



جدول بودجه‌بندی آموزشی

بیستمین آزمون سراسری قرآن و عترت

عنوان رشته آزمون: «حفظ و مفاهیم نهج‌البلاغه»

برنامه مطالعاتی ۱۶ جلسه‌ای | معادل ۳۲ ساعت آموزشی

جلسه

۱



صفحات: ۱۴-۲۹

آشنایی با نهج البلاغه؛ حکمت ۱: غنیمت دانستن فرصت‌ها؛ حکمت ۲: در جست‌وجوی حکمت

هدف: شناخت کلی و اجمالی نهج‌البلاغه؛ درک اهمیت فرصت‌های نیک؛ شناخت معنای حکمت و درک اهمیت آن

مأموریت: تهیه دفترچه «فرصت‌های من» و تمرین برنامه‌ریزی؛ یادداشت حکمت‌ها از اشخاص با عقاید مختلف خودشناسی

جلسه

۳



صفحات: ۴۱-۴۹

حکمت ۶: تمرین بردباری؛ حکمت ۷: اهمیت خودشناسی

هدف: بیان اهمیت تمرین و تشبیه‌سازی در تخلیق به فضایل اخلاقی؛ درک اهمیت شناخت «ارزش و منزلت» و «حد و اندازه» خویش

مأموریت: تقلید از آدم‌های صبور در موقعیت‌هایی که احتمال عصبانی شدن داری؛ مطالعه یک کتاب درباره خودشناسی

جلسه

۵



صفحات: ۶۲-۶۹

حکمت ۱۱: معیار معاشرت با مردم؛ حکمت ۱۲: پاداش شادی‌آفرینی

هدف: تشویق به رفتار محبت‌آمیز با مردم؛ بیان فضیلت شاد کردن دیگران و نقش آن در همدلی اجتماعی

مأموریت: انجام روزانه حداقل یک رفتار محبت‌آمیز با اطرافیان؛ تصمیم روزانه مبنی بر شادکردن حداقل یک نفر در روز

جلسه

۷



صفحات: ۸۲-۸۹

حکمت ۱۶: دو گنج سعادت؛ حکمت ۱۷: خطای بیدارکننده

هدف: بیان اهمیت دو فضیلت اخلاقی قناعت و خوش‌رویی؛ بیان ارزش پشیمانی از خطا و زشتی عجب و غرور

مأموریت: تهیه دفتر شکرگزاری و تمرین خوش‌رویی با دیگران حتی با یک لبخند؛ تمرین روزانه اظهار پشیمانی از خطاها نزد خداوند و درخواست آموزش

جلسه

۹



صفحات: ۱۰۲-۱۰۹

حکمت ۲۱: اهمیت عبرت؛ حکمت ۲۲: سرمایه پند

هدف: تشریح اهمیت عبرت‌گیری از وقایع؛ شناخت اهمیت پند و درس گرفتن از گذشته

مأموریت: گفت‌وگو با اطرافیان درباره تجربیات تلخ و شیرین گذشته‌شان؛ مرور اشتباهات گذشته و درس‌هایی که از آنها گرفته‌ای

جلسه

۱۱



صفحات: ۱۲۲-۱۲۹

حکمت ۲۶: انصاف در عمل؛ حکمت ۲۷: دوستی نشانه خرد

هدف: تعریف انصاف و نقش آن در انسجام ملی؛ تشویق به دوستی و رفتار محبت‌آمیز با مردم

مأموریت: بررسی رفتار روزانه از نظر رعایت انصاف با دیگران؛ انجام یک کار محبت‌آمیز بدون چشم‌داشت نسبت به اطرافیان

جلسه

۱۳



صفحات: ۱۴۲-۱۴۹

حکمت ۳۱: پاسداری از عدالت؛ حکمت ۳۲: نهراسیدن از تنهایی

هدف: بیان اهمیت دفاع از مظلومان؛ تبیین سختی‌های مسیر هدایت و عدم وحشت از تنهایی در راه حق

مأموریت: یاری افراد محروم و ستم‌دیده به صورت داوطلبانه؛ انجام یک کار خیر تا پایان، هرچند کسی همراهی نکند

جلسه

۱۵



صفحات: ۱۶۲-۱۶۹

حکمت ۳۶: قدرت بازدارندگی؛ حکمت ۳۷: استمرار در کار

هدف: شناخت ضرورت مقابله به‌مثل در برابر افراد شرور؛ درک اهمیت مداومت در کار و نقش آن در پیشرفت

مأموریت: موضع‌گیری قاطعانه در برابر یک ظلم اجتماعی؛ قرار مطالعه روزانه به مدت ۱۰ دقیقه

جلسه

۲



صفحات: ۳۰-۴۱

حکمت ۳: راز محبوبیت پایدار؛ حکمت ۴: مسئولیت شنیده‌ها؛ حکمت ۵: جایگاه زبان

هدف: بیان نقش ارتباط با خدا در کسب محبوبیت بین مردم؛ پرهیز از انتشار شایعه و دروغ در جامعه؛ درک اهمیت حفظ و مراقبت از زبان

مأموریت: تمرین «صداقت در خلوت» برای تقویت ارتباط با خدا؛ بازنشر تنها خبرهایی که منبع معتبر دارد؛ انجام چالش ۵ ثانیه سکوت و تأمل پیش از حرف زدن

جلسه

۴



صفحات: ۵۰-۶۱

حکمت ۸: زندگی برمدار اعتدال؛ حکمت ۹: تقوای اجتماعی؛ حکمت ۱۰: راه جبران گذشته

هدف: بیان اهمیت رعایت اعتدال به‌ویژه در بخشش؛ تبیین مسئولیت انسان در برابر سایر انسان‌ها و محیط زیست؛ بیان اهمیت دستگیری و گرگشایی از کار نیازمندان

مأموریت: پرهیز از اسراف و سخت‌گیری در مصرف و هزینه‌های روزانه؛ انجام یک کار خیر و مهربانانه نسبت به دیگران و محیط پیرامون؛ برنامه‌ریزی برای رفع یکی از مشکلات اطرافیان

جلسه

۶



صفحات: ۷۰-۸۱

حکمت ۱۳: عاقبت لذت‌های زودگذر؛ حکمت ۱۴: رسم مسلمانی؛ حکمت ۱۵: نتیجه بخشیدن

هدف: توجه به تبعات اعمال به‌ویژه لذت‌های زودگذر آلوده؛ درک اهمیت آزار نرساندن به دیگران؛ شناخت اهمیت بخشش و نقش آن در همدلی و انسجام جامع

مأموریت: چالش ۵ ثانیه مکث و تأمل پیش از وسوسه‌های لذت‌آور؛ مراقبت از این که امروز با دست و زبان کسی را نیازاری؛ تمرین بخشش از دارایی‌هایی که داری؛ مهربانی، وقت، پول و...

جلسه

۸



صفحات: ۹۰-۱۰۱

حکمت ۱۸: اعتراف به ندانستن؛ حکمت ۱۹: پرهیز در خلوت‌ها؛ حکمت ۲۰: سخت‌ترین گناهان

هدف: درک اهمیت اعتراف به ندانستن و شجاعت گفتن «نمی‌دانم»؛ بیان اهمیت رعایت تقوا در پنهان و مراقبت از خود در خلوت‌ها؛ بیان اهمیت سبک نشمردن گناهان به‌ظاهر کوچک

مأموریت: تمرین گفتن «نمی‌دانم» در مواقعی که از چیزی آگاهی نداری؛ ۱۰ دقیقه خلوت روزانه و مرور آنچه دور از نگاه دیگران انجام داده‌ای؛ مرور خطاها و اشتباهات روزانه و تحلیل چرایی انجام آن

جلسه

۱۰



صفحات: ۱۱۰-۱۲۱

حکمت ۲۳: توجه به آخرت؛ حکمت ۲۴: اول خودت؛ حکمت ۲۵: راز عزت نفس

هدف: درک اهمیت پرداختن به آخرت؛ درک اهمیت پرداختن به عیب‌های خود و اصلاح آن؛ تبیین مسئله حفظ کرامت و عدم درخواست از نااهل

مأموریت: تفکر روزانه برای این که چگونه می‌توان خانه آخرت را آباد کرد؛ برنامه‌ریزی برای اصلاح عیب‌های رفتاری خود؛ حمایت از افراد یا مسئولان شایسته و اهل خدمت

جلسه

۱۲



صفحات: ۱۳۰-۱۴۱

حکمت ۲۸: تأثیر هم‌نشین؛ حکمت ۲۹: بدترین توشه؛ حکمت ۳۰: ضرورت آگاهی

هدف: بیان اهمیت تأثیر هم‌نشین بر شخصیت انسان؛ تبیین زشتی ستم کردن نسبت به بندگان خدا؛ معرفی عنصر جهل و ناآگاهی به‌عنوان ریشه بسیاری از دشمنی‌ها

مأموریت: بازنگری در فهرست دوستان و کنار گذاشتن افراد آسیب‌زا؛ جبران رفتار ناشایستی که احتمالاً نسبت به اطرافیان داشته‌ای؛ کسب آگاهی لازم پیش از هر قضاوت

جلسه

۱۴



صفحات: ۱۵۰-۱۶۲

حکمت ۳۳: نهی از جنگ‌طلبی؛ حکمت ۳۴: هشیاری در برابر دشمن؛ حکمت ۳۵: جایگاه رهبر

هدف: بیان اهمیت آغازگر جنگ نبودن در عین کوتاه نیامدن در برابر ظلم؛ درک اهمیت پیش‌دستی در برابر خطر؛ شناخت نقش حیاتی رهبر در جامعه

مأموریت: تمرین صبر در گفت‌وگو و پاسخ مؤدبانه به توهین؛ ایجاد گفت‌وگو درباره اقدام پیشگیرانه و بازدارندگی فعال؛ مطالعه درباره ویژگی‌های رهبران موفق

جلسه

۱۶



صفحات: ۱۷۰-۱۸۱

حکمت ۳۸: رفتار با پیمان‌شکنان؛ حکمت ۳۹: احقاق حق مظلوم؛ حکمت ۴۰: استقرار عدالت ناب

هدف: شناخت مرز میان وفاداری و خیانت در روابط، درک اهمیت عدالت برای داشتن جامعه‌ای سالم؛ معرفی آینده روشن بشر پس از ظهور منجی و شیوه عدالت او

مأموریت: فاصله گرفتن از افراد نااهل و پیمان‌شکن؛ تمرین انجام قضاوت‌های عادلانه در فعالیت‌های روزمره؛ نشر یک روایت درباره سیره عادلانه امام زمان(عج)

منبع آموزشی:

کتاب زندگی با حکمت‌ها؛ چهل گوهر فروزان از نهج‌البلاغه (با رویکرد تربیتی و اجتماعی): محسن قربانیان