



بیشتر از یک نفر...

به نام آنکه هستی نام از او یافت/ فلک جنبش زمین آرام از او یافت

سلام دارم خدمت شما دوستان عزیز و همراهان گرانقدر مجموعه آموزش سخنرانی و فن بیان. شما در حال گوش دادن به سی و پنجمین فایل از مجموعه فایل های رادیو سخنرانی هستید. و من محمد پیام بهرام پور هستم از مجموعه بیشتر از یک نفر.

جایی که تلاش می کنیم بیشتر و موثرتر از یک نفر باشیم تا دنیا یک جای بهتری برای زندگی کردن باشد. توی فایل سی و پنجم رادیو سخنرانی میخوایم راجع به یک موضوع خیلی مهم صحبت کنیم. موضوعی که به نظر من در کشور ما واقعا جای اون خالیه و ای کاش از بچگی این رو خوب یاد می گرفتی . یک لحظه تصور بکنید:

یک فردی که لباس های پاره و کثیف داره (یک فرد حدود مثلا 40 ساله با یک ریش نامرتب و صورت خونی و خاکی) یک مرتبه از پشت کوچه ای بیرون میاد با یک مسلسل و شروع می کنه به فریاد زن و تیر اندازی به سمت تمام ادم هایی که می بینه و تمام کسانی که اونجا هستند، رو می کشه.

شما چه حسی نسبت به این فرد دارید ؟

احتمالا میگوید که یک تروریست عوضی هست، احتمالا یک حس خیلی بدی به اون فرد دارید. عجب آدم بی وجدانیه

خب این یک قسمتی از داستان بود، درسته؟

اما من کافیه یک جمله اضافه بکنم. بگم این اتفاق در خرمشهر رخ داده در زمان جنگ و ایشون یک رزمنده بودند که داشتند نیروهای عراقی را می کشتند.

حالا اون آدمی که تا دقایقی پیش، یک ادم عوضی بود چه آدمی میشه؟

یک قهرمان دلیر و رشید و بی نظیر که از خودگذشتگی می کنه برای کشورش.

فرق این دو تا اتفاق چی بود؟! فقط دو تا جمله!

یک آدم از آدم عوضی که ما می گفتیم دیگر از این بدتر امکان نداره بشه تبدیل میشه به یک فرشته مهربانی که برایمان بسیار ارزشمند هست.



بیشتر از یک نفر...

یا یک داستان دیگه براتون بگم:

یک بار یکی از دوستان من اومد پیشم (حدود 2.5 - 3 سال پیش)، گفت: پیام، راستش من اومدم فقط باهات خداحافظی کنم.

چرا؟

گفت: به هر حال تو دیگه اون آدم قبل نیستی، کارهایی رو انجام میدی که واقعا از تو بعیده.

من یک مقدار برایم عجیب بود. گفتم: خب چیکار کردم؟

گفت: ببین دیگه خودت میدونی، نذار رومون بهم باز شه و صحبت کنیم. به هر حال دوستی خیلی خوبی بود و ..

گفتم خوب میشه به من بگی چیکار کردم؟ من فکر می کنم کار بدی نکردم که باعث بشه مثلا دوستیمون از بین بره.

گفت: ببین تو دیگه زن داری، این کارهایی که می کنی الان یک مقدار عجیبه.

من واقعا جا خوردم، گفتم خدایا نکنه کاری می کنم خبر ندارم؟

گفتش: ببین خودت میدونی دیگه نذار من باز کنم. فقط خواستم بگم میدونم و دیگه به هر حال ..

گفتم: خب بگو به من چیه؟

گفت: پیام این همکار جدید که استخدام کردی و در مجموعه باهات رابطه داری... فکر کردی من نمی دونم؟

گفتم که: چه رابطه ای دارم؟

گفت: ببین دیگه علنی من دیدم دستش رو می گیری، لپش رو می کشی، به هر حال تو زن داری، خجالت بکش

خب حس شما به من چیه؟

چون واقعا این دوستمون راست می گفت. دستش رو می گرفتم، لپش رو می کشیدم، باهات خیلی شوخی می

کردم، یک خانمم بود!

منتها این دوست من یک چیزی رو نمی دونست که اون همکار جدید از قضا خواهر منم هست. تا ثانیه های پیش

من یک هویت بی شخصیت نمیدونم بی هزار تا چیز هستم و تا ثانیه های بعد یک آدمی هستم که نه خیلی عادی

دارم زندگی می کنم.

یک جمله باز نظر شما و هرکس دیگه ای رو می تونه عوض بکنه.



بیشتر از یک نفر...

حالا یک معنادی رو توی خیابون می بینیم. عموماً بهش چه حسی داریم؟

انگل اجتماع، بی خاصیت، تقصیر خودش، خودش رو بدبخت کرده و هزاران حرف دیگه...

ولی واقعا چند نفرمون اطلاعات کامل راجع به این ادم داریم که بدونیم واقعا الان چه حسی داره، چه جایگاهی داره، تو چه خانواده ای بزرگ شده؟

ما اگه تو اون شرایط بودیم چیکار می کردیم؟

یک بار یک حرف خیلی جالبی شنیدم ، یک معنادی می گفت:

همه به من میگن ترک کن، بذار کنار، تو می تونی.

گفت من از همه اون ها یک خواهش دارم:

نمک اعتیاد داره؟

ما خب گفتیم: نه!

نمک رو لطف کنید یک هفته از سر سفرتون حذف کنید تا ببینید آیا میشه مواد رو کنار گذاشت یا نه.

اون لحظه بود که فهمیدم واقعا مثل اینکه ما خیلی زیاد داریم قضاوت می کنیم!

خب میدونید ما توی سایتمون دوره رایگان داریم (9 تا درس آموزشی حدود 2 ساعت مطلب آموزشی کاملا رایگان ارسال میشه). قاعدتا شما هم عضو این دوره رایگان هستید.

اتفاقی که خیلی جالب هست اینه که یک موقع هایی سیستم دچار مشکل میشه و این فایل ها ارسال نمیشه.

یک مرتبه فحش های عجیب غریبی دریافت می کنیم: شما عضویا میخواهید ایمیل ما رو بگیرید، خجالت بکشید، چرا درس ها را ارسال نمی کنید و واقعا ادم جا میخوره که خدایا 105 هزار نفر شرکت کردند توی این دوره و حالا مثلاً 2 نفر به مشکل خوردند، این همه ما باید توهین بشنویم!؟

یا یک اتفاقی که ساعتی پیش رخ داد، ما یک تخفیفی به مناسب روز زن روی وبسایت برای محصولات گذاشتیم. چند روز پیشش هم برای سال جدید این کار رو انجام دادیم.

خب زمانی که تخفیف گذاشتیم، اینقدر بالا و عجیب غریب بود که سایت از کار افتاد و خب ما عملاً 50 درصد یا حتی خیلی بیشتر از مخاطبین رو نتوانستیم پاسخگو باشیم براشون. چون اصلا سایت باز نمی شد

اینقدر که بازدید بالا بود! خب اتفاقی که افتاد چی بود؟



بیشتر از یک نفر...

این هستش که یک عده گفتن که شما تخفیف نمی خواستین بدین، سایت رو از دسترس خارج کردین. بعد هم که زمان تخفیف تمام شد سایتتون به حالت عادی بازگشت!

باز یک قضاوت دیگه و من برام فوق العاده عجیب بود، خب تعارف که نداریم، منم که دوست ندارم دروغ بگم یا الکی تعریف بکنم. زمانی که من تخفیف می گذارم درآمد بسیار عالی کسب می کنم، مگه عاقلم کم هست سایت رو از دسترس خارج بکنم؟ و اصلا واقعا برای من و همکارانم این سوال خنده دار بود که آخه یعنی چی؟ چنین توهم و توطئه ای وجود داره؟

تمام این داستان ها: اون مرد ریشی ای که یک مرتبه می آمد و همه رو با مسلسل می کشت، اون فردی که به من گفتش که خجالت بکش به خاطر ارتباطی که با کارمند جدیدت داری، دیدن اون فرد معتاد و داستان تخفیف و هزاران داستانی که تو زندگی مون می دونیم، یک چیز خاصی رو داره به ما میگه!

اونم اینکه گویا مغز ما انسان ها خیلی دوست داره قضاوت بکنه همه چیز رو. چرا قضاوت می کنیم و زود قضاوت می کنیم؟

بخاطر اینکه مغز ما دوست داره پرونده هر چیزی رو سریع ببنده، بر گردیم به چند هزار سال قبل، اجداد ما توی غار ها زندگی می کردن، هر چیزی که از دور می دیدن سریع باید قضاوت می کردن. یک چیزی روی زمین تگون میخورد سریع باید قضاوت می کردند که مثلا این یک تیکه ای، پارچه ای، پوستی، چیزی هستش که داره حرکت میکنه یا نه ماره! که سریع باید قضاوت بکنه، دیر قضاوت میکرد دیگه ممکن بود جونش رو از دست بده یا یک چیزی با سرعت می آمد سمتش باید سریع قضاوت می کرد که آیا این خطر داره برای من یا نه!

پس مغز ما از اون موقع تکامل یافته برای اینکه قضاوت بکنه اما الان دنیا فرق کرده: روابط خیلی پیچیده تر شده و نیاز به قضاوت سریع خیلی جاها کمتر شده. بنابراین باید یاد بگیریم که خیلی حرفه ای تر نسبت به مقوله قضاوت رفتار بکنیم.

حالا چطوری؟

من میخوام چند تا راهکار بگم. اول این راهکار اینه، **یک سوال از خودمون بپرسیم: اصلا به من ربطی داره یا نه؟**

اولین بار که میخوایم قضاوت بکنیم (ببینید قضاوت اتفاق میفته) ما نمی تونیم جلوی قضاوت رو بگیریم یعنی به نظر من نشدنی هست. منتها بروز اون قضاوت مهم هست. اینکه تو جمع برگردیم بگیم که خجالت بکش این کار رو کردی یا برات واقعا متاسفم یا رابطمون با فردی عوض بشه.

ما یک چیزی رو وقتی می دونیم قاعدتا این قضاوت ذهنی شکل می گیره. دیگه دست خودمون نیست.



بیشتر از یک نفر...
کنه

چون یک نفری رو می بینید که مثلا با یک فرد دیگه ای داره خوش و بش می کنه سریرعا مغز ما قضاوت می کنه
نمی تونیم بگیم نمی کنه. منتها اینکه با اون قضاوت چیکار می کنیم مهمه!

اینکه به کسی می گیم، واکنش نشون میدیم، رفتارمون عوض میشه یا...

پس راهکار اول اینکه اول از خودمون بپرسیم آیا به من ربطی داره یا نه، این قضاوت کردن به من کمکی می کنه یا
نه، اینکه بگم یک معتادی رو کنار خیابون ببینم بگم: خاک بر سرش! آیا واقعا به من ربطی داره؟

یک موقع هست نه، من مصلح اجتماعی هستم، یک کاری می توانم انجام بدهم مسلما رفتار، ولی اگر فقط یک
رهگذرم و هیچ نقشی ندارم اصلا قضاوت رو باید بذارم کنار.

این که دوست من این کار رو داره انجام میده یا درامدش از چه روشیه اگر مفید هستم میتونم کاری بکن ، به من
ربط داره، خب خیلی خوبه اما اگر نه، خیلی مفید نیستم دیگه خیلی موضوعیتی نداره این کار.

پس اولین نکته این که ببینیم اصلا بهمون ربطی داره یا نه.

دومین موضوع سوال پرسیدنه، سوال پرسیدن قبل از اظهار نظر.

فکر می کنم دو سال پیش بود، توی بندرعباس، دفتر یکی از شرکت کننده های دوره رفته بودم. ایشون با یک
عصبانیت خاصی در دفتر گفتش که: اون میمون رو می بینی؟

بعد من نگاه کردم دیدم داره یک منشی رو نشون میده ، گفتم که: بله ایشون رو میبینم

گفتش: بین چقدر وقیحه!

گفتم: چرا؟

گفت: بین داره توی ساعت کاری با موبایلش حرف می زنه بعد منم نگاهش می کنم لبخند میزنه بجای اینکه
موبایلش رو بذاره کنار و به کارش برسه!

بعد گفت: بذار برم حالش رو بگیرم!

بعد گفتم: یک دقیقه بایست! بپرس ازش بعدا برو حالش رو بگیر!

گفت: ی عنی چی؟

گفتم: بپرس که چرا با موبایل صحبت می کنی؟

و خیلی جالب بود، وقتی که پرسید از اون فرد، متوجه شدیم که اصلا تلفن شرکت بخاطر کابل برگردان یا چیز
دیگری 4 روز بوده قطع بوده و این فرد تلفن شرکت رو دایورت کرده روی موبایلش!



بیشتر از یک نفر...

و حتی خارج از ساعات کاری هم به این تلفن جواب می داده.

یعنی نه تنها به قول اون مدیر میمونی نبود که داره داخل ساعت کاری با موبایلش کار شخصی می کنه بلکه یک ادم بیسار عزیزی بود که خارج از ساعت کاری هم داشت کار انجام می داد.

اون فرد دو تا کار می تونست بکنه:

اول: قضاوت بکنه بره بهش بگه خجالت نمی کشی بی مسئولیت!

و کار دوم اینکه: اول سوال بپرسه! اگه دید بله تلفن شخصیه اون موقع بگه خجالت نمی کشی بی شخصیت!

پس راهکار بعدی این هستش: **قبل از اینکه اظهار نظر بکنیم سوال بپرسیم و اطلاعاتمون رو کامل بکنیم.**

اگر یک داستان تعریف می کرد که یک فرد ریشو با چهره خونی اومد تیر اندازی کرد بگیم: کی بود و به چه کسانی تیر اندازی کرد.

اگر دیدید که مثلاً یکی با یکی رابطه ی عجیب غریبی داره، اگر بهمون ربط داره اول بپرسیم ببخشید رابطه ات با این ادم میتونم بدونم چطوره (اگر بهمون ربط داره)

قبل از اینکه بگیم که واقعا برات متاسفم!

اگر می بینیم (مثال همون سایت رو بزنم چون یک خرده دلم پُره از اینکه ما حالا این شرایط رو فراهم کردیم حتی بهمون می گن که نمیدونم سهامت ندارید، جرات ندارید، شرف ندارید! خب اقا سایت از دسترس خارج شده به جای اینکه بنویسید که شما خجالت بکشید، فلان و چهار تا فحش بدید، سوال بپرسید:

دلیل خاصی داشت سایت از دسترس خارج شده بود زمانی که تخفیف گذاشتید؟

اون وقت خیلی قشنگ تره

و راهکار سوم...

دو تا راهکار اول چی بودن؟

اول اصلاً ببینیم بهمون ربط داره یا نه و مورد دوم قبل از اظهار نظر سوال بپرسیم و مورد سوم:

"قطعی" صحبت نکنیم. به جای اینکه بگیم تو اینجوری هستی، بگیم:

به نظرم اومد اینطوره، درسته؟

یعنی به صورت 100 درصد نگیم یا من چند باری دیدم این اتفاق میفته، مثلاً:



بیشتر از یک نفر...

به جای اینکه بگیم تو سیگاری هستی، من چندباری تورو دیدم سیگار می کشی، این خیلی بهتره

شاید واقعا یک داستان دیگه ای داشته باشه!

یا مثلا:

تو الکی هستی!

خب اول باید ببینیم به ما ربط داره یا نه بعد حالا بریم سراغ این موضوع که:

قطعی صحبت نکنیم یا نه!

پس این را باید خیلی دقت کنیم!

و چند تا نکته مهم میخوام بگم، به نظر من با این سه تا راهکار، خیلی دوست داشتنی تر، خیلی جذاب تر و خیلی

ارزشمند تر می شیم اما

یک: قضاوت نکردن به این معنی نیستش که هیچ وقت قضاوت نکنیم و بعضیا دیگه ببخشید قضاوت

کردن رو یا خرید اشتباه می گیرن. من میگم زود قضاوت نکنیم، اطلاعاتمون کامل باشه بعد!

مثلا یک مقاله ای رو خانومی می خونه می بینه که همسرش بارها دیر میاد خونه: نه من قضاوت نکنم!

نه اصلا به این معنی نیستش، من میگم اطلاعاتمون رو کامل نکنیم، مطمئن بشیم، 100 درصد که مطمئن شدیم

اون وقت راهکار داشته باشیم.

دو: قرار نیستش که این حس رو به دیگران بدیم که ما هالو هستیم و نمی فهمیم.

نه! اتفاقا این اقتدار ما رو نشون میده که زود قضاوت نمی کنیم و حرفه ای هستیم.

چون میخوایم حرفمون، حرف باشه!

پس این خیلی خیلی اهمیت داره، و چه جمله زیبایی گفتند حضرت علی (ع)، اگر اشتباه نکنم خطاب به مالک اشتر

گفتن که:

اگر شب هنگام بنده ای رو در هنگام گناه دیدی ، فردا اون رو به چشم گناهکار نگاه نکن ، شاید توبه

کرده باشه.

و این حرف، خیلی حرف بزرگی هست اینکه ما داریم چطوری فکر می کنیم، چطوری رفتار می کنیم، بزرگانی مثل

حضرت علی (ع) چطوری دارند نگاه می کنند و واقعا ایا ما در جایگاهی هستیم که قضاوت باید نکنیم یا نه.



امیدوارم این سه تا راهکار، بهمون کمک بکنه و فکر می‌کنم شروع خیلی قشنگی باشه که امسال تصمیم بگیریم **کمتر** **بکنیم** **بیشتر** از یک نفر...

سال 95 یا حالا هر زمانی که این فایل رو گوش می‌دید، **قضاوت‌های کمتری بکنیم، دیرتر قضاوت بکنیم، تا دنیا یک جای بهتری برای زندگی کردن باشه، این شروع خیلی خوبی میتونه باشه برای بیشتر از یک نفر بودن.**

ممنون. دوستتون دارم.

من محمد پیام بهرام پور هستم از مجموعه بیشتر از یک نفر

خدانگهدار.