



قضاوت درباره دیگرانی که نمی‌شناسیم

## بدون شمع

# وارد این اتاق نشوید

■ مجید فراهانی

شاید این داستان مثنوی را خوانده باشینده باشید که فیلی را به شهری آوردند که مردمانش تا به حال فیل ندیده بودند، فیل در خانه‌ای تاریک بود و مردمان بسیاری برای دیدنش به تاریکی رفتند، چون دیدنش با چشم ممکن نبود، هر کس گوشه‌ای از حیوان را لمس می کرد و هنگامی که از او درباره شکل فیل می پرسیدند به فراخور درک خویش از فیل، چیزی می گفت، آنکه دستش به خرطوم حیوان رسیده بود گفت فیل همچون ناودان است و آنکه گوش فیل را لمس کرده بود حیوان را مثل

■ ظاهر آدم‌ها ملک نیست

فلانی حتماً پارتی بازی کرده. بابا پول داده مگه می‌شه خودش قبول شده باشه... من شک ندارم این یک خلافتی انجام داده و... از این جملات شاید در روز بارها بشنویم یا خود ما در مورد دیگران به کار ببریم، که البته خیلی هم فراگیر شده و همه تقریباً از این عبارات استفاده می‌کنند. ولی چرا؟

یکی از مواردی که باعث قضاوت‌های نادرست و غیرمنطقی می‌شود این است که ظاهر افراد را ملاکی برای قضاوت و داوری قرار می‌دهیم بی‌آنکه بدانیم نبت و درون فرد چه بوده‌است. به عبارتی لازمه قضاوت در مورد دیگران آگاهی و شناخت کامل نسبت به فرد و موضوع مورد داوری است.

خیلی از قضاوت‌های ما بدون آگاهی و در بستر حسادت صورت می‌گیرد و چنین قضاوتی مطمئناً درست نیست.

قضاوت در مورد رفتار دیگران شاید در ظاهر کار آسانی باشد اما می‌تواند عواقب وحاشیه‌های جبران‌ناپذیری را به همراه داشته باشد، بنابراین لازمه داوری در مورد رفتار و عملکرد دیگران شناخت و آگاهی همراه با عدالت‌محوری است. اگر

### سبک رفتار

■ مریم ترابی

در مطب دکتر، پسر جوانی به همراه پدرش منتظر نشسته بودند. پسر جوان هر چند تأنیه یک بار سؤالی را از پدرش می‌پرسید: «این شمع اسب است؟ این رنگ صورتی است؟ این شمع اسب است؟ اسم این سنگ چیست؟» پدر با صبوری و با لحن رضامنددی جواب تک تک سؤالات پرسرجوانش را می‌داد. افراد حاضر در مطب همگی با تعجب و نگاه‌های تزحم‌آمیز به پسر جوان نگاه می‌کردند. یکی از افراد حاضر رو به این پدر گفت: «خیلی جوان است گناه دار، دکتر بر دید؟ در مان می‌شود؟» پدر لبخند بر لب و با نگاهی پر از تحسین به پسرش در جواب این فرد گفت: «پسر من به تازگی بینایی خود را به‌دست آورده است و او اولین بار است که تمام اینها را می‌بیند.» این تیزر تلویزیونی را که همه ما چند سال پیش از تلویزیون دیدیم نمایش کوتاهی است از پیش‌داوری. ■■■

■ رفتار بر اساس فرضیات ذهنی

پیش‌داوری بر اساس منطق و واقعیت نیست بلکه بر پایه مجموعه‌ای از فرضیات، مفاهیم نیمه‌درست و گمانه‌زنی‌ها شکل می‌گیرد و مبتنی بر تعمیم غلط و انعطاف‌ناپذیر است. به‌طور مثال دو نفر که هیچ‌آشنایی باهم ندارند در یک مهمانی رودرو می‌هم قرار می‌گیرند. تنها به دلیل اینکه از نظر ظاهری، تیپ و ظاهر یکدیگر را نمی‌پسندند، به خود اجازه می‌دهند یکدیگر را در ذهن خود قضاوت کرده و برچسب‌های بدی را که در ذهن خود دارند به یکدیگر نسبت دهند. اگر پیش‌داوری را نوعی نگرش بدانیم، بدیهی است رفتاری که فرد از خود نشان می‌دهد همراه با تحقیر، همدلی پایین و عدم درک دنیای ذهنی فرد مقابل خود خواهد بود.

یکی از مشکلاتی که افراد در ارتباط میان فردی خود پیدا می‌کنند همین قضاوت‌های ذهنی است. در بسیاری از موارد دو نفر که در حال صحبت هستند یکی از طرفین منتظر است به محض اینکه صحبت فرد مقابلش تمام شد جواب‌هایی که از قبل آماده کرده است را بدون هیچ تأملی به او بدهد. در واقع از اصلاً به صحبت‌های فرد مقابلش گوش نمی‌دهد، تنها به جواب‌هایی که از قبل آماده کرده، می‌اندیشد و منتظر

لازم است قضاوت کنیم، باید درباره چیزی قضاوت کنیم که در مسئولیت و آگاهی ما باشد نه اینکه ظواهر را ملاک قرار داده و اظهار نظر کنیم. وقتی خارج از مسئولیت خود قضاوت می‌کنیم، اگر درست بگوییم، کار دخالت‌وزیاده‌روی است و اگر اشتباه باشد، بار نتایج این نظر اشتباه هم به آن اضافه می‌شود.

اگر هر یک از ما به درستی خود را بشناسد و تأثیر قضاوت‌های نادرست خود را بر زندگی افراد ببیند و این نکته را درک کند که گاهی قضاوت‌های نادرست می‌تواند مسیر زندگی دیگران را تغییر دهد، به‌طور قطع در قضاوت عجله نکرده و بسیاری از اوقات ترجیح می‌دهد از قضاوت بپرهیزد و انجام این موضوع مهم را به افراد دارای صلاحیت بسپارد.

■ آیا صلاحیت قضاوت داریم؟

اگر قضاوت را در معنای خاص آن بدانیم باید گفت که قضاوت نیازمند افراد متخصص یا همان قاضیان محکمه و دادگاه‌ها است، اما منظور ما در این نوشتار قضاوت‌های عامیانه است زیرا هر فردی در موقعیت‌های گوناگون

زندگی، ناچار به اظهارنظر، موضع‌گیری و انتخاب و به عبارت دیگر، داوری در عرصه‌های گوناگون است که در مورد رفتارهای اجتماعی افراد صورت می‌گیرد که البته جای ایراد هم دارد زیرا مگر می‌شود هر کسی این اجازه و حق را به خود بدهد که در مورد رفتارها و شخصیت دیگران بر مسند قضاوت تکیه کند و حکم صادر کند.

اگر کمی منصفانه به این موضوع نگاه کنیم متوجه خواهیم شد که در اکثر مواقع افراد صلاحیت لازم برای قضاوت، اظهار نظر و حتی پیشنهاد در مورد رفتار، شخصیت و حتی عملکرد دیگران را ندارند. در روایات اسلامی آمده است: «روزی دو کودک خر دسال هر کدام خطی نوشته بودند؛ برای انتخاب بهترین خط، به حضور امام حسن(ع) رسیدند. حضرت علی(ع) که ناظر این صحنه بود، فوراً به فرزندش گفت: فرزند در دست دقت کن که چگونه داوری می‌کنی؛ زیرا این خود نوعی قضاوت است و خاندان در روز قیامت درباره آن از تو سؤال می‌کند.» همان گونه که از محتوای روایت برمی‌آید، حضرت علی(ع) اظهار نظر فرزندش را نسبت به خط آن دو کودک و تعیین بهترین آنها، نوعی

# سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۹۴۷۱

### نگاه



تحمیل سلیقه و نظر خود به دیگران

## او شبیه ما نیست، همین!

■ هلیا شیرجعفری

قضاوت چیست؟ بیابید در ابتدا نگاهی به معنای لغوی این دو کلمه نگاهی بیندازیم. قضاوت به معنی حکم کردن و داوری است و قاضی به معنای حکم‌کننده است، یعنی کسی که میان مردم حکومت می‌کند و در مورد اختلافات نزاع، فصل‌خصوصت می‌کند و به واسطه فیصله دادن و اینکه امر را تمام می‌کند، او را قاضی می‌نامند. طبق سخن یکی از بزرگان که چند وقت پیش در جایی خواندم، «انسان‌ها نه با سخنانشان یا افکار شان بلکه با اعمال و کارهایشان شناخته می‌شوند.» انسان موجودی منفعل نیست، در حقیقت نمی‌تواند باشد. ما همانند امواج دائماً در حال جوش و خروشیم چرا که زندگی باعث می‌شود تا دائماً در حال حرکت باشیم و زندگیمان را پیش ببریم و بدون شک پیش بردن زندگی بدون انتخاب ممکن نیست؛ انتخاب اینکه چگونه انسانی باشیم؟ چه کاری انجام بدهیم؟ چطور سخن بگوییم؟ چطور لباس بپوشیم؟ چگونه رفتار کنیم؟ و غیره و غیره. در حال حاضر، جمعیت کره زمین بیش از هفت میلیارد نفر است. از میان این هفت میلیارد انسان، احتمال اینکه حتی دو نفر از آنها سلیاق و انتخاب‌های دقیقاً مشابه داشته باشند، خیلی خیلی اندک است. قطعاً نیازی نیست تا همه آدم‌ها سلیاق و انتخاب‌های یکدیگر را ببینند. در واقع، همین تفاوت‌ها و اختلاف نظر‌ها هستند که به خودی خود، زیبایی موجودیت انسان را مشخص می‌کنند. اختلاف سلیقه و اختلاف نظر، گاهی باعث می‌شود دست به کارهایی از جمله قضاوت، پیش‌داوری و حتی غیبت بزنیم. در این جا موضوع مورد بحث، قضاوت درباره دیگران است، پس بیابید باهم به بررسی گسترده آن بپردازیم. قضاوت درباره دیگران در حوزه‌های متفاوتی جای می‌گیرد؛ قضاوت درباره نوع رفتار، نوع پوشش، نوع سخن گفتن، نوع تفکر و غیره.

■ قضاوت کار ما نیست

قضاوت درباره دیگران به هیچ‌وجه از طرف کسی که در مقام قضاوت قرار ندارد و شغل و حرفه‌اش قضاوت نیست، قابل قبول نیست. همانطور که اشاره شد، در جامعه و در میان مردم کسی جز قضات که در این‌باره تحصیل کرده‌اند و متخصص هستند و آیین و قوانین را می‌دانند قادر و مجاز به قضاوت میان مردم نیستند. این در حالی است که ما از کنار خیلی‌ها عبور می‌کنیم، به‌دقت سر می‌کند و جزای عمل انسان را می‌دهد. سپس بدانیم و آگاه باشیم که قضاوت در مورد خوب و بد دیگران و نیت اعمالشان در حوزه صلاحیت ما نیست بنابراین ما انسان‌ها به جای خداندن متعال حق نداریم در مورد خوبی و یادی کسی نظر داده و نباید قضاوت کنیم، و اگر هم خلاف و جرمی رخ داد قضاوت درباره آن بر عهده قاضی ذی صلاح است و لاغیر.

قضاوت به معنای عام آن به شمار آورده‌است. بررسی آیات قرآن کریم نشان می‌دهد که قضاوت‌ها و داوری‌های باطل بر هر یک از مبانی پیروی از هوا و هوس، پیروی از ظن و گمان، کثرت‌گرایی و تعصب استوار است. با استناد به آیات قرآن و احادیثی که گفته شد می‌توان گفت اکثر قضاوت‌هایی که افراد در جامعه انجام می‌دهند صلاحیت آن را ندارند و بیشتر بر اساس هوا و هوس و حسادت بنا شده‌است.

با علم به اینکه، ما از درون انسان‌ها و نیت آنها آگاه نیستیم، تنها خداندن حکیم است که می‌داند در دل هر انسانی چه می‌گذرد و هم اوست که بر اساس آنچه می‌داند قضاوت می‌کند و جزای عمل انسان را می‌دهد. سپس بدانیم و آگاه باشیم که قضاوت در مورد خوب و بد دیگران و نیت اعمالشان در حوزه صلاحیت ما نیست بنابراین ما انسان‌ها به جای خداندن متعال حق نداریم در مورد خوبی و یادی کسی نظر داده و نباید قضاوت کنیم، و اگر هم خلاف و جرمی رخ داد قضاوت درباره آن بر عهده قاضی ذی صلاح است و لاغیر.

خود بی‌شمار انجام می‌دهد اما چه خوب است که این قضاوت همراه با آگاهی باشد. گاهی افراد در قضاوت کردن دیگران رفتار افراطی دارند به حدی که در روابط دوستانه آنها تأثیرات منفی به‌جا می‌گذارد. هنگامی که در مورد موضوع یا فرد خاصی قضاوت می‌کنند نسبت به آن موضع دارند و به این موضع قضاوت عجله‌انه می‌کنند. وقتی پیش‌داوری می‌کنند تصورات و تفکرات خود را به دیگران نیز انتقال می‌دهند. مثلاً می‌گویند: «این همان فلانی است که گفتم!» و این قضاوت دهان به دهان به دیگران منتقل می‌گردد. حتی اگر این قضاوت بار منفی نداشته باشد اما کلمات و لحن بیان آن در انتقال دهان به دهان تغییر کرده و مسائل گوناگونی را ایجاد می‌کند. در نهایت شاید متوجه شوند که اشتباه قضاوت کرده‌اند اما، آیا با یک عذر خواهی مشکلاتی که ایجاد کرده‌اند درست می‌شود؟

بنابراین لزومی ندارد در مورد همه چیز و همه کس قضاوت کنیم. زیرا شما اطلاعات کافی و جامع از همه چیز و همه کس ندارید. اگر هنگامی که مشغول قضاوت دیگران هستید خود را برای یک لحظه جای او بگذارید و اثرات منفی این پیش‌داوری را بر زندگی خود ببینید قطعاً دست از قضاوت عجله‌انه و پیش‌داوری دیگران برمی‌دارید. پس خیلی به‌نقل قول‌ها اعتماد نکنید و فرصت دفاع را به فردی که قضاوتش را می‌کنید، بدهید.

برای اینکه بتوانید آرامش زندگی خود را حفظ کرده و تصمیم‌گیری‌های درست و صحیحی در زندگی داشته باشید باید با تلاش و تمرین بسیار این عادت زشت یعنی پیش‌داوری را از خود دور کنید. ذهن خود را از الگوها و عادات نامناسب یادیار که باعث شده شما مانند یک دادگاه بسیار عمل کنید پاک کرده و الگوهای ذهنی مثبتی را جایگزین آن کنید، همان الگوهایی که منشأ پیشرفت، رشد و ارتباط مطلوب با دیگران باشد.

بنابراین هر زمان که خواستید کسی را پیش‌داوری کنید ابتدا خود را مورد سؤال قرار دهید که آیا نگرش من نسبت به این آدم صحیح است؟ آیا من اطلاعات کافی دارم؟ آیا به این حد شنیدن سخنان او ذهن من متمرکز نکته‌های منفی نیست؟ آیا این طرز تفکر من باعث آرامش و یک رابطه اجتماعی مثبت می‌شود؟

بنابراین هر زمان که به این سؤالات جواب صحیح دادید قطعاً گام بزرگی برای مقابله با پیش‌داوری برداشته‌اید...