

یک خداحافظی خوب

بعضی وقت ها ما مجبور می شویم از دوست مان دور شویم. این جور وقت ها چه طور خوب خداحافظی کنیم؟



بعضی وقت ها ما مجبور می شویم از دوست مان دور شویم. این جور وقت ها چه طور خوب خداحافظی کنیم؟

1) از دلخوری ها معذرت بخواه!

حتماً دیده اید بزرگ ترها وقتی می خواهند بروند یک سفر طولانی از دوروبری هایشان «حلاطیت طلبی» می کنند. حلاطیت طلبی یعنی این که «لطفاً من را ببخش». اگر تو هم می خواهی از دوستت خداحافظی کنی. اولش از او بخواه که تو را ببخشد اگر می دانی کجاها از تو دلخوری دارد یکی یکی آن ها را بگو.

مثلاً مریم و سعیده سال ها با هم همکلاسی بوده اند. حالا خانه ی سعیده عوض شده و آن ها باید بروند یک محله ی دیگر. سعیده و مریم باید از هم جدا شوند. سعیده می تواند بگوید: «می دانم آن روز که من چغولی تو را پیش خانم معلم کردم ناراحت شدی، حالا که شاید دیگر همدیگر را نبینیم من را ببخش.»

مثلاً شایان و آرمین به خاطر عوض شدن مدرسه ی آرمین دارند از هم جدا می شوند. آرمین می تواند به شایان بگوید: «می دانم آن روز که من تو را برای تیم فوتبالم انتخاب نکردم ناراحت شدی. آن روز من از تو عصبانی بودم و معذرت می خواهم که این کار را کردم.»

2) دوستت را ببخش!

همیشه این طور نیست که دیگران از تو دلخور باشند. بعضی وقت ها تو از آن ها دلخوری. همین طور که تو دوست داری دوستت از تو دلخور نباشد. تو هم می توانی او را ببخشی. اول او را در دل خودت ببخش. برای این که بتوانی راحت تر این کار را بکنی. خوبی های دوستت را بگذار کنار دلخویش. بعد توی ذهنت آن ها را بگذار توی یک ترازو. البته از آن ترازوهای قدیمی، نه از این دیجیتالی های جدید! می بینی که چه قدر وزن خوبی هایش بیشتر است. پس لطفاً او را در دلت ببخش و بعد موقع خداحافظی به او بگو که دیگر هیچ دلخوری از او نداری. لازم نیست حتماً بگویی که کجاها دلخور بوده ای. اگر بگویی کجاها دلخور بوده ای هی دوستت یاد خاطره های بد می افتد و خداحافظی تلخ می شود.

مثلاً سارا و مهشید که یک سال با هم همکلاسی و دوست بودند حالا به خاطر ماموریت پدر سارا در یک شهر دیگر باید از هم جدا بشوند. مهشید چند بار با سارا سر چیزهای کوچولو قهر کرده بود و برای همین سارا از او دلخور بود. توی ذهنش همه ی روزهای خوبی که با مهشید داشتند را به یاد آورد و گذاشت کنار دو سه تا قهر کوچولو دید که مهشید خیلی بیشتر به او خوبی کرده تا بدی. برای همین سارا توانست در دلش مهشید را ببخشد و موقع خداحافظی به مهشید گفت: «تو دوست خوب من بودی و من هیچ دلخوری از تو ندارم.»

3) یادگاری بده!

می توانی برای دوستت هدیه ی خداحافظی بگیری. قدیم ها یک رسم قشنگ بین دوست ها بود که به هم یادگاری می دادند. یادگاری حتماً نباید یک هدیه گران قیمت باشد. می توانی خودت کاردستی درست کنی: مثلاً یک کارت یا هر چیز دیگری که دوستت را یاد تو بیندازد. این جوری هر وقت او به یادگاری نگاه می کند یاد تو می افتد.

مثلاً مبینا و هدی که با هم دختر خاله و دوستند حالا به خاطر این که خانواده هدی می خواهند بروند خارج از کشور زندگی کنند. می خواهند از هم جدا شوند. مبینا برای هدا با سنگ های سبک و رنگ رنگی که از کنار دریا جمع کرده بود. یک دستبند درست کرد و به او داد. حالا این دستبند همیشه هدا را به یاد مبینا می اندازد.