

سرشناسه : پسندیده، عباس، ۱۳۴۸ -
عنوان و نام پدید آور: درآمدی بر پیشگیری از اعتیاد با رویکرد اسلامی / عباس پسندیده؛
محمد رضا کیومرثی
مشخصات نشر: قم: موسسه علمی فرهنگی دارالحدیث، سازمان چاپ و نشر، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری ۲۴۶ ص
شابک : 978-964-493-682-1
وضعیت فهرست نویسی : فیبا
یادداشت : کتابنامه: ص. ۲۳۷.
موضوع : اعتیاد -- جنبه های مذهبی -- اسلام
موضوع : اعتیاد -- پیشگیری
موضوع : اعتیاد -- درمان
شناسه افزوده : کیومرثی، محمد رضا، ۱۳۴۸ -
رده بندی کنگره : ۱۳۹۲ پ ۹ پ ۵ پ / ۲ / ۱۹۴ BP
رده بندی دیویی : ۲۹۷/۳۷۴
شماره کتابشناسی ملی : ۳۲۰۶۹۶۴

درآمدی بر

پیشگیری از اعتیاد

با رویکرد اسلامی

www.ketab.ir

دکتر عباس پسندیده

محمد رضا کیومرثی

با مقدمه دکتر همایون هاشمی

درآمدی بر پیشگیری از اعتیاد/ بارویکرد اسلامی

مؤلف: دکتر عباس پستنده، محسن ضاکیومرثی

سفارش دهنده: سازمان بهزیستی کشور

تهیه کننده: پژوهشکده اخلاق و علوم انسانی

ویراستار: حسین پورشریف

ناشر: سازمان چاپ و نشر دارالحدیث

چاپ: اول / ۱۳۹۲

چاپخانه: دارالحدیث

شمارگان: ۱۰۰۰

قیمت: ۶۰۰۰ تومان



سازمان چاپ و نشر



مطالعات حدیث و روایت‌شناسی

دفتر مرکزی: قم، میدان شهدا، خیابان معلم، پلاک ۱۲۵، تلفن: ۰۲۵ - ۳۷۷۴۰۵۲۳ / فاکس: ۰۲۵ - ۳۷۷۴۰۵۷۱ /
ص.ب ۴۴۶۸ / ۳۷۱۸۵

نمایشگاه دائمی علوم حدیث (قم، خیابان معلم) تلفن: ۰۲۵ - ۳۷۷۴۰۵۴۵ / فروشگاه شماره «۲» (شهر ری، حرم
حضرت عبدالعظیم حسنی علیه السلام درب شرقی ۷) تلفن: ۰۲۱ - ۵۵۹۵۲۸۶۲

فروشگاه شماره «۳» (مشهد مقدس، چهار راه شهدا، ضلع شمالی باغ نادری، مجتمع فرهنگی تجاری گنجینه کتاب،
طبقه هم‌کف: ۳ - ۰۵۱۱ - ۲۲۴۰۰۶۲

<http://darolhadith.ir>

darolhadith.20@gmail.com

ISBN: 978 - 964 - 493 - 682 - 1

کلیه حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

۱۳	مقدمه
۱۵	درآمد
۱۵	روش‌شناسی پژوهش
۱۶	سبب‌شناسی گرایش به اعتیاد
۱۷	الگوی پیشگیری از اعتیاد
۲۱	نگاه جامع به عناصر پیشگیری
۲۱	زمینه‌هایی برای تحقیقات روان‌شناختی
۲۳	فصل اول: لذت‌جویی و اعتیاد
۲۳	۱. نقش لذت‌جویی در گرایش به اعتیاد
۲۶	۲. تحلیل و بررسی
۲۷	۳. راه چاره
۲۷	الف. تغییر رویکرد
۲۹	تغییر رویکرد در روان‌شناسی
۳۰	دو. رویکرد اسلام
۳۶	سه. نقد لذت‌گرایی
۳۶	لذت مجاز
۳۹	لذت غیرمجاز
۴۱	تعدیل لذت‌جویی
۴۲	یک. روش تنظیم رغبت (زهد)
۴۵	مدل چندوجهی تغییر رغبت

۴۶.....	شناخت ماهیت دنیا و آخرت
۴۷.....	پایداری و ناپایداری
۴۹.....	پیامدها
۵۰.....	نقص و ارزش
۵۱.....	دو. روش «مرگ یادی»
۵۴.....	ج. ایجاد و تقویت فلسفه خیر
۵۵.....	یک. ایمان به تقدیر
۵۸.....	دو. خیر بودن تقدیرهای خداوند
۶۲.....	اصلاح نظام ارزیابی
۶۴.....	استفاده از نمونه‌ها
۶۵.....	خلاصه بحث
۶۷.....	فصل دوم: نارضایتی و اعتیاد
۶۷.....	۱. نارضایتی، عامل نارضایتی، اعتیاد
۶۹.....	۲. رضامندی، عامل پیشگیری از اعتیاد
۶۹.....	الف. فلسفه خیر و رضامندی از زندگی
۷۲.....	ب. خیرشناسی
۷۴.....	ج. تنظیم انتظارات
۷۵.....	یک. هماهنگ‌سازی انتظارات با واقعیت‌ها
۷۶.....	دو. واقعیت‌شناسی، لازمه هماهنگ‌سازی
۷۷.....	این جا دنیاست؛ بهشت نیست!
۷۹.....	زندگی، سختی دارد!
۸۲.....	دنیا گذرگاه است!
۸۳.....	دنیا ناچیز است!
۸۶.....	دنیا ناپایدار است!
۸۸.....	د. تنظیم آرزوها
۸۹.....	یک. آرزوی طولانی، عامل نارضایتی
۹۰.....	دو. منطقی کردن آرزوها
۹۲.....	ه. تنظیم دیدگاه نسبت به روزی مقدر
۹۳.....	رضایت به روزی، عامل کاهش گرایش به اعتیاد
۹۸.....	و. تنظیم معنای زندگی

فهرست مطالب □ ۷

۹۸	یک. بی‌معنایی، عامل نارضایتی
۱۰۰	دو. ابعاد معنا
۱۰۰	فقدان معنا
۱۰۱	ناتمام بودن معنا
۱۰۵	معنای واقعی
۱۰۵	ز. تنظیم تکیه‌گاه
۱۰۶	یک. تکیه‌گاه غیر خدایی
۱۰۸	دو. باور غلط: تصوّر «بی‌پشتوانگی»
۱۰۹	سه. باور و انتخاب صحیح: «خدا - تکیه‌گاهی»
۱۱۴	عوامل تقویت توکل
۱۱۸	خلاصه بحث
۱۱۹	فصل سوم: بی‌تابی و اعتیاد
۱۱۹	۱. ناشکیبایی، عامل گرایش به اعتیاد
۱۲۰	۲. شکیبایی، عامل پیشگیری از اعتیاد
۱۲۲	۳. عوامل شکیبایی
۱۲۳	الف. تصحیح الگوی انتظار از دنیا
۱۲۴	ب. تصحیح الگوی مواجهه نخستین
۱۲۶	ج. تصحیح تفسیر از بلا
۱۲۸	یک. تفسیر بالای اهل ایمان
۱۲۹	دو. تفسیر ثروت اهل عصیان
۱۳۲	د. تنظیم تصویر از آینده
۱۳۴	ه. تصحیح الگوی ارزیابی از حال
۱۳۶	و. تصحیح ارزیابی از دیگران
۱۳۷	فصل چهارم: ناسپاسی و اعتیاد
۱۳۷	۱. احساس محرومیت، عامل گرایش به اعتیاد
۱۳۸	۲. سپاس‌گزاری، به مثابه روش پیشگیری
۱۴۱	الف. ناسپاسی و افزایش احساس محرومیت
۱۴۳	ب. داشته‌شناسی، راهبرد شکرگزاری
۱۴۵	یک. اصلاح تفسیر از فقر و غنا
۱۴۶	دو. اصلاح فهرست داشته‌ها

۱۴۸	سه. توجه به داشته‌های نابینا
۱۵۰	چهار. مدیریت مقایسه‌ها
۱۵۳	پنج. تنظیم آرزوها
۱۵۴	خلاصه بحث
۱۵۷	فصل پنجم: نشاط‌جویی و اعتیاد
۱۵۷	۱. نشاط‌جویی، عامل گرایش به اعتیاد
۱۵۹	۲. نشاط مثبت، عامل پیشگیری
۱۶۱	الف. هیجان‌ات حسی و مادی
۱۶۷	جمع بندی
۱۶۸	ب. لذت و هیجان‌ات معنوی
۱۶۹	یک. انس با خدا
۱۷۰	دو. یاد خدا (ذکر)
۱۷۱	سه. ایمان و باور صادقانه
۱۷۲	چهار. دعا و مناجات با خدا
۱۷۳	پنج. خواندن قرآن
۱۷۴	شش. نماز
۱۷۵	ج. شروط شادی و هیجان
۱۸۱	فصل ششم: زیاده‌خواهی و اعتیاد
۱۸۱	۱. زیاده‌خواهی، عامل گرایش به اعتیاد
۱۸۱	۲. الگوی اسلامی روزی
۱۸۱	الف. تأمین کردن روزی
۱۸۵	ب. بازشناسی روزی مؤثر
۱۸۸	ج. اطمینان به روزی
۱۹۱	د. اصلاح منبع استغنا
۱۹۳	ه. تنظیم احساس نسبت به درآمد
۲۰۱	فصل هفتم: ناخویشنداری و اعتیاد
۲۰۱	۱. خویشنداری در تحقیقات اعتیاد
۲۰۵	۲. تقویت خویشنداری، عامل پیشگیری از اعتیاد
۲۰۶	الف. عقل، عامل محوری خویشنداری
۲۰۹	ب. فرآیند خویشنداری

فهرست مطالب □ ۹

۲۱۱	ج. اصول عملی تقوا.....
۲۱۱	یک. پیامدشناسی.....
۲۱۱	یک / ۱. راه‌های پیامدشناسی.....
۲۱۴	حزم (دوراندیشی).....
۲۱۶	یک / ۲. مکانیزم‌های تأثیر پیامدشناسی.....
۲۱۷	رجا.....
۲۱۸	آسیب‌شناسی بیم و امید.....
۲۱۹	دو. حیا.....
۲۲۰	سه. محبت.....
۲۲۴	سه / ۱. روش برانگیختن محبت.....
۲۲۶	چهار. احترام به خود.....
۲۳۰	چهار / ۱. کرامت انسان.....
۲۳۳	چهار / ۲. آثار توجه به کرامت نفس.....
۲۳۳	عدم دل‌بستگی به دنیا.....
۲۳۵	خویشنداری.....
۲۳۷	فهرست منابع.....



به نام خدای جی توانا

اعتیاد، یکی از مشکلات جدی جوامع امروزی و دارای ابعاد مختلفی است که از جمله این ابعاد، بُعد معنوی آن است. بررسی‌های انجام شده در داخل و خارج از کشور، از اهمیت دینی و معنویت به عنوان عامل قوی و محافظت‌کننده در پیشگیری از مصرف مواد روان‌گردان و در غلتیدن به مهلک اعتیاد حکایت دارند و چنانچه فرد یا افرادی از نظر وجود و حضور بُعد دینی - معنوی قوی باشند، احتمال مصرف مواد در آنها بسیار کمتر از دیگران است. به این ترتیب، استفاده از آموزه‌های دینی و برنامه‌ریزی‌های مبتنی بر فرهنگ، از جایگاه والای در برنامه‌های پیشگیرانه و درمانی برخوردار است.

استفاده از آموزه‌های آسمانی دین مبین اسلام و راهنمایی‌های موصومان علیهم‌السلام به خاطر اتصال آنها به سرچشمه وحی و توحید الهی، همچون چراغی است که راه برنامه‌ریزان و سیاست‌گزاران و نور هدایتی است برای خروج از تاریکی و گمراهی به سمت رستگاری.

بر همین اساس و مبتنی بر این آموزه وحیانی - که پیشگیری، مقدم بر درمان است - و در راستای استفاده از توان عظیم و والای موجود در جامعه دینی کشور در پیشگیری و درمان اعتیاد، سازمان بهزیستی کشور بر آن شد تا موضع مهارت‌های زندگی مبتنی بر رویکرد اسلامی را در پیشگیری از اعتیاد، در قالب کتابی برای استفاده همگان و به ویژه صاحب‌نظران برجسته علوم دینی تنظیم نماید. خدا را شاکریم که در این مسیر، «پژوهشکده اخلاق و علوم انسانی» دار الحدیث به یاری سازمان شتافت و همکاران گران قدر این مجموعه علمی و دینی، اثری در خور در این زمینه فراهم ساختند که اگر

نگوییم نخستین اثر در نوع خود در کشور است، بی تردید در زمره نادر آثاری است که فهم قرآنی و روایی را در مباحث مرتبط با پیشگیری و درمان اعتیاد، جاری ساخته است. وظیفه است از «پژوهشکده اخلاق و علوم انسانی» دار الحدیث و مسئولان ارجمند آن و خاصه از برادر ارجمند حجة الاسلام دکتر عباس پسندیده که اثر ارزشمند حاضر، حاصل موشکافی‌ها و بررسی‌های دقیق ایشان و همکارشان جناب حجة الاسلام محمدرضا کیومرثی است و همچنین از همکاران خود در «مرکز توسعه پیشگیری» سازمان به ویژه آقایان دکتر کاظم نظم‌ده و دکتر فرید براتی سده، تقدیر و تشکر نمایم و از خداوند علیم حکیم برای تمامی این عزیزان، توفیق و سلامت و بهروزی مسئلت کنم. امید که این اثر، در راه سلامت و بهروزی آحاد جامعه اسلامی، مؤثر و مورد استفاده باشد.

دکتر همایون هاشمی

رئیس سازمان بهزیستی کشور