

در مسیر الگوهای ناب

اهمیت ترویج سبک زندگی اسلامی ایرانی در گام دوم انقلاب اسلامی

تهیه و تنظیم: کریم عباسی اول
دکترای تخصصی روان‌شناسی تربیتی

مقدمه

کلیدواژه‌ها: تربیت، تفکر، الگوسازی، الگوپروری، آموزه‌های دینی، مشاهده، قضاوت، سبک زندگی، عقل معاش، کنترل، مدیریت، ایثار، گذشت، محبت، دعا، اخلاص

الگوسازی و الگوپروری خانواده برای تعالی جامعه بسیار مهم و حائز اهمیت است و نکته مهم در این مسیر، تقلید آگاهانه است. در اسلام، سبک زندگی سه محور اعتقادات، اخلاقیات و وظایف عملی استوار است. محرم و صفر فرصتی مناسب برای اندیشه در شناخت الگوهاست؛ فرصت دریافت درس زندگی، ایثار و آزادگی است.

خانواده قرآنی نه مردسالار است و نه زن‌سالار یا کودک‌سالار، بلکه حق‌سالار است در آن و حقوق و مسئولیت‌های هریک روشن است. ایثار و گذشت و محبت در آن موج می‌زند. یکی از موضوع‌های مهمی که شناختن آن در گام دوم انقلاب اسلامی برای مشاوران ضرورت دارد، سبک زندگی اسلامی ایرانی است؛ چرا که این سبک آموزه‌های دینی را به زبان ساده بیان می‌کند. آنچه انسان در طول قرن‌های متمادی به وجود آورده، نتیجه و حاصل قدرت فکری اوست. عاملی که در تداوم و رشد انسان نقش تعیین‌کننده‌ای دارد، قدرت تفکر انسان است. اسلام بیشتر از ادیان و مکتب‌های دیگر بر تعقل، تفکر، تأمل و دانش تأکید کرده است. پیامبر بزرگ اسلام (ص) در وصیت خود خطاب به **حضرت علی (ع)** می‌فرماید: «ای علی! فقری سخت‌تر از نادانی نیست و مالی بهره‌دهنده‌تر از خردمندی نیست. هیچ چیز هراسناک‌تر از خودبینی، هیچ نوع همکاری نیکوتر از مشورت کردن، هیچ نسبت خانوادگی مانند خوش‌خلقی و هیچ عبادتی مانند تفکر نیست.»

در برخی از «احادیث» وارد شده است که یک لحظه اندیشیدن از عبادت‌های فراوان برتر و پرارزش‌تر است. الگوسازی و الگوپروری خانواده برای تعالی جامعه بسیار مهم و حائز اهمیت است و در این مسیر آنچه اهمیتی دارد اینک انسان تقلیدگر است. از یک سو تقلید از رفتارهای خوب، مخصوصاً اگر از روی اندیشه و آگاهی و برای اصلاح صورت بگیرد، مثبت و مایه نعمت است. اما از سوی دیگر، تقلید کورکورانه نشانه بدبختی و ذلت انسان است و مادامی که آدمی احساس نیاز و احتیاج نکند، به آن دست نخواهد زد. تجربه‌ها نشان می‌دهند، افرادی که با الگوپذیری از شخصیت‌های برجسته دینی، علمی و با در نظر داشتن تعالیم مذهبی راه و روش زندگی خود را انتخاب کرده‌اند، در جامعه مؤثر واقع شده‌اند. از سوی دیگر، افرادی که با تقلیدهای بی‌قید و شرط و پشت‌پازدن به راه و روش قراردادی در خانواده و رفتن به مسیر غرب از حقایق زندگی و درک و فهم فاصله گرفته‌اند، زمینه گمراهی را فراهم کرده و برای جامعه مضر بوده‌اند.

اهمیت و ضرورت مسئله

یکی از عوامل مؤثر در رفتار فرد «خانواده» است. محیط خانه اولین و بادوام‌ترین عاملی است که در رشد شخصیت افراد تأثیرگذار است. چنانچه می‌دانیم، کودک خصوصیتی را از والدین خود به ارث می‌برد و از این راه پدر و مادر زمینه پیشرفت افراد را فراهم می‌سازند. نفوذ والدین در کودکان تنها به جنبه‌های ارثی محدود نیست. در آشنایی کودک با زندگی جمعی و فرهنگ جامعه نیز خانواده نقش مؤثری ایفا می‌کند. موقعیت اجتماعی خانواده، وضع اقتصادی آن، افکار و عقاید، آداب‌ورسوم، ایده‌آل‌ها و آرزوهای والدین و سطح تربیت آن‌ها در طرز رفتار کودکان نفوذ فراوان دارد. کودکان مانند بزرگسالان امور را به سرعت تعمیم می‌دهند. وقتی کودک رفتار والدینش را می‌بیند، تصور می‌کند دیگر بزرگسالان نیز همین‌طور عمل می‌کنند. یعنی آنچه دربارۀ پدر و مادرش درک می‌کند، به دیگران تعمیم می‌دهد. با این مقدمه می‌توان گفت: «طرز برخورد والدین با یکدیگر، با کودکان، و با سایر افراد در نحوه قضاوت کودک مؤثر است.»

هدف پژوهش

ملتی قوی و ارزشمند است که از بلوغ فکری برخوردار باشد. رسالت مهم معلمان و والدین باید این باشد که فکر کردن را به دانش‌آموزان تعلیم دهند تا انسان به تدریج به فکر کردن عادت کنند. هنوز در جامعه ما بیشترین توجه‌ها معطوف به انباشته کردن معلومات است. هر کس حافظه‌ای قوی داشته باشد، بیشتر مورد توجه قرار می‌گیرد تا آن کسی که بهتر می‌تواند فکر کند. اولیا باید راه اندیشیدن را به فرزندان خود بیاموزند و به جای اینکه مغز آنان را از محفوظات عاطل و باطل که در تمام مدت زندگی و عمرشان از آن بهره نخواهند برد پر کنند، بکوشند اندیشیدن و تدبیر را به آنان تفهیم کنند. بر این اساس، هدف مقاله حاضر بررسی گام دوم انقلاب اسلامی بر مبنای سبک زندگی اسلامی ایرانی است.

مفهوم سبک زندگی اسلامی - ایرانی

«سبک زندگی» مجموعه‌ای از نگرش‌ها، گرایش‌ها، رفتارها، باورها، اعتقادات، عمل‌ها و سلیقه‌های فرد یا گروه است. «فرهنگ» و «روش زندگی» در مقایسه با «سبک زندگی» مفهوم‌های عام‌تری تلقی می‌شوند. در مطالعات اولیه در حوزه سبک زندگی، بر رفتارها و فعالیت‌های عینی تأکید می‌شد، اما به تدریج ارزش‌ها و نگرش‌ها نیز به‌عنوان عناصر مهم در تعریف‌های سبک زندگی نمایان شدند. از این رو، برای سبک زندگی مؤلفه‌های متعددی، از جمله مؤلفه‌های اجتماعی، عبادی، اخلاقی، اقتصادی، خانواده، سلامت، تفکر و علم، دفاعی - امنیتی و زمان‌شناسی برشمرده‌اند که هم جنبه‌های عینی و هم جنبه‌های ذهنی زندگی را دربر می‌گیرند. سبک زندگی امروزه در مرز تبدیل شدن به یک دانش است. سبک زندگی اسلامی، سبکی از زندگی است که باورها و ارزش‌های اسلامی بر آن حاکم است. در اسلام، سبک زندگی براساس سه محور اعتقادات، اخلاقیات و وظایف عملی استوار است. تعالیم اسلام، تمام وظایف زندگی را پوشش می‌دهند و سبک زندگی برگرفته از آن، سبک زندگی مطابق با فطرت انسانی است.

مؤلفه‌های سبک زندگی

منظور از عناصر و مؤلفه‌های سبک زندگی رفتارهایی هستند که فرد یا اعضای یک گروه یا جامعه‌ای خاصی به آن‌ها عادت کرده و خو گرفته‌اند. همچنین اموری هستند که مصداق عینی سبک زندگی محسوب می‌شوند؛ اموری مانند نحوه صحبت کردن، نگرش‌ها، شیوه تغذیه، خودآرایی، نوع پوشاک و پیروی از مد، محل سکونت و نوع مسکن، تزیینات، معماری و اثاثیه منزل (مانند، تلویزیون، یخچال، ماشین لباسشویی و ماشین ظرفشویی)، نوع وسیله حمل‌ونقل، شیوه‌های گذران اوقات فراغت و تفریح، فعالیت‌های ورزشی، مصرف کالاهای فرهنگی و هنری (مانند مطالعه کتاب، روزنامه و مجله، تماشای تلویزیون، رفتن به سینما، نمایش و موزه، استفاده از وسایل الکترونیکی (مانند، رایانه و اینترنت)، رفتارهای دینی و اخلاقی، ارزش‌های سیاسی، الگوهای زندگی خانوادگی و ازدواج، سبک‌های تربیت کودک (برای مثال، میزان سخت‌گیری و رعایت انضباط و نظافت)، الگوهای روابط اجتماعی (در ارتباط با اعضای خانواده، خویشاوندان، دوستان، همسایگان و همکاران) و نظایر آن.

از آنجا که جهان هستی به اقتضای حکمت بالغه الهی، با هدفی خاص آفریده شده و به مقتضای «کل له قانون» در این راستا در حرکت است، انسان نیز بالطبع و بالتبع باید هدف‌دار باشد. از میان همه مخلوقات جهان، برای انسان که افضل مخلوقات و عصاره خلقت است، والاترین هدف، یعنی رسیدن به مقام «خلیفة الهی» در دنیا و وصول به مقام «مثل‌اللهی» در نهایت منظور شده است. انسان برای رسیدن به این هدف به شناخت، تعلم و تفکر، تزکیه و تربیت نیاز دارد. ارتباط و دلبستگی نوجوان به معلمان تأثیر زیادی روی علاقه‌ها، نگرش‌ها، تفکرات و تمایل‌های وی بر جای می‌گذارد. به همین خاطر هر چه ارتباط و علاقه به شکل‌ها و رنگ‌های گوناگون در آید، اساس آن به شخصیت معلم، میزان ایمان معلم به شغل خود، مقدار درک و شناخت وی نسبت به مرحله نوجوانی و طریقه حل مشکلات آن بستگی دارد.

سبک زندگی از دیدگاه مقام معظم رهبری

رهبر انقلاب اسلامی در تشریح مفهوم سبک و فرهنگ زندگی، به مسائلی نظیر خانواده، ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، تفریحات، کسبوکار و رفتارهای فردی و اجتماعی در محیط‌های گوناگون اشاره می‌کنند و می‌فرمایند: «در واقع سبک زندگی به همه مسائلی بر می‌گردد که متن زندگی انسان را شکل می‌دهند.» در معارف اسلامی، اصطلاح «عقل معاش» در مفهوم جامع خود، مترادف مفهوم سبک و فرهنگ زندگی است و در قرآن کریم نیز آیات فراوانی در این زمینه وجود دارد. ایشان با تأکید بر اینکه بدون پیشرفت در بخش حقیقی تمدن‌سازی نوین اسلامی، یعنی «سبک و فرهنگ زندگی»، هدف‌های این تمدن بزرگ محقق نخواهند شد افزودند: «متأسفانه ما در این بخش پیشرفت چشمگیری نداشته و مثل بخش اول، یعنی علم و صنعت و نظایر آن پیشرفت نکرده‌ایم.»

رهبر انقلاب اسلامی آسیب‌شناسی و علت‌یابی در زمینه فقدان پیشرفت لازم در بخش سبک و فرهنگ زندگی را ضروری خواندند و با دعوت از اندیشمندان حوزه و دانشگاه، نخبگان سیاسی و فکری، دستگاه‌های مرتبط با فرهنگ و تعلیم و نیز جوانان خاطر نشان کردند: «در این زمینه باید همه به خود نهیب بزنیم و ضمن تلاش جدی برای آسیب‌شناسی، به چاره‌جویی و جست‌وجوی راه‌های علاج بپردازیم.»

(کام دوم انقلاب اسلامی)

مشاوران چگونه می‌توانند سبک زندگی اسلامی را به دانش‌آموزان بیاموزند؟

ایجاد و حفظ روابط میان فردی، مهارت تفکر خلاق، مهارت تفکر انتقادی، مهارت همدلی، مهارت مقابله با هیجان‌های منفی و مهارت مقابله با استرس. یکی از وظایف مشاوران آموزش مهارت‌های زندگی به کودکان و نوجوانان است. مثلاً کنترل و مدیریت استرس یکی از مهارت‌های روانی است که کودک باید آن را در خانواده بیاموزد. از تغذیه سالم گرفته تا ورزش، روابط اجتماعی و ... همه مورد توجه اسلام هستند و اسلام دستورات متعددی در حوزه‌های گوناگون دارد. بی‌تردید تنها راه مقابله با سبک زندگی غربی که در آن زندگی فردگرایانه ترویج می‌شود، احیای سبک زندگی اسلامی است. دین اسلام دینی

در سبک زندگی اسلامی که مبتنی بر آموزه‌های دینی است، الگوسازی و الگوپذیری یکی از روش‌های طبیعی در تربیت فردی و اجتماعی است. در نظام تربیتی و اخلاقی اسلام نیز از مدل‌پردازی در تربیت با عنوان «سوه‌سازی» یاد می‌شود. مشاوران از طریق آشنایی با سیرة عملی معصومین می‌توانند ابعاد متفاوت سبک زندگی اسلامی را، اعم از عینی و ذهنی، به کودکان آموزش دهند. برخی مهارت‌های زندگی عبارت‌اند از: مهارت تصمیم‌گیری، مهارت

فردی و اجتماعی است و برنامه‌هایی که ارائه می‌دهد، هم ناظر به فرد است و هم ناظر به جمع. حتی می‌تواند فردیت فرد را نیز در متن جامعه معنا کند. از سوی دیگر، انسان موجودی کاملاً اجتماعی است که به برقراری ارتباط با دیگران نیاز دارد. ماه‌های محرم و صفر فرصتی مناسب برای اندیشه در شناخت الگوهاست؛ فرصت دریافت درس زندگی، ایثار و آزادگی است. حوادث ماه محرم و صفر از جمله حوادثی هستند که باید علت یا علت‌های اصلی آن‌ها را در سال ۶۱ هجری قمری و یا چند سال پیش از آن جست‌وجو کرد. **امام حسین (ع)** هرگز نمی‌توانست مردمی را که نیازمند رهبری او بودند، رها کند؛ مبدا که قیامش به نتیجه نرسد. بنابراین باید دعوت مردم را می‌پذیرفت و نزد آن‌ها می‌رفت. تکلیف مردم این بود که به حکم پیمان با امام خود، تا پایان مبارزه با کفر در کنار امام بایستند. امروز می‌بینیم که سال‌ها از قیام امام حسین (ع) می‌گذرد، اما سال‌به‌سال عاشقان آن امام همام، عشق خود به امام حسین (ع) و یاران و اصحاب امام را با عزاداری‌ها نمایان می‌کنند.

حضرت سیدالشهدا (ع) تربیت‌شده دامن **حضرت زهرا (س)** است که به‌عنوان برترین بانوی اسلام، بهترین الگو برای زنان و مردان جهان محسوب می‌شود. خانواده‌های موفق با تاسی از همین الگوهای ماندگار مسیر رشد و تعالی را طی خواهند کرد. این همان شرایطی است که دشمنان اسلام تحمل آن را ندارند. به همین دلیل به توطئه و فتنه روی می‌آورند و می‌کوشند با ایجاد فتنه و توطئه، نقش‌های خود را عملی کنند، اما همیشه هم مایوس شده و می‌شوند. در دین مقدس اسلام بنای زندگی بر مودت و رحمت استوار است و تکامل آن بر اساس بصیرت و مراقبت در خور شأن اعضای خانواده و با رعایت جنبه‌های ایمانی و اخلاقی و در واقع جهاد با نفس میسر می‌شود. به‌طوری که زوجین در جهت تحکیم خانواده باید به آن متعهد باشند و با مسئولیت‌پذیری هدفمند در تربیت فرزندان، زمینه آرامش را در کانون گرم خانواده فراهم آورند. معلم اول کودک پرورش‌یافته در خانواده قرآنی، والدین به‌ویژه

پدر است که با زبان کودکان، رساترین و عمیق‌ترین مطالب تربیتی و اعتقادی را بیان می‌کند و به او درس زندگی می‌آموزد. «يَا بَنِيَّ أَقِمِ الصَّلَاةَ وَامْرًا بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاصْبِرْ عَلَى مَا أَصَابَكَ». در این خانواده دختر و زن، جنس دوم و سربرار خوانده نمی‌شود، بلکه کسی است که خداوند از حقوق او دفاع می‌کند: «وَإِذَا الْمَوْؤُودَةُ سُئِلَتْ بِأَيِّ ذَنْبٍ قُتِلَتْ». در موارد اختلاف، دادگاه خانواده قرآنی عامل سردی و جدایی نیست، بلکه دادگاهی خانوادگی است که با حضور بستگان زوجین و نه بیگانگان، اسرار و کرامت آن‌ها بر باد نمی‌رود: «وَأِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَانْعَسُوا حَكْمًا مِّنْ أَهْلِهِ وَحَكْمًا مِّنْ أَهْلِهَا». اگر گاهی به سبب مصلحت سهم ارث زن و مرد با یکدیگر برابر و گاه متفاوت است، اما در ویژگی‌های انسانی، زن، شوهر، دختر و پسر خانواده قرآنی برابرند: «ان المسلمین و المسلمات و المؤمنین و المؤمنات ... اعدائهم لهم مغفرة و اجرا عظيماً». خانواده قرآنی نه مردسالار است، نه زن‌سالار یا کودک‌سالار، بلکه حق‌سالار است و حقوق و مسئولیت‌های هر یک از اعضای خانواده روشن است. ایثار، گذشت و محبت در آن موج می‌زند. والدین برای فرزندان و فرزندان برای والدین و همسران برای نیک‌بختی یکدیگر دعا می‌کنند: «رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَارْحَمْنَاهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا وَاجْزِهِمَا بِالْإِحْسَانِ إِحْسَانًا وَبِالسَّيِّئَاتِ عَافِيًا». و نیز: «رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ أَمَامًا». الگوی این خانواده خاندان مطهری است که سوره مبارکه «هل اتى» و آیه تطهیر در شأن آن‌ها نازل شد: «أَلَمْ يَأْتِ اللَّهُ لِيَذْهَبْ عَنْكُمْ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيَطْهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا». در این خانواده ملاک برتری تقواست: «إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ اتَّقِيكُمْ». عفاف و حجاب از کودکی به فرزندان آموزش داده می‌شود: «ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صُلُوهِ الْفَجْرِ...» کنیز و غلام آن از برترین حقوق بشری برخوردارند و همه در جهت تسهیل و تسریع از دواج جوانانش گام برمی‌دارند: «وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَامَّاكُمْ». خلاصه آنکه این خانواده سرگردان نیست، بلکه برنامه زندگی‌اش از تولد تا پس از مرگ و حین زندگی برای او طراحی شده است.

تأثیر عملی سبک زندگی اسلامی ایرانی

۱. باورهای مذهبی میان والدین و فرزندان تقویت می‌شود.
۲. صداقت و اعتماد در میان اعضای خانواده افزایش می‌یابد.
۳. از اختلافات خانواده کاسته و از طلاق والدین جلوگیری می‌شود.
۴. نظم و مسئولیت‌پذیری بین اعضای خانواده بیشتر می‌شود.
۵. وحدت، همدلی و هم‌رنگی میان والدین و فرزندان به وجود می‌آید.
۶. شبکه ارتباطی سالمی با رعایت حقوق طرفین بین اعضای خانواده برقرار می‌شود.

منابع

۱. قرآن کریم.
۲. فقه فقه‌الرضا: روایات منسوب به حضرت امام رضا (ع).
۳. مؤسسه آل‌البیت (ع). چاپ و نشر کنگره جهانی امام رضا (ع).
۳. وبگاه لیدر.
۴. محمودکلایه، سهیلا (۱۳۸۵). خانواده مستحکم و ویژگی‌های آن. نشریه پیوند (نشریه ماهانه آموزشی- تربیتی سازمان مرکزی انجمن اولیا و مربیان وزارت آموزش و پرورش). شماره ۳۲۶. آذرماه.