

انتظار و سبک زندگی منتظرانه

مقدمه:

برای ارائه تعریفی از سبک زندگی، در ابتدا باید آن را از مفهوم فرهنگ جداسازی کرد. سبک زندگی زیرمجموعه و بخشی از فرهنگ است. سبک زندگی به صورت خلاصه، یعنی ظاهر زندگی. یعنی ظاهر رفتار انسان در شئون مختلف زندگی اش، به شرط آنکه به شکل عادت دائمی باشد.

سبک زندگی و ایمان:



ابعاد وجودی انسان، خود به سه حوزه تقسیم می‌شود:

- حوزه تعقل و تفکر (۴۰۰ آیه قرآن در مورد تفکر و تعقل است).
- حوزه احساس (حتی یک صفحه در قرآن وجود ندارد که تحریک احساسات در آن نباشد).
- حوزه رفتار

اگر حوزه تعقل و تفکر با حوزه احساس همراه شود، باعث ایمان و باور قلبی می‌شود.

اگر این ایمان به حوزه رفتار و عمل نرسد، کاملاً بیهوده است.

سبک زندگی، مربوط به حوزه رفتار انسان است.

رابطه‌ی سبک زندگی با ایمان:

در این رابطه، ایمان باعث تغییر در سبک زندگی؛ و سبک زندگی، باعث تقویت ایمان می‌شود. ایمان به امام زمان، سبک زندگی انسان را تعیین می‌کند و سبک زندگی، ایمان به امام زمان را تقویت می‌کند.

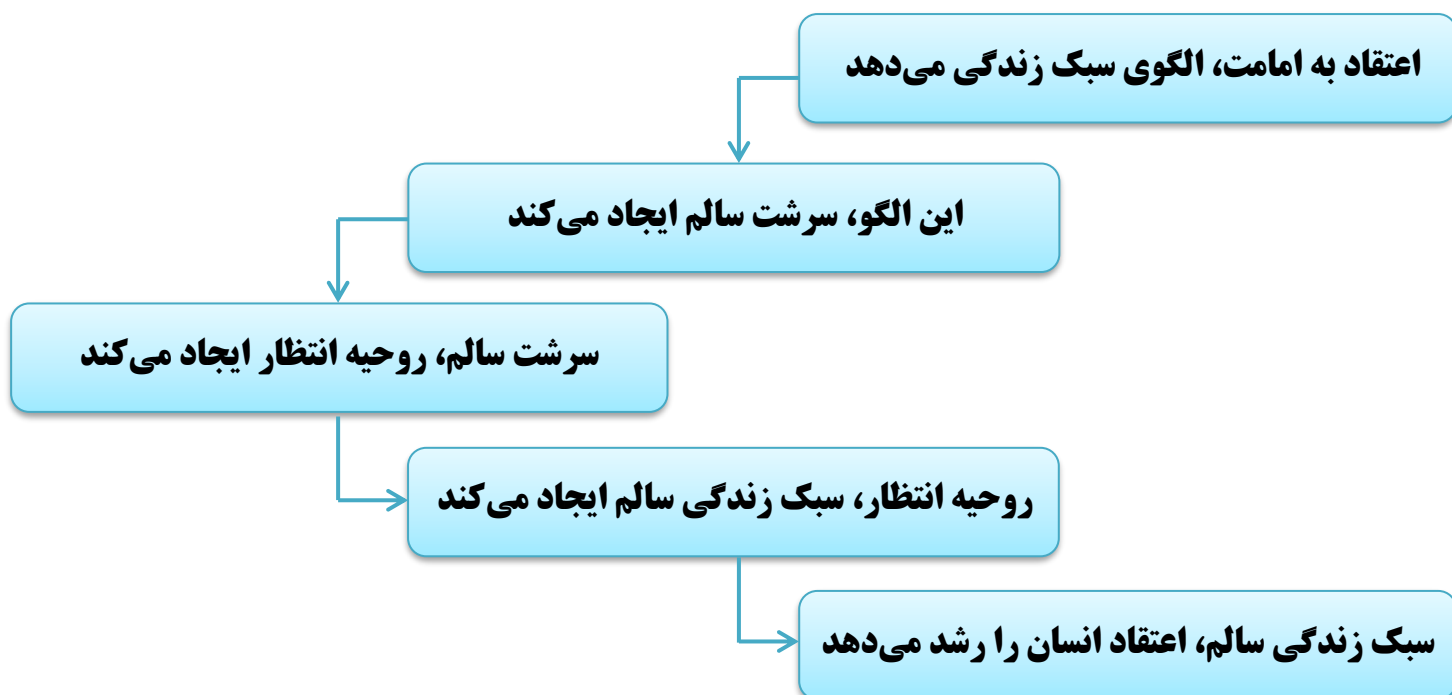
سبک زندگی، به اندازه‌ای مهم است که سعادت و شقاوت انسان را با آن مرتبط دانسته‌اند.

سبک زندگی و انتظار:



• سلامت سرشت:

اولین شرط منتظر بودن، سلامت سرشت است.



• جسم سالم:

سلامت جسم، شرط تکلیف است. اگر سلامت جسم نباشد، جهاد، روزه و... بر شخص واجب نیست. سبک

زندگی، نقش مستقیمی در سلامت جسم دارد. اگر سبک زندگی سالم باشد، جسم هم سالم است.

عقل سالم در بدن سالم است. عقل سالم باعث ایمان سالم می‌شود،

و ایمان سالم است که باعث انتظار می‌شود.

دستگاه علاقه‌ها و هیجان‌های انسان، تعیین کننده‌ترین مؤلفه در سبک زندگی است. هیجانی‌ترین و احساسی‌ترین موضوع بشر، انتظار به مفهوم عام و کلی است. انتظار، مدلی ارائه می‌دهد که در کنار آن، انگیزه‌ی کافی برای تحمل سختی‌ها به وجود می‌آید.

راهکارهای افزایش هیجان انتظار و عاشق‌تر شدن نسبت به امام زمان:

- شناخت امام زمان
- تلقین عشق به امام زمان
- مدام از امام زمان دم زدن
- مدام از امام زمان اجازه گرفتن

رابطه‌ی سبک زندگی با انتظار:

در رابطه‌ی سبک زندگی و انتظار، باید در آغاز، دو دستگاه به صورت جدی شروع به کار کند:

✓ دستگاه هدایت:

در این دستگاه، ابتدا کار بر روی اعتقادات و اندیشه‌ها صورت می‌پذیرد. (معرفت نسبت به امام زمان).

این مسئله، باعث تغییر در علایق می‌شود و باید به علایق ایجاد شده، دامن زد. (محبت نسبت به امام

زمان). در نتیجه، انتخاب دستگاه ارزش‌گذاری آغاز می‌شود و دستگاه اعمال و رفتار شروع به فعالیت

می‌کند. (اطاعت از امام زمان)

✓ دستگاه تربیت:

دستگاه تربیت، دقیقاً برعکس دستگاه هدایت است. در این دستگاه، ابتدا یک مدل از سبک زندگی

اسلامی ارائه می‌شود و شکل‌گیری دستگاه ارزش‌گذاری و اعمال و رفتار آغاز می‌شود. سپس در دستگاه

ارزش‌گذاری، علایق به اعمال و رفتار تزریق می‌شود. و در نهایت، فرد تشنه‌ی معرفت می‌شود.

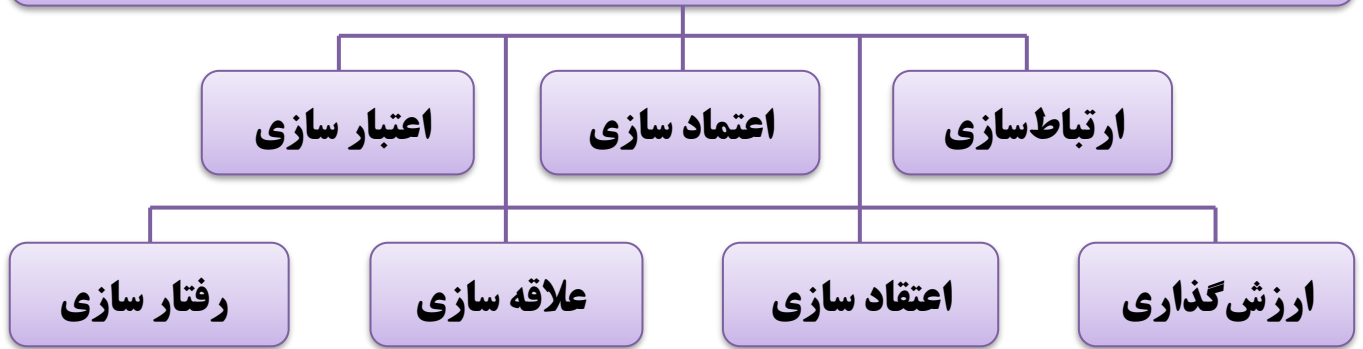
بهترین عمل برای اصلاح سبک زندگی، امر به معروف و نهی از منکر است،

که بیشتر در مورد کسانی که ارتباط کوتاه‌مدت و گذرا با آن‌ها داریم، به کار می‌رود.

مراحل امر به معروف و نهی از منکر عبارتند از:

- **تذکر لسانی:** مربوط به کسانی است که با آنها ارتباطی نداریم و بیشتر شامل غریبه‌ها می‌شود.
- **امر و نهی:** مربوط به کسانی است که تا حدودی بر آنها تسلط وجود دارد.

۷ گام انجام دستگاه هدایت، بر روی افرادی که با آنها ارتباط تکرار شونده وجود دارد.



• ارتباط سازی:

علاقه‌مند کردن مخاطب به مربی و یا فرد هدایت‌کننده (آل عمران/۱۵۹)

پنج ویژگی مهم در ارتباط‌سازی مهدویت:

- ✓ اخلاق خوب
- ✓ توسل و توکل
- ✓ فن بیان
- ✓ عمق بیان (خوب حرف زدن و حرفِ خوب زدن)
- ✓ کار تشکیلاتی

• اعتماد سازی:

فاش کردن راز مخاطب و انتقاد بی‌مورد؛ باعث بی‌اعتمادی مخاطب به مربی می‌شود.

تا مربی، خیرخواهی خود را ثابت نکرده، نباید انتقاد کند.

هیچ کس از انتقاد خوشش نمی‌آید ولی همه از خیرخواهی خوششان می‌آید.

• اعتبار سازی:

زمانی که مربی یا کسی که هدایت را انجام می‌دهد، در ذهن مخاطب اعتبار پیدا کرد، رفتارهای او برای فرد مورد هدایت، مهم می‌شود.

نکات مهم:

- مربی نباید از شرایط خود برای مخاطب اظهار گله‌مندی کند.
- مربی نباید رفتارهای متناقض داشته باشد.
- مربی باید تواضع داشته باشد.
- عدم طلب و گدایی مربی از مخاطب
- مربی نباید ناشی باشد.
- مربی نباید ادعای چیزی را داشته باشد که توانش را ندارد.

• ارزش‌گذاری:

چند نکته در ارزش‌سازی دخالت دارد:

- **حجم‌سازی:** حجم حسنات، بیشتر از سیئات باشد.
- **هماهنگ‌سازی:** شرایط مخاطب سنجیده شود و متناسب با آن، جو مناسب هماهنگ شود.
- **جلوه‌سازی:** توجه به نمادها، جلوه‌ها و ایجاد جلوه‌های نمادین مذهبی
- **چاشنی کردن شناخت**

تدریس استاد کاظمی

موضوع: انتظار و سبک زندگی منتظرانه

خلاصه و چکیده مطالب ارائه شده در کلاس‌های آموزشی معارف مهدویت

تهیه شده در واحد مهدویت موسسه مصاف، مهدیاران [@Mahdian](https://www.mahdian.com)