

کار همچون زندگی

چگونه می‌توانید کاری را که برای آن زاده شده‌اید
کشف کنید و به رضایت خاطر برسید؟

تامس مور

ترجمه
محمدرضا سلامت

با مقدمه‌ای از
مصطفی ملکیان

فرهنگ‌نشر نو
با همکاری نشر آسیم
تهران - ۱۳۹۹

هر کسی باید در جریان زندگی اش کاری - یک اُپوس - بنیاد نهد
و این را از قلمرو طبیعی خویش بی‌آغازد. در این کار، قدری از
همهٔ عناصر کرهٔ زمین وارد می‌شود. آدمی، روح خود را در سراسر
عمر این جهانی خود می‌سازد؛ در همان هنگام، در کار دیگری
- اُپوسی دیگر - مشارکت می‌کند، و این کار تا بینهایت استعلا
می‌یابد، و هم‌زمان چشم‌اندازهای کامیابی فردی خویش را - به
کمال رساندن جهان را - به‌دقت روشن می‌کند.

پی‌یر تیار دو شاردن (فضای الهی)

فهرست مطالب

۱۳	پیشگفتار نویسنده برای ترجمهٔ فارسی کتاب
۱۷	کارِ جان آشنا، کارِ جان پالا / مصطفی ملکیان
۲۳	یادداشت مترجم
۳۳	درآمد کیمیاگری: اُپوس روح
۳۷	۱ به جایی نرسیدن
۵۰	۲ ندای درون
۶۹	۳ روح و نفس
۹۲	۴ آشتی با گذشته
۱۰۷	۵ آشفته‌گی آفرینشگر
۱۳۱	۶ زندگی در برج عاج
۱۵۱	۷ مراقبت از روح در محل کار
۱۶۵	۸ بنیانی استوار داشته باشید و بلندپروازی کنید
۱۷۸	۹ دیمون کار
۲۰۳	۱۰ عشق ورزیدن به کار
۲۲۱	۱۱ کار کردن عبادت است
۲۳۸	۱۲ زندگی یکدست
۲۵۳	سپاسگزاری

پیشگفتار نویسنده برای ترجمه فارسی کتاب

آدمی میل دارد کار را از لحاظ پول، زمان، و اهداف حرفه‌ای خود مد نظر قرار دهد، اما کاری که می‌کنیم، از دل ما برمی‌آید و به اعماق دل ما رسوخ می‌کند. کار مستقیماً با حس معناتلپی و هویت‌جویی ما پیوند دارد. افزون بر این، می‌توانیم آن را نشانی از ندای درون تلقی کنیم - یعنی کاری کنیم که تقدیر از ما خواسته است، و مستقیماً و در عمیق‌ترین سطح، با «کیستی» ما پیوند دارد. بسیار خشنودم که این کتاب در دسترس مردم ایران قرار می‌گیرد. سالیانی است که عاشق فرهنگ شما هستم؛ و این عشق را از راه پژوهش‌هایم در فلسفه و هنر، و نیز دوستان ایرانی‌ام به‌دست آورده‌ام. دوستان ایرانی‌ام، با فرهنگ عمیق و هوشمندی و انسانیت خود، مرا تحت تأثیر قرار داده‌اند. من آگاهم که پژوهشگران مسلمان، آموزگار بسیاری از متفکران مغرب‌زمین بوده‌اند. معمولاً این پژوهشگران که پشت نویسندگان غربی قرار گرفته‌اند، دیده نمی‌شوند، و ما غربی‌ها، متأسفانه خدمات آنها را ارج نمی‌نهمیم.

من البته، و به‌ویژه در مطالعات و پژوهش‌های دوران جوانی‌ام درباره فلسفه و الاهیات سده‌های میانه، تحت تأثیر ابوعلی سینا بوده‌ام. داستان‌های بسیاری هم درباره «شیدایی» که از عرفان و تصوف آمده، الهام‌بخش من بوده است؛ و این بیش از هر چیز، به دلیل دغدغه من برای وارد کردن سلوک معنوی در زندگی روزانه بوده است. بزرگترین الهامات خودم را از آثار درخشان حافظ،

و البته از مولانا جلال‌الدین بلخی برگرفته‌ام که با ژرف‌بینی‌های خود آدمی را حیرت‌زده می‌کند.

رویکرد من به کار، عمیقاً از روح و معنویت مایه می‌گیرد؛ زیرا بر این باورم که شغل و حرفه، ما را به سرنوشت و تقدیرمان، و به زندگی که از طریق ما جریان می‌یابد و هدفی برای ما دارد، پیوند می‌زند. پاره‌ای اشخاص، فهم رویکرد مرا دشوار می‌یابند، چون من عشقی عمیق به سنت‌های دینی و معنوی جهان دارم؛ گرچه تعصب ندارم و سرسپرده هیچ مکتب عقیدتی خاصی هم نیستم. گمان می‌کنم کار ما، خود چنان ریشه‌های عمیقی دارد که آن را مقدس می‌کند؛ و معنای زندگی ما، تا اندازه زیادی، بسته به این است که چگونه عمر کاری‌مان را سپری می‌کنیم.

من سیزده سال از جوانی‌ام را در دستگاه راهبان کاتولیک گذراندم. در آنجا، آموزه کهن لاتین «کار کردن عبادت است»^۱ را به ما آموختند. همچنان می‌کوشم به روش‌های خاص، همچون راهبی متأهل و سکولار زندگی کنم. معتقدم تمام اوقاتی که صرف نوشتن با کامپیوتر، یا خواندن کتاب‌های قفسه کتابخانه‌ام می‌کنم، کاری معنوی به‌شمار می‌رود.

بنیان این اندیشه‌ها در کتابم به نام مراقبت روح^۲، که بیست‌وپنج سال پیش به چاپ رسید، تشریح شده است. در آن کتاب، روح^۳ را، نه به شیوه مذهبی معمول، بلکه همچون عمیق‌ترین بخش وجود آدمی توصیف می‌کنم؛ یعنی همان عامل ژرف و اسرارآمیز در درون ما، که به ما هویت و احساس زنده بودن و پیوند معنادار با دیگران می‌بخشد. یکی از راه‌های اصلی برای مراقبت از روح ما، یافتن کاری مناسب و انجام آن با اشتیاق اندیشمندانه است. امری مهم‌تر از این نمی‌شناسم.

کار کردن در شغل و حرفه نیز به معنای کار کردن در عمیق‌ترین بخش وجود ماست. همه اوقاتی که برای کار خود صرف می‌کنیم، بر کیفیت تفکر و شکل‌گیری ارزش‌ها و منش ما تأثیر دارد. شاید نتوانید بی‌درنگ کاری پیدا کنید

1. Laborare est orare

2. Care of the Soul

3. soul

که شما را راضی، یا کیستی شما را آشکار کند، اما می‌توانید شغل‌هایی برگزینید که شما را در آن مسیر پیش ببرد. باید امیدوار باشید که سرانجام شما و کارتان عمیقاً با یکدیگر سازگار شوید.

فرهنگ ایرانی درس‌های بسیاری برای آموختن به جهانیان دارد. من هم امیدوارم مطالعاتم دربارهٔ ادیان جهان، روان‌شناسی ژرفا، و هنر، رویکردی عمیق‌تر و انسانی‌تر به کار فراهم کند؛ به‌ویژه در روزگار کنونی که با انسان‌ها مانند کالا رفتار می‌شود، و کار به جای معنابخشی به زندگی آدمی، راهی برای گذران زندگی تلقی می‌شود. در موضوع کار، هر یک از ما به عنوان فرد، می‌توانیم کارهای عادی را به روشهای خارق‌العاده انجام دهیم و صادقانه دل‌نگران مردمی باشیم که به آنها خدمت می‌کنیم.

از محمدرضا سلامت، برای ترجمهٔ این کتاب به فارسی سپاسگزارم. کار او، نمونهٔ کاملی است از آنچه در این کتاب شرح داده‌ام: شما به دنبال ندای دل و رؤیاهای خود می‌روید، و سدها را کنار می‌زنید، و کاری را می‌کنید که زندگی سرراحتان قرار می‌دهد. امیدوارم سخنانم، که با ترجمهٔ سلامت از این کتاب فراگیرتر می‌شود، به مخاطبان ایرانی‌ام، در یافتن کار همراه با روح و نیز دریافت لذت عمیق از کارشان یاری کند.

تامس مور

نیوانگلند، ایالات متحد، ژوئیهٔ ۲۰۱۸

کارِ جان آشنا، کارِ جان پالا

مصطفی ملکیان

مهمترین مدّعیِ تامس مور (Thomas Moore)، روان‌درمانگرِ امریکایی (۱۹۴۰-)، که سابقاً راهب بوده و اکنون یکی از پرآوازه‌ترین نویسندگان کتابهای معنوی است، این است که عصر ما چیزی بسیار عظیم و ارجمند را از کف داده است که او از آن به soul (جان/نفس/روح) تعبیر می‌کند؛ و بزرگترین رسالتی که برای خود قائل است راه‌نمایی و کمک به همعصران ما است که این چیز را بازشناسند و به حیاتِ خود بازگردانند و تیمارداری و مراقبت از آن را، مادام‌العمر، کارِ اصلی و شغلِ شاغلِ خود بدانند. او، در پراهمیت‌ترین و بیش‌خوانده شده‌ترین کتاب‌اش، با عنوان *Care of the Soul: Guide for* *Cultivating Depth and Sacredness in Everyday Life* (= مراقبتِ نفس) | تیمارِ جان: راه‌نمایِ پرورشِ عمق و قداست در زندگیِ هرروزه، «از عارضه و ناخوشیِ بزرگِ سده‌ی بیستم: از دست رفتنِ روح» سخن می‌گوید. این از دست رفتنِ روح، به‌عقیده‌ی او، و چنان‌که از عنوانِ فرعیِ همین کتاب او نیز پیدا است، سبب شده است که زندگیِ هرروزه و متعارف و عادیِ ما هم عمقِ خود را فاقد شده است و هم قداستِ خود را. و او، با نشرِ تقریباً بیست‌وپنج کتاب،

کوشیده است تا هم این فقدان عمق و قداست را در ساحت‌های گوناگون زندگی ما نشان دهد و هم راه برون شد از این وضع و حال را یادآور شود تا از نو، این عمق و قداست را کشف کنیم: چرا که به نظر او، زندگی فاقد عمق و قداست، هرگز، رضایت‌بخش نخواهد بود.

مور، در سرتاسر آثار خود، سخت تحت تأثیر کارل گوستاو یونگ (Carl Gustav Jung) بنیان‌گذار روان‌شناس تحلیلی و روان‌درمانگر سوییسی (۱۸۷۵-۱۹۶۱) و جیمز هیلمن (James Hillman)، روان‌شناس امریکایی (۱۹۲۶-۲۰۱۱) و بنیان‌گذار جنبش موسوم به روان‌شناسی کهن الگویی (archetypal psychology)، که خود از پی‌روان یونگ بود، واقع است. از این رو، روان‌شناسی تحلیلی یونگ و روان‌شناسی کهن الگویی هیلمن مهمترین منابع تغذیه‌ی فکری او به حساب می‌آیند. او افزون بر اینها، از اسطوره‌ها (باز هم تحت تأثیر یونگ)، حکایات باستانی، آثار تخیلی، و روش‌های درمان‌گرانه‌ی متعارف در روزگار ما نیز بهره می‌جوید. البته، تفکرات، فهم، و تجارب شخصی‌اش نیز سهم خود را دارند.

در کتابی که اکنون، پیش‌اروی خواننده‌ی گرامی است، و عنوان آن *A Life at Work: The Joy of Discovering What You Were Born to Do* (= زندگی در حال کار: شادمانی حاصل از کشف این که برای انجام دادن چه کاری زاده شده‌ای) است، مور به اعمال و تطبیق نظریه و طرح کلی خود را درخصوص یکی از ساحت‌های زندگی، یعنی ساحت شغل و حرفه، دست می‌زند. به عبارت دیگر، درصدد است که همان روح، و همان عمق و قداست را که باید به همه‌ی زندگی ما بازگردد، به ساحت شغل و حرفه، نیز، بازگرداند. به این لحاظ، این کتاب به زیرمجموعه‌ای از نظریه و طرح کتاب مراقبت نفس/تیمار جان می‌پردازد.

می‌توان مدعیات عمده و اصلی این کتاب را در هشت فقره بیان کرد:

(۱) هر فرد انسانی برای اداء رسالتی (calling یا vocation) خاص، که منحصر به او است، آفریده شده است. ویژگی‌های خاص جسمانی - ذهنی - روانی که به

هرکس داده شده‌اند، و با ویژگیهایِ هیچ‌کسِ دیگرِ عینیت و وحدت ندارند، فقط بدین جهت داده شده‌اند که او را به اداءِ آن رسالت قادر سازند.

(۲) اگر آن رسالتِ خاص کشف نشود و/یا زندگی براساس آن تنظیم نشود آدمی پیوند خود را با ژرف جانِ خود از دست می‌دهد و، در نتیجه، هرگز روی رضایت و خشنودی از خود و زندگیِ خود را نخواهد دید. وانگهی، بخشی از تیمارِ جان را وانهاده است.

(۳) پس، اگر آن رسالت معلوم شد باید کارِ عُمرانه (Life's Work) یا (Life-Work)یِ شخص شود، بدین معنا که، هیچ‌گاه، از پرداختن به آن سر نپیچد و هرچه را با آن موافقت ندارد یا مخالفت دارد از حریم زندگی خود براند و دور کند.

(۴) کشفِ رسالت و کارِ عمرانه، درست، همچون کیمیاگری است؛ و این مشابهت لااقل از دو جهت است: یکی این که هر دو فرآیندی بسیار طولانی و، البته بسیار پالایشگرانه دارند که طی آن صبوریه فوق‌العاده می‌طلبد؛ و دیگر این که در هر دو خود همین فرآیند اهمیتی دارد بسیار عظیم‌تر از فرآورده‌ای که از آن فرآیند حاصل می‌آید، به گونه‌ای که گویی نتیجه‌ی نهایی و مطلوبِ طی فرآیند خود طی فرآیند است. غرض از این تشبیه این است که همین که، در طولِ عمرت، دل مشغول یافتن رسالت و کارِ عمرانه‌ات باشی پاداشِ خود را یافته‌ای.

(۵) کارِ عمرانه به زندگیِ آدمی یک‌پارچگی و وحدتِ اندام‌وار (organic)، معنا و کمال می‌بخشد. زندگی که در آن به کارِ عمرانه‌ات اشتغال نداشته باشی لحافی چهل تکه است و وحدت ندارد و نیز ارکستری بی‌رهبر است که از هر گوشه و کنارش آوایی جدا و ناهماهنگ به گوش می‌رسد. وانگهی، هیچ‌یک از اجزایش چنان نیست که به کلّ معنایی واحد بدهد. و، از همه‌ی اینها گذشته، رو به کمال ندارد و، دم به دم، پریشیده‌تر و ناقص‌تر می‌شود.

(۶) شغل (occupation) و حرفه (profession)یِ آدمی باید هماهنگ با، و حتی برآمده از دل، کارِ عمرانه‌اش باشد. شغل و حرفه‌ای که چنین نباشد بسا که درآمد یا لذّت به‌همراه داشته باشد؛ اما، سرنوشتی بد و نامطلوب برای شخص

رقم می‌زند. شخصی که چنین شغل و حرفه‌ای دارد، در نهایت و در نهان، راضی نیست؛ و این عدم رضایت‌اش از شغل و حرفه به ناخشنودیی در ساحت‌های دیگر زندگی، از جمله زندگی خانوادگی‌اش، نیز منجر می‌شود. «شغل، هرگز، فقط شغل نیست. همیشه پیوند دارد با فرآیندی ژرف و نادیدنی در جهت یافتن معنا در زندگی، از طریق کار».

(۷) علامت شغل و حرفه‌ای که هماهنگ با کارِ عمرانه و برآمده از دل آن است این است که چون به آن پردازی چنان در آن غوطه‌ور و به آن منجذب می‌شوی که زمان و مکان را از یاد می‌بری و گذر عمر را فراموش می‌کنی: فقط «وقتی که یک‌سره دل‌مشغول‌ای می‌توانی فعالیتت را ببینی که زندگی‌ات را در خور زیستن می‌کند» در چنین وضعی تو، در واقع، در حالت مشاهدت و کشف و شهودی: «کشف و شهود می‌تواند نوعی از انجذاب در کار باشد که از خودآگاهی فارغ است و، باین‌همه، سرشار از تحویل».

(۸) اشتغال به چنین شغلی از لحاظ روانی، موجب پیدایش شادمانی، یعنی شادی ماندگار و پاینده و ژرف، در آدمی می‌شود و، بنابراین، یکی از بزرگترین فرصت‌های زندگی است.

* * *

شک نیست که برای کسی که با زندگی و احوال و آثار فرزندان و عارفان سروکار داشته است جانِ کلام مور طنینی آشنا دارد: «هرکسی را بهر کاری ساختند/مهر آن را در دل‌اش انداختند» با این حال، آنچه سخن مور را نامکّر و همچنان باحلاوت می‌کند، چنان‌که دیگران نیز گفته‌اند، صداقت اخلاقی و هوشمندی ذهنی مور در طرح و پروراندن و قبولاندن مطالب و مدعیات خود است. نیز سبک بیان و نگارش او است که، جز در مواضعی اندک، همیشه از رسایی و شیوایی بهره‌مند و از ابهام، ایهام، و تعقید عاری است. این نکته اختصاص به این کتاب ندارد و در همه‌ی کتاب‌های نشریافته‌ی مور صدق می‌کند. (در همین‌جا، اشاره داشته باشم به یکی از آن مواضع اندک که به گمان من از اهمیت شایان برخوردار است: تمایز soul، یعنی جان/نفس، از spirit،

یعنی روان/روح که در آثار الاهیاتی، عرفانی، و فلسفی تمایزی روشن و مفهوم است، در آثارِ مور به تیرگی و ابهام می‌گراید.^۱

به‌گمانِ راقم این سطور، التزام عملی به آنچه مور تعلیم می‌دهد به‌ویژه از دو حیثِ صعوبتِ فراوان دارد: یکی این‌که نیازمندِ ممارستِ فراوان برای یافتنِ تحملِ تنهایی‌یی است که نتیجه‌ی گریزناپذیرِ طیّ طریق در راهِ یکتا، یگانه، و اختصاصیِ خود است، به گفته‌ی خود مور: «بخشی از [فرآیند] یافتنِ روح این است که از این عادتِ مانندِ دیگران اندیشیدن آگاه شوی و به راه خود بروی. جدا شدن از آن کسانی که به تو احساسِ تعلق و هدف می‌داده‌اند بسا که دردناک باشد، اما روح‌ات در خطر است.»

و دیگر این‌که محتاجِ تمرین در صرف‌نظر از فرآورده، نتیجه، و موفقیت و حصرِ توجه به فرآیند، سعی و کوشش، و بلوغِ شخصیت است. باز هم به گفته‌ی خود مور: «نکته صرفِ موفقیت نیست، بل، از طریقِ سعی تبدیل شدن به شخصی عمیق‌تر، پیچیده‌تر، و بالغ‌تر است. بگذار تا کیمیای سیر و سلوکِ طاق‌شکنات در منشات حک شود و تو را به شخصیتی پرمایه بدل سازد. در این حال، هر کاری بکنی کیفیتِ تجربه‌ات و ظرفیتِ پخته شدن به مددِ آن را خواهد داشت.»

در عین حال، این دو وجه صعوبتِ سرِ سوزنی از درستی آموزه‌های موردِ نمی‌کاهند. کدام چیزِ شریف‌ای است که به سهولت دست‌یافتنی باشد؟ امید می‌برم که آموزه‌هایِ کسانی همچون تامس مور، نرم‌نرمک، در وجودِ ما هضم و جذب شوند، و با هنرِ کیمیاگرانه‌شان، مسِ ما را زر کنند؛ و سپاس از دوستِ عزیزام، محمدرضا سلامت، و کسانی همچون او، که با ترجمه‌ی آثارِ این معنویان، گامِ نخست را در این راه برمی‌دارند.

۹۷/۹/۲۴

۱. مترجم محترم در سرتاسرِ ترجمه‌ی کتاب soul را به «روح» و spirit را به «نفس» ترجمه کرده‌اند.

درآمد

کیمیاگری: آپوس روح

درست چهارصد سال پیش، کیمیاگرانی مانند جان دی^۱ در انگلستان، آتشخانه کوچکی در آزمایشگاه پُردود و درهم‌وبرهم خود برپا کردند و با دقت و حوصله به مشاهده نشانه‌های پیشرفت کار می‌پرداختند. آنها در طلب دارو، اکسیر حیات، و رمز و راز جوانی جاودانی بودند. در این آزمایشگاه، مجموعه‌ای نفیس از کتب قدیمی را که در بردارنده اسرار این فرآیند بود، نگهداری می‌کردند. نیایشگاه کوچکی با محراب و چهارپایه هم بود که می‌توانستند در آن، برای دستیابی به موفقیت در کار خود، دعا کنند. دفتر بزرگی نیز برای ثبت آزمایش‌های خود داشتند.

طی هزاران سال در چین و هند و بعدها در اروپا، مردان و زنان کیمیاگر در تلاش بودند تا از طریق این شیوه شگفت‌انگیز تغییر و تحولات شیمیایی و تحلیل و تفسیر اسرارآمیز آن، به معنای زندگی دست یابند. آنها، انواع گوناگون مواد را برای این منظور به کار می‌بردند: از جمله مایعات و جامدات، اشیاء سالم و فاسد، مواد معمولی‌ای که در اطراف خود می‌یافتند و نیز مواد شیمیایی پالایش‌شده. این مواد را در ظرف‌هایی مخصوص قرار می‌دادند که پاره‌ای از آنها ظرف‌های بلورین یا ظرف‌های شیشه‌ای با شکل‌های زیبا

1. John Dee

بود. کیمیاگران، این مواد خام یا «پریما ماتریا»^۱ را به درجات گوناگون و در دوره‌های زمانی مختلف، حرارت می‌دادند. در سراسر این فرآیند، پیوسته به کتاب‌های پیشینیان رجوع می‌کردند و تغییرات رنگ و بافت مواد حرارت‌دیده را به‌دقت زیر نظر می‌گرفتند، و این تغییرات را به‌مثابه استعاره‌هایی از تغییر و تحول در قلب و زندگی خویش تلقی می‌کردند.

از نظر برخی کیمیاگران، «فرآیند» بیش از «هدف» اهمیت داشت. آنها فرع و انبیب‌های^۲ خاصی، - لوله‌های شیشه‌ای عجیب و غریب - داشتند که مواد پردازش‌شده را دوباره به ظرف نخستین منتقل می‌کرد و کیمیاگران از نو، همان فرآیند را - مشتمل بر حرارت دادن، مراجعه به کتب قدما، ثبت تغییرات در دفتر، و مشاهده پالایش‌های بیشتر - تکرار می‌کردند. برخی آشکارا به دنبال هدف مادی، یعنی طلا بودند؛ دیگران در طلب مقصودی معنوی و غیرمادی بودند: ساختن خود^۳ یا روح.

کل این فرآیند، و نه فقط فرآورده نهایی، با عنوان «اُپوس»^۴ شناخته می‌شد. واژه «اُپوس» به معنی «کار» است و اغلب آن را [در زبان انگلیسی] با حرف اول بزرگ (W) می‌نویسند تا از معنای عادی‌اش متمایز باشد. کار به این معنا عبارت بود از فرآیند طولانی پالایش مواد خام و طی کردن مراحل عدیده‌ای که هر مرحله با رنگ‌های گوناگون چون سیاه شدن، سفیدشدن، قرمز شدن، و زرد شدن مشخص می‌شد - و رسیدن به نقطه پایانی این فرآیند را با تعبیرهای گوناگون توصیف می‌کردند؛ از جمله پَرِ طاووس، اکسیر اعظم، یا کیمیای جاودانگی.

کیمیاگران از استعاره‌های اسرارآمیز برای بیان جنبه‌های گوناگون «کار»

1. prima materia

2. retorts

3. self

۴. واژه Opus در اصل به معنی اثر هنری مهم در زمینه‌های موسیقی و ادبیات است، ولی بیشتر در معنای اختصاصی «اثر هنری موسیقایی» به کار می‌رود و معمولاً همراه با شماره اثر ذکر می‌شود. مانند «Opus 122» که به معنای «اثر شماره ۱۲۲» از بتھوون است. اُپوس در این سیاق، به معنای «کار» و از مفاهیم کانونی کیمیای است. - م.

5. work

6. Philosopher's Stone

استفاده می‌کردند. گاه این استعاره‌ها را از دین و اساطیر اقتباس می‌کردند و گاه تعبیر رمزآمیزی را که خود وضع کرده بودند به کار می‌بردند. شاید بدین‌سان می‌کوشیدند این کار رمزآلود را از دسترس کسانی که ممکن بود حرمت آن را بشکنند، دور نگاه‌دارند – همان‌طور که در سراسر تاریخ، همواره نوعی رازداری درباره کارهای اسرارآمیز به چشم می‌خورد. شاید هم تلاش می‌کردند هم‌زمان در دو سطح «مادی» و «معنوی» فعالیت کنند. آدمی، غالباً اسرار مهم زندگی را در قالب تصویرپردازی‌های باشکوه و گاه عجیب و غریب بیان می‌کند.

کیمیای‌گران، غالباً میان معنای عادی چیزها و مفهوم معنوی آنها تفاوت قائل می‌شدند. گفتن «آب ما»، «گوگرد ما» و «جیوه ما» از نظر آنها اشاراتی استعاری بود و نه ارجاعاتی به مواد واقعی. وقتی [متنی درباره] کیمیای‌گری می‌خوانید باید به یاد داشته باشید که «سیاه»، هم یک «حالت روحی» و هم یک «رنگ واقعی» است. کیمیای‌گران از اکوا پرماننز^۱ به معنای «آب حیات» سخن می‌گفتند تا اینکه میان آن، و آب در شکل فیزیکی محض، تمایز قائل شوند. شاید بتوان آب کیمیای‌گرانه را به مثابه سیالیت محض، ژرفا، یا جریان زندگی در نظر گرفت.

کیمیای‌گران ناگزیر بودند شکبیا باشند. پاره‌ای از آنها هرگز به هدف خود نائل نمی‌شدند، درحالی‌که برخی دیگر پس از سال‌ها کار و زحمت، اندکی پیشرفت می‌کردند. بعضی از آنها دستیارانی داشتند که در همه کارهای دستی در این فرآیند به آنها کمک می‌کردند، مانند ادوارد کلی^۲، دوست و همکار جان دی. پاره‌ای دیگر از کیمیای‌گران، از مساعدت «خواهر عرفانی^۳» برخوردار بودند که مایه الهام و پیوستگی کار می‌شد.

من مدت مدیدی در این اندیشه بوده‌ام که این جزئیات کار کیمیای‌گران،

۱. Aqua Permanens؛ از مواد مهمی است که در آزمایشگاه کیمیای‌گران کاربرد دارد و مایعی است که در اثرات و طبایع ویژه مواد امتزاج‌پذیر در بیشتر چیزها حل می‌شود. – م.

2. Edward Kelly

3. Soror mystica

گویای حقیقتی ژرف درباره طلب آدمی برای یافتن «کار همچون زندگی» است. این مفهوم، ژرف و اسرارآمیز، و دربرگیرنده تغییر و تحولاتی مهم است. برای این مقصود، باید شکبیا باشید، و توانایی لازم برای درنگ کردن، مشاهده، و همین‌طور شهادت مداومت در کار را داشته باشید – حتی هنگامی که به‌ظاهر، هیچ چیز ارزشمندی اتفاق نمی‌افتد. این کار شامل فعالیتی ظاهری و معنایی باطنی است؛ و ماندن در ظاهر، شما را به مقصود نخواهد رساند.

کیمیاگری، الگویی برای یافتن «کار همچون زندگی» در اختیار ما می‌نهد. به ما می‌آموزد که این جست‌وجو تنها درباره نتیجه و فرآورده نهایی نیست، بلکه مربوط به خود «فرآیند» نیز هست. کیمیاگری، استعاره‌هایی ارزشمند برای تغییرات بسیاری که در زندگی تجربه می‌کنید، در اختیارتان می‌گذارد؛ تغییراتی از قبیل حالات روحی و عواطفی که بر شما عارض می‌شود، و ناکامی‌ها و موفقیت‌های پی‌درپی که جزء طبیعی فرآیند زندگی هستند. از همه مهم‌تر، کیمیاگری، این جست‌وجو را از قلمرو مبالغه‌آمیز آن، یعنی از جان‌گذشتگی برای موفقیت و سرخوردگی به هنگام شکست، خارج می‌کند و وارد فرآیند پیچیده‌ای می‌کند – فرآیندی که در آن، جست‌وجو، کاری مادام‌العمر است.

با وجود این، کیمیاگر به‌گونه‌ای به کار خود می‌نگریست که انگار زندگی او بسته به آن است. او بر این باور بود که آپوس مهم‌ترین کاری است که در زندگی می‌کند. کار شما نیز به همان اندازه مهم است؛ نه فقط به عنوان وسیله‌ای برای گذران زندگی، بلکه به‌منزله سازوکاری که به کمک آن از «شخصیتی» بی‌همتا برخوردار می‌شوید.

این کتاب درباره جست‌وجو برای «کار همچون زندگی» است؛ نه فقط شغل، بلکه فعالیت یا مجموعه‌ای از فعالیت‌ها که به شما حس معناداری و هدفمندی می‌بخشد. این کتاب درباره نفس و روح کار است، و اندیشه‌هایی برای شنیدن ندای درونتان به شما ارائه می‌کند تا برای یافتن کاری که برای آن زاده شده‌اید، به کار گیرید.



به جایی نرسیدن

«درد، ذره ذره، هستی‌ام را فرا می‌گیرد.»

(سافو^۱)

در محل زندگی‌ام در نیوهمپشایر^۲ دوستی دارم به نام اسکاتی^۳، که همیشه افسرده و نومید است، چون نتوانسته کار مناسبی پیدا کند. او یکی از بااستعدادترین افرادی است که می‌شناسم: باهوش است؛ بسیار شوخ طبع است؛ عاشق مردم است و مردم هم عاشق او هستند؛ و نیز هنرمندی فوق‌العاده است. اما نمی‌تواند هیچ شغلی را حفظ کند و نمی‌داند می‌خواهد با زندگی خود چه کند. از تکرار عذاب‌آور چرخه یافتن حرفه جدید، ترک آن، و تلاش دوباره برای پیدا کردن شغلی جدید، بیزار است. چهره به‌ظاهر متبسم او، مانند دلقک‌های قدیمی است که در زیر چهره شادشان به شدت غم‌گینند.

1. Sappho

۲. New Hampshire؛ ایالتی در منطقه نیوانگلند امریکا.

3. Scottie

بسیاری از مردان و زنان مانند دوستم اسکاتی هستند: به نظر می‌آید کم‌وبیش شاد، و به‌ظاهر سوار بر زندگی خود هستند، ولی در باطن، از اینکه اصلاً بتوانند احساس خوبی به کاری که می‌کنند داشته باشند و یا باور کنند که زندگی‌شان ارزش زیستن داشته است، قطع امید کرده‌اند. به‌خوبی هم می‌دانند که ناخشنودی از کار، به دیگر حوزه‌های زندگی‌شان سرایت می‌کند.

ناکامی در یافتن شغل خوب یا لذت بردن از شغل کنونی‌تان مایهٔ نوع خاصی از افسردگی می‌شود. چنین شخصی ممکن است احساس کند روح و روانش خُرد شده است، یا شاید هیچ‌گاه مجال بُروز نیافته است. برخی در عجبند که چرا تا این اندازه احساس بی‌حوصلگی می‌کنند، ولی هیچ‌گاه افسردگی‌شان را به کار ربط نمی‌دهند. در جریان درمان، ممکن است دربارهٔ مشکلات زناشویی یا اعتیاد صحبت کنند، ولی هنگامی که مشاور دربارهٔ کارشان می‌پرسد، شگفت‌زده می‌شوند. چنین به نظر می‌رسد که این اشخاص دربارهٔ پیوند میان کار و عواطف خویش و اموری که معنابخش زندگی‌شان است، چندان نیندیشیده‌اند.

اُپوس، جریانی مادام‌العمر است که کمک می‌کند زندگی‌تان را جمع‌وجور کنید و انسانی واقعی شوید. تصادفی نیست که این واژه [اُپوس] برای قطعهٔ موسیقایی یا مجموعهٔ تولیدات هنری نیز به کار می‌رود. شما هم یک اثر هنری هستید. معمولاً، کیمیاگران به «اُپوس» به‌مثابهٔ «کار» اشاره می‌کردند، ولی آن را «هنر» هم می‌نامیدند. شما طراح هنرمندان زندگی خودتان هستید، و این اساساً مهم‌ترین کاری است که انجام خواهید داد. چیزهایی تولید خواهید کرد که مایهٔ افتخارتان خواهد بود: فرزندان شاد، خانوادهٔ خوب، جامعه‌ای که به وظایف خویش عمل می‌کند، و شاید نوعی هنر دلپذیر. شخصی منحصر به فرد خواهید شد. هیچ‌چیز زیباتر یا ارزشمندتر از این نیست. اما اگر این ظرفیت تحقق نیابد چه‌بسا از زندگی، به کلی نومید شوید.

کارل گوستاو یونگ^۱ نوشته است که خلاقیت یک گزینه است نه قریحه‌ای اختیاری، که به قلیلی از افراد نیک‌بخت بخشیده باشند. چنانچه راهی برای خلاق بودن در زندگی‌تان نیابید، این گزینه سرکوب و ناکام می‌شود. از دست دادن این گزینه را به صورت پژمردگی احساس می‌کنید و انگار «من» شما بی‌روح شده است؛ در نتیجه، احساس تهی بودن، جداافتادگی، و ناخشنودی می‌کنید.

اُپوس [ابتدا به ساکن] کامل نیست، بلکه مستلزم تلاش سخت و زحمت بسیار است تا بتوانید مسیر دشوار «یافتن خویشتن»، فراهم آوردن حرفه‌ای خوب، و ساختن زندگی را طی کنید. دستیابی به همه این اهداف در جهانی که از چنین فرآیند عمیق و بلندمدتی پشتیبانی نمی‌کند، به مراتب دشوارتر است. اغلب مردم، اندیشه‌ای و رای احساس نیاز عاجل به پول و شغلی تحمل‌پذیر ندارند. همین‌طور، بیشتر شرکت‌ها، دل‌نگرانی چندانی درباره‌ی ندای درونی شخصی کارکنان خود ندارند.

امروزه، شاید به محل کارمان به چشم آزمایشگاهی که در آن مسائل روحی حل‌وفصل می‌شوند، نگاه نکنیم. کانون توجه ما، علائق محسوسی چون دستمزد، فرآورده، و پیشرفت است؛ درحالی‌که تغییر و تحول در زندگی کاری‌تان، بر احساس شما از معناداری [زندگی]، عمیقاً تأثیر می‌گذارد. انجام کاری که عاشق آن هستید و برخورداری از نوعی روابط انسانی در محیط کار، که به شما به عنوان یک «انسان» کمک می‌کند، می‌تواند احساس آرامش و رضایت خاطر در محیط خانه و خانواده را نیز به ارمغان بیاورد.

در مطالعه‌ای که اخیراً درباره‌ی چگونگی احساس امریکایی‌ها درباره‌ی زندگی کاری‌شان انجام شده است، نتیجه گرفته‌اند که در مقایسه با سی سال پیش، امروزه مردم در مجموع از شغل خود خرسندند، ولی تلقی‌شان این

۱. Carl Gustav Jung (۱۹۶۱-۱۸۷۵)؛ روان‌پزشک و روان‌کاو سوئیسی و بنیان‌گذار روان‌شناسی تحلیلی. - م.

است که کار، اثر منفی بر زندگی خانوادگی آنها می‌گذارد. مشخصاً، ساعات طولانی‌تری کار می‌کنند و در نتیجه وقت کمتری برای خانواده و سلامت و تفریحات خود دارند. فناوری‌های جدید مانند پست الکترونیکی، مرز میان کار و خانه را از بین برده است. شرکت‌ها هم مزایای کمتری ارائه می‌دهند و کارمندان را به کار بیشتر تشویق می‌کنند تا بتوانند در سود و مالکیت سهام شرکت سهیم شوند. امروزه، ارتباط میان احساس رضایت در کار، و شادکامی در خانواده، از همیشه مهم‌تر است.

دوست من، اسکاتی، نمونه خوبی است. نخسین بار که با او آشنا شدم، وی را مردی سرزنده و سرشار از استعداد یافتم. آن موقع به او غبطه خوردم، و هنوز هم هرگاه او را می‌بینم که چنان آرام و دوست‌داشتنی است، یا جدیدترین بوم‌های نقاشی‌اش را در محفل دوستان به ما نشان می‌دهد، به او رشک می‌برم. استعداد و شخصیتی خارق‌العاده دارد. در آغاز، وقتی من از مشکلات او درباره کار باخبر شدم، فکر می‌کردم او فقط نیاز به جست‌وجو و یافتن کسب‌وکاری دارد که در آن، قدر توانایی‌های او را بدانند. پس ناشیانه معرفی‌نامه‌ای برای او نوشتم با این تصور که می‌توانم مشکل او را با همین اقدام ساده حل کنم. آن زمان، من به ظاهر زندگی او نگاه می‌کردم، ولی امروز عمیق‌تر می‌نگرم.

با گذشت زمان دریافتم که مشکلات جدی‌تری دارد: زندگی خانوادگی‌اش، که در ظاهر خیلی آرام بود، از قرار معلوم آشفته و هر لحظه در سُرف فروپاشی بود. از شنیدن مشکل اعتیاد او به الکل و اینکه طغیان هر از گاه خشمش مایه ترس اعضای خانواده از او شده و زندگی زنشویی‌اش را به مخاطره انداخته بود شگفت‌زده شدم. در محیط‌های اجتماعی، مردم مانند آهن‌ربا به سوی او جذب می‌شدند ولی زندگی خصوصی‌اش مصیبت‌بار بود.

اسکاتی گرفتاری‌های شدید و بارزی درباره کار دارد: برای پیدا کردن شغل مناسب و حفظ شغلی که به دست می‌آورد؛ و برای لذت بردن و

احساس رضایت از کاری که می‌کند. احتمال زیادی وجود دارد که شریک درخشان زندگی‌اش - همسر با استعدادش - و سه فرزند بسیار خلاق و خوش‌آبیه‌اش را از دست بدهد.

هر آنچه سرآغاز مشکلات اسکاتی باشد، به هر روی، روح مُشوّش او اکنون در ناتوانی‌اش برای یافتن «کار همچون زندگی» آشکار می‌شود: شغل‌هایی با عواید مادی و رضایت خاطر اندک به دست می‌آورد. با وجود این، هنوز احساس می‌کند در جایگاه اشتباهی قرار گرفته است؛ آن‌قدر نومید و خشمگین می‌شود که از خانواده و دوستانش فاصله می‌گیرد. به کسی اجازه نمی‌دهد به او کمک کند، و به نظر می‌آید نمی‌تواند به ریشه مشکلات خود بپردازد.

اسکاتی مانند بسیاری از مردم است که می‌کوشند مشکل کار را تنها در سطح عملی حل کنند: آموزش‌های جدید کسب کنند؛ حرفه‌های جدیدی را بیازمایند؛ و با سنجۀ میزان حقوق دریافتی، درباره موفقیت خویش داوری کنند. حقیقت این است که جریان پیدا کردن شغل، انجام کار، و نحوه تعامل در روابط انسانی در محل کار، ریشه‌های عمیقی در خانواده و تجارب شخصی و مسائل شخصیتی دارد. برای بررسی علل بنیادی نومیدی‌های شدید، باید تمامیت داستان زندگی را واکاوی کرد: گذشته و حال، هر دو، تجارب و جهان‌بینی خانواده‌تان درباره کار، و مسائل شخصی‌ای که وارد شغل خود می‌کنید.

معمولاً، در جست‌وجو برای شغل، شاید سعی کنید حرفه‌ای را بیازمایید، برای مصاحبه‌ای آماده شوید و از شغل‌ها تجربه کسب کنید، ولی برای حرکت به سمت «کار همچون زندگی» باید مجموعه‌ای از عوامل را، از جمله خاطرات گذشته، عواطف خام و پخته، و روابط انسانی درخور توجه را واکاوی کنید. ریشه مشکلات مربوط به کار و حرفه عمیق هستند و در نتیجه فقط راهکاری عمیق می‌تواند در درازمدت کارساز باشد.

اگر احساس می‌کنید وجه اشتراکی با اسکاتی دارید، به شما توصیه