

## ملخص كتاب إنسان بعد التحديث

[/https://mulakhaskitab.com](https://mulakhaskitab.com)

لا مفر من الاطلاع على ملخص كتاب إنسان بعد التحديث إن كنت تسعى لتخطي جميع العقبات التي تُعيق تقدمك، سيساعدك هذا الكتاب على تكوين آرائك الخاصة ومواقفك الذاتية نحو كل ما تراه دون أن تكون متأثراً بالآخرين، يضعك على بداية طريق التطور الإنساني الصحيح ولكنه لا يدلّك على آخره، لأن من وجهة نظر الكاتب أن تطور الإنسان وارتقائه في الحياة لا يمكن أن يكون له حدود.

### نبذة عن كتاب إنسان بعد التحديث

يتألف الكتاب من ٩ فصول في كل فصل يتناول جانب وقضية حول مراحل تطور الإنسان، وفي مقدمة الكتاب يقول إن الإنسان لا يولد عادياً بل يكتسب الخبرات والمعرفة من المحيط الذي حوله حتى يصبح بالصورة التي تراه فيها في المجتمع، هناك من يمر بظروف طبيعية وعادية في تطوره وهناك من تعترض طريقه ظروفاً استثنائية تعيق تقدمه. يقول إن هناك حالات يكون فيها التطور بأقصى درجاته رقيقاً وتميزاً يكون فيها حكيماً، مستنيراً، مثالي، فاضل وحقيقي وتختلف الصفات بحسب الفصول والعصور التي نمر بها.

### من هو مؤلف كتاب إنسان بعد التحديث؟

صاحب كتاب إنسان بعد التحديث هو الدكتور شريف عرفة وهو كاتب وباحث في علم النفس الإيجابي، وبنفس الوقت رسام كاريكاتير محترف، حاز على العديد من الجوائز في تاريخه وله عدد من المؤلفات والكتب المميزة التي نالت نسب مبيعات كبيرة.

يحمل بكالوريوس في جراحة وطب الأسنان من جامعة القاهرة وعمل في حياته المهنية بمجالات متنوعة منها: صحفي في جريدة روز اليوسف المصرية، له مقالات كثيرة نُشرت في الصحف الإنجليزية، وأقام محاضرات ثقافية في دول متنوعة في العالم ولديه مشاركات إعلامية مهمة.

### إيجابيات وسلبيات الكتاب

يُعد الكتاب من الكتب التي تمزج بين السخرية والبساطة في طرح أفكارها، حيث يسعى إلى أن يأخذ القارئ في رحلة تطويرية لعقله ونفسيته، متماشياً مع تغيرات العصر ومتطلباته بأسلوب جذاب وساحر، يتناول عرّفه قضايا شائكة تخص التفكير الذاتي وكيفية تحديثه، ويقدم بين سطوره نصائح عملية تحفّز القارئ على مراجعة ذاته والسعي نحو تحسينها.

ولإيصال أفكاره يعتمد الكاتب على أمثلة واقعية من الحياة اليومية، ما يجعل تلك المفاهيم أقرب إلى القارئ وأكثر تأثيراً، ويشدّه لقراءتها بشغف دون الشعور بالملل، محاولاً استمالة انتباهه إلى أهمية التغيير والمرونة في التفكير والتعامل مع تحديات العصر.

لكن ورغم هذه الجاذبية في الطرح يبقى هناك بعض الجوانب التي قد تُضعف من تأثير الكتاب على فئة معينة من القراء إذ أن بعض الفصول تكثفي بلمحات عامة حول المواضيع دون الخوض في تفاصيل عميقة قد يرغب فيها القارئ الباحث عن دراسة معمقة.

إلى جانب ذلك قد يكون الاعتماد المكثف على أسلوب السخرية غير مريح للبعض، ويجعل من الصعب أحياناً على القارئ التركيز على جوهر الرسالة كما أن النصائح المقدمة تأتي بصيغة عامة وشاملة، قد تبدو بعيدة بعض الشيء عن خصوصية الحالات الفردية، مما يجعل تطبيقها تحدياً بالنسبة لبعض القراء الذين يبحثون عن حلول مخصصة تناسب احتياجاتهم الشخصية.

## ملخص كتاب إنسان بعد التحديث في تسعة نقاط

نشير في ملخصنا للعديد من الأفكار والمجاور المهمة وهي:

### الفكرة الأولى

تناول الدكتور شريف عرفة في الجزء الأول من كتابه نظرية الأنا التي يعيشها الإنسان بشكل دائم لا سيما في الفترة الأولى من حياته، يقول إن سياسة الغاب تتحكم به وغرائزه لها السلطة عليه.

وفي المرحلة الثانية تصبح السلطة للقبيلة وتتحكم به الجماعة وفي الثالثة تأن رغبته في الوصول لحالة من الاستقرار الاجتماعي والمالي والذاتي، والمرحلة الرابعة يجد نفسه مستتبياً يبحث عن القيم، يبحث عن طريقة ليكون متصالحاً مع نفسه ومع الآخرين.

### الفكرة الثانية

نشير لفكرة الكاتب حول أن الإنسان الساخر يكون سائراً بشكل صحيح في مراحل تطور الذات، فمن لديه قدرة العثور على عيوبه وأخطائه يكون متصالحاً مع ذاته ومتقبلاً لكل شيء فيه، ويعرف جيداً أن الإنسان لا يمكن أن يكون إيجابياً في المطلق.

الإنسان المتطور نفسياً يكون لديه القدرة للتفاعل مع الحياة والسخرية منها، وهي من عادة الأطفال الصغار فلم لا تتحلى بروحهم وتوقظ الطفل النائم بداخلك وتنطلق بالحياة بشكل صحيح، ولا تنس أنه يمكن أن تتجاوز المواقف الصعبة في الحياة من خلال السخرية منها، فليس من الضروري أن تجلس في وضع المعاناة والبؤس والشقاء.

### الفكرة الثالثة

نسلط الضوء على ما جاء به حول الحياة الزوجية والعلاقات التي تنشئ في تلك الحياة، فمن المهم أن يكون هناك قواسم مشتركة بينك وبين زوجك، نفس العادات والتقاليد والطقوس الصباحية والمسائية فهي بداية سبيل التفاهم.

لا يمكن أن تفهم شريكك بشكل سطحي، أو تكون مستوعباً له بزواية معينة فقط دون أخرى، هذا يخلق فجوات كبيرة فيما بينكم وتباعداً مخيفاً يظهر بوضوح مع مرور الوقت، لذا يجب أن التعمق بالشخص المقابل لك بدرجة كافية حتى تستطيع الاستمرار.

لا يمكن أن تكون هناك حياة زوجية دون خلافات، ولكن الإنسان الناجح هو الذي يعرف كيف يحول هذا الاختلاف لشيء إيجابي، كيف يوطد علاقته مع شريكه من خلاله.

حاول أن تتقبل العيوب الموجودة لدى الطرف الآخر ولا تنس أنه أنت أيضاً لديك متسع من العيوب التي قد تُفُور شريكك ولكن يحاول أن يتقبلها دون أن يجرح مشاعرك، وحاول أن تعوض الفراغ الذي تتركه المواقف السلبية بنفسك من خلال التنزه والقيام بأفعال محببة من قلبك.

### الفكرة الرابعة

اعمل على تطوير هويتك وشخصيتك، احرص على أن يكون لك في هذا العالم بصمة وطابع لا يشبه الآخرين، فليس منطقي أن تكون نسخة مستنسخة عن البعض، تفكر بعقلهم وتشعر بشعورهم، انظر لميولك إلى أين سيقودك وانطلق.

### الفكرة الخامسة

نشير في ملخص كتاب إنسان بعد التحديث حول الفكرة التي أتى بها الدكتور شريف عرفة أن الإنسان بإحدى مراحل التطور التي يعيشها سيحب فهم الحياة من منظور جديد ومختلف وعميق، فن ترضيه السطحية في الأمر.

لا شك أن الوصول لمرحلة الحكمة وفهم كل الناس المحيطين بك شيء صعب للغاية ولكن لا بأس من المحاولة والتجربة فلهذه الخطوة انعكاس إيجابي على تفاصيل الحياة التي تحياها.

#### الفكرة السادسة

النضج العاطفي مهم أن تصل لتلك المرحلة وألا تستهين بها فهي قادرة على أن تغير مسار حياتك ومن أجل أن تستحوذ عليها يجب أن تفهم مشاعرك وأحاسيسك في البداية قبل أن تفكر في فهم مشاعر الآخرين، فكيف ستنجح في تجربتك معهم وأنت تجهل عن نفسك الكثير، ومن أجل فهم الآخرين حاول أن تقرأ لغة الجسد المنطوقة أمامك والصادرة عنهم، من خلال هذا الأمر سنترجم أحاسيسهم المصوبة اتجاهك دون أن يتفوهوا بها.

#### الفكرة السابعة

اعكف على تطور مشاعرك فمن غير المنطقي أن تبقى بحالة جمود مملّة وثبات، فلم لا تعود للحظات الجميلة التي عشتها بوقت سابق وتستذكرها حتى تشعر بمشاعر جميلة، لم لا تتذوق الحياة بشكل إيجابي وتبعد عنك الأفكار السلبية.

#### الفكرة الثامنة

نشير لفكرة الكاتب حول ضرورة أن يخوض الإنسان تجربة دينية في حياته فهي المسؤولة عن إخراجه من شريعة الغاب التي يعيشه وتسلّك له الدروب للوصول لمنطقة أمنة.

#### الفكرة التاسعة

اقرأ واقفك بشكل صحيح وحاول أن تكون اجتماعياً قدر المستطاع وكن متفانلاً بشكل دائم وجرب خوض تجارب جديدة في حياتك.

#### اقتباسات من كتاب إنسان بعد التحديث

رصدنا لك في [تلخيص الكتاب](#) بعض الاقتباسات المهمة وهي:

- "لا تعزل نفسك عن الحياة كي تتجنب مشاكلها بل خض غمارها حتى إن كان هذا يعرضك لصعوبات أكبر."
- "إننا نعيش في هذه الدنيا مرة واحدة فقط فلماذا لا نرتقي لنعيشها بأفضل طريقة ممكنة؟"
- "إذا أردت أن تعرف من يتحكم في حياتك فكر في الجهة التي لا تسمح لك في انتقادها."
- "فشلت الحضارة في غرس الرقابة الذاتية على أوامر السلطة وهو ما يهدد بقاء البشرية."
- "حافظ على حقك في التفكير فحتى التفكير الخاطئ أفضل من ألا تفكر على الإطلاق."
- "الإنسان العادي لا يولد إنسان عادي بل يتعلم ويكتسب الكثير من الخبرات كي يستطيع أن يصبح إنساناً عادياً."
- "الذكاء العاطفي صفة من صفات المتطورين نفسياً."