



الخطه ادب رنگ

مهارت های تفکر برای زندگی



مریم ادیب



مرشدان:
 عنوان و نام پدید آور:
 مشخصات نشر:
 مشخصات ظاهر:
 شاب:
 وضعیت فهرست نویسی:
 یادداشت:
 یادداشت:
 یادداشت:
 عنوان دیگر:
 موضوع:
 موضوع:
 رده بندی:
 رده بندی دیوید:
 شماره کتابشناسی ملی:

ادیب، مریم- ۱۳۴۹
 لحظهای درنگ: مهارت‌های تفکر برای زندگی/ مریم ادیب.
 تهران: نشر قرآن و اهل بیت نبوت (ع)، ۱۳۹۳
 ۱۱۷ ص.
 ۹۷۸-۶۰۰-۷۴۱۸-۲۰-۵
 فیا
 چاپ دوم.
 چاپ قبل غایب، ۱۳۹۱
 کتابخانه به صورت زیرنویس.
 مهارت‌های تفکر برای زندگی.
 اندیشه و تفکر
 مهارت‌های زندگی --- مطالب گوناگون
 ۱۳۹۳ ج ۴۴ الف / ۴۴۱ RF
 ۱۵۳/۴۲
 ۳۶۰۲۰۵۳

نویسنده:
 ویراستاران:
 گرافیکست:
 صفحه آرا:
 تیراژ:
 چاپ اول:
 چاپ دوم:
 قیمت:
 ناشر:
 مریم ادیب
 نرگس صباغیان فر، رعنا شکوهی ستا، فاطمه سادات هاشمی
 mohamadrezabadi@gmail.com
 مهرو رضایی
 ۴۰۰۰ جل
 به
 زمست
 ۸۰۰۰ توم
 انتشارات قرآن و اهل بیت نبوت (ع)

مراکز پخش:

- مدرسه دانشجویی قرآن و عترت علیهم السلام دانشگاه تهران
 تهران، میدان انقلاب، خیابان کارگر شمالی، پلاک ۱۴۳۷، طبقه دوم
 تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۸۸۷۹۰ ۰۲۱-۸۸۵۳۶۷۹۵ www.quranetratschool.ir
 - مدرسه دانشجویی اهل بیت نبوت علیهم السلام
 تهران، بلوار کشاورز، خیابان ۱۶ آذر، پلاک ۲۵، طبقه دوم
 تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۶۲۷۲۴ www.ahlebaytschool.ir
 - انتشارات کتاب فردا- قم، خیابان معلم، میدان روح الله، بخش کوچه ۱۷، پلاک ۱
 ۰۲۵-۳۷۷۶۹۹۲ www.bookroom.ir
 - اصفهان: انتشارات حضرت زینب (ع) ۰۳۱-۳۵۵۱۷۳۶۰



فهرست:

فصل اول: کلیات و اصول تفکر و تعقل	۱۵
۱. ابتدا هدف از هر کاری را مشخص کنیم	۱۶
۲. کدام مهم است، کدام مهم تر است؟	۱۷
۳. بد یا بدتر، خوب یا خوب تر	۱۹
۴. بد یا بدتر؟	۱۹
۵. اگر می‌خواهی بهترین باشی، بد نباش	۲۰
۶. جوگیر نشویم	۲۱
۷. همه یا هیچ، سیاه یا سفید	۲۲
۸. تحلیل داشته باشیم و موضوعات را جدا از هم بررسی کنیم	۲۳
۹. ملاک‌های ثابت، مانند علم یک پرچم است	۲۳
۱۰. خیال می‌کنیم حرص خوردن هم کار است	۲۴
۱۱. مراقب وظیفه خود باشیم	۲۵
۱۲. بچه‌ها با عقل به دنیا می‌آیند، کمک کنیم تا عاقل شوند	۲۶
۱۳. سکوت و توجه، عمق ایجاد می‌کند	۲۷
۱۴. تسلط عقل به جای هیجان	۲۸
۱۵. پیام‌های ایست دهنده از شیطان است	۲۹
۱۶. حیا، عقل و ایمان	۳۰
۱۷. تدبیر در هدف	۳۱
فصل دوم: مهارت‌های ارتباط مؤثر	۳۵
۱. راهکارهای توجه به شرایط دیگران (پرورش تفکر مراقبتی)	۳۶
۲. خوب گوش کردن	۳۷
۳. مستند گفتن، مستند شنیدن (پرورش تفکر انتقادی)	۳۸
۴. کنترل پیش‌فرض‌ها (پرورش تفکر انتقادی)	۳۹
۵. خودتصحیحی (پرورش تفکر انتقادی)	۴۰
۶. خوب حرف بزنیم	۴۲
۷. در هر قصه‌ای نقش آدم بد را بازی نکنیم	۴۳
۸. سخن نشانگر اندیشه است	۴۴
۹. گله کردن فضا را تیره می‌کند	۴۵

- ۴۵ ۱۰. فکر کن که دیگری هم عاقل است
- ۴۶ ۱۱. قرار نیست تمام مشکلات جهان را من حل کنم
- ۴۷ ۱۲. آفات و موانع را برطرف کن، سیستم خود را جلو می‌رود
- ۴۸ ۱۳. گفتگوی سالم و آرام نشانه‌ای تفکر رشد یافته است
- ۴۹ ۱۴. خودت را دوست داشته باش، مشکل با عالم حل می‌شود
- ۵۰ ۱۵. چطور با خود دوست شوم
- ۵۱ ۱۶. دوستی با مردم
- ۵۲ ۱۷. انسان مسئول اعمال و سرنوشت خویش است
- ۵۳ ۱۸. اگر این یکی درست می‌شد
- ۵۳ ۱۹. خودبینی و خودمحوری تا کی؟
- ۵۴ ۲۰. عقل کامل‌تر، اخلاق بهتر
- ۵۴ ۲۱. ده کار خوب، یک حرف بد

فصل سوم: مهارت‌های برخورد با مشکلات

- ۵۷ ۱. بسیاری از چیزهایی که می‌خواهم نمی‌شود
- ۵۸ ۲. هر چه به ذهنت رسید راه حل نیست. چه بسیار تلاش‌ها که نتیجه‌ی عکس می‌دهند
- ۵۹ ۳. مشکلات قابل حل
- ۶۱ ۴. مشکلات بزرگ، درس‌های بزرگ و پیام‌های بزرگ با خود دارند
- ۶۲ ۵. تهدیدها را به فرصت تبدیل کنیم
- ۶۲ ۶. بهتر می‌شود یا بدتر؟ اگر نمی‌دانی صبر کن
- ۶۳ ۷. آیا ما اسیر خاطرات گذشته هستیم؟
- ۶۳ ۸. آیا هر داشته و نداشته‌ای، فرصت، مسئولیت و امتحان نیست؟
- ۶۴ ۹. عاقلان بردبارند

فصل چهارم: مهارت‌های فکری پایه

- ۶۷ ۱. چشم دوازه فکر است
- ۶۸ ۲. منطق و استدلال، ابزار تفکر صحیح است
- ۶۹ ۳. آیا شرایط مختلف قابل مقایسه‌اند؟
- ۷۰ ۴. بین صفر و صد، عدد بسیار است
- ۷۱ ۵. با نگاهی دوباره، قالب‌های غلط را بشکنیم (تفکر خلاق)
- ۷۲ ۶. شوخ‌طبعی نشانه خلاقیت فکر است

۷۳		۷. ترک عادت موجب شفا و سلامتی است.....
۷۴		۸. دانایی موجب توانایی است.....
۷۵		۹. کنکور می‌دهم، پس هستم.....
۷۷		۱۰. هر انتظاری، ثمر نخواهد داشت.....
۷۸		۱۱. دانشمندان چگونه فکر می‌کنند؟ (تفکر علمی برای حل مسئله).....
۷۸		۱۲. سؤالات خود را با صفا کنیم تا پاسخ‌ها آشکار شوند.....
۷۹		۱۳. سؤال کردن به جای پاسخ دادن.....
۸۱		۱۴. یافتن سؤالات خوب.....
۸۲		۱۵. گذر از طفولیت و رسیدن به بلوغ.....
۸۳		۱۶. شناخت واژه‌ها عامل فهم و تفاهم.....
۸۴		۱۷. علتی در پس هر رویداد پنهان است.....
۸۵		۱۸. هیچ چیز اتفاقی نیست، ریشه‌ها را بیابیم.....
۸۵		۱۹. خودمدیریتی، خودشکوفایی، استقلال فکری.....
۸۶		۲۰. تفکر چرا و چگونه؟.....

۸۹		فصل پنجم: فکریهای خوب از خداست.....
۹۰		۱. خدا هست.....
۹۲		۲. دوستی با ملائکه، واسطه‌های خیر.....
۹۳		۳. چطور بفهمم و تشخیص دهم؟.....
۹۴		۴. دلت پاک باشد، هر کار خواستی بکن؟.....
۹۵		۵. پرهیز از نشخوار ذهنی، کنترل وسواس فکری.....
۹۷		۶. فرصت کم است، ضرر نکنی.....
۹۸		۷. در هر رویداد خدا را خواستن، درمان درد حسادت است.....
۹۹		۸. لذت و رنج در خیال است.....
۱۰۱		۹. نظم ذهنی پیامد نظم در امور.....
۱۰۲		۱۰. شناخت بنده نیازمند، شناخت خدای بی‌نیاز.....
۱۰۳		۱۱. تعادل داشتن و جامع اضداد شدن.....
۱۰۴		۱۲. پیام همه انبیاء این است: در مسیر عبور از دنیای کوتاه، آلوده نشوید.....
۱۰۵		۱۳. عمل، قوت روحی انسان را زیاد می‌کند.....
۱۰۶		۱۴. عاقل آن است که در سفر تجاری سود کند، سالم آمده سالم برود.....
۱۰۶		۱۵. پندهایی از اطراف جهان.....

مقدمه

بارها شنیده‌ایم: «فکر کن، تفکر خوب است، از اشتباهات جلوگیری می‌کند، تفکر افق دید انسان را بالا می‌برد و برایت دنیا و آخرت بهتری می‌سازد.» گفته‌اند: «سعی کن طرز فکر خودت را عوض کنی و برداشت‌های بهتری از رویدادهای اطرافت داشته باشی.» اما کمتر به ما گفته‌اند، چطور طرز فکر خود را عوض کنیم و چگونه تفکر بهتری داشته باشیم. همه همان دارند که از صبح تا شب فکر می‌کنند، اما تفاوت خیال‌پردازی، توهم و تکرار خاطرات را با تفکر صحیح و استفاده از عقل نمی‌دانند.

این کتاب با داشتن پیش‌زمینه علمی از تعاریف، اصول و تجربه کلاس‌های پرورش تفکر برای کودکان، نوجوانان و بزرگسالان، به‌طور خاص به شیوه‌ها و کاربردها پرداخته و کمک می‌کند تا:

تفکر و تعقل خود را به سطوح بالاتری برسانید، طرز فکر بهتری داشته باشید، غصه‌ها و عصبانیت‌هایتان را کاهش دهید، از اشتباه در فهم و تصمیم‌گیری گریز کنید و در حل مسئله مهارت پیدا کنید به شرطی که:

۱. مثل کتاب‌های عادی آن را پشت سر هم مطالعه نکنید، بلکه هر بار بر یک یا دو موضوع تأمل داشته باشید.

۲. برای اینکه هر نکته را خوب بفهمید، برای خود مثال‌های بیشتری بزنید.

۳. نمونه‌های آن را در زندگی روزمره خود و دیگران بیابید و روش‌های صحیح‌تر را در عمل پیاده کنید.

موفقیت در اینکه چند اصل و نکته را بتوانید به زندگی خود وارد کرده و خطاهای فکری را به صفر برسانید، به تمایل و همت شما برای خوشبخت زیستن و مطلوب خدا شدن بستگی دارد.

راهکارهای بیشتری می‌خواهید؟

اگر می‌خواهید نکته‌های مؤثر بیشتری را برای بهبود تفکر و تعقل پیدا کنید، به دلایل انجام هر رفتار خود دقت کنید و بر ریشه‌های اعمال، احساسات و باورهای خود احاطه بیشتری داشته باشید. ببینید بیشترین توجه شما به کجاست و ملاک‌های انتخاب و «خوب و بد» شما بر چه اساسی است؟ همچنین در رفتارها، اندیشه‌ها و حالات افراد زیر بیشتر دقت کنید:

الف. آدم‌های آرام، بزرگوار، اهل رشد و بانشاط

ب. آدم‌های عصبی، هیجانی، متلاطم، بی‌انگیزه، افسرده و کسانی که زیاد اشتباه می‌کنند.

با مطالعه قرآن و روایات به راه‌های عاقبت‌اندیشی، حق‌گرایی و روش‌های پرورش مهارت‌های فکری بر مبنای

عقل می‌رسید. همچنین به تعاریف صحیح از فکر، عقل، ثمرات استفاده از عقل و رسیدن به کمال آن:

عقل همان است که به عبودیت خدای رحمان و بهشت رضایت او می‌رساند. امام صادق (علیه السلام)^۱

ثواب هر کس را به مقدار عقلش می‌دهند. امام صادق (علیه السلام)^۲

عقل جز با پیروی از حق به کمال نمی‌رسد. امام حسین (علیه السلام)^۳

ای هشام، خدا بر مردم دو حجت دارد: حجت آشکار و حجت پنهان، حجت آشکار رسولان، پیغمبران و امامانند

(علیهم السلام) و حجت پنهان عقل مردم است. امام کاظم (علیه السلام)^۴

جرئت پرداختن به مبحث تعقل و تهیه چنین مجموعه‌ای را امیرالمؤمنین (علیه السلام) فراهم کردند که فرمودند: «وَأُمِرَ بِالْمَعْرُوفِ تَكُنْ مِنْ أَهْلِهِ». امر به خوبی‌ها کن تا اهل آن شوی.^۵

بدیهی‌ترین موضوعات

اگر مروری بر مطالب صفحات آتی داشته باشید به بدیهی‌ترین نکات و اطلاعات برمی‌خورید. اغلب این موضوعات را همه می‌دانند. اما انبوه مشکلات ذهنی و اجتماعی جوامع بشری از کجاست؟ شاید علت آن عدم توجه و تفکر است.

کافی است توجه کنیم به اینکه هدف از هر کاری که انجام می‌دهیم چیست، بین بد، بدتر و بدترین، کدام را برگزینیم، خوب حرف زدن و بد حرف زدن چه تفاوت‌هایی دارد، آیا مجاز به کنترل دیگران و تسلط بر آنان هستیم؟

معنای تفکر همین توجه و درنگ است. ما اطلاعات بسیاری را در طول زندگی بدست می‌آوریم. کافی است بیاموزیم که همین مواد اولیه‌ای که در اختیار داریم را به‌درستی با هم ترکیب کنیم تا نیازهای واقعی خود را بفهمیم و رافع نیاز حقیقی خود را پیدا کنیم. تفکر؛ یعنی کشف روابط منطقی و نامرئی میان امور برای تشخیص وظیفه. پس

۱. از صادق آل محمد (علیه السلام) تقاضا شد که عقل را معرفی کند، فرمود: العقل ما عُبد به الرحمن و اكتسب به الجنان. یعنی «چیزی است که خداوند مهربان به آن بندگی و پرستیده شود، و بهشت‌ها به آن کسب شود». گفتند: چه بود آنچه در معاویه بود؟ حضرت فرمود: «آن، زیرکی بود و شیطنت و این شایهت دارد به عقل، و عقل نیست» اصول کافی، صفحه ۱۱

۲. خدمت امام جعفر صادق (علیه السلام) عرض شد که فلان شخص از بندگی و فضیلت و دینی که دارد، به مرتبه بلندی رسیده، آن حضرت فرمود که: «عقلش چگونه است؟» گفت که: نمی‌دانم. فرمود: «به درستی که ثواب به اندازه عقل است». تحفة الأولیاء (ترجمه اصول کافی)، ج ۱، ص ۸۷

۳. بهارالانوار، ج ۷۸، ص ۱۲۷

۴. اصول الکافی، ترجمه مصطفوی، ج ۱، ص ۱۹

۵. نهج البلاغة (صحی صلیح)، ص ۳۹۲

معارف بسیاری در انسان نهفته است که با توجه و عمل به ظهور می‌رسد.^۱ قرآن هم تماماً ذکر و یادآوری است. پیچیده‌ترین مشکلات بشری با ساده‌ترین دانسته‌ها قابل حل است و از همه بدیهی‌تر اینکه:

خدا هست، خدای بزرگ، حکیم و مهربان

سخنی با مشاوران و مربیان

زمان آن رسیده که زیربنای رفتار، اعمال و هیجان‌های انسان را در میزان عقل‌گرایی و دین‌باوری او دنبال کنیم. آلبرت ایس در فرمول معروف "ABC" خود، هیجان و برخورد حاصل از یک رویداد را حاصل عبور تفکر از مسیر باورهای انسان می‌داند. همان «است و نیست» هایی که در ساختار وجودی انسان به‌عنوان گزاره‌های جزئی و همی یا گزاره‌های کلی عقلی شناخته می‌شود.

خداوند می‌فرماید چیزی نصیب انسان نمی‌شود جز به اندازه تلاش^۲. اگر سعی آدمی در زندگی به نوع تفکر و پندار او وابسته است، ارزش پرداختن به تفکر صحیح برای زندگی مشخص می‌شود.

قُلْ هَلْ نُنَبِّئُكُمْ بِالْأَخْسَرِينَ أَعْمَالًا (۱۰۳) الَّذِينَ ضَلَّ سَعْيُهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا (۱۰۴)، سوره مبارکه کهف) بگو: «آیا به شما خبر دهیم که زیان‌کارترین (مردم) در کارها، چه کسانی هستند؟ آنها که تلاش‌هایشان در زندگی دنیا گم (و نابود) شده با این حال، می‌پندارند کار نیک انجام می‌دهند!

اگر به دنبال انتخاب روشی در مشاوره و راهنمایی هستید که مخاطب را به بینشی در افق‌های بالاتر و خود مدیریتی در هیجانات و رفتارها و حل مسائل زندگی برساند، «مهارت‌های تفکر برای زندگی بهتر» را در او تقویت کنید.

روزی در یکی از کلاس‌های روانشناسی دانشگاه، برای ریشه‌یابی و حل مشکلات رفتاری افراد، به نکاتی از قرآن و روایات اشاره کردم. استاد برآشفته و گفت: هرگاه پژوهش و کتابی در این زمینه داشتید با ذکر منبع در موردش حرف بزنید. در غیر این صورت منابع فعلی ما صرفاً کتاب‌ها و نظریات روانشناسان غرب است.

این برخورد انگیزه خوبی شد تا تجربیات تدریس در کلاس‌های پرورش مهارت‌های تفکر برای کودک و نوجوان (P4C)^۳ را با مطالعات بیشتر در قرآن و روایات همراه کرده و پایان نامه کارشناسی ارشد خود را با موضوع «روش‌های پرورش تفکر در قرآن» به انجام رسانم. این پژوهش^۴، شروع حرکتی بود برای برگزاری کلاس‌هایی با این موضوعات و تدوین منابعی برای تدریس قرآن همراه با تدبر و تفکر، یا تدریس تفکر با استفاده از منابع قرآن و

۱. عَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا. خداوند همه حقایق و اسرار هستی را به انسان آموخت. (۳۱، سوره مبارکه بقره)

۲. وَ أَنْ لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى (۳۹، سوره مبارکه نجم)

۳. Philosophy for children، فلسفه برای کودکان

۴. مقاله حاصل از آن در اینترنت قابل دسترسی است

اهل بیت (علیهم السلام).

بر خلاف آنچه مردم تصور می‌کنند، روان‌شناسی، علمی غربی نیست، بلکه غربی‌ها بیشتر از آن حرف می‌زنند. آنچه بشر تا کنون بدان دست یافته مجموعه‌ای از حدس و گمان و نظریات مختلف و گاهی متناقض در مورد رفتار آدمی است که نهایتاً می‌توان آن را رفتارشناسی یا روش‌های کنترل و تغییر رفتار نامید. اما آنکه انسان را از عدم ایجاد کرده و بند بند او را به هم پیوسته و مسیر صلاح و فساد او را برایش معین کرده و اختیار و انتخاب و مهلت به او داده تا با استفاده از عقل و وحی، اندیشه و رفتار خود را به بهترین قوام ممکن برساند، خداوند است. فرستادگان خدا، دعوت می‌کنند، شناخت می‌دهند، از حقیقت جهان می‌گویند، مسیر و مقصد حقیقی را نشان می‌دهند و عاقبت‌نگری ایجاد می‌کنند.

روش تربیتی خداوند جامعیتی دارد که قبل از تولد آغاز می‌شود و در تمام اجزای زندگی ادامه می‌یابد. با همه توجه به اسباب و علل مناسب در تربیت، باز خداوند هدایت را به خود نسبت می‌دهد، اهل جبران و غفران است و در شرایط ارثی یا محیطی نامناسب، باز امکان خروج انسان پاک و سالم و خیر شناس و خیرگزین را با هدایت عقل فراهم می‌کند و بهترین‌ها از بندگان را مثال می‌زند.

اگر می‌خواهیم به مهارت در استفاده از این اصول و فروغ برسیم، فکر روز و شب خود را در شناخت و استفاده از قرآن و روایات پیامبر بزرگوار و اهل بیت گرامی ایشان قرار داد، کمی عمیق‌تر فکر کنیم و ملاک‌های خود را از عقل و وحی بگیریم. سپس خواهیم توانست با برگزاری چنین دوره‌های آموزشی و نگرشی، به مراجعین و دوستان نیز در تقویت تفکر، تعقل، خودآگاهی و خودمدیریتی کمک کنیم.

امیرالمؤمنین (علیه السلام) فرمودند: هرگاه حق شنیدید، به گوش جان بشنوید و آن را مورد عمل و اعتقاد خویش قرار دهید، نه آنکه تنها برای نقل و روایت به خاطر بسپارید، که روایت کنندگان علم بسیار و رعایت‌کنندگان آن کم‌اند، و از خدا باید یاری جست.^۱

برای برگزاری و تدریس مطالب در سلسله کلاس‌های «مهارت‌های تفکر برای زندگی» باید بر موارد و نکات آن به قدری احاطه پیدا کنید که نیازی به تدریس آن با ترتیب کتاب نباشد. ممکن است کلاس شما از سؤال یک مخاطب و نکته مربوط به پاسخ آن شروع شده و با نکات مرتبط بعدی ادامه پیدا کند. بنابر این جلسات می‌تواند مخاطب محور بوده و تمام مطالب، قابل پیش بینی قبلی نباشد. البته بهتر است که ابتدا اصول تفکر و مهارت‌های پایه

تدریس و تمرین خود. بعضی از مطالب و نکات تعمداً در کتاب به بیان دیگری تکرار شده است. در جلسات مختلف از کلاس‌ها نیز این تکرارها لازم به نظر می‌رسد تا یک دریافت کم‌کم، به یک مهارت تبدیل شود. البته خوب است که مخاطبان در ابتدای هر جلسه بگویند که چقدر توانسته‌اند دریافت‌های جدید خود را بکار ببرند و با آن زندگی کنند. این مطالب با کتاب «ساختار وجودی انسان» همپاکنی دارد. مطالعه کتاب دوم و همچنین سوم: «ساختار وجودی جامعه»^۱، برای احاطه بیشتر و فهم دقیق‌تر از ساختار وجودی فرد و جامعه، بصورت مطالعه و رفع اشکال چند نفره یا تدریس کلاسی توصیه می‌شود.

مقدمه آخر

امام حسن (علیه السلام) فرمودند: «شما را به تقوای الهی و اندیشه مداوم سفارش می‌کنم، زیرا اندیشیدن، پدر و مادر هر خیر و خوبی است.»^۲

امید که با رشد سطح اندیشه و عمل خود، زمینه‌ساز ظهور آخرین حجت خداوند بر زمین باشیم و هر یک از ما با تغییر در نوع تفکر و رفتار خود بتوانیم خانواده، فامیل و جامعه‌ای سالم‌تر و خردمندتر را در افق دید خود قرار دهیم. گزیده‌ای از نکات برگزیده این کتاب در چند طرح فانتزی و قطع کوچک به زبان‌های فارسی و انگلیسی با عنوان «نکته‌هایی برای فکر کردن» به چاپ رسیده و قابل تهیه و هدیه به دوستان است. اگر مایل به سفارش دادن این کتاب یا دفترچه «نکته‌هایی برای فکر کردن» که خلاصه‌ای از آن است، برای ارائه در مواکن مشاوره، یا انتشار آن در شکل‌ها و زبان‌های دیگر هستید، می‌توانید با ما تماس بگیرید.

مریم ادیب - مدرسه دانشجویی اهل بیت نبوت علیهم السلام

۸۸۹۶۲۷۲۴

Adib_hastam@yahoo.com

۱. احمد رضا اخوت، نشر کتاب فردا، از سری کتاب‌های مدرسه دانشجویی قرآن و عترت (علیهم السلام) که ارائه و تدریس می‌شود.

۲. مجموعه ورام، ج ۱، ص ۵۲