



مهارت انتخاب دوست

سیدعباس ساطوریان

تنها زیبارویان و جذابان شانس داشتن دوستان زیاد را دارند. بله، این جمله تا حدودی درست است؛ اما تنها جذابیت ظاهری کافی نیست. علاوه بر این که جذابیت تنها در زیبایی‌های ظاهری جلوه‌گر نمی‌شود. نحوه‌ی صحبت کردن، نگاه ملایم و دوست داشتنی، لیختن، آراستگی، پوشش مناسب و مهم‌تر از همه آرامش روانی شماست که دیگران را به سمت شما جلب می‌کند.

چند نکته‌ی مهم:

(۱) ارزشمندی شما به داشتن دوستان متعدد بستگی ندارد، شما

انتخاب دوست از نگاه داشتن آن آسان‌تر است؛ اما فوت و فن‌های خود را می‌خواهد. اگر مایل هستید دوستان فراوانی داشته باشید، لازم است در ظاهر و رفتار تان تغییراتی انجام دهید.

توجه!!

افراد خوش‌رو، محترم و ملایم که نسبت به دیگران، پذیرا و مهربان هستند، دوستان بیشتری دارند. به علاوه، ظاهر و تیپ ظاهری نیز بی‌تأثیر نیست. مردم دوست دارند با کسانی طرح دوستی بریزند که ظاهر مرتب، آراسته و جذابی داشته باشند. ممکن است بگویید:

ارزشمند هستید؛ چه دوستان زیادی داشته باشید و چه نداشته باشید؛ اما دوستان و آشنایان، سرمایه‌های معنوی شما هستند (البته به شرطی که سالم باشند). آن‌ها می‌توانند در شادی و غم‌هایتان شریک باشند. از همین روست که می‌گویند: «دوست آن باشد که گیرد دست دوست، در پریشان حالی و درماندگی.»

۲) شما باید برای انتخاب دوست معیارهای مشخصی داشته باشید؛ زیرا افراد به دلیل تفاوت‌های فردی با هم متفاوت هستند. بنابراین، کاملاً پذیرفته است که نتوانید با برخی افراد کنار بیایید و یا با آنها صمیمی شوید. حتی ممکن است ارتباط دوستانه با برخی افراد کاملاً به زیان شما باشد. بنابراین لازم است معیارهای مشخص و منطقی برای انتخاب دوست داشته باشید.

عمده‌ترین معیارها برای انتخاب دوست عبارتند از:

✱ افراد خوش‌نام و با اعتباری باشند و خلاف کاری، مشکلات اجتماعی و اخلاقی نداشته باشند. بنابراین از دوستی و برقراری روابط دوستانه قبل از شناخت طرف مقابل پرهیزیم. امام حسن مجتبی در وصیت به یکی از فرزندان فرمود: «پسر! با هیچ کس برادری [و دوستی] مکن، مگر آن که [اول] بدانی کجارت و آمد دارد و از چه خانواده‌ای است. هرگاه به این مسئله پی بردی و معاشرت و دوستی او را [طبق معیارها] پسندیدی، پس با او برادری [و دوستی] کن، و [دوم] در گذشتن از لغزش‌ها و همدردی در سختی.» (تحف العقول، ص ۲۳۶)

✱ افراد محترم و با آبرویی باشند. کسانی که عفت کلام ندارند و رفتارهای جلف و نامناسبی دارند، دوستان مناسبی نیستند.

✱ ارتباط دوستانه با آن‌ها به لحاظ فرهنگی و روانی به نفع شما باشد و به اصطلاح بتوانید از ارتباط با آن‌ها چیزی (مفید) بیاموزید؛ زیرا بخواهیم یا نخواهیم انسان از دوست و همشین تأثیر می‌پذیرد (۱). ✱ مورد تایید افراد قابل اعتماد و با تجربه؛ مانند والدین و معلمان باشند.

✱ هدف و برنامه‌ی مشخصی در زندگی داشته باشند و بدانند از زندگی چه می‌خواهند.

✱ سعی در تحمیل عقاید و ارزش‌های خود به شما نداشته باشند و

شما را به رفتارهای پرخطر ترغیب نکنند.

✱ ویژگی‌های شخصیتی مثبتی داشته باشند، مانند؛ صداقت، مهربانی، ادب، نیکو، احترام، نظم، هدفمندی و ...

✱ خلاصه این که دوست خوب کسی است که دیدارش انسان را به یاد خدا بیندازد نه به یاد شیطان و انجام گناه!

۳) نکته‌ی مهمی که باید به آن توجه داشت، این است که نزدیکی و صمیمیت، فرایندی طولانی است و نباید انتظار داشته باشید که بلافاصله پس از آشنایی با یک نفر با وی صمیمی شوید، بلکه باید هم به خود و هم به دیگری فرصت دهید تا به مرور زمان و در موقعیت‌های مختلف شناخت بیشتری از یکدیگر پیدا کنید (۲).

نکته‌ی پایانی

پس در انتخاب دوست و همشین بسیار دقت کنیم و در ارتباط با دیگران، نفس خویش را میزبان قرار دهیم (۳) یعنی هر آن چه برای خود می‌پسندیم برای دیگران هم پسندیم!

پی‌نوشت‌ها:

(۱) قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ: الْمَرْءُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ وَ قَرِينِهِ. (کافی، ج ۴، ص ۱۲۲)

(۲) اقتباس از کتاب مهارت‌های نوجوانی، نوشته شهر بانو قهاری، نشر قطره، ص ۸۴-۸۲.

(۳) يَأْتِي اجْتِلَ نَفْسَك مِيزَانًا فِيمَا بَيْنَكَ وَبَيْنَ غَيْرِكَ فَأَحْبِبْ لْغَيْرِكَ مَا تُحِبُّ لِنَفْسِكَ وَ اكْرَهُ لَهُ مَا تُكْرَهُ لَهَا وَ لَا تَظْلِمَنَّ كَمَا لَا تُحِبُّ أَنْ تُظْلَمَ وَ أَحْسِنْ كَمَا تُحِبُّ أَنْ يَحْسُنَ إِلَيْكَ وَ اسْتَقْبَحْ مِنْ نَفْسِكَ مَا تَسْتَقْبَحُهُ مِنْ غَيْرِكَ وَ أَرْضَ مِنَ النَّاسِ بِمَا تَرْضَاهُ لَهُمْ مِنْ نَفْسِكَ (نهج البلاغه، نامه ۳۱)

