

سبک نگارش



طرح: حسین کشنکار جوان

با خودت صادق باش تا دیگران به تو اعتماد کنند

همه ما روده راست داریم!

حسین گل محمدی
هیچ چیزی بدتر از این نیست که در جمعی حضور داشته باشیم و به بدانیم افراد آن جمع با ما روراست نیستند و به محض خارج شدن ما از آن جمع شروع به حرف زدن در باره ما می کنند. آخرین باری که در جمع دوستانم بودم حس تنهايي در میان همه بدجوری آزارم می داد. حس آزار دهنده‌ای که می دانستم در پس هر لبخندی چه حرفی نهفته است. چند وقتی بود به این ظاهر سازی‌های دوستانه یی برده بودم و خیلی آزرده خاطر شدم وقتی فهمیدم برخی دوستانم با من روراست نیستند و فقط برای منافع خود با من رفاقت دارند. با خودم فکر کردم شاید یک جای کار من هم ایراد دارد، و گرنه سه دلیلی ندارد حس کنم اکثر دوستانم صادق نیستند. به هر حال بر خلاف آن ضرب المثلی که بعضی‌ها را فقط سیاه می بیند، همه ما کمیایی می تواییم روده راست داشته باشیم!

از ماست که بر ماست

همه ما از دروغ، فریب و دورویی ناراحت و دلگیر و از بی‌اعتمادی و بی‌صدافتی دلخور و عصبانی می‌شویم. فقط کافی است یک نفر با ما روراست نباشد، همان بس که انگ بی‌اعتمادی را به کل جامعه بزنم ولی یک سؤال: افرادی این جامعه را چه کسانی تشکیل می‌دهند؟ آیا مردمانی از سرزمین‌های دور تشکیل دهنده جامعه هستند یا خود من و شما ما هم این جامعه را تشکیل می‌دهیم؟ این دروغگویی و عدم روراستی و بی‌اعتمادی را چه کسانی در جامعه تزریق می‌کنند؟ افرادی از

سبک رفتار

مرور یک ماجرا

از درس‌های تعارف کردن

مهریم ترابی

ما ایرانی‌ها دائم در حال تعارف کردن به یکدیگر هستیم. تعارفاتی که خیلی از آنها صرفاً کلیشه‌ای و بر حسب عادت است و اصلاً واقعی و حقیقی نیست. غذا تعارف می‌کنیم، در حالی‌که اصلاً دوست نداریم کسی از غذای ما بخورد. تعارف می‌کنیم در حالی که دوست نداریم کسی به خانه ما بیاید، دوست نداریم همسفر ما شود. اصلاً دوست نداریم به آن چیزی که تعارف می‌کنیم اتفاق بیفتد ولی فکر می‌کنیم اگر تعارف نکنیم یک رفتار به دور از اخلاق انجام داده‌ایم و اینکه مردم درباره ما چه فکر می‌کنند، این رفتار می‌تواند آسیب‌های بسیاری را به شخصیت ما و روابط ما با دیگران وارد کند و چه بسا یک تعارف بی‌جا بتواند یک شانس را از ما بگیرد.

سبک رفتار

یک روز بهاری وقتی داخل یک سالن زیبایی سلوغ نشسته و منتظر بودم تا نوبت‌م شود و کارم را انجام دهند شاهد یک ماجرای جالب بودم. ماجرایی که هم تلخ بود و هم خنده‌دار. خانمی با چهره خندان وارد سالن زیبایی شد و به خانم‌های صندوقدار خودش را برنده این هفته قرعه‌کشی سالن زیبایی معرفی کرد. هر دو خانم صندوقدار متعجب یکدیگر را نگاه کردند و رو به خانم برنده گفتند: برنده این هفته ما خانم فلانی با شماره کد فلان امروز صبح تشریف آوردند و از امکانات جایزه خود استفاده کردند. خانم برنده کارت شناسایی خود را به آنها نشان داد و اصرار داشت که او برنده این هفته است و اینجا یک اشتباه و به عبارتی یک سرقت آرایشی رخ داده است. با خانمی که صبح تشریف آورده بود و خودش را برنده این هفته معرفی کرده بود تماس گرفتند و او هم خودش را با همان نام و نام استفاده کن من که دیگه به ولی وقتی خانم صندوقدار به او گفت شما برنده ما نبودید و شما خودتان را جای برنده اصلی جایزید تلقن را قطع و گوشی همراه خود را خاموش کرد. خانم مشخص شد یک اتفاق ناشایست رخ داده است به همین دلیل مدیریت سالن زیبایی به خانم برنده واقعی، این اسکان را داد که با تخفیف ویژه از امکانات سالن استفاده کند. همه کسانی که شاهد این اتفاق بودند درباره رفتار آن خانم و

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۹۸۴۷۱

نگاه



وقتی چشم و همچشمی چشم خودمان را کور می کند

ظاهر سازی

پاسخی به ظاهر بینی دیگران

رفتارهایی از خود نشان می دهند که خود را بالاتر از آنچه هستند به رخ بکشند در حالی‌که هر فردی باید به آنچه هست و آنچه توانایی دارد آگاه باشد و خود را برای آنچه نیست به مخاطره نیندازد.

رقابت ناسالم برای بهتر دیده شدن!

یکی از دلایل ایجاد چشم و همچشمی تغییر ارزش‌های انسانی و اجتماعی و همچنین رقابت ناسالم است. افرادی که از حیث امکانات مادی و معنوی دچار کمبود هستند، بدون در نظر گرفتن اوضاع اقتصادی و خانوادگی خود به دنبال نیازهای غیرواقعی می‌روند و با اعتقاد بر اینکه اگر فلان مقام یا موقعیت را داشته باشیم در جامعه مقبولیت بیشتری خواهیم داشت و بهتر دیده خواهیم شد مرتباً اتموبیل یا وسایل منزل خود را ارتقا می‌دهند و در این میان رسانه‌های جمعی به ویژه تلویزیون و فیلم‌های سینمایی نیز به این پدیده بیشتر دامن می‌زنند تا جایی که چشم و همچشمی و تقلید از لباس شروع می‌شود و به تدریج در تمام زمینه‌ها از قبیل مجالس مهمانی، معاشرت‌ها و رفت و آمدها حتی در انتخاب مسکن و وسایل زندگی تأثیر می‌گذارد.

ظاهرین و ظاهر ساز باشیم

رفتارهای نمایشی تجملاتی با هر نیتی که انجام شوند ما را در نظر دیگران انسان ظاهر بینی نشان می‌دهد. در واقع هر فردی که فقط برای بهتر نشان دادن خود رفتارهایی از این دست انجام می‌دهد به نوعی با خود روراست نیست و معایب و مشکلات خود را در پشت نقاب تجملات و تعارفات دروغین پنهان می‌کند. اینکه ما با رفتارهای خود منظر تحسین دیگران باشیم بسیار مضحک است. این دیگران چسرا باید نقش تعیین کننده‌ای در زندگی ما داشته باشند؟ چرا باید در طول شبانه‌روز مدام در فکر این باشیم که دیگران درباره ما چه فکری می‌کنند؟ البته اگران که تمام موارد زندگی شان را از چیدمان دکوراسیون منزل و خرید از فلان برند و فروشگاه معروف تا خرید خودرو و تویا برای جلب نظر دیگران انجام می‌دهند، گویا حس و حال شیرین اما کوتاه‌مدت و کاذبی را تجربه می‌کنند که شاید برای ما عجیب و غریب باشد! نکته مهم در این میان این است که ظاهر سازی بعضی‌ها در حقیقت پاسخ

به ظاهر بینی دیگران است. وقتی فرهنگ ظاهر بینی در جامعه جا می‌افتد خیلی‌ها سعی می‌کنند برای مورد توجه قرار گرفتن، ظاهر سازی کنند.
چشم خودمان را کور نکنیم
بسیاری از افرادی که به ورطه چشم و همچشمی می‌افتند نمی‌دانند که با رقابت کور کورانه فقط آرامش را از خود و اطرافیان سلب می‌کنند. زندگی بسیاری از افراد بر اثر همین چشم و همچشمی‌ها و تجملات فرو پاشیده است. در واقع آنان با چشم و همچشمی چشم خود را کور می‌کنند. طبع آمار منتشر شده، چشم و همچشمی، یکی از عوامل اصلی ۳۰ درصد طلاق جوانان بوده است.

نقش خانواده را جدی بگیریم

در این میان خانواده‌ها باید هوشیار باشند. والدینی که دچار این بیماری هستند این را بداندند که با رفتارهای بیمار گونه خود آینده فرزندانشان را به خطر می‌اندازند. خانواده به عنوان یک نهاد کوچک اجتماعی بستری برای پرورش نسل آینده است، پس الگوی مناسبی برای فرزندان خود باشیم و با رفتار درست خود تعریف درست اجتماعی می‌سازیم. این افراد به نوعی نقص و نارسایی در پیش و نارسایی در بینش و نگرش خود مبتلا هستند که به مرور زمان دچار بیماری‌های خطرناک روانی می‌شوند. والدینی و بی‌اعتمادی خود در فرزندانی که باورهای خود ایمان نداشته باشد یا به عبارتی اعتماد به نفس نداشته باشند در واقع خود و زندگی خود را به دست جریان باد می‌سپارد. این افراد به دلیل ضعف و حقارتی که در وجودشان احساس می‌کنند نظرات و حرف دیگران برایشان به شدت مهم است و نقش تعیین کننده‌ای در زندگی آنها سازی می‌کند. آنها برای سرپوش گذاشتن بر عیوب و نواقضشان

برای اصلاح هر خطا و اشتباهی چه در جامعه و چه در خانواده هر کسی موظف است یک قدم بردارد. مهم ترین نکته در این است که قبل از اینکه با دیگران صادق باشیم اول باید با خودمان صادق باشیم. پس بهتر است ابتدا از خودمان شروع کنیم. به راستی چقدر با خودمان روراست هستیم؟



برای اصلاح هر خطا و اشتباهی چه در جامعه و چه در خانواده هر کسی موظف است یک قدم بردارد. مهم ترین نکته در این است که قبل از اینکه با دیگران صادق باشیم اول باید با خودمان صادق باشیم. پس بهتر است ابتدا از خودمان شروع کنیم. به راستی چقدر با خودمان روراست هستیم؟

این صادق نبودن به خودی خود یعنی نداشتن اعتماد به نفس، نداشتن یک جایگاه اجتماعی درست، سر خوردگی در اجتماع و روابط و عملاً از دست دادن انگیزه‌ها و پیدا شدن یک افسردگی در وجود ما که می‌تواند سراغ از یک بیماری روانی هم باشد. افرادی که با خود روراست نیستند قطعاً در روابطشان با دیگران هم اثر تخریب کننده‌ای ایجاد می‌کنند. افرادی که روراست نیستند نمی‌توانند در یک فضای صمیمی با دیگران ارتباط برقرار کنند. وقتی اولین دروغ را می‌گویند مجبورند دومین دروغ را هم بگویند، به همین ترتیب دوباری از بی‌اعتمادی بین خود و دیگران می‌کنند که نتیجه‌ای جز تنهایی و انزوا به دنبال ندارد.

خشت اول را با دروغ نگذاریم

خشت اول گر نهاد معمار کج، تا ثریا می‌رود دیوار کج. در هر رابطه‌ای اگر قدم اول و خشت اول را با دروغ پایه‌گذاری کنیم تا آخر هم باید بر همین اساس پیش برویم. روراستی یا دروغگویی ریشه در تربیت افراد دارد. از آنجایی که بچه‌ها الگو برداری از پدر و مادرشان بسیار زیاد است، وقتی در خانواده‌ای پرورش می‌یابند که پدر و مادر با هم صادق نیستند و روراست نبودن را به بچه‌ها آموزش می‌دهند طبیعی است که این در ذهن بچه‌ها به عنوان یک ویژگی و صفت بد، یک کار و حتی رفتار بد جا نمی‌افتد، یعنی در ذهنشان معنا و مفهومی نایسند پیدا نمی‌کند و بعدها خیلی راحت در اجتماع به همین روش رفتار می‌کنند. ما خیلی اوقات در جامعه با افرادی روبه‌رو می‌شویم که رعایت ادب و احترام برایشان مهم نیستند و این عملاً به خانواده و بستری که در آن رشد کرده‌اند بر می‌گردد یا حتی بد صحبت کردن و به کار بردن الفاظ نادرست یا حتی

دروغ‌های بی در پی که افراد به کار می‌برند این نشان می‌دهد که معنا و مفهوم بدی از دروغ در ذهنشان نیست یعنی تعریفی از زشتی آن ندارند به همین خاطر خیلی راحت این کار را انجام می‌دهند. در واقع باید گفت این رفتار اکتسابی است اما معنایش این نیست که چون در خانواده این‌را به این شکل آموزش دیده‌ایم پس تا پایان عمر هم باید به همین شکل زندگی کنیم. به هر حال ما به مر حله‌ای از زندگی می‌رسیم که بستترهای اجتماعی بزرگ‌تری را تجربه و قدرت تشخیص خوب از بد را دریافت می‌کنیم. پس خود ما تعیین کننده رفتارمان در اجتماع هستیم. خود ما باید بدانیم که آیا روراست بودن با دیگران خوب است یا عدم روراستی و به نوعی صادق نبودن؟

با خود صادق باشیم تا با ما صادق باشند

برای اصلاح هر خطا و اشتباهی چه در جامعه و چه در خانواده هر کسی موظف است یک قدم بردارد. مهم ترین نکته در این است که قبل از اینکه با دیگران صادق باشیم اول باید با خودمان صادق باشیم. پس بهتر است ابتدا از خودمان شروع کنیم. به راستی هستند انسان‌هایی با روراست هستیم؟ یا تا به حال چقدر خودمان را فریب داده‌ایم؟ چقدر به آنچه می‌گوییم ایمان داریم؟ بهتر است قبل از هر جوابی کمی تأمل کنیم. کسانی که با خودشان صادق و روراست هستند انسان‌هایی با اعتمادبه نفس و عزت نفس هستند. این افراد خودشان را بسیار قبول دارند و همیشه به خودشان احترام می‌گذارند. روراستی کلید اعتماد دیگران به ماست. وقتی ما با خودمان روراست هستیم در واقع تکلیفمان را با دیگران هم روشن کرده‌ایم. آنها به ما اعتماد می‌کنند و حرف و عمل ما را قبول خواهند داشت.

رفتار های نمایشی تجملاتی با

هر نیتی که انجام شود ما را در نظر دیگران انسان ظاهر بینی نشان می‌دهد. در واقع هر فردی که فقط برای بهتر نشان دادن خود رفتارهایی از این دست انجام می‌دهد به نوعی با خود روراست نیست و معایب و مشکلات خود را در پشت نقاب تجملات و تعارفات دروغین پنهان می‌کند. اینکه ما با رفتارهای خود منظر تحسین دیگران باشیم بسیار مضحک است. این دیگران چسرا باید نقش تعیین کننده‌ای در زندگی ما داشته باشند؟ چرا باید در طول شبانه‌روز مدام در فکر این باشیم که دیگران درباره ما چه فکری می‌کنند؟ البته اگران که تمام موارد زندگی شان را از چیدمان دکوراسیون منزل و خرید از فلان برند و فروشگاه معروف تا خرید خودرو و تویا برای جلب نظر دیگران انجام می‌دهند، گویا حس و حال شیرین اما کوتاه‌مدت و کاذبی را تجربه می‌کنند که شاید برای ما عجیب و غریب باشد! نکته مهم در این میان این است که ظاهر سازی بعضی‌ها در حقیقت پاسخ

به ظاهر بینی دیگران است. وقتی فرهنگ ظاهر بینی در جامعه جا می‌افتد خیلی‌ها سعی می‌کنند برای مورد توجه قرار گرفتن، ظاهر سازی کنند.
چشم خودمان را کور نکنیم
بسیاری از افرادی که به ورطه چشم و همچشمی می‌افتند نمی‌دانند که با رقابت کور کورانه فقط آرامش را از خود و اطرافیان سلب می‌کنند. زندگی بسیاری از افراد بر اثر همین چشم و همچشمی‌ها و تجملات فرو پاشیده است. در واقع آنان با چشم و همچشمی چشم خود را کور می‌کنند. طبع آمار منتشر شده، چشم و همچشمی، یکی از عوامل اصلی ۳۰ درصد طلاق جوانان بوده است.

نقش خانواده را جدی بگیریم

در این میان خانواده‌ها باید هوشیار باشند. والدینی که دچار این بیماری هستند این را بداندند که با رفتارهای بیمار گونه خود آینده فرزندانشان را به خطر می‌اندازند. خانواده به عنوان یک نهاد کوچک اجتماعی بستری برای پرورش نسل آینده است، پس الگوی مناسبی برای فرزندان خود باشیم و با رفتار درست خود تعریف درست اجتماعی می‌سازیم. این افراد به نوعی نقص و نارسایی در پیش و نارسایی در بینش و نگرش خود مبتلا هستند که به مرور زمان دچار بیماری‌های خطرناک روانی می‌شوند. والدینی و بی‌اعتمادی خود در فرزندانی که باورهای خود ایمان نداشته باشد یا به عبارتی اعتماد به نفس نداشته باشند در واقع خود و زندگی خود را به دست جریان باد می‌سپارد. این افراد به دلیل ضعف و حقارتی که در وجودشان احساس می‌کنند نظرات و حرف دیگران برایشان به شدت مهم است و نقش تعیین کننده‌ای در زندگی آنها سازی می‌کند. آنها برای سرپوش گذاشتن بر عیوب و نواقضشان