

چگونه اخلاقی رفتار کنیم؟

برای هرکسی مرز معنای خاصی دارد. شاید امروز از شوخی دوستت ناراحت شده‌ای و او فکر می‌کند تو زیادی حساس هستی.



پگاه شفتی: برای هرکسی مرز معنای خاصی دارد. شاید امروز از شوخی دوستت ناراحت شده‌ای و او فکر می‌کند تو زیادی حساس هستی.

شاید تمام فکر و ذکر در هنگام مسابقه‌ی فوتبال، برنده‌شدن تیمتان بوده و دوستانت فکر کرده‌اند تو زیادی خود رأی هستی. چه‌طور می‌شود با آدم‌های اطرافمان مرزبندی داشته باشیم؟ طوری که هیچ‌کس دچار هیچ سوءتفاهمی نشود. شاید این راهکارها تا حدودی مرزها را برای تو و دوستانت روشن کند.

مهربان باش، اما ضعیف نه!

ضعف و مهربانی با یک خط باریک از هم جدا می‌شوند. همین خط باریک اما کمک می‌کند که شخص نه در دام بیفتد و نه از ضعف کسی سوءاستفاده کند. یک مثال ساده پیروی از قلب و در عین حال به‌کار گرفتن معیارهای منطقی است. اگر قلب زیادی رئوفی دارید، بهتر است بیش‌تر اوقات ترمز قلب را با استدلال‌های منطقی بکشید.

مثلاً اگر دوستت برای چندمین بار از تو پول یا هرچیز دیگری قرض گرفت، باید به یاد بیاوری آخرین قرضش ادا شده است؟ اگر قرض‌های قبلی‌اش را ادا نکرده یا لباسی که از تو قرض گرفته وقتی پس داده، آسیب دیده است، پس این‌جا باید کمی احتیاط کنی.

می‌توانی از او بپرسی دقیقاً این قرض را برای چه می‌خواهد و چه‌قدر برایش اهمیت دارد که آن را به‌دست بیاورد؟ اگر پاسخ‌هایش تو را قانع نکرد یا دچار تناقض‌گویی شد، می‌توانی از قرض‌دادن به او طفره بروی. تا همین‌جا هم تو با او مهربان بوده‌ای و فقط وقتی احساس خطر کرده‌ای خودت را کنار کشیده‌ای.

دوستت اگر واقعاً قصد سوءاستفاده از تو را نداشته باشد، خیلی زود این موضوع را فراموش می‌کند و مرزهای دوستی‌تان را بهتر درک می‌کند و البته بیش‌تر روی تو حساب خواهد کرد.

رک باش اما بی‌ادب نه!

گفتن حقیقت خیلی خوب است، اما خوب بیان کردن آن هم هنر است. حقیقت‌های زیادی در دنیا هستند که بیش‌تر مردم از گفتن آن‌ها طفره می‌روند، چون به روش امنی برای بیان آن حقیقت‌ها نرسیده‌اند. برای گفتن حقیقت باید یک روش امن پیدا کرد. روشی که روح و روان دیگری را نیازارد و در عین حال او را با حقیقت آشنا کند.

اگر می‌خواهی دخالت‌های فرد دیگری را در زندگی‌ات محدود کنی، معنایش این نیست که با صدای بلند به او بگویی زیادی فضول است و بهتر است دماغش را در زندگی خودش فرو کند! کمی جرئت می‌خواهد اما در نهایت تو یک هتاک بوده‌ای و بس!

به‌جای این کار بهتر است به او بگویی: به کمی فضا احتیاج داری و دوست داری به تنهایی مشکلاتت را حل کنی و اگر به کمک احتیاج پیدا کردی حتماً از او کمک خواهی گرفت.

تو حقیقت را گفته‌ای و هیچ بی‌ادبی در کار نبوده است! این طور صحبت کردن بسیار بیش‌تر از جر و بحث و حرف‌های طعنه‌آمیز تأثیرگذار خواهد بود.

سرسخت باش اما خودرأی نه!

به‌خصوص وقتی در یک کار تیمی شرکت کرده‌ای و عضوی از یک گروه هستی، باید مرز بین سرسختی و خودرأی بودن را هم برای خودت و هم برای دیگران، باز کنی. اگر فکر می‌کنی دیگران به اندازه‌ی تو برای رسیدن به هدف انگیزه ندارند، به‌جای این‌که حرف و نظر خودت را به کرسی بنشانی باید به آن‌ها انگیزه بدهی.

مطمئن باش تصمیمات جمعی و نتیجه‌ای که محصول آمیختن افکار گوناگون باشد بسیار بیش‌تر از زحمات شبانه‌روزی فقط یک نفر، موفق است. پس ایده‌ها و نظره‌ای افراد دیگر گروه را جدی بگیر، حتی اگر از نظر خودت پیش‌پا افتاده یا مسخره بود. با جدی گرفتن نظر دیگران به آن‌ها انگیزه می‌دهی و دیوار بی‌اعتمادی را از میانتان برمی‌داری.

دوچرخه شماره ۸۵۶

مستقل باش، اما تنها نه!

همه‌ی ما به یک آغوش امن نیاز داریم و این به معنای وابستگی نیست؛ بلکه به معنای اشتراک زندگی با دیگران است. اگر نتوانیم زندگیمان را با اطرافیانمان به اشتراک بگذاریم و از وجود آن‌ها بهره ببریم، لذت زندگی را نچشیده‌ایم. نوجوانی سن بحران استقلال است.

طبیعی است که در این سن دوست داری ریشه‌های وابستگی را ببری و روی پای خودت بایستی. اما استقلال به این معنا نیست که در دنیا را به روی خودت ببندی و به بهانه‌ی حفظ استقلال هیچ‌کس را به دنیای درونت راه ندهی. بهترین کار برای حفظ مرز استقلال و دوری از تنهایی، درک دوباره‌ی خانواده است.

در این دنیا هیچ‌کس بهتر از خانواده نمی‌تواند به تو استقلال بدهد و در عین حال تنهاییات را پر کند. فقط باید دوباره‌ی نیاز به استقلال با آن‌ها صحبت کنی و گاهی برای حل مشکلاتت از آن‌ها کمک بگیری.

قوی باش، اما پررو نه!

قدرت داشتن به معنای همیشه در متن بودن نیست. گاهی باید در حاشیه بود تا قدرت حفظ شود. مرز قدرت و گستاخی هم بسیار باریک است و خیلی‌ها در این مرز گم می‌شوند و دچار سوءتفاهم می‌شوند.

اگر احساس می‌کنی به تو توهین شده، زحمات نادیده گرفته شده یا... با توهین و داد و فریاد فقط در دام افتاده‌ای و همه‌ی حساب‌ها را به روی خودت بسته‌ای. گاهی ترک کردن یک موقعیت خیلی بیش‌تر قدرت را حفظ می‌کند تا این‌که در آن موقعیت بمانی و بجنگی. به‌خصوص اگر جنگیدن بی‌فایده باشد و کار به لج و لجبازی بکشد.

ترک یک موقعیت دشوار بسیار بیش‌تر از ماندن و لجاجت در آن وضعیت جرئت و قدرت می‌خواهد. قدرت رفتن و سرپا ماندن و به زندگی ادامه دادن در هرکسی وجود ندارد.