

نام کتاب: اولین و آخرین رهایی

نویسنده: جیدو کریشنامورتی (اوایل دهه 1950)

مترجم: دکتر قاسم کبیری

ناشر: مجید

چاپ پنجم: ۱۳۸۴/۸/۲۲

تهیه متن: ویریا پایار

بخش اول

فصل 1 - مقدمه

برقراری ارتباط با هم، حتی اگر همدیگر را خوب بشناسیم، کاری بس دشوار است. شاید واژه‌هایی را که من به کار می‌برم برای شما تفاوت ویژه‌ای داشته باشد. ادراک هنگامی صورت می‌گیرد که ما، شما و من، در یک زمان و در یک سطح با هم روبه‌رو شویم. یعنی میان مردم، میان زن و شوهر و میان دوستان صمیمی مهر و عاطفه وجود داشته باشد. به چنین چیزی تبادل واقعی اندیشه و احساس می‌گویند. پس به این ترتیب ادراک فوری هنگامی بدست می‌آید که ارتباط ما هم‌زمان و هم‌سطح باشد.

مبادله افکار و احساسات به‌گونه‌ای آسان، مؤثر و با طرز عمل معین بسیار مشکل است. من از واژه‌هایی ساده استفاده می‌کنم، واژه‌هایی غیرتکنیکی، زیرا گمان نمی‌کنم که اصطلاحات فنی در حل مسایل مشکل به ما یاری دهد. بنابراین من از هیچ اصطلاح فنی روان‌شناسی یا علمی استفاده نخواهم کرد. خوشبختانه هیچ‌گونه کتاب روان‌شناسی یا مذهبی نخوانده‌ام. مایلم به کمک واژه‌های ساده‌ای که در زندگی روزمره‌مان از آن‌ها استفاده می‌کنیم یک مفهوم عمیق‌تر را به شما ابلاغ کنم؛ اما در صورتی که شما نحوه گوش کردن را ندانید کار من بسیار دشوار خواهد شد.

خوب. برای این که بتوانیم واقعاً گوش کنیم باید تمامی تعصب‌ها و قاعده‌سازی‌های از پیش انجام شده و فعالیت‌های روزانه را رها کنیم. هنگامی انسان در یک حالت گیرندگی ذهن باشد، امور به آسانی قابل فهم خواهند بود. شخص، هنگامی گوش می‌دهد که توجه واقعی‌اش را به چیزی معطوف کرده باشد؛ اما متأسفانه بسیاری از ما از پشت دیوار مقاوت گوش می‌کنیم. دیواری از تعصب‌ها داریم، دیواری از تعصب‌های روان‌شناسی و علمی، دیواری از نگرانی‌های روزمره، آرزوها و ترس‌ها و با این تعصب‌ها گوش می‌کنیم؛ بنابراین درحقیقت ما به سر و صدای خود، به قیل و قال خود گوش می‌کنیم؛ نه آن چیزی که گفته می‌شود. کنار گذاشتن تعلیمات، تعصب‌ها، تمایلات و مقاومت و رسیدن به چیزی ورای بیان کلامی برای گوش دادن به گونه‌ای که ادراک آنی داشته باشیم، بسیار دشوار است. این یکی از معضلات ما است.

اگر در خلال این بحث چیزی گفته شود که برخلاف شیوه فکری و اعتقادی شما باشد، تنها گوش کنید؛ مقاومت به خرج ندهید. شاید حق با شما باشد و من اشتباه کنم؛ اما با گوش دادن و توجه کردن همگی حقیقت را درمی‌یابیم. حقیقت چیزی نیست که کسی آن را به شما بدهد. شما خود باید آن را کشف کنید و برای کشف آن باید ذهن در حالتی باشد که بتواند به‌طور مستقیم آن را درک کند. هرگاه مقاومت، سپر محافظ و حفاظ وجود داشته باشد، ادراک مستقیم عملی نیست. ادراک از راه آگاهی از آن چه هست صورت می‌پذیرد؛ زیرا پی‌بردن دقیق به آن چه هست، به واقعیت، به حقیقت، بدون تعبیر و تفسیر آن، بدون محکوم کردن یا موجه ساختن، به‌طور حتم، ابتدای خرد است. تنها هنگامی که، براساس شرطی بودن خود و تعصب‌های مان، به تعبیر و تفسیر و معنی کردن می‌پردازیم، حقیقت را از دست می‌دهیم. به‌هرحال، چیزی است مانند تحقیق. برای دانستن ماهیت هر چیز نیاز به تحقیق داریم و نمی‌توانیم آن را براساس حالات روحی خود ترجمه کنیم. به‌همین ترتیب اگر بتوانیم به نگاه کردن، مشاهده و گوش دادن بپردازیم و از آن چه هست آگاه باشیم، مشکل حل می‌شود و این همان چیزی است که ما در همه این بحث‌ها انجام خواهیم داد. من می‌خواهم به شما گوشزد کنم که آن چه هست، چیست و آن را براساس خیالات خود ترجمه نکنم؛ شما هم نباید آن را براساس زمینه یا آموخته‌های خود ترجمه و تعبیر کنید.

پس آیا امکان آگاه‌بودن از همه چیز به‌صورتی که هست، وجود ندارد؟ اگر از این جا شروع کنیم، حتماً به ادراکی می‌رسیم. شناختن، آگاه‌بودن، رسیدن به آن چه هست، به کشمکش پایان می‌بخشد. اگر بدانم که دروغگو هستم و این برای من حقیقتی شناخته‌شده باشد، بنابراین کشمکش پایان یافته است. شناختن، آگاه‌بودن از آن چه که شخص هست، خود شروع خرد است، شروع ادراک است، ادراکی که شما را از چنگ زمان رها می‌سازد، کیفیت زمان را به‌میان آوردن - زمان نه به‌معنای توالی تاریخی؛ بلکه به‌عنوان یک وسیله یا یک روند روان‌شناختی و یا یک روند ذهنی - کاری است ویران‌کننده و ایجاد آشفستگی می‌کند.

بنابراین، ادراک ما از آن چه هست، هنگامی صورت می‌گیرد که آن را بدون محکوم‌سازی، بدون توجیه و بدون تعیین هویت بشناسیم. آگاهی از این که شخص در شرایط خاص یا حالات خاصی است، خود یک روند رهایی است؛ اما آن کس که از شرایط خود و از تلاش خود آگاه نیست، تلاش می‌کند غیر از آن چیزی باشد که هست و این برایش عادت می‌شود؛ پس بنابراین به خاطر داشته باشید که ما در نظر داریم به بررسی آن چه هست بپردازیم، به مشاهده آن چه که حقیقت است و آگاهی از آن، بدون نقطه‌نظرهای متعصبانه و بدون هیچ‌نوع تعبیر و تفسیری. این نیاز به یک ذهن موشکاف خارق‌العاده دارد، به یک قلب انعطاف‌پذیر، تا بتواند از آن چه هست آگاه شود و آن را دنبال کند؛ زیرا آن چه هست از تعقیب بازمی‌ماند، از رفتن به دنبال حرکت سریع آن چه هست، متوقف می‌شود. قدر مسلم آن است که «آن چه هست» پایدار نیست، حرکت مستمر دارد و این چیزی است که اگر دقیقاً مشاهده کنید، خواهید دید. برای پی‌گیری آن نیاز به ذهنی سریع و قلبی انعطاف‌پذیر دارید؛ چیزهایی که در صورت پایدار بودن ذهن و جذمی بودن اعتقاد، داشتن تعصب و تعیین هویت، انسان را از آن‌ها محروم می‌کنند و ذهن و قلب خشک نمی‌تواند به آسانی و چابکی «آن چه هست» را تعقیب کند.

به نظر من، بدون هیچ بحث و گفت‌وگوی بسیار، بدون لفاظی بیش از حد، انسان از این قضیه آگاه است که در یک سو فرد وجود دارد و در سوی دیگر هرج و مرج، آشفتگی و بیچارگی، این خاص هندوستان نیست؛ بلکه در سراسر دنیا، در چین، امریکا، انگلیس، آلمان، هم آشفتگی وجود دارد و هم اندوه روزافزون. این قضیه ملی نیست؛ این خاص این جا نیست؛ در تمام دنیا وجود دارد. چیزی به نام درد و رنج شدید وجود دارد که خاص فرد نیست؛ بلکه متعلق به گروه‌ها است. بنابراین سر و کار ما با یک مصیبت جهانی است و این که آن را به یک منطقه جغرافیایی، یک بخش رنگی نقشه محدود کنیم، کار مهملی است؛ زیرا در آن صورت، به اهمیت کامل این مصیبت کل دنیا و همچنین فرد پی نخواهیم برد. اکنون که از این آشفتگی آگاهیم، پاسخ امروز ما چه باید باشد؟ چگونه باید واکنش نشان دهیم؟

درد و رنج وجود دارد، درد و رنج سیاسی، اجتماعی، مذهبی با تمامی وجود روان‌شناختی ما دستخوش آشفتگی است و تمامی رهبران، چه فرهنگی و چه سیاسی، کاری از دستشان برنیامده است، تمامی کتاب‌ها مفهوم خود را از دست داده‌اند. اگر به بهاگاواد گیتا یا کتاب مقدس یا آخرین رساله‌ها در سیاست و روان‌شناسی مراجعه کنید، در خواهید یافت که سرخ از دستشان در رفته است، کیفیت حقیقت را از دست داده‌اند و به مجموعه‌ای از واژه‌ها تبدیل شده‌اند. خود شما که تکرارکننده این واژه‌ها هستید، در گيجی و عدم اطمینان به سر می‌برید و تکرار صرف کلمات هیچ چیز القا نمی‌کند؛ بنابراین واژه‌ها و کتاب‌ها ارزش خود را از دست داده‌اند؛ به بیان دیگر، هنگامی از کتاب مقدس، یا مارکس یا بهاگاواد گیتا نقل قول می‌کنید، خود شما، که نقل قول‌کننده هستید، در بی‌اطمینانی و گيجی به سر می‌برید، تکرار کردن‌تان به دروغ بدل

می‌شود؛ زیرا آن‌چه که آنجا نوشته شده است، به یک تبلیغ صرف، تغییر ماهیت می‌دهد و این تبلیغ، واقعیت نیست. بنابراین، هنگامی تکرار می‌کنید از درک حالت وجودی خویش دست برداشته‌اید. تنها کاری کرده‌اید، این است که بر گنجی خویش پرده‌ای از کلمات صاحب‌نظرانه پوشانیده‌اید؛ اما آن‌چه که وجهه همت ما است، آن است که این آشفتگی را درک کنیم و با نقل‌قول‌ها آن را بپوشانیم؛ بنابراین پاسخ شما در این مورد چیست؟ راستی شما به این هرج و مرج خارق‌العاده، به این آشفتگی، به این نبود اطمینان وجود، چگونه پاسخ می‌دهید؟ هنگامی به بحث درباره آن می‌پردازم، از آن آگاه باشید، کلمات مرا دنبال نکنید؛ بلکه اندیشه‌ای را دنبال کنید که در وجود شما فعال است. خیلی از ما به تماشای بودن و شرکت‌نکردن در بازی، عادت داریم. کتاب می‌خوانیم؛ اما هرگز کتاب نمی‌نویسیم. این تماشای بودن، تماشای بازی فوتبال یا تماشای سیاستمداران و سخن‌رانان بودن برای ما نوعی سنت و نوعی عادت ملی و جهانی شده است. ما تنها به غریبه‌های نظاره‌گری بدل شده‌ایم و استعداد خلاق خود را از دست داده‌ایم. از این رو می‌خواهیم فراگیریم و بهره ببریم.

ولی اگر شما تنها تماشای هستید، اگر شما تنها مشاهده می‌کنید، مفهوم این بحث را به کلی از دست می‌دهید؛ زیرا این از آن نوع سخنرانی‌ها نیست که شما به‌زور عادت به آن گوش کنید. من نمی‌خواهم اطلاعاتی را که شما می‌توانید از دایرةالمعارف به‌دست آورید، در اختیار شما بگذارم. کوشش ما بر این است که افکار یکدیگر را، تا آنجا که بتوانیم با هر ژرفایی که ممکن باشد، با صمیمیت، با پاسخ‌گویی به احساسات خودمان دنبال کنیم. بنابراین، لطفاً ببینید پاسخ شما به این علت، به این مصیبت چیست؛ نه این که دیگران در این باره چه می‌گویند؛ بلکه خود شما چگونه پاسخ می‌دهید. در صورتی که شما از این مصیبت، از این هرج و مرج سود ببرید، پاسخ‌تان گونه‌ای بی‌تفاوتی است، حال این سود می‌تواند اقتصادی باشد یا اجتماعی، سیاسی و یا روان‌شناختی. در این صورت، استمرار این هرج و مرج برای‌تان اهمیتی ندارد. به‌طور حتم هر قدر در دنیا گرفتاری بیشتر باشد، هرج و مرج بیشتر است و شخص بیشتر به دنبال امنیت است. آیا شما متوجه این وضع نشده‌اید؟ هنگامی در دنیا آشفتگی، چه روان‌شناختی و چه هر نوع دیگری وجود داشته باشد، انسان خود را در نوعی امنیت، یا به‌صورت حساب بانکی و یا به‌صورت نوعی ایدئولوژی محصور می‌کند؛ یا در غیر این صورت به نیایش رومی‌آرود، به معبد می‌رود، که در واقع گریزی است از آن‌چه که در دنیا واقع می‌شود. در سراسر دنیا هر روز تیره‌ها، قبایل و ایسم‌های گوناگون مثل قارچ از زمین می‌رویند؛ زیرا هر قدر آشفتگی بیشتر باشد، نیاز به رهبر بیشتر است، رهبری که دست شما را بگیرد و از این پریشانی نجات‌تان دهد، بنابراین به کتاب‌های مذهبی روی می‌آورید، یا به یکی از تازه‌ترین آموزگاران و یا در غیر این صورت، طبق سیستمی پاسخ می‌گویید که ظاهراً مشکل را حل می‌کند، سیستمی متعلق به چپ یا راست. این درست همان چیزی است که دارد اتفاق می‌افتد.

به محض آنکه از آشفتگی، از آن چه که دقیقاً هست، آگاه شوید کوشش می‌کنید از آن بگریزید. فرقه‌هایی که برای حل مصیبت، مصیبت اقتصادی، اجتماعی یا فرهنگی، سیستمی را مطرح می‌کنند، بدترین گروه‌ها هستند؛ زیرا در آن صورت، این سیستم است که اهمیت پیدا می‌کند و نه انسان؛ چه این سیستم فکری باشد یا سیستمی متعلق به چپ یا راست. آن چه اهمیت پیدا می‌کند سیستم، فلسفه و ایده است، نه انسان. آنگاه شما به خاطر ایده و ایدئولوژی حاضرید همه موجودات انسانی را قربانی کنید، که دقیقاً همان چیزی است که هم‌اکنون در دنیا دارد رخ می‌دهد. سیستم مهم شده است. بنابراین با مهم‌شدن سیستم انسان‌ها، شما و من اهمیت‌تان را از دست داده‌ایم و کنترل‌کنندگان سیستم، چه مذهبی و چه اجتماعی، چه راستی و چه چپی صاحب اختیار شده‌اند؛ صاحب اقتدار شده‌اند و بنابراین ما افراد را قربانی می‌کنیم. این دقیقاً همان چیزی است که دارد رخ می‌دهد.

حالا ببینیم علت این آشفتگی و بی‌چارگی چیست؟ این بی‌چارگی، این درد و رنج، نه تنها درد و رنج درونی؛ بلکه درد و رنج بیرونی، این وحشت و انتظار جنگ، جنگ سومی که در حال درگرفتن است، چگونه به وجود آمد؟ علت آن چیست؟ شکی نیست که این نشان‌دهنده فروریزی اخلاق، ارزش‌های معنوی و شکوه و جلال ارزش‌های شهوانی و ارزش ساخته‌های دست و ذهن است. راستی هنگامی ما ارزش‌هایی به جز ارزش‌های اشیاء و حواس، ارزش فرآورده‌های ذهن، دست و ماشین نداریم، چه روی می‌دهد. هر قدر به جنبه‌های نفسانی امور بیشتر اهمیت دهیم، آشفتگی بیشتر است؛ مگر غیر از این است؟ باز هم می‌گویم که این نظریه من نیست. برای آن که دریابید ارزش‌ها، قدرت، وجود اقتصادی و اجتماعی شما بستگی به اشیایی دارد که ساخته دست و یا ذهن هستند، نیازی به نقل قول از روی کتاب‌ها نیست. بنابراین به کار و زندگی می‌پردازیم و وجودمان هر آن در ارزش‌های نفسانی فرو می‌غلطد، که معنایش آن است که اشیاء، اشیاء ذهنی، اشیاء دستی و ماشینی اهمیت یافته‌اند و هنگامی اشیاء اهمیت پیدا می‌کنند، عقیده اهمیتی غالب می‌یابد و این دقیقاً همان چیزی است که دارد در دنیا رخ می‌دهد، مگر غیر از این است؟

از این رو اهمیت بیشتر به ارزش‌های نفسانی موجب آشفتگی می‌شود؛ هنگامی که در آشفتگی قرار می‌گیریم، تلاش می‌کنیم به روش‌های گوناگون، مذهبی، اقتصادی یا اجتماعی، یا از راه جاه‌طلبی، قدرت و جست‌وجو برای حقیقت، از آن بگریزیم؛ اما حقیقت دور نیست، رفتن به دنبال آن ضرورت ندارد و انسانی که به جست‌وجوی حقیقت باشد، هرگز آن را پیدا نمی‌کند. حقیقت در «آن چه هست» یافت می‌شود و زیبایی آن در این است؛ اما به محض آنکه آن را تصور کنید، به محض آنکه به جست‌وجوی آن بپردازید، تلاش را آغاز می‌کنید و انسانی که تلاش می‌کند، قادر به درک نیست. به همین دلیل است که باید آرام، به صورت تماشاچی و به طور انفعالی، آگاه باشیم. می‌بینیم که زندگی و عمل ما همیشه در محدوده ویرانی و اندوه قرار دارد؛ آشفتگی و هرج و مرج همیشه مانند موجی از ما پیشی می‌گیرد. آشفتگی وجود، هیچ‌گاه تعطیل نمی‌شود.

آن چه که در حال حاضر انجام می‌دهیم، گویا به هرج و مرج منتهی می‌شود، گویا به اندوه و بدبختی می‌انجامد. به زندگی خود نگاه کنید، خواهید دید که زندگی ما همیشه در مرز اندوه است. کار ما، فعالیت اجتماعی مان، سیاست‌مان، اجلاس‌های گوناگون ملت‌ها برای متوقف کردن جنگ، همه موجب جنگ‌های بیشتر می‌شوند.

نابودی به دنبال زندگی در حرکت است؛ آن چه انجام می‌دهیم، به مرگ منجر می‌شود. این همان چیزی است که عملاً دارد رخ می‌دهد.

آیا می‌توان این بی‌چارگی را یک‌باره متوقف کرد؟ و دائم در دام امواج آشفتگی و اندوه گرفتار نیامد؟ به بیان دیگر، معلمان بزرگی چون بودا و مسیح آمده‌اند؛ آن‌ها اعتقاد را پذیرفتند و شاید خود را از دست آشفتگی و غم رها کرده باشند؛ اما هرگز جلو اندوه را نگرفته‌اند، جلو آشفتگی را سد نکرده‌اند. آشفتگی و اندوه هنوز ادامه دارد. اگر شما، با دیدن این آشفتگی اقتصادی و اجتماعی، هرج و مرج و بی‌چارگی به آن چه که نامش زندگی مذهبی است پناه ببرید و از دنیا روی گردان شوید، چه بسا که شما هم احساس کنید که دارید به این معلمان بزرگ می‌پیوندید؛ اما دنیا با هرج و مرج، بی‌چارگی و انهدام خویش به راه خود ادامه می‌دهد و درد و رنج دائم فقیر و ثروتمند آن، از استمرار بازمی‌ماند. بنابراین، مشکل ما - مشکل شما و من - این است که آیا می‌توان به یک باره و با فوریت از این بی‌چارگی پای بیرون نهاد؟ اگر شمایی که در این دنیا زندگی می‌کنید خود را جزئی از آن ندانید، در نجات دیگران از این هرج و مرج به آن‌ها کمک خواهید کرد؛ نه فردا، نه آینده؛ بلکه همین حالا. به طور حتم، معضل ما این است. احتمالاً جنگ از راه می‌رسد، با شکلی مخرب‌تر و هراسناک‌تر. شکی نیست که ما قادر به جلوگیری از آن نیستیم؛ اما شما و من آشفتگی‌ها و بی‌چارگی‌ها را به طور آنی درک می‌کنیم؛ فکر می‌کنید نمی‌توانیم؟ باید آن‌ها را درک کنیم، آنگاه در وضعیتی قرار می‌گیریم که می‌توانیم همین درک حقیقت را در دیگران نیز بیدار کنیم. به بیان دیگر، آیا می‌توانید بی‌درنگ به رهایی برسید؟ زیرا تنها راه گریز از این بی‌چارگی همین است. ادراک تنها در زمان حال می‌تواند صورت گیرد؛ اما اگر بگویید: «فردا این کار را خواهیم کرد»، موج آشفتگی گوی سبقت را از ما خواهد ربود و آنگاه همیشه با آشفتگی دست‌به‌گریبان خواهیم بود.

پس آیا این امکان وجود دارد که به وضعیتی برسیم که خود ما حقیقت را بی‌درنگ درک کرده و به این آشفتگی پایان بخشیم؟ من می‌گویم بله، این امکان وجود دارد و تنها راه ممکن است. من می‌گویم این کار ممکن است و باید انجام گیرد، آن‌هم نه براساس تصور و عقیده. تنها مشکل ما ایجاد این دگرگونی خارق‌العاده - که انقلابی برای رهایی از جنگ کاپیتالیسم و برپایی گروه دیگر نیست - به وجود آوردن این تطور باشکوه است که تنها انقلاب واقعی است، آن چه را که معمولاً انقلاب می‌دانیم، تنها تعدیل یا استمرار راست‌گرایی طبق ایده‌های چپ‌گرایانه است. در هر حال، چپ‌گرایی هم، استمرار راست‌گرایی به گونه‌ای تعدیل شده است. اگر راست‌گرایی بر پایه

ارزش‌های نفسانی نیست، چپ‌گرایی هم چیزی به جز استمرار همان ارزش‌های نفسانی که تنها از نظر درجه و بیان تفاوت دارند، نمی‌باشد. بنابراین، دگرگونی واقعی تنها هنگامی رخ می‌دهد که شما به‌عنوان فرد، از رابطه خود با دیگری آگاه شوید. به‌طور حتم، آنچه شما در ارتباط با دیگری - با همسر، فرزند، کارفرما، همسایه - هستید، همان جامعه شما است. جامعه به خودی خود وجود ندارد. جامعه همان چیزی است که شما و من در ارتباط با هم آفریده‌ایم؛ جامعه جلوه بیرونی تمامی حالات روان‌شناختی درونی خود ما است؛ بنابراین اگر شما و من خود را نفهمیم و تنها متحول‌کننده دنیای بیرونی باشیم که جلوه درونی است، جامعه اصلاً مفهومی نخواهد داشت؛ یعنی تا هنگامی که من خود را در ارتباط با شما درک نکنم، تغییر و تبدیل مهمی در جامعه صورت نخواهد گرفت؛ گویی من در امر ارتباط خویش باعث می‌شود که جامعه‌ای به‌وجود آورم که المثنی است؛ تجلی بیرون همان چیزی است که من هستم. این یک حقیقت بدیهی است که می‌توانیم درباره‌اش بحث کنیم. بحث این خواهد بود که آیا این اجتماع، این تجلی بیرونی، مرا به‌وجود آورده است یا اینکه من به‌وجودآورنده اجتماع هستم.

آیا در این صورت، این واقعیت بدیهی نیست که آنچه من در ارتباط با دیگری هستم، به‌وجودآورنده جامعه است و بدون آنکه من خود را از ریشه دگرگون سازم، تحولی در نقش اساسی جامعه به‌وجود نخواهد آمد؟ هنگامی برای دگرگونی یک جامعه در یک سیستم، دقیق شویم، تنها از پاسخ به این سؤال طفره می‌رویم؛ زیرا این سیستم نیست که توانا به دگرگون ساختن انسان است؛ بلکه انسان است که همیشه سیستم را دگرگون می‌کند و این چیزی است که تاریخ گواه آن است. تا هنگامی که من خود را در رابطه با شما درک نکنم، موجب هرج و مرج، بی‌چارگی، ویرانی، ترس و ددمنشی خواهم بود. درک خود به زمان بستگی ندارد؛ من می‌توانم خود را در همین لحظه درک کنم؛ اگر بگویم: «فردا خود را درک خواهم کرد»، موجب آشفتگی و بی‌چارگی شده‌ام و عمل من ویرانگر است. همان لحظه‌ای که بگویم، «خواهم فهمید»، عنصر زمان را به میان کشیده‌ام و بنابراین همان‌هنگام در یک موج آشفتگی و انهدام خود را درگیر کرده‌ام. ادراک هم‌اکنون است، نه فردا. فردا برای ذهن تنبل است، برای ذهن حلزون‌مانند است، برای ذهنی است که علاقه‌ای در آن وجود ندارد. هنگامی انسان به چیزی علاقه‌مند است، بی‌درنگ آن را انجام می‌دهد، ادراک آنی صورت می‌گیرد، دگرگونی فوری است. اگر هم‌اکنون دگرگون نشوید، هرگز نخواهید شد؛ زیرا تغییری که فردا صورت می‌گیرد، تحول نیست؛ بلکه نوعی تعدیل است. انقلاب حالا است، نه فردا.

اگر چنین اتفاقی رخ دهد، شما دیگر هیچ مشکلی ندارید؛ زیرا خود دیگر نگران خود نیست؛ آنگاه شما در فراسوی موج ویرانگر قرار می‌گیرید.

بخش اول - فصل 2- در جستجوی چه هستیم؟

به راستی بیشتر ما مردم در جستجوی چه هستیم؟ چه چیزی را طلب می‌کنیم؟ شکی نیست که، به خصوص در این دنیای بی‌آرام و دنیای که هر کس سعی دارد در آن به نوعی به آرامش، خوشبختی و امنیت دست یابد، یافتن چنین چیزی بسیار اهمیت دارد؛ غیر از این است؟ اما باید دید که ما در جست و جوی چه چیز و در صدد کشف چه چیزی هستیم. چه بسا که بسیاری از ما در این دنیای پر از اغتشاش، جنگ و ستیز و کشمکش به دنبال نوعی خوشبختی یا آرامش حرکت می‌کنیم و پناهی می‌طلبیم که در آن، صلح و صفایی باشد. خیال می‌کنم آن چیزی است که بیشتر ما طالب آن هستیم؛ بنابراین دست از طلب بر نمی‌داریم؛ از رهبری به رهبر دیگر، از یک سازمان مذهبی به سازمان مذهبی دیگر و از یک آموزگار به آموزگار دیگر رو می‌آوریم.

حال آیا ما به دنبال خوشبختی هستیم یا به دنبال نوعی رضایت خاطر که امیدواریم خوشبختی از آن مشتق شود؟ خوشبختی و رضایت خاطر با هم فرق دارند. آیا می‌توان به دنبال خوشبختی رفت؟ شاید بتوان به رضایت خاطر دست یافت، اما مطمئناً خوشبختی دست‌یافتنی نیست. خوشبختی اشتقاقی است، فرآورده جنبی چیزی دیگر. بنابراین پیش از آنکه روح و دل خود را به چیزی معطوف کنیم که به جدیت، توجه، اندیشه و دقت بسیار نیاز دارد، باید دریابیم به دنبال چه هستیم؟ آیا به دنبال خوشبختی هستیم یا رضایت خاطر؟ ما می‌خواهیم ارضا شویم، می‌خواهیم در پایان تحقیق خود، به نوعی احساس پر بودن برسیم.

به هر حال، هرگاه کسی در جست و جوی آرامش باشد، می‌تواند به آسانی به آن برسد. هر کس می‌تواند کورکورانه خود را وقف علتی یا نظریه‌ای کند و در آن به دنبال امنیت باشد. شکی نیست که این، مشکل را حل نمی‌کند. انزوای صرف در یک نظریه محصور کننده، خلاصی از تعارض نیست. بنابراین ما باید بدانیم که خواسته‌های بیرونی و درونی هر یک از ما چیست؟ اگر این مسأله برای مان روشن باشد، دیگر لازم نیست به جایی برویم یا به آموزگاری، کلیسایی و یا سازمانی مراجعه کنیم. بنابراین مشکل ما آن است که قصد و غرض ما برای خود ما صریح باشد. آیا این امر امکان دارد؟ و آیا حصول این صراحت از راه جست و جو ممکن است، یا از راه سعی در ادراک آنچه دیگران می‌کنند؟ چه این دیگران والامقام‌ترین معلمان باشند و چه یک واعظ ساده کلیسای کوچک؟ آیا برای یافتن باید پیش کسی رفت؟ و این همان کاری است که ما می‌کنیم؛ این طور نیست؟ کتاب‌های بی‌شمار می‌خوانیم، در جلسات بسیاری شرکت کرده، به بحث می‌پردازیم و به سازمانهای گوناگون می‌پیوندیم و بدان وسیله سعی می‌کنیم به علاجی برای تعارض با بی‌چارگی‌های زندگی مان دست یابیم. یا اگر این کارها را نکنیم، خیال می‌کنیم که آن را دریافته‌ایم؛ به عبارت دیگر، می‌گوییم که یک سازمان به خصوص، یک معلم به خصوص و یا یک کتاب به خصوص ما را راضی می‌کند؛ آن چه که می‌خواهیم در آن یافته‌ایم، در آن درنگ می‌کنیم، بلورگونه می‌شویم و در محاصره قرار می‌گیریم.

مگر نه این است که از میان این همه آشفتگی، به دنبال چیزی دائمی هستیم؟ چیزی ماندگار، چیزی که به آن واقعیت می‌گوییم، خدا، حقیقت، آن چه که دوست داریم، اسم مهم نیست؛ بدون شک واژه، خود شیء نیست. بنابراین نگذارید درگیر واژه‌ها شویم. این مطلب را به سخنرانان حرفه‌ای واگذارید. جست و جو برای چیزی ابدی است. برای اکثر ما چیزی است که می‌توانیم به آن بیاویزیم، چیزی که به ما اطمینان خاطر، امید، اشتیاق، اعتماد پایدار ببخشد؛ زیرا ما از درون سخت نامطمئنیم و خود را خوب می‌شناسیم. اما این دانش خود ما نیست؛ یعنی خود تجربه مستقیم نداریم.

ببینیم آنچه را که ما ابدی می‌دانیم چیست؟ ما به جست و جوی چه هستیم؟ چیزی که یا به ما ابدیت می‌بخشد و یا ما امیدواریم که ببخشد. آیا ما در جست و جوی خوشبختی پایدار، رضایت خاطر پایدار و اطمینان پایدار نیستیم؟ ما چیزی را می‌خواهیم که همیشه پایدار بماند و ما را راضی کند، به شرط آنکه تمامی عبارات و واژه‌ها را کنار بزنیم و عملاً به تماشای آن پردازیم. این آن چیزی است که ما می‌خواهیم. ما خواهان لذت دائم و رضایت خاطر دائم هستیم؛ چیزی که اسمش را حقیقت، خدا، یا هر چه دلمان بخواهد می‌گذاریم.

بسیار خوب، ما طالب لذت ایم. شاید نحوه طرح قضیه، قدری گستاخانه باشد؛ اما واقعیت آن است که ما همین را می‌خواهیم؛ دانشی که لذت ببخشد، تجربه‌ای که به ما لذت بدهد، رضایت خاطری که تا فردا پژمرده نشود و بسیاری از این رضایت‌خاطر‌ها را آزموده ایم؛ اما همه و همه پژمرده و رنگ باخته شده‌اند و اکنون امید آن داریم که رضایت خاطر را در حقیقت و پروردگار بیابیم. به طور حتم، همه ما در جست و جوی چنین چیزی هستیم؛ هم تیزهوشان و هم کندذهنان، هم نظریه پردازان و هم طرفداران حقیقت که به دنبال چیزی روان‌اند. آیا چیزی به نام رضایت خاطر ابدی وجود دارد؟ آیا چیزی وجود دارد که ماندگار باشد؟

در هر حال، اگر به دنبال رضایت خاطر ابدی هستید، چه اسمش را خدا بگذارید، چه حقیقت یا هر چه که شما بخواهید - نام مهم نیست - شکی نیست که باید آن چه را که در جست و جوی هستید درک کنید؛ آیا این را قبول دارید؟ وقتی می‌گویید: «من در جست و جوی خوشبختی دائم هستم» - خدا، حقیقت یا هر چه که هست - مگر نه این که باید چیزی را هم که جست و جو می‌کند؛ یعنی محقق یا جست و جوگر را نیز درک کنید؟ زیرا چه بسا چیزی به نام امنیت و خوشبختی پایدار وجود نداشته باشد. شاید حقیقت چیزی به کلی متفاوت باشد و من خیال می‌کنم که با آن چه شخص می‌تواند ببیند، تصور کند و به قاعده درآورد، به کلی فرق دارد. بنابراین، قبل از آنکه در جست و جوی چیزی ابدی باشیم، آیا ضرورت درک جستجوگر مسأله‌ای بدیهی نیست؟ وقتی می‌گویید: «من در جست و جوی خوشبختی هستم»، آیا جست و جوگر از موضوع مورد تحقیق جدا است؟ آیا متفکر با تفکر فرق دارد؟ آیا این‌ها به جای آنکه

روندهایی مجزا باشند، پدیده‌هایی مرکب نیستند؟ بنابراین درک جست و جوگر پیش از کوشش برای یافتن آنچه که در جست و جوی آن است، حتمی است؛ این طور نیست؟

پس به این نکته می‌رسیم که مشتاقانه و صمیمانه و از ته دل از خود می‌پرسیم که آیا دیگران می‌توانند آرامش، خوشبختی، حقیقت، خدا یا هر چه را که اراده می‌کنیم، به ما بدهند؟ آیا این جست و جوی بی‌وقفه و این اشتیاق می‌تواند آن احساس خارق‌العاده حقیقت، آن وجود خلاق، وجودی که حاصل درک واقعی ما از خود است، به ما ببخشد؟ آیا خودآگاهی از راه تحقیق، از راه رفتن به دنبال دیگری، از راه تعلق به سازمانی خاص، از راه مطالعه کتاب‌ها و از این قبیل امور حاصل می‌شود؟ در هر حال، مسئله اصلی مورد بحث این است: تا زمانی که من خود را نفهمم، پایگاهی برای اندیشیدن ندارم و تمامی کندوکاوهایم بیهوده است. من می‌توانم به خطاهای حسی رو آورم، می‌توانم از ستیز، از کشمکش و از نزاع بپرهیزیم؛ می‌توانم دیگری را پرستش کنم؛ می‌توانم نجات خود را در دست دیگری بدانم؛ اما تا زمانی که نسبت به خود جاهل هستم، تا زمانی که به کل روند خود ناآگاهم، پایگاهی برای اندیشیدن، برای مهرورزیدن و برای عمل ندارم.

اما این دانستن، خود آخرین خواسته ما است؛ ولی شکی نیست که این تنها شالوده‌ای است که می‌توان ساختمان را بر آن بنیان نهاد. البته قبل از اینکه بتوانیم بسازیم، قبل از آنکه بتوانیم تحول ایجاد کنیم و قبل از آنکه بتوانیم محکوم یا منهدم کنیم، باید از آنچه که هستیم مطلع باشیم. به جست و جو پرداختن، آموزگار یا رهبر عوض کردن، به تمرین یوگا پرداختن، نفس عمیق کشیدن، اجرای شعائر، پیروی استادان و بقیه امور، از بیخ و بن بی‌فایده است. بی‌معناست، حتی اگر کسانی را که به دنبال شان هستیم، بگویند: «خودتان مطالعه کنید»؛ زیرا ما همانیم که دنیاست. اگر ما خودبین، حسود، خودپسند و حریص باشیم، این همان چیزی است که در اطراف خود به وجود می‌آوریم و این همان اجتماعی است که در آن زندگی می‌کنیم.

به نظر من چنین می‌رسد که قبل از عزم سفر به قصد یافتن حقیقت، یافتن پروردگار، قبل از آن که بتوانیم به عمل پردازیم، قبل از آن که بتوانیم با دیگران - جامعه - ارتباط داشته باشیم، لازم است که ابتدا خود را بشناسیم. من آن کسی را صمیمی می‌دانم که تمام و کمال، ابتدا، به این مطلب توجه داشته باشد و نه این که چطور به یک هدف خاص برسد؛ زیرا اگر شما و من خود را درک نکنیم، چطور می‌توانیم به طور عملی در جامعه و در رابطه، در هر چیزی که انجام می‌دهیم، تحول ایجاد کنیم؟ و معنای این حرف به طور وضوح آن نیست که خودآگاهی از رابطه جدا یا با آن مخالف باشد. معنای آن، به طور وضوح، این نیست که تکیه بر فرد است، بر من است در برابر توده و در برابر دیگری.

در این صورت، بدون آگاهی از خود، بدون آگاهی از شیوه فکری خویش و اینکه چرا دارای افکار خاصی هستید، بدون اطلاع از سابقه شرطی شدن خویش و علت داشتن عقاید خاص در مورد هنر، مذهب، درباره کشور خود، همسایه و درمورد شخص خود، چطور انسان می تواند در مورد امری واقعی فکر کند؟ بدون آگاهی از زمینه فکری، بدون دانستن ماهیت فکر خویش و اینکه سرچشمه آن از کجاست؟ بدون شک جست و جوی شما کاملاً بی نتیجه است، عمل شما بی معناست؛ غیر از این است؟ آمریکایی بودن، هندو بودن یا داشتن هر مذهب دیگری هم بی معنا است.

قبل از آنکه به هدف غایی زندگی پی ببریم و بدانیم که معنای جنگ ها، خصومت های ملی، تعارض ها و این همه درهم و برهمی چیست، باید از خود شروع کنیم؛ این طور نیست؟ ظاهراً ساده به نظر می رسد؛ اما بی نهایت دشوار است. برای آن که از پی خود برویم، ببینیم که فکر انسان چگونه عمل می کند، باید فوق العاده هشیار باشیم؛ زیرا هر قدر هوشیاری انسان بیشتر باشد، آگاهی او نسبت به پیچیدگی های اندیشه و پاسخ ها و احساسات خویش بیشتر می شود، البته نه فقط به خود؛ بلکه به دیگری؛ یعنی آن کس که با او در ارتباط است. شناخت خود؛ یعنی مطالعه خویش در عمل، همان چیزی که رابطه نام دارد. مشکل کار آن است که ما بی شکیبیم، ما می خواهیم به راه خود ادامه دهیم، می خواهیم کار را به پایان برسانیم، از این رو نه دقت و نه فرصت آن هست، که شانس مطالعه و مشاهده را در اختیار خود بگذاریم. از طرف دیگر خود را وقف فعالیت های گوناگون کرده ایم - امرار معاش کردن، پرورش فرزندان - یا مسئولیت سازمان های مختلف را به گردن گرفته ایم؛ بدین ترتیب خود را به طریق مختلف، در گیر کرده ایم، آن گونه که دیگر به ندرت وقتی برای بازتاب خود، مشاهده یا مطالعه برای مان باقی مانده است؛ بنابراین در واقع مسئولیت واکنش به خود شخص مربوط است، نه به دیگری. تمامی گیتی را به جست و جوی رهبران و سیستم ها، مطالعه جدیدترین کتاب ها و فلان و بهمان پیمودن به نظر من چیزی بیهوده است؛ به کلی بیهوده؛ زیرا چه بسا که انسان تمامی دنیا را زیر پا گذارد؛ ولی باز هم به ناچار به خود بازگردد و از آن جا که بسیاری از ما کاملاً از خود بی خبریم، به صراحت دیدن روند اندیشیدن، احساس کردن و عمل کردن ما بی نهایت دشوار است.

هر چه بیشتر خود را بشناسید، صراحت بیشتر می شود. خودآگاهی بی انتها است. کسی به انجام یا پایانی نمی رسد. رودی است بی انتها. با مطالعه آن و تعمق در آن، انسان به آرامش بیشتر می رسد. تنها زمانی که - از راه خودآگاهی و نه از راه تأدیب نفس - تحمیلی - ذهن آرام است، تنها در آن زمان، در آن آرامش، در آن سکوت است که حقیقت می تواند پا به عرصه وجود گذارد. فقط در آن موقع است که سعادت جاودانی و فعالیت خلاق می تواند وجود داشته باشد و به نظر من چنین می نماید که بدون این ادراک، بدون این تجربه، صرفاً خواندن کتاب، شرکت در محاورات و تبلیغ به راه انداختن، اموری کودکانه است و تنها فعالیتی است که معنای چندانی ندارد؛

درحالی که اگر شخص قادر به درک خود باشد و بدان وسیله موجب آن خوشبختی خلاق و دست زدن به تجربه ای شود که از ذهن مایه نمی گیرد، شاید در آن صورت در رابطه بلافصل پیرامون ما و با تتبع در دنیایی که در آن زندگی می کنیم، تحولی به وجود آید.

بخش اول - فصل 3- فرد و اجتماع

مشکلی که در برابر بسیاری از ما قرار می گیرد، این است که آیا فرد تنها وسیله اجتماع است یا هدف اجتماع؟ آیا قرار بر این است که جامعه و حکومت ما، ما را به عنوان افراد هدایت، تربیت و کنترل کند و به قالب ویژه ای درآورد یا اینکه وجود اجتماع و کشور به خاطر فرد است؟ آیا فرد هدف اجتماع است یا اینکه تنها عروسک خیمه شب بازی است که باید به او یاد داد، از او استفاده کرد و او را به عنوان وسیله ای برای جنگ، قصابی کرد؟ این مشکلی است که در برابر بسیاری از ما قرار دارد. این مشکل دنیا است چه فرد وسیله صرف اجتماع باشد و نوعی بازیچه تأثیرات که باید شکل بگیرد و چه آنکه وجود اجتماع به خاطر فرد باشد.

چگونه می خواهید این قضیه را دریابید؟ آیا این مشکل جدی است؟ اگر فرد تنها ابزار اجتماع باشد، در این صورت، اجتماع از فرد بسیار مهم تر است. اگر این درست باشد، پس ما باید فردیت را رها کنیم و در خدمت اجتماع درآییم؛ تمامی سیستم آموزش و پرورش ما باید دگرگون شود و فرد به ابزاری تبدیل شود که باید مورد استفاده اش قرار دهند، ویرانش کنند، آزمایشش ببرند و از شرش خلاص شوند؛ اما اگر وجود اجتماع به خاطر فرد است، در آن صورت نقش - نقش اجتماع - این نیست که او را وادار به سازش در برابر الگوها کنیم؛ بلکه باید برای او احساس و ضرورت آزادی به ارمغان آوریم؛ بنابراین تکلیف ما این است که ببینیم کدامیک نادرست است.

چگونه می خواهید به بررسی این مشکل بپردازید؟ این مشکلی است حیاتی؛ این طور نیست؟

این مشکل وابسته به ایدئولوژی نیست، نه ایدئولوژی چپ و نه راست و اگر هم به نوعی به ایدئولوژی بستگی داشته باشد، چیزی است که تنها به عقیده مربوط می شود. عقاید همیشه پدیدآورنده دشمنی، آشفتگی و تعارض اند. اگر کسی به کتاب های چپی یا راستی یا کتاب های مقدس وابسته باشد، در این صورت تنها به عقیده پابند است، این عقیده می تواند عقیده بودا باشد، یا مسیح، کاپیتالیسم، کمونیسم یا هر عقیده دیگری. اینها البته عقیده اند، نه حقیقت. حقیقت را هرگز نمی توان انکار کرد. عقیده درباره حقیقت را می توان انکار کرد. اگر بتوانیم به کشف حقیقت مطالب نایل شویم، آنگاه می توانیم بدون وابستگی به عقیده، عمل کنیم. از این رو، آیا ضرورت ندارد آنچه را دیگران گفته اند، دور بریزیم؟ عقیده چپ گراها یا دیگر رهبران، نتیجه شرطی شدن آنهاست؛ بنابراین، اگر شما در کشف خود به آن چه در کتابها یافت می شود، دل بیندید، تنها خود را محدود عقاید کرده اید؛ به این دانش نمی گویند.

چگونه شخصی می‌تواند واقعیت این قضیه را کشف کند؟ در این مورد، به عمل کار برآید. برای یافتن حقیقت قضیه، باید از همه تبلیغات آزاد بود، معنای این سخن آن است که در آن صورت، می‌توان به مشکل بدون وابستگی به عقیده نگاه کرد. نقش کلی تعلیم و تربیت، بیدارسازی فرد است. برای دیدن حقیقت این مطلب، شخص باید کاملاً روشن باشد و معنایش آن است که نمی‌توان به یک مرشد وابسته بود. هنگامی الگویی را برمی‌گزینید، این کار را در عین آشفتگی انجام می‌دهید، بنابراین الگوها نیز آشفته‌اند و این چیزی است که در دنیا در حال رخدادن است، از این رو شما نمی‌توانید از الگوی خود امید هدایت و کمک داشته باشید.

ذهنی که می‌خواهد مشکلی را بفهمد، نه تنها باید مشکل را تمام و کمال بفهمد، بلکه باید بتواند آن را به سرعت پی‌گیری کند؛ زیرا مشکل هیچ‌گاه بازمی‌ایستد. مشکل همیشه تازه است، چه مشکل مردن از گرسنگی باشد، چه مشکل روان‌شناختی، یا هر چیز دیگر. هر بحرانی همیشه تازه است؛ بنابراین، ذهن برای درک آن، باید همیشه تازه و روشن باشد و در پی‌گیری، سرعت عمل نشان دهد. خیال می‌کنم بیشتر ما به ضرورت یک دگرگونی درونی پی برده باشیم، چیزی که به تنهایی می‌تواند یک دگرگونی ریشه‌ای بیرونی و اجتماعی ایجاد کند. این مشکلی است که خود من و همه افراد به‌طور جدی گرفتار آن آمده‌اند. مشکل این است که چگونه می‌شود در اجتماع یک تحول ریشه‌ای و اساسی ایجاد کرد و این دگرگونی بیرونی بدون تحول درونی ممکن نیست. از آنجاکه اجتماع همیشه ایستا است، هر عمل و هر اصلاحی که بدون این دگرگونی درونی انجام پذیرد هم به همین نسبت ایستا می‌شود؛ بنابراین بدون این دگرگونی مستمر درونی، هیچ جای امیدواری نیست؛ زیرا بدون آن، عمل بیرونی به چیزی تکراری و از روی عادت بدل می‌شود. عمل رابطه میان شما و دیگری، میان تو و من، در اجتماع صورت می‌گیرد و تا هنگامی که این انقلاب مستمر درونی و این دگرگونی روان‌شناختی خلاق انجام نگیرد، جامعه ایستا می‌شود و کیفیت حیات‌بخشی خود را از کف می‌دهد؛ نبود این انقلاب مستمر درونی، اجتماع را ایستا و بلورگونه می‌کند و از این رو باید مرتب تکه‌تکه شود.

ارتباط میان خود شما و بی‌چارگی و آشفتگی درونی و اطراف‌تان چیست؟ شکی نیست که این آشفتگی و این بی‌چارگی، به خودی خود به وجود نیامده است. شما و من آن را خلق کرده‌ایم، نه اجتماع کاپیتالیست‌ها، کمونیست‌ها و فاشیست‌ها؛ بلکه شما و من در ارتباطمان با یکدیگر موجب و باعث آن هستیم. آنچه که در درون هستید به بیرون - به دنیا - افکنده شده؛ آنچه که هستید، آن چه که فکر می‌کنید، آن چه که احساس می‌کنید، آن چه که در زندگی روزمره‌تان انجام می‌دهید، به بیرون افکنده می‌شود و تشکیل جهان را می‌دهد. اگر ما از درون آشفته، بی‌چاره و دچار هرج و مرج باشیم، انعکاس این حالت به شکل همین دنیا و همین اجتماع درمی‌آید؛ زیرا رابطه میان شما و من و میان من و دیگری، تشکیل اجتماع را می‌دهد - اجتماع فرآورده رابطه ما

است - و اگر رابطه ما آشفته، خودمحور، تنگ‌نظرانه، محدود و ملی‌گرایانه شود، این‌ها را منعکس می‌کنیم و موجب هرج و مرج در جهان می‌شویم.

دنیا همان است که شما هستید؛ بنابراین، مشکل شما مشکل دنیا است. شک نداشته باشید که این یک حقیقت اساسی و ساده است. ما در ارتباطمان با یک فرد یا افراد بسیار، گویا تا حد زیادی این نکته را نادیده می‌گیریم. نظر ما این است که از راه یک سیستم یا از راه یک انقلاب در ایده‌ها یا در ارزش‌هایی که براساس یک سیستم است، تغییر ایجاد کنیم و این را فراموش می‌کنیم که خالق اجتماع، من و شما هستیم، من و شما هستیم که شیوه زندگی‌مان موجب نظم یا آشفتگی می‌شود؛ بنابراین باید از نزدیک شروع کرد؛ به عبارت دیگر، ما باید نسبت به وجود، نسبت به افکار و احساسات و کارهای روزانه خود که در شیوه امرار معاش ما و در رابطه با ایده‌ها و اعتقادات نمودار می‌شود، مقید باشیم. به این می‌گویند وجود روزمره ما، مگر غیر از این است؟ ما نسبت به امرار معاش، نسبت به شغل، نسبت به درآمد، نسبت به رابطه خود با همسایگان‌مان و نیز نسبت به عقیده‌ها و اعتقادات مقیدیم. اکنون اگر در حرفه خود به بررسی بپردازیم، می‌بینیم که در اصل بر پایه حسادت استوار است و تنها وسیله‌ای برای امرار معاش نیست. اجتماع طوری درست شده است که یک روند مستمر تعارض و شدن را تشکیل می‌دهد، چیزی است بر پایه حسادت، حسادت نسبت به مافوق؛ هنگامی یک منشی می‌خواهد مدیر بشود، معلوم است که تنها مقید به امرار معاش که وسیله‌ای برای بقاء است، نیست؛ بلکه در پی کسب مقام و منزلت است. نگرشی این‌چنین، به‌طور طبیعی در اجتماع و در روابط، ایجاد چپاول و غارت می‌کند؛ اما اگر شما و من تنها مقید به امرار معاش می‌بودیم، می‌بایست راه درست رسیدن به آن را پیدا می‌کردیم؛ راه درستی که ریشه در حسادت نداشته باشد. حسادت یکی از ویرانگرترین عوامل در رابطه است؛ زیرا حسادت، نشان‌دهنده میل به قدرت، میل به مقام است و سرانجام به دانش سیاست منجر می‌شود که هردو سخت به هم مربوط‌اند. منشی‌ای که به‌دنبال مدیر شدن است، عاملی در ایجاد سیاست‌های قدرت می‌شود که جنگ‌افروزی به‌وجود می‌آورد؛ از این‌رو، او مسؤول مستقیم جنگ است.

رابطه ما بر پایه چه چیزی است؟ رابطه میان شما و من، میان شما و دیگری - که اجتماع نام دارد - بر پایه چیست؟ بدون شک بر پایه عشق نیست؛ بگذریم که در موردش حرف می‌زنیم. بر پایه عشق نیست؛ زیرا اگر بر پایه عشق بود، نظمی وجود داشت، آرامشی وجود داشت و میان شما و من خوشبختی؛ اما در این رابطه میان شما و من، چه بسیار بدخواهی‌هایی وجود دارد که شکل احترام به خود می‌گیرند. اگر هر دونفر ما در اندیشه و احساس یکی بودیم، احترامی وجود نداشت، بدخواهی وجود نداشت؛ زیرا آنگاه ما دو نفری می‌شدیم که بر خورده‌های مان نه به قالب معلم و شاگرد درمی‌آمد و نه شوهری که در پی تسلط بر زن است و نه زنی که به‌دنبال تسلط بر شوهر. هنگامی بدخواهی وجود دارد، میل به تسلط‌جویی وجود دارد که خود، به‌وجودآورنده

حسادت، غضب و شهوت است که همه آنها در روابط ما ایجاد تعارض پیوسته‌ای می‌کنند، چیزی که ما تلاش می‌کنیم که از آن بگریزیم و این باز هم موجب هرج و مرج و بی‌چارگی بیشتر می‌شود.

اما در مورد عقایدی که جزئی از زندگی روزمره ما هستند، عقاید و فرمول‌بندی‌ها، آیا این‌ها موجب تحریف اذهان ما نیستند؟ حماقت عبارت است از دادن ارزشهای نادرست به چیزهایی که ذهن می‌آفریند و یا به چیزهایی که ساخته دست هستند. بیشتر اندیشه‌های ما از گریزه حمایت از خود، مایه می‌گیرد. عقاید ما که چه بسیاری از آنها، مفاهیمی نادرست به خود می‌گیرند، مفاهیمی که در خود ندارند؛ بنابراین هنگامی به شکلی معتقدیم، چه مکتبی، چه اقتصادی یا اجتماعی، هنگامی به ماوراء اعتقاد داریم، به عقاید، به یک سیستم اجتماعی که انسان را از انسان جدا می‌کند، به ناسیونالیسم و غیره، شکی نیست که به اعتقاد، مفهومی نادرست می‌دهیم که نشان دهنده حماقت است؛ زیرا اعتقاد، افراد را از هم جدا می‌کند و موجب وصل نیست. بنابراین می‌بینیم که به شیوه‌ای که ما زندگی می‌کنیم، هم می‌توان موجب نظم بود و هم هرج و مرج، هم آرامش و هم تعارض، هم خوشبختی و هم بی‌چارگی.

بنابراین مسأله ما این است که دارای اجتماعی ایستا باشیم و درعین حال، افرادی که در آنها این انقلاب مستمر جریان داشته باشد؟ به بیان دیگر، انقلاب در اجتماع باید با دگرگونی درونی و روان‌شناختی فرد شروع شود. بسیاری از ما می‌خواهیم شاهد یک دگرگونی ریشه‌ای در ساختار اجتماعی باشیم. تمام جنگ‌هایی که در دنیا شعله‌ور است، همین است؛ ایجاد یک انقلاب اجتماعی از راه ابزار کمونیستی یا از راه‌های دیگر. اکنون اگر یک انقلاب اجتماعی وجود داشته باشد، عملی است مربوط به ساختار بیرونی انسان و در صورتی که انقلاب درونی فردی و تحول روان‌شناختی وجود نداشته باشد، ماهیت آن ایستا است؛ بنابراین، برای به وجود آوردن اجتماعی که نه تکراری باشد، نه ایستا و نه ازهم‌پاشنده، اجتماعی که حیات مستمر داشته باشد، لازم است در ساختار روان‌شناختی فرد، انقلابی صورت گیرد؛ زیرا بدون این انقلاب روان‌شناختی درونی، تحول صرف بیرونی اهمیت چندانی ندارد. به بیان دیگر، اجتماع همیشه بلورگونه و ایستا می‌شود و همیشه ازهم می‌پاشد. هر قدر هم قوانین بیشتر و قوی‌تر وضع شود، اجتماع بدون وقفه روند فساد درپیش می‌گیرد؛ زیرا انقلاب باید از درون صورت گیرد؛ نه تنها از بیرون.

خیال می‌کنم درک این مطلب و آسان‌نگذشتن از آن اهمیت داشته باشد. هنگامی عمل بیرونی انجام پذیرفت، تمام است، ایستا است؛ اگر رابطه میان افراد که همان اجتماع است، نتیجه انقلاب درونی نباشد، آنگاه ساختار درونی، به علت ایستابودن، فرد را تحلیل می‌برد و بدین ترتیب آن را هم به همین ترتیب، ایستا و تکراری می‌کند. با درک این مطلب و درک اهمیت فوق‌العاده این حقیقت، دیگر سؤالی برای موافق‌بودن یا موافق‌نبودن باقی نمی‌ماند. این حقیقتی است که اجتماع همیشه در حال بلورگونه‌شدن و تحلیل‌بردن فرد است و این انقلاب مستمر خلاق، تنها در

فرد می‌تواند به وجود آید و نه در اجتماع و نه در بیرون؛ یعنی انقلاب خلاق تنها می‌تواند در رابطه فرد که اجتماع است، رخ دهد. می‌بینیم که چگونه ساختار اجتماع امروزی هند، اروپا، امریکا و همه‌جای دنیا، با سرعت در حال از هم پاشیدن است و نیز آن را در بین زندگی‌های خود نیز می‌بینیم؛ همین‌طور که در خیابان قدم می‌زنیم، آن را مشاهده می‌کنیم؛ نیازی به آن نیست که تاریخ‌دانان بزرگ به ما بگویند که اجتماع در حال از هم پاشیدن است و نیاز به معماران و سازندگان نوینی برای آفرینش یک اجتماع تازه وجود دارد. این ساختار نو باید بر شالوده نو و بر حقایق و ارزش‌های تازه بنیان نهاده شود و این‌چنین معمارانی هنوز وجود ندارند. سازندگانی که با مشاهده این حقیقت آگاه شوند که این ساختار در حال فرو ریختن است و خود را به معمارانی بدل کنند، به هیچ‌وجه وجود ندارند. مشکل ما این است. با چشم خود می‌بینیم که اجتماع در حال قطع‌قطعه شدن و از هم پاشیدن است و این ما - شما و من - هستیم که باید معماران جامعه باشیم. شما و من باید ارزش‌ها را از نو کشف کنیم و بنا را بر شالوده‌ای اساسی‌تر بنا کنیم؛ زیرا اگر به معماران حرفه‌ای و سازندگان سیاسی و مذهبی بنگریم، دقیقاً به همان وضعی دچار خواهیم شد که قبلاً داشته‌ایم.

بدین خاطر که شما و من خلاق نیستیم، اجتماع را تا مرز این هرج و مرج پایین آورده‌ایم؛ بنابراین شما و من باید خلاق باشیم؛ زیرا مشکل فوری است؛ شما و من باید از علل فرو ریختن اجتماع آگاه باشیم و ساختار تازه‌ای به وجود آوریم، ساختاری بر پایه ادراک خلاق خود، نه صرفاً تقلید. چنین چیزی مسلط‌تر منفی اندیشیدن است. منفی اندیشیدن بالاترین شکل ادراک است. به بیان دیگر، برای درک آن چه اندیشیدن خلاق می‌نامیم، باید با مشکل به‌گونه‌ای منفی برخورد کنیم؛ زیرا برخورد مثبت با مشکل - که معنایش آن است که شما و من برای ساختن یک ساختار جدید اجتماعی، باید خلاق شویم - چیزی است تکراری. برای درک آن چیزی که در حال قطع‌قطعه شدن است، باید در آن تحقیق کرد، باید به‌گونه‌ای منفی آن را مورد بررسی قرار داد؛ نه با یک سیستم مثبت، یک فرمول مثبت و یک نتیجه‌گیری مثبت.

چرا اجتماع در حال تکه‌تکه شدن و از هم فرو ریختن است، که در حقیقت نیز چنین است؟ یکی از علل اساسی این است که فرد - شما و من - دیگر خلاق نیستیم. منظورم را توضیح می‌دهم: شما و من مقلد شده‌ایم، ما نسخه‌برداریم، چه از درون و چه از بیرون. از بیرون، هنگامی که تکنیکی را می‌آموزیم، هنگامی با یکدیگر در سطح کلامی ارتباط برقرار می‌کنیم، طبعاً باید تقلید و استنساخ وجود داشته باشد. برای مهندس شدن باید ابتدا تکنیکش را یاد بگیریم، سپس با استفاده از آن تکنیک، پلی را بسازیم. در تکنیک بیرونی باید میزان معینی از تقلید و استنساخ وجود داشته باشد؛ اما در جایی که تقلید روان‌شناختی درونی باشد، از خلاق بودن بازمی‌مانیم. آموزش و پرورش ما، ساختار اجتماعی ما، زندگی به اصطلاح مذهبی ما، همگی بر پایه تقلید است؛ یعنی من خود را در خور یک فرمول ویژه اجتماعی یا مذهبی می‌کنم. من از اینکه یک فرد واقعی

باشم، بازمانده‌ام، از نظر روان‌شناسی من به یک ماشین تکراری با پاسخ‌های معین شرطی شده تبدیل شده‌ام، چه این پاسخ‌ها از جانب هندوان باشد یا مسیحیان، بوداییان، آلمان‌ها، یا انگلیس‌ها. پاسخ‌های ما براساس الگوی اجتماع - چه شرقی و چه غربی، مذهبی یا ماتریالیست - شرطی شده است. بنابراین، یکی از علل اساسی تجزیه اجتماع، تقلید و یکی از عوامل فروپاشی، الگو است؛ الگویی که جوهر وجودش را تقلید تشکیل می‌دهد.

برای درک ماهیت اجتماع در حال تجزیه، آیا این مسأله اهمیت ندارد که بپرسم آیا شما و من - به‌عنوان افراد - می‌توانیم خلاق باشیم؟ می‌بینیم که هنگامی تقلید وجود دارد، تجزیه هم باید وجود داشته باشد، هنگامی اقتدار وجود دارد، استنساخ هم باید وجود داشته باشد و از آن‌جا که تمامی ساختار ذهنی و روانی ما براساس اقتدار است، باید رهایی از اقتدار و خلاق بودن هم وجود داشته باشد. آیا متوجه نشده‌اید که در لحظات خلاقیت، در لحظات شاد منتهای دلبستگی، چیزی به‌نام تکرار، به‌نام استنساخ وجود ندارد؟ این لحظات همیشه تازه، بدیع، خلاق و همراه با سرور هستند. بنابراین، می‌بینیم که یکی از علل اساسی تجزیه‌شدن اجتماع، تقلید؛ یعنی پرستش صاحبان اقتدار است.

بخش اول - فصل 4 - خودشناسی

مشکلات دنیا به قدری عظیم و پیچیده اند که برای فهمیدن و حل آن‌ها باید با آن‌ها بگونه‌ای ساده و سراسر است برخورد کرد؛ این سادگی و سرراستی نه به شرایط بیرونی بستگی دارد و نه به تعصبات و حالات شخصی ما. همان‌طور که اشاره کرده‌ام، راه حل را نه باید در کنفرانس‌ها و طرح‌ها پیدا کرد و نه از راه جایگزینی رهبران جدید به جای رهبران قدیم و از این قبیل امور. واضح است که راه حل در به وجود آوردگان مشکل و در بوجود آوردن شرارت، نفرت و سوءتفاهم‌های بی‌شمار موجود میان موجودات انسانی نهفته است. بله، خالق این شرارت و مشکلات، فرد است - شما و من، نه دنیا - به صورتی که ما آن را تصور می‌کنیم. دنیا، رابطه شما با دیگران است. دنیا چیزی جدا از من و تو نیست؛ دنیا و اجتماع رابطه‌ای است که ما برقرار می‌کنیم و یا درصدد برقراری آن میان یکدیگر هستیم.

بنابراین، مشکل، شما و من هستیم، نه دنیا؛ زیرا دنیا انعکاس ما است و برای فهمیدن دنیا باید خود را بفهمیم. دنیا از ما جدا نیست؛ ما دنیا هستیم و مشکلات ما مشکلات دنیا است. این چیزی نیست که بتوان آن را بسیار تکرار کرد؛ زیرا ما چنان‌که ذهنیم که خیال می‌کنیم مشکلات دنیا به ما مربوط هستند، این مشکلات را باید سازمان‌محل حل کند، یا باید رهبران قدیم را با رهبرانی تازه عوض کنیم. آن کس که چنین می‌اندیشد، طرز فکری تیره دارد؛ زیرا ما در این بی‌چارگی هراسناک و آشفتگی دنیا و در این جنگی که دائم ما را تهدید می‌کند، خالی از مسئولیت نیستیم. برای تحول دنیا، باید از خود شروع کنیم و آن‌چه که در این آغاز از خود

اهمیت دارد، قصد است. باید قصد ما این باشد که خود را بشناسیم و نگذاریم که دیگران برای تحول خود و ایجاد دگرگونی مناسب، به انقلاب چپی یا راستی متوسل شوند؛ آن چه اهمیت دارد این است که بدانیم این مسئولیت به عهده ما است - شما و من - زیرا هر قدر هم دنیای که در آن زندگی می کنیم کوچک باشد، اگر ما خود را متحول و در زندگی روزمره خویش نقطه نظری کاملاً متفاوت ایجاد کنیم، چه بسا در تمامی دنیا، که رابطه ای گسترده با دیگران است، تاثیر ببخشیم.

همان گونه که گفتیم، ما باید در صدد باشیم که این روند ادراک را خود دریابیم؛ این، یک روند منزوی کننده نیست؛ این عقب نشینی از دنیا نام ندارد؛ زیرا هیچ کس نمی تواند در انزوا زندگی کند. بودن یعنی در ارتباط بودن و چیزی به نام زندگی در انزوا وجود ندارد. آن چه که موجب تعارض ها، بی چارگی و ستیز می شود، نبود رابطه صحیح است؛ دنیای ما هر قدر هم که کوچک باشد، در صورتی که ما بتوانیم رابطه مان را در این دنیای تنگ متحول کنیم، مانند موجی خواهد بود که هر آن دامنه اش به بیرون وسعت می یابد. خیال می کنم فهم این نکته اهمیت دارد که دنیا، هر قدر هم تنگ باشد؛ یعنی رابطه ما و اگر ما بتوانیم در آن تحولی ایجاد کنیم، آن وقت می توانیم به گونه ای فعالانه دنیا را متحول سازیم. انقلاب واقعی طبق هیچ الگوی معینی - چپ یا راست - نیست؛ بلکه انقلاب ارزش ها است، انقلابی است که از ارزش های احساسی شروع و به ارزش های غیر احساسی و یا ارزش هایی که تحت تاثیر محیط بوجود آمده اند، ختم می شود. برای یافتن این ارزش های واقعی که سبب انقلابی بنیادی؛ یعنی یک تحول یا یک پیدایش نو می شود، باید خود را بشناسیم. خود شناسی، آغاز خرد و از یان رو شروع تحول و پیدایشی نو است. برای شناختن خود، بایستی قصد ادراک وجود داشته باشد و این جاست که مشکل ما شروع می شود. با وجودی بیشتر ما ناخشنودیم، مایل هستیم یک دگرگونی ناگهانی بوجود آوریم؛ ناخشنودی ما صرفاً به خاطر آن که به نتیجه معین برسد، کانالیزه می شود. به علت ناخشنودی دنبال شغل دیگری می رویم یا صرفاً در مقابل محیط سر تسلیم فرود می آوریم. ناخشنودی، به جای آنکه ما را مشتعل کند، ما را وادار می کند که زندگی و همه روند وجود را زیر سؤال ببریم، کانالیزه می شود و بدان وسیله ما آدم هایی حد وسط می شویم و انگیزه و شور لازم برای دریافتن مفهوم کلی زندگی را از دست می دهیم. از این رو، کشف این چیزها از نظر خود ما اهمیت دارد؛ زیرا خودشناسی را دیگران نمی توانند به ما ببخشند، چیزی هم نیست که به کمک کتاب بیاموزیم. باید به مکاشفه پرداخت و برای این کار باید قصد، جست و جو و بررسی در کار باشد. تا زمانی که این قصد برای دریافتن و بررسی عمیق، ضعیف و یا وجود نداشته باشد، ادعای صرف یا خواستن های تصادفی برای درک خود، مفهوم چندانی ندارد.

بنابراین تحول دنیا با تحول در خود به وجود می آید؛ زیرا خود، فرآورده و جزیی از روند کل وجود انسانی است. خود شناسی برای تحول خود ضروری است، تحول بدون خودشناسی وجود

نخواهد داشت، انسان باید خود را آنگونه که هست بشناسد، نه آنطور که می خواهد باشد، که صرفاً ایده آلی بیش نیست و بنابراین ساختگی و غیرواقعی است؛ تنها آن چه که هست می تواند تحول یابد، نه آن چه که شما می خواهید باشید. شناخت خود، آن طور که شخص هست، نیاز به هشیاری خارق العاده ذهن دارد؛ زیرا «آن چه هست» به طور مستمر در حال تغییر است و برای آن که ذهن پایه پای آن پیش برود، نباید در بند هیچ دگم، عقیده یا الگوی خاصی اسیر شود. اگر طالب هم پایی با چیزی باشیم، نباید در قید و بند اسیر بمانیم. برای شناخت خود باید آگاهی و هشیاری ذهنی وجود داشته باشد تا آزادی از همه عقاید و تصورگرایی ها ممکن شود؛ زیرا کار عقاید و نظریات، دگرگون جلوه دادن امور است؛ چیزی که مانع ادراک صحیح می شود. اگر می خواهید بدانید چه هستید، نه می توانید از آن چه نیستید تصویری داشته باشید و نه به آن اعتقادی. وقتی من حریص، حسود و خشن هستم، داشتن ایده آل عدم خشونت، حریص نبودن و حسود نبودن ارزش چندانی ندارد؛ اما دانستن و ادراک این که شخصی حریص یا خشن است، نیاز به درکی خارق العاده دارد. چنین چیزی شرافت و صراحت اندیشه می خواهد؛ درحالی که دنبال کردن ایده آل و دور شدن از «آن چه هست»، یک فرار محسوب می شود، فراری که شخص را از مکاشفه و فعالیت مستقیم بر روی آن چه هست، بازمی دارد.

درک آن چه شخص هست، هر چه که هست - زشت یا زیبا، تبه کار یا شرور - بدون تحریف، آغاز پرهیزکاری است. پرهیزکاری ضروری است؛ زیرا آزادی بخش است. تنها در پرهیزکاری است که انسان می تواند به مکاشفه بپردازد و زندگی کند؛ البته نه در پرورش پرهیزکاری، که صرفاً موجب مسئولیت می شود و نه به ادراک و آزادی. فرق است میان پرهیزکاربودن و پرهیزکارشدن، پرهیزکار بودن از درک آنچه هست ناشی می شود، درحالی که پرهیزکارشدن عبارت است از معوق گذاردن و نقاب کشیدن بر آن چه هست با آن چه که شخص مایل است باشد. بنابراین، در پرهیزکارشدن، شخص از عمل مستقیم بر روی آن چه هست پرهیز می کند. روند پرهیز از «آن چه هست» از راه پرورش ایده آل ها، پرهیزکاری به حساب می آید؛ اما اگر دقیقاً و مستقیماً به آن نظر کنید خواهید دید که به هیچ وجه چنین نیست. این صرفاً نوعی به تعویق انداختن و رویارویی با «آن چه هست» است. پرهیزکاری، شدن «آن چه هست» نیست؛ بلکه درک «آن چه هست» است و بنابراین رهایی از آن چه هست. پرهیزکاری در اجتماعی که به سرعت در حال تجزیه شدن است، ضروری است. برای خلق یک دنیای تازه با ساختاری نو و دور از ساختار قدیم، باید آزادی مکاشفه باشد و برای آزادبودن، باید پرهیزکار باشد؛ زیرا بدون پرهیزکاری آزادی وجود ندارد. آیا یک آدم فاسد که سعی در پرهیزکارشدن دارد، اصلاً می داند پرهیزکاری چیست؟ آدمی که اخلاقی نیست، هرگز نمی تواند آزاد باشد و بنابراین هرگز قادر به درک حقیقت نیست. حقیقت را فقط در درک «آن چه هست» می توان یافت و برای درک «آن چه هست» باید آزادی وجود داشته باشد، آزادی از وحشت «آن چه هست».

برای فهمیدن این روند، باید قصد دانستن «آن چه هست»، همراه بودن با هر اندیشه، هر احساس و هر عمل وجود داشته باشد؛ البته فهمیدن آن چه هست، فوق العاده دشوار است؛ زیرا آن چه هست، هرگز آرام و ایستا نیست و همیشه در حرکت است. آن چه هست، همان چیزی است که شما هستید، نه آن چیزی که دوست دارید باشید؛ ایده آل نیست؛ زیرا ایده آل ساختگی است؛ بلکه همان چیزی است که شما هر لحظه انجام می دهید، می اندیشید و احساس می کنید. «آن چه هست»، واقعیت است و درک واقعیت نیاز به آگاهی، ذهن هشیار و سریع دارد؛ اما اگر دست به کار محکوم کردن «آن چه هست» شویم؛ اگر دست به کار عیب جویی از آن یا مقاومت در برابر آن برآییم، آن وقت حرکت آن را درک نخواهیم کرد. اگر من میل به درک کسی داشته باشم، او را محکوم نمی کنم؛ بلکه باید به مشاهده و مطالعه او بپردازم. باید عیناً همان چیزی را که مطالعه می کنم، دوست داشته باشم. اگر می خواهید کودکی را بفهمید، باید او را دوست داشته باشید، نه این که سرزنش کنید. باید با او بازی کنید، مراقب حرکات، تکیه کلام ها و شیوه رفتارش باشید؛ اما اگر فقط سرزنش کنید، از او عیب جویی کرده و در برابرش مقاومت به خرج دهید، درک کودک صورت نخواهد گرفت. به همین ترتیب، برای درک آن چه هست، شخص باید به مشاهده اندیشه، احساس و عمل لحظه به لحظه خود از «آن چه هست» بپردازد. واقعیت یعنی این. هر عمل دیگری، ایده آل یا ایدئولوژیک، واقعیت نیست؛ فقط آرزو است، یک آرزوی خیالی که چیزی است به جز آن چه هست.

برای درک آن چه هست، به وضعیتی از ذهن نیاز است که در آن نه تعیین هویت وجود دارد و نه محکوم کردن، که معنایش آن است که دارای ذهنی هستیم هشیار و در عین حال انفعالی. وقتی می خواهیم چیزی را واقعا بفهمیم، در چنین حالتی هستیم. زمانی که علاقه مندی شدید است، حالت ذهن متولد می شود. وقتی کسی علاقه مند به فهمیدن «آن چه هست» دارد؛ یعنی حالت واقعی ذهن می شود، نیازی به اعمال زور، انضباط یا کنترل نیست؛ برعکس نوعی هشیاری و مراقب بودن انفعالی به چشم می خورد. این حالت آگاهی، زمانی شکل می گیرد که هم علاقه مندی باشد و هم قصد فهمیدن.

درک اصولی خود به وسیله دانش یا جمع آوری تجربه که صرفاً پرورش ذهن است، حاصل نمی شود؛ درک خود، لحظه به لحظه است. اگر ما صرفاً دانش خود را جمع آوری کنیم، همان دانش مانع ادراک بیشتر می شود؛ زیرا دانش گردآوری شده و تجربه، مرکزی می شود که فکر بر آن تکیه می کند و به کمک آن، ایجاد می شود. دنیا با ما و فعالیت های ما فرقی ندارد؛ زیرا آن چه که باعث مشکلات دنیا می شود، همان چیزی است که ما هستیم؛ مشکل بیشتر ما آن است که ما خود را مستقیماً نمی شناسیم؛ بلکه در جستجوی یک سیستم، روش و وسیله ای برای عمل هستیم که بوسیله آن، به حل مشکلات بی شمار انسانی بپردازیم.

پس آیا سیستم یا وسیله ای برای دانستن خود هست؟ هر آدم باهوش و هر فیلسوفی می تواند یک سیستم و روشی اختراع کند؛ اما به طور حتم از سیستم پیروی کردن فقط نتیجه ای به بار می آورد که آفریده دست سیستم است؛ مگر این طور نیست؟ وقتی من برای خودشناسی از یک سیستم تبعیت کنم، به نتیجه ای خواهم رسید که آن سیستم ضروری می داند؛ نه نتیجه ای که به خودشناسی من بیانجامد. یعنی با پیروی از یک روش یا سیستم و یا یک وسیله خودشناسی، من به اندیشه و فعالیت های خود، بر اساس یک الگو، شکل می دهم اما پیروی کردن از یک الگو، درک خود نیست.

بنابراین، برای خودشناسی روشی وجود ندارد. در جست و جوی یک روش بودن بدون تفاوت، معنایش این است که میل داریم به نتیجه ای برسیم و این همان چیزی است که همه می خواهیم. آنگاه به دنبال اقتدار می رویم - اگر این اقتدار مربوط به شخصی نباشد، متعلق به یک سیستم یا یک ایدئولوژی است - زیرا ما در پی نتیجه ای هستیم که رضایت بخش باشد و به ما امنیت ببخشد. ما به حقیقت، درصدد درک خود، سابقه ها و واکنش های خود و تمامی روند اندیشیدن - چه خودآگاه و چه ناخودآگاه - نیستیم، ما ترجیح می دهیم از سیستمی پیروی کنیم که ما را از نتیجه مطمئن کند؛ اما دنبال کردن یک سیستم، بدون هیچ تفاوتی، نتیجه میل ما به امنیت و اطمینان است و بدیهی است که نتیجه کار، خودشناسی نخواهد بود. وقتی ما از روشی پیروی می کنیم، بادی یک صاحب اقتدار داشته باشیم - معلم، رهبر، نجات دهنده، صاحب نظر - که رسیدن به آرزوهای مان را ضمانت کند و شکی نیست که این، طریق رسیدن به خودشناسی نیست.

صاحب اقتدار مانع درک خود می شود. در پناه یک صاحب اقتدار یا یک راهنما، انسان ممکن است به طور موقت احساس امنیت یا رفاه کند؛ اما این ادراک روند کامل خود نیست.

ماهیت صاحب اقتدار طوری است که ما را از آگاهی کامل خود بازمی دارد و بدین ترتیب، دست آخر آزادی را از میان می برد؛ در حالی که خلاقیت تنها در آزادی است. خلاقیت فقط از راه خودشناسی امکان دارد. بسیاری از ما خلاق نیستیم؛ ما ماشین های تکراری ایم، صفحه های گرامافونی هستیم که ترانه های تجربه های خاص، نتیجه گیری ها و خاطرات معین - چه مربوط به خود و چه دیگران - را مرتباً تکرار می کنیم. به چنین ماشین تکراری نمی شود وجود خلاق گفت؛ اما چیزی است که ما می خواهیم. برای آنکه می خواهیم از درون امنیت داشته باشیم، به طور دائم در جست و جوی شیوه ها و وسایلی برای برقراری این امنیت هستیم و از این رو اقتدار می آفرینیم، که خود پرسش دیگری است، چیزی که باعث از میان رفتن ادراک و آرامش خودبخودی ذهن می شود، ذهنی که در آن به تنهایی ممکن است یک حالت خلاقیت وجود داشته باشد.

به طور حتم، مشکل ما این است که بسیاری از ما این حس خلاقیت را از دست داده ایم. خلاق بودن بدین معنا نیست که تابلو نقاشی به وجود آوریم یا شعر بگوییم و صاحب نام شویم؛ به چنین چیزی که خلاقیت نمی گویند؛ این فقط استعداد بیان یک ایده است، ایده ای که مردم از آن استقبال می کنند یا به آن بی توجه می مانند. خلاقیت را نباید با استعداد مخلوط کرد. استعداد خلاقیت نیست. خلاقیت حالت وجودی کاملاً متفاوتی است؛ حالتی است که در آن، خود پنهان است؛ در آن، ذهن دیگر مرکز توجه تجارب ما، جاه طلبی های ما، خواسته ها و آرزوهای ما نیست. خلاقیت یک حالت مستمر نیست، در هر لحظه تازه است، حرکتی است که در آن «من»، «مال من» وجود ندارد، در آن اندیشه به تجربه، جاه طلبی، توفیق، هدف و انگیزه خاص معطوف نیست. خلاقیت فقط زمانی است که من در آن وجود ندارد؛ یک حالت وجودی است که فقط واقعیت، خالق همه چیز در آن است و دیگر هیچ؛ ولی این حالت را نه می توان تصور کرد و نه به تصویر کشاند؛ نه می توان به قالب فذمول درآورد و نه از آن تقلید کرد؛ رسیدن به آن، به کمک هیچ سیستم، فلسفه و مکتبی ممکن نیست؛ برعکس، رسیدن به آن، فقط از راه درک روند کلی خود امکان دارد و لاغیر.

درک خود یک نتیجه نیست؛ به اوج رسیدن نیست؛ خودبودن لحظه به لحظه در آینه رابطه است؛ رابطه انسان با مال، اشیاء، مردم و نظریات؛ اما هشیاری و آگاهی برای ما دشوار است و ما ترجیح می دهیم که ذهن خود را با پیروی از یک متد، با پذیرش صاحبان اقتدار، خرافات و تئوری های راضی کننده کند کنیم؛ از این رو اذهان ما فرسوده، خسته و کوفته و بی حس می شود. این چنین ذهنی نمی تواند در حالت خلاقیت باشد. این حالت خلاقیت تنها زمانی حاصل می شود که «خود» که روند بازشناسی است و بازشناسی صرفاً یک روند گردآوری است وجود نداشته باشد؛ زیرا در هر حال، خودآگاهی به عنوان «من» مرکز بازشناسی است و بازشناسی صرفاً یک روند گردآوری تجربه است. اما همه از هیچ چیز بودن وحشت داریم، می خواهیم چیزی باشیم. شخص کوچک می خواهد شخص بزرگی باشد؛ آدم بی تقوا می خواهد پرهیزکار شود، آدم ضعیف و بی مقدار در آرزوی قدرت، مقام و اقتدار است. این فعالیت وقفه ناپذیر ذهن است. این چنین ذهنی نمی تواند ساکت باشد و بنابراین هرگز قادر به درک حالت خلاقیت نمی شود.

برای آنکه دنیای اطراف خود را با همه بی چارگی ها، جنگ ها، بی کاری، گرسنگی، تقسیمات طبقاتی و آشفتگی محض متحول کنیم، باید تحول در خود ما بوجود آید. انقلاب باید از خود شروع شود؛ البته نه بر طبق هیچ ایدئولوژی یا عقیده و یا برای سازش با یک الگوی خاص به طور وضوح، اصلاً انقلابی به حساب نمی آید. برای بوجود آوردن یک انقلاب اساسی در خویشتن، شخص باید تمامی روند اندیشه و احساس خود را در رابطه درک کند. این تنها راه حل تمامی مسایل ماست؛ نه داشتن خط مشی، اعتقادات، ایدئولوژی ها و معلمان بیشتر؛ هرگاه بتوانیم خود

را آن طور که لحظه به لحظه هستیم، بدون انباشتن آموخته ها، بشناسیم، آن وقت خواهیم دید که چگونه به آرامشی که فرآورده ذهن نیست، آرامشی که نه تصویری است و نه پرورشی، دست خواهیم یافت و تنها در آن حالت آرامش است که خلاقیت امکان وجودی پیدا خواهد کرد.

بخش اول - فصل 5- ایده و عمل

دلَم می خواهد مسأله عمل را مورد بحث قرار دهم. شاید مطلب در ابتدا بسیار دشوار و پیچیده به نظر آید؛ ولی امیدوارم با تعمق روی آن، بتوانیم مسأله را به وضوح درک کنیم؛ زیرا تمامی وجود و زندگی ما یک روند عمل است.

بسیاری از ما با مجموعه‌ای از اعمال زندگی می‌کنیم، اعمالی که ظاهراً به هم نامربوطند، اعمالی از هم گسسته، اعمالی که به تجزیه و ناکامی می‌انجامند. این مسأله‌ای است که فکر تک‌تک ما را به خود مشغول داشته؛ زیرا ما با عمل زنده‌ایم و بدون عمل، زندگی، تجربه و اندیشیدن وجود ندارد. اندیشه عمل است و به دنبال عمل رفتن در یک سطح، به ویژه ناخودآگاه که سطح بیرونی است، تنها بدین خاطر که در عمل بیرونی، بدون درک تمامی روند خود عمل، اسیر شویم، ناگزیر به ناکامی و بی‌چارگی خواهد انجامید.

زندگی ما مجموعه‌ای است از اعمال با یک روند عمل در سطوح مختلف خودآگاه. خودآگاه به تجربه، نام‌گذاری و ثبت و ضبط مشغول است. به عبارت دیگر، خودآگاه چالش است و پاسخ‌گویی که به تجربه مغول است و سپس بر تجارب خود نام‌گذاری و اصطلاح‌گذاری می‌کند؛ همان چیزی که خاطره نام دارد؛ این روند را عمل می‌گویند. خودآگاه عمل است و بدون چالش، پاسخ، تجربه، نام‌گذاری، اصطلاح‌گذاری، بدون ثبت و ضبط که خاطره است، عملی وجود ندارد.

هیچ عملی آفریننده عملی نیست. به بیان دیگر، عامل هنگامی پا به عرصه وجود می‌گذارد که عمل به نتیجه می‌رسد و به ظاهر پایان می‌یابد. اگر عمل همراه با نتیجه نباشد، پس عملی به همراه ندارد؛ اما اگر نتیجه یا هدفی در آن پیدا باشد، آنگاه عمل، عملی را به وجود می‌آورد. از این رو عامل، عمل و هدف یا نتیجه یک روند متحد و واحد است و هنگامی موجودیت پیدا می‌کند که این عمل دارای هدفی است. عمل معطوف به یک نتیجه، اراده نام دارد؛ در غیر این صورت، اراده‌ای وجود ندارد. میل رسیدن به هدف، موجب اراده که همان عامل است می‌شود؛ می‌خواهم به چیزی برسم، می‌خواهم کتابی بنویسم، می‌خواهم ثروتمند شوم، می‌خواهم یک تابلو نقاشی کنم.

ما با این سه حالت: عامل، عمل و هدف آشنا هستیم. این زندگی روزانه ماست. من هم‌اکنون به تشریح آن چه هست مشغولم؛ اما تنها هنگامی می‌توانیم به دگرگونی آن چه هست پردازیم که آن را به وضوح بررسی کنیم، به گونه‌ای که در بررسی ما نه خطای حسی و نه تعصب راه یابد. این

سه حالتی که تشکیل تجربه را می‌دهند- یعنی عامل، عمل و نتیجه- به‌طور حتم یک روند شدن را به‌وجود می‌آورند. در غیر این صورت، چیزی به‌نام شدن وجود نخواهد داشت. اگر عاملی وجود نداشته و عملی رو به سوی هدفی نداشته باشد، شدن وجود ندارد؛ اما همان‌طور که می‌دانید، زندگی روزانه ما یک روند شدن است. برای مثال هنگامی من بی‌چاره هستم، با عملی که انجام می‌دهم، هدفی را در ذهن دارم و آن ثروتمند شدن است. من زشتم و می‌خواهم زیبا شوم. بنابراین زندگی ما روندی به سوی چیزی شدن است. میل به بودن، میل به شدن است، میل به شدن در سطوح مختلف خودآگاه، در حالات گوناگون، حالاتی که در آن چالش، پاسخ، نام‌گذاری و ثبت و ضبط وجود دارد. پس این شدن، نوعی ستیز است؛ این شدن، درد و رنج است؛ قبول دارید؟ کشمکشی است دائم: من اینم و می‌خواهم آن بشوم.

بنابراین، مسأله این است: آیا بدون شدن، عملی وجود ندارد؟ آیا بدون درد و رنج، بدون این مبارزه مستمر، عملی وجود ندارد؟ اگر هدفی به‌وجود آورنده عامل است؛ ولی آیا بدون هدفی در پیش و در نتیجه بدون یک عامل- یعنی بدون میل به یک نتیجه- عملی وجود نخواهد داشت؟ چنین عملی، شدن نیست و ستیزی به حساب نمی‌آید. از یک‌سو حالت عمل وجود دارد و از سوی دیگر، حالت تجربه، منهای تجربه‌کننده و تجربه. قضیه قدری فلسفی می‌نماید؛ اما در واقع بسیار ساده است.

در لحظه تجربه کردن، شما از خود به‌عنوان تجربه‌کننده و مجزا از تجربه، مطلع نیستید؛ شما در حالت تجربه کردن قرار دارید. به این مثال بسیار ساده توجه کنید: شما عصبانی هستید. در این لحظه عصبانیت نه تجربه‌کننده‌ای وجود دارد و نه تجربه‌ای؛ تنها تجربه کردن وجود دارد؛ اما به محض آنکه از حالت عصبانیت به‌در آید، هم تجربه‌کننده وجود دارد و هم تجربه؛ یعنی عامل و عملی که هدفی در پیش رو دارد که عبارت است از رها شدن یا سرکوب عصبانیت. ما به‌طور مکرر در این حالت قرار می‌گیریم؛ در حالت تجربه کردن؛ ولی همیشه از آن به‌در می‌آییم و به آن اصطلاحی می‌دهیم، نام‌گذاری می‌کنیم و به ثبتش می‌رسانیم و بدان‌وسیله به شدن استمرار می‌بخشیم.

اگر بتوانیم عمل را در معنای بنیادی کلمه بفهمیم، آنگاه آن ادراک بنیادی بر فعالیت‌های سطحی ما نیز تأثیر می‌گذارد؛ اما باید نخست ماهیت بنیادی عمل را بفهمیم. ببینیم آیا ایده به‌وجود آورنده عمل است؟ آیا اول ایده است و بعد عمل؟ یا اینکه ابتدا عمل است و بعد، چون عمل موجب تعارض می‌شود، در گرد آن پنداشتی به‌وجود می‌آید؟ آیا عمل به‌وجود آورنده عامل است، یا عامل اول قرار می‌گیرد؟

کشف این که کدامیک اول می‌آیند، اهمیت دارد. اگر ایده در اول قرار بگیرد، پس عمل با ایده تطبیق پیدا می‌کند و بنابراین دیگر اسمش عمل نیست؛ بلکه تقلید است و اجبار براساس یک

ایده. درک این مطلب بسیار اهمیت دارد؛ زیرا، از آن جاکه اجتماع ما بیشتر بر سطوح کلامی و یا فکری بنا شده، این ایده است که ابتدا به سراغ همه ما می‌آید و عمل به دنبال آن. بنابراین عمل دست‌پرورده ایده است و به‌طور وضوح، ساختار صرف ایده‌ها، تعیین‌کننده عمل هستند. ایده‌ها پدیدآورنده ایده‌های بیشترند و هنگامی که مسأله تنها پدیدآورنده ایده‌ها باشد، دشمنی ایجاد می‌شود و اجتماع در زیر بار سنگین روند ذهنی ایده‌پردازی می‌رود. ساختار اجتماعی ما بسیار عقلانی است، ما به‌قیمت از دست‌دادن تمامی عوامل دیگر وجود خویش، عقل را پرورش می‌دهیم و از این‌رو، وجود ایده‌ها ما را دچار خفقان می‌کنند.

آیا ایده‌ها می‌توانند پدیدآورنده عمل باشند یا این‌که ایده‌ها تنها فکر را قالب می‌دهند و بدین ترتیب عمل را محدود می‌کنند و هنگامی عمل به اجبار ایده‌ای انجام می‌شود، عمل هرگز رهایی‌بخش انسان نیست. فهم این نکته برای ما اهمیتی خارق‌العاده دارد. هنگامی ایده‌ای عمل را شکل ببخشد، آنگاه هرگز عمل راه‌حلی برای بی‌چارگی‌های ما پیدا نخواهد کرد؛ زیرا قبل از آنکه به مرحله عمل درآید، باید نخست دریابیم که چگونه آن ایده به‌وجود می‌آید.

تحقیق درباره ایده‌پردازی و ایجاد ایده‌ها، چه مربوط به سوسیالیست‌ها و چه مربوط به سرمایه‌داران، کمونیست‌ها و یا مذاهب گوناگون باشد، از اهمیت بسیاری برخوردار است؛ به‌ویژه هنگامی که اجتماع ما در سراسیمه سقوط قرار دارد و خواهان یک مصیبت عظیم دیگر و طالب یک مثله‌کردن دیگر است. آنها که واقعاً در قصد خود برای کشف راه‌حل‌های انسانی برای معضلات ما جدی هستند، ابتدا باید از این روند ایده‌پردازی آگاه باشند.

راستی منظور ما از ایده چیست؟ چگونه ایده‌ای به‌وجود می‌آید؟ و آیا ایده و عمل را می‌توان با هم انجام داد؟ فرض کنیم من دارای ایده‌ای هستم و می‌خواهم آن را اجرا کنم. به دنبال روشی برای اجرای آن می‌روم و در دعوا بر سر نحوه اجرای این ایده به تعمق می‌پردازم و انرژی و وقت تلف می‌کنم. از این‌رو، یافتن نحوه ایجاد ایده‌ها بسیار اهمیت دارد؛ پس از کشف حقیقت این موضوع، آنگاه می‌توانیم به بحث درباره مشکل عمل بپردازیم. بدون بحث درباره ایده‌ها تنها دریافتن این مطلب که چگونه عمل را شروع کنیم، بی‌معنا است.

اکنون ببینیم ایده چگونه حاصل می‌شود، منظور یک ایده ساده است، لازم نیست یک ایده، فلسفی، مذهبی یا اقتصادی باشد. بدیهی است که چنین چیزی یک روند فکری است؛ غیر از این است؟ ایده بازده، یک روند فکری است. بدون یک روند فکری، ایده‌ای وجود نخواهد داشت. بنابراین، پیش از درک فرآورده روند فکری که روند(؟) نام دارد باید خود ایده را شناخت. منظور ما از فکر چیست؟ چه هنگام ما فکر می‌کنیم؟ واضح است که فکر نتیجه یک پاسخ-عصبی یا روان‌شناختی- است. فکر، پاسخ فوری حواس به یک احساس است و یا مربوط به روان‌شناسی است؛ یعنی پاسخ خاطره موجود. از یک سو پاسخ فوری اعصاب به یک احساس وجود دارد و از

سوی دیگر پاسخ روان‌شناختی خاطره موجود، که عبارت است از نفوذ نژاد، گروه، رهبر، خانواده، سنت و چیزهایی از این قبیل، که به همه این‌ها فکر می‌گویید. بنابراین، روند فکری پاسخ به خاطره است، این طور نیست؟ اگر خاطره‌ای در کار نباشد، فکری هم وجود ندارد و پاسخ خاطره به تجربه، روند فکر را به عمل وامی‌دارد. مثلاً فرض کنیم من در مورد ملی‌گرایی و یا نام هندو بر خود گذاشتن خاطراتی را در ذهن داشته باشم. منبع خاطرات، اعمال، مفاهیم، سنت‌ها و عادات گذشته به چالش مسلمان بودن، بودایی بودن و یا مسیحی بودن پاسخ می‌دهد و پاسخ خاطره به این چالش، به‌ناگزیر یک روند فکری به وجود می‌آورد؛ در صورتی که مراقب این روند فکری که در وجود شما عمل می‌کند باشید، می‌توانید حقیقت این موضوع را به‌طور مستقیم بیازمایید. مثلاً کسی به شما توهین کرده است و این در خاطر شما می‌ماند و تشکیل زمینه‌ای فکری را می‌دهد. هنگامی آن شخص را - که نوعی چالش است - ملاقات می‌کنید، پاسخ، خاطره آن توهین است. بنابراین، این ایده همیشه شرطی شده است و فهم این مطلب بسیار اهمیت دارد. به عبارت دیگر، ایده نتیجه روند فکری است، روند فکری پاسخ خاطره است و خاطره همیشه شرطی شده است. خاطره همیشه در گذشته بوده و به وسیله چالش‌ها در زمان حال، زندگی تازه می‌یابد. خاطره به‌تنهایی حیاتی ندارد؛ هنگامی که رودرروی یک چالش قرار می‌گیرد، زنده می‌شود و تمامی خاطرات چه فعال و چه غیرفعال، شرطی شده‌اند.

بنابراین باید یک شیوه برخورد کاملاً متفاوت وجود داشته باشد. ما باید برای خود و به‌گونه‌ای درونی، دریابیم که آیا سروکار ما با یک ایده است یا خیر؟ و آیا عملی بدون ایده‌پردازی امکان وجود دارد؟ بیایید دریابیم که منظور ما از عملی که بر پایه ایده نیست، چیست.

چه‌هنگام ما بدون ایده‌پردازی دست به عمل می‌زنیم؟ کدام عملی است که نتیجه تجربه نباشد؟ همان‌طور که گفتیم، عمل بدون تجربه چیزی است محدود کننده و بنابراین نوعی مانع است. عملی که نتیجه ایده نباشد، خود به خودی است، به شرطی که روند فکر وابسته به تجربه‌کننده عمل نباشد؛ معنای این سخن آن است که هرگاه کنترل عمل در دست ذهن نباشد، عمل مستقل از تجربه خواهد بود. این تنها حالتی است که ادراک در آن وجود دارد؛ هنگامی ذهن، براساس تجربه، هدایت‌کننده عمل نباشد، هنگامی فکر، براساس تجربه، عمل را شکل ندهد. اگر روند فکری وجود نداشته باشد، عمل چیست؟ آیا بدون روند فکری، عملی وجود خواهد داشت؟ منظور این است که بر فرض می‌خواهیم یک پل یا یک خانه بسازیم. تکنیک را می‌دانیم و همین تکنیک نحوه ساختن خانه یا پل را یادآور می‌کند. به این می‌گوییم عمل. عمل سرودن یک شعر، نقاشی کردن، مسؤولیت‌های دولتی، اجتماعی و پاسخ‌های محیطی میز وجود دارند. تمامی اینها بر پایه ایده یا تجربه‌ای هستند که عمل را شکل می‌دهند. اما اگر ایده‌پردازی نباشد، آیا عملی وجود خواهد داشت؟

شکی نیست که با نبودن ایده، نوعی عمل وجود دارد و تنها هنگامی که عشق وجود داشته باشد، ایده‌ای وجود نخواهد داشت. عشق خاطره نیست. عشق تجربه نیست. عشق اندیشیدن درمورد کسی که دوست دارید نیست، زیرا در آن صورت، نامش فکر خواهد بود. کسی نمی‌تواند به فکر عشق باشد. شخص می‌تواند به فکر کسی که دوست دارد یا فدایی اوست؛ مثل رهبر خود، تصویر خود، همسر خود باشد؛ اما فکر و نماد، آن واقعییتی که عشق نام دارد، نیست. بنابراین، عشق تجربه نیست.

هنگامی عشق وجود داشته باشد، عمل وجود دارد. آیا این عمل، رهایی‌بخش نیست؟ این نتیجه عمل ذهنی نیست و میان عشق و عمل مانند ایده و عمل فاصله‌ای به چشم نمی‌خورد. ایده همیشه کهنه است و سایه‌های خود را بر روی حال می‌اندازد و ما همیشه در حال ساختن پلی میان ایده و عمل هستیم. هنگامی عشق وجود دارد - که دست‌آورد عمل ذهن نیست، ایده‌پردازی نام ندارد، خاطره نیست، نتیجه تجربه نمی‌باشد برگرفته از خط‌مشی تمرین‌شده‌ای نیست - بنابراین خود عشق، عمل است. این تنها چیز رهایی‌بخش است. تا هنگامی که عمل ذهنی وجود دارد، تا هنگامی که شکل‌بخشی به عمل به وسیله ایده‌ای که تجربه است وجود دارد، رهایی مفهومی ندارد و تا هنگامی که این روند ادامه یابد، عمل محدود است. هنگامی حقیقت این مطلب دیده شود، کیفیت عشق، که عمل ذهنی نیست و درموردش نمی‌توان فکر کرد، پا به عرصه هستی می‌گذارد.

انسان باید از این روند کلی، از به وجود آوردن ایده‌ها، از نشأت‌گرفتن عمل از ایده‌ها و از چگونگی کنترل عمل به وسیله ایده‌ها و بدین ترتیب محدود کردن آن، بر اساس احساس، آگاه باشد. تفاوتی نمی‌کند که این ایده‌ها متعلق به چه کسانی باشند، چه چپ و چه راست افراطی. تا هنگامی که ما به دامن ایده‌ها بیاویزیم، در حالتی هستیم که در آن، تجربه کردن به هیچ وجه وجود ندارد. بنابراین ما تنها در میدان زمان - در گذشته، که موجب احساس بیشتر می‌شود، یا در آینده که نوع دیگری از هیجان است - زندگی می‌کنیم. تنها در آن هنگام است که ذهن از دست ایده‌ها رها می‌شود و تجربه واقعیت را پیدا می‌کند.

ایده‌ها حقیقت نیستند؛ حقیقت چیزی است که باید مستقیماً، لحظه به لحظه، تجربه شود. تجربه‌ای نیست که ما بخواهیم - که در آن صورت، تنها علاقه نام دارد. تنها احساس است. تنها هنگامی که شخص بتواند به فراسوی مجموعه ایده‌ها راه یابد - که عبارت است از «من»، که عبارت است از ذهن، که دارای استمراری جزئی یا کامل است - تنها در آن هنگام که شخص از مجموعه ایده‌ها پا فراتر نهد، هنگامی که اندیشه کاملاً آرام گیرد، آنگاه حالت تجربه کردن وجود خواهد داشت؛ آنگاه شخص به حقیقت پی می‌برد.

بخش اول - فصل 6 - اعتقاد

اعتقاد و دانش رابطه‌ای بسیار نزدیک با آرزو دارند؛ شاید، اگر بتوانیم این دو مسأله را درک کنیم، به چگونگی عمل آرزو پی‌برده و پیچیدگی‌هایش را دریابیم.

به نظر من، یکی از چیزهایی که ما با اشتیاق بیشتر می‌پذیریم و مسلم می‌پنداریم، مسأله اعتقادات است. توجه داشته باشید که من به اعتقادات حمله نمی‌کنم. آن‌چه که ما سعی به انجامش داریم، درک این مطلب است که چرا ما اعتقادات را می‌پذیریم؟ اگر بتوانیم انگیزه‌ها و علت پذیرش آن را بفهمیم، آنگاه شاید بتوانیم نه‌تنها علت آن را دریابیم، بلکه از چنگ آن نیز رهایی یابیم. هرکسی می‌تواند بفهمد که چگونه اعتقادات سیاسی و مذهبی، ملی و دیگر انواع گوناگون اعتقادات به‌راستی موجب جدایی مردم، تعارض، آشفتگی و دشمنی می‌شوند؛ چیزی که یک حقیقت آشکار است؛ باین‌وجود، ما مایل به رهاکردن آن‌ها نیستیم. اعتقادات متفاوت وجود دارند: اعتقاد به هندو، مسیحیت و بودیسم، قبایل بی‌شمار، اعتقادات ملی، ایدئولوژی‌های گوناگون که همه با همه در ستیزاند و هریک تلاش دارد دیگری را به مسلک خود درآورد. می‌توان به‌وضوح مشاهده کرد که اعتقاد مردم، مردم را از هم جدا می‌سازد. نبود تسامح را سبب می‌شود. آیا می‌توان بدون اعتقاد زندگی کرد؟ شخص هنگامی می‌تواند این را دریابد که خود را در ارتباط با عقیده‌ای مطالعه کند. آیا می‌شود در این دنیا بدون اعتقاد زندگی کرد؟ تغییر اعتقاد نداد؟ عقیده‌ای را جانشین عقیده‌ای نکرد؛ بلکه به‌طور تمام و کمال از همه عقاید آزاد بود؟ طوری که برخورد ما با دنیا هر لحظه از نو شکل گیرد؟ در هر حال، حقیقت این است: استعداد روبه‌رو شدن با امور از نو، لحظه‌به‌لحظه، بدون واکنش شرطی‌کننده گذشته، تا تأثیر گردآوری شده‌ای که به‌عنوان سدی میان شخص و «آن‌چه هست» عمل می‌کند، وجود نداشته باشد.

اگر توجه کنید، خواهید دید که یکی از دلایل آرزو برای پذیرش یک اعتقاد، ترس است. اگر اعتقادی نداشتیم چه بر سر ما می‌آمد؟ آیا نباید از آن‌چه که ممکن بود رخ دهد، سخت هراسناک باشیم؟ اگر ما الگوی عملی، براساس اعتقاد - چه به خدا و چه به کمونیسم، سوسیالیسم، امپریالیسم و یا به نوعی مذهب و نوعی دگم که با آن شرطی شده‌ایم - نداشتیم، باید کاملاً خود را گم‌شده می‌پنداشتیم؛ این‌طور نیست؟ ترس در حقیقت هیچ‌بودن، خالی‌بودن! به‌هر حال فتنان هنگامی مفید است که خالی باشد؛ ذهنی که پر از اعتقادات، پر از دگم‌ها؛ ادعاها و نقل‌قول‌ها است، تنها یک ذهن تکراری است. برای فرار از ترس - ترس خالی‌بودن، توفیق نیافتن، راکد شدن، نرسیدن به جایی یا چیزی، ترس از تنهایی، ترس چیزی نبودن، چیزی نشدن - به‌طور حتم، یکی از علت‌ها است. چرا ما این چنین مشتاقانه و آزمندانه اعتقادات را می‌پذیریم؟ و آیا با پذیرش این اعتقادات، به خودشناسی نایل می‌شویم؟ اعتقاد - چه مذهبی و چه سیاسی - به‌طور وضوح مانع خودشناسی ما می‌شود؛ به‌عنوان پرده‌ای عمل می‌کند که ما از درون آن به خود نگاه می‌کنیم. آیا می‌توان بدون اعتقاد، به خود نگاه کرد؟ اگر این اعتقادات را، این اعتقادات بسیار را که هرکس دارد به‌دور بیندازیم، آیا چیزی باقی می‌ماند که به آن نگاه کنیم؟

اگر اعتقادی وجود نداشته باشد که ذهن خود را با آن همانند کند، آنگاه ذهن می‌تواند، بدون همانندسازی به خود همانگونه که هست نگاه کند و آنگاه خودشناسی حتماً شروع خواهد شد.

مسأله اعتقاد و دانش، واقعاً جالب است و چه نقش خارق‌العاده‌ای در زندگی ما بازی می‌کند! چقدر اعتقادات ما فراوان است! شکی نیست که هر قدر روشن‌فکرت‌تر، هر چه تحصیل کرده‌تر، معنوی‌تر - اگر بتوان این واژه را به کار برد - باشیم، استعداد درک ما کمتر است. وحشی‌ها، حتی در دنیای مدرن دارای خرافات بی‌شماراند. هر اندازه اندیشمندتر، بیدارتر و هشیارتر باشیم، معتقد بودن کمتر می‌شود. به این علت که اعتقاد، محدود و منزوی می‌کند. می‌بینیم که در تمام دنیا همین‌طور است؛ چه دنیای اقتصادی و سیاسی و چه دنیای به اصطلاح معنوی. شما اعتقاد دارید که خدا هست و شاید من معتقد باشم که خدا نیست؛ یا شما اعتقاد به حالت کنترل کامل کشور و بر همه چیز و همه کس را دارید و من به کار فردی و بقیه امور؛ شما معتقدید که تنها یک نجات دهنده وجود دارد و به کمک آن می‌توان به هدف خود رسید و من چنین اعتقادی ندارم. آنگاه شما با اعتقاد خودتان و من با اعتقادات خودم شروع به ادعا کردن می‌کنیم. باین وجود، هر دوی ما از عشق، صلح، اتحاد انسانی و یک زندگی - که درصد بی‌معناست؛ زیرا خود همین عقیده، روند جدایی است - دم می‌زنیم. شما برهمن هستید و من غیربرهمن، شما مسیحی هستید و من مسلمان و ... و... شما از برادری سخن می‌گویید و من هم از همان برادری، همان عشق و همان صلح؛ ولی عملاً، ما از هم جداییم و خودمان را از هم جدا می‌کنیم. انسانی که صلح می‌خواهد و می‌خواهد دنیای تازه و خوشبخت بیافریند، بدون شک نمی‌تواند خود را با شکلی از عقاید منزوی کند. آیا مطلب روشن است؟ ممکن است به صورت کلامی باشد؛ اما اگر اهمیت، ارزش و حقیقت آن را ببینید، کم کم عملی خواهد شد.

می‌بینیم در جایی که روند آرزو در کار است، باید روند منزوی کردن به وسیله اعتقاد هم وجود داشته باشد؛ زیرا بدیهی است که علت معتقد بودن شما آن است که می‌خواهید از نظر اقتصادی، معنوی و همچنین درونی در امنیت باشید. من از کسانی حرف نمی‌زنم که اعتقادشان برای دلایل اقتصادی است؛ زیرا آن‌ها را طوری تربیت کرده‌اند که به شغل‌شان وابسته باشند و از این رو تا هنگامی که شغل‌شان محفوظ است - کاتولیک یا هندو برای‌شان تفاوتی ندارد - هستند. همچنین بحث ما بر سر کسانی نیست که به اعتقادی به خاطر آسایش می‌آویزند. شاید بسیاری از ما هم چنین باشیم. برای راحتی، ما به چیزهای معینی معتقد می‌شویم. باید این علت‌های اقتصادی را کنار زد و در آن بیشتر عمیق شد. مردمی را در نظر بگیرید که به شدن به چیزی، اقتصادی، اجتماعی یا معنوی، اعتقاد داشته باشند؛ روندی که در ورای این اعتقاد است، خواسته روانی امنیت داشتن است و میل به این که به این روند ادامه دهد. ما در این جا در مورد این که چنین چیزی استمرار دارد یا نه، صحبت نمی‌کنیم؛ بحث ما تنها در مورد ضرورت و انگیزه مستمر اعتقاد داشتن است. یک آدم صلح‌طلب، آدمی که حقیقتاً تمامی روند وجود انسانی را درک

می‌کند را نمی‌توان با یک عقیده محدود کرد. او می‌بیند که تمایل‌اش به‌عنوان وسیله‌ای برای امنیت‌داشتن در کار است. لطفاً به آن‌سوی قضیه نگاه نکنید و نگویید که من دارم لامذهبی را تبلیغ می‌کنم. بحث من اصلاً این نیست. بحث من این است؛ تا هنگامی که ما توانا به درک روند آرزو به‌شکل اعتقاد نباشیم، ستیز وجود خواهد داشت؛ حضور تعارض حتمی است؛ اندوه وجود دارد و انسان برعلیه انسان است؛ چیزی که هر روز شاهد آن هستیم. بنابراین، اگر دارای ادراک حسی باشم و بدانم که این روند شکل اعتقاد به‌خود می‌گیرد و چیزی جز بیان یک اشتیاق برای امنیت‌درونی نیست، آنگاه مشکل من اعتقادداشتن به این یا آن نخواهد بود؛ بلکه مشکل من این خواهد بود که چگونه خود را از چنگ میل به امنیت رها کنم. آیا ذهن می‌تواند از داشتن میل به امنیت رها شود؟ مشکل این است؛ نه آنکه به چه اعتقاد داشت و چقدر اعتقاد داشت. اعتقاد تنها بیان اشتیاق درونی است برای امنیت روان‌شناختی، برای مطمئن‌بودن از چیزی در دنیایی که همه چیز این‌چنین نامطمئن است.

آیا ذهن خودآگاه یک شخصیت می‌تواند از آرزوی امنیت رها باشد؟ ما می‌خواهیم امنیت داشته باشیم، از این‌رو به کمک ملک و دارایی و خانواده‌مان نیاز داریم. می‌خواهیم با برپاداشتن دیوارهای اعتقاد که نشانه‌ای از این اشتیاق به اطمینان است، از نظر درونی و معنوی امنیت پیدا کنیم. آیا شما در مقام یک فرد می‌توانید از این انگیزه، از این اشتیاق به امنیت که خود را در میل اعتقاد به چیزی نشان می‌دهد، رها سازید؟ اگر ما از قید همه اینها آزاد نشویم، به منبعی از ستیز تبدیل می‌شویم، طرفدار صلح نخواهیم بود و در قلب‌مان بارقه‌ای از عشق وجود نخواهد داشت. اعتقاد، ویران‌کننده است و این را در زندگی روزمره خود می‌بینیم. آیا من می‌توانم هنگامی در روند آرزو که خود را در آویختن به اعتقادی متجلی می‌کند، گرفتار آمده‌ام، خود را ببینم؟ آیا ذهن می‌تواند خود را از بند اعتقاد رها سازد؛ جایگزینی برای آن پیدا نکند و کاملاً خود را از چنگ آن رهایی دهد؟ پاسخ من به این سؤال به‌صورت کلامی «بله» یا «نه» امکان ندارد؛ اما هنگامی پاسخ قطعی خواهید داد که قصد شما رهایی از عقیده باشد. آنگاه ناچار به این نقطه می‌رسید که به جست‌وجوی وسیله‌ای برای رهاکردن خود از انگیزه امنیت‌طلبی باشید. البته برخلاف میل و اعتقاد شما، هیچ‌گونه امنیت درونی مستمری وجود ندارد. شما دوست دارید اعتقاد به خدایی داشته باشید که با دقت تمام مواضع امور جزئی و بی‌ارزش شما باشد؛ به شما بگوید چه کسی را ببینید، چه کاری انجام بدهید و چگونه آن را انجام بدهید. این اندیشه‌ای کودکانه و نابالغ است. شما خیال می‌کنید که پدر بزرگ (خداوند)، مراقب تک‌تک ماست. این تنها تجلی علاقه‌مندی شخصی خود شماست؛ بی‌شک صحیح نیست. حقیقت باید چیزی کاملاً متفاوت با این باشد.

مشکل بعدی ما، مشکل دانش است. آیا دانش برای فهم حقیقت لازم است؟ هنگامی من می‌گویم: «من می‌دانم»، مفهوم آن این است که دانش وجود دارد. آیا چنین ذهنی توانایی

تحقیق و جست‌وجو در مورد حقیقت را دارد؟ وانگهی، ما چه چیز می‌دانیم؛ در واقع، از چه چیزی چنین به خود مغروریم؟ بسیار خوب، صاحب دانش‌ایم، پر از معلومات و تجربه مبتنی بر شرطی بودن، مبتنی بر خاطره‌ها و استعدادهای مان هستیم. هنگامی می‌گویید «می‌دانم»، منظورتان چیست؟ خبر دادن شما از دانستن خود یا به خاطر بازشناسی یک حقیقت یا یک اطلاع است و یا براساس تجربه‌ای است که قبلاً داشته‌اید. گردآوری مستمر اطلاعات، به دست آوردن اشکال گوناگون دانش، همه به تشکیل این ادعا که: «من می‌دانم»، کمک می‌کنند و شما کار ترجمه آنچه را که خوانده‌اید، براساس زمینه‌ای که دارید. براساس آرزو و تجربه خود، شروع می‌کنید. دانش شما چیزی است که در آن، روندی مانند روند آرزو در کار است. «من می‌دانم، من تجربه کرده‌ام، چیزی نیست که بتوان آن را رد کرد، تجربه من می‌گوید که خیلی به آن اعتقاد دارم»؛ گفته‌هایی این چنین نشانه آنچنان دانشی است؛ اما هنگامی در ورای آن قرار بگیریید آن را تحلیل کنید، با روشن بینی و دقت بیشتر به آن نگاه کنید، درمی‌یابید که خود ادعای «من می‌دانم»، دیوار دیگری است که بین من و شما قرار می‌گیرد. شما در پشت این دیوار پناه می‌آورید و به جست‌وجوی آسایش و امنیت می‌روید. بنابراین، هر قدر ذهن گران‌بارتر از دانش باشد، توانایی درک آن کمتر است.

نمی‌دانم شما هیچگاه به این مسأله فراگیری دانش فکر کرده‌اید یا خیر؟ آیا بالاخره دانش به ما کمک می‌کند تا از چنگ صفاتی که در ما و همسایگان مان تعارض به وجود می‌آورند، رها شویم؟ آیا دانش قدرت این را دارد که ذهن را از اسارت جاه‌طلبی آزاد کند؟ زیرا به هر حال، جاه‌طلبی یکی از کیفیت‌هایی است که رابطه را از میان می‌برد و انسان را رودرروری انسان قرار می‌دهد. اگر بخواهیم با یکدیگر در صلح به سر بریم، باید به طور حتم به جاه‌طلبی پایان دهیم - نه تنها جاه‌طلبی سیاسی، اقتصادی و اجتماعی؛ بلکه همچنین به جاه‌طلبی‌های عجیب و غریب‌تر و مهلک‌تر، مانند جاه‌طلبی معنوی - یعنی چیزی بودن. آیا برای ذهن اصلاً چنین امکانی وجود دارد که از چنگ روند گردآوری دانش رها شود؟

دیدن نقش فوق‌العاده قدرتمندی که دانش و اعتقاد در زندگی ما بازی می‌کنند، بسیار جالب است. ببینید چگونه کسانی را که دارای فضل و دانش فراوان هستند، پرستش می‌کنیم! آیا معنای این کار را می‌دانید؟ اگر می‌خواهید چیز تازه‌ای پیدا کنید، چیزی را تجربه کنید که تجلی تصور شما نباشد، ذهن شما باید آزاد باشد و بتواند چیز تازه‌ای را مشاهده کند. متأسفانه هرگاه چیز تازه‌ای را می‌بیند، تمام دانشی را که از قبل می‌دانید به میان می‌کشید، تمامی دانش، تمامی خاطرات گذشته خود را و بدیهی است که توانایی مشاهده و پذیرش چیز تازه را، چیزی که از گذشته نیست، از کف می‌دهید. خواهش می‌کنم این حرف را به جزییات ترجمه نکنید. اگر من ندانم چگونه به خانه برگردم، گم می‌شوم؛ اگر ندانم چگونه ماشینی را به حرکت در آورم، فایده چندانی ندارم. این چیزی کاملاً متفاوت است. این جا در این مورد صحبت نمی‌کنیم. ما

درمورد دانش، دانشی به‌عنوان وسیله‌ای برای امنیت و آرزوی درونی و روان‌شناختی چیزی شدن است، حرف می‌زنیم. شما به کمک دانش، چه چیزی به‌دست می‌آورید؟ اقتدار دانش، نیروی دانش، احساس راحتی، اعتبار، احساس سرزندگی و چه چیزها که نه. انسانی که می‌گوید: «می‌دانم»، «هست» یا «نیست»، به‌طور حتم از اندیشیدن بازمانده است، بی‌شک دست از تعقیب همه روند آرزو کشیده است.

بنابراین مشکل ما، آنگونه که من آن را می‌بینیم، در نبودن ماست که دانش و اعتقاد آن را مشکل‌تر کرده است. آیا برای ذهن این امکان وجود دارد که از دیروز از این اعتقادی که از طریق فرآیند دیروز به‌دست آورده است، رها شود؟ آیا سؤال را متوجه می‌شوید؟ آیا برای من به‌عنوان یک فرد این امکان وجود دارد که در این اجتماع زندگی کنم؛ ولی در عین حال از قید اعتقاداتی که با آنها بزرگ شده‌ام، آزاد باشم؟ آیا برای ذهن رهایی از دست این همه دانش، این همه اقتدار وجود دارد؟ کتابهای آسمانی متفاوت، کتابهای مذهبی زیادی را می‌خوانیم. در این کتابها درباره این که چه بکنیم و چه نکنیم، چگونه به هدف برسیم، هدف چیست و پروردگار کیست، به‌طور دقیق توضیح داده شده است. همه شما اینها را از حفظ می‌دانید و به دنبالش رفته‌اید. این دانش شماست، این آن چیزی است که شما تحصیل کرده‌اید، این آن چیزی است که آموخته‌اید و در آن طریق، ره می‌سپرید. بدیهی است که هرچه را که به‌دنبالش بروید و به جست‌وجویش بپردازید، به‌دست می‌آورید؛ اما آیا حقیقت این است؟ آیا این تجلی دانش خود شما نیست؟ حقیقت این نیست؛ ولی آیا درک آن اکنون - نه فردا؛ بلکه هم‌اکنون - ممکن است و می‌توان گفت: «من حقیقت قضیه را می‌فهمم»، بعد دیگر درموردش حرفی نزد؛ به‌طوری که این روند انگارپردازی و تصویرگری ذهنی، ذهن شما را فلج نکند؟ آیا ذهن می‌تواند از چنگ اعتقاد رهایی یابد؟ هنگامی این امر امکان خواهد داشت که شما ماهیت درونی عللی را که سبب روی آوردن شما به اعتقادی می‌شود، درک کنید؛ البته این علت‌ها یا انگیزه‌ها تنها خودآگاه نیستند؛ بلکه انگیزه‌های ناخودآگاه نیز که شما را به داشتن اعتقاد وادار می‌کنند، دخیل هستند. در هر حال، ما تنها یک وجود سطحی نیستیم که عملکردمان تنها در سطح خودآگاه باشد. اگر به ذهن ناخودآگاه فرصت دهیم، می‌توانیم فعالیت‌های عمیق‌تر خودآگاه و ناخودآگاه را دریابیم؛ زیرا ذهن ناخودآگاه در پاسخ‌گویی از خودآگاه سریع‌تر است. در همان حال که ذهن خودآگاه به آرامی به اندیشیدن، گوش‌دادن و مشاهده مشغول است، ذهن ناخودآگاه به‌مراتب فعال‌تر، هشیارتر و گیرنده‌تر است؛ بنابراین می‌تواند پاسخی داشته باشد. آیا ذهنی که با قوه قهریه، ارعاب، زور و اجبار، وادار به داشتن اعتقاد شده است، می‌تواند برای تفکر آزاد باشد؟ آیا چنین ذهنی می‌تواند از نو به مشاهده بپردازد و روند انزوا را میان شما و دیگری از میان بردارد؟ لطفاً نگویید که اعتقاد مردم را گرد هم می‌آورد؛ چنین چیزی نیست. این امری واضح است. هیچ فکر سازمان‌داده‌شده‌ای تاکنون این کار را نکرده است. به خودتان در کشور خود بنگرید. همه شما دارنگان اعتقادید؛ ولی آیا همه شما با هم هستید؟ آیا همه متحدید؟ خود شما می‌دانید که

چنین نیست. شما به چندین حزب و طبقه مجزای کوچک و خرد تقسیم شده‌اید؛ شما از این تقسیمات بی‌شمار مطلع هستید. این روند درست در همه دنیا همین است - شرق و غرب ندارد - مسیحیان، مسیحیان را نابود می‌کنند، یکدیگر را برای مسایل بسیار جزئی و بی‌اهمیت به قتل می‌رسانند، مردم را در اردوگاه‌های اسارت نگه می‌دارند و اموری از این قبیل؛ بنابراین، اعتقاد مردم را با یکدیگر متحد نمی‌کند. این فوق‌العاده روشن است. پس اگر مسأله روشن است و واقعیت دارد و اگر آن را می‌بینید، پس باید به آن توجه شود؛ اما مشکل این است که بسیاری از ما نمی‌بینیم؛ زیرا توانایی رودررو شدن با آن امنیت‌درونی، آن حس درونی تنه‌بودن را نداریم. ما چیزی می‌خواهیم که بر آن تکیه کنیم، چه کشور باشد و یا قبیله، ملی‌گرایی، ماوراءطبیعه، نجات‌دهنده یا هر چیز دیگر. هنگامی ما نادرست بودن همه این امور را می‌بینیم، آنگاه ذهن به دیدن حقیقت آن توانا خواهد بود؛ البته ممکن است این توانایی موقتی و یا لحظه‌ای باشد. اما دیدن موقت کفایت می‌کند؛ اگر ما بتوانیم آن را برای یک لحظه گذرا ببینیم، کافی است؛ زیرا در آن صورت می‌بینیم که واقعه خارق‌العاده‌ای به وقوع می‌پیوندد. ناخودآگاه در کار می‌شود، اگر چه ممکن است خودآگاه نپذیرد. لحظه مورد سخن، لحظه مستمری نیست؛ اما آن لحظه، تنها چیز است و حتی علی‌رغم تلاش ذهن خودآگاه بر علیه آن، نتایج ویژه خود را خواهد داشت.

بنابراین، سؤال ما این است: «آیا برای ذهن، رهایی از چنگ دانش و عقاید امکان دارد؟» آیا ذهن، از دانش و اعتقاد تشکیل نشده است؟ آیا ساختار ذهن، دانش و اعتقاد نیست؟ اعتقاد و دانش، روند بازشناسی و هسته مرکزی ذهن هستند. این روند دربرگیرنده خودآگاه و همچنین ناخودآگاه است. آیا ذهن می‌تواند از ساختار خود رها شود؟ آیا ذهن می‌تواند به هستی خود خاتمه دهد؟ مشکل ما این است. آنطور که ما می‌دانیم، در ورای ذهن، اعتقاد، آرزو، انگیزه امنیت‌داشتن، دانش و گردآوری قدرت نهفته است. اگر انسان با همه تفضل و قدرتش حتی برای یک دقیقه از اندیشیدن برای خود بازایستد، صلحی در دنیا وجود نخواهد داشت. چه بسا که شما در مورد صلح صحبت کنید، تشکیل احزاب سیاسی بدهید، از بام خانه‌ها فریاد برآید؛ اما رسیدن به صلح امکان ندارد؛ زیرا در این ذهن، همان زمینه خاصی که موجب تضاد، انزوا و جدایی می‌شود، وجود دارد. کسی که صلح طلب است، کسی که صمیمی است، نمی‌تواند خود را منزوی کند و در عین حال از برادری و صلح سخن گوید. چنین چیزی تنها یک بازی سیاسی یا مذهبی است؛ نوعی حس توفیق و جاه‌طلبی است. آن کس که در این مورد واقعاً صمیمیت دارد، آن کس که مایل به مکاشفه است، باید رودرروی مسأله دانش و اعتقاد قرار گیرد؛ باید در پشت آن قرار گیرد تا به کشف کل روند آرزویی که در آن دخیل است؛ یعنی آرزوی امنیت و اطمینان، نایل آید.

ذهنی که در حالتی است که در آن مسایل تازه رخ می‌دهد - چه حقیقت باشد، چه ذات‌بارتعالی، یا هر چیز دیگر - به‌طور حتم باید از تحلیل و گردآوری بازایستد و همه معلومات خود را به‌کناری

بیندازد. ذهنی که از دانش فروزان و گران‌بار است، به‌طور حتم نمی‌تواند آن‌چه را که واقعیت است، بدون هیچ محدودیت و مانعی درک کند.

بخش اول - فصل 7 - کوشش

برای بیشتر ما، کل زندگی بر پایه کوشش، نوعی اراده و تصمیم استوار است. برای‌مان تصور هیچ عملی بدون نیروی اراده و تصمیم و بدون کوشش امکان‌پذیر نیست؛ زندگی ما بر پایه آن است. زندگی اجتماعی، اقتصادی و به‌اصطلاح معنوی ما مجموعه‌ای است از کوشش‌ها و حد‌اعلای آن، همیشه به نتیجه‌ای ختم می‌شود و ما خیال می‌کنیم که کوشش، ضروری و لازم است.

چرا کوشش می‌کنیم؟ آیا، به‌زبان ساده، برای رسیدن به نتیجه‌ای، برای چیزی‌شدن، برای حصول هدفی نیست؟ فکر ما این است که کوشش نکنیم، راکد می‌شویم. درمورد هدفی که به سویش تلاش داریم می‌کنیم، نظری داریم و این تلاش، جزیی از زندگی ما می‌شود. اگر بخواهیم خود را دگرگون کنیم، اگر بخواهیم یک دگرگونی ریشه‌ای در خود به‌وجود آوریم، برای ازبین‌بردن عادت قدیم، برای مقابله با تأثیرات همیشگی محیط و اموری ازاین‌قبیل، کوششی فوق‌العاده انجام می‌دهیم. بنابراین برای رسیدن یا یافتن چیزی و حتی برای خود زندگی، به این مجموعه کوشش‌ها عادت کرده‌ایم.

آیا تمامی این کوشش‌ها فعالیت «خود» نیست؟ آیا کوشش فعالیت خودمحور نیست؟ اگر کوششی که به خرج می‌دهیم از مرکز خود باشد، ناچار باید کشمکش بیشتر، آشفتگی بیشتر و بی‌چارگی بیشتر به‌بار آورد. اندک کسانی به این امر واقف‌اند که فعالیت خودمحور کوشش هیچ‌یک از مشکلات ما را روشن نمی‌کند. به‌عکس، آشفتگی، بی‌چارگی و اندوه‌ها را افزایش می‌دهد. ما این را می‌دانیم، بااین‌وجود هنوز هم امیدواریم که به‌صورتی، در این فعالیت خودمحور کوشش که عمل اراده است، نفوذ کنیم.

اگر می‌دانستیم معنای کوشیدن چیست، خیال می‌کنم اهمیت زندگی را هم می‌فهمیدیم. آیا می‌توان خوشبختی را با کوشش به‌دست آورد؟ آیا هرگز برای خوشبخت‌شدن کوشش کرده‌اید؟ غیرممکن است، این‌طور نیست؟ برای رسیدن به خوشبختی، از کوشش دریغ نمی‌کنید؛ ولی اثری از خوشبختی نیست؛ غیر از این است؟ لذت از راه سرکوب، از راه کنترل یا از راه تسلیم هوس‌ها شدن حاصل نمی‌شود. چه‌بسا که خود را تسلیم هوس‌ها کنید؛ ولی درپایان ستیز در کمین است. بنابراین، خوشبختی از راه کوشش و لذت از راه کنترل و سرکوب به‌دست نمی‌آید؛ بااین‌وجود همه زندگی ما مجموعه‌ای است از سرکوب‌ها، کنترل‌ها و تسلیم هوس‌شدن‌ها و نیز غلبه پیاپی، کشمکش مداوم با هوس‌ها، آ‌ها و حماقت‌های‌مان. بنابراین، آیا کوشش و تلاش ما به امید یافتن خوشبختی، به امید یافتن چیزی که به ما احساس آرامش، احساس عشق بدهد،

نیست؟ باین وجود، آیا عشق و ادراک از راه تلاش تحصیل می‌شود؟ خیال می‌کنم این نکته کمال اهمیت را داشته باشد که بدانیم منظور ما از تلاش و کوشش چیست.

آیا معنای کوشش، تغییر دادن «آن چه هست» به «آن چه نیست» یا به آن چه باید باشد یا باید بشود نیست؟ به بیان دیگر تلاش ما این است که از رویارویی با «آن چه هست» پرهیز کنیم، یا سعی کنیم از آن فرار کنیم و یا آن را دگرگون کرده و تغییر دهیم. آدمی که واقعاً راضی است، کسی است که می‌داند «آن چه هست» چیست و مفهوم واقعی «آن چه هست» را می‌داند. خشنودی حقیقی این است؛ نگران کم یا زیاد داشتن نیست؛ بلکه نگران آن است که مفهوم کلی «آن چه هست» را تشخیص دهد و از آن آگاه باشد، نه هنگامی که تلاش در تعدیل یا دگرگونی آن داشته باشد.

بنابراین، می‌بینیم که کوشش عبارت است از تلاش یا تقلا برای دگرگون ساختن «آن چه هست» به آن چه که شخص می‌خواهد باشد. صحبت من تنها در مورد کوشش روان‌شناختی است، نه کوششی که در مورد مسأله فیزیکی مطرح است، مانند کار مهندسی و یا یک کشف و یا دگرگونی که صد درصد فنی است. من تنها در مورد کوششی حرف می‌زنم که به روان‌شناسی مربوط می‌شود و همیشه بر کوشش فنی غلبه می‌کند. چه بسا که شما اجتماعی شگفت‌انگیز را با تمام دقت و با بکارگرفتن دانش علمی برپا کنید؛ اما تا هنگامی که تلاش و کوشش و مبارزه روان‌شناختی ادراک نشود و بر جریانات و امور فرعی فایق نیاید، ساختار اجتماع، هر قدر هم عالی برپا شده باشد، محکوم به فروریختن است، همان‌گونه که بارها و بارها رخ داده است.

کوشش، انحرافی است از «آن چه هست». در همان لحظه‌ای که شخص آن چه هست را می‌پذیرد، کشمکش خاتمه می‌یابد. هر شکلی از تقلا یا تلاش، نشانه انحراف است و انحراف که کوشش است، تا هنگامی که من از نظر روان‌شناسی بخواهم «آن چه هست» را به چیزی که آن نیست دگرگون سازم، باید وجود داشته باشد. ابتدا ما باید آزاد باشیم تا ببینیم که لذت و خوشی از راه کوشش حاصل نمی‌شود. آیا آفرینش از راه کوشش است، یا آفرینش با توقف کوشش وجود پیدا می‌کند؟ چه هنگام شما می‌نویسید، نقاشی می‌کنید، یا آواز می‌خوانید؟ چه هنگام می‌آفرینید؟ به طور حتم، هنگامی که کوششی در کار نیست، هنگامی که کاملاً باز هستید، هنگامی که در تمام سطوح در ارتباط کامل هستید و به صورتی کاملاً یک پارچه درآمده‌اید. آنگاه به شما لذت دست می‌دهد و شروع به خواندن، سرودن شعر، نقاشی و یا ابتکار در چیزی می‌کنید. لحظه آفرینش زاییده کوشش و تقلا نیست.

شاید در درک مسأله آفرینندگی بتوانیم آن چه را از کوشش منظور داریم، درک کنیم. آیا آفرینندگی نتیجه کوشش است و آیا ما در آن لحظه‌ها از زمان آفریننده بودن خویش آگاه هستیم؟ یا آن که آفرینندگی گونه‌ای حس خودفراموشی کامل است، حسی که در آن پریشانی

خاطر وجود ندارد؛ هنگامی که شخص تماماً از حرکت فکر بی‌اطلاع است؛ هنگامی که تنها یک وجود کامل، پر و غنی وجود دارد؟ آیا این حالت، نتیجه رنج کشیدن، تقلا، تعارض و کوشش است؟ من نمی‌دانم هنگامی شما کاری را با سرعت و آسانی انجام می‌دهید، متوجه این شده‌اید که کوششی در کار نیست؛ از تقلا اثری به چشم نمی‌خورد؟ ولی از آنجاکه زندگی ما مجموعه‌ای از مبارزات، برخوردها و کشمکش‌ها است، نمی‌توانیم از یک زندگی، از یک حالت وجود که در آن جد و جهد به کلی متوقف شده است، تصویری داشته باشیم.

برای درک حالت وجود بدون جد و جهد؛ یعنی آن حالت وجودی خلاق، به‌طور حتم انسان باید در کل مسأله کوشش به تحقیق بپردازد. منظور ما از کوشش، تلاش برای خودشکوفایی خویش است، برای چیزی شدن است. من این هستم و می‌خواهم آن بشوم؛ من آن نیستم و باید آن بشوم؛ برای «آن» شدن به تلاش و کوشش، به مبارزه، تعارض، تقلا و کوشش نیاز است. در این کشمکش ناچار ما علاقه‌مند به خودشکوفایی از راه رسیدن به مقصودیم؛ خودشکوفایی را در یک شئی، انسان و ایده می‌بینیم و این مبارزه مستمر، تقلا و کوشش برای شدن و به تحقیق رساندن خود را طلب می‌کند. بنابراین ما کوشش را چیزی گریزناپذیر پنداشته‌ایم و نمی‌دانیم که آیا کوشش - این کوشش چیزی شدن - چیزی گریزناپذیر است یا خیر؟ اما راستی چرا باید این تلاش وجود داشته باشد؟

هرجاکه آرزوی خودشکوفایی وجود داشته باشد - تفاوتی نمی‌کند در چه حدی و در چه سطحی - باید تلاش وجود داشته باشد. خودشکوفایی انگیزه آن است، انگیزه پنهان کوشش؛ چه شخص مدیر اجرایی بزرگی باشد، چه خانمی خانه‌دار و یا یک آدم بی‌چاره، در هر حال مبارزه شدن، مبارزه تحقق خود، استمرار دارد.

اما بینیم این آرزوی خودشکوفایی یا تحقق خود برای چیست؟ به‌طور وضوح، آرزوی خودشکفتن یا چیزی شدن هنگامی به وجود می‌آید که انسان از هیچ‌بودن آگاه شود. چون من چیزی نیستم، چون من کفایت ندارم، چه از درون و چه از بیرون، من تلاش می‌کنم خود را در شخصی، در چیزی یا در ایده‌ای شکوفا کنم، پرکردن این خلأ، روند کل وجود ماست. از آنجاکه از خالی بودن و بی‌چارگی درون خویش آگاه هستیم، تلاش می‌کنیم یا چیزهایی را از بیرون گردآوری کنیم یا سرمایه‌های درونی‌مان را پرورش دهیم. تنها هنگامی کوشش وجود دارد که از این خلأ درونی به کمک عمل، به کمک تعمق و چیزهایی ار این قبیل، گریزگاهی حاصل شود. این زندگی روزمره ماست. من از عدم کفایت خود، از فقر درونی خویش آگاه هستم و تلاش می‌کنم یا از چنگ آن بگریزم یا آن را پرکنم. این گریز، این پرهیز یا تلاش در پرکردن خلأ، کوشش، تلاش و تقلا را می‌طلبد.

حال اگر کسی برای گریز، کوششی به خرج ندهد، چه رخ می‌دهد؟ با تنهایی، با تهی بودن زندگی می‌کند و با پذیرفتن این خلأ متوجه می‌شود که یک حالت خلاقیت که هیچ ربطی به تلاش و کوشش ندارد، به او دست می‌دهد. کوشش تنها تا هنگامی وجود دارد که تلاش می‌کنیم از این تنهایی و تهی بودن درونی بپرهیزیم؛ اما هنگامی که به آن نگاه می‌کنیم، به مشاهده‌اش می‌پردازیم، هنگامی «آن چه هست» را بدون پرهیز، می‌پذیریم، درمی‌یابیم که به حالتی دچار می‌شویم که در آن تمامی تلاش‌ها متوقف می‌شوند. این حالت وجودی آفرینندگی است و حاصل تلاش نمی‌باشد.

اما هنگامی از آن چه هست، که تهی بودن است و عدم کفایت، آگاه باشیم، هنگامی شخص با آن عدم کفایت زندگی کند و آن را به‌طور کامل بفهمد، آنگاه حقیقت خلاق که به‌تنهایی خوشبختی می‌آورد، از گرد راه می‌رسد.

از این رو عمل آن‌طور که ما آن را می‌شناسیم، در واقع کنش است، شدن بدون وقفه است که نامش انکار است و پرهیز از «آن چه هست»؛ اما هنگامی که به تهی بودن بدون گزینش، بدون محکوم‌سازی یا موجه‌کردن آگاه باشیم، آنگاه در آن ادراک موجود، از «آن چه هست»، عمل وجود دارد و این عمل، وجود خلاق است. هنگامی به این مسأله اشراف پیدا خواهید کرد که از خود در عمل آگاه باشید. خود را هنگام عمل کردن مشاهده کنید، نه تنها از بیرون؛ بلکه حرکت فکر و احساس خود را هم ببینید. هنگامی از این حرکت آگاه شدید، خواهید دید که روند فکر، که آن هم احساس و عمل است، پریایه پندار شدن استوار است. پندار شدن تنها هنگامی ایجاد می‌شود که حس ناامنی وجود داشته باشد و این حس ناامنی هنگامی به وجود می‌آید که انسان از خلأ درونی خود آگاه شود. اگر شخصی از این روند فکر و احساس آگاه باشد، خواهد دید که مبارزه‌ای مستمر، کوششی برای تغییر، برای تعدیل و برای دگرگون‌ساختن «آن چه هست»، در جریان است. این همان کوشش برای شدن است و شدن پرهیزی است مستقیم از «آن چه هست»، به شیوه خودشناسی و آگاهی پیاپی، آگاه خواهید شد که این مبارزه، تلاش و تعارض شدن، به رنج، اندوه و نادانی منجر می‌شود. تنها از راه آگاهی از عدم کفایت درونی و زیستن با آن بدون گریز و پذیرش تام و تمام آن است که انسان به یک آرامش خارق‌العاده می‌رسد، آرامشی که سرهم‌بندی نشده، ساختگی نیست؛ بلکه آرامشی است که با ادراک «آن چه هست»، حاصل آمده و تنها در آن حالت آرامش وجود خلاق مصداق دارد.

بخش اول - فصل 8 - تناقض

تناقض را هم در وجود خود می‌بینیم و هم در اطراف خود. از آن‌جاکه در تناقض هستیم، آرامش در وجودمان نیست و به‌طور طبیعی در بیرون از وجودمان نیز همین‌طور است. آن چه در ما هست، یک حالت انکار و ادعای دائمی است - یعنی آن چه می‌خواهیم باشیم و آن چه که هستیم.

حالت تناقض، ایجاد تعارض می‌کند و این تضاد، آرامش به‌وجود نمی‌آورد - که حقیقتی بدیهی و ساده است. این تناقض درونی را نباید دوگانگی فلسفی تعبیر کرد؛ زیرا این یک گریز آسان است. به‌عبارت‌دیگر، با گفتن این‌که تناقض یک حالت ثنویت است، خیال می‌کنیم که آن را حل کرده‌ایم؛ که به‌طور وضوح صرفاً عرف عام بوده و به گریز از واقعیت کمک می‌کند.

حالا ببینیم منظور ما از تعارض و تناقض چیست؟ چرا من در تناقض - این تلاش دائم بودن برای چیزی بودن، جدا از آن چه هستیم - وجود دارد؟ من این هستم و می‌خواهم آن بشوم. این تناقض در وجود ما یک حقیقت است، نه یک ثنویت متافیزیکی. متافیزیک در درک «آن چه هست»، مفهومی ندارد. چه بسا که ما، مثلاً دوگانگی، آن چه هست، اگر باشد و این جور چیزها را مورد بحث قرار دهیم؛ اما اگر از وجود تناقض، از وجود آرزوهای متضاد، علاقه‌مندی‌های متضاد و سرگرمی‌های متضاد در وجودمان ناآگاه باشیم، چه ارزشی دارد. من می‌خواهم خوب باشم و نمی‌توانم. این تناقض، این تقابل در وجود ما، باید فهمیده شود؛ زیرا ایجاد تعارض می‌کند و ما با وجود تعارض و کشمکش نمی‌توانیم ایجاد فردیت کنیم. بیایید وضعیتی را که در آن هستیم روشن کنیم. وجود تناقض، وجود تلاش را حتمی می‌کند و تلاش یعنی انهدام و اتلاف. در چنان حالتی، چیزی به‌جز دشمنی، ستیز، تلخی و اندوه بیشتر به‌بار نمی‌آید. اگر ما بتوانیم این را به‌طور کامل درک کنیم و بدین ترتیب از چنگ تناقض رها شویم، در آن صورت می‌توان آرامش درونی داشت که حاصل آن درک یکدیگر است.

مسأله این است. هنگامی می‌بینیم که تناقض مخرب و بی‌ثمر است، علت بودنش در وجود تک‌تک ما چیست؟ برای فهم آن باید قدری جلوتر برویم. دلیل وجود احساس آرزوهای مخالف چیست؟ من نمی‌دانم آیا ما به‌وجود آن - به‌وجود این تناقض، این حس خواستن و نخواستن، به‌یادآوردن چیزی و تلاش در فراموش کردن آن برای یافتن چیزی تازه - در درون خود اشراف داریم یا خیر؟ خوب توجه کنید. خیلی ساده و خیلی عادی است. حقیقت این است که تناقض وجود دارد؛ ولی چرا این تناقض به‌وجود می‌آید؟

منظور ما از تناقض چیست؟ آیا چنین چیزی مستلزم وجود یک حالت ناپایدار که در برابر یک حالت ناپایدار دیگر قرار می‌گیرد نیست؟ خیال می‌کنم من دارای یک آرزوی پایدار هستم که در وجود خود تثبیت می‌کنم؛ ولی یک آرزوی دیگر قد علم می‌کند که آن را نقض می‌کند؛ این تناقض، ایجاد تعارض می‌کند که نوعی هدرروی انرژی است. به‌عبارت‌دیگر، نوعی عدم پذیرش دائمی یک آرزو به‌وسیله آرزوی دیگر و غلبه یک حرفه بر حرفه دیگر وجود دارد. حال ببینیم چیزی به نام آرزو دائم وجود دارد. شکی نیست که تمام آرزوها ناپایدارند؛ نه از نظر متافیزیکی؛ بلکه از نظر واقعیت. خواهان شغلی هستیم؛ یعنی به شغلی به‌عنوان وسیله‌ای برای خوشی نگاه می‌کنم و هنگامی که آن را به‌دست می‌آورم؛ ناراضی هستم. می‌خواهم مدیر باشم، بعد مالک و

الی آخر؛ نه تنها در این دنیا؛ بلکه در آن چه هم که اصطلاحاً دنیای معنوی می‌نامیم وضع همین طور است؛ معلم می‌خواهد مدیر مدرسه، کشیش، اسقف و شاگرد، استاد شود.

این شدن مستمر، این وارد شدن به حالات گوناگون، موجب تناقض می‌شود؛ این‌طور نیست؟ از این رو، چرا به جای نگاه کردن به زندگی به عنوان آرزویی همیشگی، آن را مجموعه‌ای از آرزوهای زودگذر مغایر با یکدیگر فرض نکنیم؟ در آن صورت، نیازی نیست که ذهن در حالت تناقض به سر برد. اگر من زندگی را به عنوان یک آرزوی دائم در نظر بگیرم و آن را مجموعه‌ای از آرزوهای گذرا بدانم که مرتب در حال تغییر باشند، آنگاه تناقضی وجود نخواهد داشت.

تناقض تنها هنگامی ایجاد می‌شود که ذهن دارای آرزوی ثابتی است و به یک آرزو می‌چسبد و آن را به یک جاودانگی بدل می‌کند؛ تنها در آن صورت و هنگامی که آرزوهای دیگر نیز پدید می‌آیند، تناقض ایجاد می‌شود. البته همه آرزوها در حرکت دائم هستند، چیزی به نام ثبات آرزو وجود ندارد. در مورد آرزو نقطه ثابت بی‌معناست؛ اما ذهن یک نقطه ثابت معین می‌کند؛ زیرا با همه چیز به عنوان وسیله‌ای برای رسیدن و برای حصول نگاه می‌کند و تا هنگامی که شخص در حال رسیدن است، تناقض و تعارض دست‌بردار او نیست. در انسان میل به رسیدن، توفیق و یافتن حقیقت نهایی یا خدایی ازلی که خشنودی دائمی اوست، وجود دارد. بنابراین نه به دنبال یافتن حقیقت است و نه در جست‌وجوی پروردگار. آن چه که می‌جوید، رضایت پایدار است و بر قامت این رضایت، لباسی از پندار می‌پوشاند، واژه‌ای با لحن احترام‌آمیز مانند: خداوند یا حقیقت؛ ولی در واقع همه ما در جست‌وجوی خشنودی و رضایت هستیم و آن‌گاه این خشنودی را در عالی‌ترین حد قرار می‌دهیم و به آن ذات پروردگار و در پایین‌ترین حد، آن را مشروب می‌گوییم. تا هنگامی که ذهن در جست‌وجوی رضایت است، میان خداوند و مشروب تفاوت چندانی وجود ندارد. شاید از نظر اجتماعی، مشروب چیز بدی باشد؛ اما میل باطنی به خشنود شدن و رسیدن، از این هم مضرتر است؛ قبول دارید؟ آن کس که در پی یافتن حقیقت است، باید فوق‌العاده شرافتمند باشد؛ نه تنها به صورت کلامی؛ بلکه از جمیع جهات و تا هنگامی که به رویارویی با حقیقت علاقه‌مندی نشان ندهد، نمی‌تواند از صراحت برخوردار باشد.

راستی چه چیزی باعث به وجود آمدن تناقض در فرد فرد ماست؟ به طور یقین، میل به چیزی شدن. همه ما می‌خواهیم چیزی شویم؛ در دنیا توفیق به دست آوریم و از جهت درون نیز به نتیجه‌ای برسیم تا هنگامی که بر اساس زمان، بر اساس توفیق و بر اساس مقام می‌اندیشیم، تناقض چاره‌ناپذیر است. در هر حال، ذهن دست‌پرورده زمان است. اندیشه بر پایه دیروز و گذشته است؛ تا هنگامی که اندیشه در حوزه زمان فعالیت کند و بر اساس آینده، شدن، به دست آوردن و توفیق یافتن بیندیشد، باید تناقض وجود داشته باشد؛ زیرا در چنین وضعی ما از رویارویی با «آن چه هست» عاجز می‌شویم.

تنها هنگامی امکان آزادی از چنگ این عامل تجزیه‌کننده که نامش تناقض است، وجود دارد که «آن چه هست» را محقق بدانیم، درک کنیم و بدون گزینش از آن آگاه باشیم.

بنابراین، درک روند کلی اندیشیدن ما یک ضرورت است؛ زیرا در آن جا است که ما به تناقض برمی‌خوریم. خود اندیشیدن هم به یک تناقض بدل شده است؛ زیرا به فرآیند کلی خویشتن اشراف پیدا نکرده‌ایم و این اشراف هنگامی ممکن می‌شود که ما از فکر خویشتن کاملاً آگاه باشیم؛ البته نه در مقام مشاهده‌کننده‌ای که براساس فکر خویشتن کار می‌کند؛ بلکه به‌صورت یک پارچه و بدون گزینش که فوق‌العاده دشوار است. پس آن چه که برای‌مان مانده است، لاینحل بودن این تناقض است؛ یعنی چیزی بس دردناک و محنت‌بار.

تا هنگامی که تلاش می‌کنیم به نتیجه روان‌شناختی برسیم، تا روزی که خواهان امنیت درونی باشیم، تناقض جزء جدایی‌ناپذیر زندگی ماست. من خیال نمی‌کنم که بیشتر ما از وجود این تناقض آگاه باشیم؛ یا اگر باشیم، مفهوم واقعی آن را نمی‌دانیم. تناقض به ما عزم زندگی کردن می‌دهد، خود عنصر اصطکاک به ما حس زنده‌بودن می‌دهد، کوشش و تلاش و تناقض، نوعی حس سرزندگی به ما می‌بخشد. به‌همین علت است که مبارزات را دوست داریم، به‌همین سبب است که از مبارزه برعلیه ناکامی‌ها لذت می‌بریم. تا هنگامی که میل رسیدن به نتیجه که میل داشتن امنیت روانی باشد، ذهن آرام وجود نخواهد داشت. آرامش ذهن برای درک مفهوم کلی زندگی لازم است. فکر هرگز نمی‌تواند آرام گیرد، فکر که محصول زمان است، هرگز نمی‌تواند به چیزی که بدون زمان باشد برسد، هرگز نمی‌تواند آن چه را که فراسوی زمان باشد، بشناسد. اصل و اساس ماهیت اندیشیدن ما تناقض است؛ زیرا ما همیشه یا براساس گذشته می‌اندیشیم و یا آینده، از این‌رو ما هیچ‌گاه به‌صورت کامل از حال باخبر و آگاه نیستیم.

آگاه‌بودن از حال، تکلیفی بی‌نهایت دشوار است؛ زیرا ذهن از رویارویی با حقیقت به‌طور مستقیم و بدون فریب، ناتوان است. اندیشه دست‌آورد گذشته است؛ از این‌رو تنها برحسب گذشته یا آینده می‌تواند فکر کند، نمی‌تواند به‌طور کامل از حقیقت حال آگاه باشد. تا هنگامی که اندیشه - که دست‌آورد گذشته است - تلاش در از میان بردن تناقض و تمامی مسائلی که می‌آفریند دارد و تنها به دنبال نتیجه‌ای است، کوشش می‌کند به هدفی نایل آید و چنین اندیشیدنی تناقض بیشتری می‌آفریند و از این رو موجب تعارض، بی‌چارگی و آشفتگی برای ما و محیط ما می‌شود.

برای رهایی از چنگ تناقض، شخص باید از زمان حال بدون گزینش آگاه باشد. آخر چطور می‌شود هنگامی با حقیقت روبه‌رو می‌شویم، گزینشی صورت گیرد؟ به‌طور حتم، اشراف به حقیقت تا هنگامی که اندیشه تلاش دارد برحسب شدن، تغییردادن و عوض کردن درمورد حقیقت عمل کند، ممکن نخواهد بود. بنابراین، خودشناسی شروع فهمیدن است؛ بدون خودشناسی، تناقض و تعارض ادامه خواهد یافت. برای شناختن روند کلی و تمامیت خود نیازی

به تخصص و خبرگی نیست. به دنبال خبرگی رفتن تنها وحشت می‌آفریند. هیچ متخصصی، هیچ اهل فنی نمی‌تواند نحوه درک روند خود را به ما نشان دهد. هرکس باید خود آن را مطالعه کند. شما و من می‌توانیم با حرف‌زدن درباره آن به یکدیگر کمک کنیم؛ ولی هیچ‌کس نمی‌تواند پرده از راز آن برای ما بردارد، نه هیچ متخصص، نه هیچ معلمی می‌تواند درخصوص آن برای ما تحقیق کند. ما تنها در ارتباط‌مان - در ارتباط با اشیاء با متعلقات مادی، با افراد و پندارها - می‌توانیم از آن آگاه شویم. در رابطه برای ما روشن خواهد شد که تناقض‌های ایجاد می‌شود که عمل خود را به پندار نزدیک می‌کند. پندار تنها بلورگونه شدن اندیشه در مقام یک نماد است و کوشش برای هم‌سطح کردن خویش با این نماد، ایجاد تناقض می‌کند.

از این رو تا هنگامی که الگویی برای اندیشه وجود داشته باشد، تناقض ادامه خواهد داشت؛ خودشناسی راهی است برای پایان دادن به الگوها و همچنین به تناقض. این اشراف به خود، روندی نیست که برای تعداد کمی ذخیره شده باشد. خود را باید در گفتار روزانه، در شیوه فکرکردن و احساس کردن و در نحوه نگاه کردن به دیگری شناخت. اگر بتوانیم از هر فکر و احساسی، لحظه به لحظه آگاه باشیم، آنگاه خواهیم دید که شناخت ابعاد «خود» در رابطه، امکان‌پذیر می‌شود. تنها در آن صورت، امکان آرامش ذهن که حقیقت نهایی تنها و تنها در آن پدید می‌آید، وجود خواهد داشت.

بخش اول - فصل 9 - خود چیست؟

آیا می‌دانیم منظورمان از خود چیست؟ منظور من از خود، عبارت است از پندار، خاطره، نتیجه، تجربه، اشکال مختلف تصمیماتی که می‌توان نام برد و آن‌هایی را که نمی‌توان نام برد، کوشش خودآگاه برای بودن یا نبودن خاطرات گردآوری شده ناخودآگاه، آن چه مربوط به گروه، نژاد، قبیله و تمامی این نوع گروه‌هاست چه در بیرون در عمل منعکس شده باشد و چه به صورت معنوی، به عنوان پرهیزکاری؛ کوشش برای همه این‌ها را خود گوییم. البته رقابت و میل به بودن را هم شامل می‌شود. کل این فرآیند خود است و ما عملاً می‌دانیم که آن زمان رویارویی ما که خود شر است، چه زمانی است. من از کلمه «شر» به عمد استفاده می‌کنم؛ زیرا خود، تجزیه‌کننده است، خود محصورکننده است. فعالیت‌هایش، هر قدر هم نجیبانه باشد، جداسازنده و منزوی‌کننده است. ما همه این‌ها را می‌دانیم؛ همچنین آن لحظات خارق‌العاده‌ای را هم که در آن‌ها خود وجود ندارد، در خود حس کوشش و حس تلاش نیست و زمانی اتفاق می‌افتد که عشق حاکم است می‌شناسیم.

چنین به نظرم می‌رسد که درک چگونگی قدرت بخشیدن به خود (ب) وسیله تجربه‌دارای اهمیت باشد. اگر در ما صمیمیت باشد، باید به این مشکل تجربه، اشراف داشته باشیم. اکنون ببینیم منظورمان از تجربه چیست؟ ما در تمام مدت با تجربه و تأثیرگذاری‌ها مواجه هستیم و این تأثیرات را ترجمه می‌کنیم و به مقتضای آن‌ها عمل یا واکنش به خرج می‌دهیم و در تمام

اوقات در پی دانستن و حساب کردن و از این قبیل کارها هستیم. میان آن چه وجود خارجی دارد و واکنشی که ما نسبت به آن داریم، تأثیر متقابل مستمر وجود دارد، این تأثیر متقابل مستمر میان خودآگاه و خاطرات ناخودآگاه هم هست.

در برابر آن چه می بینم، در برابر آن چه احساس می کنم، واکنش نشان می دهم. در این فرآیند آن چه می بینم، آن چه احساس می کنم و آن چه به آن معتقدم، تجربه صورت می گیرد؛ این طور نیست؟ واکنش در برابر آن چه دیده می شود یا پاسخ به آن، تجربه نام دارد. وقتی من شما را می بینم، واکنش نشان می دهم؛ به این واکنش تجربه می گوئیم. اگر اسمش را واکنش نگذاریم، تجربه نیست. پاسخ های خود و آن چه را که در اطرافتان می گذرد در نظر بگیرید. چیزی به نام تجربه وجود ندارد مگر آن که یک روند نام گذاری هم در همان حال جریان داشته باشد. اگر من شما را نشناسم چطور می توانم تجربه ملاقات با شما را داشته باشم؟ به نظرم مطلب ساده و صحیح است. آیا واقعیت ندارد؟ به عبارت دیگر، اگر من بر حسب خاطرات و شرطی بودنم و بر حسب تعصبات خود، واکنش به خرج ندهم، چطور متوجه می شوم که به تجربه ای نایل شده ام.

از این که بگذریم، به تجلی آرزوهای گوناگون می رسیم. من آرزو دارم مورد حمایت قرار گیرم و به امنیت درونی برسم، یا آرزو دارم استاد، رهبر، معلم یا پروردگاری داشته باشم و آن چه را که تجلی خود من است، تجربه کنم. به عبارت دیگر، من آرزویی را متجلی کرده ام که شکلی به خود گرفته و من به آن نامی داده ام؛ من نسبت به آن واکنش نشان می دهم. آن تصویر من است، چیزی است که من نام گذاری کرده ام. آرزویی که به من تجربه ای می دهد و مرا وادار می کند که بگویم: «من تجربه دارم»، «من استاد را ملاقات کرده ام»، یا «استاد را ملاقات نکرده ام». خود شما کل روند نام گذاری تجارب را می دانید. آرزو، همان چیزی است که ما به آن تجربه می گوئیم؛ غیر از این است؟

وقتی من آرزوی آرامش ذهن را دارم، چه چیزی اتفاق می افتد؟ من داشتن ذهنی ساکت و آرام را به دلایل مختلف مهم می دانم؛ زیرا اوپانیشادها، کتاب های آسمانی و قدیسین چنین گفته اند و نیز گاه گاهی خود احساس می کنم که چقدر ساکت بودن خوب است؛ زیرا ذهن من در تمام روز مشغول و راجی بوده است. گاه گاهی احساس می کنم که داشتن یک ذهن آرام چقدر خوب و چقدر لذت بخش است. من طالب یک ذهن آرامم، بنابراین، می پرسم چطور می توانم آن را به دست آورم؟ من می دانم که فلان کتاب و بهمان کتاب درباره تفکر و اشکال مختلف انضباط چه می گویند. بنابراین، به کمک انضباط به دنبال تجربه آرامش می روم. پس خود، «من» خود را در تجربه آرامش تثبیت کرده است.

من می خواهم بدانم حقیقت چیست؛ این آرزوی من و اشتیاق من است؛ پس در این صورت، فراقنی من از آن چه که به نظر من حقیقت است، به دنبال خواهد آمد. علتش هم آن است که

در این مورد مطالب زیادی خوانده ام و شنیده ام که بسیاری از افراد در این مورد حرف می زنند و کتاب های آسمانی درباره اش توضیح داده اند. من طالب همه هستم. چه خواهد شد؟ همان خواسته، همان آرزو متجلی می شود و من به خاطر آن که آن حالت متجلی شده را می شناسم، تجربه می کنم. اگر آن حالت را نمی شناختم، آن را حقیقت نمی نامیدم. من آن را می شناسم و تجربه اش می کنم و آن تجربه، به «خود»، به «من» قدرت می بخشد. بنابراین، خود در سنگر تجربه جای می گیرد. آن وقت شخص می گوید: «می دانم»، «استاد زنده است»، «خداوند وجود دارد» و یا «خداوند وجود ندارد»، نیز می گوید که یک گروه سیاسی خاص حق دارد و بقیه گروه ها حق ندارند.

بنابراین تجربه همیشه در حال تقویت «من» است. هر قدر بیشتر در سنگر تجربه قرار گیرید، «من» قدرت بیشتری به خود می گیرد. در نتیجه دارای نوعی قدرت اخلاق، قدرت دانش و عقیده می شوید که به دیگران نمایش می دهید؛ زیرا می دانید که آن ها ذکاوت شما را ندارند و شما دارای استعداد قلمی و گفتاری و هوشی هستید؛ زیرا خود، هنوز فعال است؛ بنابراین اعتقادات شما، استادان شما، قبایل شما، سیستم اقتصادی تان، همه و همه یک روند انزوایر هستند و از این رو موجب خشنودی می شوند. شما، اگر واقعاً در این قضیه جدی و صمیمی هستید باید این مرکز را به کلی از هم فروریزید و آن را توجیه نکنید. به همین علت است که ما باید به روند تجربه اشراف داشته باشیم.

آیا برای ذهن و برای خود این امکان وجود دارد که فراقنی، تجربه و آرزو نکنند؟ می بینم که تمامی تجارب، خود نوعی نفی است. آیا در این مورد حق با شماست؟ آیا ما - شما و من به عنوان افراد - می توانیم به ذات آن برویم و روند خود را دریابیم؟ راستی چه چیزی باعث فروپاشی خود می شود؟ مذاهب و دیگر گروه ها همانندسازی را پیشنهاد کرده اند. آن چه آن ها می گویند این است: «خود را با شخص بزرگتری همانند کنید؛ خود ناپدید می شود.» اما بدون شک همانندسازی نیز روند خود است. شخص بزرگتر صرفاً تجلی «من» است که تجربه می کنم و بنابراین تقویت کننده من به حساب می آید.

تمامی اشکال مختلف انضباط، اعتقاد و دانش، به طور حتم فقط خود را تقویت می کنند. آیا می توان عنصری پیدا کرد که خود را از هم بپاشد؟ یا این که چنین سوالی درست نیست؟ این همان چیزی است که در اصل می خواهیم. ما می خواهیم چیزی پیدا کنیم که «من» را درهم ریزد؛ این طور نیست؟ ما خیال می کنیم وسیله های متفاوتی وجود دارد؛ از جمله همانندسازی، اعتقاد و غیره؛ ولی همه در یک سطح اند، یکی بر دیگری ارجح نیست؛ زیرا همه به یک اندازه در تقویت «من» و «خود» قدرتمنداند. بنابراین آیا می توانم من را در هر کجا عمل می کند، ببینم و قدرت و انرژی مخرب آن را مشاهده کنم؟ چه تفاوتی دارد که چه نامی به آن بدهم؟ در هر حال آیا نیرویی منزوی کننده، نیرویی مخرب است و من می خواهم راهی برای فروپاشی آن پیدا

کنم. شما خود باید این سؤال را می پرسیدید؛ «من»، «من» را می بینم که همیشه در حال کنش است و با خود اضطراب، ترس، ناکامی، ناامیدی و بی چارگی به همراه دارد؛ نه فقط برای خودم؛ بلکه همچنین برای آن هایی که دور و بر من هستند. آیا امکان فروپاشی من - نه به صورت جزئی، بلکه به صورت کلی - وجود دارد؟ می توانیم آن را از ریشه از میان ببریم؟ این تنها راه کنش واقعی است. من نمی خواهم قدری هوشمند باشم؛ بلکه می خواهم این هوشمندی کامل باشد. بسیاری از ما دارای سطوحی از هوشمندی هستیم؛ احتمالاً شما به نحوی و من به نحو دیگر. بعضی از شما در کار تجاری تان هوشمند هستید، بعضی در کار اداری و از این قبیل؛ ذکاوت مردم در جهات مختلف است؛ ولی ما ذکاوت کامل نداریم. ذکاوت کامل داشتن یعنی بدون «خود» بودن. آیا چنین چیزی امکان دارد؟

آیا تاکنون برای خود امکان غیبت کامل وجود دارد؟ شما می دانید که پاسخ مثبت است؛ اما مواد لازم برای آن چیست؟ چه عنصری باعث به وجود آمدن آن می شود. آیا من می توانم آن را پیدا کنم؟ وقتی این سؤال که: «آیا من می توانم آن را پیدا کنم؟» را مطرح می کنم، من متقاعد شده ام که این امکان وجود دارد؛ بنابراین، من از قبل تجربه ای آفریده ام که در آن قرار است خود تقویت شود؛ غیر از این است؟ درک خود، نیاز به ذکاوت بسیار، مواظبت بسیار، هشیاری و مراقبت بی وقفه دارد تا از دست نرود. من، که بسیار جدی هستم، می خواهم «خود» را از هم بپاشم. در لحظه ای که می گویم: «می خواهم این را فروپاشم» نیز تجربه خود وجود دارد؛ بنابراین، خود تقویت می شود. پس چگونه برای خود این امکان وجود دارد که تجربه نکند؟ هرکس می تواند بفهمد که حالت خلاقیت به هیچ وجه تجربه خود نیست. خلاقیت زمانی است که خود آن جا حضور ندارد؛ زیرا خلقت، هوشمندی به حساب می آید؛ چیزی که به ذهن مربوط باشد، نیست؛ خودفراکنی نمی باشد؛ چیزی است فرسوی همه این تجربیات. بنابراین آیا برای ذهن امکان آرامش کامل وجود دارد؛ امکان بودن در یک حالت نبود بازشناسی، تجربه نکردن و بودن در حالتی که امکان آفرینش وجود داشته باشد؛ یعنی وقتی که خود آن جا حضور نداشته و در غیبت باشد؟ مسأله این است؛ این طور نیست؟ هر حرکت ذهن، مثبت یا منفی، تجربه ای است که عملاً «من» را تقویت می کند. آیا برای ذهن امکان نشناختن وجود دارد؟ چنین چیزی وقتی اتفاق می افتد که آرامش کامل باشد؛ اما نه آرامشی که تجربه خود باشد و بنابراین به تقویت خود پردازد.

آیا وجودی به جز خود که به خود نظر کند و خود را فروپاشد وجود دارد؟ آیا یک وجود معنوی که جایگزین خود شود و آن را از میان بردارد و به کناری بیاندازد وجود دارد؟ ما فکر می کنیم که وجود دارد. بسیاری از افراد مذهبی خیال می کنند چنین عنصری پیدا می شود. مادیون می گویند: «از میان برداشتن خود ممکن نیست؛ فقط می توان خود را شرطی کرد و کنترل نمود؛ چه از نظر سیاسی، چه اقتصادی و چه اجتماعی؛ می توانیم آن را در یک چارچوب معینی محکم

نگه داریم و می توانیم آن را بشکنیم؛ بنابراین می توان آن را واداشت که یک زندگی والا یا یک زندگی اخلاقی بدون دخالت هیچ امری داشته باشد و از یک الگوی اجتماعی پیروی کرده و دقیقاً همانند یک ماشین عمل کند.» این چیزی است که ما می دانیم. مردم دیگری هم هستند، مردمی به اصطلاح مذهبی که در واقع مذهبی نیستند؛ بگذریم که ما روی آن ها نام مذهبی می گذاریم که می گویند: «در اصل چنین عنصری وجود دارد. اگر بتوانیم با آن تماس حاصل کنیم و این، عنصر من را فرومی پاشد.»

آیا عنصری برای ازهم پاشیدن خود یافت می شود؟ لطفاً ببینید ما چه کار می کنیم. داریم به زور خود را به کنجی می بریم. اگر انسان به «خود» اجازه دهد که باز او را به کنجی بفرستد، خواهید دید که چه اتفاق خواهد افتاد. ما دوست داریم که در آن جا عنصری بدون زمان، عنصری که از خود نیست، عنصری که امیدواریم از گرد راه برسد، مداخله کند و «خود» را از میان بردارد؛ چنین چیزی تنها ذات پروردگار است. آیا چنین چیزی که در تصور ذهنی بگنجد وجود دارد؟ بعضی ها می گویند وجود دارد و بعضی می گویند خیر. بحث ما در این نیست؛ اما وقتی که ذهن به جست و جوی یک حالت معنوی بدون زمان می پردازد که دست به کار شود تا خود را از میان بردارد، آیا خود این کار نیز نوع دیگری از تجربه که تقویت کننده «من» است نیست؟ وقتی شما دارای اعتقاد هستید، آیا این همان چیزی نیست که اتفاق می افتد؟ وقتی شما اعتقاد دارید که حقیقت، خداوند، حالت بدون زمان و فناپذیری وجود دارد، آیا این روند، تقویت «خود» نیست؟ خود چیزی را متجلی کرده است که شما احساس می کنید و معتقدید خواهد آمد و خود را معدوم خواهد کرد. پس با تجلی این پندار، تناوب بدون انقطاع در حالت بدون زمان به عنوان یک وجود معنوی، شما به تجربه ای می رسید و این تجربه فقط کارش تقویت خود است؛ بنابراین کار شما چه بوده است؟ شما در واقع خود را معدوم نکرده اید؛ بلکه فقط نام دیگری و کیفیتی دیگر به آن داده اید، خود آن جا است؛ زیرا شما آن را تجربه کرده اید. از این رو، عمل ما از ابتدا تا انتها همان عمل است، فقط ما خیال می کنیم تکامل پیدا می کند، رشد می کند، زیباتر و زیباتر می شود؛ اما اگر از درون نگاه کنید، همان عمل است که استمرار پیدا می کند، همان «من» است که در سطوح مختلف با برچسب های مختلف و نام های مختلف به انجام وظیفه مشغول است.

وقتی ما تمامی روند، زیرکی، اختراعات خارق العاده و ذکاوت «خو» را می بینیم و می بینیم که چگونه خود را در لفاف هویت، پرهیزکاری، تجربه، اعتقاد و دانش می پوشاند، وقتی می بینیم که ذهن در دایره و قفسی که خود ساخته است، در حرکت است چه اتفاقی می افتد؟ وقتی شما از آن مطلع هستید و کاملاً آن را می شناسید، آیا به گونه ای خارق العاده در آرامش به سر نمی برید؟ نه از راه اجبار، نه از راه پاداش و نه از راه ترس؟ وقتی تشخیص می دهید که هر لحظه ذهن، صرفاً به شکلی تقویت خود است، وقتی به اصل قضیه می رسید- نه از جهت ایدئولوژیکی

یا کلامی، نه به وسیله تجربه کردن تجلی یافته؛ بلکه به هنگام بودن در آن حالت - آنگاه خواهید دید که ذهن که به طور کامل آرام است، قدرت آفرینندگی ندارد. آن چه که ذهن می آفریند در یک دایره است، در میدان خود است. به هنگام آفریننده نبودن ذهن، آفرینندگی وجود دارد، چیزی که یک روند قابل تشخیص نیست.

واقعیت یا حقیقت چیزی نیست که آن را بشناسیم؛ زیرا برای آن که حقیقت از پنجره وارد شود، باید اعتقاد، دانش، تجربه کردن، به دنبال پرهیزکار رفتن و همه و همه از در بیرون روند. شخص پرهیزکاری که می داند به دنبال پرهیزکاری می رود، هرگز حقیقت را پیدا نمی کند. ممکن است آدمی بسیار خوب و نجیب باشد؛ اما خوب و نجیب بودن با مرد حقیقت بودن و با مردی که درک می کند، کاملاً فرق دارد. برای مرد حقیقت، حقیقت پا به عرصه وجود نهاده است. آدم پرهیزکار آدمی است باتقوا و آدم باتقوا هرگز نمی تواند به درک حقیقت نایل شود؛ زیرا پرهیزکاری برای او پوششی است بر روی «خود»، تقویتی است برای «خود» و وقتی می گوید: «من باید حرص نداشته باشم»، حالت نبود حرصی را که او تجربه می کند، فقط به تقویت خود می پردازد. بنابراین چه قدر مهم است که انسان فقیر باشد، چه از مال دنیا چه در زمینه عقیده و دانش. چه آدمی که متاع دنیایی دارد و چه آن کس که دانش و اعتقاد را به جز تاریکی نمی داند و مرکز تمامی شرارت ها و بی چارگی ها است. اما اگر شما و من - به عنوان افراد - بتوانیم تمامی آن چه را که «خود» انجام می دهد ببینیم، آن وقت می دانیم عشق چیست. من به شما اطمینان می دهم که این تنها اصلاحی است که به احتمال زیاد دنیا را متحول خواهد کرد. عشق از «خود» مایه نمی گیرد. خود نمی تواند عشق را بشناسد. می گوید «من دوست دارم»؛ اما در گفتن و یا تجربه چنین سخنی، عشقی وجود ندارد؛ اما وقتی که عشق را شناختید، خود وجود ندارد. وقتی عشق هست، «خود» نیست.

بخش اول - فصل 10 - ترس

ترس چیست؟ ترس تنها درارتباط با چیزی که منزوی نیست، به وجود می آید. چگونه می شود از مرگ ترسید؟ چگونه می شود از چیزی که من نمی شناسم بترسم؟ هنگامی می گویم از مرگ می ترسم، آیا به راستی از چیزی ناشناخته که مرگ است، می ترسم و یا از این می ترسم که چیزی را که می شناسم از دست بدهم؟ ترس من از مرگ نیست؛ بلکه از این است که پیوستگی ام را با شناخته ها از دست بدهم. ترس من همیشه درارتباط با شناخته هاست؛ نه ناشناخته ها.

اکنون پرسش من این است که چگونه می شود از چنگ ترس - از شناخته ها - که شامل ترس از دست دادن خانواده، شهرت، اخلاق، حساب بانکی، اشتها و غیره است، رها شد. ممکن است بگویید که ترس از شعور ظاهر نشأت می گیرد؛ ولی شعور ظاهر شما از شرطی شدن شما شکل می گیرد؛ بنابراین، شعور ظاهر بازهم نتیجه شناخته شده هاست. من چه می دانم؟ دانش یعنی

داشتن نظریه‌ها، داشتن عقایدی در مورد امور، داشتن حس استمرار همانند آن‌چه که به شناخته‌ها داریم و دیگر هیچ. نظریات خاطرات هستند که نتیجه تجربه‌اند و پاسخ به چالش می‌باشند. من از شناخته‌شده‌ها می‌ترسم، که معنایش ترس از دست‌دادن افراد، اشیاء یا پندارها است؛ از این می‌ترسم که کشف کنم چه هستم؛ از این می‌ترسم که به استیصال بیفتم؛ از این می‌ترسم که دچار درد و رنجی شوم که هنگامی عارض می‌شود که چیزی را از دست داده‌ام یا چیزی را به دست نیاورده‌ام و یا دیگر لذتی برایم باقی نمانده است.

ترس از درد است. درد جسمی پاسخ عصبی است؛ اما درد روحی هنگامی ایجاد می‌شود که من به چیزهایی دل ببندم که به من رضایت خاطر می‌دهند؛ زیرا آنگاه از این می‌ترسم که کسی یا چیزی آن‌ها را احتمالاً از من بگیرد. گردآوری‌های روان‌شناختی تا هنگامی که مورد مزاحمت قرار نگیرند، مانع ایجاد درد روحی می‌شوند؛ به بیان دیگر، من مجموعه‌ای از گردآوری‌ها هستم؛ یعنی تجاربی که از هر نوع آشفتگی جدی ممانعت به عمل می‌آورد و من نمی‌خواهم آشفته شوم. بنابراین، من از هرکس که موجب پریشانی‌ام شود، می‌ترسم. پس ترس من از شناخته‌شده‌هاست، من از آن‌چه که گردآورم - فیزیکی و روحی - می‌ترسم؛ زیرا آن‌چه که گردآورده‌ام، سپری است در مقابل درد و رنج. دانش هم جلو درد را می‌گیرد. همان‌گونه که دانش پزشکی موجب جلوگیری درد جسمی می‌شود، عقاید هم از درد روحی جلوگیری می‌کنند؛ از این رو، من از این‌که عقاید را از دست بدهم می‌ترسم؛ بگذریم که من دانش کامل یا دلیل محکمی در مورد واقعیت این عقاید در دست ندارم. شادی برخی از اعتقادات سنتی را که به من قالب کرده‌اند، به علت قدرتی که از تجربه، اعتماد و درک خود می‌گیرم، رد کنم؛ اما این اعتقادات و دانشی که به دست آورده‌ام، در اصل یکی هستند؛ سپری برای دفع درد.

ترس تا هنگامی که گردآوری شناخته‌ها هست و موجب ترس از دست‌دادن است، وجود دارد. از این رو، ترس از ناشناخته‌ها در واقع ترس از دست‌دادن شناخته‌های گردآوری‌شده است. گردآوری‌شده‌ها بدون تفاوت موجب ترس می‌شوند، ترسی که به نوبه خود درد است و همان لحظه‌ای که می‌گویم: «نباید از دست بدهم»، ترس به وجود می‌آید. اگرچه قصد من از گردآوری، فراهم کردن سپری در مقابل درد است، خود درد، جزء جدانشدنی گردآوری‌هاست. همان چیزهایی که داریم، خود باعث ترس می‌شوند که همان درد است.

ترس، جزء روند گردآوری است و اعتقاد به چیزی، جزئی از روند مربوط به گردآوری است. پسر می‌میرد و من به تناسخ اعتقاد دارم تا بدین وسیله از درد روحی بیشتر جلوگیری کنم؛ اما در تک‌تک این روندها، تردید وجود دارد. در دنیای بیرون به جمع‌آوری چیزهایی می‌پردازم و جنگ ایجاد می‌کنم؛ در دنیای درون، به گردآوری اعتقادات مشغول می‌شوم و موجب درد و رنج می‌شوم. تا هنگامی که بخواهم امنیت داشته باشم، حساب بانکی کذا و ... داشته باشم، تا هنگامی که بخواهم چیزی بشوم - چه از نظر فیزیولوژیکی و چه از نظر روانی - وجود درد ناگزیر است. همان

چیزهایی که از آنها به عنوان سپر مانع درد استفاده می‌کنم، خود به وجود آورنده درد و ترس هستند.

ترس هنگامی پدید می‌آید که من آرزو کنم در الگوی خاصی قرار بگیرم. زندگی بدون ترس، یعنی زندگی بدون یک الگوی معین. هنگامی من خواهان شیوه خاصی از زندگی هستم، خود این شیوه خاص زندگی، منبع ترس است. مشکل من میل به زندگی در چارچوب معین است. آیا من نمی‌توانم این چارچوب را بشکنم؟ هنگامی این کار را می‌توانم انجام دهم که حقیقت را ببینم؛ یعنی ببینم که الگو موجب ترس شده و ترس موجب تقویت الگو می‌شود. اگر بگویم من باید چارچوب را بشکنم؛ زیرا می‌خواهم از چنگ ترس رها شوم، در آن صورت، من تنها از الگوی دیگر پیروی کرده‌ام که ترس بیشتری را موجب می‌شود. هر عملی از جانب من که براساس میل به شکستن الگو، باشد تنها الگوی دیگری خلق می‌کند و نتیجه‌اش هم ترس است. چگونه می‌شود چارچوب را بدون ایجاد ترس، یعنی بدون هیچ عمل خودآگاه یا ناخودآگاهی از جانب شخص در ارتباط با آن، شکست؟ معنی این سخن آن است که من نباید عمل کنم، من نباید برای شکستن الگو حرکتی انجام دهم. پس، هنگامی که من تنها به الگو نگاه می‌کنم، می‌بینم که ذهن، خود الگو و چارچوبی است و در الگوی معمولی که خود آفریده است، زندگی می‌کند؛ بنابراین، خود ذهن، ترس است. آن چه که ذهن انجام دهد، به سوی تقویت یک الگوی قدیمی و یا افزودن الگوی دیگر هدایت می‌شود؛ یعنی آن چه که ذهن برای رهایی از دست ترس انجام می‌دهد، خود موجب ترس است.

ترس، مفرهای گوناگون پیدا می‌کند. یکی از انواع آن، همانندسازی است؛ همانندسازی با کشور، اجتماع یا یک نظر. آیا متوجه نشده‌اید که واکنش‌تان از دیدن یک تشییع، تشییع نظامی یا مذهبی و یا هنگامی کشور در خطر تهاجم است، چیست؟ در آن هنگام، خود را با کشور، یا یک موجودیت و با یک ایدئولوژی، همانند و منطبق می‌کنید. در مواقعی هم خود را با فرزند، همسر و یا با چارچوب معین از عمل یا بی‌عملی همانند می‌کنید. همانندسازی، یک فرآیند خودفراموشی است. تا هنگامی که من از «من»‌ای که می‌شناسم آگاه هستم، درد، تلاش و ترس مستمر وجود دارد؛ اما اگر خود را با چیزی بزرگ‌تر، با ارزش، زیبایی، زندگی، حقیقت، اعتقاد و دانش همانند کنم، لاف‌باز به صورت موقت، آنگاه گریزگاهی برای «من» پیدا کرده‌ام؛ قبول دارید؟ اگر من در مورد «کشور خود» صحبت کنم، خود را موقتاً فراموش می‌کنم. اگر بتوان خود را با فامیل، یک گروه، یک حزب شخصی و یا یک ایدئولوژی معین همانند کنم، در آن صورت یک گریزگاه پیدا کرده‌ام.

بنابراین، همانندسازی شکلی از فرار از خود است؛ همان‌طور که حتی پرهیزکاری نوعی فرار از خود است. شخصی که به دنبال پرهیزکاری است، از خود می‌گریزد و چنین آدمی کوتاه‌نظر است. چنین چیزی ذهن پرهیزکار نیست؛ زیرا پرهیزکاری چیزی نیست که ذهن بتواند آن را دنبال

کند. هر قدر بیشتر تلاش در پرهیزکاربودن کنید، بیشتر به تقویت خود و «من» همت گماشته‌اید. ترس که به اشکال گوناگون برای ما عادی است، باید همیشه جانشینی بیابد و باید بر تلاش ما بیفزاید. هر قدر با یک جانشین همانندتر باشید، قدرتی را که به آن تمسک می‌جوئید، در راهش می‌کوشید و خود را فدا می‌کنید، بیشتر است؛ زیرا ترس در پشت آن پنهان است.

آیا می‌دانیم ترس چیست؟ آیا این عدم پذیرش «آنچه هست» نیست؟ ما باید به واژه «پذیرش» اشراف داشته باشیم. من این واژه را به معنای کوشش برای پذیرفتن به کار نمی‌برم. هنگامی من از «آنچه هست» ادراک حسی دارم، دیگر مسأله پذیرش بی‌معناست. هنگامی من «آنچه هست» را به وضوح نمی‌بینم، آن‌گاه روند پذیرش را به میان می‌کشم. چگونه من، منی که مجموعه‌ای از همه این واکنش‌ها، پاسخ‌ها، خاطرات، امیدها، افسردگی‌ها، ناکامی‌ها هستم، منی که نتیجه حرکت خودآگاهی هستم که راهش سد شده است، می‌توانم از این‌ها فراتر روم؟ آیا ذهن می‌تواند بودن این سدها و موانع، هشیار باشد؟ به خارق‌العاده‌بودن خوشی، هنگامی پی‌می‌بریم که مانعی وجود نداشته باشد. مگر نمی‌دانید هنگامی بدن دارای سلامت کامل است، نوعی خوشی و رفاه وجود دارد؟ مگر نمی‌دانید که هنگامی ذهن کاملاً آزاد و بدن مانع اسست، هنگامی مرکز بازشناسی که «من» است، آن‌جا نیست، شما خوشی خاصی را تجربه می‌کنید؟ آیا این حالت را در نبود خود تجربه نکرده‌اید؟ شکی نیست که همه آن را آزموده‌ایم.

درک خود و آزادی از آن تنها هنگامی ممکن است که من بتوانم کلاً و تماماً و یک‌پارچه به آن نگاه کنم و انجام این کار تنها هنگامی امکان دارد که من به روند کلی تمام فعالیت‌هایی که زاینده آرزویی است که خود بیانگر اندیشه است، اشراف داشته باشم. فراموش نکنیم که اندیشه و آرزو با هم فرقی ندارند - در صورتی که من بتوانم بدون توجیه، بدون محکوم‌کردن و بدون سرکوب، آن را درک کنم، آنگاه از امکان راه‌یافتن به فراسوی این محدودیت‌های خود، آگاهی خواهیم یافت.

بخش اول - فصل 11 - سادگی

می‌خواهم با بحث در مورد سادگی، احتمالاً در مسأله حساسیت نیز مکاشفه‌ای داشته باشیم. ظاهراً سادگی به نظر ما تنها نوعی نمایش بیرونی و یا یک عقب‌نشینی است؛ یعنی داشتن متعلقات اندک، بستن یک لنگ به کمر، نداشتن خانه، لباس کم پوشیدن و پول اندکی در بانک داشتن. بی‌شک این سادگی نیست. این تنها یک نمایش بیرونی است. سادگی از نظر من چیز لازمی است؛ اما زمانی وجود پیدا می‌کند که ما مفهوم خودشناسی را فهمیده باشیم.

سادگی صرفاً مطابقت با یک الگو نیست. برای ساده‌بودن هوشمندی بسیار لازم است؛ نه فقط مطابقت با یک الگوی ویژه، این‌که این الگو از جهت نمایش بیرونی تا چه حد بارزش باشد، فرقی

ندارد. متأسفانه همه ما ساده بودن را از نمایش ظاهری و در امور بیرونی می‌بینیم. داشتن متعلقات اندک، راضی بودن با تعداد و مقدار کم و به احتمال تقسیم کردن این کم با دیگران، بالنسبه ساده‌تر است؛ اما صرفاً نمایش بیرونی سادگی در اشیاء و در متعلقات به هیچ وجه به معنای داشتن سادگی درونی نیست؛ زیرا آن گونه که وضع امروزی دنیاست، هر روز از بیرون، چیزهای بیشتری بر ما تحمیل می‌شود. زندگی دائماً پیچیدگی بیشتر پیدا می‌کند و ما برای فرار از دست این زندگی، به صرف نظر کردن و جد شدن از اشیاء - مانند اتومبیل، خانه، سینما و از شرایط بی‌شماری که از بیرون بر ما تحمیل شده است - می‌پردازیم. خیال می‌کنیم با عقب نشینی کردن، به سادگی خواهیم رسید. چه بسیار قدیسین و معلمانی که ترک دنیا کرده‌اند و به نظر من این گونه صرف نظر کردن از دنیا، از سوی هر کس که باشد، مشکل را حل نخواهد کرد. آن نوع سادگی که اساسی و واقعی است، تنها از درون به وجود می‌آید و دارای نمایشی بیرونی نیز هست. بنابراین، مشکل این است که چگونه ساده باید بود؛ زیرا این گونه سادگی، انسان را هر چه بیشتر حساس می‌کند. وجود ذهن و قلب حساس ضروری است؛ زیرا ادراک و پذیرش سریع در آن صورت ممکن خواهد شد.

مطمئناً انسان می‌تواند از راه درک موانع، تعلقات و ترس‌های بی‌شماری که دارد، از درون ساده باشد؛ اما خیلی‌ها دوست دارند در بند مردم، متعلقات و پندارها اسیر باشند. ما دوست داریم زندانی باشیم. ما از درون زندانی هستیم، بگذریم که از بیرون بسیار ساده‌ایم. ما از درون زندانی امیال، خواسته‌ها، پندارها و انگیزه‌های بی‌شماریم. سادگی را به جز هنگامی که شخص از درون آزاد باشد، نمی‌توان یافت؛ از این رو، باید از درون شروع کرد و نه از بیرون.

هنگامی انسان به درک کل فرآیند اعتقاد و این که چرا ذهن انسان به اعتقادی وابسته است، نایل می‌شود، به یک آزادی خارق‌العاده دست پیدا می‌کند. هرگاه که از چنگ اعتقادات رها شویم، به سادگی رسیده‌ایم؛ اما سادگی نیاز به هوشیاری دارد و هوشیاری، مستلزم آن است که شخص از موانع موجود بر سر راه خود آگاه باشد. برای آگاه بودن باید دقت مستمر داشت و خود را در هر شکل معمول و هر الگوی معین فکری و عملی ثابت نگه نداشت. در هر حال هر طور که انسان در درون باشد، در بیرون تأثیر می‌گذارد. اجتماع یا هر عملی جلوه‌ای از خود ماست و تا هنگامی که خود را از درون دگرگون نکنیم، قانون گذاری صرف، مفهوم بیرونی چندانی ندارد؛ البته ممکن است باعث اصلاحات و تسویه‌های معینی بشود؛ ولی وجود درونی شخص همیشه بر وجود بیرونی او چیره می‌شود. اگر شخص از درون آرمند و جاه طلب باشد و به دنبال پندارهای ویژه برود، پیچیدگی درونی، هر قدر هم با دقت طرح ریزی شده باشد، عاقبت اجتماع بیرون را واژگون کرده و به سقوط می‌کشاند.

از این رو، شروع کار انسان باید از درون باشد؛ بدون منها کردن یا نپذیرفتن دنیای بیرون، به طور حتم با ادراک دنیای بیرون و دریافتن چگونگی وجود تعارض، درد، کشمکش در این دنیا، به

درک دنیای درون خواهیم رسید. بررسی‌های بیشتر انسان از درون خود، طبعاً نوعی حالت درونی به وجود می‌آورد که خود موجب تعارض‌ها و مصیبت‌های برونی می‌شود. نمایش بیرونی تنها نشانه‌ای از حالت درونی است؛ اما برای فهمیدن حالت درونی انسان باید از بیرون شروع کند. بیشتر ما همین کار را می‌کنیم. با درک دنیای درون - بدون منهاکردن یا انکار دنیای بیرون؛ بلکه با درک برون و رسیدن به درون - درمی‌یابیم که هم‌زمان با شروع بررسی پیچیدگی‌های درونی وجود خویش، بیش از پیش حساس و آزاد می‌شویم. همین سادگی درونی است که بسیار اساسی است؛ زیرا این سادگی ایجاد حساسیت می‌کند. ذهنی که حساس، هشیار و آگاه نیست، توانا به پذیرش و هیچ عمل خلاق نمی‌باشد. انطباق، به‌عنوان وسیله‌ای برای ساده کردن ما، درواقع ذهن و قلب را تیره و غیرحساس می‌کند. هر نوع اجبار سلطه‌جویانه از سوی دولت، شخص، آرمان، توفیق و چیزهایی از این قبیل، هر نوع تطابق نظری به جز ایجاد عدم حساسیت نتیجه‌ای ندارد؛ زیرا از درون ساده نیست. چه بسا که شما از بیرون انطباق حاصل کنید و سادگی ظاهری از خود نشان دهید؛ همان‌گونه که بسیاری از مذهب‌یون وانمود می‌کنند. آن‌ها مکاتب مختلفی را به کار می‌گیرند، به سازمان‌های گوناگون می‌پیوندند، به روشی ویژه به تفکر می‌نشینند و اموری از این قبیل، همه و همه، ظاهری ساده از خود نشان می‌دهند؛ اما این انطباق، راه به سادگی ندارد.

هیچ نوع اجباری به سادگی نمی‌انجامد. برعکس، سرکوبی بیشتر، جانشین بیشتر درپی دارد؛ هر قدر توجه به مسائل عالی بیشتر باشد، سادگی کمتر است؛ ولی هر قدر بیشتر به روند توجه به مسایل عالی؛ سرکوب جانشینی اشراف داشته باشید، امکان ساده‌بودن شما بیشتر می‌شود.

مسایل ما - مسایل اجتماعی، محیطی، سیاسی، مذهبی - آن‌چنان پیچیده‌اند که تنها راه گشودن و حل آن‌ها، ساده‌بودن است؛ نه داشتن فضل و هوش خارق‌العاده. آدم ساده از آدم پیچیده سراسر است تر می‌بیند و تجربه‌ای مستقیم‌تر دارد. اذهان ما از دانش لایتناهی حقایق، از آن‌چه که دیگران گفته‌اند، آن‌چنان پرازدحام است که ما دیگر توانایی ساده‌بودن و داشتن تجربه مستقیم را نداریم. این مسایل شیوه‌های برخورد نوینی را می‌خواهند و هنگامی می‌توان با آنان این‌گونه برخورد کرد که ما از درون واقعاً ساده باشیم. این سادگی تنها از راه خودشناسی، از راه درک خود و شیوه اندیشیدن و احساس کردن، حرکت افکار، واکنش‌ها و نحوه انطباق بدست می‌آید؛ از طریق ترس، اعتقاد عمومی، اعتقاد به آن‌چه که دیگران می‌گویند، آن‌چه که بودا، مسیح و قدیسیان بزرگ گفته‌اند، حاصل می‌شود که تمامی آن‌ها نشانه طبیعت ما برای انطباق و امنیت داشتن و سالم‌بودن است. هنگامی کسی به دنبال امنیت است، به‌طور وضوح در یک حالت ترس است، از این‌رو، سادگی وجود ندارد.

هیچ‌کس بدون داشتن سادگی نمی‌تواند حساسیت داشته باشد - نه به درخت‌ها، نه به پرنده‌ها، نه به کوه‌ها، نه به باد، و نه به هیچ‌چیز و هیچ‌کس که دور و برمان در دنیا در حرکت است - اگر

کسی ساده نباشد، نمی‌تواند به صمیمیت درونی امور، حساس باشد. بیشتر ما به گونه‌ای بسیار سطحی در لایه بالای خودآگاه خویش زندگی می‌کنیم؛ در آن جا می‌کوشیم متفکر و اندیشمند باشیم که این کار با مذهبی‌بودن مترادف است؛ در آن جا سعی می‌کنیم ذهن‌مان را از راه اجبار و انضباط، ساده کنیم؛ اما سادگی این نیست. هنگامی لایه بالایی ذهن را وادار به ساده‌بودن می‌کنیم این اجبار تنها باعث سرسختی ذهن می‌شود، نه آن را انعطاف‌پذیر می‌کند، نه روشن و نه چالاک. ساده‌بودن در روند کلی و تمامی خودآگاه، کاری بس دشوار است؛ زیرا هیچ‌گونه کتمان درونی نباید وجود داشته باشد. برای یافتن، برای کند و کاو در روند وجودی ما که معنایش بیداری در برابر هر صمیمیت و اشارتی است؛ بیداری در برابر ترس‌ها و امیدها و بیداری در آن صورت؛ یعنی هنگامی که ذهن و دل واقعاً ساده بوده و از قشری سخت پوشیده نشده باشند، می‌توانیم مشکلات بسیاری را که با آن‌ها روبه‌رو هستیم، حل کنیم.

دانش حلال مشکلات ما نخواهد بود. مثلاً چه بسا که شما از تناسخ خبر داشته باشید و بدانید که بعد از مرگ، استمرار وجود دارد. می‌گوییم چه بسا، نمی‌گوییم که شما خبر دارید؛ یا چه بسا که شما آن را قبول کرده باشید؛ ولی این مشکلی را حل نمی‌کند. نظریه، تعهد و اطلاعات شما، مرگ را در قفسه محبوس نمی‌کند. این جریان مرموزتر، عمیق‌تر و بدیع‌تر از این گفته‌هاست. انسان باید استعداد تحقیق دوباره همه این امور را داشته باشد؛ زیرا تنها از راه تجربه مستقیم است که مشکلات ما حل خواهد شد و برای داشتن تجربه مستقیم، نیاز به ساده‌بودن داریم که معنایش آن است که حساسیت باید وجود داشته باشد. وزن دانش، ذهن را سنگین می‌کند؛ سبب تیرگی ذهن گذشته و آینده است. تنها ذهنی که توانایی تطبیق خود را با حال دارد، به‌طور مستمر و لحظه به لحظه می‌تواند با تأثیرات و فشارهای قوی که به‌طور مستمر به‌وسیله محیط بر آن وارد می‌شود، روبه‌رو شود.

بنابراین، شخص مذهبی کسی نیست که عبا بر دوش می‌اندازد یا لنگ به کمر می‌بندد، یا روزی یک وعده غذا می‌خورد، یا این که قسم‌های بی‌شمار خورده است که این نباشد و آن باشد؛ بلکه کسی است که از درون ساده است، کسی است که در حال شدن چیزی نیست. ذهنی این‌چنین، پذیرش خارق‌العاده دارد؛ زیرا مانعی در کار نیست. ترس وجود ندارد، حرکتی به سوی چیزی انجام نمی‌گیرد؛ از این رو توانایی دریافت فیض، رسیدن به پروردگار و حقیقت و آن چه را که اراده کند، دارد؛ اما ذهنی که به دنبال یافتن حقیقت می‌رود، ذهنی ساده نیست. ذهنی که در تکاپو، جست‌وجو، راه‌پیدا کردن و هیجان است، ذهنی ساده نیست. ذهنی که با هر الگوی اقتدار - چه از درون و چه از بیرون - انطباق پیدا می‌کند، نمی‌تواند ساده باشد و تنها هنگامی که ذهن واقعاً حساس، هشیار، آگاه از همه رخدادها، پاسخ‌ها و اندیشه‌های خود باشد، هنگامی که دیگر شدنی در کار نیست، دیگر خود را برای آن که چیزی باشد، شکل نمی‌دهد؛ تنها در آن موقع است که توانایی دریافت آن چه را که حقیقت باشد، دارد. تنها آن هنگام است که می‌تواند خوشبختی

وجود داشته باشد؛ زیرا خوشبختی هدف نیست؛ بلکه نتیجه واقعیت است. هنگامی ذهن و دل ساده، حساس شدند- البته نه از راه اجبار، هدایت یا تحمیل - آنگاه خواهیم دید که می‌توان با مشکلات به آسانی روبه‌رو شد. هر قدر هم مشکلات ما پیچیده باشند، می‌توانیم به صورتی تازه با آن‌ها مقابله کرده و به گونه‌ای متفاوت بر آن‌ها نظر کنیم. آن‌چه که امروز طالب آن هستند مردمی است که بتوانند با این آشفتگی برونی، بلوا و آشوب و دشمنی از نو و به گونه‌ای خلاق و آسان روبه‌رو شوند؛ نه با تئوری و فرمول، چه متعلق به چپ و یا راست باشد. آن‌کس که ساده نیست، توانایی از نو برخورد کردن با این امر را ندارد.

مشکل هنگامی می‌تواند حل شود که برخورد ما با آن بدین گونه باشد. در صورتی که ما بر اساس الگوهای فکری، مذهبی، سیاسی، یا هر نوع الگوی ویژه دیگری فکر کنیم، نمی‌توانیم با مشکل، برخوردی تازه داشته باشیم. بنابراین، برای ساده‌بودن باید از قید همه این‌ها آزاد باشیم. از این رو است که آگاه‌بودن، استعداد درک روند فکر کردن خود را داشتن و خود را به‌طور کامل شناختن، بسیار اهمیت دارد؛ زیرا سادگی از آن ناشی می‌شود و فروتنی که پرهیزکاری و تمرین نیست، از آن مایه می‌گیرد. فروتنی حاصله، دیگر فروتنی نخواهد بود. ذهنی که خود را فروتن می‌کند، ذهنی نیست که دیگر فروتن باشد. فروتنی تنها هنگامی فروتنی است که انسان آن را داشته باشد، پرورده‌شده نباشد، در آن صورت است که انسان توانا است با امور اضطراری دنیا روبه‌رو شود؛ زیرا در آن هنگام، شخص اهمیت ندارد؛ زیرا او از درون فشارها و احساس اهمیت خود نگاه نمی‌کند؛ بلکه به مسأله به‌خاطر خود مسأله می‌نگرد و آن‌گاه است که می‌تواند آن را حل کند.

بخش اول - فصل 12- آگاهی

شناسایی خود یعنی شناختن رابطه خود با دنیا- نه تنها با دنیای پندارها و مردم؛ بلکه با طبیعت و آن‌چه مالک آن هستیم- و زندگی یعنی رابطه با همه چیز و همه‌کس. آیا درک این رابطه نیازی به تخصص دارد؟ بدیهی است که چنین نیست. آن‌چه که نیاز دارد، آگاهی است؛ آگاهی برای رویارویی با دنیا به‌عنوان یک کل. چگونه می‌توان آگاه بود؟ این مشکل ماست. چگونه شخص می‌تواند آگاهی لازم را داشته باشد؛ اگر بشود این واژه را به‌کاربرد بدون آن‌که تخصص منظور نظر باشد؟ چگونه انسان را می‌توان برای رویارویی با دنیا به‌عنوان یک کل آماده کرد؟ که معنایش نه تنها رابطه شخصی با همسایه است؛ بلکه همچنین با طبیعت، با آن‌چه که به شما متعلق است، با پندارها و آن‌چه که ذهن به‌عنوان خیالات واهی، میل و چیزهایی از این قبیل، جعل می‌کند. چگونه شخص می‌تواند از این روند کلی رابطه آگاه باشد؟ شکی نیست که زندگی ما این است. زندگی بدون رابطه وجود ندارد و درک این رابطه، معنایش منزوی شدن نیست؛ برعکس بازشناسی کامل یا آگاهی از روند کلی رابطه را می‌خواهد؟

چگونه شخص باید آگاه باشد؟ چگونه ما از چیزی آگاه هستیم؟ چگونه شما از رابطه خود با شخص آگاه می‌شوید؟ چگونه شما از وجود درختان و از چهچهه پرندگان آگاه می‌شوید؟ هنگامی روزنامه‌ای را می‌خوانید، چگونه از واکنش خود آگاهی می‌یابید؟ آیا ما از پاسخ‌های سطحی ذهن، به خوبی پاسخ‌های درونی آگاه هستیم؟ اصلاً چگونه از چیزی آگاه می‌شویم؟ نخست از پاسخ مربوط به یک انگیزه که یک حقیقت بدیهی است، آگاه هستیم؛ درخت را می‌بینیم و نوعی پاسخ، نوعی احساس، تماس، شناسایی و میل در ما به وجود می‌آید. این روند معمول است، این طور نیست؟ ما می‌توانیم آن چه را در عمل رخ می‌دهد، بدون مطالعه هیچ کتابی مشاهده کنیم.

بنابراین، لذت و درد در شناسایی است و «استعداد» یعنی نگرانی ما در مورد لذت و دوری از درد، غیر از این است؟ اگر شما به چیزی علاقه‌مند باشید، اگر به شما لذت ببخشد، استعداد فوراً ایجاد می‌شود؛ آگاهی از آن حقیقت، بی‌درنگ به وجود می‌آید و اگر دردناک باشد، «استعداد» دوری از آن در ما شکل می‌گیرد. تا هنگامی که ما برای درک خود چشم بر «استعداد» داریم، خیال می‌کنیم توفیق یارمان نخواهد بود؛ زیرا درک خود بستگی به استعداد ندارد. استعداد تکنیکی نیست که ما به وجود آوریم، پرورش دهیم و طی زمان و با تشدید آن، به آن بیفزاییم. به طور حتم، این آگاهی از خود را نمی‌توان در عمل، رابطه آزمود؛ می‌توان آن را در نحوه حرف زدن و رفتار ما آزمود. خود را بدون هیچ‌نوع همانندسازی، بدون مقایسه، بدون محکوم‌سازی مشاهده کنید؛ تنها مشاهده کنید، خواهید دید که اتفاق خارق‌العاده‌ای خواهد افتاد. نه تنها به فعالیتی که ناخودآگاه است، پایان خواهید داد - زیرا بیشتر فعالیت‌های ما ناخودآگاهانه است - بلکه از این هم پیشتر خواهیم رفت و به انگیزه‌های عمل نیز، بدون پرسش و کندوکاو در آن، آگاه خواهید شد.

هنگامی آگاه هستید، تمامی روند اندیشیدن و عمل را می‌بینید؛ اما چنین چیزی تنها در صورتی رخ خواهد داد که محکوم‌کردنی در میان نباشد. هنگامی چیزی را محکوم می‌کنیم، آن را نمی‌فهمیم و این یکی از راه‌های دوری از هر نوع فهمیدن است. خیال می‌کنم بیشتر ما این کار را عمداً انجام می‌دهیم؛ فی‌الغور محکوم می‌کنیم و خیال می‌کنیم که فهمیده‌ایم. در حالی که اگر محکوم نکنیم؛ بلکه آن را مورد توجه قرار دهیم، از آن آگاه باشیم، در آن صورت، محتوا و مفهوم آن عمل کم‌کم باز خواهد شد. این را آزمایش کنید و آن‌گاه خود بینا می‌شوید. تنها آگاه باشید - بدون هیچ احساس موجه‌سازی - اگر چه ممکن است به ظاهر منفی به نظر آید؛ اما این طور نیست. برعکس، دارای کیفیت انفعالی است که عمل مستقیم نام دارد و برای کشف آن، باید آن را آزمود.

در هر حال، برای درک چیزی باید حالتی انفعالی داشت. نمی‌شود مرتب درباره آن اندیشید و به حدس و گمان متوسل شد، یا در موردش پرس‌وجو کرد. داشتن حساسیت کافی برای دریافت محتوای آن، کفایت می‌کند. مانند صفحه حساس عکاسی است. اگر من تمایل به درک شما

داشته باشیم، باید آگاهی من نسبت به شما انفعالی باشد، در آن صورت شما تمامی سرگذشت خود را برای من خواهید گفت. بدون شک این مسأله به استعداد یا متخصص بودن بستگی ندارد. در این روند ما کم کم خود را خواهیم شناخت؛ نه تنها لایه‌های سطحی خود آگاهی‌مان را؛ بلکه لایه‌های عمیق تر را هم که بسیار بااهمیت‌تراند؛ زیرا تمامی انگیزه‌ها و قصدها، خواسته‌های پنهان و سردرگم، اضطراب‌ها، ترس‌ها و امیال ما، در آن جا نهفته‌اند؛ در بیرون ممکن است همه این‌ها در کنترل ما باشند؛ اما در درون آن‌ها در جوشش هستند. تا هنگامی که از طریق آگاهی، این امور کاملاً درک نشوند، شکی نیست که آزادی، خوشبختی و هوشمندی وجود خارجی نخواهد داشت.

آیا هوشمندی به تخصص مربوط است؟ منظور از هوشمندی، یعنی آگاهی کامل از روند وجودی انسان و آیا پروراندن افراد از راه متخصص کردن‌شان، هوشمندی نام دارد؟ زیرا آن چه که در دنیا دارد رخ می‌دهد، همین است؛ فکر می‌کنید غیر از این است؟ ما این نوع شیوه تفکر را در تمامی تخصص‌ها - پزشکی، مهندسی، صنعت کاری، کسب و تجارت، استادی و کشیش بودن - می‌بینیم.

برای درک بالاترین شکل هوشمندی که حقیقت است و پرودگار لایزال؛ یعنی آن چه که به وصف نمی‌گنجد. بله برای درک چنین چیزی، خیال می‌کنیم که باید خود را متخصص بار بیاوریم. در نتیجه به مطالعه می‌پردازیم، راه می‌جوییم، کندوکاو می‌کنیم و با طرز تفکر متخصصین و یا مشاهده آنان به مطالعه خود می‌پردازیم، تا بدین ترتیب استعدادی پیدا کنیم که ما را در باز کردن گره‌کور تعارض‌ها و مصیبت‌های مان یاری دهد.

گیریم که از آگاه بودن هم بی‌نصیب نباشیم، مشکل ما این است که آیا می‌توانیم تعارض‌ها، مصایب و غم‌های زندگی روزمره‌مان را به کمک دیگران حل کنیم؟ و اگر آن‌ها نتوانند، ما چگونه می‌توانیم از عهده حل آن‌ها برآییم؟ برای درک یک مشکل به‌طور وضوح به هوشمندی نیاز است و این هوشمندی را نه از راه متخصص شدن و نه از راه پروردن تخصص می‌توان به‌دست آورد؛ تنها هنگامی پا به عرصه وجود می‌گذارد که ما از روند کلی خود آگاه خویش به‌گونه‌ای انفعالی آگاه باشیم؛ یعنی از خود بدون انتخاب، بودن گزینش - درست یا نادرست - آگاه باشیم. هنگامی شخصی آگاهی انفعالی دارد، متوجه می‌شود که در پس این انفعالی بودن - چیزی که نه ایده‌السم است، نه رؤیا؛ بلکه هشیاری نهایی است - مشکل مفهوم دیگری دارد؛ یعنی دیگر چیزی به نام همانندی با مشکل وجود ندارد؛ از این رو درموردش داوری نمی‌شود کرد و خود مشکل محتوای خود را برملا خواهد کرد. اگر شما بتوانید این کار را به‌طور مستمر و دایم انجام دهید، آنگاه می‌توان در حل تمامی مشکلات به‌گونه‌ای اساسی - نه سطحی - اقدام کرد. مشکل این است که بسیاری از ما نمی‌توانیم آگاهی انفعالی داشته باشیم و بگذاریم که خود مشکل سرگذشت خود را بدون تغییر و تفسیر ما بیان کند. ما نمی‌دانیم که چگونه بی‌قصد و غرض به مشکل نگاه کنیم. متأسفانه این کار از عهده ما ساخته نیست؛ زیرا ما از مشکل نتیجه

می‌خواهیم، پاسخ می‌خواهیم، به‌دنبال هدف هستیم و در پی ترجمه مشکل برحسب درد یا لذت خویش، یا درخصوص ایستادگی در برابر مشکل، از پیش پاسخی آماده داریم. بنابراین، به مشکلی که همیشه تازه است با الگوی کهنه نگاه می‌کنیم. چالش همیشه تازه است؛ اما پاسخ ما همیشه کهنه و مشکل ما این است که با چالش رویارویی بسنده و کامل داشته باشیم. مسأله همیشه مسأله رابطه است؛ رابطه با اشیاء، با افراد یا ایده‌ها؛ مسأله دیگری وجود ندارد؛ و برای رویارویی به‌طور صحیح و کافی - انسان باید به‌گونه‌ای انفعالی آگاه باشد. این انفعالی بودن به تصمیم، اراده و انضباط بستگی ندارد؛ شروع کار آن است که از انفعالی نبودن خود آگاه شویم. آگاه باشیم که ما در جست‌وجوی پاسخی ویژه به مسأله ویژه‌ای هستیم؛ بی‌شک شروع آن چنین است: شناسایی خود در رابطه با مشکل و نحوه رویارویی با آن. آنگاه به‌محض آن که شناسایی خود را در رابطه با مشکل - نحوه پاسخ‌گویی - انواع تعصب‌ها، خواسته‌ها و علاقه‌مندی‌ها برای برآوردن آن مشکل، شروع کردیم، این شناخت، روند اندیشیدن ما و ماهیت درونی‌مان را آشکار خواهد کرد و رهایی در همین است.

آن چه به‌طور حتم اهمیت دارد، آگاهی بدون گزینش است؛ زیرا گزینش موجب تعارض می‌شود، گزینش‌کننده دچار آشفتگی است؛ از این‌رو، به گزینش روی می‌آورد؛ اگر دچار آشفتگی نباشد، گزینش وجود ندارد. تنها کسی که دچار پریشانی حواس است، تصمیم می‌گیرد که چه بکند یا چه نکند. آدمی که ساده است و صراحتاً به گزینش نمی‌پردازد، «آن چه هست»، هست. عملی که بر پایه پنداری باشد، به‌طور وضوح عملی مورد گزینش است و این چنین گزینشی آزادی‌بخش نیست؛ برعکس، چنین چیزی برحسب اندیشیدن شرطی شده خود، تنها مقاومت بیشتر و تعارض بیشتر به‌وجود می‌آورد.

بنابراین، مهم آن است که ما لحظه به لحظه، بدون گردآوری اندیشه‌ای که آگاهی با خود به‌همراه می‌آورد، آگاه باشیم؛ زیرا در همان لحظه گردآوری، آگاهی شما تنها برحسب چیزهایی است که گرد آورده‌اید و از این‌رو دیگر چیزی به‌نام مشاهده وجود ندارد؛ بلکه آن چه هست، تنها برگردانی از مشاهده است. هرچاکه برگردانی وجود داشته باشد، گزینش وجود دارد و گزینش موجب تعارض است؛ در تعارض درک وجود ندارد.

زندگی به رابطه بستگی دارد و برای درک این رابطه که ایستا نیست، باید نوعی آگاهی قابل انعطاف، نوعی آگاهی که حالت انفعالی هشیارانه دارد، نه حالت فعال پرخاشگرانه، وجود داشته باشد. همان‌طور که گفتم، این آگاهی انفعالی از راه هیچ انضباطی و هیچ تمرینی حاصل نمی‌شود، باید تنها و تنها، لحظه به لحظه از نحوه فکر و احساس خویش آگاه باشیم، نه تنها هنگامی که بیداریم؛ زیرا هرقدر بیشتر در آن دقیق شویم، می‌بینیم که به رؤیا رومی‌آوریم و تمامی انواع نمادهایی را که به‌صورت رؤیا ترجمه می‌کنیم، بیرون می‌ریزیم. از این‌رو، در را به روی امور پنهان که به شناخته‌ها تبدیل می‌شود، می‌گشاییم؛ اما برای یافتن ناشناخته‌ها باید به

آن سوی این در برویم؛ شکی نیست که این مشکل ماست. حقیقت چیزی نیست که به وسیله ذهن قابل شناسایی باشد؛ زیرا ذهن، محصول شناخته شده‌ها و محصول گذشته است؛ از این رو، ذهن باید خود، کنش خود و حقیقت خود را بشناسد و تنها در آن صورت است که ناشناخته می‌تواند وجود داشته باشد.

بخش اول - فصل 13- آرزو

برای بسیاری از ما، آرزو مشکل بزرگی است؛ آرزوی داشتن مال، مقام، قدرت، آسایش، فناپذیری، استمرار، آرزوی محبوب بودن، آرزوی داشتن چیزی دائمی، تشفی‌بخش، بادوام و چیزی که از زمان پیشی‌گیرد. حال ببینیم آرزو چیست؟ این چه چیزی است که به ما انگیزه و اجبار می‌دهد؟ من نمی‌گویم که ما باید با آن چه داریم یا هستیم، راضی باشیم؛ چنین پیشنهادی تنها مخالف آن چیزی است که ما خواهان آن هستیم. کوشش ما بر این است که بدانیم آرزو چیست و اگر بتوانیم به گونه‌ای آزمایش و تردیدآمیز به بررسی آن بپردازیم. خیال می‌کنم باعث چنان دگرگونی خواهیم شد که کارمان تنها جانشین کردن یک چیز مورد آرزو به جای چیز دیگر که مورد آرزو نیست، نخواهد بود. معمولاً این همان چیزی است که به آن «دگرگونی» می‌گوییم. هنگامی از یک چیز خاص مورد آرزو راضی نیستیم، برایش جانشینی پیدا می‌کنیم؛ به گونه‌ای پایان‌ناپذیر از یک چیز مورد آرزو به چیز دیگری که به نظرمان والاتر، شریف‌تر و پالوده‌تر است می‌رویم؛ اما آرزو هر قدر هم پالوده باشد در هر حال آرزوست و در این حرکت آرزو، آن چه که می‌بینیم کشمکش پایان‌ناپذیر است و تعارض میان جبهه‌های مخالف.

بنابراین، آیا پی‌بردن به ماهیت آرزو و تحول‌پذیر بودن یا نبودن آن از اهمیت برخوردار نیست؟ آیا چیزی سوای نماد و شور حاصل از آن است؟ آرزو یعنی شوری که در رسیدن به چیزی وجود دارد. آیا بدون نماد و شور حاصل از آن، آرزویی وجود دارد؟ واضح است که خیر. نماد ممکن است یک شکل، شخص، واژه، نام، تصویر و یا پنداری باشد که به من شور یا هیجان می‌بخشد؛ به من احساس دوست‌داشتن یا نداشتن می‌دهد. اگر این شور لذت‌بخش باشد، من میل به رسیدن، داشتن، میل آویختن به دامن نماد را پیدا می‌کنم و به آن لذت ادامه می‌دهم. گاه‌گاه، بر حسب تمایلات و مقاصد، شکل، تصویر و شیء‌ای را عوض می‌کنم. از یک شکل لذت، سیر، خسته و دلزده می‌شوم؛ از این رو، به دنبال هیجان دیگر، پنداری تازه و نمادی نوظهور می‌روم. شور قدیم را رد می‌کنم و به آن چه که تازه است، به واژه‌های تازه، مفاهیم جدید و تجارب جدید دل می‌بندم. در برابر آن چه که قدیم است، می‌ایستم و در برابر هیجان تازه که آن را بالاتر، شریف‌تر و راضی‌کننده‌تر می‌بینم، تسلیم می‌شوم. بنابراین در آرزو، هم مقاومت وجود دارد و هم تسلیم، که وسوسه را نیز دربر می‌گیرد؛ البته در تسلیم به یک نماد خاص آرزو، همیشه ترس و ناکامی وجود دارد.

اگر من تمامی روند آرزو را مورد مشاهده قرار دهم، می‌بینم که همیشه چیزی وجود دارد که ذهن من برای شور یا هیجان بیشتر به‌سوی آن معطوف است و این روند خالی از مقاومت، وسوسه و انضباط نیست. دارای ادراک حسی، هیجان، تماس و آرزو است و ذهن وسیله مکانیکی این روند می‌شود، روندی که در آن، نمادها، واژه‌ها و اشیاء در مرکزاند و آنچه که در مرکز است، «من» نام دارد. آیا من می‌توانم این مرکز آرزو را- که یک آرزوی خاص، یک میل یا اشتیاق به‌ویژه نیست؛ بلکه ساختاری تمام از آرزو، اشتیاق و امید است که ترس و ناکامی همیشه در آن وجود دارد- از هم بپاشم؟ هر قدر که ناکام‌تر می‌شوم، به «من» قدرت بیشتری می‌بخشم. تا هنگامی که امیدواری و اشتیاق وجود دارد، زمینه‌ای از ترس نیز وجود دارد؛ ترسی که باز هم آن مرکز را تقویت می‌کند و انقلاب تنها در آن مرکز امکان‌پذیر است؛ نه به‌صورت سطحی که تنها روند انحراف است و تغییری ظاهری که به کنش شرارت‌بار می‌انجامد.

هنگامی من از این ساختار کلی آرزو آگاه باشم، آنگاه متوجه می‌شوم که چگونه ذهن من به یک مرکز مرده، به یک روند مکانیکی خاطرات تبدیل شده است. هنگامی از یک آرزو خسته می‌شوم، به‌طور اتوماتیک می‌خواهم خود را در آرزوی دیگری قانع کنم. ذهن من همیشه برحسب هیجان موردنظر در حال تجربه است، ذهن من آلت دست هیجان است. هنگامی از یک هیجان خسته می‌شود، به جست‌وجوی هیجان دیگری می‌روم که ممکن است همان چیزی باشد که من نامش را اثبات وجود خدا می‌گذارم؛ اما باز هم هیجانی بیش نیست. حوصله‌ام از این دنیا و رنج و محنت آن سررفته است و دلم می‌خواهد آرامش داشته باشم؛ آرامشی که پایان‌ناپذیر باشد؛ از این‌رو، به تفکر می‌پردازم، کنترل می‌کنم و ذهنم را برای تجربه آن آرامش‌کذایی، سروسامان می‌دهم. تجربه کردن آن آرامش، باز هم هیجان است. بنابراین، ذهن من وسیله مکانیکی هیجان و خاطره است و مرکزی است مرده که من فکر و عمل‌ام را از آن می‌گیرم. چیزهایی که به‌دنبال‌شان می‌روم، تجلیات ذهن و در قالب نمادهایی هستند که ذهن هیجان‌اتش را از آن‌ها کسب می‌کند و واژه‌های «پروردگار»، «عشق»، «کمونیسم»، «دموکراسی» و «ناسیونالیسم»، همه نمادهایی هستند که به ذهن هیجان‌اتی می‌بخشند و از این‌رو ذهن دست از دامن آن‌ها رها نمی‌کند و همان‌طور که شما و من می‌دانیم، همه هیجان‌ات به‌پایان می‌رسند و بدین ترتیب ما از یک هیجان به هیجان دیگر رومی‌آوریم و هر هیجانی، عادت دنبال کردن هیجان بیشتر را تقویت می‌کند. بنابراین، ذهن آلت دست هیجان و خاطره می‌شود و ما در این فرآیند اسیر می‌شویم. تا هنگامی که ذهن در جست‌وجوی تجربه بیشتر است، تنها می‌تواند برحسب هیجان بیندیشد و هر تجربه‌آنی، خلاق، حیاتی و بسیار بدیع را فوراً به سطح پایین می‌آورد و به‌دنبالش می‌افتد و سپس، آن هیجان به خاطره بدل می‌شود. بنابراین، تجربه می‌میرد و ذهن تنها به استخری راکد از گذشته تبدیل می‌شود.

اگر ما در آن عمیق شده باشیم، با این روند آشناییم و چنین به نظرمان می‌رسد که دیگر توانمند نیستیم پا فراتر بگذاریم. البته ما می‌خواهیم پا فراتر گذاریم؛ زیرا از این یک‌نواختی بی‌پایان، از این تعقیب مکانیکی هیجان، خسته شده‌ایم؛ بنابراین، ذهن ایده حقیقت و پروردگار را مطرح می‌کند؛ رؤیای تحول حیاتی را می‌بیند و داشتن نقش اساسی در این تحول را و همین‌طور وضع ادامه پیدا می‌کند. از این‌رو، هیچ‌گاه یک حالت خلاق وجود ندارد. من این روند آرزو را در خود و در جریان می‌بینم و می‌بینم که چیزی است مکانیکی، تکراری؛ چیزی است که ذهن را در یک روند یک‌نواخت نگه می‌دارد و از آن یک مرکز مرده از گذشته می‌سازد که در آن خلاقیت آنی و فوری وجود ندارد. همچنین به لحظات ناگهانی خلاقیت برمی‌خوریم که نه به ذهن مربوط است، نه به خاطره و ارتباطی هم با هیجان و آرزو ندارد.

پس، مشکل ما فهم آرزوست؛ نه آن که کجا می‌رود و در کجا به پایان راه می‌رید؛ بلکه فهم روند کلی آرزو، هوس‌ها، اشتیاق‌ها و امیال سوزان. بسیاری از ما خیال می‌کنیم که دارایی کم، نشانه آزادی از قید آرزوست و به‌راستی از کسانی که بسیار کم دارند، چه پرسشی می‌شود؟ لنگ و عبا، نشان‌گر آن است که آرزوهای ما از چنگ آرزو رها شده‌اند؛ ولی این هم جز یک واکنش بسیار سطحی نیست. چرا هنگامی ذهن ما را خواسته‌ها، آرزوها، اعتقادات و کشمکش‌های بی‌شمار فلج کرده است، به آن طرف از متعلقات بیرونی روی می‌آوریم؟ به‌طور حتم باید انقلاب در آن جا رخ دهد؛ نه در میزان دارایی، نوع لباس پوشیدن و تعداد وعده‌های غذای روزانه افراد؛ ولی علت آن که ما تحت تأثیر این امور قرار می‌گیریم آن است که ذهن مان سطحی است.

مشکل شما و من این است که ببینیم آیا ذهن می‌تواند خود را از قید آرزو و هیجان رها کند یا خیر؟ به‌طور حتم، خلاقیت ربطی به هیجان ندارد؛ خدا یا هر چه که شما اسمش را می‌گذارید، حالتی نیست که بتوان آن را مانند یک هیجان تجربه کرد. هنگامی چیزی را تجربه می‌کنید، چه روی می‌دهد؟ به شما شوری خاص، احساس تعالی و یا افسردگی می‌دهد. طبعاً شما کوشش می‌کنید این حالت افسردگی را کنار بگذارید و از آن دوری کنید؛ ولی اگر حالت خوشی و احساس تعالی باشد، تعقیبش خواهید کرد؛ یعنی تجربه شما یک هیجان شادی‌آور ایجاد کرده و شما خواهان شادی بیشتر هستید و این «بیشتر»، باعث تقویت مرکز مرده ذهن می‌شود که باز هم در آرزوی تجربه بیشتر است. بدین ترتیب، ذهن نمی‌تواند هیچ‌چیز تازه‌ای را تجربه کند؛ زیرا برخوردش همیشه از راه خاطره و بازشناسی است؛ آن چه که ذهن تشخیص می‌دهد، حقیقت و آفرینندگی نیست، واقعیت ندارد. ذهنی این‌چنین توانمند به تجربه واقعیت نمی‌باشد و تنها می‌تواند به تجربه هیجان پردازد؛ البته هیجان، آفرینندگی نیست، آفرینندگی چیزی است که همیشه و در تمام لحظات تازه است.

اکنون من حالت ذهن خود را درک می‌کنم؛ می‌بینم که آلت دست هیجان و آرزو است یا بهتر بگوییم، خود هیجان و آرزو است و به‌گونه‌ای مکانیکی در این یک‌نواختی اسیر شده است. ذهنی

این چنین هرگز قادر به دریافت و یا احساس تازه‌ها نیست؛ زیرا هرچیز تازه باید به‌طور وضوح از مرز هیجان که همیشه کهنه است، بگذرد. از این رو، این روند مکانیکی به‌همراه هیجان، خود باید به‌پایان برسد.

طلب کردن بیشتر و به‌دنبال نمادها، واژه‌ها و تصویرها و هیجان آن‌ها رفتن، همه و همه، باید به‌پایان برسند و تنها در آن هنگام برای ذهن این امکان فراهم می‌شود که در آن حالت خاص خلاقیت؛ که در آن تازه همیشه پا به عرصه وجود گذارد، قرار گیرد؛ اگر ادراک شما بدون مسمریسم، بدون واژه‌ها، عادات و پندارها صورت گیرد و اهمیت تأثیرگذاری مستمر موضوع تازه را بر ذهن ببینید، در آن صورت شاید روند آرزو، یک‌نواختی، دل‌زدگی و اشتیاق مستمر برای تجربه را درک کنید. به این ترتیب، من فکر می‌کنم که کم‌کم خواهید دانست که آرزو اهمیت چندانی در زندگی انسانی که واقعاً جست‌وجوگر است، ندارد. به‌طور وضوح، نیازهای فیزیکی هر نوع آرزو - آرزوی بزرگی، حقیقت یا پرهیزکاری - به یک روند روان‌شناختی بدل می‌شود که ذهن به کمک آن‌ها پندار «من» را می‌سازد و خود را به‌عنوان مرکز، تقویت می‌کند.

هنگامی شما این روند را می‌بینید، هنگامی شما از آن، بدون مخالفت، بدون وسوسه، بودن مقاومت، بدون توجیه‌سازی یا داوری، آگاه هستید، آنگاه درمی‌یابید که ذهن توانایی دریافت تازه را دارد و این مورد تازه هرگز هیجان نیست؛ از این رو، هرگز نه قابل شناسایی است و نه تجربه دوباره. حالت وجودی ویژه‌ای است که در آن خلاقیت بدون اختراع و بدون خاطره ایجاد می‌شود. این همان چیزی است که واقعیت نام دارد.

بخش اول - فصل 14- رابطه و انزوا

زندگی تجربه است؛ تجربه در رابطه. هیچ‌کس نمی‌تواند در انزوا زندگی کند؛ بنابراین زندگی یعنی رابطه و رابطه یعنی عمل. چگونه انسان استعداد لازم را برای درک رابطه که زندگی است، دارد؛ مگر نه آن که معنای رابطه هم برقراری ارتباط فکری و احساسی با مردم است و هم آشنایی نزدیک با اشیاء و ایده‌ها؟ زندگی یعنی رابطه که به‌صورت تماس با اشیاء، مردم و ایده‌ها ابراز می‌شود؛ برای درک رابطه باید استعداد روبه‌رو شدن با زندگی را به‌طور کامل و کافی داشته باشیم. بنابراین مشکل ما استعداد نیست - زیرا استعداد مستقل از رابطه نمی‌باشد - بلکه مشکل مان درک رابطه است، که طبعاً ایجاد استعداد برای انعطاف‌پذیری سریع، انطباق‌پذیری سریع و پاسخ‌گویی فوری است.

رابطه، به‌طور حتم، آینه‌ای است که انسان خود را در آن کشف می‌کند. بدون رابطه، انسان وجود ندارد؛ بودن یعنی در رابطه بودن؛ در رابطه بودن یعنی وجود. انسان تنها در رابطه، وجود پیدا می‌کند؛ در غیر این صورت، وجود ندارد و هستی چیزی بی‌معنی می‌شود. انسان خیال می‌کند که

وجود موجودش به دلیل آن است که می‌اندیشد، درحالی که موجودیتش به علت مربوط بودنش است و نبودن درک رابطه، موجب تعارض می‌شود.

اکنون ما از رابطه چیزی نمی‌فهمیم؛ زیرا ما از رابطه، تنها به عنوان وسیله‌ای برای بالابردن دست‌آوردهای مان، بالابردن دگرگونی و بالابردن شدن استفاده می‌کنیم؛ اما رابطه، وسیله‌ای است برای کشف خود؛ زیرا رابطه یعنی بودن؛ رابطه یعنی وجود. بدون رابطه من وجود ندارم. برای درک خود من باید رابطه را درک کنم. رابطه آینده‌ای است که من می‌توانم خود را در آن بینم. این آینده می‌تواند هم تحریف‌شده باشد و هم همان باشد «که هست» و «آن چه هست» را بازتاباند. اما بسیاری از ما در رابطه، در آینده، چیزهایی را می‌بینیم که ترجیح می‌دهیم بینیم؛ آن چه را که هست نمی‌بینیم. ما ترجیح می‌دهیم ایده‌آل به وجود آوریم، بگریزیم؛ ترجیح می‌دهیم در آینده زندگی کنیم نه آن که این ارتباط را در زمان حال ناگزیر خود بفهمیم.

اکنون اگر به بررسی زندگی خود و رابطه‌مان با دیگران پردازیم می‌بینیم که یک روند انزوا است. ما توجهی به یکدیگر نداریم؛ بگذریم که در این مورد حرف زیاد می‌زنیم، در عمل بی‌توجه‌ایم. تا هنگامی با کسی مربوط هستیم که آن ارتباط ما را خشنود کند، تا هنگامی که برای ما پناهی باشد؛ اما به محض آن که در ارتباط ما خللی وارد شود که موجب ناراحتی خود ما را فراهم آورد، آن رابطه را به دور می‌اندازیم. به عبارت دیگر رابطه تا هنگامی وجود دارد که ما خشنود می‌شویم. این ممکن است جسورانه به گوش آید؛ اما اگر واقعاً در زندگی خود به بررسی دقیق پردازید، می‌بینید که حقیقت دارد و پرهیز از حقیقت، یعنی زندگی در نادانی که هرگز موجب به وجود آمدن رابطه صحیح نمی‌شود. اگر در زندگی‌های خود دقیق شویم و به مشاهده رابطه پردازیم، می‌بینیم که روند ایجاد مقاومت در مقابل دیگری است؛ ساختن دیواری است که برای دیدن و مشاهده مردم باید از روی آن گردن بکشیم؛ ولی دیوار را همیشه نگه می‌داریم و در پشت آن می‌مانیم، چه این دیوار، دیوار روانی باشد و چه دیوار مادی، اقتصادی یا ملی. تا هنگامی که در انزوا و در پشت این دیوار زندگی می‌کنیم، رابطه‌ای با دیگران وجود ندارد. ما در انزوا می‌مانیم؛ زیرا خشنودکننده‌تر است و خیال می‌کنیم امنیت بیشتری داریم. دنیا آن چنان درهم گسیخته است، آن چنان از غم و اندوه پر است، آن قدر درد، جنگ، انهدام و مصیبت دارد که می‌خواهیم بگریزیم و در میان دیوارهای امنیت وجود روانی خویش زندگی کنیم. بنابراین، رابطه در نظر بسیاری از ما، یک روند انزواگیری است و به‌طور وضوح رابطه‌ای این چنین، اجتماعی به وجود می‌آورد که آن هم منزوی‌کننده است. این درست همان چیزی است که در سراسر دنیا دارد رخ می‌دهد؛ انسان در انزوای خود می‌ماند و دست خود را از روی دیوار دراز می‌کند، آسمش را ملی‌گرایی، برادری و چیزهای دیگر می‌گذارد؛ ولی در عمل، حکومت‌ها و ارتش‌های حاکم ادامه دارند و انسان درحالی که هنوز به دامن محدودیت‌های خویش آویخته، خیال می‌کند که می‌تواند به وجود آورنده اتحاد جهانی و صلح جهانی - که غیرممکن است - بشود. تا هنگامی که

انسان مرز دارد، چه ملی‌گرایی، چه مرز اقتصادی، مذهبی یا اجتماعی، این یک حقیقت روشن است که صلحی در دنیا وجود نخواهد داشت.

روند انزواگیری، روند جست‌وجو برای قدرت است، چه شخص به‌صورت فردی در جست‌وجوی آن باشد و چه برای یک گروه نژادی یا ملی؛ درهرحال انزوا وجود خواهد داشت؛ زیرا همان آرزوی داشتن قدرت و مقام جدایی‌طلبی است. درهرحال، این چیزی است که هرکس خواهان آن است. هرکس به‌دنبال مقامی قدرتمند است تا بتواند، چه در خانه، اداره یا در یک رژیم بوروکراتیک، سلطه‌طلبی کند. هرکس به‌دنبال قدرت است و در این روند جست‌وجو، جامعه‌ای برپا می‌کند که بر پایه قدرت، ارتش، صنعت، اقتصاد و چیزهایی از این قبیل است که این هم بدیهی است. آیا آرزوی داشتن قدرت، در اصل خود، منزوی‌کننده نیست؟ خیال می‌کنم فهمیدن این مطلب بسیار مهم است؛ زیرا انسانی که خواهان جهانی همراه با آرامش است، جهانی که در آن از جنگ، تخریب هراسناک و فقر مصیبت‌بار در مقیاس غیرقابل‌اندازه‌گیری، خبر نباشد؛ باید این سؤال اساسی را بفهمد، قبول دارید؟ در افراد عاطفی و مهربان، احساس قدرت وجود ندارد؛ بنابراین، این‌گونه افراد به هیچ ملیت و پرچمی متعلق نیستند. آن‌ها پرچم ندارند.

چیزی به‌نام زندگی در انزوا وجود ندارد؛ هیچ کشوری، هیچ ملتی، هیچ فردی نمی‌تواند در انزوا زندگی کند؛ با این وجود، از آن‌جا که انسان در جست‌وجوی قدرت به شیوه‌های گوناگون است، انزوا می‌آفریند. ملی‌گرا فردی است نفرین‌شده؛ زیرا در همان روح ملی‌گرایانه و وطن‌پرستانه‌اش دیواری از انزوا بر گرد خود کشیده است؛ آن‌چنان با کشورش همانند شده است که دیواری دربرابر کشور دیگر می‌سازد. راستی هنگامی دربرابر چیزی دیوار می‌سازید، چه رخ می‌دهد؟ آن چیز دائماً به دیوار شما می‌کوبد؛ هنگامی دربرابر چیزی می‌ایستید، همان ایستادگی نشان می‌دهد که شما با چیز دیگر درتعارض هستید. بنابراین، ملی‌گرایی که روند انزواجویی و نتیجه جست‌وجو برای قدرت است، نمی‌تواند در دنیا باعث به‌وجودآمدن صلح شود. انسانی که ملی‌گراست و دم از برادری می‌زند، دروغ می‌گوید؛ او در یک حالت تضاد زندگی می‌کند.

آیا می‌توان در دنیا بدون اشتیاق به قدرت، مقام و اقتدار، زندگی کرد؟ البته که می‌توان؟ انسان می‌تواند این کار را بکند، به شرطی که خود را با چیزی بزرگ‌تر همسان نکند. این همسانی با چیزی بزرگ‌تر - مثل حزب، کشور، نژاد، مذهب یا خدا - یعنی درپی قدرت‌بودن. برای آن‌که چنین انسانی در درون خود تهی، تیره و ناتوان است و به‌همین جهت می‌خواهد خود را با چیزی بزرگ‌تر از خود همانند و همسان کند. این آرزوی همسان‌شدن با چیزی بزرگ‌تر را اشتیاق به قدرت می‌گوییم.

رابطه، یک روند مکاشفه نفس است و بدون خودشناسی، راه‌های ذهن و قلب آدمی و برپایی به‌تنهای یک نظم، یک سیستم و یک فرمول زیرکانه بیرونی معنای چندانی ندارد. آن‌چه که

اهمیت دارد این است که خود را در رابطه با دیگری بشناسیم. آنگاه رابطه به جای آن که یک روند انزواگرزینی باشد، به یک روند حرکت بدل می‌شود که در آن به کشف انگیزه‌ها، اندیشه‌ها و علاقه‌مندی‌های خود نایل خواهید شد و همین اکتشاف، شروعی است برای رهایی و دگرگونی.

بخش اول - فصل 15- فکر و متفکر

در تمام تجارب ما همیشه تجربه‌کننده، مشاهده‌کننده و کسی که برای خود بیشتر و بیشتر گرد می‌آورد و یا ترک لذات نفس می‌کند، وجود دارد. آیا این روندی اشتباه نیست و آیا این از همان اموری نیست که خلاقیتی به بار نمی‌آورد؟ اگر روندی اشتباه است، آیا می‌توان آن را به کلی از میان برداشت و به کناری انداخت؟ چنین چیزی تنها هنگامی ممکن است که من تجربه کنم، نه آن طور که یک متفکر تجربه می‌کند؛ بلکه هنگامی من از روند اشتباه آگاه هستم و می‌بینم که تنها یک حالت وجود دارد، حالتی که در آن متفکر همان فکر است.

تا هنگامی که من تجربه می‌کنم، تا هنگامی که من در حال شدن هستم، این کنش دوگانه باید وجود داشته باشد؛ باید متفکر فکر باشد، به‌عنوان دو روند جدا از هم و در کار؛ ترکیبی دیده نمی‌شود، همیشه مرکز وجود دارد که کارش براساس اراده معطوف به عمل بودن یا نبودن است. چه به صورت جمعی، چه فردی و چه ملی. این روند در کل جهان همین است. تا هنگامی که کوشش میان تجربه‌کننده و تجربه تفکیک شده، باید سیر قهقرایی وجود داشته باشد. یک پارچگی تنها هنگامی ممکن است که متفکر دیگر مشاهده‌کننده نباشد. به عبارت دیگر، در حال حاضر می‌دانیم که هر دو حالت وجود دارد: متفکر و فکر، مشاهده‌کننده و مورد مشاهده، تجربه‌کننده و مورد تجربه وجود دارند. تلاش ما این است که بر این دوگانگی پل بزنیم.

اراده معطوف به عمل همیشه دارای دوگانگی است. آیا می‌توان از این اراده که تجزیه‌کننده است، پا فراتر گذاشت و به کشف حالتی رسید که این عمل دوگانگی وجود نداشته باشد. چنین حالتی هنگامی یافت می‌شود که ما حالتی که در آن متفکر خود فکر است را به‌طور مستقیم تجربه کنیم. اکنون ما خیال می‌کنیم که فکر از متفکر جداست؛ ولی آیا چنین است؟ مایل هستیم که این طور فکر کنیم؛ زیرا در آن صورت، متفکر می‌تواند مسایل را به کمک افکارش تشریح کند. کشمکش متفکر این است که یا بیشتر و یا کمتر شود؛ بنابراین، در آن کشمکش و عمل ناشی از اراده برای «شدن»، همیشه عامل به‌قهرابرنده وجود دارد؛ ما در تعقیب یک روند دروغین؛ نه یک روند راستین ره می‌سپاریم.

آیا میان متفکر و فکر جدایی‌ای وجود دارد؟ تا هنگامی که این دو جدا و سوا از یکدیگراند، کوشش ما از بین رفته است؛ ما در تعقیب یک روند دروغین هستیم که مخرب است و عاملی است به قهقرابرنده. ما خیال می‌کنیم که فکر از متفکر جداست. هنگامی که می‌بینم که حریص هستم، طرفدار مالکیت هستم، ددمنش هستم، خیال می‌کنم که نباید هیچ‌یک از این‌ها باشم.

آنگاه متفکر تلاش می کند افکارش را دگرگون سازد و کوشش به خرج می دهد که «بشود»؛ در این روند، کوشش به دنبال خطای باطل و دروغین، دو روند مجزای وجودداشتن می افتد، درحالی که تنها و تنها یک روند وجود دارد. من خیال می کنم که عامل اساسی به قهقرا رفتن در این نهفته است.

آیا امکان تجربه این حالت هنگامی که تنها یک هستی موجود است؛ نه دو روند مجزای تجربه کننده و تجربه، وجود دارد؟ شاید در آن صورت، دریابیم که معنای آفرینندگی چیست و حالتی که در آن، در هیچ زمانی و با وجود هر ارتباطی که انسان داشته باشد، به قهقرا رفتن وجود ندارد، کدام است.

من آزمند هستم، من و آز، دو حالت متفاوت نیستیم؛ تنها یک چیز وجود دارد و آن آز است. اگر از آزمند بودن خود آگاه باشم، چه رخ خواهد داد؟ من تلاش می کنم، یا به خاطر علل جامعه شناسی یا مذهبی، آزمند نباشم؛ این کوشش همیشه در یک دایره محدود کوچک خواهد بود. بنابراین عامل به قهقرا برنده وجود دارد؛ ولی هنگامی بادقت و عمق بیشتر می نگرم، می بینم که به وجود آورنده کوشش، خود علت آز است و او خود آز مجسم است؛ همچنین می بینم که چیزی به نام «من» و آز به صورت جداگانه وجود ندارد، آن چه هست، تنها آز است و دیگر هیچ. اگر بدانم که آزمند هستم، اگر بدانم که مشاهده کننده آزمند معنی ندارد؛ بلکه آز خود من هستم، آنگاه کل مسأله ما متفاوت می شود و کوشش مان حالت مخرب نخواهد داشت.

هنگامی تمام وجودتان را آز تشکیل می دهد، هنگامی همه اعمال تان به آز تبدیل می شود، چه می کنید؟ متأسفانه ما در این خط فکری نیستیم. آن چه هست، «من»، وجود برتر و سربازی است که سلطه طلب است و کنترل می کند. به نظر من، این روند مخرب است. یک خطاست و ما علت انجام آن را می دانیم. من خود را به والا و پست تقسیم می کنم تا استمرار داشته باشم. حالا اگر تنها و تنها آز وجود داشته باشد، نه «من» به عنوان عامل آز و من سراپا آز باشم، آنگاه چه روی خواهد داد؟ شکی نیست که در آن صورت، کلاً روند دیگری به کار می افتد و مسأله چیز دیگری می شود. این همان مسأله ای است که دارای خلاقیت است، چیزی است که در آن حالت، «من» سلطه جویی که باید، به هر حال به صورت مثبت یا منفی «بشود»، وجود ندارد. در صورت خلاق بودن باید به این حالت برسیم. در این حالت، ایجادکننده کوشش وجود ندارد. مسأله به لفاظی کردن و یا کوشش برای یافتن ماهیت این حالت مربوط نمی شود. اگر در این راه قدم بردارید، راه را گم می کنید و هرگز هم به جایی نمی رسید. آن چه مهم است، این است که آن کس که کوشش می کند و چیزی که کوشش به جانب آن است، یکی باشند. چنین چیزی نیاز به فهم و هشیاری بسیار دارد. تا ببینیم که چگونه ذهن خود را به عالی - امنیت و هستی - دایم - و پست تقسیم کرده؛ اما هنوز در روند فکر و بالتبع در روند زمان بافی مانده است. اگر بتوانیم این

را به عنوان تجربه مستقیم درک کنیم، در آن صورت، خواهیم دید که یک عامل کاملاً متفاوت دیگر پا به عرصه وجود می‌گذارد.

بخش اول - فصل 16- آیا اندیشیدن می‌تواند مشکلات ما را حل کند؟

اندیشه، مشکل ما را حل نکرده است و خیال نمی‌کنم هرگز حل کند. ما به هوشمندی برای آن که به ما راهی برای خروج از این پیچیدگی نشان دهد، دل بسته‌ایم. هرچه هوشمندی زیرک‌تر، مرموزتر و عجیب و غریب‌تر باشد، گوناگونی سیستم‌ها، تئوری‌ها و ایده‌ها بیشتر است و ایده‌ها هیچ‌یک از مشکلات انسانی را حل نمی‌کنند. هرگز هم حل نکرده‌اند و هرگز هم حل نخواهند کرد. نه ذهن راه‌حل قضیه است، نه راه اندیشه، راه بیرون‌بردن ما از مشکل ما. به نظر من، ما باید نخست این روند اندیشیدن را بفهمیم و شاید بتوانیم از این هم پا فراتر گذاریم، زیرا هنگامی اندیشه متوقف شود، آنگاه شاید بتوانیم راهی پیدا کنیم که به ما در حل مشکلات مان کمک کند، نه به صورت فردی؛ بلکه به صورت جمعی.

اندیشیدن مشکل ما را حل نکرده است. هوشمندانی چون فلاسفه، دانش‌پژوهان و رهبران سیاسی، هیچ‌یک از مشکلات انسانی ما را که همان رابطه بین شما و دیگران و بین شما و من است، حل نکرده‌اند. تا به حال ما ذهن و هوشمندی را برای کمک به خود برای تحقیق در مورد این مشکل به کار گرفته‌ایم و امیدواریم که بدان‌وسیله به راه‌حلی برسیم. آیا روزی می‌رسد که اندیشه بتواند مشکل ما را حل کند؟ آیا اندیشه هیچ‌گاه از چیزی شرطی‌شده که حامی خود و پایدار کننده خود است، پا فراتر می‌گذارد؟ خیر، مگر آن که در آزمایشگاه و یا روی لوح طراحی باشد! آیا فعالیت اندیشه، خودمحور نیست؟ و آیا این چنین اندیشه‌ای خواهد توانست هیچ‌یک از مشکلاتی را که خود آفریده است، حل کند؟ آیا همین ذهنی که مشکلات را آفریده است، می‌تواند همان چیزهایی را که خود پیش کشیده است، به راه‌حلی برساند؟

بی‌شک اندیشیدن یک واکنش است. اگر من از شما سؤالی بپرسم، شما به آن پاسخ می‌گویید، پاسخ شما به خاطره، تعصب‌ها، تربیت، جو موجود و به تمامی شرایط شرطی‌شدن شما بستگی دارد؛ شما طبق همان‌ها پاسخ می‌دهید و براساس همان‌ها می‌اندیشید. مرکز این سابقه ذهن «من»، در روند عمل است. تا هنگامی که این سابقه ذهنی فهمیده نشود، تا هنگامی که آن روند اندیشه، آن خود که مشکلات را می‌آفریند، فهمیده نشود و به کارش پایان ندهیم، ناچار تعارض‌های درونی و بیرونی راه‌یافته در اندیشه، در عاطفه و در عمل دست از سرمان برنمی‌دارند. هیچ‌نوع راه‌حلی، هر قدر هم زیرکانه باشد، هر قدر هم خوب فکرش را کرده باشند، به هیچ‌وجه نخواهد توانست به تعارض میان انسان با انسان - میان شما و من - خاتمه دهد. از این رو، ما با درک این مسأله و آگاهی از نحوه پیدایش اندیشه و منبع آن می‌پرسیم: «آیا این امکان که اندیشه روزی به پایان برسد وجود دارد؟»

این یکی از مشکلات است؛ این طور نیست؟ آیا اندیشه می‌تواند مشکلات ما را حل کند؟ آیا با اندیشیدن روی مسایل، به حل آن نایل شده‌اید؟ هر مشکلی را می‌گوییم - اقتصادی، اجتماعی، مذهبی - آیا فکر کردن هیچ مشکلی را حل کرده است. در زندگی روزمره‌تان، هرچند بیشتر در مورد مشکل می‌اندیشید، مشکل پیچیده‌تر، غیرقابل حل‌تر و نامطئن‌تر می‌شود؛ مگر غیر از این است؟ منظورم در زندگی واقعی و روزمره‌مان است. چه بسا که شما، به‌هنگام اندیشیدن در خصوص جنبه‌های مشکل، نقطه نظر شخص دیگری را به‌وضوح ببینید؛ اما اندیشه تمام و کمال مشکل را نمی‌بیند؛ بلکه تنها جزیی را می‌بیند و پاسخ جزیی، پاسخ کامل نیست؛ از این رو، راه حل به‌شمار نمی‌رود.

هر قدر بیشتر در مورد مشکل فکر کنید، بیشتر درباره‌اش تحقیق، تحلیل و بحث می‌کنید و مشکل پیچیده‌تر می‌شود. پس آیا ممکن است که به مشکل به‌صورتی جامع و به‌تمامی نگاه کنیم؟ این کار به چه صورت امکان دارد؟ زیرا، آن طور که من فکر می‌کنم، مشکل بزرگ ما این است. مشکلات ما رو به فزونی می‌روند - خطر فوری جنگ وجود دارد - در روابط ما انواع و اقسام اختلال‌ها به چشم می‌خورند؛ چگونه می‌توانیم تمامی این‌ها را به‌صورت جامع و به‌صورت یک کل بفهمیم؟ بدیهی است هنگامی می‌توان به حل مشکل رسید که به آن به‌عنوان یک کل نگاه کنیم؛ نه جزء جزء و نه تفکیک شده. چنین چیزی چه‌هنگام ممکن است؟ به‌طور حتم، هنگامی که روند اندیشیدن - که ریشه در «من»، «خود»، سابقه سنت، شرطی شدن، تعصب، امید و ناامیدی دارد - به پایان رسیده باشد. آیا می‌توان «خود» را نه با تحلیل کردن؛ بلکه با دیدن به‌گونه‌ای که هست و آگاه شدن از آن به‌عنوان یک حقیقت و نه یک تئوری، فهمید؟ آیا می‌توان در پی اژه‌پاشیدن «خود» برای رسیدن به نتیجه نبود و فعالیت «خود» و «من» را به‌طور مستمر در عمل دید؟ آیا نگاه کردن به آن، بدون هیچ حرکتی برای ویرانی یا برای تحریص، امکان دارد؟ مشکل این است. اگر در وجود هر یک از ما، مرکز «من»، با آرزویی که برای قدرت، مقام، استمرار و حفظ خود دارد، وجود نمی‌داشت، به‌طور حتم، مشکل ما از میان می‌رفت!

«خود» مشکلی است که اندیشه توانمند به حل کردن آن نیست. باید نوعی آگاهی که مایه در اندیشه ندارد به کمک ما بیاید. برای این کار، آگاه‌بودن، بدون محکوم کردن یا موجه کردن فعالیت‌های خود - تنها آگاه‌بودن - کفایت می‌کند. اگر آگاه‌بودن‌تان برای این است که دریابید چگونه مشکل را حل کنید یا این که آن را دگرگون کنید و یا برای این که به‌نتیجه‌ای برسید، باز هم در محدوده خود و من قرار دارید. تا هنگامی که به جست‌وجوی نتیجه هستیم، چه از طریق تحلیل، چه از راه آگاهی، به کمک بررسی مستمر هر اندیشه، باز هم در قلمرو اندیشه‌ایم که در محدوده «من» است و نفس و یا هر چه که شما اسمش را می‌گذارید.

تا هنگامی ذهن وجود دارد، به‌طور حتم، عشق وجود ندارد. هنگامی عشق باشد، مشکلی به‌نام مشکل اجتماعی نخواهیم داشت؛ اما عشق به‌دست آوردنی نیست؛ در حالی که ذهن در

جست‌وجوی تحصیل آن است، مثل یک فکر تازه، یک وسیله تازه، یک شیوه اندیشیدن تازه؛ اما تا هنگامی که اندیشه در پی کسب عشق است، ذهن از داشتن کیفیت عشق محروم است. تا هنگامی که ذهن به دنبال بودن در حالت آزمندنبودن است، به‌طور حتم، بازهم آزمند است. به‌همین ترتیب، تا هنگامی که ذهن آرزو و اشتیاق چیزی را دارد و کاری می‌کند که در وضعیتی قرار گیرد که در آن عشق قرار دارد، شکی نیست که آن وضعیت را انکار می‌کند.

دیدن این مشکل، این مشکل پیچیده زندگی و آگاه‌بودن از روند اندیشیدن خود ما و دانستن این مطلب، ما را به جایی رهنمون نخواهد کرد - هنگامی این را به‌طور عمیق بدانیم، آنگاه به‌طور یقین نوعی حالت هوشمندی ایجاد می‌شود که نه فردی است و نه جمعی - آنگاه مشکل رابطه فرد با جامعه و فرد با واقعیت، پایان می‌پذیرد؛ زیرا هوشمندی یعنی این، چیزی که نه شخصی است و نه غیر شخصی. احساس من این است که تنها این هوشمندی و تنها همین، توانمند در حل کردن مشکلات بزرگ ماست. این نوعی نتیجه‌گیری نیست و تنها هنگامی حاصل می‌شود که ما تمامی و کل این روند تفکر را؛ نه تنها در سطح خودآگاه؛ بلکه در سطوح عمیق‌تر و پنهان شعور ناخودآگاه خود نیز بفهمیم.

برای فهم هر یک از این مشکلات، باید ذهنی بسیار آرام و ساکت داشته باشیم؛ به‌طوری که ذهن بتواند بدون تغییر و تفسیر پندارها و یا نظریه‌ها و بدون هیچ تحریفی، به مشکل نگاه کند. این یکی از مشکلات ماست؛ زیرا اندیشه موجب انحراف شده است. هنگامی بخواهم چیزی را بفهمم، به چیزی نگاه کنم، لازم نیست درموردش فکر کنم؛ به آن نگاه می‌کنم.

به محض آن که اندیشیدن را شروع کنیم تا درمورد چیزی نظریه و عقیده‌ای به‌دست آوریم، دچار انحراف شده‌ایم و از چیزی که باید بفهمیم، دور افتاده‌ایم. بنابراین، هنگامی به مشکلی برمی‌خوریم، اندیشه باعث انحراف می‌شود - منظور از اندیشه، پندار، عقیده، دآوری و مقایسه است - که ما را از نگاه کردن و بدین ترتیب از درک و حل مسأله بازمی‌دارد. متأسفانه، اندیشه برای بسیاری از ما بسیار اهمیت پیدا کرده است و می‌گوییم: «چگونه می‌توانم بدون اندیشیدن باشم، هستی یابم؟ چگونه می‌توانم ذهنی نانوشته داشته باشم؟» برای داشتن ذهنی نانوشته، باید در یک حالت بلاهت و خرفتی و یا هرچه که اسمش را می‌گذارید، قرار گرفت و واکنش‌گریزی شما، مردود دانستن این حالت است؛ ولی به‌طور یقین، ذهنی که بسیار آرام است، ذهنی که به‌وسیله اندیشه خود منحرف نمی‌شود، ذهنی که باز است، می‌تواند به‌گونه‌ای بسیار ساده و بسیار مستقیم به مشکل نگاه کند و تنها راه حل مشکل در همین استعداد نگاه کردن به مشکل است، بدون آن که هیچ انحرافی صورت گیرد و برای این کار، باید ذهنی ساکت و آرام داشت.

ذهنی این‌چنین حاصل چیزی نیست، فرآورده نهایی یک عمل، یک اندیشه و یک کنترل به حساب نمی‌آید. بدون هیچ انضباط یا اجبار یا توجهی به عالم بالا، بدون هیچ کوششی از طرف

«من» و از سوی اندیشه، حاصل می‌شود؛ هنگامی ایجاد می‌شود که من روند کلی اندیشیدن را درک کنم؛ هنگامی که حقیقتی را بدون انصراف خاطر ببینم. در آن حالت، آرامش و سکوت واقعی ذهن، عشق، اعلام حضور می‌کند و تنها چیزی که می‌تواند مشکلات انسان را حل کند، عشق است.

بخش اول - فصل 17 - وظیفه ذهن

هنگامی شما به مشاهده ذهن خود می‌پردازید، نه تنها سطوح به اصطلاح بالای ذهن را مشاهده می‌کنید؛ بلکه به مشاهده ناخودآگاه نیز می‌پردازید؛ یعنی شما به نظاره کار عملی ذهن می‌نشینید؛ این طور نیست؟ این تنها شیوه بررسی به وسیله شماست. آن چه را ذهن باید انجام دهد، آن چه را باید بیندیشد و عمل کند و اموری از این قبیل را بر ذهن تحمیل نکنید؛ در غیر این صورت، کار ذهن نتیجه‌ای جز اظهاراتی چند نخواهد داشت. به عبارت دیگر، اگر شما بگویید که ذهن باید این کار را انجام بدهد و آن کار را انجام ندهد؛ در آن صورت، تمامی بررسی‌ها و تمامی اندیشه‌ها را متوقف کرده‌اید؛ نقل قول از صاحبان اقتدار و متخصصین نیز همین نتیجه را دربر خواهد داشت. اگر شما از بودا، مسیح، ایکس، وای یا زد استشهاد کنید، به همه جست‌وجوها، اندیشه‌ها و بررسی‌ها پایان داده‌اید. بنابراین باید خود را در برابر این‌ها حفظ کنیم. در صورتی که در مورد مشکل «خود» و همچنین «من» به تعمق بپردازیم، باید تمامی نرمی و ملایمت ذهن را کنار بگذاریم.

وظیفه ذهن چیست؟ برای دریافتن آن، باید بدانید که کار واقعی ذهن چیست؟ ذهن شما چه کار می‌کند؟ تمامی ذهن یک روند اندیشیدن است؛ در غیر این صورت، ذهنی آن جا وجود نمی‌داشت؛ تا هنگامی که ذهن آگاهانه و یا ناخودآگاهانه نمی‌اندیشد، شعور آگاه وجود ندارد. ما باید دریابیم که ذهنی که در زندگی روزمره خود از آن استفاده می‌کنیم و همچنین ذهنی که از وجودش بیشتر ما ناآگاهیم، در رابطه با مشکلات ما چه کاری انجام می‌دهد. باید به ذهن به گونه‌ای که هست، نه آن طور که باید باشد، نظر کنیم.

حال ببینیم به همین صورتی که هست، چه وظیفه‌ای انجام می‌دهد. در واقع ذهن یک روند انزواجویی است. در اصل، این روند متعلق به اندیشه است. اندیشیدن به شکلی منزوی است؛ با این وجود، به صورت جمع باقی می‌ماند. هنگامی به اندیشیدن خود توجه می‌کنید، می‌بینید که روندی منزوی و تکه‌تکه شده است. فکر کردن شما بر اساس واکنش‌های شما است، واکنش‌های خاطره، تجربه، دانش و اعتقاد شما. شما در مقابل همه این‌ها واکنش نشان می‌دهید. اگر من بگویم که باید یک انقلاب اساسی صورت گیرد، شما فوری واکنش نشان می‌دهید.

اگر اقدام به سرمایه‌گذاری‌های نسبتاً زیاد - چه معنوی و چه نوع دیگر - کرده باشید، به واژه «انقلاب» اعتراض خواهید کرد. بنابراین، واکنش شما، به دانش، اعتقاد و تجربه شما بستگی

دارد. این یک حقیقت مسلم است. واکنش‌ها گوناگون‌اند. می‌گویید: «من باید برادرانه رفتار کنم»، «باید همکاری کنم»، «باید مهربان باشم»، «باید عاطفه داشته باشم» و از این قبیل حرف‌ها. معنای این سخنان چیست؟ تمامی این‌ها واکنش‌هایی هستند؛ اما واکنش اساسی ذهنی اندیشیدن روند انزوا است. شما - فرد فردتان - به مشاهده روند ذهن خود مشغول‌اید؛ یعنی سرگرم مشاهده عمل، اعتقاد، دانش و تجربه خود هستید. تمام این‌ها به‌طور یقین به شما امنیت می‌بخشند و به روند اندیشیدن، امنیت و قدرت می‌دهند. این روند، تنها «من»، «ذهن» و «خود» را تقویت می‌کند؛ چه این «خود» را عالی بدانید و چه پست. تمامی مذاهب ما، تمامی مجازات‌های اجتماعی، تمامی قانون‌های مان‌حمایت فرد، فرد واحد و عمل تجزیه طلب است و مخالف با این وضع، از حالت توتالیتیر می‌توان نام برد. اگر در ناخودآگاه به بررسی عمیق‌تر پردازیم، همین روند را در آن‌جا نیز در کار می‌بینیم، همه ما به‌صورت جمعی هستیم که تحت تأثیر محیط، جو، اجتماع، پدر، مادر و پدربزرگ قرار داریم. در آن‌جا نیز آرزوی مبارزه‌طلبی و تسلط‌جویی به‌عنوان فرد و «من»، وجود دارد.

آیا عمل ذهن، آن‌طور که ما سابقه‌اش را داریم و آن‌طور که ما روزانه عمل می‌کنیم، یک روند انزواجویی نیست؟ آیا شما به‌دنبال فداکاری فرد نیستید؟ شما می‌خواهید در آینده کسی بشوید یا در همین دنیا می‌خواهید مردی بزرگ، نویسنده‌ای عالی‌مقام شوید. تمامی تمایل ما بر این است که مجزا شویم. آیا ذهن جز این، کار دیگری از دستش برمی‌آید؟ آیا برای ذهن این امکان وجود دارد که به شیوه‌های تجزیه‌طلبانه درخودفرو(ن)رفته و تکه‌تکه نیندیشد؟ چنین چیزی غیرممکن است. از این‌رو، ما ذهن را پرستش می‌کنیم، ذهن به‌گونه‌ای خارق‌العاده برای مان اهمیت دارد. مگر ندیده‌اید هنگامی که قدری ذکاوت و هشیاری نشان می‌دهید و اندک دانش و اطلاعات گردآوری شده‌ای دارید، چقدر در اجتماع اهمیت پیدا می‌کنید؟ هیچ متوجه شده‌اید نطقان، نویسندگان بزرگ، مفسران و معبران را چگونه پرستش می‌کنید! هوشمندی و ذهن را شما می‌پرورانید.

کار ذهن آن است که جدا باشد؛ در غیر این صورت، ذهن وجود ندارد. از آن‌جاکه قرن‌ها است این روند را پرورش داده‌ایم، می‌بینیم که همکاری بلد نیستیم، تنها باید وادارمان کنند، مجبور شویم و به‌وسیله صاحبان اقتدار، ترس - ترس اقتصادی یا مذهبی - اداره شویم. اگر حالت واقعی این است، نه تنها به‌صورت آگاهانه؛ بلکه همچنین در لایه‌های ژرف‌تر، در انگیزه‌ها، تصمیم‌ها و جست‌وجوهای مان، چگونه می‌توان انتظار همکاری داشت؟ چگونه می‌توان گردهم‌آیی‌های روشنفکرانه برای انجام کاری داشت؟ از آن‌جا که این کار غیر ممکن است، مذاهب و احزاب اجتماعی سازمان‌داده‌شده، فرد را وادار می‌کنند که به شکل‌های ویژه انضباطی درآیند، برای گردهم‌آیی و انجام کار با هم، انضباط اجباری می‌شود.

تا هنگامی که ندانیم چگونه می‌توان به این اندیشه تجزیه‌طلب و این روند تأکیدکننده بر «من» و «مال‌من»، چه به شکل جمعی و چه فردی، تعالی بخشید هرگز به صلح و آرامش نخواهیم رسید و با تعارض و جنگ دائم روبه‌رو خواهیم بود. مشکل ما این است که چگونه به این روند فکری تجزیه‌طلب پایان دهیم؛ اکنون که اندیشه روند لفاظی و واکنش است، آیا می‌توان «خود» را از میان بردارد؟ اندیشه چیزی جز واکنش نیست؛ اندیشه خلاق نمی‌باشد. آیا چنین اندیشه‌ای می‌تواند به هستی خود پایان دهد؟ این همان چیزی است که ما سعی به یافتن آن داریم. هنگامی خط فکری من بر این نسق است که: «من باید انضباط ببخشم»، «باید صحیح‌تر بیندیشم»، «باید فلان یا بهمان کنم»، اندیشه به انگیزش و اجبار و انضباط خود مشغول است تا چیزی باشد یا نباشد. آیا این روند انزواگیزی نیست؟ از این‌رو، چیزی به نام هوشمندی کامل که به صورت یک کل عمل کند و از آن انتظار همکاری برود، وجود ندارد.

چگونه باید به پایان اندیشه رسید؟ یا بهتر بگوییم، چگونه اندیشه، اندیشه‌ای که منزوی، تکه‌تکه و جزء‌جزء شده است، باید به پایان برسد؟ چگونه باید کار را شروع کرد؟ آیا این به اصطلاح انضباط شما، آن را نابود خواهد کرد؟ بدیهی است که در طی تمام این سال‌ها توفیقی نصیب‌تان نشده است؛ وگرنه این‌جا نمی‌بودید. لطفاً این روند انضباط‌گرا را، که تنها یک روند فکری است و در آن به انقیاد کشاندن، سرکوب، کنترل و تسلط‌جویی وجود دارد و تمامی این‌ها بر ناخودآگاه که بعداً به موازات مسن‌تر شدن شما اعلام وجود می‌کند، بررسی کنید. اکنون پس از این کوشش بی‌نتیجه طولانی باید دریافته باشید که انضباط، به‌طور یقین، روندی که نابودکننده «خود» باشد، نیست. خود را نمی‌توان به وسیله انضباط نابود کرد؛ زیرا انضباط روند تقویت خود است. با این وجود، تمامی مذاهب از آن حمایت می‌کنند و تمامی تفکرات و ادعاهای ما براساس آن است. آیا دانش «خود» را از میان برمی‌دارد؟ اعتقاد چطور؟ به عبارت دیگر، آیا هیچ‌یک از کارهایی که در حال حاضر انجام می‌دهیم، به آن مشغول‌ایم، به توفیق خواهد انجامید؟ آیا همه این امور، یک ائتلاف بنیادی در یک روند فکری که روند انزواگیری و واکنش است، به حساب نمی‌آید؟ هنگامی که به صورت ریشه‌ای و عمقی متوجه می‌شوید که اندیشه نمی‌تواند به هستی خود پایان بخشد، چه می‌کنید؟ چه اتفاقی می‌افتد؟ مراقب خود باشید. هنگامی شما به‌طور کامل از این حقیقت آگاه‌اید، چه اتفاقی می‌افتد؟ می‌دانید که همه واکنش‌ها شرطی شده است، این را هم می‌دانید که به واسطه این شرطی شدن چیزی به نام آزادی نه در ابتدا و نه در انتها وجود ندارد و آزادی همیشه در ابتدا است؛ نه در انتها.

هنگامی متوجه می‌شوید که هر نوع واکنشی گونه‌ای شرطی شدن است و از این‌رو، «خود»، به شکل‌های مختلف، استمرار می‌یابد، در واقع چه چیزی اتفاق می‌افتد. باید در این مسأله خیلی روشن باشید. اعتقاد، دانش، انضباط، تجربه، تمامی روند رسیدن به یک نتیجه و یا یک هدف نهایی، جاه‌طلبی، چیزی شدن در این زندگی یا در زندگی آتی، تمامی این‌ها یک روند انزواگیری

است، روندی که تخریب، مصیبت و جنگ به وجود می‌آورد و اقدام جمعی - هر قدر هم تهدید به نگهداری در اردوگاه‌ها و چیزهایی از این قبیل زیاد باشد - راه‌گریز از این روند نیست. آیا شما از این حقیقت آگاه‌اید؟ وضعیت ذهنی که می‌گوید: «این‌طور است»، «مشکل من این است»، «من دقیقاً در این‌جا قرار دارم»، «از توانایی دانش و انضباط آگاه هستم و می‌دانم جاه‌طلبی چه می‌کند»، چگونه است؟ به‌طور حتم، اگر شما همه این چیزها را می‌دانید، پس هم‌اکنون روند دیگری در کار است.

ما راه‌های هوشمندی را می‌دانیم؛ اما راه عشق را نمی‌بینیم. راه عشق را نباید از راه هوشمندی یافت. هوشمندی، با تمامی انشعابات، تمایلات، جاه‌طلب‌ها و جست‌وجوهایش باید پایان پذیرد تا راه را برای هستی‌یافتن عشق هموار کند. می‌دانید که هنگامی عشق می‌ورزید به همکاری روی می‌آورید و به فکر خود نیستید؟ این والاترین شکل هوشمندی است؛ نه هنگامی که به‌عنوان یک موجود والا عشق می‌ورزید یا هنگامی دارای مقام شایسته‌ای هستید که چیزی به‌جز ترس نیست. هنگامی منافع مقرر شده شما به‌جای خود باقی است، عشق معنا ندارد؛ تنها چیزی که هست، روند استثمار است که زاینده ترس می‌باشد. بنابراین، عشق هنگامی به‌وجود می‌آید که ذهن در آن راه نداشته باشد. از این‌رو باید به تمامی روند ذهن و وظیفه آن اشراف داشته باشید.

تنها هنگامی که نحوه عشق‌ورزیدن به یکدیگر را بدانیم، همکاری، کنش همراه با هوشمندی و گردهم‌آیی برای حل مسایل وجود خواهد داشت. تنها در آن هنگام است که می‌دانیم خدا کیست و حقیقت چیست؟ اکنون ما تلاش می‌کنیم که از راه هوشمندی و تقلید - که بت‌پرستی است - حقیقت را بیابیم. تنها هنگامی که - از راه درک - کل و تمامی - ساختار «خود» را به‌دور اندازیم، آن‌چه ازلی، بدون زمان و غیرقابل اندازه‌گیری است پا به عالم هستی خواهد گذاشت. شما توانایی رفتن به سوی آن را ندارید؛ خود آن به‌سوی شما می‌آید.

بخش اول - فصل 18 - خودفریبی

دل‌م می‌خواهد مسأله خودفریبی یا پندارهای باطلی را که ذهن انسان تسلیم آن‌ها می‌شود و بر خود و دیگران تحمیل می‌کند، مورد توجه قرار دهیم و یا در موردش بحث و گفت‌وگو کنیم. این مطلبی است بسیار جدی، به‌ویژه در این نوع بحرانی که دنیا با آن روبه‌رو است؛ اما برای درک کل این مسأله خودفریبی باید آن را نه در سطح لغوی، بلکه به‌گونه‌ای درونی، ریشه‌ای و عمیق پی‌گیری کنیم. واژه‌ها و ضدواژه‌ها ما را به‌آسانی راضی می‌کنند؛ ما در امور دنیوی عاقل‌ایم و به‌خاطر عاقل‌بودن در امور دنیوی تنها کاری که می‌توانیم انجام دهیم آن است که امیدوار باشیم چیزی اتفاق بیفتد. می‌بینیم که تشریح جنگ مانع بروز جنگ نمی‌شود؛ تعداد تاریخ‌دانان، مذہبیون، آشنایان به علوم الهی که جنگ را تعریف می‌کنند و موجبات بروزش را یادآور می‌شوند، دلایل بروز آن را بی‌نهایت می‌دانند؛ اما باز هم جنگ‌ها، شاید مخرب‌تر از آن‌چه که

تابه حال بوده‌اند، ادامه دارند. کسانی از ما که واقعاً جدی هستند، باید از مرز حرف پا فراتر نهند، باید این انقلاب بنیادی را در درون خود جست‌وجو کنند. این تنها علاجه‌ای است که می‌تواند برای بشر آزادی جاودان و بنیادی به‌ارمغان آورد.

همچنین هنگامی در مورد این نوع خودفریبی گفت‌وگو می‌کنیم، خیال می‌کنیم باید در برابر هر نوع توصیه‌ها و پاسخ دفاعی سطحی بایستیم؛ ما باید، اگر بشود چنین پیشنهادی را کرد، نه تنها به گوینده گوش فرادهیم؛ بلکه مشکل را به‌گونه‌ای که در زندگی روزمره خود می‌شناسیم، پی‌گیریم؛ به‌عبارت‌دیگر، ما باید به‌هنگام اندیشیدن و عمل مراقب خود باشیم و مراقب باشیم که چگونه بر دیگران تأثیر می‌گذاریم و چگونه خود سررشته عمل را به‌دست می‌گیریم.

دلیل و پایه خودفریبی چیست؟ چند نفر ما واقعاً می‌دانیم که داریم خود را فریب می‌دهیم؟ پیش از آن که بتوانیم به پرسش: «خود فریبی چیست و چگونه ایجاد می‌شود؟» پاسخ‌گوییم، آیا نباید از این قضیه آگاه باشیم که ما خود را فریب می‌دهیم؟ آیا می‌دانیم که خود را فریب می‌دهیم؟ منظور ما از این فریب چیست؟ خیال می‌کنم بسیار مهم است؛ زیرا هر قدر بیشتر خود را فریب دهیم، قدرت فریب بیشتر می‌شود؛ زیرا این کار به ما نوعی سرزندگی، انرژی و نوعی استعداد می‌دهد که نتیجه‌اش تحمیل فریب خود بر دیگران است. بنابراین، به تدریج ما نه تنها فریب را بر خودمان تحمیل می‌کنیم؛ بلکه آن را بر دیگران نیز تحمیل می‌نماییم. چنین چیزی را روند تعاملی فریب می‌گوییم. آیا ما از وجود این روند آگاه‌ایم؟ ما خیال می‌کنیم که قدرت صریح فکر کردن، هدفمند فکر کردن و مستقیم فکر کردن را داریم؛ ولی آیا می‌دانیم که در این روند فکر کردن، خودفریبی وجود دارد؟

آیا خود فکر یک روند جست‌وجو، توجیه و روندی برای امنیت و خودفریبی نیست؟ آیا این آرزو نیست که مردم در مورد ما خوب فکر کنند یا مقام و اعتبار و قدرت داشته باشیم؟ آیا این آرزو، از نظر سیاسی یا مذهبی و جامعه‌شناسی، نمی‌تواند علت اصلی خودفریبی باشد؟ در همان لحظه‌ای که من خواهان چیزی به‌جز ضرورت‌های مادی اولیه می‌شوم، آیا موجب و مسبب حالتی نیستیم که به‌آسانی می‌پذیرد؟ مثالی می‌آورم؛ بسیاری از ما علاقه‌مندیم بدانیم پس از مرگ چه چیزی رخ می‌دهد؟ هر چه مسن‌تر باشیم علاقه‌مندتریم. می‌خواهیم حقیقت قضیه را بفهمیم. چگونه آن را دریابیم؟ مطمئناً نه از راه خواندن و نه از راه توضیحات گوناگون.

چگونه آن را در خواهید یافت؟ نخست باید ذهن خود را از هر عاملی که سد راه است - تمامی امیدها، تمامی آرزوهایی که استمرار دارند و همه امیالی که در پی یافتن آن هستند که در آن سو چه چیزی یافت می‌شود - پاک کرد. از آن جا که ذهن همیشه در جست‌وجوی امنیت است، مایل است استمرار یابد و امیدوار است که وسیله‌ای برای تحقق خویش و برای هستی آینده بیابد. چنین ذهنی، درست است که در پی یافتن حقیقت زندگی پس از مرگ است که نامش تناسخ یا

هر چه که هست، می‌باشد؛ اما قادر به کشف حقیقت نیست. آن چه که اهمیت دارد این نیست که آیا تناسخ حقیقت دارد یا خیر؛ بلکه مهم آن است که چگونه ذهن، از راه خودفریبی، در پی توجیه حقیقتی است که ممکن است وجود داشته باشد و یا وجود نداشته باشد. آن چه که مهم است، شیوه برخورد با مسأله است؛ یعنی این که با چه انگیزه‌ای، با چه کشش و با چه میلی به سوی مسأله می‌روید.

جست‌وجوگر همیشه این فریب را بر خود تحمیل می‌کند؛ هیچ‌کس نمی‌تواند آن را بر او تحمیل نماید؛ این کار به دست خود او انجام می‌شود. ما فریب را می‌آفرینیم و آنگاه برده آن می‌شویم. عامل بنیادی خودفریبی، میل مستمر چیزی شدن در این دنیا و در دنیای بعد از این است. ما نتیجه تمایل به چیزی شدن در این دنیا را می‌دانیم؛ نتیجه‌اش آشفتگی محض است، در جایی که هرکس با دیگری مسابقه گذاشته است، هرکس دیگری را به نام صلح قلع و قمع می‌کند؛ شما با کل این بازی‌ای که با هم می‌کنیم، با چیزی که شکل خارق‌العاده‌ای از خودفریبی است، آشناید. همچنین ما خواهان امنیت و مقام در دنیای دیگریم.

بنابراین، همان لحظه‌ای که این کشش کذایی برای بودن، برای شدن و برای رسیدن شروع می‌شود، خودفریبی نیز شروع می‌شود و این چیزی است که برای ذهن رهایی از آن دشوار است. این یکی از مشکلات اساسی زندگی ماست. آیا می‌توان در این دنیا زندگی کرد و چیزی نبود؟ تنها آن گاه می‌توان از قید همه فریب‌ها آزاد شد؛ زیرا تنها در آن هنگام است که ذهن در جست‌وجوی نتیجه، در جست‌وجوی یافتن پاسخی قانع‌کننده، در جست‌وجوی هیچ‌گونه توجیه، در جست‌وجوی هیچ‌گونه امنیت در ارتباط با هیچ چیز، نخواهد بود؛ چنین چیزی هنگامی رخ می‌دهد که ذهن امکانات و دقایق فریب را بشناسد و بدین ترتیب، با درک و فهم، هرگونه توجیه و امنیت را رها سازد که معنایش آن است که در آن هنگام، ذهن توانایی هیچ‌بودن کامل را دارد. آیا چنین چیزی شدنی است؟

تا هنگامی که به هر شکل، ما خود را فریب می‌دهیم، عشق وجود نخواهد داشت. تا هنگامی که ذهن توانایی آفریدن و تحمیل پندار باطل بر خود را دارد، به طور یقین خود را از درک جامع و کامل عاری می‌سازد. یکی از مشکلات ما این است که نحوه همکاری را نمی‌دانیم. تنها چیزی که می‌دانیم، کارکردن با هم برای رسیدن به نتیجه‌ای است که خود ایجاد می‌کنیم. همکاری هنگامی ممکن است که شما و من هدف مشترکی که آفریده اندیشه باشد، نداشته باشیم. آن چه که باید بدانیم این است که همکاری تنها و تنها هنگامی امکان‌پذیر است که شما و من آرزوی این را نداشته باشیم که چیزی شویم. هرگاه شما و من بخواهیم چیزی بشویم، آن گاه اعتقاد و چیزهای دیگر ضرورت پیدا می‌کنند و یک مدینه فاضله خودتصویر کرده لازم می‌شود؛ اما اگر شما و من به گونه‌ای ناشناس، بدون خودفریبی، بدون هیچ مانع اعتقادی و دانشی و بدون میل به امنیت، خلاقیت به خرج بدهیم، در آن صورت، همکاری واقعی وجود خواهد داشت.

آیا برای ما امکان همکاری و دور هم جمع شدن بودن آن که هدفی در نظر داشته باشیم، وجود دارد؟ آیا شما و من می‌توانیم بدون آن که در پی نتیجه‌ای باشیم، با یکدیگر کار کنیم؟ شکی نیست که همکاری واقعی چنین است. اگر شما و من در فکر نتیجه باشیم، برای نتیجه کوشش کنیم و برای نتیجه، نقشه بریزیم و با یکدیگر برای رسیدن به آن نتیجه کار کنیم، چنین روندی چه نام دارد؟ اندیشه‌های ما، ذهن‌های هوشمندمان به‌طور یقین باهم‌اند؛ اما از نظر عاطفی، احتمالاً همه وجودمان در برابر آن مقاومت می‌کند؛ چیزی که فریب می‌آفریند، چیزی که بین شما و من ایجاد تعارض می‌کند. این یک حقیقت بدیهی و قابل مشاهده در زندگی روزمره ماست. شما و من باهم توافق می‌کنیم که کاری را به‌گونه‌ای روشن‌فکرانه انجام دهیم؛ اما به‌صورتی ناخودآگاه و در عمق وجود، شما و من با یکدیگر به‌مبارزه برمی‌خیزیم. من برای رضایت خاطر خود به دنبال نتیجه‌ام؛ من در پی تسلط جویی‌ام؛ می‌خواهم نامم در جلو نام شما قرار گیرد، بگذریم که به من می‌گویند با شما کار می‌کنم. بنابراین، ما هر دو که خالق آن طرح هستیم، در واقع رودرروی هم قرار داریم؛ اگرچه از نظر ظاهر من و تو یا آن طرح موافقت کرده‌ایم.

آیا این اهمیتی ندارد که بفهمیم شما و من می‌توانیم باهم همکاری کنیم و اندیشه و احساس‌مان یکی باشد و در دنیایی که شما و من هیچ هستیم، باهم به‌سر بریم؟ آیا می‌توانیم به‌گونه‌ای حقیقی و واقعی باهم همکاری داشته باشیم؛ نه در ظاهر؛ بلکه به‌صورتی بنیادی؟ این یکی از بزرگ‌ترین دشواری‌های ماست؛ شاید بزرگ‌ترین دشواری ما باشد. من خود را با چیزی همانند می‌کنم و تو خود را با همان چیز. ما هر دو به آن علاقه‌مندیم، هر دو می‌خواهیم آن مورد، رخ دهد. به‌طور حتم چنین روندی، تفکری بسیار سطحی است؛ زیرا ما به‌وسیله همانندسازی، جدایی ایجاد می‌کنیم؛ چیزی که در زندگی امروزه ما بسیار بدیهی است. شما هندو هستید و من کاتولیک؛ هر دو برادری را موعظه می‌کنیم؛ ولی در عین حال گلوی هم را می‌فشاریم، چرا؟ این یکی از مشکلات ماست؛ این‌طور نیست؟ شما به‌گونه‌ای ناخودآگاه و عمیق، اعتقاد خود را دارید و من هم اعتقاد خود را. با حرف زدن در مورد برادری، به حل مسأله کلی اعتقادات توفیق نیافته‌ایم؛ اما تنها به‌صورت تئوری و به‌گونه‌ای روشن‌فکرانه باهم توافق کرده‌ایم که چنین باید باشد؛ اما از درون و عمق وجود با هم مخالف‌ایم.

تا هنگامی که این موانع را که نوعی خودفریبی است و به ما نوعی سرزندگی می‌بخشد، از میان برنداریم، میان شما و من هیچ‌نوع همکاری وجود نخواهد داشت؛ همکاری از راه همانندشدن با یک گروه، ایده معین و کشوری ویژه، هرگز به‌وجود نخواهد آمد.

اعتقاد، همکاری به‌وجود نمی‌آورد؛ برعکس جدایی می‌آفریند. خود می‌بینیم که چگونه یک حزب سیاسی، مخالف دیگری است و هر یک معتقد به گونه‌ای رویارویی با مشکلات اقتصادی و بنابراین همه با هم در جنگ و ستیز. مثلاً آن‌ها در پی پیدا کردن راه‌حلی برای مشکل گرسنگی نیستند. توجه آن‌ها به نظریه‌هایی است که می‌خواهند این مشکل را حل کنند. آن‌ها واقعاً به خود مسأله

توجهی ندارند؛ بلکه توجه‌شان به روش‌هایی است که به‌وسیله آن‌ها، مسأله حل خواهد شد. بنابراین، باید میان این دو ستیز باشد؛ زیرا آن‌ها مقید پندارها هستند و نه مشکل. همچنین افراد معتقد نیز مخالف یکدیگراند؛ آن‌ها می‌گویند- البته لفظاً- یک زندگی و یک اعتقاد دارند؛ خود همه این قضایا را می‌دانید؛ اما اعتقاد، عقاید و تجارب‌شان از درون در حال نابود کردن آن‌هاست و آن‌ها را از هم جدا نگه داشته است.

تجربه در رابطه انسانی ما یک عامل تجزیه‌کننده می‌شود؛ تجربه یک شیوه فریب است. اگر من چیزی را تجربه کرده باشم، بر آن پامی فشارم، من به کل مشکل روند تجربه نمی‌پردازم؛ اما چون تجربه کرده‌ام، کافی است؛ پس بر آن پامی فشارم و بدان‌وسیله و به کمک تجربه، خودفریبی را تحمیل می‌کنم.

مشکل ما این است که هر یک از ما با یک اعتقاد ویژه و شکل یا روش ایجاد خوشی و ایجاد موازنه‌های اقتصادی چنان همانند شده‌ایم که ذهن‌مان به اسارت این‌ها درآمده و دیگر قادر نیستیم که در مشکل، بیشتر عمیق شویم؛ از این‌رو، خواهان آن هستیم که به صورت فردی، با شیوه‌ها، اعتقادات و تجارب ویژه خود، منزوی باقی بمانیم. تا هنگامی که از راه ادراک- نه تنها ادراک سطحی؛ بلکه ادراک عمیق‌تر- آن‌ها را از میان برنداریم، امکان وجود صلح در دنیا نخواهد بود. به‌همین دلیل برای کسانی که واقعاً جدی هستند، درک کل این مسأله- میل به شدن، رسیدن و یافتن- نه تنها به صورت ظاهری؛ بلکه به صورت بنیادی عمیق، دارای اهمیت است؛ در غیر این صورت، چیزی به نام صلح در جهان وجود نخواهد داشت.

حقیقت چیزی، به دست آوردنی نیست. عشق به سوی کسانی که آرزوی داشتن آن را دارند و یا کسانی که مایل‌اند با آن همانند شوند، نمی‌رود. قدر مسلم آن است که چنین چیزهایی هنگامی حاصل می‌شوند که ذهن در جست‌وجو نباشد و کاملاً ساکت باشد، دیگر نه حرکتی به وجود آورد و نه اعتقادی که بر آن تکیه کند یا از آن قدرت معینی را که نشانه خودفریبی است، بگیرد. تنها هنگامی که ذهن این روند کلی آرزو را بفهمد، می‌تواند ساکت شود؛ تنها آن هنگام است که ذهن حرکتی برای بودن یا نبودن ندارد؛ تنها آن هنگام است که امکان حالتی که در آن هیچ‌گونه فریبی نباشد، به وجود می‌آید.

بخش اول - فصل 19- فعالیت خودمرکز

خیال می‌کنم بیشتر ما می‌دانیم که این همه تشویق و تحریصی که از ما به عمل می‌آید، برای آن است که در مقابل فعالیت‌های خود مرکز مقاومت کنیم. مکاتب به کمک قول و قرارها، از راه ایجاد ترس از انتقاد، از راه انواع و اقسام محکوم سازی‌ها به روش‌های مختلف کوشیده‌اند که انسان را از این فعالیت مستمری که از «من» بوجود می‌آید، بازدارند. شکست آنها دور را به دست سازمان‌های سیاسی داده‌اند. باز هم تحریص، باز هم امید‌نهایی مدینه فاضله. تمامی انواع

قانون گذاری ها، از محدودترین تا افراطی ترین آنها، من جمله بازداشتگاههای زندانیان سیاسی، برای مقابله با آنها بکار گرفته و به مورد اجرا گذاشته شده اند. با این وجود، ما به فعالیت خود مرکز خود که گویی تنها کاری است که می دانیم، ادامه می دهیم. اگر اتفاقاً در موردش فکری بکنیم، قدری آن را تعدیل می کنیم، اگر از آن مطلع باشیم، مسیرش را تغییر می دهیم، اما تحول بنیادی و عمقی صورت نمی گیرد و توقف ریشه ای آن عمل واقع نمی شود. متفکرین از این قضیه آگاه اند، این را هم می دانند که تنها وقتی این فعالیت از مرکز متوقف می شود، خوشی معنا پیدا می کند. بسیاری از ما طبیعی بودن فعالیتهای خودمرکز را بدیهی می پنداریم و می گوییم که فقط پی آمدهای آن که چاره ناپذیر است، باید تعدیل، منظم و کنترل شود. اکنون کسانی که قدری جدی تر و گرم تراند، اما نه با صداقت - زیرا صداقت طریق خودفریبی است - باید دریابند که آیا پس از آگاهی از این روند کلی خارق العاده فعالیت خود مرکز، می توان از آن پا فراتر گذاشت.

برای درک ماهیت این فعالیت خود مرکز باید بطور بدیهی به بررسی آن پرداخت، به آن نظر کرد، از روند کلی آن آگاهی داشت. در صورتی که از آن آگاه شویم، آن وقت امکان از میان بردن آن وجود خواهد داشت، اما آگاهی از آن نیاز به درکی خاص دارد، نیاز به یک قصد مشخص برای رویارویی با مساله به گونه ای که هست - تفسیر، تعدیل و محکوم کردن - ضرورت ندارد. باید از آن چه می کنیم، از تمامی فعالیتهایی که از این حالت خودمرکز ناشی می شود، آگاه بوده و به آن شعور داشته باشیم. یکی از مشکلات اولیه ما این است که به محض آگاهی از آن فعالیت، می خواهیم آن را شکل دهیم، کنترل کنیم، محکوم کنیم و یا تعدیل نماییم، از این رو به ندرت می توانیم به طور مستقیم به آن نظر کنیم، تنها مقدار کمی از ما می دانیم چه باید کرد.

می دانیم که فعالیتهای خود مرکز، مخرب و زیان آورند و نیز می دانیم که هر نوع همانندی - با کشور، گروه خاص، تمایل معین و در جستجوی نتیجه بودن در این جا یا در آخرت، شکوه و جلال بخشیدن به پندارها، به دنبال نمونه یا الگو رفتن، در جست و جوی پرهیزکاری و غیره بودن - در اصل کار یک آدم خودمرکز است. تمامی روابط ما، با طبیعت، مردم و پندارها بازده فعالیت است. حال با اطلاع از همه این ها وظیفه انسان چیست؟ تمامی فعالیت های این گونه باید به پایان برسد، بی آنکه به خود تحمیل شود، تحت تاثیر قرار گیرد و یا جهت داده شود.

بیشتر ما می دانیم که این فعالیت خود مرکز ایجاد تبه کاری و هرج و مرج می کند ولی ما فقط به جهاتی متوجه آن می شویم و یا آن را در دیگران می بینیم و از اعمال خود جاهل ایم و یا چون آگاهی ما از عمل خودمرکزمان در رابطه با دیگران است، می خواهیم متحول شویم، جانشین پیدا کنیم و یا از آنچه که هستیم، پا فراتر بگذاریم. قبل از آنکه بتوانیم با آن مقابله کنیم، باید بدانیم که شیوه بوجود آمدن این روند چگونه است. برای ایم که چیزی را بفهمیم، باید توانایی نگاه کردن به آن را داشته باشیم و برای نگاه کردن به آن باید فعالیتهای مختلف آن را در سطوح مختلف، چه خودآگاه و چه ناخودآگاه بشناسیم.

من فقط وقتی از این فعالیت «من» آگاه می شوم که مخالفت کنم، وقتی که خودآگاه ناامید می شود، وقتی که «من» مشتاق رسیدن به نتیجه ای باشد. یا زمانی از وجود این مرکز آگاهی پیدا کنم که لذت به پایان برسد و دلم بخواهد بیشتر از آن داشته باشم، آنگاه مقاومت ایجاد می کنم و به خاطر یک هدف معین، به ذهن شکل معینی می بخشم که به من شادی و رضایت خاطر بخشد، وقتی من از خود و فعالیت هایم آگاه می شوم که آگاهانه به دنبال پرهیزکاری بروم. به طور حتم هر کس که آگاهانه به دنبال پرهیزکاری برود، پرهیزکار نیست. فروتنی چیزی نیست که بتوان به دنبالش رفت، زیبایی فروتنی در همین است.

این روند خودمرکز نتیجه زمان است. تا زمانی که این فعالیت در هر جهتی که هست، خودآگاه یا ناخودآگاه، وجود دارد، حرکت زمان وجود دارد و من به گذشته و حال در ارتباط با آینده آگاه ام. فعالیت خود مرکز «من»، یک روند زمانی است. خاطره است که به فعالیت این مرکز که «من» نام دارد استمرار می دهد. اگر خود را مشاهده کنید و از این مرکز فعالیت آگاه باشید، خواهید دید که فقط روندی است ناشی از زمان، خاطره، تجربه و ترجمان هر تجربه بر اساس خاطره، همچنین خواهید دید که فعالیت ذاتی عبارت است از بازشناسی، که آن هم روند ذهن است.

آیا ذهن می تواند از همه این ها خلاص شود؟ بله، در لحظات نادر امکان اتفاق چنین چیزی هست، امکان اتفاق آن برای بیشتر ما وقتی است که عملی را ناخودآگاه و بدون قصد و هدف انجام می دهیم، اما آیا برای ذهن هرگز چنین امکانی که بتواند به کلی از فعالیت خودمرکز خلاص شود، وجود دارد؟ این سوالی بسیار مهم است که باید از خود بپرسیم، زیرا با صرف مطرح کردن سوال، پاسخ خود را پیدا خواهیم کرد. اگر ما از روند کلی این فعالیت خود مرکز آگاه بوده و با فعالیت هایش در سطوح مختلف شعور خود آشنا باشیم، آن وقت به طور یقین باید از خود بپرسیم آیا برای این فعالیت امکان از میان رفتن وجود دارد یا خیر؟ آیا ممکن است بر حسب زمان، بر حسب آن چه که باید باشیم، بر حسب آن چه که بوده ایم و آن چه هستیم نیندیشیم؟ زیرا همه روند فعالیت خود مرکز از همین اندیشه آغاز می شود، قصد شدن، قصد انتخاب کردن و احتراز کردن که همه یک روند زمان به شمار می آیند نیز از همان جا آغاز می شود. در این روند، ما شاهد تبه کاری بی منتها، مصیبت، پریشانی، تحریف و به قهقرا رفتن خواهیم بود.

به طور حتم روند زمان روندی انقلابی نیست. در روند زمان تحولی وجود ندارد، تنها استمرار به چشم می خورد و پایانی بر آن متصور نیست، چیزی به جز بازشناسی ندارد. انقلاب، تحول، موجودی تازه شدن تنها زمانی امکان دارد که روند زمان و فعالیت «خود» توقف کامل پذیرد.

اکنون با آگاهی از این روند کلی و تمامی «من»، به هنگام عمل وظیفه ذهن چیست؟ تنها از طریق تجدید حیات، از طریق انقلاب - نه از طریق شدن من، بلکه از طریق از میان بردن کامل من - تازه، هستی پیدا می کند. روند زمان نمی تواند بوجود آورنده تازگی باشد، زمان شیوه مناسب آفرینندگی نیست.

نمی دانم هیچ یک از شما یک لحظه خلاقیت داشته اید، منظور من از این سخن عملی کردن یک تصور نیست. منظور من آن لحظه خلاقیت است که بازشناسی در آن راه ندارد. در آن لحظه انسان دچار حالت خارق العاده ای است که در آن حالت، «من» به عنوان فعالیتی از طریق بازشناسی متوقف شده است. اگر ما آگاه باشیم، خواهیم دید که در آن حالت نه تجربه کننده ای که به خاطر بیاورد، ترجمان چیزی باشد، بشناسد و سپس تعیین هویت کند، وجود دارد و نه چیزی به نام روند اندیشه که متعلق به زمان است. در آن حالت آفرینش، حالت آفرینندگی تازه که بدون زمان است، عمل «من» اصلاً وجود ندارد.

پس سوال ما به یقین این است: آیا برای ذهن، امکان بودن در آن حالت وجود دارد، البته نه به صورت لحظه ای و نه در لحظات نادر، بلکه - من ترجیح می دهم از کلمه «جاودانه» و «همیشه» استفاده نکنم، زیرا این واژه ها نیز به زمان دلالت دارند- بدون توجه به زمان. به طور حتم این برای هر یک از ما کشف مهمی است، زیرا این در به عشق باز می شود، تمامی درهای دیگر به فعالیت «خود» می گشایند. هر جا که عمل ناشی از خود باشد، عشق وجود ندارد. عشق به زمان مربوط نیست. عشق تمرین کردنی نیست. اگر این کار را بکنید (نظر خودمه: منظور تمرین عشق است)، پس عمل خودآگاهانه «من» است که امیدوار است به کمک دوست داشتن به نتیجه ای برسد.

عشق به زمان مربوط نیست. رسیدن به عشق از طریق هیچ کوشش هشیارانه، هیچ راه و رسم و آشنایی که همه اش به روند زمان مربوط می شود، ممکن نیست. ذهن که چیزی جز روند زمان نمی داند، قادر به شناسایی عشق نیست. عشق تنها چیزی است که تازگی و ابدیت دارد. از آن جا که بیشتر ما ذهن را که حاصل زمان است، پرورش داده ایم، ماهیت عشق را نمی شناسیم. در مورد عشق حرف می زنیم، می گوییم عاشق مردم، عاشق کودکان، همسران، همسایگان و طبیعت هستیم، ولی به محض آن که آگاه شویم که عاشق ایم، فعالیت «خود» به وجود می آید، از این رو دیگر عشق نام نخواهد داشت.

این روند کلی ذهن را باید فقط از طریق ارتباط - ارتباط با طبیعت، مردم، فرافکنی های خودمان و با هر چه که دوروبر ما هست - شناخت. زندگی چیزی به جز ارتباط نیست. اگر چه ممکن است برای دوری از ارتباط حتی کوشش نیز به خرج دهیم، ولی بدون آن نمی توانیم زندگی کنیم. اگر چه ممکن است رابطه دردناک باشد، با منزوی کردن خود، با پناه بردن به عالم رهبانیت، نمی توانیم از آن بگریزیم. تمامی این روش ها نشانه های فعالیت «خود» است. با دیدن این تصویر کلی و آگاهی از تمامی روند زمان به عنوان هشیاری، بدون هیچ انتخاب، بدون هیچ نیت معین و هدف دار و بدون هیچ آرزویی برای رسیدن به هدف، خواهید دید که همین روند کذایی زمان به گونه ای داوطلبانه به پایان خواهد رسید، بدون این که القایی باشد یا نتیجه یک آرزو. تنها زمانی که آن روند به پایان برسد، عشق هستی خواهد یافت، عشقی که برای ابد تازه است.

لازم نیست در جست و جوی حقیقت باشیم. حقیقت چیزی نیست که دور باشد. حقیقت یعنی حقیقتی که در مورد ذهن است، یعنی حقیقتی که در مورد اعمال لحظه به لحظه است. اگر ما از این حقیقت لحظه به لحظه و از این روند کلی زمان آگاه باشیم، آن آگاهی باعث انتشار نوعی هشیاری و انرژی می شود که نامش هوشمندی یا عشق است. تا وقتی که ذهن از هشیاری به عنوان فعالیت خود استفاده می کند، زمان با تمامی مصایب، تعارض ها، تبه کاری ها و فریب های مغرضانه، قد علم خواهد کرد، تنها در آن زمان است که ذهن با درک این روند کلی توقف می کند و عشق توان هستی می یابد.

بخش اول - فصل 20 - زمان و تحول

دوست دارم قدری درباره ماهیت زمان صحبت کنم؛ زیرا به نظر من، غنا، زیبایی و اهمیت آن چه را که بدون زمان است، آن چه را که حقیقت است، تنها هنگامی می توان تجربه کرد که بتوان تمامی روند زمان را شناخت. در هر حال، همه ما، هر کس به روش خود در جست و جوی نوعی خوشبختی و بی نیازی است. به طور یقین، زندگی ای که دارای مفهوم است و از خوشبختی واقعی سرشار، به زمان مربوط نیست. این نوع زندگی، مانند عشق، بدون زمان است و برای درک آن چه که بدون زمان است، نمی توان از طریق زمان با آن برخورد کرد؛ بلکه به جای این کار باید زمان را فهمید. ما نباید از زمان به عنوان وسیله ای برای به دست آوردن، تحقق بخشیدن و فهمیدن بی زمانی استفاده کنیم و این آن چیزی است که ما در بیشتر عمر خود انجام می دهیم: وقت را برای حصول آن چه که بدون زمان است، تلف می کنیم؛ بنابراین، باید بدانیم منظور ما از زمان چیست؛ زیرا به نظر من، رهایی از چنگ زمان ممکن است. البته مهم آن است که ما زمان را به طور کامل بشناسیم؛ نه ناتمام و ناقص.

جالب است متوجه شویم که زندگی ما بیشتر در زمان تلف می شود؛ منظور از زمان، ترتیب تاریخ اتفاقات بر اساس دقیق، ساعات، روزها و سال نیست؛ بلکه وضعیت روان شناختی خاطره مورد نظر است. ما بر اساس زمان زندگی می کنیم و حاصل زمان هستیم. ذهن ما محصول بسیاری از دیروزهاست و حال تنها گذر گذشته به آینده است. ذهن ما، فعالیت های ما و وجود ما، بر پایه زمان استوار است؛ بدون زمان فکر کردن ممکن نیست؛ زیرا فکر حاصل زمان است؛ فکر فرآورده دیروزهای بسیار است و هیچ فکری بدون خاطره وجود ندارد. خاطره زمان است؛ زیرا دو نوع زمان داریم، یکی مربوط است به توالی اتفاقات و دیگری به روان شناسی. یک نوع «دیروز» وجود دارد که از روی ساعت نشان داده می شود و نوعی دیگر که از روی خاطره آن را می شناسند. زمانی که به تسلسل تاریخی وقایع ارتباط پیدا می کند را نمی توان رد کرد؛ چنین چیزی ناپسندیده است؛ مثلاً از قطار جا می مانید؛ ولی ببینیم آیا اصلاً به جز تسلسل تاریخی وقایع، زمان دیگری هم وجود دارد؟ بدون شک زمانی چون دیروز وجود دارد؛ ولی آیا زمان به صورتی که ذهن درباره آن فکر می کند نیز وجود دارد؟ آیا زمانی هم هست که جدا از ذهن باشد. به طور یقین، زمان - زمان

مربوط به روان‌شناسی فرآورده ذهن است - بدون بنیاد اندیشه، معنا ندارد؛ منظورم زمانی است که تنها خاطره دیروز درارتباط با امروز باشد و قالبی برای فردا. به عبارت دیگر، خاطره تجربه دیروز در پاسخ به حال و آینده را می‌آفریند که بازهم روند اندیشه است و شیوه ذهن. روند اندیشه موجب پیشرفت روان‌شناختی در زمان می‌شود؛ ولی آیا به اندازه توالی تاریخی واقعیت دارد؟ و آیا ما می‌توانیم از آن زمان که به ذهن مربوط می‌شود به‌عنوان وسیله‌ای برای درک و جاودانگی و بی‌زمانی استفاده کنیم؟ همان‌طور که گفتم، خوشی مربوط به گذشته نیست؛ خوشی محصول زمان نمی‌باشد؛ خوشی همیشه در زمان حال است؛ حالتی است بی‌زمان. نمی‌دانم شما در لحظه جذب و شور که نوعی خوشی خلاق است و مجموعه‌ای است از ابرهای روشن در محاصره ابرهای تیره، متوجه شده‌اید که زمان وجود ندارد و آن‌چه که هست، تنها حال بلافصل است و نه هیچ چیز دیگر، یا نه؟ ذهن که پس از تجربه در زمان حال به خاطر می‌آورد و خواهان استمرار است، پا به عرصه وجود می‌گذارد؛ هرچه بیشتر از خود گرد می‌آورد و بدان وسیله زمان را خلق می‌کند. بنابراین، زمان آفریده «بیشتر» است؛ زمان درعین حال که به دست آوردنی است، جدایی نیز هست که بازهم به دست آوردن ذهن است. از این رو، صرف تأدیبات ذهن در زمان و شرطی کردن اندیشه در چارچوب زمان که نامش خاطره است، به یقین از آن‌چه که بی‌زمان است، نقاب برنخواهد گرفت.

آیا تحول بستگی به زمان دارد؟ بیشتر ما عادت کرده‌ایم فکر کنیم که زمان لازمه دگرگونی است: من چیزی هستم و تغییر پیدا کردن از آن‌چه هستم به آن‌چه باید باشم، نیاز به زمان دارد. من آرمندم با آن‌چه که حاصل از است؛ یعنی آشفتگی، دشمنی، تعارض و مصیبت و خیال می‌کنم که برای ایجاد دگرگونی که نداشتن از است، به زمان نیاز دارم. به عبارت دیگر، خیال می‌کنم که زمان وسیله‌ای است برای تکامل به چیزی بزرگ‌تر و برای چیزی شدن. مشکل این است: شخصی دارای خشونت، آز، حسادت، غضب، شرارت و شهوت است. آیا برای دگرگون ساختن آن‌چه که هست، زمان لازم است؟ نخست باید گفت چرا باید آن‌چه هست را تغییر داد، یا در آن دگرگونی ایجاد کرد؟ راستی چرا؟ زیرا از آن‌چه که داریم، خشنود نیستیم؛ آن‌چه که داریم، موجب تعارض و آشفتگی است و ما که از آن خوشمان نمی‌آید، خواهان چیزی بهتر و چیزی شریف‌تر و چیزی واقع‌گرایانه‌تریم. از این رو، به خاطر آن‌که درد، رنج، ناراحتی و تعارض وجود دارد، خواهان تحول ایم؛ ولی آیا تعارض مغلوب زمان می‌شود؟ اگر بگویید بله، پس باز هم در تعارض به سر می‌برید. چه بسا که برای رهایی از چنگ تعارض، برای تغییر آن‌چه هست، بیست روز یا بیست سال وقت نیاز باشد، ولی باز هم در خلال آن مدت دچار تعارض هستید، بنابراین، زمان، تحول ایجاد نمی‌کند. هنگامی ما از زمان به‌عنوان وسیله‌ای برای به دست آوردن یک کیفیت، نوعی پرهیزکاری و یا یک حالت وجود استفاده می‌کنیم، تنها آن‌چه هست را به تعویق انداخته‌ایم و یا از آن دوری کرده‌ایم که به نظر من فهم این نکته دارای اهمیت است. آز یا خشونت در دنیای رابطه ما با دیگران - اجتماع - ایجاد درد و آشفتگی می‌کند و ما با

آگاهی از این حالت آشوب که نامش را اصطلاحاً آز یا خشونت می‌گذاریم، به‌خود می‌گوییم: «به‌موقع از چنگ آن رها می‌شوم، به‌عدم خشونت روی می‌آورم، حسادت به‌خرج نمی‌دهم، صلح آرامش را پیشه خود خواهم ساخت» بله، قصد روی آوردن به‌عدم خشونت را دارید؛ زیرا خشونت یک حالت آشوب و تعارض است و شما خیال می‌کنید که به‌موقع به‌عدم خشونت خواهید رسید و بر تعارض چیره خواهید شد. ببینیم واقعاً چه چیزی اتفاق می‌افتد؟ از آن‌جا که در یک حالت تعارض به‌سر می‌برید می‌خواهید به‌حالتی برسید که در آن تعارض وجود ندارد. آیا این حالت نبود تعارض، نتیجه زمان یا نتیجه ماندگاری است؟ به‌طور آشکار خیر؛ زیرا درعین حال که به یک حالت عدم خشونت می‌رسید، بازهم دارای خشونت هستید و از این‌رو، بازهم در تعارض اید.

مشکل ما این است که آیا می‌توان در طی زمان مشخصی بر یک تعارض یا یک آشوب فایق آمد، چه این زمان چند روز باشد، چند سال و یا حتی چند عمر؟ هنگامی شما می‌گویید: «من می‌خواهم تا مدت معینی عدم خشونت را پیشه خود سازم»، چه اتفاقی می‌افتد؟ خود این عمل نشان‌دهنده آن است که شما در تعارض دست و پا می‌زنید. اگر نمی‌خواستید در برابر تعارض بایستید به این کار دست نمی‌زدید، شما می‌گویید که برای چیره‌شدن بر تعارض لازم است در برابر آن مقاومت کنید و برای این مقاومت باید وقت داشته باشید؛ اما خود همین مقاومت در برابر تعارض به‌نوبه خود نوعی تعارض است. شما انرژی خود را در مقاومت در برابر تعارض به شکل آن چه که آز، حسادت یا خشونت نام می‌گذارید، به کار می‌گیرید؛ ولی ذهن‌تان با هم در تعارض است؛ بنابراین مهم آن است که از دروغ‌بودن روند اتکاء به زمان به‌عنوان وسیله‌ای برای غلبه بر خشونت آگاه شد و بدان‌وسیله از چنگ این فرآیند رها شوید. آنگاه می‌توانید آن چه که هستید باشید؛ یک آشوب روان‌شناختی که خود خشونت است.

برای درک هر چیز یا هر مشکل عملی یا انسانی، یک چیز مهم و اساسی است و آن، داشتن یک ذهن آرام است. ذهنی که نیت و قصدش فهمیدن باشد. نه ذهنی که انحصارگر که هم و غمش به یک هدف معطوف باشد که این هم کوششی در جهت مقاومت است. اگر بخواهیم واقعاً چیزی را بفهمیم، یک حالت فوری سکون ذهن به‌وجود خواهد آمد. هنگامی می‌خواهید به موسیقی گوش کنید یا به تصویری که دوست دارید و نسبت به آن احساس دارید نگاه کنید، ذهن در چه وضعیتی قرار می‌گیرد؟ در چنین حالتی، ذهن به‌طور آنی ساکت می‌شود. هنگامی به موسیقی گوش می‌کنید، ذهن شما آواره این سو و آن سوی مکانی که در آن هستید نمی‌شود، شما واقعاً به موسیقی گوش می‌کنید. به‌همین ترتیب، هنگامی قصدتان درک تعارض است، دیگر به‌هیچ‌وجه به زمان اتکاء نمی‌کنید؛ بلکه صاف و ساده با آن چه هست؛ یعنی تعارض، روبه‌رو می‌شوید. آنگاه یک سکوت فوری برقرار می‌شود. در آن حالت آمادگی ولی در عین حال انفعالی ذهن، ادراک یافت می‌شود تا هنگامی که ذهن در تعارض، عیب‌جویی، مقاومت و محکوم‌کردن است، چیزی

به نام ادراک وجود نخواهد داشت. اگر من قصد فهمیدن شما را دارم، بدیهی است که نباید محکوم‌تان کنم؛ آن‌چه که می‌تواند در شما موجب دگرگونی شود، همان ذهن ساکت، همان ذهن آرام است و دیگر هیچ. هنگامی که ذهن دیگر مقاومتی به‌خرج ندهد، دیگر دوری نکند و دیگر «آن‌چه هست» را دور نیندازد و محکومش نکند؛ بلکه صاف و ساده و به‌گونه‌ای انفعالی آگاه باشد، هرگاه به‌گونه‌ای واقعی به بررسی بپردازد، در همان حالت انفعالی به چیزی برمی‌خورد که تحول نام دارد.

انقلاب تنها در حال ممکن است؛ نه در آینده؛ حیات تازه امروز است؛ نه فردا. اگر آن‌چه را که می‌گوییم آزمایش کنید، متوجه وجود بلافصل نوعی تازگی، تجدید حیات و خلوص خواهید شد؛ زیرا ذهن به‌هنگام علاقه‌مندی، طالب‌بودن و یا هنگامی که قصد و نیت فهمیدن دارد، همیشه آرام است. مشکل بسیاری از ما آن است که نیت فهمیدن نداریم؛ زیرا می‌ترسیم که فهم ما موجب عملی انقلابی در زندگی مان شود؛ از این‌رو، مقاومت می‌کنیم. هنگامی از زمان و یا یک ایده‌آل به‌عنوان وسیله‌ای برای تحول تدریجی استفاده می‌کنیم، به یک مکانیسم دفاعی روی آورده‌ایم.

بنابراین تجدید حیات تنها در زمان حال امکان دارد؛ نه در آینده و نه فردا. آدمی که به زمان به‌عنوان وسیله‌ای که از طریق آن می‌تواند به خوشی و یا درک حقیقت یا خدا نایل شود اتکا می‌کند، تنها و تنها خود را فریب می‌دهد؛ او در جهالت زندگی می‌کند و از این‌رو، در تعارض است. آدمی که می‌بیند زمان، راه فراری برای رهایی از مشکلات نیست و از این‌رو از نادرستی‌ها بری است، طبعاً قصد و نیت فهمیدن را دارد؛ بنابراین، ذهنش بدون اجبار و بدون تمرین، بی‌درنگ آرام می‌گیرد. هنگامی ذهن آرام و ساکت باشد و به جست‌وجوی پاسخ یا راه‌حلی نرود، نه مقاومت می‌کند و نه اجتناب؛ تنها آن‌گاه است که تجدید حیات وجود خواهد داشت؛ زیرا در آن‌هنگام، ذهن قادر به تصور آن‌چه حقیقت است، خواهد شد و آن‌چه که موجب آزادی است حقیقت است، نه کوشش شما برای آزادشدن.

بخش اول - فصل 21- قدرت و ادراک

می‌بینم که یک تغییر ریشه‌ای در اجتماع و در خودمان در رابطه فردی و گروهی ما ضروری است؛ این دگرگونی، چگونه باید صورت گیرد؟ اگر تغییر از راه انطباق با الگویی باشد که به وسیله ذهن، از طریق نقشه‌ای معقول و کاملاً مطالعه شده، طرح ریزی شده باشد، بازهم در محدوده ذهن است؛ از این‌رو، آن‌چه برآورد ذهن باشد به عنوان هدف تعیین می‌گردد و به رؤیایی بدل می‌شود که ما آماده ایم خود و دیگران را قربانی آن کنیم. اگر این را قبول داشته باشید، آن‌گاه نتیجه منطقی امر این است که ما در مقام موجود انسانی، تنها به وجودآمده دست ذهن هستیم که دلالت بر انطباق‌پذیری، اجبار، ددمنشی، دیکتاتوری، اردوگاه‌های اسارت و

همه مسایل نظیر این ها می کند. پرستندگی ذهن به طور ضمنی تمامی این ها را دربر می گیرد. اگر این را درک کنیم، اگر به بیهودگی انضباط و کنترل آگاه شویم، اگر بدانیم که اشکال مختلف سرکوب، تنها موجب تقویت «من» و «مال من» می شود، در این صورت چه باید کرد؟

برای آن که این مسأله را کاملاً بررسی کنیم، باید به مسأله ماهیت شعور بپردازیم. نمی دانم شما خود شخصاً در این مورد اندیشیده اید و یا به نقل قول صاحب نظران در این زمینه بسنده کرده اید؟ نمی دانم برداشت شما از تجربه خودتان و از مطالعه در مورد خودتان در زمینه شعور چه بوده است؟ نه تنها شعور فعالیت های روزمره و علاقه مندی ها؛ بلکه شعور نهفته، شعور عمیق تر، غنی تر و آن چه که دسترسی به آن مشکل تر است. اگر قرار بر این باشد که ما در مورد این مسأله دگرگونی بنیادی در خود و بالتبع در دنیا، گفت و گو کنیم و از این دگرگونی برای ایجاد چشم اندازی مشخص و شور، شوق، امید و اطمینانی که به ما انگیزه لازم را برای عمل می بخشد استفاده کنیم، لازم است ابتدا مسأله شعور را مورد بررسی قرار دهیم. آن چه که منظور نظر ما از شعور در سطح ظاهری ذهن است، مشکل نیست. به طور وضوح روند اندیشیدن یا خود اندیشه است. اندیشه، نتیجه خاطره است و به لفظ درآوردن، نام گذاری، ثبت و منظم کردن تجاربی خاص، به طوری که بتوان با آن ها ارتباط برقرار کرد؛ البته در این سطح منهیات، کنترل ها، انضباط ها و مجازات های خاصی نیز وجود دارند. اگر کمی دقیق تر شویم، به تمامی موارد گردآوری شده در مورد نژاد، انگیزه های پنهان، جاه طلبی های دسته جمعی و شخصی و تعصب ها برمی خوریم که نتیجه تصور، تماس و آرزو هستند. این شعور کلی، چه پنهان و چه آشکار، در اطراف پندار «من» یا «خود»، جمع شده است.

هنگامی در مورد ایجاد تغییر گفت و گو می کنیم، عموماً منظورمان تغییر در سطح ظاهر است. به کمک تصمیم، نتیجه گیری ها، اعتقادات، کنترل ها و منهیات، کوشش ما بر این است که به هدفی سطحی که طالب و مشتاق آن هستیم برسیم و امیدواریم که این کار را به کمک ناخودآگاه یا لایه عمیق تر ذهن، به انجام برسانیم؛ به همین سبب است که خیال می کنیم پرده برگرفتن از اعماق وجودمان ضرورت دارد. البته نباید فراموش کرد که میان سطوح ظاهری و به اصطلاح عمیق تر - که همه روان شناسان و تمامی آن ها که به دنبال خودشناسی رفته اند، کاملاً از آن آگاه اند - تعارض بی انتها وجود دارد.

آیا این تعارض درونی موجب تغییر خواهد شد؟ آیا بنیادی ترین و مهم ترین سؤال در زندگی ما این نیست که: چگونه می توانیم در خود دگرگونی بنیادی ایجاد کنیم؟ آیا دگرگونی صرف ظاهری، آن را ایجاد خواهد کرد؟ آیا درک لایه های گوناگون شعور و «من»، پرده برداشتن از چهره گذشته و تجارب مختلف شخصی از کودکی تا کنون و بررسی درونی تجارب همگانی خویش که از پدر، مادر، اجداد و نژاد خود به ارث برده ام و شرطی شدن موجب تغییری خواهد شد که نامش تطابق نباشد؟

من خیال می‌کنم و به طور یقین شما هم باید چنین احساسی داشته باشید که دگرگونی ریشه ای در زندگی شخصی ضروری است؛ دگرگونی که واکنش صرف یا نتیجه تنش و سختی خواسته های محیط نباشد. راستی چگونه می‌توان چنین دگرگونی را به وجود آورد؟ شعور شخص، مجموعه تجارب اوست به اضافه تماس خاص با حال؛ آیا چنین چیزی موجب دگرگونی می‌شود؟ آیا روند مطالعه در شعور خود شخص، در فعالیت هایش یا آگاهی از افکار و احساسات او و آرامش ذهن برای مشاهده بدون محکوم کردن، موجب دگرگونی خواهد شد؟ آیا می‌توان از طریق اعتقاد یا همانندی با یک تصویر از پیش در نظر گرفته شده به نام ایده آل، به تغییر رسید؟ آیا تمامی این‌ها دلالت بر نوعی تعارض میان آن چه هستیم و آن چه باید باشیم، نیست؟ آیا تعارض موجب دگرگونی بنیادی خواهد شد؟ من با درون و اجتماع خود در مبارزه و ستیز بی‌امانم. همچنین یک مبارزه دائم میان آن چه هستیم و آن چه می‌خواهیم باشیم، وجود دارد؛ آیا این تعارض و کشمکش، موجب تغییر خواهد شد؟ من می‌دانم که ایجاد یک تغییر از ضروریات است. آیا می‌توانم آن را با بررسی تمامی روند شعور خویش، با انضباط بخشیدن و با اعمال سرکوب‌های گوناگون، ایجاد کنم؟ من احساس می‌کنم که این روند موجب دگرگونی بنیادی نخواهد شد؛ شخص باید برای چنین کاری کاملاً مطمئن باشد و اگر این روند نتواند دگرگونی بنیادی و انقلاب درونی عمیق لازم را بیافریند، پس چه چیزی این کار را خواهد کرد؟

راستی چگونه می‌توانید دگرگونی واقعی ایجاد کنید؟ این قدرت و انرژی خلاق که موجب این انقلاب خواهد شد، چه ماهیتی دارد و چگونه باید به وجود آید؟ شما مکاتبی را آزموده‌اید، به دنبال ایده آل‌ها و تئوری‌های مبتنی بر حدس و گمان رفته‌اید؛ آیا به تحقق رساندن این ایده آل‌ها و تئوری‌ها موجب تغییر بنیادی می‌شود؟ ابتدا حدس می‌زنید که حقیقتی وجود دارد که شما جزئی از آن هستید و در اطراف آن تئوری‌ها، حدس و گمان‌ها، اعتقادات، دکترین‌ها و مفروضات مختلفی را که براساس آن‌الگو، انتظار دارید تغییری بنیادی ایجاد کنید.

فرض می‌کنیم که شما، همانند بسیاری از افراد به اصطلاح مذهبی، فرض را بر این می‌گذارید که در وجود شما به گونه‌ای بنیادی و عمیق جوهر حقیقتی وجود دارد؛ حال اگر از طریق پرورش پرهیزکاری و اشکال مختلف انضباط، کنترل، سرکوب، انکار و فداکاری بتوانید با آن حقیقت تماس برقرار کنید؛ آن‌گاه تحول لازم به وجود خواهد آمد. آیا این تصور باز هم جزئی از اندیشه نیست؟ آیا این بازده یک ذهن شرطی شده نیست؛ ذهنی که پرورش یافته است تا به طریقی خاص و براساس الگوهای معین بیندیشد؟ پس از آن که شما به خلق تصویر، پندار، تئوری، اعتقاد و امید پرداختید، به آفرینش خود می‌نگرید تا این تغییر ریشه ای را ایجاد کنید.

شخص باید ابتدا فعالیت‌های ماهرانه «من» ذهن را ببیند، همچنین باید از پندارها، اعتقادات حدس و گمان‌ها آگاه باشد و آن‌ها را به کناری بیفکند؛ زیرا این‌ها جز فریب چیز دیگری نیستند. بعضی‌ها ممکن است واقعیت را تجربه کرده باشند؛ اما اگر شما آن را تجربه نکرده‌اید،

حدس زدن در مورد آن و یا تصور این که خود شما در واقع چیزی حقیقی، فناشدنی و خداگونه هستید، چه فایده‌ای دارد؟ چنین چیزی باز هم در محدوده اندیشه است و هر چه که از اندیشه برخیزد، شرطی شده است و به زمان و خاطره مربوط است؛ از این رو، واقعی نیست. اگر کسی واقعاً آن را درک کند - نه به صورت حدس و گمان و نه به صورت تصور و یا به گونه‌ای احمقانه؛ بلکه واقعاً این حقیقت را ببیند که هر فعالیت ذهن، در جست‌وجوی همراه با حدس و گمان خویش، در راه پیدا کردن فیلسوفانه‌اش و نیز هر فرضی، هر تصویری، هر چشم‌داشتی، جز نیرنگ و فریب چیزی نیست - پس کدام قدرت و انرژی خلاق است که این تحول بنیادی را ایجاد می‌کند؟

احتمال دارد برای رسیدن به این نکته، از ذهن آگاه استفاده کرده باشیم؛ همچنین با پی‌گیری این جدل آن را پذیرفته و یا مردود دانسته‌ایم؛ شاید اسم برای‌مان واضح و معلوم و شاید هم تاریک و نامعلوم بوده است. برای جلوگیری و تجربه عمیق‌تر کردن به ذهنی نیاز داریم که برای یافتن، آرام و هشیار باشد. این‌جا دیگر پیروی پندارها مطرح نیست؛ از پی‌پندار رفتن یعنی پی‌گیری آن‌چه به وسیله متفکر گفته می‌شود و در نتیجه خلق دوگانگی است. اگر می‌خواهید در این مسأله تغییر بنیادی پیش بروید، آرامش ذهن فعال کاملاً ضروری است. به‌طور یقین تنها هنگامی که ذهن آرام باشد می‌تواند این مشکل عظیم و اشارت پیچیده متفکر و تفکر را به‌عنوان دو روند جداگانه - تجربه‌کننده و مورد تجربه، مشاهده‌کننده و مورد مشاهده - بفهمد. انقلاب، این انقلاب خلاق روان‌شناختی که در آن «من» وجود ندارد، هنگامی رخ می‌دهد که متفکر و فکر یکی باشند؛ هنگامی که دوگانگی، مانند متفکر به‌عنوان کنترل‌کننده فکر وجود نداشته باشد و به‌نظر من تنها تجربه است که می‌تواند بازتاباننده آن انرژی خلاق باشد که به‌نوبه خود انقلابی بنیادی ایجاد خواهد کرد و «من» روان‌شناختی را درهم خواهد شکست.

رسم و راه قدرت را می‌شناسیم؛ قدرت از راه تسلط‌طلبی، قدرت از راه انضباط، قدرت از راه اجبار. از طریق قدرت سیاسی، امید بر این است که تغییر بنیادی به‌وجود آوریم؛ ولی قدرتی این‌چنین موجب تاریکی، تلاشی، تبه‌کاری و تقویت «من» خواهد شد. ما با گونه‌های مختلف اکتساب - شخصی و گروهی - آشنا هستیم؛ ولی هرگز به راه عشق پا نگذاشته‌ایم و حتی معنای آن را هم نمی‌دانیم؛ تا هنگامی که متفکر و مرکزی به‌نام «من» وجود دارد، عشق امکان ندارد.

به‌طور یقین، تنها چیزی که می‌تواند تغییر بنیادی ایجاد کند، نوعی رستگاری خلاق روان‌شناختی به‌همراه هشیاری همه‌جانبه و آگاهی لحظه به لحظه از انگیزه، خودآگاه و همچنین ناخودآگاه‌مان است. هنگامی فهمیدیم که این مکاتب، اعتقادات و ایده‌آل‌ها، تنها «من» را تقویت می‌کنند و بنابراین کاملاً بی‌نتیجه‌اند؛ هنگامی ما از این نکته به‌طور روزانه آگاه می‌شویم و به حقیقت آن پی می‌بریم، آیا به این نکته اصلی نمی‌رسیم که متفکر به‌طور مستمر خود را از اندیشه، مشاهدات و تجارب خویش جدا می‌کند؟ تا هنگامی که متفکر جدا از فکر خود زندگی می‌کند - چیزی که تلاش در تسلط بر آن دارد - دگرگونی بنیادی وجود بیرونی نخواهد داشت. تا

جایی که «من»، مشاهده‌کننده است، آن کس که به جمع‌آوری تجربه می‌پردازد، خود را از طریق تجربه تقویت می‌کند؛ نه از تغییر بنیادی خبری است و نه از رستگاری خلاق. رستگاری خلاق هنگامی حاصل می‌شود که متفکر خود فکر باشد؛ ولی این فاصله را با هیج کوششی نمی‌توان پل زد. هنگامی ذهن دریابد که هر نوع حدس، گمان و لفاظی و هر نوع اندیشه تنها به «من» قدرت می‌بخشد، هنگامی ببیند تاهنگامی که متفکر از فکر جداست، نواقص و تعارض و دوگانگی وجود دارد؛ هنگامی ذهن این را بفهمد، آنگاه مراقب خواهد بود و برای همیشه می‌داند که چگونه خود را از تجربه، اظهار اقتدار و در پی‌قدرت‌بودن دور نگه دارد. با داشتن آن آگاهی، به شرط آن که ذهن، آن را هرچه ژرف‌تر و هرچه گسترده‌تر دنبال کند، بدون آن‌که در پی هدف و یا مقصود باشد، حالتی دست خواهد داد که در آن، متفکر و فکر یکی می‌شود. در این حالت، نه کوششی در کار است و نه شدنی و تمایلی به تغییر نیست؛ در آن حالت، «من» وجود ندارد؛ زیرا دگرگونی وجود دارد که از ذهن مایه نمی‌گیرد.

خلاقیت تنها هنگامی رخ می‌هد که ذهن خالی باشد؛ البته منظورم این تهی‌بودن سطحی که بیشتر ما داریم، نیست. بیشتر ما ظاهراً خالی هستیم و این خالی‌بودن خود را در میل به انحراف بروز می‌دهد. ما می‌خواهیم سرگرم باشیم؛ بنابراین به کتاب و رادیو رومی‌آوریم، به مجالس سخنرانی می‌رویم و به متخصصین مراجعه می‌کنیم؛ بدین ترتیب، ذهن بی‌وقفه خود را پر می‌کند. منظور من از خالی‌بودن، بی‌فکری نیست؛ برعکس، من از تهی‌بودنی حرف می‌زنم که از متفکر بودن خارق‌العاده حاصل می‌شود؛ منظور هنگامی است که ذهن به قدرت خود در آفرینش خیالات واهی واقف است و قدمی از آن فراتر می‌گذارد.

تا هنگامی که متفکری وجود دارد که برای جمع‌آوری تجربه و تقویت خویش منتظر و مراقب می‌نشیند و به مشاهده می‌پردازد، تهی‌بودن خلاق امکان ندارد. آیا ذهن می‌تواند خود را از تمامی نمادها، واژه‌ها و تأثیرات آن‌ها خالی کند؛ به طوری که تجربه‌کننده‌ای به کار جمع‌آوری تجربه نپردازد؟ آیا برای ذهن این امکان وجود دارد که تمامی استدلال‌ها، تجربه‌ها، تحمیل‌ها و همه صاحبان اقتدار را به کلی کنار بزند تا در حالت تهی‌بودن قرار گیرد؟ طبعاً شما قادر به پاسخ‌دادن به این سؤال نیستید؛ پاسخ‌دادن به این سؤال برای شما غیرممکن است؛ زیرا شما پاسخ آن را نمی‌دانید و هرگز هم در این مورد کوششی به خرج نداده‌اید؛ ولی پیشنهاد من این است که به سؤال گوش کنید و بگذارید این سؤال از شما پرسیده شود، بگذارید این بذر کاشته شود؛ در صورتی که به آن واقعاً گوش کنید و در برابرش مقاومت نکنید، این بذر بارور خواهد شد.

آن چه می‌تواند دگرگون شود، تازه است نه کهنه. اگر به دنبال الگوی کهنه بروید، هرگونه دگرگونی استمرار تعدیل شده کهنه است و هیچ نوع تازگی‌ای در آن نیست؛ هیچ نوع خلاقیتی در آن پیدا نمی‌شود. خلاقیت تنها هنگامی به وجود می‌آید که خود ذهن تازه باشد و ذهن تنها هنگامی می‌تواند تجدید حیات کند که توانایی مشاهده همه فعالیت‌های خود را داشته باشد؛

نه تنها در لایه‌های سطحی؛ بلکه در اعماق درون. هنگامی ذهن فعالیت‌های خود را ببیند، از آرزوها، خواسته‌ها، انگیزه‌ها، علاقه‌مندی‌ها، خلق صاحبان اقتدار به‌وسیله خود و از ترس‌های خود، آگاه خواهد شد. هنگامی با چشم‌های خود مقاومتی را ببیند که آفریده دست انضباط، کنترل و امیدی است که تصویرگر اعتقادات و ایده‌آل‌ها است؛ هنگامی ذهن به‌دقت تعمق کند و از تمامی این روند آگاه باشد، آیا می‌تواند تمامی این‌ها را به کناری پرتاب کند و تروتازه شود و به‌گونه‌ای خلاق، خالی؟ پی‌بردن به توانایی یا ناتوانی ذهن در این مورد هنگامی ممکن است که تجربه با نظر و عقیده همراه نباشد و کسی در پی تجربه آن حالت خلاق برنیاید. اگر خواهان تجربه آن باشید، آن را تجربه خواهید کرد؛ ولی آن‌چه که شما تجربه می‌کنید، تهی‌بودن خلاق نیست؛ بلکه تنها نوعی فرافکنی آرزو است. اگر شما خواهان تجربه تازه باشید، تنها خود را در اوهام و خیالات غرق می‌کنید؛ اما اگر دست‌به‌کار مشاهده شوید، اگر از فعالیت‌های روزانه خود، لحظه به لحظه آگاه شوید و چنان‌که گویی در آینه، تمامی روند خود را تماشا کنید؛ آنگاه با ژرف‌نگری بیشتر و بیشتر به سؤال نهایی این خلاء، که تازه، تنها و تنها در آن پیدا می‌شود، دست خواهید یافت.

حقیقت، خدا یا هرچه می‌خواهید نامش نهید، چیزی تجربه‌کردنی نیست؛ زیرا آن‌کس که تجربه می‌کند، محصول زمان است، نتیجه خاطره و نتیجه گذشته است و تا هنگامی که تجربه‌کننده‌ای وجود دارد، حقیقت وجود نخواهد داشت. حقیقت تنها هنگامی جلوه خواهد کرد که ذهن به‌کلی از چنگ تحلیل‌گر، تجربه‌کننده و مورد تجربه آزاد باشد. آنگاه پاسخ را خواهید یافت؛ آنگاه خواهید دید که تحول بی‌آن‌که شما بخواهید از راه می‌رسد؛ خواهید دید که حالت خالی بودن خلاق چیزی پروردنی نیست؛ همان‌جا است؛ در تاریکی سلوک می‌کند؛ بدون دعوت می‌آید؛ تنها در این حالت امکان تجدید حیات، تازگی و انقلاب وجود دارد.

بخش دوم

فصل ۱- درباره بحران جاری

پرسش: می گوئید که بحران جاری بی سابقه است. از چه جهت آن را استثنایی می دانید؟

کریشنامورتی: بدیهی است که بحران جاری در سراسر دنیا استثنایی و بی سابقه است. در تمام طول تاریخ بحران های گوناگون اجتماعی، ملی و سیاسی در ادوار مختلف وجود داشته است. بحران ها می آیند و می روند؛ رکودهای اقتصادی می آیند، تعدیل پیدا می کنند و به شکل دیگری استمرار می یابند. ما این را می دانیم و با روند آن آشنا هستیم. به طور یقین، بحران جدید متفاوت است. از این جهت متفاوت است که اولاً سر و کار ما نه با پول است و نه چیزهای ملموس؛ بلکه با پندارها است. بحران از این جهت استثنایی است که در قلمرو پندارپردازی است. ما با پندارها درجنگیم؛ ما می خواهیم قتل را موجه کنیم؛ در همه جای دنیا ما داریم کشتار را به عنوان وسیله ای برای رسیدن به عدالت توجیه می کنیم؛ چیزی که آن هم به نوبه خود بی سابقه است. در قدیم شر را شر می شناختند؛ ولی امروز قتل وسیله ای برای حصول نتیجه شرافتمندانه است. قتل چه مربوط به یک نفر و چه گروهی از افراد، از این جهت موجه می شود که قاتل یا گروهی که قاتل نماینده آن ها است آن را به عنوان وسیله ای برای حصول نتیجه ای که برای انسان مفید است، توجیه می کند. به عبارت دیگر، ما حال را فدای آینده می کنیم و فرقی ندارد که چه وسیله ای به کار بگیریم، عمده مطلب آن است که هدف اعلام شده ما که می گوییم برای مان مفید است، به نتیجه برسد. از این رو، دلالت قضیه بر این است که یک وسیله غلط به یک هدف درست می رسد و شما این وسیله غلط را به کمک پندارپردازی موجه اعلام می کنید. در بحران های گوناگونی که پیشتر رخ داده، مسأله مورد بحث، استثمار اشخاص یا اشیاء بوده است؛ اکنون استثمار پندارها درکار است؛ چیزی که زیان آورتر و خطرناک تر است؛ زیرا استثمار پندارها بس ویران گر و مخرب است. اکنون ما به قدرت تبلیغات پی برده ایم و این یکی از مصیبت های بزرگی است که می تواند اتفاق بیفتد؛ استفاده از پندارها برای دگرگونی انسان؛ این همان چیزی است که امروزه در دنیا درحال رخ دادن است. انسان دیگر اهمیت ندارد؛ بلکه آن چه اهمیت دارد، سیستم و پندارها هستند. انسان دیگر هیچ اهمیتی ندارد. ما می توانیم میلیون ها انسان را قتل عام کنیم، به شرط آن که به نتیجه ای برسیم و این نتیجه را پندارپردازی ما موجه می کند.

ما دارای یک ساختار باشکوه پندارها برای توجیه شرارت هستیم و شکی نیست که چنین چیزی سابقه ندارد. شر، شر است؛ از شر خیر به وجود نمی آید. جنگ وسیله ای برای رسیدن به صلح نیست. جنگ ممکن است منافع ثانویه ای دربر داشته باشد؛ مثلاً هواپیمای کارآتر، ولی چیزی به نام صلح به ارمغان نمی آورد. جنگ را به صورتی روشنفکرانه به عنوان وسیله ای صلح آور توجیه می کنند؛ بله، هنگامی که هوشمندی در زندگی انسان دست بالا را دارد، بحران های بی سابقه می آفریند.

البته دلایل دیگری هم مبنی بر بی سابقه بودن بحران وجود دارد. یکی از آن ها این است که انسان اهمیتی خارق العاده به ارزش های نفسانی از جمله، مال و منال، نام، قبیله، کشور و به نشان مخصوصی که می زند، داده است. شما یا مسلمان هستید، یا هندو یا مسیحی یا کمونیست. نام و متعلقات، قبیله و کشور از هر چیز بیشتر اهمیت پیدا کرده است که معنایش این است که انسان اسیر ارزش های نفسانی شده است؛ ارزش های اشیاء، چه ساخته دست انسان باشند و چه ساخته ذهن او.

ساخته های دست انسان، آن چنان اهمیت پیدا کرده اند که ما به خاطر آن ها به کشتار، تخریب، قصابی و انهدام یکدیگر مشغول شده ایم. ما به لبه پرتگاه نزدیک می شویم؛ هر عملی که انجام می دهیم، ما را به آن جا می کشاند؛ هر اقدام سیاسی یا اقتصادی ناگزیر ما را به جانب پرتگاه می برد؛ ما را به هرج و مرج و به ورطه آشفتگی می کشاند. از این رو، بحران بی سابقه و به اقدامی بی سابقه نیازمند است. ترک بحران یا بیرون رفتن از آن، نیاز به اقدامی بدون زمان دارد؛ اقدامی که به نظری یا سیستمی متکی نباشد؛ زیرا هر عملی که به سیستم و یا نظری متکی باشد، ناگزیر به ناکامی منجر می شود. این چنین اقدامی تنها ما را از یک طریق دیگر به آن ورطه برمی گرداند. از آن جا که بحرانی بی سابقه است، اقدام لازم هم باید بی سابقه باشد؛ معنای این سخن آن است که تجدید حیات فرد باید فوری صورت گیرد؛ نه در طی زمان. باید همین حالا صورت گیرد؛ نه فردا؛ زیرا فردا، روندی قطعه قطعه کننده است. هرگاه برای دگرگونی خود به فکر فردا باشید، به استقبال آشفتگی می روید و هنوز هم در محدوده ویرانگری قرار دارید. آیا امکان تغییر در همین زمان وجود دارد؟ آیا این امکان وجود دارد که خود را به طور آنی و همین حالا، دگرگون سازیم؟ من می گویم بله، این امکان وجود دارد.

نکته این جا است که برای رویارویی با بحرانی که ماهیتی استثنایی دارد، باید در اندیشیدن ما دگرگونی به وجود آید و این دگرگونی، نمی تواند به وسیله هیچ کس دیگر، هیچ کتاب یا هیچ سازمانی صورت گیرد؛ باید به وسیله خود ما و به وسیله فرد فرد ما انجام پذیرد. تنها در آن صورت می توانیم یک اجتماع نو، یک ساختار تازه، دور از وحشت و دور از این نیروهای فوق العاده ویرانگر که به جمع آوری و انباشته کردن آنان مشغول اند، به وجود آوریم و دگرگونی

هنگامی تحقق می پذیرد که شما به عنوان یک فرد، خودآگاهی را در هر اندیشه، اقدام و احساس شروع کنید.

فصل 2- درباره ملی گرایی

پرسش: هنگامی ملی گرایی می رود، چه چیزی می آید؟

کریشنامورتی: معلوم است، هوشمندی؛ ولی خیال می کنم که این معنای ضمنی سؤال را نرساند. معنای ضمنی پرسش این است که چه چیزی را می توان جانشین ملی گرایی کرد؟ هر جانشینی، اقدامی است که هوشمندی ایجاد نمی کند؛ اگر من پیرو مذهبی باشم و به مذهب دیگری روآورم یا یک حزب سیاسی را ترک کنم و بعداً به یک حزب دیگر بپیوندم، این جانشینی مستمر، نشانه حالتی است که هوشمندی در آن وجود ندارد.

ببینیم ملی گرایی چگونه می رود؟ درک تمامی مفاهیم ضمنی ملی گرایی و بررسی و آگاهی از اهمیت آن در اقدام درونی و بیرونی، تنها راه چاره است. از نظر بیرونی، ملی گرایی میان مردم جدایی می اندازد و موجب تقسیم بندی های طبقاتی، جنگ ها و خرابی ها می شود که بر شاهدان امر پوشیده نیست. از نظر درونی یا از نظر روان شناسی، این همانندی بزرگ تر، با یک کشور و با یک پندارد، به طور وضوح نوعی خود بزرگ کردن است. هنگامی من در یک دهکده یا یک شهر بزرگ زندگی می کنم، کسی نیستم؛ ولی اگر خود را با چیزی بزرگ تر و یا با کشور همانند کنم، اگر خود را هندو بنامم، این کار، به خود بینی ام دل خوشی بی اساس می دهد؛ به من رضایت خاطر، اعتبار و نوعی احساس مرفه بودن می بخشد و این همانندی با بزرگ تر که برای آن هایی که خودبزرگ کردن را ضروری می دانند، از ضروریات است؛ ضمن این که تعارض و کشمکش میان افراد را هم به همراه دارد. بنابراین، ملی گرایی نه تنها موجب تعارض بیرونی است؛ بلکه ناکامی های درونی را هم دربر دارد؛ هنگامی کسی ملی گرایی را- تمامی فرآیند ملی گرایی را- بفهمد، ملی گرایی سقوط می کند. درک ملی گرایی از طریق هوشمندی است و به کمک مشاهده دقیق و بررسی و تعمق در روند کلی ملی گرایی و یا وطن پرستی صورت می گیرد. هوشمندی نتیجه این بررسی است و با داشتن هوشمندی، هیچ چیز جانشین ملی گرایی نمی شود. به محض آن که مذهب را جانشین ملی گرایی کنید، مذهب هم وسیله دیگری برای خودبزرگ کردن، منبع دیگری برای نگرانی روحی و وسیله ای برای تغذیه خود از راه اعتقاد، خواهد شد. بنابراین، هر نوع جانشینی، هر قدر هم که شریف باشد، نوعی نادانی است؛ مثل آدمی است که آدامس یا نوعی آجیل را جانشین سیگار کشیدن می کند؛ درحالی که اگر شخص کل مسأله سیگار کشیدن، اعتیاد، نفسانیات، خواسته های روحی و بقیه مسایل را بفهمد، آن گاه سیگار کشیدن به کنار می رود. درک این نکته هنگامی ممکن است که هوشمندی بهبود یابد و وظیفه خود را انجام دهد؛ اما هرگاه صحبت از جانشین به میان آید، هوشمندی وجود ندارد.

جانشین کردن، صرفاً نوعی رشوه دادن به خود است تا شما را وسوسه کند که این کار را نکنید و آن کار را بکنید. ملی گرایی - با سم کشنده اش و با مصیبت و منازعه دنیایی اش - تنها هنگامی از میان می رود که هوشمندی وجود داشته باشد و هوشمندی تنها با گذراندن امتحان و خواندن کتاب به دست نمی آید. هوشمندی هنگامی اعلام وجود می کند که ما مشکلات را به گونه ای که برمی خیزند بفهمیم. هنگامی درک مسأله در سطوح مختلف وجود داشته باشد - نه تنها در قسمت خارجی؛ بلکه همچنین در قسمت داخلی و اشارات روان شناختی - آن گاه هوشمندی در این روند، پا به عرصه حیات می گذارد. بنابراین، هرگاه هوشمندی باشد، جانشین معنا ندارد و هرگاه هوشمندی باشد، ملی گرایی و وطن پرستی که شکلی از حماقت است، از میان می رود.

فصل 3 - منظور داشتن معلمان روحانی چیست؟

پرسش: شما می گوید که به رهبران نیازی نیست؛ اما من چگونه می توانم بدون کمک عاقلانه و رهنمودی که تنها از یک رهبر برمی آید، به حقیقت دست یابم؟

کریشنامورتی: پرسش این است که آیا به رهبر نیازی هست یا خیر؟ آیا حقیقت را می توان به وسیله دیگری یافت؟ برخی ها می گویند بله و برخی می گویند نه. مار در پی یافتن حقیقت این نکته هستیم؛ نه این که عقیده مان در مقایسه با عقیده دیگری چیست؟ من در مورد این مسأله عقیده ای ندارم. یا این طور هست و یا این طور نیست. مسأله ضروری بودن یا نبودن رهبر، مسأله ای اعتقادی نیست. حقیقت این مسأله بر اعتقاد، هر قدر هم این اعتقاد عمیق، دانشمندانه، مردم پسند و کلی باشد، بستگی ندارد؛ بلکه باید آن را یافت.

نخست داشتن رهبر برای چیست؟ می گوئیم نیاز ما به رهبر از این جهت است که ما آشفته ایم و رهبر در نشان دادن حقیقت به ما مفید است؛ او به ما در درک مسایل کمک می کند. او در مورد زندگی بیش از ما می داند؛ او در تعلیم بخشیدن ما در زندگی در مقام پدر و معلم است؛ او تجربه ای بس فراوان دارد و ما تجاربی بس اندک؛ او با تجارب بیشترش ما را یاری خواهد داد و از این قبیل حرف ها. به عبارت دیگر، هنگامی شخص به معلمی مراجعه می کند که سرگشته است و اگر نکته مبهمی در وجودش نباشد، به رهبر نیازی ندارد. به طور وضوح اگر شخص به طور عمیقی خوشحال می بود، مسأله ای نمی داشت و زندگی را به طور کامل می فهمید، به هیچ رهبری رجوع نمی کرد؛ اما به دلیل سرگستگی خود، به دنبال معلم می رویم. تا طریق زندگی را به ما بیاموزد، سرگستگی ما را سامان بخشد و برای مان حقیقت را بیابد. به دنبال رهبری می رویم برای آن که حیران و امیدواریم که او آن چه را خواهانیم، در اختیارمان بگذارد. به عبارت دیگر، رهبری را برمی گزینیم که خواسته های مان را برآورد؛ گزینش ما براساس رضایت خاطر است که او به ما می دهد و آن چه ما برگزیده ایم، همان چیزی است که ما را خشنود می کند. هیچ کس به دنبال رهبری که بگوید: «به خود متکی باش»، نمی رود؛ گزینش

رهبر براساس تعصب‌ها است. بنابراین از آن‌جا که شما رهبر خود را براساس رضایت‌خاطری که به شما می‌بخشد، برمی‌گزینید؛ به دنبال حقیقت نیستید؛ بلکه به دنبال سفری برای رهایی از سرگستگی خود می‌باشید و این راه‌گریز از سرگستگی را به اشتباه، حقیقت می‌دانید.

اجازه بفرمایید نخست این‌پندار را که رهبر می‌تواند سرگستگی ما را سر و سامان بخشد، مورد بررسی قرار دهیم. آیا کسی هست که بتواند سرگستگی ما را که حاصل واکنش‌های ماست سر و سامان بخشد؟ ما خود این سرگستگی را آفریده‌ایم؟ فکر می‌کنید مسبب این بی‌چارگی، این مبارزه موجود در تمامی سطوح حیات چه در درون و چه در بیرون، شخص دیگری باشد؟ خیر، این نتیجه نبود دانش ما در مورد خود ما است. به این دلیل که ما از خود، تعارض‌ها، واکنش‌ها و بی‌چارگی‌های خود آگاه نیستیم؛ به رهبران روی می‌آوریم؛ زیرا خیال می‌کنیم که آن‌ها به ما برای رهایی از چنگ سرگستگی‌ها یاری خواهند داد. درک ما از خود تنها از راه رابطه با حال است و خود این ارتباط، نه یک فرد بیرونی، یعنی رهبر. اگر کسی این رابطه را درک نکند، هرچه که رهبر بگوید، بی‌فایده است؛ زیرا هنگامی شخص ادراکی در مورد رابطه - رابطه خود با متعلقات، افراد و ایده‌ها - نداشته باشد، چه کسی می‌تواند تعارض درونی او را حل کند؟ برای حل تعارض، خود من باید آن را بشناسم؛ یعنی خودآگاهی من از طریق ارتباط باشد. برای آگاهی نیاز به هیچ رهبری نیست. اگر من خود را نشناسم، از رهبر چه کاری بر می‌آید؟ همان‌گونه که رهبر سیاسی را کسانی برمی‌گزینند که در سرگستگی به سر می‌برند و بنابراین مورد گزینش آن‌ها نیز سرگشته است، گزینش رهبر به وسیله ما نیز همین‌طور است. گزینش به وسیله ما هم براساس سرگستگی ماست؛ بنابراین، او هم چون رهبر سیاسی سرگشته است.

مسئله مهم این نیست که حق با چه کسی است؛ آیا حق با من است یا آن‌هایی که می‌گویند رهبر ضروری است. کشف این مطلب که چرا به رهبر نیاز است، اهمیت دارد. وجود رهبر به منظور استفاده‌های گوناگون است؛ اما این به مسئله ربطی ندارد. اگر کسی به شما بگوید که دارید پیشرفت می‌کنید، خشنود می‌شوید؛ اما کشف این نکته که چرا وجود رهبر ضروری است، کلید مسئله است. یک نفر ممکن است راه را نشان دهد؛ اما آن‌کس که همه کار را انجام می‌دهد، شما هستید، حتی اگر رهبری هم داشته باشید. از آن‌جا که شما نمی‌خواهید با همه این مسایل روبه‌رو شوید، مسؤلیت را به گردن رهبر می‌گذارید. هنگامی خودآگاهی جزئی باشد، رهبر بی‌فایده می‌شود. هیچ رهبری، هیچ کتابی و هیچ نوشته‌ای نمی‌تواند به شما خودآگاهی ببخشد. خودآگاهی هنگامی حاصل می‌شود که شما از طریق ارتباط از خود آگاه باشید. بودن یعنی ارتباط داشتن؛ عدم آگاهی از ارتباط یعنی مصیبت، یعنی ستیز. آگاهی نداشتن از ارتباط خود با متعلقات، یکی از علت‌های سرگستگی است. اگر شخص ارتباط صحیح خود را با متعلقات اش نشناسد، بی‌شک تعارض به وجود خواهد آمد؛ چیزی که باعث افزایش تعارض در جامعه خواهد شد؛ اگر شما رابطه خود با خود و همسران و نیز با خود و فرزندان را

نشناسید، چگونه انتظار دارید شخص دیگری تعارضی را که از این ارتباط ناشی می شود، حل کند؟ همین طور هم در مورد ایده ها، اعتقادات و اموری از این قبیل. علت آن که شما به دنبال رهبر می روید آن است که ارتباط شما با مردم، متعلقات مربوط به خود و ایده های آشفته است؛ اگر این رهبری که شما به دنبالش هستید، رهبری واقعی باشد؛ به شما می گوید که خود را بفهمید. آن چه که سرچشمه این سوء تفاهم و آشفتگی شده است، خود شما هستید و خود شما می توانید این تعارض را تنها از طریق درک خود در ارتباط، حل کنید.

یافتن حقیقت به کمک دیگران ممکن نیست. چطور چنین چیزی امکان دارد؟ حقیقت چیزی ایستا نیست؛ مکانی ثابت ندارد؛ هدف یا مقصد نیز به شمار نمی آید. به عکس، چیزی است زنده، پویا، هوشیار و سرزنده. چگونه می تواند هدف باشد؟ اگر حقیقت یک نکته ثابت باشد که دیگر حقیقت نیست؛ در آن صورت، یک عقیده صرف است و دیگر هیچ. حقیقت چیزی است نادانسته و ذهنی هرکسی که به دنبال حقیقت باشد، هرگز آن را نخواهد یافت؛ زیرا ذهن از دانسته ها تشکیل شده است؛ نتیجه گذشته و بازده زمان است؛ چیزی که خود شما می توانید شاهد آن باشید. ذهن آلت دست دانسته ها است. از این رو، رهبر به دنبال یافتن دانسته ها نیست؛ تنها می تواند از دانسته ها به نادانسته ها حرکت کند. هنگامی ذهن به دنبال حقیقت می رود - حقیقتی که در کتاب ها خوانده است - به دنبال انعکاس خود است؛ نه حقیقت. در هر حال، ایده آل چیزی است خودتصویر شده؛ چیزی است غیر واقعی، چیزی است خیالی. آن چه واقعیت است، همان چیزی است که هست؛ نه خلاف آن. هنگامی شما از خدا یاد می کنید، خدای شما تصویری است از اندیشه خود شما و حاصل تأثیرات اجتماعی است. شما تنها می توانید به فکر دانسته ها باشید؛ شما قادر به اندیشیدن در مورد نادانسته ها نیستید؛ شما نمی توانید بر حقیقت تکیه کنید. همان لحظه ای که به فکر نادانسته ها می افتید، منظورتان دانسته هایی است خودتصویر شده. حقیقت و یا خدا، چیزهایی نیستند که بشود فکرشان را کرد. اگر در این مورد فکر کنید، در مورد حقیقت فکر نکرده اید.

حقیقت چیزی نیست که به جست و جوی آن برویم، حقیقت، چیزی است که به سوی شما می آید. شما تنها می توانید به دنبال دانسته ها بروید. تنها هنگامی ذهن اسیر عذاب دانسته ها یا تأثیرات دانسته ها نباشد، می تواند خود را آشکار کند. حقیقت در هر برگی، در هر قطره اشکی وجود دارد و چیزی است که باید لحظه به لحظه دانسته شود. هیچ کس نمی تواند شما را به سوی حقیقت هدایت کند و هدایت از جانب هر کس که باشد، به سوی دانسته ها است و لاغیر.

حقیقت تنها به ذهنی که خالی از دانسته ها باشد، وارد می شود و در حالتی وارد می شود که دانسته ها حضور ندارند و به کنش مشغول نیستند. ذهن انبار دانسته ها است؛ پس مانده دانسته هاست و برای آن که ذهن در حالتی باشد که نادانسته ها اضهار وجود کنند، باید از خود و تجارب گذشته خود - چه خودآگاه و چه ناخودآگاه - واکنش ها، پاسخ ها و ساختار خویش آگاه

باشد؛ هنگامی که خودشناسی کامل وجود داشته باشد، دانسته ها به پایان می رسند و آنگاه ذهن از آن ها خالی می شود؛ آن هنگام است که حقیقت ناخوانده وارد خواهد شد. حقیقت به شما یا من تعلق ندارد. شما نمی توانید آن را ستایش کنید. در همان لحظه ای که دانسته شود، دیگر حقیقت نیست. نه نماد حقیقت است و نه تصویر؛ بلکه هرگاه درک خویشتن ممکن شود و «خود» بازایستد، ابدیت پا به عرصه وجود می گذارد.

فصل 4- درباره دانش

پرسش: از حرف های شما چنین استنباط می کنم که یادگیری و دانش سد راه اند. اگر این طور است، آن ها سد راه چه چیزهایی می باشند.

کریشنامورتی: بدون شک، دانش و یادگیری سد راه درک تازه ها و آن چیزهایی هستند که بدون زمان و ابدی می باشند. به وجود آوردن یک تکنیک کامل، انسان را خلاق نمی کند. شما ممکن است نحوه نقاشی کردن را به گونه ای عالی بدانید، از تکنیک کامل برخوردار باشید؛ ولی نقاش مبتکری به حساب نیاید. همچنین چه بسا که شما نحوه سرودن شعر را بلد باشید و از جهت فنی نقصی در کارتان نباشد؛ ولی شاعر نباشید. شاعر بودن یعنی توانایی دریافت تازه ها را داشتن، حساسیت کامل برای پاسخ گویی به چیزهای نو و تازه نشان دادن. برای بسیاری از ما دانش یا یادگیری نوعی اعتیاد شده است و ما خیال می کنیم که از طریق دانستن، خلاق خواهیم شد. ذهنی که پر از دحام است، ذهنی که در قفس حقایق و دانش اسیر گردیده؛ آیا به راستی توانایی دریافت چیزی تازه، ناگهانی و آنی را دارد؟ اگر ذهن شما در حلقه ازدحام دانسته ها قرار گرفته باشد، آیا در آن فضایی که بتواند چیزی از نادانسته ها را دریافت کند، وجود دارد؟ به طور یقین، دانش همیشه چیزی است مربوط به دانسته ها و ما تلاش می کنیم با این دانسته ها، نادانسته ها را که در اندازه گیری نمی گنجد، درک کنیم.

مثلاً یک چیز خیلی عادی را که برای بیشتر ما اتفاق می افتد، در نظر بگیرید. کسانی که مذهبی نیستند- حلاً مذهبی بودن هر معنایی که می خواهد داشته باشد- تلاش می کنند از خدا برای خود تصویری ذهنی داشته باشند و یا این که تلاش دارند بدانند خدا چیست. کتاب های بی شمار خوانده اند؛ در مورد تجارب قدیسیین، مرشدین، مهاتماها و افرادی از این قبیل، مطالعه کرده اند و تلاش دارند از این تجارب دیگران برای خود تصویری خیالی ترسیم کنند یا از آن احساسی داشته باشند؛ به عبارت دیگر، به کمک دانسته ها به نادانسته ها نزدیک می شوید. آیا این به راستی ممکن است؟ آیا می توان در اندیشه چیزی بود که ناشناختنی است؟ خیر، قدرت ما در اندیشیدن در مورد اموری است که می شناسیم؛ اما این انحراف خارق العاده در حال حاضر در دنیا در حال وقوع است؛ ما خیال می کنیم که اگر معلومات بیشتر، کتاب های بیشتر، حقایق بیشتر و مطالب چاپ شده بیشتری داشته باشیم، قدرت ادراک خواهیم داشت.

برای آگاه بودن از چیزی که انعکاس دانسته‌ها نباشد، باید به کمک ادراک، روند دانسته‌ها را از میان برداشت. اصلاً چرا باید ذهن این قدر به دامن دانسته‌ها بیاویزد؟ آیا بدین خاطر نیست که همیشه در جست‌وجوی اطمینان و امنیت است؟ طبیعت ذهن در دانسته‌ها و در زمان عجین شده است؛ چگونه چنین ذهنی که اصل و اساسش برپایه گذشته و زمان است، بی‌زمانی را تجربه می‌کند؟ چنین ذهنی ممکن است نادانسته‌ها را به صورتی منظم درآورد و از آن‌ها تصویر و تصویری داشته باشد؛ ولی تمامی این‌ها کاری عبث است؛ نادانسته، هنگامی اعلام وجود خواهد کرد که دانسته‌ها فهمیده شود، از میان برود و به کناری گذاشته شود. چنین چیزی فوق‌العاده دشوار است؛ زیرا به محض این که شخص از چیزی تجربه‌ای حاصل کند، ذهن آن را به الفاظ دانسته ترجمه کرده و آن را در چهار دیواری گذشته محصور می‌کند. نمی‌دانم هیچ توجه کرده‌اید که هر تجربه‌ای به طور آنی به دانسته‌ها برگردان شده، نام‌گذاری، جدول‌بندی و ثبت و ضبط می‌شود. بنابراین حرکت دانسته‌ها دانش است و بی‌شک چنین یادگیری و دانشی جز سد راه، چیزی نیست.

فرض کنیم که شما تا به حال هیچ کتابی، چه مذهبی و چه روان‌شناسی نخوانده باشید و مجبور باشید معنا و مفهوم زندگی را دریابید؛ از کجا شروع می‌کنید؟ فرض کنیم هیچ مرشد، سازمان مذهبی، بودا و هیچ مسیحی وجود ندارد و شما باید از ابتدا کار را آغاز کنید. چگونه شروع می‌کنید؟ ابتدا باید روند فکری خود را بفهمید، خود و اندیشه‌های خود را در آینده تصویر نکنید و پروردگاری که شما را راضی کند، به وجود نیاورید؛ چنین چیزی بس کودکانه است. بنابراین باید ابتدا به روند فکری خود اشراف داشته باشید. این تنها راه کشف هرچیز تازه است. هنگامی می‌گوییم یادگیری و دانش سد راه اند، ما دانش فنی - مثل اتومبیل‌رانی، نحوه به کارانداختن ماشین‌آلات یا کارآیی حاصل از این نوع دانش را - ضمیمه نمی‌کنیم. نظر ما چیزی کاملاً متفاوت است؛ منظورمان آن حالت خوش اخلاقی است که دانش و یادگیری، هر قدر هم که باشند، به وجودآورنده آن نیستند. خلاق بودن به معنای واقعی کلمه، یعنی آزادبودن از تمامی لحظات گذشته؛ زیرا این گذشته است که بر حال ما سایه می‌اندازد. صرف‌آویختن به اطلاعات و تجارب دیگران به آن چه که دیگران گفته‌اند، هر قدر هم معتبر باشد و تلاش در نزدیک کردن خود به آن چه که دیگران کشف کرده‌اند؛ یعنی دانش، مگر غیر از این است؟ اما برای کشف هر چیز تازه باید به تنهایی شروع کرد؛ باید لخت و برهنه، به خصوص برهنه از دانش سفر آغاز کنید؛ زیرا به کمک دانش و عقیده، تجربه‌اندوزی بس آسان است؛ ولی این تجارب صرفاً حاصل خودرأفکنی بوده و از این رو تماماً غیرواقعی و کذب محض می‌باشند؛ اگر می‌خواهید به تنهایی به کشف تازه‌ها نایل شوید، حمل کوله بار سنگین کهنه، به ویژه کوله بار دانش دیگری - هر قدر هم معتبر باشد - بی‌فایده است. شما از دانش به عنوان وسیله‌ای برای حفظ خود و امنیت استفاده می‌کنید و می‌خواهید کاملاً مطمئن باشید که شما هم همان

تجاری را دارید که بودا، مسیح یا فلان و بهمان داشت؛ اما آدمی که همیشه به کمک دانش از خود حمایت می کند، به طور وضوح جوینده حقیقت نیست.

برای کشف حقیقت، راه وجود ندارد. باید به دریایی ناشناخته وارد شد؛ دریای که موجب افسردگی نخواهد شد، دریایی که خطر جویی ندارد. هنگامی می خواهید چیز تازه ای پیدا کنید، هنگامی به تجربه چیزی مشغول اید، ذهن تان باید کاملاً آرام باشد. حقایق و دانش که ذهن ما را دچار ازدحام می کنند، سد راه مسایل تازه اند؛ مشکل بسیاری از ما آن است که ذهن چنان بااهمیت و چنان بالارزش شده است که درکار آن چه که تازه است و هرآن چه هم زمان با دانسته ها ممکن است وجود داشته باشد، مداخله می کند. بنابراین دانش و یادگیری برای جویندگان و نیز کسانی که سعی در ادراک آن چه بی زمان است دارند، موانعی بیش به حساب نمی آیند.

فصل 5- درباره انضباط

پرسش: تمامی مذاهب بر گونه ای انضباط خود برای تعدیل قوای حیوانی در انسان پافشاری کرده اند. قدیسین و عرفا ادعا کرده اند که به کمک انضباط خود، خداگونه شده اند و طوری که از گفته های شما برمی آید، این گونه انضباط سد راه ادراک پروردگار است. من سردرگم شده ام. در این مسأله حق با چه کسی است؟

کریشنامورتی: صحبت بر سر این نیست که حق با چه کسی است؟ آن چه که اهمیت دارد این است که حل مسأله را خود پیدا کنیم؛ نه از راه یک قدیس و یا کسی که اهل هند و یا جای دیگر است، هرچه عجیب تر باشد، بهتر.

شما بر سر این دوراهی گیر کرده اید؛ شخصی می گوید انضباط و شخص دیگری می گوید بدون انضباط. غالباً شما آن چیزی را برمی گزینید که راحت تر و رضایت بخش تر است؛ یک آدم را به خاطر، قیافه اش، تکیه کلام هایش، طرفداری های شخصی اش از امور و چیزهایی از این قبیل، دوست دارید. اکنون بیایید همه این ها را کنار بگذاریم و این پرسش را مستقیماً بررسی کنیم و حقیقت قضیه را برای شخص خود بیابیم. در این مسأله، معانی بسیاری نهفته است و ما باید با احتیاط و به گونه ای آزمایشی با آن برخورد کنیم.

بسیاری از ما، نیاز به صاحب اختیاری داریم که به ما وظیفه مان را گوش زد کند. از آن جا که به طور طبیعی می خواهیم در امنیت به سر ببریم و رنج بیشتر را متحمل نشویم، برای رفتار و کردار خود درانتظار رهنمودیم. می گوئیم که فلان کس به مفهوم خوشبختی و شادی کامل رسیده است و امید آن را هم داریم که راه رسیدن به آن را به ما هم بگوید. درواقع آن چه که می خواهیم، همان گونه خوشبختی، همان آرامشی درونی و همان خوشی است و در این دنیای دیوانه آشفته، به دنبال کسی می گردیم که به ما بگوید چه بکنیم؟ در واقع این طبیعت اصلی

بسیاری از ما است و ما اعمال خود را براساس این طبع و غریزه طرح ریزی می کنیم. آیا رسیدن به خدا، به این والاترین وجود، به آن چه نه در محدوده کلمات می گنجد و نه نامی می توان بر آن نهاد، از طریق انضباط و اطاعت از یک الگوی ویژه، امکان پذیر است؟ ما می خواهیم به یک هدف ویژه و به یک مقصد مشخص برسیم و خیال می کنیم که از طریق تمرین، انضباط و از راه سرکوب یا تسلیم، تعالی بخشی و یا جانشین سازی به آن چه در جست و جویس هستیم، خواهیم رسید.

راستی، معنای ضمنی انضباط چیست؟ دلیل آن که خود را منضبط می کنیم، چیست؟ آیا انضباط و هوشمندی هم پای هم هستند؟ بسیاری از افراد خیال می کنند که باید به کمک گونه ای انضباط، قوای حیوانی - این زشتی وجود خود را - تحت انقیاد و کنترل درآوریم. آیا این قوای حیوانی و این زشتی درون را می توان از طریق انضباط کنترل کرد؟ منظور از انضباط چیست؟ منظور، سلسله اعمالی است که قول پاداش بدهد، عملیاتی که در صورت پیگیری آن ها، آن چه را که می خواهیم به ما ببخشند - چه مثبت و چه منفی - الگوی کرداری ویژه ای که در صورت کوشش جدی، پشتکار و جدیت کامل ما را بالاخره به آن چه می خواهیم برساند. چنین کاری ممکن است محنت بار باشد؛ ولی ما برای رسیدن به خواسته خود آماده ایم با آن دست و پنجه نرم کنیم؛ ما می خواهیم خود - خودی که مهاجم خودپسند، دورو، نگران و ترسناک است و بقیه آن چه که می دانید - بله، می خواهیم همین خودی را که باعث قوای حیوانی درونی ماست، دگرگون کنیم و به انقیاد بکشانیم و نابودش کنیم. این کار چگونه باید صورت گیرد؟ آیا باید این کار از طریق انضباط، درک هوشمندانه از گذشته «خود» و درک ماهیت «خود»، از چگونگی به وجود آمدنش و اموری از این قبیل، انجام داد؟ آیا باید انهدام قوای حیوانی درون انسان را از طریق زور انجام داد، یا از طریق هوشمندی؟ آیا هوشمندی به انضباط مربوط است؟ بیایید فعلاً آن چه را که قدیسین و بقیه افراد گفته اند فراموش کنیم؛ بیایید خودمان در مسأله غور و بررسی کنیم؛ به گونه ای که گویی برای نخستین بار است به این مسأله می نگریم؛ آن هنگام چه بسا که بالاخره به چیزی خلاق برسیم؛ نه تنها به مشتی نقل قول که همگی بیهوده و بی فایده اند.

نخست می گوییم که در درون ما تعرض وجود دارد - سیاه در برابر سفید، آزمندی در برابر عدم آزمندی و چیزهایی از این قبیل - من آزمندم و این درد آخرین است؛ برای رهایی از چنگ این آزمندی باید خود را منضبط کنم. به بیان دیگر، من باید در برابر هرگونه تعارض که به من درد و رنج می دهد - در این مورد به آن آز می گویم - بایستم. آن هنگام از غیراجتماعی بودن، غیراخلاقی بودن و الی آخر صحبت می کنم - یعنی همان دلایل مذهبی - اجتماعی که برای ایستادن در برابر آز به کار می بریم؛ آیا با دور کردن آز به وسیله زور، آز از بین می رود؟

نخست بیایید روند معمول در سرکوب، زور، مردودساختن و مقاومت کردن را مورد بررسی قرار دهیم. هنگامی این کار را می کنید؛ هنگامی در برابر آز مقاومت می کنید؛ چه رخ می دهد؟ آن چه که در برابر آزمندی می ایستد، چیست؟ این اولین مسأله است؛ این طور نیست؟ چرا شما در برابر آز مقاومت به خرج می دهید و این وجودی که می گوید: «من باید از چنگ آز رها شوم»، کیست؟ یا این وجودی که می گوید: «من باید آزاد باشم»، همان آز است یا خیر؟ تاکنون آزمندی پاداش او را داده است و اکنون مصیبت بار شده؛ از این رو، می گوید: «باید از دست آن رها شوم». انگیزه رهایی از چنگ آن نیز خود، فرآیند آزمندی نام دارد؛ زیرا او می خواهد چیزی باشد که نیست. عدم آزمندی اکنون بی فایده است، بنابراین به جست و جوی آن می روم؛ اما خود انگیزه این کار و قصد آن، باز هم می خواهد چیزی باشد، می خواهد عدم آزمندی باشد که باز هم به طور یقین، آزمندی نام دارد و باز هم شکل منفی تأکید بر روی «من» است.

استنباط ما این است که آزمندبودن، به دلایل بدیهی گوناگون، محنت بار است. تا هنگامی که به ما پاداش می دهد و تا هنگامی که از آن لذت می بریم، مسأله ای وجود ندارد. اجتماع به راه های مختلف ما را به آزمندبودن تشویق می کند. تا هنگامی که فایده بخش است و محنتی به همراه ندارد، به دنبالش می رویم؛ ولی به محض آن که محنت بار شود، دل مان می خواهد در برابرش مقاومت کنیم. این مقاومت چیزی است که نامش را انضباط درمقابل آز می گذاریم؛ ولی آیا با مقاومت، تعالی بخشی و سرکوب، از قید حریص بودن رها می شویم؟ هر عملی از جانب «من» که قصد آزادشدن از حرص و آز را داشته باشد، باز هم آزمندی نام دارد. بنابراین هر عمل و پاسخی از جانب من درمورد آز، به طور یقین راه حل مسأله به شمار نمی آید.

پیش از هر چیز باید ذهن آرام و نامشوش وجود داشته باشد تا همه چیز را بفهمد، به ویژه چیزی را که شخص نمی داند و ذهن اش نمی تواند در آن تعمق کند- چیزی را که پرسشگر ما نامش را خدا می گذارد. برای درک هرچیز و هر شکل پیچیده ای- درمورد زندگی یا رابطه و خلاصه درک هر مسأله ای- باید ژرف نگری معین و آرامی برای ذهن باشد. آیا این ژرف نگری را از راه زور و اجبار می توان به دست آورد؟ ذهن سطحی نگر ممکن است از روی ناچاری خود را آرام کند؛ اما به طور حتم چنین آرامشی، آرامش زوال و مرگ است. چنین آرامشی، توانایی انطباق پذیری، انعطاف پذیری و حساسیت را ندارد. بنابراین مقاومت چاره کار نیست.

اکنون فهم این موضوع نیاز به هوشمندی دارد؛ فهم این موضوع که زور و اجبار ذهن را خرف می کند، خود شروع هوشمندی است؛ دانستن این مطلب است که انضباط صرفاً نوعی سازش در برابر یک الگو از طریق ترس است و دیگر هیچ و این همان چیزی است که در منضبط کردن خود نهفته است؛ یعنی ترس از به دست نیوردن آن چه که خواهان آن هستیم. هنگامی شما ذهن یا وجود خود را تأدیب می کنید، چه رخ می دهد؟ به چیزی سخت، غیرقابل انعطاف، کند و تطبیق ناپذیر بدل می شود. آیا با چنین افرادی که خود را منضبط کرده اند، برخورد نکرده

آید؛ البته اگر چنین افرادی باشند؟ نتیجه به طور یقین یک روند انهدام است. یک تعارض درونی به وجود می آید که مطرود و پنهان نگاه داشته می شود؛ ولی وجود دارد و فروزان و مشتعل است.

بنابراین، می بینیم که این گونه انضباط که نامش مقاومت است، تنها و تنها عادت به وجود می آورد و شکی نیست که عادت، آفریننده هوشمندی نیست؛ نه عادت چنین است و نه تمرین. چه بسا که شما در به کار بردن انگشتان خویش با تمرین مرتب روزانه پیانو یا با ساختن چیزی دستی، مهارت و توانایی پیدا کنید؛ ولی برای هدایت دست ها، نیاز به هوش و ذکاوت است و اکنون ما در این باره کندوکاو می کنیم.

هنگامی کسی را می بینید که به نظرتان خوشبخت است و یا به چیزی رسیده و کارهایی انجام می دهد، شما هم خواهان همان چیزها می شوید و در این مورد از او تقلید می کنید. به این تقلید، انضباط می گوئیم. برای این تقلید می کنیم که آن چه را دیگری دارد، به دست آوریم؛ ادای او را درمی آوریم برای آن که خوشبخت باشیم؛ زیرا خیال می کنیم که او هست؛ ولی آیا می توان از طریق انضباط، خوشبخت شد؟ آیا می شود با به کارگیری یک قانون ویژه، انضباطی ویژه و یک شیوه عملی واقعاً آزاد شد؟ به طور حتم برای کشف، باید آزادی وجود داشته باشد. اگر می خواهید چیزی را کشف کنید، باید به طور وضوح، از درون آزاد باشید؛ ولی آیا با شکل دادن ذهن خود به گونه ای ویژه که بر آن نام انضباط می گذارید، به این آزادی می رسید؟ شکی نیست که پاسخ منفی است. شما یک ماشین تکرار می شوید و براساس نتیجه گیری ویژه و شیوه کرداری ویژه به مقاومت می پردازید؛ درحالی که آزادی از طریق تأدیب حاصل نمی شود. آزادی تنها از راه هوشمندی به دست می آید و در همان لحظه ای که شما شاهد طرد آزادی به وسیله زور و اجبار - چه درونی و چه بیرونی - باشید، این هوشمندی در شما بیدار شده و شما صاحب آن می شوید. به طور یقین نخستین شرط لازم، آزادی است؛ آزادی نه به شکل انضباط و چیزی که اعطاءکننده این آزادی است، پرهیزکاری نام دارد. حرص، آشفتگی است، غضب، آشفتگی است؛ بی رحمی، آشفتگی است. هنگامی شخص متوجه آن ها بشود، به طور یقین خود را از چنگ آن ها رها می کند و در برابر آن ها مقاومت نمی کند؛ بلکه متوجه می شود که مکاشفه تنها در آزادی است و هیچ گونه اجبار و زوری، آزادی به حساب نمی آید و از این رو، مکاشفه ای صورت نمی گیرد. کار پرهیزکاری آن است که به شما آزادی می دهد؛ شخص ناپرهیزکار، شخصی آشفته است؛ چگونه می توان در عین آشفتگی به کشفی نایل شد؟ راستی چطور؟ بنابراین، پرهیزکاری حاصل نهایی انضباط نیست؛ اما پرهیزکاری آزادی است و آزادی نمی تواند از طریق عملی که پرهیزکارانه نبوده و به خودی خود حقیقت ندارد، حاصل شود. مشکل ما این است که بسیاری از ما زیاد مطالعه کرده ایم و به صورت سطحی به دنبال انضباط های بی شمار - هر صبح در ساعت ویژه ای از خواب برخاستن، به وضع معین نشستن، کوشش

به کنترل ذهن خود به طریق ویژه کردن - رفته ایم و به تمرین و تأدیب مدام خویش پرداخته ایم؛ زیرا به ما گفته اند که اگر چنین چیزهایی را سال‌هایی چند ادامه دهیم، بالاخره به ذات باری تعالی راه خواهیم یافت. ای بسا که من این مسأله را به گونه ای خام مطرح می‌کنم؛ ولی پایه اندیشیدن ما همین است. شکی نیست که رسیدن به ذات پروردگار این قدر هم ساده نیست. خداوند چیزی قابل عرضه در بازار نیست و نمی‌توان گفت من این کار را می‌کنم و شما آن را به من بدهید.

تأثیرات بیرونی، دکترین‌های مذهبی، اعتقادات و خواسته‌های درونی ما برای رسیدن و تحصیل چیزی، بسیاری از ما را چنان شرطی کرده اند که برای ما از نو اندیشیدن درمورد این مسأله، بدون آن که براساس انضباط بیندیشیم، ممکن نیست. نخست باید اشارات انضباط و این که چگونه ذهن از طریق آرزوهای مان، تأثیرات و اموری از این قبیل را به تنگنا کشانده و ذهن را به عملی ویژه واداشته است به وضوح ببینیم؛ ذهن شرطی شده، هر قدر هم این شرطی شدن «پرهیزکارانه» باشد، نمی‌تواند آزاد باشد و بالتبع نمی‌تواند حقیقت را درک کند. خداوند، حقیقت یا هر چه که نامش نهید - نام تفاوتی ندارد - تنها هنگامی که آزادی وجود داشته باشد، می‌تواند اعلام وجود کند و هر جاکه راه ترس، زور و اجبار حاکم باشد، چه مثبت و چه منفی، آزادی وجود ندارد. همچنین هرگاه به دنبال مقصد و هدفی باشیم، از آزادی خبری نخواهد بود؛ زیرا خود را در محدوده آن هدف اسیر می‌کنیم. بعید نیست که از چنگ گذشته‌ها شویم؛ ولی آینده ما را در محاصره خود دارد و چنین چیزی را آزادی نمی‌گوییم. کشف هر چیز - ایده، احساس و یا ادراک تازه - تنها در سایه آزادی ممکن است. هرگونه انضباطی که برپایه زور و اجبار باشد، این گونه آزادی را - چه سیاسی و چه مذهبی - انکار می‌کند و از آن جا که انضباط یعنی سازش با عملی که مقصدی را مورد نظر دارد، ما را در تنگنا قرار می‌دهد؛ بنابراین امکان آزادی ذهن وجود نخواهد داشت. کنش چنین ذهنی، مانند صفحه گرامافون، تنها در درون شیارها است.

از این رو، ذهن از طریق عادات و پروراندن یک الگو تنها می‌تواند آن چه را که در نظر دارد به دست آورد. به همین دلیل، آزاد نیست؛ به همین دلیل به آن چه که محدودیت و محصوریتی ندارد، نایل نخواهد شد. آگاه بودن از تمامی فرآیند - این که چرا انسان دائم خود را در برابر عقیده عمومی و قردیسین معین، منضبط می‌کند و کل مسأله انطباق پذیری با عقیده، چه عقیده یک قدیس باشد و چه همسایه، با هم تفاوتی ندارند - آگاهی از تمامی قضیه سازش، از طریق تمرین و راه‌های عجیب و غریب - تسلیم خویش، انکار، اظهار وجود، سرکوب، تعالی بخشی و آن چه که بر سازش با یک الگو دلالت دارد - تازه شروع آزادی است که حاصل آن، پرهیزکاری نام دارد. شکی نیست که پرهیزکاری، پرورش یک پندار ویژه نیست. مثلاً اگر کسی عدم آزمندی را به عنوان مقصد و هدف دنبال کند، دیگر نامش پرهیزکاری نخواهد بود. به عبارت دیگر، اگر کسی

از عدم آزمندی خود آگاه باشد، پرهیزکاری به شمار نمی رود؛ زیرا چنین چیزی از طریق انضباط حاصل می شود.

انضباط، انطباق و تمرین، تنها بر خودآگاه به عنوان چیزی بودن تأکید می کند. ذهن، عدم آزمندی را تمرین می کند؛ بنابراین، از چنگ خودآگاهی خویش به عنوان آزمندنبودن، آزاد نیست؛ از این رو، در واقع بدون آز نیست. تنها بر آن، جامه دیگری پوشانده و نامش را نبود آزمندی گذاشته است. تمامی این فرآیند، در انگیزش، خواهان مقصودبودن، انطباق با الگو و آرزوی امنیت داشتن در نتیجه پیروی از الگو، خلاصه می شود. تمامی این ها تنها حرکتی است از دانسته ها به دانسته ها و همیشه در همان محدوده روند خود، محدود کننده خود ذهن است. توجه به همه این ها و آگاهی داشتن از آن، شروع هوشمندی است و هوشمندی نه دارای پرهیزکاری است و نه غیرپرهیزکاری؛ هوشمندی در الگوهای این چنین نمی گنجد. هوشمندی، ایجاد آزادی می کند که نه هوسبازی است و نه بی نظمی.

بدون این آزادی، پرهیزکاری ممکن نیست؛ پرهیزکاری، آزادی می بخشد و در آزادی، حقیقت اعلام وجود می کند. اگر شما تمامی روند را به صورتی یک پارچه ببینید، متوجه خواهید شد که تعارض وجود ندارد. علت روی آوردن ما به انضباط، انکار و انطباق پذیری ها آن است که در تعارض به سر می بریم و میل داریم از آن بگریزیم. هنگامی ماهیت روند تعارض را استنباط می کنیم، دیگر جایی برای انضباط باقی نمی ماند؛ زیرا به راه های تعارض، لحظه به لحظه اشراف داریم. این کار نیاز به هوشیاری بسیار و توجه دائم به خویشتن دارد و جزء شگفت انگیز، این است که اگرچه ممکن است شما در تمام مدت توجه نداشته باشید؛ ولی همین قدر که هدفی باشد، روندی ثبت کننده در وجود شما در تمام مدت به کار ثبت و ضبط می پردازد. حساسیت، حساسیت درونی در تمامی مدت تصویربرداری می کند؛ طوری که به محض ساکت شدن شما، وجود درونی تصویرها را در معرض تماشا خواهد گذاشت.

بنابراین، بحث بر سر انضباط نیست؛ حساسیت هرگز از طریق زور و اجبار به وجود نمی آید. شما ممکن است که کودکی را وادار به انجام کاری کنید؛ او را در گوشه ای زندانی کنید و او احتمالاً ساکت بماند؛ ولی چه بسا که از درون بجوشد؛ از پنجره به بیرون بنگرد و در فکر رهایی باشد. این همان چیزی است که ما هنوز به انجام اش مشغول ایم. بنابراین، مسأله انضباط و این که چه کسی راه درست می رود و چه کسی راه نادرست، تنها با خود ما حل خواهد شد.

این را هم می دانید که ما از رفتن به راه اشتباه می ترسیم؛ زیرا دلمان می خواهد موفق باشیم. میل به تأدیب بر پایه ترس است؛ ولی نادانسته ها نمی توانند در دام انضباط اسیر باشند. به عکس، نادانسته ها باید آزادی داشته باشند؛ نه الگوهای ذهنی شخص را. به همین علت، آرامش ذهن ضروری است. هنگامی ذهن از آرامش خود آگاه باشد، دیگر آرامش ندارد؛ هنگامی ذهن از

آزمندنبودن خویش، از آزادی، از حرص و آز آگاه باشد، خود را در لباس آزمندنبودن بارخواهد شناخت؛ ولی این، آرامش نام ندارد. به همین دلیل است که شخص باید به قضیه از این بعد مسأله نیز که کنترل کننده کیست و چه چیزی مورد کنترل است، اشراف داشته باشد. این دو، پدیده های جداگانه نیستند؛ بلکه یک پدیده مرکب اند؛ کنترل کننده و مورد کنترل یکی هستند.

فصل 6- درباره تنهایی

پرسش: استنباط من این است که سخت تنهاییم. چه باید بکنم؟

کریشنامورتی: سوال شما این است که می خواهید بدانید چرا احساس تنهایی می کنید؟ آیا می دانید تنهایی چیست و آیا از آن آگاه اید؟ در این مورد بسیار تردید دارم، زیرا ما خود را در فعالیت ها، در کتاب ها، در روابط و در پندارهایی که به واقع مانع آگاهی ما از تنهایی هستند، خفه کرده ایم.

راستی منظور ما از تنهایی چیست؟ تنهایی، نوعی احساس خالی بودن، نوعی احساس نبود کلی تعلقات، بی حد و اندازه نامطمئن بودن و پناه و سکانی در جایی نداشتن است. نه یاس است و نه ناامیدی، بلکه نوعی احساس خلا، نوعی احساس تهی بودن و نوعی احساس ناکامی داشتن. مطمئن هستیم که همه ما آن را درک کرده ایم، چه خوشحالانه و چه بدحالانه، چه افراد خیلی خیلی فعال و چه اشخاصی که به دانش معتاد شده اند. همه این را می شناسند. تنهایی، احساس دردی واقعاً پایان ناپذیر است، دردی که هر چند سعی در پرده پوشی آن می کنیم، قابل پنهان کردن نیست.

بیاید دوباره در مقابل آن قرار گیریم و ببینیم که چه چیزی اتفاق می افتد؟ ببینیم وقتی انسان احساس تنهایی می کند به چه کاری دست می زند؟ سعی انسان بر آن است که به کمک کتاب، پیروی از یک رهبر، رفتن به سینما و یا فعالیت بسیار در امور اجتماعی، دست به دعا و نیایش شدن، نقاشی کردن و یا در مورد تنهایی شعر نوشتن، از تنهایی بگریزد. این آن چیزی است که در واقع اتفاق می افتد. هنگامی که انسان از تنهایی، محنت آن و وحشت بی انتها و خارق العاده آن، آگاه می شود، به جست و جوی مفری می گردد، این فرار بسیار اهمیت پیدا می کند و از این رو فعالیت های شخص، دانش او، آن چه که محبوب اوست و آن چه که دار و ندار وی نام دارد، مهم می شود. اهمیت قایل شدن برای ارزش های ثانویه، انسان را به مصیبت و پریشانی می کشاند، ارزش های ثانویه به ناچار ارزش های نفسانی می شوند و تمدن جدید که بر این چیزها استوار است این راه فرار را در پیش پای شما می نهد، چه از راه مشاغل، چه از راه خانواده یا نام، مطالعات، نقاشی کردن و ... تمامی فرهنگ ما بر پایه این فرار بنا نهاده شده است. فرهنگ ما بر آن استوار است و این حقیقتی است.

آیا هیچ وقت تلاش نموده اید تنها باشید؟ هنگامی که این کار را می کنید، تازه متوجه می شوید که تا چه اندازه دشوار است و برای تنها بودن چقدر انسان باید هوشمند باشد، زیرا ذهن مجال تنها بودن را به ما نمی دهد. ذهن بی تاب می شود، خود را با راه های فرار مشغول می کند، بنابراین راستی ما به چه کاری مشغول می شویم؟ بله، تلاش می کنیم این خلا فوق العاده را با دانسته ها پر کنیم. یاد می گیریم که چگونه ممکن است اجتماعی و فعال بود، چگونه مطالعه کنیم و یا چطور به رادیو گوش دهیم. با این کار به پر کردن چیزی مشغول می شویم که از روی دانسته های خود آن را نمی شناسیم. تلاش می کنیم این خلا را با دانش های گوناگون، روابط و یا چیزهایی پر کنیم. آیا این طور نیست؟ روند و حیات ما همین است. حالا ببینیم هنگامی که می دانید به چه کاری مشغول هستید، باز هم خیال می کنید که بتوان آن خلا تنهایی را پر کرد؟ آیا در این کار توفیقی بدست آورده اید؟ به سینما روی می آورید و توفیقی بدست نمی آورید، آنگاه به رهبر خود پناه می برید یا به کتابهای تان و یا به فعالیتهای بیشتر و بیشتر، آیا واقعا در پر کردن خلا توفیقی پیدا خواهید کرد یا تنها نقابی بر چهره آن می کشید؟ اگر تنها پرده پوشی کنید، باز هم خلا وجود دارد و بنابراین باز خواهد گشت. اگر بتوانید به طور کلی فرار کنید، آن هنگام در یک پناهگاه بطور کلی در را به روی خود می بندید و یا سخت اندوهگین می شوید. این همان چیزی است که دارد در دنیا اتفاق می افتد.

آیا می توان این خلا، این تهی بودن را پر کرد؟ اگر پاسخ منفی است، پس می شود از چنگ آن گریخت؟ اگر یکی از راههای گریختن را آزموده و آن را بی فایده دیده باشیم، آیا دیگر راه های فرار نیز بی فایده نیستند؟ پرکردن خلا با هر چیزی فرقی ندارد، بنابراین، آن چه را هم که به اصطلاح اندیشه می گوئیم، یکی از راههای گریختن است. تعویض شیوه فرار تفاوت چندانی ایجاد نمی کند.

بنابراین چطور باید دانست که در مورد این تنهایی چه باید کرد؟ بله، تنها زمانی می دانید چه باید کرد که کاملا دست از فرار کشیده باشید. وقتی این تمایل در شما وجود داشته باشد که با «آن چه هست» روبه رو شوید - که معنایش این است که پیچ رادیو را باز نکنید و به عبارتی از تمدن روی برگردانید - آن وقت تنهایی شما پایان می پذیرد، زیرا در آن صورت تنهایی کاملا تحول پیدا می کند، دیگر تنهایی نام ندارد. اگر شما آن چه هست را بفهمید، آن چه هست واقعیت پیدا می کند. از آنجا که ذهن به طور مستمر از دیدن آن چه هست امتناع می کند، می گریزد و سرباز می زند، بنابراین برای خود موانعی ایجاد می کند و از آنجا که موانع موجود بسیار ما را از دیدن محروم می کنند از درک آن چه هست عاجزیم و از این رو تدریجا از حقیقت دور می افتیم. همه این موانع را ذهن برای آن که «آن چه هست» را نبیند بوجود آورده است. دیدن «آن چه هست» نه تنها به استعداد فراوان و آگاهی از عمل نیاز دارد، بلکه پشت کردن به همه ساخته های دست انسان که حساب های بانکی، نام آوری و آنچه که تمدن نام دارد را نیز شامل

می شود، از آن جمله است. وقتی «آن چه هست» را ببینید، متوجه خواهید شد که چگونه تنهایی تحول پیدا خواهد کرد.

فصل 7 - درباره رنج کشیدن

پرسش: مفهوم محنت خوردن و رنج کشیدن چیست؟

گریشنامورتی: رنج کشیدن و محنت بردن چه معنایی دارد؟ درد جسمانی یک مفهوم بیش ندارد؛ ولی احتمالاً مقصود ما درد و رنج روحی است که در سطوح مختلف دارای مفاهیم مختلف است. منظور از رنج کشیدن چیست؟ چرا ما میل داریم مفهوم رنج بردن را بدانیم؟ هنگامی این سؤال را از خود می پرسید و به دنبال علت رنج کشیدن هستیم، آیا از آن دوری نمی کنیم؟ آیا آن را از سر باز نمی کنیم و خلاصه از آن نمی گریزیم؟ واقعیت این است که ما رنج می بریم؛ اما به محض آن که ذهن را متوجه کارکردن روی آن می کنیم و می گوئیم: «آخر چرا؟» با همین کار از شدت رنج می کاهیم. به عبارت دیگر، ما طالب آن هستیم که رنج کاهش یابد، کم شود، مطرود گردد و با شرح و توصیف کنار گذاشته شود. یقیناً این باعث ادراک درد و رنج نمی شود. درحالی که اگر از میل به گریختن از چنگ درد آزاد باشیم، آن گاه کم کم می فهمیم که محتوای درد و رنج چیست.

به چه چیزی رنج می گوئیم؟ رنج نوعی آشفتگی در سطوح مختلف است؛ سطوح فیزیکی و یا سطوح مختلف ناخودآگاه. نوعی آشفتگی شدید است که مورد علاقه ما نیست. مثلاً هنگامی پسر می میرد که همه امیدهای من به او معطوف بوده است - یا دختر و یا همسر و یا افرادی از این قبیل - من همه آن چیزهایی را که می خواستم آن شخص باشد در او جمع می دیدم، او مصاحب من بود و از این جور حرف ها؛ اما ناگهان نیست می شود؛ بنابراین آشفتگی به وجود می آید. این آشفتگی را رنج می گوئیم.

اگر من به این حالت رنج نگویم، آن وقت می گوئیم: «چرا رنج می برم؟»، «چقدر دوستش داشتم»، «او این طور بود»، «من آن را داشتم». سعی می کنم در واژه ها، در برچسب ها، در اعتقادات، فرار کنم، همان طور که بسیاری از ما می کنیم. این چیزها همچون مواد مخدر عمل می کنند. اگر این کار را نکنم، چه اتفاقی خواهد افتاد؟ در آن صورت، صاف و ساده از رنج بردن خود آگاه خواهم بود. نه آن را محکوم می کنم و نه موجهش می نمایم؛ تنها رنج می برم. آنگاه می توانم به دنبال حرکتش بروم. آنگاه می توانم تمامی محتوای معنایی اش را دنبال کنم؛ منظورم از «دنبال کردن» این است که به درک چیزی نایل شوم.

معنای رنج کشیدن چیست؟ به چه چیزی رنج کشیدن می گوئیم؟ نمی گوئیم چرا رنج وجود دارد یا علت و سبب رنج کشیدن چیست؟ بلکه درواقع چه چیزی دارد اتفاق می افتد؟ آن هنگام

است که صاف و ساده از رنج کشیدن آگاه می شویم؛ نه به صورت جزئی از من، نه به عنوان شاهدهی که به مشاهده رنج کشیدن می نشیند؛ بلکه به صورتی که رنج، جزئی از من می شود؛ آن که رنج می برد، کل وجود من است. از این رو، می توانم حرکتش را تعقیب کنم و بینم به کجا منتهی می شود. به طور حتم هنگامی من به این کار دست می زنم، مسأله باز می شود. آنگاه می بینم که بر «خود» تأکید کرده ام؛ نه شخصی که دوستش دارم و آن شخص، تنها نقش پرده پوش را برای مصیبت و تنهایی من بازی کرده است. از آن جاکه خود من چیزی نیستم، امید داشتم که او باشد. حال که او رفته است، مستأصل و تنها مانده ام. بدون او، من هیچ ام؛ بنابراین، می گویم (!). صحبت بر سر این نیست که او رفته است؛ بلکه به خاطر این است که من مانده ام. من تنها هستم. رسیدن به این نکته دشوار است. واقعاً دشوار است که انسان مسأله را بفهمد برای آن که تنها بگوید: «من تنها هستم، چطور می توانم از چنگ این تنهایی رها شوم؟» که خود این هم شکل دیگری از گریز است؛ بلکه برای آگاه بودن از آن، با آن ماندن و حرکت آن را مشاهده کردن. من تنها این را به عنوان مثال می گویم. هنگامی به تدریج به آن اجازه بروز و ظهور می دهم، می بینم که رنج می برم؛ زیرا بیچاره شده ام؛ به من می گویند که توجه ام را به چیز دیگری معطوف کنم، چیزی که مایل به مشاهده اش نیستم، چیزی که بر من تحمیل می شود و من نه مایل به دیدار و نه درک آن هستم. افراد بی شماری در گریز من مرا یاری می دهند - هزارها شخص به اصطلاح مذهبی، با اعتقادات و دگم ها و امیدها و اوهام شان - بله، همه با گفتن «این خواست خدا است، خواست کارما است»، برای من گریزگاهی می یابند. ولی اگر من با آن بمانم، از آن جدا نشوم و تلاش نکنم دور آن خطی بکشم و یا انکارش نکنم؛ آنگاه چه اتفاقی خواهد افتاد؟ هنگامی من حرکت رنج را دنبال کنم، ذهن من چه حالی پیدا خواهد کرد؟

آیا رنج کشیدن تنها یک واژه است، یا یک واقعیت؟ اگر واقعیت است و نه واژه، پس فعلاً واژه آن بی معنی است و آن چه که می ماند، احساس درد شدید است؛ ولی در چه رابطه ای؟ در ارتباط با یک تصویر، یک تجربه و یا در ارتباط با چیزی که دارید یا ندارید. اگر آن را دارید، به آن لذت می گویند؛ اگر ندارید به آن درد لقب می دهید؛ بنابراین غم و درد در رابطه با چیزی است. آیا این چیز لفاظی است و یا یک واقعیت است؟ به عبارت دیگر، هنگامی اندوه وجود دارد، وجود آن در رابطه با چیزی است. به تنهایی نمی تواند وجود داشته باشد - حتی به شکل ترس هم نمی تواند تنها باشد؛ بلکه همیشه در ارتباط با چیزی است: مثل یک فرد، یک حادثه و یا یک احساس. در این صورت، از وجود رنج کاملاً آگاه می شوید. آیا این رنج از شما جدا است و بنابراین شما شاهدهی هستید که اندوه را تصور می کند یا این رنج بردن خود شما هستید؟

هنگامی مشاهده کننده ای وجود نداشته باشد، چه کسی رنج می برد؟ آیا رنج بردن چیزی است که با شما تفاوت دارد؟ نه، شما و رنج بردن یکی هستید. شما از درد جدا نیستید؛ شما خود درد هستید. در اینجا برچسب زدن مفهوم ندارد، نام گذاری و پس زدن بی معنا است؛ شما خود آن

درد و خود آن احساس، یعنی احساس تألم هستید. حال که چنین می شود، چه اتفاقی رخ می دهد؟ هنگامی بر آن نامی نمی گذارید، هنگامی درارتباط با آن ترسی وجود ندارد، با مرکز هم ارتباط ندارد. اگر مرکز به آن مربوط باشد، پس از آن می ترسد. پس باید به عمل پردازد و در آن مورد کاری انجام دهد؛ اما اگر مرکز خود تألم باشد، چه کار می کنید؟ هیچ کار؛ مگر غیر از این است؟ اگر شما خود رنج کشیدن باشید و بر آن برجسبی نزنید، طردش نکنید و خود آن باشید، چه اتفاقی می افتد؟ آیا آن هنگام هم می گوئید من رنج می برم؟ خیر؛ زیرا در آن صورت دگرگونی اساسی رخ داده است. در چنین وضعی، چیزی به نام «من رنج می برم»، وجود ندارد؛ زیرا مرکزی برای رنج بردن وجود ندارد و مرکز از این رنج می برد که ما هرگز به بررسی چگونگی آن نپرداخته ایم. ما تنها از یک واژه به واژه دیگر و از یک واکنش به واکنشی دیگر زندگی می کنیم. هرگز نمی گوئیم: «بگذار ببینم آن چه رنج می برد، چیست؟» ما از راه اعمال زور و انضباط نمی بینیم. باید با علاقه مندی و ادراک آنی نگاه کنیم؛ آن هنگام خواهیم دید که چیزی را که رنج بردن می نامیم، چیزی را که از آن دوری می کنیم و تأدیب و همه و همه چیز به کنار می روند. تا هنگامی که من با امور، به عنوان چیزهایی بیرون از خود، رابطه ای نداشته باشم، مشکلی هم ندارم؛ به محض آن که با اشیاء دور و بر خود رابطه برقرار کنم، مشکلی هم سر راست می کند. تا هنگامی که با رنج بردن به عنوان چیزی بیرون از خود روبرو شوم؛ هنگامی برای برادر از دست رفته، برای نداشتن پول، برای این یا آن رنج می برم، با آن رابطه برقرار می کنم و این رابطه، رابطه ای ساختگی است؛ ولی اگر من خود آن باشم، اگر واقعیت را ببینم، آنگاه کل قضیه دگرگون می شود، کلاً معنای دیگری پیدا می کند، آنگاه توجه کامل ایجاد می شود، توجه یک پارچه به وجود می آید و آن چه که مورد توجه کامل قرار می گیرد، حل می شود و از میان می رود و آن هنگام دیگر ترسی وجود نخواهد داشت و بالتبع واژه «غم» از صفحه روزگار محو خواهد شد.

فصل 8- درباره آگاهی

پرسش: تفاوت میان آگاهی و درونگری چیست؟ و چه کسی در آگاهی است؟

کریشنامورتی: اجازه دهید ابتدا به بررسی در مورد معنای درون نگری پردازیم. منظور ما از درونگری یعنی خودکاوی و خود را امتحان کردن، اما چرا شخص خود را امتحان می کند؟ برای آنکه بهبود یابد، برای آنکه تغییر یابد و تعدیل شود. برای این است که شخص چیزی شود، در غیر این صورت به چنین کاری دست نمی زند. اگر طالب تغییر، تعدیل و شدن چیزی به جز آن چه که هستید نباشید، به امتحان خود نمی پردازید. علت روشن درون نگری همین است. من خشمناکم و به درون نگری، به بررسی خود روی می آورم تا از شر خشم خلاص شوم یا اینکه آن را تغییر داده و یا تعدیل کنم. هر جا که درون نگری، یعنی میل به تغییر و تعدیل پاسخ ها و واکنش های مربوط به «خود» وجود داشته باشد، همیشه هدفی مورد نظر است، وقتی به این

هدف نرسیم، حالات عاطفی و افسردگی به ما دست می دهد. از این رو، درون نگری با افسردگی مرتبط است. نمی دانم شما به هنگام درون نگری به منظور متحول کردن خود متوجه آن شده اید یا خیر، ولی همیشه موجی از افسردگی در جریان است. این موج عاطفی همیشه به سوی شما می آید و شما باید بر علیه آن بجنگید، باید خود را از نو مورد کاوش قرار دهید تا بر آن حالت عاطفی غلبه کنید. درون نگری فرآیندی است که رهایی در آن راه ندارد، زیرا روند تحول از آن چه هست به آنچه نیست، می باشد. در این فرآیند چیزی جز این اتفاق نمی افتد. در این عمل همیشه یک روند جمع کننده وجود دارد، من به بررسی چیزی برای تغییر دادن آن مشغول است، بنابراین همیشه با یک تعارض دوگانه و بالتبع با یک روند ناکامی روبه رو است. خلاصی هرگز وجود ندارد و درک این ناکامی موجب افسردگی می شود.

آگاهی چیزی کاملاً متفاوت است. آگاهی، مشاهده بدون محکوم سازی است. آگاهی بوجود آورنده ادراک است، زیرا در آن نه محکومیتی است نه تعیین هویتی، آن چه هست، مشاهده آرام است و دیگر هیچ. اگر کسی قصد فهمیدن چیزی را داشته باشد، باید به مشاهده بنشیند، باید دست از انتظار بردارد، محکوم نکند، نباید مثل لذت به دنبال آن برود و نه به عنوان چیزی که در آن لذتی نیست، از آن احتراز کند. تنها چیزی که باید باشد، مشاهده آرام حقیقت است، چشم انداز مقصودی پیدا نیست، آن چه هست، آگاهی از اموری است که دفعتاً ظهور می کنند. اما وقتی که محکوم سازی، تعیین هویت و یا توجیه وجود داشته باشد مشاهده و درک آن مشاهده به توقف دچار می شود. آن وقت قضیه به عکس می شود و آن چه خود نمایی می کند، چشم انداز مقصودی است برای «خود» و «من» با تمامی خصوصیات اخلاقی، خاطرات، خواسته ها و علاقه مندی هایش. در درون نگری، محکوم سازی و تعیین هویت وجود دارد، در آگاهی، چنین چیزی نیست، از این رو در آگاهی پیشرفت خود معنا ندارد. میان این دو تفاوت بسیار وجود دارد.

شخصی که می خواهد خود را پیشرفت دهد، هرگز آگاه نخواهد بود، زیرا پیشرفت بر محکوم سازی و رسیدن به نتیجه دلالت دارد. در حالی که آگاهی عبارت است از مشاهده بدون محکوم سازی و رسیدن و بدون انکار یا پذیرش. این آگاهی با امور خارجی و با آگاه بودن، با تماس داشتن با اشیاء و با احساس بودن آغاز می شود.

ابتدا آگاهی از اشیاء اطراف و حساس بودن به اشیاء و طبیعت است، آنگاه به مردم، یعنی دارای رابطه بودن، سپس آگاهی از نظریات پیدا می شود. این آگاهی که عبارت است از حساس بودن نسبت به امور، طبیعت، مردم و نظریات از روندهای جداگانه تشکیل نشده، بلکه یک روند واحد است. مشاهده دائم همه امور، همه افکار، همه احساسات و اعمال است، به ترتیبی که درون انسان سر راست می کنند. از آن جا که آگاهی محکوم کردنی نیست، چیزی به نام جمع آوری دانش وجود ندارد. انسان زمانی محکوم می کند که دارای معیاری باشد، به عبارت دیگر، اندوخته

ای داشته باشد و بدین ترتیب بتواند خود را پیش ببرد. آگاهی یعنی درک فعالیت های «خود» یا «من» در ارتباط با مردم، نظرات و اشیاء، این نوع آگاهی لحظه به لحظه است و بنابراین قابل تمرین نیست. وقتی چیزی را تمرین می کنیم عادت می شود، ولی آگاهی عادت نیست. ذهنی که دارای عادت است، دارای حساسیت می باشد، ذهنی که در داخل شیار عمل خاصی حرکت می کند، کند است و انعطاف ناپذیر، در حالی که آگاهی طالب انعطاف پذیری و هشیاری دائم است. چنین چیزی دشوار نیست. وقتی شما واقعاً به چیزی علاقه مند باشید، وقتی به مراقبت از فرزندان، همسران، از گل ها، از درختان و پرندگان علاقه مند باشید، جز این کاری نمی کنید. بدون آنکه محکوم کنید و بدون تعیین هویت به مشاهده می نشینید، از این رو، در این مشاهده ارتباط کامل احساسات و افکار بوجود می آید و چنین چیزی فقط زمانی صورت می گیرد که شما بصورتی عمیق و ژرف به چیزی علاقه نشان دهید.

بنابراین، میان آگاهی و درون نگری که نوعی بهبود خویش است، تفاوت بسیار وجود دارد. درون نگری به ناکامی و تعارض بیشتر منجر می شود. در حالی که آگاهی، روند خلاصی از عمل «خود» است، عبارت است از آگاه بودن از حرکات، افکار و اعمال روزانه خویش و آگاه بودن از دیگری برای پرداختن به مشاهده او. این کار زمانی عملی است که کسی را دوست داشته باشیم، وقتی به چیزی بطور عمیق علاقه نشان دهیم، وقتی بخواهیم خود را - تمامی وجود و محتوای خود، و نه فقط یکی دو لایه از خود - را بشناسیم، در آن صورت بطور وضوح محکوم کردن وجود نخواهد داشت. در آن صورت باید برای همه اندیشه ها، عواطف، حالات احساسی و سرکوب ها آغوش بگشاییم و از آن جا که آگاهی لحظه به لحظه گسترش بیشتری پیدا می کند، خلاصی بیشتر از چنگ حرکت پنهانی اندیشه ها، انگیزه ها و علاقه مندی ها حاصل و میوه اش آزادی است، در مقابل درون نگری، تعارض پرور است و روندی است خود بسته، از این رو در آن، همیشه ناکامی و ترس وجود دارد.

شما (پرسشگر) در ضمن می خواهید بدانید که چه کسی آگاه است؟ وقتی شما تجربه ای همه جانبه و ژرف دارید، چه اتفاقی می افتد؟ وقتی شما دارای این چنین تجربه ای هستید، از آن چه که تجربه می کنید، آگاه اید. زمانی که عصبانی هستید، در همان لحظه عصبانیت، حسادت یا لذت، می دانید که خوشحال، خشمناک و غیره اید. تنها زمانی که تجربه پایان می پذیرد، تجربه کننده و مورد تجربه از هم فاصله می گیرند. آن وقت تجربه کننده به مشاهده مورد تجربه می نشیند. در لحظه تجربه نه مشاهده کننده ای وجود دارد و نه مورد مشاهده ای، تنها چیزی که هست، عمل تجربه است. خیلی از ما تجربه نمی کنیم. همیشه خارج از حالت تجربه کردن قرار داریم و بنابراین، این سوال مطرح است که مشاهده کننده کیست و آن کس که آگاه است، چه کسی است؟ به طور یقین، چنین سوالی غلط است. همان لحظه که تجربه کردن آغاز می شود، نه کسی که آگاه باشد وجود دارد و نه چیزی که او از آن آگاه باشد. نه مشاهده کننده ای

است و نه مورد مشاهده ای، بلکه فقط حالت تجربه کردن وجود دارد و دیگر هیچ. برای بسیاری از ما زندگی کردن در حالت تجربه فوق العاده دشوار است، زیرا چنین کاری نیاز به انعطاف پذیری خارق العاده، نوعی سرعت عمل و حساسیت در درجات بالا دارد و هرگاه دنبال نتیجه و طالب توفیق باشیم، هدف مد نظرمان باشد و به حسابگری روی آوریم - تمامی آن چه باعث ناکامی می شود - این نوع زندگی را انکار خواهیم کرد. کسی که طالب هیچ چیز نیست، در تکاپوی رسیدن به هدفی نمی باشد، در جستجوی نتیجه گیری و دلالت های ضمنی آن نیست، در حالت تجربه مستمر است. از این رو، هر چیزی برایش حرکت و معنایی دارد، نه چیزی کهنه است، نه نیم سوخته و نه تکراری، زیرا «آن چه هست» هرگز کهنه نیست. این چالش است، آن چه کهنه است، پس مانده بیشتری به صورت خاطره یا مشاهده کننده که خود را از مورد مشاهده، از تجربه و حالت جدا می داند، دارد.

شما برای خود می توانید به گونه ای ساده و آسان این را آزمایش کنید. باردیگر که عصبانی شدید یا حسادت کردید و یا حرص و آز و خشونت به خرج دادید، مراقب خودتان باشید. در چنین حالتی، «شما» وجود ندارید. تنها همان حالت وجودی، وجود دارد. در همان لحظه یا در همان ثانیه بعدی که نام گذاری اش می کنید، واژه ای برایش معین می نمایید و آن را حسادت، خشم و حرص و آز می نامید، بی درنگ باعث بوجود آمدن مشاهده کننده و مورد مشاهده، تجربه کننده و مورد تجربه می شوید. وقتی که تجربه کننده و مورد تجربه وجود داشته باشد، آنگاه تجربه کننده سعی می کند تجربه را تعدیل داده، آن را تغییر بدهد، چیزهایی در موردش به یاد بیاورد و اموری از این قبیل و بدین ترتیب تقسیم میان خود و مورد تجربه را حفظ کند. اگر شما از این احساس نامی نبرید - که معنایش این است که در جست و جوی نتیجه گیری نیستید، محکوم نمی کنید و به آرامی و سکوت از این احساس آگاه اید - آنگاه خواهید دید که در آن حالت عاطفی، در آن حالت تجربه کردن، نه مشاهده کننده ای وجود دارد و نه مورد مشاهده ای، زیرا مشاهده کننده و مورد مشاهده پدیده ای مرکب اند و بدین ترتیب آن چه هست، فقط تجربه کردن است و دیگر هیچ.

بنابراین، درون نگری و آگاهی کلاً با هم فرق دارند. درون نگری به ناکامی و تعارض بیشتر منجر می شود، زیرا آرزوی تغییر به صورت ضمنی در آن نهفته است و تغییر به جز استمراری تعدیل شده نیست. آگاهی حالتی است که در آن محکوم سازی، توجیه و یا تعیین هویت راه ندارد، بنابراین، تفاهم وجود دارد. در آن حالت انفعالی و بیداری هشیارانه نه تجربه کننده ای دیده می شود و نه مورد تجربه ای.

درون نگری که نوعی پیشرفت خود و یا توسعه خویش است، هیچ گاه به حقیقت نخواهد رسید، زیرا همیشه روندی خودانحصاری است، در مقایسه، آگاهی حالتی است که حقیقت در آن تجلی خواهد کرد، حقیقت آن چه هست، حقیقت ساده حیات روزانه. تنها پس از پی بردن به حقیقت

حیات روزانه می توانیم دور برویم. برای دور رفتن باید از نزدیک آغاز کرد، اما بیشتر ما می خواهیم از جا بپریم و بدون استنباط آن چه نزدیک است، از دور آغاز کنیم. وقتی به نزدیک اشراف پیدا کنیم، می بینیم که میان نزدیک و دور فاصله ای نیست. اصلاً فاصله ای وجود ندارد، ابتدا و انتها یکی است.

فصل 9- درباره رابطه

پرسش: شما غالباً در مورد رابطه صحبت کرده اید. به نظر شما، معنی آن چیست؟

کریشنامورتی: اولاً چیزی به نام منزوی بودن وجود ندارد. بودن؛ یعنی مرتبط بودن؛ نداشتن رابطه؛ یعنی وجود نداشتن. اما منظور ما از رابطه چیست؟ چالشی است به هم پیوسته و پاسخی است میان دونفر- میان شما و من- چالشی است که از طرف شما ابراز می شود و من یا می پذیرم و یا به آن پاسخ می دهم؛ چالشی که از سوی من ابراز می شود. رابطه افراد ایجاد اجتماع می کند؛ اجتماع مستقل از شما و من نیست؛ توده مردم یک موجودیت جداگانه نمی باشند؛ بلکه شما و من در ارتباط مان با یکدیگر به وجود آورنده توده، گروه و اجتماع هستیم. رابطه آگاهی از پیوستگی میان دو نفر است؛ اما این رابطه غالباً بر چه اساسی استوار است؟ آیا بر اساس چیزی است که به اصطلاح وابستگی به هم و کمک متقابل می گوئیم؟ بله، حداقل این است که می گوئیم کمک و یاری متقابل است و سخنانی از این قبیل؛ اما بینیم جدا از این لفاظی ها و ایجاد موانع عاطفی در برابر یکدیگر، رابطه بر اساس چه چیزی است؟ آیا بر اساس رضایت خاطر طرفین نیست؟ چرا؛ اگر من شما را راضی نکنم، شما از شر من خود را خلاص می کنید؛ اگر شما را راضی کنم، شما مرا به عنوان همسر، همسایه و دوست خود نمی پذیرید. این حقیقتی است.

به چه چیزی خانواده می گوئید؟ بدون شک به نوعی رابطه صمیمانه و تبادل احساسات و افکار. در خانواده خود، در رابطه خود با همسران آیا ارتباط فکری و احساسی دارید؟ به طور حتم منظور ما از رابطه؛ یعنی همین. رابطه یعنی تبادل افکار و احساسات بدون ترس و همراه با آزادی در درک یکدیگر و برقراری ارتباط مستقیم. بله، بدون شک منظور از رابطه همین است؛ با دیگری رابطه فکری و احساسی داشتن. آیا شما هم با همسران همینطور هستید؟ شاید از جهت فیزیکی بله؛ ولی به این، رابطه نمی گویند. اگر این طور باشد، شما و همسران در دو سوی دیوار انزوا به سر می برید. شما دارای علاقه مندی ها و جاه طلبی های خود هستید و او دارای علاقه مندی ها و جاه طلبی های خود. شما در پشت دیوار زندگی می کنید و هراز گاهی از روی دیوار به هم سرک می کشید و به این می گوئید رابطه. این واقعیتی است، این طور نیست؟ ممکن است آن را گسترش دهید؛ اما واقعیت این است که شما و دیگری در انزوا به سر می برید و این زندگی در انزوا را ارتباط می نامید.

اگر بین دو نفر رابطه واقعی وجود داشته باشد؛ یعنی میان آن‌ها رابطه فکری و احساسی باشد، چنین ارتباطی چقدر پرمعنا خواهد بود. در آن صورت، انزوا رخت برمی بندد و عشق جای مسؤولیت و وظیفه را می‌گیرد. آن‌ها که در مورد مسؤولیت و وظیفه حرف می‌زنند، کسانی هستند که خود را در پشت دیوارهای انزوا پنهان می‌کنند. آن‌کس که دوست دارد، سخن از وظیفه به میان نمی‌آورد؛ او عاشق است. از این رو، خوشی، اندوه و پولش را با دیگران در میان می‌گذارد. آیا شما چنین خانواده‌هایی هستید؟ آیا بین شما و همسران یا بین شما و فرزندان این رابطه فکری و عاطفی وجود دارد؟ به طور وضوح، خیر. به همین علت است که خانواده بهانه‌ای است برای استمرار نام یا سنت شما، چیزی است که آن‌چه را می‌خواهید - جنسی یا روحی - در اختیارتان بگذارد؛ از این رو، خانواده وسیله‌ای است برای تداوم «خود»، برای ادامه دادن نام شما. این خود نوعی فناپذیری و نوعی ابدیت است. وجود خانواده برای ارضاء خاطر نیز هست. در دنیای کسب و کار، در دنیای سیاسی یا اجتماعی خارج از خانه، دیگران را به گونه‌ای بی‌رحمانه استثمار می‌کنیم و در خانه تلاش داریم بخشنده و مهربان باشیم؛ چه مضحک! یا این که دنیا برای ما غیرقابل تحمل می‌شود، ما طالب آرامش ایم؛ پس برای رسیدن به آرامش، به خانه پناه می‌بریم؛ بنابراین، از ارتباط برای رضایت خاطر استفاده می‌کنیم؛ به عبارت دیگر، نمی‌خواهیم روابط ما آرامش را برهم بزند.

بدین ترتیب، جایی به دنبال رابطه می‌رویم که رضایت خاطر و خشنودی متقابل داشته باشیم، هرگاه به این هدف نرسیم، رابطه خود را تغییر می‌دهیم، یا متارکه می‌کنیم و یا کنار هم می‌مانیم؛ اما برای ارضاء خود به جای دیگری متوسل می‌شویم تا بالاخره آن‌چه را در جست‌وجوی هستیم، بیابیم؛ یعنی رضایت خاطر؛ یعنی خشنودی و نوعی احساس حمایت و راحتی. در هر حال، این همان چیزی است که در دنیا به آن رابطه می‌گوییم و از این رو، ریشه در حقیقت دارد. جایی به دنبال رابطه می‌رویم که دارای امنیت باشد و شخص به عنوان یک فرد بتواند در حالتی امن، در حالتی راضی، در حالتی همراه با نادانی - تمامی حالاتی که موجب تعارض می‌شوند - زندگی کند. اگر شما مرا راضی نکنید و من به دنبال رضایت خاطر باشم، طبعاً تعارض به وجود می‌آید؛ زیرا ما هر دو به جست‌وجوی امنیتی در یکدیگریم و هنگامی که از این امنیت خاطر جمع نباشیم، حسادت و خشونت به خرج می‌دهیم، طرفدار مالکیت می‌شویم و چیزهایی از این قبیل. بنابراین، رابطه همیشه به مالکیت، محکوم سازی، خواسته‌های خودخواهانه برای امنیت، رفاه و رضایت خاطر منجر می‌شود و طبعاً در آن، اثری از عشق دیده نمی‌شود.

ما در مورد عشق، مسؤولیت و وظیفه صحبت می‌کنیم؛ اما در واقع عشقی به آن‌ها نداریم؛ روابط ما بر پایه رضایت خاطر است و تأثیر آن را در تمدن نوین شاهد هستیم. شیوه رفتاری که با همسر، فرزندان، همسایگان و دوستان داریم، نشانه آن است که در روابط ما عشق ابداً راه ندارد؛ بلکه جست‌وجوی متقابل است برای رضایت خاطر. حال که چنین است، هدف رابطه و مفهوم

نهایی آن چیست؟ اگر شما خود را در ارتباط با دیگری مورد مشاهده قرار دهید، متوجه خواهید شد که رابطه یک روند کشف خود است. اگر من بیدار باشم، اگر من به اندازه کافی هشیاری داشته باشم که از واکنش خود در رابطه آگاه شوم، ارتباط من با شما، حالت وجود مرا نشان خواهد داد. رابطه واقعاً یک روند کشف خود است، چیزی که روند خودشناسی نام دارد؛ در این روند، مسایل نامطلوب و عوامل و افکار ناراحت کننده و مشوش فراوان است. از آن جا که به آن چه کشف می کنیم، علاقه ای نداریم از روابط نامطلوب می گریزیم و به روابط مطلوب روی می آوریم. از این رو، هنگامی که ما صرفاً به دنبال رضایت متقابل هستیم، رابطه مفهوم چندانی ندارد؛ اما هنگامی که وسیله ای برای کشف خود و خودشناسی باشد، مفهومی خارق العاده پیدا می کند.

اما باین وجود، در عشق رابطه معنی ندارد؛ تنها هنگامی که چیزی را دوست دارید و درانتظار پاداش هستید، رابطه به وجود می آید؛ ولی هنگامی عاشق باشید؛ یعنی خود را به طور کامل تسلیم چیزی کنید، در آن صورت رابطه بی معنا است.

اگر واقعاً عاشق باشید و اگر چنین عشقی وجود داشته باشد، در آن صورت، چیز خارق العاده ای است. در چنین عشقی، اصطکاک وجود ندارد، چیزی به نام این و آن وجود ندارد، اتحاد کامل و یک پارچگی و هستی کامل به حقیقت می پیوندد. البته، لحظات نادر همراه با سرور و لذت را هم که در آن لحظات عشق کامل است و ارتباط فکری و احساسی بی عیب و نقص است، نباید نادیده گرفت. آن چه معمولاً اتفاق می افتد آن است که خود عشق چیزی نیست که اهمیت داشته باشد؛ بلکه موضوع عشق اهمیت پیدا می کند؛ یعنی چیزی که عشق به آن نثار می شود. آنگاه موضوع عشق، به علت های گوناگون بیولوژیکی، کلامی یا به علت میل به ایجاد رضایت، به خاطر آسایش و چیزهایی از این قبیل اهمیت پیدا می کند و عشق به کناری می رود. مالکیت، حسادت و خواسته ها، ایجاد تعارض می کنند و عشق باز هم بیشتر کنار می رود و هر قدر که عشق بیشتر کنار برود، مسأله رابطه بیشتر مفهوم، معنا و ارزش خود را از دست می دهد. بنابراین، درک عشق یکی از مشکل ترین امور است. چیزی نیست که به وسیله ضرورت اندیشمندی حاصل شود و با شیوه ها و ابزار و قواعد گوناگون تولید گردد؛ بلکه حالتی است از حالات وجود که در آن، فعالیت های خود متوقف می شوند؛ در حالی که اگر آن ها را سرکوب کنیم، از آن ها بپرهیزیم و آن ها را تحت انضباط درآوریم، متوقف نخواهند شد. ما باید فعالیت های ذهن را در تمامی لایه های مختلف شعور آگاه، ادراک کنیم. ما هم به لحظاتی برمی خوریم که واقعاً عشق می ورزیم، لحظاتی که در آن ها انگیزه و اندیشه وجود ندارد؛ اما چنین لحظاتی بس نادرند و چون این لحظات کمیاب اند، در خاطر به آن ها می آویزیم و بدین ترتیب میان واقعیت زنده و فعالیت حیات روزانه خویش مانع ایجاد می کنیم.

برای درک رابطه باید در درجه اول به «آن چه هست»، به آن چه واقعاً در زندگی ما اتفاق م؛ با تمام اشکال عجیب و غریب و گوناگون اش اشراف داشته باشیم و نیز بدانیم که معنای واقعی رابطه چیست. رابطه، کشف خود است؛ از آن جا که نمی خواهیم خود را برای خود آشکار کنیم، در آسایش پناه می گیریم و بدین ترتیب ارتباط، عمق، مفهوم و زیبایی خارق العاده خود را از دست می دهد.

رابطه واقعی تنها هنگامی ممکن است که عشق وجود داشته باشد؛ اما عشق جست و جو برای ارضای خاطر نیست. عشق تنها در خود فراموشی حضور پیدا می کند، در جایی که ارتباط کامل فکری و عاطفی باشد؛ نه بین یک یا دو؛ بلکه برقراری ارتباط فکری و عاطفی با آن چه که برترین است و رسیدن به این مرتبه، فقط هنگامی تحقق می یابد که خود فراموش شده باشد.

فصل 10- درباره جنگ

پرسش: چطور می توان هرج و مرج سیاسی کنونی و بحران جهانی را حل کرد؟ آیا چیزی وجود دارد که با انجام آن، فرد بتواند تهدید جنگی بسیار نزدیک را متوقف کند؟

کریشنامورتی: جنگ، تصویری خونین و تماشایی از زندگی روزمره ماست. جنگ، شکل بیرونی حالت درونی ما و شکل بزرگ شده فعالیت روزانه ماست، جنگ تماشایی تر، خونین تر، ویرانگرتر از اعمال فرد فرد ماست؛ ولی نتیجه جمعی همان کارها است. بنابراین، شما و من مسؤول جنگ هستیم. حال ببینیم برای توقف آن، چه کاری از دست مان برمی آید. بدیهی است که شما و من توانا به متوقف کردن جنگی که احتمال وقوع دارد، نیستیم؛ زیرا چنین جنگی هم اکنون شروع شده است؛ بله؛ هم اکنون. اگرچه در سطح روانی در حال وقوع است و حال که شروع شده است، نمی توان آن را متوقف کرد؛ مسایل مورد بحث بسیار زیاد و بسیار عظیم اند و هم اکنون تحت بررسی می باشند؛ ولی شما و من که می بینیم، خانه آتش گرفته است، علل آتش را می دانیم، می توانیم از آن دور شویم و در مکانی دیگر، با مصالح دیگری که توانایی احتراق نداشته باشد و جنگ های دیگری ایجاد نکند، خانه ای نو برپا کنیم. این تنها کاری است که می توانیم انجام دهیم. شما و من می دانیم که چه چیزهایی جنگ آفرین اند و اگر مشتاق متوقف کردن جنگ باشیم، در آن صورت می توانیم دست به کار دگرگونی خویش که علت های جنگ هستیم، بشویم.

در خلال جنگ، یعنی یکی دو سال پیش، یک خانم آمریکایی به دیدن من آمد. او گفت که پسرش را در ایتالیا از دست داده، پسر شانزده ساله دیگری دارد که می خواهد جانش را نجات دهد. بنابراین، مسأله را مورد حل و فصل و گفت و گو قرار دادیم. من به او گفتم که برای نجات جان پسرش باید از امریکایی بودنش دست بردارد؛ به دنبال حرص و آز نرود، در پی اندوختن

ثروت و قدرت و تسلط نبوده و از نظر اخلاقی ساده باشد؛ نه تنها در لباس و امور بیرونی؛ بلکه در اندیشه و احساس و در روابط اش هم سادگی را از نظر دور ندارد. او گفت: «این تکلیف سنگینی است. شما توقع بیش از حد دارید. من توانا به انجام این ها نیستم؛ زیرا شرایط آن قدر سنگین است که من نمی توانم دگرگون شوم.» بنابراین او مسؤول از دست رفتن پسرش بود.

شرایط را ما می توانیم کنترل کنیم؛ زیرا ما خود آن ها را به وجود آورده ایم. اجتماع فرآورده روابط شما و من با هم است. اگر ما روابط مان را دگرگون کنیم، اجتماع دگرگون می شود. اتکاء صرف به قانون گذاری و به زور و جبر، به منظور دگرگونی اجتماع بیرونی، درحالی که از درون فاسد هستیم، درحالی که از درون خواستار قدرت، مقام و تسلط هستیم، خودبه خود محیط بیرون را- هر قدر هم با دقت و از روی اصول علمی ساخته شده باشد- به ویرانی خواهد کشاند.

اما چه چیزی باعث جنگ می شود؟ آیا جنگ علت مذهبی دارد، یا سیاسی، یا اقتصادی؟ بی شک اعتقاد موجب جنگ است، چه این اعتقاد به ملی گرایی باشد، چه به یک ایدئولوژی و یا به یک دگم ویژه. اگر اعتقادی وجود نمی داشت و به جای آن نیت خیر، عشق و توجه بین مردم حاکم می بود، در آن صورت جنگی به وقوع نمی پیوست؛ اما اعتقادات، نظریات و دگم ها چیزهایی هستند که به خورد ما می دهند و بنابراین ثمره آن ها نارضایتی است. بحران کنونی، ماهیتی استثنایی دارد و ما به عنوان موجودات انسانی یا باید در کوره راه تعارض مستمر و جنگ های پیاپی قدم گذاریم که نتیجه اعمال روزانه ماست، یا درغیراین صورت باید علت های جنگ را ببینیم و بر آن ها پشت کنیم.

بی شک آن چه که باعث جنگ می شود، میل به قدرت، مقام، اعتبار و پول است و نیز آن چه که بیماری ملی گرایی و پرستش پرچم نام دارد؛ همچنین پرستش دگم ها. همه این ها علت های جنگ اند؛ اگر شما به عنوان یک فرد به کشوری تعلق دارید، اگر تشنه قدرت اید، اگر به حسادت مبتلا هستید، بی هیچ شک و شبهه اجتماعی به وجود می آورید که محکوم به ویران شدن است. بنابراین، بازهم به شما مربوط است؛ نه به رهبران؛ نه به کسانی که به اصطلاح سیاست مداران نام دراند. به شما و من مربوط است؛ ولی انگار ما متوجه قضیه نیستیم. اگر روزی روزگاری ما متوجه مسؤولیت اعمال خود بشویم، با چه سرعتی تمامی این جنگ ها و این مصیبت دهشتناک، به پایان خواهد رسید! اما می بینید که ما بی تفاوت ایم. سه وعده غذای مان را داریم، شغل مان برجاست، حساب بانکی مان را کم یا زیاد، داریم و می گوییم: «تو را به خدا وضع ما را به هم نزن، کاری به کار ما نداشته باش.» هر چه مقام مان بالاتر باشد، خواهان امنیت، جاودانگی و آرامش بیشترییم و اشتیاق بیشتر به تنهایی داریم تا کارها را آن طور که دل مان می خواهد سروسامان بخشید؛ ولی نمی توان آن ها را سروسامان بخشید؛ زیرا چیزی برای سروسامان دادن وجود ندارد. همه چیز در حال تلاشی است. دل مان نمی خواهد با این امور و یا این حقیقت که شما و من مسؤول جنگ ها هستیم، روبه رو شویم. شاید شما و من در مورد صلح

صحبت کنیم، کنفرانس تشکیل دهیم، دور میز بنشینیم و به بحث پردازیم؛ ولی از درون و از نظر روحی، خواهان قدرت و مقام هستیم و آن چه ما را برمی انگیزد، حرص و آز است. دسیسه می کنیم، دم از ملی گرایی می زنیم، در قید و بند اعتقادات و دگم هائیم، برای آن ها حاضریم جان دهیم و یکدیگر را نابود کنیم. آیا به نظر شما چنین افرادی مثل شما و من می توانیم در این دنیا به صلح و آرامش برسیم؟ برای داشتن صلح و آرامش باید آرام بود، در صلح زندگی کردن؛ یعنی دشمنی ایجاد نکردن. صلح چیز ایده آلی نیست. به نظر من، ایده آل نوعی گریز است، نوعی دوری از «آن چه هست» و متناقض آن است. ایده آل ما را از تأثیر گذاشتن بر «آن چه هست»، بازمی دارد. برای داشتن صلح باید عشق ورزید، باید کم کم دست از زندگی همراه با ایده آل شست و امور را آن طور که هستند دید، بر آن ها تأثیر گذاشت و آن ها را دگرگون کرد. تا هنگامی که تک تک ما به دنبال امنیت فیزیکی مورد نیاز - غذا، پوشاک و سرپناه - هستیم، امنیت روانی ما بر باد فنا است. ما به دنبال نوعی امنیت هستیم که وجود بیرونی ندارد و اگر بتوانیم از راه قدرت مقام و نام و عنوان؛ یعنی همان چیزهایی که امنیت فیزیکی را نابود می کند، به جست و جوی آن می پردازیم. اگر به آن نگاه کنید، خواهید دید که این یک حقیقت است.

برای ایجاد صلح در دنیا و برای متوقف کردن همه جنگ ها، باید انقلابی در همه افراد - در شما و من - ایجاد شود. دگرگونی اقتصادی بدون وجود این دگرگونی درونی شما و من بی معنی است؛ زیرا گرسنگی نتیجه تطبیق غلط شرایط اقتصادی حاصله از حالات روانی ماست؛ یعنی حرص، حسادت، بدخواهی و طرفداری از توانایی. برای پایان دادن به اندوه، گرسنگی و جنگ باید یک دگرگونی روحی ایجاد شود و کم اند افرادی که برای این کار آماده باشند. ما در مورد صلح به بحث می نشینیم، به طرح و وضع قوانین می پردازیم، مجامع تازه ای مانند سازمان ملل و غیره و غیره تشکیل می دهیم؛ ولی از صلح خبری نیست؛ زیرا حاضر نیستیم مقام، اقتدار، پول، تملک و زندگی احمقانه خود را از دست بدهیم. متکی به دیگران بودن کاملاً بیهوده است؛ دیگران نمی توانند ما را به صلح برسانند. هیچ دوست، رهبر، ارتش و کشوری در پی ایجاد شرایط صلح نیست. آن چه صلح آفرین است، دگرگونی درونی است که به عمل بیرونی منجر می شود. دگرگونی درونی، انزوا نیست؛ دگرگونی درونی عقب نشینی از عمل بیرونی است. برعکس، تنها زمانی عمل صحیح وجود دارد که فکر صحیح وجود داشته باشد و تا هنگامی که خودشناسی وجود نداشته باشد، فکر صحیح وجود نخواهد داشت. بدون شناخت خود، صلح معنا ندارد.

برای پایان بخشیدن به جنگ بیرونی باید کار پایان بخشیدن به جنگ در درون خود را خاتمه دهید. برخی از شما سرتان را به علامت تصدیق تکان می دهید و می گوید: «موافقم» و از این جا خارج می شوید و دقیقاً همان کاری را می کنید که در ده بیست سال اخیر می کردید. توافق شما صرفاً لفظی است و مفهومی ندارد؛ زیرا موافقت سرسری شما مصایب و جنگ های دنیا را

متوقف نمی کند. توقف آن ها هنگامی صورت می گیرد که شما متوجه خطر بشوید، مسؤولیت خود را درک کنید و هنگامی است که آن را به دیگری واگذار نمایید(نمایید). اگر شما متوجه این مصیبت بشوید، آنگاه خود را دگرگون خواهید ساخت. صلح تنها هنگامی بدست می آید که خود شما صلح طلب باشید؛ هنگامی که خود شما و همسایگان تان در صلح و آرامش به سر برید.

فصل 11- درباره ترس

پرسش: چگونه می توانم از چنگ ترسی که بر تمامی فعالیت هایم تاثیر می گذارد، رها شوم؟

کریشنامورتی: منظور ما از ترس چیست؟ از چه چیزی؟ ترس های گوناگون وجود دارد و لازم نیست که ما همه گونه های آن را مورد تحلیل قرار دهیم؛ ولی می توانیم ببینیم که ترس زمانی ابراز وجود می کند که درک ما از ارتباط کامل نباشد. ارتباط، تنها میان افراد نیست؛ بلکه میان ما و طبیعت، میان ما و متعلقات مان، میان ما و ایده ها هم رابطه وجود دارد و تا زمانی که این روابط به صورت کامل ادراک نشوند، ترس وجود خواهد داشت. ترس انتزاعی نیست؛ بلکه در ارتباط با چیزی به وجود می آید.

مسأله این است که چگونه از چنگ ترس خلاص شویم؟ اولاً بر آن چه بر ما مستولی شده باید بارها و بارها غلبه کرد. بر هیچ مشکلی نمی توان به طور کامل غلبه و استیلا یافت؛ می توان بر آن اشراف پیدا کرد؛ اما نمی توان بر آن پیروز گشت. این دو، دو روند کاملاً متفاوت اند و روند غلبه کردن، به آسفتگی و ترس بیشتر منجر می شود. مقاومت کردن، استیلا یافتن، با مشکل جنگیدن و یا درمقابل آن سد دفاعی ایجاد کردن تنها ایجاد تعارض بیشتر می کند؛ درحالی که اگر قدرت ادراک ترس را داشته باشیم و قدم به قدم به کندوکاو و تحقیق تمامی محتوای آن پردازیم، در آن صورت، ترس به هیچ شکلی باز نخواهد گشت.

همانطور که گفتم، ترس انتزاعی نیست؛ بلکه تنها در رابطه ایجاد می شود. راستی منظور ما از ترس چیست؟ در هر حال ما از نبودن و از نشدن می ترسیم؛ مگر غیر از این است؟ حال که از نبودن، از پیشرفت نکردن و یا از ناشناخته ها و از مرگ می ترسیم، آیا می توان با کمک تصمیم گیری، استنتاج و با نوعی گزینش، بر ترس چیره گشت؟ بدیهی است که خیر، سرکوب، تعالی طلبی و یا جانشین کردن صرف، ایجاد مقاومت بیشتر می کند. بنابراین، به کمک هیچ انضباطی و به کمک هیچ نوع مقاومتی، نمی توان بر ترس پیروز شد. این حقیقت را که: هیچ نوع مقاومت و یا دفاعی به کار غلبه بر ترس نمی آید و رهایی از ترس از راه تحقیق و یا یافتن پاسخ برای آن و یا از راه توجیه کلامی و یا اندیشمندانه صرف ممکن نیست، باید به وضوح دید و آن را احساس و تجربه کرد.

حال ببینیم از چه می ترسیم؟ آیا از حقیقتی درمورد ترس و یا پنداری درباره آن می ترسیم؟ آیا ما از آن چه هست، می ترسیم و یا آن چه فکر می کنیم هست؟ مرگ را مثال بگیریم. آیا ما از حقیقت مرگ می ترسیم و یا پندار مرگ؟ حقیقت یک چیز است و پندار درباره حقیقت، چیز دیگری. آیا من از واژه «مرگ» می ترسم یا از خود واقعیت؟ چون من از واژه و پندار مرگ می ترسم، هرگز حقیقت را نمی فهمم. هرگز به حقیقت نمی نگرم و با حقیقت در تماس مستقیم نیستم. ترس زمانی از بین می رود که من با حقیقت در ارتباط فکری و احساسی کامل باشم. اگر چنین نباشد، ترس وجود دارد و تا زمانی که من دارای پندار، اعتقاد و نظریه ای درباره حقیقت باشم، ارتباط فکری و احساسی وجود ندارد؛ بنابراین، باید من مسأله را به طور کامل روشن کنم که آیا من از واژه یا پندار می ترسم یا از حقیقت؟ اگر من رودرروی حقیقت قرار گیرم، برای فهمیدن آن چیزی باقی نمی ماند، حقیقت حی و حاضر است و من می توانم در روبرویش قرار گیرم. اگر ترس من از واژه باشد، آن وقت باید واژه را بفهمم و به بررسی روند کامل معنای ضمنی کلمه و اصطلاح ترس پردازم.

مثلاً شخصی از تنهایی، درد و رنج تنهایی می ترسد. به طور حتم، وجود ترس به خاطر آن است که این شخص هرگز به صورت واقعی به تنهایی نگاه نکرده است؛ او هرگز در ارتباط کامل فکری و احساسی؛ تنها نبوده است. در همان لحظه ای که شخص رودرروی حقیقت تنهایی آغوش بگشاید، ماهیت آن را درک خواهد کرد؛ ولی چنین نیست. انسان درمورد تنهایی دارای نظریه و اعتقاد است، نظریه و اعتقادی که بر پایه دانش گذشته اوست؛ همین ایده و اعتقاد، همین دانش گذشته درباره حقیقت است که ایجاد ترس می کند. ترس به طور وضوح، نتیجه نام گذاری، تعیین اصطلاح و تصویر یک نماد برای نشان دادن یک حقیقت است؛ به عبارت دیگر، ترس جدا و مستقل از واژه و یا اصطلاح آن نیست.

من، مثلاً درمورد تنهایی واکنشی دارم؛ به عبارت دیگر، می گویم من از این که چیزی نباشم، می ترسم. آیا من از خود حقیقت می ترسم یا این که این ترس است که بیدار شده و علت آن هم این است که من درمورد حقیقت دارای دانشی از گذشته هستم، دانشی که واژه است، دانشی که نماد است و تصویر؟ چطور می شود از حقیقت ترسید؟ هنگامی من با حقیقت رودررو می شوم، هنگامی با آن در ارتباط مستقیم فکری و احساسی قرار می گیرم، می توانم به آن نظر کنم و آن را مورد مشاهده قرار دهم؛ پس چیزی به نام ترس از حقیقت وجود ندارد. آن چه باعث ترس می شود، تصور من درباره حقیقت است و این که حقیقت ممکن است چه چیزی باشد، یا چه کاری انجام دهد؟

آن چه ترس آفرین است، عقیده، پندار، تجربه و دانش من درمورد حقیقت است. تا هنگامی که درمورد حقیقت به لفاظی می پردازیم، برایش نامی می گذاریم و بدین ترتیب، هویت اش را شناسایی کرده و محکوم اش می کنیم، تا هنگامی که اندیشه عبارت است از قضاوت درباره

حقیقت، به عنوان یک مشاهده کننده، باید ترس وجود داشته باشد. اندیشه، فرآورده گذشته است؛ وجود آن تنها با لفاظی، نمادها و صور ذهنی ممکن است؛ تا هنگامی که اندیشه عبارت است از مورد توجه قراردادن و برگردان کردن حقیقت، باید ترس وجود داشته باشد. از این رو، این ذهن است که موجب ترس می شود؛ ذهنی که فرآیند اندیشیدن است.

اندیشیدن یعنی بیان کلامی. هیچ کس بدون کلمات، بدون نمادها و بدون صور ذهنی نمی تواند بیندیشد. این صور ذهنی که عبارت اند از مشتتی تعصب، دانش گذشته و ادراک ذهن، بر روی حقیقت منعکس می شوند و حاصل آن ترس است. رهایی از ترس تنها هنگامی ممکن است که ذهن بتواند به حقیقت بدون برگردان کردن، بدون برچسب زدن و بدون نام گذاری نظر کند. این کاری است دشوار؛ زیرا احساسات، واکنش ها و نگرانی هایی که داریم خیلی آنی به وسیله ذهن تعیین هویت شده و واژه گذاری می شوند. احساس حسادت به وسیله کلمه تعیین هویت می شود؛ ولی آیا می توان بدون تشخیص هویت یک احساس و بدون نام گذاری آن بر آن نظر کرد؟ آن چه که به احساس استمرار و قدرت می بخشد، نام گذاری آن است. به محض آن که به احساسی که نامش را ترس می گذارید، نامی بگذارید، آن را تقویت می کنید؛ ولی اگر بتوانید بدون نام گذاری این احساس به آن نظر کنید، خواهید دید که پژمرده شده و از میان می رود. بنابراین، برای رهایی کامل از چنگ ترس، درک روند کلی این واژه گذاری و این فرافکنی نمادها، صور ذهنی و نام گذاری حقیقت ضرورت دارد. رهایی از چنگ ترس تنها از طریق خودشناسی ممکن است. خودشناسی شروع حکمت است و پایان ترس.

فصل 12- درباره دل زدگی و علاقه

پرسش: من به چیزی علاقه مند نیستم؛ ولی خیلی از مردم با علاقه مندی های خود دلخوش اند. من مجبور نیستم کار کنم؛ بنابراین، نمی کنم. آیا مسوولیت یک کار مفید را برعهده بگیرم؟

کریشنامورتی: منظورتان این است که خدمت کار اجتماعی یا سیاسی یا مذهبی بشوید؟ چون شما هیچ کاری ندارید و دل زده هستید، چرا که نباشید؟ باید باشید! اگر غم و غصه دارید، باید غمگین باشید؛ چرا به دنبال راه گریز می گردید؟ دل زده بودن شما مفهومی بزرگ دارد؛ اگر توانا به درک آن هستید، با آن زندگی کنید. اگر بگویید: «من دل زده ام پس کار دیگری می کنم»، صرفاً منظورتان این است که از دل زدگی بگریزید و از آن جاکه بیشتر فعالیت های ما گریز است، شما از نظر اجتماعی و از جهات دیگر بسیار زیان بارتر هستید. هنگامی می گریزید، از هنگامی که آن چه هستید، هستید و با دل زدگی سر می کنید تبه کارترید. دشواری کار آن است که چگونه با دل زدگی سر کنید و از آن نگریزید؛ از آن جاکه بیشتر فعالیت های ما گونه ای روند گریز است؛ برای انسان از گریز بازایستادن و رودروی آن قرارگرفتن دشوار است.

بنابراین، من از اینکه شما واقعاً دل زده باشید، خوشحالم و می گویم: «ایست! بیا این جا بمانیم، بیا به مشاهده دل زدگی بنشینیم، چرا ما باید کاری انجام بدهیم؟»

اگر دل زده هستید، چرا؟ چیزی که به آن دل زدگی می گویند چیست؟ چرا به هیچ کاری علاقه ندارید؟ مطمئناً دلایل و علت هایی وجود دارد که شما را ملول کرده است: رنج ها، گریزها، اعتقادات و فعالیت های بی وقفه؛ ذهن را ملول و دل را غیرقابل انعطاف کرده است. اگر بتوانید علت بی علاقتی و ملالت را پیدا کنید، آنگاه بدون شک مشکل را حل خواهید کرد؛ آنگاه این علاقه بیدار شده دست به کنش خواهد زد. اگر به علت دل زدگی خویش علاقه مند نباشید، نمی توانید خود را به زور به فعالیتی علاقه مند سازید و به انجام کاری مشغول شوید؛ همانگونه که سنجاب در قفس دور می زند. می دانم که بسیاری از ما همین عمل سنجاب را انجام می دهیم؛ ولی هم به صورت ذاتی و هم به صورت روانی می توانیم علت این دل زدگی را کامل دریابیم؛ می توانیم بفهمیم که چرا بسیاری از ما در این حال و وضع هستیم؛ ما خود را از نظر عاطفی و فکری خسته و کوفته کرده ایم؛ دست به خیلی کارها زده ایم؛ آنقدر به دنبال امتحان سرگرمی ها، آزمایش ها و نفسانیات بی شمار رفته ایم که ملالت و خستگی بر ما غلبه کرده است. به یک گروه می پیوندیم؛ هرچه از ما می خواهند، انجام می دهیم، بعد آن را رها می کنیم. سپس به چیز دیگر رو می کنیم و به آزمایش آن می پردازیم. اگر کارمان با یک روان شناس موفقیت آمیز نباشد، به دیگری رومی آوریم یا نزد کشیشی می رویم؛ اگر از آن جا هم توفیقی به دست نیاید، به آموزگار دیگری مراجعه می کنیم و الی آخر؛ همین طور بی وقفه می رویم. این روند کشیدن و رها کردن طاقت فرساست؛ این طور نیست؟ مانند تمامی نفسانیات، ذهن را به ملالت می کشاند.

ما این کار را کرده ایم، از یک مقوله نفسانی به مقوله دیگر و از یک حالت هیجانی به یک حال هیجانی دیگر رفته ایم تا به نقطه ای برسیم که واقعاً از پا بیافتیم؛ حالا که این را درک می کنید جلوتر نروید، قدری استراحت نمایید؛ آرام باشید؛ بگذارید ذهن خودش قدرت بگیرد؛ بر آن فشار نیاورید؛ همان طور که خاک در زمستان خود را احیاء می کند؛ ولی چنین اجازه ای را به ذهن دادن و بعد از همه این حرف ها او را به حال خود واگذاشتن، کاری بس دشوار است؛ زیرا ذهن همیشه می خواهد کاری انجام دهد. هنگامی کار به این جا برسد که به خود اجازه بدهید همان چیزی باشید که هستید: دل زده، زشت، ترسناک یا هرچیز دیگر، آنگاه امکان رویارویی با دل زدگی وجود دارد.

هنگامی چیزی را می پذیرید، هنگامی آن چه را هستید قبول می کنید، چه روی می دهد؟ هنگامی می پذیرید که همان هستید که هستید، چه مشکلی باقی می ماند؟ مشکل زمانی وجود دارد که چیزی را آن طور که هست، نپذیریم و خواهان تغییردانش باشیم؛ البته معنای این حرف این نیست که من قناعت را توصیه می کنم؛ برعکس. اگر آن چه را هستیم بپذیریم، آنگاه

خواهید دید که چیزهایی را که از آن‌ها وحشت داریم، چیزهایی را که به آن‌ها دل زدگی می‌گوییم، آن‌چه را که ناامیدی نام می‌گذاریم و آن‌چه را که ترس می‌گوییم، همه و همه دچار تغییر کامل شده است. چیزهایی را که موجب ترس ما می‌شدند، تحول کامل یافته‌اند.

بنابراین، همانطور که گفته‌ام، ادراک این روند، ادراک شیوه‌های اندیشیدن خود ما دارای اهمیت بسیار است. خودشناسی را نه می‌توان از دیگران گرفت، نه از کتاب‌ها، نه از راه‌اقرارها، نه از راه روان‌شناسی و نه از تحلیل‌گران روانی. چیزی است که خود باید بیابید؛ زیرا این زندگی شماست؛ بی‌آنکه به دانش مربوط به «خود» وسعت و عمق ببخشید، هرچه را می‌خواهید انجام دهید، همه شرایط و تاثیرات درونی و بیرونی را دگرگون کنید؛ این زمین هرگز میوه ناامیدی و رنج و اندوه بار نمی‌آورد. برای آن‌که از فعالیت‌های خودمحصورکننده ذهن پافراتر گذارید، باید آن‌ها را درک کرده و راه درک و فهم آن‌ها آگاهی از عمل در ارتباط، ارتباط با اشیاء، مردم و پدیده‌ها است. در این ارتباط که به مانند آینه است، ما کم‌کم خود را بدون هیچ توجیه و بدون هیچ محکوم‌سازی، خواهیم دید و از آن دانش وسیع‌تر و عمیق‌تر راه‌های ذهن خود، امکان پیش‌روی بیشتر به وجود می‌آید و برای ذهن امکان آرام شدن و دریافت آن‌چه حقیقت است، فراهم می‌شود.

فصل 13- درباره نفرت

پرسش: با کمال صداقت باید بگوییم که من از مردم منزجرم و برخی اوقات از آنان نفرت دارم. این زندگی‌ام را مصیبت بار و دردناک کرده است. هوشمندی من به من می‌گوید که تمامی وجودم را انزجار و نفرت گرفته است؛ ولی قادر به سازش با آن نیستم. ممکن است مرا راهنمایی کنید؟

گریشنامورتی: منظور ما از هوشمندی چیست؟ هنگامی می‌گوییم چیزی را به کمک هوش خود درک می‌کنم، منظورمان چیست؟ آیا چیزی به نام ادراک هوشمندانه وجود دارد؟ یا این که ذهن تنها کلمات را می‌فهمد؛ زیرا این تنها راه برقرارکردن ارتباط با افراد دیگر است. آیا ما در هر حال می‌توانیم چیزی را به صورت کلامی و ذهنی ادراک کنیم؟ این اولین چیزی است که باید در موردش روشن باشیم؛ منظورم این است که بدانیم آیا ادراک به اصطلاح هوشمندانه سد راه فهمیدن نیست. شکی نیست که فهمیدن چیزی یک پارچه، تقسیم نشده و به طور کامل است. یا من چیزی را می‌فهمم یا خیر. این که به خود بگوییم: «من چیزی را به گونه‌ای هوشمندانه می‌فهمم، به طور یقین سد راه فهمیدن است. روند جزئی و بنابراین به هیچ وجه فهمیدن به حساب نمی‌آید.

اکنون مسأله این است: «چطور من - منی که منزجر و متنفرم - می‌توانم از چنگ این مشکل خلاص شوم و یا با آن از در سازش درآیم؟» چطور می‌شود با یک مشکل سازش کرد؟ مشکل

یعنی چه؟ به طور حتم، مشکل چیزی است که انسان را آشفته می کند. تنفر و انزجار از مردم باعث رنج می شود و من از این آگاه ام، تکلیفم چیست؟ این یک عامل بسیار آشفته کننده در زندگی من است. چه باید کرد؟ چطور می توانم به واقع از شر آن خلاص شوم؟ البته، نه فقط به صورت موقت آن را کنار بزنم؛ بلکه به گونه ای اساسی از چنگ آن رها شوم؟ چطور باید این کار را انجام دهم؟

از آن جاکه چنین وضعی مرا آزار می دهد، برایم آشفته کننده است. اگر آشفته کننده نبود، برایم مسأله ای نبود؛ ولی از آن جاکه باعث رنج، پریشانی و نگرانی می شود، از آن جاکه من خیال می کنم زشت است، می خواهم از چنگش رها شوم. بنابراین، آن چه که من به آن اعتراض دارم، پریشانی است. منتهی در زمان های مختلف، به آن نام های گوناگون می دهم؛ یک روز نامش را یک چیز می گذارم و روز دیگر چیزی دیگر؛ ولی خواست درونی آن است که پریشانی ای وجود نداشته باشد. همین طور نیست؟ هنگامی می بینم لذت ایجاد پریشانی نمی کند، آن را می پذیرم. هیچ گاه نمی خواهم از دست لذت رها شوم؛ زیرا در آن پریشانی؛ دست کم فعلاً وجود ندارد؛ اما نفرت و انزجار عواملی بسیار پریشان گر در زندگی من هستند و من می خواهم از چنگ آن ها رهایی یابم.

من علاقه ای به پریشان شدن ندارم و تلاش می کنم راهی پیدا کنم که هرگز پریشان نشوم؛ ولی چرا نباید پریشان شوم؟ درحقیقت، برای آن که بفهمم باید پریشان شوم، این طور نیست؟ برای فهمیدن باید از تحولات، شورش ها و نگرانی های بزرگی گذر کرد. اگر پریشان نشویم، احتمالاً خواب می مانیم و احتمالاً این آن چیزی است که بسیاری از ما خواهان آن هستیم؛ آرام شدن، به خواب رفتن، گریختن از چنگ هرگونه پریشانی برای یافتن انزوا، گوشه نشینی و امنیت. درحالی که اگر به پریشان شدن به خاطر آن که خواستار دانستن هستم اهمیتی ندهم، آنگاه رفتار من نسبت به نفرت و انزجار دچار دگرگونی خواهد شد؛ غیر از این است؟ اگر به پریشان شدن اهمیت ندهم، آنگاه نام برایم اهمیت نخواهد داشت و واژه «تنفر» از اعتبار خواهد افتاد و انزجار از مردم بی معنی خواهد شد؛ زیرا در آن صورت من به طور مستقیم همان حالتی را که انزجار نام دارد، بدون آن که تجربه را به قالب کلمات درآورم، تجربه می کنم.

خشم، همانند انزجار و نفرت کیفیتی است بسیار پریشان گر و چه بسیار کم اند کسانی که بتوانند خشم را به طور مستقیم، بدون آن که آن را به قالب کلمات درآورند، تجربه کنند. در صورتی که آن را به قالب کلمات درنیاوریم، اگر به آن خشم نگوییم، آنگاه به طور حتم تجربه ای متفاوت خواهیم داشت؛ ولی چون برای آن واژه تعیین می کنیم، از تجربه نو می کاهیم و یا در تجربه گذشته آن را می گنجانیم؛ درحالی که اگر نام گذاری درکار نباشد، آنگاه تجربه ای خواهد بود که مستقیماً ادراک شود و همین ادراک موجب دگرگونی در آن تجربه خواهد شد.

لثامت را مثال بگیریم. خیلی از ما لثیم هستیم و از آن خبر نداریم، لثیم درباره پول، درمورد بخشیدن مردم؛ منظورم را می فهمید؛ همه ما با این کیفیت آشنا هستیم. در این صورت، چطور از چنگش به درآییم؟ البته منظور این نیست که چگونه بخشنده شویم، نه؛ منظور این نیست. درست است که رهایی از لثامت، یعنی بخشندگی؛ ولی لازم نیست که شخص بخشنده شود. بی شک، هرکس باید از آن آگاه باشد. چه بسا که شما در اعطای کمک های مالی فراوان به اجتماع و دوستان خود دست و دل باز باشید؛ ولی درمورد بخشش هایی بیش از آن ناخن خشکی به خرج بدهید؛ همین را هم هستی به حساب می آورند و انسان از آن آگاهی ندارد. حال اگر کسی آگاه شد، چه اتفاقی می افتد؟ اراده خود را به کار می اندازد تا بخشنده باشد؛ تلاش می کند بر لثامت خود چیره شود و خود را تأدیب کند و خیلی کارهای دیگر؛ اما به هر حال، به کارگرفتن اجباری اراده برای چیزی بودن بازهم جزیی از یک دایره بزرگ لثامت است. بنابراین، اگر هیچ یک از این کارها را نکنیم؛ ولی تنها از اشارات ضمنی لثامت آگاه باشیم بدون آن که برایش اصطلاحی تعیین کنیم، آنگاه خواهیم دید که دگرگونی ریشه ای ایجاد خواهد شد.

لطفاً این را بیازمایید. شخص نخست باید پریشان گردد و بدبھی است که هیچ یک از ما پریشانی را دوست ندارد. خیال می کنیم که الگویی - مرشدی، اعتقادی یا هرچه که نام دارد - برای زندگی خود داریم و در آن الگو جا خوش می کنیم - این کار مانند داشتن یک شغل اداری خوب است - و بقیه عمر را در آن به کنش می پردازیم. با همان طرز فکر، به دام کیفیت های دیگری می افتیم که می خواهیم از چنگ شان رها شویم. ما از اهمیت پریشانی، نداشتن امنیت درونی و وابسته نبودن بی خبریم. به طوریقین، مکاشفه، مشاهده و ادراک در نبود امنیت حاصل می شود. ما می خواهیم مانند آدمی باشیم که پول فراوان دارد و در رفاه و راحتی است. چنین آدمی پریشانی را دوست ندارد، هرگز هم میل به پریشانی نمی کند.

پریشانی برای ادراک، ضروری است و هر کوششی برای یافتن امنیت، سد راه ادراک است. هنگامی می خواهیم از چنگ چیزی پریشان کننده رها شویم، به طور یقین سد راه ما است. اگر بتوانیم احساسی را به طور مستقیم تجربه کنیم، بدون آن که نامی بر آن بگذاریم، خیال می کنم خیلی چیزها عایدمان خواهد شد؛ آنگاه دیگر در مبارزه با آن نخواهیم بود؛ زیرا تجربه کننده و مورد تجربه یکی است و این پایه و اساس کار است. تا هنگامی که تجربه کننده، احساس؛ یعنی تجربه را به قالب کلمات درآورد، خود را از تجربه منفک کرده است و بر آن تأثیر می گذارد؛ این گونه عمل، عملی ساختگی و وهم آلود است؛ ولی هنگامی لفاظی در کار نباشد، آنگاه تجربه کننده و مورد تجربه یکی می شوند. این یک پارچگی ضرورت دارد و باید به گونه ای ریشه ای با آن برخورد کرد.

فصل 14 - درباره بدگویی

پرسش: بدگویی دارای ارزش اکتشاف خود است، به خصوص در مورد شناساندن دیگران به ما. راستی، چرا از بدگویی به عنوان وسیله ای برای کشف آن چه هست استفاده نکنیم؟ از آن جاکه بدگویی سال های سال است محکوم می شود، من از شنیدن کلمه «بدگویی» واهمه ای ندارم.

کریشنامورتی: من نمی دانم چرا ما بدگویی می کنیم؟ بدگویی به خاطر شناساندن دیگران به ما نیست. اصلاً چرا ما باید افراد دیگر را بشناسیم؟ چرا ما این همه در قید و بند وضع دیگران هستیم؟ اولاً چرا بدگویی می کنیم؟ آیا این نوعی بی قراری نیست؟ چرا؟ بدگویی هم مثل نگرانی نمایان گر یک ذهن بی قرار است. چرا ما دوست داریم در کار دیگران دخالت کنیم و ببینیم که دیگران چه می کنند و چه می گویند؟ به نظر من آن کس که بدگویی می کند، ذهنی سطحی دارد؛ ذهنی کنجکاو که به بی راهه افتاده است. پرسشگر عزیز ما خیال می کند که شناساندن افراد به او بدین خاطر است که او برای آن افراد - برای اعمال و اندیشه ها و عقایدشان - ارزش قائل است؛ ولی آیا تا هنگامی که ما خود را نشناسیم، می توانیم دیگران را بشناسیم. اگر ما شیوه اندیشیدن، عمل و رفتار خود را ندانیم، آیا می توانیم درباره دیگران داوری کنیم؟ آیا دانستن درباره شیوه اندیشیدن، احساس کردن و بدگویی از دیگران واقعاً هوسی برای فرار نیست؟ آیا این کار، مفری برای گریز از خویشتن نیست؟ آیا این کار با هوس دخالت در امور دیگران همراه نیست؟ آیا فرصت آن وجود دارد که در مورد دیگران به این صورت بدگویانه، ظالمانه و زشت بیندیشیم؛ چرا این کار را می کنیم؟ می دانید، همه این کار را می کنند. در عمل، هرکس درباره شخص دیگری بدگویی می کند؛ چرا؟

اولاً، خیال می کنم که علت بدگویی ما از دیگران این باشد که ما علاقه چندانی به روند اندیشیدن و عمل خود نداریم. می خواهیم بدانیم دیگران چه کار می کنند تا شاید به بیان مشفقانه، ادای آن ها را درآوریم. معمولاً هنگامی بدگویی می کنیم، برای محکوم کردن دیگران است؛ اما اگر بررسی مطلق با خیرخواهی همراه باشد، شاید بتوان گفت که این کار به خاطر تقلید از دیگران صورت می گیرد؛ اما علت تمایل به تقلید از دیگران چیست؟ آیا این نشانه سطحی بودن فوق العاده خود ما نیست؟ ذهنی که به دنبال هیجان است، ذهنی است که دچار ملالت شدید است و برای رسیدن به این هیجان از خود بیرون می رود. به عبارت دیگر، بدگویی نوعی واکنش عاطفی است که ما خود را تسلیم آن می کنیم. ممکن است نوع آن متفاوت باشد؛ ولی در هر حال میل به یافتن هیجان و انصراف خاطر، از اجزاء ثابت تشکیل دهنده آن هستند. اگر کسی در این مسأله واقعاً دقیق شود، به خود خواهد آمد و نشان می دهد که واقعاً شخصی است بسیار سطحی و با حرف زدن درباره دیگران در پی یافتن هیجان از بیرون است. این بار که در مورد کسی بدگویی می کنید، مراقب خود باشید؛ اگر از آن آگاه اید، خیلی چیزها را در مورد خودتان برای تان آشکار می کند. باگفتن این که در مورد دیگران فقط کنجکاو هستید، قضیه را

ماست مالی نکنید. این کار نشانه بی‌قراری، نوعی احساس هیجان، ظاهری بودن و کمبود علاقه مندی حقیقی و عمیق نسبت به مردمی است که این بدگویی درموردشان مصداق ندارد.

مشکل بعدی آن است که چگونه از بدگویی جلوگیری کنیم؟ این مسأله بعدی است. هنگامی خود می‌دانید که مشغول بدگویی هستید، چطور آن را متوقف می‌کنید. اگر عادت شده باشد، کار زشتی که هرروز و هرساعت تکرار می‌شود، چطور می‌توان آن را متوقف کرد؟ آیا اصلاً چنین سؤالی به ذهن تان می‌رسد؟ آیا هنگامی می‌دانید که دارید بدگویی می‌کنید، هنگامی از بدگویی خود آگاه اید و از تمامی معانی ضمنی آن اطلاع دارید، آیا به خود می‌گویید: «چطور من باید آن را متوقف کنم. آیا در همان لحظه ای که از این عمل اطلاع پیدا می‌کنید، به میل خود متوقف می‌شود؟ البته چگونگی توقف آن اصلاً مطرح نمی‌شود. چگونگی توقف آن فقط زمانی مطرح می‌شود که از آن بی‌خبر باشید و بدگویی نشانه عدم آگاهی باشد. بله، این را دفعه آینده بیازمایید و ببینید که هنگامی از ماهیت گفتار خود آگاه می‌شوید، چطور سریع و فوری بدگویی را متوقف می‌کنید. چنین کاری نیاز به اراده ندارد. تنها چیزی که لازم دارد، آگاه بودن است؛ آگاه بودن از آن چه که می‌گویید و نیز متوجه اشارات ضمنی آن بودن. لازم نیست شما بدگویی را محکوم کنید و یا آن را موجه نمایید. از آن آگاه باشید و ببینید با چه سرعتی به آن پایان خواهید داد؛ زیرا شیوه‌های عمل، رفتار و الگوی فکری خود را برای تان آشکار می‌کند؛ در این فاش‌سازی، انسان به کشف خود که چیزی بس مهمتر از بدگویی درمورد دیگران، درباره آن چه انجام می‌دهند و می‌اندیشند و چگونگی رفتار آن‌ها است، نایل می‌شوید.

بیشتر ما که روزنامه‌های روزانه را می‌خوانیم، از بدگویی‌ها - بدگویی‌های جهانی - انباشته‌ایم؛ تمامی این‌ها راه فراری است از خود ما؛ از حقارت و زشتی خود ما؛ ما خیال می‌کنیم که از طریق یک علاقه مندی سطحی به حوادث دنیا، عاقل‌تر و عاقل‌تر می‌شویم و در رویارویی با زندگی خویش، توانایی بیشتری بدست می‌آوریم. به طور حتم تمامی این‌ها راه‌های فرار از خویشتن است. وجود ما خالی و سطحی است؛ ما از خود هراسناک‌ایم. وجود ما آن‌چنان فقیر است که بدگویی کار یک سرگرمی غنی و یک مفر از خویشتن را بازی می‌کند. تلاش ما این است که این پوچی وجود را با شعائر، بدگویی در جلسات گروهی و شیوه‌های بی‌شمار فرار پرکنیم؛ طوری که درک آن چه هست، اهمیتش را ازدست می‌دهد و گریز مهمترین چیز می‌شود. درک آن چه هست نیاز به توجه دارد؛ آگاهی از تهی بودن انسان، آگاهی از این‌که او در عذاب است، به توجه نیاز دارد؛ نه به انواع فرارها؛ ولی بسیاری از ما این فرارها را دوست دارند؛ زیرا آن‌ها لذت بخش‌تر و مطبوع‌تراند. همچنین هنگامی ما خود را به صورتی که هستیم می‌شناسیم، رویارویی با خود مشکل می‌شود؛ این یکی از مشکلاتی است که ما با آن روبه‌رو هستیم و نمی‌دانیم چه باید کرد؟ وقتی من از تهی بودن، رنج کشیدن خود و از عذابی که در

آن دست و پا می زنم آگاه ام، نمی دانم چه باید کرد و چگونه به مقابله برخیزم؟ بنابراین، به انواع و اقسام گریزها روی می آورم.

مسئله این است که چه باید کرد؟ بدیهی است که شخص می تواند بگریزد؛ زیرا این کار بیهوده ترین و کودکانه ترین کارها است؛ ولی هنگامی آن طور که هستید با خود روبه رو می شوید، تکلیف تان چیست؟ اولاً، آیا این امکان وجود دارد که آن را توجیه و یا انکار نکنید، بلکه همان طور که هستید در کنارش بایستید؟ کاری که بسیار شاق و دشوار است؛ زیرا ذهن در پی توجیه، محکوم سازی و تعیین هویت می باشد. اگر هیچ یک از این کارها را نکنند و تنها در کنار آن بمانند، در این صورت مثل این است که همه چیز را پذیرفته است. اگر من بپذیرم که پوستم قهوه ای است، قضیه تمام است؛ ولی اگر من مایل باشم به رنگی روشن تر تغییر کنم، آن وقت مشکل آغاز می شود. پذیرش «آن چه هست» مشکل ترین کارها است؛ هنگامی شخص می تواند این کار را بکند که هیچ نوع گریز، محکوم سازی و یا توجیه که شکل هایی از گریزاند، وجود نداشته باشد. از این رو، هنگامی شخص روند کلی علت بدگویی را می فهمد و بیهوده بودن آن و شقاوت و تمام مشتقات آن را درک می کند، آن هنگام با آن چه هست تنها می ماند و در آن صورت برخورد با بدگویی یا برای از بین بردن آن صورت می گیرد و یا برای تغییر آن به چیزی دیگر. اگر هیچ یک از این کارها را انجام ندهید و با آن طوری برخورد کنیم که قصدمان ادراک آن باشد و تمام و کمال در کنار آن باشیم، آن هنگام می بینیم که چیزی نیست که از آن وحشت داشته باشیم، آنگاه این امکان که آن چه هست را دگرگون کنیم، وجود خواهد داشت.

فصل 15- درباره انتقاد

پرسش: انتقاد در ارتباط، چه مقامی دارد؟ تفاوت میان انتقاد مخرب و سازنده چیست؟

کریشنامورتی: اولاً چرا انتخاب می کنیم؟ آیا این کار برای فهمیدن است یا این که صرفاً یک روند غرولند بیش نیست؟ وقتی من از شما انتقاد می کنم، آیا شما را درک می کنم؟ آیا درک کردن از طریق داوری حاصل می شود؟ اگر من مایل به درک کردن باشم- البته نه درک کردن سطحی؛ بلکه درک عمیق مفهوم کلی ارتباط با شما- آیا شروع به انتقاد از شما می کنم؟ یا از این ارتباط میان شما و خود آگاه ام و به آرامی به مشاهده آن می پردازم؛ بدون آن که عقاید، انتقادات، قضاوت ها، تعیین هویت ها و محکوم سازی های خود را متجلی کنم و در صورتی که انتقاد نکنم، چه اتفاقی خواهد افتاد؟ هرکس میل به خوابیدن دارد؛ این طور نیست؟ معنای این حرف آن نیست که آدم نق نقو به خواب نمی رود. شاید این عادت شود و ما به کمک عادت، خود را خواب کنیم. آیا به نظر شما از طریق انتقاد، ادراکی عمیق تر و وسیع تر خواهیم داشت؟ فرق نمی کند که آیا انتقاد سازنده است یا مخرب؛ به طور حتم چنین چیزی نامربوط است. بنابراین، سؤال این است: حالت لازم ذهنی و قلبی که رابطه را درک خواهد کرد، چیست؟ روند

از این رو، ادراک تنها زمانی صورت می‌گیرد که ذهن به گونه‌ای صادقانه آگاه باشد و به مشاهده بپردازد؛ چیزی که بسیار دشوار است؛ زیرا از فعال بودن، بی‌قراری، منتقد بودن، محکوم سازی و توجیه، لذت می‌بریم. این ساختار کلی وجود ما است و ما سعی می‌کنیم از درون پرده‌ای از پندارها، تعصبات، نظریات، تجارب و خاطرات به ادراک نایل شویم. آیا می‌توان پرده‌ها را به کنار زد و به درک مستقیم رسید؟ به طور یقین موقعی به این کار دست می‌زنیم که مشکل شدید باشد؛ آن وقت به هیچ یک از این روش‌ها دست نمی‌زنیم و مقابله‌ما با آن، به طور مستقیم صورت می‌گیرد. درک ارتباط زمانی حاصل می‌شود که این روند انتقاد فهمیده شده و ذهن آرام گرفته باشد. اگر شما به من گوش میرکنید و سعی دارید، بدون آن که کوشش زیادی به خرج دهید، حرف‌های مرا دنبال کنید؛ در این صورت، امکان آن وجود دارد که یکدیگر را درک کنیم؛ ولی اگر در تمام مدت به انتقاد کردن، عقاید خود، آن‌چه دیگران به شما گفته‌اند و این قبیل مطالب بپردازید، در آن صورت من و شما با هم ارتباطی نداریم؛ زیرا میان شما و من حایل وجود دارد. اگر ما هر دو سعی به یافتن مسایل مورد بحث مشکل که در خود مشکل نهفته شده است داشته باشیم؛ اگر ما هر دو به بررسی عمیق آن اشتیاق نشان دهیم، حقیقت مسأله را دریابیم و به کشف آن چه هست نایل شویم، آن وقت با هم مرتبط می‌شویم؛ آن وقت ذهن شما، هم هشیار است و هم انفعالی و مراقب آن است که بداند حقیقت این قضیه در کجاست؟ بنابراین، ذهن شما باید به گونه‌ای خارق‌العاده سریع باشد و به هیچ وجه ایده و یا ایده آل و قضاوت یا اعتقادی که شخص در اثر تجارب خاص خود منسجم نموده است، متوسل نشود. به طور یقین، ادراک زمانی حاصل می‌شود که انعطاف‌پذیری سریع ذهن که دارای آگاهی انفعالی است، وجود داشته باشد. در آن صورت، قادر به پذیرش بوده و دارای حساسیت خواهد بود. ذهنی که در محاصره ازدحام پندارها، تعصبات و عقاید - چه له و چه علیه - قرار دارد، دارای حساسیت نیست.

برای درک ارتباط باید نوعی آگاهی انفعالی - که موجب از میان رفتن ارتباط نشود - وجود داشته باشد. این نوع آگاهی، ارتباط را زنده تر کرده، به آن مفهوم بیشتر می‌بخشد. در آن صورت، در آن ارتباط امکان وجود عاطفه واقعی، گرمی و احساس نزدیکی که هیجان صرف و احساس محض نخواهد بود، وجود خواهد داشت. اگر بتوانیم با همه چیز نحوه برخوردی این چنین و یا ارتباطی این گونه داشته باشیم، در آن صورت مشکلات مان - مشکلات دارایی و متعلقات مان - حل خواهد شد؛ زیرا ما همان چیزی هستیم که داریم. آدمی که پول دارد، پول است؛ آدمی که خود را با دارایی همانند می‌کند، دارایی است؛ یا خانه و یا اثاثیه. همین طور همانندی با ایده‌ها و یا مردم. هروقت حس قابلیت وجود داشته باشد، ارتباط بی‌معنی است. بسیاری از ما بدین خاطر دارای چیزی هستیم که اگر نداشته باشیم، هیچ چیز دیگری نداریم. اگر نداشته باشیم، اگر زندگی خود را از مبلمان، موسیقی، دانش و یا این و آن پرنکنیم، طبل‌هایی توخالی بیش نیستیم و این طبل توخالی پر سروصدا است و این سروصدا را زندگی می‌نامیم و با آن راضی

هستیم؛ وقتی اختلالی پیش آید و انفعالی در آن ایجاد شود، آن وقت دچار اندوه می شویم؛ زیرا آن وقت است که یک مرتبه می بینیم همانی هستیم که هستیم؛ طبعی توخالی، بدون آن که معنایی چندان داشته باشیم. برای آگاه شدن از محتوای کلی ارتباط، به عمل نیاز است و از این عمل چه بسا که ارتباط واقعی به وجود آید و ژرفای عظیم ارتباط، مفهوم وسیع آن و دانش لازم برای آگاهی از ماهیت عشق، کشف شود.

فصل 16- درباره اعتقاد به پروردگار

پرسش: اعتقاد به پروردگار انگیزه ای قوی برای بهتر زیستن است. چرا شما خدا را انکار می کنید؟ چرا شما در احیاء ایمان انسان و در ایده او نسبت به پروردگار کوشش به خرج نمی دهید؟

کریشنامورتی: بیایید به گونه ای گسترده و روشنفکرانه به مسأله نگاه کنیم. من خدار را انکار نمی کنم؛ چنین کاری احمقانه است. تنها انسانی که حقیقت را نمی شناسد، خود را تسلیم واژه های بی معنی می کند. آدمی که می گوید می دانم، نمی داند. انسانی که واقعیت را لحظه به لحظه درک می کند، وسیله ای برای القاء آن واقعیت ندارد.

اعتقاد، انکار حقیقت است؛ اعتقاد به خداداشتن، خداجویی نیست. نه معتقدین و نه غیرمعتقدین خدا را نخواهند یافت؛ زیرا واقعیت ناشناخته است و اعتقاد انسان یا عدم اعتقاد او چیزی است شناخته شده و فرافکنی صرف است؛ بنابراین، حقیقت به شمار نمی آید. می دانم که شما معتقدید و این را هم می دانم که این اعتقاد در زندگی شما معنایی بسیار ناچیز دارد. افراد معتقد فراوان اند؛ میلیون ها نفر به پروردگار اعتقاد دارند و از او تسلی می طلبند. اولاً چرا باید اعتقاد داشت؟ شما معتقدید زیرا این کار به شما رضایت خاطر، تسلی و امید می بخشد و می گوید که به زندگی شما مفهوم می دهد. در واقع زندگی شما مفهوم چندانی ندارد؛ زیرا شما در عین اعتقاد استثمار می کنید؛ در عین اعتقاد، مرتکب قتل می شوید؛ به یک خدای واحد عالمیان اعتقاد دارید و یکدیگر را قتل عام می کنید. اغنیا نیز به خداوند معتقدند؛ آن ها هم بی رحمانه چپاول می کنند، پول روی پول می اندوزند و بعد، معبدی برپا می کنند و افرادی بشردوست می شوند!

آدم هایی که بمب های اتمی را در هیروشیما انداختند، می گفتند که خدا با آن ها است؛ آن ها که از انگلستان به پرواز درآمدند تا آلمان ها را از میان ببرند و می گفتند که خدا کمک خلبان آن ها است. دیکتاتورها، نخست وزیران، ژنرال ها، رؤسای جمهور، همه و همه، از خدا حرف می زنند؛ آن ها ایمان شدیدی به خداوند دارند؛ ولی آیا خدمتی انجام می دهند؟ آیا زندگی بهتری برای انسان ها فراهم می آورند؟ آن هایی که می گویند به خدا ایمان دارند، نیمی از دنیا را خراب کرده اند و دنیا در مصیبت کامل به سر می برد. به کمک نداشتن تسامح مذهبی در

مردم، اشتقاق معتقدین و غیرمعتقدین به وجود آمده است و نتیجه آن جنگ های مذهبی بوده است و این نشانه آن است که ذهن ما واقعاً سیاست گرا شده است.

آیا اعتقاد به خدا، «انگیزه ای قوی برای بهتر زیستن» است؟ شما چرا در پی انگیزه برای زندگی بهتر هستید؟ شکی نیست که انگیزه شما باید میل خود شما به زیستن پاک و پاکیزه و بی آلایش باشد؛ غیر از این است؟ اگر به دنبال انگیزه باشید، علاقه ای به این ندارید که زندگی را برای همه افراد ممکن سازید؛ شما تنها به انگیزه خود علاقه منداید - چیزی که با انگیزه من متفاوت است - و آن وقت ما بر سر انگیزه ها با هم به ستیزه برمی خیزیم. اگر ما با یکدیگر با خوشی زندگی کنیم، نه به خاطر گرایش به آرمانی؛ بلکه به خاطر آن که انسان ایم، آن وقت تمامی وسایل تولید را - برای تولید برای همه - با هم تقسیم می کنیم. به دلیل نداشتن خرد و عقل، ایده عقل برتر را که نام دیگری بر آن می گذاریم، می پذیریم؛ ولی این نام، این عقل برتر زندگی ما را بهتر نمی کند. آن چه به زندگی بهتر می انجامد، خرد است و در صورت وجود اعتقاد، تقسیمات طبقاتی موجود بودن وسایل تولید در دست عده ای قلیل و ملیت های منزوی و حکومت های مقتدر، خرد وجود نخواهد داشت. به طور وضوح تمامی این ها نشانه نبودن خرد است و نبودن خرد، مانع زندگی بهتر است؛ نه عدم اعتقاد به خدا.

همه شما به روش های مختلف دارای اعتقاداید؛ ولی اعتقاد شما به هیچ وجه دارای حقیقتی نیست. حقیقت آن است که هستید، آن است که انجام می دهید، آن است که می اندیشید و اعتقاد شما به چیزی، صرفاً یک گریز است؛ گریز از زندگی یک نواخت، احمقانه و ظالمانه. علاوه بر این، اعتقاد همیشه موجب اشتقاق میان مردم است؛ از این رو، هندو، لودایی، مسیحی، کمونیست، سوسیالیست، سرمایه دار و غیره و غیره داریم. ایده و اعتقاد، موجب انفصال اند و وصلی صورت نمی دهند. ممکن است عده ای را به صورت یک گروه گردهم آورید؛ ولی این گروه با گروه دیگر مخالف است. ایده ها و اعتقادات هرگز اتحاد ایجاد نمی کنند؛ و عکس آن ها جدا کننده، تفکیک کننده و مخرب اند. بنابراین، [چه بسا] که اعتقاد شما به خدا موجب اشاعه مصیبت در دنیا شود؛ اگر چه ممکن است برای خود شما تسلائی خاطر آنی به وجود آورده باشد؛ ولی درحقیقت برای خود شما نیز باعث مصیبت و تخریب بیشتر به شکل جنگ ها، قحطی ها، تقسیمات طبقاتی و اعمال بی رحمانه افراد می شود. بنابراین، اعتقاد شما اصلاً اعتباری ندارد. اگر شما واقعاً معتقد به خدا باشید و اگر چنین چیزی تجربه واقعی برای شما باشد، آن وقت رنگ لبخند بر چهره تان می نشیند و از انهدام موجودات انسانی دست برمی دارید.

حالا بگویید حقیقت چیست؟ خداوند چیست؟ خداوند کلمه نیست؛ کلمه، خود چیز نیست. برای شناختن آن چه قابل اندازه گیری نیست و آن چه به زمان مربوط نمی شود، ذهن باید از زمان آزاد باشد؛ معنی این حرف آن است که ذهن باید از همه اندیشه ها و همه پندارها درمورد خداوند آزاد باشد. راستی درباره خدا یا حقیقت چه می دانید؟ شما درواقع هیچ چیز درباره

حقیقت نمی دانید. آن چه می دانید، کلمه است، تجارب دیگران است یا لحظاتی از تجارب نامفهوم خودتان؛ شکی نیست که این خدا نیست؛ این حقیقت نیست؛ این چیزی نیست که فراسوی زمان باشد. برای شناختن آن چه فراسوی زمان است، فرآیند زمان باید درک شود؛ زمانی که اندیشه نام دارد؛ زمانی که روند شدن و گردآوری دانش است. این زمینه کلی ذهن است؛ ذهن خود زمینه است؛ زمینه خودآگاه و ناخودآگاه، زمینه فردی و گروهی؛ بنابراین، ذهن باید از شناخته ها رها باشد، معنایش آن است که باید کاملاً آرام باشد، نه آرام شود. ذهنی که به عنوان نتیجه، بازده عمل تعیین شده و تمرین و انضباط، به سکوت می رسد، ذهنی آرام نیست. ذهنی که مجبور می شود، کنترل می شود، شکل داده می شود، به قالبی درمی آید و ساکت نگه داشته می شود؛ ذهنی آرام به حساب نمی آید. چه بسا که شما بتوانید برای مدتی ذهن را به گونه ای سطحی آرام کنید؛ ولی چنین ذهنی، ذهن آرام نیست. آرامش زمانی حاصل می شود که شما تمامی روند اندیشه را بفهمید؛ زیرا برای درک این روند، باید آن را پایان داد و پایان روند اندیشه، آغاز سکوت و آرامش است.

تنها هنگامی که ذهن کاملاً ساکت شود، نه تنها در سطوح بالا؛ بلکه به صورت اساسی و تمام و کمال - هم در سطوح ظاهری و هم سطوح عمیق تر ناخودآگاه - تنها در آن صورت، ناشناخته ها اعلام وجود می کنند. ناشناخته ها چیزهایی نیستند که بتوان به وسیله ذهن آن ها را تجربه کرد؛ تنها چیزی را که می توان تجربه کرد، سکوت است؛ سکوت و دیگر هیچ. اگر ذهن به جز سکوت به تجربه چیز دیگری پردازد، صرفاً امیال خود را منعکس کرده است و هیچ ذهنی این گونه ساکت نیست؛ تا وقتی که اندیشه - به هر شکلی، خودآگاهانه یا ناخودآگاهانه - در حرکت است، سکوتی وجود نخواهد داشت. سکوت یعنی رهایی از گذشته، دانش، خاطره خودآگاهانه و ناخودآگاهانه. وقتی ذهن در سکوت کامل است؛ نه مورد استفاده، وقتی سکوتی وجود دارد که حاصل هیچ کوششی نیست، تنها در آن صورت، بی زمانی، جاودانگی پا به عرصه حیات می گذارد. این حالت به یادآوردن نیست و وجودی نیست که به یاد بیاورد یا تجربه کند.

بنابراین، خداوند یا حقیقت یا هر چه که شما نامش را بگذارید، چیزی است که لحظه به لحظه اتفاق می افتد؛ نه وقتی که ذهن براساس الگویی خاص منضبط می شود. خدا به ذهن ارتباطی ندارد؛ رسیدن به او از طریق فرافکنی ممکن نیست. تنها راه رسیدن به او، پرهیزکاری است؛ همان چیزی که آزادی نام دارد. پرهیزکاری یعنی رویارویی با حقیقت «آن چه هست» و روبه روشن شدن با حقیقت، یک حالت شور و خلسه است. تنها هنگامی که ذهن در حالت شور و خلسه و درحالت سکوت است و از خود حرکتی ندارد، بدون فرافکنی اندیشه - چه خودآگاه و چه ناخودآگاه - تنها در آن صورت، جاودانگی حضور خود را اعلام می کند.

فصل 17 - درباره خاطره

**پرسش: شما می گوئید خاطره، تجربه کامل است. من از صحبت های گذشته شما
خاطره و برداشتی واضح دارم. از چه نظر چنین چیزی تجربه ناقص است؟ لطفاً در این
مورد توضیح کامل دهید.**

کریشنامورتی: منظور ما از خاطره چیست؟ شما به مدرسه می روید و از حقایق دانش فنی، پر می شوید. اگر مهندس شوید از این خاطره دانش فنی برای ساختن یک پل استفاده می کنید. این یک خاطره حقیقی است. خاطره روان شناختی نیز وجود دارد. شما چیزی - مطبوع یا نامطبوع - به من می گوئید و من آن را نگه می دارم؛ وقتی دوباره شما را می بینم، دیدن شما یا آن خاطره همراه است، خاطره حرفی که به من زده اید. در خاطره دوجنبه وجود دارد، جنبه واقعی و جنبه روان شناختی. این هر دو به هم پیوسته اند؛ بنابراین، خط مشخصی میان آن ها نیست. می دانیم که خاطره حقیقی به عنوان وسیله ای برای زندگی ضروری است؛ ولی آیا خاطره روان شناختی نیز همین طور است؟ عاملی که باعث نگهداری خاطره روان شناختی می شود چیست؟ چه چیزی سبب می شود که شخص توهین یا ترغیبی را از نظر روحی به خاطر بسپارد؟ چرا انسان بعضی از خاطرات را نگه می دارد و برخی دیگر را رد می کند. بدیهی است که شخص خاطره ای را نگه می دارد که مطبوع است و از خاطراتی می پرهیزد که نامطبوع اند. اگر دقت کنید می بینید که خاطرات دردناک زودتر از خاطرات لذت بار کنار گذاشته می شوند. ذهن یعنی خاطره، خاطره در هر سطحی و با هر نامی؛ ذهن فرآورده گذشته است؛ برپایه گذشته بنا شده؛ گذشته ای که مثنی خاطرات است و حالتی است شرطی شده، حال با چنین خاطره ای ما در برابر زندگی قرار می گیریم و با چالش نو روبه رو می شویم. این چالش همیشه تازه است و پاسخ ما همیشه کهنه؛ زیرا بازده گذشته است. بنابراین، تجربه بدون خاطره، یک حالت است و تجربه با خاطره حالت دیگر، به عبارت دیگر، چالشی وجود دارد که همیشه تازه است. من با پاسخ آماده و با شرطی شدن کهنه در برابر آن قرار می گیرم. در این صورت، چه اتفاقی می افتد؟ من تازه را تحلیل می برم، آن را نمی فهمم و تجربه تازه به وسیله گذشته شرطی شده است. از این رو، از آن چه تازه است، جزئی ادراکی دارم، این ادراک هرگز کامل نیست؛ زمانی داغ خاطره برجای نمی ماند که ادراک کامل صورت پذیرد.

وقتی چالش وجود دارد - چالشی که همیشه تازه است - شما با پاسخی قدیمی در برابر آن قرار می گیرید. این پاسخ کهنه، تازه را شرطی می کند؛ و بدین ترتیب آن را پیچ و تاب می دهد و آن را به طرفی متمایل می کند؛ بنابراین، ادراک کامل از تازه وجود ندارد و تازه در کهنه تحلیل می رود و بدین ترتیب، باعث تقویت آن می شود. بعید نیست این بحث، انتزاعی جلوه کند؛ ولی اگر قدری دقیق تر و محتاطانه تر به آن توجه کنید، می بینید که دشوار نیست. وضعیت دنیا در حال حاضر برخوردی تازه و شیوه ای نوین برای رویارویی با مشکل دنیا را که همیشه تازه است، می خواهد. از آن جا که برخورد ما با آن و با اذهان از طریق تعصبات محلی، خانوادگی و

مذهبی شرطی شده، از این رو، نمی‌توانیم با این مسأله برخوردی تازه داشته باشیم. تجارب پیشین ما مانع فهم چالش تازه می‌شوند؛ از این رو، به پرورش و تقویت خاطره رو می‌آوریم و بدین ترتیب، هیچ‌گاه به درک تازه‌ها نایل نمی‌شویم و با چالش مورد نظر هرگز به گونه‌ای تام و تمام مصاف نمی‌دهیم. تنها هنگامی که انسان بتواند با این چالش به گونه‌ای تازه و نو، بدون همراهی گذشته روبرو شود، غنا و ثمره لازم به بار خواهد آمد.

پرسش گر می‌گوید: «من از صحبت‌های گذشته شما خاطره و برداشتی واضح دارم. از چه نظر چنین چیزی تجربه‌ای ناقص است؟» اگر چنین چیزی تنها یک برداشت و یک خاطره باشد، تجربه‌ای ناقص است. اگر آن چه را گفته شده است بفهمید و حقیقت آن را متوجه شوید، این حقیقت، خاطره نیست. حقیقت خاطره نیست؛ زیرا همیشه تازه است و همیشه خود را متحول می‌کند. آن چه شما دارید، خاطره صحبت‌های گذشته است. چرا؟ زیرا شما صحبت‌های گذشته را به عنوان راهنما به کار می‌برید و آن را به گونه‌ای کامل نفهمیده‌اید؛ شما می‌خواهید در آن مرور کنید و خودآگاهانه یا ناخودآگاهانه آن را حفظ نمایید؛ ولی اگر چیزی را تمام و کمال درک کنید؛ یعنی حقیقت آن را به طور کامل بفهمید، خواهید دید که چیزی به نام خاطره اصلاً وجود ندارد. تعلیم و تربیت ما، پرورش خاطره و تقویت آن است. اعمال و شعائر دینی و مطالعات و دانش شما، همه تقویت‌کننده خاطره شما هستند. منظور ما از این حرف چیست؟ چرا ما به خاطره می‌چسبیم؟ نمی‌دانم متوجه شده‌اید یا نه؛ وقتی انسان پیر می‌شود، به گذشته نگاه می‌کند؛ به خوشی‌ها، دردها و لذت‌های گذشته و وقتی که جوان است، نظر به آینده دارد. چرا این کار را می‌کنیم؟ چرا خاطره این قدر مهم شده است؟

به این دلیل ساده و روشن که ما نمی‌توانیم به صورت یک پارچه و کامل درحال زندگی کنیم. ما از حال به عنوان وسیله‌ای برای آینده استفاده می‌کنیم؛ از این رو، حال برای ما مفهومی ندارد. نمی‌توانیم درحال زندگی کنیم؛ زیرا از حال به عنوان گذرگاهی برای آینده استفاده می‌کنیم. از آن جا که می‌خواهیم چیزی بشوم، هیچ‌گاه فهم کاملی از خود ندارم و برای درک خود و آن چه هستم، نیازی به پرورش خاطره نیست. برعکس، خاطره مانعی است برای درک «آن چه هست»؛ نمی‌دانم متوجه شده‌اید یا نه که فکر و احساس تازه زمانی حاصل می‌شود که ذهن در دام خاطره نیافتاده باشد. وقتی میان دو اندیشه و دو خاطره فترتی وجود داشته باشد و هنگامی که این فترت را بتوان نگاه داشت، در آن صورت از آن فترت یک حالت وجودی تازه به وجود می‌آید که دیگر خاطره نام ندارد. ما دارای خاطراتی هستیم و خاطره را به عنوان وسیله استمرار، پرورش می‌دهیم. تا وقتی که پرورش خاطره وجود دارد، «من» و «مال من» بسیار اهمیت دارد و چون بیشتر ما از «من» و «مال من» ساخته شده‌ایم، خاطره نقشی بسیار بزرگ در زندگی ما بازی می‌کند. اگر انسان خاطره‌ای نداشت، دارایی او، خانواده او و ایده‌هایش چندان اهمیتی پیدا نمی‌کردند؛ بنابراین شما با پرورش خاطره، «من» و «مال من» را تقویت

می‌کنند. اگر دقت کنید می‌بینید که میان دو اندیشه و دو احساس، یک فترت وجود دارد. در این فترت که فرآورده خاطره نیست، نوعی آزادی خارق‌العاده از «من» و «مال من» وجود دارد و چیزی است که پای زمان به آن نرسیده است.

اکنون به مسأله با دیدی دیگر نگاه می‌کنیم. بی‌شک خاطره، زمان است؛ خاطره خالق دیروز، امروز و فردا است. خاطره دیروز، شرطی‌کننده امروز است و بدین ترتیب شکل‌دهنده فردا. به عبارت دیگر؛ گذشته از طریق حال، آینده را می‌آفریند. یک روند مربوط به زمان در جریان است که اراده شدن نام دارد. خاطره، زمان است و ما امید داریم که از طریق زمان به نتیجه برسیم. امروز من یک کارمند ساده‌ام و اگر فرصت و وقت پیدا کنم، مدیر یا مالک خواهم شد. بنابراین، باید وقت داشته باشم و با همین طرز تفکر می‌گویم: «باید به حقیقت دست یابم، باید به پروردگار راه پیدا کنم». بنابراین برای واقعیت دادن به این خواسته، نیاز به زمان دارم که معنایش این است که نیاز به خاطره و تقویت خاطره از راه تمرین و تادیب دارم تا چیزی شوم، توفیقی پیدا کنم و به چیزی برسم که معنایش استمرار در زمان است. به کمک زمان امید داریم به بی‌زمانی برسیم، به کمک زمان امیدواریم به جاودانگی دست یابیم. آیا می‌توان این کار را کرد؟ آیا می‌توان جاودانگی را در تله زمان و از طریق خاطره که به زمان مربوط است، به دام انداخت؟ بی‌زمانی تنها زمانی واقع می‌شود که خاطره که «من» و «مال من» است، از حرکت بازایستد. اگر حقیقت این مطلب را دریافتید- که بی‌زمانی را نمی‌توان از طریق زمان درک کرد یا پذیرفت- آن وقت می‌توانیم به بررسی شکل خاطره بپردازیم؛ خاطره امور فنی ضروری است؛ ولی خاطره روانی که حافظ «خود»؛ یعنی «من» و «مال من» است، یعنی چیزی که تعیین هویت می‌کند و استمرار خود است، مضر به حال، حقیقت و زندگی است. وقتی انسان حقیقت این قضیه را بداند، آن چه نادرست است به کنار می‌رود؛ بنابراین، یادآوری روان‌شناختی تجربه دیروز وجود نخواهد داشت.

غروب زیبای آفتاب و منظره یک درخت قشنگ را در یک مزرعه می‌بینید و وقتی که اول به آن نگاه می‌کنید از آن حظ کامل می‌برید، بعد دوباره به کنار آن می‌روید که دوباره از آن لذت ببرید. وقتی دوباره به هوس لذت بردن مجدد پیش آن می‌روید، چه اتفاقی می‌افتد؟ دیگر لذتی وجود ندارد؛ زیرا این همان خاطره غروب آفتاب دیروز است که شما را وادار به بازگشت می‌کند و با زور و فشار به شما می‌گوید که لذت ببرید. دیروز خاطره ای وجود نداشت، تنها چیزی که به چشم می‌خورد، تحسین آنی و واکنش بی‌واسطه بود؛ اما امروز شما مشتاق به دام انداختن تجربه دیروز هستید. به عبارت دیگر، خاطره میان شما و غروب آفتاب مداخله می‌کند؛ از این رو، در این زیبایی نه لذتی وجود دارد و نه غنا و کمالی. مثال دیگر: دوستی دارید که دیروز چیزی به شما گفته است؛ با این خاطره آن دوست را امروز ملاقات می‌کنید؛ خاطره شما از آن دوست یک توهین و یا یک تمجید است که در خاطره نگه می‌دارید. اکنون این کسی که می‌بینید،

همان دوست نیست؛ شما خاطره دیروز را با خود همراه دارید که مداخله می کند. بنابراین، کار ما همین است، خود را در محاصره اعمال و خاطره ها قرار داده ایم و از این رو از تازگی و نبودن خبری نیست. به همین دلیل است که خاطره، زندگی را کسالت بار، ملالت آور و تهی می کند. ما از آن جهت با هم خصومت می ورزیم که «من» و «مال من» به کمک خاطره تقویت می شود. خاطره به کمک عمل در حال، زنده می شود؛ ما از طریق حال، به خاطره جان می بخشیم؛ اما وقتی خاطره را زنده نکنیم، بی رنگ می شود و از میان می رود. خاطره حقایق و امور فنی، یک ضرورت بدیهی است؛ اما خاطره به عنوان ضبط روان شناختی برای فهم زندگی و برقراری ارتباط فکری و احساسی، زیان آور است.

فصل 18- تسلیم در مقابل «آن چه هست»

پرسش: چه تفاوتی است میان تسلیم در مقابل اراده خداوند و آن چه که شما درباره پذیرش آن چه هست می گوئید.

کریشنامورتی: شکی نیست که بین این دو، تفاوت بزرگی وجود دارد. تسلیم به اراده خداوندی دلالت بر این دارد که شما از قبل از اراده خداوند آگاه آید. شما تسلیم چیزی نادانسته نمی شوید. اگر حقیقت را بشناسید، نمی توانید تسلیم آن شوید؛ از زیستن باز می مانید؛ چیزی به نام تسلیم در برابر یک اراده والاتر وجود ندارد. آن چه شما اراده والاتر می نامید و تسلیم آن می شوید، انعکاسی است از خود شما؛ زیرا حقیقت را نمی توان از راه دانسته ها شناخت. حقیقت فقط زمانی موجودیت پیدا می کند که آن چه دانسته شده است، وجود نداشته باشد. دانسته ها را ذهن ما می یافریند؛ زیرا اندیشه، نتیجه دانسته های گذشته است و اندیشه می تواند آن چه را که می شناسد خلق کند؛ بنابراین آن چه را که می شناسد، جاودانه نیست. علت این است که به اراده خداوند که در واقع تسلیم به فرافکنی های خویش است، ممکن است راضی کننده و آرامش بخش باشد؛ ولی حقیقت ندارد.

درک آن چه هست، روند دیگری را طلب می کند؛ شاید واژه «روند»، واژه ای درست نباشد؛ ولی من از آن این است که درک «آن چه هست»، از پذیرش صرف و یا تسلیم شدن در برابر یک ایده، هم دشوارتر است و هم به هوشمندی و آگاهی بیشتر نیاز دارد. درک «آن چه هست»، نیازی به کوشش ندارد؛ کوشش نوعی انصراف خاطر است. برای درک چیزی و برای درک «آن چه هست»، شما نمی توانید انصراف خاطر داشته باشید. اگر قرار باشد که آن چه را شما بگوئید من بفهمم، دیگر نمی توانم به موسیقی، به سروصدای مردم بیرون گوش دهم؛ باید تمامی هوش و حواسم را متوجه سخنان شما کنم. از این رو، آگاهی از «آن چه هست»، فوق العاده دشوار و مشکل است؛ زیرا همین اندیشیدن ما هم خود انصراف خاطر است. ما نمی خواهیم آن چه هست را بفهمیم. ما به آن چه هست از پشت عینک تعصب، محکوم سازی و یا تعیین هویت نگاه

میکنیم و برداشتن این عینک و نگاه کردن مستقیم بر «آن چه هست»، کاری است بس شاق. به طور یقین آن چه هست، حقیقت و واقعیتی است و بقیه هرچه هست، گریز است و غیر حقیقت. برای درک آن چه هست، تعارض دوگانگی باید متوقف شود؛ زیرا پاسخ منفی چیزی به جز «آن چه هست»، شدن و نوعی انکار درک «آن چه هست»، است. اگر قرار باشد من کبر را بشناسم نباید به بررسی متضاد آن بپردازم؛ کوشش شدن و یا حتی تلاش سعی در ادراک آن چه هست داشتن نباید برای من انصراف خاطر ایجاد کند. اگر من متکبر باشم، چه اتفاق خواهد افتاد؟ اگر من کبر را نام گذاری نکنم، متوقف می شود که معنایش این است که پاسخ در خود مسأله است و نه دور از آن.

مسأله بر سر پذیرش «آن چه هست» نیست؛ کسی «آن چه هست» را نمی پذیرد؛ شما قهوه ای بودن و یا سفید بودن پوست خود را نیم پذیرد؛ برای این که این حقیقتی است؛ فقط زمانی چنین چیزی را می پذیرید که سعی در چیزی شدن داشته باشید. به محض آن که حقیقتی را تشخیص دهید، دیگر مفهومی نخواهد داشت؛ اما ذهن که آموخته است تا درباره گذشته و یا آینده بیندیشد، ذهنی که آموخته است تا به جهات مختلف بگریزد، چنین ذهنی توانایی درک «آن چه هست» را ندارد. بدون درک «آن چه هست»، نمی توانید آن چه را حقیقت است بیابید و بدون درکی این چنین، زندگی مفهومی ندارد؛ زندگی مبارزه ای است پیوسته که در آن محنت و رنج استمرار دارد. حقیقت را فقط از راه درک «آن چه هست» می توان فهمید. در صورتی که هر نوع محکوم سازی و یا تعیین هویت می نماید نمی تواند درک کند؛ چنین ذهنی فقط می تواند همان چیزی را بفهمد که در آن گرفتار آمده است. درگ «آن چه هست» و آگاهی از «آن چه هست»، آشکار کننده ورطه ای سات شگفت آور که حقیقت، خوشبختی و خوشی در آن جای دارند.

فصل 19- کریشنامورتی، درباره دعا و مراقبه (مدیتیشن)

پرسش: آیا اشتیاقی که در دعا اظهار می شود، راهی بسوی خدا نیست؟

کریشنامورتی: اول باید مسائلی را که در این سوال وجود دارد، مورد بررسی قرار دهیم. سؤال بر دعا، تمرکز حواس و تفکر اشاره دارد. حالا منظور ما از دعا چیست؟ پیش از هر چیز، در دعا نوعی التجا و التماس به آن چه که خداوند یا حقیقت می نامیم وجود دارد. شما به عنوان یک فرد، از آن چه که نامش را خدا می گذارید، درخواست، التجا و طلب کمک و هدایت می کنید؛ بدین ترتیب، شما در پی پاداش و رضایت خاطر هستید. مثلاً وقتی گرفتاری های کشوری و فردی دارید، برای هدایت دست به دعا بر می دارید یا آشفته و پریشان هستید و درخواست سروسامان گرفتن می کنید و آن چه را که خدا می نامید به یاری می طلبید. این سخن اشاره بر آن دارد که خداوند- حال خداوند چیست به جای خود محفوظ؛ فعلاً به بحث در این باره نمی

پردازیم - آشفته‌گی‌هایی را که شما و من آفریده‌ایم باید سروسامان بخشد. در حالی که به هر حال این ما هستیم که تمامی این پریشانی، مصیبت، هرج و مرج، ظلمی که لرز به بر اندام می‌اندازد و نبود عشق را آفریده‌ایم و حالا می‌خواهیم که خدا به کارمان سر و سامان بخشد؛ به عبارت دیگر، می‌خواهیم که شخص دیگری پریشانی، مصیبت، غم و اندوه و تعارض ما را از میان ببرد، به دیگری التماس می‌کنیم که برای ما نور و شادی بیاورد.

البته وقتی برای چیزی دعا می‌کنید، خواهش می‌کنید، التماس می‌کنید، معمولاً حاصل می‌شود. وقتی چیزی می‌خواهید، آن را دریافت می‌کنید؛ ولی آنچه دریافت می‌کنید، ایجاد نظم نمی‌کند؛ زیرا آن چه دریافت می‌کنید، نه صراحت بخش است و نه ادراکی ایجاد می‌کند. تنها کارش راضی کردن و تشفی بخشیدن است؛ ولی موجب ادراک نخواهد شد، زیرا وقتی شما چیزی را طلب می‌کنید، همان چیزی را که خود متجلی می‌کنید، دریافت می‌دارید. چطور ممکن است حقیقت - خداوند - درخواست شما را استجابت کند. آیا آنچه که در اندازه نمی‌گنجد و غیرقابل وصف است، می‌تواند در قید نگرانی‌ها، مصایب و پریشانی‌های جزئی ما باشد که خود آفریده‌ایم؟ پس آن چه دعا را مستجاب می‌کند چیست؟ بی‌شک آن چه در اندازه نمی‌گنجد، به آن چه قابل اندازه‌گیری و جزئی و کوچک است پاسخ نمی‌گوید. پس چه چیزی جوابگو است؟ در لحظه‌ای که دعا می‌کنیم به طور نسبی در آرامش ایم، در حالتی هستیم که قابلیت پذیرش داریم؛ از این رو، ناخودآگاه خود ما موجب نوعی صراحت زودگذر می‌شود. چیزی می‌خواهیم، آرزویش را داریم، در آن لحظه درخواست خاضعانه، قابلیت پذیرش نسبی را داریم، خودآگاه ما، ذهن فعال ما، به طور نسبی آرام است؛ بنابراین، ناخودآگاه خود را در آن منعکس می‌کند و ما پاسخ خود را می‌گیریم. شکی نیست که پاسخ نه از جانب حقیقت است و نه از جانب آن چه قابل اندازه‌گیری نیست؛ آن چه پاسخ می‌دهد، ناخودآگاه خود ماست. بنابراین، بیایید دچار گمراهی نشویم و خیال نکنیم که وقتی به دعای ما پاسخ گفته می‌شود، در ارتباط با حقیقت قرار می‌گیریم. حقیقت باید به سوی ما بیاید؛ ما نمی‌توانیم به سوی آن برویم.

در این مساله دعا، یک عامل دیگری نیز دخیل است: پاسخ آن چه که ما به آن ندای درونی می‌گوییم. همان طور که گفتیم، وقتی ذهن به عجز و لابه و التماس می‌پردازد، نسبتاً آرام است؛ وقتی شما به ندای درونی گوش می‌کنید، به صدای خود که خود را در ذهن نسبتاً آرام متجلی کرده است، گوش می‌کنید. چنین چیزی هم نمی‌تواند ندای حقیقت باشد. ذهنی که پریشان، جاهل، مشتاق، طالب و ملتمس است، چطور می‌تواند حقیقت را درک کند؟ ذهن، زمانی می‌تواند به دریافت حقیقت نایل شود که به طور مطلق ساکت باشد؛ نه خواستار چیزی باشد، نه اشتیاق به خرج دهد، نه آرزو و نه خواهش کند؛ چه برای خود، چه برای کشور و چه برای دیگری. وقتی ذهن به طور مطلق آرام بود و وقتی آرزو متوقف شد، در آن صورت فقط حقیقت جلوه خواهد کرد. آن کس که طالب و ملتمس و ملتجا است و اشتیاق هدایت شدن دارد، آن چه

را در جست و جوی آن است، دریافت خواهد داشت؛ اما حقیقت نیست. آن چه دریافت می کند، پاسخ لایه های ناخودآگاه ذهن خود اوست که خود را در خودآگاه او متجلی می کنند؛ آن صدای ضعیف آرام که او را هدایت می کند، حقیقت نیست، بلکه صرفاً پاسخ ناخودآگاه است.

در این مساله نیایش، مساله تمرکز حواس نیز مطرح است. برای بیشتر ما تمرکز حواس روندی انحصارگر است. تمرکز حواس به کمک تلاش، اجبار، هدایت و تقلید ایجاد می شود و از این رو، روندی انحصارگر به شمار می آید. من به آن چه به اصطلاح مراقبه می نامند علاقه مندم؛ ولی افکارم پریشان است؛ بنابراین، ذهنم را بر روی یک تصویر، یک صورت ذهنی و یا یک پندار متمرکز می کنم و افکار دیگر را به کنار می زنم. این روند تمرکز حواس که انحصارگری به همراه دارد، نوعی وسیله مراقبه به حساب می آید و این همان کاری است که می کنیم. وقتی می نشینید تا به مراقبه بپردازید، به خیال خود ذهنتان را روی یک واژه، یک صورت ذهنی و یا یک تصویر متمرکز می کنید؛ اما ذهن همه جا در گردش است. ایده ها، افکار و احساسات دیگر مرتب اخلاص می کنند و شما سعی می کنید آن ها را برانید؛ وقت شما به مبارزه با افکار خودتان می گذرد. به این روند، مراقبه (مدیتیشن) می گویند. به عبارت دیگر، شما کوشش به خرج می دهید تا هوش و حواس خود را معطوف چیزی کنید که به آن علاقه مند نیستید و افکار شما رو به تزاید می گذارند، به طور مرتب افزایش پیدا کرده و اخلاص ایجاد می کنند، بنابراین، شما انرژی خود را صرف انحصارگری در دفاع و در کنارزدن می کنید؛ اگر شما بتوانید ذهنتان را بر اندیشه انتخاب شده خویش یا یک شیئی خاص متمرکز کنید، خیال می کنید که لاقط توفیق مراقبه نصیب تان شده است. واضح است که این مراقبه نیست. این روندی انحصارگر - انحصار گر از جهت دوری کردن از ایده های خزنده و ایجاد مقاومت در برابر آن ها - است. نه نیایش مراقبه است و نه تمرکز حواسی که انحصارگری شیوه آن است.

مراقبه چیست؟ تمرکز حواس، مراقبه نیست؛ زیرا هر جا که علاقه مندی مطرح باشد، تمرکز حواس چیزی نسبتاً آسان است. ژنرالی که نقشه جنگ یا نقشه قتل عام افراد را می کشد، هوش و حواس اش بسیار متمرکز است. کاسبی که درآمدی دارد، هوش و حواس اش بسیار متمرکز است؛ او حتی ممکن است که بی رحم باشد و همه عواطف و احساسات بگذارد و همه هوش و حواسش را متمرکز رسیدن به چیزی که طالب آن است بکند. کسی که به چیزی علاقه مند است، به طور طبیعی و خودبه خود دارای تمرکز حواس است. این تمرکز حواس، مراقبه نیست؛ انحصارگری صرف است.

پس مراقبه چیست؟ مراقبه بی شک، فهمیدن است، مراقبه قلبی یعنی درک کردن. وقتی انحصارگری وجود دارد، فهمیدن بی معناست. وقت التماس و درخواست چطور می تواند ادراک هم وجود داشته باشد؟ در ادراک آرامش و آزادی هست؛ آزادی از آنچه می فهمید، آزادی از آنچه آزاد می شوید. تمرکز حواس صرف و یا دعا کردن، ایجاد درک و فهم نمی کند. ادراک پایه

و اساس اولیه روند مراقبه است. لازم نیست حرف های مرا بپذیرید؛ ولی اگر شما به بررسی دقیق و عمیق نیایش و تمرکز حواس بپردازید، درخواهید یافت که هیچ یک از آنها به ادراک منتهی نمی شود. آن ها صرفاً به یک دنده بودن، به تثبیت و به وهم و خیال منجر می شوند. در حالی که مراقبه - مراقبه ای که در آن فهم و ادراک باشد - ایجاد آزادی، صراحت و یکپارچگی می کند.

پس در این صورت، منظور ما از درک چیست؟ درک یعنی مفهوم مناسب دادن به همه چیز و ارزش مناسب قایل شدن برای همه چیز. جاهل بودن، یعنی ارزش های غلط قایل شدن؛ ماهیت اصلی حماقت، عدم درک ارزش های مناسب است. زمانی ادراک حاصل می شود که ارزش های صحیح وجود داشته باشند و ارزش های صحیح، تثبیت شده باشند. چطور شخص می تواند ارزش های درست را تثبیت کند؛ ارزش های درست مالکیت، ارزش های درست ارتباط، ارزش های درست پندارها؟ برای بوجود آمدن ارزش های صحیح، باید متفکر را درک کرد. اگر من متفکر را که خودم هستم درک نکنم، آن چه را انتخاب می کنم، معنایی نخواهد داشت؛ به عبارت دیگر، اگر من خود را نشناسم، آن وقت عمل و اندیشه من به هیچ وجه دارای پایه و اساسی نیست. بنابراین، خودشناسی آغاز مراقبه یا مدیتیشن است؛ البته نه شناختی که از طریق کتاب ها، متخصصین و رهبران اخذ می شود؛ بلکه شناختی که از طریق کندوکاو شخصی که خودآگاهی نام دارد، حاصل می شود. مراقبه، آغاز خودشناسی است و مراقبه بدون خودشناسی یعنی هیچ؛ اگر من شیوه های افکار و احساسات خود را درک نکنم، اگر انگیزه ها، آرزوها، خواسته ها و علاقه مندی به الگوهای کردار که همان ایده ها هستند را درک نکنم؛ اگر خود را نشناسم، پایه و اساسی برای درست اندیشیدن وجود ندارد؛ متفکری که صرفاً در طلب است، در نیایش است و یا انحصارگری را پیشه کرده و خود را درک نمی کند و ناگزیر کارش به پریشانی و وهم و خیال می انجامد.

آغاز مراقبه، خودشناسی است که معنایش آگاه بودن از تک تک حرکات، فکر و احساسات و شناختن تمامی لایه های ناخودآگاه است؛ نه فقط لایه های سطحی؛ بلکه فعالیت های مخفی که به طور عمیقی پنهان هستند. برای شناختن فعالیت های بسیار پنهان، انگیزه های مخفی شده، پاسخ ها، افکار و احساسات، باید ذهن خودآگاه ما آرامش داشته باشد؛ به عبارت دیگر، ذهن خودآگاه باید آرام باشد تا بتواند فراقنی ناخودآگاه را دریافت دارد. ذهن سطحی خودآگاه به فعالیت های روزمره خویش، امرار معاش، گول زدن دیگران، استثمار مردم و فرار از دست مشکلات - همه فعالیت های وجود ما - مشغول است. این ذهن سطحی باید مفهوم صحیح فعالیت های خود را بداند و بدین ترتیب، برای خود آرامش ایجاد کند. این کار صرفاً از طریق ایجاد نظم و قاعده و اجبار و انضباط ممکن نیست. راه رسیدن به آرامش، سکوت و بی حرکتی ذهن، فقط و فقط درک فعالیت های خود است؛ راه این کار مشاهده فعالیت ها، آگاه بودن از آن

ها، با دیدن بی رحمی های خود، نحوه حرف زدنش با خدمت کار، همسر، دختر، مادر و غیره است. وقتی ذهن خودآگاه سطحی به طور کامل از همه این فعالیت ها آگاه باشد، آنوقت به کمک این ادراک، بی درنگ و به طور آنی ساکت می شود؛ نه زور و اجبار آن را تخدیر می کند و نه میل و آرزو آن را نظم و قاعده می بخشد؛ آنوقت در وضعیتی قرار می گیرد که صمیمیت، اشارات ناخودآگاه، اشارات لایه های بی شمار ذهن - امیال نژادپرستانه، خاطرات مدفون شده، علاقه های پنهان و زخم های عمیق التیام نیافته - را می پذیرد؛ تنها وقتی که تمامی این ها خود را متجلی کرده و درک شوند و وقتی که بار از دوش همه شعور آگاه برداشته شود و دیگر همه جراحات و همه خاطرات بند از پایش بگسلند، در آن صورت، در وضعی قرار خواهد گرفت که جاودانگی را در آغوش می گیرد.

مدیتیشن، خودشناسی است و بدون خودشناسی، مدیتیشن معنا ندارد. اگر شما از تمامی پاسخ های تان در تمام مدت آگاه نباشید - اگر آگاهی تان کامل نباشد - فعالیت های روزمره خود را نشناسید، صرف خود را محبوس کردن در یک اتاق و به مدیتیشن نشستن در مقابل تصویر یک رهبر و مرشد، گریزی بیش نیست؛ زیرا بدون خودشناسی، تفکر صحیح وجود ندارد و بدون تفکر صحیح، آن چه انجام دهید بی معنی است؛ هر قدر هم قصدتان شریف باشد. از این رو، نیایش بدون خودشناسی مفهومی ندارد؛ ولی وقتی خودشناسی باشد، تفکر صحیح و در نتیجه عمل صحیح وجود دارد. وقتی عمل صحیح وجود داشته باشد، نه پریشانی هست و نه التماس به دیگری که شما را از پریشانی برهاند. انسانی که آگاهی کامل دارد مراقبه می کند؛ او دست به نیایش بر نمی دارد؛ زیرا چیزی نمی خواهد. از طریق دعا، نظم و قاعده بخشیدن، تکرار و اموری از این قبیل، می توانید نوعی بی حرکتی ایجاد کنید؛ ولی چنین چیزی ملالت صرف است و با این کار ذهن و قلب خود را به یک حالت کسل دچار می کنید. آن چه را تمرکز حواس می گویند، تخدیر ذهن و انحصارگری است و به حقیقت منتهی نخواهد شد؛ تمامی تنحصارگری ها همین طوراند. آن چه ایجاد درک و فهم می کند، خودشناسی است و در صورتی که نیت درست در کار باشد، داشتن شناخت دشوار نیست. اگر شما علاقه مند به کشف تمامی روند خود باشید - نه فقط جزء سطحی آن؛ بلکه روند کلی تمامی وجود خود- در آن صورت کار نسبتاً ساده است. اگر واقعا می خواهید خود را بشناسید، باید به جست و جوی تمام و کمال ذهن و قلب خود بپردازید تا از محتوای کامل آن ها آگاه شوید و وقتی که قصد شناختن در کار باشد، خواهید شناخت؛ آن وقت می توانید بدون محکوم سازی و توجیه تک تک حرکات اندیشه و احساس را درک کنید؛ با فهمیدن هر حرکت اندیشه و احساس - به محض آن که سر راست می کنند - شما به آفرینش آرامشی م بپردازید که اجباری نیست و تحت قاعده و نظمی صورت نمی گیرد و فقط و فقط بازده نبود مشکل و نبود تناقض است. مانند استخری است که در شب

های بدون باد، آرام و ساکت است؛ وقتی ذهن بی حرکت است، آن وقت آن چه در اندازه نمی گنجد، ظهور پیدا می کند.

بخش دوم – فصل 20- درباره ذهن ناخودآگاه و ناخودآگاه

پرسش: ذهن خودآگاه جاهل است و از ذهن ناخودآگاه در هراس است. آن چه مورد بحث شما است به طور عمده ذهن خودآگاه است، آیا این کافی است؟ آیا روش شما موجب رستگاری ناخودآگاه می وشد؟ لطفاً نحوه مقابله تام و تمام با ذهن ناخودآگاه را توضیح بفرمایید.

کریشنامورتی: می دانیم که دارای ذهن ناخودآگاه و خودآگاه هستیم؛ ولی بیشتر ما تنها در سطح ذهن خودآگاه، یعنی لایه بالایی ذهن عمل می کنیم و تمام زندگی ما، به خصوص به همین محدود می شود. ما در آن چه به اصطلاح، ذهن خودآگاه می نامیم، زندگی می کنیم و هرگز به ذهن ژرف تر ناخودآگاه که هر از گاهی از سوی آن صمیمیت و اشارتی ابراز می شود، توجهی نداریم؛ یا این اشارت مورد بی توجهی قرار می گیرد یا دربرابرش مانع ایجاد می شود و یا آن را براساس خواسته های آگاهانه آن لحظه خاص تعبیر می کنیم. سؤال پرسش گر این است: «آن چه مورد بحث شده است به طور عمده ذهن خودآگاه است، آیا این کافی است؟» ببینیم منظور ما از ذهن خودآگاه چیست؟ آیا ذهن خودآگاه با ذهن ناخودآگاه تفاوت دارد؟ ما خودآگاه را از ناخودآگاه جدا کرده ایم، آیا این قابل توجیه است؟ آیا این صحیح است؟ آیا چنین تفکیکی میان خودآگاه و ناخودآگاه موجود است؟ آیا مانع مشخص یا خطی که در آن جا خودآگاه پایان یابد و ناخودآگاه آغاز شود، وجود دارد؟ می دانیم که لایه بالایی، ذهن آگاه فعال است؛ ولی آیا این تنها وسیله ای است که در تمامی روز فعال است؟

اگر من فقط درباره لایه بالایی ذهن بحث می کردم، دراین صورت به طور حتم آن چه هم اکنون می گویم، فایده ای نداشت و بی معنی بود. بالین وجود، خیلی از ما به آن چه ذهن خودآگاه پذیرفته است، می آویزیم؛ زیرا برای خودآگاه، انطباق حاصل کردن با حقایق بدیهی معینی مشکل نیست؛ ولی ناخودآگاه ممکن است تمرد کند و غالباً هم می کند؛ بنابراین، بین آن چه به اصطلاح خودآگاه و ناخودآگاه می گوئیم، تعارض به وجود می آید.

بنابراین، مشکل ما این است. درواقع فقط یک جالت وجود دارد؛ نه دو حالت خودآگاه و ناخودآگاه؛ آن چه داریم فقط یک حالت وجود است که نامش خودآگاه است؛ اگرچه ممکن است شما آن را به خودآگاه و ناخودآگاه تفکیک کنید؛ ولی این خودآگاه همیشه به گذشته تعلق دارد؛ نه به حال. آگاهی ما فقط درمورد چیزهایی است که گذشته اند. شما لحظه ای بعد، از آنچه من می گویم آگاه می شوید؛ غیر ازاین است؟ شما درمورد هم اکنون و همین حالا آگاه نیستید. مراقب دل ها و ذهن های خود باشید؛ متوجه خواهید شد که خودآگاهی میان گذشته و

آینده به کنش مشغول است و حال، صرفاً گذرگاهی است از گذشته به آینده. بنابراین، خودآگاهی، حرکتی است از گذشته به آینده.

اگر به ذهن خود که در حال وجود ندارد. یا گذشته وسیله فراری است از چنگ حال که ممکن است ناخوشایند باشد و یا آینده امیدی است که از حال فاصله گرفته است. بنابراین، ذهن یا با گذشته و یا با آینده اشغال شده و زمان حال را طرد می کند. به عبارت دیگر، گذشته ذهن را شرطی کرده است و آن را به صورت هندی، برهنه، مسیحي، بودایی و غیره درآورده است و این ذهن شرطی شده خود را در آینده متجلی می کند؛ از این رو، هرگز قادر نیست به صورت مستقیم و منصفانه به هیچ حقیقتی نظر کند. یا حقیقت را رد و محکوم کرده و یا آن را می پذیرد و خود را با آن همانند می کند. این چنین ذهنی بدون شک، توانایی دیدن هیچ حقیقتی را به عنوان حقیقت ندارد. این حالت شعور ما است؛ شعوری که به وسیله گذشته شرطی شده و فکر ما پاسخ شرطی شده به چالش یک حقیقت است؛ هر قدر بیشتر براساس شرطی شدن اعتقاد یا گذشته به طور یقین استمرار خود آن؛ یعنی همان چیزی است که به آن آینده می گوید. بله، این حالت ذهن و شعور ما است؛ شعوری که نه تنها از لایه های بالایی ذهن ما ساخته شده؛ بلکه لایه های عمیق تر ذهن را نیز در خود دارد؛ زیرا چیزی به جز این دو حرکت به عقب و جلو را ندارد.

اگر به دقت نگاه کنید، خواهید دید که یک حرکت مستمر نیست؛ بلکه فترتی است میان دو اندیشه؛ اگرچه ممکن است از جزء بی اندازه کوچکی، به طور مثال از یک ثانیه تشکیل شده باشد؛ اما فترتی است که در این نوسان پس و پیش رفتن پاندول، اهمیت دارد. ما این حقیقت را که گذشته؛ گذشته ای که در آینده متجلی شده و ذهن ما را شرطی کرده است، می بینیم؛ همان لحظه ای که گذشته را بپذیرید، باید آینده را هم بپذیرید؛ زیرا این دو حالت با عناوین گذشته و آینده وجود ندارند و آن چه هست، یک حالت است که هم شامل خودآگاه و هم ناخودآگاه می باشد؛ یعنی هم گذشته جمعی و هم گذشته فردی. گذشته جمعی و فردی پاسخ به حال، پاسخ های معینی می دهد که به وجود آورنده آگاهی فرد است؛ بنابراین، آگاهی محصول گذشته است و این زمینه کلی وجود ما است. به محض آن که گذشته را داشته باشید، ناگزیر آینده را خواهید داشت؛ زیرا آینده صرفاً استمرار گذشته تعدیل یافته است؛ ولی باز هم گذشته است؛ بنابراین، مشکل ما آن است که چطور در این روند گذشته بدون ایجاد شرطی شدنی دیگر و گذشته ای دیگر، تحولی به وجود آوریم.

به زبان دیگر، مشکل این است: بسیاری از ما یک شکل خاص شرطی شدن را طرد می کنیم و به شکلی دیگر، به شرطی شدنی وسیع تر، مهم تر و یا مطبوع تر رو می آوریم. یک مذهب را رها می کنیم و به مذهب دیگر درمی آییم؛ یک شکل اعتقاد را مردود اعلام می کنیم و اعتقاد

دیگری را می پذیریم. این گونه جانشینی، بدون شک اشراف به حیات - حیاتی که ارتباط است - نیست. مشکل ما این است که چگونه از چنگ تمام شرطی شدن ها خلاص شویم. حرف شما یا این است که چنین چیزی ممکن نیست، بی شک از دور مسابقه خارج می شوید. ادعای شما ممکن است براساس تجربه محدود یا وسیع و یا براساس پذیرش صرف یک عقیده باشد؛ اما این ادعا انکار کندوکاو، تحقیق، پرس و جو و اکتشاف است. برای آن که دریابیم آیا خلاصی کامل ذهن از تمامی شرطی شدن ها ممکن است یا خیر، باید از بند کندوکاو و اکتشاف آزاد باشیم.

نظر من آن است که آزادی از تمام شرطی شدن ها مؤکداً ممکن است و پذیرش اقتدار من لازم نیست. اگر اقتدار کسی را پذیرا شوید، هرگز به مکاشفه نمی رسید؛ آن هم جانشین دیگری است و چیزی است نامفهوم. وقتی من صحبت از ممکن بودن می کنم، علتش آن است که برای من آن قضیه واقعی است و من می توانم به صورت الفاظ آن را به شما نشان دهم؛ اما اگر قرار براین باشد که خود حقیقت را پیدا کنید، باید آن را بیازمایید و بی درنگ آن را تعقیب کنید.

درک روند کلی شرطی شدن از طریق تحلیل یا درون نگری حاصل نمی شود؛ زیرا به محض آن که سروکله تحلیل گر پیدا شود، خود این تحلیل گر نیز جزیی از سابقه ذهنی می شود و بنابراین تحلیل او اهمیتی ندارد و این یک حقیقت است و باید آن را از ذهن خود بیرون کنید. تحلیل گری که به بررسی می پردازد، چیزی را که به آن نگاه می کند، تحلیل می نماید؛ خود جزیی از آن حالت شرطی شده است و بنابراین تفسیر، درک و یا تحلیل او هرچه باشد، باز هم جزیی از سابقه ذهنی است. بنابراین، راه فراری نیست و باید سابقه ذهنی را از میان برد؛ برای رسیدن به حقیقت، پروردگار و یا هرچه که شما نامش را بگذارید، ذهن باید تروتازه بوده و به دست گذشته آلوده نشده باشد. تحلیل گذشته، رسیدن به نتایجی از طریق یک رشته آزمایش ها، ادعا کردن ها و طرد کردن ها و چیزهایی از این قبیل، در اصل دلالت بر استمرار سابقه ذهنی به اشکال مختلف دارد؛ وقتی به درستی آن حقیقت پی بردید، در خواهید یافت که کار تحلیل گر پایان رسیده است. بنابراین، چیزی به جز سابقه ذهنی باقی نمی ماند - سابقه ذهنی که نام دیگرش اندیشه است - اندیشه ای که پاسخ خاطره آگاه و ناآگاه فردی و جمعی می باشد.

ذهن محصول گذشته است؛ گذشته ای که روند شرطی شدن است؛ اما چگونه ذهن می تواند آزاد باشد؟ برای آزاد شدن، نه تنها ذهن باید نوسان پاندول مانند میان گذشته و آینده را ببیند؛ بلکه از فترت میان دو اندیشه نیز آگاه باشد. این فترت، آنی است؛ از طریق واسطه میان علت و معلول، میل و هوس و یا اجبار صورت نمی گیرد.

اگر با تمام دقت به مشاهده بپردازید، خواهید دید که اگرچه پاسخ یا حرکت اندیشه، به نظر بسیار سریع می آید؛ ولی میان اندیشه ها فترتی وجود دارد. میان دو اندیشه یک دوره سکوت وجود دارد که به روند اندیشه مربوط نیست. اگر دقت کنید، خواهید دید که این فترت به زمان

مربوط نیست و کشف این فترت و تجربه کامل آن، شما را از شر شرطی شدن خلاص می کند؛ یا بهتر بگوییم «شما» را خلاص نمی کند؛ خلاصی از چنگ شرطی شدن صورت می گیرد. بنابراین، درک روند اندیشیدن، مراقبه نام دارد. ما اکنون نه فقط به بحث درباره ساختار و روند اندیشه که سابقه ذهنی خاطره، تجربه و دانش به حساب می آید، پرداخته ایم؛ بلکه در این فکر نیز هستیم که آیا ذهن می تواند خود را از بند سابقه ذهنی خلاص کند یا خیر؟ انجام این کار فقط زمانی ممکن است که ذهن به اندیشه استمرار نبخشد و دارای بی حرکتی و سکوتی القاءناشدنی بوده و رابطه علت و معلولی نداشته باشد.

بخش دوم - فصل 21- درباره امور جنسی

پرسش: ما امور جنسی را به عنوان یک ضرورت غیرقابل گریز جسمی و روانی می شناسیم و چنین به نظر می رسد که علت اساسی هرج و مرج در زندگی شخصی نسل امروز ما باشد. چطور می توان با این مسأله برخورد کرد؟

کریشنامورتی: چرا به هرچه می رسیم از آن یک مسأله می سازیم؟ از خدا مسأله ساخته ایم، از عشق مسأله ساخته ایم، ارتباط، زندگی و امور جنسی هم مسأله شده اند؛ چرا؟ چرا آن چه انجام می دهیم مسأله و وحشتی است؟ چرا باید رنج ببریم؟ چرا امور جنسی مسأله شده است؟ چرا باید تسلیم این زندگی پرمسأله شد؛ چرا به این وضع پایان نمی دهیم؟ چرا به جای آن که مسایل خود را هرروز این سو و آن سو بکشانیم، به موجودیت شان پایان نمی بخشیم؟ امور جنسی، البته سؤالی مربوط است؛ اما یک سؤال قبل از آن باید کرد: چرا زندگی را به مسایل بدل کرده ایم؟ کارکردن، امور جنسی، پول درآوردن، اندیشیدن، احساس کردن، تجربه - می دانید کل قضیه زندگی - به مسأله تبدیل شده است؛ چرا؟ آیا در اصل به خاطر این نیست که از یک نقطه نظر خاص و یک نظر ثابت به امور می نگریم؟ ما همیشه از یک مرکز به اطراف و جوانب نگاه می کنیم؛ ولی برای بسیاری از ما جوانب در مرکز است؛ بنابراین، به هرچه دست می زنیم سطحی و ظاهری است، اما زندگی سطحی نیست؛ زندگی کردن باید به طور کامل صورت گیرد؛ ولی چون زندگی ما سطحی است، ما هم فقط واکنش های سطحی را می شناسیم. پس آن چه در اطراف انجام می دهیم، ناگزیر تولید مشکل می کند و این زندگی ما است: به ظاهر زندگی می کنیم و با این نوع زندگی و همه سطحی بودن و مشکلاتش قانع و راضی هستیم. البته تا زمانی که زندگی ما سطحی و جانبی است؛ یعنی بر «من» تکیه داریم و انگیزه های آن چیزی که می توان آن را با دنیا و کشور و چیزهای دیگری که ساخته و پرداخته ذهن است همانند کرد- مشکل وجود خواهد داشت.

تا وقتی که در محدوده ذهن زندگی می کنیم، وجود پیچیدگی ها و مشکلات، امری ناگزیر است؛ این همه آن چیزی است که می دانیم. ذهن یعنی احساس؛ یعنی نتیجه احساسات

اندوخته شده و واکنش‌ها و آن چه که دست ذهن به آن برسد، ناگزیر مصیبت بار و پریشان آفرین می‌شود و به مشکلی بی‌پایان بدل می‌شود. ذهن - ذهنی که ماشین وار شب و روز، آگاه و ناآگاه، به کار مشغول است - به خاطر مشکلات ما شکل حقیقت به خود گرفته است. ذهن سطحی‌ترین چیز دنیا است و ما نسل‌های پشت سرهم، زندگی خود را صرف پرورش آن کرده ایم؛ همه آن چه در تک تک فعالیت‌های زندگی خویش به چشم می‌بینیم. ذهن ما به طور طبیعی می‌خواهد از صداقت بری باشد و نیرنگ باز، قدرت رویارویی با حقایق را ندارد و این همان چیزی است که تولید مسأله می‌کند؛ این همان چیزی است که خود مسأله است.

منظور ما از مسأله امور جنسی چیست؟ آیا عمل است یا فکر درباره عمل؟ به طور یقین، عمل نیست. عمل جنسی چیزی است در حد خوردن؛ مشکل تر از آن نیست؛ اما اگر به خاطر آن که فکر دیگری ندارید؛ شب و روز در مورد خوردن فکر کنید، آن وقت برای تان خوردن هم مسأله ای می‌شود. پس آن چه مسأله آفرین است، خود مسأله جنسی نیست، تفکر درباره آن چنین است. پس چرا درباره آن فکر می‌کنید؟ چرا آن را در ذهن خود می‌سازید؟ بله؛ این کاری است که می‌کنید. سینماها، مجلات، داستان‌ها، نوع لباس پوشیدن زن‌ها و همه و همه چیز ذهن شما را آماده امور جنسی می‌کند. چرا ذهن آن را در خود می‌سازد؟ چرا اصلاً ذهن در مورد امور جنسی فکر می‌کند؟ چرا این در زندگی ما یک مسأله شده است؟ درحالی که این همه مسأله هست که طالب و ملتمس توجه شما است؛ چرا شما همه فکر و ذکر خود را متوجه امور جنسی می‌کنید؟ چه شده است؛ چرا ذهن شما این قدر به امور جنسی اشتغال پیدا کرده است؟ دلیلش آن است که این امر یک گریز نهایی و راهی برای خودفراموشی کامل است. در آن حال، لااقل در آن لحظه، می‌توانید خود را فراموش کنید و راه دیگری هم برای فراموش کردن خود ندارید. هرکار دیگری که در زندگی انجام دهید، تأکیدی است بر «من» و بر «خود». کار، مذهب، آن چه می‌پرستید، رهبران، اعمال سیاسی و اقتصادی، گریزها، فعالیت‌های اجتماعی، الحاق شما به یک حزب و افکار حزب دیگر؛ همه و همه، تقویت کننده و تاکید کننده «من» است. به عبارت دیگر، فقط یک عمل وجود دارد که در آن، تاکید بر «من» وجود ندارد و همین ایجاد مسأله می‌کند. وقتی فقط یک چیز در زندگی شما وجود دارد که راهی به فرار نهایی، فراموشی کامل از خود - حتی برای چند ثانیه هم که باشد - می‌گشاید، به آن می‌آویزید؛ زیرا این تنها لحظه خوش شما است. هر مسأله دیگری را که به آن دست بزنید، به کابوس و منبع رنج و محنت بدل می‌شود؛ بنابراین، به تنها چیزی که به شما خودفراموشی کامل می‌بخشد و شما آن را خوشی می‌نامید، رو می‌آورید؛ اما وقتی به آن رومی آورید، آن هم به یک کابوس تبدیل می‌شود؛ زیرا می‌خواهید از چنگ آن رها شوید و نمی‌خواهید بنده و برده آن شوید. بنابراین، باز هم در ذهن خود به اختراع ایده دیگری می‌پردازید که نامش را پاک دامنی و امتناع از مقاربت جنسی می‌گذارید و سعی می‌کنید پاک دامن و دور از مسأله جنسی بمانید؛ البته این کار از طریق سرکوب صورت می‌گیرد که به دست ذهن و به خاطر بریدن خود از

حقیقت انجام می شود. این هم تأکید مخصوص بر «من» که سعی دارد چیزی شود، دارد و باز هم شما به دام رنج، گرفتاری، تلاش و محنت اسیر خواهید شد.

تا وقتی که ذهن را- ذهنی را که در مورد مسأله می اندیشد- شناسید، امور جنسی مسأله ای فوق العاده دشوار و پیچیده خواهد بود. خود عمل هرگز مشکلی نیست؛ ولی فکر درباره آن مشکل آفرین می شود. دست یازیدن به عمل یا به صورت زندگی بی بندوبار است و یا تسلیم ازدواج شدن؛ اما مشکل به طور یقین زمانی حل خواهد شد که شما تمامی روند و ساختار «من» و «مال من»؛ مثل همسر من، فرزند من، دارایی من، اتومبیل من، توفیق من و دست آورد من را بشناسید و تا زمانی که شما به حل همه این ها نایل نشوید، امور جنسی به عنوان یک مسأله باقی خواهد ماند. تا وقتی که جاه طلب باشید- چه به صورت سیاسی، چه مذهبی و چه به هر طریق دیگر- تا زمانی که شما بر خود متفکر و تجربه کننده تأکید دارید و از طریق جاه طلبی- چه به نام خود به عنوان فرزند و چه به نام کشور یا حزب و یا ایده ای که به آن مذهب می گویند- آن را تغذیه می کنید؛ تا وقتی که این فعالیت گسترش خود، وجود دارد، مشکل امور جنسی دست از سر ما برنخواهد داشت. از یک طرف شما خود را می آفرینید، تغذیه می کنید و می گسترانید، از طرف دیگر، سعی دارید خود را فراموش کنید و برای یک لحظه هم که شده، خود را از یاد ببرید. چطور این دو می توانند با هم باشند؟ زندگی شما نوعی تناقض است؛ نوعی تأکید است بر «من» و نوعی فراموشی «من». امور جنسی مشکل ما نیست؛ مشکل، این تناقض موجود در زندگی ماست و این تناقض، طوری است که ذهن نمی تواند بر آن پل بزند؛ زیرا خود ذهن چیزی جز تناقض نیست. تنا زمانی می توان به این تناقض پی برد که بتوان روند کلی حیات روزمره را فهمید و درک کرد. رفتن به سینما و محو تماشای زن های صحنه شدن، خواندن کتاب هایی که فکر را برمی انگیزانند و مجله هایی که دارای تصاویر نیمه برهنه زن ها هستند، نحوه نگاه کردن افراد به زن ها، نگاه های پنهانی که با نگاه های شما برخورد می کنند؛ همه و همه ذهن را از راه های منحرف کننده تشویق می کنند تا برخورد تأکید کنیم و در همان حال سعی ما بر این است که دارای مهربانی، عشق و شفقت باشیم. این دو با هم سازگاری ندارند. آدمی که- چه از نظر اخلاقی و چه از جهات دیگر- جاه طلب است، هرگز نمی تواند بدون مشکل باشد؛ زیرا مشکل فقط زمانی متوقف می شود که «خود» فراموش شود و «من» وجود خارجی نداشته باشد و این حالت عدم وجود خود چیزی ارادی یا یک واکنش صرف نیست. کوشش ذهنی برای حل مسأله، مسأله را فقط درهم و برهم تر، پردردسرت تر و دردناک تر می کند. عمل، مسأله نیست؛ مسأله ذهن است؛ ذهن که می گوید در عمل دیگر پاک دامنی وجود داشته باشد. پاک دامنی به ذهن مربوط نیست. ذهن فقط می تواند فعالیت های خود را سرکوب کند و سرکوب، پاک دامنی به حساب نمی آید. پاک دامنی پرهیزکاری نیست؛ پاک دامنی را نمی توان پرورش داد. آدمی که فروتنی را پرورش می دهد، به طور یقین، آدمی فروتن نیست؛ چه بسا که او غرورش را فروتنی بنامد؛ ولی آدمی است مغرور و دلیل آن که در پی فروتنی

هست، همین است. غرور، فروتنی نمی شود و پاک دامنی به ذهن مربوط نیست؛ شما نمی توانید پاک دامن شوید. شما وقتی به پاک دامنی دست می یابید که عشق وجود داشته باشد و عشق، نه محصول ذهن است و نه اصلاً به آن مربوط می شود.

بنابراین، مشکل مسأله جنسی که افراد بی شماری را در دنیا رنج می دهد، تا وقتی که ذهن را درک نکنیم، حل نخواهد شد. ما نمی توانیم به اندیشیدن پایان دهیم مگر آن که اندیشه کننده ای نباشد و این کار فقط در صورتی ممکن است که روند کلی فهمیده شود، ترس زمانی به وجود می آید که میان متفکر و فکر او تفکیک وجود داشته باشد؛ وقتی متفکری وجود نداشته باشد، در آن صورت تعارضی در اندیشه وجود نخواهد داشت. آن چه صراحت و نیاز به کوشش برای فهمیدن ندارد این است که متفکر را فکر به وجود می آورد؛ آن گاه این متفکر برای شکل دادن خود و برای کنترل افکار خود یا پایان دادن به آن ها، به خود فشار می آورد. متفکر یک موجود جعلی و حاصل وهم و خیال ذهن است. وقتی اندیشه به عنوان یک حقیقت فهمیده شود، دیگر نیازی به تفکر درباره حقیقت وجود نخواهد داشت. اگر نوعی آگاهی ساده بدون انتخاب وجود داشته باشد، در آن صورت آن چه که ضمنی و بدون صراحت است کم کم خود را آشکار خواهد کرد. بنابراین، اندیشه به عنوان حقیقت به پایان می رسد. آن وقت خواهید دید مشکلاتی که ذهن و قلب شما را می خورند، مشکلات ناشی از ساختار اجتماعی ما، قابل حل اند؛ آن وقت امور جنسی دیگر مسأله ای نخواهد بود؛ جای مناسب خود را خواهد داشت و دیگر نه چیزی پاک است و نه ناپاک. امور جنسی جای مناسب خود را دارد؛ اما وقتی که ذهن از این نظر به امور جنسی جای از پیش تعیین شده ای را به آن می دهد، به مسأله تبدیل می شود. ذهن از این نظر به امور جنسی جای از پیش تعیین شده ای را می دهد که نمی تواند بدون نوعی خوشی سرکند و بدین ترتیب، امور جنسی مسأله ای می شوند؛ وقتی ذهن به تمامی روند خود اشراف پیدا کند و بدین ترتیب به پایان برسد، در آن صورت تفکر متوقف می شود؛ آن وقت آفرینندگی به وجود خواهد آمد و همین آفرینندگی باعث خوشحالی ما خواهد شد. در بودن در این حالت آفرینندگی، نوعی شور و شوق وجود دارد؛ زیرا خودفراموشی است، خودفراموشی بدون واکنش از جانب خود. این یک پاسخ انتزاعی به مسأله امور جنسی نیست؛ تنها پاسخ است. ذهن عشق را انکار می کند و بدون عشق، پاک دامنی وجود ندارد؛ برخوردار نبودن از عشق برای ما از امور جنسی مسأله می سازد.

بخش دوم – فصل 22- درباره عشق

پرسش: منظور شما از عشق چیست؟

کریشنامورتی: می خواهیم از روی ادراک بدانیم که چه چیزی عشق نیست؛ زیرا به دلیل ناشناخته بودن عشق، ما باید از راه طرد شناخته ها به آن دست یابیم. ناشناخته را نمی توان با

ذهنی که مملو از شناخته‌ها است شناخت. آن چه ما می‌خواهیم انجام دهیم این است که ارزش‌های شناخته‌شده‌ها را دریابیم، به آن‌ها به طور دقیق نگاه کنیم و وقتی که پاک و صادقانه و بدون محکوم‌سازی به آن‌ها نگاه کردیم، آن وقت ذهن از شناخته‌ها آزاد می‌شود؛ آنگاه به ماهیت عشق پی می‌بریم. بنابراین، باید با عشق به گونه‌ای منفی نزدیک شد؛ نه مثبت.

غالب مردم چه نظری درباره عشق دارند؟ وقتی می‌گوییم کسی را دوست داریم، منظور ما چیست؟ منظورمان این است که ما مالک آن شخص هستیم. از این مالکیت، حسادت برمی‌خیزد؛ زیرا اگر او را ازدست بدهیم، احساس تهی بودن و گمشدگی می‌کنم؛ از این رو، به این مالکیت، شکل قانونی می‌دهم؛ او را (زن یا مرد) به تصرف خود درمی‌آورم. از تصرف و مالکیت این فرد، حسادت، ترس و تعارض‌های بی‌شماری برمی‌خیزد. به طور حتم، این گونه مالکیت، عشق نیست؛ شما چه فکر می‌کنید؟

شکی نیست که عشق، احساسات نیست. احساساتی بودن یا عاطفی بودن، عشق نام ندارد؛ زیرا این حالات، احساساتی بیش نیستند. یک شخص مذهبی که به خاطر مسیح یا کریشنا، به خاطر مرشدش یا شخص دیگری گریه و زاری راه می‌اندازد، آدمی صرفاً احساساتی و عاطفی است. او تسلیم احساساتی می‌شود که فرآیندی از اندیشه است و اندیشه، عشق نیست. اندیشه، حاصل احساسات است؛ بنابراین، شخصی که احساساتی و عاطفی است، احتمالاً عشق را نخواهد شناخت. احساساتی و عاطفی بودن صرفاً شکلی از گسترش خود است. لبریز از عاطفه بودن، عشق نیست؛ زیرا وقتی به احساسات شخص احساساتی پاسخ ندهید، وقتی برای احساساتش مفری نباشد، چه بسا که همین شخص، ظالم هم از آب دربیاید. آدم عاطفی را می‌توان تحریک کرد و به جنگ و قتل عام واداشت. در وجود آدمی که دارای احساسات است و برای اعتقاداتش، اشک می‌ریزد، یقین داشته باشید که عشق جایی ندارد.

آیا بخشیدن، عشق است؟ در بخشش چه چیزی نهفته است؟ شما به من توهین می‌کنید و من از این کار نفرت دارم و آن را از یاد نمی‌برم؛ آن وقت یا از راه اجبار و یا از راه پشیمانی می‌گویم: «شما را می‌بخشم» که معنایش این است که باز هم من، شخصیت اصلی بوده، اهمیت خود را دارم و این من هستم که شخص دیگری را می‌بخشم. تا زمانی که نگرش بخشندگی وجود دارد، من دارای اهمیت‌ام؛ نه آن کس که تصور می‌شود به من توهینی کرده باشد. پس در انباشتن و آنگاه دورریختن نفرت که به آن بخشندگی می‌گوییم، عشق وجود ندارد. آن کس که عشق می‌ورزد، بی‌شک با دشمنی بیگانه است و در برابر تمامی امور، بی‌اعتنا است. غمخواری، بخشندگی، ارتباط میان مالکیت، حسادت و ترس؛ هیچ‌یک از این‌ها عشق نیست. تمامی این امور به ذهن مربوط می‌شوند. تا وقتی که ذهن حکم است، عشق معنایی ندارد و حکمیت او، صرفاً مالکیت به شکل‌های دیگر است. ذهن فقط می‌تواند عشق را به فساد بکشد

و توانایی آن که عشق و زیبایی بیافریند، ندارد. شما می توانید درباره عشق شعر بگویید؛ ولی شعر عشق نیست.

وقتی احترام واقعی نباشد، وقتی به دیگری احترام نگذارید - چه این دیگری خدمت کارتان باشد و چه دوست تان - بی شک عشق وجود ندارد. آیا متوجه شده اید که در نظر خدمت کاران تان و در نظر کسانی که به اصطلاح «زیر» دستان شما هستند، قابل احترام، دوست داشتنی و بخشنده نیستید؟ به بالادستان خود، به کارفرما، میلیونرها، کسانی که خانه و عنوان های بزرگ دارند و کسی که می تواند مقام بهتر یا شغل بهتری به شما بدهد و شما می توانید چیزی از او بگیرید، احترام می گذارید؛ ولی به زیردستان خود لگد می زنید و برای آن ها زبان خاصی دارید. بنابراین، عشق و احترام وجود ندارد یا در جایی که شفقت، دلسوزی و بخشندگی وجود ندارد، عشق وجود ندارد و چون بسیاری از ما در این حالت هستیم، وجودمان از عشق خالی است. ما نه محترم، نه شفیق و نه بخشنده ایم. ما به دنبال دارایی هستیم، از احساسات و عواطف لبریزیم، احساسات و عواطفی که به هر طریق می توان آن ها را کشاند: برای کشتن، برای قتل عام یا برای متحد شدن برای یک قصد و نیت احمقانه و جاهلانه. در این صورت، چطور عشق می تواند وجود داشته باشد؟ زمانی عشق را خواهید شناخت که تمامی این مطالب متوقف شوند و به پایان برسند؛ وقتی شما مالک چیزی نباشید، وقتی صرفاً در سرسپردگی خود برای چیزی، احساسات به خرج ندهید. سرسپردگی این چنین، نوعی التماس است؛ نوعی جست و جو برای یافتن چیزی به شکل دیگر است. آن کس که طلب می کند، از عشق خبر ندارد. از آن جا که از طریق سرسپردگی نیایش که شما را احساساتی و عاطفی می کند به دنبال هدف و نتیجه هستید، به طور طبیعی عشق وجود ندارد؛ بی شک هر وقت احترام نباشد، عشق نیست. ممکن است بگویید احترام قایل اید؛ ولی این احترام برای بالادست است، احترام برای خواستن چیزی است، احترام از ترس است. اگر احساس احترام در وجوتان می بود، نسبت به زیردست و بالادست، هردو احترام آمیز رفتار می کردید؛ حال که این احساس را ندارید، پس عشق هم ندارید. به راستی چه بسیار کم اند آن ها که با گذشت و بخشنده اند! شما وقتی بخشنده اید که پاداش آن را دریافت دارید؛ وقتی شفیق هستید که تلافی آن را ببینید؛ وقتی این ها از میان بروند، وقتی این چیزها ذهن شما را اشغال نکنند و وقتی که محتویات ذهن، قلب شما را پر نکنند، آن وقت عشق پا به میدان می گذارد و تنها چیزی که می تواند دیوانگی و جنون فعلی دنیا را متحول کند، عشق است؛ نه نظام ها و نظریات، چه نظریه های چپی و چه راستی. شما وقتی به شکل واقعی عشق می ورزید که به فکر دارایی نبوده و حسادت و آزمندی نداشته باشید و به دیگران احترام بگذارید، شفیق و مهربان بوده، به همسر، فرزندان، همسایه و خدمت کاران بخت برگشته تان توجه داشته باشید.

عشق چیزی نیست که بتوان فکرش را کرد؛ عشق پروردنی و یا تمرین کردنی نیست. تمرین عشق، تمرین برادری بازهم در محدود ذهن است. از این رو، عشق نام ندارد. وقتی که تمامی این‌ها متوقف شود و وقتی عشق به وجود آید، آن وقت خواهید دانست که عشق ورزیدن یعنی چه. بنابراین، عشق چیزی نیست که کمیت داشته باشد؛ عشق یک چیز کیفی است. ما نمی‌گوییم: «من همه دنیا را دوست دارم»؛ بلکه وقتی بدانید چطور یکی را دوست داشته باشید، می‌دانید که چطور همه را دوست داشته باشید. از آن جا که راه دوست داشتن یک نفر را نمی‌دانیم، عشق ما نسبت به انسانیت جعلی است. وقتی کسی عشق می‌ورزد، یکی و بسیار وجود ندارد؛ فقط عشق وجود دارد. تنها در صورت بودن عشق، تمامی مشکلات ما حل خواهد شد و آن وقت است که شور و شوق و خوشحالی اش را خواهیم یافت.

فصل 23- درباره مرگ

پرسش: رابطه مرگ با زندگی چیست؟

کریشنامورتی: آیا میان مرگ و زندگی تفاوتی وجود دارد؟ چرا ما مرگ را چیزی منفک از زندگی به حساب می‌آوریم؟ چرا از مرگ می‌ترسیم؟ و چرا این همه کتاب درباره مرگ نوشته‌اند؟ چرا میان مرگ و زندگی، این خط فاصله وجود دارد؟ و آیا این جدایی حقیقت دارد، یا صرفاً اجباری است و ساخته و پرداخته ذهن است؟

وقتی درباره زندگی حرف می‌زنیم، منظور ما زندگی در مقام یک فرآیند استمرار است که در آن تعیین هویت وجود دارد. من و خانه ام، من و همسرم، من و حساب بانکی ام، من و تجارب گذشته ام؛ منظور ما از زندگی، یعنی خاطره، خاطره آگاه و ناآگاه، خاطره ای با کشمکش‌های گوناگون، مبارزات، تجارب خاص خود و مسایلی از این قبیل است. این‌ها همان چیزی هستند که ما به آن زندگی می‌گوییم و در مقابل آن، چیزی که نامش را مرگ می‌گذاریم و به همه این امور خاتمه می‌دهد. از آن جا که ما این نقیض را که نامش مرگ است، آفریده ایم و از آن درهراسیم، دست به کار یافتن ارتباطی میان مرگ و زندگی شده ایم؛ اگر بتوانیم این فاصله را با نوعی توضیح، با اعتقاد به استمرار یا به دنیای بعد از مرگ، به هم مربوط کنیم، احساس رضایت خاطر خواهیم کرد. به تناسخ و یا شکل دیگری از استمرار معتقدیم و سپس سعی می‌کنیم میان شناخته و ناشناخته ارتباطی ایجاد کنیم. کوشش می‌کنیم میان دانسته و ندانسته پلی بزنیم و به این وسیله می‌خواهیم میان گذشته و آینده ارتباط به وجود آوریم. هنگامی که در مورد وجود یا عدم وجود ارتباط میان مرگ و زندگی پرس و جو می‌کنیم، هدف مان انجام همین کار است. می‌خواهیم بدانیم چطور می‌شود میان زندگی و مرگ، پل زد؛ چیزی که آرزوی اساسی ما است.

حالا ببینیم آیا فرجام کار را که مرگ است، به هنگام زندگی می توان شناخت؟ اگر بتوانیم به هنگام زندگی، مرگ را بشناسیم، در آن صورت مشکلی نخواهیم داشت. علت ترس ما آن است که به هنگام زنده بودن قادر به تجربه آن چه ناشناخته است، نیستیم. تقلای ما این است که رابطه ای میان خود که حاصل شناخته شده ها است و آن چه ناشناخته است و مرگ نام دارد، برقرار کنیم. آیا میان گذشته و آن چه که ذهن قادر به پذیرش آن نیست و ما به آن مرگ می گوییم، ارتباطی وجود دارد؟ چرا این دو را از هم جدا می کنیم؟ آیا به این خاطر نیست که ذهن ما فقط می تواند در محدوده شناخته ها و در محدوده استمراری عمل کند؟ انسان خود را فقط در مقام متفکر و عامل، با خاطرات و مصیبت های گوناگون حاصل از عشق، مهربانی و انواع و اقسام تجارب می شناسد؛ او خود را چیزی مستمر می داند؛ وگرنه از خود در مقام چیزی خاطره ای نداشت. حال وقتی چیزی به پایان می رسد که به آن مرگ می گوییم، ترس از چیزی ناشناخته مستولی می شود؛ بنابراین سعی ما معطوف آن خواهد شد که ناشناخته را به سوی آن چه شناخته شده است بکشانیم و تمامی کوشش مان بر آن خواهد بود که به آن چه ناشناخته است، استمرار بخشیم. به عبارت دیگر، ما نمی خواهیم دنیا را که مرگ را هم شامل می شود بشناسیم؛ بلکه می خواهیم بدانیم چطور ادامه دهیم و به پایان نرسیم. نمی خواهیم مرگ و زندگی را بشناسیم؛ فقط می خواهیم بدون به انجام رسیدن، ادامه دهیم.

آن چه استمرار می یابد، دارای تجدید حیات نیست؛ در آن چه استمرار هست، هیچ چیز تازه ای وجود ندارد؛ هیچ چیز خلاق نمی تواند وجود داشته باشد و این مطلبی بسیار واضح و روشن است. تنها وقتی استمرار پایان یابد، امکان به وجود آمدن آن چه همیشه تازه است به وجود می آید؛ ولی آن چه ما از آن وحشت داریم، همین پایان گرفتن است و نمی بینیم که تجدید حیات، خلاقیت و ناشناخته ها در این پایان پذیرفتن جای دارند و نه در استمرار روزانه تجارب، خاطرات و بی چارگی های مان. تنها زمانی که هر روز را در کهنه ها بپیچیم و دفن کنیم، تازه ها اعلام وجود خواهند کرد. جایی که استمرار وجود دارد، تازگی معنا ندارد؛ منظور از تازگی؛ یعنی آن چه خلاق است؛ آن چه ناشناخته است و آن چه جاودانه است؛ یعنی خداوند یا هر چه که شما اسمش را بگذارید. شخص یا وجود، دارای استمراری که در جست و جوی نادانسته، حقیقت و جاودانگی است، هرگز آن را نخواهد یافت؛ زیرا تنها چیزی که خواهد یافت، همان چیزی است که از خود او متجلی شده و حقیقت ندارد. شناخت تازگی، فقط در پایان پذیرفتن و مردن صورت می گیرد و آن کس که در جست و جوی ارتباط میان مرگ و زندگی است تا بر روی آن چه استمرار دارد و آن چه به نظر او در فراسو است پل بزند، در دنیای ساختگی و غیرواقعی زندگی می کند؛ دنیایی که تجلی خود اوست.

حال آیا این امکان وجود دارد که در زندگی بمیریم؛ یعنی به پایان برسیم؛ یعنی هیچ شویم؟ آیا در عین حال که در این دنیا زندگی می کنیم، در این دنیایی که همه چیز بیشتر و بیشتر و یا

کمتر و کمتر می شود، در جایی که همه چیز روند بالا رفتن، رسیدن و توفیق یافتن دارد، آیا در این دنیا، می توان مرگ را شناخت؟ آیا امکان آن وجود دارد که به تمامی خاطرات پایان داد- نه به خاطره حقایقی مثل راه رفتن به خانه و اموری از این قبیل- بلکه به پیوستگی درونی از راه خاطره به امنیت روحی، خاطراتی که انسان جمع آوری کرده است، ذخیره کرده است و در آن به جست و جوی امنیت و خوشی می رود؟ آیا می توان به همه این ها خاتمه داد؟ یعنی هرروز مردن تا این که شاید فردا تجدید حیاتی در راه باشد؟ تنها در آن صورت است که انسان در عین زنده بودن مرگ را می شناسد. تنها در آن مردن، در آن به پایان رسیدن، در آن پایان بخشیدن به استمرار، تجدید حیات؛ یعنی خلق آن چه جاودان است، تحقق پیدا خواهد کرد.

فصل 24- درباره زمان

پرسش: آیا گذشته را می توان به یک باره از میان برد، یا آن هم به زمان نیاز دارد؟

کریشنامورتی: ما محصول گذشته هستیم؛ اندیشه ما بر مبنای دیروز و هزارها دیروز دیگر برپا شده است. ما محصول زمان هستیم و پاسخ های ما و نگرش جاری ما، تاثیر جمعی هزارها لحظه، حادثه و تجربه است. بنابراین گذشته برای بیشتر ما عبارت است از حال که حقیقتی است انکارناپذیر. شما، افکار شما، اعمال شما و پاسخ های شما، نتیجه گذشته وجود دارد؛ یعنی نه به تانی؛ بلکه خیلی آنی؛ یا این که این گذشته گردآوری شده نیاز به زمان دارد تا ذهن، خود را در زمان حال آزاد کند. فهمیدن سؤال اهمیت دارد که چنین است: از آن جا که هریک از ما نتیجه گذشته است، با زمینه ای از تأثیرات بی شمار که دائم در حال تغییر و دگرگونی هستیم، آیا امکان آن وجود دارد که این زمینه را، بدون آن که در روند زمان وارد شویم، محو کنیم؟

گذشته چیست؟ منظور ما از گذشته چیست؟ بی شک منظور ما از گذشته، توالی زمان نیست. به طور یقین، منظور ما عبارت است از: تجارب جمع آوری شده، پاسخ های گردآوری شده، خاطرات، سنت ها، دانش، ذخیره اندیشه های بیشمار شعور نیمه آگاه، احساسات، تأثیرات و واکنش ها. با سابقه ذهنی این چنین، درک حقیقت ممکن نیست؛ زیرا حقیقت نباید به هیچ زمانی مربوط باشد؛ حقیقت، زمان نمی شناسد. بنابراین، کسی که ذهنش حاصل زمان است، قادر به درک بی زمانی نیست. پرسش گر می خواهد بداند که آیا امکان خلاصی ذهن وجود دارد یا این که برای ذهن که حاصل زمان است که ما برای آزاد کردن ذهن از زمینه قبلی خود، به مجموعه ای از بررسی ها و تحلیل ها بپردازیم.

ذهن؛ یعنی سابقه ذهنی؛ ذهن نتیجه زمان است؛ یعنی گذشته؛ ذهن یعنی چیزی که آینده نیست. ذهن می تواند خود را در آینده منعکس کند؛ ذهن از حال به عنوان گذرگاهی به آینده سود می برد؛ بنابراین، در تله زمان بی حرکت است، فرق نمی کند که چه انجام دهد، فعالیتش چه باشد یا فعالیت آینده اش و یا فعالیت حال و گذشته اش. آیا برای ذهن امکان توقف کامل

وجود دارد یا ممکن است روزی روند فکر به پایان برسد؟ اکنون ذهن دارای لایه های بی شماری است؛ آن چه را خودآگاه می نامیم، لایه های بسیار دارد؛ هر لایه با لایه دیگر پیوستگی دارد؛ هر لایه به لایه دیگر وابسته است و در کنش متقابل. تمامی شعور ما نه تنها به تجربه مشغول است؛ بلکه کار نام گذاری و اصطلاح گذاری و ذخیره سازی به عنوان خاطره را نیز برعهده دارد. روند کلی شعور ما این است.

وقتی درمورد شعور صحبت می کنیم، مگر منظورمان چیزی به غیر از تجربه کردن، نام گذاری و اصطلاح گذاری آن تجربه است؟ مگر نه آن که ما این تجربه را به عنوان خاطره در ذهن خود ذخیره می کنیم؟ همین طور است و همه این ها در سطوح مختلف؛ یعنی شعور. آیا ذهن که حاصل زمان است، می تواند قدم به قدم به روند تحلیل پردازد تا خود را از چنگ سابقه ذهنی خلاص کند؟ و آیا امکان آن وجود دارد که به کلی از شر زمان خلاص شود و به طور مستقیم به حقیقت چشم دوخت؟

بسیاری از تحلیل گران به شما می گویند که برای خلاصی از دست سابقه ذهنی باید تک تک پاسخ ها، پیچیدگی ها، موانع و سدها را آزمود؛ چیزی که دلالت بر فرآیند زمان دارد. معنای این سخن آن است که تحلیل گر باید آن چه را که تحلیل می کند، بفهمد و آن را سوء تعبیر نکند. اگر برگردان او از آن چه تحلیل می کند بد باشد، او را به نتایج غلط رهنمون کرده و بدین ترتیب سابقه ذهنی دیگری را نیز تثبیت می کند. تحلیل گر باید بتواند احساسات و افکارش را بدون کوچک ترین انحرافی تحلیل کند و در تحلیل خود نباید قدمی را فراموش کند؛ زیرا برای قدم کج برداشتن و برای رسیدن به نتیجه غلط کافی است که یک سابقه ذهنی را در خط دیگر و یا سطح دیگری تثبیت کنیم؛ این مشکل نیز ایجاد می شود که آیا تحلیل گر از آن چه تحلیل می کند، جداست؟ آیا تحلیل گر و آن چه تحلیل می شود، یک پدیده ترکیبی نیستند؟

به طور حتم، تجربه کننده و تجربه یک پدیده ترکیبی هستند؛ آن ها دو روند جداگانه نیستند؛ بنابراین، بیایید اول به مشکل تحلیل گری پردازیم. تحلیل تمامی محتوای شعور ما در رسیدن به آزادی از طریق آن روند، تقریباً غیر ممکن است. از این که بگذریم، تحلیل گر چه کسی است؟ تحلیل گر با آن چه تحلیل می کند، فرقی ندارد؛ گو این که ممکن است خیال کند فرق دارد. او ممکن است خود را از آن چه تحلیل می کند، منفک کند؛ ولی تحلیل گر جزیی از چیزی است که مورد تحلیل قرار می گیرد. من اندیشه یا احساسی مثل خشم دارم؛ آن کس که به تحلیل خشم می پردازد، بازهم جزیی از آن است؛ بنابراین، تحلیل گر و آن چه مورد تحلیل قرار می گیرد، یک پدیده ترکیبی هستند؛ آن ها دو نیروی جداگانه و یا دو روند جداگانه به حساب نمی آیند. بنابراین، مشکل تحلیل، بازکردن و صفحه به صفحه ورق زدن خود، مراقب هر واکنشی بودن، مراقب هر پاسخی بودن، مسأله ای بی حد و اندازه دشوار است. بنابراین، راه خلاصی خود از چنگ سابقه ذهنی، این نیست. باید راهی ساده تر و سراسر تر وجود داشته

باشد و این همان چیزی است که شما و من، در پی یافتن آن هستیم. برای یافتن آن، باید آن چه را کذب است، دور بریزیم و دور و برش نگردیم. بنابراین، تحلیل آن راه مورد نظر نیست و ما باید خود را از دام روند تحلیل رها کنیم.

آن وقت چه می ماند؟ ما فقط به تحلیل عادت داریم؛ مگر غیر از این است؟ مشاهده کننده از مشاهده - وقتی مشاهده کننده و مشاهده یک پدیده ترکیبی باشند - مشاهده کننده از تحلیل آن چه مشاهده می کند، طرفی نمی بندد و کمکی به رهایی او از سابقه ذهنی نمی کند. اگر وضع چنین است - که هست - شما این روند را رها کنید، آیا این کار را می کنید؟ اگر می بینید که راه غلطی است، اگر نه فقط به صورت لفظی؛ بلکه به طور عملی می دانید که این راه غلطی است، پس کار تحلیل شما به چه درد می خورد؟ شما کار تحلیل را تعطیل کنید، آن وقت به مشاهده و پی گیری آن چه باقی می ماند، بپردازید؛ خواهید دید که با چه سرعت و شتابی شخص می تواند خود را از شر سابقه ذهنی خلاص کند؟ آن حالت ذهنی که عادت به تحلیل، کاوش، بررسی، کالبدشکافی، نتیجه گیری و مواردی از این قبیل دارد، محو و نابود می شود و با توقف این روند، حالت ذهنی شما رنگ دیگری به خود می گیرد.

اصطلاحی که شما برای این حالت ذهن دارید: «ذهن خالی» است. حال کمی بیشتر به این ذهن خالی بپردازید. به عبارت دیگر، وقتی دانسته ها را به عنوان چیزهای نادرست به دور بریزید، چه برای ذهن تان اتفاق می افتد؟ چه چیزی را دور ریخته اید؟ آن چه دور ریخته اید، روند نادرستی است که نتیجه یک سابقه ذهنی به شمار می آید؛ این طور نیست؟ با یک ضربه همه چیز را به دور انداخته اید، جز این هم نبوده است. بنابراین، ذهن شما، پس از دورریختن روند تحلیل گرا و آن چه دلالت بر آن دارد و نادرست خواندن آن، از چنگ دیروز خلاص می شود و بدین ترتیب می توانید به طور مستقیم نگاه کنید بدون آن که از روند زمان بگذرد و به این وسیله، مسابقه ذهنی را بدون درنگ دور بیندازد.

برای طرح مسأله به گونه ای دیگر، می گوئیم که اندیشه، نتیجه زمان است. اندیشه، حاصل محیط، تأثیرات مذهبی و اجتماعی است که همه جزیی از زمان به حساب می آیند. آیا اندیشه می تواند از قید زمان خلاص باشد؟ منظورم اندیشه ای است که حاصل زمان است؛ بله؛ آیا این اندیشه می تواند متوقف شود و از روند زمان رها باشد؟ اندیشه را می توان کنترل کرد و شکل داد؛ اما کنترل اندیشه باز هم در محدوده زمان است و نتیجه هزارها دیروز است، یک مرتبه از دست این سابقه ذهنی پیچیده خلاص شود؟ شما توانایی خلاصی از آن را دارید؛ اما نه فردا؛ بلکه همین حالا و همین زمان؛ این کار فقط زمانی صورت می گیرد که شما نادرست را بشناسید و نادرست، بی شک روند تحلیل گراست و این تنها دارایی ما است. وقتی روند تحلیل گرا به طور کامل متوقف شود، نه از طریق تقویت؛ بلکه از طریق درک نادرست بودن لاعلاج آن روند، آن وقت خواهید دید که ذهن شما خود را به کلی از گذشته منفک می کند؛ معنای این حرف آن

نیست که شما گذشته را تشخیص نمی دهید؛ بلکه معنایش آن است که شما رابطه فکری و احساسی مستقیم با گذشته را نخواهید داشت. بنابراین، می تواند خود را بی درنگ همین حالا خلاص کند و این انفکاک از گذشته، این رهایی کامل از دیروز، نه به صورت توالی زمانی؛ بلکه به صورت روان شناختی ممکن است و این تنها راه درک حقیقت می باشد.

به زبان ساده، وقتی قصد فهمیدن چیزی را دارید، حالت ذهنی شما چگونه است؟ وقتی می خواهید فرزندان را بفهمید، وقتی می خواهید شخصی را بفهمید یا چیزی را که شخصی می گوید، حالت ذهن تان چگونه است؟ در این حال، شما به تحلیل، انتقاد و داوری آن چه دیگری می گوید مشغول نیستید؛ شما به حرف های او گوش می کنید؛ این طور نیست؟ ذهن شما حالتی دارد که در آن حالت فعال نیست؛ ولی بسیار هوشیار است. این هوشیاری به زمان مربوط نیست. شما صرفاً هوشیاراید، به گونه ای انفعالی دارای پذیرش هستید و درعین حال کاملاً آگاه و فقط در این حالت است که ادراک وجود دارد. وقتی اشتیاق شدید برای ادراک وجود دارد، بی شک ذهن آرام می شود. البته شما در این مورد نباید حرف های مرا بپذیرید؛ باید خود به آزمایش بپردازید؛ اما خواهید دید که هر قدر بیشتر و بیشتر تحلیل کنید، کمتر و کمتر خواهید فهمید. ممکن است بعضی از حوادث و تجارب معین را درک کنید؛ ولی نمی توان تمامی محتوای شعور را از طریق روند تحلیل خالی کرد. تنها زمانی این خالی کردن ممکن است که از طریق تحلیل نادرست بودن، این روش را ببینید. وقتی نادرست را نادرست دیدید، آن وقت کم کم خواهید دید که حقیقت چیست و آن چه شما را از دام سابقه ذهنی خلاص خواهد کرد، حقیقت است؛ نه چیز دیگر.

فصل 25- درباره عمل بدن ایده

پرسش: شما برای رسیدن به حقیقت عمل بدون ایده را پیشنهاد می کنید. آیا عمل کردن بدون داشتن ایده؛ یعنی بدون در نظر داشتن هدف، ممکن است؟

کریشنامورتی: عمل ما در حال حاضر چیست؟ منظور ما از عمل چیست؟ عمل ما- آن چه می خواهیم باشیم یا انجام دهیم- بر پایه ایده است؟ این طور نیست؟ ما همین را می دانیم. ما درباره آن چه هستیم و آن چه نیستیم، ایده ها، ایده آل ها، امیدواری ها و فرمول های متفاوت داریم. پایه عمل ما پاداش در آینده یا ترس از مجازات است. ما این را می دانیم؛ غیر از این است؟ چنین فعالیتی منزوی کننده و محدود کننده خود است. شما دارای ایده ای در مورد پرهیزکاری هستید و در ارتباط، طبق آن ایده زندگی و عمل می کنید. برای شما ارتباط، جمعی یا فردی عملی است که به ایده آل به پرهیزکاری، توفیق و یا اموری از این قبیل، نظر دارد.

وقتی عمل من بر پایه ایده آلی است که خود یک ایده است، مثل، «من باید شجاع باشم»، «باید از نمونه پیروی کنم»، «باید باگذشت باشم»، «باید از نظر اجتماعی آگاه باشم» و سخنانی

از این قبیل؛ این ایده، عمل مرا شکل می‌دهد و هدایت می‌کند. همه ما می‌گوییم: «نمونه ای از تقوا وجود دارد که باید از آن پیروی کنیم» که معنایش این است: من باید طبق آن زندگی کنم. بنابراین، عمل براساس آن ایده است. میان عمل و ایده یک دریا است، یک جدایی است، یک روند زمان است. بله؛ همین طور است؛ قبول دارید؟ به عبارت دیگر، من بخشنده نیستم، کسی را دوست ندارم، گذشت در قلبم نیست؟ ولی خیال می‌کنم باید بخشنده باشم. بنابراین، میان آن چه هستم و آن چه باید باشم، فاصله ای است؛ ما در تمام مدت سعی می‌کنیم بر این فاصله پل بزنیم. این فعالیت ما است؛ این طور نیست؟

پس اگر ایده وجود نداشت، چه اتفاقی می‌افتاد؟ به یک ضربه این فاصله را از میان برمی‌داشتید؛ این طور نیست؟ آن وقت چیزی می‌شدید که هستید. می‌گویید «من زشتم، باید زیبا شوم؛ تکلیفم چیست؟ که عملی است بر پایه ایده. می‌گویید: من مهربان نیستم، می‌خواهم مهربان باشم». بنابراین، شما ایده‌ها را جدا از عمل معرفی می‌کنید. بنابراین، عمل واقعی به آن چه هستید، متکی نیست؛ بلکه همیشه متکی به ایده آلی است که خواهید بود. آدم احمق همیشه می‌گوید که می‌خواهد باهوش شود. او می‌نشیند و به تقلید می‌پردازد تا بشود؛ هرگز باز نمی‌ایستد، هرگز نمی‌گوید: «من احمق ام». بنابراین، عملش که بر پایه ایده است، اصلاً عمل نیست.

عمل؛ یعنی انجام دادن؛ یعنی حرکت کردن؛ اما وقتی ایده ای دارید، آن چه در حرکت است، ایده پردازی است و روند اندیشه که درارتباط به عمل، استمرار دارد. اگر ایده ای نباشد، چه خواهد شد؟ شما آن چه هستید، خواهید بود. شما بی‌گذشت، نابخشنده، ظالم، احمق و بی‌فکراید. آیا می‌توانیم با این‌ها سرکنید؟ اگر توانستید، ببینید چه خواهد شد؟ وقتی من تشخیص دهم که بخشنده نیستم، باگذشت نیستم و احمق ام، از اطلاع به این مطلب، چه حالی به من دست می‌دهد؟ وقتی بخشنده نبودن را به طور کامل درک کنم - نه به صورت لفظی یا مصنوعی - وقتی بدانم که باگذشت نیستم، کسی را دوست ندارم، در همین دیدن «آن چه هست»، عشق وجود دارد. آیا من بی‌درنگ بخشنده نخواهم شد؟ اگر من ضرورت نظافت را بدانم، کار ساده ای است؛ می‌روم و شست و شو می‌کنم؛ اما اگر نظافت ایده آل من باشد، آن وقت چه خواهد شد؟ در آن صورت، نظافت به بوته تعویق خواهد افتاد یا امری سطحی خواهد شد.

عمل بر پایه ایده بسیار سطحی است؛ چنین چیزی عمل واقعی نیست؛ فقط ایده پردازی است؛ یعنی روند اندیشه ای است که استمرار دارد.

عملی که ما را به عنوان موجودات انسانی دگرگون می‌کند، تجدید حیات، رهایی و تحول - هر چه می‌خواهید اسمش را بگذارید - به وجود می‌آورد، بر پایه ایده استوار نیست. عملی است

که توجهی به توالی پاداش و یا تنبیه ندارد. این چنین عملی، زمان نمی شناسد؛ زیرا ذهن که روند زمان، شمارش و انفکاک و انزوا است، در آن راه پیدا نمی کند. این مسأله به آسانی حل نمی شود. بسیاری از شما سؤالی را طرح می کنید و انتظار پاسخ «بله» یا «خیر» دارید. پرسیدن سؤالاتی چون: «منظورتان چیست؟» و بعد تکیه دادن و به من اجازه دادن که آن را توضیح دهم، آسان است؛ اما پیدا کردن پاسخ به وسیله خود شما و کندوکاو عمیق و صریح در مسأله بدون خراب کردن مسأله به صورتی که دیگر مسأله نباشد، بسیار دشوارتر است. چنانچه چیزی فقط زمانی واقع می شود که ذهن در مقابله با مسأله واقعاً ساکت باشد. اگر مسأله را واقعاً دوست داشته باشید، به زیبایی غروب خورشید خواهد بود و اگر با آن دشمنی به خرج دهید هرگز به درک آن نایل نخواهید شد. بیشتر ما به خاطر آن که از نتیجه هراسناک ایم و نمی دانیم که اگر به آن بپردازیم، چه خواهد شد در خود احساس خصومت می کنیم؛ از این رو، مفهوم و ژرفای مسأله را تشخیص نمی دهیم.

فصل 26- درباره قدیم و جدید

پرسش: وقتی به حرف های شما گوش می کنم، همه چیز روشن و تازه است، به خانه که وارد می شوم، بی قراری کسالت بار و کهنگی در برابرم قد علم می کنند. در من چه اشکالی وجود دارد؟

کریشنامورتی: راستی در زندگی ما چه چیزی دارد اتفاق می افتد؟ چالش و واکنش، امری دایمی شده است. به این می گوئیم زیست، به این می گوئیم زندگی؛ بله؛ به این چالش و واکنش دائم. من دیروز شما را دیده ام و امروز شما نزد من می آید. شما فرق کرده اید؛ شما تعدیل پیدا کرده اید؛ شما متحول شده اید؛ شما تازه هستید؛ ولی من از شما همان تصویری را دارم که دیروز داشتم. بنابراین، من تازه را در قدیم تحلیل می برم؛ من شما را از نو ملاقات نمی کنم؛ ولی تصویر دیروز شما را دارم؛ بنابراین، واکنش من به چالش مزبور همیشه شرطی شده است. در این جا و در این لحظه خاص، شما برهنه بودن، مسیحی بودن؛ از قبیله ای والا بودن یا هر چه را که هستید متوقف می کنید و همه چیز را به باد فراموشی می سپارید. فقط گوش می کنید؛ سراپا گوش و سعی دارید که مطلب را دریابید. وقتی شما زندگی روزمره تان را از سر می گیرید، همان «خود» قدیم خویش می شوید؛ به شغل خود، قبیله خود، سیستم خود و خانواده خود بازمی گردید. به عبارت دیگر، تازه همیشه در قدیم تحلیل می رود و به قالب عادت ها، سنت ها، ایده ها، رسوم و خاطرات قدیم درمی آید. از تازه هرگز خبری نیست؛ زیرا شما همیشه با قدیم به دیدار تازه می روید. چالش تازه است؛ ولی شما با قدیم از آن دیدار می کنید. مشکل این قضیه آن است که چطور فکر را از قید قدیم آزاد کنیم تا همیشه تازه باشد. وقتی گلی را می بینید، وقتی چهره ای را می بینید، وقتی آسمان، درخت و یا لبخندی را می بینید،

چطور می شود که با آن دیداری از نو داشته باشید؟ چرا قدیم تازه را تحلیل برده و آن را تعدیل می کند؟ چرا وقتی به خانه می روید، تازه بازمی ایستد.

پاسخ قدیم از سوی متفکر برمی خیزد. آیا متفکر همیشه قدیم نیست؟ زیرا فکر شما بر پایه گذشته استوار است؛ وقتی تازه را می بینید، آن که با او ملاقات می کند، متفکر است؛ تجربه دیروز است که آن را می بیند. متفکر همیشه قدیم است. بنابراین، دوباره از طریق دیگر به همان مسأله می رسیم. چطور می شود ذهن را از خود به عنوان متفکر آزاد کرد؟ چطور می شود خاطره را که انبوهی از تجارب است، از میان برد؟ تا وقتی که آزادی از پس مانده تجربه صورت نگیرد، پذیرش تازه صورت نمی پذیرد. برای آزاد کردن اندیشه و برای آزاد بودن از روند اندیشه و قرار گرفتن در مقابل تازه، کاری دشوار است؛ زیرا تمامی اعتقادات، سنت ها و روش های مان در تعلیم و تربیت جز روند تقلید، استنساخ، حفظ کردن و تکرار کردن ذخیره خاطره چیز دیگری نیست. این خاطره همیشه به تازه ها پاسخ می دهد؛ پاسخ به این خاطره را، اندیشیدن می نامیم و همین اندیشیدن کذا و مذا است که به دیدار تازه ها می رود. بنابراین، چطور تازه ای می تواند وجود داشته باشد؟ تنها وقتی که پس مانده خاطره وجود نداشته باشد، تازگی وجود دارد و هر وقت که تجربه پایان نیافته، به انتها نرسیده و تمام نشده باشد، پس مانده وجود دارد؛ به عبارت دیگر، وقتی که درک تجربه کامل نباشد. وقتی تجربه کامل باشد، پس مانده ای دیده نمی شود؛ به این می گوئیم زیبایی زندگی، عشق پس مانده چیزی نیست، عشق تجربه نیست؛ حالتی از وجود است. عشق تازه جاودان است. بنابراین، مسأله ما این است: آیا کسی می تواند تازه را - حتی در خانه - به طور مستمر ملاقات کند؟ به یقین می تواند. برای این کار انسان باید در اندیشه و در احساس خویش انقلاب ایجاد کند؛ تنها زمانی می توانید آزاد باشید که هر حادثه و هر اندیشه، لحظه به لحظه مورد توجه دقیق قرار گیرد؛ وقتی که هر پاسخ به طور کامل فهمیده شود؛ نه فقط به صورت سرسری به آن نگاه کرده و سپس به کناری انداخته شود؛ خلاصی از چنگ خاطره در حال انباشته شدن زمانی صورت می گیرد که هر اندیشه و احساسی کامل شده و تا به آخر مورد توجه قرار گیرد. به عبارت دیگر، وقتی که هر اندیشه و احساسی مورد توجه دقیق قرار گرفته به نتیجه برسد، پایانی داشته باشد و میان پایان یک اندیشه با اندیشه دیگری فاصله ای، در آن فاصله سکوت چیزی به نام تجدید حیات و خلاقیت جدید به وقوع خواهد پیوست.

چنین چیزی نه نظری است و نه غیر عملی. اگر سعی کنید هر اندیشه و احساسی را مورد توجه دقیق قرار دهید، خواهید دید که چنین چیزی به گونه ای خارق العاده در زندگی روزمره شما عملی است؛ زیرا در آن وقت شما تازه هستید و آن چه تازه است، به گونه ای جاودانی پایدار می باشد. تازه بودن؛ یعنی خلاق بودن، خلاق بودن یعنی خوشحال بودن، آدم شاد و خوشحال در قید ثروتمند بودن یا نبودن نیست، اهمیتی نمی دهد که به چه سطحی از اجتماعی متعلق است

یا به کدام قبیله یا کدام کشور. نه رهبر، نه بت، نه معبد، نه کلیسا و از این رو نه جنگ و ستیز و نه خصومت.

به طور یقین این عملی‌ترین طریق حل مشکلات ما در این دنیای پر هرج و مرج کنونی است. به این دلیل که ما خلاق نیستیم - منظور از خلاقیت، معنایی است که من از آن دارم - و در تمام سطوح مختلف خودآگاه خویش ضداجتماعی هستیم. برای داشتن ارتباط واقعی و مؤثر با همه چیز باید خوش بود؟ هرگاه پایانی نباشد، خوشی وجود ندارد؛ اگر روند مستمر شدن استمرار داشته باشد، از خوشی خبری نخواهد بود. تجدید حیات، تولد دیگر، تازگی و شادی در پایان پذیرفتن است.

تا وقتی سابقه ذهنی وجود دارد و تا وقتی ذهن و متفکر که فکرش او را شرطی کرده است وجود دارد، تازه در قدیم تحلیل می‌رود. برای خلاصی از چنگ سابقه ذهنی، تأثیرات شرطی شدن و خاطره، باید از دام استمرار خلاصی یافت. تا وقتی که اندیشه و احساس به کلی پایان نپذیرند، استمرار وجود خواهد داشت. شما وقتی یک اندیشه را کامل خواهید کرد که آن را تا به آخر تعقیب کنید و بدین ترتیب به همه اندیشه‌ها و احساسات پایان دهید. عشق نه عادت است و نه خاطره؛ عشق همیشه تازه است. دیدار با تازگی، تنها زمانی صورت می‌گیرد که ذهن تازه باشد و تا وقتی که پس مانده ذهن وجود دارد، تازه نخواهد بود. خاطره هم حقیقی است و هم روانشناختی. من در مورد خاطره حقیقی صحبت نمی‌کنم، صحبت من در مورد خاطره روانشناختی است. تا زمانی که تجربه به طور کامل فهمیده نشود، پس مانده - که قدیم و از دیروز و چیزی است که گذشته نام دارد - وجود دارد و این گذشته دائم در حال تحلیل بردن تازه و بدین ترتیب، نابود کردن آن است. تنها زمانی که ذهن از قدیم آزاد شود، می‌تواند همه چیز را از نو ببیند و خوشی هم در همین است.

فصل 27 - درباره نام گذاری

پرسش: چطور انسان می‌تواند از یک عاطفه بدون نام گذاری آن یا برچسب زدن بر آن، آگاه باشد؟ اگر من از احساسی آگاه باشم، خیال می‌کنم که پس از بیدار شدن آن، بی‌درنگ به ماهیت آن پی خواهیم برد. نکند وقتی شما می‌گویید «نام گذاری نکنید»، منظور شما چیز دیگری باشد؟

کریشنامورتی: چرا ما چیزی را نام گذاری می‌کنیم؟ چرا به هر گلی، آدمی و احساسی، یک برچسب می‌زنیم؟ یا می‌خواهیم احساس خود را بیان کنیم یا آن شخص یا گل و غیره را تشریح کنیم و یا خود را با آن احساس همانند نماییم. راستی چرا؟ نام گذاری چیزی، مثل یک احساس برای القاء آن است؛ مثلاً «من عصبانی» هستم. گاهی هم خود را با آن احساس همانند می‌کنم تا آن را تقویت کنم یا از میان ببرم و یا کاری برایش انجام دهم. به چیزی نامی می‌

دهیم؛ مثلاً گل سرخ تا آن را به دیگران بشناسانیم یا به خیال خود با نام گذاری آن، آن را درک کنیم. می‌گوییم: «این گل سرخ است»، نگاهی سریع به آن می‌اندازیم و به راه خود می‌رویم. با نام گذاری آن، خیال می‌کنیم که آن را فهمیده ایم؛ آن را طبقه بندی کرده و خیال می‌کنیم که بدان وسیله تمامی محتوا و زیبایی گل را درک می‌کنیم.

با نام گذاری چیزی، صرفاً آن را در یک مقوله جاداده ایم و به خیال خود آن را درک کرده ایم؛ اما به آن دقیق تر نگاه نمی‌کنیم؛ اما اگر به آن نامی ندهیم، اجباراً به آن نگاه خواهیم کرد. به عبارت دیگر، به گل یا هرچه هست با تازگی و کیفیت تازه‌ای از بررسی روبه‌رو می‌شویم؛ به آن طوری نگاه خواهیم کرد که گویی در گذشته هرگز نگاه نکرده ایم. نام گذاری راه بسیار آسانی است برای خلاصی از چنگ اشیاء و افراد؛ با گفتن این که آن‌ها آلمانی، ژاپنی، امریکایی و هندو هستند، شما می‌توانید بر این افراد برچسبی زده و برچسب را از میان ببرید. اگر به مردم برچسب زنید، ناچار به آن‌ها نظر خواهید کرد و آن وقت آدم کشی بسیار مشکل تر خواهد شد. برچسب را با بمب از میان بردن و احساس حقانیت کردن آسان است؛ اما اگر برچسب را زنید و مجبور باشید، به فرد فرد نگاه کنید - چه انسان، چه گل، چه حادثه، چه عاطفه - آن وقت بالاچاره ارتباط خود و عملی را که به دنبال می‌آید، مورد بررسی دقیق قرار می‌دهید. بنابراین، نام گذاری یا اصطلاح گذاری برای از بین بردن چیزی، انکار چیزی، محکوم سازی و یا موجه کردن چیزی، راه سهل و ساده‌ای است. این یک روی سؤال است.

هسته‌ای که نام گذاری از آن برمی‌خیزد، مرکزی که همیشه نام گذاری و انتخاب می‌کند و برچسب می‌زند، چیست؟ همه احساس می‌کنیم که هسته و مرکزی وجود دارد؛ هسته و مرکزی که از آن دستور عمل می‌گیریم و قضاوت و نام گذاری می‌کنیم. این مرکز و هسته چیست؟ بعضی‌ها دل‌شان می‌خواهد فکر کنند که این یک جوهر معنوی است؛ چیزی مثل پروردگار یا هرچه که شما نام گذاری کنید. پس بیایید ببینیم این مرکز و این هسته‌ای که نام گذاری و اصطلاح گذاری و داوری می‌کند چیست؟ این مرکز به طور یقین خاطر نام دارد، این طور نیست؟ خاطر یعنی مجموعه‌ای از انگیزه‌های شناخته شده در حصر قرار گرفته و گذشته‌ای که از طریق حال زندگی می‌کند. این هسته و مرکز از طریق نام گذاری، برچسب زدن و به خاطر آوردن از حال تغذیه می‌کند.

به زودی با باز کردن مطلب خواهیم دید که تا وقتی این مرکز و هسته وجود دارد، ادراک وجود ندارد. رسیدن به ادراک فقط با از بین بردن این مرکز تحقق خواهد یافت؛ زیرا در حال این مرکز همان خاطر است؛ خاطر تجارب گوناگونی که نام‌ها و برچسب‌هایی دریافت داشته‌اند و تعیین هویت شده‌اند. این تجارب نام گذاری شده و برچسب زده از جانب مرکز بر اساس احساسات، لذت‌ها و دردهای خاطر تجربه با پذیرش و عدم پذیرش و تصمیم برای بودن یا نبودن همراه هستند؛ طوری که می‌توان گفت مرکز یعنی واژه. اگر این مرکز را نام گذاری نکنید،

آیا مرکزی وجود دارد؟ به عبارت دیگر، اگر برحسب واژه‌ها فکر نکنید و از کلمات استفاده نکنید، می‌توانید فکر کنید؟ تفکر از طریق تشکیل الفاظ ایجاد می‌شود یا تشکیل الفاظ پاسخ‌گویی به اندیشیدن را آغاز می‌کند. مرکز یا هسته یعنی خاطره تجارب بی‌شماری از درد و لذت که در قالب الفاظ آمده‌اند. در خود بنگرید، خواهید دید که کلمات و برچسب زدن‌ها از مفاهیم پافراتر گذاشته‌اند، اهمیت بیشتر یافته‌اند. بله؛ ما با کلمات زنده هستیم.

برای ما کلماتی چون خداوند، حقیقت - یا احساسی که این کلمات نمایند آن‌ها هستند - اهمیت بسیار پیدا کرده‌اند. وقتی کلماتی چون «امریکایی»، «مسیحی»، «هندو» یا کلمه «خشم» را به زبان می‌آورم، خود ما همان کلمات هستیم و نشانگر احساس مورد نظر؛ ولی آن احساس را نمی‌شناسیم؛ زیرا برای ما کلمه اهمیت پیدا کرده است. وقتی خود را بودایی یا مسیحی می‌نامید، معنای آن کلمات چیست؟ معنایی که در پشت کلمه وجود دارد و شما هرگز آن را نیازموده‌اید چیست؟ مرکز و هسته ما، از کلمه و برچسب تشکیل شده است. اگر برچسب عیبی نداشته باشد و اگر عیب از چیزی باشد که در قفای برچسب است، شما می‌توانید پرس و جو کنید؛ اما اگر با برچسب همانند و به آن متصل باشید، پیش روی ممکن نیست و ما با برچسب همانندیم؛ با خانه، شکل، نام، اثاثیه، حساب بانکی، عقایدمان، ترغیب‌کننده‌های مان و غیره و غیره. ما همه این چیزها هستیم؛ همه آن چیزهایی که با یک نام نشان داده می‌شوند. اشیاء نام‌ها و برچسب‌ها اهمیت پیدا کرده‌اند و بنابراین، مرکز یا هسته همان کلمه شده است.

اگر برچسب یا کلمه‌ای نباشد، چیزی به نام مرکز نخواهیم داشت. در آن صورت مرکز از هم می‌پاشد و تخلیه صورت می‌گیرد؛ البته نه از ترس که چیزی به طور کامل متفاوت است. آن وقت نوعی حس هیچ بودن دست می‌دهد؛ زیرا شما همه برچسب‌ها را برداشته‌اید یا بهتر بگوییم به خاطر آن که فهمیده‌اید چرا به احساسات و ایده‌ها برچسب می‌زنید و کاملاً تازه می‌شوید. دیگر مرکزی که از آن دستور عمل بگیرید، وجود ندارد. آن مرکز کذایی - یعنی کلمه - از بین رفته است. برچسب برداشته شده و شما در مقام مرکز و هسته در آن جا قرار می‌گیرید؛ اما تحولی صورت پذیرفته. آن تحول، قدری هراسناک است؛ بنابراین دست به کار آن چه هنوز در آن دخیل است، نمی‌شوید؛ کار متفاوت درباره آن را آغاز کرده‌اید؛ می‌خواهید بدانید آن را دوست دارید یا خیر؟ دست به کار ادراک آن چه حاصل می‌شود، نمی‌شوید؛ در عوض به داوری می‌پردازید و معنایش آن است که شما به دستور مرکزی عمل می‌کنید. بنابراین، در همان لحظه قضاوت ثابت باقی می‌مانید؛ کلمات «دوست داشتنی» و «دوست نداشتنی»، اهمیت پیدا می‌کنند؛ اما وقتی نام گذاری نمی‌کنید، چه می‌شود؟ به یک احساس و یا انگیزه، مستقیم تر نگاه می‌کنید و بدین ترتیب رابطه‌ای متفاوت با آن خواهید داشت؛ همان طور که در مورد گل هم، وقتی بر آن نامی نگذارید، چنین چیزی صادق است. شما مجبور خواهید شد با دیدی تازه به آن نگاه کنید. وقتی گروهی از افراد را نام گذاری نکنید، مجبور خواهید شد به صورت هر فرد

به طور دقیق نگاه کنید و با آن ها به شکل یک توده برخورد نکنید. بدین ترتیب هوشیارتر، مراقب تر، مدرک تر و دارای احساس عمیق تر از غم خواری و عشق خواهید بود؛ اما اگر همه را به صورت یک توده نگاه کنید، هیچ احساسی نخواهید داشت.

اگر برچسب نزنید، باید با هر احساسی آن طور که بر می خیزد برخورد کنید؛ اما وقتی برچسب می زنید، در برچسب و احساس فرق نخواهد بود. برچسب، موجب بیدار شدن احساس می شود. لطفاً خوب دقت کنید. وقتی برچسب می زنیم، بسیاری از ما احساس را تشدید می کنیم. احساس کردن و نام گذاری، هم زمان صورت می گیرد؛ اگر بین نام گذاری و احساس کردن فاصله ای بود، آن وقت می توانستیم بفهمیم که آیا احساس کردن با نام گذاری فرق دارد یا خیر؟ و آن وقت می توانستیم با احساس کردن بدون نام گذاری آن مقابله کنیم.

مسأله این است که چطور می توان از چنگ احساسی که ما نام گذاری می کنیم؛ مثل خشم، رهایی جست؟ نه این که چطور آن را تحت انقیاد درآوریم، به تعالی برسانیم و یا سرکوب کنیم که همه نارس و احمقانه است؛ بلکه چطور واقعاً از دست آن رها شویم؟ برای رهایی به معنای واقعی باید دریابیم که آیا کلمه از احساس اهمیتش بیشتر است یا خیر؟ مثلاً کلمه خشم مفهومی بیشتر از احساس خشم دارد؟ حقیقت آن است که برای دریافتن این جواب باید میان نام گذاری و احساس، فاصله ای وجود داشته باشد.

اگر من برای یک احساس نامی نگذارم؛ به عبارت دیگر، اگر اندیشه به خاطر کلمات عمل نکند و یا اگر من برحسب کلمات، صور ذهنی یا نمادها نیندیشیم که غالب ما همین کار را می کنیم، در آن صورت چه خواهد شد؟ به طور یقین در آن صورت ذهن، مشاهده کننده صرف نخواهد بود؛ وقتی ذهن برحسب کلمات، صور ذهنی یا نمادها نمی اندیشد، متفکر و فکر کلمه است، از هم جدا نیستند. در آن صورت ذهن آرام است؛ آرام است؛ نه این که آرام می شود. وقتی ذهن واقعاً آرام است با احساساتی که به وجود می آیند، بی درنگ می توان مقابله کرد. تنها وقتی که احساسات را نام گذاری می کنیم و بدین ترتیب به آن ها قدرت می بخشیم، آن ها استمرار پیدا می کنند، در مرکز جمع می شوند و ما برچسب های دیگری از آن ها می گیریم؛ این کار یا به منظور تقویت و یا ابلاغ آن ها است.

وقتی ذهن دیگر مرکز نباشد، مانند متفکری که از کلمات و تجارب گذشته درست شده و تمامی آن ها خاطره و برچسب اند، جمیع آوری شده و طبقه بندی شده و هر یک در سوراخی خزیده؛ وقتی هیچ یک از این ها را انجام ندهد، واضح است که ذهن ساکت می شود. دیگر در بند نیست، دیگر مرکزی در من ندارد - مثل خانه من، توفیق من و مال من - که باز هم کلمات هستند و به احساس نیرو می دهند و بدین ترتیب خاطره را تقویت می کنند. وقتی هیچ یک از این ها اتفاق نیفتد، ذهن بسیار ساکت است. چنین حالتی، نامش نفی نیست. برعکس برای

رسیدن به آن نکته، شما باید از همه این مراحل بگذرید که تکلیفی است سنگین؛ این صرفاً یادگیری نیست که مجموعه ای از کلمات باشد و شما آن ها را مثل کودکان دبستانی تکرار کنید. دنبال کردن همه اشارات ذهن، تجربه آن و دانستن نحوه عمل ذهن و این که چطور از آن راه به نقطه ای می رسد که دیگر شما اسم گذاری نمی کنید؛ یعنی دیگر مرکزی جدا از اندیشه وجود ندارد؛ بلکه همه این روند را تفکر حقیق می نامیم.

وقتی ذهن واقعاً آرام است، آن وقت اعلام وجود برای آن چه غیرقابل یادگیری است، ممکن می شود. هر روند دیگر، هر جست و جوی دیگری برای واقعیت صرفاً خودفرافکنی و ساخته خود ما است؛ بنابراین، حقیقت ندارد؛ اما این روند شاق است و معنایش این است که ذهن باید به طور مستمر از آن چه در درون برایش اتفاق می افتد، آگاه باشد. برای رسیدن به این نکته از ابتدا تا انتها نه می تواند قضاوتی در کار باشد و نه توجیهی و نه این که این انتها است. انتهای وجود ندارد؛ زیرا چیزی فوق العاده بی حرکت در جریان است. چنین چیزی امیدوار کننده نیست. این شما هستید که باید آزمایش کنید، در خود عمیق تر و عمیق تر و عمیق تر شوید تا این که تمامی لایه های بی شمار مرکز از میان برود؛ البته این کار را شما می توانید هم به سرعت و هم به آهستگی انجام دهید. چقدر جالب است که به مشاهده روند ذهن بنشینیم و ببینیم چگونه کلمات ذهن را تحریک می کنند و یا تجربه مرده را جان تازه می بخشد و آن را زنده می کنند. در آن روند ذهن یا در آینده زندگی می کند یا در گذشته. بنابراین، کلمات از هر نظر دارای اهمیتی فوق العاده هستند و لطفاً این ها را نه از من یاد بگیرید و نه از کتاب. شما از هیچ کس و هیچ کتابی آن را یاد نمی گیرید. آن چه یاد می گیرید یا در کتاب پیدا می کنید، حقیقت نیست؛ ولی شما می توانید آن را تجربه کنید، می توانید خود را در حین عمل، در حین اندیشیدن مشاهده کنید، ببینید چطور فکر می کنید با چه سرعتی هر احساسی را که در وجوتان پیدا می شود، نام گذاری می کنید و مشاهده روند کلی ذهن را از شر مرکز خود خلاص می کند. بعد ذهن، ذهنی که به سکوت رسیده است، می تواند آن چه را جاودانه است، دریافت دارد.

درباره شناخته و ناشناخته

پرسش: ذهن ما فقط از شناخته خبر دارد. چه چیز در درون ما، ما را وامی دارد که ناشناخته، حقیقت یا پروردگار را پیدا کنیم.

کریشنامورتی: آیا ذهن شما برای رفتن به سوی ناشناخته اصرار می ورزد؟ آیا در درون ما برای رسیدن به آن چه ناشناخته است، برای رسیدن به پروردگار و حقیقت، انگیزه ای وجود دارد؟ لطفاً در این باره جدی و خوب بیندیشید. این سؤالی نیست که برای مسجل کردن موضوع بشود؛ بلکه سؤالی است برای دریافتن. آیا برای رسیدن به آن چه ناشناخته است در درون ما انگیزه ای

وجود دارد؟ واقعاً وجود دارد؟ چطور ناشناخته را می توان پیدا کرد؟ اگر شما آن را نمی شناسید، چگونه می خواهید پیدایش کنید؟ آیا برای یافتن حقیقت، اصراری هست یا آن چه هست، صرفاً تمایلی است برای شناخته شده؛ اما به صورت گسترده. آیا حرف های مرا ملتفت می شوید؟ من چیزهای بسیاری را شناخته ام؛ آن ها مرا خوشحال، راضی و متلذذ نکرده اند. بنابراین، اکنون طالب چیز دیگری هستم که به من لذت بیشتر، خوشی بیشتر و سرزندگی بیشتر - یا هر چه اسمش را می گذارید - بدهد. آیا شناخته شده که ذهن است و حاصل گذشته، می تواند به جست و جوی ناشناخته برود؟ اگر من به دنبال آن بروم، به دنبال چیزی ناشناخته می روم که انعکاسی از خود من است.

مشکل ما این نیست که چه چیزی در درون ما، ما را وادار به یافتن ناشناخته می کند؛ این کاملاً واضح است. تمایل خود ما این است که ایمن تر، ماندگارتر، تثبیت شده تر و خوشحال تر باشیم تا از بلوا و شورش، درد و رنج و پریشانی بگریزیم. این انگیزه بدیهی موجود در درون ما است. وقتی این انگیزه و این اصرار وجود دارد، شما مفری عجیب و پناهگاهی شگفت آور - در بودا، مسیح، شعارهای سیاسی و بقیه امور - خواهید یافت. این حقیقت نیست، این ناشناختنی یا ناشناخته نیست. بنابراین، انگیزه ای که در پی یافتن ناشناخته وجود دارد، باید به پایان برسد؛ یعنی باید درمورد شناخته های جمع آوری شده که همان ذهن است، ادراک وجود داشته باشد؛ ذهن باید خود را به عنوان چیزی شناخته شده درک کند؛ زیرا همه شناسایی آن همین است. ما نمی توانیم درباره چیزی که نمی شناسیم فکر کنیم. ما فقط درمورد آن چه می شناسیم، می توانیم بیندیشیم.

مشکل ما این است که ذهن به امر شناخته شده نپردازد؛ این کار زمانی صورت می گیرد که ذهن خود را بفهمد که چگونه با فرافکنی خویش همه حرکاتش از طریق حال، از گذشته به آینده ره می سپرد؛ این یک حرکت مستمر و معلوم است؛ آیا این حرکت می تواند پایان پذیرد؟ این پایان پذیرفتن زمانی عملی است که مکانیسم روند خود آن فهمیده شود، وقتی که ذهن خود و عملکرد خود، راه های خود، اهداف خود، علاقه مندی های خود، خواسته های خود - نه فقط خواسته های سطحی؛ بلکه اصرارها و انگیزه های کاملاً درونی - را درک کند. این یک تکلیف بسیار شاق است؛ چیزی نیست که در یک ملاقات یا در یک سخنرانی، یا از خواندن یک کتاب پیدا شود؛ برعکس، نیاز به مراقب بودن مستمر و آگاهی دائم از تک تک حرکات ذهن دارد؛ نه فقط به هنگام بیداری؛ بلکه زمانی هم که در خواب هستید؛ باید روندی کامل باشد، نه پراکنده و جزئی.

ضمناً نیت هم باید درست باشد. به عبارت دیگر، باید به این تعصب که همه ما از درون خواهان ناشناخته هستیم، پایان داد. چنین چیزی که فکر کنیم همه ما خداجو هستیم، خیال باطل است. ما نباید دنبال روشنایی بگردیم. هرگاه تاریکی از میان برود، روشنایی جلوه می کند؛ به

کمک تاریکی نمی شود روشنایی را دید. تنها کاری که باید کرد آن است که آن موانع، موانع تاریکی آفرین را از میان برداشت و برداشتن این موانع، به نیت ما بستگی دارد. اگر برداشتن موانع برای دیدن روشنایی است؛ پس شما چیزی را از میان بر نمی دارید؛ تنها کاری که می کنید این است که کلمه روشنایی را جانشین تاریکی می کنید؛ حتی فراسوی تاریکی را. نگاه کردن فرار از تاریکی است.

ما نباید به آن چه باعث حرکت ما می شود، توجه کنیم؛ بلکه باید بینیم علت وجود این آشفتگی، این بلوا و آشوب، این کشمکش و این خصومت - یعنی تمامیت کیفیت های احمقانه وجود ما - در وجود ما چیست؟ وقتی این چیزها وجود نداشته باشند، آن وقت روشنایی خود متجلی خواهد شد و نیازی نیست که به دنبالش بگردیم. وقتی حماقت از میان برود، هوشمندی ظاهر می شود؛ اما آدمی که احمق است و کوشش می کند هوشمند شود، باز هم احمق است. حماقت هرگز به درایت تبدیل نمی شود؛ تنها وقتی که حماقت نباشد، درایت و هوشمندی اظهار وجود خواهد کرد. آدمی که احمق است و سعی می کند هوشمند و عاقل شود، به طور یقین هرگز نخواهد شد. برای آن که بدانیم حماقت چیست، باید در آن وارد شد؛ نه به صورت سطحی؛ بکه به صورت تام و تمام، کامل، عمیق و ژرف باید در تمامی لایه های مختلف حماقت وارد شد؛ وقتیکه حماقت متوقف شود، عقل پا به میدان می گذارد.

از این رو، این اهمیت ندارد که بدانیم آیا چیزی بیشتر و بزرگ تر از آن چه معلوم است و در حرکت ما به سوی ناشناخته اصرار دارد، وجود دارد یا خیر؛ بلکه مهم آن است که بدانیم آن چه در وجود ما باعث آشفتگی، جنگ، اختلافات طبقاتی، کبر، به دنبال مشاهیر رفتن، جمع آوری دانش، فرار از طریق موسیقی، هنر و راه های بی شمار دیگر می شود؛ چیست؟ البته مهم آن است که این چیزها را آن طور که هستند بینیم و آن وقت آن طور که هستیم، به خود بازگردیم. ما می توانیم از آن جا شروع کنیم. آن وقت دور ریختن معلوم (شناخته شده) نسبتاً آسان خواهد بود. وقتی ذهن ساکت باشد، وقتی دیگر خود را در آینده متجلی نکنند، میل به چیزی نداشته باشد، وقتی ذهن واقعاً ساکت و به طور عمیق آرام باشد، ناشناخته قدم به عرصه هستی می گذارد. لازم نیست دنبالش بگردیم؛ نمی توان آن را اختراع کرد. تنها چیزی را می توانیم اختراع کنیم که شناخته شده است. شما قادر به (دعوت) آفرینش یک میهمان ناشناخته نیستید. تنها آن کس را که می شناسید می توانید دعوت کنید. شما ناشناخته را نمی شناسید. حال این ناشناخته ممکن است خدا، حقیقت یا هر چیز دیگری باشد. در هر حال، باید خود جوانه بزند و این در صورتی اتفاق می افتد که مزرعه آماده و خاک شخم زده شده باشد؛ اما اگر زمین را شخم کنید تا جوانه بزند، آن وقت از دیدارش محروم خواهید شد.

مشکل ما این نیست که چطور به جست و جوی آن چه ناشناختنی است برویم؛ بلکه مشکل آن است که چطور روند جمع آوری کننده ذهن را که همیشه معلوم است، درک کنیم. این تکلیفی

است بسیار دشوار و نیاز به توجه مستمر دارد؛ آگاهی مستمری که در آن انصراف خاطر، تعیین هویت و محکوم سازی راه نداشته باشند؛ یعنی بودن با آن چه هست. فقط در آن صورت ذهن آرام خواهد بود. تفکر و انطباط به هر میزان هم که باشد، ذهن را به معنای واقعی کلمه آرام نخواهد کرد. تنها وقتی که وزش های ملایم متوقف شوند، این دریاچه آرام خواهد گرفت. شما قادر به ساکت کردن دریاچه نیستید. کار ما دنبال کردن آن چه ناشناختنی است، نیست؛ کار ما آن است که به آشفتگی، بلوا و آشوب و مصیبت درون خویش پی ببریم؛ بعد، آن چه (روشن) تاریک است و در آن شادی نهفته است، اعلام حضور خواهد کرد.

دربارهٔ راست و دروغ

پرسش: چطور راستی، آن طور که شما گفته اید در اثر تکرار، به دروغ تبدیل می شود؟ واقعاً دروغ چیست؟ چرا دروغ گفتن غلط است؟ آیا این در تمامی سطوح وجود ما یک مشکل عمیق و عجیب نیست؟

کریشنامورتی: در این سؤال دو سؤال وجود دارد؛ بنابراین، بیایید ابتدا به سؤال اول جواب بدهیم که می پرسد: چطور تکرار راستی موجب تبدیل آن به دروغ می شود؟ «آیا شما می توانید یک ادراک را تکرار کنید؟ من چیزی را درک می کنم. آیا می توانم آن را تکرار نمایم؟ بله؛ می توانم آن را در الفاظ جا دهم، می توانم آن را ابلاغ کنم؛ اما تجربه به یقین آن چیزی نیست که تکرار می شود. ما در دام کلمات گرفتار می شویم و مفهوم تجربه را از دست می دهیم. اگر تجربه ای داشت باشید، آیا می توانید آن را تکرار کنید؟ چه بسا که بخواهید آن را تکرار کنید، ممکن است تمایل تکرار و احساس آن را داشته باشید؛ اما وقتی تجربه ای حاصل شد، دیگر تمام شده است و تکرار آن ممکن نیست. آن چه می تواند تکرار شود، احساس آن است و کلمهٔ معادلی که موجب زنده کردن آن احساس می شود. از آن جا که بیشتر ما متأسفانه تبلیغات چی هستیم، در دام تکرار کلمه به دام افتاده ایم؛ بنابراین، از قبل کلمات امرمان می گذرد و راستی انکار می شود.

احساس عشق را مثال می گیریم؛ آیا می توان آن را تکرار کرد؟ وقتی می شنوید که می گویند: «همسایه تان را دوست بدارید»، آیا به نظر شما راستی چنین است؟ خیر، فقط درستی این گفته وقتی است که شما واقعاً همسایه تان را دوست داشته باشید و این دوست داشتن نمی تواند تکرار شود؛ آن چه تکرار می شود، کلمه است. با این وجود، بیشتر ما از تکرار «همسایه تان را دوست بدارید» یا «آزمند نباشید»، راضی و خوشحال ایم. بنابراین، راستی دیگر یا یک تجربهٔ واقعی که شما از طریق تکرار داشته اید، راستی نخواهد شد. برعکس، تکرار، سد راه راستی است. تکرار صرف ایده های معین راستی نیست.

مشکل این مطلب در فهمیدن سؤال بدون اندیشیدن برحسب نقیض آن است. دروغ چیزی نیست که متضاد با راست باشد. شخص می تواند راستی آن چه را گفته می شود، ببیند؛ نه وقتی آن را به عنوان یک دروغ یا یک راست مقایسه کند یا در برابر هم قرار دهد، بلکه فقط بداند که بیشتر ما بدون ادراک و فهم تکرار می کنیم. مثلاً ما در مورد نام گذاری بحث کرده ایم و نه نام گذاری یک احساس و غیره. مطمئن ام که خیلی از شما آن را تکرار خواهید کرد، به خیال آن که «راستی» این است. شما هرگز نمی توانید تجربه را اگر تجربه مستقیم باشد، تکرار کنید. ممکن است آن را به دیگران بگویید؛ اما وقتی تجربه، واقعی است، احساساتی که به همراه آن بوده است، از بین می رود و محتوای عاطفی موجود در آن کاملاً محو و مستحیل می شود.

مثلاً ایده یکی بودن متفکر و فکر را در نظر بگیرید. چه بسا که این به نظر شما راستی به حساب آید؛ زیرا شما آن را به طور مستقیم تجربه کرده اید. اگر من آن را تکرار کنم، دیگر راستی به حساب نمی آید؛ توجه کنید؛ منظور راستی است؛ نه راستی در مقابل دروغ. بله؛ چنین چیزی واقعی نیست؛ صرفاً تکراری بوده و بنابراین، مفهومی نخواهد داشت. ببینید؛ ما با تکرار جزمیت به وجود می آوریم؛ کلیسا می سازیم و در آن پناه می گیریم. کلمه، نه راستی، جای «راستی» را می گیرد. کلمه، خود چیز نیست. به نظر ما، کلمه است و به همین علت است که انسان باید بی نهایت مواظب باشد که چیزی را که واقعاً نمی فهمد، تکرار نکند. اگر چیزی را درک کنید، می توانید آن را ابلاغ کنید؛ اما کلمات و خاطره، مفهوم عاطفی خود را از کف داده اند. بنابراین، اگر کسی این را در مکالمه عادی بفهمد، چشم انداز او و معلومات لغوی اش، تغییر خواهد کرد.

از آن جا که ما از طریق خودشناسی در جست و جوی راستی هستیم و تبلیغات چی صرف نیستیم، درک این اهمیت دارد. انسان با تکرار و به کمک کلمات یا هیجانان، خود را هیپنوتیزم می کند و درگیر وهم و خیال می شود. برای رهایی از آن، مشاهده مستقیم لازم است و برای مشاهده مستقیم، انسان باید از خود در روند تکرار، عادات، کلمات و انگیزه ها آگاه باشد. این آگاهی به انسان آزادی بسیار می بخشد؛ طوری که موجب تجدید حیات، تجربه مستمر و تازگی خواهد شد.

سؤال دیگر این است: «واقعاً دروغ چیست؟ چرا دروغ گویی غلط است؟» آیا این در تمامی سطوح وجود ما یک مشکل عمیق و عجیب نیست؟

دروغ چیست؟ دروغ نوعی تناقض گویی است، مخالفت با نفس خود است؛ انسان می تواند به صورت خودآگاه و یا ناخودآگاه تناقض گویی کند، ممکن است این کار از روی عمد باشد و یا از ناآگاهی؛ این ضد و نقیض گویی ممکن است بسیار عجیب و غریب باشد یا بسیار بدیهی. وقتی که شکاف میان تناقض گویی بسیار بزرگ باشد، در آن صورت، هرکدام تعادل خود را از دست می دهند یا شخص متوجه شکاف می شود و اقدام به اصلاح آن می کند.

برای درک ماهیت دروغ و علت دروغ گویی باید بررسی براساس نقیض آن صورت نگیرد. آیا می توانیم به این مسأله تناقض گویی در خویشتن طوری نگاه نکنیم که سعی در تناقض گونبودن نداشته باشیم؟ مشکل ما در این بررسی آن است که ما فوری و آسان دروغ را محکوم می کنیم؛ اما آیا برای فهم آن می توان براساس راستی و کذب فکر نکنیم؛ بلکه بدانیم تناقض گویی چیست؟ علت تناقض گویی ما چیست؟ چرا در وجود ما تناقض وجود دارد؟ آیا این کوششی مستمر برای چیزی شدن در نظر دیگران یا خود، به حساب نمی آید؟ ما طالب آن هستیم که خود را مطابق الگوها کنیم؛ وقتی کسی خود را به الگویی نزدیک نکند، تناقض وجود دارد؟

حال بینیم دلیل وجود الگو، معیار، تقریب و یا ایده ای که سعی ما بر آن است که خود را به آن برسانیم چیست؟ بی شک، این کوشش برای آن است که سالم، امن و محبوب بوده و درمورد خود و دیگران نظر خوبی داشته باشیم. تخم تناقض وجود دارد. تا وقتی که ما خود را به چیزی نزدیک می کنیم، سعی داریم چیزی بشویم؛ تناقض هم باید وجود داشته باشد و ازاین رو، این شکاف میان راست و دروغ نیز باید از میان نرود. آن چه به نظر من بررسی آن مهم است و باید بدون سر و صدا انجام شود، این است که دلیل تناقض در وجود ما چیست؟ نه آن که وجود دروغ و راست را در وجود خود را انکار کنیم. آیا علت آن این نیست که می خواهیم چیزی باشیم؟ در همین میل به چیزی بودن تناقض - مایل به چیز دیگری نبودن - وجود دارد. همین تناقض است که بسیار مخرب است. اگر کسی توانایی همانندی کامل با چیزی را داشته باشد - هرچه می خواهد باشد - آنگاه تناقض متوقف می شود؛ وقتی واقعاً ما خود را با چیزی کاملاً همانند کنیم، دربه روی «خود» بسته می شود، مقاومت که موجب عدم تعادل است، به وجود می آید؛ این امری مسلم است.

اصلاً چرا در وجود ما تناقض وجود دارد؟ من کاری کرده ام و نمی خواهم کشف شود؛ فکری به نظرم رسیده است که به معیار نمی رسد، مرا به یک حالت تناقض دچار می کند و من از آن خوشم نمی آید. وقتی تقریب وجود دارد باید ترس هم باشد و همین ترس است که ایجاد تناقض می کند. درحالی که اگر مسأله شدن در کار نباشد و کوششی برای چیزی بودن صورت نگیرد، آن وقت تناقضی وجود ندارد؛ در وجود ما و در هیچ سطحی - چه خودآگاه و چه ناخودآگاه - دروغ لانه نمی کند و چیزی که سرکوب شود و یا به نمایش گذاشته شود، وجود نخواهد داشت. از آن جا که بیشتر زندگی ما ترکیبی از حالات و وضعیت ها است؛ بیشتر ما براساس حالاتی که داریم، آن چه را تناقض است، مطرح می کنیم. وقتی حالت از میان برود، همان چیزی می شویم که هستیم. آن چه مهم است، همین تناقض است؛ نه این که شما یک دروغ مصلحتی مؤدبانه می گوئید یا نه. تا وقتی که این تناقض وجود دارد، باید یک وجودی ظاهری باشد و به تبع آن نوعی ترس های سطحی که باید مواظب آن ها بود - و بعد دروغ های مصلحتی - می دانید؛ بقیه امور خود به دنبال می آیند. بیاید در این مسأله دقیق شویم، نه این که بپرسیم دروغ چیست و

راست کدام؛ بلکه بدون در نظر گرفتن این موارد مغایر، وارد مسأله تناقض در خویش شویم؛ چیزی که بسیار دشوار است؛ زیرا از آن جا که ما بسیار متکی به احساسات هستیم، بیشتر زندگی ما از تناقض درست شده است. اعتقاد ما به عقاید و خاطرات است؛ ترس های فراوان داریم که دل مان می خواهد در زیر پوششی آن ها را مخفی نگاه داریم؛ تمامی این ها در وجود ما ایجاد تناقض می کنند؛ وقتی این تناقض غیرقابل تحمل شود آدم دیوانه می شود. انسان طالب صلح است؛ ولی هر چه که انجام می دهد، جنگ آفرین است؛ نه تنها در خانواده؛ بلکه خارج از خانواده نیز همین طور است. ما به جای فهمیدن آن چه موجب تعارض است، فقط سعی می کنیم که به هر حال این یا آن شویم و همین، ایجاد شکاف می کند.

آیا امکان درک علت تناقض وجود دارد؛ البته نه فقط به صورت سطحی؛ بلکه به صورت بسیار عمیق تر و روان شناختی؟ اولاً، آیا انسان می داند که زندگی اش همراه با تناقض است؟ ما طالب صلح ایم، بعد دم از ملی گرایی می زنیم؛ می خواهیم از مصیبت اجتماعی اجتناب کنیم؛ ولی باین وجود، تک تک ما فردگرا، محدود و در حصار خود هستیم. ما همیشه در تضاد به سر می بریم؛ چرا؟ آیا این بدون علت نیست که ما برده احساسات هستیم؟ این را نه باید انکار کرد و نه پذیرفت. نیاز به درک فراوان معانی ضمنی احساسات که آرزوها باشند، دارد. ما طالب چیزهای بسیاری هستیم که هر یک در تناقض با دیگری است. ما ماسک های تناقض بی شماری هستیم. هر وقت ماسکی مناسب ما باشد، آن را برمی داریم و بر چهره می زنیم و وقتی که ماسک دیگری لذت بخش تر و پرسودتر باشد، اولی را پس می زنیم. این حالت تناقض است که موجب دروغ گویی می شود و در مقابل آن، «راستی» را به وجود می آوریم؛ اما در واقع «راستی»، متضاد «دروغ» نیست. آن چه دارای متضاد است، «راستی» نام ندارد و برای فهم عمیق این مسأله، انسان باید از تمامی تناقض هایی که در آن ها زندگی می کند، مطلع باشد. گفتن: «تو را دوست دارم» از طرف من، با حسادت، رشک، اضطراب، ترس - که تناقض است - همراه است. آن چه باید فهمیده شود، همین تناقض است و انسان فقط زمانی آن را می فهمد که از آن مطلع باشد؛ مطلع، بدون هیچ نوع محکوم سازی یا توجیه و فقط نظاره گر آن باشد. برای آن که به این تناقض به صورت انفعالی نگاه کنیم، باید تمامی روند توجیه و محکوم سازی را درک کنیم.

نگاه انفعالی به چیزی کردن آسان نیست؛ اما با ادراک آن، انسان کم کم به کل روند راه های احساس و اندیشه فرد پی می برد. وقتی انسان از مفهوم کامل تناقض در وجود خود آگاه شود، این آگاهی موجب تحولی خارق العاده خواهد شد و در آن صورت، خودتان خواهید بود نه چیزی که سعی دارید بشوید. دیگر در پی یافتن ایده آل و خوشی نخواهید رفت. شما همانی هستید که هستید و می توانید کار را از آن جا آغاز کنید. در آن صورت، دیگر امکان تناقض وجود نخواهد داشت.

پرسش: شما حقیقت را فهمیده اید. آیا می توانید بگویید خدا چیست؟

کریشنامورتی: چطور می دانید من حقیقت را فهمیده ام؟ برای این که بدانید من حقیقت را فهمیده ام، شما هم باید حقیقت را فهمیده باشید. این پاسخ هوشمندانه نیست. برای دانستن چیزی، باید جزیی از آن بود. شما خود نیز باید آن تجربه را داشته باشید و بنابراین گفته شما که من حقیقت را فهمیده ام، ظاهراً معنایی ندارد. چه فرقی می کند که فهمیده باشم. آیا آن چه من می گویم، حقیقت نیست؟ حتی اگر من کامل ترین آدم روزگار باشم، اگر آن چه می گویم حقیقت نباشد، چه لزومی دارد که شما اصلاً به حرف من گوش کنید؟ به طور حتم درک من با آن چه می گویم اصلاً ارتباطی ندارد و انسانی که دیگری را پرستش می کند؛ زیرا این دیگری، حقیقت را فهمیده است و درواقع نوعی پرستش اقتدار است و چنین آدمی هرگز به حقیقت نخواهد رسید. درک آن چه به تحقق پیوسته است و شناختن کسی که حقیقت را فهمیده است، اصلاً اهمیتی ندارد.

می دانم که تمامی سنت ها عقیده دارند که: «با کسی باشید که حقیقت را فهمیده باشد»، چطور می شود فهمید که کسی به حقیقت پی برده است؟ تنها کاری که می شود کرد این است که با او معاشر شوید و حتی این هم این روزها بسیار دشوار است. در این دنیا آدم خوب به معنای واقعی کلمه، بسیار کم است؛ منظور از آدم خوب، آدم هایی هستند که در جست و جوی یافتن چیزی و یا در تعقیب چیزی نیستند. آن ها که در جست و جوی چیزی و یا به دنبال چیزی هستند، استثمارگرانی بیش نیستند؛ بنابراین، یافتن معاشری که انسان واقعاً دوست داشته باشد، کم است.

ما از کسانی که به درک حقیقت رسیده اند، یک ایده آل می سازیم و در این امیدیم که به ما چیزی بدهند که این رابطه ای غلط است. چطور آدمی که به درک حقیقت رسیده است، می تواند بدون عشق ارتباط برقرار کند؟ مشکل ما این است. ما در هیچ یک از بحث های خود، همدیگر را دوست نداریم؛ ما نسبت به هم مظنون هستیم؛ شما از من چیزی مثل دانش و درک حقیقت می خواهید یا می خواهید که با من معاشر شوید که تماماً نشان دهنده این است که شما کسی را دوست ندارید. شما چیزی می خواهید؛ بنابراین، بر سر آن هستید که استثمار کنید. اگر ما واقعاً یکدیگر را دوست داشتیم، برقراری ارتباط آنی صورت می گرفت. با این ترتیب، چه فرقی می کند که شما به درک حقیقت رسیده باشید و من نرسیده باشم یا شما بالا و یا پست باشید. به دلیل پژمرده بودن دل های ما، پروردگار اهمیت بسیار پیدا کرده است. به عبارت دیگر، برای این می خواهید خدا را بشناسید که آواز دل تان را از یاد برده اید و حالا درپی خواننده اید و از او می پرسید که آیا می تواند خواندن را به شما بیاموزد. او می تواند فن خواندن را به شما یاد دهد؛ اما این فن، به خلاقیت نخواهد انجامید؛ فقط آموختن فن خواندن شما را موسیقی دان نمی کند. ممکن است شما تمام گام های مخصوص رقصیدن را بلد باشید؛ ولی اگر

خلاقیت در قلب تان نباشد، مثل یک ماشین عمل خواهید کرد. اگر هدف شما رسیدن به نتیجه ای باشد، نمی توانید دوست داشته باشید. چیزی به نام ایده آل وجود ندارد؛ زیرا ایده آل نوعی رسیدن به توفیق است. زیبایی توفیق نیست، حقیقت است، حال است؛ حال؛ نه آینده. اگر عشق باشد، به درک ناشناخته نایل می شوید، خداوند را خواهید شناخت و لازم نیست کسی او را به شما بشناساند و زیبایی عشق هم در همین است؛ عشق یعنی فناپذیری و از آن جا که در وجودمان عشق نیست، دیگری را می خواهیم و یا خدا را جست و جو می کنیم تا آن چه را نداریم، بگیریم. اگر واقعاً عشق داشتیم، می دانید این دنیا چه دنیای دیگری می شد؟ ما باید آدم های خوشحالی باشیم؛ از این رو، نباید خوشحالی خود را در اشیاء، خانواده و یا ایده آل ها بجوییم. ما باید خوشحال باشیم و بنابراین اشیاء، افراد و ایده آل ها نباید بر زندگی ما مسلط باشند. این ها هم امور ثانویه هستند. از آن جایی که عشق در وجود ما نیست و ما خوشحال نیستیم، در اشیاء سرمایه گذاری می کنیم، به این خیال که آن ها به ما خوشحالی ببخشند؛ یکی دیگر از اموری که در آن سرمایه گذاری می کنیم، خدا است.

شما از من می خواهید که به شما بگویم حقیقت چیست؟ آیا آن چه را در وصف نمی گنجد، می توان در کلمات جا داد؟ آیا شما چیزی را که نتوان اندازه گرفت، می توانید اندازه گیری کنید؟ آیا می توانید باد را در مشت تان محبوس کنید؟ اگر کردید، آیا آن باد است؟ اگر آن چه را قابل اندازه گیری نیست اندازه بگیرید، آیا واقعیت دارد؟ اگر به قالب فرمولش درآورید، به واقعیت تبدیل می شود؟ بی شک خیر؛ زیرا در همان لحظه ای که شما چیزی را که غیر قابل وصف است توصیف کنید، دیگر حقیقت نخواهد بود. همان لحظه ای که ناشناخته را به شناخته برگردانید، دیگر آن چه ناشناختنی است، نخواهد بود. باین وجود، این همان چیزی است که با اشتیاق به دنبال آن هستیم. تمام مدت می خواهیم بدانیم؛ زیرا آن وقت می توانیم ادامه دهیم. آن وقت به خیال خود، می توانیم خوشی نهایی و جاودانگی را تسخیر کنیم. می خواهیم بدانیم؛ زیرا خوشحال نیستیم؛ زیرا با وضعی فلاکت بار تلاش می کنیم؛ زیرا از پادرامده و تحقیر شده ایم. باین وجود، به جای پی بردن به این حقیقت ساده - که ما تحقیر شده ایم، که ما ملول، خسته و دل زده و پر از بلا و آشوبیم - می خواهیم از آن چه شناخته شده دور شویم و به ناشناخته راه یابیم که باز شناخته خواهد شد و بنابراین ما هرگز به حقیقت دست نخواهیم یافت.

بنابراین، به جای آن که بپرسیم چه کسی به حقیقت پی برده است یا خدا چیست؟ چرا همه حواس خود را معطوف «آن چه هست» نمی کنید؟ در آن صورت ناشناخته را خواهید یافت و یا بهتر بگویم، ناشناخته به سوی شما خواهد آمد. اگر آن چه را شناخته شده است درک کنید، آن وقت آن سکوت خارق العاده ای را که القاء شدنی نیست، آن خالی بودن خلاق را که واقعیت فقط در آن می تواند داخل شود، تجربه خواهید کرد. واقعیت در آن چه در حال شدن است و در آن چه می کوشد، وارد نمی شود؛ تنها در چیزی وارد می شود که «بودن» است؛ چیزی که «آن چه

هست» را می‌فهمد؛ آن وقت متوجه می‌شوید که واقعیت در فاصله دوری نیست؛ با ناشناخته فاصله چندانی ندارید؛ بلکه آن را «در آن چه هست» خواهید یافت. از آن جا که پاسخ مسأله در خود مسأله است، بنابراین واقعیت هم «در آن چه هست» است؛ اگر قادر به درک آن باشیم؛ آن وقت حقیقت را خواهیم شناخت.

آگاهی از ملالت، حرص، بدخواهی، جاه طلبی و امثال آن، بی‌نهایت دشوار است. واقعیت آگاه بودن از «آن چه هست»، عین حقیقت است. آن چه آزادی می‌بخشد، حقیقت است نه تلاش شما برای آزادی. بنابراین، حقیقت دور نیست؛ اما ما آن را دور نگه می‌داریم؛ زیرا می‌خواهیم آن را به عنوان وسیله‌ای برای استمرار خود به کار ببریم. حقیقت این جا است؛ همین حالا؛ بدون فاصله؛ جاودانگی یا بی‌زمان بودن نیز حالا است و حالا را آن کس که در دام زمان گرفتار آمده است، نمی‌فهمد. خلاصی از اندیشه، به عمل محتاج است؛ اما ذهن تنبل و کاهل است و بنابراین همیشه موانع دیگری ایجاد می‌کند. این کار فقط از طریق تفکر صحیح ممکن است؛ یعنی عمل کامل؛ نه عمل مستمر و درک عمل کامل فقط زمانی ممکن است که ذهن به روند استمرار که همان خاطره است - نه خاطره واقعی؛ بلکه خاطره روان شناختی - پی‌ببرد. ذهن توانایی درک «آن چه هست» را ندارد؛ اما وقتی که شخص مفهوم پایان پذیرفتن را بفهمد، ذهن او و تمامی وجودش فوق العاده خلاق و به گونه‌ای انفعالی هشیار می‌شود؛ زیرا تجدید حیات در پایان یافتن است؛ درحالی که در استمرار، مرگ و فساد منزل دارد.

فصل 31- درباره ادراک فوری

پرسش: آیا ما می‌توانیم، بدون هیچ آمادگی قبلی، حقیقتی را که شما درباره اش صحبت می‌کنید، درک کنیم؟

کریشنامورتی: منظورتان از حقیقت چیست؟ بیابید لغاتی را که معانی آن‌ها را نمی‌دانیم، به کار ببریم؛ می‌توانیم یک کلمه ساده و سراسر را به جای آن به کار ببریم. آیا می‌توانید یک مشکل را به طور مستقیم درک کنید و بفهمید؟ یعنی آن چیزی که معنای ضمنی مشکل است، آیا می‌توانید «آن چه هست» را به طور آبی و همین حالا بفهمید؟ با فهمیدن «آن چه هست»، شما مفهوم حقیقت را خواهید فهمید؛ ولی اگر بگوییم: انسان باید حقیقت را بفهمد، معنای چندانی ندارد. آیا می‌تواند یک مشکل را به طور مستقیم و کامل فهمیده و از شر آن خلاص شوید؟ این معنای ضمنی این سؤال است، این طور نیست؟ آیا شما قدرت درک فوری یک بحران یا یک چالش را دارید؟ آیا می‌توانید مفهوم تمامی آن را دریابید و از چنگش رهایی یابید؟ آن چه را می‌فهمید، علامتی باقی نمی‌گذارد؛ از این رو، فهمیدن یا حقیقت، رهایی بخش است. آیا می‌توانید همین الان از قید یک مشکل و یک چالش آزاد شوید؟ زندگی بدون شک عبارت است از مجموعه‌ای از چالش‌ها و پاسخ‌ها؛ اگر پاسخ شما به یک چالش شرطی، محدود و ناقص

باشد، آن وقت آن چالش ردپا و پس مانده ای برجا می گذارد که به وسیله چالش دیگری بیشتر تقویت می شود. بنابراین، از یک طرف پس مانده مستمر خاطره ها، آن چه جمع آوری کرده ایم و علایم، صف کشیده اند و از طرف دیگر، سعی ما بر این است که به دیدار آن چه تازه است نایل شویم و از این رو، چنین چیزی هرگز ممکن نمی شود و به همین خاطر، نه درکی وجود خواهد داشت و نه رهایی از قید هیچ نوع چالشی.

مسأله و مشکل ما این است که آیا می توانیم یک چالش را به طور کامل و مستقیم فهمید؟ همه مفهوم آن، تمامی عطر آن، ژرفا، زیبایی و زشتی آن را حس کرد و از دامش رها شد؟ چالش همیشه تازه است؛ مشکل همیشه تازه است. مثلاً مشکلی که دیروز داشتید، به قدری تعدیل یافته است که وقتی امروز آن را می بینید، تازه تازه است؛ اما برخورد شما با آن کهنه است؛ زیرا شما بدون تغییر، با آن روبرو می شوید؛ شما فقط افکار خودتان را تعدیل می کنید.

اجازه بفرمایید طور دیگری آن را بیان کنم. من دیروز شما را دیدم. در این فاصله، شما تغییر و تعدیل پیدا کرده اید؛ اما من هنوز همان تصویر ذهنی دیروز را از شما دارم. من امروز شما را با آن تصویری که از شما دارم، می بینم و از این رو، شما را درک نمی کنم؛ من فقط تصویری را که دیروز از شما کشیده ام، درک می کنم. اگر قرار باشد شما را - شمایی که تغییر و تعدیل پیدا کرده اید- درک کنم، باید آن تصویر دیروزی را پاک کنم و از قیدش خلاص شوم. به عبارت دیگر، برای فهمیدن یک چالش که همیشه تازه است، من هم باید از نو با آن دیدار کنم و این نباید پس مانده ای از دیروز باشد؛ بنابراین، باید با دیروز خداحافظی کنم.

در هر حال زندگی چیست؟ آیا چیزی است همیشه تازه؟ بله؛ چیزی است که همیشه تغییر می یابد و احساس تازه ای به وجود می آورد. امروز هرگز مثل دیروز نیست و این زیبایی زندگی است. آیا شما و من می توانیم با هر مشکل از نو روبرو شویم؟ آیا شما، وقتی به خانه می روید، می توانید از اول با همسر و فرزندان ملاقات کنید؟ یا می توانید با یک چالش، ملاقاتی تازه داشته باشید؟

اگر از بار خاطرات دیروز سنگین باشید، هرگز قادر به انجام این کار نخواهید بود. بنابراین، برای درک حقیقت یک مشکل و یک ارتباط، باید از نو با آن دیدار کرد؛ نه با ذهنی باز؛ زیرا این معنا ندارد. شما باید با آن بدون آن که علایم خاطرات دیروز را به همراه داشته باشید، برخورد کنید؛ یعنی به محض آن که هر چالشی سر راست می کند، از تمامی پاسخ های دیروز آگاه باشید و با این آگاهی از پس مانده های خاطرات دیروز، متوجه خواهید شد که بدون کوشش و تلاش از میان خواهند رفت و بدین ترتیب، ذهن شما تازه خواهد بود.

آیا ما می توانیم، بدون هیچ آمادگی قبلی، به درک حقیقت نایل شویم؟ من می گویم بله؛ نه از راه تصور شخصی و نه از طریق وهم و خیال؛ بلکه از نظر روان شناسی آن را آزمایش کنید و خود

به درک آن خواهید رسید. هر نوع چالشی را که می خواهید یا هر حادثه ای را در نظر بگیرید - منتظر بحران های بزرگ نشوید - و ببینید که چطور در برابر آن ها واکنش نشان می دهید؟ اگر از واکنش های خود، مقاصد خود و نگرش های خود، آگاه باشید، آن ها را درک خواهید کرد و به سابقه ذهنی خود نیز پی خواهید برد. من با اطمینان خاطر به شما می گویم که اگر تمامی هوش و حواس خود را متوجه آن کنید، این کار به شکل آنی صورت می گیرد. اگر به دنبال پیدا کردن معنای کامل سابقه ذهنی خود باشید، این جست و جو ثمربخش خواهد بود؛ در آن صورت، در یک چشم به هم زدن به درک حقیقت و کشف مشکل نایل خواهید شد. ادراک از حال، از هم اکنون که هیچ گاه زمان نمی شناسد، حاصل می شود. اگرچه ممکن است فردا باشد؛ ولی باز هم حال است؛ صرف به تعویق انداختن، آماده شدن برای پذیرش آن چه فردا است؛ یعنی مانع درک خود از آن چه حال است شدن. به طور حتم شما می توانید آن چه را حال است، به طور مستقیم بفهمید. برای درک آن چه هست، نباید در وجود شما تشویش و انصراف خاطر وجود داشته باشد؛ باید قلب و ذهن خود را به آن بسپارید و آن را در آن لحظه خاص، تنها مسأله مورد علاقه خود بدانید. در آن صورت، «آن چه هست»، در به روی ژرفای خود و معنای کامل خود می گشاید و بدین وسیله شما از قید آن مشکل خلاص می شوید.

اگر می خواهید حقیقت را بدانید و مثلاً درباره مفهومی چون «مالکیت» همین حالا به درک مستقیم نایل شوید، چگونه با آن برخورد می کنید؟ بی شک باید به مشکل، احساس نزدیکی داشته باشید؛ نباید از آن بترسید و نباید میان شما و مشکل هیچ نوع معتقدات شخصی یا هیچ نوع جوابی وجود داشته باشد. تنها وقتی که شما به طور مستقیم در ارتباط با مشکل باشید می توانید پاسخ را پیدا کنید. اگر پاسخی ارائه کنید، اگر به داوری بنشینید و دارای بی رغبتی روان شناختی باشید، آن وقت کار را به تعویق می اندازید و خود را آماده درک فردا که فقط در «حال» قابل درک است، خواهید کرد. از این رو، هرگز به ادراک نمی رسید. تصور حقیقت هرگز به آمادگی نیاز ندارد. آمادگی متضمن زمان است و زمان، وسیله درک حقیقت نیست. در ادراک استمرار نیست؛ چیزی است لحظه به لحظه و پس مانده ای ندارد.

متأسفانه باید بگویم که من کاری می کنم که این مسأله کاملاً دشوار به نظر آید؛ این طور نیست؟ ولی درک آن آسان و ساده است؛ به شرط آن که آن را به آزمایش بگذارید. اگر از این دنیا بیرون بروید و به رؤیابافی بگذرانید و یا درمورد آن تفکر کنید، کار بسیار مشکل می شود. وقتی میان شما و من سدی وجود ندارد، من شما را درک می کنم. اگر من در برابر شما باز باشم، شما را به طور مستقیم درک می کنم و بازبودن مسأله ای نیست که به زمان مربوط باشد. آیا زمان مرا باز خواهد کرد؟ آیا آمادگی، سیستم و انضباط مرا در مقابل شما باز خواهد کرد؟ خیر؛ آن چه مرا در مقابل شما باز می کند، قصد من برای درک کردن است. من می خواهم باز باشم؛ زیرا چیزی برای مخفی داشتن ندارم و نمی ترسم؛ بنابراین، باز هستم و ارتباط فکری و احساس،

بلافاصله برقرار است و حقیقت وجود دارد. برای دریافت حقیقت، برای شناختن زیبایی آن و برای شناختن لذت آن باید پذیرش فوری وجود داشته باشد، پذیرشی که نظریه ها، ترس ها و پاسخ ها آن را تیره نکرده باشند.

فصل 32- درباره سادگی

پرسش: سادگی چیست؟ آیا دلالت بر دیدن بسیار واضح اصول دارد و دور ریختن بقیه چیزهای دیگر؟

کریشنامورتی: اول بیایید ببینیم که سادگی وجود ندارد. نگوید «این نفی است» یا «چیزی مثبت به ما بگوید». چنین واکنشی ناپخته و همراه با بی فکری است. افرادی که «مثبت ها» را در اختیار شما می گذارند، استثمارگرند. آن ها چیزی به شما می دهند که طالبش هستید و به وسیله آن از شما سوءاستفاده می کنند. (۱) ما اصلاً چنین کاری نمی کنیم. ما سعی داریم حقیقت سادگی را پیدا کنیم. بنابراین، شما باید ایده هایی را که در پس این مطلب دارید، دور بریزید و از نو به مشاهده بپردازید. آدمی که زیاد دارد، از انقلاب درونی و بیرونی می ترسد.

بیایید ببینیم چه چیزی سادگی نیست؟ ذهن پیچیده، ذهن ساده نیست. ذهن هوشمند، ذهن ساده نیست؛ ذهنی که هدفی درپیش دارد که برای آن کار می کند؛ یا برای پاداش و یا از ترس، ذهن ساده ای نیست. ذهنی که در زیر بار گران دانش است، ساده نیست؛ ذهنی که به دست اعتقادات فلج شده است، ساده نیست. ذهنی که خود را با چیزی بزرگ تر همانند کرده و تلاش می کند تا این هویت را نگه دارد، ذهنی ساده به حساب نمی آید. ما خیال می کنیم اگر یکی دو تکه لنگ داشته باشیم، سادگی به خرج داده ایم؛ ما به دنبال نمایش ظاهری سادگی هستیم و چه زود هم با این کار گول می خوریم. به همین علت است که آدم بسیار ثروتمند، آن کس را که قناعت پیشه کرده است، پرستش می کند.

سادگی چیست؟ آیا می توان سادگی را دورریختن چیزهای غیراصولی و به دنبال اصول رفتن - که روند انتخاب نام دارد - دانست؟ آیا سادگی همان انتخاب نیست؟ انتخاب اصول و دورریختن امور غیراصولی؟ آیا سادگی در ذهن نیست؟ هیچ فرق نمی کند که شما نامش را چه بگذارید. شما می گوئید: «من این را انتخاب می کنم که اصل است». چطور می دانید اصل کدام است؟ یا الگویی دارید که افراد دیگر به شما گفته اند یا تجربه شخصی خود شما می گوید که چیزی اصل است. آیا می توانید به تجربه خود اعتماد کنید؟ وقتی انتخاب می کنید، انتخاب شما براساس میل است. آن چه را «اصل» می نامید، همان چیزی است که شما را راضی می کند. بنابراین برمی گردید به همان روند کذایی؛ این طور نیست؟ آیا یک ذهن پریشان، توانایی انتخاب دارد؟ اگر دارد، انتخاب هم باید پریشان باشد.

بنابراین، انتخاب میان آن چه اصلی است و آن چه اصلی نیست، سادگی به حساب نمی آید. این یک تعارض است. ذهنی که در تعارض و آشفتگی است، نمی تواند ساده باشد. وقتی این چیزها را دور بریزید، وقتی واقعاً به مشاهده بپردازید و تمامی این چیزهای دروغین را که نیرنگ های ذهن نام دارند ببینید، وقتی ذهن خود را مورد مشاهده دقیق قرار دهید و از آن آگاه شوید، آن وقت خود خواهید دانست که سادگی چیست. ذهنی که در قید اعتقادات است، ساده نیست. ذهنی را که دانش فلج کرده است، ساده نیست. ذهنی را که زن، موسیقی یا چیزهای دیگر منحرف کرده است، ساده نیست. ذهنی که در یک نواختی اداره، یک نواختی مناسک و نیایش ها به دام افتاده است، ساده نیست. سادگی، عمل است بدون ایده؛ اما چنین چیزی بسیار نادر است و معنای خلاق بودن دارد. تا وقتی که آفرینش وجود ندارد، ما مراکز تبه کاری، مصیبت و خرابی هستیم. سادگی چیزی نیست که بشود به دنبال آن رفت و تجربه کرد. سادگی مانند گلی که به موقع خودش باز می شود، از راه می رسد؛ وقتی همه روندها کلی وجود و ارتباط را درک کنند، به سادگی می رسند. از آن جا که ما هرگز درباره آن نیندیشیده و آن را مشاهده نکرده ایم، از آن مطلع نیستیم؛ ما برای همه اشکال خارجی چند چیزی که به ما متعلق است، ارزش قایل می شویم؛ اما هیچ یک از این ها سادگی نیست. سادگی چیزی نیست که پیدایش کنیم، انتخابی نیست که میان امور اصلی و غیراصلی قرار گرفته باشد؛ تنها وقتی اعلام وجود می کند که «خود» وجود نداشته باشد؛ وقتی که ذهن در قید پیش بینی ها، نتیجه گیری ها، اعتقادات و ایده پردازی ها نباشد. تنها ذهنی این چنین آزاده می تواند حقیقت را دریابد. تنها چنین ذهنی می تواند آن چه را قابل اندازه گیری نیست و آن چه را نامی بر آن نمی توان نهاد، دریافت دارد و سادگی همان است.

فصل 33- درباره سطحی بودن

پرسش: چطور آدمی که سطحی است، جدی می شود؟

کریشنامورتی: اولاً باید بدانیم که ما سطحی هستیم؟ این طور نیست؟ معنای سطحی بودن چیست؟ در اصل، یعنی وابسته بودن؛ وابسته بودن به انگیزه، چالش، دیگری و از نظر روان شناسی وابسته بودن به ارزش های خاص، تجارب و خاطرات معین؛ آیا همه این امور ما را به سطحی بودن نمی کشانند؟ وقتی من هر صبح یا هر هفته، مقید رفتن به کلیسا هستم تا در آن جا تعالی پیدا کنم و مورد حمایت قرار گیرم، آیا این مرا سطحی بار نمی آورد؟ اگر قرار باشد که من بعضی از مناسک ویژه را به جا بیاورم تا بدین وسیله حس یک پارچگی خود را حفظ کنم یا احساسی را که زمانی احتمالاً داشته ام دوباره به دست آورم، آیا این مرا سطحی نمی کند؟ آیا وقتی خود را تسلیم کشور یا نقشه و یا یک گروه سیاسی خاص می کنم، خود را سطحی نکرده ام؟ به طور حتم، این روند کلی وابستگی، انحرافی از خود است؛ این همانندی با بزرگ تر، انکار آن چه من هستم است؛ اما من نمی توانم آن چه را هستم انکار کنم؛ من باید آن چه را هستم

بفهمم و سعی نکنم که خود را با دنیا، پروردگار، یک حزب سیاسی خاص و یا هر چیز دیگری که شما بگویید، همانند کنم. تمامی این ها به سطحی فکرکردن منجر می شود و از این سطحی فکرکردن، اعمالی ناشی می شود که همیشه تبه کارانه است؛ چه در سطح دنیا و چه در سطح زندگی فرد.

اولاً، آیا ما تشخیص می دهیم که این کارها را می کنیم؟ خیر؛ کار ما توجیه کردن آن ها است. ما می گوییم: «اگر این کارها را نکنم، پس چه کار کنم؟ وضعیت من بدتر از این می شود؛ مغزم از هم می پاشد؛ حالا، دست کم برای رسیدن به چیزی بهتر تلاش می کنم». هرقدر بیشتر بکوشیم، سطحی تر می شویم. من باید اول متوجه این قضیه بشوم. دانستن آن چه هستم؛ اعتراف به حماقت خود، ژرف نگری نداشتن، ریزین بودن و داشتن حسادت، یکی از مشکل ترین امور است. اگر من بدانم چه هستم و اگر آن را تشخیص دهم، آن وقت به کمک آن شروع خواهم کرد. به طور یقین، ذهنی که ژرف نگری ندارد، ذهنی است که از آن چه هست می گریزد؛ نگریختن، نیاز به تحقیق بسیار دشوار و انکار کاهلی دارد. از همان لحظه ای که من بدانم سطحی هستم، یک روند تعمیق شروع به کار می کند؛ به شرط آن که من در مورد این سطحی بودن کاری بکنم. اگر ذهن بگوید: «من ناچیزم و من باید سر و ته قضیه را دریاورم، من به کنه مسأله ناچیز بودن و این تأثیر کوچک کننده، پی خواهم برد»؛ آن وقت امکان تحول به وجود می آید؛ اما یک ذهن حقیر که به کوچک بودن خود اقرار می کند و سعی دارد که از طریق مطالع، دیدار با مردم، مسافرت کردن و فعالیت بی وقفه میمون وار داشتن، حقیر و کوچک نباشد، باز هم کوچک و حقیر باقی می ماند.

در این جا نیز می بینیم که انقلاب واقعی زمانی صورت می گیرد که با این مشکل به طور صحیح برخورد کنیم. برخورد صحیح با مشکل، چنان اعتمادی به انسان می بخشد که باور کنید کوه را از جا می کند؛ کوه تعصب ها و شرطی شدن ها را. وقتی از ذهن سطحی خود آگاه می شوید، سعی در تعمیق آن نداشته باشید. ذهن سطحی هرگز اعماق عظیم را نمی شناسد. چنین ذهنی می تواند دانش و اطلاعات بسیاری داشته باشد و می تواند کلمات را تکرار کند - خودتان از تمامی متعلقات یک ذهن سطحی فعال شده، با اطلاع هستید؛ ولی اگر بدانید که سطحی هستید، ژرف نگری ندارید، اگر از این ژرف نگری آگاه باشید و تمامی فعالیت هایش را بدون وقفه و بدون محکوم سازی مشاهده کنید؛ آن وقت متوجه می شوید که این سطحی بودن به کلی زایل می شود؛ بدون آن که درباره اش فعالیتی به خرج دهید. چنین چیزی نیاز به شکیبایی و بیداری دارد؛ نه میل همراه با خشم برای نتیجه و توفیق. تنها ذهن کم مایه است که چشم به راه توفیق و نتیجه می نشیند.

هرقدر بیشتر از این روند آگاه باشید، بیشتر به فعالیت های ذهن واقف می شوید؛ اما باید مشاهده شما بدون کوشش برای تعیین یک نقطه نهایی باشد؛ زیرا به محض آن که به جست

وجوی نتیجه بروید، باز هم در دوگانگی «من» و «نه؛ من» که مسأله را استمرار می بخشد، به دام خواهید افتاد.

فصل 34- دربارهٔ ابتدال

پرسش: ذهن با چه چیزی باید سرگرم باشد؟

کریشنامورتی: این یک مثال خوب است دربارهٔ آن که چطور تعارض به وجود می آید؛ تعارض میان آن چه باید باشد و «آن چه هست». ابتدا ما آن چه را باید باشد؛ یعنی ایده آل را تثبیت می کنیم؛ سپس سعی می کنیم براساس آن الگو، زندگی کنیم. می گوییم که ذهن باید با مسایل اصیل، نبود خو پسندی، بخشندگی، مهربانی و عشق سرگرم باشد؛ به این می گوییم الگو، اعتقاد، آن چه باید و الزام و سعی می کنیم بر آن اساس به زندگی بپردازیم. بنابراین، یک رشته تعارض، میان انعکاس آن چه باید باشد و واقعیت؛ یعنی آن چه هست، در جریان است و ما امیدواریم که از طریق این تعارض متحول شویم. تا زمانی که با آن چه باید در تلاش هستیم، احساس پرهیزکاری و شایستگی می کنیم؛ اما کدام یک مهم تر است: آن چه باید باشد یا آن چه هست؟ ذهن ما با کدام سرگرم است؛ البته به شکل عملی نه به صورت ایدئولوژیکی؟ با ابتدال ها؛ غیر از این است؟ با جاه طلبی، حرص، حسادت، بدگویی و ظلم. ذهن در دنیایی از ابتدال زندگی می کند و ذهن مبتدلی که الگویی اصیل می آفریند، بازهم مبتدل است. سؤال این نیست که ذهن سرگرم چه چیزی باشد؛ بلکه سؤال این است که آیا ذهن می تواند خود را ز قید ابتدال ها رها کند؟ اگر همهٔ ما آگاه و کاوشگر باشیم، به ابتدال های خود پی می بریم. حرف زدن بی وقفه، وراجی های دائم ذهن، نگران این و آن بودن، کنجکاو بودن بر سر این که مردم چه کار می کنند یا چه کار نمی کنند، سعی در رسیدن به نتیجه، در پی بزرگ کردن امور بودن و اموری از این قبیل. ما با این ها سرگرم هستیم و این را هم خوب می دانیم. آیا این را می توان تغییر داد؟ مشکل این است؛ این طور نیست. پرسش در این باره که ذهن باید با چه چیزی سرگرم باشد، سؤال پخته ای نیست.

حالا اگر ذهن من دچار ابتدال و سرگرم امور مبتدل باشد، آیا می تواند خود را از قید این وضع نجات دهد؟ آیا خود ذهن با همین ماهیتی که دارد، مبتدل نیست؟ ذهن، چیزی به جز نتیجهٔ خاطره نیست؛ اما خاطرهٔ چه چیزی؟ خاطرهٔ نحوهٔ زنده ماندن؛ زنده ماندن هم به صورت جسمانی و هم روانی؛ البته از طریق بهبود بعضی از کیفیت ها، پرهیزکاری ها، جمع آوری تجارب و تثبیت ذهن در فعالیت های خاص خود. آیا این ابتدال نیست؟ ذهن که نتیجهٔ خاطره و زمان است، خود با ابتدال همراه است؛ برای رهایی از این ابتدال، چه کاری از دستش برمی آید؟ آیا اصلاً کاری از دستش برمی آید؟ لطفاً به اهمیت این مطلب توجه کنید. آیا ذهن که فعالیتی خودمركز است، می تواند خود را از این فعالیت برهاند؟ شکی نیست که نمی تواند؛ هرکار دیگری هم که انجام دهد، باز هم ابتدال است. می تواند در مورد پروردگار تفحص و تفکر کند، می تواند

نظام های سیاسی طرح کند، می تواند به اختراع عقاید بپردازد؛ ولی باز هم در محدوده زمان است؛ تغییرش فقط از یک خاطره به خاطره دیگر است؛ هنوز هم در قید محدودیت های خویش می باشد؛ ولی آیا این محدودیت به هنگام ساکت بودن ذهن و فعال نبودن آن، وقتی به ابتذال خود پی می برد، حالا فرق نمی کند که چقدر ابتذال را برای خود بزرگ کرده باشد، از میان می رود؟ وقتی ذهن، ذهنی که ابتذال های خود را می بیند، از آن ها آگاهی کامل پیدا می کند و بدین ترتیب، ساکت می شود؛ بله؛ فقط در این زمان امکان دورریختن این ابتذال ها وجود خواهد داشت. تا وقتی که شما پرسش تان این است که: ذهن باید با چه چیزی سرگرم باشد، ذهن سرگرم چیزهای پیش و پا افتاده خواهد بود؛ حالا چه کلیسا بسازد، چه نیایش کند و یا به زیارت اماکن متبرکه برود. خود ذهن ناچیز و حقیر است و با صرف گفتن آن که بله؛ ذهن حقیر و کوچک است، کوچک بودن او را از میان نمی برد. باید آن را درک کنید؛ ذهن هم باید فعالیت های خود را بشناسد و در روند این شناسایی، با آگاهی از درگیری خود با امور مبتذل که خود-آگاهانه و یا ناآگاهانه- ساخته است، ساکت می شود. در این سکوت یک حالت خلاقیت وجود دارد و این عاملی است که موجب تحول خواهد شد.

فصل 35- درباره بی حرکتی ذهن

پرسش: چرا از بی حرکتی ذهن صحبت می کنید و بی حرکتی ذهن چیست؟

کریشنامورتی: آبا برای آن که همه چیز را بفهمیم، بی حرکت بودن ذهن ضروری نیست؟ اگر مشکلی داشته باشیم؛ برایش نگرانیم؛ این طور نیست؟ به بررسی و تعمق درباره آن می پردازیم و تکه تکه اش می کنیم، به این امید که از آن سردر بیآوریم. راستی آیا از طریق تلاش و کوشش، تحلیل، مقایسه و یا انواع کوشش های ذهنی، می توان به ادراک رسید؟ بدون شک، این کار تنها زمانی ممکن است که ذهن آرام بگیرد. می گوئیم که هر قدر بیشتر با مسأله گرسنگی، جنگ یا هر مشکل انسانی کلنجار برویم، بیشتر به تعارض برمی خوریم و بهتر آن را می فهمیم. آیا این درست است؟ قرن هاست که جنگ ها استمرار پیدا کرده اند، تعارض میان افراد، جماعات و جنگ های درونی و بیرونی، همیشه و به طور مستمر وجود داشته اند. آیا ما این جنگ و تعارض را با تعارض بیشتر، تلاش بیشتر و کوشش زیرکانه می توانیم از میان ببریم؟ یا این که مشکل را زمانی می فهمیم که مستقیماً در برابر آن قرار بگیریم و با حقیقت رو به رو شویم. ما تنها زمانی می توانیم رودر روی حقیقت قرار بگیریم که هیچ هیجان مداخله گر میان ذهن و حقیقت حایل نشود؛ بنابراین، اگر قرار باشد ما به ادراک برسیم، آیا ساکت بودن ذهن اهمیت ندارد؟

شما ناگزیر خواهید پرسید: «چطور می شود ذهن را بی حرکت کرد؟» این واکنش فوری است؛ این طور نیست؟ می گوئید: «ذهن من به هیجان آمده است و حال برای ساکت کردن آن چه باید کرد؟» آیا هیچ نظامی می تواند ذهن را ساکت کند؟ آیا فرمول یا مکتبی وجود دارد که ذهن را بی حرکت کند؟ بله؛ این امکان وجود دارد؛ اما وقتی ذهن را مجبور به بی حرکت بودن

کنند، آیا این سکوت باز هم بی حرکتی نام دارد؟ یا این که ذهن فقط در محدودهٔ یک ایده، در درون یک فرمول و یا یک عبارت، محدود شده است؟ ذهنی این چنین، ذهنی مرده است. علت این است که بسیاری از افرادی که سعی دارند اخلاقی - به اصطلاح اخلاقی - باشند، آدم های مرده ای بیش نیستند؛ زیرا آن ها ذهن خود را تعلیم داده اند که ساکت باشد؛ آن ها برای آن که ساکت باشند، خود را در حصار فرمول ها زندانی کرده اند. بدیهی است که ذهنی این چنین هرگز ساکت نیست؛ بلکه فقط سرکوب گردیده و زیردست نگاه داشته شده است.

وقتی ذهن آرام می گیرد که متوجهٔ این حقیقت شود که تنها زمانی به ادراک می رسد که آرام گیرد؛ اگر قرار باشد من شما را درک کنم، باید ساکت باشم؛ نمی توانم علیه شما واکنشی داشته باشم، نباید متعصب باشم؛ باید تمامی نتیجه گیری ها و تجارب خود را به کناری بیندازم و با شما رودررو شوم. تنها در آن صورت؛ یعنی وقتی که ذهن از شرطی شدن من رها شود، به ادراک می رسم. وقتی من حقیقت آن را دریابم، ذهن ساکت می شود؛ آنگاه دیگر سؤالی مثل: چطور ذهن را آرام کنیم؟ باقی نمی ماند. تنها حقیقت، ذهن را از ایده پردازی خود رها می کند؛ برای دیدن حقیقت، ذهن باید به این حقیقت پی ببرد که تا وقتی هیجان زده است، به ادراک نخواهد رسید. سکوت و آرامش ذهن چیزی نیست که با قدرت اراده و آن چه که آرزو می کند، به وجود آید؛ اگر چنین باشد، پس ذهن بسته و منزوی است؛ ذهنی است مرده و بنابراین، توانایی انطباق پذیری، نرمش و سرعت عمل را ندارد. این چنین ذهنی از خلاقیت برخوردار نیست.

بنابراین، سؤال ما این نیست که چطور ذهن را بی حرکت کنیم؛ بلکه چطور حقیقت هر مشکل را همان طور که در برابر ما قرار می گیرد، ببینیم؟ چنین چیزی شبیه استخری است که پس از توقف باد آرام می شود. ذهن ما از آن نظر هیجان زده است که ما دارای مشکلاتی هستیم و برای اجتناب از مشکلات ذهن را آرام می کنیم. اکنون ذهن، آن مشکلات را منعکس کرده است و هیچ مشکلی منفک از ذهن دیده نمی شود و تا وقتی که ذهن تمامی تصورات حساسیت را منعکس می کند، انواع آرامش ها را پیشهٔ خود می سازد، هرگز به آرامش نخواهد رسید. وقتی ذهن بداند که فقط با ساکت بودن به ادراک می رسد؛ آنگاه ساکت خواهد شد. این سکوت تحمیلی نیست و تحت نظم و قاعده درنیامده است؛ سکوتی است که درک آن به وسیلهٔ ذهن هیجان زده ممکن نیست.

بسیاری از کسانی که به دنبال رسیدن به آرامش ذهن هستند، خود را از زندگی فعال کنار کشیده و به دهکده ها، دیرها و کوه ها روی می آورند یا این که در ایده ها پناه می گیرند، خود را در یک اعتقاد محصور می کنند یا از مردمی که به دردسرشان می اندازند، اجتناب می کنند. این گونه انزواگیری بی حرکتی ذهن نام دارد. محصور بودن ذهن یک ایده است، اجتناب از مردم نیز که زندگی را دشوار می کنند، موجب آرامش ذهن نخواهد شد. سکوت ذهن تنها زمانی به دست می آید که روند انزواگیری از طریق جمع آوری به بوتۀ فراموشی سپرده شود و به جای

آن، ادراک کامل تمامی روند ارتباط وجود داشته باشد. جمع آوری، ذهن را کهنه می کند؛ تنها وقتی که ذهن تازه و جدید است و از روند جمع آوری خبری نیست؛ تنها در آن صورت امکان داشتن آرامش ذهن وجود دارد. ذهنی این چنین مرده نیست و در فعال ترین وضعیت است. ذهن بی حرکت، فعال ترین ذهن است؛ ولی اگر آن را آزمایش کنید، اگر به بررسی عمیق آن بپردازید، خواهید دید که در این بی حرکتی انعکاسی از اندیشه به چشم نمی خورد. اندیشه در تمامی سطوح به طور وضوح، واکنش خاطر است و نمی تواند در حالت آفرینندگی باشد. ممکن است به بیان آفرینندگی دست زند؛ ولی اندیشه به خودی خود هرگز نمی تواند آفریننده باشد. وقتی سکوت برقرار می شود، آرامش ذهن که نتیجه نیست، حکم فرما می شود؛ آنگاه خواهیم دید که در این سکوت، فعالیت خارق العاده وجود دارد و نیز عملی حیرت انگیز که ذهن هیجان زده از اندیشه، هرگز با آن آشنا نیست. در آن بی حرکتی، چیزی به نام نظم و قاعده بخشی وجود ندارد؛ چیزی به نام ایده یا خاطر به چشم نمی خورد؛ آن بی حرکتی، حالتی آفریننده است که ادراک آن فقط زمانی حاصل می شود که به ادراک کلی «من» رسیده باشیم. در غیر این صورت، بی حرکتی بی معنا است. تنها در آن نوع بی حرکتی که نتیجه نیست، ابدیت که فراسوی زمان است، کشف خواهد شد.

فصل 36- درباره معنای زندگی

پرسش: ما زندگی می کنیم؛ ولی نمی دانیم چرا. به نظر بسیاری از ما، زندگی هیچ معنایی ندارد؛ آیا می توانید بگویید که معنا و هدف زندگی ما چیست؟

کریشنامورتی: ببینم، چرا این سؤال را می پرسید؟ چرا از من می خواهید که معنای زندگی و هدف آن را برای تان بگویم؟ منظور شما از زندگی چیست؟ آیا زندگی هدف یا معنایی دارد؟ آیا زندگی به خودی خود معنای خود نیست؟ هدف خود چیست؟ چرا طالب بیشتر هستیم؟ زیرا ما از زندگی خود به هیچ وجه راضی نیستیم، زندگی مان بسیار تهی است؛ زرق و برق بی خود است؛ گولی بس عظیم است؛ عملی است یک نواخت و تکراری. ما طالب بیش از این هستیم؛ چیزی فراسوی آن چه انجام می دهیم. از آن جا که زندگی روزمره ما بسیار تهی و ملال آور و بسیار بی معنی و خسته کننده و به گونه ای غیرقابل تحمل و احمقانه است، می گوییم که زندگی باید معنایی کامل تر داشته باشد و به همین علت است که شما این سؤال را می پرسید. به طور حتم آدمی که زندگی اش باشکوه است، آدمی که امور را آن طور که هست می بیند و از آن چه دارد، راضی است، دچار آشفتگی نیست؛ او از صراحت برخوردار است؛ بنابراین نمی پرسد که هدف زندگی چیست؟ برای او، خود زندگی هم شروع است و هم پایان. از آن جا که زندگی ما خالی است، به دنبال هدفی برای زندگی هستیم و برایش کوشش و تقلا می کنیم؛ این است مشکل ما. هدفی این گونه برای زندگی فقط می تواند فراست ذهن بوده و هیچ حقیقتی نداشته باشد.

وقتی یک ذهن احمق، کسالت بار و یک قلب خالی به دنبال هدف زندگی می رود؛ آن هدف هم خالی خواهد بود. بنابراین، هدف ما آن است که چطور به زندگی مان غنا ببخشیم؛ نه با پول و اموری از این قبیل؛ بلکه آن را از درون غنی کنیم؛ چیزی که رمز و رازی در آن نیست. وقتی می گوئید هدف زندگی خوشحال بودن و یافتن خداست، به طور حتم این میل یافتن پروردگار نوعی فرار از زندگی است و خدای شما صرفاً چیزی است شناخته شده. راه تان را به سوی یک شیئی که برای تان شناخته شده است، درپیش می گیرید. اگر برای رسیدن به آن چه نامش را خدا می گذارید، پلکانی بسازید، شکی نیست که چنین چیزی خدا نیست. حقیقت تنها در زیستن درک می شود، نه درگریختن. وقتی به دنبال هدفی در زندگی هستید، درواقع می گریزید و به آن چه زندگی نام دارد، پی نمی برید. زندگی، ارتباط است؛ زندگی عمل در ارتباط است؛ وقتی من از ارتباط چیزی نفهمم یا وقتی ارتباط آشفته شود، آن گاه من به جست و جوی معنایی کامل تر می روم. چرا زندگی ما این قدر خالی است؟ چرا ما این قدر احساس تنهایی و ناکامی می کنیم؟ زیرا هرگز ما به درون خود نظر نکرده و به خویشتن اشراف نداشته ایم. ما هرگز پیش خود اعتراف نکرده ایم که این زندگی همه آن چیزی است که ما می شناسیم و بنابراین باید تمام و کمال فهمیده شود. ما ترجیح می دهیم از خود بگریزیم، و علت این است که ما، به دور از ارتباط، درپی هدف زندگی هستیم. اگر ما کم کم به ادراک عمل که عبارت است از ارتباط با مردم، مال و دارایی، اعتقادات و ایده ها نایل شویم، آن وقت متوجه خواهیم شد که خود ارتباط پاداش خود را به همراه می آورد. شما نیازی به جست و جو ندارید. چیزی شبیه به جست و جوی برای عشق است. آیا می توان با جست و جو درباره عشق، آن را یافت؟

عشق را نمی توان پروراند. عشق را فقط در ارتباط می توان جست؛ نه خارج از ارتباط و علت این که ما طالب هدفی در زندگی هستیم این است که در وجودمان عشق یافت نمی شود. وقتی عشق وجود دارد، عشقی که ابدیت خود است، دیگر به جست و جوی خدا رفتن ضرورتی ندارد، زیرا عشق خداست.

علت آن که زندگی ما تا این حد خالی است و ما به دنبال هدفی در فراسوی خود هستیم، آن است که ذهن های ما پر از نکات فنی و وراجی های خرافات گونه است. برای یافتن هدف زندگی باید از در خویشتن وارد شویم - چه آگاهانه و چه ناآگاهانه - از رویارویی با امور آن طور که خود هستند، ابا داریم و از این رو، خدا را می طلبیم تا دری را که دور از دسترس ماست، برای مان بگشاید. این سؤال درمورد هدف زندگی به وسیله کسانی مطرح می شود که در وجودشان عشق راه نیافته است. عشق را فقط در عمل که همان ارتباط است، می توان پیدا کرد.

فصل 37 - درباره آشفته گی ذهن

پرسش: من به همه سخنان شما گوش داده ام و تمامی کتاب های شما را خوانده ام. با کمال جدیت از شما می پرسم، هدف زندگی من چه خواهد بود؟ اگر، آن طور که شما می گوئید قرار

باشد همه اندیشه‌ها متوقف، همه دانش‌ها سرکوب و تمامی خاطرات فراموش شوند؟ شما این حالت وجود را - حالا به عقیده شما هر چه می‌خواهد باشد - چگونه به دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم، ربط می‌دهید؟ این چنین موجودی چه ارتباطی با وجود دردناک و غمگین ما دارد؟

کریشنامورتی: می‌خواهیم بدانیم که این چه حالتی است که بودنش در صورتی است که نه دانشی باشد و نه تشخیص دهنده‌ای؛ می‌خواهیم بدانیم چه ارتباطی میان این حالت و دنیای فعالیت روزمره ما و علاقه مندی‌های روزانه ما وجود دارد. می‌دانیم که زندگی ما اکنون چگونه است؛ غم بار، دردناک، در هراس دائم، همه چیز گذرا؛ این را خوب می‌دانیم. می‌خواهیم بدانیم این حالت دیگر با آن، چه ارتباطی دراد و اگر دانش را کنار بگذاریم و از قید خاطرات و چیزهای دیگر خلاص شویم، هدف زندگی چه خواهد بود؟

هدف زندگی، آن طور که آن را هم اکنون می‌بینیم، چیست؟ - البته نه به صورت تئوری؛ بلکه به صورت عملی. فقط برای زنده ماندن؛ این طور نیست؟ - با تمام مصیبتش و با تمام غم و پریشانی‌اش و با تمام جنگ‌ها، خرابی‌ها و چیزی‌هایی از این قبیل. ما می‌توانیم دست به اختراع تئوری‌هایی بزنیم، می‌توانیم بگوییم: «این نباید باشد؛ ولی چیز دیگری باید باشد». ولی این‌ها هم تئوری هستند؛ این‌ها حقیقت به حساب نمی‌آیند. آن چه ما می‌شناسیم، پریشانی است، درد است و رنج و خصومت‌های بی‌انتهای این را هم می‌دانیم؛ به شرط آن که آگاه باشیم که این‌ها چگونه اتفاق می‌افتند. هدف زندگی، هدف لحظه به لحظه زندگی عبارت است از مقهور کردن و استثمار کردن یکدیگر، یا به صورت فردی و یا به صورت جمعی. در این تنهایی و مصیبت، خود ما سعی می‌کنیم از همدیگر استفاده کنیم؛ سعی می‌کنیم از طریق سرگرمی‌ها، بت‌هایی که برای خود می‌تراشیم، دانش، اعتقادات گوناگون و رنگارنگ و تعیین هویت، از خود بگریزیم - آگاهانه و ناآگاهانه - آن طور که اکنون زندگی می‌کنیم؛ هدف ما این است؛ آیا به جز این، هدفی عمیق‌تر و وسیع‌تر که از این فراتر رود، هدفی که پریشانی در آن راه نداشته و یا حاصل تحصیل نباشد، وجود ندارد؟ آیا آن حالتی که به تلاش و کوشش نیاز ندارد، با زندگی روزمره ما ارتباطی دارد؟

مطمئناً چنین چیزی کوچک‌ترین ارتباطی با زندگی ندارد. چطور می‌تواند داشته باشد؟ اگر ذهن من آشفته، دچار عذاب و تنها باشد، چطور می‌تواند به چیزی که از خود نیست، مربوط باشد؟ چطور می‌تواند راستی با دروغ و توهم ارتباط داشته باشد؟ ما نمی‌خواهیم چنین چیزی را قبول کنیم؛ زیرا امیدواری و آشفته‌گی ما، ما را بر آن وامی‌دارد که به چیزی عظیم‌تر و اصیل‌تر که می‌گوییم به ما مربوط می‌شود، اعتقاد داشته باشیم. ما در عین ناامیدی، به دامن حقیقت پناه می‌آوریم به این امید که در کشف آن، ناامیدی ما از میان برود.

بنابراین می‌بینیم که یک ذهن آشفته، ذهنی که لبریز از اندوه است و ذهنی که از خالی بودن و از تنهایی خویش آگاه است، قادر به یافتن چیزی که فراسوی خود اوست، نیست. آن چه در

فراسوی ذهن قرار گرفته، تنها زمانی اعلام وجود می کند که علل آشفتگی و مصیبت فهمیده و یا دفع شده باشد. آن چه تا به حال گفته ام یا درباره اش بحث و گفت و گو کرده ایم، این بود که چگونه می توان به خودشناسی دست یافت؛ زیرا بدون خودشناسی، شناخت دیگری وجود ندارد و یا اگر باشد، توهمی بیش نیست. اگر بتوانیم به روند کلی و لحظه به لحظه خود پی ببریم، خواهیم دید که با روشن شدن آشفتگی خود ما شناخت دیگری حاصل می شود. آنگاه با تجربه شناخت خود، به تجربه شناخت دوم می رسیم؛ ولی شناخت دوم، ربطی به خودشناسی ندارد. وقتی ما در این سوی دیوار باشیم و در تاریکی به سر برسیم، چگونه می توانیم روشنائی یا آزادی را تجربه کنیم؟ اما وقتی به یک باره حقیقت تجربه شد، آن وقت می توانید آن را به دنیای که در آن زندگی می کنید مربوط سازید.

اگر هرگز عشق را نشناخته باشیم و فقط با کشمکش های دائم، مصیبت و تعارض آشنا باشیم، چطور می توانیم به تجربه عشق که هیچ یک از این ها نیست، نایل شویم؟ ولی وقتی که یک بار به این تجربه دست بزنیم؛ آن وقت دیگر لازم نیست برای یافتن ارتباط، خود را در دسر بدهیم. آن وقت عشق؛ یعنی بینش، انجام وظیفه خواهد کرد؛ اما برای تجربه این حالت، تمامی دانش ها، خاطرات گردآورده شده و فعالیت های دارای هویت خود باید متوقف شود؛ طوری که ذهن توانایی هیچ انگیزه انعکاسی را نداشته باشد. آنگاه با چنین تجربه ای، دنیا بازار عمل خواهد شد.

به یقین هدف زندگی این است؛ به فراسوی فعالیت خودمرکز ذهن سفر کردن. با تجربه این حالت که برای ذهن قابل اندازه گیری نمی باشد، نوعی انقلاب دروغین به وجود خواهد آمد. آنگاه اگر عشق باشد، هیچ مشکل اجتماعی وجود نخواهد داشت؛ هیچ نوع مشکلی وجود نخواهد داشت. مشکلات اجتماعی ما و نظام های فلسفی خاص مقابله کردن با آن ها از این رو وجود دارند که ما نحوه عشق ورزیدن را بلد نیستیم. آن چه من می گویم این است که هیچ نظامی - چه چپی و چه راستی و چه میانی - هرگز قادر به حل این مشکلات نیست. آشفتگی، مصیبت و خودفناکردن ما تنها زمانی حل خواهد شد که ما قادر به تجربه آن حالتی باشیم که به وسیله «خود»، متجلی نشده باشد.

فصل 38 - درباره تحول

پرسش: منظور شما از «تحول» چیست؟

کریشنامورتی: بدیهی است که یک انقلاب ریشه ای ضرورت دارد. بحران دنیا چنین چیزی را طلب می کند. زندگی ما طالب چنین چیزی است. حوادث روزمره ما، علاقه مندی ها و اضطراب ها، خواهان چنین چیزی هستند؛ لازمه مسایل و مشکلات ما است. بله؛ باید انقلابی ریشه ای و اساسی صورت گیرد؛ زیرا هر چه در دور و بر ما است فروپاشیده است. با اینکه در ظاهر نظم و ترتیب برقرار است؛ ولی در واقع نوعی فساد و تخریب بطئی در جریان است و موج خرابی به گونه ای مستمر بر موج زندگی پیشی می گیرد.

بنابراین، باید یک انقلاب صورت گیرد؛ اما نه انقلابی که بر پایهٔ یک ایده استوار باشد. چنین انقلابی صرفاً استمرار همان ایده است نه یک تحول ریشه ای. انقلابی که بر پایهٔ ایده باشد، خونریزی، اختلال و بحران ایجاد می کند. از هرج و مرج نمی توانید نظم و ترتیب ایجاد کنید؛ نمی توانید از روی عمد، هرج و مرج به وجود آورده و امیدوار باشید که حاصل این هرج و مرج، نظم آفرینی باشد. شما منتخب پروردگار نیستید که مأمور آفرینش نظم از بی نظمی ها باشید. این یک شیوهٔ غلط اندیشی از جانب کسانی است که برای سامان بخشیدن به امور، طالب آشفتنگی بیشتر و بیشتر هستند؛ زیرا در حال حاضر، صاحب قدرت اند و تصور می کنند که تمامی شیوه های ایجاد نظم را می دانند. با توجه به تمامی این مصیبت ها- تکرار مستمر جنگ ها، تعارض بی وقفهٔ میان طبقات، مردم، نبود برابری وحشتناک اقتصادی و اجتماعی، نبود برابری استعدادها و شایستگی ها و شکاف عظیم موجود میان آن ها که بسیار خوشبخت اند، آرام و راحت اند و آن ها که دچار نفرت تعارض و مصیبت می باشند- بله؛ با توجه به همهٔ این ها باید انقلابی صورت گیرد، باید تحولی کامل واقع شود. آیا غیر از این است؟

آیا این تحول و انقلاب ریشه ای، یک چیز نهایی است یا لحظه به لحظه است؟ می دانم که ما دل مان می خواهد یک چیز نهایی باشد؛ زیرا اندیشیدن براساس دورنگری ها بسیار آسان تر است. بالاخره ما متحول خواهیم شد، بالاخره به خوشبختی خواهیم رسید و عاقبت حقیقت را خواهیم یافت؛ درعین حال، بیاید توقف نکنیم. به طور یقین، چنین ذهنی که براساس آینده می اندیشد، توانایی کنش در زمان حال را ندارد؛ ازاین رو، چنین ذهنی در پی تحول نیست؛ بلکه از آن احتراز می کند. منظور ما از تحول چیست؟

تحول در آینده نیست و هرگز هم درآینده نخواهد بود. فقط در زمان حال و لحظه به لحظه است. پس منظور ما از تحول چیست؟ به طور حتم، بسیار ساده است. دیدن دروغ به عنوان دروغ و راست به عنوان راست. دیدن راست در دروغ و دیدن دروغ در آن چه به عنوان راست پذیرفته شده است. دیدن دروغ به عنوان دروغ و راست در مقام راست، تحول نام دارد؛ زیرا وقتی چیزی را با وضوح کامل به عنوان حقیقت ببینید، آن حقیقت رهایی بخش است. وقتی ببینید که چیزی دروغ است، آن چه دروغ است از میان می رود. وقتی ببینید که مراسم، فقط تکرارهای مبتدلی بیش نیستند، وقتی حقیقت مطلب را بدانید و آن را موجه نکنید، تحول صورت گرفته است؛ زیرا بدین ترتیب یک اسارت دیگر از میان برداشته شده است. وقتی می بینید که اختلاف طبقاتی غلط و موجب تعارض، مصیبت و جدایی میان مردم می شود؛ وقتی متوجهٔ این حقیقت می شوید، همین حقیقت، رهایی بخش است. ادراک صرف آن حقیقت، تحول نام دارد؛ این طور نیست؟ حقیقت، قابل جمع آوری نیست؛ لحظه به لحظه است. آن چه را بتوان گردآورد و جمع آوری کرد، خاطره است و شما از طریق خاطره هرگز به حقیقت نمی رسید؛ زیرا خاطره به زمان تعلق دارد؛ زمان یعنی گذشته، حال و آینده بودن. زمان که استمرار است، هرگز نمی تواند آن چه

را جاودانه است، پیدا کند؛ جاودانگی در لحظه و حال است. حال نه انعکاس گذشته است؛ نه استمرار گذشته از طریق حال به آینده.

ذهنی که طالب تحول در آینده است یا به تحول به عنوان یک پایان نهایی نگاه می کند، هرگز به حقیقت نمی رسد؛ زیرا حقیقت چیزی است که باید لحظه به لحظه حاصل شود و از نو کشف گردد؛ از طریق جمع آوری، کشفی صورت نمی گیرد. چطور می شود با وجود بار سنگین قدیم به کشف تازه رسید؟ تنها در صورت توقف این بار سنگین قدیم می توانید به کشف تازه نایل شوید. برای کشف تازه و ابدیت در حال و از لحظه به لحظه ای، انسان نیاز به ذهنی بی اندازه هشیار دارد؛ ذهنی که به دنبال نتیجه گیری و شدن نیست. ذهنی که در حال شدن است، هرگز شور و شوق کامل راضی بودن را نمی شناسد؛ منظور از این رضایت، رضایت خاطر از مواد مخدر نیست و نیز به رضایت خاطر حاصل از رسیدن به یک نتیجه اطلاق نمی شود؛ بلکه رضایت خاطری است که ذهن از دیدن راستی در آن چه هست و دروغ در آن چه هست، به دست می آورد. ادراک راستی یا حقیقت، لحظه به لحظه است و این ادراک را به لفظ درآوردن لحظه به تأخیر می اندازد.

تحول، نهایت و نتیجه نیست. نتیجه بر پس مانده دلالت دارد و متضمن علت و معلول است. هر جا رابطه علت و معلولی وجود دارد، ناگزیر معلولی هست. معلول صرفاً نتیجه خواست شما برای تحول است. وقتی شما آرزوی متحول شدن می کنید، باز هم برحسب شدن می اندیشید؛ آن چه که در حال شدن است، هرگز آن چه را در حال بودن است، نمی شناسد. حقیقت، بودن در لحظه به لحظه است و آن خوشی که استمرار می یابد، خوشی نام ندارد. خوشی، حالتی از وجود است که زمان می شناسد. این حالت بی زمانی تنها وقتی به دست می آید که نارضایتی بسیار وجود داشته باشد؛ البته نه نارضایتی ای که راهی برای گریز پیدا کرده است؛ بلکه آن نوع نارضایتی که مفری نمی شناسد و راه فراری ندارد؛ آنچه دیگر به دنبال رضایت خاطر نیست. تنها در آن زمان، در آن حالت حد اعلاص نارضایتی است که حقیقت می تواند عرض اندام کند. این حقیقت نه خریدنی است، نه فروختنی و نه می توان آن را از کتاب ها فهمید؛ باید لحظه به لحظه آن را یافت؛ در لبخندها، در قطرات اشک، در زیر یک برگ پژمرده، در افکار سرگردان و در کمال عشق.

عشق یا راستی فرقی ندارد. عشق حالتی است که در آن، روند اندیشه به عنوان زمان، به طور کامل متوقف شده است. هر جا عشق هست، تحول هم آن جا است. بدون عشق، انقلاب بی معنا است؛ زیرا در آن صورت انقلاب یعنی فقط تخریب، فساد، مصیبت فزاینده بیشتر و بیشتر. هر جا عشق باشد، انقلاب است؛ زیرا عشق یعنی تحول لحظه به لحظه.

پایان

