

دگرگونی

سرشناسه: دایر، وین دبلیو، ۱۹۴۰ - م. Dyer, Wayne W
عنوان و نام پدیدآور: دگرگونی: انتقال زندگی از جاه‌طلبی به سوی معنا/
وین دایر؛ ترجمه مریم تقدیسی.
مشخصات نشر: تهران: ققنوس، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری: ۱۱۹ ص.
شابک: ۲-۹۱۰-۳۱۱-۹۶۴-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
یادداشت: عنوان اصلی: The shift: taking your life from
ambition to meaning, c2010
موضوع: ابراز وجود
موضوع: ابراز وجود - جنبه‌های مذهبی
شناسه افزوده: تقدیسی، مریم، ۱۳۴۲ - م، مترجم
رده‌بندی کنگره: ت ۱۳۸۹ ۱۲الف/۳۷BF۶
رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۱
شماره کتاب‌شناسی ملی: ۲۱۱۵۳۵۱

دگرگونی

انتقال زندگی از جاه طلبی به سوی معنا

دکتروین دایر

ترجمهٔ مریم تقدیسی



این کتاب ترجمه‌ای است از:

The Shift

Taking Your Life from Ambition to Meaning

Dr. Wayne W. Dyer
Hay House, Inc, 2010



انتشارات ققنوس

تهران ، خیابان انقلاب ، خیابان شهدای ژاندارمری ،
شماره ۱۰۷ ، تلفن ۴۰ ۸۶ ۴۰ ۶۶

* * *

وین دایر

دگرگونی

انتقال زندگی از جاه‌طلبی به سوی معنا

ترجمهٔ مریم تقدیسی

چاپ اول

۲۲۰۰ نسخه

۱۳۸۹

چاپ شمشاد

حق چاپ محفوظ است

شابک: ۲ - ۹۱۰ - ۳۱۱ - ۹۶۴ - ۹۷۸

ISBN: 978 - 964 - 311 - 910 - 2

www.qoqnoos.ir

Printed in Iran

۲۲۰۰ تومان

فهرست

۷	مقدمه
۱۳	فصل اول: از...
۴۱	فصل دوم: جاه طلبی...
۶۷	فصل سوم: به سوی...
۹۱	فصل چهارم: معنا...
۱۱۷	یادداشت‌ها
۱۱۹	در باره نویسنده

مقدمه

اخيراً افتخار تماشای مستند الهام‌بخشی به نام آرام عجله کن: سفرهای سِر لورنس وَن در پست نصیبم شد. در این فیلم سر لورنس و فردی از قبیلهٔ بوشمن صحرای کالاهاری (واقع در آفریقای جنوب غربی) ضمن صرف زمانی طولانی با یکدیگر به جمع‌آوری داستان‌های زندگیشان می‌پردازند. به عقیدهٔ من نگرش خارق‌العادهٔ او در چند پاراگراف کوتاه دربرگیرندهٔ آرزوی اساسی همهٔ انسان‌هاست:

بوشمن صحرای کالاهاری در بارهٔ دو نوع «ولع» صحبت می‌کند.

ولع بزرگ و ولع کوچک.

ولع کوچک به دنبال غذا برای سیر کردن شکم است؛

ولی ولع بزرگ،

بزرگ‌ترین ولع، ولع معناست. ...

در نهایت تنها یک چیز هست که

عمیقاً و اساساً باعث آزدگی انسان می‌شود،

و آن این‌که زندگی بی‌معنایی بر او تحمیل شود. ...

جستجوی شادی غلط نیست. ...
 ولی برای آرامش بیش تر روح...
 چیزی بیش از غم و شادی هست،
 و آن معناست.
 باعث شکوفایی همه چیز می شود...
 چون وقتی کاری که انجام می دهی برایت معنا دارد،
 و دیگر فرقی ندارد که شاد باشی یا غمگین.
 راضی هستی — در عمق روحت تنها نیستی — و به چیزی تعلق داری.

(سرلورنس ون در پست از آرام
 عجله کن، فیلمی از مایکی لمل)

همان طور که به وضوح بیان شده «ولع بزرگ»، بزرگ ترین ولع زندگی، ولع
 معناست. کتاب و فیلم دگرگونی دعوتی است برای اکتشاف فرایند حرکت
 از زندگی بی هدف به سمت زندگی معنادار و هدفمند.

سال ها به مردم (از جمله خودم) کمک کرده ام تا به بالاترین نیروی بالقوه
 خود دست پیدا کنند. در حدود هفتاد بار سفر کرده ام و تنها نتیجه ای که به
 وضوح به آن رسیده ام این است که همه ما می خواهیم زندگیمان هدف و معنا
 داشته باشد. در این کتاب نکاتی را روشن کرده ام که برای رسیدن به حالتی
 خودآگاه و روشنگرانه و به دنبال آن ایجاد زندگی هدفمند و معنادار لازم است.

وقتی فیلمی که این کتاب بر اساس آن نوشته شده برای اولین بار پخش
 شد، نام آن از جاه طلبی به سوی معنا بود. ولی معنای آن و محتوای فیلم برای
 بسیاری از مردم مبهم بود. ظاهراً عنوان آن کمی گمراه کننده بود، و شاید
 این طور نشان می داد که فیلمی مستند ساخته ام یا یکی از سخنرانی هایم را
 به شکل فیلم درآورده ام.

ضمن مراسم افتتاحیه فیلم برای مخاطبین منتخب، نظرم را درباره عنوان آن با تهیه کننده و کارگردان در میان گذاشتم. گفتم: «من عاشق این فیلم هستم؛ ولی اگر قرار بود آن را از ابتدا بسازم نام دیگری برایش انتخاب می کردم. من آن را دگرگونی می نامیدم چون بارها در طول فیلم به این کلمه اشاره می شود و معنای آن همان چیزی است که باید ضمن حرکت از سوی جاه طلبی به سمت معنا برای فرد اتفاق بیفتد.» در کمال خوشوقتی - و به خاطر اعتبار کارگردان و تهیه کننده - در عرض یک هفته عنوان فیلم تغییر داده شد. و با این حال عبارت از جاه طلبی به سوی معنا هم از کنار آن حذف نشد.

در حالی که در این فکر بودم که چطور می توانم پیام اصلی فیلم را به کتاب منتقل کنم، بعد از مراقبه ای عمیق تصمیم گرفتم این چهار کلمه را به عنوان اسامی بخش های تشکیل دهنده این کتاب به کار ببرم. این دقیقاً همان چیزی است که اکنون در دستان شما قرار دارد.

همه ما طی سفر باشکوه انسانی به سمت دوران بزرگسالی باید دگرگونی هایی در زندگی مان ایجاد کنیم. به این امید که از دو دگرگونی اجباری اول فراتر برویم و آگاهانه به سمت دگرگونی هایی حرکت کنیم که منجر به زندگی هدفمندی خواهند شد. منظور من از این دگرگونی ها چیست؟

اولین دگرگونی که در زندگی همه ما رخ می دهد حرکت از عدم به سمت وجود است؛ از روح به جسم؛ از دنیای نادیدنی به سوی دنیای مادی اشیاء، حد و مرزها و اجسام. به همین دلیل اولین فصل این کتاب «از...» نام دارد. من به روش خاضعانه (و بدون شک ناقص) خودم سعی کرده ام با استفاده از کلمات و عباراتی که تنها نمادهایی از چیزی هستند که توصیفی بر آن متصور نیست، غیرقابل توصیف ها را وصف کنم. با

این همه علت حضور من در این جا این است که دنیای نادیدنی روح را که همه چیز از آن منشأ می‌گیرد و به آن بازمی‌گردد به شما نشان بدهم. دومین دگرگونی، حرکت به سمت «جاه‌طلبی» است – و از این رو فصل دوم، «جاه‌طلبی» نام دارد. «جاه‌طلبی» مرحله‌ای است که در آن ایگو که متضاد جایگاه «روح» است که همه ما از آن آمده‌ایم، کنترل زندگی را به دست می‌گیرد. ایگو یعنی محتوای خودِ کاذب.

این دو دگرگونی اصلی و اجباری در سفر زندگی همه ما انسان‌ها رخ می‌دهد. بسیاری از ما زمانی که به انتهای سفر زندگی‌مان می‌رسیم، تنها این دو مرحله انتقال را پشت سر گذاشته‌ایم. متأسفانه زندگی اکثر ما در مرحله «جاه‌طلبی» به پایان می‌رسد. من در این کتاب به دو دگرگونی دیگر اشاره کرده‌ام که امکان ایجاد آن در زندگی برای همه ما وجود دارد. با ایجاد این دگرگونی‌ها، «زندگی بی‌معنایی» که سِر لورنس به آن اشاره کرده است دیگر پایان ماچرا نیست. همه ما می‌توانیم تصمیم بگیریم جهشی را انجام بدهیم که برای پشت سر گذاشتن دومین دگرگونی زندگی‌مان، یعنی جاه‌طلبی که تحت کنترل ایگو قرار دارد، لازم است.

سومین فصل که «به سوی...» نام دارد نشان می‌دهد که چطور می‌توانیم در ذهنمان به جایی برسیم که پی ببریم این اختیار را داریم که با استفاده از یک دوربرگردان از خودِ کاذب دور شویم و به سمت مبدأ – یا «اتصال» برگردیم. این مرحله جدید از زندگی‌مان بازگشتی است به سوی روح و دعوتی است که با اجابت آن می‌توانیم قلمرو نادیدنی الهی را جایگزین تسلط ایگو کنیم. در این مرحله یاد می‌گیریم که چطور در حین حرکت به سمت زندگی معنادار و هدفمندی که به دنبال اتصال با مبدأ وجود ایجاد می‌شود، ایگو را رام کنیم.

دگرگونی که در فصل چهارم توصیف شده «معنا» نام دارد. در این

مرحله بعد از ترک خودِ کاذب و آغاز سفر بازگشت به سوی مبدأ در حین زندگی، رهنمودهای جدیدی در زندگی به کار می‌بندیم. درمی‌یابیم که در ارتباط با معنایی که به دنبال دگرگونیِ معطوف به مبدأ در زندگیمان ایجاد می‌شود الزامی برای کاربرد قوانین دنیای مادی نداریم. چشم‌انداز زندگی سرشار از تجلی معجزات و همزمانی نو یافته‌ای می‌شود. در واقع تنها چیزی که در این مرحله همه لحظات وجودمان را توصیف می‌کند معناست.

متأسفانه، طبق تجربه من، زندگی بسیاری افراد در نهایت به جاه‌طلبی‌های ایگو ختم می‌شوند - با این حال نشانه‌هایی هم وجود دارند که راه دگرگونی به سمت آن دو تحولی را نشان می‌دهند که ما را از توهم آسایشی که ایگو برایمان ایجاد می‌کند رها می‌سازد. ما می‌توانیم طی سومین دگرگونی عقب‌گرد کنیم و به سمت جایگاه روح بازگردیم. و بعد در چهارمین دگرگونی، جاه‌طلبی را وقف یافتن خودِ واقعی‌مان کنیم. می‌توانیم آگاهانه سفر از جاه‌طلبی به سوی معنا را آغاز کنیم و به این ترتیب بزرگ‌ترین رسالت زندگی‌مان را به انجام برسانیم. می‌توانیم زندگی فردیمان را دگرگون کنیم و به دنبال آن بر سرنوشت سیاره مقدسمان هم مؤثر واقع شویم.

عشق مرا در مسیر سفرتان بپذیرید،

دکتر وین دلبلیو. دایر

مائویی، هاوایی

از...

«جسمتان چنگ روختان است، و این بر عهده شماس است که
نغمه‌هایی شیرین با آن بنوازید یا اصواتی مبهم.»

خلیل جبران^۱

از زمانی که به خاطر می‌آورم، طبیعتی متفکر داشته‌ام. زمانی که پسر کوچکی بودم، سؤالاتی در باره زندگی در ذهنم دور می‌زد که به ندرت پاسخی عینی و مادی برای آن‌ها وجود داشت. اولین باری که سعی کردم مرگ را درک کنم زمانی بود که آقای اسکارف، مردی که با همسرش مسئول سرپرستی از من و برادرم دیوید بودند، از دنیا رفت. خانم اسکارف بعد از این که به من و دیوید گفت که همسرش از دنیا رفته، برای این که حواس ما را پرت کند یک موز به ما داد. من فوراً پرسیدم: «او کی برمی‌گردد؟» پاسخ یک کلمه‌ای او مرا گیج کرد؛ در حالی که اشک‌هایش را از روی چهره سالخورده‌اش پاک می‌کرد جواب داد: «هرگز».

بلافاصله به بالای تختخواب دو طبقه‌مان که من در آن جا می‌خوابیدم

رفتم، موزم را پوست کندم و سعی کردم منظور از کلمه «هرگز» را درک کنم. آغازها و پایان‌هایی را مجسم کردم، مثل پایان روز و شب و سپس شروع آن‌ها، و به آقای اسکارف فکر کردم که سرکار می‌رفت و به خانه برمی‌گشت. وقتی به شکوفه‌های درخت‌های میوه که تبدیل به سیب یا گیلاس می‌شدند فکر می‌کردم، به نحوی ابتدایی علت و معلول را درک می‌کردم. ولی نمی‌توانستم تصور کنم که آقای اسکارف دیگر به خانه بازنگردد. این امر همه اطلاعاتی را که در آن سن در باره جریان طبیعی همه چیز داشتم مختل می‌کرد. روی تخت بالایی دراز می‌کشیدم، به سقف زل می‌زدم و به این فکر می‌کردم که چطور ممکن است آقای اسکارف برای همیشه رفته باشد.

هر بار به این مسئله که او هرگز باز نخواهد گشت فکر می‌کردم دلم به هم می‌خورد. بعد افکارم به سمت مسائل خوشایندتری معطوف می‌شد، چیزهایی که برایم قابل درک بود، مثلاً این‌که «کی شام می‌خوریم؟» یا «گاری‌ام کجاست؟» ولی ذهنم که طبیعتاً کنجکاو بود به فکر کردن در باره مسئله غیرقابل توجیه «برای همیشه» ادامه می‌داد و دوباره آن حس ترسناک اضطراب را که حتی حالا هم که این کلمات را می‌نویسم آن را احساس می‌کنم، در شکمم احساس می‌کردم. از زمانی که آقای اسکارف از دنیا رفته است در باره جوهره زندگی معنوی ۳۴ عنوان کتاب نوشته‌ام و هزاران سخنرانی کرده‌ام و با این حال هنوز وقتی با وضوح کامل آن دقایق دوران کودکی را به خاطر می‌آورم که سعی می‌کردم معنی زندگی را بدون کالبدی که آن را دربرگرفته باشد درک کنم، احساس می‌کنم دلم به هم می‌خورد.

در تمام این سال‌ها در فعالیت‌هایی که برای تهیه سخنرانی‌ها و تألیف کتاب‌هایم انجام داده‌ام، سؤالاتی که آن‌ها را «سؤالات بزرگ» می‌نامم

حس کنجکاو‌ی‌ام را برانگیخته‌اند. در بارهٔ استادان و فیلسوفان معنوی بزرگ در غرب و شرق، در دوران مدرن و باستان - که در حقایقی که ما آن‌ها را میراث معنوی می‌نامیم کندوکاو کرده‌اند و در بسیاری از موارد با این حقایق زندگی کرده‌اند - مطالعه و بررسی کرده‌ام. دوست دارم در این سؤالات که از زمان شروع تاریخ (و به احتمال بسیار زیاد حتی قبل از آن) باعث سردرگمی انسان شده است تعمق کنم. معمای زندگی همچنان جذاب و هیجان‌انگیز برای من باقی مانده است. از فکر کردن به سؤالات لاینحل لذت می‌برم، ولی در مورد این معما آرامشی هم احساس می‌کنم.

یکی از آن سؤالات بزرگ این است: من که هستم؟ بخشی از پاسخ این است که من جسمی هستم با خصوصیات قابل‌سنجش. بله، نامی دارم، استعدادهایی و دستاوردهایی - ولی آنچه هستم شامل حضوری ناملموس هم هست که می‌دانم بخشی از من است. آن جنبه از وجود من مرزهای قابل درک یا شکلی قابل دیدن ندارد. یکی از اسامی این بُعد غیرجسمانی «ذهن» است، با مجموعهٔ پایان‌ناپذیری از افکار غیرقابل رؤیت که در جسم نفوذ می‌کند.

پاسخ شخص من به این سؤال که «من که هستم؟» این است که من قطعه‌ای از سرمنشأ کل مخلوقات هستم که اسامی مختلفی دارد، از جمله خدا، روح، مبدأ، تائو، ذهن الهی و از این قبیل. با این‌که نمی‌توانم آن را ببینم یا لمس کنم می‌دانم که بخشی از آن هستم، چون باید شبیه به چیزی باشم که از آن به وجود آمده‌ام - و چیزی که از آن به وجود آمده‌ام «هیچ بی‌شکلی» بوده که در قالب شکل پدیدار شده است. از این رو من هم آن روح غیرقابل رؤیتی هستم که سرمنشأ و مبدأ همه چیز است، و هم شکلی که مقدر شده به سوی منشأ غیرقابل رؤیت خود بازگردد.

سؤالات بزرگ دیگری که با آن‌ها دست و پنجه نرم کرده‌ام این‌ها هستند:

بعد از مرگ جسمانی چه اتفاقی می‌افتد؟ هدف زندگی من چیست؟ «برای همیشه» چه شکلی است؟ خدا چه کسی یا چه چیزی است؟ وانمود نمی‌کنم که پاسخ‌هایی قاطع برای این سؤالات دارم. اگر متفکران بزرگی مانند لائوتسه، سقراط، بودا، روسو، دکارت، اینشتین، اسپینوزا، سن‌فرانسیس، مولوی، پاتانجالی، گوته، شاو، ویتمن یا تینسون (و هزاران متفکر بزرگ دیگر) نتوانسته‌اند به پاسخی قاطع برسند، پس بدون شک من هم نخواهم توانست این معماها را در یک کتاب یا حتی در طول عمرم حل کنم. فقط می‌توانم تفسیرهای خود را ارائه کنم که از طریق مطالعه، زندگی و تلاش‌های متمرکز برای ایجاد اتصالی آگاهانه با مبدأ وجود و با آنچه به نظر من سرمنشأ همه چیز در این عالم مادی است، به آن‌ها رسیده‌ام.

تا این جا و تا جایی که به یاد می‌آورم بزرگ‌ترین سؤالی که کنجکاوای ام را برانگیخته و باعث سردرگمی ام شده - سؤالی که از «من که هستم؟ هدفم در زندگی چیست؟ بعد از مرگ چه اتفاقی می‌افتد؟ خدا چه کسی یا چه چیزی است؟» فراتر رفته - عنوان این بخش است: «از...» از کجا آمده‌ام؟ سؤالی که همیشه به نظرم واقعاً بزرگ بوده همین سؤال بوده است.

از کجا آمده‌ام؟

وقتی به اتفاقاتی که قبل از آمدنم بر روی کره زمین در سال ۱۹۴۰ رخ داده‌اند و آدم‌هایی که قبل از من بوده‌اند فکر می‌کنم، مسئله‌ای که کنجکاوای ام را برمی‌انگیزد این است که چه عاملی تعیین‌کننده به وجود آمدنم دقیقاً در همان زمانی بوده که به وجود آمدم. قبل از بسته شدن نطفه‌ام در سال ۱۹۳۹ کجا بودم؟ زمانی که جنگ‌های صلیبی در قرن‌های دوازدهم و سیزدهم رخ می‌داد چه می‌کردم؟ در سال ۲۵۰۰ قبل از میلاد

که اهرام در حال ساخته شدن بود کجا بودم؟ زمانی که دایناسورها بر روی زمین پرسه می زدند و یک میلیون سال قبل از پیدایش انسان من چه بودم یا کجا بودم؟ تعمق در سؤالاتی با این ماهیت باعث شد در زمینه علمی که توضیح می داد چگونه همه چیز در قالب شکل پدیدار شد مطالعات بیش تری انجام دهم. این آموخته های من در این زمینه است، ولی در عین حال به هیچ وجه ادعای خبره بودن در آن را ندارم.

به نظر من این واقعیت در فیزیک کوانتوم مسلم است: که در ریزترین سطوح زیراتمی، ذرات خودبخود از ذره ای دیگر خلق نمی شوند. این یعنی ماده از چیزی بی شکل به وجود می آید. دانشمندان این «بی شکلی» را که ماده از آن سرچشمه می گیرد «انرژی» می نامند. این انرژی غیرمادی، ذره ای را که بعدها تبدیل به من امروزی شد به وجود آورد. به نظر من این نوعی «دگرگونی از انرژی به شکل است» و در حال مطالعه این کتاب از شما می خواهم دگرگونی هایی را که در زندگیتان ایجاد شده تا به آنچه هستید تبدیل شوید و در جایی که در حال حاضر هستید قرار بگیرید، در نظر بگیرید.

من به ذره بسیار ریز پروتوپلاسمی فکر می کنم که اولین ذره من را به عنوان انسان و بخشی از آینده تشکیل داد، ذره ای که تبدیل به جنین و بعد تبدیل به نوزاد، طفلی نوپا، یک پسر بچه، یک نوجوان، مردی جوان، بزرگسالی پخته، مردی میانسال و سرانجام فردی شد که در حدود هفتاد سال زندگی کرده است. همه این تحولات به شکل ذاتی در آن انرژی اولیه ای که آن ذره میکروسکوپی را تحقق بخشید و به من تبدیل شد نهفته بود.

پی بردن به کنه این مطلب که چطور جنین رخداد معجزه آسایی می تواند در تشکل من به عنوان موجودی جسمانی دست داشته باشد از توانایی من خارج است. ولی به این موضوع معتقدم که توانایی من در این رخداد

نقشی نداشته و تنها کاری که من در این میان انجام داده‌ام این بوده که شاهد رشد خود باشم. من واقعاً و مطلقاً قادر به انجام دادن هیچ کاری در این زمینه نیستم. ظاهراً درست‌تر این است که فکر کنم این انرژی خالق محض که ظاهراً هیچ کاری انجام نمی‌دهد و در عین حال هیچ کاری را انجام نداده رها نمی‌کند به من زندگی بخشیده است. پس آن نقطه میکروسکوپی که اولین تجربه مرا به عنوان یک ذره تشکیل می‌داد از کجا آمده بود؟

به خاطر داشته باشید که فیزیک کوانتوم موکداً به ما می‌گوید که ذرات از ذرات به وجود نمی‌آیند. اگر آن ذره اولیه را به حالت زیراتمی آن ساده کنیم، کوچک‌تر از کروموزوم، اتم و الکترون‌های داخل اتم و حتی ذرات زیر-زیراتمی خواهد بود که کوآرک نام دارد. دانشمندان یک کوآرک به اندازه اولین ذره تشکیل‌دهنده یک انسان را در یک شتاب‌دهنده ذرات با سرعت ۲۵۰ هزار مایل در ثانیه قرار دادند و کاری کردند که این کوآرک با کوآرک دیگری برخورد کند. نتیجه چه شد؟ هیچ چیز در آن‌جا باقی نماند. به نظر می‌رسد که در لحظه انتقال، هیچ چیز وجود ندارد. یا به قول جمله‌ای که آن را بسیار دوست دارم، «از هیچ به این‌جا و به حال» (from nowhere to now here) تنها چیزی که در «عالم وصل» وجود دارد انرژی خالص و بی‌شکل است، بدون هیچ ذره‌ای.

فیزیک مدرن تأکیدی است بر متافیزیک آفرینش که به ما می‌گوید خدا خالق همه چیز بوده و تنها خوبی در دنیا وجود داشته است. تائو ته چینگ هم می‌گوید همه موجودات از عدم به وجود آمده‌اند. به این ترتیب فیزیک و متافیزیک پاسخی مشابه به این سؤال که ما از کجا آمده‌ایم می‌دهند. هر دوی آن‌ها نتیجه می‌گیرند که سرمنشأ ما بی‌شکل، بی‌حد و مرز و ازلی بوده و ماده نبوده است. در واقع همه ما موجوداتی روحانی هستیم که موقتاً

انسان بودن را تجربه می‌کنیم. جوهره ما این است. ما از این جا آمده‌ایم.

ما همان هستیم که از آن آمده‌ایم

در فیلم دگرگونی، با شخصیت‌های متعددی در باره این مفهوم کلیدی بحث کرده‌ام: «همه چیز در دنیای مادی، از جمله تک‌تک ما، باید شبیه همان باشد که از آن آمده است.» در فیلم به برشی از یک کیک سیب در یک ظرف اشاره کرده‌ام و پرسیده‌ام: «آن برش کیک شبیه چیست؟» پاسخ مسلم این سؤال این است که شبیه به خود کیک سیب، چون باید شبیه چیزی باشد که از آن آمده است. در مورد خونی که برای یک آزمایش تشخیصی گرفته می‌شود هم همین‌طور است. سرنگ کوچک حاوی خون اطلاعاتی را در باره کل ذخیره خون شخصی که از خون او گرفته شده در اختیار پزشک قرار می‌دهد. چرا؟ چون این نمونه باید شبیه به کلی باشد که از آن آمده است.

این منطقی را در مورد شما و خودم هم تعمیم می‌دهم. از آن جا که سرمنشأ من والدینم نبوده‌اند، این نتیجه‌گیری منطقی نیست که بگویم باید شبیه به آن‌ها باشم. از آن جا که سرمنشأ من فرهنگ من، مذهب من، یا هر چیز دیگری در این دنیا نبوده است، الزاماً نباید نتیجه بگیرم که باید شبیه به دنیای اطراف یا اجتماعم باشم. ولی از آن جا که سرمنشأ وجود من منبعی از انرژی بوده که بعضی آن را خدا، بعضی تائو یا ذهن الهی می‌نامند، باید شبیه به آن باشم. نتیجه‌گیری من در باره سرمنشأ وجودی‌ام این است که من از روح منشأ گرفته‌ام و جوهره واقعی‌ام همان چیزی است که از آن آمده‌ام. من پاره‌ای الهی از خدا هستم. من در درجه اول و همواره موجودیتی الهی هستم که به نحوی تفکیک‌ناپذیر با سرمنشأ وجودم متصل هستم.

رابرت پرنز این نکته را در قالب شعری به نام «روز سال نو» در سال ۱۷۹۱ بیان کرده است:

طبیعت با صدای بلند فریاد می زند،
و آسمان پیام‌های بی شمار می فرستد،
که چیزی در ما هرگز نمی میرد.^۲

بی شکلی فناناپذیر است. بُعد بی شکلی همه موجودات در ابدیت ریشه دارد و آغاز و پایانی ندارد. واقعیت این است که جوهره ما ابدی است، و این تنها جسم است که با چرخه مرگ و تولد می آید و می رود. آنچه ما مرگ و زندگی می خوانیم در واقع مانند دو روی یک سکه یا روز و شب، تفکیک ناپذیرند. «من» در سؤال «من از کجا آمده‌ام؟» در واقع تنها جسم را خطاب قرار می دهد. ولی آن بُعد جسمانی از عدم منشأ می گیرد.

ما دقیقاً شبیه به خدا یا تائو هستیم و در انتخاب آزادیم. برخی از انتخاب‌های ما رشته اتصالمان را با منشأ آلوده و زنگارگرفته می سازد. یکی از انتخاب‌های بی روح و ملال آور این است که معتقد باشیم تجلی خداوند از طریق خود جسمانی ما به جای این که فرصتی برای انتخاب چگونگی ابراز این موهبت باشد، نقطه پایانی یا نهایی است. به این ترتیب است که از خدا فاصله می گیریم و زندگیمان تحت کنترل ایگو درمی آید. بزرگ‌ترین درس این سفر عارفانه این است که درک کنیم خود اصلی ما روحانی و ابدی و از این رو بی آغاز و بی پایان است.

خود جسمانی ما تجلی جوهره روحانی ما در قالب انرژی است؛ خود واقعی ما ناظری است که عاشقانه شاهد تجارب حسی ماست. برای ایجاد هماهنگی کامل با آن خود واقعی باید خود را وقف ابراز انرژی آن کنیم و در مورد انتخاب مقدسی که باید انجام دهیم کاملاً آگاهانه عمل کنیم. این کار از نظر برخی یعنی هر چه بیش‌تر خداگونه شدن در حین

اسکان موقت در قالب جسم؛ و از نظر برخی دیگر یعنی خلق تجلی‌های خداگونه‌ای از زیبایی، هدف و خرد در قالب شکل.

سفر انسان در قالب جسم، پرانتز ناچیزی در ابدیت خود واقعی ماست. هنگامی که این پرانتز بسته می‌شود دوباره به طور کامل و بدون خود مادی در جوهره روحانی خود غرق می‌شویم. ما در حال سفر رفت و برگشتی هستیم که لائوتسه در چهلمین خط از اشعار معروف تائو ته چینگ به آن اشاره کرده است: «بازگشت، حرکت تائوست.» من در فیلم دگرگونی از شعر تی. اس. ایوت با عنوان «خوش‌گذرانی کوچک» هم نقل قول کرده‌ام:

از جستجو بازمی‌ایستیم
و پایان همه جستجوهایمان
رسیدن به همان جایی که از آن آغاز کرده بودیم
و شناختن آن از ابتداست.^۳

ولی قبل از رهایی از جسم و تکمیل این سفر بازگشت، می‌توانیم با تلاش برای شبیه شدن به آنچه آن را به عنوان سرمنشأ وجودمان می‌شناسیم شناخت ماهیت ذاتیمان را آغاز کنیم.

یکی از راه‌های درک این مفهوم این است که مجسم کنیم از درون یک دورین نمایاب در حال تماشای تصویر واضحی از سرمنشأ خلقت هستیم. از طریق این لنزها می‌بینیم چطور فکر می‌کند، احساس می‌کند و رفتار می‌کند. چنین چشم‌اندازی از خالقمان نگرش واضح‌تری نسبت به خود واقعیمان را در اختیار ما قرار می‌دهد.

درک پاسخ سؤال «از کجا آمده‌ام؟» بیش از هر چیز دیگری مستلزم تلاش برای زندگی هماهنگ با ماهیت اصلیمان است. ما باید هر چه بیش‌تر به ماهیت روحانی اصلیمان نزدیک شویم. با پی بردن به تجلی

خودآگاهی الهی در قالب جسمانیمان، می‌توانیم تصمیم بگیریم که چطور آن روح الهی را ابراز کنیم.

روح از کجا آمده است

به‌رغم این موضوع که وجود ما از جوهره‌ای روحانی سرچشمه گرفته است، ظاهراً دنیای فیزیکی ما اغلب اوقات فاقد معنویت است. هنری وادزورت لانگ‌فلو این معضل را در شعری با عنوان «سرود زندگی» بیان کرده است:

زندگی واقعی است! زندگی صادقانه است!

و هدف آن گور نیست؛

و در این جمله که از خاکیم و به خاک بازخواهیم گشت،

صحبتی از روح نیست.^۴

شاعر از زندگی شما و من به عنوان چیزی فراتر از جسمانیت که آن را خاک نامیده صحبت می‌کند. همه ما چیزی غیر از آنچه از طریق حواسمان دریافت می‌کنیم هستیم. چیزی به نام گور برای جوهره واقعی ما - روح ما - وجود ندارد، ولی ما آن روح را نادیده می‌گیریم و اتصال خود را با آن از دست می‌دهیم. در واقع چون در طول مقاطع مختلف زندگی تصمیم می‌گیریم زندگیمان را به دست خود جسمانیمان بسپاریم، چنین وضعیتی برای همه ما متداول و رایج است.

یکی دیگر از شعرای مورد علاقه من رابیندرانات تاگور است که در جمله‌ای مختصر، طرز فکرش را در مورد مهم‌ترین درس معنوی زندگی ما بیان کرده است:

خداوند دوست دارد در من

خودش را ببیند که خدمتگزار همه است،

نه خدمتگزارش را.^۵

سؤالات مهمی که باید از خود بپرسیم این است که: «آیا در حال حاضر به خدا نزدیکم؟ آیا در حال نزدیک شدن هستیم؟ آیا نزدیک شده‌ام؟»

اگر جوهره واقعی ما روح است، و باور داریم که این همان چیزی است که از آن آمده‌ایم، به نظر من اتصال مجدد با این بخش اصیل از خودمان کار ساده‌ای است. یکی از راه‌ها این است که افکار و اعمالمان را طوری دگرگون کنیم که فکر می‌کنیم انرژی خالق ما زمانی که می‌خواهد انرژی را در قالب شکل در آورد به آن طریق فکر و عمل می‌کند. باید بیش‌تر شبیه جوهر روحانی خود باشیم. از آن‌جا که این همان سرمنشأ وجودی ماست، پس به‌رغم این‌که در طول سال‌ها آن را نادیده گرفته‌ایم، مقصد ما ذات الهی ماست. خدا یا تائوی بزرگ، که همه ما بخشی از آن هستیم، صبورانه در انتظار است تا ما همان‌گونه شویم که او هست. در واقع به عقیده من روحی که ما را خلق کرده اگر خواسته‌ای برای ما داشت، تحقق این امر بود.

مثالی الهام‌بخش از این نکته را می‌توان در ذهن خاموش: گفته‌های عقباب سفید یافت:

سهم فردی شما در تحقق نقشه بزرگ تکامل انسان این است که پیوسته به تعمق در باره عشق خداوند پردازید؛ همیشه در مسیر نور حرکت کنید و خود را تعلیم دهید تا به خوبی خداوند که از طریق دیگران خود را به شما نشان می‌دهد پی ببرید.

به نظر من اگر قرار بود خداوند با ما صحبت کند تنها پیام او این بود که یکدیگر را دوست بداریم و به جای دشمنی با زندگی، آن را تکریم کنیم.

سفری که بر عهده گرفته‌ایم و ما را به سوی لحظه و قالبی که در آن هستیم

هدایت کرده، جایی یا چیزی را که «از...» آن آمده‌ایم دربرمی‌گیرد. ما از چیزی، جایی و به طریقی به این دنیا آمده‌ایم؛ و این موضوع از نظر ذهن انسانی کوچک ما که همواره به روش علت و معلولی می‌اندیشد نوعی معماست. همه چیز باید از نظر ذهن انسانی کوچک من منطقی و قابل فهم باشد. از این رو دو سفر متمایز را در باره جوهره روح توضیح خواهیم داد. اولین سفر تبدیل روح محض به شکل است، و دومی سفر از ذره زیراتمی به سوی تولد است.

۱. از روح محض به شکل (از عدم به وجود)

برای نوشتن در باره عدم به عنوان نقطه آغاز، باید با استفاده از قوه تخیل حدس بزنم که عالم روحانی عدم چگونه باید باشد. برای این کار باید شعوری الهی را مجسم کنم که کارش به وجود آوردن شکل از «هیچ» است. تجسم مخلوق بدون وجود خالق مثل تجسم ساعت بدون وجود ساعت ساز است. هر روز با مشاهده عالم خلقت در شکوفه‌ها تعمق می‌کنم که از بذر به وجود می‌آیند، در میوه که از شکوفه خلق می‌شود و در نهال‌های کوچکی که به درختان تنومند بلوط تبدیل می‌شوند. به رغم شگفتی و فقدان قدرت درک کامل، کنجکاویم در باره عالم روح محض دائماً در اطراف مسئله «قبل» و «بعد» یا سؤالاتی مثل «از کجا آمده‌ایم» و «به کجا خواهیم رفت» دور می‌زنم. موضوع «عدم» موضوعی بسیار متناقض نما برای اندیشیدن است، چون قلباً می‌دانم که بدون شک وجود دارد، و با این حال تنها از دیدگاه «وجود» می‌توانم در این باره فکر کنم. قبلاً در این باره توضیح داده‌ام که چه محدودیت‌هایی در زمینه درک مسئله «از کجا...» وجود دارد. با در نظر گرفتن این محدودیت‌ها می‌خواهم در باره نگرش من نسبت به مسئله «سرمنشأ وجود» با شما صحبت کنم.

من به این نتیجه رسیده‌ام که همه چیز از انرژی تشکیل شده است که در فرکانس‌های مختلفی ارتعاش دارد. هر چه این ارتعاش سریع‌تر باشد، آن مخلوق به جوهره روحانی خود و درک این مسئله که ما از کجا آمده‌ایم نزدیک‌تر است. خودکاری که من در هنگام نوشتن این کلمات در دست دارم ظاهراً جامد است، ولی اگر با یک میکروسکوپ قوی نگاهی به آن بیندازیم متوجه می‌شویم که در واقع از میدانی از ذرات در حال حرکت تشکیل شده که فضای بین آن‌ها عمدتاً خالی است. آرایش ارتعاشی انرژی خودکار من آن‌قدر کند است که خودکار در چشم من که فقط قادر به دریافت اشیائی با فرکانس‌های خاص است، جامد به نظر می‌رسد.

در حالی که می‌نویسم صدای مرغ مینا را می‌شنوم و با محدودیتی که در دریافت قوانین فیزیک دارم می‌دانم که سرعت انرژی صدا بیش‌تر از سرعت انرژی تشکیل‌دهنده خودکار من است. سرعت ذرات ریز انرژی نور که آن‌قدر سریع حرکت می‌کند که بسته به تنظیم کانون چشم من در دریافت علائم انرژی، سبز، آبی یا زرد به نظر می‌رسد و از پنجره به داخل اتاق جریان پیدا کرده از سرعت صدا هم بیش‌تر است. و آنچه از انرژی ارتعاشی فراتر از انرژی نور برخوردار است انرژی افکار است.

بله، فکر از سیستم انرژی تشکیل شده است. بالاترین فرکانس‌های درجه‌بندی‌شده افکار، که به وسیله متدهای ساده «حرکت‌شناسی» اندازه‌گیری می‌شوند، نشان می‌دهند که ارتعاشات سریع‌تر به نهایت ارتعاش انرژی یا بُعد خود روح نزدیکند. افکاری که دارای بالاترین ارتعاشات هستند، در راستای منبع انرژی تائو یا خدا قرار دارند. این ارتعاشات سریع زمانی که به شکل فکر عمل می‌کنند نیرو خلق می‌کنند، ولی افکار دارای ارتعاشات کندتر واکنش ضعیف‌تری در مقابل آزمایش‌های حرکت‌شناسی نشان می‌دهند.

نحوه این آزمایش به این صورت است که وقتی ما انرژی روانی خود را بر فکری متمرکز می‌کنیم که با سرمنشأ آفرینش در اتحاد است، و بازوی خود را به عنوان آزمایش قدرت به موازات شانه بلند می‌کنیم، پایین آوردن آن برای فرد دیگر کاری دشوار است. ولی وقتی انرژی روانی خود را بر افکاری با فرکانس‌های آهسته‌تر متمرکز می‌کنیم، فرد دیگر به راحتی می‌تواند بازوی ما را به سمت پایین بکشد. در علم حرکت‌شناسی هر احساس منفی باعث ضعیف‌تر شدن جسم می‌شود. این مطالعات نمونه‌های گویایی از دنیای «عدم»، و همچنین فرصت‌هایی هستند برای یافتن فرکانس‌هایی که با ارتعاشات انرژی سرمنشأ آفرینش هماهنگی بیش‌تری دارند.

عرضه‌ای که همه چیز از آن سرچشمه می‌گیرد و همه چیز به آن بازمی‌گردد فضای خاصی دارد. بر اساس تحقیقات و مطالعات برخی از مقدس‌ترین افرادی که از این کرهٔ خاکی گذر کرده‌اند، خلقت عملی خشونت‌بار نیست بلکه عملی لذتبخش و شادی‌آفرین است. اعمال تائوی بزرگ که ظاهراً هیچ کاری انجام نمی‌دهد و در عین حال هیچ کاری را انجام‌نداده رها نمی‌کند، با هیچ‌گونه ترس، شرم، سرزنش، خشم، تحقیر، اضطراب یا تنفیری همراه نیست.

به یاد داشته باشید جسم ما آفرینش خدا بوده است پس کاملاً منطقی به نظر می‌رسد که اگر جسم ما یعنی خلقت خداوند، با افکار منفی پر شود ضعیف هم بشود. تنها گفتن یک دروغ کافی است تا بازوی انسانی قدرتمند را ضعیف کند و اظهار حقیقت همیشه باعث ایجاد واکنش‌های فیزیکی نیرومند می‌شود چون حقیقت از آن خداست.

خالق یا مخلوق چطور می‌توانند از دیدگاهی دروغین خلق کنند؟ تحقیقات متعددی بر اساس علم حرکت‌شناسی اثبات کرده‌اند که «عدم»،

یعنی جایی که ما از آن آمده‌ایم، در زمان بیان حقیقت، با نیرومندترین انرژی متحد می‌شود.

بالاترین و سریع‌ترین ارتعاش فکری که همیشه به ما نیرو می‌بخشد انرژی عشق است. نتیجه‌ای که من از این مسائل می‌گیرم این است که «عدم» و «عشق» با هم مترادف هستند. در عرفان و تقریباً در همه مذاهب آمده است که خداوند متعال عشق است و عشق تنها حقیقت محض است.

در نظر من کل کائنات از عشق تشکیل شده است؛ و هر یک از ما مظهري از آن عشق یگانه هستیم. خلاصه این‌که: خدا یعنی عشق. رالف والدو امرسون به نحوی بسیار زیبا عشق را مترادفی برای خداوند توصیف کرده است. چه مفهوم باورنکردنی و خارق‌العاده‌ای: وجود عدم به عنوان موهبت و سعادت غیرقابل وصف، موهبت و سعادت که برای رخ دادن عمل آفرینش لازم است.

در باره این موضوع فکر کنید: ما از عشق به وجود آمده‌ایم؛ از این رو باید به نوعی خود عشق باشیم، چون باید شبیه چیزی باشیم که از آن آمده‌ایم. عیسی این موضوع را به این صورت بیان می‌کند: «کسی که عشق را نمی‌شناسد خدا را نمی‌شناسد، چون خدا یعنی عشق.» کاملاً ساده و بسیار صریح. عدم یعنی عشق. و از آن‌جا که ما از عدم به وجود آمده‌ایم، باید عشق باشیم.

ولی هر یک از ما به طریقی از ماهیت اصلی خود دور می‌شویم. هر فکری که با عشق همراه نباشد ما را از سرچشمه وجودمان دور می‌کند. هر پیش‌داوری، خشم، شرم، ترس، اضطراب، و خشونت، حرکتی است به سوی دوست نداشتن و نشناختن خداوند. حتی فکر ضدعشق، حرکتی است که ما را از ماهیت ذاتیمان دور می‌سازد.

بودن در آن حالت عشق محض و انتظار کشیدن برای به وجود آمدن، چگونه بوده؟ در آن حالت چه می‌کردیم؟ به محض شکل گرفتن، تعمق در این سؤالات غیرممکن می‌شود. با این حال تصور من از احساسی که در حالت «عدم» و قبل از سفر به دنیای شکل و حد و مرزها می‌توان داشت این است:

هیچ. موضوعی که بدون شک می‌توانیم بر سر آن توافق داشته باشیم این است که چیزی نداشتیم. صاحب هیچ چیز نبودیم، هیچ کاری برای انجام دادن نداشتیم، چیزی برای جنگیدن نداشتیم، چیزی نداشتیم که نگران آن باشیم، و در اصطلاح فیزیک هیچ بودیم. تصور مفهوم هیچ بودن واقعاً دشوار است. به دنیایی آمده‌ایم که چیزی جایگزین هیچ شده است؛ جایی که شکل جای بی‌شکلی را گرفته است. در دنیای مادی ما، چیزی نداشتن و کاری انجام ندادن عموماً به عنوان نشانه‌های شکست تعبیر می‌شود. در حالی که جوهره واقعی ما با «هیچ» در راحت‌ترین حالت خود قرار دارد.

به نظر من مؤثرترین راه برای شناختن و تجربه کردن جایی که از آن آمده‌ایم این است که وابستگی نداشتن، چیزی نداشتن و هیچ فکری در سر نداشتن را تجربه کنیم تا بتوانیم با «هیچ» اتصال مجدد برقرار کنیم. برای این کار می‌توانیم به جای انجام دادن و اندوختن، فقط «باشیم». می‌گویند هرمان ملویل گفته است «تنها و یگانه صدای خدا سکوت است» و این دعوتی است برای تجربه کردن دنیای «هیچ» که از آن سرچشمه گرفته‌ایم. کل مخلوقات هم مانند همه صداها از فضایی خاموش پدیدار شده‌اند. ذره نورا از «هیچ» پدیدار می‌شود، و فکر از جایی پدیدار می‌شود که فکری در آن نیست. یک ضرب‌المثل ذن می‌گوید که

این سکوتِ بین‌ت‌هاست که موسیقی را می‌سازد. اگر هیچ سکوتی بین صداها وقفه ایجاد نکند، موسیقی نمی‌تواند وجود داشته باشد، و تنها طنینی طولانی و یکنواخت خواهد بود. که البته خود این طنین طولانی هم از فضای تهی سرچشمه می‌گیرد.

هیچ مانند صفر در ریاضی است: قابل تقسیم نیست، ارزش تجربی ندارد و اگر چیزی را در آن ضرب کنیم حاصل هیچ خواهد بود. با این حال بدون صفرِ غیرقابل تقسیم، ریاضیات ناممکن خواهد بود. پیش از آن‌که به این دنیای مادی قدم بگذاریم، جوهره‌ ما هیچ بوده است. هیچ چیز دست و پاگیری نداشتیم: نه قانون، نه وظیفه، نه پول، نه والدین، نه گرسنگی، نه ترس... مطلقاً هیچ چیز.

وقتی قطعاتی را در بارهٔ ۸۱ شعر «تائوته چینگ» برای کتابم با عنوان افکارتان را تغییر دهید - زندگیتان را تغییر دهید یادداشت می‌کردم، برایم جالب بود که چقدر لائوتسه بر این مسئله تأکید کرده که اگر می‌خواهیم تائوی بزرگ (خدا) را بشناسیم باید از همه چیز صرف‌نظر کنیم، وابستگی‌ها را رها کنیم، کارهای کم‌تری انجام دهیم، و برای شناختن خدا سعی کنیم بیش‌تر از آن‌که ذهنمان را پر کنیم آن را خالی کنیم. تقریباً همهٔ استادان معنوی معتقدند که باید خدا را در خلأ پیدا کرد و صدای او را در سکوت شنید. پس یکی از پاسخ‌هایی که به سؤال «از کجا آمده‌ایم؟» می‌توان داد این است که «از هیچ جا و هیچ چیز».

ما باید سعی کنیم در عین زندگی در قالب جسم، راهمان را به سوی آن نیستی آرام پیدا کنیم. می‌توانیم جیب و کیفمان را خالی کنیم، ولی مهم‌تر از آن خالی کردن ذهن و لذت بردن از زندگی در قالب جسمانی و به‌طور هم‌زمان تجربهٔ آرامش نیستی است. مذهب ما و بدون تردید مقصد نهایی ما همین است. آلبرت اینشتین گفته است که همه چیز تهی

است، و شکل تهی فشرده شده است. و به قول استاد من نیسارگاداتا ماهاراج:

آزادی واقعی یعنی: بدانی که هیچی. زمانی که همه دانسته‌هایت، از جمله خودت را فراموش کردی آن‌گاه است که آزاد شده‌ای.^۶

یگانگی. اتحاد کامل با هیچ یعنی یگانگی. چطور این امکان وجود دارد که در کانون معنویمان، در عین حال که هیچ هستیم با چیزی به نام یگانگی هم متصل باشیم؟ همه چیز در این عالم مادی به نحوی با همه چیز مرتبط است، چون همه چیز از فضای خالی هیچ سرچشمه گرفته است. تعداد زیادی از این فضاهاى خالی وجود ندارد تا بتوانیم از بینشان یکی را انتخاب کنیم - ما هم از همان فضای خالی آمده‌ایم که همه چیز و همه کس دیگر از آن آمده است. وقتی سعی می‌کنیم چیزی را تفکیک کنیم متوجه می‌شویم که آن هم بخشی از عالم است. این‌که خود را از چیزی که به نام ابدیت می‌شناسیم مجزا بدانیم به همان اندازه بی‌معناست که موج را از اقیانوس مجزا بدانیم.

درک کامل یگانگی دشوار است چون در دنیای مادیاتی غرق شده‌ایم که در آن همه چیز بیگانه و مجزا به نظر می‌رسد. در اولین خط از تائوته چینگ آمده است که تائویی که بتوان آن را به نام صدا کرد، تائوی ابدی و ازلی نیست. به بیان دیگر به محض نامیده شدن گم می‌شود چون دوگانگی ایجاد می‌شود. یگانگی فقط یعنی: یکی. همان‌طور که قبلاً هم گفتم، درست مثل صفر در ریاضیات قابل تقسیم یا انشعاب نیست. درست در لحظه‌ای که آن را می‌نامیم یا بر آن برچسب می‌زنیم، به چیز دیگری مجزا از آن تبدیل می‌شود، و در نتیجه آن یگانگی از بین می‌رود. لائوتسه چندین بار تکرار می‌کند که وقتی آن را به نام می‌خوانیم، گمش می‌کنیم. یگانگی را به هیچ نامی نمی‌توان خواند؛ فقط یکی است. به