

گوبا چاردیواری می گویند

همدلی جذاب خانوادگی

رض رایج خانه تکانی نادرست و نایم هستند و رعایت اصول ساده‌ای که مطرح شد، می‌توان تا حدی ممکن از احتمال بروز آنها جلوگیری کرد و با آن خوب به استقبال نوروز رفت.

تراست در این ایام هموعان خود را بموش نکنیم. هنگام خانه‌تکانی، وسایل لباس‌های قابل استفاده‌ای که دیگر به نیاز نداریم را به افراد نیازمند اهدا می‌کنیم. بیاموزیم که در این عید، کمک به وطن‌مان اهمیت دارد. خانه‌تکانی عنوان سنتی قدیمی، بخشی از هویت فرهنگی ما ایرانیان است که نسل به نسل نقل شده و هنوز هم سعی در حفظ

استقلال آن به نسل‌های می‌داریم.

ستن خانه تمیز و مرتب س‌تازگی و انگیزه برای نوع سال نورانی‌تر می‌کند نباید از یاد ببریم که این ت‌دیرینه فقط محدود ت‌کاندن غبار از خانه و گ‌گی ما نیست، بلکه یادآور د‌دن غبار از دل‌ها نیز بوده با باید غم، ناراحتی، کینه، رت و دشمنی را هم از خود دور کنیم و برای ش‌ش روح و روان‌مان از آن ل‌نشویم.

خانه‌تکانی، استرس را کاهش می‌دهد

نظریه کارشناس

ثریا حصاری، کارشناس مسائل اجتماعی نیز در مورد آیین باستانی خانه‌تکانی می‌گوید: با نزدیک شدن به عید نوروز، زمان خانه‌تکانی هم فرا می‌رسد و این روزها اکثر خانواده‌ها خانه‌تکانی را آغاز کردند یا در تدارک شروع آن هستند. تمیزکردن خانه و دور انداختن وسایل کهنه و بدون استفاده هم احساس بهتری به افراد می‌دهد و هم فضای خالی خانه را بیشتر می‌کند و با انجام آن به دلیل مرتب شدن محیط زندگی، افراد به آرامش می‌رسند و از شر به هم ریختگی خانه و زندگی‌شان راحت می‌شوند.

این کارشناس مسائل اجتماعی با بیان این‌که خانه‌تکانی در کاهش استرس و تنش‌های محیطی مؤثر است، یادآور می‌شود: در گذشته، خانه‌تکانی متفاوت‌تر از شکل امروزی بود و زمان بیشتری صرف آن می‌شد. به عنوان مثال در برخی روستاها در دیوار خانه‌ها را با دوغاب سفید می‌کردند تا غبار و پلیدی‌ها را کامل از بین ببرند و همه جا نو شود، فرش‌ها را خاک‌گیری می‌کردند و بعد شست و شو می‌دادند، ظروف و کوزه‌های سفالی کهنه را می‌شکستند، لحاف، تشک، ملحفه‌ها را در آفتاب پهن می‌کردند و... اینها تنها بخشی از رسوم خانه‌تکانی گذشته‌گان ما بوده و

این رسم قدیمی بیش از هر چیز نشان‌دهنده اتحاد بین افراد و روحیه کار دسته‌جمعی آنان بوده که با همکاری یکدیگر قبل از عید نوروز صورت می‌گرفت. حصاری می‌گوید: این در حالی است که این روزها، متأسفانه خانه‌تکانی با افراط همراه شده و برخی در این روزها دنبال تجمل‌گرایی و فخرفروشی هستند و اسباب و وسایل خانه‌های‌شان را حتی اگر تقریباً نو و قابل استفاده باشد، دور می‌اندازند و جای آن را به وسایل جدیدتر می‌دهند بدون این‌که آنها را به افراد کم بضاعت اهدا کنند.

در صورتی که اگر این سنت را درست بجا آوریم در این مقطع زمانی که مردم در شرایط اقتصادی دشواری قرار دارند باید به جای این نوع تفریط، به سمت کمال حرکت کنیم و دست نیازمندان را بگیریم و تا جای ممکن به آنها کمک کنیم تا در شب سال نو شرمندانه فرزندان‌شان نباشند.

وی بیان می‌کند: خانه‌تکانی در اصل پیش‌درآمدی است بر خانه‌تکانی دل. برای پیشواز نوروز و سال نو رفتن، دنیای اطراف ما باید تمیز باشد و پلیدی و افسردگی و پژمردگی را کنار بگذاریم و زیبایی و مهر و عشق را جایگزین آن کنیم و این خواسته در صورتی محقق می‌شود که بخشش را یاد بگیریم و از وابستگی‌های مادی خود بکاهیم و یاری رساندن به دیگران را تمرین کنیم. وی خاطرنشان می‌کند: جدای از بحث غبارروبی از خانه و زندگی که فعالیت‌های دسته‌جمعی و مفید است و روحیه همدلی را بین اعضای خانواده تقویت می‌کند، باید به خود یادآور شویم که خانه‌تکانی اصلی، تغییر و تحول در رفتار و پاک شدن قلب‌ها از کینه و کدورت‌هاست.

روان‌شناسان نیز روی این موضوع اتفاق نظر دارند که علاوه بر نظافت منزل باید خانه‌تکانی ذهنی و روانی هم انجام شود؛ چرا که این نوع خانه‌تکانی، جرأت‌رهایی از وابستگی‌ها را به افراد می‌دهد و فرصتی است برای دور ریختن خاطرات بد از ذهن تا افکاری که یادآوری آنها جز ناراحتی و غم دستاوردی ندارد را به زباله‌دانی پرت کرده و حس طراوت، شادابی و انرژی مثبت را در زندگی‌مان دریافت کنیم.

