

# زندگی سخت آسان

علیرضامتولی

در شماره‌های قبلی از زندگی حرف زدیم و گفتیم زندگی کردن را هم مانند هر چیز دیگر باید یاد گرفت. زندگی هم آسان است و هم گاهی سخت می‌شود. آسان است، چون هنوز برای اداره زندگی‌ات مجبور نیستی کار کنی. آسان است چون همه دوستت دارند؛ چون در گروه دوستانی قرار می‌گیری که به تو مسئولیت می‌دهند و پیش آنها دوست داشتنی و محترم هستی.

گاهی هم زندگی سخت می‌شود. ممکن است درآمد خانوادگی شما با هزینه‌های شما جور در نیاید و نتوانی چیزهایی را که دوست داری، بخری. شاید مجبور باشی برای کمک به درآمد خانواده کار هم بکنی.

زندگی سخت می‌شود، به این دلیل که تو فکر می‌کنی هیچ کس دوستت ندارد. سخت می‌شود چون ممکن است پدر و مادرت اجازه ندهند با بعضی از هم‌کلاسی‌هایت دوستی کنی. چون بعضی دوستانت از تو چیزهایی می‌خواهند که دوست نداری یا با ارزش‌های خانوادگی‌ات متناسب نیست.

سختی زندگی نوجوانی از اینجا شروع می‌شود. چون در این دوره، زندگی اجتماعی‌ات شکل تازه‌ای می‌گیرد. در این سن انتخاب دوست خیلی حساس است و ممکن است در شرایطی قرار بگیری که نتوانی در کلاس، دوست مناسبی پیدا کنی. گاهی ممکن است مجبور شوی با کسی دوست شوی که از تو بخواهد خلاف ارزش‌های خانوادگی‌ات رفتار کنی. برای مثال شاید ارزش‌های خانوادگی تو در این باشد که از حجاب برتر یعنی چادر استفاده کنی و دوستی داشته باشی که چادر سر کردن تو را مسخره کند. حتی ممکن است به نماز خواندن تو بخندند یا از مهربانی‌ات انتقاد کنند.

خوب، با توجه به  
مثال‌ها به نظر باید نکته‌ای  
را بیاموزی.

باید یادگیری به اصول خانوادگی ات  
احترام بگذاری. اصول خانوادگی تو اگر بر  
پایه ارزش‌های دینی و اخلاقی باشد، به نفع  
توست که به آنها وفادار باشی. سختی زندگی  
گاهی همین جا پیدا می‌شود.  
دوستانت ممکن است تو را اذیت کنند و به تو نسبت‌های  
نادرست بدهند. تو باید از فکر خودت دفاع کنی و صبور  
باشی. اگر هم دیدی فایده‌ای ندارد، می‌توانی کم‌کم ارتباطت  
را با آنها کم‌تر کنی. دوست خوب کسی است که به عقاید  
و اصول زندگی ما احترام می‌گذارد. اگر به عقاید و اصول ما  
بی‌احترامی می‌کند، او نمی‌تواند دوست خوبی باشد.

وقتی کسی به تو پیشنهاد نامناسبی می‌دهد، باید ببینی این کار  
با ارزش‌های درونی‌ات سازگار است یا نه؟ باید در ذهن  
خودت تجسم کنی انجام چنین کاری  
مادر یا پدرت را

نراحت خواهد کرد یا نه؟  
گاهی احساس می‌کنی در برابر فشار  
گروه دوستانت کم می‌آوری. درست این  
جور موقع‌ها باید مقاومت کنی. باید بدانی که  
ارزش‌های زندگی تو مهم‌تر از این است که در گروه  
دوستان مورد پذیرش واقع بشوی یا نشوی. نظر آنها  
معیار زندگی تو نیست.  
بله، سختی زندگی این طور مواقع پیدا می‌شود. این سختی‌ها  
مثل یک حریف هستند که باید با آنها مبارزه کنی و با  
تکنیک‌های مبارزه آشنا باشی.  
نوجوانی دوره‌ای است که باید همه‌ی حواست را جمع کنی تا  
از آن لذت بگیری. کاری نکنی که لذت‌های امروزت باعث  
تلخی‌های فردای تو شود.  
گفتن یک نه! ممکن است تو را آزار بدهد. وقتی تحمل این  
آزارها برایت سخت شد، می‌توانی این موضوع را با مشاور  
مدرسه یا یکی از معلم‌هایی که رابطه بهتری با دانش‌آموزان  
دارد در میان بگذاری. آنها تو را راهنمایی خواهند کرد.  
توصیه جدی من این است، که از کتاب‌هایی که درباره‌ی  
مهارت‌های زندگی منتشر شده است، غافل نشوی.

