

بسم الله الرحمن الرحيم

چشم انداز

اتفاقات زندگی انسان شبیه دانه تسبیح است که اگر نخ وحدت بخشی داشته باشد، تبدیل به وسیله‌ای کارا می‌شود که می‌توان از آن بهره برد ولی اگر چنین نخ وجود نداشته باشد، هر چند هم حادثه‌های زندگی ارزشمند باشند، بهره‌وری معینی ندارند.

یکی از آفت‌های افراد مستعد و توانمند در روزگار ما، نبودن همین نخ تسبیح در انتخاب‌های ایشان است. چه بسیار افراد مستعد و توانمند که به دلیل نداشتن همین نخ تسبیح، بعد از ۳۰ سال که به پشت سر خود نگاه می‌کنند، می‌بینند خیلی کارهای متعددی انجام داده‌اند ولی حقیقتاً احساس می‌کنند که کارهای بسیار ایشان، خروجی روشنی نداشته است! ایشان به دلیل توانمندی بالا، بارها از سوی مؤسسات و مراکز متعدد مورد مراجعه بوده‌اند ولی چون خودشان دقیقاً نمی‌دانستند که چه باید بکنند و از طرفی شهوت و هوس ارتباطات بسیار و کارهای جالب و جذاب، ایشان را گرفتار کرده است و آن‌ها به همگان «بله» گفتند و در نتیجه کارهای متعدد بی‌ربط زیادی انجام داده‌اند.

خورشید انرژی بسیار زیادی دارد و همین خورشید در همین کره زمین در کوره‌های خورشیدی غول آسا، دما را تا حدود چهار هزار درجه سانتی‌گراد بالا می‌برد ولی همین خورشید در روز گرم تابستانی قدرت جوشاندن لیوان آبی را ندارد! چرا؟! چون شعاع‌های نوری که در برج مقابل کوره خورشیدی، جمع شده بود، در لیوان آب جمع نشده است و به صورت پراکنده استفاده می‌شود! تک تک ما غول انرژی هستیم که به دلیل نداشتن توحید و پرانگیزی انگیزه‌ها، انرژی‌هایمان پخش می‌شود و در نهایت کار خاصی از آن بر نمی‌آید.

باید انرژی خود را در نیت‌های صحیح کانونی کنیم و در جهتی معین گام برداریم و کارها و پیشنهادات مختلف را بر این اساس، بپذیریم. وقتی را در راستای بار بر زمین مانده‌ای است که ما باید برداریم، قبول کنیم و وقتی کاری در این راستا نیست، نپذیریم.

باید انتخاب رشته ما بر همین اساس باشد. باید کسب و کار ما بر همین اساس انتخاب شود. باید موضوع پژوهش ما نیز بر همین اساس تنظیم شود. باید حتی تفریح و ورزش و خواب و خوراک ما بر همین اساس معین شود تا زندگی ما وحدت و انسجامی در مسیرهای صحیح داشته باشد. با پراکندگی نمی‌توان بارهای بزرگ و اولویت‌دار امام زمان را برداشت.

بر همین اساس به نظر می‌رسد که مقدمه تعیین موضوع پژوهش، تعیین چشم انداز زندگی است و تا زمانی که این مسأله روشن نشود، نه انتخاب رشته و نه شیوه درس خواندن و نه موضوع پژوهش در جایگاه اصلی خود قرار نمی‌گیرد. بسیاری از مردگی‌ها و بی‌انگیزی‌ها در طی کردن پژوهش هم به همین مسأله بر می‌گردد، یعنی از آنجا که مسأله پژوهش، مسأله زندگی فرد نیست و در راستای مسیر زندگی نیست، فرد انگیزه کافی برای وقت گذاری و پیش برد آن پژوهش ندارد.

آنچه در اینجا مطرح می‌کنیم، ترکیبی از دو مسأله تعیین چشم انداز زندگی و در مرحله بعد، تعیین موضوع پژوهش بر اساس چشم انداز زندگی است.

مرحله اول: تعیین چشم انداز زندگی

برای تعیین چشم انداز زندگی، باید چند ریز مرحله سپری شود. بخش اول، ترسیم بوم زندگی است. بخش دوم شناسایی ارزش‌هاست. بخش سوم، شناسایی خلأها و نعمت‌هاست. بخش چهارم اولویت بندی و اشتراک گیری و رسیدن به مهمترین نامزدهای چشم انداز زندگی و برگزیدن چشم انداز است.

توضیح اینکه ابتدا باید بررسی کنیم که در زندگی خود چه کاره هستیم! دقیقاً خود را و کارهایمان را بفهمیم و بشناسیم و بتوانیم مجموعه آن‌ها را نقد کنیم. در مرحله بعد ارزش‌ها را بشناسیم و بفهمیم که حقیقتاً چه چیزهایی ارزش است و سبب رشد و تکامل همه جانبه ماست و چه چیزهایی چنین نیست. در مرحله بعد خلأها و نیازها و بارهای بر زمین مانده خود و جامعه را بر اساس نظام ارزشی بشناسیم و در مرحله بعد، با تحلیل و بررسی مجموعه بارهای بر زمین مانده، چشم انداز خود را برگزینیم.

از آنجا که طی کردن مجموعه مراحل بالا، تا حد زیادی شخصی است، لذا مجموعه مباحث را به صورت تمرینی و بیان نکاتی در ضمن تمارین، بررسی می‌کنیم.

تمرین ۱: بوم زندگی خود را ترسیم کنید.



بوم زندگی بررسی مجموعه محورهای زندگی است.

محور کارها:

الف. فهرستی از کارهایی که در حال انجام آن هستید، بنویسید.

ب. فهرستی از کارهای ناتمامی که شروع کرده‌اید ولی نیمه کاره رهاش کرده‌اید بنویسید.

ج. فهرستی از کارهایی که باید شروع کنید ولی هنوز شروع نکرده‌اید بنویسید.

لطفاً این تمرین را با دقت انجام دهید و سپس ادامه مباحث را مطالعه کنید.

اگر در نوشتن فهرست سؤال الف و ب، تعداد کارهای زیادی نوشته‌ای، احتمالاً در کارها سریع و شتاب زده وارد می‌شوی و کمتر قدرت «نه» گفتن داری. احتمالاً توانمندی‌هایت زیاد است. احتمالاً خود کنترلی پایینی داری. احتمالاً از افرادی هستی که یک سر دارند و هزار سودا! و به عبارتی دیگر تنوع طلب هستند و پراکنده کار می‌کنند. احتمالاً چشم انداز روشنی نداری و به همین خاطر نمی‌توانی بین کارهای خود انسجام برقرار کنی و به تبع نظم کاری کمی داری.

اگر کارهای کمی در فهرست الف نوشته‌ای، احتمالاً تبدیلی می‌کنی! احتمالاً دغدغه کمی داری! احتمالاً به کم قانع شده‌ای! احتمالاً دردهای اجتماعی کمی داری! احتمالاً شکست‌هایی را تجربه کرده‌ای و الآن سر خورده شده‌ای. احتمالاً ظرفیت‌های خود را نشناخته‌ای و به همین خاطر بسیاری از فرصت‌ها را از دست می‌دهی.

از همه مهمتر اینکه احتمالاً در کارهای زندگی، دچار روزمرگی شده‌ای! اگر در فهرستی که نوشتی، اموری مثل غذا خوردن و نماز خواندن و بازی با بچه و صلح و رحمت و رفت و آمد و استحمام و دست شویی رفتن و آشپزی و خواب و غیر آن را نوشتی، نشان می‌دهد که به این امور زندگی خود، دیدگاه کاری نداری و حالت روز مره نسبت به آن‌ها پیدا کرده‌ای! این حالت بسیار خطرناک است چون بخش زیادی از زندگی ما، همین امور روز مره است و اگر ما برنامه ریزی روشنی در این زمینه نداشته باشیم و به صورت روز مره به این امور نگاه کنیم، چه بسا احساس کنیم که وقت زیادی از زندگی ما به بطالت می‌گذرد و در نتیجه احساس یأس شدید نسبت به زندگی پیدا کنیم. اما اگر با برنامه و به صورت پروژه به این امور نگاه کنیم، فضا بسیار متفاوت می‌شود. اگر به غذا خوردن به دید یک پروژه نگاه کنیم به صورتی که باید غذا خوردن امروز من بهتر از دیروز باشد. باید معنویت من در غذا خوردن رشد کند. باید غذا خوردن من روز به روز به سلامتی من بیشتر کمک کند. طبیعتاً در چنین فضایی باید دقت‌های زیادی شود و آن وقت، این مسأله را بسیار جدی خواهیم گرفت. چه بسیار از مشکلات اساسی زندگی ما که به همین جدی نگرفتن چیزهای کوچک باشد. همین اصلاح نکردن سبک غذایی و آشپزی، زمینه شکل گیری یک بیماری سنگین را در ده سال بعدی زندگی من فراهم می‌کند و جالب اینکه زمانی که گرفتار این بیماری می‌شوم، با خودم می‌گویم این بیماری از کجا آمد! در حالی که چه بسا، این نتیجه همین اعمال روز مره ساده باشد. همین طور طرز نشستن، وقتی به دید یک روز مره باشد، از آن غفلت می‌شود ولی چه بسیار بیماری‌های ستون فقرات و مفاصلی که به همین سبک نشستن و سبک فعالیت و رفت و آمد و طرز خوابیدن در طول شبانه روز، ارتباط مستقیم دارد.

لذا در نظر داشته باشید که چشم انداز زندگی، هر چه باشد، بخش مهمی از فعالیت‌هایی که باید با آن تنظیم شود، همین روز مره‌های زندگی است.

همچنین اگر پاسخ به سؤال ج، تعداد کارهای زیادی نوشته‌اید، احتمالاً ضعف در طراحی دارید. شاید ضعف در شروع دارید. شاید کمی محافظه کار باشید. شاید در شناسایی اولویت‌ها ضعیف هستید.

اگر پاسخ‌های کمی در پاسخ به سؤال ج، نوشته‌اید، احتمالاً به مقدار کافی کارهای ممکن را رصد نکرده‌اید. شاید ایده‌آل‌گرایی مثبت در شما کم‌رنگ شده است. شاید به کم قانع هستی. شاید هدف نداری. شاید کمی بی‌خیال هستی.

در نهایت، سعی کن، مجموعه کارهای خود را دسته بندی کنی و در محورهای گوناگون قرار دهی تا ببینی که در زندگی‌ات به چه محورهایی توجه داری و چه محورهایی کمتر مورد توجه است.

محور افکار:

الف. در طول روز بیشتر به چه اموری فکر می‌کنی؟ آن‌ها را دسته بندی کن.

ب. افکارت در هنگام شروع کارها چیست؟

ج. افکار اصلی تو در هنگام مشکلات و سختی‌ها چیست؟

د. فهرستی از افکاری که خودت می‌دانی باطل است ولی آن‌ها را مدیریت نمی‌کنی و در زندگی‌ات تأثیرات منفی دارد، بنویس، مثلاً ترس از تاریکی برای بسیاری از افراد این چنین است. ترس از فقر برای بسیاری از متدینین این چنین است.

ه. فهرستی از افکاری که سبب شل شدن تو می‌شود بنویس!

و. فهرستی از افکاری که سبب محکم شدن تو می‌شود بنویس!

ز. چه افکاری سبب ناامیدی تو می‌شود؟ فهرستی از آنها بنویس!

ح. ۱۰۰ عادت و سبک فکری خود را بنویس!

اگر تا به حال به این سوالات فکر نکرده‌ای و پاسخ دادن به این سوالات برایت مشکل است، می‌توان فهمید که نسبت به زندگی خود تا حد زیادی ناخودآگاه هستی و حتی مسأله تفکر که کلید حل مشکلات است و در هر کاری تقریباً لازم است، به صورت ناخودآگاه انجام می‌شود و این بسیار خطرناک است و معمول افرادی که چنین حالتی دارند و ناخودآگاه فکر می‌کنند، اسیر حادثه‌ها هستند و نمی‌توانند کنشگر خوبی باشند بلکه به صورت عکس‌العملی و واکنشی عمل می‌کنند. معمولاً بر اساس احساسات تصمیم می‌گیرند و نمی‌توانند در بزنگاه‌ها افعال خود را طوری مدیریت کنند که رفتار صحیحی داشته باشند.

محور عادت‌ها:

الف. فهرستی از ۳۰ عادت غذایی خود را بنویس.

ب. فهرستی از ۳۰ عادت کلامی خود را بنویس.

ج. فهرستی از ۳۰ عادت رفت و آمدی خود را بنویس.

د. فهرستی از ۳۰ عادت نگاه خود را بنویس.

ه. فهرستی از ۳۰ عادت نشستن خود را بنویس.

اگر در نوشتن این تعداد از عادت‌ها مشکل داری، نشان از این دارد که سطح ناخودآگاهی در زندگی‌ات بالاست و بیشتر کارها را بر اساس عادت و نه تفکر و دقت انجام می‌دهی.

من در اینجا به عنوان نمونه تنها ۴۰ عادت غذایی را فهرست می‌کنم.

۱. عادت به تند خوردن: می‌توانیم غذا را آرام‌تر بخوریم.

۲. عادت به خوردن غذا بر اساس مزه و نه فائده: معمولاً بیش از همه چیز به مزه توجه داریم در حالی که ممکن است معیار صحیح، فائده و نیاز انسان باشد یا ترکیبی از مزه و نیاز یا ...

۳. عادت به نوعی خاص از نشستن هنگام خوردن غذا: می‌توان روی صندلی غذا خورد. برخی روی زمین چهارزانو می‌نشینند. برخی در حالت دو زانو غذا می‌خورند و حالات دیگری نیز قابل تصور است. به چه دلیل من یکی از این حالات را انتخاب کرده‌ام؟

۴. عادت به خوردن غذا به صورت گرم: معمولاً غذا را در حالت سرد، نمی‌خوریم و تمایل به گرم کردن آن قبل از استفاده داریم. برخی غذا را سرد بخ می‌کنند. شاید برخی از روی تنبلی غذا را گرم نمی‌کنند و برخی برای صرفه جویی در وقت و برخی ترکیبی از علت‌های مختلف و برخی ...

۵. عادت به گفتن بسم الله الرحمن الرحیم و الحمد لله رب العالمین: برخی از افراد عادت کرده‌اند که خالق هستی را یاد کنند و او را به خاطر نعمت‌هایش حمد بگویند و برخی بر عکس!

۶. عادت به بزرگ برداشتن لقمه‌ها

۷. عادت به برداشتن غذای نانی با تعدادی خاص از انگشتان: مثلاً نان پنیر را با سه انگشت در دست بگیریم یا دو انگشت.

۸. عادت به خوردن با قاشق: برخی با دست می‌خورند و برخی با قاشق و برخی با چوب‌های صاف.

۹. عادت به خوردن غذاهایی خاص با نام‌هایی خاص: مثلاً چه دلیلی دارد که غذاها قرمه سبزی و قیمه و کرفس و خورش‌ت مرغ و امثال این‌ها باشد. چرا مثلاً مرغ را با گوشت قرمز با گوشت ماهی مخلوط نکنیم و خورش‌تی از ترکیب این سه گوشت نخوریم؟ معمولاً در خانه‌ها غذاهای متعارف «اسم و رسم‌دار» طبخ می‌شود و نه غذاهای اختراعی.

۱۰. عادت به خوردن در سه وعده: در بسیاری از ملت‌ها در بازه‌های مفصلی از تاریخ، روزی دو وعده غذا مصرف می‌شد. در آن جوامع، عادت بر ۲ وعده بود. برخی تا ۹ وعده غذایی کم حجم در روز توصیه می‌کنند!

۱۱. عادت به خوردن در میان وعده‌ها: برخی از افراد بین ۲ وعده چیزی نمی‌خورند ولی برخی دیگر میوه یا آب مصرف می‌کنند.

۱۲. عادت به خوردن غذاهای مختلف موجود در سر سفره: برخی فقط از یک غذا می‌خورند ولی برخی در صورت وجود غذاهای متعدد، همه را می‌چشند.

۱۳. عادت به حرف زدن هنگام غذا

۱۴. عادت به پر خوری و خوردن غذا بعد از سیر شدن: برخی قبل از سیر شدن دست از غذا می‌کشند. برخی هنگام سیری دست می‌کشند. اما برخی حتی بعد از سیری نیز، ادامه می‌دهند.

۱۵. عادت به خوردن مایعات در ضمن غذا: برخی در بین غذا آب یا دوغ می‌نوشند.

۱۶. عادت به خلال کردن و مسواک زدن: برخی بعد از غذا خلال می‌کنند و مسواک می‌زنند.

۱۷. عادت به خوردن غذا با درصد شوری خاص یا مقدار ادویه معین: برخی غذاها را پر نمک می‌خورند و برخی بی‌نمک و برخی کم‌نمک.

۱۸. عادت به خوردن غذاهای متنوع (مثلاً شنبه غذایی غیر از غذای یک شنبه بخوریم): معمولاً عادت داریم که ۲-۳ روز پشت سر هم، یک غذا نخوریم.

۱۹. عادت به خوردن غذاهایی خاص به عنوان صبحانه و غذاهایی خاص به عنوان نهار و غذاهایی خاص به عنوان شام: معمولاً صبحانه مواد خاصی مثل نان و پنیر، یا نان و عسل یا نان و تخم مرغ و ... مصرف می‌شود و در وعده نهار، برنج و خورش‌ت و در وعده شام، غذاهای پختنی ساده.

۲۰. عادت به خوردن صبحانه در ساعتی خاص و نهار در ساعتی خاص و شام در ساعتی خاص: برخی در ابتدای طلوع خورشید صبحانه می‌خورند و برخی ساعت ۹ و ۱۰.

۲۱. عادت به تفکر نکردن در ضمن خوردن غذا: افکار می‌آید و می‌رود ولی برنامه منسجمی برای کنترلش تا بتوان به آن‌ها تفکر گفت، نداریم.

۲۲. عادت به با دهان باز غذا خوردن

۲۳. عادت به کم جویدن

۲۴. عادت به خوردن غذا با خورش با یکدیگر (مثلاً برنج را با قرمه سبزی بخوریم نه اینکه اول برنج را تمام کنیم و بعد مقداری قرمه سبزی بخوریم)

۲۵. عادت به شستن دست‌ها قبل و بعد از غذا

۲۶. عادت به خوردن نمک قبل از غذا

۲۷. عادت به تمام کردن غذای داخل ظرف: برخی بر اساس نیاز می‌خورند و زمانی که به حدی برسد که احساس کنند در حال سیر شدن هستند، دست از خوردن می‌کشند، اما برخی دیگر عادت دارند که تا آخر ظرف بخورند حتی اگر سیر شده باشند!

۲۸. عادت به تشکر از سازنده غذا

۲۹. عادت به ایراد گرفتن از اشکالات غذا

۳۰. عادت به توجه به مزه غذا

۳۱. عادت به ریختن غذای زیادتیر از نیاز در ظرف: برخی از افراد غذای کمی داخل ظرف خود می‌ریزند و در صورت نیاز، دفعات دیگری نیز در ظرف غذا می‌ریزند ولی برخی دیگر غذای زیادی می‌ریزند.

۳۲. عادت به خوردن غذاهای چرب.

۳۳. عادت به مصرف فستقود یا غذاهای آماده بیرونی.

۳۴. عادت به نگاه کردن به دیگران و حجم غذای ایشان در طول غذا خوردن.

۳۵. عادت به خوردن به صورت دسته جمعی نه تکی.

۳۶. عادت به تعارف کردن غذا به دیگران.

۳۷. عادت به خوردن غذاهای پلویی: برخی از افراد، غذاهای پلویی مصرف نمی‌کنند و بیشتر غذاهایی که با نان استفاده می‌شود، مصرف می‌کنند.

۳۸. برخی منتظر خنک شدن غذا می‌شوند و غذا را داغ داغ و عجولانه مصرف نمی‌کنند ولی برخی دیگر به سرعت غذا را می‌خورند، هر چند داغ باشد.

۳۹. استفاده از ماست یا ترشی یا ... در کنار غذا.

۴۰. خوردن غذا روی سفره و رو پرده‌ای. برخی از افراد صرفاً روی سفره غذا را می‌گذارند ولی زیر خود رو پرده‌ای استفاده نمی‌کنند و برخی دیگر، نه سفره و نه رو پرده‌ای استفاده نمی‌کنند.

این به عنوان نمونه ۴۰ عادت غذایی است که افرادی دارند و برخی خلاف این عادات را دارند. به این کارها می‌توان عادت گفت، چون عادت کاری است که بارها تکرار می‌شود و در معمول افراد ناخودآگاه است.

البته برخی از عادت‌ها خود آگاه است و افراد با اهدافی آن عادت را ایجاد کرده‌اند و هنگام عمل به آن عادت‌ها به صورت خودآگاه و با قصد و نیت و توجه، آن کار را انجام می‌دهند و این کار به دلیل تکرار زیاد با وجودشان سازگار شده است و راحت‌تر از گذشته آن را انجام می‌دهند، مثل کسی که عادت کرده است، صبح‌ها ورزش کند. شاید روزهای اول برایش کمی سخت بود ولی بعد از مدتی، با این کار سازگار می‌شود.

متأسفانه عادت‌های ما معمولاً فله‌ای است! شما وقتی به میوه فروشی می‌روی و قصد خرید یک کیلو خرمالو داری، طبیعتاً با دقت میوه‌ها را انتخاب می‌کنی تا سالم‌ترین و بهترین میوه‌ها را برداری^۱. اما وقتی بخوایم ۲ هزار کیلو خرمالو بخریم، فله‌ای می‌خریم و چندان کاری به کیفیت جزئی نداریم! نهایتاً مشتی را نمونه خروار بررسی می‌کنیم. عادت‌های ما معمولاً گزینشی نیست بلکه فله‌ایست! بی‌حساب و کتاب است! بر اثر ناخودآگاه‌هاست. ای کاش صرفاً لذت طلبانه بود! حتی لذت این عادت‌ها، بی‌حساب و کتاب است! یعنی بسیاری از رنج‌های ما ناشی از همین عادت‌های بی‌حساب و کتاب است! مثلاً ما عادت داریم حلوا ارده را از بیرون بخریم! حلوا ارده موجود در مغازه‌ها، تفاله باقی مانده کنجد بعد از روغن‌گیری است که با مقدار شکر و اسید سیتریک و هل مخلوط شده است. قیمت بالایی هم دارد. اما اگر کنجد تازه را حتی در حجم کم (مثلاً ۲ کیلو) بخریم و شکر آن را هم خودمان تهیه کنیم و در آسیاب خانگی عادت (مثل دستگاه ۳ و ۲) بریزیم، در کمتر از یک دقیقه، بدون زحمت، حلوا ارده را می‌توانیم با کنجد اعلا و روغنی درست کنیم! بسیار خوش طعم‌تر و لذت بخش‌تر و کم‌زحمت‌تر (چون زحمت رفت و آمد و خرید بیشتر

^۱ متأسفانه این هم از عادت‌های بد ماست که باید اصلاح شود. من سعی می‌کنم در میوه فروشی، خودم را جای میوه فروش تصور کنم و چیزی را بردارم که اگر خودم میوه فروش بودم، احساس خوبی به من دست می‌داد!

از سه بار زدن دکمه ۳ و ۲ است) و ارزان‌تر از حلوا ارده آماده! قیمتش هم کمتر است! برای تربیت بچه هم، روحیه مصرف‌گرایی را تعدیل می‌کند و روحیه تولید‌گری و خلاقیت را می‌افزاید و حاصل دسترنج خود فرد است و می‌توان از همکاری کودکان خانه نیز استفاده کرد!

این صرفاً یک مثال بود برای اینکه نشان دهم، بسیاری از عادت‌ها احمقانه است و از همه نظر به ضرر است! اما به راستی چرا ما به این عادت‌ها فکر نمی‌کنیم تا آن‌ها را اصلاح کنیم؟!

به نظر من، ما یک بیماری داریم که آن «عادت به فکر نکردن» است! منشأ این عادت، لذت‌طلبی است! البته لذت‌طلبی لحظه‌ای بی‌حساب و کتاب! یقیناً تفکر کردن در دراز مدت، زندگی شیرین‌تری را به دنبال دارد ولی ما به دلیل راحت‌طلبی لحظه‌ای، ترجیح می‌دهیم که تفکر نکنیم.

می‌دانی فائده نوشتن عادت‌ها چیست؟

بسیاری از افراد از من می‌پرسند، چه طور توانستی مسیر علمی خود را تا این حد سریع طی کنی! چه طور توانستی ۱۰ سال حوزه را در ۲ سال جمع بندی کنی؟! چه طور توانستی در یک تابستان، کل درس‌های تخصصی رشته ریاضی-فیزیک در سال دوم و سوم دبیرستان و پیش دانشگاهی را با کیفیتی بخوانی که بتوانی ۲ سال قبل از کنکور در آزمون سنجش، در کشور رتبه‌های دو رقمی کسب کنی؟

چه طور می‌توانی در ۹ روز پایان نامه فلسفی بنویسی؟ چه طور می‌توانی در مدت زمان کم، کارهای بسیار زمانبر را با کیفیت انجام دهی؟!

من در سنین دبیرستان، اتفاقی برایم افتاد که روی بسیاری از عادت‌هایم کار کردم. مثلاً عادت‌های مطالعه‌ام را اصلاح کردم. بسیاری از عادت‌هایم را شناسایی کردم و با مشورت و تحقیق، فهمیدم که عادت صحیح جایگزین آن چیست و سعی کردم آن را در خودم ایجاد کنم. عادت‌هایم را شناسایی کردم و سعی کردم که آن‌ها را اصلاح کنم. عادت‌های ارتباطی را اصلاح کردم. به طور کلی سعی کردم در مسیر اصلاح سبک زندگی در ابعاد مختلف کارهایی انجام بدهم. مجموعه این کارها مهارت‌هایی را در من ایجاد کرد که امروزه برای من تبدیل به عادت شده است و اگرچه تا حد زیادی خود آگاه است اما تبدیل به عادت شده است و وجود من با آن‌ها سازگار شده است و این مهارت‌ها سبب می‌شود که سرعت و کیفیت در کنار هم جمع بشوند بدون اینکه من از نظر ضریب هوشی، انسان ویژه‌ای باشم.

در ۶ ماه اخیری که بر من گذشت، فهمیدم هنوز عادت‌های بسیاری در من، ناخودآگاه باقی مانده بود و بسیاری از مشکلات زندگی من، مثل کمبود توجهم در نماز یا برخی از مشکلات خانوادگی‌ام یا برخی از مشکلات ارتباطی‌ام یا برخی از ناتوانی‌هایم به آن عادت‌ها بر می‌گردد و دوباره شروع کردم به اصلاح عادت‌ها.

بدبختانه در طول سال‌های تحصیلم در حوزه، آرام آرام از خودسازی غافل شدم و بندهای جدید متعددی برایم به وجود آمد. هر چند این عادت‌ها در سرعت و کیفیت ظاهری تحصیلم نداشت، اما در واقع قید و بند و اسارتی برای رشد واقعی و همه‌جانبه من بوده است. کله من در این ایام بزرگ شد ولی وجود من، با کله من متناسب رشد نکرد و من تبدیل به یک کاریکاتور شدم! کله‌ای بزرگ بر روی بدنی کوچک و حقیر! کله بزرگ باری شد برای پیشرفت همه‌جانبه وجود من!

این عادت‌ها بارهایی هستند که اسارت می‌کنند. شناسایی آن‌ها در چند مرحله ضروری است. مرحله اول شناسایی خود عادت‌هاست. بعداً در قدم دوم، تمرین دیگری خواهم داد که در مورد ریشه‌یابی علت عادت‌های مختلف است.

تفکر نکردن سبب می‌شود که زندگی ما فله‌ای و بی‌حساب و کتاب باشد! مقدمه تفکر، نوشتن است. باید بنویسیم تا بتوانیم بهتر فکر کنیم. نوشتن سبب می‌شود که علم در وجود ما، به بند کشیده شود. نوشتن نوعی مبارزه با بیماری «تنبلی» است. نوشتن مبارزه با بیماری «فکر نکردن» است. اگر می‌خواهی از مطالب این نوشتار بهره بیشتری ببری، حتماً «بنویس».

محور احساسات:

الف. بیشتر چه احساساتی داری؟

ب. به نظر خودت چه احساساتی از این احساسات نباید باشد؟

ج. حداقل ۱۰۰ احساس که تاکنون تجربه کرده‌ای بنویس.

محور دانش‌ها:

الف. اگر بخواهی با جمله روی قبرت چیزی به مردم یاد بدی، چی می‌نویسی؟

ب. چکیده چیزهایی که در عمرت یاد گرفتی در دو جمله بگو.

ج. من را یک نصیحت بکن که به درد زندگی‌ام بخورد و حاصل تجربیات زندگی‌ات باشد.

د. فرض کن چند دقیقه دیگه می‌میری! چه چیزی به من یاد می‌دهی؟

نوع پاسخ شما به این تمرین، مقدار خودآگاهی شما نسبت به دانش‌هایتان را بیان می‌کند و نشان می‌دهد که چه قدر دانش در صحنه عمل، وارد زندگی شما شده است. معیار سواد، میزان استفاده از آن برای تغییر در صحنه عملی زندگی است. اگر دانشی وارد صحنه عملی زندگی نشود، جزو سواد شما محسوب نمی‌شود. توانایی شما برای تغییر زندگی، نشان دهنده مقدار سواد شماست.

ارتباط با افراد و اشیاء:

الف. فهرستی از افرادی که با آن‌ها در ارتباط هستی، بنویس و سپس آن‌ها را دسته بندی کن.

ب. سطح ارتباطی با هر یک از افراد سؤال قبل را مشخص کن. (رسمی/صمیمی/کم/زیاد/عمیق/سطحی)

ج. چرا با این افراد ارتباط داری؟ چرا با غیر آن‌ها ارتباط نداری؟ چرا سطح ارتباطی تو با راننده تاکسی این قدر است؟ چرا سطح ارتباط تو با مغازه‌دار محل، این قدر است؟ آیا هنگام رفتن داخل مغازه، احوال مغازه دار را می‌پرسی؟ آیا وقتی کفش‌دار حرم، کفش تو را می‌گیرد احساس شرمندگی یا مذبذب بودن، داری؟ این ارتباطات با چه احساساتی در تناسب است؟ با چه خصلت‌هایی تناسب دارد؟

د. فهرستی از اشیائی که با آن‌ها در ارتباط هستی، بنویس و حجم و میزان ارتباط با هر یک را معین کن.

ه. این اشیاء چه برای تو دارند و تو برای آن‌ها چه هزینه‌ای کرده‌ای؟ در مورد کیفیت استفاده از این اشیاء چه قدر تحقیق کرده‌ای؟

محیط‌ها:

الف. در چه محیط‌هایی رفتار و آمد دارید؟ آن‌ها را دسته بندی کنید.

ب. کیفیت و نحوه حضور در هر محیط را بنویسید.

به چند مثال توجه کنید: دستشویی، اتوبوس، مترو، سبزی فروشی، نانواپی، لبنیات فروشی، فروشگاه زنجیره‌ای، اماکن مقدسه مثل مسجد و حرم.

دارایی‌ها و نعمت‌ها:

الف. به نظر شما چه دارایی‌هایی دارید؟ حداقل ۱۰۰۰ دارایی خود را بنویسید.

ب. چه نعمت‌هایی دارید؟ حداقل ۱۰۰۰ نعمت خود را بنویسید.

ج. این دارایی‌ها و نعمت‌ها چه تکالیفی می‌تواند برای شما به وجود بیاورد؟

د. چه تعداد از این دارایی‌ها و نعمت‌ها را شکر می‌کنید؟ به چه سبک‌هایی می‌توان آن‌ها را شکر کرد؟

ه. مجموعه دارایی‌ها و نعمت‌های خود را دسته بندی کنید.

تمرین ۲: بوم زندگی خود را نقد کنید!

پس از اینکه مجموعه تمارین بالا را انجام دادید، در مقابل هر چیزی که نوشتید، یک «چرا» بگذارید و سعی کنید به این سؤال پاسخ دهید، یعنی به این سؤال پاسخ دهید که چرا این کار و این فکر و این احساس و این عادت و این رابطه و این محیط و این سطح خاص از آن را دارید و چرا غیر آن و در غیر این سطح نیست؟

بسیاری از افراد در پاسخ به این سؤال شروع می‌کنند از خوبی‌های مثلا این کار صحبت کردن! مثلا وقتی می‌گوییم چرا این کار را انجام می‌دهی، می‌گویند کار خوبی است و فلان فواید را دارد در حالی که این پاسخ، دلیل خوبی برای انجام آن کار نیست. این پاسخ بیانگر اهمیت و خوب بودن آن کار است اما مگر هر کار خوبی را باید انجام داد! کارهای خوب زیادی هستند که آن‌ها را انجام نمی‌دهیم. باید در پاسخ به این سؤال که چرا آن کار را انجام می‌دهیم، علاوه بر خوب بودن آن، نشان دهیم که آن کار برای من «بهترین» است و «ضرورت» دارد و کاری غیر از این کار نیست که این سطح از خوبی و ضرورت را برای من داشته باشد.

برای اینکه دقیق‌تر بتوانی خود را نقد کنی، بر روی صندلی داغ بنشین و از زاویه دیدهای مختلف خود را نقد کن، مثلا اگر خود بپرس:

الف. امام زمان، من را در این زمینه چه طور نقد می‌کرد؟

ب. شیطان من را چه طور نقد می‌کند؟

ج. اگر کارهای من در شبکه ملی پخش می‌شد، مردم مرا چه طور نقد می‌کردند؟

د. اگر متخصص و استادی بخواهد مرا نقد کند، چه می‌گوید؟

ه. اگر بدانی که فردا صبح زود خواهی مرد، آیا باز هم این کار را انجام می‌دهی؟

و. فرض کن کسی از اطرافیان، دقیقا کار تو را می‌کرد! او را چه طور نقد می‌کنی؟

این زوایای دید برای تشخیص حق یا باطل بودن کار نیست بلکه به ما کمک می‌کند کارهای خود را از زاویه‌های بیشتری رصد کنیم و برخ از عیب‌های پنهان آن را شناسایی کنیم.

به سؤالات زیر هم پاسخ بده:

الف. اگر حقوق یک میلیاردی بهت بدهند، آیا باز هم این کارها را انجام می‌دهی؟

ب. چرا با دوستان یا همکارانت زیاد وقت می‌گذاری ولی با خانواده نه؟!

ج. چرا به فکر هدایت مردم هستی ولی خانواده نه! اگر واقعا نیت تو خداست، چرا صله رحم نمی‌کنی؟ چرا پسر عمویت برایت مهم نیست؟!

د. چرا هر بخش را با کیفیتی بیشتر یا کمتر انجام نمی‌دهی؟ چرا کمیت آن را تغییر نمی‌دهی؟

ه. لطفا کارهایی از خودت را که خیلی قبولی داری نقد کن و به چالش بکش!

خوب است از اطرافیان هم کمک بگیری و از آن‌ها هم بخواهی که تو را به نقد بکشند.

در مورد هر کاری که انجام می‌دهی به طور خلاصه بپرس:

۱. آیا این کار خوب است؟

۲. اگر خوب است، آیا اولویت هم دارد؟

۳. اگر اولویت دارد، آیا با این کمیت و کیفیت اولویت دارد یا اینکه کمیت و کیفیت دیگری مناسب‌تر است؟

۴. نیت تو از انجام این کار چیست؟ چه قدر اخلاص داری؟

۵. استناد و دلیل برای سؤالات مراحل قبل چیست؟ از کجا فهمیدی که فلان کمیت و کیفیت مناسبتر است؟ آیا می‌توانی دفاعی علمی از پاسخت داشته باشی یا اینکه صرفاً بر اساس شبه علم و گزاره‌های کیلویی و فله‌ای به چنین نتیجه‌ای رسیده‌ای!

یک نکته تکمیلی در مورد «نقد»

بسیاری از نقدها بدون روشن بودن هدف و چشم انداز، مشکل منطقی دارد. بگذارید مثالی بزنم.

فرض کنید به کسی بگوییم چرا در فلان جا تدریس می‌کنی؟!

اگر او در پاسخ بگوید: چون جای خوبی است، من نمی‌توانم از او بپذیرم. جای خوب بسیار است.

اگر او در پاسخ بگوید: چون از جاهای دیگر بهتر است، من نمی‌توانم از او بپذیرم چون می‌پرسم، از چه جهت بهتر است؟! و تو چرا به این جهت اهمیت بیشتری می‌دهی؟!

اما اگر او در پاسخ بگوید: چون من چشم اندازم این است که مثلاً شاگردانی در فلان زمینه تربیت کنم و فلانجا که من در آنجا تدریس می‌کنم از میان ده‌ها گزینه دیگر که بررسی کرده‌ام فلان برتری‌ها را در راستای رسیدن به هدفم دارد، می‌توانم از او قبول کنم.

البته باید در تعیین چشم انداز دقت کافی صورت گرفته باشد ولی با پذیرش چشم انداز، دیگر اشکالی به او وارد نیست.

با این مثال ساده می‌خواهم یک اصل مهم در نقد را یادآوری کنم و آن اینکه نقد باید بر اساس هدف و غایت صورت بگیرد و نقد با در نظر نگرفتن غایت، اشکال منطقی دارد.

اگر غایت انسان نزدیکی به خدا باشد، طبیعتاً انجام گناه، خطاست ولی اگر غایت انسان، حیوانیت باشد، گناهی که لذت آفرین است، از جهت مشکلی ندارد!

لذا در نقدهایی که به خود وارد می‌کنید، به این نکته توجه داشته باشید که نه دفاع و نه نقد از کار، بدون دانستن چشم انداز، چندان منطقی به نظر نمی‌رسد.

تمرین ۳: ارزش‌ها را فهرست کن!

تا کنون به درجه‌ای از خودآگاهی و نقد و بررسی وضع موجود خود، رسیدیم. حال باید کمی به داوری بپردازیم و بتوانیم دقیق‌تر خودمان را نقد کنیم و علاوه بر این باید مقدماتی را فراهم کنیم که بتوانیم خلأها و بارهای بر زمین افتاده را شناسایی کنیم. ارزش‌ها و شناخت آن‌ها به ما کمک می‌کند که بتوانیم این دو مسأله را حل کنیم، یعنی بتوانیم نقدی دقیق‌تر داشته باشیم و علاوه بر آن بتوانیم بارها را بهتر شناسایی کنیم. حداقل ۵۰ ارزش اصلی خود را فهرست کن.

سپس در مقابل هر ارزش، حداقل ۵ مصداق رفتاری آن ارزش را در کسب و کار خود بنویس، یعنی کسی که این ارزش را دارد در کسب و کارش چه رفتارهایی به دلیل آن ارزش اتفاق می‌افتد.

سپس با کارهای خود بسنج و ببین که چه قدر بین این دو اختلاف است!

از آن سو، تفکر کن که رفتارهای فعلی تو، با چه نظام ارزشی در تناسب است؟!

این تمرین به تو کمک می‌کند که ارزش‌های واقعی و عینی خودت را تشخیص بدهی و بفهمی که چه ارزش‌هایی صرفاً در ذهنت باقی مانده است و به مقام عمل کشیده نشده است.

هنگامی که به بسیاری از مادران روزگار ما، در مورد ارزش حجاب یا ارزش‌های دینی در مورد کودکان، تذکر داده می‌شود، موضع می‌گیرند، مثلاً وقتی می‌گوییم خوب است که از کودکی عشق به حجاب را در فرزندت ایجاد کنی، می‌گویند می‌ترسم فرزندم عقده‌ای شود و لذا این کار را

نمی‌کنم! البته ای کاش فقط این کار را نکند بلکه به عکس، دائماً حس بد به حجاب را به کودک می‌خوراند! به محض اینکه داخل خانه می‌آید، حجاب را با نفرت از سر باز می‌کند و می‌گویی: آخیش! راحت شدم! چه قدر گرم بود! و امثال این رفتارها که حس زائد بودن حجاب را به کودک القاء می‌کند!

اگر از این مادرها بپرسیم که آیا حجاب ارزش است، می‌گویند: بله!

جالب اینکه همین مادرها نسبت به آموزش سواد فارسی یا انگلیسی یا جدول ضرب به فرزندشان از سنین پایین هیچ موضع منفی ندارند! به هیچ وجه هم نگران فشار آوردن یا عقده‌ای شدن بچه نیستند و به راحتی او را از سنینی که گاهی هنوز فارسی را به راحتی بلد نیست، مورد آموزش زبان انگلیسی قرار می‌دهند!

همین طور در مورد غذا یا پوشش فرزندشان، به شدت اصرار دارند که غذای مورد نظر را به بچه به مقداری که لازم می‌دانند بخوراند و تمیزی و طرح پوشش بچه آن‌ها دقیقاً وضع مطلوبشان باشد!

هرگز هم نگران این نیستند که این همه اصرار به اینکه بچه خاک بازی نکند یا لباسش دائماً تمیز باشد یا اینکه غذا را به فلان مقدار بخورد و غیر آن، او را زده کند و بچه حرف شنوی‌اش کم شود یا احساس کند که در یک خانواده پر فشار زندگی می‌کند!

این مثال به خوبی فاصله ارزش ذهنی و عینی را روشن می‌کند! آن زمان که مادر می‌گوید حجاب در نظر من ارزش است، دروغ نمی‌گوید ولی هنوز برای او تبدیل به یک ارزش واقعی نشده است و ضرورت آن را باور نکرده است ولی نسبت به مثال‌های دیگری که چنین نیست، حالتش فرق می‌کند و ضرورت آن را احساس می‌کند. البته یقیناً رفتار مادر در به زور خوراندن غذا به کودک سیاستی اشتباه است و ما در مقام صحنه گذاشتن بر این رفتار نیستیم ولی به عنوان شاهدی روشن که فاصله بین ارزشی که به باور تبدیل شده است و عینیت یافته است با ارزشی که فقط سر زبان پیدا می‌شود، بیان کنیم، این مثال را مطرح کردیم.

لذا ارزش‌های عینی که تبدیل به باور شده است، نقشی اساسی در زندگی ما ایفا می‌کنند و ما باید سعی کنیم که با معیار خوبی این ارزش‌ها را شناسایی کرده باشیم و نه اینکه صرفاً بر اساس سلیقه خود یا دیگران، ارزش‌ها را تنظیم کرده باشیم.

وقتی چیزی حقیقتاً ارزش باشد، سبب رشد و تکامل همه جانبه انسان می‌شود و اگر من به خاطر حرف مردم از چنین چیزی باز بمانم، معذور نخواهم بود. همین طور چیزی که ضد ارزش باشد، حقیقتاً من را از خدا دور می‌کند و سبب سقوط و هلاکت واقعی انسان و بیماری‌های اوست و اگر من به خاطر مردم به این امور تن بدهیم، خطاکارم.

لذا باید برنامه دقیقی در شناخت دین و بهره مندی از نتایج علوم داشته باشیم تا به نظام ارزشی متقنی که با واقعیت سازگاری بالایی دارد، برسیم و نه نظام ارزشی ذوقی و سلیقه‌ی و هوس محور که بعد از مدتی عمل به آن، گرفتار آسیب‌های واقعی آن شویم.

سپس بر اساس نظام ارزشی است که می‌توانیم خود را به نقد بکشیم و به کمک نظام ارزشی است که می‌توانیم بارهای بر زمین مانده را رصد کنیم. کسی که نظام ارزشی او اسلامی است، مثلاً ضعف بنیان خانواده یا ازدواج دیر هنگام را ضد ارزش تلقی می‌کند ولی ممکن است کسی با نظام ارزشی دیگری، این‌ها را ضد ارزش تلقی نکند.

تمرین ۴: خال‌های فردی و اجتماعی را فهرست کن!

من چه نقص‌ها و کاستی‌های اساسی دارم که باید اصلاح کنم؟ به عبارت دیگر، فاصله وضع موجود و مطلوب من، با چه اموری پر می‌شود؟

جامعه مسلمین و شیعیان، با وضعیت مطلوب خود، چه نسبتی دارد و برای طی کردن این فاصله در چه محورهایی، چه اتفاقاتی باید بیفتد؟ در محور حکمرانی، در محور علمی، در محور تربیتی، در محور خانوادگی، در محور رسانه‌ای، در محور آداب و رسوم فرهنگی و غیر این‌ها.

خانواده من با وضعیت مطلوب چه نسبتی دارد و چه طور باید به سمت آن حرکت کند؟

طبیعی است که ممکن است یک جوان ۲۰ ساله، آگاهی کافی برای رصد کردن مجموعه امور مرتبط به این فضا را نداشته باشد. طبیعتاً نیاز نیست که خودش به صورت مستقیم به آگاهی به مجموعه این مسائل برسد بلکه افرادی که نظام ارزشی تقریباً نزدیکی به او دارند و از طرفی متخصص و دغدغه‌مند هستند نیز، می‌توانند در این مسیر او را کمک کنند. به عنوان نمونه، بیانیه گام دوم، گزینه مناسبی برای شناخت برخی از مهمترین خألهای اجتماعی کشور است. یا به عنوان نمونه من فهرستی از بارهای بر زمین مانده که یک طلبه با فعالیت تشکیلاتی قوی قادر به برداشتن آن بارها می‌تواند باشد، فهرست کرده‌ام:

۱. ضعف سازماندهی: ما نیروهای خوبی داریم ولی اینها خوب سازماندهی نمی‌شوند. در زمینه‌های مختلف هم این سازماندهی ضعیف مشهود است. از سازماندهی پژوهش‌ها تا سازماندهی نهادها تا سازماندهی در کارهای ریز، مثل نیروهای خوب یک مدرسه علمیه و دانشجویان خوب دانشگاه شریف یا ... حیطه‌های مختلف مربوط به این بار بر زمین افتاده هستند.
 ۲. خأله مهارت‌ها: در کشور ما خیلی روی دانش تأکید میشود ولی گفتمان مهارت‌ها هنوز شکل نگرفته است و در زمینه‌های مختلفی که خودشان خأله هستند راه انداختن و پیش برد این گفتمان ضرورت دارد
 ۳. خأله تولید گفتمان: با گفتمان‌ها یک نفر به تعداد بسیار زیادی انسان تبدیل میشود. دیگر نیاز نیست خودش آن کار را ادامه دهد. گفتمان‌ها را درست می‌کند و دیگران مسیر را پیش می‌برند. خیلیها شخص اصلی را ندیده‌اند ولی در گفتمانی که او ایجاد کرده فکر می‌کنند. گفتمان‌های متعددی در جامعه در زمینه‌های مختلف نیاز است، مثل همین گفتمان ضعف سازماندهی یا گفتمان ضرورت مهارت‌های اساسی و ... که اگر کسی در خود گفتمان و فرآیند تولیدش و تسهیل‌گری آن و ... کار کند، خیلی کار خاصی است و خأله مهمی پر شده.
 ۴. تربیت: یکی از خأله‌های ما فعلاً بحث تربیت است. تمرکز نهادهای مختلف دغدغه‌مند روی آموزش رفته است و به صورت کلی معمولاً درکی از تربیت ندارند، چه برسه به مدل تربیتی. وقتی نگاه تربیتی باشد، حتی آموزش به سبک تربیتی انجام می‌شود و از آموزش انسان بیرون می‌آید ولی وقتی نگاه تربیتی نباشد، حتی تربیت بوی آموزش می‌گیرد و انسان‌هایی صرفاً با کله‌های بزرگ به وجود می‌آورد!
 ۵. هنر اسلامی به صورت مصداقی خیلی جای کار دارد. بار بر زمین مانده بسیار بزرگی است.
 ۶. فضای مجازی به صورت خاص و مصداقی تلاش برای تغییر و نظام‌دهی به آن در راستای ارزش‌ها.
 ۷. گفتمان سبک زندگی اسلامی، به معنای خاص آن که در بحثهای خودآگاهی می‌گوییم نه به معنای اینکه مثلاً جای چایی دمنوش بخوریم یا ... گفتمان سبک زندگی به معنای زندگی مبتنی بر یک سری اصول اسلامی که برای هر فردی در شرایط خاص، اقتضات خاص خود را دارد و حواشی مربوط به آن و فرآیند رسیدن به آن
 ۸. ضعف طراحی و مدل سازی اجرایی میدانی در حوزه‌های مختلف معارف اسلام. طراحی‌های نظری زیاد است ولی طراحی ناظر به واقع و میدانی که توسط افراد دست به کار با دغدغه‌های زنده باشد، بسیار بسیار نادر است.
 ۹. خأله رصد خانه فرهنگی: متأسفانه در زمینه‌های بسیاری در کشور، رصد خانه معتبری که بتوان به آن اکتفا کرد تا مجموعه کارها دیده شود و با بررسی آن مجموعه به اطمینان برسیم که کاری در این زمینه انجام نشده یا در حال انجام نیست، وجود ندارد و به همین خاطر دوباره کاری‌ها و تداخل‌ها و موازی‌کاری‌ها بسیار است و در عمل دچار خستگی نیروها و هز رفتن انرژی‌ها و نابودی سرمایه‌ها هستیم.
 ۱۰. حمایت معنوی از نخبگان(پر تلاش‌های دغدغه‌مند ارزشی) در حوزه‌های مختلف: متأسفانه نهادهای حمایتی گوناگونی در حمایت از نخبگان شکل گرفته است ولی هنوز به این مرحله نرسیده‌اند که حمایت از نخبگان راه و رسم مخصوص به خود را دارد و بیشتر حمایت‌ها به حوزه‌های کلی مربوط است در حالی که به نظر می‌رسد حمایت فردی معنوی از نخبگان، در اولویت است و خود این مسأله یک بار بر زمین مانده جدی است. بماند که تعریف از نخبه نیز، متأسفانه مربوط به فضایی است که با آنچه باید، فاصله بسیار دارد.
- علاوه بر رصد کردن شخصی یا مراجعه به رصد متخصصین، باید توجه داشت که ترسیم شبکه مسائل برخی از مشکلات محسوس در جامعه نیز، در شناسایی خأله‌ها و بارهای بر زمین مانده بسیار کمک کننده است که ان شاء الله در بخش تفکر چندی بعدی با روش آن آشنا خواهید شد.

در مورد مشورت از متخصصین، یک چالش اساسی داریم و آن این است که بسیاری از متخصصین در مقام مشورت، پاسخهای کلی می‌دهند و در عمل چیزی دستگیر مراجع نمی‌شود، در حالی که آن متخصص دانشی دارد که به درد مراجع می‌خورد. برای حل این مشکل، باید قبل از مراجعه به متخصص سؤالات خود را ریز کرده باشیم و با دست پر به متخصص مراجعه کنیم، مثلاً به جای اینکه با سؤال کلی «بارهای بر زمین مانده رشته علوم حدیث، چیست» مراجعه کنیم، این سؤال را به یک سری سؤالات ریز تبدیل کنیم، مثل اینکه:

۱. در بخش معارف حدیثی، چه مباحث معرفتی اهمیت بیشتری دارد؟ کدام یک از این مباحث کمتر کار شده است؟

۲. در بخش رجال و سند شناسی، چه مباحثی اهمیت بیشتری دارد؟ کدام یک از این مباحث کمتر کار شده است؟

۳. شما چه ایده‌های نابی دارید که تصور می‌کنید بارهای بر زمین مانده رشته هستند؟ اگر به شما بودجه وسیعی داده شود که خرج بر طرف کردن بارهای بر زمین مانده رشته علوم حدیث کنید، چه خواهید کرد؟

۴. چه بخش‌ها و مباحثی از رشته ما، به درد رشد فردی دانشجو می‌خورد و می‌تواند برخی از مشکلات زندگی او را حل کند؟

۵. چه مباحث و بخش‌هایی در رشته ما، به درد حل مشکلات مردم و جامعه می‌خورد و به این جهت اولویت دارد؟

۶. آیا کتابی به زبان دیگر که ترجمه آن لازم باشد یا منبعی قدیمی که شرح و تحقیق و ترجمه آن ضرورت داشته باشد، وجود دارد؟

۷. چه موضوعی بردارم که ظرفیت تکمیل آن در سطح دکتری نیز داشته باشم تا رساله ارشد و دکتری همسو و در صدد تعمیق بخشی به یک مسأله جدی باشد؟

و

بهتر است قبل از پرسش با استاد صحبت کنیم که می‌خواهیم از شما یک مصاحبه‌ای داشته باشیم که منتشر شود و بقیه دانشجویان رشته نیز از آن بهره ببرند و سؤالات را از پیش به استاد بدهید. در این صورت احتمالاً استاد روی سؤالات بیشتر تفکر خواهد کرد و با دست پر و نظم فکری به مسائل شما پاسخ خواهد داد، خصوصاً وقتی بحث انتشار در مجله دانشکده یا فلان خبرگزاری یا فلان سایت، مطرح شود، طبیعتاً مسأله جدی‌تر گرفته خواهد شد.

تمرین ۵: نعمت‌ها و دارایی‌های را فهرست کن!

۵۰ نعمت اصلی و دارایی اصلی که خداوند به تو داده است، فهرست کن. سپس آن‌ها را در محورهای زیر قرار بده:

مالی، جسمی، ویژگی روحی، خانوادگی، محیطی و جغرافیایی، ارتباطی، مهارتی، علمی

و در صورتی که نعمتی مربوط به خارج از این دسته‌هاست، خودت برای آن دسته‌ای مشخص قرار بده.

سپس تفکر کن که با هر یک از این نعمت‌ها چه کارهایی می‌شود انجام داد؟! و چه ظرفیت‌هایی با این نعمت‌ها داری که هنوز آن‌ها را آن طور که باید فعال نکرده‌ای؟

نعمت‌ها مسئولیت ساز است و باید حق هر نعمت را به جا آوریم.

جمع بندی

حال که مجموعه محورهای سابق را انجام دادی، نوبت به جمع بندی برای رسیدن به چشم انداز نهایی می‌رسد. چشم انداز نهایی ترکیبی از مسئولیت‌های برآمده از نعمت‌ها و خلأهای فردی و اجتماعی است، به این صورت که خلأهای اولویتداری که من با نعمت‌هایی که دارم، می‌توانم در دراز مدت، آن‌ها را بر طرف کنم، چشم اندازم می‌شود.

چشم انداز، بار بر زمین افتاده اولویتدار من است.

نکته نهایی در این قسمت اینکه، مجموعه اموری که گفته شد، اگرچه در رسیدن به چشم انداز کمک می‌کند ولی اگر یک مسأله در کنار این بررسی‌ها نباشد، مجموعه مطالب گفته شده، جز به حیرت فرد نمی‌افزاید و آن عمل به فهم‌ها و دانسته‌هاست. مغز راهنمایی خدا برای اینکه شخص، مأموریت ویژگی زندگی خود را بشناسد، تلاش مخلصانه در عمل کردن به فهم‌هاست و اگر این مسأله نباشد، این بررسی‌ها بیشتر حیرت‌آفرین است ولی اگر این ویژگی باشد، هدایت الهی قطعی است و این بررسی‌ها نیز، خود نشان دهنده بخشی از تلاش مخلصانه فرد است که منجر به هدایت الهی خواهد شد و به تعبیر قرآن کریم: وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا^۲ و کسانی که «در راه ما» «تلاش» کنند، به تحقیق آن‌ها را به راه‌های خود هدایت خواهیم کرد.

سبحان ربك رب العزة عما يصفون و سلام على المرسلين و الحمد لله رب العالمين