

صرفه‌جویی از منظر قرآن

یکی از واژه‌هایی که این روزها بیش از هر زمان دیگری به گوش‌مان می‌خورد و به آن تأکید می‌شود، صرفه‌جویی است. همان‌طور که می‌دانیم، صرفه‌جویی به مفهوم مصرف چیزی به شکل درست و مناسب آن است و نباید فراموش کرد که رعایت این مساله برای ایجاد تعادل میان درآمد و هزینه، بسیار مهم و اساسی است و در حوزه اقتصاد خانواده نیز می‌تواند تأثیرگذار و حتی سرنوشت‌ساز باشد. قرآن نیز به این مساله از ابعاد مختلف پرداخته است که بازخوانی نگرش و تحلیل‌های این کتاب آسمانی می‌تواند برای دستیابی به شیوه‌های صحیح صرفه‌جویی کمک کند.

مفهوم صرفه‌جویی

در علوم قرآنی «صرفه» به معنای بازداشتن شخص از آوردن آیه یا سوره‌ای است که در مقام تحدی انجام می‌گیرد. البته درست یا نادرست بودن این نظریه خارج از بحث این ستون است و تنها به این نکته بسنده می‌کنیم که «صرفه» به معنای بازداشتن شخص - به شکل تکوینی - از آوردن سوره یا آیه نیز به کار رفته است. در علم اقتصاد چون سخن از تولید و توزیع و مصرف است، واژه صرفه‌جویی به معنای مصرف درست و مناسب چیزی است که در اختیار شخص قرار دارد و در ازای آن کار یا هزینه‌ای متقبل شده است.

صرفه‌جویی، کم‌مصرف کردن نیست

عده‌ای صرفه‌جویی را کم‌مصرف کردن معنا کرده‌اند ولی به نظر می‌رسد این معنا نمی‌تواند اقتصادی باشد، زیرا هدف از تولید یک شیء، مصرف آن است و مصرف چیزی زمانی به وقوع می‌پیوندد که انسان به آن نیاز داشته و با مصرف آن، نیازی از نیازهای وی برآورده شود. بنابراین شخص لازم است تا در حد نیاز و بر آوردن آن، چیزی را مصرف کند و کم‌مصرف کردن نمی‌تواند نیازی وی را برآورده سازد، مگر آن که نیاز فرد به نیازهای اساسی و نیازهای غیراساسی یا نیازهای لازم و غیر لازم تقسیم شود؛ در این صورت می‌توان گفت که مصرف چیزی باید در حد بر آوردن نیازهای اساسی و لازم باشد. از سوی دیگر همان‌گونه که نیازهای آدمی به دو دسته نیازهای اساسی و لازم و غیراساسی و غیر لازم دسته‌بندی می‌شود و به نوعی اولویت خود را تحمیل می‌کند، در مورد مواد مصرفی نیز این اولویت‌بندی صادق است.

صرفه‌جویی در آیات الهی

نگاه قرآن به مسائل اقتصادی گنگاهی است بر مبنای بهره‌وری مناسب و درست از نعمت‌هایی که خداوند در اختیار بشر به‌طور مستقیم یا با تولید و کار قرار داده است. از این‌رو از مردم می‌خواهد که هر چیزی را درست و به شکل مناسب مورد استفاده قرار دهند. به سخن دیگر در اسلام همواره سخن از اقتصاد است، اقتصاد که از واژه «قصد» گرفته شده به معنای میانه‌روی و اعتدال است. از این‌رو بنیاد امور در حوزه تولید و توزیع و مصرف کالا در بینش و نگرش قرآنی میانه‌روی است. در عین حال هر گونه رفتار بیرون از این چارچوب از نظر قرآن نه تنها نادرست و ناپسندیده بوده بلکه گناه و گناه جرم قانونی تلقی می‌شود. همان‌گونه که زیاده‌روی و اسراف و تبذیر امری مردود و نادرست و گناه شمرده شده، عدم استفاده از نعمت‌های حلال خداوند و عدم بهره‌مندی از آن در جهت آسایش و آرامش و کمال، امری مذموم و ناپسند دانسته شده و شخص مورد نکوشش و توبیخ قرار می‌گیرد که چرا حلال خدا را بر خود حرام می‌سازد و از آن‌ها بهره‌مند نمی‌شود؟ خداوند در آیه ۱۴۱ سوره انعام از مردم می‌خواهد که از اسراف و تبذیر دوری کنند و هزینه‌های خویش را در چارچوب اعتدال قرار دهند.

در آیه ۳۱ سوره اعراف نیز از مردم می‌خواهد که از نعمت‌های خداوند استفاده کرده و از آن بخورند و بیامانند ولی اسراف نکنند، زیرا اسراف در نزد خداوند امری ناپسند است، او اسراف کاران را دوست ندارد.

ضرورت اعتدال در مصرف

آیه ۱۴۱ سوره انعام به مساله اعتدال در مصرف اشاره دارد که همان معنای صرفه‌جویی و بهینه‌سازی مصرف در اقتصاد امروز است. خداوند در این آیه اعتدال در مصرف و دوری از اسراف و تبذیر را اصلی مهم بر شمرده و در آیه ۳۱ سوره اعراف و نیز آیه ۲۶ سوره اسراء و همچنین آیه ۶۷ سوره فرقان بر آن تأکید کرده است. در حقیقت از نظر اسلام و قرآن، اعتدال در مصرف و میانه‌روی و صرفه‌جویی به معنای مصرف درست و متناسب، اصلی اساسی و از اصول نخستین اقتصاد اسلامی است که مومنان برای دستیابی به کمال شخصی و جمعی و امت اسلامی برای رسیدن به جامعه نمونه و برتر باید آن را در نظام اقتصادی خویش در نظر داشته باشند.

از آن جایی که قرآن کتاب هدایت آدمی و جامعه بشری به سوی تالی و کمال است، برنامه‌ها و نظام اقتصادی آن نیز در همین چارچوب است. از این‌رو خداوند بر لزوم وسیله قرار گرفتن ابزارهای اقتصادی برای تحصیل امر معنوی و اخروی تأکید می‌کند (سوره قصص، آیه ۷۷) و می‌کوشد تا با جمع میان دنیا و آخرت در حوزه اقتصادی، مردم را به سوی کمال سوق دهد (سوره بقره، آیه ۲۰۱ و سوره نساء، آیه ۱۳۴ نمونه‌هایی از این توصیه هستند).

اگر از نظر اسلام، سلامت اقتصادی و پرهیز از فساد انگیزی در حوزه اقتصادی (اعراف آیه ۸۵ و هود آیه ۸۴ و ۸۶) و تصحیح روابط اقتصادی جامعه، همپای مسائل اعتقادی و عبادی در صدر برنامه‌های پیامبران قرار دارد (اعراف آیه ۸۵ و هود آیات ۸۴ تا ۸۷ و شعراء آیات ۱۷۷ تا ۱۸۳ و دهها آیه دیگر) این امر نمی‌تواند جز با صرفه‌جویی و بهینه‌سازی مصرف همراه باشد، زیرا اقتصاد در هر حال، بستری برای تکامل بشر است و به عنوان هدفی ابزاری یا میانی مطرح است که فرد باید با بهترین شیوه مصرف و استفاده درست و متناسب، خود را در جایی قرار دهد که بتواند رشد و کمال خویش را ادامه دهد.

آیا شما هم برای بچه‌دار شدن، منتظر بهبود شرایط اقتصادی خانواده هستید؟

صرفه‌جویی + برنامه‌ریزی = زندگی راحت!



تولد یک نوزاد، با این که شیرینی‌های زیادی به همراه دارد و می‌تواند ابعاد تازه‌ای به زندگی یک زوج بدهد، اما در دسرهایی که همراه با آن می‌آید، می‌تواند یک خانواده دوفزری را تا سال‌ها از فکر کردن به خانواده ۳ نفری برحذر دارد و آن‌ها ترجیح بدهند یا سرگرمی‌های مختلف، جای خالی کودک را در خانواده پر کنند به امید این که شاید روزگاری برسد و شرایط اقتصادی اجازه دهد که صدای گریه و خنده نوزادی در خانه بپیچند! البته کسی نباید به این زوج‌ها خرده بگیرد چرا که بعد از تولد بچه، مسوولیت بر آوردن نیازهای ریز و درشت او تنها به عهده والدین است و بس! آمدن فرزند تازه می‌تواند وضعیت مالی خانواده را دگرگون کند و زن و مرد ناگهان مجبور می‌شوند با درآمد کمتری زندگی خود را بچرخانند، چرا که یکی از زوجین ممکن است مجبور شود کمتر کار کند یا اصلاً کار نکند که باعث کاهش درآمد خواهد شد، در این شرایط علاوه بر کاهش درآمد، هزینه‌های بیشتری نسبت به قبل از بچه‌داری به خانواده تحمیل می‌شود که از آن میان می‌توان به هزینه اسباب و لوازم کودک تا هزینه نگهداری او اشاره کرد. اما چند نکته وجود دارد که باید از سوی «نوالدها» بررسی شود تا در زمان تولد نوزاد، با اضطراب و نگرانی کمتری مواجه شوند و با برنامه‌ریزی، کیفیت زندگی خانوادگی‌شان را حفظ کنند. سوال‌ها و پاسخ‌های زیر را بخوانید تا بیشتر با این موارد آشنا شوید.

بیمه زندگی لازم است؟

در جواب این سوال باید بگوییم: بله! و البته تعیین مقدار صحیح پوشش بیمه، آن قدرها هم سخت و پیچیده نیست که از آن بترسید. بیمه زندگی ارزان نیست، اما اتخاذ سیاست درست، آرامش روانی و تضمینی به خانواده می‌بخشد که خدایی ناکرده بعد از فوت سرپرست خانواده، وقتی بچه‌ها هنوز کوچک‌اند، خانواده تحت حمایت مالی قرار خواهد گرفت.

حالا دو گزینه اصلی، بیمه تمام زندگی (دانمی) یا مدت‌دار است: بیمه مدت‌دار برای خانواده در حال رشد منطقی‌تر است، اما هر دو گزینه، مزایای خود را دارند که با مراجعه به سایت‌های مرتبط یا دفتر نمایندگی بیمه‌های مختلف می‌توانید از آن‌ها آگاه شده و بهترین را برگزینید.

آیا از پس هزینه نگهداری کودک بر می‌آید؟

نگهداری کودک بسیار هزینه‌بر است: در بازار چرخ بزنید و هزینه‌های مختلف نگهداری را برآورد کنید. در این میان مهدها و شیرخوارگاه‌ها از جمله مهم‌ترین‌شان هستند، اما تنها مساله پول نیست، قبل از تصمیم‌گیری لازم است هزینه‌های مالی را در گفته دیگر نیاز کودک به نگهداری قرار دهید.

آیا می‌توان در خانه ماند؟

تنها راه فهمیدنش آن است که به دقت در وضع درآمد خانواده و هزینه‌ها خرد شوید و آن‌ها را در مقابل هزینه متوسط نگهداری کودک در منطقه سکونت خود ارزیابی کنید. در حالی که به بررسی دارایی‌های خود می‌پردازید، به هزینه‌هایی فکر کنید که با رفتن به سر کار مجبور می‌شوید از بودجه‌تان حذف کنید، مثل رستوران یا صرف غذا بیرون خانه، هزینه رفت و آمد، خشکشویی و...

گام برداشتن برای کاهش هزینه‌ها

با مسائلی که مطرح شد، می‌توان به این نتیجه رسید که وقتی خانواده‌ای بخواهد عضو جدیدی را پذیرا باشد، مجبور است به دنبال راه‌هایی برای تعدیل اوضاع دخل و خرج باشد که در ادامه، به چند نمونه اشاره می‌شود. **راه‌های پنهان را دریابید:** می‌توانید به دنبال خدمات تلفن همراه، خدمات تلفن راه دور یا اینترنت ارزان‌تر باشید، از تماس‌های راه دور صرف‌نظر کنید یا کارت‌های تلفن اعتباری بخرید، همچنین از وسایل برقی در ساعات غیر از ساعات اوج مصرف استفاده کنید. راه دیگر این است که عضویت در باشگاه بدنسازی را رها کرده و به جای آن پیاده‌روی کنید یا بدوید. همین‌طور بهتر است تنها یک اتومبیل برای همه خانواده داشته باشید و در هزینه

آیا بیمه سلامت فرد باید تغییر کند؟

اگر از طریق محل کار خود بیمه شده‌اید، لازم است که فرزندتان را هم به بیمه سلامت کارفرمای خود اضافه کنید. بیشتر شرکت‌های بیمه سلامت، قوانین و

بزنین، بیمه و نگهداری اتومبیل صرفه‌جویی کنید.

حتی کوچک‌ترین تغییرات مثل کم کردن دمای آب گرمکن یا نصب سرشیر دوش‌های کم‌مصرف می‌تواند هزینه شما را در ماه کاهش دهد.

همچنین می‌توانید سفرهای خانوادگی کم‌هزینه‌تر ترتیب دهید مثلاً با دوستان خود به سفر بروید و به جای اقامت در هتل با هم خانه‌ای کرایه کنید.

این کارها معمولاً ارزان‌تر از اجاره اتاق‌های هتل است و به شما اجازه می‌دهد تا به جای رفتن به رستوران، خودتان آشپزی کنید. البته کارهای دیگری هم می‌توان کرد، مثلاً با اتومبیل خودتان به سفرهای محلی بروید تا مجبور به پرداخت هزینه پرواز یا بلیت قطار نشوید. حتی می‌توانید سردکنی را پر از لقمه و مواد لازم

ساندویچ کرده و با خود ببرید تا مجبور نشوید در هر وعده از غذای بیرون استفاده کنید. یک چادر ببرید و هر جا که خواستید اردو بزنید. **از کارهای تعاونی بهره ببرید:** مثلاً غذا را با همکاری دوستان و همسایگان تهیه کنید و هر شب، یک خانواده مسوول تهیه غذای همه شود. با انجام این کار، در وقت صرفه‌جویی شده و علاوه‌بر این که گروه، قوام می‌یابد، بچه‌ها نیز با انواع غذاها آشنا می‌شوند.

به این ترتیب مواد غذایی در حجم زیاد و ارزان‌تر تهیه می‌شود، بدون این که مجبور باشید دامنای غذاهای تکراری میل کنید. معاونت در نگهداری از بچه‌ها هم فکر

خوبی است. با تقسیم وظایف نگهداری از بچه‌ها با خانواده‌های دیگر، می‌توانید در هزینه نگهداری از کودکان صرفه‌جویی کرده و خیال‌تان راحت باشد که بچه‌های خود را به کسانی می‌سپارید که به آن‌ها اطمینان دارید.

در خانه غذا بخورید: بسیاری از خانواده‌ها عادت دارند که چند شب در هفته را در رستوران‌ها بگذرانند که این کار، نه تنها هزینه سنگینی به خانواده تحمیل می‌کند، بلکه ذائقه فرد را به خوردن غذاهای مضر عادت می‌دهد.

با ایجاد اصلاحات بی‌خطر و کوچکی در عادات غذایی می‌توانید صرفه‌جویی زیادی کنید و از گزند بیماری‌هایی که به دنبال مصرف «فست‌فود» پیش می‌آیند، در امان بمانید.

در روزهای کاری نیز، غذای خود را به اداره ببرید و آخر هفته‌ها، برای گشت‌وگذار در پارک یا خانواده برنامه‌ریزی کنید. همچنین می‌توانید با تهیه چای و قهوه در خانه صرفه‌جویی کنید؛ آن قهوه‌های رویایی فقط هزینه‌سازند و تفاوتی با قهوه‌ای که در خانه درست می‌کنید، ندارند.

سرگرمی‌های ارزان‌تر پیدا کنید: شما می‌توانید در یافتن راه‌های کاهش هزینه و پر کردن وقت خانواده خلاقیت به خرج دهید، مثلاً به جای بیرون رفتن، بازی‌های شبانه یا خانواده خود ترتیب دهید یا برای کاهش هزینه هدایا، سعی کنید کادوهای دسته‌جمعی تهیه کنید.

از سیستم پانکی بهره بگیرید: برای آن که بوجه خود را تحت‌نظر داشته باشید، هر ماه که حقوق می‌گیرید، آن را برای

مخارج از پیش تعیین شده، به پاکت‌های مختلفی تقسیم کنید. همچنین بهتر است پاکت‌هایی برای هزینه‌های ثابت و همین‌طور تفریح‌ها داشته باشید. به این ترتیب مقدار بوجه مشخصی برای بیرون رفتن کنار می‌گذارید و اگر روزی برای صرف غذای بیرون از خانه هیچ پولی در پاکت وجود نداشته باشد، در آشپزخانه غذا خواهید خورد! همین‌طور می‌توانید از حساب بانکی جداگانه‌ای به این منظور استفاده کنید تا مطمئن باشید که برای هزینه‌های ثابت ماهانه یا سالانه پول کافی دارید.

مجموع مخارج سالانه ثابت خود را محاسبه و آن را تقسیم بر ۱۲ کنید و آن مقدار را هر ماه در دفترچه حساب جداگانه خود بریزید. به محض این که به این سیستم عادت کنید، دیگر نیازی به دست و پا زدن برای پرداخت شهریه‌ها و مالیات و دیگر هزینه‌های ثابت ندارید.

زمان کافی کنار بگذارید: برنامه‌ریزی و تهیه برنامه بودجه، پیدا کردن کمترین قیمت‌ها، استفاده از کوپن و خرید با بهترین قیمت‌ها کار زمان‌بری است. خرید عمده و تهیه غذا، یا تهیه هدیه به جای خرید آن زمان بیشتری هم می‌برد.

به همین منظور می‌توانید در هفته، ۷ ساعت از وقت خود را به کاهش هزینه‌های خانواده اختصاص دهد که شامل همه موارد شود؛ از برنامه‌ریزی غذایی تا خرید، تهیه وسایل کاربردی، از دورریزها و نیز دقت به خرج و مخارج خانواده.

البته وقتی مزایای این کار را در نظر بگیرید، این ۷ ساعت اصلاً به نظر تان نخواهد آمد!



زندگی مشترک کند که با تشریک مساعی، همدلی، همکاری و استفاده از مشاوره‌های به موقع و مناسب می‌توان بر این مشکلات فائق آمد.» وی در پایان اظهار امیدواری کرد که با تلاطم این کارگاه‌ها راه‌حل‌های مناسبی برای نیازهای اولیه خانواده‌ها در شهرک بعثت گردآوری شود.

متحصر به فرد خویش، توافق می‌کنند تا افق‌های جدیدی برای زندگی‌شان ایجاد کنند و در کنار یکدیگر، مسیر حیات خود را به گونه‌ای مشترک و متفاوت با حال و هوای دوران مجردی سپری کنند. البته ممکن است برخی اختلاف‌نظرها و تفاوت سلیقه‌ها، کشتی زندگی زناشویی را دچار تب و تاب کرده و مخاطراتی را متوجه

کارگاه آموزشی خانواده‌در شرکت عملیات غیر صنعتی برگزار شد

شناخت و حل مشکلات در کنار هم

دانست و اضافه کرد: «از خصوصیات بارز برگزاری کارگاه‌ها که مورد استقبال خانواده‌ها نیز قرار گرفته است می‌توان به تبادل نظر، بحث و گفت‌وگو و نیز ارائه راهکار اشاره کرد.»

وی خاطر نشان کرد: «در این کارگاه‌ها نیازهای اولیه برای برقراری رابطه میان زن و مرد - که گامی بنیادین به حساب می‌آید- به شرکت‌کنندگان آموزش داده می‌شود که امیدواریم در جلسات آتی شرایطی فراهم شود که زنان به همراه همسران خود در این کارگاه‌ها حضور یابند.»

دکتر حربی تصریح کرد: «خانواده، نهادی مقدس است که هسته اولیه آن از پیوند و ازدواج زن و مرد، شکل می‌گیرد و این دو، هر کدام با سرشت و ویژگی‌های

کارگاه آموزشی خانواده از سوی امور فرهنگی شرکت عملیات غیر صنعتی و با حضور دکتر ویدا حربی در مجتمع کیمیای شهرک بعثت برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی شرکت عملیات غیر صنعتی و خدمات صنایع پتروشیمی ماهشهر، در این کارگاه آموزشی، مشکلات زوج‌های ساکن در شهرک بعثت - که عمدتاً به عدم شناخت زن و شوهر از یکدیگر بر می‌گردد - مورد بررسی قرار گرفت.

دکتر ویدا حربی با اعلام این خبر گفت: «وجود اضطراب زیاد و نبود اعتماد به نفس کافی در میان زنان موضوع دیگری است که به‌وضوح خودنمایی می‌کند.»

دکتر حربی بافت صنعتی، شرایط زندگی و قومیت را از عوامل اصلی وجود مشکلات خانواده‌ها در ماهشهر