

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه علوم پزشکی قم



مركز البحوث الإسلامية
در قوه

مشاوره معنوی

نویسنده : دکتر ایمو اسدزندی

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی قم، آية الله اعظم

محقق مرکز تحقیقات طب، قرآن و حدیث دانشگاه

عضو گروه سلامت معنوی فرهنگستان علوم پزشکی کشور

اسدزندی، مینو	: سرشناسه
مشاوره معنوی / نویسنده مینو اسدزندی.	: عنوان و نام پدیدآور
تهران : انتشارات رسانه تخصصی، ۱۳۹۵.	: مشخصات نشر
ص. ۲۶۴	: مشخصات ظاهری
978-600-293-211-2	: شابک
فیبا	: وضعیت فهرست نویسی
کتابنامه.	: یادداشت
معنویت -- اسلام	: موضوع
Spirituality -- Islam	: موضوع
روان شناسی مذهبی	: موضوع
Psychology, Religious	: موضوع
معنویت -- مطالب گونه گون	: موضوع
Spirituality -- Miscellanea.	: موضوع
اسلام -- مطالب گونه گون	: موضوع
Islam -- Miscellanea	: موضوع
۱۳۹۵ م. / ۲۵۰ / ۲۴۰	: ده بندی کنگره
۲۹۷/۶۳	: ده بندی دیویی
۴۲۴۷۰۰۴	: شماره کتابشناسی ملی

تهران، میدان فردوسی (ضلع غربی) - خیابان پارس - کوچه پانگیر - ساختمان یاس شرقی - طبقه سوم - واحد ۱۳

تلفن : ۶۶۷۳۷۱۳۳ - ۶۶۷۳۷۳۳۲ - ۶۶۷۳۷۳۰۸ - ۶۶۷۳۷۰۷۴ - ۶۶۷۳۷۰۷۴ - ۹۱۲۳۰۴۹۱۰

سامانه پیامکی: ۶۶۷۳۷۳۳۲ ۰۲۱ ۳۰۰

پست الکترونیکی: Rasane_takhassosi@yahoo.com سایت: Rasanetakhassosi.ir

مشاوره معنوی

• نویسنده : دکتر مینو اسد زندی

• شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۲۹۳-۲۱۱-۲

• نوبت چاپ : اول / ۱۳۹۵

• شمارگان : ۵۰۰

• قیمت : ۲۵۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۱۱	مقدمه مولف
۱۳	فصل اول: سلامت معنوی بر خورداری از قلب سلیم
۱۳	- مفهوم معنویت
۱۵	- ضرورت توجه به سلامت معنوی
۱۷	- مفهوم سلامت معنوی در پارادایم ادیان ابراهیمی
۱۷	- منظور از قلب (روح) در قرآن
۱۹	- مفهوم قلب سلیم در روایات
۱۹	- سلامت معنوی بر خورداری از قلب سلیم
۲۲	فصل دوم: مراقبت معنوی راهکار رسیدن به سلامت معنوی
۲۳	- مفهوم مراقبت معنوی
۲۴	- روشهای مراقبت معنوی در کشورهای جهان
۲۵	- مطالعات مربوط به مراقبت معنوی
۲۷	- چالشهای موجود در ارائه مراقبت معنوی در ایران و جهان
۳۱	فصل سوم: مدل مراقبت معنوی قلب سلیم
۳۳	- جرایبی و چگونگی کاربرد مدل مراقبت معنوی قلب سلیم
۳۵	- ویژگیهای مدل

- ۳۶..... مراحل اجرای مدل قلب سلیم، در جهت مشاور معنوی
- ۳۷..... رسیدن به قلب سلیم هدف دراز مدت مراقبتهای معنوی
- ۳۸..... ارتباط درمانی گام نخست مراقبت معنوی در مدل قلب سلیم
- ۴۴..... فصل چهارم: گام‌های اجرایی مشاوره معنوی
- ۴۴..... گام اول: توسعه ارتباط با خدا و ایجاد خوش بینی (ایمان درمانی راهکار رسیدن به سلامت معنوی)
- ۴۶..... گام دوم: توسعه شهامت مواجهه با بحران بیماری
- ۴۷..... گام سوم: توسعه خود خود آگاهی معنوی
- ۴۷..... گام چهارم: توسعه سازگاری و ایجاد انگیزش
- ۴۸..... گام پنجم: توسعه ارتباط با مردم و عالم خلقت
- ۴۹..... گام ششم: الگو محوری و منتزعی در طول مشاوره
- ۴۹..... گام هفتم: توسعه قصد رفتاری خودکنترلی
- ۵۱..... فصل پنجم: ساختار و محتوای جلسات مشاوره معنوی
- ۵۱..... پیش قدم شدن مشاور معنوی (ه‌تور) برای برآری ارتباط درمانی
- ۵۱..... جلسه اول: آشنایی
- ۵۲..... جلسه دوم: احساسات و نگرش بیمار به بیماری
- ۵۳..... جلسه سوم: توجه به جنبه‌های مثبت بیماری
- ۵۳..... جلسه چهارم: خود آگاهی معنوی
- ۵۴..... جلسه پنجم: توسعه ارتباطات اجتماعی و بهره‌گیری از خلقت
- ۵۴..... جلسه ششم: انگیزش و ارزشها
- ۵۵..... جلسه هفتم: مقابله و سازگاری
- ۵۵..... جلسه هشتم: خود کنترلی پس از قصد رفتاری (شناخت موقعیت‌های توسعه‌کننده سنجش پایانی)
- ۵۷..... فصل ششم: مهارت‌های معنوی مورد آموزش در جلسات مشاوره
- ۵۸..... عوامل آرامش در دنیا و آخرت برای مومنان
- ۵۸..... آثار و فواید آرامش
- ۶۰..... گام اول - ایمان درمانی (اصلاح ارتباط با خدا از طریق عشق الهی)
- ۶۱..... ۱- ذکر درمانی
- ۶۱..... - ذکر چیست
- ۶۱..... - اذکار مهم
- ۶۲..... - روش ذکر گفتن
- ۶۴..... - نماز ذکر الله اکبر، آثار نماز
- ۶۵..... - وضو

۶۶	- انواع ذکر
۶۶	- آثار ذکر
۶۹	۲- دعا درمانی
۶۹	- تاریخچه دعا
۷۱	- شرایط پیش از دعا
۷۲	- در حال دعا چگونه باشیم؟
۷۴	- پس از دعا
۷۴	- تسبیح دعا بر طبق خواستگاه
۷۷	- جمع اجابت دعا
۷۷	- افان مستجاب الدعوات
۷۷	- بهترین زمان استجابت دعا
۷۸	- مطالعات خارجی و داخلی درباره تاثیر دعا
۷۹	۳- لمس توام با نیایش شفا بخش
۸۰	- دعای پیامبر اکرم صل الله علیه و آله برای درمان بیماری
۸۰	۴- سخاوت و بخشش
۸۴	- مصادیق سخاوت
۸۵	- آثار ارزشمند سخاوت
۸۹	۵- تلاوت قرآن
۸۹	- امیدبخش ترین آیه قرآن از زبان پیامبر(ص)
۹۰	۶- آداب اسلامی خواب
۹۰	- مسئله خواب از نظر قرآن مجید
۹۳	- عوامل موثر بر وضعیت خواب
۹۴	- آداب عمومی خواب
۹۶	- آداب اسلامی خواب
۹۷	۷- رویا درمانی اسلامی
۹۸	- انواع رؤیا
۹۹	- خواب و رؤیا از منظر آیات قرآن
۱۰۴	- تفاوت دیدگاه مادیون والهیون درباره خواب و رویا

- رویاهای ذکر شده در قرآن ۱۰۵
- گام دوم - مهارت توکل و تفویض، مهارت ایجاد شهامت مواجهه با بحران بیماری ۱۰۸
- معنا و مفهوم لغوی توکل و مشتقات آن ۱۰۹
- فضیلت توکل در آیات قرآن ۱۱۱
- آثار توکل ۱۱۳
- توکل و اسباب طبیعی ۱۱۴
- زمینه های توکل ۱۱۶
- شرایط توکل ۱۱۶
- موارد توکل ۱۱۷
- گستره معنای توکل و تفویض ۱۱۸
- تفاوت تفویض و توکل ۱۱۸
- حقیقت تفویض امور ۱۱۹
- توکل مرتبه ای از تفویض ۱۲۰
- گام سوم - ایجاد امید و خوش بینی : امید درمانی ۱۲۰
- روان شناسی مثبت ۱۲۰
- روان شناسی مثبت یعنی مطالعه علمی عمکرد یک انسان ایده آل ۱۲۱
- تفاوت افراد خوش بین و بد ۱۲۶
- سه قدم به سوی تفکر مثبت ۱۲۷
- نظریه های اصلی روان شناسی مثبت گرا ۱۲۹
- الگوهای درمانی روان شناسی مثبت گرا ۱۳۱
- مشاوره توانمند - محور ۱۳۱
- درمان توانمند - مدار ۱۳۲
- روان درمانی مثبت گرا ۱۳۲
- درمان مبتنی بر کیفیت زندگی ۱۳۳
- بهیاشی درمانی ۱۳۴
- امید درمانی ۱۳۴
- تمرین های روان شناسی مثبت گرا ۱۳۶
- عوامل بد بینی از منظر دینی ۱۳۸
- مقدمه و اهمیت امید در قرآن کریم ۱۳۹
- امید به راستی چیست؟ ۱۴۰

- امید و انواع آن ۱۴۱
- تفاوت امید با امیدواری ۱۴۱
- تفاوت امید و ایمان ۱۴۲
- تفاوت امید با آرزو کردن ۱۴۲
- نظریه امید ۱۴۲
- ظهور و افول امید در زندگی ۱۴۴
- مرگ امید: افول مثبت اندیشی ۱۴۵
- اصول اساسی امید درمانی ۱۴۵
- راحل امید درمانی در کار با مراجعان ۱۴۷
- گام چهارم - ایجاد خردناهی معنوی با درک مفهوم ابتلا و آزمایش در قرآن ۱۵۰
- ابتلاء امتحان در قرآن ۱۵۰
- ابتلاء در لغت ۱۵۱
- فتنه در لغت و اصطلاح ۱۵۱
- امتحان در لغت ۱۵۱
- ابعاد عام سنت آزمایش و ابتلاء ۱۵۲
- الف: گستردگی زمانی - مکانی ۱۵۲
- ب: فراگیری انسانی ۱۵۲
- ج: عمومیت از نظر اسباب و عوامل ۱۵۲
- ابزارهای آزمایش در قرآن ۱۵۳
- پیامبران و آزمایش ۱۵۶
- اقوامی که آزمایش شده اند ۱۵۶
- اهداف آزمایش الهی ۱۵۷
- فلسفه آزمایش الهی ۱۵۸
- دو ویژگی مهم آزمایش ۱۶۱
- شرایط آزمایش شونده ۱۶۱
- ابعاد گوناگون بلاء ۱۶۲
- عوامل پیروزی در آزمایش ۱۶۴
- استمداد از نیروی ایمان و الطاف الهی ۱۶۵

- وجه به عکس العمل پیامبران در برابر آزمایش های الهیت ۱۶۶
- توجه به حضور خد ۱۶۶
- عکس العمل انسان ها در برابر آزمایش الهی ۱۶۷
- رابطه رحمت الهی با آزمایش ۱۶۸
- نقش انسان در نزول بلا ۱۷۰
- اثر تربیتی بلاها و شدائد ۱۷۱
- اثر تربیتی بلا در قرآن ۱۷۲
- دشواری آزمایش به نعمت ۱۷۳
- گام پنجم - توسعه ارتباط با خدا به وسیله عفو و احسان و نیکوکاری ۱۷۵
- خوبی و نیکی و دیگران ۱۷۶
- امر و کاری را به نحو نیک و کارش انجام دادن ۱۷۶
- انجام کارهای نیک و رفتار صالح ۱۷۷
- احسان و نیکوکاری از منظر روایات، (عبدالوحد، آمدی، ۱۳۷۸) ۱۷۷
- اهمیت و فضیلت احسان ۱۷۹
- آثار و نتایج احسان و نیکی ۱۸۰
- اسوه های نیکوکاری در قرآن کریم ۱۸۲
- نشانه نیکوکاری ۱۸۳
- پاداش نیکوکاران ۱۸۳
- شرایط نیکوکاری ۱۸۴
- مفهوم شناسی و مصایق احسان در قرآن ۱۹۴
- نیکی کردن انسان به خود، ۱۹۴
- انجام دادن شایسته کاری در شکل کامل آن ۱۹۵
- مفهوم احسان ۱۸۵
- کارکردهای احسان ۱۸۵
- مراحل اساسی بخشش دستیابی به توان سازگاری با مقام رضای به قضای الهی ۱۹۶
- گام ششم: دستیابی به توان سازگاری با مقام رضا به قضای الهی ۱۹۷
- چینی مقام رضا ۱۹۷

۱۹۷	انواع رضا
۱۹۷	رضوان الهی، مقامی فراتر از بهشت
۱۹۹	ثمرات مقام رضا
۱۹۹	رضای خدا از بنده در گرو رضایت بنده از خدا
۲۰۰	رضا به هنگام خوشی ها، در کنار رضا به هنگام ناخوشی ها
۲۰۲	موارد ضرورت رضا: رضا در امور شرعی و تکوینی
۲۰۴	نظام تکوین و تشریع و مفهوم قضا و قدر
۲۰۵	ایا فنا و قدر به معنای رفع تکلیف از انسان است؟
۲۰۶	ما مأمور به وظیفه ایم، نه نتیجه:
۲۰۷	اما چه و چگو، از شرور راضی باشیم؟
۲۱۲	گام هفتم - پاسخهای علمی، تاریخی، پزشکی و روانشناسی به سؤالات محوری معنوی بیماران در علم روز
	تشخیصهای معنوی انجمن پرستاران امریکا و کانادا پاسخهای معنوی بیمار به بحران بیماری
۲۱۳	بر اساس شواهد دینی
۲۱۵	اختلال ارتباط با خدا، خود، مرد و عالم خلقت
۲۱۷	دستور عملهای مراقبت معنوی - شواهد دینی و علمی برای سازگاری مسئله محور
۲۱۷	مراقبت معنوی از بیمار محتضر
۲۲۶	گام هشتم - مشاور معنوی در نقش مرشد و راهنما
۲۳۲	نتیجه گیری
۲۳۵	منابع

در این میان از راهنمایی اساتید حوزه‌های علمیه و اساتید سایت تبیان زنجان و مساعی دانشجویان عزیزم که هر کدام در حد توان خویش، بهترین تلاش را کردند تا معنویت دینی را به جهان معرفی نمایند، مرا و ادا داشت تا با تاسی به اسم حسیب خدا، نامشان در این اثر مورد تقدیر قرار گیرد. از خانمها و آقایان حلیمه اکبرپور (برای بیشترین تلاش در باز خوانی مطالب، بازنویسی بخش احسان و مهرورزی از سایت تبیان زنجان، تهیه فهرست مطالب و اجرای مدل در بالین)، علیرضا اسکندری (در تهیه دستور العملهای مبتنی بر شواهد دینی و علمی)، مریم اسدی (در اجرای مدل، بالین)، سید داود تدریسی (در کمک به تهیه مطالب لمس توام با نیایش شفا بخش)، کیوان علی‌ناده (در بخش دعا درمانی و اجرای آن)، رقیه سیاری (در آداب اسلامی خواب و اجرای آن برای پرستاران)، زهرا سعیدی طاهری (در اجرای مدل)، مرتضی کاملی (در تهیه بخشی از مطالب امید رمانی)، از دانشجوی شهید محمد شکاری فرد (در اجرای دستور العملهای مدیریت خشم برای دانشجویان جوان) و از حضرت حجه الاسلام و المسلمین ذبیحی نماینده محترم ولی فقیه بیمارستان بقیه الله (ع) در مطالعه کتاب، تشکر کرده و برای ایشان ارزوی توفیق دارم.

در پایان امیدوارم که خدای مهربان بزرگ این اثر را با توجه به اخلاصمان از ما بپذیرد و ما را در زمره اهل تقوی با قلب سلیم به مقام محمد (ص) تخریر گرداند. که همه برای خدمت به دین او و خدمت به بندگان انجام شد و او از همه کسی به حال ما بهتر و مهربانتر است. امیدوارم که حضرت صاحب الزمان نام ما را در زمره یاوران و انصار خود ثبت فرماید.

دکتر مینو اسدزندی

اردیبهشت ۱۳۹۵