

پنجوا روختا

# من گمار

نکته روان شناختی و تربیتی

در باره نماز برای نوجوانان و جوانان

ابراهیم اصلاهی



سرشناسه: اصلائی، ابراهیم، ۱۳۴۳-

عنوان و نام پدیدآور: من و نماز: ۴۰ نکته روان‌شناختی و تربیتی درباره نماز برای نوجوانان و جوانان / ابراهیم اصلائی.  
مشخصات نشر: مشهد: به‌نشر (انتشارات آستان قدس رضوی)، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: [۶۴]ص: مصور (رنگی).

فروست: به‌نشر (انتشارات آستان قدس رضوی) ۲۲۹۱/۱.

جره‌ای رو به خدا: ۲.

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۰۲-۲۸۴۹-۴

وضعیت فهرست‌نویسی: قیفا

عنوان دیگر: ۴۰ نکته روان‌شناختی و تربیتی درباره نماز برای نوجوانان و جوانان

موضوع: نماز -- تأثیر

موضوع: Salat -- Influence

موضوع: قطعه‌های ادبی -- قرن ۱۴

موضوع: Literary passages -- 20th century\*

شماره افزوده: به‌نشر (انتشارات آستان قدس رضوی)

شماره افزوده: (Behnashr (Astan Quds Razavi Publications)

ردیف ملی کنگره: BP۱۸۶

رده‌بندی ربی: ۲۹۷/۳۵۳

شماره ثبت ملی: ۵۷۴۴۸۲۲

## من و نماز

نویسنده: ابراهیم اصلائی

مدیر هنری: کاظم طلائی

طراح گرافیک: ح‌الله محمدی‌ان

نوبت سال و چاپ: اول ۱۳۹۹

قطع: جیبی ریزری

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

مؤسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی

شابک: ۹۶۴-۰۲-۲۸۴۹-۴

قیمت: ۷۰,۰۰۰ ریال

حق چاپ محفوظ است.

دفتر مرکزی: مشهد بلوار سجاد، خیابان میا

ص. پ. ۹۱۳۷۵/۴۹۶۶۹ \* تلفن و دورنگار: ۳۷۶۵۲۰۰۸

دفتر تهران: تلفن و دورنگار: ۸۸۹۶۰۴۶۶

سامانه پیامکی: ۳۰۰۳۲۰۹

شبکه‌های اجتماعی: ۹۰۲۷۶۵۲۰۰۸

نشانی اینترنتی: www.Behnashr.com

پست الکترونیکی: Publishing@Behnashr.com

اینستاگرام: behtarinhaye\_nashr



به یادم هستی؛ به یادت هستم ۱۲

زندگی ام حساب و کتاب دارد! ۱۳

ی دانم از کجا آمده ام ۱۴

هنوز ارتباطم قطع نشده است! ۱۵

مرا ببین! به حضورت آمده ام ۱۶

تنها می شوم تا یاد تو کنم ۱۷

سُحُفِ حرف نمی زنم! اهل عمل هستم ۲۰

افکارم را کنترل می کنم ۲۱

به درونم سفر می کنم! ۲۲

خودم را در ترازو می گذارم! ۲۳

دراست هست، شناسی می گیرم ۲۶

خودم را جمع می کنم! ۲۷

آرام می شو، رحمت قبم می گیرم ۲۸

زنگ ها برای من به صدا می آید! ۲۹

باید برگردم؛ شاید اشتباه رفتم! ۳۰

بی خیال و پرت نیستم! ۳۱

جسارت و ورزی را تمرین می کنم ۳۴

اضطراب از وجودم دور می شود! ۳۵

به نظم عادت می کنم ۳۶

در خوبی ها غرق می شوم! ۳۷

۳۸ کاربرد، مصلحت آن است که مطلق نکنم!

۳۹ سلامی به همه نیکان و خوبان!

۴۲ اینجا حریم خصوصی من است!

۴۳ ادب و احترام و تواضع را یاد می گیرم

۴۴ این منم! همین طور ساده و بی ریا!

۴۵ خوب شد که فهمیدم!

۴۶ ذهن زیبا؛ نگاه مثبت!

۴۷ ستامی برای تقویت و تجهیز خودم!

۵۰ راهم نه تو عزیزم! احترام داشته باشم

۵۱ رکوع رسوب برای توست

۵۲ راهم را روشن کن!

۵۳ تو مرا به تجارتی پرسود آرامش می دهی

۵۴ چشم به رحمت و برکت تو دارم

۵۵ به ساحل آرامش می رسم

۵۸ اینجا چراغی روشن است

۵۹ می دانم که کمکم می کنی

۶۰ نماز رستگاری است

۶۱ دوستی با قرآن را برمی گزینم

۶۲ دورها آوایی است که مرا می خواند!

۶۳ آغاز و پایان به نام خداست