



تفاوت داریم ماهمه باهم

مهدی حاجی اسماعیلی
کارشناس ارشد روان‌شناسی

اشاره

در بخش تمثیل، در این شماره به نوع نگاه فرد، خوش‌بینی یا بدبینی و همچنین به اصل تفاوت‌های فردی و ضرورت درک دیدگاه خاص هر فرد می‌پردازیم.

کلیدواژه‌ها: خوش‌بینی، بدبینی، تفکر واگرا، تفاوت‌های فردی

آموختن پرواز به اسب

قلمرو تمثیل

- خوش‌بینی - بدبینی
- پذیرش فرصت‌هایی که زندگی فرا روی ما می‌گذارد.
- در جست‌وجوی نقاط مثبت هر چیز بودن

زمینه‌سازی برای اینکه

- خوب و بد ارزش‌هایی هستند که ما به وقایع زندگی نسبت می‌دهیم.
- در دوری نسبت به وقایع و امور، نگرش و طرز تلقی ما مهم‌ترین عامل است.

اثر مورد انتظار

- تفکر واگرا همواره امکانات بیشتری برای مقابله با وقایع و رویدادها می‌یابد.
- تغییر کانون توجه به نکات مثبت هر پدیده معنای آن را تغییر می‌دهد.
- همواره برای هر مسئله بیش از یک راه‌حل موجود است.

واژه مرکب دل‌نگرانی از دو بخش «دل» و «نگرانی» تشکیل شده و معنای آن این است که پیش از رخ دادن حادثه‌ای، دل ما نگران آن باشد. یعنی سعی کنیم مشکلاتی را حل کنیم که هنوز فرصت ظهور نیافته‌اند. یعنی این تصور که آنچه در آینده رخ می‌دهد، همیشه نامطلوب است. البته در همه جا در کنار آدم‌های دل‌نگران، افراد متفاوتی هم هستند که یکی از آن‌ها، قهرمان این داستان کوتاه است:

در هندوستان، پادشاه پیری دستور داد مردی را به دار بیاویزند. همین که دادگاه تمام شد، مرد محکوم گفت: «علی‌حضرتا، شما مردی خردمند هستید و کنج‌کاوید بدانید که رعایاتان چه می‌کنند. به گوروها (رهبران مذهبی)، خردمندان، مارگیران، و مرتاضان احترام می‌گذارید. بسیار خوب؛ وقتی بچه بودم، پدر بزرگم به من یاد داد که چگونه اسب سفیدی را به پرواز در آورم. در این کشور هیچ‌کس نیست که این کار را بلد باشد. برای همین، باید مرا زنده نگه دارید.»

پادشاه بی‌درنگ دستور داد اسب سفیدی بیاورند.

مرد محکوم گفت: «باید دو سال در کنار این جانور بمانم.»

پادشاه گفت: «دو سال به تو وقت می‌دهم اما اگر بعد از این مدت اسب پرواز نکند، تو را به دار می‌آویزم.»

مرد با اسب از قصر بیرون رفت و خوشحال بود که سرش هنوز روی تنش است. وقتی به خانه رسید، دید که خانواده‌اش سیاه پوشیده‌اند.

همه جیغ زدند: «دیوانه شده‌ای؟ از کی تا حالا در این خانه کسی بلد بوده اسب را به پرواز در بیاورد؟»



مرد پاسخ داد: «نگران نباشید. اول اینکه هیچ کس تا حالا سعی نکرده به اسبی پرواز کردن یاد بدهد. یک وقت دیدید که یاد گرفت. دوم اینکه پادشاه خیلی پیر است و شاید در این دو سال بمیرد. سوم اینکه شاید این حیوان بمیرد و من بتوانم دو سال دیگر وقت بگیرم تا به اسب دیگری پرواز کردن یاد بدهم. ممکن است انقلاب و شورش بشود، حکومت سرنگون بشود، جنگ بشود و... آخر اینکه اگر هیچ اتفاقی هم نیفتد، من دو سال دیگر زنده‌ام و می‌توانم هر کاری که دلم می‌خواهد بکنم. فکر می‌کنید همین کم است؟»

همه ما با هم تفاوت داریم

قلمرو تمثیل

- چشم‌انداز (نظرگاه) محدود و باریک خودمان
- عدم پذیرش بر خوردار بودن از نگرش و طرز تلقی متمایز
- تحمل نکردن دیگران

زمینه‌سازی برای

- ایجاد فهم و درک متقابل بهتر
- نگرستن از چشم دیگران
- یادگیری پذیرش تفاوت‌های فردی

آثار مورد انتظار

- تحمل تفاوت‌ها و مدارا کردن با آن‌ها
- پذیرش طرز تلقی و اعمال دیگران
- باور این نکته که همیشه و همه‌جا «درست» و «غلط» وجود ندارد و داورهای شخصی بعضاً سلیقه‌ای است و بسته به طرز تلقی‌های متفاوت.
- مراعات کردن «حال دیگران» و کمک به آنان، که می‌تواند به گونه‌های مختلفی بیان شود.

گل و لای کنار رودخانه به لباس و بدنش سرایت نکند. در همین حال، با خود گفت، «عجب چوب سودمندی! حالا به راحتی می‌توانم اینجا بنشینم و استراحت کنم.» آخر روز هم وقتی که می‌خواست رودخانه را ترک کند با خود اندیشید، «این چوب را همین‌جا می‌گذارم تا اگر کس دیگری برای ماهیگیری آمد، یک‌جای خشک برای نشستن داشته باشد.» چند ساعت بعد قایق‌رانی از رودخانه به سمت ساحل آمد. او در حالی که داشت به دنبال جایی می‌گشت که قایقش را ببندد، متوجه چوب خشک و تمیزی در کنار رودخانه شد. قایق‌ران نیز مانند مرد اسب‌سوار آن چوب را با سنگ محکم به زمین فرو کرد و قایق خود را به آن بست. آن وقت به دنبال کارش رفت. وقتی هم که می‌خواست برگردد، به این فکر کرد که ممکن است قایق‌سوار دیگری به آنجا بیاید و به آن قطعه چوب نیاز داشته باشد، بنابراین چوب را همچنان فرو رفته در زمین برای استفاده فرد دیگری رها کرد و پارو زنان از ساحل رودخانه به سوی مقصد خود رفت.

روز بعد هیزم‌شکنی از کنار رودخانه می‌گذشت که چشمش به چوب افتاد. با خود گفت، «عجب چوب خشک و تمیزی. این چوب خیلی خوب و راحت بدون دود خواهد سوخت و امشب اتاق مادر پیرم را گرم خواهد کرد.» هیزم‌شکن چوب را از زمین درآورد و روی شانه‌اش گذاشت و به خانه برد. بعد هم آن را با تبر قطعه‌قطعه کرد و در بخاری اتاق مادر پیرش گذاشت تا در آن شب سرد زمستان گرم و راحت باشد. همه این‌ها عابران از چوب به شکل سودمند استفاده کردند و هر کس با نیت خیر برای دیگری آن را مورد توجه قرار داد. کار هر کدام از این افراد هم عادلانه و هم کاملاً سودمند بوده است و هر کدام با توجه به نیاز و دیدگاه خود از آن قطعه چوب به بهترین وجه بهره برده‌اند.

آن‌ها از چوب برداشت‌های متفاوتی داشتند و نوع سودمندی و انتظاری نیز که از آن داشتند، کاملاً با هم متفاوت بود. به خاطر همین برداشت و انتظار متفاوت هر کدام کار خاص و متفاوتی با آن کردند. چه کسی می‌تواند قضاوت کند که کدام یک از آن‌ها از چوب بهتر استفاده کرده و کار کدام یک غلط بوده است؟ اصلاً آیا می‌توان گفت که کدام کار درست و کدام نادرست است؟

مردی اسب‌سوار به دشت هموار و پهناوری رسید. قصد داشت در آنجا کمی استراحت کند. پس از اسب پیاده شد و به دنبال جایی می‌گشت تا افسار اسبش را به آن ببندد. به اطراف نگاهی انداخت و قطعه چوب نسبتاً بزرگی یافت. با تبر یک سر قطعه چوب را کمی تراشید. آن‌گاه آن را بر زمین گذاشت و با تبر محکم روی آن کوبید. چوب در زمین فرو رفت. سپس افسار اسب را به آن بست و با خیال راحت شب را به استراحت پرداخت. صبح که می‌خواست به راه بیفتد، با خودش گفت، «من این چوب را پیدا کردم. آن را مثل میخ در زمین فرو کردم و اسبم را به آن بستم. حالا هم آن را همین‌طور می‌گذارم بماند؛ شاید آدم دیگری نیز بخواهد اسبش را به آن ببندد. بدین ترتیب به او هم کمکی می‌شود.»

اما نفر بعدی که از آنجا می‌گذشت، اسب سوار نبود بلکه مسافری بود که پیاده سفر می‌کرد. او وقتی به آن دشت پهناور رسید، دید که قطعه چوب بزرگی همانند میخ در وسط زمین فرو رفته است. با خود گفت، «اگر مردم شب یا نیمه‌شب از اینجا عبور کنند، این چوب را نمی‌توانند ببینند. پس پاهایشان به آن گیر می‌کند و زخمی می‌شوند یا به زمین می‌افتند.» بنابراین به خاطر حفظ سلامت دیگران، چوب را به زحمت از زمین درآورد و به کناری انداخت.

یکی دو روز بعد، مرد ماهیگیری از آن ناحیه می‌گذشت تا به کنار رودخانه برود و تور ماهیگیری‌اش را پهن کند. چشمش که به چوب افتاد، آن را برداشت و با خود به کنار رودخانه برد. او پس از پهن کردن تور ماهیگیری در کنار رودخانه روی چوب نشست و از آن به‌عنوان صندلی استفاده کرد تا