

به نام جان لایتناهی





سرشناسه: سیلوستر، ریچارد

Sylvester, Richard

عنوان و نام پدیدآور: کتاب هیچ کس / ریچارد سیلوستر؛ مترجم وحید مهدیخانی.

مشخصات نشر: تهران: ترنگ، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری: ۳۲۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۴۱-۸۹-۶

یادداشت: عنوان اصلی: The book of no one.

موضوع: آگاهی

Awareness

ذهن آگاهی (روان شناسی)

(Mindfulness Psychology)

شناسه افزوده: مهدیخانی، وحید، ۱۳۵۵ - ، مترجم

رده بندی کنگره: BF۳۱۱

رده بندی دیویی: ۱۵۳

شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۵۴۴۶۵



کتاب هیچکس

ریچارد سیلوستر

مترجم: وحید مهدیخانی



 torang_pub
 @nashretorang
www.nashretorang.com



کتاب هیچکس

ریچارد سیلوستر

مترجم: وحید مهدیخانی

حروف چین و صفحه آرا: رهگستران

لیتوگرافی و چاپ: پردیس دانش

چاپ اول: ۱۴۰۳

تیراژ: ۲۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۴۱-۸۹-۶

آدرس: خیابان کارگر جنوبی، خیابان روانمهر، تقاطع خیابان دانشگاه، کوچه میثرا، پلاک ۷، واحد ۴

تلفن: ۰۶۶۴۷۰۳۷۶ / ۰۲۱-۶۶۴۰۳۵۲۰ همراه: ۰۹۱۹۹۶۴۶۲۲۴

حق چاپ محفوظ است

nashretorang@gmail.com



فهرست

مقدمه:	۱۱
فصل اول: برخی اصول مقدماتی	۱۳
فصل دوم: جعبه‌ای که کلید قفلش درونش مانده	۲۷
فصل سوم: اول یک درخت سیب بکار	۶۷
فصل چهارم: عشق تفاوت‌ها را خواب می‌بیند درحالی‌که تفاوتی در کار نیست	۷۷
فصل پنجم: همه چیز به رمز و راز ختم می‌شود.	۱۰۳
فصل ششم: این به خانه آمدن است	۱۲۳
فصل هفتم: هیچ‌کسی احساس نمی‌کند بزرگ شده است	۱۴۹
فصل هشتم: پرتاب کردن چوب برای مونتی	۱۸۱
فصل نهم: پل بازی با مردگان	۱۹۷
فصل دهم: مرشد با بهترین قدرت‌های معنوی	۲۴۷
فصل یازدهم: یک راز خیلی ساده	۲۵۹
فصل دوازدهم: پس نوشته	۲۹۷

با سپاس عمیق از تونی پارسونز^۱ برای به اشتراک گذاشتن نادوگانگی با وضوح
بسیار و با عشق و شوخ طبعی فراوان

1. Tony Parsons

"حال به من بگو نیروانا چیست؟"

"اینجا... تو پیشاپیش در آن هستی. تو در نیروانایی. تو مانند یک ماهی هستی که ادعای تشنگی دارد. تو درست در وسط آن هستی. اینجا. اینجا."

جان ویلم وان دِ وِترینگ^۱

"بارقه‌ای از هیچ"^۲

1. Janwillem van de Wetering

2. A Glimpse Of Nothingness

مقدمه:

چند دیدگاه متضاد در مورد آگاهی وجود دارد. برای مثال معروف‌ترین دیدگاه در میان دانشمندان این است که آگاهی یک محصول جانبی تصادفی از ماده است. بسیاری از دانشمندان بر این نظر هستند که همچنان که ماده، ماده فیزیکی جهان، در مغزهای در حال تکامل، پیچیده‌تر و پیچیده‌تر می‌شود، آگاهی ظاهر می‌شود. وقتی مغز بمیرد، آگاهی پایان می‌یابد. برخی مردم این دیدگاه را افسرده‌کننده می‌یابند. شاید تعجب‌آورتر باشد که برخی دیگر از مردم با این فکر آسوده می‌شوند. در کتابی در مورد مرگ آسان (اتانازی^۱) به نام "رقصیدن با دکتر دی"^۲ که توسط برت کیزر^۳ نوشته شده، یک خانم پیر، مرد جوانی را که سعی می‌کرد یک سیستم ضبط صوت به او بفروشد که خاطراتش را برای نوادگانش ضبط کند، با این جمله «مرد جوان، تو متوجه خواهی شد که در سن من هیچ چیزی مهم نیست» سرزنش می‌کند.

از طرف دیگر بسیاری از افراد مذهبی می‌گویند که آگاهی جدا از ماده است و در روح اقامت دارد. روح چیز اولیه تلقی می‌شود و دنیای ماده اغلب

1 euthanasia

2 Dancing With Mr. D

3 Bert Keizer

نوعی مدرسه تصور می‌شود که روح امتحان می‌شود یا در آن گام می‌نهد یا فرصتی است که برای آموختن درس‌های خاصی به او داده شده است. بسته به ماهیت دقیق دین، اگر روح کارش را خوب انجام دهد ممکن است با خدا یکی می‌شود یا به صورت مطلوبی دوباره متولد می‌شود.

دیدگاه معنوی در مورد اتصال بین آگاهی و ماده، پیچیده‌تر است. گاه جهان فیزیکی به صورت تشعشعی از آگاهی تلقی می‌شود و ماهیت خاص جهانی که شخص در آن زندگی می‌کند، ممکن است به صورت مخلوق روان فردی او دیده شود؛ بنابراین اگر می‌خواهیم ذات واقعیت بیرونی خود را تغییر دهیم، باید مسئولیت‌پذیری خود را پرورش دهیم و واقعیت درونی خود را تغییر دهیم. در عوض، دیگر دیدگاه‌های معنوی تأکید می‌کنند که نظر به اینکه ذات واقعیت بیرونی همیشه موقتی است و همه چیز دستخوش تغییر است، خردمندانه‌تر است که پذیرش را در خود پرورش دهیم.

من در این کتاب دیدگاه دیگری را ارائه کرده‌ام: که آگاهی نه فقط چیز اولیه بلکه همه آنچه هست است، پدیدارشدن خود ما و جهانی که در آن زندگی می‌کنیم، همان آگاهی است که به صورت هر چیزی ظاهر می‌شود. موج‌ها و کفها از اقیانوس که آنها را پدید می‌آورد جدا نیستند و ما از نور آگاهی که ما و همه چیز در آن پدید می‌آید، جدا نیستیم. گرچه شاید این توسط ذهن درک نشود، اما ممکن است در رهایی دیده شود. آنگاه شاید معلوم شود که "خود" وجود ندارد و «هر چیزی که از تولد حاصل می‌آید، خودش را در رهایی محو می‌کند.»

ریچارد سیلوستر

آوریل ۲۰۰۸

فصل اول

برخی اصول مقدماتی

س: تو گفته‌ای که دیدن نادوگانگی، پایان معنا و هدف است، آیا به نظر تو دوگانگی دارای معنا و هدف است؟

ج: چنین به نظر می‌رسد. زیرا مادامی که حس "شخص مجزا بودن" وجود دارد، دنیای دوگانه کاملاً واقعی و احتمالاً بسیار بامعنا و هدفمند تلقی می‌شود. ذهن میلی قوی برای جستجوی معنا دارد؛ اما وقتی دیده شود که هرگز هیچ شخصی وجود نداشته است، آن به صورت یک رؤیا و فاقد هدف دیده می‌شود. به همین طریق، وقتی ما از رؤیای شبانه بیدار می‌شویم، آشکار است که آن فاقد هدف است، گرچه ذهن شاید بسیار وسوسه شود که با تعبیرکردن آن، معنایی به آن بیفزاید.

س: آیا در تجلی نادوگانگی به صورت دوگانگی، هدفی هست؟

ج: ما وانمود می‌کنیم که بهشت را از دست داده‌ایم، فقط به خاطر شادی دوباره یافتنش. وقتی بهشت دوباره به دست آید، تشخیص داده می‌شود که آن هرگز از دست نرفته بود.

اما مادامی که ما در جستجوی بهشت هستیم، غیر ممکن است متوجه شویم که این پیشاپیش همان است.

س: آیا هدفِ برتری وجود دارد؟

ج: به محض اینکه در مورد هدف برتر یا پست‌تر صحبت کنیم، به داستان دوگانگی بر می‌گردیم. هیچ برتر و پست‌تری وجود ندارد. فقط "این" هست.

س: ما به عنوان انسان جستجوی یک هدف برتر را ابداع کرده‌ایم؟

ج: تو به عنوان یک انسان، یک شخصیت رؤیایی هستی. یک شخصیت رؤیایی نمی‌تواند هیچ چیزی ابداع کند.

س: وقتی یگانگی از رؤیای دوگانگی دست می‌کشد، آیا دنیای فیزیکی ناپدید می‌شود؟

ج: رؤیا در مرگ تمام می‌شود. مرگ، رهایی از رؤیاست.

س: من فکر می‌کنم مرگ فقط یک رؤیای دیگر، یک توهم دیگر است.

ج: حق با توست. آنچه شخص به عنوان مرگ به آن فکر می‌کند، یک توهم است.

س: در داستان انجیل، ما در باغ عدن هستیم و سپس خود-آگاهی به دست می‌آوریم و آن موقعیت را از دست می‌دهیم.

ج: بله، خود-آگاهی موجب برخاستن جدایی و ازدست‌رفتن احساسِ بهشت می‌شود.

س: بنابراین در استعاره انجیل، به نظر می‌رسد که آگاهی هنوز دست‌نخورده در اینجا است و ما تصوراتی بیرون از آن هستیم، توهمی که برای آگاهی به وجود آمده است تا بداند که چه چیزی نیست. آگاهی نمی‌تواند بداند چه هست، مگر اینکه بداند چه نیست. هدف از رؤیا این است که به عنوان استعاره‌ای از تجربیاتی که برای ما اتفاق افتاده عمل کند.

ج: یک رؤیا هیچ هدفی ندارد؛ اما ذهن هدفی خلق خواهد کرد. فقط باید

به قفسه‌های کتاب‌های روان‌شناسی نگاه کنیم تا ببینیم که ذهن ده‌ها هدف مختلف برای رؤیا خلق می‌کند.

چیزی وجود ندارد که آگاهی نباشد. همه‌چیز همان آگاهی است که به‌صورت همه‌چیز درآمده است.

س: خطر این تئوری که بگوییم هیچ هدفی وجود ندارد این است که تو داری استدلال می‌کنی که هیچ چیزی اهمیت ندارد، چه یک جنگ راه بیندازیم، چه یک بمب اتمی بیندازیم. من نمی‌توانم آن را بپذیرم.

ج: من هیچ استدلالی نمی‌کنم. فقط سعی می‌کنم چیزی را شرح دهم و این را مطرح می‌کنم که هیچ‌کسی وجود ندارد که بتواند جنگی را شروع کند یا یک بمب اتم بیندازد. آنچه در نمایش رخ می‌دهد، صرفاً رخ می‌دهد.

س: من نمی‌توانم بپذیرم که اهمیتی ندارد اگر من بیرون بروم و کسی را به قتل برسانم.

ج: من نمی‌گویم که اهمیتی ندارد اگر تو بیرون بروی و کسی را بکشی. من دارم می‌گویم «تویی» وجود ندارد که بتواند آن را انتخاب کند. قتل گاهی در این نمایش رخ می‌دهد، اما تا یک شخصیت قاتل آنجا ننشسته باشد، خیلی بعید است که تو بیرون بروی و کسی را بکشی.

آنچه رخ می‌دهد، صرفاً چیزی است که رخ می‌دهد؛ بنابراین نیازی نیست نگران باشی که سگ‌ها را در خیابان اصلی رها کنی.

در هیچ سطحی اختیار وجود ندارد. پس تو نمی‌توانی این سخنان را بشنوی و آنگاه به‌عنوان نتیجه آن‌ها انتخاب کنی که بروی و کسی را بکشی، یا یک بانک را بزنی.

س: اما به‌وضوح مشخص است که این‌طور نیست، زیرا من می‌توانم.

ج: مادامی‌که حس «شخص» وجود دارد، این احساس وجود خواهد داشت که تو می‌توانی یک عمل را انتخاب کنی. این یک پدیدار است که وقتی

دیده شود که فقط یگانگی وجود دارد، از بین می‌رود. آنگاه دیده می‌شود که شخص همیشه عروسک الهی بوده است. آنچه آنجا نشسته است، گرچه ممکن است خودش را یک شخص احساس کند، نوری است که همه چیز در آن بر می‌خیزد.

س: آیا هیچ اخلاقی وجود دارد؟

ج: نه

س: آیا هرچومرج است و من می‌توانم کسی را به قتل برسانم؟

ج: این چیزی است که یک شخص می‌گوید. «اگر اخلاقی وجود ندارد، من می‌توانم هر کاری دلم می‌خواهد بکنم.» اما آن چیزی نیست که من می‌گویم. من دارم می‌گویم که هیچ اخلاقی وجود ندارد؛ زیرا هیچ شخصی وجود ندارد که بتواند انتخاب کند که کاری بکند؛ بنابراین «تو» نمی‌توانی آنچه دلت می‌خواهی انجام دهی.

من نمی‌گویم «تو می‌توانی انتخاب کنی، اما هیچ اخلاقی در کار نیست و بنابراین مهم نیست که تو چه انتخابی می‌کنی.» من دارم می‌گویم پدیده‌ها برمی‌خیزند و ممکن است توجه شود که هیچ‌کسی موجب آن‌ها نمی‌شود، هیچ‌کسی آن‌ها را انتخاب نمی‌کند.

من با نگاه کردن به تو می‌توانم بگویم که رخ دادن این پدیده که تو کسی را بکشی بعید است.

س: تو می‌توانی. تو داری کاملاً نزدیک می‌شوی. (خنده)

ج: (خنده) بله، اگر کسی در اینجا بتواند، بر این عقیده‌ام که آن من خواهم بود. در هر حال با نگاه به آن ارگانیزم روان-تنی که آنجا نشسته است، هنوز فکر می‌کنم که بسیار بعید است که تو یک شخصیت قاتل داشته باشی. اما ممکن است من اشتباه کنم.

