

## دین شناسی

انسان مومن باید دین خود را بشناسد و بر اساس آن، فکر و عملش را تنظیم کند.

بعضی از مردم به ظاهر دیندار هستند ولی هیچ شناختی از دین ندارند. برخی هم که دین شناس هستند، عده ای از آن ها می گویند تا خود نمایی کنند و با این علو و دانش خویش، جاه و منزلتی در میان مردم پیدا کنند در حالی که شهرت، خود افتخار برای عده دین آدمی است. انسان قافل کسی است که دنبال حق شناسی می رود و حق انجام می دهد و کاری به این ندارد که مردم چه نظری درباره اش دارند. حضرت امام کاظم (ع) درباره دو چیز هشدار می دهد و می فرماید: «خوداند متعال رحمت کند بنده ای را که در مسائل دینی تحقیق نماید و نسبت به مردم شناخت پیدا کند، اگر چه مردم او را نمانندند و قدر و منزلت او را ندانند. (نزه الناظر و تنبيه الخاطر حلوانی، ج ۱، ص ۲۲۳)»

## مشورت در زندگی

در قرآن خانواده به پیامبرش فرمان می‌دهد که در کارها به وی و نه امور مهمم با مرد مشورت کند (آل عمران: ۱۵۹)، اصولاً در نظر قرآن، مومنان کسانی هستند که اهل مشورت در کارها هستند چرا که با مشورت، انسان از نظر دیگران بهره‌مند می‌شود و دچار اشتباه و خطائی نشود یا اگر شود، دارای عذر خواهد بود. حضرت امام موسی کاظم (ع) فرمود: «کسی که در امور زندگی خود مشورت کند، خطا چدرست و صاحب عمل در مشورت و تعریف و تنبیذ بفرمان می‌گوید اگر خطا

و اشتباه کند، عذرش پذیرفته است.» (بحار الانوار، ج ۵۵، ص ۱۴۰)

## تعقل ورزی

خداوند به انسان عقل داده تا از آن بهره‌مند شود. عقل بهترین واعظ انسان و همچون چراغ راهنمایی است که پیش پای آدمی را روشن می‌سازد و انسان می‌تواند خوب و بد را با چراغ عقل ببیند.

اگر فردی از این چراغ استفاده نکند، در دام  
هایی که شیطان برای انسان گذاشته، گرفتار  
می شود و به هلاکت می افتد. امام موسی  
کاظم (ع) بر این مطلب تأکید  
دارند که انسان باید از عقل  
خویش به عنوان واعظ  
درونی استفاده کند.  
ایشان می فرمایند:  
«هر کسی از عقل  
و تدبیرش استفاده  
نکند، دشمنش یعنی  
شیاطین انسی و جنی  
و نیز هواهای نفسانی  
به راحتی او را می فریبند  
و منحرف می شود.»  
(نزه النظر و تنبیه الخاطر:  
ص ۱۲۴، ۱۵)

### عکس تزئینی است



## عمل به علم

انسان باید به علم خویش عمل کند. اگر به چیزی علم و یقین داریم، نباید به خلاف آن عمل کنیم چنان که نباید تحت تأثیر سخنان دیگران از علم خود دست بکشیم، از آن جا که علوم و معلومات انسانی از نظر درجه و مرتبه نیز و روش کسب و تحصیل متفاوت است، وقتی فردی از طریق ابزارهای صیغ و درست و منابع شناخت علمی به علمی دست یافت، باید بر آن پاف بزند که آن رفتار کند و به تشکیک دیگران توجهی نکند. امام (ع) فرمود: «در همین باره می فرمایند: «ای هشام! اگر در دست تو دانه گردویی است ولی همه مردم آن را جواهر پنداشته اند این پندار، تو را سود نبخشد چون می دانی آن چهره در دست تو است گردویی بیش نیست. همچنین اگر در میان مشیت تو، جواهری باشد اما مردم آن را گردو قلمداد کنند در این صورت نیز این پندار، واقعیت را در گرو نمی سازد و زیانی به علمی نرسد.» (تحف العقول، بخش امام مفتی، ص ۳۹۶)


## دعا برای رفع و دفع بلا

انسان‌ها در زندگی همواره گرفتار انواع بلاها و مصائب هستند. بر اساس آموزه‌های قرآنی، برای رهایی از بلاها و مصائب به هر عنوانی می‌توان دست به دادن استغفار و توبه و دعا داشت. امام موسی کاظم(ع) درباره نقش دعا در رهایی از بلا و مصیبت می‌فرماید: «بلائی نیست که بر مومن وارد شود مگر آن که به وسیله دعا سریع بر طرف شود و چنان دعا ده کند بلا طولانی خواهد شد. پس هنگامی که مصیبت و بلائی وارد شد، به راه خداوند دعا، وضو کنید.» (اصول کافی، ج ۲، ص ۴۷)

## صداقت و تصدیق

امام کاظم(ع) می فرمایند: «انسانی که معتقد و مومن به راه و روش پیامبران(ع) و امامان(ع) است باید این گونه باشد که قول و فعلش بیکدیگر را تصدیق و تأیید کند، نه آن که چیزی را بگوید و خودش جور دیگر عمل کند» (کافی، ج ۸، ص ۲۲۸). این در حالی است که بسیاری از مردم، دیگران را به کارهای خیر و خوب تشویق می کنند و به طور مثال از اموری نهی می کنند که منکر و زشت است و می گویند حسدات نوز دیه دروغ نگوید و غیبت نکند

امام خودشان اهل غیبت و دروغ و حسدات هستند یا به خودشان تشویق می کنند که خیر و نیک است، ولی خودشان نیکویی نمی کنند.



صله رحم

یکی از مهم ترین آموزه های اجتماعی و بلکه سیاسی اسلام، صله رحم است. امام کاظم (ع) در اهمیت صله رحم فرمودند: «صله رحم اعمال انسان را پاک می کند، مال و دارایی را افزایش می دهد، بلاها را دفع می کند و حساب قیامت را آسان و عمر را طولانی می کند.» (تحف العقول، ص ۳۰۹)

## خانواده ام فقط به پول اهمیت می دهند



زنی ۳۴ ساله و دارای یک بچه مرخص جسمی - حرکتی هستم. شوهرم دو سال است ترک کرده است و تازه برای طلاق اقدام کرده ام. روزگار ما را بار در منزل مردم می گذرانم. پدرم و خانواده ام فقط به پول و کسانی که از لحاظ مادی برای آن ها منفعتی دارند، اهمیت می دهند. من هیچ ارزشی برایشان ندارم. می خواهم به فکر شغل درست و حسابی برای خودم باشم اما خانواده ام می گویند بچه ات را بزرگ کن.

## بنفشه دولت آبادی | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

مشاوره

است به این مسئله بپردازیم که خانواده‌های شما بی شک دلبستوار شما هستند و طبیعی است در باره شرایط سخت شما واکنش نشان دهند. این در متن پیامک تان اشاره کرده که باید که هیچ ارزشی برای شما قائل نیستند به این دلیل نیست که به شما و خانواده‌های شما اداست کم می‌گیرند، بی‌شک به خاطر شرایط دشوار شماست که ممکن است در برهه‌های مختلف زندگی نه تنها از خانواده بلکه از اطرافیان دیگر هم حمایتی به‌شما نباشد. به‌شک شما بر سر داد و ستد، بهترین نتیجه‌ای که می‌توانید به‌دست بگیرید به‌جای چهره گرفتن در مقابل خانواده و قضاوت آن‌ها، صبورانه برخورد کنید و باید و محکم باشید و از نصیحت‌ها و راهکارهای خانواده‌تان برادرانست مثبت کنید. در ادامه چند تکنیک شخصی به‌شما آموزش می‌دهیم تا بهترین تصمیم را در شرایط فعلی تان بگیرید.

● در مقابل انتقادها صورت نداشتید

یابید بداند که از آنست که موفق و با اعتماد به نفس، هیچگاه امتیاز را از دست نمی دهد. شما تمام ریسک ها را گرفته اید و به عهده گرفته اید پس سعی کنید در مقابل انتقادهای دیگران جبهه نگیرید، شاید این انتقادها سازنده و به نفع شما باشد.

معلمین باشید خانواده شما به صلاح زندگی شما رفتار خواهند کرد، سعی صبرانه تر رفتار و صبور باشید. سعی کنید از تجربیات آن ها استفاده کنید و آن را در اهرکار زندگی تان قرار دهید.

## چطور استعدادم را کشف کنم؟

پسری ۴۶ ساله ام. به دلیل برخی مسائل، تازه موفق به اتمام درسم در مقطع کارشناسی حسابداری شده‌ام. با این که از ابتدا درشت‌کار و برای دوره عرصه کار انتخاب کردم اما علاقه‌ای به آن ندارم. من به کار مناسب هستم. به حرفه خاصی علاقه ندارم ولی در هر شاخه‌ای سریع موفق می‌شوم و خودم را با شرایط وفق می‌دهم. دوست دارم استعداد واقعی خودم را کشف کنم و همان کار را انجام دهم اما متأسفانه موفق به کشفش نشده‌ام.



برای شما بهترین کار، امتحان مشاغل مختلف است از فروشندگی و بازاریابی و حسابداری و رشته تحصیلی شما هم بوده است تا کار در مهد کودک یا هر شغلی که توانایی آن را دارید. این تجربه باعث خواهد شد اطلاعات لازم را درباره خودتان جمع آوری کنید و سپس با تجزیه و تحلیل این داده ها به باعلاق و استعدادهای خود پی ببرید. البته توجه به ویژگی های هر کار و سختی های آن با شناختی که از خودتان دارید در مرحله قبل از تجربه کردن قرار می گیرد.

🌟 اعطاف پذیری بیش از حد، مثبت نیست  
 درباره این که گفته بودید در انجام هر کاری،  
 خودتان را با شرایط وفق می دهید باید توجه داشته  
 باشید اعطاف پذیری، امر مثبتی است اما مشابه  
 هر ویژگی مثبت دیگر، افراط و زیاده روی در بهره  
 بردن از آن مناسب نیست.

و واقع آن چه شما می گوئید انعطاف پذیری نیست بلکه بی نظری و سیال بودن است مانند آب که همیشه شکل ظرف را به خود می گیرد. انسان فایده زیادی، گاهی باعث نقض هویت شخصی انسان می شود. در واقع، انعطاف، زمانی معنا دارد که شما حول چند اصل ثابت و در جزئیات آن ها از خود انعطاف نشان دهید. انعطاف بیش از حد باعث شده است شما هیچ گاه به خواسته ها، نیازها و استعدادهای خود فکر نکنید و حتی در بررسی های خود فقط از باز خورد های بیرونی برای کشف استعداد های تان استفاده کنید.

👉 به درون خود نگاه کنید

ای کشف استعدادهای تان، تمام حرف های دیگران را فراموش کنید و فقط به درون خویش بنگرید. آن گاه مطمئن هستید به آن چه می خواهید دست خواهید یافت. در واقع خود، آینده خود شوید تا در آن به وضوح خویشتر را ببینید. آینده های دیگران همیشه زاویه را هستند و بر اساس شخصیت و نیازهای خود سوگیری دارند، در نتیجه آن چه در آن می بینید، فقط تصور آن هاست. شمامت و نه خود واقعی شما، بی واسطه به خود تجریت خوشتان و گذشته و آینده تان نگاه کنید تا بتوانید از شرایط فعلی به سمت موفقیت گام بردارید و استعدادهای را ببینید.

سعید خاکپور | روان شناس بالینی

**مشاوره**

هویت شغلی، بخش مهمی از هویت هر شخص را تشکیل می دهد، بدین معنا که ما خودمان را بر اساس عوامل مختلف که شغل و تحصیلات ما یکی از ابعاد مهم آن است، می شناسیم و به هویت و کیستی خود شکل می دهیم. برای همین ضرورت دارد نوع و رشته تحصیلی و شغل ما مطابق با شخصیت و نیازهای ما باشد و اگر نه دچار تعارضات شدیدی خواهیم شد. ما به بخوابیم، چه نتوانیم مقدار قابل توجهی از وقت خود را در شغل ما صرف می کنیم.

📌 به دنبال تجربه اندوزی باشید

با توجه به آن چه شما در متن سوال تان گفتید، فکر می کنم برای شما بهترین کار، تجربه کردن باشد. ما با تجربه کارهای مختلف می توانیم به استعدادهای عالیق فکر می یبریم.

صرفا با یک فکر کردن و کتاب خواندن، اتفاقی رخ نخواهد داد. کتاب خواندن یا مشاوره، روش تفکر و شیوه استخراج و مدیریت اطلاعات را به شما

آموزش می‌دهد اما داده  
های ورودی این  
فرایند از تجارب  
ما سرچشمه  
می‌گیرد. در  
این شرایط