



باور فرهنگی اجتماعی ما حتی نگاه شرقی، شاید باور دینی، تشویقمان می کند به خدابودگی، به گل بی عیب بودن، به عصمت، به نماینده خدا بودن روی زمین، به فرشته سیرتی. اما واقعیت وجودی ما متفاوت است

چند وقت پیش لایوی در صفحه ام داشتیم در مورد موضوعی که برای من پراز استرس بود. بعد از لایو هم جلساتی با مادران مدرسه گذاشته بودم. بعد از جلسه بارها پیامی گرفتم که چقدر آرامش دارم و آرامشم را به آنها هم داده ام. می خواهم بگویم اگر آدم با خودش در صلح باشد، این آرامش را به دیگران هم انتقال می دهد حتی اگر صد پشت غریبه باشند.

در فهرست ارزش های من، صلح با خود طی روندی چند ساله اتفاق افتاد. به این معنا که برای اشتباهاتم، خودم را عذاب ندهم. من آدمی بودم که برای گفتن یک جمله ناخوشایند یا نامناسب، بارها خود خوری می کردم که چرا این کار را کردم؟ نه اینکه به اشتباهاتم افتخار کنم، اینکه به خودم بگویم بسیار خب اشتباه کردی، از این به بعد مراقب می شوی و به خدا هم بگویم: می دانم ضعیف هستم و حتی مراقبت به لطف تو هموار می شود، پس لطفاً کمکم کن.

نمره این گفت و گوی درونی خیلی جذاب بود: به طرز شگفت انگیزی نسبت به اشتباهات دیگران در صلح شدم. کارهایی را که در جمع ها می شنیدم غیرقابل بخشش است ریشه یابی می کردم و با خودم می گفتم پیش می آید، شاید نمی دانسته، شاید فلان طور فکر کرده، شاید بلد نبوده و حواسش نیست. این نگاه ربطی به این نداشت که گناه یا اشتباه را کوچک ببینم. مربوط به این بود که گناه و اشتباه، رخ داده بود و درست است که نباید رخ می داد ولی رخ داد و مهم تر این است که چطور جبران شود. شبیه نور و سایه، سایه شاید فرصت دیدن نور باشد. اگر انسان، خطا نداشت که روی نور سایه بیندازد، چطور ارزش نور مطلق به چشمش می آمد؟

این مسیر، به والدگری من هم کمک کرد. بچه ها می توانستند بارها اشتباهی را تکرار کنند تا سایه رشدشان نبشود. انتخاب های اشتباه کنند، انتخاب هایی که حتی هزینه داشته باشد ولی بتوانم بپذیرم. بپذیرم یعنی بگویم پیش آمد، در عوض دفعه بعد می دانی که چه کار کنی.

درواقع، لازمه نگاه پذیرش کامل، این فکر بود که واقعیت انسانی من و اختیاری که خدا در دست من قرار داده، گل و خار آمیخته است. باور فرهنگی اجتماعی ما حتی نگاه شرقی، شاید باور دینی، تشویقمان می کند به خدابودگی، به گل بی عیب بودن، به عصمت، به نماینده خدا بودن روی زمین، به فرشته سیرتی. اما واقعیت وجودی ما متفاوت است.

جمع خانواده مثال خوبی است. هر گلی برابرم یک رنگی دارد، یک جلوه ای. در هر کدامشان یک رنگی از خداگونگی هست: یکی شان پر از طنز است، یکی پراز محبت، یکی پراز کلمه، یکی پراز نگاه، یکی پراز سکوت، یکی پراز شور. طنز و کلمه و نگاه و شور و سکوت و محبت در همه شان هست، اگر با هم ببینمشان. و در یکی هست اگر همیشه آن یکی را ببینم.

از اینکه هر کسی چیزهایی در خود دارد که مزیت است. همان مزیت و ویژگی خوب، دشواری هایی برای او و اطرافیانش می آورد، کسی که خیلی بخشنده است، مدام اذیتش می کنند و او هی می بخشد، اطرافیانش از دیدن رنج او در رنج هستند. همین ویژگی خوب

گزارشی به مناسبت روز جهانی صلح آیا ما باید با همه در صلح باشیم؟ این پرنده سفید صلح و محبت



می تواند میدان امتحانش باشد. تعادل این ویژگی، خیلی مهم است. هر چند آن ویژگی در خدا بی نقص و بی تزاحم است.

این را در سال ها فهمیدم ماریچیک رشد شامل فرصت هایی است که از اشتباهات و درستی های ما ناشی می شود، هر دو سایه ها و نورها. عالمی می گفت: وقت دعا چند بار بگوئید «یا ارحم الراحمین و آخر سر یا اله العاصین». این سفارش شبیه به یک کد بود. اینکه تا گناهی نباشد، چطور مهربانترین رحم کننده ها به چشم بیاید؟ هر چند ما مجوز نداشته باشیم برای این کار، ولی این واقعیت در دعاها هم گویا پذیرفته شده است به عنوان یک فرصت خود و خداشناسی و رشد.

از طرفی فهمیدم گاهی با اشتباهات دیگران در صلح نیستم. با کدام آدم ها؟ اولین دریافتم این بود که من با آدم هایی که خیلی مدعی یا متکبر بودند، از در صلح وارد نمی شوم. طول کشید تا مطمئن بشوم اشتباهات کدام جنس از آدم ها در ناخودآگاهم برایم پذیرفته نیست.

به دلایلی در بیست تا نزدیک به چهل سالگی، امکان شرکت در کارگاه ها، گفت و گو با مشاور و متخصص، شرکت در مجالس و سخنرانی ها، خرید کتاب های متعدد و خواندن آنها نداشتیم. این سال های سخت، من فقط

امکان فکر کردن داشتم. فکر کنم و آزمون و خطا کنم و پیش بروم. بعدها دیدم که مطالب کارگاه ها و کتاب ها برایم تکراری هستند و من همان سال ها در همان فکر کردن ها دریافته ام کرده بودم. این یعنی مسیرهای هدایت به لطف پیامبر درونی، همواره هموار است. به هر حال به قول عین القضات همدانی، دل محل ارادت است.

ولی در واقع چقدر پذیرش اشتباهات در اطرافیانی که بیشتر با آنها در ارتباط هستیم می تواند درست باشد؟ آیا باعث نمی شود که بهشان اجازه دهم متوجه اشتباهاتشان نشوند؟ برای این سؤال ها هم به کدها و نشانه هایی رسیده بودم. یک کد برمی گردد به اینکه من جایگاه خودم را با خدا اشتباه نمیگیرم. متأسفانه گاهی که خیلی مقدس می شوم، جایگاه خودمان را زیرپوستی با خدا عوض می کنیم. باید یادمان باشد که ارزیابی ما درباره اشتباهات آدم ها در دایره نیازهای ما در تعامل با آن فرد باشد و نه بیشتر. یعنی اگر نمی خواهیم با چیزی در پذیرش باشیم حواسمان باشد که داریم با خود خودمان انتخابش می کنیم، با نیازهایمان، برداشت هایمان، دریافت ها و ارزش های فردی و اجتماعی.

ما گاهی حواسمان نیست و فکر می کنیم انتخاب خدا همین انتخاب ماست. آسیب این حواس پرتی، تکبر زیادی است. این

حس به صورت زیرپوستی و پنهان است و شاید بارها مرتکبش شویم. مثلاً چه وقت هایی فکر کردید که اگر خود خدا هم بود، این کار زشت را قبول نمی کرد؟ قصه های مرحوم آفاسیدمهدی قوام را شنیده اید؟ یک آخوندی بود که خودش را با خدا اشتباه نگرفته و خدا را مهرش در او فراوان قرار داده.

کد و نشانه دیگر هم برمی گشت به اینکه اگر نمی خواهم با کسی در پذیرش باشم، برای خودم و او، وضوح صادقانه بدهم که ماجرا را بدانند. حتی اگر نسبت به اشتباهی در فرزندم این طور هستم، به فرزندم بگویم که چرا نسبت به این کار او پذیرش ندارم. وضوح و صداقت هم مهم است و هم سخت. گاهی خودم هم نمی دانستم که دقیقاً چرا پذیرش ندارم، آیا در لحظه عصبانی هستم؟ آیا مأیوس شده ام؟ چه چیزی دارد در من کار می کند؟ حتی گاهی باید انتخاب می کردم که چه اشتباهی را هرگز در روابطم نپذیرم؟

کد دیگر برای من هم این بود که طیفی از آدم ها برای ثبات و تعادل جامعه نیاز هستند. به تجربه هم دیده ام آدم هایی که در زندگی رنج های متنوع و بیشتری دیده اند، پذیرش بالاتری دارند. اینجا محققان برای افرادی که رنج کمی دیده اند، توصیه به خواندن رمان های خوب دارند. برای همین پیدا کردن روایت و قصه اهمیت بسیاری پیدا می کند. علاوه بر درمان، روایتگری به ابزار اقتصادی مثلاً دیجیتال مارکتینگ تبدیل شده و از قدیم و تا امروز، ابزار مهم آموزش و تربیت است. چه با شکل ادبیات تعلیمی و چه با پاسخ به نیازهای کودک و نوجوان و لذت بردن.

سال ها پیش از دکتر گلزاری شنیدم که رمان در تربیت کودکان و نوجوانان خیلی مهم و اساسی است و می تواند در بزنگاه زندگی آینده، دست آنها را بگیرد.

غیر از خواندن رمان، به قول مادرم، رسیدگی به نیازمندان و کسانی که انواع مشکلات را دارند هم یک جور رنج خریدن است. رنج خریدنی که خیلی هم توصیه شده. چون قصه ها و رنجانهاهایی از زندگی های مختلف می شنویم و می بینیم که باعث می شود پذیرش، صبور و اداری مان بیشتر بشود. منظورم فقط واریز پول به حساب نیازمندان نیست، پیدا کردن و نزدیک شدن عملی به این آدم هاست. همچنین همسفره شدن، همدلی کردن یا پرستاری از آنها و شنیدن قصه هایشان هم کمک کننده است.

ابتدا پذیرش اشتباه خودم و دیگران، من را یاد دو چیز می انداخت. یکی جمله درجه یک رمان قیدار از امیرخانی که می گفت «پیای آدم تک خطا می ایستم». و دیگری هم آن شرلی، وقتی که ماریلا از او گلایه می کند که آه تو خیلی اشتباه می کنی، کمی مکث می کند و می گوید «ولی ماریلا دقت کردی که من هر اشتباه را فقط یک بار انجام می دهم و دیگر تکرار نمی شود؟» و ماریلا خنده اش می گیرد که تو همیشه اشتباه جدیدی در دست و بالشت داری.

● کبری آسوپار خبرنگار سیاسی می گوید: برای اینکه ببینیم باید چه کنیم تا در کنار هم بتوانیم با صلح و مدارا و آرامش زندگی کنیم، به نظرم ابتدا بیاییم نقطه مقابلش را ببینیم که چه اتفاقی افتاده تا ما به این نقطه مقابل رسیده ایم. مثل همان چیزی که اهل علم می گویند: تعرف

سمیه ملاتبار

نویسنده

آیا ما باید با همه در صلح باشیم؟ کدام افراد را باید از دایره صلح کنار بگذاریم؟ تاریخ در این باره چه می گوید؟ آیا پرنده سفید صلح روی شانه هر کسی می نشیند؟ سمیه لیاقت: دکترای سنجش دارد. مدرس پژوهشگر است و می گوید: بعد از دو کارگاه گفت و گو بدون خشونت که شرکت داشتم متوجه شدم که انگار گفت و گو بدون خشونت، نیاز به آموزش خاصی ندارد. شما وقتی این کار را انجام بدهی، خودش صلح را جاری می کند ولی خب اغلب ما آنقدر توانمند نیستیم، آنقدر حرفه ای نشد ایم و مهارت لازم را نیاموخته ایم. رفتارها ولی منتقل می شود، به همه افراد کوچک و بزرگی که با آنها در رابطه هستیم. بزرگ ترین قصه صلح همین است که فرد خودش بتواند و بخواهد تا تکنیک هایش را یاد بگیرد و خیلی هم کاری نداشته باشد که فرزندش و یا کسی را تربیت کند. اگر کسی این طوری باشد، خواه ناخواه به تمام افرادی که می بیند هم منتقل می شود.

World
Peace
Day