

## سبک زندگی الهی چه نوع سبکی است و چه خصوصیات دارد؟

### آیا دلیل و برتری خاصی برای انتخاب سبک زندگی الهی وجود دارد؟

یکی از اصطلاح‌هایی که در حوزه‌های مختلف از جمله روان‌شناسی، جامعه‌شناسی، سیاست، پزشکی، ورزش، معنویت و دیگر زمینه‌ها درباره آن مطلب و نظریه وجود دارد، سبک زندگی یا لایف استایل است. تعریف کلی سبک زندگی مجموعه عادت‌ها، رفتارها، انتخاب‌ها، ارتباط‌ها و افکاری است که در نهایت شیوه زندگی ما را می‌سازند.

بر اساس این که مفهوم سبک زندگی در کدام حوزه مورد بررسی قرار گیرد پسوندهای مختلفی برای آن وجود دارد از جمله سبک زندگی روستایی، عشایری، شهری، شرقی، غربی، ایرانی، اسلامی، سالم، ناسالم، فردی، اجتماعی و دینی!

ما در درس‌های قبل به طور ویژه به انسان و [ابعاد پنج‌گانه وجودی](#) او پرداخته ایم. بر این اساس پنج نوع سبک زندگی جمادی، گیاهی، حیوانی، عقلی و انسانی وجود دارد. با توجه به این که تنها بخش حقیقی وجودمان بخش فوق‌عقلی است، پس سبک زندگی مرتبط با آن یعنی سبک زندگی الهی هم سالم‌ترین و حقیقی‌ترین سبکی است که هرکدام از ما می‌توانیم برای زندگی خود انتخاب کنیم.

هدف از خلقت ما شبیه شدن به الله است. اگر سبک زندگی مان ما را به این هدف نزدیک نمی‌کند ملزم به تغییر این سبک و اصلاح انتخاب‌ها، ارتباط‌ها، رفتارها و چিনش‌های فکری خود هستیم. بهترین حالتی که ما را به سبک زندگی سالم و انسانی و انسان کامل بودن نزدیک می‌کند، این است که خداوند را به عنوان مربی و پروردگاران باور کنیم و با آرامش و رضایت کامل خود را در معرض انتخاب‌ها و خواسته‌های او قرار دهیم.

شناخت ویژگی‌های انواع سبک زندگی به ما در انتخاب آن‌ها کمک می‌کند. هر سبک زندگی ویژگی‌ها و ملزوماتی مخصوص به خود دارد. نکته مهم درباره سبک زندگی الهی این است که با توجه به گستردگی ابعاد وجودی انسان این نوع سبک زندگی هم مؤلفه‌های گسترده‌ای دارد. در این درس به صورت خلاصه

به چند نمونه از ویژگی‌های این نوع سبک زندگی می‌پردازیم تا سنگ محکی برای تشخیص سبک زندگی خود در دست داشته باشیم.

### تعادل نتیجه سبک زندگی الهی

یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های سبک زندگی الهی داشتن تعادل و تغذیه مناسب ابعاد وجودی است. زمانی ما به عنوان انسان از تعادل برخورداریم که مدیریت، ریاست و حاکمیت بخش‌های پایینی وجودمان تحت کنترل بخش فوق‌عقلانی باشد. این تعادل وجودی در بیرون نشانه‌هایی دارد که با دقت در رفتارها، کردارها، افکار، ارتباط‌ها، انتخاب‌ها و به عبارتی در سبک زندگی خود می‌توانیم رد آن را پیدا کنیم.

در درس‌های گذشته در معرفی ویژگی‌های انسان طبیعی و متعادل گفتیم سه معشوق الله، اهل بیت و جهاد در رأس معشوق‌های چنین انسانی قرار دارند. بروز این ویژگی در واقعیت زمانی معلوم می‌شود که سر بزنگاه‌ها بتوان خواسته‌های فوق‌عقل را به درخواست‌های بخش‌های پایینی وجود ترجیح داد؛ مثلاً در زمان جنگ ایران و عراق طلبه‌های زیادی به بهانه درس و علم آموزی، که کمالی عقلی است، از شرکت در جنگ سر باز زدند و درس خواندن را به وظیفه اصلی خود در آن زمان یعنی جهاد ترجیح دادند.

خداوند به عنوان مربی، الگوهای زیادی به ما نشان داده که با الگوبرداری از آن‌ها می‌توانیم تکلیف خود در شرایط مختلف را تشخیص دهیم. واقعه عاشورا نمونه کاملی از یک کارگاه عملی برای شناخت سبک زندگی حقیقی و انسانی است که افراد در آن توانستند خواسته‌های بخش‌های پایینی خود را فدای سه معشوق اصلی کنند. تشنگی، گرسنگی، تن‌های زخمی، محبت فرزند، خانواده، مال، مقام و هیچ مورد دیگری نتوانست مانع این شود که افراد جان خود را عاشقانه تقدیم معشوق‌شان کنند.

میدان چنین انتخاب‌هایی در همه زمان‌ها و برای همه افراد آماده است. هرکدام از ما بارها در زندگی با شرایطی مواجه می‌شویم که باید از بین گزینه‌ها و راه‌های مختلف یکی را انتخاب کنیم. انتخاب‌های ما به شدت به قدرت ابعاد وجودی و سبک زندگی مان بستگی دارد. متأسفانه خیلی از اوقات ما برای حفظ منجمادی، گیاهی، حیوانی یا عقلانی، من الهی و جاودانه خود را از دست داده و تحقیر می‌کنیم.

نوع برنامه ریزی های دنیایی و همچنین برنامه های علمی، عبادی، تفریحی و اقتصادی خود را باید به گونه ای تنظیم کنیم که وقتی به مرحله انتخاب می رسیم دچار شک، تردید و سنگینی نشویم. لازمه چنین تصمیم گیری هایی این است که از قبل به طور ویژه به تغذیه متناسب تمام ابعاد وجودی مان پرداخته و به تعادل رسیده باشیم. تغذیه متناسب یعنی به هر بخش به اندازه اهمیت آن خوراک بدهیم تا در مواقع خاص، سنگینی بخش های پایینی مانع حرکت و انتخاب درست ما نشود. به عبارتی خوراک هایی که در اختیارمان قرار می گیرد باید صرف تنظیم و هماهنگی سبک زندگی ما با معشوق اصلی مان شود. اگر به تغذیه بخش های پایین تر مثل تفریح، حفظ سلامت جسم و فراگیری علم توجه نکرده و اعتدال را رعایت نکنیم قطعاً در تغذیه بخش فوق عقل کم می آوریم و ممکن است قوای بخش های پایینی بر بخش فوق عقل غلبه کرده و بر ما مسلط شوند؛ در این حالت حتی فعالیت های علمی و فرهنگی هم می توانند مانع رسیدن ما به هدف نهایی شوند.

### محبت مشخصه سبک زندگی الهی

محبت یکی از مؤلفه هایی است که به کمک آن می توانیم نوع سبک زندگی خود را تشخیص دهیم. در سبک زندگی سالم و انسانی محبت و مهربانی موج می زند، چون با افزایش رشد و بلوغ انسان میزان محبت او هم زیاد می شود. این نوع سبک زندگی ما را موظف می کند از نظر عاطفی به خانواده خود رسیدگی کنیم و نمی توانیم به بهانه درس و کارهای اجتماعی و سیاسی از وظیفه ابراز محبت سر باز بزنیم. وقتی الله را به عنوان معشوق اصلی خود انتخاب کنیم، عشق ورزی به بقیه معشوق ها در سایه این عشق، عاشقانه تر می شود. مثلاً همسررداری به عشق خداوند با همسررداری به عشق همسر خیلی متفاوت است، چون عمل به عشق خدا ما را قدرتمند کرده و محبت و نشاط را در وجودمان تزریق می کند.

اگر در وجود اعضای خانواده ما عشق به الله جریان داشته و سبک زندگی ما انسانی باشد هیچ گاه برای هم تکراری نخواهیم شد. به فرموده پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) با افزایش ایمان فرد، زن دوستی او هم زیاد می شود.<sup>۱</sup> البته واژه زن در سخن ایشان مصداقی از مرد، فرزند، پدر و مادر، دوست و مردم است و همه را شامل می شود؛ پس ایمان و سبک زندگی سالم ما را به سمت محبت و مهرورزی بیشتر راهنمایی می کند. هرچه ایمان ما بیشتر شود، میزان عشق و علاقه ما به همسر، اعضای خانواده و حتی حیوانات، گیاهان و سایر موجودات عالم هم بیشتر می شود.

### ولایت پذیری حاصل سبک زندگی الهی

یکی از ویژگی های مهم سبک زندگی کامل و انسانی، محوریت ولایت است؛ یعنی ملاک ها و میزان ها در نظام تربیتی و این نوع سبک زندگی طوری تنظیم می شود که در تک تک انتخاب ها، ارتباط ها، رفتار و افکار بتوانیم رضایت ولی و امام خود را جلب کنیم. توجه به این موضوع حتماً به انتخاب رشته، شغل، همسر، محل زندگی، دوستان و سایر انتخاب های ما رنگ و بوی متفاوتی می دهد. بر اساس تعریف سبک زندگی با محوریت ولایت، میزان ارتباط با امام زمان (عجل الله تعالی فرجه الشریف) و داشتن دغدغه رفع موانع ظهورشان مهم است.

اگر واقعاً به دنبال انتخاب سبک زندگی سالم و انسانی هستیم باید موضوع امام زمان (عجل الله تعالی فرجه الشریف) برای ما محوریت داشته باشد، یعنی همواره این سؤال ها را از خود بپرسیم که در کجای لشکر حضرت قرار داریم، چه باری از دوش ایشان برداشته ایم، چه قدمی برای برطرف کردن موانع ظهور برداشته و کجای زندگی مان با ایشان پیوند خورده است؟

کَلَّمَا ازَادَ الْعَبْدُ إِيمَانًا ازَادَ خَيْرًا لِلنَّسَاءِ؛ مغربی، قاضی نعمان، دعائم الإسلام، ج ۲، ص ۱۹۲<sup>۱</sup>

تنها راه نجات و رستگاری در آخرالزمان این است که هرکدام از ما به تناسب توان و نوع استعدادمان در رفع موانع ظهور بکوشیم؛ وقتی سبک زندگی ما با امام زمان (عجل الله تعالی فرجه الشریف) تنظیم شود و فاصله با ایشان از بین برود، همه کمبودها و نقص‌های ما جبران می‌شود.

اگر همه مردم دنیا سبک زندگی سالم و انسانی و نظام محبتی الهی را انتخاب کنند دیگر هیچ جنگ و اختلافی در نمی‌گیرد. چنین جامعه متعالی و پیشرفته‌ای با ظهور امام زمان (عجل الله تعالی فرجه الشریف) تجسم پیدا می‌کند. هر جا درگیری و اختلافی وجود دارد قطعاً پای منیتی در میان است. کاری که امام زمان (عجل الله تعالی فرجه الشریف) انجام می‌دهند، تنظیم نظام محبتی همه ما انسان‌ها است تا خودها و منیت‌ها کنار بروند و جای خود را به خدا بدهند.

در این درس به صورت خلاصه به سه مورد از ویژگی‌های سبک زندگی الهی یعنی تعادل، محبت و دغدغه‌یاری امام پرداختیم؛ وقتی قوای وجودی به تعادل رسیده باشند، یعنی حاکمیت بر عهده بخش فوق عقلی است. این امر شرایطی را ایجاد می‌کند که ما در سبک زندگی خود به سمت بهترین انتخاب‌ها، ارتباط‌ها، رفتارها و افکار برویم.

محبت و مهربانی از دیگر ویژگی‌های این نوع سبک زندگی و نشانه رشد و بلوغ انسان است. هرچه رشد یافته‌تر شویم محبت ما به اطرافیان هم افزوده خواهد شد.

اگر سبک انتخابی ما سبک زندگی حقیقی و انسانی باشد به طور حتم باید دغدغه‌یاری امام خود را داشته باشیم. این دغدغه باعث می‌شود در انتخاب‌ها و ارتباط‌های خود به موضوع یاری امام فکر کرده و راهی را انتخاب کنیم که کمکی به رفع موانع ظهور ایشان کند.

سبک زندگی الهی ویژگی‌ها و خصوصیات زیادی دارد که ما فقط به چند مورد اشاره کردیم. شما با چه جنبه‌هایی از این نوع سبک زندگی آشنایی دارید؟ خوشحال می‌شویم نظرات خود را با ما به اشتراک بگذارید.