

سپک از تباط



راهکار و هدایت را جایگزین نصیحت کنید

کسی به نصیحت‌های شما گوش نمی‌کند!

ما دوست نداریم کسی نصیحتمان کند. حتی به نصیحت آنهایی که خودمان ازشان می‌خواهیم که نصیحتمان کنند گوش نمی‌دهیم. با این حال پیگیرانه به این کار ادامه می‌دهیم. پدر و مادرها هر روز بچه‌هایشان را با نصیحت بمباران می‌کنند. معلم‌ها و دوستان هم همین‌طور. حتی آدم‌هایی که در خیابان می‌بینیم، کمتر فرصتی را برای نصیحت کردن از دست نمی‌دهند. اما چرا هیچ‌کس نمی‌پرسد فایده این نصیحت‌ها چیست؟ چرا اینقدر بی‌تأثیرند؟ یک فیلسوف می‌گوید مشکل از ماهیت خود نصیحت است.

اگنس کالارد (Agnes Callard) فیلسوف مجارستانی و استاد دانشگاه سیساکو در مقاله‌ای با عنوان «Against Advice» که در وب‌سایت «پوینت» منتشر شده به این موضوع پرداخته است. وب‌سایت ترجمان نیز مقاله او را با عنوان «چرا هیچ‌کس به هیچ نصیحتی گوش نمی‌دهد؟» با ترجمه علی حاتمان منتشر کرده است. مقاله کالارد را با اندکی تلخیص می‌خوانید.

■ نصایح بی‌فایده یک نویسنده به تازه‌کارها

ما در دوران درخشان یادگست‌ها، گفت‌وگوهای عمومی

و علایق جدید دانشگاهی مرزکننده زندگی ما کنیم. در چنین دورانی روشن‌فکر عرصه عمومی بودن بسیار ساده است؛ البته به‌جز زمانی که به بخش «نصایح» گفت‌وگوها می‌رسیم. وقتی کسی به این واسطه به شهرت برسد که در یکی از زمینه‌های مورد علاقه عمومی تخصص دارد، بدون شک از او می‌خوانند که پیشنهادهایش را در این زمینه ارائه کند تا دیگران بتوانند گام‌به‌گام در مسیر پیشنهادی او حرکت کنند. تردیدی نیست که چنین اندرزهایی سرتاپا بی‌فایده‌اند. ما گارت اتوود، رمان‌نویس کانادایی، در یکی از مصاحبه‌هایش در پاسخ به چنین درخواستی، این‌پند قابل پیش‌بینی را بیان کرد که برای موفقیت در نویسندگی، باید هر روز زمانی را به نوشتن اختصاص دهید؛ اما پس از بیان این نکته، ظاهراً به یاد آورد که به بخش «نصیحت»، «راهکار» گفته است که به توصیه هر روز نوشتن عمل نمی‌کند! به همین خاطر به توصیه خود این نکته را نیز اضافه کرد که «من این کار را نمی‌کنم، اما شما باید انجامش بدهید؛ زیرا به‌عنوان نویسنده‌ای تازه‌کار، نوشتن هر روزه برایتان سودمند است.»

«اتوود» سخن خود را اینگونه ادامه می‌دهد (گویی خود نیز به‌کارش بودن گفته‌هایش برای خواننده آگاه است): «نکته اصلی‌ای که باید به یاد داشته باشید، این است که هیچ‌کس تا زمانی که اجازه نداده‌اید، نباید نوشته‌تان را بخواند. به‌این‌ترتیب، نیازی به کنترل و مهار نوشته خود

کوتاه‌مثل زندگی

■ شها سپهری

اغلب مردم مهربانی را یکی از مهم‌ترین صفات انسان‌های خوب می‌دانند. روان‌شناسان، مهربانی را توجه کردن و ارزش دادن به دیگران و یساری دادن آنها بدون در نظر گرفتن منفعت شخصی تعریف کرده‌اند. انتظار می‌رود این‌حالت‌های عاطفی در موقعیت‌هایی که امکان مقابله به مثل یا منفعت شخصی وجود ندارد افزایش یابد و به شکل رفتارهای یاری‌رانه بروز پیدا کنند.

مهربانی یکی از زیباترین خصیصه‌های انسانی است. رنگ مهربانی چنان در خورد مهربانان رفته که دائم پوی محبت می‌دهند. مهربان‌ها عطر رحمانیت خدا را دارند. بی‌دلیل مهر ورزیدن، کارشان است. خدا بندگان را با مثل گل آفرید زیبا و لطیف، پس بسزای گل‌های زندگی با باغبان باش. به‌موقع آبیاری کن. مبادا از بی‌محبتی خشک ششوند. مبادا از آبیاری زیاد بپوسند. به گل‌های باغچه زندگی‌ات به‌موقع برس. خاره‌هایش را از ریشه بزب.

برای گل‌هایت باغبان خوبی باش تا باغ زیبایی داشته باشی. یکسری آدم‌ها شاید به زیبایی گل نباشند اما دلشان نازک‌تر از هر گلبرگ گل است. اگر بهشان نرسی، شاید زود پژمرده و پریر شوند. به داد دل این آدم‌ها باید قبل از پریر شدن رسید. گلی که پریر شد هرچقدر هم که به آن برسی دیگر جان نمی‌گیرد. دیگر نمی‌تواند آن طراوت قبلی را داشته باشد.

در زمان نوشتن نخواهید داشت. همه‌چیز بین شما و صفحه کاغذ روی می‌دهد و اگر آنچه در یک روز نوشته‌اید پسندتان نباشد، سید کاغذهای باطله در خدمت شمامت. «بی‌پروا نوشتن» برای فردی که در تلاش برای نوشتن است، توصیه‌ای کاملاً بی‌فایده به نظر می‌رسد و به همین جهت، پیشنهاد اتوود به «آمادگی برای دور ریختن نوشته‌ها» نیز ناسودمند از کار درمی‌آید. اگر از کسی بخواهید شما را در مسیر نویسندگی راهنمایی کند و او در پاسخ بگوید که «نوشتن را تمرین کن»، دشوار می‌توانید چنین پاسخی را کنه‌ای نبیشار تلقی نکنید.

اتوود نویسنده‌ای مشهور و موفق است که دورانی طولانی آنکده از تجربه را در زندگی و در نبردهای روزانه با صفحات سفید تجربه کرده است. او با شجاعت تلاش می‌کرد به مصاحبه‌کننده چیزی را بگوید که دنبالش است؛ می‌گوید وظیفه‌اش را انجام دهد و سخنان مفیدی بگوید. پس چرا پیوسته می‌نگزد و نصیحت‌های پوچ و بی‌سر و ته تحویل خواننده می‌دهد؟ (واقعاً امروز چه کسی، در دوران کیبورد‌ها، از سید کاغذ باطله استفاده می‌کند!؟)

■ نصیحت، راهکار یا هدایت!؟

من با مس‌گارت اتوود همدلی زیادی دارم. هنگامی که دانشجویان با چشمانی پر اشتیاق به دفترم می‌آیند تا از راهبردها و راهنمایی‌هایم برای فیلسوف‌شدن استفاده کنند، تصور مهملاتی که در پاسخ به آنها خواهم گفت، برام دلپاره و آست. البته بندهای به این معنا که دانشجویانم را گمراه کنند، «بد» نیستند؛ اما از این جهت که آنها را به هیچ جای مشخصی نمی‌رسانند، نامطلوب محسوب می‌شوند. درست مثل این است که پیش از آغاز نصیحت دانشجویان، دکمه‌ای را فشار داده باشم که هر نوع آگاهی و اطلاعات مفید را از حرف‌هایم بیرون بکشد و به این ترتیب، نهایتاً هیچ نگویم.

البته این دشواری در همه‌گونه‌های مشاوره کلامی اتفاق نمی‌افتد. بگذارید میان سه اصطلاح «نصیحت»، «راهکار» و «هدایت» تمایز بگذاریم. شما به فردی برای رسیدن به هدفی «راهکار» می‌دهید، در حالی که خود این هدف ابزاری برای هدفی دیگر (و مشخص‌نشده) است. به عنوان مثال، به فردی مسیر رفتن به کتابخانه را یاد می‌دهید، اگر او به دلیلی بخواهد به آنجا برود. در مقابل، «هدایت» تأثیر گذاری بر دیدگاه فرد نسبت به چیزی است که به خودی خود ارزشمند است؛ مثل اینکه فردی را در مسیر ورزشی، تحصیلی یا حتی برتری در اجتماع راهنمایی کنید.

«راهکار» شما را در آنچه خود (به صورت مستقل) ارزشمند می‌شمارد، اثر می‌بخشد، درحالی‌که «راهنمایی» شما را

حجم عظیمی از «نصایح» در رسانه‌های اجتماعی جریان دارد. کاربران توئیتر، در زمان‌هایی که مشغول جروبخت نباشند، با خشستودی و خیرخواهی اندرزهایی درباره چگونه زیستن با هم به اشتراک می‌گذارند. در این وضعیت، نصیحت مثل نوعی گپ‌زدن یا عامل پیوند اجتماعی عمل می‌کند آن هم در فضایی‌که حاضران هیچ نوع حس مشترکی ندارند

که آنها را در گیر کند یا به هم پیوند دهد از شخصی‌ترین مسیرها گذشته است.

به برلین رفت یا شغل معلمی زبان را پذیرفت، یقیناً در تقلید از فرد دیگری چنین نکرده بود. روحیه و روش مشترک در میان تمام افراد بزرگ این است که هرگز نکوشیده‌اند بازگویی افکار و رفتار بزرگ دیگری باشند. اینجاست که یکی آنچه درنهایت ضروری است، صرف زمان برای ایجاد تجربه آموزشی مشترک میان راهنما و راهنمای‌شونده است؛ چراکه «هدایت» فرایند شخصی و درونی است. اما نصیحت آنگونه که در اینجا به کار برده‌ام، در بی‌امیختن دو جنبه غیر شخصی و دگرگون‌کننده در راهنمایی و راهکار است. می‌توان آن را به عنوان «راهکارهایی برای دگرگونی شخصی» در نظر آورد. در نمونه پیشین، نویسنده جوان به ورد اشتیاقی ندارد. او همچنین این تقاضای نامعقول را ندارد که اتوود به راهنمای شخصی نویسندگی‌اش بدل شود، بلکه درواقع ارزش برآمده از راهنمایی را طلب می‌کند، درحالی‌که می‌خواهد این ارزش در چارچوب راهکاری معین به او ارائه شود. حال آنکه چنین چیزی در گفته‌های اتوود وجود ندارد. اینچنین است که اندرزگوی ناصح به تکرارکننده ایده‌هایی معقول که بیشتر از دیگران شنیده، تزلزل پیدا می‌کند؛ ایده‌هایی که آنقدر فراگیر و عام هستند که عملاً به جملاتی معنا تبدیل می‌شوند.

■ عدم تطابق فرم و محتوا در نصیحت

مشکل «نصیحت» به عدم تطابق میان فرم و محتوا بازمی‌گردد. دانش برآمده از «راهکار» دانشی عمومی است که بر اساس آن، هر زمان الف را داشته باشید، ب را دریافت خواهید کرد. این دانش را می‌توان بدون هیچ پیوندی با مخاطب به او منتقل کرد. در مقابل هدایت یا همان «دانش شدن» همواره در درکی اختصاصی از سلوک میان بی‌خبری و کمال پیوسته است که سالک در میانه آن ایستاده است. راهنما باید بداند که در این راه نقاط ضعف او چیست؟ جنبه‌های برتر او کدام است؟ و چه عوامل انگیزشی‌ای را می‌تواند به کار گیرد؟ این نکات تنها در اختیار فردی قرار می‌گیرد که سالک را می‌شناسد. مسیر سلوک و دگرگونی آنکده از بازیبنی‌های دقیق، بن‌بست‌ها، عقبگرد‌ها، اصلاح مسیر و دشواری‌های اتفاقی است؛ مسیری درست مانند خود انسان؛ یگانه، غریب و خاص.

فرض کنید «اتوود» تلقی شخصی خود را از چگونگی رسیدن به جایی که اکنون در آن ایستاده، به ما ارائه می‌کرد و رویدادهای سرنوشت‌ساز این مسیر را بر جسته می‌ساخت. برتری در اجتماع کدام از کسانی که مشتاق نویسنده‌شدن هستند، آن حرف‌ها را به عنوان روشی برای دستیابی به موفقیت نمی‌نگرستند؛ زیرا خود اتوود، فی‌المثل زمانی که

کتاب خوب



یک بسته کتاب فرزندپروری برای پدر و مادرها

نه تنبیه کنید نه لوس! تربیت کنید

■ **حسین گل‌محمدی**

قهر با کتاب کم‌کم دارد به یک معضل تبدیل می‌شود و از آن‌سو جایگزینی محتوای شبکه‌های مجازی که چندان هم به صحت و سقم آنها اعتمادی نیست، خطری برای ذهن باورپذیر بسیاری از کاربران محسوب می‌شود. در این میان، والدینی که در فرایند تربیت فرزندان خود با چالش مواجهند سردرگم می‌مانند که چه چیزی در دست و چه چیزی غلط است. بسیاری از آنها احتمالاً علاقه‌مند به دانستنن قهر سنتی از کتاب‌هایی هستند که کمک حالشان باشد و به آنان در انتخاب شیوه‌های مفید تجربه شده و علمی در برخورد با فرزندان یاری برسانند. ما در اینجا کزنده‌ای از کتاب‌های خوب در حوزه فرزندپروری را به این دسته از والدین پیشنهاد می‌دهیم.

■ ■ ■

■ آزاد و صمیمی با فرزندان

«آزاد و صمیمی با فرزندان» نام کتابی است نوشته‌شده آلبیسون مولوانسی و ترجمه مهدی حاجی‌اسماعیلی که از سوی انتشارات دانژه منتشر شده است. مؤلف کتاب با علم به اینکه در بسیاری از خانه‌ها، والدین حرف فرزندانش را و فرزندان سخن والدینشان را متوجه نمی‌شوند، و اینکه همین امر باعث مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان مثل داد و فریاد زدن، لجبازی کردن، دروغگویی، فرار از خانه و کشیده شدن آنها به سمت اعتیاد و بزهکاری می‌شود، اصول و راهکارهایی ارائه داده است. نویسنده کتاب به دنبال ارائه راهکارهایی است تا فرزندان و والدین با هم صمیمی باشند و بتوانند یکدیگر را درک و

ارتباط مؤثری با هم برقرار کنند.

■ تربیت با عشق و منطق

کتاب «تربیت با عشق و منطق» نوشته جیم‌ای فونستر کلاین با ترجمه سوسان موحدی‌فرد از سوی انتشارات آوای منجی منتشر شده است. به اعتقاد نگارندگان کتاب، امروزه تربیت مؤثر بر پایه عشق و محبت استوار است. صمیمیتی که آنان گنیز نیست، بی‌احترامی را تحمل نیست، بلکه این عشق باید به‌حدی بانفوذ باشد که به کودکان اجازه از تکاپ خطا و کسب تجربه از خطاها را بدهد. بیشتر اشتباهات، برای کودکان عواقب منفطقی را در پی دارد که باعث متحول شدن آنها خواهد شد. نگرش اصلی نگارندگان کتاب حاضر حول این محور است که به کودکان اجازه دهیم همزمان با رشد جسمی به بلوغ و تکامل نیز برسند. با این روش به آنها خواهیم آموخت که با تکان می‌دهد و مدعی قدرت‌های جادویی است، شما را به هیچ‌جا نخواهد رساند. کمک‌رسانی حقیقی نیازمند تماس است. البته انواع تماس به ارتباط دوطرفه محدود نمی‌شود. «اتوود» می‌تواند به جوانان و مشتاقان سردرگم‌شده نویسندگی کمک کند، بی‌آنکه آنها را دیده یا آنها او را دیده باشند.

مهربانی برچسبی است که با اعمال و رفتار خودمان به ما خورده شده است. شاید اگر می‌دانستیم مهربانی با قلب‌ها چه کار می‌کند، با هم خیلی مهربان‌تر رفتار می‌کردیم. زیبایی آدم‌ها به صورت‌شان نیست. زیبایی اصلی یک انسان متعلق به طینت زیبای اوست نه ظاهر زیبایش. باید بدانیم دوست داشتن زیباست. حتی زیباتر از دوست داشته شدن. هدیه دادن زیباست. حتی زیباتر از هدیه گرفتن. محبت کردن زیباست. حتی زیباتر از مورد محبت واقع شدن.

در واقع می‌شود با مهربانی به زندگی آدم‌ها طلوع بخشید. ببینید طلوع و غروب زندگی‌تان چه کسانی هستند. نه تنها مهربانی فقط یک اسم ساده نیست، بلکه مهربانی مثل یک معمای چند تکه است. دور از ترجم و رفتارها. مهربانی تنها یک جمله است؛ محبت بی‌دریغی که بی‌منت باشد. پس مهربان باش حتی اگر دیگران گمان کنند ساده‌ای. مهربان باش اما نگذار مهربانی‌ات را کسی دور بزند یا احساسات را پایمال کند. به امید آن روز که سیل مهربانی در جهان راه بیفتد و محبت‌هایمان بزند نیاید. مهم نیست خانه‌مان کجا و کدام خیابان باشد.

مهم‌خانه دل است. پس الهی‌خانه دل هر انسانی واقع در خیابان شادی، بن‌بست عشق، پلاک امید، طبقه مهربانی و واحد آرامش باشد. زندگی کوتاه است، با هم مهربان باشیم.