

سبک گفت‌وگو



نقش گفتار محبت‌آمیز و مؤدبانه در تحکیم روابط زناشویی

وقتی «میم» کنار «عزیز» می‌نشیند دنیایمان قشنگ می‌شود «عزیزم»!

مجید محمد*

این روزها خانواده‌ها دست به یکی کرده و خود را روی سابلنت گذاشته‌اند! وقتی در خانه سکوت عجیبی برقرار شده است، وقتی در میان مادر و پدر و فرزندان درددلی صورت نمی‌گیرد، وقتی بین مرد و زن گفتمان مناسب و صحیح درباره ساده‌ترین چیزها صورت نمی‌گیرد، وقتی استفاده مناسب همراه با مهر و محبت از زبان و گفتار نمی‌کنیم، بالطبع کانون خانواده تبدیل به یک زیستن اجباری و سرد خواهد شد، طوری که انگار نه انگار کسی در این جمع با هم نسبتی دارند.

در حوزه روابط خانواده و زناشویی افراد، یکی از عواملی که می‌تواند رفته رفته باعث فروپاشی خانواده‌ها شود، همین عدم ارتباط مؤثر از طریق کلام و گفتار مناسب است. پرداختن به تبیین و توضیح آنچه ما انتظار داریم بسیار ساده است و می‌تواند بسیار بسیار کمک کند تا دیگران ما را بهتر شناخته و در جهت تحقق انتظارات ما نیز کمک کنند.

فراموش نکنیم پیشینه سخن گفتن‌های ما مبتنی بر آداب و ادبیات کهن ماست. ادبیاتی که مزین به آرایه‌های ادبی است. اولین ارتباط کلامی ما زمانی اتفاق می‌افتد که چشم‌مان به روی اعضای خانواده

بعضی‌ها چسرا این گونه‌اند؟ به نظر می‌رسد چون درون زیبایی دارند و زیبایی از وجودشان برنگاه، کلام و رفتارشان نیز اثر می‌گذارد. بدیهی است که از کوزه همان تراود که در اوست.

زبان و ادبیات فارسی ما مملو است از کلمات و الفاظ توصیفی مناسب. شاعران و برجستگان ادبی ما پیرامون شور و شیدایی عاشقانه‌ها سر داده‌اند. از چنین زبانی با این قدمت زیبایی‌شناسی در گفتار بعد است که هنگام صدا کردن همسری توسط مرد خطابه یا امری باشد.

سخت نیست زیبا سخن گفتنی که عادت دیرینه ما بوده است. یکی «م» در ادبیات عاشقانه ما دنیایی را به هم وصل می‌کند. وقتی یک حرف حرف فاصله‌زایی را بین عزیز تا عزیزم از بین می‌برد در عین کردنش واقعاً بی‌انصافی است. کلام خود را مزین به آرایه‌های ادبی و توصیفی کنیم.

تصور کنید در حین کار هستید، خانم شما در فضای ذهنی مناسب و آرام، البته بی‌خبر از احوال شما، در فضای مجازی پیامی عاشقانه می‌فرستد. شایسته است اگر چه دست شما بند است، اگر چه فضای ذهنی‌تان درگیر کار و سختی‌هاست، اگر چه هم‌اکنون که این پیام را می‌خوانید وقت سر تکان دادن را ندارید، کافی است و شایسته است پیام وی را جای بی‌پاسخ گذاشتن به توجه اینکه مگر نمی‌دانی من سرم شلوع است؟! این‌گونه پاسخ بدهید: «پدرمان از اینکه در این لحظه و شرایط سخت کاری به یاد من بودی و مرا از این حالت درآوردی ممنونم. در اسرع وقت با تو صحبت خواهم کرد.»

بایدالله همیشه می‌گفت: بنشین و بفرما... یک معنی را می‌دهد. مهم این است کدام را به که بگویی. یادش به خیر پدر پیر مرا ما هر وقت کسی را صدا می‌کردیم یک «جان» کنارش می‌گذاشت. مجیدجان، امیرجان، گلین‌جان، ...

آن قدر با محبت صدا می‌کرد گویی جان خودش را نثار او کرده باشد. خب سخنی هم که از دل برآید لاجرم بر دل نشیند. همین هم بود که سال‌ها بعد بدون این امکانات رفاهی، بدون حتی کولرگازی و بخاری و ماشین ظرفشویی و... خوش و خرم بودند.

اصلاً بگذاردی ساده‌اش را برایتان بگویم: عشق خانواده‌تان را اگر در دلانت پرورش دهید و مدام در دلانت محبت آنها را تقویت کنید، حرارت نفس‌هایی که همسرتان را صدا می‌کنید تمام وجودش را دربر گرفته و معجزه می‌کند. بابا عبدالله یک جان ساده در کنار نام دخترش می‌گذاشت و با همه جانش او را صدا می‌کرد...

شعر گفتن عاشقانه همین است دیگر، همین است که حرفت را نقاشی کنی و تحویل طرف مقابلت بدهی. کم هنری نیست، اگر چه بسیار سخت و دشوار باشد اما قطعاً خانم‌ها بلد هستند. بلد هستند وقتی مردشان از بی‌کرازار به خانه برگشته است حرف‌هایشان را نقاشی کرده و نثار مقدم او کنند. بلد هستند یک جان کنار نام عشق خودشان بگذارند و خستگی را از چهره او بزدایند. بله او خواهد فهمید برای چه کسانی بیرون از خانه به‌قول خودش جان کنده تا لقمه نانی در پیابورد... حتی اگر سبک‌تر باشد باز هم شما مکرراً بفهمانید چقدر منتظر او بوده‌اید. اگر همه این محبت‌ها را در کلام منعقد کنید و در چشم‌های همسرتان با مهر کنید آیا مؤدب و محبت‌بین احدی کم خواهد شد؟

گاهی اوقات نشستن پای صحبت‌های کسی یا کسانی آن قدر ما را آرام، راضی و خشنود می‌کند که هیچ چیز جایگزین آن لحظه زیبا نیست. حتماً همه ما این را در کردیم که فلاتی چقدر زیبا حرف می‌زند، آدم دوست دارد بشنید و یک دل سیر با او گفت و شنود کند.

در اول صبح باز می‌شود: سلام صبح به‌خیر! اغلب همه این جواب شیرین را چشیده‌ایم؛ سلام به روی ماهت... حتی در جامعه اولین گام برای برقراری ارتباط بین افراد سلام و علیکی است که با هم در یک اتفاق و برخورد دار ند. اما متأسفانه این گام نخست این روزها کمرنگ شده است. خیلی‌های‌مان از یکدیگر روی گردانیم می‌بادا کسی ببرد حالتان خوب است؟ و خدای نکرده ما بخواهیم راستش را بگوییم. غافل از اینکه کسی که حال ما را می‌پرسد یعنی ما برایش مهم هستیم و اگر بگوییم نه و بگوید چرا؟! این شاید آغازی است برای حل مشکل ما.

در اول صبح باز می‌شود: سلام صبح به‌خیر! اغلب همه این جواب شیرین را چشیده‌ایم؛ سلام به روی ماهت... حتی در جامعه اولین گام برای برقراری ارتباط بین افراد سلام و علیکی است که با هم در یک اتفاق و برخورد دار ند. اما متأسفانه این گام نخست این روزها کمرنگ شده است. خیلی‌های‌مان از یکدیگر روی گردانیم می‌بادا کسی ببرد حالتان خوب است؟ و خدای نکرده ما بخواهیم راستش را بگوییم. غافل از اینکه کسی که حال ما را می‌پرسد یعنی ما برایش مهم هستیم و اگر بگوییم نه و بگوید چرا؟! این شاید آغازی است برای حل مشکل ما.

اخلاقی و انسانی نیست، به ایشان اجازه دهیم تا ما را متقاعد کنند یا به خودمان فرصت دهیم درباره آن موضوع تحقیق کنیم تا شاید ما نیز جذب آن شدیم.

«اسم‌ال صلاح بدوئی برده خانه را عوض کنیم.»

نگوییم نه مگه نمی‌بینی دستم خالی‌ه‌عوض اینکه همکاری کنی خرج می‌تراشیم؟... نگوییم ممنون که به فکر تنوع و نشاط دانه هستی... اجازه بده با هم بررسی کنیم، برنامه‌ریزی کنیم انشاءالله.

به دو گفتار بالا دقت کنید. در قسمت اول عدم گفتار مناسب همراه با برخورد‌های قه‌ری و غضب‌آلود نه تنها به همسر‌تان آسیب وارد می‌کند بلکه بدنه زندگی را مورد تزلزل قرار می‌دهد. اما در قسمت دوم از تو تقدیر کردید اما نه برای تصمیم شخصی یا سلیقه شخصی! برای آنکه به فکر زندگی‌اش هست و تحول برایش مهم است. حتی به وی انگیزه داده‌اید تا ایده‌هایش را بگوید و بیان ایده‌های او را داشته‌اند. اینکه در مقابل یک سؤال جواب منطقی و قابل فهم بیشتر است از رفتار و گفتاری که ارزش‌های اخلاقی در آن مشهود نباشد و تازه تحکم و زورگویی هم داشته باشد.

وقتی کارگران یک شکرتک به دلیل تأخیر در پرداخت حقوق اعتصاب می‌کنند گاهی با حرف‌های خوب مدیر کارخانه رویکرد همه تغییر می‌کند. وقتی کسی در حال کوشی و سقوط از یک برج است بارها اتفاق افتاده صحبت‌های توأم با عاطفه و احساس او را نجات داده است. وقتی کسی اقدام به گروگان‌گیری کرده با صحبت‌های مفید کار وی متوقف و نهایتاً دستگیر شده است.

۳ تر جی‌ع‌ا حرف‌هایمان را به هم تلگرام نکنیم

زحمت می‌کشید ابتدای صبح از کانال‌های مختلف صبح به‌خیر فوروارد می‌کنید، غروب هم یک خسته‌ناشاید تصنعی و چند استیکر شکلک‌های جورواجور پرتنی. آقا هم زحمت می‌کشند لایکی از سر تکلیف می‌فرستند که یعنی من هم به یاد هستم. دست آخر هم انتظار داریم زندگی سرشار از عشق باشد!

بهرت نیست به ساده‌ترین شکل ممکن، در عرض چند لحظه کوتاه تماسی حاصل کنید و دوست‌دارم‌هایمان را بیان کنید؟ بهتر نیست جای آنکه برای هم شکلک بفرستید بگویید در جان منی و چقدر برایم مهم هستی؟! خانم‌ها! آیا می‌دانید اگر همسر‌تان که کمی دیر کرده، به او تلفن بزید بگویید چقدر نگرانش هستید و منتظر حضور او، باعث شوید همسر‌تان بیشتر احساس تعلق کند؟

ای می‌دانید اگر همین‌ها را بخواهید پیامک کنید، ممکن است حوصله‌تان نگردد حتی سلام کنید و باسردی تمام بگویید کجایی؟ و ایشان هم در راه نتوانند برایتان شرح حال تاپ کنند و بگوید تو راهم... به این تصویر نگاه سرد را پیش گرفته‌اید.

۴ با امر و نهی و تحکم آمیز حرف نزنیم

وقتی می‌خواهیم همسرمان و فرزندان را صدا بزیم طوری نباشد که انگار امر کرده و او را طلب نموده‌ایم. خانه‌ها هیچ کدام ما هزار متر نیست، حتماً نباید بگوییم بی‌ا ما به سمت او حرکت کنیم چیزی را بگوییم یا نشان بدهیم. نگوییم حسین بی‌ا... بیا کارت دارم بعد او را برای دیدن عکسی که ما خوش‌مان آمده و ممکن است برای او جذاب نباشد، امرانه دعوت کنیم بگوییم حسین جان... بعد که توجه او جلب ما شد، به سمت او رفته و او را برای دیدن عکسی دعوت کنیم... به این تصویر نگاه کن چقدر زیباست!

در جواب سؤال و مطالبه هیچ چیز نه نگوییم و با غضب افکار خودمان را تحمیل نکنیم. عادت کردیم اگر چیزی خلاف میل ما بود مدام بگوییم نه. تصور کنید همسر‌تان چیزی از شما خواهد و به نرمی در لسان خویش بکوشد تا شمارا متقاعد کند. عادت کنیم و بکوشیم بلافاصله نه نگوییم. حتی اگر قرار است مخالف چیزی باشیم چنانچه آن چیز خلاف فضایل

۵ در همه حال نرم و محترمانه حرف نزنیم

وقتی می‌خواهیم از کسی چیزی بخواهیم اغلب برای آنکه آن چیز را به سرعت به دست بیاوریم سعی می‌کنیم تویحاً محترمانه و خوب و به نرمی سخن بگوییم و مقصود خود را به شکل صحیح بیان کنیم. بیایید اینگونه فکر کنیم که باید دانستیم برای داشتن زندگی خوب که مطالبه ماست به نرمی رفتار کرده و در بیان خود صحیح‌ترین و نرم‌ترین شکل ممکن را پیش بگیریم. اگر جای کسی که باید سخن بگوییم سکوت کنیم و اگر حرف خوب نزنیم، شاید حسرت روز‌هایی را بخوریم که چقدر در سینه حرف برای گفتن داشتیم و ن‌زدیم. چقدر می‌توانستیم با یک زبان ساده دوست‌دار ما را از آن قدر بگوییم تا جان ما را دربر بگیرد. چقدر درک متقابل، رفتار مناسب، اصول متقاعدسازی و... را به واسطه حرف‌های بی‌په‌ود و بی‌تأثیر خراب کردیم. هر چند خیلی باایمان عادت داریم همه عمر دیر برسیم، اما هیچ وقت برای حرف خوب و پاکیزه و عاشقانه و امیدبخش ضرر ندیم.

مددکار اجتماعی و مشاور خانواده

بی‌مقدمه بی‌تعارف



ادبیات بی‌ادبانه در هم‌کلامی همسرانه

عه... ببین... هان... چیه؟!

این زندگی آوردی؟ غافل از اینکه چنانچه بتوانیم اصول متقاعدسازی را رعایت کنیم شاید طرف مقابل ما قبول کرد. خب البته یک بله گفتن هم می‌تواند یک عمر دردر را حذف کند... ۷- بعضی‌ها عادت دارند مدام در گفتار، همسر خود را تحقیر کنند: -تو اصلاً می‌فهمی من چی میگم؟ آی کیوا دارم میگم بزنی شبکه نسیم، می‌زنی اخبار؟

- کر شدی یا خودتو زدی به کری؟ دو ساعت دارم چی میگم پس؟ -یک‌سره دستمال دستته چسبیدی به اون آشپزخونه‌ات روانی! وسواسی! به جا این کارا برو یکم درس بخون عقلت رشد کنه...

۸- بعضی زن و شوهرها برایشان جان‌نفته‌ه سؤال‌ها اصلاً در رابطه‌شان درست نیست، با اینکه نحوه سخن گفتن بسیار مهم است و حتی سؤال کردن نیز باید دارای اصول و روشی صحیح باشد عادت کرده‌اند متأسفانه این همه راه اومدی دنبال من که آئی یا هم زندگی کنیم و این بود تناقض سؤالی مهربانانه و واکنشی جالب.

۹- هفت پشتت غربیسه به از زنگ می‌زند و هنگام پاسخ می‌گوید: بله بفرماید؟ حالا خدا نکند همسرش حین رانندگی زنگ بزند و کار واجبی داشته باشد تا شماره را ببیند یا جواب نمی‌دهد یا می‌گوید: هان؟ چیه زنگ زدی؟ کار دارم زود بگو.

۱۰- زن و شوهر از هم می‌پرسند: این بچه چرا این قدر گستاخ شده؟ غافل از اینکه وقتی به مادرش می‌گویی: «غلط کردی همین که گفتی، یه تخمه‌کات که، بابا نسه‌ات هتت فایده ندادن، تقصیر خودت نیست»، یا به پدرش می‌گویی: «تو چه کاره‌ای پول خودمه، همینی من کوف؟ بعد از آشپزخانه سرک می‌کشند که ای بابا چقدر روغن سفید مصرف می‌کنی، اینچوری باشه از روغن خبری نیست. دیگه حق نداری گازو زیاد کنی، خونه دم می‌کنه تو این گرم. حق نداری بر رو روشن بذاری، مگه تالار پذیراییه؟ پول برقی...»

۱۱- هستند خانم‌هایی که فکر می‌کنند- البته فقط فکر می‌کنند- مثل مادرشان که پدرشان را مدام تأدیب می‌کرد خانه شوهر هم نزن... بله... در صورتی که تخیر دیگر اثر ندارد: از در میای تو جوراب‌هاتو درمیار ای‌ها! میری میشویی بعد، من نمی‌دونم دستتو کجاها می‌مالی که اینقدر... تلویزیون روشن نمی‌کنی‌ها، چیه خوابه، بیدار بشه من حوصله ندارم نگه دارم کارها مونده‌ا خ‌ا خ کسی گفت به اون کیک دست بزنی، ببند در یخچالو، درست کردم برا مهمون! داری میای نون بخور، سبزی بخور، ماست بخور، از تخیر دیگر اثر ندارد: از در میای دیگه نخرها من می‌دونم و تو...

۱۲- خلاصه اینکه همه ما غافل هستیم؛ از اینکه نکند حرفی را نزنیم و با این زبانمان مهری نوزیم و خدای نکرده از دنیا برویم. کاش بدانیم، بساور کنیم یک کلام ساده دوست‌دارم میان یک کشمکش و چالش مثبت‌ها قدر می‌تواند گره‌گشا باشد. کاش بدانیم این کسی که مقابل ما ایستاده همسر یا شوهر ماست حتماً لایق بهترین نوع سخن گفتن‌هاست. به امید آنکه با تمسک به سیره نبوی در کلام و کردار، همواره در مسیر بهترین‌ها قدم برداریم.

