

نسیم زندگی



رویگردانی از راستگویی با اقبال به دروغگویی متفاوت است

آدم‌های بلا تکلیف در هوای نفسگیر دروغ آلوده!

- حسین سروقامت***

در جهان امروز سبک زندگی (Lifestyle) بسیار مهم شمرده می‌شود؛ مجموعه‌ای از منش‌های ذاتی ما و همچنین روش‌هایی که برای ادامه حیات برگزیده‌ایم. بحث سبک زندگی در بسیاری از سخنان رهبر فرزانه و از جمله بیانیه گام دوم انقلاب مطرح شده و مورد توجه قرار گرفته است. ایشان در مهرماه ۱۳۹۱ در جمع پرشور جوانان خراسان شمالی سوآلات مهمی را در این خصوص مطرح نموده، آسیب‌شناسی آنها را خواستار شدند. در پاسخ به این مطالبه اساسی هر هفته یکی از این سوآلات را مطرح کرده و به بررسی پاسخ خواهیم پرداخت. تاکنون به ۱۳ سؤال پرداخته‌ایم و اما پرسش چهاردهم، در بین ما دروغ چقدر رواج دارد؟

- اراست ن گفتن با دروغ گفتن متفاوت است**

طرح این سؤال از سوی رهبر معظم انقلاب، آن‌هم بلافاصله پس از بیان پرسش پیشین (آیا ما در بازار، در ادارت، در معاشرت‌های روزانه، به‌همدیگر به‌طور کامل راست می‌گوییم؟) نشان از اهمیت این امر دارد.

به‌زعم نویسند، رویگردانی از راستگویی با اقبال به دروغگویی دو امر کاملاً متفاوت است. ممکن است انسانی یا حتی جامعه‌ای از راستگویی، صداقت و درستی استقبال نکند اما به دروغ و افترا نیز دامن نزند؛ یعنی در مقام مقایسه، دروغگویی شیوع و پلیدتر از روگردانی از راستی و درستی است.

دروغگویی معضل بزرگی است که همچون موربانه جامعه را از درون پوسانده، نابود می‌کند. همچنین در روایات معتبر ما از و رمز گریز از همه گناهان و تباهی‌ها گریز از کذب و دروغ عنوان شده است. گویا اگر خانواده‌ای، جامعه‌ای یا حتی ملتی از همین یک‌گناه احتراز نکند، از همه گناهان رو گردانده است! نویسند معتقد است دروغ، حتی اگر کوچک و ناچیز و بعضاً قابل اغتباب باشد- نظیر دروغ‌هایی که ما مثل نقل و نبات به زبان می‌آوریم- گناهی صرفاً فردی نیست، بلکه همه افراد اجتماع را گیر می‌کند و فضای اعتماد عمومی را از میان می‌برد. آدم‌ها در هوای دروغ‌آلوده، نه تکلیفشان معلوم است و نه می‌دانند در بلا تکلیفی چه کنند؟ بنظرید، نپذیرند، انکار کنند، کتمان کنند؟

سبک مراقبت

- مر فیه مایمیری**

روزگاری الگوهای جوانان و نوجوانان مشخص بود و عده زیادی از آنها از یک عقیده و باور مشخص و ارزشمند پیروی می‌کردند. نمونه‌اش پر وپچه‌های جنگ که در عشق و وفاداری از هم الگو می‌گرفتند و الگوبشان امام حسین(ع) و حضرت علی اکبر(ع) بود. آن زمان نوجوان‌ها چشمان به دهان روحانی یا معلم فرهیخته‌شان بود تا کلامش را بشنوند و بی‌چون و چرایی به آن عمل کنند. برای خانواده‌ها مهم بود که فرزندان‌ش یا چه کسی حشر و نشر دارد چراکه از نقش الگو گرفتن نوجوان‌ها به خوبی آگاه بودند. در تأیید نقش الگوسازی برای جوان‌ها همین مثال آنها است که شهید قربانخانن از شهدای مدافع حرم صاحب قهوه‌خانه بود و دوستانش هم تیپ خودش بودند ولی همنشینی با یک پاسدار و شرکت در مراسم روضه حضرت زینب(س) او را متحول کرده و بی‌تابی با اعزام به سوریه شد. او از همنشینی با دوستان بی‌خیال و عجیبش سر از دوستی با یک تفکر ناب در آورد و عاقبت شربت شهادت نوشید و عاقبت به خیر شد. پس نقش الگو برای انسان‌ها معقوله مهم‌تر به نظر می‌رسد. گاهی وقت‌ها الگوها خودشان رخ می‌نمایند. آن قدر واضح هستند که همه آنها را می‌بینند ولی گاهی باید تلنگری زد تا آنها نشانه‌ها را دریابند یا باید خودمان نمونه‌های موفق را در اختیارشان بگذاریم. در باب اهمیت الگوسازی برای فرزندان پای صحبت برخی والدین نشستیم.

- سرچشمه دروغ را باید پست**
راهکار اسلام برای عدم ارتکاب چنین گناهایی، بستن سرچشمه آنها از یک سو و عدم شیوع و گسترش آنها از سوی دیگر است.

باید یاد بگیریم و یاد بدهیم که حتی از یک دروغ کوچک احتراز کنیم. طبع دروغ این‌گونه است که وقتی کوچک آن را مرتکب شدی، از بزرگ آن نیز ناگزیر خواهی بود. آنگاه می‌بینی که این قظرات به هم پیوسته، سیلی خاتمان برانداز راه انداخته و هر چه راه هست و نیست، با خود می‌برد!

به تعبیر زیبای ملک‌الشعرای بهار «سیل را زَ اول توان ناملوب و نانهاجر را در زندگی روزمره مردم رصد کردند.

بستن به بیل/ چون فزون تر شد بغلتد زنده بیل.»

از این گذشته، باید برای شیوع لجام گسیخته دروغ فکری کرد. وقتی فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی همچون هوا اطراف ما را احاطه کرده و می‌دانیم بسیاری از مطالب این شبکه‌ها کذب محض است، چه تدریجی باید اندیشیده شود و در این راستا کار برای جوان و نوجوان، چقدر سخت و دشوار است. جوانان و نوجوانان، هم سروکار بیشتری با این قبیل فضاها دارند، هم به جهت زلالی و شفافیت درون، زودتر این فضاها را باور می‌کنند.

نکته دیگر اینکه به تجربه ثابت شده اگر سیاست‌ورزان، حاکمان، هنرمندان، ورزشکاران و در یک کلمه سلبریتی‌ها و گروه‌های مرجع جامعه پاکیزه و منزّه شوند، این پاکیزگی تا پایین‌ترین سطوح جامعه و درونی‌ترین لایه‌های آن رسوخ خواهد کرد.

اما خدا نکند این قبیل افراد که نگاه‌ها و انگشت‌های اشاره به سمت آنها نشانه رفته است، به گناهانی اینچنین، آلوده شوند که آنگاه جامعه را تباهی برمی‌دارد. عبارت «الناس علی دین ملوکهم»، که به‌خاطر کارکردی بودن آن، همیشه سر زبان‌هاست، از همین حقیقت انکارناپذیر حکایت می‌کند.

رحمت خدا بر شاعر شیرین سخن، سعدی بزرگ که در

یک بیت شعر، حق سخن را به خوبی ادا کرده است: «اگر زا باغ رعیت، مَلک خورد سببی بر آوردن غلامان او درخت

از بیخ.»

- نخبگان باید پای کار بایند**

نکته دیگر لزوم مسئولیت‌پذیری نخبگان جامعه است. همان‌ها که باید- نه بسان مردم عادی چند قدم پیش پای خود را ببلکه- ۱۰۰ سال و ۲۰۰سال آینده را ببینند و برای بهینه‌سازی آن از همین حالا برنامه‌ریزی کنند. نخبگانی

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۹۸۴۷۱

د

باید یاد بگیریم و یاد بدهیم که حتی از یک دروغ کوچک احتراز کنیم. طبع مر تکب شدی، از بزرگ آن نیز ناگزیر خواهی بود. آنگاه می‌بینی که این قظرات به هم پیوسته، سیلی خاتمان برانداز راه انداخته و هر چه راه هست و نیست، با خود می‌برد! به تعبیر زیبای ملک‌الشعرای بهار «سیل را زَ اول توان بستن به بیل/ چون فزون تر شد بغلتد زنده بیل.»

-ولی من این کار را کرده‌ام، چطور انکارش کنم؟

می‌بینید قوانین چطور می‌توانند به کمک خُلق و خوی

آدمی، مانع کُزفتاری وی شوند؟

ملاحظه می‌کنید مقررات چطور می‌توانند مسئولیت‌پذیری

را در بین مردم نهادینه کنند؟

واستگی، بی‌اعتمادی، منفعت‌طلبی و ترس از افتادن به دردسر، عدم نظارت کافی در سازمان‌ها و دستگاه‌های جامعه خویش عرضه کنند. کاری که اگر به‌طور مثال در خصوصی بحث تحدید جمعیت در سال‌های پیش انجام می‌شد، امروز با این تهدید جدی جمعیتی مواجه نبودیم.

شنیدم چند سال پیش نخبگان بلژیک ۵۰۰ مشخصه نامطلوب و نانهاجر را در زندگی روزمره مردم رصد کردند.

مشخصه‌هایی که لازم است به مرور زمان از پیش پای آن ملت برداشته شود. دولت نیز به کمک آنان آمد. ۳۰ میلیون دلار اعتبار تخصصی داد تا با برنامه‌ریزی و کلان‌نگری این نخبگان، نانهاجران، اندک اندک از زندگی مردم رخت برسته، جای خود را به موارد ارزشمند دیگر بدهند. این کاری است

که دقیقاً در کشور ما نیز باید انجام پذیرد و اگر قرار شود نانهاجرای‌های از زندگی روزمره مردم زوده شود، بی‌شک

دروغ و میل به دروغ‌گویی اولین آنها خواهد بود.

اگر قرار باشد راه رشد و کمال را طی کنیم، راستی و صداقت باید در جامعه بزرگ داشته شود و سمت و سوی فرهنگ‌سازی‌ها نیز بر گداشت راستان پاکدست باشد.

- قانونی که مانع دروغگویی می‌شود**

از سوی دیگر و در گام بعدی باید عواملی را که باعث می‌شود مردم به دروغ رو آورند، از سسر راه برداریم. از جمله این عوامل می‌توان به ضعف قوانین و قانون‌گریزی اشاره کرد.

نکته جالبی را از یک پرونده جرم و جنایت در آن سوی آب عرض کنیم؛ از زبان دوستی که شاهد گفت‌وگوی مجرم این

پرونده با وکیل خویش بود. مجرم از کشوری که دروغ را به عنوان ضدارزش پذیرفته، در قانون آن کشور جرم تلقی می‌شد و وکیل از کشوری که در آن دروغگو دشمن خدا بود، اما از نظر قانون مجرم نبود.

وکیل موکل خود را کناری برده، از وی می‌پرسد هنگام

چسوَ دَر توان زده‌! او خشت بود که پر توان زده! اذعان

می‌کنید که بیان این قضایا حرفی است، عمل کردن به

آنها حرف دیگر!

عضو هیئت علمی پژوهشگاه فرهنگ و معارف اسلامی

سبک رابطه



چالش‌های ارتباط با نوجوانان از نگاه دکتر نازنین حبیبی

قایم‌ها را بخته‌ای رفیق فرزند نوجوان خودنباشی

- مونا دهقان**

مشکلات بین خانواده‌ها و فرزندان‌شان در دوران نوجوانی دارای دو بخش یا دو پرسش است: اول اینکه خانواده‌ها چه تفکری در مورد این دورانی زندگی فرزند خود دارند و مشکلات را چگونه می‌بینند و دوم اینکه فرزندان مشکلات خود را با خانواده‌ها به چه صورت می‌بینند و البته در این ارتباط دو سوسیه هم کدام حق را از آن خود می‌دانند. در این زمینه با نازنین حبیبی، روانشناس بالینی گفت‌وگو کرده‌ایم که حاصل گفته‌های او را در ادامه می‌خوانید.

بسیاری از نوجوانان دچار آشفتگی ذهنی هستند، احساس قدرت می‌کنند و می‌خواهند عرض اندام کنند، رفتارهایی دارند که می‌خواهند قدرت خود را به اطرافیان نشان دهند که بر اساس جنسیت و فضایی که در آن هستند متفاوت است. نسبت به آداب و رسوم سرسپجی‌هایی دارند و دیگر دوست ندارند والدین به آنها بگویند کجا برویم، ... و از دیگر عواملی هستند که در ترغیب مردم به دروغ به دلیل تغییرات ظاهری نگران هستند. گاهی کاری را آغاز می‌کنند و چند روز بعد پشیمان و آن را راه می‌کنند، حال روحی خوبی ندارند و دچار سردرگمی هستند و به دنبال پاسخ‌هایی در زندگی خود می‌گردند. از خود سؤال می‌کنند من چه کسی هستم؟ من دنبال چه چیزی می‌گردم؟ چه چیزی را دوست دارم؟ و به دنبال علاقه‌مندی‌های خود پیوده و می‌خواهند فردی مستقل باشند و نگذار، والدین برایش تصمیم بگیرند. از طرفی دیگر پدر و مادر که تا دیروز با خودکی حرف گوش کن سرکار داشتند امروز با فرزندی رویه‌رو هستند که بزرگ و عقلمنر شده، قد کشیده اما اتقی نامرتب دارد، هیچ مسئولیتی را نمی‌پذیرد، گاهی اوقات در را محکم می‌کوبد، به دنبال استقلال خود است و دیگر مانند قبل نمی‌گذارد پدر و مادرش به جای او انتخاب کنند و با آنها بر سر اختیاراتش بگو مگو و حاضر جوابی می‌کند، در چشمان والدین زل می‌زند و می‌گوید «لم می‌خواهد...» که به سسر و وضعیت اهمیت می‌دهد، در فضای مجازی می‌چرد و نمی‌داند والدینش که عاشقانه دوستش دارند با هر یک از این کارها دلشان هزار راه می‌رود که «وای بچه‌ام از دستم رفت، تربیتش؟ آینده‌اش؟ چه چندان امروز رسته بودم پنبه شد...» اما هیچ احتیاجی به این نگرانی‌ها نیست، والدین با حفظ آرامش خود باید بگذارند این دوران سپری شود، اگر روزهایی را با رفتارش می‌خواهد ثابت کند که والدین تقصیر می‌پردازند این دوران سپری می‌شود، اما والدین غمناک می‌گردند و با رفتارشان به فرزندان با دانش آموزان در نوع تربیت و بود یادان می‌آید که دائم دستنشان را به دهان می‌برد یا به وسیله هر شیء تلاشی می‌کند لثناش را بخاراند، این کار در آن زمان اقتضای سشن بود و دندان در آوردنش... اگر والدین چندین بار هم دستش را از دهانش بیرون می‌آورند کودک باز هم کار خود را می‌کرد.

روحیات نوجوان همانند دریاست. در این دوران گاهی بسیار آرام و آفتابی و گاهی دریایی طوفانی و گاهی اوقات با امواجی کم است و خلقی متفاوت دارد. خانواده‌ها بایدین این خلق متفاوت مضطرب و عصبانی می‌شوند و زمانی که در با طوفانی است و نوجوان حال خوبی ندارد والدین نیز عصبانی شده و با او وارد بحث می‌شوند در مقابل نیز فرزند در اتاقش را می‌کوبد و می‌خواهد به والدین بگوید من مستقل هستم و برای زندگی‌ام تصمیم می‌گیرم و با رفتارش می‌خواهد ثابت کند که والدین تقصیر در زندگی‌اش ندارند، خانواده‌ها با رویه‌رو شدن یا چنین رفتارهایی عصبانی شده و کنترل خود را از دست می‌دهند و موقعیتی که نسبتاً طبیعی بوده را با رفتارشان به رفتارهای پرخطر از جمله داد و فریاد کردن، خشونت، از خانه بیرون رفتن، پناه بردن به دوستان و همسالان سوق می‌دهند و موجب فاصله گرفتن فرزندان‌شان می‌شوند.

رو حیات قدیم نوجوانان در کوچه‌ها با هم سن و سالان خود دائم در حال بازی و تفریح بودند و انرژی‌ها و بدخلقی‌هایشان در فضای کوچه و محله‌های قدیم تخلیه می‌شد اما امروز جامعه مجازی غیر قابل کنترل است و نوجوانان دوران بسیار متفاوتی را نسبت به پدر و مادرشان سپری می‌کنند و به دلیل کاهش تحرک، انرژی آنها تخلیه نمی‌شود و از طرفی در فضای مجازی و رویه‌رو شدن با مطالب گسترده‌ای که وجود دارد کار تربیت فرزندان امروز سخت‌تر است اما خانواده‌ها باید بتوانند این تغییر نسل و تفاوت بین نسل‌ها را درک کنند و ثبات اخلاقی داشته باشند و اگر در این مسیر دچار مشکل شدند به روانشناس مراجعه کنند. اگر رفیق فرزند خود نیاشیم قایم‌ها را بخته‌ایم. سخت گرفتن بیجا در این دوران اشتباه است. والدین اگر با فرزندان خود رفاقت دوستی نداشته باشند، از آنها دور شده و نمی‌توانند از مشکلات آنها باخبر شوند. هر چه والدین سختگیرتر باشند مشکلات اساسی فرزندان را جا می‌اندازند و متوجه نمی‌شوند اکنون چه شرایط دارد اما به واسطه رفاقت، متوجه حالات او شده و می‌توانند او را با واقعیت‌های زندگی رویه‌رو کنند.

اختلافات والدین و فرزندان به بدر شدن روابط در زمان حال و حتی در آینده ختم می‌شود، در نتیجه اضطراب و دلشوره‌های ایس دوره را کنار بگذارید و به هیچ وجه به فرزندانانت هویت نخورانید. اجازه دهید نوجوان هویت خود را نه در فضای مجازی و در جمع دوستان و همسالان بلکه به کمک والدین خود در خانه پیدا کند، زیرا هویت یک فرد موضوع بسیار مهمی است که ناخودآگاه در خانواده شکل می‌گیرد.

د

رو حیات نوجوان همانند دریاست. در این دوران گاهی بسیار آرام و آفتابی و گاهی دریایی طوفانی و گاهی اوقات با امواجی کم است و خلقی متفاوت دارد. خانواده‌ها با دیدن این خلق متفاوت مضطرب و عصبانی می‌شوند و زمانی که در با طوفانی است و نوجوان حال خوبی ندارد والدین نیز عصبانی شده و با او وارد بحث می‌شوند

معتاد یا خطا کار باشد