

۲۰۵۳۲۱۷

السلامة للرحمة

کاربرد توکل در تحمل افزایی

از دیدگاه قرآن

مؤلف:

زینب پرهیزکار

سرشناسه	:	پرهیزگار، زینب، ۱۳۵۱-
عنوان و نام پدیدآور	:	کاربرد توکل در تحمل افزایش بر اساس قرآن / مؤلف زینب پرهیزگار.
مشخصات نشر	:	تهران : گروه آموزشی مدرس : سنجش و دانش، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	:	۱۰۷ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۲۱۶-۲۹۴-۸
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
یادداشت	:	کتابنامه: ص. ۱۰۴.
موضوع	:	توکل (اسلام) -- جنبه های قرآنی
موضوع	:	Trust in God -- Islam -- Qur'anic teaching
رده بندی کنگره	:	BP۱۰۴
رده بندی دیویی	:	۲۹۷/۱۵۹
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۷۰۷۱۸۵

عنوان: کاربرد توکل در تحمل افزایش بر اساس قرآن

مؤلف: زینب پرهیزگار

ناشر: انتشارات سنجش و دانش گروه آموزشی مدرس

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۸

صفحه آرای: مهتاب دوستی

طراح جلد: مهتاب دوستی

ناظر: نسreen خانی

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

«کلیه حقوق برای مؤلف محفوظ است»

بهاء: ۳۰۰۰۰۰ ریال

چاپ و نشر: تهران، ملارد، مارلیک، بلوار هفت تیر، مجتمع تجاری اداری امیر، آکادمی تخصصی دکتری - تلفن تماس: ۰۲۱-۶۵۱۴۰۰۲۷

پرویشگاه: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، پلاک ۱۲۶، وب سایت: www.sanjesh.ir پست الکترونیک: ketab.sanjesh@gmail.com

صفحه	عنوان
۱	مقدمه
۳	فصل اول
۳	مفهوم و ماهیت توکل
۴	واژه ی توکل
۴	توکل در لغت
۶	توکل در اصطلاح
۸	توکل در قرآن
۱۱	توکل در نهج البلاغه
۱۹	ماهیت توکل
۱۲	جایگاه توکل
۱۴	ریشه توکل
۱۵	درجات توکل
۱۷	مراتب توکل
۱۸	حقیقت توکل در نگرش قرآن
۲۳	حقیقت توکل در نگرش روایات
۲۵	خصوصیات متوکل
۲۷	انار توکل
۲۷	بریده شدن امید از غیر
۳۲	اضمینان و ریش
۳۳	اعتماد به نفس و پایداری در برابر مشکلات

۳۵ جلب محبت خداوند

۳۶ شناخت دارست و تصور مثبت از خداوند

۳۷ تقرب حویلی

۳۸ دوستی با خدا

۳۹ عزت نفس

۴۰ قوت قلب و نیرومندی

۴۱ روح توکل

۴۳ عناصری برای تحقق توکل

۴۶ طبقه بندی افراد از حیث توکل به خدا

۴۸ رابطه تلاش و فعالیت با توکل

۵۶ رابطه های روان شناختی توکل به خداوند متعال

۵۹ فصل دوم

۵۹ تکیه بر خدا، لازمه ایمان

۶۰ مراتب مافوق توکل

۶۰ مقام رضا و توکل

۶۳ مقام تسلیم و توکل

۶۳ مقام تفویض و توکل

۶۷ نعره اجرای فرمان الهی در سایه ایمان و تقوا

۷۱ بالاترین درجه ایمان و توکل در تعبیر مؤمنان ۷

۷۳ فصل سوم

۷۳ نقش توکل در تحمل فزایی از دیدگاه قرآن

۷۶ تحلیل روان شناختی توکل

۷۶	انگیزی نظری شکل گیری توکل
۷۶	فرایند زمینه های توکل
۷۸	فرایند پس باز های توکل
۸۳	سازوکار تحمل افزایی توکل
۸۴	ارتباط مؤلفه های توکل و تحمل
۸۶	توکل و تحمل افزایی در مشکلات خانواده
۸۸	توکل و تحمل افزایی در رویدادهای ناگوار
۹۲	منابع:

www.ketab.ir

مقدمه

بحث توکل از دیر باز همواره مورد بحث اندیشمندان و صاحبان فکر بوده است و اینکه ماهیتا توکل چگونه می تواند شخصیت انسان را در جنبه های فردی و اجتماعی برساند. توکل در مجموعه ی حاضر در معنای لغوی آن اشکار ساختن ناتوانی در امری است و در اصطلاح به معنای تکیه و اعتماد بر خداست.

توکل حقیقی به خدا ، سر چشمه ی قدرت روحی و معنوی انسان است چون برای رستگاری و سعود به مراتب قرب الهی به ریسمان ثقلین باید در آویخت و نمی توان هیچ یک را از دیگری گشود برای دریافت حقیقت آموزه های وحی می باید از ترجمان وحی که همان اهل بیت می باشند سراغ گرفت و قرآن کریم و اهل بیت در مواضع متعدد مسلمانان را به این امر مهم فراخوانده اند تا آنان را از آثار و برکات آن بر خوردار گردانند.

اساسا توکل نیاز به شناخت عمیق و عنمی دارد ؛ و اگر در احاد افراد جامعه نهادینه شود می تواند دارای آثار ارزشمندی در دو حوزه ی فردی و اجتماعی باشد . در حوزه ی فردی توکل به خدا باعث آرامش ، ارزشمندی ، بردن امید از غیر ، دوستی با خدا می گردد و در حوزه ی اجتماعی نیز آثار ذی قیمتی که آرزوی دیرینه ی بشر بوده و هست را به همراه خواهد داشت ، که کمترین آن عبارتند از : ایجاد عزت نفس در افراد جامعه ، حریت انسانی در جامعه می باشد .

نکامل معنوی تقرب به خدا و حیات وصف ناپذیر و جاودان اخروی ، عالیترین هدف انسان در حیات خویش است که البته باید آن را بدست آورد . مهم این است که دنیا تنها بستر تحقق این هدف است و جز آن ، هیچ راهی برای رسیدن به آن هدف عالی وجود ندارد و اساسا حیات اخروی ، جز با کنش ها و واکنش های ما در پهنه ی پر پیچ و خم زندگی شکل نمی گیرد .

بی گمان ، موفقیت در زندگی با رویکرد یاد شده در گرو داشتن « توکل حقیقی » است . بسیاری ز نا کامی های زندگی به دلیل عدم دانش لازم در مورد توکل است . به اهمیتی که این موضوع در حیات انسانی دارد مورد توجه قرآن و اهل بیت : مخصوصا امیرالمومنین بوده است . چون برای رستگاری و سعود به مراتب قرب الهی به ریسمان ثقلین باید در آویخت و نمی توان هیچ یک را از دیگری گشود برای دریافت حقیقت آموزه های وحی می باید از ترجمان وحی که همان اهل بیت می باشند سراغ گرفت .

معنای حقیقی توکل در سیره امیر المومنین بزرگ مرد تاریخ ، برای زندگی پر بار ایمانی ، قلمرو بکر و ناشناخته ای است که با همه اهمیتش کمتر مورد تحقیق و پژوهش قرار گرفته است . در حالیکه در سرلوحه ی دعوت بسیاری از پیامبران این مسئله مطرح بوده که علی الله فلیتوکل المومنون به خدا ایمان بیاورید و بر او توکل کنید (توبه، ۵۱) .

امیدواریم در این مجموعه بتوانیم با استضائه از کلام نورانی یکی از بهترین زمینیان آسمانی ، حضرت امیرالمومنین به صید گوهر توکل بپردازیم و در پرتو ارشادات رحمانی او مروارید جان را در صدف توکل جای دهیم و با محور قرار دادن نهج البلاغه ی او در این زمینه ، نهج ادمیت بیپایان و منهاج انسانیت بر افروزیم تا باشد که کویر تشنه ی وجودمان از قطرات زلال کوثر فیض او سیراب شود . انشاء الله .