

چگونه دستورات دینی
ما را تربیت می‌کنند؟

علیرضا پناهیان

فهرست مطالب

۹

یادداشت ناشر

۱۱

رادهای افزایش آثار و برکات ماه رمضان

۱۳

انگیزه‌های برای بهره بیشتر

۱۷

۱. افزایش آگاهی

۲۵

۲. تقویت احساس

۳۱

۳. رعایت آداب

۴۱

روش‌های تربیتی رمضان

۴۳

تأثیر تربیتی رمضان

۴۷

توجه به اصل تأثیر «رفتار» بر «روح» انسان

۵۳

بهره برداری از روش مقابله با امیال طبیعی

۶۹

استفاده از محیط امن معنوی

۷۵

حذف عوامل نامرئی گناه

۷۹

بهره‌گیری از عامل استمرار

۸۷

فهرست‌ها

۸۹

فهرست آیات

۹۱

فهرست روایات

۹۵

فهرست منابع

۹۹

فهرست تفصیلی

عباداتی که خداوند برای رشد ما واجب کرده است، با چه ساز و کاری بر ما تأثیر می‌گذارد؟ ما چقدر می‌توانیم از این ساز و کار باخیر شویم؟ این آگاهی چقدر می‌تواند اثرگذاری عبادات بر ما را افزایش دهد؟

دستورات دینی و عباداتی که پروردگار مهربان آنها را مطابق با پیچیدگی‌های روح انسان طراحی کرده است، هر یک دارای آثار تربیتی خاصی هستند که موجبات سازندگی روح و آبادانی قلب انسان را فراهم می‌کنند. اگر در حد ممکن از ساز و کار و نحوه تأثیرگذاری این عبادات و دستورالعمل‌ها بر روح خود خبر داشته باشیم، می‌توانیم در تأثیرگذاری بیشتر و عمیق‌تر آنها بر خود نقش ایفا کنیم.

به عنوان نمونه، رمضان می‌آید و می‌زود و بالاخره ما هم، روزه

می‌گیریم، قرآن و دعا می‌خوانیم و ...، اما اگر بدانیم روزه و رمضان، چگونه می‌خواهند در ما اثر بگذارند، می‌توانیم به پرتو و پراثرتر بودن روزه در جان خود، کمک کنیم و استفاده بیشتری از این ماه ببریم. حتی اگر کار خاصی را هم در اثر این آگاهی‌ها انجام ندهیم.

بخشی از کتاب «شهر خدا؛ رمضان و رازهای روزه‌داری» - از همین مؤلف - که پیشتر به زیور طبع آراسته شده بود، به بحث در خصوص «ساز و کار تأثیرگذاری عبادات بر روح ما»، و «چگونگی افزایش این اثر تربیتی» می‌پردازد. گرچه این بحث به بهانه گفتگو از چگونگی بهره‌برداری بیشتر از ماه رمضان مطرح شده بود و مثال‌های آن بیشتر مرتبط با روزه است، اما به دلیل آنکه بخش مهم و قابل توجهی از بحث، جنبه عمومی داشته و مربوط به تمامی عبادات می‌شود، تصمیم گرفتیم آن را - با تغییرات مختصری - به صورت کتابی مستقل نیز ارائه نماییم تا فرصت بهره‌برداری گسترده‌تر از آن فراهم گردد.