سبک نگرش

چگونه فرض‌ها و مهارت‌های ما در آنچه می‌بینیم تحریف ایجاد می‌کند؟

وقتی به چکش می‌چسبی همه چیز را میخ می‌بینی

■ حسن فرامرزی

پسر پنج ساله من جدیداً با ابزار جذابی به نام منگنه آشنا شده است. دیروز ما رسماً با خاک یکسان شدیم. آمدیم هندوانه قاچ کنیم، ما هندوانه قاچ می‌کردیم و پسرک، داشت هندوانه را منگنه می‌کرد. داشتم در خانه نرمش می‌کردم و او مثل یک واگن به ظاهر مطیع مرا همراهی می‌کرد و پشت سرم می‌آمد، بعد متوجه شدم این واگن دارد تی‌شرت مرا به مهره‌های پشتم منگنه می‌زند. هر جای خانه را که نگاه می‌کردیم منگنه‌ها دیده می‌شدند. انگار یک ابر منگنه بالای سر ما داشت می‌چرخید و می‌بارید البته که پسرک همان ابر منگنه بود. هر جا که می‌رفت به دنباله‌اش ردی از منگنه پیدا می‌شد. این رفتار کاملاً غیرمنطقی است یعنی ابزاری که کارکرد محدود و مشخصی دارد، در جاهایی به کار برده شود که برای آن نیست و می‌تواند بسیار ویرانگر هم باشد. اما آیا فقط یک پسر چهار، پنج ساله که از دیدن یک ابزار جدید احساساتی و هیجان زده است در چنین دامی می‌افتد؟

خطر تک‌بعدی شدن در دنیای مهارت‌ها

۱

به این عبارت‌ها از فصل «تغییر شکل حرفه‌ای» از کتاب «هنر شفاف اندیشیدن» رولف دوبلی دقت کنید: «اگر تنها ابزار تو چکش باشد همه مشکلات تو میخ خواهد بود. این را مارک تواین گفته. نقل قولی که تغییر شکل حرفه‌ای را خلاصه می‌کند. چارلی مانگر شریک تجاری وارن بافت این اثر را بعد از تواین، مردی با تمایل به چکش زدن نامید، اما این روشی کاملاً فاجعه‌آمیز برای فکر کردن و روش کاملاً فاجعه‌آمیزی برای کار کردن در دنیاست. پس تو باید مدل‌های چندگانه داشته باشی و مدل‌ها باید از رشته‌های چندگانه‌ای ناشی شده باشد، چون تمام حکمت دنیا فقط در یک بخش کوچک آکادمیک پیدا نمی‌شود.

این جا چند مثال از تغییر شکل حرفه‌ای می‌آورم: جراحان حتی اگر بشود بیماران را به شیوه مسالمت‌آمیزتری مداوا کرد می‌خواهند تقریباً همه مشکلات را با چاقوی جراحی حل کنند. ارتشی‌ها اول به راه‌حل‌های نظامی فکر می‌کنند. مهندسان ساختارگرا هستند. به طور خلاصه اگر از کسی راجع به چیستی یک مشکل خاص بپرسی معمولاً آن را به حوزه مهارت خود مرتبط می‌کند. تغییر شکل حرفه‌ای زمانی خطرناک می‌شود که مردم فرآیندهای تخصصی خود را در حوزه‌هایی به کار ببرند که به آنها تعلق ندارند. بی‌شک با برخی از این موارد مواجه شده‌ای، معلمانی که به دوستان‌شان مثل دانش‌آموزان پرخاشگری می‌کنند. مادرهای تازه کاری که با همسران‌شان مثل بچه‌ها برخورد می‌کنند.»

چرا مهارت‌مان را جای درست نمی‌بریم؟

۲

حال تا حدودی قضیه برای ما روشن می‌شود که ما با چه پدیده‌ای روبه‌رو هستیم. به مثال «کودکی با تمایل وحشتناک به منگنه زدن هر چیز» برگردیم. آیا می‌شود هوا را منگنه کرد؟ معلوم است که نه! پس چرا دیروز پسرک ما حتی هوا را منگنه می‌کرد؟ آیا منگنه زدن تی‌شرت به مهره‌های کمر کار عاقلانه‌ای است و در راستای کاربرد منگنه قرار می‌گیرد؟ معلوم است که نه! پس چرا پسرک دست به این کارها می‌زند. چرایی این قضیه را باید در پدیده‌ای به نام هیجان زده شدن نسبت به مهارتی تازه عنوان کرد. اگر کودک منطقی فکر کند تقریباً باید دو ماه صبر کند که ما به شکل واقعی محتاج منگنه شویم یعنی بخواهیم چند برگ را به هم وصل کنیم، اما این بیشتر شبیه یک شکنجه روانی است، بنابراین او نمی‌تواند برای یک نیاز واقعی این همه صبر کند. همه ما این گونه هستیم. وقتی مهارتی تازه را یاد می‌گیریم نمی‌توانیم صبر کنیم مورد مربوط به آن مهارت یا حتی کالا پیدا شود. وقتی مثلاً چسب خریده‌ایم در به در دنبال چیز شکسته و نیازمند تعمیر می‌گردیم، بنابراین در هر چیزی که حتی هنوز نشکسته دنبال آثاری از شکستگی و در هر چیزی هم که شکسته قابلیتی برای چسبانده شدن حتی اگر آن چسب قابلیت چسباندن آن شیء به خصوص را نداشته باشد می‌گردیم، با این همه ما می‌خواهیم شانس خود را امتحان کنیم.

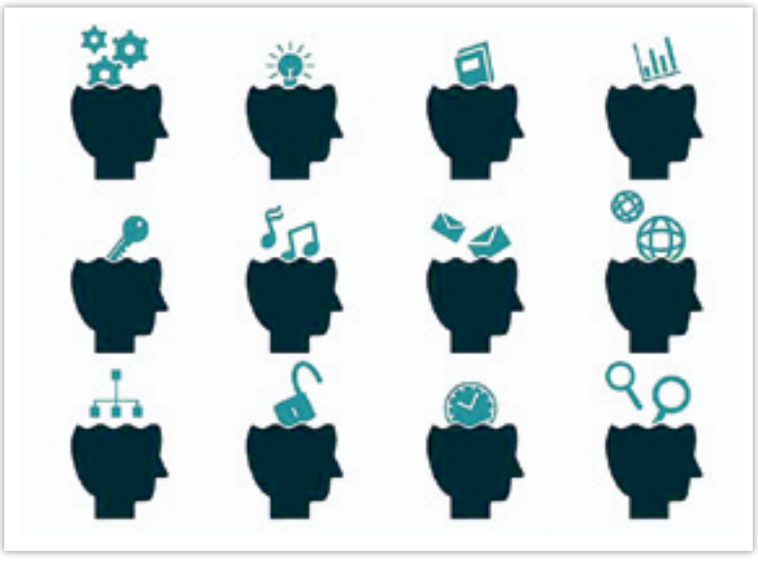
نکته دیگر اینکه وقتی ما مهارتی را به دست می‌آوریم و از آن مهارت و مدرک پول در می‌آوریم تلاش می‌کنیم حتی پای چیزهایی را که در حوزه آن مهارت قرار نمی‌گیرند وسط بکشیم و درآمد خود را بالاتر ببریم مثلاً ممکن است واقعاً خانه کسی به کولرگازی نیاز ندارد- خانه در یک منطقه کوهستانی و ییلاقی قرار دارد- اما چون مرتبط با مهارتی است که ما داریم ما جای خالی کولرگازی را در آن خانه حس می‌کنیم یعنی هر کجا که می‌رویم و دیواری می‌بینیم قابلیتی برای کوبیده شدن کولرگازی به آن دیوار در ما بیدار می‌شود یا مثلاً واقعاً ممکن است بینی یا گونه کسی نیازی به عمل جراحی ندارد اما چون ما درآمدمان در جراحی بینی یا گونه است ما چیزی را می‌بینیم که در واقع وجود ندارد: نیاز به دستکاری بینی یا گونه.

> **وقتی چکش در دست توست همه چیز را شکل میخ می‌بینی. این می‌خواهد چه چیزی بگوید؟ می‌خواهد بگوید ابزارها بدون آن که تو متوجه باشی می‌توانند زاویه دید تو را تغییر دهند یعنی در آنچه می‌بینی اعوجاج و انحراف ایجاد کنند. تو روی صندلی متفاوتی می‌نشینی و نگاه تو متفاوت می‌شود. مثلاً تا دیروز مثل سایر کارمندان روی صندلی مشابه با آنها می‌نشستی حالا آمده‌اند و صندلی دیگری با تعریف دیگر به تو داده‌اند و اکنون تو دیگر با همکارانت شوخی نمی‌کنی. چرا؟**

وقتی بادبزن ساز هستی فیل را بادبزن می‌بینی

۳

وقتی چکش در دست توست همه چیز را شکل میخ می‌بینی. این می‌خواهد چه چیزی بگوید؟ می‌خواهد بگوید ابزارها بدون آن که تو متوجه باشی می‌توانند زاویه دید تو را تغییر دهند یعنی در آنچه می‌بینی اعوجاج و انحراف ایجاد کنند. تو روی صندلی متفاوتی می‌نشینی و نگاه تو متفاوت می‌شود. مثلاً تا دیروز مثل سایر کارمندان روی صندلی مشابه با آنها می‌نشستی حالا آمده‌اند و صندلی دیگری با تعریف دیگر به تو داده‌اند و اکنون تو دیگر با همکارانت شوخی نمی‌کنی. چرا؟ البته که فقط ابزارها این گونه نیستند. در واقع مهارت‌ها، دانش و تخصص ما می‌توانند در آنچه می‌بینیم اعوجاج ایجاد کنند یا این طور بگوییم دانش محدود ما می‌تواند ما را به یک اتاق تاریک بکشاند. آیا این همان چیزی نیست که مولانا هم از آن در حکایت فیل و اتاق تاریک یاد می‌کند؟ فیلی در یک اتاق تاریک قرار دارد با این فرض که هیچ کسی در آن محل پیش‌تر فیل را ندیده است. آدم‌ها می‌روند در آن اتاق تاریک و فقط حق لمس کردن را دارند. آنچه آنها آن را لمس می‌کنند فیل است یعنی پدیده‌ای بزرگ و کف دست آنها بسیار کوچک‌تر است یعنی همان قوه تشخیص و درک، اگر موضوع مورد بحث موجودی بود که به اندازه کف دست بود احتمالاً در تاریکی هم می‌توانستیم به زوایای آن پی‌ببریم، اما صحبت بر سر فیل است و نتیجه؟ بسته به اینکه چه زاویه‌ای از فیل را لمس کرده باشی روایت تو از فیل متفاوت است: ستون، بادبزن، مار، تخته سنگ و... این جا هم قضیه همین طور است. دانش‌ها و مهارت‌های ما حکم لمس کردن بخش‌های متفاوتی از فیل را دارند. وقتی چکش در دست توست همه چیز را میخ می‌بینی، وقتی به اتاق تاریک می‌روی فیل را بادبزن می‌بینی چون در دست تو تمایلی برای بادبزن دیدن وجود دارد، بنابراین همان بادبزن را در فیل می‌بینی و داد می‌زنی من بادبزن دیدم. در دست کسی دیگر هم تمایلی به دیدن مار وجود دارد. مثلاً آن فرد از تاریکی وحشت دارد و احتمال می‌دهد شاید در آن اتاق تاریک ماری باشد و همان وحشت را تعمیم می‌دهد به آنچه که لمس می‌کند. او دُم فیل را لمس کرده است اما وحشت از مار- تمایل به دیدن مار در تاریکی- باعث می‌شود که او صبر نکند تا ببیند آنچه لمس کرده ادامه دارد یا نه؟ یعنی واقعاً مار است یا بخشی از آن چیزی است که ما تصور کرده‌ایم می‌تواند مار باشد. مثل وقتی که ما چکش در دست داریم و دوست داریم در هر چیزی موضوعیتی برای میخ شدن پیدا کنیم- در این صورت کوه یک میخ بزرگ خواهد بود و افسوس ما نمی‌توانیم چکش‌مان را به راحتی روی آن فرود بیاوریم- مثل وقتی که کودک ما صبر ندارد تا محل استفاده واقعی برای منگنه پیدا شود بنابراین سعی می‌کند همه چیز را محل منگنه زدن ببیند حتی اگر واقعا آن محل‌ها جای منگنه زدن نباشد بنابراین او سعی دارد هندوانه پاره شده را هم با منگنه بچسباند.



> **ما وقتی به کسی گوش می‌دهیم ناخواسته می‌خواهیم آن چیزهایی را بشنویم که می‌خواهیم، نه آن چیزهایی که واقعاً مطرح می‌شود، به خاطر همین است که این همه تفسیر و تعبیر به وجود می‌آید، چون هر کسی چکش خودش را دارد و میخ خود را شکل می‌دهد. اینکه اولیا و بزرگان دینی ما از خداوند می‌خواسته‌اند که پروردگارا من واقعیت امور را آن گونه که هست ببینم- اللهم ارنی الاشیا کماهی- ناظر به همین است**

پیش‌فرض‌هایی که نقش چکش را بازی می‌کنند

۴

پیش‌فرض‌های ما در زندگی، اغلب نقش همان چکش را بازی می‌کنند. من دوست دارم فلان چیز، فلان طور باشد. این یک پیش فرض است که باعث می‌شود ما واقعاً در آن شخص یا آن رویداد همان چیزی را ببینیم که آرزو داریم. اغلب گمان‌ها و قضاوت‌های ما این گونه‌اند. وقتی مثلاً من قضاوت را به مثابه همان چکش به دست می‌گیرم، رویدادها حکم همان میخ را پیدا می‌کنند یعنی رویدادها تناسبی با آن قضاوت- چکش- می‌یابند و به اندازه چکش من تنزل پیدا می‌کنند به میخ شدن. من وارد جمعی می‌شوم و با ورود من دو نفر در گوشه اتاق با هم پچ پچ می‌کنند. من این رویداد را با چکش خود- ابزار قضاوت- تبدیل به یک موضوع شخصی- میخ- می‌کنم و روی آن میخ می‌نشینم و درد می‌کشم: آنها درباره من حرف می‌زنند. این همان میخ است که به واسطه آن چکش- قضاوت- به وجود آمده است. در اغلب رویدادها در واقع تماس ما با واقعیت- آن چیزی که واقعاً هست- قطع است. ما وقتی به کسی گوش می‌دهیم ناخواسته می‌خواهیم آن چیزهایی را بشنویم که می‌خواهیم، نه آن چیزهایی که واقعاً مطرح می‌شود، به خاطر همین است که این همه تفسیر و تعبیر به وجود می‌آید، چون هر کسی چکش خودش را دارد و میخ خود را شکل می‌دهد. اینکه اولیا و بزرگان دینی ما از خداوند می‌خواسته‌اند که پروردگار امن واقعیت امور را آن گونه که هست ببینم- اللهم ارنی الاشیا کماهی- ناظر به همین است که این همه تفسیر و تعبیر به وجود می‌آید، چون هر کسی چکش خودش را دارد و میخ خود را شکل می‌دهد. دندانپزشکی که فقط بلد است دندان بکشد درمان ناقصی را تجویز خواهد کرد. مدیری که فقط می‌خواهد گزارش عملکرد قابل قبولی پر از اعداد درشت و چشمگیر به مقامات بالادست ارائه کند ناخواسته همه پروژه‌ها را در شکلی از تمام شدن، پایان دادن و اعلام کردن می‌بیند بنابر این او به مجموعه‌اش فشار وارد خواهد کرد تا چیزهای ناتمام هرچه سریع‌تر تمام شود، بدون آن که استانداردهای کیفی در آنها رعایت شده باشد، بدون آن که عواقب پروژه به درستی سنجیده شده باشد. این کار یا پروژه باید یا همین حالا تمام شود یا اینکه به کل کنار گذاشته شود، هر کسی هم که موافق نیست راهش را بکشد و برود! این نوع موضع گیری‌ها شاید در کوتاه مدت نشانه اقتدار هم تلقی شود اما در نهایت به یک پسرفت منجر خواهد شد. وقتی ما پدیده‌ها و رویدادها را بین صرفاً دو گزینه قرار می‌دهیم در واقع ممکن است پاسخ مطلوبی به آن رویداد نداشته باشیم. پاسخ بسیاری از سؤالات، بله و نه نیست پاسخ ممکن است «شاید» باشد. پاسخ درست به این پروژه یا همین الان باید تمام شود یا به کل باید کنار گذاشته شود، احتمالاً این است که پروژه به زمان بیشتر و برنامه‌ریزی منطقی‌تری نیاز دارد.

> **مدیری که فقط می‌خواهد گزارش عملکرد قابل قبولی پر از اعداد درشت و چشمگیر به مقامات بالادست ارائه کند ناخواسته همه پروژه‌ها را در شکلی از تمام شدن، پایان دادن و اعلام کردن می‌بیند بنابر این او به مجموعه‌اش فشار وارد خواهد کرد تا چیزهای ناتمام هرچه سریع‌تر تمام شود، بدون آن که استانداردهای کیفی در آنها رعایت شده باشد، بدون آن که عواقب پروژه به درستی سنجیده شده باشد. این کار یا پروژه باید یا همین حالا تمام شود یا اینکه به کل کنار گذاشته شود، هر کسی هم که موافق نیست راهش را بکشد و برود!**

فاجعه ناقص بودن مهارت‌های ما

۵

یک نکته کاربردی: دندانپزشکی را تصور کنید که از دندانپزشکی فقط دندان کشیدن را بلد است. سرنوشت مشتری‌های او چه خواهد شد؟ احتمالاً بیچاره‌ها دندان‌های نسبتاً سالم خود را- دندان‌هایی که می‌شد با عصب کشی، پر کردن و اقدامات ترمیمی دیگر اصلاح کرد- از دست خواهند داد. چرا؟ چون این دندانپزشک فقط تمایل به کشیدن دندان دارد یعنی وقتی بیمار دهان خود را باز می‌کند دندانپزشک فقط به این نگاه می‌کند که کدام یک از دندان‌ها باید کشیده شود و نه اینکه کدام را می‌توان نجات داد. ما وقتی فقط از یک زاویه به موضوع یا مسئله نگاه می‌کنیم راهکارهای مخربی را در پیش می‌گیریم. وقتی مهارت یا تخصص ما ناقص است سعی می‌کنیم با همان مهارت و تخصص ناقص، پاسخ کاملی به یک رویداد یا پدیده بدهیم، در صورتی که زاویه دید ناقص در دیده‌ها و رفتارهای ما ظاهر خواهد شد. دندانپزشکی که فقط بلد است دندان بکشد درمان ناقصی را تجویز خواهد کرد. مدیری که فقط می‌خواهد گزارش عملکرد قابل قبولی پر از اعداد درشت و چشمگیر به مقامات بالادست ارائه کند ناخواسته همه پروژه‌ها را در شکلی از تمام شدن، پایان دادن و اعلام کردن می‌بیند بنابر این او به مجموعه‌اش فشار وارد خواهد کرد تا چیزهای ناتمام هرچه سریع‌تر تمام شود، بدون آن که استانداردهای کیفی در آنها رعایت شده باشد، بدون آن که عواقب پروژه به درستی سنجیده شده باشد. این کار یا پروژه باید یا همین حالا تمام شود یا اینکه به کل کنار گذاشته شود، هر کسی هم که موافق نیست راهش را بکشد و برود! این نوع موضع گیری‌ها شاید در کوتاه مدت نشانه اقتدار هم تلقی شود اما در نهایت به یک پسرفت منجر خواهد شد. وقتی ما پدیده‌ها و رویدادها را بین صرفاً دو گزینه قرار می‌دهیم در واقع ممکن است پاسخ مطلوبی به آن رویداد نداشته باشیم. پاسخ بسیاری از سؤالات، بله و نه نیست پاسخ ممکن است «شاید» باشد. پاسخ درست به این پروژه یا همین الان باید تمام شود یا به کل باید کنار گذاشته شود، احتمالاً این است که پروژه به زمان بیشتر و برنامه‌ریزی منطقی‌تری نیاز دارد.

نگاه

تفسیرهای کاملاً متضاد از یک اتفاق

خشونت‌های مهربانانه مهربانی‌های خشن

به یک روستا می‌روید و آنجا در حیاط یک خانه روستایی، مرغ محلی‌ای را می‌بینید که به جوجه‌هایش حمله و حتی آنها را با نوک خود زخمی می‌کند. اگر به اندازه کافی احساساتی باشید این رفتار مرغ ممکن است شما را به گریه بیندازد یا حتی آستین‌ها را بالا بزنید و آن طفلک‌های بیچاره را از زیر دست آن نامادری بی‌عاطفه بیرون بکشید. می‌توانید بعد از آن که جوجه‌ها را نجات دادید کمی به خودتان افتخار کنید و آنها را زیر بال و پرتان بگیرید و از اینکه طبیعت گاه مادرانی را به وجود می‌آورد که شایسته نام مادر نیستند شگفت‌زده شوید: مرغ عصبی خشن! حتماً هورمون‌هایش تنظیم نیست. اما ممکن است این رفتار شما یک فرد محلی که بومی همان منطقه است و بارها و بارها از نزدیک در جریان بزرگ شدن جوجه‌ها بوده و مدت طولانی‌تری رفتار مادر جوجه‌ها را زیر نظر گرفته به خنده بیندازد. از اینکه به عنوان یک فعال محیط زیست یا مدافع حقوق حیوانات این طور مورد تمسخر قرار بگیرید عصبی‌تان می‌کند اما آن فرد جلوتر می‌آید و رازی را با شما در میان می‌گذارد: این مرغ مادر در واقع با این کار می‌خواهد وابستگی جوجه‌ها را کاهش دهد. آنها باید یاد بگیرند که مستقل باشند و بفهمند روزگار خور و خواب و حمایت گرفتن‌های بی‌قید و شرط گذشته است. اگر آن مادر با آنها چنین رفتاری نداشته باشد جوجه‌ها تلف می‌شوند چون مهارت غذا پیدا کردن و مراقبت از خود را به دست نمی‌آورند بنابراین اگرچه ظاهر رفتار آن مادر خشن به نظر می‌رسد، اما در واقع مهربانی عمیقی در درون آن نهفته است.

■ **چنان رفتار می‌کنیم انگار کل رویداد، رونمایی شده است**

به نظر می‌رسد بسنده کردن به ظواهر و حکم دادن سریع و بلافاصله با چسبیدن به ظواهر یکی از مهم‌ترین گره‌های رفتاری ماست. ما چه چیزی را مهربانی و چه چیزی را خشونت می‌بینیم؟ ما چه چیزی را مهر و چه چیزی را بی‌مهری می‌بینیم؟ گاهی والدین فرزندان خود را ناتوان و وابسته تربیت می‌کنند چون آنها در تفسیر مهر و بی‌مهری عملاً مشکل دارند. کدام یک بی‌مهری است؟ جوجه‌ای که دو سه روز بی‌مهری ظاهری- بی‌مهری ظاهری باز یک تفسیر است- ببیند اما راهش را پیدا کند و مستقل شود تا جوجه‌ای که آن دو سه روز را نبیند، اما در فقدان حمایت مادر تلف شود؟

می‌دانید اشکال کار کجاست؟ اشکال این است که ما نمی‌خواهیم بپذیریم آنچه در حال تماشای آن هستیم بخشی از یک پدیده یا رویداد است اما ما چنان رفتار می‌کنیم که انگار از کل رویداد رونمایی شده است. اگر می‌توانستیم در یک لحظه همه مراحل نشستن مرغ مادر روی تخم‌ها، از تخم بیرون آمدن جوجه‌ها و پرستاری مرغ مادر از آنها را ببینیم در آن صورت احتمالاً درباره تفسیر راندن جوجه‌ها- وقتی آنها دیگر بزرگ شده‌اند- از سوی مرغ مادر احتیاط بیشتری به خرج می‌دادیم. ما فقط یک لحظه را می‌بینیم. صدای گریه یک کودک و بلافاصله حکم را صادر می‌کنیم. آیا والدینی که اسباب بازی مورد علاقه کودک را نمی‌خرند و او را به گریه می‌اندازند بی‌رحم هستند؟ و اگر تو دلت بسوزد و بروی همان اسباب بازی را برای کودک بخری کار اخلاقی، درست و مهربانانه‌ای انجام داده‌ای؟

■ **وقتی دو اتیکت متضاد به یک اتفاق می‌چسبانیم**

ما در تفسیر آن چیزی هم که در زندگی برای ما اتفاق می‌افتد باید محتاط و صبور باشیم. آیا کاری که خداوند با من کرد بی‌رحمی نبود؟ پنج سال بعد وقتی در یک افق معرفتی بالاتر قرار می‌گیری متوجه می‌شوی عین رحمت بوده است. شگفت‌انگیز نیست؟ ما با یک رویداد روبه‌رو بوده‌ایم اما دو اتیکت کاملاً متفاوت- بی‌رحمی و رحمت- به فاصله پنج سال روی آن رویداد چسبانده می‌شود. مثل این می‌ماند که یک کودک تزریق واکسن، درد کشیدن، تب کردن و ورود میکروب‌ها به بدنش را به هیچ عنوان قابل توجیه نداند. کاملاً بی‌رحمانه و عین خشونت است. چرا؟ من که کاملاً سرحال بودم. چرا این درد به من تحمیل شد؟ چرا اجازه دادند که من این طور بیمار شوم و تب کنم؟ این والدین من دیوانه‌اند و باید در یک تیمارستان بستری شوند تا من از شر آنها خلاص شوم. اما همان کودک وقتی بزرگ‌تر شد متوجه می‌شود زیر آن خشونت، موج بلندی از مهر جزر و مد می‌کرده که او در آن زمان کاملاً از آن بی‌خبر بوده است.

■ **ریشه خشم‌های ما در تفسیر تاریک رویدادهاست**

ریشه بسیاری از خشم‌های ما به تفسیر بلافاصله رخدادها و اتفاقاتی برمی‌گردد که در زندگی برای ما روی می‌دهد. کجای بیکار شدن حکمت دارد؟ کجای بیمار شدن حکمت دارد؟ کجای از دست دادن عزیزان حکمت دارد؟ و البته محتمل است وقتی ما در تفسیر رویدادها عجول هستیم همیشه با خشمی انباشته در درون زندگی می‌کنیم. حق من این زندگی نبود. اکثر آدم‌ها در واقع با همین جمله زندگی می‌کنند و درد می‌کشند. در واقع ما حتی آگاه نیستیم که آنچه در سر ماست، نه رویداد که تفسیر آن است. مثلاً من کارم را از دست می‌دهم، از دست دادن کار یک رویداد است، اما چرا من دچار خشم می‌شوم؟ چون بلافاصله به سناریوهایی می‌چسبم که در واقع ذهن من آن را به عنوان معنای رویداد به من تحمیل می‌کند، بنابراین چهره یک هیولای خشن در برابر من ظاهر می‌شود. این هیولا واقعیت دارد؟ نه! در واقع آن هیولا را ذهن من می‌سازد اما من کاملاً باور می‌کنم و این طور گمان می‌کنم که دیگر همه چیز تمام شد، در صورتی که من همچنان نفس می‌کشم، هنوز زنده‌ام، استعدادهایی دارم، با این حال اشتباهاتی هم مرتکب شده‌ام- که می‌توانم بدون اینکه درگیر بازی ملامت شوم به بررسی آنها بپردازم- و موقعیت‌هایی سر راه من قرار خواهد گرفت یا این طور بگویم اگر هشیار باشم سر موقعیت‌هایی قرار خواهم گرفت و می‌بینید که فردا اگر بعد از بیکاری به استعدادهای خود رجوع دوباره‌ای داشته باشد و دست به یک گردگیری اساسی و بازخوانی مجدد از خود بزند، همان موقعیت را تبدیل به یک فرصت رشد می‌کند و این موقعیت رشد چطور فراهم می‌شود؟ وقتی ما در تفسیر آنچه که روی داده عجله نکنیم یا این طور بگوییم دقیق نگاه کنیم که چه خواهد شد؟ اما تاریکی‌ها را با دست خودمان به این «چه خواهد شد؟» نکشانیم.

■ **دانه‌ای که رشد می‌کند، دانه‌ای که حمام آفتاب می‌گیرد**

دیده‌اید مجموعه وسوسه‌ها چه جنسی دارند؟ اول یک لایه مهربانانه و بعد خشونتی که زندگی و قلب آدم را ویران می‌کند. تمام وسوسه‌ها این ساختار مشابه را در خود دارند. یک لایه شیرین نازک که به سرعت تمام می‌شود و بعد حجم ویرانگری از تلخی‌ها. این همان مهربانی‌های خشن است و در نقطه مقابل، اغلب مصادیق رشد واقعی، اول یک لایه خشن و سخت دارند و بعد باغ سبزی که به سمت شما گشوده می‌شود. دانه‌ای که می‌خواهد رشد کند خشونت زیر خاک بودن، تاریکی و سکوت را تاب می‌آورد و فریب چند روز بالای خاک بودن و حمام آفتاب گرفتن را نمی‌خورد، چون می‌داند آن حمام آفتاب برایش گران تمام می‌شود و همان آفتاب که در آغاز شکلی از حمام گرفتن بود به جهنمی تبدیل می‌شود که او را از بیخ و بن خشک می‌کند.