



## بل رفت و آمدها را خراب نکنیم

این هفته آنها آمدند خانه اینها، هفته پیش اینها رفته بودند خانه آنها، هفته بعد قرار است باز اینها بروند خانه آنها، هفته تمام نشده آنها باز می‌آیند خانه اینها، می‌روند، می‌آیند....

این هفته آنها آمدند خانه اینها، هفته پیش اینها رفته بودند خانه آنها، هفته بعد قرار است باز اینها بروند خانه آنها، هفته تمام نشده آنها باز می‌آیند خانه اینها، می‌روند، می‌آیند.... تا کی ادامه دارد؟ خودشان هم نمی‌دانند، اما اگر همین‌طور پیش بروند احتمالاً در هفته‌های آینده به جای هر هفته یکبار، هر هفته سه چهار بار به هم سر می‌زنند. ریش سفیدهای فامیل می‌گویند: #171 این دو خانواده هنوز اصول رفت و آمد فامیلی را بلد نیستند. هنوز نمی‌دانند نباید در دید و بازدید زیاده‌روی کرد و هر دفعه که به خانه هم می‌روند، بلد نیستند چطور مهمان‌ها و صاحبخانه‌های خوبی باشند...».

دقیقا در نقطه مقابل این دو خانواده، همسایه‌هایشان هستند. آنها و فامیل نزدیک‌شان در کوچه روبه‌روی، سال به سال، سراغی از هم نمی‌گیرند. نه این که از هم دلخوری داشته باشند، مساله این است که اعتقاد دارند وقتی کاری با هم ندارند، لزومی ندارد برای احوالپرسی به هم سر بزنند. ریش سفیدهای فامیل می‌گویند: #171 این دو خانواده هنوز اصول رفت و آمد فامیلی را بلد نیستند و نمی‌دانند دید و بازدید و روابط فامیلی چقدر برایشان لازم است...».

این گزارش درباره رفت و آمدهای فامیلی است که دقیقا شبیه به چاشنی غذاست. اگر زیاد باشد حتما دل‌تان را می‌زند و اگر کم باشد حتما دل‌تان برایش تنگ خواهد شد و اگر هم نشود، کمبودش به سلامت‌تان ضرر خواهد زد. نکته درباره دید و بازدید فامیلی فقط درباره این نیست که چه وقت و چند بار در هفته انجام شود. نکات دیگری هم در این باره وجود دارد که ما سعی می‌کنیم به برخی از آنها اشاره کنیم.

ساعتی به مچ دستتان ببندید

هرچقدر هم احساس کنید محبوب و دوست‌داشتنی هستید، هرچقدر هم دیگران پشت گوشی تلفن به شما اصرار کنند حتما سری به آنها بزنید، دلیل نمی‌شود هر ساعتی دل‌تان خواست به خانه شان بروید. همان‌طور که بیشتر هم اشاره کردیم رفت و آمد تابع اصولی است که یکی از آنها وقت‌شناسی است.

خانواده‌ای را می‌شناسم که عادت دارند هر ساعتی از شبانه‌روز که حوصله‌شان سر می‌رود به مهمانی بروند. باورکردنی نیست، اما آشنایان نزدیک آنها تعریف می‌کردند چند بار، این خانواده وقتی زنگ درخانه‌شان را زده‌اند که آنها در رختخواب بوده‌اند یا حتی پلک‌شان سنگین شده بوده و خواب بوده‌اند که آنها از راه رسیده‌اند و انتظار پذیرایی گرم داشته‌اند.

این خانواده حتی برای عید دیدنی رفتن هم تابع زمان خاصی نیستند. سال گذشته، آنها رکورد شکستند و برای عید دیدنی رفتن صبح زود را انتخاب کردند و نتیجه این بود: صاحبخانه‌ها با موهایی به هم ریخته و چشم‌های پف‌کرده به استقبال‌شان آمدند و به جای لباس رسمی، پیژامه و لباس خواب به تن داشتند و آنقدر بهت‌زده و گیج بودند که حرف خاصی برای گفتن نداشتند و در یکی دو خانه هم از مهمان‌های ناخوانده‌شان خواهش کردند در صبحانه با آنها شریک شوند.

این خانواده همیشه انتظار استقبال گرم صاحبخانه را دارند و اگر بستگان‌شان سعی کنند حتی در لفافه به آنها بفهمانند که کارشان چندان درست نیست، بسرعت دلخور می‌شوند و قهر می‌کنند و آن وقت است که فامیل باید وقتی را صرف آشتی‌دادن آنها کنند و به همین خاطر همه عادت کرده‌اند با وجود ناراضی‌شان از رفتار غیرطبیعی این خانواده سکوت کنند.

یکی از علت‌هایی که آنها معمولا نیمه‌شب‌ها به مهمانی می‌روند این است که هیچ‌کدام تابع برنامه مشخصی برای زندگی نیستند.

اعضای این خانواده، شغل آزاد دارند و لازم نیست در زمان مشخصی سر کار باشند. آنها عادت کرده‌اند حوالی صبح بخواهند و ظهر از خواب بیدار شوند و از آنجا که روزشان راس ساعت 12 ظهر آغاز می‌شود برایشان طبیعی است ساعت 12 و نیم یا 1 شب به مهمانی بروند. حالا لابد می‌پرسید پس چه شد آن سال عید کله سحر به مهمانی رفتند؟!

در واقع، آنها به هوای عید دیدنی، صبح زود بیدار نشده بودند بلکه اصلا در طول شب نخوابیدند و به همین علت توانستند 7 صبح زنگ در خانه اقوام را فشار دهند.

مساله وقت‌شناسی در دید و بازدید به این که نباید صبح زود و نیمه‌شب به خانه بستگان بروید محدود نمی‌شود. خیلی از ما حتی وقتی با صاحبخانه برای حضور راس ساعتی معین قرار می‌گذاریم بموقع در مهمانی حاضر نمی‌شویم. برای مردم کشور ما این مساله دیگر امری طبیعی شده است که وقتی خانواده‌ای به مهمانی دعوت می‌شوند، یکی دو ساعتی تاخیر داشته باشند و حتی صاحبخانه به خاطر آنها برنامه‌هایش را تغییر دهد؛ مثلا شام را دیرتر سر سفره بیاورد، اما این رفتار در کشورهای دیگر رایج نیست. همین تازگی یکی از دوستانمان که در کشوری دیگر زندگی می‌کند، تعریف می‌کرد خانواده‌ای خارجی، آنها را برای صرف شام به خانه‌شان دعوت کرده‌اند. خانم خانه به دوست ما گفته است راس ساعت 8 شب شام خواهند خورد.

دوستان بر اساس عادت‌هایی که در کشور خودمان پیدا کرده، ساعت 9 شب به خانه آنها رسیده است. خانواده خارجی با رویی باز از آنها استقبال، اما بعد هرچه دوست ما و همسرش به انتظار شام نشسته‌اند خبری نشده و به همین خاطر سرانجام ناچار شده‌اند برخیزند و تشکر کنند و راهی خانه شوند. دوستان می‌گویند: «#171؛ وقتی جلوی در رسیدیم خانم صاحبخانه و همسرش بدرقه‌مان کردند و او گفت حیف شد برای صرف غذا تشریف نیاوردید. ما شام مفصلی تدارک دیده بودیم!»

جالب این است که دوست ما و همسرش تنها مهمان‌های دعوت شده به این مهمانی بودند، اما صاحبخانه حاضر نشد تاوان بی‌نظمی آنها را بدهد و صبر کند.

شلوغ‌کاری عاقبت خوبی ندارد

شلوغش نکنید! اصلا حسن نیست که شما سه چهار جور غذای مختلف سر سفره گذاشته‌اید و یک روز تمام را صرف سفره‌آرایی کرده‌اید تا هندوانه را به شکل کفشدوزک در آورید و ترب‌های قرمز را به شکل موش! آن هم در مهمانی‌ای که هر هفته تکرار می‌شود! این نوع شلوغ‌کاری‌ها گرچه ممکن است در دفعات اول لذتبخش و سرگرم‌کننده به نظر برسد، اما در دفعات بعدی اشتیاق‌تان را برای مهمانی‌رفتن و مهمانی‌دادن می‌گیرد.

وقتی شما سعی می‌کنید سفره‌ای زیادی رنگین برای مهمانان تدارک ببینید او هم ناچار می‌شود در مهمانی بعدی به شیوه خودتان جبران کند، دفعه بعد شما مجبورید مهمانی‌تان را مجلل‌تر از مهمانی او برگزار کنید و طبیعتا او هم ناچار است در جبران لطف شما، مراسمش را باشکوه‌تر از دفعه قبل برگزار کند. این پله‌پله بالاتر رفتن‌ها قرار است تا کجا پیش برود؟ کسی نمی‌داند شاید تا وقتی که جیب یکی از دو طرف یاری نکند و او مجبور شود رفت و آمدش را متوقف کند یا شاید تا زمانی که هر دو طرف آنقدر وقت و انرژی بگذارند که تسلیم شوند و همان‌طور که در هر مهمانی، یک پله سطح پذیرایی‌شان را بالاتر برده‌اند، تصمیم بگیرند پله‌پله پایین بیایند و مهمانی‌های ساده‌تری برگزار کنند.

گاهی هم این روال متوقف نمی‌شود؛ یعنی دو طرف با آن که در مضیقه مالی قرار دارند یا فرصت کافی برای پذیرایی‌های آنچنانی ندارند، حاضرند روال عادی زندگی‌شان را تغییر بدهند، فشار را تحمل کنند و به خیال خودشان آبرو نگه دارند و جلوی بستگان کم نیاورند. بارها از خانم‌ها شنیده‌ام گفته‌اند خودشان هم تمایلی به بریز و بپاش در مهمانی‌هایشان ندارند، اما اگر چند نوع غذا نپزند و پذیرایی مجلل از اقوام نداشته باشند آنها این رفتار را به منزله بی‌ادبی صاحبخانه تلقی می‌کنند و امکان دارد دلخور شوند و به همین خاطر، خانم‌های صاحبخانه برای اثبات ادب و احترامشان همیشه مجبور هستند سفره‌های هزار رنگ پهن کنند و سنگ تمام بگذارند.

فرض کنید یکی از بستگان به خانه شما می‌آید و شما برای او مهمانی ساده برگزار می‌کنید. اگر او این رفتار را توهین به خود تلقی کند چه اتفاقی خواهد افتاد؟ چند احتمال وجود دارد: اول این که او دیگر به خانه شما نخواهد آمد و با شما قطع رابطه خواهد کرد. دوم این که در لفافه یا حتی آشکارا به شما گوشزد می‌کند که این رفتار درست نیست.

حالا بهتر است هرکدام از این احتمال‌ها را به شکل منطقی بررسی کنیم. اگر این عضو فامیل، صرفا به هوای پذیرایی به خانه شما آمده و آنقدر این مساله برایش مهم بوده که حاضر است روابط حسنه‌اش را با شما به این خاطر که سفره رنگینی برایش نچیده‌اید قطع کند، چرا باید برای نگه‌داشتن او با چنین خصوصیتی تلاش کنید؟ در حالت دوم که او مستقیم یا غیرمستقیم از رفتارتان ابراز دلخوری می‌کند نیز می‌توانید برایش درباره علت ساده برگزارکردن مهمانی توضیح بدهید مثلا بگویید کار را آسان گرفته‌اید تا زمان بیشتری را

کنار او بگذرانید و بیشتر با هم مراوده داشته باشید.

دید و بازدید با افراد خاص

گروه‌های خاصی هستند که برای رفت و آمد با آنها باید بیشتر از دیگران مراقب باشید و قوانینی نانوشته را رعایت کنید. نخستین گروه خانواده‌هایی هستند که فرزندان محصل دارند. نگویید &#171;به ما ربطی ندارد، می‌رویم مهمانی... بچه‌ها هم بروند اتاق دیگر درس‌شان را بخوانند...»، نگویید &#171;ما که بچه بودیم، مهمان می‌آمد می‌رفتیم گوشه‌ای درسمان را می‌خواندیم به کار کسی هم کاری نداشتیم...»، بچه‌ها ربات نیستند و طبیعی است وقتی در خانه‌شان مهمان باشد، دیرتر می‌توانند تمرکز کنند، سخت‌تر درس می‌خوانند و حتی شاید حضور شما بهانه‌ای دستشان بدهد که کتاب و دفتر را کنار بگذارند. به همین خاطر پیشنهاد می‌کنیم در روزهای غیرتعطیل و بخصوص در ایام امتحان به خانه بستگانی که فرزندان محصل دارد، نروید.

دومین گروهی که باید در سرزدن به آنها بیشتر مراقب باشید، سالمندان هستند. منظورمان این نیست که به خانه آنها نروید، بلکه منظورمان این است اگر به خانه‌شان می‌روید انتظار نداشته باشید مثل مهمان‌های عادی روی میل لم بدهید و صاحبخانه اسباب‌پذیری را برایتان حاضر کند. آنها سالمند هستند و سالمندی یعنی استخوان‌هایی که قرچ‌قرچ می‌کنند، تنی که درد می‌کند، حوصله‌ای که زود سر می‌رود و خستگی که تمامی ندارد. در این شرایط منتظر نباشید بروند آشپزخانه و برایتان ظرف میوه، زیردستی، چای، نقل و نبات بیاورند. چه اشکالی دارد از جا برخیزید و کمکشان کنید و از خودتان و بقیه مهمان‌ها پذیرایی کنید؟

سومین گروهی که باید در رفتن به خانه‌شان محتاط باشید، کارمندها هستند. درکش برای غیرکارمندها شاید دشوار باشد، اما زندگی کارمندی آدم‌ها را وا می‌دارد تابع زمان خاصی برای بیدار شدن و خوابیدن باشند. بنابراین بهتر است در روزهای کاری مهمان‌شان نشوید. آنها نمی‌توانند مانند کسانی که شغل آزاد دارند در روزهای غیرتعطیل تا هر زمان که مایلند بیدار بمانند. از طرفی باید در نظر داشته باشید زن و شوهرهای کارمند وقتی از اداره به خانه می‌آیند، بشدت خسته‌اند و نیاز به استراحت دارند. همچنین باید در نظر داشته باشید در ساعتی که خانه کارمندها بروید که آنها از اداره به خانه رسیده و استراحت کرده باشند. می‌گویید &#171;این توصیه یک اصل واضح و مبرهن است و همه آن را می‌دانند. « اشتباه می‌کنید! ما کارمندی را می‌شناسیم که می‌گویند بارها برایشان پیش آمده به خانه رفته‌اند و مهمان‌هایشان را پشت در دیده‌اند یا آنها را در خانه کنار بچه‌ها دیده‌اند که انتظارشان را می‌کشیده‌اند. این یعنی مهمان‌های آنها درک نمی‌کنند که بستگان کارمندشان نیاز به استراحت، حریم خصوصی و... دارند.

چهارمین گروه، بی‌بضاعت‌های فامیل هستند. همه ما در میان بستگان‌مان کسانی را داریم که وضع مالی مناسبی ندارند. قرار نیست با این گروه قطع رابطه کنیم، بلکه اتفاقاً باید به آنها سر بزیم و چه بسا لازم باشد گاهی به شکلی غیرمستقیم و محترمانه کمکشان کنیم. مساله‌ای که در دید و بازدید با این گروه اهمیت دارد، این است که مراقب باشید آنها برای پذیرایی از شما فشار مالی مضاعفی را تحمل نکنند. برای مثال اگر می‌دانید آنها از نظر مالی وضع مساعدی ندارند چه لزومی دارد یک وعده غذا در خانه آنها بخورید؟

گرچه زوج‌های جوان را - که تازه زندگی مشترکشان را آغاز کرده‌اند - نباید در گروه بی‌بضاعت‌ها قرار داد، اما بهتر است وقتی به خانه آنها می‌روید هم برای وعده غذایی نمانید. به هر حال، آنها تازه زندگی مشترک را آغاز کرده‌اند و به همین دلیل، هم مدیریت مالی خانه برایشان دشوار است و امکان دارد در ماه‌های اول زندگی مشترک پول کم بیاورند و هم ممکن است مدیریت‌کردن یک وعده غذایی در خانه برای عروس و داماد کم سن و سال سخت باشد.

پنجمین گروه مورد نظرمان مستاجرهای هستند بخصوص آنها که با صاحبخانه‌شان در یک آپارتمان زندگی می‌کنند. در رفت و آمد با این گروه باید به چند نکته دقت کنید. اول این که اگر فرزند خردسالی دارید کنترلش کنید تا زیاد این طرف و آن طرف ندود یا در راهرو شلوغ نکند چون شیطنت او بهانه دست صاحبخانه می‌دهد که بعد از رفتن شما به مستاجرش گلایه کند. نکته دیگر این است که بهتر است پس از تمام شدن مهمانی به خانه خودتان بروید! نه این که در خانه آنها اتراق کنید. این توصیه هم گرچه مانند مورد قبلی، اصلی واضح است اما خیلی‌ها آن را رعایت نمی‌کنند؛ یعنی به مهمانی می‌روند و شب همان‌جا می‌مانند و این کارشان برای آن گروه از بستگان که مستاجر هستند، شرایط سختی ایجاد می‌کند چون بعدتر باید جوابگوی صاحبخانه باشند.

بهانه‌های کشکی برای قطع دید و بازدید

غم‌انگیز است، اما به دوره‌ای رسیده‌ایم که برخی مردم به بهانه‌های مختلف صلح‌رحم را قطع کرده‌اند، اما از دیدگاه ما هیچ‌کدام از بهانه‌هایی که آنها برای قطع صلح‌رحم می‌آورند قانع‌کننده نیست. در ادامه، برخی از این بهانه‌ها را با هم بررسی می‌کنیم و برای آنها پاسخ‌هایی ارائه می‌دهیم:

بهانه اول: مرغ کیلویی... برنج کیلویی... سیب کیلویی... پرتقال کیلویی... آن وقت چطور انتظار دارید با فامیل رفت و آمد کنیم وقتی يك مهمانی ساده چند صد هزار تومان خرج برمی‌دارد...

پاسخ: کسی منکر گرانی اجناس نیست. ما هم به بازار سر می‌زنیم. ما هم خرید می‌کنیم، اما چرا اصرار دارید دید و بازدید را تا این حد پیچیده کنید که حتما مهمان‌ها را برای يك وعده غذایی نگه دارید. اگر وعده شام یا نهار را حذف کنیم پذیرایی آسان‌تر و کم‌خرج‌تر خواهد شد. مطمئن باشید کسانی که برای دیدن خودتان آمده‌اند، به این که سیب و پرتقال توی ظرف بلور روی میز خانه‌تان به اندازه کافی مرغوب هست یا نه، اهمیتی نمی‌دهند و این میوه‌ها هم با نخ‌های نامرئی به آبروی شما بسته نشده است!

بهانه دوم: کارمان زیاد است فرصت مهمانی دادن و مهمانی رفتن را نداریم.

پاسخ: آدم‌های موفق کار می‌کنند که زندگی کنند، نه این که زندگی کنند تا بتوانند بیشتر کار کنند. بخشی از زندگی ما تفریحات سالم است و یکی از آن تفریحات، رفت و آمد با بستگان است. اگر برای همه کارهایتان در طول روز برنامه‌ریزی کنید حتما وقت اضافه‌ای در آخر هفته برای دید و بازدید پیدا خواهید کرد و حتی بد نیست يك روز در ماه خودتان مهمانی برگزار و همه بستگان را دور هم جمع کنید.

حتی گاهی می‌توانید با مهمان‌هایتان در پارک یا مکانی تفریحی قرار بگذارید. با این روش، هم تفریح کرده‌اید و هم دیدارها تازه شده است.

بهانه سوم: ما از بستگانمان کینه داریم. آلمان با هم توی يك جوی نمی‌رود.

پاسخ: ما اصرار نداریم با همه کسانی که با آنها مشکل دارید رفت و آمد کنید، اما اولاً بسیاری از مشکلات و سوءتفاهم‌ها قابل حل است و ثانیاً همه ما بین اقوام و بستگانمان خانواده‌هایی را می‌شناسیم که از نظر فکری به ما نزدیک‌تر هستند. این گروه را برای رفت و آمدهای دائم انتخاب کنید و البته دشمنی با گروه‌های دیگر را هم کنار بگذارید و فقط ارتباط با آنها را محدود کنید؛ چون به هر حال، حتی داشتن يك دشمن هم زیاد است و احتمال دارد در آینده برایتان دردسرساز شود.

بهانه چهارم: چه لزومی دارد خانه قوم و خویش‌ها برویم. ما راه‌های دیگری برای تفریح کردن داریم!

پاسخ: به چند علت نگه‌داشتن پیوندهای خانوادگی از طریق دید و بازدید بسیار مهم است: اول این که در دینمان بر صلح‌رحم بسیار تاکید شده است. دوم این که هرکدام از بستگان ما، يك تکیه‌گاه اجتماعی برایمان به حساب می‌آیند که اگر روزگار بر ما زیادی سخت گرفت، می‌توانیم از آنها به شیوه‌های مختلف کمک بخواهیم. این کمک گاهی فقط فکری است، یعنی ما درباره مشکل‌مان با آنها مشورت می‌کنیم و آنها راهنمایی‌مان می‌کنند و گاهی هم کمک‌شان مادی یا حتی معنوی است مثلاً ما از آنها پول قرض می‌گیریم یا می‌خواهیم برایمان دعای خیر کنند.

سوم این که ملاقات با بستگان به شما کمک می‌کند فرزندان اجتماعی با روابط عمومی قوی تربیت کنید که می‌دانند در موقعیت‌های مختلف و جمع‌های گوناگون چگونه رفتار کنند.

... و آخرین علت این که از نظر روان‌شناسی، ملاقات با خویشان و آشنایان، نشاط‌آور است و از میزان افسردگی و استرس می‌کاهد و بخصوص این که صلح‌رحم، اعتماد به نفس شما و خانواده‌تان را به واسطه داشتن پشتیبان‌های اجتماعی، بالا می‌برد.

علی یوشی‌زاده