

ویژگی ها و وظایف منتظر واقعی و پیش نیازهای عملی کردن سبک زندگی مهدوی

از زنده کردن ارزش ها تا مسئولیت پذیر بودن



سیدمرتضی آل علی | دانش آموخته رشته فلسفه و کارشناس مذهبی

مجموعی

فرا رسیدن عید بزرگ نیمه شعبان، یک سوال مهم را در ذهن همه عاشقان امام زمان (عج) مطرح می کند: «ویژگی های منتظر واقعی امام زمان (عج) چیست و سبک زندگی مهدوی چه معیارها و اصولی دارد؟» قبل از هر توضیحی، باید بدانیم سبک زندگی، مفهومی است که قبل از ارائه هر راهکاری باید تعریف شود. زندگی لزوماً به معنای

رسیدگی به نیازهای روزانه نیست و مفهومی از حرکت برای رسیدن به اهداف و دغدغه هایی است که ذات هر فرد با آن شکل گرفته است. به طور مثال فردی که مدام دنبال جمع آوری ثروت است، زمانی زندگی می کند که در حال تلاش برای کسب ثروت باشد و اگر در این حال نباشد، زندگی نمی کند! همچنین سبک، مجموعه کارهایی است که یک نفر باید در طول زندگی خود انجام دهد. به عنوان مثال در کسب ثروت، پس انداز یا اولویت بندی خریدهای روزانه، به نوعی سبک حساب می شود که در این تعریف، سبک مجموعه ای از راهکارها، روش ها و متدها است.

[...]

انتظار از جنس تلاش، عمل، استقامت و استمرار است. منتظر باید مانند زمانی زندگی کند که فرد مد نظرش حضور دارد یعنی سبک زندگی منتظر، باید همان سبک زندگی مهدوی در زمان ظهور باشد و فرقی نکند.

دستگیری و حل مشکل مردم: توجه به جنبه های سخت زندگی اطرافیان و تلاش برای برطرف کردن مشکلات آن ها از ویژگی های دیگر منتظر واقعی است.

ایثار و محبت دینی: هر فردی در ابتدا تنها به خودش توجه دارد اما با ازدواج و تشکیل گروه، به مرور این توجه به دیگران نیز انتقال می یابد و تا این حد پیش می رود که تمامی مخلوقات خداوند را دوست داشته باشیم. سبک زندگی مهدوی الگوهای خاص خود را برای ایثار و محبت دارد.

داشتن عقل معاش: توجه به ظرفیت های مالی و توانمندی برای کسب درآمد و ایجاد استقلال مالی که با تلاش و توجه به داشته ها و استعداد شخص بروز می یابد و شکل می گیرد، مهم است.

زنده کردن ارزش ها: ارزش هایی همچون قرض الحسنه، خمس و زکات و همچنین تعاون و حیاکمی فروموش و کمرنگ شده اند و منتظر واقعی با روحیه جسور ش س می در زنده کردن این ها دارد.

ویژگی های منتظر

روحه منتظر این گونه است که برای ایجاد دنیایی بهتر، تلاش می کند و به همین دلیل افراد منتظر، افرادی سخت کوش و با نشاط هستند که از لحظه لحظه زمان شان استفاده می کنند. حال با توجه به زمینه های مطرح شده، هر فرد منتظر باید عملکرد و رفتاری به فراخور خود داشته باشد که می توان در ادامه به چند مورد اشاره کرد.

مسئولیت پذیر بودن: قبول مسئولیت های کاری و خانوادگی و مدیریت صحیح خود و داشته های خود، یکی از اصلی ترین ویژگی های فرد منتظر است.

اجتماعی بودن: اهمیت توجه به جنبه های اجتماعی و گروهی زندگی اعم از تشکیل گروه های دوستان و خانواده، بر هیچ منتظری پوشیده نیست. منتظر واقعی در سبک زندگی اش در کنار اعمال و عبادات فردی اش به جنبه های اجتماعی اش هم توجه دارد.

زندگی بسیار مهم است، پذیرش این نکته است که فرد منتظر باید پس از شناخت، تسلیم حق شود و تا تسلیم به معنای پذیرش وجود نداشته باشد، نتیجه و ثمره انتظار بروز نمی یابد.

۴- اهل پژوهش بودن: منتظر واقعی فردی است که همیشه به دنبال یافتن حق باشد و در این راه، تمام تلاشش را انجام دهد. مسلماً در این سبک زندگی، آن چه بسیار اهمیت دارد، به برخورد با انواع تحریف ها و اعتقادات غلط است و مهم است هر فرد بتواند سره را از ناسره جدا کند و دقت داشته باشد.

۵- داشتن روحیه احیاءگری و جسارت: در آخر الزمان، نگه داشتن دین همچون نگه داشتن زغال داغ در کف دست است و این تنها زمانی امکان پذیر است که فرد منتظر، جسارت پذیرش و عمل و استمرار کار صحیح را داشته باشد. پس باید برای رسیدن به این اهداف، احیاءگری و استقامت کند.

پیش نیازهای سبک زندگی مهدوی

برای سبک زندگی مهدوی، ابتدا باید زمینه هایی فراهم و سپس به نکات رفتاری و عملی توجه شود. در ادامه به پنج مورد از آن ها اشاره می شود.

۱- شناخت امام زمان (عج): وقتی می توانیم سبک زندگی مان را مانند زمان ظهور امام زمان (عج) کنیم که ابتدا امام زمان (عج) را در دست و کامل بشناسیم و بدانیم وظایف منتظر در زمان ایشان چیست؟ شناختی ارزشمند است که مبنای عمل بر اساس حق شود و شناختی که به عمل نرسد، ارزشی ندارد.

۲- آمادگی برای جهاد: سبک زندگی مهدوی باید بر مبنای جهاد باشد. به عبارتی منتظر باید با سخت کوشی فراوان در صدمقابل با دشمن باشد، چه این دشمن ظاهری باشد، چه باطنی همچون چهل و نادانی. تنها با روحیه و تلاش جهادی است که مفهوم انتظار شکل می گیرد.

۳- تسلیم حق بودن: آن چه در رسیدن به سبک

معنا و مفهوم انتظار

انتظار به معنای ایستادن و دست روی دست گذاشتن نیست. به عنوان مثال، وقتی ما مهمانی را دعوت کرده ایم و می گویند چه می کنید، می گوئیم منتظر مهمان هستیم یعنی همه هماهنگی ها، زمینه چیدن ها، مقدمات و شرایط لازم برای پذیرایی از مهمان را فراهم کردیم و فقط مانده حضور خود مهمان. انتظار از جنس تلاش، عمل، استقامت و استمرار است. از جهتی مقدمات انتظار متناسب با فردی است که انتظارش را می کشیم یعنی وقتی ما منتظر پدرمان هستیم، نوع آماده سازی منزل مان با زمانی که ما منتظر مهمان از راه دور هستیم فرق می کند و حتی این تفاوت در نوع پوشش مان تاثیر دارد. این نکته بیانگر این است که منتظر، مثل زمانی زندگی می کند که خود مهمان حضور دارد یعنی سبک زندگی منتظر همان سبک زندگی مهدوی در زمان ظهور است و فرقی ندارد.

می خواهیم ازدواج کنیم ولی خانواده ام مخالفند

پسری ۲۱ ساله ام. پدرم نظامی است. می خواهم ازدواج کنم. خانواده ام اجازه نمی دهند و می گویند بیکاری و زن خرج دارد. من تا سوم راهنمایی درس خواندم و سربازی هم نرفته ام. خانواده ام می گویند سربازی برو. من هوس ازدواج دارم. به هر دختری نگاه می کنم، به من توجهی نمی کند. نمی دانم چه کار کنم؟



رضایابی | روان شناس بالینی

مشاوره ازدواج

میل طبیعی و انرژی جوانی شماربای تشکیل خانواده و ازدواج بسیار عالی و نشانه سلامت شما به عنوان یک مرد است. همان تمایل غریزی و نیاز روان شناختی که تقریباً در بیشتر مردان و زنان، آن ها را به سمت ازدواج می کشاند و البته بسته به شرایط سنی و جسمی افراد، با هم متفاوت است. البته برای حصول این امر، نیاز به پیش نیازهای جدی و گاه حتمی است.

دلیل مخالفت خانواده اتان اقتصادی است

گفته اید هنوز به خدمت مقدس سربازی نرفته اید و طبیعتاً نمی توانید شغل ثابت و پر درآمدی داشته باشید. همین موضوع، موجب رد شما از طرف خیلی از خانواده ها خواهد شد و بی شک خانواده خودتان نیز باز ازدواج فعلی شما مخالف هستند چرا که اگر بر فرض محال، خانواده عروس با شرایط فعلی شما کنار بیایند، پدر شما خود را موظف به پرداخت هزینه های معمول ازدواج شما تا زمانی که شما درآمذایی داشته باشید و از پس مخارج خود بر آید، می داند. بنابراین مخالفت آن ها بیشتر ریشه اقتصادی دارد تا نداشتن آمادگی جسمی و روانی شما برای ازدواج. در واقع همین نقطه، محل اختلاف فکری بیشتر دو نسل قدیم و جدید است، یکی به شدت محافظه کار و مقید به بنیان اقتصادی ازدواج است و دیگری به شدت عاشق مسلک و معتقد به بنیان صرفاً عاشقی در ازدواج. اگر بخوایم واقع بینانه به موضوع بنگریم، هر دو درست می گویند. شکل گیری رابطه صمیمانه و عاشقانه، به صورت جدی و محترمانه امکان ندارد مگر با برآورده کردن نیازهای معقول زن و مرد در ازدواج و این موضوع در



حوصله بازی با بچه ام را ندارم!

پدر یک دختر ۳ و نیم ساله هستم. از صبح تا شب سر کار می روم. ساعت ۸ که به خانه می رسم، خیلی دوست دارم با دخترم بازی کنم اما توان ندارم و دوست دارم لم بدهم روی مبل! به نظر تان چه کار کنم تا با حوصله بیشتری با او بازی کنم؟



اکرم جمشیدی | فر ا روان شناس بالینی کودک

تربیت فرزند



تماشای اخبار و فوتبال، گفت و گو با دیگری و ... از کیفیت زمانی که برای بازی اختصاص داده اید، می کاهد و نوعی بی احترامی و بی توجهی محسوب می شود.

بازی را با آموزش یکی نکنید

زمان بازی را به مسائل آموزشی اختصاص ندهید مگر این که خود کودک به طور خاص آن را بخواهد. زمانی را که به بازی اختصاص می دهید، فقط برای بازی و کارهای خنده دار و گاهی احمقانه باشد حتی ممکن است به طور هدفمند ضد آموزش عمل کنید تا هر دو لذت بیشتری ببرید.

از تماس فیزیکی غافل نشوید

گاهی اوقات کودکان فقط به دنبال تماس فیزیکی هستند به خصوص در سنین پیش از دبستان؛ در آغوش گرفتن و نوازش فرزند معجزه می کند. بازی هایی مثل کشتی گرفتن، اسب سواری، قلقلک بازی و بدو بدو با بازی های هیجانی هستند که به خوبی فرصت تماس فیزیکی را فراهم می کنند و اغلب گزارش می شود انجام این بازی ها با پدر بیشتر از مادر می چسبد. به سبک و سلیقه فرزند خود احترام بگذارید، بعضی از کودکان تماس فیزیکی را نمی پسندند.

از تشویق و تحسین غافل نشوید

دریافت تشویق کلامی و تحسین زبانی نیاز کودک است. برای انجام تکالیف و گوش دادن به دستور بزرگ ترها و رعایت نظم و ... نیست که کودک باید تشویق شود. زمان بازی از آن موقعیت هایی است که می توانید از فرزند خود بدون دلیل و غیر مشروط تعریف و تمجید و به او ابراز علاقه کلامی کنید.

[...]

والدین گرامی، زمان مناسب برای بازی با کودک تان گاهی می تواند یک ربع ساعت در روز باشد بنابراین با ایده آل گرای، آن را از دست ندهید. کیفیت زمانی که با فرزند خود سپری می کنید، می تواند کمیت آن را جبران کند.

رابطه مستقیم ابتلا به آلرژی با اختلالات روانی!

جدیدترین تحقیقات روان شناسان نشان می دهد رابطه معناداری بین ابتلا به آلرژی های رایج و امکان ابتلا به اختلالات روانی وجود دارد. به گزارش ایسنا و به نقل از تلگراف، «تب یونجه» یا «رینیت آلژیک»، التهاب مخاط بینی است که در اثر واکنش زیاد حساسیتی ایجاد و باعث بروز علائمی شبیه علایم سرماخوردگی مانند آبریزش بینی، خارش چشم ها، گرفتگی بینی، عطسه و فشار در ناحیه سینوس ها می شود. اما بر خلاف سرماخوردگی، ویروس باعث ابتلا به تب یونجه نمی شود و در فصل بهار نیز میزان افراد مبتلا به این آلرژی افزایش می یابد. در یک مطالعه جدید، محققان حدود ۲۰۰ هزار نفر را تجزیه و تحلیل کردند، در این مطالعه ارتباط میان آلرژی هایی همچون «تب یونجه»، «اسم» و «گزما» با بیماری های روانی بررسی شد. محققان در این مطالعه دریافتند، التهابات ناشی از آلرژی، ممکن است احتمال بیماری های روانی را افزایش دهد. در همین باره، اضطراب ناشی از مواجهه با آلرژی، ممکن است علت این ارتباط را توضیح دهد. در این تحقیق ۴۶ هزار و ۶۴۷ بیمار مبتلا به آلرژی و ۱۳۹ هزار و ۹۴۱ نفر بدون آلرژی، با هم مقایسه و بررسی شدند. افرادی که مبتلا به یکی از سه آلرژی شایع نبودند، با احتمال ۶٫۷ درصد مبتلا به اختلالات روانی در مدت زمان ۱۵ ساله شدند. این در حالی است که این احتمال برای افراد مبتلا به آلرژی، به ۱۰٫۸ درصد افزایش یافت. دکتر سامانتا واکر از «مرکز تحقیقات اسم» انگلیس گفت: «این مطالعه یک گام برای نشان دادن پیوند میان سلامت روان و آلرژی است ولی هنوز دقیق مشخص نیست که این احتمال یک رابطه علت و معلولی است یا نه و تحقیقات بیشتری در این باره لازم است.» در خود ذکر است که نتایج این مطالعات در مجله «Frontiers in Psychiatry» منتشر شد.