یادداشت‌هایی درباره خودمان، آدم‌ها و زندگی





این تمام ماجرا نبود

با قطعه‌هایی از

جبران خلیل جبران و مارکوس اورلیوس

گزینش، ترجمه و درنگ‌ها: درونگاه

مقدمه

بعضی چیزها را همان لحظه‌ای که می‌شنویم می‌فهمیم. بعضی دیگر فقط پس از گذر از یک رابطه، یک شکست، یک سال طولانی یا تغییری کوچک در خودمان معنای تازه‌ای پیدا می‌کنند.

این کتاب درباره رسیدن به پاسخ نهایی نیست. بیشتر درباره همان لحظه‌ای است که چیزی را دوباره می‌بینیم و متوجه می‌شویم تصویر قبلی تمام ماجرا نبوده است.

کتاب از کنار هم نشستن دو صدا ساخته شده است: قطعه‌هایی از جبران خلیل جبران و مارکوس اورلیوس، و «درنگ»هایی که پس از هر قطعه آمده‌اند. درنگ‌ها شرح یا خلاصهٔ قطعه نیستند. گاهی با آن همراه می‌شوند، گاهی مرزش را نشان می‌دهند و گاهی فقط اجازه می‌دهند تصویر یا پرسشی که ساخته، مدتی بماند.

لازم نیست با همهٔ آن‌ها موافق بود. بعضی صفحه‌ها شاید فقط مدتی در ذهن بمانند؛ و شاید همین برایشان کافی باشد.

فهرست

مقدمه ۸

خودت ۹

۱ وقتی نقاب‌ها می‌افتند ۱۰
۲ شب و دیوانه ۱۲
۳ هفت خود ۱۴
۴ زبان دیگر ۱۶
۵ یک حقیقت ۱۸
۶ چهره‌ها ۲۰
۷ چشم ۲۲
۸ تغییر نظر ۲۴
۹ رنگ ذهن ۲۶
۱۰ نظر دیگران ۲۸

آدم‌ها ۳۰

۱۱ خواب‌گردها ۳۱
۱۲ روی برگرداندن ۳۳
۱۳ دو عابد ۳۵
۱۴ دریای بزرگ‌تر ۳۸
۱۵ علف و برگ ۴۱
۱۶ گوش دادن ۴۳
۱۷ جزر و مد ۴۵
۱۸ بخشیدن ۴۸
۱۹ جنگ ۵۰
۲۰ پیش از خشم ۵۳

عشق ۵۵

۲۱ وقتی عشق فرا می‌خواند ۵۶
۲۲ عشق مالک نمی‌شود ۵۹
۲۳ خواستن در عشق ۶۱

۲۴ میان دو نفر ۶۳
۲۵ نیازها عوض می‌شوند ۶۵
۲۶ با وجود عشق ۶۷
۲۷ از طریق تو ۶۹

تنهایی ۷۱
۲۸ من آن چیزی نیستم که می‌بینی ۷۲
۲۹ خانه‌ها ۷۶
۳۰ جایی برای برگشتن ۷۹
۳۱ ساعاتی برای زندگی ۸۱
۳۲ اشتیاق بزرگ ۸۳
۳۳ وقتی شادی به دنیا آمد ۸۵
۳۴ وقتی اندوه زاده شد ۸۷

رها کردن ۹۰
۳۵ مترسک ۹۱
۳۶ زنجیر آزادی ۹۳
۳۷ دو قفس ۹۶
۳۸ شکستن پوسته ۹۸
۳۹ گورکن ۱۰۰
۴۰ شکست ۱۰۲
۴۱ همان جام ۱۰۴
۴۲ پیر شدن ۱۰۶
۴۳ آنچه از دست می‌رود ۱۰۸
۴۴ رودخانه ۱۱۰
۴۵ یاد شدن ۱۱۲
۴۶ رود و دریا ۱۱۴

ذهن ۱۱۶
۴۷ سکان و بادبان ۱۱۷
۴۸ زیر نام‌ها ۱۲۰
۴۹ لذت تازه ۱۲۲

۵۰ پادشاه خردمند ۱۲۴
۵۱ دو دانشمند ۱۲۷
۵۲ اتفاق و داوری ۱۲۹
۵۳ آینده‌ای که هنوز نرسیده ۱۳۱
۵۴ پس از خشم ۱۳۳
۵۵ زندگی دیگران ۱۳۵
۵۶ آنچه در دست توست ۱۳۷

زیستن ۱۳۹
۵۷ کار ۱۴۰
۵۸ یک سوزن ۱۴۴
۵۹ بی‌تماشاچی ۱۴۶
۶۰ آستانه ۱۴۸
۶۱ حرف زدن ۱۵۰
۶۲ لذت ۱۵۳
۶۳ جهان کامل ۱۵۷
۶۴ آدم خوب ۱۶۰
۶۵ زیبایی ۱۶۲
۶۶ بدرود ۱۶۶

منابع ۱۶۹

درباره درونگاه ۱۷۱

زنجیر آزادی

خطیبی گفت: از آزادی برای ما بگو.

و او پاسخ داد: در دروازهٔ شهر و کنار آتش خانه‌هایتان دیده‌ام که در برابر آزادی خود به خاک می‌افتید و آن را می‌پرستید؛ همان‌گونه که بردگان در برابر فرمانروایی ستمگر فروتن می‌شوند و او را می‌ستایند، حتی وقتی می‌کشدشان. آری، در بیشهٔ معبد و زیر سایهٔ دژ، آزادترین شما را دیده‌ام که آزادی خود را چون یوغ و دست‌بندی بر تن می‌کنند.

و قلبم در من خون گریسته است؛ زیرا تنها زمانی می‌توانید آزاد باشید که حتی میل به جست‌وجوی آزادی دیگر برایتان بند نباشد، و وقتی دیگر از آزادی چون هدفی نهایی سخن نگویید. حقیقتاً آزاد خواهید بود، نه آنگاه که روزهایتان بی‌دغدغه باشد و شب‌هایتان بی‌نیاز و بی‌اندوه، بلکه آنگاه که این چیزها زندگی‌تان را دربر گیرند و شما، با این حال، برهنه و بی‌بند از فراز آن‌ها برخیزید.

و چگونه از روزها و شب‌هایتان فراتر می‌روید، اگر زنجیرهایی را که در سپیده‌دم فهم خود بر نیمروزتان بسته‌اید نشکنید؟ در حقیقت، آنچه آزادی می‌نامید نیرومندترین همین زنجیرهاست، هرچند حلقه‌هایش زیر آفتاب بدرخشد و چشمانتان را خیره کند. و مگر آنچه می‌خواهید برای آزاد شدن کنار بگذارید، پاره‌هایی از خودتان نیست؟

اگر قانونی ناعادلانه است که می‌خواهید براندازید، آن قانون با دست خودتان بر پیشانی‌تان نوشته شده است. نه با سوزاندن کتاب‌های قانون پاکش می‌کنید و نه با شستن پیشانی داورانتان، حتی اگر همه دریا را بر آن‌ها بریزید. و اگر فرمانروایی

ستمگر است که می‌خواهید از تخت پایین بکشید، نخست ببینید تختی که در درون خود برای او ساخته‌اید ویران شده باشد.

زیرا چگونه ستمگری می‌تواند بر آزادگان و سرافرازان فرمان براند، مگر آنکه در آزادی‌شان استبدادی و در غرورشان شرمی باشد؟ و اگر نگرانی‌ای است که می‌خواهید دور بیندازید، آن بار را خود برگزیده‌اید، نه اینکه بر شما تحمیل شده باشد. و اگر ترسی است که می‌خواهید از میان ببرید، جایگاه آن ترس در قلب شماست، نه در دست آنچه از آن می‌ترسید.

در حقیقت، همه‌چیز در وجود شما در نیم‌آغوشی پیوسته حرکت می‌کند: خواستنی و ترسناک، نفرت‌انگیز و عزیز، آنچه می‌جویید و آنچه از آن می‌گریزید. این‌ها درون شما چون نور و سایه، جفت‌جفت و چسبیده به هم حرکت می‌کنند. و وقتی سایه محو می‌شود و دیگر نیست، نوری که باقی می‌ماند خود سایه‌ای برای نوری دیگر می‌شود.

و چنین است که آزادی شما، وقتی بندهایش را از دست می‌دهد، خود به بند آزادی بزرگ‌تری بدل می‌شود.

جبران خلیل جبران، پیامبر، «آزادی»

درنگ

زنجیر آزادی — ۳۶

جبران دو چیز را کنار هم می‌گذارد که معمولاً مخالف هم می‌دانیم: آزادی و پرستش. کسانی که آزادی را می‌پرستند، می‌گوید، آن را مثل یوغ بر تن دارند.

چقدر از «می‌خواهم آزاد باشم» در واقع دفاع از چیزی است که از آن می‌ترسیم: وابسته شدن، اجازه گرفتن، گفتن «نه» به خودمان؟ تعریف جبران بی‌دغدغگی نیست. آزادی این است که غم‌ها و نیازها دور و برمان باشند و ما از فراز آن‌ها بلند شویم.

امروز کجا آزادی‌ام را بیش از آنچه می‌خواهم، پاس داشته‌ام؟

کار

آنگاه کشاورزی گفت: از کار برای ما بگو.

و او پاسخ داد: کار می‌کنید تا همگام با زمین و روح زمین بمانید.

زیرا بیکار ماندن یعنی با فصل‌ها بیگانه شدن و بیرون رفتن از کاروان زندگی؛ کاروانی که با شکوه و فروتنی سربلند به سوی بی‌نهایت می‌رود.

وقتی کار می‌کنید، نی‌ای هستید که زمزمهٔ ساعت‌ها از قلبش به موسیقی بدل می‌شود.

کدام‌یک از شما می‌خواهد نی‌ای گنگ و خاموش باشد، وقتی همه‌چیز در هماهنگی آواز می‌خواند؟

همیشه به شما گفته‌اند که کار نفرین است و رنج کار بدبختی.

اما من به شما می‌گویم هنگامی که کار می‌کنید، بخشی از دورترین رؤیای زمین را تحقق می‌بخشید؛ همان بخشی که هنگام زاده شدن آن رؤیا به شما سپرده شد.

و با همراه ماندن با کار، در حقیقت زندگی را دوست می‌دارید؛

و دوست داشتن زندگی از راه کار، نزدیک شدن به درونی‌ترین راز زندگی است.

اما اگر در رنج خود، زاده شدن را مصیبت و نگه داشتن تن را نفرینی نوشته بر پیشانی بنامید، به شما می‌گویم جز عرق پیشانی‌تان چیزی آن نوشته را نخواهد شست.

به شما گفته‌اند که زندگی تاریکی است؛ و شما در خستگی، سخن خستگان را تکرار می‌کنید.

و من می‌گویم زندگی واقعاً تاریکی است، مگر آنکه میلی در آن باشد؛

و هر میل نابیناست، مگر آنکه دانشی باشد؛

و هر دانش بیهوده است، مگر آنکه کاری باشد؛

و هر کار تهی است، مگر آنکه عشقی در آن باشد.

و هنگامی که با عشق کار می‌کنید، خود را به خودتان، به یکدیگر و به خدا پیوند می‌دهید.

و کار کردن با عشق چیست؟

این است که پارچه را با نخ‌هایی ببافید که از قلبتان کشیده شده‌اند، چنان‌که گویی محبوبتان آن پارچه را خواهد پوشید.

این است که خانه‌ای را با مهر بنا کنید، چنان‌که گویی محبوبتان در آن خواهد زیست.

این است که بذر را با لطافت بکارید و محصول را با شادی درو کنید، چنان‌که گویی محبوبتان میوهٔ آن را خواهد خورد.

این است که در هر چیزی که می‌سازید، نفسی از روح خود بدمید؛

و بدانید همه مردگان خجسته پیرامونتان ایستاده‌اند و نگاه می‌کنند.

بارها شنیده‌ام که گویی در خواب می‌گویید: «آنکه در مرمر کار می‌کند و شکل روح خود را در سنگ می‌یابد، شریف‌تر از کسی است که زمین را شخم می‌زند. و آنکه

رنگین‌کمان را می‌گیرد تا بر پارچه‌ای به شکل انسان بنشاند، برتر از کسی است که برای پاهای ما صندل می‌سازد».

اما من نه در خواب، بلکه در بیداری کامل نیمروز می‌گویم که باد برای بلوط‌های عظیم شیرین‌تر از کوچک‌ترین تیغهٔ علف سخن نمی‌گوید؛

و تنها کسی بزرگ است که صدای باد را به ترانه‌ای بدل کند که با عشق خودش شیرین‌تر شده باشد.

کار، عشق آشکارشده است.

جبران خلیل جبران، پیامبر، «کار»

درنگ

کار — ۵۷

جبران جملهٔ کوتاهی هم دارد که شاید از همهٔ قطعه سنگین‌تر باشد: کار، عشق آشکارشده است. بیرون از شعر، بسیاری از ما کارمان را دوست نداریم و این جمله می‌تواند شرمنده کند.

شاید راه خواندنش این باشد که نه «باید کارم را دوست بدارم»، بلکه «در کدام قسمت کارم چیزی دوست‌داشتنی دیده می‌شود؟» یک بخش کوچک، یک لحظه که با دقت انجام می‌شود.

از همان‌جا شروع کنیم.

لذت

آنگاه زاهدی که سالی یک‌بار به شهر می‌آمد پیش آمد و گفت: از لذت برای ما بگو.

و او پاسخ داد: لذت ترانهٔ آزادی است،

اما خود آزادی نیست.

شکوفایی خواسته‌های شماست،

اما میوهٔ آن‌ها نیست.

ژرفایی است که بلندا را صدا می‌زند،

اما نه خود ژرفاست و نه بلندا.

پرنده‌ای در قفس است که بال می‌گشاید،

اما فضای بی‌کران نیست.

آری، به‌راستی لذت ترانهٔ آزادی است.

و دوست دارم آن را با تمام قلبتان بخوانید؛ اما نه آن‌قدر که قلبتان را در آواز گم کنید.

بعضی از جوانان شما لذت را چنان می‌جویند که گویی همه‌چیز است، و به سبب آن داوری و سرزنش می‌شوند.

من آنان را داوری یا سرزنش نمی‌کنم. می‌خواهم بجویند.

زیرا لذت را خواهند یافت، اما نه تنها او را؛

لذت هفت خواهر دارد و کوچک‌ترینشان از خود لذت زیباتر است.

آیا داستان مردی را نشنیده‌اید که برای یافتن ریشه در زمین می‌کند و گنجی پیدا می‌کند؟

و بعضی از سالخوردگان شما لذت‌های گذشته را با پشیمانی به یاد می‌آورند، مانند خطاهایی که در مستی مرتکب شده‌اند.

اما پشیمانی ابری شدن ذهن است، نه کیفر آن.

باید لذت‌هایشان را با سپاس به یاد آورند، همان‌گونه که محصول یک تابستان را به یاد می‌آورند.

با این همه، اگر پشیمانی آرامشان می‌کند، بگذارید آرام شوند.

و در میان شما کسانی هستند که نه آن‌قدر جوان‌اند که بجویند و نه آن‌قدر پیر که به یاد آورند؛

و از ترس جستن و به یاد آوردن، از همه لذت‌ها دوری می‌کنند، مبادا از روح غافل شوند یا در برابرش خطا کنند.

اما حتی در چشم پوشیدنشان نیز لذتی هست.

و این‌گونه آنان نیز، هرچند با دست‌هایی لرزان برای یافتن ریشه زمین را می‌کنند، گنجی پیدا می‌کنند.

اما بگویید، چه کسی می‌تواند به روح آسیبی برساند؟

آیا بلبل به سکوت شب آسیب می‌رساند، یا شب‌تاب به ستارگان؟

و آیا شعله یا دود شما می‌تواند بر باد سنگینی کند؟

گمان می‌کنید روح برکه‌ای ساکن است که می‌توانید با چوبی آبش را آشفته کنید؟

بسیار وقت‌ها با انکار لذت، فقط میل به آن را در گوشه‌های وجود خود ذخیره می‌کنید.

چه کسی می‌داند آنچه امروز کنار گذاشته شده، برای فردا منتظر نمانده باشد؟

حتی بدن شما میراث و نیاز به‌حق خود را می‌شناسد و فریب نمی‌خورد.

و بدن شما چنگ روح شماست؛

و این با شماست که از آن موسیقی شیرین بیرون بیاورید یا صداهایی آشفته.

و اکنون در قلبتان می‌پرسید: «چگونه لذت خوب را از آنچه خوب نیست تشخیص دهیم؟»

به کشتزارها و باغ‌هایتان بروید و خواهید آموخت که لذت زنبور، گرفتن عسل از گل است،

اما لذت گل نیز بخشیدن عسلش به زنبور است.

برای زنبور، گل چشمهٔ زندگی است،

و برای گل، زنبور پیام‌آور عشق؛

و برای هر دو، زنبور و گل، بخشیدن و گرفتن لذت، نیاز و شور است.

مردم اورفلیس، در لذت‌هایتان مانند گل‌ها و زنبورها باشید.

جبران خلیل جبران، پیامبر، «لذت»

درنگ

لذت — ۶۲

جبران لذت را محکوم نمی‌کند. می‌گوید جوان‌هایی که با شدت دنبالش می‌روند، نه قضاوت شوند نه سرزنش؛ بگذارید بجویند. لذت را پیدا می‌کنند، ولی تنها نه: او هفت خواهر دارد و کوچک‌ترینشان از خود لذت زیباتر است.

مردِ قصه برای ریشه زمین را می‌کند و گنج پیدا می‌کند. یعنی چیزی که پیدا می‌شود لزوماً همان نیست که دنبالش بودیم.

اگر امروز چیزی دلم خواست، می‌توانم بپرسم: خواهر کوچک‌ترش کجاست؟

جهان کامل

ای خدای جان‌های گمشده، تو که خود میان خدایان گم شده‌ای، مرا بشنو.

ای سرنوشت مهربان که بر ما، ارواح دیوانه و سرگردان، دیده‌بانی، مرا بشنو.

من در میان نژادی کامل زندگی می‌کنم؛ من، ناکامل‌ترین همه.

من، آشوبی انسانی، سحابی‌ای از عناصر درهم، در میان جهان‌های تمام‌شده حرکت می‌کنم؛ مردمانی با قوانین کامل و نظمی ناب، که اندیشه‌هایشان دسته‌بندی شده، رؤیاهایشان مرتب شده و خیال‌هایشان ثبت و شماره‌گذاری شده است.

فضیلت‌هایشان، ای خدا، اندازه‌گیری می‌شود، گناهانشان وزن می‌شود، و حتی بی‌شمار چیزهایی که در گرگ‌ومیش نه گناه و نه فضیلت می‌گذرند ثبت و فهرست می‌شوند.

اینجا روزها و شب‌ها به فصل‌های رفتار تقسیم شده‌اند و قواعدی بی‌خطا بر آن‌ها فرمان می‌رانند.

خوردن، نوشیدن، خوابیدن، پوشاندن برهنگی، و سپس در زمان مقرر خسته شدن.

کار کردن، بازی کردن، آواز خواندن، رقصیدن، و سپس وقتی ساعت زمانش را اعلام کرد بی‌حرکت ماندن.

این‌گونه اندیشیدن، تا این اندازه احساس کردن، و سپس وقتی ستاره‌ای مشخص بر آن افق بالا آمد، دست از فکر و احساس کشیدن.

با لبخند از همسایه دزدیدن، با حرکت ظریف دست هدیه دادن، با احتیاط ستودن، محتاطانه سرزنش کردن، با یک واژه صدایی را نابود کردن، با نفسی بدنی را سوزاندن، و سپس وقتی کار روز تمام شد دست‌ها را شستن.

طبق نظمی مقرر عشق ورزیدن، بهترین خود را به شیوه‌ای از پیش تعیین‌شده سرگرم کردن، خدایان را شایسته پرستیدن، با مهارت برای شیاطین دسیسه چیدن، و سپس همه‌چیز را فراموش کردن، چنان‌که گویی حافظه مرده است.

با هدف خیال‌پردازی کردن، با ملاحظه تأمل کردن، شیرین شاد بودن، شریف رنج کشیدن، و سپس جام را خالی کردن تا فردا دوباره پر شود.

همه این‌ها، ای خدا، با دوراندیشی تصور می‌شوند، با تصمیم زاده می‌شوند، با دقت پرورش می‌یابند، با قاعده اداره می‌شوند، با عقل هدایت می‌شوند، و سپس طبق روشی مقرر کشته و دفن می‌شوند.

حتی گورهای خاموششان که درون روح انسان قرار دارند علامت‌گذاری و شماره‌گذاری شده‌اند.

این جهانی کامل است؛ جهانی با کمالی تمام، جهانی از شگفتی‌های برتر، رسیده‌ترین میوهٔ باغ خدا، اندیشهٔ شاهکار جهان.

اما چرا باید من اینجا باشم، ای خدا؟

من، دانه‌ای سبز از شوری که هنوز به انجام نرسیده؛ توفانی دیوانه که نه شرق می‌جوید و نه غرب؛ پاره‌ای سرگردان از سیاره‌ای سوخته؟

چرا اینجا هستم، ای خدای جان‌های گمشده، تو که خود میان خدایان گم شده‌ای؟

جبران خلیل جبران، دیوانه، «جهان کامل»

درنگ

جهان کامل — ۶۳

در این جهان حتی گناه هم دیر نمی‌رسد. فضیلت اندازه دارد، گناه وزن دارد، و وقتی ستاره‌ای معین بالا می‌آید، فکر کردن تمام می‌شود. جبران فهرست را آن‌قدر ادامه می‌دهد که خواننده هم خسته شود. همین خستگی بخشی از معنای قطعه است.

ترسناک‌ترین سطر، دزدیدن یا نابود کردن نیست. این است: «و سپس وقتی کار روز تمام شد دست‌ها را شستن». در جهان کامل، بدی هم سر وقت تمام می‌شود و ردی نمی‌گذارد.

راوی در این نظم جایی ندارد و این را با حیرت می‌گوید، نه با شکایت. خودش را «دانه‌ای سبز از شوری که هنوز به انجام نرسیده» می‌نامد. دانه هنوز چیزی نشده، نه درخت است و نه میوه، و برای همین در هیچ فهرستی جا نمی‌گیرد.

ما هم گاهی از ناتمام بودنمان شرمنده‌ایم: کاری که نیمه مانده، تصمیمی که هنوز گرفته نشده، حسی که اسم ندارد. در این قطعه، ناتمام بودن نقص نیست. تنها چیزی است که هنوز زنده است.