



از دور مدافع و از نزدیک مهاجم

انتخاب نگه داشتن جانب حق در ارتباطات انسانی زندگی روزمره

سارا مؤمنی

دانشجوی دکتری مدیریت رسانه

از دور و نزدیک جانیش را نگه داریم

انتخاب اینکه در نسبت با خود، محیط و دیگران چگونه باشیم و چه رفتاری داشته باشیم به سبک زندگی ما برمی‌گردد. سبک زندگی خودش از جامعه، فرهنگ و خانواده تأثیر می‌گیرد. یکی از ویژگی‌های خوب اخلاقی عینی بودن و تعصب و عرق بی‌منطق نداشتن نسبت به مسائل مختلف است. در علوم دینی به این اخلاق «حق‌مداری، حق‌طلبی و جانب حق را نگه داشتن» می‌گویند. انتخاب اینکه هراتفاقی که افتاد در مدار حق و درستی بمانیم، انتخاب راحتی نیست. همچنین انتخاب اینکه بی‌تفاوتی را نسبت به امور و مسائل مختلف زندگی کنار بگذاریم و دنبال حق باشیم نیز کار آسانی نیست. از همه مهم‌تر، مورد سوم است. جانب حق را نگه داشتن ممکن است به قیمت‌های گزافی تمام شود. آیا حاضریم از آن محافظت کنیم؟ ممکن است از دور برایمان جذاب باشد. حتی دست‌هایمان را مشت کنیم و برایش شعار بدهیم و خواهانش باشیم، اما زمانی که بخواهد به ما نزدیک شود و ما را به خود مبتلا کند چه؟ آیا آن زمان هم او را در آغوش می‌گیریم؟

همین سه مفهوم در رفتار فردی و در تعامل با افراد مختلف از خانواده و دوستان گرفته تا آشنایان و دایره‌های ارتباطی دورتر، خود را نشان می‌دهد و بر رفتارهای دیگر ما هم اثر می‌گذارد.

حق را بغل کنیم، تعصب را پس بزنیم

جهان، کشور، شهر، جامعه، فرهنگ، خون، خانواده، نژاد، خواهر، برادر، اقوام، دوست، همسر، فرزند و مفاهیم و مسائل زیاد دیگری هستند که ممکن است ما و عقل و قلب ما را به یک منطق خودساخته از مسیر درستی و حق دور کند. دوزوج و خانواده‌های آنها را در نظر بگیرید. بی‌حرمتی، بی‌احترامی، دل شکستن، غیبت کردن و بسیاری از ویژگی‌های بد اخلاقی دیگر ممکن است در تعاملات خانوادگی همسران اتفاق بیفتد. این ویژگی‌های اخلاقی در نسبت با هر کسی، با هر نسبت دور و نزدیکی که با ما دارند، غلط، نادرست و اشتباه است. حالا آنجایی که این قاعده اصلی بواسطه تعصب ما به خانواده یا همسر به حاشیه می‌رود، در واقع ما از مسیر حق دور شده‌ایم. در واقع تعصب ما باعث شده که نگاه ما جانبداری داشته باشد و نتوانیم درستی را تشخیص بدهیم. گاهی این مسأله به قدری در میان افراد پررنگ است که عاقدانه به سمت عدم پذیرش درستی می‌روند و اعتراف می‌کنند که: «بله، من می‌دانم مثلاً نباید به همسر در جمع خانواده‌ام بی‌احترامی شود، «اما» نسبت به خانواده‌ام تعصب دارم و این برایم مهم است.» همین انتخاب و اتفاق رفتاری ما تبعات منفی مختلفی دارد. از طرفی فردی که بی‌احترامی کرده، متوجه نمی‌شود که کارش اشتباه بوده و به آن ادامه می‌دهد. به نوعی «حق» خود می‌داند که این کار را ادامه بدهد، یعنی کار اشتباه و ناحق در چشم او حق و درست می‌شود. از طرف دیگر فردی که به او بی‌احترامی شده، ناامید و سرخورده می‌شود و حتی ممکن است به انتقام فکر کند و به دنبال فرصتی باشد که جبران کند و انتقام را حق خود و پسندیده ببیند. می‌بینیم که در همین مثال یک مسأله کوچک چطور انتخاب یک رفتار نادرست فردی، بر رفتار و تعامل‌های آینده دیگران اثر می‌گذارد و از همه مهمتر، حق کم شده و هرکس از جانب خودش آن را تفسیر می‌کند.

پی‌اواز حقیقت برویم، نه نگاه و نظر مردم!

ممکن است به لحاظ شخصیتی و رفتاری خود ما تصمیم بگیریم و انتخاب کنیم که در مدار حق باشیم و همیشه جانب حق را نگه داریم، اما تصور قابل‌وزن سنگین نگاه اطرافیان که آن هم برگرفته از یک فرهنگ و اصل اشتباه است، باعث شود که آن را نشان ندهیم و حتی اگر به ناحق تعصب نداشته باشیم، اما حرفمان را درباره حق هم نزنیم. این مسأله در علم ارتباطات به نظریه «ماریچ سگوت» معروف است. حرف اصلی این تئوری این است که اگر فضا و جو غالب اظهار نظرات یک گفت‌وگو در تعارض با نظر شما باشد، شما از ترس طرد شدن، رد شدن یا نگاه‌های منفی دیگران، نظر خود را بیان نمی‌کنید و سکوت می‌کنید. فکر کنید این مسأله در ذهن تک‌تک افراد یک جمع وجود داشته باشد؛ همه آگاه باشند که حق با چه چیزی است. اما از ترس اینکه طرد شوند یا نظرشان رد شود، آن را بیان نمی‌کنند. همین مسأله باعث می‌شود که حرف درست، راه حق و حقیقت برای همیشه در ذهن افراد بماند و راه بیرونی برای دیده شدن و پذیرفته شدن کلی نداشته باشد. نظریه‌پردازان ارتباطات و روانشناسی در آزمایش‌ها و سال‌های مختلف این مسأله را بررسی کرده‌اند و به این نتیجه رسیده‌اند که قدرت جو و نگاه جمعی به قدری زیاد است که ممکن است یک فرد مثلاً با اینکه مطمئن است لیوان وسط

نخواهد و کیک در نهایت بافت خوبی داشته باشد. برای اینکه تشخیص دهید کیک‌تان پخته است یا نه در اواخر زمان پخت در فر را باز کنید، قالب کیک را کمی بیرون بکشید و یک سیخ چوبی یا خلال دندان را وسط کیک تا انتها فرو ببرید و خارج کنید، اگر از مایه کیک چیزی به آن نجسبیده بود یعنی کیک ما پخته است. بعد از اتمام پخت، قالب کیک را روی توری خنک کننده بگذارید.

نکته: اگر کیک را به صورت کاپ کیک می‌پزید، سینی را بیست دقیقه در فر قرار بدهید و سپس پخته بودن آن را توسط خلال دندان چک کنید. اجازه بدهید قالب یک ربع روی توری خنک کننده بماند، بعد از این مدت دور تا دور کیک را با چاقو از قالب جدا کنید، کیک را روغنی را از کف آن جدا کنید و اجازه بدهید کیک بیرون از قالب یک ربع دیگر روی توری خنک کننده بماند. دقت کنید که هرگز کیک‌های مرطوب را بعد از پخت، مدت طولانی داخل قالب نگه ندارید، چون کیک عرق می‌کند و بافت آن خراب می‌شود. برای تزئین روی کیک می‌توانید از



حتماً قبل از شروع آماده‌سازی مایه کیک، میوه‌ها را برش بزنید و کنار بگذارید. دقت کنید که ترتیب مراحل گفته شده در دستورها بسیار مهم هستند، برای مثال در این جا اگر اول مایه کیک را آماده کنید و بعد میوه‌ها را برش بزنید، مایه کیک در دمای محیط منتظر مانده و از کیفیت آن کم می‌شود

همیشه مواد اولیه باید نیم ساعت قبل از شروع کار، به منظور هم‌دمای با محیط شدن از یخچال خارج شود. اما کره‌ها در ایران بسیار سریع شل می‌شوند و باید آن را فقط ۱۰ دقیقه تا یک ربع زودتر از یخچال خارج کنید. برای تشخیص این دما باید وقتی انگشت‌تان را روی کره فشار می‌دهید، کمی در آن فرو رود و جای انگشت روی آن بماند و از آن مهم‌تر این که در این دما کره قابل برش زدن و قسمت کردن است.

برای یک کریمینگ موفق نیاز به شکر دانه‌ریز داریم. اگر شکر دانه‌ریز ندارید، شکر معمولی را بعد از اندازه‌گیری در آسیاب برقی یا غذاساز بریزید و فقط دو پالس بزنید. این را بدانید که با این روش، دانه‌های شکر به‌صورت یک‌دست ریز نمی‌شوند ولی این ریز و درستی مشکلی ایجاد نمی‌کند، پس به هیچ وجه بیش از این شکر را آسیاب نکنید چون شبیه به پودر قند می‌شود که نقش متفاوتی در شیرینی‌پزی دارد.

حتماً بین کار، همزن برقی را خاموش و مواد را با لیسک یک دیواره‌های کاسه به وسط جمع کنید و بعد مجدد هم

چند نکته در خصوص مواد اولیه

- ستنی، کره لاکتیکی، کره کم چرب، روغن جامد و روغن صاف قابل استفاده نیستند. برای این دستور کره باید هم دمای محیط باشد.
- بهتر است در شیرینی‌پزی از ماست پرچرب شیرین کارخانه‌ای استفاده کنید.
- برای این دستور می‌توانید از توت‌فرنگی، گیلاس، هلو، شلیل، زردآلو، قیسی، آلو سفید و گلابی به دلخواه استفاده کنید. برای میوه‌هایی مثل هلو، شلیل، زردآلو و... نیازی به کندن پوست میوه، قبل از برش زدن آنها نیست.

- مواد اولیه را آماده کنید و روی میز کار بگذارید تا هم دمای محیط شوند.
- برای اندازه‌گیری آرد، ظرف یا پاکت آرد را با قاشق هم بزنید، پیمانه را با قاشق پر کنید و سر پیمانه را صاف کنید. آرد اندازه‌گیری شده را حتماً دو بار الک کنید. الک کردن به بهتر شدن بافت نهایی کیک کمک می‌کند و باعث می‌شود کیک بافت سبک‌تری داشته باشد.
- برای این دستور می‌توانید از کره حیوانی (کره صبحانه) یا کره گیاهی سوپرمارکتی (مارگارین) یا مخلوط هر دو کره استفاده کنید. دقت کنید که برای این دستور کره

مناسب‌تر است و مواد کمتر هم می‌خورد. از لحظه‌ای که مواد خشک اضافه می‌شود، هم زدن زیاد بافت کیک را شفته و خراب می‌کند.

نیمی از مواد خشک را اضافه کرده و با کندترین دور همزن برقی، فقط و فقط در حد دیده نشدن رگه‌های آرد آن را هم بزنید. حالا ماست را اضافه کنید. با لیسک مخلوط کنید یا با کندترین دور همزن در حد یک‌دست شدن هم بزنید. بعد باقی مواد خشک را اضافه کرده و به آرامی مخلوط کنید. اکنون مایه کیک ما آماده است.

مایه کیک را در قالب آماده شده بریزید و با استفاده از پالت، لیسک یا پشت قاشق سطح آن را تا جای ممکن صاف کنید و میوه‌هایی که از قبل آماده کرده بودیم را روی سطح کیک بچینید. کیک را به مدت نیم ساعت در فر بگذارید تا بپزد. بعد از این مدت روی کیک طلائی و دور تا دور کیک قهوه‌ای می‌شود. دقت کنید هیچ وقت در بیست دقیقه اول پخت در فر را باز نکنید تا پف کیک

زدن را ادامه بدهید. پس از این مرحله تخم مرغ‌ها را دانه دانه اضافه کنید و بعد از اضافه کردن هر کدام، ابتدا با دور متوسط همزن برقی و بعد با دور تند مواد را هم بزنید تا کاملاً یک‌دست شود. در بین کار چند باری مواد دور ظرف را با قاشق یا لیسک جمع می‌کنیم (دورگیری) تا اگر تخم مرغ‌ها به دور ظرف پاشیده شده با این دورگیری آنها را به مواد کیک اضافه کنیم تا هم بخورند و در نهایت کیک بوی زهم ندهد.

موقع اضافه کردن تخم مرغ آخر وانیل را هم به مخلوط اضافه می‌کنیم و هم می‌زنیم. در صورت تمایل، پوست لیموترش تازه را بدون رنده کردن قسمت سفید زیر پوست، رنده کرده و به مواد اضافه کنید. رنده پوست لیمو علاوه بر خوش عطر کردن، طعم‌ها را هم تشدید می‌کند. دقت کنید در صورتی که کاسه مواد مخلوط شده کوچک است، برای اضافه کردن آرد، مایه کیک را به کاسه بزرگ‌تری انتقال بدهید. کاسه بزرگ برای مخلوط کردن

برای این دستور می‌توانید از توت فرنگی، گیلاس، هلو، شلیل، سیب، زردآلو، قیسی، آلو سفید و گلابی به دلخواه استفاده کنید. برای میوه‌هایی مثل هلو، شلیل، زردآلو و... نیازی به کندن پوست میوه، قبل از برش زدن آنها نیست.

