

آسمان و طوفان

اگر در آینه اخم کنی، احمقانه است که از آینه دلخور شوی. می‌دانی که بازتابِ خودِ توست. اما وقتی زندگی اخم می‌کند، آینه را گم می‌کنی. انگشت را به سوی دیگران می‌گیری و می‌خواهی تغییرشان دهی. غافل از اینکه تصویر، هنوز از درونِ خودت به آن سوی شیشه تابیده است.

چرا به آنچه بیرون است، بر درون قدرت می‌دهی؟ شاید پاسخ در «چسبیدن» باشد. وقتی بودند را به نتیجه‌ها و تأییدها گره بزنی، اسیرشان می‌مانی. اما اگر بازی را رها کنی چه؟ اگر به جای واکنش، تبدیل شوی به تماشاگر؟

تماشاگر بودن به معنای بی‌احساسی نیست. معنایش این است که تو فقط ابر گذرا نیستی، تو آسمانِ پشتِ ابری. طوفان و باد و رعد می‌آیند، اما آسمان که بالاتر است، دست‌نخورده می‌ماند. و درست همین جاست که وارونگیِ زیبایی رخ می‌دهد: وقتی دیگر واکنش نشان ندهی، جهان پیرامونت شروع می‌کند به واکنش نشان دادن. دیگر نمی‌توانند آرامشت را برابیند.

رازش در سرکوب نیست، در دیدن است. با آنچه می‌آید نَجنگ. مطالعه‌اش کن. به جای آنکه دیگری را مقصر بدانی، بین کجای وجودت قلقلک می‌خورد. ریشه را تماشا کن، بی‌آنکه عجله‌ای برای کندنش داشته باشی. گاهی دیدن، خودِ شکلی از رها شدن است.

وقتی خوب نگاه کنی، دیگر عروسکِ خیمه‌شب‌بازی نیستی. نخ‌ها را در دست داری. دیگر دنبال تأیید نمی‌دوی، که دیگران دنبال تأیید تو می‌افتند. منفی‌بافیِ قدرتش را از دست می‌دهد.

دفعه بعد که کسی خواست اعصابت را به هم بریزد، یک لحظه درنگ کن. حس کن واکنش از اعماق بالا می‌آید، اما به‌جایش فقط نگاه کن. مثل کسی که آزمایشی را در لوله شیشه‌ای تماشا می‌کند. بی‌قضاوت. فقط کنج‌کاو.