

عطری که خودت نمی‌بویی

آدمی را می‌بینی که حرفی نمی‌زند، اما حضورش اتاق را آرام می‌کند. نمی‌دانی چرا. فقط می‌شود کنارش نفس کشید. این از جنسِ مهارت نیست. چیزی است که از درون می‌تابد. مثل بخاری که از زیرزمین به تمام خانه راه می‌یابد و دیگران، بی‌خواست، در آن سهیم می‌شوند.

آنجا که با خود به صلح برسی، نورش بی‌صدا به بیرون می‌تابد. با تاریک و روشنِ درون روبه‌رو شدن، دیدنشان، پذیرفتشان. همین آتش‌بسِ درونی، حضوری امن می‌سازد. آن که با خود به صلح رسیده، دیگر تهدیدی برای خودش نیست، پس تهدیدی برای دیگری هم نخواهد بود. چیزی بی‌کلام از چنین بودنی برمی‌خیزد: «اینجا امن است. می‌توانی خودت باشی.»

تن نیز بی‌کار نیست. وقتی در آرامش عمیق به سر می‌بری، بدنت هم آرام است. ضربان قلب، نفس‌ها، لحن صدا، همه یک چیز می‌گویند. و آن که روبه‌رویت نشسته، بی‌آنکه بداند، با این آرامش هم‌نوا می‌شود. مثل دو ساز که یکی کوک است و دیگری ناخودآگاه با آن هم‌صدا می‌شود.

نکته اینجاست: آن که به این حال رسیده، خودش دیگر آن را حس نمی‌کند. مثل بوی عطری که پس از مدتی دیگر به مشام خودت نمی‌آید، اما دیگری در نخستین برخورد آن را استشمام می‌کند. تو با آرامشِ خود زندگی می‌کنی، نه در آن غرق می‌شوی.

دیگران گاه تو را نجات‌دهنده می‌پندارند، و این برای هیچ رابطه‌ای سالم نیست. می‌شود چراغ بود، بی‌آنکه آتش شد.

و شاید، بزرگ‌ترین کار همین باشد: بودنت را چنان صیقل دهی که خودش یک «عمل» شود. کلمات، تنها بخش کوچکی از آنند.

یک بازدم عمیق. و بعد، فقط نگاه.