گوێگرتن

کریشنامۆرتی لەفارسییەوە: جەواد

(مامۆستاکانتان تەنها ئێوە بۆ تاقیکردنەوەی وانەکان ئامادە دەکەن، بەڵام بۆ ژیان و مەسەلەکانی ژیان ئامادەتان ناکەن و فێرتان ناکەن کە لە ژیان تێبگەن)

کریشنامۆرتی

بۆچی گوێ لە قسەی من دەگرن؟ ئایا تا ئێستا بیرتان لەوە کردوەتەوە کە بۆچی ئێمە گوێ لە قسەی یەکتری دەگرین؟ ئایا بیستنی قسەی خەڵکانی تر چ واتاو مانایەکی هەیە؟ کاتێک لەبەرامبەر کەسێک دادەنیشت ئایا تەنها لەبەر ئەوە دادەنیشت کە قسەت بۆ بکات ، یان بۆچوونەکانی تۆ پەسەند بکات، یان بە راستی حەز دەکەی لەو قسەکان تێبگەیت کە بۆتی باسدەکات؟ ئایا سەیری جیاوازی نێوان ئەو دوو جۆرە لە روانینە دەکەن؟ گوێگرتن بە مەبەستی فێربوون و تێگەیشتن زۆر جیاوازی هەیە لە گوێگرتن بە مەبەستی ئەوەی کە بەرامبەرەکەت قسەکانی تۆ پەسەند بکات و بە لایەوە پەسەند بێت. ئەگەر گوێگرتنی تو تەنها لەپێناو ئەوەدا بێت کە بەرامەبەرەکەت تەنها قسەکانی تو پەسەند بکات، بێگومان ئەو جۆرە لە گوێگرتنە هیچ بەها و نرخێکی نییە، بەڵام ئەگەر گوێگرتن تۆ بە مەبەستی فێربوون و تێگەیشتن بێت، ئەو مێشک و زەینت ئازاد و سەربەستە و پێویست بە هیچ ئەندێشەیەک ناکات. وەها زەین و مێشکێک لە راستیدا زەین و مێشکێکی چالاک و زیندوو و پرسیارکەر و چوست و چالاکە، توانایی هەموو دۆزینەوەیەکی هەیە؟ کەواتە ئایا گرنگ نییە ئەوە لەبەرچاو بگرین کە بۆ چی زۆر بە سەختی گوێ دەگرین ؟

ئایا تا ئێستا وابووە کە بە ئارامی و هێمنی لە گۆشەیەکدا دانیشتبێتن بە بێ ئەوەی زەینتان لەسەر شتێک تەرکیزی کردبێت؟ ئایا بەراستی لەوەها حاڵەتێکدا زەینتان ئارام و هێمن نییە؟ ئەگەر وا بووبێت گوێ لە هەموو شت دەگرن. ئایا وا نییە؟ لەوەها حاڵەتێکدا هەموو ئەو دەنگانە دەبیستن چ لە نزیک بێت و چ لە دوور. یانی لە راستیدا ئێوە دەتوانن گوێ لە هەموو شت بگرن. زەینتان سنووردار ناکرێتەوە بە یەک رێگە و کەناڵێک. زەینتان کراوەیە بۆ بیستنی هەموو شتێک . ئەگەر بەمجۆرە بێت ئەو بە ئاسوودەیی و بە بێ ئەوەی هیچ کێشە و لەمپەرێک بێتە سەررێ ، گوێ لە هەموو شت دەگرن. ئەو کاتە بۆتان دەردەکەوێت کە لەناخەوە چۆن تووشی گۆرانێکی گەورەبوون، گۆرانێک کە بە بێ ویست و ئیرادەی خۆتان روودەدات و ئەم گۆرانکارییەش لێوانلێو دەبێت لە جوانی و خۆشی.

هەر ئێستا ئەو کارە ئەنجامبدەن. هەر ئێستا، نە تەنها گوێ لە من بگرن، بەڵکو گوێ لە دەوروبەرتان بگرن، گوێ لە هەرچی لە چـواردەوری ئێوەیە بگرن. گوێ لە دەنگی دەرگا، لە زەنگولە، لە جەرس و زەنگی شوێنە پیرۆزەکان(پرستگەکان) گوێ لە دەنگی شەمەندەفەر، لە عارابانە، گوێ لە

هەموو دەنگەکان بگرن، گوێ لە من بگرن کە لە نزیک ئێوەم . ئەگەر وەها کارێک ئەنجامبدەن(گوێگرتن) ئەوا بە ڕاستی هەستی پێدەکەن کە گوێگرتن چەند قوڵە، بەڵام ئەوە بزانن کە گوێگرتن پێویستی بە زەینێکی ئارام و ئاسودە هەیە. ئەگەر گوێ بگرن ئیدی ئەوەی کە لە دەورووبەری ئێوە ڕوودەدات بێتاقەت و پەرێشانتان ناکات. ئەو کات دەبنە خاوەنی زەینێکی ئارام ، چونکە بە قوڵی گوێتان لە هەموو شت دەبێت.

هەرکاتێک بتوانن بە خۆشی و ئاسودەییەکی تایبەت گوێبگرن، ئەو کاتە تێدەگەن کە چ گۆڕانکارییەکی گەورە لە دڵ و زەینی ئێوە ڕوویداوە . گۆڕانکارییەک کە هیچ تەزویر و ساختەیەکی پێوە دیار نییە . گۆڕانکارییەک کە قەت ڕۆژێک لە ڕۆژان بیرت لی نەکردبۆوە.

ئەندێشە شتێکی سەیرە ، ئایا وا نییە؟ ئایا دەزانن کە ئەندێشە چییە؟ ئەندێشە یان بیرکردنەوە لە ڕوانگەی زۆربەی خەڵکەوە شتێکە کە لە زەین و مێشک دروست دەبێت و خەڵک لەسەر ئەندێشەکانی خۆیان لەگەڵ یەکتر دەستەو یەخە دەبن و بەشەڕ دێن. ئەگەر بە ڕاستی هەموو شتەکان بە ڕاستی و دروستی بنووسرێن وەک دەنگی ئاو کاتێک لە لێواری ڕووبار دەکەوێت ، یان گریانی منداڵان ، ڕەخنەی دایکان، فشەی هاوڕێیان، تەعلیقی ژن و مێرد لەیەکتری ، ئەگەر هەموو ئەو دەنگانە ببیستی، ئەو کات هەستی پێدەکەیت کە توانیوتە هەموو ئەو وشانەی کە مرۆڤیان پارچە پارچەکردووە تێیەڕێنی.

زۆر گرنگە کە ئێمە بگەین بەوپەڕی وشەکان ، چونکە ئەو شتەیە کە هەموومان دەمانەوێت. چ پیر بین و چ گەنج بین ، چ خاوەنی ئەزموونی چەندین ساڵە بین و چ بێ ئەزموون بین، هەموو خوازیاری شادی و خۆشین. ئەگەر منداڵین حەز دەکەین لە یاری کردن و لە خوێندن و ئەنجامی ئەرکەکانمان دا شادبین. هەرچی تەمەنمان دەچێتە سەر زیاتر لە ناو موڵک و ماڵ و خانوو و ژنی دڵسۆز و کەسابەتی باش بۆ شادی و خۆشی دەگەڕێین. هەرکاتێک کە ئەمانە شادي و خۆشیمان پێنەبەخشن، ئیتر ڕێگاکەمان دەگۆڕین . "ئێمە دەڵێین دەبێ خۆمان لە مادیات بەدوور بگرین، تا بتوانین بە شادی و خۆشی بگەین". ماڵی خۆمان بە جێدەهێڵین، واز لە ماڵی دونیا دەهێنین و تەرکی دونیا دەکەین ،یان ئەوەی کە دەچینە ناو گرووپێکی ئاینی و وا تیدەگەین کە بەقسەکردن لەسەر برایەتی و یەکسانی ، یان شوێنکەوتنی سەرکردەیەک ،یان سەرۆکی گرووپێک یان شێخ و مورشیدێک ،دەتوانین دەستمان بە شادی و

تا ئێستا بیرتان لەوە کردوەتەوە کە بۆچی ئێمە گوێ لە قسەی یەکتری دەگرین؟ ئایا بیستنی قسەی خەلکانی تر چ واتاو مانایەکی هەیە؟ کاتێک لەبەرامبەر کەسێک دادەنیشت ئایا تەنها لەبەر ئەوە دادەنیشت کە قسەت بۆ بکات

خۆشی و کامەرانی بگات، لەکاتێکدا ئەمە تەنها فریودانی خۆمانە و ئەو جۆرە بۆچوونە تەنها خەیاڵ و وەهمەو و لە بنەڕەتدا هیچ بنچینەو بنەمایەکی نییە.

ئایا تێدەگەن کە مەبەستی من چییە؟ کاتێک کە قژی خۆتان شانە دەکەن و جلی پاک و خاوێن لەبەردەکەن و سەروچاوی خۆتان دەرازێنەوە ، ئەوانە بەشێک لەوەی کە دەتانەوێت کەیف خۆش و شاد بن. ئایا وا نییە؟ ئایا کاتێک کە تاقیکردنەوەکان ئەنجامدەدەی ، یان کار و ئیشێک بۆ خۆتان دەدۆزنەوە، خانوو و موڵک و ماڵێک بۆخۆتان دابیندەکەن، یان کاتێک کە ژن دەهێنن ،دواتر دەبنە خاوەنی منداڵ، یان هەندێ جار دەچنە ناو گرووپە ئاینەکان ، هەموو ئەمانە ئەوەمان بۆ دەردەخات، کە بە دوای شادی و خۆشیدا دەگەڕێین. ئەوە بزانن کە شادی هەروا بە ئاسانی و سادە بەدەست نایەت، چونکە هیچ کامیان لەوانە شادی نین ، ڕەنگە هەرکام لەوانە بۆ ماوەیەکی کورت شادی و خۆشی و تام و چێژتان پێبەخشێت، بەڵام هەموویان دوای ماوەیەک لەبەرچاو دەکەون و دەبنە بێزارکەر .

هەموو ئەو شتانەی کە ئێمە دەیانناسین، هیچیان هەتا سەر نین و بۆ هەمیشە نامێنەوە، هەروەک فرمێسکی دوای پێکەنین و ناخۆشی دوای شادی و پێکەنین. (خۆشی و ناخۆشی هیچیان تاسەر نین — وەرگێر) . هەموو شت دەژاکێت و دەپوکێتەوە و لەناودەچێت، هەر بۆیە هەتا گەنج و لاون دەبێ هەوڵبدەن بۆ تێگەیشتن لە دیاردەی "شادی و خۆشی" . وەرگرتن و فێربوون و تێگەیشتن بەشێکی لە ڕێگای ڕاهێنان و فێربوونەوەیە. شادی هەر وا سوک و ئاسان دەستناکەوێت . من دەتوانم لەچەند وشەی سادە و ساکار بیدرکێنم و باسی بکەم بەڵام تەنها بە گوێگرتن لە من شادی و خۆشی و شادمانی بەدەست نایەت و ئێوە خۆشحاڵ و شاد و کەیف خۆش نابن.

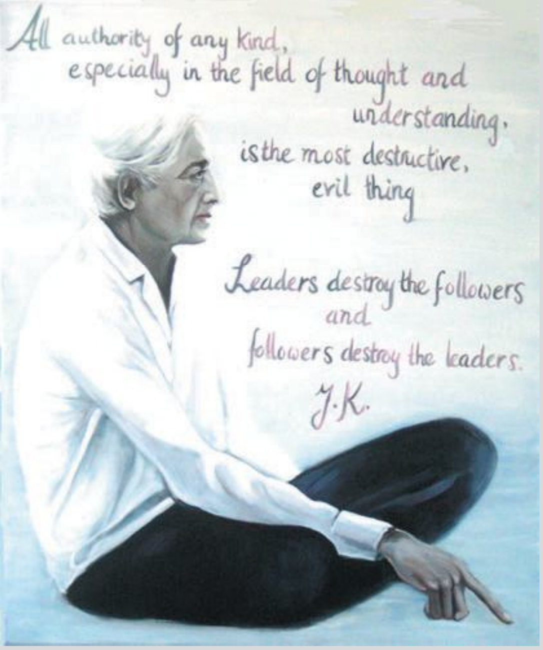
شادمانی و خۆشی و شادی شتێکی سەیرە ، کاتێک دێت کە تۆ بە شوێنی دا نەگەڕاوی و کتوپڕ و بە بێ ئەوەی چاوەڕوانی بووبێتی دێت. ئەو کاتەی کە تۆ هیچ هەوڵێکت نەداوە بۆ ئەوەی شادبیت و خۆش بیت لەناکاو شادی و خۆشی لەبەردەمت زەق دەبێتەوە، شادییەک کە سەرچاوەکەی پاکی و جوانییە، بەڵام تێدەگەیشتن لەوەش پێویستی بە تێگەیشتن و بیر و هزر هەیە و مرۆڤ لەوبارەیەوە نابێت سەر بە هیچ ڕێکخراو و گرووپ و دام و دەزگایەک بێت و نابێت هەوڵی پلە و پایە و پۆست بدەن . حەقیقەت بەوە شێوەیە بە دەستنایەت ، کاتێک دەتوانن

حەقیقەت وەچنگ بخەن کە دڵ و دەروون و زەینتان لە هەرجۆرە هەوڵدانێک کە پەیوەندی بە پلە و پایە و پۆست و دەستکەوتی مادییەوە هەبێت پاک و خاوێن کردبێتەوە و هەوڵتان نەدابێت، بۆ ئەوەی پۆست و پایەیەکتان هەبێت. ئەگەر زەین و مێشکتان ئارام و ئاسودە بێت ، زەینتان زۆر بە ئارامی گوێ دەگرێت هەر شتێک کە لە دەورووبەرتان دەگوزەرێت.

بۆ ئەوەی شاد و خۆشحاڵ بن، دەبێ بزانن کە چۆن زەین و مێشکتان لە هەر جۆرە ترسێک دەرباز بکەن. هەتا ئەو کاتەی تۆ لە کەسێک، یان لە شتێک بترسی ناتوانی شاد و خۆشحال بی ، تا ئەو کاتەی لە دایک وبابت ،یان لە مامۆستاکانت ،یان لە ترسی دەرنەچوون لە تاقیکردنەوەکان، یان بترسی لە پێشکەوتن، یان بترسی لەوەی کە ڕێزت لێناگرێت قەت رووی خۆشی و شادی نابینی، چونکە دەترسی و ئەگەر کەسێکیش بترسێ بێگومان قەت چاوی بە شادمانی و شادی ناکەوێت. ئەگەر بە راستی لە هیچ شتێک نەترسن ئەو لەو کاتەدایە بەیانییەک زوو کە لە خەو هەڵدەستی یان کاتێک بە تەنیایی پیاسە دەکەی، لەناکاو دیاردەیەکی سەیر ڕووت تێدەکات، کە تۆ هیچ هەوڵێکت بۆ نەداوە، ئەو دیاردەیە دەکرێت ناوی لێبنرێت شادی ،یان خۆشی یان عەشق، کە بە شێوەیەکی کتوپر خافڵگیرت دەکات بێئەوەی خۆت پێبزانی.

ئەگەر گەنج بیت ،زۆرگرنگە کە خاوەنی پەروەردەیەکی باش بی ، پەروەردەی باش زۆر گرنگە، ئەو پەروەردەیەی ئێستا هەیە ، لەراستیدا پەروەردە نییە ، چونکە هیچ کەس سەبارەت بە مەسەلەکانی ژیانی دەورووبەرت قسەت بۆ ناکات، مامۆستاکانتان تەنها ئێوە ئامادە دەکەن بۆ تاقیکردنەوەی وانەکان، بەڵام ئامادەتان ناکەن بۆ ژیان و مەسەلەکانی ژیان. فێرتان ناکەن لە ژیان تێبگەن. ئەوەی دەبێت لەبارەی ژیانەوە پێتان بلێن ، لە زمانیان دەرنایە و باسی ناکەن، چونکە ئەوانەی کە دەبێ بزانن چۆن دەژین و چۆن دەبێ بژین زۆر دەگمەن و کەمن.

زۆربەی ئێمەمان زۆر بە سەختی دەژین ، هەر بۆیە ژیانمان لێ بووەتە شتێکی زۆر ترسناک و ناخۆش ، ژیانی ڕاستەقینە پێویستی بە خۆشەویستی و عەشقێکی مەزن هەیە ، پێویستی بە زەینێکی زۆر ڕووناک و پاک و بێگەرد هەیە، کە بە دوور لە هەر پێشبینی و داوەری و ترس و دڵەراوکێ و گومان بێت . ئەگەر ژیان فێری ئەوەت نەکات کە چۆن بژی ئەو ژیانە هیچ مانایەکی ئەوتۆی نابێت. رەنگە ژیان فێری هەندێ نەزم و ڕێکو پێکی و رەفتار و کردارت یان فێرت بکات کە چۆن لە تاقیکردنەوەکاندا دەربچی ، ئەمانە لە ئەولەویتی فێرکردن و راهێنان شتێکی ئەو تۆ نییە لەبەرامبەر پێکهاتەی کۆمەڵگە کە خەریکە لەناودەچێت، وەک ئەوە وایە تۆ ماڵەکەت ئاگری گرتبێت، بەڵام تۆ هاوکات خەریکی پاکردنەوەی نینۆکەکانت بیت.



سەیرکە هیچ کەس سەبارەت بە ژیان و مەسەلەکانی پەیوەندیدار بەژیان قسەت بۆ ناکات و لەبارەیەوە ئامادە نییە لەگەڵ تۆ هیچ شتێک بخاتە بەر باس و لێکۆلینەوە.

هەر بۆیە چۆن تۆ ڕۆژانە ماوەیەکی زۆر لە کاتی خۆت بۆ فێربوونی وانەکانی وەک بیرکاری و مێژوو و جوگرافی تەرخاندەکەیت، ئاواش دەبێت کات بۆ فێربوونی مەسەلەکانی ژیان تەرخان بکەیت، چونکە ئەو کارە دەبێت هۆی دەوڵەمەندبوونی ژیانت.

راهێنان و فێربوونی راستەقینە ئەوەیە کە فێرمان بکات کە چۆن بیر بکەینەوە ،نەک ئەوەی کە بیر لە چی بکەینەوە. هەر کاتێک بزانن چۆن بیردەکەنەوە، بەراستی ئەو کات دەبنە خاوەنی ئیمکاناتێکی زۆر و ئەوکاتەیە کە دەبنە مرۆڤێکی سەربەست و ئازا ، دەبنە مرۆڤێک کە دەربازتان بووە لە هەموو سنوور و داخراوییەک بە شێوەیەک کە رزگارتان دەبێت لە هەمووشت و ئەو کاتەیە کە تێدەگەن مرۆڤێکی ئازاد و سەربەستن.

سەرچاوە:

– سایت فارسی جیدو کریشنامورتی