

زمزمه‌های مخملین (۲)؛ روایتی از سکوت‌های معنوی و نیایش‌های حکیمانه

منبع: سایت دین‌آنلاین، شنبه، ۱۸ مردادماه ۱۴۰۴

«زمزمه‌های مخملین، روایتی از سکوت‌های معنوی و نیایش‌های حکیمانه در جهان پر آشوب امروز است. سروش دباغ در این اثر، با وام‌گیری از مولوی، شریعتی و سپهری، و نیز با تکیه بر تجربه‌های اگزستانسلیل خود، به ترسیم انواع نیایش و سکوت می‌پردازد: از نیایش عرفانی تا نیایش معنوی، از سکوت اخلاقی تا سکوت تماشاگرانه. او از رنج‌های امحاء‌پذیر و امحاء‌ناپذیر می‌گوید، از طنز به مثابه سلاحی در برابر ملال هستی، و از هنر به عنوان محملی برای آشکارگی حقیقت. این متن، دعوتی است به تأمل در باب زیستن آگاهانه، پذیرش رنج‌های ناگزیر، و جستجوی آرامش در میان تلاطم‌های روزگار. گویی دباغ می‌خواهد پرسد: آیا می‌توان در جهانی که بنیاد عمرش بر باد است، به سکوت معنوی رسید و زمزمه‌های مخملین وجود را شنید؟»

سروش دباغ: «این قافله عمر عجب می‌گذرد». دهه هفتاد شمسی، سه کتاب بالینی، ترجمان نیکویی برای احوال وجودی من بودند و هر وقت می‌خواستم نیایش کنم، به سروقت آنها می‌رفتم: «مثنوی معنوی» مولوی بلخی، «نیایش» علی شریعتی و «هشت کتاب» سهراب سپهری. خاطر می‌دارم که دعاها «مثنوی» را در خلوت می‌خواندم و حظ می‌بردم؛ همچنین نیایش‌های شریعتی و اشعار لطیف سپهری را. از آن دوران تا اکنون که این سطور را می‌نویسم، راه بلندی طی کرده و تغییرات محسوس و ملموسی در زیست - جهان، نگرش و سلوک فکری و اگزستانسلیل ام‌پدیدار گشته و سر برآورده است.

سه سال پیش، در ادامه کارک «طرحواره‌ای از عرفان مدرن/ سلوک اگزستانسلیل در روزگار کنونی»، به سروقت «نیایش» رفتم و بدان پرداختم. جستار «هسته پنهان تماشا: تأملی در انواع نیایش» محصول آن تتبعات و تأملات است. در آنجا کوشیده‌ام با توضیح ربط و نسبت و اشتراک و افتراق میان دعا و نیایش، تلقی خود از انواع شش‌گانه نیایش را صورت‌بندی و روایت کنم: «نیایش مخاطبه

محور»، «نیایش عرفانی»، «نیایش معنوی»، «نیایش حکیمانه»، «نیایش آرزومندانه» و «نیایش ناواقع گرایانه».

چند صباحی است در حال وهوای نیایش کردیم؛ نیایش‌هایی که دل مشغولی‌ها، دغدغه‌ها و زبر و زبر شدن‌ها و تلاطم‌های آونگ آسای من در روزگار پر تب و تاب کنونی را به تصویر می‌کشد، رنگ و بوی مرا می‌دهد و بر زبان قلمم جاری می‌گردد. بنا دارم در آینده نه چندان دور، مجموعه این نیایش‌ها را که آمیزه‌ای از «نیایش معنوی» و «نیایش حکیمانه» است و از جنس «گزین نویسی»، تحت عنوان «زمزمه‌های مخملین» به دست انتشار سپارم. چند ماه پیش، هشت نیایش از این مجموعه را منتشر کردم. اکنون، خوش دارم نه نیایش دیگر از دفتر «زمزمه‌های مخملین» را پیش روی مخاطبان قرار دهم:

می‌توان سه نوع سکوت را از یکدیگر تفکیک کرد: «سکوتی که آگاهانه اختیار می‌شود»، «سکوتی که غیر اختیاری و در کام کشنده است» و سکوتی که با تماشاگری در می‌رسد و می‌توان به استقبال آن رفت». اولی را «سکوت اخلاقی» بخوانیم، که در آن سالک، زبان را مهار می‌کند و به قدر وسع دیگران را با زبان خویش و دروغ گفتن و بهتان بستن و بدگویی و پرونده سازی نمی‌آزارد.

دومی را می‌توان «سکوت عرفانی» انگاشت، سکوتی که در آن فرد بی اختیار «دچار آبی دریای بیکران» می‌شود و به سبب مواجهه با مهابت هستی احوال غریبی را تجربه می‌کند. سومی را «سکوت معنوی» بنامیم. در این اوقات، سالک به سراغ سکوت می‌رود و آنرا در آغوش می‌کشد و تماشاگری پیشه می‌کند؛ تماشاگری‌ای که با فرو نشاندن قیل و قال‌های ذهنی و مشاهده بی‌طرفانه جهان و خویشتن در می‌رسد. ذهن و ضمیری که به استقبال سکوت می‌رود، به تدریج یاد می‌گیرد که جریان بی‌وقفه افکار و احساسات خود را ببیند و بشناسد و بگذارد و بگذرد، نه اینکه از در سرکوب آنها در آید.

«سکوت عرفانی» و «سکوت معنوی» از حجم تجربه ملال می‌کاهند و طراوت و تازگی و طمأنینه را به سمت سالک مدرن می‌وزانند.

«نیایش معنوی» با رصد کردن احوال درون در سکوت و از پیش خود راه افتادن و پس از زیر و زبر شدن و بالا و پایین رفتن، به پیش خود رسیدن ارتباط و ثیقی دارد؛ نیایشی که آرامش و طمأنینه را به سمت من و تو می‌وزاند. فرو رفتن در کام افکار منفی و رهن و اسیر خیالات خرد و درشت و حرف و حدیث شدن، از موانع تحقق این نوع نیایش روحناز است..

می‌توان در جای دنجی نشست و به کنجی خزید، چشمان را بست و خود را نشسته کنار درخت بلندی تصویر کرد؛ درختی که کنار نهری قرار گرفته و آب به آرامی در آن جریان دارد. در ادامه، هر یک از افکار رهن و منفی را روی برگ‌گی از برگ‌های درخت قرار داد و بسته بندی کرد و پایین فرو فرستاد.

برگ‌ها یکایک در آب می‌افتند و جریان آب آنها را با خود می‌برد. با نظاره کردن برگ‌هایی که فرو می‌افتند و از پیش چشم من و تو می‌گذرند، می‌توان افکار منفی و مخرب را از خود جدا کرد، رفتن و از میان رخت بر بستن آنها را نظاره کرد و سرشار از سبکی و تازگی شد و طراوت و خرسندی را در خود مزه مزه کرد و «دل خرم» را به عیان دید.

می‌شود نیایش روزانه‌ای از این دست را برای دقایقی چند انجام داد و آتش در پاشانی و پریشانی زد و آرمیدگی را چشید.

فریتس پرلز، روان‌درمانگر معاصر و مبدع روش گشتالت درمانی، نیایشی دارد موسوم به «نیایش گشتالت»:

«من از پی کار خود و تو از پی کار خودت/ به این جهان نیامده‌ام تا با خواسته‌های تو زندگی کنم،/ تو هم نیامده‌ای تا به دلخواه من زندگی کنی/ تو تویی و من من،/ اگر تصادفاً همدیگر را یافتیم زهی سعادت/ و اگر نه چاره نیست.»

بر همین سیاق، می‌شود نیایشی حکیمانه را سر و سامان بخشید و با خود در کنج خلوت زمزمه کرد:

«به این جهان نیامده‌ام تا بیهوده و منفعلانه رنج کشم/ تو هم به این دنیا نیامده‌ای تا بیهوده و منفعلانه رنج کشی/ اگر جدّ و جهد کردیم و بخت یارمان شد و توانستیم از حجم «رنج‌های امحاء ناپذیر» بکاهیم و بر «رنج‌های امحاء پذیر» غلبه کنیم و به رنج‌هایمان معنا ببخشیم، زهی سعادت/ و اگر نه چاره نیست و باید آنها را بپذیریم و در آغوش کشیم.»

خیام می گفت «ما لعبتک انیم و فلک لعبت باز»، و «فردا که از این دیر فنا در گذریم / با هفت هزار سالگان سر به سریم. کلیم کاشانی هم از «افسانه حیات» و «آویز فریبی» پرده بر می گرفت که یک روزش صرف بستن دل به این و آن می شود و روز دیگرش صرف کندن دل زین و زان. حافظ نیز بانگ بر می آورد که از جهان سست نهاد، درست عهدی را طلب مکن که «بنیاد عمر بر باد است» و «آخر الامر گل کوزه گران خواهی شد».

سخنان حکیمانه فوق، وجه تراژیک زندگی را به نیکی به تصویر می کشد. انسان تنها موجودی است که به زوال و فناي خود وقوف و تفتن دارد و «می داند» که می میرد؛ آگاهی ای که از جنس «ترنم موزون حزن» است و «درد جاودانگی» را فرا یاد من و تو می آورد.

در عین حال، برای کاستن از سنگینی طاق فرسای «بار هستی»، گریز و گزیری از پناه بردن به زیستن غافلانه و سرخوشانه و بازیگوشانه ندارد؛ زیستنی که با رقابت و برد و باخت و قیل و قال و قیاس کردن خود با فلانی و بهمانی سخت گره خورده و از جنس غرقگی و غوطه خوردن و بازیگری است و از حجم تماشاگری متاملانه محنت بار می کاهد و رهایی موقت را برایش رقم می زند.

اما طنز تلخ ماجرا این است که این چرخه سر باز ایستادن ندارد و بسان شب و روز که از پی یکدیگر می آیند، در بن و بنیاد بود و باش و زیست - جهان ما عمیقاً رخنه کرده؛ از اینرو تکرار می شود و تکرار می گردد و به ادامه دادن ادامه می دهد.”

جان هیک، سالک مدرن انگلیسی، در «عبادت سکوت» به چیزی دست یافته بود که نمی توانست در دیوارهای پرشکوه کلیسا آن را بیابد؛ همان «لحظه ناب آشکارگی»، همان حالتی که زبان در مقابل عظمت حقیقت فرو می ماند. سکوت، برای او و هم نشینانش، نه فراموشی کلام، که رسیدن به زبانی دیگر بود؛ زبانی که تنها در گوش جان طنین می افکند. در تجربه زیسته سپهری نیز می توان این سنخ سکوت و خاموشی را سراغ گرفت: «آنی بود، درها وا شده بود / برگی نه، شاخی نه، باغ فنا پیدا شده بود. / مرغان مکان خاموش، این خاموش، آن خاموش / خاموشی گویا شده بود».

سه نوع سکوت را از یکدیگر تفکیک کنیم: سکوتی که آگاهانه اختیار می شود و فرد عالماً عامداً لب فرو می بندد، سکوتی که غیر اختیاری است و در کام کشنده و احاطه کننده و در برگیرنده، و

سکوتی که با تماشاگری و نظاره کردن و نگریستن در می‌رسد و می‌توان به استقبال آن رفت؛ سکوتی که «نقطه برخورد نگاه و قفس و آینه» است و «قوسی از دایره سبز سعادت.»

اولی را «سکوت اخلاقی» بخوانیم، دومی را «سکوت عرفانی» بینگاریم و سومی را «سکوت معنوی» بنامیم. سکوت معنوی که با «تنهایی مخملین» و مزه مزه کرن حضور در می‌رسد، از حجم تجربه ملال می‌کاهد و طراوت و تر و تازه شدن را به سمت سالک مدرن می‌وزاند و آرامشی ژرف را در روان او می‌کارد.

«زندگی حسّ غریبی است که یک مرغ مهاجر دارد». زمان یک مفهوم دوسویه است؛ نیمی از آن اُبژکتیو و نیمی دیگر سوژکتیو است: «زمانی که بر ما می‌گذرد» و ما در آن محاط هستیم (زمان-بر) و «زمانی که در ما می‌گذرد» و ما بر آن محیط هستیم (زمان-در). «زمان-بر» از جنس عقربه‌های ساعت است که از بیرون بر ما تحمیل می‌شود.

«زمان - در» بر خلاف «زمان-بر»، عرصه‌ای است که در آن انسان دیگر نظاره گر حرکت بیرونی لحظه‌ها نیست و خود صحنه وقوع زمان می‌گردد. در اینجا، زمان در ما تنیده می‌شود، در ما مکث می‌کند، و ما را در خود فرو می‌برد.

به میزانی که من و تو، «تنهایی مخملین»، «رنج رهگشا»، «ایمان از سر طمأنینه»، «نیایش حکیمانه»، «مرگ آگاهی»، «خرسندی»، «لمس حضور»، «سکوت معنوی» و «نگاه طنزانه به هستی» را زمزمه و مزه مزه کنیم و بچشیم؛ «زمان - در» غنا و ژرفای بیشتری پیدا می‌کند و اوقات ملال انگیز به محاق رانده می‌شود.

اگر ملال را از جنس آگاهی تلخ از بی ثباتی و بی معنایی جهان بینگاریم؛ ملالی که می‌تواند گذر زمان را برای ما مهیب و دشوار سازد، «طنز» را می‌توان نوعی واکنش اگزیستانسیال به این وضعیت بحساب آورد.

انسان به کمک طنز، برخلاف استیصال منفعلانه، تسلیم بی معنایی نمی‌شود؛ بلکه، با اتخاذ موضعی دوگانه—هم پذیرش، هم تسخر زدن—جهان را به چالش می‌کشد. برای نیچه، خندیدن به خود، و حتی به مفهوم «حقیقت»، از مقومات زندگی اصیل و حکیمانه است. چنین خنده‌ای، از انسانی حکایت می‌کند که از ملال و پوچی فرا رفته و ارزش‌های نوینی را خلق کرده است.

ساموئل بکت در «در انتظار گودو»، جهانی را به تصویر می کشد که در آن شخصیت ها در چنبره بی معنایی گرفتار گشته اند؛ در عین حال، بکت همین بی معنایی را با دیالوگ های طنزآمیز حاضران در آمیخته است. در اینجا، طنز در خدمت پذیرش موقعیت اگزستانسیل و معنا بخشیدن به زندگی و افزایش «تاب آوری» انسان های رنگارنگِ کوچه و خیابان قرار گرفته.

سروش صحت هم در فیلم «صبحانه با زرافه ها»، با خلق دیالوگ های طنزآمیز و به تصویر کشیدن سرخوشی های چندباره دوستان داماد و پزشک، همچنین برجسته کردن بی تفاوتی و بی خیالی محسوس آنها نسبت به آنچه در پیرامونشان می گذرد، در کار تسخر زدن به جهان است و ریشخند کردن تلخی و تاریکی و سیاهی آن؛ طنز و تسخری که بناست دست ردّ به سینه ملال و بی معنایی زند و به قدر وسع به زندگی معنا بخشد. می توان بارقه های این نگرش به هستی را در فیلم «جهان با من برقص» این کارگردان رصد کرد و به تماشا نشست؛ نگرشی که با «مرگ آگاهی» عجین گشته و سربرآورده.

هایدگر در کتاب «سرآغاز کار هنری»، نسبت میان «حقیقت» و «هنر» را به تصویر می کشد و آشکار گشتن حقیقت در یک اثر هنری را بر جسته می کند؛ که هنر جهانی را می گشاید و پیش چشمان من و تو قرار می دهد که قبل از آن پنهان یا نادیدنی بوده است. اثر هنری نه صرفاً شیئی برای نگاه کردن، بلکه محملی برای آشکارگی هستی است.

«ما هیچ، ما نگاه». دیدن و نگریستنِ هنری از جنس مواجهه ای با هستی است که من و ترا از سطح به عمق سوق می دهد؛ دیدنی نه برای تملک و فراچنگ آوردن، بلکه دیدنی که با گشودگی و نظاره گری در می رسد. در این روایت از بود و باش و زیستن، بازیگری به محاق می رود و تماشاگری و نظاره گری بر صدر می نشیند؛ نظاره گری ای که از جنس در آغوش گرفتن و پذیرفتنِ هستی است و تسخیر و از آن خود کردنِ جهان را فرو نهادن و رها کردن.

در این «نحوه از بودن»، سالک مدرن، آهسته آهسته «لمس حضور» پر رمز و راز را مزه مزه می کند، «سکوت معنوی» و گویا شدن خاموشی را می چشد و تنهایی و طمأنینه ای ژرف را تجربه می کند.

در «تاریخ بیهقی»، احمد میمندی درباره بوسهل زوزنی می گوید: «در همه کارها ناتمام بود». حسِ ناتمام بودن و کارهای نکرده داشتن و از این بابت گریبان خود را در خلوت گرفتن و خویشتن و

خانواده و جامعه را سرزنش و ملامت کردن، از «انباشت هیجانات مثبت» جلوگیری می‌کند و مخلاً سلامت روان و «حال خوب» است. هر چند نمی‌توان فاصله میان «خود واقعی» و «خود آرمانی» را بطور کامل از میان برداشت و همه خواسته‌های خود را محقق کرد، تمام استعدادهای را شکوفا کرد و بدانها جامه عمل پوشاند؛ اما می‌توان از طریق کاستن از حجم تجارب نازیسته خود، از میزان ناتمام بودن کاست.

تخفیف کردن دیگران، طعن زدن، عیب جویی کردن، طلبکار بودن، نادیده گرفتن توانمندی‌هایشان در موارد متعددی ریشه در حال بد من و تو دارد؛ حال بدی که با حس ناتمام بودن، خشم، بلا تکلیفی، کلافگی و نارضایتی عمیق از خود گره خورده و با مکانیسم‌های دفاعی نابالغ «انکار» و «فرافکنی» و تخریب انسانهای پیرامونی بروز و ظهور می‌یابد.

به قدر وسع، در کارزار زندگی حس تمام بودن را چشیدن، هیجانات مثبت را انباشته می‌کند، بر وزن سلامت روان می‌افزاید و حال خوب و طمأنینه را به سمت من و تو می‌وزاند.