

سبک مصرف



مصرف خود را تعدیل کنیم تا سرپا بمانیم

کباب برّه توی سطل زباله

■ بهنام صدقی

امروزه افرادی پیدا می‌شوند که از بدو تولد مصرف‌گرا بوده و از ازدواج تا مرگشان در همه چیز اسراف می‌کنند. این را می‌توان از عروسی‌های لاکچری که در سطح شهر برگزار می‌شوند، فهمید. عروسی‌های جنجالی یا خودرودهای آنجنانی و غذاهای سرو شده رویایی‌ا خاطرم هست زمان دانشجویی، در تالاری که کار می‌کردم، مسئول ریختن غذاهای تهیه‌شده رنگین در سطل زباله بودم.وقتی

■ فراتر از نیاز واقعی مان طلب می‌کنیم

اسراف در فرهنگ لغت به معنای تجاوز و زیاده‌روی در امری است. از همین معنای لغوی اسراف می‌توان بی‌برد که اسراف نه تنها به مصرف بیش از حد مواد غذایی و پوشاک مربوط می‌شود، بلکه بر طبق برخی روایات، هرگونه زیاده‌روی حتی در کارهای مباح، از قبیل خوابیدن، حرف زدن، بیداری، تفریح و حتی عبادت و نیز اسراف است. همچنین زیاده‌خواهی در مال، قدرت و مقام ...و از مصادیق دیگر اسراف است. حاصل آن هم باعث شده تا زندگی‌ها سخت‌شود، چون فراتر از نیاز واقعی‌مان طلب می‌کنیم. نیازهای کاذبی که زندگی انسان‌ها را به مردابی در ظاهر زیبا فرامی‌خواند. توقعات بیجا، جرئت ازدواج را از جوانان گرفته است. خانواده دختر، به جای تحقیق از اخلاق و امانتداری داماد، در جست‌وجوی مدرک تحصیلی و ماشین و خانه‌او و دارایی پدرش هستند! بهانه‌گیری‌های گوناگون و مداوم زن از شوهرش، نشان از تسلیم شدن در برابر تجمل و اشرافیت دارد و خانواده‌ا را به طلاق سوق می‌دهد.

رهبر فرزانه انقلاب می‌فرماید: «از اول ازدواج زندگی را ساده و متوسط و نه بیش از اندازه نیاز بیش برید. ملاحظه انصاف را بکنید، ببینید دیگران چطورمی‌اند. خیلی بین خود و دیگران فاصله درست نکنید.»

■ وقتی سهم حیاتی دیگران را دور می‌ریزم

دین مبین اسلام همواره اسراف را مورد مذمت قرار داده و از نگاه دین، ائمه و معصومین(ع) اسراف یکی از ویژگی‌های زشت اخلاقی است. اسراف یکی از بدترین عادت‌هایی است که متأسفانه امروزه گریبانگیر زندگی بسیاری از ما شده است. اسراف به خودی خود رفتار بدی است. هم به دلیل آن‌که منابع و رشد و بالندگی ما را به هدر می‌دهد و هم به آن دلیل که روح انسانی‌مان را در معرض تباهی قرار می‌دهد، اما همین رفتار بد وقتی در زمینه وسیعی از فقر و محرومیت انسان‌ها پرشماری در سراسر کره زمین از زیبایی‌اش شود، رفتار بسیار بدتری خواهد بود. به‌خصوص وقتی ما از منابع مشترک حیات بشری (آب و خاک و مواد غذایی ...) بسیار بیشتر از نیازمان استفاده می‌کنیم و سهم حیاتی دیگران را با خیالی آسوده دور می‌ریزم. شدت اثرजार دین از این صفت را می‌توان با رجوع به برخی روایات کشف کرد؛ چراکه در شماری از روایات از اسرافکار، تحت عنوان دوست شیطان، دشمن خدا و همنشین دوزخیان نام برده شده است. تا جایی که قرآن کریم یکی از خصوصیات بارز فرعون را اسرافکار بودن او برمی‌شمرد.

■ **حتی دور انداختن هسته خرما نیز اسراف است**
روزی امام‌علی(ع) و حسن بصری در کنار شط فرات بودند و حسن ظرفی را پر از آب کرد و مقداری از آن را نوشید، سپس مابقی را بر زمین ریخت. امام در این‌حین به او فرمودند: «در این کار اسراف کردی، زیرا آب را بر زمین ریختی و بر روی آب نریختی.» پیامبر(کرم‌ص) در این باب نشانه‌های فرد مسرف را چهار چیز می‌دانند: اول آنکه به کارهای باطل می‌نازد، آنچه را فراخور حالتش نیست می‌خورد، در انجام کارهای خیر بی‌ رغبت است و هر کس را که به او سودی نرساند، انکار می‌کند.

با حدیثی از امام صادق(ع) درمی‌یابیم که برخی افراد در جامعه امروز ما از اسرافکارترین افرادند. مگر نخوانده‌ایم که ایشان می‌فرمایند: «کمترین اندازه اسراف، دور ریختن همانندۀ ظرف (غذا و آب) و تبدیل لباس بیرون به لباس خانه و دم‌دستی و دور انداختن هسته خرما است.» در جایی دیگر که متأسفانه در وصف برخی افراد در جامعه کنونی ماست نیز از این امام بزرگوار آمده است: «اسراف‌کننده سسه نشانه‌اند دارد؛ آنچه در شانش نیست خریداری می‌کند، آنچه در شانش نیست می‌پوشد و آنچه

ژله و کباب و گوشت کباب‌شده بره و جوجه‌های لذیذ دست‌نخورده

را در سطل زباله می‌ریختم اشک از چشمانم جاری می‌شد. هر چه به مسئولان التماس می‌کردم که این غذاها دست‌نخورده‌اند و با اینها می‌توان چندین و چند فقیر را اسیر کرد، پو خندی تلخ تحویل می‌داد و می‌گفت: «حرف نزن! فقط بریز دور! کلاستش به همینه!» این روزها به خاطر همین اسراف و تجملات و چشم و همچشمی‌هاست که سنن از دواج بالا رفته و طلاق هم در حال

■ افزایش است! دخل و خرج مردم با هم سازگاری ندارد. زن و شوهر کارمندند، اما باز هم نتوان اداره زندگی و تأمین نیازهای مالی را ندارند و رفت‌وآمدها کم شده است.

مردم مصرف‌گرا شده‌اند و به دنبال زیادی مال و ثروت هستند نه پرکتا! و این همه، گواه آن است‌که روح تجمل‌پرستی و اشرافی‌گری حاکم شده و انگار همه چیزمان در محاصره اسراف و مصرف‌گرایی است.

■ رسیدگی به مشکلات اصلی به جای مراسم‌های تشریفاتی

اسراف پیامدهای گوناگون دنیوی و اخروی دارد. از پیامدها و تبعات دنیوی آن می‌توان به ابتلا به بیماری‌های گوناگون اشاره کرد. واقعاً جالب است. یک نفر در آن سر شهر از شدت فقر و بدبختی شب‌ها سر گرسنه بر زمین می‌گذازد و فردی دیگر در این سر شهر از شدت پر خوری دچار بیماری‌های مختلفی چون قند و چربی و... می‌شود. اینجاست که انسان به حکمت حرام بودن اسراف و مستحب بودن انفاق و اطعام فقرا بی‌می‌برد. بهتر است بداییم پیامدهای اخروی اسراف چیزی نیست جز خشم و کيفر الهی.

از طرفی اگر افراد سرمایه‌دار سرمایه خود را به جای اسراف، در جهت توسعه اقتصاد کشور صرف کنند و دولت به ایشان تضمین دهد که از سود کافی در این میان برخوردار خواهند شد شاهد اسراف نخواهیم بود. در همین راستا مسئولان نیز بیت‌المال را صرف کارهای ضروری کنند و چه خوب فرانه انقلاب مصرف‌گرایی را عامل شکاف طبقاتی و بلای بزرگ جامعه دانسته‌اند و بخش‌های مختلف دولتی، تبلیغی و

■ **آدم‌ها در زندگی ماشینی، زندگی را دور می‌زنند**
ساختمان‌ها تا فاکت رفته‌اند. انسان‌ها پر پرواز در آورده‌اند. اما غم‌ها بزرگ‌تر و گرفتاری بیشتر شده است. انگار خوشبختی را سدی احاطه کرده که هیچ‌کس جرئت شکست آن را ندارد. به جای در هم کوبیدن سد، اطراف آن را ریخت‌وپاش می‌کنند. تجملات و پریش‌ها را افزایش می‌دهند و معنویات را کاهش. در دنیای ماشینی امروز این سخاوت است که روزبه‌روز کم می‌شود و تجمل‌گرایی بیشتر. آدم‌های این زندگی ماشینی، زندگی را دور می‌زنند و وقتی بر بلندترین قلعه‌ها نفوذ می‌کنند، از بالا به پایین خیره شده و خود را فاتح قله می‌دانند، غافل از اینکه خداوندی که تمام این نعمات را به ما عطا فرموده، هیچگاه آن را به رخ ما نمی‌کشد و همه آن را تمام و کمال برای ما واگذار کرده است. به‌راستی چرخ روزگار عجیب بالا و پایین دارد. یکی در گذر زمان به افق‌ها دست پیدا می‌کند و دیگری تن به بردگی می‌دهد!

انسان ذاتاً زیبایی‌طلب و کمال‌جو بوده و بسا توجه به این خصلت است که به سبوسی زیبایی‌ها جذب می‌شود. البته در رفاه و آسایش زندگی کردن هر فردی از زمره نیازمندی‌های انسانی است، اما تجملات غیر از آسایش و رفاه بودن است. در هر جامعه‌ای افرادی هستند که روح مصرف‌گرایی در آنها دمیده‌شده که این خود از عوامل غیر ضروری در زندگی محسوب می‌شود.

■ **آگاهی دادن بهترین ابزار مقابله با اسراف است**
انسان موجودی اجتماعی است و گفتار و رفتار او در جامعه اثر گذار است. پس باید بدانند که اسراف، تجملات، چشم و همچشمی، ریخت‌وپاش و حتی ارتزاق از حرام و کسب ناسالم و مسموم، نه تنها اثر فردی را به دنبال دارد، بلکه آثار اجتماعی آن به‌مراتب بیشتر خواهد بود و نهایتاً هم دامنگیر خودش خواهد شد. بنابراین هر کدام از ما بر اساس وظیفه انسانی که داریم و با الگو قرار دادن ائمه اطهار(ع) باید در جهت آگاه‌سازی جامعه از این‌سبک زندگی، کمر همت بنددیم و با سلاح زبان و قلم، بگوییم و بنویسیم.

برای ترک عادت بد اسراف در زندگی، لازم است ابتدا وجدان اخلاقی‌مان را به اندازه کافی فعال کنیم. افزایش اطلاعات و آگاهی درباره وضعیت منابع حیاتی کشور و هزینه‌های تأمین آن، همچنین شرح فقر و محرومیت همنوعانمان در نقاط دیگر جهان، می‌تواند یاریگر ما در

این راه باشد. علاوه بر این، باید عزم و اراده جدی برای ترک این عادت در ما به وجود آید. افزایش خودآگاهی و توانایی اندیشیدن درباره رفتارها و عادت‌های زندگی روزمره نیز تأثیر بسزایی در راه مبارزه با این ویژگی رفتاری و سایر عادت‌های بد خواهد داشت.

درد

یکی از عواملی که موجب اسراف زیاد می‌شود، ثروت بی‌حساب و کتاب است؛ چرا که خانواده‌ای که سرما یه‌اش به اندازه نیاز اوست، بیشتر حواسش را جمع می‌کند به‌اندازه خرج کند تا برای مخارج اصلی خود دچار اخلا ن‌شود، اما افراد سرما یه‌دار با این گمان که سرما یه‌شان بیشتر از مخارج است چه خرج‌های اضافی که نمی‌کنند تا به احترام و منزلت دست پیدا کنند!



درد

انسان موجودی اجتماعی است و گفتار و رفتار او در جامعه اثر گذار است. پس باید بدانند که اسراف، تجملات، چشم و همچشمی، ریخت‌وپاش و حتی ارتزاق از حرام و کسب ناسالم و مسموم، نه تنها آثار فردی را به دنبال دارد، بلکه آثار اجتماعی آن به‌مراتب بیشتر خواهد بود و نهایتاً هم دامنگیر خودش خواهد شد

رسم زندگی



ساده‌زیستی به سبک امام خمینی (ره)

شما دست‌به‌یکی کردید تا مرا جهنمی کنید

درست کردیم. وقتی امام دیدند عصبانی شدند و گفتند: «مگر نگفتم بسا تخته‌های زیرزمین درست کنید، چرا نوبان گرفتید؟» مزبزند. تاپبستان در اتفاق نمی‌مانند، همان حیاط را فرش کرده بودند. فرمایشان این بود که مگر همه طلبه‌ها کولر دارند که ما داشته باشیم؟ خیلی هم گرم و سخت هم بود اما امام اجازه ن‌ساده بودند. بالاخره تصمیم گرفتند جایی که آقا می‌نشینند کرسی درست کنند و در داخل آن پنکه بگذارند. مرحوم آیت‌الله قرهی از جوانی پیش امام و خیلی مورد اعتماد ایشان بود. آقای قرهی گفته بود می‌خواهیم کرسی درست کنیم. امام فرموده بودند: «تخته‌هایی که در زیرزمین هست بردارید و کرسی درست کنید.» به حاج آقا مصطفی گفته بودند که با اینها نمی‌شود در دست کنیم و با نوبان درست کنید. ما کرسی با نوبان

یکی از خاطرات امام خمینی(ره) در دوران حضور ایشان در نجف چنین نقل شده است: «در سال اول حضور امام اجازه ن‌دادند کولر بزنند. تاپبستان در اتفاق نمی‌مانند، همان حیاط را فرش کرده بودند. فرمایشان این بود که مگر همه طلبه‌ها کولر دارند که ما داشته باشیم؟ خیلی هم گرم و سخت هم بود اما امام اجازه ن‌ساده بودند. بالاخره تصمیم گرفتند جایی که آقا می‌نشینند کرسی درست کنند و در داخل آن پنکه بگذارند. مرحوم آیت‌الله قرهی از جوانی پیش امام و خیلی مورد اعتماد ایشان بود. آقای قرهی گفته بود می‌خواهیم کرسی درست کنیم. امام فرموده بودند: «تخته‌هایی که در زیرزمین هست بردارید و کرسی درست کنید.» به حاج آقا مصطفی گفته بودند که با اینها نمی‌شود در دست کنیم و با نوبان درست کنید. ما کرسی با نوبان

سبک رفتار

به جای شعار دادن از اسراف خودداری کنیم

این همه هزینه برای یک جشن تولد

■ حامد جمالی

خیلی بیهوده و بی‌رویه مصرف می‌کنیم. کافی است مقداری به رفتارهایمان بنگریم. آن وقت متوجه خواهیم شد که در اسراف غرق شده‌ایم. کمی که رنگ آسمان رو به تیرگی می‌رود و هوا تاریک می‌شود تمام چراغ‌های خانه را روشن می‌کنیم تا خانه‌مان دلگیر نباشد واقعاً چه لزومی دارد وقتی کسی در اتاق نیست، چرا اتق روشن باشد؟ یا موقع گپ زدن و صحبت کردن، چرا تلویزیون روشن است؟ آیا کار سخاوت است وقتی از حمام بیرون می‌آیی، چراغ را با زدن یک کلید خاموش کنی؟ واقعاً راست می‌گویند که پسماند غذای ایرانی‌ها چندین میلیون انسان را اسیر می‌کند؟ پس بایدیم سطل زباله‌ها را با پسماند غذاهایمان پر نکنیم. عده‌ای هستند که برای نان شبشان محتاجند. خانم خانه‌ا مگر چه می‌شود به اندازه مصرف خود‌تان غذا درست کنید؟ چه می‌شود به اندازه خودمان غذا بکشیم تا مجبور نباشیم کبسه‌های زباله را از نعمت‌های الهی پر کنیم؟ واقعاً شاید این مطالب ساده به نظر بیاید اما واقعیتی است که گرفتار آن شده‌ایم.

اینها نمونه‌های کوچکی از رفتارهای ناپسند ماست که نه تنها این بلکه هر انسان عاقلی آنها را قبیح می‌داند و شخص انجام‌دهنده را مذمت می‌کند. اما ما آنقدر غرق در مصرف‌گرایی شده‌ایم که اصلاً متوجه نیستیم یا شاید هم این مسئله ناپسند برآیمان عادی شده است!

اسراف و ریخت‌وپاش‌های بی‌حد و حصر در مهمانی‌های بزرگ و عروسی‌ها و مراسم‌های تشریفاتی بیشتر خودش را نشان می‌دهد. کافی است بعد از مراسم نگاهی به کبسه‌های زباله ببیندازید، آن موقع است که خواهید دید که بسیار در غذای دست‌نخورده حیف و میل شده و چقدر میوه‌نیم‌خورده و حتی نالم در میان کبسه‌های زباله وجود دارد. برادر عزیز! تسو که می‌دانی بچعات توانایی خوردن یک غذای کامل را ندارد، چرا برایش لب به لب بشقاب غذا می‌کنی؟ یک غذا برای هر دوی شما کافی است. بی‌شک رعایت این کار باعث می‌شود شما اسراف‌نکرده باشید. استاد اخلاقی می‌نماید که بسیار در مسئله اسراف حساس است و پارهاین ردیله زشت اخلاقی را گوشزد کرده‌اند. خودشان هم وقتی در یک مهمانی سر سفره می‌نشینند و غذای حاضری می‌آورند فوراً می‌گویند: «یک ظرف خالی بیارید تا قبل از اینکه غذا را شروع کنیم هر کس حس می‌کند که نمی‌تواند تمام غذا را بخورد اضافه‌اش را داخل ظرف بریزد تا این غذای لذیذ بعداً هم مصرف شده و خدایی تاکرده اسراف نشود.»

واقعاً بعضی‌ها هزینه‌هایی که برای جشن‌شان می‌کنند به هیچ منبایی هم ن‌سازد می‌دهند خیلی بیشتر از خرج یک ماه یا شاید چند ماه بسیاری از خانواده‌های متوسط رو به پایین جامعه است. جالب اینکه این افراد همیشه معترض همان‌هایی هستند که هر کاری که منتج به اسراف و ریخت‌وپاش‌های بی‌حد و حصر در مهمانی‌های بزرگی و عروسی‌ها و میراسم‌های تشریفاتی بیشتر خودش را نشان می‌دهد