

گفتگو در مورد حاصل تمرکز

خانم حیدری: من هیچ فهمی از قرآن ندارم؛ نه خواندن معمولی، نه تفسیر. نه این که نداشته باشم، فقط همان فهم ظاهری که معنی یا تفسیر را می‌خوانیم. نمی‌دانم باید چه کاری کرد که به فهم عمیق‌تر رسید. در مخاطبه هم، چه ماه رمضان چه زندگی و تفکر در متن قدسی، هیچ چیزی ندارم؛ فقط همان سکوتی که باید تمرکز بکنیم. گاهی بعضی آیات پر رنگ می‌شوند، چه در مخاطبه و چه در زندگی و تفکر در متن قدسی، ولی باز هم هیچ درکی یا عمقی نیست.

آقای قدوسی: تمرکز حاصل می‌شود یا نه؟

خانم حیدری: بله، تمرکز که همان سکوت است، ولی دیگر هیچ. می‌بینم که دوستان چه در مخاطبه ماه رمضان چه الان، مطالبی برایشان می‌آید و می‌نویسند، ولی هیچ چیزی برای من نمی‌آید. فقط همان تمرکز است و مثل خلوت‌های روزانه که حالت خواب عمیق است. همه‌اش همین است. بعضی وقت‌ها هم بعضی آیات پررنگ می‌شوند.

آقای قدوسی: اینکه می‌گویید هیچی نیست، شما می‌خواهید چه چیزی حاصل بشود؟

خانم حیدری: همان چیزی که دوستان می‌نویسند؛ منظورم همان است. این که می‌فرمایید اگر تجربه‌ای دارید بنویسید، تجربه‌ای برای من حاصل نمی‌شود...

آقای قدوسی: یعنی خودتان را با دیگران مقایسه می‌کنید؟

خانم حیدری: نه، شما می‌فرمایید تجربه‌تان را بنویسید. تجربه‌ای برای من حاصل نمی‌شود.

آقای قدوسی: آیا "تمرکز" تجربه نیست؟

خانم حیدری: اینکه در پایان جلسه می‌فرمایید حتماً باید مکتوب کنید، برای من چیزی پیش نمی‌آید که مکتوب کنم.

آقای قدوسی: خود این تمرکز برای این نیست که همه چیز را از بین ببرید؟ پس چطور شما دنبال چیزی هستید؟

خانم حیدری: پس چه چیزی را می‌فرمایید که حتماً باید مکتوب کنیم؟

آقای قدوسی: اول جواب این سؤال من را بدهید. می‌خواهم سؤال برای خودم هم مشخص بشود چون قبلاً هم این بحث را در نگارش با شما داشتیم و آن موقع هم این ابهام برایم بود و سعی کردم که این ابهام روشن بشود که آن موقع هم نشد. این که شما می‌گویید چه چیزی بنویسیم، یک مطلب است؛ فعلاً به آن کاری نداریم.

مسئله دیگر این است که انسان می‌گوید هیچ چیز برایم حاصل نشد. این عبارت «هیچ چیز برایم حاصل نشد» یعنی چه؟ در تمرکز شما دنبال چه چیزی هستید؟ این طور که الان دارید می‌گویید، دنبال یک چیزی مثل دیگران هستید. این چیزی که مثل دیگران است چیست که در آن تجربیات نگارشی هم شما خیلی دنبالش بودید و مدام تأکید می‌کردید «هیچی نشد»؟

خانم حیدری: من دنبال چیزی نیستم ولی فکر می‌کنم که همیشه دارم این کار را اشتباه انجام می‌دهم.

آقای قدوسی: وقتی انسان فکر می‌کند این کار من اشتباه است، باید یک تصویری از وضعیت درست آن کار داشته باشد بعد بگوید این کاری که من می‌کنم با آن تصور درست مطابقت ندارد، پس اشتباه است. الان تصور درست شما از آن چیزی که باید رخ بدهد چیست که حالا چون آن چیز رخ نمی‌دهد، شما می‌گویید اشتباه است. گاهی هم می‌گویید چیزی رخ نداد و در آن سری سابق هم خیلی تأکید داشتید که «چیزی نیست». آنچه که باید رخ بدهد، چیست؟

خانم حیدری: فکر می‌کنم تجربه‌ای باید باشد که آن را مکتوب کنم. یعنی کلاً خواب عمیق است. فکر می‌کنم تجربه‌ای باید باشد.

آقای قدوسی: چطور تجربه‌ای؟ یعنی مکاشفه برایتان حاصل بشود؟ یک دفعه یک معرفتی پیدا بشود؟ یا مثلاً یک چیزی ببینید و یک حرفی متوجه بشوید؟ فرض کنید یک سؤال داشتید و جوابش برایمان مشخص شد؛ یا نه، اصلاً سؤال نداشتیم، یک دفعه مطلبی برایمان مشخص شد. دنبال این هستید؟

خانم حیدری: خیر؛ اگر همان خواب عمیق درست است که خب همان درست است.

آقای قدوسی: خیر. نگفتم خواب درست است؛ خواب که خواب است. گفتم آن چیزی که باید رخ بدهد، چیست؟ از اول که آدم به خواب نمی‌رود. در واقع یک مدتی قبل از این که وارد خواب بشود. آن خواب یک دلیل خاصی دارد که دلیل بر ضعف کار نیست؛ دلایل دیگری دارد. اصلاً آن یک بحث دیگر است. ما آن اصل حضور انسان در آن تمرکز را می‌گوییم؛ وقتی که شما تمرکز پیدا می‌کنید—در اینجا و در آن برنامه‌ی قبلی—دنبال یک چیزی

هستید و آن چیز در ذهن شما خیلی پر رنگ است، و به همین خاطر تجربیات را علی‌رغم این که دوستان اصرار می‌کنند همین تجربیات درست است، شما می‌گویید «چیزی رخ نداد». الان هم تکیه بر همان دارید. این چیز در ذهن شما چیست؟

خانم حیدری: من نمی‌دانم جواب این سوال چیست، ولی آن چیزی که در من هست را می‌گویم. من فکر می‌کنم باید تجربه‌ای داشت؛ مثل همین تجربه‌هایی که دوستان دارند و می‌نویسند، و من چون ندارم فکر می‌کنم اشتباه انجام می‌دهم. همین.

آقای قدوسی: اصل مطلب همین است که این تجربه یا این کتابت یا هر چیزی که در این هست—یا جواب مسئله گرفتن، یا این که نه، انسان سؤالی هم ندارد، یک چیزی برایش یک دفعه مشخص می‌شود. مثلاً فرض بفرمایید که من هیچ سؤالی ندارم؛ در تمرکز، یک لحظه متوجه می‌شوم که یک خصلت من خیلی اشتباه بوده. یا وقتی با یک نفر صحبت می‌کردم، در آن صحبت احترام او را رعایت نکردم. یا فکر می‌کردم اگر با یک شخصی دعوا دارم، حتماً حق با من است؛ بعد یک دفعه روشن می‌شود که این طور نیست. یا مثلاً یک نگاهی به اهل بیت (ع) برایم پیدا می‌شود که این نگاه با سابق خیلی متفاوت است. یا مثلاً متوجه می‌شوم که کار من، به معنای رساله‌عملیه‌ای، این است که خدمت به دیگران بکنم؛ یا کار من این است که مسائل معرفتی را دنبال کنم؛ یا متوجه می‌شوم که باید بعد از این برای مسائل روحی‌ام خلوت بیشتری داشته باشم یا استمرارم را بیشتر کنم. این چیزهایی است که برای انسان مشخص می‌شود. در تمرکزها خیلی از این موارد به این شکل پیدا می‌شود که چه‌بسا کتابتی که انسان می‌کند، همان است. حالا سؤال این است که آیا شما دنبال یک چیزی از این نوع هستید؟

خانم حیدری: در خلوت‌های روزانه ممکن است متوجه آن اشتباهی که کرده‌ام بشوم ولی در مخاطبه نه. اول ممکن است یک تشنگی و خطوراتی باشد، بعد سکوت و بعد خواب عمیق.

آقای قدوسی: سؤال من از این جوابی که دادید کمی متفاوت است. سؤال من این است که آیا شما آن چیزی را که دنبالش هستید و می‌گویید «چیزی رخ نداد، چیزی نیست، هیچی نیست، به چیزی نمی‌رسم» یا گاهی می‌گویید «رسیدم»، آن چیز از این مواردی است که نام بردم؟

خانم حیدری: نمی‌دانم.

آقای قدوسی: ظاهراً همان است؛ چرا نمی‌دانید؟

یعنی انسان می‌گوید خب حالا من که تمرکز کردم باید یک نتیجه‌ای بگیرم. نتیجه هم آن‌جا این نیست که پول به من بدهند؛ یا بتوانم قرض‌هایم را بدهم؛ یا یک‌دفعه یکی بیاید سند خانه به من بدهد. نتیجه که این‌ها نیست. نتیجه یک نتیجه ذهنی، معرفتی، روحی است. این نتایجی است که برای فرد در تمرکز حاصل می‌شود و گاهی هم در کتابت اتفاق می‌افتد. اما چیزی که رخ می‌دهد—که الان بعضی مواردش را دوستان گفتند—این است؛ آن‌وقت این اولِ خطاست. اولِ خطا این است که انسان به دنبال یک رویدادی از این نوع در وجودش باشد. در واقع این اصلِ تمرکز را تا حد زیادی بی‌حاصل می‌کند. چون تمرکز برای این است که انسان بازگشت به خویشتن داشته باشد. بازگشت به خویشتن یعنی رها کردن همه این‌ها. اصل و مسیر حرکت انسان احیای انسان است. احیای انسان یعنی رها کردن این موارد. حالا رها کردن این موارد معنایش این نیست که این‌ها رخ نمی‌دهد؛ اتفاقاً بیشتر رخ می‌دهد. خیلی وقت‌ها دلیل اینکه انسان نمی‌تواند مسیر را ادامه بدهد همین است؛ اینکه به دنبال چنین آثاری است. این روحیه‌ای که انسان به دنبال این آثار است ناشی از رسوبات آن زندگی نادرستی است که دارد. ما قبل از این که وارد این مسیر بشویم به دنبال چه هستیم؟ مثلاً به دنبال مادیات هستیم؛ بعد مادیات را ترک می‌کنیم و سراغ معنویات می‌رویم. معنویات را در مرحله اول فقط ابزاری می‌دانیم برای این که مشکلاتمان حل بشود. در واقع معنویت را یک ابزاری می‌کنیم برای حاجت‌های مادی. خب این هم عیبی ندارد؛ اما کسی که می‌خواهد ادامه بدهد باید این‌جا مسیرش را ادامه بدهد و معنویات را مستقیم بخواهد. مرحله بعد این است که فرد دنبال یک‌سری آثار معنوی است که برایش حاصل بشود. در این‌جا هم اگر فرد به دنبال این آثار باشد و به آن‌ها توجه کند، متوقف می‌شود. احیای انسان و آن حقیقت انسانی این است که این را هم ترک کند و نخواهد؛ آن‌وقت مسیر ادامه پیدا می‌کند و پیوسته این حالات و آثاری که پیدا می‌شود بیشتر خواهد شد. دوباره اگر انسان فقط به آن‌ها توجه کند مسیرش متوقف می‌شود. انسان باید بتواند از آن‌ها بگذرد و از این موارد رد بشود و این عبور باعث می‌شود که "تمرکز" قوی‌تر شود و خلأ وجودی‌اش در آن لحظات تمرکز کامل‌تر شود. سپس این "وجودی" که شکل گرفته، روی زندگی انسان سایه می‌اندازد و این آغاز تغییر در زندگی او است. اگر انسان دلش را به این تغییراتی که در زندگی‌اش رخ داده، خوش کند، حتی کمی احساس تعلق کند، حرکت متوقف می‌شود. یعنی حرکت انسان صرفاً به سوی انسان است و تا بی‌نهایت می‌رود. وقتی سمت و سوی حرکت انسان و توجه و تمرکزش به قدر کافی به افق‌های بی‌نهایت معطوف شود، کم‌کم به مرتبه‌ای می‌رسد که خدای حقیقی را می‌بیند؛ خدایی که از رگ گردن نزدیک‌تر است. یعنی این خدا از ابتدا همین‌جا بوده ولی خودِ فرد همواره در

جست‌وجوی چیزی بوده؛ گاهی مادیت، معنویت، پیشرفت، رشد یا رسیدن به مراتب عالی؛ یعنی هر چیزی در برابر این «بی‌چیزی».

از بایزید پرسیدند چه می‌خواهی، گفت: «أريد أن لا أريد»؛ گفت می‌خواهم که هیچ چیز نخواهم. هیچ چیز نخواستن، رهایی انسان و آزادی انسان است که او را به آن حقیقت انسانی که از رگ گردن به او نزدیک‌تر است، می‌رساند.

«من عرف نفسه فقد عرف ربه»، این به این معناست و همان حقیقت توحید است.