



## درباره هنر فروتنی / نشانه های فروتنی چیست؟

فروتنی یکی از ویژگی های بسیار ارزشمند است که آدمی را محترم و محبوب دلها می کند و در دین اسلام هم سفارش زیادی بر آن شده است .

خبرگزاری مهر- فروتنی یکی از ویژگی های بسیار ارزشمند است که آدمی را محترم و محبوب دلها می کند و در دین اسلام هم سفارش زیادی بر آن شده است .

تکبر و خود برتری بینی دوستی را تباه می کند؛ انسان متکبر همواره و همیشه عبوس و اخمو و بدمعاش است و هیچ چیز مانند تواضع و فروتنی نهال دوستی و برادری را در دلها نمی نشاند، زیرا انسان فروتن محبوب دلها و مقرب مردم است و بی شک دوستی برای آن که رشد کند و به بار بنشیند نیازمند زمینه است و این زمینه فروتنی است.

فروتنی نه علم است که خوانده شود و نه نظریه که حفظ گردد، بلکه هنری است که احتیاج به تمرین دارد شناخت اصول و روش آن وقت زیادی نمی برد، اما برای آن که عملاً آن را فرا گیریم و بخشی از رفتار ما بشود به زمان زیادی احتیاج داریم.

منظور از فروتنی چیست؟ و حد و مرز آن کدام است؟

امام علی(ع) این ویژگی انسان مومن را با کلماتی دلکش و زیبا توصیف کرده است. آنجا که در وصف مومن می فرماید: "نرمخو و مهربان است از صخره سخت تر و از بنده ذلیل تر است." بنابراین فروتنی مطلوب، افتادگی برخاسته از جانی سخت تر از صخره است نه ذلتی آمیخته به احساس کمبود و ناتوانی و نیاز به دیگران.

البته افرادی هستند که از فروتنی مردم در برابر خود احساس غرور می کنند؛ اینان احتمالاً احساس می کنند که عملاً از دیگران برترند و بزرگترند و به همین دلیل خود را شایسته فروتنی مردم می دانند، اما اسلام این حالت برتری جویی را در رفتار با مردم نمی پذیرد و از ما می خواهد که هر نوع فروتنی برنیامده از عزت و سربلندی را به دور افکنیم.

فروتنی منزلت انسان را در میان مردم بالا می برد و موجب زیاد شدن عزت و شرف انسان در میان مردم می شود، اما تکبر، فرد را مبغوض و منفور می کند و چیزی بر او نمی افزاید. چنان که پیامبر(ص) فرموده است "متکبر منفورترین مردم است". (بحارالانوار)

تفاوت زیادی است میان فروتنی برخاسته از موضع قدرت و فروتنی ناشی از ضعف است؛ فروتنی نوع دوم یعنی ذلت همراه با احساس کوچکی، پستی و حقارت است. فروتنی حقیقی عبارت است از خضوع برخاسته از احساس احترام نسبت به دیگران. زمانی که انسان احساس می کند بنده خوب خداوند است و فروتنی او برای برادران مومنش فروتنی برای خداست، در حقیقت احساس عزت و سربلندی می کند. امیرمومنان(ع) فرموده است: "کلید شرف فروتنی است".

یکی از نشانه های فروتنی این است که به دیگران اجازه ندهیم در برابر ما اظهار ذلت و خواری کنند. از نشانه های دیگر تواضع این است که رفتاری چون دیگران داشته باشیم، چرا که انسانها با یکدیگر هیچ تفاوتی ندارند تمایز حقیقی فقط در ایمان است.

فروتنی را باید از پیامبر اسلام(ص) آموخت چون آن حضرت الگو و اسوه ما در زندگی است. ایشان با فروتنی بسیار خویش نه تنها نسل هم روزگار خود، بلکه همه بشریت را واداشت تا به او به دیده احترام بنگرند و حرمتش نهند. آن حضرت موجب زحمتی نمی شد، نرمخو بود، بزرگووار، خوشرفتار و گشاده رو، پیوسته شاد بود، بی آن که بخندد و اندوهگین بود بی آنکه ترشروی کند؛ در عین انعطاف پذیری دور اندیش بود. فروتن بود اما نه خوار و حقیر، بردبار بود اما مقاوم و تسلیم ناپذیر، ارزش و عظمت تواضع او از این رو بود که اشرف قوم خود و پاکترین و متواضعترین آنها بود.

قرآن در سوره نحل آیه 22 می فرماید: "ان الله لا یحب المتکبرین" خداوند متکبران را دوست ندارد. خداوند تکبر و خود بزرگ بینی را دشمن می دارد زیرا همچنان که تواضع زمینه دوستی را تشکیل می دهد کبر زمینه پراکندگی و جدایی را به وجود می آورد. علت حقیقی تکبر دو چیز است: 1- احساس بزرگی و برتری جویی که این نوع افراد اندک هستند. 2- احساس حقارت و خواری؛ کسی که از این احساس برخوردار است سعی می کند با تحمیل کردن خود بر دیگران آن را جبران کند. اما تواضع و فروتنی برآمده از احساس

