

تلاشی برای

دوازده هزار روز زیستن

هم اکنون سال ۲۰۱۶ است، سالی که علم با سرعتی باور نکردنی می تازد...

فسبحان الذی بیده ملکوت کلی شیء و الیه ترجعون

بسم الله الرحمن الرحيم

کتابفارس

www.ketabfarsi.ir

تلاشی برای

دوازده هزار روز زیستن

ما را تمام لذت هستی به جست و جوست

پویندگی تمامی معنای زندگی ست.

هرگز نگرد نیست؛ سزاوار مرد نیست.

“فریدون مشیری”

علی سلمانی

بندگان خدا شما و آنچه از این دنیا آرزو مندید،
مهمانانی هستید که مدّتی معین برای شما قرار داده
شده، بدهکارانی هستید که مهلت کوتاهی در
پرداخت آن دارید، و اعمال شما همگی حفظ
می‌شود، چه بسیارند تلاشگرانی که به جایی
نرسیدند، و زحمتکشانی که زیان دیدند.

خطبه ۱۲۹ نهج البلاغه

مقدمه مولف

نصیحت دینی، موضوعی است که همه آن را تجربه
کرده‌ایم؛ چه در مقام نصیحت‌گر و چه در مقام شنونده
نصیحت. گرچه به خودی خود این موضوع بسیار قابل
احترام و تاثیرگذاری آن انکارناپذیر است، اما هدف این
کتاب نمایش سبک و شیوه زندگی به موجودی پر
عظمت، اسرار آمیز، حساس و البته مغرور، به نام انسان
نیست. هدف این کتاب تنها ارایه یک نکته ساده علمی
و حتمی، اما غفلت‌پذیر است؛ به خصوص برای
آن‌هایی که عاشق حیات و زندگی‌اند. امیدوارم مطالعه
این کتاب تاثیری حتی چند لحظه‌ای بر روی شما داشته
باشد.

علی سلمانی، پاییز ۱۳۹۵

impowayasmet@gmail.com

مقدمه ناشر

کتاب زیر را به تمام عاشقان زندگی و شناختن آن
تقدیم می‌کنیم.

در فصل بارش سنگ همچو آئینه بمان
بر جان دشت تشنه بنویس از عطر بهاران
در انتظار فردا شب را سحر کن
با کوله باری از نور از شب گذر کن
سرمست و عاشقانه در خود نظر کن
بشکن در قفس را از تن رها شو
درمان درد دردمندان را دوا شو
از خود دمی برون آی؛ محو خدا شو
خورشیدی در جان تو پنهان است
دریا از یاد تو پریشان است
دنیا در چشم عاشق نفسی است
بی عشق عالم قفسی است
آزاد از بند و دام قفس شو...

خواننده محترم:

لطفا این کتاب را به صورت رایگان نشر دهید.



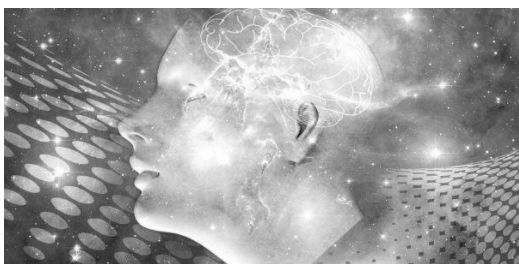
فهرست مطالب

بخش اول: مقدمه‌ای بر کتاب	۶
بخش دوم: احساسات شکوهمند انسان	۱۲
۱-۲ مقدمه	۱۲
۲-۲ احساسات؛ ابزاری برای پیشرفت	۲۲
۲-۳ احساسات؛ عاملی تهدیدگر	۲۶
بخش سوم: اهدافی در دور دست	۳۰
بخش چهارم: فرصتی محدود؛ ۱۲۰۰۰ روز	۳۵
بخش پنجم: راهبردی عاقلانه و هوشمندانه	۴۳
مراجع و منابع	۴۹

بخش اول

مقدمه‌ای بر کتاب

هم اکنون سال ۲۰۱۶ است، سالی که علم با سرعتی باور نکردنی می‌تازد، تا همین چند سال پیش ساختن یک کامپیوتر ساده و فرمان‌پذیر، یکی از دستاوردهای مهم بشریت بود، اما هم اکنون این انسان باهوش و خلاق، به شبیه‌سازی خودآگاهی و مغز و ساخت ماشین‌های هوشمند، به شدت نزدیک شده است (شکل ۱). دگرگونی دانش و علم بشریت منحصر به یک شاخه یا دوشاخه نیست، اگر تا چندی دیگر تلوزیون خبری مبنی بر شناسایی تمدن‌های فرازمینی مخابره کند، نباید زیاد شگفت زده شویم.



شکل ۱: شبیه‌سازی مغز انسان پروژه‌ای در دسترس

این پیشرفت‌های علمی در مسایل متافیزیک نیز غوغا می‌کند، بسیاری عقیده دارند که در طول پژوهش‌هایی

که در شاخه فیزیک کوانتوم در حال انجام است، به احتمال فراوان می‌توانیم به سوالات بنیادی بشر، مثل اثبات وجود روح؛ پاسخ دهیم. با توجه به این پیشرفت‌های علمی، و البته نگاه داشتن جانب انصاف؛ موضوع دین‌داری و اعتقاد به دین را به جرات نه تنها یک باور قوی، بلکه باید باوری صحیح دانست. مثلاً در این که دروغ بد است و دین آن را به صراحت بیان کرده، شکی نیست، اما هنگامی که علم می‌تواند یا دست کم در آینده خواهد توانست این دستور را، دستوری پزشکی نه صرف دینی، و نه صرفاً برای خدا باوران، بلکه برای همه جهانیان، با قدرت به اثبات برساند، تنها پرچم دین علم باور بالا خواهد بود. به طور خلاصه این دقت و عظمت در ساخت جهان، و این همه ارتباط بین پدیده‌های فیزیکی و متافیزیکی جذابیت زندگی را دوچندان کرده است. همه ما به این که بعد از مرگ نیز زنده‌ایم، ایمان علمی آورده‌ایم؛ گرچه در آیات قرآن کریم و عظیم شکی نیست. این ایمان، به ما یادآوری می‌کند که سرنوشت ابدی، ابدا شوخی نیست. در واقع ما انسان‌ها، حتی برای چند سال زندگی ساده، برنامه‌هایی در حد چندین هزار سال تدوین کرده‌ایم، گرچه می‌دانیم که عمر یک انسان عادی نهایتاً صد سال است، پس اگر روزی نوبت ما نیز برای سفر آخرت فراهم شود، و آنجا با حجمی عظیم از موضوعاتی برخورد کنیم، که در این دنیا خود را برای آن آماده نکرده بودیم، در آنجا سهم ما از زندگی جذاب، حتمی و همیشگی آینده؛ هیچ خواهد بود. باید توجه

داشت که این کتاب، ابدا برای افراد سالک و عاشق مرگ نوشته نشده؛ همان‌هایی که کناره پنجره بر روی سجاده عشق منتظر مرگند؛ این انسان‌های والا، نیازی به یادآوری و تلنگر ندارند گرچه آنان به ظاهر در این دنیا زندگی نمی‌کنند؛ اما دنیای بعد منتظر آنان است. این کتاب بالعکس برای انسان‌های عاشق زندگی نوشته شده است. این‌ها همان‌هایی هستند که برنامه غذایی خود را هر روز با دکتر تغذیه‌اشان هماهنگ می‌کنند، از بهترین روغن‌های بازار در طبخ غذا استفاده می‌کنند، سعی می‌کنند محصولات تراریخته را با احتیاط مصرف کنند، همیشه عاشق لذت بردن هستند، و همان‌هایی که آینه منزلشان، از این همه دیدن آنها خسته شده است. عشق به حیات و زندگی در این دسته از افراد، می‌تواند این کتاب را برای آنها جذاب کند. زیرا این کتاب، یک کتاب صرفاً دینی نیست بلکه درصدد است تا یک نکته غفلت‌پذیر اما مهم را در سیر تکامل زندگی دوباره یادآوری کرده و باعث شود تا بتوانیم امیدوارانه به آرزوی دیرینه‌ای دست یابیم. همان آرزویی که آن را در قنوت نمازهایمان می‌خوانیم:

"ربنا آتنا فی الدنیا حسنه و فی الآخرة حسنه"
"خدایا در دنیا و آخرت به ما نیکی عطا کن"

کتاب حاضر از پنج بخش تشکیل شده است. پس از مقدمه‌ای کوتاه و معرفی ساختار کتاب در بخش اول، در بخش دوم این کتاب، احساسات انسان را معرفی و با مثال‌هایی، شکوهند بودن این احساسات را نتیجه

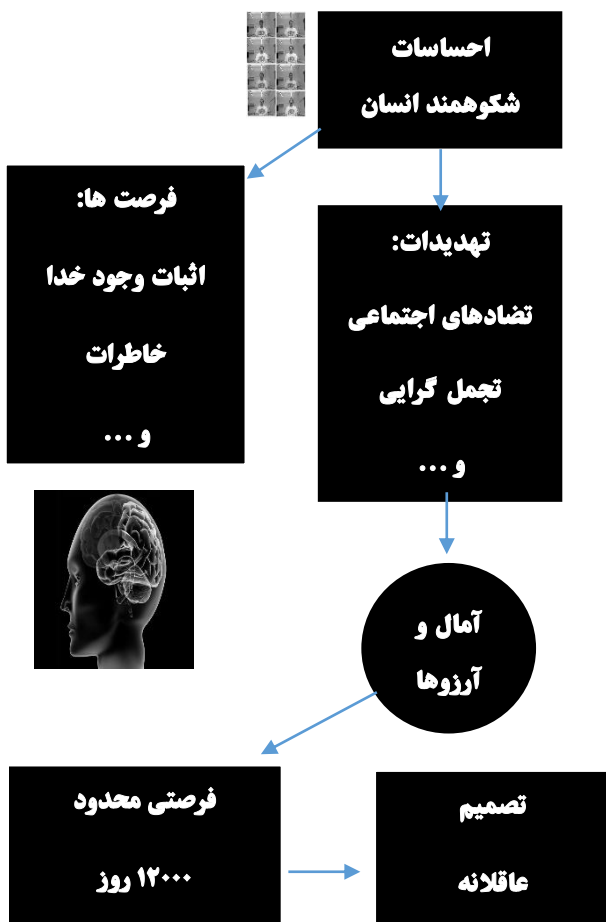
می‌گیریم. احساسات انسان، و آن چهره عبوس یا شادی که تنها ظرف چند ساعت به خود می‌گیریم و آن همه عشقی که بین مادر و فرزند وجود دارد و احساسات عظیمی دیگر، معمایی جذاب‌اند. چگونه ممکن است پاره‌ای گوشت و استخوان از فرط احساسات گریه کند؟. سوالاتی از این دست در این بخش مطرح می‌شوند. بعد از تعریف هر چند ناچیز این احساسات و ارائه مثال‌هایی برای آن، از تهدیدات و فرصت‌هایی که این احساسات برای ما فراهم می‌کنند، صحبت می‌کنیم. در واقع این احساسات عظیم و شکوهمند هم می‌توانند به ما کمک کنند تا از کمک کردن به پیرزنی تنها کیفور شویم، هم ما را به آن سو خواهند برد که برای رسیدن به قله‌ای پولی، پول‌های هر چند ناچیز همان پیرزن را با کمال احترام به جیب بزنیم. تهدیدات ایجاد شده از طریق احساسات انسان، در ایجاد آمال‌ها و آرزوهای غیرهوشمندانه در ادامه بخش دوم بیان خواهند شد.

در بخش سوم این کتاب، آرزوها و علاقه‌هایمان را از دیدگاه اهداف و مسائل روانشناسی مرور می‌کنیم. همه دنبال خوبی‌های دنیا هستیم و این بدیهی است، زندگی خوب، درآمد خوب، ظاهر خوب، خانواده خوب، تحصیلات خوب و ... ولی همیشه حتی با برنامه ریزی‌های دقیق و تلاش‌هایمان به جای کار میلنگد، به نظر میرسد یک قانون پایستگی نعمت وجود دارد و همیشه نخواهیم به آرمانی‌ترین اوضاع برسیم اما با وجود این قانون مرموز بازهم همیشه دنبال موفقیتیم و هیچگاه

خسته نمی‌شویم البته شایسته بشر است که این چنین باشد و شکی در این موضوع نیست اما راه رسیدن به این آرمانی ترین اوضاع چیست؟ چه قدر فرصت بهره برداری از آن را داریم؟...

برای رسیدن به اهداف، نیازمند زمانیم. بنابراین در بخش چهارم در مورد فرصتی محدود یعنی ۱۲۰۰۰ روز زندگی صحبت می‌کنیم. این ۱۲۰۰۰ روز شعار نیست، با یک سری محاسبات ساده ریاضی به این زمان می‌رسیم و در مورد سرعت گذشت این تعداد روز مثال‌هایی زده خواهد شد. در بخش پنجم راهبردی عاقلانه و هوشمندانه ارائه می‌شود. قطعاً این راهبرد از دیدگاه برخی عاقلانه و هوشمندانه بوده و از دیدگاه برخی احمقانه است. اما خواندن آن ضرری نخواهد داشت. بسیاری از دانش‌ها و ایده‌ها در ذهن بشر از مطالعه گفته‌های ناقص شکل می‌گیرد نه مطالعه گفته‌های متقن. در واقع به قول یکی از پژوهشگران حوزه آموزش و پژوهش "مهم نیست که افراد چه می‌آموزند، بلکه مهم این است که چگونه می‌آموزند". بنابراین شما ممکن است از ایده‌های غلط این کتاب راه درست زندگی را دریابید و این همان هدفی است که علم سالیان دراز دنبال کرده است.

بلوک دیاگرام شکل ۲، روند حرکتی این کتاب را نشان می‌دهد. این بلوک دیاگرام در واقع خلاصه‌ای تصویری از کتاب است که با دقت در آن می‌توان به کلیت مطالب کتاب دست یافت.



شکل ۲: شمای کلی کتاب

بخش دوم

احساسات شکوهمند انسان

۲-۱ مقدمه

نوشتن کتاب درباره زندگی انسان و مسیر زندگی او به اندازه مسافرت به خورشید^۱ با اتوبوس طاقت فرساست. هر انسان یک معجزه است، پاره ای گوشت و استخوان که بر روی دوپا راه می رود، می خندد، گریه می کند، حس می کند، عاشق می شود و اندوهش آسمان را متلاطم می کند. عظمت روح انسان زمانی مشخص می شود که با تمام وجود دست افتاده ای را می گیرد و برای انجام این کار به خود می بالد. همین انسان عظیم،

^۱ فاصله زمین تا خورشید ۱۵۰ میلیون کیلومتر است

گاه به شکل جالبی ضعیف می‌شود. مثلاً می‌داند کاری اشتباه است، اما در عمل به آن کوتاهی نمی‌کند نه به آن دلیل که نمی‌خواهد؛ بلکه برای آن که نمیتواند. اگر این میزان ضعف و عظمت را در وجود کوه قرار می‌دادند؛ از شدت اختلاف؛ از جاکنده شدن کوه محال نبود. چه کسی می‌تواند غم انسانی را در فوت عزیزش، در سحری دلگیر در قرن‌ها پیش را به خوبی درک کند. آیا تحمل چنین غمی شایسته تقدیر نیست؟. آیا این احساسات عظیم از پاره‌ای گوشت، استخوان یا اگر علمی‌تر صحبت کنیم، از پاره‌ای نرون مغزی ساخته است؟. واقعاً چه حس بزرگی است وقتی دل رنجوری، با دستان رنج کشیده‌ای دیگر شاد می‌شود. این کدام حس است که پس از گذشت سالیان متمادی روزهای آفتابی گذشته و خاطرات پرمفهومش را فراموش نمی‌کنیم. چرا بوی بچگی همیشه حامی فکر ماست. شکی نیست که این خاطرات و احساساتی که از آن دریافت می‌کنیم برای همه جذاب است. چرا حتی چشمان یک انسان به ظاهر پلید نیز، دارای معصومیتی پنهان است. چرا عذاب وجدان یک گناه به مراتب سنگین‌تر از عذاب قانونی آن گناه است. احساسات انسان به گونه‌ای ناشناخته و مبهم است که گاه یک حس بسیار جذاب در یک دوره زندگی فرد، به یک حس تنفر در برهه‌ای دیگر از زندگی او بدل می‌شود. حتی خواندن و شنیدن تاریخ نیز حاوی احساسات است. پیشینیان

ما کجا رفتند، ساسانیان و طاهریان و نادرشاه افشار کجا رفتند. غم دورماندگی را چگونه تعریف کنیم. به راستی این چه رازی است که این احساسات را این چنین شکوهمند کرده است. با کمی تأمل، در می‌یابیم که این احساسات عظیم تنها برای چند صباخی خلق نشده‌اند و هدف آن‌ها متعالی‌تر و مقدس‌تر از این است که تنها برای حیات مادی و محدود استفاده شوند. زیرا مثلاً آن همه عشق و محبتی که بین فرزندان مادری است، آیا با مرگ مادر از بین می‌رود؟ آیا فرزندان همیشه دنبال وصال دوباره نیست؟... البته باید توجه داشت که آنچه که از احساسات، مورد نظر ماست، ممکن است با اصطلاح روانشناسی و علمی آن، انطباق کامل نداشته باشد. در واقع منظور ما از احساسات در این کتاب، تمام رفتارهای یک انسان است که او را از جسم بودن متمایز می‌کند.



شکل ۳: احساسات شکوهمند موجودی عظیم و پیچیده

شکل های ۴، ۵، ۶ و ۷ حالات احساسی چهره را برای چند فرد مختلف نشان می دهد. ما به طور طبیعی با نگاه به حالت های مختلف احساسی این افراد، احساسات مختلف را دریافت می کنیم. شناخت احساسات و رابطه آن با تصمیم گیری های مغزی از مشکل ترین و بسته ترین موضوعاتی است که پژوهشگران و روانشناسان همیشه به دنبال پاسخ دادن به آن بوده اند. هدف این کتاب بررسی این تحقیقات نیست. شما به عنوان یک خواننده و علاقه مند به علوم روانشناختی و احساسات منابع عظیمی در اختیار خواهید داشت تا بتوانید ذهن پرس و جوگرتان را در قبال این پرسش ها اغنا کنید. اما هدف این کتاب با ارایه این عکس ها طرح چند سوال است که برای پاسخ به آن ها نیازی نیست تا متخصص این حوزه باشید، بلکه کافایتأمل و تفکر کنید و همین که به عظمت پاسخ های این سوالات ببرید، به هدف این بخش از این کتاب رسیده ایم.

۱. چگونه ممکن است پاره ای گوشت و استخوان از فرط احساسات ناخوشایند گریه کند؟
۲. چگونه ممکن است پاره ای گوشت و استخوان از فرط احساسات شادی آور گریه کند؟
۳. واقعا فرم خنده صورت چرا به این شکل است؟ و چرا این فرم برای اخم نیست؟
۴. چرا چهره ی افراد را پس از گذشت سال ها با اینکه تغییر کرده اند به یاد می آوریم؟

۵. خنده، اخم، نفرت، انزجار و... کدام حس مقدس‌ترین حس ماست؟
۶. آیا به راستی خنده بر هر درد بی درمان دواست؟
۷. برای عبادت یک معبود خنده لازم است یا گریه؟
۸. حالت احساسی و چهره‌ی یک مادر در هنگام محبت به فرزندش چگونه است؟
۹. آیا بالاخره سیستم‌های هوشمندی ساخته خواهد شد که بتوانند در زمینه تشخیص حالات احساسی^۲ چهره به خوبی عمل کنند؟ یا این موضوع فقط در ید قدرت انسان است؟
۱۰. آیا این احساسات تنها برای چند صباحی خلق شده‌اند؟
۱۱. آیا تنها انسان‌ها می‌توانند احساسات انسان‌های دیگر را درک کنند؟^۳

² Facial expression recognition

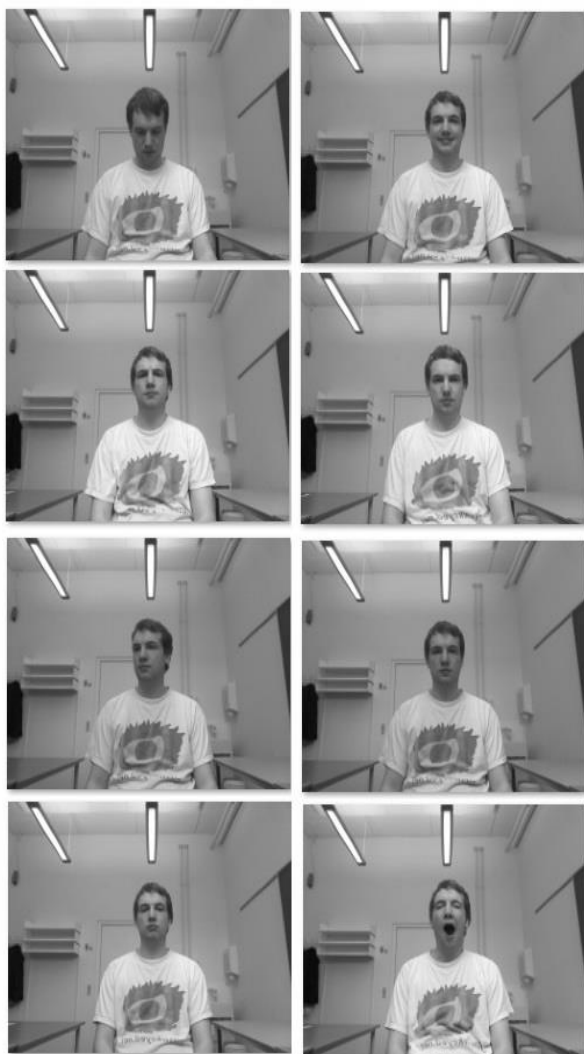
^۳ برای مثال محققان دانشگاه ساسکس در کشور انگلستان دریافته‌اند که اسب‌ها توانایی تشخیص احساسات مثبت و منفی را از حالات چهره انسان دارند. این محققان در یک آزمایش، تصاویر رنگی بزرگ و باکیفیتی از چهره چند داوطلب تهیه کردند. این تصاویر در واقع عکس‌هایی بودند که از حالات چهره داوطلبان، هنگام داشتن احساسات مثبت و منفی گرفته شده بود. سپس آن‌ها این تصاویر را به ۸۲ اسب که از پنج منطقه مختلف در این آزمون شرکت می‌کردند، نشان دادند. در این آزمون مشخص شد اسب‌ها توانایی تشخیص حالات مختلف چهره انسان را دارند.

باید برای احترام به این احساسات شکوهمند، تمام قد ایستاد و سر تعظیم فرو آورد. باید به تمام انسان ها، از شمال و جنوبی، سفید و زرد، سرخ و سیاه، عرب، عجم، ترک، قرقیز و ازبک، ثروتمند و فقیر و مسلمان و مسیحی که تاریخ برای آن ها به سبب داشتن چنین احساساتی، نشان انسانیت را به همراه آورده است، از سر ایمان احترام گذاشت. حیف است این احساسات و عواطف شکوهمند را فدای کره ای خاکی کنیم.

جدول ۱ فهرست احساسات انسانی را لیست کرده است. در مورد تفاوت این احساسات کمی تأمل کنید.

جدول ۱: فهرستی از احساسات انسان

غم	نفرت	شادی	درماندگی
امید	ناامیدی	اضطراب	خشنودی
حسادت	آرامش	اشتیاق	ستایش
انزجار	استراحت	گناه	شرم
غرور	گیجی	عصبانیت	تعجب
تحریک	ترحم	تحقیر	ترس



شکل ۴: حالات احساسی چهره



شکل ۵: حالات احساسی چهره



شکل ۶: حالات احساسی چهره



شکل ۷: خندیدن ۸ فرد مختلف

۲-۲ احساسات؛ ابزاری برای پیشرفت

در بخش اول درباره شکوهمند و عظیم بودن احساسات انسان صحبت کردیم. این احساسات می‌تواند باعث فرصت زندگی بهتر شده یا تهدیدی برای آن باشد. در این بخش بعضی از فرصت‌هایی را که می‌توانیم با این احساسات به دست آورده و از آن‌ها برای پیشرفت در زندگی بهره بگیریم معرفی، و در بخش بعد، برخی از تهدیدات این احساسات را مرور خواهیم کرد.

یکی از بزرگترین پرسش‌های انسان در طول تاریخ، سوال در مورد وجود خدا بوده است. خیل عظیمی از انسان‌ها با اینکه در معرض بزرگترین فریب‌ها قرار گرفته‌اند، اما توانسته‌اند تنها با به کارگیری عقل و احساساتشان، وجود خدا را درک کنند، به او ایمان آورده و او را بپرستند. باید در نظر داشت گرچه مدعیان روشن فکری در تلاشند تا با تمام سلاح‌های به ظاهر قوی و علمی وجود خدا را انکار کنند (البته بسیاری از این سلاح‌ها، خود دلیلی بر اثبات وجود خدا است) اما واقعا وجود خدا بدیهی است. در واقع گرچه در کتاب‌هایی که در مورد اثبات خدا نوشته شده است، با به کارگیری براهین قوی نظیر برهان معقولیت، برهان نظم، برهان علیت و... سعی بر اثبات خدا شده است، اما واقعا وجود خدا بدیهی است. این یکی از نشانه‌های قدرت انسان است. در واقع اگر انسانی را یافتید که تنها بر روی تکه‌ای چوب وسط اقیانوس و یا در سرمای استخوان شکن قطب و یا در لایه لای بوی گیاهان

وحشی آمازون باشد اما با کسی حرف نزنند و حضور کسی را احساس نکنند، تازه آن وقت باید برای وجود خدا دلیل آورد. خدا در آیه‌ای (نحن اقرب الیه من حبل الوريد) خود را نزدیکتر از رگ گردن میخواند آنچنان که در آیه‌ای از سوره بقره (فاسلک عبادی عنی فانی قریب) خود را نزدیک می‌داند. البته باید به منکران وجود خدا حق داد. اگر خدا را پیرمردی با عصایی بر فراز آسمان تصور کنیم (تصور منکران خدا) حتی بدون استفاده از دست مایه جهان‌های موازی نیز، وجود چنین خدایی بعید است. یکی از افراد منکر خدا در یکی از مصاحبه‌های تلویزیونی در یک برنامه در ایالات متحده آمریکا می‌گفت که من در این دنیا به راحتی زندگی خواهم کرد و هیچ ترسی از آخرت ندارم. او به صراحت وجود خدا را انکار می‌کرد و می‌گفت در قیامت اگر خدا را دید به او می‌گویند "ای رئیس مجبور بودی خود را اینگونه پنهان کنی؟" اما آیا او واقعا تا به حال از خود پرسیده که این سبک حضور، یگانه راه نمایش خدا به ماست. واقعا اگر هر صبح که سرمان را از پنجره اتاقمان بیرون می‌کردیم و خدا را بالای سرمان نشسته بر فراز ابرها می‌دیدیم، قلبمان آرام می‌گرفت. آیا چنین خدا پرستی‌ای مضحک نبود؟... پس ندیدن دلیل بر نبود نیست، بلکه دلیل بر شدت حضور او و شدت کتمان منکران خداست. به نظر می‌رسد رقابت حساس بین منکران و معتقدان، در وجود یا عدم وجود خدا نیست، بلکه بر سر تعریف خداست. به هر حال این نبرد بین منکران وجود ذات الهی و یکتاپرستان، به

صورت بدیهی به نفع یکتاپرستان است. وجود خدا صرفنظر از هرگونه برهان بدیهی است و این اثبات وجود از فرصت‌هایی است که احساسات عقل محور ما، به ما هدیه می‌دهد. در این جا لازم است به یک نکته مهم توجه کرد. به نظر برخی افراد، دین و احساسات در یک جا جمع نمی‌شوند. چنین افرادی احساسات انسان را پوچ و بی ارزش تلقی می‌کنند. اما این گروه افراد فراموش کرده‌اند که این ابزار نعمت خداوند است که به ما اعطا شده است. اما بدیهی است که این ابزار را باید در مسیر منطق و راه درست استفاده کرد. به همین دلیل باید یک محدودیت در استفاده از ابزار احساسات ایجاد کرد. این محدودیت عقل است. بنابراین اگر کمی دقیق تر صحبت کنیم، باید از عبارت احساسات عقل محور استفاده نماییم.

یکی دیگر از جنبه‌های جذاب احساسات انسان، حس دورماندگی یا به اصطلاح نوستالوژی^۴ است. هر انسان وقتی به خاطره‌های گذشته اش رجوع می‌کند با انبوهی از احساسات خوب و گرم و دلپذیر مواجه می‌شود. چه کسی می‌تواند به خوابیدن زیر کولر آبی در یک ظهر گرم تابستانی، برف شدید غروب‌های زمستان، بازی دزد و پلیس بعدظهر کوچه‌های بچگی، دیدن کارتون‌های قدیم برنامه کودک تلوزیون سیاه و سفید، درس‌های کتاب فارسی مثل حسنک کجایی یا چشمه و سنگ، و برنامه تقویم تاریخ رادیو؛ به عنوان خاطره فکر کند، اما احساسات جذاب و گرم این خاطرات

⁴ nostalgia

ذهنش را منقلب نکند. این موضوع باعث می‌شود تا همیشه و در سخت ترین اتفاقات زندگی، گرمی یک کوله خاطره خیالمان را آسوده کند. به عبارتی هر چه که می‌خواهد بشود، این خاطرات ماست. به قول لرد بایرون بزرگترین شاعر رمانتیک انگلستان:

" چرا در غم جوانی از دست رفته بنالم؟ ... شاید هنوز روزهایی شیرین در انتظار من باشند. حالا که دوران جوانی گذشته را از برابر دیده می‌گذرانم، خاطره‌ای دلیذر برای من تسلاهی آسمانی به همراه می‌آورد. ای نسیم‌ها، این خاطره‌ی مرا به آنجا برید که برای نخستین بار دل من به تپش‌های دل دیگری پاسخ گفت."



شکل ۸: کتاب‌های دبستان تا را نگه داشته‌اید؟

این احساسات زیبا که پس از این خاطرات زیبا متبلور می‌شوند، یک دستاورد مهم برای ما به ارمغان خواند آورد. آن دستاورد مهم چیزی جز عشق به حفظ این خاطرات زیبا و تلاش برای بازسازی دوباره آن‌ها نیست. این انگیزه‌ها باعث تفکری درباره چگونگی

رسیدن به این اهداف می‌شود و پاسخ تنها دو کلمه است؛ خوب بودن. اینکه خوب بودن چه ربطی به حفظ و بازسازی خاطرات دارد، بستگی به عمق تفکر و میزان درک ما دارد. اما نباید فراموش کنیم که جاودانگی تنها برای عده‌ای محدود از انسان‌ها رقم خواهد خورد. همان‌هایی که خوبی‌هایشان، انگیزه‌ای است برای ادامه انبساط جهان.^۵

علاوه بر دو نمونه مثال بالا، احساسات شکوهمند انسان کارکردهای مثبت دیگری نیز دارد که می‌تواند دست کم برای لحظاتی شادمان کند. کمک به دیگران یکی از این موارد است. احساساتی که از کمک به دیگران در وجود انسان رسوخ می‌کند آن قدر بزرگ است که اگر او را به پرواز درآورد، شک نخواهیم کرد.

۲-۳ احساسات؛ عاملی تهدیدگر

در بخش قبل دو نمونه از کارکردهای مثبت احساسات بیان شد. در نمونه اول؛ به این نتیجه رسیدیم که با به کارگیری احساسات عقل محور، وجود خدا را بدون نیاز به براهین خداشناسی درک می‌کنیم. در واقع وجود خدا بدیهی است. در نمونه دوم، خاطرات و احساسات نشأت گرفته از مرور خاطرات را انگیزه‌ای برای خوب بودن دانستیم. اما احساسات ممکن است تهدیداتی نیز برای زندگی ما دربرداشته باشد. در این بخش دو نمونه از این موارد را به اختصار مرور می‌کنیم.

^۵ بر طبق نظریه انفجار بزرگ، جهان ابتدا از یک اتم و انفجار شروع، و دائماً در حال بزرگ شدن است.

وجود انسان‌های متفاوت، با رنگ‌های پوست متفاوت، با قامت‌های متفاوت، با صداهای متفاوت، با استعداد‌های متفاوت، با اخلاق‌های متفاوت، با سطح تحصیلات متفاوت و صد البته با ثروت‌های متفاوت، عاملی است تا اجتماع شکل گیرد. در نظر بگیرید جامعه‌ای را که همه شکل هم بودند، هم به یک اندازه ثروت داشتند، رنگ پوست همه یکسان بود و... چنین جامعه‌ای چه جذابیتی برای زندگی و تلاش و هدف‌گذاری داشت؟... واقعا مکتب کمونیسم چه پاسخی برای این پرسش ساده دارد؟... اما همین تفاوت‌های جامعه ساز، عامل برانگیختگی احساسات ما نیز هستند. این تفاوت‌ها چه حسرت‌ها و آه‌هایی را که سر نداده است. تا زمانی که مشکلات مالی داریم، شب‌ها سرمان را بر روی بالینی می‌گذاریم که امیدش فردایی پر رونق و آرزوست. حتما گذرتان به کوچه‌های کج و موج پایین شهرتان افتاده است. کوچه‌هایی با خانه‌هایی معمولا یک طبقه و نابرابر با درب و پنجره‌هایی کهنه، قدیمی و چند رنگ و آجرهایی که کهنه شده‌اند و پیاده رو‌هایی خاکی و دارای پستی و بلندی‌های فراوان. عبور از چنین کوچه‌هایی در ساعات پایانی شب منظره‌ای فراموش نشدنی است. به راستی در این سکوت پرهیاهوی جیرجیرک‌ها و در این خانه‌های خفته، چه می‌گذرد؟. چه بسیارند مردها، زنها، پسران و دخترانی که با آرزوی فردایی بهتر و شاید دست نیافتنی، سر را بر بالین سردی گذاشته و چرتکه می‌اندازند. این جا قدرت دنیای ما مشخص

می‌شود. در همان شهر و درست در سوی دیگر آن و در بالای شهر، همان مردم‌اند. اما با آرزوهایی متفاوت ولی همسو. وای اگر میشد تمامی مردم یک شهر را هنگامی که خوابند از بالا دید چه صحنه‌ی شگفتی پدید می‌آمد. انسان‌های قد ونیم قدی را تصور کنید که هر کدام به شکلی خوابیده‌اند، برخی به پشت، برخی به صورت راست و برخی رو به آسمان. اما تفاوت‌هایی که روز در جامعه دیده‌اند، احساسی در آن‌ها به وجود آورده و همه در این لحظات در حال فکرند. خدا از تحسین خودش بی‌نیاز است. اما ما می‌توانیم او را تحسین کنیم. تحسین کنیم برای پدید آوردن این تضادهای زیبا. گرچه این تضادهای زیبا، ممکن است احساساتی را در انسان به وجود آورد که سراسر تهدید باشد. برای یک انسان ضعیف در قوای مالی، آرزوهایی طویل و برای یک انسان قوی در قوای مادی؛ آرزوهایی بی‌پایان.

یکی دیگر از تهدیدات احساسات در زندگی انسان، تجمل‌گرا شدن، فخر فروشی و مدگرایی است. حس زیبایی دوستی انسان باعث گرایش او به زیبایی‌ها می‌شود. اما خیلی عجیب است وقتی درون خالی و افکار منفی داریم به دنبال زیبا شدن و بشاش شدن باشیم. قوانین ساده فیزیکی نشان می‌دهد افکار و اعمال منفی و بد روی کارکرد روان تاثیر گذاشته و این روان نامنظم زیبایی را خواهد کشت، حالا از هر کرم حیوانی‌ای که هست برای پوست استفاده کنیم؛ تفاوتی نمی‌کند. واقعا چهره‌ی جامعه‌ای که افراد آن به دنبال

لذت جویی، مصرف گرایی و ظاهر پرستی اند، مدرن که نیست هیچ؛ حتی عقب افتاده هم نیست. حتی برخی از انسان‌های قدیمی نیز برخی از رفتارهای نا به هنجار و سراسر بچه گانه و غیرعقلانی افراد این دوره را انجام نمی‌دادند. پوشیدن لباس‌های مارک دار، استفاده از عطرها، گران قیمت، خوردن غذاهای انرژی زای جور و جور، جراحی پلاستیک برای زیبایی، پرورش اندام و بدنسازی برای افزایش عضلات و سفرهای تفریحی به کشورهای خارجی و فخر فروشی به آن؛ بی‌گمان نشانه شکست تمدن بشری است. تمدنی که این چنین سخیف و نحیف به جلو حرکت کند، ناگزیر سرانجامش تباهی خواهد بود. در این بلبشو، باید عاقل بود و راه اصلی را شناخت. راهی که طناب محکم نجاتی باشد برای روزهایی که درگیر طوفان زندگی می‌شویم. این اصلاً شعار نیست. همه‌ی ما در حالی زندگی می‌کنیم که حیات و بقای مان وابسته به پوست صورتمان است، اگر اتفاقی برای آن بیفتد یا در یک حادثه رانندگی فلج شویم یا... با این قدرت روحی، حتماً از افسرده‌گی خواهیم مرد. این نیازدگی و درگیر ظواهر شدن نمونه‌ای دیگر و عام‌تر از تهدیدی است که احساس ما به دنبال می‌آورد. به قول مولوی:

"غلام همت آنم که زیر چرخ کبود

زهرچه رنگ تعلق پذیر آزاد است

مگر تعلق خاطر به ماه رخساری

که خاطر از همه غم‌ها به مهر او شاد است."

بخش سوم

اهدافی در دور دست

در بخش ۲-۲ دو نمونه از کارکردهای مثبت احساسات بیان شد. در بخش ۲-۳ نیز دو نمونه از تهدیداتی که احساسات به همراه می‌آورد، مورد بررسی خلاصه قرار گرفت. نتیجه این ۴ نمونه مثال این است که اگر احساسات انسان در مسیر صحیح قرار گیرد زمینه رشد و تعالی و پیشرفت معنوی او را فراهم می‌کند. اما اگر احساسات از چارچوبه عقل و منطق او خارج شد و در مسیر نفس و آرزوها، اهداف و آمال‌های دنیوی قرار گرفت، آن هنگام همین ابزار رشد معنوی است که موجب سرگردانی، گمراهی و گرفتاری‌اش می‌شود. در این بخش نگاهی به یکی از مهمترین موضوعات زندگی بشر متمدن امروزی خواهیم داشت. همان موضوعی که پژوهش‌های زیادی در موردش انجام شده است. از قانون جذب گرفته تا هیپنوتیزم و پرورش ضمیرناخودآگاه. گرچه این راهکارهای زیبا به دنبال کمک به ما هستند، اما ممکن است برداشت‌های اشتباهی نیز از آن‌ها صورت گیرد. بدیهی است که همه دنبال خوبی‌ها و لذت‌های دنیا نظیر درآمد خوب، ظاهر خوب، خانواده خوب، تحصیلات خوب و به طور وسیع زندگی خوب،

هستیم. ولی همیشه حتی با برنامه‌ریزی‌های دقیق و تلاشهایی طاقت فرسا هم سو با این برنامه‌ها، باز هم یک جای کار میلنگد. به نظر میرسد یک قانون پایستگی نعمت وجود دارد و همیشه نخواهیم به آرمانی‌ترین اوضاع (رسیدن به تمام آمال و آرزوها) برسیم اما با وجود این قانون مرموز بازهم همیشه دنبال موفقیتیم و هیچگاه خسته نمی‌شویم البته شایسته بشر است که این چنین باشد و شکی در این موضوع نیست، اما راه رسیدن به این آرمانی‌ترین اوضاع چیست؟ و اگر به آن مقصد رسیدیم، چه قدر فرصت بهره‌برداری از آن شرایط را داریم؟

می‌دانیم که این آمال و آرزوها برای تمام انسان‌ها وجود داشته و بسته به سن و مرتبه اجتماعی و مرتبه فکری افراد، شامل موضوعات متفاوتی خواهند بود. گرچه به خودی خودی آرزو برای زندگی فرد، امید بخش است اما باید توجه داشت در صورتی که همین آمال و آرزوهای به ظاهر امیدبخش، لگام گسیخته شوند، نه تنها امید بخش نبوده، بلکه می‌توانند به شدت مایوس کننده شوند. حضرت علی (ع) بارها انسان‌ها را از آرزوهای دور و دراز برحذر داشته‌اند. مثلاً در خطبه ۱۲۹ نهج البلاغه می‌فرمایند:

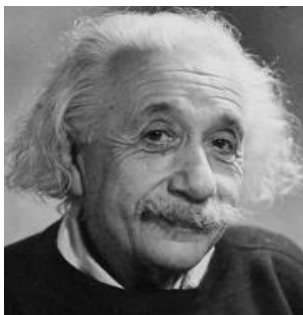
"بندگان خدا شما و آنچه از این دنیا آرزو مندید، مهمانانی هستید که مدتی معین برای شما قرار داده شده، بدهکارانی هستید که مهلت کوتاهی در پرداخت آن دارید، و اعمال شما همگی حفظ می‌شود، چه بسیارند تلاشگرانی که به جایی نرسیدند، و

زحمتکشانی که زیان دیدند. در روزگاری هستید که خوبی به آن پشت کرده و می‌گذرد، و بدی بدان روی آورده، پیش می‌تازد، و طمع شیطان در هلاکت مردم بیشتر می‌گردد. هم اکنون روزگاری است که ساز و برگ شیطان تقویت شده، نیرنگ و فریبش همگانی، و به دست آوردن شکار برای او آسان است. به هر سو می‌خواهی نگاه کن آیا جز فقریری می‌بینی که با فقر دست و پنجه نرم می‌کند یا ثروتمندی که نعمت خدا را کفران کرده و با بخل ورزیدن در اداء حقوق الهی، ثروت فراوانی گرد آورده است یا سرکشی که گوش او از شنیدن پند و اندرزها کراست.

هم اکنون بسیاری از گزینه‌های اهداف ما شامل مواردی است که خود نیز بر سخیف بودن آن‌ها واقفیم. خرید ماشین، خریدن منزل، تاسیس فروشگاه و... گرچه هدف این کتاب مذمت این اهداف نیست، اما توجه داریم که تمام این اهداف و جذابیت رسیدن به آن‌ها وابسته به حضور فیزیکی ما در زندگی، در حد اعلاء است. شما می‌توانید همین حالا لیست اهداف خود را مرور کنید. این اهداف برای چند سال بعد محقق خواهند شد. آیا این اهداف در دسترس شما هستند؟ اگر به این اهداف نرسید و یا ابزار رسیدن به آن را از دست بدهید، چه سرنوشتی خواهید داشت؟ آیا راهی وجود دارد تا در مسیر رسیدن به این اهداف، به هدفی بزرگتر و والاتر برسیم؟

ممکن است خواننده با خواندن سطرهای بالا دچار یک حالت حمله‌ای و پیش داورانه شود که بر اساس آن نوشته‌های بالا را بافته یک ذهن مذهبی با تفکری غیرفعال و افسرده تلقی کند. گرچه این حالت حمله‌ای و پیش داورانه از نظر نویسنده غلط است و آن را مغایر با هدف این کتاب می‌داند ولی برای اثبات بهتر آن، نظر آلبرت انیشتین (شکل ۹) را در مورد مفهوم زندگی و اهداف آن برگرفته از کتاب "دنیایی که می‌بینم" در ادامه مرور می‌کنیم.

"من هرگز خوشی و لذت را به عنوان هدف غائی حیات نشناخته و این اصل را به هدف یک گله خوک وحشی شبیه ترمی دانم. مسائل عادی که کوشش‌های بشری را به خود جلب می‌کنند نظیر ثروت، موفقیت‌های بیرونی و تجمل و همه‌ی چیزهایی از این قبیل در نظر من بسیار حقیر و بی‌مقدارند."



شکل ۹: آلبرت انیشتین صاحب نظریه نسبیت

البته موضوعی دیگر نیز وجود دارد. در نظر بگیرید که تمام خوبی‌ها، خوشی‌ها، لذت‌ها و ثروت‌ها در اختیار ما باشد. اما در این هنگام و درست در همان لحظات استفاده از این موهبت‌ها که چه خدا داده باشد و چه با تلاش از خدا گرفته باشیم، آیا اگر خبر داشته باشیم یکی از کسانی را که می‌شناسیم یا نمی‌شناسیم، آن نعمت‌ها را ندارد، استفاده از آن‌ها همچنان شیرین خواهد بود. به قول یکی از شاعران:

"گیرم نشاط و شادی دنیا را

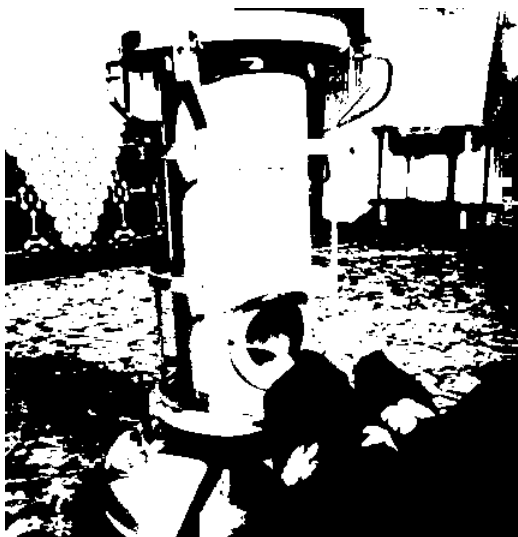
یک سر به دامن من ریزند

آیا در آن زمان که بخندم شاد

لرزان طفلی درون کلبه ای سرد

با مادری گرسنه نمی‌لرزد؟

و لبی زناله نخواهد سوخت؟"



بخش چهارم

فرصتی محدود

۱۲۰۰۰ روز

این بخش را با یک پرسش شروع می‌کنیم:
فرض کنید شما یک انسان سالم، عاقل، ثروتمند، زیبا
و ساعی هستید. به نظر شما چند روز مفید برای زندگی
کردن فرصت دارید؟

به طور متوسط هر فرد سالم و بدون هیچ عارضه‌ی
جسمانی خاص، حدود ۷۰ سال عمر می‌کند، البته این
مقدار برای کشورهای جهان و بسته به جنس فرد (مذکر
یا مونث بودن) متفاوت است.

جدول ۲، میانگین طول عمر ده کشور برتر دنیا از حیث
طول عمر را نشان می‌دهد. این جدول توسط سازمان
بهداشت جهانی تدوین شده است. به طور خلاصه
مردم کشور ژاپن، بیشترین طول عمر و مردم کشور
آفریقایی سیرالئون نیز با طول عمر ۴۷ سال، کمترین
طول عمر را دارند. ایران نیز در رتبه ۱۰۶ بر اساس
میزان طول عمر قرار دارد. در کشور ما امید به زندگی

مردان حدود ۷۲ سال و امید به زندگی بانوان حدود ۷۵ سال است.^۶

جدول ۲: طول عمر افراد

رتبه	کشور	امید به زندگی مردان	امید به زندگی زنان
۱	ژاپن	۸۳	۹۰
۲	ایتالیا	۸۲	۸۷/۳
۳	آندورا	۸۰/۸	۸۷/۶
۴	سنگاپور	۸۲	۸۷
۵	هنگ کنگ	۸۲	۸۵/۶
۶	سن مارینو	۸۲	۸۵
۷	ایسلند	۸۱/۴	۸۵/۲
۸	فرانسه - م	۸۰/۴	۸۵/۸
۹	استرالیا	۸۰/۵	۸۵/۵
۱۰	سوئد	۸۱/۴	۸۴/۶

فرض کنیم ما یک فرد ژاپنی یا میانگین عمر ۸۵ سال هستیم. از این ۸۵ سال چقدر زمان خالص برای رسیدن به آرمان ها و بهره برداری از آن ها داریم؟. اگر منصفانه جواب دهیم بعد از ۶۵ که خب تکلیفش روشن است، تا ۱۰ سالگی هم که بوی شیر دهنمان اذیتمان می کند. باقی مانده می شود ۵۵ سال، البته این

⁶ World Health Organization

۵۵ سال برای کسانی است که شرایط آرمانی را دارند و حالا ۵۵ سال برای لذت بردن فرصت دارند. ولی قاعدتا برای همه این طور نیست و حداقل تا ۳۰ سالگی برای رسیدن به آرمان‌ها باید تلاش کنند، که البته فرض بر این است که فرد مذکور بسیار خلاق و با استعداد و پرتلاش بوده و از صفر هم شروع نکرده باشد، خب مقداری درصد هم برای معجزات می‌بایست در نظر داشت. اما ما همان ۵۵ سال را در نظر می‌گیریم. اگر فرض کنیم که ناملايمات زندگي بر ما اثر نگذارد و هر روز حس خوبی داشته باشیم و كاملا بی‌خیال باشیم و چین و چروك هاي آينه هايمان اذیتمان نکند و همیشه سالم بمانیم و آمریکا و داعش حمله نکنند و دندانهایمان را سالم نگه داشته باشیم تا درد دندان نشویم تا برخی از روزها از کف برود و موهایمان پر پشت بماند و البته نبود دین اذیت نکند وجدانمان را، فقط ۲۰۰۰۰ روز فرصت داریم، بدیهی است که ۴۰ درصد این روزها را در خوابیدن و خوردن سپری می‌کنیم. پس تنها ۱۲۰۰۰ روز باقی ماند!!!!!! دقت کنیم که این عدد در بهترین شرایط و با فرض‌های زیر بدست آمد:

فرض ایده آل اول: ما یک فرد با عمر طولانی باشیم.
فرض ایده آل دوم: از زنده بودنمان مطمئن باشیم.
فرض ایده آل سوم: ثروتمند بوده و تمام امکانات برایمان مهیا باشد تا نیازی به کار کردن نباشد.
فرض ایده آل چهارم: همیشه سلامت بوده نیروی جوانی را داشته باشیم تا بتوانیم از زندگی لذت ببریم.

دیدیم که این ۱۲۰۰۰ روز را آرمانی حساب کردیم و فرض هایی را انجام دادیم که در رویا اتفاق می افتد ... اما واقعا ارزش دارد برای این ۱۲۰۰۰ روز، آن هم در بهترین شرایط و گرنه از لحاظ عقلی شاید نهایتا ۲۰۰۰ روز شود، این همه غصه خورده و تلاش کنیم و در آرزوی رسیدن به آن ها کنار پنجره اتاقمان نشسته و خمیازه بکشیم؟؟؟

آری قطعا ارزش دارد اگر از استعداد والای انسانی امان استفاده کنیم، اگر در راه نیکویی و خدا باشیم شک نکنند که خدا ۱۲۰۰۰ روز را ۱۲۰۰۰۰۰۰۰ روز حساب میکند، البته این نه اینکه فردا برویم و یک سجاده نو بخریم و شروع کنیم به نماز و هی بخوانیم و بخوانیم و بخوانیم، گرچه این تاکتیک خوب است ولی برازنده انسانیت نیست.

در پایان دوباره باید به چند نکته توجه بیشتری داشت. **نکته اول** اینکه همین ۱۲۰۰۰ روز کوتاه نیز زمانی با اهمیت است که از زنده ماندن برای استفاده از آن اطمینان داشته باشیم. در واقع تمام ما در گوشه و کنار زندگی امان با مرگ های ناگهانی برخورد داشته ایم. از بازیگران سینما گرفته تا ورزشکاران و افرادی که مشهور نیستند. جالب تر اینکه این مرگ های ناگهانی گاهی با ابزاری ساده به وقوع می پیوندد. مثلا یوسف اسماعیلو، کشتی گیر ترک، بر اثر سنگینی طلاهایی که به کمرش بسته بود و نتوانست به راحتی شنا کند در دریا غرق شد. و یا یک زن مشهور آمریکایی هنگامی

که در حال رانندگی بود، شال گردن بلندش به چرخ عقب اتومبیل گیر کرد و گردنش شکسته و خفه شد.

نکته دوم در گذران سریع این دوره ۱۲۰۰۰ روزه است. شاید از افراد زیادی شنیده و خود نیز تجربه کرده باشیم که چقدر روزها سریع می‌گذرد. برای اینکه این موضوع را اثبات کنید، تنها به ۱ برگه آچار نیاز دارید. بر روی این برگه با استفاده از یک نرم افزار ساده؛ نظیر نرم افزار آفیس-ورد، یک جدول با ۶۰ سطر و ۳۰ ستون رسم کنید. جدول حاصله نمایی کلی از تعداد روزهای زندگی برای ۵ سال شماست. این برگه را بر روی دیوار اتاق خواب خود بچسبانید و هر شب قبل از خواب روی یکی از خانه‌های جدول یک تیک، به نشانه‌ی پایان آن روز بزنید. به طرز شگفت‌انگیزی همواره خود را در حال تیک زدن می‌یابید. تنها با همین تمرین ساده سرعت گذران عمر را متوجه می‌شوید. علاوه بر این تعداد اندک خانه‌های جدول به شما یادآوری می‌کند، که ۵ سال زندگی نشانه شده بر روی یک کاغذ آچار چقدر اندک است، و شاید ۵ ماه بیشتر به نظر نیاید.

می‌دانیم پیری روندی انکارناپذیر است اما سرعت آن در افراد متفاوت است. روند پیری در سنین متفاوت و با سرعت متفاوت آغاز می‌شود. اما همه پیر خواهند شد. بر این اساس، **نکته سوم** نیز این است که کیفیت زندگی در این ۱۲۰۰۰ روز نزولی است. شما انتظاراتی که از یک بدن ۲۵ ساله دارید قابل مقایسه با یک بدن ۴۵ ساله نیست. تصاویر موجود در شکل ۱۱ آنچه را

که گذر زمان بر سر ما می‌آورد، بهتر از هر سخنی نشان می‌دهد.

جدول ۳: سه ماه در فرهنگ ما زمانی طولانی است، جدول زیر تعداد روزهای زندگی برای سه ماه را نشان می‌دهد، به این جدول و تعداد فرصت‌های زندگی در آن توجه کنید. آیا به نظر کمتر از تصور ما نیست؟ هر روز که تمام می‌شود، یک تیک در جدول بزنید، چرا سرعت زوال این سه ماه این قدر سریع است؟

✓									

در این جا اشاره به یک نکته ضروری است. ممکن است سوالی پیش آید که اگر دانش پزشکی و ژنتیک بتواند در آینده انسان‌هایی با طول عمر ۱۰۰۰ سال متولد کند، آیا دنیا و روند آن تغییر خواهد کرد. پاسخ به این سوال و سولاتی از این دست باید در زمانی که این علم به نتیجه رسید، داده شود. اما این پرسش را می‌توان با یک پرسش دیگر تا حدودی جواب داد. فرض کنیم هم اکنون سال ۲۱۰۰ است، تمام اجزای بدن ما زاپاس دارد، اگر کلیه امان خراب شود، یک کلیه مشابه از بانک اعضای بدن با یک قیمت معمولی

تهیه می‌کنیم. برای مثال پیش بینی می‌شود با استفاده از چاپگرهای سه بعدی که این روزها جای بسیار با ارزشی در علم پزشکی را به خود اختصاص داده، ۲۰۲۴، سال تولید اولین کبد با استفاده از چاپگر سه بعدی باشد. هم‌چنین تمام بدن ما با سنسورهای هوشمند و کوچک چک می‌شوند و اولین نشانه‌های هر بیماری در همان لحظات اول شناسایی و منهدم می‌شود. در واقع مردم برای کنترل منظم سلامت خود به پزشکان مراجعه کرده و به درمان‌هایی همچون ژن درمانی، سلول درمانی و دیگر فنون پیشرفته پزشکی پرداخته و سلامتی خود را در وضعیت مطلوبی نگه می‌دارند، هم‌چنین تکنولوژی‌های جدیدی به وجود آمده که وضعیت محیط زیست زمین به شرایط مساعدی برگشته است. و البته با استفاده از علم ژنتیک توانسته‌ایم از روند پیر شدن سلول‌های بدن جلوگیری کنیم. قاعدتا در چنین روزگاری؛ البته اگر محقق شود، نیازی به کار کردن بشر هم نیست و ماشین‌های هوشمند کار انسان را انجام خواهند داد. در این دوره تمام نیازهای انسان مهیاست. و سوال اساسی اینجاست: در این دوره‌ای که ۱۰۰۰ سال عمر می‌کنیم و همه نیازهایمان مهیاست، چرا زنده بمانیم؟ چه آرزویی برای زنده ماندن داریم؟ آیا دلیل طلب عمر زیاد انگیزه رسیدن به آرزوها نیست؟ چه کسی به این پارادوکس پاسخ می‌دهد؟ آیا در چنین دوره‌ای از افسردگی نداشتن آرزو، مرگ یک آرزو نخواهد شد؟



شکل ۱۰: اولین کبد با استفاده از چاپگر سه بعدی در سال ۲۰۲۴ ساخته می‌شود.



شکل ۱۱: گذر زمان با ما چه می‌کند؟

بخش پنجم

راهبردی عاقلانه و هوشمندانه

در فصل اول درباره پیشرفت های علمی بشر سطرهایی نوشته شد. به طور خلاصه اینکه در سالیان اخیر و به خصوص از سال ۲۰۱۱ به بعد، علم آن قدر پیشرفته است که بتواند معاد جسمانی، وجود روح و متافیزیک را به راحتی اثبات کند. فیزیک کوانتوم و فیزیک ذهن و مسائل مربوط به آن، هوش مصنوعی^۷، نظریه جهان های موازی، زیست فرازمینی و سیاه چاله ها و تعریف اصولی زمان، بالاخره نظریه ای واحد را فراهم خواهند کرد که به نظر می رسد بزرگترین افسوس را در پیری انسان به همراه آورند. آن افسوس این است که چرا روزهای پر رونق گذشته را صرف کارهایی کردیم

^۷ هوش مصنوعی به موضوع ساخت ماشین هایی می پردازد که توانایی شناخت خود و جهان پیرامون را دارند. آنها توانایی پرسیدن سوال هایی فلسفی دارند و می توانند همانند نوزاد انسان آموزش دیده و تصمیمات احساسی بگیرند. این علم تلفیقی از علوم مهندسی برق، مهندسی کامپیوتر، مهندسی پزشکی و علوم روانشناختی است و ذهن بسیاری از دانشمندان این حوزه ها را به خود مشغول کرده است.

که ابدًا عاقلانه نبود. در بخش دوم، در مرود شکوهمند بودن احساسات انسان صحبت شد. ما مرور این بخش به این نتیجه رسیدیم که این احساسات عظیم تنها برای چند صباحی خلق نشده‌اند و هدف آن‌ها متعالی‌تر و مقدس‌تر از این است تنها که برای حیات مادی و محدود استفاده شوند. زیرا مثلاً آن همه عشق و محبتی که بین فرزند و مادری است، آیا با مرگ مادر از بین می‌رود؟ آیا فرزند همیشه دنبال وصال دوباره نیست؟ در بخش‌های بعد در مورد آمال‌ها و اهداف انسان‌ها و فرصت رسیدن آن‌ها، مطالبی ارائه شد. به طور خلاصه از بخش‌های قبلی کتاب ۵ نتیجه زیر را بدست آوردیم.

یک. علم در آستانه اثبات متافیزیک است.
دو. احساسات انسان جذاب، مبهم و عظیم است و عقل دوام آن را طولانی‌تر از یک دوره محدود زمانی می‌داند.

سه. احساسات اگر در مسیر نادرست قرار گیرد، آرزوها و آمال‌هایی را به وجود می‌آورد که خود انسان نیز از رسیدن به آن ناامید است اما لجاجت در رسیدن به آن‌ها لحظه‌ای او را راحت نمی‌گذارد.

چهار. فرصت زندگی یک انسان عادی به صورت مفید و در بهترین شرایط ۱۲۰۰۰ روز ناقابل است.

پنج. مرگ انسان آنی بوده و سرنوشت ابدی، ابدًا شوخی نیست.

با توجه به این نتایج، می‌توان در بطن جامعه حضور داشت، از دنیا لذت برد، هر کاری کرد، امیدوار بود،

نگران نبود، خمیازه نکشید، حس خوب داشت، عزیز بود و به همه آمال رسید، اگر در را مستقیم گام برداشت. با این روش هم دنیا را به بهترین نحو داریم و همه کړه‌ی دیگری را که مسافریم به آنجا. قطعاً نمی‌دانیم آن کړه در کدام کهکشان است، آیا هم اکنون ساخته شده است؟ ولی از این که مسافریم شکی نداریم. با خدا بودن یک تجارت پرسود برای باهوش‌هاست، همان‌هایی که پیشرفت‌هایمان را مدیون زکات آن‌ها هستیم، دین داری در ساده‌ترین حالت عبادت محض است، راه‌های ساده‌ای است که نمیی‌نیم، کشفشان کنیم!



شکل ۱۲: آیا نظریه جهان‌های موازی بالاخره بسیاری از موضوعات را روشن خواهد کرد؟

در ادامه باید به یک موضوع دیگر نیز توجه داشت. پروردگار ما به صراحت اعلام کرده است که با تقوا باشید تا به بهشت بروید:

"ان المتقین فی جنات و النعیم"

اما از دیدگاه منطق سوالی پیش می‌آید. اگر بی تقوا باشیم بخشیده نمی‌شویم؟ به نظر می‌رسد ما انسان‌ها کاملاً تحت تاثیر قوانین فیزیکی و متافیزیکی هستیم، هر کار خوب قدرتی مثبت در روح ایجاد، و طبیعتاً هر کار منفی تاثیر منفی‌ای در روح و روان ما خواهد گذاشت. بعد از مرگ مجموع این انرژی‌ها برای هر فرد محاسبه و او صاحب امتیازی می‌شود، اگر این امتیاز کفاف پرواز را داد می‌تواند سریع در فضا مسافرت و در مکانی مشخص آرامش گیرد و جنبه جذابی از معاد را تجربه کند، و... و اگر قدرتش و اعتبارش کم باشد سرگردان می‌شود، یک روح سرگردان، و دوزخ نهایت او خواهد بود. در این عالم به قدر سرسوزنی به ما ظلم نخواهد شد. ما کاملاً تابع قوانین مشخصی هستیم که ایزد منان نگارش کرده است. او رحمان و رحیم است و احتمالاً بخشیده خواهیم شد، اما عاقلانه است که خود را برای سرنوشتی ابدی مجهز کنیم. و یکی از مهمترین سلاح‌های آمادگی برای آن روز، تقوا است. ممکن است اعمال نیک فراوانی انجام دهیم، ممکن است نماز اول وقتمان ترک نشود، اما با برخی گناهان همه آن‌ها را نابود کنیم. در جامعه ما تقوا و پرهیز از گناه در حال فراموشی است، متأسفانه جایز بودن گناه کم کم در ضمیر ناخودآگاه ما حک شده است. برای اینکه در آخرت محصول مناسبی برای درو داشته باشیم باید در این دنیا بذر تقوا بکاریم. به عبارتی ابتدا گناه

نکنیم و سپس اعمال نیک انجام دهیم، تنها این روش است که ما را در سرای ابدی، ابدی خواهد کرد. به قول مولوی:

"گر نه موش دزد در انبان ماست

گندم اعمال چهل ساله کجاست

ابتدا تو دفع شر موش کن

وانگهی در جمع گندم کوش کن"

بنابراین با توجه به دلایلی که در سراسر این کتاب بیان شد، شایسته است در صدر برنامه‌هایمان، یک برنامه آمادگی مرگ قرار دهیم. این برنامه می‌تواند شامل ۵ مورد زیر باشد:

۱- حق الناس و طلب رضایت از مردم: سعی کنیم در اسرع وقت این حقوق را شناسایی و سعی کنیم آن‌ها را ادا کرده یا به شکلی مشخص دسته‌بندی کنیم تا در نبودمان قابل شناسایی برای سایرین باشد.

۲- توبه و استغفار از گناهان

۳- عبادت و جمع آوری توشه برای سفر آخرت

۴- انجام واجبات دینی فراموش شده

۵- تقوا و پرهیزگاری و دوری از گناه

اگر این برنامه‌ها را در کنار برنامه‌های دیگر زندگی، پیش ببریم، آنجاست که کمرمان از اندوه‌ها و ناملایمات زندگی بسته است. آنجاست که پشتمان به اندوخته‌هایمان گرم است. با این کمر بسته و پشت گرم می‌توان به تلاش در دنیا ادامه داد. تلاشی که عزت خدا پشت آن است. و هرگاه که زمان مرگمان فرا رسد؛

آسوده خاطریم که در آن دنیا مسیر سختی نخواهیم داشت. دنیایی که ابدی است. با کمی دقت می‌فهمیم که این نکات شعار نیست، بلکه یک روش ساده، عاقلانه و راهبردی برای داشتن دنیا و آخرت است. ساده فکر کنیم.

و در آخر چند سوال:

آیا واقعیت‌های روز افزون دانش و اعجاب پدیده‌های طبیعی به ما تلنگر نمی‌زند که هیچ چیز بیهوده آفریده نشد است؟

آیا علم آن قدر جلو رفته که بتواند معاد جسمانی، وجود روح و متافیزیک را به راحتی اثبات کند؟

آیا لذت‌های دنیا به واقع لذت هستند؟

آیا اگر همه امکانات را داشته باشیم، آنگاه زمان کافی برای لذت بردن را هم داریم؟

آیا زمان کوتاه زندگی به ظاهر پر لذت در این دنیا ارزش از دست دادن زمان طولانی زندگی در آن دنیا را دارد؟

آیا اگر ناگهان مدت زندگی امان در این دنیا به سرآمد، آماده زندگی جدید در آن دنیای عجیب و ابدی هستیم؟

آیا در پیری افسوس خواهیم خورد که چرا روزهای پر رونق گذشته را صرف کارهایی کردیم که ابدًا عاقلانه نبود؟

آیا وقت آن نرسیده است که سیاستمان را برای زندگی عوض کنیم؟ و یا دست کم آن را اصلاح کنیم؟

مراجع و منابع

- نهج البلاغه امام على (ع)، انتشارات تابان
- دنیایی که من می بینم. آلبرت انیشتین، ترجمه ی فریدون سالکی، ۱۳۴۲

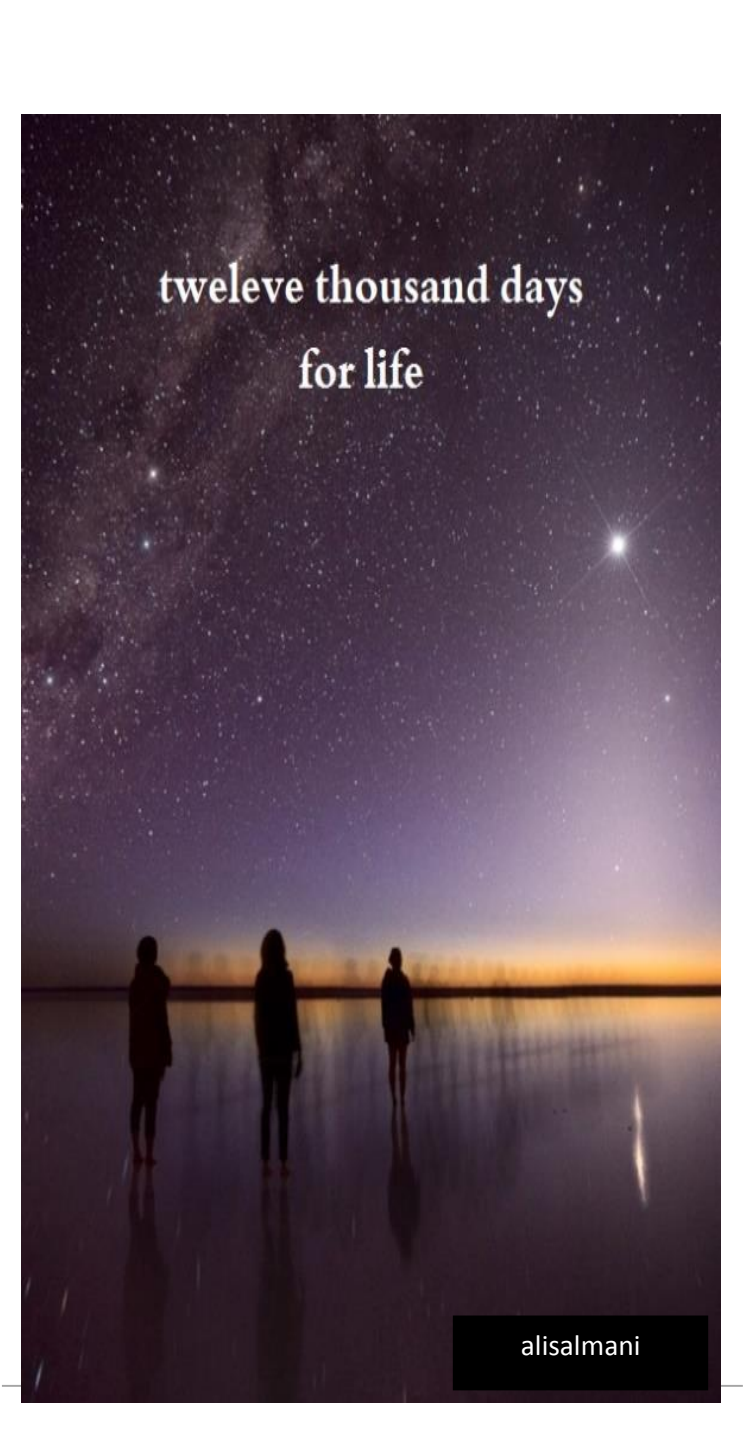
خواننده محترم:

لطفا این کتاب را به صورت رایگان نشر دهید.



علی سلمانی، پاییز ۱۳۹۵

impowayasmet@gmail.com

A vertical photograph of a night sky filled with stars and the Milky Way. In the foreground, three people are silhouetted against a bright, orange-hued horizon, standing on a surface that reflects the sky and their forms. The text "tweleve thousand days for life" is centered in the upper half of the image.

tweleve thousand days
for life

alisalmani