

سرشناسه:	جمالی، عبدالرضا، ۱۳۳۵ -
عنوان و نام پدیدآور:	منشور زندگی موفق
مشخصات نشر:	قم: پژوهشکده تحقیقات اسلامی انتشارات زمزم هدایت، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری:	ج ۲
شابک:	دوره ۱- ۳۶۷- ۲۴۶- ۹۶۴- ۹۷۸- ۹۰۰۰۰ ریال
	ج ۱: ۷- ۲۶۵- ۲۴۶- ۹۶۴- ۹۷۸
وضعیت فهرست‌نویسی: فبیای مختصر	
یادداشت:	فهرست‌نویسی کامل این اثر در نشانی: http://opac.nlai.ir
	قابل دسترسی است
مندرجات:	ج ۱. ویژگی‌های فردی. - ج. ۲. ویژگی‌های معنوی
شناسه افزوده:	پژوهشگاه علوم اسلامی امام صادق (ع)، انتشارات زمزم هدایت
شماره کتابشناسی ملی:	۳۷۷۵۰۹۰

منشور زندگی موفق

جلد اول

ویژگی‌های فردی

عبدالرضا جمالی

نشر
زندگی



منشور زندگی موفق



نویسنده: عبدالرضا جمالی
صفحه‌آرایی: علی نصیر محمدی
ناشر: زمزم هدایت



چاپ: نینوا ○ نوبت چاپ: اول ○ تاریخ چاپ: بهار ۱۳۹۴

شمارگان: ۱۰۰۰ ○ قیمت: ۹۰۰۰ تومان

شابک دوره: ۱ - ۳۶۷ - ۲۴۶ - ۹۶۴ - ۹۷۸

شابک: ۷ - ۳۶۵ - ۲۴۶ - ۹۶۴ - ۹۷۸



آدرس ناشر: قم، خ شهید فاطمی (دور شهر)، نبش فاطمی ۳، پلاک ۸۱
تلفکس: ۳۷۷۳۰۷۳۵ - ۰۲۵، همراه: ۰۹۱۲ ۲۵۳ ۲۸ ۸۷

فهرست مطالب

مقدمه	۱۵
بخش اول: کلیات	
مفاهیم و کلیات	۲۱
۱. مفهوم شناسی	۲۱
۲. معنای سبک زندگی	۲۲
۳. فرهنگ و سبک زندگی اسلامی	۲۴
۴. سبک زندگی رسول اکرم صلی الله علیه و آله	۲۶
۵. الگوشناسی و زندگی مطلوب	۲۶
۶. برترین امتیاز مکتب پیامبران	۲۸
۷. اصول پایدار در سبک زندگی	۳۰
۸. وظیفه شناسی نسبت به پیشوایان	۳۱

بخش دوم: ویژگی های فردی

فصل: اول: اصل ساده زیستی	۳۹
الف. سبک زندگی پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله	۳۹

۳۹. ۱. نمونه ساده‌زیستی.....
۴۰. ۲. جلال و حشمت معنوی.....
۴۱. ۳. جلوه‌های ساده‌زیستی.....
۴۴. ۴. ساده‌زیستی اهل بیت (ع).....
۴۷. ب. بیانات راهبردی معصومین (ع).....
۴۷. ۱. پیروی از سبک ساده‌زیستی.....
۴۷. ۲. ضرورت ساده‌زیستی زمامداران (خواص).....
۴۸. ۳. زندگی پاکیزه.....
۵۰. ۴. مراتب ساده‌زیستی.....
۵۱. ۵. خردگان و ساده‌زیستی.....
۵۱. ۱. امام خمینی (ع).....
۵۲. ۲. امام خامنه‌ای (حفظه الله).....
۵۴. ۳. آیه الله بهاء الدینی (ع).....
۵۵. ۴. علامه طباطبائی (ع).....
۵۵. ج. آموزه‌ها.....
۵۷. فصل دوم: اصل اعتدال.....
۵۸. الف. سیره پیشوایان دین.....
۵۸. ۱. نمونه اعتدال.....
۵۸. ۲. سبک اوصیای پیامبر (ص).....
۶۰. ب. بیانات راهبردی معصومین (ع).....
۶۰. ۱. ترغیب به میانه‌روی در زندگی.....
۶۱. ۲. میانه‌روی در روابط خانوادگی.....
۶۳. ۳. میانه‌روی در روابط اجتماعی.....
۶۵. ۴. میانه‌روی در امور اقتصادی.....
۶۶. ۵. میانه‌روی در عبادت.....

۶۷	۶. میانه‌روی در اخلاق
۷۰	۷. فوائد میانه‌روی
۷۱	ج. آموزه‌ها
۷۳	فصل: سوم: اصل شجاعت
۷۳	فضیلت شجاعت در اسلام
۷۵	الف. سیره عملی پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله
۷۵	۱. مظهر شجاعت
۷۵	۲. شجاعت در حفظ مکتب
۷۶	ب. بیانات راهبردی معصومین علیهم السلام
۷۶	۱. عوامل شجاعت
۷۷	۲. شجاعت عاشورائیان
۷۹	۳. جلوه‌های شجاعت در زندگی مطلوب
۸۰	۴. مبارزه و شجاعت فرزندان
۸۱	۴-۱. شجاعت و صلابت امام خمینی رحمته الله علیه
۸۲	۴-۲. شجاعت و مبارزه امام خامنه‌ای (حفظه الله)
۸۳	ج. آموزه‌ها
۸۷	فصل: چهارم: اصل حریت
۸۷	الف. حریت در زندگی پیشوایان علیهم السلام
۸۷	۱. رسالت پیامبران الهی
۹۰	۲. پیام‌آور حریت
۹۱	ب. بیانات راهبردی معصومین علیهم السلام
۹۱	۱. احرار و عبادت
۹۲	۲. حریت جامع ارزش‌های انسانی
۹۳	۳. حریت در زندگی مطلوب
۹۴	۴. هدف تربیت در سیره پیشوایان

۹۵	۵. اوصاف احرار (آزادگان)
۹۵	۱. خوشروئی
۹۷	۲. حياء
۹۸	۳. قلب پاک
۹۸	۶. فرزندگان و آزادمنشی
۱۰۲	۷. موانع آزادمنشی در زندگی مطلوب
۱۰۳	ج. آموزه‌ها
۱۰۵	فصل پنجم: اصل صبر و شکیبایی
۱۰۵	ارزش صبر در زندگی
۱۰۶	الف. سبک زندگی پیامبر اکرم ﷺ
۱۰۶	۱. رسالت پیامبران الهی
۱۰۸	۲. ترسیم پایداری در حیات طیبه پیامبر ﷺ
۱۱۱	۳. فتح و پیروزی
۱۱۲	ب. بیانات راهبردی معصومین 
۱۱۲	۱. ریشه صبر و استقامت
۱۱۳	۲. جلوه‌های صبر در زندگی مطلوب
۱۱۴	اول: صبر بر مصیبت
۱۱۵	دوم: صبر بر طاعت
۱۱۶	سوم: صبر در برابر معصیت
۱۱۶	چهارم: صبر بر نعمت
۱۱۸	ج. آموزه‌ها
۱۱۹	فصل ششم: اصل عزت
۱۱۹	عزت اساس زندگی مطلوب
۱۲۰	الف. حیات طیبه پیامبر اکرم ﷺ
۱۲۰	۱. زندگی عزت‌مندانه

۱۲۲	۲. مکتب عزّتمداری
۱۲۵	ب. بیانات راهبردی معصومین (ع)
۱۲۵	۱. عوامل عزت آفرین
۱۲۵	اول: اطاعت خدا
۱۲۷	دوم: تقوای الهی
۱۲۸	سوم: قیام به حق
۱۲۹	چهارم: گذشت در حال قدرت
۱۳۰	۲. عاشورا جلوه گاه عزّت
۱۳۲	ج. آموزه ها
۱۳۳	فصل هفتم: اصل دوراندیشی
۱۳۳	هنر دوراندیشی
۱۳۵	الف. سبک زندگی پیشوایان دین
۱۳۷	ب. بیانات راهبردی معصومین (ع)
۱۳۷	۱. جلوه های دوراندیشی در زندگی مطلوب
۱۳۹	۲. ویژگی های دوراندیشان
۱۳۹	(۱) عمل برای آخرت
۱۴۰	(۲) انتخاب دوست خوب
۱۴۰	(۳) وارستگی و تجربه اندوزی
۱۴۰	(۴) جهاد با نفس
۱۴۱	(۵) دین داری
۱۴۱	(۶) شکرگزاری
۱۴۱	۳. دوراندیشی امام خمینی (ع)
۱۴۲	ج. آموزه ها
۱۴۵	فصل هشتم: اصل دقّت و نظم
۱۴۵	جلوه نظم در آفرینش

الف. حیات طیبہ رسول اکرم ﷺ	۱۴۷
۱. نظم در زندگی پیامبر ﷺ	۱۴۷
۲. جلوة نظم در ابلاغ رسالت	۱۴۸
ب. بیانات راہبردی معصومین علیہ السلام	۱۵۰
۱. اهمیت نظم در زندگی مطلوب	۱۵۰
۲. نظم پذیری در حیات پاکیزہ	۱۵۱
۳. امام خمینی: جلوه نظم الہی	۱۵۳
۴. نظم و انضباط امام خامنہ ای (حفظہ اللہ)	۱۵۴
ج. آموزہ ها	۱۵۶
فصل نہم: اصلِ عفت	۱۵۷
اهمیت عفت در اسلام	۱۵۷
۱. عفت در زندگی پیامبران خدا	۱۵۹
ب. بیانات راہبردی پیشوایان	۱۶۱
۱. گسترہ عفت در زندگی مطلوب	۱۶۱
اول: عفت جنسی	۱۶۱
دوم: عفت شکم	۱۶۴
سوم: عفت کلام	۱۶۵
۲. عوامل عفت آفرین	۱۶۶
(۱) قناعت	۱۶۶
(۲) غیرت	۱۶۷
(۳) عقل	۱۶۷
(۴) خشنودی از خداوند	۱۶۷
(۵) خودشناسی	۱۶۷
ج. آموزہ ها	۱۶۸
فصل دہم: اصلِ جدیت و تلاش	۱۷۱

۱۷۱	اهمیت کار و تلاش در اسلام
۱۷۳	الف. کار و تلاش در زندگی پیشوایان
۱۷۵	ب. بیانات راهبردی معصومین علیهم السلام
۱۷۵	۱. اعتدال در کار و استراحت
۱۷۶	۲. اهداف کوشش در زندگی مطلوب
۱۷۷	اول: تأمین معاش
۱۷۷	دوم: بی‌نیازی از دیگران
۱۷۸	سوم: آخرت جوئی
۱۷۹	ج. آموزه‌ها
۱۸۱	فصل یازدهم: اصل زهدورزی
۱۸۱	۱. ارزش زهد در اسلام
۱۸۲	۲. درک صحیح از دنیا
۱۸۴	الف. حیات طیبه پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله
۱۸۴	۱. الگوی زندگی زاهدانه
۱۸۶	۲. اختیار فروتنی
۱۸۷	ب. بیانات راهبردی معصومین علیهم السلام
۱۸۷	۱. حقیقت زهدورزی
۱۸۸	۲. عوامل تحقق زهد در زندگی مطلوب
۱۸۹	اول: خداشناسی
۱۹۰	دوم: دنیاشناسی
۱۹۱	سوم: آخرت‌گرایی
۱۹۲	چهارم: یاد مرگ
۱۹۳	پنجم: عقل آخرتی
۱۹۴	۳. ثمرات زهد در حیات پاکیره
۱۹۴	اول: آرامش

۱۹۵	دوم: هدایت و رحمت
۱۹۵	سوم: جشدیدن حلاوت ایمان
۱۹۶	چهارم: آسانی مصائب در دنیا
۱۹۸	ج. آموزه‌ها
۱۹۹	فصل دوازدهم: اصل عدم تکلف
۱۹۹	فضیلت عدم تکلف در اسلام
۲۰۰	الف. سبک زندگی پیامبر اکرم (ص)
۲۰۰	۱. نمونه کامل بی تکلفی
۲۰۲	۲. بی تکلفی در زندگی پیامبران الهی
۲۰۴	۳. اهل بیت (ع) و بی تکلفی
۲۰۶	ب. بیانات راهبردی پیشوایان
۲۰۶	۱. پرهیز از تکلف در زندگی مطلوب
۲۰۷	۲. اوصاف متکلفان
۲۰۹	۳. تکلف زدائی از منظر اهل بیت (ع)
۲۱۱	ج. آموزه‌ها
۲۱۳	فصل سیزدهم: اصل هماهنگی هدف و وسیله
۲۱۵	الف. سبک زندگی پیشوایان
۲۱۵	۱. پیامبر اکرم (ص)
۲۱۷	۲. اهل بیت (ع)
۲۱۹	ب. بیانات راهبردی معصومین (ع)
۲۱۹	۱. هماهنگی هدف و وسیله
۲۲۰	۲. تبلیغ فرهنگ عاشورایی
۲۲۱	۳. پابندی به دین
۲۲۳	ج. آموزه‌ها

مقدمه

خدای سبحان با آفریدن انسان در هستی ندای «فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ» سرداد و به خلقت این موجود پر استعداد و ارزشمند بر قدرت آفرینش خویش آفرین گفت. از این پس او که بر خلقت و سیرت و سریرت این آفریده خویش واقف بود بنیان رسالت نهاد و بر این وجود مبارک رسول فرستاد و فرمود: «لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ...»^۱ رسول الله را برای کسانی که آرزوی خدا دارند الگوی زیبا و نیک قرار دادیم. چرا که می دانست این موجود برتر هستی نیازمند اسوه های ارزشمند است تا بتواند راه کمال و سعادت در پیش گیرد و به منتهای آرزوی خویش که همان رسیدن به لقاء الله است دست یابد.

از سوی دیگر رویکرد مجدد بشریت به دیانت و معنویت الزامات نوینی را به همراه دارد به گونه ای که به حیات حقیقی رهنمون گردد. برعهده عالمان دین است که ضرورت زمان را بازشناخته و پاسخی مورد نیاز و درخور بشر امروز ارائه دهد. از جمله این نیازمندی ها می توان به شفاف سازی مفاهیم دینی و معرفی الگوهای جامع و کامل انسانی اشاره نمود تا اساسی ترین نقش در زندگی انسان ها، که همان بُعد هدایت گری در آموزه های مختلف تربیتی، اخلاقی، اجتماعی، سیاسی، حکومتی و...

است برجسته نموده و در دسترس بشر تشنه حقیقت عصر حاضر قرار دهد. با توجه به رسالت و مسئولیت اندیشمندان مؤمن و متعهد به تعالیم انسان ساز و هدایت گر دین مبین اسلام این ضرورت فزونی می یابد.

خدای بزرگ را سپاس می گویم که در ایام شکوهمند انقلاب اسلامی ایران اندیشه های توحیدی و معنوی و اخلاقی در آینه زلال نسل انقلاب مقبولیتی قابل ستایش یافته و جامعه اشتیاقی فراوان به این شخصیت های الهی و ملکوتی یافته است. این عطش معنوی ما را بر وظیفه معرفی الگوهای جامعه ساز و انسان پرور رهنمون می نماید. مکتوب حاضر در راستای همین هدف عالی و اساسی تدوین گردیده است.

مردی از اعراس المؤمنین علیه السلام درخواست کرد که اخلاق پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله را برایش بشمارد امام علی علیه السلام فرمود: تو نعمت های دنیا را بشمار تا من نیز اخلاق پیامبر صلی الله علیه و آله را برای تو بشمارم. عرض کرد چگونه نعمت های دنیا را بشمارم در حالی که خداوند در قرآن فرموده:

﴿وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تَحْصُوهَا...﴾

و اگر نعمت های خدا را بشمارید هرگز توان شمارش آن را ندارید.

علی علیه السلام فرمود: خداوند تمام نعمت های دنیا را قلیل و کم می داند. در این آیه می فرماید:

﴿قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ...﴾^۱

ای پیامبر بگو سرمایه دنیا ناچیز است.

در حالی که اخلاق پیامبر را در این آیه عظیم شمرده است:

۱. ابراهیم، آیه ۳۴.

۲. نساء، آیه ۷۷.

﴿وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ﴾^۱

ای پیامبر تو بر اخلاق عظیم و برجسته‌ای آراسته شده‌ای.^۲

حاصل سخن این که آنچه دانشوران متأخر و معاصر، با ارزش و احترامی که برای آن‌ها قائل هستیم، گفته و نوشته‌اند شاید بتوان گفت قطره‌ای از دریای سیره و سنت و اخلاق آن رسول آسمانی و الهی است. نگارنده نیز از باب عرض ارادت به پیشگاه والا و مقدس آن دردانه عالم هستی با سبکی نو مکتوب حاضر را تقدیم می‌نماید.

پژوهش حاضر بسمان زیر به رشته تحریر درمی‌آید، انشاءالله

جلد ۱:

بخش اول: مطالبی پیرامون مفهوم‌شناسی، معنای سبک زندگی، ارتباط سبک زندگی با فرهنگ، سبک زندگی پیشوایان، ضرورت و اهمیت الگو در رسیدن به زندگی مطلوب، برترین امتیاز مکتب پیامبران الهی و اصول پایدار و همیشگی در زندگی موفق، تقدیم خوانندگان ارجمند می‌گردد.

بخش دوم: در رابطه با فضائل و اوصاف مختص ارتباط با خود، مانند: ساده‌زیستی، رعایت میانه‌روی، حریت و آزادگی، شجاعت، صبر و شکیبایی، عزت و بزرگ‌منشی، دوراندیشی و عاقبت‌نگری، جلوه زیبای نظم و دقت، عفت و پاکدامنی، کار و تلاش، زهدورزی و... می‌باشد.

جلد ۲:

بخش سوم: فضائل و اوصاف مختص ارتباط با خدا، جلد دوم کتاب «زندگی مطلوب» عهده‌دار مباحث ارزشمندی مانند: مهرورزی با حق

۱. قلم، آیه ۴.

۲. سیره عملی اهل بیت (علیهم‌السلام)، ص ۳۰.

تعالی، پرهیزگاری، راز بندگی، رمز اخلاص، توکل بر ذات حق تعالی، رضایت‌مندی و خشنودی از خداوند، کسب آرامش با یاد خدا، انس با قرآن، راز تکامل در حیات معنوی یعنی نماز، راز و نیاز، سپاسگزاری از حق تعالی و بازگشتی نیکو و سرنوشت‌ساز به سوی محبوب آرمانی و حقیقی می‌باشد. گرچه فضائل اخلاقی و رفتاری نبی مکرم اسلام ﷺ و اهل بیت ﷺ بی‌شمار است. نگارنده در هر بُعدی فقط به برخی از مهم‌ترین ویژگی‌ها بسنده نموده است که از شعار ممدوح و پسندیده (کم گوی و گزیده گوی چون دُر) عدول ننموده باشد، افزون بر آن برای خوانندگان گرامی ملالت خاطر حاصل نشود، به توفیق خدای سبحان در آینده، پژوهشهایی درباره سبک زندگی خانوادگی، اجتماعی، مدیریتی و تربیتی معصومین ﷺ تقدیم خواهد شد.

سپاسگزاری خود را از همه اساتید بزرگوار به ویژه حجة الاسلام موفق که این حقیر را با راهنمایی‌های خود یاری فرموده اعلام کرده، از همه کوشندگان که این پژوهش را در کنار مجموعه ارزشمند میراث فرهنگی متعالی و معارف دریاوش پیشوایان دین ﷺ و دانشوران گرامی پذیرفته و به چاپ و نشر آن همت می‌گمارند، قدردانی می‌نمایم. امید است این تلاش اندک در پیشگاه خداوند یگانه مقبول و مورد رضایت دردانه عالم هستی قرار گرفته و در جهت معرفی سبک زندگی کریمانه پیشوایان ﷺ مفید واقع شود. ان شاء الله.

توفیق از خدا است

عبدالرضا جمالی

قم