سبک تحول

در سال جدید هستیم. این سال هم به رسم زمان به سرعت سال‌های دیگر سپری خواهد شد. می توانیم از فرصت‌ها برای کسب افتخار، بهره ببریم. لازم نیست ایده‌آلی غیراصولی برای خود در نظر بگیریم. کافی است به اندازه‌ای که می توانیم خوب عمل کنیم. همین یعنی من مایه افتخار برای خودم هستم

نگاهی منصفانه به سالی که گذشت و برنامه‌ریزی برای سال جدید

حال خودمان را خوب کنیم

■ مینا محمددوست

هر روز موهبتی است از جانب پروردگار، برای کسانی که دوباره بیدار شدند، چه بسیار افراد که شب گذشته آخرین خواب زندگی‌شان را تجربه کردند، اما شکر که برای بسیاری روز دیگر و فرصتی دیگر در اختیار است. داستان توبه‌های بزرگ، داستان شروع و پایان جنگ‌ها، داستان اختراع‌ها، تاریخ به دنیا آمدن مردان و زنان نامدار تاریخ و... همگی در یک روز خاص اتفاق افتاده است. پس همین روزهای به ظاهر تکراری غنیمتی است که می تواند زمینه‌ساز رسیدن از فرش به عرش باشد؛ یا خدایی نکرده برعکس. خاص شدن یک روز می تواند انتخابی باشد در گذر زمان! و مفهوم زمان یکی از پیچیده ترین مفاهیم دنیای علم است. ساعت‌های قراردادی که بشر در قالب تقسیم‌بندی برای روز و شب برگزیده است، اما آیا به راستی پی برده‌ایم معنا و کارکرد واقعی زمان چیست؟ یا صرفاً شاهد گذر زمان هستیم! و آیا باز این زمان است که می‌گذرد؟ یا ما در این جریان تغییر می کنیم؟ شاید به درستی جواب بسیاری از این سؤال‌ها را ندانیم و کنترلی روی گذر زمان نداشته باشیم، پس بهتر است تمرکزمان به روی چیزی باشد که تحت کنترل ماست. یعنی اینکه «من به چه نحو از زمان به نفع خودم و اطرافم استفاده کنم؟.» جواب به این سؤال اساس تعیین روندی است که تجربه خواهیم کرد و به این ترتیب، وقتی به پشت سر نگاه کنیم، رضایت یا نارضایتی از اینکه چطور روزها را پشت‌سر گذاشتم، خواهیم داشت.

یک سال گذشته چگونه گذشت؟

۱

یک‌سال گذشت. سالی با تغییر چهره دنیا در پایه‌ای‌ترین بنیاد زندگی؛ یعنی سلامتی! در این دوره، همه‌قدر سلامتی را بهتر درک کردیم. به شکل برابر در ترس از دست‌دادن‌ها سهیم بودیم. هر چند سخت و البته بسیار تلخ! اما با هم گذراندیم. بهتر بهداشت و نظافت را رعایت کردیم. گاه دیدارها به دلتنگی کشید، ماسک‌ها بخش جدانشدنی از صورت، برای بیرون رفتن از منزل شد. تمام اینها نامانوس بود، اما گذشت. وقتی به این جریان نگاه می کنیم، طبیعتاً روال زندگی چهره‌ای بسیار متفاوت به خود گرفته است، اما در این تفاوت، عده‌ای بیش از پیش دست به کار شده و در راستای تأمین سلامت همنوعان تلاش و تحقیق کردند. خوشبختانه نتیجه این تلاش‌ها خبرهای امیدبخش از به تدریج بازگشت به روال عادی زندگی بود، یعنی تهیه واکسن. بنابراین زمانی که دنیا درگیر اپیدمی بود، عده‌ای در همین مقطع از «زمان» به نحو مطلوب استفاده کردند. در شرایطی که بحران برای همه یکسان بود. هیچ‌کس مصون از دغدغه سلامت نبود.

برای تغییر اوضاع چه کرده‌ایم؟

۲

شاید فکر کردن به این مسئله کمی ما را آگاه‌تر و مسئول‌تر سازد، نسبت به اینکه در شرایط گوناگون آنچه من به نحو مطلوب می‌توانم انجام دهم، چیست؟ حالا اگر نگاهی منصفانه به سال گذشته خود داشته باشیم هر کدام از ما، چگونه از اوقات خود بهره بردیم؟ در زندگی و اطراف خود چه تغییر مطلوبی ایجاد کردیم؟ چه اهدافی را بر گزیدیم و چه قدم‌هایی برداشتیم؟ چقدر پشتکار داشتیم و سختکوش بودیم؟ مسلم است که برای همه ما، موانع بسیار بوده است. به جنبه دیگر قضیه نگاه کنیم، برای برداشتن موانع چه کردیم؟ اگر نگاهی منطقی به آنچه انجام دادیم داشته باشیم و تمامی عوامل و موانع را به شکل موقت نادیده بگیریم، چیزی که پابرجاست «من» هستم و «من» برای ایجاد تغییرات مثبت بر خودم، قطعاً در حد نیاز توانایی‌های لازم را دارم. شاید به جا باشد یادآور خاطره‌ای از استاد محترمی داشته باشم که به مناسبت هدیه سال نو به هر کسی، اثر نقاشی از چهره خود فرد را هدیه داد و چه پیامی مهم‌تر از اینکه هر آنچه برای ایجاد حال خوب بدان نیازمندی، در دایره وجود خود توست. ما زمانی می توانیم دنیا را بهتر تجربه کنیم که بهتر فکر و به تبع آن عمل کنیم. پس بهتر است دست از توجیه خود برای توقف‌ها و نرسیدن به خواسته‌ها برداریم. آنچه مانع است که مانع است، اما آنچه مهم است اقدامی است که می تواند راه گشایی برای موانع باشد؟ و چه دلگرمی از این بالاتر که تکیه گاهی به بزرگی خداوند بخشنده مهربان داریم؟!

تصمیم‌هایی برای سال پیش‌رو

۳

در سال جدید هستیم. این سال هم به رسم زمان به سرعت سال‌های دیگر سپری خواهد شد. می توانیم از فرصت‌ها برای کسب افتخار، بهره ببریم. لازم نیست ایده‌آلی غیراصولی برای خود در نظر بگیریم. کافی است به اندازه‌ای که می توانیم خوب عمل کنیم. همین یعنی من مایه افتخار برای خودم هستم. کسی که در دل و وجدان خود، آسوده خاطر است، خواه ناخواه، الهام‌بخش دیگران نیز هست. ما درگیر رابطه‌ها هستیم، بنابراین رابطه‌ها را ارزیابی کنیم. لطفاً دقت کنیم. ما بیش‌ترین اوقات را، با همسر و فرزند و مادرمان نمی کنیم. بله! بیشترین کسی که با آن مشغول واگویه هستیم، خودمانیم! اگر از ارتباطی که با خود داریم راضی هستیم که بسیار عالی، سعی در تقویت نکات مثبت خود داشته باشیم. در غیر این صورت تجدیدنظر کنیم. دانستن اینکه من با خودم چه رابطه‌ای دارم کار سختی نیست. فقط به «حال» خود توجه کنیم. چه حسی داریم؟ آیا به رغم تمام مسائل و مشکلاتی که جزو جدانشدنی از زندگی است، دل شاد هستیم؟ آیا گاه و بیگاه از تنهایی‌های خود لذت می‌بریم؟ یا از آن دسته کسانی هستیم که به محض تنهایی، چنان غرق در فکر کردن به دشواری‌ها و ناکامی‌ها می‌شویم که حسابی حال خود را خراب می کنیم؟ مناسب است ساعاتی را برای آنچه به شکل منطقی حال من را خوب می کند ضمن اینکه به خود یا دیگران صدمه نمی‌زند، وقت بگذاریم. همینطور لازم است طی روز ساعاتی برای تجدید نیرو و آرامش درون با خدای خود رابطه داشته باشیم، تلاش کنیم و نتیجه کار را به او بسپاریم که این بسیار انرژی‌بخش است.

نگاهی به رابطه خود با اطرافیانمان داشته باشیم. خانواده، دوستان، اقوام، همکاران... هر یک از این گروه‌ها، جایگاه ویژه‌ای در زندگی ما دارند. بنابراین رابطه‌ای که با آنها داریم، در بسیاری موارد نقش تعیین کننده‌ای برایمان دارند. مسلم است ما با هر یک از این گروه، رفتار متفاوتی داریم. بهتر است رابطه‌ای که با اعضای خانواده داریم به گونه‌ای باشد که بتوانیم حس ارزشمندی به آنها انتقال دهیم. پرورش احساس مفیدبودن در بین اعضای یک خانواده، مانند سرمایه‌گذاری در بهترین مکان است، زیرا دیر یا زود ثمره آن به شکل دلنشین نمایان می‌شود.

به رابطه با دوستان خود توجه کنیم. هر کس به دلیلی جذب دوستی می‌شود. صرف‌نظر از دلایل، دوستی فرصتی است برای تجربه خوبی‌ها. دوست نقش تعیین کننده‌ای در جهت‌دهی به افکار ما دارد. در انتخاب دوست دقیق باشیم، زیرا در مواقعی نقش یک دوست، حتی برجسته‌تر از خانواده می‌شود..

سبک تربیت

بگذارید حوصله بچه‌ها سر برود

قرار نیست همه زندگی سرگرمی باشد

اگر دور و برتان بچه‌ای باشد با این معضل به خوبی آشنایید: پیش شما می آیند و می گویند که حوصله‌شان سر رفته و نمی‌دانند چکار کنند. اگر سرتان خلوت باشد شاید مشغول بازی کردن با آنها شوید و اگر نتوانید با آنها وقت بگذرانید احتمالاً برایشان انیمیشنی می‌گذارید یا راه دیگری پیدا می کنید تا سرگرم شوند، اما چه بسا راه درست‌تری هم باشد: ولشان کنید تا کم‌کم بیاموزند زندگی چیزی است که در آن اغلب اوقات حوصله آدم سر می‌رود.

«حوصله‌ام سر رفته.» این جمله کوتاه آنقدر قدرت دارد که پدر و مادرها را از وحشت، آزردگی خاطر و عذاب وجدان لبریز کند. اگر حوصله کسی سر رفته باشد، حتماً فرد دیگری در آموزش، غنابخشی یا سرگرم‌کردن او کوتاهی کرده است. اصلاً چطور ممکن است کسی - خواه کودک یا بالغ- ادعای ملال کند، آن هم در حالی که کارهای زیادی را می‌توان و باید فوراً انجام داد؟ اما ملال از آن چیزهایی است که باید تجربه‌اش کرد، نه آنکه با عجله کنارش زد. برخلاف چیزی که بیشتر افراد در فرایند رشد می‌آموزند -اینکه فقط افراد حوصله سربر هستند که حوصله‌شان سر می‌رود- ملال سودمند است؛ برای ما خوب است.

اگر کودکان خیلی زود با این قضیه کنار نیایند، بعدها دچار شگفت‌زدگی نامطبوعی خواهند شد. قبول کنیم که مدرسه می‌تواند جای خسته‌کننده‌ای باشد و واقعیت این است که معلمان وظیفه ندارند به همان ترتیبی که آموزش می‌دهند، کودکان را سرگرم هم بکنند. قرار نیست زندگی جولانگاه بی‌پایان سرگرمی‌ها باشد. در رمان «کجا می‌روی برنادت؟» نوشته ماریا سمپل در سال ۲۰۱۲، مادری به دخترش می‌گوید: «درست است که حوصله‌ات سر رفته، اما بگذار راز کوچکی درباره زندگی به تو بگویم. هرچه بیشتر به این فکر کنی که چیزی ملال‌آور است، ملال‌آورتر می‌شود، اما به محض آنکه بفهمی فقط خودت هستی که می‌توانی زندگی‌ات را جذاب کنی، اوضاع بهتر خواهد شد.»

قبلاً مردم پذیرفته بودند که ملال بخش بزرگی از زندگی است. خاطرات پیش از قرن ۲۱ سرشار از یکنواختی است. افراد طبقه مرفه، وقتی از پرسه‌زدن در سالن‌های پذیرایی خسته می‌شدند، به پیاده‌روی‌های طولانی می‌رفتند و دار و درخت‌ها را تماشا می‌کردند؛ سوار ماشین‌هایشان می‌شدند و بازهم دورتر می‌رفتند و درختان بیشتری را تماشا می‌کردند. آنهایی که مجبور بودند کار کنند، سخت‌تر کار می‌کردند. کارهای صنعتی و کشاورزی بیش از حد کسالت‌بار بودند و به نظر نمی‌رسید آدم‌های زیادی انتظار داشته باشند، شغل‌شان ارضاکننده باشد. کودکان نیز انتظار چنین آینده‌هایی را داشتند و از همان عنفوان کودکی با آن اخت می‌شدند؛ بنابراین چیزی هم جز کتابخانه، درخت و بعدها تلویزیون مضر در بعدازظهرها، در مخیله‌شان نمی‌گنجید.

تنها چند دهه قبل، در دوران از دست رفته کم‌توجهی به کودکان، آدم‌های بالغ فکر می‌کردند حدی از ملال ضروری است و کودکان هم خرسند بودند که بزرگ‌ترها کاری به کارشان ندارند. امروزه قراردادن کودکان در چنین انفعالی همچون اهمال والدین در انجام وظایف‌شان دیده می‌شود. کلیر کین‌میلر در مقاله‌ای به نام «شقاوت والدین مدرن» که در نشریه تایمز منتشر شد و بسیار مورد توجه قرار گرفت، به مطالعه جدیدی ارجاع می‌دهد که براساس آن والدین، صرف‌نظر از طبقه درآمد یا نژاد، معتقد بودند: «کودکانی که در ساعات بعد از مدرسه حوصله‌شان سر می‌رود، باید در کلاس‌های فوق برنامه ثبت‌نام شوند و والدینی که مشغله دارند باید در صورتی که کودکان از آنها درخواست کنند، تمام کارهایشان را متوقف کرده و به آنها توجه کنند.»

امروزه بچه‌ها، زمانی که والدین دست از سرشان برداشته باشند با وسایل دیجیتال‌شان به حال خود رها می‌شوند. والدین برای یک مسافرت طولانی با ماشین یا هواپیما چنان برنامه‌ریزی می‌کنند که انگار ژنرال‌های ارتش هستند و دارند نقشه یک مانور زمینی پیچیده را می‌ریزند. وقتی در دهه ۷۰ کودکان در راه بازگشت حوصله‌شان سر می‌رفت، والدین چه کار می‌کردند؟ هیچ! اجازه می‌دادند بوی بنزین خفه‌شان کند، خواهر و برادرهایشان را عذاب دهند و چون کمربند ایمنی واقعاً کارایی نداشت، می‌گذاشتند بچه‌ها با کمربند شکسته بازی کنند. آن روزها اگر از ملال شکایت می‌کردید، احتمالاً چنین جوابی می‌شنیدید: «برو بیرون»، یا حتی بدتر: «اتاقت را مرتب کن.» سرگرم‌کننده بود؟ نه! کمک‌کننده بود؟ بله.

به هر حال ملال می‌توان منشأ اتفاقاتی باشد. بعضی از ملال‌آورترین شغل‌هایی که من داشته‌ام، در عین حال خلاقانه‌ترین‌ها هم بوده‌اند. بعد از مدرسه در یک شرکت واردات کار می‌کردم و عکس‌های نوعی بلوز زشت پرویی را روی بروشورهای تبلیغاتی می‌چسباندم. در طول انجام این کار یکنواخت، دست‌هایم پر از چسب می‌شد. نمی‌دانم چرا همه چیز بوی ملاس می‌داد. ذهن من چاره‌ای نداشت جز آنکه جهانی خیالی بسازد. قصه‌ها درست در آن لحظه‌ای شکل می‌گیرند که احساس ملال می‌کنید. هنگام وارسی قفسه‌های سوپر مارکت، روایت‌هایی درباره خریدهای مردم درست می‌کردم.

به محض آنکه با اثرات بی‌حس‌کننده ملال اخت شوید، خودتان را در مسیر اکتشاف می‌یابید. یکنواختی باعث ظهور تفاوت‌های جزیی میان درخت‌ها و میان آن بلوزها می‌شود. به همین دلیل است که ایده‌های خوب زیر دوش حمام به سراغ آدم می‌آیند؛ یعنی وقتی اسیر فعالیتی پیش پا افتاده هستید، چراکه درست همان زمان است که به ذهنتان اجازه می‌دهید پرسه بزند و خودنیز به دنبالش روانه می‌شوید.

تردیدی نیست که خود ملال در واقع اهمیتی ندارد، بلکه مهم نگرشی است که بدان داریم. هنگامی که فرد به نقطه فروپاشی می‌رسد، ملال به او می‌آموزد چگونه واکنشی سازنده نشان دهد؛ چگونه وضعیت را تغییر دهد، اما مادامی که به عادت خوار شمردن ملال چسبیده باشیم، چنین چیزی را یاد نخواهیم گرفت.

توانایی مدیریت کردن ملال، به طرز شگفت‌انگیزی با توانایی تمرکز و خودگردانی همبسته است. نتایج پژوهشی نشان داده است که افراد مبتلا به اختلالات توجه بیشتر مستعد ملال هستند. جای تعجب نیست که در این جهان مافوق مهیج، آنچه در ابتدا فریبنده به نظر می‌رسید، دیگر چنان نباشد و آنچه زمانی سرگرم‌کننده بود، اکنون کسالت‌بار به نظر آید.

به ویژه مهم است که کودکان در سن کم احساس ملال کنند و اجازه دهیم با این احساسشان تنها بمانند. به جای آنکه این موضوع را همچون «مشکلی» ببینیم که باید به کمک بزرگ‌ترها مرتفع گردد، بهتر است اجازه دهیم خود کودکان با آن دست و پنجه نرم کنند.

ما دیگر کودکانمان را اینگونه تربیت نمی‌کنیم. مدرسه‌ها در برابر فشار آنچه بدان انتظار کودکان می‌گویند؛ یعنی سرگرمی تسلیم شده‌اند و دیگر کمتر نشانی از اصرار بر حفظ کردن چیزهای دیرفهم، خسته‌کننده و سطحی (درست مانند حجم زیاد اطلاعات) به چشم می‌خورد. آموزگاران وقت بیشتری را صرف ابداع روش‌هایی برای «مشارکت دادن» دانش‌آموزان به یاری رسانه‌های بصری و «یادگیری تعاملی» می‌کنند. بچه‌ها دیگر به سخنرانی‌های طولانی که متعاقبش بحث هم باشد، گوش فرا نمی‌دهند؛ پس بر ماست که آموزشی آسان فهم‌تر برایشان فراهم کنیم.

بدون تردید اگر به جای افزایش سرگرمی به کودکان بیاموزیم در برابر ملال شکیبا باشند، آنان را برای آینده‌ای واقعی‌تر آماده خواهیم کرد؛ یعنی آینده‌ای که در آن جایی برای انتظارات نادرست از کار و زندگی وجود ندارد. روزی فرزندان ما، حتی در شغلی که به هر حال دوستش دارند، ممکن است مجبور شوند کل یک روز را به پاسخ دادن به ایمیل‌های جواب داده نشده بگذرانند، ممکن است مجبور شوند گزارش‌های مفصل مالی را بررسی کنند، یا دستیار یک ربات در یک انبار بزرگ اینترنتی شوند.

شاید به نظرتان ملال‌آور بیاید. کار همین است، زندگی همین است. شاید دوباره باید با ملال اخت شویم و به نفع خودمان به کارش بگیریم. شاید در جهانی که پیوسته خواسته‌های افراد در حال افزایش است، با کمی هیجان کمتر نیز بتوانیم زندگی کنیم.

نقل و تلخیص از: وب سایت ترجمان / نوشته: پاملا پل / ترجمه: آرش رضاپور / مرجع: نیویورک تایمز

سبک ارتباط

عشق را آب هم درک می کند

زیباترین آرایش مولکولی در کلمات محبت آمیز!

■ مطهره تنگستانی

دکتر ماسارو ایموتو، محقق و دانشمند ژاپنی تأثیر کلام را روی مولکول‌های آب بررسی کرد و به این نتیجه رسید که کلمات رایحه دارند! بله! درست است. واژه‌ها عطر و رایحه دارند. او اینگونه تصریح می کند که آب، پیام مهمی برای ما دارد؛ آب به ما می گوید که نگاه عمیق‌تری به خودمان بیندازیم...

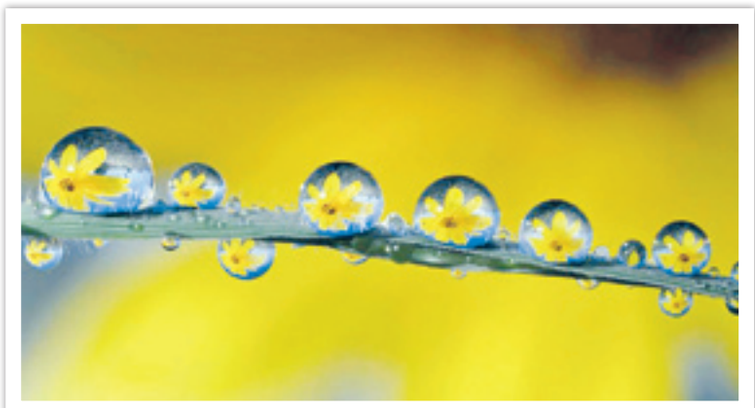
ایموتو نتایج این پروژه را در کتاب خود چنین نگاشته است که انرژی ارتعاشی بشر، افکار، نظرات، موسیقی، دعا و نیایش بر ساختار مولکولی آب اثر می گذارد. آب ماده‌ای بسیار سازگار است، به گونه‌ای که شکل فیزیکی آب به آسانی با محیطی که در آن هست، انطباق پیدا می کند و نه تنها از نظر فیزیکی تغییر می کند، بلکه شکل مولکولی آن نیز تغییر یافته و انرژی یا ارتعاشات محیط، شکل مولکولی آب را تغییر می‌دهد. بهتر است کمی توقف و تأمل کنیم. تأثیر کلام بر مولکول‌های سازگار آب اینگونه است، پس کلام بر ما که ۷۰درصد بدنمان آب است چه تأثیراتی دارد؟ آب همچون آینه زیبایی‌های لغات را نشان می‌دهد. زیبایی عشق به خانواده را. زیبایی اینکه خانواده سه رکن است و آب آینه‌ای است برای ما تا بدانیم در زندگی‌مان چه می گوییم و چه برداشت می کنیم. انسان با محیط و اطرافیانش همچون آب موجودی سازگار است. عطر واژه‌ها بر مولکول‌های آدمی نیز تأثیر می گذارد و به جانش می‌نشیند.

در دوران دانشجویی یکی از دوستانم از اتفاقی شوکه‌کننده خبر داد! خبر این بود که قرار است در دوران طلایی عقد که همه آن را عاشقانه‌ترین زمان زندگی می‌خوانند، از همسرش جدا شود. آن دو را خوب می‌شناختم، آنها با یک رابطه عاشقانه، رسمی و خوب مسیر زندگی‌شان را آغاز کرده بودند، اما حالا چه شده که... ؟ ماجرا را از دوستم پرسیدم، اما چیزی دستگیرم نشد. بعد از مدت‌ها کند و کاو روزی دوستم را در انجمن دانشجویی دیدم، اما این بار با رفتاری متفاوت. صدایش با خنده‌های بلند به گوشم می‌رسید. به او نزدیک شدم و بعد از سلام و احوالپرسی مسئول انجمن را معرفی کرد. جوانی خوش صحبت بود. با آنها که همکلام شدم چیزهای زیادی دستگیرم شد. بعد از خداحافظی به سمت کلاسم راهی شدم، اما در کلاس به یاد جدایی قبلی دوستم افتادم و فکر کردم. همسر سابق او جوانی بسیار اهل فن و درایت اما شاید در کلام و گفتار فردی کم صحبت بود.

وقتی چهره دوستم با مسئول انجمن در ذهنم تداعی شد، تأثیر کار را یافتم. فوراً این جمله رهبری در ذهنم نقش بست: «همه ما نقص داریم، خب! حالا تا از هم دوریم این نقص‌ها را نمی‌دانیم. به مجردی که ازدواج انجام شد و کنار هم قرار گرفتیم، کم‌کم کمبودها ظاهر می‌شود. حالا ناراضی باشیم؟ نخیر. باید زندگی را آنگونه که هست، پذیرفت و با آن ساخت.»

صدای شوخی‌ها و خنده‌های دختر و پسر جوان در گوشم پیچید. دخترک جوان نیازمند شنیدن واژه‌های زیباست تا حال دلش را خوب کند و به جای اینکه این واژه‌ها را از کسی بشنود که می‌تواند آرامش حقیقی به او هدیه دهد، آن را از جوانی می‌شنود که آرامشی کاذب را به او تزریق می‌کند. دخترک که از دور به زندگی جوان وارد شده تمام رویاهایش را در او می‌یابد و نقص‌های همسر خود را آنقدر بزرگ می‌کند که دیگر جایی برای جبران همسرش باقی نمی‌گذارد. صدای خنده‌های دوستم هنوز در گوشم هست که با شوخی‌های گاهاً بی‌معنی جوان انگار تمام دنیا را به او می‌دهند...

امان از زمانی که خانه‌هایمان پر باشد از بوی تعفن واژه‌هایی که بین ما و همسرمان رد و بدل می‌شود. بویی که شاید با شامه بویایی آن را استشمام نکنیم، اما رایحه‌اش آنچنان ریشه در جان ما می‌افکند که رفتارهای غیرقابل جبرانی را به دنبال خواهد داشت. یکی از بزرگ‌ترین معضلات خانواده‌ها رد و بدل کردن حرف‌های زشت و نازیبا با افراد خانواده است. بدون اینکه بدانیم این حرف‌ها با تغییر ساختار مولکولی ما می‌توانند عامل خیلی از رفتارهایمان باشند. گاهی وقت‌ها تعفن واژه‌ها جوری ما را درگیر و گرفتار خود می‌سازد که متوجه نمی‌شویم، اما منجر به بدترین تصمیم در زندگی‌مان می‌شود. اینجا واژه‌ها شاید زیبا باشد، اما زیبا را باید از زیبا شنید. یعنی مرجع کلام هم مهم است. این نیست که فقط زیبا بشنویم. اگر بهترین و زیباترین واژه‌ها را از زبان بدترین آدم بشنویم دیگر شاید تأثیر آنچنانی نداشته باشد یا حتی تأثیر عکس هم داشته باشد.



امان از زمانی که خانه‌هایمان پر باشد از بوی تعفن واژه‌هایی که بین ما و همسرمان ردوبدل می‌شود. بویی که آنچنان ریشه در جان ما می‌افکند که رفتارهای غیرقابل جبرانی را به دنبال خواهد داشت. گاهی وقت‌ها تعفن واژه‌ها جوری ما را درگیر و گرفتار خود می‌سازد که متوجه نمی‌شویم، اما منجر به بدترین تصمیم در زندگی‌مان می‌شود