

خانه تکانی را به زمین لرزه تبدیل نکنیم

خانه را بتکانید ولی نه آنچنان که انگار زلزله‌ای رخ داده باشد...



خانه را بتکانید ولی نه آنچنان که انگار زلزله‌ای رخ داده باشد.

معنی خانه‌تکانی این نیست که زندگی را به کام اهل خانه تلخ کنید و از کله سحر تا پاسی از شب دور خودتان بچرخید و احم به پیشانی بیندازید و کار کنید یا پای تلفن سر دردلتان باز بشود و مدام از خانواده ناله کنید که اصلا حس همکاری ندارند و حاضر نیستند تن به کار بدهند و خلاصه خانه‌تکانی را به خاطره‌ای تلخ برای خودتان تبدیل کنید.

این روزها اگر قدری گوش تیز کنید، غرهای فرزندان را می‌توانید بشنوید که لابه‌لای حرف‌هایشان از خانه‌تکانی می‌نالند. فراموش نکنید که خانه‌تکانی سنت دیرینه‌ای است در میان خانواده‌های ایرانی که از دیرباز پابرجا مانده؛ سنتی که نور و انرژی را به گوشه‌های تاریک خانه‌ها می‌برد تا سال نو با روشنایی آغاز شود.

ایرانیان از دیرباز با تمیز کردن خانه و کاشانه‌شان به استقبال بهار می‌رفتند. زنان ایرانی که مدیریت خانه را بر عهده داشتند معمولا از یک ماه مانده به نوروز برای خانه‌تکانی برنامه‌ریزی می‌کردند؛ هر چند اوج خانه‌تکانی از 20 اسفند به بعد شروع می‌شد و تا ساعتی مانده به تحویل سال نو ادامه داشت.

این روزها به‌ویژه در شهرهای شلوغ، زنان نیازمند برنامه‌ریزی‌های دقیق‌تری برای استقبال از بهارند بلکه بتوانند تا دیر نشده، لابه‌لای ترافیک شهر هم به خرید عید خانه و بچه‌ها برسند و هم خانه را بتکانند آنچنان که پاکیزه به دیدار بهار بشتابند. سنت خانه‌تکانی هر چند زنانه است اما انجام این کار نیازمند همت تک‌تک افراد خانواده است. با همیاری به استقبال بهار بروید.

اسباب و اثاثیه را ریخته‌اید وسط هال، آشپزخانه را در حد انفجار به هم ریخته‌اید، حالا مستأصل مانده‌اید که چه کنید. تلفن پشت تلفن مشورت پی‌مشورت که کدام کارگر برای کدام کار بهتر است. یکی دیوارها را خوب می‌سابد، یکی از پس شیشه‌ها خوب بر می‌آید، آن یکی چنان کابینت‌ها را مرتب می‌کند که حیران می‌مانید. پرده‌ها را فراموش نکنید، شستن و نصب کردن‌شان معمولا کار بسیار دشواری است اما کارگرهایی هم هستند که این کار را انجام می‌دهند.

خانه‌تکانی از آن دسته کارهایی است که هر چقدر هم سخت باشد، زنان ایرانی به انجامش علاقه‌مندند؛ سنت دیرینه‌ای که رنگ و بوی فرهنگ ایرانی را زنده می‌کند و با وجود گذشت سالیان طولانی همچنان تداوم دارد.

رنگ دیوارها که به سیاهی می‌زند، روی پرده‌ها که رد گردوغبار می‌نشیند، یعنی عید نزدیک است و در و دیوار هوس آب‌تني کرده‌اند. اگر هنوز خانه‌تکانی را شروع نکرده‌اید نگران نباشید، در واقع با نگران شدن گریه‌ای از مشکل‌تان باز نمی‌شود، بهتر است با بهره‌گیری از یک برنامه، کار را شروع کنید.

خانه‌تکانی هر سال در خانه‌های ایرانی انجام می‌شود اما با وجود تکرار همه ساله این سنت، باز هم وقتی موسم خانه‌تکانی می‌رسد زنان دچار استرس می‌شوند و دیگر اعضای خانواده هم از این سردرگمی و به‌هم ریختگی در امان نمی‌مانند. شاید به همین دلیل است که در روزهای پایانی سال، همزمان با خانه‌تکانی و انجام کارهای سال نو اعضای خانواده به همدلی و درک بیشتری نسبت به یکدیگر نیاز دارند. در این میان البته زنان به‌عنوان سکانداران خانه و کاشانه زحمت بیشتری را تحمل می‌کنند.

برنامه‌ریزی کنید

دست از یکه‌تازی بردارید. قلم و کاغذ به دست بگیرید و برنامه مناسب با شرایط خانواده بنویسید. یادتان باشد این برنامه باید با زمان کاری اعضای خانواده همخوانی داشته باشد. مثلا روزی که قرار است مرد خانواده تا دیر وقت سرکار باشد وقت مناسبی برای کمک گرفتن از او نخواهد بود یا اگر یکی از فرزندان ناچار است کارهای عقب مانده‌اش را انجام دهد، نمی‌توان انتظار داشت که بالای سر کارگر در خانه بماند؛ هر چند که 2 هفته مانده به پایان سال، همه افراد خانواده می‌بایست زمان زیادی را برای کمک به خانه‌تکانی اختصاص دهند.

یادتان باشد برنامه شما باید مختص خودتان باشد، لازم نیست همه خانه‌تکانی‌ها شبیه به هم باشد، شاید شما ترجیح بدهید نخست اتاق خواب‌ها را مرتب کنید و در آخرین مرحله هال و آشپزخانه را تمیز کنید و یا اصلا ترجیح بدهید مرتب کردن اتاق خواب فرزندان‌تان را به‌خودشان بسپارید. لازم نیست حتما مثل خانم همسایه یا مادرتان کارها را پیش ببرید.

کمی منطقی باشید

تلاش کنید برنامه‌تان را دقیق و واقعی بنویسید. کمی منطقی باشید، برای هر کاری زمان مناسب را در نظر بگیرید و از خود و خانواده‌تان یک پهلوان خیالی نسازید. شما نمی‌توانید آشپزخانه و هال را در روز سروسامان بدهید. اگر 5 سال پیش خانه‌تکانی‌تان را 3 روزه انجام داده‌اید معنی‌اش این نیست که امسال هم خواهید توانست کارتان را تکرار کنید. به هر حال 5 سال پیش سن‌تان کمتر و انرژی و توان‌تان بیشتر بود. شرایط تعیین‌کننده است شاید 5 سال پیش اتفاق خوشایندی برایتان رخ داده و شما در سطح انرژی بالاتری بودید اما بنا نیست امسال همانند 5 سال پیش کارها پیش برود.

رویاها را دور بریزید

خیال‌بافی نکنید. اگر بنا دارید کارگر بگیرید این خیال را از سرتان بیرون کنید که از یک صبح تا شب همه دیوارهای خانه را بسابد و شیشه را برق بیندازد و زمین را تمیز کند و برود. کارگرها ربات نیستند که از 8 صبح دستمال به دست روی چهارپایه و پله باشند تا غروب آفتاب؛ وسط کار می‌نشینند با خیال راحت استراحت می‌کنند و چای می‌نوشند، وقت ناهار هم تا بتوانند با آرامش غذا می‌خورند. اگر کارهایتان زیاد است یا خانه‌تان بزرگ است، ناچارید 2 روز کارگر بگیرید. البته که هزینه بیشتری می‌پردازید اما ممکن است نتیجه بهتری در پی داشته باشد.

24 ساعته کار نکنید

قرار نیست از صبح کله سحر تا نیمه شب وقت بگذارید تا بالاخره خانه را تمیز کنید. می‌توانید زمان‌تان را تقسیم کنید. یادتان باشد اگر با خستگی کار کنید نتیجه خوبی به دست نمی‌آورد. لازم نیست همه کابینت‌های آشپزخانه را خالی کنید وسط و بعد تصمیم بگیرید که مرتب‌شان کنید. هر روز بخشی از کابینت‌ها را با حوصله مرتب کنید و بقیه را بگذارید برای روزهای بعد. به این ترتیب به هم‌ریختگی مضاعفی در خانه نخواهید داشت و با اعصاب بهتر به کارتان ادامه می‌دهید.

دل بکنید

از دور ریختنی‌ها به سرعت دل بکنید. قرار نیست سال نو را در حالی شروع کنید که مشت‌آلود و آشغال را از اتاق‌ها در انباری چپانده‌اید یا بسته‌های بزرگ لباس‌های غیرقابل استفاده را تا آخرین لحظه پشت در هال انبار کنید. از همین امروز هر چه را که دور ریختنی است از خانه خارج کنید. اگر بسته‌هایی برای انجمن‌های خیریه دارید هر چه زودتر بسته‌ها را آماده کنید و از آنها بخواهید تا برای بردنش اقدام کنند. در غیر این صورت اگر فکر می‌کنید ممکن است بسته‌تان به درد کسی بخورد آستین بالا بزنید و بسته را با یک آژانس بفرستید. یک راه دیگر هم هست؛ وقتی کارگرتان کارش تمام شد بسته‌ها را به او بدهید و از او بخواهید که در پایان ساعت کار آنها را با خودش ببرد. راه حل طلایی این است که بسته‌ها را سر کوچه بگذارید و در یک چشم به هم‌زدن می‌بینید که بسته‌ها غیب شده‌اند.

از انرژی دیگران استفاده کنید

زن فرمانده خانه است، شکی نیست اما قرار نیست بدون کمک دیگر اعضای خانواده کار را به ثمر برساند. بهانه نیاورید که مردها خوب کار نمی‌کنند یا حوصله سرو کله زدن با بچه‌ها را ندارم، بهتر است در خانه تکانی همه شرکت کنند تا نتیجه قابل قبول‌تری به دست بیاید. اعضای یک خانواده باید این مهارت را کسب کنند که کارهای گروهی را به درستی انجام دهند.

خوش‌گذرانی کنید

شما ناظم مدرسه نیستید. این یادتان باشد. می‌توانید در همان حال که خانه تکانی می‌کنید کمی هم خوش بگذرانید تا خلق و خوی‌تان قابل تحمل شود. لازم نیست نقش یک ناظم سخت‌گیر یا یک کارگر سخت‌کوش را بازی کنید. شما یک زن هستید و در این روزها مدیریت خانه‌تکانی را بر عهده دارید پس حق دارید کمی هم تفریح کنید. گاهی به خودتان استراحت بدهید و دست از کار بکشید. در همین روزهای شلوغ و پلوغ بد نیست گاهی هم از خانه بیرون بروید.

مراقب دست و پایتان باشید

شاید باور نکنید اما در روزهای پایانی سال، زنان با گرفتگی عضلات گردن و کمر، مشتری پروپاقرص بیمارستان‌ها هستند. بدتر از این هم اگر در روزهای آخر اسفند گذرتان به بیمارستان‌هایی بیفتد که بخش ارتوپدی فعالی دارند زنانی را مچ پای در رفته یا دست شکسته در حال اشک ریختن خواهید دید. دلیل‌ها مشترک است؛ کار زیاد با خستگی و افتادن از ارتفاع یا لیز خوردن روی کف خیس خانه. به هر حال مراقب دست و پایتان باشید تا مجبور نشوید تمام عید را یکجانشینی کنید.

پشیمان نشوید

لازم نیست آن قدر به خودتان فشار بیاورید که از هر چه خانه تکانی است پشیمان شوید. آهسته و پیوسته کار کنید و حداقل در طول سال برای وسایلی که قرار نیست به کارتان بیاید تصمیم جدی بگیرید تا پایان سال با تلی از وسایل بی‌مصرف روبه‌رو نشوید و رنج مضاعفی را برای خلوت کردن خانه تحمل کنید.

