

۲۱۱ ۷۰ ۹۶

آموزه‌هایی برای خودآگاهی

درس‌های معنوی مولانا برای انسان امروز

نویسنده: رضا نیک‌ذات

آموزه‌هایی برای خودآگاهی

درس‌های معنوی مولانا برای انسان امروز



نویسنده: رضا نیک‌ذات

ویراستار: تحریریه بهارسبز

طراحی داخلی کتاب: استودیوزاغ - یاسر عزآباد

طراح جلد: کارگاه گرافیک آسار

لیتوگرافی: فرانقش

چاپ و صحافی: کیمیا

نوبت چاپ: اول، تابستان ۱۳۹۹

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۳۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۲۹-۵۰-۲

حق چاپ محفوظ است.

تهران، خیابان انقلاب، خیابان

۱۲ فروردین، خیابان وحید

نظری شرقی، پلاک ۸۸، واحد ۸

تلفن: ۰۲۶۲۲۹۰۱-۳

دبسی: ۱۳۱۴۷۱۴۳۶۷

پست الکترونیک:

info@baharesabz.ir

فروش: اینترنتی:

www.baharesabz.ir

سرشناسه: نیک‌ذات، رضا، ۱۳۵۶ -

عنوان و نام پدیدآور: آموزه‌هایی برای خودآگاهی: درس‌های معنوی مولانا برای انسان امروز / نویسنده: رضا نیک‌ذات.

مشخصات نشر: تهران: بهارسبز، ۱۳۹۹

مشخصات ظاهری: ۲۰۴ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۲۹-۵۰-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیا

عنوان دیگر: درس‌های معنوی مولانا برای انسان امرو

موضوع: مولوی، جلال‌الدین محمد بن محمد، ۱۲۰۷ - ۱۲۷۳، ق. -- نگاه درباره خودآگاهی

موضوع: Movavi, Jalaluddin Mohammad ibn-e Mohammad, 1207 -- Views on self-consciousness (Awareness)

موضوع: شعر فارسی -- قرن ۷ ق. -- تاریخ و نقد

موضوع: Persian poetry -- History and criticism -- 13th century --

موضوع: خودآگاهی در ادبیات

موضوع: Self-consciousness (Awareness) in literature

رده بندی کنگره: PIR5۳۰۷

رده بندی دیویی: ۱۷۳/۸۱

شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۷۴۵۰۸

۹	سرآغاز
۱۵	رهاکردن دانه‌گی
۱۹	تسلیم بودن
۲۵	نمایش انسان مجازی
۳۰	رهایی از «عیب‌بینی»
۳۶	شکست، آینه رشد است
۴۱	تلاش و توسع
۴۶	آرمان‌هایی که علیه خودشان عمل می‌کنند
۵۲	سوءتفاهم دلی راه‌بری
۵۷	آن حسد، خود را می‌جای پیدان بود
۶۴	رهایی از اندیشه محرب
۶۹	برقرار و بی‌قرار
۷۵	از دانایی تا آگاهی
۸۴	«پرهیز» را تمرین کنیم
۹۳	جزو و کل
۱۰۱	هیچ شو و هیچ باش
۱۱۱	چشمه خورشید شو از اعتدال
۱۱۸	خواهم که نخواهم
۱۲۸	من بنده آنم که خموشی داند
۱۳۷	هین رها کن جستجوی این و آن
۱۴۴	تولیدات «من» ذهنی
۱۵۱	نشاندن غبارِ عادت
۱۵۷	قطعیت و تردید
۱۶۶	غلبه بر احساسات ذهنی
۱۷۶	رهایی از تقلید
۱۸۴	بر در اندیشه ترسان گشته‌ایم
۱۹۰	چشم در چشم اجل
۲۰۳	منابع

سرآغاز

دراین خاک، دراین خاک، دراین مزرعه پاک

به جز مهر، به جز عشق، دگر تخم نکاریم

(غزلیات، غزل ۱۴۷۵)

بشر در طول آفرینش و تکامل خود، شرایط متفاوتی را تجربه کرده است. شیوه زندگی بشر از شکل ابتدایی به تدریج پدید آمده و به اقتضای سبک زندگی، نوع تفکر و نگرشش هم دچار تغییر شده است. بشر اولی بقا به ابزارآلات دفاعی و نیز ویژگی‌های روانی خاصی نیاز داشت تا بتواند زنده بماند و بقایش را حفظ کند. «بقا» مهم‌ترین هدف انسان به عنوان یک موجود زیستی، مثل همه موجودات دیگر بود. ابزارآلات ساده، در نبرد رودرو با مهاجمان به کمکش می‌آمد. خصوصیات روانی ویژه مثل خشم، عصبانیت، ترس و تشویش هم در خراش‌های اشیاء می‌کردند. وجود این خصوصیات باعث می‌شد بشر اولیه که آسوده و راحت در غاری ناامن و بی حفاظ، خوابیده بود، طعمه دزدگان نشود. در نبرد رودرو هم ابزارهای روانی مهمی مثل خشم، رنجش و برتری‌جویی به او کمک می‌کردند تا بتوان بیشتر و با نیرویی مضاعف به مهاجمان حمله کند. پس بقا ضرورتی‌ترین نیاز بود و مکانیزم‌های روانی و طبیعی او هم به تمامی در خدمت این نیاز بودند.

همچنان که سبک زندگی بشر تغییر کرد، نیازهای او هم عوض شدند. پس از گسترش یکجانشینی و رواج زندگی شهری، نیاز چندانی به شکار نبود (چراکه با تقسیم کار جوامع متمدن، می‌توانست غذایش را مبادله کند یا بخرد) بنابراین او تیروکمان را کنار گذاشت. سنگ‌های تیز هم حذف شدند و به جای آنها ابزارهای کارآمد فلزی آمدند. طبیعتاً همه این تغییرات، هر چند در مدتی طولانی، اما به راحتی انجام شد اما ویژگی‌های ذهنی، غرایز درونی و تنظیمات زیستی که برای همان سبک زندگی اولیه ضروری بود، غیرفعال نشدند. انسان متمدن با وجود زندگی در خانه‌های امن و راحت نیازی به ترس نداشت اما ترس همچنان همراهش بود. خشم و کینه هم که ابزاری دفاعی در ناپلسمان طبیعی بود علیه هموعانش مورد استفاده قرار گرفت. این نیرو هم کنار با او بود و به جای آنکه کارکرد اصلی‌اش را که کمک به بقای او بود انجام دهد به ابزاری مخرب با عملکردی زیان‌بار تبدیل شد.

تا همین امروز و همین لحظه هم، همچنان این شرایط برقرار است و تغییر کارکرد غرایزی که برای بقا آفریده شد برداشته نشد، بزنگترین توهّمات را برایمان ایجاد کرده‌اند. بشر اولیه دشمن طبیعی داشت، و حرکات واقعی غرایزش را تحریک می‌کرد. اما ما انسان‌های متمدن که در جای امن زندگی می‌کنیم با وجود این که دیگر دشمن طبیعی نداریم، بر اثر عادت اشتباه کارکردها، بدون دلایل واقعی، همچنان از همه چیز و همه کار می‌ترسیم. می‌رنجیم و بیشتر وقتمان را در نارضایتی به سر می‌بریم. این وارونگی کارکردها ما را در شرایطی قرار داده که حتی برخلاف هدف اولیه مان عمل می‌کنیم

۱. این گفته زیگموند فروید نیز که «می‌توان گفت سعادت انسان در برنامه خلقت، منظور نشده است» (تمدن و ملالت‌های آن، ص ۲۳) بیانگر این مطلب است که تمام مکانیزم‌های آفرینش بشر با این رویکرد تنظیم شده‌اند که او بقا و تداوم نسل داشته باشد نه اینکه لزوماً خوشبخت زندگی کند.

(مثلاً با ایجاد جنگ‌های بزرگ یا ساخت تسلیحات کشتار جمعی، بقایمان را تهدید می‌کنیم). در طی زمان این خصوصیات زیستی، به ما زندگی بخشید و ویژگی‌های روانی کمکمان کرد این موهبت را حفظ کنیم اما ما با همین ابزارها برخلاف این هدف رفتار می‌کنیم. قرار بود، به‌طور آگاهانه با شناسایی عملکردهای ناقص غریزی، آنها را اصلاح کنیم و با تنظیم مجدد، از آنها برای بهتر زندگی کردن بهره ببریم. اما متأسفانه، این آگاهی آنقدر گسترده نشد تا مانع خارج شدن بشر از تعادل شود و در نهایت بشر از همین کارکردهای حیوب‌لیه‌همنوعانش بهره گرفت و در هر نسل، توده بزرگ ناآگاهی را متاعم‌تر کرد. جنگ‌های فراوان و دشمنی‌های بی‌پایان امروزی، نتیجه همین ورطگی است که در صورت گسترش بیشتر و از کنترل خارج شدن، بقای جمعی را تهدید می‌کند.

روابط پراختلال و زجرگونه هم یکی دیگر از نشانه‌های کارکرد ناصحیح ابزارهای ذهنی و روانی انسان است. انسان‌ها - و حتی اجتماعی است و ضروری است بتواند در کنار انسان‌های دیگر با آنها زندگی کند، اما امروزه، بسیاری از افراد از باهم بودن رضایت ندارند. رنجش‌های دائمی و نارضایتی از اطرافیان، وابستگی اعتیادگونه به پایان رابطه‌های عاطفی و دشمنی‌های دیگر، انتظارات برآورده نشده، کنترل‌گری و میل به ایجاد آشوب، از ویژگی‌های رایج عصر حاضر است. به نظر می‌رسد، آدمی دائماً دنبال گمشده‌ای می‌گردد و نداند که آن گمشده، در وجود خودش پنهان است و این چرخه بی‌پایان را می‌تواند به خودآگاهی نرسیم ادامه پیدا خواهد کرد. به قول مولانا:

آشفته همی روی به کویی ای جان
 می‌جویی از آن گمشده خویش نشان
 (رباعیات، رباعی ۱۳۷۷)