



مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خواهران

حوزه علمیه خواهران امام صادق (ع) شهرستان بوئین زهرا

رساله علمی سطح ۲

عنوان:

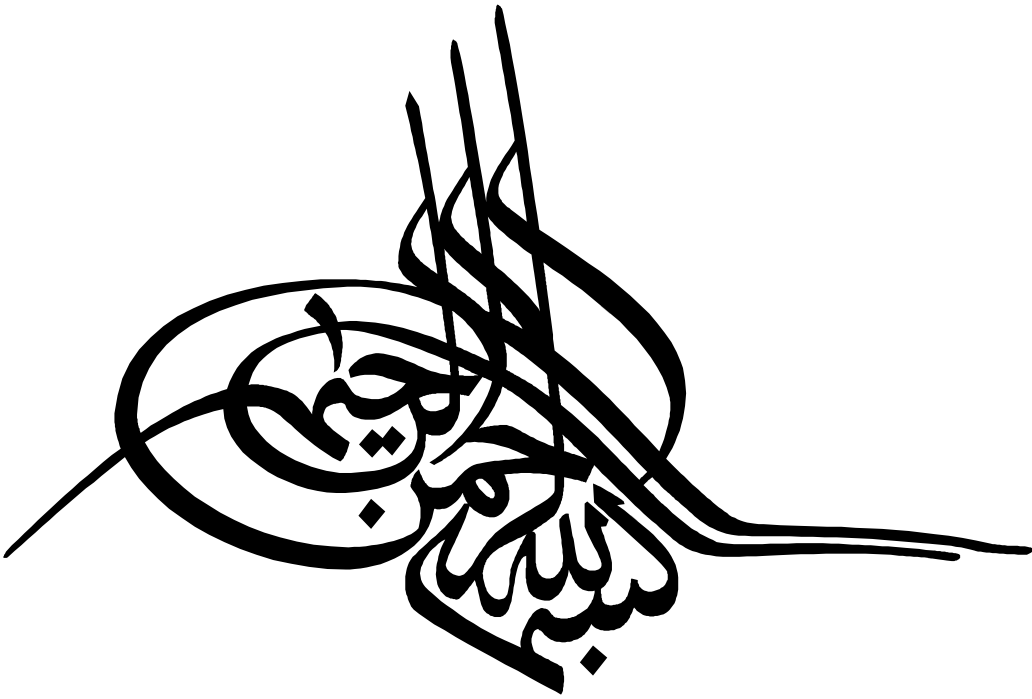
مؤلفه‌های آرام‌بخش در سبک زندگی اسلامی

استاد راهنما: سرکار خانم دکتر عذرا سادات موسوی پور

استاد داور: حجة الاسلام والمسلمین دکتر عبدالکریم عابدینی

محقق: ربابه جباری

زمستان ۱۳۹۳





مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خواهران

حوزه علمیه خواهران امام صادق (ع) شهرستان بوئین زهرا

رساله علمی سطح ۲

عنوان:

مؤلفه‌های آرام‌بخش در سبک زندگی اسلامی

استاد راهنما: سرکار خانم دکتر عذرا سادات موسوی پور

استاد داور: حجّة الاسلام والمسلمین دکتر عبدالکریم عابدینی

محقق: ربابه جباری

زمستان ۱۳۹۳

﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَانَا اللَّهُ﴾ ؛
﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾

ستیش خدایی را که ما را بدین راه هدایت نمود و اگر خدا ما را راهبری نمی کرد ما خود هدایت نمی یافتیم

آنها کسانی هستند که ایمان آورده اند، و دلهایشان به یاد خدا مطمئن (و آرام) است؛

آگاه باشید، تنها بایاد خدا دلها آرامش می یابد!

تقدیم به:

ماحصل آموخته‌هایم را تقدیم می‌کنم به آنان که مهر آسمانی‌شان آرام بخش آلام زمینی ام است.

به استوارترین تکیه‌گاهم، دستان پر مهر پدرم

به سبزترین نگاه زندگی‌ایم، چشمان سبز مادرم.

که هرچه آموختم در مکتب عشق شما آموختم

و هرچه بگو شدم قطره‌ای از دریای میکران مهربانی‌های شما را سپاس توانم گفت.

امروز حتی ام به امید شماست و فردا کلید باغ بهشت رضای شما؛

ره آوردی گران‌سنگ‌تر از این ارزان نداشتم تا به خاک پائین‌نثار کنم،

باشد که حاصل تلاشم نسیم‌گونه غبار خشکیتان را بزداید.

بوسه بر دستان پر مهرتان

- ۵۲- صبحی صالح، شرف الدین محمد بن حسین، نهج البلاغه، هجرت، ۱۴۱۴.
- ۵۳- طالقانی، محمود، تفسیر پرتویی از قرآن، شرکت سهامی، ۱۳۵۸.
- ۵۴- طبرسی، رضی الدین حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، انتشارات شریف رضی، ۱۴۱۲.
- ۵۵- طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، بیروت، دارالمعرفة، چ ۲، ۱۳۶۷.
- ۵۶- عباسی نژاد، محسن، قرآن و روانشناسی، بی جا، بی تا.
- ۵۷- عمید، حسن، فرهنگ عمید، انتشارات امیرکبیر، چ ۲۲، ۱۳۸۱.
- ۵۸- فلسفی، محمد تقی، شرح و تفسیر دعای مکارم الاخلاق، دفتر نشر و فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۰.
- ۵۹- قاسمی، سلیمان، بهداشت و سلامت روان، انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۸۸.
- ۶۰- قانع فاضل، حمید، سبک زندگی بر اساس آموزه های اسلامی (با رویکرد رسانه ای)، مرکز پژوهشهای اسلامی صدا و سیما، ۱۳۹۲.
- ۶۱- قرائتی، محسن، تفسیر نور، نشر مرکز فرهنگی درسهای از قرآن، چ ۵، ۱۳۸۹.
- ۶۲- قاسمی، محمد علی، روزی حلال، انتشارات نور الزهرا، چ ۱۴، ۱۳۹۲.
- ۶۳- کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۶۵.
- ۶۴- کاویانی، محمد، روانشناسی سلامت، انتشارات سمت، چ ۲، ۱۳۷۸.
- ۶۵- کوشکی، محمد صادق، سیاست مطلوب قرآن کریم، انتشارات عابد، ۱۳۸۹.
- ۶۶- کوهی، محمدرضا، آسیب شناسی شخصیت و محبوبیت زن، انتشارات اتقان، ۱۳۸۴.
- ۶۷- کیانی، محمدحسین، آرامش واقعی، مؤسسه فرهنگی بهداشتی معنوی عصر آگاهی، ۱۳۹۰.
- ۶۸- لیشی واسطی، عیون الحکم و مواظ، دارالحديث قم، ۱۳۷۶.

- ۶۹- مطهری، مرتضی، حکمتها و اندرزها، انتشارات صدرا، چ ۱، ۱۳۸۸.
- ۷۰- _____، _____، مجموعه آثار، انتشارات صدرا، ج ۱، چ ۹، ۱۳۷۹.
- ۷۱- _____، _____، حماسه حسینی، انتشارات صدرا، ۱۳۸۰.
- ۷۲- _____، _____، پیرامون انقلاب اسلامی، انتشارات صدرا، چ ۲، بی تا.
- ۷۳- _____، _____، بیست گفتار، انتشارات صدرا، چ ۲۸، ۱۳۸۷.
- ۷۴- _____، _____، ده گفتار، انتشارات صدرا، چ ۱۴، ۱۳۷۷.
- ۷۵- _____، _____، تعلیم و تربیت اسلامی، انتشارات صدرا، چ ۵۰، ۱۳۸۵.
- ۷۶- _____، _____، آشنایی با قرآن، انتشارات صدرا، ج ۲ و ۱، چ ۴، ۱۳۶۸.
- ۷۷- ملا احمد نراقی، شهاب الدین، معراج السعادة، چ ۲، ۱۳۸۷.
- ۷۸- میناگر، غلامرضا، نیاز بشر به دین، کانون اندیشه جوان، ۱۳۹۰.
- ۷۹- مصباح یزدی، محمد تقی، اصول عقاید، شرکت چاپ و نشر بین الملل، چ ۴، ۱۳۷۹.
- ۸۰- مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، دارالاحیاء التراث العربی، چ بیروت، ۱۴۰۳.
- ۸۱- محمد قاسمی، حمید، اصول تربیتی در داستانهای قرآن، چاپ و نشر بین الملل، ۱۳۸۹.
- ۸۲- _____، _____، روشهای تربیتی در داستانهای قرآن، چاپ و نشر بین الملل، ۱۳۸۹.
- ۸۳- مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن، مدرسه امام علی بن ابی طالب (ع)، چ ۲، ۱۳۷۹.
- ۸۴- _____، _____، تفسیر نمونه، دارالکتاب الاسلامیه، ۱۳۵۳.
- ۸۵- مصباح یزدی، محمد تقی، اخلاق در قرآن، تحقیق و نگارش محمد حسین اسکندری، دفتر انتشارات اسلامی، چ ۲، ۱۳۷۹.
- ۸۶- محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمة، دارالحديث، ۱۳۷۷.

- ۸۷- معاون پژوهش گروه روانشناسی، تقویت نظام خانواده و آسیبهای آن، مرکز انتشارات مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۸۶.
- ۸۸- محمدخانی، شهرام، مهارتهای زندگی، انتشارات رسانه تخصصی، چ ۳، ۱۳۸۸.
- ۸۹- مرعشی، علی، نقش دین و بهداشت روان، شرکت علمی و فرهنگی، ۱۳۸۷.
- ۹۰- معین، محمد، فرهنگ معین، انتشارات امیرکبیر، ۱۳۶۳.
- ۹۱- محدثی، جواد، سیره نبوی، نشر معروف قم، ۱۳۷۸.
- ۹۲- مهدی زاده، حسین، پرسمان حجاب، مؤسسه فرهنگی صهبای یقین، چ ۴، ۱۳۸۸.
- ۹۳- مهدوی کنی، محمد سعید، دین و سبک زندگی، انتشارات دانشگاه امام صادق (ع)، چ ۳، ۱۳۹۰.
- ۹۴- نجفی، محمد جواد، تفسیر آسان، کتابفروشی اسلامیة، ۱۳۵۷.
- ۹۵- نوری، حسن بن محمد تقی، مستدرک الوسایل، مستنبط المسایل، مؤسسه آل البيت (علیهم السلام)، ۱۴۰۸.
- ۹۶- وارم بن ابی فارس، ابوالحسین، ترجمه محمدرضا عطایی، آستان قدس رضوی، ۱۳۶۹.
- ۹۷- وکیلی، هادی، اسلام و فمینیسم، نهاد رهبری دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۸۲.

مقالات

- ۱- بررسی باورهای آخرت نگرانه و التزام به آنها با سلامت روان، فصلنامه تخصصی روانشناسی دین، ش ۳، پاییز ۱۳۸۷.
- ۲- جایگاه اخلاص در نظام تربیتی اسلام، مجله علوم انسانی، دانشگاه امام صادق (علیه السلام)، ش ۸۰، بهمن ۱۳۸۹.
- ۳- دستیابی به آرامش روانی در آئینه قرآن، مهدی سلطانی، گروه علوم قرآن و حدیث، ش ۲۶، زمستان ۱۳۸۶.
- ۴- مجموعه مقالات اسلام و بهداشت روان، انتشارات دفتر نشر معارف، مقاله رابطه توکل به خدا با اضطراب، تابستان ۱۳۸۲.
- ۵- انتظار و آثار تربیتی فردی و اجتماعی مکلفین در عصر غیبت، مرضیه شریفی، دفتر تبلیغات اسلامی، چ ۳، ۱۳۸۶.
- ۶- امید به زندگی، محمد سبحانی نیا، (سایت راسخون).
- ۷- سبک زندگی اسلامی و راهکارهای برخورد با گسست نسلی خانواده‌ها، جمال عاشوری، پژوهشهای اجتماعی اسلامی، سال بیستم، بهار ۹۳.
- ۸- زن و خانواده در بازخوانی سنت پیامبر (صلی الله علیه و آله)، محمدرضا زیبایی نژاد، ناشر امور زنان و خانواده نهاد ریاست جمهوری، ۱۳۸۸.
- ۹- سبک گذران اوقات فراغت از دیدگاه اندیشمندان علوم اجتماعی، امیر حسین بانکی پور فرد، حوریه ربانی اصفهانی، سال ۲۰، بهار ۹۳.
- ۱۰- آسیب شناسی نقش خانواده در گرایش فرزندان به نماز، برات حمیدیان، (نرم افزار نمایه).
- ۱۱- دولت و خانواده، نرگس خدای، دفتر مطالعات و تحقیقات زنان، ۱۳۸۸.
- ۱۲- سبک مصرف رسانه‌ای اثربخش بر سبک زندگی، مجید مبینی مقدس، نرگس عبد سرمدی، ش ۹۰، ۱۳۹۲.

- ۱۳- سبک زندگی دینی، تجمل گرایی آفت زندگی، مجله مبلغان، ش ۱۶۳، ۱۳۹۱.
- ۱۴- اشتغال زنان، محمد جواد کاشی، مجله زنان، ش ۶۱.
- ۱۵- رسانه ملی و سبک زندگی، مجله معرفت، ش ۱۸۶، خرداد ۱۳۹۲.
- ۱۶- ماهنامه اطلاع رسانی پژوهشی، آموزشی مبلغان .
- ۱۷- اشتغال زوجین و آثار و پیامدهای آن بر فرزندان، ابوالقاسم بشیری، انتشارات مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۸۶.
- ۱۸- نقش جامعه در فرار جوانان از ازدواج، نسرين صفری، (سایت تبیان).
- ۱۹- بهداشت روانی در قرآن، علی مرعشی، فلسفه و کلام، ش ۳۶ و ۳۵، پاییز و زمستان ۱۳۸۳.
- ۲۰- عدم بصیرت در فتنه، محمد تقی مصباح یزدی، نشریه شبستان اندیشه، ش ۳۰.
- ۲۱- تأثیر رسانه در تبلیغ سبک زندگی غربی، پاسداری فرهنگ انقلاب اسلامی، ش ۵، ۱۳۹۱.

سایتهای

- 1 - Tebyan.Net
- 2 - RaseKhun.Com
- 3 - Noormagz.ir