

تفاوت‌ها را بپذیریم

یک سیب بهتر است یا یک پرتقال؟ کدامشان خوش‌عطر تر است؟ کدامیک مزه بهتری دارد؟ اگر کدام یکی‌شان نباشد جایز در کاسه میوه خالی است؟



سلامت نیوز : یک سیب بهتر است یا یک پرتقال؟ کدامشان خوش‌عطر تر است؟ کدامیک مزه بهتری دارد؟ اگر کدام یکی‌شان نباشد جایز در کاسه میوه خالی است؟

بعضی‌ها به سیب رای می‌دهند و بعضی‌ها به پرتقال، بعضی‌ها مجذوب سیب هستند و بعضی‌ها دلباخته پرتقال. هرکدام هم استدلال مخصوص به خود را دارند، اما واقعیت این است که همه این رای‌دادن‌ها و موافق و مخالف‌بودن‌ها فقط یک نظر است، چون نه می‌شود حکم قطعی داد که پرتقال از سیب خوش‌عطرتر و خوشمزه‌تر است و نه می‌شود چنین حکمی را به نفع سیب داد یا موافقان سیب را تبدیل به موافقان پرتقال کرد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از جام جم ؛ حالا اگر این موضوع را انسانی‌تر کنیم، خواهیم دید داستان سیب و پرتقال در زندگی ما آدم‌ها هم صدق می‌کند. هفت میلیارد انسانی که روی کره زمین زندگی می‌کنند هرکدام کلکسیونی منحصر به فرد از خصوصیت‌ها، باورها و آرزوها هستند درست مثل سیب و پرتقال که در جای خود هم بی‌نظیرند و هم تفاوت‌هایشان از زمین تا آسمان است. فرض کنید اگر همه میوه‌های دنیا به شکل سیب بود چه می‌شد. مسلماً همه از سیب دلزده می‌شدند یا چون انتخابی به جز سیب نداشتند احساس بدبختی می‌کردند. اما حالا که در کنار سیب، هزاران میوه دیگر هم وجود دارد، می‌بینید که چطور تفاوت در شکل و شمایل و مزه میوه‌ها، دنیایی متنوع و دوست‌داشتنی به وجود آورده است.

در مورد ما آدم‌ها که هرکدامان دنیایی از تنوع هستیم نیز وضع به همین شکل است. ما انسان‌ها به این علت به چشم می‌آییم که همه با هم فرق داریم، درست مثل روز که اگر شب نباشد بی‌معناست و مثل شب که وقتی روز باشد، معنا می‌گیرد.

اما وجود تفاوت‌ها با این‌که اساس زندگی است، ولی حد و اندازه‌ای دارد چون اگر در یک خانه، مثلاً زن همیشه خورشید تابان باشد و مرد همیشه شب تیره و تار، بزودی هر دو خسته و کلافه می‌شوند چون مثل یک گردو که اگر در کنار یک آناناس در ظرف میوه چیده شود، بی‌تناسبی‌شان هم مایه تاسف می‌شود و هم باعث تعجب.

چشم‌ها باز، چشم‌ها بسته

تفاوت‌های میان زن و مرد را به این علت گفتیم که معلوم شود یک زوج که زیر یک سقف می‌روند تا چه اندازه از نظر خلق و خو و نوع نگاه به زندگی با هم متفاوت هستند.

این‌که می‌گویند قبل از شروع زندگی چشم‌هایت را کاملاً باز کن و بعد از آن چشم‌ها را ببند نه تعارف است نه بازی با کلمات، بلکه ضرورت زندگی است آن هم از این بابت که هم باید تفاوت‌های خلقی با شریک زندگی‌مان را بشناسیم و بدانیم که برخی اختلاف‌نظرها از روی دشمنی نیست و هم این‌که باور داشته باشیم بعد از شروع زندگی اگر تفاوتی در مسائل مادی وجود دارد و ما به آن معترضیم اشکال از خودمان است که قبل ازدواج چشم‌مان را باز نکرده‌ایم.

البته در این مورد هم حساب آنهایی که حقیقت وجودی‌شان را از همسر آینده خود مخفی نگه می‌دارند و در ازدواج فریبکاری می‌کنند از انسان‌های روراست و راستگو جداست. کسی که با صداقت جلو آمده کمترین حقیقت در زندگی این است که با همه تفاوت‌ها و ویژگی‌های مخصوص به خودش پذیرفته شود نه این‌که شریک زندگی مدام از او بخواهد که خودش را تغییر دهد و به موجودی شبیه او تبدیل شود.

البته این حرف به این معنی نیست که ما حق نداریم خواسته‌ها و توقعاتمان از شریک زندگی را به زبان بیاوریم و در جهت اصلاح

رفتارهای نادرست او تلاش کنیم، بلکه به این معنی است که ما باید پیش از ازدواج آنقدر چشم‌مان را باز کنیم که بخش‌های اصلی شخصیت شریک زندگی‌مان را بشناسیم و در حالی که او را همان‌گونه که هست پذیرفته‌ایم، زیر یک سقف برویم.

این پذیرش در طول زندگی مشترک هم باید ادامه داشته باشد و مثلا اگر کسی با زن یا مردی بسیار کوچک‌تر یا بزرگ‌تر از خودش ازدواج کرده یا از اختلاف فرهنگی میان خود و همسرش صرف‌نظر کرده یا از اختلاف سطح تحصیلات، درآمد و وضع اقتصادی‌شان چشم پوشیده، این حالت را باید در تمام سال‌های زندگی حفظ کند نه این‌که در ماه‌های اول زندگی با همه چیز کنار بیاید و بعد از مدتی تغییر جهت دهد و تحت تاثیر حرف‌ها و قضاوت‌های دیگران قرار بگیرد و این اختلاف‌ها را اسباب بهانه‌گیری کند. پس اگر همه ما از تفاوت‌های خلقتی‌مان با شریک زندگی خود با خبر باشیم، تفاوت‌ها را پیش خود حل‌اجی کنیم و با آن کنار بیاییم و قبل از ازدواج بدانیم که یک عمر زندگی با شریکی که فلان ویژگی‌ها را دارد و این ویژگی‌ها چه مزایا و محدودیت‌هایی دارد آن‌وقت احتمال نارضایتی از زندگی، توسل به درگیری، زخم‌زبان‌زدن و گلایه‌کردن‌های دائمی بسیار کمتر می‌شود.

این یکی ماهی است، آن یکی کبوتر

تابستان امسال که برای پیگیری یک موضوع با دکتر کاظم فروتن از مشاوران خانواده گفت‌وگو می‌کردیم او تعبیر جالبی از تفاوت‌های میان زن و مرد داشت. او می‌گفت زن ماهی است و مرد کبوتر پس همان‌طور که ماهی نمی‌تواند از آب بیرون بیاید و زندگی کند کبوتر هم اگر در آب باشد خفه می‌شود و می‌میرد.

او منظورش از این تعبیر این بود که بدانیم آفرینش زن و مرد تا چه اندازه با هم متفاوت است و گرچه هر دو انسان هستند و اعضا و جوارحی شبیه به هم دارند، اما آنقدر با هم فرق دارند که تعبیر ماهی و کبوتر مناسب‌شان است.

حرف‌های دکتر فروتن البته موضوع تازه‌ای نبود هرچند نحوه مقایسه‌اش با دیگران تفاوت داشت. همه روان‌شناسان اذعان دارند زن و مرد با هم تفاوت‌های فاحشی دارند هم از بابت خلق و خو، هم از بابت ادراک و هم از بابت شیوه‌های ارتباطی.

زن‌ها پرحرف‌تر از مردها هستند حتی در کودکی زودتر از هم سن و سال‌های پسرشان به حرف می‌افتند، نرم‌تر از مردها سخن می‌گویند، وقتی به حرف کسی گوش می‌دهند مدام سرشان را تکان می‌دهند تا نشان دهند مشغول گوش‌دادن هستند، مردها کمتر از زن‌ها محرك‌های صوتی را دریافت می‌کنند و صداها را می‌شنوند برای همین کمتر از زن‌ها عصبی و خسته می‌شوند، زن‌ها همه جزئیات را می‌بینند، اما مردها فقط کلیات به چشم‌شان می‌آید، زن‌ها رنگ‌ها و اندازه‌ها را بهتر و دقیق‌تر از مردها درک می‌کنند در حالی که بویایی و چشایی قوی‌تری نسبت به مردها دارند، زن‌ها بیشتر از مردها افسرده می‌شوند، ولی به صورت موقتی و مردها کمتر افسرده می‌شوند؛ اما عمیق و پایدار، مردها زمانی بانگیزه می‌شوند که ببینند به وجود آنها نیاز است در حالی که مردها وقتی ناراحت می‌شوند گوشه‌گیری می‌کنند و برعکس زن‌ها که حرف می‌زنند و خودشان را تخلیه می‌کنند، در لاک سکوت و تنهایی فرو می‌روند.

حالا بهتر معلوم است که چرا دکتر فروتن زن و مرد را ماهی و کبوتر می‌داند.

زندگی یعنی تعادل

طبیعت اگر زیباست، یک تابلوی نقاشی اگر دل‌فریب است، چیدمان یک خانه اگر چشم‌نواز است همه به خاطر تعادل است؛ پس یک زندگی هم اگر قرار است دل‌فریب و چشم‌نواز باشد و همه اعضا در آن احساس خوشبختی کنند باید متعادل باشد.

تعادل در زندگی به عوامل زیادی بستگی دارد. زن و مرد که هسته اولیه خانواده را می‌سازند باید از خیلی جهات با هم همخوانی داشته باشند. البته این همخوانی به معنی کپی هم بودن نیست، بلکه این معنی را می‌دهد که زن و مرد در عین حال که از برخی جهات به هم شبیه هستند مکمل همدیگر نیز باشند.

مکمل بودن هم معنایش این نیست که همیشه یک نفر نقش بد را بازی و دیگری برای جبران کاستی‌های او، نقش خوب را ایفا کند، بلکه مکمل بودن به این معنا است که مثلا اگر زن خلق و خویی پرخاشگر دارد در عوض مرد آرام و خوددار باشد یا اگر مرد ولخرج و بی‌توجه به آینده است زن، اهل حساب و کتاب و سامان‌دادن به اوضاع اقتصادی باشد.

البته تعادل در زندگی مشترک به عوامل دیگری هم وابسته است، مثلا آنجا که گفته می‌شود یک زوج باید تناسب سنی، تناسب اقتصادی، تحصیلی، فرهنگی و عقیده‌ای داشته باشند. این تناسب‌ها اسکلت یک خانواده را می‌سازد و اگر این استخوان‌بندی درست شکل گرفته باشد بعید است عاقبت کار خانواده به درگیری و تنش برسد.

فرض کنید يك دختر ثروتمند که در خانه پدری‌اش مثل ملکه زندگی کرده قرار باشد با پسری که همیشه در خانواده‌ای دست به دهان که برای هر چیزی چرتکه می‌اندازد، ازدواج کند. فرض را هم بر این می‌گذارید که هر دوی آنها به هم علاقه دارند و ادعا می‌کنند با وجود این اختلاف فاحش می‌توانند خوشبخت باشند.

اگر این زوج جزو موارد نادر و استثنایی نباشند شکی نیست که کارشان به مشکل می‌خورد، چون نه دختر نازپرورده حرف پسر نادر را درک می‌کند و نه پسر می‌تواند به تعهداتش نسبت به دختر عمل کند و بناچار کارشان به درگیری و عیبجویی از هم می‌رسد.

در این میان خانواده‌های دو طرف را هم نباید نادیده گرفت، چون خانواده‌هایی که در طبقات مختلف اقتصادی قرار دارند تفکرات، باورها، ایده‌ها و سبک زندگی مخصوص به خود را دارند و بعید است خانواده‌هایی که در دو سر يك طیف قرار دارند به نقطه مشترک برسند. وقتی هم که خانواده‌ها به توافق نرسند و به هزار دلیل موجه و غیرموجه، سایه هم را با تیر بزنند محال است يك زوج روی آرامش را ببینند.

در مورد تحصیلات هم همین‌طور است. البته در ابتدای کار باز هم حساب استثناها را از دیگران جدا می‌کنیم چون سرنوشت يك گروه اقلیت را نمی‌شود به اکثریت تعمیم داد. به طور کلی يك فرد بی‌سواد نمی‌تواند با يك فرد که سواد خواندن و نوشتن دارد به نقطه تعادل برسد، چون زاویه‌ای که يك فرد باسواد از آن دنیا را می‌بیند با زاویه دید يك فرد بی‌سواد فرق دارد.

در مورد رده‌های بالاتر تحصیلی هم همین‌طور است مثلاً احتمال به تفاهم رسیدن فردی دیپلمه با کسی که تا درجه دکتری بالا رفته ضعیف است چون يك فرد دیپلمه دنیا را تا پایان دبیرستان تجربه کرده، اما کسی که دکتری دارد در سه مقطع بالاتر از او تجربه کسب کرده و دنیای وسیع‌تری را به چشم دیده است.

سن زوجها هم مشمول این قاعده می‌شود و اگر از گروه اقلیت که با وجود اختلاف سن زیاد خوشبخت شده‌اند، بگذریم بیشتر زوجها که با هم اختلاف سنی معنادار دارند لااقل در يك مقطع از زندگی خود دچار مشکل شده‌اند. کسی در سن نوجوانی است يك‌جور فکر می‌کند و کسی که جوان است يك‌جور دیگر، در میانسالی هم افراد به مسائل مختص این سن فکر می‌کنند و سالخودگان دنیای ویژه خود را دارند. برای همین است اگر کسی که در دنیای جوانی غوطه می‌خورد و سرشار از شور جوانی است بخواهد در کنار کسی که میانسالی را می‌گذراند زندگی کند، کمتر ردپایی از مشترکات را پیدا می‌کند.

البته همیشه تفاوت‌های زن و شوهرها به مسائل مادی مربوط نمی‌شود، بلکه بسیاری از اختلافات خانوادگی در تفاوت‌های رفتاری ریشه دارد. مثلاً زن خانواده سلطه جوست یا مرد دیکتاتورمآب است یا زن اهل رفت و آمد و مهمانی‌دادن است و مرد، رفیق دوست است یا مثلاً زن گوشه‌گیر و درونگراست و مرد پرسرو صدا و هیجانی که آبش با آدم‌های ساکت و کم‌حرف در يك جوی نمی‌رود.

معلوم است که نتیجه در کنار هم قرار گرفتن این آدم‌ها چه می‌شود، آنها تبدیل به دو مبارز در يك رینگ بوکس می‌شوند که برای مغلوب کردن همدیگر صف‌آرایی کرده‌اند. گاهی هم کار به از خودگذشتگی می‌رسد، چون یکی که اهل مبارزه و جنگیدن نیست از عقاید و خواسته‌هایش دست برمی‌دارد و طوری رفتار می‌کند که طرف مقابل می‌خواهد. نبود تعادل‌ها و تناسب‌ها همه به آرامش زندگی لطمه می‌زند و خانه را میدان تاخت و تاز و به رخ‌کشیدن تفاوت‌ها و برتری‌ها می‌کند. به همین علت است که از قدیم گفته‌اند کبوتر با کبوتر، باز با باز... .