



**نقش قناعت در  
سبک زندگی اسلامی**

تألیف: علی جنتی

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



سرشناسه  
عنوان و نام پدیدآور  
مشخصات نشر  
مشخصات ظاهری  
شابک

جنتی، علی، ۱۳۶۶-  
نقش قناعت در سبک زندگی اسلامی/ تهیه و تالیف علی جنتی.  
قم: امتداد حکمت، ۱۴۰۰.  
۸۹ ص.؛ ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س.م.  
978-622-7981-80-3: ۵۰۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی  
یادداشت  
موضوع

فیپا  
کتابنامه: ص. ۸۵ - ۸۹؛ همچنین به صورت زیر نویس.  
قناعت -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام  
Contentment -- Religious aspects -- Islam

رده بندی کنگره  
رده بندی دیویی  
شماره کتابشناسی ملی  
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

BP250/35  
297/632  
۷۴۸۱۹۸



نام کتاب: نقش قناعت در سبک زندگی اسلامی

نام نویسنده: علی جنتی

طراحی متن و صفحه‌آرایی: زهرا کرمی

طراح جلد: علی جنتی - زهرا کرمی

ناشر: انتشارات امتداد حکمت

شابک: 978-622-7981-80-3

قطع: رقعی

سال چاپ: اسفند ۱۴۰۰

نوبت چاپ: چاپ اول

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰۰ هزار تومان

کلیه حقوق این اثر برای مولف محفوظ است

## فهرست مطالب

|         |                                         |
|---------|-----------------------------------------|
| 11..... | مقدمه                                   |
| 12..... | فصل اول کلیات و مفاهیم                  |
| 13..... | تعریف قناعت                             |
| 15..... | قناعت در نزد علمای اخلاق                |
| 16..... | مراتب قناعت                             |
| 17..... | واژه‌های مرتبط با قناعت                 |
| 18..... | کفاف                                    |
| 19..... | اقتصاد                                  |
| 19..... | اقتصار                                  |
| 20..... | زهد                                     |
| 21..... | حرص                                     |
| 22..... | تفاوت قناعت با دعوت به تلاش و کوشش      |
| 24..... | تفاوت قناعت با فقر                      |
| 24..... | تفاوت قناعت با بخل                      |
| 25..... | فصل دوم : تبیین پیامدهای قناعت در اسلام |
| 26..... | گفتار اول: پیامدهای رعایت قناعت         |
| 27..... | پیامدهای رعایت قناعت                    |
| 27..... | آثار فردی قناعت                         |
| 27..... | عزت نفس و سرفرازی                       |
| 30..... | گنج بی پایان                            |
| 31..... | منشاء بی‌نیازی و استغنا                 |
| 32..... | پادشاهی در قناعت                        |
| 32..... | رضایت خداوند                            |
| 32..... | سبکی حساب در روز قیامت                  |
| 33..... | هدایت                                   |
| 33..... | خوشی زندگی                              |
| 34..... | مصونیت از گرسنگی                        |
| 34..... | فضیلت اخلاقی                            |
| 35..... | راحتی و آسایش                           |
| 36..... | شکرگزاری                                |
| 37..... | ترکیه و اصلاح نفس                       |

|    |                                                     |
|----|-----------------------------------------------------|
| 38 | سلامتی دین                                          |
| 38 | حیات طیبه                                           |
| 39 | نجات از هوای نفس                                    |
| 40 | دوری از رذایل اخلاقی                                |
| 41 | منشاء پاکدامنی                                      |
| 42 | میانه روی                                           |
| 43 | آثار اجتماعی قناعت                                  |
| 43 | فقر زدایی                                           |
| 44 | پایین آمدن سن ازدواج                                |
| 45 | آثار اقتصادی قناعت                                  |
| 45 | قناعت ابزار اقتصاد مقاومتی                          |
| 46 | استقلال اقتصادی                                     |
| 48 | گفتار دوم: پیامدهای عدم رعایت قناعت                 |
| 49 | پیامدهای عدم رعایت قناعت                            |
| 49 | عدم حضور قلب در عبادت                               |
| 50 | ذلت و خواری                                         |
| 50 | نگرانی دائم                                         |
| 51 | مانع حریت و آزادی                                   |
| 51 | فساد اقتصادی                                        |
| 52 | دیگر آثار عدم رعایت قناعت                           |
| 54 | فصل سوم موانع دستیابی به قناعت و راهکارهای ایجاد آن |
| 55 | گفتار اول: موانع دستیابی به قناعت                   |
| 56 | موانع دستیابی به قناعت                              |
| 56 | عدم بینش صحیح از خود و زندگی و رزاق بودن خدا        |
| 57 | عدم موعظه                                           |
| 58 | معاشرت با ثروت اندوزان                              |
| 59 | عدم توجه به رضایت خداوند                            |
| 60 | عدم توجه به فلسفه وجودی پدیده ها                    |
| 60 | عدم توجه به فواید قناعت و زیانهای حرص               |
| 60 | عدم توجه به آموزه های قرآنی                         |
| 61 | عدم توجه به زیردستان                                |
| 62 | عدم اعتدال و میانه روی در هزینه های زندگی           |
| 62 | عدم تدبیر                                           |
| 63 | گفتار دوم: راهکارهای ایجاد قناعت                    |
| 64 | راهکارهای ایجاد قناعت                               |
| 64 | راهکارهای معرفتی (علمی)                             |

|    |                                                     |
|----|-----------------------------------------------------|
| 64 | ..... خودشناسی                                      |
| 66 | ..... احساس کرامت و شخصیت                           |
| 67 | ..... معتقد شدن به رزاق بودن خداوند                 |
| 68 | ..... شناخت حقیقی نعمت‌ها                           |
| 70 | ..... مطالعه سیره انسانی‌های قانع                   |
| 71 | ..... مقایسه‌های خوش بینانه                         |
| 73 | ..... آینده نگری                                    |
| 74 | ..... شناخت صفات ضد قناعت                           |
| 75 | ..... راهکارهای رفتاری (عملی)                       |
| 75 | ..... تهذیب و پالایش روح                            |
| 78 | ..... آموزش قناعت در محیط زندگی و خانواده           |
| 78 | ..... انتخاب برترین الگوها                          |
| 79 | ..... تقویت و اهدای جایزه                           |
| 80 | ..... شکرگزاری                                      |
| 80 | ..... انجام کارهای شایسته                           |
| 80 | ..... تنظیم بودجه                                   |
| 82 | ..... همخوان سازی خواسته‌ها و انتظارات با واقعیت‌ها |
| 82 | ..... اقدام عملی در رعایت پیشگی                     |
| 84 | ..... نتیجه گیری                                    |
| 85 | ..... فهرست منابع                                   |

## پیشگفتار

دین مبین اسلام برای اداره زندگی بشر برنامه های جامع و دقیقی را ارائه نموده است؛ کاریست این برنامه ها، شیوه زیستن بشر را به طرز دقیق انگیزی به سوی خوشبختی و رضایت فردی و اجتماعی سوق می دهد. از جمله این راهکارها، توجه به موضوع قناعت و رعایت آن در زندگی است؛ بنابراین قناعت در زندگی اسلامی مسئله ای است که در این پژوهش مورد توجه قرار گرفته است. در این کتاب ابتدا به بیان مفهوم قناعت و سپس به تبیین نتایج و آثار فردی، اجتماعی و اقتصادی حاصل از رعایت آن پرداخته شده است. در ادامه این پژوهش به پیامدهای عدم رعایت و موانع دستیابی به قناعت اشاره شده است. در قسمت پایانی این پژوهش نیز راهکارهای علمی و عملی ایجاد قناعت بیان شده است. نتیجه آن که؛ یافته های این پژوهش در دو حوزه معرفت شناسی و عملگرایی رفتاری، نقش عمده و بسزایی در اصلاح و تقویت شیوه زندگی انسان که از آن به زندگی اسلامی تعبیر می شود ایفا نموده است.