

## سبک رفتار



سیدعلی پور-عبدالرحمان آل‌جرنا

## د

آنجایی که یک شخصی واجد تمام صفات و کمالات نیست، ما در زندگی خود می توانیم ده‌هاسر مشفق و الگو داشته باشیم. مثلاً من می توانم در حوزه شغلی یک یا چند نفر را سرمشق زندگی خود قرار دهم، یا در موضوع تربیت فرزند، ورزش و تفریح، مطالعه و پژوهش، تحصیل و ازدواج و بسیاری دیگر از حوزه‌های زندگی فرد یا افرادی را که می شناسم به عنوان الگو و سرمشقی خودانتخاب کنم

نیاز به الگو در زندگی و مسیرهای درست و غلطی که پیش رو داریم

# می‌خواهم یک استیو جاز فوتبالیست شوم!

■ سیمین جم

چند وقت پیش یکی از دوستانم تماس گرفت و با من درددلی طولانی درباره ناکامی‌هایش داشت. او دلیل بیشترین مشکلات و ناکامی‌هایش را نداشتن راهنما و الگو در زندگی‌اش می‌دانست و می‌گفت: اگر کسی بود که الگوی زندگی من می‌شد و مرا در همه زمینه‌ها راهنمایی می‌کرد این قدر ناموفق نبودم و در گیر مشکلات

خود را می‌کنم تا به آن روزهایم برسم. البته پدر و مادرم می‌گویند

هم عاشق فوتبال هستم، هم دوست دارم یک آدم موفق در دنیای کامپیوتر و اینترنت شوم. استیو جاز و رونالدو را به یک اندازه دوست دارم و دلم می‌خواهد موفقیت هر دو آنها را با هم داشته باشم. الگوی زندگی من این دو نفر هستند و نهایت تلاش خود را می‌کنم تا به آن‌ها برسم. البته پدر و مادرم می‌گویند تا خوب درس نخوانی به هیچ‌جا نمی‌رسی و معلم مدرسه‌مان هم می‌گوید الگوی آدم در زندگی باید کسی باشد که تمام رفتار و گفتارش اخلاقی باشد. او به بچه‌ها می‌گوید آدم موفق کسی است که با اخلاق زندگی کند و کار و فعالیتش گرهی از مشکلات جامعه باز کند. او باها من به گفته اینکه آدم در زندگی‌اش الگو داشته باشد خیلی خوب است. ولی قرار نیست همه مشهور و پولدار و سلبریتی شوند و آدم موفق کسی است که از زندگی دیگران درس بگیرد اما در نهایت خودش باشد. او به من نصیحت می‌کند اگر نتوانی رونالدو و استیو جاز شوی شاید سرخورده شوی. پس سعی کن از همه استعدادها و توانایی‌هایت خوب استفاده کنی تا خودت باشی. من هم می‌گویم اگر راه استیو جاز و رونالدو را ادامه بدهم خود به خود به آن چیزی که خودم می‌خواهم می‌رسم. البته آنها از سوادشوی با من حرف می‌زنند ولی من نمی‌توانم عشق و علاقه خودم را پنهان کنم و کلاً از چهره‌هایی که در دنیای فوتبال و اینترنت هستند خیلی خوشم می‌آید. بالاخره هر کس علایقی دارد و علاقه من هم این است.

### هیچ آدمی بی‌نیاز از الگو نیست

سودابه صادقی، متاهل و کارشناس ارشد علوم اجتماعی

شخصاً در زندگی‌ام الگو شخصی نداشته‌ام که تمام و کمال به او تأسیس کنم، اما بی‌نیاز از الگو هم نبودم‌ام. در واقع در انتخاب نمونه‌ها و الگوها گزینشی و متناسب با نیازی که داشته‌ام عمل کردم و هیچ وقت کسی را دربست‌نپذیرفتم‌ام. استفاده از تجربا آدم‌های الگو در زمینه‌های مختلف همیشه به من کمک کرده و راه رفته آنها را خودم نیازموده‌ام. به عنوان یک مادر بدون اینکه به زور و اجبار چیزی را به فرزندانم تحمیل کنم سعی می‌کنم شرایط را طوری فراهم کنم که آنها با نمونه‌های موفق و مقبول جامعه آشنا شوند و خودشان تصمیم به انتخاب الگو بگیرند. به‌نظم اگر کسی ادعا کند در زندگی‌نیاز به الگو نداشته و همین‌طوری مستقل و بدون معلم و راهنما بزرگ شده است، چنین کسی یا به عمد دروغ گفته یا ناآگاهانه این حرف را زده است. واقعیت این است که هیچ‌کدام از ما در همه زمینه‌ها کامل نیستیم و به همین دلیل نیاز داریم که از تجربیات و دانسته‌ها و مهارت‌های دیگران در زندگی و کار و تحصیل استفاده کنیم. البته بی‌شک خود ما هم در یک یا چند زمینه خاص، برتری‌هایی بر دیگران داریم و از این نظر ممکن است الگوی سایرین باشیم ولی بدون تردید همه ما در مقاطعی از زندگی‌مان نیاز به الگو داریم. همه ما در کودکی متأثر از رفتار و گفتار والدین و خواهر و برادر در او کودکی تا سن جوانی تحت تأثیر معلم‌ها و اساتید خود در مدرسه و دانشگاه بوده‌ایم. بسیاری از ما الگوهای رفتاری خود را از گروه‌های مهسلان و دوستان خود گرفته‌ایم. این یک سطح عمومی و فراگیر از الگوگیری است اما سطحی از الگوگیری نیز وجود دارد که خاص تر است و می‌توان گفت در این حالت الگوگیری شکل حرفه‌ای پیدا می‌کند. در این شق دوم ما به دنبال فرد یا افرادی هستیم که بتوانیم با اقتباس از افکار و رفتار و گفتار آنها کمابیش همان مسیری را طی کنیم که آنها طی کرده و موفق شده‌اند. در این صورت کار کمی سخت‌تر می‌شود. یعنی ما باید در دور و برمان کسانی را داشته باشیم که بتوانیم با خیال راحت به مسیری که آنها فته‌اند اعتماد کنیم. البته بدون شک آنها هم آدم‌های همین جامعه بوده و به دلیل انسان بودنشان جایز الخطا هستند، به همین دلیل نباید چشم بسته و درست فرمان هدایت زندگی خود را به دست آنها بسپاریم. نقش انتخاب اراده در این میان خیلی مهم است، و اینکه ما در عین الگو قرار دادن دیگران، قدرت گزینش نیز داشته و دست به انتخاب بزنیم.

نکته دیگر اینکه نیاز به الگو همیشه‌گی و دائمی نیست و چه بسا ممکن است انسان به مرحله‌ای از دانایی و معرفت برسد که نه تنها دیگر نیازی به الگو نداشته، بلکه خودش تبدیل به الگویی برای بسیاری دیگر از افراد جامعه شود.

#### می‌توانیم صدها الگو در زندگی داشته باشیم

علی‌اکبر اسماعیلی، کارمند یک سازمان فرهنگی

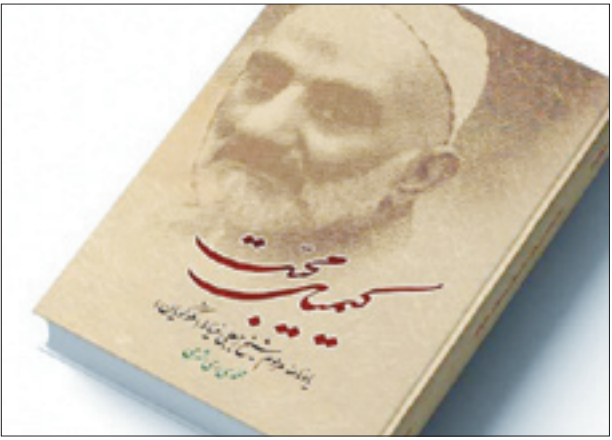
بدون شک برای ما مسلمانان، معصومین(ع) بهترین الگو هستند و کامل‌ترین الگوی زندگی ما نیز رسول اکرم(ص) است و مرجعیت نیز بهترین الگو برای پیروی در امور شرعی و بسیاری از موارد زندگی است، اما معصومین(ع) الگوهای سطح کلان ما مسلمانان هستند و در جزئیات زندگی‌مان

نیازمند الگوهای عینی و به‌روز هستیم. از آنجایی که یک شخص به تنهایی واجد تمام صفات و کمالات نیست، ما در زندگی خود می‌توانیم ده‌ها و بلکه صدها سرمشق و الگو داشته باشیم. مثلاً من می‌توانم در حوزه شغلی یک یا چند نفر را سرمشق زندگی خود قرار دهم، یا در موضوع تربیت فرزند، ورزش و تفریح، مطالعه و پژوهش، تحصیل و ازدواج و بسیاری دیگر از حوزه‌های زندگی فرد یا افرادی را که می‌شناسم به عنوان الگو و سرمشق خود انتخاب کنم. اخیراً مطلبی در یکی از وبلاگ‌های شخصی – که اگر شده نوشته بود هیچ لزومی ندارد دنبال افرادی باشیم که همه صفات مثبت را داشته باشند، بلکه ممکن است مثلاً الگوی ما در بعد روابط خانوادگی یک نفر باشد، در حالی که در زمینه تحصیلی یا علمی و سواد و دانش، فرد دیگری را به عنوان الگو برگزینیم. ابتدا لازم است ببینیم نیاز به الگو گرفتن در زندگی خود یا اعضای خانواده‌مان داریم یا خیر؟ برای این کار باید ابعادی از زندگی را که برایمان مهم است، مشخص کنیم و بر اساس شاخص عددی مثلاً بین یک تا ۱۰ به خودمان در این ابعاد امتیاز بدهیم. یعنی هر بعد را که تعیین کردیم، اگر وضع‌مان در آن زمینه خوب بود، امتیاز بالاتر نزدیک به ۱۰ و اگر بد بود، امتیاز پایین‌تر نزدیک‌تر به یک بدهیم. در هر بعدی که امتیازمان کم بود، می‌توانیم دنبال الگو باشیم. این ابعاد می‌تواند شامل بعد علمی، اعتقادی، مذهبی و دینی، اجتماعی و روابط خانوادگی، شغلی و رضایت از کار، اقتصادی و رفاه در زندگی، سلامت جسم و… باشد. می‌بینید که هر فرد می‌تواند در ابعاد مختلف

# سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۸۴۷۱

## کتاب زندگی



نگاهی به یادنامه مر حوم شیخ رجبعلی خیاط (نکوگویان)

### «کیمیای محبت»

## روایت زندگی عبد صالح خدا

■ حسین گل‌محمدی

«از هزاران تن یکی زین صوفی‌اند / باقیان در دولت او می‌زیند.» بدون شک عبد صالح خدا مر حوم شیخ رجبعلی خیاط (نکوگویان) مصداق بارز این شعر مولانااست. عارفی که سبک و سیاق زندگی‌اش الگویی از یک انسان وارسته و مؤمن و متعالی را برای ما ترسیم می‌کند و در زمانه‌ای که در روز روشن چراغ به دست به دنبال انسان واقعی می‌گردیم، وجود گوهرائی همچون شیخ، گنجی است که باید قدرشان را دانست و از برکات وجودشان به شایستگی بهره مند شد. کتاب کیمیای محبت (یادنامه مر حوم شیخ رجبعلی خیاط، نکوگویان) به کوشش حجت‌الاسلام والمسلمین محمد محمدی‌ری شهری از انتشارات دار‌الحديث تاکنون بیش از ۵۰ بار تجدید چاپ شده و با استقبال ۱۳۷۶ توسط انتشارات دار‌الحديث منتشر شد و به سبب جاذبه فراوانی که داشت، در مدتی کوتا‌ه، ۱۱ بار تجدید چاپ شد. سپس مؤلف کتاب، محمدی‌ری شهری، آن را همراه اضافات و تحقیقات بیشتر به نام «کیمیای محبت» به دوستان‌اران حقیقت و عرفان و یویندگان وادی عشق تقدیم کرد و در مدت کوتاهی خوانندگان زیادی پیدا کرد. این استقبال بی‌شک نشانه تشنگی مردم برای مطالعه چنین آثاری و در عین حال نیاز جامعه به شناخت شهروندان الگوست. در ادامه با شیخ فقید و زندگی و معارف او بیشتر آشنا می‌شویم.

رحمت خدا و کار برای خدا بود… جناب شیخ لذت بردن از غیر خدا را گناه می‌دانست.»

شمسی، در شهر تهران دیده به جهان گشود. پدرش مشهدی باقر یکد کارگر ساده بود. هنگامی که رجبعلی ۱۲ ساله شد پدر از دنیا رفت و رجبعلی را که از خواهر برادر تنی بی‌هره بود، تنها گذاشت. شیخ پنج پسر و چهار دختر داشت، که یکی از دخترانش در کودکی از دنیا رفت. جناب شیخ در کار خود بسیار جدی بود و تا آخرین روزهای زندگی تلاش کرد تا از دسترنج خود زندگی‌اش را اداره کند. با این که ارادتمندان وی با دل و جان حاضر بودند زندگی ساده او را اداره کنند ولی او حاضر به چنین کاری نشد.

کیمیای محبت از یک پیشگفتار و پنج بخش تشکیل شده است. بخش اول با عنوان «بزرگی‌ها» دربردارنده زندگی، کار، ایثار، تعبد، اخلاق، انتظار فرج، دیدگاه شیخ درباره شعر و برخی از شاعران و پاره‌ای از دیدگاه‌های این عارف بزرگ در مسائل سیاسی است. در این بخش از کتاب می‌خوانیم: «منزل شیخ رجبعلی خیاط بسیار محقر و ساده بود و احتیاج به تعمیر و بازسازی داشت لباس وی بسیار ساده و تمیز بود. غذای شیخ نیز ساده بود. او همچون مقتدایش رسول خدای، هنگام تناول غذا متواضعانه و رو به قبله می‌نشست.»

در این بخش همچنین از شغل خیاطی شیخ رجبعلی و محل کارش – که در قسمتی از منزلش بود- و همت زیاد او در کار و فعالیت سخن به میان آمده است. شیخ فردی بسیار باانصاف و قانع به حداقل دستمزد بود. در این بخش به ایثار وی نسبت به افراد نیازمند و مستمند، در عین آن که خود او و خانواده‌اش سخت محتاج بودند، اشاره شده است. مسلک او با مسلک مدعیان طریقت بسیار متفاوت بود. او نه تنها به واجبات که به مستحبات هم اهمیت فراوان می‌داد. وی بسیار مهربان، خوشرو، متین و مؤدب بود. ممکن نبود با کسی دست بدهد و دستش را زودتر بکشد. خیلی آرامش داشت. هنگام صحبت، اغلب لیخند لب لب داشت. به ندرت عصبانی می‌شد. بسیار حرف‌حرف بود… بسیار متواضع بود. همیشه در خانه را خودش باز می‌کرد.

بی‌اعتنایی به صاحب منصبان به خاطر موقعیت آنها، از دیگر ویژگی‌های او بود. یکی از سران بلندپایه ار تش که از ارادتمندان شیخ بود، به فرزند شیخ گفت: می‌دانی من چرا پدرت را دوست دارم؟ وقتی برای اولین بار خدمتش رسیدم، نزدیک در اتاق نشسته بود. سلام کردم. گفت: «پرو بنشین». رفتم نشستم. نابینایی از راه رسید. جناب شیخ تمام‌قد از جا برخواست. با احترام او را در آغوش کشید و بوسید و کنار خود نشاند. من نگاه می‌کردم که در خانه او چه می‌گذرد، تا این که مرد نابینا از جا برخاست تا برود. شیخ کفش او را جلوی پایش جفت کرد… هنگامی که من خواستم خداحافظی کنم، از جا برخاستم و همان‌طور که نشسته بود گفتم: «خداحافظ.»

بخش دوم کتاب با عنوان تحول شامل سه فصل تربیت الهی، امداد‌های غیبی و کمالات معنوی وی است. یکی از شاگردان شیخ می‌گوید: «مرحوم شیخ از کسانی بود که وجود او را خدا مُسَخَّر کرده بود. او غیر از خدایم توانست ببیند… او عاشق خدا و اهل بیت(ع) بود… هنر او

زندگی خودش و دیگران. الگوهای را برای خود انتخاب کند و با نگاه به آنها و اقتباس از تجربیاتشان، مسیر بهتری را برای رسیدن به پله‌های بالاتر برای خود ترسیم کند. بهتر است دنبال الگو یا الگوهایی باشیم که در چند بعد از ابعادی که مدنظرمان است، موفق باشند اما اگر چنین فردی به راحتی پیدا نمی‌شود، هیچ ایرادی ندارد که مثلاً در بعد علمی، یک فرد یا چند فرد برایمان الگو باشند و در بعد سلامت فرد دیگر و در بعد اعتقادی و مذهبی، شخص دیگر. در مطلب آن وبلاگ درباره معیارها و شاخص‌هایی که باید درباره انتخاب الگو در نظر بگیریم آمده بود: «فرد الگو معمولاً خودش یک عضو از جامعه خودمان است و موفقیت آقای «بیل گیست» لزوماً الگویی برای پیشرفت هر مهندس کامپیوتر و فناوری اطلاعات در جامعه ما نیست. الگوها باید افرادی از بطن جامعه و ترجیحاً نزدیک به فرهنگ، آداب و عوامل اجتماعی خودمان باشند. هر قس‌د الگویی که انتخاب می‌کنیم از این نظر با ما فاصله داشته باشد، احساس نزدیکی کمتری با او خواهیم کرد و ارزش الگوپذیری از او کم‌رنگ‌تر می‌شود. باید در نظر داشته باشیم فرد الگو از روش‌های نامتعارف و غیرعادی به موفقیت رسیده باشد، در واقع این مهم است که الگوهای ما دارای صفات مثبت در موفقیت‌های زندگی باشند. فرد الگو، با شناسایی صحیح و استفاده مناسب از فرصت‌های دور و برش توانسته به انسان موقتی تبدیل شود که حال، ما او را به عنوان یک الگو می‌شناسیم. این فرصت‌ها ممکن است برای هر کدام از ما هم پیش بیاید، اما تفاوت یک فرد عادی با فردی که به جایگاه الگوی ما رسیده در استفاده از این فرصت‌ها و تبدیل آنها به نفاذ قوت است. یک فرد الگو، فردی است که معمولاً خودش با امیدواری زندگی کرده و در زندگی، رفتار و گفتار روزمره‌اش به راحتی می‌توان زوایای امید را مشاهده کرد، حتی اگر در شرایطی آنها را ببینیم که در حال دست و پنجه نرم کردن با مشکلات روزمره هستند. در واقع باید بدانیم که حتی یک الگو نیز در زندگی می‌تواند آسیب‌پذیر باشد اما مهم این است که بعد از هر ناکامی و شکست دوباره از جا بلند شود و ادامه دهد و چنین فردی می‌تواند برای ما الگوی خوبی باشد.

## د

**انسان ذاتاً الگوپذیر است و به ویژه این خصلت آدمی در دوران کودکی پررنگ‌تر است و با توجه به اینکه تا سنین جوانی و ویژگی تقلیدگری انسان بسیار قوی است، نظارت والدین بر انتخاب الگوها خیلی اهمیت دارد**

سنین جوانی و پس از آن نیز باید در الگوگیری دقت کنیم. در اینجا نقش فرهنگسازان جامعه خیلی مهم است که چه کسانی را به عنوان الگو و مرجع به جوانان معرفی کنند. شخصیت‌هایی همچون مرحوم تختی و شیخ رجبعلی خیاط را معرفی کنند یا شاخ‌های اینستاگرامی را؟ در واقع نقش برنامه‌ریزان فرهنگی جامعه و متولیان رسانه‌ها در این زمینه بسیار تعیین‌کننده است، اینکه خود را با موج‌های سطحی جامعه همراه کنند و یا اینکه خود موج آفرین حرکت‌های سازنده در جامعه باشند؟ به هر حال از هیچ کس نباید بدون مطالعه و انتخاب و با چشم بسته پیروی کنیم. همه انسان‌ها دارای نقاط ضعف و قوت هستند و ما وقتی در زمینه‌ای خاص کسی را الگوی خود قرار می‌دهیم باید کاستی‌های او را نیز ببینیم و در عین حال به خاطر آن کاستی‌ها، ویژگی‌های مثبت شخص را نادیده نگیریم. در واقع ما باید یک انسان انتخابگر باشیم.



#### با چشم بسته پیروی نکنیم

ماندانا شاه‌یوسی، دکترای تعلیم و تربیت

انسان ذاتاً الگوپذیر است و به ویژه این خصلت آدمی در دوران کودکی پررنگ‌تر است و با توجه به اینکه تا سنین نوجوانی ویژگی تقلیدگری انسان بسیار قوی است، نظارت والدین بر انتخاب الگوها خیلی اهمیت دارد. فرد تا زمانی که به سن بلوغ نرسیده الگوها تا حد زیادی به او تحمیل می‌شود.

درواقع در سنین کودکی و نوجوانی وظیفه والدین و معلمان بسیار حساس است و الگوهایی را باید به فرزندان و دانش‌آموزان معرفی کنند و در معرض دید آنها قرار دهند که به لحاظ شخصیتی تأثیر منفی بر روی بچه‌ها نگذارند. مثلاً بچه‌ها از شخصیت‌های کارتون بسیار تأثیر می‌پذیرند، از این‌رو نظارت و کنترل بزرگ‌ترها در این زمینه باید جدی باشد. اما در