

مطالب شما | طرح عملی برای تعالی در خانواده

مطالب مندرج در این جزوه، ترکیبی از مباحث استاد پناهیان و آیت الله محمد شجاعی است که توسط یکی از کاربران سایت بیان معنوی تهیه و تنظیم شده و به منظور بهره‌برداری سایر کاربران، در اختیار ما قرار گرفته است. سلسله مباحث «خانواده تعالی» استاد پناهیان یکی از منابع اصلی در تأمین محتوای این متن می‌باشد.

در زندگی خانوادگی، حفظ استحکام خانواده، بسیار مهم و لازم است، اما کافی نیست. هم در شرایطی که خانواده مستحکم است و هم در شرایطی که خانواده از استحکام کافی برخوردار نیست، برنامه‌ریزی و تلاش برای تعالی خانواده ضروری است. در واقع، رشد اجتناب ناپذیر است؛ در صورتی که افراد خانواده به دنبال رشد و تعالی نباشند، تعادل به دست آمده نیز پایدار نخواهد ماند و از طرف دیگر اگر به دنبال رشد و تعالی باشند، امید است که استحکام مطلوب نیز حاصل شود. در این زمینه، مسوولیت نخست هر کس، در مورد خودش می‌باشد. هر کس باید خود را بسازد. یعنی اولاً در زمینه مسایل شناختی کار کند و سعی کند مسایل برایش روشن شود و تقدیر خود را به عنوان یک عبد و یک شخص خاص در زندگی خانوادگی بپذیرد. ثانیاً به تکالیف خود به عنوان یک عبد و شخصی در زندگی خانوادگی آگاه شود و به آن تکالیف عمل کند [۱]. اکنون این دو گام در تعالی، شرح داده می‌شود:

۱- مسوولیت شناختی

اولین قدم تعالی در خانواده، تغییر، اصلاح و تکمیل نگاه به خانواده و تعالی انتظار از خانواده است. در زندگی خانوادگی، تعادل و استحکام کافی نیست، در تعادل باید رشد نمود. در واقع، باید دیدگاه فرد نسبت به زندگی، ازدواج، شرایط پیش آمده (تقدیر شخصی)، انگیزه رعایت اخلاق، اقسام روابط و جایگاه آن‌ها در امتحان و رشد، تعالی یابد و فرد نسبت به گستره تاثیر روابط خانوادگی و نیز لزوم فعال بودن در زندگی آگاه شود. در این‌جا به طور مختصر، به این موارد، اشاره می‌شود:

الف- تفسیر صحیح از زندگی: با تفکر و تأمل عمیق (خصوصاً در مورد مرگ و جهان آخرت) فرد باید بتواند برای ۶ سؤال اصلی « کیستم؟ از کجا آمده‌ام؟ به کجا می‌روم؟ با کیستم؟ برای چه آمده‌ام؟ به کجایم؟ و چرا می‌روم؟ » پاسخ‌های عمیق بیابد و به درک سنن الهی در دنیا، حکمت سختی‌ها و امتحانات، جبر و اختیار و اهمیت نقش‌پذیری در زندگی و... برسد.

ب- نگاه معنوی به ازدواج و خانواده: خانواده محل رشد معنوی و بیشترین امتحانات الهی است. بهترین کار خیر در خانواده است. افراد، باید به دنبال گرفتن بهره معنوی بالا از موقعیت خانواده باشند نه صرفاً حل مشکلات و مسائل. رشد معنوی و معرفتی که در خانواده حاصل می‌شود، از جای دیگر بدست نمی‌آید (چه اطرافیان خوب باشند چه بد). پس بدون نگاه به مشکلات در خانواده و مشکلات اخلاقی اطرافیان، هر کس باید در مکارم اخلاق سرعت بگیرد. برخورد خوب با خانواده باعث طولانی شدن عمر می‌شود [۲]. اثر وضعی و طبیعی ازدواج، افزایش روزی، خوب شدن اخلاق و افزایش مروت افراد، است [۳]. فرد متاهل باید خوش اخلاق‌تر از قبل شده‌باشد، اگر خوش‌اخلاق‌تر نشده، مشکل از نگاه و توقعات غلط و نداشتن مهارت لازم است. در واقع خانواده محل نفع رساندن است، نه نفع بردن (شیرینی ازدواج، به محبت کردن است نه محبت دیدن). تلقی فرد از ازدواج، قیل از لذت، محبت و ... باید آرامش باشد و این که ببینید آیا می‌تواند به طرف مقابل، آرامش دهد؟ این آرامش از طریق گناه نکردن، توکل و توجه به خدا و دور کردن صفات رذیله از خود، حاصل می‌شود. این آرامش در ارتباط با فرد دیگر، از یک سو از طریق حفظ پرده‌های حیا و ادب، میج نگرقتن، توی ذوق نزدن، نیش نزدن، بد مواخذة نکردن، آتش نزدن و ... و از سوی دیگر با کرم بی‌چشم داشت، چشاندن لذت به اطرافیان و برداشتن سختی از آنان حاصل می‌شود. در اکثر موارد وقتی چنین آرامشی برقرار شود، اطرافیان اصلاح می‌شوند ولی در موارد نادر ممکن است از خودگذشتگی یک طرف، باعث سوء استفاده طرف دیگر شود، در این صورت باید توجه داشت: ۱- چنین موقعیتی آزمایشی از طرف خداست و ۲- منافع فرد دست خداست. در واقع فرد باید توجه داشته باشد که منافع و مضار همه، دست خداست، خدا از کسانی که ایمان آورده‌اند دفاع می‌کند و چه مدافعی بهتر از خدا. از خدا باید آرامش گرفت، قطعاً با ناآرام کردن دیگران نمی‌توان منافع خود را

تأمین کرد و کسی نمی‌تواند بدون خواست خدا به کسی ضرری بزند (اگر ضرری به فرد رسیده، آزمایش خدا بوده و البته فرد ظالم مجازات خواهد شد). در جریان زندگی، باید تحمل فرد بالاتر رود و ناراحتی‌اش کمتر شود و این همان رشد معنوی است.

ج- راضی بودن به تقدیر: در دین، نارضایتی از انتخاب، معنا ندارد. هر موقعیتی که برای هر فرد، پیش آمده است، بهترین موقعیت برای رشد او است. اختلاف‌های موجود را باید دید، به رسمیت شناخت و از آن برای رشد خود استفاده نمود. در واقع، خدا محیط ما، نقطه ضعف‌های ما، تفاوت‌ها و اختلاف‌ها را طراحی کرده تا به او برسیم. از امتحان الهی نمی‌توان فرار کرد. فضای خانه، فضای مسابقه است برای بهتر شدن.

د- اصلاح و تعالی انگیزه رعایت اخلاق: آدم خلق نشده که خوب باشد بلکه خلق شده که با انگیزه درست خوب شود. فرد می‌تواند به طور ژنتیکی نکات اخلاقی را رعایت کند یا به خاطر عقل، وجدان یا منافع شخصی. اما بالاتر از اینها این است که انسان به خاطر خدا و عبد او بودن، نکات اخلاقی را رعایت کند.

اگر ایمان به خدا وجود داشته باشد، رعایت اخلاق راحت‌تر، فراگیرتر، سهل‌تر و باعث اعتلای خانواده می‌شود، شخص به اشتباه نمی‌افتد و انگیزه و مسیر، الهی می‌شود. ایمان به خدا، قیمت فضائل را مضاعف می‌کند و باعث می‌شود فرد در مشکلات زندگی از کوره در نرود. ضمناً بدون ایمان به خدا، کسب بعضی از فضائل ممکن نیست یا در سطح پائین و خودخواهانه است. اگر انسان سعی کند برای خدا زندگی کند، اولاً رفتار خودش اصلاح می‌شود، ثانیاً منافع او را خدا تأمین می‌کند، چرا که «هر کس رابطه خود و خدا را اصلاح کند خدا رابطه او و مردم را اصلاح می‌کند...» [۴]

نمونه‌هایی از اخلاق خدا محور که در اخلاق غیرخدا محور (خودخواهانه) جایی ندارد:

- در پیش آمده‌ها آرام باش، امتحان توست.
- نگذار همسرت از تو خجالت بکشد، مگر تو که هستی (در مقابل خدا)
- مواظب کوچکترین حرفی که می‌زنی باش (فکر نکن یک حرفی زدم دیگه! در اثر یک حرف بی‌جا و نسنجیده ممکن است خدا همه اعمال خوبت را نابود کند).
- به کسی شکایت همسرت را نکن (دوست داری خدا هم آبروی تو را ببرد).
- مهربان باش (همان‌گونه که مولایت مهربان است).
- جلوی ملائکه ... همدیگر را خوب صدا بزنی.
- با خدا معامله کن منتظر جواب خوبی‌ات در این دنیا نباش (پاداش آخرت بهتر است).
- با خانواده‌ات به فضل رفتار کن نه به عدل (تا خدا هم با تو به فضل رفتار کند).
- به کرات، از گناه اطرافیان بگذر، به کرات بی‌چشم‌داشت کرم کن، مدام به دیگران لذت را بچشان و سختی را از آنها بردار (بدون توجه به لیاقت آنها) و ... و این راه عزت یافتن در خانواده است

ه- لزوم سرمایه‌گذاری در روابط اجباری: خوب بودن در روابط اجباری (که کاملاً امکان انتخاب و به هم زدن آنها وجود دارد) هنر نیست. رشد و معنویت، در تنظیم روابط اجباری است. ارتباط با خانواده (که در واقع یک رابطه اجباری است و امکان قطع آن، به سادگی وجود ندارد) تعیین کننده رشد معنوی انسان است. با غریبه‌ها بیشتر سرگرم و خوش بودن و در خانه مهربان‌تر از بیرون خانه نبودن، نشانه بیماری است.

و- توجه به گستره تأثیر روابط خانوادگی: اگر رابطه بین زن و مرد رابطه همراه با محبت و احترام (با توجه به ویژگی‌های هر جنس) نباشد تربیت دینی فرزندان با مانع مواجه خواهد شد. خانواده، مکان تمرین ولایت‌پذیری و ولایت‌مداری است. فضای خانواده

یابد به گونه‌ای باشد که صاحب قدرت بودن خدا و محبت خدا، در آن درک شود و این مقدمه‌ای می‌شود برای پذیرفتن ولایت خداوند. نماد رازقیت و سالار بودن خدا، در مرد است و نماد مهربانی و رحمت حق، در زن. در تربیت اخلاقی برای این که جلوی هوای نفس گرفته شود به دو عامل خوف و رجا نیاز است. در خانه نقش اختصاصی مادر، محبت است که فرزند از روی محبت، از مادر اطاعت کند و نقش اختصاصی پدر، سالار بودن است که فرزند از روی تواضع، از پدر اطاعت کند. اگر مادر در خانه محبوب باشد، فرزند خطای مخفیانه نمی‌کند و اگر پدر محترم باشد، جلوی خطاهای علنی گرفته می‌شود. اگر رابطه بین پدر و مادر، رابطه صحیحی باشد زندگی شاداب‌تر می‌شود (افراد بدخلقی نمی‌کنند و مهربان‌تر می‌شوند) و در تربیت فرزندان نیز موثر است: جلوی گناه مخفیانه و آشکار بچه‌ها گرفته می‌شود (ولایت مدار می‌شود)، دخترها تبرج نمی‌کنند و احتیاجی به این کار ندارند، پسرها دچار هرزگی نمی‌شوند، احترام به پدر و مادر و اطاعت از آنها سهل می‌شود، فرزند از محبت اصیل برخوردار می‌شود و در نتیجه نیاز عاطفی متورم (عقده) نخواهد داشت و این مساله، در زندگی خانوادگی آینده فرد بسیار مؤثر است: این فرد در زندگی خانوادگی‌اش دعوای بی‌ربط نمی‌کند، از خطای همسر اغماض می‌کند، به کم قناعت می‌کند و برای خود ارزش معنوی قائل است.

ز- لزوم فعال بودن در زندگی: شیرینی، لذت، محبت و شادی و نشاط در زندگی، کسب کردنی است و با فراهم کردن مقدمات و برنامه‌ریزی بدست می‌آید. در این راستا، دستورات اخلاقی دین، برای این وضع شده‌اند که افراد همه لحظه‌های عمر را زندگی کنند و بتوانند لذت زیادتر و مداوم را با رعایت احکام اسلام تجربه کنند. فعال بودن، به فکر بودن و برنامه‌ریزی باعث لذت بیشتر می‌شود. زندگی بدون برنامه و منفعلانه باعث از بین رفتن استعداد لذت بردن در درون انسان می‌شود، فرد بی‌حوصله و خسته می‌شود، به هیجان‌های مضر و کاذب احساس نیاز پیدا می‌کند، اهل کینه‌توزی می‌شود، بیماری‌های جسمی و عصبی سراغش می‌آیند، به سمت گناه می‌رود تا بلکه به لذت برسد (و نمی‌رسد) و در نتیجه نمی‌تواند شاکر باشد و از خدا دور می‌شود.

همسران برای ایجاد، افزایش و دوام محبت و عشق بین خودشان نیز باید برنامه‌ریزی داشته باشند. اگر بعد از چند سال، عشق اولیه با برنامه‌ریزی و عمل، پخته نشود به سردی می‌گراید. همسران اگر به دنبال زندگی برتر و خانواده عالی و پرانرژی نباشند، سوهان روح همدیگر می‌شوند، کم حوصله، افسرده و کینه‌توز می‌شوند، اخلاق تند می‌کنند و کمترین بدی‌ها را از یکدیگر تحمل نمی‌کنند.

۲- مسوولیت عملی

علاوه بر این که باید فرد به موقعیت خود شناخت پیدا کند و به تقدیر الهی به معنای عام راضی شود، مساله بعدی این است که تکالیف خود را بشناسد و به انجام آنها مبادرت ورزد.

تکالیف عمومی که برای همه افراد و همیشه وجود دارند، عبارتند از:

۱. انجام واجبات با حضور قلب و در وقت فضیلت
۲. ترک محرّمات در همه ابعاد (عملی، اخلاقی و..)
۳. تعادل و پرهیز از افراط و تفریط در امور مباح و لذات حیاتی و عاطفی
۴. ترک عادات (هر حرکتی با نیت و عمل آگاهانه)
۵. ترک تعلقات (و مستقل ندیدن اشیاء در تاثیر مثبت یا منفی)
۶. توجه دائمی به خداوند متعال، معاد، تولی و تبری (ترک غفلت)
۷. توجه به دشمنی شیطان لعین و حذر از او
۸. مراقبت در معاشرت‌ها (از افراد شرور)

علاوه بر این تکالیف عمومی، تکالیف خاصی در خانواده و در ارتباط با همسر، وجود دارد: هر کس باید نقطه ضعف‌های خود را بشناسد و متوجه نقطه ضعف‌های مربوط به جنس خود باشد و آنها را در خود کنترل کند. از طرف دیگر تفاوت‌های بین دو جنس را بشناسد و

نیازهای جنس مخالف را بداند و درک کند. تفاوت‌های مرد با زن، محل امتحان و آزمایش زوجین است. همه باید رشد کنند و رشد در بستر اختلاف است. نباید افراد به جای تغییر خود، صرفاً به دنبال تغییر محیط باشند، نباید به دنبال آن زندگی بگردند که در آن نیازی به مبارزه با نفس نباشد، خودسازی را نباید عقب انداخت.

در اختلاف، یا حق با فرد هست یا نیست. اگر حق با او نباشد، با دیدن امتیازات روحی و اخلاقی طرف مقابل، نقائص خود را می‌یابد و تغییر را شروع می‌کند. ریاضتی که انسان برای برطرف کردن یک عادت درخود تحمل می‌کند، محل ارتباط با خدا و رشد او می‌شود. اگر حق با او باشد، به خاطر امتیازات روحی و اخلاقی خدادادی شاکر نعمت‌های خدا می‌شود. فردی که تفاوت‌های زن و مرد را درک می‌کند، آستانه تحملش بالاتر می‌رود و می‌تواند با امتیازات خود، نقائص دیگری را ببوشاند. در این صورت فرد با عفو و اغماض و ... رشد مضاعف می‌کند.

زندگی موفق، آن است که زن و شوهر از فرصت، برای رشد خودشان استفاده کنند. دعوت اسلام، دعوت به رشد است نه صبر. در روایات، توصیه‌هایی به هر یک از دو جنس (زن و مرد) داریم. از اینجا مشخص می‌شود که آن زمینه‌ها برای آن جنس اولاً فضیلت است ثانیاً به راحتی به دست نمی‌آید و کار بیشتری لازم است. دو توصیه کلیدی وجود دارد که با رعایت آنها، برکات زیادی شامل حال خانواده می‌شود:

الف- زن در مقابل مرد تواضع داشته باشد و سعی کند در هر شرایطی غرور و عزت نفس مرد را حفظ کند. خیلی مهم است که غرور مرد شکسته نشود. در این زمینه زبان زن خیلی اهمیت می‌یابد. اگر مرد با زبان زن تغذیه نشود، ممکن است دچار کمبود محبت و عدم تعادل روحی شود. زن باید با زبان خود، عظمت مرد را حفظ کند (نه تنها زبان خردکننده نداشته باشد بلکه با زبان لطیف، از مرد تعریف کند). در کنار استفاده مناسب از زبان، اطاعت عملی هم مهم است. در واقع نیازهای اصلی مردان عبارتند از: نیاز به احساس عزت (و حفظ غرور)، نیاز به شنیدن تعریف از توانمندی‌هایشان و نیاز جنسی؛ تکلیف اصلی زنان، حول این موارد است.

ب- مرد نسبت به زن مهربان باشد، به زن محبت کند و سعی کند محبوبیت زن، حفظ شود. خیلی مهم است که دل زن شکسته نشود. اهدت مرد با مهربانی بدست می‌آید نه با اخم. نور معنویت است که به مومن اهدت می‌دهد.

زنان و مردان باید توجه داشته باشند که اخم و قهر (و تلاش برای گرفتن حق خود به هر قیمتی):

۱. باعث رد شدن فرد در امتحان الهی می‌شوند.
۲. در تأمین منافع شخص مؤثر نیستند، چون نفع و ضرر هر کس دست خودش نیست، دست خداست.
۳. ممکن است باعث شوند که طرف مقابل برای تأمین غرور خود، بدخلقی کند.
۴. در درازمدت امکان دارد در طرف مقابل تأثیر منفی بگذارند و باعث دروغ‌گویی، پنهان‌کاری، خطاهای مکرر به منظور خطاپوشی و ... شوند.
۵. در تربیت فرزندان تأثیر منفی دارند.

[۱]- قسمت عمده نکات ارائه شده در دو بخش (۱ و ۲)، حاصل خلاصه و دسته بندی مطالب مبحث «خانواده متعالی» از سی دی بیان معنوی ۵ استاد پناهیان است.

[۲] - تحف العقول، ص ۲۹۵

[۳] بحار الأنوار، ج ۱۰۰، ص ۲۲۲

[۴] - بحار الأنوار ج ۷۴، ص ۱۸۰

