

سبک رفتار



دور زدن صبر، ما را به مقصد نمی‌رساند

وقتی حقوق دیگران را بی‌صبرانه پایمال می‌کنیم

■ ایلا جعفری

شلوغی شهر و ترافیک این روزها که به پایان سال و عید نزدیک می‌شویم کلافه‌کننده می‌شود، پس برای رفع و رجوع امور روزانه باید صبر بیشتری به خرج دهیم، اما افسوس که خیلی‌ها در این روزها عجول‌تر می‌شوند و حقوق دیگران را زیر پای می‌گذارند. یک‌بار در یکی از خیابان‌های تهران سوار تاکسی‌ی بودم. راننده از ترافیکی که در انتهای خیابان مطهری در یک سه‌راهی شلوغ برقرار بود، خسته‌شده و به دنبال راه گریزی می‌گشت. به محض اینکه به یکی از خیابان‌های فرعی کناری رسید، وارد آن شد. پیدا بود که آن‌را از پیش می‌شناخته‌است. با اینکه آن مسیر را بارها

■ تضمیع حقوق دیگران با دور زدن صبر

خیلی وقت‌ها صبر کردن برای ما آن قدر سخت‌است که می‌خواهیم یک جوری از دستن آن خلاص شویم. فکر می‌کنیم مشکلی که در آن قرار گرفتیم یا مسئله دیگری که مجبوریم به خاطرش صبر کنیم، آن قدر دست و پای ما را گرفته‌است که باید سراً تمام آنجا از خود دورش کنیم. اینچور وقت‌ها ممکن‌است بخواهیم صبر را بیچاییم. مثلاً ممکن‌است دست به تخلفاتی بزنیم تا زودتر به نتیجه دلخواه‌مان برسیم یا کاری کنیم که صبر را از دور خارج کنیم. این جور وقت‌ها ممکن‌است دور زدن‌ها و تخلفات کوچک و بزرگی از ما سر بزند که خودمان هم فکرش را نمی‌کردیم.

این دور زدن‌ها را شما هم در گوشه و کنار و سطوح مختلف جامعه دیده‌اید. دور زدن‌هایی که از بی‌صبری ماست و تا جایی پیش می‌رود که راضی می‌شویم حقوق دیگران را ضایع کنیم. با ضایع کردن آنها ممکن‌است کارمان همان‌طور پیش برود که انتظارش را داریم. ولی حواسمان نیست که قرار است ناآرامی بدهیم. این یک نظر شخصی نیست، می‌شود گفت در تمام دنیا به اثبات رسیده‌است. ضرب‌المثلی هست که می‌گوید با هر دستی که بدهی با همان دست پس می‌گیری، پس دور زدن‌های ما در جایی به ما بازگر دنده خواهد شد. درواقع

سبک‌نگرش

■ هما ایرانی

ما آدم‌ها اغلب غر می‌زنیم و از وجود سختی‌ها و ناملایسات در زندگی مان گلایه داریم. شکوه می‌کنیم که چرا وضعیت اقتصادی چنان‌است و چرا چیزها آن‌گونه‌که می‌خواهیم نیست. چرا بچه نداریم، چرا پول نداریم، چرا همسایه‌مان خوب نیست، چرا در دهان در کمین خانه و کاشانه ما هستند و چرا... و خلاصه دائم از چیزهایی که دوست داریم وجود داشته باشد و وجود ندارد، یا می‌خواهیم وجود نداشته باشد ولی وجود دارد، شکوه می‌کنیم و غر می‌زنیم. بیشتر ما به جای اینکه از خود بپرسیم که با آنها چه کار باید بکنیم، مرتب می‌پرسیم، چرا این‌ها وجود دارند؟ شاید یکی از چیزهایی که کار ما را سخت می‌کند همین باشد. چون در این طرز فکر به نظر می‌رسد ما در جایی که باید بایستیم، نایستاده‌ایم. از منظری که باید به زندگی نگاه کنیم. نگاه نمی‌کنیم و در جایگاه درستی نیستیم. مانند کسی هستیم که راه را گم کرده و تنها از اینکه راه بسیار دور است غر می‌زند، در حالی که اگر این شخص از راه درست حرکت می‌کرد حتماً زودتر به مقصد می‌رسید و فکر نمی‌کرد که راه دور است. توجه به نشانه‌ها و تابلوها مسیر را برای ما مشخص می‌کند. در راه صبروری هم به نظر می‌رسد که همین باشد، یعنی برای کوتاه کردن مسیرهای صبر در زندگی لازم است به آنچه کوتاهشان می‌کند، توجه کنیم.

می‌گویند میوه صبر شیرین است. داستان‌ها، روایت‌ها و سخن‌های زیادی درباره صبر گفته شده‌است. شعرها و پندهای حکیمانه بسیاری درباره‌اش گفته‌اند. شاید نه تنها آدم‌ها که تمام خلائق و تمام هستی به نوعی صبر را تجربه می‌کنند. غورهای که قرار است به گفته شاعر، با صبر به حلاا تبدیل شود، مجموعه‌ای از باکتری‌ها، موجودات

در جایی دورمان خواهند زد. نتیجه این دور زدن‌های صبر را در تمام جوامع می‌توانیم ببینیم. در این باره می‌توان از مثال‌های ساده‌ای که در اطرافمان هست سود ببریم. مثلاً جوانی را در نظر بگیرید که از مشکلات اقتصادی رنج می‌برد. از سوی دیگر ظرفیت روحی و معنوی خود را هم به دلیل برخی از مشکلات از دست داده یا به سطح پایینی رسانده‌است، با این شرایط این جوان چندان حوصله صبر کردن برای پایان گرفتن مشکلاتش را ندارد. (این شخص ممکن‌است با تمرکز بر حل برخی مشکلات درونی و محیطی خود بتواند بر مشکل چیره شود و این بحث مدنظر این نوشته نیست، از سوی دیگر این تمرکز نیز به خودی خود به صبر نیازمنداست). روی‌هم‌رفته این جوان در برابر صبری که لازم‌است تا مشکلاتش حل شود ممکن‌است احساس ناتوانی کرده و دست به اقداماتی بزند. مثلاً ممکن‌است به سراغ کارهایی برود که به او کمک کرده تا شرایط بهتری پیدا کند و در کارش گشایشی پیش آید، مانند جادو و دعائویسی. ممکن‌است این جوان با نیروهایی که از این کار به دست می‌آورد سرعت بیشتری در حل مشکلاتش بدهد و به عبارت بهتر بدون صبروری کارش را پیش ببرد، ولی آیا این دور زدن بی‌توان خواهد بود؟ کسانی را می‌شناسم که با بهره‌گیری از این ترفندها توان‌های زیادی را متحمل شده‌اند. یکی از این توان‌ها

ممکن‌است از دست رفتن نیروهای حیاتی و وجودی افراد باشد که با بهره‌گیری از این ترفندها که معمولاً غیرخدایی هستند رخ می‌دهد. بگذریم از حق و ناحق‌هایی که ممکن‌است در پی درست شدن کارهای‌مان با این روش‌ها برای دیگران پیش بیاید. ضایع کردن حقوق دیگران با دور زدن صبر، حملاتی از فلورانس اسکاول شین را یادآوری می‌کند. او در کتاب چهار اثر تأکید می‌کند هر چیزی را که می‌خواهید به دست آورید یا برایتان پیش بیاید، تأکید کنید که از راه عالی پیش بیاید. در این نوشته وازه درست را هم به آن اضافه می‌کنم. اکنون باید دید که این دور زدن‌ها که بسیاری از ما به آن اوده شده‌ایم درست، عالی و خدایی‌است؟

■ رسیدن به مقصد با احترام به صبر

توجه به صبر شاید به ما بیاموزد که ببیننده و ناظر باشیم و کمتر دست به دور زدن ببریم. این چیز کمی نیست که بتوانیم بنشینیم و نظاره‌گر باشیم. با احترام به صبر تلاشمان را در زمینه‌ای که مدنظرمان است انجام بدهیم. حواسمان به کارمان باشد ولسی از روی بی‌حوصلگی خودمان را از شسر زمانی که باید صرف کار مورد نظرمان کنیم، خلاص نکنیم. آیا ممکن‌است بدون گذشت زمان و صبری که برای سیری شدن آن لازم است، درختی که در باغ کاشته‌است شده نمد؟ درخت این درخت چند سالی

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۸۴۷۱

درد

اگر ما بیاموزیم که به صبر احترام بگذاریم خیلی از مشکلاتمان نیز از بین خواهد رفت. در این صورت راننده راه آمبولانسی را در راه‌بندان نمی‌بندد، نانی خارج از نوبت به دست خریداری نمی‌رسد و درختان ثمر بهتر و مفیدتری خواهند داد. خیلی‌ها دست به گریز می‌زنند. درواقع با انتخاب راه‌ها یا انجام کارهایی می‌خواهند صبر را دور بزنند و راحت‌تر به نتیجه برسند

درد دیگر دقیقاً نمی‌دانستم موضوع چیست تا به انتهای خیابان فرعی رسیدیم. شاید هم ترس از ملامت شدن باعث شد سکوت کنم و چیزی نگویم. جالب اینکه یکی دو مسافر دیگر از اینکه راننده توانست آنها را از قسمت سخت راه‌بندان بیرون بیاورد، سیاست‌گذار هم بودند. هنوز هم از یادآوری آن اتفاق احساس بدی پیدا می‌کنم. از اینکه سکوت کردم و اعتراضی نکردم و ننشستم و ببیننده آن ماجرا بودم احساس ناخوشایندی دارم. مخصوصاً وقتی به یاد می‌آورم که وقتی وارد خیابان اصلی شدیم، آمبولانسی پشت سر ما آژیر می‌کشید و نمی‌توانست از بین خودروها راهش را باز کند و به بیمارستان برسد.

زمان لازم دارد تا از دانه‌ای ریز به نهال و از نهال به درختی تنومند و پس از آن از درختی میوه‌دار تبدیل شود. اگر ما بیاموزیم که به صبر احترام بگذاریم خیلی از مشکلاتمان نیز از بین خواهد رفت. در این صورت راننده راه آمبولانسی را در راه‌بندان نمی‌بندد، نانی خارج از نوبت به دست خریداری نمی‌رسد و درختان ثمر بهتر و مفیدتری خواهند داد. شاید پذیرفتن عواملی که صبر برایشان لازم است و کنار آمدن با آنها به جای ایستادگی در برابر آنها یکی از نشانه‌های اراد درستی باشد. خیلی‌ها اینچور وقت‌ها دست به گریز می‌زنند. درواقع با انتخاب راه‌ها یا انجام کارهایی می‌خواهند صبر را دور بزنند و راحت‌تر به نتیجه برسند. مانند کسی که به جای ایستادن پشت چراغ قرمز به خیابان فرعی کناری که ترافیک کمتری دارد وارد می‌شود تا از امروز خیابان اصلی بیرون بیاید. با این کار به خیال خودش ترافیکش را دور زده و از بقیه اتومبیل‌ها جلو زده‌است. اتفاقاً فکر این راننده درست‌است، او توانسته از بخشی از ترافیک رها شود. ولی نتیجه چطور، آیا چیز خوبی خواهد بود؟ شاید لازم است که صبر نگاه تازه‌ای داشته باشیم. اگر تا به حال آن را سخت و مزاحم می‌دانستیم از هم‌اکنون آن را به چشم موجود زنده‌ای ببینیم که مانند همراه یا آموز‌گاری در کنار ماست و مانند خود ما کار و وظیفه‌اش را انجام می‌دهد.

صبور باش و به نتیجه هم فکر کن

برای آن در نظر بگیریم تا بلکه زیاد هم سسر و کله‌اش در زندگی ما پیدا نشود. انگار بیشتر ما دلمان می‌خواهد با انکار وجود صبر در زندگی به نوعی از زندگی‌مان بیرونش شکل لازم بوده‌است. پس حتماً بهتر است آن را بپذیریم؛ به طور ناخودآگاه در حال مبارزه با صبر هستیم. انگار به دنبال راهی هستیم تا آن‌را از زندگی‌مان بیرون کنیم.

خیلی وقت‌ها مستقیم یا غیرمستقیم صبر را چیز پلید و اضافی می‌دانیم که می‌آید و گریبان ما را می‌گیرد، و ما هم چاره‌ای نداریم جز کنار آمدن با آن. دلمان نمی‌خواهد در برابر صبر تسلیم شویم ولی انکار چاره‌ای جز این نداریم و بی‌آنکه آن را بپذیریم در برابرش شکست می‌خوریم. این شکست و تسلیم، بارها در زندگی ما تکرار می‌شود. ممکن‌است هربار پس از مبارزه نفسی از سر آسودگی بکشیم و شاید هنوز نفس راحت‌مان تمام نشده، دوباره به شکلی دیگر و در جایی دیگر خودش را به ما نشان بدهد. چون



نگاه



اندر حکایت قول‌های آبکی و حرف‌های هوایی این روزها

سرباز عهد و پیمان خود باشیم

■ نگین خلج‌سرشکی

پدرم با حسرت از روزگاری تعریف می‌کرد که سسر آدم می‌رفت اما قول او نمی‌رفت. زمین و زمان هم نمی‌توانستند یک نفر را از وفای به عهد بازدارند اما الان جور دیگری شده‌است. خیلی از حرف‌ها باد هوا هستند و خیلی از قول‌ها آب روان. حرف‌ها مثل آب روان درون جوی از دهان بر خی آدم‌ها جاری می‌شود و هیچ‌کس اهمیت نمی‌دهد که کلمات مسئولیت‌آور هستند. دهان، قول بیجا می‌دهد و گوش هم بیجا می‌شنود! نه این جدی می‌گیرد و نه آن. هیچ مقصد و هدفی ندارند و برای همین‌است که بیجا هستند. انگار آدم‌ها فراموش کرده‌اند که قول دادن فقط جاری ساختن چند کلمه‌از چشمه همیشه جوشان فراموش شده‌اند که قول دادن فقط جاری ساختن چند کلمه‌از فکر است». پس وقتی حرفی می‌زنیم و قولی می‌دهیم، باید از قبل مغز خود را برای عمل کردن به آن آماده کنیم. این روزها، آدم‌ها از سسر بزرگ‌گویی و خودنمایی و در جو قرار گرفتن، ناگهان چیزهایی می‌گویند که بعدها در آن گیر می‌افتند و نه راه پس دارند و نه راه پیش. برای همین‌است که می‌گویند قبل از قول دادن و حرف زدن کمی کلمه‌ها و گامی که می‌خواهید بر دارید را در دهان خود مزه مزه کنید. ببینید این قولی که می‌دهید شور است یا شیرین؟ پسندید که بعدها به مزاج اعمال و رفتار شما خوش می‌آید یا نه. دقت کنید که بعدها میل به پذیرفتن قول خود دارید یا نه.

■ قول دادن یعنی چه؟

قول دادن مسئولیت بسیار سنگینی است. چون اگر به آنچه گفته‌اید عمل نکنید، فقط بدقولی نکرده‌اید، بلکه دروغ هم گفته‌اید و دلی را هم شکسته‌اید. پس اگر گامی برمی‌دارید، بسیار مراقب باشید که عیبی محکم یا بگذارید. حواس پرت و اراده ضعیف در عمل به قول و وفا مانند زمینی سست و گل آلود است که پای اعتبار شما را می‌لراند. اگر یک بار بدقول شوید، پس تا ابد شما را به چشم همان اشتباه نگاه می‌کنند. وقتی قول می‌دهید اعتماد یک نفر را مال خود می‌کنید و آن شخص به حرف شما تکیه می‌کند، پس با بدقولی پشت اعتماد او را خالی و خود را بی‌اعتبار نکنید. قول دادن یعنی حساب و کتاب روزها را فراموش نکنیم و روز وفای به عهد را مثل روز موعود مقدس بدانیم. قول دادن یعنی کار امروز را به فردا واگذار نکنیم. کار امروز باید انجام شود

درد

قول دادن مسئولیت بسیار سنگینی است. چون اگر به آنچه گفته‌اید عمل نکنید، فقط بدقولی نکرده‌اید، بلکه دروغ هم گفته‌اید و دلی را هم شکسته‌اید

و روی زمین مانند آن یعنی عقب‌افتادی. کارمندی که پشت میز می‌نشیند، باید کار را در همان لحظه انجام دهد، چون قرارداد کاری هم یک نوع قول دوطرفه‌است و کارفرما هم باید به موقع حقوق او را بدهد. قول دادن یعنی عملی که تمام جان و توان خود را برای شاگردا‌ش می‌گذار، چرا که نسبت به تعلیم و تربیت آنها متعهد است و به آنها قول داده‌است. قول دادن یعنی پزشکی که بند به بند سوگندنامه خود را از آب و هوا برای خود حیاتی‌تر می‌داند. انسان به طور فطری، اجتماعی افریده شده‌است و زندگی اجتماعی پر از قول‌ها و عهدهای متفاوت است. پس تا انسان، انسان است تا دنیاست پای عهد و پیمان خود با بانوی دو عالم بماند. این گونه‌است که باید گفت «قول زنانه و پای او نلرزد.

درد

قول دادن یعنی عملی که تمام جان و توان خود را برای شاگردانش می‌گذار د، چرا که نسبت به تعلیم و تربیت آنها متعهد است و به آنها قول داده‌است. قول دادن یعنی پزشکی که بند به بند سوگندنامه خود را از آب و هوا برای خود حیاتی‌تر می‌داند. انسان به طور فطری، اجتماعی آفریده شده‌است و زندگی اجتماعی پر از قول‌ها و عهدهای متفاوت است. پس تا انسان، انسان است باید پای عهد خود بماند

■ جلوه‌ای از زیباترین وفای به عهد

ازدواج، زیباترین نوع عهد و پیمان بستن است. عهدنامه ازدواج یعنی قول می‌دهم در بیماری و سلامتی، فقر و رفاه، درد و شادی، سختی و آسانی در کنار زوج خود بمانم و این تنها مرگ است که می‌تواند ما را از هم جدا کند. اما امروزه، متأسفانه بسیاری از ما کلمه‌ها را مثل باد هوا از دهان خود جاری می‌کنیم و نمی‌دانیم که چه می‌گوییم. وقتی سختی به ما رو می‌ماند، ما هم به شریک زندگی خود پشت می‌کنیم و فراموش می‌کنیم که خوشی فقط برای سال اول ازدواج است و رفته رفته مشکلات بیشتر هم می‌شود اما وفای به عهد و پیمان ماندن است که کمر سختی‌های زندگی را می‌شکند و عشق پشت و پناه ما می‌ماند. زندگی با تمام تلخی‌ها و شیرینی‌ها است که مزه پیدای می‌کند و تا تلخی نباشد هیچ شیرینی لذت‌بخش نخواهد بود. اگر اسم خود را می‌گذاریم شریک زندگی و شریک یک پیمان دوطرفه، پس باید شیرین و فرهاد باشیم و تلخی‌ها را خودمان شیرین کنیم و بیستون‌ها را به هم از جابر داریم. اصلاً برای همین‌است که به زوج‌ها می‌گوییم شریک زندگی در یک پیمان مشترک مقدس با یکدیگر شراکت دارند. شراکت و پیمان بستن و عهد کردن هم یعنی سود و ضرر باید برابر باشد و شانه به شانه، بار را از دوش هم برداریم.

■ پایبندی به عهد و پیمان، همچون سرباز

سرباز بودن فقط مخصوص دوران سربازی و یک‌رم مردانه نیست، بلکه زن‌ها نیز قوی‌ترین سربازهای جهان هستند. سرباز عهد و پیمان خود بودن یکی از آن کارهایی است که زن‌های ما زیباتر از مردها آن را بلد هستند. ما از این نوع وفای به عهد‌ها زیاد دیده‌ایم. هیچ‌کس هشت سال پشت به پشت مرد خود جنگیدن را فراموش نمی‌کند، چرا که آن زن عهد بسته بود و زنانه پای عهد خود ماند. هیچ‌کس هشت سالی که ۸۰ سال گذشت را فراموش نمی‌کند. هیچ‌کس سادری که فرزند خود را راهی راه شهادت کرد را فراموش نمی‌کند، چرا که آن مادر عهد بسته بود تا دنیا، دنیاست پای عهد و پیمان خود با بانوی دو عالم بماند. این گونه‌است که باید گفت «قول زنانه

می‌دهم و تا ته خط پای قول خود هستم.» قول دادن مسئولیت‌پذیری می‌خواهد. اگر هر قولی که می‌دهیم باری را به دوش خود اضافه می‌کنیم، اگر کمر تاب‌آوری و عمل کردن به وفای ما ضعیف است، پس نباید بار خود را سنگین کنیم و مسئولیت کاری را بر عهد بگیریم که از محدوده توان ما خارج است. ما باید بتوانیم به هم تکیه کنیم. زندگی با خالی کردن زیر پای یکدیگر پیش نمی‌رود و بدقولی، بدترین شکل این کار است. هیچ‌کس نمی‌داند فردا چگونه‌است و چه پیش می‌آید. پس اگر قولی می‌دهیم، باید وفا کردن به آن را هم یاد بگیریم. باید یکدیگر را داشته باشیم که در فردایی نامعلوم، تنها و بی‌کس نباشیم. ایمان یعنی باور کردن بی‌قید و شرط. پس اگر کسی به حرف و قول ما ایمان می‌آورد، نباید با بدقولی او را به هر قول و به هر آدمی کافر کنیم. ما نسبت به هم رسالتی داریم و آن هم وفای به عهد است.