

رقابت‌های ناسالم زنان

سیده مریم طباطبایی ندوشن

اشاره

«رقابت» اگر با مبنای اخلاقی در ابعاد مثبت و معنوی رخ دهد، سوق‌دهنده آدمی به سوی کمال است؛ اما «رقابت ناسالم» زمینه‌ساز سقوط آدمی از قله بلند انسانیت می‌شود. رقابت ناسالم، اگرچه ممکن است در میان مردان نیز وجود داشته باشد، اما فراوانی این پدیده، به دلایل روان‌شناختی و جامعه‌شناختی، در بین زنان مشهودتر است. در این نوشتار، «رقابت ناسالم» با تعبیر عامیانه «چشم‌وهم‌چشمی» برابر دانسته شده، ریشه‌ها و علل، جلوه، آثار و راهکارهای مقابله با آن، با بهره‌گیری از منابع روایی بررسی می‌شود.

اهمیت و مفهوم‌شناسی

میزان بروز ناهنجاری‌های اجتماعی در دو گروه زنان و مردان متفاوت است؛ از جمله پدیده «رقابت ناسالم»، در «زنان» بیشتر است؛ چنان‌که بعضی دیگر از ناهنجاری‌های اجتماعی، مانند اعتیاد، بیش از زنان، دامن‌گیر مردان می‌شود.

ریشه «رقابت ناسالم» یا «چشم‌وهم‌چشمی» را باید در انگیزه انسان برای به‌دست آوردن مادیات و ظواهر زندگی جست‌وجو کرد. این پدیده که با برانگیختن حس «حسادت» همراه است، می‌تواند زمینه‌ساز بسیاری از

آسیب‌ها باشد؛ درحالی‌که «رقابت سالم» با زمینه «غبطه» بر دیگران، در امور معنوی و علمی رخ می‌دهد و مایه پیشرفت و کمال آدمی را میسر می‌سازد. قرآن کریم می‌فرماید: «فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ»^۱ در کارهای نیک، از یکدیگر سبقت بگیرید.»

چشم‌وهم‌چشمی، در فرهنگ^۲، «رقابت در تجمل» معنا شده است. البته نگرانی درباره این پدیده، به «رقابت در تجملات» خلاصه نمی‌شود؛ بلکه پیامدهای پیدا و پنهان رقابت ناسالم، تا آنجاست که جای پای طیف وسیعی از ناهنجاری‌های فردی، خانوادگی و اجتماعی را می‌توان در آن دید. زنان، کانون عاطفه در خانواده و تربیت‌کننده نسل‌ها هستند و شیوع چشم‌وهم‌چشمی یا سطحی‌نگری در بانوان، یعنی کژکارکردی در نقش همسری آنان؛ درحالی‌که باید با مدیریت و دلسوزی، آرامش‌بخش مرد و تربیت‌کننده فرزندان باشند. کژکارکردی در نقش همسری، روابط زناشویی را دچار اختلال می‌کند و از سوی دیگر، وجود این ناهنجاری فکری و رفتاری در گروه زنان، به دلیل نقش پرورشی و تربیتی مادران، قابلیت سرایت به فرزندان را دارد و چندی نمی‌گذرد که مردان و زنان تربیت‌شده توسط این زنان، و به عبارتی فرهنگ حاکم بر جامعه، گرفتار این ناهنجاری و آسیب‌های آن می‌شود.

وجود دو واژه «چشم» در عبارت «چشم‌وهم‌چشمی» نشان می‌دهد بانوانی که به عارضه رقابت ناسالم دچارند، به شدت تحت تأثیر قوه بینایی قرار دارند و دیده‌هایشان، معیار قضاوت درباره دیگران است که اصطلاحاً گفته می‌شود این زنان، «عقلشان، به چشمشان است» و این، یعنی «سطحی‌نگریستن».

همچنین، کسانی که به این عارضه دچارند، ارزش خود را در «چشم»

۱. بقره، آیه ۱۴۸.

۲. ر.ک: حسن عمید، فرهنگ فارسی عمید، حرف «ج».

دیگران می‌بینند و خود را در نگاه دیگران تعریف می‌کنند. ملاک نیازها، خواسته‌ها و آرزوهای این زنان، داشته‌های دیگران است؛ چنان‌که به جای «تفکر» و «تحقیق»، صرفاً به «تقلید» از دیگران می‌پردازند.

قرآن کریم در داستان قارون، به دو گروه «تعمق‌کننده» و «تقلیدکننده» اشاره می‌کند که با دیدن زینت‌های قارون، دو برداشت متفاوت داشتند: «فَحَرَجَ عَلَى قَوْمِهِ فِي زِينَتِهِ قَالَ الَّذِينَ يُرِيدُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا يَا لَيْتَ لَنَا مِثْلَ مَا أُوتِيَ قَارُونُ إِنَّهُ لَذُو حَظٍّ عَظِيمٍ * وَقَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَيَلَكُمْ نَوَابِ اللَّهِ خَيْرٌ لِمَنْ آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا وَلَا يُلَاقَاهَا إِلَّا الصَّابِرُونَ»^۱ روزی [قارون] با تمام زینت خود در برابر قومش ظاهر شد. آنها که خواهان زندگی دنیا بودند، گفتند: ای کاش همانند آنچه به قارون داده شده است، ما نیز داشتیم! به‌راستی که او بهره‌عظیمی دارد؛ ولی کسانی که علم و دانش به آنها داده شده بود، گفتند: وای بر شما! ثواب الهی برای کسانی که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام می‌دهند، بهتر است؛ اما جز صابران، آن را دریافت نمی‌کنند.»

گرچه عقلت، سوی بالا می‌پرد مرغ تقلیدت به پستی می‌چرد^۲

ریشه‌ها و علل چشم‌وهم‌چشمی

دلایل این مسئله را می‌توان در موارد زیر برشمرد:

۱. علل اجتماعی و فرهنگی

متأسفانه، در جامعه امروزی ارزش‌ها تغییر جهت داده و اعتبار داشته‌های مادی، بیشتر از ارزش‌های معنوی تلقی می‌شود. ملاک جوانان برای یافتن

۳. قصص، آیه ۷۹ و ۸۰.

۲. مثنوی معنوی.

همسر، مانند گذشته نیست حتی خانواده‌ها در ارزیابی طرف مقابل، در بررسی «معیارهای ظاهری» جوانانشان را همراهی می‌کنند؛ بسیاری از ملاک‌های مادی و حاشیه‌ای که کمترین تأثیر را در موفقیت ازدواج دارد، جایگزین ملاک‌هایی چون: تدین، اصالت خانوادگی، نجات یا متانت شده است که روزگاری باطن و معیار اصلی انتخاب‌ها بود.

در کنار تأثیر قوی ابزارهای تهاجم فرهنگی که اصالت‌یافتن «لذت‌های مادی» را تبلیغ نموده، سعادت‌مندی را در داشته‌های مادی دنبال می‌کنند، غفلت از ظرفیت‌های فرهنگ ایرانی - اسلامی را نباید نادیده گرفت. توصیه‌ها و دستورهای اخلاقی و معنوی نهج البلاغه و صحیفه سجادیه، اگر به قانون روشنگر زندگی‌ها مبدل شود، ژرف‌بینی و عمق‌نگری، نگاه اصلی زندگی‌ها می‌شود و قطعاً چنین جامعه‌ای در منجلاب چشم‌وهم‌چشمی که تنها یکی از آثار ظاهرینی است، اسیر نمی‌شود.

این گله‌مندی، تنها به مغفول‌ماندن از پشتوانه مذهبی فرهنگ ما خلاصه نمی‌شود. ادبیات ما، یکی از ظرفیت‌های کم‌نظیر فرهنگی است که می‌تواند بالاترین و والاترین مضامین اخلاقی، ادبی و عرفانی را در افراد جامعه درونی کند. یکی از این مضامین، داشتن روحیه قناعت، مناعت و پرهیز از دنیاطلبی است. «در مکتب‌خانه‌های ابتدایی که ویژه کودکان بود، پس از یادگرفتن الفبا و «عم جزء»، مثنوی نان و حلوا، شیخ بهایی، موش و گربه عبید زاکانی، پندنامه فریدالدین عطار، گلستان و بوستان سعدی، دیوان جودی، دیوان حافظ، حسین گرد و... تدریس می‌شد.»^۱ چنین آموزش‌هایی، دانشمندان و اندیشمندان ایرانی را تربیت می‌کرد؛ اما متأسفانه، امروزه با تکیه بر علوم وارداتی، کمتر جوان تحصیل کرده دانشگاهی ما، یک غزل از حافظ را بدون غلط می‌خواند و

۵. عیسی صدیق، تاریخ فرهنگ ایران از آغاز تا زمان حاضر، ص ۱۱۷.

حکایت‌های پندآموز ادبیات ما کمتر شنیده شده؛ این، غفلت از ابزارهای است که بدون شک، رساترین و اثرگذارترین ابزار ابلاغ و تبلیغ خردمندی هستند. غفلت از ظرفیت‌ها، یادآور حدیثی از امام صادق علیه السلام است؛ که به والدین و مسئولان جامعه، علت جایگزینی ارزش‌های خودی را با ارزش‌های غربی گوشزد می‌کند: «بادروا آحادائکم بِالْحَدِيثِ قَبْلَ أَنْ يَسْبِقَكُمُ السُّرُجَةُ»^۱ احادیث اسلامی را به نوجوانان خود بیاموزید [و در این امر عجله کنید؛] پیش از آنکه مخالفان گمراه، بر شما پیشی گیرند [و فرزندانان را گمراه سازند].»

۲. عوامل تربیتی، خانوادگی و فردی

برخی از این علل عبارت‌اند از:

- محرومیت‌های دوران کودکی

افرادی که در دوران کودکی در کنار ضعف اقتصادی، ضعف فرهنگی داشته‌اند، در بزرگسالی در صورت دست‌یافتن به امکانات مالی، با طبقات بالای اجتماعی در رقابت قرار می‌گیرند تا خلأ کودکی را سرپوش بگذارند.

- سرایت چشم‌وهم‌چشمی از والدین به فرزندان

والدینی که برای توجیه برنامه‌های زندگی خود، مانند: تحصیل، رفتن به سفر و خرید لوازم زندگی، اقدامات سایر خانواده‌ها را ملاک تصمیم‌گیری قرار می‌دهند، انگیزه رقابت ناسالم را در فرزندان‌شان تقویت می‌کنند.

- بی‌توجهی والدین به مسائل تربیتی

پدری که همیشه عدم حضور خود را در منزل با خرید لوازم و هدایا جبران می‌کند، میل به مصرف‌گرایی را در فرزند تقویت می‌کند. مادری که در

۶. کلینی، الکافی، ج ۶، ص ۴۷.

قبال کوچک‌ترین اشتباه و شکست فرزندش، او را با سایر همسالان مقایسه و سرزنش می‌کند، در ذهن ناخودآگاه فرزندش، برتری دیگران را اثبات می‌کند.

- احساس حقارت و خودکم‌بینی

افرادی که از خودکم‌بینی رنج می‌برند، خویشان را از نظر ارزش ذاتی، کمتر از دیگران ارزیابی می‌کنند و برای جبران حقارت درونی، به تظاهر بیرونی روی می‌آورند. این افراد، چون از درون خود، چیزی برای آرامش و مقبولیت نمی‌یابند، آن را از بیرون طلب می‌کنند و بی‌اختیار به هر آنچه جنبه تأیید در جامعه پیدا می‌کند، عمل می‌کنند.

ابعاد چشم‌وهم‌چشمی

اصلی‌ترین ابعاد چشم‌وهم‌چشمی در خانواده‌ها:

۱. ازدواج

در جامعه ما، چشم‌وهم‌چشمی در تمام مراحل ازدواج جولان می‌دهد؛ تا آنجا که:

- چون یکی از اقوام، سال تولد دختر خود را به هجری شمسی محاسبه و مهریه تعیین کرده است، خانواده‌ای دیگر، به سال هخامنشی سکه طلا تعیین می‌کند تا تعداد سکه‌ها، بیشتر شود!

- اقلام غیرضروری در جهیزیه عروس، بیش از کالاهای ضروری و کاربردی است و خانه نقلی عروس و داماد را به انبار وسایل، شبیه کرده است.

- توقعات بی‌رویه هر دو طرف از یکدیگر در: تهیه جهیزیه، خرید مسکن، برگزاری مراسم عروسی و یا انتظار دریافت هدایای ویژه در ایام عقد، موجب شده دوران عقد که زیباترین دوران زندگی یک زوج است، شیرینی خود را از دست بدهد و بسیاری از جوانان، از نیمه راه، قید عروسی را بزنند. مسئولان

آمار کشور، از این واقعه به «سونامی طلاق در دوران عقد» یاد می‌کنند. «در شهرهای بزرگ، چهل درصد طلاق‌ها در دوران عقد رخ می‌دهد که ۲۷ درصد آنها به دلیل برآورده‌نشدن توقعات و انتظاراتی مادی است.»^۱ ناگفته پیداست که مادران زوجین و زنان اقوام، تأثیر مهمی در ایجاد توقعات دارند.

۲. جراحی زیبایی

جراحی پلاستیک در ایران، یکی از ابعاد چشم‌وهم‌چشمی و بسیار پُرطرف‌دار است؛ به طوری که آمار این جراحی‌ها در ایران، هفت برابر کشور آمریکا است و نود درصد آن، مربوط به عمل بینی است. از این رو، ایران را باید به عنوان پایتخت عمل جراحی زیبایی در جهان قلمداد کرد! این در حالی است که «تنها بیست درصد از عمل‌ها، جنبه درمانی دارد و هشتاد درصد افراد، تنها برای زیبایی، عمل بینی انجام می‌دهند که ده درصد این آمار را آقایان، و نود درصد را خانم‌ها شامل می‌شوند.» به نظر می‌رسد که در کنار پدیده چشم‌وهم‌چشمی، باید از پدیده دیگری به نام «بینی‌وهم‌بینی» هم صحبت کرد!^۲

۳. پوشش و آرایش

نگران‌کننده‌ترین جلوه رقابت ناسالم زنان و دختران، در پوشش و آرایش در محیط‌های بیرون از منزل است؛ چراکه این، یک تقلید فرهنگی است و در تقلید فرهنگی، فرد هویت و هنجارهای ارزشی خود را فراموش کرده، به راحتی تسلیم هنجارهای دیگران می‌شود؛ دیگرانی که دچار بی‌مبالاتی فرهنگی هستند و به

۱. درگاه ملی آمار: www.amar.org.ir.

۲. پایگاه اینترنتی سلامت نیوز، به نقل از: دکتر محسن نراقی، رئیس انجمن تحقیقات راینولوژی

ایران: www.salamatnews.com.

دلیل ضعف تربیتی و مذهبی، اجازه حضور در خیابان با هر نوع پوشش و آرایشی را به خود می دهند. این چنین است که پوشیدن چکمه های بلند روی شلوار که مصداق صریح پوشش و لباس شهرت است، به راحتی از سوی خانواده ها اجازه استفاده داده می شود و در حقیقت، پدیده مُد با چشم و هم چشمی رواج می یابد. روزی مانتوها تنگ می شود و ماه بعد آستین ها بالا می رود؛ اما مُدهای جدید بدحجابی که به تازگی مشاهده می شود، پوششی است بسیار تنگ و بدن نما که از آن به جای شلوار و با عنوان ساپورت استفاده می شود.

امام علی علیه السلام می فرماید: «در آخر الزمان که بدترین زمان هاست، زنانی ظاهر می شوند که در عین لباس پوشیدن، لخت و عور هستند.»^۱

۴. نوع پذیرایی در مهمانی ها

روزگاری نه چندان دور، در شب نشینی ها با یک چای، یک نوع میوه و تنقلاتی در حد نخودچی کشمش، از مهمان پذیرایی می کردند. در مثل زیبای فارسی داریم: «مهمان، هر که باشد، در خانه هر چه باشد.» به دلیل همین سادگی، رفت و آمدها و صله رحم بیشتر بود؛ اما امروزه، مهمانی ها با حضور انواع میوه ها و تنقلات، به مسابقه به رخ کشیدن موجودی های یخچال شبیه تر شده است. فرار از مسابقه تجملات و هزینه های آن، رفت و آمدهای هر روزه و هر هفته را به سالی یکبار در عید نوروز کاهش داده است.

۵. سایر جلوه های چشم و هم چشمی

خرید لوازم تجملاتی منزل، تعویض پی در پی گوشی تلفن همراه، سفر به کشورهای اروپایی به جای سفر به اماکن مقدس، تعیین رشته تحصیلی بدون

۹. لطف الله صافی گلپایگانی، منتخب الاثر، ص ۴۲۸.

در نظر گرفتن استعداد شخصی و اصرار بر شاغل بودن، از دیگر جلوه‌های چشم‌وهم‌چشمی در بین زنان است.

پیامدها و آسیب‌های چشم‌وهم‌چشمی

۱. آسیب‌های فردی

فردی که ذهنش انباشته از دغدغه رقابت ناسالم با دیگران است، با حسادت و ورزی، لذت زندگی و آرامش را از خود سلب می‌کند. این افراد، همیشه خشنودی خود را در آینده و در رسیدن به آرزوها می‌دانند؛ آرزوهایی که پایانی برای آن نیست؛ چون همیشه وضعیت بهتر وجود دارد. به این ترتیب، زمینه بیماری‌های جسمی و روانی را در خود فراهم می‌کنند. حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «لَللَّهِ دَرُّ الْحَسَدِ مَا أَعْدَلَهُ! بَدَأَ بِصَاحِبِهِ فَقَتَلَهُ؛^۱ آفرین بر حسادت! چه عدالت‌پیشه است! پیش از همه، صاحب خود را می‌کشد.»

۲. آسیب‌های خانوادگی

- مقروض بودن خانواده

گام برداشتن در مسیر کسب مادیات با هدف جلوه‌کردن در نظر دیگران، آرامش خانواده، قربانی اقساط بانکی و پرداخت قرض‌ها می‌شود. بسیاری از وام‌های بانکی با بهره‌های بالا، برای خرید وسایل گرفته می‌شود؛ وسایلی نظیر یخچال تلویزیون‌دار، ویتترین‌هایی با ظروف قیمتی و یا گوشی تلفن همراه. این امور، نه تنها آرامش افراد خانواده را بیشتر نمی‌کند، بلکه دغدغه آسیب‌ندیدن این وسایل و پرداخت اقساط بلندمدتشان، آسایش را از حریم خانه می‌برد. روزی حضرت علی علیه السلام از جلوی قصابی می‌گذشت. قصاب از او خواست

۱. ابن ابی‌الحدید، شرح نهج البلاغه، ج ۱، ص ۳۱۶.

که از گوشت‌های تازه ببرد. حضرت فرمود: پولی همراه ندارم. قصاب گفت: نسیه ببر، بعد پولش را می‌آوری. حضرت در پاسخ فرمود: اگر به شکم خود بدهکار باشم، بهتر از آن است که بدهکار شخص دیگر باشم.^۱

- اختلاف‌های زناشویی

در رقابت ناسالم با دیگران، هماهنگی اقتصادی وجود ندارد و با مطرح‌شدن پیاپی خواسته‌ها توسط زن، مرد احساس ارزشمندی را از دست می‌دهد؛ هنگامی که احساس ارزشمندی در مرد خدشه‌دار می‌شود، خلق و خوی ظاهری و دنیاطلبی بر رفتار و گفتارش حاکم می‌شود که پیامد آن، رخت‌بستن صمیمیت در روابط همسران و بالارفتن اختلاف‌های زناشویی است.

- احتمال افزایش خیانت مرد به همسر

بشاش‌بودن و رضایتمندی زنان، کانون خانه را گرم نگه می‌دارد؛ اما زنانی که دچار عارضه چشم‌وهم‌چشمی هستند، همیشه مأیوس و ناخشنودند. مرد و فرزندان نیز همچون زن که آرامش را در داشته‌های دیگران جست‌وجو می‌کنند، آرامش را در خارج از خانواده می‌جویند. این موضوع، احتمال خیانت مرد به زن یا احتمال عشق‌های خیابانی را در فرزندان افزایش می‌دهد.

۳. پیامدهای اجتماعی

- افزایش آمار طلاق

آمار بالای زنان متقاضی طلاق، نشان می‌دهد که میزان رضایتمندی زنان از زندگی زناشویی، نسبت به گذشته کاهش یافته: «در تیرماه سال ۹۳، اعلام شده

۱. جواد محدثی، اخلاق معاشرت، ص ۱۷۳.

است که هفتاد درصد تقاضاهای طلاق‌ها از سوی زنان، سه درصد از طرف مردان و ۲۶ درصد توافقی بوده است.^۱

بی‌توجهی به نیازمندان جامعه

مقایسه شرایط زندگی خود با بالادستان، باعث می‌شود «حرص» در آدمی زنده شود. فرد حریص، به دلیل انبوه خواسته‌هایش همیشه خود را نیازمند می‌داند و هیچ‌گاه در خویشتن، توان دستگیری از نیازمندان را نمی‌بیند.

- سایر ناهنجاری‌های اجتماعی

دزدی و رشوه‌خواری، افزایش بیماری‌های روانی و افسردگی‌ها، خشونت‌آمیز بودن روابط بین فردی، اشاعه غیبت و بدگویی دیگران در خانواده‌ها، رواج مصرف‌گرایی و وابستگی اقتصاد کشور به واردات غیرضروری، همگی ریشه در چشم‌وهم‌چشمی‌ها و دوری از معنویت دارد.

راهکارها

برای برون‌رفت از معضل چشم‌وهم‌چشمی، راه حل‌های ذیل پیشنهاد می‌شود:

۱. تقویت روحیه قناعت و شکرگزاری

در روایت آمده است: «أَوْحَى اللَّهُ تَعَالَى إِلَى دَاوُدَ ۷: وَضَعْتُ الْغِنَى فِي الْقَنَاعَةِ وَهُمْ يَطْلُبُونَهُ فِي كَثْرَةِ الْمَالِ فَلَا يَجِدُونَهُ»^۲ خداوند متعال به داود عليه السلام وحی کرد: توانگری را در قناعت نهاده‌ام؛ اما مردم آن را در فراوانی مال می‌جویند. از این رو، نمی‌یابندش.»

۱۲. پایگاه اینترنتی ایسنا، به نقل از: رئیس سازمان ثبت اسناد و املاک کشور، نشانی:

حلقه مفقوده زندگی‌ها در عصر حاضر، آرامش است و تنها انسان «قانع»، از آرامش بهره‌مند است.

۲. مقایسه خود با افراد فرودست در امور مادی

رسول خدا ﷺ می‌فرماید: «انظروا إلی من أسفل منکم ولا تنظروا إلی من هو فوقکم فهو أجدر أن لا تزدروا نعمة الله»^۱ در امور دنیا، به پایین‌تر از خود نگاه کنید و به بالاتر از خود منگردید؛ در این صورت، نعمت‌های خداوند را که از آن برخوردارید کوچک نخواهید شمرد.»

مقایسه خود با کسانی که امکانات مادی بیشتری دارند (مقایسه صعودی)، باعث حسرت و حزن طولانی می‌شود؛ اما قیاس وضع خود با فرودستان (مقایسه نزولی)، باعث بزرگ‌نمایی نعمت‌هایی می‌شود که خداوند به ما عطا کرده است. افزایش رضایت از زندگی، حاصل چنین مقایسه‌ای است.

۳. توجه به آسیب‌های دینی و اخروی حسادت

حسادت و چشم‌وهم‌چشمی، مایه آفت دین، از بین‌برنده ایمان، خروج از ولایت و دوستی حق، دشمنی با تدابیر خداوند، عدم قبولی طاعت، پذیرفته‌نشدن توبه و شفاعت، از بین‌برنده خوبی‌ها و منشأ بسیاری از گناهان است.^۲

۴. مدیریت معاشرت‌ها

در معاشرت با افراد و خانواده‌ها، علاوه بر اموری چون تدین و اصالت،

۱. محمد بن حسن فتال نیشابوری، روضة الواعظین، ج ۲، ص ۴۵۴.

۲. ر.ک: کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۳۰۷؛ حرّ عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۳۶۶؛ حسین نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۲، ص ۲۰؛ احمد نراقی، معراج السعادة، ذیل بحث «حسادت».

هم طبقه بودن و یکسانی اوضاع مالی باید در نظر گرفته شود؛ تا این مسئله به مقایسه صعودی منجر نشود. امام باقر علیه السلام خطاب به شخصی فرمود: «لَا تُجَالِسِ الْأَغْنِيَاءَ فَإِنَّ الْعَبْدَ يُجَالِسُهُمْ وَهُوَ يَرَى أَنَّ اللَّهَ عَلَيْهِ نِعْمَةٌ فَمَا يَقُومُ حَتَّى يَرَى أَنَّ لَيْسَ لِلَّهِ عَلَيْهِ نِعْمَةٌ؛^۱ با ثروتمندان همنشین نشوید؛ زیرا بنده با آنان همنشین می‌شود، درحالی‌که معتقد است خدا به او نعمت داده و بر نمی‌خیزد تا معتقد می‌شود که خدا هیچ نعمتی به او نداده است.»

۵. مجهز شدن مردان به مهارت‌های مهرورزی

معمولاً کمبودهای عاطفی به صورت رفتارهای غیرطبیعی بروز می‌کند. پدیده چشم‌وهم‌چشمی میان برخی زنان، نشانه وجود نوعی نیاز برای جلب توجه اطرافیان و مورد تأیید قرارگرفتن از سوی آنهاست. از این رو، مردان نباید از توجه به قابلیت‌های ذاتی همسر خود غفلت ورزند.

۶. افزایش علاقه به مطالعه

مطالعه، باعث وسعت فکر انسان می‌شود. آنچه مناسب‌ترین بستر برای چشم‌وهم‌چشمی است، کوتاهی فکر و کوچک بودن دنیای ذهنی افراد است. زنان اهل مطالعه، قدرت تجزیه و تحلیل بیشتری دارند و متن زندگی را قربانی حواشی نمی‌کنند. این زنان، پشت پرده تجمل‌گرایی را به‌درستی می‌بینند. بدیهی است که مطالعه کتب مذهبی و ادبیات کلاسیک فارسی، می‌تواند زنان را ژرف‌اندیش نموده، آنها را در مقابل تهاجمات فرهنگی، بیمه سازد.

۷. توجه رسانه‌ها به محتوا

اگر رسانه‌های جمعی، مفاهیم عمیق‌تر و ارزشمندتری را مورد توجه قرار دهند،

۱. شیخ صدوق، الأمالی، ص ۳۲۶.

مخاطبان نیز به همان اندازه می‌کوشند به لایه‌های درونی‌تر زندگی توجه کنند؛ متأسفانه، امروزه نمایش وسایل لوکس و غیرضروری، جزء جداناپذیر سریال‌های تلویزیونی در کشور ما شده است.

سخن پایانی

برجسته‌ترین دلیل چشم‌وهم‌چشمی، فقر فرهنگی و عدم بلوغ منطق است که باعث می‌شود فرد به جای صرف قابلیت خود در کارهای مثبت، آن را صرف رقابت ناسالم با دیگران کند. بر متولیان فرهنگی، از جمله مبلغان است که فرهنگ جامعه را به سوی منشأ اصلی، یعنی سبک زندگی اسلامی و ایرانی سوق دهند تا شاهد تغییر سلیقه اجتماعی و ذائقه مردم به سوی فرهنگ بیگانه نباشیم.