

سه گونه‌ی طبیعت مادی

© <http://www.yogamaheno.ir>

حامد ملازاده

۷ آذر ۱۳۹۵

۱ ساتوا، راجا و تاما



پلک‌هایش سنگین شده‌اند و بر روی چشمانش پرده افکنده‌اند. قار قار کلاغ‌ها را از پشت پنجره می‌شنود. با اینکه احساس می‌کند تشک سفت‌تر شده، حوصله‌ی جدا شدن از تخت‌خواب را ندارد. چشمانش را نیمه باز می‌کند، فضای اتاق تاریک نیست، سرش را اندکی به سمت راست می‌چرخاند، به ساعت روی دیوار نگاهی می‌اندازد و پلک‌هایش را می‌بندد. خسته است و دلش می‌خواهد باز هم بخوابد. جارچی کلاغ‌ها اهالی را صدا کرده و رئیس بزرگ قبیله همراه با شورای ریش سفیدان به اجماع رسیده‌اند و اکنون صدای یک کلاغ شنیده می‌شود که اهم تصمیمات را در جمع حاضرین نطق می‌کند. تاما^۱ از سکوت پیش آمده احساس رضایت می‌کند و در حالی که رئیس قبیله کلاغ‌ها همراه با تصویر مدیرش از صفحه ذهنش محو می‌شوند به خواب می‌رود.

زنگ ساعت به صدا در می‌آید! قلبش به تپش می‌افتد، لحاف را روی سرش می‌کشد تا صدایی نشنود اما صدا خاموش نمی‌شود و به زحمت از خواب بیدار می‌شود. با عجله صبحانه می‌خورد و با هر لقمه که در دهان می‌گذارد به مدیرش آقای راجا^۲ فکر می‌کند. غذا خوردن را فراموش کرده و با حالتی از نفرت آقای مدیر را متصور می‌شود. از صبح تا شب به آقای مدیر فکر می‌کند و او را عامل عدم پیشرفت، اضافه وزن، نداشتن اعتماد به نفس برای دادن پیشنهاد ازدواج به دختری که عاشقش است و حتی سهل‌انگاری و حماقتش در کارها می‌داند.

صدای باز شدن درب اتاق شیشه‌ای کافیتا تا صورتک کارکنان با خنده‌ی انتزاعی به سوی آقای مدیر جلب شود. مردی

Tamas^۱
Rajas^۲

چهارشانه با کت و شلوار اتو کشیده و با کفش‌های سفید همیشگی که اسطوره‌ای زنده برای همه کارکنانش هست، تنها در عرض چند سال توانسته در بین ثروتمندان شهر قرار بگیرد و همصحبت دلبران شود. همه در حسرت اینکه راجا چند کلامی با آن‌ها صحبت کند تا بتوانند آن‌گونه که سزاوار اوست پاچه‌خواریش کنند، همای سعادت روی دوش جوانترین فرد می‌نشیند و مدیر با صدای بلند رو به سمت آن جوان کرده سکوت را در هم می‌شکند و فریاد می‌کشد: «ساتوا! چرا داری فرصت رو از دست می‌دی، پسر بیا و کلید فتح آرزوها رو تحویل بگیر!» آقای مدیر با حسی از حسد به قابلیت‌ها و دانش این جوان و با لبخندی ظاهری به اتاق برمی‌گردد و ساتوا با حسی از خوشبختی در میان نگاه‌های تحسین‌آمیز و چشمک ستاره‌ها وارد اتاق آقای مدیر می‌شود. ساتوا جوان پرتلاش و صادقی است که به منظور کسب دانش بیشتر رو در روی آقای راجا ایستاده، دقیقاً جایی که چند ماه پیش تاما با موجی از شور و نشاط ایستاده بود و با خوشحالی تمام قراردادی رو امضاء می‌کرد که آقای راجا با لبخند همیشگی برای فتح آرزوها پیشنهاد داده بود!

۲ سه گونا

ای پسر کونتی، گونه‌ی شهوت (راجا) از آرزوها و امیال بی شمار نشأت می‌گیرد و به همین خاطر موجود زنده‌ی کالبد گرفته در بند اعمال ثمرجویانه‌ی مادیت. (فصل ۱۴ آیه ۷) [۱]

فردی با طبع راجا، آشفته، غرق در آرزوها و امیال بی‌شمار می‌باشد و از هیچ راهی برای رسیدن به آرزوهایش دریغ نمی‌کند. ممکن است شهوت فرد راجاسیک به خوش‌نامی به دست آمده از خانواده خوب، کار مناسب، ثروت و یا از نوع شهوت جنسی باشد، همان‌طور که طبع تاما ممکن است در افراد مختلف با رفتارهای متفاوت همچون پرخوری یا بی‌اشتهایی نمود پیدا کند. در گذشته طبع ساتوا، گونای مورد پسند جامعه بود چرا که با خود آرامش را به همراه دارد و گونه‌ی راجا گونه‌ای گذرا محسوب می‌شد، اما امروزه با تغییر سبک زندگی، انسان‌ها به ناچار در مسیری قرار می‌گیرند که جهت کسب مقام والاتر و کسب شأن اجتماعی والاتر اسیر گونه‌ی راجا می‌شوند.

ای میری از گناه، طبع نیکی (ساتوا) که پاک‌ترین و خالص‌ترین در میان سه گونه است، روشن‌گر می‌باشد و انسان را از تمام بازتآب‌های گناه می‌رهاند. کسانی که در این حالت قرار گرفته‌اند به وسیله‌ی خوشبختی و دانش مقید می‌شوند. (فصل ۱۴ آیه ۶) [۱]

گونه‌ی ساتوا در نقطه‌ی مقابل گونه‌ی تاما قرار دارد، فردی را در نظر بگیرید که هر روز در تصور رسیدن به اهدافش سیر می‌کند و فردی را در نظر بگیرید که جهت رسیدن به این اهداف دست از تلاش بر نمی‌دارد! فردی که فقط تصور می‌کند ولی عاجز از تلاش برای رسیدن به اهدافش است گونه‌ی تاما دارد و فردی که به تصور اکتفا نکرده و دست از تلاش بر نمی‌دارد فردی ساتویک می‌باشد.

علی‌رغم غلبه‌ی یکی از این گونه‌ها بر دو گونه‌ی دیگر، ممکن

در پی ماشینی شدن و غلبه‌ی رسانه‌ها بر زندگی، روز به روز شاهد عمیق‌تر شدن شکاف بین طبیعت مادی و معنوی می‌شویم. فردی که در پی شناخت ابعاد ذهن است باید آستین‌هایش را بالا بزند و وارد کارزار شود! کارزاری که شرط ورود در آن غلبه بر ترس، تنبلی، شهوت و مهمتر از همه منیت می‌باشد. گونه‌های طبیعت مادی یا گوناها^۴ به سه طبع نیکی (ساتوا)، شهوت (راجا) و جهل (تاما) تقسیم می‌شوند. در ادامه به تعریف گوناها از کتاب بهاگوادگیتا می‌پردازیم.

ای پسر بهاراتا بدان، تاریکی حاصل از گونه‌ی جهل (تاما) باعث توهم (گمگشتگی و سرگردانی) در تمام موجودات زنده کالبد گرفته است. نتایج این طبع عبارت است از دیوانگی، تنبلی، و خواب که روح مقید را به بند می‌کشاند. (فصل ۱۴ آیه ۸) [۱]

هنگامی که احساس تنبلی می‌کنید یا موضوعی واحد خواه از جنس عشق و خواه از جنس نفرت، فکر شما را در طول شبانه‌روز

Sattva^۳
Guna^۴

است انسان در طول شبانه‌روز هر سه گونه‌ی طبیعت مادی را تجربه کند. [۱] گونه‌های طبیعت عروج نموده است. (فصل ۱۴ آیه ۲۵-۲۲)

۳ فراتراز گوناها

مراجع

[۱] بهاکتی ودانتا سوامی پرابهوپادا، آ. ج.، سیاهپوش ف.، گل‌بیدی ب.، فرمانی ا.، «بهاگاواد - گیتا همان گونه که هست»، انتشارات دانش جاودان، ۱۳۷۹.

برای فردی که می‌خواهد طبیعتش به گونه‌ی ساتوا درآید، انجام یاما، نیاما و همچنین آساناهای یوگا مفید است. گونه‌ی ساتوا یک هدف نیست، بلکه پیشنیازی برای ورود به کارزار شناخت ابعاد ذهن هست. چرا؟ فرض کنید تشنه هستید، از سر جایتان بلند می‌شوید به آشپزخانه می‌روید، لیوان را پر از آب می‌کنید و می‌نوشید، بدون حتی لحظه‌ای برنامه‌ریزی و درگیری ذهنی! حال اگر برای نوشیدن آب در سه روز آینده رأس ساعت مشخصی برنامه‌ریزی کنید، علی‌رغم اینکه ذهن شما در تشویش قرار خواهد گرفت ممکن است برنامه به صورت صحیح اجرا نشود. البته پیش از اینکه عمل آشامیدن آب را بدون برنامه‌ریزی انجام دهیم، نیاز است در ساختمانی که هستیم لوله‌کشی آب انجام دهیم. بنابراین برای فردی که در مسیر یوگا طی طریق می‌کند لازم است اقداماتی از قبیل قرار گرفتن در گونه‌ی ساتوا انجام دهد تا پیش از متوقف کردن الگوهای ذهنی به مشکلی برنخورد. به منظور کسب موفقیت در مرحله‌ی پرانایاما داشتن گونا‌ی ساتوا الزامی است. سیستم هشت مرحله‌ی یوگا نه تنها کمک می‌کند ذهن خود را از قید و بند جهل و شهوت آزاد کنید و در وادی نیکی پای بگذارید، بلکه در ادامه باعث می‌شود از قید و بند گوناها نیز آزاد شوید. خصوصیات فردی که از گوناها آزاد شده در بهاگاواد گیتا شرح داده شده است:

آن‌کس که در صورت بروز روشنائی، دل‌بستگی و توهم به آن‌ها نفرت نمی‌ورزد و وقتی آن‌ها ناپدید می‌شوند نیز مشتاق و آرزومندشان نیست؛ کسی که در میان تمامی این واکنش‌های کیفیات مادی طبیعت تزلزل‌ناپذیر و بدون تشویش است و با دانستن این‌که تنها گونه‌های طبیعت مادی‌اند که عمل می‌کنند، بی‌طرف و ورای آن‌ها در بعد متعال باقی می‌ماند؛ کسی که در ذات واقع شده و شادی و رنج برایش یکسان است؛ به خاک، سنگ و طلا به یک چشم نگاه می‌کند؛ نسبت به موارد خوشایند و ناگوار یکسان است؛ ثابت و محکم است و ستایش و نکوهش، احترام و بی‌احترامی، برایش فرقی نمی‌کند؛ با دوست و دشمن یکسان رفتار می‌کند؛ و از کلیه‌ی فعالیت‌های مادی انقطاع حاصل کرده‌است - چنین شخصی گفته می‌شود، به ورای