

سبک زندگی (۱)

بهترین زندگی

سید محمود هاشمی

انتشارات خانه پژوهش

سرشناسه	: هاشمی، سید محمود، ۱۳۵۲ -
عنوان و نام پدیدآور	: بهترین زندگی / سید محمود هاشمی.
مشخصات نشر	: مشهد: خانه پژوهش، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۷۲ ص.
فروست	: سبک زندگی: ۱.
شابک	: 978-964-9969-98-5
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: راه و رسم زندگی (اسلام)
موضوع	: مهارت‌های زندگی -- جنبه‌های مذهبی - اسلام
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۲ پ ۹۲۳/ه ۲۵۸/ب
رده بندی دیویی	: ۲۹۷/۷۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۲۷۲۹۰۱



سبک زندگی (۱)

بهترین زندگی

سید محمود هاشمی / ویراستار مهدی قائم

چاپ اول، ۱۳۹۲ مشهد / سه هزار و سیصد

آماده سازی و چاپ آستان قدس رضوی

978-964-9969-98-5

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۹۹۶۹-۹۸-۵

Printed in Iran

قیمت: ۲۵۰۰ تومان

مرکز پخش: مشهد، بولوار پیروزی، پیروزی ۷۲، نبش حافظیه ۱۴

موسسه فرهنگی راه روشن - واحد سبک زندگی

www.rahe-roshan.com

۰۹۱۵۱۱۷۳۶۱۰

فهرست

پیشگفتار.....	۹
مقدمه: سبک زندگی فاطمی.....	۲۱
بخش اول: بهترین الگوی رفتار خانوادگی.....	۲۳
رفتار با مادر.....	۲۵
رفتار با پدر.....	۲۷
رفتار با برادر.....	۳۰
تربیت فرزند.....	۳۳
بخش دوم: بهترین الگوی رفتار اجتماعی.....	۳۷
حمایت از ولایت.....	۳۹
حجاب.....	۴۱
همسایه داری.....	۴۳
بخش سوم: بهترین الگوی بندگی.....	۴۵
زهد.....	۴۷
اخلاص.....	۵۰
ایمان.....	۵۷
عبادت.....	۵۸
انس با قرآن.....	۶۰

پیشگفتار

چرا سبک زندگی؟

آنچه انگیزه شد تا به فکر مجموعه‌ای با این عنوان و موضوع باشیم و به اندازه‌ی ساعتان راجع به آن بنویسیم جملات کلیدی و درگشای زیر است که خواهش می‌کنم قبل از مطالعه به کتاب، آن را به دقت مطالعه کنید. جملاتی که به روشنی راه می‌افزاید و اگر گوش خود را در دست بگیریم و حقیقتاً به دنبال راه بگردیم، می‌تواند زمینه‌ساز حرکت‌های بزرگی باشد. البته متن حاضر فقط بخش‌هایی از یک سراسر است و حکمت‌آمیز است که ناگزیریم جملات اختصار، به سختی از میان جملات ناب آن بخشی را گلچین کنیم:

«... یکی از ابعاد پیشرفت با مفهوم اسلامی عبارت است از سبک زندگی کردن، رفتار اجتماعی، شیوه‌ی زیستن.

ما اگر از منظر معنویت نگاه کنیم - که هدف انسان، رستگاری و فلاح و نجات

است. باید به سبک زندگی اهمیت دهیم؛ اگر به معنویت و رستگاری معنوی اعتقادی هم نداشته باشیم، برای زندگی راحت، زندگی برخوردار از امنیت روانی و اخلاقی، باز پرداختن به سبک زندگی مهم است. هدف ملت ایران و هدف انقلاب اسلامی، ایجاد یک تمدن نوین اسلامی است؛ این محاسبه‌ی درستی است این تمدن نوین دو بخش دارد: یک بخش، بخش ابزاری است؛ یک بخش دیگر، بخش متنی و اصلی و اساسی است. به هر دو بخش باید رسید. بخش ابزار عبارت است از همین ارزشهایی که ما امروز به عنوان پیشرفت کشور مطرح می‌کنیم: علم، اختراع، صنعت، سیاست، اقتصاد، اقتدار سیاسی و نظامی، اعتبار بین‌المللی، تبلیغ و ابزارهای تبلیغ. اما بخش حقیقی، آن چیزهایی است که متن زندگی ما را تشکیل می‌دهد؛ که همان سبک زندگی است که عرض کردیم. بر بخش حقیقی و اصلی تمدن است؛ مثل مسئله‌ی خانواده، سبک ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات، مسئله‌ی خط، مسئله‌ی

زبان، مسئله‌ی کسب و کار، رفتار ما در محل کار، رفتار ما در دانشگاه، رفتار ما در مدرسه، رفتار ما در فعالیت سیاسی، رفتار ما در ورزش، رفتار ما در رسانه‌ای که در اختیار ماست، رفتار ما با پدر و مادر، رفتار ما با همسر، رفتار ما با فرزند، رفتار ما با رئیس، رفتار ما با مرئوس، رفتار ما با پلیس، رفتار ما با مأمور دولت، سفرهای ما، نظارت، طهارت ما، رفتار ما با دوست، رفتار ما با دشمن، رفتار ما با بیگانه؛ اینها آن بخشهای اصلی بدن است، که متن زندگی انسان است.

اگر ما در این بخش که متن زندگی است، پیشرفت نکنیم، همی پیشرفتهایی که در بخش اول کردیم، نمی‌تواند کار را به جایی ببرد؛ نمی‌تواند به ما امنیت و آرامش بدهد؛ بیخشد؛ همچنان که می‌بینید در دنیای هم می‌توانسته. در آنجا افسردگی هست، ناامیدی هست، از درون به هم ریختن هست، عدم امنیت انسانها در اجتماع و در خانواده هست، بی‌هدفی و پوچی هست؛ با اینکه ثروت هست، بمب اتم هست، پیشرفتهای گوناگون علمی هست، قدرت نظامی هم هست. اصل

قضیه این است که ما بتوانیم متن زندگی را، این بخش اصلی تمدن را اصلاح کنیم. البته در انقلاب، در این بخش، پیشرفت ما چشمگیر نیست؛ در این زمینه، ما مثل بخش اول حرکت نکردیم، پیشرفت نکردیم. خوب، باید آسیب‌شناسی کنیم؛ چرا ما در این بخش پیشرفت نکردیم؟

بعد از آنکه علتها را پیدا کردیم، آن وقت می‌توانیم به این که چگونه می‌توانیم اینها را اصلاح کنیم. اینها به عهده‌ی کیست؟ به عهده‌ی نخبگان فکری، نخبگان سیاسی به عهده‌ی شماست به عهده‌ی جوانها.

نخبگان موظف است حوزه موظف است، دانشگاه موظف است رسانه‌ها موظفند، تربیون‌دارها موظفند؛ ایران بسیاری از دستگاه‌ها، بخصوص دستگاه‌هایی که با فرهنگ و تربیت و تعلیم سروکار دارند می‌کنند؛ کسانی که برای دانشگاه‌ها یا برای مدارس برنامه‌ریزی آموزشی می‌کنند، در این زمینه موظفند؛ کسانی که سرفصلهای آموزشی را برای کتابهای درسی تعیین می‌کنند، موظفند. اینها همه یک وظیفه است بر دوش همه. باید ما همگی به خودمان نهیب بزنیم. در

این زمینه باید کار کنیم، حرکت کنیم.

چرا فرهنگ کار جمعی در جامعه‌ی ما ضعیف است؟ چرا در برخی از بخشهای کشورمان طلاق زیاد است؟ چرا در برخی از بخشهای کشورمان روی آوردن جوانها به مواد مخدر زیاد است؟ چرا در روابط همسایگی مان رعایتهای لازم را نمی‌کنیم؟ چرا صله‌ی رحم در بین ما ضعیف است؟ چرا در زمینه‌ی فرهنگ والدگری و خیابان، ما مردمان منضبطی به طرک نامی نیستیم؟ این آسیب است. رفت و آمد در خیابان یکی از مسائل ماست؛ مسئله‌ی کوچکی هم نیست مسئله‌ی اساسی است. آپارتمان‌نشینی چقدر برای ما ضروری است؟ چقدر درست است؟ چه الزاماتی دارد که باید آنها را رعایت کرد؟ چقدر آن الزامات را رعایت میکنیم؟ الگوی غربی سالم چیست؟ نوع معماری در جامعه‌ی ما چگونه است؟ ببینید چقدر این مسائل متنوع و فراگیر همه‌ی بخشهای زندگی، داخل در این مقوله‌ی سبک زندگی است؛ در این بخش اصلی و حقیقی و واقعی تمدن، که رفتارهای ماست. چقدر نوع معماری کنونی ما متناسب با نیازهای ماست؟ چقدر عقلانی

و منطقی است؟ طراحی لباسمان چطور؟ مسئله‌ی آرایش در بین مردان و زنان چطور؟ چقدر درست است؟ چقدر مفید است؟ آیا ما در بازار، در ادارات، در معاشرتهای روزانه، به همدیگر به طور کامل راست می‌گوییم؟ در بین ما دروغ چقدر رواج دارد؟ چرا پشت سر یکدیگر حرف می‌زنیم؟ بعضی‌ها با داشتن توان کار، از کار می‌گریزند؛ علت چیست؟ گریزی چیست؟ در محیط اجتماعی، بر پایه‌ی پرخاشگری‌های بی‌مسورد می‌کنند؛ علت پرخاشگری و بی‌صبری و نابردباری در میان بعضی‌ها چیست؟ حقوق افراد را چقدر مراعات می‌کنیم؟ در رسانه‌ها چقدر مراعات می‌شود؟ در اینترنت چقدر مراعات می‌شود؟ چقدر به قانون احترام می‌کنیم؟ علت قانون‌گریزی - که یک عامل خطرناکی است - در برخی از مردم چیست؟ چرا آن‌ها در جامعه چقدر وجود دارد؟ انضباط اجتماعی در جامعه چقدر وجود دارد؟ محکم‌کاری در تولید چقدر وجود دارد؟ تولید کیفی در بخشهای مختلف، چقدر مورد توجه و اهتمام است؟ چرا برخی از حرفه‌های خوب، نظرهای خوب، ایده‌های خوب، در حد رویا و حرف

باقی می ماند؟ چرا به ما می گویند که ساعات مفید کار در دستگاه های اداری ما کم است؟ هشت ساعت کار باید به قدر هشت ساعت فایده داشته باشد؛ چرا به قدر یک ساعت یا نیم ساعت یا دو ساعت؟ مشکل کجاست؟ چرا در بین بسیاری از مردم ما مصرف گرایی رواج دارد؟ آیا مصرف گرایی افتخار است؟ مصرف گرایی یعنی اینکه ما هر چه می آوریم، صرف اموری کنیم که جنس ضروریات زندگی ما نیست. چه کنیم که ریسک را در جامعه قطع شود؟ چه کنیم که هم حق زن، حق شوهر - حق فرزندان رعایت شود؟ چه کنیم که طلاق و فروپاشی خانواده، بچیان که در غرب رایج است، در بین ما رواج پیدا نکند؟ چه کنیم که زن در جامعه ی ما، مهم گرفته شود و حفظ شود و عزت خانوادگی اش محفوظ بماند، هم بتواند وظایف اجتماعی اش را انجام دهد، هم حقوق اجتماعی و خانوادگی اش محفوظ بماند؟ چه کنیم که زن مجبور نباشد بین این چند تا، یکی اش را انتخاب کند؟ اینها جزء مسائل اساسی ماست. حد زاد و ولد در جامعه ی ما چیست؟

چرا در بعضی از شهرهای بزرگ، خانه‌های مجردی وجود دارد؟ این بیماری غربی چگونه در جامعه‌ی ما نفوذ کرده است؟ تجمل‌گرایی چیست؟ بد است؟ خوب است؟ چقدرش بد است؟ چقدرش خوب است؟ چه کار کنیم که از حد خوب فراتر نرود، به حد بد نرسد؟ اینها بخشهای گوناگونی از مسایل سبک زندگی است، و ده‌ها مسأله از این قبیل وجود دارد؛ که بعضی از اینهایی که مدنیت مهمتر است. این یک فهرستی است از آن چیزهایی که متن تمدن را تشکیل می‌دهد. قدما با یک تمدن، مبتنی بر اینهاست.

دو سه نکته پیرامون ایجاد این وضعیت و الزاماتی که دنبال این فرهنگ رفتن برای ما ایجاد می‌کند، وجود دارد که باید به اینها توجه کنیم. نکته‌ی اول این است که رفتار اجتماعی و سبک زندگی، تابع تفاسیر ما از زندگی است: هدف زندگی چیست؟ هر هدفی که ما برای زندگی معین کنیم، برای خودمان ترسیم کنیم، به طور طبیعی، متناسب با خود، یک سبک زندگی به ما پیشنهاد میشود. یک نقطه‌ی اصلی وجود

دارد و آن، ایمان است. یک هدفی را باید ترسیم کنیم - هدف زندگی را - به آن ایمان پیدا کنیم. بدون ایمان، پیشرفت در این بخشها امکان پذیر نیست؛ کار درست انجام نمی گیرد. حالا آن چیزی که به آن ایمان داریم، می تواند لیبرالیسم باشد، می تواند کاتولیسم باشد، می تواند کمونیسم باشد، می تواند فاشیسم باشد، می تواند هم توحید باشد. باید بدانیم: الاخره به یک چیزی باید ایمان داشت. اعتقاد است، به دنبال این ایمان و اعتقاد پیش رفتن مسئله ی ایمان، مهم است. ایمان به یک چیز، ایمان به یک لنگرگاه اصلی اعتقاد؛ یک همبستگی باید وجود داشته باشد. بر اساس این ایمان، سبک زندگی انتخاب خواهد شد.

هیچکدام از این چیزهایی که من فهمیدم کردم و گفتم، شما نمی توانید پیدا کنید که یا به صورت خاص، یا تحت یک عنوان عام، در اسلام به آن پرداخته نشده باشد. انواع سلوک با افرادی که انسان با آنها ارتباط دارد، انواع رفتارهای ما، انواع چیزهایی که در زندگی اجتماعی برای انسان وجود دارد، اینها در اسلام هست؛ در مورد سفر کردن

هست، در مورد رفت و آمد هست، در مورد سوار شدن و پیاده شدن هست، در مورد پدر و مادر هست، در مورد تعاون هست، در زمینه‌ی رفتار با دوست هست، در زمینه‌ی رفتار با دشمن هست.

نکته‌ی دومی در اینجا وجود دارد و آن این است که ما برای ساختن این بخش تمدن نوین اسلامی، بشدت باید از تقلید بپرهیزیم؛ تقلید از آن کسانی که سعی دارند به راه‌های زندگی و سبک و سلوک زندگی را به انتها تحمیل کنند.

انتظار داریم با انکسار و اهل نظر در مراکز که جوانان و اهلیت و صلاحیت این کار را دارند، در این زمینه‌ها کار کنند، مطالعه کنند؛ بتوانیم پیش رویم.^۱

امید است به عنایت حق، واحد سبک زندگی مؤسسه‌ی راه روشن با کادری و نیروی این مجموعه‌ی ارزشمند که حاصل زحمات نویسندگان جوان و خوش ذوق و نظارت استاد بزرگوار حجة الاسلام والمسلمین مهدی عدالتیان می‌باشد بتواند گوشه‌ای از این انتظارات را برآورده کرده و گامی هرچند کوچک در انجام

۱. بخش‌هایی از سخنرانی مقام معظم رهبری (حفظه الله) در جمع جوانان بجنورد، ۱۳۹۱/ سایت مقام معظم رهبری (حفظه الله).

این فرمان برداشته باشد که ما هدفی نداریم
غیر از بیان سبک زندگی اسلامی، آشنایی
جامعه با این اصل مهم و اصلاح بیراهه‌ها
در روش‌های رایج زندگی البته با بیان‌ها و
شیوه‌های نوین.

موسسه فرهنگی راه روشن

واحد سبک زندگی

۱۳۹۲

مقدمه

سبک زندگی فاطمی

این نوشتار، روشن‌گر برخی از ابعاد مهم شخصیت و زندگانی حضرت فاطمه (علیها السلام) است. فاطمی بتولی که در همه چیز بی‌نظیر است. این بی‌نظری، متأسفانه در عصر حاضر، غریب است و به ندرت منش زندگی او فاصله دارد.

البته بسیاری از مشکلات، ریشه در عدم آگاهی جامعه از سبک زندگی، و از دیگرسو، عدم اطلاع رسانی صحیح الگوها به جامعه‌ی مخاطب دارد.

خوشبختانه دین مبین اسلام، راه‌های رسیدن به حوزه‌های زندگی، الگوهای فراوانی دارد. اینجا، به سبک زندگانی دختر رسول اکرم (صلی الله علیه و آله) آن رو توجه شده که جامعه‌ی انسانی به ویژه مخاطب زن، در حوزه‌ی فعالیت‌های امور منزل و خارج از آن به شدت نیازمند الگو است. از طرف دیگر، وی همواره مورد هجومی تبلیغات وسوسه‌انگیز رسانه‌های مدعی سبک سالم

قرار دارد.

سبک زندگی فاطمی، تلنگری است به خانواده ها تا متوجه شوند که تربیت دینی، هزینه دارد چه به لحاظ دانشی و چه رفتاری. جامعه‌ی شیعی با آموزش تعالیم آن حضرت، یاد می‌گیرد و با انجام آن آموزه‌ها، تربیت می‌شود. انتخاب سبک ستاری حضرت فاطمه (علیها السلام) بواسطه‌ی جایگاه رفیع ایشان، انتخابی ستودنی است و می‌توان آن را به عنوان الگوی بهترین زندگی، به تمام خانواده‌های مسلمان معرفی کرد.

بر این اساس، زندگی حضرت فاطمه (علیها السلام) را در سه بخش کلی بررسی می‌کنیم: سیره‌ی فاطمی در خانواده‌داری، سیره‌ی فاطمی در رفتارهای اجتماعی و سیره‌ی حضرت در مسیر بندگی خدا. امید است مورد استفاده قرار بگیرد.

انشاء الله

سید محمود هاشمی

۱۳۹۲