

## نگارش به مثابه سلوک

جلسه ۴۴. پند مرتاض هندی

آقای محمدحسین قدوسی. ۲ آذر ۹۵

در شرایط راحتی قرار بگیرید که نخواهید تمرکزتون رو برای شرایط در طول تمرین بهم بزنند و آماده بشید برای شاید یک سفر طولانی معلوم نیست چه بر سر آدم می آد (پخش موزیک). فرض کنید گروه تصمیم می گیرد که تور فرهنگی فکری داشته باشد به جایی که تجربیات شبکه گروه در آنجا بیشتر است خوب معلومه جایی که ما در این تمرینهاست هندوستان است یک توری تنظیم میشه و همه با هم به هندوستان می رن زمانی که از هواپیما پیاده می شین فضای عجیب و غریبی است انرژی های عجیب و غریبی درون خودتان احساس م یکنید بخش یادی از مردم اصل تمرینات روحی هستند تمرینهای که شما نمی دونید چیه اما علاقه دارید که بدونید آثار فرهنگی که باقی مانده هوش از سر شما گاهی می بره به دیدن تاج محل می رید آن شکوه افسانه ای و افسانه های عاشقانه ای که درونش رخ داده ماجراهای عجیبی که درستی رخ داده جلوی تاج محل ایستادید و غرق در تماشای این شکوه هستید بنای با شکوهی که گفته می شه ناشی از یک عشقه و برای یک عشق ساخته شده حتی اگر این هم درست نباشد چنان شکوهی در بنا هست که شما رو خیره کنه اما سوال که شما از خودتون می کنید اینه که از این زیبایی چی نصیب من میشه و تو زندگی چی داشتیم زندگی در یک آپارتمان کوچک در مقابل زندگی در این بنای با شکوه در همین فکر هستید و کمابیش ناراحت و غمگین که یادتون می افته که صاحب این کاخ هم، این کاخ بهش وفا نکرده و این جا اگر چه ابتدایا برایش جالب بوده ولی در نهایت تبدیل به زندانش شده این کاخ زندان و محل حصرش بوده تا آخر عمر و در ره طولانی به غم و ناراحتی در اینجا گذرانده مثل طوطی که در یک قفس طلایی محبوس باشه و این طلا برای او جز زندان و غم و رنج چیزی نداره به فکر می افتید که کساین که تجربیات شبه عرفانی در حیات دارند یکیشون که می توانید ببینید برید ببینید و ازش راهنمایی بخواهید ببینید اون چه راهنمایی می تونید بهتون بکنه برای اینکه زندگی تون از رنج خلاصی بشه و شما زندگی داشته باشید که در خودتون رو باشید پیش یک مرتاض می روید لباس سرتاپاسفید پوشیده و موی بلند و عصای دردست تمرکز کرده در یک نقطه شما که پیش او می روید انگار که قبل از اینکه شما برید یکی تمام اطلاعات شما را بهش داده و اصلا نیازی نیست به سوال کردن اون به شما می گه که اگر خودتون باشید و برای خودتون زندگی کنید همه این رنجهای حل می شه و به قدرت و کامیابی می رسید و بر جهان خودتون مسلط می شوید شروع می کنید از او سوال کردن این بار دیگه اون جواب نمی ده قبل از اینکه سوال نکنید سوالاتی می کنید و دستوراتی از او م یخواهید و او دستوراتی به شما می دهد هر چه سوال می کنید دستورات سخت تر و پیچیده تر می شه تازه می فهمید که همین طور زندگی خودتون از او خیلی راحت تره انجام دادن این دستورات خود شما رنج بیشتری داره کل باید زحمت بکشید از جامعه بپرید از کارتون بپرید کل شکست رو تحمل کنید خوب این که مال آدمهای بیکاره این دستورات شما که بیکار نیستید کار و زندگی دارید تازه خیلی زندگی سختی هم نداشتید که حالا نیازمند به چیزی جدیدی باشید بنابراین از خیر این دستورات می گذرید و برمی گردید به ایران و زندگی خودتون رو ادامه می دید اما چند روزی نگذشته فکر مشکلات زندگی چک و سفته قسطهای عقب مونده . مشکلات با صاحب کار با شریکتون با آدمهایی که با هاشون ارتباط دارید با همسرتون یا برادرتون و مشکلات از این دسته کلافه تون می کنه فکر این مشکلات نمی گذاره زندگی راحتی داشته باشید چند روزی در این کلافه گی و وضعیت خیالات گرفتار هستید فشار به شما سنگین می شه به گوشه می نشینید اما خیالات شما رو رها نمی کنه انگار که زیرسنگ آسیاب هستید له تون میکنید اگر این طور بشه چی همیشه اگر فلان بشه چی همیشه اگر آبروم بره چی میشه . اگر موفق نشم چی میشه تو همین حال و هوا بار

بعضی از دستورات اون مرتاض می افتید انگار که داروی نجات بخشی است برای شما . رها کردن همه اونها و ترک همه اون تخیلات توجه کردن به خودتون به این دنیایی که درون آدم هست انگار که نسیمی خنک برای شما که توی جهنم دره ای هستید وزیدن گرفت توجه به خودتون رو ادامه بدید باز هم به خودتون بیشتر و بیشتر نیاز به چیز دیگری نیست مشکلات سر جای خودشونه اما مثل یخی که داره آب می شه لحظه به لحظه اهمیتش کمتر میشه واقعیت تغییری نکرده اما انگار شما تغییر کردید یک دفعه به خودتون می آید که ساعتها گذشته و شما انگار آدم دیگه ای شدید بلند می شوید سرحال و راحت آثاری از شدت ناراحتی ها دیگه نیست هرچند که همه مشکلات سر جای خودشونه و شما انگار روی قله ای ایستاده اید و دارید به دره این مشکلات نگاه می کنید؛ واهمه‌ای از اون ندارید خوب دستورات رو می تونید ادامه بدید اما نیازی ندارید حالا که تونستید به این فتح و ظفر برسید بهتره که برید به قرار یک مهمونی شاد می گذارید یک مهمونی پر از خوردنی و نوشیدنی پر از لذت . همه می پذیرند چنان شوق و اشتیاقی توی صدای شما هست که کسی رد نمی کند حتی یک نفر روز یا شب مهمونی می رسه چنان سر و صدایی گرفته که گاهی همسایه ها تعجب می کنند که مهمونی شما با قبلها متفاوت است وسط این شادیهها یک لحظه شما به خودتون توجه م کنید و احساس می کنید که چیزی به شما اضافه نمی کند انگار که یک چیزی کمی دارید با خودتون فکر می کنید که حالا بعدش چی . من این همه لذت بردم چنان این مسئله شما رو تو خودتون فرو می بره که سرو صدا رو دیگه نمی شنوید دوباره اون حالتهای قبلی این دفعه شادیهها مثل یخی که داره آب می شود همینطور کم می شه مهمونی سر جاشه و همه شاد هستند انقدر شاد که بی توجهی شما را نمی بینند و شما آنقدر تو خودتون هستید که شادی اونها رو نمی بینید مدتها می گذرد و مهمونی در حال تموم شدن و یک دفعه شما به خودتون می آید که همه دارن خداحافظی می کنند خیلی از شما تشکر می کنند بابت این مهمونی که در زندگیشون بی نظیره اما شما چیزی از این مهمونی انگار درک نمی کنید همه رفتن و شما تو خونه تنهائید اما نه تنهای احساس می کنید و نه جمعیتی رو . تو عالم خودتون غرقید یک دفعه به خودتون می آید که ساعتها گذشته سفره و تشکیلات همینطور وله و ظرفها نسته چراغها روشن وقت خواب دیر شده فردا می خواهید برید سر کار انگار تعجب می کنید که این مرتاض جادوگر بود این حرفها چی بود به شما زد که شما از زندگی عادی جدا کرد بار قبل سختیهایی بو که شما به این دستورات احتیاج داشتید الان که احتیاج ندارید با عجله خونه رو تمییز میک نید و می روید سرکار تصمیم می گیرید که خیلی به این چیزها توجه نکنید اگر توجه کنید از زندگی ساقط می شوید بار اول به خیر گذشت کسی متوجه نشد اما بار بعد فکر می کنند شما دیوونه اید فکر می کنند روانی هستید می روید سرکار و به کارتون ادامه می دهید مدتها ی گذره و شما بسیار موفق و پیروز تو کارهاتون هستید رشد زیادی می کنید پول زیادی بدست میآورد و خدماتی می کنید که قبلا نمی تونستید اطرافیانتون از میزان موفقیتی که به تازگی تو کارها بدست می آوردی یک کمی تعجب می کنند بعضی ها که اهل دعا و ورد هستند می پرسند که دعای خاصی خواندی بعضی ها هم فکر می کنند شما کلاس موفقیت رفتید یک نفر هم هست که فکر کنم یک پیشگویی در هند چیزی به شما گفته. اما شما غرق و مست موفقیت هاتون هستی اونها هر چی می خواهند بگویند بگویند . به شما خبر می دن که یک همایشی برای تجلیل از شما بعنوان یک مدیر نمونه در حال تشکیل شدن هست . روز همایش می رسه و همه برای شما کف می زنند و تحسین می کنند اما در اوج این تحسینها دوباره آن حالتهای قبلی داره به سراغ شما می آد سعی کنید باهش مبارزه کنید نمی خواهم هیچ کدام از اینها رو اما هیچ فایده ای ندارد دوباره غرق در عالم خدتون می شوید عالمی که به شما می گوید که اینها ارزشی ندارد خود شما از اینها مهمتری. غرق در خودتون هستید و این همین طور ادامه داره با هر سختی بود اون همایش به پایان می رسه و شما زحمت زیادی می کشید که کسی متوجه حالات شما نشود ظاهر رو حفظ می کنید یکی دو نفر یک چیزهایی بو بردند سوالهایی می کنند شما هم جواب سربالا می دهید خیلی خطرناکه که بفهمند برمی گردید خونه فکر و خیال آزارتون می دهد چکار باید بکنید کدام طرف رو بگیرید . لذت چیزهایی رو که

تجربه کردید ادامه بدهید در بیرون هم هر چه می خواد بشه بشه. یا اینکه بر عکس با اونها مبارزه کنید و برید کار و زنگیتون رو ادامه بدهید تعطیلات آخر هفتهاست یادتون رفته که خانه روستایی برای پدر بزرگتون بوده و گاهی برادر خواهرهاتون اونجا سرک میکشند شما به ندرت اونجا می رفتید می گفتید اگر آدم عاقل ا اونجا می ره چکار کنه نه جای چندان قشنگیه نه جمعیتی هست نه رودی داره نه ویلایی داره خانه های معمولی کاهگلی با سقفهای گنبدی، با یک باغی با درختهای انار یک انجیر هم داره اون گوشه داره . حتی یک کاج امریکایی هم برای قشنگی نکاشتند بی سلیقه ها . اما فکر می کنید که بگذار اونجا برم یک کمی فکر کنم بینم چه خاکی باید تو سرم بکنم. بنابراین ماشین تون سوار می شوید و می روید اونجا تنهای تنها سو سکوت باز هم سکوت هنوز هم سوکت نه صدای ماشینی نه صدای آدمی ساعتها اینطوری می گذره صدای جغدی از دور توجهتون رو جلب می کنه. میگن این صدا شومه ولی این بار برای شما شومی نداره. این صدا چند لحظه یکبار تکرار می شه شما رو به خودش متوجه می کنه و شما غرق در اون هستید همین طور خوابتون می بره نزدیکی های اذان صبح خودبخود از خواب بیدار می شوید با اینکه کم خوابدید خسته بودید فکر و خیال داشتید اما سرحال و سرزنده . دنیا در مرگ و خاموشی است هیچ اثری از زندگی انگار نیست اما شما برعکس زنده و سرحالید با نشاط. همه سوالات دیشب تو ذهنتون هست همه مشکلات دوراهی عظیمی که تو زندگیتون ایجاد شده اما شما هیچ تمایل به بازگش به زندگی عادی ندارید انگار هیچ مشکلی براتون وجود نداره نگاهتون به عالم تغییر کرده و عالم رو طور دیگری می بینید و آدمها رو زیبا می بینید سختیها رو راحتی می بینید انگار نیازی به خورد و خوراک ندارید نیازی به پول ندارید از هرکاری که روز می کردید تعجب می کنید تمام تمایلتون این است که به خودتون توجه کنید و هر چیزی دیگری رو ترک کنید دلتون نمی خواد به زنگی عادی برگردید شما برید در خودتون و این رو ادامه بدید نگاه می کنید سالهاست که اونجا هستید یک لحظه شوکی به شما وارد می شه سرتون رو بلند می کنید اما می بینید دو دقیقه بیشتر نگذشته با لذت دوباره فرو میرید در خودتون هر چی غیر خودتون رو ترک می کنید (سکوت .. ) یک لحظه خودتون رو بالای آسمانها می بینید از وحشت سقوط شولی بهتون وارد می شه بلند می شید اما همانطور که اونجا نشستید دوباره تو خودتون فرو می رید (سکوت .. ) نوری توجهتون رو به خودش جلب میکنه نگاه می کنید می بینید قبيله ای زیادی عده زیادی که انگار شیاطین هستند با مشعلهایی فروزان داره به شما حمله می کنند که شما رو نابود کنند دود کنند آتش بزنن و حشت سراپاتون رو می گیره نگاهی به اونه می کنید که چکار کنید با نگاه همه اونها نابود می شوند نمی فهمید چی شده اما با همه اونها ترجیح می دید به خودتون بپردازید تو لاک خودتون فرو می رید (سکوت .. 9 با صدای سقوط شدیدی شما به خودتون می آیید.

خود شما هستید که سقوط کردی و سط زمین یه آپارتمان خودتون توی شهر مشکلات مالی سنگینی توجهتون رو به خودش جلب می کند ارزش غفلت کرده بودید باید بلند بشوید بروید و فکری برایش بکنید وحشت زده بلند می شید که برید تا بلند می شید انگار که همه چیز در اختیار شماست و راه حل همه چیز رو می دونید و به راحتی همه مشکلات رو می توید حل کنید به محض این انبساطی که براتون پیدا می شه می بینید که یک لحظه ای بیشتر نگذشته و شما همون های اولی هستید تو همون خونه روستایی این بار تصمیم می گیرید که تو خودتون فرو برید و هرگز دیگه بیرون نیایید . حتی اگر یک میلیون سال هم عمر کردید همونجا بمونید می دونید که برمی گردید خاموش و آرام ، در صلح کامل تو قدرت کامل بر قله اقتدارید شما (سکوت ... ) چند سال بعد اگر به خودتون اومدید هرچه را مشاهده می کنید بنویسید.