



حفظ قرآن
و آثار روان شناخته آن
مبایست نظری به همراه تحقیق میدانی

www.ketab.ir

دکتر مصطفی عباسی مقدم / دکتر محمدرضا تمنایی فر / عصمت کاشی

سرشناسه: عباسی مقدم، مصطفی، ۱۳۴۵ -
عنوان و نام پدیدآور: حفظ قرآن و آثار روانشناختی آن / نویسنده مصطفی عباسی مقدم،
محمد رضا تمنایی فر، عصمت کاشی.
مشخصات نشر: قم: انتشارات دارالعلم، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری: ۲۲۴ ص: ۱۴/۵/۲۱×۵ س.م.
شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۰۴-۳۴۰-۸
وضعیت فهرست نویسی: فبا
یادداشت: کتابنامه: ص. ۲۰۳ - ۲۰۹.
موضوع: قرآن / حفظ
شناسه افزوده: تمنایی فر، محمد رضا، ۱۳۴۶ -
شناسه افزوده: کاشی، عصمت، ۱۳۵۶ -
رده بندی کنگره: ۷۱۳۹۶ ح ۲/۸/۸ BP
رده بندی دیویی: ۲۹۷/۱۵۱
شماره کتابشناسی ملی: ۴۸۱۲۸۴۲

حفظ قرآن و آثار روان شناخته آن

نویسنده:

دکتر مصطفی عباسی مقدم

دکتر محمد رضا تمنایی فر

عصمت کاشی

ناشر: دارالعلم قم

چاپ: احسان / دبیرستان ۹۸

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۰۴-۳۴۰-۸

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

قیمت: ۸۵۰۰ تومان



(کلیه حقوق برای بنیاد بین المللی افاق محفوظ است)

مرکز نشر و پخش: انتشارات دارالعلم

دفتر قم: میدان روح الله علیه السلام، روبروی دبیرستان امام صادق علیه السلام،

نیش کوچه ۱۹، پلاک ۱، تلفن: ۰۲۵۳۷۷۴۴۲۹۸

دفتر تهران: خیابان انقلاب، ۱۳ فروردین، ساختمان تجاری ناشران،

طبقه همکف، پلاک ۱۶/۱۸، تلفن ۰۲۱-۶۶۹۵۴۰۵-۶۶۹۷۳۸۰۹

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۱	سخن مؤلفین
۱۳	پیشگفتار
۱۷	فصل اول: کلیات و مفاهیم
۱۹	قرآن از منظر قرآن
۲۳	شان و منزلت قرآن در سخنان پیامبر و اهل بیت <small>علیهم السلام</small>
۲۷	تاریخچه تحقیق و بار حفظ قرآن
۲۸	مفاهیم مورد بحث
۳۷	فصل دوم: اهمیت و ارزش حفظ قرآن
۳۷	جایگاه حفظ قرآن از دیدگاه قرآن
۵۵	فصل سوم: دیرینه‌شناسی حفظ قرآن
۵۶	حفظ قرآن در عصر نزول
۵۸	حفظ قرآن در قرون مختلف
۵۹	حافظان برجسته در دوره‌های مختلف
۶۴	حفظ قرآن در کشورهای مسلمان

۶۹	فصل چهارم: فواید و روش‌های حفظ قرآن
۶۹	آرامش
۷۲	انس همیشگی با قرآن
۷۲	امکان یادآوری و تکلم با قرآن
۷۳	مسئولیت و وظیفه‌شناسی
۹۱	آفات حفظ قرآن
۱۰۱	روش‌های حفظ کتب آيات در محافل حفظ
۱۰۵	ضرورت وجود کلاس‌های حفظ
۱۰۶	معايب حفظ کردن قرآن به این روش
۱۱۳	حفظ قرآن و مسئولیت‌های اجتماعی
۱۱۳	بررسی نظرات منتقدان حفظ قرآن
۱۱۵	قرآن در جامعه امروز
۱۱۹	فصل پنجم: رابطه حفظ قرآن با سلامت روان
۱۲۲	بخش اول: بهداشت روان
۱۲۳	تاریخچه سلامت روان در ایران
۱۲۴	تعریف سلامت روان
۱۲۷	زیرگروه‌های سلامت روان
۱۲۸	سلامت روان از نظر مکاتب روانشناختی

- ۱۳۲ مذهب و سلامت روان
- ۱۳۵ بخش دوم: عزت نفس
- ۱۳۵ مقایسه مفهوم عزت نفس در قرآن و روان‌شناسی
- ۱۳۶ نظریات مختلف در مورد عزت نفس
- ۱۳۹ اهمیت عزت نفس
- ۱۴۱ کاهش عزت نفس
- ۱۴۲ روش‌های تقویت عزت نفس
- ۱۴۶ منشأ احساس کرامت و عزت نفس در انسان مؤمن
- ۱۴۸ نقش امور و والدین خانگی در ایجاد عزت و کرامت نفس
- ۱۴۹ بخش سوم: راهبردهای مقابله با استرس
- ۱۵۱ شناسایی انواع مهارت‌های مقابله
- ۱۶۰ عوامل موثر در ارزیابی وقایع استرس‌زا
- ۱۶۲ راهبردهای ناکارآمد
- ۱۶۲ راهبردهای کارآمد
- ۱۶۳ نکاتی درباره راهبردهای مقابله‌ای
- ۱۶۴ ارتباط شیوه‌های مقابله با سلامت

۱۷۳	فصل ششم: فرآیند تحقیق
۱۷۳	طرح پژوهش
۱۷۴	جامعه آماری
۱۷۴	گروه نمونه
۱۷۴	ابزار پژوهش
۱۷۹	روش اجرای پژوهش
۱۷۹	شرایط تجزیه و تحلیل آماری
۱۸۱	فصل هفتم: یافته‌های تحقیق
۱۸۱	داده‌های توصیفی
۱۸۴	تحلیل استنباطی
۱۹۱	فصل هشتم: بحث و نتیجه‌گیری
۱۹۱	بحث و نتیجه‌گیری
۲۰۱	محدودیت‌های پژوهش
۲۰۲	منابع و ماخذ
۲۰۳	فهرست کتب
۲۰۷	فهرست مقاله‌ها
۲۰۹	فهرست پایان‌نامه
۲۱۱	ضمائم
۲۲۰	پرسش‌نامه سلامت عمومی

سخن مؤلفین

جای بسی خوشوقتی است که هر روز دست به تحقیقات و نگارش‌های جدیدی پیرامون قرآن و دانش‌ها و مهارت‌های مرتبط با آن هستیم که در محافل علمی دانشگاهی و حوزوی و غیره به انجام می‌رسد و امید است این تلاش‌های پژوهشی، مقدمه‌ای بر شکل‌گیری نظامات قرآنی و زمینه‌ساز جریان فراگیر آن در نهایت تحقق جامعه قرآنی گردد. در میان محورهای اصلی مباحث و مباحث قرآنی، مقوله حفظ و تحفیظ جایگاهی والا و دیرینه‌ای کهن دارد که از دیرزمان دغدغه بسیاری از مؤمنان و آرزوی همگان بوده است. از برداشتن آیات و فرازهای نورانی وحی، همواره موجب ارجمندی و احترام ویژه و نیز توانایی کاربرد آن در مقام استدلال و اقناع دیگران بوده و توان استنباط احکام و درک مسایل دینی را میسر می‌سازد. باین وجود، میزان تحقیقات و نگارش‌ها پیرامون این موضوع با اهمیت بسیار کمتر از حد شایسته و نیاز است؛ بطوری که چه در عرصه آموزش حفظ و روش‌های آن و چه درباره زمینه‌ها و

تجربه‌های تاریخی و بازخوانی اندوخته‌های نظری در این بحث، آثار زیادی به چشم نمی‌خورد و ضرورت انجام چنین تحقیقاتی را حتمی می‌نماید.

کتاب حاضر با درک این ضرورت مؤکد و احساس این نیاز مبرم کوشیده است تا با بهره‌برداری از سرچشمه آیات و تفاسیر و نیز گنجینه روایات و سیره پیشوایان، رهیافته‌ایی روشن، آموزنده و دلپذیر را درباره مبانی، تعاریف، اهمیت، پیشینه و شیوه‌ها، حفظ فردی و تحفیظ جمعی و سازمانی قرآن کریم، در اختیار خوانندگان و قرآن‌وران قرار دهد و برگ سبزی هدیه ساحت قدس کلام الله نماید.

خدای تعالی برای این موفقیت بی‌بدیل که همان خدمت به درگاه وحی الهی و کتاب ربّانی است سپاس گزار و من‌مراتب قدردانی خود را از ناشر محترم که در این میدان فضیلت گوی سبقت از دیگران بر بوده‌اند و اهتمام جدی بر نشر این‌گونه آثار قرآنی نموده‌اند، اظهار می‌داریم که پادشاه نیکوکاران همواره نزد خدا محفوظ است.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
بِإِذْنِ اللَّهِ لَا يُغْنِي عَنْكَ الْجَبَلُ
بِإِذْنِ اللَّهِ لَا يُغْنِي عَنْكَ الْجَبَلُ

دکتر عباسی مقدم (عضویت علمی دانشگاه کاشان)

دکتر تمنایی فرد (عضویت علمی دانشگاه کاشان)

عصمت کاشی (کارشناس ارشد علوم قرآنی و حافظ قرآن)

زمستان ۹۴

پیشگفتار

سپاس و ستایش خدای را سراسر که انسان را آفرید و پیامبران عظیم الشان الهی را برای هدایت او فرستاد. و شکر بیکران و حمد لایزال الهی را که ما را از پیروان رحمة للعالمین خاتم النبیین محمد مصطفی ﷺ قرار داد و او را مجهز به معجزه ابدی قرآن کریم نمود؛ کتابی که حقیقت آن برای حیات و زندگی انسان کافی است و سعادت و سلامت او را تضمین می‌کند.

در سخنان گهربار پیامبر اکرم ﷺ و جانشینان او تا کنون سفارش بسیاری به گرامی داشت این ودیعه الهی شده است و از مسلمانان دعوت شده است که به تلاوت و قرائت قرآن بپردازند و آیات و کلام الهی را راهنمای خود در زندگی قرار دهند. همچنین در احادیث زیادی به حفظ قرآن سفارش شده و حاملان و حافظان قرآن مورد ستایش قرار گرفته‌اند.

در سال‌های اخیر بار و بکردر مثبتی نسبت به حفظ قرآن مواجه هستیم و جوانان زیادی مشتاق از بکردن آیات الهی گشته‌اند. در همین راستا یکی از فعالیت‌های عمده

مراکز هم‌چون جامعه‌القرآن، مهد قرآن، مؤسسات و کانون‌های قرآنی، پرداختن به حفظ قرآن می‌باشد. در این میان، قشر معدودی از جامعه که گاه در بین آنها فعالان قرآنی و عالمان دینی هم دیده می‌شوند معتقدند حفظ قرآن راه مناسبی برای مانوس شدن با کلام الهی نیست و حتی گاهی حفظ را مانعی برای تفکر و تدبّر در آیات می‌دانند، درحالی‌که گروهی دیگر، حفظ قرآن را به هر شکل و اندازه‌ای، مقدس و بدون آسیب می‌بینند. همچنین با توجه به بیانات مقام معظم رهبری که تاکید بر حفظ قرآن داشته و فرمودند: «ما حافظ قرآن کم داریم... إن شاء الله ما باید ده میلیون حافظ قرآن داشته باشیم.» و تشکیل قرارگاه حفظ قرآن توسط شورای توسعه فرهنگ قرآنی و همچنین طرح‌های یادگانه برخی نهادها مانند طرح آموزش و پرورش مبنی بر دایر نمودن مدارس با محوریت حفظ قرآن از سال ۱۳۹۲، انجام تحقیقات و مطالعاتی در این زمینه ضروری به نظر می‌آید. پژوهش‌هایی که در آن جایگاه واقعی حفظ قرآن از منظر قرآن، پیامبر و ائمه معصومین علیهم‌السلام مشخص شود و ضمن بیان زمینه‌ها و آثار حفظ وحی، روش‌های درست آن هم تبیین گردد و آفات و آسیب‌های احتمالی که در این مسیر وجود دارد روشن گردد تا در نتیجه، نیر و انرژی که در این مسیر صرف می‌شود حداکثر برکات و ثمرات را داشته باشد.

با توجه به نوپا بودن این‌گونه تحقیقات در کشور، هدف از این پژوهش بررسی جایگاه حفظ قرآن در آیات و روایات و همچنین بررسی تأثیر حفظ قرآن بر سلامت روان، عزت نفس و سبک‌های مقابله با استرس می‌باشد.

در بخش اول تحقیق که به روش کتابخانه‌ای انجام شده است، به بررسی موضوع در کتب قرآنی، حدیثی و تاریخی و سایر تألیفاتی که در این زمینه تدوین شده است پرداخته‌ایم. در ادامه برای اثبات نقش کلام الهی به ویژه حفظ و جای گرفتن آن در ذهن و قلب حافظ و سایر آثار روان‌شناختی حفظ، به تحقیق میدانی دست زده‌ایم. در بخش دوم این تحقیق، در قالب یک پژوهش میدانی، از حدود صد نفر حافظ و

صد نفر غیرحافظ تست روان شناختی گرفته شده و میزان عزت نفس و سلامت آنها با هم مقایسه گردیده است. همچنین این دو گروه از نظر سبک‌های مقابله با استرس (راه‌هایی که فرد برای کاهش فشارهای ناشی از مسائل استرس‌زا به کار می‌برد) مورد ارزیابی قرار گرفته‌اند. به اعتقاد نگارندگان، یافته‌های این تحقیق می‌تواند به همراه پژوهش‌های دیگر راه‌گشای عملکردهای تربیتی و آموزشی در زمینه حفظ قرآن و سایر متون دینی باشد.

امید داریم جریان پژوهش‌های قرآنی در کشور به سمت وسویی پیش رود که ضمن تبیین هرچه دقیق‌تر و کامل‌تر مفاهیم و پاسخ درخور به پرسش‌ها و شبهه‌ها، راه‌حل‌ها و راهکارهای رفع مضامین فرهنگی، فکری، اخلاقی و تربیتی جامعه را نیز، به ویژه از رهگذر پژوهش‌های میان‌رشته‌ای، کشف و ارایه کند.

www.ketaboo.com