

#### سبک همیاری



کمک به دیگران در چارچوب منطق و اخلاق

## قرض گرفته شده پس داده نمی‌شود!

■ مریم ترابی

بعضی وقت‌ها ظاهر زندگی ما دو دیگران را به اشتباه می‌اندازد. دیگری که از بیرون، سر و وضع زندگی ما را می‌بینند تصور دیگری از ما در ذهنشان ایجاد می‌شود که حتماً ما گنجی پیدا کرده‌ایم که در این تورم و فشار اقتصادی هنوز روی ما هستندیم و با یک حقوق کارمندی خیلی راحت و خوب زندگی می‌کنیم. خب این فقط تصور دیگران درباره ماست، که حالی که گذران زندگی در این شرایط برای همه سخت است و اگر بر نامه‌ریزی درستی در کار و زندگی نداشته باشیم قطعاً در آخر هر ماه دچار مشکل می‌شویم ولی این را که آنان نمی‌بینند، به همین خاطر تصور می‌کنند اگر از ما کمک مالی خواستند بدون عذر باید بگوییم «چشم» و توقعی هم در قبال باز پس گیری آن نداشته باشیم. ■■■

■ فرهنگ «نه» گفتن نداریم

همان‌طور که گفتیم آنها فقط ظاهر زندگی ما را می‌بینند. از تلاش و برنامه‌ریزی و دو دو تا چهار تایی ما اصلاً خبر ندارند، پس این تصور به خودشان این اجازه را می‌دهند که از ما طلب قرض پول یا هر طلب دیگری را داشته باشند. قطعاً همه ما حتی برای یک بار هم که شده تجربه این درخواست از طرف دوست و آشنایی را داشته‌ایم. حال اگر ما در زمره آن دسته‌ا افرادی باشیم

#### سبک نیکوکاری

■ کسری محمدیان

چندی پیش خبری در رسانه‌های کشور منتشر شد که حکایت از گرفتاری و به دردسرس افتادن یکی از خواننده‌های پاپ کشور داشت و دست بر قضا، در بین نسل جوان و کم سن و سال جامعه نیز طرفدار بیشماری دارد. در آن روزها به هر جا که می‌رفتیم و به هر رسانه‌ای که سر می‌زدیم همه درباره این خواننده خبر و مطلبی داشتند. در حالی که رسیدگی به پرونده این خواننده هنوز در مراحل اولیه بود. در تمام شبکه‌های اجتماعی شماره حسابی برای جمع آوری کمک برای رسیدگی به مشکل این خواننده دست به دست می‌چرخید. اصلاً مشخص نبود این شماره حساب برای چه کسی و چه جایی است و قرار است با چه اعتمادی مردم به این حساب پول واریز کنند، هیچ معلوم نبود. شاید هدف این کلاهبرداری، نوجوانان دختر و پسرری بودند که طرفدار پر و پا قرص این خواننده بودند و برای گرفتار شدن خواننده مورد علاقه‌شان اشک‌ها می‌ریختند!این تنها یک نمونه نه خیلی جدید، ولی روشن از کلاهبرداری در قالب کمک به افراد گرفتار بود و بدون شک از این دست کلاهبرداری‌ها کم نیست. رفتارهای شایدانه‌ای که اعتماد عمومی را خدشه‌دار و فرهنگ انفاق و دستگیری از دیگران را کم‌رنگ می‌کند. ■■■

فرهنگ صدقه و انفاق و کمک به نیازمندان در جامعه ما قدمت دیرینه دارد. از قدیم وقتی فردی یا خانواده‌ای دچار گرفتاری می‌شد حتماً بزرگان فامیل یا محله جمع می‌شدند و گروه از مشکل فرد گرفتار باز می‌کردند. یا خانواده‌های بی‌ضاعت را مشخص می‌کردند و ماهانه کمک مالی به آنها می‌رساندند. اعتماد مهره اصلی این انفاق و عمل خیر بود. بخشیدن و کمک کردن موضوعی نبود که بتوان آن را دستمایه سوءاستفاده و کلاهبرداری قرار داد. ترس از عذاب سوءاستفاده از کمک دیگران مانع انجام آن می‌شد اما در جامعه امروزی اعتماد، همان مهره اصلی در کمک به نیازمندان اگر از بین نرفته باشد بسیار

## سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۴۷۱

#### نگاه

اندر حکایت آدم‌های متوقع و همیشه طلبکار

### لطف مکرر من حق مسلم توست!

■ حسین گل‌محمدی

در چارچوب خانواده و آشنایان اگر شما برای دوست یا خانواده خود کاری را از سر مهر و محبت انجام دهید، بعد از گذشت مدتی این دیگر وظیفه شماس‌ت و دلیلی برای تشکر و قدردانی از شما وجود ندارد. از نمونه‌های بارز لطف‌هایی که به حق مسلم تبدیل شده است، می‌توان به زحماتی که مادران بدون هیچ‌گونه چشمداشتی در حق فرزندان خود انجام می‌دهند اشاره کرد که فرزندان این لطف مکرر او را حق مسلم خود می‌دانند. ■ متوقع و طلبکار نباشیم

همه‌ما از دیگران انتظار همراهی داریم. همه ما می‌خواهیم بقیه افراد متوجه خوبی‌هایی که در حق‌شان می‌کنیم و کارهایی که برایشان انجام می‌دهیم، باشند و از ما قدردانی کنند. این طبیعی است که دوست داشته باشیم دیگران هم برای ما خدماتی انجام دهند، اما این که فقط از آنها انتظار خدمت‌رسانی داشته باشیم و این رابطه را یک‌طرفه بخواهیم، سرآغاز مشکلات است. آنهایی که فکر می‌کنند چنین رفتاری طبیعی است و هیچ ایرادی ندارد، خوب است به این نکته هم توجه داشته باشند و ببینند خودشان برای فرد مقابل چه قدمی برداشته‌اند که حالا از او چنین انتظاراتی دارند؛ تازه اگر انتظاراتی معقول و منطقی باشد. به این افراد باید لقب همیشه طلبکار داد. این افراد در زمره افرادی قرار می‌گیرند که همیشه از کودکی در کانون توجه خانواده قرار داشته و خواسته‌هایشان بی‌بروبرگرد برآورده می‌شده است. برای همین در بزرگسالی هم از همه انتظار دارند الا خودشان!... البته این افراد به مرور زمان دوستان و همراهان خود را به خاطر اخلاق طلبکارانه‌شان از دست می‌دهند و تنها و منزوی می‌شوند، زیرا هیچ‌کس دوست ندارد خدمتی را که از سر لطف برای کسی انجام می‌دهد نادیده گرفته شود و یک تشکر ناقابل هم از او نشود.

■ زبان قدردانی داشته باشیم

همیشه از قدیم گفته‌اند از انسان‌های پرتوقع دوری کنید و به کسانی محبت کنید که قدردان محبت شما و جوابگوی لطف و



محبتتان باشند. اگر به افراد جامعه خود نگاهی بیندازیم قطعاً متوجه وجود مردمانی می‌شویم که منتظرند تا از ما سوءاستفاده کنند. سوءاستفاده از جهت گرفتن لطف و محبت‌ما و در جهت شانه خالی کردن از انجام وظیفه خود. معمولاً در این جور موارد می‌توان افراد را به دو دسته گیرنده و بخشنده تقسیم کرد. افرادی که فقط گیرنده و مصرف‌کننده الطاف دیگران هستند و کسانی که در ابتدا خدمتی را بسا رضایت قلبی و از سر لطف و محبت ولسی بعدها (برحسب وظیفه‌ای که واقعاً وظیفه نیست!) در حق دیگران انجام می‌دهند. اگر در دسته گیرنده‌های محبت هستیم قدردانی و تشکر را فراموش نکنیم.

تشکر کردن اصلاً کار سختی نیست. وقتی کاری را خارج از وظیفه اصلی‌اش صرفاً جهت کمک به همکاران دیگر، به نحو احسن انجام دهد. قطعاً برای بار بعدی هم کار به همان کارمند محول می‌شود و کم‌کم لطف این کارمند‌نگون بخت به یک وظیفه که اصلاً در چارچوب کاری‌اش نیست تبدیل می‌شود. در واقع همه طلبکار! این لطف و محبت او می‌شوند. از قدیم گفتند: «محبت که از حد بگذرد، نادان خیال بد کند.»

در بخش کوچک‌تر و چه بسا پیش پا افتاده‌تر این لطف و محبت را می‌توان در شبکه‌های اجتماعی دید. وقتی هر روز همه پست‌های یک نفر را لایک می‌کنید یک بار که این کار را نکنید از دست شما شاکمی و طلبکار می‌شود و کلی حرف و جریان از پس این لایک نکردن شما به راه می‌افتد. حالا شما به هر دلیل نخواستید لایک کنید یا کامنتی بگذارید در بازسازی اعتماد و احیای فرهنگ انفاق در جامعه و مسئولان مطمئن شوند که مجازات‌های سنگینی در انتظار دایرکنندگان خیره‌های بی‌مجزو و افراد سودجو است. در نهایت باید اعتمادسازی را از خود شروع کنیم و با بررسی و تحقیق درباره افراد نیازمند، از آنان دستگیری کنیم.

### درد

وقتی پول زیادی که خارج از توان بازپرداخت شخص در خواست‌کننده است به او می‌دهیم به مرور هم پولمان را از دست می‌دهیم و هم دوستی‌مان با او خدشه‌دار می‌شود؟ پس بهتر است مقدار پولی را قرض بدهیم که اگر دیگر برنگشت ضرری به حساب و کتاب زندگی ما وارد نشود. تعارف را کنار بگذاریم و خیلی رک و صریح درباره زمان و نحوه برگشت پولمان صحبت کنیم



خود نگه داریم، هم خودمان از ایسن کمک کردن‌ها متضرر نشویم.

■ پول و دوست را با هم از دست ندهیم

شکسبیر در نمایشنامه هملت نوشته است: «بارها بهتر است بدهکار باشی‌د تا طلبکار. بدهکار فقط دوستش را از دست می‌دهد اما طلبکار هم دوستش را از دست می‌دهد هم پولش را.»

وقتی پول زیادی که خارج از توان بازپرداخت شخص در خواست‌کننده است به او می‌دهیم به مرور هم پولمان را از دست می‌دهیم و هم دوستی‌مان با او خدشه‌دار می‌شود؟ پس بهتر است مقدار پولی را قرض بدهیم که اگر دیگر برگشت ضرری به حساب و کتاب زندگی ما وارد نشود. تعارف را کنار بگذاریم و خیلی رک و صریح و درباره زمان و نحوه برگشت پولمان صحبت کنیم زیرا ارزش دوستی بیشتر از پول است. هر پولی را که قرض می‌دهیم حتماً در قبالتش رسیدی دریافت کنیم و در یک فضای دوستانه کار را اصولی پیش ببریم. بهتر است چند روز قبل از سررسید پولمان به دوستان آن را یادآوری کنیم. شاید فکر کنید کار زشتی است ولی اگر روز موعود، دوست ما پول را برنگرداند آن وقت زشت‌تر است. در نهایت همیشه مبلغی را جدا حساب و کتاب زندگی خود کنار بگذاریم برای کمک به دوستان که اگر دوست و آشنای ما به هر دلیلی توان بازپرداخت آن را نداشت، ما هم متضرر نشده و به دوست خود با رضایت کامل کمک کرده باشیم.

### درد

آیا تا به حال کاری را برحسب علاقه و با میل و رغبت برای کسی انجام داده‌اید که حتی در قبال انجام آن یک تشکر خشک و خالی هم از شما نشده باشد که هیچ، یا شما نشده شما دانسته باشید؟ از قدیم گفتند: «محبت که از حد بگذرد، نادان خیال بد کند.»

سریع و بالزیر باشد. تنها کافی است یک بار محبتی را برای ما انجام می‌دهد، صرف نظر از اینکه آن کار وظیفه‌او هست یا نه، باید در مقابل ما ایجاب می‌کند. تشکر کنیم. این کار هم به بهبود رابطه ما با دیگران کمک می‌کند و هم آن فرد را تشویق می‌کند که کارهای خودش را باکیفیت‌تر و با انگیزه بیشتری انجام دهد. آن فرد زمانی که ببیند شما حتی برای کاری که وظیفه اوست تشکر می‌کنید، انگیزه می‌گیرد که با جان و دل کیفیت انجام کارها را بالاتر ببرد. تشکر کردن حس شیرینی در طرف مقابل ما ایجاب می‌کند. تشکر خستگی ما را از تن‌مان بیرون می‌کند. تشکر انگیزه و امید برای انجام کار و تلاش بیشتر در ما ایجاد می‌کند. تشکر برای هر چه که باشد حس خوبی در ما به وجود می‌آورد.

یاد بگیریم همیشه قدران محبت اطرافیان خود باشیم در عین حال توقع خود را از دیگران پایین بیاوریم تا اگر روزی این محبت به دلایلی قطع شد در روابطمان با آنها دچار مشکل نشویم. بقیه کسی را بگیریم و به زمین و زمان ناسزا نگوییم.