

من از سایه دیوار میترسم



ترس یک واکنش احساسی به تهدید یا خطر و از میکانیزم یا سازوکارهای بقاست و معمولاً در پاسخ به یک محرک منفی خاص روی می‌دهد. ما از انجام بعضی کارها وحشت داریم چون می‌ترسیم آسیب ببینیم و یا با شکست مواجه شویم. این ممکن است بخاطر آسیب‌ها و شکست‌هایی باشد که واقعاً در گذشته تجربه کرده ایم و یا شاهد آن بوده و یا از دیگران شنیده ایم. در هنگام ترسیدن یا فرار می‌کنیم، یا در جا خشک ما می‌زند و از پا و حتی زبان می‌مانیم و یا می‌جنگم. مقدار آدرنالین است که اندازه هوشیاری ما در هنگام ترس را تعیین میکند، ضربان قلب ما تند تر می‌زند، عرق می‌کنم و یا حلق و گلو ما خشکی می‌کند.

ترس از ارتفاع، ترس از تاریکی، ترس از پرواز، ترس از بیماری‌های سخت، ترس‌های ماوراءالطبیعه، ترس از حیوانات، پرنده‌ها و حشره‌ها، ترس از شروع کردن کارها، ترس از انجام کارهای دشوار، ترس از سخنرانی و بلاخره ترس بانوان عزیز از موش این جاندار کم‌جان و مادر کبک‌ها یا جولا... چرا می‌ترسیم!؟

این بحث را بخاطر گشودیم که گاهی ترس بیهوده ما را به کام مرگ میکشاند. گواه و مصداق این گفته، داستان زنبور و مار است؛ خوبست از نظر بگذرانید.

روزی زنبور و مار با هم بحث‌شان شد. مار گفت: «انسان‌ها از ترس ظاهر خوفناک من می‌میرند نه به خاطر نیش زدنم.»

اما زنبور قبول نکرد. مار برای اثبات حرفش با زنبور قراری گذاشت. آنها رفتند و رفتند تا رسیدند به چوپانی که در کنار درختی خوابیده بود. مار رو به زنبور کرد و گفت: «من او را می‌گزم و مخفی می‌شوم و تو در بالای سرش سر و صدا ایجاد کن و خود نمایی کن.»

مار نیش زد و زنبور شروع به پرواز کردن در بالای سر چوپان کرد. چوپان فوراً از خواب پرید و گفت: «ای زنبور لعنتی!» و شروع به مکیدن جای نیش و تخلیه زهر کرد. مقداری دارو بر روی زخمش قرار داد و بعد از چند روز بهبودی یافت.

مدتی بعد که باز چوپان در همان حالت بود، مار و زنبور نقشه دیگری کشیدند. این بار زنبور نیش می‌زد و مار خودنمایی می‌کرد. این کار را کردند و چوپان از خواب پرید و همین که مار را دید از ترس پا به فرار گذاشت و به خاطر ترس و وحشت از مار نتوانست زهر را تخلیه کند و ضمادی هم استفاده نکرد. چند روز بعد چوپان به خاطر ترس از مار و نیش زنبور مُرد. درست گفته اند: "ترس برادر مرگ است". شما از چه می‌ترسید!؟

