

Artist



عمای پیری

مرتضی باقری زاده



تربیت فرزندی آرام، بانشاط، مومن و متعالی

سرشناسه	: باقری زاده، مرتضی، ۱۳۶۱ -
عنوان و نام پدیدآور	: عصای پیری: تربیت فرزندى آرام، بانشاط، مومن و متعالی / مرتضی باقری زاده.
مشخصات نشر	: تهران: نشر تعالی، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۲۰۰ ص: مصور (بخشی رنگی)، جدول: ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
شابک	: ۳۷-۶-۸۶۸۰-۶۰۰-۹۷۸ : ۳۲۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: کودکان -- سرپرستی
موضوع	: Child rearing
موضوع	: تربیت خانوادگی
موضوع	: Domestic education*
موضوع	: والدین و کودک
موضوع	: Parent and child
موضوع	: رفتار والدین
موضوع	: Parenting
رده بندی کنگره	: HQ۷۶۹/۱۳۹۷ ع ۶ ب ۲
رده بندی دیویی	: ۶۴۹/۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۴۰۹۲۸۶

عصای پیری

تربیت فرزندى آرام، بانشاط، مومن و متعالی

- مؤلف: مرتضی باقری زاده
- صفحه آرایى: جعفر خدادی
- ناشر: تعالی
- نوبت چاپ: اول- ۱۳۹۷
- شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
- قیمت: ۳۲۰۰۰ تومان
- شابک: ۳۷-۶-۸۶۸۰-۶۰۰-۹۷۸
- نشانی دفتر انتشارات: تهران، میدان انقلاب، ابتدای جمالزاده
- جنوبی، کوچه شهید رشتچی، پلاک ۱۵، واحد ۵
- تلفن: ۰۹۱۲۲۰۳۷۴۲۵ - ۶۶۹۱۲۰۴۴ - ۶۶۹۱۲۰۴۵
- نشانی پست الکترونیک: taalibook@yahoo.com
- نشانی اینترنتی: www.taalibook.com



صحبت ابتدایی / ۷

فصل اول: شروع مهمانی / ۱۹

فصل دوم: تفریح دسته‌جمعی / ۳۹

فصل سوم: برگشت به دوران کودکی، در خواب / ۵۹

فصل چهارم: آموزش / ۷۵

فصل پنجم: بازیگوشی فرزندان / ۸۹

فصل ششم: مهمانی حاج آقا / ۹۹

فصل هفتم: رسیدن به اهداف / ۱۰۹

فصل هشتم: دعوی امید و آرزو / ۱۱۹

فصل نهم: آینده‌نگری / ۱۲۷

فصل دهم: مراقب حرف زدن‌ها مون باشیم / ۱۳۵

فصل یازدهم: در اختیار گذاشتن امکانات / ۱۴۵

فصل دوازدهم: تناثر / ۱۵۳

فصل سیزدهم: عصبانیت در زندگی / ۱۶۱

فصل چهاردهم: نصیحت کردن خودمان / ۱۷۵

فصل پانزدهم: پایان مهمانی / ۱۸۷

صحبت ابتدایی



یکی از مشکلات امروز جامعه‌ی ما، اهمیت ندادن **پدر** و **مادر** نسبت به تربیت **فرزندانشون** هست.

یادش به خیر. چه دوران جالبی داشتیم. واقعاً گاهی دلم برای **بچه‌های** این دوره و نمونه می سوزه. از **بچگی** کردنشون لذتی نمی‌برند.

دائماً توی خونه پای تلویزیون و موبایل. نه کوچه‌ای، نه زمین خوردنی، نه **بچه‌های** هم سن و سالی.

فقط تنها دل خوشیشون اینه که، کی بازی جدید می‌آد که برن از مغازه بخرن و بشینن بازی کنن. خسته هم که می‌شن، می‌شینن پای موبایل، و اون جوری وقتشون رو می‌گذرونن.

خودشون هم از این همه بی‌حرکی خسته شدن. شاید به‌ظاهر کیف کنن که آخر جون یه بازی جدید، اما حقیقت این نیست. اگر کیف می‌کردن، پس این همه بهانه‌گیری‌ها و داد زدن‌ها و اعصاب خوردی‌ها و... چه معنایی داره.

سعی کنید هر روز و یا حداقل هفته‌ای چند بار برای

کودکانتان کتاب بخوانید.

اولین کتاب‌های **کودک**، باید کوتاه

و حاوی تصاویر بزرگ و جذاب برای **کودک** باشد.

از این که، این همه **پدر** و **مادر** بهشون بها می‌دن هم خسته می‌شن. بعضی‌ها فکر می‌کنن، اهمیت دادن به تربیت **فرزند**، یعنی کار کردن و پول درآوردن و خرید

کردن احتیاجات **کودک**. و **پدری** که این کارها رو می‌کنه، فکر می‌کنه که دیگه همه وظایفش رو انجام داده. اما واقعیت این نیست. وظیفه‌ی **پدر** فقط این نیست. تربیت‌ها و شکل تربیت کردن‌ها عوض شده. **شادی بچه‌ها متفاوت شده**. شما هم اگر بیشتر دقت کنید، متوجه حرف من می‌شید. فکر می‌کنید اون فوتبال بازی کردن‌ها، که ما در زمان **کودکی مان** انجام می‌دادیم، بیشتر برای **بچه‌ها** جذاب بود، یا این ماشین کوکی‌هایی که **بچه‌های** امروز بازی می‌کنن؟ قطعاً همه‌ی ما جواب این سؤال را می‌دونیم، حتی اگر به روی **خودمون** نیاریم.

در مورد تربیت فرزند به این متن دقت کنید:



الحمدالله، چه قدر **فرزندم** به درد جامعه می‌خورد. ارزشش را داشت که این‌همه از عمرم را صرف تربیت این **بچه** کردم.



همه دوست داریم در
آینده جای این **پدر** و
مادر باشیم. یعنی در
آینده **فرزندی** را داشته
باشیم که به درد جامعه
و مردم کشورش بخوره و

همه به خاطر رفتار خوبش دعاگویش باشن.
اما نکته‌ی مهم اینجاست، که یه همچین آدمی که خودبه‌خود، خوب
نشده. بلکه **پدر** و **مادرش**، کلی زحمت تربیتش رو کشیدن، کلی براش
وقت گذاشتن، کلی انرژی مصرف کردن، تا به اینجا رسیده.

همون جوری که همه‌ی ما به‌عنوان **پدر** و **مادر** دوست داریم، **فرزندمون** مثل، مثال
بالا باشه، ما هم باید حاضر باشیم که یک سری کارها را انجام دهیم.

کودک فقط زمانی احساس می‌کند
به او گوش می‌کنید،
که با او تماس چشمی برقرار کنید و
کارتنان را برای گوش دادن به او رها کنید

پدر و **مادر**ی که اصلاً حاضر نیستند برای **فرزند**شان در **کودکی**، احترام قائل باشند و فقط می‌گویند، این **بچه‌س**، این چیزها رو نمی‌فهمه، خوب معلومه که فردا، وقتی بزرگ‌تر شد، جنبه‌ی نفهم بودن **بچه** کار می‌کنه و انسانی که بیشتر از همه نفهمیدنش کار می‌کنه، نمی‌شه ازش توقع داشت به درد جامعه بخوره، بلکه به ضرر جامعه هم می‌شه.

نکته‌ی مهم اینجاست،

جوری زندگی کنید که ارزش زندگی کردن داشته باشه.

خانواده‌ای که دائم در حال دعوا و درگیری هستند، بین **زن** و **شوهر**، **فرزند** با **پدر** و **مادر** و **فرزندان** با هم، این زندگی، ارزش زندگی کردن نداره.

جوری زندگی کن که اگر در سن پیری به گذشته‌ات نگاه کردی، با خودت بگی دیگه من بهتر از این نمی‌تونستم زندگی کنم.

البته صددرصد که نمی‌شه عالی بود، اما حداقل بگیریم تمام تلاشم را کردم که زندگی **خودم** و **خانواده‌ام** عالی باشه.

در ضمن باید تلاش کنیم که دیگران هم بتوانند بهترین زندگی را داشته باشند. این که فقط بگم **خودم**، درست نیست. یعنی همین جوری که **خودم** دارم تلاش می‌کنم رشد کنم، به **خانواده‌ام** نیز آموزش زندگی سالم را بدهم.

یعنی به آن‌ها هم یاد بدهم که، زندگی‌ای که ارزش زندگی کردن داشته باشد چیست و چگونه می‌توان به آن رسید.



اگر علاقه دارید، فرزندتون موفق باشه، این متن رو بخونید.

من علاقه دارم، **فرزندم** به درجات عالی برسد و موفق بشود. کسی بشود که تمام دوستان و اطرافیان از من بپرسند که، چه کاری انجام دادی که توانستی، همچنین **فرزند**ی را تحویل جامعه بدهی؟ این فکر عالی است، اما نکته‌ی مهم این است که من به عنوان **پدر** و یا **مادر** چه قدر حاضر هستم برای این قضیه هزینه کنم. به این معنا که حاضر چه قدر مطالعه کنم، تحقیق کنم، فیلم آموزشی ببینم؟ و... یا چه اندازه زمان، برای **فرزندم** بگذارم؟ و یا آیا حاضرم بیرون رفتن با رفقایم را کنار بگذارم، تا بتوانم زمان بیشتری را در کنار **خانواده** باشم؟ حاضرم کمتر تلویزیون ببینم، تا بتوانم وقت بیشتری را برای **فرزندم** بگذارم؟ قطعاً و یقیناً **فرزند** ما بدون تلاش ما و دقت ما به جایی نخواهد رسید.



ما باید انتخاب کنیم.

یعنی هر وقت دوستان گفتند بریم خوش گذرانی، راه بیفتیم. هر موقع بیکار شدیم بشینیم پای تلویزیون. هر موقع عصبانی شدیم، با **همسر** مان دعوا کنیم. **فرزند** مان تا شروع به بازی کرد، بگوییم: بشین **بچه**، سرم درد گرفت. هر وقت گفت: بیاین

بریم بازی، بگوییم: برو خودت بازی کن. لبخندمان را فقط برای رفقا کنار بگذاریم و خستگی و مشکلات را به منزل بیاریم.

و یا برعکس مطالب بالا رفتار کنیم.

به این معنا که، **تفریح با خانواده را جایگزین تفریح با رفقا کنیم.** تلویزیون دیدن را محدود و یا حتی به صفر برسانیم. اگر از دست **همسر** مان ناراحت شدیم، جلوی **فرزند** مان به مشاجره نپردازیم. اگر دیدیم **فرزند** مان دارد بازی می کند، با اشتیاق به سمتش برویم و با او هم بازی شویم و یا حتی اگر می بینیم، **فرزند** مان گوشه ای نشسته و حوصله اش سر رفته، خودمان به او پیشنهاد بازی بدهیم. از سر کار برمی گردیم، تمام مشکلات را بیرون در بگذاریم و بعد وارد خانه شویم.

قطعاً این کارها، مشکلات و سختی های خاص خودش را دارد.

از سر کار برگشتی و خسته ای و **فرزند** ت می گوید: بیا بریم بازی، چی کار می کنی؟ **همسرت** اعصابت را خرد کرده، ولی باید **خودت** را کنترل کنی. می تونی به خاطر **فرزند** و **خانواده** ات این کار رو انجام بدی؟

حالا زمان تصمیم گرفتن است. باید انتخاب کنی، اما نکته ی مهم این است که نتیجه ی انتخابت را بپذیری.

یعنی اگر امروز راحتی را انتخاب کردی، فردا به زمین و زمان فحش ندهی که چرا **بچه** ی من این گونه است؟

و یا دوباره شروع نکنی با **همسرت** دعوا کردن که، چرا این **بچه** این جور شده.

این ها نتیجه ی انتخاب خودت است.

پس مراقب انتخاب هایتان باشید.



این متن را با دقت بخوانید:

انتخاب کنید.

۱- تماشای سریال های تلویزیون برای شما جذاب تر است و یا تماشای

بازی کردن فرزندتان؟

۲- دیدن مسابقه‌ی فوتبال هیجان انگیزتر است و یا مسابقه با **فرزندتان**؟

۳- قسمت آخر سریال حال شمارا بهتر می کند و یا خنده‌ی **کودک** در

هنگام بازی؟

۴- اشک بازیگر نقش اول سریال غم انگیزتر است، یا گریه‌ی **کودک** در

هنگام دور افتادن از بازی؟

۵- تماشای تکرار سریال واجب‌تر است و یا دیدن چندباره‌ی بازی

کودک؟

۶- صحبت با همکاران مهم‌تر است و یا صحبت با **خانواده**؟

۷- گوش کردن اخبار اولویت دارد و یا تعریف کردن اتفاقات روز توسط

فرزندتان؟

انتخاب با شماست.

در انتها هم نکته‌ی مهمی را عرض کنم در مورد، یک شبه

موفق شدن:



این تیتراژ برای خیلی از ماها جالب هست

(یک شبه موفق شدن).

توی سایت‌های مختلف این مطلب را بارها و بارها شنیدم که اگر

می‌خواهید فوری موفق شوید، خودتان را به ما بسپارید، ما در عرض یک

هفته شمارا به موفقیت می‌رسانیم.

و یا تبلیغ می‌کنن که، آیا می‌خواهید **فرزند** شما، آن چیزی بشود که

دل‌تان می‌خواهد، لازم است در این کلاس ما ثبت‌نام کنید تا معجزه را

ببینید

دوستان عزیز: قطعاً این‌گونه نیست که با یک مدت محدود بتوان معجزه

کرد، باید برای رسیدن به موفقیت، تلاشمان را زیاد کنیم و حوصله داشته باشیم.

یکی از بهترین راه ها برای این که **فرزند**ان موفق باشند باشیم،

این است که از خودمان سوالاتی بپرسیم و در مورد آن فکر کنیم.

مثلاً: **فرزند** موفق باید چه خصوصیاتی داشته باشد؟

حاضریم برای رسیدن به موفقیت **فرزند**انمان چه کارهایی انجام دهیم؟

پدر و مادر خوب باید چه خصوصیاتی داشته باشند؟



برخی از **پدرها و مادرها** می گویند: باید چه کاری انجام دهیم تا **فرزند**انمان فوق العاده بشوند؟

بعد از این سؤال، شروع می کنند به یادگیری نوع رفتار با **فرزند**. کتاب های مختلف و سایت های متفاوت را می خوانند و تا یک ماه، پرتلاش پیش می روند، ولی بعد از گذشت یک ماه کم کم خسته می شوند و چند ماه بعد همان روش قدیمی را پیش می گیرند.

پدر و مادر عزیز: چه کاری را می شناسید که یک شبه درست شده باشد؟ چه فعالیتی را می شناسید با یک ماه پیگیری به نتایج عالی رسیده باشد؟

هر کاری را بخواهید انجام بدهید، برای موفق شدن در آن کار، قطعاً برنامه ریزی می کنید که الآن شروع می کنم و مثلاً ۵ سال دیگه، این موفقیت را به دست می آورم. چه طور توقع دارید که با یک و یا چند ماه تلاش **فرزند** ما رفتارش عوض بشود و فوق العاده بشود.

اگر رفتار **فرزند** شما ایرادی دارد، قطعاً برای درست شدن رفتارش باید صبر داشته باشید. مثل بحث مسائل مادی که برنامه ریزی می کنید که مثلاً تا چند سال آینده

به اینجا برسید.

برای پیشرفت **فرزند**تان هم باید برنامه‌ریزی کنید. البته باید تحملتان هم بالا برود، چون با چند ماه تلاش قرار نیست، اتفاق خاصی بیفتد.

در ضمن، اگر رفتاری از **فرزند** شما درست نیست، به این نکته توجه کنید که، مگر این رفتار، یک‌شبه درست‌شده که توقع دارید یک‌شبه عوض بشود؟

باید تحمل کرد و زمان گذاشت و خسته نشد، اگر چند ماه گذشت و دیدید دوباره آن اشتباه از طرف **فرزند**تان تکرار شد، خسته نشوید!

ببینید اگر روشی که انتخاب کردید درست است، پس احتیاج به زمان بیشتری دارد. در پایان امیدوارم، پس از مطالعه‌ی این کتاب، زندگی شما با همسران و فرزندان عالی شود.



پس پیش به سوی حرکت به سمت خانواده‌ای سالم و شاد

برخی از پدر و مادرها برای اثبات
محبت خود،
همه‌ی امکانات را به **بچه**‌ها می‌دهند،
بدون آن که **فرزند**شان، هیچ تلاشی
کرده باشد.

عمل به دانسته‌ها:

این جا بنویسید، که دوست دارید، **فرزند** شما به کجا برسد.
و بعد از آن یادداشت کنید که حاضرید برای این که **فرزند** شما رشد کند و
به جایی که مدنظر شما هست برسد،
شما حاضرید چه کارهایی انجام بدهید.
اگر فرزند شما بزرگ است، با مشورت خودش این جا را پر کنید.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

قبل از مطالعه‌ی این کتاب به چند نکته توجه فرمایید:



این کتاب به صورت داستان نوشته شده،
پس گاهی در نوشته‌ها غلو شده
و یا زمان‌ها و امکانات زمان در نظر گرفته نشده است.
هدف اصلی از نوشتن این کتاب آموزش است
و به خاطر آموزش‌های به‌روزتر،
گاهی از این موارد کمک گرفته شده است.

فصل اول:

شروع مهمانی



خواهر و برادر خیلی عاشق هم بودند. داشتند قربون صدقه‌ی هم می‌رفتند. چون امید، تازه از سربازی برگشته بود و آرزو، بعد از مدت‌ها امیدش رو دیده بود. کمی دورتر، **پدر و مادر**، زیر سایه‌ی درخت، خوشحال نشسته بودند. از این‌که توانستند، همچین **فرزندانی** رو تربیت کنند، شاد و سرحال بودند. نگین به اسکندر می‌گفت: اسکندر، خیلی سختی کشیدیم، ولی الآن راحتیم. اسکندر، همین‌جور که به فکر فرورفته بود، نگین ادامه می‌ده: یادته جفتمون چه کارهای اشتباهی داشتیم. خدا به حاج عمو خیر بده، چه چیزی به ما گفت. یعنی اگر خدایامرز یک هفته زودتر از دنیا می‌رفت، الآن من و تو اینجا ننشسته بودیم و از دیدن آرامش **بچه‌ها**مون لذت نمی‌بردیم. اسکندر هم زیر لب می‌گه: آره واقعاً، خدا بیامرزتش. یادته اولش چه قدر به من غر می‌زدی که، اینجا کجاست ما رو آوردی؟ آخه آدم مسافرت می‌آد، ده؟ این همه جای زیبا، برای چی من رو آوردی اینجا؟ نگین همین‌که صحبت به اینجا رسید، گفت: خوب حالا، ولش کن، که اسکندر باحالت مزاح گفت: چرا ولش کن، ببین موهای سرم سفید شده و درحالی که داشت به کله‌ی کچلش اشاره می‌کرد، دوتایی زدند، زیر خنده.

چیزهای بی ارزش را
مسئله‌ای برای
دعوا با هم قرار ندهید.



عمل به دانسته‌ها:

هر موقع احساس کردید، با **همسرتان** بابت چیزهای بی‌ارزش
دعا کردید، این جا یادداشت کنید
و دقت کنید که از یک سوراخ دوبار گزیده نشید.

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....
- ۴.....
- ۵.....

امید و آرزو که صدای خنده‌ی **پدر و مادر** را شنیدند، سریع به آن‌ها ملحق شدند و گفتند: چه خبره؟ چی شده که با صدای بلند شروع به خندیدن کردید؟
پدر و مادر درحالی که به هم نگاه می‌کردند، **مادر** گفت: موضوع موهای قشنگ **پدرت** بود،
که آرزو گفت: **بابا** مو نداره، اما یه **دختر** داره که حاضره همه‌ی موهایش رو بتراشه و بده **باباش**.
مادرش گفت: دستت درد نکنه، پس من چی؟ که امید که تازه از سربازی اومده بود، گفت: موهای من هم، واسه شما و حالا چهارتایی زدند زیر خنده.



و اما اصل داستان چیه؟
حاج عمو کی هست و چی کار کرده؟
اجازه بدید برگردیم به بیست و سه سال قبل.

موقعی که امید و آرزو می‌خواستند به دنیا بیایند، اسکندر و نگین هم که مثل همیشه عصبانی بودند و داشتند جروب‌بحث می‌کردند. همه‌ی فامیل می‌گفتند: شاید

این‌ها بچه‌دار بشند، اوضاعشون بهتر بشه.

اما انگاری **بچه‌دار** شدنشون هم فایده‌ای نداشت. همون روزی که می‌خواستند برند بیمارستان برای تولد دوقلوها، باز هم بحثشون شده بود، سر این که نگین به اسکندر می‌گفت: آخه چرا **مادر**ت همش تو کار ما دخالت می‌کنه، آخه اون چی کار داره که تو باید برای من چی بخری؟



اگر همین حرف رو **مادر** نگین می‌زد، با همین لحن و همین نیت، نگین، ایراد که نمی‌گرفت، هیچ، خوشحال هم می‌شد و می‌گفت: **بین مادر من** چه قدر به فکر منه؟
به تمام کارهایی که مربوط به من می‌شه توجه داره.

بستگی داره ما به افراد به چه دیدی نگاه کنیم و در ذهن ما نسبت به اون شخص، چه چیزی حک شده باشه.
هر چیزی حک شده باشه، ما تمام رفتارهایش را بر طبق آن چیزی که در مغز ما نسبت به آن شخص وجود داره، قضاوت می‌کنیم.
پس مراقب قضاوت‌هاتون باشید. اول مطمئن باشید که طرف مقابل نیت خوبی نداره، بعد انتقاد کنید.

اسکندر هم که از صورتش می‌شد فهمید که دیگه صبرش تموم شده، گفت: آخه یه کسی بگه دخالت که **مادر** خودش تابه‌حال دخالت نکرده باشه. (**توضیح بالا در مورد اسکندر هم صادق است**)

یادت رفته **مادر** خودت رو که نشست کنارت، این قدر در گوشت خوند که حتماً باید بری این بیمارستان. مگه ما قرار نذاشته بودیم که این بیمارستان نیایم؟
دیگه وقت نشد که نگین جواب بده، چون داشتند وارد پارکینگ بیمارستان می‌شدند و اقوام توی بیمارستان منتظرشون بودند و این دعای **زن** و **شوهر** ادامه داشت و هرروز مشکل روی مشکل.



اگر در زندگی مشکلی پیش می‌آید، به جای این که این مشکل را در ذهنتان نگه دارید و اجازه بدهید هر روز مغز شما احساس بدتری نسبت به طرف مقابل داشته باشد، اون مشکل رو به طرف مقابل بگید و حلش کنید. نه این که در ذهنتان نگه دارید و یا این که با خرید یک هدیه، سعی کنید از ذهنتون پاکش کنید. ممکن است خرید یک هدیه برای مدتی آن اتفاق را به پستوی ذهن ببرد، اما برای همیشه نه. پس بنشینید و با گفتگو آن مشکل را حل کنید.

و بدترین اتفاق این بود که، این دو تا طفل معصوم هم از همان بدو تولد، داشتند با جو ناسالمی بزرگ می‌شدند، که اگر ادامه پیدا می‌کرد، قطعاً آینده‌ی این دو تا **بچه** را هم تحت تأثیر قرار می‌داد. به خاطر این که **آینده‌ی هر فردی بستگی زیادی به دوران طفولیت و کودکیش دارد.**

خلاصه باید عرض کنم که دیگه داشت کار به جاهای باریک کشیده می‌شد که یک اتفاق خوب، کل ماجرا رو عوض کرد.

قل سیروفی الارض
بگو در زمین سفر کنید

این اتفاق این بود که، یک روز که اوضاع مساعدتر بود و هفت سالی هم از تولد **بچه‌ها** گذشته بود،

اسکندر و نگین، با اصرار اسکندر، با هم قرار گذاشتند که یک مسافرتی به شهر اسکندر داشته باشند.

خلاصه وسایل را جمع کردند و راه افتادند. الحمدالله در بین راه هم مشکلی پیش نیومد، تا رسیدن به شهر و از آنجا به روستای اسکندر رفتند.

هوا عالی بود، نگین گفت: حالا کجا می‌خوایم بریم؟

که اسکندر گفت: یه حاج عمو دارم که فوق‌العاده‌س. هم مهربون، هم میهمان‌نواز.



به خانه‌ی حاج عمو رسیدن.

حاج عمو که از آمدن آن‌ها خبر داشت، خوشحال از آن‌ها استقبال کرد و آن‌ها را به منزل دعوت کرد.

اسکندر و نگین درحالی که امید و آرزو را در بغل داشتند وارد منزل شدند. حاج ننه، که **همسر حاج** عمو بود هم از آن‌ها استقبال کرد. همه‌چیز داشت خوب پیش می‌رفت، تا این که یک روز صبح که نگین از خواب بیدار شد، رفت و دید اسکندر هنوز خوابه. رفت اسکندر رو بیدار کنه، که اسکندر گفت: ای‌وای اینجا هم دست از سر کچل ما بر نمی‌داری؟ نگین گفت: تو هم که همش خوابی! اگر قرار بود بخوابی، پس چرا این همه راه، ما رو آوردی؟ خوب می‌شستیم توی خونه، تو هم می‌خوابیدی. سروصدا که بیشتر شد، حاج ننه، به حاج عمو گفت: حاجی پاشو برو ببین چی شده. که حاج عمو جواب داد: خانمم دعوای **زن و شوهر**ه، بذار خودشون حل کنند. خلاصه همین دعوای کوچیک باعث شد که نگین و اسکندر، یک روز کامل با هم قهر باشند.

**قدر حال رو بدونین،
چون چند وقت دیگه می‌شه
یادش به‌خیر**

فردا صبح، حاج عمو با صدای گریه‌ی نگین بیدار شد. دید حاج ننه نشسته روبه‌روی نگین و نگین داره گریه می‌کنه. حاج عمو تو

دلش گفت: ای حاج ننه، آخرش کار خودت رو کردی؟ آخرش پرسیدی که چی شده که باهم قهرن.

البته همه این‌ها را تو دلش گفت، چون هیچ‌وقت حاج عمو عادت نداشت با حاج ننه در جمع بحث کنه.

حاج عمو وقتی بلند شد، **یا الله** کنان اوامد جلو. تا چشم حاج ننه به حاج عمو افتاد، به حاج عمو گفت: برو اسکندر رو نصیحت کن، بگو چی کار با این **طفل** معصوم داره؟ که حاج عمو جواب داد، حاج خانم، تا کسی نخواد من حرفی نخواهم زد. اگر کسی خودش نخواد، حرف من اثری ندارد.

که نگین بلند شد و گفت: مگه دست خودشه حاج عمو؟ الآن می‌رم و میارمش پایین. که حاج عمو گفت: **دخترم** عجله نکن. با عصبانیت پیش کسی رفتن، بهتر که نخواهد شد، قضیه را بدتر هم می‌کنه.



اگر قراره در مورد مطلبی صحبت کنیم و عصبانی هستیم، بهتره آن مطلب را به وقت دیگری واگذار کنیم.
چه در مورد **فرزندمان** و چه **همسرمان**.
یعنی با کسی که می‌خواهیم صحبت کنیم،
اگر دیدیم او و **یا خودمون** عصبانی هستیم، به او می‌گوییم:
الان وقت مناسبی نیست. هر وقت حالمان بهتر شد، بیا صحبت کنیم.

اگر اشکال نداره، اجازه بده **خودم** درستش می‌کنم. نگین پذیرفت. بعد از ناهار حاج عمو و اسکندر داشتند در حیاط راه می‌رفتند که اسکندر به حاج عمو گفت: حاج عمو جان، یادته، قدیم چه قدر ما اینجا بدو بدو می‌کردیم؟ هر موقع **بابای** من می‌اومد و می‌خواست ما رو دعوا کنه، می‌گفتی: ولشون کن، **بچه** باید بازی کنه، باید بدو بدو کنه، باید خونه رو به هم بریزه.

یادش به خیر.

همیشه یکی از بزرگ‌ترین آرزوهایم این بود، که بتوانم با **بچه‌ها** مثل شما رفتار کنم و البته یه چیزی هم بگم، ولی حاج عمو بین خودمون بمونه. خیلی دوست داشتم زمانی که بزرگ می‌شدم، رابطه‌ام با **همسر**م و با **بچه‌ها**م، مثل رابطه‌ی شما با حاج ننه و **بچه‌ها**تون باشه. این همه ثروت دارم، ولی چه فایده؟ ما که شانس نداشتیم. که حاج عمو با همون لبخند همیشگی‌ش گفت: شاید هم **خانم** و **بچه‌ها** شانس نداشتن.

هر دو خندیدن و اسکندر به حاج عمو گفت: بعد از مدت‌ها یه خنده از ته دل کردم.



اسکندر گفت: حاج عمو چند وقته می‌خوام با شما صحبت کنم، اما روم نمی‌شه. اصلاً علت این‌که اومدیم اینجا همین بود. یادمه قدیم هر کسی با **همسر** و **فرزند**ش به مشکل برمی‌خورد می‌اومد پیش شما و مشکلتش حل می‌شد. من که فکر نمی‌کنم رابطه‌ی من و نگین درست بشه، اما شاید شما بتونید کاری کنید. حاج عمو گفت: عمو جان، **هیچ مشکلی بدون راه حل نیست، فقط شرطش خواستنه.**



داشتند صحبت می‌کردند که صدای اذان از بلندگوهای مسجد بلند شد و اسکندر گفت: حاج عمو می‌شه صحبتمون باشه بعد از نماز. که حاج عمو گفت: حتماً. حالا اگر می‌خوای من دارم می‌رم مسجد، بیا با هم بریم.

شب که شد، هنگام شام حاج عمو گفت: من که **بچه تر** بودم، همیشه دوست داشتم **بابابزرگم** برام قصه بگه.

یعنی هر شب یه سر به **بابابزرگم** می زدم و سهمیه ی قصه ی اون شبم رو گوش می کردم و بعد می رفتم می خوابیدم.

الآن اگر دوست داشته باشید، می خوام برای شما داستان تعریف کنم، که حاج ننه پرید وسط حرف و گفت: حاجی خستن، ولشون کن. که امید و آرزو که این دوروزه همش تو حیاط بالا و پایین می رفتند و تازه نشسته بودند، گفتند: حاج ننه، اجازه بدید، حاج عمو قصه بگن.

نگین و اسکندر هم گفتند: حاج عمو از خدا مونه.

ولی حاج عمو گفت: رضایت شما شرط لازمه ولی کافی نیست. اصل، رضایت حاج ننس، که همه زدند زیر خنده و حاج ننه گفت: پیرمرد سنی ازت گذشته، این لوس بازی ها چیه؟ وقتی بچه ها دوست دارند، بگو.



احترام به نظرات دیگران آن هم در جمع، علی الخصوص **همسر و فرزندان** واجبه.

حاج عمو شروع کرد.

پادشاهی بود که فکر می کرد که هیچ کس حریفش نیست. به اطرافیانش زور می گفت. سربازانش ازش می ترسیدند. خود پادشاه هم می دانست که این احترام اطرافیان از سر اجبار است و اگر روزی این اجبار از بین برود، اطرافیانش و یا حتی **خانواده اش** او را زنده نخواهند گذاشت.

اما با خودش می گفت: اگر من به این ها روی خوش نشان بدهم، دیگر به حرف من گوش نمی کنند. دیگر برای حرف من اهمیتی قائل نمی شوند. بنابراین باید مراقب باشم به این ها رو ندم. سالیانی به همین منوال گذشت. تا روزی که پادشاه در جنگل

داشت شکار می کرد، حیوانی را دید و به خاطر این که شجاعتش را ثابت کند به همه گفت: کسی دنبال من نیاید، می خواهم خودم به تنهایی شکارش کنم.

با غروری راه افتاد دنبال شکار و همین جوری داشت، شکارش را دنبال می کرد، که یه وقتی دید کلی از سربازانش دور شده و دیگر راه بازگشت را از میان جنگل بلد نیست. ترسید و اولین چیزی که به ذهنش آمد این بود که، الان اگر یک نفر من را با این لباس های زینتی و طلا و جواهر ببیند، قطعاً مرا خواهد کشت و وسایل من را به غارت خواهد برد. بنابراین اولین کاری که کرد این بود که لباس ها و جواهراتی را که همراهش بود در زیر خاک مخفی کرد و نشانه ای گذاشت که اگر روزی از این قضیه جان سالم به در برد، برگردد و این وسایل را بردارد.

با لباس هایی که احساس می کرد ارزش کمتری دارد به راه افتاد تا شاید راهی برای بیرون رفتن از این جنگل پیدا کند.



مدت زیادی راه می رفت، تا از دور صدای گوسفندان را شنید. با خودش گفت: اگر صدای گوسفند می آید، پس احتمالاً چوپانی هم باید باشد. نزدیک رفت و دید حدسش درست است. چوپان در حال چرانیدن گوسفندان بود. خوشحال به سمت چوپان رفت و با همان لحن غرور انگیز پادشاهی گفت: برده اینجا چه می کنی؟ چوپان که ابتدا کمی جا خورده بود، گفت: دنبال روزی هستم. پادشاه گفت: مگر نمی بینی که من گرسنه هستم، برو و غذایی برای من درست کن. چوپان هم گفت: قدمت روی چشم و دوتایی راه افتادن، تا به کلبه ی چوپان رسیدند.

پادشاه که تابه حال جایی جز قصر باشکوه خودش نخوابیده بود، گویا مجبور بود که امشب را اینجا به صبح برساند. با اکراه وارد کلبه شد. چیزی که از همان ابتدا برای

پادشاه جالب بود این بود که می‌دید، **فرزند**ان چوپان و همه‌ی ده به چوپان پیرمرد، احترام خاصی می‌دارند و مثل یک پادشاه باهاش برخورد می‌کنند. پادشاه نشست کنار کلبه و با دقت به رفتار چوپان دقت کرد و یک‌لحظه آهی از سر حسرت کشید. به خودش گفت: این **چوپان نه قدرتی دارد و نه ثروتی، ولی چه قدر اطرافیانش دوستش دارند** و گوش به فرمانش هستند. مگه بدون قدرت و ثروت هم می‌شود، کسی به حرف ما گوش کند؟

چند روزی گذشت. پادشاه هم عاشق چوپان شده بود. دوست داشت می‌توانست چوپان را به دربار ببرد و او را به جای وزیر و وکیل منصوب کند. یک روز که چوپان به کلبه‌اش برگشت، دید مهمانش نیست، بیرون از کلبه رفت و **فرزند** چوپان گفت: مهمان شما، هنگامی که شما به صحرا رفته بودید، خداحافظی کرد و رفت. در ضمن گفت: من به شما بگویم که پادشاهان هم حسرت زندگی شما را می‌خورند. البته یواشکی در گوش من یه آدرس داد و گفت: به آقا جونت بگو، به این مکان بره و طلاهای پادشاه را برداره.



چوپان تا آخر عمرش هم متوجه نشد که میزبان پادشاه بوده.

داستان که تمام شد، حاج عمو دید که **بچه‌ها** خواب رفتند و سکوت سنگینی بر سر سفره حاکمه. برای این که خونه رو از این حالت در بیاره، گفت: بفرمایید شام بخورید، و الا حاج ننه به حساب من می‌رسه! می‌گه دوباره زیاد حرف زدی، شام من موند. همه خندیدند و شام خوردند. هنگامی که نگین و اسکندر می‌خواستند بروند و بخوابند، حاج عمو موقعی که حواس کسی نبود، در گوش اسکندر گفت: به داستان بیشتر فکر کن.

اسکندر تا صبح نخوابید و به داستان فکر کرد و به جمله‌ای که صبح به حاج عمو گفته بود: (حاج عمو بین خودمون بمونه. خیلی دوست داشتم زمانی که بزرگ می‌شدم، رابطم با همسر و با بچه‌ها، مثل رابط‌های شما با حاج ننه و بچه‌ها باشه. این همه ثروت، ولی چه فایده؟ ما که شانس نداشتیم) اسکندر داشت خودش رو با پادشاه مقایسه می‌کرد، که ثروت داره ولی از زندگیش لذت نمی‌بره و حاج عمو را هم با چوپان مقایسه می‌کرد که ثروتی آن‌چنانی نداره، ولی چه زندگی بانشاطی داره. اسکندر تصمیم گرفته بود از فردا با کمک حاج عمو رابط‌هایش با همسر و فرزندان‌ش بهتر بشه.



همان گونه که آلودگی هوا، هم ما را خسته می‌کند
و هم بر روی اعصاب ما تأثیر داره،
عدم توجه به تربیت درست فرزند، در آینده،
هم اعصاب ما رو خراب می‌کند و هم ما رو خسته می‌کند

سر میز صبحانه، قبل از این که بقیه بیان، اسکندر به حاج عمو گفت: حاج عمو، داستان دیشب رو فهمیدم، می‌خوام، چوپان باشم، نه پادشاه. فقط کمک کن. صدای پای بچه‌ها اومد که داشتند می‌اومدند به سمت میز صبحانه، که اسکندر که تازه متحول شده بود، رفت سمت بچه‌ها و بوسشون کرد و با مهربانی اون‌ها رو آورد سر سفره.

بچه‌ها که همین جوری داشتند هاج و واج همدیگه رو نگاه می‌کردند که، یعنی چی شده؟ چه اتفاقی افتاده؟ چرا بابای ما امروز صبح، این قدر مهربون شده؟ همین جوری که بچه‌ها داشتند خودشون رو پیدا می‌کردند، که چه اتفاقی افتاده، حاج عمو دم گوش اسکندر گفت: عالیه.

صحبت به اینجا که رسید، دیدند که حاج ننه و نگین هم دارند می‌آن سر سفره که اسکندر خواست بره دست خانمش را هم بگیره و بیاره سر سفره که از حاج عمو خجالت کشید.

نگین که نشست سر سفره، **بچه‌ها** با تعجب به **مادر**شون گفتند: **مامان** فکر کنیم حال **بابا** امروز خوب نیست، که **مادر**شون اجازه نداد که حرف **بچه‌ها** تموم بشه، گفت: حال **باباتون** کی خوب بوده، که حالا بخواد دفعه‌ی دومش باشه؟

هیچ موقع جلوی فرزندانتان از همسران ابراد

نگیرید.

چون بچه نسبت به پدر و یا مادر جسور می‌شه و

بچه‌ای که مثلاً: نسبت به مادر جسور بشه،

همین رفتار را هم در آینده با پدر انجام میده.

اسکندر باز هم جواب نگین را بدون ناراحتی و دادوبیداد و توهین داد و گفت: امیدوارم چند وقت دیگه حال خوب من، به دفعه‌ی هزارم برسه. و امید و آرزو و نگین باهم آمین گفتن و همگی خندیدند.

میز صبحانه چیده شد. چه صبحانه‌ای! اصلاً توی این آب‌وهوا هم آدم گشنه می‌شه و هم صبحانه می‌چسبه.

حاج ننه، اول صبحانه‌ی مخصوص حاج عمو رو جلوش گذاشت و بعد به همه تعارف کرد که بفرمائید، میل کنید. نگین که می‌خواست همین اول صبحی به حال اساسی از اسکندر بگیره از حاج عمو پرسید: حاج عمو شما چی کار کردید که حاج ننه این قدر دوستتون داره؟ حاج عمو هم که انسان زیرکی بود و فهمید علت سؤال نگین چی هست، جواب داد: **من آینده‌ی حاج ننه بودم**، یعنی خوبی‌های حاج ننه رو می‌دیدم و تکرار می‌کردم. بعد حاج عمو گفت: نگین خانم، شما و آقا اسکندر سعی کنید جواری رفتار کنید که اگر آینده‌ای جلوی رفتار شما گذاشتند و آن رفتار شما در آینده شد، رفتار **همسرتون**، از اون رفتار احساس خوبی را داشته باشید. در مورد امید و آرزو هم همین‌طور. جواری رفتار کنید که اگر رفتار شما را جلوی آینده گذاشتند و شما برگشتید به زمان **کودکی** و آن رفتار شما در آینده را دیگران، با خود شما داشتند، شما به عنوان **کودک** حس خوبی داشته باشید.

مراقب باشید، حتی در هنگام عصبانیت،
به **کودکان** کودن و یا احمق نگویید. زیرا
کودک، این را باور می‌کند
و مدت‌ها همراهی خواهد بود.

نگین گفت: حاج عمو، من قصدم از این سؤال اذیت کردن اسکندر بود، ولی شما چه جواب فوق‌العاده‌ای به من دادید.



آینه. واقعاً عالی بود.

نگین ادامه داد: اگر آینه جلوی من بود و رفتار من با اسکندر و امید و آرزو، برمی‌گشت به خودم، شاید خیلی از کارها رو نمی‌کردم.
اسکندر هم داشت به‌صورت آواز می‌خوند، آینه، چون برایش خیلی جالب بود و می‌خواست تو ذهنش حک بشه، که امید و آرزو هم شروع کردن همراه بابا خوندن. حاج ننه گفت: خوندنتون تموم شد، شروع کنید به خوردن. بسم‌الله.

عمل به دانسته‌ها:

یک بار هم که شده، موقعی که عصبانی شدی، قبل از هر حرفی برو جلوی آینه و حرف‌هایی که می‌خواهی به طرف مقابلت بگی رو، جلوی آینه بگو و قیافه‌ی خودت رو ببین.
اگر از این ظاهرت خوششت نیومد، احتمال بده، دیگران هم دوست ندارند، صورت عصبانی تو رو ببینن.
یعنی خودت رو جای دیگران بذار.
فکر کن عکس تو در آینه، شخصی است که روبه‌روی تو ایستاده و داره این‌گونه با تو حرف می‌زنه.
حتماً این کار رو انجام بده، تا بعد از مدتی، دیگه عصبانی شدن و داد زدن برات سخت بشه.

صبحانه رو که خوردن، اسکندر گفت: حاج عمو، ای کاش هر روز به جلسه می داشتیم که شما این مطالب رو به ما توضیح بدید.

حاج عمو گفت: یادش به خیر. شاید خودت هم یادت باشه، اون موقعی که جوون تر بودم، هفته‌ای یکبار، اون هم روز جمعه با حاج ننه و **بچه‌ها** می رفتیم سر زمین، نه برای کار کردن، بلکه می خواستیم دور هم باشیم.

بعد اون جا، من شروع می کردم حرف زدن.

می گفتم: **بچه‌ها** من باید از **مادر**تون به خاطر یک موردی عذرخواهی کنم و بعد به **بچه‌ها** می گفتم که، کدوم حرف من و یا کدوم رفتار من در این هفته اشتباه بوده. در ضمن می گفتم که مثلاً: **بچه‌ها**، من نباید بابت اون رفتار شما عصبانی می شدم، که **بچه‌ها** می گفتند: آقا جون فدای سرت. شما هر کاری بکنی، ما با جون و دل قبول می کنیم.

حاج عمو گفت: آقا اسکندر، جالب اینجا بود که بعد از چند هفته، بدون این که من بخوام، این قضیه رسم شد که **هر هفته جمعه‌ها که دور هم جمع می شدیم، هر کسی اگر اشتباهی را مرتکب شده بود، می گفت و عذرخواهی می کرد.**

(بعد حاج عمو گفت: البته باید بگم، یک سری اشتباهات بین بنده و خدا باید مخفی بمونه و قرار نیست به کسی بگیم و عمو جان منظور من از گفتن اشتباهات، کارهایی هست که در زندگی **خانوادگی** انجام دادیم.)

عمو جان، من که دیدم این روش خوبه و باعث شده بود که هم حالمون بهتر بشه و هم بیشتر بهمون خوش بگذره، چون بسیاری از ناراحتی‌هایی که در طول هفته به وجود آمده بود، با این کار از بین می رفت و هم در طول هفته بیشتر مراقب رفتارمون بودیم، من هم برای بهتر شدن این کار، یک سری باید‌ها و نبایدها (به قول خودمون عمو جان، واجب و حرام) وضع کردم.

گردهم آیی خانوادگی رو
جدی بگیرید.

مثلاً گفتیم:

(۱) ببینید **بچه‌ها**، هنگامی که دور هم جمع می‌شویم و می‌خواهیم کارهای هفته‌مون رو مرور کنیم، اول از حاج ننه بابت زحمتهاش تشکر کنیم. (که البته عموجان، بچه‌ها لطف داشتند و از



من هم تشکر می‌کردند، که حقیقتاً من توقع نداشتم.)

(۲) بعد از تشکر از حاج ننه و قبل از گفتن ایراداتمون، اگر از کسی کار خوبی رو دیدیم حتماً بگیم و بعد شروع کنیم به گفتن این که، در این هفته چه اتفاقاتی افتاد، چه کارهایی کردیم و کجا اگر رفتار می‌کردیم، حالمون بهتر می‌شد.

(۳) اگر از دست من و یا حاج ننه و یا از **برادر** و **خواهر** تون عصبانی شدید، باکمال ادب بگید.

(۴) اگر من و یا حاج ننه و یا هر کدوم از شما، از کسی ایراد گرفت، اولاً نباید ناراحت بشیم و دوماً کسی که می‌خواد ایراد بگیره، نباید بگه که تو این ایراد را داری، بلکه باید بگه به نظر من این ایراد هست. شاید ما اشتباه می‌کنیم.

(۵) در ضمن اگر کسی ایرادش را گفت و یا ما گفتیم و فهمیدیم که واقعاً اون رفتار اشتباه بوده، باید به کسی که اشتباه کرده، کمک کنیم تا بتونه دفعه‌ی بعد که دوباره اون اتفاق افتاد، اشتباهش رو تکرار نکنه.

(۶) در ضمن اگر کسی اشکالش رو گفت، کسی حق نداره بعداً به روش بیاره. یعنی بعداً که یه اتفاقی افتاد بگه: تو که خودتم می‌دونی زیاد اشتباه می‌کنی، مگه یادت نیست خودت گفتی، چه اشتباهی کردی؟

(۷) نکته‌ی مهم اینه که هیچ‌کس حق نداره، رفتار من و یا حاج ننه و یا **خواهر** و **برادر**ش رو قبل از این که بیایم اینجا و با هم صحبت کنیم، قضاوت کرده باشه. یعنی باید بیایم بشنیم و در مورد موضوعی که به نظر هر کدوم از ما اشتباه بوده صحبت کنیم و اجازه بدیم، دیگران صحبت کنند، شاید قانع شدیم که ما اشتباه فکر می‌کردیم.

عمل به دانسته‌ها:

حتماً یک روز رو به عنوان گردهم‌آیی خانوادگی انتخاب کنید.

روز مشخص و ساعت مشخص

و سعی کنید به هیچ عنوان و به هیچ عنوان، هیچ چیز باعث نشه که شما، این گردهم‌آیی خانوادگی رو لغو کنید.

روزهای:..... ساعت:.....

حاج عمو که این قوانین را گفت: رو کرد به نگین و اسکندر و گفت: نگین خانم، آقا اسکندر، اگر دوست دارید بچه‌ها اشتباهاتشون رو قبول کنن و سعی کنن برطرفش کنن، موقعی که برگشتید شهر، شما هم این کار رو بکنید.



بچه‌ها اون چیزی نمی‌شن که شما می‌گید،

بلکه اون چیزی می‌شن که شما انجام می‌دید.

گاهی اوقات، **پدرها و مادرها**،
سال‌هایک روش اشتباه را
برای تربیت **فرزندشان** در نظر گرفته‌اند
و توقع دارند با چند روز رفتار درست،
صبح که از خواب بیدار می‌شوند،
فرزندشان رفتار درستی از خود نشان دهد.

از **خودتون** شروع کنید به گفتن اشتباهاتتون، و عصبانی نشید اگر کسی اشتباهاتتون رو گفت، عصبانی نشید. این جوری امید و آرزو هم خیلی چیزها یاد می‌گیرن.

البته مراقب باشید که حرمت پدر و مادر باید حفظ بشه. مثل من که به بچه‌ها گفتم: اول باید از حاج ننه تشکر کنید، شما هم تشکر کردن رو به امید و آرزو یاد بدید. البته لازم نیست شما هم دقیقاً همین کار رو انجام بدید، بگردید و یک روش دیگه پیدا کنید که، هم احترام آقا اسکندر و هم احترام نگین خانم حفظ بشه. در ضمن، نگین خانم، آقا اسکندر، این جوری بسیاری از مشکلات شما هم از بین می‌ره.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل اول

فصل دوم:

تفریح دسته‌جمعی



یک روز که حاج عمو صبحانش رو خورد گفت: **بچه‌ها** کی موافقه امروز ناهار بریم بیرون؟ **بچه‌ها** که دیگه ذوق کرده بودند و سر از پا نمی‌شناختند و نگین و اسکندر هم، لبخند رضایت بر لبانشان نشست. حاج عمو گفت: حاج ننه، چی کار کنیم؟ اجازه‌ی حرکت به ما می‌دی؟

حاج ننه هم گفت: اگر همه موافق هستند، من مشکلی ندارم. **بچه‌ها** دویدند و حاج ننه رو بوسیدند و آماده شدند، برای حرکت. اسکندر رفت ماشین رو روشن کرد و **بچه‌ها** رو صدا کرد که، **بچه‌ها** بیاین سوار شین می‌خوایم راه بیفتیم.

بچه‌ها و نگین و اسکندر سوار شدند، حاج عمو هم دست حاج ننه رو گرفت و سوار ماشین کرد و در رو بست. اسکندر گفت: حاج عمو مگه شما نمی‌آین؟ که حاج عمو گفت: من با اسبم از توی جنگل می‌آم. که حاج ننه گفت: پیرمرد دیگه جوون چهل، پنجاه سال پیش نیستی که می‌خوای با اسب بیای. حاج عمو هم گفت: من قبل از شما اون جا می‌رسم.



ماشین راه افتاد و حاج عمو هم سوار بر اسب راه افتاد. توی راه حاج ننه به اسکندر می‌گفت: **پسر**م تندتر برو، قبل از حاج عمو برس، تا حالش گرفته بشه. موقعی که رسیدند دیدند حاج عمو رسیده و زیر سایه‌ی درخت داره استراحت می‌کنه. از ماشین پیاده شدند، وسایل را آوردند و چیدند و همه دورهم نشستند. یه مقداری که صحبت کردند، حاج عمو گفت: آقا اسکندر، نگین خانم، آقا امید، آرزو خانم، حاج ننه درست می‌گفت: من دیگه جوون نیستم که بخوام راحت این مسیر رو بپام. ولی این کار رو کردم که یه چیزی به شما بگم.

هنگامی که از دست **کودکتان** عصبانی هستید و می‌خواهید با او برخورد کنید، توجه داشته باشید، در حین برخورد، به او ثابت کنید، که دوستش دارید. مثلاً: به او بگویید: خیلی دوست دارم، اما از دست ناراحت هستم.

من خیلی در شهرهای بزرگ نمی‌آم! خیلی از تکنولوژی‌های این زمانه خبر ندارم، اما این را می‌دانم، که همیشه **تکنولوژی آدم‌ها رو موفق نمی‌کنه و به پیشرفت نمی‌رسونه**. نمونه‌اش همین امروز! ببین شما با ماشین اومدید و من با اسب. به‌ظاهر شما از تکنولوژی استفاده کردید و من یک روش سنتی و اون کسی که پیروز شد من بودم.

نگین خانم، آقا اسکندر، شما اگر می‌خواین **فرزندتان** سالمی داشته باشید، باید تلاش کنید که، چه **خودتان** و چه امید و آرزو، یک مقدار از تکنولوژی فاصله بگیرید.

نمی‌گم تکنولوژی بده ولی این مقدار استفاده‌ای که شما می‌کنید، جز این که بر روی اعصاب و روان **فرزندانتان** تأثیر منفی می‌گذارد، چیز دیگری نیست. چند روز پیش یکی از اقوام حاج ننه که اتفاقاً دکتر هم بود می‌گفت که، از ساعت

۱۰ و ۱۱ شب تا ساعت ۴ صبح اتفاقاتی در بدن می‌افتد که برای بدن لازم است. البته، در صورتی که خواب باشند، این اتفاقات مثبت می‌افتد و اگر بیدار باشند، این اتفاق در بدن نمی‌افتد.

ببینید تکنولوژی چه بلایی سر شما می‌آرد!

ساعت خواب **بچه‌ها** رو چی تعیین می‌کنه؟ تلویزیون.

بازی کردن بچه‌ها چه جوریه؟ نشستن پای موبایل و بازی کردن با موبایل.

البته بنده درسته که شاید از تکنولوژی سر در نیارم، اما الحمدالله با قرآن و حدیث آشنا. طبق برنامه‌ی اسلام، باید از سر شب تا اذان صبح بخوابیم و بعد از نماز صبح دیگه وقت خواب نیست و نزدیک ظهر دوباره یه چرت کوچولو.

از قدیم به ما گفته بودند که خواب ظهر باعث تقویت حافظه می‌شود، که حاج ننه گفت: حاج عمو راست می‌گه، همیشه سر ظهر یه نیم ساعتی می‌خوابه.

حاج عمو ادامه داد، اما **بچه‌های** این دوره و نمونه متأسفانه تا دیروقت بیدارن و **پدر** و **مادر** هی می‌گن، نمی‌دونیم که چرا **بچه‌ها**مون اعصاب ندارن؟ چرا حافظه‌شون خرابه؟ چرا چیزی متوجه نمی‌شن؟

به خاطر **فرزند**انمون هم که شده،
تلویزیون رو کنار بذاریم
و یا حداقل دیدنش رو کمتر کنیم.

خوب مراقب خواب **بچه‌ها**تون باشید. نمی‌خوام بگم، همه‌ی این مشکلات به خاطر خواب **بچه‌ها**س، اما خوابشون تأثیری زیادی روی اعصابشون داره. اصلاً یه کار می‌گم حتماً انجام بدید.

بعد حاج عمو رو به **بچه‌ها** کرد و گفت: قول می‌دید با کمک **پدر** و **مادر**تون این کار را انجام بدید؟

امید و آرزو داد زدند، حتماً حاج عمو. حاج عمو رو به نگین و اسکندر کرد و گفت: یک هفته هرروز، هر چه قدر این **بچه‌ها** پای موبایل و تلویزیون و فضای مجازی نشستن رو وقت بگیرید و احتمالاً آخر هفته با عدد جالبی روبه‌رو خواهیم شد.

عمل به دانسته‌ها:

یک هفته‌ی خود را، هر مقدار که پای تلویزیون و موبایل می‌نشینید، دقیق

زمان بگیرید. احتمالاً با عدد جالبی روبه‌رو خواهید شد.

شنبه:..... دقیقه یک‌شنبه:..... دقیقه

دوشنبه:..... دقیقه سه‌شنبه:..... دقیقه

چهارشنبه:..... دقیقه پنج‌شنبه:..... دقیقه

جمعه:..... دقیقه

مجموع هفته:..... دقیقه

عمو جان ببینید داره چه اتفاق نامبارکی در زندگی **فرزند**ان ما می‌افته. این قدر حاج عمو قشنگ صحبت می‌کرد که همه ساکت بودند و داشتند با دقت به حرف‌های حاج عمو گوش می‌کردند، که حاج ننه گفت: مرد بسه دیگه، گشنشونه. نگین گفت: نه حاج ننه، داریم از صحبت‌های حاج عمو لذت می‌بریم. حاج عمو گفت: اجازه دارم حاج ننه؟ که حاج ننه یه لبخندی به نشانه‌ی رضایت داد.

حاج عمو ادامه داد، توجه کردید که تربیت رو از دست خودتون خارج کردید و سپردید به تلویزیون و موبایل و بازی‌های موبایل؟

ما همیشه به **فرزند**انمان می‌گوییم،
این کار رو نکن، این بازی رو انجام نده،
تلویزیون نبین،
اما آیا برای پر کردن اوقات فراغت **فرزند**انمان
جایگزین انتخاب کرده‌ایم؟

تا حالا فکر کردید، اون کسی که برنامه‌ی **کودک** را می‌سازه، درسته که باید یک سری قوانین رو رعایت کنه، ولی اگر هم رعایت کنه، اما در جزییات که نظر **خودش** رو پیاده می‌کنه. آیا نظر اون فرد با تربیت شما سازگاره؟

در ضمن برنامه‌ی **کودک** برنامه‌ای است که در شهرهای مختلف پخش می‌شود و هر شهر یه فرهنگ خاص خودش رو داره و **بچه**، طبق فرهنگ اون جا می‌خواد رشد کنه، ولی تلویزیون را نگاه می‌کنه، تلویزیونی که **پدر** و **مادر** هم می‌گن، مشکل

نداره و **بچه** دچار چندگانگی می‌شه. فرهنگ منزل، فرهنگ شهر، فرهنگ تلویزیون، فرهنگ بازی‌های موبایل.

در ضمن کارگردان این برنامه **کودک**، با کارگردان برنامه‌ی بعدی متفاوت، با طرز فکر متفاوت. تازه برخی از برنامه‌های **کودک** هم، که اصلاً خارجی است و کلاً قضیه عوض می‌شه.



تازه عمو جان این‌هایی که من گفتم، به شرطی است که **بچه‌ها** فیلم‌های بزرگسالان را نبینند.

یادم نمی‌ره، چند سال پیش کاری داشتم و رفتم شهر، خونه‌ی یکی از اقوام، که ای کاش نمی‌رفتم!

تا مدت‌ها اعصابم به‌هم‌ریخته بود، که حاج ننه گفت: آره مادر، تا یک هفته حاج عمو همش ناراحت بود. البته سعی می‌کرد طوری رفتار کنه که من نفهمم، اما من متوجه شدم.

اسکندر پرسید: مگه چه شده بود، حاج عمو؟

که حاج عمو خیلی در لفافه که **بچه‌ها** نفهمن گفت: آخر شب بود و من به احترام صاحب‌خانه بیدار بودم، که دیدم **خانم خونه** گفت: تلویزیون رو روشن کنید، الآن فیلم شروع می‌شه.

این **پدر** و **مادر** دو تا **فرزند** ۶ و ۹ ساله داشتند.

داستان فیلم هم ازدواج دو نفر بود که فهمیدن داره به **خانواده**‌شون یک نفر اضافه می‌شه و درباره‌ی این مورد حرف می‌زدند. من خیلی ناراحت شدم که چه طور این **پدر** و **مادر** به خودشون اجازه می‌دهند یه همچین فیلمی رو جلوی **بچه‌ها**شون می‌بینن؟ حرف که به اینجا رسید نگین و اسکندر سرشون رو به نشانه‌ی خجالت پایین انداختند.

بعد حاج عمو گفت: در مورد این موبایل‌ها هم که دیگه هیچی. بازی‌هایی که **بچه‌ها** می‌کنند که آن‌چنان نظارتی روش نیست. عمو جان اسکندر، همین دیروز، امید اومد پیش من و گفت: عمو ببین چه قدر این بازی باحاله. می‌آین با هم بازی کنیم؟ که البته من دوست ندارم بگم بازی‌ها چه جوری بود.



اگر کارتونی برای فرزندان خریدید و یا فرزندانان،

بازی در موبایل‌تان نصب کرد

حتماً اول، حداقل به کلیاتی از آن را ببینید.

چون بسیاری از این کارتونها و بازی‌ها برای سن **کودک مناسب نیست.**

حاج عمو هم گفت: **عمو** جان شاید فکر کنید که من خیلی سخت گیرم، اما **عمو** جان، خودتون برید بشینید و فکر کنید و ببینید این حرف‌ها درست است و یا نه؟ البته مهم اینجاست که **اگر فهمیدید حرف من درسته، انجامش بدید.** ما خیلی چیزها را می‌دونیم درسته اما اجرا نمی‌کنیم و این دونستن ارزش نداره. **عمو** جان زیاد حرف زدم، ببخشید. بفرمایید ناهار.

اما قبل از این که حاج ننه، ناهار رو بکشه، نگین گفت: حاج عمو خوب ما چی کار کنیم، هر وقت نگاشون می‌کنیم، سرشون توی گوشیه و یا دارند تلویزیون نگاه می‌کنند؟



حاج عمو گفت: اجازه بدید بعد از ناهار. حاج ننه، یک سفره‌ی مفصلی پهن کرد، شیر و دوغ محلی، روغن حیوانی، گوشت بره، که بره‌ی خود حاج عمو بوده و به خاطر

میهمان‌ها ذبح کرده و گوشت تازه پخته بودند. خلاصه مهمان‌ها حسابی غذا خوردند ولی حاج عمو و حاج ننه، به ناهار مختصری بسنده کردند.

ناهار که تموم شد، اسکندر به حاج عمو گفت: می‌شه جواب سؤال نگین رو بدید؟ (حاج عمو خوب ما چی کار کنیم، هر وقت نگاشون می‌کنیم، سرشون توی گوشیه و یا دارند تلویزیون نگاه می‌کنند؟)

که حاج عمو گفت: چشم، فقط اجازه بدید من به مطلب دیگه‌ای رو بگم و بعد جواب سؤال نگین خانم.

ببینید من عادت ندارم اگر کسی اطراف من هست که دارد از غذایی و یا تفریحی لذت می‌بره، نکته‌ای رو بگم، مگر این‌که اون کار حرام باشه، که اون موقع یه جوری متوجهشان می‌کنم که ادامه ندهند.

اما نکته‌ای که می‌خواستم قبل از سؤال نگین خانم بگم این بود که، **بسیاری از مشکلات فرزندان شما به خاطر غذا خوردنشون هست.** حاج ننه گفت: چی می‌گی حاجی؟ یعنی می‌گی غذا نخورن؟ حاج عمو رو به حاج ننه گفت: نه عزیزم! (اینجا بود که نگین و اسکندر یه نگاه معناداری به هم کردند)، منظورم این نیست. منظورم اینه که **پدر و مادر،** باید از بچگی غذا خوردن **فرزندشون** رو درست کنند.

ببینید من یه آیه براتون بخونم شاید بهتر بتونم حرفم رو به شما برسونم. خدا در قرآن می‌فرماید: **در بهشت، روزی‌شان صبح و شام آماده است.** (مریم/۶۲). پس بهترین وعده‌های غذایی، صبحونه و شامه. اما متأسفانه چیزی که من در زندگی شهری فهمیدم، چه خود **پدر و مادر** و چه **فرزندان**، به بیشترین غذایی که اهمیت می‌دهند، ناهاره.

بچه‌هایی که تنبیه زیاد را تجربه می‌کنند، یا به شدت سرکش می‌شوند و یا به طرز وحشتناکی مطیع!

یعنی **فرزندشون** می‌خواد مدرسه بره، این قدر که براشون مهمه که ناهار چی ببره، براشون صبحانه مهم نیست. تازه عمو جان، می‌گن **بچه‌ی** ما درس رو متوجه نمی‌شه.

کسی صبحانه نخوره و درس رو متوجه بشه باید تعجب کنید.
باید صبح، حتماً صبحانه تو برنامهی ما باشه.

البته شام هم کم ارزش تر از صبحانه نیست.

ببینید، امام صادق (ع) هم می فرمایند: شام نخوردن، موجب خرابی بدن است. عمو جان، اصلاً فکر نکنید که فرمایشات این بزرگواران برای آخرته. نه، اگر قراره تو همین دنیا هم خوشگل زندگی کنی، باید به حرف های این بزرگواران گوش کنی. که اسکندر همون جا موبایلش را در آورد و رفت در اینترنت و در مورد اهمیت شام خوردن جستجو کرد و گفت: حاج عمو راست می گه، چه قدر مطلب در مورد اهمیت شام خوردن هست.

در ضمن عمو جان اگر می خواهی دیرتر پیر بشی، شام بخور، هرچند کم، ولی حتماً شام بخور.

حاج عمو رو به اسکندر گفت: تازه عمو جان، شما به عنوان **پدر**، اگر می خواهی در حق **فرزندانت** لطف کنی، غذا از بیرون می گیری، که خودتون هم می دونید که بسیاری از این غذاها برای بدن ضرر داره. تازه چیزهای جانبی که با غذا می خورید بماند. نوشابه و ماست و آب همراه با غذا و...

تازه این ها یک طرف، یک چیز جالب دیروز موقع شام دیدم، اونم این بود که دیدم سر شام، همین جوری که داشتید غذا می خوردید، نگاهت به موبایل بود و داشتی توی موبایل چیزی می نوشتی.

خدا در مورد غذا می فرماید: به غذای خودت نگاه کن.

اسکندر جان، شاید از ماها گذشته باشه، اما امید و آرزو دارند از رفتار ما یاد می گیرند. بعد حاج عمو رو به نگین خانم کرد و گفت: نگین خانم، یه چیزی می خوام بهت بگم، هم خودت اجرا کن و هم هر جوری که می تونی به دیگران بگو.

هر موقع داری غذا درست می کنی، این غذا رو نذر یکی از معصومین کن، تا بچه ها و اسکندر هر روز غذای نذری بخورند.

الآن نزدیک به بیست ساله، من و حاج ننه داریم غذای نذری می خوریم و برکتش رو هم در زندگی خودمون و بچه هامون داریم می بینیم.



غذای نذری هر روز را جدی بگیرید.

عمل به دانسته‌ها:

یک برنامه هفتگی شبیه برنامه زیر بنویسید و یادداشت کنید که هر روز را می‌خواهید، چه غذایی درست کنید و نذر کدام بزرگوار کنید.

شنبه: غذا: نذر:
 یکشنبه: غذا: نذر:
 دوشنبه: غذا: نذر:
 سه‌شنبه: غذا: نذر:
 چهارشنبه: غذا: نذر:
 پنجشنبه: غذا: نذر:
 جمعه: غذا: نذر:

اما اگر اشکال نداشته باشه، جواب سؤال نگین خانم باشه، بعداً. الآن خسته‌اید، یه استراحتی بکنید، بعداً صحبت کنیم، که نگین گفت: نه حاج عمو، من که از حرف‌های شما خسته نمی‌شم. در ضمن اگر قراره کسی خسته بشه، شما باید که دارید جواب سؤالات ما رو می‌دید.

حاج عمو گفت: نه نگین خانم. من خوشحال می‌شم اگر بتونم به کسی کمک کنم. حاج عمو گفت: نگین خانم یه بار دیگه می‌شه دقیق سؤال رو بگی، تا من کامل یادم بیاد؟ که حاج ننه گفت: ای پیرمرد فراموش کار، و حاج عمو جواب داد، من هر چیزی رو فراموش کنم، خوبی‌های تو رو فراموش نمی‌کنم و همگی خندیدن.

بعد نگین گفت: حاج عمو پرسیدم، شما که می‌گید، **بچه** نباید این قدر پای تلویزیون و موبایل بشینه، خوب ما چی کار کنیم که این **بچه‌ها**، همش کله‌شون تو گوشیه؟ حاج عمو لحظه‌ای صبر کرد و بعد گفت: عمو جان من یه مثال می‌زنم. زمانی که ما **بچه** بودیم، اصلاً این امکانات نبود. به نظر شما، **بچه‌های** اون موقع می‌رفتند پیش **پدر** و **مادر**شون و می‌گفتند: **مامان** حوصله‌مون سر رفته؟ نگین جواب داد: تا جایی که من شنیدم، نه. این جور نبوده، **بچه‌های** اون زمان صبح می‌رفتند توی ده بازی می‌کردند و آخر شب می‌اومدند تو خونه. بعضی‌هاشون کار می‌کردند.

حاج عمو گفت: پس می‌شه **بچه‌ها** را سرگرم کرد، به چیزی جز تلویزیون و لب‌تاپ؟ اسکندر گفت: حاج عمو جان، شرایط فرق کرده، اون زمان که کوچه و خیابون این شکلی نبود.



برای تربیت سالم:

(۱) تنبیه را حذف کنید (منظور زدن فیزیکی است)

(۲) آسان‌گیری را حذف کنید

(۳) از مهربانی و قاطعیت هم‌زمان استفاده کنید.

حاج عمو گفت: درست‌ه، اما قبول دارید که اگه شرایط تغییر کنه، می‌شه، به‌غیراز تلویزیون و موبایل بچه را سرگرم کرد؟ نگین و اسکندر گفتند: اگر شرایط متفاوت باشه، چرا که نه. حاج عمو پرسید: چه کسی قراره شرایط را عوض کنه؟ یعنی قراره ملائک بیان و شرایط را برای ما عوض کنن و یا **خودمون** باید دست‌به‌کار بشیم؟ قطعاً **خودمون** عمو جان. باید انتخاب کنیم. بشینیم تا شرایط درست بشه، یعنی چیزی غیر از **خودمون** رو ما اثر بذاره و یا **خودمون** شرایط را درست کنیم.

اسکندر گفت: آخه چه جوری؟ حاج عمو پرسید: امید و آرزو چه برنامه‌ای رو خیلی دوست دارند؟

نگین گفت: این برنامه‌های **خاله** و **عمو**. حاج عمو پرسید؟ **خاله** و **عمو** چیه؟

نگین و اسکندر به‌زور خنده‌ی خودشون رو جمع کردند و نگین گفت: یه سری آدم می‌آن به اسم خاله و عمو و با عروسک‌های مختلف برای **بچه‌ها** داستان تعریف می‌کنن، نمایش بازی می‌کنن.

حاج عمو گفت: چه قدر نمونه فرق کرده! زمانی که ما **بچه** بودیم، این قدر **خاله** و **عمو** داشتیم که دیگه یک نفر غریبه می‌گفت **خاله**، تو ذهنمون می‌گفتیم، نه تو رو خدا. دیگه **خاله** و **عمو** بس. اما الآن این قدر تک‌فرزندی زیاد شده که **خاله** و **عموی** مصنوعی درست می‌کنند، تا **بچه‌ها**، حداقل اسم **خاله** و **عمو** رو بشنون.

بعد حاج عمو که انگار جواب سؤال نگین رو فراموش کرده بود، گفت: این که چرا **پدر** و **مادر** ها الآن دیگه **بچه** نمی‌آرن، واقعیت اینه که الآن حوصله ندارن.

تو ذهنشون می‌گن **بچه** بیاریم، دیگه من نمی‌تونم برم سر کار. یا **مرد خونه** می‌گه **بچه** بیاد، یه روز مریض می‌شه، یه روز حال نداره و ما مجبوریم از بعضی از خوشی‌هامون بزنیسم، که به **بچه** برسیم، و چون بهانه‌ای برای راضی کردن خود ندارند، می‌گن روزیش رو چی کار کنیم.

مگه **پدر** و **مادر** من پولدار بودن که ۶ تا بچه داشتند؟

بگذریم. نگین خانم، همین برنامه‌ی **خاله** و **عمو** که می‌گی **بچه‌ها** دوست دارند رو خودت اجرا کن. ببین **بچه‌ها** که از اون آدمه خوششون نمی‌آد. هرکسی بیاد تو تلویزیون و این کارها را انجام بده، **بچه‌ها** باهاش انس می‌گیرند. خب همین عمل رو خودت انجام بده تا با خودت انس بیشتری بگیرند.

یعنی خودت عروسک بردار و **خاله** شو، **باباش** **عمو** بشه و شروع کنی به بازی. تازه بسیاری از نکات تربیتی رو می‌شه از طریق بازی به **بچه** یاد داد.

می‌خواین امتحان کنیم؟

نگین و اسکندر که انگار حوصله‌ی این که از جا بلندشن رو نداشتند، ولی روشن نشد به حاج عمو بگن نه، گفتند: آره، بریم ببینیم چی می‌شه. که حاج عمو گفت: می‌دونم حال همین کارم ندارید ولی به خاطر من گفتید باشه. اما اشکال نداره، ارزشش رو داره.

حاج عمو امید و آرزو رو صدا کرد. امید که داشت میوه می‌خورد و آرزو هم داشت با

موبایل مادرش بازی می کرد، اومدن پیش حاج عمو.

اسکندر در گوش نگین گفت: من نمی دونم حاج عمو چی داره که **بچه ها** این قدر دوستش دارن؟ که نگین گفت: فقط **بچه ها**؟ من و خودت رو چرا نمی گی؟ من که توی همین چندروزه عاشقش شدم. تو چشای حاج ننه نگاه کن، بین چه جورى داره نگاش می کنه! این همه سر حاج عمو غر می زنه، ولی معلومه که عاشقشه. اسکندر گفت: مثل تو که عاشق منی؟ نگین که معلوم بود رابطه ی حاج عمو با حاج ننه و رفتار حاج عمو روش اثر گذاشته، گفت: چرا که نه. اسکندر اومد جواب بده، که حاج عمو گفت: گوشتون اذیت می شه، رفتید خونه، برید یه گوشه بنشینید و راحت با هم حرف بزنید. دوباره صدای خنده بلند شد.

برای داشتن فرزندان سالم
بازی کردن را جدی بگیرید.

حاج عمو گفت: امید و آرزو، امروز می خوایم من و حاج ننه و مامان و بابا، با شما بازی کنیم. امید و آرزو که انگار هنگ کرده بودند، گفتند: یعنی همه ی شما می خواین با ما بازی کنید؟ حاج ننه گفت: آره مادر. حاج عمو عاشق بازی با **بچه ها** هاس. **بچه ها** کلی خوشحال شدن و حاج عمو گفت: من می خوام بشم، شکارچی، امید و باباش شکار بشن و باید از دست من فرار کنن. نگین خانم و آرزو هم برن و مخفیانه امید و **باباش** را دنبال کنن و جاشون رو به من بگن. حاج ننه هم آماده باشه، **بچه ها** که خسته شدن، بهشون با خوراکی های خوشمزه انرژی بده. **بچه ها** دیگه سر از پا نمی شناختن. نگین به اسکندر گفت: من اولش حال نداشتم، اما انگاری بدم نیست ها. علی الخصوص که می تونم جای تو رو لو بدم، تا حاج عمو شکار کنه، از دستت راحت بشم. دوتایی خندیدن. بازی شروع شد، **بچه ها** سروصدا می کردند. آرزو داد می زد: حاج عمو پیداشون کردم، بیا این جان. امید داد می زد، **بابا** فرار کن، جامون لو رفت.



خلاصه یه یکی دوساعتی بازی کردن و همگی خسته ولی خوشحال اومدن پیش حاج ننه که میوه بخورن و انرژی بگیرن که دیدند حاج ننه خواب رفته و میوه‌ها همون جوری شسته نشده و پوست کنده نشده توی سبده.

حاج عمو رفت و یه پتو روی حاج ننه انداخت و گفت: سردش می‌شه و خودش رفت میوه‌ها رو بشوره و هر چی اسکندر اصرار کرد که اون این کار رو انجام بده، حاج عمو قبول نکرد.

بعد از خوردن میوه‌ها، حاج عمو گفت: به نظر شما، این بازی هیجان و لذتش برای **بچه‌ها، از خاله و عمو** بیشتر نبود؟

اسکندر گفت: قطعاً چرا، اما...

حاج عمو گفت: چرا ادامه نمی‌دی؟

اسکندر گفت: راستش روم نمی‌شه. می‌ترسم شما بگید که این‌ها چه قدر بهانه می‌آرن. که حاج عمو گفت: عمو جان اگر من چیزی تو ذهنم باشه، بلدم چه جوری با کمال احترام نظرم رو بگم. شما حرفت رو بزن.

اسکندر گفت: عمو جان، راستش اینه که ما وقت نداریم. مگه وقت ما به ما این اجازه رو می‌ده که با **بچه‌ها**مون این بازی‌ها رو انجام بدیم؟

نگین هم گفت: راست می‌گه، وقت سر خاروندن هم نداریم.

حاج عمو گفت: من بی‌خبر از مشکلات شهرنشینی نیستم، اما حرف من چیز دیگه‌ایه. من می‌گم که **همین وقت بسیار محدود را با بچه‌ها**تون بگذرونید؟

عمل به دانسته‌ها:

زمان‌هایی را که در منزل هستید یادداشت کنید و برای آن برنامه‌ریزی کنید.

۱- زمانی که با همسر می‌گذرانم.

۲- زمانی که برای فرزندانم اختصاص می‌دهم.

۳- زمانی که برای خودم قرار می‌دهم.

البته بهتر است که تا جایی که امکان دارد، زمان سوم رو تقسیم کنید، بین زمان اول و دوم.

نگین خانم، آقا اسکندر: پدر و مادر خوب فقط به خرید اسباب‌بازی‌های گرون قیمت و ناهار خوشمزه نیست. نمونه‌اش همین الان.

قطعاً امروز امید و آرزو، اسباب‌بازی نداشتند. اما از این که با شما بازی کردن، از چهل تا اسباب‌بازی گرون قیمت بیشتر بهشون خوش گذشت.

آقا اسکندر، ما کلی کار می‌کنیم که بتونیم بهترین وسایل را برای خانواده‌مون درست کنیم. خیلی هم عالی. اما اصلاً قبلش فکر کردیم، که خواسته‌ی فرزند ما چیه؟ بچه‌ی ما اسباب‌بازی رو برای چی می‌خواد؟

برای این می‌خواد که بچگی کنه. خوب بچگی با اسباب‌بازی‌های ارزون قیمت هم می‌شه. اما بچگی با نبود پدر و مادر و یا عصبی بودن پدر و مادر نمی‌شه.

اصلاً عمو جان، خودت بگو: امروز که این جا با بچه‌ها بازی کردی و بدو بدو کردی، حالت بهتر نیست؟ اعصاب آروم‌تر نیست؟

اما در مورد این که می‌گید: مگه با این شرایط می‌شه برای بچه‌مون وقت بذاریم؟ این همه کار و مشکلات و گرفتاری و... از صبح که می‌ریم بیرون تا بعدازظهر، سر کار هستیم، و وقتی می‌آییم خونه خسته و کوفته‌ایم.



عمو جان، خیلی مهم تر از این که چه قدر وقت می دارید، اینه که چه قدر با توجه با امید و آرزو بازی می کنید.

عمل به دانسته ها:

هنگام بازی با **فرزندتان** و یا صحبت با **همسرتان** و یا زمان رفتن به پارک با **خانوادهتان**،
حتماً تلویزیون خاموش و اگر تماس خیلی واجب ندارید، موبایل در حالت
هواپیما.
با این کار **همسر و فرزند شما احساس می کنند، بسیار برای شما محترم هستند.**

یه مثال بزنم. مثلاً: صبح ساعت ۶ از منزل می روی بیرون و تا ۶ شب هم یکسره بیرون هستی. ۶ شب می آی خونه و تا ۷ استراحت می کنی. از ساعت ۷ تا ۱۰ شب که می خوابی بخوابی،

(که البته عمو جان، شماها متأسفانه ۱۰ شب نمی خوابید)

چه قدر برای امید و آرزو وقت می داری؟

من بهت قول می دم که هفت که بلند بشی از خواب، اول می ری سراغ اخبار، بعد موبایل و بعد فیلم و فوتبال و... بعدشم خواب. خوب عمو جان؛ همین وقت رو هم، برای امید و آرزو نذاشتی!

مدیریت زمان را جدی بگیرید

چه ضرری می‌کنی؟ اما اگر به امید و آرزو نرسی، حتماً ضرر می‌کنی. به قول ماها، دو دو تا، چهارتا هم بکنی، به نفع هست که وقتی که برای موبایل می‌ذاری را به **بچه‌ها**ت برسی.

آقا اسکندر، باز می‌گم، از امروز وقت بگیر، تا یک هفته، بین چه قدر پای تلویزیون و موبایل نشستی؟ حتماً این کار رو بکن و احتمالاً آخر هفته تعجب می‌کنی که من چه قدر وقت برای این‌ها گذاشتم.

تازه غیر از این‌ها، وقت‌هایی را که با رفقا می‌گذرونی رو هم حساب کن. به نگین خانم می‌گی، **خانم**، من دارم با رفقا می‌رم فوتبال. اگر هم نگین خانم بگه، پس ما چی؟ بهش می‌گی، چیه این خوشی رو هم نمی‌تونی ببینی ما داشته باشیم؟ عمو جان، به خدا خوشی همراه با **خانواده بودن**، کمتر از خوشی کنار رفقا بودن نیست.

از همین حاج ننه بپرس، نشده من جایی بخوام برم، قبل از این که حاج ننه از ته دل راضی باشه. الان هم ناراضی نیستم. خیلی از جاهایی که دوست داشتم برم، رو نفرتم به خاطر این که فهمیدم حاج ننه راضی نیست و الان، هم من از این کار راضیم و هم حاج ننه.

که حاج ننه گفت: راست می‌گه اسکندر. هر جایی که فهمید من دوست ندارم که بره، نرفت.

اسکندر گفت: یعنی حاج عمو، می‌گید، قید رفقا رو بزnm؟ حاج عمو گفت: اصلاً. شاید باورت نشه، اون موقعی که جوون بودم، سالی سه چهار بار، با رفقا می‌رفتیم مسافرت. اما قبل از هر مسافرتی کاری می‌کردم که حاج ننه و **بچه‌ها**م، کاملاً به همه چیزهایی که در زندگیشون احتیاج داشتن رسیده باشن، بعد خودشون به من می‌گفتند: حاجی برو به گردشی بکن، این چند وقته خسته شدی.

عمو جان حرف من اینه که مثلاً تصمیم می‌گیری، ساعت ۹ تا ۱۰ شب رو با نگین خانم و **بچه‌ها** باشی. دیگه این یک ساعت، اینترنت و تلویزیون رو خاموش کن، موبایلت رو قطع کن. همه‌ی حواست به **خانواده‌ات** باشه. مطمئن باش اگر این کار رو بکنی، همه‌ی نبودن‌ها ت جبران می‌شه.

مهم تر از این که دیگران چی می‌کن،
آینده‌ی **فرزند شماست**.

در ضمن عمو جان از **بچه** شدن نترس. یعنی اگر داری با **بچه‌ها** بازی می‌کنی،
مثل اون‌ها رفتار کن. نگو دیگه برای ما زشته، مردم چی می‌کن؟
اسکندر جان، نگین خانم، این که دیگران چی می‌کن، یکی از بزرگ‌ترین اشکالات
مردمه. عمو جان، **مهم تر از این که دیگران چی می‌کن، آینده‌ی فرزند شماست**.
امید و آرزو از این که شما باهاشون مثل خودشون رفتار می‌کنید، کیف می‌کنن و
احساس آرامش و لذت دارند و این بهترین چیز برای **بچه‌ها**تون هست.
عمو جان، می‌ری مسافرت، می‌ری مهمونی. توی مسافرت، توی مهمونی هم می‌گی:
زودتر بریم خونه، الان بازی شروع می‌شه.
عمو جان، مسافرت و مهمونی رو فقط به **بچه‌ها** و این که از مسافرت و مهمونی
لذت ببرند فکر کن. ببین اون موقع حالشون بهتر می‌شه و یا نه.
نگین هم لبخند می‌زد و حرف‌های حاج عمو را تأیید می‌کرد.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل دوم

فصل سوم:

برگشت به دوران کودکی، در خواب



خلاصه حاج عمو گفت: **پچه** ها دیگه دیر وقته. بریم خونه. **پچه** ها که امروز خیلی بهشون خوش گذشته بود، رفتند و حاج عمو رو بوسیدند و گفتند: حاج عمو، واقعاً شما خیلی خوبید، امروز یکی از بهترین روزهای عمرمون بود. نگین و اسکندر و حاج ننه و **پچه** ها سوار ماشین شدند و حاج عمو هم با اسبش راه افتاد سمت خانه.

پچه ها که توی ماشین خوابشون برده بود و بقیه هم خسته بودن و تا رسیدن به خونه، بدون شام رفتند و خوابیدند.

اسکندر هم که سرش روی متکا نرفته، خواب رفت. خواب دید که برگشته به دوران **کودکی** و با حاج عمو و **پچه** های حاج عمو داره تو صحرا بازی می کنه که **باباش** و حاج عمو هم زیر سایه ی درخت نشسته و دارند صحبت می کنند.

اسکندر دید که **باباش** عصبانیه و داره به حاج عمو از زمین و زمان و اسکندر ایراد می گیره و حاج عمو هم می گه: آخه **برادر** من، چرا این قدر ذهنت رو بابت هر چیزی خراب می کنی؟ چرا همش منفی بافی می کنی؟

خوب معلومه، تو که این قدر به خاطر هر چیزی حرص می خوری و دائم به همه چیز با دید منفی نگاه می کنی، هر کاری این **پچه** می کنه، منفی متوجه می شی، خوب حالت همش بد می شه.



مداد نوکی هم برای خودش عالمی داره.
مدتی باهاش کار می‌کنی، می‌نویسی، اما بعد از مدتی که نوک مداد
نوکی تموم شد،
هر چه قدر هم، به انتهای مداد نوکی فشار میاری، دیگه فایده‌ای نداره.
گاهی اوقات، همین کار رو با **فرزند**انمان انجام می‌دهیم.
این قدر امر و نهی و باید و نباید و ایراد و اشکال و... می‌کنیم،
که این کار تا سنی جواب می‌ده، اما بعد از گذشت زمانی، دیگر هر چه
قدر هم بهشون فشار می‌اریم، دیگر پاسخ مثبت از شون دریافت نمی‌کنیم.

بابام گفت: **برادر** من، منفی چیه؟ مگه نمی‌بینی اصلاً کار نمی‌کنه، که حاج عمو
گفت: کی گفته، کار یعنی اون چیزی که من و تو فکر می‌کنیم؟
کار که فقط این نیست که سر زمین کار کنه. شاید دوست داره چوپانی کنه. تا حالا
ازش پرسیدی که چه کاری رو دوست داری؟
بابام گفت: آخه **بچه** که عقلش نمی‌رسه! حاج عمو گفت: اشتباهت همین جاست.
می‌دونی با همین حرفات چه قدر شخصیت **بچه‌ات** رو خرد می‌کنی؟ بعد می‌دونی با
این روش اسکندر، اعتماد به نفسش رو از دست می‌ده و نمی‌تونه هیچ موقع جلوی
جمع حرف و نظرش رو بگه؟ آخه **برادر** من بیا و روشست رو عوض کن. یه مقداری
بچه‌ات رو به بازی بگیر. بذار اسکندر اعتماد به نفسش بره بالا.
ببین هر کاری بهش می‌گی، می‌گه من نمی‌تونم. فردا کسی رو به خاطر رفتار
اشتباهش سرزنش نکنی‌ها.

بابام گفت: چه کنم **برادر** من؟ هر کاری بهش می‌دم، می‌زنه خراب می‌کنه.
حاج عمو گفت: خوب وقتی خراب می‌کنه، تو چی کار می‌کنی؟ **بابای** من که انگار
منظور **عموم** را فهمیده بود، سرش را پایین انداخت و چیزی نگفت، که حاج عمو
گفت: هر وقت خراب کرده تو دعواش کردی! بعد توقع داری دفعه‌ی بعد موفق بشه؟
مطمئن باش با این روش هر وقت کاری بهش می‌دی، اولین چیزی که به ذهنش

می‌آید، این است که نکنه خراب کنم و **بابام** دعوا کند.

خودت رو بذار جای **بچه‌ات**. فکر کن یه کاری رو بهت دادن و می‌دونی اگر این کار را خراب کنی، حتماً باهات برخورد می‌شه. به نظر خودت می‌تونی اون کار رو درست انجام بدی؟

بابام کمی فکر کرد و گفت: قطعاً نه و بعد **عموم** گفت: چه طور توقع داری، اسکندر بتونه کارها رو درست انجام بده.

در مورد مسائل مختلف، خودتون رو جای دیگران بگذارید.

عمل به دانسته‌ها:

برای یک هفته، هر موقع با **همسر** و یا **فرزندتون** بر سر موضوعی بحثتون شد، **خودتون** رو جای اون‌ها بگذارید و از دید اون‌ها مشکل رو بررسی کنید. مثلاً: اگر به خاطر این که **فرزندتون** خونه رو بهم ریخته، عصبانی هستید، **خودتون** رو جای **فرزندتون** بذارید و ببینید که اگر شما هم **کودک** بودید و این همه اسباب‌بازی اصرافتون بود، وقتی از یک اسباب‌بازی خسته می‌شدید، می‌رفتید سراغ اسباب‌بازی دیگه و یا شروع می‌کردید به جمع کردن خانه. و یا با **همسر**تون به خاطر خانوادگی **همسر**تون به اختلاف خوردید، آیا شما می‌تونید قید **خانواده‌تون** رو بزنید، که از **همسر**تون توقع دارید؟

بیا رُوشِ رو عوض کن. یه مقدار به اسکندر بیشتر اهمیت بده. تو کارها شریکش کن. اجازه بده برای کارهاش **خودش**، تصمیم بگیره. در کارهاش باهش مشورت کن. **بابای** من گفت: یعنی می‌گی، از فردا کارهای بزرگ رو بسپارم به اسکندر؟ که حاج عمو گفت: نه. قرار نیست از فردا، کارهای بسیار بزرگ رو بهش بسپاری، بلکه از کارهای کوچیک شروع کن.

البته نباید متوجه بشه که داری امتحانش می‌کنی. سعی کن کارهایی که فکر می‌کنی، می‌تونه انجام بده رو بهش بسپاری و کم‌کم کارهای سنگین‌تر رو بهش بسپار. در ضمن اگر در کاری موفق نبود، به هیچ عنوان باهش برخورد نکن. سعی

کن تا جایی که ممکن است بهش کمک کنی تا موفق بشه.

وقتی **کودک** بدرفتاری می‌کند،
به بدرفتاری به عنوان یک رمز نگاه کنید
و از خود بپرسید،
واقعاً سعی دارد چه چیزی به من بگوید.

حاج عمو گفت: **برادر** من، قطعاً اسکندر یه سری توانایی‌هایی هم داره. نداره؟
بابام گفت: چرا. این جور نیست که هیچ توانایی نداشته باشه، ولی خوب کمه. که
عموم گفت: خوب چه قدر روی توانایی‌هاش دقت کردی و بزرگش کردی و به روش
آوردی؟

بابام گفت: هیچ وقت. خوب این‌ها که جزو وظیفشه.
عموم گفت: مگه وظیفه‌ی تو کار کردن نیست؟ **بابام** گفت: چرا. بعد عموم گفت: پس
چرا وقتی می‌ری خونه، توقع داری، ازت تشکر کنند؟
بعد **عموم** گفت: **برادر** من، یه مدت گیر بده به توانایی‌های اسکندر، ببین چه قدر
تو رفتارش اثر داره. **همون جوری که روی نقطه ضعف‌های تمرکز کرده بودی،**
روی نقاط قوتش تمرکز کن.

یادته **آقاجون** رو، هیچ وقت یادم نمی‌آد، به خاطر این که نتونسته باشیم یک کاری
رو انجام بدیم، باهامون تندی کرده باشه. هر وقت کاری رو نتونستیم انجام بدیم،
یادته چی می‌گفت؟

بابام گفت: آره می‌گفت: **این دفعه نتونستی، ولی مطمئن باش دفعه‌ی بعد بهتر**
می‌تونی انجامش بدی. واقعاً چه دورانی بود.

بعد **بابام** به **عموم** گفت: تو تونستی همون رفتار **بابا** رو دنبال کنی، اما من نتونستم.
عموم گفت: به قول **بابا**، بگو **فعلاً نتونستم و تلاشی کن که بتونی.**

عمل به دانسته‌ها:

نقاص قوت فرزند و همسر تان را این جا بنویسید.

و این برگه رو نگه دارید و هر موقع فرزند و یا همسرتون کار زیبایی انجام داد، به این لیست اضافه کنید.
معلمین باشید، بعد از یک ماه، نتیجه‌ی جالبی خواهید گرفت.

نقاص قوت همسر م:

- ۱-.....
- ۲-.....
- ۳-.....
- ۴-.....
- ۵-.....
- ۶-.....
- ۷-.....
- ۸-.....
- ۹-.....
- ۱۰-.....

نقاص قوت فرزند م:

- ۱-.....
- ۲-.....
- ۳-.....
- ۴-.....
- ۵-.....
- ۶-.....
- ۷-.....
- ۸-.....
- ۹-.....
- ۱۰-.....



با تلاش، هیچ کاری نشد، نداره

عموم ادامه داد، ببین **داداش**، یکی از اشکالات تو اینه که، هر موقع اسکندر یک کار اشتباهی رو انجام می‌ده، سریع بدون فوت وقت، باهاش برخورد می‌کنی. ببین **برادر** من، راهش این نیست. زمان نصیحت کردن موقع عصبانیت نیست. چه خودت عصبانی باشی و چه اسکندر. این جور **جنگ قدرت** درمی‌گیری.

بابام گفت: جنگ قدرت دیگه چیه؟

عموم گفت: جنگ قدرت یعنی این که، موقع عصبانیت، هم خودت و هم اسکندر فقط می‌خوان ثابت کنید که حرف درست رو می‌زنید و اصلاً به حرف طرف مقابل گوش نمی‌کنید، که این بحث کردن‌ها جز این که اعصابتون بیشتر خرد بشه، چیز دیگه‌ای نداره. **بابام** گفت: یعنی موقعی که اشتباه کرد، بی‌خیالش بشم؟ **عمو** گفت: اون لحظه، آره. اگر هدف اینه که دیگه اون کار رو انجام نده، الان چند ساله سر مسائل مختلف با هم کشمکش دارید؟

درست شده؟ رفتارش عوض شده؟

تنها اتفاقی که افتاده، فاصله‌ی شما از هم بیشتر شده و اختلافات داره اذیتتون می‌کنه.



همیشه برای رسیدگی به اشتباهات **فرزندانتان** وقت هست.
بهترین فرصت برای این کار زمانی است که
هم **فرزند** و هم **پدر** و یا **مادر** آرام شده باشند.

بابام گفت: چه کنم، **برادر** من؟

عمو گفت: ببین **برادر** از این به بعد، اگر اسکندر یک کار اشتباهی کرد، اون لحظه بی خیال شو. بعد از این که آرام شدی، بدون هیچ گونه پیش داوری، برو پیشش و بهش بگو: اسکندر، من احساس کردم این کار تو درست نبود. حتماً بگو که من احساس کردم، که اگر بگی این کار تو اشتباه بود، می شه قضاوت، قبل از سوال.

و یا بگو: اسکندر به نظرت این کار رو هم می شد، بهتر انجام بدی؟ در این صورت اون هم، از همون اول شروع نمی کنه به موضع گرفتن. و چون قضاوت نشده و قرار هم نیست که قضاوت بشه، بنابراین بدون جبهه گیری، فکر می کنه و احتمالاً خودش به نکات خوبی اشاره می کنه و همون بسه، برای این که دفعه ی بعد اصلاً اون کار رو مرتکب نشه و یا از میزانش کم کنه.

البته بگم، احتمالاً چند دفعه ی اول که این رفتار رو ازت ببینه، موضع می گیره، چون تا به حال این جواری رفتار نکردی و اسکندر فکر می کنه که برایش یه نقشه ی جدیدی کشیدی. باید چند مرتبه اول صبر کنی، تا بعد از انجام دادن این کار، باورش بشه که حقیقتاً عوض شدی.

در ضمن اگر روزی یک اشتباهش را اقرار کرد، هیچ وقت به روش نیار و تو سرش **نزن**. چون این کار باعث می شه، دیگه اشتباهش رو قبول نکنه.

خواب اسکندر به این جا که رسید دید **همسرش** داره صداس می کنه، که پاشو ببین **بچه** هات چه خراب کاری کردن.

رفتن تو باغچه و کلی از گل های باغچه رو خراب کردن. اسکندر هم عصبی پا شد که بره **بچه** ها رو تنبیه کنه، یهو یاد خوابش افتاد و خنده اش گرفت. نگین گفت: این مسخره بازی ها چیه؟ من می گم باغچه رو خراب کردن، بعد تو می خندی؟

اسکندر قضیه ی خواب رو برای نگین تعریف کرد. نگین هم خنده اش گرفت. نگین گفت: اسکندر، این حاج عمو دیگه کیه؟

اون داستانی که دیشب حاج عمو در مورد پادشاه و چوپان گفت رو یادته؟ من فکر می کنم، اون چوپانه خود حاج عمو بوده. اسکندر گفت: چی بگم والله، بعیدم نیست.

نگین گفت: اسکندر جالبه من هم دیشب خواب حاج عمو رو دیدم. اسکندر گفت: چه جالب، حالا تو تعریف کن، ببینیم چه خوابی دیدی. که نگین گفت: حالا می‌گم، فعلاً پاشو، یه فکری به حال باغچه‌ی حاج عمو بکنیم. اسکندر و نگین رفتن توی حیاط و دیدند **بچه‌ها** تو حیاط ایستادن و دارن با ترس به هم نگاه می‌کنند. تا چشمشون به **باباشون** افتاد، از ترس زدند زیر گریه و جالب بود که دویدن بغل حاج عمو.

کودک فقط زمانی احساس می‌کند
به او گوش می‌کنید،
که با او تماس چشمی برقرار کنید و
کارتان را برای گوش دادن به او رها کنید

اسکندر رفت، پیش **بچه‌ها** و گفت: الان عصبانی هستم و فعلاً صحبتی ندارم، برید تو خونه، عصبانیت کم شد میام با هم صحبت کنیم. **بچه‌ها** که تا حالا این نوع رفتار رو از **باباشون** ندیده بودن، اول تعجب کردن و بعد امید دم گوش آرزو گفت: فکر کنم، حاج عمو **بابا** رو جادو کرده. بعد دویدن توی خونه.

اسکندر، داستان خوابش رو واسه حاج عمو تعریف کرد. تعریف خواب که تموم شد، تو صورت حاج عمو نگاه کرد، دید داره آرام گریه می‌کنه.

اسکندر گفت: ببخشید حاج عمو، قصد اذیت کردن شما رو نداشتم، که حاج عمو گفت: نه عمو جان، یک لحظه یاد **بابات** افتادم. خدا بیمارزتش.

بعد گفت: آفرین **عمو** جان، به خاطر این که الان عصبانی بودی و دعواشون نکردی. **تو عصبانیت هیچ اتفاق مثبتی نمی‌افته.**

همیشه آرامش بهترین راه حله. **عمو** جان، حتی تو دعوای **زن** و **شوهری**، موقع عصبانیت هیچ بحث و صحبتی نکنید. نگین پرسید: خوب وقتی عصبانی هستیم، چی کار کنیم؟ حاج عمو گفت: از هم فاصله بگیرید. اسکندر گفت: حاج عمو می‌شه بیشتر توضیح بدید؟



حاج عمو گفت: اسکندر جان، زیر اون درخت رو می بینی که من یه میز گذاشتم؟ اسکندر گفت: آره عمو جان. حاج عمو گفت: می دونی علتش چیه؟ نگین گفت: نه حاج عمو. می شه، بفرمایید؟ حاج عمو گفت: به خاطر این که هر موقع با حاج ننه می خواد بحثمون بشه، میام کنار این درخت و یه کم از حاج ننه فاصله می گیرم و هر وقت دیدم که عصبانیتم فروکش کرده و می تونم عاقلانه تصمیم بگیرم و با خونسردی صحبت کنم، می رم در مورد مشکل با حاج ننه صحبت می کنم. تازه اگر رفتم و دیدم که هنوز حاج ننه عصبانی هست، به حاج ننه هم می گفتم: هر وقت دیدی که دیگه عصبانی نیستی، بیا بشینیم با هم صحبت کنیم.

عمل به دانسته ها:

یه محل برای خودتان در نظر بگیرید و هر وقت عصبانی شدید، بروید اون جا و تا عصبانیتتون از بین نرفته، از اون مکان بیرون نیایید.

مکان در نظر گرفته شده:

راجع به امید و آرزو هم همین طور. هر وقت از دستشون عصبانی بودید، یه جایی تو خونه برای **خودتون** انتخاب کنید و هنگام عصبانیت برید اون جا و تا آرام نشدید، از اون جا بیرون نیاین. همین کار رو برای امید و آرزو انجام بدید.

که اسکندر گفت: حاج عمو، من همین کار رو می‌کنم، اما بدتر لج می‌کنم. نگین گفت: آره حاج عمو، لجبازتر می‌شن.

حاج عمو گفت: می‌شه بگید دقیقاً چی کار می‌کنید؟

اسکندر گفت: هر موقع اذیت می‌کنم، من یکیشون رو می‌فرستم تو حموم و چراغ رو هم خاموش می‌کنم تا حواسش به چیزی پرت نشه و یکیشون رو هم می‌فرستم توی اتاق و می‌گم هر وقت آدم شدید بیان بیرون.

حاج عمو گفت: اگر کسی به **بچه‌ها** بگه حیوان، چه عکس‌العملی رو نشون می‌دی؟

نگین با ناراحتی گفت: حاج عمو این چه حرفیه؟ از شما دیگه توقع نداشتیم.

حاج عمو گفت: عمو جان، از من توقع نداشتید، یا از **خودتون**؟

اسکندر گفت: یعنی چی؟ که حاج عمو گفت: اسکندر جان، مگه نگفتی به **بچه‌ها** می‌گم، هر وقت آدم شدید بیاین بیرون؟ یعنی **بچه‌ها** آدم نیستن؟

این جمله رو که حاج عمو گفت، تازه اسکندر فهمید که تا حالا به **بچه‌ها**ش چی می‌گفته و بعد دوتایی، اسکندر و نگین، مدتی ساکت نشستن.

هدف از تنبیه باید این باشد که کودک اشتباهش را بفهمد، نه این که وحشت کند.



فرزند شما در اصل خود شما هستید
که برگشتید به سالیان قبل.
پس به خودتان ظلم نکنید.

در ضمن **عمو** جان هدف از این کار این است که امید و آرزو بفهمند کجای کارشون اشتباه بوده و هدف این نیست که تنبیه بشن. بنابراین سعی کن، جایی نباشه که بترسن.

در ضمن اگر **بچه** ها اشتباه کردن، کلی باهاشون صحبت نکن. یعنی نگو چه **بچه** هایی بی تربیتی. بی تربیت یعنی چی؟

یعنی دقیق بگو که از کدوم کارشون ناراحت هستی. فکر کن من بگم اسکندرجان خیلی اون حرفت من رو ناراحت کرد. خوب شما از کجا می‌خوای بفهمی که کدوم حرف مدنظر من هست.

اصلاً ممکن است اون حرفی که من رو ناراحت کرده، تو اصلاً نمی‌دونستی که باعث ناراحتی من می‌شه و یا اصلاً نمی‌دونستی که این حرف بده.

خوب در مورد امید و آرزو هم همین طوره! شما که می‌گید، خیلی از دستت ناراحتیم، از کجا باید بدونن، بابت کدوم رفتارشون.

در ضمن شاید اصلاً **به خاطر سنشون نمی‌دونستن این رفتار درست نیست**. پس دقیق بگید، بابت کدوم رفتارشون ناراحتید.

در ضمن نگین خانم یه نکته هم به شما بگم و علت این که به شما می‌گم اینه که، این رفتار ممکنه بیشتر از طرف خانم‌ها باشه.

این آداب و رسومی که ما آدم‌ها درست کردیم، آداب و رسومی هست که خودمون تعیین کردیم و ممکن هم هست اشتباه باشه. بنابراین تا مطمئن نشدید امید و آرزو اشتباه کردن، اون‌ها رو تنبیه نکنید.

عمو جان یه مثال بزنم که ایشالله بهتر متوجه بشی.

فکر کن رفتی خونه‌ی یکی از اقوام مهمونی و توی اون مهمونی، **بچه** زیاده و وسایل

گرون قیمت هم زیاد. بعد یکی از **بچه** ها یکی از این وسایل رو بشکنه. نگین خانم، فکر کن اون وسیله رو امید و یا آرزو شکسته باشن، شما چی کار می‌کنی؟
نگین که انگار داغ دلش تازه شده بود، گفت: عمو جان همین اتفاق هفته‌ی پیش افتاد.

رفته بودیم خونه‌ی **خواهرم** که امید داشت می‌دوید، پاش گیر کرد به یکی از وسایل تزئینی **خواهرم** که تازه خریده بود و شکست. منم همون جا دو تا زدم تو سرش و بهش گفتم که دیگه من اشتباه کنم، با شما پیام بیرون. البته صد رحمت به من، **باباش** که رسیدیم خونه، حسابی از خجالتش در اومد.

حاج عمو گفت: بسه، خسته نباشید با این تربیتتون.
اسکندر گفت: چرا حاج عمو؟ حاج عمو گفت: اگر جایی که **بچه** هست، صاحبخونه وسایل گرون قیمت رو جلوی دست بذاره، باید صاحب خونه رو نصیحت کرد. **بچه** طبیعتش بازیگوشی است. نمی‌شه به **بچه** بگیم، تو بدو بدو نکن که من می‌خوام وسایل لوکسم رو نشون بدم.

حاج عمو گفت: بین اسکندر جان، این که من می‌گم، به جایی پیدا کنیم که بریم اون جا تا عصبانیتمون فروکش کنه و به کارمون فکر کنیم، به این معنا نیست که ما تو ذهنمون بگیم طرف مقابل اشتباه کرده، پس باید تنبیهش کنیم، پس می‌فرستیمش به جایی که بترسه و کیف کنیم که خوب آروم شد.

اصلاً منظورم این نیست. من می‌گم به جایی که آرام بشه و به کارش فکر کنه. از کجا معلوم، شاید ثابت کنه که کارش بد نبوده. پس تنبیه قبل از قضاوت اشتباه هست. **جایی که باید فکر کنه باید به جایی باشه که به بچه استرس وارد نشه، ترسه.** حتی می‌تونه تو اتاق خودش باشه با اسباب‌بازی‌هاش. بین **عمو** جان **هدف ما تنبیه کردن نیست، بلکه فکر کردن هست.** فقط مهم اینه که تا آرام نشده از اتاقش بیرون نیاد. سعی کنید برای این که این قضیه تو خونه‌تون همه گیر بشه، از **خودتون** شروع کنید. یعنی هر وقت عصبانی شدید، به جایی رو تو خونه انتخاب کنید و حتماً برید اون جا و تا آرام نشدید بیرون نیاید. اجازه بدید که این قضیه

تو خونه‌تون فرهنگ بشه.

فقط شرطش اینه که تا آرام نشده بیرون نیاد.

عمو جان جووری رفتار کن که امید و آرزو دوستت داشته باشند و به خاطر ترسیدن از تو به حرف‌هاش گوش نکنن.



اگر این جووری باشه، بعداً که بزرگ‌تر شدند و دیگه ازت نترسیدن، اون وقت احتمال این که به حرف‌هاش گوش کنند خیلی کم می‌شه.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل سوم

فصل چهارم:

آموزش



اسکندر از نگین پرسید: خوابی که تو دیدی چی بود؟

نگین گفت: خواب من بامزه بود. اسکندر شاید باورت نشه، دیشب خواب دیدم که حاج عمو افتاده دنبالت و داره داد می‌زنه، آموزش، آموزش و من و امید و آرزو هم نشستیم و داریم می‌خندیم.

حاج عمو گفت: نگین خانم اگر می‌شد، من تو بیداری شما هم همین کار را می‌کردم. چون واقعاً یکی از بزرگ‌ترین اشکالات **پدر** و **مادر** همینه. اسکندر گفت: چیه حاج عمو؟

که حاج عمو گفت: **آموزش**.

عمو جان خیلی از مشکلات امروزی مردم، چه در مورد **فرزند**شون و چه در مورد **همسر**شون، اینه که با آموزش یا آشنا نیستند و یا اون رو دست کم گرفتن.

مثلاً: شاید بارها شده که از دست امید



و آرزو ناراحت شده باشید که، چرا این قدر زود عصبانی می‌شن.

نگین گفت: حاج عمو، بارها شده. غیر از امید و آرزو، همین اسکندر هم زود عصبانی می‌شه، که اسکندر سرش رو پایین انداخت و گفت: آره والله حاج عمو، نمی‌دونم چی کار کنم؟ زود اعصابم می‌ریزه به هم.

حاج عمو گفت: اسکندر جان، ان‌شالله اگر یادم نرفت، بهت می‌گم چی کار کنی. اما **عمو** جان در مورد امید و آرزو!

یکی از علت‌هایی که **کودک**،
با ناخوشایندترین شکل، رفتار می‌کند،
این است که به محبت احتیاج دارد.

این که از دست امید و آرزو عصبانی شدی، که چرا این قدر زود عصبانی می‌شن، بهشون آموزش دادید که اگر عصبانی شدن، باید چی کار کنن؟
مشکل ما اینه که، فقط به **بچه** هامون می‌گیم، این کار بده، این کار خوبه، اما بهشون نمی‌گیم که چطور کار بد رو بذارن کنار و چه طور کار خوبشون رو تقویت کنن.

عمل به دانسته‌ها:

**اشتباهات فرزندتان را بنویسید،
و فکر کنید که چگونه، می‌توانید به فرزندتان آموزش بدید،
تا این اشتباه رو کنار بذاره.**

عمو جان، از همین امروز شروع کنید، به آموزش دادن **بچه** هاتون. باور کنید خیلی اوقات بچه‌ها اصلاً نمی‌دونن این کار زشته، و الا انجام نمی‌دن. به نظرشون این کار اشکالی نداره، و وقتی شما دعواشون می‌کنید، تازه از دست شما ناراحت هم می‌شن، چون که احساس می‌کنن که الکی دعواشون کردید.
هر وقت خواستید بابت کاری امید و آرزو رو دعوا کنید، اول مطمئن بشید که می‌دونستن این کار زشته، بعداً برید سراغ برطرف کردن اون.
بذارین **عمو** جان یه مثالی بزنم. شما ماشین رو پارک کردید و وقتی می‌روید سوار ماشین بشید، می‌بینید که پلیس جلوی ماشین شما ایستاده و داره برگ جریمه رو می‌ذاره روی شیشه‌ی ماشین شما. دقت می‌کنی، می‌بینی اون جا هیچ تابلویی

نیست و یا تابلو هست، ولی تو آموزش‌هایی که داده می‌شه، اصلاً همچین تابلویی وجود نداره.

بیش‌تر وقت‌ها **بچه‌ها** بدرفتاری نمی‌کنند، بلکه به اقتضای سنشان عمل می‌کنند.

احتمالاً اولین حرفی که به پلیس می‌زنی اینه که، این جا که تابلو نداره و یا اگر هم تابلو باشه، می‌گی، این تابلو رو هیچ وقت و توی هیچ کجا به ما آموزش نداده بودند و پلیس هم بگه: همینه که هست. تو چه حسی پیدا می‌کنی؟

حاج عمو نگاه به اسکندر کرد و گفت: **عمو جان**، همین الان که من فقط تعریف کردم، معلومه که اعصابت ریخته به هم، با این که واقعیت نداره. حالا فکر کن، **بچه‌ها**ی شما چه حسی پیدا می‌کنن، وقتی کاری رو انجام می‌دن که اصلاً فکر نمی‌کنن، اون کار زشت باشه، اما بعد می‌بینن بابت کاری که به نظرشون اصلاً مشکل نداشته، حالا باید تنبیه بشن.

در ضمن تازه وقتی دارید آموزش می‌دید، باید دقیق بگید که منظور شما از اون اشتباه چیه. مثلاً: شما به امید و آرزو می‌گید که هر موقع عصبانی شدی، این کار رو انجام بده.

اما عمو جان، منظور شما از عصبانیت با چیزی که اون‌ها از عصبانیت متوجه می‌شن، یکیه؟

مثلاً: شما می‌گید هر موقع عصبانی شدی، برو آب بخور و تو ذهن شما اینه که عصبانی شدن، یعنی هر وقت داد زدی، ولی تو ذهن امید و آرزو اینه که عصبانی شدن، یعنی هر وقت یه وسیله‌ای رو شکستی.

به اندازه‌ای که برای پیتزا و چیپس و پفک و... هزینه می‌کنی، برای آموزش هزینه کن.

بنابراین هر وقت داد می‌زنه، نمی‌ره آب بخوره، و احتمالاً شما هم می‌گید: بیا آموزش هم دادم اما درست نشد. اصلاً این بچه‌ها درست شدنی نیستن. تازه عمو جان، قرار نیست آموزش فقط از طریق بازی باشه. گاهی می‌تونه آموزش از طریق سوال پرسیدن باشه. مثلاً: به امید و آرزو بگید **بابا**، یا **مامان**، به نظر شما، اگر عصبانی شدیم، چی کار کنیم که حالمون بهتر بشه؟ گاهی اوقات همین **بچه‌ها** شش و هفت ساله جواب‌هایی می‌دن که ما باورمون نمی‌شه.

و یا آموزش بدید از طریق نمایش.

یعنی یه نمایشی درست کنید که توی اون نمایش امید و آرزو نقش **پدر** و **مادر** رو بگیرن و شما نقش **بچه‌ها** رو. و بعد شما اشتباهاتی رو مرتکب می‌شید و وظیفه‌ی امید و آرزو این باشه که اشتباهات شما رو بهتون یادآوری کنن و بهتون یاد بدن که چه جور دیگه این اشتباهات رو تکرار نکنید. در ضمن آقا اسکندر، نگین خانم، از همه مهم‌تر اینه که خودتون این کارهایی که می‌گید رو انجام بدید. اگر به **بچه‌ها**تون می‌گید که، بچه‌ها: اگر عصبانی شدید، این کارها رو بکنید، خودتون موقع عصبانیت این کارها رو انجام می‌دید، یا عصبانی می‌شید؟ حواستون باشه، امید و آرزو نگاه می‌کنند و به هم می‌گن که، **بابا**، یا **مامان** فقط بلده به ما بگه، ولی خودش اجرا نمی‌کنه. اگر خوبه چرا خودش انجام نمی‌ده؟



کاری رو که خود **بچه‌ها** می‌توانند انجام دهند، برایش انجام ندهید.

در ضمن خواهشاً، به این قضیه هم توجه داشته باشید که **انسان‌ها با هم متفاوت هستند**، شرایط مختلفی دارند، ویژگی‌های متفاوتی دارند. توقع نداشته باشید که یکسان برخورد کنند.

مثلاً: آموزش ممکن است برای یک **بچه‌ای** از راه صحبت بهتر جواب بده، برای یکی بازی و برای یکی دیگه نمایش. باید قبول کرد که این تفاوت‌های شخصیت هست. اسکندر جان، مگه من و **پدرت** با هم متفاوت نبودیم؟ پس اگر بحث آموزش هم وسط بود، باید کسی که می‌خواست آموزش بده، به این تفاوت‌ها هم توجه می‌کرد. ببینید، مثلاً: توی قضیه‌ی کربلا، امام حسین (ع) وقتی شنید که **پسر** یکی از اصحابش اسیر شده به او فرمودند: خدا تو را رحمت کند من بیعت خویش را از تو برداشتم، تو برو در تلاش آزاد کردن **پسرت** باش. حتی در این اتفاق مهم هم و در این زمان سرنوشت‌ساز، امام حسین (ع)، به این تفاوت‌ها دقت می‌کنه. اگر قراره با آموزش ما، مثلاً **بچه‌ها**مون عصبی نشن، نباید توقع داشته باشید که هم امید و هم آرزو به یک شکل رفتار کنند.

ممکن هست امید، الان زودتر عصبانی بشه، بنابراین اگر بعد از آموزش، امید کمتر عصبانی شد، قابل قبوله، ولی آرزو باید تلاش کنه، تا جایی که ممکن است عصبانی نشه.

بعد نگین پرسید: اون وقت حاج عمو آرزو نمی‌گه، **مامان** شما امید رو بیشتر دوست دارید؟ به خاطر این که امید گاهی عصبانی می‌شه و شما خیلی عکس‌العمل نشان نمی‌دید و من هر وقت عصبانی می‌شم، **بابا** می‌گه: نگین جان، قرار شد مراقب باشیم عصبانی نشیم.

حاج عمو گفت: اگر شما مراقب نباشید، چرا.

بنابراین گاهی یواشکی به هر کدام از آن‌ها بابت عصبانی نشدنشون پاداش دهید، گاهی یواشکی به خاطر اشتباهشون باهاشون برخورد کنید.

و به جفتشون هم بگید که بعضی اوقات، برادر و یا خواهرت رو در خلوت تشویق و تنبیه می‌کنم. این قضیه باعث می‌شه که هیچ کدوم متوجه نشن، دقیقاً طرف مقابل کی تشویق می‌شه و کی تنبیه. در ضمن، از این که **پدر** و **مادر**شون یه وقت

اختصاصی به آن‌ها می‌دهد بسیار خوشحال می‌شوند.
اسکندر گفت: **عمو جان**، نمی‌خواهم این جوری صحبت کنم، اما نمی‌تونم جلوی خودم رو بگیرم، حاج عمو دمت گرم، با این پیشنهاداتت.
حاج عمو گفت: آقا اسکندر، نگین خانم، می‌دونم سخته، اما ممکن هست که این نکاتی رو که من می‌گم اجرا کنید.



برای رسیدن به هر موفقیتی باید
سختی رو تحمل کنیم.



قبل از این که **فرزندتان** به خواب برود، بنشینید
کنارش و از او بخواهید، اتفاقات خوبی را که
امروز برایش افتاده تعریف کند.

اما آقا اسکندر در مورد خودت که پرسیدی، نمی‌تونم عصبانی نشم.
باید بگم، چیزی که به نظر من می‌رسه اینه که، اون چیزهایی که باعث می‌شه اعصاب بهم بریزه رو یادداشت کن که، اولاً: دقیق بدونی چه چیزهایی ناراحت می‌کنه. چون خیلی چیزهایی هستند که اعصاب ما رو به هم می‌ریزه و ما اصلاً بهش توجهی نداریم.

و دوماً: می‌فهمیم که بسیاری از چیزهایی که اعصاب ما رو به هم می‌ریزد، اصلاً ارزش

به هم ریختن اعصاب رو نداره.

و سوماً: دیگران متوجه می‌شوند که چه کارهایی ما رو ناراحت می‌کنه.

البته اگر احساس کردی که دیگران، از این که بفهمن کدوم کارها ما رو ناراحت می‌کنه، ممکن است سوءاستفاده کنن، خوب فقط برای خودت نگه دار، که البته نگین خانم و امید و آرزو این جوری نیستن.

عمل به دانسته‌ها:

چه چیزهایی باعث ناراحتی من می‌شود:

- ۱-.....
- ۲-.....
- ۳-.....
- ۴-.....
- ۵-.....

چه چیزهایی باعث ناراحتی همسر من می‌شود:

- ۱-.....
- ۲-.....
- ۳-.....
- ۴-.....
- ۵-.....

چه چیزهایی باعث ناراحتی فرزند و یا فرزندانم می‌شود:

- ۱-.....
- ۲-.....
- ۳-.....
- ۴-.....
- ۵-.....

البته این کار رو نگین خانم هم می‌تونه بکنه و بچه‌ها هم اگر سنشون بیشتر بود، می‌تونستن از این روش استفاده کنن. خیلی خوب و کاربردی هست.

البته یکی از بهترین جاها برای این که بفهمیم به این که چه چیزهایی ما رو ناراحت می‌کنه، جلسات دورهمی **خانوادگیه**، که اگر یادتون باشه با هم صحبت کردیم. که نگین گفت: آره حاج عمو، خوب یادمه. اون جلساتی که جمعه‌ها دور هم جمع می‌شدید.

حاج عمو ادامه داد: اون جا بسیار مناسبه، تا دیگران هم به ما کمک کنند، تا بهتر متوجه بشیم بابت چه کارهایی ما عصبانی می‌شیم. چون خودشون ما رو عصبانی می‌کنن، پس بهتر می‌دونن راهکار عصبانی کردن ما چیه. نگین و اسکندر زدن زیر خنده و گفتند: حاج عمو به نکته‌ی خوبی اشاره کردی.

در ضمن **عمو جان هر وقت عصبانی شدی، عصبانیت رو روی کاغذ بنویس و بعد بهش بگو: فعلاً به کار مهم دارم عصبانیت عزیزم، فعلاً این جا باش، بعداً میام سراغت.** این رو جدی گفتم **عمو جان**. هر موقع عصبانی شدی این کار رو انجام بده. بنویسش و بگو بعداً میام سراغت و برو دنبال کارهای دیگرت. هر چند وقت یکبار هم به نگین خانم بگو این کاغذها رو بریزه دور. چون خودت که بری سراغش دوباره اون اتفاقات میاد جلوی چشم.



در ضمن می‌خوام به چیزی یادتون بدم که یکی از بهترین تجربیات زندگی من و حاج ننه‌اس. این کار رو حاج ننه به من یاد داد و خدا خیرش بده، بعد از این کار کلی زندگی ما عوض شد.

اوایل جوانی که تازه ازدواج کرده بودیم، یک روز که از دست هم ناراحت بودیم و نمی‌تونستیم آرام بشیم که بشینیم و حرف بزنیم، یه وقت دیدم حاج ننه پا شد و

رفت از توی کمدش یه عکس بیرون آورد و نگاش کرد و یه لبخندی زد و گفت:
حاجی بیا این جا!

من که تعجب کرده بودم، که آخه این عکس چیه
که رفتار حاج ننه رو این قدر عوض کرد، جلو رفتم
و نگاه به عکس کردم،



البته عکس‌های اون موقع که مثل الان نبود. چی
می‌شد که می‌تونستی یه عکس بگیری، اون هم
بدون کیفیت،

اما حالا کاری ندارم، رفتم عکس و دیدم، دیدم یه
عکس از زمان عروسی‌مونه، که اون رو حاج ننه بیرون آورده بود و همون جوری که
داشت نگاه می‌کرد، به من گفت: حاجی ما روزای خوش زیاد داشتیم، بیا به خاطر یه
سری مسائل، زندگیمون رو تلخ نکنیم.

تمام رفتارهای ما
(حرف زدن، راه رفتن، سلام کردن، عصبانی شدن)
چه قصد آموزش داشته باشیم و چه قصد آموزش
نداشته باشیم،
فرزندان آن را یاد می‌گیرد و تکرار می‌کند.

من هم که با دیدن عکس، یاد اون روزهای خوب افتادم، بی خیال قهر و قهر بازی
شدم و نشستیم با حاج ننه، خاطرات اون روزها رو مرور کردیم.
حرف که به اینجا رسید، حاج ننه گفت: چه عجب مرد، یه بارم از ما تعریف کردی! که
حاج عمو زد زیر خنده و گفت: حاج ننه، می‌ترسم ازت زیاد تعریف کنم بیان بدزدنت.
دیگه این رو که حاج عمو گفت، صدای خنده، کل خونه رو گرفت.
بعد حاج عمو ادامه داد. آقا اسکندر، نگین خانم، یه عکس دسته جمعی که توی اون

عکس دارید لحظات خوبی رو در کنار هم می‌گذرونید، که هم می‌تونه دسته‌جمعی باشه، هم دوتایی (مثلاً: امید و نگین خانم)، هم سه تایی (مثلاً: آقا اسکندر و **بچه‌ها**) و شکل‌های مختلف بندازید و این عکس و یا عکس‌ها رو نگه دارید و هر وقت سر موضوعی به مشکلی خوردید و به هم گفتید که آخه من با تو یک روز خوب هم نداشتیم و یا موقعی که به **بچه‌ها** گفتید: آخه **بچه** جز دردسر که چیزی برای ما نداشتی، سریع این عکس‌ها رو در بیارید و بگید که نه این طوری هم که گفتم نبود. روزهای خوبی رو در کنار هم داشتیم. این کار خیلی به آرام شدن شما کمک می‌کنه.

عمل به دانسته‌ها:

**عکس‌های زیبای خانوادگی، لحظات خوش،
روپرینت بگیرید و در منزل نگه دارید.**

نگین گفت: حاج عمو گل گفتی، همین الان که شما این روش رو گفتید، من فکرش رو هم می‌کنم، کمی آرام‌تر شدم. واقعاً روزهای خوبی رو با **بچه‌ها** و اسکندر داشتیم که اصلاً بهش توجه نمی‌کردم. که حاج عمو گفت: چرا از من تشکر می‌کنی؟ از حاج ننه تشکر کنید که به من یاد داد.

نگین رفت و حاج ننه رو بوسید و اسکندر هم که تشنه شده بود، پاشد بره آب بخوره، که حاج عمو گفت: کجا آقا اسکندر، لازم نکرده شما حاج ننه رو ببوسی. که اسکندر از خجالت سرش رو پایین انداخت، ولی نگین خنده‌اش گرفت. حاج عمو گفت: شوخی کردم عمو جان، دیگه کسی به ما پیرمرد و پیرزن نگاه نمی‌کنه!

اسکندر جان برو کارت رو انجام بده بیا، یه جمله‌ی پایانی هم بگم. اسکندر گفت: نه **عمو جان**، این قدر واجب نیست، بفرمایید.

حاج عمو گفت: اما یه چیزی رو دقت کنید. اشتباه من و حاج ننه رو مرتکب نشید. من و حاج ننه، بعد از این که آرام شدیم، دیگه ننشستیم ببینیم اشکال کار کجا

بوده. اصلاً به خاطر چی دعوامون شده. و همین باعث شد یک بار دیگه سر همین قضیه بحثمون شد.

اما شما بعد از این که با دیدن عکس‌ها آروم شدید، حتماً بشینید و با آرامش، مشکل به وجود اومده رو حل کنید و اجازه ندید، آتش زیر خاکستر بمونه. چون اگر حلش نکنید و متوجه نشید که کجای کار اشتباه بوده، احتمالاً دوباره انجامش می‌دید و دوباره ناراحتی پیش میاد. پس هر وقت آروم شدید بشینید و مشکل رو حل کنید.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل چهارم

فصل پنجم:

بازیگوشی فرزندان



موقع اذان مغرب و عشاء، **بچه** ها و نگین و اسکندر و حاج عمو و حاج ننه رفتند مسجد. امام جماعت مسجد، مثل هر شب، که بعد از نماز صحبت می کرد، گفت: اولاً: امروز مهمان داریم، مهمون های حاج عمو، مثل مهمون های خود ما می مون، بهشون خوش آمد می گیم.

و دوماً: همون طور که همه خبر دارید، چند هفته ی پیش خدا به من یه **دختر** دیگه ای رو عنایت کرده.

خدا رو بابت این نعمت الهی شکر می کنم. احادیث بی شماری در مورد **فرزند دختر** داریم که من چند مورد را برای شما عرض خواهیم کرد.



پیامبر اکرم (ص) فرمودند: **دختران مایه**

برکت هستند. در ضمن ایشان فرمودند: شخصی که دارای یک **فرزند دختر** باشد خدای متعال کمک کار و معین او بوده و برکت و مغفرتش را شامل او خواهد ساخت. و هم چنین ایشان فرمودند: شخصی که دارای یک **فرزند دختر** باشد، این **دختر** برای او بهتر است از هزار حج، و بهتر است از هزار جهاد در راه خدا، و بهتر است از قربانی هزار شتر، و بهتر است از هزار مهمانی دادن.

اگر والدین در هنگام خشم و ناراحتی، بتوانند مودبانه صحبت کنند، معلم خوبی برای کودک می‌شوند، تا فرزندشان یاد بگیرد، حتی در هنگام خشم مودبانه صحبت کند و توهین نکند.



البته این احادیث رو خوندم، چون شنیدم چند روز پیش که خدا به یکی از اهالی محل دختر داده، ایشان ناراحت شده بودند که چرا پسر نشده. مراقب رفتارهایمان باشیم. چه پسر و چه دختر فرقی نمی‌کنه. مهم اینه که بتونیم درست تربیتشون کنیم. اگر درست تربیت بشن، هر جفتش خوبه.

اما یه نکته‌ی تربیتی هم بگم که ان‌شالله با دست پر از مسجد برید بیرون. نمازگزاران عزیز، مسجد که فقط نباید جای نماز و قرآن و دعا باشه. بله درسته، باید این کارها رو در مسجد انجام داد، اما باید جای کمک به هم و آموزش هم باشه. ببینید پدرها و مادرها، می‌خوام یه مطلبی رو جایی خوندم که به نظرم فوق‌العاده بود و می‌خوام برای شما هم بگم، که امیدوارم به دردتون بخوره. مطلب این بود که می‌گفت:

اگر به فرزندت محبت نکردی و مشکل پیدا کرد، کسی رو سرزنش نکنی‌ها. بعضی از ما فکر می‌کنیم، عبادت فقط یعنی نماز و روزه. بله این‌ها جزو عبادت هستن ولی فقط این‌ها نیستند.

همین جوری که امام جماعت داشتند صحبت می‌کردند، یک وقت مردم دیدند، صدای ریختن مهرها از جا مهری میاد. اسکندر برگشت و دید که ای وای امید و آرزو، رفتند سراغ مهرها و اون‌ها رو روی زمین ریختند.

اسکندر عصبانی شد و خجالت زده، سعی کرد عصبانیتش رو کنترل کنه، ولی چه کنه با نگاه مردم؟ داشت به این قضایا فکر می‌کرد که یهو حاج عمو زد به پشتش و گفت: عمو جان غصه نخور، حاج آقا خودش درست می‌کنه.

حاج آقا گفت: عزیزان چرا این گونه به این **بچه**‌های طفل معصوم نگاه می‌کنید.

طبیعت بچه این هست که بازیگوشی کنه.

متأسفانه ما حواسمون به این نیست که خلقتی که خدا در وجود هر **کودک**ی گذاشته، این است که بازی کند و الان هم این **بچه**‌ها دارند بازی می‌کنند. خواهشاً عزیزان، **بچه**‌ها را با خودتون مقایسه نکنید.

بله برای من و شما زشته که این ور و اون ور ببریم،

(البته اگر این کار را برای بازی با **بچه**‌ها انجام بدیم، خیلی هم خوب می‌شه.)

همون گونه که گیاهان برای رشدشون
نیازمند آب هستند
و اگر آب نباشه، پژمرده می‌شن و از
بین می‌رن،
به همون صورت هم **فرزندان** ما نیازمند
توجه هستند.



اما در مجموع این کارها مناسب سن ما نیست، اما برای **بچه**‌ها عالی است. اگر **بچه** این کارها رو نکنه، باید ناراحت باشید.

حالا به این توجه کنید. داشتم عرض می‌کردم که **کودک** احتیاج به توجه دارد، احتیاج به محبت دارد، احتیاج دارد که به حرف‌هاش با دقت گوش کنید. خیلی زیباس که بعضی‌ها با گل‌ها هم حرف می‌زنند، ولی حاضر نیستند با **فرزندان**شون حرف بزنند. گل‌هاشون رو نوازش می‌کنند، اما می‌گن به **بچه** نباید رو داد.

تنبیه **کودک** این پیغام رو از طرف **پدر و مادر** برای **کودک** دارد که،
من تو را می‌رنجانم، تا به تو یاد بدهم،
که دیگران را نرنجانی.



، مثبت در گل پیدا می کنند، جلوی گل داد و مند و اگر جلوشون دعوا کنیم، پژمرده می شن، سن.

نیست یک نکته ی مثبت را در **فرزندش** ببیند،

جلوی **بچه** با **همسر**ش دعوا می کنه، داد و بیداد می کنه، بدی هایش را دائم به رخش می کشه.

ای کاش به اندازه ی گل برای **بچه** هامون ارزش قائل بودیم.

حالا ممکن هست شما بفرمایید، خوب حاج آقا، حالا می خواهیم عوض بشیم، چی کار کنیم که شکل زندگیمون عوض بشه، زندگی شادتری رو با **بچه** ها و **همسر**مون داشته باشیم؟

بنده باید عرض کنم که **اگر قراره زندگی شیرین بشه، چاره ای ندارید جز این که شما عوض بشید.**

یعنی اگر قراره زندگی شادتری داشته باشید، شما باید شاد باشید. اگر قراره، **همسر** و **بچه** هاتون عصبانی نشن، شما نباید، عصبانی بشید، اگر قراره **بچه** هاتون احترام به بزرگتر را یاد بگیرن، شما باید به بزرگتر احترام بگذارید. در هر صورت باید از **خودتون** شروع کنید. نمی شه روی تخت و کاناپه و کنار پستی لم داد و گفت: چرا بقیه درست نمی شن؟ چرا **بچه** ام یاد نمی گیره که باید به بزرگترش احترام بذاره. مطمئن باش اگر خودت بلند نشی، زندگی هیچ تغییری نمی کنه.

یه مثال براتون بزنم. این همه روایت داریم که، در حال ثروت و فقر اتفاق کن که خدا، عوض آن را به تو خواهد داد. یعنی دنبال ثروت هم هستی، دنبال روزی هم هستی، باید پاشی یه کاری بکنی.

وقتی عملی رو انجام دادی، عکس العمل اتفاق می افته.

باید همیشه مسئولیت صد درصد زندگی رو بر عهده بگیری.

اگر جایی با **بچه** ات به اختلاف خوردی و یا با **همسر**ت به مشکل خوردی، اگر بگی که اون **بچه** اس، این همه براش زحمت کشیدم، بزرگش کردم، حالا، من فکر کنم که

چی کار کنم رابطه‌مون بهتر بشه؟ مطمئن باش خیلی از مشکلات درست نمی‌شه. اگر گفتم دو قدم من بیام، دو قدم اون، اگر گفتم پنجاه درصد من کوتاه میام، پنجاه درصد اون، اگر گفتم دفعه‌ی پیش، من پیش قدم شدم، این دفعه نوبت اون، فایده‌ای نداره، چون رسیدن به آرامش رو نصفشو خودمون بر عهده گرفتیم و نصف دیگش رو سپردیم به **بچه** و یا **همسر**مون. خوب اگر **بچه**مون لج کرد و گفت: اصلاً من نمی‌خوام با **بابام** و یا **مامانم** آشتی کنم، می‌خواهین چه کنید؟ حتی نود درصد به ده درصد هم اشتباهه. کل مسئولیت رو خودت بر عهده بگیر و اجازه بده خودت صد درصد تعیین کننده‌ی رابطه با **بچه‌ات** و **همسرت** باشی.



عمل به دانسته‌ها:

هر موقع با همسر و فرزندان دعواتون شد، ببینید می‌تونید، صد درصد مسئولیت تمام کردن بحث رو بر عهده بگیرید و خودتان بدون توجه به رفتار دیگران، آن مشکل رو حل کنید.

البته حرف من به این معنا نیست که شخصیت خودت رو از بین ببری، هر وقت هر اتفاقی افتاد بری عذرخواهی کنی.



دو شعار انسان‌های عصبی:

۱- هرگز نبخش

۲- هرگز فراموش نکن

نه اصلاً منظورم این نیست. منظورم اینه که ببین بهترین راه در شرایط فعلی برای این که زندگی به مسیر اصلی خودش برگرده، چیه؟ ممکن هست راه خوب این باشه که یک روز با **فرزند** حرف نزن. عالیه، ولی این حرف نزدن رو با آگاهی انتخاب کن، نه این که بشینی روی مبل و بگی: مثلاً من مرد خانواده‌ام، من بابای این **بچه**‌ها هستم. بیان از من عذرخواهی کنن، تا من ببخشمشون. باید پاشی و فکر کنی که برای زندگی خوب باید چی کار کنم، که دونستن این چیزها مستلزمه، آموزش هست.

همین که حاج آقا گفت: آموزش، اسکندر یاد خواب نگین و صحبت‌های حاج عمو در مورد آموزش افتاد و نگاهی به حاج عمو انداخت و گفت: این صحبت‌های حاج آقا کامل‌کننده‌ی حرف شما بود.

بعد حاج آقا ادامه داد: حرف آخر من هم اینه که بیایم، فقط راجع به نماز خوندن اهل بیت صحبت نکنیم، باز می‌گم؛ وقتی می‌گم فقط راجع به عبادت‌های اهل بیت (ع) صحبت نکنیم، به این معنا نیست که به نماز

و روزه‌ی پیامبر توجه نکنیم، بلکه می‌گم به

رفتارهای دیگه اهل بیت (ع) هم دقت کنیم.

مثلاً: ما همیشه قضیه‌ی عاشورا را از دید

مصیبت‌های امام حسین (ع) دیدیم و اشک

ریختیم. خیلی هم خوب.



اما عاشورا زوایای دیگه‌ای هم داشته. مثلاً: هنگامی که خُر اومد و از امام حسین (ع) بابت اشتباهش عذرخواهی کرد، امام حسین (ع)، اصلاً به روی خُر نیاوردند و با این که خُر باعث شد امام به کربلا بیاید و بعد به شهادت برسد، حالا که توبه کرده، امام حسین (ع) راحت توبه‌ی خُر را پذیرفتند.

اما در بین همین نمازگزارها، ما داریم کسانی که سالیان سال مسجد می‌آن و برای امام حسین (ع) گریه می‌کنن ولی الان مدت هاس با همسرشون و بچه‌هاشون قهر کردن و جالب این جاست که همسرش به من گفت: که بچه‌هاش رفتند و ازش عذرخواهی کردن، ولی گفته: فعلاً باهاتون کاری ندارم تا آدم بشید. آخه دوست عزیز، شما که عاشق اهل بیت (ع) هستید، نباید این روش رو دنبال کنید.

همین طور که عاشق اهل بیت (ع) هستید، سعی کنید شیعه‌ی اهل بیت (ع) هم باشید. یعنی موبه‌مو کارهای اون بزرگوارها رو انجام بدید. البته حالا که این مورد رو گفتم، اجازه بدید، یه مسجدی خوب رو هم اسم ببرم که می‌شه گفت: حقیقتاً شیعه‌ی اهل بیت (ع) هست. رفتارش، کردارش، گفتارش. همه هم می‌شناسیدش. حاج عمو. یعنی من ندیدم یک نفر بیاد به من بگه، که از دست حاج عمو ناراحته. هر وقت، حاج عمو دعوت‌م کرده و رفتم خونه‌ی حاج عمو، همسرشون از حاج عمو راضی بود. بچه‌های حاج عمو، البته اون‌هایی که الان زنده هستن، (که حاج عمو به سرفه کرد که یعنی ادامه نده)، حاج آقا که متوجه شد، گفت: بچه‌های حاج عمو، هر وقت می‌آن مسجد و من می‌بینمشون، هر موقع صحبت حاج عمو می‌شه، می‌گن، ما یادمون نمی‌آد یه بار بابا بهمون بی‌احترامی کرده باشه. اسکندر هم که جو گیر شده بود، یهو داد زد: سلامتی حاج عمو، صلوات. مردم هم که جا خوردن، صلواتی همراه با خنده فرستادن.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل پنجم

فصل ششم:

مهمانی حاج آقا



بعد از تمام شدن صحبت‌ها، حاج آقا، حاج عمو رو به همراه مهمان‌ها و حاج ننه دعوت کرد به منزل و به حاج عمو گفت: حاج عمو با حاج خانم هماهنگ کردم، امشب شام خدمت شما باشیم.

قبل از دعوت از مهمان، حتماً با همسر تون هماهنگ کنید.

اسکندر اول قبول نمی‌کرد، اما حاج عمو گفت: حاج آقا رسمشون هست، هر مهمانی وارد ده می‌شه، یه ناهار و یا شام دعوتشون می‌کنه. اگر مشکلی نداره بیاین با هم بریم.

اسکندر گفت: اجازه بدید من هم مثل شما از همسر م اجازه بگیرم، که حاج عمو لبخندی از سر رضایت زد و گفت: حتماً.

اسکندر اومد تو حیاط مسجد و به نگین گفت: خانم گلی، که تا این حرف رو زد، نگین چند ثانیه‌ای هنگ کرد و بعد از چند ثانیه به اسکندر گفت: به من گفتی، خانم گلی؟

اسکندر که هم خنده‌اش گرفته بود و هم شرمنده که چرا توی این چند ساله نتونسته با همسرش زیبا صحبت کنه، و حالا که یکبار زیبا صحبت کرده همسرش مبهوت مانده، گفت: آره عزیزم. من تازه فهمیدم که چرا این همه با هم مشکل داشتیم. علتش این بود که بلد نبودیم و حالا که حاج عمو داره به ما آموزش می‌ده، ناراحتیم که چرا زودتر پیش حاج عمو نیومدیم. بعد نگین گفت: حالا بگو چی کار داشتی؟ اسکندر گفت: حاج آقا ما رو دعوت کردن منزلشون. موافقی که بریم؟ نگین گفت: چرا که نه.

رسول اکرم صلی الله علیه و آله:
میهمان، روزی خود را می آورد
و گناهان اهل خانه را می برد.

اسکندر اومد داخل مسجد و به حاج عمو گفت: ما مشکلی نداریم، اگر شما صلاح می‌دونید بریم خونه‌ی حاج آقا. حاج آقا و حاج عمو و حاج ننه و خانواده‌ی اسکندر راه افتادند به سمت منزل حاج آقا. منزل حاج آقا تا مسجد راهی نبود. وقتی رسیدند به منزل، حاج آقا یاالله کنان وارد منزل شد و بقیه‌ی هم همین‌طور.



حاج خانم که میوه‌ها را آماده کرده بود، از مهمان‌ها پذیرایی کرد. وقتی همه نشستند دور هم، اسکندر از حاج آقا پرسید: حاج شما مثل این که اهل تکنولوژی هستید؟ می‌بینم که تو منزل شما اینترنت هم هست.

حاج آقا گفت: آره آقا اسکندر. من تو تهران زندگی می‌کردم. وضع مالی پدرم عالی بود. موقعی که رفتم حوزه، چند سال بعد که معمم شدم، به خانمم گفتم که من احساس می‌کنم توی شهر قم و تهران و بقیه‌ی شهرهای بزرگ، کسانی که به سوالات مردم پاسخ بدن زیاد هستن، اما توی برخی از مناطق محروم و دهات، شاید روحانی‌ای نباشه که به سوالات مردم پاسخ بده، برای همین از خانمم اجازه گرفتم که بریم به جایی غیر از تهران و شهرهای بزرگ و ایشان موافقت کردند و چون یکی

از آشنایان **خانمم** این جا بود، ما هم این جا رو انتخاب کردیم. و چون از شهر قم و درس‌ها عقب می‌افتادم، با هزار مشکل این جا اینترنت پیدا کردم و دارم درس‌ها را از این طریق دنبال می‌کنم. در ضمن بسیاری از جواب‌های، سوالات این جوان‌ها را، از طریق سایت‌های معتبر و یا خرید کتاب‌هایی که در اینترنت وجود دارد پیدا و مطالعه می‌کنم و پاسخ‌شون رو می‌دم. در ضمن یه سایت زدم که توی اون سایت اتفاقات این جا و عکس‌هایی که از این جا می‌گیرم، رو می‌ذارم. اسکندر گفت: دم شما گرم. الان کمتر کسی پیدا می‌شه که این کار رو بکنه. حاج عمو گفت: اصلاً حاج آقا و خانمشون و **بچه** هاشون خیلی موفق هستند. اسکندر پرسید: حاج آقا شما چی کار کردید که حاج عمو می‌گه شما موفق هستید؟ حاج آقا گفت: **بین آقا اسکندر، اگر قراره تو زندگی، مرد خونه، زن خونه و یا بچه‌ها موفق بشن باید همه با هم تلاش کنند. یک نفره نمی‌شه پیروز شد.**



در زندگی شخصی هم همین‌طور است. برای موفق شدن **فرزندان** و هر یک از اعضای **خانواده** باید **خانواده** ای قوی داشت.

کودکان عصبی، از خانواده‌های عصبی بیرون می‌آیند

این که ما فقط گیر بدیم که چه جوری می‌شه **فرزند** مون فوق‌العاده بشه، فایده‌ای نداره، بلکه همه باید تلاش کنیم، پیشرفت کنیم تا **فرزند** مون هم پیشرفت کنه. اصلاً

برای پیروزی یک نفر، همه باید تلاش کنند تا یک نفر پیروز بشه. اینکه حاج عمو لطف دارند و می‌فرمایند: ما موفق هستیم، علت اصلیش اینه که توی این خونه قانونه که همه باید تلاش کنن برای پیشرفت. الان توی منزل ما، به جز **دختر** کوچکم که تازه متولد شده، همه دنبال این هستیم که هم خودمون موفق بشیم و هم کمک کنیم که دیگران موفق بشن. این قضیه باعث شده که به نظر دیگران، **خانواده‌ی** موفق داشته باشیم. بعد حاج عمو گفت: اسکندر جان، حاج آقا از وقتی اومدن تو ده ما، خیلی چیزها به ما هم یاد دادند.

خیلی هم به مردم ده اهمیت می‌دهند. مثلاً: یکی از کارهای خوبی که حاج آقا کردند، اینه که بسیاری از مشکلات مالی محل رو برطرف می‌کنن. این حرف رو که حاج عمو زد، حاج آقا سرش را پایین انداخت و گفت: لاله الاالله.

حاج عمو هم حرف رو عوض کرد و گفت: البته، یکی دیگه از کارهای خوبی که حاج آقا با اجازه از حاج خانمشون می‌کنن، این است که یه اتاقی رو در نظر گرفتن که هر وقت کسی در زندگی‌اش به مشکل برخورد، مهم نیست چه زمانی باشه، می‌آن خونه‌ی حاج آقا و حاج آقا مشکشون رو برطرف می‌کنه.



که اسکندر گفت: حاج آقا، می‌شه بفرمایید مشکل اصلی مردم چیه؟ چه چیزهایی زندگی مردم رو به مشکل میندازه؟ حاج آقا گفت: مشکل اصلی این مردم، با **بچه‌ها**شونه، تا **زن** و **شوهر** با هم. البته مشکل از **بچه‌ها** نیست. مشکل از **پدر** و **مادره**.

بعد حاج آقا ادامه داد: آقا اسکندر یادته، تو مسجد، امید و آرزو مهرها رو ریختن رو زمین؟

اسکندر گفت: آره حاج آقا. که نگین خانم گفت: حاج آقا ببخشید، من شرمندهام. که حاج آقا گفت: مشکل اصلی این جاست.

ما پدرها و مادرها متوجه نیستیم که بابا، این بچه‌ها باید شیطنت کنند و سریع شروع می‌کنیم به دعوا کردنشون. مثلاً: **بچه** مداد و خودکار ببینه، باهاش خط می‌کشه. متوجه نمی‌شه که این دیواره، این کمره، این مبله، اون فقط می‌خواد خط خطی کنه. ما باید مداد و خودکار را از جلوی دستش برداریم و یا اگر خودکار بهش می‌دیم، دفتر نقاشی رو هم بدیم و یا روی دیوار خونه رول کاغذ نقاشی بکشیم.

ما چون حوصله نداریم، سریع شروع می‌کنیم به دعوا کردن و بعد از دعوا کردن ما، **بچه** آروم می‌شه و خیال می‌کنیم که چه کار زیبایی انجام دادیم.

بنابراین تا **فرزند** ما کاری مخالف نظر ما انجام می‌دهد، زود عصبانی می‌شیم و شروع می‌کنیم به انواع و اقسام توهین‌ها. این یکی از بزرگ‌ترین مشکلاتی است که به خاطر این مشکل، **پدرها و مادرها** می‌آن پیش من.

به من می‌گن، ما هرچی دعواش می‌کنیم، بدتر می‌شه.

منم می‌گم: به نظر خودتان، اگر شما یک کار اشتباهی رو انجام بدید و **همسر** شما جلوی بقیه‌ی اقوام به شما توهین کنه، شما متحول می‌شید و به خودتون می‌گید که من متحول شدم و دیگه به خودم قول می‌دهم که دیگه این کار رو تکرار نمی‌کنم و یا بدتر لج می‌کنید؟ و برای این که حرص **همسر**تون رو دربیارید، دوباره تکرار می‌کنید؟

خوب در مورد **فرزند** شما نیز همین جوریه.

هر چه قدر بیشتر جلوی جمع دعواشون می‌کنید، هر چه قدر بیشتر بهشون توهین می‌کنید، دارید **کودکتان** را لجبازتر می‌کنید.

بعد حاج آقا گفت: وقتی **پدر و مادر**، اشتباهشون رو متوجه می‌شن، به من می‌گن: حالا چی کار کنیم که **فرزند**مون این رفتار غلط رو کنار بذاره و زندگیمون بهتر بشه.

من اولین حرفی که بهشون می‌زدم، این بود که من راهکار بهتون می‌دم، اما این رو بدونید که نمی‌شه معجزه بشه. این که این کاری که من می‌گم، اگر انجام بدید تا تاثیر بذاره مدتی طول می‌کشه. توقع نداشته باشید که این کاری رو که من می‌گم، اگر از فردا انجام بدید، از دو روز دیگه مشکلاتون برطرف می‌شه.

**مگه این مشکل یک شبه به وجود آمده
که شما توقع دارید یک شبه از بین بره؟**

مثلاً: **فرزند** شما الان هفت سالشه. هفت سال، یه راه اشتباهی رو پیش رفتید، نمی‌شه یک شبه درست شه، پس صبر داشته باشید.
اما راه حل.

راه حل هم خود شما هستید. باید شما با **همسرتون** رابطه‌ی بسیار عالی داشته باشید. باید تا جایی که ممکن هست به همدیگر محبت کنید و سعی کنید به هیچ وجه جلوی **فرزندتان** دعوا نکنید.

اگر از دست هم عصبانی هستید، **بچه‌تون** رو وارد این بازی نکنید. مثلاً: نگید که برو به **مادرت** بگو: چی از جون **بابا** می‌خوای؟ بعد **فرزند** شما می‌آید پیش **مادرش** و می‌گه، **بابا** این جور می‌گه، که **مادرش** هم می‌گه، تو هم همش از **بابات** دفاع می‌کنی! یادت رفته من چه قدر زحمت تو رو کشیدم. خلاصه اشک **بچه** رو در میارید. بعد می‌گید چرا **بچه‌مون** عصبیه؟ خودتون اعصاب **بچه** رو خرد می‌کنید.

عمل به دانسته‌ها:

هر موقع جلوی **فرزندتان** با **همسر**تان دعوتون شد، به تنبیه برای خودتون در نظر بگیرید.

مثلاً: هر وقت این اتفاق افتاد، باید بعد از آشتی کردن، **فرزندمون** رو در یک هفته، سه بار به پارک ببریم.
و حتماً به این قولی که دادید، تحت هر شرایطی عمل کنید.

در ضمن احترام **بچه‌تون** رو نگه نمی‌دارید. مثلاً: دارید پیرامون به موضوعی با **همسر**تون صحبت می‌کنید، که **فرزندتون** می‌آد و به نظری می‌ده و شما می‌گید: تو حرف زن، این حرف‌ها به تو نیومده.

یا مثلاً: به کاری می‌خوان انجام بدید، که **فرزندتون** می‌آد پیش شما و می‌گه **بابا** من می‌تونم کمکت کنم؟ که شما می‌گید هنوز **بچه‌ای**.

می‌دونید با این کارتون چه بلایی سر **بچه‌تون** می‌آد؟ یعنی شخصیت **بچه** رو خرد می‌کنید، اعتماد به نفسش رو از بین می‌برید، کاری می‌کنید که همیشه محتاج دیگران باشه. بعد به نظر شما این **بچه** می‌تونه آرام باشه و کارهایش رو عالی انجام بده؟

همین که حرف به این جا رسید، خانم حاج آقا گفت: حاج آقا شام حاضر، بفرمایید. که حاج آقا گفت: بفرمایید شام.

شام رو خوردیم و خداحافظی کردیم و برگشتیم خونه‌ی حاج عمو.



پدر خانواده، زودتر از حد معمول و به شدت گرسنه به خانه می‌آید.
بسیار گرسنه است.

دخترش او را در آغوش می گیرد و می خواهد جمله ای را بگوید، که **پدرش** می گوید: الان حوصله ندارم، اجازه بده، یه وقت دیگه. به میز ناهار خوری نگاه می کند و می بیند غذایی در کار نیست. به عالم و آدم بد و بیراه می گوید. دل **دخترش** می شکند. **پدر** خانه نمی داند که **همسرش** و **دخترش**، به مناسبت روز تولدش، غذا از بیرون سفارش داده اند.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل ششم

فصل هفتم:

رسیدن به اهداف



همین جوری که داشتیم با حاج عمو به سمت خونه می‌رفتیم، به حاج عمو گفتم: من فردا دارم می‌رم شهر کار دارم، شما و حاج ننه هم می‌آین؟

حاج عمو برای این که خنده‌ای هم کرده باشیم، حالتی که من تو مسجد داشتم رو گرفت و گفت: بذار برم از خانمم اجازه بگیرم. رفت پیش حاج ننه و گفت: حاج ننه، دعوت شدیم به شهر، می‌آی بریم؟ که حاج ننه گفت: مگه نمی‌بینی مهمون داریم، کجا می‌خوای بری؟

حاج عمو گفت: آخه خود مهمون دعوتمون کرده! حاج ننه هم گفت: بریم حاجی. صبح که از خواب بلند شدند، همه سوار بر ماشین شدن و این دفعه دیگه حاج عمو با اسب نیومد و حاج عمو هم سوار ماشین شد و راه افتادن.

همین جوری که داشتند می‌رفتند، حاج عمو گفت: حالا که شما عاشق آموزش هستید، بذارید یه چیز جالب بهتون بگم.

یه زمانی چون وسیله‌ی نقلیه این‌گونه نبود، اگر، شاید یه زمانی می‌خواستیم شمال بریم، چند روز تو راه بودیم و یه چند روزی هم شمال می‌موندیم و چند روز هم طول می‌کشید، تا برگردیم. بیشتر از این که شمال به ما خوش بگذره، تو جاده‌ی شمال کیف می‌کردیم. درسته چند روز تو راه موندن، خستگی داشت، اما این خستگی لذت‌بخش بود. کیف می‌کردیم تا می‌رسیدیم شمال.

اما الان چی؟ پا رو می‌ذارن روی گاز و راه می‌افتن به سمت شمال و موقعی پا رو از روی گاز برمی‌دارند که به شمال رسیده باشند و از این مسیر لذت نمی‌برند.

در مورد **فرزند** هم همین طوره.
اصلاً بلد نیستیم از مسیر **بزرگ** شدن **بچه** ها لذت ببریم.

امام کاظم (ع):
خوب است **بچه** در **کودکی** بازیگوشی کند،
نادر بزرگسالی بردبار گردد
و شایسته نیست که جز این باشد.

یعنی قبل از این که **بچه** متولد بشه، می گیم: کی متولد می شه راحت بشیم، بعد که متولد شد، می گیم کی حرف می زنه، تا حداقل بگه چه مشکلی داره، تا ما راحت بشیم. بعد که به حرف افتاد، می گیم، کی راه می افته تا ما مجبور نباشیم بغلش کنیم، تا راحت بشیم. بعد که راه افتاد، می گیم، کی می شه بزرگ تر بشه، تا خودش بتونه این ور و اون ور بره و ما مجبور نباشیم دنبالش ببریم و راحت بشیم. بعد می گیم کی می شه بره مدرسه، کی می شه دانشگاه بره، ازدواجش چی می شه، کارش چی می شه، کی **بچه** دار می شن و...

همین جوری، هم عمر ما می گذره و یا ما از دنیا می ریم و یا اون ها.

بابا از مسیر **بزرگ** شدن **فرزند** تون لذت ببرید.

درسته یک سری مشکلاتی تو هر سنی هست. اما هر سنی زیبایی هایی هم داره. به جای این که این قدر حرص مشکلات رو بخورید، از بزرگ شدن **فرزند** تون لذت ببرید.

عمل به دانسته ها:

**بچه تون در هر سنی هست. بنویسید چه خصوصیات خوبی دارد،
که چند سال قبل و یا چند سال بعد ندارد.
از این ویژگی ها لذت ببرید.**

رسول اکرم صلی الله علیه و آله :
هر کس که خداوند برای او خیر بخواهد،
دوستی شایسته نصیب وی خواهد نمود.

اسکندر گفت: حاج عمو تو چه قدر باحالی؟

بعد حاج عمو گفت: برای این که به این جا برسد و از زیبایی های زندگیتون لذت ببرید، سعی کنید در انتخاب اطرافیان تون وسواس داشته باشید. چه برای خودتون و چه برای **فرزندتون**.

ببینید شما نهایتاً می تونید مثل اطرافیان تون باشید. چون اطرافیان خیلی روی ما تاثیر دارند. ببینید **پدر و مادری** که عصبی هستند، اصولاً **فرزندانشون** خیلی مشکلات دارند، البته صددرصد نیست، چون انسان اختیار داره، ولی اطرافیان بر روی آدم اثر دارند. سعی کنید با کسانی رفت و آمد کنید که بلدن چه جوری زندگی کنند.

عمو جان، حتماً دیدید **خانواده هایی** که هر اتفاقی بیفتد به زمین و زمان فحش می دن و همش غر می زنند، سعی کنید از این ها فاصله بگیرید و یا سعی کنید شما این قدر فوق العاده باشید که بتونید روی اون ها اثر گذار باشید.

البته سخته، ولی اگر از اطرافیان نزدیک شما کسی هست که این اخلاق اشتباه را دارد و نمی تونید ازش فاصله بگیرید، تمام تلاشتان را بکنید، که بتونید روش اثر بگذارید. در مورد **فرزندانمان** هم همین طور. ببینید دوستان امید و آرزو، چه کسانی هستند؟ چه اخلاقی دارند؟ **خانواده شون** چه شکلین؟ اسکندر جان، نگین خانم این قضیه رو جدی بگیرید. رفقای **فرزندان** ما مهم هستند. **بچه های** ما شبیه دوستانشون می شن.

سعی کنید دیگران
از این که در کنار شما هستند
لذت ببرند.



ای کاش **خودمان** رفیق **فرزندمان** بشیم.

من نمی‌گم که **بچه‌ی** ما رفیق نداشته باشه، بلکه می‌گم، حداقل یکی از رفقای **فرزندمان** خودمون باشیم. اگر شما و نگین خانم با امید و آرزو دوست باشید، باعث می‌شه اگر مشکلی هم پیش اومد بیان به شما بگن. اسکندر، **عمو** جان، **پسر عمومی** من رو یادته؟ همون که خونه‌اش چسبیده به خونه‌ی ما بود؟

یه اخلاقی که داشت، این بود که هیچ وقت با **بچه‌هاش** رفیق نشد، همیشه باهاشون فاصله داشت. حتی یکبار هم من یادم نمی‌آد که به **بچه‌هاش** خندیده باشه. می‌دونی آخرش چی شد؟ اسکندر گفت: نه **عمو** جان.

حاج عمو گفت: این فاصله بین **پدر** و **بچه‌ها** باعث شد که **بچه‌هاش** ازش فاصله گرفتند و اگر مشکلی داشتند به دیگران می‌گفتند و این باعث شد که روزبه‌روز بین این **پدر** با **فرزندانش** فاصله بیفته و الان متأسفانه دو تا از **پسرانش** گیر رفیق ناباب افتادن و معتاد شدن و الان خودشون برای خودشون رفیق نابابی هستند.

آقا اسکندر، نگین خانم، بیایم عوض بشیم. به خدا این جوری که هستیم هیچ چیزی عوض نمی‌شه. باید تصمیم گرفت. اون هم نه تصمیمی که جوزه بشیم و بگیریم. باید یک روز بشینیم، هممون، فرقی نمی‌کنه. بنویسیم اصلاً از زندگی چی می‌خوایم. به کجا می‌خوایم برسیم، حاضریم برای رسیدن به اون جا چه بهایی رو پرداخت کنیم. باید چه چیزهایی رو یاد بگیریم. با چه کسانی رابطه‌مون رو قطع کنیم، با چه کسانی رابطه‌مون رو کم کنیم و با چه کسانی رابطه‌مون رو افزایش بدیم. بنویسیم وظیفه‌ی من چیه؟ وظیفه‌ی **همسر** و **بچه‌هام** چیه؟

خانواده‌هایی که دسته‌جمعی غذا می‌خورند، فرزندان دارای اعتماد به نفس بیشتر و توانایی مسئولیت‌پذیری بالاتری هستند.



عمو جان، این کار رو انجام بده. این کار رو دست کم نگیر. نه فقط خودت، بلکه نگین و امید و آرزو رو هم صدا کن و با هم بنویسید. هر کسی **خودش** بنویسه، ولی به هم کمک کنید. حتی اجازه بده، امید و آرزو هم هر چیزی در ذهنشان هست بنویسند، البته گاهی هم بهشون کمک کنید، ولی سعی کنید این کمک کردن با اجازه از **خودشون** باشه، که احساس شخصیت بکنند. تا ننویسید، درست نمی‌شه.

اول بنویسید که می‌خواین، وقتی از دنیا رفتید، مردم بگن چه کسی از دنیا رفته. (البته این مورد مخصوص شما و نگین خانمه، بچه‌ها مثلاً؛ تا آخر امسال رو بنویسن). حتماً دیدید بعضی‌ها که از دنیا می‌رن، **خانواده‌شون** می‌گن خوب شد مُرد. یه مزاحم کمتر. بعضی‌های دیگه وقتی از دنیا می‌رن، اطرافیانش می‌گن، آدم بدی نبود، خیری برای ما نداشت، اما شرش هم به ما نمی‌رسید. بعضی‌ها که از دنیا می‌رن، دیگران در موردش می‌گن: **خودش** آدم بدی نبود، ولی نتونست **بچه‌ها**ی خوبی بزرگ کنه. اما بعضی‌هایی که از دنیا می‌رن، اطرافیان می‌گن: خدا بیمارزتش، هم **خودش** به داد مردم می‌رسید و هم **بچه‌ها**ش فوق‌العاده هستند.

عمو جان، اسکندر، یادته حاج آقا مسجد چی کار کرده بود؟ اون همه ثروت رو ول کرد و اومد توی ده که بتونه خدمت کنه.

تازه من همه چیز رو نگفتم. چند وقت پیش فهمید که یکی از مردم ده، یه بیماری گرفته و دکتر ده هم گفت: اگر به شهر نره و عمل نشه، چند هفته و یا نهایتاً چند ماه بیشتر زنده نمی‌مونه. بعد حاج آقا بدون این که کسی بفهمه با هزینه‌ی خودش فرستادش تهران و کل هزینه‌ی عمل رو هم داد. اگر من هم می‌دونم، به خاطر اینکه که به من گفت: حاج عمو، اگه من بخوام مستقیم بهش پول رو برسونم، ممکنه چون من جوون هستم، بهش بربخوره، بی‌زحمت شما این پول را بهش بدید و نگید که از طرف من بوده. هر چی باشه شما بزرگ ده هستید و حرف شما رو گوش می‌کنن.

حالا می‌دونی چرا حاج آقا، این کارها رو می‌کنه؟

اسکندر گفت: نه **عمو جان**، من که از کارهای این حاجی سر در نمی‌آرم. تازه مردم چیزهایی که در مورد روحانی‌ها می‌گن، خیلی با رفتار این حاج آقا فرق می‌کنه. حاج عمو گفت: مردم صددرصد غلط نمی‌گن. متأسفانه هستند کسانی که با لباس

روحانیت اشتباهات زیادی انجام می‌دهند، اما خیلی از روحانی‌ها این‌گونه نیستند، که متأسفانه مردم حاضر نیستند، این روحانی‌ها را ببینند.

اما بگذریم **عمو جان**. علت این که، حاجی این کارهای زیبا رو انجام می‌ده، اینه که یه برنامه‌ی خوشگل برای زندگیش داره. یک روز که من رفته بودم خونه‌اش، بهش گفتم: چرا این قدر سعی می‌کنی، به داد مردم این ده برسی؟ چرا از اون همه ثروت دل کندی؟

دست من رو گرفت و برد داخل یک اتاق و یه برگه نشون من داد. روی اون برگه نوشته بود: دوست دارم روزی که می‌خوام از این دنیا بروم، تونسته باشم کاری کنم، که اگر فرشته‌ها به من بگن، اگر تو رو برگردونیم به دوران جوانی می‌تونی بیشتر به خلق خدا کمک کنی؟ بگم، نه. من همه‌ی توانم رو گذاشتم تا به خلق خدا کمک کنم.

بعد زیرش هم نوشتم که برای رسیدن به این هدف باید چه کنم. مثلاً: نوشتم، پنج سال به یکی از روستاهای ایران پیام و افرادی را تربیت کنم که خود اون‌ها بتونن، کارهای مربوط به احکام و احادیث اون ده رو انجام بدن. بعد برم سراغ اردوهای جهادی، چند سال فقط اردوی جهادی شرکت کنم، بعد از اون برم، شهرهای لب مرز و به اون‌ها خدمت کنم. برنامه‌ی هر سال، هر ماه و حتی هر روزم رو می‌نویسم. یعنی شب که می‌خوام بخوابم، قبل از خواب می‌نویسم که فردا باید چه کارهایی رو انجام بدم و صبح که بیدار شدم، اول یکبار مرور می‌کنم و بعد می‌رم مسجد برای نماز.

برای پیشرفت خودتان، فرزندان و همسران، هدف‌گذاری را جدی بگیرید.



این هدفی هست که چند سال پیش برای خودم نوشتم و دارم برای رسیدن به هدفم تلاش می‌کنم. البته برای نوشتن این هدف، از **خانمم** کمک گرفتم، چون نمی‌خواستم هدفی را بنویسم که **همسرم** اذیت بشه.



اسکندر جان، نگین خانم: **هدف زندگیتون رو بنویسید**، اجازه بدید، امید و آرزو هم بنویسند. درسته که شاید هدفی که این‌ها می‌نویسند به نظر ما خیلی جالب نباشه، اما اشکال نداره، اجازه بدید که بنویسن که می‌خوان مثلاً: تا سال آینده به کجا برسند، چون وقتی خودشون بنویسند، سعی می‌کنن، به اون جا هم برسند. شاید اولش **بی‌چه** گانه باشه، اما هر چه قدر بزرگ‌تر می‌شن، خودشون کامل‌ترش می‌کنن.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل هفتم

عمل به دانسته‌ها:

هدف خود را بنویسید.

۱- هدف کلی:

.....

الف- برنامه بلندمدت:

.....

.....

.....

ب- برنامه‌ی میان‌مدت:

.....

.....

.....

ج- برنامه‌ی کوتاه‌مدت:

.....

.....

.....

برنامه‌ی هفتگی:

.....

.....

برنامه‌ی روزانه:

.....

.....

.....

فصل هشتم:

دعوی امید و آرزو



داشتیم با ماشین می‌رفتیم که یه وقت امید و آرزو دعواشون شد و اسکندر اول خودش رو کنترل کرد. یه چند دقیقه‌ای آرامشش رو حفظ کرد و یه چند دقیقه‌ای هم به‌خاطر حاج عمو هیچی نگفت، اما یهو از کوره در رفت و گفت: بشینید سر جاتون. آخه چرا نمی‌خواین درست بشین؟ واقعاً از دستتون ناراحتم. چرا این قدر اذیت می‌کنید؟ برای چی این قدر عصبانی هستید؟ بشینید سر جاتون.

بچه‌ها که دیدن اوضاع پسه، ساکت شدن و بعد از چند دقیقه آرزو گفت: **بابا** من که مقصر نیستم، امید اول فحش داد. امید هم گفت: من فحش ندادم، آرزو اول محکم زد به پای من.

اسکندر گفت: امید تو پسری، نباید **خواهرت** رو اذیت کنی. باید مراقب **خواهرت** باشی. آرزو هم که این حرف‌ها رو شنید، برای امید ادا درآورد و در گوش امید گفت: دیدی **بابا**، باز هم تو را دعوا کرد. امید گفت: **بابا** بین آرزو چی می‌گه؟ که حاج عمو دست اسکندر رو گرفت، یعنی هیچی نگو.

خودتان را جای فرزندانتان بگذارید و از دید آن‌ها بنگرید. شاید بسیاری از اختلاف‌نظرها بر طرف شود.



بعد حاج عمو گفت: آرزو خانم، داستان چیه؟

آرزو گفت: حاج عمو، امید همیشه من رو اذیت می‌کنه، که حاج عمو گفت: آرزو

جان، دقیق بگو، چی کار کرده؟ آرزو گفت: امید به من فحش می ده.

حاج عمو گفت: آرزو جان، اگر دو نفر داشتند دعوا می کردن و یکیشون به اون یکی فحش می داد، و شما رو صدا می کردن و می گفتند: می شه به ما کمک کنید که الان ما چی کار کنیم، که کار درستی انجام داده باشیم، شما بهشون چی می گید؟ آرزو گفت: من می گم که اون اگر به شما فحش داد، شما جوابش رو نده، تا خودش خجالت بکشه.

بعد حاج عمو گفت: آفرین آرزو جان، چه پیشنهاد جالبی. حالا اگر مثلاً: امید حرفی رو به شما زد، که شما دوست نداشتی، می شه خودت همین کار رو انجام بدی؟ که آرزو گفت: سعی می کنم از این به بعد همین کار رو انجام بدم.

بعد حاج عمو به امید گفت: آقا امید، اگر یک نفر محکم به شما زد و شما بخواین بهترین کار رو انجام بدید چی کار می کنید؟ که امید گفت: می گم، دردم نیومد، دردم نیومد. حاج عمو گفت: به نظرت اگر به جای گفتن دردم نیومد، بهش فحش بدیم، کار درستی کردیم؟ که امید گفت: نه، حاج عمو. بعد امید گفت: حاج عمو ببخشید من حرف زشت زدم.

حاج عمو گفت: چرا از من عذرخواهی می کنی؟ به نظر من از کسی عذرخواهی کن، که بهش حرف زشت زدی. بعد امید به آرزو گفت: خيله خوب، ببخشید. که آرزو گفت: تو هم ببخش.

بعد نگین گفت: اسکندر دیدی، حاج عمو چه قدر راحت این ها رو آشتی داد؟ بعد نگین به حاج عمو گفت: حاج عمو می شه بگی چی کار کردید که این اتفاق افتاد؟ حاج عمو گفت: خرج داره عمو جان، که حاج ننه گفت: حاجی این حرف ها چیه؟ اسکندر هم گفت: خدا خیرت بده، حاج ننه. با این همه خرجی که داریم پول کجا بود. حاج عمو گفت: این حرف ها نیست. خرج داره، اگر پرداخت می کنید، من بگم. اسکندر گفت: خوب حالا خرجش، چه قدر می شه؟ حاج عمو گفت: نمی گم، فکر کن، اندازه ی حقوق یک ماهت. اگر می دی، بگم. که نگین گفت: اسکندر خساست به خرج نده، بگو باشه. اسکندر هم گفت: با اجازه ی بزرگ ترها، باشه. همه کلی خندیدن.

اگر در زندگی کاری کنی که حال
فرزند و همسرت گرفته شود،
مطمئن باش که حال خودت هم گرفته
خواهد شد.

بعد اسکندر گفت: حالا حاج عمو، بفرمایید خرجش چه قدر می‌شه؟ که حاج عمو گفت: خرجش یه مقدار از بنزین ماشینه. حاج ننه گفت: چی می‌گی مرد؟ می‌خوای خودت رو بسوزونی؟ که حاج عمو گفت: نه حاج ننه، ما از عشق شما سوختیم. بعد حاج عمو گفت، اسکندر جان: ما چند سال پیش، یه بار که اومده بودیم شهر، رفتیم یه جا غذا خوردیم، که اون موقع حاج ننه به من گفت: حاجی اگه شد، دوباره من رو بیار این جا. که بعد از اون قضیه چند بار بیشتر شهر نیومدم، که دو بار تنها اومدم، اون یکی دو بار هم که با حاج ننه اومدیم، باید سریع برمی‌گشتیم ده. که نشد دوباره حاج ننه رو بیارم این جا.

آدرسشم دقیق یادم نیست. باید بریم از میدان شهر، اون جا رو بینم، تا ان شالله کم‌کم یادم بیاد، کجا بود. که همه دسته‌جمعی گفتن: ان شالله.

بعد اسکندر گفت: حاج عمو به روی چشم. شما امر بفرمایید، من در خدمتم. بعد حاج عمو گفت: اما در مورد اون سوالی که از من پرسیدید. ببینید، **یکی از بزرگ‌ترین علت‌های دعوای بین بچه‌ها اینه که می‌خوان جلب توجه کنند.**

یعنی، می‌بینن که **پدر** و **مادر** اون جور که باید و شاید بهشون محل نمی‌ذارن. بنابراین برای این که حواس **پدر** و **مادر** رو به سمت خودشون بکشونن، شروع می‌کنن به دعوا کردن.

اجازه ندید فرزندان تون کمبود محبت پیدا کنند.

این جا وظیفه‌ی شما در این مرحله این هست که بی‌محلی کنید. نگین پرسید: حاج عمو، مگه نمی‌فرمایید، کمبود محبت دارند، پس چرا بی‌محلی کنیم؟ حاج عمو گفت: عمو جان اگر اجازه بدید تا آخر حرفم رو بزنم، متوجه می‌شید.

عمل به دانسته‌ها:

اگر فرزندان‌تان دعا کردن، شروع کردن به غرغر کردن، داد و بیداد کردن، اگر برایشون خطر نداره، بهشون بی‌محلی کنید و بگید هر موقع اشتباهت رو کنار گذاشتی، بیا با هم صحبت کنیم. هر چه قدر هم ادامه داد، شما عصبانی نشید و بهش بی‌توجهی کنید.

داشتم می‌گفتم، این جور مواقع اگر دیدید خطری **بچه**‌ها رو تهدید نمی‌کنه، بی‌خیالشون بشید. اگر هم اومدن پیش شما برای قضاوت بگید که، برید خودتون حلش کنید.

شاید یه مدت دعواشون طول بکشه، اما وقتی می‌بینن شما بی‌خیالید، خودشون یه فکری می‌کنند. فکری هم که خودشون می‌کنن، چون تصمیم خودشون هست، بیشتر بهش پایبندن.

حالا این که نگین خانم شما گفتید که: مگه نمی‌گید، کمبود محبت دارند، پس چرا بی‌محلی کنیم؟

بله، من می‌گم موقع دعوا بی‌محلی کنید، چون اگر این‌ها متوجه بشن که موقع دعوا شما توجهتون به سمت اون‌ها جلب می‌شه، از این به بعد هر وقت می‌خوان جلب توجه کنن، اولین چیزی که به ذهنشون می‌رسه، اینه که بیا دعوا کنیم.

فکر نکنید کارهای **بچه**‌های الان بدون فکره. نه **بچه**‌ها کامل متوجه می‌شن دارن چی کار می‌کنن. اما اگر شما بی‌محلی کنید، نصف دعوای تموم می‌شه.

در ضمن **عمو جان**، وقتی دعواشون تموم شد، حالا شما صداشون کنید و الان وقتشه که بهشون محبت کنید. نه این که دعواشون شد، بهشون بی‌محلی کنید و وقتی هم که دعواشون تموم شد، باز هم بی‌محلی کنید.

در ضمن، آقا اسکندر، موقعی که شما عصبانی شدی و دعواشون کردی، چند تا اشتباه داشتی که اگر دوست داشته باشی، بهت بگم. اسکندر گفت: حاج عمو بفرمایید، در ضمن حاضرم، فرمایش شما تموم شد، اگر با حاج ننه، دوتایی جایی رفتید و بستنی هم خوردید، اون جا هم ببرمتون، که نگین گفت: اسکندر شیطننت نکن.

حاج عمو گفت: ببین اسکندر جان، هیچ موقع احساسات **بچه** ها رو زیر سوال نبر! مثلاً: نگو، چرا عصبانی می‌شی. عصبانی شدن که به نوبه‌ی خود بد نیست. مهم عکس‌العمل **بچه** هاس، موقعی که عصبانی می‌شن.

مثلاً: اگر **بچه** هات عصبانی شدن و داد زدن، بگو چرا داد می‌زنی؟ یا بگو چرا وسایل رو می‌شکونی؟ این که بگیم چرا عصبانی می‌شی، که همه عصبانی می‌شن. مگه من و شما عصبانی نمی‌شیم؟

که اسکندر گفت: من چرا ولی شما رو بعید می‌دونم. حاج عمو گفت: اسکندر جان، بعید ندون. مگه یادت رفته، اون میزه زیر درخت، که گفتم هر وقت عصبانی می‌شم، میرم پشت اون میز می‌شینم تا عصبانیت از بین بره؟

من هم عصبانی می‌شم، فقط فرقی اینه که می‌دونم، موقع عصبانیت چه کاری رو انجام بدم.

شما هم به جای این که به امید و آرزو بگید: عصبانی نشو، بهشون یاد بدید، که چه جوری موقع عصبانیت، بتونن خودشون رو کنترل کنن.

خیلی از اوقات **فرزند** ما احتیاج به نصیحت ندارد،
بایک همدردی و مساعدت، مشکل
برطرف می‌شود.



در ضمن اگر هم یه زمانی مجبور شدید در دعواشون وارد شوید، لطفاً قبل از این که صحبت کنند، قضاوت نکنید. چرا وقتی صحبت جفتشون رو کامل نشنیدی، گفتی: امید تو پسری باید کوتاه بیای؟

نه **عمو** جان. این جوری کار خراب‌تر می‌شه. چون آرزو یاد می‌گیره، که هر وقت خواست امید رو اذیت کنه، سریع یه دعوا راه می‌اندازه و بعد می‌آد شکایت، چون می‌دونه اگر بیاد پیش شما، شما هم بدون شنیدن صحبت‌های امید، بهش می‌گی، تو پسری و باید رعایت حال **خواهر**ت رو بکنی و در ضمن امید هم به خاطر این که

فکر می‌کنه، در حقش ظلم شده، روزه‌روز رابطه‌اش با شما و آرزو خراب‌تر می‌شه. اسکندر گفت: چه جالب، حقیقتاً چه قدر تک‌تک کارهای ما روی **فرزند**انمون تاثیر داره و ما بی‌خیال از کنارشون رد می‌شیم. حاج عمو گفت: دقیقاً اسکندر، **امروز به رفتارهامون توجه نداریم و فردا روزی، چوب این بی‌توجهی مون رو می‌خوریم.** بعد اسکندر گفت: حاج عمو سفت بشینید که می‌خوام ببرمتون، جایی که سال‌ها منتظرش بودید.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل هشتم

فصل نهم:

آینده نگری



وقتی وارد شهر شدن، اسکندر رفت و کارهایش را انجام داد و برگشت داخل ماشین و گفت: بریم، حاج عمو رو برسونم به دوران خوشی مجردی. بعد حاج عمو یه لبخندی زد و گفت: اسکندر جان، مجردی که دوران خوشی نبود، خوشی از موقعی معنا پیدا کرد که من برای اولین بار حاج ننه رو دیدم. که حاج ننه گفت: آره **مادر**، همین که منو دید دیگه سر از پا نشناخت. پاشنه‌ی در خونه‌ی ما رو از جا کند. دیگه خدا بیمارز **بابام** راضی شد که من بله رو بگم. حاج عمو گفت: خدا بیمارز تش، **بابای** خوبی بود. خدا بیمارز نمی‌داشت ما با هم یه جا هم بریم. هر جا می‌خواستیم بریم، یا خودش می‌اومد، یا حاج خانم (**مادر** حاج ننه) یا یکی از **بچه** ها رو می‌فرستاد دنبال ما. خلاصه **عمو** جان، نشد که نشد، دوتایی یه جا با هم بریم.

امام صادق (ع):

همانا خداوند متعال به شخصی که به **فرزند** خود محبت دارد، رحمت و عنایت می‌کند.

بعد نگین گفت: حاج ننه، حاج عمو که این قدر خوبه، پس چرا یه وقتایی یه چیزی بهش می‌گی؟

حاج ننه گفت: نگین جان، معلومه هنوز مردا رو نشناختی! این مردا رو بهشون رو بدی پررو می‌شن. باید گاهی بهشون لبخند زد و گاهی هم یه تشر، تا پاشون رو از گلیمشون درازتر نکنن.

حاج عمو هم گفت: حاج ننه، با ما به از این باش که با خلق جهانی.



خیلی از اوقات، صحبت‌هایی که انجام می‌شه و ممکنه با این صحبت‌ها کار به جاهای باریک کشیده بشه رو می‌شه با یک سری جملات طنز و یا جملات عاشقانه و یا بی‌تفاوتی رد کرد.

بعد اسکندر گفت: حاج عمو، اینم میدون شهر. کجا برم؟ حاج عمو هم شروع کرد به آدرس دادن.

امید و آرزو که دیگه خسته شده بودن، شروع کردن به بهانه گرفتن. یه کم که بهانه‌ها ادامه پیدا کرد، نگین گفت: خدا کنه، بهانه گرفتنشون به خاطر مریضی نباشه. یا باد کولر ماشین خورده باشه بهشون و سرما خورده باشن. بعد رو کرد به حاج ننه و گفت: حاج ننه، تمام کارها و سختی‌های بیماری این‌ها یه طرف، دارو و شربت خوردنشون یه طرف.



پدرها و مادرها نمی‌توانند آینده‌ی کودکان را تضمین کنند.

این که در آینده چه مشکلاتی را خواهد داشت را ما نمی‌دانیم، اما می‌توانیم خاطرات خوش برایشان باقی بگذاریم.



بعد حاج ننه رو کرد به نگین گفت: نگین جان، با اجازه‌ات من هم می‌خوام یه چیزی بگم که فکر نکنید که فقط حاج عمو بلده از این حرف‌ها بزنه. اسکندر گفت: حاج ننه، بفرمایید.

حاج ننه گفت: ببین نگین جان، آقا اسکندر، چند سال پیش که با حاج عمو اومدیم شهر، که اون غذای دلچسب رو کنار حاج عمو خوردیم؛ رفتیم خونه‌ی یکی از اقوام. بعد از این که وارد خانه شدیم و حال و احوال، متوجه شدم که اون **خانواده** هم، همین مشکل شما رو داشتند. یعنی **بچه** هاشون دارو نمی‌خوردند.

من اون جا بهشون گفتم که اگر می‌خواین **بچه** هاتون راحت غذا بخورن، باید یه کاری انجام بدید. **پدر** اون خانواده گفت: چه کنیم حاج ننه، ما که دیگه خسته شدیم. من گفتم: شیشه‌هایی شبیه شیشه‌ی شربت بگیرید و داخل آن را پر از شربت آبلیمو عسل، سکنجبین، آب پرتغال و... بکنید و هر چند وقت یکبار که دور هم جمع شدید، شروع کنید با اشتیاق این شربت‌ها رو خوردن. همه با هم. یعنی **پدر** و **مادر**، **فرزندان**، اگر **پدر بزرگ** و **مادر بزرگ** بودن و خلاصه هر کی که می‌شه. در ضمن داخل این شیشه‌های شبیه شیشه‌ی شربت، شربت‌هایی با طعم‌های مختلف، مثل: آب پرتغال، آب آلبالو، بریزید. یه بار شیرین، یه بار نیمه شیرین، یه بار بی مزه (که با اضافه کردن آب می‌شه، مزش رو کم کرد) و هر دفعه هم که می‌خورید، به ظاهر از خوردن آن لذت ببرید. تازه اگر یک دفعه هم **فرزند** شما گفت: شربت نمی‌خوام، شما و **همسرتون** از این شربت بخورید و کیف کنید.

این کار باعث می‌شه، که حساسیت **فرزند** شما نسبت به شربت و مزه‌ی آن کم کم از بین می‌ره. تازه شما می‌تونید از شربت خوردن دسته‌جمعی تون هم فیلم بگیرید و گه‌گذاری آن فیلم‌ها رو نگاه کنید و بخندید و لذت ببرید.

عمل به دانسته‌ها:

قوطی‌های شربت که خالی شده رو با آب میوه پر کنید
و گاهی از آن استفاده کنید
و یا اسمارتیزها رو داخل قوطی‌های قرص بریزید
و هر هفته، مقداری شربت و چند اسمارتیز رو به همراه فرزندتون میل کنید.

سال بعد که همین خانواده اومده بودن ده، اومدن منزل ما و کلی تشکر کردند و گفتند: حاج ننه، شاید این کار یه ذره سخت بود و یا حتی به نظرمون الکی، اما گفتیم بذار انجام می‌دیم، ببینیم چی می‌شه.

حاج ننه، شاید باورتون نشه، یه بار که **پسر**م مریض شد، همین که خواستم شربت رو بهش بدم، انگار نه انگار که قبلاً کلی بهانه می‌گرفت، راحت خورد. فقط اومدیم این جا از شما تشکر کنیم.

حاج عمو گفت: ماشاءالله حاج ننه، با این فکر عالیش، که امید و آرزو هم گفتن: ماشاءالله.

بعد حاج عمو گفت: نگین خانم، یه چیز هم در مورد بهانه گرفتن **بچه**ها بگم. یادتونه، گفتم: موقع دعوای **بچه**ها، یکی از بهترین راه‌ها برای تموم شدن دعوا، بی‌محلی **پدر** و **مادر**ه؟ که نگین گفت: آره حاج عمو.

بعد حاج عمو گفت: همین مجوز برای لج بازی هم هست.

بعد اسکندر گفت: این شکلی که همش باید بی‌محلی کنیم! که حاج عمو گفت: همش نه.

اصل بر اینه که باید به امید و آرزو تا جایی که می‌شه توجه و محبت کرد و براشون وقت گذاشت.

اما وقتی دارن رفتار اشتباهی رو انجام می‌دن، بله، خیلی جاها راه درست بی‌محلیه. مثلاً: نمونه‌اش موقع دعوا، یا لجبازی، یا بهانه‌گیری، یا موقعی که دارند، داد و بیداد می‌کنن.

اسکندر جان، وقتی که احساس می‌کنی، امید و آرزو، دارند بهانه می‌گیرند، لجبازی می‌کنند و اذیت می‌کنند، یکی از بهترین راه حل‌ها این است که به لجبازی‌شون اهمیتی ندی.

اگر به بهانه‌گیری‌شون اهمیت بدی، این کارشون رو ادامه می‌دن. بنابراین کاری که باید شما انجام بدید، اینه که بنشینید و کارتون رو انجام بدید و به بهانه‌گیری **بچه**ها اهمیتی ندی. **عمو** جان، حرف من معنانش این نیست که که شما **پدر** و **مادر** بی‌خیالی هستید. نه، اصلاً این طور نیست. شما **پدر** و **مادر** آینده‌نگری هستید.

در زندگی، اگر رفتاری از **همسر**تان و یا **فرزند**تان سرزد که شما را اذیت می‌کرد، ببینید که آیا ارزشش را دارد، که به خاطر آن اعصاب **خودمان** و **خانواده‌مان** را خرد کنیم.



اسکندر جان، نگین خانم، اگر شما فقط امروز رو ببینید، دنبال این هستید که امروز، امید و آرزو رو ساکت کنید و به آینده‌شون اهمیتی ندید، چون اگر به بهانه‌گیری و لجبازی **بچه‌ها** اهمیتی بدید، یاد می‌گیرن که هر وقت کاری داشتن و یا چیزی می‌خواستن با لجبازی به دست بیارن و این قضیه به آینده‌ی امید و آرزو لطمه می‌زنه.

اما می‌دونید **پدر** و **مادر** خوش فکر چی کار می‌کنن؟

پدر و **مادر** خوش فکر و آینده‌نگر، که فقط حال رو نمی‌بینن.

نگین خانم، شاید شما وقتی به بهانه گرفتن **بچه‌ها** اهمیت نمی‌دی، احساس بدی داشته باشی و سخت باشه، اما **بچه‌ها** یاد می‌گیرن که اگر چیزی خواستن، نمی‌تونن با بهانه‌گیری به دست بیارن.

در ضمن **عمو جان**، خیلی مهمه که توی این مسیر عصبانی نشید، چون حداقل اتفاقی که می‌افته اینه که **بچه‌ها**، راه عصبانی کردن شما را می‌فهمند.

البته، دو سه بار اول سخته. هم برای این که شما عادت ندارید که عصبانی نشید و حقیقتاً سخت هم هست، که یک نفر اطراف شما داد و بیداد می‌کنه و شما بتونید اهمیت ندید و نشان هم ندید که اعصابتون به هم ریخته.

و هم برای امید و آرزو، که تقریباً هفت ساله که با این روش، حرفشون رو به کرسی نشوندن و حالا که می‌بینن شرایط عوض شده، سختشونه که به همین راحتی روش قبلی رو کنار بذارن.

واسه همین، امید و آرزو، احتمالاً برای دو سه بار اول شدت لجبازی و غرزدن رو

بیشتر هم می‌کنند تا شاید دوباره شما رو به عکس‌العمل همیشگی وادارند، ولی اگر چند بار اول رو تحمل کنید (که خیلی سخته، اما شدنی) **بچه‌ها**، متوجه می‌شن که دیگه بهانه‌گیری فایده‌ای نداره و اگر حرفی دارن باید بیان و قشنگ حرفشون رو بزنن.

عمو جان، شما و نگین خانم باید تصمیم بگیرید. چند بار سختی رو تحمل کردن و بعد راحت بودن رو انتخاب می‌کنید و یا عمری با لج بازی بچه‌ها دست و پنجه نرم کردن.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل نهم

فصل دهم:

مراقب حرف زدن‌ها مون باشيم



داشتیم با ماشین می‌رفتیم، که یهو آرزو گفت: بابا من این عروسک رو می‌خوام. نگین گفت: اسکندر جان مگه، نمی‌شنوی که آرزو می‌گه عروسک می‌خواد، خوب برو براش بگیر. این جوری که شد، امید گفت: اگه این جوری باشه من هم تفنگ می‌خوام. اسکندر گفت: چشم، الان یه جایی نگه می‌دارم، می‌رم براتون می‌خرم.



بالاخره اسکندر یه جایی برای نگه داشتن ماشین پیدا کرد و با بچه‌ها رفت برای خرید.

**بهترین روش برای تغییر رفتار اطرافیان،
تغییر رفتار خودمان است.**

در این زمان که اسکندر و بچه‌ها رفتند برای خرید، حاج عمو گفت: نگین خانم، اجازه هست، یه موردی رو بگم، که ان‌شالله خیلی به درد زندگیتون بخوره. نگین هم گفت: با کمال میل، حاج عمو.

حاج عمو گفت: نگین خانم، شما خیلی نکات مثبت دارید، که من گاهی به حاج ننه می‌گم، و به نظر من یکی دو مورد دیگه رو هم رعایت کنید، فوق‌العاده‌تر می‌شید. مثلاً: **عمو جان**، خیلی وقت‌ها ما جملات زیبا رو خراب می‌کنیم به خاطر لحنمون. نگین گفت: یعنی چی حاج عمو؟ حاج عمو گفت: یعنی ما **یه حرف زیبا رو می‌زنیم، اما چون لحنمون درست نیست، اثر مثبت در زندگی که نداره، هیچ اثر منفی هم داره**. ببین **عمو جان**، مثلاً: به یک نفر بگی عزیزم، جانم، خوب خیلی زیباست، اما شما الان به اسکندر گفتی: اسکندر جان، نمی‌دونم خودتون دقت به لحتون کردید، یا نه. پشت این اسکندر جان، لحن عصبانیت بود.

نگین گفت: خوب آخه حاج عمو، ناراحتم کرد. هر چی **بچه‌ها** می‌گفتند: **بابا** وایسا بریم خرید، اهمیتی نمی‌داد و راهش رو ادامه می‌رفت.

حاج عمو گفت: اشکال نداره، ناراحت شدی، هر کسی می‌تونه ناراحت بشه، عصبانی بشه، اما دلیل نداره که این ناراحتی رو توی لحنش بیاره. به نظر خودت اگه ناراحتی رو توی لحن نمی‌آوردی و با لحن قشنگ می‌گفتی: اسکندر جان، این کار رو انجام بده، چه اسکندر اون کار رو انجام می‌داد و یا انجام نمی‌داد، بعداً با آرامش بهش می‌گفتی: من از این قضیه ناراحت شدم، بیشتر روی اسکندر تاثیر می‌داشت، یا موقعی که با لحن عصبانیت و یا تمسخر و یا... بهش بگی؟

نگین کمی فکر کرد و گفت: حق با شماست، حاج عمو. در ضمن سعی کن، چه جلوی **بچه‌ها**، چه موقعی که تنها هستید، با هم قشنگ صحبت کنید. همین نکات کوچیک هستش که یه زندگی رو سرشار از محبت می‌کنه و یه زندگی را به هر دوطرف و **بچه‌ها** جهنم.

نگین گفت: حاج عمو مگه من چی گفتم که این قضیه به ذهنتون رسید؟ حاج عمو گفت: نگین خانم، شما به اسکندر گفتید که: اسکندر جان مگه، نمی‌شنوی که آرزو می‌گه عروسک می‌خواد، خوب برو براش بگیر.

عمو جان، همین درخواست رو من این جوری می‌گم: **بچه‌ها** اجازه بدید، **پدر** تون یه جای مناسب برای ایستادن پیدا کنه، تا بره براتون بگیره. یا بگید: اسکندر، می‌شه اگر یه جای مناسب پیدا کردی، بری برای **بچه‌ها** اسباب‌بازی بخری؟

ببین **عمو** جان، هر سه نوع این حرف زدن‌ها یک معنی داشت، اونم این بود که اسکندر، برو برای **بچه**‌ها، اسباب‌بازی بخر. اما توی دید اسکندر و بچه‌ها خیلی متفاوت می‌شه. به قولی بفرما و بشین ... اما این کجا و آن کجا.

قرار نیست فرزند ما آن چیزی بشود که ما نشدیم.

هم شما و هم اسکندر اگه این رو بدونید که، **اگر شما با همدیگه خوشگل صحبت کنید، بچه‌ها هم با شما درست صحبت می‌کنن**، مطمئن باش اگر شما، جلوی **بچه**‌ها اسکندر رو خرد کنی و به شخصیتش توهین کنی و یا اسکندر این کار را با شما بکنه، **بچه**‌ها با هر دوی شما این کار را خواهند کرد.

فکر کن، اگر به زمانی به **مادری** به بچش بگه، **بابات** رو ول کن، جز دردسر که چیزی برای ما نداره و اون **بچه** هم حرف **مادر** رو گوش می‌کنه و **مادر** اون لحظه خوشحاله. اما چندین سال بعد این **مادر** باید غصه‌ی اون حرف خودش رو بخوره. چون که وقتی اون **بچه** به سن بزرگسالی برسه و **مادرش** پیر بشه، یاد جمله‌ی **مادرش** می‌افته، که گفته بود: **(بابات رو ول کن، جز دردسر که چیزی برای ما نداره)** و الان که **مادر** پیر شده جز دردسر چیزی برای این **بچه** نداره، بنابراین می‌ذارتش، آسایشگاه سالمندان. ولی اگر همون **مادر**، حتی موقعی که از دست **شوهرش** ناراحت بود، به **بچه‌اش** می‌گفت: هر چی باشه، **پدرته**، یادت باشه که هیچ وقت حق نداری که کاری کنی، که از دستت ناراحت بشه.

خوب این **فرزند**، یاد می‌گیره، که تحت هیچ شرایطی حق نداره، کاری کنه که **پدر** و یا **مادرش** رو ناراحت کنه.

البته در مورد **مرد خونه** هم همین‌طوره. یعنی **مرد خونه** هم حق نداره، کاری کنه که **بچه**‌ها نسبت به **مادرشون** جسور بشن، چون همین بلا سر خودش هم در آینده خواهد آمد. یعنی زن و شوهر با احترام به هم، دارند احترام خودشون رو پیش **بچه**‌ها بالا می‌برند.



هر عملی یک عکس العملی دارد.

البته **عمو** جان در مورد امید و آرزو هم همین طوره.

فکر نکنی که باید فقط با اسکندر درست صحبت کنی. باید مراقب صحبت کردن با **بچه** ها هم باشی. ببین، آینه یادته؟ نگین گفت: آره حاج عمو، شما فرمودید، رفتار خودتون رو تو آینه ببینید و فکر کنید دیگران با شما همون جوری رفتار می کنن، اون وقت مراقب رفتارت می شی.

عمو جان، فکر کن، **بچه** ها، آینه ی روبه روت، هستند، که اون چیزی که بهشون می گی، بر می گرده به خودت. اون وقت می بینی که گاهی **بچه** ها حق دارند از بعضی از حرف های ما ناراحت بشن.

نگین گفت: آخه حاج عمو، وقتی آدم رو عصبانی می کنن، من چی کار کنم؟ می گم: **بچه** ها بیاین بشینید، می خوام در مورد رفتار دیروزتون باهاتون صحبت کنم. همین که این حرف رو می زنم، **بچه** ها می گن، ای بابا دوباره **مامان** می خواد، ما رو نصیحت کنه، می خواد بگه چی کار کردیم، چی کار درسته، چی کار غلط. خوب من این جا یه وقت هایی عصبانی می شم.

مهربانی پیامبر با **کودکان** تا این حد زیاد بود،
که روزی یک یهودی، رفتار پیامبر با **کودکان** را دید،
و بابت این رفتار پیامبر با رسول خدا صحبت کرد
و دانست پیامبر، به خاطر خدا،
چنین می کند، پس مسلمان شد.

حاج عمو گفت: یه چیز می خوام بهت می گم، اگر اجرا کنی، ان شاءالله، این مشکل شما هم برطرف بشه. نگین که انگار مشکل چندین سالش داره حل می شه، هیچی نمی گفت

و فقط سراپا گوش بود، بینه حاج عمو، باز مثل همیشه به راهکار عالی می ده یا نه. حاج عمو گفت: **عمو جان**، وقتی من خواستم از نوع رفتار شما با آقا اسکندر، انتقاد کنم، شما ناراحت شدید؟ نگین گفت: نه.

بعد حاج عمو ادامه داد، تا به حال شده کسی از شما انتقاد کنه و شما ناراحت بشی؟ نگین گفت: حاج عمو شاید باور نکنی، تا حالا یادم نمیاد که کسی از من انتقاد کرده باشه و من ناراحت نشم. یعنی دقیقاً من برعکس فرمایش شما، همیشه ناراحت می شم.

بعد نگین گفت: راستی حاج عمو، چرا شما انتقاد کردید، من ناراحت نشدم؟ حاج عمو که خنده اش گرفته بود، گفت: خدا خیرت بده. من همین رو می خواستم بگم. نگین خانم، اگر یاد بگیری که چه جوری از بچه ها انتقاد کنی، ان شاء الله این مشکل برطرف می شه. نگین گفت: خوب چه طوری، حاج عمو؟

حاج عمو گفت: انتقاد درست، یک سری باید و نباید داره.

بین مثلاً: امید و آرزو یه کاری کردن که شما ناراحت شدی، اولاً باید موقع و زمان انتقاد رو بدونی کی باید باشه. مثلاً: همون لحظه خیلی بده. چون بچه ها دارند اون کار رو انجام می دن و هم از کاری که انجام می دن، لذت می برند. اگر براشون خطر نداره و مزاحم دیگران نیست، همون لحظه نگید، چون می افتید توی لج و لج بازی.

روزی حضرت عیسی علیه السلام
با حواریون از راهی می گذشتند،
ناگاه به مردار گندیده سگی رسیدند.
حواریون با مشاهده این صحنه گفتند:
چقدر این سگ بدبو و متعفن است؛
ولی حضرت عیسی علیه السلام فرمود:
این سگ چه دندان های سفید و
خوشایندی دارد!
گاهی اوقات اگر با دقت نگاه کنیم،
در بدترین شرایط هم می توانیم
خوبی هایی را پیدا کنیم.
البته اگر بخواهیم.



اگر هم براشون خطر داره، به جای این که فعلاً از این رفتارشون انتقاد کنی، برو باهاشون همبازی بشو، چون **بچه** ها عاشق این هستن که بزرگ ترها باهاشون بازی کنند و بازی رو به سمتی که فعلاً از اون رفتار ناراحت کننده، فاصله بگیرد هدایت کن و بعداً برو سراغ انتقاد.

حالا چرا می افتید، تو لج و لج بازی؟

اون ها دارند لذت می برند و نمی خوان دست از این کارشون بکشن و شما هم گفتید این کار بده و اگر کوتاه بیاین احساس می کنید، جلوی **بچه** ها شکست خوردید، پس می افتید، توی لج و لج بازی.

حالا فرضاً **بچه** ها بازیشون تموم شد و می خواین نصیحتشون کنید. قرار نیست همیشه بنشینن و دست به هیچ چیز نزنن و فقط به شما نگاه کنن، تا شما نصیحتشون کنید. نه، گاهی ممکن است، همین جوری که دارید میوه می خورید و اصلاً هم به **بچه** ها نگفتید، که بیاین کارتون دارم، بنابراین جبهه گیری هم وجود نداره، شما شروع کنید به گفتن، چیزهایی که می خواستید بگید.

البته همون اول هم نباید بگید. مثلاً: **بچه** ها همین جوری که دارید میوه می خورید، باید بگم، که اگر عقلتون کار می کرد، این کار رو نمی کردید. نگین که خنده اش گرفته بود، گفت: پس چی بگم؟

حاج عمو گفت: نگین خانم، مثلاً: اگر من به جای شما بودم و همچین اتفاقی می افتاد، اول به **بچه** هام می گفتم: **بچه** ها، چه قدر خوبه که شما با هم بازی می کنید، من می بینم شما سالم هستید و خوشحال، من هم خوشحال می شم، تازه **بچه** ها این قدر عالی می شن، اگر به جای این که هر وقت به هم می رسیدید به هم آروم مشست می زدید، یه ادا در می آوردید که اون یکی خنده اش بگیره. بعد هر کی دیرتر خندید، اون برنده اس.

ببین نگین خانم، من توی این انتقاد، چند تا کار انجام دادم. یکی این که، اول از **بچه** ها و کارهای زیباشون تعریف کردم، با این کار **بچه** ها به من خیلی نزدیک می شن.

کار دوم این بود که از، کلمه ی ولی، استفاده نکردم. ببین **عمو** جان، ما هم که بزرگ

شدیم، از کلمه‌ی ولی، خوشمون نمی‌آد.

مثلاً: من می‌گم: نگین خانم شما خیلی خوبی، ولی... همین که من می‌گم، ولی، شما چه حسی می‌گیری؟

نگین گفت: حس خیلی بد. یعنی بعد از گفتن ولی، منتظرم شما یه چیزی بگید که من خوشم نمی‌آد، بعد حاج عمو گفت: و همین باعث می‌شه، بعد از گفتن ولی، شما نسبت به من سریع موضع بگیری. همین حس رو **بچه‌ها** هم می‌تونن داشته باشن. چرا ما این حس رو داریم، چون از **بجگی**، بعد از شنیدن هر ولی، منتظر شنیدن یه حرف ناراحت‌کننده بودیم، پس، **ولی رو کنار بذار**.

نگین گفت: حاج عمو پس چی بگم؟ حاج عمو گفت: همون چیزی که من گفتم! من به جای ولی، گفتم: (تازه **بچه‌ها** این قدر عالی می‌شد). ببین این نوع حرف زدن، آدم رو مجبور به واکنش نمی‌کنه. یا موقعی که داشتیم از شما بابت نوع صحبتتون با اسکندر انتقاد می‌کردم، اول از شما تعریف کردم، که البته تعریفم دروغ هم نبود، چون واقعاً مهم است که اگر از کسی تعریف می‌کنی، دروغ نگی، تملق نکنی، واقعاً نکته‌ی مثبتش رو پیدا کن و بگو. بالاخره هر کسی هم که باشه، یه نکته‌ی مثبت داره. تعریف من از شما این بود که گفتم: (نگین خانم، شما خیلی نکات مثبت دارید، که من گاهی به حاج ننه می‌گم) و بعد از تعریف به جای ولی، گفتم: (و به نظر من یکی دو مورد دیگه رو هم رعایت کنید، فوق‌العاده‌تر می‌شید) ببینید به نظر من این جمله، هیچ مطلبی رو نداشت که باعث بشه، شما واکنش منفی نشان دهید.

در ضمن باید، بعد از این که می‌گید، این کار رو نکن، سریع پیشنهاد بدید که خوب، به جاش چی کار کنن.

نمی‌شه که ما، هی به **بچه‌ها**مون بگیم، این کار رو نکن و هیچ پیشنهادی هم ندیم. خوب این جوری که حوصله‌اش سر می‌ره. مثلاً: پیشنهاد من تو مثال رو یادتونه؟ (اگر به جای این که هر وقت به هم می‌رسیدید به هم آروم مشتی می‌زدید، یه ادا در می‌آوردید که اون یکی خنده‌اش بگیره. بعد هر کی دیرتر خندید، اون برنده‌اس). نگین گفت: حاج عمو، پیشنهاد این دفعه‌ی شما، مثل هر دفعه عالی بود. حاج عمو از این که کنار ما هستید، واقعاً از شما ممنونم.

عمل به دانسته‌ها:

هر موقع از **فرزند** و یا **همسر** تون انتقاد کردید، ایرادات انتقادهای خودتان را این جا بنویسید.

۱- علت انتقاد:.....

ایرادات انتقاد.....

۲- علت انتقاد:.....

ایرادات انتقاد.....

۳- علت انتقاد:.....

ایرادات انتقاد.....

۴- علت انتقاد:.....

ایرادات انتقاد.....

۵- علت انتقاد:.....

ایرادات انتقاد.....

از این فصل آموختم که:

۱.....

۲.....

۳.....

پایان فصل دهم

فصل یازدهم:

در اختیار گذاشتن امکانات



چند دقیقه بعد، امید و آرزو و اسکندر سوار ماشین شدن و راه افتادن. وقتی راه افتادن اسکندر خیلی ناراحت بود، نگین گفت: اسکندر، چرا ناراحتی؟ چی شده رفتی تو فکر؟ اسکندر رو به حاج عمو گفت: حاج عمو نمی‌دونم این که **بچه‌ها** هر چی می‌خوان من برایشون می‌خرم، تا یه وسیله‌ای خراب می‌شه می‌اندازند دور و می‌گن، یکی دیگه بخر، منم گوش می‌کنم، نمی‌دونم خوبه، یا نه؟

اگر کودکی با بدرفتاری، پدر و یا مادرش را اذیت کرد، به او فرصت دهید تا با کمک کردن به پدر و یا مادرش، دل او را به دست آورد.



حاج عمو گفت: ببین **عمو جان**، اگر **قراره**، امید و آرزو انسان‌های موفق بشن، قطعاً با این قضیه که هر امکاناتی خواستند در اختیارشون بذارین، این اتفاق نخواهد افتاد.

باید امکانات و خواسته‌ها منطقی باشه. باید گاهی خودشون برای رسیدن به خواسته‌شون تلاش کنن.

عمل به دانسته‌ها:

**شما فکر می‌کنید، چه امکاناتی در اختیار بچه‌ها تون قرار دادید،
که احساس می‌کنید، بیشتر از نیازشون هست؟**

ببین قطعاً شما کسانی رو مستقیماً و یا در تلویزیون دیدید، که پدرهاشون وضع مالی خوبی نداشتن، ولی به درجات خیلی بالایی رسیدن و یا برعکس، کسانی که پدرهاشون، وضع مالی فوق‌العاده‌ای داشتن، ولی خودشون به هیچ جا که نرسیده‌اند هیچ، روزبه‌روز ثروت پدرشون رو هم بر باد دادند.

اگر دنبال این هستی، که امروز، امید و آرزو رو تامین کنی، با همین فرمون بری جلو خوبه، اما این فرمون، آینده‌ی این بچه‌ها رو نمی‌سازه.

ببین آینده‌ی هر کس رو خودش می‌سازه، نه دیگران. این حرف که بعضی‌ها می‌گن، خوش به حال بچه پولدارها، من قبول ندارم. عمو جان، شما می‌تونن حرف من رو قبول نکنی. من نظرم خودم رو می‌گم.

من نظرم اینسه که خوش به حال بچه‌هایی که پدر و مادرشون، فرزندانی تربیت می‌کنن، که هر روز دارن پیشرفت می‌کنند. بچه‌هایی که تو خونه خوابیدن و همه چی در اختیارشونه، امروزشون با فرداشون چه فرقی داره؟

جالبه اگر زندگی اون پدر و مادر پولدار رو مطالعه کنی، متوجه می‌شی، خیلی از این این پدرها و مادرها، اتفاقاً وضع مالی فوق‌العاده‌ای نداشتند و فقط خودشون اهل فکر و تلاش بودن، که به این جا رسیدن.

بچه‌هایی که پدراشون و مادرشون، به فرزندشون یاد می‌دن چه جوری پیشرفت کنند، در آینده حرفی برای گفتن دارن. جامعه هم برای پیشرفت، به این‌ها احتیاج داره.



تربیت، پرنده‌ای است که دو بال دارد:
 ۱- تشویق و ۲- تنبیه (به غیر از
 برخورد فیزیکی)
 به هر کدام اهمیت ندهید،
فرزند شما موفق به پرواز نخواهند شد و
 نمی‌تواند رشد کند.



عمو جان، کسانی که الان فوق‌العاده هستند، از اول که این جوری نبودند، **پدر** و **مادر** شون یه هدفی داشتند، خود **بچه** هدفی داشته و خود **بچه** با کمک **پدر** و **مادر** تلاش کرده که به هدفش برسه.

اونی که موفق می‌شه، مطمئن باش، یک‌شبه موفق نشده. سال‌ها زحمت و سختی کشیده.

اسکندر جان، اگر **بچه**‌ها رو تنبل بار بیاری، همه چی در اختیارشون باشه، حاضر به زحمت نیستن. البته من نمی‌گم، سختی بیش از حد. نه. ولی اجازه بده، همه چیز راحت در اختیارشون قرار نگیره، بابت بعضی چیزها زحمت بکشن.
 بعد نگین گفت: آخه **عمو** باید امکانات باشه، تا پیشرفت اتفاق بیفته. بدون امکانات که نمی‌شه پیشرفت کرد!

بعد حاج عمو به نگین گفت: نگین خانم: از این امکانات که ما داشتیم و یا **بچه**‌ها داشتن، چه جوری استفاده کردیم؟ یا **بچه**‌ها چه جوری استفاده کردن؟
 مثلاً: باید دفترهاشون رو جلد کنن. سریع می‌دویم، یه جلد دفتر نو می‌خریم و شروع می‌کنیم به جلد کردن و هر سال یه مقدار اضافه می‌آد که سریع می‌ریزیم توی سطل آشغال. خوب یه سال، این اضافی‌ها رو نگه داریم و شروع کنیم با همین‌ها جلد کردن.

ببینید بابت این که **بچه**‌ها مون فردا بتونن با مشکلات کنار بیان، باید از الان یه آموزشی ببینن. یه کاری بکنن، البته بسته به سنشون. سن کمتر، کارهای آسان‌تر.
 درضمن باور کنید، خیلی‌ها با همین امکانات، الان از **بچه**‌های ما و خود ما جلوتر

هستند. مطمئن باشید، علت این که اون‌ها موفق‌تر هستند، این نیست که **پدر** و **مادر** اشون، امکانات بیشتری بهشون دادن، نه. علتش اینه که سعی کردن، **بچه** هاشون، خیلی اوقات رو پای خودشون بایستند و مستقل بار بیان.

تازه حاج عمو، بالاخره ممکن است برای هر کسی در زندگی مشکلی پیش بیاد. خیلی‌ها بودن که وضع مالی فوق‌العاده‌ای داشتند، ولی ورشکسته شدن.

این‌ها **اگر فرزندان‌ی تربیت کرده باشند، که همه چیز در اختیارشون باشه، چه جوری می‌تونن، با این مشکلات کنار بیان. عمو** جان، ان‌شالله که هیچ موقعی به مشکلی برنخوری. اما با این روش که امید و آرزو عادت کردند، که همیشه هر چی می‌خوان، در اختیارشون باشه، می‌خواهی چی کار کنی؟

حتماً **عمو** جان، تو زندگی دوستان و اقوام **خودت**، یا **همسرت**، نگاه کنی، می‌بینی که این اتفاقات می‌افته. این رفتاری‌ها به وجود می‌آد. حالا شاید یه عده به ظاهر کمتر و یه عده بیشتر. اما مهم اینه که ما چه قدر آماده‌ایم، چه قدر تمرین کردیم.

باید **بچه** ها یاد بگیرن که هنگام سختی چه کنن. اگر تمرین نداشته باشند، اگر یاد نگرفته باشند، وقتی به مشکل می‌خورن، به گوشه‌ای می‌شینن و دائم با خودشون و خانواده‌اشون و هستی می‌جنگند که چرا من؟

اما اگر یاد گرفته باشند که همیشه فراوانی نیست، همیشه راحتی نیست، و بلد باشن که در وقت سختی چه کنن، این جا به داد **پدر** و **مادر** می‌رسن.

پس اسکندر جان، به نظر من امکانات در اختیار **بچه** هات بذار، خساست نکن، اما سعی کن، توش افراط و تفریط نباشه، گاهی هم که چیزی می‌خواستن، بهشون کمک کن، همون وسایل قبلیشون رو درست کنند. اگر معلم گفت: دفتر جدید، کمکشون کن، همین برگه‌های سفید دفترهای قدیمی که گذاشته کنار رو به هم بچسبونن، خوشگلش کنن و استفاده کنن. شاید به نظرت این حرف خیلی حرف الکی باشه، اما خیلی چیزها رو به **بچه** هات یاد می‌ده.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل یازدهم

فصل دوازدهم:

تئاتر



حاج عمو همین جوری آدرس می داد و اسکندر می رفت، که یهو حاج ننه داد زد، حاجی همین جاست. همه نگاه ها به طرف پنجره جلب شد و دیدن یه رستوران خیلی شیک و با کلاس اون جاس. بعد اسکندر گفت: آفرین حاج عمو، چه باسلیقه. همه وارد رستوران شدند و حاج عمو گفت: همه مهمان من و تا اسکندر اومد حرف بزنه، حاج عمو پیش قدم شد و گفت: در ضمن کسی در مورد حساب کردن صحبت نکنه. اسکندر هم که دید حاج عمو خیلی جدی داره صحبت می کنه، فقط گفت: حاج عمو دستت درد نکنه.

تا غذا رو بیان، اسکندر به حاج عمو گفت: حاج عمو، شما که می گین، اگر **بچه** ها لجبازی کردن، داد و بیداد کردن، شما اهمیتی ندید و عصبانی هم نشید، آخه چه جوری عصبانی نشیم؟

که نگین هم گفت: آره حاج عمو این سوال من هم هست. آخه چه جوری عصبانی نشیم و یا خودمون رو کنترل کنیم؟

وقتی از **فرزند** مان یک عملی سر می زند، ما به عنوان **پدر و مادر**، ابتدا در ذهنمان قضاوت می کنیم، و بعد از آن، دنبال آن هستیم که قضاوتمان را به اثبات برسانیم.

حاج عمو گفت: آقا اسکندر، نگین خانم. دیدید در تئاتر یا فیلم چی کار می‌کنن؟ توی تئاتر و یا فیلم مهم نیست که بازیگر در زندگیش چه اخلاقی داره. هر اخلاقی هم داشته باشه، وقتی نوبت به بازیش برسه می‌ره توی اون نقش و شبیه نقشی می‌شه که بهش دادن.



شما هم موقعی که عصبانی می‌شوید، نقش بازی کنید.

یعنی فکر کنید که دارید فیلم بازی می‌کنید و نقشی که به شما داده‌اند نقش یه **پدر** و یا **مادر** یه که **بچه**‌های شیطون دارن، ولی تحمل می‌کنن و عصبانی نمی‌شوند. قطعاً برای کسی که اول بازیگریش است، خیلی سخته. ممکن است چند بار اول خرابکاری کنه، ولی دوباره تلاش و دوباره تلاش، تا بعد از مدت‌ها بازیگری و نقش بازی کردن می‌ره تو وجودش و راحت نقش‌های مختلف رو بازی می‌کنه.

شما هم همین‌طور. چند دفعه‌ی اول که نقش یک انسان فوق‌العاده صبور رو بازی می‌کنید، اولش خیلی سخته، اما مهم اینه که ناامید نشید. یعنی تا یک بار به یک مشکلی خوردید، نگید بابا من که نمی‌تونم. هی تمرین نشان ندادن عصبانیت و هی تمرین و بعد از مدتی عصبانی نشدن می‌ره توی وجودتون و خیلی راحت این کار رو انجام می‌دید.

پس سعی کنید برید تو نقش یه آدمی که می‌تونه عصبیتش رو کنترل کنه و با تکرار و تکرار به این جا می‌رسید.

البته نگین خانم و آقا اسکندر، قبل از این که بگیم چرا **بچه**‌ها مون این شکلین، بیایم فکر کنیم، که چی کار کنیم، اصلاً **بچه**‌ها مون از نظر رفتاری درست باشن.

اجازه بدید، براتون یه مثال بزنم.

عمل به دانسته‌ها:

مشکل خودتان و یا همسرتان و یا فرزندتان را پیدا کنید و برای برطرف شدن آن مشکل، برای هر کس نقشی تعیین کنید.

مشکل:

نقش خودم:

نقش همسر م:

نقش فرزند و یا فرزند انم:

حاج عمو که گفت: اجازه بدید یه مثال بزنم، حاج ننه گفت: حاجی بعد از چند سال ما رو آوردی بیرون، همش داری حرف می‌زنی! حاج عمو گفت: حاج ننه، قول می‌دم، غذا رو آوردن، دیگه فقط ساکت بشینم و حواسم به شما باشه. بعد حاج عمو گفت: حاج ننه، اجازه می‌فرمایید. که حاج ننه گفت: خیلی خوب. حاجی، بگو، ان‌شالله که این حرف‌ها به کار **بچه‌ها** بیاد.

بعد حاج عمو گفت: اسکندر جان، نگین خانم، فکر کنید در شهری هستید که، پلیس پیشگیری از جرائم، خیلی کارش را درست انجام نمی‌دهد، ولی قوه‌ی قضائیه‌ی بسیار محکم و سفت و سختی دارد.

و یادرو شهری زندگی می‌کنید که دقیقاً مخالف مثال بالا است. یعنی پلیس پیشگیری از جرائم بسیار قوی دارد و قوه‌ی قضائیه‌ای که مراعات حال مردم را می‌کند.

احساسات را زیر سوال نبرید و رفتارها را محکوم کنید.
یعنی نگیم که چرا عصبانی هستی،
بگیم که، چرا وقتی عصبانی هستی،
داد می‌زنی.



ولی در مثال پایین قبل از این که بخواهد جرمی اتفاق بیفتد، پلیس متوجه می شود و با راهنمایی مردم جلوی اتفاق نامناسب را می گیرد. یعنی اگر قرار باشد کسی پول مردم را به هر شکل بگیرد و فرار کند، پلیس هشدارهای لازم را می دهد. نگین خانم، آقا اسکندر که می گید **بچه** های ما لج بازی می کنن؟ طرز رفتار شما در برابر امید و آرزو شبیه به کدامیک از این شهرهاست؟ سعی کنید فکر کنید که **چی کار می تونید بکنید که بچه ها اصلاً به سمت اشتباه نرن، نه این که بی خیال باشیم، بعد وقتی اشتباه کردن، به فکر تنبیه کردنشون باشیم.**

عمل به دانسته ها:

فکر می کنید در آینده فرزند شما ممکن است به سمت چه اشتباهاتی برود؟

- ۱
- ۲
- ۳

برای آن چه برنامه هایی دارید؟

- ۱
- ۲
- ۳

چه جوری تنبیه کنیم که **بچه** هامون بیشتر یاد بگیرن که رفتارشون اشتباهه؟ خوب همین وقت رو بذارید برای این که به **بچه** ها کمک کنیم تا یاد بگیرن چه جوری از همان اول رفتارشون درست باشه. می دونید مشکل کجاست؟ مشکل اینه که تا وقتی **بچه** های ما مشکل ندارن، ما هم بی خیال هستیم و می گیم، خوب **بچه مون** که سالمه، پس بی خیال می شیم.

مثل پلیس پیشگیری از جرائم باشید. یعنی وقتی هم که سالمن بازم باید حواسمون باشه. سعی کنیم بهتر هم بشن. البته این به معنای سخت گیری نیست. سخت گیری نکنید، ولی بی توجه هم نباشید.

مثلاً: یکی از کارهایی که باید نگین خانم انجام بدید، چون شما بیشتر دوستان و همسالان امید و آرزو رو می شناسید، ببینید رفقاش چه مشکلاتی رو دارند و سعی کنید که یاد بگیرید که چی کار کنید که **بچه**ی شما، این رفتار اشتباه رو یاد نگیره. خیلی این موضوع رو جدی بگیرید.

من دیدم و قطعاً شما هم دیدید که کسانی بودن که خیلی عالی و مثبت بودن، اما بعد از مدتی، شنیدیم که فلانی خلافاً کرده.

خوب یکی از علت هاش اینه که چون **بچه** مثبت بوده، **پدر** و **مادر** دیگه بی خیال شدن و مراقب نبودن و کار خراب شده. که نگین گفت: آره حاج عمو گل گفتی. حتماً اسکندر یادشه، یکی از اقوام ما به همین قضیه مبتلا شد. یعنی کسی که ما فکر نمی کردیم، بعد از مدتی شنیدیم که اون پسر، راهش رو عوض کرده، که اسکندر هم گفت: آره، واقعاً حیف شد.

بعد حاج عمو گفت: پس بدون این که حساسیت ایجاد کنید، دورادور مراقب امید و آرزو باشید و همون جوری که قبلاً گفتم، خودتون باهاشون رفیق بشید، تا مشکلات رو به خود شما بگن و شما راهکارها رو یاد بگیرید.

به اندازه ای که به دنبال پیدا کردن نقاط ضعف **فرزند**تان هستید، دنبال پیدا کردن نقاط قوتش باشید. اگر **فرزند** شما، ۵ نمره ای ۲۰ داشته باشد و یک نمره ای ۱۹، شما احتمالاً نمره ای ۱۹ او را خواهید دید.



عمو جان در ضمن همین که حاج عمو گفت: در ضمن، غذا رو آوردن و حاج عمو یهو ساکت شد، که نگین گفت: حاج عمو، در ضمن چی؟

که حاج عمو گفت: نگین خانم ببخشید، به حاج ننه قول دادم، غذا اومد دیگه صحبت رو کنار بذارم. ناهار رو خوردیم، رفتیم خونه اگر دوست داشتید، می‌گم که چی می‌خواستیم بگم.

بعد حاج عمو به اسکندر گفت: آقا اسکندر پس چی شد؟

نگین گفت: حاج عمو، چی، چی شد؟

حاج عمو گفت: عجله نکن، نگین خانم. که اسکندر رفت پیش حاج عمو و یه بسته‌ای رو به حاج عمو داد. حاج عمو هم بسته رو داد به حاج ننه و گفت: حاج ننه، تولد مبارک.

نگین که تعجب کرده بود، گفت: حاج عمو، واقعاً شما از جوون‌های این دوره و زمونه هم مدرن‌ترید. که حاج ننه هم گفت: آره نگین خانم. همون موقع هم که حاج عمو جوون بود، همه دخترها از خدایشون بود که با حاج عمو ازدواج کنن. به خاطر همین، بعد از ازدواج ما، تا مدت‌ها دخترهای محل با من خیلی سر سنگین بودن. نگین هم گفت: حق داشتن، حاج عمو خیلی فوق‌العاده‌س. که اسکندر گفت: و من هم خیلی فوق‌العاده‌م. که همه زدند زیر خنده.

از این فصل آموختیم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل دوازدهم

فصل سیزدهم:

عصبانیت در زندگی



داشتند جشن تولد رو برگزار می کردند، که شنیدن، یه صدایی از پشت سر، گفت: سلام حاج عمو.

برگشتن، دیدن حاج آقا. حاج عمو گفت: به به حاج آقا، سلام. خیلی خوش آمدید، از این ورا؟

حاج آقا گفت: راستش حاج عمو، امروز با خانم جشن گرفتیم، که نگین خانم گفت: چه جالب حاج آقا، ما هم امروز جشن گرفتیم.

حاج عمو گفت: حاج آقا جشن چی؟ حاج آقا گفت: جشن آشتی کنون. اسکندر که تعجب کرده بود، گفت: حاج آقا شما چرا؟ از شما بعید بود! ما کلی تعریف شما رو پیش حاج عمو کرده بودیم. حاج آقا گفت: مگه چی شده؟ جشن گرفتیم، اشکال داره؟ اسکندر گفت: نه حاج آقا. این که با حاج خانم دعواتون شده رو می گم.

حاج آقا خنده ای کرد و گفت: آقا اسکندر، اولاً که بالاخره تو زندگی همه مشکل و ناراحتی پیش می آید. مهم اینه که نذاریم، اون ناراحتی ادامه پیدا کنه.

دوماً: من و حاج خانم دعوامون نشده! اسکندر گفت: پس جشن آشتی کنون چیه؟ حاج آقا گفت: آقا اسکندر، چند روز پیش یه زن و شوهری با هم دعواشون شده بود و مرد خونه، اومد پیش من و گفت: حاج آقا چه کنم؟ چند وقته که دیگه از این زندگی خسته شدم. خانمم از یک طرف، بچه هام از یک طرف. همه اعصابمو ریخته به هم. بچه غر می زنه، خانمم اعصاب نداره، نمی تونیم، دو دقیقه با هم حرف بزنیم. دیگه می خوام از هم سرم جدا شم.

پیامبر خدا (ص):
این گفتار مرد به همسرش که من تو را
دوست دارم،
هرگز از قلب زن بیرون نمی‌رود.



اولین حرفی که من زدم، این بود که اگر بچه نداشتی هم نباید از همسرت جدا بشی. حتماً داستان زندگی امام حسن (ع) و همسرش رو شنیدی؟

همسری که به آقا زهر داد، ولی آقا امام حسن (ع)، در وصیتشان به امام حسین (ع) فرمودند: حسین! اهل و عیال و خانواده‌ام را که پشت سر خود گذاشتم، به تو می‌سپارم و تو را سفارش می‌کنم از خطاکارشان درگذری و از نکوکارشان استقبال کنی و پس از من، به جای من پدرشان باشی.

ببین همسر تو هر چیزی هم که باشه، هنوز قصد کشتن تو رو نکرده. در ضمن شما بچه دارید، می‌دونید با طلاق چه بلایی سر بچه‌ها می‌آرید؟ آینده‌ی یک انسان خراب می‌شه، به خاطر دو تا انسانی که نخواستن، با هم کنار بیان.

در ضمن، گفتم، چند وقته. یعنی قبلاً با هم مشکل نداشتید؟
گفت: حاج آقا مشکل داشتیم، اما کمتر. نمی‌گم اصلاً مشکل نداشتیم، اما این جورِ اعصابامون خورد نبود، دائم دعوا نبود.

آقا اسکندر، بعد من بهش گفتم: دوست عزیز، شنیدم جدیداً شما موبایل و اینترنت گرفتید؟ گفت: بله حاج آقا. اما چه ربطی داره.
من هم بهش گفتم: من یک مثالی می‌زنم، امیدوارم که بعد از مثال من متوجه بشی که مشکل کار کجاست.



فکر کن یک انسانی رو ببینی که از اول صبح داغونه. نگاهش که می‌کنی، احساس می‌کنی، همه‌ی کشتی‌هاش غرق شده. اعصابش به هم ریخته‌اس. سر میز صبحانه سر همسرش، همش غر می‌زنه. بچه‌اش که از خواب بیدار می‌شه، جرات نمی‌کنه، طرفش بره. میره سر کار، تا همکاریش رو می‌بینه، شروع می‌کنه به ناله و نفرین.

بعد آقا اسکندر از اون آقایی که اومده بود شکایت پرسیدیم، به نظرت چرا این آدم این شکلی شده؟

گفت: نمی دونم، حاج آقا.

حاج آقا ادامه داد: علتش اینه که، آقا تا از خواب بیدار شده رفته سراغ موبایلش. یعنی هنوز دو به شک هست که بیداره و یا خواب، موبایلش رو باز می کنه و می ره سراغ اخبار.

می بینه که دوباره قیمت خونه رفته بالا و از شانس بدش قیمت طلا اومده پایین (آخه هفته‌ی پیش رفته طلا خریده). بعدش هم اخبار سیاسی رو پیگیری می کنه که فلانی در فلان نقطه‌ی جهان، حرفی رو زده و مردم عصبانی شدن و ریختن در خیابان.

بعد می‌ری سراغ **زن و مادر** خانه.

شب قبل از خواب، چک می کنه که در گروه **فامیلی** چه حرف‌هایی زده شده. بحث‌ها و گفتگوها رو می خونه و از یه جایی به بعد خودش هم وارد بحث می شه و هر چند دقیقه یک بار، با حالت عصبانیت می گه: این عجب آدمیه

و در حین گفتگو، با حالت عصبی، خوابش می بره. صبح هم که از خواب بیدار می شه، اول می ره سراغ گفتگوهای دیشب و کل کل‌ها رو می خونه و دوباره اول صبحش رو با عصبانیت شروع می کنه.

حالا این **خانواده** رو تصور کن. فکر کن، اول صبح که پا شدن و **بچه‌اشون** با انرژی بیدار شده و می گه **مامان** سلام، **بابا** سلام، با چه عکس‌العملی مواجه می شه؟

در ضمن بعد از یه مدتی **بچه** هم معتاد به موبایل می شه و بازی‌هایی که همش با هم درگیر هستن و خون و خونریزی. به نظر تو، توی این خونه آرامش برقرار می شه؟

پدری عصبانی دنبال فرزندش می دوید تا او را بزند و همسرش می گفت: صبر کن و یک فرصت دیگه بهش بده.
و پدر همان طور که می دوید، جواب داد:
آخه ممکن است دیگه این کار را انجام ندهد.



بارها این جمله را یا به **فرزند**انمان گفتیم
و یا از **پدر و مادر**مان شنیدیم:
(مگه من صد بار به تو نگفتم)
خوب اگه صد بار گفتمی و نتیجه نداده؛
به جای این که بار صد و یکم بگی،
روست رو عوض کن!



حاج آقا که نمی‌خواست اسم اون شخص رو بپاره، که خدایی نکرده آبروش نره، رو به اسکندر گفت: آقا اسکندر، این آقا به من گفت: حاج آقا فهمیدم و رفت که ببینه می‌تونه زندگیش رو درست کنه و یا نه؟
بعد از چند روز دوباره برگشت و گفت: حاج آقا زندگیمون بهتر شده، اما هنوز هم مثل قبل نشده.

من هم گفتم: اگر اشکال نداره، شما تشریف ببرید خونه و از حاج خانم اجازه بگیرید، اگر ایشان هم موافق بودن، بنده یه سر پیام منزل شما، ببینیم چی کار می‌شه کرد.
اون آقا گفت: نه حاج آقا، مشکلی نداره، تشریف بیارید. بعد من هم گفتم: دوست عزیز یکی از اشکالات شما همینیه. **برای همسر و فرزندتون احترام قائل نیستید.**

ببین دوست عزیز، امام صادق (ع) فرمودند: هر کس بیشتر دوستدار ما باشد، به **همسر**ش بیشتر دوستی می‌کند. شما همین جوری می‌فرمایی که نه حاج آقا بیا، ممکنه **همسر** شما امروز کار داشته باشه. به فرمایش امام صادق (ع)، برو منزل و از **همسرت** با دوستی و محبت اجازه بگیر که امروز حاج آقا بیاد، یا نه.
یه جوری اجازه نگیری که بنده‌ی خدا از ترسش بگه باشه، یا اگه گفت: نه، خون و خونریزی راه بندازی.

ببین خود من که می‌بینی، الان بدون این که به **همسر**م بگم، به شما می‌گم، پیام خونتون، قبلاً با **همسر**م صحبت کردم و اجازه گرفتم، که اگر مشکلات این‌گونه پیش اومد، اجازه دارم، بدون این که به شما بگم، قرار بذارم، که **خانمم** اجازه دادن. تازه من با دختر بزرگم صحبت کردم، و بهش گفتم که، **دخترم** من مجبورم به خاطر کارم،

وقت و بی‌وقت شما رو تنها بذارم، اما بهت قول می‌دم که همین که کارم تموم شد،
یه زمانی رو بذاریم و چند ساعت با هم باشیم.

این جووری **بچه** شخصیت پیدا می‌کنه. خلاصه، اون آقا قرار شد که بره با **خانمش**
صحبت کنه که من برم خونه‌شون یا نه؟

آقا اسکندر، بعد من رفتم پیش حاج خانم و گفتم: خانم یه پروژه‌ی بزرگ دارم. دعا
کن که خدا مثل همیشه کمک کنه تا بتونم به این زن و شوهر کمک کنم، تا دوباره
آرامش به این زندگی برگرده. چون با این شرایط، **بچه‌شون** خیلی ضربه می‌خوره.
اگر ان‌شالله موفق شدم، یه شام مهمون من. که **خانمم** گفت: خدایا، خیلی دلم شام
بیرون رو می‌خواد، خودت به حاجی کمک کن.

چند ساعت بعد، اون شخص اومد، دنبال من که حاج آقا، هماهنگ کردم، می‌شه
تشریف بیارید منزل ما؟

تو راه که داشتیم می‌رفتم، اون آقا به من گفت: حاجی شاید باورت نشه، رفتم
خونه و به **خانمم** گفتم: **خانم** می‌شه امشب حاج آقا رو دعوت کنم، منزل؟ **خانمم**
که تا حالا همچین جمله‌ای رو از من شنید، یه چند ثانیه‌ای به من نگاه کرد و گفت:
خوبی؟ یه دقیقه رفتی پیش حاجی معجزه شد، حتماً بگو بیاد، شاید زندگی ما یه
سر و سامون بهتری گرفت.

تازه حاج آقا رفتم، پیش **بچه‌م** و بهش گفتم: **بابا** همه کارهات رو کردی، می‌خوام
مهمون دعوت کنم؟

من هم گفتم: آفرین. مطمئن باش، همین رفتار امروزت کلی کار من رو راحت‌تر کرد.



بعد رسیدم منزله این آقا و یا الله کنان وارد شدیم. سلام کردم، و بعد از پذیرایی گفتم: من در خدمتم، بفرمایید، چه مشکلی وجود دارد، تا من در حد توانم مشکل رو برطرف کنم.

اول **مرد خونه** شروع کرد به حرف زدن و گفت: یکی از مشکلات همین **بچه**ی ماست. اصلاً بلد نیست حرف بزنه. بعد **فرزند** خونه، یه جمله‌ای رو گفت، که **باباش** دوباره عصبانی شد و به من گفت: حاج آقا، دیدی به من چی گفت. بی تربیت. اصلاً بزرگ‌تر کوچک‌تری حالیش نمی‌شه. مثل برده‌ها کار می‌کنم تا یه لقمه بیارم سر سفره، اینم جای دست درد نکنه‌شه. اصلاً حالیش نیست که من باباشم. آخه حاج آقا دفعه‌ی اولش که نیست.

اگر فرزند شما به خاطر ترسیدن از شما، کاری رو انجام ندهد، علت انجام ندادن آن کار ترس از تنبیه است و نه به خاطر فهمیدن زشتی آن کار. پس اگر ترس از بین برود، دوباره آن کار را انجام می‌دهد.

بعد هم **خانم خونه** گفت: آره حاج آقا، این **بچه** خیلی بی تربیته. حتی بلد نیست که چه جور باید با **مادرش** صحبت کنه.

حاج آقا، عین **باباشه**! عین کلفت‌ها دارم تو خونه کار می‌کنم، بیا اینم عاقبتش. نه **بچه**م احترامم رو نگه می‌داره، نه **باباش**.

بعد حاج آقا رو به حاج عمو کرد و گفت: حاج عمو کاشکی اون جا بودی. خیلی جای خالیت رو حس کردم. یعنی هر وقت می‌رم، مشکل یک نفر رو حل کنم، همین که شما باشی، خیالم راحت، که آخرش درست می‌شه. حاج عمو گفت: شما لطف داری حاج آقا.

نگین که انگار دل تو دلش نبود، گفت: حاج آقا، بعدش چی شد؟

حاج آقا گفت: تازه این اول ماجرا بود!

آقای خونه، وقتی این صحبت‌های **خانمش** رو شنید گفت: آخه **خانم** من، انسان

باش. چرا هیچ وقت حاضر نیستی خوبی‌های من رو ببینی؟ بین زن‌های مردم چه جووری هوای شوهراشون رو دارن. هر وقت یکی می‌آد، آبروی من رو می‌بری. حاج آقا، هر کی از خونه‌ی ما می‌ره بیرون، چند روز بعد که من رو می‌بینه، از بس که این زنه از من بد گفته، فکر می‌کنه، کرو کودیل دیده. آخه چرا این قدر اذیت می‌کنی؟ از اولش هم همین بودی.

بعد من گفتم: خیلی خوب، حالا لطفاً همه ساکت باشید، من یه راهکار بدم، تا ان‌شالله وضع زندگیتون بهتر بشه.

اما شرطش عمل کردن به این گفته‌ی منه. من بگم و برم و شما بگید: به‌به و چه‌چه، بعد همون رفتار قبلی فایده‌ای نداره. اگر قول می‌دید که عمل کنید من بگم؟ که هر جفتشون قول دادن.

بعد من گفتم: یه سوال. هر وقت شروع می‌کنید به گفتن این جملات به درون قلبتون رجوع کنید و ببینید با گفتن این جملات حالتون بهتر می‌شه؟ بعد از گفتن این جملات حس می‌کنید آرامش به زندگیتون بر می‌گرده؟

یعنی شما اگر فرزندت جووری صحبت می‌کنه، که احساس می‌کنی، زیبا نیست، وقتی بهش می‌گی، بی‌تربیت. اصلاً بزرگ‌تر کوچک‌تری حالیش نمی‌شه. مثل برده‌ها کار می‌کنم تا یه لقمه بیارم سر سفره، اینم جای دست درد نکنشه. اصلاً حالیش نیست که من باباشم. بعد از گفتن این جملات فکر می‌کنی اوضاع مناسب‌تر می‌شه. بعد اون آقا گفت: نه، چند دقیقه‌ی بعد، دوباره همون رفتار تکرار می‌شه.

بعد رو به خانم خونه کردم و گفتم: شما هم نظرتون همینه؟ یعنی اگر با فرزندتون و همسرتون با عصبانیت و توهین صحبت کنید، حس خوبی پیدا می‌کنید؟ که خانم خونه گفت: شاید اون لحظه آروم بشم. اما لحظه‌ای. چون بعدش همسرم جواب می‌ده و دعوا همین جووری ادامه پیدا می‌کنه.

بعد من گفتم: به خاطر خودتون هم که شده آرام باشید.

امام علی (ع) فرمودند: همیشه با همسرت مدارا کن، و با او به نیکی همنشینی کن، تا زندگیت باصفا شود.

عمل به دانسته‌ها:

قطعا هنگام عصبانیت، فکر کردن به این که من چی بگم، چی نگم، خیلی سخته.

بنابراین یک پیشنهاد:

در ذهن خودتون مرور کنید که هنگام عصبانیت چه حرف‌هایی رو می‌زنید و یا چه حرف‌هایی رو ممکن است بزنید.

بعد آن‌ها را یادداشت کنید و جلوش علامت بگذارید، که کدوم حرف‌ها گفتنش هیچ ارزشی ندارد.

قطعا اگر روی موضوعی فکر کنید، در زندگی واقعی و در برخورد با مسائل اثرش را خواهد گذاشت.

خواهشاً این موارد را انجام دهید، تا ان‌شالله زندگی شما شیرین‌تر شود.

- ۱- علامت: ☒ ☐
- ۲- علامت: ☒ ☐
- ۳- علامت: ☒ ☐
- ۴- علامت: ☒ ☐
- ۵- علامت: ☒ ☐

ببینید، اگر هم هزار تا حرف زده شد، شما مدارا کنید، شاید فکر کنید که طرف مقابل پرو می‌شه. نه این‌طور نیست. اگر قاره زندگی‌ها درست بشه، باید این اتفاق بیفته



حالا **همسرت** یه حرفی زده که باب میل

تو نبوده، یه خریدی کرده، که خوب نبوده، تو ادامه‌ش نده. اشکال نداره، که راجع به این مسائل صحبت کنید، اما بدون توهین. مطمئن باشید این نوع حرف زدن‌ها حال هر جفتتون رو بد می‌کنه.

بعد به اون آقا گفتم: آقا جان، من خیلی اوقات دیدم که شما توی مسجد پشت سر

من نماز می خونید. ببینید دوست عزیز، ما نماز می خوانیم به خاطر بهشت. درسته که در اصل باید عبادت از شوق خدا باشه، اما من دارم راجع به خودم و شما صحبت می کنم، که از شوق بهشت نماز می خونیم. التبه اشکال هم نداره. ان شاءالله بهشت رو هم به ما می دن. اما راه بهشت رفتن هم به نمازه و هم نیکی به خانواده.

پیامبر (ص) فرمودند: بهترین مردان امت من، آن کسانی هستند که نسبت به خانواده ی خود خشن و متکبر نباشند و بر آن ها ترحم و نوازش کنند و به آنان آزار نرسانند.

بعد خانم خونه، این حدیث را که شنید، گفت: حاج آقا نمی دونم این رو بگم، یا نه؟ اما این آقا وقتی عصبانی می شه، گاهی اوقات، دست روی من بلند می کنه.



حاج آقا، یهو دید حاج عمو عصبانی شد و گفت: بگو ببینم، حاج آقا، شما چی گفتید؟ آخه من از این کار این قدر متنفرم که اگر بفهمم، در اطراف من کسی این کار رو بکنه، کلاً باهاش قطع رابطه می کنم، تا این که توبه کنه و دیگه این کار رو نکنه.

برخی از والدین به اشتباه فکر می کنند، علت این که فرزندان چند بار یک کار زشت را تکرار می کند، این بوده که شدت تنبیه کم بوده و به شدت آن می افزایند.



حاج آقا ادامه داد: حاج عمو من هم مثل شما، وقتی این حرف رو شنیدم، اعصابم ریخت به هم. یه چند ثانیه ای صبر کردم و بعد گفتم: ببین آقا، پیامبر (ص) فرمودند: هر کس به صورت زنش سیلی بزند، خداوند به آتشبان جهنم دستور می دهد، تا در آتش جهنم، هفتاد سیلی بر او بزند.

ببین آقا، یعنی اگر حواست رو جمع نکنی و خدایی نکرده، دستت روی **همسرت** بلند شه، دین ما می‌فرماید:

اولاً: سیلی می‌خوری،

دوماً: از دست آتشبان جهنم سیلی می‌خوری. یعنی توی جهنم هستی و سیلی می‌خوری.

و سوماً: یک دونه نه، بلکه هفتاد برابر.

پس حواست باشه. خیلی مراقب خودت باش. هر وقت خدایی نکرده خواستی این کار رو انجام بدی، فکر کن طاقت خوردن ۷۰ برابر سیلی، اون هم از دست آتشبان جهنم رو داری؟ مطمئن باش، پیامبر (ص)، چیزی جز حقیقت نمی‌فرمایند. حتماً سیلی خواهی خورد. پس به هیچ عنوان حتی به زدن هم فکر نکن.

بعد رو به خانم کردم و گفتم: حاج خانم، من به **آقاتون** گفتم، اما شما هم مواظب باشید! گاهی بعضی از خانم‌ها حرف‌هایی می‌زنن که می‌دونن، این حرف‌ها طرف مقابل رو اذیت می‌کنه. شما هم، حق زدن این حرف‌ها رو ندارید.

حاج عمو، بعد بهشون گفتم، یه بار دیگه حرفم رو تکرار می‌کنم، حرفی که می‌خواهین بزنین رو فکر کنید، اگر بعد از زدن اون حرف، آرامش به زندگی شما بر نمی‌گرده، نزن. اجازه بده وقتی جفتتون آروم شدید، بعد اون حرف رو بزنین.

بعدش اون آقا گفت: **بچه‌مون** رو چی کار کنیم که یه وقتایی حرف‌هایی می‌زنه، که ما اعصابمون می‌ریزه به هم.

من هم گفتم، هیچی.

خانم خونه گفت: یعنی چی حاج آقا؟ گفتم: ولش

کنید، اگر شما یاد بگیرید که چه جوری با هم حرف

بزنیند، اون رفتار شما رو تکرار می‌کنه.



در ضمن این مطلب رو هم بگم و بعد برم.

چرا هر چیزی را که قبلاً بوده تا الان تو ذهنتون نگه داشتید؟ تو صحبت‌هاتون شنیدم که می‌گفتید که تو چند سال پیش این کار رو کردی، اون یکی می‌گفت:

مادر تو دو ماه قبل این رو گفت. خوب چرا همون موقع حلش نکردید، حالا فرض که حلش نکردید، چرا تا الان همراهتونه؟
یا مشکل رو برطرف کنید، یا بندها زید دور. هی بدی‌ها رو، توی ذهنتون، جمع کردید روی هم.
 حاج عمو، از خونه‌شون اومدم بیرون، همین دیروز، **مادر** و **پدر** و **بچه** اومدن دم خونه‌ی ما برای تشکر و من هم که به **خانمم** گفته بودم، اگر مشکل حل بشه، شام مهمون من، اومدیم که به قولم عمل کنم.
 بعد همگی دور هم جشن گرفتن.

از این فصل آموختم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل سیزدهم

فصل چهاردهم:

نصیحت کردن خودمان



بعد از غذا خوردن، همگی راه افتادن به سمت ده. با خستگی به ده رسیدند و رفتند که بخوابند. صبح وقتی اسکندر از خواب بیدار شده بود، دید که سر ظهره. نگاه به اطراف انداخت و دید هنوز نگین و **بچه** ها خوابن. رفت پیش حاج عمو و حاج ننه، که دید حاج ننه نشسته و داره قرآنش رو می خونه.

سلام کرد، و حاج ننه جواب سلامش رو داد. گفت: حاج عمو کجاست؟ که حاج ننه گفت: چند روز بود، سر زمین نرفته بود، بعد از نماز رفت، سر زمین. اسکندر به حاج ننه گفت: حاج ننه، پس چرا حاج عمو من رو برای نماز صبح بیدار نکرد، که حاج ننه گفت: اسکندر، مادر، حاج عمو هیچ وقت هیچ کسی رو از خواب بیدار نمی کنه، مگر این که بهش گفته باشن.

اسکندر گفت: یادش به خیر، از قدیم اخلاقش همین شکل بود. اون موقع که ما **بچه** بودیم، هر موقع شب ها خونه ی شما می خوابیدیم، حاج عمو فقط شرط کرده بود، هر کس شب زود بخوابه و صبح موقع نماز بیدار بشه با هم می رن صحرا و تو صحرا هم کلی بازی می کردند و برمی گشتند.

این قدر حاج عمو قشنگ با **بچه** ها بازی می کرد، که احتیاج نبود، کسی رو برای نماز صبح بیدار کنن، همه موقع نماز صبح، آماده می شدن و نماز صبح رو می خونیدیم و می نشستیم تا نماز حاج عمو تموم بشه و باهش بریم صحرا. که حاج ننه گفت: آره اسکندر جان. خیلی دوران خوبی بود.

صحبت که به این جا رسید، حاج عمو از در اومد تو و سلام کرد، همین جوری که حاج عمو و حاج ننه و اسکندر داشتند، سلام و احوالپرسی می کردند، نگین و **بچه** ها

هم بیدار شده بودند و به بقیه پیوستند.

اسکندر که چشمش به **بچه** ها افتاد، گفت: چه خبر تونه، تا این موقع خوابیدید؟ بعد

حاج ننه گفت: **رطب خورده، منع رطب چون کند؟**

بعد نگین گفت: حاج عمو دیروز چی می خواستید بگید، که نشد.

حاج عمو گفت: ماشاءالله حافظه ی نگین خانم. خودمم یادم رفته بود، که می خواستم

چیزی بگم.

بعد حاج عمو گفت: می خواستم همین شعر حاج ننه رو بگم، که حاج ننه، تو یه بیت

شعر گفت.

مطلبی که می خواستم بگم، این بود: «نصیحت کردن».

ببینید اسکندر جان، نگین خانم، نصیحت کردن خوبه. اصلاً ما باید به عنوان **پدر** و

مادر، به عنوان **همسر**، اگر احساس کردیم، جایی یکی از اعضای **خانواده** ی ما داره راه

اشتباه می ره، باید نصیحت کنیم، اما باید توجه داشته باشیم که **نصیحت کردن باید**

همراه با نصیحت خودمان باشد.

اسکندر جان، حاج آقای محل، که رفتیم منزلشون، هر وقت می خواد نماز جمعه رو

شروع کنه، می گه: اول خودم و بعد شما را دعوت می کنم به تقوای الهی.

یعنی **نصیحت همیشه باید اول از خود آدم شروع بشه.**

یعنی اگر اشکالی در امید و آرزو می بینید، اگر اشکالی در نگین خانم و یا آقا اسکندر

وجود داره، اول دنبال سهم خودمون بگردیم.

قبل از نصیحت دیگران خودمان را

نصیحت کنیم.

یعنی اگر از **خانواده** ی ما اشتباهی سر زد، اول فکر کنیم، سهم ما در این اشتباه

چه قدر بوده است و سعی در جبران آن اشتباه داشته باشیم و این گونه **خودمان را**

نصیحت کنیم. در ضمن هنگام نصیحت کردن هم سهم خودتان از این اتفاق را بیان

کنید. یعنی به خودتون یادآوری کنید که من هم توی این قضیه بی تقصیر نیستم.

عمل به دانسته‌ها:

اگر از یکی از اعضای خانواده‌تان (همسر، فرزندان) مشکلی دیدید، سهم خودتان رو از این اشتباه و مشکل پیدا کنید.
یعنی من اگر چه کاری نمی‌کردم و یا چه کاری انجام می‌دادم، این مشکل به وجود نمی‌اومد.

مشکل:

ایراد و یا ایرادات من:

۱.....

۲.....

۳.....

مثلاً: می‌خوان برن مدرسه و دیر از خواب بیدار می‌شن. هی سر امید و آرزو غر می‌زنید که چرا دیشب دیر خوابیدی، چرا صبح تنبلی کردی تا بیدار بشی، اما یادت رفته که خودت تا دیر وقت داشتی تلویزیون نگاه می‌کردی؟ صدای تلویزیون رو زیاد کردی و بعد به امید و آرزو گفتید: برید تو اتاق و بخوابید. این جا اشتباه خودت رو به خودت بگو.

و یا آقا اسکندر، نگین خانم سر یک قضیه‌ای به مشکل بر می‌خورد و گفتگو و بحث بالا می‌گیره و هر کدامتون دارید دیگری را نصیحت می‌کنید که ببین، تو نباید این گونه حرف می‌زدی و اون یکی تون هم می‌گه: حرف زدن خودت رو ندیدی؟ همان‌طور که به دیگری می‌گیم تو نباید این جوری صحبت می‌کردی، به **خودمان** برگردیم و بگوییم من هم نباید این‌گونه حرف می‌زدم.

خیلی جالبه **عمو جان**. توی ده یه **زن** و **شوهری** دعواشون شده بود، که به من و حاج آقا گفتن بریم برای نصیحت. با حاج آقا رفتیم، منزل اون بنده خدا و وقتی وارد شدیم، بعد از سلام و احوالپرسی، حاج آقا شروع کرد به صحبت کردن که باید این موارد را در زندگی رعایت کنیم.

هر کسی خودش رو درست کنه،
هم خانواده درست می شه
و هم جامعه.
کاری به دیگران نداشته باش، خودت درست شو.

چیزی که برای من جالب بود این بود که هر چند دقیقه یکبار مرده به زنه می گفت: ببین، حاج آقا با شما هست. و چند دقیقه‌ی بعد بالعکس، زنه به مرده می گفت: بعضی‌ها باید گوش کنن.

این جا بود که من اخم‌هامو کردم توی هم و به این زن و شوهر گفتم: خجالت بکشید. یهو دیدم که همه که تا حالا خیلی کم عصبانیت من رو دیده بودن، ساکت شدن. یهو نگین گفت: آره واقعاً، عصبانیت حاج عمو دیدن داره.

بعد حاج عمو که معلوم بود، همین الان هم که داره تعریف می کنه، ناراحته، گفت: من به اون زن و شوهر گفتم: خجالت بکشید. اگر این قدر که تو فرمایشات حاج آقا دنبال محکوم کردن دیگری بودید، دنبال این بودید که اشکالات خودتون رو متوجه بشید و برطرف کنید، تا حالا زندگی تون درست شده بود. چیه، همش دنبال محکوم کردن همدیگه هستید؟ بعد به حالت ناراحتی به حاج آقا گفتم: حاج آقا بریم. اگر بخوان زندگی شون رو درست کنن، همین فرمایشات شما کافیه.

بنده خدا حاج آقا هم بدون این که از ناراحتی من، ناراحت بشه، گفت: چشم حاج عمو و دوتایی اومدیم بیرون.

البته بعداً از حاج آقا عذرخواهی کردم، که این جواری صحبت کردم، که حاج آقا باز من رو شرمنده کرد و گفت: حاج عمو اگر شما نبودید، کار این قدر خوب پیش نمی رفت. همون فرمایش شما، به اندازه‌ی یک سخنرانی من ارزش داشت.

جالیه، چند ماه بعد که تو مسجد اون آقا من رو دید، گفت: حاج عمو، داد زدن شما، زندگی ما رو درست کرد. یعنی شما که رفتید، من و خانم تا چند لحظه منگ بودیم، بعد از چند دقیقه که به خودمون اومدیم، من به خانم گفتم: حرف خوبی رو حاج عمو زد. بیا از این به بعد به جای این که دنبال ایرادات همدیگه بگردیم، دنبال ایرادات

خودمون بگردیم و کاری به دیگری نداشته باشیم که وظیفه‌اش رو درست عمل می‌کنه، یا نه.

ما بیایم، **خودمون** اشکالاتمون رو متوجه بشیم و شروع کنیم به درست کردن. حاج عمو شاید باورتون نشه، البته **خودمون** هم باورمون نمی‌شد که این قدر زندگی ما عوض شده که یه عده فکر کردن که ما رو چیزخور کردن. هر چی هم می‌گیم ما **خودمون** تصمیم گرفتیم که عوض شیم، کسی باورش نمی‌شه.

حاج عمو هم گفت: البته من نباید عصبی می‌شدم. درمورد **فرزندمون** هم همین، الان اگر من به شما و نگین خانم بگم که وظیفه‌ی امید و آرزو درباره‌ی شما چیه؟ نیم ساعت صحبت می‌کنید، اما فکر می‌کنید شما وظیفه‌ای در قبال این بچه‌ها ندارید. متأسفانه خیلی از **پدرها** و **مادرها**، فکر می‌کن فقط **بچه‌ها** وظیفه دارند که در قبال **پدر** و **مادر** یه کاری انجام بدن ولی **پدر** و **مادر** هیچ وظیفه‌ای رو ندارن.

بنابراین هزار تا روش اشتباه رو انجام می‌دن. خوب به خاطر این اشتباهات، **بچه** سرخورده می‌شه، بعد به بچه می‌گن، چرا این قدر خودت رو همیشه دست کم می‌گیری؟

خوب به جای این که به **بچه** بگی، به خودت بگو که من چی کار کردم که **بچه‌ام** این جورى شده.

مثلاً: شما و نگین خانم، روی مبل نشستید و دارید تلویزیون نگاه می‌کنید و به امید می‌گید، **بچه** بپر یه لیوان آب بیار، و وقتی نمی‌آره، هزار تا داد و بیداد سرش می‌کنی که، کی زمان ما این جورى بود، کی **بچه‌ها** این قدر بی‌تربیت بودن.

همیشه می‌گیم، بچه‌ها زمان قدیم بهتر بودن.



دو تا نکته:

۱- همه‌ی بچه‌های زمان قدیم که خوب نبودند!

۲- یعنی در آن زمان هیچ بچه‌ای پیدا نمی‌شد که

رفتارش با جامعه و خانواده‌اش مناسب نباشه؟

۳- هیچ وقت حاضر نیستیم بگیم که، بعضی از پدرها و مادرها در زمان قدیم، با این که سواد نداشتند، ولی بهتر بلد بودن چه جوری بچه‌شون رو تربیت کنند.

خوب مگه تو پدرش شدی و اون وظیفه داره کارهایی رو که حال نداری بکنی، امید انجام بده.

احترام گذاشتن **فرزند**، با دستور دادن **پدر** و **مادر** متفاوت.

بله **عمو** جان، ممکنه یه دستوری بدی که برای بحث تربیت **بچه‌ها**س، خیلی هم عالیه، دستور بده، پیگیری کن، کمک کن. اما خیلی از دستورها به خاطر بحث تربیتی نیست، به خاطر تنبلی ماست.

عمو جان، حتی گاهی با این روش شخصیت **بچه‌مون** رو خرد می‌کنیم. مثلاً: **بچه‌مون** با رفقا نشستن دارن بازی می‌کنن، هر کدوم از **پدرها** و یا **مادرها** می‌آن بالا سر **بچه‌ها** می‌گن: باریکلا، چه بازی جالبی و خیلی هم معطل نمی‌کنن و می‌رن، اما شما می‌آین بالا سر **بچه‌ها**تون و می‌گید: **بچه** پاشو برو این وسیله رو از توی ماشین بیار و نوع گفتن، جوریه که انگار داری با برده‌ی خودتون صحبت می‌کنین. **بچه‌ها** برده‌های ما نیستن، **فرزندان** ما هستند که در قبال ما وظیفه‌ای دارن و ما هم در قبال اون‌ها وظیفه‌ای.

بعد که این بچه با این شرایط بزرگ شد، مطمئن باش همه تو سرش می‌زنن و بهش دستور می‌دن و این **بچه** هم دستورات دیگران را اجرا می‌کنه، و ما به **بچه‌مون** می‌گیم: چرا اجازه می‌دی، همه ازت کار بکشن؟ نمی‌خواد **عمو** جان به **بچه‌تون** بگید، به خودتون بگید که کجای کار من اشکال داشته که **بچه‌ام** این شکلی شده. تازه **عمو** جان، یه عده هستن که تا بعد از ازدواج **بچه‌ها**شون هم بلد نیستن چه جوری باید با **بچه‌شون** صحبت کنن! یعنی **بچه‌شون**، بزرگ شده، زن گرفته، **بچه‌دار** شده، دیگه سنی ازش گذشته، بازم یه جوری باهاش صحبت می‌کنن که جلوی **زن**

و بچه‌اش خرد می‌شه.

البته من نمی‌گم، همه چی باب میل بچه باشه، هیچ توقعی ازش نداشته باشیم، بچه هیچ کاری نکنه، هیچ سختی هم نباشه. نه. من فقط می‌گم، اگر هم قراره فرزند شما کاری رو انجام بده، حتماً حرمت و احترام بچه رو به عنوان یک انسان حفظ کنید.

مثلاً: قراره فرزند شما، حتماً تکلیفش رو بنویسه و داره با بچه‌های هم‌سن خودش بازی می‌کنه، به جای این که از همون ته داد بزنید که آخه ساعت ۸ شبه، کی می‌خوای تکلیفت رو بنویسی؟ همش دنبال بازیگوشی هستی. خسته شدم بچه از دستت و...

پاشو برو کنارش، اول به همه‌ی بچه‌ها یه خسته نباشید جانانه بگو و بعد هم بگو، مثلاً: آرزو جان، گفته بودی، ساعت ۸، بهت یادآوری کنم که تکلیف فردا یادت نره. الان ساعت هشته.

عمو جان، فرق این دو تا رو حتماً متوجه می‌شید. نگین رو کرد به اسکندر و گفت: راست می‌گه حاج عمو، کاری که ما تا حالا می‌کردیم، رفتار پدر و مادر با فرزند نبود، رفتار یه کارفرما با کارگر بود.

حاج عمو هم گفت: نگین خانم، تا حالا که گذشته، از این به بعد مراقب باشید. در ضمن عمو جان، می‌خوام یه چیز جالب بهتون بگم، اونم بحث قرارداد. که اسکندر گفت: یعنی حاج عمو، با امید و آرزو قرارداد یادداشت کنیم؟ حاج عمو گفت: نه، منظورم اینه که برای این که مجبور نباشیم، جلوی همه به بچه‌مون دستور بدیم، از قبل یه سری قراردادها رو بین خودمون یادداشت کنیم که گاهی اوقات که لازم شد، از این قراردادها استفاده کنیم.

مثلاً: شما با امید و آرزو قرارداد می‌نویسد که روزی یک ساعت تلویزیون ببینند. (البته خودمون هم باید رفتار درست رو انجام بدیم. مثلاً: نمی‌شه به امید و آرزو بگیم، روزی یک ساعت تلویزیون ببینن، ولی خودمون دائم پای تلویزیون باشیم.) و قرار می‌ذارید که اگر این تلویزیون دیدن بیشتر از یک ساعت شد، گاهی اوقات به جای گفتن، یه ساعت کنار تلویزیون بذارید.

حالا فکر کنید، شما مهمونی رفتید و امید و آرزو هم حواسشون نیست، که زمان یک ساعت تلویزیون دیدن، تموم شده و شما هم اگر جلوی همه بگید، **بچه** جان یک ساعت تلویزیون دیدنت تموم شده، پاشو برو خاموش کن، اصلاً جالب نیست. بنابراین، پا می‌شید و ساعت مچی‌تون رو کنار تلویزیون می‌ذارید و می‌گید: من برم دستم رو بشورم، این ساعت این جا باشه که خیس نشه. اسکندر گفت: خیلی فکر جالب و خوبیه و کاربردی. بعد به نگین گفت: خانمی، پاشو بریم، یه چندتایی قانون بنویسیم، ببینم چه شکلی می‌شه.

عمل به دانسته‌ها:

قوانین زندگی شما:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....
- ۴.....
- ۵.....

صحبت‌های حاج عمو که تمام شد، اسکندر گفت: بچه‌ها امروز باید بیشتر استراحت کنیم، چون فردا باید برگردیم شهر. بچه‌ها که این صحبت رو شنیدن، جفتشون اخم‌هاشون رفت توی هم و اسکندر هم گفت: بچه‌ها من هم دوست ندارم این هوا و حاج عمو و حاج ننه رو ول کنم و برم شهر، ولی چاره‌ای نداریم.

از این فصل آموختیم که:

- ۱.....
- ۲.....
- ۳.....

پایان فصل چهاردهم

فصل پانزدهم:

پایان مهمانی



صبح روز آخر که اسکندر از خواب بیدار شد، دید نگین و **بچه**ها از قبل بیدار شدن ولی ناراحت نشستن روبه‌روی هم و هیچی هم نمی‌گن. اسکندر سلام کرد و نگین و **بچه**ها همگی جواب دادن. بعد اسکندر گفت: چیه **بچه**ها؟ چی شده؟ **بچه**ها هم با صدایی پر از غصه گفتن: **بابا** جون نمی‌شه، فقط چند روز دیگه این جا بمونیم؟ اسکندر گفت: **بچه**ها راستش من هم دلم می‌خواد بیشتر بمونم. کجا بهتر از این جا. یادتونه؟ روزی اولی که این جا اومدیم، من چه قدر اشتباهاتی داشتم، که اصلاً فکرش رو هم نمی‌کردم، تازه همه‌ی اشتباهات رو هم می‌انداختم گردن این و اون؟ اما الان که دارم می‌رم با صحبت‌ها و رفتاری که حاج عمو توی این چند وقت داشت، کل زندگیم عوض شده. اما چه کنم که باید برگردیم خونه‌مون.

بعد اسکندر گفت: نگین خانم، می‌آی هرچی که توی این چند روزه که مهمون حاج ننه و حاج عمو بودیم رو یاد گرفتیم با هم مرور کنیم؟

اسکندر گفت: اجازه بده، اولیش رو خودم بگم. من یاد گرفتم پول همه چیز نیست. اگر می‌خوایم دیگران ما رو دوست داشته باشن، باید مراقب اخلاق مون باشیم، که نگین گفت: مثل داستان پادشاه و چوپان.

بعد نگین گفت: به نظر من حاج عمو همه‌ی حرف‌هاش فوق‌العاده بود. همه‌ی حرف‌هاش برای بهتر شدن زندگی ما کاربرد داشت، اما یه موردی که من بیشترین استفاده رو ازش کردم، بحث آینه بود. اسکندر، اگر یادت باشه، حاج عمو گفت: رفتار تون با هم و با **بچه**ها رو توی آینه ببینید، اگر این رفتار رو دوست داشتید با **خودتون** انجام بدن، با دیگران انجام بدید. (هر چه برای خود نمی‌پسندی، برای

دیگران نپسند).

در ضمن یاد گرفتم، که هر چند وقت یک بار به جلسه‌ی خانوادگی تشکیل بدیم و توی اون جلسه اتفاقات یک هفته‌ی اخیر رو بررسی کنیم، اشتباهاتمون رو بفهمیم و برطرفش کنیم و کارهای درست رو هم متوجه بشیم و تقویتش کنیم. یادمه اون روز که با هم رفتیم بیرون، حاج عموی بنده خدا این همه راه رو با اسب اومد و برگشت تا به ما بگه، همیشه تکنولوژی باعث زودتر رسیدن به مقصد نمی‌شه. بعد از ناهار هم به ما بحث مراقب از غذا رو گفت. گفت: صبحونه و شام خیلی مهمه. بعدش هم گفت: اگر هم خیلی وقت ندارید که برای بچه‌ها بذارید، همون وقتی که دارید رو کامل برای بچه‌ها کنار بذارید. حداقل اون زمان را به تماشای تلویزیون و کار با موبایل صرف نکنید.

بعد اسکندر گفت: نگین شاید باورت نشه، از وقتی حاج عمو بحث تلویزیون و موبایل رو کرد، من یک روزم رو حساب کردم، دیدم، خیلی بابت موبایلم وقت می‌ذارم که باورم نشد، بعد از اون کمش کردم، الان احساس می‌کنم، ضرر که نکردم، برام بهتر هم شده. اسکندر گفت: نگین یادته، با هم بازی کردیم؟ تو جای ما رو به حاج عمو لو می‌دادی؟ نگین گفت: آره، یادش به خیر. تو همون بازی کردن حاج عمو به ما یاد داد، می‌شه بدون داشتن اسباب‌بازی‌های گرون‌قیمت و بدون تلویزیون هم بچه‌ها رو سرگرم کرد. تازه یادش به خیر، اون خوابی که من دیدم، که وقتی بیدار شدم، حاج عمو بهمون یاد داد که که موقع عصبانی شدن از هم فاصله بگیریم.

بعدش بهمون آموزش رو گفت. گفت: که باید برای هر کاری آموزش ببینیم. نگین ادامه داد: یکی دیگه که این یکی رو از حاج ننه یاد گرفته بود، این بود که عکس روزهای خوشمون رو داشته باشیم، تا هر وقت از دست هم ناراحت شدیم، یادمون باشه، که روزهای خوش زیادی هم در کنار هم داشتیم.

اسکندر یادته، اولین روزی که رفتیم مسجد، حاج آقا گفت: باید به بچه‌ها محبت کرد. بعدشم گفت: فقط نماز و روزه‌ی پیغمبر رو ببینیم، بازی با بچه‌های ایشون رو هم ببینیم. بعد رفتیم خونه‌ی حاج آقا، اون جا هم من یاد گرفتم، برای این که در زندگی موفق باشم، باید صددرصد مسئولیت رو قبول کنم و اگر قراره یک نفر هم

موفق باشه، همه باید بهش کمک کنیم.

فرداش هم که رفتیم شهر، حاج عمو مثال جاده‌ی شمال رو زد و به ما یاد داد که از بزرگ شدن **بچه‌ها**مون با تمام سختی‌های لذت ببریم. با **بچه‌ها**مون رفیق باشیم. باید دوستای **بچه‌ها**مون رو بشناسیم. در ضمن باید برای **خودمون** و **بچه‌ها**مون هدف‌گذاری کنیم.

بعد نگین ادامه داد: خدا خیر به حاج ننه بده، بهم یاد داد که راه دادنِ شربت به **بچه‌ها** چه جوریه. بعدش هم، بحث اهمیت ندادن به لج بازی و غرغر کردن **بچه‌ها** شد. بعدشم یاد گرفتم، که با تو و **بچه‌ها** زیبا صحبت کنم و یاد گرفتم که چه جوری از شماها انتقاد کنم که ناراحت نشید.

اسکندر هم گفت: من هم یاد گرفتم که بیش از حد امکانات رو در اختیار **بچه‌ها** نذارم، و یاد گرفتم که گاهی باید اجازه بدم، برای به‌دست آوردن بعضی چیزها تلاش کنن.

یاد گرفتم که چه جوری عصبانی نشم، که بحث تئاتر رو گفت و گفت: ادای کسانی رو در بیاریم که عصبانی نمی‌شن، بعد کم‌کم مثل اون‌ها می‌شیم. و فهمیدم که مهم‌تر از این که بدونم اگر **بچه‌ام** اشتباه کرد، چی کار کنم، اینه که بدونم، چی کار کنم که **بچه‌ها**م راه اشتباه نرن. در آخر هم یاد گرفتم که سهم خودم رو در اشتباهات دیگر اعضای **خانواده** پیدا کنم.

بعد اسکندر و نگین همدیگه رو نگاه کردن و خوشحال بودن که این همه مطلب یاد گرفتن و زندگیشون عوض شده و از اون ور ناراحت که چه جوری از پیش حاج عمو و حاج ننه برن.

همین جوری داشتند همدیگه رو نگاه می‌کردند، که یهو صدای حاج عمو اومد که نگین خانم، آقا اسکندر، تشریف نمی‌آید؟

اسکندر گفت: اومدیم حاج عمو. بعد نگین گفت: اسکندر قبل از این که بریم پایین، به من بگو، می‌دونی، چرا حاج ننه این همه کم صحبت می‌کنه؟ هر وقت توی صورتش نگاه می‌کنم، با همه آرامشی که داره، ولی احساس می‌کنم، یه غصه‌ای داره! اسکندر تو می‌دونی علتش چیه؟

اسکندر که انگار دوست نداشت به این سوال جواب بده، گفت: زشته، حاج عمو خیلی وقته که صدامون کرده. بریم پایین؟

وقتی رفتند پایین، حاج عمو گفت: حاج ننه امروز که روز آخر بود، سنگ تمام گذاشت و به من گفت: حاجی این روز آخری بذار خاطره‌ی خوشی براشون بمونه. بعد از خوردن صبحانه، رفتیم که حاضر بشیم، اما همه ناراحت بودیم. **بچه‌ها** حاضر شدن، بعد رفتند یه گوشه و با ناراحتی نشستند. نگین هم آماده شده بود، رفت کنار **بچه‌ها** نشست و نشسته بود تا اسکندر ساک‌ها رو جمع کنه.

وقتی ساک‌ها جمع شد، حاج ننه یه کیسه داد به نگین و گفت: این‌ها خوراکی محلیه که خودم درست می‌کنم. دیروز که **بچه‌ها** خوردن، خوششون اومد، واسه همین درست کردم که یه چند روزی داشته باشید. نگین با مهربانی حاج ننه رو نگاه کرد و آرام گریه کرد.

موقع خداحافظی، با ناراحتی **بچه‌ها** سوار ماشین شدن و اسکندر به حاج عمو گفت: حاج عمو، ان‌شالله دفعه‌ی بعد شما تشریف بیارید. که حاج عمو گفت: ممنونم **عمو جان**. ولی دفعه‌ی بعد من نیستم **عمو جان** که بیام شهر.

فقط دعام کن که عاقبت به خیر بشم. اسکندر گفت: نه حاج عمو، ان‌شالله سال‌های سال سایه‌ی شما بالای سر ما باشه. حاج ننه هم گفت: حاجی دعا کن، من هم بدون تو نمونم. نگین گفت: حاج عمو، حاج ننه، این چه حرفیه، می‌زنید؟ خدا شما رو حفظ کنه.

اسکندر و نگین و **بچه‌ها**، سوار ماشین شدن و راه افتادن به سمت تهران. هنوز یک هفته‌ای از اومدنشون به شهر نگذشته بود، که به اسکندر زنگ زدن و گفتن که اگه خواستید بیاین ده که حاج عمو و حاج ننه از دنیا رفتن. اسکندر بدون خداحافظی تلفن رو قطع کرد و تا چند دقیقه‌ای نمی‌تونست حرف بزنه و بعدتر از اون، نمی‌دونست چه جوری به نگین بگه.

رفت پیش نگین و نگین تا قیافه‌ی اسکندر رو دید، گفت: چی شده اسکندر؟ اسکندر یه کم من‌من کرد و گفت: حاج عمو و حاج ننه، خیلی خوب بودن. هیچ

وقت فراموششون نمی‌کنم و زد زیر گریه و نگین که فهمید داستان چیه، شروع کرد به گریه کردن.

نگین که دیگه تحملش نبود، گفت: اسکندر حاضر شو بریم. بچه‌ها رو سپردن به اقوام و اومدن ده. موقعی که رسیدن به ده، دیدن حاج عمو و حاج ننه رو خاک کردن و دیدن همه رفتن و فقط حاج آقا کنار قبر ایستاده.

نگین دید، کنار محل دفن حاج عمو و حاج ننه، قبره دو تا شهیده.

نگین گفت: اسکندر این قبر شهدا مال کیه؟

اسکندر گفت: یادته، روز اول که رفتیم مسجد حاج آقا همین که گفت: اون پسرهای حاج عمو که زنده هستند، که حاج عمو اشاره کرد که حاج آقا نگه؟ یادته از من پرسیدی که چرا حاج ننه صورتش غم داره؟

نگین جان، حاج عمو و حاج ننه، دو تا از پسرانشون شهید شدن، که این دو تا شهید که این جا هستن، پسرای حاج عمو و حاج ننه هستن.

بعد نگین گفت: پس چرا تا حالا نگفتی؟

اسکندر گفت: حاج عمو، همیشه می‌گفت: من این بچه‌ها رو در راه خدا دادم و دلیلی نداره که هی به این و اون بگم، بچه‌ام شهید شده.

اسکندر و نگین همین جوری که داشتن برای حاج عمو و حاج ننه فاتحه می‌خوندن، خدا رو شکر کردن، که خدا حاج عمو و حاج ننه رو سر راه اون‌ها قرار داده بود.

عمل به دانسته‌ها:

**شادی روح شهدا و پدر و مادر شهیدایی که از دنیا رفتن
و سلامتی و عاقبت به خیری پدر و مادر شهیدایی، که هنوز زنده هستند
صلوات**



امروز یکی از مهم‌ترین کارهای زندگیت را فرزندت قرار بده،
تا فردا یکی از بهترین لذت‌های زندگیت فرزندت باشد.

اگر نقطه‌نظری پیرامون این کتاب دارید،
و یا یکی از این روش‌ها را امتحان کردید و نتیجه‌ای گرفتید،
ممنون می‌شم به این آدرس:
morteza bagherizadeh1251361@gmail.com
پیغام بدید.

این کتاب را اولاً و آخراً تقدیم می‌کنم به
برادر امام حسین (ع)، کریم اهل بیت، امام حسن مجتبی (ع)
و فرزند امام حسین (ع)، حضرت رقیه (س)

و در ضمن تشکر می‌کنم از پدر و مادر عزیزم که هر چی دارم،
از دعای خیر مادرم و لقمه‌ی حلال پدرم بوده
و هم‌چنین تشکر می‌کنم از همسر عزیزم که در لحظات سخت زندگی همیشه
کنارم بوده
و از پدرخانم و مادرخانم، به خاطر تربیت چنین فرزندی
و از برادرانم که همیشه برام قوت قلب بودن
و در آخر باید بگویم که الحمدلله، با تمام وجودم دخترانم را دوست دارم.