

فکر جدید

دکتر محمدرضا سنگری

مبارک!

رفتارهای ما را اندیشه‌های ما می‌سازند. آنکه دل گرفته است، آنکه پرخاشگر و تندخوست، آنکه بدبین است و به زمین و زمان و آسمان بد می‌گوید، و برعکس، آنکه شاداب، صبور، صمیمی و خوش‌بین است و روحی آرام دارد، اندیشه‌اش او را به این رفتار رسانده است. مثلاً وقتی از کسی می‌پرسیم: چرا، رفتار نادرست فلان کس را پاسخ ندادی و بگویی: انسان جایز الخطاست، یا بگویی: در موقعیت مناسب دیگری پاسخش را می‌دهم، و یا بگویی: از خدا آموخته‌ام که زود مجازات نکنم، همه این پاسخ‌ها «اندیشه» شخص را نشان می‌دهند. معلوم می‌شود، اندیشه چتری است که روی رفتار گشوده می‌شود یا چراغی است که راه رفتار را روشن می‌کند و حق با مولاناست که:

ای برادر تو همه اندیشه‌ای
مابقی خود استخوان و ریشه‌ای
گر گل است اندیشه تو گلشنی
ور بود خاری تو همیشه گلخنی

اگر این‌طور است، وقتی ما افسرده‌ایم، وقتی با دوستان نمی‌توانیم کنار بیاییم، وقتی با پدر، مادر، خواهر، برادر، هم‌کلاسی و بالاخره همه و همه درگیر می‌شویم، بی‌هیچ درنگ باید سراغ فکرمان را بگیریم، مشکل همین‌جاست!

اصلاً دور نرویم. همین حالا که این مطلب را می‌خوانی، چه احساسی داری؟ بخوانم یا

نخوانم، ادامه بدهم یا ندهم؟ نکند مرا سر کار گذاشته‌اند؟ خوب است همین‌جا تمامش کنم و... فکر نمی‌کنی خود این درگیری‌ها و چانه‌زدن‌ها هم ریشه در فکر ما داشته باشند؟ اگر این‌طور است، پس بهتر است راست و مستقیم به سراغ فکرمان بیاییم و بیشتر در فکر فکرمان باشیم. اگر تا اینجا نوشته با من موافق و همراه هستید، برداشتن گام‌های بعدی برای تغییر رفتار آسان است. بسیار خوب، رفتارهای من محصول فکر و اندیشه خودم هستند، پس بهتر است بیرون را متهم نکنم.

رفتارهای بد خود را به گردن این و آن نیندازم و اصلاً از خودم شروع کنم. می‌گویند کارگران تنبل، بیل را متهم می‌کنند! دانش‌آموز شکست‌خورده، گاه قلم، گاه صندلی، گاه معلم و گاه پدر و مادر و دوستان را متهم می‌کند، نه... نه... ممکن است این‌ها تأثیرگذار باشند، اما همین‌که «فکر» کنیم: در شکست‌ها ما همیشه باید متهم را در بیرون از خود جست‌وجو کنیم، «فکر» نادرستی است.

می‌بینید باز مشکل در «فکر» است.

یک قدم جلوتر برویم. اکنون می‌توانید بیرسید این فکر از کجا آمد؟ چه کسی این فکر را به من بخشید؟ اگر به این نتیجه رسیدید که کسی، جایی یا چیزی این افکار ناروا را به شما می‌بخشد، فکر درست می‌گوید: ترکش کنید، از آن فاصله بگیرید و آن را دور بزنید، هر چند راه طولانی‌تر شود! درست نقطه مقابل آن، اگر رفتار درست شما را جایی، کسی یا چیزی می‌سازد، فکر عاقلانه آن است که همین‌جا، همین‌کس و همین موقعیت را محکم بچسبید و رها نکنید.

حالا یک قدم پیش‌تر برویم. کجا می‌توانیم برویم یا از کجا می‌توانیم به «فکر» درست برسیم تا رفتار درست بیاییم؟ آیا چنین جایی هست؟ آیا چنین کسانی پیدا می‌شوند؟ آیا می‌توانیم مثل مولانا بگوییم:

دی شیخ با چراغ همی گشت گرد شهر
کز دیو و دد ملولم و انسانم آرزوست
گفتند یافت می‌نشود جسته‌ایم ما
گفت آن‌که یافت می‌نشود آنم آرزوست

صبر کنید! یافتن جایی و کسی که هم فکر خوب بدهد، هم رفتار او خوب باشد، دشوار نیست. دنبال نشانی هستید؟ بسیار خوب، کمی فکر کنید، کمی بیشتر. حالا...

می‌بینید خود فکر کردن هم به ما می‌گوید کجا برویم، چگونه برویم، کی برویم و با چه کسی برویم. اگر به نتیجه رسیده‌ای، چرا معطلی؟

فکر جدید مبارک باد! منتظر رفتارهای زیبا و زیباتر باش.

این نوشته را با دو بیت شعر از همان که آرزوی یافتن انسان داشت - مولانا - به پایان می‌رسانیم:

در به در می‌گرد و می‌رو کو به کو
جست‌وجو کن، جست‌وجو کن جست‌وجو
تا توانی ز اولیا رو بر متاب
جهد کن و الله اعلم بالصواب