



پیمانه زندگی

روش‌هایی برای تنظیم دخل و خرج زندگی در روایات معصومین علیهم‌السلام

قنبر علی تیموری

تیموری، قنبرعلی، ۱۳۵۵ - .

پیمانه زندگی : روش‌هایی برای تنظیم دخل و خرج زندگی در روایات معصومین (علیهم‌السلام) /
قنبرعلی تیموری. - مشهد : بنیاد پژوهشهای اسلامی، ۱۳۹۲.

ISBN 978-964-971-610-7

۱۲۴ ص.

فیا.

کتابنامه به صورت زیرنویس

۱. اقتصاد خانواده - جنبه‌های مذهبی - اسلام. ۲. اقتصاد خانواده الف. بنیاد

پژوهشهای اسلامی. ب. عنوان.

BP ۲۳۰ / ۲ / ۹۶ ت ۹۶ پ ۱۳۹۲

۲۹۷/۴۸۳۳

۳۱-۳۵۲۸

کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران



پیمانه زندگی

روش‌هایی برای تنظیم دخل و خرج زندگی در روایات معصومین (علیهم‌السلام) /
قنبرعلی تیموری

ویراستار: اصغر ارشاد سمرایی

چاپ اول: ۱۳۹۲ / ۳۰۰۰ نسخه، رقمی / قیمت ۳۷۰۰۰ ریال

چاپ و صحافی: مؤسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی

بنیاد پژوهشهای اسلامی، مشهد: صندوق پستی ۹۱۷۳۵-۱۶۶

مراکز توزیع:

تلفن و دورنگار واحد فروش بنیاد پژوهشهای اسلامی: ۲۳۳۰۸۰۳

فروشگاه‌های کتاب بنیاد پژوهشهای اسلامی، مشهد: ۲۳۳۳۹۲۳، قم:

۷۳۳۳۰۲۹

www.islamic-rf.ir

info@islamic-rf.ir

حق چاپ محفوظ است

فهرست مطالب

سرآغاز ۷

بخش اول

اسیب‌شناسی مصرف

(۹ - ۴۸)

الف) مفهوم اسراف ۱۱

۱. بیش از کفاف ۱۱ □ ۲. بیش از نیاز ۱۲ □ ۳. نشانه
اسراف کار ۱۲ □ ۴. مصرف در کار خیر ۱۳

ب) نکوهش اسراف ۱۵

۵. خشم پروردگار ۱۵ □ ۶. مجازات سریع ۱۶ □ ۷. کنار
شیطانی ۱۶ □ ۸. ملامت مردم ۱۷

ج) آثار اسراف ۱۹

۹. محرومیت ۱۹ □ ۱۰. کسالت ۲۰ □ ۱۱. فقر و ناداری ۲۱ □
۱۲. هلاکت ۲۲ □ ۱۳. زوال نعمت ۲۲ □ ۱۴. نابودی

۴ <> پیمانه زندگی

مسلمانان ۲۳ □ ۱۵. مستجاب نشدن دعا ۲۴ □

۱۶. بی برکتی ۲۵

(د) ریشه‌های اسراف ۲۶

۱۷. چشم و هم چشمی ۲۶ □ ۱۸. خواسته‌های بی حد و

مرز ۲۷ □ ۱۹. نادانی و بی اطلاعی ۲۷ □ ۲۰. بلندآوازی ۲۸ □

۲۱. وسواس ۲۹ □ ۲۲. برازندگی خیالی ۳۰ □ ۲۳. زندگی‌های

با ارزش ۳۰ □ ۲۴. هم‌نشینی با مسرفان ۳۱ □

(ه) نمونه‌های اسراف ۳۳

۲۵. مسکن ۳۳ □ ۲۶. پوشاک ۳۴ □ ۲۷. خوراک ۳۴ □

۲۸. آب ۳۵ □ ۲۹. نان (تندید) ۳۶ □ ۳۰. میوه‌جات ۳۷ □

۳۱. مسئله بهداشت ۳۸ □ ۳۲. وسایل زندگی ۳۹ □ ۳۳. گذر

عمر ۴۰ □ ۳۴. استعدادها ۴۱ □

(و) درمان اسراف ۴۳

۳۵. آینده‌نگری ۴۳ □ ۳۶. خودسازی ۴۴ □ ۳۷. کفاف ۴۵ □

۳۸. کرامت نفس ۴۵ □ ۳۹. توانگری ۴۶ □ ۴۰. عاقبت

اندیشی ۴۷

بخش دوم
راهکارهای مصرف
(۴۹ - ۱۲۸)

الف) اصلاح نگرش‌ها ۵۱

۱. مالکیت خداوند ۵۱ □ ۲. مصرف نادرست ۵۳ □
۳. درآمد و مصرف سالم ۵۴ □ ۴. حد و مرز مصرف ۵۶ □
۵. قدرت انبساطی ۵۷ □ ۶. احساس مسئولیت ۵۸ □
۷. هوس‌رانی مخبر ۶۰ □ ۸. تبلیغات فریبنده ۶۱ □
۹. تقلید ناپسند ۶۳

ب) اصلاح اصول رفتار ۶۶

- در خانواده ۶۶

۱۰. اهتمام به تولید ۶۶ □ ۱۱. سرمایه‌گذاری ۶۷ □
۱۲. مشاوره ۶۹ □ ۱۳. تقدیر در زندگی ۷۰ □ ۱۴. طقه‌بندی
- نیازها ۷۲ □ ۱۵. کم‌هزینگی ۷۴ □ ۱۶. کیفیت مطلوب ۷۵ □
۱۷. پیمان‌ه کردن ۷۶ □ ۱۸. محکم‌کاری ۷۸

- در ادارات و سازمان‌ها ۸۰

۱۹. خدمت، نه خیانت ۸۰ □ ۲۰. سرعت، نه شتاب ۸۲ □
۲۱. تقسیم کارها ۸۳ □ ۲۲. مهارت و تخصص ۸۵ □
۲۳. اصلاح شیوه‌ها ۸۶ □ ۲۴. توجه به شایستگی‌ها ۸۸ □
۲۵. نظارت پنهان ۸۹ □ ۲۶. رعایت بیت‌المال ۹۱

ج) اصلاح شاخص‌ها ۹۳

۲۷. آب ۹۳ □ ۲۸. تغذیه ۹۵ □ ۲۹. لباس ۹۷ □
 ۳۰. مسکن ۱۰۰ □ ۳۱. وسیله نقلیه ۱۰۳ □ ۳۲. دارو و
 درمان ۱۰۵ □ ۳۳. انرژی ۱۰۷ □ ۳۴. برگزاری مراسم ۱۰۸ □
 ۳۵. بهداشت و نظافت ۱۱۰ □ ۳۶. انفاق‌ها ۱۱۱ □
 ۳۷. امنیت ۱۱۳ □ ۳۸. فرصت‌ها ۱۱۶ □ ۳۹. محیط
 زیست ۱۱۸ □ ۴۰. زیاله‌ها ۱۲۰

فهرست منابع ۱۲۳

سر آغاز

زندگی جاده‌ای است که همه عمر انسان‌ها را در برمی‌گیرد، جاده‌ای که با تولد آدمی آغاز می‌شود و با مرگ وی پایان می‌یابد. در امتداد این جاده، تابلوهایی از «بایدها» و «نبایدها» وجود دارد که به زندگی آرامش و سلامت می‌بخشد، البته اگر مسافر این جاده آن‌ها را ببیند و به آن‌ها عمل کند.

کتاب *پیمانه زندگی* نمونه‌ای از این تابلوهایی آرام‌بخش است که هم «آسیب‌ها» را نمایانده و هم «هشدارها» را ارائه داده است تا مسافران زندگی را در پیمودن این مسیر پر از خطر کمک نماید و در پرتو احادیث نورانی معصومین علیهم‌السلام آنان را به سعادت و سلامت برساند، باشد که مقبول درگاه حق و مورد پسند قرار گیرد و سپاس و تقدیرم را نثار

۸ > پیمانه زندگی

استاد ارشاد سرابی می‌کنم که متن حاضر را به زیبایی
ویراسته است.

قنبرعلی تیموری

بهار ۱۳۹۱

مشهد رضوی

www.ketab.ir