فرآیند شکفته شدن انسان

۸

چگونه یک زندگیِ خوب داشته باشیم ؟

استاد علیرضا پناهیان

بسم الله الرحمن الرحیم

زندگی یعنی فرایندی که موجب شکوفا شدن استعدادهای انسان می شود. هرکسی تو را به کشف قدرت‌های درونی خودت وادار نکرد و مدام تو را به بیرون ارجاع داد، در واقع به تو خیانت کرده و فریبت داده است. باید بروی و آن قدرت‌های درونی خودت را پیدا کنی؛ آن‌وقت زنده‌تر خواهی شد.

شناسنامه

- موضوع : تنها مسیر برای زندگی بهتر
- سخنران : حجه الاسلام و المسلمین علیرضا پناهیان
- زمان : رمضان ۱۳۹۴ / تهران مسجد امام صادق
- تعداد کل جلسات : ۲۷
- شماره جزوه : ۸
- مرکز تولید و توزیع جزوات جبهه فرهنگی انقلاب اسلامی
- دریافت جزوات دیگر : markazejozveh.ir

انسان اسیر علاقه‌های خود

در جلسات قبل زندگی را مبتنی بر گرایش‌ها و علاقه‌ها تعریف کردیم و گفتیم: زندگی یعنی مدیریت علاقه‌ها، و تلاش و درگیری برای رسیدن به علاقه ها و همچنین تسلیم شدن به موانع و محدودیت ها. به عبارت دیگر؛ زندگی فرآیندی است برای "مدیریت علاقه‌ها در درونگ و "مبارزه در بیرون" برای رسیدن به علاقه‌ها، البته در کنار تسلیم شدن در مقابل موانع و محدودیت‌ها. زندگی ترکیبی از این سه فرآیند است منتها در ظرف مقدرات الهی، نه در یک خلأ یا در یک فضایی که تصادفاً طراحی شده است، بلکه در ظرف مقدرات الهی است که برای هر کسی متناسب با دارایی‌های او طراحی شده است.

اگر زندگی را بر اساس گرایش‌ها تعریف کردیم به‌خاطر این است که گرایش‌ها موتور محرک روح ما یا عامل حرکت ما در زندگی هستند. انسان خیلی اسیر گرایش‌ها و علاقه‌های خودش است. همین علاقه‌های ما هستند که هدف‌های ما را تعیین می‌کنند. البته علاقه‌های ما همیشه علم را به کمک می‌گیرند و به استخدام در می‌آورند. ما اگر دوست داشته باشیم یک چیزهایی را بفهمیم، آن‌وقت است که به دنبالش می‌رویم تا بفهمیم و اگر دوست نداشته باشیم آن چیزها را بفهمیم، به دنبال فهم آنها نمی‌رویم. ما اگر دوست داشته باشیم از فهم خودمان با کمک تفکر، به نتایج عمیق‌تری برسیم، به دنبال این فهم عمیق می رویم ولی اگر دوست نداشته باشیم، فهم ما جلو نخواهد رفت.

ما نمی‌خواهیم تعریف زندگی را به موضوع گرایش ها محدود کنیم، بلکه به سایر دارایی‌ها و توانایی های انسان هم باید نگاه کنیم، به اتفاق‌های دیگری که در وجود انسان می‌افتد هم باید نگاه کنیم. البته نمی‌خواهیم چندتا تعریف مختلف ارائه بدهیم؛ تعریف اصلی همان است که مبتنی بر گرایش‌ها بیان کردیم. اما وقتی از زوایای مختلف نگاه می‌کنید، زندگی انسان یک بروز و ظهورهای دیگری هم دارد؛ مثلاً از ناحیهٔ معرفت. شما وقتی می‌خواهید گرایش‌های خودتان را مدیریت کنید، یا تلاش و مبارزه کنید و جلو بروید یا اهداف خودتان را تعیین کنید، مرحله به مرحله به

آگاهی نیاز دارید. بعضی از آگاهی‌ها را از بیرون کسب می‌کنیم، اما بعضی از آگاهی‌ها را نمی‌شود از بیرون کسب کرد و خودمان کم‌کم–در جریان زندگی– به آن می‌رسیم. این‌گونه آگاهی‌ها را اگر هم از بیرون بگیریم، صرفاً به گوش‌مان می‌خورد و کمانه می‌کند و می‌رود! مثلاً وقتی به جوان‌ها می‌گویند: «دوران پیری زود فرا می رسد» تقریباً محال است جوان این آگاهی را متوجه شود. البته هستند جوان‌هایی که فهم خیلی قوی دارند؛ مانند شهدا که قبلاً مثال زدیم و گفتیم که چقدر خوب می‌فهمیدند.

زندگی ابزار و وسیلهٔ فهمیدن است؛ عین کلاس درس

آدم مرحله به مرحله در جریان رسیدن به تمایلاتش، به آگاهی‌هایی نیاز دارد ولی اساساً خود زندگی ابزار فهم و وسیلهٔ فهمیدن است؛ عین کلاس درس، عین کارگاه، عین نمایشنامه‌ای که برای آدم اجرا می‌کنند تا یک چیزهایی را به آدم بفهمانند. آدم بعضی چیزها را باید با گوشت و پوست و استخوان خودش بفهمد، آدم بعضی چیزها را باید با زندگی کردن بفهمد.

می‌دانید چرا اسلام این‌قدر احکام و دستور صادر می‌کند؟ برای اینکه همین رفتار، سبک زندگی و نوع زندگی کردن ماست که به ما خیلی چیزها را می‌فهماند، کلاس و کتاب در درجهٔ دوم اهمیت هستند. خیلی مهم است که تو چگونه داری زندگی می‌کنی؟ آن کسی شیرهٔ زندگی را خوب می‌چشد که آن فهمی که زندگی می‌خواهد به او بدهد را دریافت کند. پس طوری زندگی کن که آن فهم را از زندگی خودت بگیری.

اصلاً فلسفهٔ این زندگی کسب معرفت است؛ معرفت به همه چیز. البته معرفت به پروردگار عالم در رأس همهٔ معرفت‌هاست. اینکه "ما در زندگی نیاز به علم و معرفت داریم" درست است. بله ما برای یک زندگی خوب نیاز به علم و معرفت داریم، ولی اصلاً زندگی فرایند رسیدن به معرفت است، زندگی خودش وسیله‌ای برای معرفت است.

بعضی از چیزها هستند که تا وقتی در جریان زندگی برای آدم اتفاق نیفتد، آدم خوب نمی‌فهمد. مثلاً شما تا پدر نشوید، نمی‌فهمید پدر شدن یعنی چه؟ شما تا زندگی نکنید بعضی چیزها را متوجه نمی‌شوید؛ و برای همین بود که به این دنیا آمده‌اید که زندگی کنید.

در تعریف زندگی گفتیم: "زندگی مدیریت تمایلات، مبارزه و تلاش و درگیری برای رسیدن به تمایلات است که فرایندی از تسلیم شدن در آن اتفاق می‌افتد البته در بستر امتحانات الهی" منتها اگر از زاویهٔ معرفت به همین تعریف زندگی نگاه کنیم، در یک جمله می‌توانیم بگوییم که زندگی وسیله‌ای برای معرفت و فهمیدن است؛ فهمیدن خیلی چیزها. کسی که عصارهٔ زندگی را کشیده و چشیده باشد و به این فهم و معرفت رسیده باشد، وقتی از این دنیا برود، خیلی مورد احترام خدا و ملائکه خواهد بود.

تعریف زندگی از یک زاویهٔ دیگر: زندگی فرایندی برای «شکفته» شدن

تا اینجا دو تعریف از زندگی ارائه دادیم. یعنی هم زندگی را از زاویهٔ محبت و تمایلات تعریف کردیم و هم از زاویهٔ معرفت. در این جلسه می‌خواهیم از یک زاویهٔ دیگر هم زندگی را تعریف کنیم، و از یک باب دیگر که خیلی مهم است هم به زندگی نگاه کنیم.

زندگی از یک جهت دیگر شکوفا شدن انسان است، زندگی فرایند پیدا شدن پنهانی‌های وجود انسان است. این را در آموزش و پرورش هم می‌گویند. مثلاً می‌گویند: "می‌خواهیم استعداد بچه‌ها شکوفا شود" پدر و مادرها هم وقتی بچه‌ها را در مدرسه می‌گذارند می‌گویند: "ببینید بچهٔ من به درد چه کاری می‌خورد؟ او را در آن زمینه رشد بدهید..." انسان فقط آن چیزی نیست که نشان می‌دهد؛ انسان استعدادهای زیادی در درون خودش دارد و زندگی فرایندی برای شکفته شدن انسان است.

نمونه‌ای از قدرت فوق‌العاده ی مغز انسان

یکی از اساتید ما در روانشناسی فیزیولوژی می‌فرمود: سلول‌های بدن انسان می‌میرد بعد یک سلول جدید جای آن ساخته و پرداخته می‌شود. لذا بدن ما همان بدن سابق نیست، بلکه شبیه همان بدن سابق است ولی این‌ها مدام دارد نو به نو عوض می‌شود. پوست و قسمت‌های مختلف بدن را توضیح می‌داد تا به مغز رسید. در مورد مغز فرمود: اما مغز از ۲۴ سالگی به بعد وقتی سلول‌هایش می‌میرد دیگر چیزی جایگزین آن نمی‌شود! ولی نگران نباشید؛ شما اگر ده‌ها یا صدها سال هم عمر کنید، و سلول‌های مغزی شما مدام کم بشوند، همان مقداری که برای‌تان باقی می‌ماند آن‌قدر اطلاعات می‌تواند ذخیره کند که به اندازهٔ علم همهٔ دانشمندان عالم هم بیشتر است!

ببینید قدرت مغز انسان چقدر بالاست! آن‌وقت ما تعجب می‌کنیم که می‌شنویم: أمیرالمؤمنین(ع) تمام دوستان خود را تا روز قیامت به اسم می‌شناسد! یک نفر آمد نزد امیرالمؤمنین(ع) و گفت: من شما را دوست دارم، آقا فرمود: نه! نام تو در فهرست دوستان من نیست! (قالَ یا أمیرَالمؤمنینَ إنّی و اللّه لاُحِبُّکَ... فقالَ ع: إنَّ رسولَ اللّه ص حدَّثَنی بألفِ حدیثٍ لکُلِّ حدیثٍ ألفُ بابٍ و إنَّ أرواحَ المؤمنینَ تَلْتَقی فی الهواءِ فتَشَمُّ و تَتَعارَفُ فما تَعارَفَ مِنها ائْتَلَفَ و ما تَناکَرَ مِنها اخْتَلَفَ و بحقِّ اللّه لَقد کَذَبتَ فما أعرِفُ وجْهَکَ فی الوُجوهِ و لا اسْمَکَ فی الأسْماءِ؛ اختصاص/۳۱۱)

این تازه قدرت و استعداد مغز است، حالا شما ببینید که روح انسان چه قدرت و استعدادی دارد! چشم و گوش انسان چه توانایی‌هایی دارد! شنوایی و بینایی یکی از استعدادهای مهم انسان است و یک نمونه‌اش این است که انسان می‌تواند به جایی برسد که حتی تسبیح گیاهان را هم بشنود.

زندگی فرایندی برای شکوفا شدن استعداد است ولی متاسفانه خیلی‌ها هستند که سال‌ها از زندگی‌شان می گذرد ولی هنوز استعدادهای روحی‌شان شکوفا نشده است. شاید به این دلیل است که از همان اول در آموزش پرورش بنا بر این است که ما استعدادهایی مانند نجاری، قصابی، بنایی و این‌قبیل چیزها را یاد بگیریم و کاری به استعدادهای روحی نداریم!

زندگی یک فرصت طلایی برای آن شکوفا شدن استعدادهاست و کسی که استعدادهایش شکوفا نشود و هیچ قدرتی را در خودش بیدار نکند و بخواهد مدام خودش را تکرار کند، واقعاً بیچاره است.

به نظر شما بهتر بود جوان‌های ما در چه سنی از نظر جنسی بالغ شوند؟

انسان خیلی قدرتمند است. یک نمونه‌اش این است که وقتی به سن چهارده سالگی رسید باید بتواند جلوی غریزهٔ شهوت بایستد. در میان جمعی از مربیان و دوستان فرهنگی مذهبی و متدین بودم و از ایشان پرسیدم: به نظر شما بهتر بود جوان‌های ما در چه سنی از نظر جنسی بالغ بشوند؟ شما چه سنی را پیشنهاد می‌کنید؟ میانگین سنی ای که آن دلسوزان محترم فرمودند ۲۱ سال بود! به ایشان عرض کردم: در واقع شما دارید می‌گویید که از دست خدا

در رفته است که این غریزهٔ جنسی را زود بیدار کرده است! شما به یک نحوه‌ای دارید می‌گویید که در واقع "اشتباه شده است!" آنها گفتند: پس چطور می‌شود بچه‌ها را در سن پانزده سالگی از شهوات باز داشت؟ عرض کردم: در آن هفت سال که فرصت تربیت بوده(یعنی از ۷ تا ۱۴سالگی) شما اصلاً کار تربیتی نکرده‌اید و الا اگر در این هفت سال، کار تربیتی درست انجام شود، این امر امکان‌پذیر خواهد بود. اگر جوان ما در این سال‌ها طوری تربیت شده باشد که قدرت ایستادگی در مقابل تمایلات خود را پیدا کرده باشد، بعد از ۱۴ سالگی هم قدرت ایستادگی در مقابل شهوات را خواهد داشت.

زندگی یعنی فرآیندی برای زنده‌تر شدن

زندگی یعنی شکوفایی استعدادهای فطری، زندگی یعنی فرایندی که انسان توانایی‌هایش افزایش پیدا می کند، زندگی یعنی فرآیندی که زنده‌تر بشویم تا زندگی کنیم. زندگی یعنی زنده‌تر شدن؛ ولی ما غالباً الان حالت نیمه مرده داریم! ما الان خیلی از قوا را نداریم. به عنوان مثال در روایت می‌فرماید: مؤمن علاوه بر دو چشمِ سر، دو چشم دیگر هم دارد که چشم قلب است. (امام سجاد(ع): أَلَا إِنَّ لِلْعَبْدِ أَرْبَعَةَ أَعْيُنٍ عَيْنَانِ يُبْصِرُ بِهِمَا أَمْرَ آخِرَتِهِ وَ عَيْنَانِ يُبْصِرُ بِهِمَا أَمْرَ دُنْيَاهُ فَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ بِعَبْدٍ خَيْراً فَتَحَ لَهُ الْعَيْنَيْنِ اللَّتَيْنِ فِي قَلْبِهِ فَأَبْصَرَ بِهِمَا الْغَيْبَ؛ توحید صدوق/۳۶۷) ولی الان آن چشم قلب برای ما کار نمی‌کند. شاید زندگی ما فقط یک‌مقدار زنده‌تر از آن کسانی باشد که مثلاً ضربهٔ مغزی شده‌اند و روی تخت بیمارستان در آی‌سی‌یو افتاده‌اند و فقط حیات نباتی دارند!

قدرت‌ها در درون خودمان است!

زندگی یعنی زنده باشی و حیات داشته باشی. یک حیات ابتدایی نباتی به آدم می‌دهند و بعد ما باید این حیات را تقویت کنیم. زندگی درواقع فرایند، اتفاقات یا فراز و نشیب‌هایی است تا انسان زنده‌تر شود. زندگی بهتر آن چیزی است که آدم اولاً در آن زنده‌تر باشد. عجیب اینجاست که ما برای زنده‌تر بودن و زندگی بهتر داشتن، مدام به‌دنبال این هستیم که امکانات خودمان را اضافه کنیم در حالی که زندگی بهتر شرط اولش این است که انسان زنده تر باشد و قرار نیست که از بیرون چیزی را به زندگی اضافه کنیم بلکه باید همین دارایی‌ها و استعدادهای درونی خودمان را شکوفا کنیم.

زندگی یعنی فرایندی که موجب شکوفا شدن استعدادهای انسان می‌شود. قدرت‌ها در درون خودمان است. هرکسی تو را به کشف قدرت‌های درونی خودت وادار نکرد و مدام تو را به بیرون ارجاع داد، در واقع به تو خیانت کرده و فریبت داده است. باید بروی و آن قدرت‌های درونی خودت را پیدا کنی؛ آن‌وقت زنده‌تر خواهی شد.

شما از قدرت‌ها و کرامات اولیاء خدا زیاد شنیده‌اید، و شاید بتوان گفت که ما در مقابل آنها اصلاً زنده نیستیم! اولیاء خدا این‌طوری هستند که همه چیز را می‌بینند، همه چیز را می‌شنوند و همهٔ قدرت‌ها را هم دارند ولی در قدرت و تدبیر خدا دخالت نمی‌کنند؛ مگر در موارد خاص و استثنایی. آنهایی که قدرت‌شان کم است، می‌خواهند از همین قدرت کم، حداکثر استفاده را ببرند ولی اولیاء خدا که قدرت‌شان زیاد است مدام مراقبت می‌کنند که "مبادا از این قدرت استفاده کنند"؛ آنها امتحان‌شان این است. و ادب بندگی اقتضا می‌کند که خیلی حساب‌شده عمل کنند.

کسی که شکوفا شد، زندگی او چگونه خواهد شد؟

زندگی فرایندی برای شکوفا شدن است؛ آن‌وقت کسی که شکوفا شد، زندگی او چگونه خواهد شد؟ خداوند می‌فرماید: مَنْ عَمِلَ صالِحاً مِنْ ذَکَرٍ أَوْ أُنْثی وَ هُوَ مُؤْمِن(نحل/۹۷) یعنی کسی که عمل صالح انجام بدهد، از زن و مرد، و البته مؤمن باشد(دقت کنید که در اینجا عمل را بر ایمان مقدم قرار می‌دهد؛ لذا این آیه به بحث ما که بحث زندگی و چگونه زندگی کردن و سبک زندگی است، بیشتر نزدیک می‌شود.) بعد می‌فرماید: فَلَنُحْیِیَنَّهُ حَیاةً طَیِّبَةً ما یک حیات به او می‌دهیم؛ حیات طیّبه!

علامه طباطبایی(ره) در تفسیر المیزان می‌فرماید: این حیات یک حیات دیگر است؛ این زنده بودنی که ما الان داریم نیست. و بعد دو ویژگی مهم برای این حیات طیبه ذکر می‌کنند؛ یکی اینکه این زندگی نشاط‌آور و شادی آور و انرژی‌بخش است و آدم واقعاً راضی است. دوم اینکه آدم در این زندگی اشتباه نمی‌کند. و بعد علامهٔ طباطبایی (ره) می‌فرماید: کسی که به حیات طیبه می‌رسد به قدرت تشخیصی می‌رسد که حق و باطل را راحت از هم جدا می‌کند.

چرا خیلی از فیلم‌ها را که نگاه می‌کنیم، دل‌مان می‌گیرد؟

زندگی یعنی زنده‌تر شدن! متاسفانه خیلی از فیلم‌ها را که نگاه می‌کنیم، دل‌مان می‌گیرد، دل‌مان سیاه می‌شود، چرا؟ چون یک آدم زنده‌تر در این فیلم نیست؛ همه مثل خودمان کورمال کورمال زندگی می‌کنند! پس این فیلم چه خاصیتی دارد که دارید ما را به آن سرگرم می‌کنید؟!

اجازه بدهید یک خاطره از آدم‌هایی که واقعاً زنده‌تر بودند برای شما بیان کنم. از حاج آقا فخر(ره) پرسیدند: شما که می‌گویی این مال را نخوریم، چون شبهه‌ناک است، از کجا می‌فهمید؟ ایشان گفتند: خودش به من می‌گوید! یعنی خودِ این غذا(مثلاً این سیب) به من می‌گوید که "من را نخور، من شبهه‌ناک هستم.!"

انتظار آقای بهجت(ره) از یک جوان هجده ساله

واقعاً مهم این است که آدم زنده‌تر بشود؛ آن‌وقت صدای ملائکه را هم خواهد شنید. یک جوانی که الان در قم طلبه است، برای بنده تعریف می‌کرد و می‌گفت: من خیلی در خانهٔ آقای بهجت رفت و آمد داشتم، مثلاً چایی می‌دادم و کار می‌کردم و کمک می‌کردم. بعد از مدتی، یک چند روزی به مشهد مقدس رفتم. لذا در یکی از جلسات روضهٔ آقای بهجت(ره) حضور نداشتم که چایی بدهم. وقتی برگشتم حاج آقا فرمودند: فلانی، نبودی! گفتم بله، رفته بودم مشهد زیارت.

آیت الله بهجت(ره) گفتند: خُب، وقتی رفتی حرم، امام رضا(ع) را هم دیدی؟ گفتم نه! امام رضا(ع) را ندیدم. فرمود: یعنی رفتی وارد حرم شدی امام رضا(ع) را ندیدی؟ گفتم نه. فرمودند عجب! بعد فرمودند: در آن مدتی که آنجا بودی، امام رضا(ع) را در خواب هم ندیدی که حضرت به خوابت بیاید؟ گفتم: نه! فرمود: یعنی تا حالا که مشهد رفته‌ای، اصلاً خواب امام رضا(ع) را ندیده‌ای؟ گفتم: نه. تعجب کرد و فرمود: عجب... این انتظار آقای بهجت(ره) از یک جوان هجده ساله است؛ اینکه واقعاً زنده باشد!

آدم اول باید زنده باشد، بعد زندگی کند. إن‌شاءالله امیدوارم که ما یک زندگی بهتری را انتخاب کنیم و قدم به قدم به این حیات نزدیک بشویم.

تنها مسیر برای زندگی بهتر

زندگی یعنی زنده باشی و حیات داشته باشی. یک حیات ابتدایی نباتی به آدم می‌دهند و بعد ما باید این حیات را تقویت کنیم. زندگی درواقع فرایند، اتفاقات یا فراز و نشیب‌هایی است تا انسان زنده‌تر شود. عجیب اینجاست که ما برای زنده‌تر بودن و زندگی بهتر داشتن، مدام به‌دنبال این هستیم که امکانات خودمان را اضافه کنیم در حالی که زندگی بهتر شرط اولش این است که انسان زنده‌تر باشد و قرار نیست که از بیرون چیزی را به زندگی اضافه کنیم بلکه باید همین دارایی‌ها و استعدادهای درونی خودمان را شکوفا کنیم.

مرکز جزوه : تولید وتوزیع محصولات جبهه ی فرهنگی انقلاب اسلامی

markazejozveh.ir

فروش : وارثین . دزفول، خیابان امام خمینی شمالی، کوچه ی شهدا، روبروی مسجد لب خندق، تلفن: ۰۹۱۶۸۲۳۰۹۷۴