

باورها و انتخاب‌های بنیادین

سؤال این است که ما چگونه می‌توانیم به دانایی‌های بنیادین خودمان نزدیک شویم؟ همان دانایی‌هایی که در مراتب عمیق‌تر و بالاتر وجودی ما قرار دارند؛ دانایی‌هایی که مبدأ انتخاب‌های ما هستند. در واقع، انتخاب‌های ما از آن نشأت می‌گیرند، و تصمیم‌هایی که در مراتب پایین‌تر و در لایه‌های سطحی روح و ذهن می‌گیریم، تحت تأثیر آن‌ها قرار دارند. قدرت ما در این سطوح سطحی چندان زیاد نیست؛ چرا که آن دانایی‌های عمیق‌تر قدرتمندترند و سرنوشت ما بیشتر از طریق آن‌ها شکل می‌گیرد — هرچند انتخاب‌کننده‌ی نهایی، باز هم خود ما هستیم.

مثالی بزنم. فرض کنید فردی با همسرش، یا با دوستش، مدام درگیر جر و بحث است؛ مثلاً سر این که چرا فلان کار را انجام دادی یا چرا فلان رفتار را کردی. این گفت‌وگوها و درگیری‌ها مدت‌ها ادامه دارد و هر دو تلاش می‌کنند آن را حل کنند، اما موفق نمی‌شوند. نمی‌دانند که همین تلاش برای حل مسئله، در واقع از جایی عمیق‌تر در وجودشان سرچشمه می‌گیرد؛ گویی آن ناراحتی از درون می‌جوشد تا ناحیه‌ای از وجودشان را اصلاح کند. بعد، فرض کنید فرد به سراغ روان‌شناس یا مشاور می‌رود تا از طریق تکنیک‌های مشاوره‌ای بتواند این ستیز درونی و بیرونی را حل کند. در ابتدا، کمی بهبود حاصل می‌شود، اما نه آن‌چنان که باید. مشاور هم متعجب است که چرا تکنیک‌هایی که برای دیگران کارساز بوده، برای این فرد چندان نتیجه نمی‌دهد. تا اینکه شخص دیگری او را دعوت می‌کند به نوعی مراقبه‌ی عمیق‌تر نسبت به حالات خودش — مراقبه‌ای که در آن بتواند هر بار که ستیزی در وجودش شکل می‌گیرد، آن را در درون خود بررسی کند؛ ببیند منشأ این ناراحتی چیست، از کجا برمی‌خیزد، و در عمق جانش چه می‌گذرد. در واقع، او پیش از این سه مرحله را پشت سر گذاشته بوده است :

در مرحله‌ی نخست، تمام اشکال را از دیگری می‌دانست؛ همواره گمان می‌کرد دوستش یا همسرش مقصر است.

در مرحله‌ی دوم، تلاش کرد با استفاده از برخی تکنیک‌ها رفتار منطقی‌تر و عقلانی‌تری در پیش گیرد تا بتواند با دیگری به توافق برسد. اما باز هم نتیجه‌ای کامل نگرفت.

در مرحله‌ی سوم، با تکنیک‌های پیشرفته‌تر و تحلیل‌های روانی‌تر سعی کرد رفتار خود را اصلاح کند، اما باز هم دستاورد چندان‌ی حاصل نشد.

هر یک از این مراحل نتایجی جزئی برای او داشت، اما نتیجه‌ی نهایی — همان آرامش و دانایی ژرف‌تر — به دست نیامد. تا اینکه در مرحله‌ی بعد، تصمیم گرفت از همه‌ی این ابزارها و راه‌ها فاصله بگیرد و به درون خود برگردد؛ به جای اینکه بیرون را بسنجد، درونش را بسنجد. دیگر کاری به این ندارد که آن فرد بیرونی، که با او درگیر است، چه نقشی دارد یا ندارد. توجهش از بیرون به درون معطوف می‌شود.

فرض می‌کنیم طرف مقابل بدترین آدم است؛ اصلاً آدمی کاملاً منفی و دشوار. با این حال، فرد بدون توجه به رفتار او، به مبدا وجودی خود بازمی‌گردد و آن را واکاوی می‌کند تا بفهمد که این ستیزه‌ای که در درونش ایجاد می‌شود، از چه مبنای روحی سرچشمه می‌گیرد. پیاکاوَش در عمق وجود، ممکن است کشف کند که در درونش حرص یا علاقه‌ای ناخودآگاه به دعوا وجود دارد، یا زندگی آرام را خیلی ترجیح نمی‌دهد. گاهی این حالت‌ها ریشه در کدورت‌ها یا ناراحتی‌های قدیمی دارند؛ مسائل و کدورت‌هایی که در گذشته ایجاد شده و هنوز حل نشده‌اند. این کدورت‌ها، به تدریج و به صورت ناخودآگاه، در قالب رفتارها و واکنش‌های روزمره بروز پیدا می‌کنند.

به عنوان مثال، وقتی عمق بسیاری از دعوای سیاسی را بررسی می‌کنیم، می‌بینیم که ریشه‌های آن به چند دهه قبل برمی‌گردد؛ مثلاً درگیری‌های گروه‌های سیاسی در زمان پیش از انقلاب، یا تجربه‌های زندان و فشارهای گذشته، هنوز آثار خود را نشان می‌دهند.

در این مرحله جدید، پس از گذراندن سه مرحله‌ی پیشین، فرد بخش‌های عمیقی از وجودش را کشف می‌کند و درمی‌یابد که این اعماق چه آثار جدی و ناخودآگاهی بر زندگی او داشته است؛ آثار و تأثیراتی که قبلاً متوجه آن‌ها نبوده و اهمیتشان را درک نکرده است. تا پیش از این، ممکن بود سعی کرده باشد مشکلات با دوستان یا تکنیک‌های حل اختلاف را برطرف کند، اما حالا درمی‌یابد که عمق وجودی او آثار اساسی‌تر و گسترده‌تری دارد.

در واقع، در وجود انسان، مراتب انتخاب و دارایی‌ها به صورت مرحله‌به‌مرحله و لایه‌به‌لایه عمیق می‌شوند و هر لایه محکم‌تر و اساسی‌تر است. وقتی فرد از عالم ظاهری و این نشئه فاصله می‌گیرد، آنجا چیز منفی و محدودیتی وجود ندارد، اما هنگام نزدیک شدن به این نشئه، انتخاب‌هایش تحت تأثیر این نشئه قرار می‌گیرد.

بین مرتبه‌ای که کاملاً بالاتر از این سطح است — همان مرتبه‌ای که قبلاً «قالوا بلی» گفته‌ایم — و مرحله‌ای که کاملاً خودآگاه است، تفاوت عمیقی وجود دارد. در این مرحله خودآگاه، فردی سعی می‌کند سلوک کند، زندگی خود را درست سامان دهد، یا به اهداف مادی و عملی برسد: مثلاً دانشجویی تلاش می‌کند درس خوبی بخواند، کسی تلاش می‌کند درآمد بیشتری کسب کند، یا انسانی سعی دارد زندگی مادی خود را بهبود بخشد.

منظور از «مادی» در اینجا، صرفاً ظاهر و عالم آشکار است؛ نه عالم غیب یا شهودات باطنی. آن مرتبه‌ی بالاتر، عالم فطرت و الهی است، جایی که انسان جز حقیقت مطلق و شهود الهی چیز دیگری نمی‌بیند یا نمی‌گوید.

در نقطه‌ی میان این دو عالم، یعنی هنگام ورود به این نشئه‌ی میانی، انتخاب‌های ظریف رخ می‌دهند که آثار جدی و عمیقی بر زندگی ما دارند. این همان سطحی است که دانایی‌های بنیادی و اصلی در آن قرار دارند و سرنوشت ما از طریق آن‌ها شکل می‌گیرد. مشکل ما این است که می‌خواهیم همه‌چیز را در عالم ظاهر و ملموس حل کنیم؛ چون راحت‌تر و دوست‌داشتنی‌تر به نظر می‌رسد. اما دانایی‌هایی که فراتر از این سطح هستند، و فاصله‌ای با این نشئه‌ی ظاهری دارند، اغلب مورد توجه ما قرار نمی‌گیرند. پرسش این است که چگونه می‌توان به این دانایی‌ها دست یافت و آن‌ها را تجربه کرد.

وقتی که ما از هر چیزی که به آن وابسته‌ایم رها شویم، می‌توانیم به دانایی‌های بنیادی دسترسی پیدا کنیم. انسانی که به خودش توجه دارد، ناگهان درمی‌یابد که ریشه‌ی این ستیزه در فلان مسئله است؛ او دانایی خود را درک می‌کند. آنانی که اهل سلوک روحی و مراقبه‌ی مستمر هستند، پیوسته در اعماق وجود خود چیزهای جدیدی کشف می‌کنند؛ این کشفیات، تحلیل آن‌ها از خودشان را تغییر می‌دهد و دانایی‌های بنیادی را آشکار می‌کند که انتخاب‌هایشان بر پایه‌ی آن‌ها شکل گرفته است. دانایی‌ها و انتخاب‌ها با هم اثر متقابل دارند.

اگر کسی بخواهد بیشتر پیش برود، باید بیشتر به خود رجوع کند و دانایی‌هایش را کشف کند؛ این همان چیزی است که سرنوشت او از طریق آن تعیین شده است. از سوی دیگر، دنیای ظاهر نیز بر آن‌ها اثر می‌گذارد و دانایی‌های آن عالم را محدود می‌کند. هرچند این عالم ظاهری محدود است، اما «قالوا بلی» چنان محکم است که هنگام رویارویی با آن، آثار این نشئه‌ی ظاهری بسیار ضعیف به نظر می‌رسد. در تجربه‌ی ما — مثل سلمان فارسی — وضعیت برعکس است؛ آن‌ها توانمندند، اما ما گرفتار و وابسته هستیم و آثار «قالوا بلی» را غالباً از بین می‌بریم