

در آغوش تواضع

۱۸ راه برای درمان تکبر

تهیه و تالیف:

علیرضا جمال نژاد

سرشناسه: جمال نژاد، علیرضا، ۱۳۸۴-
 عنوان و نام پدیدآور: در آغوش تواضع: ۱۸ راه برای درمان تکبر/ تهیه و تالیف علیرضا جمال نژاد
 مشخصات نشر: مشهد: بدخشان، ۱۴۰۴.
 مشخصات ظاهری: ۱۵۳ ص؛ ۵/۱۴×۵/۲۱ س.م.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۰۶۹-۸۱-۶
 وضعیت فهرست نویسی: فیپا
 موضوع:
 فروتنی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
 Humility -- Religious aspects -- Islam
 فروتنی -- احادیث
 Humility -- Hadiths
 غرور و تکبر -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
 Pride and vanity -- Religious aspects -- Islam
 غرور و تکبر -- احادیث
 Pride and vanity -- Hadiths
 رده بندی کنگره: BP۲۵۰/۴
 رده بندی دیویی: ۲۹۷/۶۳۲
 شماره کتابشناسی ملی: ۱۰۳۷۴۴۴

نام کتاب: در آغوش تواضع: ۱۸ راه برای درمان تکبر
 نام نویسنده: علیرضا جمال نژاد
 ویراستار: میثم شهبازی اسفیدن
 صفحه آرا: علیرضا جمال نژاد
 طراح جلد: محمد مهدی دم‌یار
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۰۶۹-۸۱-۶
 ناشر: بدخشان ۱۴۰۴
 یادداشت: کتابنامه: ص. ۱۴۹ - ۱۵۳.
 نوبت چاپ: اول ۱۴۰۴
 چاپ: معین
 آدرس:
 مشهد، خیابان سعدی، پاساژ مهتاب، پلاک ۳۸
 تلفن:
 ۰۹۱۵۹۱۰۴۶۷۴ - ۰۵۱۳۲۲۸۳۰۲۱

یک تقدیم:

تقدیم به ساحت مقدس امیرالمومنین حضرت علی علیه السلام
انشالله به برکت نام و توجه ایشان، این کتاب بتواند چراغ راهی
برای رهایی از تاریکی تکبر باشد.



تکبر و ریشه‌های آن ۱۵

تکبر مانع دیدن حقیقت ۲۳

تکبر و صدای حق ۲۹

تکبر و فاصله از بندگی ۳۹

تکبر و انزوای اجتماعی ۴۷

تکبر و یادگیری ۵۳

تکبر و رقابت ناسالم ۶۳

تکبر و ارتباطات ۶۹

تکبر و نحوه آریستن ۷۵

تکبر و کیفیت زندگی ۸۱

تکبر و حسادت ۸۷

تکبر و سقوط خانواده ۹۳

تکبر و خشم بی مهار ۹۹

تکبر و زوال اخلاق فردی ۱۰۹

تکبر و محرومیت الهی ۱۱۹

تکبر و یاد مرگ ۱۲۷

تکبر مانع حکمت ۱۳۳

تکبر و گسست اجتماعی ۱۴۳

بخش منابع ۱۴۹

مقدمه:

تکبر، از قدیمی‌ترین و خطرناک‌ترین بیماری‌های روحی است که بشریت در تمام عصرها با آن دست به گریبان بوده است. این صفت ناپسند، نه تنها مانع پیشرفت معنوی و فردی انسان می‌شود، بلکه در سطح جامعه، روابط اجتماعی را تخریب کرده و منجر به انزوای فردی و اجتماعی می‌گردد. در قرآن کریم و احادیث معصومین (علیهم‌السلام)، تکبر به عنوان یکی از بزرگترین موانع شناخت حق و رسیدن به الهیات و هدایت معرفی شده است. بنابراین، مبارزه با تکبر و یافتن راهکارهای مؤثر برای درمان آن، امری ضروری و حیاتی است.

در این کتاب «در آغوش تواضع»، تلاش شده است تا با بهره‌گیری از منابع دینی، به‌ویژه احادیث امام علی (ع)، و همچنین دانش‌های روانشناختی و اخلاقی، راهکارهای عملی و مؤثری برای شناسایی و درمان این بیماری روحی ارائه شود. مقدمه این کتاب در دو بخش اصلی تقسیم‌بندی شده است: بخش اول به بررسی نقش و موضع امام علی (ع) در مبارزه با تکبر و ارائه احادیث عمیق او در این زمینه می‌پردازد، و بخش دوم به لزوم وجود چنین کتابی در جامعه امروز و اهمیت آن در تقویت شخصیت انسان‌های معاصر می‌پردازد.

بخش اول: امام علی (ع) و مبارزه با تکبر

امام علی (ع)، به عنوان پیشوای اولین و مهم‌ترین ائمه شیعه، نماد برجسته‌ای از عدالت، تواضع و دانایی است. زندگی ایشان، از آغاز تا پایان، نمونه‌ای بی‌بدیل از مقابله با غرور، تکبر و خودبزرگ‌بینی است. ایشان، همواره در برابر قدرت، ثروت و موقعیت‌هایی که می‌توانستند به تکبر دامن بزنند، از فروتنی و تواضع به عنوان ابزاری اخلاقی و معنوی استفاده کردند. از دیدگاه قرآن کریم، تکبر به عنوان یکی از گناهان بزرگ، موجب دوری از رحمت الهی و افتادن در دوزخ می‌شود. این موضوع

در آیات متعددی مانند آیه ۳۶ سوره نساء آمده است: **إِنَّ اللَّهَ لَا يَحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا** (خداوند هیچ کس را که خودبزرگ بین و خودنمای باشد دوست ندارد).

اما در میان ائمه (ع)، امام علی (ع) به دلیل مکان گیری خاص خود در تاریخ اسلام، نقش برجسته تری در مبارزه با تکبر دارد. ایشان، هم در سخنان خود، هم در رفتارشان و هم در نامه ها و خطبه های مشهورشان، تکبر را نه تنها به عنوان یک خصلت اخلاقی ناپسند، بلکه به عنوان یک بیماری عمیق روحی و روانی معرفی کرده اند که مانع از شناخت حق و پذیرش هدایت است. امام علی علیه السلام در تمام عمر با شکوه خود، حتی در مواقعی که قدرت سیاسی و نظامی کامل در دستانش بود، همواره از تواضع و خدمت به مردم به جای تسلط و خودبزرگ بینی استفاده می کرد. این رویکرد، به خوبی نشان می دهد که تکبر تنها مختص افراد بی دانش نیست، بلکه می تواند در افراد با موقعیت بالا نیز ظاهر شود. اما امام علی (ع)، با زندگی اش، نشان داد که تواضع و فروتنی، علامتی از قدرت واقعی است نه نشانه ضعف و بی اراده گی.

علاوه بر این، امام علی (ع) در مناجات و خطبه‌های خود، به‌ویژه در خطبه‌های نهج‌البلاغه، انسان‌ها را به تفکر درباره اصل خود و پایان‌شان دعوت می‌کند. ایشان می‌فرمایند:

أَوَّلُهُ نُطْفَةٌ، وَآخِرُهُ جِيفَةٌ، وَ لَا يَرْزُقُ نَفْسَهُ، وَلَا يَدْفَعُ حَتْفَهُ.

(نهج‌البلاغه، حکمت ۴۵۴)

(آغازش نطفه‌ای پست است و پایانش مرداری گندیده؛ نه می‌تواند خود را روزی دهد، و نه مرگ را از خویش دور کند.) این سخن، یکی از قوی‌ترین پادزهرهای دینی علیه تکبر است. وقتی انسان به اصل و منشأ خود فکر می‌کند، دیگر نمی‌تواند به خود ببالد. این نگاه فلسفی-روحی به انسان، در تمام کتاب «در آغوش تواضع» تکرار شده و به‌عنوان یکی از ستون‌های اصلی درمان تکبر مطرح شده است.

بخش دوم: لزوم وجود این کتاب و اهمیت آن در جامعه معاصر

در جهان امروز، تکبر به شکل‌های نوینی ظاهر شده است. این بیماری روحی دیگر فقط به معنای خودبزرگ‌بینی در روابط فردی نیست، بلکه در قالب‌هایی مانند خودنمایی در شبکه‌های اجتماعی، غرور علمی، تحقیر دیگران، عدم پذیرش نقص، و

حتی درون‌زدگی در مقابل نقد بروز می‌کند. در این شرایط، نیاز به منابعی که بتوانند به‌صورت جامع و عمیق، این بیماری را تشخیص داده و راهکارهای درمانی ارائه دهند، بیش از پیش احساس می‌شود.

کتاب «در آغوش تواضع»، با توجه به تلفیق منابع دینی و روانشناختی، پاسخگوی این نیاز است. این کتاب، نه تنها از منظر دینی، بلکه از منظر علمی و روانشناختی نیز به تحلیل ابعاد مختلف تکبر می‌پردازد. این رویکرد دوگانه، باعث می‌شود تا کتاب برای عموم مردم اعم از دینی و غیردینی قابل استفاده باشد.

یکی از مهم‌ترین نقاط قوت این کتاب، استفاده از احادیث امام علی (ع) به‌عنوان منبع اخلاقی و معنوی است. این احادیث، نه تنها از نظر دینی دارای اعتبار هستند، بلکه از دیدگاه روانشناختی نیز بسیار عمیق و مؤثرند. مثلاً حدیث:

الْمُتَكَبِّرُ عَدُوُّ الْحَقِّ (متکبر دشمن حق است.) (غررالحکم و دررالکلم، حدیث ۴۵۶۰)

این حدیث، انسان را با واقعیتی روبه‌رو می‌کند که در جامعه معاصر به‌خوبی قابل مشاهده است: افراد متکبر قادر به پذیرش

حق نیستند، زیرا حق، ممکن است با تصویری که از خود دارند، تضاد داشته باشد.

همچنین، این کتاب به‌خوبی نشان می‌دهد که تکبر چگونه می‌تواند به انزوا، سقوط اخلاقی، فراموشی مرگ، دوری از خدا و حتی فروپاشی خانواده منجر شود. این تحلیل‌ها، با استناد به احادیث، آیات قرآن و یافته‌های علمی، خواننده را با ابعاد گسترده‌تر تکبر آشنا می‌کند.

در جامعه امروز، که با تبلیغات گسترده‌ای درباره "خودباوری" و "خودمحوری" مواجه است، نیاز به تفکیک بین اعتماد به نفس سالم و تکبر ناخودآگاه بیش از پیش احساس می‌شود. این کتاب، به‌خوبی این تمایز را ایجاد کرده و راهکارهای عملی برای مقابله با تکبر در زندگی روزمره ارائه می‌دهد.

جمع‌بندی:

کتاب «در آغوش تواضع»، نه تنها یک راهنمای اخلاقی و دینی است، بلکه یک منبع علمی و عملی برای هر کسی است که می‌خواهد با یکی از بزرگ‌ترین موانع رشد معنوی و اجتماعی انسانی، یعنی تکبر، دست و پنجه نرم کند. این کتاب با استناد به احادیث عمیق امام علی (ع) و تلفیق آن با دانش‌های

روانشناختی معاصر، به ما یادآوری می‌کند که تواضع، تنها یک
خصلت اخلاقی نیست، بلکه کلیدی است برای شناخت حق،
رسیدن به آزادی معنوی و ایجاد روابط سالم اجتماعی. امام علی
(ع)، با زندگی و سخنانشان، نشان دادند که تکبر، دشمن اصلی
انسان است. این کتاب، با الهام از آن سیره نورانی، راهی را
نشان می‌دهد که انسان را از زنجیرهای تکبرها کرده و به سوی
حقیقت و رستگاری هدایت می‌کند.

علیرضا جمال نژاد

تابستان ۱۴۰۴

مشهد مقدس