



خوشبختی با چشم بسته

مادران هنرمند، چگونه فرزندان قناعت پیشه تربیت می‌کنند؟

○ زینب اسدالله‌زاده



نتیجه‌ای خوشایند برای خانواده حاصل بیاید. برای آن‌که نتیجه آن چنان که می‌خواهیم ظریف و دقیق از آب در بیاید، باید فکر شده مسیر را انتخاب کنیم و چاشنی‌های لازم را به کار بگیریم. در ادامه پیرامون نکاتی خواهیم گفت که به شکل‌گیری قناعت سالم کمک می‌کنند. قناعتی که نه مصداق خساست باشد و نه ممزوج با اسراف و قناعت‌نمایی.

۱. شروع از خود

یقیناً آنچه بیش از سخن و نصیحت به دیگران مسائل را می‌آموزاند، عمل ماست. مادری که خود در امور و مصارفش قناعت پیشه می‌کند، نه تنها بهترین الگو برای فرزندان محسوب می‌شود، بلکه می‌تواند به سبک رفتاری همسرش نیز جهتی به سوی قناعت بدهد. به خلاف وقتی که مادر یا همسری بدون توجه به مقاصد خانواده، هر جا و هر مقدار که خواست هزینه می‌کند و این پیام را به فرزندان خود می‌دهد: «هدف آن قدرها هم ارزشمند نیست که به خاطرش از خواسته‌های

فرهنگ یک خانواده بیش از هر کس دیگری متأثر از سیاست‌های رفتاری مادر خانواده است. اوست که با هر لقمه‌ای که در دهان فرزندانش می‌گذارد، ذره‌ذره افکار و عقایدش را در جان آن‌ها می‌نشاند. او با تأیید برخی رفتارها، اجازه ریشه دواندن آن‌ها در خانه را می‌دهد. همچنین با نقد پاره‌ای دیگر از رفتارها، مانع از خودنمایی بیشتر هر آن چیزی می‌شود که برای محیط خانواده مضر است. مادر، می‌تواند اعضای خانواده را به سوی تفکر بیشتر سوق دهد تا جزئیات فرهنگ خانواده خود را بهتر شکل دهند. فرهنگ یک خانواده، اصول اخلاقی، رفتاری و سبک تفکری است که افراد در محیط خانواده می‌پذیرند، می‌آموزند و در زندگی فردی و اجتماعی خود به کار می‌گیرند. بخشی از این فرهنگ موردنظر، به مفهوم قناعت تعلق دارد. قناعت گوشه‌ای از فرهنگ خانواده است که ظرافت‌های بسیاری برای شکل‌گیری صحیح و منسجم آن باید به کار بسته شود. ظرافتی که تنها از یک خانم هشیار و هوشمند بر می‌آید. کسی که بتواند جوانب امر را به گونه‌ای انتخاب و جای‌گذاری کند تا از پس آن

”

برای آن‌که نتیجه آن چنان که می‌خواهیم ظریف و دقیق از آب در بیاید، باید فکر شده مسیر را انتخاب کنیم و چاشنی‌های لازم را به کار بگیریم.

دلمان بگذریم». ما وقتی پذیرفتیم که قناعت برای سبک زندگی مان یک امر ضروری است، طبیعی است که باید پا گذاشتن بر روی بسیاری از خواسته‌های دل را نیز بپذیریم. پیشگام این امر در خانه چه کسی است جز مدیر آن خانه، یعنی مادر...؟

۲. فراهم نکردن تمام خواسته‌ها

همیشه میل درونی والدین بر این است که تا حد توان هرچه فرزندان طلب می‌کنند را برایشان فراهم کنند؛ و این علتی جز عشق بی‌قید و شرطشان به فرزند ندارد. غافل از این که حاصل این رفتار، دور شدن عزیزانشان از مفهوم قناعت است. قناعت یعنی گاهی در زندگی باید بر روی آنچه می‌خواهی و می‌پسندی، چشم‌بندی. چگونه یک کودک، نوجوان یا حتی یک جوان می‌تواند درکی از چشم‌پوشی داشته باشد در حالی که همیشه هرچه خواسته فراهم شده است؟ منظور از فراهم نکردن خواسته‌ها، لزوماً نه گفتن و رد تمام آن‌ها نیست؛ بلکه می‌تواند با به تعویق انداختن اجابت برخی از خواسته‌ها، طعم قناعت را به فرزندان چشانند.

۳. پاداش‌های کوچک در قبال چشم‌پوشی

در ابتدای نهادینه کردن یک رفتار، استفاده کردن از پاداش می‌تواند نتیجه بخش باشد. در مورد قناعت بهتر است که بیشتر از پاداش‌های معنوی بهره برد. مثلاً اگر کودکی در مورد اشتیاقش برای خرید یک اسباب‌بازی گران‌قیمت کوتاه آمد، نیم‌ساعت بازی بدون هزینه در پارک محله را برایش در نظر بگیریم. به مرور که قناعت تبدیل به اخلاقی درونی برای او شد، می‌توان فواصل و مقدار پاداش‌ها را کم کرد.

۴. طعم شیرین قناعت؟

چندان معقول نیست که توقع داشته باشیم قناعت طعمی شیرین و دل‌خواه برای فرزندان داشته باشد؛ اما باید مراقب باشیم آن قدر گس و تلخش نکنیم که در فرزندمان حس نفرت و میل به فرار از آن به وجود بیاید. به هر حال هر نرسیدنی حداقل در ابتدا حس ناخوشایند شکست را به دنبال می‌آورد؛ ولی یک مادر هشیار، مادری است که مانع توالی خسته‌کننده این شکست‌های کوچک یا بزرگ شود. همچنین باید توجه داشت که مرز میان قناعت و خساست بسیار باریک است و سخت‌گیری‌های بی‌جا برای مال‌اندوزی هرگز از اهداف قناعت نیست.

۵. آوانتاژ

بد نیست گاهی وقت‌ها استراحت بدهید و خواسته‌های هرچند غیر ضروری فرزندان را اجابت کنید. این اجابت، فرصت تنفسی است که برای ادامه مسیر نیرو می‌بخشد و کمک می‌کند تا فرزندان راحت‌تر با قناعت کنار بیایند و آن را به عنوان یک مسلک سودمند و مفید برای آینده زندگی بپذیرند.

۶. توضیح

اگر برای هر یک از فرزندان متناسب با سن و درکشان از مزایای مادی و معنوی قناعت بگوییم، دید آن‌ها را نسبت به این مهم مطلوب‌تر خواهیم کرد. مثلاً برای کودک خردسال با تمثیل و قصه و برای فرزند نوجوان با استدلال و برهان می‌توان قضیه را توضیح داد؛ اما اصرار بر توضیحات مکرر و اضافه، راه به جایی نخواهد برد. باید کمی هم اجازه داد که فرزند خود بیندیشد و تجربه کند و نیکی‌های قناعت را با اندیشه و تأمل به دست بیاورد؛ چرا که تنها از همین طریق، یعنی زمانی که فرزندان خود به باور درونی نسبت به این مسئله برسند، می‌توان توقع تداوم قناعت در زندگی او را داشت.

چگونه یک کودک، نوجوان یا حتی یک جوان می‌تواند درکی از چشم‌پوشی داشته باشد در حالی که همیشه هرچه خواسته فراهم شده است؟