

به نام خدا

۱۵۳۳۷۸
۵/۷



روان درمانی با قرآن (سلسله درسهای اخلاقی)

پژوهش و تالیف

ابوالقاسم جعفری

هرگونه چاپ و تکثیر از محتویات این کتاب بدون اجازه کتبی
ناشر ممنوع است. متخلفان به موجب قانون حمایت حقوق
مؤلفان، مصنفان و هنرمندان تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

روان درمانی با قرآن (سلسله درسهای اخلاقی)

مؤلف : ابوالقاسم جعفری

ناشر: مؤسسه فرهنگ - نری دیباگران تهران

طرح روی جلد: داروش فریدی

چاپ: دانشجو

نویت چاپ: اول

تاریخ نشر: ۱۳۹۶

تیراژ: ۶۰ جلد

قیمت: ۷۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۲۴-۶۹۳-۷

نشانی واحد فروش: تهران، میدان انقلاب،

خ کارگر جنوبی، روبروی پاساژ مهستان،

پلاک ۱۲۵۱

تلفن: ۲۲۰۸۵۱۱۱-۶۶۴۱۰۰۴۶

کد پستی: ۱۳۱۴۹۸۳۱۸۵

فروشگاههای اینترنتی:

www.mftbook.ir

www.mftshop.com

نشانی تلگرام: @mftbook

پست الکترونیکی: bookmarket@mftmail.com

سرشناسه: جعفری، ابوالقاسم، ۱۳۵۸-

عنوان و نام پدید آور: روان درمانی با قرآن (سلسله درسهای
اخلاقی) / پژوهش و تالیف: ابوالقاسم جعفری.

مشخصات نشر: تهران- دیباگران تهران- ۱۳۹۶

مشخصات ظاهری: ۷۰ ص. مصور.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۲۴-۶۹۳-۷

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

ر. صوغ: روان درمانی - جنبه های قرآنی

موضوع: Psychotherapy-Qur'anic teaching

موضوع: اسلام زندگی - جنبه های قرآنی

موضوع: conduct of life - Qur'anic teaching

رده بندی کنگره: ۷۰۰۹۱ ر ۸۵۵ / BP ۱۰۴

رده بندی دیویی: ۵۶ / ۲۰۰

شماره کتابشناسی ملی: ۴۸۶۶۲۴۹

نشانی اینستاگرام: Dibagaran_publishing

فهرست مطالب

عنوان.....	صفحه.....
پیشگفتار.....	۵.....
فصل اول.....	۸.....
فصل دوم.....	۱۷.....
فصل سوم.....	۴۱.....
راههای رزه با بجرانهای روحی و روانی.....	۴۱.....
مسئولیت و رسالت دانشمندان و دانشجویان.....	۴۱.....
چرا باید برای زنی معارف هدف داشته باشیم؟.....	۴۴.....
مراقبه (حرکت در سکوت).....	۴۷.....
راه تهذیب نفس.....	۴۹.....
اعتماد به نفس (جملاتی که باید هر روز تکرار کنیم).....	۵۰.....
توصیه هایی برای رسیدن به سرور واقعی ربانی.....	۵۱.....
راههای خودشناسی و خودسازی.....	۵۲.....
هجرت نفسانی.....	۵۲.....
چگونگی شناخت صفات نیک و پسندیده.....	۵۵.....
ارزشهای معنوی.....	۵۶.....
تقوی (نیروی محافظ درونی).....	۵۷.....
روش الهی شدن چگونه است؟.....	۶۰.....
دعا (شعار عاشقان).....	۶۱.....
از کدام راه به راه ساحل سلامت و آرامش می رسیم؟.....	۶۳.....
فصل چهارم.....	۶۷.....
ارزیابی نفس.....	۶۸.....
منابع.....	۷۰.....

خط مشی کیفیت انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران در عرصه کتاب مایی است که بتواند خواسته های به روز جامعه فرهنگی و علمی کشور را تا حد امکان پوشش دهد.

حمد و سپاس ایزد منان را که با الطاف بیکران خود این توفیق را به ما ارزانی داشت تا بتوانیم در راه ارتقای دانش عمومی و فرهنگی این مرز و بوم در زمینه چاپ و نشر کتب علمی دانشگاهی، علوم پایه و به ویژه علوم کامپیوتر و انفورماتیک گام هایی هرچند کوچک برداشته و در انجام رسالتی که بر عهده داریم، مؤثر واقع شویم.

گسترده گی علوم، توسعه روزافزون آن، شرایطی را به وجود آورده که هر روز شاهد تحولات اساسی چشمگیری در سطح جهان هستیم. این گسترش و توسعه نیاز به منابع مختلف از جمله کتاب را به عنوان قدیمی ترین و راسخ ترین راه دستیابی به اطلاعات و اطلاع رسانی، بیش از پیش روشن می نماید.

در این راستا، واحد انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران با همکاری جمعی از اساتید، مؤلفان، مترجمان، متخصصان، پژوهشگران، محققان و نیز پرسنل ورزیده و ماهر در زمینه امور نشر درصدد هستند تا با تلاش های مستمر خود برای رفع کمبودها و نیازهای موجود، منابعی پُر بار، معتبر و با کیفیت مناسب در اختیار علاقمندان قرار دهند.

کتابی که در دست دارید با همت "جناب آقای ابوالقاسم جعفری" و تلاش جمعی از همکاران انتشارات میسر گشته که شایسته است از یکایک این گرامیان تشکر و قدردانی کنیم.

کارشناسی و نظارت بر محتوا: زهره قزلباش

در خاتمه ضمن سپاسگزاری از شما دانش پژوه گرامی درخواست می نماید با مراجعه به آدرس dibagaran.mft.info (ارتباط با مشتری) فرم نظرسنجی را برای کتابی که در دست دارید تکمیل و ارسال نموده، انتشارات دیباگران تهران را که جلب رضایت و وفاداری مشتریان را هدف خود می داند، یاری فرمایید.

امیدواریم همواره بهتر از گذشته خدمات و محصولات خود را تقدیم حضورتانی نماییم.

مدیر انتشارات

مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران

Publishing@mftmail.com

امیرالمؤمنین (ع) می فرماید: الا ای مردم نصیحت آن کس که به شما «برای خدای» اندرز و پند می دهد نیکو بشنوید و اطاعت کنید و بدانید که خدا مدح نگوید «و دوست ندارد» مگر دلپایانی را که لایق تر برای آموختن حکمت و معرفتند و زودتر دعوت خدا را اجابت و «امر او را اطاعت» می کنند و بدانید که بزرگترین جهاد، جهاد با نفس اماره است پس آماده شوید و جداً به جهاد با نفس خود بپردازید تا به سعادت ابدی رسید و قیل و قال را به یک سو نهد و حرف و گفتگو را به دور ریزید و «و بکار پردازید» تا به ساحل سلامت رسید و خدا را بسیار یاد کنید تا به ذکر خدا غنیمت بزرگ و لذت ابد یابید. و ای بندگان خدا با هم برادر ایمانی باشید «یک دل و یک رنگ با صفا با هم زندگی کنید» تا نزد خدا در بهشت نعیم جاودانی به سعادت و فیروزی رسید.^۱

هنگامی که این کلام بلند و زیبای علی (ع) را مطالعه می نمودم، بر آن شدم تا نام زیبای «بر ساحل سلامت» برای مجموعه حاضر برگزینم تا بر نورانیت و زیبایی، این مجموعه افزوده گردد. بر سر آنم که هرگز دست بر آید دست به کاری زخم که غصه سر آید

(حافظ)

عصر و زمان زندگی بشر، زمان بشریتهای شگرف علمی و تکنولوژی است و با گذشت زمان روزها و لحظه ها دنیای انسان در حال تغییر و تحول است و انسان با ویژگیهای تفکر و عقل که خداوند هستی بخش به او ارزانی کرده است، در پی کشف حقایق و رموز دنیای خویش است و برای پاسخ به نیازمندیهای بشری با اندیشه در حال جسم و حرکت است و در طی قرون گذشته توانسته تحولات عظیمی را در زندگی بشر بوجود آورد. اما با وجود این همه تحولات ذهنش هنوز نتوانسته آرامش لازم را بر زندگی و افکار انسانها حاکم نماید. انسان امر را افسرده و ملول است و اضطراب و تشویش و نگرانی و دلهره او را آماج حملات سهمگین خود قرار داده است، انسان امروز چگونه می تواند به آرامش روحی و روانی دست یابد؟ راه رسیدن به این ساحل سلامت از کدام طریقت است؟ این مسأله گم شده انسان قرن ماست و با هر وسیله ممکن در پی رسیدن به این جایگاه امن و آرام در تکاپو و حرکت است، دانشمندان و فلاسفه راه رسیدن بشر به سعادت ابدی را در کسب فضیلت و اخلاقی و پاک نمودن نفس می دانند و اعتقاد دارند اگر انسان فضیلتهای اخلاقی نیک و پسندید را بیوزد و بکار بندد، جامعه خویش را سعادتمند خواهد نمود و آنگاه ذهن بشر به آرامش دست خواهد یافت. آنچه در طول تاریخ زندگی انسان اغلب ذهن او را به تلاش و تکاپو و تعقل واداشته معرفت نفس یا خودشناسی است. اینجاست که قرآن مجید و تعالیم آسمانی اسلام مانند هر موضوع دیگری برای درمان این درد بزرگ بشری که در همه قرون به شکلی خاص با آن روبرو است، نسخه شفا بخشی را ارائه می دهد و او را برای رسیدن به معرفت نفس و تعالی و رشد شخصیت ایجاد زمینه سعادت دنیا و آخرت در ساحل سلامت یعنی دامن پر نور قرآن و پیامبر (ص) و ائمه معصومین (علیهم السلام) هدایت می کند.