

غرق در نور

www.ketab.ir

www.ketab.ir

Eadie, Betty J. ایدی، بتی، جی. ۱۹۹۲ - م.

طوقا در نور، بتی، جی. ایدی، ترجمه و همراه زاهدی.

قم: صبح صادق، ۱۳۹۳.

ISBN: 978-600-7221-11-2

فهرست‌نویس بر اساس اطلاعات فیبا.

Embraced by the light, c1992

عنوان اصلی:

تجربه دم مرغ.

زاهدی، و همراه: ۱۳۳۰ - م. مترجم.

۱۳۳/۹۰۱۳

شاب ۱۰۹۵۱

۱۳۹۳

۳۵۱۰۲۷۳

کتابخانه ملی ایران

غرق در نور

نویسنده: ایدی

موضوع: زانوی

نوبت چاپ: اول

تاریخ چاپ: ۱۳۹۳

تیراژ: ۱۵۰۰ جلد

قیمت: ۸۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۲۱-۱۱-۲

کلیه حقوق محفوظ است.

انتشارات صبح صادق

آدرس: قم، صندوق پستی ۱۵۹ - ۳۷۱۶۵

مرکز پخش: ۶۶۴۰۴۵۳۲



فهرست

۹	پیش‌گفتار
۱۵	فصل اول . شب اول
۲۳	فصل دوم . شب ژرف‌تر می‌شود
۲۹	فصل سوم . روز دوم
۳۷	فصل چهارم . مرغ من
۴۱	فصل پنجم . توتل
۴۳	فصل ششم . غرق در نور
۵۳	فصل هفتم . قوانین
۵۹	فصل هشتم . شفا یافتن و مردن
۶۷	فصل نهم . کارگاه‌های بافندگی و کتاب‌خانه
۷۱	فصل دهم . باغ
۷۵	فصل یازدهم . میهمانی خیرمقدم

۷۹	فصل دوازدهم . چندین جهان
۸۱	فصل سیزدهم . انتخاب جسم
۸۹	فصل پانزدهم . دعا
۹۳	فصل شانزدهم . جلسهی شورای مردان
۱۰۱	فصل هفدهم . تودیع
۱۰۳	فصل هجدهم . بازگشت من
۱۰۹	فصل نوزدهم . پیمود من
۱۱۳	فصل بیستم . فرشتهی مخصوص من

www.ketab.ir

پیش گفتار

با خواندن کتاب «غرق در نور» بسیار بیش از هر تجربه‌ی دیگری در زندگی‌ام، از جمله ده سال مطالعه‌ی دریاهای خال و مرگ و مصاحبه با کودکان و بزرگسالانی که از نظر بالینی مرده بودند راجع به تجربه‌ی حالت مرگ مطلب آموختم. «غرق در نور» فقط داستان مردن بیتی ایدی به هنگام عمل جراحی و بازگشت او به زندگی نیست، بلکه در واقع سفری است به «نور» یعنی این جهان. به یاد دارم پسری را که بعد از جان به در بردن از یک سگه‌ی طلوع به والدینش گفته بود: «راز عجیبی دارم که به شما یگویم از پلکتنی بالا می‌روم که به بهشت می‌رسیده آن پسر جوان‌تر از آن بود که بتواند منظورش را توضیح دهد. این کتاب حاوی همان راز عجیب است. این راز دریاهای زندگی بعد از مرگ نیست، بلکه رازی است دریاهای خود زندگی.

تجربه‌ی حالت مرگ در واقع تجربه‌ی مردن است. همه‌ی ما، ذرات با ندار، جانی یا قدیس، آن را درک خواهیم کرد. همیشه فکر می‌کردم وقت مردن، صرفاً وارد تاریکی می‌شوم و زندگی‌مان به آخر می‌رسد. به عنوان پزشک مسئول مراقبت‌های ویژه، شاهد مرگ کودکان و بزرگسالان بسیاری بودم و هرگز دلیلی نداشتم که جز این فکر کنم. فقط وقتی شروع کردم به اینکه از جان به در بردگان از مرگ بالینی چگونگی این تجربه را سؤال کنم، فهمیدم

که حالت مردن اغلب حالتی خوش و روحانی است، چیزی که در پایان زندگی انتظار ما را می‌کشد، تاریکی نیست، بلکه نوری است مهربان، نوری که به قول یک کودک: «خیلی چیزهای خوب در آن است».

تجربیه‌ی حالت مرگ در اثر نرسیدن اکسیژن به مغز، یا تأثیر داروها، یا فشارهای روانی ناشی از ترس مرگ حاصل نمی‌شود. مستندات نزدیک به بیست سال تحقیقات علمی حاکی از آن است که این حالات، حالاتی عادی و طبیعی است، ما حتی وجود ناحیه‌ای را در مغز به اثبات رسانده‌ایم که به ما امکان چنین تجربه‌هایی را می‌دهد. این بدان معنی است که احساس حالت مردن واقعیت مطلق است، نه ناشی از توهمات ذهنی. واقعیت این حالات مثل واقعیت دیگر حالات انسانی است، مثل واقعیت ریاضیات و زبان است.

از زمانی که گروه تحقیقاتی من در دانشگاه واشنگتن و بیمارستان کودکان سیاتل این اطلاعات را در نشریات طب اطفال وابسته به انجمن پزشکی آمریکا به چاپ رسانید، هشت سال می‌گذرد. هر چند که محققان در سراسر جهان و از جمله در دانشگاه فلوریدا، بیمارستان کودکان بوستون و دانشگاه لولترخ در هلند این تحقیقات را تکرار کرده‌اند، اما هنوز عامه‌ی مردم مطلب را آنچنان که باید در نیافته‌اند. متأسفانه، جامعه‌ی ما به دست‌افت‌های علمی در دو دهه‌ی گذشته را دربارهِ درک چگونگی مرگ نپذیرفته است. ما شدیداً نیاز داریم این نکته را باز بیاموزیم که به همان اندازه که ماشین‌های رولز رویس هستیم، موجوداتی معنوی نیز هستیم. بسیاری از مشکلات اجتماع ما، از جمله بحران تأمین بهداشت، مُردن آبرومندانه، تمایل به زیاده‌خواهی‌ای که اقتصاد ما را به ورشکستگی کشانده وجود زنان و کودکان بی‌خانمان که یک تنگ‌مالی است، همه ناشی از درنیافتن این نکته است که ما موجوداتی هستیم معنوی، که متقابلاً به یکدیگر وابسته‌ایم. غرق در نوره به ما می‌آموزد که زندگانی فردی ما مهم و پرمعنی است. من بارها و بارها حیرت کرده‌ام از اینکه چطور آنهایی که در پایان زندگی غرق در نور خدا شده‌اند، با پیامی ساده و زیبا بازگشته‌اند: «محبت برتر از هر چیز است... محبت باید حاکم باشد... ما محیط اطراف خود را با افکاری که به ذهنمان می‌آید ایجاد می‌کنیم... ما را به اینجا فرستاده‌اند تا خوب زندگی کنیم، از تمام نعمت‌ها برخوردار شویم، از خلقت خود دل‌شاد باشیم، توفیق و شکست را تجربه

کنیم، از اختیار خود برای بسط و اعتلای زندگانی خود استفاده کنیم» بنی بعد از بازگشت از مرگ بالینی، درباره‌ی تأسیس یک کلیسای جدید یا علاج فوری بیماری‌ها، حرف‌های ذهن‌پرکن نمی‌زند فقط خیلی ساده حرف از محبت می‌زند. معنای تجربه‌ی حالت مرگ چیزی است که همه‌ی ما آن را قبول داریم، اما فراموشش کرده‌ایم. ما قرار است یکدیگر را دوست بداریم، قرار است که مهربان باشیم، اهل مدارا باشیم و با دل و جان خدمت کنیم. این کتاب در واقع یک کتاب درسی درباره‌ی تجربه‌ی حالت مرگ است، در قالب یک داستان ساده و دل‌چسب که برای همه‌ی ما قابل درک است. من هرگز حالت مردن یا حتی یک حالت روحانی را که بتوانم روی آن انگشت بگذارم، تجربه نکرده‌ام و می‌شود گفت که توضیحاتی را که دیگران در این باره به من داده‌اند، با بی‌اعتقادی تلقی می‌کردم. بر این آدم بی‌اعتقادی که علاقه به فهمیدن دارد، مشکل‌ترین قسمت قضیه همین است که بعد از بیرون رفتن از قالب تن چه حالتی دارد و مرگ چگونه می‌تواند تجربه‌ی طبیعی باشد. بنی ایدی در کتاب خود، ضمن شرح درخشانی از مراحل گوناگون این حالت کلید معما را به دست داده و ندانستی را در قالب ادراک قرار داده است.

در وقت مردن احساس می‌کرد بدنش هم به بی‌حسی ضعیف‌تر می‌شود و بعداً «موجی از انرژی در درونم احساس کردم. یک چیزی قوی‌تر یا ول شد. اولین برداشتم این بود که آزادم در این تجربه هیچ چیز غیرطبیعی وجود نداشت» بعد با ارواح نگهبان برخورد کرد که کمکش کردند تا چیزهای مهمی درباره‌ی زندگی خودش دستگیرش شود و بعد، از چگونگی رابطه‌اش با خانواده‌اش سر برداورد در مرحله‌ی انتقال به مرگ به او کمک کردند داخل ظلمت شد و از تونل تاریکی عبور کرد. می‌گوید: «به ذهنم گذشت که این باید همان وادی سایه‌ی مرگ باشد. در زندگی هرگز چنین آرامشی احساس نکرده بودم».

تجربه‌ی او جواب سؤالاتی است که سال‌هاست مردم درباره‌ی تجربه‌ی حالت مرگ از من می‌کند، سؤالاتی که هیچ‌وقت نتوانستم جواب بدهم. شرح می‌دهد که در آن عالم چگونه به حساب‌هایش رسیدگی کردند، در حالی که هیچ‌کس جز خود او قاضی اعمالش نبود. معنا و علت برخی حالات منفی دم مرگ را توضیح می‌دهد و روشن می‌کند که چرا زندگی غالباً مشکل است و

چرا معمولاً برای مردم خوب اتفاق بد رخ می‌دهد. توضیح می‌دهد که چرا کسانی که می‌میرند اغلب از بازگشت به جسم آگراه دارند. می‌گوید: «سنگینی مزاحم جسم و سردی آن ایجاد کراهت می‌کند. بعد از فرح ناشی از آزادی روح، دوباره زندانی جسم شده بودم.»

بتی نه‌تنها در بزرگسالی حالت مردن را تجربه کرد، بلکه چون در کودکی نیز چنین حالتی بر او گذشته بود. برای تجربه‌ی دوم آملدگی داشت. تجربه‌ی حالت مردن در کودکی ساده و خالص است. بی‌آنکه در نتیجه‌ی توقعات و انتظارات مذهبی یا فرهنگی مغشوش و مخدوش شده باشد. بچه‌ها مثل بزرگ‌ترها جلوی تجربه‌شان را نمی‌گیرند و از پذیرفتن تبعات معنوی دیدار با خدا ناراحت نیستند. هرگز فراموش نمی‌کنم دختر بچه‌ی پنج‌ساله‌ای را که با کودکی به من گفت: «من با متجی حرف زدم. خیلی خوش‌اخلاق بود. گفت هنوز رفتن نیست بروم». کودکان خیلی بیشتر از بزرگسالان حالت مردن را به یاد می‌آورند و در تجربه‌ی این تجربه، در بزرگسالی معنویات را آسان‌تر می‌پذیرند و درک می‌کنند. چنین تجربه‌ای اگر دوباره در بزرگسالی نصیبشان شود، معمولاً بیش از حد پرمایه‌ان است.

بتی ابدی به ما خاطرنشان می‌کند که اهمیت تجربه‌ی حالت مرگ، به دلیل آن چیزی است که درباره‌ی زندگی به ما می‌آموزد. چندصد سالی بیش نیست که ما به این نتیجه رسیده‌ایم که انسان فاقد روح است و در نتیجه زندگی بعد از مرگ هم وجود ندارد. این طرز فکر سبب شده است که از مرگ ترس غیرطبیعی در ما به وجود آید و در زندگی ما ریشه دواند و مانع از آن شود که حق زندگی را آنچنان که باید و شاید ادا کنیم. بتی به ما می‌آموزد که وقوف بر اینکه مرگ امری معنوی است، نه‌تنها در ما ایجاد میل به مردن نمی‌کند، بلکه سبب می‌شود که طالب زندگی کامل‌تر باشیم. بتی می‌گوید: «آن وقت بود که فهمیدم در حقیقت خدایی هست. دیگر نگفتم که فقط یک نیروی عالم‌گیر وجود دارد ... موجود مهربانی دینم که کائنات را خلق کرده است ...»

دختر کوچکی به من گفت: «بعد از مردن فهمیدم که زندگی تازه‌ای دارم.» می‌گفت: «ما اینکه در کلاس‌های یکشنبه چیزهایی درباره‌ی بهشت شنیده بودم، در واقع باورم نمی‌شد. بعد از آنکه مردم و دوباره زنده شدم دیگر از مردن

نمی‌ترسم. چون حالا روی هم رفته بیشتر از آن سر درمی‌آورم نه اینکه بخواهد دوباره بمیرد، بلکه چون فهمیده بود: «زندگی را باید طی کرد تا نوبت نور برسد» از او پرسیدم: «بعد از حالاتی که بر تو گذشته، چه تغییری کرده‌ای؟» مکث درازی کرد و بعد گفت: «خوب بودن خوب است».

«غرق در نور» هم همین درس را به ما می‌دهد. اگر مهربان باشیم، شادی نصیبمان می‌شود. بتی از منجی پرسید: «چرا قبلاً این را نمی‌دانستم؟» به او گفته شد: «پیش از آنکه احساس شادی کنی، باید غم را بشناسی» این حرف ساده، استنباط مرا از زندگی تغییر داد این مطلب را من قبلاً هم می‌دانستم، در واقع در تمام طول عمرم آن را شنیده بودم. اما بعد از خواندن کتاب بتی متوجه شدم که زندگانی خود من با خواندن آن تغییر کرده است و باید دوباره با حقایق باطنی ارتباط برقرار کنم که هرگز از وجود آنها بی‌خبر نبوده‌ام، اما همیشه آنها را نادیده گرفته‌ام.

بتی در کودکی به عنوان یک سرخپوست آمریکایی شاگرد یک مدرسه‌ی شبت‌روزی بود. جلوی مدرسه یک بزرگوار قرار داشت که روی آن نوشته بود: «جایی که بصیرت نباشد، مردم نبود می‌تواند». جامعه‌ی ما درک خود را نسبت به اعتقادات و بصیرت‌های معنوی از دست داده است. حاصل مستقیم این وضع، افتضاح وحشتناکی است که در مقابل مردن به دراز دراز می‌بینیم. بدین معنی که بیماران به جای مردن در جمع خویشان و دوستان، در بیمارستان و در مصاحبت ماشین‌های سرد و بی‌روح مخفیانه جان می‌دهند. فراموش کردیم که چطور بمیریم، زیرا مردن دیگر جزئی از زندگی عادی ما به‌شمار نمی‌آید. در عین حال طرز درست زندگی کردن را هم از یاد برده‌ایم.

رُوزف کمپبل، اسطوره‌شناس بزرگ گفته است که بسیاری از مشکلات زمان ما، از اعتیاد گرفته تا خشونت در شهرها، مستقیماً ناشی از فقدان جمعی بصیرت معنوی است. ما فراموش کرده‌ایم که زندگی‌های عادی ما از لحاظ معنوی مهمند. در کتاب «غرق در نور» راز بزرگی نهفته است. رازی که شما خود از آن باخبرید. و این همان چیزی است که پیامبران بزرگ و راهنمایان معنوی طی هزاران سال کوشیده‌اند به ما تفهیم کنند. بتی ایدی تقریباً مرد تا آن را فهمید. این راز قدرت آن را دارد که زندگی شما را هم عوض کند.

دکتر ملوین مورس