

به نام خدا

نامتناهی، رهایی از حصارهای تو در تو

شماره ۱۸: جهان‌های تو در تو

شماره ۱۹: رهایی انسان، راه رهایی، رهایی

۱. قرآن کریم. سوره مبارکه‌ی الصافات، آیه‌ی ۱۳۹ به بعد. تا پنج دقیقه.
۲. آشنایی با «حکمت نامتناهی» چنان چشمان شما را به عرصه‌های معنوی گشوده که هر چه می‌گذرد بیشتر طاقت خود را از زندگی ماشین‌وار شهری از کف می‌دهید. به مرتبه‌ای رسیده‌اید که از جامعه و مردم کوتاه‌بین آن خسته و دلزده شده‌اید. چرا این مورچگان، بی‌وقفه و مکانیکی، به دنبال خواسته‌های پیش پا افتاده و بی‌ارزش از این سو به آن سو کشیده می‌شوند؟ مغزها بسته، نگاه‌ها تهی و دیدگاه‌ها محدود است. به آدم‌هایی بدل شده‌اند که فقط تا نوک بینی خود را می‌بینند و جز به شکم و (با عرض معذرت) زیر شکم به هیچ چیز نمی‌اندیشند. آن قدر تهوع‌آورند که تصمیم می‌گیرید از جامعه‌ای که جز ناراستی و رذیلت و پستی هیچ دستاوردی ندارد، به کلی کنده شوید و در خلوتکده‌ای طبیعی به خودتان بازگردید و تلاش کنید در این سلوک، انسانی شریف و بافضیلت باقی بمانید.
۳. در جستجوی همه‌جانبه، «جزیره‌ی شیطان» در دریای عمان را انتخاب می‌کنید. این نامی است که محلی‌ها به آن داده‌اند و شما ترجیح می‌دهید آن را به نام دیگرش، «جزیره‌ی مرجان»، بنامید. روزها قایقران بلوچی شما را به آن جا می‌برد و غروب به بندر چابهار برمی‌گرداند، گویا شب و هنگام مد، جزیره در آب فرو می‌رود و ماندن در آن خطرناک است. از صبح تا غروب، بدون آن که موبایل یا وسایلی از این دست همراهتان باشد، روی صخره‌ای می‌نشینید و در این تنهایی عمیق به خویشتن می‌اندیشید. از آن زمان که با یک تصمیم بنیادی و سرنوشت‌ساز از زندان‌های تو در تویی که جامعه‌ی شهری مدرن برایتان فراهم کرده خلاص شده‌اید، هر چه می‌گذرد بیشتر احساس رهایی و سبکباری می‌کنید. زندگی شهری وابستگی‌ها و تعلقات را به عنوان رفاه، امکانات، آرامش و مانند این‌ها بار مردم می‌کند و عجیب است که عده‌ای برای دستیابی به این بارهای سنگین و زندان‌های فریبنده سر و دست می‌شکنند. نمونه‌اش قایق‌رانی است که هر روز صبح شما را به این جزیره می‌آورد و هنگام غروب باز می‌گرداند. او شگفت‌زده است که شما چگونه زندگی در این خراب‌آباد را بر زندگی در شهری بزرگ ترجیح داده‌اید. از خود می‌پرسید:
آیا پناه بردن به چابهار و جزیره‌ی مرجان حرکت به سوی رهایی است؟
آیا همه‌ی انسان‌ها در هر جا که باشند، احساسی از زندان دارند که وقتی از آن دلزده شدند، به بهانه‌ی سفر خود را به زندان تازه‌ای می‌افکنند؟
این انزوا، فضایی برای نگاه به درون فراهم می‌کند. اما سؤال اینجاست: آیا واقعاً این نگاه، نوعی توجه به "خویشتن" است یا فقط تصویری رمانتیک است از "خویشتن رها شده"؟
۴. روز سوم است و شما از این سلوکی که در پیش گرفته‌اید رضایت کامل دارید. ساعت‌ها سکوت، قطع هر نوع ارتباط انسانی، و توجه به نفس، قدرت درونی شگرفی در شما پدید آورده که هر چه می‌گذرد بیشتر و بیشتر آن را احساس و کشف می‌کنید. اما عجیب است که امروز از شاه‌میگوهایی که در اطراف این جزیره به راحتی به چشم می‌آمدند هیچ خبری نیست، کجا رفته‌اند؟ به خودتان می‌گویید که هیچ چیز نباید خاطر شما را به خود مشغول کند و مانع تمرکز شما شود. از آن جا که هیچ ساعتی همراه شما نیست، غالباً از طریق آفتاب زمان را حدس می‌زنید، ولی امروز هوا ابری است و دریا متلاطم. نمی‌دانید موج عظیمی که به سوی شما می‌آید نوعی سونامی است یا دچار توهّم

شده‌اید. از آن جا که قدرت درونی فوق‌العاده‌ای پیدا کرده‌اید، نمی‌ترسید و با آرامش به این موج غول‌پیکر چشم می‌دوزید، هیچ احساس ترسی در شما وجود ندارد. همه چیز در شما آرام است، آرام به اندازه‌ی سکوتی که از ژرفای مرگ برمی‌خیزد. هیچ ترسی در دل ندارید؛ به موج چشم می‌دوزید، محکم و استوار، احساس می‌کنید قدرت درونی شما به حدی است که دنیا را در برابر خود به زانو درمی‌آورد. دیگر هیچ چیز شما را نمی‌ترساند. در چشم به هم زدن، جزیره و شما در آب غرق می‌شوید و در آن سکون شناوری که زیر آب دارید آشکارا نهنگ بزرگی را می‌بینید که شما و دیگر جانوران دریایی را می‌بلعد.

آیا این قدرت درونی شگرف، دامی بود که خودتان بر گرد خود تنیدید؟

آیا این 'آرامش' در برابر موج، نشانه‌ی تسلط بر نفس بود یا نشانه‌ی عمیق‌ترین نوع نادانی؟

۵. بی اختیار به یاد داستان حضرت یونس می‌افتید. به خود می‌گویید: «ایمان بیاور که این نهنگ، تو را نمی‌بلعد تا نابودت کند، بلکه تو را می‌بلعد تا دوباره متولد شوی. این پایان زندگی تو نیست، بلکه پایان تصویری است که از "خود" داری». پس این هم گامی است در مسیر تکامل شما و باید از آن برای تکامل بیشتر خود بهره‌گیری و بر قدرت درون بیفزایید. با همان تسلط بر نفس، تجربه می‌کنید که چگونه نخست از فضایی نیمه‌تاریک گذر کرده و بعد تاریکی محسوسی شما را در بر می‌گیرد، و سرانجام در ظلمات سوم فرو می‌روید، ظلماتی که در آن دیگر نمی‌توان میان خود و تاریکی تفکیک کرد. گویی شما همان ظلمتید و ظلمت جز شما هیچ نیست.

آیا اکنون به رجم خلقت بازگشته‌اید، به لحظه‌ای که هستی از نیستی سر برمی‌کشد؟

چه باید کرد؟ خود را کاملاً وامی‌گذارید تا فرایند خلق، هستی یا نیستی شما را رقم بزند؟

۶. به یاد ذکر حضرت یونس می‌افتید. آن را می‌خوانید و زیر لب تکرار می‌کنید: لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ («معبودی جز تو نیست، منزهی تو، راستی که من از ستمکاران بودم.»). هیچ پاسخی نیست. تاریکی بر تاریکی. شما همان ظلمتید و ظلمت جز شما هیچ نیست. آیا به زودی هضم خواهید شد و همه چیز پایان خواهد یافت؟ آیا پایان همان رهایی است؟ شما همان ظلمتید و ظلمت جز شما هیچ نیست. احساس می‌کنید ظلمت مانند شما هوشمند است، نفس می‌کشد، خواست درونی شما را درک می‌کند، اصلاً جدای از شما نیست. اگر آن را خطاب قرار دهید، گویی خود را مخاطب ساخته‌اید. پس ظلمت را مخاطب قرار دهید و در حد یک پاراگراف از او «رهایی» خود را طلب کنید. باید برای او، و برای خودتان، روشن باشد که رهایی از چه چیز یا از چه چیزهایی را طلب می‌کنید. بکوشید برای شما روشن باشد که عمیق‌ترین قید و بندهای شما چیست؟ تاریکی از شما وضوح و روشنی را طلب می‌کند. بنویسید که به روشنی کدام رهایی را طلب می‌کنید؟