

سبک

زندگی

عقلانہ و زیرکانه

www.KeAbab.ir

محبت الاسلام والمسلمین دکتر احمد لقمانی

لقمانی، احمد، ۱۳۹۲ -

عنوان و نام پدیدآور: سبک زندگی عاقلانه و زیرکانه / احمد لقمانی - بهشت

بیش، ۱۳۹۳، ۱۶۶ ص.

ISBN 978 - 964 - 7877 - 46 - 6

شابک:

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

موضوع: اخلاق اسلامی

موضوع: مهارت‌های زندگی - جنبه‌های مذهبی - اسلام

موضوع: عقل (اسلام)

۱۳۹۳

رده بندی کنگره: BP ۲۵۸ / ل ۸ س ۲

رده بندی دیویی: ۲۹۷ / ۷۲



سبک زندگی عاقلانه و زیرکانه

نویسنده	*	احمد لقمانی
ناشر	*	انتشارات بهشت بینه
نوبت چاپ	*	اول / ۱۳۹۳
شمارگان	*	۳۰۰۰ جلد
چاپ	*	ولی عصر (عج)
قیمت	*	۷۶۰۰۰ ریال

انتشارات بهشت بینه: قبه، بلوار امین، کوی صادقیه، حکمت ۴، پلاک ۱۴.

تلفن: ۸۸۶۸۵۸۵ (۰۲۵۱) - همراه: ۱۴۸۹ ۳۵۱ ۰۹۱۲

E-Mail: Behesht binesh @ noavar.com

همه حقوق محفوظ و مخصوص ناشر است.

فهرست مطالب

۷	سخن نویسنده.....
۱۱	عقل و رهاورد آن در زندگی.....
۲۸	آسیب‌های عقل و موانع رشد آن.....
۴۸	عوامل افزایش عقل.....
۷۰	کم عقلی و نشانه‌های آن.....
۸۲	بی‌عقلی و نشانه‌های آن.....
۹۸	سبک زندگی عاقلانه.....
۱۵۹	سبک زندگی زیرکانه.....
۱۶۵	فهرست منابع.....

سخن نویسنده

سبک زندگی (life style)، شیوه رفتار فردی و اجتماعی است که همیشه با توجه به الگوهای فکری - فرهنگی مورد نظر نخبگان و فرزندان بوده است.

در جامعه ما با توجه به حضور استعمار از قرن ۱۲ هجری و اثرگذاری بر فرهنگ این روز و بوم، تلفیقی از سبک زندگی اسلامی و غربی دیده می شود که بر محور «فردگرایی» استوار است، چنان که بارها در گفتگوهای روزمره شنیده ایم که بی اعتنا به مشکلات دیگران گفته می شود: این مشکل شماست! (that's your problem)

تأثیرپذیری از این فرهنگ در نوع پوشش و گرایش به خواب و خوراک ما به خوبی نمایان است، چنان که در بعضی از خانواده ها شب نشینی های طولانی و خواب تا قبل از ظهر رایج شده و یا فرهنگ سفره و جمع نشینی و گفتگوهای روح بخش و وحدت آفرین با آمدن غذاهای همیشه آماده، فست فودها و میکروفرها کم رنگ یا بی رنگ شده است؛ غذاهایی خورده می شود که زود پخته شده و زود خورده می شوند، اما دیر جذب و هضم می شوند و باعث چاقی و مرض های

زودرس می‌گردند.

تمامی همت و توان خانواده صرف درآمد بیشتر می‌شود اما پس از چندی همه درآمد و پس‌انداز خرج سلامت از دست رفته می‌گردد و در یک نگاه، آرامش داده می‌شود تا آسایش بدست آید و سرانجام هر دو از دست می‌رود!

پیش «فردگرایی» در جامعه ما بدانجا رسیده که سن ازدواج بالا رفته، بی‌میلی نسبت به فرزندآوری فراوان شده، میزان طلاق برای فرار از مشکلات دیگران فراتر از حد تصور گردیده و گاه به مرز هشدار رسیده است!!

... پس از آنکه در دهه ۱۳۸۰ موضوع «مهارت‌های زندگی» به‌طور گسترده‌ای مطرح گردید، بهره‌مندی از شیوه صحیح زندگی برای مصون ماندن از شیوه‌های ویرانگر غربی، ضرورتی بود که از سوی رهبر فرزانه انقلاب حضرت آیت الله خامنه‌ای (دام‌عزه) احساس شد و با طرح ۲۰ سوال درباره «اصلاح سبک زندگی» ارائه گردید تا شیوه صحیح زندگی اسلامی و دینی در ایران عزیز، بستر ساز تمدن نوین اسلامی در سطح جهان گردد و الگویی تمام عیار در چشم جهانیان نمایان سازد.

بدون شک این مهم بدون تربیت فردی و اجتماعی که بر سه پایه «اندیشه‌ورزی»، «شادابی» و «معنویت» استوارست عملی نخواهد

شد و نیاز به تدبیر و تلاش خردمندانه‌ای خواهد داشت.
... کتابی که در دست دارید مجموعه‌ای از مباحث عقل‌مداری و
خردمندی برای دستیابی به «سبک زندگی عاقلانه و زیرکانه» است که
با دقت و حوصله از منابع ناب استخراج شده است.

در مدت دو سال پژوهش این اثر، گاه موضوعاتی از آن در محافل
علمی برای استادان و دانشجویان یا جلسات عمومی مطرح گردید که
با استقبال شایانی روبه‌رو شد که نشان از نیاز فراوان همگان به ویژه
پدران و مادران، مربیان و دلسوزان دارد و این مهم تأثیرگذاری چنین
اثری را برای رسیدن به خانواده و جامعه‌ای ممتاز در «سبک زندگی»
دو چندان می‌سازد. ان شاء الله

والسلام

قم مقدس / بهار ۱۳۹۳

احمد لقمانی