

بسم الله الرحمن الرحيم

سبک زندگی کجای دین ماست؟

جلسه ۴: جایگاه ویژه عمل در چرخه حرکت انسان

دلیل این که سبک زندگی برای ما اهمیت دارد این است که در ساختار وجودی ما انسان‌ها چرخه‌ایست که این چرخه با عمل تکمیل می‌گردد. ممکن است برخی شروع این چرخه را از آگاهی انسان بدانند، که از یک جنبه درست است. اینکه این چرخه از آگاهی شروع و به گرایش‌های انسان برسد و نهایتاً به عمل منجر گردد. برخی نیز بر این باورند که این چرخه از گرایش‌های انسان شروع می‌شود و میل انسان به دانستن و کنجکاوی او است که وی را به کسب آگاهی سوق می‌دهد. در واقع شروع آن از سری علاقه‌های فطری است که پس از آن انسان انگیزه کسب علم پیدا خواهد کرد. اگر این علاقه در آغاز چرخه مخدوش شود، فرد به آگاهی لازم نمی‌رسد.

در هر دو حالت ذکر شده، عمل بخشی از این چرخه است. یعنی حرکت انسان در آگاهی و علاقه ختم نمی‌شود. برای اینکه یک چرخه کامل از حرکت انسان را داشته باشیم، حتماً باید آگاهی و علاقه در عمل تجلی یابد. در غیر اینصورت در هر دو آگاهی و گرایش نقص ایجاد می‌شود.

پیامبر اکرم (ص) در سخنی در المحجّة البیضاء می‌فرمایند: اگر کسی گناهی مرتکب شود، بخشی از عقل او از وی جدا شده و دیگر آن بخش از عقل به سوی او باز نخواهد گشت. در واقع اینجا چرخه ناقص و لطمه به عقل انسان خواهد خورد.

در مورد گرایش‌ها نیز داریم که سستی اراده و ناتوانی انسان برای تغییر و کنترل علاقه‌های خود زمانی پدید می‌آید که این چرخه حرکت انسان ناقص گردد.

یک ساختار مرتب، سیستمی را تشکیل می‌دهد که در هر قسمت آن اگر نقصی پیش آید، کل سیستم را دچار مشکل خواهد کرد. در مورد چرخه حرکت انسان نیز این موضوع صادق بوده و هر کدام از دو مورد آگاهی و گرایش‌ها دچار نقص گردد، باعث ناقص شدن کل سیستم می‌گردد.

انسان باید به طور مرتب این چرخه را در خود فعال نگه دارد، هر چیزی را که فهمید سعی کند متناسب با آن علاقه‌های لازم را در خود ایجاد کند، برای اینکه این فهم و علاقه در وجود او در حد متعادل کارایی لازم خود را داشته باشد، باید به عمل برسد در غیر اینصورت قدرت فهم و اراده انسان مخدوش می‌شود.

سوال اینجاست که چگونه اراده خود را تقویت کنیم؟

در پاسخ باید گفت تقویت اراده مقدماتی دارد، برای مدتی آنچه که فکر می‌کنیم خوب است و به آن علاقه نیز داریم، در عمل انجام دهیم (حتی در حد یک ساعت در روز، مانند مطالعه، ورزش و...). این کار را به مدت مثلاً یک سال انجام دهیم (در روایات داریم که عمل کمتر از یک سال بی‌فایده است)، پس از آن نتیجه لازم را می‌توان گرفت.

گرایش‌های انسان مانند یک چرخ گردان هستند، طبق فرمایش حضرت علی(ع) قلب انسان دارای اقبال و ادبار است؛ مثلاً گاهی اوقات حوصله زیارت و گریه بر امام حسین(ع) را داریم و گاهی خیر، گاهی حوصله جویای احوال والدین شدن را داریم و گاهی نه؛ برای انجام کار گناه نیز همین است، گاهی حال گناه کردن را داریم و گاهی خیر. به طور کلی تمام گرایش‌هایی که در قلب انسان است در حال چرخش می‌باشد.

پس وقتی به ما می‌گویند به عمل اهتمام ورزیم، یعنی با وجود مطلع بودن از گرایش‌های خود، به آن گرایش خوب و اصیل خود توجه کرده و برای آن برنامه ثابت داشته باشیم، یعنی با کم و زیاد شدن این گرایش، برنامه عملی خود را ترک نکنیم؛ اینگونه می‌توان به قوی شدن اراده کمک نمود و بر قلب خود مسلط شد.

یکی از مثال‌هایی که در دین برای قوی شدن اراده داریم، به جا آوردن نماز است که در هر حال (چه انسان حوصله داشته باشد چه نه) بر انسان واجب است؛ در واقع انسان با انجام آن به تکامل سیستم وجودی خود کمک می‌کند و ساختار وجودی خود را احیا خواهد کرد.

وقتی می‌گوییم عمل چرخه وجود انسان را تکامل می‌بخشد، منظور این است که برنامه عملی به این چرخه قدرت می‌بخشد و باعث تکامل آن می‌شود. در حقیقت کلمه برنامه عملی راز درک ارزش عمل است، از الگوهای آن هم نماز است.

اکنون مسئله مهمی که مطرح می‌شود مفهوم مشترک برنامه عملی و سبک زندگی است، در واقع مفهوم هر دو بیانگر عمل مستمری است که انسان به آن عادت می‌کند. دین برای سبک زندگی دنبال برنامه‌ای است که مقابل هوای نفس انسان و بر اساس گرایش‌های خوب و اصیل باشد که موجب رشد او گردد.

