

درباره دوستی و رفاقت، از گذشته تا الان

# رفیق روزهای خوب

# رفیق خوب روزها

الیه توانا – آیا «دوستی» و «رفاقت» با هم فرق دارند؟ بعضی ها می گویند «دوستی» مخصوص زنان است و «رفاقت» خاص مردان. این ها همان کسانی هستند که معتقدند اصل رفاقت، اساسا مردانه است و دوستی های زنانه بی دوام و اعتبار. بعضی ها هم خیلی اهل خط کشی و زنانه و مردانه کردن ماجرا نیستند اما معتقدند «رفاقت» از «دوستی» عمیق تر است و آدم ممکن است هزار تا دوست داشته باشد اما رفیق، فقط یکی. این تصور شاید از آن جا ریشه می گیرد که رفاقت به طور خاص معنای همراهی و دمسازی دارد و دوستی را علاوه بر مفهوم رایج، در معناهای عام تر و کلی تری مثل «بشر دوست»، «خانواده دوست» و مانند این ها به کار می بریم. بعضی ها هم اصرار دارند که دوستی و رفاقت، صرف نظر از تفاوت داشتن یا نداشتنشان، قدیم ترها قرص و محکم تر بوده و آدم های امروز، این چیزها سرشان نمی شود. این افراد یا اساسا ستایشگر گذشته اند و یک حسرت خور حرفه ای به شمار می آیند یا در روابط فعلی شان رودست خورده اند. و گرنه مفهومی به قدمت و وسعت دوستی چه طور می تواند دستخوش تغییر شود؟ اگر قرار باشد رابطه دوستانه آدم ها در طول سال ها به نابودی کشیده شود، بشر آینده ترسناکی در پیش خواهد داشت. مقایسه دوستی های قدیم و جدید (و در کل مقایسه هر آنچه مربوط به گذشته و حال است) قبلا آدم ها زانر گرفته هم شریاط، به نتیجه بی طرفانه ای منجر نمی شود. قبلا آدم ها زمان بیشتری با دوستانشان می گذرانده اند و از اوضاع و احوال هم باخبر تر بوده اند؛ امروز آدم ها در فاصله بین دویدن هایشان، فرصت زیادی برای با هم بودن پیدا نمی کنند. اما احساس تعلق و دوست داشتن یک نیاز اساسی در همه دوره هاست. ما امروز هم دوستان خوبی داریم که می توانیم روی محبت، همراهی و معرفتشان حساب کنیم. به علاوه، رفاقت های الکی و آبکی و کاسبکارانه و طلبکارانه را در هر دوره ای می توان پیدا کرد. کسانی که امروز بعد از مدت ها بی خبری، با یک احوال پرسی تلگرامی کلی خواسته و توقع هوار می کنند روی سر دوستشان، قبل از تلگرام هم کارشان را تلفنی راه می انداخته اند. قبل تر از آن هم لابد مجبور می شده اند زحمت بکشند برون دم خانه رفیقشان، حضوری ابراز ارادت و البته نیاز کنند. خلاصه مهم این است که آدم حواسش به رفاقتش باشد. حالا چه دوستی و رفاقت فرق داشته باشند، چه نداشته باشند؛ چه زنانه باشند، چه مردانه. چه از گذشته تا حالا فرق کرده باشند، چه نکرده باشند. به قول بزرگی: «آدم وقتی به دوست واقعی داره که خودش یه دوست واقعی باشه». اگر می خواهید بدانید چرا به دوست نیاز داریم و دوستی بین مردها چه فرقی با رفاقت های زنانه دارد و ویژگی های دوست خوب چیست ادامه پرونده را بخوانید.



دوستانتان را بهتر بشناسید

## ۱۵ ویژگی دوستان خوب

- ۱) **مایه دارند**: اوضاع جیبشان را نمی دانم اما در زمینه مرام و معرفت خساست به خرج نمی دهند؛ سرمایه هم محسوب می شوند.
- ۲) **حد نگه دارند**: تنهایی و حریم شخصی حالی شان است؛ توی زندگی خصوصی هم سر ک نمی کشند.
- ۳) **راز نگه دارند**: ز گهواره تا گور!
- ۴) **جنبه ندارند**: جنبه رفاقت های جدید و شغل جدید و موقعیت های جدید؛ رفاقتشان با چیزهای جدید، کهنه نمی شود.
- ۵) **ادب دارند**: مسخره کردن و شوخی از حد گذراندن و توهین را صمیمیت نمی دانند.
- ۶) **زبان دارند، خویش را هم دارند**: قهر و بحث و دعوا می کنند اما بعدش می نشینند به حرف زدن و حل کردن مشکل و معذرت خواهی.
- ۷) **گذشت دارند**: خوشی و حال خوب رفیقشان آن قدر مهم هست که گاهی بتوانند از خوشی خودشان بگذرند.
- ۸) **آینه دارند**: خوب و بد رفیقشان را هر چه هست، همان طور نشان می دهند؛ نه کمتر، نه بیشتر.
- ۹) **انصاف دارند**: اشتباه و لغزش رفیقشان را به حرمت دوستی و به پاس محبتش می بخشند.
- ۱۰) **انقضا ندارند**: برای هم تکراری و کسل کننده نمی شوند؛ تمام شدنی و رفتنی نیستند.
- ۱۱) **طلب ندارند**: لطف را به حساب وظیفه نمی گذارند؛ قدر دارند.
- ۱۲) **دورو ندارند**: قربانت بشوم جلوی رو و فلان فلان شده پشت سر ندارند.
- ۱۳) **خرید و فروش ندارند**: رفیقشان را به پست و مقام و پول و پله نمی فروشند.
- ۱۴) **چرتکه ندارند**: کار خوب و لطف را به توقع جبران و تلافی انجام نمی دهند.
- ۱۵) **سطح رفیق را پایین نمی آورند**: دوست خوب، خودش را به اندازه دوستش بالا می کشد، اما رفیق را همسطح خودش پایین نمی کشد.

## مردان دوستان بهتری هستند یا زنان؟

رفاقت یکی از موضوعات مورد بحث زنان و مردان است، از آن بحث هایی که در نهایت هر یک از طرفین به این نتیجه می رسند که: «اما خوبیم!» مردها معتقدند دوستان بامرام تر ی برای هم هستند. موقعیت هایی که آن ها می توانند در کنار هم تجربه کنند، در این تصور بی تأثیر نیست؛ مثلاً:

- **روزهای پرخطر سه سربازی**: سربازی به جز ظرفیت تولید خاطره برای دو هزار سال آینده(!)، فرصت مناسبی برای پیدا کردن رفیق هم هست؛ زمان طولانی کنار هم بودن، دوری از خانواده و شرایط سخت سربازی، نیاز به برقراری پیوندهای عمیق ایجاد می کند. شیطنت ها، همبستگی ها و داشتن هدف مشترک هم موارد دیگری است که باعث می شود خیلی از مردها شکل گیری بهترین دوستی شان را مدیون دوران سربازی باشند.
- **دعوا درگیری**: دعوا هم از آن موقعیت هایی است که بعضی از رفاقت های پسرانه را محک می زند؛ مشتکی در دعوا رفیق، حواله دشمن می کند، با رفاقت مردانه همان کاری را می کند که گوش شنوا داشتن، با رفاقت زنانه.

سنگ صبور بودن، اعتماد، رازگویی و رازداری در دوستی های زنانه، یعنی همه چیز. شاید همین ویژگی های رفاقت زنانه باعث شده است که نتیجه مطالعات و پژوهش های روان شناسی به نفع دوستی های زنان باشد؛ در یکی از این تحقیقات آمده است که زنان نسبت به مردان، دوستان نزدیک بیشتری دارند و اهمیت بیشتری برای صمیمیت قائل هستند؛ این مطالعه، صمیمیت را معادل حمایت عاطفی و خودافشا سازی در نظر گرفته است. اما واقعیت این است که مردان و زنان در روابط دوستانه شان، تجربیات، معیارها، ارزش ها و انتظارات متفاوتی دارند. اساسا بهتر و بدتری وجود ندارد. این بحث همیشگی اما خوبیم» از آن جا می آید که آدم ها، از دید خودشان به ماجرا نگاه می کنند. مثلاً زن ها تعجب می کنند وقتی دو مرد بعد از سال ها دوستی، از خانواده یکدیگر چیز زیادی نمی دانند و این را می گذارند به حساب بی اعتمادی آن ها به هم و سلطی بودن رفاقتشان. یا مردها درک نمی کنند که چه طور ممکن است زن ها هر روز از دیدن دوستان حسابی ذوق زده شوند و «عزیزم» و «جانم» هایشان را الکی می دانند و دوستی هایشان را بی دوام. بنابراین تفاوتی هم اگر در رفاقت مردانه و زنانه هست، به معنای برتری یکی و ضعف دیگری نیست، بلکه درست به اندازه تفاوت مردان و زنان بدیهی است.

ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

شنبه ۱۸ دی ۱۳۹۵

۸ ربیع الثانی ۱۳۳۸ • ۷ ژانویه ۲۰۱۷

۶۶۵

## آقای جوان

## خودت به داد خندوانه برس

**سید مصطفی صابری**– یک کمدین که ویدیوهای سطحی از اجراهای عجیبش را در جنگ های شادی دیده بودیم، طی مدت کوتاهی، چندین مرتبه به خندوانه آمده تا با فرمولی تکراری که به محبوبیت شخصیت «استاد کهنمویی» در همین خندوانه منجر شد، مخاطب را سرگرم کند. منتها کارش علاوه بر تکراری و ضعیف بودن، هیچ محتوایی هم ندارد. این آیتم، نمادی از وضعیت فعلی خندوانه است اما تنها مشکل فصل جدید خندوانه نیست. آیا خندوانه فعلی، همان برنامه خیابان خلوت کنی است که حالی خوب به مخاطب تزریق می کرد؟ تلویزیون در تأمین محتوای جذاب و سرگرم کننده ای که اعضای خانواده را دور هم جمع کند، چنان را کمبود مواجه است که خندوانه همچنان می تواند انتخاب اول خیلی ها باشد اما آیا این برنامه، همانی است که آنقدر دوستش داشتیم؟

### ■ جای خالی خلاقیت

فقط «جناب خان» از خندوانه حذف نشده، این روزها جای خلاقیت و محتوا هم در خندوانه خالی است. همچنان که جای خالی «محمدرضا شهیدی فر» که در تیم اتاق فکر فصل های قبل بود هم، به شدت در این فصل حس می شود؛ هر چند که ناشی در تیتراژ پایانی و در ادامه تشکر ویژه از نگار جواهریان! ذکر شده اما همین ماجرا نشان می دهد او کاملاً از خندوانه جدا شده است. (اتفاقی که کمابیش از اواخر فصل قبل افتاده بود اما نمود زیادی نداشت!) درست به همان اندازه که نبود شهیدی فر در انتخاب میهمان و آیتم ها محسوس است، غیبت «سجاد افشاریان» نویسنده خوب فصل های اول و دوم هم که درگیر کار عروسکی شکرستان است، در ظرافت و خلاقیت متن ها به چشم می آید. تبدیل شدن جناب خان در فصل سه از شخصیتی رند و نکته سنج به موجودی که فقط ترانه های ریتمیک می خواند هم نشان می دهد شاید شانس در این فصل با او همراه بود که در برنامه حضور ندارد و گرنه رفته رفته از محبوبتش کم می شد و در حدیک آواز ه خوان، بین آیتم ها ظاهر می شد.

### ■ حواستان به سطح کیفی برنامه هست؟

حجم بالای شوخی های سطحی شخصیتی که «حامد آهنگی» ایفاگر آن است، نشان می دهد به احتمال زیاد خود بازیگر به جای تیم اتاق فکر، تصمیم گیرنده چگونگی اجرا است. بدیهی است کسی که در تلویزیون ظاهر می شود، نباید در بیرون از فضای سیم، هر برنامه ای را اجرا کند و کسی که هر برنامه ای را اجرا می کند هم جایش در برنامه پربیننده و موفقی مثل خندوانه نیست. این موضع گیری، ارزش گذاری روی یک آدم نیست بلکه بیشتر از جنس تعصب روی سطح برنامه ای است که به واسطه حمایت و علاقه مردم، هویت ویژه ای پیدا کرد، مطرح شد و حالا فقط با رصد نظرات همین مردم می تواند سطحش را حفظ و حتی پیشرفت کند. بله! تولید با کیفیت، پرمحتوا و شیرین این حجم از برنامه کار سختی است اما مردم به خندوانه اعتماد دارند و روزهای بدش را تحمل می کنند تا با حمایت از برنامه، دوباره روزهای خوش از راه برسد. اعتماد مردم کم چیزی نیست؛ مردم از خندوانه فقط تقلید صدا و شوخی های سطحی نمی خواهند. شخصیت نیما در فصل اول، شخصیت جناب خان در اواخر فصل دوم و اوایل فصل سوم، شوخی های شخصیتی مثل دکتر کهنمویی (با بازی محمد زینکساری) و... هر کدام هجو بخشی از روابط و رفتار های ما بودند، شوخی هایی که توجه به آن ها می توانست تأثیر مهمی روی جامعه داشته باشد. کم نبود حرکت های مهمی که در همین خندوانه شکل گرفت و به اتفاق های خوب فرهنگی منجر شد. خندوانه فقط مردم را سرگرم نمی کرد، بلکه به آن ها یاد می داد چه طور به دور از ابتذال و سطحی بودن می توانند در دورهمی هایشان شاد باشند. اما گویا حالا در همین خندوانه، خندانند مخاطب به اتفاقی تبدیل شده است که هدفی پشت آن نیست.

### ■ مسئله فقط جناب خان نیست

گفت وگوی رامبد جوان با «محمد بحرانی» درباره شخصیت جناب خان و در حالی که صاحب امتیاز این عروسک، فرصتی برای دفاع از خودش نداشت و با ادبیاتی که انگار رامبد جوان تلاش می کرد از علاقه مردم به جناب خان به عنوان ابزاری برای تقابل با خالق آن استفاده کند، نشان می داد خندوانه آن قدر با چالش خلاقیت مواجه است که به جای پیشبرد یک کار تازه، می خواهد روی فرمول های قدیمی سرمایه گذاری کند. راستی آقای جوان! شما فقط جناب خان را از دست ندادید؛ بخش زیادی از تیمی که عامل موفقیت شما بودند در کنارتان نیستند. کاش درست و حسابی یادی از همه شان می کردید و این قدر ناکامی ها را به نبود جناب خان ربط نمی دادید و همان طور که بارها با تزریق ایده های تازه، برنامه را به اوج برگردانید، به فکر برنامه دوست داشتنی مردم می افتادید و به دادرش می رسیدید!

## دوست آن باشد که...!

**علیرضا کاردار**– در زمان های قدیم تا قبل از ظهور فناوری، هنگامی که مردم در کمال آرامش زندگی می کردند و خبری از لایک و کامنت و درخواست فالو نبود، فقط یک نوع دوستی وجود داشت؛ دو نفر که می دیدند با هم اشتراکاتی دارند، با هم دوست می شدند. به همین راحتی. البته یک نوع دوستی هم بود که بیشتر در افسانه ها دیده می شدو ضرب المثل شده بود به نام دوستی خاله خرسه!

بعد از فراگیر شدن شبکه های اجتماعی و به دنبال آن بیشتر شدن راه های آشنایی مردم با هم، دوستی ها هم متنوع تر شد و هر روز یک نوع دوستی تازه پدید آمد. در ادامه بعضی از معروفترین انواع دوستی ها را که این روزها مد شده است، بررسی می کنیم.

- **ممولی**: دوست معمولی ولی با لهجه اینترنتی! دوستی که یک روز هست و یک روز نیست. بود و نبودش مهم نیست و فقط در مواقع اضطراری، پول قرض گرفتن، سر جلسه امتحان و پرزنت کردن نتورک مارکتینگ به یادش می افتیم!
- **سوشال فرند**: دوست لایکی! این یکی هم خودش خیلی برایمان مهم نیست، فقط لایک ها و کامنت هایش در زیر پست هایمان اهمیت دارد. گاهی اوقات هم تگش می کنیم تا یادش نرود به لایک دهنش ادامه دهد!
- **بست فرند**: چون جونو! حد نهایی دوستی. آن قدر نهایی که اگر قهر هم بکنیم، دورو بعد آشتی می کنیم. آنفالو و بلاک و پس فرستادن دسته گل های خشک شده در این نوع دوستی جایی ندارد!
- **فاب فرند**: رفیق! بالاتر از دوستی، چقدر دستی می خواهی؟ فقط شماره کارت بده! گروه خونی ات چی بود؟ آماده باش الان میام دنبالت بریم بیمارستان که کلیه ام رو دربرام بدم دست! داشتن این گونه دوست آرزوی هر کسی است.

درباره دوستی های از دست رفته

## دوستی کی آخر آمد؟

آدم در دوستی هم ممکن است اشتباه کند؛ گاهی در انتخاب دوست و گاهی در رابطه دوستانه. دوستی با آدم های اشتباهی را هر چه زودتر مدیریت کنیم، بهتر است. اما مشکل این جاست که تشخیص دادن این اشتباه خیلی هم آسان نیست. آدم های اشتباهی لزوماً بد و خلاقکار و خطرناک نیستند، اما دوستی با آن ها می تواند خطرناک باشد؛ پدر آدم هایی که تفاوت و فاصله را درک نمی کنند و خودشان را معیار و مرکز عالم می دانند؛ از کنار این افراد، آدم یک روز به خودش می آید، می بیند در رفاقت از هویت و شخصیتش مایه گذاشته است و دیگر خودش را نمی شناسد. آدم های همیشه متوقع، آدم های از زمین و زمان شاکی، آدم های دائم نگران، آدم های چسبنده و وابسته و کلاً هر کسی که انرژی و حال خوب و فریدنتان را نابود می کند، شناسایی و سعی کنید روی این دوست اثر مثبت بگذارید اما اگر اثر گذار نبودید و حتی اثر پذیر شدید یا دوستی جنبه فرسایشی و سختی برای شما گرفت، رفاقتتان را با چنین شخصی تمام کنید، محترمانه. یعنی ارتباطتان را کم و حتی قطع کنید اما طوری که روح دوستی بین تان باقی بماند و در بزنگاه های حساس اگر لازم شد دوباره به هم کمک کنید بدون این که بخواهید دوست صمیمی باشید.

اما پای دوست درست بمانید؛ اشتباهات را قبل از این که دیر شود جبران کنید و عذر اشتباه ریفقتان را بپذیرید. قرار نیست در رابطه دوستانه همیشه شوخی و خنده و درد دل باشد، گاهی تلخی و سختی هم هست؛ آدم در دوستی همراه بودن، بخشیدن و گذشت کردن را یاد می گیرد. به دوستی هایتان فکر کنید. کدامش از شما آدم بزرگ تر و پخته تر ساخته است؟ قدرش را بدانید. اما گاهی بعضی اشتباهات را نمی توان جبران کرد. حرمت خودتان و دوستان و دوستی تان را نگه دارید و اجازه بدهید همه چیز تمام شود. البته گاهی بعضی ها آن قدر پیش می روند که همه چیز را تمام می کنند، حتی اخلاقیات را! حرف زدن درباره دوستی از دست رفته اشکالی ندارد؛ اما وقتی کسی پشت سر رفتی که یک پای این رابطه بوده است و دیگر نیست، بد می گوید و تمام تقصیرها را به گردن او می اندازد و رازهایش را افشا می کند، درواقع خودش را آدم قابل اعتمادی معرفی می کند. رفاقت را بلد باشیم؛ شروع کردنش را، نگه داشتنش را و حتی تمام کردنش را.

