

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



شورای عالی حوزه علمیه قم
مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خواهران
مدرسه علمیه کوثر شهرستان قزوین

تحقیق پایانی سطح دو (کارشناسی)

عنوان

پیامدهای غضب و راهکارهای درمان آن از منظر آیات و روایات

استاد راهنما
سرکار خانم مریم شاه‌محمدی

استاد داور
حجت الاسلام و المسلمین دکترهادی فنایی

پژوهشگر
احترام السادات موسوی

تابستان ۱۳۹۴

بسمه تعالی

تحقیق پایانی با موضوع:

که توسط سرکار خانم:

برای دریافت دانشنامه سطح دو (کارشناسی) تدوین شده است، توسط هیأت داوران مورد

ارزیابی قرار گرفته و در تاریخ / / ۱۳۰۰، با کسب رتبه

پذیرفته شده است.

استاد راهنما:

استاد داور:

مدرسه علمیه:

شهرستان:

امضای مدیر و مهر مدرسه

تحمیدیه

ستایش برای خداست؛ او که دیده‌های بینندگان از دیدنش فروماند و اندیشه‌های وصف‌کنندگان ستودنش نتواند؛ ستایشی که با آن که در حلقه‌ی ستایشگرانش درآییم، و به یاری آن پیشی گیریم از همه‌ی آنان که در طلب خشنودی و بخشایش او پیش افتاده‌اند.

خدایا، پناه می‌برم به تو از شور آزمندی و تندی خشم و چیرگی حسد و کم‌طاقتی و ناخرسندی از روزیِ مقدّر. ای آن که گنهکاران از رحمت تو یاری خواهند، تویی که پیش از به خشم آمدن، مهر می‌ورزی؛ پس مرا به زیور شایستگان بیارای و به جامه‌ی پرهیزکاران بپوشان، در گستردن عدل و داد و فرو خوردن خشم یاریم کن و حق را روزی من فرما تا در بیم و امنیت و خرسندی و خشم و زیان و سود، حقیقت خشنودی و آرامش جان خود را در عمل به آنچه در برابر تو وظیفه‌ی من است، بدانم.

تقدیم

تقدیم به وجود مبارک امام موسی کاظم (علیه السلام)، کسی که به
فروخورنده‌ی خشم شهرت داشتند؛ تا باشد با پیروی از ایشان به خشم و غضب
خود غالب شویم.

نتیجه

آدمی برای رسیدن به کمال و سعادت آفریده شده است، هر کدام از رذایل اخلاقی مانع از رسیدن انسان به کمالات و خوبی‌ها می‌شوند. این رذایل کم‌کم نور ایمان و یقین را از انسان می‌گیرند و مانع از رسیدن به هدف خلقت می‌شوند.

خداوند متعال موجودات را آفریده، به نیاز هر کدام آگاه است و هرچه برای زندگی بدان نیازمندند در وجود آن‌ها قرار داده است. هر نیازی، برای زندگی بهتر و رسیدن به درجات عالیه است. یکی از این مواردی که خداوند به موجودات ارزانی داشته، قوه‌ی غضبیه است؛ این قوه یکی از نعمت‌های خداوند است، با این نیروست که انسان در برابر دشمنان و حیوانات از خود دفاع می‌کند و غیرت دینی هم از آن سرچشمه می‌گیرد. اما این قوه زمانی مفید خواهد بود که در حد اعتدال باشد، در غیر این صورت یکی از مهلکات نفس خواهد بود و علاوه بر این که زندگی انسان را به مخاطره می‌اندازد، موجب عذاب آخرت نیز خواهد شد.

شخص غضبناک روح عبادت و دعا را از دست داده، از قلمرو خداوند خارج و به قلمرو شیطان پا گذاشته است. در این حالت است که چشم و گوش را به واقعیات می‌بندد و از هر راهی برای تخلیه خود استفاده می‌کند؛ توهین می‌کند، دروغ می‌گوید و تهمت می‌زند و دست به کارهایی می‌زند که شایسته‌ی انسان نیست و زمانی به خود می‌آید که آبرویی را ریخته یا کاری کرده که جبران آن امکان‌پذیر نیست.

بهتر آن است که انسان هنگام غضب، کمی فکر کند، آیا چیزی که به خاطر آن به غضب آمده ارزش عصبانیت را دارد؟ آیا واقعاً درست فکر کرده و حق با او بوده است؟ زیرا در بیشتر موارد که انسان عصبانی می‌شود فکر می‌کند حق با اوست در حالی که واقعیت این گونه نبوده است. حتی اگر حق با او باشد، آیا ضرر و زیان غضب ارزش آن را دارد که انسان خشمگین شود؟! با تفکر به این موارد می‌توان جلوی عصبانیت را گرفت. انسان خدامحور قوه غضب را در مسیر درست خود قرار می‌دهد تا هم خود در آرامش جسم و روان باشد، هم دیگران از شر او در امان باشند.

فهرست منابع

* قرآن کریم، ترجمه مهدی الهی قمشه‌ای.

* نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی، انتشارات علویان.

منابع فارسی

۱- ابن بابویه، محمد بن علی، **ثواب الاعمال و عقاب الأعمال**، ترجمه ابراهیم محدث

بندرریگی، چاپ سوم، قم، انتشارات اخلاق، ۱۳۷۹.

۲- _____، **الخصال**، ترجمه یعقوب جعفری، چاپ اول، قم، نسیم کوثر،

۱۳۸۲.

۳- _____، **من لا یحضره الفقیه**، ترجمه محمدجواد غفاری، چاپ اول،

تهران، صدوق، ۱۳۶۷.

۴- _____، **مواعظ**، ترجمه عزیرالله عطاردی قوچانی، چاپ اول، تهران،

مرتضوی، بی‌تا، ص ۹۵.

۵- انوری، حسن، **فرهنگ بزرگ سخن**، ج ۳-۶، تهران، مهارت، ۱۳۸۱.

۶- پاینده، ابوالقاسم، **نهج الفصاحه**، چاپ یازدهم، بی‌جا، جاوید، بی‌تا.

۷- پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی مرکز فرهنگ و معارف قرآن، **فرهنگ موضوعی**

تفاسیر، ج ۲، چاپ اول، قم، بوستان کتاب، ۱۳۸۸.

۸- جباران، محمدرضا، **علم اخلاق**، چاپ هشتم، قم، هاجر، ۱۳۹۰.

۹- حرّانی، حسن بن علی ابن شعب، **تحف العقول**، ترجمه حسن‌زاده، چاپ اول، قم، جامعه

مدرسین، ۱۳۶۳.

۱۰- دهخدا، علی‌اکبر، **لغت‌نامه دهخدا**، ج ۶، چاپ اول، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۷۳.

- ۱۱- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، ترجمه: غلامرضا خسروی، ج ۲، چاپ دوم، تهران، مرتضوی، ۱۳۷۴.
- ۱۲- رسولی محلاتی، سید هاشم، غرر الحکم و درر الکلم، ج ۱ و ۲، چاپ سوم، بی‌جا، فرهنگ اسلامی تهران، ۱۳۷۹.
- ۱۳- شبر، سید عبدالله، اخلاق شبر، مترجم: محمدرضا جباران، چاپ سیزدهم، قم، بنیاد فرهنگی امام مهدی (عجل الله تعالی فرجه)، ۱۳۶۹.
- ۱۴- شرفی، محمدرضا، روش کاربردی امر به معروف و نهی از منکر، تهران، ستاد امر به معروف و نهی از منکر، ۱۳۸۶.
- ۱۵- طباطبایی، سید محمدحسین، سنن النبی، ترجمه: لطیف راشدی، بی‌جا، انتشارات وحدت‌بخش، ۱۳۸۳.
- ۱۶- عمید، حسن، فرهنگ فارسی عمید، ج ۱ و ۲، چاپ ششم، تهران، سپهر، ۱۳۶۴.
- ۱۷- قرائتی، محسن، تفسیر نور، چاپ یازدهم، تهران، مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، ۱۳۸۳.
- ۱۸- قرشی، سید علی‌اکبر، تفسیر احسن الحدیث، ج ۲، چاپ سوم، تهران، بنیاد بعثت، ۱۳۷۷.
- ۱۹- قرشی بنایی، علی‌اکبر، قاموس قرآن، چاپ ششم، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۱۲.
- ۲۰- قمی، عباس، سفینه البحار، چاپ اول، بی‌جا، دار الأسوه للطباعه و لنشر، ۱۴۱۴.
- ۲۱- کاشانی، محسن، المحجه البیضاء، ج ۵، چاپ اول، قم، المحبین، بی‌تا.
- ۲۲- کربلایی علیگل، مریم، کنترل خشم در خانواده، چاپ چهارم، اصفهان، حدیث راه عشق، ۱۳۸۸.
- ۲۳- کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، ترجمه سید جواد مصطفوی، ج ۲ و ۳، چاپ اول، تهران، کتاب‌فروشی علمیه اسلامی، ۱۳۶۹.

- ۲۴- گیلانی، عبدالرزاق، مصباح الشریعه و مفتاح الحقیقه، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۴۳.
- ۲۵- معلوف، لوئیس، المنجد، ترجمه: محمد بندرریگی، ج ۱، چاپ چهارم، تهران، ایران، ۱۳۸۲.
- ۲۶- مترجمان، ترجمه مجمع البیان فی تفسیر القرآن، محقق: رضا ستوده، چاپ اول، تهران، انتشارات فراهانی، ۱۳۶۰.
- ۲۷- مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی، بحار الأنوار، ترجمه موسوی همدانی، ج ۶۸، چاپ اول، تهران، دارالکتب الاسلامی، ۱۴۱۰.
- ۲۸- محدثی، جواد، شرح چهل حدیث امام (رحمه الله)، چاپ دوم، قم، هاجر، ۱۳۹۱.
- ۲۹- محمدی، نورمیراد، خشم، چاپ دوم، قم، بوستان کتاب، ۱۳۸۹.
- ۳۰- محمدی ری‌شهری، محمد، میزان الحکمه، ج ۱، ۳ و ۹، چاپ دوم، قم، دارالحديث، ۱۳۷۹.
- ۳۱- مختاری، رضا، سیمای فرزنانگان، چاپ چهارم، بی‌جا، مرکز انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، ۱۳۸۰.
- ۳۲- مستغفری، جعفر بن محمد، خلیلی، یعقوب، مراغی، محمد، روش تندرستی در اسلام، ترجمه طب النبی و طب الصادق (علیه السلام)، چاپ سوم، قم، مؤمنین، ۱۳۸۱.
- ۳۳- مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، چاپ اول، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴.
- ۳۴- موسوی همدانی، سید محمدباقر، ترجمه تفسیر المیزان، چاپ پنجم، قم، انتشارات اسلامی جامعه مدرسین قم، ۱۳۷۴.
- ۳۵- نجفی‌پور، فرشاد، خشم و خشونت، چاپ اول، تهران، نسل نواندیش، ۱۳۸۶.
- ۳۶- نراقی، احمد، معراج السعاده، چاپ اول، قم، آیین دانش، ۱۳۸۷.
- ۳۷- هاشمی رفسنجانی، اکبر، فرهنگ قرآن، ج ۲۱، بی‌جا، بوستان کتاب، ۱۳۸۳.

منابع عربی

- ۱- بحرانی، سید هاشم، البرهان فی تفسیر القرآن، چاپ اول، قم، بنیاد بعثت، ۱۴۱۶.
- ۲- الحر العاملی، محمد بن الحسن، وسایل الشیعه، ج ۵، چاپ اول، قم، ذوی القربی، ۱۳۸۷.
- ۳- نوری، حسین بن محمدتقی، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، چاپ اول، قم، مؤسسه آل بیت (علیهم السلام)، ۱۴۰۸.

منابع خارجی

- ۱- نی، رابرت، غلبه بر خشم، مترجم: مرجان فرجی، تهران، رشد، ۱۳۸۹.

مقالات

- ۱- الهی، طاهره، «خشم از نگاه اسلام و روان‌شناسی»، معرفت، شماره ۱۹۲، ۱۳۹۲.
- ۲- پورحسین دناک، مژده، «خشم در خانواده، پیامدها و شیوه‌های کنترل آن»، پیوند، شماره ۳۰۶، ۱۳۸۴.
- ۳- قدیری، محمدحسین، «مدیریت خشم»، معرفت، شماره ۹۷، ۱۳۸۴.
- ۴- مامی، شهرام، نادری، مصطفی، «عوامل مؤثر در پرخاشگری افراد و راه‌های مقابله با آن»، علوم انسانی، شماره ۳۱، ۱۹۲.
- ۵- موسوی، سید مجتبی، «درسی از اخلاق / آتش خشم»، درس‌هایی از مکتب اسلام، شماره ۱، ۱۳۴۱.