

نگارش به مثابه سلوک

خانم راحیل قوامی . جلسه ۱۴۷

در یاد ماندنی به یاد نیامدنی . ۲۱ خرداد ۹۸

دیروز به کامپیوترم مراجعه کردم و فایل جلسه ۱۰۶ نگارش را برداشتم. به نام شروع. به آن مراجعه کردم تا ببینم بالاخره چه خاکی بر سرم بکنم. تا بتوانم چیزی برای پایان‌نامه‌ام بنویسم. متن جلسه را خواندم و آن قدر در متن فرو رفتم که به کلی پایان‌نامه یادم رفت. با دقت مطالعه‌اش کردم و سعی کردم انجامش دهم. بخش‌هایی از متن جلسه که خیلی به نظرم مهم بود، های‌لایت کردم. و بخش‌های مهم‌تر را دورش خط قرمز کشیدم. موضوع جلسه درست بعد از ماه رمضان بود. و تمام محتوای جلسه به این برمی‌گشت که شما یک ماهی را پشت سر گذاشته‌اید و در تمام این مدت تلاش‌ها و فعالیت‌هایی را برای خودتان انجام داده‌اید. گذشته از این بالغ بر صد جلسه نگارش را تمرین کرده‌اید و کار کرده‌اید و مراحل زیادی را ازش عبور کرده‌اید و الان شما در جایی هستید که می‌خواهید برای ادامه راهتان دوباره برنامه‌ریزی کنید و تصمیم بگیرید. الان شما شاید نتایجی به دست آورده باشید از تمام کارهایی که کرده‌اید ولی باز هم نیاز دارید که کارتان را ادامه بدهید و یک مرور دوباره‌ای بکنید و یک تعمقی در ادامه مسیرتان بکنید. خیلی خیلی برای من تأثیرگذار بود متن جلسه. و در این متن از یک راهنما صحبت می‌کردیم که ما برای این که بدانیم باید چه کار کنیم به آن راهنما مراجعه می‌کردیم و آن راهنما آن‌طور که ما می‌خواهیم و آن‌طور که باید جواب ما را نمی‌دهد. در واقع او یک حرف تکراری همیشگی که شاید ما قبلاً شنیده بودیم را به ما می‌گوید. برمی‌گردد و می‌گوید که: «دنبال راهنما نباش! همه چیز درون توست. همه چیز را تو خودت می‌دانی و آن‌چه که تو می‌دانی از هرچیز دیگری مهم‌تر است.» و راهنما شما را به یک سفری دعوت می‌کند اما هیچ نقشه‌ی راهی به شما نمی‌دهد و هیچ راه‌حلی به شما نمی‌دهد. حتی یک جای دیگری در مورد سفر می‌گوید و می‌گوید که: «رمز این موشک، این سفر موشکی، این سفری که مثل موشکی از خاک تا افلاک تو را پیش می‌برد یک درکی است که تو در مورد زندگی خودت داری.» در واقع راهنما از تو می‌خواهد که درکت را پیدا کنی از زندگی و فقط و فقط راز و رمز راه و سوخت موشکت همین درک است. باز در ادامه می‌گوید که: «این درک دو ویژگی دارد؛ یکی این که روشن‌ترین و واضح‌ترین و پرکاربردترین و مفیدترین درکی است که تو در مورد زندگی داری؛ روشن‌ترین و واضح‌ترین و پرکاربردترین و مفیدترین. و آن آن قدر بدیهی و اثربخش و مفید است که تو همه راحت را پیدا می‌کنی. تو باید این درک رو پیدا بکنی.» این بخش از متن جلسه خیلی روی من تأثیر می‌گذارد و من خیلی به آن فکر می‌کنم. از این که اصلاً برنامه زندگی‌ام چه می‌خواهد باشد هم حتی می‌ایم بیرون و دیگر به آن هم حتی فکر نمی‌کنم. و واقعا هیچ وقت این‌طوری فکر نکرده بود که من باید ببینم درکم از زندگی چیست. انگار که به طور بدیهی و معمولی فکر می‌کردم که خوب من درکم را از زندگی می‌دانم و بعد از آن داشتم مسیرم را پیدا می‌کردم. ولی هیچ وقت این‌طوری توجه نکردم که اصلاً خود من در مورد زندگی چه فکر می‌کنم و درکم از زندگی چیست. به هر حال با آن حالت خیلی بهتی که داشتم از صفحاتی از این متن عکس گرفتم و آن‌ها را رفتم که در کامپیوترم ذخیره کنم و داشته باشم بابت آن کاری که داشتم و انجام می‌دادم. و وقتی آمدم آن فایل را در جای خودش ذخیره کنم با کمال تعجب دیدم که خدایا من این کار را قبلاً کرده‌ام. من یک بار دیگر همین متن را خوانده‌ام. های‌لایت را کرده‌ام و نکات بسیار مهمش را جدا کرده‌ام و از نو در مورد این جلسه یک متنی را نوشته‌ام. برایم واقعا شوک‌آور بود. چون من یک بار این تمرین را در جلسه نگارش انجام داده بودم. چند ماه بعد به آن مراجعه کرده بودم و با همین حالت بهت و حیرانی که دارم روی تمرین جلسه کار کرده بودم؛ های‌لایت کرده بودم؛ علامت زده بودم. و یک فولدر درست کرده بودم تا در آن ذخیره کنم. و وقتی که الان دوباره آمده بودم که این کار را بکنم، اصلاً هیچ چیزی یادم نبود. به هیچ خاطرهای درونم اصلاً

نمی‌توانستم مراجعه کنم که پیدا کنم که من قبلا این تمرین را انجام داده‌ام. و با خودم گفتم که اگر این حتی نشانه آلازایمر هم باشد باز بیشتر نشانه خودفراموشی است. به یک چیزی رسیدم و فکر کردم در مورد خودم. خودفراموشی، خودفراموشی. اگر من یادم بود و فهمیده بودم که درک من از زندگی چیست که اصلا این‌جا نبودم. اگر من یادم بود که این جلسه را ماه رمضان پارسال بلافاصله بعدش انجام داده بودم الان شرایط دیگری داشتم. با خود گفتم خیلی اتفاق عجیبی است. واقعا این خودفراموشی تا کی می‌خواهد ادامه پیدا کند. در ظاهر به نظر می‌رسد که من به طور مدام درگیر خودم و خویشتم هستم و جز این فکر دیگری ندارم. با خودم گفتم عجیب نیست؛ تو ظاهرا در دریا هستی و مدام به آب و غواصی و شنا فکر می‌کنی. در حالی که واقعا در یک بیابان خشک بیهوده دست و پا می‌زنی. ظاهر تو آب است و دریا اما واقعیت تو خشکی است و بیابان و حسرت یک قطره آب. هم‌چنان به این موضوع فکر کردم و با خودم تکرار کردم و به خودم گفتم که من به یک تمرین بسیار عالی جلسه نگارش از خود بی خود می‌شوم و می‌نویسم و فکر می‌کنم و درگیر می‌شوم و وقتی که به یک کامپیوتر خشک و خنگ مراجعه می‌کنم می‌بینم که علاوه بر این‌که یک بار در جلسه تمرین را انجام داده بودم؛ یک بار دیگر هم مثل حالا از خودم بی خود شده بودم و متن تمرین را با دقت خوانده بودم و چه‌ها که نکرده بودم. و باز با خودم فکر می‌کنم که چقدر تلخ است این حس. چه چیزی فراموش شده؟ چطور می‌شود که تو فکر می‌کنی که در دریا شنا و مکاشفه و تأمل و تعمق می‌کنی و تماما خیس هستی اما در واقع روی شکم در بیابان خشک دراز کشیده‌ای و دهانت پر از خاک است و هم‌چنان هر روز و هر لحظه من به این موضوع فکر می‌کنم که درک من از زندگی چیست. بعضی آدم‌ها تکرار می‌کنند و می‌گویند: «رسالت من در زندگی چیست؟ من چه رسالتی در زندگی دارم؟» من فکر می‌کنم که آن آدم‌ها شاید درک‌شان را از زندگی می‌دانند و دنبال آن هستند که زندگی از آن‌ها چه می‌خواهد. اما من خیلی از این حرف‌ها عقب‌تر مانده‌ام. و با خودم دو تا سوال بزرگ دارم؛ یکی این‌که درک من از زندگی چیست واقعا؟ و دوم این‌که چطور می‌شود که من آن‌ها را فراموش کرده باشم؟