

## نگارش به مثابه سلوک

زندگی مکتوب . جلسه ۵۵

منصور براهیمی . ۳ اسفند ۹۵

تمرکزتون رو از دست ندید امروز صبح مثل هر روز از خواب بیدار شدید خیلی احساس سبکی و سرحالی دارید نمی دونید بابت چیه بابت خوابی که دیدید خیلی با نشاط و سبک و راحت با همه این احساس نشاطی که دارید کرختی خاصی هم تو بدن احساس میکنید که هنوز دوست دارید بخوابید بعضا فکر میکنید نکنه این احساس نشاطی که دارید ناشی از خوابه برا همین دوست دارید که دوباره بخوابید آماده میشید برای کار هر روزتون سر کار میخواید برید جای دیگه ای برید صبحانه ای بخورید همون کارای روزمره هر روز. این کرختی خیلی جدیه آنقدر جدیه که فکر میکنید حالا دیر که نشده بذاریه جایی بشینم یا دراز بکشم رو زمین رو مبل رو تخت یه چند لحظه ای بخوابم شاید از این کرختی پیام بیرون و همین کار رو می کنید نقطه ای انتخاب میکنید و جایی که اگه چشمتونو باز کردید ساعت رو ببینید مطمئن بشید طولانی نخواهید بخوابید اونقدر هم این احساس کرختی جدیه که سرتون رو گذاشتید خوابتون مییره اما خوب خودتون باورتون نمیشه که گویی انگار خواب نیست همون احساس سبکی و نشاط رو دارید و تو بیداری عجیب غریب اولین احساسی که دارید اینه که روحتون از بدن جدا شد و شما میتونید بدنتون رو ببینید تو همون نقطه ای که نشسته یا دراز کشیده خوابیدید و میتونید خودتونو ببینید به طرز عجیبی چشمتون به یه چیزایی باز شده که قبل از این هیچ وقت تجربه نکرده بودید حالا وقتی به بدن در حال خوابتون نگاه میکنید چیزهایی میبینید هیچوقت حتی تا قبل از اون بهش فکر هم نمیکردید مثلا میتونید تمام بیماری هایی که در آینده بگیرید هم تو بدنتون ببینید اینطور فکر میکنید نکنه من مردم و این مثل سکرته مرگه به بدنتون نگاه میکنید دارید نفس میکشید درست انگار مدت کوتاهی از بدن خارج شدید همون آگاهی که الان شما پیدا کردید با اطمینان به شما میگه که باید برگردید به بدنتون این مرگ نیست وقتی توجهتون از بدنتون کنده میشه احساس میکنید تو یه دنیای خیلی غریب خیلی بزرگی الان قرار گرفته اید شاید این دنیا از قبل بوده شما نمیدید تمام گذشته و آینده جلو چشم شماست هیچ مرز زمانی و مکانی وجود نداره حتی آدمها شخصیت ها وقایعی که بخشی از تاریخ بوده صدها سال با شما فاصله داشته کاملا جلو چشمتون آینه هم همین طور . از اینکه چشمتون به این دنیای عجیب باز شده هم یه کمی وحشت کردید هم کنجاوید کاملا حالتی ندارید که واپس بنزید و برگردید اما جلو هم نمیرید چون براتون خیلی غریبه فقط نگاه میکنید چشمتون میفته به یه نفر که با اینکه اصلا چهره اش آشنا نیست ولی انگار شما میشناسیدش جنسیتش مهم نیست مهم اینه که در همون اول شما احساس آشنایی دارید باهاش لبخندی به شما میزنه و جرات میکنید بهش نزدیک بشید مثل نگهبانهایی است که اطراف رو میگردن در یک محیطی حتی نمیدونید چرا اینجوری فکر میکنید در موردش. انگار همه چیو میدونید لبخند گرمی که به شما زده باعث میش چند قدم بهش نزدیک بشید اونم به شما نزدیک میشه درست مثل مامورهای حراست شروع میکنه شمارو گشتن اما احساس نمی کنید گشته به هر جای شما که دست میزنه مثلا به سر همه افکار سالها مزاحمتون بوده به دست همین طور مهمتر از همه وقتی رو قلبتون دست میزنه همه اندوه ها رنجهها همه گره های عاطفی همش رخت بر میبنده همین طور که داره شما رو میگرده باخودتون میگوید من که اونجا خوابیدم این چه بدنیه من دارم چجوری من دوگانه ام چون هنوز خودتون رو میبینید که اونجا نشسته یا دراز کش خوابیدید درست انگار که شما رو غربال میکنن خیلی سبک میشید اون وقتی به شما لبخند میزنه همه چیو درک میکنید انگار که به شما اجازه ورود داده به این دنیا باز برمیگردید دوباره به خودتون نگاه میکنید به یقین آگاهی که این مرگ نیست بدن اونجاست و شما میدونید باید برگردید تو بدن درست انگار که یه آگاهی موقت گشت و گذار موقت بهتون داده شده احساس قدرت و احساس پروازی میکنید که هیچوقت تصورش هم

می‌کردید الان میتونید هر جا از این گذشته و حال و آینده رو انتخاب کنید و برید اونجا اونطور که می‌خواید زندگی کنید با اون کسی که می‌خواید زندگی کنید هیچ مانعی برای شما وجود نداره با دوست داشتنی‌ترین انسانهایی که تو کل تاریخ ممکنه برای شما عزیز بوده‌اند برید باهاشون زندگی کنید زندگی اونا رو ادامه بدید تنها چیزی که آزارتون میده موقت بودنشه سعی کنید از این اجازه موقت استفاده کنید و لحظاتی اون زندگی که دوست دارید زندگی کنید طبعاً بعدش برمی‌گردید به همین بدن و فقط خاطره این تجربه براتون باقی می‌مونه اونقدر ولع دارید سعی میکنید چیزی رو فراموش نکنید که هیچ چیه از دست ندید احساس قدرتی که الان دارید واقعا فوق انسانی است اجازه بدید این تجربه انجام بشه وقتی برمی‌گردید به بدنتون دستهای زمینی شما این تجربه رو بنویسه.