

سید الشهدا

رهایی از خودارضایی

- الف شهباز

۰۹۱۳-۲۰۰۴۵۹۳

سرشناسه : شهباز ورزنه، ابوالقاسم، ۱۳۵۶ -
 عنوان و نام پدیدآور : رهایی از خودارضایی / ابوالقاسم شهباز ورزنه.
 مشخصات نشر : قم: صبح صادق، ۱۳۸۸.
 مشخصات ظاهری : ۱۲۰ ص.
 شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۸۴۰۳-۶۸-۸
 وضعیت فهرست نویسی : فبا
 یادداشت : کتابنامه به صورت زیرنویس.
 موضوع : استمناء -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
 موضوع : گناه -- روان‌شناسی
 موضوع : توبه (اسلام)
 رده بندی کنگره : ۱۳۸۸ ۹۹۹/۲۲۵/۶BP
 رده بندی دیویی : ۲۹۷/۲۶۲
 شماره کتابشناسی ملی : ۶۰۵۶۵۹۱



نام کتاب : رهایی از خود ارضایی

نویسنده: ابوالقاسم شهباز ورزنه

ناشر: صبح صادق

چاپ: پیشرو

توبت چاپ: لول/ زمستان ۸۸

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

بها: ۱۵۰۰ تومان

تعداد صفحات: ۱۲۰ص

قطع: رقعی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۸۴۰۳-۶۸-۸

ناظر چاپ: پخش مبین

مرکز پخش:

قم: تلفن: ۳۷۱۵۵-۶۱۴۴ صندوق پستی ۲۵۱-۷۸۳۵۷۲۷
 mobin_mr1388@yahoo.com

اصفهان: پخش کریم اهلبیت(ع) - ۳۱۱-۲۲۳۸۸۳۲

تبریز: مرکز پخش صحیفه - ۹۱۴۱۱۵۲۸۲۶

کلیه حقوق برای مؤلف محفوظ است

«قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ
لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ
إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ
وَإِنِّي بِلِقَاءِ رَبِّكُمْ وَأَسْلِمُوا لَهُ مِن قَبْلِ أَن يَأْتِيَكُمُ الْعَذَابُ ثُمَّ لَا تُنصَرُونَ»
(سوره ی زمر، آیات ۵۳ و ۵۴)

بگو: ای بندگان من که بر خود اسراف و ستم کرده اید!
از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه ی گناهان را می آمرزد، زیرا او
بسیار آمرزنده و مهربان است.
و به درگاه پروردگارتان باز گردید و در برابر او تسلیم شوید، پیش از آن که
عذاب به سراغ شما آید، که در آن صورت،
دیگر یاری نخواهید شد!



الا ای باغبان باغ هستی!
نمی دانم کجایی، یا که هستی؟
در این توفنده توفان جوانی
به شیب تند کوه زندگانی
منم آن نونهال مانده در باد
اگر دستم نگیری خواهم افتاد.^۱

فهرست

۵.....	آن سوی ناامیدی
۹.....	حدیث مهربانی
۱۲.....	چی بگم؟!.....
۱۴.....	زن و راهزن.....
۱۷.....	سزای پاکدامنی.....
۲۰.....	چیزی از جنس خدا.....
۳۰.....	در سرازیری گناه.....
۳۳.....	گناهی پرآسیب!.....
۴۰.....	نظر اهل فن.....
۴۳.....	آینده از آن توست.....
۴۶.....	بارک الله به آقاسوسکه!.....
۴۹.....	بخشید! اونجا خونه‌ی خداست؟.....
۵۳.....	The secret.....
۵۵.....	رنج و گنج.....
۵۷.....	هفت قدم تا روشنایی.....
۵۹.....	قدم اول: باور سبز.....
۶۲.....	قدم دوم: مثبت‌گرایی.....
۶۴.....	قدم سوم: پالایش فکر.....
۷۵.....	قدم چهارم: پاسداری.....
۸۰.....	قدم پنجم: بازسازی.....
۹۰.....	قدم ششم: پاکسازی و جبران.....
۹۳.....	قدم هفتم: رفع دلوایی‌ها (کلیدهای طلایی).....
۱۰۴.....	مشکل بی‌مشکلی.....
۱۰۷.....	از اینجا تا خدا.....
۱۱۳.....	پرسش و پاسخ.....
۱۱۶.....	حرف آخر.....
۱۱۹.....	منابع.....