



این 13 رفتار را ترک کنیم

در این روزگار، همه حرف خوب می زنند اما آنچه برای دیگران توصیه، نصیحت و سخنرانی می کنند در عمل ناقص اجرا می شود. درست مثل روشنفکری ایرانی، که مثل بعضی چیزهای دیگر در مملکت ما، ناقص متولد شده است.

در این روزگار، همه حرف خوب می زنند اما آنچه برای دیگران توصیه، نصیحت و سخنرانی می کنند در عمل ناقص اجرا می شود. درست مثل روشنفکری ایرانی، که مثل بعضی چیزهای دیگر در مملکت ما، ناقص متولد شده است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از آرامش ؛ مرور رفتار زشتی که به جهت تکرار تبدیل به فرهنگ فردی ما شده است. اما با کنار گذاشتن آنها می توان دنیای جدیدی را برای خود و کائنات ساخت .

۱. هیچکس عقل کل نیست

در این جهان و بین مخلوقات خداوند، از شما بهتر نیز وجود دارد. بعضی از ما تصور می کنیم خدا فقط ما را با نهایت درایت و تفکر آفریده است. نشانه دانایی؛ اقرار به نادانی و ناتوانی در برابر دانش حقیقی کائنات است. در بارگاه حضرت عشق، آنها که ندانستند، به نادانی خویش اعتراف کردند اما شیطان که فرشته مغرور خداوند بود به تصور دانایی خویش، جاهلانه عمل کرد.

۲. با یک بار دیدن یک نفر، قضاوت نکنیم

یکی از کارهای زشتی که معمولاً ما انجام می دهیم، قضاوت غیر عادلانه درباره افرادی است که شاید فقط یک بار آنها را دیده باشیم! این نهایت ظلم در حق شخصی است که نمی شناسیمش. آن قدر مطمئن قضاوت می کنیم و به شایعات دامن می زنیم! هیچ اشکالی ندارد که در اظهارنظرهایمان درباره سایرین، عجله نکنیم و برای حرمت و آبروی افراد احترام قائل شویم.

۳. کارشناس چند رشته نباشیم

یک اتفاق زشت در کشور ما خود متخصص انگاری خودمان در زمینه های مختلف است. راستی چرا در بیست موضوع متعدد، یک نفر ثابت احساس می کند که خبره است؟ شاید این نیز شهامت بخواهد که وقتی فردی در موضوعی از ما سوالی پرسید، به او بگوییم که «نمی دانم، بلد نیستم، نیاز به تحقیق و مطالعه دارم«.

۴. مصرف زیاد، نشان شخصیت هست؟

خارج شدن از جاده اعتدال و میانه روی در هر زمینه ای زشت است. خود را اسیر مارک ها و برندها کردن، بسیار زشت است. بعضی از همسران و مادران ما، آن قدر درگیر وسواس تمیزی و مرتب بودن می شوند که فراموش می کنند، روح زندگی خانوادگی شان، در حال مرگ است! درست و به اندازه مصرف کردن را جایگزین بیماری خرید مدل های جدید کنید.

۵. همیشه فقط حق با ماست؟

همه حق دارند در مسیر احقاق حق خود، تلاش کنند. اما زشتی رفتار برخی از ما این است که همواره حق خود می دانیم که در هر مجادله ای، تصور کنیم حق با ماست. برای لحظه ای به موضوع فکر کنید که چند بار جمله «من اشتباه کردم حق با شماست« را شنیده اید؟ زشت است که فردی همیشه حق را برای خویش بداند!

۶. تفریحی، معتاد هیچ چیز نشویم

خیلی از زشتی های جهان شوخی شوخی جدی می شود. تمام سیگاری ها و معتادان هیچ وقت فکر نمی کردند قرار است در مرداب رفتاری گرفتار شوند که خارج شدن از آن انگیزه مردانه و سلیقه زنانه می خواهد. پس حواس مان به رفقای نارفیک و تفریحاتی که مثل از چاله در چاله افتادن است باشد. این نیز رفتار زشتی است که علیرغم دانستن مان، اما به دلایل مختلف به هر پدیده سرگرم کننده معتاد شویم حتی اگر آن چیز ساعت ها تلویزیون نگاه کردن باشد، که بی تردید به ضرر ماست.

۷. فقط منافع خودمان را جدی نگیریم

همه آنها که زباله اتومبیل خود را در خیابان یا در قلب طبیعت رها می کنند باور دارند که منافع شخصی شان مهمتر از منافع جمعی و ملی است. اگر منافع جمعی ما کمی مهمتر از تامین نیازها و خواسته های خودمان بود بسیاری از کارهای زشتی که تاکنون بعضی از ما انجام داده ایم دیگر اجرایی نمی شد، خلاف های رانندگی سرعت ها و سبقت ها را به خاطر بیاورید. بسیاری از حوادث جاده ای به بهانه و دلیل اجابت منافع آنی و فردی افراد است.

۸. به بهانه انجام احکام، اخلاق را فراموش نکنیم

با آن همه خدای کوچک و بزرگی که بیش از ظهور آخرین پیامبر الهی در مکه وجود داشت و سختگیری بزرگان قریش جهت انجام احکام و رفتارهای خاص مورد نظرشان، چه دلیل موجب ایجاد ضرورت بعثت پیامبر اعظم (ص) و نیز پذیرش دین جدید در بین مردم شد؟ حلقه مفقوده بشر در آن زمان و شاید اکنون، مفهوم 171#&اقلا; است. اخلاق، دلیل بعثت و ارسال رسالت جدید بوده و هست. حال آیا می شود به بهانه اجرای احکام، اخلاق را کنار گذاشت؟

۹. تغییر از دیگران شروع خواهد شد

با همه اشکالاتی که اطراف ما وجود دارد اما گروهی فکر می کنند برای اصلاح امور باید اتفاقی از بالا رخ دهد. انگار ما خود نمی توانیم مبنای تغییر باشیم. برای برطرف کردن زشتی نباید به سایرین و تلاش از ما بهتران متکی بود. این نیز یک رفتار زشت است که ما گناه همه ضعف ها را به گردن دیگران بیندازیم و نیز جهت تحول، توقع داشته باشیم که دولت مثلاً افسردگی یا ناآرامی روحی و نداشتن برنامه برای شادی و تفریح پایان هفته ما را تغییر دهد.

۱۰. فردای طبیعت را فدای هوس امروزمان نکنیم

گاهی برخی از ما فراموش می کنیم که طبیعت، امانت و هدیه الهی برای همه نسل هاست. اما بعضی افراد باور دارند که حرمت یک دیگ براساس جوشیدن یا نجوشیدن برای ما تعیین می شود. کنار دریا، میان جنگل و حتی در کوچه منتهی به خانه مان، بی توجهی به طبیعت و آلودگی زیست محیطی، نوعی خودکشی و دیگر کشی است.

۱۱. دروغ مصلحتی، با هر منطقی مصلحت نیست

در ادبیات دینی ما بی نمازی، بی حجابی، بی محاسنی و خیلی بدی های دیگر؛ دشمنی با خدا و بدترین گناه، ذکر نشده بلکه دروغ و دروغگویی عنوان شده است. پس به هیچ بهانه ای نمی توان دروغ گفت: دروغ برای هر کسی و به خصوص برای کسی که خود از زشتی دروغ می گوید زشت تر است اما کسی که خود مدعی زشتی دروغ و همچنین گوینده دروغ است در واقع دروغ و دروغگویی را برای دیگران زشت می داند و نه برای خود. چنین فردی با دروغ دیگر سعی می کند دروغ ثابت شده خویش را کتمان کند.

۱۲. اخمو و عصبانی بودن، نشانه وقار نیست!

یک رفتار زشت که به جهت تکرار زیاد، متأسفانه به عادت و فرهنگ فردی ما تبدیل شده؛ خود درگیری مزمن است. همیشه اخمو بودن و با عصبانیت برخورد کردن، ما را از دیگران جدا می کند. اگر مدیر یا بزرگتر یک خانواده هستید، بد نیست که شخصیت خود را از عینک دیگران ببینید. جدی بودن با عصبانی بودن متفاوت است. معمولاً آدم هایی که ایست قلبی یا سکته قلبی می کنند همان هایی هستند که با لبخند قهر کرده اند.

۱۳. کمتر حرف درست بزنیم و بیشتر درست عمل کنیم

در روزگاری که همه حرف خوب می زنند، خوب عمل کردن باید بیش از پیش مورد توجه مان باشد. یکی دیگر از رفتارهای زشت دیگری که می توان آن را کنار گذاشت، کمتر حرف زدن و بیشتر عمل کردن است. توفیق حرف های معلمان و مربیان تربیتی را باید در

تربیت فرزندان و خانواده ایشان جستجو کرد. نکته دیگر، اظهارنظر نکردن درباره همه موضوعاتی که «می دانیم« یا «نمی دانیم« است! اولین گام خردمندی؛ تفکر و سکوت است.