



## کابوس نامه

هفته ثالث از ماه محرم از سال ۱۴۳۴ قمری بودی، در خلوت خانه حکما و زعما اندر باب الوطنیه، بیانات کابوسی قرائت شدی. پرسیدندی؛ یا له من کابوس؟ (کابوس چیست؟)

حکیمی پاسخ گفتی بدین شرح: اگر در خواب کابوس دیدی، عرض روانپزشکی نبودی و دلالت بر معضل روانی نکردی.

هر کسی کابوس دیدی با ترس از خواب پریدی و در رختخواب نشستی، قلبش تند تند زدی، و پیشانی غرق غرق گشتی. علی الأرجح (به احتمال زیاد) این کابوس دیدن ناشی از منخفص (قلیل بودن) تنش روانی یا شاید عارضه جانبی قرص فشار خون بودی. علماء النفس (روانشناسان) و المهینین (متخصصین) خواب، حول خواب دیدن که تاملات اضطرابات عاطفیه (اختلالات هیجانی) است متفق القول بودندی. بعضی گفتندی کابوس، أنشطة (نتیجه فعالیت‌های) امواج پراکنده دماغی بودی که دماغ در حال خواب می‌خواستی آنها را منظم کردی. بعضی کلا چیزهای دیگری را - مثل تأثیر العمر (تأثیرات قدیمی)، ترس و قمع الشهوة (هوس سرکوب شده)، و رمزی الورد (پاسخ‌های نمادین) - در آن دیدندی. عده‌ای نیز به چیز وسط اینها اعتقاد داشتندی.

للاعتقاد الحکماء؛ اگر بیدار بودی و با کابوس اندر گشتی، ترا تکلیف روانی و دماغی شاید و دلیل آنرا کلان شدن بی رویه معده و تنگ شدن دماغ و هوسناک شدن دل خواندندی. و اندر علاج آن حکما فرمودی تا دماغ را غسل اطمئنان ندادی، رهایی نیافتی.

