

سبک زندگی ایرانی ، اسلامی

و

مهارت های رفتاری

عطیه غلامرضائی ساروی

سرشناسه	: غلامرضایی ساروی، عطیه، ۱۳۴۷ -
عنوان و نام پدیدآور	: سبک زندگی ایرانی، اسلامی و مهارت‌های رفتاری / نویسنده عطیه غلامرضائی ساروی.
مشخصات نشر	: تهران: عطیه غلامرضایی ساروی، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۰ ص. ۱۱/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک	: ۷۰۰۰۰ ریال 4-3951-600-978
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
داشت	: کتابنامه.
موضوع	: شیوه زندگی -- جنبه‌های مذهبی - اسلام
موضوع	: شیوه زندگی - ایران
موضوع	: اسلام و آموزش و پرورش
رده بندی کنگره	: BP۲۵۸/غ۸۴ س ۲ ۱۳۹۴
رده بندی دیویی	: ۱۷۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۲۹

سبک زندگی ایرانی، اسلامی و مهارت‌های رفتاری نویسنده: عطیه غلامرضائی ساروی

ناشر: مولف

نوبت چاپ و سال چاپ: اول - ۱۳۹۴

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپخانه: ستاره

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۰۴-۳۹۵۱-۴

قیمت: ۷۰۰۰۰ ریال

بخش اول : سبک زندگی

۷	مقدمه.....
۹	سبک و سیره.....
۱۰	تعریف سبک زندگی.....
۱۱	منابع سبک زندگی اسلامی.....
۱۴	بایگاه سبک زندگی در پیشرفت اسلام.....
۱۵	دلیل اهمیت سبک زندگی.....
۱۷	شاخص های سبک دینداری.....
۱۹	سبک زندگی پیامبر اکرم (ص).....
۲۸	مصادیق سبک زندگی اسلام.....
۴۰	فرهنگ گفتمان اسلام.....
۴۱	افتخار تمدن ایرانی.....
۴۴	پذیرش اسلام توسط ایرانیان.....
۴۸	سبک زندگی ایرانی.....
۵۲	تمدن اسلامی.....
۵۳	سبک زندگی غرب.....

بخش دوم : مهارت های رفتاری

۶۴	نقش معنویت در زندگی.....
۶۵	پاداش نماز اول وقت.....
۶۶	اساس تربیت اسلامی.....
۶۸	بهداشت روانی.....
۶۹	تأثیر مذهب بر بهداشت روانی.....
۷۱	نقش تغذیه در رشد جسمانی و هیجانی.....
۷۲	نقش خواب در رشد جسمانی و هیجانی.....
۷۳	بلوغ و رشد عواطف.....
۷۵	اصل عزت.....
۷۶	راه های افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان.....

۷۸	تفکر خلاق
۸۱	هوش هیجانی
۸۴	ترویج فرهنگ کتاب خوانی
۸۶	گل عفاف
۸۹	تهاجم فرهنگی و جنگ نرم
۹۰	همه ی خانم های ایرانی ملکه هستند
۹۱	باد زیستن
۹۲	بازی
۹۵	وست یابی
۹۸	موقعیت نیست
۹۹	تعیین هدف
۱۰۱	تصمیم گیری
۱۰۲	محبت و تکریم
۱۰۳	نقش تربیتی محبت
۱۰۵	ابراز وجود
۱۰۷	الگوی رابطه ی فرد در اسلام
۱۰۸	نه گفتن را تمرین کنیم
۱۱۱	جایگاه عشق در تربیت اسلامی

بخش سوم : پیوست ها

۱۱۶	پی نوشت ها
۱۱۹	منابع

مقدمه

خانواده و اجتماع از مهم ترین عوامل مؤثر در تعلیم و تربیت به حساب می آیند. زیرا به سبب الگوطلبی و الگو پذیری آدمی که ریشه در فطرت دارد، تأثیر عناصر گوناگون اجتماع و تعلیم و تربیت بر انسان بسیار زیاد است.

خان مناسب ترین مکان برای رشد و باروری فکری، رفتاری، گفتاری و در محبت شخصیت فرزندان است. نقش پدر و مادر، کنار معلم و مربی، مثل گوی شخصیت و ساختار روحی و رفتاری آن ها، کلیدی و سرپرست ساز است، به گونه ای که متعلم و مربی ممکن است تمام حرکات و سکنات خود را تحت تأثیر الگو برداری قرار دهند. سبک کاملی از زندگی مطابق با دستور العمل های اسلام باشد با اهداف معلوم و برنامه ی جامع هماهنگ، در مراکز تعلیم و تربیت قابل تحقق است.

اهمیت و دقتی که اسلام در انتخاب معلم و مربی دارد در حقیقت، آینده نگری و سلامت جامعه ی اسلامی را مورد توجه قرار می دهد. « فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ » پس باید انسان به خوراک خود بنگرد. (۱) و کدام خوراک مهمتر از خوراک روح و تعلیم و تربیت است؟

امام باقر (ع) خوراک را اینگونه معنی می کند:

« عِلْمُهُ الَّذِي يَأْخُذُهُ، عَمَّنْ يَأْخُذُهُ. » علمی که فرا می گیرید، بنگرید از چه کسی فرا می گیرید.

باید ضرورت این حساسیت ها در خانواده ها و معلمان و مربیان به وجود آید، که منبع دریافت افکار، اعمال و رفتار ما است.

به بیان امام خمینی (ره): «معلم است که انسان ها را مذهب بار می آورد، متعهد بار می آورد و با انگل بازمی آورد و وابسته، همه از مدرسه ها بلند می شود، همه ی سعادت ها و همه ی شقاوت ها انگیزه اش از مدرسه هاست و کلیدش دست معلمین است.» (۲)

در واقع، اولین در کنار پدران و مادران با بهره گیری از آموزه های دین مبین اسلام، احادیث و روایات می توانند سبک زندگی اسلامی را باز تعریفی دوباره نمایند و از شکل و محتوا به فعل در آورند، نسل تشنه دانستن که می خواهند زرد به مقصد برسند، در معرض برنامه های بی محتوا و ضد ارزشی بیگانگان قرار دارند، همه ی ما باید در تربیت مکتبی فرزندانمان آگاهانه گام برداریم.

این کتاب قصد دارد از اقیانوس مفاهیم پیرامون غنی، پرنفاز، راهگشا و روشن فرهنگ اسلام و ایران قطراتی استخراج و اشکالاتی مختصر، نماهنگی کلی از سبک زندگی اسلامی و ایرانی را ارائه دهد.

بدیهی است که پرداختن به همه ی زوایای پیدا و پنهان، یک زندگی اسلامی و تطابق آن با سبک های دیگر از مجال این مختصر خارج است، اما از آنجائی که فرهنگ سازی هم بخشی از وظایف پدران، مادران، مربیان، معلمان و فعالان عرصه علم و دانش است، ما نیز با توکل به خداوند سبحان برخاستیم تا با این نگارش، پیرامون خود را در حد روشنائی شمعی، روشن نمایم.