

فقط برای امروز

۱۳ شهریور

روح پریشان

«سعی می کنیم به یاد داشته باشیم وقتی جبران خسارت می کنیم،
این کار را برای خود انجام می دهیم.»

کتاب پایه



تا وقتی هنوز مدیون به جبران خسارت هستیم، روح ما در اثر چیزهایی که بدان احتیاج نداریم پریشان می شود. بار اضافی ناشی از بدهکار بودن یک عذرخواهی، نگه داشتن یک رنجش یا عدم ابراز پشیمانی را به دوش می کشیم. این مسئله مانند داشتن خانه ای کثیف و نامرتب است. می توانیم آنجا را ترک کنیم تا مجبور به دیدن کثیفی و نامرتبی نباشیم یا شاید روی انبوهی از آت و آشغال راه برویم و تظاهر کنیم که آت و آشغالی وجود ندارد. اما نادیده گرفتن بی نظمی، آن را ناپدید نمی کند. در نهایت، ظرف های کثیف، فرش پراز آشغال و کیسه های لبریز از زباله هنوز آنجا هستند و باید تمیز شوند.

زندگی با یک روح پریشان نیز مانند زندگی در خانه ای کثیف و نامرتب است. همیشه ظاهراً در چیزهای باقیمانده از دیروز سیر می کنیم. هر بار که برمی گردیم سعی می کنیم به جایی برویم، چیزی را از ما را سد می کند. هر چه بیشتر از مسئولیت جبران خسارت سر باز می زنیم، روح ما پریشان تر می شود و حتی نمی توانیم کسی را برای نظافت استخدام کنیم. خود ما باید این کار را انجام دهیم.

از طریق جبران خسارت احساس رضایت عمیقی به دست می آوریم. درست همان طور که پس از نظافت خانه احساس خوبی داریم و برای لذت بردن از نور آفتابی که از پنجره می تابد وقت داریم، روح ما نیز از آزادی برای لذت بردن واقعی از بهبودی شادمان می شود. وقتی بخش زیادی از بی نظمی برطرف می شود، تنها باید در حالی که به حرکت خود ادامه می دهیم، پشت سر خود را تمیز و مرتب نگاه داریم.



فقط برای امروز: از طریق جبران خسارتی که مدیون هستیم، چیزهایی که روح من را پریشان می سازند، از سر راه برمی دارم.