

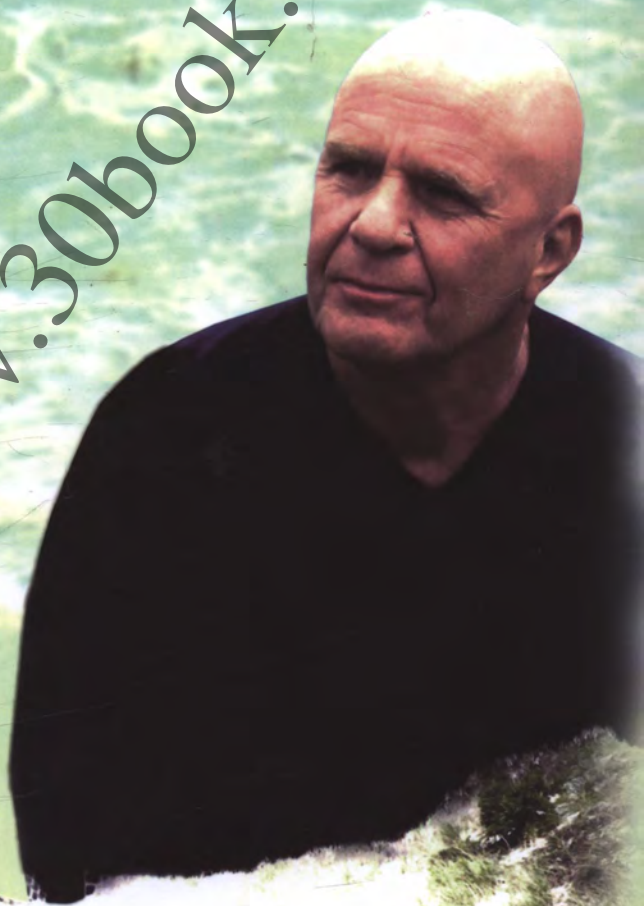
انتشارات نسل نو انڈیش

رہسپاری

WWW.30BOOK.COM

وین دایر

سیما فرجی



به تازگی فرصتی نصیبم شد تا برنامه‌ای مستند و انگیزه‌بخش را، به نام **آهسته بشتابید: سفر سر لورنس و ندرپست**، مشاهده کنم. سر لورنس مدنی طولانی را با مردم قبیله‌ای در صحرای کالاهاری در افریقا سپری می‌کرد تا داستان‌هایی را از زندگی این افراد گردآوری کند. به نظر من، بینش‌های فوق‌العاده‌ی او در این چند پاراگراف خلاصه می‌شود. او اشتیاقی بنیادین را مطرح می‌کند که همه‌ی انسان‌ها به معنای واقعی آن را در وجودشان احساس می‌کنند:

یکی از افراد قبیله‌ی افریقایی در صحرای کالاهاری درباره‌ی دو گروه از انسان‌ها صحبت می‌کند که عطش و اشتیاقی شدید دارند. یک گروه از آن‌ها گستره‌ی دیدشان بسیار وسیع و گروه دیگر گستره‌ی دیدشان کوچک و محدود است. گروه دوم فقط غذایی را برای سیرکردن شکمشان جست‌وجو می‌کنند؛ اما گروه اول، که مشتاق‌ترین انسان‌ها محسوب می‌شوند، اشتیاقی بی‌پایان را برای یافتن معنا و هدف زندگی احساس می‌کنند...

در پایان، فقط یک عامل وجود دارد که سبب می‌شود

انسان‌ها به شدت تندخو و عصبی شوند؛
و آن عامل هم این است که زندگی‌شان معنا و هدفی نداشته باشد.....

جست‌وجو کردن شادی، به‌راستی، اشتباه نیست.....
اما برای بهره‌مند بودن روحمان از آسایش و آرامشی بیشتر.....
عاملی فراتر از شادبودن یا نبودن وجود دارد
و آن هم بهره‌مندبودن از معنا و هدف است.
به این دلیل که بهره‌مندبودن از معنا و هدف بر همه‌ی امور زندگی بشر
تأثیر می‌گذارد.....
پس، در آن هنگام که کاری را انجام می‌دهید و با انجام‌دادن آن هدفی را
دنبال می‌کنید، مهم نیست که شاد هستید یا غمگین.
در این وضعیت، شما راضی و خشنود هستید. در حیطه‌ی معنویت، هرگز
تنها رها نمی‌شوید. شما بی‌تردید به این حیطه تعلق دارید.

برگزیده از فیلم آهسته بشتابید اثر سر لورنس وندریپست
به کارگردانی میکی لمل

همان‌گونه که به شیوایی در این بخش مطرح می‌شود: "گروه اول، که
مشتاق‌ترین انسان‌ها محسوب می‌شوند، اشتیاقی بی‌پایان را برای یافتن
معنا و هدف زندگی احساس می‌کنند." رهسپاری، در حقیقت، هم در
این کتاب و هم در فیلمی به همین نام، فراخوانی برای پی‌بردن به
فرآیند حرکت کردن از یک زندگی بی‌معنا و بی‌هدف و رهسپار شدن
به سوی یک زندگی سرشار از معنا و هدف است.

در طی سال‌های بسیار، سعی کرده‌ام هم به خودم و هم به دیگران کمک کنم تا بهترین و بیشترین توانایی‌ها و استعداد‌های خودمان را به کار ببریم. اکنون، هفتاد ساله هستم یا، به عبارتی، حدود هفتاد بار به دور خورشید سفر کرده‌ام و به روشنی به این نکته پی برده‌ام که همه‌ی ما می‌خواهیم زندگی‌مان سرشار از معنا و هدف باشد. در این کتاب، در حد توانم نکته‌هایی را توضیح می‌دهم که به نظر می‌رسد برای دستیابی به سطحی از آگاهی روشن‌گرانه باید به آن‌ها توجه داشته باشید. دستیابی به این سطح از آگاهی به شما کمک می‌کند به سوی یک زندگی سرشار از معنا و هدف پیشروی کنید.

وقتی فیلمی را برای نخستین بار آماده و منتشر کردم که این کتاب بر مبنای آن نگاشته شده است؛ نام آن را از **جاه‌طلبی به معنا** گذاشته بودم. به این ترتیب، بسیاری از افراد به روشنی متوجه نمی‌شدند که این واژه‌ها چه معنایی را دربردارند و این فیلم درباره‌ی چه موضوعی است. به نظر می‌رسید که نام این فیلم تا حدودی تماشاگران را از مسیر و هدف اصلی دور می‌کرد. شاید هم چنین نامی نشان می‌داد که من فیلمی مستند را ساخته‌ام یا فقط یکی از سخنرانی‌هایم را به صورت فیلم ضبط کرده‌ام.

در طی مراسم گشایش توری ویژه در سطح کشوری؛ وقتی فیلم برای مخاطبانی برگزیده معرفی می‌شد؛ نظرم را درباره‌ی نامناسب بودن نام فیلم برای کارگردان و تهیه‌کننده بیان کردم. به

آن‌ها چنین گفتم: "من این فیلم را بسیار دوست دارم؛ اما، اگر قرار باشد بار دیگر آن را بسازم، نامی متفاوت را برای آن برمی‌گزینم. در این صورت، آن را **رهسپاری** می‌نامم زیرا در تمام فیلم به این دگرگونی اشاره می‌شود. همچنین، هرگاه انسانی از جاه‌طلبی به معنا می‌رسد، چنین تحولی در وجودش اتفاق می‌افتد." با وجود اشتیاق فراوان من و اعتبار کارگردان و تهیه‌کننده‌ی فیلم، در طی یک هفته، نامی جدید برای این فیلم انتخاب شد. با این حال، اندیشه‌ی حرکت کردن از **حیطه‌ای** من محور به سوی **حیطه‌ای** سرشار از معنا و هدف به کلی از بین نرفت.

وقتی به این موضوع اندیشیدم که چگونه این پیام بنیادین را در کتابی مطرح کنم؛ انجام دادن مراقبه‌ای ژرف به من کمک کرد تا پی ببرم که می‌توانم این مفاهیم را به‌منزله‌ی ساختار کلی کتابم در نظر بگیرم. کتابی که اکنون در دستانتان قرار دارد، در حقیقت، همان کتاب است.

همه‌ی ما انسان‌ها در طی این سفر باشکوه بشری باید تغییرها یا دگرگونی‌هایی را پشت سر بگذاریم و حرکت‌هایی را انجام دهیم. خوشبختانه، ما می‌توانیم از دو تغییر کلی و نخستین **دنیوی** فراتر رویم و به سوی مسیری برای به‌وجود آوردن دگرگونی‌هایی در آگاهی‌مان رهسپار شویم که به یک زندگی سرشار از معنا و هدف منجر می‌شود. اکنون، تصور می‌کنید که منظور من چیست؟

نخستین تغییری که همه‌ی ما آن را پشت‌سر می‌گذاریم، در حقیقت، ما را از نیستی به هستی می‌رساند؛ سبب می‌شود روحمان دارای ساختاری جسمانی شود و ما را از حیطه‌ای نامریی به دنیایی مادی می‌آورد که سرشار از اشیاء، محدودیت‌ها و کالاهای دنیوی است. بنابراین، سرفصل نخستین فصل از این کتاب چنین است: "از....." من با فروتنی و البته به‌شيوه‌ای ناقص تلاش می‌کنم واژه‌ها و عبارت‌های کاربردی توضیح‌ناپذیری را توضیح دهم که فقط نمادهایی مادی از موضوعاتی توضیح‌ناپذیر در این سطح هستند. به‌هر حال، نگرش من درباره‌ی دنیای معنویت چنین است. همه‌ی ما از این حیطه نشأت گرفته‌ایم و دوباره به آن باز می‌گردیم.

دومین تغییری را که من به آن پرداخته‌ام رسیدن از حیطه‌ی معنویت به دنیای مادی و پرداختن به جاه‌طلبی‌ها و خواسته‌های من محور است. به این ترتیب، نام فصل دوم این کتاب را چنین برگزیدم: "حیطه‌ی من محور....." در حالت جاه‌طلبانه، ما ماهیت من محورمان را می‌پذیریم و چنین ماهیتی با ماهیت معنوی ما تضاد دارد. ماهیت من محور ما در این کتاب در حقیقت ماهیت اشتباه ما محسوب می‌شود.

در این سفر بشری، بی‌تردید، این دو تغییر و تحول اجباری را می‌پذیریم. بسیاری از ما انسان‌ها در حالی به پایان سفر زندگی‌مان می‌رسیم که فقط همین دو تغییر کلی را در زندگی‌مان پذیرفته‌ایم. بسیار تأسف‌بار است که ماندن در حیطه‌ی من محور، اغلب، پایان

داستان زندگی بسیاری از انسان‌ها خواهد بود. من هم در فیلمم و هم در این کتاب به این موضوع اشاره می‌کنم که دو تغییر بنیادین دیگر نیز در دسترس همه‌ی ما وجود دارد. وقتی این دو تغییر را نیز در زندگی مان به وجود آوریم؛ دیگر، همان‌گونه که سر لورنس اشاره می‌کند، پایان زندگی مان پوچی و بی‌هدفی نخواهد بود. همه‌ی ما می‌توانیم تصمیم بگیریم از دومین تغییر کلی نیز فراتر رویم و از حیطه‌ی جاه‌طلبی‌های من محور بگذریم.

نام فصل سوم چنین است: "به ...". این واژه در حقیقت رسیدن به حالتی را در ذهنمان نشان می‌دهد. در چنین حالتی تشخیص می‌دهیم که می‌توانیم تغییری بنیادین داشته باشیم؛ به‌گونه‌ای که ماهیت من محور و اشتباه‌مان را کنار بگذاریم و به‌سوی اصل وجودمان یا همان منبعی بازگردیم که آن را سرچشمه‌ی وجودمان می‌دانیم. این وضعیت جدید از سفر زندگی مان در حقیقت بازگشتن به‌سوی معنویت است. به این ترتیب، از مهنویگ دعوت می‌کنیم تا به‌جای حیطه‌ی من محورمان هرچه بیشتر در زندگی ما جریان داشته باشد. وقتی به‌سوی یک زندگی سرشار از معنا و هدف رهسپار می‌شویم که هر لحظه از سوی سرچشمه‌ی وجودمان تقویت می‌شود؛ می‌آموزیم که چگونه ماهیت من محورمان را مهار کنیم و بر آن تسلط یابیم.

تغییر توضیح داده‌شده در فصل چهارم نیز رسیدن به "معنا و هدف" است. وقتی ماهیت من محور و اشتباه‌مان را کنار می‌گذاریم

و، در حالی که هنوز در این دنیای مادی حضور داریم، سفر بازگشتمان را به سوی معنویت شروع می‌کنیم؛ بر مبنای مجموعه‌ای جدید از رهنمون‌ها زندگی خواهیم کرد. در این وضعیت، پی‌می‌بریم که بسیاری از قانون‌های دنیای مادی در رویارویی با معنا و هدف زندگی ما چندان کاربردی ندارند. چنین معنا و هدفی زمانی تقویت می‌شود که به سوی سرچشمه‌ی وجودمان باز می‌گردیم و خودمان را به او می‌سپاریم. در این وضعیت، معجزه‌هایی شگفتی‌آفرین در زندگی‌مان متجلی می‌شوند و رویدادهایی همزمان در زندگی‌مان اتفاق می‌افتند که از نظری بی‌نظیر سرچشمه می‌گیرند. در حقیقت، در این وضعیت، لحظه‌لحظه‌ی زندگی ما سرشار از معنا و هدف خواهد بود.

به تجربه دریافته‌ام که حیطه‌ی من‌محور، به‌راستی، هدف پایانی بسیاری از انسان‌ها محسوب می‌شود و این موضوع بسیار تأسف‌برانگیز است. با این حال، نشانه‌هایی وجود دارند که ما می‌توانیم به آن‌ها توجه کنیم. این نشانه‌ها پیام‌هایی را در این باره به ما می‌رسانند که دو تغییر بنیادین دیگر نیز وجود دارند و این دو تغییر بنیادین، به‌راستی، توهم ما را درباره‌ی آسایش و راحتی دنیوی و من‌محورانه از بین می‌برند. در تغییر بنیادین سوم می‌توانیم به سوی حیطه‌ی معنویت بازگردیم و در این مسیر حرکت کنیم. سپس، در تغییر بنیادین چهارم، با فداکردن خواسته‌ها و جاه‌طلبی‌های من‌محورانه برای دستیابی به ماهیت واقعی و

راستینمان، به یک زندگی سرشار از معنا و هدف می‌رسیم. وقتی به‌شیوه‌ای آگاهانه می‌پذیریم که سفری را از حیطة‌ی من‌محور به حیطة‌ای سرشار از معنا و هدف به‌ثمر برسانیم؛ می‌توانیم در مسیر کامل‌شدن فراخوان شگرف زندگی‌مان گام برداریم. به این ترتیب، می‌توانیم زندگی‌مان را در مسیری مثبت و سازنده دگرگون کنیم. همچنین، بسا‌ا‌ش افزوده‌ی کارمان نیز چنین است: می‌توانیم به‌شیوه‌ای مثبت و سازنده بر سیاره‌ای تأثیر بگذاریم که روی آن زندگی می‌کنیم.

محبت خالصانه‌ام را به‌سوی همه‌ی شما می‌فرستم

دکتر وین دلیو، دایر

مانوی، هاوایی

The Shift

DR. WAYNE W. DYER

در طی سال‌های بسیار، سعی کرده‌ام هم به خودم و هم به دیگران کمک کنم تا بهترین و بیشترین توانایی‌ها و استعدادهای خودمان را به کار ببریم. اکنون هفتاد ساله هستم یا، به عبارتی، حدود هفتاد بار به دور خورشید سفر کرده‌ام و به روشنی به این نکته پی برده‌ام که همگی ما می‌خواهیم زندگی‌مان سرشار از معنا و هدف باشد. در این کتاب، در حد توانم نکته‌هایی را توضیح می‌دهم که به نظر می‌رسد برای دستیابی به سطحی از آگاهی روشنگرانه باید به آن‌ها توجه داشته باشیم. دستیابی به این سطح از آگاهی به ما کمک می‌کند به سوی یک زندگی سرشار از معنا و هدف پیشروی کنیم.

دکتر وین دلیو. دایر

ISBN 964236297-X



9 789642 362974 >



قیمت: ۱۶۹۰۰ تومان

www.naslenowandish.com

Email: info@naslenowandish.com

Tel: (+98-21)88942247-9