

افغانستان آزاد – آزاد افغانستان

AA-AA

چو کشور نپاشد تن من مباد بدین بوم و بر زنده یک تن مباد
همه سر به سر تن به کشتن دهیم از آن به که کشور به دشمن دهیم

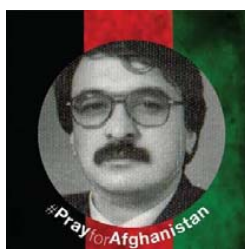
www.afgazad.com

afgazad@gmail.com

Political

سیاسی

داکتر محمد کریم فارغی-استرالیا
۱۹ نومبر ۲۰۲۱



داکتر محمد کریم فراغی

غلبه بر ترس و تبدیل آن به قوت

ما گر از سر بریده می ترسیدیم در محفل عاشقان نمی رقصیدیم

دوستان و عزیزانم، می خواهم کمی متفاوت تر مطلبی را خدمت تان تقدیم کنم، همه می دانیم که ترس چه است چون در همه عمر از آغاز زندگی الی مرگ ترسانده می شویم، پدر و مادر، دوستان و دشمنان، دین و عقاید همه در جهت ترساندن ما اند، سیاست کاران را خو در جای شان بگذارید که ما را زهره ترک کرده اند

ترس یکی از مکانیزم های دفاعی بدن ما است که متأسفانه هرگز از آن به خاطر دفاع از خود استفاده نکرده ایم بلکه از این ترس بیشتر دیگران به خاطر مصونیت و دفاع از خود شان استفاده نموده اند. ترس یک انرژی مثبت است که اگر در زمان مناسب و مناسبت لازم به کار گرفته شود شخص نجات می یابد و سبب آرامش و ادامه حیات می گردد، استفاده غیر ضروری ازین انرژی انسان را فاسد و بی ارزش می سازد و باعث می گردد شخص در یک سلسله مشکلات غیر قابل تصور گیر بماند، شخصیت او را صدمه بزند و او را حيله گر، حقه باز و دروغگو بار آورد . اگر به منشای ترس خود بیندیشیم و آن را تدریجا از خود دور کنیم در واقع اولین قدم ها را به طرف آزادی، شجاعت و تهور گذاشته ایم، ما را تا می توانند می ترسانند تا به این مرحله نرسیم، کسانی نا آگاهانه ما را می ترسانند و عده ای آگاهانه و سیستماتیک ما را می ترسانند .

پیام های ترسناک از کودکی به وسیله پدران و مادرانی که خود شکار ترس دوامدار گردیده اند، به کودکان شان گوشزد می گردد، چون کودکان به والدین شان اعتماد دارند این پیام ها را در دل و دماغ شان جای می دهند و رفته رفته به آن عشق می ورزند و از آن لذت می برند، این پیامها الی آخر عمر از وجود شان بیرون نمی شود زیرا گفته اند :
با شیر اندر شده و با جان بدر شود،

چند مثال از بین پیامها، هوش کنی مال و داشته ات را به کس ندهی چون دوباره صاحب نمی شوی، هوش کنی به مردم اعتماد نکنی چون همه ترا فریب می دهند، بیگانه بیگانه است، شتر دیدی ندیدی، یک نی و صد آسان و مثل این هزاران دیگر که همه باعث می گردند افراد و اشخاص در محور خودی و انزوا گیر بیفتند و نوعی ترس از آمیزش با دیگران و ایجاد اعتماد به آنها ایجاد گردد. این منشأ نشئه ترس است زیرا ادامه آن به وسیله مدرسه و آموزگاران ترسو به پیش برده می شود و شخص بدون تردید آن را می پذیرد .

پیام شرم آور جامعه ما: رنج استاد به از مهر پدر

معلم اگر آزاده نباشد شاگرد جبون و ترسو بار می آورد،

به هر حال تا ایندم انرژی ترس را که مطابق فیزیولوژی عضویت ما به خاطر دفاع از خود در مقابل خطرات احتمالی داشتیم در مسیر نادرست به کار انداختیم،

فکر کنیم وقتی می ترسیم چه مکانیزمی در بدن ما اتفاق می افتد، مواد کیمیائی یا میدیاتور هائی به نام ادرنالین و نورادرنالین به حکم دماغ از ساختمان کوچکی در بالای گرده ها افزای می گردد و باعث ایجاد ضربان بیشتر قلب، حرکات غیر ارادی عضلات، هیجان و اضطراب می گردد که در صفحه بعدی یعنی پس از رفع حالت ترس سبب آرامش و نوعی استرخا می گردد، تکرار این حالت هیجان و استرخا سبب اعتیاد می گردد و رفته رفته قدمه ترس بالا می رود و در مقابل تنبهاات ترسناک اگر بسیار شدید نباشد عکس العمل نشان نمی دهد زیرا تنبهاات مقدار های معینی از ادرنالین را ابراز می کند که پس از طی اندک زمان شامل صفحه استرخا می گردد که لذت بخش است. یک تعداد جوانان و نو جوانان با دیدن صحنه های ترسناک و وحشتناک از یک فلم هیجانی گردیده و لذت می برند

تعدادی از قصه های دوزخ و آتش و گرز و غیره توسط ملا های فرو رفته در ترس و با هم شاید و نترس از آنچه دیگران را می ترسانند، ظاهراً به عبادت پناه می برند و باعث آرامش و استرخا شان می گردند، ملا ها در عبادات از خدای رحیم و رحمان یاد آور می گردند ولی هرگز به مسلمانان این اجازه را نمی دهند که به آن باور داشته باشند زیرا از آن ترس دارند که وقتی مردم واقعاً آن را بپذیرند دیگر از آنها اطاعت و پیروی نخواهند کرد، اینجاست که آنها در ردیف خدایان زمین قرار می گیرند و با خدای رحمان و رحیم در تناقض قرار می گیرند،

سیاسیون جبار و ظالم با ایجاد صحنه های از ظلم، قین و فانه، ارباب و ایجاد کله منار ها مردم را می ترسانند و مردم رفته رفته با آن عادت می کنند و حتی از ظلم و بد رفتاری آنها لذت هم می برند چون پس از تحریک شدن توسط ادرنالین عضلات ملایم گشته باعث آرامش در آنها می گردد،

سیاسیون خوب می دانند که مردم را خوب ترسانده اند لذا با اطمینان خاطر آنها را با غیرت، شجاع و سلحشور نام می گذارند تا از یکطرف باعث آرامش آنها گردد و از طرفی هم حاکمیت شان را مشروع جلوه دهند .

پس قوت های جبار بیشترین توانائی شان را در ایجاد ترس و تداوم آن به کار می برند ولی اگر مردم از این قوت نترسند دیگر جباری وجود نخواهد داشت، مهاتما گاندی در مبارزه علیه تسلط استعمار مادامی که آنها مردم را دسته دسته به زندانها انتقال می دادند شعار داد، ای مردم نترسید !!! مردم تحمل کردند و خود به طرف موتر هائی که آنها را با زور به زندان انتقال می دادند، شتافتند، این نترسی باعث شد که عساکر به زور مردم را از موتر ها پائین می آوردند ولی مردم اصرار به بالا شدن داشتند

این قوت که در وجود ما به وسیله ترس ایجاد می گردد اگر اداره و منجمنت گردد باعث قدرت و ایجاد شجاعت در ما می گردد....

November 17, 2019