



قدرت روحی (۱)

راه‌های رسیدن به آرامش و موفقیت از نگاه اسلام

www.ketab.ir

مجید علیپور مقدم

- سرشناسه : علیپور مقدم، مجید، ۱۳۵۹.
- عنوان و نام پدیدآور : قدرت روحی : راه‌های رسیدن به آرامش و موفقیت از نگاه قرآن و اهل بیت علیهم‌السلام / مجید علیپور مقدم.
- مشخصات نشر : مشهد مقدس: انتشارات مناجات، ۱۳۹۷.
- مشخصات ظاهری : مصور؛ ۵/۲۱×۵/۱۴؛ م.س.
- شابک : ۱۰-۲-۸۸-۸۶۸۲-۸۶۰۰-۹۷۸
- وضعیت فهرست نویسی : فیپا.
- یادداشت : کتابنامه: م. ۲۲۸-۲۳۳.
- موضوع : موفقیت - جنبه‌های مذهبی - اسلام.
- Success -- Religious aspects -- Islam.
- موضوع : موفقیت - جنبه‌های قرآنی.
- موضوع : آرامش ذهنی - جنبه‌های مذهبی - اسلام.
- موضوع : آرامش ذهنی - جنبه‌های قرآنی.
- رده بندی کنگره : ۶۵/۳۲۲ BP / ۴۸ع/ ۱۳۹۷
- رده بندی دیویی : ۲۹۷.۴۸
- شماره کتابشناسی ملی : ۵۲۷۰۸۲۱

قدرت روحی ۱

مؤلف : مجید علیپور مقدم

شابک: ۱۰-۲-۸۸-۸۶۸۲-۸۶۰۰-۹۷۸

ناشر: مناجات

ویراستار: ملیحه جوشنی

چاپ: بعثت

نوبت چاپ: اول - بهمن ۱۳۹۷

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان

ارتباط با نویسنده:

همراه ۰۹۱۵۸۱۹۶۶۵۶

@majidalipour224

amezan1393@chmail.ir

@zarfiyat_rouhi

گپ، سروش، ایتا، تلگرام

ایمیل نویسنده

کانال قدرت روحی

مراکز پخش:

۱- قلم آذین رضا: ۰۵۱۳۲۲۵۵۳۹۰ - ۰۹۱۵۱۲۰۱۹۶۲

۲- مشهد، نشر مناجات: ۰۵۱۳۲۲۲۰۷۱۹ - ۰۹۳۵۵۲۵۳۷۶۶

فهرست:

۸..... سخن نویسنده:

فصل اول: قدرت روحی یعنی چه؟ | ۱۳

۱۸..... داستان معرکه گیری مُرتاض:

۲۰..... داستان شیخ رجبعلی خیاط و دختر زیبا:

۳۱..... شهید مطهری در اهمیت قدرت و ظرفیت روحی چنین می گوید:

۳۴..... داستان قدرت روحی پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله:

۳۵..... قدرت روحی ابا عبد الله علیه السلام:

۳۸..... داستان اهانک، مرد بازاری به مالک اشتر:

۴۰..... داستان مرد شامی نجاش و ظرفیت فوق العاده امام حسین علیه السلام:

فصل دوم: چرا کبر و مهارت حل مسئله | ۴۳

۴۵..... گام اول : پذیرش

۵۸..... اهمیت پذیرش رنج و محبت های زندگی:

۶۴..... داستان «حضرت موسی علیه السلام و مردم مدام»

۶۷..... داستان «پروفسور محمود حسابی»:

۷۰..... داستان «دبلیو میچل w.mitchell»:

۷۱..... داستان «استاد جهانبخش صادقی»:

۷۲..... داستان «پروفسور استیون هاو کینگ»:

۸۰..... داستان «این زن دشمن من است»:

۸۱..... بگذار خلاصه آنچه را که تا به حال گفتیم مرور کنیم:

۸۳..... گام دوم : صبر

۸۷..... درس عبرتی از سرانجام زنبور گرفتار:

- داستان «صبر ایوب علیهما السلام»: ۸۸
- داستان «راه آنجا آغاز می شود که تو به پایان می رسی»: ۹۶
- گام سوم: نوشتن ۱۰۳
- رابطه نوشتن با ضمیر ناخود آگاه: ۱۰۷
- گام چهارم: تحلیل مشکلات و بلاها ۱۱۱
- اهمیت آگاهی و معرفت در افزایش قدرت روحی: ۱۱۵
- داستان حضرت خضر و حضرت موسی «علیهما السلام»: ۱۱۸
- بلاهای بزرگ: ۱۲۴
- توهم: ۱۳۰
- داستان ۱ «مرد عجمی»: ۱۳۱
- داستان ۲ «ک. کان و ۱۳۱
- داستان ۳ «فیل هندی»: ۱۳۳
- نه تصویر عجیب (به زودی) خط این تصویر را به بحث خواهیم گفت: ۱۳۵
- داستان «من شکست نخورده ام»: ۱۵۴
- مثالی زیبا از نوع نگاه و قضاوت شهید چمران: ۱۵۵
- داستان «پیش نماز بی وضو»: ۱۵۷
- داستان «لاشه سگ»: ۱۶۰
- حکمت ها و فایده های بلا: ۱۶۲
- ۱- وسیله ای برای بیداری: ۱۶۳
- ۲- پاک کننده گناهان: ۱۶۷
- ۳- پاداشی که ذخیره می شود برای روز جزا: ۱۷۸
- ۴- عامل رشد و ساخته شدن انسان: ۱۸۲
- ۵- بلاهای کوچکتر دفع کننده بلاهای بزرگتر: ۱۸۶
- شدت بلا به این عوامل بستگی دارد: ۱۹۲
- کودکان معصوم و بی گناه چرا باید بلا ببینند؟ ۱۹۸
- داستان «شکستن تخم مرغ»: ۲۰۱

۲۰۶ خدایا شکر تو به خاطر نعمت بلاء

۲۰۹ رابطه بلاء و ازدواج

فصل سوم: مواجهه | ۲۱۱

۲۱۲ مواجهه با بلاء از نگاه شهید مطهری :

۲۱۷ مادر جان شما نباید از مشکلات فرار کنید:

۲۲۰ خاطره ای دیگر: استخر چهار متری:

۲۲۵ زبیر دار کالی بحث قدرت روحی:

۲۲۸ منابع و مآخذ:

سخن نویسنده:

چندی پیش دوستی را ملاقات کردم، از خودش می گفت که بی هدف است، خسته است، دلیل زنده ماندنش را نمی داند.

می گفت: این روزها حالم بد است، فکرم مشغول است خودم را با فضای مجازی، ری، اینترنت، سینما، تلویزیون و موسیقی سرگرم می کنم تا حواسم پرت شود و دیگر فکر نکنم، اخیراً اینها هم دیگر جواب نمی دهد رفتم سراغ دود و دم، ته گاهی هم رمان می خوانم نه برای اینکه چیزی بفهمم بلکه برای فرار از این افکار و اندیشه ها.

پرسیدم: مثلاً چه افکار؟
جواب داد افکاری مانند: چرا هیچ کسی من را دوست ندارد؟ چرا هر چه تلاش می کنم به آرزوهایم نمی رسم؟ احساس پوچی می کنم، بعضی وقتها فکر خودکشی به سرم میزند. چرا زنت و بدشانسم؟ چرا همسر بدی نصیب من شده است؟ همه مردم برگشت هستند. بعضی وقتها احساس یأس و ناامیدی به من دست می دهد. از مرگ می ترسم، چه مرگ خودم چه مرگ عزیزانم. اصلاً برای چی خلق شده ام؟ اندیشه های بدی را در گذشته انجام داده ام، هر موقع یادم می آید شدید ناراحت می شوم. آینده ام چه خواهد شد؟ هیچ کسی مشکلات من را ندارد و این قدر سختی نکشیده به همین خاطر کسی نمی تواند من را درک کند.

اگر دستم رسد بر چرخ گردون

از او پرسم که این چین است و آن چون

یکی را می دهی صد ناز و نعمت

یکی را نان جو آلوده در خون.^۱

حقیقتاً ذهن شلوغی داشت به او گفتم: تو تنها کسی نیستی که این افکار مزاحم، آرامش را از او سلب کرده، اگر خوب به اطراف خودت نگاه کنی می بینی که روز به روز تعداد مبتلایان به وسواس و افسردگی بیشتر می شود هم بطور تعداد مبتلایان به پدیده هایی مثل خونبازی^۲، جراحی های زیبایی و بر روی بر روی بینی و گونه و گوش و..، اعتیاد به مواد مخدر و موبایل و بازی های رایانه ای، خودکشی و طلاق و...

- بد نیست می گوید ولی واقعاً چرا اینطور است؟

- مهمترین دلیل آن این است، اضطراب و عدم وجود آرامش است.

- این را که می دانم به من بگو منشأ این استرس و اضطراب از

کجاست؟

- منشأ اینها هم ظاهراً مشکلات و گرفتاریهای زندگی است، البته ظاهراً.

- چرا می گوید ظاهراً؟

- چون «واقعاً» اینطور نیست ولی اکثر مردم اینطور فکر می کنند، در

واقع این شخصیت ضعیف و روحیه شکننده انسان است که این را به این روز

می اندازد نه مشکلات و گرفتاری های او.

۱. بابا طاهر.

۲. خط خطی کردن دست و پا با تیغ و آسیب زدن به بدن.

همه ما دیده ایم انسانهایی را که مشکلاتی بدتر از ما داشته‌اند اما با این وجود انسانهای شاد و موفقی بوده‌اند.

دوستم که از صحبت‌های من به وجد آمده بود با تعجب و با جدیت گفت:

- عجب پس سرخ همه ناراحتی‌ها و احساس‌های ناخوشایند به روحیه ضعیف انسان بر می‌گردد، پس باید فکری به حال این روحیه ضعیف کنیم، باید راه‌های افزایش قدرت روحی را بشناسیم.

- بله، دقیقاً در ادامه توضیحات بیشتری خواهم داد، قبل از اینکه وارد بحث اصلی بشویم من نعلماً با شما خدا حافظی می‌کنم، تا مطالبی را در مورد این کتاب به خوانندگان عزیز عرض کنم، بعد از آن شاء الله در فصل یک، گفتگویمان را ادامه خواهیم داد.

باز در ک اهمیت بحث قدرت روحی، به مدت شش سال در این زمینه به تحقیق و پژوهش پرداختم. در مجموع بیش از سه هزار صفحه مطلب جمع‌آوری کردم که بعد از تدریس و انتشار آنها به صورت مقالات، کتاب‌های کوتاه در سایتها و کانالهای فضای مجازی و مشاهده نتایج فوق‌العاده موفقیت‌آمیز آن در زندگی خودم و دیگران، به اصرار دوستان تصمیم گرفتم این مطالب را در این کتاب به همگان از آن بهره‌مند شوند؛ بخش اندکی از مطالب در این کتاب آورده شده است و بقیه در جلد‌های بعدی آورده خواهد شد، ان شاء الله.

در این مسیر از وجود اساتید خوبی همچون حجت‌الاسلام علی‌اکبر اسکندری که صاحب چندین کتاب در زمینه علوم تربیتی و خانواده هستند بهره‌بردم. ایشان جرأت و انگیزه نوشتن را در من ایجاد کردند.

همچنین استاد سید مجتبی حورایی که حدوداً پانزده سال پیش اولین بار توسط ایشان با این مباحث آشنا شدم؛ کتابها و همایش های ایشان در زمینه آرامش و موفقیت بسیار الهام بخش بوده است.

- سخنی با مربیان، معلمان، والدین و مسئولین فرهنگی:

مهمترین هدف و آرزوی مربی^۱ رشد و شکوفایی استعدادهای متربی^۲ است و این ميسر نخواهد شد جز با انتقال معارف اسلامی و این انتقال مترس، بازور و تحمیل یا حتی تشویق اتفاق نخواهد افتاد و به همین ادگی این صحبت های مربی نخواهد نشست. او زمانی حرف مربی را می شنود که در حیه^۳ آمی داشته باشد، دغدغه فکری نداشته باشد؛ زیرا وقتی فکر و دهن مشغول است گوش چیزی نمی شنود. امام علی علیه السلام در این باره می فرمایند: «شنیدن گوش با وجود غفلت دل سودی نمی بخشد.»^۳

پس در زمینه تربیتی هم اولین نام، افزایش قدرت روحی است با هدف ایجاد روحیه آرام.

۱. منظور از مربی در اینجا معلمان، والدین، و هر کسی است که دغدغه رشد و سازندگی دیگران را دارد.

۲. منظور از متربی در اینجا دانش آموز، فرزند، شاگرد و هر کسی است که شما می توانید بر او تأثیر بگذارید.

۳. سَمِعَ الْأَذْنَ لَا يَنْفَعُ مَعَ غَفْلَةِ الْقَلْبِ، غرر الحکم: ح ۵۶۱۸.