



پرونده

ضمیمه نوجوان

شماره ۱۲۸ ■ ۲۴ آذر ۱۴۰۱

نوجوان
بازار



اسما
آزادیان

برای جهانی که در آن خبری از

پساده شو باد

فراتر رفتن از حد و حدودهای مشخص و درست یعنی افراط کردن. البته که ما بیشتر این کلمه را پشت اسم بعضی جناح‌های سیاسی یا گروه‌های مذهبی شنیده‌ایم اما خب افراط کردن به وسعت تعداد رفتارهایی که می‌تواند از یک موجود زنده سر بزند، بحث



رفتارهای غلیظ

به مقدار زیاد میل کردن غذا دل درد می‌آورد. مدام و مکرر خوردن مسکن، دستگاه عصبی را بی‌تفاوت می‌کند و همین‌طور بالا رفتن غلظت بعضی رفتارها هم خشونت را زیاد می‌کند. خشونت فقط فیزیکی نیست، مجبور کردن آدم‌ها به این‌که کاری را انجام بدهند که دوست ندارند، تحقیر و تخریب اعتماد به نفس‌شان چه کم و جزئی و چه آن قدر زیاد که به خاطر یک جمله، فرد حس کند که دیگر خودش را دوست ندارد، از مصادیق خشونت‌های کلامی و رفتاری‌اند.

می‌دانم که حالا سؤال همه شما این است که چطور می‌شود هیچ کدام اینها اتفاق نیفتد؟ و پاسخ ساده است! کنترل رفتارها و احساسات درون‌مان! پشت مغزمان قسمتی وجود دارد به نام آمیگ دال که وظیفه‌اش مربوط به فرآیندهای احساسی و هیجانی ماست.

افراد هیجانی که دست به رفتارهای پرمخاطره می‌زنند معمولاً آن قسمت از مغزشان بیشتر از آدم‌های منطقی فعال است و کلاً هرچه افراط رفتاری می‌بینیم بیشترش زیر سر همین آمیگ دال است! برای کنترل رفتارمان در موقعیت‌های احساسی هم فقط باید کمی صبر کنیم تا اطلاعات در مغزمان بیشتر تجزیه تحلیل شود، بعد اگر آدم آزاده و اخلاق مداری باشیم، می‌فهمیم در آن موقعیت چه رفتاری درست است و کدام غلط.



شکلات

اگر در آن اپلیکیشن فیلتر شده که نمی‌شود اسمش را بردولی احتمالاً روی گوشی همه شما نصب است، کلمه شکلات را سرچ کنید، نتایج جالبی بالا می‌آید. اولی ماجرای شکلات تعارف کردن یک مرد سنندجی به رئیس جمهور است که بعد از فشارهای مجازی، پخش شدن چهره و ناسزا گفتن به خانواده‌اش یک فیلم گرفت و عذرخواهی کرد که از شکلات‌های مغازه خودش به رئیس جمهور کشورش که آن روز رهگذر بازار بوده، تعارف کرده است!

دومی اما ماجرای حکم محاربه مردی است که طبق گفته اهالی آن اپلیکیشن فیلتر شده فقط به دختران کم حجاب شکلات تعارف می‌کرده. ولی وقتی با دقت بیشتری اسم آن مرد را جست‌وجو می‌کنی، میان متهمان قتل یک بسیجی که به دست پنج نفر به شهادت رسیده، نامش را می‌بینی.

افراط یعنی شکلات دادن به رئیس جمهور را گناه کبیره جا بزنند و تو آه بکشی اما جرم کشتن یک کارگر روزمزد، یک سرباز بسیجی را در حد شکلات دادن به دختران کم حجاب پایین بیاورند و تو خوش خیالانه باور کنی و هشتگ نه به اعدام بزنی.



گلی نمانده؟ خودت گل باش!

راننده تاکسی در حالی که غرمی زد و از زمین و زمان می‌نالید و وسط سخت‌ترین روز زندگی مسافرش، حال او را می‌بدو بدتر می‌کرد، زمان رسیدن به مقصد، زیر کرایه اولیه و گفت‌و توافیک بود، باید به اتومن بگذاری روی همان قیمت اول.

معلم مدرسه در حالی که به بچه‌ها درس امیدواری می‌داد وقتی زنگ خورد به خودش آمد و متوجه شد چند صفحه از بودجه بندی درس امروزش باقی مانده و با این‌که می‌دانست احتمالاً به غیر یکی دو نفر هیچ کس سر کلاس این صفحات را بدون توضیح نمی‌فهد، رو به بچه‌ها گفت: «خودتون این بخش رو بخونید دیگه. چیزی نداره.» همه آدم‌ها علاقه دارند تمام اتفاقات بدی را که برای‌شان می‌افتد، ببندازند گردن کم‌کاری این و آن. فلانی اشتباه کرد که این‌طور شد، آن گروه یک جوری رفتار کردند که آن‌طور شد و... در حالی که مسائل جامعه شبیه یک دومینو به هم متصلند.

ما در اکثر اوقات وقتی از بدی

زمانه حرف می‌زنیم

از نقش هرچند

کوچک خودمان

در ایجاد شرایط

چشم‌پوشی

می‌کنیم و در

مقصر خواندن این

و آن، بساط اسراف و

افراط‌مان به راه است.



دیکتاتور
حق آزادی
نظرسنجی
به خاطر
به خاطر
محروم
همین

