

نگارش به مثابه سلوک

آقای منصور براهیمی. جلسه ۱۳۹

آگاهی. ۳۰ بهمن ۹۷

صبح است و رسیده‌اید خانه. حالتان خوب نیست. یک احساسی دارید مثل این که فشارتان افتاده است پایین. میل به استراحت دارید. میل به خواب دارید. خانه هیچ کس نیست؛ همه رفته‌اند سر کارشان. می‌روید و بدون این که لباس‌تان را در بیاورید ولو می‌شوید روی تخت. فکر می‌کنید اگر خواب راحتی بروید و یک استراحتی بکنید، بهتر خواهید شد. برای این که زودتر به خواب بروید یاد همین تمرکز جسدی می‌فیتید. روی یکی از انگشت‌های دست راست‌تان تمرکز می‌کنید. و به سرعت باور نکردنی به خواب می‌روید. خوابی که دیگر هیچ بیداری‌ای بعد از آن نخواهید داشت. یک دفعه از همه دردهای جسمانی، دردهای روحی، دغدغه‌ها، نگرانی، هر چه که هست، از همه‌اش خالی می‌شوید. دیگر هیچ چیز مهم نیست. داخل خانه هستید و می‌توانید با فاصله‌ای که الان افتاده است، همه‌ی آن‌چه که زمانی در حیات‌تان برای شما مهم بود، آن‌ها را ببینید. حتی لکه‌ای که بالای تخت، روی دیوار افتاده است و شما همه‌اش فکر می‌کردید که چطور می‌شود این را پاک کرد بدون این که مجبور به رنگ‌کاری باشید، و بسیاری چیزهای دیگر، همه‌ی این‌ها پوچ و بی‌معنی می‌شوند. خانه یا اتاق آشفته‌ای که شما را نگران می‌کرد اگر مهمان بیاید، کارهای نیمه‌تمامی که داشتید، همه مقابل چشم شماست و همه هیچ و پوچ است. افراد خانواده‌تان یکی یکی سر می‌رسند. با فرض این که شما خوابیده‌اید مزاحم‌تان نمی‌شوند. ولی بعد از یکی دو ساعت متوجه می‌شوند و آشوبی می‌شود در خانه. و باز برای شما همه‌ی این‌ها بی‌معنی است. فقط به آن‌ها نگاه می‌کنید و فکر می‌کنید که چرا در زندگی این قدر درگیر هیچ و پوچ بوده‌اید. از پزشکی قانونی، دکتر آمده است تا گواهی مرگ شما را امضا کند. و آخرین آزمایش‌ها را دارد انجام می‌دهد. فکر می‌کند که شاید شک کمک کند به شما؛ با این که ساعت‌ها از مرگ شما گذشته است. شک‌هایی که به شما وارد می‌شود، شما را به زندگی برمی‌گرداند. چشم‌های‌تان را که باز می‌کنید، نگاه دیگری دارید. حالت بی‌حالت چهره‌ی شما، شادی اطرافیان را در یک لحظه می‌خشکاند. احساس می‌کنند که شما کس دیگری هستید؛ اما شما کس دیگری نیستید. فقط فرصت پیدا کردید یک روز زندگی‌تان را از چشم دیگری نگاه کنید؛ یا زندگی را از چشم دیگری نگاه کنید. حالا باید برگردید به این زندگی. چه خواهید کرد که این تمرکز جسدی دائم با شما باشد. چه می‌کنید که دیگر آن دغدغه‌ها و آن اضطراب‌ها و آن پیوندهایی که شما درگیر می‌کرد و بعد فهمیدید هیچ و پوچ است، این‌ها دیگر سراغ شما نیاید. تصمیم‌تان را برای این زندگی جدید در حد حتی اگر شده است چند جمله بنویسید.