۶ پیش‌نیاز سبک زندگی مهدوی

سیدمجتبی آل علی | دانش آموخته رشته فلسفه و کارشناس مذهبی

مناسبت روز

قبل از هر چیز باید بدانیم که انتظار به معنای ایستادن و دست روی دست گذاشتن نیست. به عنوان مثال، وقتی ما مهمانی را دعوت کرده‌ایم و می گویند چه می کنید، می گوییم منتظر مهمان هستیم یعنی همه هماهنگی‌ها، زمینه چیدن‌ها، مقدمات و شرایط لازم برای پذیرایی از مهمان را فراهم کرده ایم 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 برادرمان هستیم، نوع آماده‌سازی منزل‌مان با زمانی که منتظر مهمانی خاص از راه دور هستیم، فرق می کند و حتی این تفاوت در نوع پوشش‌مان تاثیر دارد. این نکته بیانگر آن 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. با این مقدمه باید دانست که برای سبک زندگی مهدوی، ابتدا باید زمینه‌هایی فراهم و سپس به نکات رفتاری و عملی توجه شود. در ادامه به شش مورد اشاره می شود.

۱ شناخت امام زمان(عج)

وقتی می‌توانیم سبک زندگی مان را مانند زمان ظهور امام زمان(عج) کنیم که ابتدا امام زمان(عج) را درست 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 اجتماعی و مسئولیت پذیر بودن

قبول مسئولیت‌های کاری و خانوادگی و مدیریت صحیح داشته‌های خود، یکی از اصلی‌ترین ویژگی‌های فرد منتظر است. در ضمن اهمیت توجه به جنبه‌های اجتماعی و گروهی زندگی اعم از تشکیل گروه‌های دوستان و خانواده بر هیچ منتظری پوشیده نیست. منتظر واقعی در سبک زندگی‌اش در کنار اعمال و عبادات فردی خود به جنبه‌های اجتماعی‌اش هم توجه دارد.

۳ آمادگی برای جهاد

سبک زندگی مهدوی باید بر مبنای جهاد باشد. به عبارتی منتظر باید با سخت کوشی فراوان در صدد مقابله با دشمن باشد، چه این دشمن ظاهری باشد، چه باطنی همچون جهل و نادانی. تنها با روحیه و تلاش جهادی است که مفهوم انتظار شکل می گیرد.

۴ غافل نشدن از پژوهش

آن چه در رسیدن به سبک 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 کند. همچنین منتظر واقعی فردی است که همیشه به دنبال یافتن حق باشد و در این راه، تمام تلاشش را انجام دهد. مسلما در این سبک زندگی، آن چه بسیار اهمیت دارد، 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 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 کند و شکل می گیرد، مهم است.

۶ اهل ایثار بودن

هر فردی در ابتدا تنها به خودش توجه دارد اما با ازدواج و تشکیل گروه، به مرور این توجه، به دیگران نیز انتقال می‌یابد و تا این حد پیش می‌رود که تمامی مخلوقات خداوند را دوست داشته باشد. سبک زندگی مهدوی الگوهای خاص خود را برای ایثار و محبت دارد. این نکته هم مهم است که ارزش‌هایی همچون قرض‌الحسنه، خمس، زکات و همچنین تعاون و حیا کمی فراموش و کم رنگ شده‌اند و منتظر واقعی باید با روحیه جسورش، سعی در زنده کردن این‌ها داشته باشد.

شنبه ها
شخصیت شناسی

ترفندهای تحت تاثیر قرار دادن راهبرها!

مهدی خراسانی | کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی

شکی در این نیست که ما باید بیاموزیم با هر تیپ شخصیتی و رفتاری، چگونه و با چه زبانی سخن بگوییم تا بهترین روابط را با خانواده، همکاران، دوستان و آشنایان داشته باشیم. در هفته‌های گذشته شما را با یکی از الگوهای شخصیت‌شناسی به نام DISC آشنا کردیم و سپس به یکی از چهار تیپ اصلی در این الگو به نام (راهبر) پرداختیم. همان‌طور که در مطالب قبلی مطرح کردیم، یادگیری شخصیت‌شناسی بسیار جذاب است اما به خاطر داشته باشیم که در مسیر یادگیری شخصیت‌شناسی، مصداق یابی نادرست و تعمیم دادن‌های گمراه کننده، دو دام جدی و مهم در مسیر یادگیری شخصیت‌شناسی هستند. با این توضیح شما را با جزئیات بیشتری از تیپ راهبر آشنا می کنیم.

ویژگی های عمومی

با توجه به این که تیپ راهبر را معمولا در پست‌های مدیریتی می‌توان دید، احتمالا در محیط کار با این افراد برخورد دارید. خوب است این را بدانید که افراد این گروه اصولا محبت زیادی را ابراز نمی کنند و ترجیح می دهند بدون حاشیه اصل مطلب را بشنوند و از آن جا که بیشتر به دنبال نتیجه هستند، جزئیات برایشان اهمیت چندانی ندارد. احتمالا برای شما این سوال پیش بیاید که چگونه می‌توان یک فرد از این گروه را تحت تاثیر قرار داد؟ اگر دوست دارید این افراد را به خود جذب کنید و اعتمادشان را به دست آورید، سعی کنید قوی، قاطع، نافذ، با اعتماد به نفس و منظم باشید زیرا افراد این گروه هرگز علاقه‌ای به بودن در کنار انسان‌های ضعیف، سطحی، بی‌توجه و بی‌انگیزه ندارند. در واقع شعار اصلی افراد این گروه این است: یا مدیر باش یا از من پیروی کن یا از سر راهم کنار برو!

نقاط قوت

افراد این گروه می توانند در شرایط سخت تصمیماتی بسیار دشوار و سریع بگیرند. این افراد سیاستمداران خوبی هستند و در انجام کارهای پشت پرده مهارت زیادی دارند. معمولا وقتی یک فرد از این گروه به جلسه مهمی می‌رود، قبلا تکالیف اش را انجام داده و چند جلسه با افراد مختلف داشته و قبل از این که دیگران از نتیجه باخبر شوند، می‌داند رای چگونه صادر خواهد شد و نتیجه چه خواهد بود زیرا این افراد دوست ندارند امور شانسی انجام شود بلکه دوست دارند کنترل اوضاع را کامل در دست داشته باشند.

نقاط ضعف

افراد این گروه عموما زیر بار اشتباهات خود نمی‌روند. به طور معمول علاقه خود را زیاد به زبان نمی‌آورند و ترجیح می‌دهند احساسات‌شان را به صورت عملی و با کار کردن زیاد، حمایت‌های مالی یا تهیه کردن امکانات کافی برای افراد خانواده نشان دهند. اغلب شنونده‌های خوبی نیستند. تمایل دارند اصل مقصود شما را در چند جمله بشنوند و علاقه‌ای به شنیدن جزئیات ندارند.

آن چه در هفته آینده می خوانید

اگر تمایل دارید با الگوهای رفتاری این گروه در محیط خانواده بیشتر آشنا شوید، در شماره هفته آینده به این موضوع می پردازیم و به شما آموزش می دهیم در محیط خانواده با این افراد چگونه برخورد داشته باشید.

پسر عمه‌ام بعد از شکست عشقی، عاشق من شده!

دختری ۱۹ ساله‌ام و به شدت پسر عمه‌ام را دوست دارم. حدود یک سال پیش قرار بود ازدواج کنیم اما با مخالفت عمه‌ام روبه‌رو شدیم و دلیل مخالفت اش این بود که من دختری حاضر جواب هستم. حالا حدود چند ماهی است پسر عمه‌ام به من زنگ می‌زند و درباره ازدواج حرف می‌زنیم. البته او در این مدت عاشق دختر دیگری شد و قرار بود ازدواج کنند اما آن دختر با پسر دیگری ازدواج کرد و پسر عمه‌ام شکست عشقی سختی خورد. با این شرایط، زن او بشوم؟

صدیقه معدنی | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

مشاوره ازدواج

با سلام خدمت شما مخاطب گرامی و آرزوی گرفتن بهترین تصمیم برای آینده زندگی‌تان. در پیامک خود ابراز نگرانی و تردید داشتید درباره این که آیا درخواست ازدواج پسر عمه خود را بپذیرید یا خیر؟ این که او دلباخته دختری بوده و به یکدیگر نرسیدند و نیز مخالفت عمه‌تان با شما تا یک سال پیش را به عنوان مهم‌ترین دلایل نگرانی و تردید خود بیان کرده‌اید که در ادامه این موارد را با هم بررسی می کنیم و چند توصیه به شما داریم.

از منطقی بودن علاقه‌اش مطمئن شوید

از آن جا که گفته اید ۱۹ ساله هستید، به احتمال زیاد پسر عمه شما هم سن زیادی ندارد و این دلباختگی و علاقه او به دختر خانم قبلی جزو عشق‌های زود گذر دوران نوجوانی بوده و شما باید اطمینان حاصل کنید که علاقه اش به شما از روی هوس و بی معیار نباشد.

از قطع ارتباط پسر عمه‌تان با آن دختر مطمئن شوید

از آن جا که دختر مورد علاقه پسر عمه‌تان ازدواج کرده، حتما او و پسر عمه شما روابط خود را اخلاقا و به لحاظ تعهد به زندگی مشترک قطع کرده‌اند اما باز هم لازم است از طریق عمه یا پسر عمه‌تان از این موضوع مطمئن شوید زیرا می‌تواند آینده زندگی مشترک‌تان و پایداری اش را با تهدید جدی مواجه کند.

به هیچ وجه احساسی تصمیم نگیرید

تکلیف‌تان را با خودتان مشخص و انتظارات و معیارهای‌تان برای ازدواج را فهرست کنید و نظر خانواده‌تان را هم در این موارد جویا شوید و فهرست خود را با توجه به نظرات والدین‌تان ارزش گذاری و اولویت‌بندی کنید. در ضمن توصیه می‌شود که عجله نکنید و پسر عمه خود را همچون دیگر خواستگارهایتان در کفه معیارها و اولویت‌های شرایط ازدواج خود بسنجید و صرف آشنا و فامیل بودن، با نبود هماهنگی و نداشتن ملاک‌های لازم او برای ازدواج، احساسی برخورد نکنید.

ادامه این ارتباط‌تان آسیب‌زا خواهد بود

در صورت بررسی ملاک‌های مطرح شده و موافقت بزرگ‌ترها با این ازدواج، حتما در جلسات مشاوره پیش از ازدواج از همکاران روان شناس در این حوزه کمک بگیرید. همواره این نکته را به یاد داشته باشید که درگیری عاطفی و علاقه قبل از ازدواج، تصمیم گیری عاقلانه شما درباره فرد مد نظر را تحت تاثیر قرار می‌دهد و به لحاظ روان شناختی تمایل به فردی، موجب حذف فاکتورهای معیوب او و برعکس تمایل نداشتن به فرد، موجب پر رنگ شدن عیوب شخص می‌شود.

نگاهی روان شناسانه به خبر افزایش فاصله ازدواج تا تولد اولین فرزند به ۴/۲ سال

از بچه‌داری در جوانی لذت ببرید

جواد غفوری‌نسب | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

سوژه روز

به تازگی معاون بهداشت وزارت بهداشت در یک نشست خبری اعلام کرده است که هم اکنون سن ازدواج خانم‌ها نسبت به یک دهه قبل چهار سال و فاصله ازدواج تا تولد اولین فرزند ۴/۲ سال افزایش یافته است.(منبع خبر: مهر). معمولا وقتی صحبت از فاصله سنی والدین و فرزندان به میان می‌آید، همه نگاه‌ها به سمت اختلاف نسلی و درک نشدن فرزندان توسط والدین در دوره‌هایی مانند نوجوانی و جوانی جلب خواهد شد اما واقعیت این است که چالش‌های پیش روی والدینی که دارای اختلاف سنی زیادی با فرزندانشان هستند، بیشتر از مشکلات ارتباطی و تعارضات بین نسلی است. در این مطلب به بررسی برخی چالش‌های پیش روی این دسته از والدین می‌پردازیم.

آستانه تحمل پایین در برابر مشکلات کودک

والدینی که در سنین بالا فرزندار می‌شوند، نسبت به والدینی که در سنین پایین و ابتدای جوانی فرزندار می‌شوند، آستانه تحمل پایین‌تری در برابر مشکلات فرزند نوزاد یا نوباوه‌شان دارند. این می‌تواند به دلیل حساسیت پذیری بیشتر افراد در برابر چالش‌هایی از این دست باشد.

افراط یا تفریط در تربیت

افرادی که در سنین بالا صاحب فرزند می‌شوند، بیشتر احتمال دارد در راهبردهای تربیتی خود به افراط یا تفریط کشیده شوند. به عبارت دیگر این دسته از والدین یا خیلی سخت گیر یا خیلی آسان گیر خواهند شد. به خصوص اگر تجربه فرزندآوری آن‌ها، پس از درمان‌های مربوط به ناز ایی باشد.

لذت نبردن از دوران کودکی فرزند

دوران کودکی شیرینی‌ها و لذت‌های خاصی دارد که هر مادر و پدری آن را تجربه می کند اما والدینی که تفاوت سنی بسیاری با فرزندان خود دارند، ممکن است به اقتضای دوره سنی که در آن قرار دارند، نتوانند درک کامل و عمیقی از لذت‌های موجود در کودکی فرزندشان داشته باشند.

اختلاف‌های بسیار در سلایق

به طور قطع فرزندان شما متعلق به نسل فردا هستند و نمی‌توان بر اساس معیارها و منطق‌های نسلی که به آن تعلق داریم، از آن‌ها توقع داشته باشیم. چارچوب‌های اخلاقی و اجتماعی معمولا ثابت هستند اما برخی موارد وجود دارند که کاملا منطبق بر شرایط زمان هستند. والدینی که با فرزندان به خصوص نوجوان و جوان خود اختلاف سنی زیادی دارند، در درک کردن این تفاوت نسلی به چالش‌های بیشتری برمی‌خورند و کار سخت‌تری پیش رو دارند.

بچه‌داری در جوانی

مواردی که ذکر شد کلی هستند و امکان دارد والدینی هم باشند که با وجود داشتن تفاوت سنی زیاد با فرزندشان، رابطه بسیار خوبی با آن‌ها برقرار کنند و والدگری لذت‌بخشی را تجربه کنند اما واقعیت‌ها بیانگر این هستند که داشتن فرزند در دوران جوانی و در دورانی که فرد دارای بیشترین سطح انگیزه و انرژی ممکن است، به کرات می‌تواند نتایجی بهتر و لحظاتی لذت بخش‌تر، هم برای والدین و هم فرزندان ایجاد کند.

پیامک‌های شما

لطفا در سوالات خود «سن، میزان تحصیلات، شغل، سطح اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی خود و خانواده» (همین اطلاعات را درباره فرد مقابل خود) درج کنید
ابتدای پیامک کلمه «مشاوره» را بنویسید

راه ارتباطی ما در تلگرام و پیام رسان های داخلی	شماره پیامک
۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶	۲۰۰۰۹۹

دختری ۴ ساله دارم که علاقه زیادی برای نظر دادن در خرید لباس هایش دارد. هر زمان که با او برای خرید کردن به فروشگاهی می رویم، من و مادرش واقعا اذیت می شویم چون مدام نظر می دهد. هر مغازه ای می رویم، اصرار می کند که یک لباس را که خوشش آمده، بخریم و آن قدر غر می زند که اعصاب مان خرد می شود و آبروی مان را می برد. چه کنیم؟

پسری ۱۵ ساله ام و عضو تیم نوجوانان یکی از باشگاه‌های خوب کشور. پست من در تیمی که در آن بازی می کنم، مهاجم است و چندوقتی است که فشار زیادی روی من به خاطر خراب کردن موقعیت‌های خوب برای گلزنی در بازی هاست. تا حالا چند بار پیش آمده که برای زدن ضربات آخر، یک لحظه چشمانم را می بندم و فقط با تمام قدرت شوت می کنم تا شاید گل شود. انگار پایم در لحظه آخر می لرزد! نگرانی از گل نشدن، روی کیفیت بازی‌ام تاثیر زیادی گذاشته است. لطفا راهنمایی ام کنید.

مردی ۳۴ ساله ام و به خاطر یک سری مسائل کاری با همکارم قهر کرده‌ام و حتی به یکدیگر سلام هم نمی کنیم. او خانم و به نظرم ۳۰ ساله است. شرایط کاری‌مان در شرکت جوری است که هر روز یکدیگر را می‌بینیم. می‌خواهم در سال جدید، این ماجرا به خوشی تمام شود. چطور به این قهر پایان بدهم که عزت نفسم حفظ شود؟