

**راهکارهای اثربخشی محبت
در روابط درون خانواده
از منظر آیات و روایات**

حسن ورمقانی



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۸

تقدیم به مهربان فرشتگانی که:

لحظات ناب باور بودن، لذت و غرور دانستن، جسارت خواستن، شکوه توانستن، عظمت رسیدن و تمام تجربه‌های یکتا و زیبای زندگی‌ام، مدیون حضور سبز آنهاست.

سرشناسه	:	ورمقانی، حسن، ۱۳۶۷-
عنوان و نام پدیدآور	:	راهکارهای اثربخشی محبت در روابط درون خانواده از منظر آیات و روایات/حسن ورمقانی.
مشخصات نشر	:	تهران: آوای نور، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	:	۱۶۸ص.
شابک	:	978-600-309-503-8
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
موضوع	:	مهربانی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	:	Kindness-- Religious aspects-- Islam
موضوع	:	خانواده‌ها -- جنبه‌های اخلاقی
موضوع	:	-- Moral and ethical aspects Families
موضوع	:	خانواده‌ها -- جنبه‌های روانشناسی
موضوع	:	Families -- Psychological aspects
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۸، ۲/۴ و ۲/۲ BPT۵۴

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری،
پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ / شماره: ۶۴۴۸۰۸۸۲

راهکارهای اثربخشی محبت در روابط درون خانواده از منظر آیات و روایات

تالیف: حسن ورمقانی

ناشر: انتشارات آوای نور

چاپ: اول ۱۳۹۸

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۵۰۳-۸

قیمت ۲۵۰۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

پیشگفتار	۷
فصل اول: کلیات و مفاهیم	۹
کلیات	۹
اهمیت و فایده پرداختن به موضوع محبت	۱۱
مفاهیم	۱۳
محبت	۱۳
تعریف خانواده	۲۶
تعریف روابط	۲۹
تعریف راهکار	۳۴
فصل دوم: جایگاه محبت و آثار آن در خانواده	۳۵
آرامش	۳۵
عزت نفس	۳۶
احساس امنیت عاطفی	۳۷
ایمن شدن در برابر محبت‌های دروغین و رهن	۳۷
تربیت صحیح	۳۸
اعتلای صبر و تحمل	۴۰
کاهش توقعات	۴۰
حاکم شدن فضایل اخلاقی	۴۲
دفع و رفع ناهنجاری‌های اخلاقی	۴۳
بالا رفتن اعتماد اعضای خانواده به یکدیگر	۴۵
استحکام	۴۵
همسان‌سازی	۴۷
کم شدن آمار طلاق	۴۸
همیاری، کمک و رسیدگی به همدیگر	۵۰

۵۱	فصل سوم: راهکارهای عام و خاص تأثیرگذاری محبت در خانواده
۵۱	راه کارهای عام
۵۱	تفکیک آسایش و آرامش
۵۳	نوع نگاه معنوی به محبت
۵۴	درک متقابل و پذیرش تفاوت‌های زن و مرد
۶۳	عدم منت و سرزنش در رفتار و گفتار
۶۴	عدالت در برخورد
۶۵	بزرگداشت خانواده
۶۷	پند و نصیحت به صورت غیرمستقیم
۷۰	صدا کردن با بهترین نام
۷۰	همدلی
۷۲	سکوت در مواقع عصبانیت
۷۳	فعالیت‌های ورزشی و تفریحی در میان خانواده
۷۵	توجه به اعضای خانواده در سفرها به واسطه سوغاتی آوردن از سفر
۷۶	شاد کردن در مناسبت‌های فرخنده
۷۸	راهکارهای خاص
۷۸	محبت به زن
۹۳	محبت به مرد
۱۰۴	محبت به فرزندان
۱۳۹	محبت به والدین
۱۵۱	محبت به برادر و خواهر
۱۶۲	نتیجه‌گیری
۱۶۵	فهرست منابع

پیشگفتار

محبت در مسیر تقرب الهی و زندگی بشر آن چنان اهمیت دارد که امام باقر علیه السلام می فرماید: الدین هو الحب و الحب هو الدین؛ در روابطی که انسان‌ها با هم برقرار می کنند محبت وجود دارد. اما متأسفانه بسیاری از انسان‌ها از نحوه‌ی ابراز محبت به طرف مقابل و راه‌های اثربخشی آن اطلاع کافی نداشته و موجب می شود که انسان‌ها از هم دلسرد شوند و موجب بزهکاری‌ها و بسیاری از رذایل اخلاقی فردی و اجتماعی می گردد، در صورتی که همدیگر را دوست دارند! لذا برای حل این مسئله و به وجود آمدن فضای اخلاقی و بستر مناسب برای تقرب به پروردگار در زندگی بشر، این اثر در قالب سه فصل، به راهکارهای اثربخشی محبت در روابط درون خانواده از منظر آیات و روایات پرداخته‌ایم.

در فصل اول به کلیات و مفاهیمی از قبیل تعریف محبت و اقسام و درجات آن، تعریف خانواده، تعریف روابط و تعریف راهکار پرداخته‌ایم. در فصل دوم به آثار محبت در روابط خانواده همچون آرامش، عزت نفس، احساس امنیت عاطفی و... اشاره کرده‌ایم که اهمیت و ضرورت محبت در زندگی بشر را می‌رساند. در فصل سوم به راهکارهای اثربخشی محبت در خانواده پرداخته‌ایم، که راهکارها به دو بخش عام و خاص تقسیم می‌گردد. راهکارهای عام برای همه افراد خانواده است و راهکارهای خاص مختص به عضوی از اعضای خانواده با توجه به روحیات و خصوصیات آن عضو می‌باشد، راهکارهای خاص به پنج قسم، تقسیم می‌شود از قبیل محبت به زن، محبت به مرد، محبت به فرزند، محبت به والدین، محبت به برادر و خواهر.

در پایان

حسن ورمقانی

بهار ۱۳۹۸

