



قطب‌نما

ضمیمه نوجوان

شماره ۱۶۱ ■ ۱۶ تیر ۱۴۰۱

نوجوان
جام جم



اسما آزادگان

به بهانه روز عرفه، کمی از آگاهی نوشتیم

آگاه شو!

تفاوت

آگاهی و دانش

من دکتری را می‌شناسم که از چشم‌هایش علم و دانش بیرون می‌ریزد ولی آگاه نیست. یعنی با این همه درسی که خوانده، هنوز نمی‌داند درک و روح و جهان‌ش چه خبر است. دانش همان چیزهایی است که معلم‌ها و استادها پای تخته می‌نویسند و ما حفظ می‌کنیم تا بعداً طوطی‌وار تکرارشان کنیم اما آگاه بودن یعنی شناختن، درک کردن و فهم عمیق همه چیزهایی که درون ما و جهان اطراف‌مان می‌گذرد. اگر آگاهی نباشد همه فرمول‌ها و اطلاعات علمی یک روزی به بن‌بست «خب که چی؟» می‌خورند؛ روزی که بعد سال‌ها با خودمان می‌گوییم این همه درس خواندن و کار کردن و دویدن چه گره‌ای را باز کرد؟ چه اثری گذاشت؟ بماند که گاهی بهای نداشتن شناخت درست نسبت به خودمان، قدم گذاشتن در مسیر اشتباهی است که جبران‌ش سال‌های سال طول می‌کشد و معلوم نیست حتی به مقصدی که می‌خواهیم برسیم یا نه.

خودآگاهی

بچه‌های کوچک از جلوی آینه ایستادن و تماشا کردن خودشان هم هیجان‌زده می‌شوند و هم می‌ترسند. چون مامان و بابا و آدم‌های دور و برشان را می‌شناسند ولی خودشان را نه! بعضی‌ها با همین فرمان ده‌ها سال بعد هم بیشتر از چندثانیه نمی‌توانند به چشم‌هایشان درون آینه زل بزنند، حس غریبی می‌کنند و از خودشان مشتکی اطلاعات شناسنامه‌ای، اسم و فامیل و تاریخ تولد می‌دانند، نه بیشتر. غافل از آن که انسان دریاست، عمیق، بزرگ، پراز شگفتی و کشف نشده و هرکس اگر همت کند و برود دنبال این که کیست و چرا اینجاست و چه کارهایی از دست و دلش برمی‌آید و خودش را بشناسد، خدا را شناخته!

تبعات آگاهی داشتن

کسی که می‌تواند چشم بسته موتور ماشین را باز کند و دوباره ببندد با آن کسی که حتی بلد نیست بنزین بریزد به حلق ماشین، یکی نیست. یک آدم آگاه همان‌طور که یک راننده برتک‌تک اجزای ماشین از موتور و سیلندرها گرفته تا لاستیک و چرخ تسلط دارد، روی احساس‌ها، واقعیت‌ها و آن چیزی که زیر پوست و گوشت تنش در جریان است، مسلط است؛ شبیه کارمند بانک محله ما که خوب آدم‌ها را می‌فهمد و وقتی یکی از مشتری‌ها بابت تاخیر متصدی باجه، صورتش قرمز شده بود و بی‌وقفه داد می‌کشید، به جای شلوغ‌بازی با گفتن جمله می‌دونم که شما خسته‌اید و درک کردن شرایطش، اوضاع را آرام کرد. همین قدر شیرین و همین قدر لطیف!

منبع آگاهی

همان‌طور که حواس‌مان هست از هرجایی مواد غذایی و خوراکی نخریم، همان‌طور هم باید مراقب باشیم که از کجا خوراک ذهن و روح‌مان را تأمین می‌کنیم. از آگاهی‌های کوچک‌تری مثل اخبار گرفته تا چیزهای بزرگ‌تر و عظیم‌تری مثل شناخت خود درون‌مان! چون نهایتاً اگر شیری که از فروشگاه خریده ایم فاسد باشد، پاکتش را درون سبک‌خالی می‌کنیم اما اگر اطلاعاتی که به مغزمان تزریق می‌شود، چپکی و الکی باشند، عمر گران را از کف می‌دهیم! بگذریم از این که خیلی از مکتب‌ها و فرقه‌هایی که درباره خودآگاهی و انرژی کائنات و چیزهایی از این قبیل حرف می‌زنند، هنوز در مسیر شناختن خودشان اندر خم یک کوچه مانده‌اند و ول معطل‌اند! اما بین این همه زرق و برق بازار دیدگاه شناختی، تنها کسی که می‌تواند درباره جهان بیرون و درون‌مان اطلاعات درست و موثق بدهد، خدایی است که ما و همه این چیزها را خلق کرده، نه هیچ‌کس دیگر.



خودشناسی یا...؟

من در مسیر بازگشت به این فکر می‌کردم که چقدر خودم را می‌شناسم؟ این که قرمه سبزی دوست دارم و شیفته رنگ زرد هستم و بین محمد و فاطمه - خواهر و برادرم - فاطمه را بیشتر تحویل می‌گیرم و از محسنی هم‌کلاسی‌ام متنفرم، خودشناسی مسخره و کودکانه‌ای است که حس خوبی به آن ندارم. هومن جلوی راهم می‌پیچد و تیغ آفتاب نمی‌گذارد تمرکز کافی داشته باشم. یاد حرف مامان می‌افتم که می‌گفت ما ذاتاً ساده‌ایم. پس سادگی به لیست اضافه شد. کمی فراری از جمع و شلوغی هم خدا در باطنم قرار داده و



فاطمه چبازی
تهران



غیرقابل انکار است. و دیروز با دیدن ماشین مدل بالای پسر آقای کاظمی هم کمی حسادت در خودم دیدم و با خودم گفتم لابد این هم اختلاس کرده است. درحالی که بابا می‌گفت هدیه دانشگاه قبول شدنش است. من واقعا نمی‌دانم خودم را می‌شناسم یا نه. این روزها کمی پرخاشگر هم شده‌ام و بیشتر از هر موقعی با دوچرخه سواری سعی می‌کنم و قتم را بگذرانم. کسی در مغزم می‌گوید اینها همه بخش کوچکی از تو است ولی تو واقعی این نیستی که می‌شناسی. می‌خواهم انکار کنم ولی می‌دانم درست است. من نمی‌دانم وقتی بغض می‌کنم چطور حالم بهتر می‌شود یا بعد از یک تفریح خوب با دوستانم چرا در خانه شاد و خوشحال نیستم؟ یا چرا ساعت می‌خرم و نمی‌اندازم؟ یا واقعا چرا با خواهرم نسبت به برادرم بهتر برخورد می‌کنم؟ من خودم را به قدر کافی نمی‌شناسم و دیگر باید شروع به شناختن کنم...