

مراقبه عبارت از رهانیدن ذهن از همه ناخالصی هاست. فکر، پرورش دهنده ناخالصی است. اندیشه در تلاش خود برای دستیابی به خلوص و صداقت، از مقایسه بهره میگیرد، و این خود نمود کاری ناپسند و نامعقول است. هنر نوع مقایسه ای، خود فرار از برخورد با واقعیت است و بدینسان به ناخالصی و ناصادق بودن منجر میشود. صداقت مبنا نیست. نمیتوان خود را برای صادق بودن با یک روش و یا یک سیستم هماهنگ نماییم، بلکه عبارت است از نگاهی همه جانبه و عمیق به آن چیزی که هست، و پیش رویمان قرار دارد. و مراقبه حرکت برمبنای چنین خلوص و صداقتی است که در درون آن آرامش و سکوت جای دارد.

روزی کاملاً ابری و تیره شروع شد، در بیشه زار درختان برهنه در کمال آرامش قرار داشتند. در مسیر حرکت خود در این بیشه، میتوان گلهایی همچون نرگس و بنفشه را در کنار درخشش بی نظیر رنگ زرد گلهای فورتیسیا مشاهده کرد. تو همه اینها را از فاصله ای دور میبینی، و این رنگهای زرد تداعی پرچمی بود که در متن رنگ سبز چمنزار نمود مییافت. اگر به این گلها نزدیکتر شوی، از جلوه رنگ زرد آنها چشمانت خیره میشود — این همان نمود خداست. اینطور نیست که تو تماماً خودت را با رنگها بیامیزی، و یا بخواهی در بطن تصورات خود آسمان را در رنگ زرد ببینی — در اینجا از هیچ نمودی بمثابه " تو " خبری نیست، تویی که مثلاً به این و یا آن سوی معین مینگری و یا به این رنگها خیره شده ای. تنها چنین وضعیت موجودیت دارد و دیگر هیچ — نه اینکه تمامی امواج صوتی ترا نشانه گرفته و بسوی تو سرریز کرده باشند، نه اینکه مرغ مینایی در اینجا هست که در سحرگاهان آوازش را سرمیدهد، نه اینکه صدای عابری باشد که همین لحظه از کنارت میگذرد، نه اینکه سروصدایی از ماشینی باشد که دارد در جاده مسیر حرکت تو میراند. آری، همه اینها فقط به فقط هستند. و در عمق چنین وجودی است که زیبایی و طراوت و سرزندگی جان میگیرد.

مجدداً به داخل بیشه پای مینهی. در مسیر حرکت تو قطرات آب جمع شده از بارانی، از شاخ و برگها میچکند؛ این بیشه کاملاً متروکه بنظر میرسید. بهار مدتی است که شروع شده اما انگار هنوز به شمال این سرزمین نرسیده است، زیرا هنوز اثری از هیچ برگی روی درختان نیست. بنظر میرسد که این درختان به اندازه کافی از زمستان دلگیر و خسته شده باشند، و اینکه میباید هنوز هم در انتظار گرما و آفتاب باشند. درشکه ای از کنارم گذشت، و اسب خیس عرق بود. این

اسب، با آن نجابتش، با تمامی حرکاتش، با مردی که او را میراند، تفاوت داشت و شاید بتوان گفت، خیلی بیشتر از آن مرد دارای جذبه بود؛ مرد لباس مخصوص سوارکاران پوشیده با چکمه هایی که از تمیزی برق میزد، طوری که رکاب در کنار آن به چیزی بی معنی بدل شده بود. اگر چه مرد در حال راندن اسب بود، اما بنظر میرسید که نسبت به طبیعت کاملاً غریبه باشد، طبیعتی را که بشر دارد آرام آرام بطرف نابودی کامل میکشاند.

اکثر درختان بسیار بلند بودند - درختان فندق و بلوط، درخت نارون و سپیدارها. آنها بی حرکت ایستاده بودند. زمین بخاطر خیزی و نم باقیمانده از زمستان، هنوز نرم بنظر میرسید، و انگار اینجا منطقه ای است که بسیار کهنسال و دست نخورده باشد. با اینهمه در این بیشه پرندگان بسیار کمی بودند و از میان همان تعداد اندک، حال مرغ مینا آوازی سرمیدهد. همزمان ابرها نیز به آرامی پهنه آسمان را ترک میکنند.

غروب در حین برگشت هوا بسیار روشن بود و در فراز این درختان نور موجود در آسمان تاثیری غریب از خود بجای میگذاشت، در جان این نور حرکتی بود که از بطن آرامش و خلوص درونی اش نشأت میگرفت.

نور چیز بسیار غریبی است؛ هرچقدر بیشتر بسویش نگاه میکنی، تاثیرش عمیقتر و همه جانبه تر میشود؛ و بدینگونه است که درختان در پیچاپیچ و عمق حرکات آن اسیر هستند. حالتی باور نکردنی شکل گرفته؛ هیچ تابلویی قادر نخواهد بود زیبایی و سرزندگی این نور را در خود جای دهد و نمایانگر آن باشد. این نور عمیقتر و بی نظیرتر از نوری است که در غروب آفتاب میتوان دید؛ حتی خیلی بیشتر از آن چیزی است که چشم میتواند آنرا مشاهده کند. تاثیر این نور بگونه ای بود که انگار عشق بر این سرزمین غلبه یافته. رنگ زرد فورتیسیا مجدداً به چشمانت راه مییابند، و میبینی که چگونه زمین از این همه رنگامیزی خود در شوق و مسرت قرار دارد.

خانمی بود که بهمراه دو دخترش آمده بود، اما گذاشت آنها در بیرون از خانه برای خودشان بازی کنند. او زن جوانی بود، چهره بسیار مهربانی داشت و لباس بسیار مرتب و مناسبی پوشیده بود؛ در مجموع کمی هیجان زده و در عین حال کاملاً صالح و متشخص جلوه میکرد. یاد آور شد که شوهرش در یکی از ادارات کار میکرد، و اینکه آن زندگی پایان رسیده و آنها از هم جدا شده اند. تاسفی در درونش جای داشت که خود را پشت یک لبخند تلخ پنهان کرده بود. پرسید: "مناسبات خانوادگی نمود چه مفهومی است؟ من چند سالی بوده که با شوهرم ازدواج کرده بودم. ما بطور مشخص عاشق یکدیگر بودیم - با این همه بنظر میرسید که در این میان چیزی جور در

نمی آمد."

— آیا واقعاً مایلید که عمیقاً وارد این موضوع شده و آنرا دریابید؟

— "بله، بهرحال علت مسافرتم از راهی بسیار دور برای آمدن به اینجا، مباحثه و صحبت با شما در همین زمینه بوده."

— شوهر شما در اداره ای کار میکنند، و شما نیز به کار خانه مشغول هستید، هر دوی شما با امیال خود، ناامیدیهایتان، نگرانی ها و ترسهای مختص به خودتان درگیر هستید. او مایل است به بالاترین مقام اداری دست یابد، و وحشت دارد که مبادا قادر به دستیابی به این آرزو نباشد — حتی دیگران خیلی زودتر از او این پست را به چنگ آرند. او در بند این آرزوی خود، ناامیدی اش، و در دنیای خاص تلاشهای خود برای کسب خوشبختی اسیر است، و شما نیز بجای خود با آن چیزهایی که در این زمینه به شما مربوط میشود. او خسته و مانده به خانه میآید، ملول و با ترسی در درون قلبش، و همه این هیجانات و اوضاع و احوال را با خود به خانه میآورد. از سوی دیگر شما نیز پس از گذراندن روزی طولانی بسیار خسته و مانده شده اید، چه با کارهایی که برای فرزندان خود انجام داده اید، و چه از همه کارهای متعددی که در خانه بهرحال انجام میدهید. با هم چیزی مینوشید تا که شاید اعصاب شما کمی آرام گیرد، و شاید صحبتی آنهم نه آنچنان ساده را با هم پیش میبرید. بعد از کمی صحبت با یکدیگر — و خوردن غذایی و آنگاه به رختخواب میروید. مجموعه این اعمال و این کارها را پیوند خانوادگی و فامیلی نامیده اند — هریک از شما در دنیای خودش زندگی میکند و در راستای فعالیتهای خودش پیش میرود و تنها روی تخت با یکدیگر روبرو میشوید؛ این بخش از مناسبات را نیز عشق نامیده اند. قطعاً میتوان در چنین مسیری نمودهایی از لطافت، تنوع و سرگرمی، و یا حتی چندتایی پس گردنی به فرزندان را نیز شاهد بود. بهمین طریق عمر سپری شده و آنگاه مرگ فرا میرسد. نام این مجموعه را ما زندگی گذاشته ایم. و همه ما بنحوی از انحاء چنین روندی از زندگی را تأیید میکنیم.

— "از دست انسان چه کار دیگری بر میآید؟ ما در همین مجموعه بزرگ شده ایم. ما در تلاش برای کسب ایمنی هستیم، و یا سعی میکنیم امکانات بهتری را برای زندگی خود مهیا کنیم. اینکه انسان غیر از این قادر به چه کار دیگری است، بهیچ وجه برایم واضح و روشن نیست."

— آیا خواست ما برای تامین امنیت و ایمنی است که عامل پیوند ماست؟ شاید ناشی از عادت باشد که چنین کاری بعنوان یک روش معمول و پذیرفته شده در جامعه محک خورده است — ایده ناشی از زن، شوهر، خانواده؟ آیا برای شما نیز اینطور بنظر نمی رسد که در بطن تمامی این پروسه، خوشبختی و شور بسیار اندکی نهفته است؟

– البته میتوان شاهد برخی لحظات دلچسپ و جالب بود، با اینهمه برای همانها هم میبایست کارهای بسیاری انجام داد، دنبال خیلی چیزها باید رفت. برای اینکه بتوانی تشخیص دهی که همه این امورات چگونه پیش میآیند، طبعاً میبایست مطالعات بسیاری داشت. آنگاه دیگر زمان زیادی برای اینکه بتوانی روی چنین مسائل و چنین اموری بیاندیشی، باقی نمی ماند. برایت کاملاً واضح و روشن است که خوشبخت نیستی، با اینهمه همین روش زندگی را دنبال میکنی."

– همه اینها نمود زندگی در ساختار مناسباتی است که مناسبات خانوادگی نامیده میشود – اگر چه بطور واضح و آشکار هیچ نمود واقعی از پیوند خانوادگی در اینجا وجود ندارد. شاید جسماً مدتی در کنار یکدیگر قرار دارید، اما هرکدام در دنیای مجزای خودش زندگی میکند، منظورم البته از نظر جسمی نیست، بلکه از جنبه بسیار عمیقتر و گسترده تری به این امر باید نگرسته شود. چه فکر میکنید؟ آیا این به گردن جامعه نیست، از فرهنگ جامعه که ما در درون آن بزرگ شده ایم، و راحتی اجازه میدهیم که ما را به بند بکشند؟ چنین اجتماعی بسیار تاسف بار است، جامعه ای فاسد و غیراخلاقی که توسط بشر برپا شده است. چنین وضعیتی باید تغییر کند، و این کار شدنی نیست مگر اینکه انسان بعنوان سازنده این جامعه، خود تغییر کند.

– "شاید که بتوانم منظور شما را درک کرده و متعاقباً خود تغییر کنم، اما او چطور؟ کسی که تمایلاتش برای رسیدن به جایگاهی و تبدیل شدن به فردی مهم تر و بالاتر، خیلی بیشتر از تغییر خود، او را ارضاء میکند؟ مطمئن هستم که او هیچ تمایلی برای تغییر نخواهد داشت و بدینسان ما کماکان به همان نقطه که بحث خودمان را شروع کردیم، خواهیم رسید – مشخصاً خودم فردی هستم که برای رسیدن به آنچه را که در مد نظر قرار میدهم، بسیار ضعیف هستم. اما او بالعکس با قدرت تمام در جهت دستیابی به دنیای بسته زندگی خود پیش میتازد. برآستی همه این مسائل چه مفهومی میتوانند داشته باشند؟"

– طبیعی است که چنین وضعیتی فاقد کمترین ارزش باشد. ما خود زندگی را به این شکل درآورده ایم، با تمامی زشتیها و خشونت‌های روزمره اش، و شاید در لابلای همه این امور گاهاً با لحظاتی بسیار گذرا از شادی و مسرت روبرو باشیم؛ بنابراین ضروری است که از این حالت زندگی کردن دست برداریم. شما میدانید، خانم عزیز، اینکه در عمل و در حقیقت امر هیچ فردائی وجود ندارد. فردا یک تلقی و تصویری است که اندیشه آنرا خلق کرده تا برای دستیابی و تلاش در جهت کسب آرزوها و امیال زمینه ای فراهم آورده باشد، و اینکه برای وقوع آن امکانی موجود هست. اندیشه فرداهای بسیاری را خلق میکند، اما در حقیقت هیچ فردایی وجود ندارد. کشتن فردا در خود، حیاتی کاملاً زنده در حال است. زمانیکه شما اینگونه زندگی کنید، تمامیت وجود بطور

اساسی تغییر خواهد کرد. چون عشق در فردا نیست، عشق چیزی نیست که بعنوان ثمره اندیشه باشد، عشق هیچ گذشته و هیچ آینده ای ندارد. زمانیکه شما با تمامی وجود خود در لحظه کنونی زندگی کنید، آنگاه این چنین حالتی کاملاً سرزنده و حیاتی خواهد بود، و در بطن طراوت و زیبایی آن – امری که توسط شوق و تمایلات و یا حسادت و گذر زمان افت نخواهد کرد – نه تنها پیوند عمیق و خونی با بشریت، بلکه با طبیعت، با گلها، با زمین و آسمان و همه چیز در شما جان میگیرد. در بطن چنین حیاتی است که سرزندگی و خلوص قرار دارد؛ آنگاه زندگی اساساً دارای مفهوم و معنی دیگری خواهد بود.