

بهار؛ فرصتی برای رهایی از تلخی‌های گذشته



بهار طبیعت به زودی مهمان ما خواهد شد، اما در دل‌های شما چه می‌گذرد؟ نکند، زمستان باشد.

یادم هست زمانی، من خیلی منتظر ورود دوست عزیزی بودم که ظاهراً برای او امکان سفر نبود چرا که در زمستان سختی گیر کرده بود. اما من از او انتظار داشتم حرکت کند. زیرا معتقد بودم مهم چیزی است که در دل و احساسش می‌گذرد و اگر او برای آمدن مصمم باشد، از هر فرصتی برای حرکت استفاده خواهد کرد. حالا هم دقیقاً موضوع همین است. صدای پای بهار می‌آید؛ درخت‌های پر بار از شکوفه چشم‌ها را می‌نوازد و برای لحظاتی هم شده، شکوفه‌های دل را آبیاری می‌کنند. اما هوای دل شما تناسبی با این خوش‌نوازی‌ها دارد یا در حال وهوای دیگری است.

با غم‌ها و دردهای مژمن چندین ساله که قلب‌تان را همچنان می‌فشارد چه می‌کنید؟ واقعیت این است در بهار، طبیعت به آن اندازه تازه و متحول می‌شود که انسان را نیز به تغییری عمیق و قابل توجه فرا می‌خواند.

تغییر از نوع تحول، فراموشی ناملاپمات و ناکامی‌ها برای رسیدن به چشم‌اندازهای نو و رویایی از نوع واقعی‌اش... سایش دلخوری‌های سفت و سخت‌شده تیغ مانند که از درون، روح و روان شما را می‌سوزاند و زخم می‌آفریند و آب از چشمان‌تان جاری می‌سازد. آبی که گاه پایانی نمی‌پذیرد و شوری آن صورت‌تان را می‌آزارد. اما با این سایش قدرت بردگی‌اش کاهش می‌یابد.

بهار در واقع شما را به بازگشت به طبیعت وجودیتان که به دور از هر نوع پیرایش و نازیبایی است فرا می‌خواند و تغییر شاید به این معنا باشد. می‌توان همچون بهار که بدون هیچ چشم‌داشتی، همه زیبایی‌ها، طراوت‌ها، پیکرنگی و صفا را به دامن شما می‌ریزد؛ تصمیم بگیرید بدون هیچ انتظاری از دیگران، خالصانه و با محبت به آنها نگاه کنید؛ فکر کنید و مثبت عمل کنید.

خودتان خوب می‌دانید که همه بلاها از این انتظار برمی‌خیزد. اگر کسی وظیفه‌اش را نمی‌شناسد و یا می‌داند و عمل نمی‌کند و یا افرادی هستند که در جایگاه‌های مختلف؛ خانواده، فامیل، محل کار و دیگر جمع‌های گوناگون، شما را به شکل‌های متفاوت می‌آزارند، قطعاً مشکل روحی دارند که به این گونه ارضا می‌شوند. و یا کسانی پیدا می‌شوند، و یا به عبارت دقیق‌تر، این جور افراد به وفور وجود دارند که همه چیز را برای خود می‌خواهند و در این مسیر شما را به هیچ می‌انگارند و ابتدایی‌ترین حقوق شما را زیر پا می‌گذارند... ته قضیه این است که بی‌تردید آنها هم از مشکلی روانی رنج می‌برند که این گونه رفتار می‌کنند. بنابراین می‌بینید که انتظار شما کاملاً بی‌جاست. به این ترتیب تنها خود را دو چندان آزار می‌دهید. به بیان دیگر، شما تنها از خودتان می‌توانید انتظار داشته باشید. آن هم انتظار از نوع تشویق به مثبت بودن، نه از نوع سرزنش و طلبکاری از خود که قدرت بالندگی، رشد، شور و حرکت و نوازی را از شما سلب کند.

پس چه خوب است بهار را به عنوان تجلی زیباترین شکل طبیعت فرصتی برای رهایی از تلخی‌های گذشته زندگی- که می‌توانند بسیار باشند- بیابیم و دل‌ها و قلب‌هایمان را از نگاه‌های سرسبز و حیات‌بخش و حس‌های مثبت و گرم سرشار سازیم

معصومه کیهانی

همشهری آنلاین