

فقط بدن ماست که غذا می‌خوره یا ما غذاهای دیگه‌ای هم داریم؟

غذاهای مختلف چه جوری رو من اثر می‌ذارن و چه شکلی باید کنترلشون کنم؟

آدمیزاد خیلی موجود باحال و عجیبیه، قبول دارین؟ آخه غیر از اینکه جسمش غذا می‌خواد، نفسشم غذا می‌خوره! اصلاً تا حالا بهش فکر کردین که غذاهای مختلف چیه؟ این فکر و خیالا که میاد تو سرمون از کجا میاد؟ یا اصلاً داریم چی به خورد خودمون میدیم و این چیزا بعدش کجا میرن؟

میدونین ما یه جورایی مثل یه کامپیوتر می‌مونیم. اول باید بهمون ورودی بدن تا بتونن ازمون انتظار خروجی داشته باشن، حالا کامپیوتر بیچاره مجبوره انقدر صبر کنه تا یکی پیدا بشه و یه ورودی بهش بده، اما ما خودمون مرتب داریم با دیدن، شنیدن، چشیدن، بو کردن و لمس کردن به خودمون ورودی می‌دیم؛ آفرین یعنی از راه همون حسای مختلفی که صد دفعه تو کتاب علوم خوندمشون، یعنی بینایی، شنوایی، چشایی، بویایی و لامسه! اما نکته جالب و البته ترسناکش اینجاست که خیلی وقتاً اصلاً حواسمون نیست که اینا ورودی هستن و خودشون غذاهای مختلف واسه بخشای بالاترن؛ یعنی فکر می‌کنیم که خب حالا فلان فیلمو دیدم دیگه، یا دلم خواست این آهنگه رو گوش کنم، یا حالا مثلاً آسمون به زمین میاد اگه این چیز رو بخورم و اون چیز رو نخورم؟

غافل از اینکه همه چیزایی که از راه حسای مختلف به خورد خودمون دادیم، مستقیم تحویل بخش بعدی یعنی خیالمون داده میشن، بعدم نوبت آنالیز بخش واهمه‌مون می‌رسه، اونم چیزایی که فهمیده رو واسه تجزیه و تحلیل می‌سپاره به عقلمون، آخرشم خروجی همه اینا تو قلب ما خودش رو نشون می‌ده و میشه همینی که هستیم؛ یعنی اگه بخوایم ساده‌اش کنیم، ما ته تهش شکل همون چیزایی می‌شیم که از راه حسای جورواجورمون وارد خودمون کردیم؛ یعنی غذاهای مختلف همون چیزی که الان هستیم رو درست می‌کنن! درست مثل یه کارخونه که اگه مواد اولیه‌ش خوب باشه و کاری که با اون مواد می‌کنه درست و

حساب شده باشه، آخرشم یه محصول خوب تحویلمون می‌ده؛ اما اگه مواد اولیه‌اش درب و داغون باشه، خروجیش هم میشه یه چیز چیپ و به درد نخور!

پس تا اینجا فهمیدیم که وجودمون یه جورایی مثل کامپیوتره؛ یعنی یه ورودی می‌گیره، تو قسمتای مختلف پردازشش می‌کنه و آخرش یه خروجی می‌ده بیرون. ما هم ورودیمون رو از راه حسای مختلفی که داریم می‌گیریم، بعدش هم به ترتیب می‌دیمش به خیال و وهم و عقلمون، آخرش هم خروجیش رو تو قلب خودمون می‌بینیم؛ پس اینجوری روی هم پنج تا قوه داریم: حس، خیال، وهم، عقل و فوق عقل که بهش قلب هم می‌گیم.

کار تک‌تک‌شون هم خیلی مهمه! می‌دونین چرا؟ چون مثل چرخ‌دنده‌های یه ساعت به هم وصلن؛ یعنی اگه یکیشونو از اون وسط برداریم یا یک کدومشون کارشون رو درست انجام ندن، کلاً خروجیمون درست از آب در نیاده. مثلاً نمی‌تونیم خیالمون رو آلوده کنیم، اما انتظار داشته باشیم وهم و عقلمون کارشون رو درست انجام بدن؛ مثل یه دوچرخه که اگه تسمه‌اش درست جا نیفتاده باشه، چرخشم درست نمی‌چرخه! می‌دونین ما اسم هرکدوم از این قوه‌هامون رو خیلی شنیدیم اما اگه یه کسی ازمون بخواد واسش بگیم خیال چیه؟ یا وهم چیه؟ یا اصلاً این دوتا با هم چه فرقی دارن، بعید می‌دونم بتونیم درست حسابی جوابش رو بدیم و اگه این بخشای مختلف وجودمون رو درست شناسیم، چه جوری می‌خوایم بفهمیم کارشون چیه، غذاهای مختلف رو چه جوری فراهم می‌کنن و اصلاً چه شکلی باید کنترلشون کنیم؟

حس‌ها یا ورودی غذاهای مختلف

درسته که مرتبهٔ حس‌ی ما از همه پایین‌تره و دیگه واسه‌مون خیلی عادی شده، اما به این دلیل که ورودی وجودمون به حساب میاد خیلی مهمه؛ یعنی غذاهای مختلف اول از همه داره از راه حس‌هامون وارد

وجودمون همیشه! فکر کنین تو یه بازی کامپیوتری شما رو کردن مسئول دروازه‌های قلعه، خب معلومه نمی‌ذارین هرچیزی بیاد تو قلعه‌تون؛ کافیه یه لحظه غافل بشین و یه چیزی بیاد تو که کل قلعه‌تون رو بهم بریزه.

حالا اگه می‌خوایم بفهمیم که رابطه‌ی حسمون با مرتبه‌های بالاتر از خودش مثل خیال و ... چیه، کافیه به یه بچه‌ای که تازه به دنیا اومده فکر کنیم که وقتی به دنیا اومده فقط همین حسا رو داره. حتی ماما باباش رو هم نمی‌تونه واضح ببینه. بعد از اینکه کلی زمان گذشت و تمرین کرد، تازه می‌تونه بین آدمای مختلف فرق بذاره. یعنی تا این حسای پنج‌گانه‌اش قوی نشن، نمی‌تونه تو خیال خودش تصویرسازی کنه و به قول معروف بره تو مرحله‌ی بعدی.

خیالی که غذاهای مختلف رو میسازه

اگه بخوایم رک و پوست کنده بگیم خیال چیه، خیال همیشه تصور چیزی که قبلاً با یکی از حس هامون باهاش یه رابطه‌ای داشتیم، اما حالا دیگه نمی‌تونیم حسش کنیم، اما عکس و تصویرش هنوز برامون مونده و می‌تونیم یادآوریش کنیم؛ یعنی رنگ و اندازه‌اش واسمون می‌مونه، اما دیگه حجم و وزن و مکان و زمان نداره. مثل چی؟ مثل یکی از دوستانمون که چند سال پیش باهم تو یه کلاس بودیم، می‌دیدیمش، صداش رو می‌شنیدیم، باهاش بازی می‌کردیم اما دیگه الآن از پیشمون رفته. درسته که دیگه نمی‌تونیم حسش کنیم، اما هر وقت دلمون بخواد می‌تونیم تو خیال خودمون بیاریمش؛ حتی ممکنه تو خیالمون باهاش جاهایی بریم که تا حالا تو واقعیت نرفتیم؛ چون خیال ما خیلی قدرت داره. یعنی یه جورایی مثل آشپزخونه‌ی نفسمون می‌مونه که می‌تونه صورتای خیالی رو با هم ترکیب کنه و یه چیز جدید بده بیرون که اصلاً تو واقعیت وجود نداره؛ مثلاً اون تصویری که از دوستانمون داریم رو با تصویر یه باری که خودمون رفته بودیم کوه‌نوردی قاطی کنه و ما تو خیال خودمون دوستانمون رو ببینیم که داره با ما از کوه بالا میاد؛ ولی تو واقعیت ممکنه دوستانمون حتی یه بارم پاش رو تو کوه نداشته باشه! حالا این که خوبه! یه وقتایی خیالمون ممکنه

یه چیزایی رو با هم ترکیب کنه که اصلاً با عقل هیچ‌کی جور در نییاد؛ مثلاً تو خیال خودمون دو تا بال شیشه‌ای داشته باشیم و با یه کله‌ حبابی از این درخت به اون درخت بپریم؛ یا یه کتاب داشته باشیم که بتونیم بریم توی عکساش و با شخصیاتش حرف بزنینم.

خیال واسه اینکه اصلاً محدودیت‌ها و قانون‌های عقلمون رو نداره، دستش خیلی بازه! یعنی ما تو خیالمون می‌تونیم از رو زمین بپریم و به هواپیمایی که داره رد میشه دست بزنینم، اما عقل ما بهمون میگه که خیلی بتونی بپری پنجاه شصت سانتی‌متر بیشتر نیست!

البته اینکه خیالمون انقدر قدرت داره یه وقتایی هم خطرناک میشه‌ها؛ چون بعضیا انقدر میرن توش که دیگه در نمیان!

پس خیال خوبه چون هم بهمون انگیزه میده که بتونیم کارای سخت رو با تصور شیرینی بعدش تحمل کنیم، هم همه هنرمندی‌ها و نقاشی‌ها و داستان‌های باحالی که دیدیم، نتیجه خیال‌پردازیمون هستن، اما از حد و اندازه خودش نباید بره بیرون که دیگه خطرناک میشه!

واسه چی توهم دارم؟

نوبتی هم که باشه نوبت وهم یا همون واهمه‌مون میشه که بین خیال و عقل ماست. یعنی اون مرتبه‌ای که از خیال بالاتره و از عقلمون پایین‌تر. حالا کارش چیه؟ کارش اینکه اون تصویرهایی که تو خیالمون شکل گرفتن رو معنی می‌کنه و تحویل عقلمون میده؛ مثلاً یادتونه که گفتیم تو خیالمون دوست چند سال پیشمون رو تصور کنیم، حالا اینکه نسبت به اون دوستمون چه حسی داشتیم، دوسش داشتیم؟ ازش خوشمون نمی‌اومد؟ از دستش عصبانی بودیم؟ ازش می‌ترسیدیم و... همه کار واهمه‌مونه. ولی بها دادن به واهمه‌مون هم حد و اندازه داره؛ چون کلاً تو این فازه که خودش رئیس باشه، یعنی اگه بهش زیادی بها بدیم، به جای اینکه تصویرهای خیالی رو درست معنی کنه و به عقلمون بده تا عقلمون بتونه منطقی تصمیم بگیره، اون

وسط برداشتهای خودش رو به جای نظرهای عقلمون جا می‌زنه و ما رو گول می‌زنه؛ مثلاً اگه از بغل یه سگ گنده تاکسیدرمی شده رد بشیم که دهنشم بازه، با اینکه می‌دونیم خشک شده و اصلاً زنده نیست، اما به خاطر واهمه‌مون می‌ترسیم که پامونو گاز بگیره؛ یا با اینکه می‌دونیم اتاق تاریک با اتاق روشن فرقی تو یه لامپه، اما وقتی میریم توی یه جای تاریک، هزارتا چیز میاد تو کله‌مون و ما رو می‌ترسونه! همشونم واسه اینه که وهم ما اومده جلو و نذاشته عقلمون درست از اطلاعات نتیجه گیری کنه.

عقل چیه، عاقل کیه؟

عقل ما کارش اینه که اون چیزهایی که واهمه‌مون واسش معنی کرده رو بالا و پایین کنه تا بتونه ارزش یه فرمول کلی در بیاره. فرمول‌هایی که عمومی هستن و به رابطه‌ی شخصی ما با بقیه چیزها هیچ ربطی ندارن؛ یعنی یه چیزی که هر کسی میتونه اون رو یاد بگیره و تو شرایط مختلف اجراش کنه؛ مثلاً این یه فرمول کلیه که حیوونی که زنده نیست، نمی‌تونه حرکت کنه و به ما آسیب بزنه. یا فرق اتاق تاریک با اتاق روشن فقط تو نبودن نوره! اینا همه چیزهایی هستن که عقلمون می‌فهمه، اما فقط موقعی می‌تونیم باورشون کنیم که واهمه‌ی ما زیادی بزرگ نشده باشه و به عقلمون غلبه نکرده باشه.

می‌دونستین اون چیزی که خیلی از ما بهش می‌گیمن عقل و تازه کلی هم بهش افتخار می‌کنیم، هوش ماست که یه زیرمجموعه‌ای از عقلمون به حساب میاد! اما بیشتر وقتا ما عقل رو با هوش اشتباه می‌گیریم؛ مثلاً اگه یه کسی چند تا تخصص داشته باشه و بهش دکترو پرفسور بگن یا شاگرد اول مدرسه و دانشگاه باشه، دوست داریم باهاش دوست بشیم چون فکر می‌کنیم حتماً خیلی آدم عاقلیه! ولی اینا فقط نشون میده هوشش زیاده؛ یعنی میتونه چیزهای مختلف و قاعده و قانون‌هاشون رو خوب تشخیص بده و بفهمه، اما لزوماً عاقل نیست!

عقل کارش مثل یه ترمزه که نمی‌ذاره هر تصمیمی بگیریم، هر چی بخوریم، هر لباسی بپوشیم یا هر جایی بریم. رک و پوست کنده‌اش اینه که یه عقل سالم بهمون کمک میکنه که بایدها و نبایدها رو درست

تشخیص بدیم؛ مثلاً بین یه چیز کم و زیاد، بیشره رو انتخاب کنیم؛ یا وقتی باید بین موقت و نامحدود یکی رو انتخاب کنیم، سراغ اونکه نامحدوده بریم. خلاصه‌اش اینکه یه عقل سالم حکم میکنه که بین دنیایی که هم کوچیکه و هم محدود و موقت با آخرتی که هم بزرگه، هم نامحدود و ابدی، آخرت رو انتخاب کنیم. خداییش اگه یه نفر بیاد بهمون بگه می‌خوای بهت یه جایزه‌ی میلیون‌ی بدم یا یه جایزه‌ی میلیاردی، اگه بریم سراغ اونکه کمتره و زودتر تموم میشه، عقلمون یه عیب و ایرادی داشته دیگه! اما جالبه که وقتی نوبت انتخاب بین دنیا و آخرت میشه کلاً عقلمون رو تعطیل می‌کنیم و میریم سراغ اون چیزی که دم دستمونه، یعنی دنیا!

فوق عقل؛ کاپیتان کشتی وجود ما

اما اون بخش وجودمون که از همه بالاتره بخش فوق عقل و فطرمونه که بهش قلبم می‌گیم؛ یعنی همیشه بالاتر از عقل، وهم، خیال و حسمون! کارشم اینه که خودش رو به بی‌نهایت و غیب وصل کنه. می‌دونین قسمت فوق عقل ما خودش هیچ آلودگی و ایرادی نداره. اگر هم به مشکل بخوره و نتونه با بی‌نهایت ارتباط برقرار کنه یا از چیزای معنوی لذت نبره، مشکل از یه جای دیگه است؛ یعنی ما یه جایی تو یه بخشی از بخشای پایین‌تر بهش یه ورودی ناسالم دادیم؛ غذای مختلف یه جایی مشکل داشتن که حالا دارن خودشون رو اینجا نشون میدن. درست مثل بدنمون که اگه غذاهاش سالم نباشه، نمی‌تونن باعث رشدمون بشن و فقط حالمو خراب می‌کنن!

کل آدم بودن ما و فرقی که با بقیه موجودات داریم، مربوط به همین قسمت فوق عقلمونه؛ یعنی یه جورایی فوق عقل مثل کاپیتان کشتی وجودمونه. بقیه قوه‌هامونم مثل زیردستانه که باید در خدمتش باشن، حالا اگه هرکدومشون کارشون رو درست انجام بدن و کاپیتان به اندازه کافی قدرت داشته باشه، ما هم به همون

اندازه شاد و آرومیم، اما اگه قرار باشه یکی دیگه بیاد جای فوق عقل و کنترل کشتی وجودمون رو دستش بگیره، اون وقته که اوضاع بدجوری به هم می‌ریزه.

اگه دوست دارین بفهمین که چه جوری باید همه چیز رو سر جای خودش نگه داریم که اوضاعمون به هم نریزه، حتماً دنبالمون بیاین!