سروش @khademolrezaa  
اطلاع رسمی آخرین اخبار و تازه های نشر



سامانه پیامکی ۳۰۰۰۱۹۱۹۶۰  
عضویت در باشگاه مخاطبین با ارسال عدد ۱۱۲



• عزیزانی که از طریق سایت و یا سامانه پیام کوتاه به باشگاه مخاطبین  
انتشارات خادم الرضا پیوسته می شوند به قید قرعه جوایزی اهدا میگردد.



۷۲ ..... فناوری‌های نوین و ارتباط آن با زندگی ..... ملاک‌های دینی

۶۲ ..... اخلاقیات و فضیلت‌ها ..... ملاک‌های دینی

۶۴ ..... تفاوت‌های جنسیتی ..... ملاک‌های دینی

۶۶ ..... اخلاقیات دینی ..... ملاک‌های دینی

۶۶ ..... تفاوت‌های فرهنگی ..... ملاک‌های دینی

### فهرست مطالب

۷۶ ..... تفاوت‌های فرهنگی ..... ملاک‌های دینی

۷۶ ..... اخلاقیات دینی ..... ملاک‌های دینی

۸۶ ..... اخلاقیات دینی ..... ملاک‌های دینی

۸۶ ..... اخلاقیات دینی ..... ملاک‌های دینی

۸۶ ..... اخلاقیات دینی ..... ملاک‌های دینی

www.ketab.ir

۱۱ ..... سخن ناشر

۱۳ ..... دیباچه

۱۵ ..... بخش اول: زندگی به سبک دینی

۱۵ ..... زندگی بر اساس ملاک‌های دینی

۱۶ ..... نتیجه عمل به آموزه‌های دینی

۱۷ ..... دین، چراغ راه خروج از بن‌بست‌ها

۲۲ ..... زندگی بر اساس مدیریت امانتداری

۲۳ ..... نگاه الاهی زن و مرد به یک‌دیگر

۲۳ ..... نگاه الاهی مرد به زن

۲۷	نگاه الاهی زن به مرد	.....
۲۹	نگاه الاهی علی و فاطمه <small>علیها السلام</small> به هم	.....
۳۰	محکم بودن بنیان خانواده	.....
۳۲	زندگی در سایه معنویت	.....
۳۳	زندگی در سایه توکل و توسل	.....
۳۵	عفت‌پیشگی زن و مرد	.....
۳۷	بخش دوم: آگاهی از مهارت‌های زندگی زناشویی	.....
۳۷	اهمیت مهارت‌های زناشویی	.....
۳۸	مهارت ارتباطی زن و مرد	.....
۴۰	مهارت تبادل علایی	.....
۴۶	مهارت ارتباط چشمی	.....
۴۸	مهارت گوش دادن	.....
۵۰	مهارت درک زبان بدن	.....
۵۱	مهارت ابراز محبت	.....
۵۳	مهارت درخواست کردن	.....
۵۶	مهارت مواجهه با مشکل	.....
۵۷	مهارت انتقادپذیری	.....
۶۱	بخش سوم: شناخت زن و مرد از یک‌دیگر	.....
۶۱	اهمیت شناخت زن و مرد از هم	.....
۶۲	تفاوت زنان و مردان در دینداری	.....
۶۴	تفاوت‌های اخلاقی زن و مرد	.....

۶۶	تفاوت‌های رفتاری زن و مرد	۲۰۱
۶۷	احساسات و عقلانیت در زن و مرد	۲۱۱
۷۰	تفاوت‌های جسمانی زن و مرد	۲۱۱
۷۱	تفاوت‌های ذهنی زنان و مردان	۲۱۱
۷۲	تفاوت زن و مرد در علاقه‌مندی‌ها	۲۱۱
۷۵	<b>بخش چهارم: عشق ورزی و ابراز محبت</b>	
۷۵	تعریف و نشانه‌های عشق	۲۱۱
۷۶	اهمیت عشق ورزی در زندگی	۲۱۱
۷۸	برکات عشق ورزی در زندگی	۲۲۱
۸۰	تفاوت عشق‌ورزی مرد و زن	۲۲۱
۸۳	ابراز محبت دوطرفه زن و مرد	۲۲۱
۸۵	زمان و مکان ابراز محبت	۲۲۱
۹۱	توجه به میزان ابراز محبت	۲۲۱
۹۳	راه‌های ایجاد عشق در زندگی	۲۲۱
۹۳	تحسین و تشویق همسر	۲۲۱
۹۴	ابراز محبت کلامی	۲۲۱
۹۷	ابراز محبت چشمی	۲۲۱
۹۸	ابراز محبت نوشتاری	۲۲۱
۹۹	ابراز محبت لمسی	۲۲۱
۱۰۱	ابراز محبت با هدیه دادن	۲۲۱
۱۰۵	ابراز محبت با همدلی	۲۲۱

۱۰۶.....	راه‌های استمرار عشق و ورزشی در زندگی	۵۲
۱۱۱.....	آسیب‌های بی توجهی به عشق و ورزشی	۷۲
۱۱۳.....	بخش پنجم: توجه به آرامش در زندگی	
۱۱۴.....	اهمیت آرامش در زندگی زناشویی	۱۷
۱۱۵.....	سهم زن و مرد در ایجاد آرامش	۲۷
۱۱۶.....	راهکارهای ایجاد آرامش در زندگی	۵۷
۱۱۶.....	افزایش معنویت در زندگی مشترک	۵۳
۱۱۹.....	بهره مندی از توکل، توسل و دعا	۲۷
۱۲۰.....	سازگاری و بردباری در مقابل ناملایمات	۸۷
۱۲۵.....	انطباق‌پذیری زن و مرد در برابر هم	۸۸
۱۲۶.....	ایجاد نشاط و نشاطی در زندگی	۶۸
۱۲۹.....	توجه به خنده و تبسم در زندگی	۵۸
۱۳۰.....	شوخی طبیعی زن و مرد در زندگی	۱۶
۱۳۳.....	بخش ششم: توجه به مسائل اقتصادی در زندگی	
۱۳۳.....	اهمیت تلاش و کوشش مرد	۲۶
۱۳۵.....	کسب مال حلال در زندگی	۲۶
۱۳۷.....	اهمیت پول در زندگی مشترک	۲۶
۱۳۹.....	مدیریت پول به وسیله مرد	۲۶
۱۴۲.....	کمک‌های مالی مرد به خانواده‌اش	۶۶
۱۴۸.....	مشارکت مرد در امور عام المنفعه	۱۰۱
۱۵۰.....	درخواست نیازهای مادی از مرد	۱۰۱



۱۵۱	قناعت و صرفه جویی در زندگی
۱۵۳	تحمل کمبود های مادی در زندگی
۱۵۵	بخش هفتم: توجه به روابط با خویشاوندان
۱۵۵	اهمیت توجه به روابط خانوادگی
۱۵۸	احترام مرد به پدر و مادر خود
۱۶۳	احترام زن به پدر و مادر خود
۱۶۶	اهمیت ملاقات با ارحام
۱۶۸	آسیب های قطع ارتباط با ارحام
۱۷۱	رابطه زن و مرد با خانواده همسر
۱۷۴	توجه زن و مرد به بزرگان و فامیل
۱۷۷	چگونگی رابطه با خویشاوندان و نزدیکان
۱۸۰	آثار و برکات دیدار با خویشاوندان
۱۸۳	رابطه با خویشاوندان و نزدیکان آلوده
۱۸۷	بخش هشتم: برنامه ریزی و مدیریت زمان
۱۸۷	هدفمندی زن و مرد در زندگی
۱۸۸	هماهنگی زن و شوهر در زندگی
۱۸۹	تقسیم کار زن و مرد در زندگی
۱۹۰	اشتغال مرد و زن در زندگی مشترک
۱۹۴	برنامه ریزی زن و شوهر در زندگی
۲۰۱	مدیریت زمان برای زندگی زناشویی



۲۰۵	بخش نهم: مثبت اندیشی در زندگی زناشویی
۲۰۵	اهمیت مثبت اندیشی در زندگی
۲۰۷	بسترهای مثبت اندیشی زن و مرد
۲۱۶	راهکارهای مقابله با افکار منفی
۲۲۰	خوشبینی همسران در زندگی مشترک
۲۲۳	توجه به نقاط مثبت خود و همسر
۲۲۵	استفاده از قانون جذب در زندگی
۲۲۹	اهمیت دادن به مدیریت ذهن
۲۳۱	استفاده از دانش تلقین به نفس
۲۳۵	کتابنامه
۷۷۱	
۸۰۱	
۶۸۱	
۷۸۱	
۷۸۱	
۸۸۱	
۶۸۱	
۶۸۱	
۱۰۲	
۱۰۲	

www.ketab.ir

کتابخانه آیت الله العظمی بروجردی و مرکز تحقیقات اسلامی و معارف الهیاتی  
تهران

پیشگام و پدیدآورنده: آیت الله العظمی بروجردی  
موضوع: اخلاق و تربیت  
موضوع: اخلاق و تربیت  
موضوع: اخلاق و تربیت  
موضوع: اخلاق و تربیت

### سخن ناشر

پس از چاپ و نشر جلد اول کتاب نسیم مهر (تربیت کودک و نوجوان) و  
جلد دوم کتاب گلبرگ زندگی به مناسبت استاد فرهیخته، جناب حجت الاسلام  
و المسلمین حسین دهنوی، کارشناس وقت امام گلبرگ در شبکه سه  
سیمای جمهوری اسلامی ایران، اکنون به لطف جناب آیت الله العظمی بروجردی  
مهربانی‌ها، حضرت ثامن الحجج علیه السلام کتاب گلبرگ زندگی را به شما  
خوانندگان عزیز و علاقه‌مندان به مباحث خانوادگی تقدیم می‌کنیم.

این نوشتار، مطالب زیبا و بسیار کاربردی را تحت عنوان  
ویتامین‌های تقویت‌کننده عشق در زندگی به شما ارائه کرده است.

امیدواریم این اثر ارزشمند که افزون بر نکات علمی، به آیات  
شریف قرآن و روایات امامان معصوم علیهم السلام نیز پرداخته و ثمره سال‌ها  
تجربه مشاوره نگارنده محترم است، چراغ راهی برای زنان و مردان

متأهل سرزمینمان باشد و روز به روز، گل عشق را در زندگی آنان با طراوت تر سازد.

مرکز نشر خادم الرضا علیه السلام افتخار دارد که مسؤلیت چاپ و نشر این اثر گرانسنگ را به عهده گرفته و امیدوار است بتواند با جلدهای بعدی گلبرگ زندگی، مجموعه‌ای قابل استفاده را به خوانندگان عزیز و فرهیخته تقدیم کند؛ انشاء الله .

مرکز نشر خادم الرضا علیه السلام

www.ketab.ir



توجهات و ارزش‌ها، بلکه به دلایل دیگر، به دلیل آنکه زن و مرد در زندگی با هم...

در زندگی، زن و مرد با هم زندگی می‌کنند و این زندگی را با هم می‌سازند. زن و مرد در زندگی با هم...

## دیباچه

زندگی زناشویی، پیش از هر چیز، زندگی مشترک بود که نیازهای زن و مرد را برآورده می‌ساخت؛ امنیت و آرامش زن، رابطه جنسی را برای مرد، و خوراک را برای هر دو تأمین می‌کرد و عشق، چندان جایگاه مهمی نداشت. وجود عشق در زندگی مشترک در تاریخ بشر، موضوع تازه‌ای است.

امروزه عشق، عنصری بس مهم در زندگی زناشویی است. اگر مرد، دنیا را به پای همسرش بریزد، به او آسایش می‌دهد؛ اما آرامش نخواهد داد. زن در صورتی احساس آرامش خواهد کرد که بداند شوهرش به او عشق می‌ورزد و اگر زنی به تمام نیازمندی‌های شوهرش توجه کند؛ بهترین غذا را برایش پزند و بهترین دکوراسیون را برایش آماده سازد، به شوهرش آسایش می‌دهد؛ ولی آرامش نخواهد داد. مرد

در صورتی احساس آرامش می‌کند که بداند همسرش او را دوست دارد.

خداوند، زن و مرد را آفرید و بین آنان عشق را قرار داد تا احساس آرامش کنند (وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً)؛ پس عشق در زندگی مشترک بسیار اهمیت دارد.

ممکن است زنان و مردانی، زندگی خود را با عشق آغاز کنند؛ اما این عشق بتدریج از زندگی آنان رخت بر بندد. اگر بخواهیم این عنصر ارزشمند در زندگی مان استمرار یابد، به ویتامین‌هایی نیاز دارد. کتابی که پیشتر خوانید، ویتامین‌های تقویت‌کننده عشق در زندگی است که با استفاده از مطالب علمی و با رائحه خوش آموزه‌های دینی، به شما خواننده عزیز و فرهیخته تقدیم می‌شود؛ بدان امید که این گام کوچک، مورد خشنودی خداوند و حضرت ولی عصر علیه السلام قرار گیرد؛ ان شاء الله.

الحمد لله رب العالمين والعاقبة للمتقين

حسین دهنوی

تابستان ۱۳۹۹