

اولویت‌های ما چیست؟ شکل‌گیری نظام محبتی ما چگونه اتفاق می‌افتد؟

شکل‌گیری نظام محبتی به خواسته‌ها و اولویت‌های ما بستگی دارد

تا به حال به این فکر کرده‌اید که چه طور اولویت‌های هر کدام از ما در زندگی با یکدیگر متفاوت است؟ این تفاوت‌ها بین اعضای یک جامعه و یا حتی یک خانواده هم وجود دارد و ما با این که در یک محیط زندگی می‌کنیم، اما دغدغه‌ها و ارزش‌های متفاوتی داریم. یکی دنبال کسب مال و ثروت است و با خانه لوکس و ماشین گران‌قیمتش به دیگران مباحثات می‌کند، دیگری می‌خواهد هیكلش زبازد باشد و از زیبایی‌اش تعریف کنند، یکی به دنبال کسب مقام و منصب است و به مدرک تحصیلی‌اش می‌نازد و دیگری آن‌قدر خود را غرق در علم اندوزی کرده که از آن‌چه در اطرافش می‌گذرد، بی‌خبر است. در این بین تعداد انگشت شماری هم حقیقتاً رسیدن به معشوق بخش انسانی وجود را ملاک زندگی‌شان قرار می‌دهند و در این راستا تلاش می‌کنند.

خوب که دقت کنیم، می‌بینیم که نوع انتخاب‌ها و سبک زندگی ما مشخص می‌کند، که اختیار وجودمان را به دست کدام یک از قوای خود سپرده‌ایم؛ چون هر کدام از ما خواسته یا ناخواسته دنبال به دست آوردن کمالاتی هستیم که از دید ما با ارزشند. غافل از این که هر چیزی که در نظر ما کمال شناخته شود، نسبت به آن محبت پیدا می‌کنیم و اگر چیزی محبوب ما شد، میل ما را هم به سمت خود کشیده و افکار، رفتار، انتخاب‌ها و ارتباط‌هایمان را هم تحت تأثیر خودش قرار می‌دهد.

این که رسیدن به کدام یک از کمالات حسی، خیالی، وهمی، عقلی و یا فوق‌عقلی‌مان را در رأس خواسته‌هایمان قرار می‌دهیم، به چینش و شکل‌گیری نظام محبتی در وجود ما بستگی دارد. در حقیقت نظام محبتی ما همان میزان اولویت و مقدار توجهی‌ست که برای قوای مختلف وجودمان در نظر می‌گیریم و شخصیت‌مان را بر اساس آن شکل می‌دهیم. این که شکل‌گیری نظام محبتی ما به چه عواملی بستگی دارد، چه عاملی در چینش این اولویت‌ها مؤثر است و اساساً چرا ما به یک نظام محبتی سالم نیاز داریم، چیزی‌ست که در ادامه به آن می‌پردازیم.

عوامل مؤثر در شکل‌گیری نظام محبتی

شکل‌گیری نظام محبتی ما به تعریفی که از خودمان داریم و پاسخ این سوال بستگی دارد که آیا خود را یک انسان با نیازها و کمالات انسانی می‌دانیم، یا زندگی‌مان حول محور کمالات حیوانی، گیاهی و یا حتی جمادی وجودمان می‌گردد؟ شکل‌گیری نظام محبتی در وجود ما تحت تأثیر چیزی است که ما برای خود تعریف و تعیین کرده‌ایم، یا در واقع این که خود را چه چیزی معنا می‌کنیم؛ دکتر یا مهندس، مادر، برنده مدال المپیک، فردی ثروتمند یا فقیر، یا این که جدا از همه این عنوان‌ها خود را یک انسان معنا می‌کنیم.

زمانی که تعریف درستی از خودمان داشته باشیم، در انتخاب کمالات و تعیین اولویت‌هایمان هم با دقت بیشتری عمل می‌کنیم و در نتیجه خواهیم دانست که در هر موقعیتی به کدام قوه از وجودمان بهای بیشتری داده‌ایم، یا نیازهای کدام‌یک را نادیده گرفته‌ایم. البته تمام این‌ها در صورتی اتفاق می‌افتند، که ما خود را شناخته و با ساختار ریاضی نفس‌مان آشنایی داشته باشیم؛ یعنی بدانیم که وجود ما از چه قوایی تشکیل شده و معشوق هر کدام چیست؟ نهایت کمال هر یک از قوای وجود ما چیست و هر یک از این کمالات چقدر مهمند؟ اگر از ساختار وجودی‌مان و جایگاه کمالات بخش‌های مختلف وجودمان بی‌خبر باشیم، قطعاً نمی‌توانیم وقت درستی به آن‌ها اختصاص دهیم و در تنظیم گرایش‌هایمان به مشکل برمی‌خوریم.

عامل دیگری که بر شکل‌گیری نظام محبتی ما تأثیر می‌گذارد، سبک زندگی، عادات و رفتاری‌ست که با آنها انس داریم. هر زمان که یکی از مراتب یا قوای وجودمان را در اولویت قرار می‌دهیم، به همان میزان نقش آن را پررنگ کرده و جایگاه باقی بخش‌های وجودمان را تضعیف می‌کنیم، چون وقت بیشتری را به آن اختصاص داده و زمانی برای پرداختن به سایر بخش‌های وجودمان و کسب کمالات مربوط به آن‌ها باقی نمی‌گذاریم.

مثلاً اگر به کسب کمالات عقلی بیش از حد توجه کنیم، ناخودآگاه مجبوریم کمالات جمادی، گیاهی یا حیوانی را محدود کنیم. نمونه این اتفاق را در زندگی دانشمندانی که ساعت‌های طولانی از عمرشان را در آزمایشگاه می‌گذرانند و فرصتی برای

تشکیل خانواده، فرزندآوری، توجه به ظاهر و یا حتی رفاه و آسایش زندگی خود ندارند، فراوان دیده‌ایم، این افراد با این که از مراتب حیوانی وجود خود عبور کرده‌اند، اما باز هم قادر به برقراری تعادل در نفس خود نشده و به خاطر توجه بیش از حد به یکی از جنبه‌های وجود از جنبه‌های دیگر غافل شده‌اند.

در این صورت می‌توانیم بگوییم که رابطه ما با نظام محبتی مان یک رابطه دوسویه است؛ چون ما بر اساس نوع نگاهی که به خودمان داریم، نوع گرایش‌ها و نظام محبتی خود را تنظیم می‌کنیم و از طرفی هم اعمال و رفتار ناشی از چیدمانی که به نظام محبتی مان داده‌ایم، به پررنگ‌تر شدن همین کمالات کمک می‌کنند؛ چون مدام در حال تکرار و تقویت آنها هستیم.

برای مثال وقتی بر اساس نوع نگاه مان خود را درگیر ظواهر زندگی می‌کنیم؛ در واقع نظام محبتی مان را طوری چیده‌ایم که کمالات جمادی در رأس قرار می‌گیرند. از طرف دیگر توجه بیش از حد ما به کمالات جمادی و انس ما با مال و ثروت و تجملات باعث می‌شود، علاقه ما به کمالات جمادی بیشتر شده و نظام محبتی ما در این راستا تقویت شود.

اهمیت برخورداری از یک نظام محبتی سالم

بعد از این که متوجه شدیم نظام محبتی چیست و چه عواملی بر شکل‌گیری نظام محبتی تأثیر می‌گذارند، شاید بد نباشد که به اهمیت برخورداری از یک نظام محبتی سالم اشاره کنیم. در ساده‌ترین حالت باید بگوییم که نظام محبتی ما بر نوع انتخاب‌ها، ارتباط‌ها، رفتار و چینش افکار ما تأثیر می‌گذارد. همان‌طور که در درس‌های گذشته متوجه شدیم، مجموعه‌ای از انتخاب‌ها، ارتباط‌ها، رفتار و افکار ماست که سبک زندگی ما را تشکیل می‌دهد. علاوه بر این ما با گرایش‌ها، دلدادگی‌ها و معشوق‌هایی که برای خودمان در نظر می‌گیریم، به‌طور غیر مستقیم اعلام می‌کنیم که دنیای موقت را می‌خواهیم یا جهان نامحدود پیش روی مان را. در واقع پاسخ به این سؤال می‌تواند معیاری برای سنجش میزان عقلانیت ما باشد. اما مهم‌تر از

همه این است که هر چیزی که در نظام محبتی ما در اولویت اول قرار بگیرد، قلب ما را به سمت خود می‌کشاند. حالا سؤال اینجاست که هر کمال و معشوقی شایستگی توجه قلبی ما را دارد و هر توجهی ما را به آرامش و شادی دائمی می‌رساند؟

ما در این درس نظام محبتی انسان را تعریف کردیم. گفتیم که اولویت و زمانی که برای هر کدام از بخش‌های وجودمان در نظر می‌گیریم، در نهایت به شکل‌گیری نظام محبتی ما می‌انجامد. این نظام ناشی از نوع نگاه و تعریفی‌ست که ما از خودمان داریم و خود متقابلاً بر آرمان‌ها، دغدغه‌ها، انگیزه‌ها، انتخاب‌ها و ارتباط‌های ما تأثیر می‌گذارد. در پایان هم به اهمیت برخورداری از یک نظام محبتی سالم اشاره کردیم.

آیا شما تا به حال به اهمیت و نقش نظام محبتی‌ای که برای خود انتخاب کرده‌اید، فکر کرده‌اید؟ اگر می‌خواهید ویژگی‌های یک نظام محبتی سالم را بدانید، شما را به خواندن مقاله بعد دعوت می‌کنیم.