چرا نوشتن؟ * اینجا شرح داستان یک سفر معنوی است برای کسانی که با هم همسفریم.

نوشته‌ها published on نوامبر 23, 2025 with دسته: بعد از من, from www.unwritable.name. Printed on نوامبر 23, 2025

## سوال دهۀ چهل، آیا مرگ نیستی است؟

September 24, 2025

دسته‌ها: اصول دین, بعد از من

برچسب‌ها: آگاهی, ادب پارسی, ذهن, زندگی, مراقبه, مرگ

زمان خواندن 2 دقیقه.

سوال دهۀ چهل، آیا مرگ نیستی است؟

***

دوستی می‌گفت بحران چهل سالگی در واقع کنار آمدن با مرگ است. مرگ، موضوع اصلی مذاهب و قطعی ترین موضوع زندگی و یک از موضوعات نانوشتنی است.

خیلی ها حتی از فکرکردن، حرف زدن و نوشتن از مرگ فرار می‌کنند.

جایی در نانوشتنی نوشته شده، بیداری یعنی درک مرگ.

https://www.unwritable.name/?s=مرگ&post_type=post

پس مرگ موضوع مهمی است که حتماً باید به آن پرداخته شود. پس با این سوال شروع کنیم. آیا مرگ مساوی با نیستی است؟

جواب کوتاه خیر است. اما مفصل به این می‌پردازیم.

این سوال همراه با سوال «من کیستم» مطرح می‌شود. یعنی دانستن این که من چیستم یا کیستم بر این که آیا بعد از مرگ نیستی را تجربه می‌کنم یا نه هم پاسخ می‌دهد.

ما همه با چشم دیده‌ایم که بدن، بعد از مرگ نیست می‌شود. حداقلش این است که تبدیل به خاک می‌شود.

دوباره دیده‌ایم که تقریباً تمام افکار و احساسات ما هم با مرگ تقریباً نیست می‌شوند. یعنی ذهن مادی ما هم مثل بدن نیست می‌شود.

اما چه چیز باقی می‌ماند؟

جواب این سوال موضوع آخرت و معاد است.

Persian

post_type=post&معاد+آخرت=https://www.unwritable.name/?s

در همین زندگی با مراقبه و تمرینِ سکوت، می‌شود فهمید که اگر بدن و ذهن را کنار بگذاریم چه چیز باقی می‌ماند.

بله یک آگاهی خالص باقی می‌ماند.

این را فقط در مراقبه های عمیق متوجه می‌شوی.

این درک از نظر ذهن، هیچ و پوچ و توهم است.

نه من با ذهن می‌توانم اثباتش کنم نه تو با ذهن می‌توانی دریافتش کنی!

تقریباً تمام عرفا از تجربهٔ چیزی شبیه تجربیات نزدیک به مرگ سخن می‌گویند. معلمان بزرگی مثل اکهارت و سادگورو هم تجربیات شبیه به مرگ داشته اند و از آن به عنوان روشن شدگی یا realization صحبت می‌کنند.

انسان‌های عادی هم که تجربیات نزدیگ به مرگ داشتند کاملاً بعد از آن متفاوت شده اند.

من نویسنده هم در جدایی و تنهایی و از دست دادن پدر و از دست دادن خانواده و مهاجرت، تجربیات شبیه به مرگ را شاید تجربه کرده باشم.

تجربه نزدیک مرگ و عمیق شدن در مرگ تو را به لحظه و آگاهی نزدیک می‌کند.

شعر خیام خیلی مناسبت دارد که گفت

اسرار ازل را نه تو دانی و نه من

وین حرف معما، نه تو خوانی و نه من

هست از پس پرده گفتگوی من و تو

چون پرده در افتد، نه تو مانی و نه من

وقتی پرده درافتد، کنایه از پردهٔ بدن و مرگ دارد و همینطور کنایه از حجاب آگاهی. یعنی پردهٔ توهم فرومیریزد و تو آگاه می‌شوی.

یعنی بعد از مرگ، من و تو باقی نمی‌مانیم ولی هر دو آگاه می‌شویم.

خلاصه این که مرگ نیستی نیست. بعد از مرگ نوعی آگاهی یا ردپا از ما باقی می‌ماند. هیچ اثبات عقلی و منطقی برایش ندارم. این اثباتی کاملاً شهودی است. اثباتی برای خودم که اصراری هم به انتقال آن ندارم.

بعد از مرگ چیزی باقی می‌ماند، غیر مادی.

Persian

چیز غیرمادی هم قابل اثبات و درک توسط ذهن مادی نیست.

اگر چیز غیر مادی وجود داشته باشد بعد از مرگ هم باقی می‌ماند.

به هر حال آن چیز نانوشتنی است!

✍🏻 نانوشتنی

unwritable.org

# باشندهٔ ابدی

September 18, 2025

دسته‌ها: اصول دین, بعد از من, دربارهٔ من

برچسب‌ها: آگاهی, خدا, ذهن

زمان خواندن 2 دقیقه.

## باشندهٔ ابدی

***

کلمهٔ subject اِ انگلیسی در فارسی ترجمهٔ دقیقی ندارد. شاید بتوان گفت فاعل یا علت یا شاهد یا بیننده. همینطور کلمهٔ object انگلیسی که شاید بتوان گفت مفعول یا معلول یا مشهود یا موضوع.

در تمام ادراکات ذهنی ما، یک بیننده هست و یک موضوع. مثلاً من به عنوان بیننده، درختی را می‌بینم و درخت موضوع دیدن من است.

حالا داستان در جایی زیبا می‌شود که بیننده، خودش را می‌بیند.

مثلاً در آینه. یا مثلاً در موضوع خودشناسی.

اگر من خودم را در آینه ببینم بلافاصله بیننده، تبدیل می‌شود به موضوع.

اما بلافاصله یک بینندهٔ دیگر پیدا می‌شود. بیننده‌ای که این بیننده و موضوع را هردو با هم می‌بیند. بینندهٔ سومی که بیننده و موضوع را هردو با هم می‌بیند.

پس من با دیدن خودم یک بینندهٔ سومی را پیدا می‌کنم.

این سلسله ادامه پیدا می‌کند تا بی‌نهایت.

یعنی هرچه عمیق‌تر خودم را ببینم، به یک بینندهٔ عمیق تر می‌رسم.

این بینندهٔ نهایی، همان خداست.

یعنی بینندهٔ کل.

و زیبایی داستان این است که وجود منِ بیننده، وجود یک بینندهٔ غایی را اثبات می‌کند.

یعنی می‌توانم بگویم

من هستم، پس خدا هست.

Persian

و عکس آن نیز درست است. یعنی

خدا هست، پس من هستم.

خدا همان وجود است.

خدا همان منِ اصلی است.

باز با همین استدلال می‌توانم بگویم،

من هوشمندم پس خدا هوشمند است.

من عادلم پس خدا عادل است.

این درک شهودیِ کسی است که خودش را دیده است.

این خود ولی بدن و ذهن نیست.

خودی عمیق تر است.

خودی که به غایت بزرگ و بی‌نهایت است.

خودی که حلاج دید و گفت من حق هستم.

این خود، توسط منِ ذهنی قابل دیدن نیست.

با ذهن نمی‌توانی او را ببینی.

برای همین، خدا دیده نمی‌شود.

برای همین، خدا درک نمی‌شود.

برای همین، خدا از دید ذهن پنهان است.

برای همین، خدا نوشته نمی‌شود.

برای همین، خدا اسم ندارد.

اسم اعظم خدا، بی اسمی است.

اسم اعظم خدا، سکوت است.

Persian

اسم اعظم خدا، ابدیت است.

فقط می‌دانیم که هست. چون می‌دانیم که هستیم.

در این هیچ شکی نیست.

در این که «من هستم» هیچ شکی نیست.

این اولین و ساده ترین درکِ قطعی ماست.

مابقی چیزها مثل بدن و ذهن و حتی دیگران قابل شک اند.

اما «وجود من» به عنوان بیننده و به عنوان آگاهی شک بردار نیست.

این بار که گفتند تو کیستی! بگو من هستم!

بگو خدا هست.

اما خدا نانوشتنی است.

✍🏻 نانوشتنی

unwritable.org

# خودمانی با خدا

September 15, 2025

دسته‌ها: بعد از من, وقایع

برچسب‌ها: خانواده،ازدواج, خدا, روابط, مرگ, نوشتن

زمان خواندن 3 دقیقه.

## خودمانی با خدا

***

ساعت ۴ صبح روز ۱۵ سپتامبر سال ۲۰۲۵. خیلی خوابم نمی‌برد و مشغول حرف زدن با خودم هستم. در واقع حرف زدن با خدا.

یکی دو سال پیش یک دوستی داشتم که یک بار در تهران دیده بودمش و یک بار هم میخواستم در لس آنجلس ببینمش که نشد. این دوست من اهل کتاب نوشتن بود. متولد آمریکا بود و تعداد زیادی کتاب ادبی و شعر از فارسی ترجمه کرده بود. ده روز بعد از یک مصاحبه اینترنتی که با او داشتم از شخصی در اینترنت فهمیدم فوت کرده. وقتی زنده بود تصمیم داشتم بعضی از آثارش را بخوانم. وقتی مُرد کم کم این انگیزه هم از بین رفت. حالا او از این دنیا رفته بود. دیگر من هم انگیزه زیادی برای خواندن نوشته هایش نداشتم. رابطهٔ کوتاه ما همان جا تقریباً تمام شد.

داستان من هم متفاوت نیست. معلوم نیست چند نفر و اصلا چه کسی و با چه سطح ارتباطی با من این نوشته را بخواند. ولی من و خدا حتماً این ها را می‌خوانیم. در واقع این نوشته‌ها، گفتگوی من با خداست. شاید بعضی از روی کنجکاوی کمی در مکاتبات من و خدایم سرَک بکشند ولی عمدهٔ این رابطه خصوصی می‌ماند.

خدای من معمولی و ساده و خودمانی است.

مثل خودم.

راحت با او حرف می‌زنم و حتی حرفهای بینمان را می‌نویسم.

معمولاً آدم‌ها و ذهنهایشان در حال دویدن اند. دوستی دارم که مدام می‌گوید خلاصه بنویس! انگار عجله دارد. من با خدای خودم عجله ندارم. سر فرصت و آرامش با هم حرف می‌زنیم. به او می‌گویم تو مخاطب من نیستی! اینجا جای عجول های هدفمند نیست! اینجا آرام و بی هدف است!

مثل درخت، مثل دریا، کوه. مثل خدا. مثل زندگی!

سه سال و چهل روز پیش سعیده، همسر اولم، خانه را ترک کرد. دخترم سه ساله مان را هم با خودش برد. سه نفری با خواهرش چند تا بلاک آن طرف تر یک آپارتمان عین آپارتمان خودمان اجاره کردند.

هنوز بعد از سه سال از خودم می‌پرسم چرا!

Persian

چرا یک زندگی ساده و معمولی باید از هم بپاشد!

مگر ما دشمن همدیگریم!

مگر زندگی چیست!

زندگی مگر همین نگاه ها و حرف ها و غذا خوردن ها و سکس کردن های ساده  معمولی نیست!

مگر زندگی همین حرفهای خودمانی نیست!

چرا باید قهر کنیم؟

چرا دخترم تارا با من نیست!

چرا سعیده رفت!

با اینکه ده ها نوشته دارم وتمام ماجرا را مفصل شرح داده ام باز هم همین سوال تکراری برایم تکرار میشود.

ناگهان نصفه شب صدایی و حسی به من می‌گوید تو گیر کرده‌ای.

تو مثل دیوانه ها روی یک فکر گیر کرده ای.

آدمهای معمولی سریع عبور می‌کنند ولی تو مثل دیوانه ها بعد سه سال هنوز سوزنت گیر کرده که چرا؟

آدمهای سالم تا الان ده باز زن گرفته بودند و جزّ زن اول را در آورده بودند.

بعد ترس برم می‌دارد که عدم توانایی عبور کردن نوعی مشکل ذهنی است. بعد به خودم می‌گویم داری دیوانه می‌شوی. بعد ترس برم می‌دارد که اینها را ننویس تا کسی نفهمد که داری دیوانه می‌شوی!

بعد دوباره به خودم می‌گویم که ای بابا. تو داری با خدا حرف میزنی. نگران خلق خدا نباش!

آنها هم خدای خودشان را دارند  و دنبال کار خودشان هستند. راحت با خدای خودت حرف بزن. برایش بنویس. با او درد و دل کن!

خیالت راحت باشد!

آدمهای کمی هستند که مثل تو دیوانه باشند و حرف‌های خصوصی تو را با خدایت بخوانند!

هیچ ترسی به دل راه نده.

خدای تو کاری می‌کند که تمام ترس ها و غم هایت محو شوند.

Persian

خدای تو نانوشتنی است!

یک نانوشتنیِ خودمانی!

✍🏻 نانوشتنی

unwritable.org

# کار برای پول یا عشق

August 29, 2025

دسته‌ها: بعد از من, تمرین عملی, وقایع

برچسب‌ها: اقتصاد, پول, روابط, عشق, کار, یوگا

زمان خواندن 2 دقیقه.

## کار برای پول یا عشق

***

گاهی پیش می‌آید که دیگران کار تو را ارزشیابی می‌کنند. گاهی هم مثلاً روی کارهای تو عددی می‌گذارند. مثلاً ساعتی اینقدر دلار یا پروژه‌ای آنقدر تومن. اما خودت هیچوقت چنین کاری نکن.

هیچ وقت کاری را برای پول انجام نده. برای آینده انجام نده. برای کسب تایید یا تشویق هیچ کاری انجام نده. بگذار کار تو برای عشق باشد، نه چیز دیگر.

برگردیم به ریشهٔ داستان. می‌دانیم نیت مهم تر از خودِ کار است. در مورد کارما-یوگا قبلاً صحبت کرده بودیم. یعنی انجام کار بدون توجه به نتیجه.

post_type=post&کارما+یوگا=https://www.unwritable.name/?s

اما نیت از کجا می‌آید؟ نیت تو زمانی خالص می‌شود که خودت خالص بشوی.

وقتی خودت خالص شدی، تمام نیات تو هم خالص میشود، آنگاه دیگر حتی نوع کاری که انجام میدهی مهم نیست. بلکه کیفیت تو و نیت توست که مهم است.

تو زمانی خالص می‌شوی که هویتت را خالص کرده باشی.

post_type=post&هویت=https://www.unwritable.name/?s

حال ببینیم هویت، چطور روی کار ما تاثیر می‌گذارد.

- اگر خودت را مادی بدانی قطعاً نیت تو مادی خواهد بود و هر کاری انجام می‌دهی هم برای بزرگ کردن خود مادی ات خواهد بود. اینجا تو همیشه به خاطر پول یا شهرت یا تایید یا قدرت و چیزهای مادی کار می‌کنی. شاید هم پول بدست بیاوری ولی این پول و مادیات، کیفیت وجودی تو را بهتر نمی‌کند.
- حالت دیگر این است که تو خودت را غیرمادی می‌بینی. تو خودت را عشق می‌بینی. تو خودت را خدا می‌بینی. در این حالت هر کاری از تو سر می‌زند نیز در راستای عشق است. تو هرگز کاری برای پول و مادیات انجام نمیدهی.

Persian

البته فراموش نباید کرد که ما در این دنیا صاحب بدن هستیم و برای بقای بدنمان گاهی نیاز هست چیزهای مادی مثل غذا و سرپناه بدست بیاوریم. این حالت دوم برای وقتی است که تو از ترس از بقاء و نیازهای اولیه مادی عبور کرده باشی.

خلاصه اینکه قبل از هر کاری ابتدا خودت را بشناس. وقتی خود غیرمادی ات را کشف کنی، کم کم هویت تو و نیت های تو هم اعتلا پیدا می‌کنند. کم کم کیفیت وجودی تو دیگر مادی نخواهد بود. آنگاه هیچ وقت هیچ کاری را با نیت مادی انجام نمیدهی.

در چنین حالتی، تمام وجود تو سرشار از برکات الهی می‌شود. زندگی تو و حتی مردن تو برکت پیدا می‌کند. تمام نفس ها و حرکات و لحظه های تو برکت پیدا می‌کند. می‌شوی مثل عیسی یا حلاج یا بودا. افرادی که نه تنها زندگی شان پر از برکت بود بلکه حتی مرگ و بازگشتشان به جهان غیر مادی هم مایهٔ برکت و درس برای جهان بود.

باشد که تمام کارهای ما و همین‌طور این نوشتن و خواندن چنین باشد.

✍🏻 نانوشتنی

unwritable.org

Persian 🇮🇷

**برداشتن نقاب ها**
August 19, 2025
دسته‌ها: بعد از من, کوتاه
برچسب‌ها: ایگویانفس, خدا, ذهن, عشق, مرگ

زمان خواندن 1 دقیقه.

## برداشتن نقاب ها

***

با دوستی آگاه در مورد برداشتن نقاب ها می‌گفتیم. به لطف خدا فهمیده ایم که نقاب داریم.

این نقاب ها از دروغ های کوچک و بزرگی که به خودمان و دیگران می‌گوییم شروع می‌شود. وقتی در مسیر آگاهی باشی، یکی یکی این نقاب ها را در خودت پیدا می‌کنی.

این نقاب ها مثل زنجیرهایی است که دانه دانه از خودت جدا می‌کنی.

هر زنجیری که پاره می‌کنی و هر نقابی که می‌اندازی یک قدم آزاد می‌شوی.

هر نقابی که برمی‌داری یک قدم به حقیقت اصیل خودت شبیه تر می‌شوی.

آزادی چیزی نیست جز آغوش خداوند.

حقیقت اصیل تو هم چیزی نیست جز خود خداوند.

هر نقابی، ترسی است که از خودت دور می‌کنی و هر ترسی که از خودت دور کنی یک قدم به عشق نزدیک می‌شوی.

عشق هم چیزی نیست جز آغوش همان خداوند.

هر نقابی که برمی‌داری سبک تر می‌شوی. هر بار که سبک تر می‌شوی یک قدم بیشتر به پرواز نزدیک می‌شوی.

و آسمان چیزی نیست جز ساحت خداوند.

هر نقاب، یکی از شرطی شدگی های گذشتهٔ توست.

وقتی نقاب ها را دانه دانه برداشتی کم کم می‌رسی به نقاب های اصلی.

کم کم می‌رسی به نقاب ذهن و نقاب بدن.

وقتی نقاب ذهن را برداری می‌شوی مثل یک کودک کنجکاو و معصوم. مثل عیسی می‌شوی در گهواره.

Persian

نگاه تو و ذهن تو و نیت تو پاک می‌شود.

افکار تو خالص می‌شود.

کم کم آماده می‌شوی برای نقاب اصلی که همین بدن است.

برای یک سالک، بدن، نقابی بیش نیست.

حقیقت بدن فقط لباس و نقابی موقت است برای چرخیدن در زمین.

یک سالک وقتی این نقاب اصلی را بردارد تقریباً می‌میرد.

او از نفْس می‌میرد.

او از وابستگی ها می‌میرد.

او از حرص و ترس می‌میرد.

او از خشم و شهوت می‌میرد.

این مسیر تا آنجا می‌رود که سالک آخرین نقاب های خودش را با اطمینان و عشق بیرون می‌اندازد.

این کار شاید خودکشی به نظر برسد ولی در واقع خود متولد کردن است.

او می‌شود کسی مثل حلاج یا مولانا.

او در همین زمین، تا نزدیک خدا رسیده است.

او بی نقاب است.

او خداست.

او نانوشتنی است.

✍🏻 نانوشتنی

unwritable.org

🎵با این موسیقی

https://youtu.be/NfkAsZeF0eY?si=CHED5bxhHVurvZUW

Persian 🇮🇷

Persian

**ساختار نانوشتنی**

August 12, 2025

دسته‌ها: بعد از من, دربارهٔ من, دعاومناجات, لینک‌ها

برچسب‌ها: آگاهی, خدا, معنویت, نوشتن

زمان خواندن 1 دقیقه.

## ساختار نانوشتنی

***

«نانوشتنی» عنوانی است برای مجموعه ای چهارهزار صفحه ای از حدود ۱۵۰۰ نوشته و مطلب و مقاله، که در حدود بیست سال به مرور نوشته شده است.

معنی نانوشتنی به معنای چیزی است که غیر قابل نوشتن با کلمات و ذهن است. شاید توصیفی از خدا یا جهان!

ساختار ابتدایی نانوشتنی به صورت پست های وبلاگی بوده که در زمانهایی بسته به شرایط و وقایع زندگی نوشته شده است.

نانوشتنی در آدرس زیر در دسترس است.

Unwritable.org

سایت قدیمی در آدرس زیر است.

Www.Unwritable.net

کانال تلگرام هم در این آدرس است.

https://t.me/unwritabledotnet

امکان جستجوی پیشرفته و خروجی پی دی اف در سایت نانوشتنی تعبیه شده و در موضوعات مختلف می‌توان جستجو کرد. نمونه‌هایی از جستجوهای مهم در این آدرس هست.

### جستجوهای پیشنهادی

غیر از یک وقفه حدود ده ساله مابقی پست های نانوشتنی دارای تاریخ دقیق است که از حدود سال ۲۰۰۶ تا ۲۰۲۵ ثبت شده است. در آدرس زیر نوشته ها به ترتیب زمانی آمده است.

### جستجوی‌زمانی

عناوین و لینک کل نوشته‌ها به ترتیب زمانی در این صفحه است.

Persian

## کلِ‌نوشته‌ها

ساختار اولیهٔ نانوشتنی تعدادی برچسب یا موضوع یا هشتگ است که در این صفحه است.

## موضوعات (برچسب‌ها Lables)

در سالهای اخیر یک ساختار ثانویه به نام دسته‌بندی یا category هم به سایت اضافه شده است که در این آدرس در دسترس می‌باشد.

## دسته‌ها

نهایتاً در این صفحه آمار حدودی نوشته‌ها در هر دسته و موضوع آمده است.

## آمار دسته بندی ها و موضوعات

امید که نانوشتنی تلاشی باشد برای نشانه گرفتن آن وجودی که واقعاً نانوشتنی است. همه جا هست و نیازی به توصیف و نوشتن کسی ندارد. باشد که این نویسنده و تمام رهروان راه حق را کمکی باشد و راهنمایی، هرچند کوچک و ناچیز، که هرچه هست از اوست.

ای برتر از خیال و قیاس و گمان و وهم

وز هر چه گفته‌اند و شنیدیم و خوانده‌ایم

مجلس تمام گشت و به آخر رسید عمر

ما همچنان در اوّلِ وصفِ تو مانده‌ایم

Persian

# خلاصهٔ نانوشتنی

July 27, 2025

دسته‌ها: بعد از من, چرا می‌نویسم؟, کوتاه, وقایع

برچسب‌ها: خدا, ذهن, روابط, مراقبه, نوشتن

زمان خواندن 1 دقیقه.

## خلاصهٔ نانوشتنی

***

دوستی از من خواسته که نانوشتنی را خلاصه کنم. یک جستجو در حدود چهار هزار صفحه شاید کمک کند.

https://www.unwritable.name/?s=خلاصه+نانوشتنی&post_type=post
اما باید حتماً یک خلاصه هم بنویسم.

خلاصهٔ نانوشتنی در خود این کلمه است. «نانوشتنی»

کل آن چیزی را که میخواستم بنویسم در عنوان هست. «نوشتن نانوشتنی»

یا از روی همین یکی دو کلمه تا آخرش را میخوانی یا نه.

اگر درونت چیزی نادیدنی و نانوشتنی پیدا کرده باشی برایت آشناست. اگر مراقبه کرده باشی و فقط لحظه‌ای بی ذهن و هیچ شده باشی، حتماً برایت آشناست.

مابقی می‌شود وصف عیش و سرودن عشق و شور و تعریف از سلسهٔ موی دوست!

اگر مدتی مراقبه نکرده باشی، قطعاً همراه طوفان های ذهن هستی. آن وقت است که از روی همین یک کلمهٔ «نانوشتنی» به نانوشتنی نمی‌رسی. ذهن تو دنبال یک چیز خارق‌العاده و جدید و ایده ها و فلسفه های مختلف است.

ذهنِ عجول تو فرصت ایستادن ندارد.

قطعاً الان هم در حال تندخوانی هستی!

ذهن عجول تو در حال اسکرول کردن مدام است.

زود میخواهی از روی «نانوشتنی» اسکرول کنی و بدوی دنبال مفهوم بعدی. یک دوپامین دیگر. یک فرار دیگر.

من واقعاً نمی‌توانم برای تو «نانوشتنی» را توصیف کنم. چون نانوشتنی است!

اصلاً بهتر است نانوشتنی را نخوانی!

Persian

گزینهٔ بهتر، مراقبه است. یا حتی ورزش. یا موسیقی یا هنر.

شاید هم رفتن دنبال ذهن، تا رنج بیشتری به تو بدهد تا بلکه روزی به مراقبه پناه ببری. شاید این مسیر تو باشد.

من نه معلمم که چیزی به تو یاد بدهم!

و نه فیلسوفم که ایده های جدید و عجیب تولید کنم!

من حتی نویسنده و شاعر هم نیستم که دیگران از خواندن شعر من، به به و چه چه کنند!

من شرح مسیرم را به نانوشتنی می‌نویسم.

مثل نیی که از جدایی ها حکایت می‌کند! گاهی هم شکایت می‌کند.

همین!

نه منطقی ام، نه به دنبال چیزی هستم در آینده!

لحظه را با کلمه پیوند می‌زنم.

مراقبه می‌کنم.

و چیزی متولد می‌شود.

نوشتن از نانوشتنی!

همین!

✍🏻 نانوشتنی

www.unwritable.name

Persian

# نانوشتنی، ناگفتنی، نافهمیدنی!

July 16, 2025

دسته‌ها: اصول دین, بعد از من, شعرطور, کوتاه

برچسب‌ها: خدا, سکوت, من‌کیستم؟

زمان خواندن 1 دقیقه.

**نانوشتنی، ناگفتنی، نافهمیدنی!**

***

یکی بود یکی نبود!

آن یک کسی که بود، نام‌های مختلفی داشت.

او وجود بود.

غیر از او هیچکس نبود!

هر چیز غیر او، عدم بود!

بعضی‌ها به او می‌گفتند خدا!

می‌گفتند، غیر از خدا هیچکس نبود!

بعضی ها میگویند طبیعت!

بعضی ها می‌گویند هر آنچه که هست!

بعضی می‌گویند الله.

گاهی می‌گویند «ذات اقدس اله»

گاهی به او می‌گویند مبدأ.

گاهی به او می‌گویند مقصد.

گاهی به او می‌گویند من!

گاهی به او می‌گویند حق!

Persian

حلاج می‌گفت اناالحق!

حلاج حق بود!

اگزیستانسیالیست‌ها او را وجود می‌دانند.

آتئیست ها تئو!

چینی ها تائو!

مسیحی ها پدر بهشتی!

بعضی او را خدای نان می‌دانند.

بعضی خدای آگاهی.

دانشمندان او را هوشمندی Consciousness می‌نامند.

هندی ها شیوا یا برهما!

بعضی ها او را الهه مقدس می‌نامند.

خلاصه هر کسی او را چیزی می‌نامد.

اما او در سکوت متجلی است.

مثلا مورچه ها او را می‌زیند ولی در سکوت!

نهنگ ها و فیل ها هم همین‌طور!

مریخ و زحل و مشتری هم همینطور!

همه در سکوت او را می زیند!

تا می‌رسد به انسان!

انسان به او نزدیک شد.

انسان از همه بیشتر شبیه او شد!

آنقدر شبیه او شد که خودش را خدا نامید. خدا خودش بود و او خدا بود.

Persian

انسان عروج کرد.

تا نزدیک قاب دو قوس!

انسان رفت تا نزدیک سرعت نور!

انسان سکوت را شکست! درست مثل خدا!

انسان کلمه را ساخت!

و سعی کرد با کلمه به سکوت اشاره کند!

انسان از او جدا شد! اشک ریخت! عاشق شد!

انسان مولانا شد! حافظ شد! عشق شد!

انسان شعر گفت! اشک ریخت! نوشت!

انسان سکوت شد!

انسان محو شد!

انسان فنا شد!

انسان مات شد!

مبهوت شد!

متحیر شد!

انسان هیچ شد!

چرا که او نانوشتنی است!

او ناگفتنی است!

او نافهمیدنی است!

✍🏻 نانوشتنی

www.unwritable.name

Persian

#خدا

#من-کیستم

#توحید

Persian

# به زندگی بعد از مرگ اعتقاد داری؟

June 12, 2025

دسته‌ها: اصول دین, بعد از من, وقایع

برچسب‌ها: خدا, روابط, مذهب, مرگ

زمان خواندن 2 دقیقه.

## به زندگی بعد از مرگ اعتقاد داری؟

***

دوستی دوبار این سوال را از من پرسید که «به جهان آخرت اعتقاد داری». هر دو بار گفتم نمی‌دانم.

گفتم نمی‌دانم چون اولاً نمی‌خواهم در تله دانستن بیافتم. دوماً در یک گفتگو یا معاشرتی که شاید سکوت یا عمق نداشته باشد، واقعاً نمیدانم.

اما شاید بتوانم جوابی بنویسم. جوابی که از سکوت بیاید. جوابی که از عمق بیاید.

جهان آخرت هم درست مثل خدا از مفاهیم ذهنی ادیان است. دین ها وقتی می‌توانند خدایی ذهنی را تصور کنند ، بالطبع می‌توانند جهانی پر از حوری و شراب هم تصور کنند و اسم آن را بگذارند جهان آخرت!

خوب من قطعاً به این جهان آخرت اعتقاد ندارم.

پس به چه جهانی اعتقاد دارم! من اصلاً اعتقادی ندارم. من در بی ذهنی درک کرده ام که چیزی فرای ذهن هست.

در بی ذهنی درک کرده ام که بعد از مرگِ ذهن، هنوز من هستم!

در بی ذهنی درک کرده ام که بدن، زیرمجموعهٔ ذهن است.

پس اگر اینها را کنار هم بگذاریم، منطقا نتیجه می‌گیریم که بعد از خاک شدن بدنِ من! من هنوز هستم!

آیا این منی که باقی می‌ماند شخصیت من است؟ قطعاً خیر!

آیا این من، بدن و خاطرات و کارماهای من است؟ احتمالا خیر!

این من، همان آگاهی من است.

و آگاهی، اصلا شخصی نیست.

آیا این من، همان روح من است؟

Persian

احتمالا خیر! چون روح هم یکپارچه است و شخصی نیست.

با پایان یافتن بدنِ مادی، من باقی می‌ماند.

اما منِ اصلی.

یا همان خدا.

با پایان یافتن بدن مادیِ من، بدن زمین باقی می‌ماند. این قطعی است.

من تبدیل به زمین می‌شوم. روحم تبدیل به خدا می‌شود.

زمین از من، درخت و کرم و عقاب و درخت می‌سازد.

خدا هم که خودش بحث مفصلی است!

خدا هم همان است که در وهم و در بحث نمی‌گنجد.

post_type=post&خدا=https://www.unwritable.name/?s

بالای اعلامیهٔ دوست صمیمی ام نوشتم «زندگی، بوده، هست و خواهد بود»

حالا اینجا می‌نویسم «خدا بوده، هست و خواهد بود»

به اندازه ای که خدا هستم باقی می‌مانم.

و به اندازه ای که زمین هستم هم در زمین باقی می‌مانم.

پس به طور خلاصه،

هم به جهان آخرت اعتقاد ندارم و هم به جهانی فرای بدن و ذهن و ماده اعتقاد کامل دارم.

جهانی که احتمالا نانوشتنی است!

Persian

# من کیستم؟- مانک مدرن

June 5, 2025

دسته‌ها: بعد از من, چرا می‌نویسم؟, دربارهٔ من

برچسب‌ها: اقتصاد, پول, تصمیم, زندگی, کار, گورو, مذهب, مرگ, مسوولیت, معنویت, من‌کیستم؟, نوشتن

زمان خواندن 1 دقیقه.

من کیستم؟- مانک مدرن

***

چند روزی بود که سریال ۵۵ قسمتی بودا را می‌دیدم.  هرچه از سرگذشت زندگی بودا می‌گذشت، همزاد پنداری من با بودا و مانک های پیرو بودا بیشتر می‌شد.

در ۲۵۰۰ سال پیش در زمان بودا جامعه چند طبقه داشت. طبقهٔ جنگاوران یا نظامی ها، طبقهٔ تاجران یا کسبه، طبقهٔ روحانیون برهمن، طبقهٔ فرودست ها و طبقهٔ مانک ها. دیدن این طبقات اجتماعی در جامعهٔ سادهٔ آن روز باعث شد من بهتر و دقیقتر جایگاه خودم را پیدا کنم. من قطعا متعلق به طبقه مانک ها هستم.

شخصیت جستجوگر

## من کیستم؟ – ۴- شخصیت جستجوگر

خر ما از کرگی دم نداشت

## خرِ ما از کرّگی دُم نداشت!

ذهن زیبا

## فیلم یک ذهنِ زیبا

اما طبقهٔ مانک ها یا جستجوگران حقیقت یا معلمان معنوی چه کسانی هستند. اینها انسانهایی هستند که در بازی های اقتصادی و جنگ های اجتماعی و نظامی و سیاسی شرکت نمی‌کنند. اینها معمولاً زندگی ساده ای را انتخاب می‌کنند و وارد کسب و کار نمی‌شوند.

هرچقدر که سیستم مدرن غربی وجود و حضور آنها را انکار کند اما حضور اینها واجب است.

اینها کسانی هستند که تعادل معنوی را برای جامعهٔ مادی زده برقرار می‌کنند. مانک ها با کنار گذاشتن زندگی لوکس مادی به بقیهٔ جامعه نشان می‌دهند که چیزی به نام معنویت هم وجود دارد و مهم است.

این افراد معمولاً زندگی خودشان را وقف جستجوگری می‌کنند و تبدیل به معلمان معنوی می‌شوند. اینها با قوانین قدیمی قبلی مبارزه می‌کنند و جامعه را به سطح جدیدتری از درک معنوی می‌رسانند.

از نظر اکهارت اینها نگهدار ارتعاش معنوی اند.

Persian

من اگر چه مدتی به کسب و کار و ازدواج پرداختم اما هرچه می‌گذرد بیشتر مطمئن می‌شوم که من مانک هستم.

کار من نوشتن است.

نوشتن از نانوشتنی.

گوشزد کردن اینکه دنیا موقتی است.

و ایجاد تعادل مرگ و زندگی برای مردم دنیا.

شاید هم رسول و فرستادهٔ خدا.

شاید هم معلم یا یک انسان سادهٔ معنوی که سعی می‌کند خودش را با هیچ هویتی تعریف نکند!

مراحل زندگی یوگی

> دوراهی ها و مراحل زندگی
> لینک سریال بودا با زیرنویس انگلیسی

https://archive.org/details/@ven_rakkhita?sort=title&and%5B%5D=mediatype%3A%22movies%22

# بنیاد غیرانتفاعی یا خیریه

May 31, 2025

دسته‌ها: بعد از من, دعاومناجات

برچسب‌ها: آینده, اقتصاد, پول, تصمیم, شکرگزاری, کار

زمان خواندن 2 دقیقه.

بنیاد غیرانتفاعی یا خیریه

***

مدتی است خیال ساختن بنیادی خیریه در سر می‌پرورانم. بنیادی خیریه در ایران و بنیادی خیریه در کانادا.

بنیادی خیریه نه از بابت فرار مالیاتی یا پولشویی یا خوب جلوه دادن خودم.

بنیادی خیریه چون این راهی است درست.

آدم‌ها در سرشان آرزوهای زیادی می‌پرورانند. مثلاً صاحب این چیز و آن چیز شدن. کنترل کردن این و آن. شهیر شدن و خاصهٔ عام شدن. اما من دیگر آرزوی درازی ندارم. آرزوی درازی هم اگر داشته باشم مادی نیست.

مدتی است دارم به بنیادی خیریه فکر می‌کنم. بنیادی که تمام دارایی هایم را به او بدهم. مقداری از آن را برای غذا و سرپناه برای خودم بردارم و مابقی برود برای خیریه.

اما خیریه چیست؟

پول دادن به این و آن؟ شاید!

ساختن کتابخانه؟ شاید!

نوشتن از نانوشتنی؟ شاید!

کفش  لباس خریدن برای یک کودک؟ شاید!

علنی کردن ایدهٔ خیریه با دیگران؟ شاید!

مراقبه؟ شاید!

اما منشأ خیر و خیر مطلق اوست. ما فقط باید مانع خیر نشویم. پس من میخواستم مانع خیر نشوم. اگر از سر راه خیر کنار بروم، خیر او بر من و کل جهان می‌تابد.

Persian

بنیاد خیریه درست مثل یک کمپانی است. اما این کمپانی درآمدش را صرف خودش می‌کند و هدف خودش مال اندوزی صاحبانش نیست. هدف بنیاد خیریه انجام دادن کاری خیر است.

هدف بنیاد خیریه شفافیت اقتصادی است. یعنی همگان بدانند این بنیاد چقدر مال دارد و حساب های مالی اش چگونه است. درآمدش از کجاست و هزینه‌هایش برای چیست.

کار خیر باید مخفیانه باشد. نشان دادن و ریا در کار خیر، آن را از بین می‌برد. پس بنیاد خیریه هم برای نمایش نیست. باید جوری از این پل صراط عبور کرد که هم شفاف باشد و هم مخفیانه.

هویت کسانی که به آنها کمک می‌شود هرگز فاش نشود ولی کمک ها می‌تواند عمومی شود.

هنوز نمی‌دانم. اما ایده در حال ساخته شدن است. فعلاً ایده را با جهان در میان می‌گذارم.

این، نیت این کار است و کار من الان خالص کردن نیت است. وقتی نیت خالص شد کار تقریباً انجام شده است.

اگر نیت من خالص نباشد، کار عقب می‌افتد. پس خالص کردن نیت مهمترین مرحله است و حتی شاید تنها مرحله.

خدایا خیری بر من بنما و نیتم را خالص گردان.

Persian

# شبیه سازی مردن! -۳

May 14, 2025

دسته‌ها: بعد از من

برچسب‌ها: آزادی, آینده, ادب پارسی, ایگویانفس, بخشش, تنهایی, خانواده،ازدواج, ذهن, شادی, مرگ, مسوولیت, مولانا و حافظ

زمان خواندن 3 دقیقه.

شبیه سازی مردن! -۳

***

ابتدا مستقیم بگویم منظور من از مُردن، مردن بدن نیست. بلکه مردن نفس است. همان مردن مولانا. پس نگران کشته شدن بدن من نباشید.

مردن مولانا و بودا و اکهارت و سادگورو، مردن نفس است. مردن شخصیت توهمی و خیالی ذهن است. این مردن مثل مردن بدن نیست که برایش عذاداری می‌کنند بلکه برای این مردن باید رقصید و جشن گرفت.

مردن نفس یعنی کمرنگ شدن نفس، مردنی است که تو را به آزادی می‌رساند. تو را به خدا میرساند. تو را خدا می‌کند.

این مردن بیرون آوردن لباس سنگین هویت های پوچ است.

این مردن بیرون انداختن ذهن است.

این مردن پیوستن به ذهن جهان است.

این مردن بزرگترین آرزوی عارفان است.

این مردن هر چه زودتر اتفاق بیافتد تو سعادتمند تری. باید زودتر از مرگ بدن تلاش کنی این مردن را تجربه کنی.

مثل حافظ که گفت باید از سر راه کنار بروی.

این مردن غمگین نیست. این مردن اوج آزادی و شادی است.

قبلاً از شباهت سفر و مردن گفته بودم. حتی از شبیه سازی مردن در کانادا. یا شباهت مردن به مهاجرت. اما این نوشته با درک بیشتری از مردن نوشته می‌شود.

post_type=post&مردن=https://www.unwritable.name/?s

وقتی برای سفر تصمیم گیری و برنامه‌ریزی می‌کنم همیشه بهترین زمان برای این تمرین است. برای مردن خوب، باید سبک شوی. اول از اموال و دیون باید سبک شوی.

Persian

باید وصیت هایت را نوشته باشی که اینجا یک دسته برایش نوشته ام.

https://www.unwritable.name/category/بعد-از-من/

همچنین باید اموالت را سبک و مرتب کرده باشی. اینجا هنوز کار دارم. باید دارایی ها را مشخص کنم. وراث را مشخص کنم. وصی را مشخص کنم. تصمیمات را بگیرم. کارهای اداری و قانونی را انجام بدهم.

مهمتر از آن، باید وابستگی ها را کم کنم. وابستگی به اموال و روابط و بدن و ذهن و خلاصه تمام چیزهای موقتی را باید کم کنم. از جمله وابستگی به زن و فرزند و دنیا!

باید فضای مجازی و آنلاین و دارایی های معنوی را هم مرتب کرده باشم.

همچنین روابطت را پاکسازی کرده باشی. باید همه را بخشیده باشی. اگر کسی ظلمی کرده ببخشی. اگر به کسی ظلمی کردی باید در حد توان جبران کنی.

هنوز خیلی کار دارم. من هنوز نمرده ام. اما باید از فرصت درست استفاده کنم. هر لحظه ارزش دارد. هر لحظه باید با آگاهی طی شود. هیچ لحظه‌ای نباید به غفلت بگذرد.

*

با این شعر و موسیقی همراه شد

https://music.youtube.com/watch?v=hrhZ7YFiwSo&si=lQR88TTPId4HgxUA

*

حیلت رها کن عاشقا؛ دیوانه شو، دیوانه شو.

و اندر دل آتش درآ؛ پروانه شو، پروانه شو.

هم خویش را بیگانه کن، هم خانه را ویرانه کن،

وآنگه بیا با عاشقان هم‌خانه شو؛ هم‌خانه شو.

رو سینه را چون سینه‌ها هفت آب شو از کینه‌ها،

وآنگه شراب عشق را پیمانه شو؛ پیمانه شو.

باید که جمله جان شوی تا لایق جانان شوی؛

گر سوی مستان می‌روی مستانه شو؛ مستانه شو.

Persian

آن گوشوارِ شاهدان، هم‌صحبتِ عارض شده؛

آن گوش و عارض بایدت؛ دُردانه شو، دُردانه شو.

چون جانِ تو شُد در هوا، ز افسانه‌یِ شیرین ما،

فانی شو و چون عاشقان افسانه شو؛ افسانه شو.

تو «لیلة القبری» برو تا «لیلة القدری» شوی؛

چون قدر، مَر ارواح را کاشانه شو؛ کاشانه شو.

اندیشه‌ات جایی رَوَد، وآنگه تو را آن جا کِشَد؛

ز اندیشه بگذر، چون قضا؛ پیشانه شو، پیشانه شو.

قفلی بُوَد میل و هوا؛ بنهاده بر دل‌های ما.

مفتاح شو؛ مفتاح را دندانه شو؛ دندانه شو.

بِنْواخت نورِ مصطفی، آن اُستُنِ حنّانه را؛

کمتر ز چوبی نیستی؛ حنّانه شو؛ حنّانه شو.

گوید سلیمان مر تو را، بشنو «لسان الطّیر» را.

دامیّ و مرغ از تو رَمَد؛ رو لانه شو، رو لانه شو.

گر چهره بنماید صنم، پُر شو از او چون آینه.

ور زلف بگشاید صنم، رو شانه شو؛ رو شانه شو.

تا کی دوشاخه چون رُخی؟ تا کی چو بَیذَق کم تکی؟

تا کی چو فرزین کژ روی؟ فرزانه شو، فرزانه شو.

شکرانه دادی عشق را از تحفه‌ها و مال‌ها.

هِل مال را، خود را بده؛ شُکرانه شو، شُکرانه شو.

یک مدّتی ارکان بُدی، یک مدّتی حیوان بُدی،

Persian

یک مدّتی چون جان شدی؛ جانانه شو، جانانه شو.

ای ناطقه بر بام و در، تا کی روی در خانه پر؟

نطق زبان را ترک کن؛ بی‌چانه شو، بی‌چانه شو.

Persian

# جز عشق سخن مگو!

April 12, 2025

دسته‌ها: بعد از من, شعرطور

برچسب‌ها: ادب پارسی, خدا, زندگی, عشق, مرگ, نوشتن

زمان خواندن 1 دقیقه.

***

ساعت ۵ صبح! یک روز دیگر بیدار شدم. صبحم را با شنیدن از تائو و مولانا و حافظ و سفر عشق به چین و اروپا شروع کردم.

امروز را چه کنم؟

امروز چه بنویسم؟

امروز چه بگویم!

ناگهان جواب در سرم طنین می‌اندازد!

«جز عشق سخن مگو»

از مرگ گفتم و نوشتم. از این حقیقتِ بدون بحث و بدون انکار.

همین مرگ، بزرگترین استاد است.

مرگ برای من استاد عشق است.

مرگ به من یاد می‌دهد که زندگی چیست.

مرگ به من یاد می‌دهد که امروز چقدر مهم است!

مرگ به من یاد می‌دهد که چیزی جز عشق نیست که ارزش گفتن داشته باشد.

مرگ استاد عشق است.

از این استاد بیاموزیم که تنها کارِ مهم، عشق است.

عشق همان خداست.

تنها موجود واقعی، همان عشق است.

Persian

مابقی، داستانهای عشق است.

داستان‌هایی که پیرامون عشق گفته می‌شود.

یکیشان می‌شود دیوان حافظ!

آن دیگری می‌شود دیوان شمس!

و عشق می‌چرخد و می‌رقصد.

و عشق زنده می‌کند و میمیراند.

عشق تنها داستانِ واقعی است.

و همین یک داستان، وجود دارد.

چاشنی عشق باید در هر لحظه با زندگی ات همراه باشد. اگر چاشنی عشق نباشد زندگی مزه ندارد، نه تنها مزه ندارد بلکه غیرقابل خوردن می‌شود.

عشق تمام نمی‌شود. هرچقدر از عشق بگویی تمام نمی‌شود. تکراری نمی‌شود.

مگر عشق با مولانا تمام شد؟ مگر عشق با حافظ تمام شد؟ مگر عشق با احمد غزالی تمام شد؟

ما تمام می‌شویم در عشق.

عشق ما را می‌بلعد و تو چقدر خوشبخت خواهی بود اگر در عشق بلعیده شوی!

خلاصه از این به بعد با من قرار بگذار که جز عشق نگویی!

برای گفتن از عشق اتفاقاً باید از مرگ عبور کنی!

باید بمیری.

همان مرگی که درگاه ورود به عشق است!

حتی قبل از مردن بدن!

حتی در این زندگی!

این همان مردن مولاناست.

Persian

با خودت تکرار کن!

جز عشق سخن مگو جز عشق سخن مگو جز عشق سخن مگو!

مرگ نزدیک است!

پایان را با عشق آغاز کن!

Persian

# چرا عمر شما ارزشمندتر از هر شغل است؟

March 2, 2025

دسته‌ها: بعد از من, چرا می‌نویسم؟

برچسب‌ها: اقتصاد, پول, روابط, زندگی, عشق, کار, لحظه, مرگ, نوشتن

زمان خواندن 2 دقیقه.

## شغل یا زندگی

***

بسیاری از ما ها به دنبال شغل هستیم. سوالاتی از این قبیل که چه شغلی انتخاب کنم و غیره. جواب کوتاه این است که

« شغل انتخاب نکن! بلکه زندگی کن! »

اما معنی این حرف چیست؟

شغل اگر نوعی معاوضه باشد، حتما شما ضرر خواهید کرد. چون در این معامله شما عمرتان را میدهید. در ازای عمر هر چه بدست بیاروید بازنده اید.

ممکن است کسی بگوید من ساعتی فلان دلار در می آورم. یا کسی بگوید من احترام و موقعیت اجتماعی بدست می آورم. اینها هم هیچکدام به اندازهٔ عمر شما ارزش ندارد.

به هرحال عمر شما در حال رفتن است.

اما آن چیزی که به اندازهٔ عمر شما باارزش است چیست؟

این سوالی است که هر کسی باید خودش جواب بدهد.

برای من آن چیز در چند کلمه اینطور خلاصه میشود.

- لحظه

Persian

- معنی
- عشق

زمان من وقتی با ارزش است که در لحظه باشد و دارای معنی و سرشار از عشق.

در این صورت است که میتوانم با آرامش در کنار جوی گذارن عمر بنشینم.

هر چیزی کمتر از عشق از این دنیا برداری ضرر خواهی کرد و با خسران موجه خواهی شد.

عمر و زندگی خودتان را ارزان نفروشید. عمر و زندگی خودتان را به جمع کردن چیزهایی که به زودی از دست خواهید داد نگذارنید.

چیزهایی که از دست خواهید داد شامل بدن و ذهن و اموال و روابط و تمام چیزهایی است که در این دنیا برای خودتان جمع آوری کرده اید.

طوری زندگی کنید که اگر فردایی وجود نداشت هیچ حسرتی نداشته باشید.

طوری زندگی کنید که اگر فردایی نبود هیچ کینهٔ حل نشده و هیچ کارمای باقیمانده از شما نباشد.

شغل باید چیزی باشد که اگر فردایی وجود نداشت باز هم آن کار را انجام بدهید.

شما شاغل نشوید بلکه زندگی کنید.

اگر درگیر هر شغلی بشوید بازنده خواهید بود.

من اگر امروز آخرین روز زندگی ام باشد باز هم همین را می‌نویسم.

من اگر امروز آخرین روز زندگی ام باشد باز هم همین طوری عشق خواهم ورزید که اکنون هستم.

من اگر امروز آخرین روز زندگی ام باشد باز هم از همان نانوشتنی ای می‌نویسم که اکنون می‌نویسم.

من شغل ندارم.

من شغل نمیخواهم.

بودن و نوشتن کافی است.

زندگی کافیست.

لحظه کافیست.

Persian

# مرگِ عطار

January 22, 2025

دسته‌ها: بعد از من, شعرطور, کوتاه

برچسب‌ها: آزادی, ادب پارسی, ایگویانفس, گورو, مرگ

زمان خواندن 1 دقیقه.

مرگِ عطار

***

داستان درویشِ دکان عطار یادتان هست؟

درویشی که آمادهٔ مرگ بود. درویشی که در مقابل عطار مُرد. درویشی که عطار را عطار کرد. آن درویشِ گمنام، عطار را مشهور کرد و خودش مُرد.

آن درویش گمنام بود ولی درسی به عطار داد که هیچکس نداده بود.

حالا از خودمان بپرسیم،

آیا آمادهٔ مرگ هستیم؟

آیا آمادهٔ از دست دادن هستیم؟

آیا سبک شده ایم؟

آیا باور کرده ایم که مرگ، همان عشق است؟

آیا آینده را رها کرده ایم؟

آیا گذشته را رها کرده‌ایم؟

آیا می‌توانی گمنام بمانی؟

آیا میدانی رها کردن، چه لذتی دارد؟

آیا میدانی رهایی، چه سروری دارد؟

Persian

آیا لذت سوختن را می‌دانی؟

آیا لذت اشک ریختن در تاریکی شب را چشیده ای؟

آیا از غم و شادی عبور کرده ای؟

آیا خدا را باور کرده ایم؟

آیا آمادۀ ورود به حجلۀ دیدار هستیم؟

آیا از خور و خواب و خشم و شهوت بدر آمده‌ایم؟

آیا هنوز ادعای دانستن داریم؟

آیا هنوز ادعای بودن داریم؟

آیا هنوز خیره سریم؟

آیا هنوز «من» هست؟

آیا هنوز حرف می‌زنیم؟

آیا هنوز می‌نویسم؟

آیا هنوز نمرده ام؟

Persian

# سیر زندگی من: از کودکی تا بزرگسالی

January 17, 2025

دسته‌ها: بعد از من, بلند, دربارهٔ من, نمایشنامه

برچسب‌ها: زمان, زندگی, سفر, من‌کیستم؟, همسر

زمان خواندن 15 دقیقه.

تاریخ-نگار زندگی من

من، رسول شهراد بجستانی، در این نوشته سعی کردم بعضی حقایق و وقایع را بدون جانبداری و سانسور وهمراه با تاریخ بازتاب بدهم. تاریخ و هر قضاوتی که اکنون از آن می‌کنید مرده است. از نظر من تاریخ تکرار نمی‌شود. برای همین می‌توانم در موردش شفاف و صریح باشم. این نوشته در حال تکمیل است.

Persian

| | |
|---|---|
| 1 | ـ 1357/1978 در -0.8 سالگی – پدر و مادر، من را از جهان ازلی به زمین دعوت کردند |
| 2 | ـ 1358/1979 در 0 سالگی – در یک ظهر تابستانی در مطب خصوصی مامایی در شرق تهران متولد شدم |
| 3 | ـ 1359/1980 در 0.4 سالگی – به خانه ی بزرگی نقل مکان کردیم و درآغوش مادرم وخواهرهای بزرگترم نگهداری شدم |
| 4 | ـ 1362/1983 در 3.4 سالگی – خواهرهای بزرگترم ازدواج کردند |
| 5 | ـ 1363/1984 در 4.4 سالگی – با خواهر زاده هایم همبازی بودم |
| 6 | ـ 1364/1985 در 6.2 سالگی – پدرم را از دست دادم و در سه سال اول ابتدایی علاقه ی زیادی به ساخت کارهای دستی با چوب داشتم |
| 7 | ـ 1366/1987 در 8.3 سالگی – به دبستان خالق در نارمک تهران منتقل شدم ***پایان کودکی در ۸ سالگی |
| 8 | ـ 1367/1988 در 8.9 سالگی – با ناظم و مدیران مدرسه مشکل داشتم وبرای اولین بار به مسایل جنسی آگاه شدم |
| 9 | ـ 1368/1989 در 9.9 سالگی – کتاب گناهان کبیره را در مورد خودارضایی میخواندم وعلاقه ی زیادی به عکاسی و ساختن مدارهای الکترونیکی داشتم |
| 10 | ـ 1372/1993 در 13.9 سالگی – به دبیرستان نمونه دانشمند منتقل شدم ***پایان ۱۲ سال مرحله اول-مرحله بازی https://www.unwritable.name/دوراهی%D9%90%-زندگی/ |
| 11 | ـ 1374/1995 در 15.9 سالگی – به دبیرستان کمال منتقل شدم و اولین دوست های بلند مدت را پیدا کردم |
| 12 | ـ 1375/1996 در 16.9 سالگی – با اولین دوست دخترم به نام محبوبه آشنا شدم و علاقه ی زیادی به فیلم برداری داشتم |
| 13 | ـ 1375/1996 در 16.9 سالگی – با مادرم به خانه ای در خیابان گلستان نارمک تهران منتقل شدم و شروع به خواندن برای کنکور کردم |
| 14 | ـ 1376/1997 در 18.1 سالگی – وارد رشته عمران دانشگاه صنعتی شریف شدم |
| 15 | ـ 1377/1998 در 18.9 سالگی – اولین سفر خارجی را به مکه رفتم و کتابهای ممنوعه ای در نقد تشیع و عشق زمینی به عربی خواندم |
| 16 | ـ 1379/2000 در 20.9 سالگی – شروع به نوشتن کردم و به جلسات موفقیت آزمندیان رفتم و با دختری به نام نگار دوست شدم ***پایان اولین چرخه ۱۲ ساله بعد از کودکی |
| 17 | ـ 1380/2001 در 22 سالگی – لیسانس مهندسی عمران را تمام کردم |

Persian

| | |
|---|---|
| 18 | ـ 1380/2001 در 22.3 سالگی – فوق لیسانس مهندس محیط زیست را در دانشگاه شریف شروع کردم و اولین فکرهای مهاجرت به سرم زد |
| 19 | ـ 1381/2002 در 22.8 سالگی – سفری به شاهاندشت با دوستان داشتم و شروع به انجام تز فوق لیسانس کردم |
| 20 | ـ 1381/2002 در 22.9 سالگی – به سوریه سفر کردم و کشوری مسلمان با قرائت آزادی از اسلام را دیدم |
| 21 | ـ 1381/2002 در 23.1 سالگی – دوستی مختصر من با دختری به نام نگار و نازنین تمام شد |
| 22 | ـ 1381/2002 در 23.2 سالگی – با سعیده برای اولین بارملاقات کردم |
| 23 | ـ 1381/2002 در 23.3 سالگی – سفرهایی به کردستان داشتم و با دکتر تجریشی کارهای تز را در منابع سد و رودخانه انجام میدادم |
| 24 | ـ 1382/2003 در 23.7 سالگی – به ترکیه سفر کردم و برای مهاجرت به امریکا امتحان تافل دادم |
| 25 | ـ 1382/2003 در 23.9 سالگی – خواهرزاده ام ناهید ازدواج کرد و سعیده را به دوستانم معرفی کردم |
| 26 | ـ 1382/2003 در 23.9 سالگی – سفری چهار نفره با سعیده و دو نفر از دوستانم به شمال داشتیم و توسط پلیس تعقیب شدیم |
| 27 | ـ 1382/2003 در 23.9 سالگی – علاقه ای به مراسم های اجتماعی و ازدواج سنتی نداشتم و سفری به دوبی داشتم ***پایان ۱۲ سال مرحله دوم- مرحله‌ی یادگیری نظم |
| 28 | ـ 1382/2003 در 24.1 سالگی – دوستانم یک به یک به امریکا و کانادا مهاجرت میکردند و من دندانهایم را ارتودنسی کردم و من برای ازدواج مایل نبودم |
| 29 | ـ 1382/2003 در 24.3 سالگی – برای اولین بار به خدای اسلام شک کردم |
| 30 | ـ 1382/2003 در 24.4 سالگی – سفری به بندر عباس داشتم و در شرکت مهندسی طراحی نفت مشغول شدم و هنوز در حال انجام تز بودم |
| 31 | ـ 1382/2003 در 24.4 سالگی – بعد از زلزله بم سفری به آنجا داشتم و مشغول عکاسی آنالوگ شدم |
| 32 | ـ 1382/2004 در 24.5 سالگی – اولین کتاب اوشو را هدیه گرفتم و بعدا تمام کتابهای اوشو را خواندم |
| 33 | ـ 1382/2004 در 24.6 سالگی – با سعیده به کاشان سفر کردیم و عکاسی دیجیتال را شروع کردم |
| 34 | ـ 1383/2004 در 24.8 سالگی – سفرهایی به کجور و انزلی داشتم ودیدگاهم نسبت به خدا و اسلام داشت تغییر میکرد |
| 35 | ـ 1383/2004 در 24.9 سالگی – درخانه جدید تنها شدم و روابطم با سعیده عمیق تر شد و مامان را سفری به بجستان بردم |

Persian

| | |
|---|---|
| 36 | ـ 1383/2004 در 25 سالگی – حسابی گیج بودم و به سختی از مادرم جدا شدم و به خانه جدیدی نقل مکان کردم با خانواده اختلاف مالی و فکری داشتم ***تقریبا شروع زندگی مشترک با سعیده |
| 37 | ـ 1383/2004 در 25 سالگی – با بلند کردن موهایم کمی با جامعه زاویه پیدا کردم مخصوصا با ازدواج مخالف بودم و سفری هم به دریاچه تار داشتم |
| 38 | ـ 1383/2004 در 25 سالگی – سفرهای طبیعت گردی به انزلی و لار داشتم اوشو میخواندم و عروسی دوستم آرمین به گرگان رفتم |
| 39 | ـ 1383/2004 در 25.3 سالگی – سفرطبیعت گردی به پارک گلستان و سفری به رامسر با سعیده داشتم |
| 40 | ـ 1383/2004 در 25.4 سالگی – سفری به نهاوند داشتم و برای کار بازسازی زلزله با شرکت ترکیه ای به بم رفتم |
| 41 | ـ 1383/2004 در 25.5 سالگی – به جمع دوستان شریفی ام بازگشتم و سفری به قصر بهرام داشتم |
| 42 | ـ 1383/2005 در 25.5 سالگی – مفهوم خدا کاملا برایم عوض شد و مشغول همکاری با برادرم در شرکت مهندسی شدم دردفاع از تز فوق لیسانس شرکت نکردم |
| 43 | ـ 1383/2005 در 25.6 سالگی – سفری به دشت بهرام داشتم و با پیام و لیلی و دوستان طبیعت گرد در دوره راهنمایان طبیعت گردی دوست شدم |
| 44 | ـ 1384/2005 در 25.8 سالگی – تغییرات اوشو پایان یافت و تقریبا مادی گرا شدم با خانواده سفری به اصفهان داشتم وبا سعیده سفری به آبگرم لاریجان داشتم |
| 45 | ـ 1384/2005 در 25.9 سالگی – با مفهوم فرگشت آشنا شدم و شروع به یادگیری زبان فرانسه کردم و سفری به قلعه رودخان داشتم |
| 46 | ـ 1384/2005 در 25.9 سالگی – قرارداد بورسیه با شرکت نفت بستم و اقتصاد و مدیریت نفت را در دانشگاه نفت شروع کردم |
| 47 | ـ 1384/2005 در 26 سالگی – عمل چشم لیزیک انجام دادم و از سربازی معاف شدم |
| 48 | ـ 1384/2005 در 26.2 سالگی – برای اولین باربه اروپا و پاریس سفر کردم |
| 49 | ـ 1385/2006 در 27 سالگی – از پاریس به تهران بازگشتم و با سعیده مجدد ارتباط نزدیکی گرفتم |
| 50 | ـ 1386/2006 در 27.2 سالگی – پروانه نظام مهندسی نظارت ساختمان دریافت کردم |
| 51 | ـ 1385/2006 در 27.4 سالگی – برای بار دوم به پاریس سفر کردم |
| 52 | ـ 1385/2006 در 27.5 سالگی – مشغول کار درشرکت گاز فرانسه بودم و سفری به انگلیس داشتم و فوق لیسانس اقتصاد را تمام کردم |
| 53 | ـ 1385/2007 در 27.6 سالگی – به سیستمهای فکری و ان ال پی علاقمند شدم |

Persian

| | |
|---|---|
| 54 | ـ 1385/2007 در 27.6 سالگی – با سعیده سفری به ترکیه داشتم |
| 55 | ـ 1386/2007 در 27.8 سالگی – سفری به امریکا داشتم و بین ازدواج و ماندن به تنهایی در امریکا ازدواج را انتخاب کردم |
| 56 | ـ 1386/2007 در 28 سالگی – به تهران بازگشتم تا برای شرکت نفت مدتی کار کنم |
| 57 | ـ 1386/2007 در 28 سالگی – در امور بین الملل شرکت نفت شروع به کار کردم و در خانواده جلسات تمرین سخنرانی در جمع به سبک تست مستر برگزار کردم |
| 58 | ـ 1386/2007 در 28.3 سالگی – مشکلات مالی با برادرها پیدا کردم |
| 59 | ـ 1386/2008 در 28.6 سالگی – علاقه به شرکت نفت نداشتم و بیزینس تهیه غذا و کیترینگ را با یکی از دوستان آشپزم راه انداختم |
| 60 | ـ 1386/2008 در 28.7 سالگی – سعیده خواست به خواستگاری رسمی بروم و با شرکت نفت مشکل پیدا کردم و مشاوره روانشناسی رفتم |
| 61 | ـ 1387/2008 در 28.9 سالگی – از امور بین الملل شرکت نفت بیرون آمدم |
| 62 | ـ 1387/2008 در 29 سالگی – سفری به گرجستان با دوستان داشتم |
| 63 | ـ 1387/2008 در 29 سالگی – گروه آزاد را با دوستان جدید راه اندازی کردم |
| 64 | ـ 1387/2008 در 29.1 سالگی – اولین بار سعیده با خواهرم ملاقات کرد |
| 65 | ـ 1387/2008 در 29.3 سالگی – شروع به مذاکره با شرکت نفت برای لغو تعهد کردم |
| 66 | ـ 1387/2008 در 29.3 سالگی – سفری به کرمانشاه داشتم و به طور رسمی به خواستگاری سعیده رفتم |
| 67 | ـ 1387/2008 در 29.5 سالگی – به جدا کردن اموال ارثی فکر میکردم و مدارک مهاجرت به کانادا را تهیه کردم و سفری به دریاچه اوان داشتم |
| 68 | ـ 1388/2009 در 29.7 سالگی – سفری به ارمنستان داشتم و همینطور سفر کاری برای گرفتن سند زمین به رشت داشتم |
| 69 | ـ 1388/2009 در 29.8 سالگی – مهمانی جواد پارتی و سفرهایی به هریجان و کلاردشت داشتم |
| 70 | ـ 1388/2009 در 29.9 سالگی – سفر دوچرخه سواری لاریجان و شروع اولین پروژه ساختمانی در تهران |
| 71 | ـ 1388/2009 در 30 سالگی – سفری به جنگل ابربا دانشگاه شریف داشتم و وقایع انتخابات ۸۸ اتفاق افتاد |
| 72 | ـ 1388/2009 در 30 سالگی – به طور رسمی عقد کردم و سفری به وسکاره و فشم داشتم و با سعیده مهمان های کوچ سرفینگ را دعوت میکردیم |

Persian

| | |
|---|---|
| 73 | 1388/2009 ـ در 30.1 سالگی – جراحی صاف کردن تیغه بینی یا سپتوپلاستی انجام دادم |
| 74 | 1388/2009 ـ در 30.2 سالگی – با سعیده خانه ی خیابان دانشکده را بازسازی کردیم |
| 75 | 1388/2009 ـ در 30.3 سالگی – عروسی احسان شیرازی از دوستان من و حمیدشیرازی اتفاق افتاد |
| 76 | 1388/2009 ـ در 30.5 سالگی – تست پزشکی برای مهاجرت به کانادا فرستادم و سفرودوچرخه سواری به باداب سورت داشتم |
| 77 | 1388/2010 ـ در 30.6 سالگی – سفر به دیر گچین و سفر یکماهه ی ماه عسل با سعیده به تایلند و مالزی و سنگاپور داشتیم |
| 78 | 1389/2010 ـ در 30.7 سالگی – مهمانی های زیادی به جای عروسی در خانه برگزار کردیم |
| 79 | 1389/2010 ـ در 30.9 سالگی – ویزای کانادای ما آماده شد |
| 80 | 1389/2010 ـ در 31.2 سالگی – سفری سه ماهه با کوله پشتی به همراه سعیده به کانادا داشتیم و اقامت دایم را گرفتیم |
| 81 | 1389/2011 ـ در 31.6 سالگی – سفری به کرمان با دوستان دانشگاه داشتیم |
| 82 | 1389/2011 ـ در 31.7 سالگی – تنور نانوایی خراسانی شیوا را تعویض و بازسازی کردم |
| 83 | 1390/2011 ـ در 31.8 سالگی – جواز ساخت کارخانه فرآوری سبزیجات برای تولید هویجک را از وزارت صنعت گرفتم |
| 84 | 1390/2011 ـ در 32 سالگی – اولین گوشی اندروید را خریدم و سفری به وان ترکیه داشتیم |
| 85 | 1390/2011 ـ در 32 سالگی – کلاسهای کانون یوگا و سفالگری را شروع کردم کمی افسردگی داشتم پایان دومین چرخه‌ی ۱۲ ساله بعد از کودکی |
| 86 | 1390/2011 ـ در 32 سالگی – خانه ظفر را خریدم و به آنجا نقل مکان کردیم |
| 87 | 1391/2012 ـ در 32.8 سالگی – به شرکت ملی صادرات گاز ایران پیوستم |
| 88 | 1391/2012 ـ در 32.9 سالگی – چند دانگ از مغاره نانوایی خراسانی را خریدم |
| 89 | 1391/2012 ـ در 33 سالگی – به امور بین الملل شرکت ملی نفت بازگشتم |
| 90 | 1392/2013 ـ در 34 سالگی – تعهدم را به شرکت نفت با پرداخت تتمه مانده خریدم |
| 91 | 1392/2013 ـ در 34.4 سالگی – به ونکوور کانادا مهاجرت کردیم و به خانه اسد رفتیم |
| 92 | 1392/2013 ـ در 34.4 سالگی – احساس افسردگی شدید داشتم و کتاب زمین جدید و نیروی حال اکهارت را خواندم که نجات دهنده بود |

Persian

| | |
|---|---|
| 93 | 1392/2013 ـ در 34.5 سالگی – کلاسهای تست مستر سخنرانی در جمع را در وست ونکوور شرکت کردم |
| 94 | 1393/2014 ـ در 34.5 سالگی – برای اولین بار برای بچه دار شدن تلاش کردیم که نا موفق بود |
| 95 | 1393/2014 ـ در 34.6 سالگی – موضوعی در مورد ابر انسان نوشتم |
| 96 | 1393/2014 ـ در 34.8 سالگی – کار در شرکت ساختمانی آیکون شروع کردم که موفق نبود |
| 97 | 1393/2014 ـ در 34.9 سالگی – به اوکریج نقل مکان کردیم و مشکل مالی و پرداخت اجاره داشتیم |
| 98 | 1393/2014 ـ در 35.4 سالگی – چند ماهی در شرکت سازه های فلزی پسیفیکا کار کردم |
| 99 | 1394/2015 ـ در 36 سالگی – چند ماهی در شرکت تراش سنگهای نما کار کردم که موفق نبود |
| 100 | 1394/2015 ـ در 36 سالگی – تجربیات ماجراجویانه ی جنسی داشتم |
| 101 | 1394/2015 ـ در 36 سالگی – آمدن حامد به کانادا و کلاسهای مدیریت پروژه و کار در پروژه ساختمان خرمی و خرید آی مک اتفاق افتاد |
| 102 | 1394/2015 ـ در 36.2 سالگی – خرید بی ام و اکس ۵ و آمدن رویا و علیرضا به ونکوور اتفاق افتاد |
| 103 | 1394/2015 ـ در 36.3 سالگی – کار در شرکت نرم افزاری ze را شروع کردم |
| 104 | 1395/2016 ـ در 36.5 سالگی – به قسمت مهندسی شرکت منتقل شدم |
| 105 | 1395/2016 ـ در 37 سالگی – خانه لنگلی را خریدیم |
| 106 | 1395/2016 ـ در 37.5 سالگی – کاردر شرکت مهندسی مشاور ze پایان یافت |
| 107 | 1395/2017 ـ در 37.5 سالگی – اولین سفر از کانادا به ایران را رفتیم |
| 108 | 1396/2017 ـ در 37.6 سالگی – تشخیص کم کاری خفیف تیروئید هاشیموتو اتفاق افتاد |
| 109 | 1396/2017 ـ در 37.7 سالگی – در سه ماه به کلاسهای کنترل اعتیاد تغذیه FA رفتم و ده کیلوگرم کاهش وزن داشتم |
| 110 | 1396/2017 ـ در 37.7 سالگی – شروع به کار خرید و فروش املاک با یاشار خلیقی کردم |
| 111 | 1396/2017 ـ در 38 سالگی – دوره های گرفتن لیسانس مشاوره املاک را شروع کردم |
| 112 | 1397/2018 ـ در 38.5 سالگی – آپارتمان برنابی را خریدیم و به آن نقل مکان کردیم |
| 113 | 1397/2018 ـ در 38.8 سالگی – شهروندی و پاسپورت کانادایی را گرفتیم و در حالیکه سعیده باردار بود سفری به امریکا داشتیم |
| 114 | 1397/2018 ـ در 39 سالگی – شراکت من با یاشار تقریبا پایان یافت |

Persian

| | |
|---|---|
| 115 | ـ 1397/2018 در 39 سالگی – تارا دخترم در ونکوور به طور طبیعی متولد شد |
| 116 | ـ 1397/2018 در 39.2 سالگی – سمانه به کانادا آمد و بی ام و ۵۲۸ خریدیم |
| 117 | ـ 1398/2019 در 39.8 سالگی – دومین سفر از کانادا به ایران را با تارا داشتیم |
| 118 | ـ 1398/2019 در 39.9 سالگی – مامان و خواهرم سفری به ونکوور کانادا داشتند |
| 119 | ـ 1398/2019 در 40 سالگی – تارا را در یک سالگی به مهد کودک سپردیم |
| 120 | ـ 1398/2019 در 40.1 سالگی – برای اولین بار رژیم کتوژنیک را تست کردم |
| 121 | ـ 1398/2019 در 40.3 سالگی – سارا به ونکوور آمد و با ریمکس شروع به همکاری کردم |
| 122 | ـ 1399/2020 در 40.9 سالگی – بزرگترین معامله کاری خودم به مبلغ ۱۶ میلیون دلار را انجام دادم |
| 123 | ـ 1399/2020 در 41 سالگی – دور سوم رژیم کتوژنیک را انجام دادم و با الکس و موژان همکاری کردم |
| 124 | ـ 1400/2021 در 41.8 سالگی – دوره مراقبه کودک درون با شیده نوبهار را شروع کردم اختلافاتم با سعیده جدی تر شده بود |
| 125 | ـ 1400/2021 در 42 سالگی – تحول درونی در مراقبه های ویپاسانا اتفاق افتاد ***افزایش انرژی زندگی از نظر یوگا و سادگورو |
| 126 | ـ 1401/2021 در 42.5 سالگی – سومین سفر از کانادا به ایران و دبی اتفاق افتاد و اختلاف من با سعیده به سطح مذاکره برای پایان قرارداد ازدواج رسید |
| 127 | ـ 1401/2022 در 43 سالگی – بعد از آشنایی من با سادگورو سفری ۳۰ روزه به مرکز یوگای ایشای هند داشتم |
| 128 | ـ 1401/2022 در 43.1 سالگی – سعیده خانه را ترک کرد و تارا را هم با خودش برد *پایان زندگی مشترک |
| 129 | ـ 1402/2022 در 43.5 سالگی – سفر۳۵ روزه به مرکز یوگای ایشا در تنسی امریکا اتفاق افتاد |
| 130 | ـ 1402/2023 در 43.8 سالگی – هر دو خانه ی مشترک با سعیده را برای فروش گذاشتیم |
| 131 | ـ 1402/2023 در 44 سالگی – آپارتمان مشترک با سعیده را فروختیم و یکماه در ماشین زندگی کردم |
| 132 | ـ 1402/2023 در 44 سالگی – پایان سومین چرخه‌ی ۱۲ ساله بعد از کودکی |
| 133 | ـ 1402/2023 در 44.1 سالگی – سفری چهار ماهه به ایران و گرگان و کردستان و چابهار داشتم و دوستان جدیدی پیدا کردم |
| 134 | ـ 1403/2023 در 44.4 سالگی – برای فروش خانه لنگلی به ونکوور برگشتم |
| 135 | ـ 1403/2024 در 44.5 سالگی – با سارا به خانه ای در کوکیتلام و به تنهایی در چند نقطه مختلف در ونکوور نقل مکان کردم |

Persian

| | |
|---|---|
| 136 | 1403/2024 در 44.9 سالگی – سعیده به خاطر اختلافات و درخواست جدایی به دادگاه مراجعه کرد |
| 137 | 1404/2024 در 45.5 سالگی – به خانه لنگلی نقل مکان کردم |
| 138 | 1404/2025 در 45.6 سالگی – این اتوبیوگرافی را به روز رسانی کردم ***زمان حال |
| 139 | 1406/2027 در 48 سالگی – احتمالا ورود کامل به امور معنوی و درونی |
| 140 | 1418/2039 در 60 سالگی – احتمالا زندگی آرام و معنوی در صلح و پیوستن دوباره به جامعه |
| 141 | 1458/2079 در 100 سالگی – احتمالا جشن تولد صد سالگی وخرقه تهی کردن و یکی شدن عاشق با معشوق ابدی |

Persian

**برای تارا - وصیت**
January 8, 2025
دسته‌ها: بعد از من
برچسب‌ها: آینده, تارا و بچه‌ها, روابط

زمان خواندن 2 دقیقه.

**برای تارا – وصیت**

***

هر پدر و مادری برای فرزندانش چیزی به ارث میگذارد. اگر مادی باشی و فقط دنیا را ماده ببینی، مقداری ژن و مقداری پول میبینی. اما در بعد های دیگر هم پدر و مادر ها برای فرزندانشان چیزهایی میگذارند.

آنچه انجام میدهیم یا نتیجه ی اعمال ما معمولا به صورت کارما برای فرزندانمان باقی میماند. مثلا مهاجرت کارمایی بود که برای دخترم تارا گذاشتم. این باعث شد به جای فارسی، انگلیسی و فرانسوی یاد بگیرد.

یکی از چیزهایی که شاید برای تارا بماند همین نوشته هاست.

شاید یک روزی یک کسی به تارا بگوید که پدرت برای تو خیلی چیزها نوشته! بعد تارای کنجکاو بیاید اینجا و سرچ کند «تارا» و شاید کنجکاوی اش آنقدر باشد که برای خواندن اینها فارسی یاد بگیرد.

اما به هر حال تاراهایی در دنیا هستند. کوکان زیادی در دنیا هستند.

داشتم با خودم فکر میکردم که اگر از این شهر سفر کنم تارا را به چه کسی بسپارم که کسی پیدا نکردم. کسی که اهل معنا باشد کم است. معمولا اینجا در این سرزمین سرد همه فقط به نان شب تارا فکر میکنند. چیزی که کمترین اهمیت را دارد. مادرش نگران سوراخ سقف است و سوراخ قلب من و تارا را اصلا نمی بیند. چون همواره نگران سوراخ سقف و نان شب بوده. همواره در تنازع بقا زیسته. گناهی هم ندارد. هر کسی از زاویه ی دید خودش دنیا را میبیند.

آدمهای زیادی هم هستند که قضاوتی میکنند و میروند. انتظاری هم نیست. آنها گرفتار کارمای خودشان هستند. کسی مسوول تارا نیست.

برای مسوولین تارا!

همه دنبال یک لقمه نان هستند. کسی وقت ندارد که به تارای داخل کانادا یا کودک آفریقایی فکر کند. البته استثناهایی همیشه هست.

کانادا کشوری است که تا دلتان بخواهد قانون دارد و درست و غلط و کلیسا. اما ذره ای درک از اخلاق واقعی اصلا. ذره ای درک از نحوه ی بودن مسیح اصلا. ذره ای گرمی و احساس و شعر و موسیقی، اصلا.

Persian

تقریبا تمام لبخند ها مصنوعی است. من که به شخصه اخم واقعی مردم خاورمیانه را به لبخند مصنوعی کانادایی ها ترجیح میدهم.

همه دم از مسوولیت میزنند ولی هیچکس مسوولیت چیزی را بر عهده نمیگیرد. آنقدر همه گرسنه هستند که هر کسی فقط مسوول سیر کردن شکم خودش است.

البته چیزهای خوب زیادی هم دارد. هدف من اینجا دیدن صفر ویکی نیست. قضاوت کلی نیست. اما به هر حال اینها قسمتی از واقعیت است. بگذریم. در این وانفسا من سعی دارم میراثی برای تارا بگذارم. پول و ثروت که به صورت اتوماتیک به تارا میرسد اما تلاش دارم چیزی بگذارم ارزشمند تر. آن چیز نحوه ی زندگی کردنم است. و تعدادی از این نوشته ها و موسیقی ایرانی و شعرهایی از حافظ که در همان زمانهای کوتاه در ماشین بودن برایش میگذارم.

به زودی وصیت خودم را هم همینجا خواهم نوشت. البته وصیت چیزی ثابت نخواهد بود و در طول زمان احتمالا نسخه های جدیدی بخورد. فعلا همینجا تمام کنیم تا بعد.

Persian

# اعلامیهٔ ترحیم

July 31, 2024

دسته‌ها: بعد از من, بلند, طنزطور

برچسب‌ها: آینده, ایگویانفس, خانواده،ازدواج, زندگی, گورو, مرگ, من‌کیستم؟, نوشتن

زمان خواندن 5 دقیقه.

زمان خواندن 5 دقیقه ***

## اعلامیهٔ ترحیم

***

هر چند روزی یک بار، اگر در جامعه باشی یک اعلامیه به دستت می‌رسد با این مضمونی شبیه این:

انا لله و انا الیه راجعون
‘یک شعر’

با نهایت تأسف و تأثر درگذشت ...ی مهربان و دلسوز ... را به اطلاع دوستان و آشنایان و بستگان محترم می‌رساند.
مراسم تشییع آن مرحوم روز فلان در فلان جا برگزار می‌گردد.
حضور شما سروران گرامی و قرائت فاتحه موجب شادی روح آن مرحوم و تسلی خاطر بازماندگان خواهد شد.
از طرف خانوادهٔ فلانی و سایر دوستان و بستگان و آشنایان

یک بار قسمت من شد که واقعاً اعلامیه درست کنم آن هم برای دوست صمیمی و عزیزم شاهرخ بود.
https://www.unwritable.net/2021/04/blog-post_97.html

اما بنده مثلاً نویسنده ام!
یکی از موضوعات مورد علاقه نانوشتنی هم، مرگ است!
مگر نه اینکه سنگ قبر حافظ و سهراب را شعرهایشان زینت داده پس شاید بد نباشد مطلبی بنویسم.
مرگ موضوع خوبی است!
شاید روزی به درد بازماندگان بخورد! بازماندگانی که دنبال مطلب میگردند تا در اعلامیه و سنگ قبر چیزی بنویسند!
بالاخره خشک و خالی که نمی‌شود!
ما هم که اهل آینده و برنامه ریزی و تایم منیجمنت هستیم!

خوب برویم سراغ اعلامیه و سنگ قبر! روی آن‌ها بنویسید:

مرگ، موضوع زندگی او بود!
او از اول که نه، ولی از حدود چهل سالگی به شدت به مرگ علاقمند شد!
نه از روی افسردگی و تنهایی، بلکه از روی شوق و امید!
نه اشتباه نکنید! او علاقه‌ای به مرگِ بدن نداشت! اما عاشق مرگ در زندگی بود!

Persian

مرگ در زندگی، یعنی موتو قبل ان تموتوا
مرگ در زندگی، یعنی بمیرید بمیرید و از این نفس بمیرید

آن قدر علاقه داشت که با اشک و شوق برای خودش اعلامیه و سنگ قبر می‌نوشت تا شما بخوانید!

اگر هم اعلامیه و سنگ قبر ننوشتید خیلی مهم نیست!
خشک و خالی هم می‌شود!
اگر خواستید بنویسید بنویسید ولی بدانید خشک و خالی هم می‌شود!

بنویسید: او از اول هم وجود نداشت!
خشک و خالی در بیستم تیر ۱۳۵۷ هجری شمسی آمد و ترجیح می‌دهد خشک و خالی هم برود.
خالی از نفْس
خالی از خود
خالی از توهمِ بودن!

آنجا ننویسید پدری مهربان و دلسوز!
بنویسید سعی کرد به دخترش فارسی و حافظ و مولانا یاد بدهد.
بنویسید سعی کرد به دخترش سکوت و مراقبه و یوگا یاد بدهد.
بنویسید او نمی‌خواست نقشی به خود بگیرد.
بنویسید سعی داشت پدر معنوی کل جهان بشود.
بنویسید سعی کرد مادر مهربانی برای کل جهان بشود.

بنویسید عاشق بودا بود و اکهارت و سادگورو و اوشو و حافظ و مولانا و عطار و خیام و سعدی و باباطاهر!

بنویسید عشق، موضوع نوشته‌های او بود!
بنویسید او سعی داشت از نانوشتنی بنویسد!
هزار و خورده‌ای نوشته نوشت!
یکی از آنها این اعلامیه و سنگ قبر است!
معلوم نیست بالاخره توانست این کار احمقانهٔ نوشتن نانوشتنی را انجام بدهد یا نه!
معلوم نیست بالاخره از معشوق کام گرفت یا هنوز ناکام مانده بود!

اما بنویسید الان حسابی در حال کام گیری است! بالاخره خوانندگان زمانی این را می‌خوانند که من واقعاً در حال کام گیری ام!

اصلاً ننویسید با نهایت تاسف و تأثر! به جای آن بنویسید با نهایت شوق و شادی!
او در دنیا از عروسی خوشش نمی‌آمد ولی الان حتماً درحال عروسی است! یا با معشوق یا با حوری!

بنویسید حضور شما سروران باعث شادی روح آن مرحوم است، اما نه حضور در سر قبر یا مراسم ختم یا تشییع!
بلکه حضور در خودتان!

Persian

حضور شما در لحظه!
حضور شما در خدا!
حضور فیزیکی شما لازم نیست!
اگر حضور در لحظه ندارید بهتر است اول در لحظه حضور پیدا کنید!
من هم در لحظه شما را ملاقات می‌کنم و واقعاً باعث شادی روح من می‌شوید!

پیکر بنده نیازی به مشایعت ندارد!
بگذارید شعله ها یا مورچه‌ها یا چه بهتر، کرکس ها یا گرگها راحت غذایشان را بخورند!
بنویسید او دوست داشت راحت غذا بخورد و راحت خورده شود!

اگر دلتان تنگ شد، از نانوشتنی بخوانید!
شاید خیلی طنز به اندازهٔ کافی نداشته باشد ولی این را با حس طنز بخوانید! کل داستان طنز است! کل داستان پِرنک است!
بنویسید متوفی می‌دانست کل ماجرا فیک است!
بنویسید متوفی می‌دانست ما در یک شبیه سازی هستیم!
بنویسید متوفی می‌گفت مرگی در کار نیست!
بنویسید متوفی توهم زده بود!
بنویسید اما حالا که درگذشته از شبیه سازی و توهم خلاص شده!

بنویسید داستان زندگی او همین بود:
«یکی بود یکی نبود غیر از خدا هیچکس نبود»

اگر دنبال عکس بودید خیلی زحمت نکشید! پسورد گوگل و اپل خودم را اتوماتیک می‌دهم به همسر اولم! عکسهای زیادی آنجاست! خیلی در آن ها تجسس نکنید! خصوصی است بالاخره!
اصلاً فکر نکنید متوفی درگیر ظاهر و صورت بود!
ولی معتقد بود همه چیز طبیعی اش زیباتر است! متوفی ریش هایش را به سختی اصلاح می‌کرد! پس عکس ریش دار بگذارید!

اگر هنوز شک داشتید که متوفی چطور فوت کرده این نوشته را در مورد خودکشی بخوانید!
https://www.unwritable.net/2024/02/blog-post_10.html

در نانوشتنی، راههای خودکشی را توضیح داده‌ام! خودکشی بدن که نه! خودکشی های خیلی بهتر!

خلاصه فکر کنم اعلامیه و سنگ قبر دیگر پُر شد! عکس شمع و گل نگذارید بهتر است! جا کم می‌آورد.

همین ها را بنویسید.
کافی است.
هرکسی قسمتش باشد می‌خواند. زیاد کسی هم حال خواندن ندارد. زمان ما اینطور بود!

Persian

پس برویم به کارمان برسیم!
کارِ مردنِ خوب!
شما هم بروید به زندگی تان برسید!
زندگی کردنِ خوب!

***

سنگ قبر
https://www.unwritable.net/2022/03/blog-post_29.html

Persian

غزل نقش بسته روی سنگ مزار حافظ

*

مژدهٔ وصلِ تو کو کز سرِ جان برخیزم

طایرِ قُدسم و از دامِ جهان برخیزم

به ولای تو که گر بندهٔ خویشم خوانی

از سرِ خواجگیِ کون و مکان برخیزم

یا رب از ابرِ هدایت بِرَسان بارانی

پیشتر زان که چو گَردی ز میان برخیزم

بر سرِ تربتِ من با مِی و مُطرب بنشین

تا به بویت ز لحد رقص کُنان برخیزم

خیز و بالا بنما ای بتِ شیرین حرکات

کز سرِ جان و جهان دست فشان برخیزم

گرچه پیرم تو شبی تنگ در آغوشم کَش

تا سحرگه ز کنارِ تو جوان برخیزم

Persian

روز مرگم نفسی مهلتِ دیدار بده

تا چو حافظ ز سرِ جان و جهان برخیزم

***

شعر کامل مزار سهراب

*

**پشت هیچستانم**
**پشت هیچستان جایی‌ست**
**پشت هیچستان رگ‌های هوا، پَرِ قاصدهایی‌ست**
**که خبر می‌آرند، از گُلِ واشده‌ی دورترین بوته‌ی خاک**
**روی شن‌ها هم، نقش‌های سُمِ اسبانِ سوارانِ ظریفی‌ست که صبح**
**به سرتپه‌ی معراجِ شقایق رفتند**
**پشت هیچستان، چترِ خواهش باز است**
**تا نسیمِ عطشی در بنِ بی‌برگی بدود**
**زنگِ باران به صدا می‌آید**
**آدم این‌جا تنهاست**
**و در این تنهایی، سایه‌ی نارونی تا ابدیت جاری‌ست**
**به سراغِ من اگر می‌آیید**
**نرم و آهسته بیایید، مبادا ترک بردارد**
**چینیِ نازکِ تنهایی من**

Persian

# مرگِ زیبا

July 3, 2024

دسته‌ها: بعد از من

برچسب‌ها: آگاهی, ادب پارسی, ایگویانفس, تولد, خدا, ذهن, عشق, مرگ, من‌کیستم؟

زمان خواندن 2 دقیقه.

زمان خواندن 3 دقیقه ***

## مرگِ زیبا

***

داستان زندگی اینطور است.
وقتی به این دنیا پرت می‌شویم. یک وجودی را حس می‌کنیم. وجود خودمان را. میفهمیم چیزی هست به نام خود.
چیزی به نام وجود.
بدیهی ترین درک این است. درک وجود. وجود داشتن خود. فعلاً با خدا کاری ندارم. درک خود ساده است.

موضوع دوم مرگ است. از ابتدای زندگی این را می‌فهمیم که ما رو به سوی مرگ داریم. این بدن و این شخصیت رفتنی است.
این هم عملی ترین درک است. واضح ترین درک. ساده ترین واقعیت موجود.

حال ترکیب این دو چه می‌شود؟
با ترکیب این دو می‌فهمیم که وجود باقی می‌ماند ولی شخصیت ما می‌میرد.

و کل داستان زندگی این می‌شود،
عاشقِ وجود شدن و زیبا مردن.

برای نفس توهمیِ ما، مرگْ زشت و بد و ترسناک است. ما در فرار از مرگ از هم سبقت می‌گیریم. مالکیت را اختراع می‌کنیم. برای خودمان نام و شهرت می‌طلبیم. می‌خواهیم هویت هایی برای خودمان دست و پا کنیم. فکر می‌کنیم کسی هستیم.
در حالیکه در ماجرای زندگی، ما همان‌قدر مهم هستیم که یک قورباغه یا یک ماهی یا یک مورچه یا یک برگ.
اگر تفاوتی هست فقط در درک وجود است. و در زیبا مردن.
شاید یک قورباغه هیچگاه زیبا مردن را نفهمد ولی ما می‌فهمیم. این تفاوت ماست.
شاید یک مورچه درکی از عشق به وجود نداشته باشد ولی ما داریم.

وجود هم همان خداست.
وجودِ فراگیر هستی.
وجودِ نانوشتنی.

Persian

پس کارِ ما در این دنیا، عاشق وجود شدن است و زیبا مردن.
مردن مولانا در شمس.
مردن حافظ در پیر مغان.

این مردنی است که تو را زنده می‌کند. تو را در وجود ابقا می‌کند. واگر شخصیت خودت را نتوانی بکشی، نابود خواهی شد.
تنها اکسیر حیات، مردن در وجود ازلی و ابدی است.
کشتن منیت هایت.
کشتن هویت هایت.
کمرنگ شدن.
عاشقانه مردن.
زیبا مردن.

و فهم این که تو، فقط رشته‌ای ناچیز از وجود هستی. فهمی که سهراب داشت. فهمی که اکهارت دارد. فهم سعدی و حافظ. فهم مولانا. فهم سادگورو و اوشو. فهم من و تو. هرکس به اندازهٔ گنجایش خویش.

با این فهم، ما رقصان می‌میریم. زیبا میمیریم. آرام می‌میریم. عاشقانه می‌میریم.
بدون این درک، ما ترسان و زشت می‌میریم.
وقتی این را درک کنیم می‌توانیم شعر بخوانیم. غزل بنویسیم. می‌توانیم مثل مولانا سماع کنیم. مثل حافظ عشق بازی کنیم.

این امکان هست که خودمان عشق شویم.
خودمان را در وجود حل کنیم.
شفاف شویم.
سبک شویم.
خدا شویم.

با این درک، ما عاشقانه زندگی میکنیم. این چند روز را درست زندگی می‌کنیم.
بر رنج خود و دیگر موجودات نمی افزاییم.

پس یادمان باشد.
مرگ بد نیست. مرگ زشت نیست.
آنچه توهم است، توهمِ خود است. توهمِ شخصیتی به نام من.
منی وجود ندارد.
این بدن و این ذهن و این هویت را کمرنگ کنید.
این اسم ها و قرارداد ها، همه پوچ است.
همه نابود شدنی است. همه آفل است.
آنچه بد است ناآگاهی است.
آنچه نادرست است خیره سری است.

Persian

آنچه نادرست است، باور به بودن چیزی است که ما نیستیم.
آنچه نادرست است، فراموشیِ مرگ است.
این فراموشیِ مرگ است که باعث می‌شود زیبا زندگی نکنیم.
این فراموشیِ مرگ است که باعث می‌شود عاشقانه نمیریم. عاشقانه نرقصیم. عاشقانه با بچه‌ها بازی نکنیم.

Persian

# میراثِ من!

May 7, 2024

دسته‌ها: English, بعد از من, بلند, شعرطور

برچسب‌ها: آینده, ادب پارسی, خانواده،ازدواج, خدا, ذهن, زمان, زندگی, سکوت, عشق, گورو, مرگ, من‌کیستم؟, نوشتن

زمان خواندن 10 دقیقه.

زمان خواندن 5 دقیقه ***

## میراثِ من!

***

میراث من چیست؟
سوالی که خیلی از آدمها سعی کردند به آن جواب بدهند. حالا من برای خودم سعی میکنم این سوال را جواب بدهم.

این هم یکی از سوالهای اساسی است که با شناخت بهتر خود بدست می آید. اگر بدن و ذهن را در نظر بگیریم.
در ساحت بدن همه چیز تقریبا نابود میشود. غیر از یک ژن. ژنی که به دختر بیولوژیکی ام تارا داده ام. پنجاه درصد. و این ژن مدتی در زمین میماند. نهایتا شاید چند تکه استخوان یا یک سنگ قبر یا یک قوطی خاکستر باقی بماند!

از مایملک و دارایی ها هم شاید چند حساب بانکی ریز و درشت و تعدادی کاغذ که اسم من روی آن هست به نام اسناد و شاید ماشین و لباس و وسایل شخصی باقی بماند. مثلا از قدیم شمشیر و سبیل و کلاه و خرقه یا کشکولشان باقی میمانده و تا چند سالی باقی میمانده. بزرگترین مثال آن هم اهرام است. اهرامی که از فراعنه مصر باقی مانده.

در ساحت ذهن داستان جالب تر است. ذهن هم با همان سرعتی که بوجود می آید نابود میشود. اما چیزهایی باقی میماند.
مثلا داستان هایی در ذهن بعضی از آدمها مثل چند خاطره. حس هایی که در دیگران بوجود آورده ام. داستان دوستی و دشمنی ها. آن ها هم شاید چند سالی بماند ولی به مرور محو میشود.
مرحله ی بعد، نوشته ها است. نوشته هایی که مثلا در متون سنگی یا کتابهایی شبیه کتاب های خطی باقی میماند. شعر های حافظ یا مثنوی مولانا. یا حتی همین نانوشتنی ها.

از روی نوشته ها بعدا میتوان حدس هایی زد. مثلا فهمید که حافظ عاشق بوده یا سعدی قله های سخن را فتح کرده یا محمد قرآن را به صورت تاثیر گذاری میخوانده. در دوران اخیر هم کتابهایی میماند. مثلا کتاب اکهارت در خصوص لحظه و غیره میتواند نشانه ای باشد از شناخت ذهن آن شخص.

با پیشرفت تکنولوژی عکس ها هم گاهی میماند. مثلا چند پرتره از مظفرالدین شاه قاجار یا نقاشی از فتحعلی شاه و غیره.
نوع دیگر آن صوت است و موسیقی یا سخنرانی هایی که از گذشته مانده. مثلا نوارهای سخنرانی شریعتی!
نوع آخر آن ویدیو است. که کامل ترین نوع ماندن است. یعنی ترکیب صدا و تصویر متحرک. ویدیوهایی که از کریشنا مورتی هست و یا فیلم های سخنرانی های سادگورو.

Persian

من هم چیز هایی از این دست تولید کرده ام.
تعدادی خاطره با آدمها.
یک فرزند بیولوژیکی.
مقادیری نوشته، صدا و عکس و ویدیو.

خاطره ها در ذهن انسانهاست. نوشته ها در سرور اپل و گوگل و روی چند هارد و دستگاه هست. عکس ها و ویدیوها و ویس ها هم همینطور.
تعدادی در سرور اپل و گوگل و فیسبوک به صورت فایل و پروفایل و پست و غیره و تعدادی در هاردها و دستگاههای خودم.
مقادیری دارایی های خودم و آنهایی که از پدرم به ارث رسیده.

از بعضی ها یک جمله باقی مانده و چند داستان. مثلا جمله ی «لا احب الافلین» از ابراهیم باقی مانده.
و تقریبا تمام چیزهای مربوط به ابراهیم افول کرده الا این جمله. این جمله از دل قرون باقی مانده. چرا؟ این جمله آفل و نابود شدنی نبوده. چرا؟ چون از جایی آمده بی زمان. این جمله از چیزی شبیه وحی آمده. چیزی شبیه خدا. چیزی غیر آفل.
حال با همین مثلا اگر پیش برویم هر چیزی که از وجود اصلی نابود نشونده ی جهان باشد نابود نمیشود.
اگر کسی بتواند با اتصال به مبدا بی زمان جهان چیزی به جهان مادی بیاورد آن چیز مانا خواهد بود.
مثلا شعرهایی که حافظ آورده. موسیقی هایی که بزرگان موسیقی آوردند. نقاشی های لئوناردو داوینچی. فرمول های انیشتین. سخنرانی های سادگورو. کتابهای اکهارت.
این جور چیز ها بویی از ساحت بی زمان در خود دارند. جوهری نابود نشدنی.

اینها باقی میمانند.
مثلا سوره ی حمد محمد یا سوره ی قل هو الله احد. الله الصمد. لم یلد و لم یولد و لم یکن له کفوا احد.
این کلمات چیزی را نشانه میرود که یگانه است.
چیزی که بی نیاز است.
چیزی که زاده نشده و چیزی نزاییده.
چیزی که کسی هم تراز او نیست.

اینها به چیزی نانوشتنی اشاره دارد. به موجودی فرای این کلمات و ذهن من یا تو! چیزی غیر قابل توضیح توسط ذهن.
و چون به آنجا اشاره دارد در طول هزاران سال باقی مانده.
همان اللهِ احد، این کلمات را از ذهنی به ذهن دیگر انتقال میدهد تا میرسد به این ذهن و این نوشته و ذهن تو.
و تو در ذهنت دوباره یاد آن اللهِ صمد میافتی.
این اتصال چیزی است که من و تو را یکی میکند. همه را به او وصل میکند. همه میشویم فرزندان او.

هر چیزی که از آنجا بیاید نابود نشدنی و از جنس عشق است.
مابقی نابود و میراست.
فقط عشق میماند و لحظه.
همین لحظه یعنی جایی که دور از پرده ی ذهن میتوانی حضور را درک کنی.
حضور نانوشتنی را.

Persian

حضور عشق را.
حضور چیزی نامیرا را.

همین لحظه چیزی است که خلقت در آن اتفاق افتاده.
خلقت من.
خلقت تو.
خلقت کلمه.
خلقت معنا.
خلقت هر آنچه که هست و نیست.
سکوت و صدا.
وجود و پرده ی بزرگ عدم.
فضای منفی جهان بین ستارگان و خود ستارگان.
صفحه ی سفید شیشه و حروف سیاه روی آن.

هر چه در لحظه باشی نامیرایی.
هرچه از لحظه بیرون باشی میرایی.

ذهن مساوی است با مرگ.
بی ذهنی یعنی زندگی.

ذهنی که ابزار بی ذهنی بشود، چیزی تولید میکند نامیرا.
ذهنی که خودپرست باشد در خود نابود میشود.

وجودی که قبل از مرگ میمیرد میشود مولانا.
شخصی که قبل از مرگ بدن، مرگِ نفس را درک نمیکند، با مرگ تمام میشود.

و همه چیز تمام میشود؛
الاوجه ربک ذوالجلال و الاکرام.

و این لحظه و این نفس و این اشک.
و سکوت فراگیر عالم.

***

تصویر مرتبط با متن، تولید شده توسط هوش مصنوعی

Persian

خلاصه‌ی متن، تولید شده توسط هوش مصنوعی

My Legacy

## What is my legacy?

A question that many people have tried to answer. Now I will try to answer this question for myself.

This is also one of the fundamental questions that comes with knowing oneself better. If we consider the body and mind, everything in the body is almost destroyed, except for one gene. The gene I have given to my biological daughter,Tara. Fifty percent. And this gene will remain on Earth for a while. Ultimately, maybe a few bones, a tombstone, or a can of ashes will remain!

From belongings and assets, perhaps a few small and large bank accounts, a number of papers with my name on them as documents, and perhaps a car, clothes, and personal belongings will remain. For example, in the past, swords,mustaches, hats, and cloaks or their dervish bowls remained and lasted for a few years. The greatest example of this is the pyramids. The pyramids that remain from the pharaohs of Egypt.

The story in the realm of the mind is more interesting. The mind is also destroyed at the same speed that it comes into existence. But some things remain.

For example, stories in the minds of some people like a few memories. The feelings I have created in others. The story of friendships and enmities. They too may remain for a few years but will gradually fade away.

The next step is writing. Writings that, for example, remain in stone texts or books similar to manuscripts. The poems of Hafez or the مثنوی of Rumi. Or even these unwritten things.

Persian

Later, guesses can be made from the writings. For example, to understand that Hafez was in love or that Saadi conquered the peaks of speech or that Muhammad recited the Quran in an impressive way. In recent times, books have also remained. For example, Eckhart's book on .the moment, etc., can be a sign of knowing the mind of that person

With the advancement of technology, sometimes photos also remain. For example, a few .portraits of Mozaffar al-Din Shah Qajar or a painting of Fath Ali Shah, etc

Another type is sound and music or speeches that have remained from the past. For !example, Shariati's speech tapes

The last type is video, which is the most complete way to stay. That is, a combination of sound .and moving images.Videos of Krishnamurti or speeches of Sadhguru

.I have also produced some things like this

.A number of memories with people

.A biological child

.A quantity of writing, sound, photos and videos

Memories are in people's minds. The writings are on Apple and Google servers and on a few .hard drives and devices.Photos, videos, and voices are the same

.A number of my own assets and those inherited from my father

A sentence remains from some and a few stories. For example, the sentence "La ahbab al- .falin" remains from Ibrahim

And almost all the things related to Ibrahim have declined except this sentence. This sentence has remained from the depths of the centuries. Why? This sentence has not been destroyed. Why? Because it came from a timeless place. This sentence came from something .like revelation. Something like God. Something non-perishable

Now, with this example, if we go ahead, anything that has not been destroyed from the .original existence of the universe will not be destroyed

If someone can bring something to the material world by connecting to the timeless origin of .the universe, that thing will be permanent

Persian

For example, the poems that Hafez brought. The music that the great musicians brought. Leonardo da Vinci's paintings.Einstein's formulas. Sadhguru's speeches. Eckhart's .books

.These kinds of things have a scent of the timeless realm in them. An indestructible essence

.These remain

For example, Muhammad's Surah Hamd or Surah Qul Hu Allah Ahad. Allah as-Samad. Lam .yalid wa lam yulad wa lam yakun lahu kufuwan ahad

.These words point to something that is unique

.Something that is self-sufficient

.Something that has not been born and has not given birth

.Something that has no equal

This refers to something unwritten. To a being beyond these words and my or your .mind! Something inexplicable by the mind

.And because it refers there, it has remained for thousands of years

The same Allah Ahad, transmits these words from one mind to another until it reaches this .mind and this writing and your mind

.And in your mind you again remember that Allah as-Samad

This connection is what makes you and me one. Connects everyone to him. We all become his .children

.Anything that comes from there is indestructible and of the nature of love

.The rest is perishable and mortal

Only love and the moment remain. This very moment, where you can perceive presence beyond the veil of the mind. The unwritable presence. The presence of love. The presence of .something immortal

Persian

This moment is where creation happens. My creation. Your creation. The creation of the word. The creation of meaning.The creation of everything that is and is not. Silence and sound. Existence and the grand veil of non-existence. The negative space of the universe between the stars and the stars themselves. The white page of glass and the black letters upon it.

Whatever you are in the moment, you are immortal. Whatever you are outside the moment, you are mortal.

The mind equals death. Mindlessness is life.

The mind that becomes a tool for mindlessness produces something immortal. The mind that is egotistical is destroyed within itself.

A being who dies before death becomes Rumi. Someone who does not understand the death of the ego before the death of the body, is finished with death.

And everything ends except the Face of your Lord, the Possessor of Majesty and Bounty.

And this moment, and this breath, and this tear. And the all-encompassing silence of the world.

Persian

# مرگِ یوگی

March 3, 2024

دسته‌ها: بعد از من

برچسب‌ها: آینده, سفر, مرگ, یوگا

زمان خواندن 4 دقیقه.

زمان خواندن 4 دقیقه ***

## مرگِ یوگی

***

قبلاً در مورد خودکشی و مرگ نوشته‌ام.

https://www.unwritable.net/search/label/مرگ?m=1

موضوعاتی که معمولاً آدم‌ها از آن فرار می‌کنند. حتی این نوشته برای خیلی ها خوشایند نیست.

اگر دوست ندارید لطفاً ادامه را دیگر نخوانید.

اما اگر دوست دارید، چیزی هست به نام مرگ یوگی.

در یوگا، مرگ چیز بدی نیست. در یوگا یکی شدن کامل با جریان طبیعت در مرگ اتفاق می‌افتد. مرگ، کامل و بی نقص است.

این روزها صحبت از مرگ های خود خواسته یا اتانازی به قانون هم راه پیدا کرده.

اما اینجا نظر خودم را می‌گویم. برای خودِ من؛ ترجیح من، دخالت می‌نیمم پزشکی است.

اگر بتوانم در یوگا و آگاهی کامل زندگی کنم امیدوارم که بدون بیماری این اتفاق بیافتد.

یعنی در اصطلاح به آن می‌گویند، مرگ در اثر کهولت سن. یا به عبارتی تمام شدن تمام انرژی‌های حیاتی. به مرور و به آرامی.

اگر در زندگی اشتباهاتی بکنم احتمالا منجر به بیماری می‌شود که کارمای خودم است و باز هم فکر می‌کنم عدالت همان است. یعنی کارمایی که در زندگی در اثر ناآگاهی کسب کرده‌ام شاید به صورت بیماری خودش را نشان بدهد.

مصرف حداقل داروهای طبیعی تسکین درد شاید لازم بشود اما ترجیح من از دست ندادن آگاهی است تا جایی که امکان دارد. مرگ در حالت خواب یا تحت تاثیر داروهای قوی بی حس کننده‌ی شیمیایی ایده‌آلِ من نیست.

در حالت ایده‌آل، مرگ باید در آرامش و پذیرش باشد. بدون دخالت‌های مرسوم پزشکی. در فضایی معنوی. ترجیحا در معبدی یا در قعر طبیعت.

چیزی شبیه مرگ تیک نات هان که ویدیو هایش در اینترنت پخش شد.

در یوگا و عرفان ایرانی، مرگ درآوردن لباس است.

لباسی که از جنینی به مرور به تن کردی، در می‌آوری. بدن شبیه لباس است. و این جمع کردن که در غذا خوردن اتفاق می‌افتد و درآوردن لباس که در مرگ اتفاق می‌افتد، بهتر است با آرامش و در صلح و پذیرش و معنوی اتفاق بیافتد.

وضعیت و حالت زندگی تاثیر زیادی در وضعیت و حالت مرگ دارد.

هر شب باید مرگ را تمرین کنی.

هر شبی که می‌خوابی باید فکر کنی، این بستر مرگ است.

Persian

باید هر شب، سبک و بدون فکر و در آرامش و با معده‌ی خالی به خواب بروی. اگر این را چند سالی تمرین کنم مرگ را هم می‌توانم به همین ترتیب انجام بدهم.
باید هر شب خودت را از تمام دنیا پاکسازی کنی. از تمام منیت ها. از تمام وابستگی ها.
خواب، یک مرگ موقت است. یک تمرین خیلی خوب. هر شب این فرصت هست که برای مرگ تمرین کنی.

اما بهتر است اینجا بنویسم.
اگر روزی بدن من آماده‌ی پذیرش زندگی نبود نیاز به تلاش های زیاد پزشکی نیست.
چند صباحی بیشتر زندگی کردن با سیم و لوله اصلا ترجیح من نیست.
در چهل و چهار سالگی این را می‌نویسم.
در یوگا چرخه‌ی کامل زندگی هفت دورهٔ دوازده سالهٔ خورشیدی است. یعنی ۸۴ سال.
من به عدد ۸۴ راضی ام.
در حدود نیمه های راه که ۴۲ سالگی ام بود با ویپاسانا و یوگا آشنا شدم. و این ۴۲ سال قطعاً با ۴۲ سال قبلی فرق دارد. قطعا آگاهانه تر است.
۴۲ سال انبساط و ۴۲ سال انقباض. یک تعادل خوب ریاضی.
۴۲ سال رشد مادی و ۴۲ سال رشد معنوی.

یک یوگی، تمام امور را برای مرگ خودش برنامه ریزی می‌کند. حتی روز و ساعت آن را می‌داند.
یک یوگی مالکیتی برای خودش نگه نمی‌دارد، در صورت امکان.
یک یوگی به تنفس ها و انرژی‌های حیاتی بدن آگاه است. پس از روی نفس های خودش تقریباً می‌فهمد چند نفس دیگر باقیمانده.

شرایط مرگ حتماً باید در محیطی معنوی یا طبیعی باشد. حضور انسانهای آگاه در اطراف انسان نعمتی است. انسانهایی که لحظه و مرگ و سکوت را می‌دانند و می‌توانند در این سفر من را با انرژی حضور خودشان بدرقه کنند.

حضور پرستار و دکتر و حتی اعضای خانواده اصلا ترجیح من نیست. اما حضور فرد یا افرادی آگاه، که خود از مرگ نمی‌هراسند برایم غنیمت و نعمتی است.

اگر موفق بشوم زندگی یوگی انجام بدهم، انشاالله مرگ یوگی هم نصیبم خواهد شد.
کتاب مرگ، نوشته‌ی سادگورو را احتمالا چندین بار دیگر خواهم خواند.

بدنم را دوست دارم به طبیعت بازگردد. تفاوتی ندارد تبدیل به غذای درختی بشوم یا حتی غذای حیوانات. دوست دارم در آرامش و سکوت به طبیعت باز گردد. همان‌جایی که متعلق به آن است. به زمین یا دریا یا آتش خیلی فرقی ندارد.

اگر تو کسی هستی که این را خواندی و از زمان مرگ من آگاه شدی این را در حکم وصیت من بدان و حتما در آن زمان این را دوباره برای آدمهای تاثیرگذار در این سفر بخوان.
بی نهایت ممنونم.

Persian

Persian

# مرگ به روایت سادگورو

February 22, 2023

دسته‌ها: بعد از من, بلند, ترجمه

برچسب‌ها: گورو, مرگ

زمان خواندن 4 دقیقه.

زمان خواندن 4 دقیقه ***

مرگ به روایت سادگورو

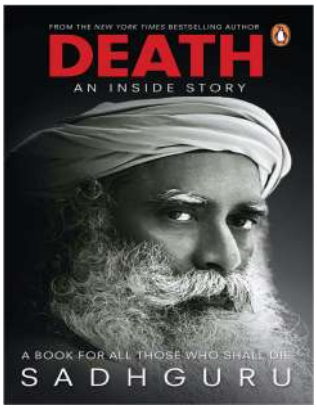
مدتی است درصدد خواندن کتاب مرگ سادگورو هستم. با چند تن از دوستان شروع کردیم. تعدادی به دلایل خودشان ما را از ترجمه‌ی کتاب منع کردند. از آنجایی که مرگ را باید با رضایت پذیرفت ما هم مرگ ایده‌ی ترجمه ی این کتاب را می پذیریم. در زیر فهرست مطالب و یک مقدمه هست که اینجا میگذارم. اگر علاقمند شدید خودتان بخوانید. برای گسترش یک حقیقت نیازی به تلاش من نیست!

این هم لینک کتاب در آمازون

Death; An Inside Story: A book for all those who shall die" by Sadhguru"

https://amzn.in/05lpoXd

این هم ترجمه ی فهرست شاید روزی ترجمه شد و در دسترس فارسی زبانان قرار گرفت.




مرگ

{یک روایت درونی}

اثر

سادگورو

کتابی برای تمام کسانی که {خواهند مرد}

Persian

فهرست مطالب

مقدمه ناشر{سرور درونی؛} مرگ

بخش ۱: مرگ و زندگی در یک نفس؛ مرگ

فصل۱: مرگ چیست؟
مرگ: اساسی ترین سوال
طبیعت میرای بشر
کشف مرگ
آیا مرگ فاجعه است
مرگ را دعوت نکنید

فصل۲: فرآیند مرگ
چه چیزی شما را زنده نگه میدارد
حباب زندگی و مرگ
پنج پرانا: پنج انرژی حیات
مراحل مرگ
چاکراها: گذرگاههای خروج زندگی

فصل۳: کیفیت مرگ
انواع مرگ
پیش بینی مرگ
انرژیهای منفی
خودکشی: نگاهی به این عمل
کمک به افرادی که به خودکشی فکر میکنند
پیامد های خودکشی

فصل ۴: آیا میتوان مرگ را {دستکاری} کرد؟
فریب دادن مرگ
رقص مرگ
حلول روح مرده در بدن موجود زنده‌ی دیگر
جستجوی نامیرایی
جستجوی ابعاد دیگر

فصل۵: مرگ کامل آگاهانه Mahasamadhi
مرگ و آگاهی مطلق
مرگ و روشن بینی

Persian

آزادی نهایی و مرگ آگاهانه
تعدادی از افرادی که به مرگ کامل آگاهانه دست یافتند

بخش ۲: رحمت مرگ؛ {خدا شو!}

فصل۶: آمادگی برای یک مرگ خوب
آیا مرگ نیاز به آمادگی دارد
خواب؛ {انرژی حیات Ojas} و مرگ
چرا آدمها از مرگ میترسند
چطور با ترس از مرگ کنار بیاییم
چطور دوران پیری را زندگی کنیم
درک عمل {کناره گیری آگاهانه} Vanaprastha Ashrama
درک عمل {مرگ آگاهانه بدون غذا} Sallekhana
اهمیت مرگ در شهر کاشی هندوستان

فصل۷: کمک به افراد در حال مرگ
اهمیت لحظات پایانی زندگی
کمک به افراد بیماربرای مردن
در مورد مرگ در خانه
{مناسک مرگ و کفن و دفن}
آیا اهدای اعضای بدن خوب است؟
محو بدن فیزیکی Dematerializing the Body

فصل۸: کمک به درگذشتگان
چرا مراسمی برای درگذشتگان نیاز است
{پدیده‌ی نمک گیر شدن – زنجیره‌ی کارمایی} Runanubandha
مراسمی برای بخشش مردگان در مرکز یوگای ایشا Kalabhairava Karma
محدوده‌ی اثر مراسم بخشش مردگان Kalabhairava Karma
آموزش افراد برای مراسم مربوط به مرگ
مرگ نوزادان
ارتباط والدین و کودک بعد از مرگ
اهمیت سالگرد مرگ
پرستش نیاکان
در مورد بهشت و جهنم

فصل۹: در مورد سوگواری و غم
ماهیت سوگواری وغم
رفتن به فرای غم
دارایی های مردگان
مرگ هم زمان نزدیکان Empathetic Death

Persian

مرگ های گروهی و اثرات آن
دوری سوگواری
یادبودها؛ {مقبره‌ها} و اهرام

بخش ۳: زندگی بعد از مرگ؛ {فضای تاریک}

فصل۱۰: زندگی یک روح
روح ها چیستند
مشکلات روح
راه حل های روح
آزاد کردن روح های {مسکوت شده} {مسخ شده} Dissolving Frozen Beings
{ورود مردگان به زندگی} Nirmanakaya
{دعوت از روح های معلق} Downloading Beings

فصل ۱۱: معمای تولد دوباره Reincarnation
تولد دوباره؛ گرفتن یک بدن جدید
ریاضیات تولد دوباره
یادآوری زندگی‌های قبلی در کودکان
کشف زندگی های گذشته
هیتلر کوچک
همسران چند دوره‌ی زندگی
{تنها ارتباط پایدار}
زندگی بعد از هزار ماهگی
{تولد: شروع دوباره}
{تولد دوباره‌ی لاماها}
زندگی های گذشته
آیا من دوباره متولد خواهم شد؟

فصل ۱۲: سخن پایانی
یک قطره معنویت
{خطای نشستن با گورو}

پانویس ها

فصل۱: مرگ چیست؟
فصل۲: فرآیند مرگ
فصل۳: کیفیت مرگ
فصل ۴: آیا میتوان مرگ را {دستکاری} کرد؟
فصل۵: مرگ کامل آگاهانه Mahasamadhi
فصل۶: آمادگی برای یک مرگ خوب
فصل۷: کمک به افراد در حال مرگ
فصل۸: کمک به درگذشتگان
فصل۹: در مورد سوگواری و غم
فصل۱۰: زندگی یک روح

Persian

فصل ۱۱: معمای تولد دوباره Reincarnation
فصل ۱۲: سخن پایانی

فهرست لغات
ارتباط با ناشر
حقوق نشر

مقدمه مترجمان

هرکدام از ما در گوشه‌ای از جهان درگیر انرژی شخصی شدیم به نام سادگورو. کسی که به جاهایی عمیق از تجربه‌ی شخصی دسترسی پیدا کرده. کسی که به یگانگی رسیده. و کسی که میتوان برای موضوعی مثل مرگ به او اعتماد کرد. شاید او مرگ را تجربه کرده باشد. شاید او از مرگ گذر کرده باشد. او هم مثل تمام بزرگان تاریخ بشر از سد مرگ و زندگی عبور کرده و به فضای نامیرایی دسترسی دارد. به گفته‌ی خودش می تواند بنشیند و از بدنش جدا شود.
برای ما خواندن و ترجمه‌ی این کتاب؛ خودش تجربه‌ی معنوی خواهد بود. هرچه بتوانیم خودمان را خالص تر کنیم این تجربه غنی تر و عمیق تر خواهد بود و بالطبع اثر آن بیشتر.
مرگ؛ بزرگترین گذرگاه پایان زندگی است.
شناختن مرگ منجر به شکوفایی زندگی میشود و فرار از مرگ منجر به نابودی زندگی.
به امید اینکه بتوانیم با لبخندی رضایت بار از گذرگاه مرگ عبور کنیم.

عاشق شو ار نه روزی کار جهان سرآید
ناخوانده نقش مقصود در کارگاه هستی

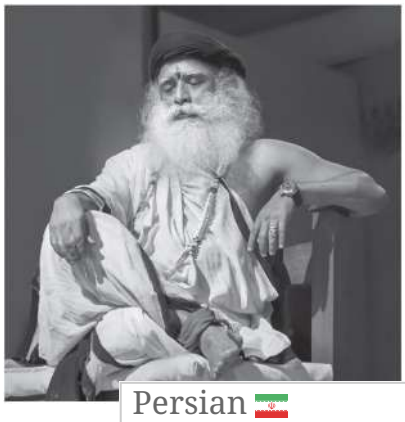
رسول شهراد بجستانی
اسفند ۱۴۰۱
ونکوور کانادا

مقدمه ناشر

{سرور درونی؛} مرگ

مقدمه؛ وزش باد مرگ

سوامی نیسارگا



Persian

Persian

# سفر دائمی از وابستگی ها

February 8, 2023

دسته‌ها: بعد از من

برچسب‌ها: سفر, مرگ

زمان خواندن 1 دقیقه.

زمان خواندن 2 دقیقه ***

سفر دائمی از وابستگی ها

***

دوباره در فکر سفر هستم. سفر از وابستگی ها. سفر از گذشته.

چند وقتی است که بلیط های یک طرفه میگیرم. سفر کردن تمرین خوبی است برای مردن!

بلیط یک طرفه را بیشتر دوست دارم چون شبیه مرگ است. مرگ هم یک طرفه است. بدون بلیط برگشت!

وقتی بلیط یکطرفه داری مزه‌ی سفر را بهتر میفهمی. مسافرت بیشتر می‌چسبد. زندگی هم با وجود مرگ بیشتر می‌چسبد!

تناقض بزرگ اینجاست! وقتی به زندگی و وابستگی هایش نمیچسبی؛ زندگی هم بیشتر می‌چسبد!

سفر رفتن خیلی خوب مردن را شبیه‌سازی می‌کند.

از نظر فیزیکی وقتی جایی نمانی بهتر زندگی می‌کنی. چون خودِ زندگی نماندن است. خودِ فیزیک نماندن است.

اگر زیادی یک جا بمانم مثل مرداب می‌شوم! تازگی را ازدست می‌دهم. به هر جایی که هستم وابسته می‌شوم!

وقتی به سفر فکر می‌کنم زنده می‌شوم! به خصوص سفر با بلیط یکطرفه. مثل سفر مرگ!

سفر خودش خطر دارد. پس مرگ هم نزدیکتر میشود. اما کار اصلی قبل از سفر؛ دل کندن است!

دل کندن از روابط! دل کندن از خانواده! دل کندن از فرزندان! دل کندن از راحتی! دل کندن از گذشته! دل کندن از داشته‌ها! خانه و پول و موقعیت اجتماعی!

دوباره در فکر دل کندنم. دوست دارم آرام دل بکنم. اما یکهویی دل کندن راحت‌تر است. مثل پریدن در آب! مثل مردن!

یکهو همه چیز را از دست میدهی! تمام و کمال!

Persian

البته از دست دادنِ آرام را هم دوست دارم! مثل زندگی!

زندگی از دست دادن آرام داشته هاست.

از دست دادن آرام بدن! از دست دادن زمین و هر آنچه در آن است!

یک بار دیگر فرصت دارم مُردن را تمرین کنم. خداحافظی با چیزها! خداحافظی با آدم‌ها! خداحافظی با شهر! خداحافظی با گذشته!

نوشتن وصیت نامه! اتمام حجت ها! حرفهای آخر! نگاه‌های آخر! و پریدن! دیوانگی!

اصلاً فرض کنید این ها وصیتنامه هستند! تمام این نوشته ها!

برای خانواده ام نوشتم! برای دخترم نوشتم! برای دوستانم! برای تقسیم اموال!

تقریباً هر چیزی که میشد نوشت را نوشتم! تمام نانوشتنی ها را سعی کردم بنویسم!

Persian

**نوشته‌های مرتبط با مرگ**
June 9, 2022
دسته‌ها: بعد از من, کوتاه, لینک‌ها

زمان خواندن <1 دقیقه.

زمان خواندن 0 دقیقه ***

**مَرگ!**

—
لینک بعضی نوشته‌های مرتبط با مرگ :

مبدأ مختصات زندگی

حقیقتِ مرگ

محکوم به زندگی

چطور بمیریم؟

سنگ قبر

پارادوکس بزرگ معنویت

چرخه‌های نابودی زندگی

معنای زندگی

محافظت از توهم

پدر

چرخه‌های زندگی

لذت خواب، لذت مردن

آغوش خورشید

Persian

سفر زندگی و مرگ

تولد–مرگ

اضطراب مرگ

تو همان آگاهی هستی

سکس، مرگ و ترس

قرنِ مرگِ همه ی ما

حل مساله مرگ

Persian

# سنگ قبر

March 26, 2022

دسته‌ها: بعد از من, شعرطور

برچسب‌ها: زندگی, مرگ

زمان خواندن 3 دقیقه.

زمان خواندن 3 دقیقه ***

سنگ قبر

—

اعلامیه !

به جای “پدری دلسوز” و “همسری مهربان” بنویسید:

سعی کرد خوب زندگی کند
تا خوب بمیرد!

اگرچه نشد،
ولی در این آرزو خواهد زیست ...

***

امروز تقویمم خالی بود. هیچ کار از پیش تعیین شده‌ای نداشتم. از ساعت یک صبح تقریباً بیدار بودم. زمان مدّ ماه و خورشید تقریباً روی هم افتاده. تقریباً از دو شب تا دو عصر دریاها بالاست. تقویم خالی مثل زندگی خالیست. یک صفحه ی خالی و تویی که اختیار داری پُرش کنی. آزادی مطلق. البته نه کاملاً مطلق. بلکه در چارچوب تعیین شده! البته چهارچوب را هم ذهنت برایت تعیین می‌کند.

گهگاهی به این فکر می‌کنم که روی سنگ قبرم چی بنویسم. شاید هم خالی بهتر باشد! سفیدِ سفید. یا سیاهِ سیاه! حرفهای بیشتری می‌توانی بزنی وقتی هیچ نمی نویسی!

روز خالی را به پیاده‌روی، فقط چند دقیقه مراقبه ، رانندگی و نوشتن طی می‌کنم. تا چه پیش آید! شاید گاهی عکسی در اینستاگرام!

اما یک چیز را اینجا می‌نویسم. شاید اینجا هم حکم سنگ قبر را داشته باشد! سنگ قبر مجازی! اگر گوگل منفجر نشود! جنگ هسته‌ای اتفاق نیافتد! احتمالا بعد از من هم مردم به این نوشته‌ها دسترسی خواهند داشت. تا مدتی! سنگ قبر هم فقط تا مدتی می‌ماند!

این نوشته هم مثل روزم خالی شروع شد. معمولاً برایشان خیلی برنامه‌ریزی نمی‌کنم. معمولاً یک سرنخ کوچک در مدیتیشن ها پیدا می‌کنم. سرنخ را می‌گیرم می‌شود اینی که شما الان می‌خوانی!

Persian

روی سنگ قبرم بنویسید

تلاش کرد خودش باشد

تلاش کرد زندگی را فقط زندگی کند

تلاش کرد تقلید نکند

تلاش کرد مثل دیگران نباشد

تلاش کرد صادق باشد

تلاش کرد بنویسد

تلاش کرد به دیگران خدمت کند

تلاش کرد مراقبه کند

تلاش کرد حقیقت را پیدا کند

تلاش کرد بچه داشته باشد

تلاش کرد به چیزها تعلق پیدا نکند

تلاش کرد در لحظه باشد

تلاش کرد سالم زندگی کند

تلاش کرد مهاجرت کند

تلاش کرد بدنش را قوی کند

تلاش کرد یوگا کند

تلاش کرد مرگ را بفهمد

تلاش کرد خدا را درک کند

تلاش کرد تلاش نکند

گیر داشت

Persian

همیشه گیر داشت

برای ازدواج سالها فکر کرد

برای کار سالها فکر کرد

فلسفه دوست داشت اما فهمید فلسفه بازی یا کلمات است

با کلمات نقاشی هایی میکشید!

نقاشی ها را گاهی پخش می‌کرد

موسیقی را دوست داشت

دیگران فکر می‌کردند

پولدار است

افسرده است

مغرور است

کرگدن است

بی احساس است

سعی کرد آینه باشد

سعی می‌کرد صادقانه بنویسد

سعی می‌کرد آرام باشد

سعی می‌کرد کمتر حرف بزند

مادرم می‌گفت ساکت بودی

سعی کردم جهان را بفهمم

سعی کردم مهندس بشوم

سعی کردم کارمند بشوم

Persian

سعی کردم فیلسوف بشوم

سعی کردم نماز بخوانم

سعی کردم روزه بگیرم

من هم سعی کردم شاد باشم

سعی کردم گاهی مثل دیگران باشم

گاهی گول خوردم

گاهی به عدالت فکر کردم

گاهی به آزادی

گاهی بی دین

گاهی دین دار

سعی کرد بیزینسمن باشد

سعی کرد کاسبی کند

سعی کرد حساب و کتاب کند

سعی کرد مافیا را خوب بازی کند

سعی کرد دروغ بگوید

سعی کرد بنویسد!

سعی کرد برای سنگ قبرش تصمیم بگیرد!

سعی کرد پدر باشد

سعی کرد شوهر باشد

سعی کرد فقط باشد!

هرچه سعی کرد

Persian

هرچه نوشت

دور تر شد

دورتر و دورتر

حالا کمتر سعی می‌کند

کمتر برنامه‌ریزی می‌کند

کمتر بحث می‌کند

کمتر افکار را شخم میزند

بیشتر راه می‌رود

بیشتر تنهاست

بیشتر زندگی می‌کند

گاهی بیشتر می‌نویسد!

و معمولاً سکوت می‌کند!

...

Persian

# تولد-مرگ

July 10, 2021

دسته‌ها: بعد از من, تبریکات

برچسب‌ها: تولد, ذهن, زندگی, سکوت, شادی, طبیعت و زمین, مراقبه, مرگ

زمان خواندن 2 دقیقه.

زمان خواندن 2 دقیقه ***

**۱۹ تیر ۱۴۰۰ – ۱۰ جولای ۲۰۲۱**

## تولد-مرگ

۴۲ سال پیش در چنین روزی من از بدن مادرم جدا شدم. مادرم در آستانه ی ۷۷ سالگی نشانه هایی از فراموشی را نشان داده است. امروز مدیتیشن مادر زمین را با شیده‌ی عزیز انجام دادم.
مادر زمین که درواقع مادر اصلی ماست. مادر همه‌ی ما.
چند میلیارد سال پیش پدری ناشناخته مادر زمین را با نور حیات بارور ساخت. مادر زمین ما را پرورش داد و امروز من و شما از طریق این اشکال و نمادها با هم در تماس هستیم. موجودات زیادی از مادر زمین زاییده شدند و خواهند شد. بسیاری به زمین باز خواهند گشت. ما نیز به زودی به مادرمان باز خواهیم گشت.
حدود نیمی از زندگی ام را در پاسخ به این سوال که چطور می توان خوب زندگی کرد گذراندم. در حدود نیمه ی دوم به پایان این نمایشنامه فکر می‌کنم. این که پایان نمایشنامه باید چطور باشد. این که پایان نمایشنامه روی خود نمایشنامه تاثیر میگذارد.
زمین یا طبیعت همان ما هستیم. ترکیب بدن ما نمونه از ترکیب هوا و پوسته ی زمین است. همین هوش و همین ذهنی که این کلمات را کنار هم می چیند هم روزی از بین خواهد رفت. پس تا هست از آن استفاده میکنیم برای ارتباط. برای اشاره به مفاهیمی و اشاره به حس هایی که راه دیگری برای اشتراکش نداریم. فرصتمان کوتاه است. ما قایقرانان تک نفره رودخانه هرگز نمی توانیم سوار قایق هم بشویم. ولی میتوانیم در پیچ و خم امواج رودخانه با هم بخندیم و برویم.
درصدد نوشتن وصیت نامه هستم. نه برای برنامه‌ریزی برای بعد از مرگم. بلکه برای روشن شدن نیمه دیگر زندگی ام. بیشتر برای تکمیل نمایشنامه‌ی زندگی ام. بیشتر برای نوشتن پیش نویسی برای نیمه‌ی دوم و شاید روایت نیمه‌ی اول.
شاید در نگاه اول غمگین و افسرده به نظر برسم. کسی که در روز تولدش به فکر وصیت نامه است! اما غم و شادی از دل هم تولید می‌شوند. وجودیکی بدون دیگری بی معنی است. اوج غم از اوج شادی می آید. اوج زندگی از اوج مرگ.
فرزین رنجبر به نقل از اروین یالوم می گفت آخرین وظیفه ی ما در زندگی آموزش خوب مردن به فرزندان و اطرافیانمان است. مجتبی شکوری به نقل از بزرگان دیگری می‌گفت بزرگترین سلاح مرگ را که غافلگیری است را از او بگیرید. وقتی آمد بگویید سالها منتظرت بودم و متعجب نشوید. هر روز برایش نامه بنویسید. از او فرار نکنید. فراموشش نکنید. او شما را فراموش نمی کند. شما هم هر روز به یادش باشید. در نگاه اول غمگینانه به نظر می رسد. اما شاید اوج شادی باشد.
هر چیزی را از متضادش بشناسید. تولد را از مرگ. زندگی را از مردگی. بودن را از نبودن. سیاهی را از سفیدی. و کلمات را از سکوت ...

Persian