

سبک رفتار



کار دلک‌ها مهم‌تر است یا اندیشمندان؟

صنعت خنده، محصول مدرنیته خسته

یا خندانان دیگران نمی‌کند.

این احساس نیاز از بطن جامعه‌ای برمی‌خیزد که اقتصاد محور زندگی است و انسان به عنوان ابزار ساز و یک نیروی کار در خدمت اقتصاد و تولید ثروت تعریف می‌شود. نیروی انسانی چنین جامعه‌ای آن قدر در گیر مسائل کاری و اقتصادی می‌شود که ارزش‌های روابط انسانی را در سایه همین اقتصاد تعریف کرده و حتی به فکر کسب درآمد و ایجاد شغل از راه ابتدایی‌ترین مسائل جاری روزمره بین فردی می‌افتد. عمق این فاجعه تا جایی زیاد می‌شود که فرد حتی در انتخاب دوست، عواطف انسانی را لحاظ نمی‌کند. چنین جامعه‌ای آن قدر به سمت ماشینی شدن و اقتضانات آن مثل بی‌رحمی و یکنواختی پیش می‌رود که برخی دلسوزانه به فکر خندانان مردم و احیای نشاط و روابط عاطفی و احساسی می‌افتند.

اما برخی دیگر برای بهره‌کشی بیشتر و بهتر از نیروی کار، خندانان را در برنامه روزانه نیروهای انسانی یا به تعبیر بهتر نیروهای کاری جامعه می‌گنجانند.

برخی دیگر هم همین خندانان را تبدیل به راه کسب درآمد و تولید ثروت می‌کنند و شغل دلقک‌بازی را در سبکی‌په‌روز و نامی دهان پرکن جدید می‌آورند. ظاهراً به این دو دسته اخیر هم نمی‌توان خرده گرفت چراکه این سبک زندگی و این زاویه دید که به هر چیز به عنوان مقوله کسب ثروت بنگرند، اقتضای دنیایی است که در آن برای بقا تنفس می‌کنند.

چنین جامعه اسپر کار و پول، که روال طبیعی زندگی انسانی را برهم زده، قطعاً به برنامه‌های مهیج، شاد و پر نشاط و فضاهایی برای تخلیه آن هیجان، نیاز پیدا می‌کند. نیازی که بر خاسته از واقعیت زندگی سالم اجتماعی نیست. عطشی که جز با همان محصولات تولیدی آن تمدن ماشینی بی‌رحم و یکنواخت، ارضا نمی‌شود.

دوگانه خندیدن و اندیشیدن

نیل پستمن می‌گوید: بیلی گراهام (مبلغ مذهبی اوانجلیست مشهور که در سراسر آمریکا و بعضی کشورها به موعظه مذهبی می‌پردازد) در یک برنامه تلویزیونی مصراته اظهار امیدمان داد خداوند کسانی را دوست می‌دارد که موجبات خنده دیگران را فراهم سازند. پستمن بر این حرف خرده می‌گیرد و می‌گوید: او خدای مهربان و بخشنده را با

سبک اعتدال

چهره‌های همیشه متبسم و په دور | آن قدر می‌خندی که دلت می‌میرد! از قهقهه‌های غفلت‌انگیز

■ سیمین جم

اسلام در ذات خود دینی نشاط‌انگیز است. دینی نشاءانگیز که با سفارش به چهره‌های همیشه متبسم و البته بیه دور از قهقهه‌های شیطانی می‌تواند موج شادی را در روح و روان مؤمن جاری و ساری کند. در واقع آموزه‌های دینی ما پر وجود نشاط تأکیدات فراوان دارد، اما با خنده‌هایی که دل را می‌میراند و انسان را از یاد خدا و خودشناسی‌اش دور می‌کند مخالف است. ■■■

امیرمؤمنان علی(ع) همچون بسیاری از سخنان نغز و حکیمانه‌اش درباره خنده نیز جملات گرانبها و زیبایی دارد. ایشان در نهج‌البلاغه می‌فرمایند: «مؤمن اگر خوشوش است سسکوت او اندوهگینش نمی‌کند و اگر بخندد او خند و دل‌بلندی نمی‌شود و اگر به او استستی روا دارند صبر می‌کند تا خدا انتقام او بگیرد.» ایشان همچنین می‌فرمایند: «از سخنان بی‌ارزش و خنده‌آور بهره‌یز، گرچه آن را دیگری نقل کرده باشی.» این کلام امیر به معنای مخالفت با شادی و مسرت مؤمن نیست، بلکه برهیز از سبکی است. حضرت امام صادق(ع) نیز فرمودند: «خنده مؤمن تبسم است.» در واقع همچنان که در احادیث بیان شده خنده مؤمن در چهره او آشکار و غم او باید در دل و درونش نهفته باشد. واقعیت این است که بلند خندیدن از وقار و متانت مؤمن به دور است و جایگاه او را در نظر دیگران خندشدار می‌کند. در بسیاری موارد کسی که بلند می‌خندد به دنبال جلب نظر و توجه دیگران است که قطعاً مؤمن هیچ‌گاه چنین نیست. انسان نباید با بذله‌گویی و بیان کردن لطیفه‌ها

آن بی‌سی اشتباه گرفته است. (زندگی در عیش، مردن در خوشی، ص ۶۰).

آنچه از لحن بیان گراهام برمی‌آید، این است که گویا او معتقد بوده خدا منحصرآ جماعتی که دیگران را

می‌خنداند، دوست می‌دارد یا دست کم این افراد نزد خدا محبوب‌ترین آدم‌هایند.

فارغ از خرده‌ای که پستمن به این مبلغ مسیحی گرفته، به راستی این سخن تا چه حد می‌تواند صحیح باشد؟

آیا در متون دین اسلام چنین سخنی وجود دارد؟ آیا در قرآن کریم در باره افرادی که به این کار مبادرت می‌ورزند

ی‌های به نشانه تکریم‌شان آمده است؟

سوال اصلی در واقع این است آیا قرآن کریم بیشتر مردم را خندیدن ترغیب کرده یا حالتی دیگر نظیر اندیشیدن و خردورزی و تفکر؟ آیا در سیره نبوی یا اهل بیت(ع)، دلقک‌ها بیشتر مورد تشویق و اکرام و تجلیل بوده‌اند یا اندیشمندان؟

بر همگان روشن است که خندیدن یک خاصیت ویژه انسان است و اندیشیدن یک خاصیت ویژه دیگر او.

ما در صد تستیم است از دو موضوع خندیدن و اندیشیدن دو قطبی مثبت و منفی بسیاریم و بگویم انسان مختار است فقط یکی از این دو را انتخاب کند... هرگز. این دو حالت انسانی در کنار یکدیگر هستند نه در مقابل هم. اما آن‌گاه این ترجیح اندیشیدن بر خندیدن اهمیت می‌یابد که از زبان نه تنها قهقه یک مبلغ مسیحی بلکه از زبان برخی



نه تنها باز یگران طنز و کمدی بلکه همه افرادی که به نحوی با تقویت هیجان و جنبه‌های احساسی سرر و کار دارند و به عنوان سلبریتی شناخته می‌شوند، تبدیل به اسوه‌هایی بی‌نقص برای مخاطبین می‌شوند و بدین واسطه قدرت کنترل اراده‌ها و انتخاب‌های سردم را حتی در انتخابات سیاسی‌په دست می‌گیرند

بر خسی خندانان را تبدیل به راه کسب درآمد و تولید ثروت می‌کنند و شغل دلقک‌بازی را در سبکی‌په‌روز و نامی دهان پرکن پدید می‌آورند. این سبک زندگی و این زاویه دید که به هر چیز به عنوان مقوله کسب ثروت بنگرند، اقتضای دنیایی است که در آن برای بقا تنفس می‌کنند. چنین جامعه اسپیر کار و پول، که قطعاً به برنامه‌های مهیج، شاد و پر نشاط و فضاهایی برای تخلیه آن هیجان، نیاز پیدا می‌کند. نیازی که بر خاسته از واقعیت زندگی سالم اجتماعی نیست

داعیه‌داران دین‌شناس مسلمان، شبیه این سخن هرچند به گونه‌هایی متفاوت برمی‌آید که گویا خداشدیدترین محبت خود را از زانی کسانی می‌کند که با ادا و اطوار و بذله‌گویی و گاه‌لودگی، مردم را می‌خنداندند و بدین طریق خندیدن را بر اندیشیدن و این جماعت را بر اندیشمندان ترجیح می‌دهند. از سوی دیگر هم، رسانه به این مسئله به شدت اهمیت داده و به آن می‌پردازد و گاه می‌بینیم با حضور برخی چهره‌های به ظاهر دین‌شناس در برنامه‌های طنز، از آنها حرف‌هایی ششبه حرف بیلی گراهام بیرون می‌کشند. با این حال از کنار این مسئله می‌توان با اغماض هر چند زیاد عبور کرد، اما مشکل اصلی و عمق فاجعه آنجاست که این موج رسانه‌ای برای زدن برچسب تقدس به مسئله «خندیدن» برانگیختن هیجانات و احساسات تا جایی پیش می‌رود که نه تنها باز یگران طنز و کمدی بلکه همه افرادی که به نحوی با تقویت هیجان و جنبه‌های احساسی سرو کار دارند و به عنوان سلبریتی شناخته می‌شوند، تبدیل به اسوه‌هایی بی‌نقص برای مخاطبین می‌شوند و بدین واسطه قدرت کنترل اراده‌ها و انتخاب‌های مردم را حتی در انتخابات سیاسی به دست می‌گیرند.

در چنین فضا و بستری دوگانگی «خندیدن و هیجانی شدن» یا «اندیشیدن» بروز می‌کند و گر نه اینها حالات انسانی هستند که هیچ تنازع و تافی و تقابلی با یکدیگر ندارند.

با این توضیح، احتمالاً دیگر نیاز به پاسخ‌های تفصیلی برای سوالات یادشده نباشد. همچنین قطعاً برای مخاطب فهم و بدون غرض روشن است که طرح این سوالات به معنای مخالفت نگاه نده با موضوع پر دامنه خندیدن و شاد و بانشاط بودن نیست که حتماً مسلمانان تجویز نمی‌کند، بلکه صرفاً برای آن است که جامعه حالت اندیشه‌ورزی خود را از دست نداده و به جای آن خندیدن و هیجانی شدن و لودگی را ترجیح ندهد.

حساسیت و اهمیت برخی موضوعات به قدری اساسی است که زندگی بشر و حتی نسل‌ها را تحت‌الشعاع خود قرار می‌دهد، لذا در صورت ریخته شدن در قالب طنز و خندیدن به آنها و مضحک کردن‌شان، اهمیت و جدیت خود را از دست می‌دهد که اگر چنین‌شود، این سراز فروابشی جامعه و دور شدن از آرمان‌ها است.

نگاه



در جست‌وجوی معنای عمیق نشاط

زندگی شاد بازتاب لبخند شماست

■ زینب قدریری

چگونگی و آگاهی از مفهوم شاد بودن یکی از مهم‌ترین عوامل در زندگی بشر است و بر اساس هدفمندی روش به زندگی معنا می‌بخشد. شادی نقش بسزایی در چگونگی زیستن افراد در زندگی ایفا می‌کند و افراد می‌توانند با جهت شاد بودن در مسیر رو به رشد و ترقی زندگی قرار گیرند. شاد بودن تنها دلیل برای داشتن آرامش بهتر و بیشتر است. شادی شاخص‌های متفاوتی در چگونگی استفاده و روش‌های بهره‌وری دارد و رعایت هر یک از این موارد موجب تأثیرگذاری در سبک زندگی خواهد شد. چنان‌که ناصر خسرو بیان می‌دارد: اگر خوشدل شدی در شادمانی، بماند شادمانی جاودانی. شاخص‌های مهم شادی در زندگی افراد مختلف عبارت‌اند: نیاز استفاده از تغذیه مناسب، انجام ورزش‌ها و روش‌های متفاوت آرامش و زمان‌های مشخص شده برای انجام امور که هر یک بر اساس اصول روانشناختی تأثیرات مثبتی بر زندگی فرد می‌گذارد و موجب مثبت‌نگری، بانشاط بودن، داشتن اراده و روحیه قوی و منطقی خواهد شد. در هر جامعه‌ای فرهنگ‌های متفاوتی جهت شاد بودن مردم در نظر گرفته می‌شود و هر یک روش‌های متفاوتی را جهت شاد بودن ارائه داده‌اند. هر فردی با کمترین امکانات ممکن می‌تواند راه‌های رسیدن به شادی را بیاموزد. شادی نمادی از سیاسی‌گزاری در مقابل یزدان پاک است. با آموزش به افراد برای چگونگی روش‌های شاد بودن راه‌های بسیاری جهت روبه‌رو شدن با مسائل و مشکلات حاصله به دست می‌آید که حتی می‌توان آن را با دیگران تقسیم کرد. معنای عمیق شادی ربطی به خنده و هیجان و سرمستی ندارد، و زندگی سالم را دربر می‌گیرد.

زندگی تجربه می‌کنند و در مقابل مشکلات

زندگی کمتر دچار سوءتفاهم می‌شوند. هر چه شادی در زندگی افراد بیشتر باشد، بالطبع اثرات مثبتی را در سبک زندگی آنها به وجود می‌آورد و می‌توانند در نوع نگرش بر ات‌باطات جامعه نیز تأثیرگذار باشند، چراکه موجب شاد بودن انرژی مثبت به افراد می‌بخشد و موجب پیشرفت و بازنگری در امور و بالاخص مثبت‌نگری می‌شود. بدون شک می‌توان بیان کرد که چهره‌های شاد در زندگی موفق‌ترند، زیرا از کوچک‌ترین مسئله در زندگی احساس رضایت و خشنودی می‌کنند.

یکی از مشکلات امروزی جامعه ما عدم برنامهریزی مناسب برای لذت‌بخش کردن زندگی و شادکامی افراد در زندگی بالاخص در کلانشهرها است. زندگی در کلانشهری همچون تهران و دودین‌های هر روز شام‌به نوعی موجب فرسایش روح و روان مردم شده و بی‌روی و افسردگی زودرس را موجب می‌شود. مردم هر روز در خیابان‌ها با هم دعوا می‌کنند یا درگیر می‌شوند، در واقع شادی

شادی یکی از مقولات و ابزارهای لازم برای زیباتر کردن زندگی است که نیاز به هزینه کردن هم ندارد. شادی را حتی می‌توان در آن کودک نویسا یافت که با حسرت و کلمات برانگیختن هیجانات و احساسات تا جایی پیش می‌رود که نه تنها باز یگران طنز و کمدی بلکه همه افرادی که به نحوی با تقویت هیجان و جنبه‌های احساسی سرو کار دارند و به عنوان سلبریتی شناخته می‌شوند، تبدیل به اسوه‌هایی بی‌نقص برای مخاطبین می‌شوند و بدین واسطه قدرت کنترل اراده‌ها و انتخاب‌های مردم را حتی در انتخابات سیاسی به دست می‌گیرند.

در چنین فضا و بستری دوگانگی «خندیدن و هیجانی شدن» یا «اندیشیدن» بروز می‌کند و گر نه اینها حالات انسانی هستند که هیچ تنازع و تافی و تقابلی با یکدیگر ندارند. با این توضیح، احتمالاً دیگر نیاز به پاسخ‌های تفصیلی برای سوالات یادشده نباشد. همچنین قطعاً برای مخاطب فهم و بدون غرض روشن است که طرح این سوالات به معنای مخالفت نگاه نده با موضوع پر دامنه خندیدن و شاد و بانشاط بودن نیست که حتماً مسلمانان تجویز نمی‌کند، بلکه صرفاً برای آن است که جامعه حالت اندیشه‌ورزی خود را از دست نداده و به جای آن خندیدن و هیجانی شدن و لودگی را ترجیح ندهد.

حساسیت و اهمیت برخی موضوعات به قدری اساسی است که زندگی بشر و حتی نسل‌ها را تحت‌الشعاع خود قرار می‌دهد، لذا در صورت ریخته شدن در قالب طنز و خندیدن به آنها و مضحک کردن‌شان، اهمیت و جدیت خود را از دست می‌دهد که اگر چنین‌شود، این سراز فروابشی جامعه و دور شدن از آرمان‌ها است.

شادی و شاد بودن پیامد بروز برخی اصول در زندگی است که مهم‌ترین آنها عبارت‌ند از: گذراندن اوقات خود با فعالیت‌های مفید و سودمند، استفاده از تجربیات خوب دیگران، دوری از فعالیت‌های بیبوهه، از تباط

بیشتر با دوستان و خویشاوندان

شادی و شادکامی و ظهور و بروز خشم در بین افراد جامعه است.

شادی به عنوان یک پدیده مثبت و رویداد زیبای روانشناختی مطرح است و لازمه هر زندگی نیز همین شادکامی و در پی آن برقراری روابط متعادل است تا بتواند وضعیت تعادلی را در سیستم روحی و روانی افراد جامعه به وجود آورد. شادی یک مکانیزم دفاعی بدن در مقابل امراض گوناگون است و به عنوان یکی از بهترین مهارت‌های اجتماعی متغیرهای گوناگونی را دربر می‌گیرد. شادی بیان خوشحالی ابراز شده ناشی از بروز برخی مسائل مثبت زندگی است که فرد از خود با حالت‌های متفاوت نسان می‌دهد. شادی نشانه‌ای از زیستن آگاهانه است.

شاد بودن تأثیر مثبتی بر روحیه و زندگی افراد بر جا می‌گذارد تا جایی که حتی ناممکن را به ممکن تبدیل می‌کند. افراد شاد تفکرات سازنده بیشتری در مقابل دیگر افراد از خود بروز می‌دهند و نسبت به مسائل خوش‌بینانه‌تر عمل می‌کنند. ذهن‌شان کمتر درگیر نگرانی و اضطراب می‌شود و بر همین اساس تصمیمات بهتری را ارائه می‌دهند.

تحقیقات دانشمندان و اندیشمندان از زندگی افراد شاد و تأثیر مثبت آن سخن به میان می‌آورد. بدین گونه‌که هر چه افراد شادتر هستند، امیدوارترند و امیدهای بیشتری را در