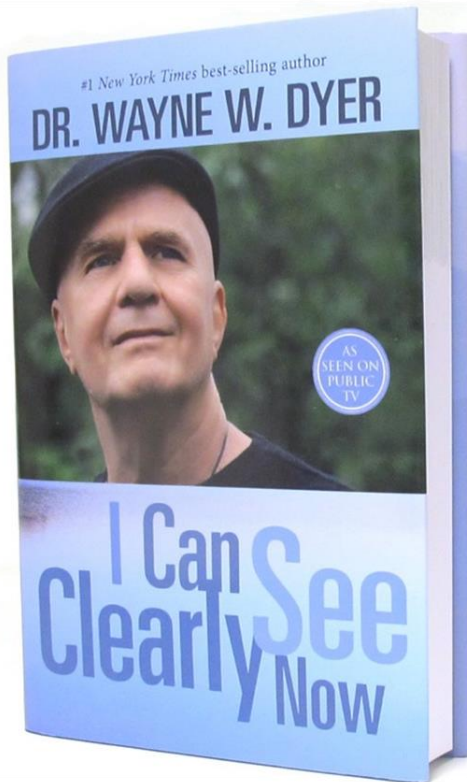


اختصاصی اولین شبکه رسمی انگیزشی و موفقیت کشور

Royal Mind



عنوان کتاب: اکنون می توانم به وضوح ببینم

نویسنده: دکتر وین دایر

ترجمه:

روزبه ملک زاده (مدیر مسئول رویال مایند)

مقدمه

پس از سال‌ها انتظار از طرف هواداران و خوانندگان کتاب‌های دکتر وین دایر برای نوشتن کتابی از خاطرات و زندگی‌نامه ایشان، در نهایت کتاب «اکنون می‌توانم به وضوح ببینم» به چاپ رسید. اما این کتاب به عنوان زندگی‌نامه، شیوه نگارشی متفاوتی دارد و همانند زندگی‌نامه‌های معمولی نیست. بلکه وین دایر در این کتاب، به شیوه‌ای استادانه لحظات سرنوشت‌ساز و نقاط عطف زندگی‌اش را در کنار هم قرار داده است و ارتباط آن‌ها را با یکدیگر پیدا کرده است و به وضوح نشان داده است هیچ اتفاق و رویدادی در زندگی، تصادفی و بی‌علت نیست. تمامی اتفاقات چه خوب و چه به ظاهر بد برای تکمیل سرنوشت ماست و بخشی از دارمای ما محسوب می‌شود.

در این کتاب، وین دایر تمام لحظات سرنوشت‌ساز خود را از ابتدای کودکی‌اش در دیترویت تا آخرین سال‌های عمرش به خوانندگان در میان گذاشته است و البته این کار را با مهارت زیادی که در نویسندگی دارد به انجام رسانده است. در فرآیند مطالعه این کتاب شما هم خواهید آموخت همانند وین دایر به اتفاقات زندگی خود رجوع کنید و ارتباط آن‌ها را با جایگاه کنونی خود بیابید.

کتاب «اکنون می‌توانم به وضوح ببینم» نگاهی بر زندگی دکتر وین دایر است و در عین حال چراغ راهی است برای کسانی که جویای حقیقت هستند. با مطالعه این کتاب متوجه حضور دستان خداوند در زندگی‌تان می‌شوید و از طرفی این کتاب شما را در فهم هدف و رسالت منحصر به فرد شما یاری می‌کند.



بخش اول

کریسمس سال ۱۹۴۱ است. درست چند هفته پس از بمباران بندر مروارید. آمریکا وارد جنگ شده است. دو تن از دایی هایم در ارتش خدمت می کنند. یکی در اروپا و دیگری در منطقه ای در اقیانوس آرام. پدرم خیلی وقت است که حضور ندارد. عیاشی و روابط زیادش با زن های دیگر، زیاده روی در مصرف الکل و انواع و اقسام جرم های دیگر، بارها او را به زندان انداخته است. به دلیل همین شرایط نامناسب، زندگی کردن با او برای مادرم غیرممکن بود و در عین حال، او هم به راحتی از مسئولیت های پدرانه اش شانه خالی کرد و دیگر هیچ وقت پیدایش نشد. مادرم مانده بود با سه کودک زیر پنج سال که باید آن ها را به هر نحوی بزرگ می کرد. او ما را به خانه مادر بزرگ می برد تا در طول روز بتواند به سرکار برود. در یکی از همین روزهای سرد زمستانی، من به همراه دو برادر بزرگ ترم و مادرم در ایستگاه اتوبوس منتظر بودیم تا اتوبوس خیابان جفرسون که در شرق دیترویت واقع بود از راه برسد. ما با ژاکت، کاپشن، کلاه، شال گردن و دستکش، خودمان را گرم نگه داشته بودیم. روی جاده با حجم زیادی از نمک پوشانده شده بود تا از نشستن برف جلوگیری شود و البته همین امر باعث شده بود نمک و آب و گل با هم قاطی شوند و حجم زیادی از شُل و گل ایجاد شود. یک کامیون از کنار ما گذشت و سر تا پایمان را با شُل و گل کثیف کرد. مادرم بسیار برافروخته شد. لباس هایی که برای محل کار پوشیده بود، پُر از شُل و گل شده بود. به خاطر

پدرم به وضوح زندگی‌اش از کنترل خارج شده بود و او تمام تلاش خود را می‌کرد که اوضاع را سامان دهد. رکود بی‌سابقه‌ای که در آن سال‌ها به دلیل جنگ به وجود آمده بود، شرایط را سخت‌تر کرده بود. به ندرت با درآمد حاصل از کار می‌توانست خرج زندگی را تأمین کند. به همین دلیل به کمک ناچیزی که از طرف خانواده‌اش به او می‌شد وابسته بود.

هر دو برادر بزرگ‌ترم بسیار پریشان بودند. برادر پنج‌ساله‌ام «جیم» تلاش می‌کرد تا مادرم را دلداری دهد و «دیوید» برادر سه‌ساله‌ام فقط گریه می‌کرد و من؟

من در آن لحظه احساس می‌کردم که ما در یک قصر برفی هستیم و می‌توانیم لحظات خوشی را داشته باشیم و اصلاً متوجه نبودم چرا دیگران در این حد عصبانی و سرخورده هستند. سپس به صورت ناگهانی این کلمات را بر زبان آوردم: «چیزی نیست مامان. اشکاتو پاک کن. ما می‌تونیم این‌جا بمونیم و برف بازی کنیم.» من کودکی بودم که به ندرت گریه می‌کردم. کودکی که سعی می‌کرد بدون توجه به شرایط، دیگران را خوشحال کند و احساس آن‌ها را خوب کند.

دوست داشتم شرایط را از غم و اندوه به خوشحالی تبدیل کنم. اصلاً متوجه نمی‌شدم که چرا دیگران تا این حد غمگین هستند. به صورت غریزی همواره نیمه‌پر لیوان را می‌دیدم و اصلاً به چیزهایی که باعث افسردگی دیگران بود توجه‌ای نداشتم.

مادرم همواره می‌گفت: «وین، تو مستقل‌ترین و کنجکاوترین پسری هستی که من و خانواده‌ام تا به حال دیده بودیم.» من به معنای واقعی از این که بر روی این کره خاکی بودم، خوشحال بودم. در دو سالگی از لحاظ قد و جثه، هم‌اندازه «دیوید» که سه سال سن داشت بودم. مدام تلاش می‌کردم تا او را بخندانم و احساس امنیت به او بدهم، زیرا به نظر می‌رسید بسیار ترسیده است و اغلب اوقات غمگین بود و کم پیش می‌آمد که بخندد. اما من دنیا را جایی بسیار هیجان‌انگیز یافته بودم و تصمیم داشتم تا می‌توانم حس کنجکاوی خود را ارضا کنم و از شگفتی‌های دنیا حیران باشم.

به مرور که بزرگ می‌شدم به نظر می‌رسید هیچ چیز نمی‌تواند من را برآشفته و افسرده کند. از همه می‌خواستم که خوشحال باشند. دوست داشتم تمام یأس‌ها و ناامیدی‌ها ناپدید شوند. مطمئن بودم مجبور نیستیم بیچاره و بدبخت باشیم، تنها به این دلیل که یک پدر لعنتی داشتیم. با تمام وجود می‌خواستم مادرم خوشحال و بانشاط باشد و افسردگی را کنار بگذارد. می‌خواستم برادر بزرگ‌ترم، «جیم»، نگرانی‌اش را در مورد دو برادر کوچک‌تر و مادرش کنار بگذارد. اصلاً نمی‌توانستم درک کنم چرا در این حد نگران، افسرده و دل‌مُرده هستند. چیزهای زیادی در زندگی وجود داشت که می‌توان با آن‌ها هیجان‌زده بود.

عاشق بیرون رفتن بودم. عاشق پروانه و گربه‌ای بودم که در حیاط خانه‌مان در حال رفت و آمد بودند. من به معنای واقعی در وضعیت و حالت قدردانی و شکرگزاری محض بودم.

همچنین ذهن بسیار قدرتمندی داشتم و هرگز اجازه نمی‌دادم کسی به من بگوید چه کاری را می‌توانم و چه کاری را نمی‌توانم انجام دهم. وقتی «نه» می‌شنیدم، لبخندی می‌زدم و به دنبال همان چیزی می‌رفتم که ندای درونم می‌گفت انجام دهم، بدون توجه به این که آدم بزرگ‌ها ممکن است در مورد من چه بگویند.

به نظر می‌رسید در دنیای خودم زندگی می‌کنم. دنیایی سرشار از شادی، هیجان و پتانسیل‌های نامحدودی که من می‌توانم آن‌ها را کشف کنم و متجلی سازم. اصلاً مهم نبود که یک نفر چقدر سعی می‌کند که مرا غمگین سازد زیرا هرگز موفق نمی‌شد. گویی به صورت ناخودآگاه خود را بخشی از نور الهی می‌دانستم که هرگز ارتباط خود را با منبع‌اش قطع نمی‌کند.

اکنون به وضوح می‌توانم ببینم

هنگامی که به گذشته و به روزهایی که به تازگی پا به این کره خاکی گذاشته بودم نگاه می‌کنم، به وضوح می‌توانم ببینم که این اصل و قاعده که می‌گوید: «هیچ چیز در این جهان اتفاقی نیست»، همیشه صادق است. به عنوان پدر هشت فرزند، کاملاً متقاعد شده‌ام که هر کدام از ما برای رسالتی خاص پای بر این کره خاکی گذاشته‌ایم. ما از حیطة غیر مادی و نامحدود، پای بر این کره خاکی نهاده‌ایم. حیطة‌ای بی‌شکل و بدون مرز و محدودیت.

حتی قبل از این که خواندن و نوشتن یاد بگیرم، شخصیتم به گونه‌ای بود که همواره به ندای درونم گوش فرا می‌دادم. اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که از همان دوران کودکی تمایل داشتم به هر نحوی که شده کاری کنم تا دیگران نسبت به خودشان و شرایطشان احساس بهتری داشته باشند. گویی با وجود این که کودکی بیش نبودم، اما این قاعده را می‌دانستم که **نگرش همه چیز است.**

در آن لحظه که برادرانم و مادرم در هوای برفی گریه می‌کردند و غمگین بودند، بازی کردن من با برف‌ها و تلاش من برای آوردن خنده بر لب آن‌ها، با سرنوشت من که نویسندگی در زمینه‌های از نگرش و تفکر منفی بود، هم‌راستا بود. شاید در زمان بزرگسالی از لحاظ جثه و ظاهر تغییر زیادی کرده بودم، اما همچنان آن هویت واقعی و فناپذیر من، بدون تغییر باقی مانده و به دنبال راهی برای بهتر کردن زندگی دیگران بود.

با نگاه کردن به هشت فرزندم، به وضوح متوجه می‌شوم که هر کدام از آن‌ها با شخصیت و توانایی‌های منحصر به فردی پای بر این کره خاکی گذاشته‌اند. والدین یکسان، محیط یکسان، فرهنگ یکسان اما با هشت شخصیت کاملاً متفاوت و با علایقی کاملاً گوناگون.

به نظر من «جبران خلیل جبران» این واقعیت را به خوبی در کتاب «پیامبر» آورده است:

«فرزندان شما متعلق به شما نیستند. آن‌ها دختران و پسران زندگی هستند.

آن‌ها از طریق شما به جهان می‌آیند، اما از آن شما نیستند.

نمی‌توانید اندیشه‌های خود را در ذهن آن‌ها فرو کنید، زیرا آن‌ها خالق افکار خود هستند.

می‌توانید جسم‌شان را در خانه نگه دارید، اما روح‌شان را نه.

بکوشید شاید توانستید همانند آن‌ها شوید، اما نکوشید آن‌ها را همانند خود کنید.»

در همان لحظه که از ناکجا به این‌جا پای نهادید، رسالتی را برای تحقق بخشیدن به آن

پذیرفتید. تمامی فرزندانم سرنوشت و رسالتی خاص خودشان را دارند که این رسالت از

جانب خداوند به هر کدام از آن‌ها داده شده است و وظیفه من این است که آن‌ها را راهنمایی

کنم و سپس خود را عقب بکشم تا ندای درون‌شان آن‌ها را به مسیر درست هدایت کند.

یقین دارم که من برای هدف خاصی از حیطة غیرمادی، پای به این حیطة مادی گذاشته‌ام.

به دنیا آمدن در کنار سه فرد غمگین و افسرده، بخشی از آماده‌سازی من برای تحقق هدفم

بود که همانا کمک به میلیون‌ها نفر بوده است.

هنگامی که در آن روز برفی مشغول برف بازی بودم، به صورت غریزی داشتم به دیگران نشان می‌دادم که این شما هستید که انتخاب می‌کنید چگونه به شرایط زندگی نگاه کنید. به هر نحوی که بود تمایل داشتم به دیگران ثابت کنم که شرایط آن‌چنان هم که فکر می‌کنید بد نیست. اگر بخواهیم می‌توانیم تمامی این افسردگی‌ها و برآشفتگی‌ها را به خنده و نشاط تبدیل کنیم.

بزرگ‌ترین خدمتی که شما می‌توانید به کودکان کنید این است که بگذارید آن ویژگی منحصر به فرد خود را آشکار سازند، حتی اگر شما آن‌ها را درک نمی‌کنید. حال که با خود می‌اندیشم می‌بینم چقدر خوب شد که در دهه اولیه زندگی‌ام در محیط یتیم‌خانه بودم، زیرا در آن محیط از کم‌ترین دخالت والدین در انتخاب‌های زندگی‌ام برخوردار بودم و می‌توانستم بدون دخالت کسی به دنبال خواسته قلبی و ندای درونم بروم.

درست به همان صورت که از لحظه‌ای که نطفه ما شکل گرفت، تا نه ماه بعد از آن که به نوزادی تبدیل شده بودیم، به مشیت الهی اعتماد کردیم و همه چیز را به منبع واگذار کردیم، باید در مابقی زندگی هم همین اعتماد را به مشیت الهی داشته باشیم. اما متأسفانه به گذشت زمان، اعتماد ما به مشیت الهی کم شد و ترس و ناامنی بر ما غلبه کرد. در آن سال‌های ابتدایی زندگی، ارتباط بسیار بیش‌تری با منبع داشتیم، اما به تدریج خداوند را در حاشیه

زندگی‌مان قرار دادیم و اجازه دادیم خودِ کاذبِ (نفس یا ایگو) زندگی ما را تحت کنترل بگیرد.



بخش دوم

بهار سال ۱۹۴۸ است. برادر بزرگ‌ترم «دیوید»، نه ساله است و من حدود هشت سال دارم. من به سمت دفتر مرکزی گمرک در حال دویدن هستم و فریاد می‌زنم: «برادرم دارد غرق می‌شود، او دارد غرق می‌شود! باید همین حالا کاری کنیم.» امسال برای اولین بار بود که داشتیم در رودخانه کلالتر شنا می‌کردیم. «دیوید» در جریان آب سریع رودخانه گرفتار شده بود. همان‌طور که داشتیم با وحشت نگاه می‌کردم، دیدم که سر او به زیر آب می‌رود و دست او به زحمت بیرون از آب دیده می‌شود. او برادر من بود، بهترین دوست من، همبازی و همراه من در دورانی که در پرورشگاه زندگی می‌کردیم. او در حال ناپدید شدن درون جریان آب بود و برای چند ثانیه به دلیل شوکی که بر من وارد شده بود، می‌خکوب شده بودم.

در همین لحظه بود که با تمام توان به سمت دفتر مرکزی گمرک که در همین حوالی بود دویدم. «بیل لینگ» که در دفتر گمرک کار می‌کرد و ما را می‌شناخت، صدایم را شنید و با سرعت به سمت قایق موتوری رفت، موتور را روشن کرد و به سمت آخرین جایی رفت که برادرم دیده شده بود. هنگامی که قایق به نقطه‌ای رسید که من با دستم اشاره می‌کردم، دست «دیوید» برای آخرین بار بر روی سطح آب ظاهر شد.

«بیل» و کسانی که او را همراهی می‌کردند، برادرم را از آب بیرون آوردند و آبی را که درون ریه‌ای او رفته بود بیرون کشیدند. دیدم که رنگ چهره «دیوید» بی‌رنگ و در عین حال کبود شده است، اما حال او بهبود یافته بود. از کسانی که با صدای فریادهای من به سرعت دست به کار شدند و برادرم را نجات دادند، بسیار قدردان بودم و در عین حال متحیر بودم که با چه سرعتی عملیات نجات برادرم را انجام دادند. عصر هنگامی که برای مادرم جریان را تعریف کردم، «دیوید» هنوز شوکه بود و در روزهای آینده از وارد شدن به آب پرهیز می‌کرد و این ترس از آب برای سالیان زیادی در وجودش نهادینه شد.

واکنش برادرم نسبت به تجربه نزدیک به مرگی که داشت، یکی از رازآلودترین چیزهایی است که تا به حال با آن مواجه شده بودم. پس از آن اتفاق، نه تنها «دیوید» از شنا کردن پرهیز می‌کرد، بلکه اگر او را مجبور می‌کردیم که به درون استخر بیاید، بدنش پر از کهیر می‌شد. من برادرم را با دقت زیر نظر داشتم، زیرا همواره در کنار هم بودیم و متوجه شدم حتی هنگامی که بیرون است و با یک بارش باران ناگهانی مواجه می‌شود، بدنش پر از کهیر می‌شود. به دلیل آن واقعه در دوران کودکی، او دچار آسیبی روانی شده بود که در مابقی عمرش همراهش بود.

سه دهه بعد، زمانی که «دیوید» در ارتش خدمت می‌کرد و در کانزاس بود، من با دختر نه ساله‌ام «تریسی» در حال سفر به شهرهای مختلف بودیم تا اولین کتابم را به چاپ برسانم.

هنگامی که از کانزاس عبور می کردیم، تصمیم گرفتیم به دیدار «دیوید» بروم زیرا سال‌های زیادی بود که او را ندیده بودم. او در جنگ ویتنام شرکت کرده بود و مدال برنز شجاعت به او عطا شده بود.

در ادامه جملاتی را از کتاب «تاریکی به سوی روشنایی» نوشته دیوید می آورم که شرح سفر من و دخترم به کانزاس است:

در سال ۱۹۷۶ من در کانزاس خدمت می کردم و «وین» در حال پیدا کردن ناشری برای اولین کتابش بود، که البته پرفروش‌ترین کتاب آن دوران هم شد. او و دخترش در خیابانی نزدیک به محل خدمت من اقامت کرده بودند و مرا به محل اقامت‌شان دعوت کردند. در جایی که اقامت داشتند، استخری بود و «وین» مرا به شنا کردن دعوت کرد. او از من خواست که به آرامی وارد استخر شوم و افکار خود را به حرف‌هایی که او می‌زند متمرکز کنم. او مدام با من صحبت می‌کرد و مجال فکر به چیز دیگری را از من گرفته بود. او به آرامی صحبت می‌کرد، اما در عین حال به من اجازه نمی‌داد که به چیزی غیر از سخنان او گوش کنم. هنگامی که به خودم آمدم، متوجه شدم چیزی حدود نیم ساعت است که در آب هستم. هنگامی که از آب بیرون آمدم و خودم را خشک کردم، حتی کوچک‌ترین اثری از لکه‌های کهیر بر روی پوستم نبود. برای ۲۷ سال گذشته، این اولین باری بود که بدون کهیر زدن وارد آب شدم. بلافاصله دوباره وارد آب شدم و چند ساعت دیگر مشغول شنا کردن شدم و در کمال تعجب دیگر از لکه‌های کهیر خبری نبود.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم:

در آن لحظه که در کنار رودخانه خشکم زده بود و برادرم را می‌دیدم که در جریان آب گیر افتاده است و در حال غرق شدن است، حضور نیرویی را درونم احساس کردم که نمی‌توانم آن را توضیح دهم. حضور این نیرو را هم‌اکنون که در حال نوشتن یکی از تجربیات مهم زندگی‌ام هستم، احساس می‌کنم. این نیرو این احساس را به من القاء می‌کند که تنها نیستم. نیرویی که فرد را وادار به یک واکنش ناگهانی در لحظات حساس می‌کند. در آن روز بهاری هنوز زمان رفتن «دیوید» از این کره خاکی فرا نرسیده بود و من به عنوان وسیله‌ای بودم که جلوی رفتن او را بگیرم. با وجود این که این اتفاق مربوط به حدود هفتاد سال پیش است، اما هنوز با جزئیات می‌توانم آن را بر روی پرده ذهنم ببینم.

در آن لحظات متوجه شدم که اگر من مصمم و با جدیت اقدام کنم، می‌توانم کاری کنم که دیگران به من گوش فرا دهند. اما اگر شک و تردید به دل راه دهم، مصیبت به وجود می‌آید. در آن شرایط نشستن و گریه کردن فایده‌ای ندارد. این که اجازه دهی ترس بر تو غلبه کند، به هیچ وجه قابل قبول نیست. در آن لحظات حساس، نیروی شکست ناپذیری را درونم احساس می‌کردم. هنگامی که متوجه شدم برادرم در حال غرق شدن است، با چنان سرعتی به سمت ساحل شنا کردم و با چنان سرعتی به سمت دفتر گمرک می‌دویدم و فریاد می‌زدم که گویی نیروی خفته‌ای درون من بیدار شده بود. نیرویی شکست ناپذیر و توقف ناپذیر.

نمی‌دانم آن نیرو را زآلود چه بود، اما بعدها در لحظات دیگری از زندگی‌ام آن نیرو را دوباره احساس می‌کردم. نیرویی نادیدنی که آن را با تمام وجود احساس می‌کردم و در تمام سخنرانی‌هایم و ۴۴ کتابی که تا به حال نوشته‌ام، از آن سخن گفته‌ام.

در آن اتفاق که برادرم در حال غرق شدن بود، متوجه شدم که خیلی بیش‌تر از یک پسر بچه هشت ساله ظاهر شدم. حضور نیرویی را احساس می‌کردم که در سال‌های بعد زندگی‌ام آن را بارها احساس کردم و البته هرگز آن را نادیده نگرفتم.

از طرفی دیگر می‌توانم به وضوح ارتباطی میان اتفاقی که در سال ۱۹۴۸ و هم‌چنین ملاقات من با «دیوید» در سال ۱۹۷۶، با مسیری را که در زندگی در حال پیمودن آن بودم پیدا کنم. آن اتفاق به من نشان داد که ذهن و جسم در چه ارتباط تنگاتنگی با هم هستند و اگر ذهن را کنترل کنیم، می‌توانیم بدن را شفا دهیم. در آن زمان من در ابتدای راه یافتن قدرت‌های ذهن و قدرت خود شفابخشی از طریق ذهن بودم.

هم‌اکنون می‌توانم به وضوح ببینم حضور من در ساحل رودخانه و نجات جان برادرم، جرقه‌ای بود که مرا در مسیری قرار داد که به یک معلم و مربی در زمینه شفابخشی از طریق ذهن تبدیل شدم. آن اتفاق در دوران کودکی به من کمک کرد تا بفهمم چه نیروی عظیمی درون ما نهفته است که از طریق آن هر کاری را می‌توانیم به انجام برسانیم.

به شکل انکارناپذیری تمامی موارد زندگی با هم در ارتباط هستند. سالها پس از تجربه نزدیک به مرگ برادرم، من توانستم از طریق قدرت ذهن کاری کنم که آسیب روانی او که هنگام ورود به آب تمام بدنش را تحت تأثیر قرار می داد به طوری که کهنه می زد، به طور کامل رفع شود و همین اتفاق باعث شد که من به قدرت شفابخشی ذهن یقین پیدا کنم و سالها بعد به یک معلم و مربی در زمینه خود توانمندی و خود شفادهی تبدیل شوم.



بخش سوم

سال ۱۹۵۰ است و من در کلاس چهارم در مدرسه ابتدایی آرتور درس می‌خوانم. هر روز در ساعت ۲:۴۵ بعدازظهر، اگر دانش آموزان رفتار خوبی داشته باشند و کلاس را شلوغ نکرده باشند، معلم‌مان خانم «انجلز» بخشی از کتاب «باغ رازآلود» را برای ما می‌خواند. من شیفته داستان‌خوانی او بودم، زیرا او به نحوی استادانه شخصیت‌های داستان را زنده می‌کرد. تمام وظایف خود را به عنوان یک دانش آموز کلاس چهارمی انجام می‌دادم. دیکته کلمات، حفظ کردن نقشه جغرافیایی، تمرین خوشنویسی و تمام کارهای دیگری که باید یک دانش آموز کلاس چهارمی انجام دهد. اما به شکل عجیبی برای ساعت‌های ۲:۴۵ بعدازظهر ثانیه شماری می‌کردم و مرتب به ساعت روی دیوار نگاه می‌کردم.

به نظر می‌رسید از بین تمام آن دانش آموزان کلاس چهارمی، من تنها فردی بودم که به شکل وسواس گونه‌ای منتظر آن ساعات داستان‌خوانی بودم و از طرفی متوجه شده بودم که تعدادی از دانش آموزان به دلیل علاقه‌ای که به بخش داستان‌خوانی کلاس نداشتند، با به هم ریختن کلاس، کاری می‌کردند که کتاب خوانده نشود. در آن زمان تنها ۱۰ سال داشتم و متوجه شده بودم که نحوه جهان‌بینی من با تمام همسن و سالانم متفاوت است.

متوجه شده بودم هنگامی که با جدیت با دیگران صحبت می‌کنم، آن‌ها به حرف‌های من گوش می‌دهند. هم‌چنین متوجه شده بودم که از صرف کردن زمان‌هایی در دنیای درونم لذت می‌برم و ایده‌هایی را در ذهنم بررسی می‌کنم که هیچ‌کدام از همسن و سالانم به آن‌ها توجهی ندارند. در کلاس چهارم خانم «انجلز» بود که متوجه شدم برای اتفاقی که دلم می‌خواهد رخ دهد، چقدر قدرت و نیروی اراده دارم. به صورت داوطلبانه نماینده کلاس شده بودم. مسئولیت ساکت نگه داشتن کلاس را بر عهده گرفته بودم. حتی اگر کمی اختلال در کلاس ایجاد می‌شد، از سر جایم بلند می‌شدم و به سمت فرد خاطی می‌رفتم و به او اخطار می‌دادم که به دلیل رفتار نامناسب او ممکن است ادامه داستان کتاب «باغ رازآلود» را از دست بدهیم و این موضوع خط قرمزی برای من محسوب می‌شود. آن‌ها گوش می‌دادند و ساکت می‌شدند. نه به این دلیل که به داستان‌خوانی علاقه داشتند، بلکه لحن جدی من، مرا در جایگاه قدرت قرار داده بود.

البته من این تجربه را قبل‌تر در یتیم‌خانه نیز داشتم و پی برده بودم که اگر با اعتماد به نفس و در عین حال با مهربانی صحبت کنم، به حرف من گوش می‌دهند. هر کسی که تصمیم داشت با بدرفتاری، مانع بخش کتاب‌خوانی کلاس توسط خانم «انجلز» شود، با این لحن جدی و در عین حال مهربانانه من مواجه می‌شد. آه، چقدر آن ساعات کتاب‌خوانی را دوست داشتم. چشمانم را می‌بستم و به داستان زیبای «باغ رازآلود» گوش فرا می‌دادم.

داستان درباره دختری ده ساله به نام «مِری لُونیکس» بود که با خانواده‌اش از هند به انگلستان نقل مکان کرده بودند و به دلیل مبتلا شدن پدر و مادرش به بیماری سل و فوت آنها، به یتیم خانه منتقل شده بود. او در حالی دوران ده سالگی خود را می‌گذراند که بسیار آسیب‌خورده و منفی‌نگر شده بود و احساس می‌کرد هیچ‌کس او را دوست ندارد. داستان شرح می‌داد که چگونه او با کشف دنیای جدید، نگرش خود را درباره زندگی تغییر می‌داد. در آن هنگام من هم به عنوان یک پسر بچه ده ساله که تا آن زمان با این حس بزرگ شده بودم که کسی مرا نمی‌خواهد، به داستانی گوش می‌دادم که بینش و طرز نگاه جدیدی را نسبت به زندگی پیشنهاد می‌کرد. ایده‌ی داشتن یک مکان و قلمروی شخصی و محرمانه در ذهن برای من بسیار جذاب بود. من به گونه‌ای هیپنوتیزم شده بودم و به گفتگویی که «مِری» و دوستش «کلین» با گل‌ها و یک پرنده سینه سرخ داشتند؛ گوش فرا می‌دادم.

هر روز بعد از اتمام مدرسه در مسیر برگشت به خانه، آن پرنده سینه سرخ خیالی را در اطراف خود می‌دیدم که مشغول ساختن لانه و آوازخوانی است. در مسیر برگشت به خانه با دوستان جدید و در عین حال خیالی‌ام، به گفتگو می‌پرداختم. من هم همانند آن داستان در قلمروی تخیلم باغی رازآلود و محرمانه داشتم، مکانی محرمانه که در آن تمام ضعف‌ها و مشکلات زندگی‌ام ناپدید می‌شد. جایی که نگرش مثبت، پادرزهری برای تمام رنج‌هایم بود.

از طریق خلق آن قلمروی محرمانه در تخیلم، می‌توانستم به مکانی وارد شوم که هر چیزی در آن امکان‌پذیر بود. مکانی که در آن با گل‌ها و حیوانات صحبت می‌کردم و حضور معجزه را به وضوح احساس می‌کردم.

رفتن به خانه جدیدی که مادرم با ناپدری‌ام «بیل» در آن‌جا زندگی می‌کردند، زیاد فرقی با رفتن به خانه یک غریبه نداشت. «بیل»، ناپدری‌ام، در مصرف الکل زیاده‌روی می‌کرد و فردی عصبی و پرخاشگر بود. اما من نسبت به رجزخوانی و یاوه‌گویی‌های او بی‌توجه بودم، زیرا توانسته بودم همانند «مری» در داستان «باغ رازآلود»، مکانی محرمانه در قلمروی تخیل خودم خلق کنم. هیچ‌کس حق ورود به این قلمرو را نداشت. من بسیار مجذوب این ایده بودم که زندگی با آن‌چه که دیده و شنیده می‌شود، محدود نمی‌شود. من کشف کرده بودم که می‌توانم در این دنیا در بدن فیزیکی‌ام باشم، اما در عین حال در ذهنم در قلمروی نامحدودی باشم که به صورت اختصاصی برای خودم خلق کرده‌ام.

در کتاب «باغ رازآلود» خانم «انجلز»، از درمان بیماری‌های لاعلاج صحبت می‌کرد و من هم با خود می‌اندیشیدم که اگر «مری» قادر به انجام این کار است، پس من هم قادر هستم. اگر «مری» به همراه «کلین» و «دکون»، دو همراه خود می‌تواند با حیوانات حرف بزند و به درختان گوش فرا دهد، پس من هم می‌توانم.

تخیل من به اوج خود رسیده بود. می توانستم خود را به صورت فردی تصور کنم که قادر به انجام هر کاری بود. در آن محیط جدید که باید در کنار ناپدیری الکلی خود زندگی می کردم که در واقع بیشتر شبیه به یک فرد غریبه بود، موهبتی بسیار باارزش به من داده شده بود. موهبت داشتن یک قلمروی خیالی محرمانه. قلمرویی که هیچ محدودیتی نداشت و من آن را برای خودم ساخته بودم تا بتوانم از خودم در برابر آثار منفی محیطی که در آن زندگی می کنم، در امان بمانم.

در تمام سالهایی که در خانه‌ای زندگی می کردم که بدرفتاری‌های ناپدیری الکلی‌ام امری عادی بود، من در قلمروی تخیل خود با امنیت زندگی می کردم و نگران این بودم که درباره آن قلمروی خیالی با کسی صحبت کنم.

آن سی دقیقه آخر کلاس که خانم «انجلز» کتاب «باغ رازآلود» را می خواند، شاید برای اکثر دانش آموزان کلاس معنایی نداشت، اما برای من همانند جرقه‌ای بود که آتش اشتیاق درونم را شعله‌ور می کرد و من بابت آن بسیار شکر گزارم. شروع شناخت قلمرویی بود که با ورود به آن تمام ناملايمات دنیای بیرون من خاموش می شد. قلمرویی که هر چیزی در آن امکان پذیر بود.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

با وجود این که شصت سال از آن دوران می‌گذرد، اما با نگاه به گذشته و یادآوری کلاس درس خانم «انجلز» می‌توانم این موضوع را به خوبی درک کنم که مشیت الهی همواره به خیر و صلاح من بوده است. در واقع ورود من به آن کلاس، در ابتدا از روی اجبار بود اما همان کلاس، آتشی را درون من شعله‌ور کرد که ترغیب شوم بعد از گذشت شصت سال درباره آن در این کتاب بنویسم. قبل از این که این کتاب را بنویسم، تصمیم گرفتم دوباره به کتاب «باغ رازآلود» مراجعه کنم تا ببینم چه چیزی مرا در آن دوران کودکی آن‌چنان برانگیخته بود. جمله زیر در هنگام بازخوانی کتاب «باغ رازآلود» نظر مرا به خود جلب کرد:

«مِری، به معنای واقعی به معجزه باور داشت. او کاملاً باور داشت که دوستش «دکون» قادر به انجام معجزه است.»

جالب است که این ایده که در سن ده سالگی درون من جوانه زد، تمام دروان بزرگسالی مرا در بر گرفت. در آن زمان آگاه نبودم که در حال کشف ایده‌ای هستم که بنابر آن ایده، قلمرویی محرمانه درون همه ما وجود دارد که پس از کشف آن، چنان قدرتی می‌یابیم که زندگی فراتر از حد عادی را تجربه می‌کنیم.

در جهانی که هیچ تصادفی وجود ندارد و تمام کیهان همانند یک ارکستر الهی در کنار هم قرار گرفته‌اند، به وضوح می‌توانم ببینم که دلیل رفتن من به کلاس خانم «انجلز» این بود که بتوانم چیزی فراتر از حد عادی را درونم بیدار کنم. این تجربه در دوران کودکی، مرا به این باور رساند که هیچ چیزی وجود ندارد که نتوان به آن دست یافت. البته به این شرط که با قدرت نادیدنی و مشیت الهی هماهنگ شویم.

تجربه کلاس چهارم خانم «انجلز» به من دو ایده اساسی برای تکمیل سرنوشتم داد: اول این که اگر با جدیت و در عین حال با مهربانی از دیگران درخواست کنی، همواره به تو گوش می‌دهند و دوم این که قلمروی محرمانه و خصوصی و در عین حال نامحدودی در وجود تمامی ما وجود دارد که هر زمان که بخواهیم می‌توانیم وارد آن شویم.

البته این کاملاً درست است که در آن ساعات پایانی کلاس درس خانم «انجلز» متوجه این موضوع نبودم که در حال آماده سازی برای زندگی شغلی سال‌های آینده زندگی‌ام هستم. آن دوران بسیار برای من لذت‌بخش بود. زمانی که زنگ می‌خورد و مدرسه به پایان می‌رسید، در تمام طول مسیر برگشت به خانه در قلمروی تخیل خود بودم. هنگامی که به این موضوع می‌اندیشم که تمامی ما قادر به تجربه چه چیزهایی هستیم، اگر به خودمان اجازه ورود به قلمروی تخیل‌مان را بدهیم، بسیار متحیر می‌شوم.

بخش چهارم

وارد مدرسه جدیدی شده‌ام، کلاس پنجم خانم «کوپر» که مدام به ما گوشزد می‌کند که از رفتار ما بسیار پریشان و عصبانی است. به اعتقاد او کلاس ما بدترین کلاسی بوده است که تا به حال داشته است.

من در آخر کلاس می‌نشستم و از نوع رفتار او بسیار متعجب بودم. هنگامی که می‌دیدم یک زن بالغ این چنین کنترل رفتار خود را از دست داده است، با خود فکر می‌کردم: «او چگونه به خودش اجازه می‌دهد با بچه‌هایی به این سن و سال این گونه رفتار کند؟ آیا واقعاً نمی‌داند دلیل رفتار بچه‌ها این است که نحوه تدریس او خسته کننده است؟» متوجه شدم که تاکتیک او برای کنترل کلاس این است که بچه‌ها را مورد سرزنش قرار دهد تا آن‌ها احساس گناه کنند.

یادم به خانه خانم «اسکارف» می‌افتد. خانه‌ای که در آن‌جا از کودکان بی‌سرپرست نگهداری می‌شد و من تا قبل از کلاس چهارم در آن‌جا زندگی می‌کردم. در دورانی که من و برادرم «دیوید» در آن‌جا زندگی می‌کردیم، کودکان زیادی آمدند و رفتند. دختری را به یاد می‌آورم به نام «مارتا» که به دلیل این که پدر و مادری که او را به فرزندگی قبول کرده بودند، دوباره

او را به یتیم خانه بازگذاشته بودند به شدت گریه می کرد. صدای خانم «اسکارف» را شنیدم که به شوهرش می گفت: «برو وین را بیاور. او می داند چگونه مارتا را آرام کند.» من پیش «مارتا» رفتم و در کنار او نشستم و برای او توضیح دادم که به چه جای خوبی آمده است و از بودن در کنار ما لذت خواهد بود. من و «دیوید» او را به گشت و گذار در باغ دعوت کردیم. من او را به بیشه ای بردم که در آن گل های یاس شکوفه زده بودند و گل های زنبق و سوسن زمین را پوشانده بودند. برای او چند گل چیدم و از او خواستم آن ها را بو کند و به فکرهای خوب بیندیشد و در همین حال در مقابل چشمانم دیدم که «مارتا» از یک دختر ناراحت به یک دختر خوشحال و بانشاط تبدیل شد.

به یاد می آوردم در تمام آن سال ها، همواره قادر بودم با تغییر نگرش، لحظات غم انگیز را به لحظات مسرت بخش تبدیل کنم و حالا در کلاس خانم «کوپر» نشسته ام که به دلیل عدم توانایی اش در کنترل کلاس، بچه ها را سرزنش می کند و می خواهد آن ها نسبت به خودشان احساس گناه کنند. به وضوح برای من آشکار بود که هیچ کس قادر نیست احساس مرا بد کند و یا این که به دلیل عدم توانایی های خودش، مرا مورد سرزنش قرار دهد.

به این موضوع پی برده بودم که نسبت به بقیه دانش آموزان متفاوت هستم. من می توانستم هر لحظه نوع احساسی را که می خواهم، انتخاب کنم. در حالی که خانم «کوپر» در حال سرزنش و رفتار نامناسب با بچه ها بود، من به راحتی می توانستم آرامش خود را حفظ کنم.

بالاخره زنگ تفریح به صدا درآمد و برای صرف ناهار به حیاط مدرسه رفتیم. یکی از دانش‌آموزان به نام «سوزان» به خاطر حرف‌هایی که خانم «کوپر» به او زده بود، بسیار پریشان بود و گریه می‌کرد. به سمت او رفتم تا با او صحبت کنم و باور داشتم این توانایی را دارم که او را متقاعد کنم که شرایط به گونه‌ای نیست که او با خودش فکر می‌کند.

از او پرسیدم: «چرا آشفته هستی و گریه می‌کنی؟ نمی‌توانی ببینی که او تنها می‌خواهد ما را سرزنش کند تا احساس گناه کنیم؟»

او گفت: «خانم کوپر به من نگاه کرد و به صورت مستقیم به من گفت که چقدر بد هستم و باعث ناراحتی او می‌شوم.»

به او گفتم: «آیا تو برای احساس خوب یا بد خودت به نظر او احتیاج داری؟»

او گفت: «نه، اما دوست ندارم با پریشانی به سمت من بیاید و بگوید که چقدر بد هستم.»
به او گفتم: «این که دیگری درباره تو چه فکری می‌کند چه ربطی به احساس تو دارد؟»

او گفت: «اگر کسی از دست من پریشان باشد، احساسم بد می‌شود.»

به او گفتم: «اما به نظر من آن‌چه که دیگران درباره تو فکر می‌کنند اهمیتی ندارد.»

او گفت: «اما شاید واقعاً من گناهکار باشم و باعث عصبانیت او شده باشم.»

به او گفتم: «اگر او به تو بگوید که تو یک تکه چوب هستی، آیا تو به خاطر آن چه او با خودش فکر می کند ناراحت می شوی؟»

او گفت: «معلوم است که نه! می دانم که چوب نیستم.»

طی مکالمه ای که با او داشتم، تمام سعی خود را کردم که او را متقاعد کنم که نظر خانم «کوپر» درباره او اهمیتی ندارد و تمام تلاش او این بوده است که دیگران را از طریق نقطه ضعف شان کنترل کند. تمام تلاشم را کردم که به «سوزان» بفهمانم که اگر او اجازه ندهد، هیچ کس قادر نخواهد بود احساس او را بد کند.

هنگامی که به سمت کلاس می رفتیم، متوجه شدم که حال «سوزان» کمی بهتر شده است و لبخندی بر روی چهره اش است، اما با این حال می دانستم او مسیری طولانی در پیش رو دارد تا بفهمد هیچ نیازی به تأیید دیگران ندارد. هم چنین متوجه شده بودم چیزی درون من است که باعث می شود که نسبت به همسن و سالان خود، احساس آزادی بیشتری کنم. من می دانستم که خودم هستم که نوع احساسم را انتخاب می کنم و تا زمانی که به کسی اجازه ندهم، نمی تواند بر روی احساس من تأثیر بگذارد. هم چنین این توانایی را در خودم یافته بودم که با صحبت کردن با دیگران می توانم آن ها را آرام کنم.

اکنون به وضوح می‌توانم ببینم

آن مکالمه‌ای که با «سوزان» در حیات مدرسه داشتم، در ذهنم حک شده است. البته این یکی از چندین اتفاق مشابه‌ای بود که می‌توانستم به وضوح ببینم که هیچ عامل خارجی نمی‌تواند کنترل احساسات مرا به دست بگیرد و همچنین می‌توانم به دیگران هم کمک کنم که از حال بد به حال خوب دست یابند.

اکنون که به گذشته می‌نگرم، به وضوح می‌بینم که زندگی در حال آماده‌سازی من به عنوان یک مربی در زمینه توانمندی شخصی و رشد معنوی بوده است. من یقین دارم که این جهان خالقی دارد که تمام اتفاقات را با نظم بخصوصی رقم می‌زند. هیچ چیز در هیچ کجای کیهان تصادفی و اتفاقی نیست، زیرا تمام امور تحت کنترل این انرژی هوشمند جهان شمول است. این توانایی درونی من برای خوداتکایی و همچنین کمک به بقیه همسن و سالانم که آن‌ها نیز بتوانند به خودشان اتکا کنند، جزئی از برنامه همین منبع و انرژی هوشمند برای زندگی من بود.

آن شرایط و اتفاقات دوران کودکی، دست گرمی و تمرینی برای من بود تا بتوانم به معلمی در زمینه خوداتکایی تبدیل شوم. هنگامی که به زمان کودکی‌ام و زندگی در یتیم‌خانه‌های مختلف نگاه می‌کنم، متوجه می‌شوم تمامی آن شرایط بخشی از برنامه خداوند برای زندگی

من بوده است. اگر قرار بود من در تمام سنین بزرگسالی به سخنرانی و نوشتن کتاب در زمینه خوداتکایی پردازم، ابتدا لازم بود که خودم یاد بگیرم که چگونه بر خود اتکا کنم. برای این منظور چه تمرینی بهتر از این که در همان شروع کودکی در شرایطی قرار گیرم که مجبور باشم مستقل شوم و به خوداتکا داشته باشم.

البته کاملاً درست است که در آن دوران کودکی از این موضوع آگاه نبودم که زندگی در حال آماده‌سازی من برای رسالت من در دوران بزرگسالی است، اما حالا که می‌توانم به گذشته نگاه کنم، به خاطر تمامی آن شرایط سخت و تمامی آن چالش‌ها که در زمان کودکی با آن‌ها مواجه بودم، با تمام وجود شکرگزار هستم.

بخش پنجم

اولین روز کلاس مقطع هفتم است. بعد از کلاس همکلاسی‌هایم نزد من می‌آیند و می‌گویند دو دانش آموز جدید به مدرسه ما منتقل شده‌اند که ما باید از دوستی با آن‌ها پرهیز کنیم. من متعجب بودم که چرا ما باید از دوستی با دو دانش آموز تازه‌وارد اجتناب کنیم و آن دو را طرد کنیم.

یکی از آن دو دانش آموز نامش «گای» بود که از مدرسه لیدی کوئین به مدرسه ما انتقال داده شده بود. آن‌طور که بقیه همکلاسی‌ها گفتند، او به دلیل رفتار بد از مدرسه اخراج شده است. به همین دلیل به این نتیجه رسیده بودند که دوستی با او کار درستی نیست. بنابراین باید او را به جمع خودمان راه ندهیم.

من از این موضوع آگاه بودم که نفوذ بسیار زیادی در بین همکلاسی‌ها دارم. شجاعت من در بیان نظراتم و نحوه صحبت کردن من باعث شده بود در بین آن‌ها عزیز شوم. بنابراین می‌دانستم اگر من آن دو شاگرد جدید را طرد کنم، بقیه همکلاسی‌ها نیز به تبعیت از من آن دو را طرد می‌کنند و اگر من آن دو را بپذیرم، بقیه همکلاسی‌ها نیز آن دو را با کمال میل می‌پذیرند. این نفوذ و قدرت در بین همکلاسی‌ها، در تمام هفت مقطع تحصیلی قبل نیز وجود داشت.

دومین دانش آموز جدیدی که به مدرسه ما منتقل شده بود، دختری بود که در کوچه ما زندگی می‌کرد. اسم او «راندا» بود و من معمولاً با او صحبت می‌کردم. همکلاسی‌های من در گوش من زمزمه می‌کردند که از او دوری کن، زیرا او کاتولیک است. از نظر من عقیده بقیه همکلاسی‌ها بسیار بی‌معنا بود که می‌گفتند چون او فرقه دینی متفاوتی با ما دارد، باید طرد شود و نباید او را در جمع خود راه دهیم. این مسخره‌ترین چیزی بود که تا به حال شنیده بودم.

همان‌طور که گفتم «راندا» در کوچه ما زندگی می‌کرد، در یک بعدازظهر، تصمیم گرفتم به درب منزل آن‌ها بروم تا بیش‌تر با او آشنا شوم. درب خانه آن‌ها را زدم و مادر «راندا» با خوشرویی درب را باز کرد. در واقع مادر «راندا» یکی از مشتریان همیشگی من بود. در آن زمان، عصرها به فروش روزنامه‌های «دیترویت نیوز» مشغول بودم. متوجه شدم که «راندا» نیز همانند بقیه ماست و تنها تکالیف مذهبی متفاوتی را انجام می‌دهد.

زندگی کردن در یتیم‌خانه و بودن با کودکانی که ادیان مختلفی از جمله: پروتستان، کاتولیک، مسلمان، یهودی و حتی هندو داشتند، به من ثابت کرده بود که ذات و هویت الهی همگی ما یکسان است و هیچ تفاوت و برتری بین ما وجود ندارد. از طرفی از همان کودکی با کسانی که تعصب دینی داشتند، میانه خوبی نداشتم.

به همین دلیل هیچ‌گاه در مراسم یکشنبه صبح‌های مدرسه شرکت نمی‌کردم. مراسمی که در آن یک فرد متعصب، ما را نسبت به همه چیز می‌ترساند و هشدار می‌داد که در صورت انجام گناهی، توسط خداوند به شدت مورد عذاب قرار می‌گیریم. به نظر من این سخنان دیوانگی محض بود. هر‌گاه در مراسم یکشنبه‌های مدرسه شرکت می‌کردم، تا چند روز بعد از آن حس بدی داشتم. به همین دلیل تصمیم گرفتم تا جایی که ممکن است از آن محیط دوری کنم. از همان دوران کودکی متوجه بودم که مهم‌ترین چیز در زندگی داشتن احساس خوب است و هر چیزی که احساس انسان را بد می‌کند، باید از آن دوری کرد.

خانواده «راندا» با وجود این که کاتولیک بودند، اما بسیار رفتار خوبی داشتند. بنابراین من هیچ دلیلی نمی‌دیدم که او را در جمع دوستان راه ندهم. با پذیرش «راندا» و «گای» توسط من، بقیه همکلاسی‌ها نیز آن دور را پذیرفتند. البته برای من روشن بود که این خانواده‌های بقیه دوستانم بودند که ذهن آن‌ها را از تعصبات بی‌اساس پُر کرده بودند. تعصباتی که حاکی از این بود که پروتستان‌ها بهتر از کاتولیک‌ها هستند و یا بالعکس.

البته خدا را شکر می‌کنم که در آن دوران کودکی در یتیم‌خانه، پدر و مادری در اطراف من نبودند که این نوع قضاوت‌های بیهوده را به من یاد بدهند.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

تجربه‌ای که من با «راندا» و «گای» داشتم، به وضوح به من نشان می‌دهد که از همان دوران کودکی به این منظور آمده می‌شوم که یاد بگیرم با تمام افراد یکسان برخورد کنم، هیچ قضاوتی نداشته باشم و با همه همدردی کنم.

این حس همدردی و مهربانی نسبت به همه از همان دوران کودکی با من بود. شاید این حس را از زندگی گذشته‌ام به همراه خود آورده بودم، شاید هم به این دلیل بود که از همان کودکی در یتیم‌خانه رها شدم و به دلیل عدم دریافت عشق و محبت لازم، از همان دوران کودکی به اهمیت عشق و مهربانی پی برده بودم. اما با تمام این تفاسیر، یقین دارم که دستان خداوند همواره در زندگی من حضور داشت که مرا برای همدردی با تمام افراد آماده کرد، زیرا قرار بود سال‌ها بعد در کتاب‌ها و سخنرانی‌هایم از این حس همدردی و محبت نسبت به همه بهره جویم.

بخش ششم

«وقتی که من در برنامه «استیو آلن» بروم، خیلی بهتر از کسانی که امشب به برنامه او دعوت شده بودند، برنامه را اجرا می‌کنم.»

این جمله را به مادر و برادرم گفتم، هنگامی که مادرم صبح زود برای رفتن به سر کار حاضر می‌شد و من و دو برادرم برای رفتن به مدرسه آماده می‌شدیم. سال ۱۹۵۴ بود و من ۱۴ ساله بودم و هر شب بدون استثنا برنامه «استیو آلن» را نگاه می‌کردم. بسیار مجذوب برنامه او بودم و خودم را در آن جا تجسم می‌کردم که «استیو آلن» با من در حال مصاحبه تلویزیونی است. هرگز فکر نمی‌کردم که روزی مهمان برنامه او می‌شوم، بلکه یقین داشتم.

ما یک تلویزیون سیاه و سفید داشتیم. اولین نسل تلویزیون‌های سیاه و سفید بود. بر روی پشت بام آنتن تلویزیون نصب بود که البته متناسب باشد ورزش باد تصویر خوب یا بد می‌شد. در آن زمان از نظر من این اوج زندگی تجملی بود. من به برنامه‌های «استیو آلن» به معنای واقعی معتاد شده بودم و تا دیر وقت برای نمایش برنامه‌های او بیدار می‌ماندم. در صورتی که بقیه اعضای خانواده خواب بودند، جلوی تلویزیون می‌نشستم و صدای آن را تا جای ممکن کم می‌کردم، چون مادرم ساعت را برای پنج صبح کوک کرده بود و نمی‌خواستم تماشای

تلویزیون من باعث بی‌خوابی او شود. از طرفی نمی‌خواستم او بفهمد من تا آن ساعت بیدار هستم، زیرا تأکید کرده بود که هیچ‌کس نباید در آن ساعت بیدار باشد.

آن شب‌ها دیدن برنامه «استیو آلن» بیش از یک سرگرمی برای من بود. در تصوراتم، خود را در آن برنامه می‌دیدم. در عین حال که در اتاق نشیمن در جلوی آن گیرنده الکترونیکی قرار داشتم، به وضوح می‌توانستم خود را در آینده تجسم کنم.

همان‌طور که مشغول تماشای برنامه «استیو آلن» بودم، حضور خود را به صورت باور نکردنی در آن برنامه حس می‌کردم. در رابطه با این موضوع با افراد کمی صحبت کردم، اما من قادر بودم آینده را در زمان حال به راحتی تصویرسازی می‌کنم. در آن دوران نوجوانی، مصاحبه با «استیو آلن» یکی از تصاویر تثبیت شده در قلمروی تخیل من بود. شاید از دید دیگران دیوانگی به نظر می‌رسید، اما برای من بسیار واقعی بود.

هنگامی که تصویر ذهنی خود را با خانواده و بعضی از دوستانم در میان گذاشتم، آن‌ها مرا به شدت مسخره کردند و این نوع افکار را حاصل بی‌خردی من می‌دانستند. بنابراین در همان زمان یاد گرفتم که بعضی از چیزها را نباید برای دیگران گفت و فقط باید به صورت کاملاً محرمانه در قلمروی تخیل خود نگه داشت. با وجود مورد تمسخر واقع شدن از طرف دیگران،

همچنان هر شب شوی تلویزیونی «استیو آلن» را نگاه می‌کردم و یقین داشتم یک روز من یکی از مهمان‌های برنامه او می‌شوم.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

در سال ۱۹۷۶ هنگامی که اولین کتابم به نام «نقاط ضعف شما» به چاپ رسید. برای این که بتوانم کتاب خود را مطرح کنم، با خرج خودم کل ایالت را با اتومبیل می‌گشتم تا بتوانم یک مصاحبه هر چند کوچک با شبکه‌ای محلی برای خود دست و پا کنم. اما به دلیل این که فردی ناشناخته بودم، هر گونه درخواست برای مصاحبه در تلویزیون ملی از طرف مسئولان پذیرفته نمی‌شد.

کتاب‌هایم را در اتومبیلم گذاشته بودم و به همواره دختر نه ساله‌ام، «تریسی»، ماه‌های زیادی را در حال سفر بودیم. در هر مصاحبه‌ای که توسط دوست نزدیکم «دنا گود» برای من مهیا می‌شد، شرکت می‌کردم. در نهایت، در ماه آگوست، تلفنی از مسئول استعدادیاب شوی تلویزیونی با اجرای «جان کارسون» دریافت کردم. اسم آن مسئول استعدادیاب «هاوارد پاپوش» بود. او کتاب «نقطه ضعف شما» را خوانده بود و می‌خواست با من ملاقاتی داشته باشد تا ببیند آیا این امکان وجود دارد که در شوی تلویزیونی شرکت کنم یا نه. من به سرعت درخواست او را پذیرفته، به سمت کالیفرنیا حرکت کردم و خودم را به استودیوی

NBC رساندم. در آنجا با «هاوارد» ملاقات کردم و بعد از چند ساعت صحبت کردن، دوستان خوبی برای هم شدیم.

چند روز بعد از طرف «هاوارد» تماسی دریافت کردم و به من اطلاع داد که برای برنامه روز دوشنبه می‌توانم در شوی تلویزیونی به میزبانی «شکی گرین» شرکت کنم. این اولین فرصت من برای این بود که بتوانم در تلویزیون ملی با مردم آمریکا درباره اولین کتابی که نوشتم صحبت کنم. بسیار هیجان زده بودم. حتی همین حالا که در حال نوشتن این جملات هستم، از شدت هیجان دستانم می‌لرزد. نوبت من در پانزده دقیقه آخر برنامه نود دقیقه‌ای قرار گرفته بود و من ساعت ۱۲:۴۵ نیمه شب بر روی آنتن می‌رفتم. برنامه در بعدازظهر ضبط می‌شد. من به اتاق لباس هدایت شدم و در مسیر با «استیو آلن» مواجه شدم که در قسمت اول برنامه حضور داشت. من خودم را به او معرفی کردم و سپس هر کدام راه خودمان را رفتیم. بسیار هیجان زده بودم، زیرا قرار بود در برنامه تلویزیونی شرکت کنم که ستاره آن «استیو آلن» بود. مردی که از ۱۴ سالگی برای او احترام زیادی قائل بودم.

ضبط برنامه ساعت ۶ بعدازظهر به پایان رسید و بخش مصاحبه من با میزبانی «شکی گرین» به خوبی ضبط شد. او فردی بسیار خوش رو و خوش برخوردی بود و برنامه را به خوبی اداره کرد.

بعد از برنامه به سمت فرودگاه راهی شدم. در مسیر فرودگاه بودم که از طرف «هاوارد» با من تماس گرفته شد و به من گفت که برای اولین بار در تاریخ پخش برنامه «استیون آلن»، زمان برنامه او به یک گردهمایی سیاسی در شهر کانزاس تخصیص داده شده است و NBC نمی‌تواند در آن ساعت برنامه «استیون آلن» را پخش کند. به عبارت دیگر، اولین شانس من برای حضور در تلویزیون ملی از دست رفت. در آن لحظه از یک فردی که احساس سعادت و خوشبختی می‌کرد، به فردی تبدیل شدم که خود را بدشانس‌ترین موجود روی کره زمین می‌دانست.

فردای آن روز دوباره از طرف «هاوارد» با من تماس گرفته شد و به من گفت که «جان کارسون» از من درخواست کرده است که در برنامه چهارشنبه شب شرکت کنم. من بلیط هواپیمایی برای لس آنجلس تهیه کردم تا خودم را به برنامه چهارشنبه شب برسانم. به دلیل این که مصاحبه «جان کارسون» با دو مهمان خود طولانی شد، زمانی برای من باقی نماند و در انتهای ضبط برنامه «جان کارسون» به من گفت: «آیا می‌خواهی به جای امشب، جمعه شب با «استیو آلن» مصاحبه کنی و وقت بیشتری برای مصاحبه داشته باشی؟» با کمال میل گفتم: بله و جمعه شب بالاخره توانستم در برنامه «استیو آلن» حضور پیدا کنم. جالب این‌جا بود که برنامه‌ای که دوشنبه با «شکی گرین» ضبط شده بود، دوشنبه هفته آینده پخش شد. این مصاحبه شروعی بود برای ۳۷ مصاحبه تلویزیونی من در آن زمان.

هنگامی که در شوی تلویزیونی نیمه شب‌ها با «استیو آلن» حضور پیدا کردم، حس بسیار قدرتمندی درونم ایجاد شد؛ من از طریق آگاهی‌ام در سن ۱۴ سالگی توانسته بودم آینده خود را خلق کنم. در حقیقت، تصویرسازی ذهنی من در سن ۱۴ سالگی بیش از نوعی خیال‌بافی بود و به معنای واقعی می‌توانستم حضورم را در برنامه نیمه شب با «استیو آلن» احساس کنم.

شاید یقین من در آن دوران نوجوانی به این دلیل بود که بخشی از آینده برای من مشخص شده بود. اما لحظه‌ای به این فکر کنید که اگر زمان یک توهم باشد و چیزی که عارفان آن را وحدت وجود می‌نامند، تجربیات زندگی شما را رقم بزند، در نتیجه ایده گذشته و آینده توهمی بیش نیست. اگر فهم این موضوع برای شما قابل درک نیست، کمی بیشتر به خواب‌های شبانه خود دقت کنید. در رؤیاهایی که در خواب می‌بینید می‌توانید پرواز کنید یا با پدر بزرگ‌تان که مدت زیادی است که فوت کرده است، هم صحبت شوید. می‌توانید خود را در وضعیت جوان‌تر یا در وضعیت پیرتر ببینید. در حیطه خواب‌های‌تان هیچ چیزی به نام زمان و مکان وجود ندارد و هر چیزی امکان‌پذیر است و البته شما یک سوم از عمر خود را در آن حیطه سپری می‌کنید.

از جایگاه وضوحی که هم‌اکنون به آن دست یافته‌ام، می‌توانم به شما اطمینان دهم که هر لحظه از زندگی بی‌نهایت احتمال را درون خود دارد. فکری که ادامه‌دار می‌شود همان فکری

است که با منبع در ارتباط کامل است و در نهایت به واقعیت شما تبدیل می‌شود. همان چیزی که به آن آینده می‌گوییم. اما در حقیقت هیچ چیزی به نام گذشته و آینده وجود ندارد. همه چیز یک چیز است، همه چیز یک تجربه واحد است که همان زمان حال است. هر چیزی که در آینده اتفاق می‌افتد می‌تواند در لحظه حال اتفاق بیفتد. بله، درست شنیدید. همین حالا! هنگامی که من در سن ۱۴ سالگی حضور خود را در برنامه «استیون آلن» احساس می‌کردم، آن احساس و حضور در لحظه حال اتفاق می‌افتاد و آن تجربه منتظر متجلی شدن بود. هیچ امکانی برای عدم تجربه آن اتفاق وجود نداشت، زیرا من به یقین آن را در ذهنم تصور کرده بودم.

هر گاه نسبت به وقوع چیزی در آینده یقین قلبی داشتم، همه افراد و موقعیت‌های مناسب در مسیر من قرار گرفتند تا کشتی زندگی مرا به مسیری هدایت کنند که سرنوشت و دارمای من محقق شود.

هنگامی که به سال ۱۹۷۶ نگاه می‌کنم که برای پخش اولین کتابم به شهرهای مختلف سفر می‌کردم، متوجه می‌شوم که تنها کاری که من می‌کردم دنبال کردن ندای درونم بود. من فقط دست به کار شدم و تصمیم گرفتم که برای پخش کردن کتابم تا جایی که امکان دارد به شهرهای مختلف سفر کنم و نتیجه را به خداوند واگذار کرده بودم.

در همین حین که ندای درونم را دنبال می‌کردم، توانستم فرصت حضور داشتن در یکی از معتبرترین برنامه‌های تلویزیونی را پیدا کنم. برنامه‌ای که همانند سکوی پرتابی برای تمام زندگی شغلی‌ام بود. من هرگز موفقیت را دنبال نمی‌کردم، من ندای درونم و تصویر ذهنی‌ام را دنبال می‌کردم.

جمله‌ای است که همواره آن را بیان می‌کنم. این جمله در قرن نوزدهم توسط یکی از بزرگ‌ترین اساتید معنوی آن دوران گفته شده است. نام او «هنری دیوید تروی» است و کلمات او همواره در ذهن من جریان دارد. او می‌گوید: «اگر یک فرد با اطمینان در جهت رؤیای خود حرکت کند و تلاش کند که زندگی مطابق با تصویر ذهنی خود داشته باشد، او به موفقیتی دست می‌یابد که دستیابی به آن در زمان معمولی امکان‌پذیر نیست.»

به وضوح می‌توانم ببینم که این اصل همواره در زندگی‌ام به درستی عمل کرده است. من همواره با اطمینان در مسیر رؤیای شخصی‌ام که در ذهنم تصویرسازی کرده‌ام، گام برداشته‌ام و البته به دستاوردهایی دست یافتم که بسیار فراتر از انتظار من بود.

در حقیقت این موفقیت بود که مرا دنبال می‌کرد. تنها کاری که من می‌کردم این بود که از قلمروی تخیل خود مراقبت می‌کردم و بر روی آنچه که در ذهنم تصویرسازی می‌کردم، کنترل داشتم. البته قبل از این که بتوانم در یکی از معتبرترین برنامه‌های تلویزیونی با میزبانی

«استیو آلن» شرکت کنم، از شغلم که استادی یکی از بزرگ‌ترین دانشگاه‌های آمریکا بود استعفا داده بودم، زیرا می‌خواستم به یک نویسنده و سخنران تبدیل شوم و آموزه‌های خود را با دیگر مردم جهان به اشتراک بگذارم. بله، من با اطمینان رؤیای خود را دنبال کردم و اجازه دادم کائنات جزئیات را فراهم کند.



بخش هفتم

با دوچرخه‌ام از این کوچه به آن کوچه دوچرخه سواری می‌کردم . از رفتن به خانه پرهیز می‌کردم. در پانزده سالگی وضعیت خانه به شدت متشنج بود.

مادرم برای کارخانه کرایسلر کار می‌کرد و حقوقش کفاف مخارج سه پسرش را نمی‌داد. ناپدری‌ام نیز هیچ علاقه و مهارتی در زندگی غیر از نوشیدن الکل و رفتارهای خشونت‌آمیز نداشت. مصرف نوشیدنی‌های الکلی توسط ناپدری‌ام به حداکثر میزان ممکن رسیده بود و کار او فقط اعمال خشونت، فحاشی و یاهه‌گویی بود. از هر موقعیتی استفاده می‌کرد تا بتواند مرا زیر باد کتک بگیرد. اکنون من در حال دوچرخه سواری بودم و منتظر بودم او سوار شورت سیاه رنگ خود بشود و از خانه به سمت بار برود.

هنگامی که ناپدری‌ام رفت، مسیر دوچرخه سواری خود را به سمت خانه عوض کردم و در همین حین بود که صحبت‌های امروز صبح مشاور مدرسه به یادم آمد که گفت: «باید به مادرت بگویی به مدرسه بیاید تا با مدیر صحبت کند و تا زمانی که مادرت نیامده است نمی‌توانی سر کلاس بروی و تعلیق هستی.»

آقای کارتر به دلیل این‌که کاغذ فرم اطلاعات دانش آموزی خود را به صورت مناسب پُر نکرده بودم، مرا تنبیه کرده بود. در هنگام پُر کردن فرم اطلاعات دانش آموزی، در جایی که

باید نام پدرم را می‌نوشتیم، گیج شدم که چه چیزی را در جای خالی بنویسم. آیا باید نام ناپدری‌ام را می‌نوشتیم و یا نام پدر اصلی‌ام را که تا به حال او را ندیده بودم؟ از طرفی چگونه پسوند نام فامیلی مادرم را که تغییر کرده بود، توضیح می‌دادم؟ در آن لحظه بسیار خشمگین بودم. دوست نداشتم چیزی در آن فرم بنویسم که مادرم را زنی بد جلوه دهد. از طرفی همواره بدم می‌آمد که کسی درباره اطلاعات خانوادگی‌ام از من سؤال کند. در نتیجه در آن جاهای خالی که مربوط به اطلاعات خانوادگی‌ام بود، با حروف بزرگ نوشتم: «به خودم

مربوط می‌شود!»

به همین دلیل آقای کارتر تا زمانی که مادرم به مدرسه نیاید، مرا از رفتن به کلاس منع کرده بود. مادرم برای آمدن به مدرسه باید یک روز کاری مرخصی می‌گرفت و مسافتی طولانی را تا مدرسه طی می‌کرد تا بتواند با مدیر مدرسه آقای «ولف» صحبت کند.

به مدت سه روز نمی‌توانستم در هیچ یک از فعالیت‌های مدرسه شرکت کنم و فقط می‌توانستم بیرون کلاس بر روی نیمکتی بنشینم که مخصوص افراد دردرساز و سرکش بود.

بالاخره مادرم به مدرسه آمد و برای مدیر مدرسه توضیح داد که قصد پسرش از این کار، حمایت از او بوده است و هیچ قصد بی‌احترامی به مدرسه را نداشته است و تعهد داد که پسرش از این به بعد فرم‌های مربوط به ثبت نام و اطلاعات شخصی را به طور کامل و با

احترام پُر می‌کند. اما هیچ‌کس از من نپرسید دلیل این نافرمانی من چه بوده است؟ دردی عمیق درون من بود. دردی که به من یادآوری می‌کرد باید با یک ناپدری خشمگین و الکلی که کاری به جز فحاشی و کتک زدن بلد نیست، زندگی کنم. از طرفی می‌ترسیدم که دوباره خانواده‌مان از هم فرو پاشد و من دوباره به یتیم‌خانه فرستاده شوم و رفتن من به یتیم‌خانه باعث می‌شد نتوانم هر روز مادرم را ببینم.

چند ماه بعد معلم کلاس زیست شناسی تکلیفی داده بود که بنا بر آن تکلیف باید انواع برگ درختان را جمع‌آوری می‌کردیم و آن‌ها را در دفتری می‌چسباندیم. در آن دوران به نمره گرفتن زیاد اهمیت نمی‌دادم و در نتیجه چنین تکالیفی را انجام نمی‌دادم. در سن پانزده سالگی تنها چیزی که برایم مهم بود شغلم بود که به عنوان صندوق‌دار در سوپرمارکت کار می‌کردم. بخشی از درآمد خود را به مادرم می‌دادم تا بتوانم به عنوان کمک خرج او باشم. به هیچ وجه تمایلی به انجام تکالیف کلاس زیست شناسی خود نداشتم. معلم کلاس زیست شناسی تأکید کرد که تکلیف جمع‌آوری برگ درختان را انجام دهیم، در غیر این صورت تجدید خواهیم شد. در آن لحظه بسیار برافروخته شدم و گفتم: «این خیلی احمقانه است. من یک کار تمام وقت دارم و این فرصت را ندارم که این تکلیف احمقانه را انجام دهم. من این تکلیف را انجام نمی‌دهم.»

با گفتن این جملات دوباره به دفتر مدیر احضار شدم و دوباره بر روی آن نیمکت مخصوص افراد دردرساز نشستیم. دفعه قبلی که روی نیمکت نشسته بودم، کتابی که بر روی آن نیمکت قرار داده شده بود، توجه مرا به خود جلب کرد. اما فقط آن را ورق زدم. اما این بار آن کتاب را با دقت بیش‌تری نگاه کردم. نویسنده کتاب شخصی به نام «هنری دیوید تروی» بود.

در آن لحظه که بر روی نیمکت افراد دردرساز نشسته بودم، تصمیم گرفتم کتاب را مطالعه کنم. در همان ابتدای مطالعه عاشق آن کتاب شدم. شیفته کتابی شده بودم که در آن «تروی» زندگی خود را در صحرا و طبیعت وحشی شرح می‌داد و توضیح می‌داد که چگونه با سکوت و گوش فرا دادن به صدای طبیعت می‌توان به معنای زندگی پی برد. حس عدم تبعیت من از یکرنگ شدن با جماعت و انجام دادن تکالیف احمقانه، با خواندن آن کتاب قوی‌تر شد. البته آن‌چنان هم از نمره نیاوردن در آن درس ناراحت نبودم، زیرا می‌توانستم در کلاس‌های تابستانی شرکت کنم و آن درس را در تابستان بگذرانم.

از آن روز به بعد، هر روز به جایی می‌رفتم که آن نیمکت قرار داشت و ادامه کتاب «تروی» را مطالعه می‌کردم. هم‌چنین رؤیای زندگی در طبیعت را در سر می‌پروراندم. جایی که در آن از قوانین احمقانه خبری نیست. من خودم را غرق در کتاب «تروی» می‌کردم و او با جملاتش درباره نیروهای رازآلود طبیعت با من سخن می‌گفت.

در آن زمان تصمیم گرفتم که آن مرد را که حدود صد سال پیش زندگی می‌کرد، به یکی از قهرمانان زندگی‌ام تبدیل کنم. «تروی» در کتابش توضیح داده بود که به دلیل مخالفت با قوانین آن زمان دولت مانند برده‌داری و جنگ با مکزیک، مالیات پرداخت نکرده بود و در نتیجه مدتی را در زندان گذرانده بود. او به معنای واقعی یک شورشی بود. کسی که حاضر نبود تسلیم قوانین احمقانه شود.

من از کسی که آن کتاب را بر روی آن نیمکت گذاشته بود، بسیار سپاس‌گزار هستم. جملات آن کتاب مانند رودی از حکمت در ذهن من جاری می‌شد.

من فراتر از حس هیجان رفته بودم. به معنای واقعی مبهوت آن کتاب شده بودم. گویی آن مرد دقیقاً آن جملات را برای من نوشته است. درون‌مایه کلی کتاب این بود که هر کسی این حق را دارد که آگاهی و ندای درون خود را دنبال کند. مخصوصاً زمانی که قوانین دست و پاگیر و احمقانه توسط دیگران بر او اعمال شده است.

در آن دوران نوجوانی به معنای واقعی احساس می‌کردم که گویی همزاد «تروی» هستم. «تروی» ایده خود را زندگی می‌کرد و حتی حاضر بود به زندان برود ولی مالیات خانه‌اش را که در «کنکورد ماساچوست» بود، نپردازد. زیرا از نظر او دولتی که در آن برده‌داری آزاد است و از طرفی پول مردم را برای جنگ مصرف می‌کند، دولتی ناکارآمد

است. در آن زمان تصمیم گرفتم که حتماً یک روز از شهر «کنکورد» دیدن خواهم کرد و خود را غرق در محیطی می‌کنم که چنین مردی با افکار انقلابی در آن زندگی کرده است.

چند روز بعد هنگامی که مادرم به مدرسه آمد تا برای بار دوم با مدیر مدرسه جلسه داشته باشد، در آن جلسه ایده‌های «تروی» را مطرح کردم و گفتم: «از این‌که به خاطر باورهایم تنبیه شوم احساس بدی ندارم. من از این‌که ندای درونم را دنبال می‌کنم و از قوانین احمقانه پیروی نمی‌کنم، آن‌چنان متأسف نیستم.»

مادرم برای رسیدگی به مشکل من مجبور شده بود یک روز کاری مرخصی بگیرد. در آن زمان حدود پنج سال شده بود که من از یتیم‌خانه بیرون آمده بودم و در کنار مادرم زندگی می‌کردم. در نتیجه مادرم به خوبی می‌دانست که پسرش همانند پسرهای لوس و نتر دیگران نیست که حاضر باشد از قوانین احمقانه تبعیت کند. او همواره به تصمیمات من اعتماد داشت و دلیل اصلی این اعتماد این بود که می‌دانست من از زمانی که خیلی کوچک بودم **هنر تصمیم گرفتن** را آموخته‌ام.

در آن جلسه من چند جمله از کتاب «تروی» را برای مدیر مدرسه خواندم و متذکر شدم که هیچ‌گونه احساس ندامتی بابت نافرمانی خود ندارم و البته مسئولان مدرسه مانند تمام کسانی که در جایگاه قدرت هستند، به حرف‌های من اعتنایی نکردند و مرا در آن درس

مردود اعلام کردند. من در کلاس‌های تابستان شرکت کردم و البته سر خود را بالا می‌گرفتم و بابت تمام آن روزهایی که به خاطر تصمیمی که گرفته بودم و از کلاس رفتن تعلیق شده بودم، بسیار شکرگزار بودم. زیرا در آن روزها من با ایده‌های مردی آشنا شدم که تأثیر بسیار زیادی را در مابقی زندگی من گذاشت.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

اتفاقاتی که در آن دوران دبیرستان برای من افتاد، مزیت‌های خیلی زیادی در زندگی آینده‌ام داشت. یکی از آن‌ها این بود که توانستم به پدر بهتری برای هشت فرزند خود تبدیل شوم. هنگامی که فرزندانم در مدرسه با قوانین دچار مشکل می‌شدند، به خوبی آن‌ها را درک می‌کردم. در آن لحظه، گذشته خود را به یاد می‌آوردم و می‌دیدم که من هم در گذشته با قوانینی که آن‌ها را بی‌معنا می‌دانستم، مشکل داشتم. به همین دلیل با آن‌ها به خوبی همدردی می‌کردم. می‌دانستم که به عنوان یک پسر جوان، تبعیت کورکورانه از قوانین بی‌فایده، چقدر سخت است.

تجربیات من در دوران دبیرستان، مرا به این سمت سوق داد که درباره نوعی از آگاهی برتر سخنرانی کنم و بنویسم. بعدها مطالعات خود را متمرکز بر متون باستانی کردم که عنوان آن‌ها «تائوته چنگ» بود که توسط «لائو تزو» در قرن پنجم نوشته شده بود. من متوجه سطح

بالای هوشیاری در آن متون باستانی شدم. «تائو» به معنای خداوند است. در این فلسفه بیان می‌شود زمانی که «تائو» (خدا) حضور داشته باشد، عمل از قلب انسان برمی‌آید. اما هنگامی که «تائو» (خدا) حضور نداشته باشد، عمل از قوانین برمی‌خیزد، که بدون شک هیچ فضیلتی در این گونه عمل نیست.

مشکلاتی که من با قوانین دست و پاگیر و غیرضروری در سنین نوجوانی داشتم، در نهایت منجر به این شد که در سنین بزرگسالی در زمینه خوداتکایی بنویسم و صحبت کنم. به نظر من چیزی وجود دارد که من آن را «من حضور دارم» می‌نامم. این «حضور» از نظر من همان منبع، تائو، ذهن الهی، خدا، الله، کریشنا و هر آنچه که شما می‌خواهید آن را بنامید، است. همین «حضور» است که گاهی اوقات فراتر از یک ندای درونی می‌رود و ندای آن را به وضوح احساس می‌کنم. این نیرو که من آن را «حضور» می‌نامم، بسیار ترغیب کننده است و البته از همان دوران نوجوانی به همین شکل بود. به نحوی که هرگز نمی‌توانستم خود را هم‌رنگ جماعت کنم و هرگاه متوجه می‌شدم که دارم در تله هم‌رنگ جماعت شدن گرفتار می‌شوم، بلافاصله تغییر مسیر می‌دادم. اکنون به وضوح می‌توانم ببینم آن نیروی درونی که از همان دوران نوجوانی با من بود، مرا به سمتی سوق داد که در نهایت به دیگران این نکته مهم را بیاموزم که هرگز قربانی افکار عمومی نشوند و همواره از هم‌رنگ جماعت شدن پرهیز کنند.

آن تابستان که برای بار دوم مجبور شدم درس زیست شناسی را بگذرانم، تابستان خاطره‌انگیزی شد. معلم جدیدم خانم «الیو فلچر» یکی از بهترین معلمانی بود که تا به حال داشته‌ام. او معلمی بود که برای من وقت می‌گذاشت و با من صحبت می‌کرد. خانم «فلچر» همواره مرا تشویق می‌کرد که به درون بنگرم تا بتوانم گنج نهفته خود را کشف کنم. اگر من درس زیست شناسی را با همان معلم اصلی تمام کرده بودم، دیگر هرگز این فرصت را پیدا نمی‌کردم که با معلمی آشنا شوم که به من یاد دهد چگونه می‌توان یک معلم خوب و دلسوز بود، چیزی که در دورانی که خودم آموزگار بودم بسیار از آن بهره‌مند شدم.

نقطه اوج این ماجرا در شانزده سال بعد اتفاق افتاد، من دانشجوی دکترا بودم و در عین حال مسئول آموزش کسانی بودم که در حال گرفتن مدرکی بودند که برای به دست آوردن سِمَت‌های بالاتر در دبیرستان‌ها، به آن مدرک نیاز داشتند. در لیست متقاضیان، یک نام آشنا دیدم. همان معلمی که یک روز مرا در درس زیست شناسی مردود کرده بود، هم‌اکنون یکی از شاگردان من بود که به شدت به آن مدرک برای ترفیع گرفتن در شغلش نیاز داشت. همان‌طور که همیشه گفته‌ام، هیچ چیز در این جهان اتفاقی نیست. حال زمان انتقام فرا رسیده بود! می‌توانستم با خودکاری که در دست داشتم کاری کنم که تمام شانس او برای ارتقاء شغلی از بین برود. اما در واقع هرگز آن موضوع را به او یادآوری نکردم و نمره لازم برای به دست آوردن ارتقاء شغلی را به او دادم و البته فکر کنم او هم اصلاً مرا به یاد نیاورد.

بسیار از حضور دستان الهی در زندگی‌ام شکرگزار هستم، زمانی که تنها پانزده سال داشتم به صورت کاملاً ناخواسته کتاب «تروی» را در مسیر من قرار داد. نمی‌دانم چرا آن قدر شیفته جملات او در کتابش شدم، اما آن کتابی که روی نیمکت مخصوص دانش آموزان تعلیق شده قرار داشت، آغازی بود برای یک عمر زندگی کردن با کتاب‌های نویسنده‌ای که در قرن ۱۹ زندگی می‌کرد و تنها دو کتاب به چاپ رسانده بود.

در طی این سال‌ها، بارها به «کنکورد» در ماساچوست سفر کرده‌ام و از خانه دو نویسنده به نام‌های «رالف والدو امرسون» و «هنری دیوید تروی» دیدن کرده‌ام. در واقع هنگامی که از خانه «تروی» دیدن می‌کردم از مسئولین آن‌جا درخواست کردم که بر روی تختی که «تروی» بر روی آن می‌خوابید بنشینم و پشت میزی که «تروی» بر روی آن کتاب‌هایش را می‌نوشت، بنشینم.

از دیدگاهی که امروز دارم، به وضوح می‌توانم بینم «تروی» و «امرسون» هر دو نقش بسیار مهمی در زندگی بزرگسالی من داشته‌اند.

واقعاً چرا باید در آن زمان که به دلیل سرپیچی از مقررات، بر روی نیمکت مخصوص افراد دردسرساز نشسته بودم، آن کتاب را آن‌جا می‌دیدم؟ کتابی که در آن به وضوح از سرپیچی کردن و نافرمانی مدنی از مقررات بیهوده دفاع می‌کرد.

من حضور «تروی» را همواره در زندگی‌ام احساس کرده‌ام، حتی در همین لحظه که در حال نوشتن این جملات برای شما هستم، حضور او را به خوبی احساس می‌کنم. حضوری که به من یادآوری می‌کند ما هرگز تنها نیستیم و می‌توانیم همواره بر روی کمک‌های فراطبیعی آن اساتید در مسیر تحقق سرنوشت‌مان حساب باز کنیم.

به وضوح می‌توانم ببینم که تمامی آن اتفاقات دوران نوجوانی مرا برای رسالتی مشخص آماده می‌کرد. رسالتی که در آن من باید به یک آموزگار بین‌المللی در زمینه خوداتکایی و ارتباط با آگاهی برتر تبدیل می‌شدم. خداوند همواره به شیوه‌ای رازآلود، کار خود را به انجام می‌رساند و مواجه شدن با کتاب «تروی» به صورت کاملاً ناخواسته در همان اوایل نوجوانی نمونه بارزی از شیوه رازآلود خداوند است.

بخش هشتم

در حال صحبت با خانم «الیو فلچر»، معلم زیست شناسی جدیدم در ترم تابستانی بودم. موفق شده بودم نمره کامل را در درس زیست شناسی کسب کنم. همان درسی که به خاطر انجام ندادن تکلیفی احمقانه، در آن مردود شده بودم. به خانم «فلچر» می‌گفتم: «می‌خواهم امسال کتاب رمانی بنویسم. می‌دانم که قادر به انجام این کار هستم و البته ایده‌ای هم برای داستان رمان دارم.»

من بسیار مجذوب ایده هوشیاری برتر و فراطبیعی بودم. باور داشتم که سطحی از هوشیاری وجود دارد که از طریق ارتباط با آن می‌توان به اطلاعات غیرمعمول، نیروهای خودشفادهی و نیروهای فراطبیعی دست یافت. نام اولین رمان خود را «هموطن متفاوت» نامیدم و تمام بعدازظهرها، مکان دنج و آرامی را پیدا می‌کردم و تخیلات خود را بر روی کاغذ می‌نوشتیم. دفترهایم یکی پس از دیگری به اتمام می‌رسید و من همه آنها را در یک کیسه قهوه‌ای رنگ در اتاق زیر شیروانی نگهداری می‌کردم. عاشق نوشتن شده بودم، عاشق این لحظاتی که در گوشه‌ای مخفی می‌شدم و شخصیت‌های رمان خود را خلق می‌کردم.

من خواندن کتاب را بسیار دوست داشتم و همواره در حال مطالعه کتابی بودم. اما اغلب دوستانم هیچ علاقه‌ای به مطالعه نداشتند و نوشتن را هرگز به عنوان یک شغل نمی‌دانستند.

در واقع از نظر آن‌ها خواندن و نوشتن کار بچه‌های درس‌خوان و سوسول است. در کلاس ادبیات انگلیسی، هر دانش آموز باید هر هفته گزارشی را آماده می‌کرد. هر چقدر کیفیت و کمیت گزارش‌ها بیشتر بود، یعنی در نهایت آن دانش آموز نمره بیشتری در درس ادبیات انگلیسی خواهد گرفت. در آن زمان که از لحاظ مالی در مزیقه بودم، به ازای ۲۵ سنت برای بقیه دانش آموزان گزارش می‌نوشتم. اگر نمره‌ای که برای گزارش می‌گرفتند B بود، من آن پول را نمی‌گرفتم و اگر نمره A بود، به ۲۵ سنتام دست می‌یافتم. من به عنوان نویسنده گزارش‌ها در کلاس ادبیات انگلیسی کار می‌کردم و از همان‌جا اعتماد به نفس در نوشتن پیدا کردم و البته از همان‌جا طعم ضرر و سود را در دنیای واقعی چشیدم.

درباره هر موضوعی می‌توانستم بنویسم و به نظر خودم نوشتن به صورت خود به خود انجام می‌شد. به محض این‌که خودکار را در دستانم می‌گرفتم، دستم شروع به حرکت می‌کرد. گویی این من نیستم که می‌نویسم، بلکه بخش نادیدنی (نامرئی) از وجودم است که هنگامی که قلم را در دست می‌گیرم، از دست من به عنوان وسیله‌ای برای نوشتن کلمات استفاده می‌کرد.

عاشق امتحانات انشاء بودم، چون می‌دانستم هر موضوعی که باشد می‌توانم درباره آن تا دلم می‌خواهد بنویسم. نوشتن مانند یک دوست و همراه برای من بود. عاشق آن لحظاتی بودم که در یک جای دنج و خلوت می‌نشستم و شروع به خلق کردن شخصیت‌های داستانم می‌کردم.

البته خودِ داستان آن‌چنان برایم مهم نبود، بلکه نشستن در جایی ساکت به همراه یک قلم و کاغذ برای من بسیار دلپذیر بود. هنگامی که شروع به نوشتن می‌کردم، با خود می‌گفتم: نوشتن برای من کاری ندارد. در حقیقت نوشتن بخشی از وجود من است. من از نوشتن بسیار لذت می‌بردم و دائماً این جمله را با خود یادآوری می‌کردم: «نوشتن بخشی از وجود من است.»

چیزی که در آن زمان مرا بیش‌تر از همه ارضا می‌کرد و احساس رضایت خاطر در من ایجاد می‌کرد، این بود که در هنگام نوشتن احساس می‌کردم که مشغول انجام کاری هستم که برای آن، به این کره خاکی آمده‌ام. این دلیل اصلی عشقِ من به نوشتن بود.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

از همان دوران نوجوانی این آگاهی با من بود که نویسندگی نقش مهمی در زندگی من بازی خواهد کرد. این آگاهی همواره هنگامی که کتاب‌های امرسون و تروی را مطالعه می‌کردم با من بود. هنگامی که مشغول نوشتن رمان و داستان بودم، به معنای واقعی احساس رضایت خاطر می‌کردم. در آن سال‌ها داستان‌های زیادی نوشتم. داستان‌هایی با عناوین «دوری از تفکر عموم مردم»، «هر چیزی امکان‌پذیر است»، «شناخت واقعی خداوند». نوشتن در ابتدا

به عنوان تفریح بود و بعدها به صورت جدی و تمام وقت به رشته مقطع دبیرستان من تبدیل شد.

از همان زمان که در ازای ۲۵ سنت برای همکلاسی‌هایم گزارش می‌نوشتم، متوجه شده بودم تفاوت خاصی بین من و دیگر دوستانم وجود دارد. عادت نوشتن بعدها هنگامی که در نیروی دریایی خدمت می‌کردم و بعد از آن در دوران دانشگاه همراه من بود. نوشتن، حس تأیید درونی به من می‌داد. تأییدی که لازم نبود آن را از منبع بیرونی دریافت کنم. از همان دوران نوجوانی و جوانی به این موضوع می‌اندیشیدم که هرگز دوست ندارم برای کسی کار کنم و به محل کاری بروم که به من دستور بدهند چه کاری را انجام دهم و چه کاری را انجام ندهم.

دوست داشتم به ندای درونی خودم گوش فرا دهم و نویسندگی دقیقاً این خصوصیت را داشت که می‌توانستم ایده‌های خودم را بر روی کاغذ بیاورم و مطمئن بودم می‌توانم روزی از این طریق زندگی‌ام را تأمین کنم.

البته این به معنای راحت طلبی نبود. حتی در این سن هنوز بیش از چهل ساعت در هفته در حال رسیدگی به امور کاری هستم، اما به وضوح می‌توانم ببینم سرنوشت من به نحوی رقم

خورده است که هیچ‌گاه رئیس و مافوقی نداشته باشم و بتوانم کاری را انجام دهم که هم‌راستا با خواسته قلبی و ندای درون خودم است.

من خواسته قلبی و ندای درون خود را دنبال کردم. کاری را انجام دادم که حس خوبی به من داد. از همان دوران جوانی خود را به عنوان یک نویسنده می‌دانستم. حتی اگر اطرافیان با این کار من موافق نبودند، اما من بدون در نظر گرفتن نظر آنها به دنبال علاقه قلبی خود رفتم. من ندای روحم را دنبال می‌کردم و البته پاداش خوبی هم دریافت کردم.



بخش نهم

«ازت متنفرم. چگونه توانستی فرزندان را به حال خودشان رها کنی و حتی برای پرسیدن

حال آن‌ها تماس تلفنی هم نگیری؟ دوست دارم که با مشت به صورتت بکوبم!»

کابوسی شبانه که در آن تمام خشمم را بر روی پدرم خالی می‌کردم. به کرات خواب می‌دیدم

که با خشم با او صحبت می‌کنم و از او سؤالات بی‌جواب زیادی دارم که می‌خواهم جواب

آن‌ها را بدانم. با وجود این که هرگز پدرم را ندیدم و هیچ خاطره‌ای با او نداشتم، اما به شدت

از دست او ناراحت و خشمگین بودم که چگونه توانسته است سه فرزندش را به حال خودشان

رها کند. داستان‌های زیادی درباره او شنیده بودم. از دزدیدن جواهرات مادر بزرگم، از ارتباط

با زن‌های مختلف و از مصرف بی‌رویه الکل و افتادن در زندان. اما چیزی که بیش‌تر از همه

مرا خشمگین می‌کرد، این بود که او چگونه پانزده سال زن و فرزندانش را ترک کرد و اصلاً

برایش اهمیتی ندارد که آنها در مضیقه مالی به سر می‌برند. نه، هرگز از او خبری نشد. «ملوین

دایر» ناپدید شده بود و دیگر هرگز برنگشت.

بعد از این که مادرم از پدرم جدا شد، من در کنار مادرم و برادرانم زندگی می‌کردم. «جیمی»

و «دیوید» علاقه‌ای نداشتند که درباره پدر چیزی بدانند، اما من کنجکاو بودم. می‌خواستم

خصوصیات مردی را که در کابوس‌های شبانه با او درگیر هستم، بدانم.

سعی می‌کردم از مادرم خصوصیات او را جويا شوم، اما او پرهیز می‌کرد. تنها چیزی که درباره پدرم می‌گفت این بود که او مردی عوضی و بی‌مسئولیت بوده است که از مسئولیت پدر بودنش شانه خالی کرده بود. مادرم در مورد یکی از شغل‌های پدرم گفت: «او به عنوان یک فروشنده برای شرکتی کار می‌کرد که البته بعد از دزدی و اختلاس از آن شرکت، اخراج شد.»

با این که مادرم هیچ چیز مثبتی درباره آن مرد برای گفتن نداشت، اما می‌خواستم درباره او بیش‌تر بدانم. خیلی دوست داشتم برای یک بار که شده او را از نزدیک ببینم تا بتوانم داستان را از زبان او نیز بشنوم. روزی نبود که به او فکر نکنم. در تصوراتم او را می‌دیدم و با خشم از او می‌پرسیدم: «چگونه به خودت اجازه دادی همسر و سه فرزندت را که کم‌تر از پنج سال سن داشتند رها کنی؟»

می‌خواستم بدانم چه حسی نسبت به من دارد؟ یا اصلاً حس پدران و عشقی نسبت به من دارد؟

سعی می‌کردم با پرس و جو محل زندگی او را پیدا کنم. از آشنایان سراغ او را می‌گرفتم و به دنبال شماره تماس و یا سرنخی از او بودم. در ذهنم همواره تصور می‌کردم که روزی او را پیدا می‌کنم و جوابی برای صدها سؤال بی‌جواب خود پیدا می‌کنم.

من دائماً درباره پدرم سؤال می‌پرسیدم و متوجه شده بودم که مادرم به خاطر این حس کنجکاو من ترسیده است. دو برادر دیگرم اصلاً به این موضوع اهمیت نمی‌دادند. برادر بزرگ‌ترم، «جیمی»، خاطراتی کوتاه از او را به یاد می‌آورد. خاطراتی که در آن با مادرم بدرفتاری می‌کرد. شاید به دلیل همین خاطرات بد اصلاً نمی‌خواست به او فکر کند.

مادرم به شدت از او متنفر بود. به صورتی که همیشه سؤال‌های من به این نوع جواب‌ها ختم می‌شد: «او مردی عوضی بود. بهتر است او را اصلاً نشناسی.» در نهایت به خاطر اصرار مادرم دست از کنجکاو درباره او برداشتم، اما چیزی درونم بود که می‌خواست با او صحبت کند. دیدگاه او را بداند. می‌خواست داستان را از زبان او بشنود. شاید با وجود این که مرا ترک کرده بود، اما هم‌چنان عاشق من بود. شاید او مجبور بوده است چنین انتخابی کند. شاید آن‌قدرها هم فردی خودخواه نبوده است.

به هر صورت نبود پدرم در دوران نوجوانی برای من بسیار مهم شده بود. من کنجکاو بودم. می‌خواستم هر طوری که شده او را پیدا کنم. می‌خواستم به او بگویم در کابوس‌های شبانه‌ام چه خشونت‌هایی نسبت به او اعمال می‌کنم. به خودم قول داده بودم، روزی او را پیدا می‌کنم و مانند دو مرد، رو در رو با هم صحبت می‌کنیم. حتی اگر بقیه خانواده موافق این کار من نباشند.

نمی‌توانستم به خود بگویم «رهايش كن». می‌خواستم ملاقاتش کنم. می‌خواستم بداند که من وجود دارم. صد البته می‌خواستم مرا مورد عشق خودش قرار دهد.

در سال ۱۹۵۶ در روز ولنتاین، ناگهان زنگ تلفن به صدا در آمد. زنی پشت گوشی بود که خود را عمه من معرفی کرد. او برای من توضیح داد که مادربزرگم، امروز صبح در گذشته است و از من و دو برادرم درخواست کرد که در مراسم ختم او شرکت کنیم. من تا به حال اسم آن عمه‌ام را نشنیده بودم، اما با این وجود بدون معطلی گفتم: «چشم، حتماً حضور خواهیم یافت.»

تصمیم آنی من در آن لحظه به این دلیل نبود که مشتاق بودم در خاکسپاری مادربزرگم شرکت کنم، بلکه فرصتی را پیدا کرده بودم تا بتوانم در نهایت پدرم را ملاقات کنم. حتماً او به مراسم خاکسپاری مادرش می‌آمد.

به همراه برادرم «جیمی» به سمت غرب «دیترویت» رانندگی کردیم و به خانه‌ای رسیدیم که مملو از افراد غریبه بود. من فقط به یک دلیل آن‌جا بودم: ملاقات با مردی که پدرم بود! اما او آن‌جا نبود. «ملوین دایر» حضور نداشت. سپس به قبرستان رفتیم، تابوت زنی را حمل می‌کردم که مادربزرگم بود. مادرِ پدرم.

بعد از مراسم خاکسپاری به خانه مادربزرگم برگشتیم. منتظر بودم که بالاخره پدرم از راه برسد. در همین هنگام بود که خودرویی درب منزل مادر بزرگ پارک کرد و دسته گلی را آورد که در آن یادداشتی بود. آن گل از طرف پدرم بود که به دلیل عدم حضورش در مراسم عذرخواهی کرده بود.

در آن لحظه حس عجیبی داشتم. گویی تنها فرصتم برای دیدار پدرم را از دست داده بودم. شاید او می‌ترسید که خود را نشان دهد. شاید می‌ترسید مادرم او را به دلیل عدم حمایت مالی از همسر و فرزندانش در طول این پانزده سال به زندان بیندازد.

دیگر دلیلی برای حضورم در آن مراسم نمی‌دیدم. به همین دلیل به برادرم اصرار کردم آن جا را ترک کنیم. قبل از رفتنم با دخترعمه‌ای به نام «دروتی» آشنا شدم که به من گفت پدرت بعد از ترک مادرت با زن‌های بسیاری بوده است، از جمله دختر جوانی که در محله «بلومینگراس، ویرجینیا» زندگی می‌کرده است. هم‌چنین با زنی که نامش «جویانا» بوده در «ساندسکی، اوهایو» زندگی می‌کند. من آن سرنخ‌ها را یادداشت کردم و از دخترعمه‌ای که نامش را هم هرگز نشنیده بودم خداحافظی کردم. چقدر غم‌انگیز بود که نتوانسته بودم با پدرم ملاقات کنم. حتی مرگ مادرش هم نتوانست این فرصت دیدار را فراهم کند.

اکنون دیگر بیش از هر زمان دیگری مشتاق بودم تا او را رو در رو ببینم. هنگامی که تولد شانزده سالگی‌ام را جشن گرفتم، تصمیم گرفتم با پولی که جمع کرده بودم به ویرجینیا سفر کنم تا بتوانم پدرم را در کنار آن دختر جوانی که با او ازدواج کرده بود، غافلگیر کنم. تعطیلات تابستان داشت فرامی‌رسید و مافوقم در فروشگاه‌های که صندوق‌دار آن بودم، به من پیشنهاد کرد در طول تابستان تمام وقت کار کنم و مسئولیت‌های بیشتری را بپذیرم. فرصت خوبی بود تا بتوانم پولی برای خرید یک اتومبیل جمع کنم و همچنین موقعیت شغلی خودم را نیز ارتقاء دهم. در نتیجه تصمیم گرفتم به جای ویرجینیا به اوهایو بروم و با «جویانا» همسر سابق پدرم ملاقات کنم.

حدود سه ساعت در راه بودم تا به اوهایو برسم و بتوانم با همسر سابق پدرم ملاقات کنم. «جویانا» به عنوان پرستار در بیمارستان کار می‌کرد. در همان ابتدا او به من گفت: «پدرت مرد بدی بود. هر چیزی که مادرت درباره او گفته است درست بوده است. او از کار کردن پرهیز می‌کرد و همواره درگیر مشکل قانونی برای مصرف زیاد الکل بود. من به تو پیشنهاد می‌کنم از او دوری کنی. او فردی حقه‌باز است و بهتر است او را از زندگی‌ات دور نگه داری.» «جویانا» بقیه روز را در کنار من گذراند تا به سؤالات من پاسخ دهد. مهم‌ترین سؤال من از او این بود: «آیا او تا به حال اشاره‌ای به همسر و سه فرزند خود کرده بود؟ آیا تا به حال نام کوچک‌ترین فرزندش را که «وین» بود به زبان آورد؟»

او به چشمان مملو از اشک من نگاه کرد و گفت: «نه، من حتی نمی‌دانستم او قبلاً ازدواج کرده است.»

در آن لحظه قلبم شکست... من پدری داشتم که حتی نام فرزندانش را به همسر دوم خود نگفته بود. واقعاً او چگونه مردی بود؟ آیا او اصلاً کسی را دوست داشت؟ آیا اصلاً می‌دانست عشق یعنی چه؟ چرا آن قدر بین من و او که پدر خونی من بود، فرقی وجود داشت؟ من که به همه عشق می‌ورزیدم. مادرم، برادرانم، دوستانم، ضعفا و حتی پدرم. اوهایو را ترک کردم و مصمم شدم که برای همیشه حس کنجکاوی دیدار با پدرم را سرکوب کنم. به «دیترویت» برگشتم و خودم را غرق کار کردم و کمک خرج خوبی برای مادرم شدم. اما اشتیاق دیدار با پدرم هرگز به طور کامل از بین نرفت. هم‌چنان کابوس‌های شبانه ادامه داشت.

از آن زمان بیست سال گذشت تا متوجه شدم او بزرگ‌تریم آموزگار من در زندگی بوده است.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

اکنون به وضوح می‌بینم که عدم حضور پدرم در زندگی‌ام یکی از بهترین موهبت‌های من در زندگی بوده است. غیبت او باعث شد که از همان دوران کودکی برای آموزش خوداتکایی

آماده شوم. خوداتکایی چیزی بود که آن را از همان دوران کودکی یاد گرفته بودم. موضوعی که تمام زندگی شغلی مرا دربر گرفت.

به وضوح پیداست که هیچ اشتباهی در این جهان وجود ندارد. تمام ستارگان و سیارات در جایگاه دقیق خود قرار دارند. خورشید در فاصله دقیقی نسبت به زمین قرار گرفته است که حیات را بر روی زمین ممکن ساخته است. نظم دقیقی تمام جهان را دربر گرفته است. چه در تلسکوپ نگاه کنید و چه در میکروسکوپ، در هر صورت متوجه یک هوش برتر خواهید شد که تمامی اجزاء این جهان را در کنار هم قرار داده است: زندگی هم از این نظم مستثنی نیست. حتی اگر دلیل بسیاری از اتفاقاتی را که در زندگی ما رخ می دهد، ندانیم.

شاید به ظاهر زندگی کودکی من در یتیم خانه چیز خوبی نبود. اما من برای این که بتوانم در آینده به یک آموزگار بین‌المللی در زمینه خوداتکایی تبدیل شوم، باید در آنجا قرار می‌گرفتم. هیچ جا مانند بزرگ شدن در یتیم خانه، نمی‌توانست خوداتکایی را به من یاد دهد. من باید در مکانی قرار می‌گرفتم که جز خوداتکایی، هیچ انتخاب دیگری نداشته باشم تا بتوانم سرنوشت و دارمای خود را تحقق ببخشم و به یک آموزگار معنوی در زمینه خوداتکایی تبدیل شوم.

ماجرای من در آن دوران نوجوانی و اشتیاق من برای دیدار با پدرم، درس بزرگی را در همان دوران نوجوانی به من داد. من می‌خواستم طبق زمانبندی خودم پدرم را ملاقات کنم. اما این نکته را نمی‌دانستم که هر چیزی طبق زمانبندی خداوند آشکار خواهد شد. ما هر چه را که نیاز داشته باشیم، طبق زمانبندی دقیقی، از جانب خداوند دریافت می‌کنیم. این هوش برتر و این نیروی نامرئی یا همان خداوند، طبق زمانبندی خود عمل خواهد کرد و همه چیز را به صورت دقیق و بی‌نظم در کنار هم قرار می‌دهد.

باید این را یاد بگیریم خواست ما فروتر از خواست هستی کُل است. درک این حقیقت، کلید گنج سعادت است. در برابر خواست هستی کُل فروتنانه سر خم کنیم و به زمانبندی او اعتماد کنیم.

اگر به حضور چیزی در زندگی‌تان احتیاج داشته باشید، شک نداشته باشید که آن چیز از هر طریق که شده است به دست شما می‌رسد. در حقیقت، اگر به چیزی به معنای واقعی نیاز داشته باشید، تنها کافی است دست خود را دراز کنید و آن را از دست پروردگارتان بگیرید. اما اگر به حضور چیزی برای تحقق سرنوشت‌تان نیازی نداشته باشید، تقلا کردن برای به دست آوردن آن کاری بیهوده است. زیرا دستیابی به آن مطابق با خواست کُل هستی نیست و یا این که هنوز زمان مناسب برای دریافت آن فرا نرسیده است. فهم این نکته کلید آرامش، سعادت و دل آسودگی شما برای همیشه خواهد بود.

شاید در آن زمان اصرار زیادی داشتم که پدرم در زندگی‌ام حضور داشته باشد، اما هم‌اکنون باور دارم که زندگی من بدون حضور پدرم کامل بوده است. از دیدگاه فعلی‌ام به وضوح می‌توانم ببینم که عدم حضور پدرم باعث شد که من کتاب‌ها، سخنرانی‌ها و فیلم‌های زیادی را تهیه کنم. شاید نفس (ایگو) من تمایل به حضور پدرم داشت، اما روح من می‌دانست که برای تحقق سرنوشتم به حضور او احتیاج ندارم.

هر آن‌چه که برای ماندن در مسیر درست لازم داشتم، برای من فراهم بود. حتی اگر در آن دوران نوجوانی متوجه نبودم. از جایگاه فعلی‌ام، هنگامی که به گذشته نگاه می‌کنم، می‌بینم که همه چیز به صورت کامل و بی‌نقص در کنار هم قرار گرفته بود. شاید حضور پدرم در این جهان به این دلیل بود که باعث به دنیا آمدن پسری شود که از همان دوران کودکی، نوجوانی و جوانی یاد بگیرد که به خود اتکا کند. سپس این مهارت را به میلیون‌ها نفر دیگر آموزش دهد.

این روزها بعضی اوقات حضور پدرم را در کنار خود احساس می‌کنم. دیگر حسی از خشم و عصبانیت نیست، به جای آن حسی از عشق است که تمام وجود مرا دربر می‌گیرد. بله، او بزرگ‌ترین معلم من بود و یقین دارم که خداوند شیوه رازآلود خودش را دارد. اما نه شیوه‌ای تصادفی، بلکه بسیار دقیق و حساب شده و از هر جهت کامل و بی‌نقص و به صورت باورنکردنی با زمانبندی دقیق. بسیار شکرگزار هستم.

بخش دهم

در سال ۱۹۵۸ رفتن به ارتش و تبدیل شدن به یک سرباز در جبهه‌های جنگ، یکی از ترسناک‌ترین سناریوهایی بود که می‌توانستم در ذهنم تجسم کنم. در آن زمان اغلب دوستان من در سن ۱۸ سالگی جذب یک کارخانه اتومبیل‌سازی در «دیترویت» می‌شدند که اصلاً برای من جذابیتی نداشت. بنابراین تصمیم گرفتم در نیروی دریایی ثبت نام کنم، همان‌طور که «جیمی» برادر بزرگ‌ترم دو سال پیش این کار را کرده بود. سرانجام در نیروی دریایی پذیرفته شدم و به منطقه «گریت لیک» در «مریلند» منتقل شدم. حدود دو هفته بود که در آن‌جا مستقر شده بودم و همواره احساس بدی در ناحیه معده‌ام داشتم و دائماً از خود می‌پرسیدم: «دارم با خودم چه می‌کنم؟»

صبح‌گاه بود. شب گذشته مشغول شمردن سوسک‌هایی بودم که بر روی لباس‌ها، تخت‌ها و بدن‌های سربازان می‌خزیدند. به محض این‌که چراغ‌ها خاموش می‌شد، این حشرات موزی از شکاف‌ها بیرون می‌آمدند و همانند یک ارتش، تمام خوابگاه را پر می‌کردند. اما سوسک‌ها کوچک‌ترین مشکل من بودند.

من از دوران کودکی در مکان‌های مختلفی زندگی کرده بودم و یاد گرفته بودم شرایطم را قضاوت نکنم. هیچ حساسیتی نداشتم. غذایی نبود که آن را نخورم و هیچ بیماری مادرزادی

نداشتم. بنابراین هیچ مشکلی نداشتم که خود را با محیطی تنگ که هزاران سرباز در آن مستقر شده بودند، وفق دهم. سوسک‌ها، بوی بد حمام هیچ کدام قابل مقایسه با آنچه که در جبهه جنگ انتظارم را می‌کشید، نبود. جایی که دستور، دستور بود.

قانون در ارتش این بود که هیچ کس حق این را نداشت که مستقل فکر کند و تصمیم بگیرد. هر کس باید آماده اجرای دستور مافوق خود می‌بود و حق هیچ‌گونه پرسش و اعتراضی وجود نداشت. هر نافرمانی عواقب بسیار سختی داشت. حتی ممکن بود به دادگاه نظامی ارجاع داده شود. در آن‌جا همواره باید آماده اجرای دستور می‌بودیم. هیچ فردیتی وجود نداشت. تنها یک جمله بود که باید بر زبان می‌آوردی و آن این بود: «بله، قربان!»

باید طبق دستور می‌خواهیدیم، طبق دستور بیدار می‌شدیم. طبق دستور غذا می‌خوردیم. همه لباس‌های یکسانی داشتیم و موهای همه تراشیده بود. هیچ گریزی از طرز فکر سخت ارتش وجود نداشت. در آن‌جا هیچ فردیتی وجود نداشت. هر کس به مافوق خود تکیه داشت. یا باید تمام دستورات را بدون چون و چرا می‌پذیرفتی و یا باید به سخت‌ترین حالت ممکن تنبیه می‌شدی. در آن شرایط سعی می‌کردم این ایمان قلبی را داشته باشم که من چیزی فراتر از جسم مادی خود هستم. شاید آن‌ها بتوانند به جسم من آسیب برسانند، اما به روح هرگز نمی‌توانند آسیبی برسانند. با وجود تمامی مشکلات بیرونی، می‌توانم در درون خود آرامشی ژرف را حفظ کنم.

تصمیم گرفتم فرمانبردار شوم و البته شاید در آن شرایط جنگی، فرمانبرداری مناسب‌ترین انتخاب بود. در آن شرایطی که زیر آتش دشمن بودیم، شاید بهترین کار این بود که بدون هیچ‌گونه فکر و سؤالی کاری را انجام دهی که به تو دستور داده شده بود.

من برای چهار سال با افتخار در ارتش بودم ولی در دنیای درون خودم هیچ‌گونه دشمنی نداشته و باور داشتم که طرفدار صلح هستم. از دستورات و بازرسی‌های احمقانه بسیار متنفر بودم. به معنای واقعی از این‌که با چنین سربازانی همراه شده‌ام، ناراحت بودم. هر وقت زمان فراغتی به ما داده می‌شد، این مردان به ظاهر بالغ با شور و اشتیاق شروع به خواندن کتاب‌هایی می‌کردند که پُر از تصاویری از سوپرمن و بتمن بود. مطالعات آن‌ها به طرز قابل توجه‌ای با من متفاوت بود و در سطحی بسیار پایین قرار داشت. اما در هر صورت، من باید روزها و شب‌هایم را با این افراد می‌گذراندم. در یکی از اولین مرخصی‌ها، به ما اجازه داده شد که یک آخر هفته در شیکاگو باشیم و دوباره یک‌شنبه رأس ساعت ۱۰ شب در سربازخانه حاضر شویم. در حالی که لباس ارتش بر تن داشتیم، به شهر رفتیم و در خیابان‌ها قدم زدیم. شهر پُر بود از مکان‌هایی برای تاتو، قمارخانه، بارها و انواع و اقسام مکان‌های دیگر برای خوشگذرانی، می‌دیدم تمام دوستانم به این مکان‌ها می‌رفتند تا بعد از دو ماه، مرخصی خود را جشن بگیرند. من با دیدن این شرایط تصمیم گرفتم به سربازخانه برگردم. در روزهای آینده به تدریج همه سربازان در سربازخانه حاضر شدند.

از هر چهار نفری، سه نفر بر روی بدنش تاتو کرده بود. تاتوهای از حرف‌های رکیک و با صورهای عجیب و شیطانی. با خود می‌اندیشیدم: «آیا واقعاً این امکان وجود دارد که در چهار سال آینده در این مکان دوست و همراهی پیدا کنم؟» یقین داشتم که هرگز نمی‌توانم همانند آنها شوم و بدنم را از تاتوهای عجیب و غریب پر کنم. از کودکی با انواع و اقسام رفتارهای نامناسب افراد الکلی مواجه بودم و هم‌اکنون در محیطی قرار داشتم که مرکز این رفتارها است. من که از نوجوانی رمان می‌نوشتم، حال در محیطی قرار گرفته بودم که بالاترین سطح مطالعه آنها کتاب‌های مصور بتمن و سوپرمن بود. از هر گونه خشونت بیزار بودم و حالا خودم به وسیله‌ای برای کشتن انسان‌های دیگر تبدیل شده بودم. در این اوضاع و احوال بیش از هر زمان دیگری منزوی و درون‌گرا شده بودم.

بارها از خود می‌پرسیدم: «این‌جا چه غلطی می‌کنم؟ این دلیل بودن من در این کره خاکی نیست. شاید برای وجود ارتش دلیلی وجود داشته باشد، اما من برای این کار به این دنیا نیامده‌ام. من خواهان جهانی هستم که در آن هیچ اسلحه و ابزار جنگی نباشد.»

شاید دلیل اصلی ناراحتی من این بود که با میل خودم این تصمیم را گرفته بودم. در آن زمان که از دبیرستان فارغ‌التحصیل شدم، این انتخاب درستی به نظر می‌رسید. همواره با خود می‌اندیشیدم که چقدر در گذشته با این موضوع مشکل داشتم که از تفکر اکثریت جامعه

تبعیت کنم . همرنگ جماعت شوم. اما هم‌اکنون این‌جا هستم. در مکانی هستم که قانون اصلی آن این است که همه باید شبیه هم باشند و فرمانبردار بی‌چون و چرای مافوق خود باشند.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

در دورانی که سعی می‌کردم خود را با زندگی سختگیرانه نظامی وفق دهم، احساس می‌کردم که یکی از بزرگ‌ترین اشتباهات زندگی خود را انجام داده‌ام که برای چهار سال در ارتش ثبت نام کرده‌ام. اما از دیدگاه امروز تصمیمات و اتفاقات آن روزها، همانند یک کریستال برای من شفاف شده است. لحظه‌ای که در سن ۱۸ سالگی تصمیم گرفتم به ارتش ملحق شوم، به خوبی به یاد دارم که احساس می‌کردم دستانی نامرئی مرا به این مسیر هدایت می‌کنند. قبل از این‌که در ارتش ثبت نام کنم، می‌دانستم که با آن به مشکل بر می‌خورم. زیرا اخلاق من به گونه‌ای بود که اصلاً دوست نداشتم کسی به من بگوید چه کار کنم و یا چه کار نکنم. اما با این وجود فرم ثبت نام ورود به نیروی دریایی را پر کردم.

برای این‌که چیزی را به صورت عقلانی درک کنید، باید آن را مطالعه کنید، آنالیز کنید، تفکر عمیق داشته باشید، آن را آزمایش کنید و در نهایت فرمولی برای آن کشف کنید و نتیجه‌گیری کلی انجام دهید و در نهایت به خاطر تلاش‌تان به شما مدرکی می‌دهند، اما برای

این که چیزی را از لحاظ روحی درک کنید و به نسبت یقین پیدا کنید، باید آن را تجربه کنید. راه دیگری وجود ندارد.

من می‌توانم این‌جا برای شما درباره میوه آووکادو، تا دلتان می‌خواهد بنویسم. مزه آن را با میوه‌های دیگر مقایسه کنم و مقاله‌ای جامع درباره طعم و مزه آووکادو بنویسم. اما شما هرگز به معنای واقعی طعم آووکادو را احساس نمی‌کنید، مگر این‌که آن را تجربه کنید و یک آووکادو را میل کنید. من می‌دانستم که از این‌که به من بگویند چگونه زندگی کنم متنفرم. می‌دانستم به شدت مخالف این هستم که چیزی را به من دیکته کنند و مرا تبدیل به فردی وابسته کنند. اما باید چنین شرایطی را در عمل تجربه می‌کردم. زیرا این تجربه آن‌چنان تأثیری بر من گذاشت که تصمیم گرفتم این موضوع را آموزش دهم که خوداتکایی و استقلال رسالت هر انسان است. همواره این موضوع را بیان کرده‌ام که طوفان‌های زندگی، لحظات سخت و مشکلات، چیزهایی هستند که باید به خاطر آن‌ها شکرگزار باشیم.

برادر من، «دیوید»، پنجاه سال از زندگی‌اش فردی الکلی بود و هم‌چنین اعتیاد به نیکوتین داشت. فردی بدون اعتماد به نفس و هم‌چنین به شدت ضد خدا بود و وجود خدا را نفی می‌کرد. در سن ۶۸ سالگی پزشکان تشخیص دادند بیماری پارکینسون دارد که غیر قابل درمان است. همین بیماری باعث شد زندگی او به طور کامل تغییر کند.

دیگر الکل مصرف نکرد و دخانیات را به صورت کامل ترک کرد. شروع به نوشتن کرد. آن بخش از وجودش را که سالها گم کرده بود، دوباره پیدا کرد. شروع به صحبت کردن در جمع کرد و تجربیات خود را با آنها در میان گذاشت و گفت که دوباره خداوند را در زندگی‌اش پیدا کرده است. او داوطلب شد که به افراد نیازمند کمک کند و کتابی را به چاپ رساند. او این مشکل بزرگ، یعنی بیماری پارکینسون را به بزرگ‌ترین آموزگار خود تبدیل کرد.

به وضوح می‌توانم ببینم که برای قرار گرفتن در مسیر درست و تبدیل شدن به کسی که برای آن خلق شده بودم، باید با تضاد و مشکلات روبرو می‌شدم تا به معنای واقعی ناخواسته خود را تشخیص می‌دادم. حضور من در ارتش باعث شد به صورت کامل با ناخواسته خود روبرو شوم و به طور کامل بفهمم که چه چیزی را نمی‌خواهم و به دلیل سطح درکی که از ناخواسته خود پیدا کرده بودم، به معنای واقعی خواسته خود را تشخیص داده بودم و به سمت آن حرکت کردم. من به خاطر آن تجربیات سخت در ارتش سپاس گزارم. به این دلیل که در ارتش، اوج خشونت را مشاهده کردم و دیدم که چگونه انسان‌ها را به موجوداتی بی‌اراده تبدیل می‌کنند که صرفاً ابزار آدم‌کشی هستند. چنان انگیزه‌ای در من ایجاد شد که مابقی زندگی‌ام را به نحوی زندگی کنم و چیزی را آموزش دهم که عاشق آن هستم و به آن باور دارم.

هم‌اکنون به این سطح از درک رسیده‌ام که برای تمامی آن شرایط باید شکرگزار باشم، حتی اگر در آن زمان بسیار عذاب‌آور بود اما دلیلی وجود داشت که باید در آن شرایط قرار می‌گرفتم. در این روزها با هر مشکل و طوفانی مواجه می‌شوم، به آن خوشامد می‌گویم، زیرا یقین دارم که این مشکل مرا به سطح بالاتری می‌برد. درست همان‌طور که پنج سال پیش تجربه‌ای که در ارتش داشتم، این کار را برای من انجام داد.



بخش یازدهم

در اردوگاه نظامی در منطقه «مری لند» هستم و برای شش ماه تحت آموزش به عنوان یک بی‌سیم‌چی هستم. دوره بسیار سختی است. از صبح زود تا عصر باید در کلاس‌ها شرکت می‌کردیم و شب‌ها باید به مطالعه دروس می‌پرداختیم. در طی روز باید کدهای موریس را فرا می‌گرفتیم و آن‌ها را به حروف قابل خواندن تبدیل می‌کردیم. هر روز امتحان داشتیم. این دوره شامل دروسی مانند محاسبات عددی، الکترونیک، فیزیک، رمزگذاری و رمزگشایی بود. طی این مدت ضمیر ناخودآگاه من به خوبی یاد گرفته بود که چگونه به صورت اتوماتیک صداهای درون میکروفون را به حروف ترجمه کند.

من بسیار متعهد شده بودم که این دوره شش ماهه را با موفقیت پشت سر بگذرانم. از همان دوران دبیرستان، اگر از درسی خوشم می‌آمد در آن درس بهترین نمره را می‌گرفتم. اما اگر به درسی علاقه نداشتیم، به راحتی آن را مردود می‌شدم. حال به عنوان یک بی‌سیم‌چی بسیار مصمم بودم با بهترین نمرات این دوره را به پایان برسانم. هنگامی که این دوره به پایان رسید، من جزو چند نفر برتر دوره شناخته شدم.

دوست صمیمی من در آن دوران، جوانی نوزده ساله به نام «ری ددلی» از شیکاگو بود. ما با یکدیگر دروس را مطالعه می‌کردیم. تقریباً همانند برادر شده بودیم. حتی در آخر هفته‌ها که

برای تعطیلات به واشنگتن می‌رفتیم، همواره با هم بودیم. یک‌شنبه شب بود و باید قبل از ساعت ده شب در اردوگاه ظاهر می‌شدیم. قبل از رفتن به اردوگاه تصمیم گرفتم در شهر کوچکی که در حومه «مری لند» بود، توقف کنیم. شامی صرف کنیم. زیرا در طول روز هیچ چیزی نخورده بودیم. تصمیم داشتیم یک بشقاب برنج سفارش دهیم که البته غذای ارزانی بود که برای دو سرباز که لباس نظامی بر تن داشتند، مناسب بود.

هنگامی که سفارش دادیم چیزی شنیدم که خشکم زد: «بخشید، ما نمی‌توانیم به شما غذا بدهیم.» این جمله‌ای بود که پیشخدمت گفت، در حالی که رستوران باز بود و چندین نفر در حال صرف شام بودند. پیشخدمت در چشمان من نگاه کرد و به دوستم اشاره کرد و گفت: «به دلیل حضور دوستت نمی‌توانیم به شما سرویس دهیم.» «ری» یک سیاه پوست بود و در این شهر کوچک در نزدیکی «مری لند»، رستوران‌ها به افراد رنگین پوست سرویس نمی‌دادند.

من درخواست کردم که با مدیر رستوران صحبت کنم. اما هیچ کس پاسخگویی من نبود. بسیار خشمگین شده بودم و در مقابل دوستم شرمگین بودم. «ری» در طول زندگی‌اش بارها با این‌گونه قضاوت‌ها مواجه شده بود. برای همین به من گفت که بهتر است قبل از این‌که مشکلی به وجود بیاید از آن‌جا برویم. بسیار ناراحت بودم و بسیار برای دوستم غمگین بودم. اما چیزی که بیش‌تر از همه مرا عصبانی کرده بود، این بود که هر دوی ما لباس نظامی بر تن

داشتیم. ما کسانی بودیم که از جان خود گذشته بودیم و در میدان جنگ حضور پیدا کرده بودیم، تا چنین افرادی به راحتی زندگی کنند. اما آنها حتی احترامی برای لباسی که بر تن داشتیم قائل نبودند.

از «ری» عذرخواهی کردم و به سمت اردوگاه حرکت کردیم. در همان لحظه با خودم عهد کردم که هرگز هیچ کس را از روی ظاهرش قضاوت نکنم. از آن لحظه تا به حال تصمیم گرفتم هر کاری که از دستم بر می آید، انجام دهم تا این گونه افکار احمقانه را از این دنیا حذف کنم. این کار را رسالت خود قرار دادم. خود را متعهد کردم که هرگز کسی را مورد قضاوت قرار ندهم.

اکنون به وضوح می توانم ببینم

آن یکشنبه شب، در آن شهر کوچک، هنوز یکی از تأثیرگذارترین شبهای زندگی من در طول این پنجاه سال بوده است. در آن شب هنگامی که در چشمان «ری» نگاه کردم، غمی را در آنها دیدم که ناشی از پیش‌داوری‌ها و قضاوت‌های مردم نسبت به او بود. غمی که در چشمان او بود، چنان بر روی من تأثیر گذاشت که تصمیم گرفتم در تمام طول زندگی‌ام کسی را مورد قضاوت قرار ندهم و مبلغی باشم برای اشاعه عشق و آگاهی در جوامع انسانی. در آن شب متوجه شدم که تمایلی به برچسب زدن به دیگران از روی ظاهرشان ندارم و

همچنین تصمیم گرفتم در مسیری قدم بگذارم تا بتوانم در برخورد با دیگران ورای ظاهر آنها را ببینم.

آن اتفاق در آن یکشنبه شب، به طور کاملاً دقیقی توسط خداوند در زندگی من طراحی شده بود. من باید به عنوان یک سرباز نوزده ساله شاهد آن رفتار وحشتناک می‌بودم.

آن پیشخدمت بیچاره، خود بر اساس شرایط محیطی که در آن بزرگ شده بود رفتار می‌کرد. او از دوران کودکی بدرفتاری با رنگین پوست‌ها را دیده بود. به همین دلیل این‌گونه رفتار را پذیرفته بود. همچنین او یک کارمند ساده بود که به قول معروف مامور بود و معذور. این رفتارهای نامناسب نسل به نسل برای قرن‌ها وجود داشته است و به صورت رفتاری عادی در ضمیر ناخودآگاه آن مردم ثبت شده بود. برای تغییر این رفتار باید به آنها یاد داده میشد که چگونه برنامه‌ریزی ضمیر ناخودآگاه خود را تغییر دهند تا بتوانند عادت رفتاری جدیدی را جایگزین کنند.

از همان دوران کودکی در دهه ۱۹۴۰ و ۱۹۵۰ عباراتی مانند کاکا سیاه را زیاد می‌شنیدم و هرگز به یاد ندارم که خودم یک بار هم در طول زندگی‌ام از این عبارات استفاده کرده باشم. اما با این وجود، هنگامی که چنین عبارتی را می‌شنیدم، حس به خصوصی نداشتم و هیچ احساس بدی پیدا نمی‌کردم. اما آن اتفاق در آن یکشنبه شب مرا منقلب کرد. تصمیم گرفتم

که در مقابل به کار بردن چنین اصطلاحات تحقیرآمیزی بایستم. کتاب‌هایی می‌خواندم که درباره مخالفت با پیش‌داوری و قضاوت نوشته شده بودند.

هنگامی که به کتاب‌هایی که در طی این سالیان نوشته‌ام نگاه می‌اندازم، متوجه می‌شوم که در دو زمینه بسیار مهم بسیار نوشته‌ام که هر دوی آن‌ها به آن اتفاق دردناک در آن شب مربوط می‌شوند.

اولین زمینه و موضوعی که درباره آن زیاد نوشته‌ام، این است که به مردم یاد دهم که ذهن خود را در اختیار بگیرند و اجازه ندهند دیگران باورهای آن‌ها را شکل دهند. اگر دیگران باوری دارند که مخالف عشق الهی است، بدون توجه به این که منبع آن باور چیست، باید آن را کنار گذاشت و باوری را که منطبق با عشق الهی است جایگزین آن کرد. ما در مراسم مذهبی خود مرتباً این عبارت را تکرار می‌کنیم که خداوند عشق است. بر زبان آوردن این عبارت کافی نیست. ما باید این عبارت را زندگی کنیم.

دومین زمینه‌ای که بسیار درباره آن نوشته‌ام مربوط به قدرت ضمیر ناخودآگاه است. همان‌طور که در ابتدا گفتم، من به مدت شش ماه کدهای موریس را فرا می‌گرفتم. آن قدر تمرین کرده بودم که آن کدها از ذهن هوشیار من به ضمیر ناخودآگاه من انتقال یافته بودند. حدود پنجاه سال است که از آن کدها استفاده‌ای نکرده‌ام، اما هنوز آن کدها در ضمیر

ناخودآگاه من حفظ شده‌اند. هنوز اگر صدای بی‌سیم را در گوشم بگذارم می‌توانم آن کدها را به حروف و کلمات معنادار تبدیل کنم.

به طور مشابه همه ما رفتارها و عاداتی داریم که در ضمیرناخودآگاه ما ثبت شده‌اند. حتی اگر آن‌ها به سود ما نباشند. اما در ضمیرناخودآگاه ما جا خشک کرده‌اند و رفتار ما را کنترل می‌کنند. آن پیشخدمت که در رستوران بود، تحت تأثیر هر دو زمینه‌ای بود که شرح دادم. او هم وابسته به باورها و افکار دیگران بود که به او دستور داده بودند چه کاری انجام دهد و هم تحت تأثیر الگوهای ذهنی بود که از کودکی در ضمیرناخودآگاه او ثبت شده بودند. در همین لحظه که مشغول نوشتن هستم، چهره دوستم «ری» و آن پیشخدمت را به خوبی می‌توانم در نظر بیاورم و می‌توانم به وضوح ببینم که هر دوی آن‌ها در مسیر زندگی من قرار گرفته تا مرا در راهی قرار دهند تا بتوانم سطح بالاتری از آگاهی را به دیگران آموزش دهم.

بخش دوازدهم

اواسط زمستان سال ۱۹۵۹ است. به صورت موقت در نیروی هوایی مریلند خدمت می‌کنم. تصمیم گرفتم برای تعطیلات آخر هفته با لباس نظامی که بر تن داشتم، به سمت خانه بروم. پوشیدن لباس نظامی این مزیت را داشت که رانندگان مرا مجانی سوار می‌کردند. مسافتی حدود ۵۹۰ مایل بود که حدود ۱۲ تا ۱۴ ساعت طول می‌کشید. من بارها آخر هفته‌ها این مسافت را طی کرده بودم و مطمئن بودم که سر موقع به خانه می‌رسم و می‌توانم حداقل یک روز و نیم در کنار خانواده باشم و یک‌شنبه شب، سر زمان مقرر در پادگان حاضر شوم. نیمه شب از پادگان حرکت کردم، دمای هوا به شدت کاهش پیدا کرده بود. در هوای سرد راننده‌ای مرا سوار کرد که به سمت غرب در حرکت بود. در میانه راه راننده گفت که تا «پنسیلوانیا» بیشتر نمی‌رود. او تصمیم نداشت مرا در میانه راه در آن هوای سرد زیر صفر درجه که احتمال یخ‌زدگی من وجود داشت، پیاده کند. از طرفی آن لباس سرمه‌ای نظامی که بر تن داشتم در آن ساعت توسط رانندگان دیده نمی‌شد و ایستادن در کنار جاده کار بسیار خطرناکی بود. آن راننده دوست داشتنی کمی از مسیر خود منحرف شد تا مرا به یک رستوران برساند. ساعت ۳ بامداد بود و من به داخل رستوران رفتم تا شکلاتی داغ سفارش دهم. بعد از خوردن شکلات تصمیم گرفتم دوباره به کنار جاده بروم تا راننده‌ای مرا سوار کند. شب بسیار تاریکی بود و احساس می‌کردم در ناکجاآباد هستم و تا به حال چنین سرمای

را تجربه نکرده بودم. همان‌طور که به سمت جاده در حرکت بودم، با یک سرباز دیگر برخورد کردم که داشت به سمت رستوران می‌رفت. او نیز شانس نیاورده بود که به مقصد خود برسد و به من گفت: «رفیق، هوا بسیار سرد است. من دیگر بیش‌تر از این نمی‌توانم این بیرون بمانم. اگر مراقب نباشی یخ می‌زنی. پیشنهاد می‌کنم تو هم این بیرون نمانی.»

با وجود این‌که حرف او را منطقی می‌دانستم، اما تصمیم گرفتم کنار جاده بروم. حدود ۱۵ تا ۲۰ دقیقه منتظر بودم، اما هیچ اتومبیلی متوقف نشد. تصمیم گرفتم به رستوران بازگردم تا کمی گرم شوم و دوباره به کنار جاده برگردم. وقتی وارد رستوران شدم، تنها یک نفر در آن‌جا بود. همان سربازی که چند دقیقه قبل دیده بودم و به من هشدار داده بود که بیرون نمانم. کمی به او نزدیک شدم و نمی‌توانید تصور کنید که چقدر غافلگیر شدم وقتی متوجه شدم او برادرم است!

«جیم»، که در ویرجینیا خدمت می‌کرد، تصمیم گرفته بود برای آخر هفته به خانه برگردد. او هم سوار اتومبیلی شده بود و راننده آن اتومبیل دقیقاً او را در کنار همان رستوران پیدا کرده بود. ماه‌های زیادی بود که از برادرم، جیم، خبری نداشتم. هر دوی ما شوکه بودیم که چه نیروی رازآلودی ما را در یک نقطه بخصوص به هم رسانده است. طولی نکشید که یک راننده ماشین سنگین (هجده چرخ) وارد رستوران شد و هنگامی که برای او توضیح دادیم

که چه همزمانی عجیبی ما دو برادر را به هم رسانده است، آن راننده بسیار تحت تأثیر قرار گرفت و تصمیم گرفت ما را سوار کند و به دیترویت برساند.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

در طی پنجاه سال اخیر، من و جیم ده‌ها بار آن اتفاق را به یک‌دیگر یادآوری کردیم و هر بار به یک نتیجه مشابه رسیدیم: این اتفاق یک همزمانی عجیب بود که هیچ دلیل منطقی نمی‌توانید برای آن بیاورید.

این اتفاق برای من در آن سن ۱۹ سالگی بسیار پرمعنا بود. این اتفاق به من جهانی را معرفی کرد که پُر از همزمانی‌ها و اتفاقات کوانتومی بود. جهانی که در آن هیچ چیز تصادفی وجود ندارد و همه چیز توسط شعور الهی تحت کنترل هستند.

از دیدگاه امروز هنگامی که به آن اتفاق نگاه می‌کنم، می‌بینم چه رویدادهایی به صورت کاملاً حساب شده برای من و برادرم افتاد که باعث شد ما در آن نیمه شب با هم روبرو شویم. زندگی من از آن گونه اتفاقات پُر بوده است؛ اما این اولین همزمانی بود که توجه مرا بسیار به خود جلب کرد و نگرش من نسبت به رویدادها را برای همیشه تغییر داد.

دیگر به حدی از یقین دست یافته‌ام که هرگونه شک و تردید نسبت به زمانبندی خدا در من از بین رفته است. موضوع کتاب‌ها و سخنرانی‌های من بسیار زیاد تحت تأثیر مفهوم

هم‌زمانی بوده است. مفهومی که بسیار توسط «کارل گوستاو یونگ» (روانشناس شهیر سوئیسی) مورد بررسی قرار گرفته است.

«یونگ» این هم‌زمانی را اتفاقات معنادار می‌نامید. «یونگ» برای اولین بار در یکی از جلسات مشاوره که با بیمار خود داشت، توجه‌اش به موضوع هم‌زمانی جلب شد. هنگامی که بیمار در حال شرح دادن خوابی بود که در آن جیرجیرکی وجود داشت، ناگهان «یونگ» توجه‌اش به صدایی جلب شد که از سمت پنجره اتاق آمد، صدایی که ناشی از نشستن یک جیرجیرک بر روی پنجره بود.

هم‌زمانی که برای من و برادرم اتفاق افتاد و باعث شد که نگرش خود را تغییر دهم و همه چیز را در ارتباط با هم و هدف‌دار بدانم، در آن زمان واقعاً به این اتفاق احتیاج داشتم تا از دیدگاه منطق‌گرای خود آزاد شوم.

برای این که در نهایت بتوانم به یک نویسنده و سخنران در زمینه معنویت و فراطبیعی تبدیل شوم، باید در همان دوران جوانی این موضوع را می‌فهمیدم که هیچ تصادفی و اتفاقی در این دنیا وجود ندارد، مگر این که توسط یک نیروی نادیدنی طراحی شده باشد. هیچ کدام از ما ایده‌ای نداریم که چگونه این جهان مادی، این گونه بی‌نقص آفریده شده است و هر چیز

دارای ارتباطی تنگاتنگ به چیزهای دیگر است، حتی بزرگ‌ترین دانشمندان هم توضیحی در این رابطه ندارند.

دلایل بسیاری وجود دارد که نشان می‌دهد هوش برتری در پشت پرده این زندگی قرار دارد. «مکس پلانک» فیزیکدان و برنده جایزه نوبل می‌گوید: «تمام مواد از نیروی خالصی به وجود آمده‌اند که تمام ذرات زیراتمی را در کنار هم قرار می‌دهد. ما می‌توانیم این نیرو را هوشیاری یا هوش برتر بنامیم. هوش برتری که ذات تمامی مواد است.»

این گفته «پلانک» بیانگر این موضوع است که این نیروی نادیدنی و هوش برتر در تمامی چیزها و همه انسان‌ها وجود دارد و آن نیرو است که بازی زندگی را رقم می‌زند. این هوش برتر به طور شگفت‌انگیزی رازآلود است، به گونه‌ای شگفت‌انگیز است که حتی حیرت بزرگ‌ترین دانشمندان تاریخ را نیز برمی‌انگیزند. این هوش برتر کل این جهان را در تعادلی شگرف قرار می‌دهد. این نیروی نادیدنی هر ثانیه و هر روز معجزه می‌آفریند. رساندن دو برادر به یکدیگر در وسط ناکجاآباد در مقابل خلقت این جهان، اصلاً به حساب نمی‌آید. برای من امکان‌پذیر نیست که باور کنم این جهان وجود دارد، بدون هوش برتری که ذات تمام چیزها است. من می‌خواهم زندگی‌ام را با این هوش برتر و نادیدنی هماهنگ کنم. از

زمانی که تصمیم به این کار گرفته‌ام، زندگی من سرشار از این گونه وقایع و همزمانی‌ها شده است. گویی من در آفرینش این وقایع نقش مستقیمی دارم.

آن تجربه در سال ۱۹۵۹ باعث شد که یقین ببرم که زندگی چیزی بیش از موضوعات منطقی و فیزیکی است. یقین بردم که هیچ چیز در این جهان اتفاقی و از سر تصادف نیست. از آن روز به بعد نحوه تفکر من کاملاً متحول شد. در آن زمان این سطح از آگاهی را با کسی در میان نگذاشتم، اما متوجه بودم که درگیر موضوعی فراتر از یک اتفاق عجیب شده‌ام. به آن دو راننده‌ای می‌اندیشم که چگونه به صورت کاملاً دقیقی در مسیر من و جیم قرار گرفتند و هر دوی آن‌ها دقیقاً مسافران‌شان را در کنار یک رستوران پیاده کردند. آن‌ها بخشی از دارما و سرنوشت ما بودند، همان‌طور که ما بخشی از سرنوشت آن‌ها بودیم.

این تجربه در اوایل جوانی باعث شد من از ذهنیت خشک و علت و معلولی خلاص شوم، نوع تفکری خشک و منطقی که به من آموزش داده بودند. در عوض ذهن خود را به گونه‌ای پرورش دادم که بر روی هر چیزی و هر احتمالی باز باشد و در عین حال به هیچ چیز وابسته نباشد و البته در نهایت این نوع تفکر به تمام زندگی کاری من سرایت کرده است.

«آلبرت انشتین» درست می‌گفت: «شما به دو روش می‌توانید زندگی کنید. یا کل زندگی را همانند یک معجزه ببینید یا در هیچ چیزی معجزه نبینید.» هم‌چنین «بودا» می‌گفت: «اگر ما در شکفتن یک گل، معجزه را ببینیم؛ آن‌گاه زندگی‌مان برای همیشه تغییر می‌کند.»

این تجربیات شگفت‌انگیز و هم‌زمانی‌های متعددی که در زندگی من به وجود آمده است، مرا به این نتیجه رساند که ما در آفرینش زندگی‌مان نقش مستقیمی داریم و هم‌چنین در این سال‌ها تمام تلاش خود را کرده‌ام که به دیگران این موضوع را بفهمانم که آن‌ها در خلق زندگی‌شان نقش بسیار مهمی دارند. هنگامی که به گذشته نگاه می‌کنم، قدردان تمامی کسانی هستم که در هوشیاری و بیداری من نقشی ایفا کرده‌اند.

بخش سیزدهم

تابستان سال ۱۹۶۰ است و من به عنوان متخصص امور مخابراتی در بزرگ‌ترین کشتی جهان یعنی USS هستم. ما گشت شش ماه در غرب اقیانوس که شامل ژاپن، فیلیپین و هنگ کنگ بود، را به اتمام رسانده بودیم و حالا دوباره به آمریکا برگشته بودیم. ناگهان در تمام بلندگوهای کشتی این پیام پخش شد: تمام سربازان باید به روی عرشه کشتی حاضر شوند و به گونه‌ای در کنار یکدیگر بایستند که از بالا کلمه «Hi Ike» نشان داده شود، زیرا رئیس جمهور تا دقایقی دیگر با هلیکوپتر بر روی عرشه کشتی می‌نشیند.

من از این دستور احمقانه بسیار خشمگین شده بودم که باید هزاران سرباز با کلاه سفید بر روی عرشه‌ای به گونه‌ای قرار بگیرند که یک مرد به پایین نگاه کند و کلمه‌ای را ببیند. هیچ دلیلی برای انجام این چنین کار احمقانه‌ای نمی‌دیدم.

هیچ علاقه‌ای به این گونه دستورات نداشتم. در واقع این گونه دستورات پوچ را به نحوی توهین می‌دانستم. به هیچ وجه دلم نمی‌خواست به همراه هزار سرباز دیگر زیر گرمای خورشید به گونه‌ای بایستم که نقطه حرف «i» در کلمه «Hi Ike» را بسازیم. که حالا مثلاً شخصی ما را از آن بالا ببیند و ذوق کند.

برای من بسیار سخت بود که فردیت خود را حفظ کنم و در عین حال در سازمانی خدمت کنم که هرگونه فردیت را نفی می‌کند. اسم بازی این بود: تفکر جمعی و قانون این بود: هر آنچه را به تو گفته بپذیر، بدون هرگونه سؤال. غرور خود و هرگونه تمایل برای کنترل افکار خود را کنار بگذار و از تمام دستورات تمام و کمال پیروی کن.

همواره به خود یادآوری می‌کردم که دو سال دیگر بیش‌تر باقی نمانده و بالاخره از این وضعیت خلاص می‌شوم. برای خودم برنامه‌ریزی کرده بودم که به دانشگاه بروم تا بتوانم معلم شوم.

برای دو سال باقی مانده خدمت در ارتش یاد گرفته بودم چگونه از دستوراتی که منجر به تحقیر و آزار روحی من می‌شود پرهیز کنم. هرگاه قرار بود بازرسی‌های احمقانه انجام شود، من به صورت قانونی خودم را به بخشی دیگر منتقل می‌کردم. البته هرگز در این مورد با کسی صحبت نکردم. نمی‌خواستم موجی به راه اندازم که تمام توجه‌ها به من جلب شود، بلکه در خفی به کار خود ادامه می‌دادم.

من از آن بازرسی‌ها بسیار متنفر بودم، به همین دلیل از طریقی توانسته بودم به برنامه ماهیانه بازرسی‌ها دسترسی پیدا کنم و آن روزهایی که قرار بود آن بازرسی‌ها انجام شود، من به صورت داوطلبانه به مأموریت می‌رفتم. هنگامی که قرار بود من تفنگ به دست بگیرم و

کشیک بایستم موقعیتی را پیدا می‌کردم که از این کار صرف‌نظر کنم. از تفنگ و هرگونه ابزار کشتار متنفر بودم. نمی‌خواستم اعتراض خود را علنی کنم، اما با این وجود تمایلی هم نداشتم که این ابزار را در دستانم بگیرم. در آن زمان یاد گرفته بودم که در عین حال که بخشی از یک سازمان هستم، اما با این وجود از دستورات و رویه‌های احمقانه پرهیز کنم، دستوراتی که با ارزش‌های درونی من در تضاد کامل بود.

هنگامی که سربازان بر روی عرشه کشتی رفتند تا کلمه «Hi Ike» را شکل دهند، من به هیچ وجه در شکل‌گیری آن کلمه شرکت نکردم و به موتورخانه کشتی رفتم و در گوشه‌ای شروع به مطالعه آخرین رمان «هارپر لی» کردم. ۲۰۰۰ سرباز بر روی عرشه بود و هیچ‌کس هم هرگز متوجه نافرمانی من نشد.

البته با خود اندیشیدم که اگر این ۲۰۰۰ سرباز فرمانبردار نبودند و آن‌ها نیز ذهنیت مرا داشتند، آن‌گاه نافرمانی برای من هم غیرممکن می‌شد. در نتیجه از تمامی آن ۲۰۰۰ سرباز فرمانبردار سپاس‌گزارم که موقعیتی را فراهم کرده بودند که نافرمانی من دیده نشود.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

هم‌اکنون که در حال نوشتن هستم، به خوبی می‌توانم خودم را ببینم که در موتورخانه کشتی نشسته بودم و مشغول خواندن رمان جدید «هارپر لی» بودم. احساس می‌کنم وجود همیشگی این ندای درونی که از هر گونه فرمانبرداری مرا نهی می‌کرد، بخشی از برنامه خداوند برای هدف خلقت من بوده است. حدود یک دهه پیش، هنگامی که پسرم ۱۳ ساله شده بود، نامه‌ای به او نوشتم تا برای او شرح دهم ۱۳ سالگی و انتقال از دوران خردسالی به بزرگسالی چه معنایی دارد. من نامه‌ام را با این جمله به پایان رساندم:

«اگر گله را دنبال کنی، در نهایت باید در فضولات آن‌ها قدم بگذاری.»

در فضولات دیگران قدم گذاشتن به این معنا است که با وجود این که از اعماق وجود می‌دانی چه کاری برای تو خوب است، اما با این حال ندای درون خود را نشنیده می‌گیری و از کسانی پیروی می‌کنی که از ترکِ گله ترس دارند و هم‌چنین تو را دعوت می‌کنند که همانند آن‌ها باقی بمانی.

بخش چهاردهم

در هجده ماهِ پایان دوران سربازی بودم و به منطقه گویام در جنوب اقیانوس آرام منتقل شده بودم. من به عنوان یک افسر در بخش مخابرات نیروی دریایی مشغول به خدمت بودم.

عادت داشتم روزنامه «گویام دیلی» را بخوانم و اخبار تبعیض نژادی را در آن منطقه دنبال کنم. تمام غیرنظامیان امتیاز این را داشتند که از تجارت آزاد با نیروی دریایی بهره ببرند و از تخفیف ویژه گمرکی برخوردار باشند، به جز کسانی که سیاه پوست بودند و بومی منطقه گویام بودند. اگر کسی بومی منطقه گویام بود، نمی‌توانست از امتیاز تجارت آزاد استفاده کند. دوباره در موقعیتی قرار گرفته بودم که در آن شاهد تبعیض نژادی بودم. این بار این تبعیض نژادی توسط نیروی دریایی وضع شده بود. سازمانی که من برای آن کار می‌کردم. یک روز هنگامی که مشغول مطالعه روزنامه "گویام دیلی" بودم، متوجه اعلامیه‌ای شدم که نوشته بود:

«۷۵ دلار به عنوان جایزه به کسی عطا می‌شود که بتواند بهترین مقاله را علیه تبعیض نژادی در منطقه گویام بنویسد.»

یقین داشتم که اگر در مسابقه شرکت کنم حتماً برنده می‌شوم. من در نوشتن مقاله، سابقه زیادی داشتم. نوشتن برای من چیزی فراتر از یک تفریح بود. نوشتن به عشق من تبدیل شده بود. تا آن زمان صدها مقاله نوشته بودم، بدون این که هیچ ایده‌ای داشته باشم. حتی گاهی اوقات دلیلی هم برای نوشتن نداشتم. تنها می‌توانم بگویم یک عشق درونی بود. یک ندای درونی که مرا به نوشتن و نویسندگی فرا می‌خواند.

تصمیم گرفتم مقاله‌ای بنویسم و برای روزنامه ارسال کنم. دو هفته بعد تلفنی دریافت کردم که به من اعلام کرد که برنده جایزه مقاله نویسی شده‌ام. در آن لحظه بدون این که خودم بخواهم، لقب حامی افراد محروم منطقه گویام به من داده شد و به صورت رسمی مرا فردی می‌شناختند که در مقابل قوانین وضع شده نیروی دریایی ایستاده است. ۷۵ دلار را دریافت کردم و عکسم با لباس نظامی در صفحه اول روزنامه "گویام دیلی" منتشر شد.

از فردای آن روز مورد هجوم کسانی قرار گرفتم که از مقاله من دل خوشی داشتند. حتی تهدید به مرگ نیز شدم. معلوم بود غیرنظامیانی که با نیروی دریایی در ارتباط بودند، دل‌شان نمی‌خواست افراد بومی منطقه حق تجارت داشته باشند. شوکه شده بودم. نامه من براساس قانون اساسی کشور بود. چرا باید کسی به دلیل محل تولدش از حق شهروندی محروم شود؟ اگر امتیاز تجارت آزاد وجود دارد، باید برای تمام مردم آن منطقه باشد. این موضوع برای من بسیار بدیهی بود.

فرمانده نیروی دریایی جزیره «مارینا» مرا به دلیل نقص قوانین نیروی دریایی احضار کرد. به دلیل این که من خودسرانه عقیده خود را بیان کرده بودم و آن عقیده در تضاد با قوانین نیروی دریایی بود و از طرفی چون عکس من با لباس نظامی در روزنامه چاپ شده بود، احتمال داشت مرا به دادگاه نظامی فرا بخوانند. تمامی این‌ها تنها به دلیل این بود که من عقیده‌ای را که برای خودم امری بدیهی بود، بیان کرده بودم. با توجه به این که سال‌های زیادی برای روزنامه «دیترویت نیوز» و «دیترویت فری پرس» به عنوان فروشنده کار کرده بودم و مسئولان آن‌ها را می‌شناختم، تصمیم گرفتم نامه‌ای به آن‌ها بنویسم و اتفاقی را که در گویام افتاده است برای آن‌ها شرح دهم. هم‌چنین یک نامه بلند برای رئیس جمهور وقت، جان اف کندی، نوشتم و برای او توضیح دادم که نیروی دریایی در منطقه گویام در حال اعمال تبعیض نژادی است. من از آن نامه چندین کپی گرفتم، اما آن را ارسال نکردم.

چند روز بعد، توسط دستیار دریاسالار احضار شدم. او برای من توضیح داد که مرتکب چه کاری شده‌ام و تأکید کرد که به شدت قوانین را نقض کرده‌ام و به احتمال خیلی زیاد محکومیت سختی در انتظار من است. در آن لحظه بسیار مؤدب، اما در عین حال مصمم و قاطع بودم. با تمام وجود باور داشتم که نیروی دریایی از مسیر درست خارج شده است و در حال گسترش تبعیض نژادی در منطقه است. به دستیار دریاسالار گفتم که من از تهدید آن‌ها نمی‌ترسم. اما با این وجود نمی‌خواهم کارم را به دادگاه نظامی بکشد و به خاطر شرکت

در یک مسابقه مقاله نویسی مشکلی برایم ایجاد شود. به او نامه‌ای را که برای روزنامه‌ها نوشته بودم نشان دادم و با قاطعیت و در عین حال مودبانه به او گفتم در صورتی که برای من مشکلی ایجاد کنند، این نامه را برای روزنامه‌ها ارسال می‌کنم و پخش این خبر برای دریاسالار و به ویژه نیروی دریایی آمریکا می‌تواند بدنامی به بار بیاورد.

سپس دفتر دستیار دریاسالار را ترک کردم و بعد از آن هیچ‌گاه دیگر حرفی درباره آن موضوع نشنیدم، غیر از تهدیدهای تلفنی که گهگاه از طرف مردم غیرنظامی با من گرفته می‌شد.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

با وجود این که در اوایل دهه بیست سالگی بودم، در مسیری قرار گرفته بودم که تغییر ایجاد کنم و بدون ترس در مقابل زورگویی بایستم. بعد از پایان دوران خدمت، هنگامی که دانشجوی سال اول دانشگاه بودم، یکی از دوستان نزدیکم در منطقه گویام برای من نامه‌ای نوشت و در آن نامه شرح داد که آن مقاله من در روزنامه «گویام دیلی» آن‌چنان اثرگذار بود که چند مدت بعد قوانین تبعیض آمیز لغو شد و بومیان آن منطقه از حقوقشان برخوردار شدند. این اتفاق یکی از بزرگ‌ترین اتفاقات زندگی من بود.

تمام جهان دست در دست هم داد تا من در ۱۸ ماه آخر دوران سربازی به منطقه گویام اعزام شوم. هنگامی که آن مقاله را نوشتم و آن را برای روزنامه «گویام دیلی» فرستادم، مطمئن بودم برنده می‌شوم. هنگامی که به من خبر برنده شدن در مسابقه را دادند، به خود گفتم: «من هر کاری را با قدرت قلم می‌توانم انجام دهم. نه تنها می‌توانم قوانین را تغییر دهم، بلکه می‌توانم در زندگی میلیون‌ها نفر تأثیر بگذارم.»

در طی این سال‌ها، در تمام کتاب‌ها و سخنرانی‌هایم به مخاطبان تأکید کرده‌ام هرگز اجازه ندهند نیرویی بیرونی کنترل زندگی آن‌ها را در دست بگیرد. همواره به ندای درون خود اعتماد کنند.

این اتفاق در اوایل دهه بیست سالگی، مرا ترغیب کرد که به نویسندگی توجه بیشتری داشته باشم و به آن به عنوان شغل و حرفه آینده خود نگاه کنم. بعد از دوران سربازی، هنگامی که به دیترویت برگشتم، توانستم نوشته‌های خود را در یک روزنامه چاپ کنم و پول خوبی نیز دریافت می‌کردم. از تمام کسانی که مرا به این مسیر هدایت کردند، سپاس‌گزار هستم. از سردبیر روزنامه «گویام دیلی» که مسابقه مقاله نویسی را برگزار کرد، از کسانی که مرا بالاجبار به منطقه گویام منتقل کرده بودند، حتی از کسانی که مرا مورد تهدید قرار دادند، سپاس‌گزارم. زیرا واکنش تند آن‌ها مرا مصمم‌تر کرد.

من به خاطر آن تجربه فوق‌العاده در منطقه گویام بسیار خداوند را شکر می‌کنم. آن تجربه به من یاد داد که:

«هرگز تسلیم نشو، به خودت اعتماد کن، یقین داشته باش اگر خواهی می‌توانی جهان را تغییر دهی. نترس باش، بیرون برو و به کسانی که به کمک تو نیاز دارند یاری برسان و هرگز اجازه نده کسی تو را از خواسته قلبی‌ات باز دارد.»



بخش پانزدهم

نشستن زیاد در بخش مخابرات ارتش و همچنین رطوبت بالای هوا باعث ایجاد جوش‌های متورم و دردناک در ناحیه کمرم شده بود. بعد از این که پزشک گویام مرا معاینه کرد، به من گفت که این بیماری در بین سربازان متداول است و تعداد بسیار زیادی از سربازان به این مشکل دچار شده‌اند. من برای درمان به منطقه «آگانا» منتقل شدم تا طی مدت سه روز جراحی و درمان لازم انجام شود. قبل از جراحی وظیفه من این بود که از سربازان دیگر که تحت جراحی قرار گرفته بودند، مراقبت کنم. من باید باندهای تمیز را آماده می‌کردم و بر روی محل زخم بیماران قرار می‌دادم. در اولین صبح اقامتم در آن کلینیک، با سربازی مواجه شدم که عمل جراحی را انجام داده بود. هنگامی که خواستم پانسمان زخم او را عوض کنم، با زخمی بزرگ و بخیه‌های زیادی مواجه شدم که صحنه وحشتناکی بود. با این وجود زخم او را تمیز کردم و آن را دوباره پانسمان کردم.

در پایان آن روز، کمی با خود اندیشیدم و با خود گفتم: «تنها چند جوش بزرگ و متورم در کمر من ظاهر شده است. اگر بخواهم خودم را به تیغ این جراحان تازه کار بسپارم، زخم‌هایی در بدن من ایجاد می‌کنند که آثار آن برای همیشه باقی خواهد ماند.» در آن لحظه تصمیم گرفتم از این عمل صرف نظر کنم. بنابراین نزد پزشک رفتم و گفتم جای جوش‌های من

دیگر درد نمی‌کند و احتیاجی به عمل جراحی نیست و بهتر است من به پادگان برگردم. دکتر به من اصرار کرد تا یک شب دیگر آن‌جا بمانم، چون ممکن است فردا دوباره درد به سراغم بیاید. اصرار دکتر را پذیرفتم و شب در آن‌جا ماندم. در تمام طول شب در ذهنم مجسم می‌کردم که جوش‌ها از بین رفته است و جای آن‌ها همانند قبل خوب شده است. فکر این که بخواهم بدن خود را به تیغ آن جراحان تازه کار بسپارم، مرا ترغیب می‌کرد که نیروی خود شفادهی‌ام را به کار گیرم. صبح روز بعد به پزشکم گفتم که حال من کاملاً خوب شده است و دیگر نیازی نیست آن‌جا بمانم و از او درخواست کردم فرم مرخصی مرا امضا کند. بالاخره از آن‌جا بیرون آمدم و به سمت پادگان راهی شدم. در طول مسیر بازگشت به پادگان هنوز کم‌رنگ دردم می‌کرد و جای جوش‌ها اذیت‌م می‌کرد. اما متوجه شده بودم که درد آن نسبت به روز قبل بسیار کم‌تر شده است.

به مدت چند روز کار من تجسم کردن و مطالعه کتاب‌هایی در زمینه خودشفادهی شده بود. کتابی فوق‌العاده را از کتابخانه به امانت گرفتم، به نام «سایکو سایبرنتیک» نوشته دکتر مکسول مالتز. او در کتابش شرح داده بود که به وسیله رابطه‌ای که بین ذهن و جسم است، می‌توان بدن را شفا داد. او در تحقیقات گسترده‌ای که انجام داده بود، متوجه شده بود بیمارانی که از تکنیک تصویرسازی ذهنی استفاده می‌کنند و خودشان را در ذهن‌شان شفایافته و سالم می‌بینند، بسیار زود شفا پیدا می‌کنند.

من اصلی را که مکسول در کتابش مطرح کرده بود، به صورت کامل انجام دادم و به مدت کم‌تر از چهار روز تمامی آن جوش‌های بزرگ و دردناک شفا پیدا کردند و دیگر هیچ نیازی به مراقبت‌های پزشکی نبود.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

نمی‌دانید چقدر شکرگزار آن بیمار هستم و هم‌چنین آن بیمارانی که در آن کلینیک از آن‌ها مراقبت کردم. ترس من از عمل جراحی توسط آن جراحان تازه کار باعث شد روش‌های خودشفا دهی را امتحان کنم. در آن دوران کتاب دکتر مکسول به کتابی مقدس برای من تبدیل شده بود. قرار گرفتن در آن شرایط نامناسب کلینیک، مرا ترغیب کرد که از تکنیک تجسم و تصویرسازی ذهنی استفاده کنم تا هر طور که شده خودم را شفا دهم. بعد از آن تجربه، متوجه قدرت عظیم تصویرسازی ذهنی شدم و در مواقع بیماری همواره از این تکنیک استفاده می‌کردم.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که حضور من در آن شرایط بد بیمارستان باعث شد من با این نیروی شگفت‌انگیزی که درون همه ما وجود دارد آشنا شوم.

بعد از این که بهبود پیدا کردم، به سربازانی که به این بیماری مبتلا می‌شدند پیشنهاد می‌کردم کتاب مکسول را بخوانند. به آن‌ها می‌گفتم: «تصویر ذهنی خود را تغییر بده تا بتوانی خود را

شفا دهی. ببین، من توانسته‌ام، پس تو هم می‌توانی.» اما متأسفانه آن‌ها حرف مرا باور نمی‌کردند و به قدرت خودشفادهی که درون خودشان بود، شک داشتند.

آن تجربه در سن بیست و یک سالگی بعدها مرا در مسیری قرار داد که به آموزگاری در زمینه خودشفادهی تبدیل شدم. در طی این پنجاه سال با بیماریهای متعددی مواجه شده‌ام که تمام آن‌ها را از طریق تکنیک تصویرسازی ذهنی شفا داده‌ام. من به تمام بیماران پیشنهاد می‌کنم تصویر ذهنی خود را تغییر دهند و خود را به عنوان موجود الهی ببینند که با منبع در ارتباط کامل هستند. خداوندی که منشأ سلامتی است. جمله‌ای است که من بارها آن را تکرار می‌کنم که می‌گوید: «با خداوند همه چیز ممکن است.» من از دکتر مکسول بسیار سپاس‌گزارم که کتابی فوق‌العاده را چاپ کرده بود که در زمانی کاملاً مناسب به دست من رسید.

هنگامی که به عقب نگاه می‌کنم، متوجه می‌شوم که من باید در آن شرایط سخت قرار می‌گرفتم تا با نیروهای شگفت‌انگیز نهفته درونم آشنا می‌شدم. هر چه بیش‌تر به گذشته نگاه می‌کنم؛ یقین من بیش‌تر می‌شود که هیچ اتفاقی در این جهان تصادفی نیست و تمام اتفاقات با نظم و ترتیب خاصی در زندگی ما به وقوع می‌پیوندند.

بخش ۱۶

بهار سال ۱۹۶۱ است، و من در حال سوارشدن به یک هواپیمای نظامی هستم تا از اقیانوس آرام عبور کنم. دو هفته مرخصی‌ام را نزد دای‌ام بیل و لیک^۱ و خانواده‌اش سپری کردم (کسی که در سال‌های وحشتناک جنگ جهانی دوم، به‌عنوان بی‌سیم‌چی و تخریبچی خدمت کرده است و خودش تجربه ناخوشایند حضور در جنگ را دارد). اکنون هم برای بدرقه‌ام آمده، تا قبل از سوارشدن به هواپیما برایم آرزوی سلامتی کند. او که یک معلم فوق‌العاده و بی‌نظیر است، در مدرسه هیوارد^۲ واقع در شهر کالیفرنیا تدریس می‌کند.

در طول دو هفته گذشته که در کنار خواننده دای‌ام بودم، همراه او بر سر کلاس‌هایش حاضر می‌شدم، و از مشاهده سبک تدریسی که به کار می‌گرفت، لذت می‌بردم. او محبوب‌ترین معلم در مدرسه‌اش است، زیرا کلاس‌هایش همیشه جذاب و سرگرم‌کننده هستند، و گویی به مباحثی که تدریس می‌کند، جان می‌بخشد. من عاشق این هستم که درس دادن او را تماشا کنم، و از مشاهده مهر و محبتی که دانش‌آموزانش نسبت به او دارند، لذت می‌برم. برایم جالب است که علاوه بر دای‌ام، که فردی بامزه، باهوش و عمیقاً متعهد به کارش است، همه دانش‌آموزان جوانش هم این خصوصیات را دارند.

ما بعدازظهرها را در کنار هم می‌نشستیم و برای تفریح، اطلاعات عمومی یکدیگر را می‌سنجیم و از هم سؤالات مختلفی می‌پرسیم. این کار را نوبتی انجام می‌دادیم، و من تمام تلاشم را به کار می‌بستم تا با سؤالاتی که طرح می‌کنم، دای‌ام و زن دای‌ام باربارا را به چالش بکشم. این رقابت ذهنی و فلسفی را بسیار دوست داشتم، رقابتی که به مدت دو هفته، هرروز بعدازظهر، میان من، دای‌ام، و زن دای‌ام درمی‌گرفت. در طول این مدت، از بودن در میان کسانی که اهل مطالعه هستند، و با شور

¹ Bill Vollick

² Hayward

و اشتیاقی که دارند، مرا به هیجان می آورند، واقعاً لذت بردم. و من واقعاً عاشق دایمی ام هستم، که می توانم با اطمینان بگویم تأثیرگذارترین فرد در زندگی من بوده است، و همواره او را به عنوان الگویی برای خودم در نظر گرفته ام. در واقع می توانم بگویم که او، برایم مثل یک پدر است.

قبل از سوار شدن به هواپیما، به خودم قولی دادم. با صدای بلند گفتم که: «من ۱۸ ماه آینده را در گوآم^۳، صرف آماده شدن برای ورود به کالج می کنم، تا روزی بتوانم مانند دایمی ام، یک معلم بی نظیر شوم.»

در وجودم شور و هیجان زیادی حس می کنم. من می خواهم که معلم شوم. من حتماً یک معلم می شوم. پس از بازگشت، به کالج می روم تا قابلیت های مورد نیاز برای عملی کردن این رؤیا را به دست آورم. دیگر هیچ شکی ندارم، من هدف زندگی ام را پیدا کرده ام، و در این مسیر، دایمی ام الگوی من است.

در جزیره گوآم، یک سال و نیم فرصت دارم تا برای کاری که می خواهم پس از تمام شدن دوران خدمتم ۱۹۶۲ انجام دهم، آماده شوم. هجده ماه وقت دارم تا راهی برای ورود به یک کالج خوب پیدا کنم، و از آنجایی که نتایج دوران دبیرستانم چندان خوب نیستند، این کار برای من یک چالش بزرگ خواهد بود. متعهد شده ام که راه حلی برای این مشکل بیابم. هم باید فکری برای تأمین مخارج تحصیل در کالج کنم، و هم به طریقی رضایت مسئولان دانشگاه را جلب کنم تا از نتایج دوران دبیرستانم چشم پوشی کنند، و به من فرصتی بدهند تا بتوانم خودم را به آن ها اثبات کنم.

در نخستین روز بازگشتم به جزیره، تصمیم می گیرم که از این به بعد تا آخرین روز حضورم در نیروی دریایی، ۹۰ درصد از حقوقم را پس انداز کنم، و به هر نحوی که شده با آن ۱۰ درصد باقی مانده سر کنم. هزینه همه وعده های غذایی ام را نیروی دریایی پرداخت می کند، و نیازی به پرداخت اجاره و خرید لباس هم ندارم، به علاوه نه سیگار می کشم و نه نوشیدنی های می نوشم، پس

^۳ Guam: جزیره ای واقع در اقیانوس آرام، که تحت حاکمیت نیروهای آمریکایی است.

با همین ۱۰ درصد باید بتوانم زندگی‌ام را در این جزیره اداره کنم. مصمم هستم که به اندازه تمام هزینه‌های ضروری برای چهار سال تحصیل در دانشگاه، پول پس‌انداز کنم، و مبلغی هم برای خرید یک اتومبیل دست‌دوم اضافه بیاورم. مطمئن هستم که پس از ورود به دانشگاه، می‌توانم یک شغل پاره‌وقت پیدا کنم و بقیه مخارجم را تأمین نمایم.

اولین حقوقم را دریافت کرده‌ام، و به شهر آگانا می‌روم، تا یک حساب پس‌انداز در بانک باز کنم و ۹۰ درصد از حقوقم را به آن واریز کنم. احساس هیجان می‌کنم - من اولین گام را برای رسیدن به هدفم برداشته‌ام! خودم را به عنوان یک دانشجو تصور می‌کنم، و اطمینان دارم که هر طور شده پای این تصمیم خواهم ماند.

در طول ۱۶ ماه بعد، هر ماه این کار را تکرار می‌کنم، و می‌بینم که پس‌اندازم روزبه‌روز بیشتر و بیشتر می‌شود. از اینکه به خودم ثابت کرده‌ام که حتی با حقوق اندکی نیروی دریایی، می‌توانم چنین ثروتی را پس‌انداز کنم، احساس خوبی دارم. برایم جالب است که می‌بینم چگونه بسیاری از ملوانان هم‌دوره‌ام، تمام پولشان را صرف خرید نوشیدنی‌های الکلی و مخارج غیرضروری دیگر می‌کنند، و بدون اینکه هدفی در زندگی داشته باشند، تنها به فکر دریافت حقوق ماه بعد هستند، تا آن را هم خرج خوش‌گذرانی‌هایشان کنند. من نمی‌توانم مثل آن‌ها زندگی کنم - دنیای من با دنیای آن‌ها فرق می‌کند. من زندگی کاملاً متفاوتی نسبت به همکارانم در مرکز مخابراتی نیروی دریایی دارم. من هدفی را که در سر دارم دنبال می‌کنم.

کتابخانه کوچکی که در پایگاه وجود دارد، این فرصت را برای من فراهم کرده است تا اوقات فراغتم را با مطالعه پر کنم. من مشتاقانه کتاب‌ها را می‌خوانم، و هر لغتی را که برایم ناآشنا باشد یادداشت می‌کنم تا شب قبل از خواب نگاهی به معنی آن بیندازم. این لغات را در دفترچه‌ای که تهیه کرده‌ام یادداشت می‌کنم، و هر روز آن‌ها را مطالعه می‌کنم. متوجه شده‌ام که به‌طور ناخودآگاه، از این کلمات که به تازگی معنی آن‌ها را فرا گرفته‌ام، در نامه‌هایی که به خانه می‌نویسم، و همین‌طور

سایر نوشته‌هایم استفاده می‌کنم. هرروز، بیشتر و بیشتر لحن و گفتارم شبیه فردی می‌شود که تحصیلاتی بیشتر از مقطع دبیرستان دارد.

من وقت زیادی را در کتابخانه می‌گذرانم، و تصمیم گرفته‌ام که در مدت حضورم در این جزیره، دست کم ۵۰۰ کتاب را بخوانم، و یک دفتر بزرگ از لغات جدیدی که یاد می‌گیرم درست کنم. با اشتیاق فراوان، هر کتابی را که در مخزن کتابخانه پیدا کنم، می‌خوانم و جای خوابم پر از کتاب‌هایی شده است که در حال مطالعه‌شان هستم.

درباره اهدافی که در سر دارم، با هیچ‌یک از دوستانم صحبت نمی‌کنم. در چشم آن‌ها، من فقط یک فرد خرخوان و غیرعادی هستم، در صورتی که تنها دارم هدفم را دنبال می‌کنم، و برای ورود به دانشگاه آماده می‌شوم. هنگامی که چشمانم را می‌بندم، خودم را در نقش یک معلم، و یک استاد دانشگاه تجسم می‌کند، و همین برای ادامه راه به من انگیزه می‌دهد.

در رابطه با هر مبحثی که فکرش را بکنید، کتاب می‌خوانم، تا برای شرکت در آزمون ورودی دانشگاهی که اتفاقاً همانم خودم است - دانشگاه وین استیت^۴ - و در شهر دیترویت واقع است، آماده می‌شوم. به‌طور خاصی، از مطالعه زندگی‌نامه افرادی که به موفقیت‌های بزرگی دست پیدا کرده‌اند، لذت می‌برم. نویسندگان، شاعران، فیلسوفان، دانشمندان، مخترعان، موسیقی‌دان‌ها، و ورزشکاران بزرگ و سرشناس. ایده دست‌یابی به موفقیت‌های بزرگ، و تبدیل شدن به فردی برجسته، جذابیت زیادی برایم دارد.

علاوه بر مطالعه، زمان زیادی را هم صرف نوشتن درباره موضوعات مختلف می‌کنم. احساس می‌کنم که این نوشته‌ها، بدون اینکه بخواهم از درونم می‌جوشند، و از فکر اینکه روزی بتوانم به یک نویسنده تبدیل شوم، دلم غنج می‌رود. من این نوشته‌ها و دفتر لغات جدید که هرروز می‌آموزم را به هیچ‌کس نشان نمی‌دهم - این ماجراجویی مختص من است. فکر می‌کنم بالاخره راهی

⁴ Wayne State University

پیدا کرده‌ام که به من اجازه می‌دهد از روزمرگی‌ها فرار کنم، و آن زندگی‌ای را تجربه کنم که همواره رؤیایش را داشتم. من یک نویسنده‌ام، یک فرد تحصیل کرده، و یک معلم.

بالاخره تعدادی از دوستان صمیمی‌ام کنجکاو شدند که بدانند این همه خواندن و نوشتن به چه دلیل است. من برخی از افکاری را که در سرم بود با آن‌ها در میان گذاشتم، و برایشان از بزرگانی مثل ویلیام بلیک^۵، امیلی دیکسون^۶، پلاتو^۷، فردریش نیچه^۸، هنری دیوید تروی^۹، رالف والدو امرسون^{۱۰}، و توماس وُلْف^{۱۱} سخن گفتم. درباره زندگی این اندیشمندان بزرگ با آن‌ها صحبت کردم، و اینکه به چه جایگاه والایی در نویسندگی دست پیدا کرده‌اند. برای این گروه کوچک از دوستانم، در رابطه با هستی‌گرایی یا اگزیستانسیالیسم^{۱۲}، و تعالی‌گرایی یا ترنسندن‌تالیسم^{۱۳}، و سایر اصلاحاتی که برایشان عجیب و غریب بود، حرف زدم. کم‌کم نگاهی که تا این لحظه به من داشتند، تغییر می‌کند، و مرا به چشم فردی که در این حوزه‌ها متخصص است، می‌بینند؛ و البته من هم کاری نمی‌کنم که به این دیدگاهشان لطمه بزند. من یک متخصصم، چراکه با اشتیاق و مثل یک متخصص، درباره علاقه‌ام به این افراد برجسته و نظریاتشان صحبت می‌کنم!

به اصرار دوستانم، قبول می‌کنم که برای آن‌ها و گروه کوچکی از دوستانشان صحبت کنم. در روز موعود، شش نفر برای شنیدن حرف‌های من در این جلسه حاضر شده‌اند، و صحبت‌های ما به سوی آلبرت کاموس^{۱۴}، یک فیلسوف و نویسنده فرانسوی که به تازگی فوت کرده است، کشیده می‌شود. ما درباره «افسانه سیسیفوس»^{۱۵} و نظریه کاموس مبنی بر اینکه «تمام افکار و کارهای

⁵ William Blake

⁶ Emily Dickinson

⁷ Plato

⁸ Friedrich Nietzsche

⁹ Henry David Thoreau

¹⁰ Ralph Waldo Emerson

¹¹ Thomas Wolfe

¹² existentialism

¹³ transcendentalism

¹⁴ Albert Camus

¹⁵ The Myth of Sisyphus

بزرگ، شروعی مضحک و خنده‌دار دارند. کارهای بزرگ، معمولاً در گوشه یک خیابان، و یا در درب چرخان ورودی یک رستوران متولد می‌شوند،» صحبت می‌کنیم. بحث به سمت شکوه و عظمتی که در درون همه ما وجود دارد، و منتظر فرصتی است تا خود را نمایان کند، کشیده می‌شود.

در کمال تعجب، می‌بینم که دوستانم خواهان برگزاری جلسات بیشتری هستند. هفته بعد، ۱۲ نفر در جلسه ما حاضر می‌شوند، که در میان آن‌ها یک افسر ارشد هم حضور دارد. من به فیلسوف پایگاه نیروی دریایی در این جزیره بدل شده‌ام - ظاهراً به این دلیل که تمایل دارم بدون ترس زندگی کنم، و بیشتر وقتم را در کتابخانه پایگاه می‌گذرانم. عاشق این جلسات بحث و گفتگو در بعدازظهرها هستم؛ جلساتی که در آن راجع به ایده‌هایی صحبت می‌کنیم که به من انگیزه می‌دهند تا به سوی آشکار ساختن عظمت و شکوهی که در وجود خودم است، حرکت کنم.

همان‌طور که زمان اتمام دوره خدمتم نزدیک‌تر می‌شود، با افسر آموزش مرکز مخابراتی نیروی دریایی آشنا می‌شوم. او یک نامه به واحد پذیرش دانشگاه وین استیت می‌نویسد، و از آن‌ها درخواست می‌کند تا به من اجازه دهند که در همین‌جا، یعنی در پایگاه واقع در جزیره گوآم و تحت نظارت خود او، در آزمون ورودی دانشگاه شرکت کنم.

بعد از چندین ماه نامه‌نگاری و تماس‌های تلفنی بین‌المللی (در آن زمان هنوز کامپیوتر و تلفن همراه اختراع نشده بود!)، اقدامات صورت گرفته‌اند، و قرار است که من در آزمون ورودی شرکت کنم. در انتهای روز آزمون، کاملاً اطمینان دارم که نتیجه خوبی گرفته‌ام. تمام سؤالات مربوط به واژگان، از بین همان لغاتی بودند که من در دفترچه‌ام نوشته بودم، و هرروز آن‌ها را مرور می‌کردم.

یک ماه بعد پاسخی را از واحد پذیرش دانشگاه وین استیت دریافت می‌کنم. نتیجه‌ای که در آزمون ورودی کسب کرده‌ام، عالی بوده است، اما از آنجا که نمرات دبیرستان چنگی به دل نمی‌زنند، ابتدا باید در یک کالج سطح پایین‌تر مشغول به تحصیل شوم، و پس از گذراندن یک دوره دوساله،

در صورتی که نمراتم قابل قبول باشند، می توانم برای انتقال به دانشگاه وین استیت درخواست دهم. این جوابی نبود که انتظارش را داشتم.

با افسر آموزش پایگاه صحبت می کنم، و او یک توصیه نامه درخشان برای واحد پذیرش دانشگاه می فرستد، و تلاش هایی را که در این مدت انجام داده ام، برایشان شرح می دهد. او از جلسات بحث و گفت و گویی که من در پایگاه برگزار می کنم، برای آنها می نویسد، و از تعهدی که نسبت به ادامه تحصیل در مقاطع بالاتر دارم. من هم با کارمند پذیرشی که مسئول رسیدگی به کار من است، یک تماس تلفنی بین المللی دیگر می گیرم، و شور و اشتیاقم را برای ورود به آن دانشگاه برایش شرح می دهم. بعد از صحبت ها و مذاکرات فروان، یک تلگرام از سوی دانشگاه وین استیت دریافت می کنم که در آن، به من اطلاع داده اند که از آنجایی که من در نیروی دریایی به کشورم خدمت کرده ام، و به خاطر سماجتی که در دنبال کردن خواسته ام نشان داده ام، در این مورد خاص آنها یک استثنا قائل شده اند، و من می توانم مستقیماً وارد آن دانشگاه شوم. آنها به طور موقت به من اجازه می دهند که در آن دانشگاه تحصیل کنم، و پس از بررسی نتایج ترم اولم در آنجا، راجع به امکان ادامه تحصیل تصمیم گیری می کنند.

باورم نمی شود - بالاخره به آرزویم رسیدم!

اکنون می توانم به وضوح ببینم

با نگاهی به گذشته، اکنون به وضوح می بینم که آن ۱۸ ماهی که در جزیره گوام مشغول آماده شدن برای ورود به کالج بودم، نقشی بسیار کلیدی در شکل گیری طرز فکر من، و کارهایی که در آینده انجام دادم داشت.

نیروی بسیار بزرگ تر از من، باعث شد که آن دو هفته تعطیلاتم را نزد دایی و زن دایی ام، بیل و باربارا و لیک بگذرانم. این خواست خداوند بود که من آن زمان را نزد برادر کوچک تر مادرم

بگذرانم - اکنون اطمینان دارم که این، تقدیر الهی من بوده است. من تا قبل از اینکه بر سر کلاس‌های دایم حاضر شوم، و عشق و علاقه‌ای که به کارش دارد را مشاهده کنم، حتی در فکر معلم شدن هم نبودم. از آن زمان به بعد، این هدف به من انگیزه داد تا تمام توانم را به دست بگیرم، و با جدیت و پشتکار برای رسیدن به موفقیت تلاش کنم.

همین هدفی که با الهام گرفتن از دایم در ذهن من ایجاد شده بود، به من انگیزه می‌داد که پس از برگشتن به جزیره گوآم، برای ورود به دانشگاه تلاش کنم. از همان لحظه‌ای که این تصمیم را گرفتم، دیگر در ذهنم، من یک معلم بودم، و همین باعث شد که در پایگاه نیروی دریایی، آن کلاس‌ها را برای دوستانم برگزار کنم. داشتن هدفی در زندگی، به من اجازه داد تا تمام توان و انرژی‌ام را حول موضوع مشخصی متمرکز کنم، و زندگی‌ام را صرف رسیدن به رؤیایی کنم که از ۲۰ سالگی، و زمانی که تنها یک ملوان دیپلمه بودم، در ذهنم پرورش یافته بود. بعد از هزاران سخنرانی‌ای که پیرامون موضوعات مختلف و در مقابل گروه‌های بزرگ کرده‌ام، و بعد از ۴۱ کتابی که تا این لحظه نوشته‌ام، هنوز هم آن چهار کلمه کلیدی را که در سال ۱۹۶۱ بر پرده ذهنم نقش بستند، به وضوح می‌بینم: من یک معلم هستم.

زمانی که شما چیزی را با تمام وجودتان باور داشته باشید، نیروی جادویی که در پس جهان هستی وجود دارد، شما را برای تحقق آن یاری خواهد کرد. بخش زیادی از تلاش‌های من به‌عنوان یک نویسنده و سخنران، صرف یاد دادن این مسئله به مردم شده است که برای رسیدن به خواسته‌هایشان، باید به گونه‌ای رفتار کنند که گویی از همین الآن، به آن‌ها دست پیدا کرده‌اند. هنگامی که من در تصوراتم قبول کردم که یک معلم هستم، تنها کاری که می‌توانستم انجام دهم، این بود که بر اساس این ذهنیت عمل نمایم، و روز به روز، این باور ذهنی را به واقعیت نزدیک‌تر کنم. من با تمام وجودم، از نیروهای الهی که در آن برهه حساس از زندگی‌ام، من و بیل را به هم رساندند، سپاس گزارم.

زمانی که در گوآم بودم، تمام کارهایی که انجام می‌دادم، ناشی از این باور قلبی بود که من یک معلم هستم. سفری که هر ماه به شهر داشتم تا ۹۰ درصد از حقوقم را پس‌انداز کنم، به دلیل وجود همین باور در ذهن من بود؛ و در نتیجه این کار، پس از ترک نیروی دریایی، من به‌اندازه‌ای پول داشتم که بتوانم همه هزینه‌های موردنیاز برای ورود به دانشگاه را بپردازم. همچنین توانستم یک اتومبیل دست‌دوم بخرم، که تا پایان تحصیلاتم در مقطع کارشناسی ارشد، از آن استفاده می‌کردم. اما مهم‌تر از آن، فلسفه‌ای بود که نسبت به پول و پس‌انداز کردن در ذهن من ایجاد شد، و باعث گردید قدم در مسیری بگذارم که در نتیجه آن، امروز در زندگی‌ام به استقلال کامل مالی دست‌یافته‌ام. جهان هستی به من آموخت که چطور به سمت تحقق هدفم در زندگی گام بردارم، بدون اینکه خودم را زیر بار قرض و بدهی مدفون کنم. همین مسئله، به من اجازه داد تا تمام انرژی‌ام را روی رسیدن به هدفم متمرکز کنم، به‌جای اینکه بخواهم دغدغه تسویه بدهی‌هایم را داشته باشم و از مسیر رسیدن به هدفم منحرف شوم.

در آن جزیره، جهان هستی به من آموخت که اگر بخواهم یک متخصص باشم، باید در ذهنم بپذیرم که یک متخصص هستم و بدون هیچ ترسی مانند یک متخصص رفتار کنم، و به این باور درونی اجازه دهم تا من و کارهایم را هدایت کند. آن کلاس‌هایی که در آن زمان برای دوستانم برگزار می‌کردم، و آن جلسات مباحثه گروهی پیرامون موضوعاتی مثل اگزیستانسیالیسم و فلسفه، من را به این سمت کشاند که امروز در مقابل هزاران نفر بایستم، و برایشان سخنرانی کنم، چراکه از همان زمان در اعماق وجودم باور داشتم که این توانایی را دارم. در سال ۱۹۶۱، نیرویی نامرئی مرا به سمت تحقق این باور درونی که من یک معلم هستم، هدایت می‌کرد. به خاطر همین باور درونی، من حاضر به شنیدن هیچ جوابی جز این نبودم: تبریک می‌گوییم! شما در دانشگاه ما پذیرفته شدید.

نمی‌توانم به خوبی آن را توصیف کنم، اما انگار آتشی در وجودم بود که به من اجازه نمی‌داد تسلیم شوم. خوب می‌دانم که این همان نیروی الهی است که در وجود همه ما حضور دارد، و در آن زمان و در شرایطی که همه چیز و همه کس مرا به تسلیم شدن تشویق می‌کردند، در گوشم زمزمه می‌کرد: «ادامه بده وین، تو می‌توانی!» این ندای درونی که در آن زمان من را به سمت رسیدن به هدفم هل می‌داد، و پس از آن نیز در تمام مراحل زندگی همراهم بوده و همواره مرا به سمت تحقق سرنوشتم در این جهان هدایت کرده است؛ نه به این خاطر که من منحصر به فرد هستم (چون من معتقدم که هر انسانی منحصر به فرد است)، بلکه به خاطر باوری که در ذهنم داشتم. این ندای درونی، ما را به سمت چیزی که در ذهنمان باور داریم، هدایت می‌کند. هر چه باشد، زمانی که سرنوشتمان را باور داشته باشیم، هرگز تسلیم نخواهیم شد.

هنگامی که در سپتامبر ۱۹۶۲، برای ثبت نام به عنوان یک دانشجوی سال اولی وارد دانشگاه شدم، به واحد پذیرش دانشگاه رفتم تا آن کارمندی را که تا این حد به من لطف کرده بود، و این امکان را برای من فراهم کرده بود تا بتوانم وارد این دانشگاه شوم، از نزدیک ببینم. من همواره به این فکر می‌کردم که آن آقا چه شهادتی داشته است که با وجود قوانین دانشگاه، برای من یک استثنا قائل شده بود و به من اجازه داده بود تا به عنوان یک دانشجوی تمام وقت، مشغول به تحصیل شوم. او به من گفت که چیزی او را به این کار ترغیب کرده است. چیزی مانند یک نیروی نامرئی - در حقیقت همان نیرویی که در جزیره گوآم به من اجازه تسلیم شدن نمی‌داد، هم‌زمان این آقا را تشویق می‌کرده تا قوانین را نادیده بگیرد و برای من یک استثنا قائل شود. بعد از اتمام ترم اول، با توجه به نمرات خوبی که گرفتم، به عنوان یک دانشجوی دائمی در دانشگاه وین استیت پذیرفته شدم، و دیگر در کنار اسمم یک ستاره نبود.

در نهایت، در تاریخ ۴ می ۱۹۷۰ - همان روز تلخی که در دانشگاه کنت استیت واقع در اوهایو، ۴ دانشجو توسط شلیک مستقیم نیروهای گارد ملی کشته شدند (و ۹ نفر هم زخمی شدند)، چراکه

برای اعتراض به ادامه کشتار در ویتنام، مقابل دانشگاه تجمع کرده بودند- من در آخرین امتحاناتم قبول شدم، و مدرک دکترایم را گرفتم تا از آن به بعد، به‌عنوان دکتر وین دایر، عضو جدید هیئت‌علمی دانشگاهی که زمانی در آن درس می‌خواندم، شناخته شوم. در طول ۸ سال، من توانستم از جایگاه یک دانشجوی سال اولی، به کرسی استادی در دانشگاه دست پیدا کنم.

به لطف تمام اتفاقاتی که در این میان رخ دادند، من توانستم که ۴۰ سال بعد، یک میلیون دلار به یک صندوق خیریه کمک کنم، تا برای گرامیداشت یاد آن کارمند بخش پذیرش که به من شانس ورود به دانشگاه را داد، به دانشجویان بی‌بضاعتی که شرایط ورود به دانشگاه را ندارند، برای ادامه تحصیل کمک کند. امروز من از یک چیز مطمئن هستم. در این جهان بی‌کران، که نیرویی الهی بر روی همه تصمیمات اثر می‌گذارد، هیچ اتفاقی تصادفی نیست.

زمانی که من دستور گرفتم تا کشتی‌ام را ترک کنم و خودم را به پایگاه مخابراتی در جزیره گوآم معرفی نمایم، یک سال بیشتر از آغاز خدمتم بر روی عرشه کشتی یو.اس.اس رنجر نمی‌گذشت. اینکه پس‌از این مدت کوتاه، نیرویی را که تنها ۱۸ ماه به پایان خدمتش مانده است، منتقل کنند، امری بی‌سابقه بود. بدون شک، دست نامرئی سرنوشت در کار بوده است- در سرنوشت من مقدر شده بود که یک سال و نیم باقی‌مانده از خدمتم را در جزیره گوآم بگذرانم، تا بتوانم آینده‌ام را آن‌گونه که امروز هست، بسازم. تنها کاری که باید انجام می‌دادم، این بود که به ندای درونی‌ام را بشنوم و به آن اجازه دهم تا مرا به سمت تحقق سرنوشتم هدایت کند.

در جهانی که همه‌چیز در لحظه اتفاق می‌افتد و همه احتمالات ممکن، به‌طور هم‌زمان رخ می‌دهند، گذشته یا آینده‌ای وجود ندارد، و زمان چیزی جز یک مفهوم انتزاعی نیست. آن موقع من از این موضوع آگاه نبودم، اما درواقع در جهانی که لائو-تزو^{۱۶} به‌طور خلاصه توصیف کرده بود، زندگی می‌کردم: «در این دنیا شما هیچ کاری را انجام نمی‌دهید، مگر کاری که برایتان مقدر شده است.»^{۱۷}

¹⁶ Lao-tzu

¹⁷ You are not doing anything, you are just being done

همه چیز مثل این بود که یک دست بزرگ از آسمان پایین آمده باشد، من را از روی کشتی برداشته و در جزیره گوآم گذاشته باشد، جایی که من بتوانم کارهای لازم برای رسیدن به هدفم در زندگی را انجام دهم، هدفی که مدت‌ها قبل از اینکه در سال ۱۹۴۰ پا به این دنیا بگذارم، برایم در نظر گرفته شده بود. اگر من روی عرشه کشتی یو.اس.اس رنجر باقی مانده بودم، مسیر زندگی‌ام به کلی عوض می‌شد، و شما اکنون مشغول خواندن این کتاب نبودید.

اکنون به وضوح می‌بینم که اگر ما عظمت و شکوهی درونی‌مان را باور کنیم، همه چیز همان‌طور می‌شود که از قبل مقدر شده است، آن‌هم بدون هیچ کم و کاستی. همان‌طور که رومی^{۱۸} می‌گوید: «هوش را بفروش و حیرت را بخر».^{۱۹} حال که به گذشته نگاه می‌کنم، و زمانی که می‌بینم ورودم به نیروی دریایی، باعث شد در مسیری قدم بگذارم که حتی فکرش را نمی‌کردم، به قدرت و عظمت خداوند پی می‌برم.

پس از گذشت این سال‌ها، حال به روشنی درک می‌کنم که در مسیر زندگی‌ام تا این لحظه، هیچ مسیر اشتباهی وجود ندارد، و هر اتفاقی که برایم افتاده، دلیلی داشته است.

^{۱۸} جلال‌الدین محمد رومی، متخلص به مولانا

^{۱۹} Sell your cleverness, and purchase bewilderment

مثنوی معنوی، دفتر سوم، اختلاف کردن در چگونگی شکل بیل؛ بیت ۱۲۹۱:
هوش را بگذار و آنکه هوش دار گوش را بریند و آنکه گوش دار

بخش ۱۷

من جوانی ۲۲ ساله هستم، که برای اولین بار وارد کلاس‌های دانشگاه می‌شوم، و این شادترین لحظه در زندگی من است. قدم زدن در محیط دانشگاه، و تماشای ساختمان‌هایی که در قلب همان شهری هستند که من در آن بزرگ شده‌ام، احساس وصف‌ناپذیری به من می‌دهد. بعد از گذراندن چهار سال گذشته بر روی کشتی‌های نظامی و یا پایگاه‌های نیروی دریایی در مناطق دورافتاده، اکنون به خودم می‌بالم که توانسته‌ام وارد دانشگاه شوم. من عاشق حضور در کلاس‌ها هستم، و حتی در مخیله‌ام نمی‌گنجد که بخواهم در کلاسی غیبت کنم. هر روز صبح، زودتر از شروع کلاس‌هایم به دانشگاه می‌آیم، و زمان زیادی را در کتابخانه بزرگ آن سپری می‌کردم. . . البته وقت زیادی را هم صرف پیدا کردن جای پارک می‌کنم! اما در این باره شکایتی ندارم.

احساس غرور می‌کنم. زمانی که نوجوان بودم، فکر ادامه تحصیل در مقاطع بالاتر، حتی در ذهنم نمی‌گنجید، چراکه خانواده‌ام هیچ‌گاه چنین انتظاری از من نداشتند. این تنها به خاطر انتخاب خودم است که در این مقطع از زندگی، در این نقطه که اکنون ایستاده‌ام قرار دارم.

من هر روز بعد از ظهر، برای ساعت‌های طولانی، به‌عنوان یک صندوق‌دار در فروشگاه زنجیره‌ای خواروبارفروشی کروگر^{۲۰} کار می‌کنم. از اینکه توانسته‌ام شغلی پیدا کنم که به من اجازه می‌دهد صبح‌ها بر سر کلاس‌هایم حاضر شوم، و شب‌ها را صرف مطالعه کنم، خدا را سپاسگزارم. شهریه‌ام را تمام و کمال پرداخت کرده‌ام، و به‌اندازه کافی در حساب پس‌اندازم پول دارم که بتوانم هزینه‌های دانشگاه را تا زمان فارغ‌التحصیلی بپردازم.

این دومین ترم حضور من در دانشگاه وین استیت است. اگرچه طول هر ترم تحصیلی، تنها ۱۱ هفته است، اما مطالب زیادی در همین مدت کوتاه تدریس می‌شود. در ترم گذشته، در هر چهار

²⁰ Kroger

درسی که داشتیم، نمراتی بالاتر از میانگین کلاس گرفتیم. یکی از درس‌هایی که در ترم اول گذارندم، درس زبان انگلیسی پیشرفته ۱ بود که به ادبیات آمریکا اختصاص داشت. در طول این درس، من واقعاً از آشنایی با نویسندگان بزرگی مثل تئودور درایزر^{۲۱}، ویلیام فاکنر^{۲۲}، ارنست همینگوی^{۲۳}، مارک تواین^{۲۴}، و اسکات فیتز جرالده^{۲۵}، و مطالعه آثارشان لذت بردم. در این ترم، باید درس زبان انگلیسی پیشرفته ۲ را بگذرانم، که یک درس عمومی دیگر است. من فکر نمی‌کنم که این درس برایم مشکلی به وجود بیاورد - هرچه نباشد، من خودم یک نویسنده هستم! من از زمان نوجوانی دستی در نویسندگی داشته‌ام، و علاوه بر رمانی که به رشته تحریر درآورده‌ام، یک پوشه بزرگ هم دارم که پر است از مقالاتی که پیرامون موضوعات مختلف نوشته‌ام.

هیجانی زیادی داشتم که استاد ادبیات یک دانشگاه بزرگ و مطرح، نوشته‌هایم را تأیید کند، اما وقتی استاد جوانی که وظیفه تدریس این درس به او محول شده بود، اعلام کرد: «هر متنی که می‌نویسید، باید با روش ای.پی.ای^{۲۶} منطبق باشد. شما به ازای هرگونه ناسازگاری در متن، یک نمره از دست می‌دهید، و حتی اگر یک مرتبه از واژه جالب^{۲۷} استفاده کنید، در این درس مردود می‌شوید.» واقعاً ناامید و دلسرد شدم. برای نوشتن مقالاتی که هر هفته به استاد تحویل می‌دادیم، باید از پانویس استفاده می‌کردیم، و هر حرفی که می‌زدیم، باید بر اساس سخنی بود که فرد دیگری قبلاً درجایی نوشته بود.

با خودم می‌گفتم؛ یعنی هیچ علاقه‌ای ندارد که از افکاری که در سر شاگردانش می‌گذرد باخبر شود، و نوشته‌های خود آن‌ها را بخواند؟ دانشجویان باید بر اساس دستورالعملی بنویسند که تنها به این منظور طراحی شده است تا نوشته هرکسی، مشابه نوشته دیگران شود؟ پس خلاقیت فردی

²¹ Theodore Dreiser

²² William Faulkner

²³ Ernest Hemingway

²⁴ Mark Twain

²⁵ F. Scott Fitzgerald

²⁶ APA style

²⁷ interesting

کجای کار قرار می‌گیرد؟ نظرات شخصی دانشجویان چه می‌شود؟ باورش برایم سخت است، اما به نظر می‌رسد که یوآخیم رایز^{۲۸}، فردی که استاد این کلاس است، بیش از حد شیفته دستورالعمل انتشار انجمن روانشناسی آمریکا^{۲۹} است. هر متنی که دانشجویان می‌نویسند، باید دقیقاً با استانداردهای این دستورالعمل منطبق باشد. قواعد گرامری، علامت‌گذاری، مرجع دهی و... همه و همه باید بر اساس ساختار تعیین شده در این دستورالعمل باشند، و دانشجویان اجازه ندارند نظر شخصی‌شان را در نوشته‌هایشان ابراز کنند.

نخستین تکلیف من، که در مورد تفسیر یک شعر بود، نمره مردودی گرفت. آقای رایز زیر تمام ایراداتی که به نظرش رسیده بود، با خودکار قرمز خط کشیده بود- ایراداتی مثل حاشیه‌نویسی، علامت‌گذاری، و پانویسی نامناسب- و من با جسارت تمام، این شعر را به نحوی تفسیر کرده بودم که از نظر آقای رایس، درست نبود.

خاطرم آزرده شده است. من از اینکه فردی بخواهد به خاطر دلایلی که به نظرم نامربوط هستند، از نوشته‌هایم ایراد بگیرد، بیزار هستم. من برای نویسنده آن شعر که استاد دانشگاه کوچکی در ایالت ویسکانسین است، نامه‌ای می‌نویسم، و یک کپی از تکلیفم را که برداشت شخصی من از مفهوم شعر او است، برایش می‌فرستم. من هم یک شاعر هستم. در زمان حضورم در جزیره گوآم، اشعار زیادی نوشتم، و به شدت به آثار شاعرانی چون رومی (مولانا جلال‌الدین محمد رومی؛ مولوی) و حافظ که علاقه‌مندم؛ دو تن از صوفیان برجسته پارسی هستند، که خواندن معانی اشعارشان روحم را صیقل می‌دهد.

پاسخ گرمی از پروفیسوری که آن شعر را سروده بود، دریافت می‌کنم، که در آن، به خاطر تفسیر زیبایی که از شعرش کرده‌ام، به من تبریک گفته است. او به شدت از نوشته‌های من در مورد شعرش خوشش آمده، و از برداشتی که من نسبت به آن داشته‌ام، تحت تأثیر قرار گرفته است. این

²⁸ Joachim Ries

²⁹ The Publication Manual of the American Psychological Association (APA)

مرد با اشتیاق و علاقه خاصی پاسخ نامه‌ام را داده بود- ظاهراً شاعران، نامه‌های زیادی از طرف هوادارانشان دریافت نمی‌کنند!

من پاسخ آن شاعر را نزد آقای رایز می‌برم، و او از اینکه یک دانشجوی سال اولی به خودش جرئت داده تا سیستم ارزیابی‌اش را زیر سؤال ببرد، به شدت عصبانی شده است. به نظر می‌رسد که با این کارم، تنها باعث شده‌ام که استاد من را به چشم فردی گستاخ ببیند، و حتی حاضر نیست که اصلاح نمره‌ام را در نظر بگیرد.

دو هفته از این قضیه می‌گذرد، و به‌عنوان امتحان پایان‌ترم، ما باید تا هفته آخر این ترم، یک مقاله به استاد تحویل بدهیم. من مقاله‌ام را در رابطه با انقلاب مجارستان در سال ۱۹۵۶، و نقشی که یانوش کادار^{۳۰} به‌عنوان یک هوادار کمونیسم در آن ایفا می‌کرد، می‌نویسم. به این جهت این موضوع را انتخاب کرده‌ام که در زمان رخ دادن آن اتفاق، من یک نوجوان دبیرستانی ۱۶ ساله بودم، و باعلاقه فراوان رویدادهای مربوط به آن را پیگیری می‌کردم. از کاری که در نگارش این مقاله انجام داده‌ام، به خودم می‌بالم، و معتقدم که به‌خوبی آن را نوشته‌ام- به‌علاوه، در نگارش آن، از دستورالعمل‌ای پی‌ای پیروی کرده‌ام.

آقای رایز هنوز به خاطر اعتراض به نمره اولین تکلیفم، از دست من دلخور است. از آنجایی که او یک استاد تازه‌کار است، به هیچ‌عنوان تاب این را ندارد که یکی از دانشجویانش به فرآیند تدریس و یا نمره‌دهی او اعتراض کنند. حال او به من می‌گوید که مقاله ۵۷ صفحه‌ایم در رابطه با نقش یانوش کادار در انقلاب اخیر مجارستان، کار خودم نیست. آقای رایز به من می‌گوید که اگرچه اثباتی برای حرفش ندارد، اما مطمئن است که من این مقاله را از جایی سرقت کرده‌ام. او به این مقاله من نمره D می‌دهد (معادل نمره ۱۰ تا ۱۱،۹۹)- و زمانی که بعد از یک هفته، نمره

³⁰ János Kádár

نهایی این کلاس به دستم می‌رسد، می‌بینم که در آن جا هم به من نمره D داده است؛ و اگرچه با این نمره هم در این درس قبول می‌شوم، اما به هیچ عنوان برای من نمره رضایت بخشی نیست.

من بسیار خشمگین و عصبانی هستم. من آن مقاله را از هیچ کجا سرقت نکرده‌ام. من به مدت شش سال است که مشغول نویسندگی هستم، و در این مدت یک رمان، و مقالات متعددی را نوشته‌ام. من به این دلیل دارم تنبیه می‌شوم که کیفیت مقاله‌ام زیادی خوب است.

در ترم بعد، بارها تلاش می‌کنم تا بتوانم آقای رایز را ملاقات کنم. هر بار او از پذیرش من در دفترش سر باز می‌زند. من از رئیسِ دانشکده تقاضا می‌کنم که به اعتراضم رسیدگی کند، و او با دقت به تمام حرف‌هایم گوش می‌دهد. من مقاله‌ام را به او نشان می‌دهم، و او را از تهمتی که آقای رایز در مورد سرقت این مقاله به من زده است، باخبر می‌کنم. آقای رئیس به من می‌گوید که متأسفانه در این باره کاری از دستش ساخته نیست، و در جایگاهی قرار ندارد که بتواند نمره یکی از اساتید دانشگاه را تغییر دهد. او به من می‌گوید که اگر بخواهم، می‌توانم این درس را دوباره بگیرم، تا نمره‌ای که می‌گیرم، به جای نمره کنونی در کارنامه‌ام ثبت شود.

من به یاد شکست مفتضحانه‌ام در مورد کلکسیونِ برگ‌هایم می‌افتم، و اینکه چطور در آن زمان اجازه دادم که غرورم مرا به دردرس بیاندازد، تنها به این خاطر که بتوانم نشان دهم حق با من بوده‌است. تصمیم می‌گیرم که بی‌خیال قضیه شوم. در طول هشت سالی که من در دانشگاه تحصیل کردم، و تا زمان اخذ مدرک دکترایم، نمره‌ای که آقای رایز به من داد، تنها نمره‌ای است که از آن رضایت ندارم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

روزهایی که به عنوان یک دانشجو مشغول به تحصیل بودم، خصوصاً روزهای ابتدایی آن، درس ارزشمندی را به من آموخت. درسی که اثرش بر روی تمام کتاب‌هایی که نوشته‌ام، و سخنرانی‌هایی که در طول زندگی‌ام کرده‌ام، مشهود است. من در جاهای زیادی از تشبیه موجی که در پشت سر قایق ایجاد می‌شود، استفاده کرده‌ام - آن موج چیزی بیشتر از ردپایی که قایق از خودش بر جا گذاشته، نیست، و هیچ تأثیری بر روی حرکت قایق نمی‌گذارد. در واقع آن موج، اثری مربوط به گذشته است، و هیچ قدرتی برای اثرگذاری بر آینده ندارد.

شرکت کردن در آن کلاس‌های دانشگاه، جدای از مطالبی که در آن‌ها تدریس می‌شد، درس‌های دیگری را هم به من آموخت. با قدم زدن در محیط دانشگاه، من فهمیدم که گذشته‌ام، لزوماً تعیین نمی‌کند که آینده‌ام چگونه خواهد بود. شور و علاقه‌ای که من در وجودم حس می‌کردم، و موفقیت‌هایی که در دانشگاه به دست می‌آوردم، مطمئناً با نگاه به گذشته‌ام قابل پیش‌بینی نبودند. اگر زندگی‌ام را به قایقی تشبیه کنم، موجی که در پشت قایق ایجاد می‌شد، نیرویی نبود که قایق زندگی‌ام را رو به جلو می‌راند. گذشته برای من تنها گذشته بود، همین؛ نه عاملی که بخواهد تعیین‌کننده آینده من باشد. با وجود نمرات پایین دبیرستانم، عملکرد درخشانی در دوران دانشگاه داشتم. من باید این موضوع را خودم به‌شخصه تجربه می‌کردم، و زندگی شرایطی را برایم فراهم کرد که این درس را به من بیاموزد. من آموختم که گذشته هر فردی، تأثیری بر زندگی آینده او ندارد، و هر فردی با هر گذشته‌ای، می‌تواند در آینده به موفقیت‌های بزرگی دست پیدا کند، تنها کافی است که این نکته را باور داشته باشد.

از همان نخستین روز ورودم به دانشگاه، من هیچ‌گاه به گذشته نگاه نکردم، و متوجه شدم که می‌توانم به هر چیزی که می‌خواهم دست پیدا کنم، به شرطی که توان و انرژی‌ام را روی رسیدن به آن هدف متمرکز کنم، و باور داشته باشم که می‌توانم به آن دست پیدا کنم - هر چیزی که در

مخیلهام بگنجد، برای من قابل دستیابی است. اما قبل از اینکه بخواهم این حقیقت را به دیگران توضیح دهم، خودم باید آن را تجربه می‌کردم - و حرفم را باور کنید، هر روزی که وارد آن دانشگاه می‌شدم، می‌دیدم که گذشته‌ام، چیزی بیشتر از ردی که پشت سرم به جا گذاشته‌ام نیست، و هیچ تأثیری بر حال و آینده من ندارد؛ در آن زمان، می‌دانستم که کنترل زندگی‌ام در دستان خودم است، و این من هستم که مسیر آینده‌ام را مشخص می‌کنم. اکنون به وضوح می‌بینم که حضورم در کلاس آقای رایز، یکی دیگر از درس‌های مهم زندگی بود، که در پشت یک تجربه خجالت‌آور و عصبانی کننده دیگر پنهان شده بود. بخشی از من، حس می‌کرد که دوباره وارد نیروی دریایی شده‌ام، و به من اجازه داده نمی‌شود که برای خودم فکر کنم. در آن کلاس من ناچار بودم کاری را انجام دهم که به من گفته می‌شد، و هر مطلبی که می‌نوشتم، باید مطابق یک دستورالعمل مشخص می‌بود.

روش ای.پی.ای، مانند یک قانون خشکِ نظامی برای دانشجویان است، که به آن‌ها می‌گوید: شما باید دقیقاً بر اساس دستورالعملی که توسط انجمن روانشناسی آمریکا مشخص شده‌است، بنویسید. شما اجازه ندارید که خارج از چهارچوب‌های تعیین شده فکر کنید؛ اجازه ندارید از خودتان خلاقیت بروز دهید؛ شما باید به نحوی بنویسید که نوشته شما، دقیقاً مشابه هر نوشته دیگری که به یک استاد دانشگاه تحویل داده می‌شود، باشد. نوشتن بر اساس این دستورالعمل‌های خشک و انعطاف‌ناپذیر، باعث منتشر شدن کتاب‌ها و مقالات بسیاری می‌شود که هیچگاه خوانده نمی‌شوند، و فقط در گوشه کتابخانه‌ها خاک می‌خورند. مرجع‌دهی برای تمام منابع، و پانویس کردن هر چیزی، باعث می‌شود که خواندن متن خسته‌کننده شود و جذابیتی برای خواننده نداشته باشد. کتاب‌هایی که به این سبک نوشته می‌شوند، تنها توسط سایر افراد دانشگاهی خوانده می‌شوند، و مهمترین نقششان، خاک خوردن در قفسه کتابخانه‌ها است.

من دلم می‌خواست که نوشته‌هایم، خواننده را به هیجان بیاورد- و برایشان الهام‌بخش باشد. من می‌خواستم که خوانندگانم، مشتاقانه سراغ نوشته‌های دیگرم بروند، نه اینکه برای تمام شدن متنی که می‌خوانند، بی‌تابی کنند! اینکه در آن کلاس ناچار شدم که در این قالب خشک بنویسم، و نوشته‌هایم را با قواعد انعطاف‌ناپذیرش منطبق کنم، باعث شد درس ارزشمندی را بیاموزم. این تجربه به من آموخت که چیزی را نمی‌خواهم- من متوجه شدم که چه کاری را نمی‌خواهم انجام دهم. همانجا، در کلاس یوآخیم رایز، من متوجه شدم که می‌خواهم برای گستره وسیعی از مخاطبان بنویسم، نه فقط عده‌ای محققِ عصاقورت‌داده دانشگاهی.

زمانی که مجبور بودم در یک چهارچوب از پیش تهیه شده بنویسم، با تمام وجود دردِ ناشی از سرکوب کردن خلاقیتم را تجربه کردم. بله، من کوتاه آمدم و با جماعت هم‌رنگ شدم، اما در همان زمان، انگیزه بیشتری پیدا می‌کردم که به دنبال سبکی از نویسندگی بروم که واقعا به آن علاقه دارم. من از روی اجبار، تکالیفم را در آن چهارچوب خشک می‌نوشتم، اما در هر لحظه، در تصوراتم، نوشته‌هایم را به شیوه‌ای کاملا متفاوت به روی کاغذ می‌آوردم. از نظر من، آقای رایز به حدی خودش را اسیر قواعد سفت و خشک دانشگاهی کرده بود، که باعث شده بود روحش را گم کند.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، به وضوح می‌بینم داستانی که در آن زمان با شاعر و پروفیسور اهل ویسکانسین داشتیم، کاملا ناشی از غلبه نفس (ایگو) بر من بود. آن موقع، من با تمام وجود می‌خواستم ثابت کنم که حق با من است، در حالیکه تمام کارهایم باعث می‌شد بیشتر به خودم لطمه بزنم. به جای اینکه بر اساس درک متقابل و عشق عمل کنم، تصمیم گرفتم هر کاری از دستم بر می‌آید انجام دهم، تا نشان دهم که استادم اشتباه می‌کند. اینکار، تنها از یک فرد احمق سر می‌زند که نفسش (ایگو) بر او غلبه کرده است! این کار من، درست مثل این بود که با یک افسر راهنمایی و رانندگی که ماشینم را متوقف کرده، با بی‌ادبی صحبت کنم؛ فرقی نمی‌کند که حق با

من باشد یا نه، چنین کاری همواره غلط است. من آنچنان از اینکه آقای رایز، برداشتم از آن شعر را نادرست می دانست، خشمگین بودم که کورکورانه واکنش نشان دادم، و حتی تلاش کردم که با ارائه مدرکی، ثابت کنم حق با من است، تا او را تحقیر کنم، و نشان دهم که از او بهتر هستم.

اکنون به وضوح می بینم که من، باید چندین مورد از این نوع بدشانسی ها را در زندگی تجربه می کردم. چنین تجربیاتی، درس بزرگی را به من آموختند: *هنگامی که وسوسه شدید تا اشتباه طرف مقابل را به رویش بیاورید، تنها به این خاطر که نشان دهید حق با شماست، بهتر است که غرورتان را کنار بگذارید و از انجام اینکار چشم پوشی کنید. برخی مواقع بهتر است مهربان باشید، تا اینکه بخواهید به هر قیمتی شده، ثابت کنید که حق با شماست. این همان کاری است که که یک فرد خودکامبخش انجام می دهد. برای او مهم نیست که دیگران درباره اش چه فکری می کنند، و هرگز اجازه نمی دهد که نفشش (ایگو) بر او غلبه کند. کارهای او همواره بر اساس درک متقابل، و عشقش نسبت به دیگران است؛ و البته مهم تر از آن، عشقش نسبت به خودش!*

من به آقای رایز به چشم دشمنی می نگریستم که باید بر او غلبه کنم، حتی اگر تنها نتیجه این کار، یک پیروزی پرهزینه باشد. در نیروی دریایی، من یاد گرفته بودم که چطور بی سروصدا کارم را انجام دهم، و از این روش نتیجه خوبی گرفته بودم. اما در دانشگاه وین استیت، من وارد جنگی با نظام دانشگاهی شده بودم، که نمی توانستم در آن پیروز شوم. امروز به خوبی می دانم که باید با دیگران، با عشق و محبت رفتار کنم، حتی زمانی که از برخورد آن ها خوشم نیاید. من باید می آموختم که چطور بر نفسم (ایگو) غلبه کنم، تا نیمه برتر وجودم کنترل کارهایم را در دست بگیرد، و تنها راه برای اینکار، تجربه چنین اتفاقاتی بود.

باید اعتراف کنم، از اینکه توانستم به خودم و آقای رایز ثابت کنم که حق با من است، احساس فوق العاده ای داشتم. اما مهربانی، نسبت به اثبات اینکه حق با من است، باید در اولویت قرار می گرفت، و تازه من نباید هدف واقعیم را در آن کلاس فراموش می کردم، که چیزی جز کسب یک

نمره خوب، و برداشتن یک مانع دیگر از سر راه برای تحقق باور درونی‌ام نبود؛ این باور که من یک معلم هستم! چنین تجربیات تلخی، به من آموخت که تکیه کردن بر نفس (ایگو) چه کار احمقانه‌ای است، و تصمیماتی که بر این اساس گرفته می‌شوند، چه عاقبت ناخوشایندی خواهند داشت.

و اکنون می‌توانم صادقانه نظرم را نسبت به نمره‌ای که تنها نقطه تاریکِ کارنامه درخشان من در دوران تحصیل در دانشگاه است، با شما در میان بگذارم. اکنون به وضوح می‌بینم که من واقعا مستحق آن نمره پایین بودم. این نمره نتیجه کارهای خودم است، و کس دیگری را به این خاطر سرزنش نمی‌کنم. من خودم باعث شدم که آقای رایز این نمره را به من بدهد. من او را به چشم یک رقیب دیدم، که تهدیدی برای تصویر ذهنی من از خودم به عنوان یک نویسنده توانا بود. من با حماقتم، او را ترغیب کردم که چنین واکنشی نشان دهد.

بله، استحقاق من همان نمره D بود- و حتی امروز که بیش از نیم قرن از آن اتفاق می‌گذرد، وجود این نمره در کارنامه من، مانند زخمی قدیمی است که به من یادآوری می‌کند تا همواره تصمیماتم را بر اساس عشق و محبت بگیرم.

اگر امروز می‌خواستم که با وین دایر ۲۰ ساله صحبت کنم، حقیقت بزرگی را که در طول زندگی ام تلاش کردم به دیگران بیاموزم، به او یادآور می‌شدم: بدون توجه به نتیجه کارهایت، آن‌ها را انجام بده. هر کاری که میکنی، باید در راستای نیمه برتر وجودت، و در پاسخ به ندایی که در درونت می‌شنوی انجام شود- نه بخاطر نتایجی که ممکن است برای تو به همراه داشته باشد. آن نمره D هیچ ربطی به توانایی من به عنوان یک نویسنده ندارد. اگر امروز می‌توانستم با وین دایر ۲۰ ساله صحبت کنم، به او توصیه می‌کردم: از این حقیقت که یک مقاله عالی نوشته‌ای خوشحال باش، و سعی کن از احساسی که روی کاغذ آوردن افکارت به تو می‌دهد، لذت ببری. تو برای

اینکه بدانی یک نویسنده عالی هستی، نیازی به تأیید دیگران نداری! این درسی بود که من باید به طریقی سخت، آن را می آموختم.

ما در جهانی زندگی می‌کنیم که تعریف‌های بیرونی که از موفقیت وجود دارند، فشار زیادی بر ما وارد می‌کنند. من سال‌های زیادی را در حرفه‌ای مشغول به کار بودم که در آن، بسیاری از افراد به دنبال همین موفقیت‌های نفس - (ایگو-) محور بودند: چقدر پول در می‌آورم؟ رتبه کتاب من در فهرست پرفروش‌ترین‌ها چندم است، و برای چند هفته این جایگاه را حفظ کرده است؟ آیا ترفیع گرفته‌ام؟ آیا پستی را که به دنبالش بودم، به دست آوردم؟ نظر منتقدان در مورد کتابم چیست، و چند جلد از آن به فروش رفته است؟ همه این‌ها، و صدها معیار دیگر که نتیجه غلبه نفس (ایگو) بر افکار انسان است، ملاک‌هایی است که نویسندگانی که به دنبال موفقیت‌های بیرونی هستند، در نظر می‌گیرند. در طول ۵۰ سال گذشته که من در این حرفه مشغول به کار بوده‌ام، یاد گرفته‌ام که چگونه خودم را اسیر این موفقیت‌های بیرونی نکنم.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، متوجه می‌شوم که تجربه ناخوشایند مربوط به درج آن نمره پایین در کارنامه‌ام، درس بسیار بزرگی را به من آموخت. من یاد گرفتم که چطور بر نفسم (ایگو) غلبه کنم، و به آن اجازه ندهم که بر تصمیمات من در زندگی اثر بگذارد. تجربه‌ای که به عنوان یک دانشجوی تازه‌وارد ۲۲ ساله، در کلاس آقای رایز کسب کردم، به من نشان داد تصمیماتی که بر اساس نفس (ایگو) اتخاذ می‌شوند، چه تأثیر مخربی بر زندگی ام خواهند گذاشت.

اکنون به وضوح می‌بینم که موفقیت حقیقی، یک مفهوم درونی است. آن نمره D که ۵۰ سال پیش تا این حد مرا آزار می‌داد، اکنون به نظرم موضوعی بسیار بی‌اهمیت است.

بخش ۱۸

بعد از یک روز خسته کننده که از صبح تا غروب سر کلاس داشتم، دارم به طرف خانه رانندگی می کنم. بعد از تمام شدن کلاس های تابستانی، دیگر کم کم درس های ترم چهار را هم تمام می کنم. در هر ترم، تا حد ممکن واحدهای بیشتری برمی دارم و در ترم تابستان هم کلاس می گیریم، چون می خواهم که هرچه زودتر فارغ التحصیل شوم و به کار مورد علاقه ام، یعنی تدریس پردازم.

غروب جمعه، ۲۲ نوامبر ۱۹۶۳ است. دارم به بزرگراه آی-۹۴ نزدیک می شوم که ناگهان خبر شوکه کننده ای را از رادیوی ماشین می شنوم: «ما برنامه را قطع کردیم تا به شما اعلام کنیم که رئیس جمهور امریکا، لحظاتی پیش در دالاس مورد اصابت گلوله قرار گرفت. به نظر می رسد که شلیک، مرگبار بوده است.»

ماشین را در کنار جاده پارک می کنم، و با بهت و حیرت به دوردست خیره می شوم. قطرات اشک گونه هایم را خیس کرده اند. حس می کنم که آن گلوله، به من اصابت کرده است و توان رانندگی ندارم. نفسم بالا نمی آید. اخباری که از رادیو شنیدم، برای من یک خبر شخصی بود. من عاشق این رئیس جمهور بودم. او با چنان شور و شوقی از بی عدالتی هایی که می خواست آن ها را اصلاح کند سخن می گفت که قلبم به لرزه درمی آمد. او فردی بود که می خواست به تبعیض نژادی که در طول چهار سال خدمت در نیروی دریایی، شاهد وحشیانه ترین اشکالش بودم، پایان دهد. او امید به دنیایی بهتر را در دلم شعله ور ساخته بود، و برای ساختن دنیایی بهتر حاضر بود که با همه کسانی که به آتش این تبعیض و تنفر دامن می زدند، مقابله کند. هنگامی که در کمپین های انتخاباتی اش، قول اقدامات اجرایی، اخلاقی و قانونی برای مقابله با تبعیض نژادی و قانون مسخره جدایی مدارس را می داد، از شهامتش حیرت کرده بودم.

همین چند ماه پیش بود که من با افتخار شاهد این بودم که گارد ملی آلاباما، طبق دستور مستقیمی که از رئیس‌جمهور دریافت کرده بودند، امنیت دو دانش‌آموز سیاه‌پوست را برای ورود به ساختمان دانشگاه آلاباما و ثبت‌نام در آنجا، تأمین کردند. هنگامی که فرماندار آلاباما، جرج والاس کنار ایستاد، و عصر جدیدی از عدالت و برابری اجتماعی آغاز شد، من آنجا بودم و این اتفاقات را نظاره می‌کردم.

در ۱۱ ژوئن ۱۹۶۳، من به این سخنرانی رئیس‌جمهور کندی که به صورت زنده از تلویزیون پخش می‌شد، گوش می‌کردم:

«سؤال اصلی این است که آیا تمام مردم امریکا، از حقوق و فرصت‌های برابری برخوردار هستند؟ و آیا ما با هم‌وطنان آمریکایی‌مان، آن‌گونه رفتار می‌کنیم که دوست داریم با خودمان رفتار شود؟ اگر یک فرد آمریکایی، تنها به این دلیل که رنگ پوستش تیره است، اجازه نداشته باشد که در یک رستوران عمومی غذا بخورد، اگر نتواند فرزندانش را به بهترین مدارس عمومی بفرستد، و اگر نتواند در انتخاباتی که برای تعیین نمایندگانش برگزار می‌شود، رأی بدهد، و در کل، اگر نتواند که از آزادی‌ای که همه ما در زندگی خواستارش هستیم، به‌طور تمام و کمال لذت ببرد، آنگاه چه کسی از ما حاضر است که رنگ پوستش عوض شود و در جایگاه او قرار بگیرد؟»

آن سخنرانی، نقطه عطفی برای کشورمان بود - شروع حرکتی که در انتها منجر به تصویب لایحه حقوق شهروندی در سال ۱۹۶۴ شد.

من در ابتدای بزرگراه، درون ماشینم نشسته‌ام و چهره آن دو دانش‌آموز آفریقایی-آمریکایی را به یاد می‌آورم که برای ثبت‌نام در کلاس‌ها، داخل ساختمان دانشگاه می‌شدند. به یاد می‌آورم که همین چند سال پیش، چطور به دوستانم ری دادلی اجازه وارد شدن به رستوران هارو دو گریس را ندادند، آن‌هم درحالی‌که یونیفرم نیروی دریایی ایالات متحده را بر تن داشت، و برای از دست رفتن امیدی که رئیس‌جمهور نویدش را داده بود، سوگواری می‌کنم.

من در کتاب گردان ۱۰۹ ام، نوشته رابرت دوناون، در مورد اقدامات قهرمانانه جی.اف. کندی در طول جنگ جهانی دوم، و اینکه چگونه بعد از اینکه کشتی اش در اثر حمله یک جنگنده انتحاری ژاپنی به دونیم تقسیم شده بود، توانست جان تمام خدمه اش را نجات دهد، خوانده بودم. من کتاب چهره‌های شهامت^{۳۱} خود کندی را بارها و بارها مطالعه کرده بودم، کتابی که درباره زندگی حرفه‌ای ۸ سناتور کنگره ایالات متحده نوشته شده بود، که در برابر فشارهایی که دائماً به آن‌ها وارد می‌شد، شهامت زیادی از خود نشان داده بودند. من به شدت امید داشتم که چنین شهامتی برای مقابله با مشکلات اجتماعی متعددی که در جامعه ما وجود دارد، به کار گرفته شود. من وحشتی را که در طول بحران موشکی کوبا، مردم را در بر گرفته بود، به یاد می‌آوردم، و اینکه چگونه این رئیس‌جمهور جوان و شجاع ما، در برابر نیکیتا خروشچف، نخست‌وزیر شوروی ایستاد و از بروز یک فاجعه هسته‌ای جلوگیری کرد.

من به این مرد ایمان داشتم. به او احساس نزدیکی می‌کردم. در زمان حضورم در جزیره گوآم، در مورد اتفاقات ناخوشایندی که در آنجا شاهدش بودم، برایش نامه نوشته بودم، زیرا باور داشتم که اگر جی.اف. کندی از بروز چنین اتفاقاتی آگاه شود، جلوی تکرارشان را خواهد گرفت.

بالاخره ماشین را روشن می‌کنم و به سمت شرق می‌روم، به سوی خانه‌ای که تا قبل از زمان ازدوادم در سال آینده، با مادرم در آنجا زندگی می‌کنم.

چند ساعت بعد، سر شیفتم در خواروبارفروشی کروگر، مشغول کار هستم. هرروز از ساعت ۴ بعدازظهر تا ۹ شب کار می‌کنم تا حقوقش یک کمک‌خرجی برایم باشد. بیشتر مشتریان، در نتیجه شوکی که به آن‌ها وارد شده ساکت هستند و کمتری کسی توان صحبت کردن دارد. همان‌طور که بقیه پول یک خانم را به او می‌دادم، نگاهمان به نگاه هم گره خورد و اشک از چشمانمان سرازیر شد. سکوت همه‌جا را فرا گرفته است. هیچ‌کس قادر نیست بدون گریه کردن، صحبت کند. جوری

³¹ Profiles in Courage

تحت تأثیر این اتفاق غم‌انگیز قرار گرفته‌ام که تاکنون سابقه نداشته است. احساس می‌کنم که پس از اتفاق امروز، زندگی‌ام دیگر هیچ‌گاه مانند قبل نمی‌شود.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

من در مورد این حادثه تاریخی نوشتم، زیرا بر مسیر زندگی شخصی و حرفه‌ای من تأثیر عمیقی گذاشت. اتفاقی که در آن روز شوم افتاد، من را از جنبه‌های مختلفی دگرگون کرد. تا آن زمان، هر چیزی که بر آینده من اثر گذاشته بود، از جنس مسائل شخصی بود. تجربیاتی که در یتیم‌خانه و یا منزل خانواده‌هایی که مرا به فرزندخواندگی قبول کرده بودند، از سر گذرانده بودم، تجربیاتی که در دبیرستان، و اتفاقاتی که در نیروی دریایی با آن‌ها مواجه شدم، باعث شکل‌گیری یک هوشیاری در من شد که مسیر زندگی شخصی‌ام را تحت تأثیر قرار می‌داد. اما ترور رئیس‌جمهور جان اف. کندی، تنها مرگ مردی که من او را می‌ستودم نبود؛ آن روز، چیزی در درون من نیز کشته شد.

از همان آن روز بود که من تصمیم گرفتم به گونه زندگی کنم که بتوانم یک تأثیر تاریخی و جهانی بر این دنیا بگذارم. دیگر تنها به مسیر شغلی‌ام به‌عنوان یک معلم که به‌زودی آغاز می‌شد، فکر نمی‌کردم، بلکه در این فکر بودم که چطور می‌توانم هوشیاری مردم کل سیاره را تحت تأثیر قرار دهم. از آن روز به بعد، من خودم را به چشم مردی می‌دیدم که رسالتی بزرگ بر عهده دارد. در آن زمان من نمی‌دانستم که این رسالت چیست و یا چطور باید آن را انجام دهم، اما می‌دانستم که یک انسان با وجدانی بیدار، می‌تواند تغییری را ایجاد کند، و آن انسان من بودم. چراکه نه؟ من همان فکری را در سر داشتم که کندی، مدت‌ها قبل از اینکه من حتی اسمش را بشنوم، در سر داشت. چیزی در درونم مرا ترغیب می‌کرد که به این ایده‌ها صدا بدهم، و کاری کنم که این صدا در تمام جهان شنیده شود. از آن روز به بعد، من خودم را به چشم یک رهبر جهانی می‌دیدم. نه یک رهبر سیاسی، نه. بلکه یک انسان، که وجودش لبریز از عشق به هموعانش بود، و دیگران برای شنیدن حرف‌هایش اشتیاق داشتند.

از روزی که جان اف. کندی ترور شد، ۵۰ سال می‌گذرد. حال که به گذشته نگاه می‌کنم، می‌توانم به وضوح ببینم که این سرنوشت او بوده است. اینکه جانش را فدا کند، تا بتواند مأموریتش را در این جهان به اتمام برساند. لایحه حقوق شهروندی در سال ۱۹۶۳ تصویب نمی‌شد. احتمال اینکه کندی دوباره به‌عنوان رئیس‌جمهور انتخاب شود، روز به روز کمتر می‌شد، چراکه ایالت‌های جنوبی با دیدگاه‌های انقلابی او در مورد تبعیض نژادی و حق رأی دادن به رنگین‌پوست‌ها مخالف بودند. بدون شک، هنگام رأی‌گیری در مورد تصویب لایحه حقوق شهروندی، سناتورهای جنوبی کارشکنی می‌کردند. اما زمانی که کندی کشته شد، و کشور به سوگ این مرد بزرگ نشست، ذهنیت کلی جامعه تغییر کرد. تحت رهبری رئیس‌جمهور جدید، بادهای تغییر با شدتی بیشتر از همیشه شروع به وزیدن کردند.

سیاست‌مدارانی که پیش‌ازاین، از اعمال تبعیض نژادی حمایت می‌کردند، زیر فشار افکار عمومی که اکنون آگاه‌تر و هشیارتر از قبل شده بود، ناچار شدند که نظرشان را تغییر دهند، و به نفع حقوق برابر برای همه و حرکت به سمت جامعه‌ای بهتر رأی دهند. من معتقدم در این جهان، که نیرویی برتر بر همه چیز نظارت دارد، هیچ چیز تصادفی نیست. مرگ رئیس‌جمهور کندی در آن روز، دری را گشود به سوی حقوق شهروندی برابر، حق رأی برای همه، بیمه‌های درمانی برای سالمندان، ارتقاء مدارس، و ایجاد این آگاهی که صحبت از حقوق برابر تنها شعار نیست، بلکه همه ما موظفیم که به آن عمل کنیم. این تنها راه برای تأثیر گذاشتن بر هوشیاری کشور بود.

در آن روز، یک آگاهی جدید در من ایجاد شد. بالا آمدن آب دریا در اثر جزر و مد، همه قایق‌ها را بالا می‌آورد، و من آن روز حس کردم که در اثر این حادثه غم‌انگیز، به بالا کشیده شدم. من هم در کنار بسیاری از افراد دیگر، در راهپیمایی حمایت از حقوق شهروندی شرکت کردم، و در مخالفت با جنگ ویرانگر و نافرجام در ویتنام، در کنار سایر طرفداران پایان جنگ، دست به تظاهرات زدم. به‌عنوان یک معلم در شهر دیترویت، و کمی بعدتر به‌عنوان سخنگوی پروژه گرسنگی، که هدفش پایان دادن به گرسنگی در سرتاسر دنیا بود، من تلاش کردم تا نگرش‌های

ناعادلانه و غلط افراد جامعه را تغییر دهم. زندگی من به‌عنوان یک نویسنده و سخنران، بر روی این متمرکز بود که به مردمی که خودشان را انسان‌هایی معمولی و محدود می‌دیدند، کمک کنم تا به سطح جدیدی از آگاهی برسند و متوجه شوند که به‌عنوان یک انسان، هیچ حدود مرزی ندارند و می‌توانند به هر چیزی که بر روی آن متمرکز شوند، دست پیدا کنند.

رؤیای رئیس‌جمهور کندی برای ایجاد کشوری که مردمش بیشتر از گرفتن و دریافت کردن، به دنبال بخشیدن و خدمت کردن باشند، رؤیای من هم هست. او باید کشته می‌شد تا ملت ما، وارد مسیری مملو از مهربانی و همدلی شوند، و دنیا به سمت بهتر شدن حرکت کند. در این باره می‌توان به‌طور بی‌پایانی بحث و جدل کرد، اما این مسئله اتفاقی را که افتاده است تغییر نمی‌دهد. او مرد، و با مرگش همه ما انسان‌های بهتری شدیم. سفر من هم به سمت اینکه بتوانم انسان بهتری باشم، آغاز شد، و از آن به بعد حرفه‌ام را حول خدمت‌رسانی و همدلی و عشق نسبت به همه متمرکز کردم. اگر در آن روز، چنین اتفاقی در دالاس رخ نداده بود، زندگی من می‌توانست مسیر کاملاً متفاوتی داشته باشد.

بخش ۱۹

در سال آخر دانشگاه هستم. در طول این ۴ سال، در بیش از ۱۰۰ کلاس مختلف شرکت کرده‌ام، و حتی برای یک‌بار هم نشده که کلاسی را از دست بدهم. من آن‌چنان به زندگی دانشجویی‌ام متعهدم، و به قدری از اینکه در اینجا باشم، احساس خوشحالی، سربلندی و خوش‌شانسی می‌کنم، که امکان ندارد به صورت داوطلبانه کلاسی را از دست بدهم.

با اینکه عاشق جو این دانشگاه که در وسط شهری بزرگ و زیبا قرار دارد، هستم، از بی‌تفاوتی اساتید اینجا تعجب می‌کنم. پیدا کردن استادی که واقعاً به موضوعی که تدریس می‌کند و یا الهام بخشیدن به دانشجویانش علاقه‌مند باشد، کار دشواری به نظر می‌رسد. من متوجه شده‌ام که در بسیاری از کلاس‌هایی که شرکت می‌کنم، حس بی‌علاقگی همه‌جا موج می‌زند. افکاری مثل این، به‌طور مداوم به هوشیاری‌ام هجوم می‌آورند: به نظر می‌رسد که همه این اساتید، تنها از سر اجبار و وظیفه، در کلاس‌ها حضور پیدا می‌کنند. همه آن‌ها بی‌حوصله هستند - انگار هیچ علاقه و هیجانی نسبت به چیزی که تدریس می‌کنند، در آن‌ها وجود ندارد.

من به دایی‌ام بیل و لیک فکر می‌کنم، کسی که دلیل اصلی در پشت تصمیم من برای معلم شدن بود. کلاس‌های او، به خاطر خنده و هیجانی که او با خود به محیط کلاس می‌آورد، همواره سرشار از نشاط بود. بیل عاشق دانش‌آموزانش بود، و عاشق مطالبی که تدریس می‌کرد. او به وظیفه‌ای که زندگی بر عهده‌اش گذاشته بود عمل می‌کرد، و در عین حال همه اوقات خوشی را سپری می‌کردند. نکته کلیدی در اینجا **عشق** است.

به نظر من، این چیزی است که در این کلاس‌ها جای خالی‌اش حس می‌شود. هر کس تنها از سر اجبار در اینجا حضور دارد؛ هیچ عشقی دیده نمی‌شود. دانشجویان با بی‌میلی از مطالبی که احتمال دارد در امتحان بیاید، یادداشت برمی‌دارند. به جز این کار، بی‌تفاوتی آشکاری نسبت به مطالبی که در کلاس بیان می‌شود، از خودشان نشان می‌دهند. اساتید درس نمی‌دهند؛ فقط از روی مطالب

می‌خوانند و رد می‌شوند. آن‌ها تنها شغلشان را انجام می‌دهند بدون اینکه عشقی نسبت به آن داشته باشند. بیشتر اوقات در کلاس‌ها حاضر می‌شوند، اگرچه معمولاً زودتر از ساعت رسمی کلاس را تعطیل می‌کنند، و به‌طور مشخص، نسبت به جو مرده‌ای که بر کلاسشان چیره شده، بی‌تفاوت‌اند.

من متوجه شدم که این بی‌علاقگی تقریباً در همه افرادی که در کلاس حاضرند، دیده می‌شود. درحالی‌که این وضعیت را نظاره می‌کنم، از خودم می‌پرسم، آیا نمی‌بینند که هیچ‌کس نسبت به مطالبی که می‌گویند، علاقه‌مند نیست؟ آن‌ها دانشجویان را مثل اسیر در کلاسشان نگه‌داشته‌اند؛ دانشجو مجبور است که در کلاس حاضر شود، و تا زمانی که استاد کلاس را مرخص نکند، نمی‌تواند آنجا را ترک کند. چرا اساتید کاری نمی‌کنند که این کلاس برای دانشجویان اهمیت پیدا کند؟ چرا اندکی زندگی در کلاس‌هایشان نمی‌دمند؟

من خودم را تصور می‌کنم که به‌عنوان یک معلم، در مقابل چنین کلاس بی‌روحي ایستاده‌ام. تقریباً هرروز خودم را تصور می‌کنم که به کلاسی پر از دانش‌آموزان بی‌انگیزه وارد می‌شوم، و کاری می‌کنم که کلاس جان بگیرد. خودم را تصور می‌کنم که مطالب را به شکلی جذاب تدریس می‌کنم و به دانش‌آموزان انگیزه می‌دهم که این مطالب را باعلاقه فرا گیرند، حتی اگر تا قبل از این تصور می‌کردند که این مطالب به دردشان نمی‌خورد. این، فکر و خیالی است که من هرروز آن را در ذهنم پرورش می‌دهم.

با نوعی ترحم، به اساتید نگاه می‌کنم، همان‌طور که چندین سال قبل در دبیرستان به معلمانم نگاه می‌کردم. در حقیقت، دلم برایشان می‌سوزد، زیرا به نظر می‌رسد که کاملاً اسیر روزمرگی‌های زندگی شده‌اند، و روزها از پس روزها می‌گذرند، و سال‌ها سپری می‌شوند، بدون اینکه آن‌ها کاری در این‌باره انجام دهند. در دوران دبیرستان، خیلی از معلمانم سال‌های آخر خدمتشان را می‌گذراندند، و به نظر می‌رسید که تنها در انتظار بازنشستگی هستند. من این مطلب را در دانشگاه هم مشاهده کردم، و با خودم اندیشیدم، پس حس مباهات و غرور این معلمان کجاست؟ چطور

می‌توانند در مقابل یک کلاس بایستند، و دلشان نخواهد که دانش‌آموزانشان را به هیجان آورند، و آن‌ها را نسبت به کلاس و مطالبی که درس می‌دهند، مشتاق کنند؟

من به خودم قول دادم که هرگز مانند آن‌ها نشوم. من عاشق این هستم که مردم را بخندانم، و هر یک از معلم‌هایی که در خاطرمان مانده‌اند و دوستشان داشته‌ام، این توانایی شگفت‌انگیز را در خود داشته‌اند که از زبان طنز برای بیان مطالب استفاده کنند. من به خودم قول دادم که وقتی در برابر یک عده صحبت می‌کنم، فرقی نمی‌کند که در یک کلاس درس باشد یا هر جای دیگری، کاری کنم که آن افراد از بودن در آنجا لذت ببرند. با خودم گفتم که من فقط برای انجام وظیفه و دریافت چک حقوقم در پایان ماه سر کلاس نخواهم رفت. من عشق را در خودم زنده نگه می‌دارم؛ عشق به مطالبی که تدریس می‌کنم، عشق به دانش‌آموزانم، و مهم‌تر از همه، عشق به خودم. من مصمم هستم که به خودم به‌عنوان یک انسان احترام بگذارم، و هرگز به کسی که از سراجبار و با بی‌تفاوتی سر کلاس حضور می‌یابد، تبدیل نشوم. حتی تصور اینکه روزی تا این حد دچار ناامیدی شوم، مرا منزعج می‌کند.

هر روز، در کلاس‌هایی که یکی بعد از دیگری تشکیل می‌شوند، من در خیال‌پردازی‌هایم راجع به اینکه چطور می‌توانم به این کلاس بی‌روح جان بدهم، غرق می‌شوم. میلی عظیم برای افزودن شور و هیجان و سرگرمی و خنده به تجربه آموزش، در وجود من زبانه می‌کشد و روز به روز شعله‌ورتر می‌شود.

بالاخره، برای دوره آموزشی به‌عنوان یک معلم، از طرف دانشگاه به دبیرستان پرشینگ فرستاده شدم. من در اینجا، درس اختیاری اقتصاد را به یک گروه ۳۵ نفره از دانش‌آموزان سال آخری تدریس می‌کنم، و معلمی که بر کار من نظارت می‌کند، آقای زیگموند بویتور است. من واقعاً شانس آورده‌ام؛ زیگ بویتور یک معلم بی‌نظیر است، مردی که تجسم تمام و کمال معلمی است، که من

امیدوارم روزی به آن تبدیل شوم. تمام دانش‌آموزانش عاشقش هستند، و از نظر مدیر مدرسه او بهترین معلمی است که در آنجا تدریس می‌کند.

بعد از دو هفته اول، زیگ اداره کلاس را کاملاً به خودم واگذار می‌کند؛ من برای بقیه این ترم، تنها معلم این کلاس خواهم بود. اقتصاد می‌تواند درس به‌شدت خسته‌کننده‌ای باشد، یا حداقل در طول دو کلاسی که به‌عنوان دانش‌آموز در آن‌ها شرکت کرده بودم، برای من این‌طور بود. اما حال این فرصت برای من فراهم شده بود که به رؤیاهایم در طول این چهار سال، جامه عمل بپوشانم. حس می‌کنم که روی ابرها راه می‌روم!

من بیشتر از هر ترم دیگری که در دانشگاه گذرانده‌ام، عاشق این ترم هستم. من عاشق این کلاس و همه دانش‌آموزانش هستم، و حتی عشق به اقتصاد در قلبم جوانه زده است! هنگامی که بچه‌های کلاس، یک کیف چرمی و یک کارت زیبا که بر رویش از علاقه‌شان به کلاس و من - معلمشان! - نوشته بودند، را به من هدیه دادند، از شادی در پوستم نمی‌گنجیدم. به خودم افتخار می‌کردم. من معلمی هستم که دانش‌آموزانش او را دوست دارند، و علاوه بر این، به‌زودی یک سخنران انگیزشی می‌شوم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

هنگامی که من هرروز در سر کلاس‌هایی می‌نشستم که بی‌تفاوتی در آن‌ها موج می‌زد، چه از سوی اساتید و چه از طرف دانشجویان، متوجه این موضوع نبودم که این درواقع نخستین آموزش‌های من برای تبدیل‌شدن به یک سخنران عمومی است. حال که به عقب نگاه می‌کنم، می‌توانم به‌وضوح خودم را ببینم که در کلاس نشسته‌ام و در حیرتم که چرا یک کلاس باید تا این حد کسالت‌آور باشد. از خودم می‌پرسم که: چرا استاد کاری نمی‌کند که کلاس جذاب شود؟ آیا نمی‌بیند که همه از بودن در این اتاق ناراضی هستند؟ حال که از دور به آن روزها می‌نگرم، متوجه می‌شوم که من باید آن حس دل‌مردگی را سر آن کلاس‌ها تجربه می‌کردم. آن‌ها چیزی را در وجودم بیدار

می‌کردند که نمی‌توانستم نادیده‌اش بگیرم. حضور در آن کلاس‌ها، بخشی از سرنوشت من بود، برای اینکه در آینده بتوانم به یک سخنران انگیزشی بدل شوم، و رسالتم را در این دنیا به انجام برسانم.

من باید برای آینده آماده می‌شدم، و مطمئن‌ترین راه برای آماده شدنم، شرکت کردن در جلساتی بود که به نظرم عذاب‌آور می‌آمدند. یک‌بار دیگر، آن الگوی قدیمی که باید با چیزی که نمی‌خواستم در آینده به آن تبدیل شوم روبرو می‌شدم، تا درک کنم که واقعاً قصد انجام چه کاری را دارم. این تجربه هم، مثل هر تجربه‌ای در زندگی‌ام، یک نعمت بزرگ بود که در پس ظاهری ناخوشایند پنهان گشته بود. آن ندهای درونی که من در آن دوران می‌شنیدم، همان چیزی بودند که من را به خودم آوردند.

هنگامی که با همکلاسی‌هایم در مورد احساسی که داشتم حرف می‌زدم، با سردرگمی به من نگاه می‌کردند. از دید آن‌ها، خسته‌کننده بودن کلاس‌ها بخشی از دانشگاه و نظام آموزشی بود و مسئله‌ای غیرطبیعی به حساب نمی‌آمد. در آن زمان، من آگاه نبودم که ناآرامی درونم، در حقیقت ندایی از طرف هستی بود که به من می‌گفت، «با دقت بنگر، و این درد و عذاب را حس کن، و به خودت قول بده که از این احساسی که داری استفاده کنی و پیاموزی که چطور می‌توانی به یک سخنران بی‌نظیر که بر زندگی دیگر انسان‌ها تأثیر می‌گذارد، تبدیل شوی.»

حال که بیش از چهار دهه است که در گردهمایی‌های عمومی سخنرانی می‌کنم، آن‌هم برای افرادی که پولی را که با زحمت به دست آورده‌اند، هزینه می‌کنند تا در آن جلسات حضور یابند، می‌فهمم که چقدر خوش‌شانس بوده‌ام که در آن زمان، فرصت این را داشتم که سر کلاس‌هایی بنشینم که آن صدای درونی را در من بیدار کردند. صدایی که به من می‌گفت: «خوب توجه کن، و به خودت قول بده به پیامی که می‌خواهی به دیگران منتقل کنی، جان ببخشی. پرانرژی باش، و در

طول سخنرانی به مخاطبانت دقت کن تا مطمئن شوی که حواسشان پیش تو است، و از گوش سپردن به سخنان لذت می‌برند؛ اگر این‌گونه نیست، پس به سرعت چاره‌ای بیندیش.»

در طول این سال‌ها، من در رابطه با اهمیت داشتن شور و اشتیاق در کارهایی که یک نفر انجام می‌دهد، مطالب زیادی نوشته‌ام و سخنرانی‌های بسیاری کرده‌ام. برای من، بی‌علاقه بودن به این معناست که ارتباط با منبع هستی قطع شده است. فردی که رودرروی یک جمعیت می‌ایستد، بدون اینکه نسبت به موضوعی که در موردش صحبت می‌کند و کاری که انجام می‌دهد، اشتیاقی داشته باشد، ارتباطش را با نیروی روحانی درونش از دست داده است، همان خدایی که در درون همه ما حضور دارد. در حقیقت، ریشه اصلی شور و اشتیاقی که ما حس می‌کنیم، «خدای درونمان» است.

در طول دهه‌ها سخنرانی کردن در برابر گروه‌های بزرگ، یاد گرفته‌ام زمانی که خودم را رها می‌کنم و به منبع الهی درونم اجازه می‌دهم که مرا هدایت کند، همه چیز خودبه‌خود درست می‌شود. هنگامی که من را به روی صحنه فرامی‌خوانند و میکروفون را به دستم می‌دهند، من این جمله از کتاب یک دوره در مورد معجزات^{۳۲} را با خودم تکرار می‌کنم: «اگر می‌دانستی که در طول مسیری که انتخاب کرده‌ای، چه کسی همواره در کنارت است، دیگر هیچ دلهره و تردیدی را به خود راه نمی‌دادی.» از این طریق، به خودم یادآوری می‌کنم که ارتباط خودم با نیروی خلاق هستی را حفظ کنم، و با شور و علاقه صحبت کنم. لحظاتی که در آن کلاس‌های خسته‌کننده گذراندم، باعث شد که با نیروی روحانی درونم پیوند مستحکم‌تری برقرار کنم و به چیزی که امروز هستم، تبدیل شوم؛ سخنرانی که مردم برای شنیدن صحبت‌هایش اشتیاق دارند.

می‌توانم به خاطر بیاورم که در زمان دانش‌آموزی، تلاش می‌کردم که در همه چیز بهترین باشم، خصوصاً در نوشتن و صحبت کردن. من شنیده بودم که نویسندگان بزرگ، هرگز سخنرانان ماهری نبوده‌اند، و افرادی که در سخنرانی مهارت دارند، قادر نیستند که به‌درستی افکارشان را روی کاغذ

³² A Course in Miracles

بیاورند. در طول سال‌ها، من آموختم که اینکه در انجام کاری تا چه حد پیشرفت کنم، به باور من درباره خودم و توانایی‌هایم بستگی دارد. من اکنون می‌دانم که قادر هستم در هر زمینه‌ای که بخواهم، موفق شوم.

من در سن ۳۱ سالگی ورزش تنیس را شروع کردم، و در همان اولین روز فهمیدم که عاشق این ورزش هستم و اگر به اندازه کافی روی آن وقت بگذارم، می‌توانم به یک بازیکن تنیس ماهر تبدیل شوم. و این کار را کردم، و به مدت ۳۵ سال با قدرت تمام ورزش تنیس را ادامه دادم. به طور مشابه، در دوران دبیرستان می‌دانستم که توانایی من برای رسیدن به موفقیت، نامحدود است. می‌دانستم که می‌توانم رؤیاهایم را محقق کنم، و از تلاش کردن در این راه لذت می‌بردم. و می‌دانستم که هیچ چیز نمی‌تواند سد راه من شود، مگر محدودیت‌هایی که تنها در ذهنم هستند.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم و خودم را می‌بینم که در آن کلاس‌های خسته‌کننده نشسته‌ام و به جو دلگیری که در اطرافم هست، می‌نگرم، یک چیز را به روشنی درک می‌کنم. اکنون درک می‌کنم که هر تجربه‌ای در زندگی من، صرف‌نظر از اینکه آن زمان چه فکری در موردش می‌کردم، درس بسیار ارزشمندی را به من آموخته است. در هر لحظه از زندگی، درسی برای فراگرفتن وجود دارد و من اکنون می‌دانم که در پس هر اتفاقی، درسی برای آموختن هست، و تک‌تک لحظات زندگی اهمیت دارند. این تنها مردم هستند که علاقه‌ای به یادگیری ندارند. من سال‌ها پیش آموختم که هیچ‌گاه یکی از این افراد بی‌علاقه نباشم. من حس می‌کنم اینکه انسان خسته و بی‌حوصله شود، توهینی است به بعد برتر وجودش، که همان خدای درونش است.

بخش ۲۰

سال ۱۹۶۸ است. من ازدواج کرده‌ام و دختری یک‌ساله به نام تریسی دارم، که در بحبوحه شورش‌هایی که قسمت اعظم دیترویت را نابود کردند، به دنیا آمد. دو سال پیش دوره ارشدم را تمام کردم و اکنون در دانشگاه وین استیت، دانشجوی دکترا هستم.

از آنجایی که من دوره کارشناسی و ارشدم را در دانشگاه وین استیت گذرانده‌ام، حال بر اساس قوانین آموزشی، باید در دوره دکتری چندترم را در دانشگاه میشیگان تحصیل کنم. هم‌اکنون مشغول گذراندن یک کلاس در ترم تابستانه این دانشگاه هستم. عنوان کلاس، «روانشناسی ادراک^{۳۳}» است، که در آن تأکید زیادی بر مزیت استفاده از هیپنوتیزم در درمان اختلالات ادراکی می‌شود. من از یک روش خود هیپنوتیزمی، برای ترک عادت سیگار کشیدن که در دوران کارشناسی شروع کرده بودم، استفاده کردم و حال به شدت مشتاقم که دستورالعمل‌های انجام هیپنوتیزم را دریافت کنم و در این زمینه تجربه عملی به دست آورم.

استاد این درس، که یک محقق بسیار شایسته و پرانرژی است، دیروز یک جلسه هیپنوتیزم گروهی را روی ما اجرا کرد. من وارد یک حالت خلسه شده بودم - ذهن من به یک حالت هشیارتر رفته، و احساس آرامش عمیقی وجودم را فراگرفته بود. کاملاً آگاه بودم که چه اتفاقی در اطرافم می‌افتد، و حس نمی‌کردم که کنترل کارهایم از اختیارم خارج شده است، اما با این حال متوجه شدم که کاملاً از روی میل، به تمام دستوراتی که او به من می‌دهد، عمل می‌کنم، و هر کاری را که می‌گوید بدون پرسیدن سؤال انجام می‌دهم. حس می‌کردم که اجباری به انجام کاری که به من گفته شده ندارم، اما به هر حال آن کار را انجام می‌دادم.

³³ The Psychology of Perception

امروز قرار است که شاهد انجام یک آزمایش ارتباط ذهن با بدن باشیم. یکی از دانشجویان که خانمی ۴۰ ساله است، قبول کرده که استادمان آزمایش هیپنوتیزم را روی او انجام دهد. استاد او را بر روی یک صندلی که جلوی کلاس قرار داشت می‌نشاند، و او را به یک حالت خواب مصنوعی فرو می‌برد. سپس او برای ما توضیح می‌دهد که بدن انسان نمی‌تواند به‌درستی، دماهای خیلی زیاد یا خیلی کم را از یکدیگر تشخیص دهد - در همین حال، آن خانم به حالتی کاملاً طبیعی نشسته است و اصلاً به نظر نمی‌رسد که هیپنوتیزم شده باشد. او به ما می‌گوید که یک فرد با چشمانی بسته، نمی‌تواند تفاوت بین لمس یک جسم خیلی سرد و یا یک تکه فلز گداخته را تشخیص دهد و بگوید کدام یک با پوستش برخورد کرده است. او می‌گوید که گرمای شدید و سرمای شدید می‌توانند حس یکسانی داشته باشند.

همه ما با دقت به صحبت‌های استاد گوش می‌دهیم که روانشناسی ادراک را توضیح می‌دهد، و می‌گوید که سیستم عصبی ما تنها به ادراکمان واکنش نشان می‌دهد. سرد یا گرم بودن، تنها متغیرهای ادراکی هستند که به ذهنیت فرد نسبت به جسمی که او را لمس می‌کند، وابسته‌اند.

سپس او چشمان آن زن را می‌بندد، و پوست او را با یک قطعه فلز سرد و یک چوب‌کبریت تازه خاموش‌شده که هنوز گرم است، لمس می‌کند. اول سرد. سپس گرم. و بعد این روند را به ترتیب‌های مختلف تکرار می‌کند و از او می‌خواهد چیزی را که حس می‌کند، با کلمات سرد یا گرم بیان کند. همان‌طور که آزمایش جلو می‌رود، زن در حدود ۷۵ درصد از موارد درست حدس می‌زند. سپس استاد چشم‌بند آن خانم را برمی‌دارد و درباره نتایج این آزمایش با کلاس صحبت می‌کند.

آن زن هنوز در حالت خواب مصنوعی قرار دارد. استاد به آن زن می‌گوید که می‌خواهد اجسام خیلی سرد و خیلی داغی را که قرار است در ادامه آزمایش از آنها استفاده کند، به او نشان دهد، و به او می‌گوید که به‌محض اینکه دمای جسم را حس کرد، واژه سرد یا گرم را بگوید. او یک

جسم فلزی منجمد و یک میله فلزی که گداخته شده و به رنگ سرخ درآمده است را به او نشان می‌دهد، و می‌گوید که می‌خواهد قسمت داخلی بازویش را با آن اجسام لمس کند، و او باید با صدای بلند بگوید که چه چیزی حس می‌کند.

استاد دوباره چشمان زن را می‌بندد، و آن قطعه فلز منجمد را برمی‌دارد. به آرامی می‌گوید، «این آن تکه فلز سرد است؛ بگو که چه چیزی حس می‌کنی.» زن درحالی که اندکی از جا می‌پرد، می‌گوید سرد. سپس استاد آن میله فلزی گداخته را برمی‌دارد و آن را نزدیک صورت زن می‌گیرد تا حرارتش را حس کند. سپس می‌گوید: «حال می‌خواهم که این جسم را به قسمت داخلی بازویت نزدیک کنم، و تو فوراً به من بگویی که چه چیزی حس می‌کنی.» از آنجایی که استاد آن میله گداخته را نزدیک صورتش نگه داشته بود، زن متقاعد شده که قرار است با یک تکه فلز سرخ‌شده لمس شود. استاد میله گداخته را روی زیرسیگاری شیشه‌ای که روی میز قرار دارد می‌گذارد، مدادش را از جیبش درمی‌آورد، و به جای آن میله، پاک‌کن انتهای مداد را روی پوست آن زن می‌گذارد. زن از جا می‌پرد و یک تاول سطحی روی بازویش ایجاد می‌شود- با اینکه او تنها با پاک‌کن انتهای یک مداد که هم‌دمای اتاق بود، لمس شده بود.

یکی از هم‌کلاسی‌هایم با بهت و حیرت گفت: «شما هم دیدید؟ باور کردنی نیست. من نمی‌توانم باور کنم که ذهنش، کاری کرد که دستش تاول بزند. از تعجب دارم شاخ درمی‌آورم.»

من هم از تعجب چشمانم گشاد شده بود و دهانم باز مانده بود، چراکه برای نخستین بار، شاهد قدرت خارق‌العاده ذهن انسان بودم. تنها در اثر چیزی که ذهنش باور کرده بود، بازویش تاول زد، انگار که واقعاً با یک جسم داغ لمس شده باشد!

استاد به ما توضیح داد که بسیاری از فعالیت‌های ادراکی ما، توسط باورهایمان کنترل می‌شوند. سپس او اثر پلاسبو^{۳۴} را برایمان توضیح داد، که طی یک آزمایش، به بیمارانی که از آرتروز رنج

³⁴ Placebo effect

می‌برند، کپسول‌هایی می‌دهند که با شکر پر شده‌اند، و به آن‌ها می‌گویند که این کپسول‌ها، داروی درمان آرتروز هستند - و در کمال تعجب مشاهده می‌کنند که مصرف این کپسول‌ها، آرتروز این افراد را تسکین می‌دهد!

درست همانند تجربه من در نیروی دریایی، هنگامی که دچار کیست پیلونیدال شده بودم، یک‌بار دیگر مشاهده کردم که چطور باور ذهنی ما، می‌تواند بر روند بهبود ما تأثیر بگذارد. در این لحظه، دارم با خودم فکر می‌کنم که تأثیر باورهای ذهنی ما، می‌تواند حتی از این هم بیشتر باشد. تا حدی که تأثیرات خارجی یا محدودیت‌های فرهنگی جامعه، در برابر آن هیچ به حساب بیایند. با خودم می‌اندیشم، شاید ما بتوانیم خودمان را متقاعد کنیم که توانایی رسیدن به هر چیزی را داریم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

آن روز تابستانی در سال ۱۹۶۸، یک نقطه تحول در زندگی من بود. در آن روز، هرچه شک و تردید نسبت به حقیقتی که برای ۲۸ سال از آن آگاه بودم در وجودم بود، به یقین تبدیل شد. و ایمان آوردن به این حقیقت، درهای بسیاری را به روی من گشود.

اگرچه مبحث مربوط به ارتباط ذهن با بدن، حوزه تحقیقاتی نسبتاً جدیدی بود، من مطالعات زیادی را در این رابطه انجام داده بودم، به‌خصوص در حوزه‌های مرتبط با پزشکی و درمان. با این حال، تمام مطالعاتی که من در این زمینه داشتم، من را برای اتفاقی که آن روز در کلاس شاهدش بودم، آماده نکرده بودند. حال به‌وضوح می‌بینم که من باید آن روز در آن کلاس حضور می‌داشتم، تا این آگاهی جدید، عمیقاً در ذهن خودآگاه و ناخودآگاهم حک شود. هرچقدر هم که شما راجع به موضوعی مطالعه کرده باشید، وقتی که آن را از نزدیک با چشمانتان مشاهده می‌کنید، برایتان یک تجربه کاملاً متفاوت خواهد بود.

آن روز در کلاس با خودم فکر کردم که، اگر چنین چیزی ممکن است، ذهن انسان دیگر توان انجام چه کارهایی را دارد که بیشتر افراد فکر می‌کنند غیرممکن است؟ اتفاقی که در آن روز

تابستانی در سال ۱۹۶۸، در دانشگاه میشیگان شاهدش بودم، جرقه‌ای در من ایجاد کرد که در نهایت منجر به این شد که چندین سال بعد، من راجع به موضوعی تدریس کنم که بعداً آن را «زندگی بی‌حدومرز»^{۳۵} نامیدم. اما فرای اینکه آن اتفاق باعث شد من به‌عنوان یک معلم، با شور و اشتیاق راجع به امکان زندگی بی‌حدومرز - چون قدرت ذهن انسان حدومرزی ندارد، و قادر است هر چیزی را که تصور کند، به واقعیت تبدیل نماید - بنویسم و صحبت کنم، تجربه‌ای که در آن روز کسب کردم، تأثیر خیلی مهم‌تری هم بر روی زندگی شخصی من داشت.

در آن روز، من ایمان آوردم که توانایی انجام هر کاری را که بتوانم تصور کنم، دارم، و تنها کافی است که روی انجام آن کار تمرکز کنم. من تصمیم گرفتم که از این به بعد، مجبور نیستم که سرماخوردگی را تحمل کنم، یا خستگی را، و یا حتی تنگدستی مالی را، و در بیشتر موارد، توانستم به هر چیزی که تصور می‌کردم، دست پیدا کنم. پس از اینکه شاهد بودم که چگونه آن زن توانست تنها با قدرت ذهنش، تاولی روی پوستش ایجاد کند، گویی که دیواری در ذهنم فرو ریخت. من متوجه شدم که اگر آن زن، می‌تواند با داشتن باور قوی نسبت به چیزی، چنین کاری را انجام دهد، دلیلی ندارد که من نتوانم ذهنم را آموزش دهم تا به توانایی رسیدن به موفقیت‌های پی‌درپی و بزرگ، ایمان پیدا کند.

پس از تجربه آن روز، من این مفهوم را وارد سخنرانی‌هایم کردم. من مردم را تشویق می‌کردم که به کمک داشتن باور قلبی، می‌توانند به همه محدودیت‌هایی که در ذهنشان وجود دارد غلبه کنند، و موفقیت‌های چشمگیری به دست آورند.

احساسم همواره این بود که در آن روز، دست سرنوشت مرا در آن کلاس نشانده بود. امروز که اینجا نشسته‌ام و این متن را می‌نویسم، بیش از ۴۰ سال از آن ماجرا می‌گذرد. تصویر اتفاقات آن روز، چنان در ذهنم واضح و شفاف است، که انگار همین امروز صبح رخ داده‌اند. آن اتفاق زندگی

³⁵ no-limit living

مرا متحول کرد، چون باعث شد به قدرت ذهنم ایمان بیاورم. در آن روز تابستانی، هنگامی که وارد کلاس می‌شدم، حتی فکرش را هم نمی‌کردم که قرار است شاهد رخ دادن اتفاقی باشم که تا این حد بر زندگی شخصی و حرفه‌ای من اثر خواهد گذاشت.

تصویر آن اتفاق، به قدری قوی بود که بر زندگی من، بر زندگی فرزندانم، که جوری تربیتشان کردم تا ذهنشان نسبت به تمام احتمالات باز باشد، بر زندگی دانش‌آموزان و دانشجویان زیادی که داشتم، و بر زندگی میلیون‌ها نفر که در سرتاسر دنیا، کتاب‌های من را به ۴۷ زبان مختلف می‌خوانند، اثر گذاشت. یک کلاس کوچک که به‌ظاهر اهمیت چندانی نداشت، چنان تأثیر گسترده‌ای بر زندگی تعداد بی‌شماری انسان در سرتاسر دنیا گذاشت، و باعث شد که آن‌ها به خودشان و قدرت ذهنشان ایمان بیاورند، و باور کنند که می‌توانند به رؤیاهایشان جامه عمل بپوشانند.

آن روز با خودم گفتم که اگر تعداد کافی از انسان‌ها، با قدرت تفکر بی‌حدومرز آشنا شوند، سرنوشت کل بشریت می‌تواند مسیر بهتری را در پیش بگیرد. چراکه نه؟ به نظر می‌رسد که این نیروی نامرئی ذهن ما، می‌تواند بر هر چیزی در دنیای مادی تأثیر بگذارد؛ پس چرا رؤیاهای بزرگی در سر نداشته باشم، و برای رسیدن به جهانی که انسان‌های زیادی در آن، حقیقتاً این‌گونه فکر می‌کنند و عمل می‌نمایند، تلاش نکنم؟ می‌دانم که این رؤیا به نظر بلندپروازانه می‌رسد، اما این فکری بود که آن روز، فکرم را به خود مشغول کرده بود. منی که در آن زمان، یک دانشجوی جوان و ایده‌آل‌گرا بودم.

بله، اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که بدن، همواره تابع ذهن است. من در این باره شنیده بودم، خوانده بودم، اما تا زمانی که با چشمان خودم آن شاهدش نبودم، توجه چندانی به این پدیده خارق‌العاده نداشتیم. حتی وقایعی که هرروزه در زندگی‌مان رخ می‌دهند و به نظر خیلی عادی می‌رسند، اگر به آن‌ها توجه کنیم و شگفتی موجود در آن‌ها را درک کنیم، می‌توانند بر زندگی ما

و دیگران تأثیر شگرفی بگذارند. تجربه پاک کن و تاول، تجربه‌ای بسیار مهم بود، و بر روی هر آنچه من در سال‌های بعد برای ساختنش تلاش کردم، تأثیر گذاشت. از آن روز به بعد، من توجه خیلی بیشتری به افکارم داشتم، و اینکه چطور از آن‌ها استفاده می‌کنم.

از آنجایی که با چشمان خودم دیده بودم که نیروی ذهن می‌تواند چه تغییراتی در دنیای مادی ایجاد کند، نمی‌توانستم این ایده را از سرم خارج کنم که هر فکری که در ذهنم باشد، قادر به ایجاد تغییر بزرگی در زندگی من است. یاد می‌آید که آن روز بعد از کلاس، هنگامی که داشتم به سمت ماشینم می‌رفتم، با خودم گفتم که روزی یک کتاب کامل در این باره خواهم نوشت... و در آن زمان نمی‌دانستم که اتفاقی که آن روز شاهدش بودم، مرا به سمتی هل خواهد داد که به اندازه پر کردن یک کتابخانه کوچک، راجع به قدرت خارق‌العاده ذهن کتاب بنویسم.

تصویر آن زن در آن کلاس، هیچ‌گاه از ذهنم خارج نشد، و حتی امروز که بیش از نیم‌قرن از آن روز می‌گذرد، هنوز هم به وضوح جلوی چشمانم قرار دارد.

بخش ۲۱

در کنار تحصیل در مقطع دکتری، به‌عنوان مشاور راهنما در دبیرستان مرسی واقع در شهر فارمینگتون ایالت میسیگان مشغول به کار هستم. در این دبیرستان که زیر نظر انجمن خواهران مذهبی مرسی اداره می‌شود، چیزی در حدود هزار دختر نوجوان به‌صورت شبانه‌روزی تحصیل می‌کنند و برای ورود به کالج آماده می‌شوند. من عاشق این دبیرستان، و عاشق شغلم هستم. شغلی که این امکان را برای من فراهم می‌کند که به‌عنوان مشاور راهنما، به ۳۰۰ دانش‌آموزی که در مقاطع نهم تا دوازدهم تحصیل می‌کنند، خدمت کنم.

امروز، چهارشنبه بعد از روز کارگر سال ۱۹۶۸ میلادی است. شب گذشته، من در سالن اجتماعات برای والدین دانش‌آموزان سخنرانی کردم و آن‌ها را از برنامه‌های آموزشی در سال جاری مطلع ساختم. از اینکه این فرصت برایم پیش آمده است تا برای یک گروه بزرگ سخنرانی کنم و آن‌ها را سرگرم نمایم، بسیار خوشحال و خوشنودم.

یکی از دانش‌آموزانم به اسم نانسی آرمسترانگ، امروز صبح به من گفت که مادرش از سخنرانی دیشب من بسیار لذت برده، و برای تشکر، کتابی را به‌عنوان هدیه برای من فرستاده است. نانسی برای من توضیح داد که مادرش، عضوی از باشگاه انتخاب کتاب برتر ماه است، و به خاطر خرید تعداد زیادی کتاب، این کتاب‌قطور را به‌صورت رایگان دریافت کرده است. از آنجایی که خانم آرمسترانگ، به دلیل مشغله زیادش گمان نمی‌کرده که هیچ‌وقت فرصت کند این کتاب را بخواند- و همین‌طور با توجه به موضوع سخنرانی دیشب من، به این نتیجه رسیده است که من از مطالعه این کتاب لذت خواهم برد و می‌توانم آن را در کتابخانه شخصی‌ام نگهداری کنم.

عنوان این کتاب، *دنیای روانشناسی*، جلد ۲، *هویت و انگیزه*^{۳۶}، تألیف جی. بی. لویتاس^{۳۷} است؛ که در سال ۱۹۶۳ و توسط جورج برزیلر^{۳۸} به چاپ رسیده. این کتاب، شامل ۴۱ بخش مجزاست که توسط نویسندگان مختلفی مثل پلاتو^{۳۹}، ویلیام بوتلر^{۴۰}، ییتز^{۴۱}، فردریش نیچه^{۴۲}، آلدوس هاکسلی^{۴۳}، مارگارت مید^{۴۴}، کارل یانگ^{۴۵}، و بسیاری از افراد سرشناس و برجسته دیگر نوشته شده است. ترکیبی جالب از شاعران برجسته، روانشناسان، شخصیت‌های شناخته‌شده ادبی، و فیلسوفان. این کتاب دقیقاً همان چیزی است که دوست دارم، چراکه من واقعاً از مطالعه شعر، مقاله، رشته یادداشت، و این‌گونه مطالب لذت می‌برم. به‌علاوه، من از زمانی کودکی، دستی در همه این اشکال مختلف نویسندگی داشته‌ام، البته به‌صورت خیلی مبتدی.

من به خانم آرمسترانگ زنگ می‌زنم و از او برای این هدیه ارزشمند تشکر می‌کنم. سپس یادم می‌آید که قبل از اینکه بخوادم در مجتمع دانشگاهی در وین استیث حاضر شوم، چهار ساعت از وقتم خالی است. آنجا یک قرار ملاقات با دکتر میلدرد میلی پیترز^{۴۶}، استاد راهنمای دوره دکترایم دارم و قرار است درباره برنامه من برای دو سال و نیم باقی‌مانده از دوره دکترا، با یکدیگر صحبت کنیم. من همین‌ان هم تصمیمم را گرفته‌ام که برای ادامه دوره دکترا، می‌خواهم روی چه حوزه‌ای متمرکز شوم. تنها چیزی که احتیاج دارم، این است که دکتر پیترز با برنامه من برای انتخاب واحدهای درسی باقیمانده، الزامات کارآموزی، و موضوع پایان‌نامه دکترایم موافقت کند. من به حوزه کاری کارل راجرز^{۴۷}، در رابطه با روش‌های درمانی بیمار-محور^{۴۸}، و همچنین کارهایی که

³⁶ The World of Psychology, Volume II, Identity and Motivation

³⁷ G. B. Levitas

³⁸ George Braziller

³⁹ Plato

⁴⁰ William Butler

⁴¹ Yeats

⁴² Friedrich Nietzsche

⁴³ Aldous Huxley

⁴⁴ Margaret Mead

⁴⁵ Margaret Mead

⁴⁶ Dr. Mildred Millie Peters

⁴⁷ Carl Rogers

⁴⁸ client-centered therapy

بی. اف. اسکینر^{۴۹}، در حوزه رفتارگرایی^{۵۰} انجام داده است، علاقه‌مند هستم و می‌خواهم در ادامه دوره دکترا، به تحقیق در مورد این حوزه‌ها پردازم.

من کتابی را که نانسی امروز صبح به من داده بود، برمی‌دارم. مستقیماً به سراغ بخش ۶ می‌روم. این بخش با عنوان «انسان کامل»^{۵۱}، شامل مقالات افراد مختلفی از جمله جان استوارت میل^{۵۲}، رالف والدو امرسون^{۵۳}، رابرت برونینگ^{۵۴}، و سی. ای. مونتگ^{۵۵} است. اما مقاله‌ای که در این میان چشم من را گرفته، مقاله «انسان‌های خودکامبخش»^{۵۶} نوشته آبراهام مازلو^{۵۷} است. به شدت مجذوب این مقاله ۲۸ صفحه‌ای شده‌ام، اما خواندنش به چند ساعت زمان احتیاج دارد. تلفن را از پریم می‌کشم و تصمیم می‌گیرم که تا قبل از قراری که ساعت هفت بعدازظهر با دکتر پیترز دارم، مطالعه این مقاله را به پایان برسانم. همان‌طور که شروع به خواندن این مقاله می‌کنم، احساسی عجیبی به من دست می‌دهد، گویی که زندگی‌ام در شرف یک تغییر اساسی قرار دارد.

این مقاله، به توصیف انسان‌هایی می‌پردازد که دکتر مازلو آن‌ها را انسان‌های «خودکامبخش» می‌نامد. او این انسان‌های نادر و منحصر به فرد را این‌گونه توصیف می‌کند:

هر چیزی که این افراد توان رسیدن به آن را داشته باشند، باید به آن دست یابند. ما این نیاز را خودکامبخشی می‌نامیم. این نیاز، به صورت تمایل شدید فرد برای تحقق بخشیدن به تمام توانایی‌های بالقوه‌اش، جلوه پیدا می‌کند.

مازلو، توضیح می‌دهد که چگونه این ندای درونی و ذاتی که در چنین افرادی وجود دارد - و نادیده گرفتن آن برایشان تقریباً غیرممکن است - آن‌ها را وادار می‌کند که تمام توانایی‌های بالقوه

⁴⁹ B. F. Skinner

⁵⁰ behaviorism

⁵¹ The Whole Man

⁵² John Stuart Mill

⁵³ Ralph Waldo Emerson

⁵⁴ Robert Browning

⁵⁵ C. E. Montague

⁵⁶ Self-Actualizing People

⁵⁷ Abraham Maslow

خود را به منصفه ظهور برسانند و به هر چیزی که توان رسیدن به آن را دارند، دست پیدا کنند. همان طور که به خواندن ادامه می‌دهم، او ویژگی‌های منحصر به فرد انسان‌های خود کامبخش را، که با انسان‌های معمولی تفاوت چشمگیری دارند، به طور جزئی‌تر شرح می‌دهد. مازلو می‌گوید که این انسان‌ها، معمولاً به عنوان افرادی خودخواه و غیر سنتی شناخته می‌شوند، اما به نظر من، به جای نکوهش و سرزنش کردن رفتار آن‌ها، باید چنین رفتارهایی را ارج نهمیم و زندگی این افراد را سرلوحه زندگی خویش قرار دهیم.

مازلو بیان می‌کند که یک فرد خود کامبخش، اهمیت زیادی برای حریم شخصی‌اش قائل است، و به شدت در برابر فشارهای جامعه و محدودیت‌های فرهنگی مقاومت می‌کند، اما همیشه قادران محبت دیگران بوده، و صادقانه به دنبال کمک کردن و خدمت‌رسانی به بشریت است. با این وجود، « هنگامی که زمان انجام این کار می‌رسد، او مانند یک موجود بیگانه در سرزمینی غریب به نظر می‌رسد. هر چند که ممکن است خیلی از افراد او را دوست داشته باشند، اما انسان‌های بسیار کمی حقیقتاً او را درک می‌کنند.»

من با علاقه مشغول خواندن این مقاله هستم، و زیر بیشتر مطالبش خط کشیده‌ام. حس می‌کنم که دارم در مورد ویژگی‌هایی می‌خوانم که همواره در اعماق وجودم آن‌ها را احساس می‌کردم، و بیشتر مواقع به دلیل داشتن این خصوصیات، مورد سرزنش قرار گرفته بودم. آن‌چنان مجذوب این مبحث گشته‌ام که حس می‌کنم با جهان پیرامونم یکی شده‌ام، و یک حس عرفانی عمیق را تجربه می‌کنم. *پیدایش کردم. این همان موضوعی است که می‌خواهم مطالعات پیشرفته دوره دکترایم را پیرامونش متمرکز کنم.*

همان طور که قسمت نتیجه‌گیری این مقاله را می‌خوانم، می‌دانم که من باید به هر چیزی که توان رسیدن به آن را دارم، دست پیدا کنم؛ و به نظرم، رسیدن این هدیه به دست من، آن‌هم درست قبل از جلسه‌ای که برای تعیین مسیر مطالعاتی در ادامه دوره دکترا با دکتر پیترز دارم،

شبيه يك معجزه است. بخشي از وجود مي‌داند كه اين اتفاق كه مادر نانسى اين كتاب را به او داده تا به من هديه بدهد، جزئي از بازى سرنوشت بوده است و من امروز بايد اين مقاله را مطالعه مي‌كردم. من نتيجه‌گيري دكتر مازلو را در پايان مقاله، بارها و بارها خواندم. و حال مي‌دانم كه دلم نمي‌خواهد براي ادامه دوره دكتر، مطالعاتم را پيرامون موضوعاتي كه تا همين چند ساعت پيش آن قدر راجع به انتخابشان مطمئن بودم، انجام دهم. حال به‌طور قطع مي‌دانم كه در ادامه دكتر، بر روي چه موضوعي متمرکز خواهيم شد.

من يك كپي از آخرين پاراگراف مقاله تهيه كردم، تا آن را با خودم به سر جلسه ملاقات با دكتر پيترز ببرم. متن اين پاراگراف، به شرح زير است:

در اين زمينه هم مانند بسياري از زمينه‌هاي ديگر، افراد سالم تفاوت بسياري با افراد معمولي دارند؛ روانشناسي چنين انسان‌هايي، نه تنها در سطح، بلكه در نوع خود نيز كاملاً متفاوت است. روزه‌روز واضح‌تر مي‌شود كه با مطالعه افراد ناتوان، کوتاه‌نظر، نابالغ، و ناسالم، تنها مي‌توان به يك روانشناسي و فلسفه ناتوان رسيد. مطالعه در مورد انسان‌هاي خودكامبخش، بايد پايه و اساس دستيابي به يك روانشناسي جهان‌شمول‌تر قرار گيرد.

ضربان قلبم افزايش يافته است، و احساس مي‌كنم كه در آستانه ورود به مرحله جديدي از زندگي‌ام قرار دارم. من با برنامه قبلي‌ام براي ادامه دوره دكتر، كه تايپ شده و آماده است و تنها امضاي دكتر پيترز را كم دارد، وارد اتاق او مي‌شوم. هنگام ورود به اتاق، راجع به مقاله‌اي كه همين چند ساعت پيش مطالعه كرده‌ام با او صحبت مي‌كنم، و با شور و اشتياق براي توضيح مي‌دهم كه مي‌خواهم ادامه مطالعات دوره دكتر را روي اين انسان‌ها كه بهترين عملکرد را دارند، متمرکز كنم. من مي‌خواهم كه به يك نتيجه‌گيري در مورد اين كه ما انسان‌ها چه قابليت‌هايي داريم، دست پيدا كنم؛ اما نه بر اساس بررسي انسان‌هاي معمولي، بلكه به كمك بررسي انسان‌هاي خودكامبخش.

من می‌خواهم که پایان‌نامه دکترایم را درباره موضوعی که همین چند ساعت پیش درک کردم، بنویسم. من بسیاری از ویژگی‌های شخصیتی منحصر به فردم را، در توصیفات که دکتر مازلو از انسان‌های خودکامبخش کرده بود، می‌بینم. همواره بدون توجه به نظرات دیگران در مورد کارهایم، برای دستیابی به اهدافم تلاش کرده‌ام، همیشه به دنبال علایقم رفته‌ام، و از زمانی که به یاد می‌آورم، خارج از چارچوب‌های مرسوم فکر کرده‌ام. من عاشق این ایده هستم که برای خودم، استانداردهای بالایی در نظر بگیرم که نه بر اساس تفکراتی که فرهنگ و جامعه به من تحمیل می‌کنند، بلکه بر پایه چیزی که من در وجودم حس می‌کنم که امکان‌پذیر است، شکل گرفته باشند.

من از دکتر پیترز، یکی از خودکامبخش‌ترین انسان‌هایی که در طول عمرم سعادت شناختش را داشته‌ام - بانویی که توانسته است مدرک دکترایش را بگیرد، آن‌هم در زمانه‌ای که بیشتر بانوان حتی به ادامه تحصیل در مقاطع تکمیلی فکر نمی‌کنند، و زنی که همیشه من را تشویق کرده است تا صرف‌نظر از چیزی سیستم قصد دارد به من تحمیل کند، علایق خودم را دنبال کنم - درخواست می‌کنم که به من اجازه دهد برنامه‌ای را که از قبل آماده کرده بودم و اکنون روی میزش بود، تغییر دهم و مطالعات دوره دکترایم را پیرامون انسان‌های خودکامبخش متمرکز کنم. او بدون لحظه‌ای درنگ، پاسخ مثبت می‌دهد. ما آن برنامه قبلی را پاره می‌کنیم، و من فصل جدیدی از زندگی‌ام را آغاز می‌کنم.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

دست سرنوشت، این‌گونه مقدر کرده بود که به دلیل مریضی مدیر مدرسه، در آن بعدازظهر ماه سپتامبر ۱۹۶۸، من برای والدین دانش‌آموزان سخنرانی کنم. این وظیفه در آخرین لحظات بر عهده من گذاشته شد، و اگر مدیر مدرسه در آن روز احساس کسالت نمی‌کرد، یا به هر نحو دیگری این

اتفاق رخ نمی‌داد، امروز و پس از گذشت پنج دهه، زندگی من با چیزی که هم‌اکنون هست، بسیار متفاوت بود.

وقتی که نانسی آن کتاب ارزشمند و آموزنده را به من داد، من به‌طور توصیف‌ناپذیری مجذوب آن کتاب شدم. آن روز بعدازظهر، زمانی که ساعت ۲ زنگ تعطیلی مدرسه به صدا درآمد، من پشت میز کارم نشسته بودم و از خودم می‌پرسیدم که به کتابخانه دانشگاه بروم، یا یک‌بار دیگر برنامه‌ای را که برای ارائه به دکتر پیترز آماده کرده بودم، مرور نمایم. اما آن کتاب قطور که روی میزم قرار داشت، با نیرویی اسرارآمیز من را به‌سوی خودش فرامی‌خواند و گویی در گوشم زمزمه می‌گرد که: *من را بردار و شروع به خواندن کن؛ من مطلب بسیار مهمی دارم برای گفتن دارم.* هنگامی که کتاب را برداشتم و شروع به ورق زدن کردم، همین‌که به مقاله دکتر مازلو درباره انسان‌های خودکامبخش رسیدم، دوباره آن صدا در گوشم پیچید که می‌گفت: *همین‌الان من را بخوان.*

اکنون می‌توانم به‌وضوح بینم که این نجواهای مرموز، از سمت نیرویی بزرگ‌تر از من می‌آمدند، و من مشتاقانه به ندایشان پاسخ مثبت دادم. امروز من به این نجواهای سرنوشت و نقشی که در مسیر زندگی ما ایفا می‌کنند، ایمان دارم.

در آن روز، خودم را به دست سرنوشت سپردم و بدون اینکه بخواهم در مورد کارم زیاد فکر کنم، به نیروی بزرگ‌تر اجازه دادم که مرا آزادانه هدایت کند. امروز به‌وضوح می‌بینم که نانسی، مادرش، مدیر مدرسه، و همه کسانی که به نحوی در رسیدن آن کتاب به دست من، نقشی داشته‌اند، به نحوی اسرارآمیز که فراتر از ادراک من است، مسیر سرنوشت را به من نشان دادند. من به این بازی‌های سرنوشت ایمان دارم، و به آن‌ها اعتماد می‌کنم. حال که از این نقطه به گذشته نگاه می‌کنم، می‌توانم به‌وضوح بینم که نیروی بزرگ‌تر از من، در رقم زدن سرنوشتم دخیل بوده است. دیگر برای درک این موضوع، به گذشت سال‌ها نیازی ندارم. امروز به‌روشنی می‌بینم که همه‌چیز

و همه کس، به یکدیگر و به هستی (خدا) (تائو)⁵⁸ متصل هستند، و ذهنی واحد که سرمنشأ و سرانجام همه چیز است، آن‌ها را هدایت می‌کند.

بعد از آن ملاقات سرنوشت‌ساز با استاد راهنمای بی‌نظیرم، دکتر پیترز، او عملاً یک برنامه تحصیلی کاملاً جدید در دوره دکترا ایجاد کرد تا من بتوانم ندای درونی‌ام را دنبال کنم، و سرنوشتی را که برایم مقدر شده بود، رقم بزنم. زمانی که او این برنامه مطالعاتی جدید را در دوره دکترا ایجاد کرد، دستکم ۱۲ نفر دیگر برای شرکت در آن نام‌نویسی کردند. من این فرصت را پیدا کردم که به‌عنوان بخشی از یک برنامه کارآموزی دوره دکتری، در جلسات مشاوره گروه کوچکی شرکت کنم که هدفش، آموختن آموزه‌های انقلابی مازلو در رابطه با انسان‌های خودکامبخش به افراد این گروه بود. من دیگر صرفاً به دنبال انجام کارهای لازم برای گرفتن مدرک دکترایم نبودم، بلکه کاری را انجام می‌دادم که عمیقاً به آن علاقه داشتم.

آبراهام مازلو، تبدیل به شخصیتی اثرگذار در زندگی من شد. کارهای او، الهام‌بخش من برای نگاه به روانشناسی از زاویه‌ای کاملاً متفاوت بود. به‌جای مطالعه ضعف‌ها، ناتوانی‌ها و محدودیت‌ها در افراد، و رسیدن به یک ارزیابی برای درمان بیماری‌ها، من به مطالعه برترین مشخصه‌های انسان‌های خودکامبخش و تشویق افراد مراجعه‌کننده - و درنهایت شنوندگان و خوانندگان - برای دنبال کردن عظمت درونی خود، و رسیدن به اوج قابلیت‌هایشان پرداختم. من با خودم گفتم که اگر برخی از افراد می‌توانند خودکامبخش باشند، پس چرا من و هر فرد دیگری نتوانیم؟ تنها کافی است بدانیم که چنین چیزی امکان‌پذیر است. من زندگی حرفه‌ای‌ام را روی این مسئله متمرکز کردم، و در زندگی شخصی‌ام، اصولی را که مازلو در نوشته‌هایش بیان کرده بود، به‌عنوان راهنمای مسیر در نظر گرفتم تا به هر چیزی که توان رسیدن به آن را دارم، دست پیدا کنم.

⁵⁸ Tao

دکتر مازلو، عمرش را صرف تحقیق درباره خصوصیات و رفتارهایی کرد که بخشی از جنبه‌های مثبت یک ذهن سالم است. تا قبل از آشنایی با کارهای دکتر مازلو، بیشتر مباحث روانشناسی که مطالعه کرده بودم، روی حوزه آشفتگی‌ها و بیماری‌های روانی متمرکز بودند؛ اما پس از خواندن آن مقاله در مورد انسان‌های خودکامبخش، مطالعات دوره دکترای و به طبع آن تمام نوشته‌هایم، روی مبحث خودکامبخشی و روانشناسی انسانی متمرکز شد. سرنوشت من این بود که به گسترش این ایده پردازم تا دیگران نشان دهم که هر انسانی، می‌تواند به شکوه و عظمت دست پیدا کند.

در تمام طول زندگی‌ام، همیشه احساس می‌کردم که چیزی منحصر به فرد استثنایی در وجودم هست - زمانی که مقاله دکتر مازلو را خواندم، می‌دانستم که باید این موضوع را در مرکز مطالعات دوره دکترای و زندگی حرفه‌ای‌ام قرار دهم. هنوز هم به خاطر می‌آورم که چطور تمام توصیفات دکتر مازلو از خصوصیات انسان‌های خودکامبخش، برایم آشنا بود. بعدها، در زمان نگارش کتاب *آسمان‌ها می‌توان بالا رفت*⁵⁹، من چند فصل را به تشریح ایده‌هایی پرداختم که دکتر مازلو، همانند یک مربی، از طریق سخنرانی‌ها و نوشته‌هایش به من الهام کرده بود. و من کتاب *برای فرزندان* را چه می‌خواهید؟⁶⁰ را نوشتم تا راهنمایی باشد برای والدینی که می‌خواهند کودکانشان را به شکلی پرورش دهند که در آینده به انسان‌های خودکامبخش تبدیل شوند. من تمام این کارها را بر اساس آموخته‌های این مرد بزرگ انجام دادم.

دکتر مازلو، در تاریخ ۸ ژوئن سال ۱۹۷۰ میلادی، بر اثر حمله قلبی چشم از جهان فرو بست. من هم دقیقاً در همان روز مدرک دکترایم را گرفتم، و از آن روز به بعد تحت عنوان دکتر وین دایر شناخته شدم. درست مانند اینکه او مشعل آگاهی را در دستان من قرار داده باشد، و به من بگوید: «من مفهوم انسان‌های خودکامبخش را برای دنیای آکادمیک توضیح دادم، از این به بعد این بار بر دوش توست که این مفهوم را برای عام مردم روشن کنی.»

⁵⁹ The Sky's the Limit

⁶⁰ What Do You Really Want for Your Children?

از آن روز تاکنون، من کتاب‌های زیادی نوشته‌ام و در گوشه کنار دنیا برای میلیون‌ها نفر سخنرانی کرده‌ام، اما تصویر نانسی آرمسترانگ که آن کتاب را از سوی مادرش به من هدیه می‌دهد، به قدری برایم واضح و شفاف است که انگار همین چند لحظه پیش، اتفاق افتاده است. در آن روز، من خودم را به دست نیروهایی سپردم که همیشه و همه‌جا حضور دارند و ما را به سوی شکوه و عظمتی که برایمان مقدر شده، هدایت می‌کنند. آن کتاب هنوز هم برای من حکم یک گنج را دارد، و امروز که پس از گذشت ۴۵ سال، مشغول نوشتن یک کتاب جدید هستم، در کنار من و روی میز کارم قرار گرفته است تا یادآور تغییری باشد که در آن روز در زندگی‌ام ایجاد شد.

این مجموعه ارزشمند از مشاهدات محققان و دانشمندانی که من عشق و احترامی عمیق نسبت به همه آن‌ها دارم، باعث شد که من در دهه ۹۰ میلادی، اثری مشابه را تحت عنوان *حکمت اعصار*^{۶۱} گردآوری کنم. من بر اساس آموزه‌های ۶۰ محقق برجسته که از ۲۵۰۰ سال پیش تاکنون می‌زیسته‌اند، ۶۰ مقاله مختلف نوشتم و در آن‌ها از تأثیری که آموزه‌های این افراد می‌تواند در این زمانه برای بشریت به همراه داشته باشد، سخن گفته‌ام. بعدها بر اساس کتاب *حکمت اعصار*، یک برنامه تلویزیونی به همین نام ساخته شد که برای سال‌های متمادی در تمام ایالات متحده به نمایش درآمد و میلیون‌ها نفر آن را مشاهده کردند. همه این‌ها، به لطف همان کتابی بود که آن روز، نانسی از طرف مادرش به من هدیه داد و باعث تغییر مسیر زندگی من و بسیاری از انسان‌های دیگر شد. امروز من به وضوح می‌بینم که همه‌چیز - هر رخدادی، و هر فردی - به طریقی که قابل توضیح دادن نیست، با یکدیگر در ارتباط هستند. بعد *زمان* معنایی ندارد؛ سال ۱۹۶۸ و ۲۰۱۸ تفاوتی باهم ندارند و یکی هستند، حتی باوجود اینکه مغز ما بین آن‌ها یک فاصله ۵۰ ساله را می‌بیند. همه ما، به هر چیز و هر کسی در این جهان متصل هستیم. هر کاری که ما انجام می‌دهیم، بر زندگی همه انسان‌ها اثر می‌گذارد، و تمام پندار و کردارمان نه تنها توسط هستی (تائو) مشاهده می‌شود، بلکه بر آن تأثیری می‌گذارد که خارج از بندهای زمان و مکان است. من نمی‌توانم به هیچ شکلی توضیح

⁶¹ Wisdom of the Ages

دهم که اتفاقاتی که در این فصل تعریف کردم، چرا و چگونه رخ داده‌اند، اما از این نقطه به وضوح می‌بینم که نه تنها مسیر زندگی من، بلکه زندگی میلیون‌ها انسان دیگر، به خاطر اینکه من در آن بعدازظهر مقاله دکتر مازلو را مطالعه کردم، دستخوش تغییر شد.

امروز، هر زمان که ندایی در درونم مرا به انجام کاری که نسبت به آن اشتیاق دارم، فرامی‌خواند، به آن توجه می‌کنم. هنگامی که تشخیص دهم این ندا، از طرف روحم است، مطمئن می‌شوم که باید آن کار را انجام دهم. این ندا، ندای پروردگار است که من را از راه‌های مخصوص به خودش به انجام آن کار فرامی‌خواند. همین ندای درونی است که هرروز من را به نوشتن این خاطرات تشویق می‌کند.

من به شما خواننده عزیز متصل هستم - اگرچه ممکن است که ما از نظر فیزیکی هیچ ارتباطی با یکدیگر نداشته باشیم، اما یک پیوند از جنس انرژی ما را به یکدیگر متصل می‌کند. هیچ‌یک از ما نمی‌دانیم که این انرژی تا چه میزانی می‌تواند بر ذهنیتمان اثر بگذارد، و این اثر تا کجاها می‌تواند ادامه پیدا کند؛ اما من هرروز، روشن‌تر از روز قبل این مطلب را درک می‌کنم که این انرژی همه ما را به یکدیگر متصل می‌کند و بر زندگی تک‌تک ما اثر می‌گذارد.

بخش ۲۲

سال آخر دوره دکترای من است. من به‌عنوان کارآموزی، مسئولیت رهبری دانشجویان دکترای سال اولی را در جلسات مشاوره گروهی بر عهده دارم و در کنار آن، تحقیقات نهایی را برای انتشار پایان‌نامه دکترایم انجام می‌دهم.

دکتر جان وریند^{۶۲}، از اعضای جدید هیئت‌علمی در دانشگاه وین استیت، یکی از داوران پایان‌نامه من است. او مدرک دکترایش را از دانشگاه نیویورک دریافت کرده، و در آنجا بر روی یک روش مشاوره و درمان تحت عنوان *روان‌درمانی عقلانی عاطفی*^{۶۳} (RET) کار می‌کرده است. این روش، توسط آلبرت ایلیس^{۶۴} تدریس می‌شود؛ کسی که کتاب‌های زیادی در این زمینه نوشته است، و در موسسه‌ای که نام خودش را به یدک می‌کشد، یعنی موسسه آلبرت ایلیس، واقع در شهر نیویورک، به تدریس این روش می‌پردازد و کارگاه‌های عملی در این زمینه برگزار می‌کند.

جان کتابی را به دست من می‌دهد و می‌گوید: «من از تو تقاضا دارم که این کتاب را خیلی آرام و با دقت مطالعه کنی. خواندن این کتاب، دیدگاه تو را در مورد اینکه چطور می‌توانی به روشی جدید و روشنگرانه به مردم کمک کنی، متحول می‌کند.» عنوان کتابی که جان به من داده، *راهنمایی برای زندگی عقلانی*^{۶۵} است؛ یکی از کتاب‌های متعددی که دکتر ایلیس، برای عموم مردم نوشته است.

همان‌طور که این کتاب کوچک را می‌خوانم، به‌گونه‌ای با من سخن می‌گوید که در تمام طول دوره آموزشم، کارگاه‌ها و کارآموزی‌هایی که در آن‌ها شرکت کرده‌ام، و مطالعات شخصی‌ای که داشته‌ام، نظیر آن را ندیده‌ام. این کتاب بیان می‌کند که چطور می‌توان به مراجعه‌کنندگان کمک

⁶² Dr. John Vriend

⁶³ rational emotive therapy

⁶⁴ Albert Ellis

⁶⁵ A Guide to Rational Living

کرد تا به بیشترین حد توانایی‌هایشان دست پیدا کنند. این دقیقاً همان ویژگی منحصر به فردی است که دکتر مازلو در مقاله‌اش بیان کرده بود. چیزی که من را به شدت مجذوب خودش کرده، این است که دکتر ایس جزئیات روش آموزشی را بیان می‌کند که هر انسانی را قادر می‌سازد تا خصوصیتی را که دکتر مازلو در مقاله‌اش ذکر کرده بود، در خود ایجاد نماید و به انسانی خود کامبخش تبدیل شود.

جوهره روش RET، درک این موضوع است که باورهای غیر واقعی و غیر منطقی، بزرگ‌ترین دلیل ایجاد مشکلات احساسی هستند. وظیفه درمانگر این است که به مراجعه‌کننده کمک کند تا باورهای غیر منطقی‌اش را تغییر دهد، افکاری که او را از پیشرفت بازمی‌دارند، به چالش بکشد، و به طور فعالانه، مکالمات منطقی را که در ذهنش با خودش انجام می‌دهد، افزایش دهد. اصلی‌ترین باورهای نادرستی که افراد از دوران کودکی با خود به دوران بزرگسالی می‌آورند، عبارت‌اند از: (۱) من باید عملکرد خوبی داشته باشم تا بتوانم تأیید افراد مهم در زندگی‌ام را به دست بیاورم؛ (۲) باید با من عادلانه رفتار شود، و اگر این‌گونه نباشد، یک فاجعه است و من نمی‌توانم شرایط را تحمل کنم؛ و (۳) شرایط باید به گونه‌ای مهیا شوند که من بتوانم به هدفم برسم، و اگر این اتفاق نیفتد، من آشفته می‌شوم و نمی‌توانم این وضعیت وحشتناک را تاب بیاورم.

من این کتاب را موبه‌مو و با دقت تمام مطالعه کردم، و برداشتم از مفهوم کلی کتاب این است: ما مسئول احساساتمان هستیم، و این توانایی را داریم که دیدگاهمان را نسبت به وقایعی که در زندگی‌مان رخ می‌دهد تغییر دهیم و تعیین کنیم که چه احساسی نسبت به این رویدادها خواهیم داشت. به بیان ساده‌تر، دکتر ایس به ما نشان می‌دهد که لزومی ندارد از نظر احساسی، آشفته و پریشان باشیم. او دائماً روی این نکته تأکید می‌کند: این طرز فکر که من باید کارم را به خوبی انجام دهم، تو باید با من به خوبی رفتار کنی، و دنیا باید آن چیزی باشد که من می‌خواهم، طرز فکری مخرب و ویرانگر است.

من کاملاً مجذوب سادگی و منطق موجود در شیوه بیان این مطالب توسط دکتر ایس شده‌ام. من شروع به گوش دادن به نوارهای ضبط‌شده جلسات روان‌درمانی او با افرای که از انواع آشفته‌گی‌های احساسی جدی رنج می‌برند، کرده‌ام، و از این شیوه برای کمک به بسیاری از مراجعه‌کنندگانم، چه در دانشگاه و چه در دبیرستان استفاده می‌کنم. نتایجی که با استفاده از این روش به دست آورده‌ام، شگفت‌انگیز است.

تلاش من بر این است که از روش روان‌درمانی فرد محور^{۶۶} استفاده کنم؛ یک شیوه روانکاو که در آن، من نقش یک شنونده را بر عهده می‌گیرم که افکار مراجعه‌کننده را برایش بازتاب می‌دهد.^{۶۷} تا قبل از این، من برای مراجعه‌کنندگانم (و خودم) احساس ناامیدی می‌کردم. اما از زمانی که این شیوه جدید را به کار گرفته‌ام، و در جلسات مشاوره‌ام نقشی تعاملی را بر عهده می‌گیرم، بلافاصله شاهد تغییرات مثبتی بوده‌ام.

من احساس شادی بیشتری می‌کنم، و توانسته‌ام که بسیاری از افکار مخربی که در طول عمرم با من همراه بوده‌اند جلوی پیشرفتم را می‌گرفتند، از سرم بیرون کنم. من این کتاب را همیشه و همه‌جا به همراه دارم و هر وقت که فرصت کنم، آن را دو بار می‌خوانم، و هر بار بیشتر منطقم را درک می‌کنم که بیشتر پریشانی‌های عاطفی ما به خاطر باورهای احمقانه و غلطی است که داریم، و زمانی که این باورهای غلط را تغییر دهیم، آن احساسات ناخوشایند خودبه‌خود ناپدید می‌شوند. من از اینکه چگونه دکتر ایس، تمام آموزه‌های دکتر مازلو درباره انسان‌های خودکامبخش، آموزه‌های بودا و لائو-تزو^{۶۸} و همه فلاسفه شرقی دیگر، و همچنین آموزه‌های اپیکتتوس^{۶۹} و مارکوس اورلیوس^{۷۰} را از روم باستان، عمیقاً درک کرده و آن‌ها را باهم ترکیب نموده است، شگفت‌زده می‌شوم. این کتاب کوچک، تأثیرگذارترین کتابی است که من در طول عمرم خوانده‌ام.

⁶⁶ client-centered therapy

⁶⁷ reflective listener

⁶⁸ Lao-tzu

⁶⁹ Epictetus

⁷⁰ Marcus Aurelius

دکتر وریند که این کتاب ارزشمند را به من معرفی کرد، علاوه بر اینکه یکی از داوران پایان‌نامه من است و در انجام تحقیقاتم با من همکاری می‌کند، اکنون به یکی از نزدیک‌ترین دوست‌هایم تبدیل شده است. او مرا راهنمایی می‌کند - و حتی بیشتر از این، به من اجازه می‌دهد که با مراجعه‌کنندگانم در مورد ذات افکار و احساساتی که آن‌ها را آزار می‌دهد، وارد یک نزاع دوستانه شوم، و بدون هیچ ترسی به آن‌ها نشان دهم که این افکار غلط خود آن‌هاست که باعث ایجاد این پریشانی‌های عاطفی می‌شود. سپس من به آن‌ها می‌گویم: «طرز فکرت را تغییر بده؛ منطقی را که پشت این افکار ویرانگر وجود دارد به چالش بکش، و فلسفه زندگی‌ات را از پایه و اساس متحول کن. با این کار، همه جنبه‌های زندگی‌ات را بهبود می‌بخشی. با تغییر نگرشی که نسبت به اتفاقات مختلف زندگی داری، تو قادر خواهی بود که یک زندگی شاد و سرشار از موفقیت را برای خودت بسازی، و تمام عواطف و احساسات ناخوشایند را از زندگی‌ات بیرون کنی.»

من در مورد این شیوه جدید کمک به مردم، و کمک به خودم، به‌صورت روزانه یادداشت‌برداری می‌کنم. من این روش جدید را در جلساتی که تدریس می‌کنم، در جلسات مشاوره‌ام، و در جلسات آموزشی برای دانشجویان سال اول دوره دکترا، به کار می‌گیرم. من غرق در این طرز فکر شده‌ام و با آن زندگی می‌کنم. من درباره کتابی که دوست دارم در آینده بنویسم، و در آن مباحث خودکامبخشی، روان‌درمانی عقلانی عاطفی، و آموزه‌های فلاسفه شرقی و غربی را باهم ترکیب کنم، یادداشت‌هایی برمی‌دارم. من سپاس‌گزار دکتر جان وریند هستم، که این کتاب بی‌نظیر را به من داد و اصرار کرد که آن را به‌دقت و در آرامش مطالعه کنم.

حال من تصویر روشنی از این که مسیر زندگی حرفه‌ایم چه خواهد بود، در ذهن دارم. اما مهم‌تر از آن، از این خوشحالم که ابزاری جدید به دست آورده‌ام که به من کمک می‌کند زندگی بهتر و شادتری داشته باشم. از این به بعد، هرگز در زندگی، فرد دیگری را به خاطر احساس ناخوشایندی که دارم، سرزنش نمی‌کنم. شماتت و سرزنش دیگران از زندگی من رخت بر بسته است. من اکنون می‌دانم که اگر نگرشم را نسبت به رویدادهای زندگی تغییر دهم - و من همیشه این توانایی را

داشتم، حتی زمانی که یک پسر بچه بودم - می‌توانم حالم را به سرعت خوب کنم و هر احساس بدی را از خودم برانم.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

کتاب راهنمایی برای زندگی عقلانی توسط مردی به من معرفی شد که ابتدا برایم یک مربی بود، سپس با من همکار شد، و نهایتاً به دوستی صمیمی و نزدیک بدل گشت؛ مردی که دقیقاً در لحظه درست، بر سر راه من قرار گرفت. سال‌ها بعد جان به من گفت، زمانی که من یکی از دانشجویان دکترایش بودم، ندایی درونی و توصیف نشدنی، او را وادار کرده است که من را با مفهوم روان‌درمانی عقلانی عاطفی آشنا کند.

من جمله‌ای را که آلبرت ایس در کتابش، از مارکووس اورلیوس نقل کرده است، روی یک تکه کاغذ نوشته‌ام و همیشه در کیف پولم به همراه دارم، و در سخنرانی‌ها و نوشته‌هایم به کرات از آن استفاده می‌کنم: «اگر عاملی بیرونی، موجب رنجش شما شده است، این عذاب ناشی از آن عامل نیست، بلکه نتیجه نگرشی است که شما نسبت به آن دارید، و در هر لحظه که اراده کنید، شما قادر هستید که این نگرش را تغییر دهید.» این جمله، دقیقاً برخلاف تفکر سنتی‌ای است که در مدارس رفتارشناسی و روانشناسی به دانش‌جویان درس می‌دهند، و در آن ریشه آشفتگی‌های درونی ما را، در عوامل فرهنگی و خانوادگی جست‌وجو می‌کنند. عواملی که در بیشتر موارد ما کنترلی بر روی آن‌ها نداریم، و در نتیجه ناچاریم که با این پریشانی‌ها کنار بیایم.

من مجذوب این طرز فکر بودم - اینکه ما مسئول این هستیم که وقایع دنیای پیرامونمان را چگونه تفسیر کنیم. این چیزی است که من در اعماق وجودم از آن آگاه بودم، حتی زمانی که تنها یک نوجوان بودم و در مدرسه، همکلاسی‌هایم را تشویق می‌کردم که اجازه ندهند طرز فکری که

بزرگترها تلاش می‌کنند به آن‌ها تحمیل کنند، آن‌ها را نسبت به آینده ناامید و دلسرد کند. حال من با فرآیندی آشنا شده‌ام که من را قادر می‌سازد تا به دیگران کمک کنم، و به آن‌ها نشان دهم که با تغییر نگرششان نسبت به زندگی، می‌توانند به موفقیت‌های عظیمی دست پیدا کنند. تنها چیزی که آن‌ها نیاز دارند، این است که بخواهند ذهنیتشان را تغییر دهند، و باور کنند که قادرند به هر چیزی که در زندگی می‌خواهند، دست پیدا کنند.

هنگامی که به گذشته نگاه می‌کنم، دو فرد هستند که تاثیر عمیقی در شکل‌گیری تفکرات من داشته‌اند. آبراهام مازلو، و این ایده انقلابی‌اش: انسان‌هایی در میان ما زندگی می‌کنند که به سطوح بالایی از آگاهی دست یافته‌اند، و با زندگی هیجان‌انگیزی که دارند، بر روی دنیای اطرافشان و انسان‌هایی که در آن زندگی می‌کنند، تاثیر عمیقی می‌گذارند. زمانی که من مقاله مازلو را درباره انسان‌های خودکامبخش خواندم، با تمام وجود می‌خواستم که یکی از افراد قابل ستایشی باشم که او توصیف می‌کرد. اگرچه، مازلو معتقد بود که خصوصياتی که باعث می‌شود انسان به فردی خودکامبخش تبدیل شود، تنها در افراد خیلی کمی وجود دارد. روش روان‌درمانی عقلانی عاطفی که آلبرت ایس، حلقه گمشده‌ای را در ذهنم به دنبالش می‌گشتم، به من نشان داد.

بعد از خواندن کتاب *راهنمایی برای زندگی عقلانی*، من متقاعد شدم که هر فردی می‌تواند به انسانی خودکامبخش بدل شود. حال به‌وضوح می‌دیدم که تنها چیزی که ما به آن احتیاج داریم، این است که عقایدی را که از طرف جامعه و محیط پیرامونمان به ما تحمیل شده‌اند، دور بریزیم، و از زاویه جدیدی به خودمان و زندگی نگاه کنیم. هنگامی که آن باورهای غلط را دور بریزیم، به راحتی می‌توانیم به هر چیزی که در زندگی می‌خواهیم، برسیم. هنگامی که می‌خواستم وارد دنیای نویسندگی و سخنرانی شوم، آموزه‌های دکتر ایس، کمک فراوانی به من کردند، و من همیشه قدردان کارهای ارزشمند او هستم.

اگرچه من هرگز از روش درمانی خشن و گاه بی‌رحمانه او تقلید نکردم، اما با افتخار می‌گویم تحت تاثیر منطق حرف‌هایش قرار گرفته‌ام، و با مطالعه آثار او آموختم که همه ما با غلبه بر موانعی که در ذهنمان وجود دارد، می‌توانیم به شکوه و عظمتی که سزاوارش هستیم، دست پیدا کنیم. حس می‌کنم که ۴۵ سال پیش، در آن روز مهم، یک فرشته نگهبان در گوش جان زمزمه کرده است تا این کتاب ارزشمند را در دستان من بگذارد؛ کتابی که تاثیر عمیقی بر مسیر زندگی‌ام گذاشت. از آن روز به بعد، دیگر هرگز کتابی را که پیش رویم قرار قرار داده شده، سرسری نگرفته‌ام - خصوصا اگر احساس می‌کردم که انرژی به خصوصی مرا به سوی آن کتاب فرامی‌خواند.

خداوند، از راه‌های اسرارآمیزی کارهایش را پیش می‌برد، و اتفاقی که شاید در نگاه اول برایمان کم‌اهمیت جلوه کند، می‌تواند سرآغازی باشد برای ایجاد تحولی بزرگ در زندگی ما. اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که اتفاق آن روز، یکی از همین اتفاقات اسرارآمیز بوده، و جان به خواست خداوند آن کتاب را به من هدیه کرده است.

بخش ۲۳

به انتهای دوره دکترا نزدیک شده‌ام. سال ۱۹۷۰ است، و همه چیز طبق برنامه پیش می‌رود. پایان‌نامه‌ام تقریباً کامل شده‌است، و من باید در ماه می از آن دفاع کنم - تنها ۹۰ روز دیگر.

من در یک سمینار پیشرفته در رابطه با تشخیص و مرور مطالعات موردی شرکت کرده‌ام، که یک واحد اجباری برای اتمام دوره دکترا است. ما در کل شش دانشجو هستیم که هر چهارشنبه بعدازظهر، از ساعت ۷ تا ۱۰ در این سمینار شرکت می‌کنیم. استاد ما، سرشناس‌ترین استاد دانشگاه است، و برای من یک افتخار است که در کلاس او حضور یافته‌ام. تا کنون دو درس دیگر هم با او گذرانده‌ام، و به نظرم او به یادماندنی‌ترین استادم در این دوره ۸ ساله تحصیلات تکمیلی است.

خودم را خوش‌شانس می‌دانم که توانسته‌ام در این کلاس ثبت‌نام کنم، چرا پرطرفدارترین کلاس در این دانشگاه است و دانشجویان زیادی خواهان شرکت در آن هستند. انتخاب دانشجویان از طریق قرعه‌کشی انجام می‌شود، چراکه صدها متقاضی وجود دارد و این دوره‌سمینارها تنها یک‌بار در سال برگزار می‌شود. تقریباً اطمینان دارم که استاد راهنمای من، یعنی دکتر میلدرد پیترز،^{۷۱} که دوستی نزدیکی با استاد این درس دارد، سفارش من را به او کرده‌است و این امر در برنده شدن من در قرعه‌کشی برای شرکت در کلاس، بی‌تاثیر نبوده‌است.

هر هفته، ما مطالعات موردی را به افرادی که در اتاق سمینار حضور دارند و گرداگرد یک میز بزرگ نشسته‌اند، ارائه می‌دهیم. دانشجویان، نظرات و ارزیابی خود را نسبت به آن مطالعه موردی بیان می‌کنند، و استاد بر اساس آن به آن‌ها نمره می‌دهد. هنگامی که او صحبت می‌کند، همه ما با دقت یادداشت برمی‌داریم؛ همه ما مبهوت دانش و آگاهی این مرد هستیم که به‌خاطر نبوغش، شهرتی جهانی دارد.

⁷¹ Dr. Mildred Peters

استادی که این درس را تدریس می‌کند، پروفیسور فریتز ردل^{۷۲} است، که تحت عنوان «پدر آموزش روانی مدرن»^{۷۳} شناخته می‌شود. او کتاب‌های زیادی را به رشته تحریر درآورده است، که معروف‌ترین از آن‌ها می‌توان به کتاب‌های *کودکانی که نفرت دارند*^{۷۴} و *کنترل‌هایی از دورن*^{۷۵} اشاره کرد.

دکتر ردل در سال ۱۹۰۲ در شهر کلاؤس اتریش متولد شده، و دوره دکترایش را در کنار بزرگانی مثل آنا فروید^{۷۶}، و آگوست ایکورن^{۷۷}، در دانشگاه وین گذرانده است. او در اواخر دهه ۳۰ میلادی، به علت تصرف اتریش توسط نیروهای نازی و رفتاری که با محققان داشتند، آن کشور را ترک گفته و به آمریکا مهاجرت نموده است. او همچنین بخاطر کارهای مثبتی که در رابطه با کودکان بزهکار انجام داده است، شهرت دارد. دکتر ردل توانسته به بقیه نشان دهد که وجود عشق و محبت بین روان‌شناس و بیمار، لازمه درمان است. در همین راستا، او ما را به بازدید از مرکز پیونیر هاوس^{۷۸} برد، یک مرکز درمانی برای نگهداری از پسران نوجوانی که مشکلات روحی و روانی دارند؛ مرکزی که توسط خودش در شهر دیترویت تاسیس شده است.

من از جنبه‌های مختلفی عاشق این مرد شده‌ام. در وجود او مهر و محبت جریان دارد، و همواره در صحبت‌هایش از زبان طنز استفاده می‌کند و کلاس‌هایش سرگرم‌کننده و جذاب هستند. تمامی آثارش را با دقت مطالعه کرده‌ام، و احساس نزدیکی عمیقی با او می‌کنم. او هم من را زیر پر وبال خود گرفته است، و دائماً مرا به دفترش دعوت می‌کند تا درباره موضوعاتی که باید در سمینارها ارائه کنم، راهنمایی‌ام کند.

⁷² Dr. Fritz Redl

⁷³ modern psychoeducation

⁷⁴ Children Who Hate

⁷⁵ Controls from Within

⁷⁶ Anna Freud

⁷⁷ August Eichorn

⁷⁸ Pioneer House

در سمینارهای هفتگی که هر چهارشنبه بعدازظهر برگزار می‌شود، می‌توان هوش و نبوغ حقیقی این مرد را مشاهده کرد. من عاشق اوقاتی هستم که در کلاس این استاد بزرگ سپری می‌کنم، و با اشتیاق به دیدگاه‌های بی‌نظیر او در مورد ارائه‌های خودم و سایر دانشجویان، گوش می‌سپارم. او با احترام نسبت کارهای آبراهام مازلو صحبت می‌کند، و من را تشویق می‌کند که به هر فردی، به چشم یک موجود الهی بنگرم، که اگر با عشق و محبت با او رفتار شود، قادر است به انسانی خودکامبخش بدل شود، حتی اگر آن فرد سزاوار آن عشق و محبت نباشد. در کل طول ترم، فریتز ردل بارها و بارها بر روی این جمله تأکید کرد: *حتی اگر سزاوارش نباشند.*

دکتر ردل مردی است کاملاً غیرقابل پیش‌بینی، که به خاطر حس شوخ‌طبعی غیرمعمولش شناخته شده است. کلاس‌ها و سمینارهایش همواره جالب و سرگرم‌کننده هستند، و البته مملو از عشق و محبتی که از وجود او لبریز است. دکتر ردل دائماً به دانشجویانش تأکید می‌کند که عشق و محبت، لازمه رابطه میان هر روانشناسی با مراجعه‌کنندگان است.

در روز امتحان میاترم، زمانی که وارد کلاس شدیم، دیدیم که این کلمات بر روی تخته‌سیاه نوشته شده است:

این سوال امتحان میان ترم شماست؛ ۳۰ دقیقه برای پاسخ‌دادن به آن فرصت دارید، و پاسخی که به این سوال می‌دهید، مشخص می‌کند که در ادامه ترم هم اجازه حضور در این کلاس را خواهید داشت یا خیر.

او به هر شش نفرِ ما نگاه می‌کند که با کتاب‌هایی باز و قلم به دست، آماده‌ایم تا سی دقیقه نفس‌گیر را به نوشتن پاسخ سوال امتحان مشغول شویم. او برگه‌ای را به هر کدام از ما می‌دهد که این سوال بر رویش نوشته شده است:

یک مرد خودکامبخش وارد یک مهمانی شام می‌شود که همه افراد حاضر در آن، لباس‌های رسمی بر تن دارند. آقایان همگی کت‌وشلوار و کراوات پوشیده‌اند، و بانوان لباس‌های شب مجلسی و زیبا.

آن مرد شلوار جین و تی شرت پوشیده‌است، به همراه یک جفت کتانی و کلاه نقاب‌داری که بر سر گذاشته. واکنش او پس از ورود به این میهمانی چیست؟

دکتر ردل به ما شش نفر نگاه می‌کند که با تعجب به سوالی که بر روی برگه نوشته شده است، نگاه می‌کنیم. سپس به ما می‌گوید که ۳۰ دقیقه دیگر برای گرفتن جواب‌ها باز می‌گردد و بلافاصله کلاس را ترک می‌کند.

هر شش نفر ما، با چهره‌هایی گیج و سردرگم به یکدیگر نگاهی می‌اندازیم، و سپس شروع به نوشتن می‌کنیم. دقیقاً پس از گذشت ۳۰ دقیقه، استاد به کلاس برمی‌گردد و از هر فرد می‌خواهد که پاسخش را با صدای بلند برای بقیه کلاس بخواند. پاسخ همه ما تقریباً مثل یکدیگر است، و همگی سعی کرده‌ایم با لحنی رسمی و آکادمیک، چیزی را که در مورد مفهوم خودکامبخشی یاد گرفته‌ایم، بازگو کنیم: او این موضوع را پیش نمی‌کشد، و سعی نمی‌کند که خودش را برای دیگران توجیه کند، و به سادگی طوری رفتار می‌کند که انگار چیزی او را اذیت نمی‌کند. او با دیگران وارد مکالمه می‌شود، و مثل همیشه با اعتماد به نفس رفتار می‌کند، هرچند که مانند بقیه لباس نپوشیده است. او درباره این موقعیت، قضاوت نمی‌کند، و در مورد خودش احساس بدی نخواهد داشت، چراکه هرگز خودش و دیگران را بر اساس، ظواهر قضاوت نمی‌کند. او اهمیتی نمی‌دهد که ظاهرش با بقیه متفاوت است، و به این خاطر از کسی عذرخواهی نمی‌کند. مطالب موجود در کتاب‌هایمان هم تقریباً همین جواب را به این سوال می‌دادند.

بعد از اینکه دکتر ردل به جواب‌های تک‌تک ما گوش می‌دهد، کیف دستی‌اش را بلند می‌کند و با خشم و عصبانیتی ساختگی، آن را محکم به روی میز سمینار می‌کوبد. سپس با همان خشم ساختگی می‌گوید: «همه شما این درس را افتادید. بعد از گذشت یک ترم، هنوز هیچ چیز از این کلاس یاد نگرفته‌اید. تنها کاری که باید می‌کردید، این بود که سه کلمه را روی کاغذ بنویسید.» او یک تکه گچ را برمی‌دارد و به سمت تخته سیاه می‌رود، و این سه کلمه را با حروف بزرگ روی

آن می‌نویسد؛ «او متوجه نمی‌شود.» سپس او برای مدت پنج دقیقه کلاس را ترک می‌کند، در حالی که ما با لبخندی احمقانه در کلاس نشسته‌ایم و به یکدیگر زل می‌زنیم.

پس از پنج دقیقه، دکتر ردل به کلاس برمی‌گردد، بر سر جایش می‌نشیند، و با لبخند به ما می‌گوید که این درس واقعاً امتحان میان‌ترمی ندارد! ما چند ساعت بعد را به بحث و گفت‌وگو در رابطه با تفاوت‌های چشمگیر موجود میان انسان‌های معمولی و انسان‌های خودکامبخش می‌پردازیم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

اکنون ۴۰ سال از زمانی که من در آن کلاس، و در محضر آن استاد بزرگ می‌نشستم، گذشته است. هنوز که هنوز است، درسی را که دکتر ردل در آن بعدازظهر چهارشنبه، با نوشتن آن سه کلمه بر روی تخته‌سیاه به ما آموخت، از یاد نبرده‌ام. / او متوجه نمی‌شود. این سه کلمه در ذهنم حک شدند و از طرق مختلفی بر زندگی من اثر گذاشتند. آن سه کلمه، در آن روز در ذهن من رخنه کردند و بعد از گذشت این همه سال، اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که چگونه به نوشته‌هایم، سخنرانی‌هایم، و حتی به روحم سرایت کرده‌اند.

افراد خودکامبخش، تجسم خداوند را در هر فردی که ملاقات می‌کنند، می‌بینند. آن‌ها ورای ظواهر را می‌بینند. آن‌ها با هر فردی، رفتاری دوستانه و صمیمی دارند، صرف نظر از اینکه آن فرد از چه طبقه اجتماعی‌ای باشد، تا چه سطحی تحصیل کرده باشد، و چه تفکرات سیاسی، رنگ پوست و یا مذهبی داشته باشد.^{۷۹} همان‌طور که مازلو بیان می‌کند؛ «در حقیقت، معمولاً این‌گونه به نظرمی رسد که آن‌ها حتی از این تفاوت‌ها آگاه نیستند، در حالی که همین تفاوت‌ها برای انسان‌های معمولی بسیار قابل توجه و مهم هستند.»

^{۷۹} به یاد این جمله زیبا از پراوینی هاربانگز افتادم، و دلم نیامد آن را برایتان نیاورم: «در حقیقت ما همه انسان بودیم، تا اینکه نژاد ارتباطمان را برید، سیاست بینمان دیوار کشید، و ثروت از ما طبقه ساخت!» Pravinnee Hurbungs

آن شب پس از اینکه دانشگاه را ترک کردم و درحالی که داشتم به سمت منزل رانندگی کردم، به خودم قول دادم که من هم این گونه زندگی خواهم کرد. و هر کاری از دستم بربیاید انجام می‌دهم تا تمام قضاوت‌هایی را که از روی ظاهر چیزی کرده‌ام، جبران کنم. دکتر ردل همیشه تأکید می‌کرد که کیفیت عشق، پذیرش، و محبت، چه در روابطی با مراجعه‌کنندگانمان داریم، و چه در زندگی شخصی‌مان، بسیار بااهمیت است. او عادت داشت که بگوید روان‌درمانی مانند یک شمشیر دو لبه است، و اگر ما روانشناسان، وضعیت روحی‌مان بدتر از مراجعه‌کننده باشد، نه تنها کمکی به او نمی‌کنیم، بلکه باعث می‌شویم جلسه مشاوره را با حالی بدتر از قبل ترک کند.

بعد از تجربه‌ای که من اسم آن را «میان‌ترم ساختگی» می‌گذارم، متوجه شدم که از همان تجربه کوچک چیزی را آموختم که با هزاران ساعت مطالعه و تحقیق نمی‌توانستم آن را بیاموزم. این اتفاق، یک لحظه مهم در زندگی من بود، یا همان‌طور که فریتز می‌گفت، یک «تجربه اوج». در دبیرستانی که در آنجا کار می‌کردم، تنها معلمی بودم که هیچ‌یک از دانش‌آموزان را قضاوت نمی‌کردم. دانش‌آموزانی که دیگر اساتید آن‌ها را خرخوان، در درس‌ساز، و یا بی‌نظم خطاب می‌کردند، همه و همه برای من مثل هم بودند و همه را به یک چشم می‌دیدم، و در دفتر من به روی همه آن‌ها گشوده بود- و بعد از مدتی، من دیگر متوجه هیچ تفاوتی بین این دانش‌آموزان نمی‌شدم. در بقیه روابطی که در زندگی داشتم هم این قضیه صادق بود. قبل از این تجربه، همیشه به خودم افتخار می‌کردم که هیچ‌گاه درباره دیگران قضاوت نکرده‌ام، و هرگز اسیر پیش‌داوری‌ها نشده‌ام، اما پس از این تجربه متوجه شدم که تا چه میزان اسیر ظواهر بوده‌ام.

در طول دورانی که در مقطع دکترا تحصیل می‌کردم، به حدی با رفتارهای از روی عادت و بدون اشتیاق از سوی همکلاسی‌ها و اساتیدم مواجه شدم، که تصمیم گرفتم با آن‌ها متفاوت باشم. ملاقات من با فریتز ردل، این مرد بزرگ و ارجمند، برای من یک تجربه اوج در جهتی کاملاً متفاوت بود. من شیفته جذبه (کاریزما) حقیقی این مرد شدم. آنچنان به کلاس‌هایش علاقه داشتم که حتی

زمانی که نمی‌توانستم در آن‌ها ثبت‌نام کنم، باز هم به‌عنوان شنونده آزاد بر سر کلاس‌ها حاضر می‌شدم. تنها با مشاهده رفتار این انسان بزرگ، از او درس می‌آموختم. انرژی او به اطرافیانش هم سرایت می‌کرد، و بودن در حضور او، من را تشویق می‌کرد که بخواهم روانشناس، معلم، و مهمتر از همه، انسان بهتری باشم. او مردی بود که عمیقاً به دیگران اهمیت می‌داد، به خصوص به افرادی که از سوی جامعه طرد شده بودند. او با عشق و محبت فراوان، بسیاری از وقتش را صرف رسیدگی به افراد محرومی می‌کرد که دیگران به آن‌ها برچسب بزهکار زده بودند.

درس‌هایی که دکتر فریتز ردل به من آموخت، در تمام نوشته‌هایم قابل مشاهده هستند؛ از همان آغاز، یعنی در سال ۱۹۷۱ که نخستین کتابم را چاپ کردم، و تا این لحظه که بیش از ۴۰ سال است مشغول نویسندگی هستم و کتاب‌های زیادی را برای مخاطبانی در سرتاسر جهان نوشته‌ام. او در سخنوری و فن بیان هم استاد بود، فرقی نمی‌کرد که برای یک گروه هزار نفره از دانشجویان در یک سالن کنفرانس سخنرانی کند، یا در یک کلاس کوچک برای شش نفر، و یا تنها برای یک دانشجوی در دفتر کارش. او عاشق کارش بود. عاشق موضوعاتی بود که تدریس می‌کرد، و حتی عاشق کسانی بود که دیگران آن‌ها را طرد می‌کردند. او در وجود هر کس، عظمت و شکوهی را می‌دید که آن فرد می‌تواند به آن برسد. او همواره فراتر از ظاهر افراد را می‌دید، و گویی که روح بی‌آلایش آن‌ها را نظاره می‌کرد. دکتر ردل انسانی بزرگ بود و من در بسیاری از جنبه‌های زندگی، او را الگوی خویش قرار داده‌ام. او یکی از بزرگ‌ترین درس‌های زندگی‌ام را به من آموخت: اینکه چطور جلوه خداوند را در هر کسی مشاهده کنم، و هرگز به ظاهر افراد توجه نکنم.

من همیشه خدا را شاکر بوده‌ام که شانس ملاقات با این مرد بزرگ را نصیب من کرد، و به لطف حضور او در زندگی‌ام بود که امروز می‌توانم بسیاری از چیزها را به‌وضوح ببینم. در آرامش بخواب، معلم عزیزم.

بخش ۲۴

سال ۱۹۷۱ است. در طول چهار سال گذشته، من از کار کردن به‌عنوان یک مشاور در یک دبیرستان فوق‌العاده لذت برده‌ام؛ حتی برخی مواقع، به‌عنوان جانشین مدیر مدرسه، وظایف او را برعهده گرفته‌ام. حقوقم کفایت زندگی‌ام را می‌دهد، و من حتی می‌توانم با نظارت بر برنامه آموزش رانندگی، که در بعدازظهرها و آخر هفته‌ها برای دانش‌آموزان برگزار می‌شود، اضافه‌حقوق بگیرم.

مدرک دکترایم را گرفته‌ام، و با ماندن در شهر دیترویت، آینده شغلی درخشانی پیش رویم خواهد بود. اگر اینجا بمانم، نهایتاً می‌توانم سرپرستی بخش مشاوره را به دست آورم، و در کنار این شغل تمام‌وقت، برای خودم یک کسب‌وکار راه بیندازم که درآمدش حتی از حقوق ثابتم بیشتر باشد، و گهگاه به‌عنوان یک استاد مدعو در دانشگاه وین استیت کلاس دارم. در حال حاضر، من هفته‌ای یک روز در دانشگاه وین استیت تدریس می‌کنم، و واقعاً از این کار لذت می‌برم. همین چند سال پیش، من یک دانشجوی تازه‌وارد بودم، و در راهروهای دانشگاه، به دنبال انجام کارهای ثبت‌نامم از این اتاق به آن اتاق می‌رفتم؛ و اکنون عنوان استادی دانشگاه، آن‌هم در مجموعه‌ای با بیش از ۴۵۰۰۰ دانشجو را یدک می‌کشم، و از موقعیت اجتماعی و پرستیژی که چنین منصبی برایم به همراه دارد، لذت می‌برم (حداقل از نظر من، استاد دانشگاه بودن جایگاه بالایی است).

در طول چهار ترم گذشته، به‌عنوان استاد مدعو در دانشگاه وین استیت تدریس می‌کنم، و در این مدت رابطه بسیار خوبی بین من، و رئیس دانشکده شکل گرفته است. نمرات ارزیابی که دانشجویان به من می‌دهند، عالی است و برای تدریس به‌صورت تمام‌وقت درخواست داده‌ام، اما در حال حاضر، هیچ کرسی استادی‌ای خالی نیست. اگرچه، مسئولان یک دانشگاه بزرگ در ویسکانسین، من را برای عضویت در هیئت‌علمی آنجا در نظر گرفته‌اند. آقای به اسم باب دوپل هم به‌تازگی با من تماس گرفته است، تا از من دعوت کند به‌عنوان یک استاد تمام‌وقت در دانشگاه سنت جان مشغول

به کار شوم. او از من پرسید که آیا تمایل دارم به نیویورک نقل مکان کنم؟ من از اینکه می‌خواهم در سطح دانشگاه تدریس کنم، مطمئن هستم، پس این برای من یک فرصت بزرگ است و باید تصمیم مهمی بگیرم. قبول پیشنهاد دکتر دوایل، که رئیس بخش مشاوره تحصیلی در دانشگاه سنت جان است، برای من یک چالش بزرگ خواهد بود.

به‌جز چهار سالی که در نیروی دریایی حضور داشتم، از کودکی همیشه در شهر دیترویت زندگی کرده‌ام. این شهر خانه من است. ازدواج کرده‌ام و یک دختر چهارساله دارم، و مادر و دو برادرم هم در این شهر زندگی می‌کنند. همسرم چندان تمایل ندارد که از خانواده‌اش دور شود و به شهر دیگری نقل مکان کند. در اینجا، او به‌عنوان دستیار یک دندان‌پزشک مشغول به کار است و درآمد خوبی دارد، به‌علاوه او هم دیترویت را به چشم خانه‌اش می‌بیند، خانه‌ای که ۳۱ سال از عمرش را در آنجا گذرانده است.

می‌دانم که این، یک فرصت بی‌نظیر برای من است تا به هدفی که از زمان تصمیم به ادامه تحصیل در سر داشته‌ام، دست بیابم؛ اما بخشی از وجود من می‌خواهد که در این شرایط فعلی که به آن عادت کرده‌ام و برایم آشناست، باقی بماند. بر سر یک دوراهی گیر کرده‌ام. آیا باید به یک مکان جدید نقل مکان کنم که کسی را در آنجا نمی‌شناسم، و حقوقی به‌مراتب کمتر از درآمد کنونی‌ام را قبول کنم، تا بتوانم به دنبال رؤیایی بروم که از دید بسیاری از اطرافیانم احمقانه است؟ شب و روز ذهنم درگیر است، و تنها چند روز دیگر برای تصمیم‌گیری فرصت دارم، قبل از اینکه آقای دوایل به سراغ سایر نامزدهای تصدی این شغل برود.

در این بازه زمانی، بازار کار تقریباً اشباع شده است. در سرتاسر کشور، کرسی‌های استادی بسیار کمی خالی هستند. در حال حاضر کمتر کسی به دنبال استخدام یک استاد جدید است، و با این حال من بعد از دو مصاحبه که انجام داده‌ام، دو پیشنهاد مختلف از دو دانشگاه بزرگ کشور دارم. از طرفی خوشحالم که در این شرایط، دو پیشنهاد کار دارم، اما تصمیم‌گیری برایم کار بسیار دشواری

است و شب و روز ذهنم را درگیر کرده. شک و تردید، خواب و خوراک را از من گرفته است. راحت‌ترین کار این است که به خودم بگویم: *نقل مکان را بی خیال شو، در دسر این کار خیلی زیاد است، و تازه همه چیز در دیترویت بر وفق مراد است. پس چرا باید چنین شرایط خوبی را برای دنبال کردن رؤیایی که دستیابی به آن بسیار دشوار است، خراب کنی، و خودت و خانواده‌ات را به زحمت بیندازی؟*

دوراهی دیگری که بر سر راهم قرار دارد، این است که کدام یک از این دو پیشنهاد کار را قبول کنم؟ اگر آن قدر شهامت داشته باشم که خانواده‌ام را بردارم و به شهر جدیدی نقل مکان کنم، کدام یک از این دو شغل را باید بپذیرم؟ این شرایط و این سردرگمی‌ها، استرس زیادی به من وارد می‌کند. و ویسکانسین نسبت به شهر دوردست نیویورک برایم آشناتر است. من این مسئله را با مدیر دبیرستانی که در آنجا کار می‌کنم، در میان می‌گذارم، و به جای راهنمایی، او شرایط را برایم سخت‌تر می‌کند و به من پیشنهاد می‌دهد که اگر تصمیم بگیرم اینجا بمانم، حقوقم را به میزان قابل توجهی افزایش می‌دهد. حال باید تصمیم بگیرم که این افزایش حقوق را که نادیده گرفتنش کار دشواری است، بپذیرم و تا آخر عمرم در همین شهر با خوبی و خوشی زندگی کنم، یا به دنبال رؤیایم برای تدریس در دانشگاه بروم؟ و تازه اگر بخواهم چنین کاری را انجام دهم، باید بین دو شهر مختلف هم یکی را انتخاب کنم، که خودش یک تصمیم دشوار دیگر است. مهلت تصمیم‌گیری من رو به اتمام است. فردا باید تصمیم نهایی‌ام را بگیرم.

به همان بخش از کتابخانه دانشگاه می‌روم که در طول دوره دانشجویی‌ام، غالباً در آنجا مطالعه می‌کردم. در این مکان ساکت و آرام، یک ساعت را با خودم خلوت می‌کنم تا بتوانم به افکارم سروسامان بدهم. در همین حین، ناگهان ندایی درونی مرا تشویق می‌کند که به دفتر دکتر میلدرد پیترز بروم و با او در این باره مشورت کنم. در طول دوره دکترایم او همیشه راهنمای من بوده، و تاکنون کمک‌های زیادی به من کرده است. او به مانند یک مادر دلسوز، همواره با راهنمایی‌های خردمندانه‌اش، گره از مشکلات من گشوده است.

به دیدن میلی^{۸۰} می‌روم و شرایطم را برایش توضیح می‌دهم. او با آرامش و متانت همیشگی‌اش به صحبت‌هایم گوش می‌دهد، و پس از اتمام حرف‌هایم، دو سؤال از من می‌پرسد که تمام سردرگمی‌هایم را از بین می‌برد: «وین، اگر تصمیمی که بزرگ‌ترین چالش را پیش روی تو قرار می‌دهد انتخاب نکنی، آیا می‌توانی برای بقیه عمر با خودت کنار بیایی؟ این کاری است که تو همیشه انجام می‌دهی. این سرنوشت تو است - چرا با نیمه برتر وجودت ستیز می‌کنی؟»

من متوجه شدم که تنها دلیل سردرگمی‌ام، این است که به ترس‌هایم اجازه داده‌ام بر افکارم سایه بیندازند. من همواره در قلبم می‌دانستم. باور داشتم که من یک معلم هستم. من عاشق این هستم که در دانشگاه تدریس کنم. از همان زمانی که برای مصاحبه با باب دوپل رفتم، می‌دانستم که این سرنوشت من است. حتی قبل از اینکه مصاحبه را انجام بدهم، می‌دانستم که آن‌ها به من پیشنهاد همکاری می‌دهند، و حتی اگر ذره‌ای در این‌باره تردید داشتم، پس از اولین ملاقاتمان این شک از بین رفت.

در اعماق وجودم می‌دانستم که باید چه کاری انجام دهم - اما افکار مزاحم جلوی دیدم را گرفته بودند و من بیخودی شرایط را بغرنج می‌کردم. ترسم مانع از این می‌شد که از منطقه امنم خارج شوم، در صورتی که باور داشتم این سرنوشت من است که یک استاد دانشگاه شوم، و هیچ سختی و دشواری‌ای نمی‌تواند مانع رسیدن من به هدفم در زندگی شود. قبلاً مقاله‌ای با عنوان «ترس از ناشناخته‌ها»^{۸۱} نوشته بودم، و با این وجود اجازه داده بودم که این ترس بر افکارم مسلط شود. به جای اینکه به نیمه برتر وجودم اعتماد کنم و به دنبال عشق و علاقه‌ام بروم، زیر سایه ترس زندگی می‌کنم.

وقتی که میلی به من یادآور شد که من عاشق رویارویی با چالش‌های زندگی هستم، مثل روز برایم روشن شد که من می‌خواهم به نیویورک بروم. ترانه آهنگ معروف را در ذهنم می‌شنوم: «اگر

^{۸۰} مخفف میلدرد

^{۸۱} The Fear of the Unknown

بتوانم خودم را به آنجا برسانم، می‌توانم به هر چیزی که می‌خواهم دست پیدا کنم.^{۸۲} حسابی هیجان‌زده شده‌ام - رفتن به نیویورک، بزرگ‌ترین چالشی است که من در این مقطع از زندگی می‌توانم انتخاب کنم. من به نیویورک می‌روم، و بر همه موانعی که بر سر راهم قرار دارد غلبه می‌کنم!

از تلفنی که در دفتر میلی است، با همسرم تماس می‌گیرم و از او سؤال می‌کنم که آیا حاضر است مرا در این ماجراجویی همراهی کند یا نه. او با بی‌میلی قبول می‌کند، چرا که می‌داند این کاری است که من باید انجام دهم.

دو ماه بعد من به همراه همسر و دخترم در نیویورک زندگی می‌کنم. در بزرگ‌ترین شهر کشور، در دانشکده مشاوره و راهنمایی آموزشی، به دانشجویان دوره ارشد تدریس می‌کنم. از اینکه دفتر، و جای پارک مخصوص به خودم را دارم، بسیار هیجان‌زده‌ام. برنامه کلاس‌هایم پر است، و به‌عنوان یک استاد دانشگاه به‌صورت تمام‌وقت تدریس می‌کنم. رها کردن گذشته‌ام و آمدن به نیویورک، یکی از بزرگ‌ترین چالش‌هایی است که در زندگی‌ام با آن مواجه شده‌ام. قدم به میان ناشناخته‌ها گذاشته‌ام، و از اینکه بالاخره شهامت این کار را به دست آورده‌ام که هر چیزی را که برایم آشنا بود، پشت سرم رها کنم، احساس نشاط عجیبی دارم.

به یاد می‌آورم که پدربزرگم در تمام عمرش، در یک کارخانه مشغول به کار بود، و در همان خیابانی که متولد شد، زندگی کرد و همان‌جا هم فوت کرد. به‌خوبی حس می‌کردم که او از زندگی‌اش رضایت ندارد، و فکر می‌کند نتوانسته است آن‌طور که باید و شاید از زندگی‌اش استفاده کند. به خاطر می‌آورم که در زمان حضورم در دیترویت، زمانی که یکی از همکارانم به من گفت که تنها ۱۳ سال دیگر باید تدریس کند تا بتواند بازنشست شود، و از زندگی‌اش لذت ببرد، چه

⁸² If I can make it there, I'll make it anywhere.

احساسی به من دست داد؛ حتی تصور اینکه بخواهم به مدت ۱۳ سال کاری را از روی اجبار و بی‌علاقگی انجام دهم، تا در زمان بازنشستگی‌ام تازه بخواهم از زندگی لذت ببرم، مرا دیوانه می‌کرد. از اینکه چنین تغییر بزرگی را در زندگی‌ام ایجاد کرده‌ام، بسیار راضی و خشنود هستم. همه چیز برای من ناآشنا است - ترافیک خیابان‌های نیویورک، آداب و رسوم اهالی اینجا، لهجه‌ای که مردم با آن صحبت می‌کنند، و عجله‌ای که در همه جا به چشم می‌خورد - اما من از تصمیمی که گرفته‌ام رضایت دارم، و می‌دانم که هر اتفاقی که بیفتد، از پیشش برمی‌آیم.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

اکنون که به آن روزها نگاه می‌کنم، و به یاد می‌آورم که برای ترک شهر دیترویت، و قدم گذاشتن به میان ناشناخته‌ها، چه فشاری را احساس می‌کردم، به وضوح می‌بینم که نیرویی مرموز در وجودم بود که مرا به انجام این کار تشویق می‌کرد؛ نیرویی آن‌چنان قدرتمند که نمی‌شد ندایش را نادیده گرفت. من برای هدفی به این جهان آمده بودم، و تصور اینکه بدون تحقق آن هدف، بخواهم از این دنیا خداحافظی کنم، برایم قابل تحمل نبود. من به این ندای درونی‌ام اعتماد کردم و به آن اجازه دادم که مرا هدایت کند، همان نیرویی که در آن روز من را نزد دکتر پیترز فرستاد.

در آن روز، میلی دقیقاً می‌دانست که چه چیزی به من بگوید. با اینکه او سال‌های سال است که از این جهان مادی رخت بر بسته، من هر روز حضورش را در کنارم احساس می‌کنم؛ همان‌طور که حس می‌کنم اکنون در کنارم است، و با لبخندی بر لبانش، مرا در نوشتن این کلمات یاری می‌دهد. او می‌دانست که من برای هدف بزرگی به این جهان آمده‌ام؛ او همیشه به من خاطرنشان می‌کرد که در وجودم عظمت و بزرگی‌ای را مشاهده می‌کند، و سرنوشت من این است که تغییری در این جهان ایجاد کنم. او مثل فرشته‌ای بود که به زمین فرستاده شده تا مرا در مسیر زندگی‌ام هدایت

کند. هنوز هم حضورش را حس می‌کنم، مانند فرشته‌ای که همه‌جا همراهم است، و هر زمان که بخواهم تصمیم مهمی بگیرم، با او مشورت می‌کنم.

اکنون به‌وضوح می‌بینم که در لحظات بحرانی زندگی، فرشتگان نگهبانی بر سر راه ما قرار می‌گیرند، تا ما را به مسیری که خداوند برایمان در نظر گرفته است، هدایت کنند. حال که به گذشته نگاه می‌کنم، مثل روز برایم روشن است که دکتر میلدرد پیترز، توسط نیروهای الهی به زندگی من فرستاده شده بود، نیروهایی که می‌دانستند برای اتخاذ تصمیم‌های مهم در زندگی‌ام، به راهنمایی‌های او نیاز خواهم داشت. بارها برایم پیش آمد که می‌خواستم از اهداف بزرگی که در سر داشتم، دست بکشم و در برابر مشکلات زندگی تسلیم شوم، اما در هر بار میلی در کنارم حاضر بود و مرا به ادامه مسیر تشویق می‌کرد، تا بتوانم سرنوشتم را عملی کنم.

در آن روز، در سال ۱۹۷۱، چنان طوفانی در وجودم برپا بود که نمی‌توانستم هیچ تصمیمی بگیرم. این زن دوست‌داشتنی، که گویی می‌توانست آینده را ببیند، تمام شک و تردیدم را از بین برد، و چون مادری دلسوز و مهربان، مسیر درست را به من نشان داد.

نتیجه آن تصمیم، تا به امروز، چاپ ۴۱ کتاب، تولید ۱۰ برنامه ویژه تلویزیونی، برگزاری هزاران سخنرانی، و ضبط ده‌ها هزار برنامه رادیویی است، که به میلیون‌ها انسان در سرتاسر دنیا کمک کرده است تا زندگی بهتری داشته باشند. من تمام موفقیت‌هایم را مدیون راهنمایی‌های میلی هستم، و حضور او را همیشه در کنار خودم حس می‌کنم.

چیزی که امروز از آن آگاه هستم، اما چهل سال پیش آن را نمی‌دانستم، این است که همواره برای تصمیم‌گیری در مورد مسائل مهم، باید از خود پرسیم که: «من این تصمیم را از سر ترس می‌گیرم، یا از روی عشق و علاقه؟» این درسی است که در کتاب *یک دوره در باب معجزات* نیز بیان می‌شود. زمانی که تسلیم ترس بشویم، جایی برای عشق باقی نمی‌ماند، و زمانی که از روی عشق و علاقه تصمیمی بگیریم، هیچ ترسی را به دلمان راه نمی‌دهیم. هنگامی که ترسم را کنار

گذاشتم، احساس آرامش عمیقی وجودم را فراگرفت، و توانستم زندگی در شهر نیویورک را به چشم یک ماجراجویی هیجان‌انگیز ببینم، که فرصت‌های بی‌شماری را پیش روی من قرار می‌دهد.

ترس، یک مکانیسم دفاعی است که ما آن را در دوران کودکی فرامی‌گیریم، و به صورت یک عادت در ضمیر ناخودآگاه ما حک می‌شود، تا هر زمان که با چیزی ناشناخته مواجه می‌شویم، به ما هشدار دهد. وجود همین ترس، باعث شده است که نسل انسان در طول چندین هزار سال بر روی زمین باقی بماند، و از خطرات گوناگونی جان سالم به در ببرد، اما زمانی که ما اجازه دهیم ترسمان بر ما غلبه کند، تصمیمات غلطی می‌گیریم که ما را از رسیدن به موفقیت بازمی‌دارند. داشتن شهامت به معنی نترسیدن نیست؛ فردی که شهامت دارد، به ترسش اجازه نمی‌دهد تا بر افکارش سایه بیندازد، و حتی هنگامی که ترسیده است، با توجه به عشق و علاقه‌اش تصمیم درست را اتخاذ می‌کند. زمانی که بر ترس خود غلبه کنید، عشق و علاقه مسیر درست را به شما نشان می‌دهد. نیرویی الهی در این مسیر به ما کمک خواهد کرد، و معمولاً این کار را از طریق قرار دادن فردی بر سر راهمان انجام می‌دهد که حضور پررنگی در زندگی ما خواهد داشت، و در زمان مواجهه با مشکلات، ما را راهنمایی خواهد کرد.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که من باید به شهر نیویورک می‌رفتم. چنانچه به جای این کار، در دیترویت می‌ماندم و یا به ویسکانسین می‌رفتم، زندگی من، و احتمالاً زندگی شما، مسیر کاملاً متفاوتی را طی می‌پیمود. من با غلبه بر ترسم، توانستم رؤیاهایم را دنبال کنم، و از موانعی که در ذهنم بودند، عبور نمایم.

من بر اساس این ضرب‌المثل قدیمی زندگی می‌کنم، که امروز به روشنی معنایش را می‌فهمم: «ترس بر در کوبید، عشق در را باز کرد، و هیچ‌کس را پشت در نیافت.» رالف امرسون، که او را یکی از بزرگ‌ترین معلمانم می‌دانم، می‌گوید: «انسان به هر چیزی که آن را باور داشته باشد، دست می‌یابد،» و در جای دیگری می‌گوید: «کسی که در هر روز از زندگی‌اش، بر ترسی فائق

نیاید، مهم‌ترین درسِ زندگی را نیاموخته است.» در آن روز، در سال ۱۹۷۱، من این مهم‌ترین درسِ زندگی را فرا گرفتم.



بخش ۲۵

اکنون من یک استادیارِ دانشگاه هستم و به صورت تمام وقت، در دانشگاه سنت جورج تدریس می‌کنم. این دومین سال حضور من در این دانشگاه است، و عاشق این شغل هستم. آزادم که در کلاس‌هایم، از هر شیوه تدریسی که صلاح می‌بینم استفاده کنم. دانشجویان من، اکثراً معلم‌هایی هستند که می‌خواهند به‌عنوان مشاور، در مدارس مشغول به کار شوند؛ همچنین من به‌عنوان استاد مشاور، بر کار پنج یا شش دانشجوی دکترا نظارت دارم، و آن‌ها را برای نوشتن پایان‌نامه‌شان راهنمایی می‌کنم. در یک دفتر خصوصی هم مشاوره می‌دهم، اما بیشتر وقتم صرف نوشتن مقاله برای مجلات معتبر علمی می‌شود.

رئیس بخش ما، دکتر باب دوئل، به من گفته است که: «اگر می‌خواهی ترفیع بگیری، و نهایتاً به‌عنوان یک عضو دائمی هیئت علمی در این دانشگاه مشغول به کار شوی، باید مقالات زیادی را در مجلات و کتاب‌های معتبر علمی به چاپ برسانی.» سال ۱۹۷۳ است، و جزئی از یک سیستم شده‌ام که شعارش این است: «یا چاپ می‌کنی، یا حذف می‌شوی.» اگر من مقالاتم را در این مجلات چاپ نکنم، شغلم را از دست می‌دهم، و چنین شغل‌هایی به‌سختی پیدا می‌شوند.

مجبور هستم که مقالاتم را بر اساس روش ای. پی. ای بنویسم، همان روشی که در زمان دانشجویی از آن بیزار بودم، و آقای رایز در کلاس ادبیات انگلیسی پیشرفته ۲، ما را وادار می‌کرد که تکالیفمان را بر آن اساس بنویسیم. من می‌خواهم که کتاب‌هایم را برای توده مردم بنویسم - دلم می‌خواهد کتاب‌هایی بنویسم درباره اینکه انسان‌ها چطور می‌توانند به افرادی خودکام‌بخش تبدیل شوند، و در زندگی به هر چیزی که می‌خواهند، دست پیدا کنند. ایده‌های فراوانی در ذهنم هستند، که به نظرم قابلیت تبدیل شدن به کتاب‌های عالی و پرفروش را دارند. به‌طور خاص، علاقه دارم کتابی بنویسم که به مردم کمک کند تا خودشان را به چشم انسان‌های منحصر به فردی ببینند، و دیدشان را نسبت

به زندگی تغییر دهند. می‌خواهم افراد را تشویق کنم تا توانایی‌شان را برای زندگی در بالاترین سطح آگاهی کشف کنند. نزدیک به یک دهه پیش، دکتر مازلو در کتابی تحت عنوان پیش‌به‌سوی روانشناسی بودن⁸³، در مورد این توانایی صحبت کرده است - کتابی که همیشه آن را در کیف‌دستی‌ام، به همراه دارم. با این وجود، من از روی اجبار مقالات متعددی را برای مجلات معتبر علمی ارسال می‌کنم، و یک رزومه حرفه‌ای قوی برای خودم ایجاد نموده‌ام.

برای یک ترفیع رتبه درخواست داده‌ام، تا پس از یک سال خدمت به‌عنوان استادیار، به درجه دانشیاری ارتقاء پیدا کنم. با درخواست من موافقت نمی‌شود، اما کمیته‌ای که مسئول رسیدگی به این درخواست‌ها است، من را تشویق می‌کند که عملکرد خوبم را ادامه دهم. نوشتن این مقالات، تنها بخشی از زندگی‌ام است که از آن خوشم نمی‌آید. من عاشق تدریس کردن و کارهای مربوط به آن هستم، و دانشجویان حسابی به من و روش تدریسم علاقه‌مند شده‌اند؛ هر کاری از دستم برمی‌آید انجام می‌دهم تا کلاس‌هایم را سرزنده و شاداب نگه‌دارم، و به مباحثی که تدریس می‌کنم جان ببخشم. در بیان مطالب، از طنز و حکایات آموزنده کمک می‌گیرم، و به شکلی به دانشجویان مشاوره می‌دهم، که دلم می‌خواهد آن‌ها به دانش‌آموزانشان مشاوره بدهند. در کلاس‌هایم، نوار ضبط‌شده جلسات روان‌درمانی را برای دانشجویان پخش می‌کنم، و در کل کلاس‌هایم سرگرم‌کننده و جذاب هستند. ظرفیت کلاس‌ها معمولاً ۳۰ نفر است، اما خیلی از مواقع تا ۶۰ نفر بر سر کلاس‌های من حاضر می‌شوند، چراکه جذابیت کلاس‌هایم، دانشجویان مهمان زیادی را جذب خود می‌کند.

شروع به ضبط صدایم در کلاس‌ها کرده‌ام. در پس‌ذهنم، می‌دانم که مطالبی که تدریس می‌کنم، و شیوه‌ای که برای بیان این مطالب به کار می‌برم، علاوه بر دانشجویانم، برای شنوندگان معمولی هم جذاب خواهد بود. می‌خواهم یک نسخه از صدای ضبط‌شده این کلاس‌ها را در آرشیوم داشته

⁸³ Toward a Psychology of Being

باشم، تا هر زمان که از زیر بار نوشتن مقالات علمی خلاص شدم و توانستم کتاب‌هایی را که دوست دارم بنویسم، از این نوارها استفاده کنم - و امیدوارم که این اتفاق در آینده نزدیکی رخ دهد.

سال دوم تدریس در دانشگاه را پشت سر گذاشتم، و این بار، کمیته بررسی درخواست‌ها، به این نتیجه می‌رسد که من استحقاق ترفیع رتبه را دارم. دیگر به‌طور رسمی یک دانشیار هستم. به‌تازگی و با همکاری دوست و همکار عزیزم، دکتر جان وریند^{۸۴}، که در دیترویت تدریس می‌کند، کتابی را منتشر کرده‌ایم. کتاب توسط ما دو نفر نوشته شده است، و در نگارش آن از چند متخصص دیگر نیز کمک گرفته‌ایم. عنوان کتاب این است: *چطور در مشاوره‌های گروهی اثرگذار باشیم*.^{۸۵} من اکنون به‌طور رسمی یک نویسنده هستم، و نخستین کتابم چاپ شده است. با چاپ این کتاب، عنوان «دانشیار حوزه روانشناسی مشاوره» را کسب کرده‌ام.

در سال بعد هم کتاب دیگری را با همکاری جان می‌نویسم، که توسط انتشارات ای.پی.جی.ای^{۸۶} چاپ می‌شود. انجمن کارگزینی و هدایت شغلی آمریکا (ای.پی.جی.ای)^{۸۷}، یک انجمن حرفه‌ای برای محققان و متخصصانی است که در این حوزه فعالیت می‌کنند، و در جامعه دانشگاهی یک سازمان مطرح و شناخته‌شده به حساب می‌آید. عنوان این کتاب هست: *فن‌های مشاوره‌ای که جواب می‌دهند*، و مطالبش به حدی خوب و کاربردی است که به‌عنوان یک کتاب درسی در مقاطع تکمیلی دانشگاه‌های سراسر کشور، مورد استفاده قرار می‌گیرد.

در حال حاضر، من و جان در حال نوشتن کتاب سوم خودمان هستیم. کوچک‌ترین فرصتی که پیدا می‌کنم، مشغول نوشتن می‌شوم، و دست‌نوشته‌های فصل‌به‌فصل کتاب را برای جان می‌فرستم تا آن‌ها را ویرایش کند - اما موفق نمی‌شوم که پاسخی از او دریافت کنم. جان روزبه‌روز بیشتر به سمت مصرف نوشیدنی‌های الکلی کشیده می‌شود. هر بار که برای صحبت درباره پیشرفت کتاب

⁸⁴ Dr. John Vriend

⁸⁵ Counseling Effectively in Groups

⁸⁶ APGA Press

⁸⁷ The American Personnel and Guidance Association

به او تلفن می‌زنم، حرف‌های بی‌ربط می‌زند و از صدا و لحن گفتارش، مشخص است که حسابی مست کرده. این طرز صحبت کردن را، از دورانی که با ناپدری‌ام زندگی می‌کردم، به‌خوبی به یاد می‌آورم؛ هرچند که سال‌های زیادی از آن دوران می‌گذرد.

مجبور می‌شوم که کل کتاب را به‌تنهایی بنویسم، و عنوان آن را این‌گونه انتخاب می‌کنم: *مشاوره گروهی برای دستیابی به تسلط فردی*^{۸۸}. هرچقدر که تلاش می‌کنم با جان تماس بگیرم، موفق نمی‌شوم. تصمیم می‌گیرم که از این به بعد کتاب‌هایم را به‌تنهایی بنویسم، تا دیگر چنین مشکلی برایم پیش نیاید. برای نوشتن نیازی به کمک فرد دیگری ندارم.

از آنجایی که قرار بود این کتاب را با جان بنویسم، فعلاً بی‌خیال انتشار آن می‌شوم، و تمام فکر و ذهنم را بر روی نوشتن یک کتاب دیگر متمرکز می‌کنم؛ کتابی که تنها نویسنده‌اش من خواهم بود. من این کتاب را برای مردم عادی می‌نویسم، نه برای جامعه دانشگاهی. آثار دیل کارنگی^{۸۹}، ناپلئون هیل^{۹۰}، و نورمن وینسنت پیل^{۹۱} را مطالعه کرده‌ام، و معتقدم می‌توانم کتابی بنویسم که حرف بیشتری برای گفتن داشته باشد. عاشق این افراد هستم و آن‌ها را به خاطر آثاری که نوشته‌اند ستایش می‌کنم - از نظر من، آن‌ها مؤسسان باشگاهی هستند که اکنون من می‌خواهم عضوی از آن شوم.

تاکنون سه کتاب نوشته‌ام، که آخرین آن‌ها هنوز چاپ نشده است، اما می‌دانم که بالاخره روزی این اتفاق می‌افتد. به‌طور تقریبی، ۲۵ مقاله در مجلات معتبر علمی نوشته‌ام، و در تولید یک مجموعه صوتی شامل ۱۲ نوار کاست، تحت عنوان *راهنمای رسیدن به تسلط فردی همکاری کرده‌ام*. حس می‌کنم که این بخش از سفر من به پایان رسیده، و دفتر جدیدی در زندگی من گشوده شده است.

اگرچه از حضور در جامعه دانشگاهی نتیجه خوبی گرفته‌ام، اما اکنون حس می‌کنم که چیزی بیش از این می‌خواهم. من عاشق تدریس به دانشجویانم هستم، اما سیاست‌های زندگی دانشگاهی

⁸⁸ Group Counseling for Personal Mastery

⁸⁹ Dale Carnegie

⁹⁰ Napoleon Hill

⁹¹ Norman Vincent Peale

مرا دلزده کرده است. جلسات کمیته‌های مختلف، سیاست‌های دفتری، فشار برای چاپ مقالات علمی، انتظارات مدیریت دانشگاه، و کوهی از کاغذبازی و نامه‌های اداری، همه و همه در حال خشکاندن چشمه‌های خلاقیت من هستند. دیگر نمی‌خواهم که برای گروه محدودی از مخاطبان، و با هدف دریافت پاداش و ارتقاء شغلی، چیزی بنویسم. دلم می‌خواهد که از این به بعد، کتاب‌هایم را در مورد موضوعاتی که به آن‌ها علاقه دارم، و برای گروه بزرگی از مردم بنویسم. در بسیاری از حوزه‌های زندگی، احساس خفگی می‌کنم، و به نظرم زمان آن رسیده است که به‌طور موقت، از محیط دانشگاه و جو پیرامون آن فاصله بگیرم.

خوب می‌دانم که خیلی‌ها حاضرند برای به دست آوردن موقعیت شغلی من، دست به هر کاری بزنند، اما حس می‌کنم که زمان آن فرارسیده که فصل جدیدی از زندگی‌ام را آغاز کنم. من این نشانه‌ها را می‌شناسم، و می‌دانم که بدون پرداخت بهایی سنگین، نمی‌توانم آن‌ها را نادیده بگیرم. سؤالی که در یک کتاب خوانده‌ام، مدام در ذهنم تکرار می‌شود: *تو واقعاً ۷۵ سال زندگی کرده‌ای؟ یا یک سال را ۷۵ مرتبه زندگی کرده‌ای؟*

ندایی درونی مرا به ایجاد یک تغییر فرامی‌خواند، و من نه می‌خواهم و نه می‌توانم که آن را نادیده بگیرم. نمی‌خواهم که در سال‌های باقی‌مانده از عمرم، کاری را بارها و بارها تکرار کنم، و کارنامه‌ای پر از تکرار برای خودم بسازم. از اینکه اسیر روزمرگی شوم، بیزارم، و می‌خواهم که فعالیت‌هایم را گسترش دهم، کارهای جدیدی را امتحان کنم، و به ندای درونم پاسخ مثبت دهم. نیاز دارم که خودم تصمیم بگیرم که چه کاری را انجام دهم، و احتیاج دارم که خودم را از قیدوبند ضروریات بیهوده و پوچی که شغل استادی دانشگاه برایم به همراه دارد، رها سازم.

اکنون می توانم به وضوح ببینم

اکنون که به سال‌های تدریس در دانشگاه نگاه می‌کنم، متوجه می‌شوم که ارزیابی موفقیت و خوشبختی بر اساس معیارهای بیرونی، چه کار غلطی است، و چقدر اهمیت دارد که از افتادن در چنین دامی پیش‌گیری کنیم.

در دهه سوم زندگی‌ام، ظاهراً همه چیز خوب پیش می‌رفت. من شغل خوبی داشتم و بدون شک می‌توانستم به یکی از اعضای دائمی هیئت علمی تبدیل شوم، و این یعنی امنیت شغلی تا آخر عمر، آن‌هم در حرفه‌ای که چنین امنیت شغلی‌ای به سختی به دست می‌آید. در ارزیابی‌های که انجام می‌شد، از تمام دانشجویان و سرپرست‌هایم بازخورد بسیار خوب و مثبتی دریافت می‌کردم. رئیس دانشکده، همواره به خاطر اینکه با انتشار مقالات و کتاب‌هایم، موجب سربلندی و شهرت دانشکده شده بودم، از من قدردانی می‌کرد. به عنوان یک نویسنده دانشگاهی، کارنامه بسیار خوبی داشتم، و روی میزم پر بود از قراردادهایی برای چاپ کتاب‌های بعدی‌ام؛ قراردادهایی که تنها به امضای من نیاز داشتند. شرایط کاری‌ام از این راحت‌تر نمی‌شد، و تنها نیاز بود که دو روز در هفته در دانشگاه حاضر شوم. به علاوه، رابطه بسیار خوبی با تمام همکارانم داشتم.

در ظاهر همه چیز خوب بود، اما حس می‌کردم که چیزی کم است. آتشی سوزان در وجودم، مرا وادار می‌کرد که به فکر ایجاد یک تغییر بزرگ باشم. جهان بیرونی‌ام به نظر بی‌عیب و نقص می‌رسید، اما دنیای درونم در آرامش نبود، و چیزی را کم داشت.

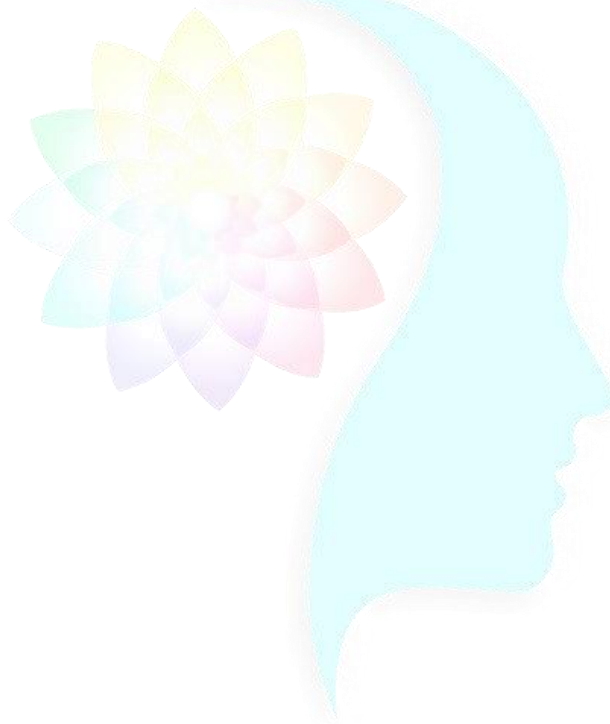
به یاد شخصیت اصلی داستان *مرگ ایوان ایلیچ*^{۹۲}، که یکی از داستان‌های معروف لئو تولستوی^{۹۳} است، افتادم. در بستر مرگ، ایوان ایلیچ به چشم‌های همسرش نگاه می‌کند، زنی که از او نفرت دارد، چراکه بسیاری از تصمیمات زندگی ایلیچ را بدون اینکه نظرش را بپرسد، برای او گرفته

⁹² The Death of Ivan Ilyich

⁹³ Leo Tolstoy

است. ایلچ به چشمان آن زن خیره می‌شود و از او می‌پرسد: «اگر تمام زندگی‌ام اشتباه بوده باشد چه؟»

حتی تصورِ چنین احساسی مو به تنم سیخ می‌کند. من نمی‌توانم زندگی‌ام را صرف نوشتن مقالات دانشگاهی کنم. من نمی‌توانم که برای باقی عمرم، مطالب یکسانی را در همان کلاس همیشگی تدریس کنم. اگر چنین کاری می‌کردم، زندگی‌ام واقعاً «اشتباه» می‌شد، شبیه همان احساسی که ایوان ایلچ در بستر مرگ داشت. در آن زمان متوجه این موضوع نبودم، اما این نیمه برتر وجودم بود که تلاش می‌کرد مرا به خودم آورد، تا بدون ترس زندگی کنم، و به‌سوی سرنوشت‌م رهسپار شوم.



بخش ۲۶

دانشگاه وین استیت، قبول کرده است که برای افراد واجد شرایط در نیروهای نظامی امریکا و وابستگان نظامی امریکا در آلمان غربی، یک دوره آموزشی در زمینه روانشناسی مشاوره برگزار کند. در این برنامه آموزشی، قرار است به جای اینکه دانشجویان به دانشگاه بیایند، دانشگاه نزد آنها برود. از من درخواست شده تا در این دوره آموزشی که در آن سوی اقیانوس برگزار می‌شود، تدریس کنم و من به این درخواست پاسخ مثبت داده‌ام. بهار سال ۱۹۷۴ است، و پس از ترک دانشگاه سنت جورج، من اکنون به شهر برلین غربی آمده‌ام تا به مدت دو ترم، به عنوان استاد در کشور آلمان برای نیروهای امریکایی و متحدان آلمانی آنها کلاس تشکیل دهم.

این نخستین باری است که به اروپا می‌آیم، و رها شدن از قید و بند شرایط کاری دست‌وپاگیر استادی دانشگاه در نیویورک، واقعا برایم لذت بخش است. به صورت تمام وقت در اینجا تدریس می‌کنم، و به شدت عاشق این شغل و این ماجراجویی جدید هستم.

همواره مجذوب فرهنگ و تاریخ کشور آلمان بوده‌ام. دو تا از دایی‌هایم در جنگ جهانی دوم شرکت داشته‌اند: دایی بزرگترم استوآرت - که من به مدت هشت سال، با او، همسر و چهار فرزندش زندگی می‌کردم - به مدت دو سال در اسارت نیروهای نازی بوده است. و دایی کوچکترم، بیل - کسی که الهام‌بخش من برای ورود به دانشگاه و تبدیل شدن به یک معلم بود - در نیروی دریایی و بر روی یک ناوشکن امریکایی خدمت کرده است. من داستان‌های وحشتناکی راجع به واقعه هولوکاست شنیده‌ام، و فیلم‌های مربوط به اردوگاه‌های مرگ را دیده‌ام، اما هیچگاه نتوانستم درک کنم که چگونه انسان‌ها می‌توانند مرتکب چنین اقدامات شیطانی‌ای شوند. شاید در زمان باستان، بروز چنین وقایعی معمولی بوده است، اما این فجایع هنگامی اتفاق افتاده‌اند که من یک

پسربچه بودم، و مدت زمان زیادی از آن‌ها نمی‌گذرد. چطور ممکن است اردوگاه‌هایی برپا شوند که تنها هدفشان، نابودی کامل یک نژاد است، آن هم به دلیل اختلافات مذهبی و فرهنگی.

درک نمی‌کنم که چگونه شهروندان کشور متمدنی مثل آلمان، اجازه داده‌اند چنین جنایتی جلوی چشمشان انجام شود. هر کجا که فرصت صحبت با یک شهروند آلمانی را پیدا می‌کنم، این سوال را از او می‌پرسم: «همین چند سال پیش بود- آخر چطور چنین اتفاقی افتاد؟» هیچکس حاضر نیست که در مورد این موضوع صحبت کند. در چهره تک تک مردان و زنانی که در آن دوران زندگی می‌کرده‌اند، شرم و سرافکنندگی قابل رؤیت است.

من تصمیم می‌گیرم که بیشتر در این باره اطلاعات کسب کنم. نمی‌توانم بفهمم که چطور چنین رفتار وحشیانه‌ای، می‌تواند به کل جمعیت یک کشور سرایت کند. آن‌ها با خودشان چه فکری می‌کرده‌اند؟ چرا نتوانسته‌اند قبل از اینکه این دیوانگی منجر به بروز چنین فجایعی شود، جلوی آن را بگیرند؟ این بارزترین شکل ظهور پدیده تفکر گروهی^{۹۴} در بین افراد یک جامعه، و رفتارهای وحشتناکی است که در نتیجه آن می‌تواند بروز پیدا کند؛ پدیده‌ای که من به شدت از آن بیزارم و در مقیاس زندگی شخصی‌ام، همواره تلاش کرده‌ام تا با آن مقابله کنم.

کتاب *ظهور و سقوط رایش سوم*، نوشته ویلیام شیرر^{۹۵} را که به بررسی تاریخ آلمان نازی پرداخته، و نخستین بار در سال ۱۹۶۰ چاپ شده است، خریده‌ام. در عرض چند روز تمام آن کتاب را خوانده‌ام، و حال حتی بیش از پیش پریشان شده‌ام. به نظر می‌رسد که در مسیر تاریخ، تبعیت بی‌چون و چرا از قوانین، به بزرگ‌ترین فضیلت در ذهن آلمانی‌ها تبدیل شده است. اکنون که به اطرافم نگاه می‌کنم، این قضیه در همه‌جا دیده می‌شود. به نظر می‌رسد که هر کس، بدون اینکه سوالی بپرسد، هر کاری را که به او گفته می‌شود انجام می‌دهد. اگر قانونی وجود داشته باشد، افراد

^{۹۴} Groupthink: تفکر گروهی یا گروه اندیشی به این معناست که در یک گروه، به خاطر فشارهای درون‌گروهی، کارایی ذهنی و قدرت تحلیل اعضا کاهش می‌یابد، و تحت تأثیر افکاری قرار می‌گیرند که گروه به آن‌ها تحمیل می‌کند...

^{۹۵} William Shirer

بدون هرگونه اعتراضی از آن پیروی می‌کنند. من این فرمانبرداری ماشینی را در همه جا می‌بینم. به نظر می‌رسد که هیچ کس در آلمان، اوامری را که از افراد مافوقش دریافت می‌کند، زیر سوال نمی‌برد.

برنامه کلاس هایم به گونه‌ای است که وقت آزاد برای گشت و گذار دارم، و در آخر هفته‌ها با همسر از اماکن دیدنی که در نزدیک محل اقامتمان است و با قطار میتوان به آنجا رفت، بازدید می‌کنیم. تا کنون به باواریا، دانمارک، سوئد، نروژ، اتریش، فرانسه، هلند، و سوئیس سر زده‌ایم. متوجه شده‌ام که تفاوت‌های زیادی بین آلمان شرقی و آلمان غربی وجود دارد، و هنوز نتوانسته‌ام تصویر هولوکاست را از ذهنم بیرون کنم. هنگامی که تمام جنبه‌های فردگرایی زیر پا گذاشته شوند، و افراد جامعه در اثر فشار گروهی، استقلال فکری خود را از دست بدهند، دیوانگی‌هایی مثل نسل‌کشی و پاکسازی نژادی، قابل قبول به نظر می‌رسند. این قضیه خیلی برایم جالب است، و حسابی فکرم را به خودش مشغول کرده. نهایتاً تصمیم می‌گیرم که به شهر مونیخ بروم، تا از اردوگاه کار اجباری داخائو^{۹۶} دیدن کنم، و خودم از نزدیک شرایط موجود را بررسی نمایم.

به محض سوار شدن به تاکسی، ازراننده می‌خواهم که ما را به اردوگاه مرگ داخائو ببرد؛ مکانی که به عنوان یادبودی برای قربانیان آن فجایع، به صورت موزه در آمده است، تا یادآور جنایاتی باشد که ۲۹ سال پیش در آن‌ها اتفاق افتاده، و نگذارد که جهانیان هرگز این اتفاق شوم را از یاد ببرند. راننده تاکسی که مردی ۵۵ ساله است، قبول نمی‌کند که ما را به اردوگاه ببرد. به نظر می‌رسد که در سنین جوانی اش، به نحوی در این فجایع دست داشته است، و شرم و سرافکنندگی ناشی از آن، به حدی است که حتی نزدیک شدن به آن مکان برایش عذاب‌آور است.

سوار یک تاکسی دیگر می‌شویم و راننده ما را به اردوگاه داخائو می‌برد - نخستین اردوگاه کار اجباری در آلمان نازی. این اردوگاه در سال ۱۹۳۳ برای نگهداری از زندانیان سیاسی ساخته

⁹⁶ Dachau

می‌شود، اما به دنبال افکار شیطانی و جاه‌طلبی‌های حزب نازی، بعداً به یک کوره آدمسوزی و اردوگاه مرگ تبدیل می‌شود. شهروندان آلمانی، به جای اینکه برای خودشان فکر کنند، هر کاری را که به آن‌ها گفته می‌شده، انجام می‌داده‌اند؛ آن‌هم در چنان مقیاس گسترده‌ای که موجب می‌شود میلیون‌ها شهروند آلمانی، کورکورانه از دستورات شیطانی یک فرد دیوانه و سرسپردگان وفادار او پیروی کنند.

همانطور که در محوطه اردوگاه قدم می‌زنیم، احساس یاس و ناراحتی سراپای وجودم را فرا می‌گیرد. گویی که درد و رنج زندانیان این اردوگاه را حس می‌کنم - بله، دقیقاً در همین نقطه، در همین کوره‌های انسان‌سوزی و اتاق‌های گاز، و تنها در فاصله کمی از شهر بزرگی مثل مونیخ، هر روز افراد زیادی به فجیع‌ترین شکل ممکن کشته می‌شدند، و این جنایت برای سال‌ها ادامه داشته است. این بارزترین نتیجه شستشوی مغزی افراد یک جامعه است؛ زمانی که جامعه به شدت با افرادی که مثل اکثریت آن‌ها فکر یا عمل نمی‌کنند، برخورد می‌کند.

احساس می‌کنم که هر لحظه نفس کشیدن برایم سخت‌تر و سخت‌تر می‌شود. می‌خواهم بالا بیاورم. هنوز هم یأس و ناامیدی در گوشه‌وکنار این اردوگاه قدیمی موج می‌زند. احساس می‌کنم که به خاطر دلیلی اینجا هستم.

احساسات درونی‌ام چیزی بیشتر از واکنش به این یادواره وحشتناک است. می‌دانم که از امروز، دیگر هرگز زندگی‌ام مثل قبل نمی‌شود. نطفه من دقیقاً همزمان با آغاز این جنگ ویرانگر بسته شده است - اول سپتامبر ۱۹۳۹، زمانی که هیتلر دستور حمله به لهستان را صادر کرد. من ۹ ماه پس از آغاز این جنگ، و در تاریخ دهم می ۱۹۴۰، قدم به این جهان گذاشتم. حسی اسرارآمیز به من می‌گوید که من باید در این مکان حاضر می‌شدم. من باید به این مکان وحشتناک می‌آمدم، جایی که یادآور فجایع هولوکاست است. حس می‌کنم که حضور در اینجا، تغییر بزرگی را در من ایجاد کرده است.

یک هفته بعد، با یک قطار عازم آمستردام می شوم، تا از اتاق هایی که آنه فرانک⁹⁷ و خانواده اش، در زمان اشغال هلند توسط نیروهای نازی، به مدت ۲ سال مخفیانه در آن‌ها زندگی می‌کرده اند، دیدن کنم. جایی که این دختر جوان، خاطرات روزانه‌اش را در آن‌جا می‌نوشته است؛ پس از پایان جنگ، خاطرات آنه در کتابی با عنوان *خاطرات یک دختر جوان* به چاپ رسید و به یکی از شناخته‌شده‌ترین کتاب‌های جهان درباره فجایع جنگ جهانی دوم بدل شد. من از پله‌های ساختمان بالا می‌روم، و درد و رنجی را که هنوز در این فضا باقی مانده، با تمام وجودم حس می‌کنم. این ساختمان اکنون به موزه‌ای برای گرامیداشت یاد و خاطره اوتو فرانک (پدر آنه) و خانواده‌اش تبدیل شده است. خانواده آنه و هزاران انسان بیگناه دیگر، درست هنگامی که من یک پسر بچه بودم و در آن سوی اقیانوس، در کمال امنیت، نزد خانواده‌ای که مرا به فرزندخواندگی پذیرفته بودند بزرگ می‌شدم، با بی‌رحمی تمام به قتل رسیدند. من تنها به عکس‌ها و توضیحاتی که در زیرشان نوشته شده نگاه نمی‌کنم؛ احساسی عجیب تمام وجودم را دربر گرفته، گویی به نحوی اسرارآمیز، با دلهره و یأس انسان‌هایی که زمانی در اینجا ساکن بوده‌اند، ارتباط برقرار کرده‌ام. دوباره نفس کشیدن برایم مشکل شده، و حس می‌کنم که هوا سنگین شده است. از ساختمان خارج می‌شوم تا کمی هوای تازه استنشاق کنم. به نحوی حس می‌کنم که با تمام این اتفاقات مرتبط هستم. همه این‌ها زمانی رخ داده‌اند که من در این دنیا قدم می‌زده‌ام.

از علاقه‌ای که نسبت به کسب اطلاعات بیشتر در مورد این وقایع، در وجودم ریشه می‌دواند، سر در نمی‌آورم. احساسم چیزی به مراتب بیشتر از یک کنجکاوی ساده است. تا چندین ماه شرایطم به همین وضع است، و نیرویی درونی مرا وادار می‌کند تا از همه مکان‌هایی که به نحوی یادآور این جنایات وحشتناک هستند، بازدید کنم؛ جنایاتی که با کمک داوطلبانه یک ملت انجام گرفته‌اند. ملتی که توسط سخنان سرشار از نفرت یک سخنران توانا، به شکلی شست‌وشوی مغزی شده بودند که انجام این کارهای وحشیانه را وظیفه خود می‌دانسته‌اند؛ حتی با وجود اینکه انجام چنین کارهایی،

⁹⁷ Anne Frank

با ذات حقیقی هر انسانی در تضاد است. این ملت به صورت داوطلبانه، بر خلاف عشق و محبتی که نسبت به هم‌نوعانشان در وجودشان بوده است، عمل کرده‌اند. چطور امکان دارد که چنین اتفاقی افتاده باشد؟ اصلاً برایم قابل هضم نیست که این اتفاق، در دوران زندگی من رخ داده است. این وقایع تکان‌دهنده، به شدت مرا تحت تاثیر قرار داده‌اند. ندایی درونی مرا تشویق می‌کند که احساساتم را بیان کنم - تا با نوشتن کتاب‌هایی، کاری کنم که دیگر هرگز چنین اتفاقاتی تکرار نشوند.

پس از ترک آلمان، برای تدریس به شهر کارامورسل واقع در ساحل خلیج ازمیت (خلیج باستانی آستاکوس) در دریای مرمره و در شمال غربی کشور ترکیه می‌روم. من نمی‌توانم آن تصاویر را از ذهنم خارج کنم، و عمیقاً تحت تاثیر تجربه حضور در آلمانی که تا همین سی سال پیش با کل دنیا در جنگ بود، قرار گرفته‌ام.

هنگامی که سوار بر اتوبوس، مسافت طولانی بین استانبول و کارامورسل را می‌پیمودم، حس می‌کردم که دارم به قرون وسطا سفر می‌کنم. حیوانات را در بازار مرکزی شهرها ذبح می‌کردند، اجناس مختلف در پشت انواع و اقسام گاری‌ها به این طرف و آن طرف برده می‌شدند، و افراد محلی سوار بر دوچرخه، یا ماشین‌های قدیمی آمریکایی بودند. اینجا بسیار با کشور آلمان فرق می‌کند. قرار است که به مدت ۱۰ هفته، در یکی از پایگاه‌های نیروی هوایی تدریس کنم، و از اینکه می‌توانم برای هموطنانی که در آن‌سوی آب‌ها مشغول خدمت به کشور هستند، کلاس برگزار کنم، بسیار خوشنودم. شاگردان اشتیاق و علاقه زیادی از خودشان نشان می‌دهند، و من به خودم می‌بالم که در این نقطه دورافتاده، افتخار استادی چنین شاگردانی را دارم. این ده هفته هم به سرعت برق و باد می‌گذرد.

من و همسرم قرار است که در ماه جولای، کشور ترکیه را ترک کنیم و به ایالات متحده بازگردیم؛ جایی که قرار است تدریس در دانشگاه سنت جرج را به عنوان یک دانشیار از سر بگیرم. نسبت

به اینکه بخواهم به عنوان یک استاد دانشگاه تمام وقت به کارم ادامه بدهم، مردد هستم، اما قبول کرده‌ام که برای ترم پاییز که در ماه سپتامبر آغاز می‌شود، در دانشگاه باقی بمانم.

زندگی در یک کشور مسلمان، تجربه بسیار خوبی برای من بود. من عاشق مردم آن منطقه بودم، و از اینکه تا آن حد به طبیعت نزدیک شده بودم و می‌توانستم هر روز در دریای مرمره شنا کنم، لذت می‌بردم. زندگی در برلین، و پس از آن، یک اقامت کوتاه مدت در گلیفادا^{۹۸} واقع در کشور یونان، و سپس زندگی در کشور ترکیه، ذهن مرا تا حد زیادی باز کرد. اگرچه، اکنون برای برگشتن به خانه اضطراب دارم.

من و همسرم در شرایطی به فرودگاه استانبول می‌رسیم، که اوضاع شهر به هم ریخته است. تانک‌ها و سربازان مسلح در طول مسیر ما به فرودگاه، و حتی در خود فرودگاه دیده می‌شدند. ۱۸ جولای ۱۹۷۴ است، و در همه جا صحبت از شروع جنگ و بسته شدن فرودگاه به گوش می‌رسد، به همین علت فرودگاه مملو از جمعیتی است که می‌خواهند هرچه زودتر خاک این کشور را ترک کنند.

زمانی که برای گرفتن بلیط‌هایمان به باجه فرودگاه می‌روم، متصدی باجه به من می‌گوید که تا اطلاع ثانوی، هیچ پرواز غیر نظامی‌ای از فرودگاه استانبول انجام نمی‌شود. به من می‌گویند که ممکن است برای مدت نامعلومی در فرودگاه معطل شویم. همه مردم وحشت کرده‌اند - فرودگاه مملو از افراد عصبانی، وحشتزده و سردرگم است. همه جا صحبت از احتمال آغاز جنگ است. ترکیه برای حمله نظامی به بخش شمالی قبرس آماده می‌شود، و یونان اعلام کرده است که به هر گونه اقدام کشور ترکیه پاسخ سختی خواهد داد.

من در فرودگاه قدم می‌زنم، و از زاویه متفاوتی به قضیه نگاه می‌کنم. به نظر می‌رسد که همه افراد دچار ترس و وحشت شده‌اند. امروز صبح، در ذهنم تصور کردم که سوار بر یک هواپیما از

⁹⁸ Glyfada

این فرودگاه خارج می‌شوم. این تصویری است که کاملاً در ذهن من حک شده است - مطمئن هستم که همین امروز از این فرودگاه به سمت خانه پرواز می‌کنم.

تعدادی آمریکایی را می‌بینم که برای سوار شدن به یک هواپیمای نظامی به مقصد پایگاه هوایی رامشتاین واقع در شهر کایزرسلوترن کشور آلمان، صف کشیده‌اند. همچنین متوجه یک مرد ترک می‌شوم که به نظر می‌رسد مسئولیت نظارت بر سوار شدن افراد به این پرواز را بر عهده دارد. در این وضعیت آشفته، او یکی یکی به سراغ افراد می‌رود و از آن‌ها چیزی می‌پرسد، و هر کدام از افراد سری به نشانه تأیید تکان می‌دهند و به راهشان ادامه می‌دهند.

به سراغ این مرد می‌روم، و او از من می‌پرسد که عازم کجا هستیم. به او توضیح می‌دهم که برای پرواز به لندن بلیط داشته‌ام، اما پروازم لغو شده است. برایش تعریف می‌کنم که در یک پایگاه نیروی هوایی در شهر کاراموسل، استاد یک دوره آموزشی بودم و اکنون به همراه همسرم می‌خواهم به خانه برگردم. او به من می‌گوید که اگر بخواهیم، می‌تواند ترتیبی بدهد تا با این هواپیما که عازم کشور آلمان است از ترکیه خارج شویم، و از آنجا خودمان راهی برای رسیدن به خانه پیدا کنیم. تنها دو صندلی خالی در این پرواز نظامی باقی مانده است - و به ازای دریافت دو هزار دلار، او من و همسرم را سوار بر این هواپیما می‌کند تا قبل از آغاز جنگ، از ترکیه خارج شویم.

این مرد ترک، مانند فرشته ایست که بر سر راه من قرار گرفته تا به من برای برگشتن به خانه کمک کند. تمام پولی را که همراه دارم، به او می‌دهم، و با وجود اینکه ۲۰۰ دلار کم است، او من و همسرم را سوار بر آن هواپیما می‌کند. همسرم با دهانی که از تعجب باز مانده، به من نگاه می‌کند - همین چند لحظه پیش، او نگران این بود که ما در وسط یک منطقه جنگی گیر کنیم، و اکنون من به نحوی توانسته‌ام که در بحبوحه این آشوب، با رشوه دادن به یک افسر محلی ترک، بر روی یک هواپیمای نظامی آمریکایی که عازم آلمان است، جایی برای خودمان جور کنم.

ما در پایگاه هوایی رامشتاین پیاده می شویم، به شهر فرانکفورت می رویم و از آنجا سوار بر یک پرواز مسافربری، به سوی خانه حرکت می کنیم و در تاریخ ۲۰ جولای ۱۹۷۴ وارد خاک آمریکا می شویم - دقیقا در همان روزی که به دلیل حمایت نظامی یونان از کودتایی که در کشور قبرس انجام شده بود، کشور ترکیه تهاجم نظامی به قبرس را آغاز کرد. من بار دیگر مشاهده کردم که وقتی فردی قصدش را برای انجام کاری جزم کرده باشد، معجزاتی رخ می دهند تا او را در این مسیر یاری دهند.

اکنون می توانم به وضوح ببینم

در دورانی که خارج از کشور مشغول تدریس بودم، تجربه هایی کسب کردم که زندگی من را تغییر دادند، و بدون این تجربیات، نمی توانستم کارهایی را که در چهار دهه بعدی زندگی ام انجام دادم، به سرانجام برسانم. از زمانی که به خاطر دارم، قسمت زیادی از زندگی ام را صرف مقابله با سیستمی کردم که می خواست مرا وادار کند تا مثل دیگران فکر کنم، و مانند آن‌ها رفتار نمایم. به نظر می رسد که از زمان تولد، نوعی سرکشی در برابر پدیده تفکر گروهی در من وجود داشته است. تجربه زندگی در آلمان، به من اجازه داد تا از نزدیک مشاهده کنم که چنین طرز فکری، می تواند چه عواقب وحشتناکی داشته باشد.

هر روز از افرادی که در طول سالهای سیاه جنگ جهانی دوم در کشور آلمان زندگی میکردند، سوالات سختی می پرسیدم. باید پاسخ این سوالات را از زبان سربازان آلمانی حاضر در جنگ، زنان خانه دار، و کسانی که در زمان جنگ کودک بودند، می شنیدم - من باید جواب این سوالات را از زبان خودشان میشنیدم. «آیا از این جنایات خبر داشتی؟ نظرت راجع به انجام چنین جنایاتی چه بود؟ هیچوقت به این فکر کردی که از دستورات سرپیچی کنی؟» پاسخها در بیشتر موارد مثل هم بودند: «ما نمی دانستیم... آنقدر ترسیده بودیم که نمی توانستیم نافرمانی کنیم... کاری از دستانم بر

نمی‌آمد... ما کاری را انجام می‌دادیم که به ما گفته می‌شد.» در قلبم می‌دانستم که همه این افراد به صورت مستقیم یا غیرمستقیم، در آن جنایات نقش داشته‌اند، چرا که این اقدامات وحشتناک در سطحی گسترده انجام شده، و میلیون‌ها انسان در آن دخیل بوده‌اند.

زمانی که آلمان را ترک کردم، می‌دانستم که چیزی در درونم تغییر کرده است، و من دیگر آن آدم قبلی نیستم. باید در آن زمان، و در آن مکان حاضر می‌شدم تا تصاویر این جنایات در ذهنم ثبت شوند. باید در مورد اهمیت داشتن استقلال فکری و متکی به خود بودن، کتاب می‌نوشتم و سخنرانی می‌کردم - منظورم از خود، آن نیمه زمینی وجودمان نیست، بلکه در مورد نیمه برتر وجود و آن بخش الهی که در وجود تک تک ما است، صحبت می‌کنم. می‌دانستم که اکنون، این وظیفه من است تا درسی را که دیوید تروی⁹⁹ در زمان تحصیل در دوران دبیرستان، در رابطه با ضرورت نافرمانی مدنی به من آموخته بود، از طریق نوشته‌هایم به دیگران بیاموزم. می‌دانستم که این طرز فکر نادرست که در جوامع وجود دارد، و افراد را تشویق می‌کند تا هم‌رنگ جماعت شوند، باید تغییر کند. اکنون که آثار فجایع جنگ جهانی دوم را از نزدیک دیده بودم، می‌توانستم با شور و علاقه خیلی بیشتری در این باره بنویسم و صحبت کنم.

با نگاهی به گذشته، نظمی بی‌عیب و نقص را در تمام اتفاقات زندگی‌ام مشاهده می‌کنم. نطفه من در روز آغاز این جنگ وحشتناک بسته شد. زمانی که در یتیم‌خانه بودم، علاقه زیادی به پیگیری دستاوردهای آلمان نازی در حوزه‌های مختلف داشتم. در زمان کودکی، با خودم عهد بسته بودم که هیچگاه به دیگران اجازه ندهم که افکار و عقایدشان را بر من تحمیل کنند، و همواره خودم برای خودم تصمیم بگیرم. همه این‌ها، بخشی از مسیر رسیدن به هدف بزرگی بود که من برای تحقق آن به این دنیا فرستاده شده بودم. هنگامی که آلمان را ترک کردم، مصمم بودم که به مردم بیاموزم تا برای خودشان فکر کنند، و تصمیماتشان را با توجه به ذات حقیقی‌شان، که ترکیبی از

⁹⁹ Henry David Thoreau

عشق، محبت، مهربانی، و مهم‌تر از همه، میل خدمت به دیگران است، اتخاذ کنند، نه بر اساس عوامل دیگری مثل ترس، و یا فشار جامعه و اطرافیان؛ مصمم بودم که این چیزها را به مردم یاد دهم، اگرچه نمی دانستم که چه زمانی و چگونه این کار را انجام خواهم داد.

چه در آمستردام، و چه در داخائو، با تمام وجودم حس کردم که انرژی وجود انسان، ابدی است. بازدید از آن مکان‌ها، برای من یادآور وقایع وحشتناکی بود که زمانی در آن‌جا رخ داده بودند، و بعد از گذشت نزدیک به سی سال، هنوز می توانستم بخشی از درد، ناراحتی و ترس آن افراد را با بندبند وجودم احساس کنم. اکنون می توانم به وضوح ببینم که در زمان حضورم در داخائو و آمستردام، واقعا فرمون‌های ترس و وحشت^{۱۰۰} را استنشاق می کردم. من قبلا مشاهده کرده بودم که چطور حیواناتی که برای سلاخی به کشتارگاه‌ها برده میشوند، می توانند ترس و وحشت هموعانشان را حس کنند. همه این‌ها مربوط به انرژی حیاط است، انرژی ای که در وجود ما و همه موجودات زنده وجود دارد. از سال‌ها پیش، دیگر به گوشت حیواناتی که به صورت وحشیانه در کشتارگاه‌ها ذبح می‌شوند، لب نمی‌زنم، چرا که با خوردن آن گوشت، طمع ترس و وحشت آن موجودات را حس می‌کنم.

در طول زندگی‌ام، هر کاری از دستم بر می‌آمد انجام دادم تا به جای ترس و وحشت، اطرافم را با عشق و محبت پرکنم. در نوشته‌هایم به مردم نشان دادم که چگونه می توانند بر ترسشان غلبه کنند، و آن‌ها را از انرژی عظیمی که در وجود همه ما است، آگاه سازم. همواره در نوشته‌ها و سخنرانی‌هایم، گفته‌ام که روح همه ما به یکدیگر متصل است - و به روح بزرگی که تمام جهان را احاطه کرده.

^{۱۰۰} تحقیقات دانشمندان نشان داده‌است که بدن انسان، در هنگام ترس، فرمون‌ها یا مواد شیمیایی‌ای از خود ترشح می‌کند، که توسط گیرنده‌های بویایی سایر انسان‌ها و موجودات جذب می‌شوند و به صورت ناخودآگاه، حس ترس و دلهره را در وجود آن‌ها القا می‌کنند.

حضورم در آلمان و صحبت‌هایی که با اهالی آن کشور داشتم، تاثیر عمیقی بر روی من گذاشت. هنگامی که در اردوگاه داخائو قدم می‌زدم، واقعا می‌توانستم ارتباط موجود بین روح خودم و ارواح آن انسان‌های نگون‌بخت را حس کنم. در سفری که در سال ۱۹۷۴ به اروپا داشتم، احساس کردم که توسط نیرویی ابدی تسخیر شدم. می‌دانستم که توسط سرنوشت به این نقطه از جهان فرستاده شده‌ام تا چیزی در وجودم بیدار شود، و مرا تشویق کند که به مردم بیاموزم چگونه می‌توانند الگوهای فکری نادرستشان را کنار بگذارند.



بخش ۲۷

آگوست ۱۹۷۴ است، و من برای ترم تابستان، در دانشگاه سنت جورج تدریس می‌کنم. از آنجایی که طول ترم تابستانه کوتاه‌تر است، جلسات کلاس‌ها دو بار در هفته برگزار می‌گردد تا با ترم‌های معمولی برابر شود.

باهمکارم دکتر شیرلی گریگز^{۱۰۱} صحبت می‌کنم؛ او مدیر یک موسسه فدرال است که وظیفه دارد بر اجرای صحیح لایحه حقوق شهروندی ۱۹۶۴ در کالج‌ها و دانشگاه‌های ایالات جنوبی نظارت کند. شیرلی به من می‌گوید می‌توانم با قبول وظیفه سرکشی به دانشگاه بانوان میسیسیپی، واقع در شهر کلمبوس ایالت میسیسیپی، کمی پول اضافه به جیب بزنم. برای سرکشی، باید به مدت دو روز بر سر کلاس‌ها حاضر شوم، با دانشجویان و اساتید صحبت کنم، و در انتهای سفر یک گزارش از شرایط آنجا بنویسم. من تازه به آمریکا برگشته‌ام، و خروج از کشور ترکیه برایم ۱۸۰۰ دلار هزینه داشته است، پس با خوشحالی این پیشنهاد را قبول می‌کنم.

چهار سال پیش، از طرف یکی از اقوام پدری‌ام، خبری دریافت کردم. او به من گفت که: «وین، من شنیده‌ام که تو تلاش زیادی برای یافتن پدرت کرده‌ای؛ تماس گرفته‌ام تا به تو بگویم که او در سال ۱۹۶۴ در شهر نیواورلئان فوت کرده، و جنازه‌اش برای خاک‌سپاری به شهر بیلوکسی در ایالت میسیسیپی برده شده است. این تمام چیزی است که من می‌دانم.»

اگرچه پدرم فوت کرده بود و من دیگر دنبالش نمی‌گشتم، اما هنوز هم گاهی در خواب‌هایم او را می‌دیدم، و در این رؤیاها هنوز از دستش عصبانی بودم. اکنون که برای یک سفر کاری به میسیسیپی می‌روم، این فرصت را دارم تا بر سر مزارش بروم و حتی گواهی فوتش را بررسی کنم،

¹⁰¹ Dr. Shirley Griggs

تا بینم که در آن، از من به‌عنوان پسرش اسمی برده شده است یا نه. هرگز این مرد را ندیده بودم، و مطمئن نیستم که او اصلاً خبر داشته است که صاحب سه فرزند پسر بوده یا نه.

شغلی را که شیرلی به من پیشنهاد می‌دهد، قبول می‌کنم، و با خودم می‌گویم که شاید با رفتن بر سر مزار پدرم، بالاخره بتوانم به این ماجرا پایان بدهم، و فکر او را که از کودکی مرا آزار می‌داد، از سرم بیرون کنم.

کلاس‌های ترم تابستانه روز چهارشنبه، ۲۸ آگوست تمام شد، و روز پنجشنبه به شهر کلمبوس در ایالت میسیسیپی پرواز کردم. در بعدازظهر آن روز و صبح فردایش، تمام کارها را انجام دادم و با اساتید و دانشجویان مصاحبه کردم، و بعد از اتمام کار، از جایی در نزدیکی دانشگاه یک اتومبیل کرایه کردم. می‌خواهم فاصله ۲۰۰ مایلی کلمبوس تا بیلوکسی را رانندگی کنم، یکی دو روزی را در آن شهر بمانم، سپس ماشین را به فرودگاه نیواورلئان تحویل دهم و بعدازظهر یکشنبه به سمت خانه پرواز کنم.

ماشینی که به من داده‌اند، کاملاً نو است و به نظر می‌رسد که من اولین نفری هستم که آن را کرایه می‌کنم. پس از سوارشدن به ماشین، می‌بینم که کیلومترش صفر است - یک ماشین کاملاً نو که همین امروز به این مرکز کرایه ماشین تحویل داده شده. پس‌ازاینکه پشت فرمان می‌نشینم، دستم را برای بستن کمربند ایمنی دراز می‌کنم، اما چیزی پیدا نمی‌کنم. از ماشین پیاده می‌شوم، صندلی را به جلو می‌دهم و می‌بینم که کمربند در بسته‌بندی پلاستیکی در کف ماشین قرار دارد. خم می‌شوم تا پوشش پلاستیکی را بازکنم، که می‌بینم یک کارت تبلیغاتی زیر آن است. بر روی کارت، آدرس یک مسافرخانه در شهر بیلوکسی روی آن نوشته شده؛ مسافرخانه کندل لایت^{۱۰۲}. با خودم می‌گویم عجیب است که این تبلیغ را در یک اتومبیل کاملاً نو پیدا کرده‌ام، آن‌هم زمانی که واقعاً عازم شهر بیلوکسی هستم. کارت را در جیب پیراهنم می‌گذارم و سفرم را شروع می‌کنم.

¹⁰² CANDLELIGHT INN

در روز جمعه ۳۰ آگوست، ساعت ۴:۵۰ بعدازظهر، به حومه شهر بیلوکسی می‌رسم. روبروی اولین پمپ‌بنزینی که می‌بینم توقف می‌کنم. دفترچه تلفنی را که در باجه تلفن عمومی قرار دارد برمی‌دارم، و با هر سه گورستانی که شماره آن‌ها در صفحات زردرنگ این دفترچه نوشته شده تماس می‌گیرم. شماره اولی اشغال است، و دومی را کسی جواب نمی‌دهد، اما در سومین تلاشم، آقای پیری با لهجه جنوبی گوشی را برمی‌دارد. از او می‌پرسم که آیا آقای به اسم "ملویم لایل دایر" که ده سال پیش فوت کرده است، در آنجا دفن شده یا نه. پیرمرد برای بررسی اسناد مربوط به ده سال پیش می‌رود، و پس از ده دقیقه انتظار، درست زمانی که می‌خواهم تلفن را قطع کنم، پاسخ می‌دهد که: «بله، پدر شما اینجا دفن شده است.»

صدای ضربان قلبم را می‌شنوم که به شدت در سینه‌ام می‌تپد. بالاخره قرار است که پدرم را ببینم، هرچند که این ملاقات می‌توانست در شرایط خیلی بهتری اتفاق بیفتد. از آن آقا می‌خواهم که آدرس گورستان را به من بدهد، اما او می‌گوید که این مکان یک گورستان واقعی نیست، بلکه جایی است که افراد بیچاره و تهی‌دست را دفن می‌کنند... در زمین‌های پشتی مسافرخانه کندل لایت! زبانم بندآمده است؛ کارت مسافرخانه را از جیب پیراهنم بیرون می‌آورم - آدرسی که بر روی کارت نوشته شده، تنها سه خیابان آن طرف تر است.

درحالی که بدنم می‌لرزد، به سمت مسافرخانه حرکت می‌کنم. پیرمردی که پشت تلفن با او صحبت کرده بودم، گواهی فوت پدرم را به من نشان می‌دهد. گواهی فوت پاره و کثیف است. پس از اینکه می‌بینم اسم من و برادرهای بزرگ‌ترم به‌عنوان پسرانش در گواهی فوت آمده است، اندکی خوشحال می‌شوم. او می‌داند که پسری به اسم وین دارد. چه کسی می‌تواند اسم ما را در این گواهی فوت نوشته باشد؟ پدرم با چه کسی در مورد من و برادرانم صحبت کرده است؟

پیرمرد مرا به سمت یک تپه پوشیده از علف‌های خشک هدایت می‌کند، جایی که دورتادورش دیوار سنگی کوتاهی کشیده شده و در ورودی آن، یک زنجیر فلزی نصب شده است. زنجیر را باز

می‌کند و جایی را که پدرم دفن شده، به من نشان می‌دهد، و می‌گوید تا هر وقت که بخواهم می‌توانم اینجا بمانم، اما هر وقت کارم تمام شد، زنجیر را پشت سرم ببندم. با ماشین به سمت محلی که پیرمرد اشاره کرده بود حرکت می‌کنم، و پس از طی مسافتی، تابلوی فلزی را که بر سر قبر پدرم نصب شده است، می‌بینم: ملوین لاید دایر؛ ۱۹۱۴-۱۹۶۴. همین است. بالاخره با پدرم ملاقات کردم.

بی‌اختیار اشک‌هایم سرازیر می‌شوند. هنوز بخشی از وجودم از دست او عصبانی است، با خودم می‌گویم: باید روی قبرش ادرار کنم و از اینجا بروم. اما این کار را نمی‌کنم. از زمانی که فهمیدم پدری دارم، به دنبال یافتن این مرد بودم. در هفت هشت سال اول زندگی‌ام، حتی نمی‌دانستم که پدر یعنی چه. سؤالات بسیاری در سرم است، و همان‌طور که کنار آن تابلوی فلزی ایستاده‌ام، احساساتم بر من غلبه می‌کند.

دو ساعت و نیم بعد را با پدرم صحبت می‌کنم. بدون اینکه توجهی به اطرافم داشته باشم، با صدای بلند گریه می‌کنم، و با صدای بلند با او حرف می‌زنم. بر سر یک گور سرد و خاموش فریاد می‌زنم و از آن می‌خواهم که جواب سؤالاتم را بدهد. همان‌طور که زمان می‌گذرد، کم‌کم احساس سبکی می‌کنم، و آرام می‌شوم. سکوت سنگینی فضای گورستان را در برمی‌گیرد. اطمینان دارم که پدرم همین‌جا در کنار من است. دیگر با یک سنگ‌قبر صحبت نمی‌کنم، بلکه حضوری را در کنارم حس می‌کنم که قابل توصیف نیست.

در آخر، اشک‌هایم را از روی صورتم پاک کرده و با پدرم وداع می‌کنم. زنجیر را می‌بندم و به سمت ماشین اجاره‌ای‌ام حرکت می‌کنم، اما ناگهان نیرویی عجیب مرا ترغیب می‌کند که به سمت قبر پدرم بازگردم.

به گورستان برمی‌گردم و دوباره با او صحبت می‌کنم، اما این بار حرف کاملاً جدیدی می‌زنم: «یک احساسی به من می‌گوید که تو در فرستاده شدن من به اینجا نقش داشته‌ای. نمی‌دانم که نقش تو

چه بوده، یا اصلاً نقشی در این قضیه داشته‌ای یا نه، اما اطمینان دارم که زمان آن فرا رسیده است تا خشم و نفرتی را که همیشه نسبت به تو داشته‌ام و چیزی جز رنج و عذاب برایم نداشته، رها کنم. می‌خواهم بدانی که درست از همین لحظه، تو را می‌بخشم و دیگر از دستت عصبانی نیستم.»

«نمی‌دانم چه چیز باعث شد که ما را رها کنی. می‌دانم که لحظات زیادی در زندگی‌ات پیش آمده که از ندیدن فرزندان افسوس خورده‌ای. هر دلیلی که برای کارهایت داشته‌ای، می‌خواهم بدانی که دیگر از تو متنفر نیستم. از این به بعد، هر زمان که به تو فکر می‌کنم، احساسی جز عشق و محبت نخواهم داشت. من همه این پریشانی‌ها را که در تمام این سال‌ها در درونم بود، دور می‌ریزم. من می‌دانم که تو، کاری را انجام داده‌ای که با توجه به شرایط زندگی‌ات، در آن زمان خیال می‌کردی درست بوده. باینکه در طول زندگی‌ات هرگز موفق نشدم تو را ببینم، و هیچ خاطره‌ای از تو در ذهن ندارم، و باینکه همیشه آرزو داشتم روزی بتوانم روبرویت بنشینم و زمانی که در چشم‌هایت نگاه می‌کنم، حرف‌هایم را به تو بزنم، اما دیگر اجازه نمی‌دهم که این افکار، جلوی عشقی را که نسبت به تو حس می‌کنم بگیرند.»

من بر سر این مزار دورافتاده در ایالت میسیسیپی ایستاده‌ام، و احساسم را بر زبان می‌آورم: «دوستت دارم... دوستت دارم... از این لحظه به بعد، فقط دوستت دارم.»

از اینکه پس از این همه سال، بالاخره توانستم که با پدرم ملاقات کنم و او را ببخشم، احساس فوق‌العاده‌ای دارم. احساسی از آرامش و سبکی تمام وجودم را فراگرفته، احساسی که کاملاً برایم تازگی دارد. من به سمت ماشینم بازمی‌گردم، زنجیر را پشت سرم می‌بندم و احساس می‌کنم که نور جدیدی بر زندگی‌ام می‌تابد.

آن پیرمرد جنوبی، نام و نشانی مردی که جنازه پدرم را برای خاک‌سپاری به اینجا آورده است، به من می‌دهد. ظاهراً او صمیمی‌ترین دوست پدرم بوده است. ظاهراً او در یک سالن سینما در شهر

بیلوکسی کار می‌کند. در روز شنبه، ۳۱ آگوست، به ملاقات او می‌روم - سینما فیلم ده فرمان را روی پرده دارد.

از پله‌های پستی بالا می‌روم، و بر آرام بر در اتاق پروژکتور می‌کوبم. بعد از ظهر را با این مرد می‌گذرانم، و او راجع به پدرم با من حرف می‌زند. از حرف‌هایش اطلاعات زیادی دستم نمی‌آید، اما متوجه می‌شوم که او هر از گاهی در مورد سه پسرش صحبت می‌کرده است، اگرچه این اتفاق به ندرت رخ می‌داده. دوباره در مورد اعتیادش به الکل و ولگردی‌اش می‌شنوم. دلم نمی‌خواهد که جزئیات بیشتری را بدانم. از سالن سینما خارج می‌شوم و به سمت فرودگاه نیواورلئان راه می‌افتم.

در روز یکشنبه، نخستین روز از ماه سپتامبر، به خانهاام در شهر نیویورک بازمی‌گردم. قبل از اینکه ترم پاییز شروع شود، دو هفته مهلت دارم. تمام نوارهای ضبط‌شده مربوط به کلاس‌هایم را که در طول این سه سال تهیه کرده‌ام، جمع می‌کنم، به همراه یادداشت‌هایی که در سفر اخیرم به اروپا نوشته‌ام. برای فردا که روز کارگر است، یک بلیت هواپیما به مقصد فورت لودردیل فلوریدا رزرو کرده‌ام. می‌خواهم به سواحل گرم و آفتابی فلوریدا بروم، تا در کنار اقیانوس نوشتن کتاب جدیدم را آغاز کنم - باید افکاری را که مدت‌هاست در ذهن دارم، به روی کاغذ بیاورم.

در فرودگاه فورت لودردیل فلوریدا، ماشینی را برای دو هفته اجاره می‌کنم و به سمت مسافرخانه اسپین‌دریفت که روبروی سواحل اقیانوس اطلس است، حرکت می‌کنم. به اتاقم می‌روم و بلافاصله گوش دادن به نوارهای ضبط‌شده را شروع می‌کنم، و هم‌زمان با این کار نکاتی را که به نظرم مهم هستند، می‌نویسم. حس می‌کنم که دیگر نیازی به صبر کردن ندارم - من آماده‌ام تا نوشتن را آغاز کنم، و از آن لذت ببرم. هر شب در اتاقم مشغول نوشتن می‌شوم، و تا طلوع آفتاب به این کار ادامه می‌دهم. در ۱۵ سپتامبر، به نیویورک برمی‌گردم تا ترم پاییز را شروع کنم.

بر اساس همان روش‌هایی که در جلسات مشاوره‌ام با مراجعه‌کنندگان به کار می‌برم و نتایج خوبی از آن‌ها گرفته‌ام، نسخه خطی اولیه کتاب را کامل کرده‌ام. دوازده فصل کامل، که روشی

منطقی و قابل فهم را برای رسیدن به بالاترین نقطه هرم مازلو بیان می کند: خودکامبخشی. نخست، فرآیند تشخیص افکار مزاحم را توضیح داده ام؛ سپس رفتارهای مثبت را معرفی کرده ام؛ در ادامه، نحوه پیاده سازی یک سیستم پاداش دهی بر اساس اصول روانشناسی را شرح داده ام، که به تثبیت این رفتارهای مثبت کمک می کند؛ و در پایان، با تمرکز بر راه های جایگزین، استراتژی های به خصوصی را طراحی کرده ام که به حذف افکار و رفتارهای خود مخرب کمک می کنند. در نگارش این کتاب از هیچ گونه اصطلاحات عجیب و غریب روانشناسی استفاده نکرده ام، و تنها به زبانی ساده، روش هایی کاربردی را توضیح داده ام که افراد می توانند از آن ها برای ایجاد تغییرات مثبت و کلیدی در زندگی شان استفاده کنند. استفاده از این روش ها، برای مراجعه کنندگانم نتایج بسیار خوبی را به همراه داشته است، و من مطمئن هستم که این کتاب هم می تواند به افراد بسیار زیادی کمک کند.

بعد از اینکه توانستم پدرم را ببخشم، درد و رنجی که در تمام عمر بر دوشم سنگینی می کرد و سد راه من برای تحقق سرنوشتم بود، به کلی از بین رفت. با احساس آرامش و سبکی ای که برای نخستین بار در زندگی تجربه می کردم، توانستم به راحتی و در مدتی کوتاه، کتابی را که مدت ها در فکر نگارشش بودم، بنویسم. هنوز نه عنوانی برای کتاب انتخاب کرده بودم و نه ناشری یافته بودم که آن را چاپ کند. تنها افکاری را که برای مدت ها در ذهنم بودند به روی کاغذ آوردم، و همه این اتفاق تنها به این دلیل ممکن شد که در آن روز، بالاخره توانستم پدرم را به خاطر تمام اشتباهاتش ببخشم.

اکنون می توانم به وضوح ببینم

امروز اگر از من پرسید که مهم ترین تجربه زندگی ام چه بوده است، با اطمینان به شما می گویم اتفاقی که در ۳۰ آگوست ۱۹۷۴ برایم رخ داد - رفتن بر سر مزار پدرم در شهر بیلوکسی، بخشیدن

او به خاطر همه اشتباهاتش، و ابراز عشقم به او. این اتفاق باعث شد که روحم از خشم و نفرتی که در تمام این سالها همچون سمی مهلک آن را آلوده کرده بود، پاک‌سازی شود.

اتفاقات زیادی دست‌به‌دست هم داد تا من بتوانم پس از سالها با پدرم ملاقات کنم، و کینه‌ای را که از او در دل داشتم، دور بریزم. نمی‌توانم توضیحی منطقی برای یافتن کارت آن مسافرخانه در ماشین جدیدی که کرایه کرده بودم بیابم. نمی‌توانم توضیح دهم که چرا یکی از اقوامم که اصلاً او را نمی‌شناختم، باید با من تماس بگیرد تا در مورد مرگ پدرم به من اطلاع دهد. نمی‌توانم توضیح دهم که چرا دکتر گریگز باید رفتن به آن مأموریت را به من پیشنهاد می‌داد. و مهم‌تر از همه، نمی‌توانم توضیح دهم که چه نیرویی مرا وادار کرد تا دوباره به بالای قبر پدرم برگردم تا او را به خاطر اشتباهاتش ببخشم، و به او بگویم که دوستش دارم. من به توصیه مولانا عمل می‌کنم که می‌گوید: «هوش را بفروش و حیرت را بخر.» با عقل ظاهری نمی‌توان توجیهی برای این اتفاقات پیدا کرد، اما من خوب می‌دانم که نیرویی بسیار قدرتمندتر از من، باعث رخ دادن این اتفاقات به ظاهر تصادفی شده است، تا من بتوانم روحم را رها کنم و به سرنوشتی که برای انجامش به این جهان فرستاده شده‌ام، جامه عمل بپوشانم.

امروز که به گذشته می‌نگرم، به‌وضوح ردپای حضور خداوند را در تمام این اتفاقات مشاهده می‌کنم. اکنون متوجه می‌شوم که در آن دوران تا چه حد آشفته و پریشان بودم، و این اتفاق مانند آبی که بر آتش وجودم ریخته باشد، به من آرامش داد. اگرچه در آن زمان به‌سختی کار می‌کردم، اما همیشه احساس می‌کردم که کاری را ناتمام گذاشته‌ام. نوشتن برایم سخت شده بود، و برای اولین بار در زندگی، احساس نارضایتی می‌کردم. عادات غذایی بسیار بدی داشتم، اضافه‌وزن مرا آزار می‌داد، و از ازدواجم ناراضی بودم. خشمی فروخورده وجودم را تسخیر کرده بود، و باعث می‌شد که هر شب کابوس ببینم؛ کابوس‌هایی که اکثراً پدرم در آن‌ها حضور داشت. شب‌ها خواب او را می‌دیدم که در یک بار نشسته است و الکل می‌نوشد، به سراغش می‌رفتم و باهم درگیر

می‌شدیم، بر سرش فریاد می‌کشیدم و از او می‌خواستم که به سؤال‌هایم جواب بدهد، اما او ناگهان ناپدید می‌شد، و من هراسان از خواب می‌پریدم، درحالی‌که عرق سردی بر پیشانی‌ام نشسته بود. می‌دانستم که اهداف بزرگی در زندگی دارم که باید آن‌ها را محقق کنم، اما این خشم و نفرت مرا از حرکت به‌سوی اهدافم باز داشته بود.

پس از اینکه از بیلوکسی بازگشتم، زندگی‌ام رنگ و بوی کاملاً متفاوتی به خود گرفت. نوشتن آن کتاب در مسافرخانه اسپین‌دریفت برایم سرشار از لذت بود؛ لذتی ناب و خالص. شب‌ها تا صبح مشغول نوشتن بودم، بدون اینکه گذشت زمان را احساس کنم، و صبح از دیدن تعداد صفحاتی که بر روی میزم انباشته شده بود، تعجب می‌کردم - به حدی غرق در نوشتن بودم و از آن لذت می‌بردم، که فراموش می‌کردم برای صفحات شماره بگذارم.

چند هفته پس از بازگشت به نیویورک، یک رژیم غذایی را آغاز کردم، که این لحظه هم آن را ادامه داده‌ام. بدنم را حسابی روی فرم آوردم، و به مدت ۲۹ سال، روزی هشت مایل را می‌دویدم. من عادات زندگی‌ام را به کلی تغییر داده بودم.

کتابی که تنها در دو هفته نوشته بودم، پرفروش‌ترین کتاب در آن دهه شد، و امروز به بیش از ۴۷ زبان زنده دنیا ترجمه شده است، و ۱۰۰ میلیون نسخه از آن در سرتاسر دنیا به فروش رسیده. اسم آن کتاب را *قلمرو اشتباهات شما*^{۱۰۳} گذاشتم، و در آن راجع به اشتباهات احمقانه‌ای که در طرز فکر بسیاری از ما وجود دارد صحبت کردم، و اینکه چطور می‌توانیم با تغییر الگوهای ذهنی نادرستمان، زندگی‌ای خالی از هرگونه پریشانی عاطفی داشته باشیم. این کتابی بود که من باید آن را می‌نوشتم. تجربیاتی که دست سرنوشت در طول زندگی‌ام من را با آن‌ها مواجه کرده بود، همه

¹⁰³ Your Erroneous Zones

و همه به این دلیل بود که من بتوانم آن کتاب را بنویسم، اما خشمی که از پدرم در وجودم بود، مانع از آن می‌شد که به این هدف دست پیدا کنم.

نیروی قدرتمند مرا به شهر بیلوکسی کشاند، تا با چشمان خودم معجزه بخشش را بینم. از آن روز به بعد، همواره در سخنرانی‌ها و کتاب‌هایم از اهمیت بخشش خودمان و دیگران صحبت کرده‌ام، و اینکه این کار چه تأثیر شگرفی بر زندگی شما خواهد گذاشت. افراد بزرگی در طول تاریخ بشریت بر ضرورت گذشت و بخشش در زندگی تأکید کرده‌اند، اما باوجود این بسیاری از ما از اهمیت آن غافل هستیم. حضرت عیسی در انجیل لوقا می‌فرماید که: «سخنم را بشنوید؛ به دشمنانتان عشق بورزید، با آن‌ها که در حق شما بدی کرده‌اند، به نیکی رفتار کنید.» این تنها یکی از صدها موردی است که در انجیل از اهمیت بخشش کسانی که در حقمان بدی کرده‌اند، صحبت شده است. اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که زندگی کردن به این شیوه، تا چه حد به انسان قدرت می‌دهد.

وقتی که توانستم خشم و نفرتی را که نسبت به پدرم در وجودم بود، با عشق و محبت جایگزین کنم، همه چیز در زندگی‌ام تغییر پیدا کرد. همه مشکلاتم ناپدید شد، فرصت‌ها یکی پس از دیگری پیش پایم قرا می‌گرفتند، انسان‌های درستی به زندگی‌ام وارد می‌شدند، سلامتی‌ام را دوباره به دست آوردم، دوباره سرزنده و پرانرژی شدم، و زندگی‌ام سرشار از شادی شد - همه این اتفاقات خوب تنها به این دلیل رخ دادند که من توانستم پدرم را ببخشم. گویی که تمام نیروهای هستی دست‌به‌دست هم داده بودند تا من آن روز، بر سر مزار پدرم حاضر شوم، حرف‌هایم را با او بزنم، و خشم و کینه‌ای را که در دل داشتم با عشق و محبت جایگزین نمایم. خداوند مشاهده می‌کرد که من روزبه‌روز بیشتر در باتلاق کینه‌ورزی فرومی‌روم، و از این طریق دستم را گرفت و مرا نجات داد، تا بتوانم هدفی را که برایش به این جهان فرستاده شده بودم، محقق کنم.

اکنون به خوبی می‌دانم که خداوند همان عشق است، و ما از طریق بخشش و گذشت می‌توانیم حضور خداوند را در زندگی‌مان پررنگ‌تر کنیم. من همیشه می‌دانستم که می‌خواهم درباره افکاری که در ذهنم دارم کتابی بنویسم، اما تا قبل از آن روز همواره مشکلاتی سد راهم می‌شدند. در آن زمان افرادی زیادی حسرت زندگی مرا می‌خوردند، اما من احساس خوشبختی نمی‌کردم.

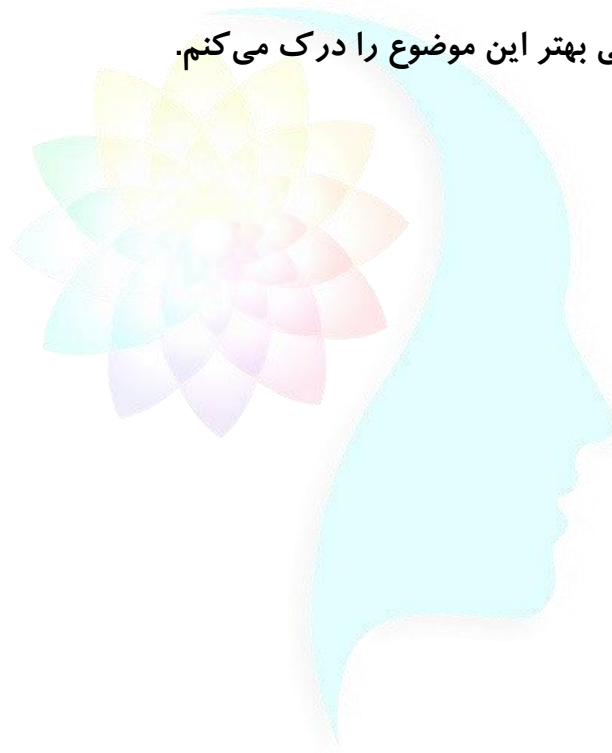
در آن تابستان سال ۱۹۷۴، حس می‌کردم که چیزی در درونم در حال بیدار شدن است. در آن زمان، من متوجه دخالت نیروهای الهی که در کار بودند تا مرا به مسیر درست بازگردانند نمی‌شدم. هرچند اکنون که سال‌ها از آن اتفاق می‌گذرد، می‌توانم تأثیری را که این نیروها در آن زمان بر زندگی‌ام گذاشتند، به روشنی مشاهده کنم. در واقع، سال‌ها بعد از آن اتفاق، من در نوشتن داستان و تهیه فیلمی با مضمون اتفاقاتی که در آن تابستان برایم رخ داد، شرکت کردم. نام آن فیلم، بزرگ‌ترین معلم من^{۱۰۴} بود. من این نام را برای فیلم برگزیدم، چراکه امروز معتقدم این پدرم بود که این درس بزرگ را به من آموخت، مردی که هرگز او را ندیده بودم و با این وجود، بزرگ‌ترین معلم من در زندگی بود. درسی که پدرم به من آموخت، همان درسی است که سنت آگوستین در سخنانش به ما می‌آموزد: «بخشش و گذشت، گناهان انسان را پاک می‌کنند. از طریق بخشش، ما می‌توانیم مطمئن شویم که چیزی را که زمانی گم کرده بودیم و اکنون دوباره آن را یافته‌ایم، دیگر هرگز گم نخواهیم کرد.» و من پس از بازگشت از بیلوکسی، دیگر هرگز خودم را گم نکردم.

فصل‌های زیادی از کتاب‌هایم را به اهمیت گذشت در زندگی اختصاص داده‌ام، و در آن فصل‌ها، داستان ملاقاتم با پدرم را برای میلیون‌ها نفر در سرتاسر جهان تعریف کرده‌ام. چه در جلسات مشاوره فردی و سخنرانی‌هایم، چه در برنامه‌های تلویزیونی و رادیویی‌ای که اجرا نموده‌ام، و چه در فیلمی که در تولیدش نقش داشته‌ام، همواره افراد را به داشتن گذشت در زندگی تشویق کرده‌ام. زمانی که به کمک گذشت و بخشش، خودم را باز یافتم، و از درد و رنجی که زندگی را برایم دشوار

¹⁰⁴ My Greatest Teacher

کرده بود رهایی یافتم، دیگر هرگز خودم را گم نکردم، و حضور خداوند را در زندگی‌ام از یاد نبردم.

شاید جمله محبوبم از مارک تواین^{۱۰۵} در مورد بخشش، بهتر بتواند حق مطلب را ادا کند: «بخشش، همان عطری است که گل بنفشه، به کفشی که آن را لگد کرده می‌دهد.»^{۱۰۶} حقیقتاً اگر جواب بدیهایی را که در حقیقت می‌شود، با عشق بدهیم، زندگی به مراتب بهتری خواهیم داشت. من تنها به خاطر پدرم او را نبخشیدم، این کار را به خاطر هردوی ما انجام دادم. امروز و بعد از گذشته این همه سال، خیلی بهتر این موضوع را درک می‌کنم.



¹⁰⁵ Mark Twain

¹⁰⁶ Forgiveness is the fragrance that the violet sheds, on the heel that has crushed it.

بخش ۲۸

اواخر ترم پاییز سال ۱۹۷۴ است. در این ترم، من دو کلاس با موضوعات تکنیک‌های مشاوره‌ای که جواب می‌دهند، و مهارت‌های تشخیص مشکلات روحی و روانی را در دانشگاه سنت جورج تدریس می‌کنم. در طول سه سال گذشته، صدای تمام کلاس‌هایم را ضبط کرده‌ام و در نگارش نخستین کتابم که همین چند ماه پیش آن را نوشتم، از بسیاری از این نوارهای ضبط‌شده استفاده کردم. نسخه خطی کتاب روی میز است، و به دنبال راهی هستم تا آن را برای عموم مردم منتشر کنم. اگرچه در زمینه نگارش مقالات و کتاب‌های دانشگاهی عملکرد موفقی داشته‌ام، اما در این بازار جدید فرد شناخته‌شده‌ای نیستم و ناشران حاضر نیستند که با چاپ کتابم ریسک کنند.

در طول این ترم هم، تمام تلاشم را به کار بسته‌ام تا کلاس‌هایم سرگرم‌کننده و آموزنده باشند. هنوز به خاطر دارم که در زمان دانشجویی، نشستن بر سر کلاس‌های خسته‌کننده اساتیدی که نمی‌توانستند به مطالب جان‌بخشند و دانشجویان را سر ذوق بیاورند، چقدر برایم زجرآور بود. من عاشق تدریس و صحبت کردن در مقابل دیگران هستم - خصوصاً از اینکه بتوانم کاری کنم تا کلاس‌هایم جالب و سرگرم‌کننده شوند، لذت می‌برم و همواره سعی‌ام بر این است که تا حد ممکن، در بیان مطالب از طنز و شوخی استفاده کنم.

در آخر یکی از جلسات کلاس‌هایم، پنج نفر از دانشجویان به سراغم می‌آیند و مرا تشویق می‌کنند که این مباحث را برای مخاطبان بیشتری در محیط خارج از دانشگاه بیان کنم: «دکتر دایر، می‌شود از شما خواهش می‌کنیم که امکان برگزاری چنین جلساتی را برای عموم مردم هم در نظر بگیرید و همین مباحثی را که در کلاس مطرح می‌کنید، برای آن‌ها هم بازگو کنید؟»

این دانشجویان، در دوره ارشد مشغول به تحصیل هستند و معمولاً دوستان و خانواده‌شان را به سر کلاس‌های من می‌آورند تا به صحبت‌هایم گوش دهند. همه این دانشجویان در ساحل شمالی

لانگ آیلند^{۱۰۷} زندگی می‌کنند، و به من اطمینان می‌دهند که در صورت قبول پیشنهادشان، جمعیت زیادی برای شنیدن صحبت‌هایم حضور به هم می‌رسانند. یکی از این دانشجویان به نام لیندا، در مرکز کمک آموزشی پورت واشینگتن^{۱۰۸} کار می‌کند و به من می‌گوید که ساختمان این مرکز، همیشه در روزهای دوشنبه از ساعت ۶ بعدازظهر به بعد خالی است. لیندا به من قول می‌دهد در صورتی که بپذیرم برای عموم مردم کلاس برگزار کنم، او با مرکز صحبت می‌کند تا به صورت رایگان این ساختمان را در اختیارم قرار دهند.

من به پیشنهاد آن‌ها پاسخ مثبت می‌دهم و بلافاصله عنوانی برای این دوره چهار هفته‌ای از کلاس‌های شبانه به ذهنم خطور می‌کند: «چگونه یک زندگی خودکامبخش داشته باشید.» لیندا آگهی برگزاری این کلاس‌ها را در پورت واشینگتن نیوز منتشر کرده، تا مردم را به شرکت در آن‌ها دعوت کند. قرار است که این کلاس‌ها از ابتدای ماه فوریه ۱۹۷۵ به مدت چهار هفته، هر دوشنبه شب تشکیل شوند، و این نخستین باری است که من می‌خواهم برای مردم معمولی و در خارج از محیط دانشگاه، کلاس برگزار کنم. هزینه شرکت در این دوره ۲۰ دلار است، و این نخستین دستمزد من برای یک سخنرانی عمومی خواهد بود.

بالاخره زمان تشکیل اولین کلاس فرامی‌رسد، و پس از ورود به سالن، می‌بینم که ۲۵ نفر برای شرکت در این دوره ثبت‌نام کرده‌اند! این یعنی ۵۰۰ دلار درآمد بیشتر، آن‌هم در این اوضاع رکود اقتصادی.

^{۱۰۷} لانگ آیلند (به انگلیسی Long Island : به معنای «جزیره دراز») نام جزیره و قسمتی از شهر نیویورک است که در انتهای شرقی آن قرار گرفته. این جزیره ۷،۴۵۰،۰۰۰ نفر جمعیت و ۱۹۰ کیلومتر طول دارد. محلات بروکلین و کوئینز در این جزیره قرار دارند.

^{۱۰۸} Port Washington

در این دوره از کلاس‌ها، من در رابطه با موضوعاتی مثل «غلبه بر احساس گناه و نگرانی»، «خداحافظی کردن با خشم»، و «رهایی از گذشته» صحبت می‌کنم. همه این مباحث، عناوین فصل‌هایی از کتابم هستند، کتابی که هنوز موفق به پیدا کردن ناشری برای چاپ آن نشده‌ام.

در پایان روز چهارم، افراد حاضر در کلاس اصرار داشتند که کلاس‌ها را برای چهار هفته دیگر ادامه دهم - آن‌ها خیلی از این دوشنبه‌شب‌ها لذت برده بودند و دلشان نمی‌خواست که کلاس‌ها تمام شود. به علاوه می‌گفتند که خیلی از دوستانشان هم مشتاق هستند که برای شرکت در این دوره جدید ثبت‌نام کنند. در نتیجه اصرار آن‌ها، در اولین دوشنبه ماه مارس به واشینگتن پورت رفتم تا دوره جدید کلاس‌ها را شروع کنم. پس از ورود به، دیدم که سالن مملو از جمعیت است، و ۶۰ نفر برای شرکت در این دوره جدید نام‌نویسی کرده‌اند، و هر کدام بیست دلار در دست دارند تا هزینه دوره را بپردازند. کلاس‌هایی که دوشنبه‌شب‌ها برگزار می‌کنم، حسابی در لانگ آیلند بر سر زبان‌ها افتاده است.

با گذشت یک سال، به دلیل کمبود فضا مجبور می‌شوم که مکان جدیدی برای برگزاری این کلاس‌ها پیدا کنم، و تصمیم می‌گیرم که سالن اجتماعات دبیرستان اسکرایبر را که از محل قبلی چندان فاصله ندارد اجاره کنم. در طول یک سال و نیم بعد، این مکان هم هر دوشنبه‌شب مملو از جمعیت می‌شود، و پس از چاپ کتابم در ماه مارس، تعداد علاقه‌مندانی که در این کلاس‌ها شرکت می‌کنند، به ۱۲۰۰ نفر افزایش می‌یابد. اکنون درآمدی که از برگزاری این کلاس‌ها به دست می‌آورم، از درآمد شغل تمام‌وقتم به‌عنوان یک استاد دانشگاه بیشتر است.

سخنرانی دوشنبه‌شب‌هایم، به یک رویداد اجتماعی مهم در واشینگتن پورت بدل شده است، و مردم از سرتاسر شهر نیویورک در آن حاضر می‌شوند. طولی نمی‌کشد که من از آقای به نام آرتور پاین^{۱۰۹} یک نامه دریافت می‌کنم. آقای پاین در این نامه نوشته است که در صنعت چاپ و نشر

¹⁰⁹ Arthur Pine

کتاب فعال است، و از طریق یکی از دوستان نزدیک همسرش که در سخنرانی‌های من شرکت می‌کند، با من آشنا شده است. او می‌خواست بداند که آیا من علاقه‌ای دارم که کتابی با مضمون همین سخنرانی‌هایم بنویسم و آن را برای دسترسی عموم مردم چاپ کنم؟

من تلفن را برمی‌دارم و با شماره‌ای که در پایین نامه نوشته شده تماس می‌گیرم. من به آرتور می‌گویم که همین الان هم یک کتاب نوشته‌ام و به مدت شش ماه است که در به‌در، به دنبال یک ناشر می‌گردم تا آن را چاپ کند. آرتی (مخفف آرتور) به من می‌گوید که دوست دارد با من ملاقاتی داشته باشد تا این کتاب را از نزدیک ببیند، و برای هفته بعد مرا به دفتر کارش در منهتن دعوت می‌کند.

به دیدن آرتی می‌روم و تمام بعدازظهر را باهم در مورد کتابم صحبت می‌کنیم. آرتی به من می‌گوید باوجوداینکه واقعاً از کتاب خوشش آمده است، اما نمی‌تواند به من قولی بدهد، چراکه کتاب‌های قبلی من برای بازار متفاوتی نوشته شده بودند، و این عملاً نخستین کتاب من است. باوجود تمام شک و تردیدهایی که دارد، با مشاهده شور و اشتیاقی که دارم و همین‌طور به خاطر تعریف‌های بسیار خوبی که از دوست همسرش در مورد من شنیده است، به من قول می‌دهد که تمام تلاشش را بکند تا با یک انتشارات در شهر نیویورک برایم وقت ملاقات بگیرد.

من در حالی دفتر آرتی را ترک می‌کنم، که می‌دانم به‌زودی کتابم چاپ می‌شود. چیزی در قلبم این را گواهی می‌دهد.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

اکنون که به آن دوران نگاه می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که لیندا و دوستانش مانند فرشتگانی بودند که توسط نیروی الهی، بر سر راه من قرار گرفتند تا مرا به برگزاری آن جلسات تشویق کنند. در آن زمان این کار تنها برایم جنبه یک سرگرمی و ماجراجویی جدید را داشت - اما اکنون که سال‌ها

از آن اتفاق گذشته است و با دید بسیار بازتری به آن می‌نگرم، متوجه می‌شوم که چطور همین تجربه جدید مسیر زندگی‌ام را به کلی تغییر داد. این نخستین گام من برای رسیدن به استقلال و اتکای به خودم در زندگی بود. من به زودی متوجه شدم که می‌توانم کاری را انجام دهم که عاشقش هستم، یعنی همان تدریس کردن به دیگران، آن‌هم بدون اینکه مجبور باشم خودم را در قیدوبند محدودیت‌های زندگی به‌عنوان یک استاد دانشگاه گرفتار کنم و بخواهم به کسی جواب پس دهم. می‌توانستم در کلاس‌هایم راجع به هر موضوعی که دوست داشتم صحبت کنم، و به‌علاوه درآمد خوبی هم از این طریق کسب نمایم.

اکنون چندین دهه است که به دیگران می‌گویم آن‌ها هم می‌توانند از طریق انجام کاری که عاشقش هستند، زندگی‌شان را بچرخانند، و آن‌ها را به انجام این کار تشویق می‌کنم. اگر بر روی هدف‌تان متمرکز شوید، و کاری را که واقعاً از انجامش لذت می‌برید دنبال کنید، هوش برتری (خداوند) که بر سرتاسر جهان حاکم است شما را در مسیر رسیدن به رؤیاهایتان یاری می‌دهد؛ انسان‌های درست بر سر راهتان قرار می‌گیرند، موانع یکی پس از دیگری کنار می‌روند، و همه چیز دست‌به‌دست هم می‌دهد تا شما به خواسته‌تان برسید. خداوند نیز در تمام این مسیر کنارتان خواهد بود و شما را راهنمایی می‌کند. همان‌طور که بودا در زمان‌های بسیار قدیم گفته است، «هنگامی که شاگرد آماده باشد، سروکله استاد هم پیدا می‌شود.» از آن طرف هم می‌توان به این قضیه نگاه کرد؛ زمانی که معلم آماده باشد، سروکله شاگردان هم پیدا می‌شود! واژه کلیدی و مهم در اینجا، **آماده بودن** است.

اگر ۴۰ سال پیش بهانه می‌آوردم که از پس انجام این کار بر نمی‌آیم، این کار جواب نمی‌دهد، مردم در کلاس‌هایم شرکت نمی‌کنند، در دسر این کار زیاد است، و یا اینکه دستمزدش کم است، مسلماً هیچ کدام از این اتفاق‌ها نمی‌افتاد، چراکه من آماده نبودم. آن پنج دانشجو و خالی بودن آن مرکز کمک آموزشی، استادانی بودند که جهان هستی به‌سوی من فرستاد، چراکه من به‌عنوان یک

شاگرد آماده شده بودم. همین آمادگی باعث شد که من این فرصت را بینم و از آن استفاده کنم، تا مرا در مسیر درست قرار دهد. اگر من به لیندا و دوستانش پاسخ منفی داده بودم، هرگز به اهدافم در زندگی دست پیدا نمی‌کردم، و مسیر زندگی‌ام به کلی عوض می‌شد. ممکن بود که تا آخر عمر یک استاد دانشگاه باقی بمانم، چراکه شهامت این را نداشتم که خودم را از شر قیدوبندهایی که جلوی پیشرفتم را گرفته بودند، رها کنم. اگر در آن روز، به آن پیشنهاد پاسخ منفی می‌دادم، هرگز نمی‌فهمیدم که من هم می‌توانم کاری را که واقعاً عاشقش هستم انجام دهم، و از طریق آن، خرج و مخارج زندگی‌ام را تأمین کنم. اگر این اتفاق نمی‌افتاد، هرگز با آرتور ملاقات نمی‌کردم تا مرا به دنیای انتشارات معرفی کند.

از این نقطه که به زندگی‌ام می‌نگرم، به‌وضوح می‌بینم که معلمانی در تک‌تک لحظات زندگی ما حضور دارند تا ما را برای رسیدن به هدفمان راهنمایی کنند. این معلمان، همیشه در قالب افراد ظهور پیدا نمی‌کنند؛ برخی مواقع به شکل مجموعه‌ای از اتفاقات تصادفی ظاهر می‌شوند، با یک نام غیرمنتظره که در صندوق پستی‌تان پیدا می‌کنید، و یا یک مصاحبه تلویزیونی. من در طول این سال‌ها یاد گرفته‌ام که نباید به دنبال این معلمان بگردم، بلکه باید همواره آماده باشم و به هر اتفاقی که رخ می‌دهد، به چشم یک فرصت تازه برای یادگیری نگاه کنم.

قبلاً هم این نقل‌قول از تروی^{۱۱۰} را آورده بودم، که در آن انسان را به دنبال کردن رؤیاهایش تشویق می‌کند: «شما درست زمانی که انتظارش را ندارید، به موفقیت می‌رسید.»^{۱۱۱} من این جمله را این‌گونه تفسیر می‌کنم که اگر شما در راستای هدف والایی که دارید حرکت کنید، موفقیت خودش به سراغ شما خواهد آمد. هماهنگ بودن با نیمه برتر وجودتان، بخش کلیدی ماجرا است. شما باید ارتباط خودتان را با بخش خلاق وجودتان حفظ و کنید و از آن نیرو بگیرید، بخشی که ناشی از همان حضور الهی در وجود شماست. هنگامی که در سال ۱۹۷۴ قبول کردم که آن کلاس‌ها

¹¹⁰ Henry David Thoreau

¹¹¹ You will meet with a success unexpected in common hours

را برگزار کنم، درهای موفقیت یکی پس از دیگری به رویم گشوده شدند، چراکه در راستای هدفی که در زندگی داشتم، قدم برداشته بودم.

کلاس‌هایی که دوشنبه‌شب‌ها برگزار می‌کردم، مرا به یاد دورانی می‌انداختند که در جزیره گوآم با هم‌قطارانم در نیروی دریایی دوره‌م جمع می‌شدیم و برای آن‌ها راجع به موضوعات گوناگون صحبت می‌کردم. لذت نابی که من در هنگام دنبال کردن ندای درونی‌ام احساس می‌کردم، مرا با نیمه برتر وجودم هماهنگ می‌کرد و باعث می‌شد خداوند زندگی را به سمتی هدایت کند که واقعاً به صلاحم بود، نه مسیری که دیگران خیال می‌کردند برای من بهتر است.

هر زمان که یکی از فرزندانم برای انتخاب مسیر زندگی‌شان بر سر یک دوراهی قرار می‌گیرند، من این جمله از ویرجینیا ولف را برایشان بازگو می‌کنم؛ «تکه‌های پازلی را که زندگی در مقابلت قرار می‌دهد، کنار یکدیگر بچین.» چه توصیه بی‌نظیری. تکه‌های پازلی را که زندگی پیش رویت می‌گذارد، به شکلی کنار هم بچین که بی‌هیچ ترس و دلهره‌ای زندگی کنی، و هوش برتری که جهان را اداره می‌کند، بقیه کارها را درست خواهد کرد.

در آن زمان، دست مرموز سرنوشت که می‌دانست من برای چه هدفی به این جهان فرستاده شده‌ام، همه چیز را به نحوی هماهنگ می‌کرد که من در مسیر درست قرار بگیرم. نخست مرا به اروپا فرستاد تا به من کمک کند که مأموریتم را در این جهان کشف کنم؛ سپس مرا از ترکیه خارج کرد، تا قدرت شگفت‌انگیز خواست و باور قلبی را در تحقق بخشیدن به هر چیزی، به من نشان دهد. دست سرنوشت بود که مرا به بیلوکسی فرستاد تا خشم و نفرتی که روحم را مسموم کرده بود، دور بریزم، تا بتوانم عظمت و شکوهی را که در وجودم بود، دوباره پیدا کنم. و دوباره این دست سرنوشت بود که به من نشان داد می‌توانم روی پاهای خودم بایستم و رؤیاهایم را دنبال کنم، بدون اینکه بخواهم به کس دیگری متکی باشم، و انسان‌های درست را بر سر راهم قرارداد تا راهنمای من در این مسیر باشند.

در سال ۱۹۷۴، من بر سر یک دوراهی قرار داشتم: یکی ماندن در دانشگاه که به رکود و تباهی استعدادهای درونی‌ام منجر می‌شد، و دیگری قدم گذاشتن در مسیری جدید که درهای بسیاری را به روی من می‌گشود و مرا به موفقیت‌هایی فراتر از حد تصورم می‌رساند. با قدم گذاشتن در مسیر دوم و سفر به اروپا، فرصت‌ها یکی پس از دیگری پیش رویم قرار می‌گرفتند و تنها کاری که من باید انجام می‌دادم، چیدن این تکه‌های پازل در کنار یکدیگر بود. پاییز سال ۱۹۷۵، تازه آغاز مسیر من به سوی موفقیت بود.



بخش ۲۹

بهار سال ۱۹۷۵ است، و من به تازگی چهارمین سال حضورم در دانشگاه سنت جورج را به اتمام رسانده‌ام. به تازگی قراردادی با آرتور پاین امضا کرده‌ام تا او به نمایندگی از طرف من با انتشارات مختلف برای چاپ کتابم صحبت کند، و در ازای این کار ۱۵ درصد از فروش کتاب را دریافت کند. آرتی از ارتباطش با انتشارات تی. وای. کروول^{۱۱۲} استفاده کرده، و قرار است که من نسخه خطی کتابم را به یک سردبیر ارشد در آنجا نشان دهم، تا او تصمیم بگیرد که کتابم را چاپ می‌کند یا نه. آرتی به من می‌گوید: «به آنجا برو و با همان شور و اشتیاقی که کتابت را برای من شرح دادی، با آنها صحبت کن و تلاش کن که آنها را متقاعد کنی تا آن را چاپ کنند.»

در موعد مقرر برای ملاقات با سردبیر به مرکز منهن رفته‌ام، و منشی‌اش به من می‌گوید که منتظر بمانم تا صدایم کند. پس از گذشت یک ساعت، بالاخره منشی مرا به دفتر آقای پائول فارگیس^{۱۱۳} راهنمایی می‌کند. او از من به خاطر معطل شدنم عذرخواهی می‌کند و سؤالاتی در مورد کتابم و برنامه‌ای که برای چاپش دارم می‌پرسد.

حس می‌کنم که یک چیزی این وسط درست نیست. من به مدت چهار سال است که پنج روز در هفته در دفتر مشاوره‌ام در لانگ آیلند، به مراجعه‌کنندگانم مشاوره انفرادی می‌دهم و هر هفته با ۳۰ مراجعه‌کننده صحبت می‌کنم. در نتیجه تجربیاتی که در این مدت کسب نموده‌ام، زمانی که طرف مقابلم مشکلی داشته باشد، به راحتی متوجه آن می‌شوم و در این مصاحبه نیز چنین احساسی دارم. اضطراب و استرس را به وضوح در رفتارها و صحبت‌های پائول مشاهده می‌کنم - به نظر می‌رسد که کل شب گذشته را بیدار بوده است، و اکنون تلاش می‌کند تا احساسات حقیقی‌اش را

¹¹² T. Y. Crowell publishing house

¹¹³ Mr. Paul Fargis

پنهان کند و هر چه زودتر به این مصاحبه پایان دهد، آن هم درحالی که آرتی از چند هفته قبل قرار این مصاحبه را گذاشته بود.

من به سرعت فضای صحبت‌هایمان را به سمت یک جلسه مشاوره می‌کشانم و از او می‌خواهم که به من بگوید مشکل چیست، تا شاید بتوانیم به کمک هم راه‌حلی برای آن پیدا کنیم. پائول شروع به درد و دل می‌کند و برای سه ساعت تمام از مشکلی که در زندگی شخصی‌اش دارد، با من حرف می‌زند. هنگامی که صحبت‌هایمان تمام می‌شود، او یک‌بار دیگر از من عذرخواهی می‌کند، با یکدیگر دست می‌دهیم و از هم خداحافظی می‌کنیم. من در حالی از دفتر او خارج می‌شوم که کتابم هنوز زیر بغلم است - به‌جز معارفه‌ای که در ابتدای کار داشتیم، در باقی‌زمان جلسه اصلاً فرصت نشد که در مورد آن صحبت کنیم. من با مترو به خانه بازمی‌گردم.

آرتی با نگرانی به من زنگ می‌زند تا در مورد ملاقاتم با سردبیر سؤال کند، و خیلی مختصر برایش توضیح می‌دهم که چه اتفاقی افتاده است. او از اینکه نتوانسته‌ام از این فرصت فوق‌العاده استفاده کنم ناراحت است، و باحالتی دوستانه مرا سرزنش می‌کند. او باورش نمی‌شود که من به همین راحتی اجازه داده‌ام چنین موقعیتی از دست برود. آرتی از تمام ارتباطاتی که داشته است، برای ترتیب دادن این قرار ملاقات استفاده کرده و فکر نمی‌کند که بتواند برای یک جلسه دیگر از آن‌ها وقت بگیرد. این تنها فرصت طلایی من بوده و من نتوانسته بودم از آن نهایت استفاده را بکنم.

با این حال، فردا صبح ساعت ۱۰ آرتی از دفترش در منهتن با من تماس می‌گیرد و از شدت هیجان نمی‌تواند خودش را کنترل کند. پائول فارگیس با او تماس گرفته است به او گفته است: «مهم نیست که در آن کتاب چه چیزی نوشته‌شده باشد، من می‌خواهم که دکتر دایر به‌عنوان نویسنده با ما همکاری کند و انتشارات ما باکمال میل کتاب او را چاپ خواهد کرد.» او برای پیش‌پرداخت مبلغی را به من پیشنهاد کرده است که تقریباً برابر دستمزد یک سالم به‌عنوان استاد دانشگاه است. از

خوشحالی در پوست خودم نمی‌گنجم. توانسته‌ام که برای چاپ کتابم با فانک اند وگنالز^{۱۱۴} که یکی از زیرشاخه‌های انتشارات تی. وای. کروول است قرارداد ببندم - به علاوه درآمد هم دو برابر شده است!

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

اگرچه در آن زمان نمی‌دانستم، اما یکی از بزرگ‌ترین فرصت‌های زندگی‌ام پیش رویم قرار گرفته بود. من می‌توانستم به نفسم (ایگو) اجازه دهم که بر من غلبه کند و آن جلسه را پیش ببرد. نفس من، به هم‌ریختگی آشکار پائول را نادیده می‌گرفت و با تمام توان تلاش می‌کرد تا بحث را به سمت کتابم بکشاند. اگر من به صدای نفسم گوش داده بودم، تمام تلاشم را می‌کردم تا پائول را راضی کنم که کتابم را چاپ کند. برنده شدن، تنها چیزی است که نفس به آن اهمیت می‌دهد و به هر کاری دست می‌زند تا تمام توجه‌ها را به سمت خودش جلب کند.

در طول سالیان متوجه شده‌ام که تنها چیزهایی که برای نفس (ایگو) اهمیت دارد این است که این قضیه چه نفعی برای من دارد؟ به فکر من باش - من مهم‌ترین انسان در تمام جهان هستم. افرادی که به نفسشان اجازه می‌دهند بر آن‌ها غلبه کنند، دائماً این جملات را در ذهنشان می‌شنوند، و تمام تصمیمات و رفتارهایشان از این مکالمه درونی سرچشمه می‌گیرد - اگرچه نتایجی که به دست می‌آورند، به هیچ‌وجه رضایت‌بخش نخواهد بود. اکنون که به زندگی‌ام نگاه می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که در طول زندگی مرتباً به ما فرصت‌هایی داده می‌شود تا نفسمان را به بند بکشیم.

آن روز در دفتر پائول، می‌توانستم تسلیم نفسم شوم و پریشانی او را نادیده بگیرم و تنها به خودم و کتابم فکر کنم، اما تصمیم گرفتم که نفسم را مهار کنم و به صدای نیمه برتر وجودم گوش فرا

¹¹⁴ Funk & Wagnalls

دهم تا مسیر درست را به من نشان دهد. چیزی که برای این بخش از وجود ما اهمیت دارد، این است که *چطور می‌توانم به دیگران کمک کنم؟* آن روز من بر نفسم غلبه کردم و به‌جای اینکه فقط به فکر خودم باشم، به درد و دل‌های پائول گوش دادم، و البته نتیجه این کارم گرفتم. این ماجرا یک درس بزرگ به من آموخت، اینکه به‌جای گوش دادن به صدای نفسم (ایگو)، به ندای نیمه برتر وجودم توجه کنم و به‌جای اینکه از خودم بپرسم *این قضیه چه نفعی برای من دارد؟* به این فکر کنم که *چطور می‌توانم به دیگران کمک کنم؟*

عشق، مهربانی، محبت، و خدمت به دیگران در ذات حقیقی همه ما انسان‌ها است. این همان خصوصیتی است که خداوند در ذاتش دارد- با محبت و مهربانی همواره نعمات فراوانش را در اختیار تمام مخلوقاتش قرار می‌دهد، بدون اینکه در عوض آن‌ها چیزی طلب کند. هنگامی که نفسمان را نادیده می‌گیریم و به ندای نیمه برتر وجودمان گوش می‌سپاریم، خودمان را به منبع هستی یعنی خداوند متصل می‌کنیم، و در نتیجه از قدرت آن‌هم بهره‌مند می‌شویم.

وقتی به‌جای اینکه از خودمان بپرسیم *این قضیه چه نفعی برای ما دارد* به این فکر کنیم که *چطور می‌توانیم به دیگران خدمت کنیم*، منبع انرژی هستی به ما پاسخ می‌دهد و از ما می‌پرسد که *من چطور می‌توانم به تو خدمت کنم؟* این اتفاقی بود که آن روز برای من رخ داد- همدردی من با یک انسان دیگر، آن‌هم در زمان نیازش، بدون اینکه بدانم درهای رحمت الهی را به روی من گشود و فرصت‌ها یکی پس از دیگری پیش رویم قرار گرفتند.

در نتیجه قراردادی که با پائول و انتشاراتش امضا کردیم، چندین کتاب موفق را به چاپ رساندم که همگی جزو پرفروش‌ترین کتاب‌های بودند، و مسیر زندگی‌ام به کلی تغییر پیدا کرد. اهمیت غلبه بر نفس، و نادیده گرفتن صدایش که ما را وسوسه می‌کند تا خودمان را نسبت به دیگران در اولویت قرار دهیم و تنها به فکر منافع خودمان باشیم، همواره یکی از موضوعات اصلی کتاب‌ها و سخنرانی‌های من بوده است، و همیشه در زندگی شخصی‌ام به آن عمل کرده‌ام.

حس می‌کنم که در آن روزهای سال ۱۹۷۵، زمانی که یک استاد دانشگاه ۳۵ ساله و ناشناس بودم، نیرویی الهی پشتیبانم بود و به من کمک می‌کرد. در جلسه‌ای که با پائول داشتیم، یک نزاع درونی بین دو نیمه وجودم در گرفته بود، که یکی مدام در گوشم زمزمه می‌کرد که به فکر خودت باش - به صدای نفست گوش کن که از تو می‌پرسد «این قضیه چه نفعی برای من دارد؟»، و دیگری که همان نیمه برتر وجودم بود، از من می‌پرسید که «چطور می‌توانم به او کمک کنم؟» من از این ماجرا یک درس بسیار مهم گرفتم، و خدا را شکر می‌کنم که در آن روز، نیمه برتر وجودم توانست که بر نفسم (ایگو) فائق آید.

اکنون می‌توانم به وضوح بینم که نادیده گرفتن این صدای بلند و گوش‌خراش که ما را به خودخواهی و نادیده گرفتن دیگران تشویق می‌کند، چه تأثیرات مثبتی بر زندگی ما می‌گذارد. آن روز در دفتر پائول، من این فرصت را پیدا کردم که صدای نفسم را نادیده بگیرم، و در نتیجه همین کار سفرم به سوی موفقیت آغاز شد، و من امروز از تمام کسانی که از ابتدای این سفر تاکنون در کنارم بوده‌اند، تشکر می‌کنم.

بخش ۳۰

در طول ترم پاییز ۱۹۷۵، سرم حسابی شلوغ است. شرکت در جلسات کمیته‌های مختلف دانشگاه سنت جورج، کلاس‌هایی که باید در آن‌ها تدریس کنم، دانشجویان دکترایی که برای مشورت در مورد مسائل گوناگون به سراغم می‌آیند، و مشاوره دادن به مراجعه‌کنندگان به‌عنوان یک روان‌شناس. جلسات دوشنبه‌شب‌ها هم که اکنون صدها نفر در آن شرکت می‌کنند، به بخش مهمی از کار و زندگی‌ام تبدیل شده است. کتاب *قلمرو اشتباهات شما* نیز در دست چاپ است و قرار است تا چند ماه آینده به بازار عرضه شود، به همین دلیل مشغول اولین مرحله از ویرایش آن هستم. من از کار کردن در کنار پائول فارگیس بسیار لذت می‌برم - او تجربه بسیار زیادی دارد و راهنمایی‌های بسیار خوبی برای ویرایش کتابم در اختیار من قرار می‌دهد.

جلسات روان‌درمانی و مشاوره انفرادی‌ام چنان شلوغ شده است که من دیگر نمی‌توانم مراجعه‌کننده جدیدی را بپذیرم. روزهایی که در دانشگاه نیستم، از ساعت هفت و نیم صبح تا نه شب یکسره مراجعه‌کننده دارم. با امتحاناتی که باید تصحیح کنم، پایان‌نامه‌هایی که باید بر آن‌ها نظارت کنم، کمیته‌هایی که باید در جلساتشان حاضر شوم، و انبوه دانشجویانی که برای مشاوره نزد من می‌آیند، احساس موفقیت می‌کنم - اما از طرفی هم حسابی خسته شده‌ام و حتی وقت سر خاراندن ندارم.

قبل از شروع کلاس‌های بعدازظهرم در دانشگاه، سرم حسابی شلوغ است. دفترم مملو از دانشجویانی است که می‌خواهند همین‌الان مرا ببینند، و منشی‌ام، مری، دائماً به جانم غر می‌زند که فردی پشت تلفن منتظر است تا من جوابش را بدهم.

در عرض چند ساعت، باید مقابل کلاسی پر از دانشجو بایستم، و البته مهمانان ناخوانده‌ای که آن‌ها با خودشان به سر کلاس می‌آورند تا به صحبت‌های من گوش دهند. صدای مری را می‌شنوم

که دارد از همکارانم می پرسد: «کسی دکتر دایر را ندیده است؟ چیزی در حدود صد نفر برای ملاقات با او در انتظار هستند و من هر کجا که دنبالش می گردم، او را پیدا نمی کنم.»

در میانه این اوضاع آشفته - که کوله باری از کار بر سرم ریخته و حس می کنم زیر فشارشان در حال له شدن هستم - من از دفترم فرار می کنم. بدون اینکه کسی متوجه شود، از پله های پشتی ساختمان خارج می شوم، به فضای باز می روم و یک نفس عمیق می کشم. چند دقیقه ای در کنار بزرگراه قدم می زنم و سپس وارد پارک می شوم، به یک گوشه خلوت و دنج می روم، و پشت انبوهی از درختان بر روی یک تخته سنگ بزرگ می نشینم.

تنها چند خیابان آن طرف تر، دفتر کارم پر از افرادی است که هر کدام تکه ای از من را می خواهند. با فکر کردن به زندگی پرمشغله و به هم ریخته ام، خنده ام می گیرد، چشمانم را می بندم و به صدای طبیعت گوش می دهم. گرمای لذت بخش خورشید را روی صورتم حس می کنم، گویی که انرژی اش اضطراب و آشفتگی درونم را التیام می بخشد. صدای پرندگان، جیرجیرک ها، سگ هایی که در پارک پارس می کنند، و صدای باد که شاخ و برگ درختان را تکان می دهد. به آرامی چشمانم را باز می کنم، و از مشاهده منظره باشکوهی که روبرویم قرار دارد غرق در لذت و آرامش می شوم؛ برگ های زرد و نارنجی درختان که با وزش باد می رقصند و عشوه کنان به روی زمین می ریزند، گویی که تمام زیبایی پاییز مقابل چشمانم خودنمایی می کند - آرامشی عمیق وجودم را فرا گرفته است.

چیزی در حدود ربع ساعت در این مکان آرامش بخش می نشینم و از اینکه توانسته ام برای چند دقیقه هم که شده، از هیاهوی دفتر کارم فرار کنم، احساس شادی و نشاط می کنم، و آماده برگشتن به آنجا می شوم. با جان تازه ای که گرفته ام، به دانشگاه برمی گردم. گویی که یک انسان جدید شده ام، همه آن فشار و اضطرابی که حس می کردم از بین رفته است - حس می کنم که هیچ چیزی نمی تواند مرا از پا در بیاورد. میدانم که در حال برگشتن به وسط آن همه هیاهو و آشفتگی هستم، اما

دیگر احساس پریشانی نمی‌کنم و اطمینان دارم که هیچ‌چیز نمی‌تواند آرامشم را برهم بزند. از پله‌های پستی وارد ساختمان می‌شوم، به طبقه سوم می‌روم، و با آرامش کامل به درون دفتر کارم قدم می‌گذارم.

دانشجویانی که در دفترم منتظر بودند، تغییر محسوسی را که نسبت به بیست دقیقه پیش در من ایجاد شده است، مشاهده می‌کنند. من با روی باز یکی‌یکی آن‌ها را در اتاقم می‌پذیرم و برای رفع مشکلاتشان به آن‌ها کمک می‌کنم. همکارانم که با من کار دارند، دیگر احساس نمی‌کنند که مزاحم کارم شده‌اند؛ اکنون می‌توانم در کمال خونسردی و متانت به تمام تماس‌های تلفنی پاسخ دهم. دو ساعت بعدی مثل برق و باد می‌گذرد، و من بدون هیچ استرسی به سمت کلاس قدم می‌زنم.

آن گوشه دنج و آرام در پارک، نقطه آرامش من است و عادت کرده‌ام که هرروز به آنجا سر بزنم و برای چند دقیقه از هیاهوی زندگی روزمره فاصله بگیرم. من از زمانی که هرروز در آن نقطه آرام و آرامش‌بخش سپری می‌کنم، بسیار لذت می‌برم، و همان‌طور که به آن منظره زیبا چشم می‌دوزم، به مخلوقاتی که آن‌چنان بی‌دغدغه زندگی می‌کنند، غبطه می‌خورم، خصوصاً به پرندگان که آزاد و رها در آسمان اوج می‌گیرند و بر دوش بادها سوار می‌شوند، بی‌آنکه بخواهند نگران اتفاقاتی باشند که در زمین زیر پایشان در جریان است. اما متوجه می‌شوم که من هم در درون خودم مکانی را یافته‌ام که در آن کاملاً احساس رهایی می‌کنم. من هم می‌توانم در خیالاتم اوج بگیرم و به تمام مشکلاتی که از آن بالا آن‌چنان ریز و کوچک دیده می‌شوند، بخندم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

اکنون که به زندگی‌ام در سال ۱۹۷۵ نگاه می‌کنم، بهتر متوجه ارزش و اهمیت نقطه آرامشم در آن گوشه دنج و خلوت از پارک می‌شدم، محلی که هرروز می‌توانستم برای چند دقیقه هم که شده،

از دست آشفتگی‌ها و مشکلات زندگی روزمره به آنجا پناه ببرم. این قبل از زمانی بود که من با جهان پر از آرامش مدیتیشن آشنا شوم، اما احساس می‌کنم که آن روز، من به شکلی اسرارآمیز به سوی آن نقطه در پارک کشیده شدم، تا متوجه شوم که سکوت می‌تواند پادزهری برای اضطراب و استرس در زندگی باشد. از روزی که برای نخستین بار در آن گوشه از پارک بر روی آن تخته‌سنگ بزرگ نشستم، بیش از چهار دهه می‌گذرد، اما تصویر آن مکان به قدری در ذهنم واضح است که انگار همین‌الان آنجا هستم. می‌توانم به روشنی همه جزئیات آن مکان را ببینم، همه صداها را بشنوم، و تمام رایحه‌ها را استنشاق کنم، و واقعاً می‌توانم حس کنم که هنوز هم در آن نقطه آرامش هستم؛ مکانی که سال‌ها پیش از هیاهوی زندگی به آغوش آن پناه می‌بردم.

مدتی پس از آن اتفاق، مدیتیشن به بخش مهمی از فعالیت‌های روزانه من بدل شد - برای من مقدر شده بود که با این هنر باستانی آشنا شوم، و به کمک آن به آرامشی عمیق در زندگی‌ام دست پیدا کنم. اساتید شرقی به من نشان دادند که چگونه به دیگران پیام‌مزم تا با استفاده از جاپا^{۱۱۵}، که روشی باستانی برای مدیتیشن است، و به کمک مانترای^{۱۱۶} نام خداوند، به درجات بالایی از آگاهی درونی دست پیدا کنند. من با جادوی مدیتیشن متعالی^{۱۱۷} آشنا شدم، و این شانس را داشتم که نزد برخی از بزرگ‌ترین استادان این حوزه آموزش ببینم. همین‌طور برای خودم گونه‌ای جدید از مدیتیشن را خلق کردم، و در رابطه با اینکه چطور می‌توان مدیتیشن را به جزئی از زندگی روتین

¹¹⁵ Japa,

برای مراقبه و مدیتیشن روش‌های مختلفی ارائه شده است. یکی از این روش‌ها، روش مراقبه «جاپا» است که یک استاد بزرگ هندی آن را بیان کرده. «جاپا» به معنی تکرار مداوم نام خدا است. با این روش مراقبه می‌توان در شکاف بین افکار ماند، البته برای مدتی.

¹¹⁶ Mantra

مانترا انرژی پنهانی است که در لفاف صدایی پیچیده شده است. در تانترای هندو، کلمه، صوت و مانترا، اجزاء لاینفک از فلسفه تکاملی هستند. ارتعاشات مانترا (صدا)، مستقیماً بر روی چاکراها یا مراکز انرژی در بدن اثر می‌گذارند و در نتیجه موجب ثبات ذهن شده و سکون را در طی مدیتیشن به وجود می‌آورند. هر مانترا در درون ارتعاشاتش قدرتی را پنهان دارد.

¹¹⁷ Transcendental Meditation

و روزانه تبدیل کرد، کتابی نوشته‌ام. همه این‌ها در سرنوشت من نوشته شده بود- و همه چیز از یافتن نقطه آرامشم در آن روز پاییزی شروع شد.

اکنون می‌توان به‌وضوح ببینم که همه این‌ها خواست و اراده خداوند بوده است، اگرچه در آن زمان متوجه این مسئله نبودم. در آن روزهایی که دفترم را ترک می‌کردم و به گوشه دنج و آرام خودم در آن پارک می‌رفتم، این نیرویی الهی بود که مرا به انجام این کار تشویق می‌کرد. نیرویی الهی مرا به‌سوی نقطه آرامشم می‌کشاند، تا در زمان‌هایی که از هیاهوی زندگی روزمره خسته و آشفته می‌شدم، بتوانم به آرامش و سکون دست پیدا کنم، و دوباره با انرژی به سمت تحقق هدفم در زندگی حرکت کنم. نقطه آرامش من، جایی که در آن از زیبایی و عظمت هستی انرژی می‌گرفتم، در آن زمان تنها روش خوبی برای رهایی از اضطراب و استرس و فشار زندگی‌ام به نظر می‌رسید. اما اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، می‌بینم که این تجربه نقطه عطفی در زندگی‌ام بوده است، و به من آموخت که می‌توانم در اوج مشغله و گرفتاری، فشارها و استرس غیرضروری را دور بریزم و به آرامش برسم.

من زیاد از این نقل‌قول فیلسوف، دانشمند، و ریاضیدان سرشناس فرانسوی، بلز پاسکال^{۱۱۸} استفاده می‌کنم: «تمام رنج‌های انسان از این ناشی می‌شود که قادر نیست به‌تنهایی در اتاقی آرام بنشیند.»^{۱۱۹} اگرچه دفعات زیادی به معنای این جمله فکر کرده بودم، اما تا زمانی که در آن گوشه دنج پارک ننشسته بودم و نقطه آرامشم را نیافته بودم، به مفهوم حقیقی آن پی نبرده بودم. نیرویی الهی در آن روز پاییزی مرا به سمت آن مکان هدایت کرد، و به من این فرصت را داد که خودم شخصاً این احساس را تجربه کنم، و تا ابد از این بابت سپاس‌گزار خداوند هستم. در شرایطی که می‌توانست هر فردی را به سمت دیوانگی بکشاند، به من این فرصت داده شد تا آرامش درونی‌ام

¹¹⁸ Blaise Pascal

¹¹⁹ All man's troubles derive from not being able to sit quietly in a room alone.

را پیدا کنم. پس از آن، من افرادی زیادی را با معجزه مدیتیشن آشنا کردم و به آن‌ها آموختم که چطور می‌توانند در اوج رفتاری‌های زندگی، به آرامش درونی دست پیدا کنند.

یکی از حقایق بزرگی که من شخصاً آن را در زندگی‌ام تجربه کردم و شانس این را داشتم که آن را به دیگران هم بیاموزم، این است: زمانی که نگاهتان را نسبت به مسائل تغییر دهید، مسائلی که به آن‌ها نگاه می‌کنید تغییر پیدا می‌کنند. زمانی که من زیر فشار کوهی از کارها و مسئولیت‌ها، احساس پریشانی و خستگی می‌کردم و به دنبال راهی بودم تا ذهنم را آرام کنم، دستی مرموز مرا به آن گوشه دنج و آرام کشاند و این حقیقت مهم را به من فهماند.

بعد از اینکه چند دقیقه را به دوراز همه نگرانی‌ها و دغدغه‌ها در آغوش طبیعت سپری کردم، آرامشی عمیق و درونی وجودم را در برگرفت، و توانستم که دوباره به آن دفتر شلوغ برگردم و از زاویه دیگری به همه چیز نگاه کنم. و با اطمینان می‌توانم بگویم که با عوض کردن نگاهم، همه چیز تغییر کرد! دانشجویانم را به چشم افراد جوانی دیدم که به کمک من احتیاج دارند، نه کسانی که به من استرس وارد می‌کردند. همکارانم را به چشم دوستانم می‌دیدم، نه افرادی که کارهای بیشتری را روی دوشم می‌گذارند. تماس‌های تلفنی دیگر برایم عامل حواس‌پرتی نبودند، بلکه جزئی از شغلی بودند که من برای انجامش داوطلب شده بودم و از آن لذت می‌بردم. تمام محیط دوروبرم تغییر پیدا کرده بود و به جای اینکه محیطی شلوغ و پرسروصدا باشد که انسان را کلافه می‌کند، به محلی جذاب و پر از انرژی تبدیل شده بود.

امروز، هنگامی که آن جمله پاسکال می‌خوانم، به یاد زمان‌هایی می‌افتم که به آن گوشه امن در پارک پناه می‌بردم و با نگاهی کاملاً متفاوت دوباره به محل کارم بازمی‌گشتم. همین تجربه‌ها به من آموختند که تنها سپری کردن چند دقیقه در سکوت آرامش و در دل طبیعت، می‌تواند نگاه شما را نسبت به زندگی، به طرز چشمگیری تغییر دهد و باعث شود که همه چیز را زیباتر ببینید. و همین

تجربه‌ها، سرآغاز راه من بودند تا به‌عنوان یک معلم، به دیگران هم یاد بدهم که چطور می‌توانند نگاهشان را نسبت به زندگی تغییر دهند و به آرامش درونی دست پیدا کنند.



بخش ۳۱

ترم پاییز تمام شده است و من اکنون به صورت تمام وقت مشغول ویرایش و بازنویسی کتاب "قلمرو اشتباهات شما" هستم. پائول فارگیس، سردبیر من در انتشارات تی.وای. کروول نیویورک، همین تازگی‌ها به من گفته است که: «کتابت در ماه مارس به چاپ می‌رسد، و ما می‌توانیم آن را در سطح تمام کشور منتشر کنیم. تبریک می‌گوییم!»

کتاب من در حال تکامل و تبدیل شدن به یک راهنما برای عبور از خط قرمزهای عاطفی‌ای است که تمام عمر جلوی پیشرفت ما را می‌گیرند و مانع دستیابی ما به موفقیت می‌شوند. بیشتر از اینکه این کتاب را با توجه به آموزش‌های پیشرفته دانشگاهی‌ام نوشته باشم، آن را *علی‌رغم* این آموزش‌ها نوشته‌ام. من از اینکه چه چیزی می‌تواند حقیقتاً به افراد کمک کند تا در زندگی‌شان تغییراتی دائمی ایجاد کنند، اطمینان دارم، چراکه این روش‌ها را در مورد افراد بسیاری در گروه‌های سنی مختلف، و با پیش‌زمینه‌های فرهنگی متفاوت به کار بسته‌ام و همیشه هم نتایج مثبتی گرفته‌ام.

در طول چهار سال گذشته و در جلسات مشاوره فردی‌ام، من به صدها مراجعه‌کننده کمک کرده‌ام تا زندگی سالم‌تر و پربارتری برای خود بسازند. آن‌ها به امید یافتن راه‌حلی برای مشکلات عاطفی‌شان به من مراجعه می‌کردند، و در اکثر مواقع من قادر بودم که با استفاده از روش‌های رایج و معمول به آن‌ها کمک کنم. حس می‌کنم که با خودداری از به کار بردن اصطلاحات پیچیده روانشناسی، می‌توانم کمک بیشتری به خوانندگان کتاب *قلمرو اشتباهات شما* بکنم. دلم می‌خواهد که این کتاب تا حد ممکن ساده و قابل فهم باشد، و برای بیان مفاهیم مختلف در آن، از زبانی عامیانه استفاده کنم. من ایمان دارم که در وجود هر کس، عظمتی ذاتی نهفته است و اگر به درستی راهنمایی شود، قادر است که آن را شکوفا کند.

باکمینستر فولر^{۱۲۰} در یکی از سخنرانی‌هایش می‌گوید: «همه انسان‌ها نابغه به دنیا می‌آیند، اما جامعه نبوغ را در وجود آن‌ها می‌خشکاند.»^{۱۲۱} این جمله در ذهن من حک شده است و همیشه آن را در خاطر دارم. می‌خواهم که مردم به قابلیت‌های بی‌نظیری که در وجودشان نهفته است، ایمان بیاورند. تجربیاتی که به‌عنوان یک مشاور و روان‌درمانگر داشته‌ام، و همین‌طور آشنایی با آثار دکتر مازلو، مرا متقاعد کرده‌اند که هر انسانی نابغه است. در تمام جلسات مشاوره‌ام، من باور داشتم که در برابر فردی نابغه نشسته‌ام، که متأسفانه اجازه داده است این نبوغ در وجودش خشکانده شود! در نگارش کتاب *قلمرو اشتباهات شما* تلاش کرده‌ام تا این مفهوم را به زبانی ساده و به دور از تمام پیچیدگی‌های تئوری‌های روانشناسی، به مخاطبانم بقبولانم.

در کتاب "قلمرو اشتباهات شما"، به‌طور خلاصه در مورد مشکلات مراجعه‌کنندگان از دید خودشان صحبت می‌کنم. بیشتر تلاش من بر این است که به مراجعه‌کنندگان کمک کنم تا طرز فکرشان را نسبت به خودشان و زندگی‌شان تغییر دهند. نام این کتاب را *قلمرو اشتباهات شما* گذاشته‌ام، زیرا به مردم یاد می‌دهد که چطور طرز فکرهای نادرست خود را اصلاح کنند. خیلی از افراد باور ندارند که در زندگی حق انتخاب دارند؛ آن‌ها خیال می‌کنند که مسبب تمام مشکلاتشان، عوامل بیرونی است که هیچ کنترلی بر رویشان ندارند. این طرز فکر از نظر من اشتباه است. من به مراجعه‌کنندگان کمک می‌کنم تا متوجه شوند که زندگی آن‌ها، ماحصل تصمیماتی است که می‌گیرند. نخست آن‌ها این مطلب را نمی‌پذیرند، و می‌خواهند که مشکلاتشان را گردن عوامل بیرونی بیندازند، اما من به آن‌ها می‌گویم که همین کار هم یک انتخاب است. من به آن‌ها می‌گویم که سرزنش کردن دیگران به خاطر مشکلاتمان، نه تنها کاری احمقانه است، بلکه یک طرز فکر غلط است - و این قلمرو اشتباهات آن‌ها است.

¹²⁰ Buckminster Fuller

¹²¹ Everyone is born a genius, but the process of living de-geniuses them.

طرز فکرتان را عوض کنید، مسئولیت تمام اتفاقات زندگی‌تان را بپذیرید، و بر طرز فکر نادرست خود غلبه کنید. من از یک شیوه روان‌درمانی عقلانی - عاطفی تلطیف شده استفاده می‌کنم، و تغییرات قابل توجهی را در طرز فکر مراجعه‌کنندگانم، آن‌هم در مدتی کوتاه شاهد هستم. آبراهام مازلو و آلبرت ایس معلم‌های بزرگی برای من بوده‌اند - آموزه‌های آن‌ها، بر روی روشی که در روان‌درمانی به کار می‌گیرم، بر روی نوشته‌هایم، و در زندگی شخصی‌ام تأثیرات عمیقی داشته‌اند.

در فرآیند نگارش و بازنویسی نسخه اولیه کتابم که یک سال پیش آن را نوشته‌ام، تلاش می‌کنم تا پیغامم را بی‌پرده و ساده بیان کنم. کلیه راهکارهای بیان‌شده در این کتاب، قابل‌فهم هستند و من تلاش کرده‌ام تا پیچیدگی‌های نظری روانشناسی را از آنها حذف کنم؛ و این همان چیزی است که در طول این چهار سال مرا قادر ساخته تا به مراجعه‌کنندگانم کمک کنم که طرز فکر غلطشان را تصحیح کنند. از پذیرش اصرارهای ناشرم مبنی بر اینکه متن کتاب را تخصصی‌تر کنم و آن را بر اساس روش ای. پی. ای. بنویسم، یا نوشته‌هایم را به مقالات علمی مختلف ارجاع دهم، سر باز می‌زنم. مصمم هستم که پیامم را به دور از همه این زوائد و به شکلی ساده و جذاب به مخاطبانم انتقال دهم و از این طریق، تأثیری بزرگ بر روی زندگی هزاران نفر بگذارم.

تمام اوقاتی را که صرف نوشتن کرده‌ام، از زمانی که خیلی جوان‌تر بودم، تا بدین لحظه که تنها در دفتر کارم نشسته‌ام و کتابی را در دست گرفته‌ام که برایم حکم باارزش‌ترین گنج زندگی‌ام را دارد، به خاطر می‌آورم. من این کتاب را به همراه خودم به سر کلاس‌هایم می‌برم، اما هنوز در مورد آن به کسی چیزی نگفته‌ام. این کتاب برای من بسیار عزیز است - و هنوز آماده نیستم تا آن را با دیگران به اشتراک بگذارم.

صحبت‌های پائول فارگیس را در مورد اینکه کتابم در سرتاسر کشور منتشر خواهد شد، به یاد می‌آورم. قرار است که به زودی خلاصه‌ای از هر شش فصل کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، به مدت

شش هفته در مجله *دانشنا* انکوئیرر¹²² منتشر شود؛ مجله‌ای که اخبار و شایعات مربوط به افراد معروف و سرشناس را پوشش می‌دهد و در سرتاسر کشور مخاطبان زیادی دارد. به من گفته شده است که با این کار، هر هفته بیش از سه میلیون خواننده با کتابم آشنا خواهند شد - در تمام مقالاتی که در نشریات علمی و دانشگاهی نوشته‌ام، مخاطبانم روی هم رفته تنها بخش کوچکی از این عدد بوده‌اند. احساس می‌کنم که از این طریق می‌توانم پیامم را به مخاطبان بسیار بیشتری منتقل کنم، افرادی که خیلی بیشتر از خوانندگان نشریات دانشگاهی از این مطالب بهره خواهند برد.

با انتشار خلاصه کتابم در این مجله، افراد زیادی از سرتاسر کشور به من نامه نوشته‌اند و از من راهنمایی می‌خواهند. آن‌ها می‌گویند که نوشته‌های من به آن‌ها کمک کرده است تا بسیاری از مشکلاتی را که در خانواده‌ها و روابط عاطفی‌شان داشته‌اند، برطرف کنند. این سطح گسترده از توجه، برای من خیلی تازه‌گی دارد، و شروع به پاسخ دادن به این نامه‌ها می‌کنم.

در نتیجه محبوبیت کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، خط تلفنم در دانشگاه هم از همیشه بیشتر زنگ می‌خورد. یکی از این تماس‌ها، از سوی یکی از مدیران دانشگاه سنت جورج است که مرا به خاطر راه انداختن چنین معرکه‌ای و خدشه‌دار کردن اعتبار دانشگاه، سرزنش می‌کند. او به من می‌گوید که همکاری با چنین مجله مبتدلی، در شأن من که مقالات علمی معتبر و کتب دانشگاهی زیادی نوشته‌ام نبوده است، و باید هرچه سریع‌تر جلوی انتشار نوشته‌هایم در این مجله را بگیرم، در غیر این صورت، آینده شغلی‌ام به‌عنوان یک استاد دانشگاه به خطر می‌افتد. در سن ۳۵ سالگی، حتی تصور اینکه بخواهم برای باقیمانده عمرم در یک مکان بمانم و کاری تکراری را انجام دهم، برایم ناخوشایند است.

نه تنها قبول نمی‌کنم که جلوی انتشار خلاصه کتاب *قلمرو اشتباهات شما* در این مجله را بگیرم، مشتاقانه منتظر انتشار فصل‌های جدید آن هستم، و از اینکه نوشته‌هایم توسط میلیون‌ها نفر خوانده

¹²² The National Enquirer

می‌شود و به آن‌ها برای رفع مشکلاتشان کمک می‌کند، به خودم می‌بالم. احساسی به من می‌گوید نوشته‌هایم به بسیاری از این خواننده‌ها کمک خواهد کرد تا تغییرات مثبتی در زندگی‌شان ایجاد کنند، و بر طرز فکرهای نادرستی که آن‌ها را از پیشرفت بازمی‌دارد، فائق آیند. تصمیم گرفته‌ام که به این انتقادات توجهی نکنم و تهدیدات پوچ و سیاسی مدیریت دانشگاه را نادیده بگیرم.

همکارانم هم از سر دلسوزی مرا به خاطر انتشار نوشته‌هایم در این مجله زرد^{۱۳۳} سرزنش می‌کنند، اما این مسئله برای من اهمیتی ندارد. همین‌که می‌دانم از این طریق، در زندگی بسیاری از افراد تأثیر مثبتی می‌گذارم، و به کسانی که نیازمند کمک هستند یاری می‌رسانم، برایم کافی است، و از اینکه نسبت به جامعه کوچک و محدود محققان دانشگاهی، اکنون مخاطبان بسیار بیشتری نوشته‌هایم را می‌خوانند، احساس خوبی دارم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

اکنون که به آن دوران نگاه می‌کنم، به یاد می‌آورم که چه فشاری بر روی من بود تا کتابم را به زبانی علمی و تخصصی بازنویسی کنم، تا درخور شهرت و اعتبار علمی و دانشگاهی‌ام باشد. اما کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، در مورد ایستادن در برابر همین‌گونه از فشارها است. اینکه افراد بتوانند مستقل باشند، به جامعه اجازه ندهند که طرز فکر مشخصی را به آن‌ها تحمیل کند، و یاد بگیرند که محتاج تأیید دیگران نباشند - این مسئله یکی از مهم‌ترین عوامل بروز اختلالات روحی و روانی در مراجعه‌کنندگانم بود، و من برای سال‌ها به آن‌ها کمک می‌کردم که بر این طرز فکر غلبه کنند، اما اکنون این فشارها بر روی خودم وارد می‌شد تا کتابم را به نحوی تغییر دهم که مورد تأیید اطرافیانم باشد.

^{۱۳۳} مجلات زرد به مجلاتی گفته می‌شود که پایشان را از اصول حرفه‌ای و اخلاقی روزنامه‌نگاری بیرون گذاشته‌اند و برای جذب مخاطبان بیشتر، در مورد شایعاتی مانند رسوایی‌های اخلاقی می‌نویسند.

ناشرم اصرار داشت که این کتاب را با لحنی علمی‌تر بنویسم، و در آن از موارد مطالعاتی و مراجع علمی استفاده کنم. این فشارها، مرا به یاد آقای یوآخیم رایز می‌انداخت، و اصرارش برای اینکه نوشته‌هایم حتماً باید در قالب خشک و خسته‌کننده مقالات دانشگاهی باشد. در آن زمان هم من در برابر این فشار مقاومت کردم، و به همین دلیل پایین‌ترین نمره‌ام را در کل دوران دانشجویی گرفتم. من با خودم عهد بسته بودم که دیگر هرگز به این فشارهای بیرونی اجازه ندهم تا انجام کاری را که دوست ندارم به من تحمیل کنند. پائول فارگیس در این مورد از من حمایت می‌کرد، و به نظرم دلیل حمایتش این بود که خودش شخصاً تأثیر مثبت روش‌های مرا در حل مشکلات شخصی‌اش تجربه کرده بود.

ندای درونی مرا تشویق می‌کرد تا در برابر تلاش دیگران که می‌خواستند به من دیکته کنند چطور نویسنده‌ای باشم، مقاومت کنم، و همین مقاومت، تأثیر زیادی در پیشرفت من به‌عنوان یک نویسنده و سخنران داشت. هر زمان که زیر این فشارها، به این فکر می‌کردم که لحن ساده و خودمانی کتابم را به لحنی «حرفه‌ای‌تر و قابل‌قبول‌تر» تغییر دهم، صدایی را در درونم می‌شنیدم که به من می‌گفت، تو خوب می‌دانی که چه چیزی جواب می‌دهد؛ تو می‌خواهی که به مردم کمک کنی تا زندگی بهتری داشته باشند، نه اینکه در برابر عده‌ای محقق دانشگاهی غریبه، چهره‌ای قابل‌قبول از خودت ارائه دهی. از مسیرت خارج نشو- با بیانی ساده و بی‌پرده با خواننده صحبت کن. این روش در جلسات مشاوره‌ات جواب داده است، اینجا هم جواب می‌دهد. اکنون که با ذهنی بازتر به این قضیه نگاه می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که این ندای درونی در واقع صدای خداوند بوده است که مرا تشویق می‌کرده تا در مسیری که باور دارم درست است باقی بمانم، و هرگز به کسی اجازه ندهم که برای من تصمیم بگیرد. من این درس را با صدایی بلند و گیرا شنیدم، تا در آینده بتوانم آن را به دیگران هم بیاموزم.

من بیشتر کتاب‌های خودیاری^{۱۲۴} را که تا سال ۱۹۷۵ منتشر شده بود، خوانده بودم و نمی‌خواستم در نوشتن کتابم از افرادی مثل دیل کارنگی^{۱۲۵} یا نورمن وینسنت پیل^{۱۲۶} تقلید کنم. می‌خواستم که سبک خودم را ابداع کنم، و روشی را به کار بگیرم که برای بسیاری از مراجعه‌کنندگانم از آن استفاده کرده بودم و نتیجه‌اش را به چشم دیده بودم. ایمان داشتم که اگر مردم طرز فکرهای نادرستشان را دور بریزند و مسئولیت کامل زندگی‌شان را به عهده بگیرند، تغییرات واقعی و پایداری را مشاهده می‌کنند. من یک مثال زنده برای این قضیه بودم، و با مقاومت در برابر فشار دیگران، توانستم کتابم را به همان شکلی بنویسم که می‌خواستم. اسم من روی جلد کتاب بود، و باید باورهای قلبی مرا منعکس می‌کرد، صرف‌نظر از اینکه دیگران چگونه فکر می‌کردند.

اکنون که به خشم و اعتراض مدیران دانشگاه به خاطر انتشار خلاصه کتابم در آن مجله و فروشش در سوپرمارکت‌ها فکر می‌کنم، می‌فهمم که چقدر مهم بوده است که من یک‌بار دیگر در برابر فشارهای بیرونی مقاومت کنم، و کاری را انجام دهم که باور دارم درست است. در سن ۲۰ سالگی و زمانی که در نیروی دریایی حضور داشتم، تصمیم گرفته بودم که یک معلم باشم، اما هیچ قیدوبندی برای این مسئله مشخص نکرده بودم. در ذهن خودم، من همیشه یک معلم بودم و هرچقدر که می‌توانستم افراد بیشتری را خطاب قرار دهم، به هدفم در زندگی نزدیک‌تر می‌شدم. قضیه برای من بسیار ساده بود: برای جامعه علمی و دانشگاهی بنویسم، تا شاید بتوانی روی چند صد نفر تأثیر بگذارم، و یا برای مخاطبان غیردانشگاهی و مردم عادی بنویسم و کمک کنم تا میلیون‌ها نفر در زندگی‌شان تغییراتی مثبت ایجاد کنند. جای هیچ شکلی باقی نمی‌ماند که انتخاب من چه خواهد بود.

مأموریت من این بود که تا جایی که می‌توانم، پیامم را به انسان‌های بیشتری برسانم و به همین دلیل از انتشار نوشته‌هایم در آن مجله بسیار خوشحال بودم. به دنبال کسب موقعیت اجتماعی نبودم،

¹²⁴ self-help

¹²⁵ Dale Carnegie

¹²⁶ Norman Vincent Peale

می‌خواستم به مردم یاد بدهم که چطور رؤیاهایشان را دنبال کنند و عظمت و شکوه ذاتی‌شان را آشکار سازند. دست سرنوشت، این فرصت را به من داد که بتوانم پیام را به دست مخاطبان بسیار بیشتری برسانم، چراکه خداوند برای من نقشه‌های بسیار بزرگی در سر داشت.

احساس می‌کردم که کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، باید برای همه مردم نوشته شود، نه تنها یک گروه کوچک، و می‌خواستم که با انتشار آن، پیامی را که باکمینستر فولر به زیبایی در این جملات بیان کرده، به دست مردم سرتاسر جهان برسانم:

«هیچ‌گاه فراموش نکنید که شما منحصر به فرد هستید. هیچ‌گاه فراموش نکنید که اگر شما با تمام ویژگی‌های منحصر به فردتان، مأموریتی در این جهان نداشتید، هرگز به این دنیا فرستاده نمی‌شدید. و هرچقدر هم که مشکلات زندگی سد راهتان شدند، هرگز فراموش نکنید که یک نفر می‌تواند به تنهایی دنیا را عوض کند. در حقیقت، بیشتر تغییرات بزرگی که در جهان رخ داده‌اند، به خاطر تلاش‌های تعداد اندکی بوده است، فردی که باور داشته است که می‌تواند این جهان را جای بهتری کند. پس تلاش کنید که آن یک نفر، شما باشید.»

من می‌خواستم به مردم یاد بدهم که این حقیقت را در آغوش بکشند، و باور کنند که می‌توانند دنیا را تغییر دهند. مهم‌تر از آن، من با تمام وجود می‌خواستم که آن یک نفر باشم که دنیا را جای بهتری می‌کند، و در اعماق وجودم می‌دانستم که اگر بخواهم از این بترسم که دیگران در مورد چه فکری می‌کنند، هرگز نمی‌توانم به چنین انسان خودکامبخشی تبدیل شوم.

بخش ۳۲

آوریل ۱۹۷۶ است، و می‌خواهم که خانه‌ای را در خیابان کیم واقع در منطقه وست بایلون شهر نیویورک اجاره کنم. در حال حاضر، افراد زیادی برای مشاوره به دفتر شخصی‌ام مراجعه می‌کنند، و همچنان به‌عنوان یک استاد در دانشگاه سنت جورج مشغول تدریس هستم. به‌علاوه، عزمم را جزم کرده‌ام تا پیام کتاب *قلمرو اشتباهات شما* را به گوش مردم سرتاسر دنیا برسانم.

۲۰۰۰ نسخه از این کتاب را شخصاً از ناشرم خریداری کرده‌ام، که چیزی در حدود یک‌سوم از شمارگان آن در چاپ نخست است. متوجه شده‌ام که چند خیابان آن‌طرف‌تر از منزلم، یک ایستگاه رادیویی به اسم WBAB قرار دارد. هیچ ایده‌ای ندارم که این ایستگاه رادیویی چه جور برنامه‌هایی پخش می‌کند. در بعدازظهر یک روز جمعه، نسخه‌ای از کتابم را برمی‌دارم، به دفتر آن ایستگاه رادیویی می‌روم، و کتاب را به منشی آنجا می‌دهم. به او می‌گویم که منزلم چند خیابان پایین‌تر است و به‌تازگی این کتاب را چاپ کرده‌ام، و اگر آن‌ها بخواهند که با یک نویسنده محلی مصاحبه کنم، باکمال میل این کار را انجام می‌دهم.

فردای آن روز، مدیر ایستگاه رادیویی با من تماس می‌گیرد. او کتابم را روی میز منشی دیده است و شماره‌ام را از او گرفته تا به‌عنوان مهمان افتخاری، از من برای شرکت در برنامه امروز دعوت کند، چراکه برای مهمانی که قرار بوده در برنامه‌شان حاضر شود، مشکلی پیش آمده و خبر داده که نمی‌تواند بیاید. من بلافاصله دعوت او را قبول می‌کنم.

چند ساعت بعد برای انجام این مصاحبه حاضر می‌شوم. این نخستین حضور من در رسانه‌های جمعی است، و بسیار هیجان‌زده هستم. چندین شنونده با برنامه تماس می‌گیرند، و من از روش ساده و راحتی که برای رسیدن به یک زندگی شادتر در کتابم آموزش داده‌ام، صحبت می‌کنم.

تماس‌ها لحظه‌به‌لحظه بیشتر می‌شود - تمام خطوط اشغال هستند و مردم پشت سر هم برای صحبت با من تماس می‌گیرند. همه آن‌ها می‌خواهند بدانند که از کجا می‌توانند یک نسخه از کتابم را تهیه کنند. من آدرس کتاب‌فروشی محلی واقع در هانتینگتون را به آن‌ها می‌دهم، و پس از تمام شدن برنامه رادیویی به سرعت به سمت آنجا رانندگی می‌کنم. از مدیر آنجا می‌خواهم که این ده نسخه از کتاب را از من بگیرد و برایم بفروشد، چراکه هنوز ناشر کتاب‌ها را توزیع نکرده است. مدیر کتاب‌فروشی با روی باز قبول می‌کند - و حالا من هم یک نویسنده هستم، و هم یک توزیع‌کننده کتاب! در عرض سه روز، هر ده نسخه فروش می‌رود. از آنجایی که قرار شده است به‌طور مرتب در برنامه‌های شبکه رادیویی WBAB حضور پیدا کنم، به ناشرم خبر می‌دهم تا اطمینان حاصل کند که کتابم در تمامی کتاب‌فروشی‌های لانگ آیلند موجود باشد.

طرح بازاریابی خودم را کشف کرده‌ام: می‌توانم به‌صورت داوطلبانه به ایستگاه‌های رادیویی کوچک سر بزنم، با آن‌ها مصاحبه کنم، و کتابم را به شنوندگان آن‌ها معرفی نمایم. ناشرم اصلاً به‌اندازه من برای بازاریابی و تبلیغ کتاب *قلمرو اشتباهات شما* شوق و ذوق ندارد، اما من با شور و اشتیاق مشغول تبلیغ آن هستم. پس از مصاحبه‌ای که با WBAB انجام دادم، تصمیم گرفتم که به سراغ ایستگاه‌های رادیویی در سرتاسر کشور بروم و دقیقاً همین کار را انجام دهم. هیچ محدودیتی در مقابل خودم نمی‌بینم. احساس می‌کنم که مسیر جدیدی کشیده می‌شوم. باید خودم را از قیدوبند تعهداتی که نسبت به مراجعه‌کنندگان دفتر مشاوره‌ام دارم، و خصوصاً مسئولیت‌هایم به‌عنوان یک استاد دانشگاه، رها کنم.

روز دوشنبه، پنجم آوریل، به سالن کنفرانس دبیرستان اسکرایبر در پورت واشینگتن می‌روم تا سخنرانی هفتگی‌ام را برگزار کنم. به حضار خبر داده شده است که پس از اتمام جلسه، می‌توانند کتابم را خریداری کنند، و من و همسرم در حال پیاده کردن ۵۰۰ نسخه از آن از پشت ماشین هستیم. سالن لبریز از جمعیت است - بیش از ۱۲۰۰ نفر در جلسه حضور دارند، و هر ۵۰۰ نسخه

از کتاب فوراً فروش می‌رود. بسیار هیجان‌زده هستیم! اتفاقی بسیار مهیج در حال رخ دادن است - می‌دانم که قرار است یک اتفاق خارق‌العاده برایم بیفتد.

جمله من یک معلم هستم مدام در ذهنم تکرار می‌شود. من به‌تنهایی از پشش برمی‌آیم. من می‌توانم مسئولیت تمام جنبه‌های این سازمان را بر عهده بگیرم. اگر نیاز باشد، خودم می‌توانم کتاب‌هایم را بفروشم. اگر واحد بازاریابی تبلیغ نمی‌کند، خودم می‌توانم وظیفه تبلیغات را عهده‌دار شوم. می‌توانم توزیع‌کننده کتاب خودم باشم. و مهم‌تر از همه، من می‌توانم در مشتریان بالقوه، شور و هیجان ایجاد کنم - نه با تعریف کردن از کتابم، بلکه از طریق صحبت کردن با عشق و علاقه و انتقال این عشق به آن‌ها. اگر آن‌ها از حرف‌های من خوششان بیاید، و اگر از من، یعنی کسی که این حرف‌ها را می‌زند خوششان بیاید، به‌صورت خودکار ترغیب می‌شوند که کتابی را که نوشته‌ام بخرند.

یکی از افرادی که پایه ثابت شرکت در جلسه‌های دوشنبه‌شب است، به دوستش که تهیه‌کننده یک برنامه رادیویی شبانه محبوب در ایستگاه WMCA است، پیشنهاد کرده تا مرا به‌عنوان یک مهمان افتخاری به این برنامه دعوت کند. کندی جونز، مدل معروف دهه ۴۰ میلادی، و همسر لانگ جان نبل، گوینده سرشناس رادیو با من تماس می‌گیرد و از من می‌پرسد: «دوست دارید که به‌عنوان مهمان در برنامه رادیویی هرشب^{۱۲۷} شرکت کنید؟» و صدا البته که من به این دعوت پاسخ مثبت می‌دهم!

ساعت ۱۱:۳۰ شب به ایستگاه رادیویی می‌رسم، و به همراه کندی و لانگ جان، یک گفت‌وگوی پرشور را آغاز می‌کنیم. شهروندان از سرتاسر نیویورک با برنامه تماس می‌گیرند و در مورد مسائل گوناگون از من راهنمایی می‌خواهند. رانندگان کامیون، افرادی که بی‌خواب شده‌اند، بیوه‌های تنها، و طرفداران پروپاقرص شب‌زنده‌داری، مردم از هر قشری با برنامه تماس می‌گیرند و می‌خواهند

¹²⁷ all-night broadcast

که با من صحبت کنند- تلفن‌ها بی‌وقفه زنگ می‌خورند. قبل از اینکه ساعت ۶ بامداد ایستگاه رادیویی را ترک کنم، از من دعوت می‌کنند تا هفته دیگر هم در این برنامه شرکت کنم.

لانگ جان نبل و کندی جونز در تمام طول هفته، کتاب *قلمرو اشتباهات شما* را تبلیغ می‌کنند و به شنوندگانشان توصیه می‌کنند که هرچه زودتر یک نسخه از این کتاب بی‌نظیر و مهم را بخرند و بخوانند. بسیاری از کتاب‌فروشی‌ها با انتشاراتم تماس می‌گیرند و کتاب *قلمرو اشتباهات شما* را سفارش می‌دهند.

هفته بعد که به برنامه بازمی‌گردم، برای کندی کاری پیش آمده است و من و لانگ جان به‌تنهایی برنامه را اجرا می‌کنیم. دکترها تشخیص داده‌اند که لانگ جان مبتلابه مراحل پیشرفته سرطان پروستات بوده، و از چهره‌اش مشخص است که درد زیادی را تحمل می‌کند. او بر روی یک بالشت مخصوص نشسته است تا اندکی دردش کمتر شود. در بین برنامه، مرا تنها می‌گذارد اکنون من به‌تنهایی به تماس‌ها پاسخ می‌دهم.

از اینکه در یکی از بزرگ‌ترین ایستگاه‌های رادیویی شهر نیویورک، به‌تنهایی برنامه اجرا می‌کنم، بسیار هیجان‌زده هستم. به مدت پنج ساعت پیاپی به تماس‌های شنوندگان پاسخ می‌دهم و با آن‌ها در مورد کتابم و راهکارهایی که برای داشتن یک زندگی بهتر در آن معرفی کرده‌ام، صحبت می‌کنم. تهیه‌کنندگان به من می‌گویند که بازخوردها نسبت به حضورم در برنامه بسیار مثبت است، و از من درخواست می‌کنند تا به‌عنوان یک مهمان دائمی، مرتباً در این برنامه شرکت کنم. هر بار که مهمان این برنامه می‌شوم، فروش کتابم در سراسر نیویورک به‌شدت افزایش می‌یابد.

طولی نمی‌کشد که بسیاری از ایستگاه‌های رادیویی دیگر هم با من تماس می‌گیرند و مرا به‌عنوان مهمان به برنامه‌هایشان دعوت می‌کنند. حضورم در این برنامه‌ها همواره بی‌برنامه و ناگهانی است، و این باعث می‌شود که من حسابی دچار کمبود خواب شوم. اگرچه از شرکت در این برنامه‌ها و متعاقباً مشاهده بالا رفتن فروش کتابم، احساس هیجان می‌کنم، اما هم‌زمان احساس می‌کنم که

دارم به درون یک مسیر جدید کشیده می‌شوم. از یک طرف شب‌ها تا صبح بیدار می‌مانم و به تماس‌های تلفنی شنوندگان پاسخ می‌دهم، و از طرف دیگر روزها ناچارم که در مطبم حاضر شوم و به مراجعه‌کنندگانم مشاوره دهم، کلاس‌هایم را در دانشگاه تشکیل دهم، در جلسات کمیته‌های مختلفی که در دانشگاه برگزار می‌شود شرکت کنم، و به مشکلات دانشجویانی که به دفترم می‌آیند، رسیدگی نمایم. با این شرایط، سلامتی‌ام به خطر افتاده است و به‌شدت از کم‌خوابی و خستگی مفرط رنج می‌برم.

ماه می است، و از انتشار رسمی کتاب *قلمرو اشتباهات شما* دو ماه می‌گذرد. باوجود حمایت‌های پائول از تلاش‌های من برای اینکه کتابم آن‌گونه که من و او فکر می‌کنیم سزاوار است، به مردم معرفی شود، هنوز نتوانسته‌ام شور و هیجانم را به مدیران انتشارات تی. وای. کروول منتقل کنم. در نظر دارم که برای معرفی بهتر کتاب، یک تور کشوری برگزار کنم، اگرچه مسئولین انتشارات بی‌پرده به من گفته‌اند که نمی‌توانند بودجه مالی موردنیاز برای انجام چنین کاری را تأمین کنند.

کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، به‌عنوان یک کتاب «فهرست» در نظر گرفته شده است، به این معنی که در فهرست کتاب‌هایی که در فصل بهار منتشر می‌شوند، قرار داده شده و همین که نسخه ۶۰۰۰ چاپ‌شده در سری اول به فروش برسند، از نظر انتشارات یک موفقیت محسوب می‌شود... و تا آنجایی که به انتشارات مربوط است، این پایان ماجراست. اما من چشم‌انداز بسیار متفاوتی برای این کتاب دارم، و به‌عنوان یک نویسنده تازه‌کار و بی‌تجربه که نخستین کتابش را منتشر کرده است، با راه و رسم انتشارات بزرگ شهر نیویورک آشنایی ندارم، و با شور و انگیزه بسیار زیاد، هر کاری از دستم بربیاید انجام می‌دهم تا فروش کتابم افزایش یابد.

خوب میدانم که هدفم چیست، و به‌هیچ‌وجه حاضر نیستم که چشم‌اندازم را تغییر دهم. به تمام مراجعه‌کنندگان دفتر مشاوره‌ام اطلاع داده‌ام که تا پایان ماه، دفتر را تعطیل می‌کنم، و دیگر قادر نیستم که جلسات مشاوره‌مان را ادامه دهم.

مراجعه کنند گانم همگی ناراحت شده‌اند؛ اگر چه آن‌ها از همان روز نخست می‌دانسته‌اند که این جلسات قرار نیست تا ابد ادامه بیابد. اعتقاد دارم که جلسات مشاوره باید کوتاه‌مدت باشد، و بر روی ارائه راهکارهای عملی جهت کنترل افکار و رفتارهای خود-ویرانگر متمرکز شود. نگرش من این است، به جلسات مشاوره من بیاید و مجموعه‌ای از مهارت‌های ارزشمند را کسب کنید تا به کمک آن‌ها بتوانید زندگی بهتری برای خودتان بسازید. ما در این جلسات قرار نیست که ساعت‌های بی‌شماری را صرف صحبت کردن در مورد بحران‌های دوران کودکی شما کنیم. این شیوه من نیست. شرکت در جلسات روان‌درمانی و مشاوره بلندمدت می‌تواند بسیار مفید باشد، اما من از این روش استفاده نمی‌کنم.

در تاریخ ۳۰ می، بالاخره دفتر مشاوره‌ام را می‌بندم، و حال دیگر لازم نیست که چند روز از هفته را در یک مکان مشخص باشم. احساس می‌کنم که نفس کشیدن برایم راحت‌تر شده است - اما هنوز برای اینکه بتوانم کاری را بکنم که ندایی درونی با صدای بلند مرا به انجام آن ترغیب می‌کند، باید گره‌های بیشتری را بگشایم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

وقتی فردی دقیقاً بداند که در زندگی چه هدفی دارد، همیشه فرصت‌هایی پیش پایش قرار می‌گیرند تا او بتواند این هدف را محقق کند. حال که به کارهایم در سال ۱۹۷۶، زمانی که کتاب *قلمرو اشتباهات* شما تازه چاپ شده بود نگاه می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که چطور نیروی هدایت‌کننده هستی، فرصت‌ها و افرادی را پیش رویم قرار می‌داد تا به من در مسیر رسیدن به هدفم کمک کنند - اگر چه در آن زمان اصلاً نمی‌دانستم که در پایان این مسیر چه چیزی انتظارم را می‌کشد.

من آموخته‌ام که حتی برای انجام کارهای روزمره مثل یافتن جای پارک، از این روش استفاده کنم. وقتی به جای فکر کردن به اینکه در این اطراف هیچ وقت جای پارک گیر نمی‌آید، خواست و اراده قلبی‌ام را روی پیدا کردن جای پارک متمرکز می‌کنم، جای پارک‌های بیشتری می‌بینم.

داشتن این چشم‌انداز درونی که به زندگی با دیدی مثبت بنگرید و پذیرای همه فرصت‌ها باشید، شما را وادار می‌کند که با دقت بیشتری به محیط پیراموتان نگاه کنید، رخ دادن اتفاقات مثبت را پیش‌بینی کنید، و کوچک‌ترین نشانه‌هایی را که توسط جهان هستی برای راهنمایی شما بر سر راهتان قرار داده می‌شود، تشخیص دهید. این‌ها همه مربوط به هماهنگ شدن با جهان پیراموتان است؛ موضوعی که سال‌ها بعد از انتشار اولیه کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، من به کرات در موردش نوشته‌ام. در آن زمان این را نمی‌دانستم، اما با چسبیدن به تصویری که در ذهنم داشتم، در واقع خودم را با نیروی واحدی که جهان را هدایت می‌کند هماهنگ می‌کردم - نیرویی که من هم بخش بسیار کوچکی از آن هستم - و به این نیروی عظیم اجازه می‌دادم که مرا در مسیر تحقق سرنوشتم یاری کند.

وقتی که با دقت بیشتری به این قضایا توجه کردم، توانستم نیروی جادویی که همه چیز را باهم هماهنگ می‌کند، به وضوح ببینم. در آن زمان به چشم خوش‌شانسی و اتفاقات عجیب و غریب به آن‌ها نگاه می‌کردم. اما اکنون می‌توانم همه چیز را با دید بهتری ببینم و درک کنم. من قبلاً هم هزاران بار از جلوی تابلوی ایستگاه رادیویی WBAB رد شده بودم، اما در آن روز با چشمانی بازتر و ذهنی هوشیارتر آن را دیدم. معلم همیشه در آنجا حاضر بود، اما من زمانی این فرصت طلایی را مشاهده کردم که به عنوان شاگرد آماده شده بودم و ذهنم با جهان هستی هماهنگ شده بود.

نیرویی مرا به سمت آن کشاند، و ارتباطی نامرئی بین من، منشی آنجا، مدیر ایستگاه رادیویی، مهمانی که در برنامه آن روز حاضر نشده بود و همه عوامل دیگری که باعث شدند من در آن برنامه شرکت کنم، وجود داشت که همه چیز را باهم هماهنگ می‌کرد. همین قضیه در مورد کسانی

که در دعوت شدن من به شبکه رادیویی WMCA نقش داشتند، صدق می‌کند؛ و البته در مورد تمام اتفاقاتی که پس از آن و تا به این لحظه در زندگی من رخ داده‌اند.

راز اینکه اکنون می‌توانم همه چیز را به شکلی واضح تر ببینم، همین هماهنگی با جهان هستی است. با زنده نگه داشتن اشتیاقی درونی که وجودم را می‌سوزاند و تصویری ذهنی که در برابر هر گونه حواس پرتی مصون است، من کم کم در هر اتفاقی، نشانه‌هایی را مشاهده می‌کردم. این شانس نبود که آن فرصت‌ها را بر سر راه من قرار می‌داد؛ بلکه خواست و اراده من بود برای پایبند ماندن به تصویر ذهنی که داشتم، تا زمانی که این تصویر ذهنی به یک باور قلبی تبدیل شد - و پس از آن، گوش دادن به ندای درونی‌ام و پذیرش هر فرصتی که با آن مواجه می‌شدم. با دنبال کردن رؤیاهایم بدون هیچ ترسی، من به سرنوشت اجازه دادم تا درهایی را به رویم بگشاید که در غیر این صورت بسته می‌ماندند، و یا بدتر از آن، بدون اینکه متوجه آن‌ها شوم از کنارشان عبور می‌کردم.

اکنون می‌دانم که دلم نمی‌خواهد حتی کوچک ترین فکری را که در مورد دستیابی به هدفم به ذهنم می‌رسد، نادیده بگیرم. این افکار، پیغام‌هایی از طرف نیروی هدایت کننده جهان هستی هستند، نیرویی که سرمنشأ همه چیز است - حتی افکار ما. اکنون به خوبی می‌دانم آن اشتیاق سوزانی که در وجودم حس می‌کردم، به خاطر دستیابی به ثروت یا شهرت، یا حتی فروش بیشتر کتابم نبوده است. بلکه به این علت بوده است که در اعماق وجودم می‌دانستم این کاری است که باید انجامش دهم. من باید به این ندای درونی پاسخ می‌دادم، در غیر این صورت از درون می‌مردم، و تا آخر عمر احساس می‌کردم که چیزی در زندگی‌ام کم است. با گوش سپردن به ندای درونم، دیگر می‌دانستم که باید چه کار کنم. می‌دانستم که باید دفتر مشاوره‌ام را تعطیل کنم تا وقت آزاد بیشتری داشته باشم. می‌دانستم که می‌توانم در رسانه‌های جمعی تأثیرگذار باشم، چراکه فرصت‌های زیادی به من داده شده بود که در رادیو با مردم صحبت کنم. هر بار که قبول می‌کردم در یک مصاحبه رادیویی

دیگر شرکت کنم، و یک شب دیگر را تا صبح بیدار بمانم، به نظر می‌رسید که در دیگری به شکل جادویی به رویم گشوده می‌شود و فرصت‌های بیشتری را پیش رویم قرار می‌داد.

لاوتزو^{۱۲۸} در کتاب *تائوته چینگ*^{۱۲۹} یا *راه فضیلت* از اهمیت حل کردن یکی یکی مسائل صحبت می‌کند و می‌گوید: «یک سفر هزار فرسخی، با برداشتن نخستین گام آغاز می‌شود.» اگر در آن زمان من می‌خواستم که همه مشکلات را یک مرتبه حل کنم، هرگز در مصاحبه با آن ایستگاه رادیویی کوچک که چند کوچه پایین‌تر از خانه‌ام بود شرکت نمی‌کردم. با این حال، همین مصاحبه رادیویی که تنها افراد اندکی آن را شنیدند، باعث پیش آمدن فرصت‌های بسیار بیشتری شد. اکنون به وضوح می‌بینم که نخستین گام، هرچقدر هم که کوچک باشد، منجر به برداشتن گام بعدی می‌شود. نیروی هدایتگر جهان هستی، مرا به سمتی کشاند که نخستین گام‌ها را بردارم و با برداشتن همان گام‌های کوچک، فرصت‌های بزرگی پیش رویم قرار گرفتند.

من همیشه عاشق فیلم *دختر معدنچی زغال‌سنگ*^{۱۳۰} بوده‌ام. داستان لورتا لین^{۱۳۱}، خواننده روستایی اهل باچر هالو^{۱۳۲} در ایالت کنتاکی^{۱۳۳}، که به یک افسانه بدل شد. او بدون اینکه خسته شود، از این ایستگاه رادیویی به ایستگاه رادیویی بعدی می‌رفت و نوارهای ضبط‌شده‌اش را به آن‌ها می‌داد، به این امید که یکی از آن‌ها صدایش را پخش کند. و من عاشق نقل قول معروف دوستم، جو جرارد^{۱۳۴} هستم که می‌گوید: «برای رسیدن به موفقیت، آسانسوری وجود ندارد! پله‌ها را باید یکی یکی طی کرد.» من در تمام زندگی‌ام به این جمله عمل کرده‌ام و همواره آن را در خاطر داشته‌ام.

¹²⁸ Lao-tzu

¹²⁹ Tao Te Ching

¹³⁰ Coal Miner's Daughter

¹³¹ Loretta Lynn

¹³² Butcher Hollow, Kentucky

¹³³ Butcher Hollow, Kentucky

¹³⁴ Joe Girard

من خداوند را سپاس گزارم که توانستم نخستین گام را بردارم، و به جایی برسم که امروز هستم.

بخش ۳۳

به تازگی کلاس‌های ترم بهارم در دانشگاه سنت جورج به اتمام رسیده است، و در فکر این هستم که برای تابستان ۱۹۷۶ و بعد از آن چه کار کنم. از سال ۱۹۶۲ تاکنون، همواره یا به عنوان دانشجو در کلاس‌های ترم تابستانه شرکت کرده‌ام، و یا به عنوان استاد در این کلاس‌ها درس داده‌ام. از هفته دیگر کلاس‌های تابستانه شروع می‌شود، و از طرف دانشگاه به من پیشنهاد شده است تا در طول ترم تابستان کلاس برگزار کنم. باید تصمیمم را طی چند روز آتی به آن‌ها اطلاع دهم.

در بزرگراه لانگ آیلند به سمت غرب رانندگی می‌کنم تا به دانشگاه بروم و نمرات نهایی یکی از درس‌هایم را تحویل دهم. در چند ماه اخیر، به طور مرتب در برنامه‌های رادیویی شبکه‌های مختلف شهر نیویورک حاضر شده‌ام، و اگرچه اخیراً فروش کتابم اندکی کاهش یافته است، اما همچنان تعداد زیادی از آن خریداری می‌شود. ناگهان احساس عجیبی سر تا پایم را فرامی‌گیرد. به یاد پنج سال پیش می‌افتم، زمانی که برای تصمیم‌گیری در مورد ماندن در دیترویت یا آمدن به نیویورک، بر سر دوراهی مانده بودم. چهره آرام و خندان دکتر پیترز در ذهنم تداعی می‌شود، و توصیه‌ای را که پنج سال پیش به من کرد، به خاطر می‌آورم.

اکنون دوباره بر سر یک دوراهی قرار گرفته‌ام - در یک سو آرامش و امنیت، و در سوی دیگر دنیایی از ناشناخته‌ها. من در کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، یک فصل کامل را به مبحث «کشف ناشناخته‌ها» اختصاص داده‌ام، و در آن قطعه زیبایی «راه نرفته»^{۱۳۵} را از رابرت فراست^{۱۳۶} آورده‌ام.

¹³⁵ The Road Not Taken

¹³⁶ Robert Frost

دیشب در برنامه رادیویی که در کنار لانگ جان اجرا می‌کردم، چند خط آخر این قطعه را برای شنوندگان دکلمه کردم:

در جنگلی، دو مسیر از یکدیگر جدا می‌شدند،

من مسیری را انتخاب کردم که کمتر از آن استفاده شده بود،

و همین سرمنشأ همه تفاوت‌ها شد.^{۱۳۷}

ناگهان همه‌چیز برایم مثل روز روشن شد؛ درست همانند آن روزی که در سال ۱۹۷۱، با دکتر میلی پیترز در دفترش صحبت کرده بودم. نوعی هشیاری وجودم را در برگرفته است. هیچ ابهامی برایم باقی نمانده. درحالی‌که اشک در چشمانم حلقه زده است، ماشین را کنار بزرگراه پارک می‌کنم. حس می‌کنم که روحی مهربان مرا در آغوش گرفته و مسیر درست را به من نشان می‌دهد. این همان چیزی است که دکتر مازلو آن را یک تجربه اوج^{۱۳۸} می‌نامد، تجربه‌ای هیجان‌انگیز که در آن، فرد غرق در شور و شغف می‌شود و حالتی عرفانی و مرموز به او دست می‌دهد. بر طبق گفته‌های مازلو، لحظاتی در زندگی هستند که از چند ثانیه تا چند دقیقه به طول می‌انجامد و در طی آن، ما بالاترین درجات شادی، هیجان، و توازن را تجربه می‌کنیم و احساس می‌کنیم که توانایی انجام هر کاری را داریم. درجایی دیگر، او این تجربه را «دستیابی به آگاهی برتر»^{۱۳۹} می‌نامد. در کنار بزرگراه لانگ آیلند پارک کرده‌ام و دقیقاً در حال تجربه چنین حالتی هستم. ندایی درونی مرا

¹³⁷ Two roads diverged in a wood, and I—I took the one less traveled by, And that has made all the difference.

¹³⁸ peak experience

¹³⁹ enhanced consciousness

تشویق می‌کند که مسیری را انتخاب کنم که ناشناخته است، و من می‌دانم که باید چه کار کنم - کاری که حتماً باید آن را انجام دهم.

با همسر یا دخترم تماس نمی‌گیرم؛ نیاز به مشورت با کسی ندارم. گویی که نوری بر وجودم تابیده و مسیر را به من نشان داده است؛ دیگر هیچ نیازی به فکر کردن در این باره ندارم، حتی برای یک لحظه! دقیقاً می‌دانم که باید چه کار کنم. دوباره راه می‌افتم و به سمت دانشگاه حرکت می‌کنم. پس از رسیدن به دانشگاه، به دفتر رئیس دانشگاه می‌روم و به منشی‌اش می‌گویم که باید برای چند دقیقه با او صحبت کنم. با هیجان به رئیس دانشگاه می‌گویم که با اتمام این ترم، یعنی ۳ روز دیگر، می‌خواهم از استادی این دانشگاه کناره‌گیری کنم.

او از من می‌خواهد که تا ابتدای پائیز دست نگه‌دارم، شاید در این مدت نظرم برگردد، و به من می‌گوید: «لطفاً تجدیدنظر کنید. شما در اینجا آینده درخشانی خواهید داشت. شما یک ستاره رو به رشد هستید و در ارتباط بودن با دانشگاه برایتان یک برتری قابل توجه به حساب می‌آید.»

با اینکه تصمیمم قطعی است، اما بازهم به تمام حرف‌های او گوش می‌دهم. به او می‌گویم که خودم از خطرات این تصمیم آگاه هستم، و خوب می‌دانم که با این کار، امنیت شغلی، شرایط عالی بازنشستگی و یک بیمه درمانی بی‌نظیر را از دست خواهم داد، اما تصمیم خود را گرفته‌ام و هیچ چیز نمی‌تواند نظرم را عوض کند. نزد رئیس دانشگاه از شغلم استعفا می‌دهم و درحالی که به شدت احساس شادابی و سرزندگی می‌کنم، از دفترش خارج می‌شوم.

پس از خروج از دفتر رئیس دانشگاه، با عجله به اتاقم می‌روم و از آنجا با دختر و همسرم تماس می‌گیرم. با شوق و هیجان زیادی که دارم، این تصمیم را با آنها در میان می‌گذارم. به رئیس دانشکده، یعنی دکتر باب دوایل هم اطلاع می‌دهم. او حسابی از شنیدن این خبر شوکه می‌شود - اما از تصمیمی که گرفته‌ام حمایت می‌کند، و می‌گوید که رها کردن چنین موقعیت عالی و بی‌نظیری، آن‌هم برای دنبال کردن رؤیایی که ممکن است شکست بخورد، کار بسیار جسورانه‌ای است و از

هرکسی بر نمی آید. او به من گوشزد می کند که این کار می تواند مشکلات مالی زیادی برای من ایجاد کند، و مشخص نیست که به درآمد یا سود برسد، خصوصاً که من باید آینده خانواده ام را هم در نظر بگیرم. اما هیچ چیز نمی تواند مرا از تصمیم منصرف کند. پس از آن تجربه اوجی که یک ساعت پیش برایم رخ داد، و آن احساس نشاطی که تمام وجودم را در بر گرفته بود، جای هیچ شک و تردیدی برایم باقی نمانده است. من مسیرم را پیدا کرده ام، و هر کاری که از این به بعد انجام دهم، در راستای رسیدن به هدفم خواهد بود.

همکارانم به من تبریک می گویند، و منشی ام مری هق هق کنان به من می گوید که چقدر از کار کردن با من در طول پنج سال گذشته لذت برده است، و واقعاً دلش برایم تنگ می شود. نمره ها را تحویل می دهم، وسایلم را جمع می کنم، از پله ها پایین می آیم و به نقطه آرامشم می روم؛ همان گوشه دنج و آرام پارکی که چند خیابان آن طرف تر است.

به حالت خلسه عمیقی فرورفته ام. هیچ چیزی نمی خواهم... نه کمک... نه راهنمایی... هیچ چیز. برای ۳۰ دقیقه بر روی آن تخته سنگ می نشینم و به صدای آواز پرنده ها، و صدای برگ که در شاخ و برگ درختان می پیچد گوش می سپارم. حال خیلی خوبی دارم. از حضور روحانی و مرموزی که چند ساعت پیش، در بزرگراه به سراغم آمد، مرا در آغوش کشید، و چشمانم را باز کرد، سپاس گزارم. برای نخستین بار، در سن ۳۶ سالگی، قرار است که برای خودم کار کنم، و از شدت خوشحالی و هیجان می خواهم پرواز کنم. می دانم که فرصت های بی شماری پیش رویم قرار دارند.

اکنون می توانم به وضوح ببینم

آن احساس بی نظیر و ماورائی در بزرگراه لانگ آیلند، و کارهایی را که به دنبال آن تجربه، بی درنگ انجام دادم، مثل روز به یاد می آورم. من در مورد این لحظات ماورائی که نوعی از تجربه اوج هستند و می توانند آگاهی انسان را به سطح بالاتری ببرند، مطالب زیادی نوشته ام. در این حالت،

آگاهی ما به نیمه برتر وجودمان متصل می‌شود، و بلافاصله ما را به مسیر جدیدی هل می‌دهد. این تجربیات و الهامات ناگهانی، موضوع بسیاری از نوشته‌هایم بوده‌اند، چراکه من معتقدم از قلمرویی ماورائی سرچشمه می‌گیرند. پیش‌تر، در مورد تجربه مشابهی که بر سر قبر پدرم داشتم، برای شما نوشته بودم. این *لحظات سرنوشت‌ساز*^{۱۴۰}، یا به قول دکتر مازلو، لحظات ماورائی، الهاماتی هستند که زندگی شما را دگرگون می‌کنند.

چهار ویژگی بارز برای این لحظات سرنوشت‌ساز وجود دارد، که من در کتاب *دگرگونی*^{۱۴۱} و فیلمی که به همین نام و بر اساس آن ساخته‌ایم، به شرح آن‌ها پرداخته‌ام. نخست، این *لحظات همواره غیرمنتظره هستند*. زمانی که داشتم در بزرگراه رانندگی می‌کردم تا به دانشگاه بروم، کاملاً ناگهانی این احساس بر من غالب شد. دوم، این *لحظات کاملاً واضح و شفاف هستند*. حتی امروز که سال‌ها از آن اتفاق می‌گذرد، به‌خوبی به خاطر دارم که در آن لحظه چه لباسی بر تن داشتم، و می‌توانم کوچک‌ترین جزئیات مربوط به آن لحظه را برای شما بگویم. تمام تصاویر، صداها، رایحه‌ها، همه‌چیز به‌قدری برای واضح و شفاف است که انگار همین چند لحظه پیش اتفاق افتاده. سوم، *لحظات سرنوشت‌ساز همیشه خوشایند هستند*. من کاملاً به یاد دارم که در آن لحظه، احساس شادی مطلق وجودم را فراگرفته بود، و موهای تنم سیخ شده بودند، گویی که فرشته‌ای مرا در آغوش کشیده است. چهارم، تأثیر این *لحظات پایدار است*. دیگر نیازی به گفتن نیست - نزدیک به ۴۰ سال از آن ماجرا می‌گذرد، و من به شکلی آن را به خاطر دارم که گویی همین چند لحظه پیش اتفاق افتاده است.

در آن روز، یک انرژی توصیف‌نشده برای کمک به من حاضر شد و در آن نقطه بحرانی از زندگی‌ام، مرا راهنمایی کرد. در طول زندگی‌ام، هر بار که بر سر یک دوراهی دشوار قرار گرفته‌ام، این اتفاق برایم رخ داده است. من کاملاً به این تجربه‌های اوج و لحظات سرنوشت‌ساز اطمینان

¹⁴⁰ Quantum moments

¹⁴¹ The Shift

دارم، و نه تنها به این الهامات اعتماد می‌کنم، بلکه مشتاقانه پذیرای آن‌ها هستم. هرچقدر که هدفم در زندگی برایم مشخص‌تر می‌شد، بیشتر این لحظات را تجربه می‌کردم، و از این الهامات کمک می‌گرفتم. چنین لحظات سرنوشت‌سازی مانند همان چیزی که من در روز استعفایم از دانشگاه تجربه کردم، بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی یک فرد خودکامبخش هستند.

زمانی که انسان‌ها با جهان هستی هماهنگ شوند و هدفی والا را در زندگی‌شان دنبال کنند، جهان هستی هم آن‌ها را راهنمایی خواهد کرد. من در طول این سال‌ها، آموخته‌ام که تنها راه برای کمک گرفتن از نیروهای هدایتگر هستی، این است که ما هم مانند آن‌ها شویم. زمانی که این نیروها حضورشان را در فردی احساس می‌کنند، از هیچ کمکی به او دریغ نخواهند کرد. اما اگر در زندگی‌مان، مغلوب نفس (ایگو) باشیم، دعا کردن و کمک خواستن از آن‌ها هیچ فایده‌ای نخواهد داشت.

در آن مقطع از زندگی، تنها چیزی که من می‌خواستم، این بود که بتوانم تجربیاتم را با افراد هرچه بیشتری در میان بگذارم، و به آن‌ها کمک کنم تا در زندگی‌شان تغییرات مثبتی ایجاد کنند. این یک خواست ناشی از نفس (ایگو) نبود - باین حال اصلاً انتظار نداشتم که چنین راهنمایی روحانی توصیف‌ناپذیری از طرف خداوند دریافت کنم. من با ذهن واحدی که تمام جهان را هدایت می‌کند و سرمنشأ همه چیز است، هماهنگ شده بودم، چون تنها به فکر کمک به دیگران بودم، نه به فکر منافع خودم.

اکنون به وضوح می‌بینم که از آن لحظه به بعد، من قدم در مسیری گذاشتم که لبریز از عشق ورزیدن و خدمت به دیگران بود. زمانی که انسان چنین هدفی را در زندگی دنبال کند، روزبه‌روز حضور خداوند در زندگی‌اش پررنگ‌تر می‌شود و خداوند، در این مسیر از او حمایت می‌کند.

احساس می‌کنم که زندگی‌ام، مانند یک کلاس درس تمام و عیار بوده است. من باید تمام آن سال‌ها را در چنگال نفسم (ایگو) اسیر می‌ماندم، تا زندگی نفس-محور را تجربه کنم. اما زمانی که

موفق شدم خودم را از بند نفس رها کنم، تغییری اساسی را در درونم احساس کردم. از آن به بعد، من دیگر به خودم فکر نمی‌کردم، و تنها فکر و ذکر خدمت به دیگران بود، چراکه با این کار احساس خوبی به من دست می‌داد.

رها کردن یک شغل مطمئن به‌عنوان استاد دانشگاه، و رفتن از مسیری که کاملاً برایم ناشناخته بود، همه نتیجه راهنمایی یک انرژی روحانی بود، که من هنوز نمی‌توانم به‌طور کامل آن را توصیف کنم. در آن زمان نمی‌دانستم که کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، نخستین کتاب از ۴۱ جلد کتابی خواهد بود که من در طول ۳۸ سال بعدی می‌نویسم، و یا اینکه قرار است بر زندگی میلیون‌ها انسان در سرتاسر دنیا تأثیر بگذارم.

اکنون مطمئن هستم که ذهن واحد هستی، نیروی هدایت‌گر جهان، خداوند - یا هر اسم دیگری که شما بر رویش می‌گذارید - کاملاً از سرنوشتی که برای من مقدر شده بود، باخبر بود و در این مسیر مرا هدایت می‌کرد. انجام این مأموریت به من محول شده بود، و من داوطلبانه آن را پذیرفته بودم، و خوب می‌دانستم که از جایگاه امن و مطمئن یک استاد دانشگاه، نمی‌توانم این وظیفه خطیر را به سرانجام برسانم.

در فصل ششم از کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، من بر روی این نکته تأکید کرده‌ام که «تنها افراد نامطمئن، در جستجوی امنیت هستند»^{۱۴۲} و آن فصل را با این نقل‌قول از آلبرت انیشتین شروع کرده‌ام: «زیباترین چیزی که ما در زندگی تجربه می‌کنیم، کشف ناشناخته‌ها است. و همین، سرمنشأ حقیقی تمام علوم و هنرها است.»^{۱۴۳} من در ابتدای مسیر آموختن این ایده‌ها به افرادی بودم که همواره در جستجوی توهمی به نام امنیت هستند. اطمینان دارم که در طول این مسیر، خداوند همواره پشتیبان و راهنمایم بوده، و مرا از تمام خطرات این راه به دور نگه داشته است.

¹⁴² only the insecure strive for security

¹⁴³ The most beautiful thing we can experience is the mysterious. It is the true source of all art and science.

این‌ها همه به این خاطر است که من تصمیم گرفتم مسیر خودم را انتخاب کنم، و دنباله‌رو مسیر دیگران نباشم.



فصل ۳۴

در حال صحبت کردن با نایب رئیس انتشارات تی.وای. کروول هستم و از او درباره وضعیت فروش کتابم سؤال می‌کنم. او می‌گوید که «وقتی که تمام شش هزار نسخه چاپ اول کتاب شما به فروش برسد، ما به سراغ چاپ کتاب‌های موجود در لیست تابستان خواهیم رفت. شما به‌عنوان یک نویسنده که نخستین کتابش را چاپ کرده است، باید این را یک موفقیت بدانید.»

حس می‌کنم که کتاب *قلمرو اشتباهات شما* قبل از این که به آن فرصت شکوفا شدن داده شود، در حال پژمردن است، و مدیران انتشارات حسابی از دست مزاحمت‌های من کلافه شده‌اند. وقتی با واحد روابط عمومی تماس می‌گیرم، به من می‌گویند که بودجه‌ای برای تبلیغ کتابم ندارند. با واحد بازاریابی صحبت می‌کنم و آن‌ها می‌گویند که هیچ برنامه بازاریابی برای کتاب من در نظر گرفته نشده است. به افرادی که مسئول توزیع کتابم در کتاب‌فروشی‌های سطح شهر هستند تماس می‌گیرم، اما هیچ‌کدام از آن‌ها جوابم را نمی‌دهند. احساس می‌کنم که دائماً در حال درجا زدن هستم و به هر سمت که می‌روم، به در بسته می‌خورم.

در شرایطی گیر کرده‌ام که کاملاً برایم جدید است. همه چیز بیش از حد بزرگ است - تعداد زیادی واحد مختلف که هیچ‌کدام با دیگری در ارتباط نیستند و اگر مشکلی پیش بیاید، توپ را در زمین همدیگر می‌اندازند و سایر واحدها را مقصر جلوه می‌دهند. من نگران هستم که نتوانم برای تحقق چشم‌اندازی که برای خودم و کتابم دارم، کاری از پیش ببرم. با هرکسی که صحبت می‌کنم، می‌خواهد یک‌جوری مرا دست‌به‌سر کند. تصمیم می‌گیرم که خودم آستین‌هایم را بالا بزنم و کنترل اوضاع را در دست بگیرم. متوجه شده‌ام اگر زمانی که هنوز کتابم در لیست بهاره قرار دارد، تمام نسخه‌های چاپ اول آن به فروش برسد، انتشارات ملزم خواهد بود که برای چاپ دوم اقدام کند.

با یک تماس تلفنی، من نقش یک کتاب‌فروشی را بر عهده می‌گیرم. کتاب‌فروشی وین دایر، بابلون غربی، نیویورک. به‌عنوان مالک یک کتاب‌فروشی با انتشارات تماس می‌گیرم و تمام نسخه‌هایی را که از چاپ اول کتابم باقی مانده است، سفارش می‌دهم تا به انبارم فرستاده شوند (جایی که در واقع پارکینگ خانه‌ام است). دو روز بعد، دوباره با نایب‌رئیس انتشارات تماس می‌گیرم و از او می‌خواهم که دوباره وضعیت کتابم را بررسی کند. او با اوقات تلخی جوابم را می‌دهد، چون از سه ماه پیش که کتاب *قلمرو اشتباهات شما* به چاپ رسیده است، من دست‌کم هفته‌ای دو مرتبه با او تماس گرفته‌ام همین درخواست را از او کرده‌ام.

گزارش‌هایش را نگاه می‌کند تا آخرین وضعیت از موجودی کتابم در انبار انتشارات را به من اطلاع دهد، و انتظار دارد که همه‌چیز مانند همان چند روز قبل باشد که باهم صحبت کرده بودیم. پس از چند دقیقه، درحالی‌که بهت و حیرت در صدایش قابل‌تشخیص است، به من می‌گوید به من می‌گوید که تمام نسخه‌های باقیمانده از چاپ نخست کتابم به فروش رفته است. از او می‌پرسم که اکنون می‌خواهد در این باره چه کار کند، و او می‌گوید که چاپ دوم را در دستور کار قرار می‌دهد، البته این بار تعداد نسخه‌ها به طرز قابل‌توجهی کمتر خواهد بود: شاید چیزی در حدود ۲۵۰۰ نسخه.

حالا من مانده‌ام و بیش از ۴۰۰۰ جلد کتابی که در پارکینگ خانه‌ام انبار کرده‌ام؛ یک هفته بعد، تمام نسخه‌های باقی‌مانده از چاپ دوم را هم سفارش می‌دهم. ناشرم مجبور می‌شود که برای چاپ سوم اقدام کند، درحالی‌که کم‌کم دارند به قضیه مشکوک می‌شوند. در همین حین، من به شرکت در برنامه‌های رادیویی مختلف ادامه می‌دهم، و در سخنرانی‌هایی که دوشنبه‌شب‌ها در پورت واشینگتن برگزار می‌کنم، کتابم را می‌فروشم.

هر روز تا آنجا که بتوانم، به کتاب‌فروشی‌های موجود در مناطق شلوغ شهر نیویورک سر می‌زنم. نسخه‌هایی از کتابم را همراه خودم می‌برم، تا از صاحبان کتاب‌فروشی‌ها بخواهم که آن‌ها را برایم

بفروشدند. سپس هنگامی که در برنامه‌های رادیویی حاضر می‌شوم، از آن کتاب‌فروشی‌ها اسم می‌برم. در همه این برنامه‌های رادیویی کتابم را تبلیغ می‌کنم، و به شنوندگان می‌گویم که دقیقاً از کجا می‌توانند کتابم را تهیه کنند، که باعث می‌شود صاحبان کتاب‌فروشی‌ها واقعاً خوشحال شوند. وقتی دوباره به سراغ آن‌ها می‌روم، دیگر ناچار نیستم که نقش توزیع‌کننده را ایفا کنم، چراکه خودشان کتاب *قلمرو اشتباهات* شما را از انتشاراتم خریداری می‌کنند.

من اکنون خودم نقش یک کتاب‌فروشی را ایفا می‌کنم، برنامه بازاریابی مختص به خودم را دارم، و کار توزیع کتاب‌ها را هم انجام می‌دهم. پائول فارگیس هم حسابی از دست کاغذبازی‌های بی‌حساب انتشارات بزرگ نیویورک خسته شده است. او که از تمام کارهایی که انجام می‌دهم باخبر است، به من توصیه می‌کند که به فکر نوشتن کتاب بعدی‌ام باشم. اما به نظرم هنوز برای این کار زود است - من تازه تلاشم را برای به اشتراک گذاشتن پیام کتاب *قلمرو اشتباهات* شما با مردم آغاز کرده‌ام. به پائول می‌گویم که نوشتن کتاب بعدی‌ام را سال بعد شروع می‌کنم.

اکنون در حال آماده کردن یک برنامه روابط عمومی برای خودم هستم، چراکه مدیر واحد روابط عمومی انتشارات تی.وای. کروول هم از تماس‌های پی‌درپی من خسته شده است. مسئولین انتشارات به من به چشم یک نویسنده تازه‌کار نگاه می‌کنند که هیچ‌گونه اطلاعی از نحوه سازوکار انتشارات بزرگ نیویورک ندارد، و دائماً پایش را از گلیمش درازتر می‌کند. من از مدیر روابط عمومی می‌پرسم که چطور می‌توانم کتابم را در دسترس مخاطبان سراسر کشور قرار دهم. او در پاسخ می‌گوید که تنها یک‌راه برای انتشار کتابم در تمام کشور وجود دارد، و آن چیزی نیست جز حضور در برنامه‌های تلویزیونی که در سرتاسر کشور پخش می‌شوند؛ برنامه‌هایی مثل *د تونایت شو*^{۱۴۴}، *د فیل دوناهو شو*^{۱۴۵}، و *تودی شو*^{۱۴۶}.

¹⁴⁴ The Tonight Show

¹⁴⁵ The Phil Donahue Show

¹⁴⁶ Today show

خانم جوانی به اسم دونا گولد^{۱۴۷} که در واحد روابط عمومی کار می‌کند، مسئول رسیدگی به کارهای من شده است. دونا عاشق کتابم است، و واقعاً از کار کردن با من لذت می‌برد، اما چون هیچ بودجه‌ای برای تبلیغ کتاب *قلمرو اشتباهات شما* در نظر گرفته نشده، واقعاً دستانش بسته است. انتشارات حاضر نیست که برای سفر به گوشه‌کنار کشور بودجه‌ای در اختیارم بگذارد، و هیچ کدام از این برنامه‌های تلویزیونی، کوچک‌ترین علاقه‌ای ندارند تا یک روانشناس گمنام را که تازه اولین کتابش منتشر شده، به برنامه‌شان دعوت کنند. دونا، جوان و پرانرژی است، اما به خاطر قوانین دست‌وپا گیر انتشارات، کاری از دستش بر نمی‌آید.

من نامه‌ای طولانی و پرشور به مدیر واحد روابط عمومی می‌نویسم و در آن به او اطلاع می‌دهم که راه دیگری برای ارتباط با مردم سرتاسر کشور از طریق رسانه‌ها یافته‌ام، و می‌خواهم که خودم - شخصاً - به سراغ آن‌ها بروم. برای این کار نیازی به بودجه انتشارات ندارم، و خودم هزینه‌های سفرم را پرداخت می‌کنم. من کل کشور را به تنهایی می‌پیمایم. کتابم را در دست می‌گیرم و به سراغ بازارهای کوچک‌تر می‌روم، و خودم آن را تبلیغ می‌کنم و مسئولیت توزیعش را بر عهده می‌گیرم. همان کاری که در چند ماه گذشته با موفقیت در شهر نیویورک انجام داده‌ام.

ناشرم تا به حال هیچ‌وقت با نویسندگانی مثل من برخورد نکرده است. آن‌ها تلاش می‌کنند که مرا از این کار منصرف کنند، اما اشتیاقی درونی مرا به انجام این کار وا می‌دارد، و آتش اشتیاق وجودم را می‌سوزاند - ندایی درونی به من می‌گوید که به موانع و مخالفت‌ها توجهی نکنم، و بنا بر غریزه‌ام عمل نمایم. من باید این کار را به تنهایی انجام دهم. دیگر از جنگیدن با سیستم بزرگ و ناکارآمد انتشارات خسته شده‌ام؛ من این کار را به شیوه خودم انجام می‌دهم، و می‌دانم که خداوند مرا در این مسیر راهنمایی خواهد کرد. احساس شوق و شغف سراپای وجودم را فرا گرفته است، و هیچ چیز نمی‌تواند مانع راهم شود.

¹⁴⁷ Donna Gould

دونا گولد قبول می‌کند که از راه دور و در خانه‌اش با من همکاری کند- او واقعاً مانند یک فرشته است. دونای به من می‌گوید که اگر به شهرهای متوسطی مثل شهر کلمبوس در ایالت اوهایو بروم، او با روزنامه‌ها و شبکه‌های تلویزیونی محلی تماس می‌گیرد تا از آن‌ها برایم وقت ملاقات بگیرد. قرار شده است که در ازای این کمک‌هایش، هرچقدر که در توانم بود به او دستمزد بدهم، اما او بیشتر به این خاطر این کار را انجام می‌دهد که به من و پیامی که می‌خواهم به مردم دنیا انتقال دهم، ایمن دارد.

اواسط ماه ژوئن سال ۱۹۷۶ است. دخترم تریسی دیگر هشت‌ساله شده، و من با او در مورد رفتن به این ماجراجویی شگفت‌انگیز برای بازدید از گوشه‌کنار کشور صحبت می‌کنم. او و همسرم هر دو با این کار موافق هستند. طولی نمی‌کشد که کتاب‌ها و وسایلم را در پشت ماشین می‌گذارم و برای حرکت آماده می‌شوم. به همراه همسر و دخترم، و دوستش رابین، سفرمان را آغاز می‌کنیم.

تصمیم دارم به هرجایی که حاضر باشند مرا به‌عنوان مهمان در رسانه‌هایشان بپذیرند، سر بزنم. دونای همه تماس‌ها را می‌گیرد و قرارهای ملاقات را هماهنگ می‌کند. قصد دارم نخست در برنامه‌های رادیویی حاضر شوم و کتابم را معرفی کنم، و به شنوندگان بگویم که از طریق کتاب‌فروشی‌هایی که از قبل انتخاب کرده‌ام، می‌توانند کتاب را تهیه کنند. بعد از اتمام برنامه به سراغ کتاب‌فروشی‌ها می‌روم و کتابم را برای فروش به آن‌ها می‌دهم. معمولاً در طول مصاحبه، همسرم با برنامه تماس می‌گیرد و از مجری می‌پرسد که از کجا می‌تواند این کتاب فوق‌العاده را که مهمان برنامه در مورد آن صحبت می‌کند، تهیه نماید. زمانی که ما به سراغ کتاب‌فروشی‌ها می‌رویم، چندین شنونده قبل از ما نزد آن‌ها رفته‌اند و در مورد کتاب سؤال کرده‌اند، در نتیجه صاحبان کتاب‌فروشی‌ها باکمال میل کتاب‌ها را از ما می‌خرند.

تمام روزم یا به رانندگی در جاده‌ها می‌گذرد، یا با یافتن ایستگاه‌های رادیویی از روی نقشه و رفتن از این یکی به آن یکی سپری می‌شود. معمولاً چند روزی در هر شهر می‌مانم روزی ده-دوازده تا

مصاحبه انجام می‌دهم - گاهی اوقات شب تا صبح بیدار می‌مانم تا در برنامه‌های شبانه به تماس‌های تلفنی پاسخ دهم. دونا در کارش فوق‌العاده است. هرچقدر که بیشتر مصاحبه می‌کنم، بیشتر بر سر زبان‌ها می‌افتد که چه مهمان خوبی برای برنامه‌های رادیویی هستم. من به یک روانشناس رسانه‌ای تبدیل شده‌ام و بسیاری از شبکه‌های رادیویی مایل هستند که مرا به برنامه‌هایشان دعوت کنند.

به همراه همسر و دخترم و دوستش، در سرتاسر کشور می‌چرخیم و در هر شهری که توقف می‌کنیم، تعداد زیادی مصاحبه رادیویی انجام می‌دهم. کم‌کم توجه ناشرم به این کتاب جلب شده است، زیرا با هر مصاحبه‌ای که انجام می‌دهم، سفارش‌های بیشتری از گوشه‌کنار کشور برای خرید کتاب *قلمرو اشتباهات شما* به دستشان می‌رسد. کتاب وارد چاپ چهارم می‌شود و دونا بالاخره اجازه پیدا می‌کند که در ساعات کاری و از دفترش در انتشارات تی.وای. کروول با من همکاری کند. واحد روابط عمومی بودجه‌ای را به کتابم اختصاص داده است. و بالاخره، دست سرنوشت کارش را انجام می‌دهد و هاوارد پاپوش^{۱۴۸}، تهیه‌کننده برنامه *د تونایت شو* با من تماس می‌گیرد.

در ماه سپتامبر، آرتی پاین، مدیر برنامه‌هایم، و پائول فارگیس، ویراستار کتابم به من خبر می‌دهند که کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، در یکشنبه بعدی برای نخستین بار وارد لیست پرفروش‌ترین کتاب‌های نیویورک تایمز می‌شود. برای من، این خبر مثل خبر دریافت جایزه اسکار برای یک بازیگر است.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

وقتی به اختلافاتی که در آن زمان با ناشرم داشتم فکر می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که آن‌ها با نادیده گرفتن من، چه لطف بزرگی در حقم کردند. دقیقاً به همین خاطر، من این فرصت بی‌نظیر را پیدا کردم تا زندگی‌ام را در دستان خودم بگیرم، و در نتیجه زمانی که کارها آن‌گونه که من می‌خواستم

¹⁴⁸ Howard Papush

پیش نمی‌رفتند، هیچ فرد دیگری را سرزنش نکنم. من در تمام زندگی‌ام تلاش می‌کردم که همین‌گونه زندگی کنم، اما این بار فرصتی پیدا کردم تا این درس را در مقیاسی بسیار بزرگ‌تر از قبل، در زندگی‌ام به کار بگیرم.

زمانی که فهمیدم اگر کارها را به دیگران بسپارم، کتابم به دست فراموشی سپرده می‌شود، دو انتخاب داشتم. انتخاب اول این بود که بگویم: «خیلی خوب، به نظر من این شیوه کاری انتشارات بزرگ نیویورک است. من تنها یک چرخ‌دنده کوچک در ماشینی بزرگ هستم، و هر تصمیمی که آن‌ها در مورد نحوه انجام کارها بگیرند، من قبول می‌کنم.» اگر چنین تصمیمی می‌گرفتم، باید به یک موفقیت کوچک و معمولی بسنده می‌کردم و اجازه می‌دادم همه حرف‌هایی که برای گفتن داشتم، به دست فراموشی سپرده شوند.

انتخاب دیگرم این بود که اجازه ندهم نظرات دیگران سد راهم شود، خودم مسئولیت همه‌چیز را بر عهده بگیرم و کاری را انجام دهم که به آن ایمان دارم. در نامه‌ای که به مدیر روابط عمومی انتشارات نوشتم، این حکایت جذاب را که خودم عاشقش هستم برای او بازگو کردم: «زمانی که اسکندر مقدونی که به دیدار فیلسوف بزرگ هم‌دوره خود، یعنی دیوژن^{۱۴۹} رفته بود، از او پرسید: آیا نیاز به چیزی داری؟ دیوژن در پاسخ گفت: بلی، خواهش می‌کنم از جلوی آفتاب کنار برو.»

من از انتشارات تی.وای. کاروول انتظار هیچ‌گونه کمکی نداشتم. تنها چیزی که از آن‌ها می‌خواستم، این بود که سد راهم نشوند، و به دلیل اینکه مطابق میل آن‌ها رفتار نکرده‌ام، در چاپ و نشر کتابم و توزیع آن مانع تراشی نکنند.

من در اعماق وجودم می‌دانستم که باید چه کار کنم. می‌دانستم که نمی‌توانم دست روی دست بگذارم و نابودی رؤیاهایم را تماشا کنم، تنها به این دلیل که دیگران به من و اهدافم باور نداشتند و فکر می‌کردند از من بهتر می‌دانند که باید چه کار کرد- همان کاری که تاکنون همواره انجام

¹⁴⁹ Diogenes

داده بودند. من به آن‌ها گفتم که لطفاً از جلوی آفتاب کنار بروید و اجازه دهید که من رؤیایم را دنبال کنم.

در آن نامه‌ای که به مدیر روابط عمومی انتشارات نوشتم، یکی دیگر از نقل‌قول‌های موردعلاقه‌ام را که از محقق و فیلسوف برجسته آلمانی، فردریش نیچه است، آورده بودم؛ «تو راه خودت را داری و من راه خودم را. درست‌ترین راه، کامل‌ترین راه، یا تنها راه، معنایی ندارد. هیچ کاری نیست که تنها یک راه درست برای انجام دادنش وجود داشته باشد.»^{۱۵۰}

امروز می‌توانم به‌وضوح این مسئله را ببینم که اختلافاتم با انتشارات بر سر نحوه تبلیغ، بازاریابی، و توزیع کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، به من این فرصت را داد تا در شغل نویسندگی، بیشتر از هر چیز به خودم و توانایی‌هایم تکیه کنم، و بتوانم از این تجربه مهم درس بزرگی بیاموزم.

در آن زمان از اینکه می‌دیدم ناشرم آن‌گونه که دوست دارم با من همراهی نمی‌کند، اندکی دلسرد شده بودم. اما حتی برای یک لحظه هم نشد که رؤیا و چشم‌اندازی را که داشتم، فراموش کنم، یا برای رسیدن به هدفم دست از تلاش بردارم. به‌جای اینکه بخواهم این قضیه را برای خودم بزرگ کنم، یا نظام موجود را به دلیل همکاری نکردن سرزنش نمایم، خودم بر اساس تصویر ذهنی‌ای که داشتم، دست‌به‌کار شدم و کنترل زندگی‌ام را در دست گرفتم. من در شهر نیویورک توانسته بودم که این کار را انجام دهم، و هیچ دلیلی نمی‌دیدم که در سایر نقاط کشور (و جهان) موفق نشوم. تنها باید به ندای درونم گوش می‌سپردم و رؤیایم را دنبال می‌کردم.

من در آن زمان تمام پاسخ‌ها را نداشتم، و دقیقاً نمی‌دانستم که چطور یک نفر می‌تواند به‌تنهایی یک کتاب را به موفقیت برساند. اما با توجه به مطالعاتی که در زمینه خودکامبخشی و نظریه‌های آبراهام مازلو داشتم، و به کمک تجربیاتی که از مشاوره دادن به صدها نفر کسب کرده بودم،

¹⁵⁰ You have your way. I have my way. As for the right way, the correct way, and the only way, it does not exist, there is no 'The way' to do anything.

می دانستم که نباید به نظرات مثبت یا منفی دیگران اهمیتی بدهم. همان طور که دوست خوبم مایا آنجلو^{۱۵۱} می گوید: «یک پرنده به این دلیل آواز نمی خواند که جواب دیگران را بدهد، بلکه آواز می خواند زیرا آهنگی برای خواندن دارد.»^{۱۵۲}

اکنون می دانم که هر گاه نظرات و توصیه های دیگران با ندای درونی ام در تضاد بود، باید آن ها را نادیده بگیرم. همین برایم کافی است که بدانم آهنگی برای خواندن دارم، و به یاری خداوند آن را خواهم خواند.



¹⁵¹ Maya Angelou

¹⁵² A bird doesn't sing because it has an answer, it sings because it has a song

فصل ۳۵

از وقتی تصمیم گرفتم که به‌عنوان یک نویسنده مستقل فعالیت کنم، زندگی‌ام به کلی دگرگون شده است. سال ۱۹۷۷ است، و من در سال گذشته تمام‌وقتم را صرف تبلیغ کتاب *قلمرو اشتباهات* شما کرده‌ام.

تقریباً هر سه هفته یک‌بار، به ساحل غربی پرواز می‌کنم تا به‌عنوان مهمان در برنامه تلویزیونی *امشب با جانی کارسون*^{۱۵۳} شرکت کنم. این برنامه که هر شب از تلویزیون سراسری پخش می‌شود، باعث شده تا کتابم در گوشه‌کنار کشور مخاطبان زیادی پیدا کند. هاوارد پاپوش، از لحن ساده و خودمانی من در بیان مطالب، و همچنین داستان‌هایی که تعریف می‌کنم، بسیار خوشش می‌آید و ما به دوستان خوبی برای یکدیگر تبدیل شده‌ایم. او پس از پایان هر قسمت ۹۰ دقیقه‌ای، دوباره از من برای شرکت در برنامه‌های آینده دعوت می‌کند. معمولاً دوشنبه‌شب‌ها به برنامه دعوت می‌شوم و همراه با من افراد مشهور و سرشناس دیگری مانند بیل کازبی^{۱۵۴}، باب نیوهارت^{۱۵۵}، وینسنت پرایس^{۱۵۶}، جون ریورز^{۱۵۷}، و دان ریکلز^{۱۵۸} در برنامه حاضر می‌شوند. بازخورد بینندگان نسبت به حضور من در برنامه همواره مثبت است، و من واقعاً از اینکه می‌توانم به‌طور منظم با مخاطبانی در سرتاسر کشور در ارتباط باشم، خوشحالم.

اکنون همان برنامه‌های تلویزیونی که تا چند ماه قبل حاضر به مصاحبه با من نبودند، سر و دست می‌شکنند تا مرا به برنامه‌شان دعوت کنند. اخیراً در برنامه‌های تلویزیونی پرمخاطبی نظیر *د فیل*

¹⁵³ The Tonight Show Starring Johnny Carson

¹⁵⁴ Bill Cosby

¹⁵⁵ Bob Newhart

¹⁵⁶ Vincent Price

¹⁵⁷ Joan Rivers

¹⁵⁸ Don Rickles

دونا هو شو، تودی شو، د مرو گریفین شو^{۱۵۹}، د مایک داگلاس شو^{۱۶۰}، و گودمورنینگ آمریکا^{۱۶۱} شرکت کرده‌ام. به علاوه، مرتباً به عنوان مهمان افتخاری در برنامه‌های تلویزیونی محلی در سرتاسر آمریکا و کانادا شرکت می‌کنم، و هزینه تمام سفرهایی که برای انجام این مصاحبه‌ها انجام می‌دهم، توسط ناشرم تأمین می‌شود.

من همواره عاشق این بوده‌ام که در مقابل جمعی از مخاطبان قرار بگیرم و در کنار اینکه از مطالب مفید و کاربردی برایشان صحبت می‌کنم، بتوانم آن‌ها را سرگرم نمایم، به همین خاطر از شرکت در این برنامه‌ها بسیار لذت می‌برم. درآمدی که در حال حاضر دارم، زمانی حتی در بلندپروازانه‌ترین تصوراتم هم نمی‌گنجید - برای یک صحبت یک الی دوساعته، حقوق سه ماه یک استاد دانشگاه را دریافت می‌کنم. مدیر برنامه‌هایم، آرتی پاین، مسئول تنظیم زمان این مصاحبه‌ها و سخنرانی‌ها است، و درخواست‌هایی که از سرتاسر کشور دریافت می‌کند، به قدری زیادند که او فرصت سر خاراندن هم ندارد. اکنون من به سرتاسر آمریکای شمالی سفر می‌کنم، تا در کلیساهای، دانشگاه‌ها، جلسات شرکت‌های بزرگ، و گردهمایی‌های عمومی، برای طیف وسیعی از مخاطبان سخنرانی کنم. همان‌طور که تقاضاها افزایش می‌یابد، آرتی دستمزد مرا هم افزایش می‌دهد. باورش برایم سخت است که مردم حاضرند هزاران دلار به من پرداخت کنند، تا همان حرف‌هایی را بشنوند که من همین چند ماه پیش به صورت تقریباً مجانی برای مخاطبانم می‌گفتم.

کتاب قلمرو اشتباهات شما اکنون برای چهاردهمین ماه متوالی است که تجدید چاپ می‌شود. هر هفته انتشارات تی.وای. کروول یک آگهی در روزنامه نیویورک تایمز منتشر می‌کند و از تعداد نسخه‌های جدیدی که در دست چاپ است، خبر می‌دهد. از چاپ نخست کتاب که تنها ۶۰۰۰ نسخه بود، تا این لحظه که کتاب برای چهارمین بار تجدید چاپ شده است، ۲۵۰،۰۰۰ نسخه از آن منتشر شده و به فروش رفته است! *قلمرو اشتباهات شما* به یک پدیده ملی تبدیل شده است، و

¹⁵⁹ The Merv Griffin Show

¹⁶⁰ The Mike Douglas Show

¹⁶¹ Good Morning America

در سرتاسر کشور مردم درباره آن صحبت می‌کنند. تا این لحظه کتابم به چندین زبان زنده دیگر هم ترجمه شده، و با فروش کم‌نظیرش در مناطق مختلف اروپا، آسیا، آمریکای جنوبی، و استرالیا، در فهرست پرفروش‌ترین کتاب‌های جهانی قرار گرفته است.

در یک جلسه تلفنی مشترک با آر تی پاین و پائول فارگیس، آن‌ها به من می‌گویند که دو خبر فوق‌العاده برایم دارند. خبر اول اینکه کتاب *قلمرو اشتباهات شما*، در تاریخ ۸ می ۱۹۷۷، یعنی در روز مادر، به‌عنوان دارنده رتبه نخست، در فهرست پرفروش‌ترین کتاب‌های نیویورک تایمز قرار می‌گیرد. و خبر بعد که به همین اندازه هیجان‌انگیز است، اینکه چاپ بعدی *قلمرو اشتباهات شما*، بین انتشارات مختلف در سرتاسر کشور به مزایده گذاشته شده. انتشارات ایوان^{۱۶۲} با پیشنهادی یک میلیون دلاری در این مزایده برنده شده، و قرار است کتابم را به‌عنوان مهم‌ترین کتاب لیست پاییزش به چاپ برساند.

من همین‌الان خبردار شده‌ام که نویسنده پرفروش‌ترین در کشور شده‌ام، و به‌علاوه اکنون دیگر یک میلیونر هستم! از شدت خوشحالی حس می‌کنم که روی ابرها هستم. درحالی‌که در خانه اجاره‌ای کوچکم در لانگ‌آیلند نشسته‌ام، تلفن را قطع می‌کنم، سرم مابین دستانم می‌گیرم، و اشک شوق از چشمانم سرازیر می‌شود.

تنها کاری که من انجام داده بودم، گوش سپردن به ندای درونم و دنبال کردن رؤیایم بود، و اکنون پاداش این کار را دریافت می‌کردم. درست مانند همان جمله زیبایی که در بازدیدم از محل زندگی هنری دیوید تروی^{۱۶۳} در قرن نوزدهم، بر روی دیوار لایسیوم تروی^{۱۶۴} واقع در شهر کنکورد ایالت ماساچوست^{۱۶۵} خوانده بودم. آموزه‌های این معلم بی‌نظیر، زمانی که دوران دبیرستان را می‌گذراندم، به من کمک کرده بود تا از سد موانع مختلف عبور کنم، و اکنون شخصاً این سخن او

¹⁶² Avon Books

¹⁶³ Henry David Thoreau

¹⁶⁴ Thoreau Lyceum

¹⁶⁵ Concord, Massachusetts

را تجربه می‌کردم: درست زمانی که انتظارش را ندارید، به موفقیت می‌رسید. من هم دقیقاً زمانی به موفقیت رسیدم که اصلاً انتظارش را نداشتم، و به این خاطر خداوند را شاکرم.

با مادرم در دیترویت تماس می‌گیرم تا این خبر خوب را به او بدهم. او هم مانند من از شنیدن این خبر حسابی هیجان‌زده می‌شود. او مرا به یاد شعری می‌اندازد که در سال ۱۹۷۰ برایم سروده بود؛ زمانی که مدرک دکترایم را گرفته بودم. او همان شعر را با آوایی دل‌نشین برایم خواند:

تنها کاری که از دست یک مادر برمی‌آید، این است که فرزندش را راهنمایی کند . . .

و سپس کنار بایستد - من این را خوب می‌دانستم

من نمی‌توانستم به تو بگویم که « این راه درست است

این راهی است که باید انتخاب کنی.»

چراکه خبر نداشتم دست سرنوشت

چه مسیرهایی را پیش روی تو قرار می‌دهد

و نمی‌توانستم تصور کنم که تو تا کجا پیش خواهی رفت

و شاید هرگز این را نفهمم.

با این وجود، در اعماق قلبم

همواره باور داشتم

که تو روزی ستاره‌ها را لمس خواهی کرد . . .

و اصلاً از این بابت غافل‌گیر نخواهم شد!

او از شدت خوشحالی در حال گریه کردن است، و با شیطنت به من می‌گوید دلیل موفقیت کتابم، این است که او نوشته‌های خرچنگ‌قورباغه مرا تایپ کرد تا بتوانم آن‌ها را به ناشرم بدهم. این زن زیبا- کسی که جوانی‌اش را قربانی کرد، تا پس‌ازاینکه پدرم ما را ترک نمود، بتواند خانواده ازهم‌پاشیده‌اش را دوباره دورهم جمع کند، و برای راحتی ما شب و روز به‌سختی کار می‌کرد، بدون اینکه حتی یک‌بار در این‌باره شکایتی بکند- اکنون مادر یک نویسنده میلیونر است؛ نویسنده‌ای که پرفروش‌ترین کتاب کشور را نوشته. قبل از اینکه تلفن را قطع کند، می‌گوید: «دکتر وین دایر معروف، پسر من است! من همیشه می‌دانستم که تو روزی آدم بزرگ و مهمی می‌شوی. تو از کودکی بلندپرواز بودی و رؤیاهای بزرگی در سر داشتی. خیلی دوستت دارم پسرم.»

تلفن را قطع می‌کنم و خداوند را برای این موفقیت بزرگ در زندگی‌ام شکر می‌گویم. هیچ‌گاه فراموش نمی‌کنم که از کجا به این نقطه از زندگی رسیدم، و از خداوند می‌خواهم که به من کمک کند تا از رسیدن به این موفقیت، مغرور نشوم اجازه ندهم نفسم بر من غلبه کند. با خودم عهد می‌بندم که همه اقساط وام‌های مادر و برادرانم را پرداخت کنم، و دیگر اجازه ندهم زیر بار هیچ‌گونه بدهی بروند.

در یک چشم به هم زدن تابستان از راه می‌رسد، و کتاب *قلمرو اشتباهات شما* در کشورهای استرالیا، هلند، سوئد، و نروژ عنوان پرفروش‌ترین کتاب را از آن خود کرده است. من قبول کرده‌ام که به این کشورها سری بزنم و یک تور تبلیغاتی بین‌المللی برای کتابم برگزار کنم.

اکنون در استرالیا به سر می‌برم و کتابم در ویتترین هر کتاب‌فروشی که به آن سر می‌زنم قرار دارد. در حال انجام یک مصاحبه رادیویی هستم که ناگهان برنامه را قطع می‌کنند تا خبر فوت الویس پریسلی^{۱۶۶} را اعلام کنند. پیکر بی‌جان او در حمام منزلش پیدا شده است و پلیس احتمال می‌دهد که بر اثر سوءمصرف مواد مخدر فوت کرده باشد. ۱۶ آگوست ۱۹۷۷ است و در همان

¹⁶⁶ Elvis Presley

زمان که استودیو یک ویژه‌برنامه به مناسبت فوت این «اسطوره موسیقی» پخش می‌کند، من زیر لب برای آمرزش روح او و تسلی غم خانواده‌اش دعا می‌کنم.

در ادامه تور تبلیغاتی‌ام، به هرکجا که می‌روم آهنگ‌های الویس به گوش می‌رسد. در هر مصاحبه‌ای که انجام می‌دهم، نظرم را در رابطه با مرگ او جویا می‌شوند. من درباره طرز فکرهای نادرستی که می‌توانند منجر به اعتیاد شوند صحبت می‌کنم، و سپس از من می‌خواهند تا فصل آخر کتاب *قلمرو اشتباهات شما* را با عنوان «ویژگی‌های فردی که تمام طرز فکرهای نادرستش را از بین برده است» برای بینندگان و شنوندگان بخوانم. در طول همین دوره، تصمیم می‌گیرم که کتاب دومم را در رابطه با شیوه‌های ترک عادت‌های خود-ویرانگری بنویسم که در نهایت می‌توانند زندگی فرد را نابود کنند. با نوشتن این کتاب جدید، می‌خواهم به مردم پیاموزم که چطور می‌توانند ذهنیت قربانی بودن را تغییر دهند و مسئولیت زندگی‌شان را بر عهده بگیرند.

دو هفته بعد را با سفر کردن به شهرهای بزرگ استرالیا و انجام مصاحبه با روزنامه‌ها، مجله‌ها، و شبکه‌های رادیویی و تلویزیونی سپری می‌کنم. از شهرهای پرت^{۱۶۷}، آدلاید^{۱۶۸}، بریزبین^{۱۶۹}، ملبورن^{۱۷۰}، و سیدنی^{۱۷۱} بازدید می‌کنم و در تمام طول این سفر، جدول برنامه‌هایم حسابی فشرده است، طوری که روزی ۱۰ الی ۱۲ ساعت بدون وقفه درگیر مصاحبه‌های گوناگون هستم. هنگامی که استرالیا را ترک می‌کنم، کتاب *قلمرو اشتباهات شما* همچنان پرفروش‌ترین کتاب در آن کشور است، و چندین دعوت‌نامه مختلف دریافت کرده‌ام تا در آینده دوباره برای سخنرانی و مصاحبه به آنجا سفر کنم.

¹⁶⁷ Perth

¹⁶⁸ Adelaide

¹⁶⁹ Brisbane

¹⁷⁰ Melbourne

¹⁷¹ Sydney

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

امروز که به آن لحظه‌های باشکوه رسیدن به موفقیت در دنیای نویسندگی فکر می‌کنم، چیزی را که واضح‌تر از هر چیز دیگری به یاد می‌آورم، احساس رهایی از بزرگ‌ترین ترس درونی‌ام است. از همان ابتدای کار که تصمیم گرفتم دانشگاه را ترک کنم و روی پاهای خودم بایستم، نگران این بودم که نتوانم از عهده تأمین مخارج زندگی بریبایم. من عاشق آن احساس آزادی بودم و واقعاً از آن لذت می‌بردم؛ اما در پس ذهنم همیشه نگران مسائل مالی بودم.

من با تنگدستی و فقر بزرگ شدم و در دوران کودکی‌ام، پدر و مادرم با رکود بزرگ اقتصادی^{۱۷۲} دست‌وپنجه نرم می‌کردند. پول همیشه برای ما دغدغه مهمی بود. از همان دوران، نداری را تجربه کرده بودم، و به دلیل اینکه خانواده‌ام نمی‌توانست ابتدایی‌ترین نیازهایم را تأمین کند، به پرورشگاه فرستاده شدم. مادرم، که در ۲۴ سالگی ۳ فرزند خردسال داشت، ابتدا در فروشگاه فایو-اند-دایم^{۱۷۳} صندوقدار بود، و بعد از آن به‌عنوان یک منشی کار می‌کرد. پدرم، که بارها به خاطر دزدی به زندان افتاده بود، خانواده‌اش را رها کرد و ناپدید شد. من از ۹ سالگی مجبور بودم که برای کمک کردن به تأمین مخارج خانواده کار کنم. هرچایی که زندگی می‌کردم، پول دغدغه مهمی بود. ترس از مشکلات مالی و فقر - و خاطرات گرسنگی و کمبود - عمیقاً در ضمیر ناخودآگاهم حک شده بود.

در نتیجه، رها کردن کرسی استادی دانشگاه در سن ۳۶ سالگی، آن‌هم درحالی که باید مخارج خانواده‌ام را تأمین می‌کردم و هیچ تضمینی نبود که بتوانم درآمدی داشته باشم، تصمیمی بسیار جسورانه برای من بود. من واقعاً از اینکه رئیس خودم باشم لذت می‌بردم، اما ترس اینکه نتوانم مخارج خودم و خانواده‌ام را تأمین کنم، حسابی ذهنم را درگیر کرده بود. اکنون که به آن تصمیم فکر می‌کنم، به‌وضوح متوجه اهمیت احساس ترس و نگرانی می‌شوم - اهمیت اعتراف به آن ترس،

¹⁷² Great Depression

¹⁷³ five-and-dime

به جای اینکه سعی کنم آن را نادیده بگیرم - و اینکه باوجود آن، کاری را انجام دهد که در اعماق وجودم به آن باور دارم. من آن تصمیم را به این دلیل گرفتم که می‌خواستم خودم و کارهایم را با نیمه برتر وجودم هماهنگ کنم، و دیگر نمی‌توانستم به زندگی‌ای که احساس می‌کردم برای من نیست، ادامه بدهم. همان‌طور که به گوشه کنار کشور، و بعد از آن به گوشه کنار دنیا سفر می‌کردم و کاری را انجام می‌دادم که باور داشتم دلیل آمدنم به این جهان است، همه چیز خودبه‌خود درست می‌شد.

وقتی که آر تی و پائول به من خبر دادند که یک میلیونر شده‌ام و دیگر نیازی نیست نگران مسائل مالی باشم، متوجه حقیقت بسیار مهمی شدم. حقیقتی که پاتانجلی^{۱۷۴} ۲۳۰۰ سال پیش آن را بیان کرده است. این عارف بزرگ، سخنی گفته که من تازه در سال ۱۹۷۷ متوجه مفهوم حقیقی آن شدم. او می‌گوید: «وقتی که شما هدف والایی را دنبال کنید و کمر به انجام کار بزرگی ببندید، افکار تان زنجیرها را پاره می‌کنند، ذهنتان از مرزها فراتر می‌رود، آگاهی تان در همه جهات توسعه می‌یابد، و شما خودتان را در دنیایی جدید، باشکوه، و بی‌حدومرز می‌یابید. استعدادهای نهانی و نیروهای درونی تان آشکار می‌شوند و خواهید دید از آنچه تصور می‌کردید، بسیار تواناتر و بزرگ‌تر هستید.»

من عاشق این متن هستم - به خصوص آن قسمتی که درباره نیروهای درونی و پنهان صحبت می‌کند. در درون همه ما نیروهایی وجود دارند که ما فکر می‌کنیم مدت‌هاست از بین رفته‌اند، و دیگر نمی‌توانیم از آن‌ها استفاده کنیم. اما اگر هدفی بزرگ داشته باشیم و در راستای آن گام برداریم، این نیروها دوباره جان می‌گیرند و ما را در مسیری که پیش رو داریم، یاری می‌دهند. من متوجه شدم که از دوران کودکی، همواره نگران پول و مسائل مالی بودم، و این ترس و دلهره بر

¹⁷⁴ Patanjali

بیشتر افکار و تصمیمات من تأثیر می‌گذاشتند. اما چیزی که پاتانجلی گفته بود، در زندگی‌ام به حقیقت پیوست و من آن را با تمام وجودم تجربه کردم.

هنگامی که تصمیم گرفتم رؤیاهایم را دنبال کنم - و کار بزرگی انجام دهم که در این جهان تغییری ایجاد کند - در اولین سالی که شغلم را رها کردم، توانستم بیشتر از مجموع ۳۵ سال گذشته درآمد کسب کنم. اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که: وقتی که ما به هدفمان وفادار می‌مانیم و در برابر مشکلات تسلیم نمی‌شویم، و با ترس‌هایمان روبرو می‌شویم و باشهامت به پیش می‌رویم، آن نیروهای پنهانی دوباره آشکار می‌شوند و به ما نشان می‌دهند که از آنچه تصور می‌کردیم، بزرگ‌تر هستیم. ما کشف خواهیم کرد که با سرمنشأ هستی یکی هستیم، و همان‌طور که حضرت عیسی به زیبایی بیان می‌کند: «زمانی که خداوند با ما باشد، هر چیزی امکان‌پذیر است.»

با خدا بودن، یعنی هدفی را دنبال کنید که باور دارید برای آن به این جهان فرستاده شده‌اید؛ هدفی که از عشق به دیگران سرچشمه می‌گیرد و ندایی در درونتان شما را به سوی آن فرامی‌خواند. چیزی که اهمیت دارد، این است که از مواجه شدن با ترس‌هایتان نهراسید، و ایمان داشته باشید که خداوند در این مسیر پشتیبان شما خواهد بود. اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که پافشاری من برای دنبال کردن ندای درونی‌ام، و گوش سپردن به آن نیمه وجودم که از من می‌پرسید «چطور می‌توانم به دیگران خدمت کنم؟»، به جای اینکه از خودم بپرسم «این کار چه منفعتی برای من دارد؟»، باعث شد که بتوانم بر نگرانی‌هایی که در مورد مسائل مالی داشتم، غلبه کنم.

در طول تمام سال‌هایی که از طریق رسانه‌ها با مردم صحبت می‌کردم، اصلاً به فکر ثروتمند شدن نبودم. در آن زمان، از اینکه کتابم در فهرست پرفروش‌ترین‌های روزنامه نیویورک تایمز قرار گرفت، حسابی غافلگیر شده بودم. پولی که از هر طرف به زندگی‌ام سرازیر می‌شد، کاملاً برایم غیرمنتظره بود. آموزه‌های آبراهام مازلو در مورد انسان‌های خودکامبخش، به من آموخته بود که کارم را بدون هرگونه چشم‌داشتی نسبت به نتایجش دنبال کنم. او مرتباً در نوشته‌هایش تأکید

کرده بود که انسان‌های خودکامبخش، کاری را انجام می‌دهند که قلبشان به آن‌ها می‌گوید، و در عوض انجام آن از هیچ‌کس توقع پاداش ندارند. هدف من دنبال کردن ندای درونی‌ام بود، و تمام آن پیامدهای مثبت، در عین اینکه برایم خوشایند بودند، اما واقعاً مرا غافلگیر کردند.

امروز کاملاً برایم روشن شده است که: اگر انسان ندای قلبش را دنبال کند، و با منبع هستی - همان عشقی که تمام جهان را در بر گرفته است - هماهنگ بماند، بقیه کارها خودشان درست خواهند شد.



فصل ۳۶

جهت شرکت در یک تور تبلیغاتی برای کتابم، به کشور هلند دعوت شده‌ام؛ جایی که اتفاق بی‌سابقه‌ای رخ داده است. ویلی آلبرتی^{۱۷۵}، خواننده و هنرپیشه سرشناس هلندی، در یک برنامه تلویزیونی که در سرتاسر کشور پخش می‌شده، به بینندگان گفته است که اخیراً کتابی را خوانده که زندگی او را به کلی دگرگون کرده است. آن کتاب، همان کتاب من، یعنی *قلمرو اشتباهات شما* بوده است، که با نام «فردا دیر است، همین امروز شروع کنید» به زبان هلندی ترجمه شده. ویلی از بینندگان برنامه درخواست کرده است تا کتاب را بخوانند و توصیه‌های ساده و کاربردی آن را در زندگی‌شان به کار ببرند، تا خودشان تأثیر شگفت‌انگیز این راهکارها را مشاهده کنند. فردای همان روز، تقاضا برای کتاب *فردا دیر است، همین امروز شروع کنید* به طرز بی‌سابقه‌ای که در کل تاریخ انتشارات کشور هلند افزایش می‌یابد.

به آمستردام پرواز می‌کنم تا شخصاً با این بانوی بی‌نظیر که یک‌شبه مرا در هلند و بلژیک به یک ستاره تبدیل کرده است، صحبت کنم. تقاضا برای کتابم به حدی بالا است که کتاب‌فروشی‌ها نمی‌توانند پاسخگوی همه مشتریان‌شان باشند. من در چندین برنامه تلویزیونی مشهور و پر بیننده حاضر می‌شوم و با مجلات و روزنامه‌های بسیاری مصاحبه می‌کنم.

ویلی به من می‌گوید که او عمیقاً تحت تأثیر کلام من در این کتاب قرار گرفته، و بی‌صبرانه منتظر خواندن کتاب‌های بعدی من است. من در کشوری که تاکنون به آنجا نرفته بودم، یک دوست فوق‌العاده پیدا کرده‌ام؛ دوست سرشناسی که حتی به زبان من صحبت نمی‌کند، اما چنان شیفته سادگی کلام و روش تدریس شده است که مشتاقانه می‌خواهد سفیر پیامی باشد که من قصد دارم

¹⁷⁵ Willeke Alberti

به مردم سرتاسر جهان انتقال دهم. صدها هزار نسخه از این کتاب در هلند به فروش رسیده است؛ در کشوری که جمعیت آن تنها ۱۴ میلیون نفر است.

به آمریکا بازمی‌گردم تا با آرتی پاین و پائول فارگیس در مورد ایده‌هایی که برای نوشتن کتاب بعدی‌ام در سر دارم، صحبت کنم. از زمانی که تابستان گذشته، در آن برنامه رادیویی در شهر سیدنی خبر مرگ نابهنگام الویس را شنیدم، این موضوع ذهنم را حسابی درگیر کرده است. می‌خواهم در رابطه با موضوعی بنویسم که واقعاً زندگی مردم را تغییر دهد. در جلسات مشاوره‌ام شاهد بوده‌ام که اگرچه افراد قادرند طرز فکرهای نادرست خود را تغییر دهند و عادات فکری غلط خود را کنار بگذارند، اما همچنان احساس می‌کنند که قربانی عوامل بیرونی متعددی هستند، عواملی که آن‌ها هیچ کنترلی بر رویشان ندارند.

من می‌خواهم به مردم بیاموزم که چطور می‌توانند این ذهنیت قربانی بودن را کنار بگذارند - و به جای اینکه از موضع ضعف به مسائل نگاه کنند، از موضع قدرت وارد عمل شوند و خود، کنترل زندگی‌شان را در دست بگیرند. این موضوع را با آرتی . پائول در میان می‌گذارم و آن‌ها به گرمی از آن استقبال می‌کنند. به نظر من، همین ذهنیت باعث شد که الویس به اطرافیانش اجازه دهد تا او را بازیچه منفعت‌طلبی و سودجویی خود بکنند. چه شد که کنترل زندگی به این شکل از دستانش خارج شد؟ آیا نمی‌توانست در برابر دسیسه‌های افرادی که به دنبال سوءاستفاده از او بودند، مقاومت کند؟ چرا هیچ‌کس در کنارش نبود تا به او نشان دهد که چطور می‌تواند خودش را از شر این رفتارهای خود-ویرانگر^{۱۷۶} نجات دهد؟

من می‌خواهم با همان لحن ساده و خودمانی کتاب *قلمرو اشتباهات شما* که توانسته بود مردم گوشه‌کنار جهان را مجذوب خود کند، کتاب دیگری بنویسم و در آن به مردم یاد بدهم که چطور از افتادن در چنین تله‌ای جلوگیری نمایند؛ همان دامی که زندگی الویس را تباه کرد. من می‌خواهم

¹⁷⁶ self-sabotaging behaviors

به دیگران بیاموزم که چطور خودشان را از شر ذهنیت قربانی بودن رها کنند؛ ذهنیتی که مانند سرطان عمل می‌کند و تاکنون زندگی انسان‌های بسیاری را نابود کرده است. تصمیم گرفته‌ام که نام این کتاب را بگذارم: *سررشته زندگی‌تان را در دست بگیرید*.^{۱۷۷}

از طرف ناشرم پیش‌پرداخت خوبی دریافت کرده‌ام، که برابر است با سقفی که در اولین قرارداد با آن‌ها تعیین شده بود. اما مدیر برنامه‌هایم، یعنی آرتی پاین، اعتقاد دارد که به دلیل موفقیت چشمگیر کتاب قبلی‌ام، آن‌ها باید مبلغ بیشتری به من بپردازند. تاکنون تلاش‌های او برای متقاعد کردن ناشرم به در بسته خورده، اما آرتی مصمم است و دائماً به آن‌ها فشار می‌آورد تا سقف پیش‌پرداخت را افزایش دهند. من دیدگاهم با او متفاوت است، و از او خواهش می‌کنم که به ضوابط قرارداد اولیه‌مان احترام بگذارد. قراردادی که همین ۱۸ ماه پیش با انتشارات تی.وای. کروول امضا کرده بودیم. در آن زمان، همین که کسی پیدا شده بود که می‌خواست کتاب را چاپ کند، برای ما یک موفقیت فوق‌العاده به حساب می‌آمد.

من کاملاً از وضع موجود راضی هستم، و به پول بیشتری احتیاج ندارم؛ اکنون من مالک یک خانه زیبا در فلوریدا هستم، و به همراه خانواده‌ام در آنجا سکونت دارم. از اینکه قرار است کتاب دیگری بنویسم، و این دفعه از قبل اطمینان دارم که کتابم منتشر خواهد شد، احساس هیجان می‌کنم. به آرتی اصرار می‌کنم که بی‌خیال قضیه شود، و دیگر به ناشرمان برای تغییر ضوابط قرارداد فشار نیاورد. من نمی‌خواهم که هیچ دلخوری یا احساس بدی بین ما به وجود بیاید. این مسئله ربطی به پول ندارد، هیچ‌وقت نداشته است، و هرگز هم نخواهد داشت.

وقتی نوشتن را آغاز می‌کنم، خاطره‌ای قدیمی به یاد می‌آید. زمانی که در شهر دیترویت بودم و در دبیرستان پرشینگ تدریس می‌کردم، یک‌بار اعلامیه استقلال^{۱۷۸} را با صدای بلند برای

¹⁷⁷ Pulling Your Own Strings

¹⁷⁸ Declaration of Independence

دانش‌آموزانم خواندم. سپس یکی‌یکی جملات این اعلامیه را که ۲۰۰ سال قبل نوشته شده بود، خواندیم و باهم در مورد معنای هر جمله بحث کردیم.

در آن روز، یک جمله به‌خصوص توجه دانش‌آموزان را به خودش جلب کرده بود:

«تمام تجربیات نشان داده‌اند، تا زمانی که تحمل درد و رنج ممکن باشد، انسان‌ها بیشتر تمایل دارند که با آن درد و رنج کنار بیایند، تا اینکه بخواهند شرایطی را که به آن خو گرفته‌اند، تغییر دهند و وضع موجود را اصلاح نمایند.»^{۱۷۹}

تصمیم می‌گیرم که کتاب را با این جمله آغاز کنم، زیرا به‌خوبی نشان می‌دهد که در کتاب «سررشته زندگی‌تان را در دست بگیرید»، قرار است در مورد چه موضوعی صحبت کنم.

به مدت سه ماه پیایی هرروز مشغول نوشتن هستم، و تمام تلاشم را به کار می‌گیرم تا به خوانندگانم کمک کنم که «وضع موجود را اصلاح نمایند»، و تصمیم بگیرند که دیگر تحت هیچ شرایطی، قربانی هیچ‌چیز و هیچ‌کس نباشند. وقتی نوشتن نسخه خطی کتاب را به پایان می‌رسانم، درست مانند دو سال پیش که نخستین کتابم را نوشته بودم هیجان‌زده هستم، و آن را مانند کودکی تازه متولدشده در آغوش گرفته‌ام.

یک‌بار دیگر با خودم عهد می‌کنم که پیام این کتاب را به گوش مردم سرتاسر جهان برسانم - اما این بار دیگر نیاز نیست که برای این کار، با کسی در انتشارات جروب‌بحث کنم. دونا گولد به‌عنوان مسئول روابط عمومی‌ام انتخاب شده است و به‌صورت تمام‌وقت با من همکاری می‌کند. تصمیم می‌گیرم که برای معرفی کتابم، یک تور تبلیغاتی در سرتاسر کشور برگزار کنم، اما این بار دیگر نیازی نیست که با ماشین خودم به این تور بروم، یا نگران کمبود بودجه و رزرو هتل‌های ارزان‌قیمت

¹⁷⁹ All experience hath shown that mankind are more disposed to suffer, while evils are sufferable, than to right themselves by abolishing the forms to which they are accustomed.

باشم. ترتیب همه کارها از سوی انتشارات داده شده است، و هر چیزی که بخواهم، بی‌هیچ سؤالی در اختیارم گذاشته می‌شود.

کتاب سررشته زندگی‌تان را در دست بگیرید، خیلی زود به صدر فهرست پرفروش‌ترین‌های نیویورک تایمز صعود می‌کند. هنوز به‌طور مرتب در برنامه دتونایت شو حاضر می‌شوم، و به‌تازگی از من دعوت شده است تا در یک گفتگوی ویژه تلویزیونی به میزبانی دینا شور^{۱۸۰} شرکت کنم. هنوز باورم نمی‌شود، دینا شور افسانه‌ای!

در لس‌آنجلس، با مهربان‌ترین، دوست‌داشتنی‌ترین، و بخشنده‌ترین فردی که در صنعت نمایش می‌شناسم، ملاقات می‌کنم. دینا از من خواهش می‌کند تا هر هفته در برنامه تلویزیونی‌اش حاضر شوم، و به کمک بازیگرانی که سناریوهای مختلفی را بازی می‌کنند، به مردم نشان دهم که چطور می‌توانند با موقعیت‌های رایج و متداولی که افراد قربانی دیگران و محیط پیرامونشان می‌شوند، مقابله نمایند. هرماه به لس‌آنجلس پرواز می‌کنم، و هر مرتبه چهار قسمت از این برنامه را ضبط می‌کنیم تا به‌صورت هفتگی برای بینندگان نمایش داده شود. در طول ضبط این برنامه‌ها، دوستی عمیقی بین من و دینا شور شکل می‌گیرد؛ بانویی که به نظرم تجلی تمام و عیار یک فرد خودکامبخش است.

هر هفته مهربانی بی‌حدومرز او را نسبت به تمام افراد حاضر در استودیو نظاره می‌کنم. او با خانمی که مسئول نظافت استودیو است، دقیقاً همان‌طور برخورد می‌کند که با بازیگران مشهور و سیاست‌مداران برجسته که به‌عنوان مهمان در برنامه حاضر می‌شوند، رفتار می‌کند. من از افتادگی و فروتنی این هنرمند مشهور و بااستعداد، که با عشق و محبتی حقیقی همه را در آغوش می‌کشد، عمیقاً تحت تأثیر قرار گرفته‌ام. از اینکه به‌عنوان یک مهمان همیشگی در برنامه‌اش حضور دارم و با او همکاری می‌کنم، به خودم می‌بالم، و افتخار این را دارم که از مشاهده رفتار او که کاملاً نفسش

¹⁸⁰ Dinah Shore

(ایگو) را مهار کرده است، درس‌های زیادی بیاموزم. او برای من یک دوست واقعی، و یک معلم بی‌نظیر است... و به خاطر یافتن چنین دوست و معلمی، از خداوند سپاسگزارم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

یکی از بزرگ‌ترین کشفیات من در زندگی، در نتیجه ملاقاتم با ویلی آلبرتی در هلند به دست آمد؛ کسی که در آن زمان، سرشناس‌ترین خواننده در آن کشور زیبا بود.

لاوتزو در کتاب *تائو ته چینگ* می‌گوید که «خداوند هیچ کاری انجام نمی‌دهد، و هیچ کاری را ناتمام رها نمی‌کند.»¹⁸¹ زمانی که به این جمله معماگونه می‌اندیشم، می‌توانم مفهوم پشت آن را درک کنم، اگرچه نمی‌توانم آن را به‌طور شایسته برای شما شرح دهم. اگر برای هزاران سال، شبانه‌روز به اطراف خود بنگریم، هرگز نمی‌توانیم که با چشم ظاهر خداوند را در حال انجام کاری مشاهده کنیم. ما نمی‌توانیم که صدای او را بشنویم، تصویرش را ببینیم، او را لمس کنیم، و یا رایحه‌اش را استشمام کنیم؛ با این وجود، نیروی ماورائی در کار است که هیچ‌چیز را ناتمام رها نمی‌کند، و کاری را انجام‌نشده باقی نمی‌گذارد - همان نیروی که وقتی ما خودمان را با جهان هستی هماهنگ کنیم و هدفمان را در این جهان دنبال کنیم، ما را یاری می‌دهد.

برای اینکه بتوانم پیام را به گوش مردم اروپا، آسیا، آمریکای جنوبی و هر گوشه دیگری از این کره خاکی برسانم، کار چندانی از دست من بر نمی‌آید؛ اما گویی همه‌چیز خودبه‌خود و به شکلی اسرارآمیز جفت‌وجور می‌شود و همه کارها به‌خوبی پیش می‌رود. من اصلاً نمی‌دانم که نخستین بار، چه کسی یک نسخه از کتابم را در دستان ویلی آلبرتی گذاشت، و یا اینکه چه چیزی باعث شد تا او در یک برنامه زنده تلویزیونی، با چنان شور و اشتیاقی با مردم راجع به آن صحبت کند. من هیچ

¹⁸¹ the great Tao (God) does nothing and leaves nothing undone.

کاری انجام ندادم، اما گویی خواست سرنوشت این بوده است که این اتفاق رخ دهد، و در نتیجه هیچ کاری ناتمام گذاشته نشود.

شکی نیست که نیرویی نامرئی در جهان حضور دارد و بی‌هیچ چشمداشتی، همه‌چیز و همه‌کس را مطابق میلش هدایت می‌کند. این نیرو در درون همه ما حضور دارد، و در هر چیزی که پیرامون ماست - و همه ما جهان را به هم متصل می‌کند. زمانی که من خودم را با این نیرو هماهنگ کنم، نیرویی که در واقع عشقی خالص و بی‌قیدوبند است، هیچ کاری ناتمام رها نمی‌شود. گروه بیتلز^{۱۸۲} چه خوب می‌گوید که: «بگذار هر چه می‌خواهد بشود.»^{۱۸۳}

از آن زمان که برای نخستین بار به هلند سفر کردم، ویلی آلبرتی زیبا و دوست‌داشتنی، همان کار را بارها و بارها برای تک‌تک کتاب‌هایی که می‌نوشتم انجام می‌داد، و مردم را به خواندن آن کتاب‌ها تشویق می‌کرد. اگرچه حتی با یکدیگر هم‌زبان نیستیم، اما به طرز عجیبی با او احساس نزدیکی می‌کنم، گویی که روحمان باهم در ارتباط است. او همان مسیری را طی می‌کند که من در آن گام برمی‌دارم، و ما شانه‌به‌شانه و دست در دست هم، برای انجام دادن رسالت مشترکمان تلاش می‌کنیم. شکی نیست نیرویی که در وجود همه ما هست، ما را در طول مسیر همراهی می‌کند؛ تنها کاری که ما باید انجام دهیم، این است که به ندای درونمان گوش بسپاریم و خودمان را با این نیرو هماهنگ کنیم. ویلی تنها یک نمونه از هزاران همراه دیگری است که به من در انجام رسالتم، که گسترش عشقی الهی در پهنه این کره خاکی است، یاری می‌رسانند. من در این میان، تنها یک پیام‌رسانم. کلماتی که می‌نویسم، متعلق به خودم نیستند؛ من تنها چیزی را می‌نویسم که توسط هستی به من الهام می‌شود.

اکنون که با دید بهتری به گذشته نگاه می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که چگونه هر مرحله از زندگی‌ام، در نگارش کتاب *سررشته زندگی‌تان را در دست بگیرید* نقشی کلیدی داشته است. به یاد دارم

¹⁸² The Beatles

¹⁸³ Let it be.

که از همان دوران کودکی، دیگران همواره می‌خواستند قوانین احمقانه‌شان را به من تحمیل کنند و مرا وادار نمایند تا کارها را به روش آن‌ها انجام دهم؛ و این به معنای آن بود که من قربانی خواسته‌های آنان بشوم. در دورانی که به مراجعه‌کنندگان مشاوره می‌دادم، شواهدی از این قضیه را در زندگی تک‌تک آن‌ها مشاهده می‌کردم. شور و اشتیاقی که برای نوشتن در مورد این قربانیان داشتم، ناشی از این آگاهی درونی بود که *اوضاع می‌تواند تغییر کند و لزومی ندارد که زندگی این‌گونه باشد.* هر فردی می‌تواند شهادت این را به دست آورد که در برابر زورگویی اطرافیانش بایستد، و به آن‌ها اجازه ندهد که خواسته‌هایشان را به او تحمیل کنند و برای او تصمیم بگیرند، یا او را با سیاست‌ها و قوانینشان محدود نمایند.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، می‌بینم که من هم در مواجهه با قدرت‌طلبی دیگران، و زمانی که تلاش می‌کردند خواسته‌هایشان را به من تحمیل کنند، معمولاً تسلیم نفسم (ایگو) می‌شدم. و اگر بخواهم کاملاً با شما روراست باشم، در بازه‌هایی از سال ۱۹۷۸ به نفسم (ایگو) اجازه دادم که بر من غلبه کند؛ زمانی که دو کتابم پر فروش‌ترین کتاب‌های کشور شده بودند، خودم به‌عنوان یک شخصیت تلویزیونی موفق مطرح شده بودم، و هر کجا که می‌رفتم مردم مرا می‌شناختند.

همکاری‌ام با دینا شور، کسی که کاملاً نفسش را به بند کشیده بود، باعث شد که حقیقت را ببینم - من خیلی زود متوجه شدم که از دیگران برتر نیستم. با نگاه کردن به دینا به‌عنوان الگویم، تصمیم گرفتم که در مواجهه با سایرین با تواضع و فروتنی رفتار کنم، و هرگز نگاهی از بالا به پایین نسبت به دیگران نداشته باشم. من هر ماه با این ستاره بی‌نظیر و فوق‌العاده ملاقات می‌کردم - کسی که علاوه بر تعداد زیادی برنامه تلویزیونی موفق، در فیلم‌های سینمایی متعددی بازی کرده بود، و با ۴۰ آلبوم موسیقی پر فروش، به‌عنوان یک خواننده سرشناس هم مطرح بود. دونا شور نه تنها عضو

تالار مشاهیر ال.پی.جی.ای.^{۱۸۴} بود، به‌عنوان یک انسان دوست پرکار و فعال هم جوایز زیادی دریافت کرده بود.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، متوجه می‌شوم که او چه الگوی کامل و بی‌نظیری برای من بوده است. او از همه به نیکی سخن می‌گفت، و هرگز اجازه نمی‌داد شهرتی که دارد، باعث غلبه نفسش (ایگو) بر او شود. اما من که تازه در ابتدای مسیر شهرت قرار داشتم، کم‌کم به نفسم بال‌وپر می‌دادم و رفتارهایی از من سر می‌زد که متناسب با مأموریتم برای خدمت به دیگران نبود. این شهرت ناگهانی نباید بر مأموریت من تأثیری می‌گذاشت، و مشاهده رفتار این بانوی بی‌نظیر که به همه اطرافیانش عشق می‌ورزید، باعث شد که خیلی زود پی به اشتباهاتم ببرم و نفسم را مهار کنم.

من به خاطر حضور دینا در زندگی‌ام، از خداوند سپاسگزارم. برای مدت دو سال، هر هفته به‌عنوان مهمان در برنامه او حاضر می‌شدم، و از مشاهده رفتار و کردارش، درس فروتنی و تواضع می‌آموختم. از زمانی که دینا شور در سال ۱۹۹۴ چشم از جهان فرو بست، سال‌های زیادی می‌گذرد. در طول این سالیان، من همواره لبخند زیبا، عشق و علاقه‌اش نسبت به دیگران، و تواضع و فروتنی‌اش را به یاد داشته‌ام، و تلاش کرده‌ام تا همواره او و رفتارش را سرلوحه زندگی‌ام قرار دهم.

از تو بسیار ممنونم دینای عزیز. من واقعاً خوش‌شانس بودم که افتخار آشنایی با تو را داشتم. خوب می‌دانم که من، تنها یکی از هزاران نفری بودم که حقیقتاً تو را دوست داشتند. این دو سطر آخر از شعر معروف جان کیتس^{۱۸۵}، با نام «قصیده‌ای در باب گلدان یونانی»^{۱۸۶} همواره مرا به یاد تو می‌اندازد.

زیبایی حقیقت است، و حقیقت، زیبایی است - این، همه آن چیزی است

¹⁸⁴ LPGA Hall of Fame

¹⁸⁵ John Keats

¹⁸⁶ Ode on a Grecian Urn

که تو در این کره خاکی می‌دانی، و همه آن چیزی است که باید بدانی.^{۱۸۷}

از تو ممنونم، دینای دوست‌داشتنی. ممنونم که برایم اسوه فروتنی و افتادگی بودی، و به من یاد دادی که در برابر وسوسه‌های نفس (ایگو) که بخشی جدایی‌ناپذیر از شهرت هستند، مقاومت کنم. زیبایی درونی تو، حقیقت زندگی من است!



¹⁸⁷ Beauty is truth, truth beauty—that is all
Ye know on earth, and all ye need to know.

فصل ۳۷

هشتم می ۱۹۷۸ است، و من سوار بر یک قطار به شهر نیویورک می‌روم تا شام را همراه با آرتی پاین بخورم. در طول سالی که گذشت، من در رویدادهای گوناگونی سخنرانی کرده‌ام؛ از سخنرانی برای کسب‌وکارها و دانشگاه‌ها گرفته، تا گردهمایی‌های عمومی و کلیساها. آرتی، دستمزدی را که برای هر سخنرانی دریافت می‌کنم، به‌طور قابل‌توجهی افزایش داده است. با این‌وجود، روزبه‌روز درخواست‌های بیشتری به دستش می‌رسد که از من برای سخنرانی دعوت کرده‌اند.

من در تمام سخنرانی‌ها، از اعماق قلبم صحبت می‌کنم و در طول این چند ساعت، از هیچ نوشته یا متنی کمک نمی‌گیرم. از آنجا که همواره تلاش می‌کنم تا شنوندگانم را بخندانم، یک‌جورهایی کم‌دین هم به حساب می‌آیم. این کاری است که من برای انجامش متولدشده‌ام. واقعاً خوشحالم که بالاخره به آن باور قلبی که به مدت ۱۸ سال مدام آن را با خودم تکرار می‌کردم، دست یافته‌ام و اکنون: من یک معلم هستم.

چهار ماه پیش، این جوک را برای آرتی تعریف کردم: *دانش‌آموزی از معلم آوازش پرسید، «چطور می‌توانم به تالار کارنگی^{۱۸۸} بروم؟» و معلم بدون معطلی پاسخ داد، «با تمرین، تمرین، و تمرین.»* من به مدیر برنامه‌هایم گفتم که حتی فکر سخنرانی کردن در این تالار، چقدر برایم هیجان‌انگیز است. اینکه تنها بر روی آن جایگاه عظیم بایستم، و پا جای پای بزرگانی بگذارم که قبل از من در آنجا سخنرانی کرده‌اند. به او گفتم که این موضوع برایم مانند خواب‌وخیال است، و همیشه این رؤیا را در سر داشته‌ام.

در کمال تعجب، آرتی به من گفت که با یکی از مسئولان تالار کارنگی دوست است، و اگر واقعاً این را بخواهم، می‌تواند ترتیبی اتخاذ کند تا در آن تالار بزرگ و مجلل سخنرانی کنم. با خودم

¹⁸⁸ Carnegie Hall

اندیشیدم، اگر توانسته‌ام تا اینجا راه را بیایم، پس می‌توانم به هرکجا که اراده کنم برسم. به آرتی گفتم: البته که این را می‌خواهم! او هم با دوستش تماس گرفت و ترتیب کارها را داد. البته اگر پول فروش بلیت‌ها کافی نباشد، باید بقیه اجاره تالار را از جیب خودم پرداخت کنم. هرچه باشد، اینجا نیویورک است، بزرگ‌ترین شهر در آمریکا، و تالار کارنگی، بزرگ‌ترین تالار این شهر است.

اکنون در رستوران موردعلاقه آرتی نشسته‌ایم و باهم شام را میل می‌کنیم. قرار است که من، به یکی از بزرگ‌ترین آرزوهایم در زندگی دست پیدا کنم. تالار کارنگی را برای امشب اجاره کرده‌ام، و تا ساعاتی دیگر در آنجا سخنرانی می‌کنم؛ دو روز قبل از تولد ۳۸ سالگی‌ام. از مدیر برنامه‌هایم خواهش می‌کنم تا ممنوعیت ضبط صدا در هنگام سخنرانی‌هایم را بردارد. به او توضیح می‌دهم که این، برخلاف رسالتی است که من برای رساندن پیام به گوش تمام جهانیان بر عهده دارم. من می‌خواهم تا آنجا که ممکن است، مردم بیشتری صدایم را بشنوند، و به حرف‌هایم گوش بسپارند. در این میان پول درآوردن برایم اهمیتی ندارد، و تنها چیزی که مهم است، رساندن پیام به گوش جهانیان است. من دوست دارم که مردم صدایم را ضبط کنند، و آن را برای دوستان و آشنایانشان بفرستند.

آرتی در این باره با من مخالف است، و فکر می‌کند که این کار باعث کاهش فروش برنامه‌های ضبط‌شده‌ام خواهد شد؛ بالاخره، او مدیر برنامه‌های من است و این شغل اوست که از منافع مالی‌ام محافظت نماید. اما در نهایت و با اصرار من، به انجام این کار رضایت می‌دهد.

شام را تمام می‌کنیم و به سمت تالار کارنگی که چند خیابان آن‌طرف‌تر است، راه می‌افتیم. بنای باشکوه تالار از دور نمایان می‌شود، و اسمم را که با نورپردازی روی دیوارهای بلند تالار انداخته‌اند، مشاهده می‌کنم. بزرگان بسیاری قبل از من در این تالار سخنرانی کرده‌اند. به قسمت پشتی تالار می‌روم تا در اتاق لباس‌ها، خودم را برای سخنرانی آماده کنم. احساس شور و هیجان تمام وجودم

را فراگرفته است. نگرانم که در برابر عظمت این تالار و انبوه جمعیت، زبانم بند بیاید و وقتی پرده‌ها کنار بروند، نتوانم چیزی بگویم.

برای ۲۰ دقیقه در سکوت تمرکز می‌کنم تا ذهنم از تمام دغدغه‌ها و نگرانی‌ها خالی شود، و سپس بیرون می‌روم تا مسحور زیبایی این تالار بی‌نظیر شوم. سالن اصلی سقف‌های بسیار بلندی دارد و دورتادور آن را چندین طبقه بالکن احاطه کرده است. بزرگ‌ترین کنسرت‌ها و برنامه‌های نمایشی آمریکا در این تالار بزرگ برگزار می‌شوند؛ همواره افراد مهم و سرشناسی برای تماشای برنامه‌های آن حاضر می‌شوند. نگاهی به تالار می‌اندازم و حتی یک صندلی خالی به چشمم نمی‌خورد. همین‌که سخنرانی را شروع می‌کنم، تمام اضطراب و نگرانی‌ام از بین می‌رود و بی‌هیچ وقفه‌ای به مدت دو ساعت و نیم حرف می‌زنم. پس از تمام شدن صحبت‌هایم، حاضران همگی از جایشان برمی‌خیزند و برای مدتی طولانی مرا تشویق می‌کنند.

در ابتدای سال، من این کلمات را نوشته بودم: «من دو هدف بزرگ دارم که می‌خواهم تا پایان امسال به آن‌ها دست بیابم.» رؤیایم برای سخنرانی در تالار کارنگی، که یکی از این دو هدف بود، امشب محقق شده بود- و همان‌طور که آن جوک قدیمی می‌گفت، من با تمرین، تمرین، و تمرین به اینجا رسیده بودم. دومین هدفم این بود که در یک مسابقه دو ماراتون شرکت کنم و از ابتدا تا انتهای مسیر را بدم. چرا؟ یکی از دلایلم، تجربه‌ای بود که چند سال پیش در زمان تدریس در کلاس‌های ترم تابستان دانشگاه وین استیت داشتم.

در یکی از کلاس‌هایم، گروهی از دانشجویان قرار بود به‌عنوان تمرین، محیط یک کلاس را شبیه‌سازی کنند. دانشجویی که نقش استاد را بازی می‌کرد، کمر بندش را زیر شکمش بسته بود و ادای یک استاد چاق و شکم‌گنده را درمی‌آورد. نمی‌فهمیدم که چرا تمام کلاس زیرچشمی به من نگاه می‌کنند و پوزخند می‌زنند. ناگهان متوجه شدم که آن دانشجو، بدون اینکه قصد بدی داشته باشد، دارد نقش مرا بازی می‌کند. در آن لحظه برای نخستین بار متوجه شدم که اضافه‌وزن دارم.

با خودم گفتم کی این اتفاق افتاده است؟ آن لحظه من هم به همراه بقیه کلاس به شوخی او خندیدم، اما وقتی که به خانه برگشتم، تصمیم مهمی گرفتم.

با خودم عهد کردم که هر طور شده، باید هیکلم را روی فرم بیاورم. همان شب، یک جفت کتانی پوشیدم و برای دویدن بیرون رفتم. هنوز چند صد متر بیشتر ندویده بودم که به نفس نفس افتادم و دیگر نتوانستم ادامه بدهم. سینه‌ام تیر می‌کشید، پاهایم درد می‌کرد، و چشمانم سیاهی می‌رفت. لنگان‌لنگان و آهسته به سمت خانه برگشتم. فردای آن روز هم همین کار را تکرار کردم، اما این دفعه توانستم چند متری بیشتر از دیشب بدوم.

مصمم بودم که تا چهار روز بتوانم مسافت یک مایل را بدوم. روز سوم، درحالی که نیم مایل دویده بودم، متوجه شدم که حتی به اندازه نصف روز اول هم خسته نشده‌ام. در روز چهارم، توانستم به آرامی یک مایل تمام را بدوم. من موفق شده بودم! فهمیده بودم که این پیشرفت‌های تدریجی، تا چه حد به انسان قدرت و انگیزه می‌دهد - مجذوب این شیوه شده بودم.

تنها با گذشت دو ماه از زمانی که دویدن را شروع کرده بودم، به راحتی مسافت ۸ مایل را می‌دویدم. از آن زمان تاکنون، برای دویدن یک برنامه منظم و پیوسته دارم که سال‌ها است به آن پایبند مانده‌ام، و هرروز مسافت مشخصی را می‌دوم. علت همه این‌ها، شوکی بود که آن روز سر کلاس به من وارد شد، و فهمیدم که به یک استاد چاق و شکم‌گنده تبدیل شده‌ام.

برای رسیدن به تالار کارنگی هم همین مسیر را طی کرده بودم - تمرین، تمرین، و تمرین. اکنون به مدت دو سال است که من هرروز ۸ مایل می‌دوم، و تا به حال حتی یک روز هم از زیر دویدن شانه خالی نکرده‌ام. فرقی نمی‌کرد که در کدام گوشه دنیا باشم، هر طور شده بود، زمان و مکان مناسبی را برای دویدن پیدا می‌کردم.

واقعاً آن ساعاتی را که به تنهایی می‌دوم، دوست دارم. در حین دویدن، می‌توانم ذهنم را از هر فکری خالی کنم و تنها از ورزش باد به صورتم لذت ببرم. هنگام دویدن احساس می‌کنم که با

طبیعت یکی شده‌ام، و از اینکه می‌بینم بدنم تا چه حد توانایی دارد، شگفت‌زده می‌شوم. وزنم به ۷۷ کیلوگرم کاهش یافته است، درصد چربی بدنم بسیار پایین است، و از ۲۰ سال پیش که عضو تیم دوومیدانی دبیرستان بودم، تاکنون هیچ‌وقت به این اندازه احساس سلامتی و تندرستی نکرده بودم.

برای رسیدن به هدفم، تصمیم می‌گیرم که روزی ۱۸ مایل بدوم و در طول هفته ۸ ساعت تمرین کنم. اکنون ۱۲۲ م اکتبر است، و من در ماراتون شهر دریاچه‌ها، یعنی شهر مینیاپولیس واقع در ایالت مینه‌سوتا نام‌نویسی کرده‌ام. یک صبح خنک پاییزی است، و همه شرکت‌کنندگان در خط آغاز مسابقه منتظر فرمان داور هستند تا دویدن در مسیری ۲۶,۲ مایلی را آغاز کنند. من در قلبم باور دارم که از پس این کار برمی‌آیم، و هیچ‌چیزی نمی‌تواند سد راهم شوم.

دویدن جزئی از زندگی روزانه من شده است و شرکت در این ماراتون، نتیجه همه تلاش‌هایی است که در این مدت کرده‌ام. نگران این نیستم که با چه زمانی از خط پایان عبور خواهم کرد، و جایگاهم در بین سایر دوندگان که تعدادشان بیش از دو هزار نفر است، چگونه خواهد شد. تنها چیزی که برایم اهمیت دارد، عبور از خط پایان است و اطمینان دارم که می‌توانم این کار را انجام دهم، تا به دومین هدفی که برای امسال در نظر گرفته بودم، دست پیدا کنم.

همان‌طور که مشغول دویدن هستم، صحبت‌های چند نفر را می‌شنوم که درباره دیواری نامرئی که بیشتر دوندگان در مسافت ۲۲ مایلی به آن برخورد می‌کنند، صحبت می‌کنند. از آن‌ها فاصله می‌گیرم تا تصویر ذهنی‌ام از اینکه خوشحال و سربلند از خط پایان عبور می‌کنم، با حرف‌های دل‌سردکننده خراب نشود. در زمان سه ساعت و نیم، مسافت ۲۶,۲ مایلی مسابقه را به پایان می‌رسانم - درحالی‌که زیر لب از آن دانشجویی که باعث شده بود به خودم بیایم و مشکل اضافه‌وزنم را برطرف نمایم، تشکر می‌کنم.

اکنون می توانم به وضوح ببینم

اکنون که به گذشته نگاه می کنم، به خوبی متوجه اهمیت دستیابی به آن دو هدف، و تأثیری که این کار بر ادامه زندگی ام گذاشت، می شوم. زمانی که تصمیم گرفتم در یک مسابقه ماراتون شرکت کنم و کل مسیر مسابقه را یک نفس و بدون راه رفتن یا استراحت بدم، هرگز مسافتی بیشتر از ۸ مایل را ندیده بودم. با این وجود، شرکت در یک ماراتون، برای من مهم ترین دستاوردی بود که به عنوان یک دونده می توانستم به آن دست پیدا کنم. این سخنان مازلو را به خاطر می آورم که می گوید: «انسان های خودکامبخش، باید به هر آنچه می توانند به آن دست پیدا کنند، برسند.» این حرف او، درباره یک نیاز درونی در وجود این انسانهاست، و اینکه حتماً باید به حداکثر توانایی های بالقوه ای که در ذهنشان برای خود متصور هستند، دست پیدا کنند تا این نیاز درونی ارضا شود.

در اواسط ۳۰ سالگی، من سلامتی ام را نادیده گرفته بودم و در نتیجه، گرفتار مشکل اضافه وزن شده بودم. تقریباً از همان زمانی که تدریس و مشاوره را شروع کرده بودم، تمرینات فیزیکی را کنار گذاشته بودم. اگرچه، هیچ وقت از دید دیگران به خودم نگاه نکرده بودم. مرد جوانی که آن روز در کلاس ادای مرا درآورد، یکی از بزرگ ترین درس های زندگی ام را به من آموخت. حتی امروز هم چهره او را به خاطر دارم که دست هایش را به کمر بندش زده و از این سر کلاس به آن سر می رود، و نقش استاد چاقش را بازی می کند. آن لحظه، یک لحظه سرنوشت ساز^{۱۸۹} در زندگی من بود.

اکنون که به آن تجربه فکر می کنم، به جای اینکه با یادآوری آن شوخی آزرده خاطر شوم، به وضوح می بینم که تمام آن دانشجویان، به خصوص کسی که ادای مرا درمی آورد، فرشتگانی بودند که در مسیر زندگی ام قرار گرفته بودند تا مرا راهنمایی کنند. به احتمال خیلی زیاد، آن ها با این کارشان

¹⁸⁹ quantum moment

زندگی مرا نجات دادند. در آن زمان من ندانسته در مسیر خطرناکی پیش می‌رفتم: خوردن بیش‌ازحد غذاهای چرب و ناسالم، نوشیدن مشروبات الکلی، کم‌حرکی و نداشتن فعالیت‌های فیزیکی، و در کل یک سبک زندگی ناسالم که در صورت ادامه یافتن می‌توانست مشکلات حادی برایم پیش بیاورد.

آن مرد جوان به من کمک کرد تا زندگی‌ام را از بسیاری جهات بهبود ببخشم. از آن روز به بعد، به مدت ۲۹ سال تمام هرروز می‌دویدم، و به‌جز آن ماراتون، در شش ماراتون دیگر هم شرکت کردم. به‌علاوه، عادات غذایی‌ام را بهبود بخشیدم و وزنم را ۱۴ کیلو کاهش دادم، و تا به امروز توانسته‌ام که تناسب‌اندامم را حفظ نمایم.

همچنین امروز به‌وضوح قدرت خواستن^{۱۹۰} را درک می‌کنم - منظورم از خواستن، امید یا آرزو نیست، بلکه *خواستن* به معنای عزم و اراده برای رسیدن به چیزی. وقتی که تصمیم گرفتم در یک ماراتون شرکت کنم، در همان لحظه خودم را مجسم کردم که باافتخار در حال عبور از خط پایان هستم. در نتیجه، به نحوی در راستای این تصویر ذهنی عمل کردم که گویی یک واقعیت قطعی و مسلم است. این باعث شد که من هرروز به‌سختی تمرین کنم و خودم را برای تحقق این تصویر ذهنی به چالش بکشم، تا درنهایت به هدفی که در سر داشتم دست پیدا کنم.

نیروی درونی که در هر خواسته و باور قلبی‌ای نهفته است، این بار توسط همان جوانی برانگیخته شد که آن روز در کلاس ادای مرا درآورد - و اکنون به‌وضوح می‌بینم که آن دانشجوی جوان، با این کارش درس ارزشمندی به من آموخت. درواقع، امروز معتقدم که برخی از بزرگ‌ترین و تأثیرگذارترین معلمان ما در زندگی، در پوشش افرادی که از آن‌ها خوشمان نمی‌آید یا حتی از آن‌ها متنفریم، در زندگی ما ظاهر می‌شوند. بعد از گذشت این‌همه سال و طی کردن هزاران مایل

¹⁹⁰ intention

مسافتی که از آن روز به بعد دویدم، اکنون از نیروی هدایتگر هستی که در آن روز، آن جوان را بر سر راه من قرار داد تا مرا به خودم بیاورد، سپاسگزارم.

سخنرانی‌ام در تالار کارنگی، یکی دیگر از لحظات آموزنده در زندگی‌ام بود. من باید هرگونه شک و تردیدی را نسبت به توانایی‌ام در رسیدن به بزرگی و عظمت که در درونم نهفته است، از بین می‌بردم. خواسته‌ام برای سخنرانی در بزرگ‌ترین تالار کشور، باعث شد متوجه شوم ایده‌ای که در تصورات انسان کاشته شود و با نیت و اراده همراه گردد، تا چه حد می‌تواند قدرتمند باشد. امروز به‌خوبی می‌دانم، هر چیزی که زمانی در دنیای مادی پدید آمده است، در ابتدا فقط یک ایده بوده، و ایده‌ای که با عزم و اراده همراه شود، قطعاً محقق خواهد شد. این برای من یک چالش فردی بود- و من می‌خواستم مطمئن شوم که از پس انجام این کار بر خواهم آمد.

یکی دیگر از لحظات تأثیرگذار زندگی‌ام، صحبتی بود که در قرار شام قبل از سخنرانی، راجع به برداشتن ممنوعیت ضبط صدا در سخنرانی‌هایم با آرتی داشتم. من واقعاً دلم می‌خواست بر اساس معیارهایی که مازلو در مورد انسان‌های خودکامبخش تعریف کرده بود، زندگی کنم و کارهایم را بدون داشتن هرگونه چشمداشتی انجام دهم. من نمی‌خواستم که پول دلیل زندگی‌ام باشد، و کارهایم را به خاطر پول انجام دهم. ثروتمند شدن هرگز برایم یک هدف نبوده است، و تنها چیزی که می‌خواستم، این بود که به‌عنوان یک معلم، تا آنجا که ممکن است به افراد بیشتری کمک کنم. هرزمان که یکی از افراد حاضر در جلسه، به من می‌گفت که اجازه ندارند سخنرانی‌ام را ضبط کنند، خاترم آزرده می‌شد. هر فردی که سخنانم را ضبط می‌کرد، فرصت تازه‌ای بود برای رساندن صدایم به گوش دیگران، و در این میان، مسئله کاهش فروش برنامه‌هایم به‌هیچ‌عنوان اهمیت نداشت. از آن شبی که این ممنوعیت برداشته شد، دوباره روحم با جهان هستی هماهنگ شد. من می‌خواستم که همه مردم دنیا صدایم را بشنوند، نه فقط آن‌هایی که قادر بودند در ازای آن بهایی بپردازند.

به‌طور مشابه، هنگامی که آر تی به من گفت در برخی از کشورهای خارجی، بدون اجازه‌ام دارند کتابم را ترجمه می‌کنند و حق نویسندگی مرا پرداخت نمی‌کنند، قبول نکردم که از آن‌ها شکایت کنم. برای من، همین که مردم گوشه دیگری از جهان حرف‌هایم را می‌شنیدند، مایه مسرت و خوشحالی بود، و اصلاً مهم نبود که در این میان پولی گیر من نمی‌آید.

آن دو هدفی که من در شب سال نو ۱۹۷۸ برای خودم تعیین کردم، باعث شد که من در ادامه زندگی‌ام کتاب‌های بسیاری در مورد قدرت خواست و اراده بنویسم. رسیدن به موفقیت و بزرگی، حق طبیعی هر انسانی است و برای این کار، آن‌ها باید نگاهشان را نسبت به مسائل زندگی تغییر دهند.

همان‌طور که سال‌ها بعد لائوتزو به من آموخت، «اگر شما ذهنتان را اصلاح کنید، بقیه زندگی‌تان هم خودبه‌خود سروسامان می‌گیرد.»^{۱۹۱} من ذهنم را اصلاح کردم و ایمان آوردم که می‌توانم به هر چیزی که اراده کنم، دست یابم. درس مهم دیگری که از این اتفاقات آموختم، این بود که گاهی اوقات، بزرگ‌ترین معلمان در زندگی ما، با ظاهری که حتی فکرش را نمی‌کنیم بر سر راهمان قرار می‌گیرند.

¹⁹¹ If you correct your mind, the rest of your life will fall into place.

فصل ۳۸

از من دعوت شده است تا در یک اجلاس یک‌هفته‌ای در شهر وین اتریش شرکت کنم. این اجلاس توسط انجمن رؤسای جوان^{۱۹۲} برگزار می‌شود. اعضای این انجمن افرادی هستند که تا قبل از رسیدن به سن معینی، سکان هدایت یک شرکت و واحد بزرگ را در دست گرفته‌اند، و در سازمان‌هایی در سرتاسر جهان مشغول به کار هستند. من این دعوت را قبول می‌کنم، و دو روز بعد از سخنرانی‌ام در تالار کارنگی، به همراه همسرم به سمت وین پرواز می‌کنیم.

انجمن رؤسای جوان، جمعی از افراد برجسته را برای سخنرانی در این اجلاس گرد هم آورده است، و من افتخار می‌کنم که در بین چنین افرادی حضور دارم. مطمئن هستم که سخنرانی در این اجلاس، یک تجربه فراموش‌نشدنی برای من خواهد بود، چراکه می‌توانم یک هفته بی‌نظیر را به همراه همسرم در کشور اتریش بگذرانم، و در جمع شخصیت‌های سرشناس و برجسته‌ای که برای سخنرانی به این اجلاس دعوت شده‌اند، حضور داشته باشم - از جمله معاون فعلی رئیس‌جمهور آمریکا، والتر ماندیل^{۱۹۳}.

هنگامی که به وین می‌روم، به من می‌گویند که باید برای جمعی ۶۰۰ نفره از اعضای انجمن سخنرانی کنم. بعد از اینکه متوجه می‌شوم قرار است همراه با چه کسی این سخنرانی را انجام دهم، برای چند لحظه زبانم بند می‌آید. من باید به‌عنوان همکار دکتر ویکتور فرانکل^{۱۹۴} و در کنار او سخنرانی کنم. از بین تمام افرادی که هنوز زنده هستند، شاید دکتر فرانکل کسی باشد که من او را بیشتر از همه ستایش می‌کنم. به یاد زمانی می‌افتم که یک دانشجوی دکترا بودم و در کلاس‌های *لوگوترابی* یا *معنادرمانی*^{۱۹۵} شرکت می‌کردم. معنادرمانی یک شیوه روان‌درمانی منحصر به فرد است

¹⁹² Young Presidents' Organization (YPO)

¹⁹³ Walter Mondale

¹⁹⁴ Viktor Frankl

¹⁹⁵ logotherapy

که توسط دکتر فرانکل ابداع شده. او با توجه به تجربیاتش به‌عنوان یکی از بازماندگان فاجعه هولوکاست که در چندین اردوگاه مرگ نازی‌ها از جمله آشویتس و داخائو حضور داشته، این روش را ایجاد کرده است. او قهرمان من است. چهار سال پیش که از داخائو بازدید می‌کردم، دائماً تصویر او جلوی چشمانم می‌آمد و به شکنجه‌هایی که او در اینجا متحمل شده بود فکر می‌کردم.

کتاب معروف دکتر فرانکل به نام *انسان در جستجوی معنا*^{۱۹۶} را، یک‌بار در دوره ارشد و یک‌بار هم در دوره دکترا خوانده‌ام، و همواره به تمام دانشجویانم توصیه کرده‌ام که آن را مطالعه کنند. او در نوشته‌هایش می‌گوید که حتی در پوچ‌ترین، دردناک‌ترین، و غیرانسانی‌ترین شرایط هم زندگی می‌تواند معنا داشته باشد. او به جهانیان می‌گوید: «هر چیزی را می‌توانند از انسان بگیرند، جز یک چیز؛ آزادی انتخاب - انتخاب اینکه با چه دیدی به شرایط بنگرید، و چه راهی را برای خود برگزینید.»

من به خاطر نوشتن دو کتاب، به اینجا دعوت شده‌ام تا در کنار مرد بزرگی سخنرانی کنم که مدت‌ها در اردوگاه‌های مرگ نازی‌ها زندانی بوده است و از زیر شکنجه‌های آن‌ها جان سالم به در برده، تا سرنوشتش را برای جهانیان بازگو کند و به آن‌ها بیاموزد که حتی در بدترین شرایط هم می‌توان معنایی برای زندگی یافت.

من حتی از این که می‌توانم این مرد بزرگ را از نزدیک ببینم، بسیار هیجان‌زده هستم، چه برسد به اینکه بخواهم به‌عنوان همکارش در کنار او سخنرانی کنم. احساس می‌کنم که دلیل مهمی پشت این فرصت غیرمنتظره است. به یاد می‌آورم که نخستین جملات کتاب *قلمرو اشتباهات شما* را با الهام گرفتن از کتاب دکتر فرانکل، یعنی *انسان در جست‌وجوی معنا* نوشته بودم: «جوهره عظمت و بزرگی در این است که انسان بتواند در شرایطی برای زندگی‌اش هدف والایی برگزیند که دیگران دیوانگی را انتخاب می‌کنند.»

¹⁹⁶ Man's Search for Meaning

فردا بعد از ظهر قرار است که در برابر ۶۰۰ مدیر جوان و موفق به روی صحنه بروم، تا در کنار دکتر فرانکل، برای آن‌ها سخنرانی کنم. من در سخنرانی‌های مختلفم، بارها و بارها سخنان او را برای شنوندگان نقل کرده‌ام. هنگامی که از اردوگاه‌های مرگ نازی‌ها بازدید می‌کردم، در ذهنم عظمت و بزرگی این مرد را می‌ستودم؛ مردی که در آن شرایط وحشتناک و زیر غیرانسانی‌ترین شکنجه‌های جسمی و روحی، باز هم توانسته بود زیبایی و معنای زندگی را بیابد. من در رابطه با مفهوم معنادرمانی چندین مقاله نوشته‌ام؛ روشی مبتکرانه که دکتر فرانکل برای روان‌درمانی ابداع کرده است. آن‌طور که خودش در نوشته‌هایش بیان کرده، ایده اولیه برای ابداع این روش، در زیر فریادها و کتک‌های نگهبانان نازی به ذهنش خطور کرده است: «ناگهان پرده‌ای از جلوی چشمانم کنار رفت؛ گویی برای اولین بار در عمرم، حقیقت زندگی را همان‌گونه که شاعران زیادی در شعرهایشان آورده‌اند و متفکران بزرگی آن را به‌عنوان آخرین مرحله از معرفت بیان کرده‌اند، می‌دیدم. این حقیقت که عشق، والاترین هدفی است که هر انسانی می‌تواند در زندگی داشته باشد.»

دقیقاً قبل از اینکه برای سخنرانی به روی صحنه برویم، با دکتر فرانکل ملاقات می‌کنم. او فردی بسیار خونگرم و شوخ است، و با لهجه غلیظ اتریشی صحبت می‌کند. به او می‌گویم که چقدر آثار و نوشته‌هایش را تحسین می‌کنم و مطالعه کتاب *انسان در جست‌وجوی معنا* را همواره به دانشجویانم توصیه کرده‌ام. همچنین به او می‌گویم که در نوشتن دو کتابی که پرفروش‌ترین کتاب‌های آمریکا شده‌اند، از آموزه‌های او و دو معلم دیگرم، یعنی دکتر فریتز ردل و آبراهام مازلو الهام گرفته‌ام. او به من می‌گوید که از نزدیک دکتر ردل را می‌شناسد، و قبل از مرگ دکتر مازلو در هشت سال پیش، با او همکاری داشته است. همچنین از اینکه می‌فهمم با ترجمه آلمانی نخستین کتابم، یعنی *قلمرو اشتباهات شما* آشنایی دارد، بسیار هیجان‌زده می‌شوم.

وقتی از او می‌پرسم که چطور توانسته به مدت سه سال، آن شرایط سخت را در اردوگاه‌های مرگ آلمان نازی تحمل کند، پاسخ می‌دهد: «زمانی که در شرایطی قرار می‌گیریم که نمی‌توانیم آن را تغییر دهیم، باید تلاش کنیم تا خودمان را تغییر دهیم.» او به من می‌گوید وقتی هر روز

یک کاسه آب کثیف با یک سر ماهی که در آن شناور بوده به عنوان غذا به او می‌داده‌اند، حتی در این رفتار زننده زندانبان‌هایش زیبایی را مشاهده می‌کرده است. برایم توضیح می‌دهد که چرا بسیاری از هم‌قطاران‌ش، نه فقط به خاطر آن شرایط وحشتناک و غیربهداشتی، بلکه به دلیل از دست دادن امیدشان، نتوانستند زنده بمانند و تسلیم شرایط شدند.

هنگام صحبت برای مدیران جوان حاضر در سالن، در کنار این استاد بزرگ به شدت احساس کوچکی می‌کنم. او تجسم بی‌عیب و نقص هر آن چیزی است که من آن‌چنان ناشیانه در موردش نوشته‌ام. پس از پایان سخنرانی، ساعتی را به صحبت با این مرد بزرگ می‌گذرانم. تحت تأثیر حس شوخ‌طبعی فوق‌العاده او قرار گرفته‌ام. حتی زمانی که در مورد زندانبانانش در اردوگاه‌های مرگ صحبت می‌کند، عشق و محبت خاصی در لحن و کلامش به چشم می‌خورد. خوب می‌دانم که همسرش در کمپ برگن بلسن فوت کرده، و مادرش در اتاق‌های گاز اردوگاه آشویتس کشته شده است. او به جز خواهرش استلا که در زمان جنگ به استرالیا مهاجرت می‌کند، تمام اقوام درجه‌یکش را در فاجعه هولوکاست از دست داده است.

او به من توصیه‌ای می‌کند تا آن را در زندگی شخصی‌ام به کار بگیرم و در نوشته‌های بعدی‌ام از آن استفاده کنم. او می‌گوید که رنج کشیدن، جزئی از زندگی بشر است و هیچ‌کس نمی‌تواند از آن فرار کند، اگرچه ممکن است در زندگی برخی افراد، این درد و رنج پررنگ‌تر باشد. سپس در چشمانم زل می‌زند و ادامه می‌دهد: «تو باید به مردم یاد بدهی که باوجود این درد و رنج‌ها، معنای زندگی را پیدا کنند و از این طریق داستان غم‌انگیزشان را به یک پیروزی غرورآمیز بدل کنند.» او برایم توضیح می‌دهد که این، اساس و بنیاد معنادرمانی است. «اگر خوانندگان کتاب‌هایت نتوانند معنایی برای زندگی‌شان بیابند، درنهایت محکوم به فنا خواهند بود.»

من در حالی وین را ترک می‌کنم که دیگر آن انسان سابق نیستم. ملاقات با این مردی بزرگ، چیزی را در درونم بیدار کرده است. من می‌خواهم که در نوشته‌ها و سخنرانی‌های آینده‌ام، نکاتی

را که دکتر فرانکل در ملاقاتمان برایم شرح داد، به دیگران پیاموزم، و با خودم عهد می‌کنم که از این به بعد، خیلی بیشتر به معنای زندگی‌ام فکر کنم. قبل از سوارشدن به هواپیما، یک نسخه دیگر از کتاب *انسان در جستجوی معنا* را می‌خرم تا در طول پروازم بار دیگر آن را بخوانم.

کتاب را باز می‌کنم و چشمم به این جمله می‌افتد: «ما که در اردوگاه‌های مرگ آلمان نازی زندگی کرده‌ایم، مردانی را به یاد داریم که در میان کلبه‌ها قدم می‌زدند، به دیگران دلداری می‌دادند، و تنها قرص نانی را که داشتند، به آن‌ها می‌بخشیدند.» در ادامه، دکتر فرانکل یک نقل قول از فردریش نیچه آورده است؛ جمله‌ای که من آن را به خاطر می‌سپارم تا در سخنرانی‌ها و کتاب‌های بعدی‌ام از آن استفاده کنم: «آنان که دلیلی برای زیستن دارند، هر شرایطی را تاب می‌آورند.»¹⁹⁷ من با خودم عهد می‌کنم که در زندگی‌ام و درس‌هایی که به دیگران می‌دهم، معنای حقیقی زندگی را در نظر داشته باشم. از این به بعد، چرایی زندگی‌ام، از چگونگی آن بسیار مهم‌تر خواهد بود.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

نخستین باری که با ویکتور فرانکل آشنا شدم، از طریق مشاهده فیلم مصاحبه او بود، و سخنان او بر اعماق وجودم نقش بست. دکتر فرانکل در آن فیلم راجع به اهمیت یافتن معنایی برای زندگی صحبت می‌کرد، و من احساس می‌کردم که تمام حرف‌هایش را از قبل در اعماق وجودم می‌دانستم. هرگز در قیدوبند نگرانی‌ها و قوانین پوچی که جامعه سعی داشت به من تحمیل کند، نبودم - و حاضر نشدم که برای به دست آوردن تأیید دیگران، مطابق میل آن‌ها رفتار کنم.

دکتر فرانکل در آن مصاحبه، از افرادی سخن می‌گفت که در نتیجه یأس و ناامیدی، نتوانستند سختی‌های آن شرایط وحشتناک را تحمل کنند و جانشان را از دست دادند. او می‌گفت که داشتن معنا و هدفی برای زندگی، همه‌چیز است. دکتر فرانکل، به مردم می‌گفت که باید به تجربه شخصی

¹⁹⁷ He who has a *why* to live for can bear with almost any *how*.

و منحصر به فرد خود از معنای غایی زندگی، که برخی آن را خدا می‌نامند، اعتماد کنند. او اشاره می‌کرد که در اردوگاه‌های مرگ، افرادی که هدف و چشم‌اندازی برای آینده داشتند، از شانس بیشتری برای زنده ماندن در آن شرایط سخت و دشوار برخوردار بودند. چه آن چشم‌انداز، انجام یک وظیفه مهم بود، چه بازگشتن نزد عزیزانشان، باعث می‌شد که آن‌ها سخت‌ترین شرایط را تحمل کنند و امیدشان را از دست ندهند.

لحظه‌ای که دکتر فرانکل را دیدم، احساس نزدیکی عجیبی با او کردم؛ احساسی که تا قبل از آن هرگز نسبت به یک محقق و نویسنده دانشگاهی نداشتم. امروز، هیچ شکی ندارم که نوعی ارتباط بین ما دو نفر وجود داشت. این تصادفی نبود که ۱۵ سال بعد از اولین باری که کتاب *انسان در جستجوی معنا* را خوانده بودم، برای سخنرانی در کنار این مرد بزرگ که همواره او را می‌ستودم، از من دعوت شده بود.

زمانی که نخستین بار در مورد سختی‌ها و شکنجه‌هایی که او در اردوگاه‌های آشویتس، داخائو، و ترزین اشتاد متحمل شده بود خواندم، درد و رنجی را که در آن کلمات بود کاملاً درک می‌کردم، و به خودم قول دادم که یک روز از این محل‌های وحشتناک دیدن کنم. به نحوی اسرارآمیز احساس می‌کردم که روزی این مرد بزرگ را از نزدیک خواهم دید؛ اکنون به‌وضوح می‌بینم که ملاقات با این مرد، از همان ابتدا در سرنوشتم بوده است - زیرا نیرویی نامرئی و غیرقابل توصیف ما را به هم متصل کرده بود. در ماه می سال ۱۹۷۸، آن روزی که در شهر وین این مرد را از نزدیک دیدم، نقطه عطفی در زندگی شخصی و حرفه‌ای من بود.

در آن زمان، من در حال فاصله گرفتن از روانشناسی سنتی بودم و روش ساده و قابل فهمی را که در نوشتن دو کتاب نخستم از آن استفاده کرده بودم، توسعه می‌دادم. اینکه دکتر فرانکل از نحوه نگارش کتاب‌هایم که به زبانی عامیانه و قابل فهم برای همه نوشته شده بودند، تعریف کرد، باعث شد که با شور و شوق بیشتری این مسیر را ادامه دهم. اما پس از ملاقات با او، جوهره یافتن معنای

زندگی در نوشته‌هایم پررنگ‌تر شد - کشف یک معنای نهایی در زندگی که ما را به نیروی هدایت‌کننده هستی متصل می‌کند.

زمانی که از نزدیک با دکتر فرانکل ملاقات کردم، چیزی در درونم بیدار شد، گویی که قبلاً یکدیگر را دیده بودیم و همدیگر را می‌شناختیم. امروز که به آن ملاقات نگاه می‌کنم، به وضوح می‌بینم که من باید در آن روز همراه با قهرمان زندگی‌ام به روی صحنه می‌رفتم تا برای آن مدیران جوان سخنرانی کنم، و باید یک بعدازظهر را با او سپری می‌کردم، تا مسیر درست را برای ادامه راه بیابم و در سخنرانی‌ها و کتاب‌های بعدی‌ام، تأکید بیشتری بر اهمیت یافتن معنایی برتر در زندگی بکنم. اکنون می‌توانم به وضوح بینم که ملاقاتم با دکتر فرانکل تقدیری الهی بوده است، تا من بتوانم به کمک او، دنیایی را که در آن سوی نفس (ایگو) وجود دارد بهتر کشف کنم.

فصل ۳۹

بهار سال ۱۹۸۰ است - آغاز یک دهه جدید. هر دو کتاب نخست به موفقیت چشمگیری دست یافته‌اند و اکنون برای چهارمین سال متوالی در لیست پرفروش‌ترین‌های نیویورک تایمز قرار گرفته‌اند.

زمانی که مسئولان انتشارات تی.وای.کروول در سال ۱۹۷۵ قبول کردند که نخستین کتابم را منتشر کنند، به هیچ‌عنوان انتظار چنین موفقیتی را نداشتند. بعد از موفقیت بی‌نظیر *قلمرو اشتباهات شما*، مدیر برنامه‌هایم، آرتی پاین، از اینکه انتشارات حاضر نبود ضوابط قرارداد اولیه را تغییر دهد و مبلغ بیشتری به من بپردازد، حسابی عصبانی شده بود. اما من به او اصرار کردم که به توافق اولیه‌مان احترام بگذارد و اکنون قرارداد ما با آن‌ها که برای چاپ دو کتاب بود، به پایان رسیده است.

آرتی برای چاپ کتاب بعدی‌ام به سراغ انتشارات سیمون و اسکاستر^{۱۹۸} رفته است؛ یک انتشارات بزرگ و موفق در شهر نیویورک. او با من تماس می‌گیرد تا بگوید: «من با یک انتشارات جدید قرارداد بسته‌ام، و آن‌ها قبول کرده‌اند همان مبلغ پیش‌پرداختی را به تو بدهند که به نظرم کاملاً استحقاقش را داری.» وقتی به من می‌گوید که برای چاپ دو کتاب بعدی‌ام، توانسته ۱٫۵ میلیون دلار به صورت تضمینی از آن‌ها پیش‌پرداخت بگیرد، زبانم بند می‌آید. حتی در مخیله‌ام نمی‌گنجد که به این سطح از ثروت و دارایی رسیده باشم. واقعاً از این بابت خداوند را شکر می‌کنم.

روزهایی را که در حال سفر به این‌طرف و آن‌طرف و یا تبلیغ کتاب "سررشته زندگی‌تان را در دست بگیرید" نیستم، صرف نوشتن کتاب بعدی‌ام می‌کنم. ایده نوشتن این کتاب، پس از سفر به وین و ملاقات با ویکتور فرانکل به ذهنم خطور کرد. این کتاب جدید قرار است توسط انتشارات

¹⁹⁸ Simon & Schuster

سیمون و اسکاستر منتشر شود و نام *تا آسمان‌ها می‌توان بالا رفت*¹⁹⁹ را برایش انتخاب کرده‌ام. قصد دارم با نگارش این کتاب، به مردم بیاموزم که چطور می‌توانند به انسان‌هایی خودکامبخش تبدیل شوند. من ۱۲ سال پیش با مفهوم خودکامبخشی که نخستین بار توسط آبراهام مازلو مطرح شده است، آشنا شدم. همیشه محبت خاصی را نسبت به این مرد بزرگ در قلبم احساس می‌کردم. او دقیقاً در روزی فوت کرد که من مدرک دکترایم را گرفتم؛ در ماه ژوئن سال ۱۹۷۰ میلادی.

دکتر مازلو معتقد بود که تنها انسان‌های بخصوصی می‌توانند به حالت خودکامبخشی برسند، چراکه بیشتر مردم به دنبال ارضای نیازهای سطح پایین‌تر خود می‌روند: *نیازهایی مانند خوراک و پوشاک، احساس امنیت، عشق، احساس تعلق به گروه، و به دست آوردن احترام در نزد دیگران*. او معتقد بود که این نیازها، در سطح‌های پایین‌تر «هرم سلسله‌مراتب نیازها» قرار دارند. در توضیح هرم نیازها، او می‌گوید که تنها انسان‌های معدودی می‌توانند به مرحله‌ای برسند که نیاز به هدف و معنا در زندگی را تجربه کنند.

من در این رابطه تقریباً با نظر دکتر مازلو مخالف هستم. من معتقدم که این حق ذاتی هر انسانی است که به مرحله خودکامبخشی برسد. به نظر من، این حالت در هنگام تولد و به‌طور طبیعی در همه ما وجود دارد- اما همان‌طور که باکمینستر فولر می‌گوید، در نتیجه آموزش‌های غلط جامعه، به تدریج سرکوب می‌شود. ملاقاتی که با دکتر فرانکل داشتم، این دیدگاهم را تقویت کرد و اکنون می‌دانم که تنها من چنین اعتقادی ندارم. این مفهوم حتی در انجیل هم بیان شده است، آنجا که حضرت عیسی می‌گوید: انسان‌هایی که باور داشته باشند، می‌توانند کارهایی حتی بزرگ‌تر از کارهای او انجام دهند.

تصمیم دارم که کتاب *تا آسمان‌ها می‌توان بالا رفت* را با همان لحن ساده و عامیانه دو کتاب قبلی‌ام بنویسم، و در آن بارزترین ویژگی‌های افرادی را که مازلو به آن‌ها «انسان‌های نمونه»

¹⁹⁹ The Sky's the Limit

می‌گوید، شرح دهم. تاکنون ۳۷ ویژگی شخصیتی بارز را در افراد خودکامبخش مشخص کرده‌ام؛ ویژگی‌هایی که بر اساس گفته‌های دکتر فرانکل، همه افراد می‌توانند آن‌ها را در خود ایجاد کنند. دکتر فرانکل می‌گوید زمانی که انسان‌ها در شرایطی قرار می‌گیرند که نمی‌توانند آن را تغییر دهند، باید خودشان را تغییر دهند - این تغییر شامل تمام گذشته و پیشینه شخصی آن‌ها هم می‌شود. می‌خواهم در این کتاب، به‌جای اینکه در مورد چگونگی بنویسم، بر روی معنا و مفهوم مسائل تمرکز کنم - تا از این طریق خوانندگان با اهمیت یافتن معنا و مفهومی در زندگی خود، که دکتر فرانکل به آن اشاره می‌کند، و همین‌طور با بالاترین سطح نیازهای هرم مازلو و ویژگی‌های انسان‌های خودکامبخش آشنا شوند.

سردبیر جدید من در انتشارات سیمون و اسکاستر، مایکل کوردا^{۲۰۰} است؛ او که تاکنون به‌عنوان سردبیر با نویسنده چندین کتاب در فهرست پرفروش‌ترین‌های نیویورک تایمز همکاری کرده، خودش هم چندتایی کتاب نوشته که آن‌ها هم در فهرست پرفروش‌ترین‌های نیویورک تایمز قرار گرفته‌اند. مایکل به فلوریدا پرواز می‌کند و ما یک روز کامل را در کنار ساحل قدم می‌زنیم تا در مورد شیوه‌های تبلیغ برای کتاب *تا آسمان‌ها می‌توان بالا رفت*، صحبت کنیم. در آخر، من نسخه اولیه کتابم را که چندین ماه برای نوشتنش وقت گذاشته‌ام و از آن رضایت کامل دارم، به او می‌دهم.

من و مایکل مرتباً باهم در تماس هستیم. او به من می‌گوید که کتاب تقریباً کامل است و فقط به چند اصلاح جزئی نیاز دارد. او یک ویراستار را از بیرون انتشارات استخدام کرده است، تا این اصلاحات نهایی را انجام دهد و کتاب را ویرایش کند. این برای من یک تجربه جدید است - تا قبل از این، همیشه خودم بر اساس توصیه‌های سردبیر، ویرایش کتاب‌هایم را انجام می‌دادم. با این حال، من به شیوه کار این انتشارات جدید اطمینان دارم. آن‌ها ۱,۵ میلیون دلار بر روی این

²⁰⁰ Michael Korda

کتاب سرمایه‌گذاری کرده‌اند، و مطمئن هستم هر کاری از دستشان بر بیاید انجام می‌دهند تا این کتاب به موفقیت بیشتری دست بیابد.

چند ماه می‌گذرد و من هیچ خبری از پیشرفت فرایند نگارش کتابم دریافت نمی‌کنم. احساس می‌کنم که دوباره در همان شرایطی گیر کرده‌ام که چند سال پیش با جان وریند داشتم، و بیهوده انتظار می‌کشم که فرد دیگری کارش را انجام دهد تا بتوانم کتابم را چاپ کنم. بعد از شش ماه با مایکل کوردا تماس می‌گیرم و به او اصرار می‌کنم که این ویراستار، هر کاری را که تاکنون انجام داده است، برایم بفرستد.

چند هفته بعد، بالاخره بسته‌ای به دستم می‌رسد که حاوی نیمه اول کتابم است که توسط این ویراستار مستقل بازنویسی شده است. از دیدن آن شوکه می‌شوم. اصلاً نمی‌توانم کتابی را که خودم نوشته‌ام در این نوشته‌ها تشخیص دهم. این فرد به خودش اجازه داده است که سبک نگارش مرا به کلی تغییر دهد. کاری که او انجام داده، این است که ایده‌های مرا گرفته و نسخه خودش را نوشته، و در عمل نوشته‌های مرا دور ریخته است. اگرچه سبک نگارش او بد نیست، اما به هر حال این کتابی نیست که من نوشته بودم. من هیچ اثری از نوشته‌های خودم در این نسخه بازنویسی شده نمی‌بینم.

من به تنهایی و با سبک نگارش ساده و قابل‌فهم خودم، دوتا از پرفروش‌ترین کتاب‌های دهه ۷۰ میلادی را نوشته‌ام - اما اکنون با همان چالشی مواجه شده‌ام که در زمان دانشجویی‌ام با آن دست‌وپنجه نرم می‌کردم، و عده‌ای می‌خواهند مرا وادار کنند که با لحنی رسمی‌تر و ادبی‌تر بنویسم؛ لحنی که با نام و شهرت انتشارات سیمون و اسکاستر همخوانی داشته باشد. من با مایکل تماس می‌گویم و به او می‌گویم که صرف‌نظر از اینکه آن‌ها چقدر پول به من پیشنهاد بدهند، حاضر نیستم چنین کاری را انجام دهم. او به من اطمینان می‌دهد که خیلی زود این مشکل را برطرف خواهد کرد.

من دو ماه دیگر انتظار می‌کشم، و هنوز هیچ خبر جدیدی از این ویراستار ناشناس نشنیده‌ام؛ یا بهتر بگویم، فردی که به کل کتابم را تغییر داده و از نو نوشته است. با مایکل کوردا تماس می‌گیرم و با او اتمام حجت می‌کنم: از او می‌خواهم که همان نسخه اولیه‌ای را که به آن‌ها تحویل داده‌ام، به من بازگردانند، تا خودم اصلاحات لازم را در کتابم اعمال کنم. بعد از چند روز بسته‌ای به دستم می‌رسد، و از دو ماه پیش که نسخه بازنویسی شده کتابم را دریافت کردم، ویراستار هیچ کار جدیدی انجام نداده است.

خودم تمام کتاب را بازبینی می‌کنم و به‌ناچار برخی از اصلاحات آن ویراستار را به همان شکل رها می‌کنم، هرچند اصلاً نسبت به نتیجه کار احساس خوبی ندارم. وارد بخش دوم می‌شوم و می‌بینم باینکه کتابم هشت ماه نزد آن ویراستار بوده، هنوز حتی یک صفحه از نیمه دوم را هم ویرایش نکرده است. خودم فرایند ویرایش را تمام می‌کنم، و نسخه نهایی را به انتشارات تحویل می‌دهم. اگرچه این نسخه دقیقاً آن چیزی نشد که می‌خواستم، اما چون برای چاپ کتاب تا آخر سال تحت فشار بودم، در هر صورت اجازه دادم که آن را چاپ کنند.

از اینکه به ناشرم اجازه داده بودم که یک نسخه تغییر یافته از چیزی را که در ابتدا به آن‌ها تحویل داده بودم و به نظرم یک شاهکار تمام‌عیار بود، چاپ کنند، احساس رضایت نمی‌کنم. آن ویراستار گمنامی که کار بازنویسی کتابم را انجام داده بود، خاطرات زندگی شخصی خودش را به نحوی وارد کتاب کرده بود که گویی خاطرات من هستند. کتاب نهایی کتاب خوبی است، و اگرچه تنها از من به‌عنوان نویسنده آن نام برده شده، اما کاملاً نسبت به آن تعلق خاطر ندارم، چرا که حس می‌کنم فرد دیگری چهار فصل اول آن را نوشته است. انگار یک جورهایی هم این کتاب را دوست دارم، و هم نسبت به آن احساس بدی دارم. نیمه دوم کتاب و ضمائم آن، دست‌نخورده باقی مانده و کاملاً نوشته خودم است، اما نیمه اول کتاب کاملاً رنگ و بوی متفاوتی دارد، و من چندان از این بابت خوشنود نیستم.

من در نگارش این کتاب از تمام وجودم مایه گذاشتم، و برای نوشتن این ۷۰۰ صفحه تقریباً یک سال تمام تلاش می‌کردم. قبول دارم که کتاب باید خلاصه‌تر می‌شد، اما از زمان دانشجویی تاکنون، این نخستین بار است که فرد دیگری به من می‌گوید که باید با لحن ادبی‌تری بنویسم. من در همین نقطه و از همین لحظه با خودم عهد می‌کنم که دیگر هرگز اجازه ندهم چنین اتفاقی برای کتاب‌های بعدی‌ام رخ دهد، و فرد دیگری آن‌ها را بازنویسی کند - نه به خاطر پول، نه به خاطر وجهه اجتماعی، و نه به خاطر خوشایند دیگران.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

درسی که از این اتفاق و نگارش کتاب *تا آسمان‌ها می‌توان بالا رفت* توسط یک نفر دیگر گرفتم، این بود: همیشه مراقب آن‌هایی که ادعا می‌کنند از تو بهتر می‌دانند، باش. من اصلاً به دنبال این نبودم که یک جایزه ادبی را برنده شوم، و به‌هیچ‌عنوان تمایل نداشتم که به سبک دیگری کتابم را بنویسم. من می‌خواستم مانند همیشه، بی‌پرده و ساده حرفم را به مخاطبانم انتقال دهم، تا از این طریق به آن‌ها کمک کنم که به بالاترین سطوح خود کامبخشی دست پیدا کنند.

اکنون به‌خوبی می‌دانم که با اجازه دادن به فرد دیگری برای اینکه به من دیکته کند کتابم باید چطور باشد، باعث شدم انرژی کتاب *تا آسمان‌ها می‌توان بالا رفت* آلوده شود. زمانی که نسخه نهایی کتاب را در دستانم گرفتم، کاملاً احساس متفاوتی نسبت به دو کتاب قبلی‌ام داشتم. در تمام مصاحبه‌هایی که برای تبلیغ این کتاب انجام دادم، آن شور و هیجان قبلی را که نسبت به نوشته‌های قبلی‌ام احساس می‌کردم، نداشتم.

اکنون به‌وضوح می‌بینم که خدشه‌دار شدن اصالت کتاب توسط یک غریبه، باعث شد که همه‌چیز در مورد آن تغییر کند. به‌طور ناخودآگاه، تلاشی که برای معرفی و تبلیغ آن می‌کردم به‌شدت کم شده بود. هر وقت که یکی از آن صفحاتی را که توسط آن ویراستار بازنویسی شده بود باز می‌کردم،

احساس ناخوشایندی وجودم را در بر می‌گرفت، گویی که یک ابر سیاه نامرئی بر سرم سایه انداخته است. با خودم می‌گفتم، من این کتاب را این‌گونه ننوشته‌ام، اما اسم من به‌عنوان نویسنده روی جلد آن آمده است.

در صفحه نخست کتاب نوشته بودم: «به یاد و خاطره آبراهام اچ. مازلو- مردی که بنیان‌گذار مطالعات در رابطه با عظمت ذاتی انسان‌ها بود.» می‌خواستم که این کتاب را از اعماق قلبم بنویسم و آن را راهنما و معلم تقدیم کنم. اما این‌طور احساس می‌کردم که با تسلیم شدن در برابر فشارهایی که به خاطر پیش‌پرداخت هنگفتی که دریافت کرده بودم به من وارد می‌شد، هم دکتر مازلو و هم دکتر فرانکل را ناامید کرده‌ام. این طرز فکر که به خاطر مبلغ زیادی که دریافت کرده بودم، باید تسلیم خواسته‌های دیگران می‌شدم، احساس بسیار ناخوشایندی به من می‌داد.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که من باید این درس مهم را می‌آموختم. در تمام کتاب‌های بعدی‌ام که از سال ۱۹۸۰ تاکنون منتشر کرده‌ام، هرگز اجازه ندادم که چنین اتفاقی تکرار شود. به دنبال تجربه‌ای که بر سر انتشار کتاب *تا آسمان‌ها می‌توان بالا رفت* کسب کردم، بعدها خانمی را یافتم که به ویراستار شخصی‌ام بدل شد. اگر من این تجربه را از سر نمی‌گذراندم، هیچ‌وقت این انگیزه را پیدا نمی‌کردم که برای یافتن و آموزش دوست و ویراستار عزیزم، جوآنا پایل^{۲۰۱} تلاش کنم. کسی که در طول ۳۳ سال گذشته، همواره در ویرایش کتاب‌هایم با من همکاری کرده، و کارش را به بهترین شکل ممکن انجام داده است. امروز، وقتی که بحث نویسندگی پیش می‌آید، او مانند نیمه گم‌شده من است. جوآنا دقیقاً می‌داند که در فکرم چه می‌گذرد، و بدون اینکه لازم باشد به او بگویم، دقیقاً همان کاری را انجام می‌دهد که من می‌خواهم. به دنبال آن تجربه ناخوشایند، من این شانس را به دست آوردم که با جوآنا آشنا شوم، کسی که کاملاً سبک نویسندگی مرا درک می‌کند و در تمام این سال‌ها برای ویرایش کتاب‌هایم به من کمک کرده است.

²⁰¹ Joanna Pyle

این درس بسیار مهمی برای من بود. من یاد گرفتم که همیشه مراقب افرادی باشم که می‌خواهند وارد زندگی‌ام شوند و برای من تصمیم بگیرند. اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که انرژی پیرامون کتاب *تا آسمان‌ها می‌توان بالا رفت* لکه‌دار شد، چراکه من تا انتها بر روی انجام کاری که *باور* داشتم درست است و قلبم به من الهام می‌کرد، پافشاری نکردم.

از زمان چاپ کتاب *تا آسمان‌ها می‌توان بالا رفت* بیش از ۳۰ سال می‌گذرد، و در تمام این مدت، آن کتاب تنها کتابی بود که من نوشتم، و سود حاصل از انتشار آن کمتر از پیش‌پرداختی بود که دریافت کرده بودم.



فصل ۴۰

ساعت ۱۰ صبح روز ۱۵ اکتبر ۱۹۸۲ است. در شهر کوچک ماراتون^{۲۰۲} واقع در کشور یونان هستیم، تا به همراه ۱۵۰۰ نفر دیگر که از سراسر دنیا به اینجا آمده‌اند، در مسابقه ماراتون سالانه آتن شرکت کنم. قرار بود که مسابقه رأس ساعت ۷ صبح شروع شود، اما به دلیل برخی مشکلات پیش‌آمده، ساعت ۱۰ آغاز می‌شود، و این یعنی که در گرم‌ترین ساعات روز به شهر آتن که در فاصله ۲۶٫۲ مایلی از شهر ماراتون قرار دارد، خواهیم رسید. باین‌وجود، از همان آغاز مسابقه من اطمینان دارم که این بار نسبت به دفعات قبلی زمان بهتری را ثبت می‌کنم. از چهار سال پیش که برای نخستین بار در یک ماراتون شرکت کردم، این پنجمین مسابقه‌ای است که در آن شرکت می‌کنم.

همان‌طور که در مسیر مسابقه پیش می‌رویم، هوا لحظه‌به‌لحظه گرم‌تر می‌شود و بیشتر مسیر سربالایی است. پس از طی کردن مسافت ۲۱ مایل، به حدی خسته شده‌ام که تاکنون سابقه نداشته است. بدنم می‌لرزد و در حال بالا آوردن هستیم. در اطرافم دوندگان یکی‌یکی از حال می‌روند و با برانکارد آن‌ها را برای دریافت کمک‌های اولیه به درون آمبولانس‌ها می‌برند.

به دلیل اینکه دیرتر از زمان مقرر وارد شهر آتن شده‌ایم، باید در مسیری که از کنار خودروها می‌گذرد بدویم. آلودگی هوا به شدت زیاد است و دود ماشین‌ها حسابی اذیت می‌کند. مسئولیم مسابقه تلاش می‌کنند که مرا به درون یک آمبولانس ببرند، باین‌حال من نمی‌توانم تصور کنم که بعد از آمدن این‌همه راه به یونان، جا بزنم و از مسابقه انصراف بدهم.

همان‌طور که در کنار خیابان و زیر آفتاب داغ دراز کشیده‌ام و از خستگی نای تکان خوردن ندارم، احساسی وجودم را فرامی‌گیرد که تنها می‌توانم بگویم شبیه یک معجزه است. بانویی روحانی

²⁰² Marathon

و نامرئی که اغلب در رؤیاهایم و گاهی اوقات هم در بیداری و زمانی که به راهنمایی احتیاج دارم، به سراغم می‌آید، در کنارم حاضر شده است و وجودش را احساس می‌کنم. تنها چیزی که می‌توانم در مورد او بگویم، این است که چشمان گیرایی دارد هنگام حرف زدن با من، لبخند می‌زند. این موجود ماورائی اکنون که من در کنار خیابان دراز کشیده‌ام، به سراغم آمده است و مستقیماً با من حرف می‌زند. او به من می‌گوید که من قوی‌تر از آن چیزی هستم که فکر می‌کنم، و او به من کمک خواهد کرد تا از خط پایان این مسابقه عبور کنم.

اکنون دیگر به شرایط نامناسب و مسائلی که مرا آزار می‌دهند، فکر نمی‌کنم - ترافیک خیابان‌ها، گرمای هوا، دود ماشین‌ها، دیگر هیچ‌کدام برایم اهمیتی ندارند. همراه نامرئی من، این بانوی شگفت‌انگیز، که چیزی بیشتر از یک وهم و خیال زائیده ذهنم است، در کنارم ایستاده، دستانم را در دست گرفته و با چشمان آبی و زیبایش مرا متقاعد می‌کند که چیزی بیشتر از یک جسم خسته و فرسوده هستم. من یک موجود روحانی هستم، و روحم می‌تواند از عهده انجام هر کاری بربیاید، چراکه نه در بند مکان و زمان است، و نه اسیر این جهان مادی. از نقطه‌ای که اکنون هستم، پنج مایل تا انتهای مسیر مسابقه فاصله دارم، اما می‌توانم به وضوح خودم را ببینم که در حال عبور از خط پایان هستم. پاهایم دیگر درد نمی‌کنم، و حالت تهوع ندارم. ناگهان انرژی ازدست‌رفته‌ام را بازمی‌یابم و دوباره احساس قدرت می‌کنم. این یک معجزه است.

وارد ورزشگاه قدیمی المپیک می‌شوم، و دورتادور آن می‌دوم تا مسافت ۲۶،۲ مایل کامل شود. هنگام عبور از خط پایان، دستانم را بالا می‌برم و با خوشحالی فریاد می‌زنم، «ما پیروز شدیم.» افسانه‌ها می‌گویند که فیدیبیدس^{۲۰۳}، سرباز و دونده یونانی، هنگامی که از دشت‌های ماراتون دوان‌دوان به سمت آتن می‌آید و وارد شهر می‌شود تا خبر پیروزی ارتش یونان بر سپاهیان پارس

²⁰³ Pheidippides

را به مردم بدهد، این کلمات را بر زبان می‌آورد و سپس از شدت خستگی به زمین می‌افتد و می‌میرد.

در آن لحظه، هیجان تمام وجودم را فراگرفته است، و من متوجه می‌شوم که باید در مورد بانوی همراهم که به من برای رسیدن به این پیروزی کمک کرد، بنویسم. هنگامی که به آمریکا بازمی‌گردم، به آرتی می‌گویم: «من می‌خواهم داستانی در مورد بانوی خردمندی که در رؤیاهایم به سراغم می‌آید، و چیزهایی که در لحظات دشوار زندگی در گوشم نجوا می‌کند بنویسم.» آرتی چندان با این فکر موافق نیست و از من می‌خواهد که به جای آن، به نوشتن کتابی با موضوعاتی مشابه کتاب‌های قبلی‌ام فکر کنم.

با همسر، راجع به تمایلم به نوشتن یک کتاب در مورد بانویی که در رؤیاهایم به سراغم می‌آید و نامش را «آیکیس^{۲۰۴}» گذاشته‌ام، صحبت می‌کنم. اسم آیکیس را با وارونه کردن حروف اسم دختر کوچکمان، اسکای^{۲۰۵}، که یک سال پیش به دنیا آمد، و قرار دادن حرف آی در آن، برای اشاره به نیمه برتر وجود، ساخته‌ام.

به مایکل کوردا، سردبیرم در انتشارات سیمون و اسکاستر اطلاع می‌دهم که قصد دارم یک داستان با چهارچوبی مشابه داستان مرغ دریایی^{۲۰۶} از جاناتان لیوینگستون^{۲۰۷} بنویسم. من قصد دارم تا این راهنمای درونی‌ام، یعنی آیکیس را شخصیت اصلی داستان قرار دهم. او در یک سیاره خیالی زندگی می‌کند که همه افراد آن، بر اساس واقعیت زندگی می‌کنند. این یعنی مردم ساکن در آن سیاره، نمی‌توانند هیچ الگوی ذهنی غلطی داشته باشند، چراکه ذهن آن‌ها محدود به واقعیت‌های موجود است، نه چیزی که آن‌ها دلشان می‌خواهد.

²⁰⁴ Eykis

²⁰⁵ Skye

²⁰⁶ Seagull

²⁰⁷ Jonathan Livingston

مدیر برنامه‌هایم، ناشرم، و تقریباً تمام افرادی که دوروبرم هستند، به من توصیه می‌کنند که بی‌خیال این ایده نوشتن یک داستان خیالی شوم، و کاری را انجام دهم که تاکنون در آن موفق بوده‌ام: نوشتن کتاب‌های خودیاری که ریشه در دانش و تجربه من به‌عنوان یک روانشناس و مشاور دارند. اما من برای نوشتن این داستان خیالی مصمم هستم، و حتی از همین‌الان اسم این کتاب را هم انتخاب کرده‌ام: *هدیایی از آیکیس*^{۲۰۸}.

در این داستان، آیکیس به جهان ما سر می‌زند، جایی که الگوهای ذهنی نادرست در همه‌جا دیده می‌شود، و با توجه به دیدگاه واقعیت محوری که بر جهان خودش حاکم است، راز زندگی کردن به‌صورت یک انسان خودکامبخش را به ما می‌آموزد.

پس از تجربه‌ای که در یونان و در آن مسابقه ماراتون کسب کردم، نمی‌توانم این فکر را از سرم بیرون کنم که آیکیس تنها زائیده تصورات من نیست؛ بلکه یک راهنمای روحانی است که واقعاً می‌تواند با من صحبت کند و در زمان‌های دشوار، راه درست را نشانم دهد. من به راهنمایی‌های او تکیه می‌کنم، و از زمانی که تصمیم گرفته‌ام این کتاب را بر اساس درس‌هایی که او به من داده است، بنویسم، حضورش را بیشتر و بیشتر در کنارم احساس می‌کنم.

به یاد می‌آورم که چطور آن روز بر روی پیاده‌رو خیابان‌های آتن دراز کشیده بودم و می‌دیدم که امدادگران، بسیاری از شرکت‌کنندگان را با برانکارد به سمت آمبولانس‌ها می‌برند. چیزی نمانده بود که من هم از مسابقه انصراف دهم، چراکه دیگر رمقی برایم نمانده بود. دقیقاً به یاد دارم که در یک لحظه، حضور آیکیس را در کنارم احساس کردم، گویی که با انرژی‌اش مرا در آغوش کشید و به من این توان را داد که مسابقه را تمام کنم. من پنج مایل آخر مسابقه را با کمک فرد یا نیرویی دویدم که نمی‌توانم آن را توصیف کنم، اما درواقعیت داشتن آن هیچ شکی ندارم. من می‌خواهم این داستان را بنویسم، و اطمینان دارم که آیکیس در نوشتن آن مرا یاری خواهد داد.

²⁰⁸ Gifts from Eykis

قرار است که ماه بعد برای صحبت در یک گردهمایی ملی به شهر هونولولو^{۲۰۹} در جزایر هاوایی بروم، و تصمیم گرفته‌ام که نوشتن این داستان خیالی را در سواحل وایکیکی^{۲۱۰} آغاز کنم. کاغذ و قلم را برای نوشتن برمی‌دارم و با این قصد به هاوایی می‌روم که قبل از برگشتن به خانه، نوشتن نسخه اولیه کتاب را تمام کنم.

در طول دو هفته آینده که در شهر زیبای هونولولو اقامت دارم، هرروز به نقطه موردعلاقه‌ام در کنار ساحل می‌روم، روی صندلی‌ام می‌نشینم و مشغول نوشتن می‌شوم. گویی که داستان، بدون اینکه بخواهم خودم را به زحمت بیندازم به من الهام می‌شود. هرروز این احساس را دارم که انگار فرد دیگری قلم را بر روی کاغذ به حرکت درمی‌آورد، و من تنها با او همراهی می‌کنم. هیچ خط داستانی از پیش تعیین‌شده‌ای ندارم و نمی‌دانم که این داستان چگونه پیش خواهد رفت - تنها کاری که می‌کنم، نوشتن است، بدون اینکه بخواهم به چیزی فکر کنم. هرروز تعدادی کاغذ برمی‌دارم، به کنار ساحل می‌روم، به صدای امواج اقیانوس و مرغان دریایی گوش می‌دهم، بازی کودکان را تماشا می‌کنم، و به کلمات اجازه می‌دهم که بر روی کاغذ جاری شوند.

بعد از دو هفته، وسایلم را جمع می‌کنم و به جزیره مائویی^{۲۱۱} می‌روم. در دو هفته آخری که مشغول نوشتن کتاب هستم، همسرم به من ملحق می‌شود و دخترمان اسکای را هم که اکنون ۱۵ ماهش است، با خود می‌آورد. در اینجا هم هرروز به یک نقطه از ساحل می‌روم و نوشتن را ادامه می‌دهم. در فصل سوم کتاب *هدایایی از آیکیس*، شخصیت اصلی داستان، جهان «عجیب اما شگفت‌انگیز» خود را رها می‌کند و به زمین می‌آید، تا هدایایش را در مورد اسرار زندگی یک انسان خودکامبخش با ما به اشتراک بگذارد. داستان بدون هیچ زحمتی به پایان می‌رسد و من

²⁰⁹ Honolulu

²¹⁰ Waikiki

²¹¹ Maui

نسخه اولیه را به انتشارات سیمون و اسکاستر تحویل می‌دهم. باینکه آن‌ها چندان موافق این ایده نبودند که من یک داستان خیالی بنویسم، اما کاملاً از من حمایت کردند.

اواخر سال ۱۹۸۳ میلادی است و کتاب جدیدم به بازار عرضه شده است. برای اینکه بتوانم پیام‌هایی را که در دل کتاب *هدایایی از آیکیس* نهفته است به مردم انتقال دهم، به شدت هیجان‌زده هستم، و کمپینی را به راه می‌اندازم تا این کتاب را در سرتاسر آمریکا و کانادا تبلیغ کنم. هزاران نسخه از کتاب را خریده‌ام آن‌ها را با هزینه خودم برای خریداران ارسال می‌کنم. به اشتراک گذاشتن داستان آیکیس و هدایای او با مردم جهان، برایم به صورت یک شغل تمام‌وقت درآمدی است. با شور و اشتیاق فراوان، دوباره تمام فرآیند فروش کتابم را خودم بر عهده می‌گیرم، مانند همان کاری که هفت سال پیش در مورد کتاب *قلمرو اشتباهات شما* انجام دادم. میزان فروش کتاب و یا راه یافتن به فهرست پرفروش‌ترین کتاب‌ها برایم اهمیت ندارد. هدف من از تمام کارهایی که انجام می‌دهم، رساندن داستان آیکیس به گوش مردم جهان است، و حقیقتاً از این کار لذت می‌برم.

در تمام این مدت، آیکیس در خیالاتم با من حرف می‌زند. دائماً انرژی او را در کنارم احساس می‌کنم، و می‌دانم که سعی دارد مرا به سمت یک شیوه زندگی روحانی‌تر راهنمایی کند. زیاد از آیکیس به عنوان یک روح راهنما که در زندگی‌ام است، صحبت نمی‌کنم، اما برای من او کاملاً واقعی است.

بعد از خرید ده‌ها هزار جلد از کتاب *هدایایی از آیکیس* و توزیع آن‌ها در بین مردم سرتاسر دنیا، می‌دانم که باید به سراغ نوشتن کتاب‌های بعدی‌ام بروم. مطمئن هستم که در آینده، یک فیلم باشکوه از روی این داستان می‌سازند و از آیکیس به خاطر حضورش در زندگی‌ام، بسیار سپاسگزارم. من تنها داستان خیالی‌ام را نوشتم و آن را چاپ کردم، و از این بابت به حدی احساس رضایت می‌کنم که نمی‌توانم آن را توصیف کنم.

در همان زمانی که مشغول نوشتن فصل آخر کتاب *هدایایی از آیکیس* بودم، نطفه دخترمان سامر در جزیره مائویی بسته شد. حتی ذره‌ای شک ندارم که آیکیس موجودی واقعی است. او هر روز بیشتر مرا به یک قلمرو روحانی می‌کشاند و انرژی نورانی‌اش را به وجودم تزریق می‌کند.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

تجربه شرکت کردن در ماراتون شهر آتن در سال ۱۹۸۲، دراز کشیدن بر روی پیاده‌روهای آن شهر، یکی دیگر از لحظات سرنوشت‌ساز در زندگی من بود- و زندگی‌ام را وارد مسیر جدیدی کرد. این اولین بار بود که من واقعاً آن انرژی ماورائی را با چشمانم دیدم و حضورش را احساس کردم، و خودم را از بند جسمم آزاد کردم تا او مرا راهنمایی کند. انگار که دیگر خستگی و دردهای جسمانی‌ام مرا محدود نمی‌کردند. آیکیس در آن لحظه بحرانی در کنارم حاضر شد و به من کمک کرد تا از خط پایان مسابقه عبور کنم. می‌گویم لحظه *بحرانی*، چون حتی فکر اینکه بخوام بدون محقق کردن هدفم به خانه برگردم، برایم قابل‌تحمل نبود. من در آن لحظه، مانند یکی از همان انسان‌هایی رفتار کردم که مازلو آن‌ها را توصیف کرده است- انسان‌هایی که باید به هر آنچه می‌توانند، دست پیدا کنند. انصراف دادن از مسابقه، به‌هیچ‌عنوان برای من یک انتخاب نبود، حتی باوجود اینکه در شرایط جسمانی نامناسبی قرار داشتم.

اکنون به‌خوبی می‌دانم که ما انسان‌ها چیزی به‌مراتب بیشتر از یک موجود خاکی هستیم، و نیرویی ماورائی در درونمان است که ما را قادر می‌سازد تا به هر چیزی که می‌خواهیم، دست پیدا کنیم- صرف‌نظر از محدودیت‌های فیزیکی‌ای که داریم. حتی می‌دانم که یک راهنمای الهی همیشه در کنارمان است، و تنها کاری که ما باید انجام دهیم، این است که آن را باور کنیم و به صدایش گوش دهیم، تا ما را در لحظات دشوار زندگی یاری دهد.

اکنون به وضوح می بینم، تمام چیزهایی که در این جهان وجود دارند، از طریق پیوندهای روحانی و نامرئی به یکدیگر متصل شده اند. من می دانم که یک راهنمای روحانی همواره برای کمک به من آماده است، و تنها کاری که باید انجام دهم، این است که او را صدا بزنم. آیکیس تجسمی از راهنمای الهی است. از زمانی که برای نخستین بار اسمی برای این دوست و راهنمای نامرئی ام انتخاب کردم، او بارها و بارها در لحظات بحرانی زندگی به کمکم آمده است. من اکنون به الهامات و امداد غیبی کاملاً ایمان دارم، و می دانم که نیروهای الهی همواره آماده یاری رساندن به ما هستند.

هنوز هم کاملاً به یاد دارم که در لحظه ورودم به آن ورزشگاه باستانی المپیک، چه احساس خارق العاده ای داشتم. تنها یک ساعت قبل از آن، خسته و درمانده روی زمین افتاده بودم و حتی نای تکان خوردن نداشتم. چیزی نمانده بود که مرا هم مانند دوسوم از شرکت کنندگان در آن مسابقه به آمبولانس ها انتقال دهند. شرایط به شدت نامساعد بود، گرمای طاقت فرسا، آلودگی هوا و دود ماشین ها، و مسیر سربالایی و دشوار. با این وجود، پس از حضور آیکیس، گویی که جان تازه ای در کالبدم دمیده شد و در پایان مسابقه، حتی از زمان شروع آن هم احساس قدرت بیشتری می کردم.

نوشتن کتاب هدایایی از آیکیس هم برای من یک تجربه جادویی بود - کلمات بدون اینکه بخواهم به خودم زحمتی بدهم، بر روی کاغذ ظاهر می شدند. هر روزی که در ساحل اقیانوس می نشستم و مشغول نوشتن می شدم، حضور یک انرژی نورانی را در کنارم احساس می کردم؛ حضوری که نامش را آیکیس گذاشته بودم. در تمام آن لحظات احساس آرامش و اطمینان داشتم، و می دانستم هر چیزی که باید در این داستان بگویم، به من الهام خواهد شد. من تنها وسیله ای بودم برای نوشتن آن کلمات بر روی کاغذ. حس می کردم که نیرویی دستم را روی کاغذ حرکت می دهد، و من هیچ زحمتی برای نوشتن به خودم نمی دادم. کلمات به سرعت بر روی کاغذ نقش می بستند، بدون اینکه

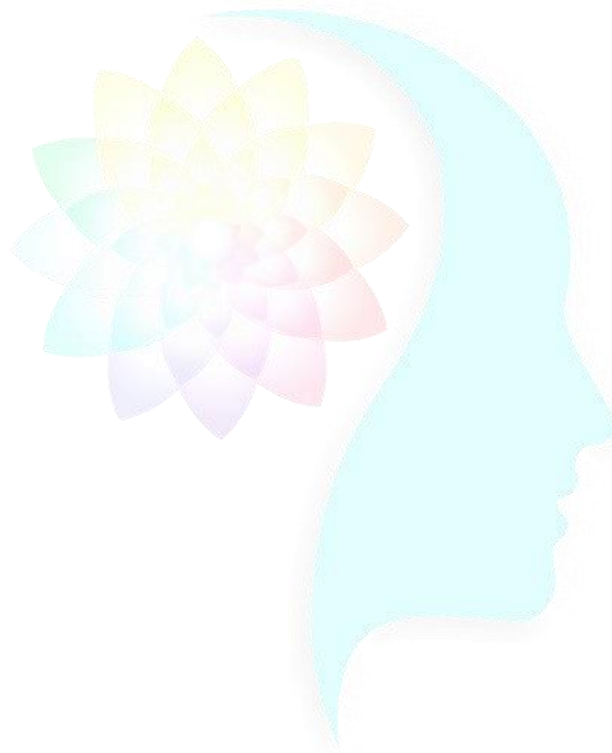
بخواهم به آن‌ها فکر کنم. هرروز پس از ساعت‌ها نوشتن، نزد همسر می‌رفتم و از اتفاق جادویی‌ای که هرروز در ساحل رخ می‌داد برایش می‌گفتم.

اکنون به‌وضوح می‌بینم که تمام متون ارزشمندی که از ابتدای تاریخ به دست بشر نوشته شده، درواقع الهاماتی از جهانی ماورائی و روحانی هستند. همان‌طور که حضرت عیسی می‌گوید، «این روح الهی است که به همه‌چیز زندگی می‌بخشد.» و کلماتی که بر روی کاغذ ظاهر می‌شوند هم نتیجه همین نیروی الهی هستند. اکنون می‌دانم که این درواقع خداوند است که از طریق بندگانش، همه کتاب‌های ارزشمند را می‌نویسد - و جز او کسی خالق کلماتی که بر روی کاغذ ظاهر می‌شوند، نیست. من اطمینان دارم که خلاقیت، ناشی از ارتباط انسان با قلمرویی الهی و برتر است، و آیکیس برای من تجسم این نیروی الهی بود. هنگامی که من خودم را به خداوند بسپارم، مانند او خالق مطلق است، می‌توانم از عهده انجام هر کاری بریبایم.

هنگامی که من هزاران نسخه از کتاب *هدایایی از آیکیس* را برای مردم سرتاسر جهان می‌فرستادم، نامه‌ای بین صفحات آن می‌گذاشتم که رویش نوشته شده بود «فیلمی از روی این داستان ساخته می‌شود.» من نمی‌گفتم که در آینده این اتفاق رخ خواهد داد؛ بلکه از فعل زمان حال استفاده می‌کردم، انگار که این فیلم همین‌الان در دست ساخت است. من جویری زندگی می‌کردم که انگار آرزویم همین‌الان هم محقق شده است، و برای صحبت در مورد آن، از زمان حال استفاده می‌کردم. امروز حقیقتاً قرار است که فیلمی از روی داستان آیکیس ساخته شود، و حتی یک کارگردان هم برای این پروژه انتخاب شده است. آرزوی من برای ساخت یک فیلم از روی این کتاب *هدایایی از آیکیس*، در آن زمان تنها در حد یک ایده بود، اما اکنون به یک واقعیت تبدیل شده است.

آیکیس در ابتدا در رؤیاهایم ظاهر می‌شد، تا اینکه کم‌کم در زمان مدیتیشن او را می‌دیدم و درنهایت به شکل یک نیروی راهنما در زندگی‌ام درآمد که هرزمان به او احتیاج داشتم، به کمکم

می‌آمد. من نیاز داشتم که خودم شخصاً برخورد با این نیروهای ماورائی و شگفت‌انگیز را تجربه کنم. نیروهایی که در لحظات دشوار زندگی به کمک ما می‌آیند- درست آن لحظه‌ای که در آستانه تسلیم شدن قرار داریم و منتظر یک معجزه هستیم، مانند تجربه‌ای که من در سال ۱۹۸۲ در آتن داشتم. از آن روز به بعد، من می‌دانستم که انسان چیزی بیشتر از یک موجود مادی است. در وجود همه ما انسان‌ها نیرویی ماورائی وجود دارد که دانش و علم جهان امروز، هنوز قادر به توصیفش نیست. آیکیس برای من تجسم این نیرو و ارتباطم با منبع هستی بود، و درست در لحظه‌ای که تمام شک و تردیدم را کنار گذاشتم، برای کمک به من ظاهر شد.



فصل ۴۱

در تابستان ۱۹۸۵، من و همسر من حسابی سرگرم رسیدگی به بچه‌هایمان هستیم. اکنون من یک پدر ۴۵ ساله هستم که شش فرزند با سنین مختلف دارد. همسر من مارسلن^{۲۱۲} و من، در طول ۴ سال گذشته صاحب سه فرزند جدید شده‌ایم؛ دختر بزرگمان تریسی اکنون ۱۸ ساله است؛ و دو دختر نوجوان شیطان و بازیگوش داریم. این یک مسئولیت فوق‌العاده است و من علاوه بر اینکه به فکر تأمین نیازهای پایه فرزندانم - نیازهایی از قبیل خوراک، پوشاک، و امنیت - هستیم، به نیازهای مرتبه بالاتر آنها هم توجه می‌کنم. نیازهایی که در بالاترین سطوح هرم نیازهای مازلو هستند و به آنها نیازهای خودکامبخشی می‌گویند.

من سال‌ها است که از شرکت‌کنندگان در سخنرانی‌هایم می‌پرسم: «شما واقعاً برای فرزندان‌تان چه می‌خواهید؟» به فکر نوشتن کتابی افتاده‌ام در مورد اینکه چطور می‌توان فرزندان را تربیت کرد که در آینده به انسان‌هایی خودکامبخش تبدیل شوند. این مسئولیت سنگین به عهده والدین است که فرزندان‌شان را با ذهنی باز تربیت کنند تا بتوانند در آینده به موفقیت‌های نامحدودی دست پیدا کنند.

به نظر می‌رسد که بسیاری از والدین، فرزندان‌شان را در خلاف این جهت بزرگ می‌کنند. بسیاری از افراد، در کودکی می‌آموزند که در جهت تأمین نیازهای نفس (ایگو) خود، زندگی کنند - اینکه به هر قیمتی برنده شوند، تا آنجا که می‌توانند چیزهای بیشتری جمع کنند، زندگی‌شان را از طریق مقایسه خود با دیگران تعریف کنند، هر کاری می‌توانند انجام دهند تا پول بیشتری به دست آورند، و بر روی هر چیزی یک قیمت بگذارند. نتیجه اعمال چنین فشارهایی بر روی کودکان، خود را در

²¹² Marcelene

قالب بروز مشکلاتی نظیر اختلالات شخصیتی، چاقی بیش‌ازحد، بیماری‌های جسمی، اضطراب و استرس، و ناپایداری عاطفی نشان می‌دهد.

مدیر برنامه‌هایم، آرتی پاین، به‌تازگی برای چاپ دو کتاب بعدی‌ام، با یک انتشارات بزرگ دیگر در شهر نیویورک به نام انتشارات ویلیام مور و شرکا^{۲۱۳} قرارداد بسته است. هم‌زمان که در مورد این قرارداد جدید با آرتی و همسر صحبت می‌کنم، به آن‌ها می‌گویم که «قصد دارم یک کتاب جامع درباره نحوه درست تربیت فرزندان خود کامبخش بنویسم.» برای آن‌ها توضیح می‌دهم که معمولاً والدین، کارهایی انجام می‌دهند که با آن چیزی که برای فرزندانشان می‌خواهند، در تضاد است.

من از والدین بسیاری این سؤال را پرسیده‌ام که: «شما واقعاً برای فرزندانتان چه می‌خواهید؟» از هزاران پاسخی که دریافت کرده‌ام، یک پوشه بزرگ ساخته‌ام و آن‌ها را به ده بخش مجزا تقسیم کرده‌ام. تصمیم دارم که کتاب جدیدم را بر اساس این پاسخ‌ها بنویسم. زمانی که آرتی و من، این ایده را برای ناشر جدیدم توضیح می‌دهیم، آن‌ها با خوشحالی از آن استقبال می‌کنند و می‌گویند که بی‌صبرانه در انتظار چاپ این کتاب خواهند بود. این بار من حاضر نمی‌شوم که پول زیادی به‌عنوان پیش‌پرداخت بگیرم، چون دلم نمی‌خواهد تجربه قبلی‌ام با انتشارات سیمون و اسکاستر دوباره تکرار شود.

تمام حواسم را بر روی نوشتن این کتاب جدید متمرکز کرده‌ام. تصمیم می‌گیرم که همان سؤالی را که از والدین می‌پرسیدم، به‌عنوان اسم کتابم انتخاب کنم: *برای فرزندانتان چه می‌خواهید؟*^{۲۱۴} از پاسخ‌هایی که دریافت کرده‌ام، بسیار شگفت‌زده شده‌ام. هیچ‌کس نگفته است که می‌خواهم فرزندم پولدار شود، از دیگران بهتر باشد، در هر کاری که انجام می‌دهد برنده شود، شغل خوبی داشته باشد، نمراتش بیست شوند، وارد بهترین مدارس شود، و در چشم دیگران فرد موفقی به نظر

²¹³ William Morrow and Company

²¹⁴ What Do You Really Want for Your Children?

برسد. با این وجود، به نظر می‌رسد که آن‌ها فرزندان‌شان را کاملاً مخالف آن چیزی که برایشان می‌خواهند، تربیت می‌کنند.

هر روز برای ساعات متوالی مشغول نوشتن این کتاب جدید هستم. من کاملاً آگاه هستم که به‌عنوان یک پدر، چطور فرزندانم را تربیت می‌کنم. با همسر ماریسی، در مورد اینکه چه چیزی را برای شش فرزندمان می‌خواهیم، زیاد حرف زده‌ایم، و همواره تلاش کرده‌ایم که در راستای همین خواسته‌ها فرزندانمان را تربیت کنیم. ما می‌خواهیم فرزندان‌شان شاد و خوشحال تربیت کنیم که در زندگی‌شان یک هدف بزرگ داشته باشند. من واقعاً از مشاهده رفتاری که فرزندانم با یکدیگر، با من و مادرشان، و با سایر افراد دارند، شگفت‌زده می‌شوم.

مهم‌ترین خواسته من برای آن‌ها این است که از زندگی‌شان لذت ببرند، برای خودشان ارزش قائل شوند، از ریسک کردن گریزان نباشند، استرس و اضطراب نداشته باشند، زندگی آرامی داشته باشند و قدر تک‌تک لحظاتی‌شان را بدانند، سالم و سلامت باشند، خلاق باشند، و مهم‌تر از همه این‌ها، یک هدف بزرگ برای خودشان داشته باشند. داشتن این ویژگی‌ها باعث می‌شود که آن‌ها به انسان‌هایی خودکام‌بخش تبدیل شوند - و من قصد دارم که هر فصل از کتابم را به توصیف یکی از این ویژگی‌ها اختصاص دهم. هم‌زمان که مشغول نوشتن هستم، فرزندان و همسر را تماشا می‌کنم و از آن‌ها درس‌های زیادی می‌گیرم. تماشای آن‌ها باعث می‌شود که قلبم از شادی لبریز شود، و ایده‌های تازه‌ای برای نوشتن به ذهنم خطور کند.

کتاب هر روز بزرگ‌تر می‌شود. انگار که نمی‌توانم دست از نوشتن بکشم، و یک‌بار دیگر احساس می‌کنم که کلمات توسط یک وجود برتر به من الهام می‌شوند. آیکس هر روز کنارم است و به من در نوشتن این کتاب کمک می‌کند. هر روز در مورد الهامات جدیدی که به من می‌شود و چیزهایی که می‌نویسم، با همسر صحبت می‌کنم. گویی که یک فرشته مرا در این مسیر هدایت می‌کند و کلمات خودبه‌خود روی کاغذ جاری می‌شوند. هرگز نوشتن تا این اندازه برایم راحت نبوده است.

من از مدت‌ها قبل به این فکر کرده بودم که چگونه می‌توانم فرزندانم را در محیطی کاملاً سالم و به‌دوراز نیازهای نفس (ایگو) بزرگ کنم. این کتاب قرار است به تشریح ایده اصلی آموزه‌های باکمینستر فولر بپردازد: که اینکه همه ما نابغه هستیم - و در اثر تربیت نادرست، نبوغمان سرکوب می‌شود. من با نوشتن کتاب برای فرزندان/تان چه می‌خواهید؟ می‌خواهم به والدین پیام‌موزم که چطور می‌توانند محیطی را برای رشد فرزندان‌شان فراهم کنند که نبوغ ذاتی آن‌ها را سرکوب نکند.

به یاد دارم که دکتر مازلو معتقد بود خودکامبخشی، سطحی از آگاهی است که تنها انسان‌های معدودی می‌توانند به آن دست پیدا کنند؛ افرادی که ما آن‌ها را نابغه خطاب می‌کنیم. این‌ها افرادی هستند که او در تحقیقاتش مورد مطالعه قرار داده بود: آلبرت اینشتین، عیسی ناصره، لائو-تزو، و نوابغی که در زمان معاصر و در حوزه‌های مختلف پیشرو بوده‌اند. با تمام احترامی که برای کارهای دکتر مازلو قائل هستم، اما با این طرز فکر او موافق نیستم که تنها انسان‌های خاصی این توانایی را دارند که به مرحله خودکامبخشی برسند. من اعتقاد دارم که رسیدن به سطح خودکامبخشی، مانند برنده شدن در یک بخت‌آزمایی نیست که تنها افراد اندک و خوش‌شانسی بتوانند به آن دست پیدا کنند. رسیدن به این سطح از آگاهی، حق طبیعی همه انسان‌ها است و همه ما این توانایی را داریم که به انسان‌هایی خودکامبخش تبدیل شویم.

افرادی که از همان دوران کودکی تشویق می‌شوند تا به مرحله خودکامبخشی برسند و چنین ویژگی‌هایی را در والدینشان مشاهده می‌کنند، به‌خوبی می‌دانند هیچ‌کس برتر از دیگری نیست و رسیدن به موفقیت‌های بزرگ در زندگی، حق مسلم همه انسان‌ها است. این کودکان در آینده به انسان‌های مستقلی تبدیل می‌شوند که با تنها بودن مشکلی ندارند، واقعیت-محور هستند، و به خودشان و دیگران عمیقاً احترام می‌گذارند. همه ما به‌عنوان والدین می‌خواهیم که فرزندانمان یک زندگی شاد و هدفمند داشته باشند . . . و من هرروز تمام تلاشم را می‌کنم که چنین فرزندان‌ی تربیت کنم.

اکنون یک سال از زمانی که نوشتن این کتاب را آغاز کردن می‌گذرد و در تمام این مدت، شبانه‌روز در حال نوشتن بوده‌ام. کلمات پیوسته و با سرعت در ذهنم جاری می‌شوند و نمی‌توانم جلوی آن‌ها را بگیرم- تاکنون هرگز به این شدت غرق در نوشتن نشده بودم. این الهامات، در هر ساعتی از شبانه‌روز به سراغم می‌آیند و روز و شب نمی‌شناسند. تاکنون بیشتر از هزار صفحه نوشته‌ام و باینکه می‌دانم در نهایت باید بخش زیادی از این نوشته‌ها حذف خواهد شد، اما نمی‌توانم جلوی نوشتنم را بگیرم. کار خلاصه کردن مطالب را به جوانا می‌سپارم، ویراستار جدیدی که به صورت تمام‌وقت با من همکاری می‌کند و دقیقاً می‌داند که چه می‌خواهم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

نوشتن کتابی در رابطه با شیوه تربیت فرزندان که در آینده به انسان‌هایی خودکام‌بخش تبدیل شوند، بخشی از روند طبیعی رشد فردی من در سال ۱۹۸۵ بود. در آن دوران، زندگی من در میانه یک تغییر بزرگ قرار داشت و این تغییر، تأثیر خودش را بر نوشته‌ها و سخنرانی‌هایم گذاشته بود. من در مراحل ابتدایی یک بیداری روحانی قرار داشتم. دلیل عمده این تغییر، ازدواج جدیدم و ورود فرزندان بیشتری به خانواده ما بود- تا سال ۱۹۸۹، ما صاحب پنج فرزند جدید شده بودیم که همگی در دهه هشتاد میلادی متولد شدند. اینکه من بخواهم در مورد شیوه‌های تربیتی فرزندان کتابی بنویسم، به‌هیچ‌وجه تصادفی نبود و نتیجه طبیعی ایجاد این تغییرات در زندگی‌ام بود.

من در سطوح مختلفی به‌عنوان یک معلم تدریس کرده‌ام. از مقطع ابتدایی گرفته تا دکترا، و در طول این مدت متوجه شده‌ام که بهترین راه برای اینکه چیزی را حقیقتاً بفهمید و یاد بگیرید، این است که آن را برای دیگران توضیح دهید. و این قضیه در مورد تربیت فرزندان هم صدق می‌کند.

مهم‌ترین درسی که من تلاش می‌کردم به والدین بیاموزم، این بود که تلاش کنند تا فرزندانشان را مستقل و متکی به خود بار بیاورند. من هزاران بار گفته‌ام که «نقش والدین این نیست که تکیه‌گاه فرزندانشان باشند؛ بلکه وظیفه آن‌ها این است که فرزندانشان را به نحوی تربیت کنند که از تکیه کردن به دیگران بی‌نیاز شوند.» در زمانی که به‌عنوان یک روان‌درمانگر به مراجعه‌کنندگانم مشاوره می‌دادم، همواره تلاش می‌کردم که این را به آن‌ها بیاموزم: یاد بگیر که تنها متکی به خودت باشی. مسئولیت کامل زندگی‌ات را بر عهده بگیر، و به یاد داشته باش، همان‌طور که دکتر ویکتور فرانکل می‌گوید، تو همیشه می‌توانی انتخاب کنی که چگونه نسبت به اتفاقات مختلف زندگی واکنش نشان دهی.

اکنون به‌وضوح می‌بینم، همان‌طور که خانواده‌ام بزرگ‌تر می‌شد و این فرشتگان آسمانی به زندگی‌ام وارد می‌شدند، درس‌های زیادی را به من می‌آموختند. بله، قبلاً هم گفتم که اگر دانش‌آموز آماده باشد، معلم از راه می‌رسد! همچنین آیکیس هم همواره در کنارم بود و مرا در زندگی شخصی و حرفه‌ام راهنمایی می‌کرد.

این هم یک داستان جالب دیگر که برای من اتفاق افتاده است. در دهه هفتاد میلادی و زمانی که در دانشگاه سنت جورج تدریس می‌کردم، یکی از نخستین مراجعه‌کنندگانی که برای مشاوره نزد من آمد، خانمی بود به اسم سوزی کافمن. سوزی مادر یک پسر جوان به نام رائون بود که بنا بر تشخیص متخصصان، از زمان نوزادی مبتلا به اوتیسم^{۲۱۵} بوده است. او همچنین همسر برادر یکی از نخستین دانشجویان دکترای من به اسم استیون کافمن بود.

در طول جلسات مشاوره متعددی که باهم داشتیم، سوزی به من گفته بود که پسرش به هیچ‌عنوان با دنیای اطرافش ارتباط برقرار نمی‌کند. او و همسرش از هیچ تلاش یا هزینه‌ای برای درمان بیماری

^{۲۱۵} اوتیسم یا درخودماندگی (Autism) نوعی اختلال رشدی (از نوع روابط اجتماعی) است که با رفتارهای ارتباطی، کلامی غیرطبیعی مشخص می‌شود. علائم این اختلال تا پیش از سه‌سالگی بروز می‌کند و علت اصلی آن ناشناخته است.

فرزندشان کوتاهی نکرده بودند، و او را نزد متخصصان اوتیسم در سرتاسر دنیا برده بودند، ولی همه این متخصصان پاسخ مشابهی به آن‌ها داده بودند: «بیماری پسر شما قابل درمان نیست. او اصلاً با دنیای پیرامونش ارتباط برقرار نمی‌کند. ما نمی‌دانیم که علت این امر چیست، و کاری از دستان بر نمی‌آید.»

پس از اینکه تلاش‌هایشان به نتیجه‌ای نرسیده بود، سوزی و همسرش یک شیوه مخصوص به خودشان را برای ارتباط با فرزندشان ابداع کرده بودند. آن‌ها چند نفر را استخدام کرده بودند و به آن‌ها آموزش داده بودند که در محیطی امن و محافظت‌شده، اطراف راثون باشند و عشق بی‌قیدوشرطشان را به او نشان بدهند. ۲۴ ساعت شبانه‌روز، هفت روز هفته، برای ماه‌های متوالی این شرایط ادامه یافته بود، و راثون پیوسته رفتارهای سرشار از عشقی از اطرافیانش مشاهده می‌کرد.

سوزی شرایط راثون را برای من توصیف کرده بود و به من گفته بود که او به نحوی رفتار می‌کند که انگار در حالت کما راه می‌رود. اما پس از گذشت چند ماه از اجرای برنامه‌ای که سوزی و همسرش برای کمک به فرزندشان ابداع کرده بودند، یک روز راثون پلک می‌زند، و پدرش می‌گفت که «از آن زمان به بعد، من با دید تازه‌ای به فرزندم نگاه کردم.» در سال ۱۹۷۶، پدر راثون کتابی نوشت با نام *سان‌رایز*^{۲۱۶}، و در آن کتاب به توضیح روشی پرداخت که برای کمک به پسرشان ابداع کرده بودند. روشی که باعث شده بود راثون بتواند با محیط پیرامونش ارتباط برقرار کند و از درخودماندگی «غیرقابل درمانش» رهایی یابد. چند سال بعد یک فیلم تلویزیونی هم از روی این کتاب ساخته شد که جیمز فارنتینو^{۲۱۷} در آن به ایفای نقش می‌پرداخت.

حال به سال ۱۹۸۵ می‌رویم، زمانی که من در حال نوشتن کتابی در مورد شیوه‌های تربیتی فرزندان هستم. دخترمان *سِرِنَا*^{۲۱۸}، در ماه می متولد شد و با گذشت یک سال از عمرش، برخی از

²¹⁶ Son-Rise

²¹⁷ James Farentino

²¹⁸ Serena

نشانه‌های بیماری اوتیسم در او مشاهده شد. من بلافاصله به یاد سوزی و همسرش افتادم و شیوه‌ای که آن‌ها ۱۵ سال پیش برای کمک به راثون ابداع کرده بودند.

من ماری و فرزندانم را جمع کردم و یک جلسه خانوادگی تشکیل دادم. در آن جلسه، با توجه به چیزی که ۱۵ سال پیش یاد گرفته بودم، به آن‌ها توضیح دادم که باید به چه صورتی با سرنا رفتار کنیم. ما او را غرق در عشق کردیم؛ ماری با یک شال او را به بغلش می‌بست و ۲۴ ساعت شبانه‌روز او را نزدیک قلبش نگه می‌داشت. سرنا مرتباً از والدین و خواهر و برادرانش جملات محبت‌آمیز می‌شنید - اینکه چقدر او را دوست داریم، و نیازی نیست که از چیزی بترسد و هر اتفاقی هم بیفتد، ما در کنارش خواهیم بود و از او حمایت خواهیم کرد. ما نه او را قضاوت می‌کردیم، و نه از دستش عصبانی می‌شدیم؛ تنها عشق بی‌قید و شرطمان را نثارش می‌کردیم. این روش ۱۵ سال پیش در مورد راثون جواب داده بود، و برای سرنا هم در مدت نسبتاً کوتاهی مؤثر واقع شد.

باز هم هیچ اتفاقی تصادفی نبود. این خواست خداوند بود که سوزی وارد دفتر من شود و در رابطه با شرایط پسرش با من حرف بزند. من از سوزی و همسرش یاد گرفتم که چطور ۱۵ سال بعد مشکل فرزند تازه متولدشده‌ام را برطرف کنم.

در کتاب *برای فرزندان‌تان چه می‌خواهید؟*، در مورد نیازهای برتر انسان‌ها، بیداری روحانی، و حضور خداوند در زندگی صحبت کردم. این‌ها مباحثی بودند که در هیچ کدام از چهار کتاب قبلی‌ام به آن‌ها نپرداخته بودم. تولد فرزندانم، ازدواجم با زنی که به بیداری روحانی رسیده بود، و رشد فردی خودم به‌عنوان یک معلم که هر روز اصول روحانی مختلف را بررسی می‌کرد، دست به دست هم دادند تا مرا وارد یک مسیر جدید در زندگی‌ام بکنند. من به سمت دنیایی مرموز و اسرارآمیز کشیده می‌شدم - قلمرو آگاهی برتر. امروز برایم مثل روز روشن است که این‌ها همه خواست خداوند بود و از این طریق مرا دعوت می‌کرد تا به چیزی که در ورای این جهان مادی قرار دارد، بنگرم و در مورد آن بنویسم.

به لطف لوسی که ۱۵ سال پیش نزد من آمده بود و داستان پسرش را برایم تعریف کرده بود، دقیقاً می‌دانستم که برای کمک به دخترم سرنا باید چه کاری انجام دهم، و زمانی که توانستم با موفقیت این شیوه را به کار ببرم، گویی که «تلنگری» به من زده شد. من می‌دانستم که نیرویی بسیار بزرگ‌تر از من، مرا هدایت می‌کند و راه را نشانم می‌دهد. احساس می‌کردم که در آستانه آغاز یک ماجراجویی جدید قرار دارم که هیچ ارتباطی به کتاب‌ها و سخنرانی‌های قبلی‌ام ندارد.

همه قطعات پازل ناگهان کنار هم قرار گرفته بودند: تولد پنج فرزندم در دهه چهارم از زندگی من؛ احساس حضور همیشگی یک راهنمای روحانی در کنارم که نامش را آیکیس گذاشته بودم؛ ازدواج با زنی که به بیداری روحانی رسیده بود و این مسئله به وضوح در رفتاری که با فرزندانمان داشت مشاهده می‌شد؛ و مهم‌تر از همه، ندایی درونی که مرا تشویق می‌کرد که در مورد خداوند، معجزات الهی و بیداری روحانی بنویسم. من عمداً در نوشته‌های قبلی‌ام در مورد این مسائل حرفی نزده بودم، اما اکنون احساس می‌کردم که زمان صحبت کردن درباره آن‌ها فرا رسیده است - احساسی که نمی‌توانستم آن را نادیده بگیرم. من باید قدم در مسیر جدیدی می‌گذاشتم!

فصل ۴۲

۹ اکتبر ۱۹۸۷ است، و همسر هفتمین فرزندمان را به دنیا آورده است؛ پسری که اسمش را سندز جی دایر^{۲۱۹} گذاشته‌ایم. در طول دو سال گذشته زمان زیادی را در جاده‌ها گذرانده‌ام و برای معرفی کتاب برای فرزندان^{تان} چه می‌خواهید؟ تور تبلیغاتی برگزار کرده‌ام. احساس می‌کنم که زندگی‌ام وارد مسیر تازه‌ای شده و هدفم در زندگی تغییر کرده است، هرچند که نمی‌توانم به‌طور دقیق بگویم که این هدف جدید چیست.

کلیساهای زیادی از سرتاسر کشور برایم درخواست می‌فرستند که به آنجا بروم و سخنرانی کنم. به نظر می‌رسد که پیامی که در کتاب جدیدم به مخاطبان منتقل کرده‌ام، از نظر اعضای این کلیساها جذاب است و تمایل زیادی دارند که در سخنرانی‌هایم حاضر شوند. در بسیاری از این کلیساها، در کنار آموزه‌های حضرت عیسی، در رابطه با طرز فکر افراد بزرگی مانند رالف والدو امرسون^{۲۲۰}، آبراهام لینکلن^{۲۲۱}، بودا و لائو-تزو صحبت می‌کنند. تلاش این کلیساها بر این است که حضور خداوند را در زندگی انسان‌هایی که در جامعه مدرن زندگی می‌کنند، پررنگ‌تر نمایند و به آن‌ها کمک کنند تا جنبه‌های روحانی زندگی خود را بیشتر توسعه دهند.

من از اینکه به‌عنوان یک معلم معنوی به من نگاه می‌کنند، بسیار هیجان‌زده هستم. با اینکه در رابطه با مذاهب گوناگون تحقیقات زیادی انجام داده‌ام، اما تا قبل از این هرگز خودم را به چشم یک معلم معنوی ندیده بودم. این باعث افتخار من است که در چنین کلیساهایی برای افراد روشن‌فکر سخنرانی کنم و با انسان‌های بزرگی مثل امرسون، تروی، لئو بوسکالیا^{۲۲۲}، نویل^{۲۲۳}، و دیگر معلمان معنوی مقایسه شوم. هرچقدر که بیشتر در این گردهمایی‌های روحانی سخنرانی می‌کنم، بیشتر ترغیب می‌شوم که در رابطه با رشد روحی و معنوی کتابی بنویسم. احساس می‌کنم

²¹⁹ Sands Jay Dyer

²²⁰ Ralph Waldo Emerson

²²¹ Abraham Lincoln

²²² Leo Buscaglia

²²³ Neville

که در حال کشیده شدن به مسیر جدیدی هستم، و نیرویی بسیار بزرگ‌تر از من، مرا در این راه هدایت می‌کند.

من تاکنون پنج کتاب مختلف چاپ کرده‌ام که همه آن‌ها کاملاً موفق بوده‌اند، و آرتی پابین اصرار دارد که من دو کتاب خودیاری جدید بنویسم از روش‌های ساده و قابل فهم خودم استفاده کنم تا در یکی به مردم پیاموزم که چطور می‌توانند درآمد بیشتری کسب کنند و در دیگری به آن‌ها یاد بدهم که چطور با ایجاد یک ذهنیت مثبت، زندگی زناشویی بهتری داشته باشند. به لطف حضور دکتر روث وستیمر^{۲۲۴} در برنامه‌های رادیویی و تلویزیونی، موج جدیدی از صحبت‌های آزادانه‌تر و بی‌پرده‌تر در رابطه با روابط زناشویی در رسانه‌ها شکل گرفته است.

مدیر برنامه‌ها و ناشرم هر دو اعتقاد دارند که با نوشتن دو کتاب در رابطه با پول و روابط زناشویی، می‌توانم به سود زیادی دست پیدا کنم و عنوان نویسنده پرفروش‌ترین کتاب در آمریکا را دوباره تصاحب کنم. آرتی به من می‌گوید که در رابطه با ایده چاپ این دو کتاب با ناشرم حرف زده است و آن‌ها به شدت از آن استقبال کرده‌اند، و تنها کافی است که من این ایده را بپذیرم تا او قرارداد جدیدی را با آن‌ها امضا کند.

من با دقت به پیشنهاد آرتی گوش می‌دهم و بلافاصله به او می‌گویم که امکان ندارد برای رسیدن به سود مالی، چنین کتاب‌هایی را بنویسم. برای او توضیح می‌دهم در طول یک سال گذشته که در کلیساهای مختلفی سخنرانی کرده‌ام، به این فکر افتاده‌ام که کتابی بنویسم و در آن به مردم پیاموزم که چطور می‌توانند با تغییر طرز فکرشان، به رشد روحی و معنوی برسند و حضور خداوند را در زندگی‌شان پررنگ‌تر کنند. تصمیم دارم که اسم این کتاب را بگذارم *باور کنید تا ببینید*^{۲۲۵}؛ برخلاف آن جمله معروف که می‌گوید «تا وقتی با چشمان خودم نبینم، باور نمی‌کنم.»

²²⁴ Dr. Ruth Westheimer

²²⁵ You'll See It When You Believe It

من برای آرتی شرح دادم که چطور باورهای ما انسان‌ها، مشخص می‌کنند که چه چیزی را ببینیم و چه چیزی را نبینیم. من برای نوشتن یک کتاب راهنما که به افراد کمک کند تا باورهایشان را تغییر دهند و در مسیر رشد روحانی و معنوی قرار بگیرند، بسیار هیجان‌زده هستم. در آن مدتی که به‌عنوان یک معلم معنوی برای افراد سخنرانی می‌کردم، ایده نوشتن این کتاب به‌صورت ناخودآگاه در ذهنم جوانه زد و اکنون مصمم هستم که آن را بنویسم.

از پشت تلفن مشخص است که آرتی آزرده‌خاطر شده است. او از من می‌پرسد که در عبارت «باور کنید تا ببینید» مردم قرار است چه چیزی را ببینند؟ من سعی می‌کنم تا برایش توضیح دهم که این کتاب قرار است که به انسان‌ها کمک کند تا با بعد روحانی وجودشان پیوند محکم‌تری برقرار کنند. وقتی می‌گویم باور کنید تا ببینید، می‌خواهم به مردم بفهمانم که به کمک قدرت ذهنشان می‌توانند رؤیاهایشان را به واقعیت تبدیل کنند، به شرطی که به آن‌ها ایمان داشته باشند و به یک باور قلبی برسند.

به او می‌گویم که می‌دانم همه انسان‌ها در آن سطح از آگاهی قرار ندارند که مفهوم حقیقی این هفت کلمه را درک کنند: دگرگونی، اندیشه، یگانگی، فراوانی، جداسازی، همگام‌سازی، و بخشش. اما قصد دارم که در کتابم، به شرح مفهومی که پشت هر یک از این کلمات نهفته است پردازم و به دیگران بیاموزم که چطور می‌توانند این مفاهیم را در زندگی‌شان به کار ببرند. از این طریق به آن‌ها کمک می‌کنم تا حضور خداوند را در زندگی خود پررنگ‌تر کنند و با نیروی آفریننده هستی پیوند محکم‌تری برقرار کنند. هر فصل از کتاب را به تشریح مفهوم یکی از این کلمات اختصاص می‌دهم، به شکلی که خوانندگان بتوانند بلافاصله این مفاهیم را در زندگی‌شان پیاده کنند.

سپس یک نقل‌قول از رئیس‌جمهور جان کوئینسی^{۲۲۶} برایش می‌خوانم که آن را بر روی یک کاغذ نوشته‌ام و در بیشتر سخنرانی‌هایی که در یک سال گذشته کرده‌ام، آن را به کار برده‌ام:

²²⁶ John Quincy

"حال جان کوئینسی آدامز^{۲۲۷} خوب است، اما خانه‌ای که او در حال حاضر در آن زندگی می‌کند، در حال فروپاشی است. بنیان این خانه سست شده و گذر زمان تقریباً آن را ویران کرده است. سقفش کاملاً فرسوده شده، و دیوارهایش همگی پوسیده‌اند و با وزش کوچک‌ترین بادی به لرزه درمی‌آیند. فکر می‌کنم که جان کوئینسی آدامز به‌زودی ناچار شود که از این منزل کوچ کند. اما حال او خوب است، کاملاً خوب."

آرتی حسابی گیج شده است و به من می‌گوید: «چه می‌گویی وین؟ من که اصلاً متوجه نشدم می‌خواهی در مورد چه چیزی بنویسی. بیا و پیشنهاد مرا قبول کن تا با ناشرت قرارداد ببندیم. رد کردن چنین پیشنهاد خوبی دیوانگی است - پولی که از این کار نصیب می‌شود را حتی در خواب هم نمی‌بینی.»

به او می‌گویم که متأسفم، اما نمی‌توانم اجازه دهم که پول یا هر چیز دیگری بر روی تصمیم اثر بگذارد. من دکتر روث نیستم که بخواهم در مورد روابط زناشویی بنویسم، و هیچ علاقه‌ای به نوشتن کتابی در رابطه با پول درآوردن ندارم. به آرتی می‌گویم که تصمیم را گرفته‌ام و می‌خواهم کتاب *باور کنید تا ببینید* را بنویسم؛ نه او و نه هیچ‌کس دیگری هم نمی‌توانند نظر مرا تغییر دهند.

ویلیام مورو قبول می‌کند که کتاب بعدی‌ام را چاپ کند، اما حاضر نمی‌شود که پیش‌پرداختی به من بپردازد. هم آرتی و هم ناشرم بارها و بارها به من گوشزد می‌کنند که عموم مردم، علاقه‌ای به خواندن کتاب‌هایی که در مورد معنویات و آگاهی برتر هستند، ندارند. آن‌ها به من می‌گویند که با نوشتن این کتاب، وقت و انرژی را به هدر می‌دهم، و امکان ندارد کتابی که چنین عنوان و مفهوم مبهمی دارد، بتواند به موفقیتی در سطح کتاب‌های قبلی‌ام دست پیدا کند.

این حرف‌ها تأثیری بر روی من ندارند، من می‌دانم که باید در مورد چه چیزی بنویسم و احساس می‌کنم که نیرویی الهی مرا به این جهت می‌کشاند.

²²⁷ John Quincy Adams

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

با نگاه به گذشته، به‌وضوح می‌بینم که نیرویی نامرئی داشت مرا به سمتی می‌کشاند که تغییراتی اساسی در نوشته‌ها و سخنرانی‌هایم ایجاد کند - و همین‌طور در زندگی شخصی‌ام. من تا قبل از آن پنج کتاب پرفروش نوشته بودم که همگی از دیدگاه روانشناسی به زندگی نگاه کرده بودند، اما بدون اینکه کوچک‌ترین تردیدی به خودم راه بدهم، پیشنهاد فوق‌العاده سودآور آر تی را رد کردم تا به‌جای نوشتن کتاب‌های محبوب در حوزه خود-یاری، سراغ نوشتن چیزی بروم که قلبم به من الهام می‌کند. در واقع من با این کار، یک پیشنهاد چند میلیون دلاری را رد کردم، تا بتوانم کاری را انجام دهم که باور داشتم درست است.

با توجه به شرایطم در سال ۱۹۸۷، رد کردن چنین پولی تصمیم عاقلانه‌ای به نظر نمی‌رسید. من یک خانواده بزرگ نه نفره داشتم و باید مخارج زندگی آن‌ها را تأمین می‌کردم. چهارتا از فرزندانم زیر شش سال سن داشتند، و فرزندان بزرگ‌ترم یا به مدارس خصوصی می‌رفتند، و یا در دانشگاه مشغول تحصیل بودند. اما هنوز به یاد دارم که برای رد کردن چنان پیشنهاد پرمفعتی، هیچ شک و تردیدی نداشتم. من حتی لحظه‌ای به خودم تردید راه ندادم و در آن مورد با هیچ‌کس مشورت نکردم، چراکه می‌دانستم تصمیم درستی گرفته‌ام. من می‌دانستم که راه درستی را در پیش گرفته‌ام، و نمی‌خواستم به نفسم (ایگو) اجازه دهم که مرا وسوسه کند تا از این راه پا پس بکشم.

کتاب *باور کنید تا ببینید* کاملاً با کتاب‌های قبلی‌ام متفاوت بود. در این کتاب، ۱۰ بار از خداوند نام برده بودم، ۱۲ مرتبه از واژه معنویت استفاده کرده بودم، و ۱۷ مرتبه عبارت *هوشیاری برتر* را به‌کار برده بودم. اما در تمام کتاب‌های قبلی‌ام روی هم، تنها یک‌بار به *نیازهای معنوی و روحانی* اشاره کرده بودم. این نشان می‌داد که حال و هوای این کتاب، کاملاً با حال و هوای آثار قبلی‌ام فرق داشت.

چه چیزی باعث شده بود که از نوشتن کتاب‌های روانشناسی، به سمت نوشتن کتاب‌هایی در رابطه با معنویات، هوشیاری برتر، و مهم‌تر از همه، خداوند کشیده شوم؟ زمانی که نوشتن را آغاز کردم، حتی فکرش را هم نمی‌کردم که روزی چنین کتابی بنویسم.

در آن مقطع حیاتی از زندگی‌ام، نیرویی مرا وادار می‌کرد تا به جای فکر کردن به پول بیشتر و یا شهرت و اعتبار، که هر دو نیازهایی نفسانی بودند، به چیزی بزرگ‌تر بیندیشم؛ اینکه به خودم اجازه دهم تا از نظر معنوی رشد کنم. در کتاب‌های قبلی‌ام تلاش کرده بودم که از عباراتی مثل معنویت و هوشیاری برتر استفاده نکنم، چرا که فکر می‌کردم بیش از حد به مذهب و نیروهای ماورائی اشاره می‌کنند. من می‌خواستم که به زبان عامیانه با مردم سخن بگویم و این ایده را به آن‌ها متعلق کنم که انسان برای دستیابی به یک زندگی خودکامبخش، احتیاجی به مداخله نیروهای الهی ندارد.

اما در سال ۱۹۸۷ کاملاً وارد یک حال و هوای عرفانی و معنوی شده بودم. من آثار معنوی بزرگی مانند بهاگاواد گیتا^{۲۲۸} و تائو ته چینگ، را مطالعه می‌کردم. با رهبران معنوی از سرتاسر کشور در ارتباط بودم و هر یکشنبه در کلیساها برای جمع پرشور حاضرین سخنرانی می‌کردم. با اینکه قبلاً تلاش می‌کردم تا از واژه‌های خدا، معنویت، و یا هوشیاری برتر در نوشته‌هایم استفاده نکنم، اکنون به شدت مجذوب آموزه‌های معنوی و عرفانی شده بودم.

احساس می‌کردم که به اندازه کافی بر روی مبحث روان‌درمانی عقلانی عاطفی و اصول رسیدن به یک زندگی خودکامبخش تمرکز کرده‌ام. اکنون زمان آن رسیده بود که نگاه دقیق‌تری به جهان روحانی بیندازم. خودم را غرق در مطالعه مباحث مربوط به فیزیک کوانتوم، و آثار فیلسوفان و معلمان معنوی غربی و شرقی کردم. به شدت مجذوب مفاهیمی مانند یگانگی، دگرگونی، همگام‌سازی و جداسازی شده بودم - همان مفاهیمی که در کتابم به تشریح آن‌ها پرداختم.

²²⁸ Bhagavad Gita

از وقتی که تصمیم گرفتم درباره هوشیاری برتر و جهان روحانی بنویسم، همه چیز خودبه‌خود و خیلی سریع پیش می‌رفت. دیگر خداوند تنها برایم یک مفهوم مذهبی نبود، و روزبه‌روز احساس نزدیکی بیشتری به او می‌کردم. من به این نتیجه رسیده بودم که زندگی‌ام به‌عنوان یک روانشناس به پایان رسیده، و زمان آن فرا رسیده است که به یک معلم معنوی تبدیل شوم. دیگر قبول نمی‌کردم که برای مدارس و کسب‌وکارها سخنرانی کنم، و تقریباً تمام وقتم را صرف سخنرانی در کلیساهای سرتاسر آمریکا و کانادا می‌کردم. سخنرانی‌هایم بر روی این متمرکز شده بودند که چطور می‌توان حضور خداوند را در زندگی پررنگ‌تر کرد و هرروز شاهد وقوع معجزات الهی بود. مفاهیمی که من قبلاً آن‌ها را نقد می‌کردم و قبولشان نداشتم، اکنون به بخش بزرگی از زندگی‌ام تبدیل شده بودند و این مسئله خودش را در نوشته‌ها و سخنرانی‌هایم نمایان می‌کرد. من می‌دانستم که نیرویی برتر مرا به این سمت هدایت می‌کند، و این هدفی است که من برایش به این جهان آمده‌ام.

وقت زیادی را صرف نوشتن کتاب *باور کنید تا ببینید* کردم. می‌خواستم کتابی بنویسم که راهنمایی دقیق برای ارتباط با نیمه برتر و روحانی وجودمان باشد. راهکارهایی عملی که همه انسان‌ها بتوانند آن را در زندگی‌شان پیاده کنند و از این طریق به خداوند و دنیای روحانی نزدیک‌تر شوند. ویراستار شخصی‌ام جوانا در این مسیر کمک زیادی به من کرد، و همچنین این شانس را داشتم که نسخه نهایی کتاب را برای ویرایش به یک ویراستار سرشناس بدهم که تا قبل از آن تنها بر روی داستان‌های تخیلی کار کرده بود. اسم این ویراستار معروف، جین برنکوف^{۲۲۹} بود و واقعاً مانند فرشته‌ای بود که از سمت خداوند برای کمک به من فرستاده شده بود.

برای معرفی این کتاب، دو تور تبلیغاتی در آمریکا برگزار کردم و در صدها کلیسا راجع به آن صحبت کردم. کتاب *باور کنید تا ببینید* حامل پیامی مهم برای مردم سرتاسر جهان بود. پیامی که

²²⁹ Jeanne Bernkopf

به مردم کمک می‌کرد تا بهشت را بر روی زمین بسازند. دوران نویسندگی من به‌عنوان یک روانشناس به پایان رسیده بود و من اکنون به مسیر جدیدی کشیده شده بودم.

آرتی پاین و ناشرم هر دو اشتباه می‌کردند. کتاب *باور کنید تا ببینید* فروش بسیار خوبی داشت و ثابت کرد مردم زیادی مشتاق خواندن چنین کتاب‌هایی درباره خداوند و هوشیاری برتر هستند. این کتاب به فهرست پرفروش‌ترین‌های نیویورک‌تایمز راه پیدا کرد و در سرتاسر جهان از آن استقبال شد.

در آن زمان این را نمی‌دانستم، اما اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که خودم مطابق با نام آن کتاب زندگی می‌کردم. من قبل از هر چیز هدفی را که داشتم باور می‌کردم. هیچ چیز نمی‌توانست مرا از چشم‌اندازی که داشتم منحرف کند - حتی یک پیشنهاد چند میلیون دلاری. اکنون به‌وضوح می‌بینم که خواست و اراده خداوند این‌گونه بود که من به این سمت کشیده شوم، تا درنهایت به یک معلم معنوی تبدیل شوم که حقیقت را بر زبان می‌آورد. در آن زمان نمی‌دانستم، اما معجزات زیادی بر سر راهم قرار داشتند، معجزاتی که قرار بود به من کمک کنند تا در این مسیر جدید پیش بروم.

بخش ۴۳

۱۴ فوریه ۱۹۸۹ است - دهمین سالگرد آشنایی من با مارسلن. ما هر دو نخستین ملاقاتمان را در روز ولنتاین سال ۱۹۷۹ به خاطر می‌آوریم. فردی یک برچسب قلبی قرمز مخصوص ولنتاین را به پیراهنم چسبانده بود، و نخستین کلماتی که من در پاسخ به سؤال به همسر آینده‌ام که از من پرسید این چیست که به پیراهنت چسبیده، این بود: «این قلب رو برای تو به لباسم زده‌ام.»

من قبول کرده‌ام که در یک تور سخنرانی در چندین شهر استرالیا و همراه با چند سخنران دیگر از جمله جان و گرگ رایس^{۲۳۰}، کتی لی کرازبی^{۲۳۱}، و دوست و همکار عزیزم آگ ماندینو^{۲۳۲} شرکت کنم. همسر و دو فرزند کوچک‌ترم - سرنای سه‌ساله؛ و سندز ۱۸ ماهه - همراه من به این سفر آمده‌اند. در حال حاضر ما در هتل هیلتون در شهر بریسیبن اقامت داریم. من باید فردا در مقابل هزاران نفر به روی صحنه بروم و در یک سمینار یک‌روزه که شرکت در آن برای عموم آزاد است، سخنرانی کنم.

با صدایی از خواب می‌پریم. ساعت دیجیتالی کنار تخت را نگاه می‌کنم؛ ۴:۰۵ بامداد است، و من همسر را می‌بینم که بیدار شده و در حال جابه‌جا کردن اسباب و اثاثیه اتاق است. از مارسلن می‌پرسم: «الآن نصفه‌شب است. داری چه کار می‌کنی؟ بیداری یا در خواب راه می‌روی؟» ظاهراً او دارد در خواب راه می‌رود، چراکه جوابم را نمی‌دهد. سرنا کنار من خوابیده است، و سندز که هنوز یک نوزاد شیرخواره است، در تخت مادرش خوابیده. مارسی که دارد در خواب راه می‌رود، دخترمان سرنا را بغل می‌کند و او را روی تخت خودش کنار سندز می‌خواباند و به روی تخت من می‌آید. خودش را روی من می‌اندازد و ظاهراً عزمش را جزم کرده است که با من عشق‌بازی کند. حالتی در نگاهش است که تاکنون هرگز ندیده بودم، و من در یک حالت نیمه‌هوشیار، هم شوکه شده‌ام و هم از این کار او لذت می‌برم.

²³⁰ John and Greg Rice

²³¹ Cathy Lee Crosby

²³² Og Mandino

در طول ۸ سال گذشته، همسر من یا باردار بوده و یا مشغول شیر دادن به فرزندان کوچکمان بوده است، و در نتیجه عادت ماهیانه‌اش به کلی متوقف شده است. همچنین او یکی از تخمدان‌هایش را با عمل جراحی برداشته است، و احتمال اینکه دوباره باردار بشود، بسیار کم است. اما با وجود همه این‌ها، نطفه کوچک‌ترین دخترمان سیج^{۲۳۳} در همان شب بسته می‌شود. چه چیزی باعث شده بود که همسر من در آن موقع از شب بیدار شود؟ چرا زنی که همیشه رفتار کنترل‌شده‌ای دارد، در آن شب آن‌طور رفتار می‌کرد؟ چه نیرویی پشت این ماجرا است؟ چه کسی همه‌چیز را کنترل می‌کند؟

چند ماه بعد، من برای تبلیغ کتاب *باور کنید تا ببینید*، در یک تور تبلیغاتی به شهر فونیکس^{۲۳۴} رفته‌ام. قرار است که در یک برنامه رادیویی به میزبانی پَت مک‌ماهون^{۲۳۵} حاضر شوم - در طول سال‌های گذشته، چندین مرتبه برای تبلیغ کتاب‌هایم در برنامه او حضور یافته‌ام، و اکنون با هم دوستی نزدیکی داریم. متوجه شده‌ام مهمانی که قبل از من در برنامه حضور دارد، یکی از قهرمانان زندگی‌ام است.

مادر ترزا^{۲۳۶} به شهر فونیکس آمده است تا در مراسم افتتاحیه یک پناهگاه برای افراد بی‌خانمان شرکت کند، و دیشب هم در همان پناهگاه خوابیده است. پَت مک‌ماهون یک کاتولیک ایرلندی معتقد است، و برای مصاحبه با این بانوی قدیس بسیار هیجان‌زده است. او دائماً از مادر ترزا می‌پرسد آیا کاری هست که بتواند برایش انجام بدهد: «می‌خواهید به شنوندگان در مورد آشرام^{۲۳۷} شما در کلکته بگوییم؟ می‌خواهید به شما کمک کنم تا برای کارهای خیریه‌تان کمک نقدی جمع‌آوری کنیم؟ هیچ کاری هست که بخواهید برایتان انجام دهم؟ مادر ترسا، شما

²³³ Saje

²³⁴ Phoenix

²³⁵ Pat McMahan

²³⁶ Mother Teresa

²³⁷ آشرام گوشه عزلت معنوی یا صومعه و دیری در ادیان هندی است.

زندگی تان را وقف کمک به دیگر انسان‌ها کرده‌اید و حالا من واقعاً دلم می‌خواهد که بتوانم کمکی به شما بکنم.»

بالاخره مادر ترزا با انگلیسی دست‌وپاشکسته‌ای که صحبت می‌کند، می‌گوید: «یک کار هست که تو می‌توانی برایم انجام بدهی. فردا صبح، ساعت ۴ بامداد بیدار شو و به خیابان‌های فونیکس برو. فردی را پیدا کن که باور دارد که تنها و بی‌کس است، و او را متقاعد کن که این‌گونه نیست.»

از این حرف او عمیقاً تحت تأثیر قرار گرفته‌ام. این حرف او، جلوه عملی تمام چیزهایی بود که من موردشان در کتابم راجع به آن‌ها نوشته بودم. یگانگی و آگاهی‌ای که همواره ما را به منبع هستی متصل می‌کند - صرف‌نظر از اینکه حواس پنج‌گانه‌مان به ما چه می‌گویند و شرایط بیرونی چگونه به نظر می‌رسند.

کاملاً مشخص است که حال و هوای کل افراد حاضر در استودیو عوض شده است: به نظر می‌رسد که افراد نسبت به قبل عجله کمتری دارند؛ و جو بسیار آرام و خوشایندی بر فضا حاکم است، درحالی‌که قبل از ورود این بانوی بزرگ، به نظر می‌رسید که همه عجله دارند و با سرعت به این طرف و آن طرف می‌روند. احساس می‌کنم که انگار زیر دوش آب گرم هستم و آرامش سراپای وجودم را فراگرفته است. اما من تنها کسی نیستم که این احساس را دارد. پت به من می‌گوید که وقتی مادر ترزا مقابل او نشسته بود، گرمایی وجودش را فرا گرفته بود؛ گویی امواج عشق بی‌قیدوشرطی که از سوی او ساطع می‌شد، او را در آغوش گرفته بودند.

من نمی‌توانم این انرژی عاشقانه را که همه از آن حرف می‌زنند، ببینم یا آن را لمس کنم. اما هیچ شکی ندارم که این بانوی ازخودگذشته، کسی که تمام زندگی‌اش را بی‌هیچ چشمداشتی وقف کمک به افراد نیازمند کرده است، بر روی تمام این محیط و افراد حاضر در آن اثر گذاشته است. من به شدت احساس خوشبختی می‌کنم که در این تجربه بی‌نظیر با آن‌ها همراه بوده‌ام. این تجربه بار دیگر به من ثابت کرد که واقعیت، چیزی به مراتب بیشتر از مواردی است که ما با حواس

پنج گانه خود تجربه می کنیم. این چیزی نیست که بتوان آن را توصیف کرد، یا آن را با چشم ظاهر دید. این همان تجربه ای است که عنوان کتابم به آن اشاره می کند، و شما باید آن را باور کنید تا ببینید.

اکنون می توانم به وضوح ببینم

اتفاقی که در شب ولنتاین ۱۹۸۹ در آن هتل رخ داد، یکی از مهم ترین اتفاقات در زندگی من بود. احتمال اینکه همسر من بتواند دوباره باردار شود بسیار کم بود. اکنون به وضوح می بینم که نیرویی اسرارآمیز در آن شب باعث شد که ماریسی از خواب بیدار شود و در حالت نیمه هشیار به سراغ من بیاید، تا نطفه دخترمان سیج بسته شود. در طول ۲۰ سالی که از زندگی مشترکمان می گذرد، آن شب اسرارآمیز تنها باری بود که ماریسی آن گونه رفتار کرد. این اتفاق برای من تأییدی بر این مسئله بود که نیرویی بسیار بزرگ تر از ما و فرای این جهان مادی، همه چیز را هدایت می کند.

سیج آیکیس دایر در تاریخ ۱۶ نوامبر ۱۹۸۹ متولد شد. نیرویی نامرئی در آن نیمه شب باعث شد که او به این جهان مادی قدم بگذارد، و وارد زندگی من و همسر من ماریسی شود. نیرویی که نمی توانم آن را توضیح دهم، اما به وجودش ایمان دارم.

کوچک ترین دخترم، یکی از بااراده ترین بانوان جوانی است که من در تمام زندگی ام دیده ام - در تمام زندگی ام! همین اراده باید به نحوی در آن شب در شهر بریسبین در آن اتفاق دست داشته باشد. او باید به نحوی بر شانه مادرش زده باشد و او را از خواب عمیق بیدار کرده باشد. او باید که مادرش را به سمت من هدایت کرده باشد، تا شرایط قدم گذاشتنش به این جهان را مهیا کند. سیج باید از این فرصت استفاده می کرد تا بتواند به این دنیا بیاید و هدفی را که برایش متولد شده است، به انجام برساند. اگر این اتفاق در هر لحظه دیگری رخ می داد، احتمالش زیاد بود که او هرگز به این دنیا قدم نگذارد.

آن سال در روز مادر، من شعری برای همسرم سرودم و اسمش را «بریسین» گذاشتم، که یادآور اتفاق شگفت‌انگیزی است که در آن شب رخ داد:

بریسین جایی بود که خداوند خودش را به ما نشان داد.

تنها من و تو از جادو شگفتی آن لحظه خبر داریم.

باوجود همه احتمالات ...

ارتباط جاودانه ما یک‌بار دیگر تقویت شد، و پیوند بین ما مستحکم‌تر.

بااین‌وجود همواره این پارادوکس ذهنم را مشغول می‌کند ...

آیا ما کنترل زندگی‌مان را داریم، یا سرنوشت همه‌چیز را هدایت می‌کند و ما محکوم به تصمیم‌گیری هستیم.

تنها چیزی که از آن اطمینان دارم، این است که عشقی که میان ما است، تا ابد دوام خواهد داشت.

دو خط اول این شعر خود گویای همه‌چیز است. آن لحظه، لحظه‌ای بود که خداوند حقیقتاً وجودش را برای من و ماریسی آشکار ساخت.

امروز می‌توانم به‌وضوح ببینم که آن شب، نیرویی الهی همسرم را در خواب‌وبیداری به سمت من هدایت می‌کرد. نیرویی که من تا قبل از آن، هرگز از این فاصله نزدیک آن را احساس نکرده بودم. آن لحظه، یک نقطه عطف در زندگی من بود. نوشته‌های بعدی‌ام همگی تحت تأثیر این تجربه شگفت‌انگیز قرار گرفتند. از آن لحظه به بعد، من ایمان آوردم که حقیقتاً هیچ اتفاقی در این جهان تصادفی نیست. ما خیال می‌کنیم که خودمان کنترل همه‌چیز را در دست داریم، اما همان‌طور که

لائو-تزو می‌گوید: «در این دنیا شما هیچ کاری را انجام نمی‌دهید، مگر کاری که برایتان مقدر شده است.» حضرت عیسی هم در جای می‌فرماید: «این روح قدسی است که به همه ما زندگی می‌بخشد.» این روح قدسی در آن نیمه‌شب دست‌به‌کار شده بود، تا دخترمان سیج بتواند به این دنیا بیاید.

هر زمان که من با دقت به سیج نگاه می‌کنم، به یاد آن نیروی نامرئی می‌افتم که با وجود تمام احتمالات، باعث شد که او متولد شود- و سپس به یاد می‌آورم که «با حضور خداوند، هیچ چیز غیرممکن نیست.» هنگامی که من اراده راسخ و تلاش خستگی‌ناپذیر او را می‌بینم، با خودم می‌گویم حتماً همین اراده به نحوی اسرارآمیز در اتفاقات آن شب نقش داشته است. من همیشه از خداوند به خاطر حضور سیج در زندگی‌ام تشکر کرده‌ام و تا ابد شکرگزار او خواهم بود. اما بیشتر از آن، از این بابت از خداوند سپاسگزارم که به من اجازه داد تا جزئی از آن اتفاق جادویی باشم که آن شب در بریسبین رخ داد. اسم کتابی را که سه سال بعد نوشتم، از اتفاق آن شب الهام گرفتم: «جادوی حقیقی.» آن اتفاق باعث شد که من با دنیای روانشناسی در نوشته‌هایم برای همیشه خداحافظی کنم، و به قلمرویی جادویی و اسرارآمیز قدم بگذارم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم، انسانی که به سطح مشخصی از درک خداوند در زندگی‌اش رسیده باشد، می‌تواند بر زندگی تمام افرادی که با آن‌ها ملاقات می‌کند اثر بگذارد، حتی اگر هیچ کاری و نکند و فقط با آن‌ها در یک اتاق بنشیند. نقل می‌شود که هنگامی که حضرت عیسی به روستایی وارد می‌شد، تنها همین حضور او باعث می‌شد که سطح آگاهی و هوشیاری تمام اهالی روستا افزایش بیابد.

در ماه می ۱۹۸۹، من با چشمان خودم شاهد چنین اتفاقی بودم. هنگامی که مادر ترزا به استودیو وارد شد، همه افراد حاضر در آن مکان تحت تأثیر حضور این بانوی قدیس قرار گرفته بودند. این دیگر مسئله‌ای نیست که بتوان آن را با علم روانشناسی توضیح داد؛ این یک تجربه روحانی پیشرفته

و مشاهده تأثیر عشق الهی در عمل است. در همان لحظه من تصمیم گرفتم که باقی مانده زندگی‌ام را وقف دست یافتن به چنین عشقی بکنم. با مشاهده آن بانوی بزرگ و اینکه چطور حضورش بر روی اطرافیان تأثیر می‌گذاشت، من تصمیم گرفتم که او را الگوی خودم قرار دهم و تلاش کنم تا من هم بتوانم تأثیر مثبتی بر زندگی دیگران بگذارم.

مشاهده مادر ترزا مرا به یاد دینا شور انداخت که به همه اطرافیانش عشق می‌ورزید و بر روی همه آن‌ها اثر می‌گذاشت. در مورد مادر ترزا، این تأثیر یک شکل روحانی یافته بود، چراکه عشق او عشقی الهی بود. حضور این بانوی قدیس باعث می‌شد که همه اطرافیانش بخواهند بیشتر مانند حضرت عیسی رفتار کنند - کمتر دیگران را قضاوت کنند، از کوتاهی‌ها و اشتباهات یکدیگر چشم‌پوشی کنند و همدیگر را ببخشند، و در نتیجه عشقی که از وجود آن بانو ساطع می‌شد، احساس نزدیکی بیشتری با خداوند داشته باشند.

سال‌ها بعد، در روز ۶ سپتامبر ۱۹۹۷، من می‌خواستم که برای یک گردهمایی بزرگ در شهر سیدنی سخنرانی کنم که کاغذی را به دستم دادند که روی آن خبر فوت مادر ترزا نوشته شده بود. من از تجربه‌ام در شهر فونیکس و برخوردی که با این بانوی قدیس داشتم، برای حضار صحبت کردم، و به آن‌ها گفتم که او در مرگ هم مانند زندگی به دنبال جلب توجه نبود. او درست زمانی از این دنیا رخت بربست که مراسم خاک‌سپاری پرنسس دینا در انگلستان، توجه همه را به خودش جلب کرده بود.

مادر ترزا هرگز در زندگی‌اش اسیر نفس (ایگو) نبود. او کارهایش را بدون هیچ چشم‌داشتی انجام می‌داد - و تنها هدفش در زندگی خدمت کردن به دیگر انسان‌ها بود، به خصوص انسان‌های محروم و نیازمند. او یک‌بار گفته بود که هرروز جلوه حضرت عیسی را در پوشش‌های مختلفی به چشم می‌بیند. او این‌گونه زندگی کرد، و همین‌گونه هم چشم از این جهان فروبست - زمانی که همه توجه‌ها به سمت دیگری بود.

حضور خدایی و قدسی این بانوی گرامی، نه تنها افرادی را که کنار او بودند تحت تأثیر قرار می‌داد، بلکه بر روی تمام افرادی که در محضرش حضور داشتند هم اثر می‌گذاشت. من به یاد دارم که پس از ملاقات با او، تنها آرزویم این بود که من هم زمانی بتوانم مانند او زندگی کنم، و جلوه‌ای باشم از حضور خداوند بر روی زمین. وجود او بی‌شک یک معجزه بود، و مرا چنان تحت تأثیر قرار داده بود که با تمام وجودم می‌خواستم که مانند او شوم. می‌دانستم که برای رسیدن به این خواسته‌ام، باید تغییرات بزرگی را در شیوه زندگی‌ام ایجاد کنم، نفسم (ایگو) را کاملاً به بند بکشم و زندگی‌ام را بی‌هیچ چشم‌داشتی وقف کمک به دیگران کنم، تا بتوانم به جهانی غیرمادی قدم بگذارم و وارد قلمرویی الهی شوم.

اکنون می‌توانم به وضوح بینم که همان ملاقات کوتاه و مختصر با مادر ترزا، چه تأثیر عظیمی بر زندگی من گذاشت. در آن زمان من تازه می‌خواستم که یک تور تبلیغاتی کشوری را برای کتاب *باور کنید تا ببینید* آغاز کنم، و ملاقاتم با مادر ترزا باعث شد به جهانی پر از معجزات کشیده شوم و جادوی حقیقی را شخصاً تجربه کنم. همان جادویی که در وجود آن بانوی بزرگ موج می‌زد و من اثرش را با چشمان خودم دیده بودم؛ جادوی حضور خداوند.

بخش ۴۴

پاییز ۱۹۹۱ است، و من مأموریت جدیدی را در زندگی‌ام آغاز کرده‌ام. بیشتر وقتم را به مطالعه آثار معلمان معنوی بزرگ می‌گذرانم، چه افرادی که در زمان‌های قدیم می‌زیسته‌اند و چه افراد معاصر. این‌ها همگی افرادی بوده‌اند که کرامات زیادی را از خود به نمایش گذاشته‌اند - کراماتی مانند شفای بیماران، خبر دادن از آینده و کارهایی از این قبیل. من اعتقاد دارم که اگر یک نفر بتواند چنین کارهای خارق‌العاده‌ای را انجام دهد، پس هر انسانی می‌تواند که با تلاش و کوشش، به این سطح از دانش و معرفت برسد. این چیزی است که من سعی دارم آن را بررسی کنم.

هنری میلر می‌گوید: «نیازی نیست که به دنبال معجزات الهی بگردید، چرا که شما خود یک معجزه هستید.» من نمی‌توانم این افکار را از سرم بیرون کنم. تصمیم دارم که درباره این مفاهیم بنویسم و به مردم یاد بدهم که چطور می‌توانند به بالاترین ظرفیت خود برای مشاهده معجزات در زندگی‌شان دست پیدا کنند. خودم هم قصد دارم که به این آموزه‌ها که توسط معلمان معنوی بزرگی بیان شده‌اند، عمل کنم و تغییراتی اساسی در زندگی‌ام به وجود بیاورم.

برای تماشای نمایش شعبده‌باز بزرگ دیوید کاپرفیلد به لاس‌وگاس رفته‌ام. همین‌طور که آنجا نشسته‌ام و دارم از مشاهده نمایش لذت می‌برم، این فکر به ذهنم خطور می‌کند که من قبلاً چیزهای شگفت‌انگیزی را در زندگی‌ام تجربه کرده‌ام که هیچ حقه و تردستی‌ای در آن‌ها وجود نداشته است. جادوی حقیقی وجود دارد، و من در طول سالیان گذشته بارها با آن برخورد کرده‌ام. به اتاقم در هتل باز می‌گردم و تمام شب را بیدار می‌مانم، تا طرح اولیه نوشتن کتابی را مشخص کنم که به همه افراد کمک کند معجزات حقیقی را وارد زندگی روزمره خود کنند. تصمیم می‌گیرم که اسم کتاب را بگذارم جادوی حقیقی، و دلم می‌خواهد که هرچه زودتر نوشتن آن را آغاز کنم.

یکی از معلمان معنوی من، نيسار گاداتا ماهاراجِ هندی^{۲۳۸} است، که یک دهه پیش فوت کرده. پس از برگشت به خانه‌ام در فلوریدا، و هنگامی که دارم خودم را برای نوشتن این کتاب جدید آماده می‌کنم، بارها و بارها این نصیحت را که او به یکی از شاگردانش کرده است، می‌خوانم: «اگر می‌خواهی به بالاترین سطح از توانایی‌هایت دست پیدا کنی و هدفی را که برای آن به این جهان آمده‌ای به سرانجام برسانی، باید یک زندگی کاملاً هوشیارانه داشته باشی.» بالاخره پیامی را که این توصیه برای من دارد، درک می‌کنم و می‌فهمم که باید یک تصمیم مهم در زندگی‌ام بگیرم.

من تقریباً به مدت ۱۵ سال است که روزی هشت مایل را می‌دوم. چند ساعت دویدن در روز، برایم مثل مسواک زدن قبل از خواب، به‌صورت یک عادت طبیعی درآمده است. همان‌طور که پشت میزم نشسته‌ام، تلاش می‌کنم تا آخرین باری را که بعد از برگشتن از دو، چند بطری آب جو نوشیده‌ام به یاد بیاورم. متوجه می‌شوم که بیشتر از ده سال است که چنین چیزی رخ نداده. ناگهان متوجه می‌شوم که در طول ۱۵ سال گذشته، تقریباً هرروز الکل مصرف کرده‌ام. این کار به‌صورت یک عادت در زندگی‌ام درآمده است، و زندگی من حول این عادت می‌چرخد. سعی می‌کنم آخرین باری را که این مسئله بر روی زندگی‌ام تأثیر گذاشت به یاد بیاورم.

همین یک هفته پیش بود که برای صرف شام، با همسر و شش فرزندم به یک رستوران رفته بودیم. آن رستوران موقتاً اجازه نداشت که مشروبات الکلی سرو کند، و به همین خاطر من زن و بچه‌ام را مجبور کردم که از پای میز شام بلند شوند تا به یک رستوران دیگر برویم. عادت‌م برای نوشیدن چند بطری آب‌جو در هرروز، هفت نفر دیگر را به زحمت انداخت. من از اینکه می‌بینم اجازه داده‌ام که این عادت، تا این حد بر روی زندگی‌ام تأثیر بگذارد، احساس شرمندگی می‌کنم.

²³⁸ Nisargadatta Maharaj of India

جمله‌ای را که نيسار گاداتا به شاگردش گفته بود، در گوشم می‌پیچد. اگر می‌خواهم به بالاترین سطح از توانایی‌هایم دست پیدا کنم و هدفی را که برای آن به این جهان آمده‌ام به سرانجام برسانم، باید یک زندگی کاملاً هوشیارانه داشته باشم.

با خودم می‌گویم، «من همین الان هم هوشیار هستم . . . هرگز آن قدر الکل نمی‌نوشم که مست شوم . . . معمولاً بیشتر از دو سه تا بطری آب‌جو نمی‌نوشم . . . من واقعاً مشکلی ندارم.» اما خوب می‌دانم که دارم سعی می‌کنم که خودم را فریب بدهم. بیشتر از ۵۰۰۰ روز پیایی است که من الکل وارد بدنم می‌کنم. هوکیکو شو^{۲۳۹} در یک نوشته مذهبی باستانی می‌گوید: «بعد از سومین جام، این مشروب است که مرد را می‌نوشد.» با خودم می‌اندیشم که نظر او در مورد سه بطری آب‌جو در هر روز، آن‌هم برای ۵۰۰۰ روز متوالی چه خواهد بود. در فکر فرومی‌روم. حقیقتاً، این مشروب است که دارد مرا می‌نوشد.

تصمیم می‌گیرم که از همین لحظه به بعد، دیگر لب به الکل نزنم. با خداوند، و با نیمه برتر وجود خودم عهد می‌کنم که از امشب به بعد، دیگر آب‌جو ننوشم. تلاشم را می‌کنم تا به توصیه نيسار گاداتا عمل نمایم و در هوشیاری کامل زندگی کنم. او این توصیه را در دهه هفتاد میلادی در شهر بمبئی به یکی از شاگردانش می‌کند - درست در همان زمانی که من عادت روزانه نوشیدن آب‌جو را آغاز کردم. شاید خطاب او درواقع به من بوده است.

من هرگز نيسار گاداتا را از نزدیک ملاقات نکرده‌ام، اما کتاب او را، یعنی من / این هستم، بارها و بارها خوانده‌ام و عمیقاً روی آن تفکر کرده‌ام. هرگاه که توصیه او به یکی از شاگردانش را می‌خواندم، این‌طور به نظرم می‌رسید که انگار او دارد با خود من حرف می‌زند و مرا نصیحت می‌کند. این لحظه، یکی دیگر از لحظات سرنوشت‌ساز در زندگی من است - همان‌طور که رفتار خودخواهانه‌ای را که آن شب در آن رستوران با همسر و فرزندانم داشتم مرور می‌کنم، احساس

²³⁹ Hokekyō Sho

می‌کنم که نیسار گاداتا در کنارم حضور دارد. برای اینکه بتوانم اعتیادم را به الکل ترک کنم، تصمیم دارم که به سراغ یک متخصص بروم از او کمک و راهنمایی بگیرم. درباره تصمیمی که گرفته‌ام با هیچ‌کس دیگری حرف نمی‌زنم.

امشب تمام می‌شود و من از اینکه اصلاً برای نوشیدن آب‌جو وسوسه نشدم، حسابی غافلگیر شده‌ام. احساس می‌کنم که یک حضور روحانی مرا برای عمل کردن به این تصمیم یاری می‌دهد. من این کار را تنها به این دلیل که نمی‌خواهم خودم، خانواده‌ام و یا اطرافیان را ناامید کنم، انجام نمی‌دهم. من دیگر دلم نمی‌خواهد که خداوند را ناامید کنم - و همین‌طور نیمه برتر وجودم را که تجلی حضور خداوند و عشق ناب او در من است. من در حال حاضر در سلامت کامل به سر می‌برم، و قصد دارم که همین‌طور هم باقی بمانم و مصرف الکل را به کلی از زندگی‌ام حذف کنم، چراکه مصرف الکل باعث از بین رفتن سلول‌های مغزی می‌شود و در نتیجه برای سلامتی‌ام مضر است. من از تغییری که در زندگی‌ام ایجاد کرده‌ام، بسیار راضی و خوشنودم، و اکنون از هر دقیقه از زندگی‌ام لذت می‌برم.

با جدیت مشغول نوشتن کتاب جدیدم هستم. ناشر جدیدم، یعنی انتشارات هارپر کالینز، از ایده‌ام برای نوشتن این کتاب کاملاً استقبال کرده‌اند بی‌صبرانه در انتظار دریافت نسخه اولیه آن هستند. هرروز بیشتر به این نکته پی می‌برم که در درون همه ما، یک نیروی یگانه و بی‌پایان نهفته است که می‌تواند هر کاری را انجام دهد. گاهی از خودم می‌پرسم، من که هستم که بخوام در مورد معجزات بنویسم؟ سپس با شک و تردید دست از نوشتن می‌کشم، و تنها به نداهایی گوش می‌دهم که مرا در نوشتن این کتاب راهنمایی می‌کنند.

کتاب جادوی حقیقی را با جمله‌ای از سنت فرانسیس آسیزی^{۲۴۰} شروع می‌کنم، قدیسی که در زمان خودش مردم کرامات زیادی را از او مشاهده کرده‌اند. او درجایی می‌گوید: «من به هیچ‌عنوان

²⁴⁰ St. Francis of Assisi

معصوم و بی‌گناه نیستم؛ پس اگر خداوند می‌تواند از طریق من کراماتش را به مردم نشان بدهد، از طریق هر فرد دیگری هم می‌تواند این کار را انجام دهد.» این کلمات، نشان‌دهنده فروتنی و اطمینان او هستند، و به‌خوبی طرز فکر مرا در مورد جادوی حقیقی منعکس می‌کنند.

پاییز ۱۹۹۲ است، و اکنون یک سال کامل است که من الکل مصرف نکرده‌ام. در قلبم ایمان دارم این تصمیمی که با راهنمایی معلم معنوی‌ام، نیسار گاداتا گرفته‌ام، مرا وارد مسیر تازه‌ای کرده است. از خداوند، سنت فرانسیس، و نیسار گاداتا تشکر می‌کنم که به من در نوشتن این کتاب کمک کردند و مرا در طول این مسیر راهنمایی نمودند. من اکنون این کتاب زیبا را که روی جلدش یک رنگین‌کمان کشیده شده و عنوان *جادوی حقیقی* روی آن نوشته شده است، در دست دارم و از این بابت احساس خوشبختی می‌کنم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

از زمانی که من به توصیه نیسار گاداتا عمل کردم و مصرف الکل را کنار گذاشتم، تا یک زندگی کاملاً هوشیارانه داشته باشم و بتوانم هدفم را در این دنیا به سرانجام برسانم، بیش از بیست سال می‌گذرد. امروز می‌توانم با اطمینان بگویم که آن کلماتی که در سال ۱۹۹۱ خواندم، بزرگ‌ترین تأثیر را بر زندگی‌ام گذاشتند. از آن شب به بعد، من دیگر هرگز وسوسه نشدم که الکل بنوشم و تا امروز به عهدی که در آن لحظه سرنوشت‌ساز با خودم و خداوند بستم، پایبند مانده‌ام.

اکنون که به تصمیمم برای ترک الکل می‌نگرم، به‌وضوح می‌بینم که این تصمیم در نتیجه این بود که آگاهی من، دیگر نمی‌خواست نیمه برتر وجودم را برنجانند یا آن را ناامید کند. اکنون به‌خوبی می‌دانم که ترک عادات خود-ویرانگر، اگر برای نزدیک‌تر شدن به نیمه برتر وجود که از هر نظر با نیروی آفریننده هستی هماهنگ است، صورت بگیرد، به‌هیچ‌عنوان کار غیرممکن و دشواری نخواهد بود.

در آن زمان می‌دانستم که «باید قبل از اینکه بتوانم با آرامش بخوابم، به قول‌هایم عمل کنم و مایل‌ها مسافت را بپیمایم،» درست همان‌طور که رابرت فراست^{۲۴۱} به زیبایی در شعر «درنگ بر کرانه جنگل در غروبی برفی^{۲۴۲}» گفته است. اما علاوه بر این، می‌دانستم که اگر عادت مصرف الکل را کنار نمی‌گذاشتم، هرگز نمی‌توانستم به قول‌هایی که قبل از آمدن به این جهان به خالقم داده بودم، عمل کنم. من به خالق و آفریننده‌ام، به آن منبع هوش بی‌کران که سرمنشأ تمام هستی است و نهایتاً همه ما به‌سوی او بازمی‌گردیم، قول‌هایی داده بودم که قصد داشتم به آن‌ها عمل کنم. به‌محض اینکه من آن تصمیم را گرفتم - و با کمک اندیشیدن به این مسئله که آینده‌ام، و بخصوص مغزم، اگر دیگر با مصرف الکل سلول‌های آن را تخریب نکنم، چگونه خواهند بود - جادوی حقیقی واقعاً به زندگی‌ام وارد شد.

مایکل جکسون با من تماس گرفت و از من و خانواده ده نفره دعوت کرد که به نورلند رنج^{۲۴۳} در کالیفرنیا برویم و پنج روز را با او بگذرانیم. در طول سه ساعتی که من و مایکل تنهایی از کوه بالا می‌رفتیم، تمام چیزی که او می‌خواست بداند این بود که آیا واقعاً جادوی حقیقی وجود دارد؟ و ما چطور می‌توانیم به آن دسترسی پیدا کنیم؟

من با دیپاک چوپرا^{۲۴۴} ملاقات کردم و ما دو نفر همراه باهم به سرتاسر دنیا می‌رفتیم سخنرانی می‌کردیم. من و او هر دو معتقد بودیم که نه تنها خودمان می‌توانیم به مرحله‌ای برسیم که کارهای خارق‌العاده‌ای انجام بدهیم، بلکه می‌توانیم به دیگران هم بیاموزیم که چگونه می‌توانند به منبع انرژی بی‌پایانی که در درون همه انسان‌ها است دسترسی پیدا کنند و از آن برای رسیدن به عظمت و شکوه ذاتی‌شان استفاده کنند.

²⁴¹ Robert Frost

²⁴² Stopping by Woods on a Snowy Evening

²⁴³ Neverland Ranch

²⁴⁴ Deepak Chopra

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که تمام این تجربیات جادویی، در نتیجه همان تصمیمی رخ دادند که من در آن لحظه سرنوشت‌ساز گرفتم. نیروهای نامرئی و روحانی باعث شدند تا من در آن شب تصمیم بگیرم که عادت نوشیدن الکل را کنار بگذارم، و این تصمیم به‌کلی زندگی مرا تحت تأثیر خود قرار داد. اگرچه در آن زمان گمان می‌کردم که چنین کاری غیرممکن است، اما پس‌ازاینکه تصمیم را گرفتم و عزمم را برای این کار جزم کردم، دیدم که این کار بسیار راحت‌تر از آن چیزی است که من گمان می‌کردم، چراکه نیروهای الهی در این مسیر مرا یاری می‌کردند.

اکنون که به یاد احساس شرمندگی‌ام از رفتاری که با همسر و فرزندانم داشتم می‌افتم، به‌وضوح می‌بینم که نیرویی الهی در کار بود تا مرا از شر آن عادت نفس-محور (ایگو-محور) که مانع رسیدن من به عظمت و شکوه درونی‌ام بود، رها کند.

اکنون کاملاً به این جمله قدیمی از بودا اعتقاد دارم که می‌گوید: هرگاه که دانش‌آموز آماده باشد، استادش هم از راه می‌رسد. آن استاد همیشه همان‌جا بود. من قبلاً بارها و بارها آن جمله نیسار گاداتا را خوانده بودم، اما چون هنوز آمادگی لازم را به دست نیاورده بودم، نتوانسته بودم که مفهوم حقیقی آن را درک کنم. اما در آن شب، بالاخره من به‌عنوان یک دانش‌آموز آماده شده بودم و توانستم مفهومی را که در آن جمله نهفته بود به‌خوبی درک کنم و مسیر زندگی‌ام را به‌کلی تغییر دهم.

من توانستم که آن آمادگی را با ترک سایر عادات ناسالمم حفظ کنم، و آن عادات نفس-محور را با میل خدمت به دیگران به‌عنوان یک معلم جایگزین نمایم. من دیگر تنها یک معلم اصول روانشناسی نبودم که به دیگران می‌آموخت چطور می‌توانند به انسان‌هایی خودکام‌بخش تبدیل شوند. من اکنون معلمی بودم که خود شاگرد معلمان معنوی بزرگی بود که در گذشته زندگی می‌کردند، و تلاش می‌کردم تا آموزه‌های آن‌ها را در میان مردم گسترش دهم و به آن‌ها یاد بدم

که چطور می‌توانند با نیمه برتر وجودشان ارتباطی نزدیک‌تر پیدا کنند و حضور خداوند را در زندگی‌شان پررنگ‌تر نمایند.

تصمیمم برای ترک مصرف الکل، یکی از بزرگ‌ترین کارهایی است که من در زندگی‌ام انجام دادم، و همه این‌ها به این خاطر ممکن شد که من آموختم برای محقق کردن هدفم در این جهان، باید کاملاً هوشیار باشم. اکنون که به آن شب در سال ۱۹۹۱ فکر می‌کنم، و احساس شرمندگی و ناامیدی‌ام را به یاد می‌آورم، به‌وضوح می‌بینم که این خواست خداوند بود که من به خودم بیایم و مصرف الکل را برای همیشه کنار بگذارم. من در آن لحظه توانستم که به آینده نگاه کنم و خودم را بینم که دو راه پیش رو دارم: یا به یک معلم معنوی هوشیار تبدیل شوم، و یا به فردی که با عادت خود-ویرانگرش، خودش را محدود کرده است و نتوانسته تمام قابلیت‌های درونی‌اش را برای محقق کردن هدفش در این جهان شکوفا کند. از آن لحظه به بعد، من بدون هیچ مشکلی توانستم که به نخستین تصویر جان ببخشم و آن را به واقعیت تبدیل کنم.

بخش ۴۵

بهار ۱۹۹۴ است، و من در حال سفر به گوشه‌کنار کشور برای معرفی و تبلیغ کتاب جادوی حقیقی هستم. ناشرم در مورد موضوع کتاب بعدی‌ام می‌پرسد، و من به یاد یک روز خیلی خاص در ده سال قبل می‌افتم؛ زمانی که کن کایز جونیور^{۲۴۵} به همراه همسرش پنی^{۲۴۶} به منزل ما آمدند. ماشین آن‌ها مقابل منزل ما در بوکا ریتون فلوریدا توقف کرد، و من دیدم که یک خانم جوان از ماشین پیاده شد، درب سرنشین کنار راننده را باز کرد، و سپس مردی را که بر روی صندلی نشسته بود بغل کرد و او را به درون خانه آورد. و سپس من در کنار آن‌ها یکی از به‌یادماندنی‌ترین بعدازظهرهای زندگی‌ام را سپری کردم.

من بیشتر از یک دهه بود که از طرفداران کن کایز بودم و کتاب معروف او به نام راهنمایی برای رسیدن به آگاهی برتر^{۲۴۷} را که در سال ۱۹۷۲ چاپ شده بود، بارها و بارها خوانده بودم، اما اصلاً خبر نداشتم که او از گردن به پایین فلج است. بعداً خودش برایم گفت که چهل سال پیش، درست بعد از اینکه در سال ۱۹۴۶ و پس از پایان جنگ جهانی دوم از ارتش مرخص می‌گردد، به بیماری فلج اطفال مبتلا می‌شود. او تنها در نخستین کتابش به این مسئله اشاره کرده است، آنجا که می‌گوید: «واقعیت این است که من آن قدر سرگرم زندگی کردن هستم و به حدی سرم شلوغ است که فرصت نمی‌کنم به اینکه روی یک ویلچر نشسته‌ام فکر کنم. امروز من به چیزی که دیگران آن را معلولیت می‌نامند، به چشم یکی دیگر از هدایایی که زندگی به من عرضه کرده است، نگاه می‌کنم.»

در دهه هشتاد میلادی، من کتاب صدمین میمون را که به تازگی از او منتشر شده بود، خواندم و به مدت چند ماه در موردش سخنرانی کردم، و مطالعه آن را به مخاطبانم توصیه نمودم. کتاب صدمین میمون توضیح می‌داد که چگونه هوشیاری و آگاهی برتر می‌تواند برای جلوگیری از وقوع

²⁴⁵ Ken Keyes, Jr.

²⁴⁶ Penny

²⁴⁷ Handbook to Higher Consciousness

جنگ هسته‌ای به کار گرفته شود؛ و بر روی این ایده تمرکز کرده بود که همه انسان‌ها از طریق یک پیوند روحانی با یکدیگر در ارتباط هستند و هر فکری که به ذهن یک فرد خطور کند، می‌تواند از طریق همین ارتباط بر روی سایر افراد هم تأثیر بگذارد.

کن و پنی از دیدن من به همان اندازه هیجان‌زده بودند که من از دیدن آن‌ها. تقریباً برای یک دهه بود که کتاب‌های من یکی پس از دیگری در فهرست پرفروش‌ترین کتاب‌ها قرار می‌گرفتند و حضورم در برنامه‌های تلویزیونی و رادیویی مختلف، باعث شده بود که افراد زیادی مرا بشناسند. کتاب کن برای من و برای بسیاری از افراد دیگری که در حال طی کردن یک مسیر روحانی بودند، بسیار اهمیت داشت. اگرچه هنوز به آن میزانی که به نظر من شایسته بود، نتوانسته بود در دسترس مخاطبان زیادی قرار بگیرد.

همان‌طور که کن، پنی، من و مارسلن دور میز آشپزخانه نشسته بودیم و در مورد آگاهی برتر صحبت می‌کردیم. کن به من گفت، «من به تو توصیه می‌کنم که در قلمرو هوشیاری و آگاهی برتر به جست‌وجو پردازی. تو مخاطبان زیادی داری، و اگر در مورد این موضوع بنویسی، مردم سرتاسر جهان به پیغامت گوش می‌دهند.» ما وقت زیادی را صرف بحث کردن درباره امکان تغییر دادن شرایط جهان از طریق به‌کارگیری اصول روحانی کردیم. من تقریباً تجربه‌ای در زمینه نوشتن در رابطه با این موضوع نداشتم، چراکه به‌تازگی تصمیم گرفته بودم که در نوشته‌هایم از دنیای روانشناسی صرف فاصله بگیرم و به مسائل روحانی و معنوی پردازم.

بعد از اینکه کن و پنی از پیش ما رفتند، در رابطه با صحبت‌هایی که کرده بودیم یادداشت‌هایی برداشتم. من از دل صحبت‌های پرشورمان حول این مبحث، توانستم چهار نکته کلیدی را برای رسیدن به آگاهی برتر بیرون بکشم. این چهار نکته کلیدی را نوشتم تا از آن‌ها در سخنرانی‌هایم استفاده کنم، و شاید روزی درباره آن‌ها کتابی بنویسم. این چهار نکته کلیدی این‌ها بودند: کنار

گذاشتن شک و تردید، آماده‌سازی ذهن، ساکت کردن مکالمات درونی، و رها کردن نیمه برتر وجود از بند نفس (ایگو). و من در ده سال بعد، این موضوعات را محور سخنرانی‌هایم قرار دادم.

به آن بعدازظهر پرباری که ده سال پیش با کن کایز و همسرش پنی گذراندم فکر می‌کنم، و تصمیم می‌گیرم که کتاب بعدی‌ام را در رابطه با بحث‌هایی که آن روز کردیم، بنویسم. من قبلاً در رابطه با توانایی همه ما در رسیدن به جادوی حقیقی در زندگی روزمره‌مان نوشته‌ام، و اکنون قصد دارم که در مورد قداستی که در ذات همه ما نهفته است، بنویسم.

همه ما انسان‌ها موجوداتی مقدس هستیم - و بخشی از وجود خداوند در ذات تک‌تک ما نهفته است. من دیگر چندان به خلق معجزات فکر نمی‌کنم. چیزی که برایم اهمیت دارد این است که به خودم و دیگران کمک کنم تا نیمه الهی وجودمان را بهتر بشناسیم، و یاد بگیریم که چطور در زندگی از بند نفس (ایگو) که نیمه حیوانی وجود ما است، رها شویم. همه ما از سوی خداوند می‌آییم، و در نتیجه موجودات مقدسی هستیم - نشانه‌ای از نیرویی که ما را آفریده است. متأسفانه، بیشتر مردم به‌جای اینکه مانند موجوداتی مقدس زندگی کنند، عمرشان را در ترس و هراس می‌گذرانند. من یک طرح کلی از کتاب بعدی‌ام آماده می‌کنم و آن را به سردبیرانم در انتشارات هارپر کالینز نشان می‌دهم. آن‌ها بسیار از ایده نوشتن این کتاب جدیدی که می‌خواهم اسمش را بگذارم خود مقدس شما^{۲۴۸} خوششان می‌آید و از آن استقبال می‌کنند.

اکنون برای سه سال است که من بی‌وقفه در حال نوشتن هستم. هر زمان که پشت یک میز می‌نشینم، مطالب بدون هیچ زحمتی به ذهنم خطور می‌کنند و من فقط آن‌ها را بر روی کاغذ می‌نویسم. اکنون خانواده‌ام در منزل جدید و زیبایی که من و همسرم در بوکا ریتون طراحی کرده‌ایم، زندگی می‌کنند. در حال حاضر، پنج‌تا از دخترهایمان و یک پسرمان که از ۵ تا ۱۸ سال سن دارند، با ما زندگی می‌کنند. من هرروز صبح حدود ساعت ۳ بامداد از خواب بیدار می‌شوم و

²⁴⁸ Your Sacred Self

به دفتری که در نزدیکی منزلمان دارم می‌روم، تا بتوانم در سکوت و آرامش و بدون اینکه کسی مزاحم شود، کتابم را بنویسم.

کلمات بدون هیچ زحمتی به ذهنم می‌رسند و صفحات کاغذ یکی پس از دیگری پر می‌شوند. من متوجه شده‌ام که دوست و معلم معنوی‌ام کن کایز دچار نارسایی کلیوی شده است. عکس او و کتاب راهنمایی برای رسیدن به آگاهی برتر را روی میز گذاشته‌ام و همان‌طور که کتاب خود مقدس شما را می‌نویسم، به آن‌ها نگاه می‌کنم. هر فصل از کتاب را به یکی از آن چهار نکته کلیدی که یک دهه پیش در صحبت‌هایم با کن به آن‌ها رسیده بودیم، اختصاص می‌دهم.

من شدیداً نسبت به کشف راه‌هایی که می‌توانیم از طریق آن، این مانع بزرگ را که همان نفسمان (ایگو) است از سر راه برداریم و با نیمه مقدس وجودمان آشنا شویم، علاقه‌مند شده‌ام. تلاشم این است که در نوشته‌هایم توضیح بدهم که چگونه یک نفر می‌تواند از فردی نفس محور (ایگو محور) که زندگی‌اش حول مسائلی مانند رقابت، ترس، و ظواهر بیرونی می‌چرخد، به فردی تبدیل شود که به آگاهی برتر رسیده است و زندگی‌اش سرشار از آرامش، حقیقت، عشق و خلوص است. هر روز صبح، درحالی که ماری و فرزندانم چند خیابان آن‌طرف‌تر هنوز در خواب ناز به سر می‌برند، فصول کتاب یکی پس از دیگری بدون هیچ زحمتی به روی کاغذ می‌آیند، انگار که نیرویی روحانی از طریق من آن‌ها را می‌نویسد و من تنها نظاره‌گر هستم.

کتاب خود مقدس شما را با یک نوشته تحت عنوان «به‌سوی جهانی خالی از نفس (ایگو)» به پایان می‌برم، که حاصل صحبت‌هایی است که آن روز بعدازظهر در آشپزخانه منزلم با کن کردیم. رسیدن به چنین دنیایی رؤیای او بود، و همین مسئله به او انگیزه داده بود که در رابطه با آگاهی برتر بنویسد. در انتهای کتابم، من از کن که در تاریخ ۲۰ دسامبر بر اثر بیماری کلیوی فوت کرد، تشکر می‌کنم و برای جمله پایانی، نقل‌قولی را از یکی دیگر از معلمان معنوی‌ام، نیسار گاداتا ماهاراج می‌نویسم: «پیام من روشن و واضح است؛ تولید کنید تا آن را در بین دیگران توزیع کنید، قبل از

اینکه خودتان بخورید، به دیگران غذا بدهید، قبل از اینکه چیزی را برای خودتان بردارید، به دیگران ببخشید، و قبل از اینکه به خودتان فکر کنید، به دیگران بیندیشید. تنها یک جامعه که بر پایه به اشتراک گذاشتن نعمات با دیگران بنا شده باشد و خالی از خودخواهی باشد، می‌تواند به خوشبختی پایدار دست پیدا کند. این تنها راه‌حل ممکن است. اگر شما از آن خوشتان نمی‌آید، پس می‌توانید به جنگیدن با یکدیگر ادامه بدهید.»

قلم را زمین می‌گذارم، و چند دقیقه به یاد این دو معلم معنوی بزرگ در زندگی‌ام سکوت می‌کنم و در دلم از آن‌ها تشکر می‌نمایم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

به‌خوبی آن روزی را که کن و پنی به منزل ما آمدند به یاد می‌آورم. انرژی حاصل از آن بعدازظهری که باهم صرف کردیم، به مدت یک دهه همراه من بود و برای نوشتن کتاب خود مقدس شما الهام‌بخش من بود. در آن روز بعدازظهر، من با مردی ملاقات کردم که دقیقاً به همان شکلی که خودش چندین سال پیش در کتاب راهنمایی برای رسیدن به آگاهی برتر توصیف کرده بود، زندگی می‌کرد. اما تأثیرگذارتر از صحبت‌هایی که در آن روز باهم کردیم، مشاهده شخصیت و رفتار روحانی کن و همسرش بود.

کن کایز در بدنی گیر کرده بود که ناتوانی‌های بسیاری داشت. او از گردن به پایین فلج شده بود، و برای بیش از چهار دهه بود که به مراقبت‌های ویژه‌ای احتیاج داشت. با این وجود، چیزی که واقعاً مرا تحت تأثیر قرار داد، این بود که او به محدودیت‌های جسمانی‌اش اجازه نداده بود که او را محدود کنند و بدون توجه به آن‌ها به زندگی‌اش ادامه می‌داد، و کتاب‌هایی ارزشمند در رابطه با آگاهی برتر می‌نوشت. او نه تنها معتقد بود که ما در واقع موجوداتی روحانی هستیم که در این جسم

خاکی گیر افتاده‌ایم، خودش مثال زنده‌ای از این طرز فکر بود، چراکه با وجود محدودیت‌های جسمی شدید، تأثیر عمیقی بر جهان پیرامونش می‌گذاشت.

امروز می‌توان به وضوح متوجه اهمیت دنیای درونی ما انسان‌ها نسبت به دنیای مادی بیرونی بشوم. دنیای درونی ما نادیدنی، بی‌شکل و روحانی است و لزوماً تحت تأثیر عوامل بیرونی قرار ندارد. در همین قلمروی باشکوه درونی است که من به انرژی خلاقیت عظیم خودم دست پیدا می‌کنم.

من معمولاً در سخنرانی‌ها و نوشته‌هایم از حضور روحانی‌ای که در وجود همه ما است صحبت می‌کنم و اینکه چطور می‌توانیم با غلبه بر نیمه دروغین وجودمان یا همان نفس (ایگو)، به این نیروی الهی یا همان نیمه برتر وجودمان اجازه بدهیم که ما را در مسیر زندگی هدایت کند. من هزاران بار این جمله را گفته‌ام که: «آن چیزی حقیقت دارد که هرگز تغییر نمی‌کند.» حقیقت آن روحی است که در این ماشین قرار دارد؛ خود ماشین دائماً در حال تغییر است و در نتیجه حقیقتی در آن وجود ندارد. اما من تا قبل از ملاقات با کن، این مسئله را به درستی درک نکرده بودم. کن کایز، با اینکه از نظر جسمانی دچار ناتوانی‌های بسیاری بود، اما نیمه روحانی و برتر وجودش هیچ نقصی نداشت، و در همان قلمرو درونی‌اش زندگی می‌کرد و به دیگران راز رسیدن به آگاهی برتر را می‌آموخت. او هرگز از شرایطش شکایت نکرد؛ بلکه با آن کنار آمده بود و کتابی که نوشته بود، به دیگران هم می‌آموخت که چطور می‌توانند صرف‌نظر از محدودیت‌ها و شرایط دنیای بیرونی، به یک رضایت خاطر درونی دست پیدا کنند.

من باید خودم کن و پنی را از نزدیک می‌دیدم. تصویر آن زن که همسرش را با عشقی ناب و حقیقی در آغوشش جابه‌جا می‌کرد، برای همیشه در ذهنم نقش بسته است. همین‌طور تصویر آن مرد بزرگ که بر روی ویلچرش نشسته بود و با من درباره اهمیت نوشتن راجع به آگاهی برتر صحبت می‌کرد؛ چیزی که بدون شک خودش در زندگی به آن دست یافته بود.

بنجامین فرانکلین در جای می گوید، «اگرچه ممکن است که ما قادر نباشیم تمام اتفاقاتی را که برایمان رخ می دهند کنترل کنیم، اما می توانیم تمام اتفاقاتی را که در درون ما رخ می دهند، کنترل نماییم.» هیچ کس این حقیقت را بهتر از دوست و همکار خوبم کن کایز به اثبات نرسانده بود. حضور او در زندگی من نه تنها الهام بخش نوشتن کتاب خود مقدس شما بود، بلکه مرا تشویق کرد که بیشتر برای مهار نفسم (ایگو) تلاش کنم.

به یاد دارم که به دوستم الیزابت کوبلر راس^{۲۴۹} در مورد تأثیری که کن کایز بر روی نوشته هایم گذاشته بود صحبت می کردم. او در آن موقع حرفی به من زد که بعداً آن را در کتابش با عنوان مرگ، آخرین مرحله رشد^{۲۵۰} هم آورد:

بزرگ ترین و دوست داشتنی ترین انسان هایی که ما می شناسیم، اشخاصی هستند که در زندگی شان، شکست، درد و رنج، مبارزه و از دست دادن را تجربه کرده اند، و در ورای همه این مشکلات، توانسته اند که در اعماق وجودشان به یک آرامش واقعی برسند. این افراد، به یک قدردانی، حساسیت و درک حقیقی نسبت به زندگی دست یافته اند که وجود آنها را لبریز از محبت، مهربانی، و عشقی عمیق نسبت به دیگران می کند. چنین انسان هایی اتفاقی به این جایگاه نرسیده اند.

درواقع الیزابت با این کلماتش داشت کن را توصیف می کرد.

اکنون می توانم به وضوح ببینم که آن قرار ملاقات با کین کایز، توسط نیروی الهی مقدر شده بود. ملاقاتی که تأثیر زیادی بر روی نوشته ها و زندگی من گذاشت. کن عزیز، من با تمام وجودم تو را دوست دارم و از تو سپاسگزارم که الهام بخش من برای رسیدن به آگاهی برتر بودی. تو حقیقتاً یکی از همان انسان های بزرگ و دوست داشتنی هستی که الیزابت در موردشان صحبت می کرد.

²⁴⁹ Elisabeth Kübler-Ross

²⁵⁰ Death: The Final Stage of Growth

بخش ۴۶

فردای روز کریسمس ۱۹۹۵، من در روزنامه مقاله‌ای را می‌خوانم درباره کای اوبارا^{۲۵۱}، مادری که در طول ۲۵ سال گذشته، ۷ روز هفته و ۲۴ ساعت شبانه‌روز، مشغول پرستاری از دخترش ادواردا^{۲۵۲} بوده است.

ادواردا در تاریخ ۳ ژانویه ۱۹۷۰، و زمانی که ۱۶ سال سن داشته است، بر اثر بیماری دیابت به کما می‌رود. آخرین کلماتی که او به مادرش گفته است، این بوده: «قول بده که مرا تنها نمی‌گذاری مادر، قول می‌دهی؟» و کای اوبارا درحالی‌که دستان دخترش را در دست گرفته بوده، می‌گوید: «معلوم است که قول می‌دهم. من هرگز تو را تنها نمی‌گذارم دخترم، به تو قول می‌دهم عزیز دلم. قول، قول است!»

قولی که کای در آن زمان به دختر نوجوانش می‌دهد، به معنی یک فداکاری بزرگ است که انسان‌های اندکی حاضر به انجام آن هستند. ادواردا نیاز به نگهداری و مراقبت‌های ویژه‌ای دارد. در طول شبانه‌روز، هر ۲ ساعت یک‌بار باید به او غذا داده شود. به علاوه، قند خون او هر چهار ساعت یک‌بار باید چک شود، و روزی شش مرتبه بو او انسولین تزریق گردد. در طول ۲۵ سال گذشته، کای روی تخت نخوابیده است و همواره نزدیک دخترش نشسته بوده و از او مراقبت می‌کرده.

خواندن این داستان واقعی، به شدت مرا تحت تأثیر قرار می‌دهد. من بقیه اعضای خانواده‌ام را دورهم جمع می‌کنم تا داستان را برای آن‌ها هم بخوانم. به آن‌ها می‌گویم: «می‌خواهم که همه شما به آشپزخانه بیایید و به این داستان گوش دهید. من می‌خواهم که ما به‌عنوان یک خانواده، کاری برای این مادر و دختر انجام دهیم.»

²⁵¹ Kaye O'Bara

²⁵² Edwarda

خانواده من زمانی که داستان خانم اوبارا و فداکاری‌ای که این مادر برای فرزندش انجام می‌دهد را می‌شنوند، اشک در چشمانشان جمع می‌شود. محل زندگی خانواده اوبارا تنها ۴۰ یا ۵۰ مایل با منزل ما فاصله دارد. کارل اوبارا که زندگی خودش را وقف مراقبت از دخترش کرده است، یک مثال زنده از انسانی است که خداوند را درک کرده است. نسبت به این بانوی بزرگ، همان احساسی را دارم که شش سال پیش و هنگام ملاقاتم با مادر ترزا در آن ایستگاه رادیویی در فونیکس، به من دست داده بود.

برای کای یک نامه کوتاه می‌نویسم و در آن نامه می‌گویم که او قهرمان من است. به همراه نامه، یک نسخه از کتاب *جادوی حقیقی* را هم برای او می‌فرستم، چراکه این کتاب در مورد خلق معجزات در زندگی روزمره است. من نامه و کتاب را به همراه مبلغی پول برای کمک به آن‌ها و نامه‌ای که همه فرزندانم و همسر من آن را امضا کرده‌اند، در یک پاکت می‌گذارم و آن را برای کای که در میامی زندگی می‌کند می‌فرستم، و در دلم برای او و دخترش که اکنون ۴۱ سال دارد، دعا می‌کنم. در ماه ژانویه، من به ساحل غربی می‌روم. من قصد دارم تا در آنجا یک کتاب جدید بنویسم، و در آخر هفته‌ها به خانه سر بزنم. اگرچه هنوز هم هر شب برای کای و دخترش دعا می‌کنم، اما در حال حاضر تمرکز من بر روی نوشتن کتاب جدیدم است. ذهنم کاملاً درگیر این ایده شده است که به طریقی، اصول روحانی‌ای را که انسان‌ها می‌توانند برای جذب خواسته‌هایشان به زندگی خود، آن‌ها را به کار بگیرند، به مخاطبانم انتقال دهم.

بعد از یک روز طولانی که مشغول تحقیق کردن و نوشتن بودم، تلویزیون را روشن می‌کنم تا به اخبار شبانه‌گاهی گوش بدهم. دبوراً نورویل^{۲۵۳}، که در طول سال‌های گذشته چندین بار با خود من مصاحبه کرده است، اعلام می‌کند که گزارشی تهیه کرده است، از داستان بانویی که در طول ۲۶ سال گذشته از دخترش که در کما است، پرستاری می‌کند. هنگامی که برنامه شروع می‌شود، من

²⁵³ Deborah Norville

می‌بینم که کای مشغول خواندن کتاب *جادوی حقیقی* برای ادواردا است؛ کتابی که همین چند هفته پیش برای او فرستاده بودم! با حیرت نگاه می‌کنم که چطور کای نخستین کلمات فصل اول کتاب را برای دخترش می‌خواند: «این کتابی است در رابطه با معجزات.»

از همزمانی که در این میان وجود دارد، شگفت‌زده شده‌ام. من مشغول تماشای تلویزیون هستم، کاری که به‌ندرت آن را انجام می‌دهم، و در حال تماشای برنامه‌ای هستم که قبلاً هرگز آن را ندیده بودم، و درست در همین زمان، آن برنامه کای را نشان می‌دهد که در حال خواندن کتاب من برای دخترش است. کتابی که من بعد از مشاهده عشق بی‌قیدوشرط او نسبت به دخترش که مرا عمیقاً تحت تأثیر قرار داده بود، برایش ارسال کرده بودم. این قضیه باعث می‌شود که نام فصلی را که در کتاب جدیدم یعنی *سرنوشت خود را با دستان خود رقم بزنید*^{۲۵۴} در حال نوشتن آن هستم، بگذارم «ارتباط با منبع الهی از طریق عشق بی‌قیدوشرط.»

تصمیم می‌گیرم که پس از بازگشت به خانه در آخر هفته، با کای تماس بگیرم. وقتی که به بوکا ریتون می‌رسم، بر روی انبوهی از نامه‌هایی که برایم ارسال شده است، نامه تشکری را می‌بینم که کای اوبارا برایم فرستاده است. فوراً با او تماس می‌گیرم و قرار ملاقاتی را برای روز بعد با او ترتیب می‌دهم تا به همراه همسرم به دیدن او بروم.

هنگامی که من و مارسلن به خانه کوچک و ساده کای می‌رسیم، بانویی که سرشار از زندگی است و کاملاً خودش را وقف پرستاری از دخترش کرده، بدون اینکه بخواهد برای خودش دل بسوزاند، از ما استقبال می‌کند. من و مارسلن در زمان وارد شدن به اتاق ادواردا، احساس می‌کنیم که انگار به یک مکان مقدس قدم گذاشته‌ایم. من دستان ادواردا را در دست می‌گیرم و حسی عجیب به من می‌گوید که او می‌تواند حرف‌هایم را بشنود. بعد از گذشت یک ساعت، من با صدای بلند می‌گویم که دیگر باید برویم. یک قطره اشک از گوشه چشم ادواردا سرازیر می‌شود و چهره‌اش

²⁵⁴ Manifest Your Destiny

آشفته و بی‌تاب به نظر می‌رسد. وقتی که به او می‌گویم که دوباره برمی‌گردم، آرامش به چهره ادواردا بازمی‌گردد، انگار که او متوجه حرفم شده است.

من احساس پیوند عمیقی با این مادر و دختر می‌کنم. می‌دانم که ادواردا هم به نحوی که نمی‌توانم آن را توضیح بدهم، با من ارتباط برقرار کرده است. من قبلاً در رابطه با فضاهای مقدس و جادوی حقیقی نوشته‌ام و در حال حاضر هم مشغول نوشتن درباره اصول روحانی‌ای هستم که به انسان‌ها کمک می‌کند تا سرنوشتشان را خودشان رقم بزنند. می‌دانم که حضورم در این مکان مقدس که در طول ۲۵ سال گذشته سرشار از عشقی بی‌قیدوشرط بوده است، یک تصادف نیست.

به‌طور مرتب و هر وقت که بتوانم، به کای و ادواردا سر می‌زنم. در این مدت از هزینه‌های مالی سنگینی که برای نگهداری از ادواردا بر دوش این خانواده است، آگاه شده‌ام. از خودم می‌پرسم که چطور می‌توانم به این انسان‌های دوست‌داشتنی که حقیقتاً به آگاهی برتر رسیده‌اند، کمک کنم، وقتی که من فقط در رابطه با آگاهی برتر می‌نویسم. می‌دانم که من و همسرم توسط خداوند برای کمک به آن‌ها فرستاده شده‌ایم. هیچ‌چیز در این جهان تصادفی نیست، و مسلماً این مورد هم یک استثنا نخواهد بود.

چند هفته بعد، یک روز صبح و پس از دوش گرفتن، پسرم سندز که اکنون نه‌ساله است، باعجله از اتاق خوابش بیرون می‌آید و می‌گوید: «مامان، بابا، وقتی که زیر دوش بودم ادواردا را دیدم. او بیدار شده بود و به من لبخند می‌زد. حرفم را باور کنید، خودش بود. من هم زود از زیر دوش بیرون آمدم تا این را به شما بگویم!» سندز کاملاً احساساتی شده است. او به همراه خواهرانش برای ملاقات ادواردا به منزل آن‌ها آمده بود، و دیده بود که من و ماریسی با او که در کما بود، ارتباط برقرار کرده بودیم.

وقتی که من خواب پسر کوچکم را برای کای تعریف می‌کنم، او می‌گوید که هر وقت که ادواردا بدنش را ترک می‌کند، او این را احساس می‌نماید. روح ادواردا تاکنون به افراد دیگری هم در

سرتاسر جهان سر زده است، و این بیشتر از یک خیال است. اگرچه من نسبت به این قضیه شک دارم، اما به خودم یادآوری می‌کنم که حضرت عیسی فرموده است که همه چیز برای آن‌هایی که ایمان دارند، ممکن است، و این قضیه هم مشمول این سخن او می‌شود. به یاد می‌آورم که من هم هر زمان که وارد اتاق او می‌شوم و با او صحبت می‌کنم، احساس آرامش می‌کنم و رایحه‌ای از گل‌های رز به مشام می‌رسد.

تصمیم می‌گیرم که در رابطه با بار سنگین هزینه‌هایی که کای به تنهایی به دوش می‌کشد، به او کمک کنم و می‌خواهم که داستان شگفت‌انگیز او را برای مردم سرتاسر جهان بازگو کنم. احساس می‌کنم که شنیدن این داستان، به دیگران کمک می‌کند تا به اعماق قلبشان نگاهی بیندازند و عشق و همدلی را در زندگی خود بیشتر کنند. تصمیم می‌گیرم که فعلاً نوشتن کتاب جدیدم را به تعویق بیندازم و داستان ادواردا و مادر فداکارش را برای جهانیان تعریف کنم و سود حاصل از این کار را به کای تقدیم کنم. این نخستین باری است که من می‌توانم تمام انرژی نویسنده‌گی‌ام را بر روی چیزی متمرکز کنم که به یک انسان دیگر کمک خواهد کرد، بدون اینکه هیچ سود مادی‌ای به من برساند. این هدیه‌ای است که از طرف ادواردا به من اعطا شده است. من واقعاً از این بابت خوش‌شانس هستم.

همان‌طور که خودم را برای نوشتن این داستان شگفت‌انگیز آماده می‌کنم تا بتوانم آن را به گوش جهانیان برسانم، هفته‌ای چند بار به همراه همسرم به ملاقات ادواردا می‌روم و با او خلوت می‌کنم. اگرچه ادواردا در کما به سر می‌برد، اما من و همسرم همواره حضوری روحانی را در اتاق او احساس می‌کنیم. هرگز نشده است که من به او سر بزنم و احساس نکنم که او کاملاً از حضور من آگاه است.

به‌علاوه، هرچقدر که اطلاعات بیشتری راجع به ادواردا و قبل از اینکه ۲۶ سال پیش به کما برود کسب می‌کنم، بیشتر متقاعد می‌شوم که او یک انسان کاملاً روحانی و معصوم است. او با همه

مهربان بوده، هرگز کسی را قضاوت نمی‌کرده، و حتی با کسانی که در حق او بدی می‌کردند، با محبت سخن می‌گفته است. خواهرش او را به صورت کودکی که همیشه آرام بوده است، و حضورش آرامش را برای دیگران به ارمغان می‌آورده، توصیف می‌کند.

وقتی از مادرش می‌پرسم که زندگی ادواردا در این حالتی که بی‌حرکت گوشه‌ای دراز کشیده و هیچ حرفی نمی‌زند، چه فایده‌ای دارد، کای پاسخ می‌دهد: «او واقعاً به زندگی همه ما معنا بخشیده است. ممکن است شما فکر کنید که من دیوانه شده‌ام، اما باور کنید که او خدا را به زندگی ما آورده است.»

من ساعت‌های زیادی را صرف مصاحبه با کای و دکتر خانوادگی آن‌ها کرده‌ام؛ مرد بی‌نظیری که بدون دریافت هیچ هزینه‌ای، در طول تمام این سال‌ها همواره به ادواردا سر می‌زند و او را معاینه می‌کند. من تمام گزارش‌های پزشکی مربوط به سلامت ادواردا، به همراه نوار ضبط‌شده مصاحبه‌هایم را برمی‌دارم و شبانه‌روز مشغول نوشتن درباره داستان عشق بی‌قیدوشرط این مادر نسبت به فرزندش و درس‌هایی که در این داستان برای همه ما نهفته است، می‌شوم.

قرار است که کتاب *قول، قول، قول* است^{۲۵۵} توسط انتشارات هی‌هاوس^{۲۵۶} به چاپ برسد. من از مارسلن خواهش کرده‌ام تا از دیدگاه یک مادر، یک فصل از این کتاب را بنویسد، چراکه او هم یک مادر بی‌نظیر برای فرزندانش است و عشق بی‌قیدوشرط خود را نثار هر هفت‌تای آن‌ها می‌کند.

²⁵⁵ A Promise Is a Promise

²⁵⁶ Hay House

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

حضور کای و ادواردا اوبارا، یکی دیگر از هدایای ارزشمندی بود که زندگی به من اعطا کرد. هنگامی که به همه اتفاقاتی که باعث شکل‌گیری این ارتباط جدید شدند فکر می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که نیرویی برتر، همه این اتفاقات را به نحوی ترتیب داده بود که این هدیه گران‌قدر را به زندگی من بیاورد. این‌ها همه کار نیرویی الهی بود که همه‌چیز را هدایت می‌کرد.

من کتاب‌های زیادی را در رابطه با معنویات و تجربیات روحانی، خلق معجزات در زندگی، و ارتباط با آن قداستی که در ذات همه موجودات وجود دارد، نوشته‌ام. اما نوشتن درباره این مسائل، تفاوت زیادی با زندگی کردن با آن‌ها دارد. ادواردا و کای کمک بسیار بزرگی به من کردند تا بتوانم از نوشتن در رابطه با روحانیت و درک خداوند در زندگی، به سمت عملی کردن این آموزه‌ها در زندگی خودم حرکت کنم.

فداکاری کای اوبارا در طول آن ۲۶ سال - اینکه او در طول این مدت تمام دغدغه‌های فردی‌اش را کنار گذاشته بود و ساده‌ترین لذت‌های زندگی را مثل خوابیدن در یک تختخواب از خودش دریغ کرده بود - نشان‌دهنده عشق بی‌قیدوشرط او نسبت به فرزندش بود، و اینکه او حقیقتاً توانسته بود حضور خداوند را در تک‌تک لحظات زندگی‌اش مشاهده کند. اکنون زمان آن رسیده بود که من خودم شخصاً چیزهایی را که تا قبل از آن تنها راجع به آن‌ها نوشته بودم و سخنرانی کرده بودم، زندگی کنم.

در این پایین، بخشی از کلماتی را که مارسلن در کتاب *قول، قول، قول* نوشته، برای شما آورده‌ام:

«هنگامی که وین در رابطه با مشکلات مالی آن‌ها شنید، به من گفت که: «می‌خواهم کتابی درباره کای و ادواردا بنویسم و تمام سود حاصل از فروش آن را به کای اهدا کنم. نظر تو در این باره چیست؟» من در چشمان آبی او نگاه کردم، و جدیت او را برای انجام این تصمیم دیدم. من شخصاً

در طول این سالها مشاهده کرده‌ام که او چطور در این مسیر روحانی پیشرفت کرده، و به معلمی معنوی تبدیل شده است که همه ما عاشقش هستیم. با این وجود، این تصمیم او بزرگ‌ترین خدمتی بود که او تا آن زمان به فرد دیگری کرده بود. او نه تنها تصمیم داشت که آن کتاب را بنویسد، بلکه مصمم بود که آن را در سرتاسر جهان تبلیغ کند، بدون اینکه از سود حاصل از فروش آن چیزی برای خودش بردارد.»

اکنون به وضوح می‌بینم که ادواردا و کای در مسیر زندگی‌ام قرار گرفتند تا این فرصت را به من بدهند که حضور خداوند را در زندگی‌ام مشاهده کنم - و خودم را با این انرژی خالص که از جنس بخشندگی بدون هیچ چشمداشتی است، هماهنگ کنم. این همان کاری است که خداوند انجام می‌دهد. این همان طریقی است که معلمان معنوی بزرگ در گذشته زندگی کرده‌اند. اینکه از خودشان بپرسند، چطور می‌توانم خدمت کنم؟ به جای اینکه بپرسند در این قضیه چه نفعی برای من وجود دارد؟

برخی از رضایت‌بخش‌ترین لحظات در زندگی من، لحظاتی بوده‌اند که صرف نوشتن کتاب قول، قول است کرده‌ام. «اتفاقاتی» که در این میان رخ دادند، بدون شک توسط نیرویی برتر برنامه‌ریزی شده بودند. اینکه من آن خبر را در روزنامه خواندم، اینکه آن مادر و دختر نزدیک به ما زندگی می‌کردند، اینکه در تلویزیون دیدم که کای کتاب جادوی حقیقی را برای دخترش می‌خواند، رفتن به منزل آنها، و بسیاری از اتفاقات دیگری که در ظاهر تصادفی بودند، اما در حقیقت بخشی از یک نقشه بزرگ بودند که توسط خداوند طراحی شده بود، تا مرا به سمت زندگی‌ای بکشاند که تنها هدفش خدمت کردن به دیگران است. من هر روز از کای و ادواردا اوبارا به خاطر آوردن این هدیه ارزشمند به زندگی‌ام تشکر می‌کنم.

کای قبل از مرگش به من گفت که من فرشته‌ای بودم که از سوی خداوند برای کمک به او فرستاده شده بودم. اما من به او گفتم که قضیه کاملاً برعکس است - و در حقیقت او و ادواردا

فرشته‌هایی بودند که توسط خداوند در مسیر زندگی من قرار گرفتند، تا معنای حقیقی این شعر زیبا از رابین درانات تاگور را به من بیاموزند:

من خوابیدم و در رؤیایم دیدم که زندگی، سراسر شادی و لذت است.

من بیدار شدم و با چشمانم دیدم که زندگی، خدمت کردن به دیگران است.

من به آن عمل نمودم و مشاهده کردم که خدمت کردن، همان شادی و لذتی بود که در رؤیایم

دیده بودم.^{۲۵۷}



²⁵⁷ I slept and dreamt that life was joy.
I awoke and saw that life was service.
I acted and behold, service was joy.

فصل ۴۷

ژانویه ۱۹۹۷ است، و من به تازگی نوشتن کتاب *سرنوشت خود را با داستان خود رقم بزنید* را به پایان رسانده‌ام. از همان هشت سال پیش که شروع کردم به صحبت کردن و نوشتن از یک دیدگاه روحانی و معنوی، این ایده به ذهنم خطور کرد که انسان‌ها می‌توانند خودشان سرنوشتشان را رقم بزنند. این باور، نخستین بار در نتیجه مطالعاتی که در رابطه با معجزات حضرت عیسی داشتم و شگفتی من از کارهایی که او انجام داده بود، شکل گرفت؛ مثلاً اینکه با پنج قرص نان و دو ماهی توانسته بود که ۵۰۰۰ نفر را سیر کند.

من در مورد کرامات معلمان معنوی که در معاصر هم چیزهایی شنیده بودم. انسان‌های بزرگی که بدون هیچ حقه یا تردستی‌ای، کارهایی خارق‌العاده انجام می‌دهند. در اعماق وجودم باور داشتم که همه ما موجوداتی الهی هستیم، چراکه همه ما از منبعی الهی سرچشمه گرفته‌ایم. همچنین می‌دانستم که اگر بتوانیم خودمان را کاملاً با نیمه برتر وجودمان هماهنگ کنیم، با این منبع بی‌پایان قدرت که سرمنشأ همه هستی است یکی می‌شویم و بنابراین، قدرت آفریننده‌مان از طریق ما خودش را نشان می‌دهد. اگرچه رسیدن به توانایی انجام چنین کراماتی بسیار نادر است، زیرا انسان‌های بسیار کمی موفق می‌شوند که تمام خواسته‌ها و وسوسه‌های نیمه دروغین وجودشان را که همان نفس (ایگو) آن‌ها است، به کلی نادیده بگیرند.

من در این کتاب، در رابطه با راهکارهای عملی برای کاهش فاصله زمانی بین فکری که ما در ذهنمان تجسم می‌کنیم و به واقعیت پیوستن آن فکر در دنیای فیزیکی نوشته‌ام. این راه‌کارها را در طول این دو سال و چند ماهی که به صورت روزانه و در هر روز دو مرتبه تمرینات مدیتیشن جایا را انجام می‌دهم، فرا گرفته‌ام. انجام این تمرینات را پس از دریافت این نامه از شری گورو جی^{۲۵۸} آغاز کردم:

²⁵⁸ Shri Gurujji

وین عزیز،

هدف از انجام این مدیتیشن، پایان دادن به رنج و عذاب انسان‌ها از طریق برآورده کردن خواسته‌های آنان است. قبل از اینکه من بخواهم این تکنیک را توسعه بدهم و آن را به دیگران بیاموزم، در محضر اساتید بزرگی مثل سیوا و ناندی آموزش دیده بودم. من هرگز اجازه نمی‌دهم که کسی از این تکنیک سوءاستفاده کند، و به همین خاطر هم تو را انتخاب کرده‌ام.

این معلم معنوی از هندوستان، مرا برای این انتخاب کرده بود که تکنیک باستانی مدیتیشن جاپا را به من بیاموزد، تکنیکی برای واقعیت بخشیدن به خواسته‌های انسان، که نخستین بار در ۲۰۰۰ سال پیش و توسط پدر مدیتیشن، پاتانجالی^{۲۵۹} ابداع شده بود.

واژه جاپا به معنای «تکرار مداوم نام خداوند» است. من از آموختن این تکنیک باستانی که شری گوروجی دستورالعمل‌های نحوه اجرای آن را برایم ارسال کرده بود، بسیار هیجان‌زده هستم. این بسته آموزشی از سوی یکی از برجسته‌ترین معلمان معنوی در هندوستان برایم ارسال شده بود؛ فردی که او را با اسم‌های مختلفی می‌شناسند: گوروجی، داتا تریا شیوا بابا^{۲۶۰}، و دکتر پیلای^{۲۶۱}. او یک محقق و عارف هندی است که در زمان‌هایی که مشغول سفر به گوشه و کنار جهان برای آموختن مدیتیشن جاپا به جهانیان نیست، در دانشگاه پیتسبورگ^{۲۶۲} تدریس می‌کند.

از دو سال پیش که نامه شری گوروجی به همراه دستورالعمل نحوه اجرای مدیتیشن جاپا به درب منزلم رسید، من با جدیت انجام تمرینات مربوط به آن را آغاز کردم و خودم را آماده نمودم تا این تکنیک را در سخنرانی‌هایم در سرتاسر جهان به مردم بیاموزم. همچنین با ناشرم تماس گرفتم و آن‌ها را متقاعد کردم تا یک سی‌دی آموزشی با نام مدیتیشن برای واقعیت بخشیدن به

²⁵⁹ Patanjali

²⁶⁰ Dattatreya Siva Baba

²⁶¹ Dr. Pillai

²⁶² University of Pittsburgh

خواست‌هایتان^{۲۶۳} تهیه کنم، و در آن تکنیک باستانی مدیتیشن جاپا را به مخاطبان آموزش بدهم. مردم سرتاسر جهان از مشاهده جادوی حقیقی که در ذات این تکنیک باستانی نهفته بود، بسیار هیجان‌زده شده بودند.

با تکرار نام خداوند به‌عنوان یک مانترای درونی و تمرکز کردن بر روی چیزی که می‌خواهید، نیروهای الهی صدای شما را می‌شنوند و به خواسته شما واقعیت می‌بخشند. همان‌طور که گوروجی در آن نامه و در دیدارهای بعدی‌مان به من تأکید کرده بود، سرآغاز و سرمنشأ همه‌چیز خدا است، پس ما باید همه کارها را با نام خدا آغاز کنیم. انجیل یوحنا با این کلمات آغاز شده است: «در آغاز کلام بود و کلام با خدا بود و کلام، خدا بود.»^{۲۶۴}

من به نسخه اولیه از کتابم که نام یک فصل از آن را «مدیتیشن با صدای آفرینش» گذاشته‌ام، نگاه می‌کنم و از اینکه توانسته‌ام با استفاده از تکنیک جاپا، یک کتاب کامل بنویسم و در آن اصول نه‌گانه این روش باستانی را با ترتیبی صحیح توضیح بدهم، متحیر هستم. در آغاز کار، من هیچ طرح کلی از این کتاب نداشتم - و در زمان نوشتن نخستین اصل، هیچ ایده‌ای نداشتم که دومین، سومین و یا نهمین اصل چه خواهد بود. من کاملاً به نیروی الهی موجود در مانترای درونی‌ای که در تمریناتم زمزمه می‌کردم اعتماد کردم، تا مرا در نوشتن کتاب سرنوشت خود را با دست‌ان خود رقم بزنید راهنمایی کند. و در نتیجه این کار، توانسته بودم که این نه اصل روحانی را بر روی کاغذ بیاورم و بدون هیچ زحمتی، یک فصل کامل در رابطه با هر کدام از آنها بنویسم.

من سوتراس پاتانجالی را مطالعه کرده‌ام و دانش و خرد باستانی او را در تمام جنبه‌های زندگی‌ام به کار می‌برم. مدیتیشن اکنون به یک جزء مهم از زندگی روزمره من تبدیل شده است، و من زمان زیادی را صرف فراگرفتن تکنیک مدیتیشن جاپا می‌کنم تا بتوانم در آن به درجه استادی برسم. من برای مقاصد مختلفی آن را به کار می‌گیرم، و هر زمان که از این آواهای الهی استفاده می‌کنم،

²⁶³ Meditations for Manifesting

²⁶⁴ In the beginning was the word, and the word was with God, and the word was God.

با چشمان خودم می‌بینم که معجزات کوچکی رخ می‌دهند. من توانسته‌ام که با انجام مرتب تکنیک جاپا، هرگونه خستگی و بیماری را از خودم دور کنم، و با تکرار مداوم نام خداوند، متوجه شده‌ام که خودم شخصاً می‌توانم کراماتی را انجام بدهم.

بی‌نهایت از شری گوروجی سپاسگزارم که به من اعتماد کرد و این تکنیک باستانی را به من آموزش داد، چراکه می‌دانست من هرگز از این نیروی الهی و از نام خداوند سوءاستفاده نمی‌کنم. من نمی‌دانم که دقیقاً به چه دلیلی او مرا انتخاب کرد تا تکنیکی جاپا را به دیگران بیاموزم، اما به نحوی احساس می‌کنم که خود خداوند در این قضیه دخالت داشته است. من به این قضیه به چشم مأموریتی الهی نگاه می‌کنم. افکارم در میان الهاماتی سرشار از شادمانی و سعادت شناور می‌شوند، و احساس می‌کنم که فاصله میان جهان فیزیکی و جهانی روحانی را که سرمنشأ تمام هستی است، از میان برمی‌دارم.

به نسخه اولیه کتاب *سرنوشت خود را با داستان خود رقم بزنید* که اکنون کامل شده است، زل می‌زنم و با خودم می‌اندیشم که چطور این نه اصل روحانی به من الهام شدند. قلمم را برمی‌دارم و این کتاب را به معلم معنوی‌ام تقدیم می‌کنم: «شری گوروجی، از تو برای اینکه الهام‌بخش من برای جست‌وجو در دنیای مدیتیشن بودی، سپاسگزارم. ناماسته.»

این درواقع قدم گذاشتن به جهانی برتر و روحانی است. من نه تنها با این معلم معنوی که مرا برای چنین مأموریت مهمی انتخاب کرد، احساس نزدیکی می‌کنم، بلکه با پاتانجالی هم احساس نزدیکی و هماهنگی می‌نمایم، و با منبع آفرینش هستی - ذهن یگانه الهی - با خداوند. روزی چند بار این جمله را با خودم تکرار می‌کنم: «و کلام خدا بود.»

اکنون من علاوه بر اینکه یک معلم هستم، یک استاد مدیتیشن هم هستم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

در سال ۱۹۹۵، نیرویی توصیف‌ناپذیر شری گوروجی را که اکنون با نام شیوا بابا شناخته می‌شود، ترغیب کرده بود که به من نامه بنویسد و فایل‌های صوتی و دستورالعمل نحوه انجام مدیتیشن جاپا را برایم ارسال کند، تا من هم بتوانم آن را تمرین کنم و نهایتاً خودم این تکنیک باستانی را به دیگران آموزش بدهم. در نتیجه تصمیم گوروجی، من به یک استاد مدیتیشن تبدیل شدم و از طریق انتشار سی‌دی آموزشی *مدیتیشن برای واقعیت بخشیدن به خواسته‌هایتان*، تکنیک باستانی مدیتیشن جاپا را به هزاران نفر در سرتاسر دنیا آموزش دادم. آشنایی من با تکنیک مدیتیشن جاپا، همچنین باعث شد که من دو سال بعد کتاب *سرنوشت خود را با داستان خود رقم بزنید* را بنویسم، و هشت سال بعد از دریافت نامه گوروجی هم کتابی بنویسم به نام *مراقبه*^{۲۶۵} در رابطه با مدیتیشن.

این مرد روحانی و بزرگ، یکی از تأثیرگذارترین افراد در مسیر زندگی من بود. قبل از گوروجی، من گهگاه تمرینات مدیتیشن را انجام می‌دادم، اما هرگز فکرش را نمی‌کردم که زمانی برسد که مدیتیشن به‌صورت یک فعالیت روزانه در زندگی‌ام نمود پیدا کند. هنگامی که من تمرین هنر باستانی جاپا را آغاز کردم و نتایج خارق‌العاده آن را در زندگی‌ام دیدم، تصمیم گرفتم که با خودم عهد کنم تا هر روز و به‌صورت منظم، این تمرینات را انجام دهم، یک‌بار در صبح و یک‌بار در شب. هنگام نوشتن کتاب *سرنوشت خود را با داستان خود رقم بزنید*، من از این تکنیک کمک می‌گرفتم تا از نیروهای الهی برای نوشتن آن اصول نه‌گانه راهنمایی بگیرم. تکرار مداوم نام خداوند و تمرکز کردن بر روی دریافت این راهنمایی‌ها، باعث می‌شد که بی‌هیچ زحمتی قلم بر روی کاغذ به حرکت دربیاید، انگار که نیرویی نامرئی دست مرا حرکت می‌داد.

در سخنرانی‌هایم، من فلسفه و تاریخچه پشت این تکنیک باستانی مدیتیشن و مراقبه را برای حضار توضیح می‌دادم، و از آن‌ها درخواست می‌کردم که با زمزمه اسم خداوند، بر روی

²⁶⁵ Getting in the Gap

خواسته‌هایشان در زندگی تمرکز کنند. نتایج این کار، شگفت‌انگیز بود. من بسیاری از این نتایج را در کتابم با نام *مراقبه آورده‌ام*.

اکنون برایم مثل روز روشن است که آن مرد روحانی و بزرگ، برای این به زندگی‌ام فرستاده شده بود تا به من کمک کند که وارد مرحله بعدی در زندگی‌ام بشوم و یک قدم به تحقق هدفم در زندگی نزدیک‌تر شوم. انجام تمرینات مدیتیشن در آن زمان برای من حیاتی بود، اما تا زمانی که گوروجی آن نامه را برای من نفرستاده بود، برای رسیدن به این آگاهی روحانی تصمیم جدی‌ای نگرفته بودم. انگار او به طریقی می‌دانست که من انجام تمرینات مدیتیشن جاپا را جدی خواهم گرفت، و در سخنرانی‌هایم آن را برای حاضرین توضیح خواهم داد.

بعداً متوجه شدم که گوروجی در دعاهایش، برای اینکه بداند که این تکنیک باستانی ۲۰۰۰ ساله را باید به چه کسی در غرب آموزش دهد تا آن را در بین مردم سرتاسر جهان رواج دهد، از دوتا از بزرگ‌ترین معلمان معنوی‌اش، یعنی سیوا و ناندی راهنمایی گرفته بوده است. من واقعاً از اینکه برای انجام این وظیفه مهم انتخاب شده‌ام، به خودم می‌بالم.

دو سال بعد از اینکه من آموزش دادن جاپا را به دیگران آغاز کرده بودم، از نزدیک با این مرد روحانی ملاقات کردم. بعد از یک سخنرانی که در سمیناری برای حاضرین انجام دادم، به منزلی در لس‌آنجلس دعوت شدم و به من گفتند که گوروجی مایل است که با من ملاقات کند. برای ۳۰ دقیقه به تنهایی در یک اتاق منتظر بودم، و سپس این معلم بزرگ وارد اتاق شد و در حالی که سرتاپا سفید پوشیده بود، روبروی من نشست. نزدیک به یک ساعت هیچ کدام از ما سخنی بر زبان نراندیم، و هر دو در سکوت نشسته بودیم، اما عشقی بین ما در جریان بود که او در وبسایتش آن را نور اقبال نامیده بود:

نور اقبال، نور خداوند است. چشمان انسان قادر به دیدن این نور نیست، اما با چشم دل می‌توان انرژی آن را احساس کرد. نور اقبال، هوش و انرژی فوق‌العاده‌ای دارد که از همه چیز آگاه است و

توانایی انجام هر کاری را دارد. این نور، همان قدرت خداوند است. هنگامی که این نور به جسم، ذهن و روح یک فرد بتابد، آن فرد قادر به انجام کارهای خارق‌العاده‌ای خواهد بود.

هنگامی که در سکوت و به همراه گوروجی در آن اتاق نشسته بودم، این نور را که گوروجی توصیف کرده بود، با تمام وجودم احساس می‌کردم. بعد از یک سکوت طولانی، اشکی از گوشه چشمم بر روی گونه‌ام غلتید. سپس ما یکدیگر را در آغوش کشیدیم و از هم تشکر کردیم. اگرچه کلمات زیادی بین ما ردوبدل نشد، اما احساس می‌کردم که ما از طریق همان نیروی الهی که در بالا توصیفش را آوردم، باهم ارتباط برقرار کرده بودیم. من آن خانه را در لس‌آنجلس ترک کردم، درحالی که ایمان داشتم همه این اتفاقات به نحوی توسط نیروی الهی مقدر شده بود، و من تا ابد از این بابت سپاسگزارم.

چیزی در درون آن مرد، به او فرمان داده بود تا با من تماس بگیرد و مسیر را به من نشان دهد. تکنیک جاپا از سوی خدا برای من فرستاده شد، و برای میلیون‌ها نفر دیگری که از طریق سخنرانی‌ها کتاب‌های من با آن آشنا شدند و آن را در زندگی خود به کار گرفتند. اکنون می‌توانم به‌وضوح منظور لائو-تزو را از این جمله درک کنم: «در این دنیا شما هیچ کاری را انجام نمی‌دهید، مگر کاری که برایتان مقدر شده است.»

من در آن زمان نمی‌دانستم، اما پس از آشنایی‌ام با مدیتیشن جاپا، وارد مسیر جدیدی در کارهایم شدم، تا بتوانم هدف نهایی‌ام را به سرانجام برسانم. آشنایی با تکنیک جاپا و ملاقات با گوروجی، کاملاً برای این منظور ضروری بود. طیف بسیار وسیع‌تری از مخاطبان در انتظار بودند تا من آن‌ها را با این تکنیک آشنا کنم، و مسلماً من باید این مراحل را پشت سر می‌گذاشتم تا به آرامش درونی برسم و ایمان بیاورم که: «هر چیزی امکان‌پذیر است.»

متشکرم! متشکرم! از تو متشکرم گوروجی، که این هنر باستانی را به من آموختی و به من اعتماد کردی که هرگز و تحت هیچ شرایطی از آن سوءاستفاده نکنم.

بخش ۴۸

بهار سال ۱۹۹۸ است، و من در طول سال گذشته مشغول نوشتن کتابی بر پایه جملات خردمندانۀ ۶۰ تن از بزرگ‌ترین معلمان معنوی در طول تاریخ بوده‌ام. اسم این کتاب را گذاشته‌ام *حکمت اعصار*. می‌توانم تصور کنم که معلمان انگلیسی و فلسفه در آینده از این کتاب استفاده کنند تا بینش موجود در سخنان این افراد خردمند را به زندگی جوانان وارد نمایند.

من قبل از هر چیز یک معلم هستم، و هنوز یک کلاس دبیرستان به‌خصوص را که در دهه ۶۰ میلادی در آن تدریس می‌کردم، به‌خوبی به یاد دارم. من همیشه اعتقاد داشته‌ام که شعر، فلسفه و ادبیات روحانی و معنوی، نیازی نیست که خشک و خسته‌کننده باشند- بلکه باید به آن‌ها جان داده شود تا برای ذهن پرسشگر و پویای افراد جوان، جذاب‌تر شوند. دانش‌آموزان من در آن کلاس، آثار برخی از بزرگ‌ترین اساتید زمان را مطالعه کردند، و آموختند که از حکمت‌های باستانی موجود در آن آثار در زندگی خود استفاده کنند. بعد از ۴۰ سال، من هنوز در حال تدریس حکمت‌های موجود در سخن بزرگان هستم. همان‌طور که مشغول نوشتن این کتاب هستم، از خودم می‌پرسم: *این اندیشمندان قدیمی که ما آن‌ها را به‌عنوان خردمندترین و معنوی‌ترین انسان‌ها در تمام طول تاریخ می‌شناسیم، در جهان امروز چه چیزهایی را می‌توانند به ما بیاموزند؟*

این ۶۰ انسان فرزانه و خردمند که سخنان آن‌ها را در کتابم آورده‌ام و آن‌ها را تحلیل کرده‌ام، شامل افراد بزرگی مانند حضرت عیسی، بودا، ویلیام بلیک، امیلی دیکینسون، والت ویتمن، ماهاتما گاندی، رابین درانات تاگور، پراماهانسا یوگاناندا، و مادر ترزا هستند. این پیشینیان و نیاکان ما، در زندگی‌شان به دنبال کسب شهرت و یا ثروت نبوده‌اند، و تنها از روی شور و علاقه و میلشان برای بالا بردن آگاهی انسان‌ها می‌نوشته‌اند، تا به آن‌ها کمک کنند تا در زندگی خود، چیزی فراتر از نیازهای نفسشان (ایگو) را ببینند.

سال گذشته سال بسیار لذت بخشی برای من بود- درست مثل اینکه دوباره به دانشگاه برگشته باشم و سخنان اساتید بزرگی را که قبل از من می‌زیسته‌اند، مطالعه کنم، بدون اینکه ناچار باشم دوباره آن‌ها برای اساتیدم مقاله بنویسم، و یا بخواهم نگران امتحان و نمره باشم. من قصد دارم که حکمت و خردمندی نهفته در این سخنان را با مخاطبان بسیار بیشتری به اشتراک بگذارم و از این طریق، بر روی آگاهی مردم سرتاسر جهان تأثیر بگذارم.

روزی یک نامه از نیکی وتل^{۲۶۶} به دستم می‌رسد؛ کسی که خودش را یکی از تهیه‌کنندگان شبکه تلویزیونی پی.بی.اس. معرفی می‌کند. او در نامه‌اش نوشته است که: «من دوست دارم بدانم که آیا شما علاقه‌ای دارید که در رابطه با دو کتاب اخیرتان، یک برنامه تلویزیونی در شبکه پی.بی.اس. بسازید؟ من به شدت مشتاق هستم که در ساخت چنین برنامه‌ای با شما همکاری کنم، و تهیه‌کنندگی آن را بر عهده داشته باشم.»

من از این پیشنهاد بسیار هیجان‌زده شده‌ام. همین چند روز پیش، یک نامه از دوست نویسنده‌ام، لئو بوسکالیا^{۲۶۷} دریافت کرده بودم که به من توصیه کرده بود که پیامم را در رابطه با معنویت و آگاهی برتر، با مخاطبان تلویزیونی به اشتراک بگذارم.

من با نیکی تماس می‌گیرم و قرار می‌شود که دو ویژه‌برنامه تلویزیونی، یکی بر اساس کتاب *سرنوشت خود را با داستان خود بسازید* و دیگری بر اساس کتاب *حکمت اعصار* تهیه کنیم. احساس می‌کنم اینکه لئو و نیکی هم‌زمان به من چنین پیشنهادی داده‌اند، نشانه‌ای است از طرف خداوند برای اینکه پیامم را از طریق برنامه‌های تلویزیونی، با انسان‌های بیشتری در سرتاسر جهان به اشتراک بگذارم، تا شاید از این طریق معنویات را به زندگی آن‌ها وارد کنم. من خوب می‌دانم که از هر ده نفر، تنها یکی کتاب می‌خرد، اما بیشتر افراد برنامه‌های تلویزیونی را تماشا می‌کنند. من از اینکه قرار است پیام آگاهی برتر را با مخاطبان بیشتری به اشتراک بگذارم، بسیار هیجان‌زده هستم.

²⁶⁶ Niki Vettel

²⁶⁷ Leo Buscaglia

درحالی که به مهلت پایانی ساخت برنامه‌ها نزدیک می‌شویم، نیکی با نگرانی از من می‌خواهد که در مورد چیزی با من صحبت کند. او می‌ترسد که بودجه باقی‌مانده، برای اتمام به‌موقع این برنامه کافی نباشد، و از من می‌پرسد که آیا حاضر هستم که از پول خودم در این پروژه سرمایه‌گذاری کنم؟ من به توانایی خودم ایمان دارم و مطمئن هستم که این برنامه به یکی از موفق‌ترین برنامه‌های شبکه پی.بی.اس. تبدیل خواهد شد، پس قبول می‌کنم که با پول خودم در این پروژه سرمایه‌گذاری کنم، تا برنامه به‌موقع آماده شود.

نخستین برنامه تلویزیونی‌ام را در بوکا ریتون و در مقابل حضاری که در استودیو حاضر شده‌اند، ضبط می‌کنیم. اسم نخستین برنامه این است: *چطور چیزی را که از ته ته ته دلتان می‌خواهید، به دست آورید*^{۲۶۸}. پس از تمام شدن ضبط این برنامه، یک استراحت یک‌ساعته می‌کنیم و سپس ضبط برنامه دوم را شروع می‌کنیم: *به کمک حکمت اعصار، زندگی خود را بهبود ببخشید*.^{۲۶۹} دختر شانزده‌ساله‌ام اسکای، به زیبایی یک نسخه تغییر یافته از شعر کلاسیک «امیزینگ گریس»^{۲۷۰} را برای برنامه دوم می‌خواند.

چند هفته بعد، ضبط هر دو برنامه به پایان می‌رسد، و هنگامی که برنامه‌ها در حال آماده‌سازی برای پخش هستند، به من خبر می‌دهند که دوست خوبم دکتر لئو بوسکالیا در تاریخ ۱۲ ژوئن فوت کرده است. او یکی از نخستین نویسندگانی بود که در برنامه‌های تلویزیونی، برای مخاطبان سخنرانی‌های آموزنده و سرگرم‌کننده‌ای می‌کرد، و از این طریق بر زندگی انسان‌های زیادی تأثیر می‌گذاشت. با خودم عهد می‌کنم که هر کاری را که در توانم هست انجام دهم، تا انتظارات لئو را هنگامی که به من پیشنهاد کرد که یک برنامه تلویزیونی درباره آگاهی برتر بسازم، به بهترین شکل برآورده کنم. به یاد تعهدی که ۲۰ سال پیش در زمان چاپ نخستین کتابم *قلمرو اشتباهات شما* - با خودم کرده بودم می‌افتم. من تصمیم می‌گیرم که با همان شور و علاقه به تبلیغ این برنامه پردازم.

²⁶⁸ How to Get What You Really, Really, Really Want

²⁶⁹ Improve Your Life Using the Wisdom of the Ages.

²⁷⁰ Amazing Grace

من عاشق این هستم که در شبکه پی.بی.اس. برنامه بسازم - همه فرزندان من با تماشای برنامه جذاب سسمی/استریت²⁷¹ که از این شبکه پخش می‌شود بزرگ شده‌اند. من عاشق این حقیقت هستم که هیچ‌گونه خشونت‌هایی در برنامه‌هایی که از این شبکه پخش می‌شوند، وجود ندارد، و آن‌ها هرگز تبلیغات تلویزیونی پخش نمی‌کنند - این دقیقاً همان رسانه تلویزیونی است که من دوست دارم پیام را از طریق آن به مخاطبان انتقال بدهم.

دوباره آماده می‌شوم که یک تور تبلیغاتی برگزار کنم و به سرتاسر کشور بروم تا این برنامه تلویزیونی را تبلیغ کنم. من احساس می‌کنم که از طریق این برنامه، می‌توانم پیام را به گوش افراد بیشتری در سرتاسر کشور برسانم و بر روی زندگی انسان‌های بسیار بیشتری تأثیر بگذارم. از خداوند برای چنین فرصتی که در اختیارم قرار داده است، سپاسگزارم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

نامه‌ای که نیکی وتل در ابتدای سال ۱۹۹۸ برایم فرستاد، یک نقطه عطف مهم در زندگی شخصی و حرفه‌ای من بود. پیشنهاد او مرا وارد دنیای کاملاً جدیدی کرد که از طریق آن می‌توانستم به مخاطبان بسیار بیشتری دسترسی پیدا کنم. در نخستین ملاقاتی که با نیکی داشتم، با او درباره علاقه‌ام به برنامه‌های بیشاپ فولتون شین²⁷² که در دوران کودکی‌ام از تلویزیون پخش می‌شد حرف می‌زنم. در حالی که سایر دوستانم برنامه کم‌دی دِ میلتنون برل شو²⁷³ را تماشا می‌کردند، من مشتاقانه پای برنامه‌های بیشاپ شین می‌نشستم و به حرف‌های او گوش می‌دادم، انگار که او داشت مستقیماً با من صحبت می‌کرد، و در رابطه با نیروی خارق‌العاده ذهنم برای خلق هر زندگی‌ای که دوست داشته باشم سخن می‌گفت.

²⁷¹ Sesame Street

²⁷² Bishop Fulton Sheen

²⁷³ The Milton Berle Show

من عاشق برنامه‌های او بودم. برنامه‌هایی که هر سه‌شنبه‌شب پخش می‌شد- و در عین اینکه خوش‌ساخت بود، بسیار سرگرم‌کننده، آموزنده هم بود و توجه بیننده را کاملاً به خودش جلب می‌کرد. من باور داشتم که من هم می‌توانم از پس این کار بریایم و چنین برنامه‌ای بسازم- چراکه می‌دانستم خداوند هم در این مسیر همراه من است و مرا یاری می‌کند.

من به‌خوبی سخن میلتن برل را هنگامی که متوجه شده بود بیشاپ شین به خاطر برنامه‌اش جایزه امی^{۲۷۴} را دریافت کرده بود، اما برنامه مشهور و پربیننده او نادیده گرفته شده بود، به یاد دارم. برل گفته بود: «او نویسنده‌های بهتری دارد؛ یوحنا، متی، لوقا، و مارک.»^{۲۷۵} شاید من هم می‌توانستم در برنامه‌ام از آموزه‌های این افراد استفاده کنم.

این ماجراجویی جدید را با همان اشتیاق و جدیتی شروع کردم که ۲۲ سال پیش، هنگامی که برای تبلیغ کتاب *قلمرو اشتباهات* شما به سرتاسر کشور سفر می‌کردم، داشتم. با آماده شدن دو برنامه اولم، من به‌طور مرتب در ایستگاه‌های تلویزیونی محلی پی.بی.اس. در سرتاسر کشور حاضر می‌شدم و آن‌ها را تبلیغ می‌کردم. من و نیکی به‌خوبی می‌دانستیم که وقتی من به یک استودیوی محلی می‌روم، و در فاصله بین برنامه‌ها با مخاطبان صحبت می‌کنم، حمایت مالی عمومی از این برنامه‌ها به‌صورت چشمگیری افزایش می‌یابد. من می‌خواستم که دقیقاً همان کاری را انجام دهم که در دهه ۷۰ و اوایل دهه هشتاد میلادی برای تبلیغ کتاب‌هایم انجام می‌دادم- من قصد داشتم که مسئولیت کامل برای همه جنبه‌های مربوط به موفقیت این برنامه‌ها را بر عهده بگیرم.

اولویت اول مدیران شبکه تلویزیونی پی.بی.اس. جذب کمک‌های مردمی بود. اگر برنامه‌های من باعث می‌شدند که بینندگان با شبکه تماس بگیرند و مبلغی را به آن اهدا کنند، مدیران شبکه بارها و بارها آن‌ها را پخش می‌کردند. مهم‌ترین هدف من، بالا بردن آگاهی مردم در سرتاسر جهان بود.

²⁷⁴ Emmy Award

²⁷⁵ از حواریون حضرت عیسی (ع)

هرچقدر که افراد بیشتری این برنامه را مشاهده می‌کردند، حمایت مالی بیشتری هم از شبکه صورت می‌گرفت. در نتیجه من و مدیران شبکه پی.بی.اس. می‌توانستیم به‌طور هم‌زمان به اهدافمان برسیم.

تنها در عرض چند هفته از پخش برنامه‌ها، من پولی را که برای ساخت آن‌ها سرمایه‌گذاری کرده بودم دوباره به دست آوردم. بعد از یک سال، ما برای ساخت دو برنامه دیگر با شبکه پی.بی.اس. قرارداد بستیم؛ برنامه‌هایی که قرار بود در کانکورد ماساچوست^{۲۷۶} ضبط شوند - زادگاه دو تن از بزرگ‌ترین معلمان معنوی من، یعنی رالف والدو امرسون، و هنری دیوید تروی.

نیکی وتل، دوست خوبم رید تریسی^{۲۷۷}، مدیرعامل انتشارات جدیدم، هی هاوز، و من، اکنون یک تیم بودیم. من با هزینه خودم از این شهر به آن شهر سفر می‌کردم تا در زمان پخش برنامه‌ها، در فاصله استراحت بین برنامه با بینندگان صحبت کنم؛ درست مانند همان کاری که ربع قرن پیش برای تبلیغ کتاب‌هایم انجام می‌دادم. آتش اشتیاقی که برای تحقق هدفم داشتم، به من انرژی می‌داد. من می‌دانستم که این کاری است که خودم باید انجام دهم. هیچ‌کس دیگری آن را برایم انجام نخواهد داد، و من نمی‌توانم بپذیرم که برنامه‌هایم موفق نشوند.

بسیاری از مدیران در نیویورک و واشنگتن اعتقاد داشتند که برنامه‌های من و کاری که برای تبلیغ آن‌ها انجام می‌دهم، نمی‌تواند موفقیت مالی زیادی را به همراه داشته باشد. آن‌ها داده‌های آماری را به من نشان می‌دادند و می‌گفتند که چنین برنامه‌هایی چند مدت پخش می‌شوند و سپس پخش آن‌ها متوقف می‌شود - مگر موارد استثنایی مانند برنامه‌های لئو بوسکالیا (که عده زیادی او را با نام دکتر لاو می‌شناسند).

²⁷⁶ Concord, Massachusetts

²⁷⁷ Reid Tracy

من برنامه‌های لئو را در خانه تماشا می‌کردم، و همیشه دلم می‌خواست که دستم را در تلویزیون کنم و او را در آغوش بکشم. شور و اشتیاقی که در او وجود داشت، راز موفقیتش بود. من هم می‌دانستم که می‌توانم پیامم را با شور و اشتیاق به مخاطبانم انتقال دهم. من می‌دانستم که اگر به ایستگاه‌های محلی شبکه پی.بی.اس. بروم و با مردم صحبت کنم، می‌توانم این شور و اشتیاق را در وجود آنها هم شعله‌ور سازم.

اکنون که به انتقالی که در مسیر حرفه‌ای‌ام از یک نویسنده و سخنران، به یک شخصیت تلویزیونی داشتم، نگاه می‌کنم، می‌توانم با وضوح بیشتری ببینم که شور و اشتیاقی که برای رسیدن به هدفم در وجودم فروزان بود، اصلی‌ترین علت ایجاد این تغییر و انتقال بود. هیچ کاری نبود که من برای رسیدن به هدفم و تحقق بخشیدن به رؤیایی که در سر داشتم، حاضر به انجامش نباشم.

در مدت ده سال، من در تک‌تک ایستگاه‌های محلی شبکه پی.بی.اس. در سرتاسر کشور حاضر شدم و برای برنامه‌هایم کمک مالی جمع‌آوری کردم. من با انرژی تمام‌شدنی‌ام که از شور و اشتیاقی درونی نشئت می‌گرفت، بدون اینکه خسته شوم از این شهر به آن شهر می‌رفتم، تا بتوانم پیامم را به گوش میلیون‌ها انسان در سرتاسر آمریکا برسانم؛ انسان‌هایی که در غیر این صورت امکان داشت که هیچ‌وقت با مفهوم آگاهی برتر آشنا نشوند. و با هر کتاب جدیدی که منتشر می‌کردم، رید و نیکی و من دورهم جمع می‌شدیم و برنامه‌ای تبلیغاتی برای کتاب‌ها و برنامه‌های تلویزیونی مربوط به آن طراحی می‌کردیم، و من دوباره به دل جاده می‌زدم، تا به استودیوهای محلی‌ای که قبلاً ۱۰ تا ۱۲ بار در آنها حاضر شده بودم سر بزنم و مستقیماً با مخاطبانم صحبت کنم.

اکنون که به ده ویژه‌برنامه‌ای که در شبکه پی.بی.اس. تهیه کردیم نگاه می‌کنم، به خودم افتخار می‌کنم که توانستم پیامم را از این طریق به میلیون‌ها نفر در سرتاسر آمریکا منتقل کنم. مردم در خیلی جاها مرا بانام «آقای پی.بی.اس.» صدا می‌کردند، و در مدت آن ده سال، توانستم که صداها

میلیون دلار کمک مردمی برای این شبکه جمع آوری کنم. من احساس می‌کنم که انجام این کار در سرنوشتم بوده است، و از همان زمانی که کودک بودم و با اشتیاق جلوی تلویزیون می‌نشستم تا برنامه‌های بیشاپ شین را تماشا کنم، در حال آماده شدن برای انجام این وظیفه بودم. شور و اشتیاقی که در وجودم بود، باعث می‌شد که دائماً با خودم زمزمه کنم که من می‌توانم این کار را انجام دهم، من می‌دانم که می‌توانم. این شور و اشتیاق درونی، در نتیجه ندایی الهی ایجاد شده بود که دائماً مرا ترغیب می‌کرد تا پیامم را در رابطه با آگاهی برتر به گوش مخاطبان بیشتری برسانم.

همین نیروی الهی باعث شده بود که لئو بوسکالیا آن نامه را به من بنویسد و مرا تشویق کند تا پیامم را از طریق تلویزیون به مخاطبان بیشتری انتقال دهم. همین نیروی الهی نیکی وتل را بر سر راه من قرار داده بود تا در انجام این مأموریت مرا یاری دهد. در آن روز، هنگامی که نامه نیکی وتل را خواندم، با خودم گفتم، می‌دانستم که بالاخره روزی این اتفاق رخ می‌دهد - می‌دانستم که این سرنوشت من است. من به همسر و مدیر برنامه‌هایم گفتم که این اتفاق، چیزی بود که من از زمان جوانی‌ام می‌دانستم که روزی رخ می‌دهد.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که باور در ۱۹ سالگی به اینکه من یک معلم هستم، به چیزی بسیار فراتر از یک کلاس درس در یک مدرسه مربوط بوده است. من باید به مردم می‌آموختم که چگونه می‌توانند به آگاهی برتر دست بیابند و از این طریق، در زندگی‌شان به همه چیزهایی که می‌خواهند برسند. بیشاپ شین، لئو بوسکالیا، نیکی وتل و رید تریسی، همه فرشتگانی بودند که از طرف خداوند به زندگی‌ام فرستاده شده بودند تا در انجام این رسالت الهی به من کمک کنند.

اکنون به‌وضوح می‌بینم که من همیشه دو فهرست در ذهنم داشته‌ام؛ یکی مربوط به کارهایی که برای واقعیت بخشیدن به رؤیاهایم حاضر بوده‌ام که انجام دهم، و دیگری فهرست کارهایی که برای تحقق اهدافم مایل نبوده‌ام که آن‌ها را انجام دهم - و فهرست دوم همیشه خالی بوده است. هنگامی که نیکی پیشنهاد ساخت دو برنامه اول را به من داد، از من پرسید که آیا حاضر هستم که

مسافتی طولانی را به فرسنو در کالیفرنیا پرواز کنم تا در این باره صحبت کنیم؛ و هنگامی که بودجه ساخت برنامه کم آمده بود، او از من پرسید که آیا حاضر هستم که با پول خودم در این برنامه سرمایه‌گذاری کنم. به خاطر آن فهرست‌های ذهنی‌ام، من در هر دو مرتبه بلافاصله و از صمیم قلب با درخواست او موافقت کردم. آن سفر به فرسنو، آغازی بود برای ۲۰۰ سفر بعدی که به ایستگاه‌های محلی شبکه پی.بی.اس. داشتم تا بتوانم مهمان خانه خانواده‌های آمریکایی شوم و پیامم را به گوش افراد بیشتری برسانم.

هر کدام از ما سرنوشتی داریم، و هدفی که برای تحقق آن به این جهان فرستاده شده‌ایم. در طول زندگی، فرصت‌های بی‌شمار و افراد زیادی بر سر راه ما قرار داده می‌شوند تا مسیر درست را به ما نشان دهند. این اتفاقات و انسان‌ها، جرقه‌های ریزی در درون ما ایجاد می‌کنند که باعث می‌شود در اعماق وجودمان بگوییم: *این یک نشانه برای من است - این همان هدفی است که من برای انجامش به این جهان آمده‌ام.* این جرقه‌ها، نشانه‌هایی هستند که توجه ما را به این اتفاقات و افراد جلب کنند، و توسط همان منبع الهی ایجاد می‌شوند که تمام هستی را آفریده است.

من همواره به خودم برای تشخیص این نشانه‌ها اعتماد کرده‌ام، چون می‌دانم با اعتماد کردن به خودم، در واقع دارم به آن خردمندی و حکمتی اعتماد می‌کنم که مرا آفریده است. این جرقه‌های درونی، در واقع نشانه‌ای از خدا است که از این طریق با من صحبت می‌کند، و من هرگز حاضر نشده‌ام که آن‌ها را نادیده بگیرم. من می‌دانم که اگر اتفاقی باعث شعله‌ور شدن آتش اشتیاقی در درونم شود، این در واقع نیروی نامرئی هدایتگر هستی است که مرا به سوی هدفم فرامی‌خواند. من کاملاً به این نیرو اعتماد دارم. این همان چیزی بود که باعث شد من وارد صنعت تلویزیون شوم؛ نیرویی الهی که همه‌چیز را هدایت می‌کرد، نه یک سری اتفاقات شانسی و تصادفی. من با بله گفتن به اشتیاق درونی‌ام وارد این مسیر شدم، چون تا زمانی که هدفم را به سرانجام نمی‌رساندم، نمی‌توانستم آرام بگیرم.

بخش ۴۹

در اکتبر سال ۲۰۰۰، من قبول کرده‌ام که گروه کوچکی از افراد را به شهر آسیسی^{۲۷۸} در ایتالیا ببرم. آنجا زادگاه سنت فرانسیس است، مردی که در چند سال اخیر، به یک نیروی حیاتی در زندگی‌ام بدل شده است. در حال حاضر من مشغول نوشتن یک کتاب جدید به نام برای هر مشکلی، راه‌حلی معنوی وجود دارد^{۲۷۹} هستم. این کتاب را بر اساس دعای معروف سنت فرانسیس نوشته‌ام، و اکنون به همراه این گروه کوچک به شهر آسیسی آمده‌ام تا نوشتن کتاب را در اینجا به اتمام برسانم.

من نسبت به این مکان احساس کشش می‌کنم و دلم می‌خواهد که بخشی از کتاب را در اینجا بنویسم، چراکه حس می‌کنم سنت فرانسیس نه تنها نوشته‌هایم را به من الهام می‌کند، بلکه مرا در تمام جنبه‌های زندگی‌ام راهنمایی می‌نماید. کلمات و ایده‌هایی را که در این کتاب آورده‌ام، خیلی راحت به ذهنم خطور می‌کردند، و از زمانی که تصمیم به نوشتن آن گرفته‌ام، همواره حضور یک انرژی الهی و آرامش‌بخش را در کنارم احساس کرده‌ام.

صبح‌های زود برای یک پیاده‌روی طولانی به مناطق روستایی شهر می‌روم تا از شلوغی و هیاهوی توریست‌هایی که آن‌ها هم برای نزدیک‌تر شدن به این مرد بزرگ که ۸۰۰ سال پیش از دنیا رفته است، به این شهر آمده‌اند، اندکی فاصله بگیرم. من در مورد کرامات این مرد که در زمان تولد نامش فرانسیسکو پیترو دی برناردو بوده است، مطالب زیادی خوانده‌ام، و دلم می‌خواهد که در طبیعت این شهر قدم بزنم و در انرژی مثبت این شهر الهی، مدیتیشن کنم. احساس می‌کنم که این انرژی همه‌جا همراه من است، همان‌طور که در طول سال گذشته و از زمانی که نوشتن این کتاب را آغاز کردم، هرروز همراهم بوده است.

²⁷⁸ Assisi

²⁷⁹ There's a Spiritual Solution to Every Problem

هنگامی که من قبول کردم به عنوان راهنما و سخنران تور، به همراه گروه کوچکی از افراد به شهر آسیسی بیایم، به همسرم گفتم، «بیا باهم به شهر آسیسی برگردیم و مانند شش سال قبل، همراه هم در کلیسای پورتیونکولا^{۲۸۰} مدیتیشن کنیم.»

مارسی و من نخستین بار در سال ۱۹۹۴ و همراه با سه تا از فرزندانمان، از این شهر بازدید کردیم، و از همان زمان، هر دوی ما از تمایلمان برای بازگشت به اینجا و مدیتیشن در کلیسای کوچک پورتیونکولا صحبت کرده‌ایم. این کلیسای کوچک، یک مکان مقدس است و پذیرای تمام کسانی است که به دنبال رسیدن به آرامش ذهن، بدن و روح هستند. این مکان اکنون در عمارت سنت مری اهل آنجلس محصور شده است، و پیرامون آن را ساختمان‌های مدرنی با نقاشی‌های زیبا بر روی دیوارها و گنبد‌هایشان احاطه کرده‌اند. این کلیسای کوچک، یادآور زندگی این مرد بزرگ است که زندگی انسان‌های بسیاری را تحت تأثیر قرار داده - در همین مکان بود که فرانسیسکو به کمک الهامات الهی که به او شد، مأموریتش را به روشنی درک کرد و فرقه فرانسیسکن^{۲۸۱} را تأسیس نمود، و باقی عمرش را در همین جا سپری کرد و در همین مکان چشم از این جهان فرو بست.

در راهروی منزلمان که به اتاق خواب بچه‌ها منتهی می‌شود، تصویری زیبا از سنت فرانسیس که در حال عبادت است، نصب شده است. این تصویر را بانویی که در یکی از سخنرانی‌هایم شرکت کرده بود، به من هدیه داد. او خودش این نقاشی را کشیده بود، و در زمانی که آن را به من داد، متن دعای آن را هم برایم خواند. در طول ده سال گذشته، حداقل روزی یک بار این دعا را خوانده‌ام، و مدت‌ها است که آن را از برشده‌ام:

پروردگارا، مرا وسیله‌ای برای ترویج صلح و آرامش الهی قرار بده.

²⁸⁰ Portiuncula Chapel

²⁸¹ Franciscan Order

در هر کجا که نفرت هست، بگذار که من بذر عشق بپاشم؛

در هر کجا که درد است، بذر درمان؛

در هر کجا که شک و تردید است، بذر ایمان؛

در هر کجا که ناامیدی است، بذر امید؛

در هر کجا که تاریکی است، بذر روشنایی؛

و در هر کجا که ناراحتی است، بذر شادی.

ای پروردگار بزرگ، به من کمک کن

تا بیشتر از آنکه به دنبال تسلی یافتن خودم باشم، به فکر دلداری دادن به دیگران باشم؛

بیشتر از آنکه به فکر فهمیده شدن باشم، به فکر فهمیدن دیگران باشم؛

و بیشتر از آنکه به دنبال عشق باشم، به دیگران عشق بورزم.

چراکه این در نتیجه بخشش است که ما نعمات تو را دریافت می‌کنیم؛

و در نتیجه گذشتن از تقصیرات دیگران است، که گناهان خودمان آمرزیده می‌شود؛

و در هنگام مرگ است، که ما برای زندگی جاویدان متولد می‌شویم.

آمین.

هر زمان که من این دعا را می‌خوانم، به خودم می‌گویم، این فقط یک دعا نیست، این دریایی از حکمت و دانش است. این دعا در مورد کیمیاگری، و تبدیل نفرت به عشق، تردید به ایمان، ناامیدی به امیدواری، و ناراحتی به شادی است. در ماه‌های اخیر، من کاملاً مفهوم این دعای ارزشمند را درک کرده‌ام، و هفت فصل پایانی کتابم را بر اساس هفت سطر ابتدایی این دعا نام‌گذاری کرده‌ام.

احساس می‌کردم که سنت فرانسیس در کنارم نشسته است و مرا تشویق می‌کند تا پیغامی را که او در قرن ۱۲ و ۱۳ تلاش داشته تا به دیگران بیاموزد، با بیانی امروزی برای مردم بازنویسی کنم. ماری و من وارد پورتیونکولا می‌شویم و کنار هم می‌نشینیم، تا هنگام مدیتیشن بتوانیم دستان یکدیگر را بگیریم. چیزی بسیار عجیب در حال رخ دادن است. هردوی ما آن را حس می‌کنیم. ابری از انرژی ما را در بر گرفته است. این احساس به قدری مرا غرق در خود کرده است که به سختی می‌توانم نفس بکشم. تمام موهای بدنم سیخ شده است، انگار که این انرژی در سرتاسر بدنم جریان می‌یابد. هنگامی که آنجا را ترک می‌کنیم، نگاهی به یکدیگر می‌اندازیم، درحالی که هردوی ما از حرف زدن عاجزیم. روح هردوی ما توسط نیرویی الهی لمس شده است.

فردای آن روز از سان دامیانو بازدید می‌کنیم، تا اتاق محقر و کوچکی را که سنت کلر در نهایت سادگی در آنجا زندگی می‌کرده است، و به عنوان یک عضو فرقه فرانسیسکن مردم را نصیحت می‌کرده، ببینیم. در حال بالا رفتن از پله‌ها هستم که مرد جوانی به نام جان گریبیل که به خاطر دیستروفی عضلانی پاهایش را با بست‌های فلزی بسته است، به من می‌گوید که دیگر نمی‌تواند مسیر را ادامه دهد. راه‌پله بسیار باریک شده است و او نمی‌تواند به اندازه کافی پاهایش را باز کند تا بتواند قدم بر روی پله بعدی بگذارد. او عضو گروه ما است و از من می‌پرسد که باید چه کار کنم، چرا که دیگر نه می‌تواند بالا بیاید و نه می‌تواند به تنهایی به پایین پله‌ها بازگردد.

من به او می‌گویم که دستانش را دور گردن حلقه کند - می‌خواهم او را در ادامه مسیر کول کنم. اصلاً به این مسئله توجه نمی‌کنم که بر طبق گفته پزشکان، به خاطر ربع قرن دویدن روزانه و دنبال کردن ورزش تنیس به صورت حرفه‌ای، مفصل زانوهایم سائیده شده‌اند و به زودی باید برای تعویض مفصل زیر تیغ جراحی بروم. من اصلاً به مفصل زانوهایم فکر نمی‌کنم، و حتی فراموش کرده‌ام که زانوبندم را ببندم.

جان را کول می‌کنم و پس‌ازاینکه از سه یا چهار پله بالا می‌روم، ناگهان احساس می‌کنم که زانوهایم ضعیف‌تر و ضعیف‌تر می‌شوند. وزن جان و پابندهای آهنی‌اش حسابی روی دوشم سنگینی می‌کند و الان است که زمین بخورم. وحشت‌زده می‌شوم. یک صف از افراد پشت سر من مشغول بالا آمدن از پله‌ها هستند. می‌خواهم که جان را بر زمین بگذارم که ناگهان شمایل فرانسیسکو پیش چشمانم ظاهر می‌شود. او بالای پله‌ها ایستاده است و مستقیماً به من نگاه می‌کند، بدون اینکه چیزی بگوید. با هر دودستش به من اشاره می‌کند که بلند شوم. من دوباره روی پاهایم می‌ایستم، و ناگهان احساس می‌کنم که یک انرژی عظیم در وجودم جریان یافته است. همان‌طور که جان را کول کرده‌ام، از پله‌ها بالا می‌روم. در ابتدا آهسته قدم برمی‌دارم، اما کم‌کم با انرژی‌ای تمام‌نشده شروع به دویدن بر روی پله‌ها می‌کنم. احساس می‌کنم که زانوهایم هرگز تا این حد قدرتمند نبوده‌اند!

به بالای پله‌ها می‌رسم، جایی که همسر و بیشتر اعضای گروه منتظر ما هستند تا از اتاق خواب کوچک سنت کلر بازدید کنیم. با حالتی مبهوت و متحیر، ماری از من می‌پرسد که «چه اتفاقی افتاده است؟» من به او می‌گویم که همین‌ان شاهد یک معجزه حقیقی بودم. من سنت فرانسیس را با چشمان خودم دیدم، و او مرا به سمت بالای پله‌ها هدایت کرد.

او می‌گوید، «اما همه دارند نفس‌نفس می‌زنند و تو درحالی‌که جان را کول کرده‌ای داری دوان‌دوان از پله‌ها بالا می‌آیی، و تازه امروز صبح فراموش کرده‌ای که زانوبندت را ببندی.» من به او می‌گویم که توضیحی برای این مسئله ندارم. احساس می‌کنم که سرشار از انرژی هستم و زانوهایم کاملاً خوب شده‌اند. از اطرافیانم عذرخواهی می‌کنم و برای چند لحظه آن‌ها را تنها می‌گذارم.

به سمت بالکن می‌روم طبقه سوم این بنای قدیمی می‌روم، دستانم را به هم گره می‌زنم، و به بیرون خیره می‌شوم تا شاید یک‌بار دیگر بتوانم شمایل سنت فرانسیس را ببینم. همین چند هفته پیش بود که مرا با برانکارد از زمین تنیس خارج کردند. زانوی راستم به‌شدت آسیب دیده بود، و

من به رسانه‌ها گفته بودم که احتمالاً باید برای عمل تعویض مفصل زانو زیر تیغ جراحی بروم. اما حالا احساس می‌کنم که زانوهایم از همیشه پر قدرت تر هستند! همان‌طور که زیر لب دعا می‌خوانم و به خاطر این معجزه از خداوند و سنت فرانسیس تشکر می‌کنم، خانمی به نام پاتریشیا ایگان از من که بر روی آن بالکن خم شده‌ام، عکس می‌گیرد. پس از خواندن دعایی در اقامتگاه محقر سنت کلر در سان دامیانو، بدون هیچ زحمتی به همراه همسرم از پله‌ها پایین می‌آیم. بعد از ظهر همان روز، برای یک راهپیمایی طولانی همراه با ماری به مناطق روستایی اطراف شهر می‌روم، و پس از سال‌ها، این برای اولین بار است که بدون اینکه دردی را در زانوهایم احساس کنم، می‌توانم راه بروم.

احساسی شادی و نشاط غیرقابل وصفی وجودم را در بر گرفته است، و از اینکه توانستم برای دومین بار از شهر آسیسی بازدید کنم، خداوند را شکر می‌کنم. من نزدیک به یک دهه است که هر روز دعای سنت فرانسیس را می‌خوانم و به معنای آن فکر می‌کنم. اکنون او وارد زندگی من شد و برای چند ثانیه خودش را به من نشان داد.

هنگامی که به اتاقمان در هتل بازمی‌گردیم، من آخرین تغییرات را در کتاب *برای هر مشکلی، راه‌حلی معنوی وجود دارد* اعمال می‌کنم. من می‌دانم که روح این مرد بزرگ اهل آسیسی، که تقریباً ۸۰۰ سال پیش در این روستای زیبا در ایتالیا زندگی می‌کرده است، به نحوی مرا در زندگی‌ام راهنمایی و هدایت می‌کند که قابل توصیف نیست. من احساس می‌کنم که عشقی عمیق وجودم را در بر گرفته است، و به خاطر تجربه این معجزه در زندگی‌ام، احساس خوشبختی می‌کنم.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

از زمانی که من تصمیم گرفتم تا نوشته‌ها و سخنرانی‌هایم را به سمت معنویات و آگاهی برتر متمرکز کنم، فرانسیسکو دی پیترو دی برناردو، یا سنت فرانسیس اهل آسیسی، نیروی مهم و تأثیرگذاری در زندگی‌ام بوده است. این مرد قدیس برای مدتی جایگاهی بخصوص در قلبم داشت.

فکر می‌کنم که این احساس از زمانی که آن تابلوی زیبایی که سنت فرانسیس را در حال عبادت نشان می‌داد هدیه گرفتم و آن را به دیوار خانه‌ام آویختم آغاز شد. همان‌طور که روزها و سال‌ها از آن زمان می‌گذشت، من هزاران بار دعایی را که پای آن نقاشی نوشته شده بود، خوانده بودم. اعتقاد دارم که روح الهی فرانسیسکو به نحوی در اینکه آن تابلو در دهه ۸۰ میلادی به دست من برسد، نقش داشته است.

من تمام فیلم‌هایی را که در مورد سنت فرانسیس ساخته شده‌اند، دیده‌ام، و یک کتابخانه کوچک از کتاب‌هایی که راجع به او نوشته شده‌اند دارم. سال‌ها پیش، در رؤیایی دیدم که در زمان‌های قدیم و در کنار سنت فرانسیس زندگی می‌کنم. هنگامی که از آن حالت خلسه بیرون آمدم، به‌وضوح می‌دانستم که چطور باید با بحران‌های که در آن زمان در زندگی‌ام با آن‌ها مواجه بودم، برخورد کنم و خیلی زود تمام مشکلاتم را برطرف کردم.

اکنون که به حضور فرانسیسکو در زندگی‌ام و تأثیری که حضور او بر روی من گذاشته است، نگاه می‌کنم، همه‌چیز به نظرم بسیار شگفت‌انگیز است. من در یک خانواده کاتولیک مذهبی بزرگ نشده بودم، اما داستان زندگی این مرد بزرگ، به‌شدت برایم جذاب بود و مرا به‌سوی خود می‌کشاند؛ داستان خلوص قلب و ازخودگذشتگی‌های او در زندگی، و ارتباط معنوی‌ای که با حضرت عیسی داشته است، و در اواخر عمرش باعث به وجود آمدن زخم‌هایی مشابه زخم‌های حضرت عیسی بر روی بدن او شده بود. نیرویی مرا تحت فشار می‌گذاشت تا به آسیبی بروم و آن معجزه را از نزدیک مشاهده کنم. احساسی به من می‌گفت که این مرد بزرگ و داستان زندگی‌اش، به نحوی به من و زندگی‌ام گره خورده‌اند.

من همواره از شنیدن اینکه سنت فرانسیس چگونه می‌توانسته با عشق و آرامش با حیوانات مختلف ارتباط برقرار کند، تحت تأثیر قرار می‌گرفتم. خصوصاً ارتباط او با پرندگان، و اینکه آن‌ها بدون هیچ ترسی گرد او جمع می‌شده‌اند. من عاشق شنیدن درباره همدلی او با تمام اطرافیانم

بودم، حتی آنهایی که او شخصاً از آنها می‌ترسیده است، مانند دوستی‌اش با افراد جذامی. اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که سنت فرانسیسکو دقیقاً همان‌گونه زندگی کرد که پاتانجالی بیش از هزار سال پیش از تولد این قدیس در آموزه‌هایش بیان کرده بود. پاتانجالی می‌گوید، «هنگامی که شما حتی کوچک‌ترین فکر برای صدمه زدن به دیگران را از ذهنتان خارج می‌کنید، تمام موجودات زنده در حضور شما احساس آرامش می‌کند، و هیچ خصومتی نسبت به شما نخواهند داشت.» فرانسیسکو به چنان درجه‌ای از خلوص قلب رسیده بود، که حتی حیوانات وحشی هم در کنارش احساس آرامش می‌کردند و با او انس و الفت می‌گرفتند. او به آگاهی خالص دست یافته بود، و من هرچه که بیشتر درباره او می‌خواندم، بیشتر دلم می‌خواست که در تمام جنبه‌های زندگی‌ام شبیه او شوم.

اکنون که به آن لحظه‌ای که در قلعه سان دامیانو زانوهایم شفا پیدا کرد، نگاه می‌کنم، می‌توانم با وضوح خیلی بیشتری ببینم که چرا و چگونه این اتفاق رخ داد. برای مدتی طولانی، من به نفسم (ایگو) اجازه می‌دادم که آن اتفاق را تشریح کند، و با خودم می‌گفتم که آن اتفاق به این دلیل برای من رخ داد که من یک معلم معنوی سرشناس بودم و به سنت فرانسیس عشق می‌ورزیدم، و بهبودی زانویم هدیه‌ای بوده است که به همین دلیل او به من اعطا کرده. اما اکنون خیلی بهتر می‌دانم که حقیقت چیز دیگری بوده است.

ارواح انسان‌های روحانی و بزرگی که در گذشته می‌زیسته‌اند، خیلی از مواقع برای راهنمایی و کمک وارد زندگی ما می‌شوند، اما نه به این خاطر که ما برای حضور آنها در زندگی‌مان دعا کرده‌ایم، و یا اینکه انسان‌های مهم و برجسته‌ای هستیم - بلکه آنها زمانی به زندگی ما وارد می‌شوند که بتوانند حضور خودشان را در وجود ما مشاهده کنند. آن اتفاق زمانی رخ داد که من نفسم (ایگو) را کنار گذاشتم و بی‌درنگ و بدون فکر کردن به مشکلاتی که ممکن بود برای خودم به وجود بیاید، به مردی که به کمک من احتیاج داشت پیشنهاد کمک دادم. من همان‌طوری رفتار

کردم که یک فرد بزرگ مانند سنت فرانسیس اگر جای من رفتار می کرد. او خودش را در وجود من شناخت، و به همین دلیل بر من ظاهر شد و به کمک من آمد، و در نتیجه حضور او، آسیب دیدگی زانوهای من به کلی بهبود یافت. همان طور که او در دعایش می گوید، او درجایی که درد بود بذر درمان پاشیده بود. من از تجربه ای که آن روز در سان دامیانو کسب کردم، یک درس بسیار بزرگ و ارزشمند آموختم - معجزات زمانی رخ می دهند که ما مانند خدا فکر می کنیم و عمل می نماییم. اکنون به وضوح می بینم که این به معنی خدمت کردن به دیگران بدون هیچ درنگ و تردیدی، و با نادیده گرفتن خواسته های نفسمان است که ما را ترغیب می کنند تا در ازای کمکی که به دیگران پیشنهاد می دهیم، چیزی طلب کنیم.

در سال بعد، کتاب برای هر مشکلی، راه حلی معنوی وجود دارد چاپ شد و در دسترس عموم قرار گرفت، و عکسی که پاتریشیا ایگان در آن بالکن و در لحظاتی بعد از آن معجزه از من گرفته بود، روی جلد آن نقش بست. من این کتاب را که بخشی از آن در شهر آسیسی نوشته شده بود، از زندگی پربار و آموزه های آن مرد بزرگ، که در شهر آسیسی متولد شده بود و در همان جا هم قبل از مرگش در سال ۱۲۲۶ به درجه قدیسی رسیده بود، الهام گرفته بودم، و از سنت فرانسیس و خداوند به خاطر حکمت و خردمندی ای که برای رسیدن به یک زندگی روحانی و آگاهانه در آن کتاب وجود داشت، سپاسگزار بودم.

تصمیم گرفتم که یک تور تبلیغاتی بزرگ برای آن کتاب برگزار کنم، تا بتوانم آموزه های سنت فرانسیس را با جهانیان به اشتراک بگذارم، و از این طریق به ایجاد دنیایی آگاه تر در این زمانه پر آشوب کمک کنم. من در ماه سپتامبر برای آغاز این تور تبلیغاتی که قرار بود هشت هفته به طول بینجامد، به سان دیگو پرواز کردم. و برنامه تلویزیونی ای که بر اساس آموزه های سنت فرانسیس برای شبکه پی.بی.اس. ساخته بودم و در شهر کانکورد ایالت ماساچوست آن را ضبط نموده بودم، قرار بود که با آغاز تور تبلیغاتی من به روی آنتن برود.

بعد از یک روز پرمشغله که از صبح تا شب با رسانه‌های سان دیگو مصاحبه کرده بودم، با تماسی تلفنی از خواب بیدار شدم. در آن سوی خط، دخترم تریسی بود و به من گفت که تلویزیون را روشن کنم. کشور ما مورد حمله تروریست‌ها قرار گرفته بود، و برج‌های تجارت جهانی در نیویورک آتش گرفته بودند و هر لحظه ممکن بود که فروبریزند.

ساعت ۶:۱۵ صبح بود، و یک کپی از روزنامه *یواس‌ای. تودی* چاپ تاریخ ۱۱ سپتامبر ۲۰۰۱ بر روی پادری اتاقم در هتل افتاده بود. در میانه آشوب و هیاهویی که تلویزیون نشان می‌داد، من روزنامه را باز کردم و دیدم که تبلیغ کتاب تازه منتشر شده‌ام ۸۰٪ از آن صفحه را پوشانده است. در بالای آن تبلیغ، با حروفی درشت نوشته شده بود برای هر مشکلی، راه‌حلی معنوی وجود دارد. من به این فکر کردم که دقیقاً در چنین روزی که مشکلی به این بزرگی ذهن مردم کل کشور و حتی کل جهان را به خودش مشغول کرده، این آگهی در روزنامه‌ای که در سرتاسر کشور توزیع می‌شود منتشر شده است.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، به‌وضوح می‌بینم که چاپ آن آگهی در آن روز که به مردم نوید می‌داد برای هر مشکلی می‌توان راه‌حلی معنوی یافت، یک اتفاق تصادفی نبوده است. هیچ اتفاقی تصادفی نیست، و در پشت هر رویدادی دلیلی وجود دارد - تمام مردم جهان بایستی دست‌به‌دست هم بدهند تا بتوانند راه‌حلی معنوی و روحانی برای نفرتی که در پشت چنین اعمال شیطانی و بی‌رحمانه‌ای وجود دارد، بیابند. چنین جنایاتی که انسان‌ها در حق یکدیگر مرتکب می‌شوند، تنها زمانی پایان می‌یابند که همگی ما آموزه‌های سنت فرانسیس اهل آسیسی را در زندگی‌مان به کار ببریم. اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که آن ارتباط توصیف‌ناپذیری که من با آن مرد حس می‌کردم، تجلی منبعی الهی است که چه در آن زمان و چه اکنون تلاش می‌کند تا در سرتاسر جهان شناخته شود و صلح و آرامش را برای همه ما به ارمغان بیاورد.

من هر زمان که تمرینات یوگا انجام می‌دهم، در اقیانوس شنا می‌کنم، یا به یک پیاده‌روی طولانی می‌روم، همراه با هر نفسی که می‌کشم خداوند را به خاطر شفا یافتن زانوهایم شکر می‌کنم. همان‌طور که چهره سنت فرانسیس در برابر پرده چشمانم نقش می‌بندد، لبخند می‌زنم و او را تصور می‌کنم که روبرویم ایستاده است و با دستانش مرا تشویق می‌کند که برخیزم. و اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم، همان اتفاقی که آن روز در آن صومعه برایم رخ داد، از طریق من به مردم گوشه‌کنار جهان منتقل می‌شود و آن‌ها را تشویق می‌کند تا در لحظات دشوار زندگی، به یاری خداوند ایمان داشته باشند و از زمین بلند شوند.



بخش ۵۰

بهار سال ۲۰۰۳ است. من اکنون ۶۲ سال سن دارم و برای اولین بار در زندگی‌ام، دوره‌ای طولانی از ناراحتی عمیق را تجربه می‌کنم. هرروز ساعات زیادی را می‌خواهم، نمی‌توانم برای انجام هیچ کاری به خودم انگیزه بدهم، و حداقل ۱۱ کیلوگرم وزن کم کرده‌ام. اصلاً اشتها ندارم، و باید خودم را مجبور کنم که از خانه بیرون بروم و تمرین دو روزانه‌ام را انجام دهم. اطرافیانم اغلب از من می‌پرسند که آیا من بیماری‌ای دارم که نمی‌خواهم در مورد آن صحبت کنم؟ اما خودم می‌دانم که دچار افسردگی شده‌ام.

دو سال پیش من یک حمله قلبی خفیف را رد کردم. آنژیوگرام مشخص کرد که یکی از رگ‌های قلبم ۹۹ درصد گرفتگی دارد، و این مشکل ممکن است که از زمان کودکی و از بدو تولد همراه من بوده باشد. قلب من قوی است، و آسیب کمی به آن وارد شده است. پزشکان در رگی که مسدود شده بود استنت گذاری کردند و پس از آن من خیلی زود توانستم مثل سابق تمرینات و کارهای روزمره‌ام را از سر بگیرم.

بر اساس نتایج تمام آزمایش‌های پزشکی که انجام داده‌ام، امروز قلبم کاملاً سالم است - اما خودم خوب می‌دانم که قلبم شکسته است. من و همسرم تقریباً دو سال پیش از هم جدا شدیم. او با مردی که عاشقش است رابطه دارد، و من کاملاً از این موضوع شوکه شده‌ام.

هرگز تصور نمی‌کردم که در سن ۶۲ سالگی بخواهم مشکلات عاطفی ناشی از جدایی را تجربه کنم. من قبلاً هم این تجربه را از سر گذرانده بودم، اما خیال می‌کردم که این اتفاق مربوط به گذشته است و دیگر برایم رخ نمی‌دهد. من و مارسلن هفت فرزند زیبا داریم که هر دوی ما با تمام وجود عاشقشان هستیم. من نمی‌خواهم که در این میان تقصیر را به گردن کس دیگری بیندازم. مسئولیت نقشی را که خودم در متلاشی شدن این ازدواج ایفا کردم، کاملاً بر عهده می‌گیرم. اما

مشکل اینجا است که نمی‌توانم خودم را از این شرایط وحشتناک خارج کنم. دوستان پزشکم به من توصیه می‌کنند که از داروهای ضدافسردگی استفاده کنم. هنگامی که پزشک خانوادگی‌ام یکی از همین داروهای ضدافسردگی را برایم تجویز می‌کند، بعد از خواندن اثرات جانبی آن دارو، نسخه او را پاره می‌کنم و دور می‌ریزم.

فرزندانی همگی نگران سلامتی‌ام هستند و تلاش می‌کنند تا با صحبت‌هایشان به من کمک کنند. آن‌ها معمولاً با عشق به من می‌گویند، «به نظر افسرده می‌رسی، بهتر است دوباره نوشتن را شروع کنی تا شاید به آرامش خاطر برسی.» من واقعاً از آن‌ها به خاطر این نگرانی‌شان سپاسگزارم. من و ماری هر کاری را که از دستمان بریاید انجام می‌دهیم تا آن‌ها را از این پریشانی و اضطرابی که هر دو نفرمان در نتیجه جدایی تجربه می‌کنیم، دور نگه داریم.

یک سال پیش، هنگامی که کتابی از کارلوس کاستاندا به نام قدرت سکوت را می‌خواندم، به جمله‌ای برخوردیم که عمیقاً مرا تحت تأثیر قرار داد. من آن جمله را بر روی یک کارت نوشتم، و آن کارت را لمینت کردم تا بتوانم همه‌جا آن را همراهم داشته باشم. در همان لحظه‌ای که آن جمله را خواندم، ایده نوشتن یک کتاب جدید به ذهنم خطور کرد، اما این جدایی و ازهم‌پاشیدگی تقریبی خانواده‌ام باعث شد که حتی فکر شروع چنین پروژه بزرگی را برای نوشتن یک کتاب کامل، فعلاً از سرم بیرون کنم.

امروز آن کارت لمینت شده را از جیب پیراهنم بیرون می‌آورم و کلمات کاستاندا را به آرامی برای خودم می‌خوانم: «در این جهان نیروی وجود دارد که نه می‌توان آن را اندازه گرفت، و نه می‌توان آن را توصیف کرد. ساحران به این نیرو قصد^{۲۸۲} می‌گویند، و هر چیزی که در این جهان وجود دارد از طریق یک پیوند با نیروی قصد در ارتباط است.» من شیفته این ایده شده‌ام که قصد و نیت کاری نیست که ما انجام می‌دهیم، بلکه انرژی‌ای است که همه ما به آن متصل هستیم.

²⁸² intent

کارت را دوباره در جیب جلوی پیراهنم می‌گذارم، و تأثیر این کلمات را به‌خوبی احساس می‌کنم. همه ما به یک میدان انرژی به نام قصد که نامرئی است و نمی‌توان آن را توصیف کرد، متصل هستیم - تنها کاری که برای بهتر شدن حالم باید انجام دهم، این است که این کرحتی و بی‌حسی را از وجودم بزدايم، تا ارتباطم با این منبع انرژی عظیم دوباره به‌صورت کامل برقرار شود.

من متوجه می‌شوم که در چند وقت اخیر، کاملاً درگیر نفسم (ایگو) شده بودم، و به این دلیل چنین درد و غم عمیقی را حس می‌کنم که به یک سطح معمولی از آگاهی برگشته‌ام. من به‌صورت موقت ارتباطم را با خدا ازدست‌داده‌ام - همان میدان انرژی‌ای که کاستاندا آن را قصد می‌نامد. ناگهان به خودم می‌آیم. تصمیم می‌گیرم که به توصیه فرزندانم عمل کنم و کاری را انجام دهم که بیشتر از هر چیز دیگری عاشقش هستم - و این کار، نوشتن است. من پیوند ارتباطی‌ام با منبع انرژی قصد را تمیز می‌کنم و کتابی می‌نویسم که به میلیون‌ها انسان دیگر هم کمک کند تا همین کار را انجام دهند.

من قبلاً به قصد و نیت، به چشم کاری نگاه می‌کردم که خودم انجام می‌دهم - حالتی از عزم و اراده‌ای رام نشدنی. اما اکنون متوجه شده‌ام که این تعریفی است که نفس (ایگو) از قصد و نیت می‌کند، چراکه می‌خواهد تغییرات بزرگی را که یک نفر در زندگی‌اش ایجاد می‌کند، به اسم خودش تمام کند. اکنون قصد و نیت را به‌صورت یک میدان انرژی می‌بینم که من همیشه به آن متصل هستم، البته با پیوندی به‌شدت ضعیف. با رید تریسی در انتشارات هی‌هاوس تماس می‌گیرم و به او می‌گویم که می‌خواهم با الهام از کارتی که همیشه در جیبم دارم، کتابی درباره نیروی قصد و نیت بنویسم.

من بیشتر روزهای سال بعد را صرف نوشتن این کتاب می‌کنم. همین‌که نوشتن را شروع می‌کنم، از چنگال آن حزن و اندوهی که در طول دو سال گذشته مرا فرا گرفته بود، رها می‌شوم. متوجه می‌شوم حالت حزنی که در نتیجه طلاق به من دست داده بود، رنگ و بوی نوشته‌هایم را به‌کلی

تغییر داده است. در نتیجه انجام آگاهانه کاری که به من احساس مفید بودن می‌دهد، یعنی همان نوشتن، اکنون احساس محبت بیشتری نسبت به خودم دارم. این محبت در نوشته‌هایم خودش را نشان می‌دهد، و رنگ و بویی کاملاً تازه به آنها بخشیده است.

من یک قاب کوچک روی میز کارم دارم که هر روز صبح قبل از اینکه کارم را شروع کنم، نوشته‌های روی آن را می‌خوانم:

صبح بخیر،

خدا با تو صحبت می‌کند.

من امروز به تمام مشکلات تو رسیدگی می‌کنم.

من برای این کار به کمک تو احتیاجی ندارم،

پس سعی کن نگران چیزی نباشی و یک روز فوق‌العاده را سپری کنی.

من حضور خداوند را احساس می‌کنم - یا همان میدان قصد و نیت - و می‌دانم این خداوند است که از طریق من این نوشته‌ها را بر روی کاغذ می‌آورد. متوجه شده‌ام که درد و رنجی که در نتیجه جدایی‌ام متحمل شده‌ام، مرا به نویسندگی مهربان‌تر و همدل‌تر تبدیل کرده است. سخنرانی‌های عمومی‌ام اکنون لحنی لطیف‌تر به خود گرفته‌اند، و به جای اینکه زیرکانه و حتی اندکی سنگدلانه باشند، مهربانی و عشق بیشتری را در خود گنجانده‌اند. قلب شکسته‌ام در حال التیام یافتن است، و ارتباطم با ماری و عشق جدیدش به طرز محسوسی بهتر شده است.

بهار سال بعد از راه رسیده است. سه سال از زمانی که من و ماری از هم جدا شدیم، می‌گذرد. جدیدترین کتابم، یعنی نیروی قصد^{۲۸۳} به زودی روانه بازار می‌شود. با نیکی و تل تماس گرفته‌ام، و

²⁸³ The Power of Intention

او با خوشحالی قبول کرده است که تهیه‌کنندگی برنامه تلویزیونی جدیدم را که در کالج امرسون فیلم‌برداری می‌شود و از شبکه پی.بی.اس. پخش شود، بر عهده بگیرد.

وقتی که کتاب *نیروی قصد* را در دستانم نگه می‌دارم، احساسی متناقض وجودم را در بر می‌گیرد. خوب می‌دانم که احساس غم عمیقی که داشتم، مرا قادر ساخت تا با همدلی و محبت بیشتری بنویسم. انگار که حتماً باید به پایین‌ترین نقطه در زندگی‌ام سقوط می‌کردم، تا بتوانم مرحله بعدی از مأموریت الهی‌ام را انجام دهم. متوجه می‌شوم که هیچ اتفاقی در این میان تصادفی نبوده است. من باید این درد و رنج را تجربه می‌کردم تا بتوانم به درک و فهم لازم برای نوشتن این کتاب کاملاً روحانی و معنوی دست پیدا کنم.

عزم و اراده کاری نیست که من آن را انجام دهم، نه حتی در نوشتن این کتاب. این یک همکاری است با نیرویی که همه‌چیز را خلق کرده، و ساحران بزرگ آن را قصد و نیت می‌نامند. خوب می‌دانم که قصد و نیت کاری نیست که من در نتیجه تصمیم راسخم برای رسیدن به چیزی، آن را انجام دهم؛ بلکه اتفاقی است که در نتیجه پاک‌سازی پیوند ارتباطی‌ام با میدان انرژی قصد رخ می‌دهد. در این زمان است که عزم و اراده وارد می‌شود. درحالی‌که این کتاب را در دستانم گرفته‌ام، می‌دانم که در حقیقت این خداوند است که تمام کتاب‌ها را می‌نویسد، تمام پل‌ها را می‌سازد، و تمام سخنرانی‌ها را انجام می‌دهد. من می‌توانم به پیوندی قوی و مستحکم با سرمنشأ همه‌چیز تبدیل شوم - میدان انرژی‌ای که همه‌چیز را آفریده است.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

هنگامی که من و همسرم از یکدیگر جدا شدیم - آن‌هم بعد از اینکه نزدیک به ۲۰ سال از عمرمان را در کنار یکدیگر گذرانده بودیم و همراه باهم هفت فرزند را بزرگ کرده بودیم - فکر می‌کردم که دنیا به پایان رسیده است. علی‌رغم تمام آموزش‌هایی که دیده بودم و تجربیاتی که در زندگی‌ام کسب کرده بودم، و کتاب‌های بسیاری که در رابطه با رشد فردی نوشته بودم، شوک عاطفی ناشی

از این جدایی کاملاً مرا ناتوان کرده بود. با این حال، اکنون که پس از گذشت سال‌ها به آن حادثه نگاه می‌کنم، می‌تواند به وضوح بینم که این اتفاق دردناک، باعث شد که من به انسانی بهتر تبدیل شوم؛ فردی که مهربان‌تر است و آگاهی معنوی بیشتری دارد. عملاً تمام پیشرفت‌های معنوی که ما در زندگی‌مان تجربه می‌کنیم، پس از یک سقوط رخ می‌دهند. آن سقوط به میان یک زندگی اندوه‌بار، مرا مجبور کرد که راهی برای بیرون آمدن از آن حالت پیدا کنم و حتی از قبل هم بالاتر بروم.

اکنون که به جدایی‌مان نگاه می‌کنم (که تا همین امروز هم ادامه یافته است، اگرچه هیچ کدام از ما هرگز برای طلاق رسمی اقدام نکردیم)، آن را به چشم یک هدیه از جانب خداوند می‌بینم. هدیه‌ای که هر روز به خاطر آن شکرگزاری می‌کنم. من و ماری اکنون از همیشه به هم نزدیک‌تر شده‌ایم. همه فرزندانمان عشقی را که ما نسبت به تک‌تکشان داریم با تمام وجود حس می‌کنند. ما مرتباً به‌عنوان یک خانواده دور هم جمع می‌شویم و باهم وقت می‌گذرانیم، و احساسی جز عشق و احترام نسبت به یکدیگر نداریم.

کتابی که من پس از شوک عاطفی ناشی از جدایی نوشتم، با استقبال بی‌نظیری مواجه شد و پس از کتاب قلمرو اشتباهات شما که ۲۸ سال پیش چاپ شده بود، با اختلاف چشم‌گیری از بقیه نوشته‌هایم ارتباط بهتری با مخاطبانش برقرار کرده بود. پس از نوشتن کتاب نیروی قصد، از تمام ۴۱ کتابی که از سال ۱۹۷۱ نوشته بودم، نامه‌های بیشتری دریافت کردم و افراد بسیاری به من گفتند که مطالعه این کتاب، زندگی آن‌ها را بهبود بخشیده است. مردم به من می‌گویند، «توصیفی که تو در این کتاب از قصد و نیت آورده بودی، عمیقاً ما را تحت تأثیر قرار داد. مطالعه این کتاب به کلی زندگی‌مان را متحول کرد.»

من این کتاب را با فروتنی‌ای تقریباً افراطی، و محبتی که عملاً به هر صفحه از آن تراوش کرده بود، نوشتم. سقوطم در آن مقطع از زندگی، مرا وادار کرده بود که دوباره خودم را بالا بکشم و با

درک بسیار عمیق‌تری نسبت به خداوند، کتاب *نیروی قصد* را بنویسم - درکی که باعث شده بود با تمام افرادی که به دنبال راهی برای پاک‌سازی راه ارتباطشان با منبع نیروی الهی بودند، تا بتوانند از زندگی در سطح معمولی آگاهی فراتر بروند و به آگاهی برتر دست پیدا کنند، احساس همدلی کنم.

برنامه تلویزیونی‌ای که من بر اساس کتاب *نیروی قصد* در شبکه پی.بی.اس. ساختم، موفق‌ترین برنامه‌ای بود که من در تمام دوران همکاری‌ام با آن شبکه ساخته بودم، و توانست کمک‌های مالی زیادی را برای آن شبکه جذب کند. ایده‌هایی که از کتاب الهام گرفته شده بود و در آن برنامه مطرح می‌شد، توانسته بود که با مخاطبان زیادی در سرتاسر کشور ارتباط برقرار کند. آن برنامه هزاران بار پخش شد و همیشه هم در ساعات اوج به روی آنتن می‌رفت. کاملاً مشخص بود آن حزن و اندوه و افسردگی‌ای که من در آن دوران تجربه کرده بودم، تأثیری مثبت بر روی زندگی میلیون‌ها انسان گذاشته بود. اگر من این فرصت را به دست نمی‌آوردم که چنین درد و رنجی را تجربه کنم، و به کمک نوشتن خودم را از آن وضعیت بیرون بکشم، این کتاب هرگز نوشته نمی‌شد. پس از آن تجربه من متوجه شدم که باید همواره قدردان و سپاسگزار باشم؛ نه تنها برای چیزهای خوبی که در زندگی‌ام وجود دارند، بلکه برای اتفاقاتی که به نظر ویرانگر می‌رسند. این درسی بود که برای آموختنش هزینه سنگینی را پرداختم، اما همیشه آن را در زندگی‌ام به کار می‌گیرم، چراکه دیده‌ام به دنبال اتفاقی که خیال می‌کردم پایان تمام خوشی‌ها و شادی‌های زندگی‌ام است، چگونه باعث شد که از نظر معنوی و روحانی پیشرفت چشمگیری بکنم.

روزی که تصمیم گرفتم بر اساس آن جمله از کارلوس کاستاندا که همواره آن را همراهم داشتم، کتابی بنویسم، از معلم معنوی و راهنمایم، شری گوروجی نامه‌ای دریافت کردم. مردی که یک دهه پیش تکنیک مدیتیشن جاپا را به من آموخته بود، در مورد جدایی‌ام و حزن و اندوهی که پس از آن مرا در بر گرفته بود، شنیده بود و نامه‌ای را برایم فرستاده بود که تنها یک جمله در آن نوشته شده

بود؛ جمله‌ای که آن را قاب گرفته‌ام و به دیوارِ نوشته‌های روحانی‌ام آویخته‌ام. آن جمله این بود: «وین عزیز، خورشید در پشت ابرها مشغول تابیدن است.»

خواندن این جمله، جرقه‌ای را در وجودم ایجاد کرد که باعث شد دست از دلسوزی کردن برای خودم بکشم و برای انجام مأموریتی که در این جهان بر عهده داشتم تلاش کنم. ابری که شری گوروجی در جمله‌اش به آن اشاره کرده بود، نماد تمام مشکلاتی است که در زندگی ما وجود دارند و ذهنمان را به خود مشغول کرده‌اند، و خورشیدی که در پشت ابرها می‌تابد، خداوند است - همان میدان انرژی قصد، یا ذهن الهی. تنها کاری که من باید انجام می‌دادم این بود که آن ابرها را کنار بزنم، تا عشق و محبت خداوند بار دیگر بر زندگی‌ام بتابد و به آن گرما ببخشد. امروز که دارم این‌ها را می‌نویسم، جمله دوست فقیدم الیزابت کوبلر راس در گوشم طنین‌انداز می‌شود: «اگر جلوی ورود بادهای طوفانی را به دره بگیری، هرگز زیبایی کنده‌کاری‌هایی را که باد بر دیواره آن دره ایجاد می‌کند، مشاهده نمی‌کنی.»

دردناک‌ترین و دشوارترین تجربه من در زندگی، نهایتاً باعث شد که بتوانم کتابی ارزشمند بنویسم، و یک برنامه تلویزیونی تأثیرگذار بر اساس آن تولید کنم، تا از این طریق بر زندگی میلیون‌ها انسان تأثیری مثبت بگذارم. آن طوفانی که در زندگی‌ام رخ داد، باعث پیشرفت‌های معنوی بسیاری شد که بر پیکره وجودم حکاکی شدند، و زندگی من را وارد مسیر تازه‌ای نمود که از تمام تصوراتم فراتر می‌رفت.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، به خاطر تمام طوفان‌هایی که در زندگی‌ام رخ داده‌اند، عمیقاً از خداوند سپاسگزاری می‌کنم؛ خصوصاً برای آن طوفان هولناکی که باعث شد من وارد مسیر آموزش عشق الهی و آگاهی برتر به دیگران بشوم، و آن‌ها را در زندگی خودم هم پیاده کنم.

فصل ۵۱

سوم آپریل ۲۰۰۵ است، و من همین الان برای چندین هزار نفر از شهروندان نیویورک و در یکی از سمینارهای موسسه امگا سخنرانی کرده‌ام. بیرون سالن همایش هتل ایستاده‌ام، و مردمی که از من امضا می‌خواهند و یا می‌خواهند که با من عکس بگیرند، مرا احاطه کرده‌اند. سرم را بلند می‌کنم، و چشمانم به یک خانم جذاب آمریکایی-آفریقایی می‌افتد که در بیرون از حلقه افرادی که مرا احاطه کرده‌اند، ایستاده است. فوراً متوجه این حقیقت می‌شوم که انرژی روحانی پر قدرتی از وجود او ساطع می‌شود، انگار که او یک فرشته باشد.

کم کم جمعیت پراکنده می‌شوند، و من این فرصت را پیدا می‌کنم که به سراغ آن خانم بروم و از او بپرسم که اهل کجا است. او با انگلیسی دست و پاشکسته‌ای پاسخ می‌دهد: «من اهل روآندا هستم.» دیشب در اتاق هتل، من فیلم *هتل روآندا* را تماشا کرده بودم. من از او درباره اتفاقاتی که در فیلم به آن‌ها اشاره شده بود و در سال ۱۹۹۴ رخ داده بود، سؤال می‌کنم و اینکه آیا او چیزی در این باره می‌داند یا نه. دوست او که در نقش یک مترجم، به او کمک می‌کند تا متوجه حرف‌های من شود، پاسخ می‌دهد: «بله، دکتر دایر. او در آن زمان آنجا بوده است، و به همراه هفت زن دیگر به مدت ۹۰ روز در یک دستشویی حبس شده بوده. داستان اینکه او چگونه توانسته از این قتل‌عام جان سالم به دربرد، یک از الهام‌بخش‌ترین داستان‌ها در مورد شجاعت و ایمان است که هر کسی ممکن است بشنود.»

من از آن خانم اهل روآندا خواهش می‌کنم که اسمش را بنویسد و با دخترم اسکای که کنارم ایستاده است، آدرس ایمیل‌هایشان را تبادل کنند. من می‌خواهم بیشتر در مورد این خانم استثنایی بدانم؛ کسی که با همان نگاه اول، انرژی آسمانی‌ای که از وجودش ساطع می‌شد، توجه مرا به خودش

جلب کرد. من به اسکای می‌گویم که ایمیلی برای او ارسال کند، و از او بخواهد تا با من که در جزیره مائویی، مشغول نوشتن آخرین صفحات از کتاب جدیدم با نام *الهام هستم*، تماس بگیرد.

من هنوز اسم آن خانم جذاب را نمی‌دانم، اما احساسی در درونم به من می‌گوید که من و او، مأموریت یکسانی در این جهان داریم و در آینده باهم همکاری خواهیم کرد. نیرویی قوی مرا ترغیب می‌کند که با رید تریسی تماس بگیرم و به او بگویم، «من اخیراً با خانمی جالب توجه آشنا شده‌ام که سرنوشت بسیار شگفت‌انگیز و الهام‌بخشی دارد. من از شما می‌خواهم که کتاب او را بعد از اینکه آن را نوشت، منتشر کنید، و من در ویژه‌برنامه بعدی که در شبکه پی.بی.اس. تهیه می‌کنم، او را به جهانیان معرفی خواهم کرد.» رید به من می‌گوید که او با کمال میل حاضر است تا کتاب او را چاپ کند، و از آنجایی که زبان انگلیسی زبان سوم او است، خیلی زود فردی را پیدا خواهد کرد تا در نوشتن آن کتاب به او کمک کند.

من بلاخره ایمیلی از اسکای دعوت می‌کنم و او به من اطلاع می‌دهد که محل اقامت آن بانوی رواندایی را پیدا کرده است. تلفن را بر می‌دارم و با آن خانم که اکنون می‌دانم نامش ایماکولی ایلپاگیزا است، تماس می‌گیرم و به مدت چند ساعت باهم صحبت می‌کنیم. او حیرت‌انگیزترین داستان بقایی را که من در تمام عمرم شنیده‌ام، برایم تعریف می‌کند.

تخمین زده می‌شود که بیش از یک میلیون مرد، زن و کودک در قتل‌عامی که در سال ۱۹۹۴ در کشور رواندا صورت گرفت، کشته شده‌اند؛ کشور کوچکی که تقریباً هم‌اندازه ایالت ماری‌لند است. دو قبیله هوتو و توتسی سال‌های سال در صلح و آرامش در کنار یکدیگر زندگی کرده بودند، اما با کشته شدن رئیس‌جمهور رواندا، بین این دو قبیله یک نزاع در گرفت و سران قبیله هوتو اعلام کردند که باید راه‌حلی نهایی برای مشکل توتسی‌ها پیدا کرد.

ایماکولی به همراه هفت زن دیگر، برای ۹۰ روز و در شرایطی دشوار و غیرقابل تحمل، در یک دستشویی مخفی شده بودند. در بحبوحه آن جنایات وحشتناک، وزن او ۳۰ کیلوگرم کاهش یافته

بود، و پدر و مادر و دو تن از برادرهایش با بی‌رحمی تمام به قتل رسیده بودند. با این وجود، او توانسته بود که از این مهلکه جان سالم به دربرد.

در نخستین لحظه‌ای که او را دیدم، چیزی در وجودم گواهی می‌داد که در محضر بانویی منحصر به فرد و روحانی هستم. مکالمه طولانی ما، دیدگاه مرا در مورد قدرت ایمان به کلی تغییر داد، و من متوجه شدم که ایماکولی پیغامی دارد که باید آن را به گوش جهانیان برساند. داستان او باید نقل شود، و چیزی در درونم مرا وادار می‌کند که در این مسیر به او کمک کنم. من به او پیشنهاد می‌کنم که نام کتاب را بگذار حرف‌های نگفته، و به او می‌گویم که با کمال میل حاضر هستم که پس از تکمیل کتابش، پیشگفتاری را برای آن بنویسم.

من با خودم عهد می‌کنم تا هر کاری را که از دستم برمی‌آید انجام دهم تا داستان این بانوی قهرمان را به گوش جهانیان برسانم. با نیکی و تل تماس می‌گیرم و به او می‌گویم که می‌خواهم ایماکولی را در ویژه‌برنامه‌ای که قرار است بر اساس کتاب الهام، و از ماه نوامبر در سان‌فرانسیسکو ضبط کنیم، به مردم آمریکا معرفی کنم. همچنین از ایماکولی خواهش می‌کنم تا برنامه‌اش را در دو تا سه سال آینده خالی کند، چراکه می‌خواهم در تمام سخنرانی‌های که برای مردم می‌کنم، او هم صحبت کند.

هرچقدر که جزئیات بیشتری را در مورد قتل عام سال ۱۹۹۴ و سرگذشت ایماکولی در کشور روآندا می‌شنوم، بیشتر متقاعد می‌شوم که در حال صحبت کردن با فردی هستم که به درجات خارق‌العاده‌ای از بینش و آگاهی برتر رسیده است. هنگامی که او پای میز شام می‌نشیند، مانند یک آهنربا همه را مجذوب خودش می‌کند. چیزی بیشتر از کاریزما و جذابیت فردی در این میان دخیل است. ایماکولی نه تنها از عشق بی‌قید و شرط صحبت می‌کند، بلکه چنین عشقی را نثار تمام اطرافیانش می‌کند - او حتی نسبت به افراد قبیله هوتو هم که مسئول آن جنایات وحشتناک و قتل اعضای خانواده‌اش بوده‌اند، چنین عشقی را دارد. او در سطح بالایی از آگاهی روحانی زندگی می‌کند، و من

این افتخار را به دست آورده‌ام که هر کاری را که از دستم برمی‌آید انجام دهم تا این بانوی بی‌نظیر را به جهانیان معرفی کنم و به او کمک کنم تا داستانش را به گوش آن‌ها برساند.

اول اکتبر است، و چهل روز دیگر قرار است که ضبط برنامه جدیدم در شبکه پی.بی.اس. آغاز شود. ایماکولی شبانه‌روز درگیر نوشتن کتابش است، و از اینکه قرار است برای اولین بار مقابل دوربین برود و در یک برنامه تلویزیونی صحبت کند، حسابی مضطرب است، به‌خصوص که زبان انگلیسی‌اش هنوز درست و حسابی راه نیفتاده.

من عمیقاً تحت تأثیر چالش‌های باورنکردنی‌ای قرار گرفته‌ام که او برای نجات یافتن از آن مهلکه پشت سر گذاشته است - آن‌هم در شرایطی که تنها عده بسیار کمی از افراد قبیله توتسی در آن قتل‌عام صدروزه نجات پیدا کردند، و سرتاسر آن کشور روستایی که در آفریقای مرکزی قرار دارد را جنازه‌های افراد پوشانده بودند.

ایماکولی یک مسیحی کاتولیک معتقد است. هنگامی که در چند قدمی مرگ قرار داشته، ایمانش به خداوند و حضرت عیسی باعث شده است که او زنده بماند؛ در واقع خودش می‌گوید که نخستین بار، در میانه آن وحشیگری‌های غیرانسانی بود که توانست حقیقتاً وجود خداوند را درک کند.

من ترغیب شده‌ام که خودم را از طریق خیلی کم‌خطرتری به چالش بکشم، تا بتوانم تنها گوشه کوچکی از تجربیاتی را که ایماکولی پشت سر گذاشته است، شخصاً تجربه کنم. حضرت عیسی که من و ایماکولی هر دو عاشقش هستیم، در ابتدای رسالتش ۴۰ روز را در صحرا گذراند. این زمانی بود که او آزمونی الهی را پشت سر گذاشت و خودش را برای انجام مأموریتش آماده کرد. امروز، من برای نخستین بار در کلاس یوگای بیکرام شرکت می‌کنم - انجام تمرین طاقت‌فرسای یوگا به مدت ۹۰ دقیقه، در محیطی مشابه صحرا که دمایی در حد ۴۳ درجه سانتی‌گراد دارد. شرکت در این کلاس در مقابل سختی‌هایی که حضرت عیسی و ایماکولی پشت سر گذاشته‌اند، اصلاً به حساب نمی‌آید، اما من اکنون ۶۵ سال سن دارم و تصمیم گرفته‌ام که از این طریق هم توانایی‌های خودم

را امتحان کنم، و هم از نظر روحی و جسمی آماده شوم. متعهد شده‌ام که ۴۰ روز پیاپی در این کلاس‌ها شرکت کنم. واژه یوگا به معنی «یکپارچگی» است. این، همان یکپارچگی با منبع آفرینش، یعنی خداوند است. واژه الهام به معنی «در-حالت روحانی» است. شیوه‌ای برای تجربه یکپارچگی با منبع آفرینش هستی، و ماندن در حالتی روحانی. از نظر من که کاملاً منطقی است.

هنگامی که ایماکولی را با خودم به کلاس یوگای بیکرام بردم، او به شوخی گفت که حضور در این کلاس ۹۰ دقیقه‌ای، از ۹۰ روز زندگی کردن در یک دستشویی کوچک، آن‌هم به همراه هفت زن دیگر سخت‌تر بوده است. در تاریخ ده نوامبر، من چهلمین جلسه متوالی از کلاس یوگای داغ را به اتمام می‌رسانم - و اکنون من یک یوگی متعهد هستم. من تا آخرین روز عمرم این سنت معنوی باستانی را انجام خواهم داد. گذراندن این دوره ۴۰ روزه، باعث شد که من احساس کنم که می‌توانم هر کاری را انجام دهم.

در برنامه تلویزیونی سه‌ساعته‌ام در شبکه پی.بی.اس.، ایماکولی را به روی صحنه می‌آورم. اگرچه وضعیت زبان انگلیسی او اندکی صحبت کردن با مخاطبان را برایش سخت کرده است، اما به خوبی موفق می‌شود که مخاطبان را مجذوب صحبت‌هایش کند، و پس از تمام شدن حرف‌هایش، افرادی که در استودیو حاضر هستند ایستاده او را تشویق می‌کنند. هر کسی که او را می‌بیند، همان احساسی را پیدا می‌کند که من هفت ماه پیش در نخستین دیدارم با او داشتم. من از اینکه توانستم همراه با او به روی صحنه و مقابل دوربین بروم، به خودم می‌بالم. من می‌توانم تمام‌روز درباره الهام بنویسم، اما این زن با عشق بی‌قیدوشرط و بخشندگی‌ای که دارد، یک مثال زنده از این است که زندگی کردن در حالت روحانی به چه معنی است.

اکنون ۶م ماه مارس سال ۲۰۰۶ میلادی است. ویژه‌برنامه جدید شبکه پی.بی.اس. با نام *الهام*، *ندای نهایی شما*، در تمام شهرهای آمریکا که یک ایستگاه تلویزیونی عمومی دارند، و در پربیننده‌ترین ساعات بر روی آنتن رفته است. تنها در همین ماه قرار است که این برنامه برای

هزاران بار پخش شود. ایماکولی دیگر در سرتاسر کشور به فردی شناخته شده بدل شده است - و داستان ایمان و بقای او، بر روی زندگی انسان‌های بسیاری تأثیر گذاشته است.

پس از اینکه او بر روی صفحه نمایشگر کامپیوتر شخصی‌اش می‌بیند که دو کتاب پرفروش در آمریکا، کتاب‌های الهام و حرف‌های ناگفته هستند، به من تلفن می‌کند. از الان به بعد، ایماکولی ایلینوی نویسنده یکی از پرفروش‌ترین کتاب‌های نیویورک تایمز است. من بی‌نهایت خوشحالم. من خیلی خوش شانس بودم که این موجود الهی، وارد زندگی‌ام شد و شخصاً نیروی حقیقی ایمان و عشق الهی را به من نشان داد.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم

برای مدت دو سال و نیم، ایماکولی همراه با من به هر کجا که می‌رفتم سفر می‌کرد و در سخنرانی‌هایم به روی صحنه می‌آمد و با حضار صحبت می‌کرد. همه افراد عاشق او شده بودند. اکنون که بر تأثیر او بر روی خودم نگاه می‌کنم، بی‌درنگ تصاویر مادر ترزا و دکتر فرانکل به ذهنم خطور می‌کند. او همان تأثیری را بر روی مخاطبان می‌گذاشت که مادر ترزا بر روی دیگران می‌گذاشت: وقتی که ایماکولی صحبت می‌کند، جو حاکم بر محیط لطیف‌تر می‌شود. او هم مانند مادر ترزا می‌تواند کاری کند که دیگران احساس آرامش بیشتری داشته باشند، انگار که از خودش نوعی انرژی الهی را ساطع می‌کند و ابری فرشته مانند، تمام کسانی را که با او در ارتباط هستند در برمی‌گیرد.

ویکتور فرانکل هم یکی از بازماندگان هولوکاست بود، و عزم و اراده او برای زنده ماندن در اردوگاه‌های مرگ نازی‌ها، از اشتیاق سوزان او برای به اشتراک گذاشتن داستانش با جهانیان سرچشمه گرفته بود. به افتخار دکتر فرانکل بود که من از ایماکولی خواهش کردم تا اسم کتابش را بگذارد حرف‌های ناگفته. این حقیقت که یک زن از قبیله توتسی توانسته بود از آن قتل‌عام

صدروزه علیه تمام اعضای قبیله اش جان سالم به دربرد، خودش یک معجزه تمام عیار بود. او حقیقتاً این را وظیفه خودش می دانست که جزئیات آن اتفاقات وحشتناک را با جهانیان در میان بگذارد.

حضور ایماکولی در زندگی من، یکی دیگر از آن اتفاقاتی بود که توسط نیروی الهی مقدر شده بود. از همان نخستین لحظه ای که چشمانم به او افتاد، احساس کردم که نوعی ارتباط توصیف ناپذیر بین ما دو نفر وجود دارد. خواست الهی بر این بود که آن روز ایماکولی در آن هتل حضور بیابد و آن قدر کنجکاو باشد که بایستد و امضا دادن یک نویسنده به هوادارانش را تماشا کند؛ نویسنده ای که تا قبل از آن حتی اسم او را هم نشنیده بود. من در تمام زندگی ام، هرگز احساس درونی چنان قدرتمندی را برای انجام کاری تجربه نکرده بودم که در آن روز، برای رفتن نزد ایماکولی و صحبت کردن با او احساس کردم. انگار که دستانی نامرئی و نیرومند مرا به سوی او هل می داد. من باید با او آشنا می شدم. من باید به او کمک می کردم تا کتابش را چاپ کند. من باید او را به برنامه تلویزیونی ام دعوت می کردم. من باید او را همراه با خودم به سخنرانی هایم می بردم، تا جهانیان بتوانند با چشمان خودشان این معجزه زنده را ببینند - بانویی که از نظر من یک قدیس به تمام معنا است.

چیزی که اکنون می توانم به وضوح بینم، این است که ایماکولی به زندگی من قدم گذاشت، تا از نزدیک و بدون هیچ واسطه ای به من نشان دهد که هنگامی که انسان ها خودشان را تسلیم نیروی الهی درونشان بکنند، می توانند به چه چیزهایی دست پیدا کنند. او در زمانی که در آن دستشویی مخفی شده بود، توانسته بود که با خداوند یکی شود. او می دانست که خداوند همراه او است، و از او و همراهانش در برابر مرگ محافظت می کند - و هر قدر که ارتباط او با خداوند عمیق تر می شود، فرشته های بیشتری از جنس عشق و محبت او را احاطه می کنند. هنگامی که او در آن دستشویی مخفی شده بود، می توانست صدای پیام های رادیویی را از بیرون بشنود و به خوبی آگاه بود که چه

جنایتی در سراسر کشور علیه افراد قبیله‌اش در جریان است. با این وجود، در میانه آن شرایط وحشتناک، او توانسته بود که شکنجه‌گرانش را ببخشد و حتی عشقش را به سوی آن‌ها روانه کند.

ایماکولی اثباتی بر این مطلب بود که اگر انسان ۱۰۰ درصد با نیروی الهی درونی‌اش هماهنگ شود، چه معجزاتی می‌تواند رخ دهد. اشتیاق من برای اینکه در همان ابتدا با او صحبت کنم، و سپس به او کمک کنم تا داستانش را منتشر کند، پیشگفتار کتابش را بنویسم، او را به برنامه تلویزیونی‌ام در شبکه پی.بی.اس. دعوت کنم، و برای بیشتر از دو سال او را همراه با خودم به سخنرانی‌هایی که داشتم ببرم، باید از همان منبع الهی سرچشمه گرفته باشد. به علاوه، او الهام‌بخش من برای این بود که تمرینات یوگا را آغاز کنم، آن‌هم در شرایطی که من حقیقتاً به آن احتیاج داشتم، و تا امروز هم مرتباً تمرینات یوگا را انجام می‌دهم و آن را به جزئی همیشگی از تمرینات معنوی‌ام تبدیل کرده‌ام.

حرف‌های ناگفته یکی از پرفروش‌ترین کتاب‌هایی است که انتشارات هی هاوز تاکنون به چاپ رسانده است. پیام امید، عشق بی‌قیدوشرط، بخشش، و ایمان خالصی که در داستان ایماکولی بود، توانست بر روی زندگی میلیون‌ها انسان در سرتاسر دنیا تأثیر بگذارد، و هنوز هم روزبه‌روز بر زندگی افراد بیشتری تأثیر می‌گذارد.

من این یادداشت کوتاه را قاب گرفته‌ام و آن را به دیوار اتاقم آویزان کرده‌ام:

وین عزیز

شما زیباترین موجودی هستی که من در تمام زندگی‌ام دیده‌ام! من شما را با تمام وجودم دوست دارم. تنها کاری که از دستم برمی‌آید، این است که از خداوند بخواهم تا هزار برابر برکت و شادی‌ای را که شما به زندگی من آوردید، به شما هدیه دهد. من باید این یادداشت را برای شما می‌نوشتم، تا به شما بگویم که چقدر از آشنایی با شما احساس خوشبختی می‌کنم.

این یادداشت برای من بسیار ارزشمند است، و می‌توانم بگویم این دقیقاً همان احساسی است که من نسبت به آن روح الهی و زیبا دارم که حرف‌هایی ناگفته برای گفتن داشت.



بخش ۵۲

یازدهم می ۲۰۰۵ است - فردای روز تولد ۶۵ سالگی‌ام. معمولاً افراد در این سن بازنشست می‌شوند، و بقیه عمرشان را در آرامش و به‌دوراز استرس‌ها و خستگی‌های کار، صرف تفریح و استراحت می‌کنند. کار من تا الان باید تمام شده باشد. با این حال، من حتی نمی‌توانم به بازنشستگی فکر کنم. اصلاً از چه چیزی بازنشست شوم؟

احساسی قوی در درونم مرا تشویق می‌کند تا یک تغییری بزرگ در زندگی‌ام ایجاد کنم. قبل از این، هرگز چنین احساسی را تجربه نکرده بودم. هنگامی که به اطرافم نگاه می‌کنم و انبوه وسایلی را که جمع‌آوری کرده‌ام می‌بینم، به طرز عجیبی احساس می‌کنم که در واقع این وسایل مالک من هستند، نه من مالک آن‌ها. احساس می‌کنم که در میان کوهی از وسایل به دام افتاده‌ام، و آن‌ها حسابی دست‌وپایم را بسته‌اند. اگر بخواهم نقل‌مکان کنم، چطور باید این همه وسایل را با خودم به محل جدیدم ببرم؟ بر روی صندلی چرمی آبی‌رنگی که در طول سال‌های گذشته، ساعت‌های طولانی بر روی آن نشسته‌ام و تمرین مدیتیشن کرده‌ام، می‌نشینم تا چاره‌ای پیدا کنم.

ندایی در درونم مرا تشویق می‌کند که کار بسیار بزرگی انجام بدهم - کاری که مرا به کلی تغییر دهد، بیشتر از تمام تغییراتی که تاکنون در زندگی‌ام تجربه کرده‌ام. من دائماً به ایماکولی فکر می‌کنم، که نجات پیدا کردنش را به ایمان قوی‌ای که داشت - ارتباط آگاهانه‌اش با خداوند - نسبت می‌داد، و معتقد بود که همین ارتباط با آفریننده هستی، او را قادر ساخته بود که آن سختی‌های فیزیکی و عاطفی غیرقابل‌تصور را پشت سر بگذارد. من می‌دانم که ندای درونی‌ام مرا به سوی رنج کشیدن فرا نمی‌خواند - آن‌طور که در سرنوشت ایماکولی بوده است - اما گویی که چیزی در درونم می‌جوشد و حس می‌کنم زمان آن فرا رسیده است که تغییری عظیم در زندگی‌ام ایجاد کنم.

در طول چهار سال گذشته، بیشتر مواقع در فلوریدا اقامت داشته‌ام، و هنوز از همسرم جدا هستم. از اینکه تا این حد پابند خانه‌ام شده‌ام، به هیچ وجه احساس خوشحالی و رضایت ندارم، و می‌دانم که وقت آن رسیده که دوباره قلم در دست بگیرم و کتاب جدیدی بنویسم. همان‌طور که در آن صندلی آبی نشسته‌ام و مدیتیشن می‌کنم، متوجه شمایی آشنا می‌شوم که مرتباً در جلوی پرده چشمانم ظاهر می‌شود، و مرا ترغیب می‌کند تا دوباره کتاب تائو ته چینگ را بخوانم؛ کتابی که شامل ۸۱ متن کوتاه است و بیداری معنوی را برای کسانی که آن را می‌خوانند و با آموزه‌هایش زندگی می‌کنند، به ارمغان می‌آورد.

این متون عرفانی که ۲۵۰۰ سال پیش نوشته شده‌اند، نزدیک به یک دهه پیش توسط دوست خوبم استوارت وایلد به من هدیه داده شد. اما متوجه شده‌ام که به تازگی این کتاب زیاد ذهنم را به خودش مشغول کرده است. من به تازگی مطالعه کتاب *یک میلیون قطعه* از جیمز فری را به اتمام رسانده‌ام، و در جای‌جای آن کتاب به آموزه‌های تائو ته چینگ اشاره شده است. هنگامی که برای یک سخنرانی به لاس‌وگاس رفته بودم، همراه با دوستانم به رستوران تائو رفتیم؛ جایی که تمام دکور مغازه، و حتی منوی غذا، حال و هوایی تائوئیستی داشت. همچنین به یاد می‌آورم که استوارت می‌گفت که چقدر حکمت و خردمندی در این کتاب کوچک نهفته است، و شدیداً به من توصیه می‌کرد تا آن را چندین مرتبه و به آرامی مطالعه کنم، و هر بار بر روی مفاهیم و آموزه‌های عمیق آن تفکر کنم. او به من می‌گفت این حکیمانه‌ترین کتابی است که تاکنون توسط انسانی نوشته شده است.

اکنون من مردی مسن با شمایی آسیایی را می‌بینم که مرا تشویق می‌کند تا بر اساس آموزه‌های مطرح‌شده در کتاب تائو ته چینگ زندگی کنم، تا از این طریق شادی و سلامتی ازدست‌رفته‌ام را دوباره بازیابم. من از حالت خلسه عمیقی که در آن فرو رفته بودم خارج می‌شوم و اکنون اطمینان دارم که باید چه کار کنم.

به یاد می‌آورم که چطور دوست و راهنمای قدیمی‌ام، استوارت وایلد، یک‌بار به من گفت که او چگونه تمام چیزهایی را که داشته، رها کرده است. او به‌سادگی در را پشت سرش بسته بود و قدم‌زنان از آن‌ها دور شده بود. برای سال‌ها، من به تضادی که در ذات چنین احساسی وجود داشت، فکر می‌کردم. رها کردن همه‌چیز، به نظر پایان زندگی است و علاوه بر این، انسان نسبت به چیزهایی که در طول عمرش جمع‌آوری کرده، دل‌بستگی شدیدی دارد. از سوی دیگر، اینکه انسان هیچ چیزی نداشته باشد که بخواهد او را پابند کند، احساس آزادی عجیبی را برایش به ارمغان می‌آورد - اینکه بی‌هیچ دغدغه‌ای روبه‌جلو حرکت کنی، و مانند همان پرنده‌گانی که سایرین در دوران بازنشستگی خود به صدای آن‌ها گوش می‌سپارند، سبک‌بار و سبک‌بال باشی. احساس می‌کنم که نیرویی مرا به این سمت هدایت می‌کند؛ اینکه همه‌چیز را رها کنم.

تلفن را برمی‌دارم و با دستیار شخصی‌ام، مایا، تماس می‌گیرم. او بیشتر از ۲۵ سال است که با من کار می‌کند. به او می‌گویم که سوار ماشینش شود و خودش را به آپارتمانی برساند که در طول این سال‌ها نقش دفتر کارم را ایفا کرده و در طول این سه دهه، بیشتر کتاب‌هایم را در آنجا نوشته‌ام. هنگامی که از ماشینش پیاده می‌شود و به سمت من که در پیاده‌رو ایستاده‌ام می‌آید، کلید آپارتمان را به او می‌دهم و می‌گویم: «از تو می‌خواهم که از شر تمام وسایلم خلاص شوی، و بعد از اینکه کارت تمام شد اینجا را برای فروش بگذاری.»

مایا از این حرف من حسابی شوکه شده است. او به من می‌گوید که در آنجا بیشتر از ۲۰,۰۰۰ جلد کتاب وجود دارد. باید با اسباب و اثاثیه‌ای که در آنجا هست چه کار کند؟ با لباس‌هایم؟ با کفش‌هایم؟ با نوشته‌هایی که آن‌ها را به‌عنوان یادگاری قاب کرده‌ام و به دیوار اتاقم آویزان کرده‌ام؟ با عکس‌هایی که در آنجا دارم؟ با کوهی از کاغذهای مربوط به سوابق مالیاتی و یادداشت‌های شخصی؟ به او می‌گویم: «این کلید را بگیر. کار من در اینجا تمام شده است. به فرزندانم می‌گویم که آن‌ها می‌توانند هر چیزی را که می‌خواهند از اینجا بردارند. مسئولیت خلاص شدن از دست بقیه چیزها با تو است. همه آن‌ها را به دیگران ببخش.»

او تلاش می‌کند که با حرف زدن، مرا از این کار منصرف کند، اما من تصمیمم را گرفته‌ام. من می‌خواهم همه‌چیز را رها کنم و به محل نوشتنم در جزیره مائویی بروم. ندایی در درونم مرا به سوی خود فرا می‌خواند و احساس می‌کنم که باید کاری در مورد تائو ته چینگ انجام دهم. هنوز مطمئن نیستم که آن کار چیست، اما می‌دانم که باید همه‌چیز را به خداوند بسپارم.

من تمام چیزهایی را که دارم رها می‌کنم و می‌روم. اکنون مایا مسئول همه‌چیز است، و من عمیقاً احساس آزادی و رهایی می‌کنم. به یاد می‌آورم آن زمانی که استوارت به من گفت همه‌چیز را پشت سرش رها کرده است، چه احساسی داشتم - احساس هیجان‌زدگی و تحسین. و حالا خود من هم دقیقاً همان کار را انجام داده‌ام.

در طول مدتی که دارم این تغییر را در زندگی‌ام ایجاد می‌کنم، دائماً به چیزهایی فکر می‌کنم که ممکن است به آن‌ها احتیاج پیدا کنم. حتی یک کپی از پایان‌نامه دکترایم ندارم. خوب که چه، در طول این ۳۵ سال حتی یک مرتبه هم به آن نگاه نکرده‌ام. اما آن شلوارها و کفش‌های موردعلاقه‌ام و آن همه پیراهن عالی چه می‌شوند؟ مایا همه آن‌ها را به افراد بی‌خانمان و نیازمند داده است. به یاد می‌آورم که در بسیاری از سخنرانی‌هایم چه می‌گفتم: ما از هیچ کجا و با هیچ چیزی به اینجا آمده‌ایم. اکنون ما/ اینجا را بدون هیچ چیزی به مقصد هیچ کجا ترک می‌کنیم. هیچ کجا، و اکنون اینجا^{۲۸۴}؛ هیچ فرقی باهم ندارد. تنها تفاوت میان آن‌ها، جای فاصله است.

در جزیره مائویی، من روزهایم را صرف مطالعه کتاب تائو ته چینگ و تفکر بر روی آموزه‌های آن می‌کنم. این کتاب پر از مفاهیم متضاد و متناقض است. کمتر کار کن و به چیزهای بیشتری برس. فکرهای کوچک داشته باش و به موفقیت‌های بزرگ‌تری دست پیدا کن. نیروی آفریننده هستی هیچ کاری نمی‌کند و هیچ کاری را نکرده باقی نمی‌گذارد. هیچ کدام از ما کاری انجام نمی‌دهیم؛ درواقع، همه ما انجام می‌شویم. خداوند در همه جا حاضر است، و خداوند در هیچ کدام

²⁸⁴ No-where, now-here

نیست. من می‌دانم که به طریقی اسرارآمیز، لائو-تزو، نویسنده کتاب تائو، مرا فرا خوانده است تا پیام کتاب تائو ته چینگ را به گوش مخاطبان قرن ۲۱ برسانم.

من با رید در انتشارات هی هاوس صحبت می‌کنم و به او می‌گویم که قصد دارم در ارتباط با هریک از ۸۱ نوشته کوتاهی که در کتاب تائو ته چینگ آمده است، یک مقاله بنویسم. اما قبل از اینکه بتوانم نوشتن را آغاز کنم، باید خودم را در این نوشته‌ها غرق کنم، تا بتوانم عمق مفاهیمی را که در آن‌ها نهفته است، درک کنم. من برنامه‌ام را برای رید توضیح می‌دهم، و او با اشتیاق از این ایده استقبال می‌کند.

در روز نخست، من نخستین نوشته از کتاب تائو ته چینگ را می‌خوانم. سپس در حالت مدیتیشن بر روی آن متمرکز می‌شوم، و به مدت چهار روز آن را در ذهنم تجزیه و تحلیل می‌کنم و از روح لائو-تزو تقاضای راهنمایی می‌کنم. من چندین نقاشی از او را دورتادور محل نوشتنم نصب کرده‌ام؛ در یکی از آن نقاشی‌ها، او جامه‌ای ساده به تن دارد، در دیگری عصایی به دست دارد و ایستاده است، و در سومی، سوار بر یک گاو نر است. اما گویاترین تصویری که من از او دارم، آن تصویری است که من در هنگام مدیتیشن و وقتی که چشمانم را می‌بندم، می‌بینم. پس از اینکه به مدت چهار روز در حالت مدیتیشن بر روی نخستین نوشته کوتاه او تمرکز مردم، در پنجمین روز بیدار می‌شوم و مقاله‌ای در مورد اینکه چطور می‌توان حکمت و خردمندی موجود در آن را در زندگی به کار برد، می‌نویسم.

من قصد دارم که برای تمام هشتاد نوشته دیگر هم همین کار را انجام دهم، و تمام سال ۲۰۰۶ را به این پروژه اختصاص دهم. این چیزی است که ندایی در درونم مرا به انجام آن فرا می‌خواند. تمام نشانه‌هایی که از کتاب تائو ته چینگ و لائو-تزو وارد زندگی‌ام شده‌اند، مرا به سوی انجام این وظیفه هدایت نموده‌اند. من نه تنها درباره کتاب تائو ته چینگ کتابی خواهم نوشت، خودم هم یک تائوئیست خواهم شد و از لائو-تزو در مراقبه‌هایم خواهم پرسید که در مورد هر کدام از ۸۱

نوشته‌اش، باید چه چیزی بنویسم. تصمیم گرفته‌ام اسم این کتاب را بگذارم: *افکارتان را تغییر دهید تا زندگی‌تان تغییر کند*.

مأموریتی بر عهده من گذاشته شده که باید آن را به سرانجام برسانم. من تمام دارایی‌هایم را رها کرده‌ام تا بتوانم این وظیفه را انجام دهم، آن‌هم در سنی که همه به من می‌گویند دیگر باید کار را کنار بگذارم و از زندگی‌ام لذت ببرم. اما من حقیقتاً از کاری که انجام می‌دهم لذت می‌برم. من باور دارم که حکمت و خردمندی موجود در کتاب *تائو ته چینگ*، باینکه ۲۵۰۰ سال پیش توسط لائو-تزو نوشته شده، اما هنوز هم قابل‌استفاده است. *واژه تائو*، معادل چینی برای نام خداوند است - انرژی نامرئی و بی‌نامی که آفریننده همه چیز است.

من از سوی فردی که می‌داند در حال کار کردن بر روی این پروژه هستم، یک کتاب دریافت می‌کنم. آن کتاب نوشته مارتین آرونسون است و اسمش این است: *حضرت عیسی و لائو-تزو؛ گفته‌هایی موازی*. در یک صفحه از این کتاب، سخنان حضرت عیسی آمده‌اند، کسی که سال‌ها بعد از لائو-تزو قدم بر روی این کره خاکی گذاشته است؛ و در صفحه مقابل آن، سخنان لائو-تزو نوشته شده‌اند که با کلماتی متفاوت، همان مفاهیم را بیان می‌کنند. حکمت الهی، یک حقیقت باستانی است، و من اکنون قرار است که فصل جدید و هیجان‌انگیزی را در زندگی‌ام آغاز کنم. من فقط یک معلم نیستم، بلکه یک دانش‌آموز و یک آموزگار حکمت و خردمندی باستانی هستم، و معلمی نامرئی که ۲۵۰۰ سال پیش می‌زیسته، مرا در این مسیر راهنمایی می‌کند.

با نیکی و تل‌تماس می‌گیرم و او را در جریان پروژه جدیدم قرار می‌دهم، و از او می‌خواهم که هماهنگی‌های لازم را با مدیران اجرایی شبکه پی.بی.اس. انجام دهد. من می‌توانم به‌وضوح خودم را در حال اجرای یک برنامه تلویزیونی تصور کنم که در ساعات پربیننده، آموزه‌های باستانی تائو ته چینگ را به خانه شهروندان آمریکایی می‌آورد. این یک مأموریت الهی است که می‌تواند زندگی میلیون‌ها نفر را متأثر کند و سرآغاز تغییری بنیادین در آگاهی جمعی همه ما باشد.

نیکی هماهنگی‌های لازم را انجام می‌دهد، و قرار می‌شود که این ویژه‌برنامه تلویزیونی جدید را در محل فیلم‌برداری فیلم *خاطرات یک گیشا* ضبط نمایم، و از طراحی صحنه فوق‌العاده آن استفاده کنیم. این ویژه‌برنامه، همان اسم کتاب است، یعنی *افکارتان را تغییر دهید تا زندگی‌تان تغییر کند*. پس از اینکه برنامه به روی آنتن می‌رود، خیلی زود با استقبال بینندگان مواجه می‌شود. این ویژه‌برنامه تلویزیونی، در پربیننده‌ترین ساعات مهمان منزل خانواده‌های آمریکایی می‌شود و از این طریق، آموزه‌های ارزشمند لائو-تزو در کتاب تائو ته چینگ را در اختیار میلیون‌ها نفر می‌گذارد. علاوه بر این، کتاب *افکارتان را تغییر دهید تا زندگی‌تان تغییر کند* هم در فهرست پرفروش‌ترین کتاب‌های نیویورک تایمز قرار می‌گیرد.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

می‌توانم به‌وضوح آن لحظه سرنوشت‌سازی را که از حالت مدیتیشن بر روی آن مبل چرمی بیرون آمدم و آن تصمیم مهم را گرفتم، به یاد بیاورم. فردای روز تولد ۶۵ سالگی‌ام بود. ایده مبهمی که مدت‌ها بود ذهنم را به خودش مشغول کرده بود، ناگهان به واقعیت مطلق زندگی‌ام تبدیل شد. تمام ترسی که از ایجاد این تغییر بزرگ و دل‌کندن از تمام دل‌بستگی‌هایم در من وجود داشت، در یک لحظه از بین رفت. استادان ذن بودیسم به این لحظه ساتوری می‌گویند، که به معنی «بازگشت به موقعیت عادی، اصلی، و ابتدایی وجود، در تک‌تک سلول‌های بدن» است. تمام شک و تردیدی که در مورد گام بعدی‌ام در زندگی داشتم، به ناگاه از میان رفته بود و جایش را به اطمینان و یقین داده بود.

هنگامی که کلید دفتر کارم را به مایا دادم، و از تمام چیزهایی که در آن آپارتمان بود، دل‌کندم، حتی ذره‌ای تردید در وجودم نبود، انگار که نیرویی به من کمک می‌کرد تا بر مقاومت درونی‌ام غلبه کنم و کاری را که لازمه ایجاد آن تغییر بزرگ در زندگی‌ام بود، انجام دهم؛ اینکه همه‌چیز را رها کنم و خودم را به پروردگار بسپارم.

برایم مثل روز روشن بود که باید از تمام دل‌بستگی‌های مادی‌ای که داشتم، دل می‌کندم و خودم را از چنگال قدرتمند نفس (ایگو) رها می‌کردم، تا به نیروی نامرئی هدایتگر هستی، یا تائو، اجازه دهم که کارش را به بهترین شکل انجام دهد.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم، آن یک سالی که در باب آموزه‌های کتاب تائو ته چینگ تعمق کردم، کاری بود که قبل از نوشتن کتابی در مورد آموزه‌های لئو-تزو، باید شخصاً آن را تجربه می‌کردم. این سرنوشت من بود که کتابی در این مورد بنویسم، و آن یک سالی که بر اساس آموزه‌های مکتب تائوئیسم زندگی کردم و درباره حکمت و خردمندی بی‌پایان موجود در کتاب تائو ته چینگ، مقالاتی کاربردی نوشتم، مهم‌ترین سال زندگی من بود.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، می‌توانم با وضوح خیلی بیشتری ببینم که نشانه‌های تائو-محور بسیاری که توسط ذهن یگانه هستی بر سر راهم قرار می‌گرفتند، مرا به سمت حرکت در این مسیر هدایت می‌نمودند. هر بار که در کتابی، نقل‌قولی از تائو آمده بود، و یا در یک فیلم، در یک رستوران، و یا حتی در یک مکالمه تلفنی اشاره‌ای به تائو می‌شد، من لحظه‌ای درنگ می‌کردم و با خودم می‌گفتم، آها، من می‌دانم که به‌تازگی، نشانه‌های تائو مدام در زندگی‌ام تکرار می‌شوند. اما این امر، چه معنایی می‌تواند داشته باشد؟

هنگامی که مشغول مطالعه کتاب کیمیاگر اثر پائولو کوئیلو بودم، متوجه شدم که او بارها و بارها به کلمه نشانه‌ها اشاره کرده بود، که به معنی سرنخ‌هایی از سوی منبع نامرئی آفرینش است که قصد دارد توجه ما را به مطلب مهمی جلب کند. پائولو کوئیلو در آن کتاب به خوانندگان توصیه می‌کند به‌جای اینکه به این نشانه‌ها، به چشم یک رشته از اتفاقات تصادفی بنگرند، پیام آن‌ها را بشنوند و به نیروی آفریننده هستی اجازه دهند که آن‌ها را هدایت کند - و مهم‌تر از همه، هر نوع ترسی را از خود دور کنند. هنگامی که استوارت وایلد به من می‌گفت که چطور همه‌چیزش را در لندن رها کرده بود تا به دنبال ندای درونی‌اش برود، داستان او تأثیری انکارناپذیر بر روی من

گذاشت. می‌دانستم که روزی فرامی‌رسد که من هم این ندای درونی را بشنوم، و با دل کندن از همه چیزهایی که برایم عزیز هستند، قدم در چنین سفر هیجان‌انگیزی بگذارم. از آن لحظه به بعد، تصور اینکه روزی همه چیز را رها کنم و با اطمینان کامل به جلو حرکت کنم، حتی برای لحظه‌ای مرا رها نکرد.

به نحوی، رسیدن به سن ۶۵ سالگی که نماد پایان سفر در دنیای مادیات است، همراه با نشانه‌هایی مرتباً در ارتباط با تائو بر سر راهم قرار می‌گرفتند- در کنار تمرینات جدی مدیتیشن- باعث شدند که زندگی من وارد مسیر جدیدی شود. یک سال زندگی کردن بر اساس آموزه‌های کتاب تائو ته چینگ، مانند یک بازسازی تمام‌عیار جسم، ذهن و روح بود. لغت تائو، نیرویی پنهانی است که به همه چیز زندگی بخشیده- و نزدیک‌ترین معنی برای لغت خداوند در زبان چینی است. لائو- تزو به انسان‌ها می‌آموزد که اگر تأکید کمتری بر شرایط فیزیکی زندگی‌شان داشته باشند، می‌توانند به آگاهی عشق یا ذات تائو دست پیدا کنند.

من بارها و بارها سخنان لائو- تزو را خوانده‌ام و آموزه‌های او را به کار بسته‌ام. اصلی‌ترین پیام او، دل نبستن به این جهان مادی است. همان‌طور که مشغول خواندن کتاب تائو ته چینگ و نوشتن در مورد آن بودم، متوجه شدم که روزبه‌روز مقدار بیشتری از وسایلم را به دیگران می‌بخشم. اصلاً برایم غافلگیرکننده نبود که نیروی نامرئی کنترل‌نشده‌ی، مرا ترغیب می‌کرد تا از تمام چیزهایی که در طول سه دهه گذشته از زندگی‌ام جمع کرده‌ام دل بکنم و به جزیره مائویی بیایم تا خودم را غرق در آموزه‌های لائو- تزو و کتاب تائو ته چینگ بکنم. آن لحظه سرنوشت‌ساز در زندگی‌ام، باعث شد که من بتوانم حکمت و خردمندی نهفته در تائو را به میلیون‌ها انسان در سرتاسر جهان بیاموزم.

مانند بیشتر کتاب‌های قبلی‌ام، برای نوشتن این کتاب هم هیچ مشکلی نداشتم، انگار که نیرویی نامرئی قلم را بر روی کاغذ به حرکت درمی‌آورد، و آن مقاله‌ها را درباره نوشته‌های لائو- تزو

می‌نگارد. از زمانی که کتاب *افکار تان را تغییر دهید تا زندگی تان تغییر کند* برای نخستین بار به چاپ رسید، نامه‌های بسیاری از محققان تائوئیست در سرتاسر جهان، به‌خصوص کشور چین، دریافت کرده‌ام که به من گفته‌اند این مقاله‌ها به زیبایی توانسته‌اند آموزه‌های نهفته در کتاب تائو ته چینگ را بیان کنند. اکنون می‌توان به‌وضوح ببینم که این، سرنوشت من بوده است که کتابی در مورد حکمت تائو آن‌گونه که در این دنیای گذرا کاربرد داشته باشد بنویسم، و مهم‌تر از آن، تغییری بنیادین در زندگی فردی‌ام ایجاد نمایم و به درکی عمیق‌تر از هستی دست پیدا کنم.

درواقع پس از آن یک سالی که در جزیره مائویی بر روی کتاب تائو ته چینگ تعمق کردم، متوجه شدم که رفتارهایم خیلی کمتر از قبل نشئت گرفته از نفس (ایگو) هستند. نسبت به قبل، زندگی‌ام خیلی شادتر و زیباتر شده بود و نوعی رهایی نسبت به مادیات در من ایجاد شده بود که نتیجه الهاماتی بود که از کلمات لائو-تزو گرفته بودم. من متوجه شدم که نسبت به قبل، بیشتر گوش می‌دهم و کمتر حرف می‌زنم، و خیلی راحت‌تر و بهتر حکمت نهفته در طبیعت را درک می‌کنم. پس از این تغییر، فهمیدم که وابستگی‌ام به اشیاء، موقعیت اجتماعی، فرهنگ جامعه، و حتی عزیزانم، باعث می‌شدند که نتوانم به آزادی و رهایی حقیقی دست پیدا کنم، اما اکنون نسبت به همیشه رهاتر بودم و هرکجا که می‌رفتم، دیگران متوجه این تغییر در من می‌شدند.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که آن لحظه سرنوشت‌سازِ ساتوریِ ناگهانی در یازدهم می سال ۲۰۰۵، تأثیری بسیار عمیق بر زندگی من، و بر زندگی میلیون‌ها انسان دیگر گذاشت. این اتفاق آن‌طوری که نفسم (ایگو) دوست دارد فکر کند، تنها به من مربوط نمی‌شد. همان‌طور که لائو-تزو می‌گوید، «اگر تو می‌خواهی که به رهبری بزرگ تبدیل شوی، باید قبل از هر چیز بیاموزی که چگونه از تائو پیروی کنی. سعی نکن که همه‌چیز را کنترل کنی. نقشه‌های از پیش تعیین‌شده را دور بریز، و به هستی اجازه بده که راه درست را به تو نشان دهد.» من هرچقدر که بیشتر خودم را به دست نیروی هدایتگر هستی می‌سپردم، بیشتر متوجه مفهوم نهفته در این جمله می‌شدم.

من اطمینان دارم که آن لحظه ساتوری در فردای روز تولد ۶۵ سالگی‌ام - هنگامی که تصمیم گرفتم همه چیز را رها کنم و به جزیره مائویی بیایم تا حکمت عظیمی را که در تائو نهفته است، مطالعه کنم، آن را در زندگی‌ام به کار بگیرم، و در موردش بنویسم - توسط نیرویی الهی برنامه‌ریزی شده بود، که اکنون خیلی واضح‌تر از قبل می‌توانم صدای آن را بشنوم و خیلی بیشتر به آن ایمان دارم. اکنون می‌توانم به وضوح بینم که مفهوم این جمله از لائو-تزو، در مورد آن لحظه سرنوشت‌ساز در زندگی‌ام صدق می‌کند: «هستی، تولد نیستی است.»^{۲۸۵}

کتابی که آموزه‌های تائو را با بیانی ساده توضیح می‌داد، و برنامه تلویزیونی‌ای که بر اساس آن ساخته شده بود و توجه مخاطبان بسیاری را به خود جلب کرده بود، هر دو هستی‌ای بودند که از نیستی متولد شده بودند. در آن روز بهاری در سال ۲۰۰۵، این نیستی بود که روح مرا لمس کرد و به من اجازه داد که دوباره متولد شوم. هر لحظه می‌توانم این مسئله را با وضوح بیشتری بینم، و هر لحظه بیشتر از قبل، از مشاهده این حقیقت بهت‌زده می‌شوم.

²⁸⁵ Being is born of nonbeing

بخش ۵۳

بهار سال ۲۰۰۸ است، و شبکه پی.بی.اس. ویژه برنامه تلویزیونی *افکارتان را تغییر دهید تا زندگی‌تان تغییر کند* را در ساعات اوج پخش می‌کند، و این یعنی حکمت و خردمندی لائو-تزو که ۲۵۰۰ سال پیش در کتاب تائو ته چینگ نوشته شده است، اکنون به گوش میلیون‌ها نفر در سرتاسر آمریکا و کانادا می‌رسد. من قصد این را ندارم که در آینده نزدیک، کتاب جدیدی بنویسم و یا برنامه تلویزیونی جدیدی را تهیه کنم، چراکه انجام این پروژه وظیفه‌ای بسیار سخت و دشوار برای من بود. من عملاً با تک‌تک جملات تائو زندگی کردم، و بعد هم در مورد آن‌ها مقاله نوشتم و مفاهیم آن‌ها را به زبان قرن ۲۱ بیان کردم، و در آخر هم حکمت نهفته در سخنان این معلم معنوی بزرگ، یعنی لائو-تزو را در قالب یک برنامه تلویزیونی برای میلیون‌ها نفر بیان کردم. من از انجام این پروژه بزرگ حسابی خسته شده‌ام، اما از مشاهده نتیجه نهایی و تأثیری که این کار بر زندگی‌ام گذاشته است، احساس خوشنودی و رضایت می‌کنم.

رید تریسی، مدیرعامل انتشارات هی هاوز از من می‌پرسد، «تو علاقه‌ای به این موضوع داری که یک فیلم نمایشی بر اساس کار آخرت بسازی؟ و فکر می‌کنی با توجه به اینکه سابقه بازیگری نداری، بتوانی در این فیلم بازی کنی؟»

من به او می‌گویم که به انجام این کار علاقه دارم- ایده ساخت یک فیلم، چیزی است که از مدت‌ها پیش در تصورات من وجود داشته است. و علاوه بر این، من اندکی سابقه بازیگری هم دارم، و زمانی که ۱۳ ساله بودم، در تئاتری در مدرسه نقش ژولیوس سزار را بازی کردم.

رید برای ساخت این فیلم، با جوان با استعدادی به نام مایکل گورجیان که یک بازیگر و کارگردان حرفه‌ای است، در تماس بوده است. مایکل نمایشنامه‌ای را که توسط کریستن لازارین برای این کار تهیه شده است، مطالعه کرده. این نمایش‌نامه، سه داستان درهم‌تنیده را روایت می‌کند؛ داستان

یک تاجر موفق؛ داستان یک مادر که به دنبال یافتن تفسیر خودش از جهان است، و داستان یک کارگردان جوان و جویای نام. در فیلم، این سه داستان، در آسیلومار، که یک اقامتگاه تفریحی در کالیفرنیا شمالی است، به هم پیوند می‌خورند، و وین دایر در آن اقامتگاه مشغول انجام مصاحبه‌هایی برای نوشتن کتاب بعدی‌اش است. من قرار است که در این فیلم، نقش خودم را بازی کنم، که مسلماً کار چندان سختی نخواهد بود، چراکه در طول ۶۸ سال گذشته دقیقاً همین کار را انجام داده‌ام.

تنها چیزی که باعث می‌شود من نسبت به انجام این پروژه اندکی تردید داشته باشم، این است که در گذشته تعداد زیادی اقتباس سینمایی از کتاب‌های معنوی را مشاهده کرده‌ام که کارهای ضعیفی از آب درآمده‌اند. این فیلم‌ها اغلب غیرحرفه‌ای به نظر می‌رسند - و یکی از علت‌های آن این است که نویسندگان آن کتاب تلاش می‌کرده تا مانند یک بازیگر حرفه‌ای نقش بازی کند. در چنین پروژه‌هایی، اکثراً فیلم‌نامه ضعیف است، بازیگران غیرحرفه‌ای هستند، و کل فیلم مایه سرافکنندگی می‌شود.

من برای رید و مایکل توضیح می‌دهم که دلم نمی‌خواهد در چنین پروژه ضعیفی مشارکت داشته باشم. من تنها در صورتی حاضر به همکاری با این پروژه هستم که کلیه متصدیان آن افرادی حرفه‌ای باشند. من به آن‌ها می‌گویم که کلیه بازیگران و عوامل فنی باید از میان بااستعدادترین افراد انتخاب شوند. اگر قرار باشد که من در فیلمی بر اساس اصول روحانی آگاهی برتر، یعنی همان اصولی که در طول چند دهه اخیر در رابطه با آن‌ها نوشته‌ام و سخنرانی کرده‌ام، به ایفای نقش پردازم، پس دستاورد این پروژه باید اثری باشد که به‌خوبی اصول روحانی و ولای آگاهی برتر و زندگی خدا-محور را نشان دهد.

من تأکید می‌کنم که حاضر هر کاری را که لازم باشد انجام دهم تا فیلمی که ساخته می‌شود، از آزمون زمان سربلند بیرون بیاید و قابلیت این را داشته باشد که بر زندگی میلیون‌ها انسانی که

آن را می‌بینند، تأثیری قابل توجه بگذارد. این یعنی فیلمی که ساخته می‌شود، باید از چنان کیفیت بالایی برخوردار باشد که به‌عنوان استاندارد برای تمام فیلم‌هایی که قرار است در آینده بر اساس یک کتاب معنوی ساخته شوند، در نظر گرفته شود. رید و مایکل، که مسئولیت تهیه‌کنندگی و کارگردانی این فیلم را بر عهده دارند، هر دو با حرف‌های من موافقت می‌کنند.

پس از اینکه فیلم‌نامه را مطالعه می‌کنم، عاشقش می‌شوم، و بعد از صحبت‌های طولانی با گروه فنی پروژه، متقاعد می‌شوم که این فیلم تبدیل اثری خواهد شد که من می‌توانم با افتخار و اشتیاق آن را به دیگران معرفی کنم. من از اینکه می‌توانم برای ساخت این فیلم، با چنین افراد حرفه‌ای و با استعدادی همکاری کنم، به خودم می‌بالم. من در اواخر دهه ششم از زندگی‌ام هستم، و یک‌بار دیگر در حال قدم گذاشتن در مسیر جدیدی هستم که قبل از من افراد کمی در آن قدم گذاشته‌اند، تا شاید از این طریق بتوانم بر زندگی افراد بیشتری که اهل مطالعه کتاب نیستند، تأثیری مثبت بگذارم.

به تازگی در یک مقاله خواندم که تقریباً ۱۰ درصد از جمعیت آمریکا، ۹۵ درصد از کتاب‌هایی را که در این کشور منتشر می‌شود، خریداری می‌کنند، و عملاً ۹۰ درصد از افراد بزرگ‌سال هرگز کتابی نمی‌خرند. در نقطه مقابل، تقریباً ۱۰۰ درصد از افراد جامعه، برای تماشای فیلم‌های ساخته شده به سینما می‌روند و یا بعداً آن فیلم‌ها را در منزلشان تماشا می‌کنند. این آمار نگران‌کننده به این معنی است که با وجود تمام تلاش‌هایی که در طول این سال‌ها کرده‌ام و تمام کتاب‌هایی که در زمینه خودیاری و معنویت نوشته‌ام، هنوز نتوانسته‌ام که به ۹۰ درصد از افراد جامعه دسترسی پیدا کنم. این ایده که بتوانم با ساخت این فیلم، بر زندگی بخش بزرگی از جامعه که تاکنون با آثار من برخوردی نداشته‌اند، تأثیری مثبت بگذارم، برای من بسیار هیجان‌انگیز است.

هدف من این است که این فیلم که اسمش را تغییر^{۲۸۶} گذاشته‌ایم، حداقل ۱۰ میلیون نفر بیننده داشته باشد. این عدد، تقریباً برابر است با ۳,۱۴ درصد از جمعیت ایالات متحده و کانادا. من عدد ۳,۱۴۱۶ را از روزهایی که درس هندسه را می‌خواندم به یاد دارم - این همان عدد پی (π) است. من به یاد دارم که قبلاً شنیده بودم که اگر این درصد از افراد یک جامعه در معرض یک ایده جدید یا انقلابی قرار بگیرند، پدیده‌ای رخ می‌دهد که در فیزیک به آن تغییر فاز می‌گویند، و این باعث می‌شود که آن پیام به گوش بقیه افراد جامعه هم برسد، و از این طریق بر روی کل افراد جامعه تأثیر بگذارد.

در آزمایش‌های فیزیک کوانتوم، هنگامی که تعداد مشخصی از الکترون‌هایی که در یک اتم قرار دارند، بر اساس ترتیب مشخصی نظم داده شوند، بقیه الکترون‌های آن اتم هم خودشان را با آن‌ها هماهنگ می‌کنند. من عاشق این ایده هستم؛ اینکه اگر بتوانم در تعداد کافی از افراد جامعه آگاهی ایجاد کنم و نقش خداوند را در زندگی آن‌ها پررنگ‌تر نمایم، صرف‌نظر از سایر عوامل خارجی - نظیر مسائل سیاسی، شرایط اقتصادی، آمار بیکاری، سیستم آموزشی، الگوهای آب‌وهوایی، جنگ، درگیری، و غیره - نهایتاً این تغییر در تمام افراد جامعه ایجاد می‌شود. هنگامی که تعداد کافی از ما آگاهی برتر را انتخاب کنیم، می‌توانیم به آن عدد حیاتی که برای تغییر فاز جامعه مورد نیاز است برسیم.

من همیشه معتقد بوده‌ام که تغییرات بزرگ و بنیادینی که در جامعه ایجاد می‌شوند، در نتیجه تلاش رهبران سیاسی برای تغییر سیستم حاکم بر جامعه رخ نمی‌دهند، بلکه زمانی به وجود می‌آیند که افراد کافی در آن سیستم، آگاهی خود را تغییر دهند. این همان چیزی است که می‌تواند بر روی آگاهی جمعی تمام افراد جامعه تأثیر بگذارد، و بر هر مانع بیرونی فائق آید.

²⁸⁶ The Shift

من به شدت مجذوب این ایده درباره تغییر شده‌ام. تمرکز اصلی فیلم تغییر، روی این مسئله خواهد بود که با تأکید بر اهمیت یافتن معنا و مفهومی در زندگی و ایجاد اشتیاق در افراد برای این کار، نقش نفس (ایگو) را در زندگی آن‌ها کمرنگ‌تر کند و باعث شود که نیاز ذاتی انسان‌ها برای خدمت به دیگران و ایجاد جهانی خدا-محور، در وجود افراد جامعه بیدار شود و از این طریق آگاهی جمعی را ارتقاء دهد.

پورتیا دو روسی یکی از نقش‌های کلیدی را در این فیلم ایفا خواهد کرد. چند ماه قبل، پورتیا و نامزدش، الن دجنرز، از من درخواست کرده بودند که خطبه ازدواج آن‌ها را بخوانم، و قرار است که این جشن ازدواج، در تاریخ ۱۵ آگوست، یعنی وسط فرآیند فیلم‌برداری برگزار شود. من با کمال میل به درخواست آن‌ها پاسخ مثبت دادم و از اینکه من کسی خواهم بود که آن‌ها را رسماً به عقد یکدیگر در می‌آورد، بسیار هیجان‌زده هستم.

به آسیلومار می‌رسم تا چندین هفته را در دنیای جذاب و شگفت‌انگیز فیلم‌سازی که برایم کاملاً تازگی دارد، سپری کنم. من با تمام اعضای گروه، از جمله پورتیا و سایر بازیگران این پروژه ملاقات می‌کنم. تمام کسانی که قرار است در ساخت این فیلم با ما همکاری کنند، ۱۰۰ درصد با اهدافی که در آغاز کار توسط مایکل گورجیان و من به‌وضوح بیان شدند، موافق هستند. من اندکی از فکر کردن به اینکه بخواهم در کنار این گروه حرفه‌ای و باتجربه به ایفای نقش بپردازم، وحشت دارم. دائماً به خودم یادآوری می‌کنم که تنها قرار است نقش خودم را بازی کنم - اما به‌هرحال این هم بازیگری است.

روز قبل از شروع فیلم‌برداری است، و مایکل قرار است که تنها درس بازیگری در تمام عمرم را به من بدهد. ما دو ساعت را صرف تمرین با یکدیگر می‌کنیم، و در پایان این کلاس آموزشی فشرده، اعتماد به نفس من به طرز چشمگیری افزایش یافته است و ایمان دارم که می‌توانم به‌خوبی از عهده ایفای این نقش بر بیایم. با این حال، زمانی که فیلم‌برداری شروع می‌شود، من از برداشتهای

متعددی که به دلایل مختلف برای ضبط یک صحنه انجام می‌شود، احساس کلافگی می‌کنم. نورپردازی مناسب نبوده است، مشکلی در ضبط صدا به وجود آمده، کارگردان می‌خواهد که محض محکم‌کاری یک برداشت احتیاطی انجام دهد، و صدها دلیل دیگر. انجام این کار، با تمام کارهایی که من در گذشته انجام داده‌ام فرق می‌کند.

هنگامی که من به‌صورت زنده در برابر افراد حاضر در استودیو صحبت می‌کردم، خیلی راحت به روی صحنه می‌رفتم و برای چندین ساعت بی‌وقفه از اعماق قلبم صحبت می‌کردم، و برای آن‌ها داستان‌هایی را تعریف می‌کردم که در دلشان نکته‌ای آموزشی داشتند. اگر در آن وسط سرفه می‌کردم، هیچ مشکلی پیش نمی‌آمد و دوباره به صحبت‌هایم ادامه می‌دادم. اگر تپق می‌زدم، لحظه‌ای مکث می‌کردم و سپس حرفم را تصحیح می‌کردم. اگر مشکلی در ضبط صدا پیش می‌آمد، بدون اینکه ضبط را متوقف کنند، همان‌جا آن مشکل را برطرف می‌کردند و برنامه ادامه پیدا می‌کرد. اما در هنگام ضبط یک فیلم، داستان به کلی متفاوت است. با کوچک‌ترین مشکلی، باید از اول آن صحنه را ضبط کنیم. اگرچه این فرایند می‌تواند خسته‌کننده باشد، اما به نحوی هیجان‌انگیز هم هست، و من با مشاهده این‌همه زمان، انرژی، تخصص، و عشقی که صرف این کار می‌شود، حسابتی به وجد آمده‌ام.

در سومین روز فیلم‌برداری، تغییری در خود من ایجاد می‌شود. یک لحظه سرنوشت‌ساز دیگر برای من. در طول دو روز گذشته، من تلاش می‌کردم که دیالوگ‌هایم را حفظ کنم و جلوی دوربین طبیعی رفتار کنم، اما نتیجه کار به نظرم خیلی ساختگی و تصنعی از آب درمی‌آمد. من همان کاری را انجام می‌دادم که کارگردان از من می‌خواست، و سایر بازیگران هم مرا تشویق می‌کردند، اما به‌هیچ‌عنوان احساسی را که حین سخنرانی برای دیگران، و یا اجرای یک برنامه تلویزیونی تجربه می‌کردم، نداشتم. احساس می‌کردم که خودم نیستم.

پس بالاخره مایکل به من گفت، «وین، فیلم‌نامه را کنار بگذارد و دیالوگ‌هایت را فراموش کن - تنها کاری که از تو می‌خواهم انجام بدهی، این است که خودت باشی و همان حرف‌هایی را به آن‌ها بزنی که اگر در دنیای واقعی بود، می‌زدی. حرف‌هایی که از اعماق قلبت سرچشمه بگیرند، دقیقاً همان چیزی خواهند بود که ما در این فیلم به آن احتیاج داریم.»

من تصمیم می‌گیرم که استرسم را کنار بگذارم، و همه‌چیز را به خداوند بسپارم. من به نسخه‌ای برتر از خودم تبدیل می‌شوم - به فردی که کاملاً با نیمه الهی وجودش در ارتباط است و دقیقاً می‌داند که باید چه کاری را انجام دهد - و ما بدون هیچ مشکلی سایر قسمت‌های باقیمانده را فیلم‌برداری می‌کنیم.

در تاریخ ۱۴ آگوست، درست در وسط فرایند فیلم‌برداری، پورتیا تمام صحنه‌هایی را که در آن‌ها باید ایفای نقش می‌کرد به پایان رسانده است. من به لس‌آنجلس پرواز می‌کنم، تا برای نخستین بار در زندگی‌ام، خطبه عقد دو زوج جوان را جاری کنم. احساس قلبی‌ام را نسبت به پورتیا و الن بر روی یک تکه کاغذ نوشته‌ام، و قصد دارم که آن را در روز عروسی‌شان برای آن‌ها بخوانم. در تاریخ ۱۵ آگوست، در یک جشن خصوصی که تنها اقوام درجه‌یک و دوستان نزدیک آن‌ها در آن حضور دارند، من به‌طور رسمی این زوج دوست‌داشتنی را به عقد یکدیگر درمی‌آورم.

فردای آن روز، با یک پرواز مستقیم دوباره به آسیلومار بازمی‌گردم تا برنامه فشرده فیلم‌برداری را از سر بگیرم. در اوایل ماه سپتامبر، بالاخره فیلم‌برداری به پایان می‌رسد و همه عوامل فیلم در جشنی کوچک دورهم جمع می‌شوند. کار من فعلاً اینجا تمام شده است، و الان تنها کار مهم ویرایش فیلم باقی مانده است، تا این فیلم برای پخش آماده شود. من از تمام کسانی که برای به ثمر رسیدن این پروژه زحمت کشیده‌اند، سپاسگزاری می‌کنم، و از اینکه به‌زودی این فیلم در سرتاسر کشور پخش خواهد شد، بسیار هیجان‌زده هستم. پیامی که در این فیلم مستتر است، به مخاطبانش کمک

می‌کند که به آگاهی برتر دست پیدا کنند، خواسته‌های نفس (ایگو) خود را نادیده بگیرند، و برای زندگی خود، هدفی واقعی بیابند.

چند ماه بعد، کار ویرایش فیلم کامل می‌شود و من این فرصت را پیدا می‌کنم که نسخه نهایی را ببینم. اکنون دیگر این فیلم آماده پخش است، و نام آن را گذاشته‌اند از جبهه طلبی تا معنا. قرار است که برای معرفی این فیلم به مخاطبان، یک تور تبلیغاتی در شهرهای نیویورک، شیکاگو و لس‌آنجلس برگزار شود.

من همراه با رید تریسی و مایکل گورجیان، برای شرکت در پیش‌نمایش فیلم، به این سه شهر سفر می‌کنم؛ و البته در این سفر، دوست عزیزم تیفانی سایا هم همراه ما است. همه ما در یک اتوبوس کرایه‌ای برای شرکت در پیش‌نمایش این فیلم، به آن سه شهر سفر می‌کنیم و من از این فرصت استفاده می‌کنم تا نگرانی خودم را نسبت به نامی که برای فیلم انتخاب شده است، با مایکل و رید در میان بگذارم. من به آن‌ها می‌گویم که واقعاً عاشق این فیلم هستم، و از استقبالی که مخاطبان از خودشان نشان می‌دهند، به شدت هیجان‌زده هستم. اما یک مسئله کوچک اندکی مرا آزار می‌دهد- و آن این است که من دوست داشتم که اسم فیلم را بگذاریم تغییر، چراکه اسم فعلی آن باعث می‌شود مردم گمان کنند که این یک فیلم مستند است. رید می‌گوید که هزینه انجام چنین تغییری زیاد خواهد بود، اما او حاضر است که تمام این هزینه‌ها را متقبل شود تا عنوان فیلم به اسمی که من پیشنهاد داده‌ام و به نظر آن‌ها هم پیام این فیلم را بهتر منتقل می‌کند، تغییر یابد.

اکنون ماه مارس سال ۲۰۰۹ میلادی است، و من یک افتخار دیگر را در کارنامه‌ام ثبت کرده‌ام- بازی در یک فیلم سینمایی. آیا به نظر شما این یک معجزه نیست؟

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

زمانی که به تمام پیشامدهایی فکر می‌کنم که باید پشت سر هم رخ می‌دادند، تا من به نیروی محرکه برای ساخت این فیلم تبدیل شوم، می‌توانم به‌وضوح رد پای نیرویی الهی را در تمام این اتفاقات مشاهده کنم. از همان زمانی که یک پسر نوجوان بودم، می‌دانستم که باید ایده‌های «دیوانه‌واری» را که در ذهنم بودند، به گوش مخاطبان بسیاری برسانم. فرقی نمی‌کرد که این کار را از طریق نوشتن کتاب و سخنرانی انجام دهم، و یا از هر راه دیگری، مهم این بود که تا آنجا که می‌توانم این ایده‌ها را با افراد بیشتری در میان بگذارم.

تمام این پروژه سینمایی، مانند هدیه‌ای الهی به من بود برای اینکه بتوانم پیام را به گوش انسان‌های بیشتری برسانم و وظیفه‌ای را که بر عهده من گذاشته شده بود، به بهترین شکل ممکن انجام دهم. آسیلومار، یا همان مکانی که فیلم‌برداری در آنجا صورت گرفت، محلی زیبا با مناظری نفس‌گیر در سواحل اقیانوس آرام است. بیشتر از ۹۰ نفر از دست‌اندرکارانی که برای ساخت این فیلم زحمت کشیدند، در آن مکان زیبا دورهم جمع شده بودند و روز و شب تلاش می‌کردند تا نتیجه کار، همان چیزی شود که من انتظارش را داشتم. در طول فرایند فیلم‌برداری، به نظر می‌رسید که همه‌چیز بدون مشکل پیش می‌رود و نیروی نامرئی همه کارها را جور می‌کند.

در طول فیلم‌برداری، یک گروه‌مایی مذهبی در همان نزدیکی برگزار شده بود و برخی از افرادی که در آن گروه‌مایی شرکت کرده بودند، مرا شناخته بودند. ظاهراً برای سخنران اصلی این گروه‌مایی مشکلی پیش آمده بود و نمی‌توانست که خودش را به این مراسم برساند، در نتیجه آن‌ها از من خواهش کردند که به‌جای او برای حاضرین سخنرانی کنم. هنگامی که بلندگو اسم مرا به‌عنوان سخنگو اعلام کرد و من برای سخنرانی به روی صحنه رفتم، افراد حاضر در سالن واقعاً غافلگیر شدند و از اینکه می‌توانستند به‌صورت رایگان به سخنرانی من گوش کنند - آن‌هم درحالی که الن دجنرز و پورتیا دو روسی به‌عنوان مهمان‌های افتخاری در ردیف اول نشسته بودند - بسیار خوشحال

شدند. درحالی که ما برای فیلم برداری بسیاری از صحنه‌ها به سیاهی‌لشکر احتیاج داشتیم، افراد حاضر در آن همایش با کمال میل حاضر شدند که به ما کمک کنند.

زمانی که برای ضبط یک صحنه لازم بود هوا ابری شود، به طرز معجزه‌آسایی این اتفاق خیلی سریع رخ می‌داد. هنگامی که نیاز به آسمانی صاف و آفتابی داشتیم، خیلی زود ابرها ناپدید می‌شدند، انگار که از فرمان نیرویی نامرئی اطاعت می‌کردند و خودشان را با نیازهای ما وفق می‌دادند. چنین معجزات کوچکی دائماً در هنگام فیلم برداری به چشم می‌خوردند، و همه عوامل سازنده فیلم تغییر متوجه آن‌ها شده بودند.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که ساخت این فیلم، خواست خداوند بود. من برای دهه‌های متوالی در مورد اثر صد میمون، و اینکه اگر تعداد کافی از افراد یک جامعه ایده‌ای را بپذیرند، یک تغییر فاز در آگاهی جمعی به وجود می‌آید و آن ایده به صورت خودکار توسط کل افراد جامعه پذیرفته خواهد شد، سخنرانی کرده بودم. حال قرار بود که این اتفاق، در مقیاس خیلی بزرگ‌تری رخ دهد. من کاملاً خودم را با نیروی هدایتگر هستی هماهنگ کرده بودم، و به ندای درونم گوش سپرده بودم، به همین دلیل، نه تنها همه کارها خیلی خوب و بدون هیچ مشکلی پیش می‌رفت، بلکه به نظر می‌رسید که همه چیز دست‌به‌دست هم داده‌اند تا مرا در این مسیر یاری کنند.

ایده ساخت یک فیلم سینمایی بلند که بتواند به مردم کمک کند تا تمرکزشان را از روی خواسته‌های خودخواهانه‌ای که از نفس (ایگو) آن‌ها سرچشمه می‌گیرد، به یافتن معنایی در زندگی خود منعطف کنند، به شدت مرا هیجان زده کرده بود. به علاوه، فکر کردن به اینکه با ساخت این فیلم، می‌توانم به بخش بزرگی از جامعه که اهل کتاب خواندن نیستند، دسترسی پیدا کنم و از این طریق، پیغام خودم را به گوش آن‌ها برسانم تا بتوانم آگاهی جمعی افراد جامعه را بالا ببرم و تغییری در اجتماع ایجاد کنم، باعث می‌شد که احساسی توصیف‌ناپذیر به من دست بدهد. من خوب می‌دانم

که هر وقت به ندای قلبم گوش دهم و خالصانه به دنبال شور و اشتیاق درونی‌ام بروم، درواقع دارم در مسیری حرکت می‌کنم که خداوند برایم مقدر کرده است.

ساخت این فیلم، آن‌هم در سن ۶۸ سالگی، کاری نبود که من تنها برای پر کردن وقتم و یا جذب طرفداران بیشتر انجام دهم. ایده ساخت این فیلم، آتش اشتیاقی سوزان را در وجود من بیدار کرده بود، و این پیغامی بود از سوی خداوند که به من می‌گفت، «تو باید این کار را انجام دهی. نیمه برتر وجودت این را از تو می‌خواهد. تو نباید این خواسته را نادیده بگیری.» اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که آن شور و هیجانی که در وجودم دمیده شده بود، نشانه‌ای الهی بود.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم و واکنش مردم و منتقدین را نسبت به آن فیلم به یاد می‌آورم، می‌توانم به‌وضوح ببینم که تمام هستی از ایده‌هایی که در آن فیلم مطرح شده بود، حمایت می‌کرد. آن فیلم چندین مرتبه از تلویزیون ملی پخش شد، و توانست نظر مثبت منتقدان زیادی را به خود جلب کند. علاوه بر این، آن فیلم توانست که مخاطبان زیادی را مجذوب خود کند، و روزبه‌روز بر تعداد افرادی که در سرتاسر دنیا آن را مشاهده می‌کنند، افزوده می‌شود، به‌خصوص که اکنون به چندین زبان زنده دنیا هم ترجمه شده است. رؤیای اولیه من این بود که ۱۰ میلیون نفر فیلم تغییر را تماشا کنند، تا از این طریق، در آگاهی جمعی مردم جهان تغییر فازی ایجاد شود و همگی به‌سوی جامعه‌ای که معنویات در آن پررنگ‌تر است، حرکت کنیم - اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که این رؤیا در حال محقق شدن است، و نیروی هدایتگر هستی، با تمام توان در این مسیر از من حمایت می‌کند.

بخش ۵۴

پاییز سال ۲۰۰۸ میلادی است، و بعد از چندین ماه که درگیر فرایند فیلم برداری بودم، اکنون به محل نوشتنم در جزیره مائویی بازگشته‌ام. در حال کار کردن بر روی ایده نوشتن یک کتاب جدید هستم، که به مردم کمک کند تا تمایلشان به بهانه آوردن را کنار بگذارند و مسئولیت زندگی‌شان را بر عهده بگیرند. در این راستا، فهرستی از رایج‌ترین بهانه‌هایی تهیه کرده‌ام که اعتقاد دارم باعث می‌شود افراد نتوانند در بالاترین سطح از خودکامبخشی زندگی کنند. من در طول عمرم بارها این بهانه‌ها را شنیده‌ام، و حتی در مواقعی که موقتاً به جای بر عهده گرفتن مسئولیت زندگی‌ام، راه سرزنش کردن دیگران را در پیش گرفته بودم، خودم از آن‌ها استفاده کرده‌ام.

همچنین در حال خواندن یک کتاب بسیار جالب به نام *بیولوژی باور* هستم، که توسط دکتر بروس لیپتون نوشته شده است، که یکی از پیشگامان علم بیولوژی سلولی است. از خواندن این جمله در کتاب او، بسیار هیجان زده شده‌ام: «من به این نتیجه رسیده‌ام که ما قربانی ژن‌هایمان نیستیم، بلکه اربابان سرنوشت خود هستیم... اهمیت دی.ان.ای. در کنترل زندگی ما انسان‌ها، یک حقیقت علمی نیست.»

در حال گوش دادن به یک مصاحبه در شبکه سی.ان.ان. هستم، و صحبت‌های فرد مصاحبه‌شونده در مورد اینکه چرا یک رفتار خاص از او سر زده است، توجهم را به خود جلب می‌کند. او به گزارشگر می‌گوید، «من نمی‌توانستم جلوی خودم را بگیرم که آن کار را انجام ندهم؛ هر چه باشد، این در دی.ان.ای. من است، همه می‌دانند که هیچ‌کس نمی‌تواند بر ساختار ژنتیکی‌اش غلبه کند. ما این‌گونه متولد می‌شویم، و کاری در این باره از دستان بر نمی‌آید.»

به یاد می‌آورم که من هم عبارتی مشابه به این جمله را در گذشته بیان کرده‌ام، چراکه من هم این باور غلط را داشتم که انسانیت، در درون ژن همه انسان‌ها است، و ما هرگز نمی‌توانیم که از

طریق نیروی ذهن و یا قدرت اراده‌مان، این حقیقت را تغییر بدهیم. من در عصر شکوفایی دانش ژنتیک بزرگ شده بودم، و تا این لحظه هرگز به این نکته توجه نکرده بودم که این مسئله، می‌تواند یک بهانه بزرگ باشد که همه بهانه‌های دیگر در مقابل آن کوچک به نظر می‌رسند.

بعد از خواندن کتاب بیولوژی باور، رید تریسی را تشویق کردم که این کتاب بی‌نظیر را در انتشارات هی هاوز منتشر کند. به او گفتم که می‌خواهم در بخشی از ویژه‌برنامه بعدی که در شبکه پی.بی.اس. می‌سازم، به‌عنوان هدیه‌ای در قبال کمک‌های مالی مردم به این شبکه تلویزیونی، مفاهیم مطرح‌شده در این کتاب را برای آن‌ها شرح دهم و آن را به بینندگان معرفی کنم. رید با پیشنهاد من موافقت می‌کند، و قرار می‌شود که هرچه زودتر اقدامات لازم را انجام بدهد.

من از فکر کردن به این ایده که باورهای ما می‌توانند ژن‌های ما را تغییر دهند، بسیار هیجان‌زده می‌شوم، و دکتر لیپتون، در کتاب خود شواهد علمی بسیاری را بیان کرده است که این ایده انقلابی را تأیید می‌کنند. اگر با تغییر دادن نگرشمان نسبت به زندگی، بتوانیم به کلی ساختار ژنتیکی‌مان را تغییر دهیم، تمام بهانه‌های ریزودرشت دیگری هم که از آن‌ها استفاده می‌کنیم بی‌اعتبار می‌شوند. اگر ما این‌گونه بزرگ شده بودیم که این جمله موردعلاقه من از حضرت عیسی را که می‌گوید، «با خداوند همه‌چیز ممکن است»، حقیقتاً باور داشتیم، دنیا چطور جایی می‌شد؟ آن‌وقت دیگر هرگز به اینکه بخواهیم برای چیزی بهانه بیاوریم، احتیاج نداشتیم.

من فهرستی از پرکاربردترین بهانه‌هایی را که در طول تمام سال‌های زندگی‌ام به‌عنوان یک مشاور، سخنران، شخصیت تلویزیونی، و پدر هشت فرزند شنیده‌ام، تهیه کرده‌ام. علاوه بر این، من چهارچوبی برای *از بهانه‌ها خارج شو!* ایجاد کرده‌ام که از هفت سؤال تشکیل شده است. من این سؤالات را از مراجعه‌کنندگانم می‌پرسیدم، تا به آن‌ها کمک کنم که متوجه شوند بهانه‌هایی که می‌آورند، دلیل خوبی برای شانه خالی کردن از زیر بار مسئولیت زندگی نیست، و در نتیجه الگوی ذهنی خود برای سرزنش دیگران را تغییر دهند. من موفق شده‌ام که نظر مثبت مدیران شبکه

پی.بی.اس. را برای تولید یک ویژه‌برنامه سه‌ساعته بر اساس این چهارچوب جلب کنم، و قصد دارم در این برنامه به مردم بیاموزم که چطور می‌توانند از این چهارچوب در زندگی روزمره خود استفاده کنند. من می‌دانم که این روش در عمل جواب می‌دهد - من افراد زیادی را مشاهده کرده‌ام که با استفاده از این چهارچوب، توانسته‌اند الگوهای ذهنی غلط خود را دور بریزند و مسئولیت کامل زندگی‌شان را بر عهده بگیرند. علاوه بر این، من برای حذف تمام بهانه‌هایی که خودم در مقاطع مختلفی از زندگی می‌آورده‌ام، از همین چهارچوب استفاده کرده‌ام.

اگر یک نفر بتواند خودش را از بند ۱۸ بهانه معمولی که برای توجیه کارهای غلط به کار می‌روند، رها کند - بهانه‌هایی مثل انجام این کار سخت خواهد بود، ریسک این کار بالا است، من لیاقت این را ندارم، نمی‌توانم از عهده مخارجش بر بیایم، به اندازه کافی باهوش نیستم، و یا من خیلی می‌ترسم - قادر خواهد بود که به کلی زندگی خود را تغییر دهد، و هر کسی با استفاده از چهارچوب از بهانه‌ها خارج شو می‌تواند به این هدف دست پیدا کند. اما چیزی که به نظرم می‌تواند یک چالش اساسی باشد، یافتن راهی برای غلبه بر بهانه‌های واقعاً بزرگی است که باعث می‌شود خیلی از انسان‌ها تمام عمرشان درجا بزنند. من در اعماق وجودم احساس می‌کنم که عادات فکری خودویرانگری که در طول تمام عمر یک نفر، در ذهن او وجود داشته‌اند، می‌توانند از میان برداشته شوند، و من مشتاقانه به دنبال این هستم که به مردم بیاموزم چگونه می‌توانند این کار را انجام دهند.

پیشرفت علم و دانش، امروزه به ما نشان داده است که باورهایمان در مورد اهمیت ساختار ژنتیکی در زندگی افراد، و تغییرناپذیری افکاری که برای مدت طولانی در ضمیر ناخودآگاه افراد نگه داشته شده‌اند، صحت ندارد. من قبلاً در مورد اینکه چگونه انسان‌ها می‌توانند عادات‌های فکری خودویرانگرشان را تغییر دهند، یک کتاب نوشته‌ام و خودم این اصول را در زندگی شخصی‌ام به کار گرفته‌ام. من آزمایشی را نشان می‌دادم چطور انسان تنها به وسیله قدرت ذهنش می‌تواند بر روی پوستش یک تاول ایجاد کند، هنوز به یاد دارم. همین‌طور هنوزم خاطرم هست که چطور به وسیله نیروی ذهنم، توانستم کیست پیلونیدال خودم را درمان کنم. اکنون در کتاب *بیولوژی باور* می‌خوانم

که نه تنها نیروی ذهن انسان قادر است بر مشکلاتی که در ساختار ژنتیکی او وجود دارند غلبه کند، بلکه می‌تواند الگوهای رفتار و افکار ویرانگری را که از دوران شیرخوارگی در ضمیر ناخودآگاه همه ما حک شده‌اند، از بین ببرد.

من تصمیم می‌گیرم که با استفاده از این آگاهی جدید، از شر تمام بهانه‌هایی که در زندگی‌ام می‌آورم خلاص شوم، و بسیاری از عاداتی را که در تمام عمرم به‌سوی آن‌ها گرایش داشته‌ام، تغییر دهم. من با شور و اشتیاق جدیدی که در وجودم شعله‌ور شده است، بر روی نوشتن این کتاب که نامش را گذاشته‌ام *از بهانه‌ها خارج شو!* کار می‌کنم - اگرچه به نظر می‌رسد که این کتاب خودبه‌خود و بدون هیچ زحمتی نوشته می‌شود. من در این میان تنها یک رابط و وسیله هستم، و اجازه می‌دهم که این کلمات از طریق من بر روی کاغذ جاری شوند.

چهارچوب از بهانه‌ها خارج شو را در تمام سمینارهایی که در گوشه کنار جهان برگزار می‌کنم، به شرکت‌کنندگان آموزش می‌دهم. در این سمینارها، مردم را به روی صحنه می‌آورم، و طریقه استفاده از این چهارچوب را به آن‌ها یاد می‌دهم، و می‌بینم که چگونه در برابر دیدگان شگفت‌زده هزاران نفر دیگر، این افراد عادات قدیمی خود را از بین می‌برند. یک مرد عصبی و زودجوش، در مقابل دیگر چشمان دیگران، با خودش عهد می‌کند که همواره پروردگارش را که سرچشمه مهربانی و محبتی جاودان است، به یاد داشته باشد. یک خانم در همان‌جا سیگار کشیدن را کنار می‌گذارد، و این را به همه حاضرین اعلام می‌کند. یک بانوی خجالتی و جوان که در دهه سوم از زندگی‌اش است، باورهایی را که در ضمیر ناخودآگاهش جا خوش کرده بودند تغییر می‌دهد، و در مقابل همه متعهد می‌شود که دیگر هرگز در زندگی‌اش نقش یک قربانی را ایفا نکند. یک خانم که برای بیش از ۲۰ سال است که از اختلال در غذا خوردن رنج می‌برد، و ظاهرش به‌گونه‌ای است که انگار از اردوگاه‌های مرگ فرار کرده است، به من اجازه می‌دهد که استفاده از این چهارچوب را به او آموزش دهم، و او در همان‌جا با خودش عهد می‌کند که یک وعده غذایی سالم بخورد، و تصمیم

می‌گیرد تمام بهانه‌های را که در تمام این سال‌ها با خودش تکرار می‌کرده، در همان‌جا دور بریزد. او دیگر از اختلال در غذا خوردن رنج نمی‌برد.

اکنون ماه ژوئن سال ۲۰۰۹ است، و ویژه‌برنامه سه‌ساعته‌ای که بر اساس کتاب *از بهانه‌ها خارج شو!* ضبط کرده‌ام، در سراسر کشور پخش می‌شود. میلیون‌ها نفر در سرتاسر آمریکا و کانادا، صحبت‌های مرا در مورد اینکه چطور می‌توانند هر چیزی را که با تصویر ایده‌آلی که آن‌ها از خودشان دارند، هماهنگی ندارد، تغییر دهند، می‌شنوند. آن‌ها ایمان می‌آورند که می‌توانند هر چیزی را در خودشان تغییر دهند، آن‌هم صرف‌نظر از اینکه این رفتارها، عادات، و یا حتی بیماری‌ها چقدر در وجودشان ریشه دوانده باشند. کتاب *از بهانه‌ها خارج شو!* در صدر جدول پرفروش‌ترین کتاب‌های نیویورک تایمز قرار می‌گیرد، در کنار کتاب دکتر بروس لیپتون، یعنی *بیولوژی باور*.

از سرتاسر جهان، مرا برای سخنرانی درباره چهارچوب کاربردی *از بهانه‌ها خارج شو!* دعوت می‌کنند. و در همین زمان، من هدیه‌ای کاملاً غیرمنتظره از سوی کیهان دریافت می‌کنم - فرصتی برای اینکه تمام بهانه‌ها را کنار بگذارم، و با موقعیتی روبرو شوم که به هیچ‌عنوان انتظارش را نداشتم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

سه روز بعد از نخستین نمایش ملی ویژه‌برنامه *از بهانه‌ها خارج شو!* در شبکه پی.بی.اس، در تاریخ پنجشنبه ۴ ژوئن ۲۰۰۹، من در مطب دکتر کپلر در شهر کیهی واقع در جزیره مائویی بودم. در یکی از آزمایش‌های پزشکی روتینی که به‌تازگی انجام داده بودم، نشانه‌هایی از بیماری لوسمی لنفوسیتی مزمن که نوعی از سرطان خون است، مشاهده شده بود. به من گفته بودند که این بیماری قابل‌درمان نیست، و پزشکان انتظار داشتند که روزبه‌روز وضعیتم وخیم‌تر شود.

زمانی که به نخستین واکنش من نسبت به شنیدن این خبر نگاه می‌کنم، به یاد می‌آورم که حسابی شوکه شده بودم. به من گفته شده بود که زندگی‌ام به‌زودی دستخوش تغییرات جدی خواهد شد:

کلیه حقوق این کتاب متعلق به بزرگترین شبکه انگیزشی و موفقیت کشور، ROYALMIND.IR است.

پزشکان به من گفتند که به زودی عوارضی از قبیل تعرق شبانه، کبودی‌های مکرر، بالا رفتن تعداد گلبول‌های سفید، و خستگی مفرط را مشاهده خواهم کرد. باید هرچه زودتر به یک متخصص مراجعه می‌کردم، و به احتمال زیاد برای شیمی‌درمانی یا حتی پیوند مغز استخوان آماده می‌شدم. گروهی از متخصصان پزشکی با نیتی خیرخواهانه، در حال بازطراحی زندگی‌ام بودند، و کوهی از بهانه‌های جدید را در اختیار من قرار دادند که می‌توانستم از آن‌ها برای توجیه از بین رفتن سلامتی، کمبود انرژی، و ناتوانی‌ام در ادامه دادن به زندگی و انجام وظیفه‌ام استفاده کنم؛ یعنی وظیفه کمک کردن به انسان‌های دیگر برای اینکه شرایط زندگی خود را بهبود ببخشند، و حضور خداوند را در زندگی خود پررنگ‌تر کنند.

در همان روزی که من متوجه شدم سرطان خون دارم، با خانم پرستاری ملاقات کردم که برای جلب حمایت من از روش درمانی‌ای که او معتقد بود می‌تواند جایگزین مصرف دارو شود، به جزیره مائویی آمده بود. او از مطالبی که من در برخی از جدیدترین کتاب‌هایم، به خصوص در کتاب قدرت قصد بیان کرده بودم، برای ابداع یک روش درمانی جدید استفاده کرده بود و از این طریق به بیمارانش کمک می‌کرد، و در آن زمان با این هدف به جزیره مائویی آمده بود که از من بخواهد در این راه به او کمک کنم. هنگامی که به او گفتم که همان روز صبح پزشکان به من گفته‌اند که سرطان خون دارم، او تصمیم گرفت که هر کاری که از دستش برمی‌آید، برای کمک به من انجام دهد.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که ملاقات ما دو نفر با یکدیگر، آن‌هم درست در روزی که من فهمیده بودم به سرطان خون مبتلا شده‌ام و حسابی از شنیدن این خبر شوکه بودم، به هیچ‌عنوان یک اتفاق تصادفی نبوده است. پیم مک‌دونالد وظیفه درمان مرا بر عهده گرفت، و به من کمک کرد تا رژیم غذایی خودم را به نحوی اصلاح کنم که مواد مغذی ضروری برای بهبود بیماری‌ام را دریافت کنم. پیم بعدها کتاب بسیار مهمی نوشت به نام رژیم غذایی برای رسیدن به ثن بی‌عیب و نقص، و

من این افتخار را داشتم که مقدمه آن کتاب را بنویسم. همچنین او در بسیاری از سمینارهایی که من بعدها برگزار کردم، نتایج کارها و تحقیقاتش را با حضار در میان می‌گذاشت. این ملاقات، حقیقتاً توسط نیرویی الهی برنامه‌ریزی شده بود.

من بیشتر از یک سال از عمرم را صرف این کرده بودم که با نوشتن کتاب *از بهانه‌ها خارج شو*، به مردم کمک کنم تا بر مهم‌ترین بهانه‌هایشان غلبه کنند. در این کتاب، من به خوانندگان گفته بودم که با استفاده از نیروی ذهنشان، می‌توانند بر ایرادات ژنتیکی خود غلبه کنند، و ضمیر ناخودآگاهشان را به نحوی از نو برنامه‌ریزی نمایند که بر عمیق‌ترین باورها و عاداتی را که از عنفوان کودکی در وجود آنها نهادینه شده است، فائق آیند، و در نتیجه هرگونه عذر و بهانه‌هایی را از میان بردارند. اکنون من در شرایطی قرار گرفته بودم که مجبور بودم از همین آموزه‌ها برای غلبه بر بیماری سرطان خون استفاده کنم. در ابتدای کتاب *از بهانه‌ها خارج شو* نوشته بودم: «عنوان این کتاب، جمله‌ای است که هرکسی باید در خطاب به خودش، و سیستم فکری غلطی که برای خود ایجاد کرده، بگوید... قصد من این است که روزی تمام بهانه‌ها از میان برداشته شوند!»

گاندی یک نقل‌قول دارد که در اعماق روح و جان من حک شده است: «زندگی من یک پیغام است.» این نقل‌قول همواره در یاد و خاطر من بوده است - و هر کتابی که در طول عمرم نوشتم، حاصل تجربیات شخصی من در زندگی بوده است. یاد گرفتن اینکه چگونه می‌توان بر دشواری‌های زندگی غلبه کرد؛ اندیشیدن به فراتر از چیزهای معمولی، و انجام کارهای استثنایی؛ به چالش کشیدن حاکمیت دیگران؛ فائق آمدن بر بحران جدایی؛ غلبه بر دیو اعتیاد، بهبود روابط عاطفی، و پرداختن به مشکلات والدین در تربیت فرزندان... همه این‌ها، حاصل تجربیاتی هستند که توسط خداوند در مسیر زندگی من قرار داده شده است.

در چند ماه ابتدایی، من به خودم اجازه داده بودم که حرف‌های پزشکان در مورد علائم بیماری سرطان خون بر رویم تأثیر بگذارند: شب‌ها به شدت عرق می‌کردم، هر روز کبودی‌های جدیدی

روی بدنم ظاهر می‌شد، و نسبت به قبل، خیلی زودتر خسته می‌شدم. تقریباً به مدت یک سال تمام تمرین‌های یوگا را کنار گذاشتم، و برنامه رایج و معمول زندگی‌ام را که بسیار شلوغ و هیجان‌انگیز بود، با برنامه‌ای که از ترس ناخودآگاه ناشی می‌شد و بسیار محافظه‌کارانه بود، جایگزین کردم. و تمام مطالبی را که در مورد سرطان خون برایم ارسال می‌شد، می‌خواندم، و در نتیجه خواندن متون پزشکی، تقریباً قبول کرده بودم که بیماری‌ام قابل درمان نیست و هر روز نسبت به روز قبل وخیم‌تر می‌شود.

من در برنامه‌های تلویزیونی در مورد اینکه مردم چگونه می‌توانند بدون آوردن هیچ عذر و بهانه‌ای، برای خود یک زندگی خارق‌العاده بسازند، صحبت می‌کردم؛ در حال تبلیغ کتابی بودم که به دیگران یاد می‌داد که همه بهانه‌ها را، کوچک یا بزرگ، کنار بگذارند و مسئولیت زندگی خودشان را بر عهده بگیرند؛ و با این وجود، من به صورت ناخودآگاه و بدون اینکه متوجه باشم، بهانه‌های خودم را پذیرفته بودم، و اصلاً درک نمی‌کردم که بیماری من، فرصتی است برای اینکه درستی و صحت موضوعی را که در طول دو سال گذشته در مورد آن تحقیق کرده بودم و نوشته بودم، به دیگران نشان بدهم و اثبات کنم.

قبول کرده بودم که می‌توانم به معنای واقعی کلمه، ساختار ژنتیکی‌ام را تغییر دهم. این ایده را تأیید کرده بودم که می‌توان تأثیرات دوران کودکی بر ضمیر ناخودآگاه را خنثی نمود. در نوشته‌ها، سخنرانی‌ها، و برنامه‌های تلویزیونی‌ام، این ایده‌های انقلابی را به دیگران می‌آموختم. اما برای مدتی فراموش کرده بودم که خودم کاملاً تسلیم یک بهانه بزرگ شده‌ام؛ بهانه‌ای به اسم سرطان خون. اکنون می‌توانم به وضوح بینم که یک حقیقت، تا زمانی که ما شخصاً آن را تجربه نکرده باشیم، به طور واقعی در آگاهی‌مان حک نمی‌شود. تمام آن تحقیقات، نوشته‌ها، سخنرانی‌ها، و پند و نصیحت‌ها، باعث نشده بود که من معنای واقعی زندگی کردن بدون هیچ عذر و بهانه‌ای را درک

کنم. این بیماری که به آن مبتلا شده بودم، یک هدیه از جانب خداوند بود، و مانند هر اتفاق دیگری در زندگی‌ام، دقیقاً در مناسب‌ترین زمان ممکن اتفاق افتاده بود.

از اواخر سال ۲۰۰۹ به بعد، من شروع به استفاده از این هدیه نمودم، به نحوی که هم به خودم منفعت برساند، و هم به کسانی که از آموزه‌های من در زندگی‌شان استفاده می‌کردند. من شخصاً چهارچوب از بهانه‌ها خارج شو را به کار گرفتم، و از نتایج حاصل از این تجربه در نوشته‌ها و سخنرانی‌هایم استفاده نمودم.

من از خودم ۷ سؤال پرسیدم، و این پاسخ‌های کوتاهی است که من به هر یک از این سؤالات دادم؛

۱. آیا بهانه سرطان، یک بهانه واقعی است؟ من هرگز نمی‌توانم به‌طور ۱۰۰ درصد مطمئن شوم که بیماری سرطان خون باعث خواهد شد که من نسبت به قبل انرژی کمتری داشته باشم، و یا اینکه روزبه‌روز سالم‌تر شوم. بنابراین، ممکن است این بهانه واقعیت داشته باشد یا نداشته باشد. پس من تصمیم گرفتم چیزی را که از آن مطمئن نیستم، به‌عنوان یک واقعیت باور نکنم.

۲. این بهانه از کجا آمده است؟ این بهانه، در نتیجه خواندن مطالب بی‌پایانی به وجود آمده است که در متون پزشکی در رابطه با بیماری سرطان خون نوشته شده. از سوی یک بخش کوچک از جامعه پزشکی، که از بیماری سرطان برای امرارمعاش خود استفاده می‌کنند. از اینترنت. از حرف‌هایی که از دیگران شنیده‌ام، و از بسیاری جاهای دیگر. اما این بهانه، از سوی من و یا آفریدگارم، که سرمنشأ سلامت ابدی و عشق الهی است، نیامده است.

۳. فایده استفاده از این بهانه چیست؟ اگر من از بهانه «من بیمار هستم» استفاده کنم، می‌توانم راه خروج آسان‌تر را انتخاب کنم، و از مواجهه شدن با توانایی ذاتی‌ام برای شفا یافتن و رسیدن به سلامتی، خودداری کنم؛ می‌توانم تقصیر را به گردن غذاهایی که خورده‌ام، آلودگی هوا، والدینم،

وضعیت آب آشامیدنی، و این واقعیت که همه ما ناچاریم در محیطی سرطان‌زا زندگی کنیم، بیندازم. می‌توانم از این طریق، ترحم دیگران را جلب کنم، و البته، می‌توانم بگویم که حق با من است، و این دقیقاً همان چیزی است که نفسم (ایگو) می‌خواهد.

۴. اگر نتوانم از این بهانه‌ها استفاده کنم، زندگی‌ام چگونه خواهد بود؟ (پاسخ دادن به این سؤال، بیشتر از همه به من کمک کرد.) اگر من نمی‌توانستم باور کنم که در نتیجه تشخیص این بیماری در بدنم، باید به هر طریقی ناتوان شوم، مجبور می‌شدم که به چنین افکاری بیندیشم: *من به اندازه‌ای قوی هستم که بتوانم هر کاری را که بخواهم انجام بدهم. من با استفاده از توانایی درونی‌ام، و ارتباطم با خداوند، می‌توانم هر بیماری‌ای را از تنم بیرون کنم. من یک انسان پرنرژی و قدرتمند هستم که سرزندگی و توان موردنیاز برای انجام هر کاری را که اراده کند، دارد.*

۵. آیا من می‌توانم یک دلیل منطقی برای تغییر پیدا کنم؟ بله. قطعاً می‌توانم. این انتخاب که بدون بهانه اینکه «من مریض هستم» زندگی کنم، به نظرم منطقی است - انجام این کار عملی است، و به من اجازه می‌دهد که احساس خوبی داشته باشم، و ارتباطم را با خداوند حفظ کنم. و با خداوند، همه چیز ممکن است.

۶. آیا نیروی هدایتگر هستی، برای دور انداختن این بهانه به من کمک می‌کند؟ بله، بدون تردید به من کمک می‌کند. بله!

۷. چطور می‌توانم به صورت منظم، این شیوه جدید زندگی را تقویت کنم؟ با ایجاد یک آگاهی درونی که تمام ترس‌ها را از بین ببرد. با زندگی کردن از دیدگاه نیمه برتر وجودم، و احترام گذاشتن به الوهیت ابدی که در وجودم نهفته است، و صحبت کردن با ضمیر ناخودآگاهم به صورت منظم - و اینکه هر زمان که خواستم از بهانه سرطان استفاده کنم، جلوی خودم را بگیرم، و به جای آن یک پاسخ آگاهانه را جایگزین کنم که کاملاً با تعهد من برای زندگی کردن در سلامت کامل هم‌راستا باشد. باید بیشتر تمرین مدیتیشن کنم، و عوامل مزاحم را در زندگی‌ام کاهش دهم. زمان

بیشتری را در اقیانوس و طبیعت بگذرانم. ایجاد ارتباطی قوی با منشأ خلقتم را مهم‌ترین اولویتم در زندگی قرار دهم. و دائماً از این چهارچوب برای دور ریختن بهانه‌هایم استفاده کنم.

اکنون که می‌توانم با وضوح بیشتری همه‌چیز را ببینم، متوجه می‌شوم که نوشتن و صحبت کردنم در رابطه با ساختن یک زندگی که از هرگونه عذر و بهانه‌ای تهی باشد، دقیقاً در همان زمانی انجام گرفته بود که خداوند به من گفت، «این یک فرصت برای تو است که درستی و صحت پیغامت را به دیگران اثبات کنی، و به آن‌ها نشان بدهی که چطور می‌توان در عمل بدون هیچ عذر و بهانه‌ای زندگی کرد. حالا آن حقایقی را که من برای تو آشکار کرده‌ام بر روی خودت امتحان کن، و از این طریق به مأموریتت برای کمک به دیگران ادامه بده.»



بخش ۵۵

بهار سال ۲۰۱۱ میلادی است، و اکنون دو سال از زمانی که برای نخستین بار فهمیدم به سرطان خون مبتلا شده‌ام می‌گذرد. من در این مدت، بیمار دو انکولوژیست بوده‌ام، و آن‌ها مرتباً از من آزمایش خون می‌گیرند تا تعداد گلبول‌های سفید بدنم را بسنجند. در این مدت، از رژیم غذایی‌ای که دوستم پم مک‌دونالد برایم تعیین کرده است، پیروی کرده‌ام. پم یک پرستار متخصص است، و در زمینه روش‌های درمانی جایگزین دارو فعالیت می‌کند. بر اساس توصیه پزشکانم، در طول یک سال گذشته از انجام تمرینات یوگای داغ خودداری کرده‌ام. هرروز از چهارچوب *از بهانه‌ها خارج شو!* استفاده می‌کنم، و در سخنرانی‌هایی که دارم، با حاضرین در مورد بیماری سرطان خونم و روشی که برای کنار آمدن با آن به کار می‌برم، صحبت می‌کنم. شبکه *ای.بی.سی.* این موضوع را پوشش می‌دهد، و خبر مبتلا شدن من به سرطان خون را فردای روز عید شکرگزاری سال گذشته در کل کشور پخش می‌کند.

من پیغامی از طرف دکتر ریانا پیسکووا دریافت می‌کنم؛ یک جراح چشم که در شهر مادرا واقع در ایالت کالیفرنیا مشغول به کار است. او به من می‌گوید، «من قصد دارم برای دومین بار به کشور برزیل سفر کنم تا با ژائو دو دئوس^{۲۸۷} ملاقات کنم. خیلی دلم می‌خواهد که شما هم در این سفر مرا همراهی کنید، احساس می‌کنم که آمدن به این سفر برای شما بسیار مهم است.»

مردی که نام خود را ژائو دو دئوس گذاشته است، در طول ۴۰ سال گذشته افراد بسیاری را در روستای آبادیانیای واقع در برزیل شفا داده است. تاکنون میلیون‌ها نفر از سرتاسر جهان به این روستای کوچک آمده‌اند تا با این مرد ساده که با کرامات و قدرت‌های ماورائی خود بیماران را شفا می‌دهد ملاقات کنند.

²⁸⁷ João de Deus

قبلاً درباره ژائو، و داستان بیمارانی که او به طرزی معجزه‌آسا آن‌ها را شفا داده است، شنیده بودم. همسر سابقم مارسلن، هشت سال پیش دو مرتبه برای دیدن او به برزیل رفته بود، و در یکی از جلسات، برای شفای یک بیمار به او کمک کرده بود.

مدت‌ها بود که با خودم می‌گفتم خیلی خوب می‌شود اگر بتوانم به برزیل بروم و خودم شخصاً با این انسان منحصربه‌فرد ملاقات کنم، و کرامات او را با چشمان خودم ببینم. او یک‌چیز را کاملاً واضح و شفاف بیان کرده است: «من هیچ‌کسی را درمان نمی‌کنم، بلکه این خداوند است که بیماران را شفا می‌دهد. این قدرت بی‌پایان خداوند است که بیماری‌ها را درمان می‌کند، و من تنها وسیله‌ای در دستان توانای او هستم.» با اینکه بسیاری از افراد نسبت به این مرد و توانایی‌هایش مشکوک هستند، من به مرحله‌ای در زندگی‌ام رسیده‌ام که ذهنم را به روی هیچ ایده‌ای نمی‌بندم. با اینکه خیلی دلم می‌خواهد که همراه ریانا به این سفر بروم، اما به دلیل مشغله زیاد موفق نمی‌شوم که او را همراهی کنم. با این حال، او مصمم است که به هر نحوی شده به درمان من کمک کند، و شرایطی را فراهم می‌کند که من بتوانم در یک جلسه درمان از راه دور شرکت کنم. او به من می‌گوید که احساسی بسیار قوی در درونش، به او الهام می‌کند که من به این درمان الهی که تنها توسط این مرد در شهر کوچک آبادیایا انجام می‌شود، نیاز دارم. او از طریق خدمات پستی شرکت فدکس، برگ‌های متبرک و آب مقدس را به همراه دستورالعملی برای من ارسال می‌کند. او به من می‌گوید که باید آن برگ‌ها را در آب بجوشانم و جوشانده آن را بخورم، سپس لباسی سرتاپا سفید بپوشم، و از خودم از چهار زاویه مختلف عکس بگیرم و عکس‌ها را برای ژائو بفرستم.

بعد از اینکه از طریق ایمیل، عکس‌ها را برای ژائو ارسال می‌کنم، ریانا به من پیغام می‌دهد که جلسه درمان در تاریخ ۲۱ آوریل ۲۰۱۱ برگزار می‌شود - که مصادف است با ۹۵ امین سالروز تولد مادرم. من همان‌طور که در دستورالعمل به من گفته‌اند، رأس ساعت ده چهارشنبه‌شب با لباسی سرتاپا سفید به بستر می‌روم، آب مقدس را می‌نوشم و در آرامش تمرکز می‌کنم.

فردا صبح با تماسی تلفنی از سوی ریانا بیدار می‌شوم. او که نزد ژائو است، به من می‌گوید که باید به تخت‌خوابم برگردم و ۲۴ ساعت آینده را استراحت کنم، انگار که به‌تازگی یک عمل جراحی باز انجام داده‌ام. ریانا از من خواهش می‌کند که این کار را انجام دهم - اما من به حرف او گوش نمی‌کنم. احساس می‌کنم که حالم خوب است، و به یاد نمی‌آورم که در طول دیشب هیچ اتفاق خاصی افتاده باشد. تصمیم می‌گیرم که مانند هر روز، برای ۹۰ دقیقه پیاده‌روی بیرون بروم. شاید به این دلیل که ژائو در برزیل بوده است و من در اینجا، نیروهای او نتوانسته‌اند مرا پیدا کنند و به همین خاطر هیچ اتفاقی رخ نداده است. از منزل خارج می‌شوم، اما هنوز چند قدم بیشتر دور نشده‌ام که بی‌حال بر روی زمین می‌افتم!

دو تن از فرزندانم به من کمک می‌کنند تا به اتاق‌خوابم بازگردم. آن‌ها مرا به روی تختم می‌گذارند، و من ۲۴ ساعت آینده را یک پشت می‌خوابم - همان‌طور که ریانا به من توصیه کرده بود. به‌شدت خسته‌ام و احساس ضعف می‌کنم. پس از گذشت چند روز، علائم آنفولانزا در من ظاهر می‌شوند، سرفه‌های خلط‌دار می‌کنم و به‌جز مقدار کمی سوپ، نمی‌توانم هیچ‌چیز دیگری بخورم. برای یک هفته تمام، حال‌وروزم به همین منوال است. نه تمرینی، نه شنا کردن، و نه قدم زدن - تنها بر روی تخت افتاده‌ام، انگار که بدنم در حال پاک شدن از چیزی نامرئی است.

ریانا با تلفن به من می‌گوید که در روز پنجشنبه ۲۸ آپریل، دقیقاً یک هفته پس از انجام مراسم درمان توسط ژائو، که باید برای یک جلسه درمانی دیگر که مانند باز کردن بخیه است، آماده شوم. مسلماً جای هیچ بخیه‌ای بر روی بدنم نیست، و فکر نمی‌کنم که درمان سرطان خون نیازی به بخیه داشته باشد. اما به‌رحال به حرف‌های او گوش می‌دهم. چهارشنبه‌شب، ۲۷ آپریل، ساعت ۱۱، (ساعت ۶ صبح روز ۲۸ آپریل در برزیل) من جوشانده آن برگ‌های مقدس، و آب مقدسی را که توسط ژائو برایم ارسال شده است می‌نوشم، و با لباسی سفید به بستر می‌روم. در طول هفته گذشته نتوانستم هیچ غذای جامدی بخورم، در نتیجه احساس ضعف شدیدی دارم و اندکی لاغر

شده‌ام. اما فردای آن شب که از خواب بیدار می‌شوم، احساسی کاملاً متفاوت دارم، احساسی که قبلاً هرگز آن را تجربه نکرده بودم.

نخستین چیزی که متوجه می‌شوم، این است که ساعت مچی جدیدم که به تازگی آن را خریده بودم، کار نمی‌کند. این اتفاق عجیبی است، چراکه این یک ابزار بسیار دقیق است و شرکت سازنده آن ادعا می‌کند که ساعت‌هایی که می‌سازد، هرگز خراب نمی‌شوند. از اتاق خواب بیرون می‌روم تا به پسر و دخترم سلام کنم، درحالی که احساس عشق عمیقی نسبت به هر دوی آن‌ها، تمام وجودم را فرا گرفته است. هر دوی آن‌ها را در آغوش می‌کشم و به آن‌ها می‌گویم که چقدر آن‌ها را دوست دارم. سندز و سرنا از من می‌پرسند، «پدر، مواد مخدر مصرف کرده‌ای؟ مردمک چشم‌هایت به شدت کوچک شده است، و چشم‌چیت حسابی قرمز شده.»

من احساس می‌کنم که عشقی خالص و نابم. گیاهان آپارتمانی‌ام عشقی خالص هستند. اقیانوس مرا به سوی خود فرامی‌خواند، تا در آن معجون عشق شنا کنم. حس می‌کنم که فرزندانم فرشتگانی آسمانی هستند. احساس قدرت، گرسنگی، و شادی می‌کنم. اصلاً نمی‌توانم تصور کنم که دیشب در اتاق خوابم چه اتفاقی رخ داده است؛ تنها چیزی که از آن اطمینان دارم این است که احساسی کاملاً متفاوت نسبت به جهان و هر چیز و هر کسی که در آن است، دارم.

از چند روز پیش که ژائو از راه دور عمل «برداشتن بخیه‌هایم» را انجام داد، در یک حالت خلسه قرار دارم. تنها چیزی که احساس می‌کنم عشق است، و هیچ چیز نمی‌تواند مرا برنجاند. با انرژی و توان جدیدی در جزیره قدم می‌زنم و در اقیانوس شنا می‌کنم. احساس قدرت عجیبی می‌کنم، احساسی که در تمام زندگی‌ام، قبلاً هرگز آن را تجربه نکرده بودم - به خصوص از دو سال پیش که به سرطان خون مبتلا شده بودم.

حدود یک هفته می‌گذرد، و اکنون ۱۰ می سال ۲۰۱۱ است - تولد ۷۱ سالگی‌ام. در سان‌فرانسیسکو مشغول ضبط فیلم جدیدی به نام بزرگ‌ترین معلم من هستم، که داستان آن درباره

این است که چگونه قبر پدرم را در شهر بیلوکسی ایالت میسیسیپی پیدا کردم، و توانستم با او ارتباط برقرار کنم و او را ببخشم. ساعات ابتدایی صبح است، و من در سوئیت هتلم بر روی تخت نشسته‌ام و مدیتیشن می‌کنم. ناگهان احساسی بسیار قوی بر من غلبه می‌کند، و نیاز به ابراز عشقی عمیق و بی‌قیدوشرط وجودم را در برمی‌گیرد.

چند بسته اسکناس ۵۰ دلاری برمی‌دارم، و از هتل خارج می‌شوم. بیشتر روز تولدم را صرف این می‌کنم که عشق و پولم را به افراد بی‌خانمان هدیه دهم. من با اشتیاقی وصف‌ناشدنی آن‌ها را در آغوش می‌گیرم، و باعلاقه به تمام صحبت‌هایشان گوش می‌دهم. دو دختر کوچک را می‌بینم که در حال جستجو در سطل‌های زباله برای پیدا کردن قوطی‌های فلزی و ظرف‌های پلاستیکی هستند. اصلاً متوجه سرووضع کثیف و ژولیده آن‌ها نمی‌شوم؛ تنها چیزی که در چشمان معصوم آن‌ها مشاهده می‌کنم، حضور خداوند است. عشقی توصیف‌ناپذیر نسبت به همه انسان‌ها وجودم را در بر گرفته است.

تمام آن پول را بین افراد نیازمند قسمت می‌کنم و به اتاقم در هتل سنت فرانسیس بازمی‌گردم. بر روی تختم می‌نشینم، و بی‌اختیار اشک شادی از چشمانم جاری می‌شود. از خداوند به خاطر تجربه امروزم بسیار سپاسگزارم. در طول این ۷۱ سال، این بهترین روز تولد من بود.

بیست روز از برداشتن آن بخیه‌های نامرئی توسط ژائو می‌گذرد، و اکنون ۱۸ می‌است. بر روی صندلی مدیتیشنم نشسته‌ام و مشغول مراقبه هستم، که صدایی واضح در درونم به من می‌گوید، امروز برای پیاده‌روی بیرون برو. اکنون دیگر می‌توانی تمرینات یوگا را انجام دهی. کاملاً شوکه شده‌ام. تقریباً یک سال است که به خاطر توصیه چندین پزشک متخصص، انجام تمرینات یوگای داغ را کنار گذاشته‌ام. فوراً بلند می‌شوم و سوار بر ماشینم، به سمت استودیوی یوگایی که در جزیره مائویی است می‌روم؛ جایی که زمانی به صورت منظم به آنجا می‌رفتم. یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای را به صورت کامل به پایان می‌رسانم، و تمام تمرینات و حرکات را انجام می‌دهم. اندکی خسته‌ام، اما

از اینکه توانسته‌ام پس از مدت‌ها کاری را انجام دهم که عاشقش هستم، بسیار هیجان‌زده شده‌ام -
۹۰ دقیقه انجام تمرینات سخت یوگا.

کاملاً احساس سرزندگی می‌کنم، و انرژی عشق الهی را در تک‌تک سلول‌های بدنم احساس می‌کنم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

در فصل قبل، من به‌طور خلاصه در مورد ششمین سؤال چهارچوب از بهانه‌ها خارج شو توضیح دادم: آیا نیروی هدایتگر هستی، برای دور انداختن این بهانه به من کمک می‌کند؟ هنگامی که وقایع شگفت‌انگیزی را که منجر به درمان من توسط ژائو دو دئوس و نیروی الهی او شد با خودم مرور می‌کنم، می‌توانم به‌وضوح حقیقتی را که در تمام این قضایا نهفته است، ببینم. هنگامی که ما انرژی خودمان را به نحوی تغییر می‌دهیم که بر اساس ذات حقیقی‌مان زندگی کنیم، و چهار فضیلت اساسی را که توسط لائو-تزو بیان شده‌اند - احترام گذاشتن به تمام موجودات زنده، بی‌ریایی و صداقت، مهربانی، و کمک کردن به دیگران - در زندگی‌مان به کار بگیریم، با یگانه منبع آفریننده‌مان هماهنگ می‌شویم و تمام هستی برای رسیدن به مقصودمان به ما کمک می‌کند. این چهار فضیلت، عقاید دینی نیستند - این‌ها خصلت‌هایی در ذات حقیقی تمام انسان‌ها وجود دارند.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که ورود ژائو دو دئوس به زندگی‌ام، و نتایج معجزه‌آسایی که به دنبال اقدامات درمانی او مشاهده کردم، همه و همه نتیجه این بودند که من انرژی‌ام را به نحوی تغییر داده بودم که حضور خداوند در زندگی‌ام پررنگ‌تر شود. من یک‌بار دیگر با تمام وجودم مشاهده کردم که «با خداوند هر چیزی ممکن است.» و این شامل درمان یک بیماری لاعلاج هم می‌شود.

اصرار دکتر ریانا پیسکووا برای اینکه من با ژائو ملاقات کنم، و به او اجازه دهم که به نیروی الهی‌اش مرا درمان کند، یک اتفاق تصادفی نبود. این خواست خداوند بود که این اتفاق رخ دهد، چراکه من با استفاده از چهارچوب *از بهانه‌ها خارج شو*، انرژی‌ام را به سمت زندگی کردن بر اساس آن چهار فضیلت اساسی تغییر داده بودم. اکنون به وضوح می‌بینم که مبتلا شدن من به سرطان خون، یک فرصت بود که بتوانم الگویی برای دیگران باشم، و به آن‌ها بیاموزم که چطور می‌شود بدون هیچ بهانه‌ای، و تنها با تکیه بر عشق الهی زندگی کرد. اکنون می‌دانم که نیرویی بزرگ‌تر از هر دوی ما، باعث شده بود که ریانا برای روبرو شدن با این تجربه خارق‌العاده به من اصرار کند. من می‌دانم که این حقیقت دارد، چراکه ریانا خودش بعداً نزد من اعتراف کرد که نیرویی درونی و غیرقابل توصیف، او را وادار کرده بود که این کار را انجام دهد، و کاری کند که من توسط نیروی الهی و معجزه‌آسای ژائو درمان شوم.

پنج ماه بعد از اینکه من به وسیله آن معجزه الهی درمان شدم و دوباره سلامتی‌ام را به دست آوردم، توسط انجمن امگا برای شرکت در یک گردهمایی به نیویورک دعوت شدم، و در آنجا توانستم که از نزدیک با ژائو ملاقات کنم. در آن گردهمایی، ۱۵۰۰ نفر با لباس‌های کاملاً سفید شرکت کرده بودند، تا از نیروی شفابخش او بهره‌مند شوند.

من هم در کنار سایر حاضرین در صف ایستاده بودم تا با او ملاقات کنم، بدون اینکه هیچ امتیاز ویژه‌ای برایم در نظر گرفته شود. هنگامی که نوبت به من رسید و با این مرد خدا که از کشور برزیل به آنجا آمده بود ملاقات کردم، من هم تنها یک انسان عادی بودم مانند تمام کسانی که پشت سرم در صف ایستاده بودند. او به من نگاهی کرد و به زبان پرتغالی گفت، «حال تو خوب است،» سه کلمه‌ای که باعث شدند اشک از چشمانم جاری شود، و با تمام وجود خداوند را شکر کنم. بعداً، من به دعوت ژائو در اتاقی نشستم که به آن «اتاق جریان» می‌گفتند، و غرق در انرژی عشقی شدم که تمام آن مرکز کنفرانس را در بر گرفته بود.

دبی فورد، یکی از دوستان و همکاران قدیمی من، در اتاقک کناری من نشسته بود. او به آنجا آمده بود تا نیروی شفا بخش ژائو، سرطان نادری را که او برای سال‌های متمادی با آن دست‌وپنجه نرم کرده بود، درمان کند. من در طول فرایند درمان او، چندین مرتبه به اتاقکش سر زدم و با او درباره تجربه شگفت‌انگیزی که خودم داشتم، و توسط ژائو شفا پیدا کرده بودم حرف زدم. با اینکه او به شدت ضعف داشت، من می‌توانستم در چشمانش بینم که اتفاقی معجزه‌آسا در حال رخ دادن است، و من از اینکه هر دوی ما در آنجا حضور داشتیم، بسیار خوشحال بودم. (اگرچه او در نهایت در سال ۲۰۱۳ تسلیم آن بیماری شد، اما من احساس کردم که روح زیبای او هم تا حدی شفا یافته است.)

فردای آن روز، ژائو از من دعوت کرد تا برای تمام افرادی که در یک چادر بزرگ حاضر بودند، سخنرانی کنم. درحالی که به دریایی از افراد سفیدپوش نگاه می‌کردم، درباره تجربه خودم با آن‌ها صحبت کردم، و به آن‌ها گفتم که بعد از آن تجربه، تصمیم گرفته‌ام که خودم را بیش‌ازپیش وقف کمک کردن به دیگران کنم، و به آن‌ها بیاموزم که چطور می‌توانند خودشان را با یگانه ذهن الهی هماهنگ کنند، و در مسیر زندگی خود از منبع هدایتگر هستی یاری بگیرند.

من مدت‌ها است که اعتقاد دارم تنها دو احساس حقیقی در زندگی وجود دارد - ترس و عشق. هنگامی که ما ترسیده‌ایم، جایی برای عشق باقی نمی‌ماند؛ و زمانی که وجودمان غرق در عشق باشد، احساس ترس از بین می‌رود. اکنون که با دید واضح‌تری به گذشته نگاه می‌کنم، به احساسم در فردای آن روزی که ژائو بخیه‌هایم را باز کرد، برایم مثل روز روشن است که در آن شب، معجزه‌ای رخ داده بود که وجودم را لبریز از عشقی الهی کرده بود، و در نتیجه تمام ترس‌هایم از بین رفته بود. قبلاً هرگز در زندگی‌ام، چنین عشق عمیقی را نسبت به همه چیز و همه کس تجربه نکرده بودم.

من همواره با خودم گفته‌ام که من یک معلم هستم، و این تجربه، در کنار بسیاری از اتفاقات شگفت‌انگیز دیگری که در طول زندگی‌ام با آن‌ها مواجه شده‌ام، به من این امکان را دادند که

بتوانم به‌عنوان یک معلم، بهتر به دیگران کمک کنم. من دیگر نمی‌گویم که «من سرطان خون دارم»، هرچند در آن اوایل که پزشکان بیماری‌ام را تشخیص داده بودند، مرتباً از این جمله استفاده می‌کردم. در عوض، من هر صبح که از خواب برمی‌خیزم، روزم را با این جمله شروع می‌کنم: «حال من خوب است. درواقع، من در سلامتی کامل هستم.»

من یاد گرفته‌ام که از عبارت «من . . . هستم» با احتیاط خیلی زیادی استفاده کنم. من برای بیان اینکه چه کسی هستم و یا چه کاری انجام می‌دهم، خیلی دقت می‌کنم. دیگر هرگز وضعیت سلامتی‌ام را بر اساس یک عدد که در یک آزمایش پزشکی آمده است بیان نمی‌کنم. دیگر هرگز به آن گزارش‌های پزشکی نگاه نمی‌کنم. من احساس قدرت و سلامت می‌کنم، و به‌صورت منظم ورزش می‌کنم. همچنین هرروز مدیتیشن می‌کنم، و این کار به من اجازه می‌دهد که همواره ارتباطی آگاهانه با خداوند داشته باشم.

چیزی که اکنون به‌وضوح می‌بینم، این است که در تک‌تک لحظات زندگی‌ام، خداوند در کنار من حاضر بوده و به من یاری رسانده است. من اعتقاد دارم که این قضیه درباره تمام انسان‌ها صادق است. با بیرون کردن ترس از وجودم، من به عشق الهی اجازه دادم که تمام آگاهی درونی مرا پر کند، و این عشق که آن را با تمام وجود احساس می‌کردم، درمان من بوده است.

من برای تصدیق این جملات، به هیچ‌چیز دیگری احتیاج ندارم: من خوب هستم، من در سلامت کامل به سر می‌برم. اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که این خود من هستم که وضعیت سلامتی‌ام را مشخص می‌کنم. وظیفه من این است که به خاطر سلامتی‌ام هرروز خداوند را شکر کنم، و علاوه بر این، به دیگران پیاموزم که چگونه از قدرت الهی و نامرئی عبارت «من . . . هستم» استفاده کنند.

صوفیان می گویند هنگامی که در یک باغ قدم می زنیم و خاری در پایتان فرو می رود، باید خداوند را شکر کنید. من هم برای خار سرطان خون که باعث شد من به پروردگارم نزدیک تر شوم، از خداوند سپاسگزارم.



بخش ۵۶

در حال خواندن یک کتاب کوچک هستم، که همان احساس آگاهی شگفت‌انگیز را در من ایجاد کرده است که ۴۰ سال پیش، وقتی برای نخستین بار کتاب *راهنمای زندگی کردن با منطق*، نوشته دکتر آلبرت ایس را مطالعه کردم، به من دست داده بود. در حین مطالعه ۲۷ فصل کوتاه این کتاب، مدام احساس می‌کنم که ندایی در درونم به من می‌گوید، *در این کتاب مطلب بسیار مهمی برای تو وجود دارد- با دقت آن را بخوان و از نکاتش یادداشت برداری کن*. برای مثال، من عاشق این جمله از فصل آخر کتاب شده‌ام: «در تمام آفرینش، در تمام ابدیت، در تمام قلمروی بی‌پایان هستی، شگفت‌انگیزترین حقیقت همان چیزی است که در نخستین فصل این کتاب بیان شد، شما خدا هستید، شما جمله من هستم^{۲۸۸} هستید، همان جمله قدرتمند من هستم.»

نام این کتاب، *قدرت آگاهی* است و به قلم نویل گودارد نوشته شده است. این کتاب مانند یک آهنربا مرا به سوی خود جذب می‌کند- من چند جمله از آن را می‌خوانم، سپس می‌نشینم و روی آن‌ها فکر می‌کنم، و بعد خودم درباره آن‌ها اندکی می‌نویسم. سعی می‌کنم که برای چند ساعت هم که شده آن کتاب را زمین بگذارم، اما انگار نیرویی مرا دوباره به سمت آن می‌کشد. در طول زندگی‌ام، تاکنون چندین مرتبه در مقاطع مختلف چنین احساسی را تجربه کرده‌ام، و هر بار فهمیده‌ام که نیرویی تلاش دارد به من بفهماند که این، بخشی از نقشه الهی برای زندگی من است، و در راستای رسیدن به هدفی است که نباید آن را نادیده بگیرم.

تا ماه نوامبر سال ۲۰۱۰، من به خیلی از سخنرانی‌های نویل گوش داده بودم، و چهار مرتبه کتاب *قدرت آگاهی* را از ابتدا تا انتها خوانده بودم. برای هدیه کریسمس، به هر کدام از فرزندانم یک جلد از این کتاب را هدیه می‌دهم، و آن‌ها را تشویق می‌کنم که بیشتر درباره این ایده انقلابی

بیندیشند که «تصور کردن، واقعیت را ایجاد می‌کند.» از آن‌ها می‌خواهم که بعد از خواندن کتاب، نظرشان را درباره آن به من بگویند، و یکی از نقل‌قول‌های تأثیرگذار نویل را برای آن‌ها می‌خوانم: «تصور کنید که شما از همین الان، همان فردی هستید که آرزویش را دارید، و این تصور شما، هرچقدر هم که از واقعیت به دور باشد، اگر شما به آن ایمان داشته باشید، قطعاً به واقعیت زندگی شما تبدیل می‌شود.» هرکدام از آن‌ها بعداً پاسخ مشابهی به من دادند. همه آن‌ها گفتند، «ممنون پدر، من سعی کردم که این کتاب را بخوانم، و مجبور شدم که بسیاری از جملات را چندین بار بازخوانی کنم، اما نتوانستم متوجه مفهوم آن‌ها شوم. این کتاب خیلی عمیق و گیج‌کننده است.»

برای من، سخنانی که نویل گوارد در کتابش مطرح کرده بود، و این ایده که افکار ما انسان‌ها، به معنای واقعی کلمه جهان را می‌سازند، جذابیتی توصیف‌ناپذیر داشت. احساسی درونی مرا وادار می‌کرد که آموزه‌های او را با لحنی ساده‌تر و به صورتی که همه بتوانند متوجه آن شوند، در اختیار جهانیان بگذارم. تصمیم می‌گیرم که کتاب جدیدی بنویسم، با نام "روایهای تحقق یافته"، و نهمین ویژه‌برنامه تلویزیونی خودم را در شبکه پی.بی.اس. بر اساس آن بسازم. احساس می‌کنم که نوشتن این کتاب می‌تواند منجر به ایجاد یک تغییر مثبت در آگاهی جمعی تمام مردم جهان شود.

در طول زندگی‌ام، من بارها تلاش کرده‌ام که مفاهیمی و ایده‌هایی پیچیده را با لحنی ساده و قابل‌فهم برای تمام مردم، بازگو کنم. احساس می‌کنم این وظیفه‌ای است که دکتر مازلو در زمان مرگش بر عهده من قرار داده - اینکه مردم عادی را با قدرت پنهان خود کامبخشی در ذات تمامی انسان‌ها وجود دارد، آشنا کنم. نویل در تاریخ ۱ اکتبر سال ۱۹۷۲ فوت کرده است، درست همان زمانی که من شغل نویسندگی را آغاز کردم؛ و اکنون، چهل سال پس از مرگش، سخنرانی‌های متعدد و کتاب‌های او، نیرویی خفته را در درون من بیدار کرده‌اند. من تاکنون ۴۰ کتاب نوشته‌ام، و این ایده‌هایی که نویل در سخنرانی‌ها و کتاب‌هایش بیان کرده، در درون من طوفانی برپا کرده‌اند که در تلاش است تا خودش را از طریق من به تمام جهان نشان دهد.

من برای یک بار دیگر، مطالعه کتاب عهد جدید را آغاز می‌کنم، و به دقت سخنان حضرت عیسی را در مورد اینکه همه ما خدا هستیم^{۲۸۹}، می‌خوانم. نیمه برتر وجود ما، ذات حقیقی مان، خداوند است. ما از خدا می‌آییم، و خودمان خدا هستیم - تنها باید بر ویروس‌های ذهنی‌ای که می‌خواهند ما باور کنیم این حرف حقیقت ندارد، غلبه کنیم.

پس از آن، به سراغ کتاب قدرت عبارت «من هستم»، نوشته معلم معنوی بزرگ، سنت جرمین می‌روم، و با خواندن سخنان او، احساس می‌کنم که موجی از شور و هیجان در تمام بدنم جریان می‌یابد. من متوجه می‌شوم که دو کلمه من هستم، همان نام خداوند است که در کتاب سفر خروج یا شموت (عهد عتیق مسیحیان) به آن اشاره شده است، و هر زمان که من این کلمات را بر زبان می‌آورم، به نام خداوند اشاره می‌کنم.

من کتاب قدرت آگاهی را برای پنجمین بار در طول شش ماه گذشته مطالعه می‌کنم. برای اینکه بتوانم هرچه زودتر آموزه‌های این کتاب را در زندگی خودم به کار بگیرم، و آن‌ها را در اختیار عموم مردم بگذارم، شور و هیجان زیادی دارم، برای همین هر روز به مکان مقدس نوشتنم در جزیره مائویی می‌روم، و خودم را غرق در این آموزه‌ها می‌کنم. اکنون متوجه می‌شوم بزرگ‌ترین هدیه‌ای که در تمام عمرم به من اعطا شده است، قدرت تجسم من است. من و تمام انسان‌ها می‌توانیم به هر هدفی در این دنیا دست پیدا کنیم، تنها کاری که باید انجام دهیم، این است که در تصورمان، از عبارت من هستم استفاده کنیم، تا خدایی که در درون همه ما وجود دارد، آن تصور را به واقعیت تبدیل کند. ما باید این احساس را در خودمان ایجاد کنیم که انگار آرزویمان از هم‌اکنون محقق شده است. وقتی من با باوری قلبی به خودم می‌گویم، من خوب هستم، من در سلامت کامل هستم، تمام هستی به این تصور من پاسخ می‌دهد، و انرژی‌هایی را به سمت من می‌فرستد که با این عبارت من هستم که در تصور من حک شده است، هم‌خوانی داشته باشند.

²⁸⁹ we are all God

من به یک حالت آگاهی خلسه طور رسیده‌ام. دستانم بر روی صفحات خالی کاغذ حرکت می‌کنند، و آن‌ها را با کلماتی پر می‌کنند که من نمی‌دانم از کجا و چگونه می‌آید. من تنها نقش یک وسیله را دارم. فصل‌ها یکی پس از دیگری خودبه‌خود نوشته می‌شوند، عاشق این احساس هستم. من پنج موردی را که به نظر خودم، مهم‌ترین و برجسته‌ترین آموزه‌های آثار نویل، نوشته‌های یوئل اس. اندرسون، و سخنان سنت جرمن هستند، می‌نویسم.

در همین حین، معجزات مختلف هر روز رخ می‌دهند. من با تهیه‌کننده برنامه‌هایم، نیکی وتل صحبت می‌کنم، و او به من می‌گوید که مدیران شبکه پی.بی.اس. اجازه ساخت یک ویژه‌برنامه سه‌ساعته را به ما داده‌اند. این ویژه‌برنامه تلویزیونی، در طول چند سال آینده در سرتاسر کشور پخش خواهد شد، و این فرصت را در اختیار میلیون‌ها نفر قرار خواهد داد که با این آموزه‌های ارزشمند آشنا شوند. من اجازه نمی‌دهم که ترس از انتقاد افرادی که دیدگاه متفاوتی نسبت به خداوند دارند، مرا از انجام وظیفه‌ام بازدارد. تصمیم دارم که در این ویژه‌برنامه تلویزیونی، رک‌وپوست‌کننده تمام حرف‌هایم را به زبان بیاورم، بدون اینکه از چیزی بترسم.

مارس ۲۰۱۲ از راه می‌رسد، و ویژه‌برنامه "روایه‌های تحقق یافته" در سرتاسر آمریکا و کانادا به روی آنتن می‌رود. در آمریکا، به دنبال پخش این برنامه، بیشتر از ۱۸ میلیون دلار کمک‌های مردمی برای شبکه پی.بی.اس جمع‌آوری می‌شود، و در نتیجه، کل مبلغی که از زمان آغاز همکاری من با شبکه پی.بی.اس. در سال ۱۹۹۸ توسط مردم به این شبکه اهدا شده است، به ۲۰۰ میلیون دلار می‌رسد.

کتاب "روایه‌های تحقق یافته" هم به صدر جدول پرفروش‌ترین کتاب‌های نیویورک تایمز صعود می‌کند، و نامه‌های فراوانی از سوی میلیون‌ها انسان برای من ارسال می‌شود که به من می‌گویند با به‌کارگیری پیام معنوی‌ای که در این کتاب مطرح شده است، معجزات بسیاری را در زندگی خود مشاهده کرده‌اند.

من زیر لب برای آرامش روح نویل دعا می‌خوانم. او این جمله از کتاب اشعیای نبی را که می‌گوید «شما موجودی الهی هستید»، به‌عنوان حقیقت ذاتی انسان در نظر گرفته بود. من تمام آثار نویل را خواندم، به تمام سخنرانی‌های ضبط‌شده او گوش دادم، و خودم را غرق در آموزه‌های او کردم. به‌خصوص کتاب قدرت آگاهی. سپس تلاش کردم که این آموزه‌ها را با لحنی ساده و قابل‌فهم برای عموم مردم بیان کنم، و اکنون از مشاهده واکنش مثبتی که خیل عظیم مردم نسبت به این آموزه‌ها - اینکه خداوند یک مفهوم بیرونی نیست، بلکه یک آگاهی درونی است که در ذات همه ما وجود دارد - از خود نشان داده‌اند، احساس هیجان و غروری وصف‌ناشدنی وجودم را در بر گرفته است. وقتی بدانیم که همه ما - در ورای نفس (ایگو) - با خداوند یکی هستیم، آنگاه دیگر نه تنها انتظار تحقق خواسته‌ها و تصوراتمان را خواهیم داشت، بلکه این اتفاق برایمان یک امر قطعی خواهد بود.

من بسیار خوشحالم که ندای درونی‌ام، مرا به این سمت هل داد که جملات و آموزه‌های این معلم بزرگ را بارها و بارها بخوانم و آن‌ها را در زندگی‌ام به کار بگیرم، و از اینکه توانسته‌ام آموزه‌های او را با میلیون‌ها انسان دیگر در میان بگذارم، به خودم می‌بالم. نویل به زیبایی منطق پشت اصول حاکم بر ذهن خلاق و آفریننده را توضیح داده است. در طول این دو سال گذشته، من به قدری مجذوب آثار و نوشته‌های او شده‌ام که تمام آن‌ها را چندین مرتبه با دقت مطالعه کرده‌ام، و تلاش نموده‌ام پیامی را که در عمق حرف‌های او نهفته است، به ساده‌ترین شکل ممکن با تمام مردم جهان به اشتراک بگذارم. آموزه‌های کتاب "رویا‌های تحقق یافته"، این قابلیت را در دل خود دارند که بهشت را بر روی زمین ایجاد کنند.

اکنون می توانم به وضوح ببینم

من زیاد از این ضرب‌المثل بودایی استفاده می‌کنم: «هر وقت که دانش آموز آماده باشد، استاد هم از راه می‌رسد.» اگرچه این مسئله همیشه واضح و روشن نیست، اما تمام تجربیات ما در زندگی، حتی آن تجربیات دردناکی که با آن‌ها مواجه می‌شویم، در سفری که روح ما پیش رو دارد، نقشی مهم و ضروری ایفا می‌کنند. امروز می‌توانم به وضوح ببینم که آموزه‌های نویل دقیقاً در زمانی که من به‌عنوان یک دانش‌آموز، آمادگی لازم برای درک و فهم آن‌ها را به دست آورده بودم، بر روی زندگی‌ام تأثیر گذاشتند مانند یک استاد، اصول رسیدن به آگاهی و معنویت بالاتر را به من آموختند.

همان‌طور که قبلاً هم گفته بودم، در ابتدای روزهای فعالیتیم به‌عنوان یک نویسنده، من هرگز از عباراتی مثل *خدا، معنویت، و یا آگاهی برتر* در نوشته‌هایم استفاده نمی‌کردم. علت این مسئله این بود که من بر اساس میزان آمادگی خودم می‌نوشتیم. معلمانی که من در آن زمان به راهنمایی آن‌ها احتیاج داشتم، به من کمک می‌کردند تا پیامم را در رابطه ایجاد انگیزه و توسعه فردی به گوش مخاطبانم برسانم. هم‌زمان که میزان آمادگی من افزایش می‌یافت، میزان آگاهی معنوی معلمانی که بر سر راهم قرار می‌گرفتند هم بیشتر می‌شد.

اکنون که به گذشته نگاه می‌کنم، می‌توانم به وضوح ببینم که مسیر زندگی حرفه‌ای من به‌عنوان یک معلم و نویسنده، از همان دوران کودکی آغاز شد، زمانی که یک پسر بچه نوجوان بودم و در یتیم‌خانه زندگی می‌کردم. اکنون می‌توانم تمام تغییراتی را که در طول همه آن سال‌ها برایم اتفاق افتاد، به وضوح ببینم. چه دورانی که در مدرسه تحصیل می‌کردم، چه زمانی که به‌عنوان یک افسر به نیروی دریایی پیوستم، چه آن زمان که به‌عنوان دانشجو به کالج رفتم، چه هنگامی که به‌عنوان یک معلم جوان در مدرسه تدریس می‌کردم، چه وقتی که یک استاد دانشگاه بودم، و چه در طول چهار دهه گذشته که به‌عنوان یک نویسنده و سخنران پیامم را به گوش میلیون‌ها انسان در سرتاسر دنیا رسانده‌ام؛ تک‌تک اتفاقاتی که در طول این سال‌ها برایم رخ دادند، و تک‌تک تجربیات تلخ و

شیرینی که پشت سر گذاشتم، باعث شدند که من اکنون به جایگاه امروزم برسم، و به‌عنوان یک دانش‌آموز برای این لحظه آماده شوم. این یک سفر بسیار طولانی بود، اما امروز می‌توانم دلیل واقعی همه اتفاقاتی را که در طول این سفر با آن‌ها مواجه شدم، به‌وضوح ببینم؛ هرچند که در آن زمان متوجه حکمتی که پشت آن‌ها بود نمی‌شدم. تک‌تک این تجربیات، باعث شدند که من پله‌پله در مسیر شناخت خداوند پیشرفت کنم.

در طول این سال‌ها، من به‌تدریج از فردی که هرگز در نوشته‌هایم از کلماتی مثل *خداوند*، *آگاهی برتر*، یا *معنویت* استفاده نمی‌کرد، به فردی تبدیل شدم که درباره ارتباط انسان‌ها با خداوند می‌نوشت، و به آن‌ها یاد می‌داد که چطور می‌توانند بیشتر شبیه پروردگارشان شوند. پس‌ازاینکه من به آن سطح از آمادگی لازم دست پیدا کردم، نوبل گودارد و سنت جرمین، به‌عنوان دو معلم بزرگ، حکمت بی‌پایان زندگی کردن از جایگاه نیمه برتر وجود را - که خودش یک *تکه از خدا است* - به من آموختند. واقعاً که این سفر، سفری باشکوه بود!

اکنون که با دیدی واضح و روشن به گذشته نگاه می‌کنم، متوجه می‌شوم که من ۱۵ سال قبل از نوشتن کتاب *روایهای تحقق یافته*، کتابی نوشته بودم به نام *سرنوشت خود را با داستان خودتان رقم بزنید*. در آن زمان، من تنها به آن سطح از آمادگی رسیده بودم. در آن زمان، من هنوز نویسنده‌ای نبودم که بر اساس اصول روانشناسی و انگیزشی کتاب می‌نویسد، و تازه داشتم قدم در مسیری می‌گذاشتم که مرا به یک دانش‌آموز و معلم در حوزه معنویات و آگاهی برتر تبدیل کند. در سال ۱۹۹۶، تأکید من بر روی این مسئله بود که چطور می‌توانید با استفاده از اصول نه‌گانه تکنیک باستانی جاپا، به هر چیزی که می‌خواهید دست پیدا کنید. هر کدام از آن ۹ اصل، برای این طراحی شده بودند که افراد بتوانند به هر چیزی که در زندگی خود می‌خواهند، دست پیدا کنند. اما پانزده سال بعد، من بالاخره به آن سطح از آمادگی رسیده بودم که در رابطه با رسیدن به شناخت خداوند و آگاهی برتر بنویسم.

من در کتاب "روایهای تحقق یافته"، قدرت استفاده از عبارت من هستم را برای مردم شرح دادم. این کتاب درباره این نیست که انسان چطور می‌تواند به خواسته‌هایش برسد. کتاب "روایهای تحقق یافته"، به انسان‌ها می‌آموزد که معنویت، درباره این نیست که چطور چیزی را که می‌خواهید به دست آورید، بلکه درباره این است که چطور چیزی را که هستید به واقعیت تبدیل کنید. تمام خواسته‌هایی که ما در زندگی مان داریم، در نتیجه کمبودی است که در آگاهی مان وجود دارد، اما اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که همه انسان‌ها در ذات خود، کامل و بی‌نقص هستند، و فقط باید چیزی را که هستند به واقعیت تبدیل کنند.

انسان باید هرروز ذهنش را از آرامش و عشق نسبت به تمام مخلوقات پر کند، تا از این طریق به آگاهی حقیقی و در نتیجه و آرامش مطلق دست پیدا کند. این چیزی بود که من باید ۱۵ سال بعد، به کتابی که درباره نحوه رسیدن به خواسته‌ها نوشته بودم، می‌افزودم. با فکر کردن و عمل کردن مانند منبع آفرینش، من توانستم عطش نفسم (ایگو) را برای رسیدن به چیزهای بیشتر کنار بگذارم، و متوجه شوم که این خواسته‌های من نیست که به واقعیت تبدیل می‌شود. این ذات و حقیقت من است که به واقعیت تبدیل می‌شود. هنگامی که من خودم را با خداوند هماهنگ کنم، تمام قدرت این منبع آفریننده هستی را به دست می‌آورم. این نیمه برتر وجود من است. این خداوند است - و هنگامی که بتوانم این‌گونه زندگی کنم، آنگاه می‌توانم بگویم که من هستم.

همچنین اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که کشیده شدن من به سمت آموزه‌های نوبل و سنت جرمین، به خاطر نیروی الهی بود که می‌خواست به من بفهماند تنها با هماهنگ شدن با خداوند، انسان می‌تواند از راهنمایی و هدایت روح انسان‌های بزرگی که قبل از او می‌زیسته‌اند، استفاده کند. با کنار گذاشتن قضاوت، نکوهش، و محکوم کردن دیگران، فرشتگانی که از جنس آگاهی برتر هستند، حضور خودشان را در وجود ما تشخیص می‌دهند، و در نتیجه درهای نعمت و فراوانی را به

روی ما می‌گشایند، و شادی و خوشبختی حقیقی را به ما هدیه می‌دهند. اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که هرچه انسان بیشتر بر اساس عشق الهی زندگی کند، امداد غیبی بیشتری دریافت می‌کند.

مسئله این نیست که من ۱۵ سال پیش، یا حتی ۵ سال پیش، از آموزه‌های قدرتمندی که در پشت کتاب "روایهای تحقق یافته" وجود دارند، مطلع نبودم یا به آن‌ها دسترسی نداشتم. همه‌چیز به میزان آمادگی من برمی‌گردد. من در طول این ۱۵ سال، ذهنیت بازتری نسبت به وجود راهنمایی معنوی پیدا کردم، و این ایده را بهتر درک کردم که خداوند یک مفهوم بیرونی نیست، بلکه یک مفهوم درونی است که در اعماق وجود همه انسان‌ها حضور دارد.

خالق ما، بخش کوچکی از وجود خود را در درون همه انسان‌ها قرار داده است، جرقه‌ای از ماهیت من هستم، که می‌تواند به آتشی سوزان در وجود ما تبدیل شود و این حقیقت را به ما نشان دهد که همه ما در اصل و ذاتمان، خدا هستیم. همان‌طور که من در طول زمان این آمادگی را کسب می‌کردم که این ایده انقلابی را بپذیرم، معلمانی وارد زندگی‌ام می‌شدند تا این حقیقت را به من نشان دهند. چیزی که زمانی برایم یک مفهوم گنگ و پیچیده بود، اکنون برایم به حقیقتی شفاف، قابل درک، و هیجان‌انگیز تبدیل شده بود. و همین هیجان درونی باعث شد که من کتاب "روایهای تحقق یافته" را بنویسم، و یک ویژه‌برنامه تلویزیونی بر اساس آن بسازم.

در نهمین برنامه‌ای که من بر اساس آموزه‌های نویل و کتاب قدرت عبارت «من هستم» برای شبکه پی.بی.اس. تولید کردم، توانستم آنیتا مورجانی را مقابل دوربین بیاورم، تا از تجربه شگفت‌انگیز نزدیک به مرگ خود، و شفا یافتن سرطانش پس از آن تجربه با بینندگان صحبت کند. داستان آنیتا درست در همان زمانی به گوش من رسید که ذهن من برای پذیرش این آموزه‌های عرفانی آماده شده بود. این معلم زمانی به زندگی من وارد شد، که من برای مواجهه با او آماده بودم، و توانستم به او کمک کنم تا کتاب *کی ز مردن کم شدم* (چگونه مرگ من در اثر

سرطان به خودشناسی‌ام منجر شد) را چاپ کند، و حتی این افتخار را داشتم که مقدمه‌ای برای آن کتاب بنویسم.

آنیتا شخصاً این حقیقت را تجربه کرده بود که او از خداوند جدا نیست، و به دنبال این تجربه، سرطان پیشرفته او به کلی ناپدید شده بود، آن‌هم در شرایطی که تنها چند ساعت با مرگ فاصله داشت. تا قبل از او، هیچ فرد دیگری که سرطانش تا آن مرحله پیشرفت کرده باشد، زنده نمانده است، با این حال، آنیتا از مرگ بازگشت-آن‌هم درحالی‌که سرطانش به کلی شفا یافته بود- تا چیزهایی را که در تجربه نزدیک به مرگ خود و در وضعیت ناهشیاری و کما متوجه آن‌ها شده بود، به سایر انسان‌ها بیاموزد. داستان او، بر روی زندگی میلیون‌ها انسان جویای حقیقت تأثیر گذاشت، و خیلی زود به صدر جدول پرفروش‌ترین کتاب‌های نیویورک تایمز صعود کرد. او اکنون به گوشه‌کنار دنیا سفر می‌کند تا داستان تجربه شگفت‌انگیز خود را با دیگران به اشتراک بگذارد، و چیزی را که به دنبال این تجربه از آن مطمئن شده است، به آن‌ها بیاموزد: تنها کاری که ما باید انجام دهیم، این است که بفهمیم چه موجودات شگفت‌انگیزی هستیم، و به این باور قلبی برسیم که خداوند همواره با ماست- و با خدا، حقیقتاً هر چیزی ممکن است.

اتفاقات زیادی دست‌به‌دست هم دادند، تا داستان آنیتا درباره تجربه نزدیک به مرگش، به گوش من برسد. اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که پشت همه این اتفاقات، و همچنین آن ندای درونی که مرا تشویق می‌کرد تا او را که در هنگ کنگ زندگی می‌کرد بیابم و به برنامه‌ام در شبکه پی.بی.اس. دعوت کنم، تا داستانش را به گوش جهانیان برساند، و کتابی درباره تجربه شگفت‌انگیزش چاپ کند، ردپایی از نیرویی الهی وجود دارد. میلیون‌ها انسان با شنیدن حرف‌های آنیتا در آن برنامه تلویزیونی و همچنین با خواندن کتابش، توانستند که زندگی خود را تغییر دهند و ارتباط قوی‌تری با خداوند برقرار کنند. مردم احتیاج داشتند که این حرف‌ها را از زبان فردی بشنوند که خودش

شخصاً قدرتی را که در ذات همه ما نهفته است، تجربه کرده، و متوجه این حقیقت شده است که همه ما خدا هستیم.

من از مشاهده هم‌زمانی شگفت‌انگیزی که بین همه این اتفاقات وجود دارد، در شگفت هستم. حقیقتاً زمانی که دانش‌آموز آماده باشد، استاد به شکلی اسرارآمیز و جادویی بر سر راهش ظاهر می‌شود.



بخش ۵۷

اواسط ماه ژوئن سال ۲۰۱۱ میلادی است، و من بار دیگر به شهر آسیسی آمده‌ام. چندین ماه قبل، من به همراه دوست خوب و نزدیکم، رید تریسی، مدیرعامل انتشارات های هوس، تصمیم گرفتیم که این یک تور سیاحتی زیارتی را با نام تجربه کردن معجزات برگزار کنیم. در این تور، ما با یک هواپیمای خصوصی، به اماکن مقدس در شهرهای آسیسی، لورده، و مدجوگورجه پرواز می‌کنیم. در هر کدام از این سه شهر مقدس، که معجزات تأییدشده بسیاری رخ داده‌اند، من یک سخنرانی دوساعته می‌کنم. صد و شصت و دو نفر در این سفر همراه ما هستند، دقیقاً به اندازه حداکثر ظرفیت هواپیمای خصوصی ما.

این سومین باری است که من از زادگاه قدیسی که در طول ۲۰ سال گذشته، نقشی کلیدی در زندگی من ایفا کرده است، بازدید می‌کنم، و زمانی که مشغول برنامه‌ریزی برای برگزاری این تور سیاحتی زیارتی بودم، می‌دانستم که باید یک بار دیگر به این شهر بیایم. سنت فرانسیس در زندگی همواره الگوی من بوده، در طول چند دهه گذشته، و تأثیراتی عمیقی بر روی زندگی‌ام گذاشته است.

هنگامی که وارد هتل می‌شویم، برایم یک ردای ساده و قهوه‌ای‌رنگ می‌آورند تا آن را بپوشم؛ مانند همان ردایی که راهبان فرقه سنت فرانسیس به تن می‌کنند (خود سنت فرانسیس هم هنگامی که ۸۰۰ سال پیش این فرقه را پایه‌گذاری کرد، چنین ردایی بر تن داشت). من آن ردا را می‌پوشم و برای قدم زدن، به فضای سبز این هتل که در روستایی در مرکز ایتالیا قرار دارد می‌روم. از اینکه دوباره به این شهر مقدس برگشته‌ام، جایی که در دهه میلادی آن معجزه را تجربه کردم و زانوهایم شفا پیدا کرد، احساس عجیبی دارم. با یادآوری آن خاطره، زیر لب از روح سنت فرانسیس برای اینکه در آن روز بر من ظاهر شد و به من کمک کرد که جان گریبیل را از آن پله‌ها بالا ببرم، و مفصل زانوهایم را شفا داد، قدردانی می‌کنم.

فردای آن روز، گروه ما (که سه تا از فرزندانم هم در میان آنها حضور دارند) از چندین مکان مقدس بازدید کرد؛ مکان‌هایی که گواه این مطلب هستند که یک فرد، می‌تواند با وجود گذشت هشت قرن از مرگش، بازهم بر مردم جهان تأثیر بگذارد. سنت فرانسیس در طول زندگی‌اش، توانست که ارتباط قوی و عمیقی با خداوند و حضرت عیسی مسیح برقرار کند. او معتقد بود که با زندگی کردن بر اساس آموزه‌های حضرت عیسی، می‌توان به معنای واقعی کلمه، بخشش، عشق، ایمان، امید، روشنایی، و شادی را برای تمام مردم جهان به ارمغان آورد، و به آنها کمک کرد تا کینه، نفرت، تردید، ناامیدی، تاریکی و غمی را که در وجودشان است، دور بریزند.

به من اجازه داده‌اند که فردا عصر، در محلی بسیار ویژه سخنرانی کنم: در کلیسای سن پیترو؛ یک صومعه بندیکتین که در قرن دهم میلادی احداث شده است. تا قبل از این، به هیچ فرد دیگری اجازه نداده بودند که در این مکان، چنین مراسمی را برگزار کند، و من از اینکه چنین فرصتی در اختیارم قرار داده شده، عمیقاً تحت تأثیر قرار گرفته‌ام. همچنین مسئولین این صومعه به ما اجازه داده‌اند که همراه خودمان یک دوربین فیلم‌برداری بیاوریم و این سخنرانی را ضبط کنیم. مطمئن هستم که روح سنت فرانسیس در این قضایا و اتفاقات نقش دارد.

برحسب اتفاق، روز سخنرانی من، مصادف شده است با بلندترین روز تابستان، یعنی ۲۱ ماه ژوئن. در آن بعدازظهر، یک راهب از فرقه فرانسیسکن، از ما استقبال می‌کند و همه ما در سکوت و آرامش وارد کلیسا می‌شویم. هنگامی که من در مورد این بنای باشکوه که قدمت آن به زمان حیات سنت فرانسیس می‌رسد، صحبت می‌کنم، آن راهب با لبخند و تکان دادن سرش، حرف‌های مرا تأیید می‌کند. سنت فرانسیس و افراد فرقه‌اش، از همین مکان تلاش می‌کردند که با فساد که در آن زمان بر کلیسای کاتولیک سایه افکنده بود، مقابله کنند.

باوجوداینکه آرامش و سکوتی مطلق بر این فضا حکم‌فرما است، اما می‌توان وجود نیرویی مرموز و نامرئی را در این مکان احساس کرد؛ نیرویی الهی و مقدس که مو بر تن انسان سیخ می‌کند. در

این کلیسا، یک مجسمه از حضرت عیسی که به صلیب کشیده است، وجود دارد و من تا چند لحظه دیگر، قرا است که زیر این مجسمه باستانی سخنرانی کنم. هنگامی که در راهرو منتظر هستم، احساسی عجیب به من دست می‌دهد، احساسی که در تمام عمرم، هرگز قبل از یک سخنرانی نداشته‌ام.

قبل از شروع سخنرانی من، فرزندانم، سرنا، سندز، و ساجه یکی‌یکی به روی صحنه می‌روند، و با سخنان زیبایی خود مرا معرفی می‌کنند. سپس من مقابل حاضرین می‌ایستم و درباره تأثیرات عمیقی که سنت فرانسیس بر روی زندگی من گذاشته است، با آن‌ها صحبت می‌کنم. در هنگام سخنرانی، احساس می‌کنم که انگار در میان یک میدان انرژی فوق‌العاده قوی ایستاده‌ام. نمی‌توانم این فکر را از سرم بیرون کنم که روح سنت فرانسیس، همین‌جا حضور دارد و کنار من ایستاده است.

همان‌طور که به انتهای سخنرانی دوساعته‌ام که با یک دوربین فیلم‌برداری ضبط می‌شود، نزدیک می‌شوم، یک متن کوتاه از رمان خیالی اما واقعاً تأثیرگذار سنت فرانسیس، نوشته نیکوس کازانتزاکیس را برای حاضرین می‌خوانم. این متن، درباره تغییر بزرگی است که در دوران جوانی، زندگی سنت فرانسیس رخ می‌دهد و او را از یک سرباز جوان که در یک زندان در حال مرگ بود، به یک راهب تبدیل می‌کند که همه‌چیز را رها می‌کند و زندگی‌اش را وقف بازسازی این کلیسا و کمک به دیگران می‌کند. داستان، از زبان دوست و همراه همیشگی فرانسیسکو، برادر لئو روایت می‌شود.

من تاکنون این داستان بی‌نظیر را پنج یا شش مرتبه خوانده‌ام، و با هر بار خواندن آن، احساسات درونی‌ام به‌شدت متأثر شده است. اکنون آن قسمتی را می‌خوانم که ماجرای روبرو شدن فرانسیسکو با چیزی که بیشتر از چیز دیگری از آن وحشت داشت را توصیف می‌کند؛ یک فرد جزامی، که حضرت عیسی در الهاماتش از او خواسته بود تا او را ببوسد، و از این طریق هراسش را نسبت به کسانی که به بیماری وحشتناک جزام مبتلا بودند، از بین ببرد.

همان‌طور که مشغول خواندن این داستان برای گروه هستم، ناگهان دچار غلیان احساسات می‌شوم. روی صحنه خشکم زده است و نمی‌توانم به حرف زدنم ادامه دهم. بدون اینکه بخواهم، در حال گریستن هستم. کاملاً کنترل خودم را از دست داده‌ام. احساس می‌کنم که موجودی روحانی، وجودم را تسخیر کرده است. برای نخستین بار در طول این چهل سالی که برای مردم سخنرانی کرده‌ام، احساس می‌کنم که خودم نیستم. من دیگر وین دایر نیستم، و احساس می‌کنم که با این حضور روحانی که تاکنون بارها وارد زندگی‌ام شده و مرا در مسیر زندگی‌ام هدایت و یاری کرده است، یکی شده‌ام.

بی‌اختیار اشک از چشمانم سرازیر می‌شود، و احساس می‌کنم که فرانسسکو با من یکی شده است. هیچ کلمه‌ای نیست که بتوان این احساس را با آن توصیف کرد. دستانم به سمت حاضرین دراز شده است، و آن‌ها هم آغوششان را به روی من گشوده‌اند. می‌توانیم آغوش پرمهر تک‌تکشان را احساس کنم، با اینکه هیچ تماس فیزیکی‌ای بین ما وجود ندارد. دیگر به حرف زدن ادامه نمی‌دهم - سخنرانی تمام شده است. احساسی بسیار عمیق وجودم را در بر گرفته است، احساسی توصیف نشدنی.

همان‌طور که من در حال خارج شدن از کلیسا هستم، مردم به من نزدیک می‌شوند و می‌گویند که در تمام عمرشان، تاکنون هرگز چنین حالت روحانی‌ای را تجربه نکرده بودند. من می‌دانم که در آن لحظه، اتفاقی فوق‌العاده و شگفت‌انگیز رخ داد. من احساس کردم که با حضوری روحانی که مدت‌ها است نقشی کلیدی در زندگی‌ام ایفا می‌کند، یکی شده‌ام.

گروه برای صرف نهار به یک رستوران می‌رود، اما من حتی نمی‌توانم به غذا خوردن فکر کنم. با تاکسی به اتاقم در هتل باز می‌گردم، و در آنجا برای دو ساعت مدیتیشن می‌کنم. اصلاً اشتها ندارم. احساس می‌کنم که به طریقی، یک فرایند سم‌زدایی قوی را تجربه کرده‌ام. تمام شب خوابم نمی‌برد،

و به اتفاقی که در آن کلیسا رخ داد فکر می‌کنم؛ اتفاقی که باعث شد من که یک سخنران حرفه‌ای و باتجربه هستم، زبانم بند بیاید و حرفی برای گفتن نداشته باشم.

اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

شرایط و اتفاقات همه به نحوی دست‌به‌دست هم دادند تا من آن روز در کلیسای سن پیترو در شهر آسیسی، آن احساس عجیب و بی‌نظیر را تجربه کنم. تا قبل از آن روز تابستانی در سال ۲۰۱۱، من در رابطه با مفهوم یگانگی و پیوند خوردن دو روح با یکدیگر، در نتیجه رسیدن به درکی مشترک از خداوند، مطالب زیادی نوشته بودم و سخنرانی‌های بی‌شماری کرده بودم. در تک‌تک کتاب‌هایم - از کتاب *باور کنید تا ببینید* به بعد، که بیست سال پیش آن را نوشتم و یک فصل کامل را به مفهوم یگانگی اختصاص دادم - من تلاش کردم که این مفهوم را به مردم توضیح دهم که همه ما در ذاتمان، به یکدیگر متصل هستیم، و این ایده که به‌صورت کامل با یک حضور روحانی دیگر یکپارچه شویم، به‌هیچ‌وجه دور از ذهن نیست.

اما اکنون که به این مفهوم فکر می‌کنم، بی‌اختیار تصویری از خودم را می‌بینم که در شهر آسیسی، در آن کلیسای باشکوه و در همان جایی که زمانی سنت فرانسیس می‌ایستاد، ایستاده‌ام. من این فرصت را به دست آوردم که تفاوت میان نوشتن در مورد یگانگی و تجربه کردن آن را با تمام وجودم درک کنم. این درست مثل تفاوت بین این است که با خواندن نوشته‌های دیگران در مورد خداوند، به یک شناخت از او برسی، یا از طریق ایجاد یک ارتباط آگاهانه با خداوند، او را بشناسی.

وقت آن رسیده بود که من تصویر بزرگ‌تری از زندگی‌ام را ببینم. از آغاز سفرم به عنوان یک نویسنده و سخنران جوان که درباره مسائل روانشناسی می‌نوشتم و صحبت می‌کردم، تا رسیدن به آن نقطه که خودم شخصاً یگانگی با سنت فرانسیس را تجربه کردم. اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم

که نیروهای الهی، همواره در طول این مسیر مرا هدایت کرده‌اند و به من یاری رسانده‌اند، تا من بتوانم به این نقطه برسم و هدفم را در زندگی به سرانجام برسانم، و در نهایت خودم شخصاً احساس یگانگی و یکپارچگی را تجربه کنم.

اکنون که به مراحل ابتدایی سفرم نگاه می‌کنم، به وضوح می‌بینم که تمام آن اتفاقات و تجربیات، در واقع برای این بودند که مرا برای انجام مأموریتی که در زندگی داشتم، آماده کنند. امروز برایم مثل روز روشن است، تمام آن سال‌هایی که در دهه اول زندگی‌ام در یتیم‌خانه‌ها گذراندم، باعث شدند که من یاد بگیرم که تنها به خودم متکی باشم، و ایده اتکای به نفس کاملاً در آگاهی‌ام حک شود. نوشته‌های اولیه من درباره یگانگی و ارتباطی که بین ذات حقیقی و روح تمام انسان‌ها وجود دارد، در واقع گام‌هایی ضروری بودند که من باید آن‌ها را طی می‌کردم تا بتوانم خودم شخصاً یگانگی روحانی را تجربه کنم.

سنت فرانسیس، همواره نقشی پررنگ در زندگی من داشته است، و ردپای حضور او در تمام زندگی‌ام به وضوح دیده می‌شود؛ چه آن زمانی که یک پسر بچه کوچک بودم و دائماً در فکر و خیال سر می‌کردم، چه اکنون که به یک معلم معنوی تأثیرگذار و شناخته‌شده تبدیل شده‌ام. در چشمان خالق هستی، من باید به چیزی بیشتر از یک آشنایی ساده با سنت فرانسیس می‌رسیدم - من نه تنها باید کاملاً نسبت به او شناخت پیدا می‌کردم، بلکه باید خود / او می‌شدم. من هیچ شکی ندارم که در آن روز تابستانی، روح ما برای چند لحظه با یکدیگر ادغام شد و من و سنت فرانسیس به یگانگی رسیدیم.

هر کس دیگری هم که آن روز در آن کلیسا بود، توانسته بود حضور سنت فرانسیس را احساس کند. بعداً که عکس‌های متعددی را که در آن روز در حال سخنرانی از من گرفته بودند، مشاهده کردم، در تمام عکس‌ها گویی هاله‌ای نورانی مرا در بر گرفته بود. در واقع من یکی از آن عکس‌ها را با آن هاله‌های نورانی که به وضوح مشخص هستند، در کتاب *آرزوها برآورده خواهند شد* آورده‌ام.

هنگامی که من داشتم تغییرات نهایی را در آن کتاب اعمال می‌کردم، نامه‌ای از طرف برندا باینسکی به دستم رسید؛ یکی از افرادی که در سخنرانی اخیرم در کانادا شرکت کرده بود. او در نامه‌اش نوشته بود هنگامی که من بر روی صحنه مشغول سخنرانی بوده‌ام، هاله‌ای نورانی اطرافم را در بر گرفته بود:

سپس چیزی حتی شگفت‌انگیزتر اتفاق افتاد. دکتر وین، شما داشتید درباره سنت فرانسیس صحبت می‌کردید، و درست در مقابل چشمان من، شمایل شما تغییر کرد. بدن شما در ردایی بلند پوشیده شد، و چهره شما به چهره سنت فرانسیس از شهر آسیسی مبدل گشت. این تغییر تنها یک لحظه به طول انجامید، اما من کاملاً اطمینان دارم که واقعی بود، و تأثیری عمیق و روحانی بر روی من گذاشت.

اما بعد حتی اتفاقی عجیب‌تر رخ داد. شما شروع به صحبت کردن درباره لائو-تزو کردید، و در برابر چشمانم، شما به خود او تبدیل شدید! دوباره، این تغییر چهره لحظه‌ای بیشتر طول نکشید، اما تجربه آن لحظه تا آخر عمر در یاد من خواهد ماند.

در طول بیشتر عمرم، و تا همین اواخر، من نه تنها چنین ادعاهایی را غیرممکن و احمقانه می‌پنداشتم، بلکه به نظرم این حرف‌ها نشان‌دهنده توهم گوینده آن‌ها بود. اما اکنون با دیدی بسیار بازتر همه چیز را می‌بینم. من قبلاً در شهر آسیسی، و در کلیسای سن پیترو، برای چند لحظه یگانگی با روح سنت فرانسیس را تجربه کرده بودم. چند سال قبل هم روح او در بالای آن پله‌ها بر من ظاهر شده بود و به شکلی معجزه‌آسا، زانوهایم را شفا داده بود. قبل از آن هم، روح فرانسسکو در حالی که به همراه همسرم در کلیسا نشسته بودیم و مدیتیشن می‌کردیم، وارد قلب و روح من و همسرم شده بود و روح ما را لمس کرده بود.

فرانسسکو در طول دو سال آخرش، به حدی به حضرت عیسی نزدیک شده بود که زخم‌هایی مانند زخم‌هایی که در اثر به صلیب کشیده شدن بر روی بدن حضرت عیسی ایجاد شده بود، بر

روی بدن او ظاهر شده بود. او به حدی از آگاهی برتر رسیده بود که با حضرت عیسی به یگانگی رسیده بود. اکنون می‌توانم به وضوح بینم که معنای حقیقی زندگی کردن از جایگاه عشق بی‌قیدوشرط، یگانه شدن با آفریننده و پروردگاران، و فکر کردن و عمل کردن مانند خداوند است. من در آن روز تابستانی و در زمان وقوع آن اتفاق معجزه‌آسا در سومین سفرم به شهر آسیسی - هنگامی که می‌خواستم در رابطه با تأثیری که این قدیس بر زندگی من گذاشته بود حرف بزنم، و داستانی را تعریف کنم که چگونه حضرت عیسی در ظاهر یک بیمار جزامی در نظر او ظاهر شده بود، و اینکه او چگونه توانسته بود بر ترسش غلبه کند و آن بیمار جزامی را ببوسد - کاملاً غرق در عشق ناب بودم، و آن عشق الهی، من و سنت فرانسیس را با یکدیگر پیوند داد و برای چند لحظه، روح من و او به یگانگی رسید.

من همواره عاشق این جمله مادر ترزا در رابطه با افرادی که به آن‌ها کمک می‌کرده، بودم: «همه آن‌ها در واقع، حضرت عیسی هستند که به ظاهری متفاوت درآمده‌اند.» اکنون، من می‌دانم که حقیقتاً همه ما به یکدیگر متصل هستیم - و همه ما با هم یکی هستیم.

عشق بی‌قیدوشرط می‌تواند چنان قدرتمند باشد که زخم‌های حضرت عیسی را در بدن افرادی که با او به یگانگی رسیده‌اند، ایجاد کند؛ و همان‌گونه که من در آن لحظات معجزه‌آسا در شهر آسیسی یاد گرفتم - لحظاتی که فیلمشان هم ضبط شده و در یک مجموعه دی وی دی با نام تجربه کردن معجزات منتشر شده است - عشق بی‌قیدوشرط می‌تواند منجر به یگانگی ارواحی شود که تنها در ظاهر به دو موجود مجزا تعلق دارند، و در ذات خود همه با هم یکی هستند.

از آن روز تابستانی در کلیسای سن پیترو، و آن تجربه یگانگی با سنت فرانسیس، من همواره حضور او را در کنار خودم احساس می‌کنم. من از اینکه حتی برای چند لحظه توانسته‌ام با چنین انسان بزرگی یکی شوم، به خودم می‌بالم... اما همان چند لحظه، برای من مانند ابدیت بودند.

بخش ۵۸

من قرار است با ۳۵۰ نفری که قبول کرده‌اند همراه با من سوار بر یک کشتی تفریحی شوند و به دریای مدیترانه بیایند، ملاقات کنم. نام کشتی تفریحی باشکوه و مجللی که قرار است ما با آن به این سفر برویم، *اکیوکس* است. من به گروه همراهم اعلام کرده‌ام که در طول سفر دریایی‌مان بین شهرهای روم، سانتورینی، استانبول، آتن، مایکونوس، و نپال، برای آن‌ها سخنرانی‌های دو ساعته می‌کنم. علاوه بر این، قصد دارم که در شهر افسوس ترکیه، در محل زندگی مریم مقدس، یک سخنرانی یک‌ساعته داشته باشم. عنوان این سخنرانی ویژه، «در پی نیاکان معنوی‌مان» خواهد بود، که همنام این ماجراجویی دریایی است.

در طول دو هفته گذشته، من در کشورهای اسکاتلند و انگلستان، دو سخنرانی عمومی داشته‌ام، و خودم را برای آغاز این سفر پرهیجان آماده نمودم. من در تاریخ ۳۰ سپتامبر سال ۲۰۱۲ میلادی، در جمع افرادی که در این سفر مرا همراهی می‌کنند، سخنرانی خواهم کرد. محل سخنرانی، کنار باقی‌مانده‌های خانه‌ای سنگی است که برخی معتقد هستند بعد از به صلیب کشیده شدن حضرت عیسی، سنت جان، مادر او یعنی مریم مقدس را به آنجا برد و آن بانوی بزرگوار تا آخر عمرش در آن خانه زیست. این خانه که روی کوه کورسوس در حوالی شهر افسوس ترکیه قرار دارد، اکنون هم برای مسلمانان و هم برای مسیحیان یک مکان مقدس است. سخنرانی من، درست در مقابل این خانه سنگی برگزار خواهد شد؛ جایی که در هر ساعت، صدها یا حتی هزاران رهگذر از آنجا عبور می‌کنند. یک گروه فیلم‌برداری هم قرار است که تصاویر این مراسم را ضبط کند.

من به معلم معنوی بزرگی که در نزدیکی همین مکان می‌زیسته است، یعنی مولانا جلال الدین بلخی فکر می‌کنم. او یک شاعر، حقوقدان، خدانشناس، و سرشناس‌ترین عارف صوفی بوده است. او

تقریباً هم‌دوره و معاصر سنت فرانسیس بوده است (مولانا در سال ۱۲۰۷ میلادی متولد شده، و در سال ۱۲۲۶ که سنت فرانسیس از دنیا می‌رود، او ۱۹ ساله بوده است).

اگرچه او در قرن ۱۳ میلادی می‌زیسته است، در سال ۲۰۰۷ به عنوان «سرشناس‌ترین شاعر در آمریکا» معرفی شد.

من در طول سی سال گذشته، بسیاری از آثار او را مطالعه کرده‌ام، و در سخنرانی‌هایم جملات زیادی را از او نقل نموده‌ام. او در کنار جمعی از معلمان معنوی برجسته دیگر، نقشی بسیار مهم و پررنگ در زندگی من ایفا کرده است. در واقع، من به شدت مجذوب داستان زندگی این مرد بزرگ شده‌ام، که هم در بین مسلمانان و هم در بین مسیحیان، جایگاه و منزلت بالایی دارد - اهمیت آثار او بیشتر از آن است که متعلق به یک قوم یا ملیت خاص باشد، و این مرد بزرگ مایه افتخار تمام جهانیان است.

در اوایل دهه هشتاد میلادی، تنها چند سال پس از وقوع انقلاب در کشور ایران، من از خانمی به اسم مریم که در تهران زندگی می‌کرد، نامه‌ای دریافت کردم. او به تازگی کتاب *قلمرو اشتباهات شما* را که به فارسی ترجمه شده بود، خوانده بود، و در نامه‌اش، مرا با آثار مولوی آشنا کرد. از آن زمان به بعد، من به صورت منظم با آن خانم در ارتباط هستم و با او که در ایران زندگی می‌کند، نامه‌نگاری می‌کنم.

تقریباً سه دهه از زمانی که مریم نخستین نامه‌اش را برای من نوشت، می‌گذرد. در آن زمان، او عاشق ایده‌های مطرح‌شده در نخستین کتاب من شده بود. او در طول تمام این سال‌ها همواره در نامه‌هایش علاقه‌ای را که به من و آثارم دارد، ابراز کرده است. مریم در دوران خردسالی‌اش به بیماری فلج اطفال مبتلا شده بوده، و از سن دو سالگی تا شش سالگی قادر به راه رفتن نبوده است. یک شب، روح یک خانم نورانی در خوابش ظاهر می‌شود، و به او می‌گوید که برخیز و راه برو. او

این کار را انجام می‌دهد، نخست در خوابش، و سپس در بیداری، و به این ترتیب بیماری‌اش شفا پیدا می‌کند.

او در نامه‌هایش، اشعاری از مولانا را برای من ارسال می‌کند، و رؤیایش برای ملاقات کسی که مریم او را «شمس» خودش می‌داند. به نظر می‌رسد که بین او و من، ارتباط عاطفی عمیقی شکل گرفته است و او همان احساسی را نسبت به من دارد که مولانا نسبت به معلم معنوی خودش، شمس تبریزی داشت. شمس تبریزی، یکی معلم معنوی بزرگ، و الهام‌بخش بسیاری از اشعار مولوی بوده است. در سال ۱۲۲۴ و در سن ۳۷ سالگی، مولانا با معلمش، یعنی شمس تبریزی، ملاقات می‌کند، و در نتیجه این ملاقات زندگی‌اش به کلی دگرگون می‌شود. در طول چهار سالی که آن‌ها در کنار یکدیگر می‌گذرانند، عشقی الهی و عمیق ما بین آن‌ها شکل می‌گیرد. عشقی که او نسبت به شمس داشت، و سوگواری‌اش در زمان مرگ استادش (که برخی می‌گویند به دست پسر خود مولانا کشته شد)، باعث به وجود آمدن یک مجموعه شعر عاشقانه به نام مثنوی معنوی شد که به زبان‌های مختلفی ترجمه شده است، و حتی امروز که چندین قرن از نگارش آن می‌گذرد، هنوز هم مخاطبان بسیاری دارد.

مریم در نامه‌ها، هدایایی که برای من ارسال می‌کرد، و تماس‌های تلفنی گاه و بیگاهی که ما در طول این سه دهه با هم داشتیم، از وجود عشقی معنوی در بینمان صحبت می‌کرد که از تمام مرزهای فرهنگی و جغرافیایی‌ای که ما را از یکدیگر جدا می‌کردند، فراتر می‌رفت و پیوندی ناگسستنی میان ما دو نفر ایجاد می‌کرد. او همواره آرزو می‌کرد روزی فرا برسد که ما بتوانیم از نزدیک یکدیگر را ببینیم، اگرچه این اتفاق به نظر غیرممکن می‌رسید، چراکه به دلیل قوانینی که در کشور او وجود داشت، او نمی‌توانست برای سفر به آمریکای شمالی ویزا بگیرد.

در صبح روز ۲۸ سپتامبر سال ۲۰۱۲، گروه ما مشغول آماده شدن برای بازدید از شهر تاریخی استانبول است. آخرین باری که من از این شهر زیبا دیدن کردم، سال ۱۹۷۴ بود که برای تدریس

در یک دوره آموزشی به ترکیه آمده بودم، و مجبور شدم برای خروج از این کشور که در آن زمان در وضعیت جنگی با کشور یونان قرار داشت، به یک مأمور رشوه بدهم. من می‌خواهم سوار اتوبوس شوم که خانمی محجبه به من نزدیک می‌شود و در دستانش، مقوایی قرار دارد که روی آن نوشته شده: برای اینکه بتوانی ببینی، باید باور کنی. او از من می‌پرسد، «می‌دانی من کی هستم؟»

هنگامی که من متوجه می‌شوم که آن خانم مریم است، واقعاً خوشحال می‌شوم. هردوی ما به شدت هیجان‌زده هستیم و اشک شوق در چشمانمان جمع شده است. ظاهراً او توانسته بود که برای سفر به ترکیه ویزا بگیرد، و تمام شب را در این بندرگاه شلوغ انتظار کشیده بود تا بتواند مرا ببیند. یکی از اعضای گروه ما به دلیل بیماری نتوانسته بود که امروز همراه ما بیاید، و ما یک جای خالی در اتوبوس داشتیم. مریم تمام آن روز را همراه من و دخترم سرنا می‌گذراند، و ما در انتهای روز و پس از بازدید از یک مسجد زیبا و بی‌نظیر با کاشی‌کاری‌های آبی‌رنگ، با چشمانی اشک‌بار از یکدیگر وداع می‌کنیم.

به کشتی باز می‌گردم، و خودم را برای سخنرانی در مقابل خانه مریم مقدس در شهر افسوس آماده می‌کنم. من در طول عمرم، عمیقاً تحت تأثیر آثار مولوی و شمس تبریزی بوده‌ام، و قصد دارم که برخی از داستان‌ها و اشعار آن دو را در سخنرانی‌ام استفاده کنم. من حضور مولانا و شمس را کنار خودم احساس می‌کنم. اینکه بالاخره توانستم پس از این همه سال نامه‌نگاری و ارتباط از راه دور با مریم، او را از نزدیک ببینم، باعث شده است که احساسی بسیار عجیب داشته باشم. حس می‌کنم ارتباط معنوی بسیار عمیق‌تری با او و این دو معلم معنوی بزرگ به دست آورده‌ام. آموزه‌های این دو معلم بزرگ، بسیار فراتر از دین و مذهب است؛ آن‌ها در اشعار خود، از جوهره عشق الهی سخن می‌گویند، چیزی که من اکنون آن را به‌خوبی درک می‌کنم. یک دانش‌آموز و یک آموزگارِ شکلی از عشق که هرگز تغییر نمی‌کند - و هرگز کم‌فروغ نمی‌شود. این همان عشقی است که خداوند نسبت به تمام انسان‌ها دارد.

من با این کشتی تفریحی باشکوه - که حقیقتاً مانند یک شهر شناور است - به شهر افسوس می‌رسم و دوباره سوار اتوبوس می‌شوم. گروه ما یک روز کامل را در این شهر باستانی که قدمتش به بیش از ۶۰۰۰ سال می‌رسد، سپری خواهد کرد. در این شهر که در شرق دریای مدیترانه واقع شده است، آثار بسیاری از امپراتوری روم باستان وجود دارد. تخمین زده می‌شود که تنها ۱۵ درصد از بناهای تاریخی که در این شهر وجود دارند، از زیر خاک کشف شده باشند، اما با این حال، این مکان واقعاً جذاب و دیدنی است.

هنگامی که در حال سوار شدن به اتوبوس هستم، یک‌بار دیگر مریم را می‌بینم. او برنامه‌اش را برای بازگشت به تهران تغییر داده، و برای اینکه خودش را به اینجا برساند و در شهر افسوس مرا ملاقات کند، مجبور شده است که سوار بر یک هواپیما، یک قطار و یک اتوبوس شود. او می‌خواهد که در مراسم سخنرانی من درباره مولانا و شمس حضور داشته باشد. بسیاری از مطالبی که من قصد دارم در آن سخنرانی آن‌ها را بیان کنم، حاصل نامه‌هایی هستند که او در طول این سی سال برایم ارسال کرده است. من به وقت و هزینه‌ای که مریم برای رسیدن به اینجا متقبل شده، و مشکلاتی را که در این بین با آن‌ها مواجه شده است، فکر می‌کنم، و با این حال، زمانی که به چهره‌اش می‌نگرم، احساسی به جز شادی نمی‌بینم؛ شادی‌ای که نتیجه برآورده شدن آرزوی او برای ملاقات با من است.

من از این بابت حسابی شوکه و خوشحال شده‌ام. اینکه مریم من و دخترم را در طول بازدید از آثار باستانی شهر افسوس همراهی می‌کند، برایم مانند یک رؤیا است. از اینکه قرار است در حضور او، در کنار منزل مریم مقدس درباره مولوی و شمس صحبت کنم، هیجان‌زده هستم و حس می‌کنم که این یک چالش بزرگ برای من است. این زن، تمام آثار مولوی را مطالعه کرده است؛ از جمله مثنوی معنوی، که کتابی سرشار از آموزه‌های عرفانی است و به صوفیان می‌آموزد که چگونه می‌توانند به یگانگی با خداوند که هدف نهایی آن‌ها است، دست پیدا کنند.

سوار اتوبوس می‌شویم تا به بالای کوه نایتینگل برویم؛ مکانی که منزل مریم مقدس در آنجا واقع شده است. تمام ۳۵۰ نفر از اعضای گروه، در مقابل محوطه‌ای که روبروی بقایای این منزل سنگی قرار دارد، نشسته‌اند، بقایایی که قدمت آن به قرن اول میلادی باز می‌گردد. افسانه‌ها می‌گویند که مریم مقدس همراه با سنت جان به این خانه آمد، و تا زمان مرگش در همین محل زندگی کرد.

من مریم را به حاضرین معرفی می‌کنم. علاوه بر آن ۳۵۰ نفری که از ابتدای سفر همراه ما بوده‌اند، اکنون صدها توریست دیگر هم برای شنیدن حرف‌های من به آن‌ها ملحق شده‌اند. من چندین بیت از اشعار مولانا و شمس را برای حاضرین می‌خوانم، و از عشق بزرگی که بین این دو معلم معنوی وجود داشته است، با آن‌ها صحبت می‌کنم. من داستان مریم و خودم را برای آن‌ها تعریف می‌کنم، و به آن‌ها می‌گویم که او برای اینکه امروز خودش را به اینجا برساند و در کنار من حاضر باشد، چه مشکلاتی را به جان خریده است. داستانی را که مریم درباره بیماری‌اش در دوران کودکی برایم گفته بود، برای آن‌ها بازگو می‌کنم، و اینکه چگونه بانویی نورانی به خواب او می‌آید و به او می‌گوید که برخیز و راه برو، و بعد از بیدار شدن، او می‌تواند که بعد از گذشت چهار سال دوباره روی پاهایش بایستد و راه برود.

بعد از آن، تجربه‌ای را که خودم در شهر آسیسی داشتم، در آن زمان که روح سنت فرانسیس برای چند ثانیه مقابلم چشمانم ظاهر شد و مرا تشویق کرد که روی پاهایم بایستم، و در همان لحظه زانوهایم شفا پیدا کردند، برای آن‌ها تعریف می‌کنم. به سمت چپم می‌نگرم، به مکانی که مریم مقدس در آنجا زیسته است، و به حاضرین می‌گویم که نه تنها در آثار مولوی به این بانوی بزرگوار اشاره شده، بلکه در کتاب مقدس مسلمانان یعنی قرآن هم درباره او صحبت شده است.

پس از گذشت هفتاد دقیقه، سخنرانی من با عنوان «در پی نیاکان معنوی‌مان» به پایان می‌رسد. بخش زیادی از این سخنرانی را به حرف زدن درباره مولانا و شمس پرداختم، و عشقی شفافبخش که آن‌ها در اشعارشان به آن اشاره می‌کنند و فراتر از هر آئین و مذهبی است. امروز ۳۰ سپتامبر

سال ۲۰۱۲ است، ۸۰۵ امین زادروز این مرد بزرگ که به لطف محبت‌ها و عشقی که مریم در طول این سال‌ها نسبت به من داشت، به نیرویی الهی و تأثیرگذار در زندگی‌ام بدل شد. من به همراه حاضرین، زادروز این مرد بزرگ را به روح پاکش تبریک می‌گوییم و تک‌تک به درون منزل مریم مقدس می‌رویم تا شمعی در آنجا روشن کنیم، و انرژی عشقی را که در سرتاسر این محیط وجود دارد و همگی متوجه آن شده‌ایم، بهتر احساس کنیم.

در طول ماه‌های گذشته، من قسمت زیادی از وقتم را در شهرهای آسیسی، لودره، و مدوگورجه گذرانده‌ام، و حالا هم که در شهر افسوس هستم. گزارش‌هایی از حضور مریم مقدس در تمام این مکان‌های مذهبی وجود دارد. امروز زادروز مرد بزرگی است که آموزه‌های او چراغ راه میلیون‌ها انسان از فرهنگ‌ها و مذاهب گوناگون در سرتاسر جهان بوده است. من این افتخار را داشتم که در چنین مکان مقدسی و در چنین روز مبارکی، برای جمع بزرگی از مردم درباره عشق الهی سخنرانی کنم. اکنون در کنار مریم هستم، یک دختر مسلمان که در کودکی به بیماری فلج اطفال مبتلا بوده، و سپس به طرزی معجزه‌آسا شفا یافته است. همه این نشانه‌ها، من و تمام حاضرین را عمیقاً تحت تأثیر قرار داده است.

بعد از این تجربه به یاد ماندنی، روحانی و شگفت‌انگیز در منزل مریم مقدس، همگی سوار اتوبوس می‌شویم و به بندرگاه می‌رویم. در آنجا من و مریم یک‌بار دیگر با دیدگانی پر از اشک، از یکدیگر جدا می‌شویم، و او درحالی که لبخند می‌زند، به من می‌گوید، «اکنون تو را با خودم به ابدیت خواهم برد.» او هدیه‌هایی را که برای من و فرزندانم آورده است به من می‌دهد، و سپس یکدیگر را در آغوش می‌گیریم و باهم خداحافظی می‌کنیم.

آن‌ها که طلبکار خدایید، خدایید / بیرون ز شما نیست، شما یید، شما یید

چیزی که نکردید گم از بهر چه جوید / و اندر طلب گم نشده بهر چرایید

خواهید که ببینید رخ اندر رخ معشوق / زنگار ز آینه بصیقل بزدا یید

این ابیات، سروده مولانا هستند و او آن‌ها را در تکریم معلم معنوی و مرشدش، شمس تبریزی سروده است. اکنون که به آن روز فوق‌العاده در شهر افسوس فکر می‌کنم، باور دارم که این کلمات که آن‌ها را مقابل منزل مریم مقدس و قبل از شروع سخنرانی‌ام برای حضار خواندم، به خوبی نمایانگر داستان زندگی من هستند - نه فقط آن سفر در دریای مدیترانه و بازدید از شهرهای مذهبی مختلف، و ملاقاتم با مریم، بلکه تمام زندگی‌ام. مفهوم این ابیات، این است که ما درک کنیم خداوند چیزی نیست که از ما جدا باشد. اگر ما آینه درونمان را صیقل دهیم و به آن بنگریم، تصویر خداوند را در آن آینه خواهیم دید که همواره و همه جا در کنار ما است.

در ۸۰۵ امین سالروز تولد مولانا جلال‌الدین بلخی، من در حالی در آن مکان مقدس برای حضار سخنرانی می‌کردم، که تمام سه هفته قبل از آن را صرف مطالعه و اندیشیدن در باب آموزه‌های مولانا و شمس کرده بودم. هر دوی آن‌ها تأثیر به‌سزایی بر روح و قلب من داشته‌اند، درست مانند ایس، مازلو، سنت فرانسیس، لائو-تزو، و سایر معلمان معنوی بزرگی که در طول زندگی، بر سر راهم قرار گرفته‌اند.

این مریم بود که ۳۰ سال پیش، برای نخستین بار مرا با آثار مولانا و شمس آشنا کرد. اینکه بالاخره توانستم از نزدیک با او ملاقات کنم، آن هم درست در زمانی که قصد داشتم درباره این دو معلم معنوی بزرگ صحبت کنم، بدون شک یک اتفاق تصادفی نبود. این اراده خداوند بود که

من و مریم دقیقاً در آن زمان و در آن مکان با یکدیگر ملاقات کنیم؛ یعنی در سالروز تولد مولانا، و در مقابل منزل مریم مقدس.

امروز می‌توانم به‌وضوح ببینم تمام این «اتفاقات تصادفی» که در روز تولد مولانا در شهر افسوس رخ دادند، در واقع به خواست و اراده خداوند بوده‌اند. این اتفاقات به من کمک کردند تا معنای حقیقی اشعاری را که مولانا برای تکریم معلمش، یعنی شمس سروده بود، درک کنم. از نظر مولانا، عشق به معنی نیاز به یکپارچه شدن با خداوند است؛ نیرویی که سرچشمه تمام هستی است، و همه چیز به سوی او باز می‌گردد. این یک تصور غلط است که انسان‌ها از منبع آفرینش خود جدا هستند. از نظر مولانا، تمام کارهایی که ما در مسیر عشق انجام می‌دهیم، برای این است که بیشتر و بیشتر به سرچشمه وجودمان، یعنی خداوند، نزدیک شویم. این مطلب، مهم‌ترین درسی است که سنت فرانسویس و لائو-تزو در طول زندگی‌شان تلاش کرده‌اند تا آن را به دیگران بیاموزند: اینکه هدف نهایی انسان، رسیدن به یگانگی با خداوند است. اینکه بتواند خواسته‌های نفس (ایگو) را رها کند، و از جایگاه عشق الهی به همه‌چیز و همه‌کس بنگرد. عشق الهی، عشقی است که هرگز تغییر نمی‌کند، کم‌رنگ نمی‌شود، و از بین نمی‌رود- همان‌طور که داستان زندگی و آموزه‌های حضرت عیسی، بودا، و تمام معلمان معنوی بزرگ دیگر، گویای این حقیقت است.

اکنون می‌توانم به وضوح ببینم که خواست پروردگار بر این قرار گرفته بود که من یک قدم از دانستن اینکه تمام انسان‌ها، تکه‌هایی از خداوند هستند، فراتر بروم. من باید خودم شخصاً این مسئله را تجربه می‌کردم. تمام آن اشعار و مطالبی که من در هفته‌های قبل از سخنرانی‌ام درباره مولانا و شمس خواندم، باعث شدند که من آمادگی لازم برای کسب این تجربه را به دست بیاورم. پیغام اصلی آثار مولانا این است که همه چیزهایی که در این جهان وجود دارد، پیرو قانون عشق الهی هستند، و دائماً در تلاش‌اند که با نیرویی الهی که سرمنشأ آفرینش تمام هستی است، به یگانگی برسند.

این کلمات، به خوبی این آموزه‌های عرفانی مولانا را بیان می‌کنند:

من تمام سرزمین‌های مسیحی را زیر پا گذاشتم

من تک‌تک کلیسا را جستجو کردم، اما خداوند را بر روی صلیب نیافتم

من به معابدی که هندوها در آن بت‌هایشان را می‌پرستند سر زدم

اما خدا را در آنجا هم ندیدم

من وجب به وجب کعبه را گشتم

اما خداوند را در آن مکان هم نیافتم

سپس به درون قلب خودم نگریستم

و بالاخره، خدا را دیدم . . . او در قلب من بود، و نه در هیچ کجای دیگر

مولانا هم خداوند را در نیمه برتر وجود خودش دیده بود- خدایی که در درون همه انسان‌ها است. اما یک قدم فراتر از شناخت این ذات مقدس که در وجود همه ما است، تسلیم شدن در برابر نیروی عشق الهی است. این گونه، انسان تبدیل به وسیله‌ای می‌شود که عشق الهی از وجودش به سوی تمام موجودات ساطع می‌شود، و آن‌ها را در بر می‌گیرد. همان‌طور که شمس، مولانا را به چالش کشید تا عشقی بی‌قیدوشرط را در وجود خود بیدار کند، من هم احساس می‌کنم که باید نسبت به دیگران چنین عشقی داشته باشم. مانند همان عشقی که مریم در طول تمام این سال‌ها نسبت به من و آموزه‌هایم داشت، آن هم بدون اینکه مرا از نزدیک دیده باشد. او پس از ملاقاتمان در ترکیه، این نامه را برای من نوشت:

با اینکه اکنون چند هفته از زمانی که با یکدیگر وداع کردیم می‌گذرد، و من اکنون به خانه‌ام بازگشته‌ام، اما هنوز هم نمی‌توانم جلوی گریه‌ام را بگیرم. شب و روز بی‌اختیار اشک از چشمانم سرازیر می‌شود. هیچ کس در این دنیا نمی‌تواند درک کند که من پس از جدایی از تو چه احساسی دارم - حتی خود تو هم نمی‌توانی احساس مرا درک کنی؛ تنها من، خدایم، و مولانا از این احساس باخبریم... تو از من تشکر کردی، اما آن کسی که باید تشکر کند، من هستم. من از تو متشکرم که مرا به روی صحنه دعوت کردید، تا این افتخار را داشته باشم که در کنارت بایستم و درباره مولانا صحبت کنم...

مرده بدم، زنده شدم

گریه بدم، خنده شدم

دولت عشق آمد و من دولت پاینده شدم

وین، من احساس می‌کنم که مولانا بین ما دو نفر است، منظورم این نیست که او وسط من و تو قرار دارد، بلکه معتقدم او در درون هر دوی ما وجود دارد، و باعث می‌شود که ما از همیشه به یکدیگر نزدیک‌تر شویم. این یک تصادف نیست. عشق، سرنوشت ما است.

اکنون که به اتفاقات عجیبی که در آن روز رخ داد فکر می‌کنم، به یاد می‌آورم که چطور مریم در طول سی سال عاشق من بوده است - نه محدودیت‌های سیاسی، نه فاصله جغرافیایی، نه جنگ و نه جدایی اجباری، هیچ کدام بر روی عشقی که او در طول تمام این سال‌ها نسبت به من داشته است، تغییری ایجاد نکرده. او مانند فرشته‌ای بود که از سوی خداوند به زندگی من فرستاده شده بود، تا پیغام شمس و مولانا را به گوشم برساند، و شکلی جدید از عشق را وارد قلبم کند. عشقی که از جنس عشق‌های زمینی نیست، و هرگز تغییر نمی‌کند و کمرنگ می‌شود؛ عشقی الهی.

من ساعت‌های زیادی را صرف مطالعه و آماده شدن برای آن سخنرانی در شهر افسوس کرده بودم، با این حال اصلاً خبر نداشتم که درست در همان زمان، و در آن بندرگاه شلوغ، با مریم که در ابتدا مرا با آثار مولانا و شمس آشنا کرد، ملاقات می‌کنم. من هنگامی که تصمیم گرفتم که درباره مولانا و شمس تحقیق و سخنرانی کنم، روحم هم خبر نداشت که این کار را در کنار منزل مریم مقدس انجام خواهم داد. و به هیچ وجه نمی‌دانستم که من دقیقاً در سالروز تولد مولانا جلال الدین رومی، بزرگ‌ترین آموزگار عشق الهی به جهانیان، برای مردم درباره او حرف خواهم زد.

من اکنون اینجا نشسته‌ام و در حالت بهت و حیرت به خاطر تمام اتفاقاتی که در آن روز رخ داد، این کلمات را می‌نویسم. و اکنون می‌توانم به‌وضوح ببینم که تمام آن اتفاقات، برای این بود که معنای این کلمات مولانا را به من بیاموزد:

عشق آمد و شد چو خونم اندر رگ و پوست

تا کرد مرا تهی و پر کرد ز دوست

اجزای وجود من همه دوست گرفت

نامیست ز من بر من و باقی همه اوست

این چیزی است که اکنون به وضوح می‌بینم. از من تنها نامی باقی می‌ماند، اما جوهره وجودم عشق است. و این سرنوشت من است که عشق الهی را به تمام مردم جهان بیاموزم و آن را در زندگی‌ام نثار دیگران کنم.