

(یادداشتهای کریشنامورتی)

کالیفرنیا

مراقبه عمل و یا تجربه ای نیست که فرای اندیشیدن و یا احساس کردن در امور روزمره زندگی باشد، و یا حتی تمایل به این داشته باشد که به اوهام و رویاهایی و یا به لذت و یا مسرتی دست یابد. تنها یک ذهن نابالغ، حقیر و بسیار کوچک است که میتواند در رویای دستیابی به شعور و آگاهی گسترده تری باشد - و البته آنرا در خود مجسم میکند - و به تجاربی دست یابد که بتواند با قوه تشخیص خود آنها را شناسائی نماید. چنین ذهن ناپخته ای قطعاً میتواند در دنیای کنونی به موفقیت‌های بزرگی رسیده و به قدر و قیمتی نیز دست یابد. بسیاری از گورهاها که مریدانی در پشت سر خود جمع میکنند، از همین تیره افراد هستند. آنها هیچگاه مراقبه را عمیقاً درک نخواهند کرد، مراقبه چیزی نخواهد بود که بتوان آن را پیدا کرد، چون جوینده همواره چیزی را میجوید که از هویت و کیفیت آن آگاهی دارد و دقیقاً چیزی را پیدا میکند، که در جستجویش هست، آنهم آرامش و تسلی خاطر است که از ماهیت درونی ترس او نشات میگیرد.

طرفدار یک عقیده و مرام نمیتواند با همه کارهایی که انجام میدهد به میدان عملکرد مراقبه وارد گردد. برای مراقبه میباید آزاد بود. نه اینکه اول مراقبه پیش برود و بعد به آزادی برسیم؛ آزادی - در مفهومی از کنار گذاشتن کامل و همه جانبه مبانی اخلاقی و ارزشهای اجتماعی - اولین قدم در راستا و در گستره مراقبه میباشد. مراقبه یک کار عمومی و جمعی نیست، حالتی که خلیها میتوانند در آن نقش داشته و دعاها را معینی را تکرار نمایند. مراقبه بر خودش استوار بوده و همواره خارج از مرزهای متعارف در رفتارهای جمعی است. چون حقیقت امری نیست که در راستای اموری ناشی از اندیشه و فکر باشد، یا آنچه را که اندیشه سرهم بندی کرده و آنرا حقیقت مینامد. دور بودن همه جانبه و عمیق از تمامی ساختار اندیشه، جنبه مثبت مراقبه میباشد.

صبح امروز دریا بسیار آرام بود؛ درست مثل دریاچه ای به رنگ آبی کبود، و هوا نیز بسیار صاف بود. مرغان دریایی و لک لک ها در فاصله کمی از سطح آب پرواز میکردند - حتی لک لک ها آنقدر نزدیک به آب پرواز میکردند که بالهای سیاهشان مماس با سطح آب بود، و خیلی آهسته پرواز میکردند. آسمان کاملاً به رنگ آبی بود و تپه های اطراف بجز چندتایی که رویشان بیشه ای قرار دارد، بقیه در زیر تابش آفتاب میسوختند. از سمت این تپه ها عقابی سرخ رنگ نمایان گردید، در بالای دره گشتی زده و در میان درختان ناپدید شد.

آفتاب در این منطقه از جهان بسیار گیرا و از درخشش خارق العاده ای برخوردار بود، با اینهمه طوری نبود که به چشم آزاری برساند. در فضا ترکیبی از چند بو، از بوی دریا گرفته تا بوی درخت پرتقال و یا

اوکالیپتوس پخش بود. چند ماهی بود که هیچ بارانی نباریده و زمین زیر گرمای شدید خشک و بسیار تشنه بنظر میرسید. در بالای تپه گاهاً خرگوشی را میبینی و حتی یکبار یک خرسی را نیز، که بسیار ژولیده و ناتوان بنظر میرسید. در همین مسیر بارها شده که با مار کبرا برخورد میکنی و بعضی اوقات نیز قورباغه هایی را در مسیر می بینی؛ در این مسیر بندرت پیش میآید که با انسانی دیگر روبرو شوی؛ مسیر فوق بسیار خاکی، خشک و بطور کامل ساکت بود.

در فاصله ای بسیار نزدیک بوقلمونی بهمراه جوجه هایش که تقریباً حدود یک دوجین بودند، طوری نشسته بودند ساکت و بی حرکت که انگار اصلاً وجود نداشتند. هرچقدر بیشتر بطرف بالا پیش میروی، تپه ها بایر تر و غیر مسکونی تر بودند، چون بهرحال در این منطقه هیچ کس زندگی نمیکرد، آنهم به این دلیل بود که در اینجا هیچ آبی یافت نمیشد. حتی در اینجا پرندگان نیز زندگی نمیکنند و بندرت با تک و توک درختی روبرو میشوی. آفتاب بسیار تند بود؛ تندی آنرا بطور واقعی در درون خود میتوان احساس کرد.

در قسمتهای بالای جاده و در بالای تپه ها، ناگهان ماری افعی درست در کنارم نمایان شد، با صدایی تند و تیز که با حرکت تند دم خود بوجود آورده بود، تلاش میکرد به نحوی هشدار دهد که جلوتر نروی. تحت تاثیر این برخورد غیرمنتظره، شوکی تند در بدنم ایجاد شد. آه آنجا بود، مار افعی با آن سر مثلثی خود، طوری چمباتمه زده که سر مثلثی اش به جلو و زنگوله اش در پشت او بطور مرتب صدای هشدار دهنده ای بوجود میآورد. فاصله بین ما حدوداً یک متر میشد، اما از چنین فاصله ای او نمیتواند به کسی نیش بزند. زمانی که به چشمانش نگاه میکنی، با دیدگانی که پلک ندارد با قدرت هرچه تمامتر به تو خیره میشود، بدون اینکه از جای خودش کوچکترین تکانی بخورد. مدتی بهمین ترتیب به او، به انعطاف بی نظیر اندامش، به امکان خطرناک بودن او، خیره شدم؛ و در او هیچ اثری از ترس نبود. و همانطور که در حال نگاه به او هستی، سرش را بطرف دیگر برگردانده، از حالت چمباتمه خارج شده و از آنجا دور شد. وقتی مجدداً خواستم به او نزدیک شوم، باز هم خودش را جمع کرده و حالت قبلی را تکرار نمود، حالتی که دمش بالای سرش بوده و سر مثلثی اش را بسوی تو میگیرد، حالتی که نشان از آمادگی کامل برای حمله به تو دارد. این بازی بین ما مدتی بهمین شکل دنبال شد، تا اینکه افعی دیگر خسته بنظر میرسید و وقت برگشتن نیز نزدیک شده بود. آنگاه دیگر او را بحال خود رها کرد، و مسیر برگشت را پیش گرفتم.

خانه بسیار جالبی بود و پنجره هایی داشت که مشرف به یک چمنزار بزرگ بود. دیوارهای داخل خانه به رنگ سفید بوده و خانه کاملاً جادار و مناسب است. در شبهایی که هوا سرد میشد، در بخاری دیواری خانه آتشی روشن میکردند. وقتی به آتش مینگری احساس دلپذیری در تو ایجاد میشود، و میبینی که چگونه هزاران شعله کوچک با هم جمع شده و پایین و بالا میروند و از حرکت آنها سایه هایی ایجاد میشود. در اینجا هیچ صدائی جز صدای آرام امواج دریا وجود نداشت.

چند نفری در اتاق نشسته و مشغول به صحبت در مورد مسائل عمومی بودند _ درباره جوانان امروزی، درباره فیلم و از این قبیل مسائل. تا اینکه یکی از این افراد گفت: "آیا اجازه میدهید از شما سوالی بپرسیم؟" احساسی در تو ایجاد شده بود که شکستن سکوت دریا، تپه ها و بطور کلی این محیط را حیث میدانستی.

– "مایلیم نظر شما را در مورد زمان بشنویم. اینکه دانشمندان در این زمینه چه میگویند، و یا نویسندگانی که در عرصه های فزائی و تخیلی کتاب مینویسند، ما کم و بیش با نظرات آنها آشنا هستیم. من موکداً میگویم که انسان همواره با مشکلی بعنوان زمان درگیر است – زنجیره بی پایانی از دیروزها و فراز آنها به فرداها. از زمانهای بسیار بسیار قدیم تا هم اکنون، ذهن انسان به این امر مشغول بوده است. فلاسفه در این زمینه نظریات گوناگونی ارائه داده اند، و حتی ادیان نیز برداشتها و نتیجه گیریها خودشان را مطرح میکنند. آیا میتوانیم در این زمینه صحبت کنیم؟"

– آیا تمایل شما بر این است که در این زمینه عمیقاً بحث کنیم و یا اینکه بیشتر منظور شما یک بحث و گفتگوی ساده و سطحی است و پس از آن، موضوع به حال خود رها شود؟ اگر واقعاً چنین تمایلی داشته باشید، آنگاه میباید ابتدائاً به این نکته توجه شود که برای بحث و بررسی عمیق این موضوع، تمامی آنچه که فلاسفه، ادیان و سایرین در این زمینه بیان داشته و یا تئوریهایی را مطرح کرده اند، باید بطور اساسی و همه جانبه کنار گذارده شود – چون در عمل هیچکدام از شماها آن برداشتها و نظریات را قبول نمی کنید. عدم پذیرش شما البته ناشی از این نکته نیست که مثلاً بین آنها هیچ تفاوتی نیست و یا اینکه صرفاً از روی غرور و جاه طلبی آنها را نمی پذیرید، بلکه از این جا ناشی میشود که برای پیدا کردن یک جواب میبایست تمامی اعمال نفوذهای ناشی از نظرات سایرین را کنار بگذارید تا بتوانید به جوابی دست یابید. اگر برای چنین کاری آمادگی باشد، آنگاه میتوانیم مشترکاً به بطن موضوع وارد گردیم.

آیا اساساً چیزی بعنوان زمان میتواند وجود بیرونی داشته باشد – البته بغیر از چیزی را که ساعت نشان میدهد؟ در این میان چیزهای بسیاری را میتوان در نظر گرفت؛ تبعیت و ساده نگری از ما موجودی ساخته که براحتی این امر را یک واقعیت طبیعی تصور کرده و آنرا میپذیریم. اما آیا واقعاً در اینجا چیزی بعنوان زمان وجود دارد، بجز آنچه را که بعنوان دیروز میشناسیم؟ آیا زمان تداوم چیزی همانند دیروز، امروز و فرداست، و آیا زمان بدون دیروز موجودیت دارد؟ چه چیزی به همه این دیروزها امکان استمرار بخشیده است؟ هر علتی معلول خودش را بدنبال دارد، و هر معلولی در جای خود به یک علت تبدیل میگردد؛ بین این دو هیچ فاصله ای نیست، آنها فقط به فقط نمود یک حرکت هستند. این حرکت را ما زمان مینامیم، و از نگاه چنین حرکتی است که چه در قلب خود و چه با چشمان خود به دنیا و پیرامون خود مینگریم. ما با چشمان زمان به پیرامون خود نگریسته و زمان حال را در مضمون و مبنای گذشته مورد تعبیر و ترجمه قرار میدهیم؛ و بدینسان به دیدار فردا میرویم. این همان زنجیره زمان میباشد.

اندیشه که خود در بطن چنین پروسه ای اسیر است، حال این سوال را طرح میکند: "زمان چیست؟" این تحقیق اگر که آن را مستقیماً و خیلی ساده در نظر بگیریم در چارچوب و مکانیسم زمان جای میگیرد. بهمین دلیل کاری بی معنی است، چون اندیشه خود همان زمان است. دیروزهاست که عامل شکل گیری اندیشه شده و بدینسان، این فکر است که فضا را بین دیروز و امروز و فردا تقسیم میکند. یا میگوید: "در اینجا تنها زمان حال وجود دارد"، با تلاشی برای فراموشی این نکته که امروز در دنباله دیروز میباشد.

شعور خودآگاه ما متأثر از زنجیره زمان شکل گرفته و در راستای همان مرزهاست که ما سوال: "زمان یعنی چه؟" و اگر اینجا زمان نباشد، آنگاه چه اتفاقی برای دیروزها میافتد؟" را مطرح میکنیم. سوالاتی از این

دست در محدوده زمان جای میگیرد و برای چنین سوالاتی که توسط اندیشه مطرح میشود، هیچ پاسخی وجود نخواهد داشت.

با اینهمه میتوان موضوع را اینگونه نیز مطرح کرد، آیا در اینجا هیچ دیروزی و یا فردائی وجود نداشته و نخواهد داشت، و اینکه در اینجا تنها حالتی که بروز میکند همین لحظه و زمان حال است؟ این سوال نمیتواند توسط فکر مطرح گردد. این سوال برای نگاه به ساختار و کارآکتر زمان مطرح میگردد _ اما با همه اینها این سوال نیز با نگاه اندیشه مطرح میشود.

آیا اساساً فردائی وجود دارد؟ طبعاً همینطور است، بعنوان مثال من میبایست فردا سوار ترنی بشوم؛ اما آیا از جنبه روانی فردائی برای یک درد و یا یک خوشحالی و مسرت، یا برای دستیابی به چیزی میتواند وجود داشته باشد؟ و آیا اساساً در اینجا حالتی از حال وجود دارد، حالتی که هیچ پیوند و ارتباطی با دیروز نداشته باشد؟ در حالتی زمان از حرکت باز میایستد که فکر چنین کیفیتی داشته باشد. درست در لحظه ایستاماندن زمان است که حالا و « دم » موجودیت مییابد. این حال بهیچ وجه یک تخیل و تصور نیست، بلکه یک واقعیت است، آنهم تنها در حالتی بروز میکند که کلیت مکانیسم اندیشه به کارکرد خود نقطه پایانی بگذارد. جذب و احساس حال و « دم » چیز بغایت متفاوتی است تا واکنش در قبال این کلمه، چیزی که بهرحال در راستای زمان مفهوم مییابد. پس بیایید با این اوصاف در بند کلماتی همچون دیروز، امروز و فردا اسیر نگردیم. عملکرد ناشی از زمان حال تنها در رهایی است که بروز مییابد، و رهایی ثمره و میوه اندیشیدن عمیق است.

حال این سوال مطرح میشود: "عملکرد فکر چیست؟" ما بهرحال عملکردی را میشناسیم که در راستای زمان و خاطرات قرار دارد و در فاصله بین دیروز و امروز شکل میگیرد. در این فاصله، در چنین فضایی، تمامی سردرگمیها و بحراناها جای میگیرند. آنچه را که ما با این سوال خود در مد نظر داریم این است که: اگر در اینجا هیچ فاصله ای موجود نباشد، آنگاه عمل چه مفهومی دارد؟ یک ذهن خودآگاه میتواند اینطور بیان کند: "من کاری خودبخودی و با خواسته خودم انجام دادم،" اما در واقع امر اینطور نیست؛ در اینجا هیچ چیزی بعنوان سرخود و خودبخودی وجود ندارد، برای اینکه ذهن محدود است. لحظه کنونی تنها واقعیت بی بدیل است؛ لحظه کنونی همین حال است، و از آنجاییکه نمیتوان با آن روبرو شد، فکر سریعاً از آن تصویر و یادی و خاطره ای میسازد. فاصله بین این تصویر و آنچه که هست، اندوه و حرمانی است که توسط اندیشه بوجود آمده است. دیدن بدون هیچ دیروزی، همان حال و لحظه است. دریافت « دم » عبارتی دیگر انجماد دیروز است.