

به نام آنکه دل‌ها شاد از او باد.

فرهنگ مثل‌ها و حکمت‌های طنز آمیز پارسی

علی اکبر عباسیان

عباسیان، علی اکبر، ۱۳۳۲ -	سرشناسه
فرهنگ مثلها و حکمت‌های طنزآمیز پارسی/علی اکبر عباسیان.	عنوان و نام پدیدآور
تهران: علی اکبر عباسیان، ۱۳۹۴.	مشخصات نشر
۲۰۲ ص. ۴/۵×۱۴/۵ م.م.	مشخصات ظاهری
978-600-04-2349-0	شابک
نییا	وضعیت فهرست نویسی
کتابنامه.	یادداشت
ضرب‌المثل‌های فارسی	موضوع
ضرب‌المثل‌های ایرانی	موضوع
۱۳۹۴ ع ۲۳/۴ PIR۳۹۹۶	رده‌بندی کنگره
۳۹۸/۹۴	رده‌بندی دیویی
۳۷۵۲۳۰۷	شماره کتابشناسی ملی

فرهنگ مثل‌ها و حکمت‌های طنزآمیز پارسی

به کوشش:

علی اکبر عباسیان.

طرح روی جلد: خسرو چگینی.

صفحه آرا: علی حاجی شمسایی.

شمارگان: ۱۱۰۰ نسخه.

نوبت چاپ: اول. ۱۳۹۴.

چاپ و صحافی: چاپ برتر.

قیمت: ۱۰۰۰۰۰ ریال.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۰۴-۲۳۴۹-۰

«حق چاپ محفوظ است.»

فهرست

۱۲۶	ش	۵	پیشگفتار
۱۲۹	ص	۹	درباره کتاب
۱۳۱	ض	۱۱	ا
۱۳۲	ط	۲۲	ا
۱۳۳	ظ	۴۶	ب
۱۳۴	ع	۶۴	پ
۱۳۷	غ	۷۱	ت
۱۳۸	ف	۷۹	ث
۱۴۰	ق	۸۰	ج
۱۴۴	ک	۸۳	چ
۱۵۳	گ	۸۷	ح
۱۶۰	ل	۹۱	خ
۱۶۲	م	۱۰۰	د
۱۷۵	ن	۱۰۹	ذ
۱۸۳	و	۱۱۰	ر
۱۸۵	ه	۱۱۵	ز
۱۹۵	ی	۱۱۸	ژ
		۱۱۹	س

پیشگفتار

بهره‌گیری از طنز و شوخ‌طبعی، یکی از شیوه‌های مرسوم، پرتعداد، جذاب و در عین حال، هوشمندانه‌ای است که در روابط اجتماعی کاربرد بسیار دارد و در رویارویی با دشواری‌های زندگی، مسایل و مشکلات جامعه از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. از اینروست که پیشینیان ما، متبسم‌بودن و خنده‌رویی را به عنوان ساده‌ترین، کم هزینه‌ترین و بهترین واکنش ممکن برای زیستن در این "روزگار غدار" و سازگاری با "چرخ کج‌مدار" برگزیده‌اند، و بر این باور پای فشرده‌اند که: بخند، تا دنیا به رویت بخندد! خندان لب و تازه روی می‌باید بود! خنده بر هر درد بی درمان دواست! و تأکید کرده‌اند: با دل خونین، لب خندان بیاور همچو جام! به چشم خلق، چو گل تازه روی و خندان باش! و چنین نتیجه گرفته‌اند: لبی که خنده ندارد، شکاف دیوار است! سزای سنگ بود، پسته‌ای که خندان نیست!

بنابراین، سفارش به شوخ‌طبعی، خندیدن و خندانیدن در مواجهه با شرایط نامطلوب، ناملایمات و سختی‌ها، از جمله آموزه‌های قدیم حکیمان روان‌شناس و متفکران درد آشنای ایران زمین است، آموزه‌ای که به تأیید روان‌شناسان مثبت‌گرا می‌تواند همانند نسخه‌ای شفابخش، موثر افتد و کاهش تأثیرات منفی پیرامون، تقویت روحیه، حفظ تعادل، احساس چیرگی بر موقعیت، تغییر نگرش، و دستیابی به موفقیت از راه چاره‌گری، تدبیر و تفکر سنجیده، را موجب گردد.

می‌گویند: جمله‌های کوتاه، خوبند، جمله‌های کوتاه و قدیمی، بهترند، و جمله‌های کوتاه و قدیمی و طنزآمیز بهترین هستند! به‌راستی در میان مثل‌ها و حکمت‌هایی که می‌خوانیم، می‌شنویم و می‌گوییم، هنوز مؤثرترین، گیراترین و پرکاربردترین‌شان از نوع شوخی‌آمیز آن یعنی حکمت شادان است. گفته‌هایی که نشان‌دهنده ذوق سلیم، طبع شوخ، نگاه ظریف و موشکافانه ایرانیان نسبت به خود، خانواده، جامعه، حکومت و روابط متقابل میان آنها است.

نیاکان اندیشمند ما، این پیام‌ها را - که ریشه در تجربه‌های تلخ و شیرین چند هزارساله آنان دارد - در قالب جمله‌های کوتاه به صورت فرهنگ مکتوب (حکمت یا کلمات قصار) و فرهنگ شفاهی (ضرب‌المثل‌ها) برای ما به یادگار نهاده‌اند. هر آنچه که در کوچه و بازار، خانه و محل کار بازگفته می‌شود و هرآنچه شعر و نثر حکیمانه که در برگ برگ کتاب‌ها نهفته است. جزیی از این

میراث گرانقدر فرهنگی به شمار می‌آیند.

اینک سه پرسش و پاسخ را که در این زمینه مطرح است به اختصار مرور می‌کنیم:

* طنز و شوخ طبعی چیست و تفاوت آن با دیگر گونه‌های خنداندن کدامست؟ طنز در امر جدی، هرچه سطحی است و در امر سطحی هر جدی است بیرون می‌کشد و به تماشا می‌گذارد. واقعیت طنز این است: اوضاع و احوال ناامیدکننده است ولی جدی نیست! شوخ طبعی و بذله گویی، سرگرم کردن دیگران است، نه هتک حرمت آنان. طنز، نه جدی است، نه سطحی، بلکه یک حد میانه ناپایدار یا دو پهلو یا متفاوت است. شوخ طبعی، یعنی افتادگی، روشن بینی، بهره‌مندی از ظرافت. شوخ طبع نبودن یعنی سخت گیر نبودن، از بخشنده‌گی و نرم دلی بویی نبردن و پرخاشگر بودن. شوخ طبعی به معنای تمسخر طرف مقابل نیست، در این حالت وضعیت از بد بدتر خواهد شد. طنز به خود می‌خندد، ریشخند به دیگری. طنز شفا می‌دهد، ریشخند جراحت وارد می‌کند. طنز به زیستن کمک می‌رساند، ریشخند می‌تواند بگشاید!

* راه‌های پرورش شوخ طبعی کدامست؟ طنز نوعی سبکبالی و راحتی را در هر شرایط و اوضاعی به ارمغان می‌آورد. چگونگی پرورش طنز و شوخ طبعی و راه‌های تقویت آن را می‌توان به شرح زیر بیان کرد:

۱- مهارت و هنر: شوخ طبعی و بذله گویی یک هنر و مهارت است. در طنز و شوخ طبعی، شجاعت، درخشنده‌گی و عظمت وجود دارد. ظرافت شوخ طبعی در به زبان آوردن نکته‌ای است، بدون آنکه رنجش دیگران را موجب شویم.

۲- خنده‌رویی: هم نشینی با افراد بذله‌گو، مقدمه شوخ طبعی است. شوخ طبع آن چنان که باید، به آنچه باید می‌خندد. داشتن روحیه شاد به ویژه هنگامی که دارای نگرانی‌های گوناگون نباشیم، کاری آسان است. برای پرورش شوخ طبعی، نخست باید به شوخی دیگران خوب بخندیم.

۳- خنده به خود: طنز می‌تواند به همه چیز بخندد، به شرط آنکه در مرحله نخست به خود بخندد. طنز، به خویش یا به دیگری به مثابه خویشتن می‌خندد و همیشه خود را در نکته‌ای که ایجاد یا افشاء می‌کند، می‌گنجانند. شوخ طبعی یعنی وقتی زندگی سر به سر ما می‌گذارد، جنبه شوخی را داشته باشیم، و با موقعیت دشوار، تحمل ناپذیر و بتوانیم کنار بیاییم.

۴- آفریدن تعابیر طنزآمیز: گام اول شوخ طبعی، هنر بیدار کردن چیزهای خنده‌دار در موقعیت‌های تنش‌زا، از پیشامدهای ناخوشایند، شوخی ساختن، و از اتفاقات ناگوار تعابیر طنزآمیز آفریدن است. شوخ طبعی دگرگون ساختن نگرش نسبت به رویدادهای پیرامون، و نگاه طنزآمیز به موقعیت اضطراب‌آور است.

۵- حفظ روحیه و شاد جلوه کردن: شوخ طبعی، یعنی هنگامی که غمگین هستیم، چهره‌ای متیسم داشته باشیم، بذله گویی را کنار نگذاریم و مانند وقتی که شاد هستیم رفتار کنیم، تا فشار غم

کم و منشاء آن از میان برود. شوخ طبعی یعنی خنده و شادی را - حتی در شرایط سخت زندگی - همچنان حفظ کنیم، و هنگام قرار گرفتن میان گریستن و خندیدن، خندیدن را برگزینیم.

۶- مثبت نگری: شوخ طبعی، نگرشی است که ما را به اندیشیدن درباره جنبه‌های روشن نزدیک موقعیت - که دیگران قادر به دیدن آن نیستند - ترغیب می‌کند. شوخ طبعی، توانایی احساس رضایت از زندگی، لذت بردن از شادکامی خویش و دیگران است.

۷- خلق و خوی مثبت: افراد شوخ طبع زندگی را ساده و آسان می‌گیرند و به آنچه برای آنها روی می‌دهد - که ممکن است برای دیگران ناگوار و غم انگیز باشد - به راحتی می‌خندند. افرادی که از حس شوخ طبعی برخوردارند، هنگام روبرو شدن با تجربه‌های تنش‌زا، کمتر با خلق و خوی منفی واکنش نشان می‌دهند.

• طنز و شوخ طبعی چه فایده‌هایی دارد؟ چنانچه سخن مورد نظر از میان مثل‌ها و حکمت‌های طنزآلود انتخاب گردد و در زمان و مکان مناسب، به شرط برخورداری از استعداد شوخ طبعی و مدیریت درست گفتگو بیان شود، سودهای بسیاری را موجب می‌گردد: با تشاندن تبسم بر لب‌ها زمینه مطلوبی فراهم می‌آورد به رسایی و گویایی سخن می‌افزاید. منطق گوینده کوینده و نافذتر می‌گردد و مخاطب را مجاب می‌کند، ابهام را وضوح می‌بخشد، جان کلام را می‌رساند، مانع پرگویی می‌شود. فضای گفتگو را از حالت سرد خشک و رسمی خارج کرده، به محیطی گرم، دلپذیر و دوستانه تبدیل می‌نماید. بحث را از حاشیه به متن باز می‌گرداند و سریع‌تر به نتیجه می‌رساند. سوء تفاهم، قهر، کدورت و دشمنی به سوی تفاهم، اشتی، مهربانی و صلاح می‌گراید. مجادله و تنش را مانع شده و به مشاجره پایان می‌دهد، روابط را بهبود می‌بخشد. بر ظرفیت انتقادپذیری می‌افزاید. مجالی برای گفتگوی صریح و چهره به چهره - به جای غیبت - پدید می‌آورد. اخم را به تبسم، خشم را به خنده، مخالفت را به موافقت تبدیل می‌کند. چه بسا کاربرد نابجا، بی‌موقع و نادرست نیز، نتایج معکوس در پی داشته باشد. با این همه سودمندی‌های طنز و شوخ طبعی فراوان است، شوخ طبع بودن یا همنشینی با آنان، می‌تواند فایده‌های بسیاری را برای ما به ارمغان آورد. آمیختن زندگی با طنز، شوخی و خوشرویی و بهره‌مند کردن خود و دیگران از خنده و شادی یکی از بزرگ‌ترین موهبت‌هایی است که به بشر ارزانی شده است. برای نمونه به شماری از سودهای آن اشاره می‌شود:

۱- آرامش: در مواقعی که ممکن است به ناراحتی بینجامد، شوخ طبعی چاره کار است. در جایی که شادی و طنز وجود دارد، غم و اندوه رخت می‌بندد. خنده و شوخی روح انسان را جلا می‌دهد و به ذهن آرامش می‌بخشد. شوخ طبعی، بهترین سپر در برابر فشارها است. با بیان طنز، فشار و استرس کاهش می‌یابد.

۲- تغییر وضعیت: توانایی شوخی کردن در چهارچوب‌های پسندیده، می‌تواند یک موقعیت

ناخوشایند را به وضعیتی قابل تحمل تغییر می‌دهد. طنز، ناامیدی را به شادمانی و تصور باطل را به چیزی خنده‌دار تبدیل می‌کند. تغییر حالات ذهنی نسبت به موقعیت‌های زندگی، نقش یادزهر برای وضعیت‌های منفی دارد.

۳- دستیابی به تعادل: شوخ‌طبعی، ما را وادار می‌دارد همه چیز را روشن و درخشان ببینیم و به تعادل دلخواه دست یابیم. شوخ‌طبعی، به ما امکان می‌دهد تا احساس یأس و بدبختی را کنار بزنیم. شوخ‌طبعی، یکی از راه‌های دفاع از خود، در برابر این دنیای غدار است.

۴- نظم‌دهی و افزایش دوستی‌ها: استفاده از روش هوشمندانه ارتباط‌های کلامی در شوخی، موجب نظم در زیردستان و حفظ ارتباط مثبت می‌شود. خندیدن با دیگران، موجب افزایش دوستی و همدلی می‌گردد.

۵- فرونشاندن بحران: طنز و شوخ‌طبعی از سختی پیشامدهای ناگوار می‌کاهد. شوخ‌طبعی در هر شرایطی به ما کمک می‌کند تا مسایل را خیلی بزرگ نکنیم، از مشکلات فاصله بگیریم و بحران‌ها را فروزنماییم.

۶- نشاط بخشی و تجدید روحیه: شوخ‌طبعی برای آدمی در حکم تور خورشید برای گیاهان است، همان‌گونه که آفتاب، جان تازه‌ای به گیاهان می‌دهد، نشاط و سرخوشی هم، روح تازه‌ای به وجود ما می‌دمد. شادی با شوخ‌طبعی تکمیل می‌شود. طنز، اندوه را به شادی تبدیل می‌کند، و نفرت را به عشق یا بخشایش.

۷- مقابله با هیجان‌های منفی: شوخی، شیوه موثری برای رویارویی با هیجان‌های منفی مانند خشم، اضطراب و افسردگی است. طنز بر جدی بودن لگام می‌زند و از همین راه نفرت، خشم، کدورت و خشک‌اندیشی را مهار می‌کند.

۸- توجه از مشکل به راه حل: توجه به وضع مضحک و خنده‌دار، می‌تواند توجه را از مشکل، به راه حل‌های احتمالی آن معطوف سازد.

۹- تقویت کارآمدی: شوخ‌طبعی ما را از ساده لوحی و از خود راضی بودن منع می‌کند، و باعث فاصله‌گیری موقت از مسایل و مشکلات، افزایش احساس خود کارآمدی، جلب حمایت اجتماعی و حفظ عزت نفس می‌شود.

۱۰- ارتباط با خدا: هنگام استقبال از طنز، شوخ‌طبعی، نشاط، شادمانی و خوشحالی، ما در وحدت کامل با خداوند قرار می‌گیریم.