

## مطابق با آموزه های عارفان، چگونه بر مصیبت ها و خشم خود غلبه کنیم؟

(درس گفتارهای پیام عارفان برای زمانه ما «۵»)

منبع: سایت جماران، روز پنجشنبه، مورخ: ۹۴/۶/۵

قصه مرگ روانی و مرگ بیولوژیک، دو سنخ از مرگ است که می تواند در زندگی هر کسی رخ بدهد. وقتی که بلا و مصیبتی مانند زلزله، سیل و قحطی، برای من و شما رخ می دهد، عزیزی از عزیزان از دست می رود، یا حادثه تلخی مثل سیل و زلزله را می بینیم، به تعبیر اکهارت توله، "پاره ای از نفس ترک می خورد" و شخص نوعی آرامش درونی و بی نفسی را، یا فرو خورده شدن نفس را، کم و بیش تجربه می کند. وقتی که تجربه ای به عیان برای فرد رخ می دهد، نفس او به این معنا ترک می خورد که متوجه اموری می شود که کم تر در زندگی بدان ها می اندیشد یا دوست دارد بیندیشد. کسی که عزیزی را از دست می دهد یا فردی که از بیماری مهلک خود یا بیماری مهلک از عزیزان خود با خبر است و این قصه او را زجر می دهد، به نوعی نفسش ترک خورده است

جماران-دکتر سروش دباغ، عضو سابق انجمن حکمت و فلسفه ایران و استاد مدعو دانشگاه تورنتوی کانادا است. روشنفکری دینی است که فلسفه اخلاق و عرفان پژوهی از دغدغه های اصلی وی است و همین امر، او را به نگاشتن کتاب ها و مقالاتی متعدد در این زمینه ها، واداشته است. چگونگی استفاده از آموزه های عارفانی همچون مولانا در دنیای امروز که اسطوره زدایی شده است و عقلانیت انتقادی و علم تجربی به صدر نشسته است، او را به نگاشتن سلسله مقالات هفت گانه ای با عنوان، طرح واره ای برای عرفان مدرن، کشاند و با طرح عرفان مدرن در برابر عرفان کلاسیک، کوشید مبانی وجودشناختی، معرفت شناختی و انسان شناختی این نوع عرفان را بیان کند. آن چه در پی می آید، جلسه سوم از جلسات پیام عارفان برای زمانه ما است که در تورنتوی کانادا و با حضور جمعی از دانشجویان ایرانی برگزار شده است. در این جلسه دباغ می کوشد با استشهدا به آرای سپهری، که به زعم وی نماینده عرفان مدرن است، و آرای مولانا، که دباغ وی را نماینده عرفان کلاسیک می داند، آموزه هایی را به انسان مدرن امروز توصیه نماید.

در این جلسه، سروش دباغ، بعد از یادآوری مطالب گذشته، به راهکارهایی برای مواجه شدن با مصیبت در زندگی پرداخت. به اعتقاد وی اولین راه این است که مصیبت واقع شده را بپذیریم و سعی کنیم با آن کنار بیاییم. اگر این راه ممکن نشد و نتوانستیم بیرون از خود را تغییر دهیم باید به درون خود رجوع کنیم و سعی کنیم که درون خود را با بیرون مطابقت دهیم. این مسئله در مورد کسانی که با بیماری هایی صعب العلاج و یا غیر قابل علاج رو به رویند، بسیار راهگشاست. وی ترس از مرگ را یکی از بازی های ذهنی تلقی نموده که با رهیدن از آن انسان می تواند به آرامش ژرف درون نائل شود. در ادامه جلسه دباغ به مسئله خشم و چگونگی مهار آن می پردازد و برای بسط سخن خود به رای مولوی و اکهارت توله استناد می کند.

در ادامه گزارش جلسه پنجم از درس گفتارهای پیام عارفان برای زمانه ما تقدیم خوانندگان گرامی می شود.

به گزارش خبرنگار پایگاه اطلاع رسانی و خبری جماران، دکتر سروش دباغ در جلسه پنجم از سلسله جلسات پیام عارفان برای روزگار ما، گفت: «در این جلسه می کوشم تتمه بحث از مرگ را با استشهدا به گفته های عارفان و نگاهی به نظرات اکهارت توله به پایان ببرم و در ادامه، به بحث خشم و غضب و نحوه فائق آمدن بر آن ها در زندگی معنوی خواهم پرداخت.»

## نحوه مواجه شدن با مرگ عزیزان

وی افزود: «این نوبت در باب نحوه مواجهه شدن با مرگ عزیزان و احساس از دست دادن و امری را به کنار نهادن و از چیزی دور شدن و عجز را به عیان در خود دیدن، که از مولفه های این بحث است، نیز سخن خواهم گفت. به این ابیات سعدی که به بحث ما مربوط است دقت کنید:

بگذار تا بگریم چون ابر در بهاران / کز سنگ ناله خیزد روز وداع یاران  
هر کو شراب فرقت روزی چشیده باشد / داند که سخت باشد قطع امیدواران  
با ساربان بگویند احوال آب چشمم / تا بر شتر نبندد محمل به روز باران  
بگذاشتند ما را در دیده آب حسرت / گریان چو در قیامت چشم گناهکاران  
ای صبح شب نشینان جانم به طاقت آمد / از بس که دیر ماندی چون شام روزه داران  
چندین که بر شمردم از ماجرای عشقت / اندوه دل نگفتم إلا یک از هزاران  
سعدی به روزگاران مهتری نشسته بر دل / بیرون نمی توان کرد إلا به روزگاران  
چندت کنم حکایت شرح این قدر کفایت / باقی نمی توان گفت إلا به غمگساران

این غزل حاکی از غم فراق و از دست دادن عزیزی یا امری است که برای فرد فوق العاده دل انگیز بوده و با از دست دادن آن، احساس عجز عمیق وجودی، او را مشحون کرده و تجربه های تلخ اگریستنسیل را از سر می گذراند.»

## ویلیام شکسپیر: دقایق عمر ما به سوی فرجام خویش می شتابند!

سروش دباغ با استناد به سخن ویلیام شکسپیر در باب مرگ خاطر نشان کرد: «شکسپیر هم در باب عدم مانایی و زوال انسان بر روی این کره خاکی و البته بر جای ماندن، سخنانی شنیدنی دارد. از نظر وی بر جای ماندن اثر هنری از فرد، می تواند به حیات او پس از روی در نهاد خاک کشیدن، ادامه دهد و نوعی تسلائی خاطر به خود بخشیدن است؛ در حالی که می داند از او دیگر نشانی بر روی این کره خاک باقی نخواهد ماند. شکسپیر می گوید: همانند امواج که به شنزار ساحل راه می جویند، دقایق عمر ما نیز به سوی فرجام خویش می شتابند. دقیقه ها به یکدیگر جای می سپارند و در کشاکشی پیاپی از هم پیشی می جویند. ولادت که روزگاری از گوهر نور بود، به سوی بلوغ می خزد و آن گاه که تاج بر سرش نهادند، خسوف های کژخیم شکوهش را به ستیز بر می خیزند. زمان که بخشنده بود، موهبت های خویش را تباه می سازد. آری، زمان فره جوانی را می پژمرد، بر ابروان زیبا شیارهای موازی در می افکند و گوهرهای نادر طبیعت را در کام می کشد. از گزند داس دروگر وقت، هیچ روینده را زنده نگه می داند، مگر ترانه من که در روزگار نامده بر جای می ماند.» (آن چه خواندم ترجمه جناب سعید سعید پور از فقراتی از شکسپیر بود.)

## تنها صدا است که می ماند

وی اصفه کرد: «این گفته ی شکسپیر که مگر ترانه من بر جای می ماند، یادآور این سخن فروغ فرخزاد است که تنها صدا، صدا، صدا، تنها صداست که می ماند. در واقع این سخن، بیانگر این است که فردی که اثری، خصوصاً در حوزه هنر و اندیشه و ادبیات از خویش بر جای می گذارد، وقتی که جسم او روی در نقاب خاک می کشد و این سرای نیستی را ترک می کند، می تواند به نحوی از انحاء، به ادامه حیات خود دل خوش کند یا بیندیشد.»

## مصیبت ها می توانند سبب بیداری و تنبه افراد شوند

سروش دباغ با بیان این که مصیبت ها، فشارها و بلاهایی که در زندگی انسان ها رخ می دهد، می تواند موجب بیداری کثیری بشود، گفت: «قلیلی از آدمیان هستند که بدون این که تلنگری به آن ها زده شود، در خلوت به قصه عدم مانایی و زوال خود بر روی این کره خاکی می اندیشند. اما اکثر آدمیان، وقتی به ساحت تسلیم یا بیداری کشانده می شوند که تلنگری در زندگی آن ها زده شود و اموری را به عیان ببینند که به سمت دیگر هستی، یا به قول داریوش شایگان، به اقلیم گمشده وجود، آن ها را فراخواند.»

## وقتی که نفس انسان ترک می خورد

وی افزود: «قصه مرگ روانی و مرگ بیولوژیک، دو سنخ از مرگ است که می تواند در زندگی هر کسی رخ بدهد. وقتی که بلا و مصیبتی مانند زلزله، سیل و قحطی، برای من و شما رخ می دهد، عزیزی از عزیزان از دست می رود، یا حادثه تلخی مثل سیل و زلزله را می بینیم، به تعبیر اکهارت توله، "پاره ای از نفس ترک می خورد" و شخص نوعی آرامش درونی و بی نفسی را، یا فرو خورده شدن نفس را، کم و بیش تجربه می کند. وقتی که تجربه ای به عیان برای فرد رخ می دهد، نفس او به این معنا ترک می خورد که متوجه اموری می شود که کم تر در زندگی بدان ها می اندیشد یا دوست دارد ببیند. کسی که عزیزی را از دست می دهد یا فردی که از بیماری مهلک خود یا بیماری مهلک از عزیزان خود با خبر است و این قصه او را زجر می دهد، به نوعی نفسش ترک خورده است.»

## پای نهادن در مقام تسلیم و سیر انفس

دباغ ادامه داد: «وقتی که ما از قصه عجز یا ترس از مرگ یا مواجهه با این مقولات سخن می گوئیم به علاوه ترس از مرگ مواجهه با بلا و مصیبتی که در آن بخش هایی از نفس نیز ترک می خورد، مرادمان است. در پاره ای از کتاب ها می خواندیم که، البته این گمانه زنیست، برخی از جانپان که به مرگ محکوم شده اند و در آستانه اعدام قرار گرفته اند، تجربه های غریبی از آن صنف تجربه ها هم داشته اند، نوعی حالت بی نقصی و آرامش درون را به این معنا که فرد، وقتی که می بیند از بیرون دیگر همه چیز تمام است و دست او به هیچ جا بند نیست و نمی رسد به خود برمی گردد و احیانا در خود هم فرو می رود.»

«در واقع در این جا اگر شخص واقعیات بیرونی را نمی تواند تغییر دهد به سر وقت درون خود برود و به هر حال تسلیم شدن نسبت به بلا و مصیبت و رستن از قیود گذشته و آینده، فرد را می تواند از این حس رویین تن بکند. قصه فقط، قصه مرگ یا ترس از مرگ یا مواجهه شدن با این مصیبت ها به این نحو نیست، حتی از دست دادن آبرو، از دست دادن شهرت و سرمایه، از دست دادن عزیزی و البته نزدیک شدن زمان مرگ خود را هم، که فرد به عیان می بیند، این گونه تلنگرها، باعث استحاله بنیادین وجودی و پای نهادن در مقام تسلیم که عبارت است از؛ نامیرایی و به عیان جاودانگی خود را دیدن، می گردد. در واقع نوعی برگشتن به درون و به جای سیر آفاق کردن، نظر کردن به انفس و نامیرایی و جاودانگی را در خود سراغ گرفتن است.»

## فیلسوف رواقی: مگر قرار بود فرزندم نمیرد؟

سروش دباغ با بیان نحوه مواجهه ی یک فیلسوف رواقی با مرگ فرزندش بیان کرد: «به یکی از فیلسوفان رواقی، به خبر دادند که فرزند تو از دنیا رفت. اولین واکنشی که او به این خبر نشان داد، این بود که گفت مگر قرار بود که فرزند من نمیرد؟ این که در ذهن و ضمیر آن فیلسوف چه می گذشته، ما نمی دانیم، اما اگر این سخن از صمیم دل ادا شده باشد، به نظر می آید که گوینده چنین سخنی، ساکن ساحت پذیرش شده و نوعی عدم مقاومت درونی را تجربه می کند.»

## مقاومت در برابر مصیبت ها

وی اضافه کرد: «در مقابل این سنخ خبرها، چه وقتی راجع به خودمان است، چه راجع به دیگران، اولین واکنش طبیعی، مقاومت است. از سر انکار و عصبیت و عناد درآمدن است که چرا برای خواهر من، چرا برای خود من، و... چنین اتفاقی افتاده است؟ ترجمه دیگر این مواجهه این است که ما ساکن اقلیم عدم مقاومت نیستیم، ما در مقابل اموری که بیرون از اختیار ما رخ می دهد، بسیار مقاومیم و می کوشیم، تا جایی که می توانیم و با تمام قدرت مخالفت کنیم، یا از در تغییر آن برآییم. عموم انسان ها ساکن ساحت پذیرش نیستند، نمی توانند به راحتی، آن چه را که برای خود و اطرافیان و دوستانشان رخ می دهد، بپذیرند. این واکنش البته طبیعی است، اما لزوماً بهترین واکنش نیست، اولین واکنش است که رخ می دهد اما نه آخرین و نه بهترین آن ها.

## سعی کنیم مصیبت ها را بپذیریم

سروش دباغ درباره نحوه ی مواجه شدن با مصیبت ها گفت: «گزینه اول در مواجهه با این امور و پدیده ها که رخ می دهد، پذیرش آن چیزی است که در بیرون محقق شده است. من بپذیرم که فلان دوستم دچار این مشکل عمیق شده یا فلان بستگان نزدیکم، دچار این بیماری صعب العلاج شده یا آبرویش از دست رفته یا شهرت و سرمایه اش را باخته است. این هم یک پدیده شایعی است که افراد با قصه از دست دادن عزیزانشان کنار نمی آیند. مادری که در سوگ فرزندش نشسته است، کسی که پدر خود را به تلخی از دست می دهد، نمی تواند این مصیبت ها را هضم بکنند و سال ها با آن امر دست به گریبانند. پس گزینه اول عبارت است از پذیرش آن چه در بیرون اتفاق افتاده و تنظیم کردن مناسبات و روابط مطابق با آن.»

## درونت را با واقعیت بیرونی مطابق کن

وی افزود: «اما اگر این اتفاق نیفتد و شخص نتواند با آن چه که بیرون از او رخ داده از در مراقت درآید، گام بعدی که مهم تر است در می رسد. در واقع در این جا چون نمی توانیم شرایط بیرونی را تغییر دهیم، شرایط درونی خود را تغییر می دهیم. اگر نمی توانی شرایط بیرونی را تغییر بدهی، شرایط درونی را تغییر بده. اگر نمی توانی بر آن چه بیرون از تو محقق شده و صبغه ی واقعی و تجربی دارد، فائق بیایی، خود را، با توجه به اصولی که بر خواهیم شمرد، تغییر بده.»

## در مقابل درد و رنج نباید مقاومت کرد

سروش دباغ با استناد به سخن انسان های معنوی، برای روبه رو شدن با درد و رنج ابراز کرد: «اولین مؤلفه در این باب، چنان که بزرگان گفته اند، این است که شخص نباید در مقابل درد و رنج و اندوهی که می کشد مقاومت کند. اول باید بپذیرد و در برابر دردی که می کشد مقاومت نکند؛ بر خلاف آن چه که ما ابتدائاً فکر می کنیم. بر عکس، باید آن را مشاهده کند و در آغوش بگیرد و ببیند که این معجزه تسلیم، درد و رنج او را در میان مدت و در یک ماراتون دراز آهنگ، بدل به آرامشی ژرف می کند. اگر این درد و غم بر او مستولی شده و در این که فلان حادثه برای خود او یا برای خواهرش، برادرش، پدرش، فلان دوست نزدیکش رخ داده، نقشی نداشته و نمی تواند بیرون را تغییر دهد تغییر بدهد، به تغییر درونش پردازد. اگر بتوان بیرون را تغییر داد که فیها المراد، اما کثیری از این موارد را نمی شود تغییر داد. کسی که بیماری صعب العلاجی دارد و پزشکان از او قطع امید کردند یا نمی توانند او را درمان کنند، چه کاری می تواند کرد؟»

انسان هایی که امراض غیر قابل علاج دارند، چگونه با آن ها کنار بیایند؟

سروش دباغ افزود: «قدم اول این است که من با آن چه بیرون رخ داده از در مرافقت برآیم که عموماً نمی شود. قدم دوم این است که پای به اقلیم وجود خود و درون خود بگذارم و آن درد و رنج را رصد کنم، بشنوم، مشاهده کنم و در آغوش بگیرم تا رفته رفته آن درد و رنج، بدل به آرامشی ژرف شود؛ گویی این درد و رنجی که به جان من ریخته مثل صلیبی است که باید خودم آن را برداشتم و می توانم اجازه بدهم که این صلیب، حتی بدل به رستاخیز من هم بشود. کدام یک طبیعی تر است: این که من احساس خودم را احساس کنم یا از آن فرار کنم؟ این که احساس خودم را رصد کنم، مشاهده کنم یا این که از در انکار و نفی او برآیم، یا این که به مدد پاره ای از امور، مثل اشتغال به بنگ و افیون و شراب، شخص بخواهد از خود بی خود شود؟ این ها راه هایی است که برخی انسان ها می روند برای این که دست کم برای لحظاتی و آناتی از آن درد و رنج جانکاه، فاصله بگیرند.

## می گریزم تا رگم جنبان بود/ کی فرار از خویشتن آسان بود می گریزند از خودی در بی خودی/ یا به مستی یا به شغل ای مهتدی

مولانا همین را توضیح می دهد؛ می گوید افراد که می خواهند از خودی به بی خودی بگریزند، اصناف اشتغالات را، عالما و عامدا، اختیار می کنند.»

### فرار از خویشتن آسان نیست

سروش دباغ با استناد به سخن مولوی گفت: «مولوی توضیح می دهد که فرار از خویشتن آسان نیست؛ این ها دردهایی است که ابدی است و این گونه مرهم ها، مرهم هایی موقتی است و هیچ کدام دواي درد کسی که در عمق و جانش رخنه کرده نیست. نه از در انکار درآمدن و نه فراموش کردن و آن ها را با عنایت پس زدن چندان چاره ساز نیست؛ چرا که دوباره فرد را در خلوت ترین ساحت وجودی درگیر می کند. این گونه نیست که با فرار کردن به سمت شغل یا مستی یا فرافکنی، این درد و رنج ها برطرف شود. هیچ کدام نمی توانند او را از درد و رنج عمیق وجودی برهانند.»

### درد ها نباید از انسان یک قربانی بسازد

وی افزود: «اگر راهی به بیرون نیست، به نظر می آید، راهی از درون برای فرد می تواند باشد. شخص، نباید روی خود را از دردهایش بگرداند؛ بلکه باید با دردهای خودش روبه رو شود، با آن ها از در مرافقت درآید؛ به این معنا که آن را بخشی از وجود خود ببیند و آن ها را احساس کند و اگر لازم است آن ها را به دیگران ابراز نماید. اما باید و توجه داشته باشد و اجازه ندهد که ذهن او از این دردها استفاده کند و برای او یک **قربانی** بسازد. مفهوم قربانی مفهوم بسیار مهم و کلیدی است، ما در کثیری از این موارد می کوشیم از خود یک قربانی بسازیم، قربانی ای که اولاً دیگران او را درک کنند و بفهمند و احیاناً از در دلسوزی درآیند و بعد شخص، خود را قربانی بینگارد.»

وی ادامه داد: «قدم بعدی این است که خود فرد، قربانی شرایط و حوادث می شود، پس فریب بازی های ذهنی را نخوردن و خود را غیر از ذهن انگاشتن، ملازمه اش این می شود که شخص از خود قربانی نسازد. این درد و رنج های جان کاه را لمس کند و از در مرافقت با آن ها درآید؛ نه این که به استقبال آن ها برود. گویی شخص به درون احساسات خودش می رود و عطف توجه کاملی به آن ها می کند. اگر این اتفاق بیفتد، رفته رفته مقاومت درونی کم می شود، رفته رفته پذیرش درد و رنج، او را با زندگی ابدی خود به این معنا که گویی از دام زمان، می رهدف متوجه می کند و رفته رفته شخص به آن جا می رسد که ترس او هم از این پدیده کم تر و کم تر می شود؛ چرا که می فهمد که این نفس اوست که می میرد، نه این وجود او یا سیاله آگاهی او، که قوام بخش او بوده است، این

قالب از بین می رود اما محتوای آن، روح آن یا هر چه که عبارت است از سیاله آگاهی او از جای نمی رود، صرفاً از محملی و از جایی به جای دیگری حرکت می کند.»

### چگونه به مقام تسلیم برسیم؟

سروش دباغ در باره نحوه رسیدن به مقام تسلیم ابراز کرد: «پس اگر رفته رفته شخص، با این درد و رنج جان کاه مواجه بشود، که البته پروسه ای سخت و طولانی است، می تواند به مقام تسلیم برسد. مقام تسلیم، مقامی است که اگر شخص بدان پای بنهد، احوال دیگری را تجربه می کند. در این صورت چیزی برای ترسیدن وجود نخواهد داشت. این نفس است که از بین می رود و می میرد. شخص باید اجازه بدهد که نور حضور او در پرتو نفس و خود دروغین او، که تخته بند زمان و مکان است، فاصله بگیرد و رفته رفته هویدا شود. تفاوتی که این روایت، نسبت به روایت هایی که ما تاکنون شنیده ایم، دارد این است که شخص از در مقاومت با احساسات و عواطف خود در نیاید. این یک نکته ی محوری است.»

### ابتهاج ژرف درونی

وی افزود: «این نگاه فرد را سوق می دهد به این سمت که به **peace of mind** تا جایی که می شود برسد و با خود از در آشتی درآید و حتی درد و رنج خود را ساکن وجود خود بداند. البته که اکثر آدمیان با هم فرق می کنند و نمی شود از همه انسان ها که تیپولوژی های مختلف دارند، یک جور مواجهه را انتظار داشت. اگر به این درجه و نگاه برسد و بتواند بی زمانی را تجربه نماید و به آن چشمه آرامش ژرف متصل شود، احوالی بر او می رود که از سنخ طمأنینه و سکینه است. این احوالی که من از آن یاد می کنم، نه غم و شادی های متعارف است، نه ابتهاج متعارف، که ممکن است از شنیدن لطیفه ای به من دست دهد؛ بلکه یک ابتهاج ژرف وجودی است. مولانا در مثنوی می گوید:

**از غم و شادی نباشد جوش ما/با خیال و وهم نبود هوش ما  
حالتی دیگر بود کان نادرست/تو مشو منکر که حق بس قادرست**

این که ما از احوالی سخن بگوییم که وراء غم و شادی های متعارف می نشیند، این یک جور احساس اتصال به چشمه ژرف آرامش و طمأنینه است.

مولوی در جای دیگری از غزلیات شمس، وقتی که از مواجه شدن با خود و از نشستن در مرتبه ای وراء کفر و ایمان متعارف سخن می گوید، از این تجربیات پرده برمی گیرد. شما تامل کنید که در این جا چه کسی با چه کسی سخن می گوید؟ راوی کیست و مخاطب کیست؟

**در دیده چون جان می روی اندر میان جان من/سرو خرامان منی ای رونق بستان من  
هفت آسمان را بردرم وز هفت دریا بگذرم/چون دلبرانه بنگری در جان سرگردان من  
از لطف تو چون جان شدم وز خویشتن پنهان شدم/ای هست تو پنهان شده در هستی پنهان من  
تا آمدی اندر برم شد کفر و ایمان چاکرم/ای دیدن تو دین من وی روی تو ایمان من**

اگر حالتی که در مثنوی از آن یاد می کند وراء غم و شادی های متعارف است، احساس اتصال به چشمه آرامش ژرف درون، مرتبه ای است وراء کفر و ایمان که در این غزل بدان اشارت می کند.

**تا آمدی اندر برم شد کفر و ایمان چاکرم/ای دیدن تو دین من وی روی تو ایمان من**

عموم این بزرگان در تجربیات خود، بی‌زمانی و تجربیاتی وراء امور متعارف را از سر گذرانده‌اند، یک احساس اتصال به طمأنینه و آرامشی که گویی تمام وجود این بزرگواران را احاطه می‌کرده است. به همین علت است که مولانا در شب وفاتش چنین غزلی را می‌سراید:

**رو سر بنه به بالین، تنها مرا رها کن / ترک من خراب شبگرد مبتلا کن  
ماییم و موج سودا شب تا به روز تنها / خواهی بیا ببخشا خواهی برو جفا کن  
بر شاه خوبرویان واجب وفا نباشد / ای زردروی عاشق تو صبر کن وفا کن**

### **ترس از مرگ یکی از بازی‌های ذهنی است**

وی افزود: «وقتی که در این احوال، این تجربه‌ها، این ایده‌ها و آموزه‌ها بر زبان مولانا جاری می‌شود می‌توان فهمید که ترس از مرگ، به معنایی که از آن سخن می‌گوییم و یکی از بازی‌های ذهن است، در این جا کاملاً رخت بر بسته است.»

### **خشم هم یکی دیگر از بازی‌های ذهنی است**

سروش دباغ در ادامه به بحث خشم اشاره کرد و گفت: «قصه خشم بی‌نسبت با آن چه تاکنون گفته‌ام نیست، به این معنا که اگر حرف از مرگ یکی از بازی‌های ذهنی است، خشمگین شدن هم یکی از بازی‌های ذهنی است. متفطن شدن به این که می‌شود خشم خود را هم مشاهده کرد و از مقام بازیگری پا به مقام تماشاگری گزارد، کمک می‌کند که فرد رفته رفته بتواند خشمگین شدن خود را هم رصد کند و ببیند و در میان مدت رابطه دیگری با خشم خود برقرار بکند. در نتیجه رفته رفته به جایی برسد که آستانه تحریک او بالا برود و به راحتی خشمگین نشود.»

### **در خشم، نوعی قربانی شدن پدید می‌آید**

وی افزود: «در خشم هم، قصه خود را قربانی انگاشتن، مقوله‌ی مهمی است، افراد فکر می‌کنند برخی از مواقع به خاطر رنجی که برده‌اند، محق هستند که عصبانی شوند اما این قربانی انگاشتن خویشتن وجهی ندارد و یکی از بازی‌های ذهن است. ملاحظه کنید در رابطه‌ای که میان مادر و پدرها با فرزندان رخ می‌دهد این قربانی بودن نمودار می‌شود. مادر و پدر، رنج و زحمت زیادی برای فرزندان می‌کشند. ناخودآگاه این امر برای آن‌ها القای یک حق می‌کند؛ این که به خاطر زحمتی که او برای فرزندش کشیده است حقی برای او ایجاد شده است و وقتی رفتار نامناسب از فرزندان می‌بیند، این حق بدل به خشم می‌شود و فرد، خود را قربانی می‌انگارد؛ قربانی زحماتی که کشیده، اما باید توجه داشت که این یک بازی ذهنی است.»

دباغ تذکار داد:»

### **قربانی شدن به خاطر زحمات فراوان**

البته انسان برای فرزندش زحمت می‌کشد، شب‌زنده‌داری می‌کند، اما این‌ها حقی برای او ایجاد نمی‌کند که بخواهد خشمگین شوند. اگر حس قربانی به مادر و پدر دست بدهد و بر اثر این حس قربانی شخص خشمگین بشود، این کاملاً اسیر بازی‌های ذهنی شدن است. منتی نمی‌شود بر فرزندان گذاشت به خاطر این که ما فرزندان را به دنیا می‌آوریم. اگر قرار باشد یک فرزندی استدلال کند، می‌تواند بگوید که من که نگفته بودم من را به این دنیا بیاورید! این را از این جهت می‌گویم چون پاره‌ای از موارد مادر و پدر به خاطر

خدمات فراوانی که به فرزندان کرده اند، این خدمات، برایشان انتظار حق می کند و این انتظار حق، چون با قربانی شدن همراه می شود، شخص را در خشمی که بر فرزند می گیرد، موجه می انگارد.»

وی ادامه داد: «من نمی گویم تربیت نباید کرد، نمی گویم که افراد نباید به مادر و پدر خود را احترام بگذارند، نه اصلا و ابدا، این ها که روشن است! دارم توضیح می دهم که یکی از مکانیسم های خشم، که برگرفته شده از بازی های ذهنی است، عبارت است از خود را قربانی انگاشتن و این خود را قربانی انگاشتن به خاطر زحمات عدیده ای است که فرد می کشد. این تنها به روابط پدر و فرزند هم محدود نمی شود؛ بلکه در رابطه های دوستی هم این رخ می دهد. فرد بلافاصله در موقعیت قربانی می رود؛ چرا که در خلوت فکر می کند، گفته های دوستش را از نظر می گذراند و خدماتی را که خود در این دوستی کرده، زیاد می بیند و این بازی های ذهنی او را به موقعیت قربانی سوق می دهد و او را مهبای خشم می کند.»

### چگونه بر خشم خود غلبه کنیم؟

سروش دباغ در باره نحوه کنترل و غلبه کردن بر خشم گفت: «اگر این مکانیزم را شخص بداند، می تواند رفته رفته با مشاهده احوال خشمگینانه اش آن ها را کنترل کند. باز هم تأکید می کنم، سخن بر سر انکار نیست، سخن بر سر این نیست که من امشب تصمیم بگیرم دیگر از فردا خشمگین نشوم، اصلا و ابدا، این که تمنای محال در سر پروراندن است، دیدن احوال خود و این ساز و کارهایی که باعث بروز این احوال می شود، فرد را در تنظیم مناسبات و روابط خود در آینده کمک می کند. خشم خود را دیدن و با آن کنار آمدن، خودش مقوله ی مهمی است و با این مکانیزم ها و در موقعیت قربانی نرفتن، به فرد کمک می کند که چه در رابطه با تنظیم روابط با همسر، چه تنظیم رابطه با فرزند، چه تنظیم رابطه با دوست، کم تر عصبانی شود.»

### مشاهده آگاهانه خشم و عصبانیت

وی ادامه داد: «ما چرا از دست همسر یا فرزند با همکار خود بعضا عصبانی می شویم؟ این مشاهده آگاهانه عصبانیت، باعث می شود که فرد دست کم در آینده، از الگوهای متعارف فاصله بگیرد. البته این سخن من یک قید دارد؛ آن قید هم این است که خشم نگرفتن بر دیگران یا مسلط شدن بر خود، چنان که من می فهمم، در تنظیم رابطه با زیر دستان و هم طرازان است. خشم گرفتن نسبت به زیر دستان البته قصه اش جداست. اگر من ظلمی بینم و نسبت به ظلمی که دارد جاری می شود، اجحافی که صورت می گیرد، فریاد و بانگ خود را برآورم، البته آن جا به نظرم آن امور جاری نیست و خشم گرفتن بسیار رواست؛ چرا که ظلم ستیزی و عدالت طلبی اقتضائاتی دارد. مرادم هم تنها معنای سیاسی آن نیست حتی در مناسبات خانوادگی و محل کار ظلمی صورت می گیرد، باید بر آن خشم گرفت.»

### داستان خشم در مثنوی مولوی

سروش دباغ در توضیح بیشتر به داستانی از مثنوی معنوی اشاره کرد و گفت: «مولوی به داستان خشم در داستان علی بن ابی طالب (ع) و مواجهه او با عمرو بن عبدود در صحنه جنگ خندق اشارتی کرده است. در جنگ خندق، عمرو بن عبدود و برخی دیگر از خندق گذشتند و آمدند این سو و از لشکر مسلمانان هم علی بن ابی طالب (ع) برخاست تا به جنگ او برود و با هم مبارزه تن به تن بکنند. امیرالمؤمنین که با او مواجه شد، بنا بر آن چه عموم تواریخ نوشته اند، به قول مولانا در قضا بر پهلوانی دست یافت، به هر حال او را بر زمین زد اما تا خواست سر از بدن او جدا کند، او، آب دهانی بر روی امیرالمؤمنین انداخت و علی بن ابی طالب عصبانی شد. چند دقیقه ای تأمل کرد یا بلند شد دوری زد. قصه خیلی زیبا در مثنوی آمده است. قصه خشمی که او گرفت و البته اجازه داد تا



آن خشم بگذرد، از زبان مولانا شنیدنی است و این که چگونه شخص می تواند بر خشم خود فائق بیاید. وقتی که او شمشیر را انداخت و عزم سر از بدن جدا کردن عمرو بن عبدود را برای دقایقی فرو نهاد، این تعبیر بر زبان عمرو بن عبدود جاری شده که:

راز بگشا ای علی مرتضی / ای پس از سوء القضا حسن القضا  
یا تو واگو آن چه عقلت یافتست / یا بگویم آنچه بر من تافتست  
از تو بر من تافت چون داری نهان / می فشانی نور چون مه بی زبان  
ماه بی گفتن چو باشد رهنما / چون بگوید شد ضیا اندر ضیا  
چون تو بایی آن مدینه علم را / چون شعاعی آفتاب حلم را  
باز باش ای باب بر جوای باب / تا رسد از تو قشور اندر لباب

گفت قصه چه بود که تو سر از بدن من جدا نکردی؟ امیرالمؤمنین می گوید که من وقتی که تو آب دهان بر صورت من انداختی، خشمگین شدم و دیدم در این خشم، به هر حال دیگر صرفاً از برای رضایت خداوند، شمشیر نمی زنم و به همین خاطر کوشیدم، فاصله ای بیفتد. به تعبیر من و بنا به بحث های امروز ما، آن تصویر و خشم اولیه که پدید آمده بود فرو بنشیند و از منظر دیگری از این درون قصه نظر بکنم.

شیر حقم نیستم شیر هوا / فعل من بر دین من باشد گوا  
رخت خود را من ز ره بر داشتم / غیر حق را من عدم انگاشتم  
سایه ای ام کدخدایم آفتاب / حاجبم من نیستم او را حجاب  
من چو تیغم پر گهرهای وصال / زنده گردانم نه کشته در قتال  
که نیم کوهم ز حلم و صبر و داد / کوه را کی در رباید تند باد  
باد خشم و باد شهوت باد آز / برد او را که نبود اهل نماز  
آن که از بادی رود از جا خسی ست / از آن که باد ناموافق خود بسی ست  
کوهم و هستی من بنیاد، اوست / اور شوم چون کاه بادم باد اوست  
جز به باد او نجنبد میل من / نیست جز عشق احد سرخیل من  
خشم بر شاهان شه و ما را غلام / خشم را هم بسته ام زیر لگام  
تیغ حلمم، گردن خشمم ز دست / خشم حق بر من چو رحمت آمده است  
چون در آمد علتی اندر غزا / تیغ را دیدم نهان کردن سزا  
تا احب لله آید نام من / تا که ابغض لله آید کام من  
تا که اعطا لله آید جود من / تا که امسک لله آید بود من  
بخل من لله عطا لله و بس / جمله لله ام نیم من آن کس

وی افزود: «این جا توضیحی که امیرالمؤمنین می دهد، بنا به روایات مولانا، این است که من وقتی که دیدم، قصه دیگری در میان آمده، دیدم که تیغ را نهان بکنم، بهتر است. می گوید: فکر نکن خشم بر ما مستولی است؛ این چنین تصویری نکن. خطاب به عمرو بن عبدود می گوید آن کسی که با یک نا به هنجاری و یک امر ناموافق از جا در می رود به مانند بادی است، باد به معنای این که اسطوقسی ندارد: آن که از بادی رود از جا خسی است. کسی که صلابت شخصیت ندارد، کسی که اجازه می دهد احساسات و عواطف بر او مستولی بشود، از جمله خشم و از جمله طمع، به مانند بادی است. می گوید این قصه ها، این امور بر من مستولی نیست، من که از باد خشم و باد شهوت و بادهای دیگر که از جا به در نمی روم:

**که نیم کوهم ز حلم و صبر و داد/کوه را کی در رباید تند باد  
آنکه از بادی رود از جا خسی ست/زانکه باد ناموافق خود بسی ست  
خشم، شهوت و آزه پاشنه آشیل مناسبات انسانی**

وی افزود: «مولانا در این جا، از زبان امیرالمومنین، از سه چیز که پاشنه ی آشیل مناسبات انسانی است، به زیبایی پرده بر می دارد: خشم، آزه و شهوت. عنایت داشته باشید که مراد از شهوت، لزوماً، شهوت جنسی نیست. ما تا می گوئیم شهوت در زبان فارسی، ابتدائاً، شهوت جنسی به ذهن می رسد. البته نه این که نباشد، اما قصه ی شهوت قدرت است، شهوت ثروت هست، شهوت جنسی هم البته هست. شما دیده اید که در پاره ای از مناسبات، ما تا از کسی چیزی می شنویم، اگر شخص تأمل نکند، درنگ نکند، به تعبیری که امروز برخی ها به کار می برند، یک نفس عمیق نکشد، زود می خواهد همان جا جواب را بدهد، اما چند دقیقه که می گذرد پشیمان می شود. یا چند دقیقه که می گذرد، در خلوت فکر می کند که چرا این کار از او صادر شده است و لذا خودش از خودش تعجب می کند.»

«دوستی به به من گفت: فلانی من یکی از مسئله هایی که دارم این است که برخی مواقع، خودم از خودم تعجب می کنم. لازم نیست کسی از من تعجب کند. یک رفتاری از من سر می زند که در لحظاتی که خشمگین می شوم، یک ساعت بعد، دو ساعت بعد که به آن فکر می کنم، خودم از خودم تعجب می کنم. قرار نیست کس دیگری من را ملامت کند، اول از همه خودم خودم را ملامت می کنم.»

**کسی که قوام شخصیت ندارد خشمش بر او غلبه می کند**

سروش دباغ با استناد به سخن مولوی ابراز کرد: «حالا ببینید، به تعبیر مولانا، کسی که خس است، کسی که شخصیتش قوامی ندارد، اجازه می دهد باد خشم او را ببرد. اگر کسی، به تعبیر مولانا کوه باشد، تند باد او را در نمی رباید:

**که نیم کوهم ز حلم و صبر و داد/کوه را کی در رباید تند باد  
آنکه از بادی رود از جا خسی ست/زان که باد ناموافق خود بسی ست**

البته، بادهای نا موافق فراوانند، بهانه ها برای عصبانی شدن زیادند اما هنر نیست که کسی بسان خسی و پره کاهی، در مصاف تند باد از این سو به آن سو برود. این که هنر نیست! باد خشم و باد شهوت باد آزه، کسی که کوه است و هستی او بنیاد اوست، به تعبیر مولانا، می کوشد که از این تجربه های آنی و احساسات عواطف خود فاصله بگیرد.»

**خشم خود را نظاره کنیم**

وی اضافه کرد: «اگر بخواهم سخن مولانا را گره بزنم به آن چه از اکهارت توله ما می آموزیم، این است که شخص، خشم خود را نظاره کند و بنگرد تا برای دفعات آتی، آستانه تحریک او بالا برود، نه این که برعکس، آستانه تحریک او پایین بیاید. اگر کسی به من یک ناسزایی بگوید یا سخنی بگوید که خلاف میلم باشد، واکنش عادی این است که من به طرفه العینی به او پاسخ بدهم. به قولی دوست ما، می گفت اگر کسی به من چیزی بگوید من فی المجلس جوابش را می دهم؛ اجازه نمی دهم که این تو گلویم تا فردا پس فردا گیر کند! خوب این یک واکنش البته متعارف است. اما اگر شما از مولانا پرسید، از اکهارت توله پرسید، کسی که خس صفت نباشد، بلکه کوه باشد به این معنا که شخصیتش صلابتی داشته باشد، احوال خودش را نظاره می کند.»

دباغ تذکار داد: «باز می گویم، نه از در انکار در آید؛ سخن بر سر این نیست که کسی خشم خود را انکار کند، من مثلاً به شما بگویم که شما عصبانی شدی، شما بگویی: نه من عصبانی نشدم! چه کسی گفته است؟! و وقتی هم که این سخن را میگویند، با یک لحنی حرف می زنید که همان لحن، حاکی از عصبانیت است. این از در انکار در آمدن است که راه به جایی نمی برد. وقتی کسی می تواند باد خشم را، به قول مولانا مهار کند و بسان پر کاهی، تند باد او را در نرباید که عصبانیت خود را مشاهده آگاهانه بکند. این مشاهده آگاهانه، به فرد کمک می کند که خود را از پوزیشن و موقعیت قربانی در آورد. وقتی که این مشاهده آگاهانه در او رخ داد و از پوزیشن قربانی درآمد، می تواند از عصبانیت خود فاصله بگیرد و بعد در نوبت های آتی از منظر دیگری به امور نگاه کند.»

وی افزود: «به نظر می آید که نگاه کردن آگاهانه در عصبانیت خود، به فرد کمک می کند که در میان مدت خشم خود را مدیریت کند و مدیریت کردن خشم همان و رفته رفته با او مأنوس شدن، مثل قصه ترس از مرگ همان و زائل شدن تدریجی آن و سر بر آوردن انسانی با صورت و ماده متفاوت از این حیث هم همان.»

### جمع بندی مباحث

سروش دباغ در جمع بندی مباحث این جلسه گفت: «امروز کوشیدم ابتدائاً تتمه مباحث نوبت پیش را تقریر بکنم و قصه ترس از مرگ و توسعا مواجهه با مصیبت ها و اصناف ناکامی ها و نامرادی ها و نامردمی ها در زندگی را تقریر کنم. شرط اول قدم در این حوزه این است که شخص اگر می تواند محیط بیرون از خود را تغییر بدهد. وقتی که نمی شود و عموماً هم نمی شود، بهتر است که به تغییر مناسبات و روابط و ذهن خود اقدام بکند و در این تغییر نظر کردن بر خود و مشاهده کردن درد و رنج و نه از در انکار آن بر آمدن، شرط اول قدم است و این گونه است که شخص به چشمه آرامش ژرف درون می تواند وصل بشود و بر احساس ترس از مرگ فائق آید. بخش هایی از صدای پای آب سپهری، در این سیاق خوش می نشیند:

**و نترسیم از مرگ، مرگ پایان کبوتر نیست، مرگ در ذات شب دهکده از صبح سخن می گوید، مرگ مسؤل قشنگی پر شاپرک است، مرگ با خوشه انگور می آید به دهان، گاه در سایه نشسته است به ما می نگرد، در نبندیم به روی سخن زنده تقدیر، که از پشت چپرهای صدا می شنویم.**

در این تلقی ذهنیت و واسطه گری ذهن، بسیار مهم است و فرد تا جایی که می تواند باید به این صور ذهنی فائق بیاید و عجین با درد و رنج هایی که از وجود او جدایی ناپذیر است، شود.»

وی افزود: «پس از توضیح این مطلب، به قصه خشم و عصبانیت پرداختم و توضیح دادم که پوزیشن قربانی گرفتن به خود شرط اول قدم است برای این که آستانه تحریک فرد پایین بیاید و مشاهده کردن خشم و عصبانیت هم نظیر مشاهده کردن ترس از مرگ و با او دوست شدن نه از در انکار آن درآمدن، می تواند به فرد کمک کند که رفته رفته، مواجهه ی پخته تر و انسانی تری با این مقوله داشته باشد و آن طمأنینه و سکینه ژرفی که وراء غم و شادی های متعارف در می رسد را نصیب ببرند.»

### مصاحبت با انسان های معنوی در انسان احساس طمأنینه ایجاد می کند

دباغ ادامه داد: «از مهم ترین مؤلفه های انسان های معنوی این است که کسانی که به این چشمه آرامش ژرف درون وصل شده اند، انسان از مصاحبت و مؤانست با آن ها، شخص این احساس طمأنینه را می کند. به قول مولانا گفت که:

**در درون شان صد قیامت نقد هست / کمترین آنکه شود همسایه مست**

اگر کسی به چشمه آرامش ژرف درون رسیده باشد، کم‌ترینش این است که همسایه او مست می‌شود و نشستن با آن‌ها، آسودگی خاطر و آرامش را به فرد منتقل می‌کند. من إن شاء الله نوبت‌های آتی، هم در باب قصه حسد، هم چنین قصه طمع و هم چنین قصه کینه، سخن می‌گویم تا نظام سلوکی و خودشناسی را در این جلسات پیش ببریم و احياناً در انتهای این دوره تصویر جامع الاطراف و پخته‌ای از این مقوله داشته باشیم.»

### تفاوت معنای رنج در ادیان ابراهیمی و بودیسم

در ادامه جلسه، سروش دباغ به برخی از سوالات پاسخ گفت. سروش دباغ در پاسخ به این سوال که فلسفه رنج و این که قرآن می‌فرماید انسان را در رنج آفریریم چیست؟ آیا آن چنان که برخی فلاسفه گفته‌اند برای تکامل است، گفت: این که در قرآن آمده است «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ»، از آن تفاسیر مختلفی شده است و برخی آن را به معنای رنج نگرفته‌اند. باید توجه داشته باشیم که قصه رنج و خاستگاهش، طنین بودیستی پررنگی دارد. قصه رنج در آئین اسلام و ادیان ابراهیمی، نسبتش با رنج در بودیزم فرق می‌کند. البته این سخن رایجی است که به هر حال رنج برای تکامل فرد خیلی مؤثر است؛ حتی اگر خود فرد ناخرسند بوده باشد: «عَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ» به تعبیر قرآن، چه بسا که شما امری را هیچ نپسندید و نهایتاً برای شما خوب باشد.»

### معنای رنج در بودیسم

سروش دباغ در تبیین معنای رنج در آئین بودا گفت: «رنج عبارت است از محصول اصناف خواسته‌ها و نیازهایی که فرد بر روی این کره خاکی دارد. هر چقدر نیازها و خواسته‌های او کمتر باشد، رنج کمتری را هم خواهد برد. بنابر این یکی از توصیه‌های بودا این بود که فرد خواسته‌هایش را کمتر کند.»

### سخن امام علی (ع)

وی با اشاره به سخن امام علی (ع) گفت: «در نهج البلاغه تعبیری داریم از امیر المؤمنین، که می‌فرمایند «تَخْتَفُوا تَلْحَقُوا» سبکبار باشید تا رستگار شوید. سبکباری و سبکبالی یعنی شخص کمتر بخواهد و هر چه نیازهای او کمتر باشد رنج کمتری هم می‌برد. اما این بحث گریز‌پذیر درد و رنج است.»

### سرشت سوزناک هستی: رنج‌های گریزناپذیر

وی ادامه داد: «البته برخی از رنج‌ها هستند که گریزناپذیرند که می‌توان آن‌ها را قصه سرشت سوزناک هستی خواند. این‌ها درد و رنج‌های اگزیزستنسلی و وجودی‌اند، که من آن‌ها را غم سبز نامیده‌ام. از این‌ها، تا وقتی که انسان تخته‌بند زمان و مکان است، با آن‌ها همراه است. به قول سپهری: و من فکر می‌کنم که این ترنم موزون حزن، تا به ابد شنیده خواهد شد، چه فکر نازک غمناکی اگر چه آب بالش خوبی است، برای منحنی برای خواب دل آویز تُرد نیلوفر، نه وصل ممکن نیست، همیشه فاصله‌ای هست و من فکر می‌کنم که این ترنم موزون حزن تا به ابد شنیده خواهد شد.»

### درویش را نباشد برگ سرای سلطان

سروش دباغ با بیان این که کم کردن نیازها و خواسته‌ها، مربوط به رنج‌های گریزناپذیر است، ابراز داشت: «این ترنم موزون حزن، از سرشت سوگناک هستی نشأت می‌گیرد و البته این رنج، از بین نرفتنی است. شاید آن سخن بودا درباره کم کردن خواسته‌ها را باید مربوط به رنج‌های گریز‌پذیر دانست نه این‌گونه رنج‌ها، که از آن‌ها گریز و فراری نیست. باید آن‌گونه زیست کنیم که هر لحظه

آماده رفتن باشیم؛ آن گونه که آن شخص به نزد عطار رفت و به عطار گفت تو با این همه اشتغالات چگونه می خواهی از این دنیا دل بکنی؟ عطار گفت مانند تو! آن فرد خورجینش را زیر سرش گذاشت و جان به جان آفرین تسلیم کرد:

## **درویش را نباشد برگ سرای سلطان/مائیم و کهنه دلقی کاتش در آن توان زد عشق راهی برای رهایی از درد و رنج های گریز ناپذیر است**

دباغ با بیان این که عرفا سعی کرده اند با میان کشیدن مفهوم عشق و غوطه خوردن در امر بیکران، به نوعی بر این درد و رنج های گریز ناپذیر فائق بیایند، گفت: «با این حال بازهم گریزی از این درد و رنج ها نیست و هر کسی سعی می کند به نحوه ای با آن ها مواجه شود. به قول اونا مانو، این ها درد جاودانی است و تا زمانی که روح از کالبد تن جدا نشده، این درد و رنج ها با او هست. البته در نگاه دینی و عرفانی، به خاطر این که هستی کلا قدسی است، شخص سعی می کند به نحوی از انجا با این درد و رنج ها کنار بیاید و به زندگی خویش معنا ببخشد.

### **معنای زندگی و رنج های گریز ناپذیر**

وی افزود: «قصه پوچی که در برخی نوشته های فیلسوفان اگزیستانسیالیست، مشخصا کامو، آمده است، ناشی از این درد و رنج های گریز ناپذیر بوده است. قصه معنای زندگی، خودش عرض عریضی دارد. برخی از نویسندگان جدید، معتقدند شخص باید برای زندگی خود معنایی جعل کند؛ اگر نمی تواند آن را کشف کند و البته تفاوت میان این دو، تفاوت از زمین تا به آسمان است. پاره ای از آدمیان هستند که با خلقی که می کنند، با اثر هنری که می آفرینند، با کاری که می کنند، می کوشند به زندگی خود نقشی بزنند و برای زندگی خود معنایی جعل کنند. در آینده در باره جعل معنای زندگی و تفاوت آن با کشف معنای زندگی به تفصیل سخن خواهیم گفت.»