

میان‌روی در زندگی

(بررسی اعتدال و میان‌روی بر کیفیت زندگی فرهنگیان شاغل شهر شیراز)

مؤلف:

محبوبه کریمی

www.ketab.ir



انتشارات نویسندگان پارس

۱۴۰۱

سلسله انتشارات - ۴۲۲

علوم تربیتی - سبک زندگی - ۱۴

سرشناسه	:	کریمی، محبوبه، ۱۳۵۰-
عنوان و نام پدیدآور	:	اعتدال و میانه‌روی در زندگی (بررسی اعتدال و میانه‌روی بر کیفیت زندگی فرهنگیان شاغل شهر شیراز) / مؤلف: محبوبه کریمی / ویراستار: عبدالصمد سلیمانی.
مشخصات نشر	:	شیراز: نویسندگان پارس، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	:	۷۸ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۵۶۶۱-۰۸-۰
فهرست‌نویسی	:	فیا
موضوع	:	کیفیت زندگی -- ایران -- نمونه‌پژوهی Quality of life-- Iran -- Case studies میانه‌روی -- نمونه‌پژوهی Moderation -- Case studies معلمان -- ایران -- نمونه‌پژوهی Teachers -- Iran -- Case studies
رده‌بندی کنگره	:	HN۲۸
رده‌بندی دیویی	:	۳۶/۹۵۵
شماره کتابشناسی ملی	:	۸۷۵۵۵۲۱

« میانه‌روی در زندگی »

مؤلف: محبوبه کریمی

ناشر: نویسندگان پارس

نوبت چاپ: اول، فروردین ۱۴۰۱

طراح جلد و صفحه‌آرا: فاطیما یزدانی

ویراستار: عبدالصمد سلیمانی

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۶۶۱-۰۸-۰

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۶۲۰۰۰ تومان



شیراز، خیابان برق

انتشارات نویسندگان پارس

nevisandegan.pars@gmail.com

۰۹۰۲۴۵۵۶۲۵۹/۰۹۱۷۳۳۹۶۵۳۹

همه حقوق مادی و معنوی این اثر، متعلق به مؤلف است.

فهرست مطالب

۱۱	 سخن ناشر
۱۵	 سخن مؤلف
۱۷	 پیشگفتار
۲۱	 اعتدال
۲۱	 ضرورت اعتدال
۲۲	 جایگاه اعتدال در آیات و روایات
۲۷	 گستره اعتدال در ابعاد مختلف زندگی انسان
۲۹	 فصل اول: اصول کلی
۳۳	 فصل سوم: حقوق ملت
۳۵	 فصل چهارم: اقتصاد و امور مالی
۳۷	 کیفیت زندگی
۳۹	 عوامل مؤثر بر کیفیت زندگی
۳۹	 رضایت فردی
۳۹	 عوامل محیط فیزیکی

۳۹	عوامل محیط اجتماعی
۴۰	عوامل اقتصادی اجتماعی
۴۰	عوامل فرهنگی
۴۰	عوامل وضعیت سلامتی
۴۱	عوامل شخصیتی
۴۱	عوامل استقلال فردی
۴۳	مدل مفهومی بررسی و مطالعه
۴۵	روش بررسی
۴۹	یافته‌های بررسی
۵۱	سهم و رتبه هر شاخص و الویت‌بندی آن‌ها
۵۲	تحلیل مدل
۵۵	برازش مدل مفهومی
۵۷	نتیجه‌گیری
۶۹	منابع و مآخذ
۶۹	منابع فارسی
۷۳	منابع لاتین

سخن ناشر

موضوع «میان‌روی»، از جمله مباحثی است که می‌توان آن را در شمار اصول حاکم و تأثیرگذار در سبک زندگی قلمداد کرد؛ و دامنه آن را از عقاید و باورها تا اخلاق و رفتار فردی اجتماعی دانست.

توجه یا عدم‌توجه به چنین اصلی به ویژه در مباحث اخلاقی، زمینه ظهور کمالات اخلاقی و یا ایجاد آسیب‌های متعددی را به همراه داشته است. فلاسفه از زمان‌های دور، به نقش مهم اعتدال در سعادت پی برده و به تفصیل در این باره سخن گفته‌اند. در آموزه‌های دینی نیز مکرر به داشتن اعتدال در همه مسائل، حتی عبادت، سفارش شده است. از دیدگاه ادیان و فلاسفه، اعتدال به معنای گزینش و پیمودن راه میانه و بی‌میلی به افراط و تفریط

است. روان‌شناسان نیز تعریف مشابهی از این مفهوم ارائه داده‌اند. از نظر آن‌ها، میانه‌روی، فضیلتی است که مانع افراط و تفریط در مسائل می‌شود و ما را از تنفر، تکبر، پیامدهای نامطلوب ناشی از خوشی‌های ناپایدار و بی‌ثباتی‌های هیجانی محافظت می‌کند.

میانه‌روی با توجه به کارکردهای ویژه‌اش در زندگی همراه با تفسیرها و تحلیل‌های مختلفی بوده و هرکس بر اساس گمان خود به تفسیر آن پرداخته و زمینه انحرافات اخلاقی و تفسیر ناصحیح از آن و در نتیجه فهم غلط از بسیاری از مسائل اخلاقی را در بر داشته است.

در یک معنای اجمالی و فاحش از تعاریف بی‌شمار لغوی و اصطلاحی که در بحث اعتدال و معانی همسو با این واژه داشته‌اند؛ «میانه‌روی»، اصلی است که به عنوان یک ملکه درونی مبتنی بر علم و دانش و بینش صحیح در آدمی شکل می‌گیرد؛ و بخشی از آن روح متعالی است که به افکار، افعال و رفتار انسان در عرصه‌های مختلف جهت داده و بر اساس مؤلفه‌هایی، انسان را از آسیب‌های اخلاقی که دو روی سکه افراط و تفریطند در امان می‌دارد.