خطوات تجعلنا متسامحين

أوردت دراسة أجراها فريق من المدربين والملهمين الروحيين، أنّ هناك طُرُقاً عديدة تجعل منك شخصاً يتبنّى قيمة التسامح في حياته وهي كالآتي:

1- الإيمان بأنّ التسامح قوّة وليس ضعفاً، وأنّ العفو ليس نوعاً من الخضوع، إنّما هو تعبير عن السمو، وتأكيد على نقاء السريرة، فمن يملك الحقّ هو الذي يسامح، ومن لديه القوّة هو الذي يسامح.

2- لا شروط في التسامح، فهو مفتوح لكلّ ِ مَن يختلفون معكم، ومعرفة أنّ المشكلة تكمن في مدى تمسككم بآرائكم، وعدم التسامح مع الآخر، لو كان يملك الحجة والبرهان على رأيه.

3- خلق قنوات حوار مع الآخرين، وتحديد موطن الاختلاف معهم، فهذا هو السبيل الأوّل لخلق لغة لفهم الموضوع، وإشاعة جوّ من التسامح.

4- محاولة تفهم النوازع والرغبات التي تسيطر على مَن تختلفون معهم، تجعل الأمر أكثر بساطة، وأكثر

قابلية للحل.

5- تحديد النقاط المختلف عليها بصورة عملية، وعدم الاعتماد على الإحساس، فربّما لا تسامحون مَن أساؤوا إليكم، لأنّكم تعتقدون أنّهم لا يستحقون، أو أنّهم لن يقدّروا مسامحتكم لهم، أو أنّكم ستظهرون بمظهر لا يرضيكم عن أنفُسكم.

6- ليست من الممكن مطابقة الآراء والأفكار بين الناس، فهذا ضرب من الخيال، اسمحوا للآخرين بأن يختلفوا معكم.

7- كونوا إيجابيين وتنازلوا عن آرائكم إذا وجدتم أنّها خطأ، أو لا تخدم مصلحتكم أو مصحلة العمل.

8- لا تحكموا على الآخرين من أوّل رأي، بل استمعوا إليهم، واعطوهم فرصتهم الكاملة للتعبير عن أفكارهم وآرائهم.

9- ابدؤوا بالتسامح، إذا كنتم تريدون أن يغفر لكم البعض إساءتكم، فعندما يراكم الناس متسامحين تسهل عليهم مسامحتكم أيضاً.

10- ابحثوا في سلوك أي شخص يعارضكم أو يسيء إليكم، ابحثوا في احتياجاته ورغباته فهي المحرك الأوّل له، ثمّ جدوا طريقة للتعامل مع هذه الرغبات.

11- التسامح لا يعني حل الخلاف أو نهاية الاختلاف، بل يظل الخلاف والاختلاف، وتبقى النفوس متسامحة.

12- كونوا متواضعين وأنتم تسامحون، ولا تتبعوا مسامحتكم بالمن، وليكن تسامحاً جميلاً راقياً بعيداً عن إيذاء الآخرين والمن عليهم بمسامحتكم لهم.