

غیبتی فوق العاده

آزادی در میانه زندگی روزمره

جف فوستر

ترجمه‌ی وحید مهدیخانی

چاپ سوم



سرشناسه: فاستر، جف

Foster, Jeff

عنوان و نام پدیدآور: غیبتی فوق‌العاده: آزادی در میانه زندگی روزمره/ جف فوستر؛

مترجم وحید مهدیخانی؛ ویراستار کتابیون امیراحمدی.

مشخصات نشر: تهران: ترنگ، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری: ۲۰۹ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۸۳-۳۸-۸

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: An extraordinary absense : liberation in the midst of a very ordinary life, 2009.

عنوان دیگر: رهایی در وسط زندگی بسیار معمولی.

موضوع: معنویت

Spirituality موضوع:

موضوع: فلسفه

Philosophy موضوع:

شناسه افزوده: مهدیخانی، وحید، ۱۳۵۵ - ، مترجم

رده بندی کنگره: BL۶۲۴

رده بندی دیویی: ۲۰۴

شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۱۶۰۴۵



غیبتی فوق العاده

آزادی در میانه زندگی روزمره

جف فوستر

ترجمه‌ی وحید مهدیخانی



نشر ترنگ



nashretorang



www.nashretorang.com



نشر ترنگ



غیبتی فوق العادہ

جف فوسٹر

ترجمہ ی وحید مہدیخانی

ویراستار: کتایون امیر احمدی

حروف چین و صفحہ آرا: رہگستران

لیتوگرافی و چاپ: پردیس دانش

چاپ سوم: ۱۴۰۱

تیراژ: ۳۰۰ نسخہ

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۸۳-۳۸-۸

آدرس: خیابان کارگر جنوبی، خیابان روانمہر، تقاطع خیابان دانشگاه، کوچہ میترا، پلاک ۷، واحد ۴

تلفن: ۰۹۱۹۹۶۴۶۲۲۴ / ۶۶۴۰۳۵۲۰ / ۶۶۴۷۰۳۷۶
ہمراہ:

حق چاپ محفوظ است

nashretorang@gmail.com



فهرست

۹	پیشگفتار
۱۳	مقدمه
۱۹	شروعی تازه

فصل اول موج و اقیانوس

۲۵	ورای ایده‌ها
۳۰	جست‌وجوی خانه
۳۵	امکان‌رهای
۳۷	بازی‌قایم‌باشک
۳۹	پیشکش
۴۴	چیدمان دوباره‌ی وسایل
۴۹	هیچ‌کسی آنجا نیست
۵۱	افسانه‌ی روشن‌ضمیری
۵۳	هیچ‌چیز تغییر نمی‌کند، همه‌چیز تغییر می‌کند

فصل دوم غیر معمولی در درون امری طبیعی

نادوگانگی چیست؟ ۵۷

این ۸۴

فصل سوم اعترافات ۱

این ۱۱۲

فصل چهارم نادوگانگی

این ۱۲۷

فصل پنجم خاستگاه جهان

این ۱۴۶

فصل ششم اعترافات ۲

این ۱۸۱

فصل هفتم آن سوی هیچ

این ۱۹۹

فصل هشتم غیبتی فوق العاده

اگر بتوانید فقط یک بار از شر خود خلاص شوید، رازِ اسرار
بر شما گشوده خواهد شد. چهره‌ی ناشناخته، پنهان در
ورای جهان، در آینه‌ی ادراک شما ظاهر خواهد شد.

مولانا

عشق می‌گوید: «من همه چیزم.»
خرد می‌گوید: «من هیچم.»
زندگی من در میان این دو جاری است.
نیسارگاداتا ماهاراج^۱

پیشگفتار

من و جف فوستر اخیراً^۱ در برایتون^۱ با هم دیدار کردیم و مصاحبه‌ای طولانی درباره‌ی دیدگاه نادوگانگی داشتیم. در طول مسیر به‌خاطر علاقه‌ی مشترکمان به ترفندهای جادویی، از مسیر منحرف شدیم. یکی از حیل‌های ورق‌که جف در طول گفتمان با من به‌اشتراک گذاشت، «حیرتی عمیق» نام دارد و وقتی جف از من خواست پیشگفتاری برای کتاب جدیدش بنویسم، آن نام به‌طور ناگهانی ظاهر شد و فکر کردم برای آنچه می‌خواهم در مورد این کتاب و عمیق‌ترین معنای ضمنی‌اش به‌اشتراک بگذارم، مناسب است؛ و آن، عمیق‌ترین حیرت در مورد عمیق‌ترین توهم است، و تلاش خواهم کرد آن را نشان دهم.

اگر در اینترنت جست‌وجویی در مورد اساتید نادوگانگی انجام دهید، از تعداد زیاد «افراد بیدار شده» تعجب خواهید کرد. بسیاری از آن‌ها شاهکارهای بی‌اندازه ظریفی از گفتارهای تردستانه انجام می‌دهند تا روشن‌ضمیری‌شان را اعلام کنند. اما کتاب جف دقیقاً در همین باره است: هیچ‌کسی وجود ندارد که بتواند روشن‌ضمیر شود. و اینجاست که تردستی

1. Brighton

سخن به میان می‌آید، مشابه «فردِ ذهن‌خوان» که اعلام می‌کند علم غیب ندارد، اما به سادگی مهارت‌های دقیقی از مشاهدات روان‌شناختی را در خود پرورش داده است تا مخاطب چنین برداشت کند او توانایی‌های فراعادی دارد. در حقیقت، هیچ‌کدام درست نیست، و «فردِ ذهن‌خوان» به سادگی به فریبکاریِ دوگانه از طریق دستکاری زبانی و نمایش ماهرانه مشغول است. اکثر صحنه‌ی نادوگانگی متداول به همین صورت به فریبکاری‌های چندلایه مشغول است و به نظر من بخشی از این فریب، از عمیق‌ترین خودفریبی حاصل می‌شود: «من ناپدید شده‌ام و فقط آن است، و من اکنون رها شده‌ام.» حال، این صورت‌بندی کلامی مکارانه است و می‌تواند بیانی دقیق از میان شخصیت نمایشی فرد باشد که در آنجا غیر واقعی بودنِ شخص مشاهده شده است، یا می‌تواند بیانی صورت‌بندی شده توسط کسی باشد که عمداً توهم ایجاد می‌کند یا صرفاً فریب خورده است. این‌ها کلماتی تند است و به خاطر آن‌ها عذرخواهی نمی‌کنم، زیرا وقت آن است که به وراى صورت‌های ظاهری حرکت کنیم تا ببینیم همه‌اش صورت ظاهری است. همه چیز. رهایی من، یا فقدان آن، روشن‌ضمیری انقلابی من، یا فقدان آن، و ترفندهای فوق العاده‌ی من؛ و عمیق‌ترین حیرت همین است.

و این مرا به کتاب جف می‌رساند. بخش‌هایی از این کتاب در مورد زبانِ متداولِ نادوگانگی صحبت می‌کند و می‌تواند به بهترین وجه به عنوان بیانی توضیح داده شود که با ابزار دوگانگی گلاویز می‌شود تا آنچه را نادوگانگی است انتقال دهد. وقتی کلمات از یک راز سرچشمه می‌گیرند که هرگز نمی‌تواند آشکار شود، تنش زبانی خاصی وجود دارد. معنای ظاهری به بی‌معنایی تنزل می‌یابد و تناقض، خودش را به عنوان وسیله‌ای برای انتقال

حقیقتی که نمی‌تواند شناخته شود، بیان می‌کند. همه‌ی این‌ها می‌تواند در نوشته‌های جف یافته شود، اما این کتاب مرزهای این نوع نوشته‌ها را توسعه می‌دهد، در این نوع نوشته‌ها توصیف غیرشخصی نقطه مقابل متن‌های اعترافی شخصی است. اینجا جف به خواننده اجازه می‌دهد او را به عنوان شخصیت داستان ببیند، مردی معمولی که من و تو را از هر نظر دوست دارد. اما بخش دشوار بیان دقیق اینجاست: این شخصیت، از طریق عمیق‌ترین حیرت از دیدن اینکه همه‌اش فقط توهم است، در راز و رمزی فرومی‌پاشد که در آن، جهان با همه‌ی ظواهر بشمارش، هم بسیار معمولی و هم فوق‌العاده است. آن معمولی، من و تو و جف خواهیم بود و آن فوق‌العاده، غیبت عمیق همه‌ی چیزهایی است که واقعی نداشته‌ایم.

کریین پیلی

دانشیار مرکز مدیریت دانشگاه کوازولو - ناتال^۱

می ۲۰۰۹

مقدمه

در قلب این کتاب، پیام ساده، مستقیم و جاودانِ نادوگانگی قرار دارد. کلمه‌ی نادوگانگی امروزه اغلب برای شرح سنت معنوی باستانی آدویتای هند استفاده می‌شود که به‌سادگی به معنای **نه دو** است و به یگانگی ذاتی زندگی اشاره می‌کند. فقط یک واقعیت وجود دارد: یگانگی همه‌ی چیزی که وجود دارد و ما را نیز شامل می‌شود.

این کتاب کیفیتی کاملاً دلسوزانه دارد که نمی‌تواند به‌آسانی به قالب کلمات درآید. این نوشته به‌صورت یادداشتی کامل از اقتدار به‌نظر می‌رسد که متقاعدکننده است و احترام می‌گذارد. باوجوداین، هرکسی آزاد است که به آن گوش کند یا از آن دور شود و جف فوستر در این مورد صریح است. او می‌گوید وقتی شما در مورد موضوع نادوگانگی صحبت می‌کنید، همواره در مورد چیزی صحبت می‌کنید که نمی‌توان در موردش صحبت کرد، حقیقتی است که نمی‌توان گفت: نادوگانگی شیرجه زدن در رمز و راز است.

این قطعاً پیامی رهایی‌بخش است که باید با ذهنی باز آن را کاوش کرد! نیازی نیست به‌منظور یافتن حقیقت به جای دیگری برویم، زیرا آن همیشه در بلافصلِ روشنِ تجربه‌ی مستقیم ما حاضر است. حقیقت

همیشه به شکلِ هر آنچه لحظه به لحظه اتفاق می‌افتد، آشکار می‌شود. آن فقط این است... و این، نه هیچ چیز دیگر. مسئله این است که ما همیشه از آنچه مقابل ماست دور می‌شویم: این هرگز کافی نیست. ما نیازی به جست‌وجوی بی‌پایان و طاقت‌فرسا برای رسیدن به آزادی معنوی نداریم. آن پیشاپیش عمیقاً در درون فضای طبیعی وجودِ راستینِ ما حاضر است. بالاین حال، نیاز داریم این آزادی ذاتی را تشخیص دهیم و گرمی بداریم تا آن را از آن خودمان سازیم.

آنچه در مورد این کتاب بسیار نادر و برجسته است شیوهی روشنی است که جف از طریق آن ما را به دقت و گام‌به‌گام راهنمایی می‌کند تا خودمان مستقیماً آنچه را درست است، تجربه کنیم. باید از جایی که هستیم شروع کنیم و او به ملایمت از ما درخواست می‌کند که با هر تجربه به‌صورت تازه و با دیدی جدید روبه‌رو شویم. او با انواع شیوه‌های اصیل و خلاقانه از ما مکرراً می‌خواهد که بدون هیچ ایده‌ی پیش‌فرضی با زندگی دیدار کنیم و سپس آنچه را می‌یابیم گزارش کنیم.

ایکاش چنین حسن‌نیتی همیشه کافی بود تا به ما کمک کند به‌وضوح ببینیم! وقتی با جف فوستر دیدار می‌کنید، با کسی مواجه می‌شوید که به‌طوری فرح‌بخش طبیعی است. کاملاً خلع سلاح است اما همچنین ویژگی قاطع رک‌گویی صریح دارد که حيله و تزویر را می‌شکافد. زندگی خیلی کوتاه‌تر و باارزش‌تر از آن است که وقت را با بحث‌های بی‌پایان در مورد طبیعت روشن‌ضمیری یا درست و غلط‌های تمرین اصیل معنوی تلف کنیم و آنچه دقیقاً ادامه می‌یابد، خالص‌ترین روش تعلیم نادوگانه است. او از روی تجربه‌ی عمیق خودش می‌داند که گاهی پس از هر چیز، آنچه طلب

می‌شود عزمی شجاعانه برای طی کردن کل راه است، تا به انتهای «مسیری کمتر پیموده‌شده»^۱ برسیم تا شاید شک‌هایمان سرانجام از میان بروند. هرگز نمی‌توانیم با نیروی خودمان چنین کاری انجام دهیم، با این حال، جای هیچ نگرانی نیست، زیرا نیرویی که نیاز داریم همیشه از جهانی که به‌طور طبیعی به آن تعلق داریم، فراهم می‌شود. عشق در پایان نزد همه می‌آید، و آن عشقی است که هیچ نامی ندارد و سرانجام درک می‌کنیم که هرگز غایب نبوده است.

فرمول‌های شسته‌رفته یا پاسخ‌های سلیس وجود ندارد. این تعلیم مستقیم زیبا در مورد یگانگی زندگی، به‌طور باورنکردنی ساده و سراسر است، اما راه سوءبرداشت نیز باز است. دام‌های بیشمار برای ناآگاهان وجود دارد، همان‌طور که در این صفحات مشخص شده است. گاهی راهنمایی مطمئن نیاز است، و در مورد جف فوستر لازم نیست نومید شوید. با این حال، او اصرار می‌کند که معلم نیست، کتاب‌ها و جلسات چیزی نیستند جز سهیم شدن با دوستان:

من به چیزی که جهان مرا می‌نامد، علاقه‌ای ندارم. و برای شادی محض، این پیام را به اشتراک می‌گذارم تا وقتی دیگر نگذارم. مردم گوش خواهند کرد، یا دور خواهند شد. و هر دو خوب است.

و هم اکنون فوجان چایم را جرعه‌جرعه سر می‌کشم، و مرغ‌های دریایی را در اسکله‌ی برایتون تماشا می‌کنم، هیچ‌یک از این‌ها کوچک‌ترین اهمیتی ندارد. من به این ایده که معلم یا مرشد باشم، می‌خندم. من هیچم. جای و مرغان دریایی همه چیزند. هیچ بودن من، همه چیز بودن جهان است و آن به

۱. نام یک کتاب. م.

کلی در اینجا، در سادگی مطلق، پایان می‌گیرد و فقط عشق به همه‌ی این‌ها وجود دارد.

اینجا نویسنده‌ای جوان است، با خرد و بلوغی ورای سنش، که با خواندگانش رازی ارزشمند را سهیم می‌شود. رازی که اغلب از دست داده می‌شود. در قلب این پیام شاعرانه، بینشی عمیق است که رهایی هرگز دور نیست، بلکه همیشه در وسط زندگی به اصطلاح معمولی و روزمره حاضر است. رهایی در همه‌جا و در همه‌چیز است، هیچ تقسیمی بین مقدس و دنیوی وجود ندارد. آن هیچ‌چیز خاصی نیست و با این حال... آن تاحدی همان‌قدر در شادی و حیرت است که در اندوهی بیان‌نشدنی و دردی شدید، ورای درک است و فرد را متواضع نگه می‌دارد و برای آنچه ممکن است درک شود، کلمات دقیقی وجود ندارد.

این کتابی نیست که سرسری خوانده شود و کنار گذاشته شود؛ بلکه کتابی اندیشمندانه و دلسوز است که باید به آن چسبید و بارها و بارها به درون آن شیرجه زد، به‌ویژه اگر برخی از اشارات آن را در ابتدا درک نکنید. این نوشته به‌نوبه‌ی خود بازتابی، طنزآلود و چالش‌برانگیز است و موسیقیِ خودش را دارد. آهنگ ملایمی به زیر پوستتان می‌رود و به استخوانتان می‌رسد و جادوی مصرانه‌اش را عملی می‌کند. این به‌راستی کیمیای تحول است.

ببینید، این فقط در مورد کلمات نیست، بلکه بیشتر در مورد طنین آن کلمات است. مملو از عقایدی راسخ. چنین کلماتی قادرند کیفیتی بسیار خاص را از اعماق درون ما فراخوانند که نوعی عطر لطیف و دل‌تنگ‌کننده است. تشخیص چیزی آشنا که ما از قبل می‌شناسیم اما نمی‌توانیم به دقت

بیان کنیم؛ حقیقت، عشق و زیبایی است. این‌ها همه عباراتی الهام‌بخش هستند که به جنبه‌های بنیادینِ اساسیِ واقعیتی اشاره دارد که نمی‌توان نامی به آن داد و فقط می‌توان به آن اشاره کرد.

پایان جست‌وجوی معنوی تشخیص روشنِ «غیبتی فوق‌العاده» است. غیبتِ کاملِ جدایی است، همراه با کشف شگرفِ حضورِ راستینِ کلِ جهان در عشق و صمیمیتی و رای هر چیزی که ما تاکنون شناخته‌ایم.

فیلیپ پِگِلر^۱

انگلستان، میدهرست

ژوئن ۲۰۰۹

شروعی تازه

این کتاب نامه‌ای عاشقانه است از سکوت به سکوت.
این کلمات از سکوت ظاهر می‌شوند و به‌سوی آن باز می‌گردند.

کلمات صرفاً امواجی اند بر سطح اقیانوس بی‌کران وجود.
می‌رقصند، بازی می‌کنند، آوازشان را می‌خوانند و سپس به درون آن
وسعت بی‌پایان طراوت شیرجه می‌زنند و باز می‌گردند.
این کلمات را بخوانید و آن‌ها را رها کنید.
این کلمات را بخوانید و این کتاب را دور بیندازید.
آن را بسوزانید.

تنها کاری که کلمات می‌توانند بکنند، اشاره کردن است. آن‌ها
اشاره‌گرند. تابلوهای راهنمایند.
نمی‌توانند زندگی را لمس کنند، نمی‌توانند آن را در برگیرند، اما شاید،
فقط شاید، بتوانند به آن اشاره کنند.

شاید، فقط شاید، بتوانند مزه‌ای از آن را به ما بچشانند و عطری از آن را به ما برسانند.

کلمات این کتاب به چیزی بسیار ساده اشاره دارند:
 به زندگی همان‌طور که آشکار می‌شود.
 به ظاهر شدنِ ساده و آشکارِ همه‌چیز در لحظه‌ی اکنون.
 به مناظر، صداها و بوهای کنونی.
 به طراوتی که پشت همه چیز است، به همه‌چیز سوخت می‌رساند،
 همه‌چیز را در می‌نوردد، خودش همه‌چیز است.
 و حتی ورای آن:
 به غیبتِ «شخصی ثابت و مجزا».
 به پهنه‌ای وسیع که همه‌چیز را در برگرفته است و از هیچ‌چیزی جدا نیست.
 به غیبتی فوق العاده که در قلب زندگی است و سرانجام خودش را
 به‌صورت حضوری کامل آشکار می‌کند.
 به تناقض ظاهری در قلب خلقت:
 غیبت حضور است.
 خالی بودن شکل است.
 آگاهی از محتوای خودش جدا نیست.
 و وقتی غیبت و حضور با یکدیگر ملاقات می‌کنند و از درون منفجر می‌شوند،
 وقتی خالی بودن و فرم یکی شده و ناپدید می‌شوند،

وقتی بیننده در درون آنچه دیده می شود فرومی ریزد،
وقتی سوژه و اُبژه عاشقانی دیوانه وار می شوند و در هوای سبک ناپدید
می شوند،

چه باقی می ماند؟
وقتی معلوم می شود همه ی مفاهیم جهان
فقط مفاهیم هستند،
وقتی افکار به درون ریتیمی طبیعی عقب نشینی می کنند،
وقتی جست و جوی بیهوده ی «ذهن نا آرام»^۱ سرانجام به استراحت
می پردازد،

آنجا چیست؟
ورای بیداری، ورای روشن ضمیری، ورای واقعی و غیر واقعی،
ورای هستی و نیستی، ورای آنچه است و آنچه نیست،
ورای خویشتن و نا خویشتن، ورای دوگانگی و نادوگانگی،
ورای زندگی و مرگ،
ورای همه ی وراها، چه چیزی می درخشد؟

قرن ها پیش، زندگی به شما چه چیزی داد، چه چیزی شما را از خودش
بیرون آورد، طوری که بتواند خودش را بشناسد؟ طوری که بتواند خودش را
لمس کند، مزه کند، احساس کند و ببیند؟
چه چیزی همیشه شما را نگه می دارد، به شما عشق می ورزد، شما را در
آغوش می گیرد، به شیوه ای که مادری بچه ی تازه متولد شده اش را در آغوش
می گیرد؟

۱. Monkey mind: اصطلاح بودایی به معنای نا آرام، بی قرار، خیالی و...

چه چیزی شما را درست از همان ابتدا، به سوی خودش فرامی‌خواند؟

این.

فقط این.

همیشه این.

تا ابد این.

من با احترام از شما می‌خواهم هر چیزی را که می‌دانید، هر چیزی که به شما آموخته شده، هر چیزی که تاکنون در مورد بیداری معنوی، نادوگانگی، آدویتا، یگانگی و روشن‌ضمیری خوانده‌اید، فراموش کنید و یک امکان تازه را در نظر بگیرید: امکان رهایی، درست همین‌جا در وسط این زندگی ظاهراً معمولی. امکان رهایی مطلق، درست در جایی که هستید. و اکنون بیایید دوباره شروع کنیم.