

## 6 خطوات تساعدك على تجنب الاستنزاف المادي في رمضان



الأحد 17 مارس 2024 10:27 م

ترى الكثير من الأسر، أن الاستنزاف المادي في شهر رمضان له جوانب تنعكس عليها من حيث تكبد المصاريف الشرائية التي تتجاوز ضعف ما تنفقه في الأشهر العادية، أو من خلال السلوكيات الغذائية والمستلزمات المنزلية، مما يشكل عبئاً مادياً متزايداً، يرتفع السلوك الاستهلاكي عادة الناحية الصحية والنفسية

### ارتفاع السلوك الاستهلاكي في شهر رمضان

وفي ظل الإقبال المتزايد على شراء السلع الغذائية والمستلزمات المنزلية، مما يشكل عبئاً مادياً متزايداً، يرتفع السلوك الاستهلاكي عادة في شهر رمضان. فثقافة الاستهلاك تتأصل في عاداتنا، وتزيد وضع بعض الأسر سوءاً، ما يدفع البعض للاستدانة لتغطية تكاليف الشهر، وهذا بالتالي ينعكس سلباً على الأسر ويثقلها مادياً، خصوصاً مع ارتفاع بعض المواد الاستهلاكية. ويشير بعض المواطنين إلى أن الطعام الذي يعد خلال شهر رمضان لأسرة مكونة من خمسة أفراد تكفي لعشرة، إلا أننا تعودنا أن تحوي المائدة على أطباق متنوعة "من كل شكل ولون" وفي النهاية يكون مصيرها "سلة المهملات".

### 6 خطوات تساعدك على تجنب الاستنزاف المادي

- وحسب صحيفة "الرياض"، فإن انتعاش حركة الشراء يؤدي إلى تزايد الأسعار، خاصة في أسعار السلع الموسمية، وإليك أهم 6 خطوات تساعدك على تجنب الاستنزاف المادي، في أول يوم في رمضان، وهي على النحو التالي:
- 1 - تجنب التسوق الارتجالي والعشوائي وبالذات باللحظات الأخيرة من دخول الشهر الفضيل
- 2 - التحضير للتسوق وفق قائمة محددة من الاحتياجات الضرورية والأساسية ووفق أيضاً ميزانية ومبلغ مالي محدد مسبقاً
- 3 - عدم التسوق في الحالات التي قد يكون فيها الإنسان جائعاً كالحظات التي تسبق موعد الإفطار، لأن ذلك بطبيعة الحال سيؤثر سلباً على سلوكيات الشراء
- 4 - الابتعاد عن المبالغة في تحضير الموائد الرمضانية للضيوف بغرض المباهاة وإظهار نموذج من نماذج البذخ الاجتماعي
- 5 - الانجراف وراء الإعلانات التجارية والتخفيضات التسويقية التي يتم تكثيفها خلال الشهر الفضيل
- 6 - الرفع من الوعي الاستهلاكي والتسويقي لدى أفراد المجتمع وتحفيزهم عبر إرشادهم إلى أساليب وفنيات الشراء والتسوق الذكي المجدي اقتصادياً

### احترام النعمة وصيانتها من باب شكر الله تعالى

ونهى الله تعالى عن الإسراف في الأكل والشرب لقوله: "وكلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين" (الاعراف 31)، إذ من باب أولى بالتحريم اتلاف المال، لأن إتلاف المال أشد سوءاً من الإسراف فيه والله تعالى لا يحب المسرفين. كما أن النبي عليه السلام مر بتمر مسقوطة "أي ساقطة" فقال: "لولا أن تكون صدقة لأكلتها"، فاحترام النعمة وصيانتها من باب شكر الله تعالى الذي قال: "لئن شكرتم لأزيدنكم". وتكثر في رمضان الولائم والعزائم التي يتبقى منها طعام كثير مهدور، فلا يدرى صاحب الوليمة ما يفعل بالكميات الهائلة من الطعام المتبقي، مستنداً بذلك إلى ما قاله النبي عليه الصلاة والسلام: "من كان عنده فضل زاد، فليعد به على من لا زاد له". والواجب على من يتلف الطعام أن يعيد استخدامه وتوجيهه، وذلك بالتعاون مع الجمعيات الخيرية لأخذه وتوزيعه على الفقراء والمحتاجين، وله في ذلك الأجر والثواب، إضافة إلى دعوة الجمعيات الخيرية إلى تكثيف جهودها في حفظ النعمة وجمع بقايا الطعام والدواء والكساء وتوزيعها على الفقراء والمساكين والأرامل والأيتام والمحتاجين.