

رساله عملیه ۳

جلسه هشتاد و یک

شنبه ۱۵ بهمن ۱۴۰۱

ساعت ۸:۳۰

تثبیت خویشتن

۱- سیر گفتگوها و گشت و گذار ما در طی این جلسات حول مسائل خویشتن به نقطه تصمیم گیری نزدیک شده است. مصادف شدن این جلسه با ماه رجب و عید سیزدهم این ماه نیز محملی مبارک برای رسیدن به نقطه تصمیم گیری جدی تر و کامل تر است. تمامی این گشت و گذار و بررسی های ما از جلسه ۶۶ به این سو باید در نقطه "احیای خویشتن" به نتیجه نهائی برسد. این نتیجه ممکن است تا کنون رخ داده باشد و یا در این جلسه صورت گیرد و یا متوجه شویم که مراحل اندکی تا رسیدن به آن باقی مانده است. در هر حال ماه های رجب و شعبان محملی مناسب برای اتمام این دوره و آغاز دوره جدیدی پس از آن است. در جلسه ۷۶ (تکمله اجرائی) توضیحاتی در این مورد داده شده است.

۲- آنچه در این نقطه نتیجه گیری باید صورت گیرد این است که پس از بررسی های متفاوتی که حول خویشتن صورت گرفت اکنون محور اصلی آن باید احیا شده و یا بشود. در این جلسات متعدد انواع مسائلی که ممکن است در باره خود داشته باشیم را بررسی کردیم. سوالات، آسیب ها، موانع، گرفتاری ها، نقطه یا نقاطی که در آن به سر می بریم، سیری که برایمان ضروری است، جلوه های انسانی که نیاز زندگانی است -همچون توحید و ولایت و نگاه به اسوه های برتر- و انجام بعضی از مراحل توجه به نفس و مشاهده خویشتن به صورت آزمون های عملی، همگی با محوریت خویشتن و برای احیای آن و به صورت نظری و عملی و همراه با اقدام و گفتگوی جمعی صورت گرفت.

۳- اکنون و پس از این مراحل چه دلیلی می تواند وجود داشته باشد که هنوز خویشتن را نیافته باشیم و هنوز برای شروع یک زندگی انسانی آماده نباشیم؟! به صورت طبیعی باید شاکله این زندگی آماده و مسیر برای شروع مهیا باشد. واضح است که این به معنی نداشتن مشکل و سختی و یا مصائب مختلف نیست. آنچه که در اینجا باید صورت بگیرد زندگی انسانی است یعنی اینکه ما به عنوان یک انسان بتوانیم چنین زندگی را برای خود تدارک بینیم و مسائل و مشکلات و حتی مصائب آن را مواجه شده و در حد توان خود و آن مقدار که شرایط بیرونی اجازه می دهد به سوی اهداف و ارزشهای خود گام برداریم.

۴- چه بسا که در این مرحله رویداد جدیدی رخ نمی دهد چون قبل از این و در مراحل قبلی به این نقطه رسیده ایم. معنای این کلام این است که در سیری که تا کنون داشته ایم و طی مراحل قبلی ممکن است این رویداد رخ داده باشد و اکنون دیگر نیاز به شروع جدیدی نیست بلکه آنچه باید صورت بگیرد این است که مراقبه و محاسبه درست و مستمری داشته باشیم که این سیر مخدوش نشود. جلسه ۷۹ (مشاهده وجودی خویشتن) برای چنین بررسی، مفید و کافی است.

۵- اما اگر هیچکدام از این دو نیست و هنوز آماده احیای نفس و محوریت خویشتن در زندگی روزمره نیستیم، باید مانع و حلقه مفقوده این رویداد را پیدا کرد. باید دانست که چه مانعی هنوز برطرف نشده و یا چه کمبودی وجود دارد و با کدامین گام می توان با این رویداد رسید و زندگی درست انسانی را آغاز کرد؟ روشن است که پس از طی مراحل گذشته، اکنون دیگر نباید فاصله ما با این شروع چندان طولانی باشد و باید بتوانیم با طراحی گام های روشن عملی و در دسترس، به زودی و سهولت به این شروع و آغاز دست یابیم.

۶- اولین مرحله احیای نفس، تمرین و شروع یک زندگی روزمره است که در طی آن بتوان به صورت طبیعی و روزمره تمرکز و توجهی بر خویشتن داشت. زندگی انسان می تواند اشکال گوناگونی داشته باشد، می تواند شیوه زیست انسان به هر نوع دلخواهی باشد و بسیاری از انتخاب ها و اجبارها که در زندگی هر فرد رخ می دهد، اما -غیر از موارد خاص و خارج از اختیار انسان- نباید امکان تمرکز روزمره و مستمر بر خویشتن را از انسان بگیرد. این اصلی ترین ابزار و عامل اساسی زندگی انسانی است.

۷- توجه به نفس روزانه باید شکل و قالب روشن و قابل تداومی داشته باشد و نباید در زندگی روزانه پخش و مخلوط باشد. اگرچه ممکن است در بسیاری از اعمال و افعال روزانه چنین توجهاتی برای انسان رخ دهد. اما جدای از این احتمال باید قالب و مناسک تعیین شده و مشخصی -به تناسب حالات و روحیات و زندگی هر فرد- برای این تمرکز و توجه وجود داشته باشد. حداقل بخشی از توجه به نفس باید به گونه ای باشد که امکان جهت گیری های نامتناهی روحی و میل به بی نهایت در آن بجوشد، اگرچه این جوشش به زودی و سهولت رخ ندهد. در جلسه ۷۸ (اولین گام) توضیحات مهمی در این مورد داده شده است.

ویرایش شده

۸- همزمان با مراحل احیا و بازگشت به خویشتن، آنچه که انسان برای زندگی انسانی خود نیاز دارد -و در جلسات قبلی توضیح داده شد- باید برای انسان روشن شود: نقطه ایستادن، سیر زندگی انسانی متناسب با هرکس، آسیب ها، باید ها و نبایدها و بنیادن تفکر شخصی و هر نیاز دیگر در این رجوع به خویشتن و تثبیت آن به صورت کلی مشخص شده و یا سیری که به تشخیص و درک آن منجر می شود را پیدا خواهیم کرد. حتی اگر به این هم دسترسی پیدا نکنیم، سوالات و حلقه های مفقوده آن از یک ابهام مه آلود و غیر قابل سوال به یک سوال -و یا سوالات- روشن و واضح تبدیل می شود حتی اگر جواب آن در اختیار نباشد. در جلسه ۷۴ (راهنمای برنامه ریزی اجرائی) نکات مهمی در این مورد گفته شده است.

۹- مهم ترین حالتی که باید در اثر اعمال مطالب بالا برای انسان باید ایجاد شود، احساس در مسیر قرار گرفتن است: "مسیری که می توان بر آن مراقبه و محاسبه و ارزیابی داشت". تفاوتی ندارد که ما به محور خویشتن دسترسی کاملی پیدا کنیم و یا تشخیص اسببی شدید را بدسیم و یا مواجه با مشکل بیرونی مهمی باشیم که باید برای آن بجنگیم و یا هر تشخیص و احساس و درک دیگری که در اثر طی کردن این مراحل برای انسان پدیدار می گردد. هرکدام از این موارد، "سیر خاص" و "هویت و خویشتن مختص خود" را برای انسان ایجاد می کند و سیر انسانی و مراقبه و محاسبه اختصاصی خود را دارد. برای شکل گرفتن هویت و سیر شخصی نیازی نیست که فقط احساس آرامش و

موفقیت و پیروزی و کامیابی داشته باشیم. در هر فضائی می توان همچون یک انسان زیست کرد و زیست انسانی خود را تثبیت نمود: مبارزی که با شرایط سخت بیرونی در حال نبرد است، بیماری که با مرگ دست و پنجه نرم می کند، فعال مدنی که آرامش و راحتی در شبانه روز ندارد، اسیری که در چنگال دزخیمان است و حتی کسی که اشتباهات فراوان و طولانی مرتکب شده و برای جبران این همه خسارت، مهلتی اندک دارد؛ همه و همه "می توانند و باید" همچون یک انسان زندگی کنند. چه بسا چنین شرایطی "انگیزه و توان بیشتری برای زندگی انسانی و بازگشت به خویشتن" می دهد تا شرایط راحت و آرام و بی دغدغه ای که عموماً غیر از "غفلت و کجروی و انبوه شدن انتظارات و طلبکار شدن انسان از کائنات" نتیجه ای ندارد.

۱۰- عموماً و در هر شرایطی -غیر از موارد استثنائی- سیر انسانی مبتنی بر خویشتن و نیاز و ابعاد آن می تواند در اثر مراقبه و محاسبه منظم و مستمر به "تثبیت نسبی" برسد. منظور از تثبیت "معنی جامع" آن است و غیر از "ثابت بودن و تغییر و تحول نداشتن" است. تثبیت یعنی "هماهنگ شدن انسان" با سیری که در زندگی دارد اگرچه این سیر با تحولات و تغییر ها و انقلاب های متعدد و شدید همراه باشد. تثبیت سیر انسانی -به معنی جامع- یعنی انسان "موج های دریای بی کران زندگی خاص خود" را پذیرفته و همراه با آن و "سوار بر این موج ها" در حال ساختن زندگی خود و تداوم زیستی است که در این دریای بی کران "می تواند" و قادر است. در مراحل کامل تر، انسان به آنجا می رسد که چنان "ظرفی از انتخاب ها و تلاش ها" را بر خود هموار می کند که حتی غرق شدن در این امواج بی انتها هم بخشی از زندگی انسانی او خواهد بود!

۱۱- همه این موارد همچون مقدمه ای است برای استفاده کردن از مهم ترین ابزاری که در زندگی وجودی انسان می توان به آن دست یافت: "تفکر وجودی". شاید بتوان گفت که مکاتبی که بر سیر انسانی و محور وجودی استوار هستند بدون این روش -که هم روش و هم راهبرد است- نمی توانند موفقیتی پیدا نمایند. تفکر وجودی را -عموما- در هر حالتی می توان به کار گرفت اما نتایج اصلی آن بدون مقدمات ممکن نیست. در شرایط عادی و بدون مقدمات لازم هم این روشی نتیجه می دهد اما نتایج ضعیف و بی ارزش و غیر قابل قبول. همچون جنگنده پیشرفته ای است که بدون خلبان و باند پرواز تنها می توان مسافت اندکی روی زمین با آن حرکت کرد! مشکل مهمتر در این مورد این است که انسان با این استفاده اندک به اقناع و ارضائی می رسد که باعث غفلت بیشتر و فراموشی ضعف ها و مشکلات بنیادین می گردد. در صورتی که این مراحل به خوبی همراه دوستان طی گردد در جلسه یا جلسات آینده به گفتگو در مورد "تفکر وجودی" خواهیم پرداخت.

۱۲- به کار گیری تفکر وجودی می تواند برای امور و اهداف مختلفی صورت گیرد. در واقع پس از تثبیت خویشتن، انسان می تواند به درستی و با اقتدار انسانی به سوی اهداف و ارزشهای خود گام بردارد. اما اهداف و ارزشها از انتخاب های خودش برمی خیزد و تفکر وجودی تنها ابزاری است که این راه را باز می کند. چه بسا انسانی تنها به توسعه و تکمیل همین زندگی متعارف خود و افزایش کیفیت آن بیندیشد و یا اینکه به دنبال آشوب در آن از طریق برد متوسط باشد و یا این که قصد گام برداشتن به سوی قله های انسانی و وجودی را داشته باشد.

پایان