

به نام بهترین نام‌ها

فرهنگنامه روان‌شناسی مثبت‌گرا در ادب پارسی

مؤلف: روان‌شناسی مثبت‌گرا

در حکم: متل‌های پارسی

علی اکبر عباسیان

انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی

واحد لاهیجان

سیرشناسیه	عباسیان، علی اکبر، ۱۳۳۲ -
عنوان و نام پدیدآور	فرهنگنامه روانشناسی مثبت‌گرا در ادب پارسی: مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا در حکمت‌ها و مثل‌های پارسی/ علی اکبر عباسیان.
مشخصات نشر	لاهیجان: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد لاهیجان، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۳۹۸ص:، جدول.
شابک	978-964-10-2517-7
وضعیت فهرست نویسی	فبا
موضوع	ادبیات فارسی - واژه نامه‌ها
موضوع	روانشناسی در ادبیات
موضوع	ادبیات فارسی - جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	روانشناسی مثبت‌گرا
شابک - گروه	دانشگاه آزاد اسلامی، واحد لاهیجان
ردیف کتاب	۱۳۹۲/ع۲۵۶/۲۲۲۲۱/۲
ردیف کتاب	۸۵۰/۲
شماره ثبت کتاب ملی	۲۲۷۱۹۳۱

عنوان کتاب: فرهنگنامه روان‌شناسی مثبت‌گرا در ادب پارسی مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا در حکمت‌ها و مثل‌های پارسی
تألیف: علی اکبر عباسیان

طرح جلد و صفحه آرایی: م. الماسی
نوبت چاپ: اول
تعداد صفحات: ۳۹۸
لیتوگرافی و چاپ: فولادلو
سال چاپ: ۱۳۹۲
قطع: وزیری
ناشر: دانشگاه آزاد اسلامی واحد لاهیجان
شابک: ۹۶۴-۱-۹۷۸-۷

مرکز پخش: دانشگاه آزاد اسلامی واحد لاهیجان - تلفن: ۰۱۴۱۲۲۳۹۰۵۳
آدرس: لاهیجان، انتهای کوی شقایق، مجتمع دانشگاه آزاد، ص. پ. ۱۶۱۶
کلیه حقوق قانونی و شرعی برای مولف و ناشر محفوظ می‌باشد و هیچ شخص حقیقی یا حقوقی حق تکثیر تمام یا قسمتی از این اثر را نداشته و متخلفان تحت پیگرد قانونی قرار خواهند گرفت.

فهرست مطالب

پیشگفتار.....	ط	شعر	۱۳
درباره‌ی کتاب.....	ک	جایگاه شعر در ایران	۱۵
بخش اول: کلیات تحقیق			
طرح موضوع.....	۲	شاخصه‌های اندیشه‌ی ایرانی	۱۸
پرسش اصلی.....	۲	ادبیات عرفانی	۲۲
فرضیه.....	۲	عرفان و انسان معاصر	۲۶
هدف‌های تحقیق.....	۳	عناصر و اصول اساسی عرفان	۲۷
پیشینه‌ی موضوع.....	۳	حکمت‌ها و مثل‌ها	۳۰
اهمیت تحقیق.....	۳	حکمت	۳۱
محدوده و کانون بحث.....	۳	مثل	۳۲
روش تحقیق.....	۳	روان شناسی	۳۴
ساماندهی تحقیق.....	۴	روان شناسی مثبت گرا	۳۴
بخش دوم: مبانی نظری			
تعریف مفاهیم.....	۶	زامل خوشبختی	۳۸
ایران.....	۶	ویژگی‌های افراد مثبت گرا	۴۰
زبان.....	۷	عوامل حساس‌های مثبت و منفی.....	۴۴
زبان پارسی.....	۷	عواطف حساس‌های مثبت	۴۵
فرهنگ.....	۸	عواطف و احساس‌های منفی.....	۵۰
فرهنگ ایرانی.....	۸	ترازنامه‌ی خوش بینی و بدبینی	۵۶
ادبیات.....	۱۱	خوش بینی، بدبینی و سلامتی.....	۵۸
نثر.....	۱۲	اندیشه‌های مثبت، اندیشه‌های منفی.....	۵۹
		توجه به جنبه‌های مثبت	۶۱
		هوش هیجانی	۶۴
		نیروهای تاییدی	۶۶

۱۰۴	۱۹- آمرزش خواهی، مغفرت
۱۰۴	۲۰- آموزش، تعلیم و تعلم
۱۰۶	۲۱- آهستگی، ملایمت
۱۰۷	۲۲- آینده، آینده نگری
۱۰۷	۲۳- ابراز وجود
۱۰۸	۲۴- اتحاد، یگانگی
۱۰۹	۲۵- احترام، بزرگداشت
۱۱۰	۲۶- احتیاط، دوراندیشی
۱۱۱	۲۷- احوال پرسی، خوش و بش
۱۱۱	۲۸- اخلاق، فضیلت
۱۱۳	۲۹- ادب، نزاکت
۱۱۴	۳۰- اراده، خواست، طلب، تصمیم
۱۱۶	۳۱- ارتباط، تماس
۱۱۸	۳۲- ارزش، ارج
۱۲۰	۳۳- ازدواج، پیوند
۱۲۱	۳۴- استواری، استحکام
۱۲۱	۳۵- میان روی
۱۲۳	۳۶- اعتلا، برتری، برتری
۱۲۵	۳۷- اعتماد، اتکا
۱۲۵	۳۸- اعتماد به نفس، خودکارآمدی
۱۲۶	۳۹- اغتنام فرصت، فرصت شناسی
۱۲۸	۴۰- افسردگی، دلسردی
۱۲۹	۴۱- اقدام، عمل

۶۶	فضیلت ها
۶۸	قابلیت
	بخش سوم: ادبیات و روان شناسی
۷۸	ادبیات و روان شناسی
	بخش چهارم: فرهنگنامه
۸۲	۱- آبادانی، ساختن
۸۳	۲- آبرو، اعتبار
۸۴	۳- آبرت، عقبی
۸۴	۴- آدن، آسانی
۸۶	۵- آراستگی، نظم
۸۷	۶- آرامش، آسودگی
۸۸	۷- آرزو، آرمان
۹۰	۸- آز، طمع
۹۱	۹- آزادی، آزادگی
۹۵	۱۰- آزادی عمل، تصمیم گیری
۹۶	۱۱- آزار، اذیت
۹۷	۱۲- آزمایش، امتحان
۹۸	۱۳- آزمودگی، تجربه گرایی
۹۹	۱۴- آسانی، سهولت
۱۰۱	۱۵- آغاز، شروع
۱۰۱	۱۶- آفرینش، خلاقیت
۱۰۲	۱۷- آگاهی، اطلاع
۱۰۳	۱۸- آمادگی، تدارک

- ۴۲- امانتداری، درستکاری ۱۳۰
- ۴۳- امروز، حال ۱۳۱
- ۴۴- امیدواری، رجاء ۱۳۲
- ۴۵- انتخاب بهترین، به گزینی ۱۳۴
- ۴۶- انتقاد، تصحیح عیب‌ها ۱۳۵
- ۴۷- اندیشه، تفکر ۱۳۷
- ۴۸- انساب، دوستی، دیگر خواهی ۱۴۰
- ۴۹- آیمار، نگاری ۱۴۰
- ۵۰- ایمان، اعتماد ۱۴۱
- ۵۱- ایمنی، مصونیت ۱۴۳
- ۵۲- بازگشت اعمال، مکافات ۱۴۴
- ۵۳- بخت، اقبال ۱۴۶
- ۵۴- بخشایش، گذشت ۱۴۷
- ۵۵- بخشش، کرم ۱۴۷
- ۵۶- بداندیشی، بدخواهی ۱۵۰
- ۵۷- بدگویی، تهمت ۱۵۰
- ۵۸- بدگویی پشت سر، غیبت ۱۵۱
- ۵۹- بدی، بدکرداری ۱۵۱
- ۶۰- برابری، تساوی ۱۵۴
- ۶۱- برادری، اخوت ۱۵۴
- ۶۲- برکت، فزونی ۱۵۵
- ۶۳- بزرگی، شرف ۱۵۵
- ۶۴- بلا، گرفتاری ۱۵۶
- ۶۵- بهشت، جنت ۱۵۸
- ۶۶- بی آزاری، کم آزاری ۱۵۹
- ۶۷- بینش، بصیرت ۱۶۰
- ۶۸- پاکی، بی آلاشی ۱۶۲
- ۶۹- پاکدامنی، عفت ۱۶۳
- ۷۰- پاکدلی، اخلاص ۱۶۳
- ۷۱- پاکیزگی، نظافت ۱۶۴
- ۷۲- پدر، والد ۱۶۵
- ۷۳- پدر و مادر، والدین ۱۶۵
- ۷۴- پذیرش، قبول ۱۶۶
- ۷۵- پرخاشگری، تندى ۱۶۶
- ۷۶- پرسش، سؤال ۱۶۶
- ۷۷- پرواز، پرش ۱۶۷
- ۷۸- رهزکاری، پارسایی ۱۶۸
- ۷۹- ریشخند، تحقیق ۱۶۹
- ۸۰- پس ۱۷۰
- ۸۱- پس انداز، ذخیره ۱۷۱
- ۸۲- پشیمانی، ندامت ۱۷۱
- ۸۳- پند، اندرز، عبرت ۱۷۲
- ۸۴- پیروزی، موفقیت ۱۷۵
- ۸۵- پیری، سالخوردگی ۱۷۷
- ۸۶- پیشی گرفتن، سبقت ۱۷۹
- ۸۷- پیشگیری، جلوگیری ۱۷۹

۱۹۸ کشش، جذب، ۱۱۱	۸۸- تجلی، جلوه ۱۸۰
۱۹۹ جنگ، جدال ۱۱۲	۸۹- تحسین، تشویق ۱۸۱
۲۰۰ جوانمردی، رادی ۱۱۳	۹۰- تخصص، مهارت ۱۸۱
۲۰۱ جوانی، بُرنایی ۱۱۴	۹۱- تخیل، تصور ۱۸۲
۲۰۲ جوشش، غلیان ۱۱۵	۹۲- تربیت، پرورش ۱۸۲
۲۰۲ چاپلوسی، تملق ۱۱۶	۹۳- ترس، بیم ۱۸۳
۲۰۳ چالاکي، چابکي ۱۱۷	۹۴- تعهد، پیمان ۱۸۵
۲۰۳ حسد، بخل ۱۱۸	۹۵- تهیه، خوراک ۱۸۶
۲۰۴ حق، حقیقت ۱۱۹	۹۶- تغییر، دگرگونی ۱۸۶
۲۰۵ حلال، روا ۱۲۰	۹۷- تفاوت، فرق ۱۸۸
۲۰۶ حمایت از مظلوم ۱۲۱	۹۸- تفاهم، توافق ۱۸۸
۲۰۶ خاموشي، سکوت ۱۲۲	۹۹- تفریح، استراحت ۱۸۹
۲۰۸ خانواده، اهل و عیال ۱۲۳	۱۰۰- تکلیف، وظیفه ۱۸۹
۲۰۸ خداجویی، یکتاپرستی ۱۲۴	۱۰۱- تمسخر، ریشخند ۱۹۰
۲۰۹ خدمت، خدمتگزاری ۱۲۵	۱۰۲- تنبلی، کاهلی ۱۹۰
۲۱۱ خشنودی ۱۲۶	۱۰۳- تنگدستی، فقر ۱۹۱
۲۱۱ خرید، فروش ۱۲۷	۱۰۴- تنهایی، انزوا ۱۹۲
۲۱۲ خشم، عصبانیت ۱۲۸	۱۰۵- توانایی، قدرت ۱۹۲
۲۱۳ خطا، اشتباه ۱۲۹	۱۰۶- توانگری، ثروت ۱۹۳
۲۱۴ خطرپذیری، مخاطره ۱۳۰	۱۰۷- توقع، تقاضا ۱۹۶
۲۱۵ خنده، لبخند ۱۳۱	۱۰۸- توکل، پشتگرمی ۱۹۷
۲۱۶ خواب، رویا ۱۳۲	۱۰۹- جامع نگری، نگاه فراگیر ۱۹۸
۲۱۷ خواری، زبونی ۱۳۳	۱۱۰- جدل، مباحثه ۱۹۸

۱۵۷- دختر، دخت ۲۴۰	۱۳۴-خواست خدا، تقدیر ۲۱۸
۱۵۸- درخواست، تقاضا ۲۴۰	۱۳۵-خودآغازی، پرداختن به خود ۲۱۸
۱۵۹- درد، دردآگاهی ۲۴۱	۱۳۶-خودآرزیابی، محاسبه خود ۲۱۹
۱۶۰- درمان، شفا ۲۴۱	۱۳۷-خودباوری، پذیرش خود ۲۲۰
۱۶۱- دروغ، کذب ۲۴۱	۱۳۸-خودپسندی، غرور ۲۲۱
۱۶۲- دشمنی، عداوت ۲۴۳	۱۳۹-خودپنداری مثبت ۲۲۲
۱۶۳- دعا، نیایش ۲۴۴	۱۴۰-خودآرامی، تسلط بر خود ۲۲۲
۱۶۴- دل، قلب ۲۴۵	۱۴۱-خودآری، اصلاح خود ۲۲۳
۱۶۵- دنیا، جهان ۲۴۷	۱۴۲-خودستایی، غر ۲۲۳
۱۶۶- دوزخ، جهنم ۲۴۹	۱۴۳-خودستمکاری ۲۲۴
۱۶۷- دوری، جدایی ۲۵۰	۱۴۴-خودشکوفایی، بالندگی ۲۲۵
۱۶۸- دوستی، همدلی ۲۵۱	۱۴۵-خودشناسی، خودآگاهی ۲۲۵
۱۶۹- دیدار، ملاقات ۲۵۵	۱۴۶-خودفرااموشی، از خودبیگانگی ۲۲۸
۱۷۰- بن، آیین ۲۵۵	۱۴۷-خودنمایی، ظاهرسازی ۲۲۸
۱۷۱- برداری، سرنگهداری ۲۵۶	۱۴۸-خودیاوری، کمک به خود ۲۲۹
۱۷۲- برابری، صداقت ۲۵۷	۱۴۹-خوشبختی، سعادت ۲۲۹
۱۷۳- رحمت، شفقت ۲۵۹	۱۵۰-خوشبویی، عطر ۲۳۰
۱۷۴- رزق، روزی ۲۶۰	۱۵۱-خوش بینی، نظرنیک ۲۳۰
۱۷۵- رستگاری، فلاح ۲۶۱	۱۵۲-خوشخویی، خوشرویی ۲۳۱
۱۷۶- رعایت حقوق یکدیگر، انصاف ۲۶۲	۱۵۳-خوشی، عیش ۲۳۳
۱۷۷- رنج، زحمت ۲۶۲	۱۵۴-خوی، عادت، رسم ۲۳۴
۱۷۸- رنجش، آزردهگی ۲۶۴	۱۵۵- دانایی، دانش، حکمت ۲۳۵
۱۷۹- روح، روان ۲۶۵	۱۵۶- دانش، علم ۲۳۶

- ۱۸۰-ریا، دورویی ۲۶۶
- ۱۸۱-زن، بانو ۲۶۶
- ۱۸۲-زندگی، حیات ۲۶۷
- ۱۸۳-زیبایی، جمال ۲۶۹
- ۱۸۴-سازگاری، انعطاف پذیری ۲۷۱
- ۱۸۵-سپاسگزاری، شکر ۲۷۲
- ۱۸۶-ستم، ظلم ۲۷۳
- ۱۸۷-سرخیزی ۲۷۵
- ۱۸۸-سرزنش، ملامت ۲۷۵
- ۱۸۹-سعه اندر، دقت نظری ۲۷۶
- ۱۹۰-سفر، سیاحت ۲۷۶
- ۱۹۱-سلام، درود ۲۷۷
- ۱۹۲-سلامت، تندرستی ۲۷۸
- ۱۹۳-سماجت، پافشاری ۲۷۸
- ۱۹۴-شادی، نشاط ۲۷۹
- ۱۹۵-شایستگی، لیاقت ۲۸۲
- ۱۹۶-شتاب، عجله ۲۸۲
- ۱۹۷-شجاعت، جرأت ورزی ۲۸۳
- ۱۹۸-شرم، حیا ۲۸۵
- ۱۹۹-شکست، ناکامی ۲۸۵
- ۲۰۰-شکفتگی، گشاده رویی ۲۸۶
- ۲۰۱-شوخی طبعی، مزاح ۲۸۶
- ۲۰۲-شوق، رغبت ۲۸۶
- ۲۰۳-شیطان، اهریمن ۲۸۷
- ۲۰۴-صبر، بردباری ۲۸۸
- ۲۰۵-صلح، آشتی جویی ۲۹۰
- ۲۰۶-طبیعت ۲۹۱
- ۲۰۷-ظاهر ۲۹۲
- ۲۰۸-عبادت، پرستش ۲۹۲
- ۲۰۹-عدالت جویی، انصاف ۲۹۴
- ۲۱۰-عذرخواهی، پوزش ۲۹۵
- ۲۱۱-عزت، ارجمندی ۲۹۶
- ۲۱۲-عشق، شیفتگی ۲۹۷
- ۲۱۳-عقلانیت، خردگرایی ۲۹۹
- ۲۱۴-عیب پوشی ۳۰۳
- ۲۱۵-غفلت، بی خبری ۳۰۴
- ۲۱۶-غم، اندوه ۳۰۵
- ۲۱۷-فال نیک، شگون ۳۰۸
- ۲۱۸-فانوس، سود ۳۰۸
- ۲۱۹-فراموشی ۳۰۸
- ۲۲۰-فرشته ۳۱۰
- ۲۲۱-فروتنی، تواضع ۳۱۰
- ۲۲۲-فرهنگ، فرهیختگی ۳۱۲
- ۲۲۳-فریب، مکر ۳۱۲
- ۲۲۴-قاطعیت، بُرش ۳۱۳
- ۲۲۵-قضاوت، داوری ۳۱۴

۲۵۰- مشکل گشایی، کارسازی ۳۴۴	۲۲۶- قناعت، صرفه جویی ۳۱۴
۲۵۱- مشورت، رایزنی ۳۴۴	۲۲۷- کار، کوشش ۳۱۵
۲۵۲- معنی گرایی، توجه به معنی ۳۴۶	۲۲۸- کتاب، مطالعه ۳۲۱
۲۵۳- منت، منت گزاری ۳۴۷	۲۲۹- کمال جویی، پختگی ۳۲۲
۲۵۴- منزل، خانه ۳۴۸	۲۳۰- کمرویی، خجالت ۳۲۳
۲۵۵- موسیقی، آواز ۳۴۸	۲۳۱- کودک، خردسال ۳۲۳
۲۵۶- مهاجرت، کوچ ۳۴۹	۲۳۲- گذر، تر ۳۲۴
۲۵۷- مهربانی، محبت ۳۵۰	۲۳۳- گسته سابق ۳۲۵
۲۵۸- مهمان نوازی، مهمان دوستی ۳۵۱	۲۳۴- گردش، زنگار ۳۲۵
۲۵۹- میهن دوستی، وطن خواهی ۳۵۲	۲۳۵- گریه، زاری ۳۲۶
۲۶۰- نرمخویی، ملایمت ۳۵۳	۲۳۶- گفتار، سخن ۳۲۶
۲۶۱- نصیب، سهم ۳۵۳	۲۳۷- گفت و گو، گفت و شنید ۳۲۷
۲۶۲- نظارت، پایش ۳۵۴	۲۳۸- گل و گیاه ۳۲۸
۲۶۱- نظر، دیدن ۳۵۴	۲۳۹- گناه، خطا ۳۲۹
۲۶۶- نعمت، عطا ۳۵۵	۲۴۰- گوش دادن، شنیدن ۳۳۵
۲۶۵- نکار، شستن ۳۵۶	۲۴۱- لذت، حظ ۳۳۶
۲۶۶- نگرانی، نگرانی ۳۵۶	۲۴۲- لطف، لطافت ۳۳۷
۲۶۷- نگرش، نگاه ۳۵۷	۲۴۳- مادر، والده ۳۳۸
۲۶۸- نگرش مثبت، حسن نظر ۳۵۷	۲۴۴- مانع، بازدارنده ۳۳۹
۲۶۹- نگرش منفی ۳۵۹	۲۴۵- مدارا، مماشات ۳۳۹
۲۷۰- نگهداری زبان ۳۶۰	۲۴۶- مدیریت زمان ۳۴۰
۲۷۱- نوجویی، نوگرایی ۳۶۱	۲۴۷- مرگ باوری، فنا ۳۴۱
۲۷۲- نیکی، نکویی ۳۶۲	۲۴۸- مزده، خبر خوش ۳۴۳
۲۷۳- نیکنامی، خوشنامی ۳۶۷	۲۴۹- مسوولیت پذیری، پاسخگویی ۳۴۴

- ۳۷۶..... ۲۸۵-همسایگی، همجواری
- ۳۷۶..... ۲۸۶-همسر، زوج
- ۳۷۷..... ۲۸۷-هنر، فن
- ۳۸۰..... ۲۸۸-هوا، هوس
- ۳۸۱..... ۲۸۹-یاد خدا، ذکر حق
- ۳۸۲..... ۲۹۰-یاری، همکاری
- ۳۸۳..... ۲۹۱-یاری خدا، حمایت خدا
- ۳۸۴..... ۲۹۲-یکرنگی، یکرویی
- بخش پنجم: نتیجه گیری
- ۳۸۸..... جمع بندی و نتیجه گیری
- ۳۹۳..... منابع و مآخذ
- ۳۶۸..... ۲۷۴-وارستگی، رهایی
- ۳۶۹..... ۲۷۵-وام، قرض
- ۳۶۹..... ۲۷۶-واقع گرایی، واقع بینی
- ۳۷۰..... ۲۷۷-وجدان، ضمیر
- ۳۷۰..... ۲۷۸-ورزش، تحرک
- ۳۷۱..... ۲۷۹-هدایت، ارشاد
- ۳۷۲..... ۲۸۰-هدفداری، مقصود
- ۳۷۲..... ۲۸۱-همایه، ارمغان
- ۳۷۳..... ۲۸۲-هشدار، اخطار
- ۳۷۳..... ۲۸۳-هشیاری، زبانی
- ۳۷۴..... ۲۸۴-همت، تکیه

کتاب پیش روی عزیزان، پژوهشی است میان رشته‌ای، که در یک سوی آن روان‌شناسی و در دیگر سو ادبیات قرار دارد. از آنجا که سرچشمه‌ی این دو به جان و روان آدمی باز می‌گردد، شناخت نفس انسان، وجه مشترک مطالعات روان‌شناسی و ادبیات است. می‌گویند از آن زمان که آدمی به نگریستن در خود پرداخت، روان‌شناسی آغاز شد، و هنگامی که بشر نوشتن آموخت، ادبیات پا به هستی نهاد. روان‌شناسی و ادبیات از آن روی که همزاد آدمی‌اند، در زمره مأنوس‌ترین دانش‌ها با انسان‌ها محسوب می‌شوند، دانش‌هایی که پیوسته و ناگزیر ما را با آنها سرو کار بوده و هست و خواهد بود. بنابراین آنچه پیشکش ارجمندان می‌شود، آمیزه‌ای است از دو دانش دیرینه سال که پیشینه‌ای همسان با تاریخ خلقت بشر دارند. این تحقیق با اتصال میان دو قلمرو، برآنست پلی سازد تا با گذر از آن، از اوج بلندی قله‌های ادب پارسی، چشم اندازهای نوین و جلوه‌های تازه‌ای را که با هر نگاه بر ما آشکار می‌شوند، در آستانه بینیم.

در پهنه‌ی روان‌شناسی، جدیدترین گرایش آن، یعنی روان‌شناسی مثبت نگر، کانون توجه این پژوهش قرار گرفته است. یکی از دانشوازان‌های جدید که از آغاز هزاره سوم میلادی نظر بسیاری را به سوی خود جلب کرده، روان‌شناسی مثبت نگر است. این گرایش نوین، در کمتر از دو دهه توانسته است با پژوهش در حوزه‌های هیجان مثبت، فضیلت‌ها و صفات‌های مثبت انسانی و سامانه‌های اجتماعی مثبت، مقاله‌ها و کتاب‌های مفیدی را پدید آورد. پژوهش‌های نو را برای افزایش این سطوح سه گانه معرفی کند.

این شاخه از دانش بشری بر توانمندی‌ها و دانسته‌های فرد تاکید دارد. هدف از روان‌شناسی را ارتقای سطح زندگی، بالفعل کردن استعدادهای نهفته انسان می‌داند. از این رو برجسته‌های مثبت زندگی مانند: خوش بینی، امیدواری، سلامت، خوشبختی، شادکامی، خردمندی، پشتکار، بهرورزی، خلاقیت، بخشش، موفقیت ... می‌پردازد و می‌کوشد با رویکردی علمی و عملی زمینه‌های بروز و حضور مؤلفه‌های مثبت را در زندگی بشر هموارتر ساخته و افزایش دهد. هم‌چنان که پیداست این دیدگاه بیش از دیگر حوزه‌های روان‌شناسی با زمینه‌های فرهنگی سر و کار پیدا می‌کند.

در گستره‌ی ادب پارسی، شعر و نثر مورد توجه این تحقیق است، تا آن دسته از حکمت‌ها و مثل‌هایی که در دایره‌ی شمول روان‌شناسی مثبت نگر جای می‌گیرند، شناسایی و در منظر نگاه گرامیان قرار دهد. گرچه روان‌شناختی مثبت‌دانشی نوپاست، اما در ادبیات کهن ایران زمین - پیش از اسلام و پس از آن - ردپا و نمونه‌های زیادی از هر آنچه را که موجب تلطیف احساسات، تحریک ذوق، ماندگاری ارزش‌ها و پرورش اندیشه‌ها می‌شود، می‌توان بازجست، هر جا سخن از فضیلت، اخلاق، نیکبختی، رستگاری، خوشبختی، شادمانی، امیدواری ... می‌رود، به حیطه‌ی روان‌شناسی مثبت گام نهاده شده است. سخنوران بزرگ ما با زبان استوار و کلام آهنگین، از ادبیات به منزله‌ی ابزار برای انتقال بهتر و موثرتر عواطف و اندیشه‌های والای خود بهره گرفته‌اند. در حقیقت در طول سده‌های متوالی، حکیمان ایران زمین نظیر: عطار، ناصر خسرو، خیام، فردوسی، مولوی، سعدی، حافظ ... چون دریا در آستان روح و جان، تا ژرفای درون انسان راه یافته‌اند، و با نسخه‌های سودمند از آثار ارزنده و سبزه‌های مثبت احساس‌ها را بر انگیخته‌اند، جان‌های آزرده را درمان و روان‌های رنجور را تقویت کرده‌اند. در آب شور زندگی و امید و پایداری دمیده‌اند. ذهن‌ها را فعال کرده‌اند، آموخته‌ها را گسترش داده‌اند و با بهره‌ای از پرتو نور الهی، جان‌ها را تا اوج به پرواز درآورده، اسباب رشد و بالندگی بسیاری را فراهم ساخته‌اند.

فرهنگ و ادب غنی ما ایرانیان شامل سبزه‌های گران سنگ علم، ادب و عرفان است و مطالب فراوانی درباره‌ی آیین زندگانی، قواعد اخلاقی، سجایای انسانی، صفات نیک و ... در قالب‌های نظم و نثر در آن وجود دارد. این آثار به عنوان منابعی ارزشمند برای یافتن مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت نگر به شمار می‌آیند. فرهنگ و ادبیات پارسی، سرمایه‌ای غنی و بزرگ است، که همه می‌توانند از والاترین مفاهیم عرفانی، ظریف‌ترین نکته‌های روان‌شناسی، غزلیات عالی معرفتی به قدر تشنگی بهره‌مند گردند. در این جا هدف شناخت آرایه‌های ادبی، صنایع شعری و ادبیات ادبی و ... ادب پارسی نیست. منظور پوسته را شکستن و به هسته و مغز دست یافتن، از سطح به عمق و از شاخه و برگ به ریشه رسیدن است و چنین است که فرهنگ و ادب همیشه شکوفای پارسی با پیام‌های پرشور عرفانی، اخلاقی، معنوی و هنری نهفته در خود، دستمایه پژوهش قرار می‌گیرد تا با ارزیابی مجدد پیام‌ها و ارائه اجزای مثبت آنها، دریچه‌های تازه‌ای را به روی ما بگشاید. این نکته‌ها - که فهم و درک بیشتر آنها آسان است - پیام‌های خجسته‌ای را در بردارند برخاسته از فرهنگ ایرانی

اسلامی و حاوی عبارت‌های تاکیدی هستند برای شناخت بیشتر خویشتن، پیوند آگاهانه با ضمیر برتر خویش، تجسم خلاق و آفرینش نیکویی‌ها و دگرگونی‌های سازنده در زندگی ما. فراوانی مثل‌ها و حکمت‌ها در گفتار و نوشتار امروز، حکایت از ریشه دار و مقاوم بودن آنها در ذهن‌های ما ایرانیان دارد. طرح و معرفی حکمت‌ها و مثل‌هایی این گونه الهام بخش، امید آفرین، جذاب و برانگیزاننده. نخستین گام جهت بازشناسی و رواج بیشتر مفاهیم مثبت فرهنگ و ادب پارسی است و به این امید ارائه می‌شود تا پاسخگوی یکی از نیازهای اساسی جامعه کنونی ما به ویژه جوانان برومند باشد.

کتاب حاضر پلی است میان مفاهیم نو و کهن، پیوندی بین تجربه‌ی ایرانی و جهانی که تقدیم بزرگواران می‌گردد. هدف از نگارش میراث‌های دیروز در آینده‌ی دانش و تجربه‌ی امروز و بومی کردن مفاهیم بر پایه‌ی سنت‌های اصیل پیشینیان است. کندو کاو در میراث فرهنگی دیروز، نیاز امروز جامعه و پشتوانه‌ی فردای جامعه است. تا زمانی که میان انبوه دیوان‌های شعر و کتاب‌های نشر، عناصر روشن، پویا، سازنده، کارآمد، ارزنده، مثبت و رسی را آن را بیرون بکشیم و هر آنچه را که اکنون بدان سخت محتاجیم. در دسترس و منظر همگان قرار دهیم.