

مقدمه‌ای بر

روان‌شناسی در نهج البلاغه

مؤلف: زهرا لطفی

لطفی، زهرا، ۱۳۶۴-

عنوان و نام مؤلف: مقدمه‌ای بر روان‌شناسی در نهج البلاغه؛ زهرا لطفی،

مشخصات نشر: تهران - اندیشگان: کانون همیاری نورآفرینش - ۱۳۹۳

مشخصات ظاهری: ۱۱۶ صفحه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۸۱۱-۳۸-۴

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه

موضوع: علی بن ابی طالب (ع)، امام اول، ۲۳ قبل از هجرت - ۴۰ ق، نهج البلاغه - نقد و

تفسیر - (۲) علی بن ابی طالب (ع)، امام اول، ۲۳ قبل از هجرت - ۴۰ ق، نهج البلاغه

روان‌شناسی - (۳) روان‌شناسی اسلامی.

شناسه افزوده: (۱) علم و دین - (۲) علی بن ابی طالب (ع)، امام اول، ۲۳ قبل از هجرت

- ۴۰ ق، نهج البلاغه، شرح.

رده بندی کنگره: ۷۱۳۹۳ م ۶ ل / ۰۴۲۳ / ۳۸ BP

رده بندی دیویی: ۲۹۷/۹۵۱۵

شماره کتابشناسی ملی: ۳۶۴۹۵۶۲

انتشارات اندیشگان با همکاری کانون کارگروه‌های همیاری نور آفرینش



که مقدمه‌ای بر روان‌شناسی در نهج البلاغه

که نویسندگان زهرا لطفی

که ناشر: اندیشگان

که سال چاپ ۱۳۹۴

که نوبت چاپ اول

که شمارگان ۵۰۰ نسخه

که قیمت ۸۰۰۰۰ ریال

کلیه حقوق چاپ و نشر مخصوص و محفوظ ناشر است.

آدرس: تهران - میدان انقلاب اسلامی - خیابان کارگر شمالی بالاتر از نصرت - پلاک ۱۱۵۰

تلفن: ۶۶۹۴۸۴۰۴ و ۶۶۹۳۱۶۶۹ دورنگار ۸۹۷۸۴۵۵۸

وبسایت www.hamyaripub.ir

فهرست مطالب:

۱۱ پیشگفتار:

بخش اول

۱۷ راه های دستیابی به آرامش از دیدگاه نهج البلاغه

۲۵ پی نوشت ها

بخش دوم

۲۹ اعتماد به نفس و عوامل و زمینه های کسب اعتماد به نفس

۳۰ تفاوت اعتماد به نفس با خود پستی

۳۱ اعتماد به نفس و توکل

۳۶ پی نوشت ها

بخش سوم

۳۹ شخصیت از دیدگاه روان شناختی حضرت علی (ع)

۴۴ پی نوشت ها

بخش چهارم

- روانشناسی زن از دیدگاه حضرت علی (ع) ۴۷
- آسیب‌شناسی دینی زنان از نگاه امام علی (ع) ۵۲
- چگونگی رفتار حضرت با خانواده خود ۵۳
- حضرت زهرا (س) مایه فخر امام علی (ع) ۵۴
- ابراز همدردی و دلسوزی نسبت به حضرت زهرا (س) ۵۴
- پی‌نوشت‌ها: ۵۶

بخش پنجم

- ارتباط دین و سلامت روان ۵۹
- تأثیر آموزه‌های دینی بر بهداشت و سلامت روان ۶۰
- دین‌باوری و سلامت روان ۶۱
- پی‌نوشت‌ها ۶۵

بخش ششم

- شکرگزاری و سلامت روان ۶۹
- پی‌نوشت‌ها ۷۳

بخش هفتم

- دعا و نیایش و سلامت روان ۷۷
- پی‌نوشت‌ها ۸۱

بخش هشتم

- انس با قرآن و سلامت روان ۸۵
- پی‌نوشت‌ها ۸۸

بخش نهم

- ارتباط با دیگران و نقش آن در سلامت روان ۹۱
- برخی از آثار بهداشتی و روانشناختی برقراری ارتباط با دیگران ۹۷

۹۸ پی‌نوشت‌ها

بخش دهم

۱۰۱ توکل و سلامت روان

۱۰۴ آثار عینی توکل در بهداشت و سلامت روان

۱۰۷ پی‌نوشت‌ها

بخش یازدهم

۱۱۱ ذکر خداوند و سلامت روان

۱۱۲ انواع ذکر

۱۱۴ ذکر و غفلت زدایی

۱۱۶ پی‌نوشت‌ها

www.ketab.ir

پیشگفتار:

«بنام آن که هستی نام از او یافت»

شرح مختصری بر بهداشت روان از دیدگاه نهج البلاغه

بهداشت روان به مجموعه تمهیدات و اقداماتی اطلاق می‌شود که هدف آن‌ها پیشگیری از بروز یا تشدید اختلالات روانی و کوشش در کاهش دادن سطح ناهنجاری‌های خانوادگی و اجتماعی ناشی از ناراحتی‌های عصبی و روانی است. درواقع بهداشت روان شاخه اصلی طب پیشگیری و روان‌پزشکی پیشگیری را تشکیل می‌دهد.

روش‌هایی که برای رسیدن به مقصود در بهداشت روان توصیه شده است، عبارت‌اند از:

۱. بالا بردن سطح آگاهی‌های عمومی و گسترش دانش در بین تمام گروه‌های سنی و تقویت تبلیغات و ارشادهای ملی در جهت رشد اطلاعات علمی در زمینه شناخت رفتارهای مخرب و ناهنجاری‌های خانوادگی (خشونت - طلاق - اعتیاد و ...) و تأثیرات آن‌ها بخصوص احساس فقدان امنیت روانی و نبود حمایت‌های موردنیاز در خانواده و اجتماع می‌باشد.
۲. افزایش آگاهی‌ها و اطلاعات ضروری در خصوص بهداشت روان در میان دانش‌آموزان و دانشجویان کشور و همه آنانی که اساس خانواده را در آینده نزدیک پی‌ریزی خواهند کرد.

از جمله راه‌های بسیار مؤثر در زمینه‌ی رشد افکار عمومی و تقویت روحی و اخلاقی که خود زمینه‌ساز بهداشت روانی خواهد بود. منابع وعظ و خطابه و سخنرانی‌های مذهبی است. روحانیت و معنویت مؤثرترین ابزار برای دستیابی به مقاصد بهداشت روان و جلوگیری از آسیب‌های اجتماعی ناشی از آن‌ها در جامعه در اختیار دارد. تذکر و یادآوری و تکرار از زمره اصول شناخته‌شده در روان‌شناسی یادگیری و روان‌درمانی است که اثر فوق‌العاده مهمی در تهذیب روحی افراد دارد.

نهج‌البلاغه امام علی (علیه‌السلام) مشحون از پیام‌های اخلاقی و اندرزهای حکیمانه و دربردارنده نکات برجسته تربیتی و اجتماعی است. اهمیت ویژه مطلب، آنگاه مشخص می‌گردد که به یادآوریم گوینده این کلمات کیست و این مواعظ از کدام منبع نشأت گرفته است.

بله همان درگاه شهر علم و همان نفس پیامبر (اشاره به آیه شریفه دعوت به مباحله در سوره آل‌عمران) همان‌که به نشانه اکرام به مستمند در حین رکوع ولی مؤمنان خوانده شده و الحق جای دارد که به مصداق همین آیه تنها آن حضرت را با لفظ امیرالمؤمنان یاد کنیم.

آری همان حیدر کرار، همان قیم جَنّه و نار، همان فاتح خبیر، همان ساقی کوثر، همان مولای متقیان همان‌که حدیث منزلت درباره‌اش آمده و همان‌که آیه از او به‌عنوان صاحب علم کتاب و گواه بر رسالت پیامبر اسلام یاد کرده است. دقت و تدبیر از خطبه‌ها و نامه‌های موجود در این صحنه شریف درستی این ادعا را به‌سادگی اثبات می‌کند. شاهد این مدعا توصیه‌های حضرت پیرامون تربیت فرزندان (مثل در نظر گرفتن مقتضیات زمانی آن‌ها) و سفارش مؤکد حضرت درباره رسیدگی به اموال یتیمان و بازماندگان شهدا و نیز توصیه‌هایی که راجع به آداب همسرداری و ... فرموده‌اند می‌باشد. به‌طور کلی آن حضرت در ارتباط با روحیات و رفتارهای فردی و روابط اجتماعی و خانوادگی دیدگاه جامع و ژرف-اندیشانه‌ای دارند و به ریشه‌ها و مبادی امور نظر دارند و در رابطه با پیشگیری از بروز نابسامانی‌های جامعه که از خلقیات و روحیات و شخصیت‌های افراد مانند منافقان، پیمان‌شکنان و آن‌ها که با سوءاستفاده از جریانات بساط خودکامگی و خودمحوری (خود گرایی) را گستراند سرچشمه می‌گیرد به ارائه راهکارهای

علمی مؤثر در این موارد پرداخته‌اند. با دقت در نهج‌البلاغه و تأمل در مضامین آسمانی آن می‌بینیم که تمامی سخنان حکمت‌آمیز و برجسته حضرت امیر (ع) برخاسته از طبیعت و فطرت آدمی است و آنچه امروزه روان‌شناسان و جامعه‌شناسان با حرف سال‌ها دقت و امکانات فراوان آزمایشگاهی و تشکیل کارگاه‌های روانکاوی و ... یافته‌اند حضرت علی (ع) در چهارده قرن پیش با استفاده از آموزه‌ای علم الهی و عقل جزئی نگر بشری بیان فرموده است.

حتی بسیاری از تئوری‌ها و نظریه‌های ارائه‌شده در نهج‌البلاغه هنوز توسط بشر قرن بیست و یکم کشف نشده و در آینده پرده‌های دیگری از این بی‌کرانه باشکوه عقب کشیده خواهد شد و بشر به عظمت روحی و علمی حضرت امیر (ع) پی خواهد برد. در این کتاب سعی بر آن شده که با شرح مختصری بر تحلیل روان‌شناسی نهج‌البلاغه و روش‌های آرام‌سازی ذهن از بُعد کتاب مرجع نهج‌البلاغه گردآورنده سید شهید رضی و ترجمه استاد محمد دشتی چاپ ۱۳ انتشارات پیام عدالت قدم اندکی در جهت ارتقاء بهداشت و روان و روان‌پزشکی پیشگیری برداشته شود.

در پایان از همه کسانی که مرا در تدوین و انتشار این مجموعه همراهی کردند و با علاقه‌مندی نسبت به این اثر همت ورزیدند تشکر و قدردانی می‌کنم.

امیدوارم این کتاب نقطه آغازی باشد و خوانندگان و متخصصین امر حقیر را نسبت به اشکالات و معایب رهنمون گردند.

با تشکر

زهرا لطفی