

زخم عمیق

بهبود بخشیدن روح از ترس و رنج

Deepak Chopra

دییاک چوپرا

مترجم: مریم غلامی

سرشناسه: چوپرا، دیپاک، Chopra, Deepak

عنوان و نام پدیدآور: زخم عمیق، بهبود بخشیدن روح از ترس و رنج/دیپاک چوپرا؛ مترجم مریم غلامی.

مشخصات نشر: تهران: ارمغان، ۱۳۹۷

مشخصات ظاهری: ۸۵ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۷۹۱۱-۶-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی:

The deeper wound : recovering the soul from fear and suffering,; c2001.

عنوان دیگر: بهبود بخشیدن روح از ترس و رنج.

موضوع: زندگی معنوی

شماره افزوده: غلامی، مریم، ۱۳۶۰ - مترجم

رده‌بندی کنگ: ۱۳۹۱ ج ۶۲۴/BL

رده‌بندی دیوید: ۱۱/۴۴

شماره کتابشناسی: ۱۳۹۷۲



انتشارات ارمغان

www.armaghan-pub.com

عنوان دیگر:

زخم عمیق

نویسنده: دیپاک چوپرا

مترجم: مریم غلامی

ناشر: انتشارات ارمغان

چاپ: چاپخانه صادق

حروفچینی و آماده سازی چاپ: خدمات فرهنگی انتشارات ارمغان

لیتوگرافی: سنا

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۷

شمارگان: ۱۲۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۷۹۱۱-۶-۳

حق چاپ برای ناشر محفوظ می‌باشد.

آدرس دفتر مرکزی: خیابان انقلاب - مقابل دانشگاه تهران - خیابان ۱۲ فروردین - کوچه مهر - پلاک ۱

تلفکس: ۶۶۹۶۹۵۷۹

آدرس فروشگاه: خیابان انقلاب - مقابل دانشگاه تهران - خیابان ۱۲ فروردین - چهارراه شهید نظری - پلاک ۲۷۲

تلفن: ۶۶۴۸۰۲۱۶ - ۶۶۴۹۲۷۵۴

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

دیباچه

در روز ۱۱ سپتامبر ۲۰۰۱ چون سرنوشت اینگونه می‌خواست، نیویورک را برای ۴۵ دقیقه ترک کرده بودم، قبل از اینکه فکر کنم چه اتفاقی خواهد افتاد.

در آن زمان ما در Detroit فرود آمده بودیم و هرج و مرج مشاهده می‌شد. وقتی به می‌درک کردم امنیت آمریکا به صورت غم‌انگیزی از بین رفته، در ابتدا نمی‌توانستم حساسیت نشان دهم، همسر و پسر هم در هواپیما بودند، در پروازهای جداگانه. یکی سمت خوس تجسس، کی سمت سن دیه گو، بدن من مطلقاً از ترس سفت شده بود. هر آنچه من می‌فانسم در ده‌ها سال فکر کنم امنیتشان بود. من متوجه شدم که پروازهایشان برگردانده شده و هر دو بی‌لاست بودند. بطور عجیبی وقتی خبرهای خوب رسید احساس کردم انگار با یک دسیون تصادف کرده‌ام و ضربه شدیدی به بدنم وارد شده است. یک شوک عجیب و یک تجربه تلخ بود که هزاران نفر دچارش شدند.

از خودم سؤال کردم چرا هفته‌ای که گذشت بدن من (اعضایم) آن قدر سفت می‌شود وقتی مردم بی‌گناه در کشورهای دیگر می‌میرند؟

ترس و وحشت در دنیا تجربه هر روزه است و من هر روز می‌شنوم حوادث تلخ را. مردم برای آسیب‌دیدگان گریه می‌کنند، بی‌تابی می‌کنند، مردم خدای را لعن می‌کنند. ما بی‌رحمانه‌ای از بین می‌روند و پناهنده‌ها بدون هر احساسی از خانه و کشورشان جدا می‌شوند. آمریکا به خطر افتاد و یک ارتش پاسخی به تروریسم داد. اگرچه ما احساس مسئولیت می‌کنیم نبض کشور به دست ماست. هر چیزی یک دلیلی دارد، بنابراین ما می‌پرسیم ریشه دلیل برای این شلوغی چیست؟

ما باید نه سطحی بلکه بطور عمیق دلیل آن را پیدا کنیم. شکی نیست که این چنین شیطان‌ها در تمام دنیا هستند.

آیا این شروع رنج نبود؟ و احساس نگرانی مردم که ما نمی‌دانیم و نادیده می‌گیریم رشد می‌کند؟ احساس سنگ دلی و تنفر برای آمریکا ایجاد شد. چرا ما انتخاب شده بودیم برای این همه رنج و ناامنی و تنفر و دل‌نگرانی؟ به نظر می‌رسد در یک دلیل معمولی داشته باشد. وقتی جنگ‌هایی راه افتاد، آیا این وحشتناک نیست جنگ‌های وسیعی که همگی ناپدید شده بودند. آیا هر پاسخ ارتش، می‌تواند جزئی‌ترین اختلاف در این قضیه باشد؟ یا یک زخم عمیق در قلب ما وجود ندارد؟ اگر یک زخم عمیق وجود داشته باشد بر هر شخصی تاثیر نخواهد کرد؟ اگر همه ما زخمی می‌شدیم، تلافی یا جرمه‌ای می‌خواستیم؟ می‌خواستیم مجازات بشویم از طرف هر شخصی که شفا دهنده است.

جنگ قبیله‌ای هزارا سال هست که ادامه دارد و حالا یک مجموعه‌ی بزرگ شده است. آیا این جنگ‌های قبیله‌ای می‌تواند انتها داشته باشد؟ آیا امکان دارد؟ چون ما نسبت به آینده حرکت می‌کنیم، بواسطه برادرانمان، مذهبمان یا حتی قلب‌هایمان زندگی می‌کنیم. که همه این‌ها می‌تواند بر جنگ‌ها فائق شود؟ شما و من چه هستیم؟ در مقابل حوادث چه کاری می‌توانیم انجام دهیم؟ آیا باید اجازه بدهیم زخم عمیق برای زنان طولانی‌تر شود؟ این یک جمله وحشتناک در آمریکا است. اما آیا این یک شکاف در روح دسته جمعی ما نیست؟ آیا این جمله به تمدن مربوط نیست، چه از خارج و چه از داخل؟

من فقط امیدوارم در این حوادث، عمیق‌ترین دلایل مربوط شود. هیچ یک از ما دوباره احساس امنیت نخواهد کرد. پشت پرده امنیتی نمی‌تواند باشد. تنهایی که مشکلات از ریشه درست شوند. این ضروری است که ما دعا کنیم و بخواهیم که آرامش داشته باشیم و به همدیگر کمک می‌کنیم. در این لحظه با تأسف عمیق برای روح تمامی زخمی‌هایمان تنها به طور انفرادی کاری انجام دهیم که مطمئن باشیم که هر فکر شخصی و عمل ما طبیعت انسانی داشته باشد. اگرچه ایده برای این کتاب خارج از رویداد است یادآور واقعه غم‌انگیز ۱۱ سپتامبر ۲۰۰۱ است. قصه این کتاب بدین منظور تکمیل شده تا اینکه این کتاب بتواند التیامی بر زخم‌ها باشد.

عرف عقل سلیم به ما می‌گوید امکان‌ش هست رفتن رنج تا رسیدن به حالت آگاهی، آنجائیکه تغییر شکل افراد ایجاد می‌شود یعنی از رنج به آگاهی رسیدن، این آگاهی بزرگ‌ترین گره زندگی را نیز باز می‌کند. این نشانه‌ای است که شما می‌توانید وضعیت

لذت را برای خودتان خلق کنید. لذت از رنج به آگاهی رسیدن. تا به عمق آن برسید. شما همچنین می خواهید به ترمیم هماهنگی در دنیا کمک کنید.

یک اصل فیزیکی می گوید وقتی یک الکترون حرکت می کند دنیا می لرزد، بیاید شما و من آن الکترون باشیم که حرکت در اندازه های هوشیاری، صلح، هماهنگی، لذت بیاورد و عشق را برای ما بسازد.

در ساعت ۸ صبح روز سه شنبه ۱۱ سپتامبر من به نیویورک پرواز کردم سوار شدم که به لس آنجلس برم چند دقیقه بعد با چرخش ناگهانی از باند فرودگاه جدا شدیم و به آسمان پرواز کردیم. اول تقریباً ساعت ۸/۵ صبح بود وقتی من از روی پنجره با دقت به آسمان نیویورک نگاه کردم از دانشگاه کلمبیا، آموزشگاه من و همه مسیر به سمت مرکز تجارت جهانی به وضوح دیده نمی شد.

چه روز خوبی! منظم می کردم و با خیالت راحت چشمانم را بستم و خوابیدم. کمی بیشتر از ۱۰ دقیقه بعد من از خواب بیدار شدم وقتی صدای خلبان هواپیما بلند شنیده می شد. خانم ها و آقایان! برای آرام توجه می داد ما داریم آماده می شویم بصورت اضطراری بنشینیم زیرا به نظر می رسد یک تروریست به منطقه نیویورک حمله کرده، لطفا آرام باشید...

صدای آرام و نگرانی از کابین خلبان می آمد. به سرعت خود را به تلفن رساندم. به سرعت کارت تلفن را به داخل تلفن قرار دادم برای تلفن کردن منتظر شدم، به میز اخبار در لوس آنجلس تلفن کردم. صدای ترق و تورون می آمد اما اشتباهی نبود صدای وحشتزده یکی از همکاران بود.

خانم همکارم (روزنامه نگار - دفتر روزنامه) پرسید تو خوبی؟ به من خواهش می کنم اطلاعات بیشتری بگوئید.