

بنام خداوند جان و خرد



حسب درمانی

مطهر تطبیقی دین و روانشناسی

مولفان

دکتر مریم صف‌آرا؛ عضو هیئت علمی دانشگاه الزهراء (س)

دکتر مهدی کیلی؛ مدرس دانشگاه

نخبره رستی

فهرست نویسی فیفا

- سرشناسه : صف‌آراء، مریم، ۱۳۵۵ - safara.maryam، مولف
- عنوان و نام پدیدآوران : محبت درمانی: منظر تطبیقی دین و روانشناسی / مولفان مریم صف‌آراء، مهدی کمیلی، نجمیه رستمی؛ ویراستار علمی مطهره علیجانی‌پور.
- مشخصات نشر : تهران، رشد فرهنگ، ۱۳۹۵.
- مشخصات ظاهری : ۳۰۲ ص.
- شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۳۰-۲۱-۳
- وضعیت فهرست‌نویسی : فیفا
- یادداشت : کتابنامه: ص. ۱۲۹ - ۱۴۴؛ همچنین به صورت زیرنویس.
- موضوع : دوستی - جنبه‌های مذهبی - اسلام Friendship- Religious aspects - Islam
- موضوع : روان‌شناسی مذهبی Psychology, Religious
- شناسه ای. د. : کمیلی، مهدی، ۱۳۳۰-
- شناسه افزوده : رستمی، نجمیه، ۱۳۵۷-
- شناسه افزوده : علیجانی‌پور، مطهره، ۱۳۶۸-
- رده‌بندی گنگره : ۱۳۹۵ م ۶۷/۲/ص ۲۵۴/۲ BP
- رده‌بندی دیویی : ۲۹۷/۶۵۲
- شماره کتابشناسی ملی : ۳۳۵۹۳۱/
- نام کتاب: محبت درمانی: منظر تطبیقی دین و روانشناسی
- مولفان: مریم صف‌آراء، مهدی کمیلی، نجمیه رستمی
- ویراستار علمی: مطهره علیجانی‌پور
- ناشر: رشد فرهنگ
- طراح جلد: مینا صفری
- صفحه‌آرایی: انتشارات رشد فرهنگ
- لیتوگرافی، چاپ و صحافی: واصف
- نوبت چاپ: اول - تابستان ۱۳۹۶
- تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه
- قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان



انتشارات رشد فرهنگ

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۳۰-۲۱-۳

ISBN: 978-600-8530-21-3

آدرس انتشارات: تهران، خیابان مرتضوی، بعد از تقاطع جیحون، پلاک ۷۰۶

تلفن: ۷-۹۷۶۱۹۰۶۶۸۹

Email: Roshdefarhang@yahoo.com

صفحه	عنوان
۱۳	مقدمه
۱۵	فصل اول: دوستی
۱۶	رویکرد دینی
۱۶	دوستی چیست و محبت کدام است؟
۱۷	تعریف دوست
۱۷	معنای دوستی
۱۸	نامهای محبت
۱۹	دوستی با مردم: ایمان را...
۲۱	رویکرد روانشناسی
۲۱	پیوندها و روابط
۲۲	گروه دوستی
۲۳	سلامت روان
۲۵	سلامت روان در مکاتب مختلف روان شناسی
۲۵	دیدگاه روانکاوی
۲۵	دیدگاه زیست شناختی
۲۶	دیدگاه رفتارگرایی
۲۶	دیدگاه انسان گرایی
۲۷	دیدگاه هستی گرایی
۲۹	تعاریف دوستی
۳۳	فصل دوم: فضیلت دوستی
۳۴	رویکرد دینی

۳۴	نشان نیرومندی عقل
۳۴	نیمی از دین
۳۵	عوامل دوستی را در قرآن
۳۶	عوامل دوستی را در حدیث
۳۷	خویهای پدید آورنده دوستی
۳۷	خوش نیتی
۳۷	خوش گمانی
۳۸	خوشرویی یا خمش خویی
۳۹	خوش رفتاری
۳۹	اظهار دوستی
۳۹	فروتنی
۴۰	وفاداری
۴۰	انصاف
۴۰	راستگویی
۴۱	کم توقعی
۴۱	کارهای پدید آورنده دوستی
۴۱	مشورت
۴۲	دعا
۴۲	استقامت
۴۳	سلام دادن
۴۳	دید و بازدید
۴۴	هدیه دادن
۴۴	مسافحه

۴۵	آنچه دوستی را تقویت می کند
۴۵	۱- ابراز علاقه و دوستی
۴۵	۲- تواضع و فروتنی
۴۶	رویکرد روان شناسی
۴۶	دوستی، نشان نیرومندی عقل
۴۶	هوش شناختی IQ و هوش هیجانی EQ.
۴۶	هوش شناخت
۴۷	هوش هیجانی
۴۸	عوامل دوستی را در آن ، حدیث
۴۸	خوش بینی و خوش گمانی
۵۰	خوش رویی و خوش خویی
۵۲	اظهار دوستی
۵۳	وفاداری و راستگویی
۵۵	مشورت
۵۶	دعا
۵۷	الف) معنا بخشیدن به حیات
۵۷	ب) سلامت روانی
۵۸	ج) جلوگیری از یاس و نا امیدي و بی هدفی در زندگی
۵۸	د) انسجام و تعادل شخصیت
۵۸	دید و بازدید
۵۹	هدیه دادن، ابراز علاقه و دوستی
۵۹	مهارت های ارتباطی
۶۰	ابراز محبت

فصل سوم: آفات دوستی

۶۳

۶۴

۶۴

۶۴

۶۴

۶۵

۶۵

۶۶

۶۷

۶۷

۶۷

۶۸

۶۸

۶۹

۷۰

۷۱

۷۱

۷۱

۷۲

۷۲

۷۳

۷۶

۷۷

رویکرد دینی

از دست دادن ایمان

غرور و نخوت

چاپلوسی و تملق

لجام گسیختن نفس و خواهش‌ها

توقع بی جا

دروغ‌نویسی

غرض ورزی

سخن چینی

شوخی و استهزاء

خجالت دادن

قمار

هرزه زدایی

رشک و حسد

فراق و جدایی

سرشت پلید

عیب جوئی

رویکرد روان شناسی

دوستان ناباب

کبر، غرور و خودشیفتگی

چاپلوسی

تعاریف چاپلوسی

۷۹	دلایل چابلوسی
۸۰	حسادت
۸۲	آثار جسمی و روانی حسادت
۸۳	آسیب‌ها و آفت‌های دوستی بین جنس مخالف
۸۶	اینترنت و چت روم‌ها
۸۹	اعتیاد
۹۱	عوامل مؤثر در اعتیاد به مواد مخدر
۹۱	عوامل اجتماعی
۹۱	عوامل اقتصادی
۹۱	عوامل سیاسی
۹۲	عوامل روانی
۹۲	عوامل طبیعی
۹۲	گرایش به همسالان
۹۳	الگو یابی و همانندسازی در رابطه دوستی
۹۴	ترک تحصیل
۹۵	تأثیر عقاید و باورهای درونی فرد بر ترک تحصیل
۹۶	نحوه ارتباط با گروه همسالان و ترک تحصیل
۹۹	فصل چهارم: چگونگی گزینش دوستی و محبت ورزی
۱۰۰	رویکرد دینی
۱۰۰	اهمیت گزینش
۱۰۰	آزمایش دوستان
۱۰۱	انواع دوستان
۱۰۱	دوستان حقیقی

- ۱۰۲ دوستان مجازی
- ۱۰۵ آنان که دوستی‌شان کراهت دارد
- ۱۰۸ رویکرد روانشناسی
- ۱۰۸ چگونگی گزینش دوستی و محبت ورزی
- ۱۰۹ انتخاب و گزینش دوست
- ۱۱۲ انتخاب دوست بر اساس جذابیت
- ۱۱۵ فصل ۱۰: محبت: حقیقت دوستی
- ۱۱۶ رویکرد دینی
- ۱۱۶ توجه به حق‌ها، برادران،
- ۱۱۶ حقوق برادران
- ۱۲۲ عشق
- ۱۲۳ عشق نکوهیده
- ۱۲۴ ویژگی عاشقان
- ۱۲۶ عشق ستوده
- ۱۲۶ رویکرد روان‌شناسی
- ۱۲۶ یاری با جان، فداکاری و ایثار از دید مکاتب مختلف روان‌شناسی
- ۱۲۷ مکتب زیست‌شناختی
- ۱۲۷ مکتب رفتارگرایی
- ۱۲۸ مکتب شناخت‌گرایی
- ۱۲۹ مکتب روانکاوی
- ۱۳۱ مکتب انسان‌گرایی
- ۱۳۲ عفو از لغزش‌ها یا بخشش
- ۱۳۸ عشق

۱۳۸	چند تعریف از عشق
۱۴۰	معروف‌ترین نظریه‌ها درباره عشق: عشق مثلی، عشق پرشور - عشق رقابتی
۱۴۱	عشق و بهزیستی جسمی و ذهنی
۱۴۳	فصل ششم: فضیلت دوست داشتن اهل بیت
۱۴۴	بیت
۱۴۴	بنیان دین محبت به اهل بیت
۱۴۵	آثار محبت به اهل بیت
۱۴۷	انسان در سکر، مرگ
۱۴۸	اثرات معنوی حب اهل بیت
۱۴۹	نشانه‌های دوستی اهل بیت
۱۵۳	علائم و نشانه‌های دوستان اهل بیت
۱۵۵	وظایف دوستان اهل بیت
۱۵۷	چه عواملی محبت اهل بیت را در دلها ایجاد می‌کنند؟
۱۵۸	فضیلت خدادوستی
۱۵۹	عوامل خدا دوستی
۱۵۹	رحمت خدا
۱۶۰	شناخت خدا
۱۶۱	یاد خدا
۱۶۲	نیایش
۱۶۲	اسباب محبوبیت در نزد خدا
۱۶۲	قرآن
۱۶۴	فرمان برداری از خدا
۱۶۷	محبوب‌ترین کارها نزد خدا

- ۱۶۸ کسانی که خداوند دوستشان دارد
- ۱۶۹ خداوند شکیبایان را دوست دارد
- ۱۷۰ خداوند دادگرا را دوست دارد
- ۱۷۱ محبوب‌ترین مردم نزد خدا
- ۱۷۲ موانع خدا دوستی
- ۱۷۳ احادیث محبت اهل بیت
- ۱۷۹ فهرست منابع
- ۱۸۰ الف: منابع فارسی
- ۱۹۳ ب: منابع انگلیسی

مقدمه

برخورداری از محبت، نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت انسان دارد. از اوان کودکی نوزاد انسان به اندازه‌ای که برای حیات جسمانی‌اش نیاز به تغذیه دارد، به همان اندازه به تغذیه روح و برخورداری از محبت نیاز دارد. روانشناسان از آسیب‌های جبران‌ناپذیر کمبود توجه و محبت کافی بر شخصیت انسان در همه دوران رشد و به ویژه در دوره حساس طفولیت، بسیار سخن گفته‌اند. نیاز بشر به برخورداری از محبت که از بستر روابط بین فردی تأمین می‌گردد، نه صرفاً به واسطه بهائی‌گریزی، که به سبب‌های بسیار دیگر در راستای تکمیل نوع و شخصیت انسانی است.

محبت از دو زاویه در تأمین کسب روح بشر قابل توجه است. اول از آن دو تأثیری است که بود و نبود محبت در سلامت روح شخصیت فرد دارد. در بررسی پیشینه زندگی بسیاری از افراد دیده شده است که کسری نسبت بر خودپنداره و عزت نفس آنها نسبت به خود انسانی‌شان تأثیر بسزائی گذاشته و انعکاس نامعوبی از خود خویش پیدا کرده‌اند. افراد ناموفقی که می‌توان در تحلیل محتوائی متن زندگی‌شان یشفه‌های مؤثر بی توجهی را به خوبی یافت. عبارتی از این زاویه محبت نه تنها مؤثر در شخصیت، که یکی از ملزومات اساسی در رشد و شکل‌گیری شخصیت است و بدون آن سلامت و ساداء حقیقی انسان تحت الشعاع قرار گرفته و شکل ناموزونی به خود می‌گیرد.

دوم تأثیری است که محبت در اعتلا و پیش‌برندگی روح و شخصیت دارد. تغذیه عاطفی در مرحله ابتدائی نیازهای اولیه را برای سلامت روح تأمین می‌کند که بدون آن، مقدمات اولیه روانشناختی برای سلامت و موفقیت مهیا نخواهند بود. و در مرحله دوم، شرایط بالندگی و تعالی را ایجاد می‌کند. یک انسان معنا یافته و معنوی، بدون شک بهره‌های بسیاری از محبت برده است. اما نکته قابل توجه این است که محبت از چه منابعی تأمین می‌گردد؟ و آیا باید و ضرورتی در مورد آن وجود دارد؟ به غیر از منابع اولیه تأمین عاطفه و محبت که والدین و خانواده هستند، منابع ثانویه محبت، در حوزه انتخابی زندگی انسان قرار دارند، و خود ما در این

گزینش نقش داریم. و لذا ضرورت دارد که توجه کنیم از چه مآخذی به تأمین روح خود می‌پردازیم؟ خود گوئی هائی در این خصوص روش خوبی است که مدام در پی این پاسخ باشیم که از کجا و چگونه بدنبال استیلای روح و روان خود هستیم؟ انسان حتی می‌تواند به جمادات، گیاهان و نباتات هم محبت داشته باشد. اما آیا این نوع محبت کمال و غایتی در وی ایجاد می‌کند؟ ممکنات بزرگ و متعالی همچون محبت اهل بیت و مراوده و دوستی با بزرگان دین و علم رشدی را برای انسان سبب می‌شود که کمالی بیش‌تر از آن وجود ندارد. و سلامتی فوق آن را نمی‌توان متصور شد. در اینجا توجه به این مسئله لازم است که اگر دریافت و ارائه محبت در مصداق‌های مادی و انواع کوچک اینهمه می‌تواند نافع و قابل توجه باشد، محبت راستی‌ها و حقایق بهمان‌جه آثار شگرفی می‌تواند در روح انسان ایجاد کند. و نه تنها ایجاد و برقراری تعالی و بالایی، که دامن و سازندگی هم با آن بسیار دست یافتنی‌تر و آسان‌تر خواهد بود. بنابراین بر واضح است که محبت دیدن و محبت کردن فی نفسه واجد آثار مثبتی در روح و جسم انسان است، اما از سطر وح دریافت و ارائه محبت فرصتی است که به رشد بی‌مثال روح و شخصیت خود می‌دهیم. چنانچه بتوانیم برای این رفتار قانونی تعریف کنیم که پرفروغ‌ترین منبع را در برگیرد و دیگر منابع محبت. این قانون قرار گیرند، در آن صورت هم به تعادل و هم به تعالی روح و شخصیت خود پاسخ مثبت داریم.

بنابراین در وهله اول توجه به ضرورت محبت در زندگی و در مرحله دوم عبور از این گستره که محبت و توجه خود را علاوه بر امکانات کوچک به امکانات بزرگ و تعالی نیز سوق دهیم، مبحثی است که در این کتاب به آن پرداختیم.