



این روزها بیش از همیشه به مهربانی نیاز داریم

نامهربان‌ها قانون را دور می‌زنند!

درد ولسی روی‌هم‌رفته اجرای هر قانونی بدون داشتن مهربانی کامل نیست. این گفته را بارها در زندگی تجربه کرده‌ایم اما شاید توجهی به آن نداشته‌ایم. مثلاً قانونی درباره مصرف انرژی در ایران وجود دارد که طبق آن اشخاص می‌توانند تا اندازه تعیین‌شده از گاز شهری استفاده کنند و در صورت مصرف بیش از حد از آن، ناگزیر به پرداخت جریمه خواهند بود. این یک قانون است. حالا ممکن است برخی از مردم بگویند من می‌توانم این جریمه را بپردازم، پس هر چقدر هم که دلم می‌خواهد گاز را مصرف خواهم کرد. پس چون پول پرداخت جریمه ندارم ششری را دارم، درجه رادیاتور یا میزبان شعله‌های آتش بخاری خانه را زیاد می‌کنم و پنجره اتاق را هم باز می‌گذارم. با این کار مرتب هوا در داخل اتاق جریان پیدا می‌کند و سرد هم نمی‌شود، چه چیزی نیست که فوئش می‌خواهم چند دهه‌از تومانی بیشتر پول قبض را پرداخت کنم.خب من هم پرداخت می‌کنم.

بله می‌شود این مصرف را داشت و این کار را انجام داد ولی تکلیف بقیه و خیلی چیزهای دیگر چه می‌شود؟! میزانی که برای مصرف در نظر گرفته شده‌است، بر اساس محاسبات کارشناسی و به اندازه کافی صورت گرفته است، شاید کمی بیشتر یا کمتر از آن. در برخی موارد شاید مصرف بیش از حد آن قابل توجیه بوده و اشکالی به نداشته باشد.اما داشتن این نگاه که من طبق قانون جریمه را می‌پردازم پس هر چقدر که دلم بخواهد استفاده می‌کنم، اساسش نامهربانی است. یعنی این شخص این را در نظر نمی‌گیرد که با این کار ممکن است باعث افت فشار در محله و منطقه خودش یا دست کم ساختمانی که اشخاص دیگری هم در آن منزل دارند، شود؛از سوی دیگر این فشار رفته‌رفته با افزایش مصرف کمتر شده و به برخی مناطق که دور تر هستند و دورافتاده محسوب می‌شوند، نرسد. آن هم در همین کشوری که نام بردم و مناطق دورافتاده و محروم زیادی دارد. این نگاه مهربانی ندارد. تنها به قانون نگاه می‌کند و آنچه خودش دوست دارد. پس مهربانی نه تنها قانون را کامل می‌کند که گاهی برای اجرای درست آن هم نیاز به مهربانی هست. این اشخاص اگر مهربان تر به همین مسئله که برای خیلی‌ها پیش پا افتاده است نگاه کنند، می‌بینند که مردم دیگر هم حقی دارند.

■ نامهربان را گردن قانون نیندازیم
استفاده بی‌رویه و اسراف در مصرف کاغذ مثال دیگری بر این موضوع است. کار نادرستی که نتیجه آن، قطع بیش از اندازه درختان دوست‌داشتنی و مفید در طبیعت است. شاید برخی از قوانین در بسیاری از جاهای دنیا بعضی موارد را در نظر نگرفته باشد یا اینکه کامل نباشد، در این بین نباید همه چیز را به گردن قانون انداخت و خود را کنار کشید. پس تکلیف مهربانی چه می‌شود؟ در این صورت اگر در جایی قانونی نبود تا بالای سرمان باشد و جلوی برخی رفتارهای نامناسب ما را بگیرد، در این صورت انسانیت چه می‌شود؟ به طور مثال در زندگی امروزی که فشارهای اقتصادی

■ لیلا جعفری

مهربانی در خون همه آدم‌ها هست، مثل گلبول سیید، فقط گاهی کم می‌شود و گاهی زیاد. گفته می‌شود هر چیزی که در بدن و روح ما وجود دارد، در طبیعت هم هست. پس مهربانی بخشی از طبیعت است. یعنی مهربانی برگرفته از طبیعت ماست و در ذات ما وجود دارد. پس هر چه مهربانی را در خودمان تقویت کنیم، برایمان هم خوب است، چون به طبیعت که مادر موجودیت ماست، نزدیک تر می‌شویم.

این تقویت کردن ما را به طبیعت نزدیک تر می‌کند. ما را با آن هم‌خوان تر، هم‌سو تر و یکی تر می‌کند. به طبیعت خود هر چه نزدیک تر شویم، زندگی بهتری خواهیم داشت. درست مثل کسی که می‌خواهد طبق مزاج خودش خوراکی بخورد و برهیز متناسب با طبیعتش داشته باشد. مثلاً شخصی که طبیعتی سرد و مرطوب دارد، باید از خوردنی‌هایی استفاده کند که با این مزاج در تناسب باشد تا این شخص را به انواع بیماری‌ها گرفتار نکند. از سسوی دیگر با برهیز از برخی خوراکی‌ها به با قدرت بدنی و روحی خود کمک می‌کند و تندرست تر خواهد بود.

مهربانی هم در زندگی ما حکم همین خوراکی‌هایی را دارد که برای تندرستی‌مان لازم است. هر چه مهربان تر باشیم، بهتر می‌شویم. هم حال روحمان بهتر می‌شود و هم در نتیجه سلامت روح، جسم سالم تر می‌شویم خواهیم داشت. در این دوره و زمانه شاهد برخورد‌هایی بی‌شمار نامهربانانه‌ای هستیم، پس باید به مهربانی توجه خاصی داشت. بسیاری از مردم گرفتار نامهربانی شده‌اند و با این نامهربانی هم به خودشان آسیب می‌زنند و هم به دیگران.

■ ■ ■

■ مهربانی گلبول سیید جهان است

مهربانی این روزها حکم گلبول سیید جهان را دارد و برای از بین بردن و دور کردن ناملایمات زندگی ضروری است. هر جا که مهربانی باشد، شرایط به‌بشتر هم به وجود می‌آید. مهربانی قلب انسان‌ها را مطمئن تر می‌کند. خود ما در جایی‌که مورد مهربانی قرار می‌گیریم، احساس امنیت بیشتری می‌کنیم یا در جایی که رفتار نامهربانی با ما می‌شود؟

اینکه بخواهیم خوبی‌های مهربانی را بر شماریم، موضوع این نوشته نیست ولی اینکه مهربانی را به یاد بیاوریم و به آن فکر کنیم هدف اصلی و نخست این نوشته است. مهربانی در ضمنی ناخودآگاه ما آدم‌ها وجود دارد. مهربانی یکی از اصول و ریشه‌های دوستی‌ها را تشکیل می‌دهد و می‌شود گفت نقش فوق‌العاده‌ای در ساختن زندگی یا تقویت آن دارد. این را می‌شود در زندگی امتحانش کرد. کاری ندارم که همین الان یکی از روابط زندگی خود را در نظر بگیرید. مثلاً رابطه‌ای که با دوست خود دارید یا معلم، همکار، مادر، پدر، همسر و… در رابطه‌ای که هم‌اکنون در نظر دارید، ممکن است صداقت وجود داشته، برایتان سودآور بوده یا هزار جور حسن دیگر به همراه داشته باشد ولی اگر مهربانی در آن نباشد، آن رابطه با هر درجه جاگیری که برایتان دارد، کامل نیست. هرچند معمولاً روابطی که در آن مهربانی نباشد، خیلی چیزهای خوب دیگری هم وجود ندارد، ولی حتی اگر به هر دلیلی چیزی‌های خوبی درونش پیدا شود، ولی مهربانی نباشد، آن رابطه می‌شود گفت نقش فوق‌العاده‌ای در روابط زندگی خود را در تقویت آن دارد. این را می‌شود در زندگی امتحانش کرد. کاری ندارم که همین الان یکی از روابط زندگی خود را در نظر بگیرید. مثلاً رابطه‌ای که با دوست خود دارید یا معلم، همکار، مادر، پدر، همسر و… در رابطه‌ای که هم‌اکنون در نظر دارید، ممکن است صداقت وجود داشته، برایتان سودآور بوده یا هزار جور حسن دیگر به همراه داشته باشد ولی اگر مهربانی در آن نباشد، آن رابطه با هر درجه جاگیری که برایتان دارد، کامل نیست. هرچند معمولاً روابطی که در آن مهربانی نباشد، خیلی چیزهای خوب دیگری هم وجود ندارد، ولی حتی اگر به هر دلیلی چیزی‌های خوبی درونش پیدا شود، ولی مهربانی نباشد، آن رابطه می‌شود گفت نقش فوق‌العاده‌ای در روابط زندگی خود را در تقویت آن دارد. این را می‌شود در زندگی امتحانش کرد.

مهربانی نوشته شده‌اند، قوانین خوب و سازنده‌ای نیستند و این کار را بدتر و پیچیده‌تر هم می‌کند. مانند قوانین مربوط به خانواده و مشکلاتی که در این باره وجود

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۸۴۷۱



خداوند کلامش را با مهر و محبت آغاز می‌کند

بیا یقید قرآن داد مهربانی بنویسیم

■ هما ایرانی

پروردگار نام‌ها و صفات بسیاری دارد، مانند مهربان، پوشاننده گناه، پناه بی‌پناهان و… این را هم عرفا می‌گویند که آن انسانی مقرب پروردگار می‌شود و به روشنی قلب می‌رسد که نام‌ها و صفات‌های بیشتری از پروردگار را در خودش رشد دهد. با این نگاه، مهربانی یکی از ویژگی‌های خودبایی است. در قرآن بارها واژه پروردگار مهربان آمده است و در نمازهای پنج‌گانه هم بارها تکرار می‌شود. حتی ابتدای هر کار می‌گوییم: بسم‌الله الرحمن الرحیم؛ یعنی به نام پروردگار بخشنده مهربان.

پروردگار نام‌ها و صفات بسیار دیگری هم دارد که خیلی‌ها این نام‌ها را در تابلوها برای تزئین و برکت خانه‌ها یشان به کار می‌برند یا در دعاها و نیایش‌های روزانه با خود تکرار می‌کنند.

قیام‌کننده، انتقام‌گیرنده و خشم‌گیرنده(به بدکاران) و نام‌هایی و صفاتی از این دست هم برای پروردگار ذکر می‌شود. واقعیت این است که هرچند هر کدام از اینها هم در جای خود در زندگی لازم‌است ولی جایی که پروردگار می‌خواهد سخنی به انسانی بگوید، در آن کلام مهر و محبت را سر آغاز سخنش قرار می‌دهد.

—————

■ اساس همه آیه‌ها مهربانی است

باید مهربان باشیم. خوشحالم که شما خواننده بزرگوار هم با خواندن این نوشته این واژه را برای بخشدنگی داشتن خصوصیات خوب اخلاقی و انسانی تشویق می‌کنند. تا کنون آیه یا کلامی از پروردگار را نه شنیده‌و نه خوانده‌ام که پروردگار در آغاز سخن به جایی اینکه بخشدنگی و مهربانی‌اش را به دیگران یادآوری کند، مردم را از خشم و کینه‌اش بترساند. شاید یک از هیچ یک از آفاتش نبرد، مانند سوره توبه در قرآن.اما نامی هم از عصیانیت و خشم نمی‌برد. مسلمانان در کدام آیه از سوره‌ها در نمازهای پنج‌گانه خود، از القاب کینه‌جویانه استفاده می‌کنند؟ کدام آیه در این نمازها به مردم می‌گوید که پروردگار با خشم و کینه بالای سرتان ایستاده و قرار است بیچاره‌تان کند؟ من مفسر قرآن نیستم ولی برداشتم از این آیه‌ها این است که در هر یک از آنها یادمان می‌آیداز آن خبر را دریافت داریم یا برای اینکه از خشمش دور باشیم، از مهربانی‌اش کمک بگیریم.یعنی اساس همه آیه‌ها مهربانی است.

■ هیچ انسان نامهربانی پیامبر نشد

با این توضیحات که داده شد، پرسردگار هم می‌خواهد ما از همه بیشتر، مهربان باشیم. با کلامش در ادیان مختلف و مهربانی پیامبران‌ش، این را می‌گوید. خداوند هیچ انسان کینه‌جو و نامهربانی را به پیامبری برنگزید.اگر هم پیامبری اندکی از مهربانی دور شد، مانند

—————

د

کسی از مهربانی بودن و ترویج مهربانی ضرر نمی‌کند. شاید در لحظه، فایده و سود کارش را نبینید، اما در درازمدت نتیجه مثبت آن را خواهد دید. ممکن است خیلی از ما با خودمان بگوییم مگر من مهربان نیستم؟! خوب معلوم‌است که خیلی مهربان هستیم! در این صورت شاید بهتر باشد هر کدام از ما با خودمان قرارداد بنویسیم. قراردادی مبنی بر اینکه مهربان باشیم و جز از روی مهربانی قدیمی بر نداریم

حضرت یونس(ع) مورد خشم خداوند واقع شد.

ما آدم‌ها باید حواسمان جمع باشد. هر کار و سخنی پیامی دارد. همیشه خواندن آیه‌های آسمانی برای من یک پیام بزرگ داشته است، اینکه پروردگار، مهربان است، بخشدنگی‌اش هم از روی مهربانی است. پس باید این پیام را به کار بگیرم. مهربانی باید بیشتر از چیزهای دیگر در زندگی‌ام وجود داشته باشد. نه تنها وجود داشته باشد که به دیگران هم یادآوری‌اش کنم. ما آدم‌ها باید یادمان بیفتد که مهربانی همان چیزی است که خداوند را خوشحال می‌کند. شاید برای همین هم گفته می‌شود که کمک به همنوع و گرفتن دستنی از دیگری، بالاترین پرستش‌هاست و در واقع پرستش خالق چیزی نیست جز کمک به خلق.

■ مبلغ مهربانی باشیم

بعضی از حرف‌ها و جمله‌ها برای ما اقتدر تکراری شده‌است که دیگر در کش نمی‌خوریم. خوشحالم که با نوشته این متن، بار دیگر یادام آمد که

ناچار به انجام‌دانش نیست. چیزی است که انسان را به سوی خودش می‌کشاند. قلب را به تپش وامی‌دارد و از تمام‌وجود و موجودیت‌هر انسانی می‌خواهد که در خودش داشته باشد و نتانش دهد. مردان و زنانی که در جبهه‌ها از خود گذشتند، جانشان را از دست دادند یا تندرستی‌شان را، نمونه‌های همین مهربانی هستند. اینهایی که با اختیار عمل در این راه قدم می‌گذاشتند، انسان‌های خوش‌قلب و مهربانی هم بوده‌اند. خوشبختانه بسیاری از افرادی که از این جنگ زنده برگشته‌اند، هم‌اکنون در بین ما زندگی می‌کنند و می‌توانیم برای درستی این حرف سرافشان برویم و با آنها هم‌کلام شویم. این هم‌کلامی خیلی چیزها را برای ما روشن می‌کند.

جای افتخار دارد در بین مردمسی زندگی می‌کنیم که به خاطر دیگری از داشته‌های خود می‌گذرند و در یک کلام مهربان هستند. این مهربانی را باید بیشتر هم کرد. چون ما آدم‌ها این روزها به محبت بیشتری نیاز داریم. فشارهای زندگی، مسئولیت‌های چندگانه و فشارهای عصبی ناشی از کارهای روزمره زندگی در بین شلوغی‌ها و ازدحام کار و جمعیت، این نیاز را در ما بیشتر کرده‌است. این را هم یادمان نرود که با هر دستی که بدهیم، با همان دست هم پس خواهیم گرفت.

■ کرمانشاه نتیجه مهربانی‌اش را دید

پس از زلزله اخیر می‌کند که کرمانشاه رخ داد، یک روز مطلبی به دستم رسید که من را به فکر فروبرد. می‌خواستم درباره همدلی مطلبی بنویسم که این نوشته را در یکی از شبکه‌های مجازی دیدم. درستی‌اش را نمی‌دانم ولی چون از یکی از کانال‌های معتبر انتشاراتی این خبر را دریافت کردم، توانستم به آن اعتماد کنم و آن اینکه در هفتم تیرماه ۱۳۶۹ در یکی از نشریات این خبر منتشر شده‌است که اهالی قصر شیرین با اینکه خودشان در جنگ بین ایران و عراق آسیب دیده بودند، بودجه نوسازی شهرشان را به مردم گرفتار در زلزله رودبار و منجیل هدیه می‌کنند.

این خبر را که خواندم قلبم برای یک آن ایستاد. این مردم یک روز با مهربانی از آنچه برایشان ضروری بوده‌است گذشته و آن را به مردم شهری دیگر هدیه می‌کنند. پس با هر دستی که بدهی با همان دست هم پس می‌گیری. چون حالا که خودشان گرفتار زلزله شده‌اند، مردم از تمام شهرهای ایران که هیچ، از تمام دنیا به کمکشان شتافته‌اند.

هم‌اکنون در دنیا انسان‌های زیادی وجود دارند که زندگی خود را صرف مهربانی کردن در حق دیگران می‌کنند. دیروز بودنبوی مستند درباره مردی به دستم رسید که تمام دارایی‌اش را صرف کمک به دیگران می‌کند. این مرد که در شهرهای شمالی ایران زندگی می‌کند کودکان و نوجوانان بسیاری را زیر پوشش مالی خود درآورده و سرپرستی همه آنها را بر عهده گرفته‌است. شاید خیلی‌ها دارای‌اش را صرف کمک‌هایی از این دست کرده باشند ولی نکته‌ای که در کلام این مرد برایم قابل تأمل بود این است که این مرد در کنار آنها همچون یک پدر و یک دوست زندگی می‌کند و برخورد مهربانانه‌ای با آنها دارد. در واقع این مرد نه تنها از دارایی مادی خود، که از دارایی معنوی خود که مهربانی است، زندگی دیگران را بیمه کرده‌است. اگر این نگاه در جامعه ما وجود داشته باشد که مهربانی یک سرمایه است و با آن زندگی‌مان را بیمه می‌کنیم، خیلی چیزها عوض می‌شود. شاید تخلفات هم کمتر شود و خیلی از رفتارهای آزار دهنده‌ای که گریبان بیشتر مردم دنیا را گرفتار است، کمتر شود یا از بین برود. پس برای بهتر شدن و آرامش زندگی خودمان هم که شده‌است، باید کمک کنیم که مهربانی زیاد شود. یکی از دوستانم می‌گفت، باید در جمع و جلوی دیگران خوبی‌کنیم تا مردم یادشان بیفتد که باید خوبی‌کنند. این هم حرفی است و شاید در برخی مواقع خوب هم باشد ولی این را می‌دانم که مهربان بودن، پنهنان و آشکارا نداد، فقط کافی‌است به صدای قلبمان که غیر از مهربانی نوای دیگری ندارد، خوب گوش دهیم. قلب خوش همه کارها را درست می‌کند، اگر ما به حرفش گوش دهیم، چون ندای قلب چیزی نیست جز آوای خالص و بی‌مانند پروردگار.

