

"اعتیاد و خودشناسی"

در عرفان، به یک تعبیر، انسانی را که مغلوب نفس و گرفتار هویت‌فکری شده و سمت و سوی رفتار و افکار و بطور کل، شکل بودن و زندگی و همه حرکات و فعالیت او، تلاش برای رسیدن به هدفی است که نفس برای‌اش تعیین کرده، به کسی تشبیه می‌کنند که به خواب رفته و در خواب است و به آنچه بر او می‌گذرد و یا عمل می‌کند، هشیار نیست و اختیار از او ساقط شده..... بنابراین می‌گویند برای رهایی از سلطه نفس باید او را "بیدار" کرد....

در این نوشتار قصد بر این است که از دیدگاهی دیگر و با تمثیل و تشبیهی دیگر نفس را معرفی کرده و با آن مقایسه کنیم.... این تمثیل را با اسم و عنوان "اعتیاد به مواد مخدر" می‌شناسیم، و چگونگی آن برای اغلب ما روشن است و اکثریت قریب به اتفاق آنرا نهی می‌کنیم و گرفتاری در دام آنرا یک ایراد عمده اجتماعی، اخلاقی یا روحی، روانی می‌دانیم. و البته رویکردی که متخصصین آسیب‌شناسی به آن دارند شاید در دو دسته قابل بررسی باشد.... گروهی آنرا به عنوان یک جرم در نظر می‌گیرند و قائل به برخورد قانونمند و تادیبی با آن هستند و گروهی دیگر اعتیاد را در زمره یک بیماری با منشاء روحی و جسمی به حساب می‌آورند که قابلیت سرایت به افراد سالم را دارد و معتقدند با کسی که در دام آن می‌افتد، باید همچون یک بیمار برخورد شود یعنی باید او را مداوا کرد.... هر چند قصد بر این نیست که این دو نوع برخورد با فرد معتاد، در این مجال نقد و بررسی شود اما در ادامه مطلب شاید در مقام تمثیل و مقایسه‌ی "اعتیاد به مواد مخدر" با "گرفتار شدن در دام هویت فکری"، پرداختن به این موارد، به روشن شدن زوایای دید و نگرش ما، کمک بیشتری کند.... تا بتوانیم سلامت و پاکی خود را دوباره به دست بیاوریم و اصلاً شاید به وجوه ارتباطی بیشتری بین معضل "هویت‌فکری" و "اعتیاد به مواد مخدر" پی ببریم، که به علاج هر دو درد کمک کند.

با مشاهده و بررسی روند آلوده شدن یک انسان سالم، به مواد مخدر و مقایسه آن با شکل‌گیری من و هویت‌فکری در درون فرد، می‌توان با چگونگی از کار افتادن ذات و فطرت اصیل انسانی و جایگزینی یک هویت ساختگی و وابسته به غیر، آشنا شد.... مثل یک معتاد که با شروع استفاده از مواد مخدر، ساختار مستقل و معتدل جسم خود را به تدریج از دست می‌دهد و نظم و تعادلی را که به رایگان در درون خود داشت و مثل چشمه‌ای جوشان و همیشگی از آن استفاده می‌کرد، از دست می‌دهد و نیازمند "موادی" می‌شود که باید از بیرون به بدن او برسد!

اینطور که متخصصین فیزیولوژی گفته‌اند در مواقعی که انسان با فشارهای روحی و عصبی احتمالی روبرو می‌شود، بدن یک فرد سالم به طور طبیعی و از طریق غدد درون ریز، مواد آرام‌بخشی را به سیستم عصبی می‌رساند که تا حد زیادی به او کمک می‌کند که معضل و مشکل پیش‌آمده را از سر بگذراند.... در بدن فردی که از مواد مخدر استفاده می‌کند، کارکرد این غدد و این سیستم، به تدریج مختل شده و از کار می‌افتد.... و بدن انسان هر چه بیشتر وابسته‌ی دریافت موادی از بیرون می‌شود.... و شاید این وابستگی‌ها به طور کل ذائقه را آنچنان تغییر بدهد که پس از آن، با آنچه طبیعی و سالم بوده، هماهنگ نشود و یا این کار خیلی به سختی صورت بگیرد!.... شرح حال افرادی که برای ترک کردن مواد مخدر و پاک شدن به گروه‌های NA "معتادان گمنام" narcotic anonyms، مراجعه می‌کنند، حاکی از این احوالات می‌باشد!....

شاید یکی از علل عمده کشش به سوی مواد مخدر، حاصل ناکامی‌های خیالی باشد که به واسطه غلبه همین من و هویت‌ساختگی در درون خود، احساس می‌کنیم.... و برای فراموش کردن این دردهای توهمی، ذهن ناسالم خود را با مواد افیونی تخدیر می‌کنیم تا درد را احساس نکند.... یعنی به جای معالجه، از مُسکنی موقتی استفاده می‌کنیم....

روند شکل‌گیری و پیدایش این هویت خیالی با القانات بیرونی و از آغاز دوران نوجوانی شروع می‌شود که به ایجاد یک من ذهنی و غیر حقیقی در درون من منجر می‌شود و در عین حالیکه این توهم، "حقیقت من" نیست، اما در تمامی کارها و عکس‌العمل‌های من نقش امرکننده یا نهی‌کننده را بر عهده می‌گیرد.... و مرا به شکلی "شرطی شده" در تمامی مراحل زندگی، به واسطه‌ی نخ‌هایی نامرئی همچون یک عروسک خیمه‌شب‌بازی و ادار به حرکت می‌کند.... این من غیر حقیقی (نفس، هویت‌فکری)، که دانشی محدود دارد، جانشین ذات و فطرت اصلی می‌شود که بی‌واسطه با نامحدود ارتباط دارد و سعی می‌کند وظایف او را به عهده بگیرد و با تاثیر از القانات

جامعه، اهدافی را معین می‌کند و با ابزار مقایسه مرا و می‌دارد با حرص شروع به دویدن نمایم و در صورت کمکاری، خود را به خاطر عقب ماندن از مثلا "سیر حرکت تکاملی جامعه" ملامت کنم.... و برای رضایت خاطر او (که البته هیچوقت راضی نمی‌شود!) شروع به دویدن و رقابت بیشتری نمایم.... (این رقابت و دویدن، ظاهری پسندیده دارد و تحت عنوان تلاش و فعالیت برای پیشرفت و تکامل، یک رقابت و جنگ زیرپوستی و نامرئی را بین اکثر آحاد تشکیل دهنده جامعه سبب می‌شود.... و الا هیچ عقل سلیمی مخالف جستجو و کنجکاوی و حرکت با عشق و علاقه برای پیشرفت در علم و پیش‌برد امور زندگی نیست). جالب اینجاست که نفس، این اهداف را با موجودیت من پیوند می‌زند و من، خود را و حقیقت وجود خود را، همان هدف‌هایی که باید به آنها برسم یا در حال حاضر رسیده‌ام، تصور می‌کنم (همگون‌پنداری و یکسان‌پنداشتن خود با داشته‌های بیرونی) و با شکسته شدن هر کدام از این الگوهای ذهنی، من خیالی ضربه می‌خورد و فشارهای روحی حاصل از این توهمات، سهمی آشکار در کشیده شدن افراد به سمت عادات تخدیرکننده بر عهده دارد....

و به علت غلبه رفتارهای مبتنی بر رقابت و مقایسه در اجتماع، حرص و زیاده‌خواهی یک هدف ایده‌آل به نظر خواهد رسید! به این صورت که در کورس رقابتی که دائم با دیگران به طور آشکار و پنهان دارم ترس از شکست مرا وادار به حرص و جمع‌آوری روزافزون خواهد کرد.... اما به علت غلبه دیدگاه غیر عقلانی مقایسه و نسبت، هیچ حد نهایی و پایانی برای سیر شدن متصور نیست.... و در نهایت پای آدمی به سنگلاخ کشیده می‌شود....

یک کودک در زمان کودکی با ذات و فطرتی پاک، از رنج و آزار نفس و هویت‌فکری رها و آزاد است و شاهد هستیم که با شنیدن کوچکترین نغمه‌ای موزون شروع به حرکت و رقص می‌کند.... چرا که شادی و رضایت خاطر او از درون می‌جوشد و وابسته به مواد و موارد بیرونی نیست.... اما این پاکی و صفای خاطر او با خامی همراه است.... و کم‌کم از محیط و جامعه، یک من ساختگی و ذهنی به او القاء می‌شود و براساس این من، شروع می‌کند که خود را چنانچه هست نپذیرد و به دنبال کسب آنچه جامعه از او می‌خواهد به دوندگی بپردازد.... یک دو مارا تن بی‌پایان!.... او اینطور آموخته که برای اینکه شاد باشد، دیگران باید او را تایید کنند و به او امتیاز مثبت بدهند!.... اما متأسفانه هیئت داورانی که باید عادلانه امتیاز بدهد، خودش از معلولین و معتادین به "من" و "هویت" هستند و بستگی دارد موقع امتیاز دادن، نشئه و کیفور باشند یا خمار و پکر!.... اگر پکر باشند که با خشم، دق‌دلی خودشان را سر من و تویی که منتظر تایید و تشویق آنها هستیم درمی‌آورند و چیزی دست ما را نمی‌گیرد و البته تاییدیه‌های آنها هم معلوم نیست که آپتودیت شود و هر لحظه امکان دارد آنها پس گرفته و ما را در درد خماری باقی بگذارند....

این چنین می‌شود که من رو به گفتگویی درونی و بی‌پایان می‌آورم و در این محاوره‌ها دائم با خود در حال سنجش و تنظیم امور بیرونی و روابط ناسالم خود با دیگران هستم.... و حساب دخل و خرج اعتباری خود را می‌رسم و جمع و تفریق می‌کنم!.... و به این گذران روحی ناسالم ادامه می‌دهم تا مگر روزی کارد به استخوان‌ام برسد و عصیان کنم.... یعنی تبدیل شده باشم به یک معتاد کارتن‌خواب که یک رگ سالم در بدن‌ام باقی نمانده!.... از خانه‌ی امن فطرت خود دور افتاده و تمام امکانات سالمی که داشته‌ام و برای من کفایت می‌کرد را از دست داده‌ام.... و دیگر عاصی شده و فهمیده‌ام که آن صفا و بی‌هویتی پاک، اولیه که خودساز و درون‌سوز بود برای من مناسب است اما متأسفانه آنها از دست داده‌ام.... از فریب و حرص و خشم و نمایش، به فغان آمده و می‌خواهم بی‌هراس از هیچ‌کس، نقاب دروغین را از صورت بردارم و دوباره پوست چهره اصل و حقیقی خود را در معرض هوای پاک و نور درخشان خورشید حقیقت قرار بدهم و از آن منبع لایزال برخوردار باشم.... آیا امکان بازگشتی هست!؟

پس برای شروع رهایی و در اولین قدم، آگاهانه اقرار می‌کنم که من یک "معتادم" و می‌خواهم پاک شوم.....

نویسنده متن: جناب تبکم