

رابطه نظم و انضباط با شادی در زندگی

کسی که در زندگی و کار فردی و جمعی پایبند به نظم و انضباط باشد، افکارش از طبقه بندی خاصی برخوردار می شود و به همین جهت به راحتی پله های رشد را طی می کند و از فشار روحی و روانی در امان بوده و شادمانی او بیشتر می شود.



کسی که در زندگی و کار فردی و جمعی پایبند به نظم و انضباط باشد، افکارش از طبقه بندی خاصی برخوردار می شود و به همین جهت به راحتی پله های رشد را طی می کند و از فشار روحی و روانی در امان بوده و شادمانی او بیشتر می شود.

به گزارش خبرگزاری مهر، عالم هستی بر پایه نظم استوار است، هر پدیده ای در دستگاه آفرینش جای خاصی داشته و نقش ویژه ای را عهده دار است. سرعت حرکت اجرام آسمانی، گردش منظم فصل های سال، شب و روز، جایگاه و عملکرد اندام ها و اعضا و جوارح بدن انسان همه نشانه هایی از نظم و اهمیت آن است. خداوند توانا که نظم را در دستگاه آفرینش مقرر داشته در زندگی فردی انسان و روابط اجتماعی او نیز آن را می پسندد.

یکی از راه های اجتماعی شدن و مورد قبول قرار گرفتن رعایت انضباط و مقرراتی است که در اجتماع حکم فرماست. مقررات و قوانین انضباطی، رفتار را تحت کنترل در می آورد. در زندگی منظم و شاد انسان ها، انضباط همیشه مورد توجه بوده است، ولی در اینکه این انضباط چگونه باید باشد و چگونه می توان آن را آموزش داد، عقاید متفاوت است. زیرا این موضوع کاملاً بستگی به فرهنگ و گذشته یک ملت دارد. قرآن کریم در آیه 49 سوره قمر می فرماید: ما همه چیز را به اندازه آفریده ایم.

هدف از انضباط این است که انسان را قادر به سازش با قوانین و مقرراتی که فرهنگ یک گروه پذیرفته بنماید، به طوری که افراد رفتار خود را با توقعات و خواسته های گروه اجتماعی که در آن زندگی می کند هماهنگ نماید. رعایت قوانین و مقررات نه تنها برای آداب و رسوم حایز اهمیت است، بلکه برای شادی، سازش و آرامش خود انسان نیز اهمیت دارد. نظم اساس موفقیت و یکی از عوامل موثر در شادی زندگی انسان هاست.

اولیای بزرگوار اسلام، رعایت نظم و انضباط در کارها را از جمله مهمترین مسایل زندگی انسان ها شمرده اند. به طوری که حضرت علی (ع) در ضمن وصیت نامه ای خطاب به امام حسن (ع) و امام حسین (ع) می فرماید: شما و همه فرزندانم و هر کس که نامه ام به او رسد را به ترس از خدا و نظم در کارهایتان سفارش می کنم.

نظم زحمت ما را در رسیدن به هدف، بسیار کم می کند ولی بی نظمی در اکثر مواقع می تواند عصبانیت، استرس و حتی شکست به بار آورد. نظم و انضباط در زندگی نتایج بسیار مفیدی همچون استفاده بهینه از زمان و امکانات به منظور ایجاد زندگی رضایت مند، خدمت به زندگی خود و جامعه و کسب شادی و سلامت و جلوگیری از بروز فشارهای روانی به علت پیچیده شدن امور و نامعلوم بودن جایگاه هر چیزی داشته باشد

البته بی انضباطی موجب خدشه دار شدن شادی زندگی می شود و شخصیت اجتماعی انسان را خدشه دار می کند و باعث پایمال شدن حقوق دیگران، هدر رفتن سرمایه های مادی و عمر انسان و در هم ریختگی امور زندگی و شغلی می شود.

نظم و انضباط در امور زندگی انسان ها آثار و برکات زیادی هم برای فرد و هم برای جامعه دارد که از مهمترین آنها رضایت مندی از زندگی است. نظم موجب می شود از هدر رفتن وقت، سرمایه، استعداد و رغبت های اعضای خانواده جلوگیری شود آید، و در نتیجه شادی و نشاط و امید در خانواده بیشتر شود.

حاکم کردن نظم و انضباط در کارها همچنین موجب می شود که هر کاری به موقع، به جا و در حد انتظار انجام شود و انسان از سردرگمی و فشار روانی به دور باشد، در نتیجه هم اثربخشی و کارآمدی بیشتر خواهد شد و هم شادی انسان مختل نمی شود.

فردی که در زندگی منظم باشد، در پوشش و آرایش در استفاده از کلمات و تنظیم جملات، در رعایت وفای به عهد، در تزیین محل زندگی و کار، الگوی موثر برای دیگران خواهد شد. در نتیجه مورد توجه، مهر و محبت و رجوع دیگران شده و به این وسیله شادابی فرد

