
گاه‌های آگاهی

از آیین «آوردگان نور» تا هنر «بازآفرینی»

نیل دونالد والش

فرناز فرود

Walsch, Neale Donald.

والش، نیل دونالد، ۱۹۴۳ - ۴ -
گام‌های آگاهی: از آیین «آوردگان نور» تا هنر «بازآفرینی» / نیل دونالد والش؛
بازگردان: فرناز فرود - تهران: کلک آزادگان، ۱۳۹۰.
۱۱۲ ص.

ISBN: 978-964-7974-89-9

Bringers of the Light

Recreating Yourself

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا.

عنوان اصلی بخش نخست کتاب:

عنوان اصلی بخش دوم کتاب:

چاپ یکم: ۱۳۹۱.

موضوع: ۱- موفقیت، ۲- زندگی معنوی، ۳- تحول (روانشناسی)، ۴- خودسازی.

نرود، فران، ۱۲۲۳ - ، مترجم.

رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۱

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۰ ۱۲۲۳ م/۸۰۲۲۷ BF۶۶۳۷

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۲۴۴۴۸۰۴



گام‌های آگاهی

از آیین «آوردگان نور» تا هنر «بازآفرینی»

نویسنده: نیل دونالد والش

بازگردان: فرناز فرود

ویراستار: ریحانه فرهنگی

لینوگرافی: صدف

چاپ: شمسان

صحافی: تاجی

چاپ یکم: ۱۳۹۱

شمارگان: ۳۳۰۰ نسخه

شابک: ۹ - ۸۹ - ۷۹۷۴ - ۹۶۴ - ۹۷۸

همه حقوق محفوظ است.

قیمت: ۴۰۰۰۰ ریال

۹ آشنایی با نویسنده

بخش یکم: آورندگان نور

- ۲۱ هدف زندگی
- ۲۳ گام یکم آورندگان: روشن کردن هدف زندگی
- ۲۴ اصل یکم: والاترین هدیه خدا
- ۲۹ گام دوم آورندگان: از انجام دادن تا بودن
- ۳۰ اصل دوم: بودن یا انجام دادن؟
- ۳۵ گام سوم آورندگان: اهمیت بودن
- ۳۸ اصل سوم: انتخاب چه کسی بودن
- ۴۶ گام چهارم آورندگان: مشاهده مخالفت به عنوان فرصت
- ۴۷ اصل چهارم: هجوم ناهماندها
- ۵۰ گام پنجم آورندگان: پذیرش شکل گیری
- ۵۳ اصل پنجم: شکل گیری بودن

بخش دوم: با آفرینی

- ۶۱ معنای زندگی
- ۶۲ اصل ششم: رابطه زندگی و حرکت
- ۶۳ اصل هفتم: حرکت تغییردهنده

۶۴	اصل هشتم: خاستگاه واقعیت
۷۰	اصل نهم: هر تغییر، یک آفرینش
۷۴	گام یکم بازارآفرینی: آفریننده آرزوها
۸۱	گام دوم بازارآفرینی: تکمیل کارهای ناتمام
۸۲	اصل دهم: تفسیری از آفریننده و آفرینش
۸۴	اصل یازدهم: مهم نبودن و معنا نداشتن
۹۶	گام سوم بازارآفرینی: تصمیم درست
۱۰۱	اصل دوازدهم: انتخاب آگاهانه، آگاهی تازه و تجربه نو
۱۰۲	گام چهارم بازارآفرینی: تصمیم در باره تجارب آتی
۱۰۷	اصلها و گامهای این کتاب

آشنایی با نویسنده

نیل دونالد والش که با نام نیل مارشال والش^۱ نیز شهرت دارد، در دهم سپتامبر سال ۱۹۴۳ در شهر میلواکی^۲ از ایالت ویسکانسین^۳ به دنیا آمد و به عنوان یک کاتولیک رومی در خانواده‌ای پرورش یافت که او را به جست و جو در باره حقایق معنوی تشویق می‌کردند.

مادر والش، به عنوان نخستین آموزگار معنوی به او آموخت که از خدا نترسد. مادر نیل به داشتن یک ارتباط شخصی با آموزه‌های الهی باور داشت و نیل نیز راه او را پی گرفت. مادر والش به شیوه‌ای غیر سستی به کلیسا می‌رفت و هنگامی که پسرش علت را از او جویا شد، پاسخ داد: «من مجبور نیستم به کلیسا بروم تا خدا به سوی من بیاید. خدا با من است؛ در پیرامون من و هر کجا که هستم!» این دیدگاه در باره خدا در سنین کودکی نیل، موجب شد که او به ورای بینش‌های سستی در رابطه با مذهب سازمان‌یافته برود.

نیل در کودکی به گونه‌ای عجیب کنجکاو بود و طوری در باره زندگی اظهار نظر می‌کرد که نشان می‌داد عقل او بیش از سنش است. حرف‌های نیل موجب می‌شد که فامیل و آشنایان اغلب بپرسند: «او در کجا با این

چرندیات آشنا شده است؟! هنگامی که وارد یک مدرسه کاتولیک شد، اغلب، پرسش‌هایی را در کلاس دینی مطرح می‌کرد که گسترده‌تر از برنامه آموزشی سنتی آن مدرسه بود.

سرانجام، سرپرست عبادتگاه محل از او دعوت کرد تا به پرسش‌هایش پاسخ دهد. این ملاقات به دیدارهای مرتب هفتگی تبدیل شد؛ جایی که در جلسات عمومی آن نیل آموخت که نباید از طرح پرسش‌هایی دربارهٔ مذهب و معنویات بترسد و همچنین یاد گرفت که این سؤال‌های او موجب رنجش خدا نمی‌شود. نیل تا سن پانزده سالگی مشغول مطالعهٔ آموزه‌های معنوی بود که او را به خواندن متون معنوی گوناگون هدایت کرد.

والش پس از پایان دوره دبیرستان، در دانشگاه ویسکانسین میلواکی ثبت نام کرد، اما زندگی دانشگاهی نتوانست علاقهٔ او را جلب کند و پس از دو سال دانشگاه را ترک کرد. او در درس‌هایی مانند ادبیات انگلیسی، سخنوری، علوم سیاسی، موسیقی و زبان‌های خارجی که از آنها لذت می‌برد، عالی به شمار می‌آمد، اما در درس‌های دیگر ضعیف بود. این مسأله موجب شد که نیل نتواند امتحانات دانشگاهی را بگذراند و سرانجام از تحصیلات عالی چشم‌پوشد.

والش در پی پیروی از علاقهٔ قلبی خود به کار در رادیو مشغول شد؛ شغلی که سرانجام موجب گشت در سن نوزده سالگی دور از خانهٔ پدری در یک ایستگاه رادیویی کوچک واقع در شهر آنابولیس^۱ ایالت مریلند^۲ به کار تمام‌وقت بپردازد.

اکنون او به یاد می‌آورد که این شغل، کار در یک رادیوی «واقعی» بود

موج ای ام^۱ که اکثر مردم در اتومبیل‌های خود داشتند! او در تولد بیست و یک سالگی خود، مدیر تولید آن ایستگاه رادیویی شد. سپس نیل به کار خود در یک ایستگاه رادیویی در جنوبی‌ترین نقطه آمریکا ادامه داد و بعد به عنوان مدیر برنامه در یک ایستگاه رادیویی با نام «آمریکا برای همه آفریقا» در بالتیمور^۳ به کار پرداخت. این تجربه به گفته خودش به او کمک کرد تا رفتارهای نژادی در آمریکا را بهتر درک کند.

والش با سرشت ناآرام خود در جست و جوی گسترش فرصت‌هایی برای ابراز وجود طی سال‌های پیاپی، مشاغل گوناگونی را آزمود؛ چنان‌چه مدیر برنامه ایستگاه رادیویی، خبرنگار روزنامه و سرانجام، رئیس بخش ویرایش روزنامه و مسئول عالی‌رتبه اطلاعات اجتماعی یکی از بزرگ‌ترین سیستم‌های آموزش ملی در سطح کشور شد. او در مسیر حرکت از مجری بودن در رادیو تا نویسندگی، خبرنگاری یک روزنامه در آنابلیس به نام «یونینگ کاپیتال»^۴ را بر عهده گرفت. نیل در باره تجربه خبرنگاری خود می‌گوید: «هیچ تجربه‌ای نمی‌تواند سریع‌تر از خبرنگار یک روزنامه بودن، آموزش آزاد به شما بدهد؛ به ویژه در چاپخانه شهرستانی کوچک! چون شما از همه خبرها آگاه می‌شوید؛ همه خبرها!»

سرانجام، والش پیش از آن که مدیر بخش ویرایش روزنامه‌ای دیگر در آنابلیس به نام «اراندل تایمز»^۵ شود، خبرنگار و عکاسی ماهر شده بود. این تجارب، افزون بر تأثیر دوسویه ارتباطات گسترده با مردم، بنا بر گفته نیل این درس ارزشمند را به او آموخت: «آنچه توانستم با اندکی فشار بر مردم با استعدادهایی که داشتم، پیش روی خود فرابخوانم این بود که چنین به

1- AM

2- All-African American

3- Baltimore

4- Evening Capital

5- Arundel Times

زندگی بنگرم... خدا این نکته را به من می‌گفت و دفعات بی‌شماری آن را شنیده بودم: آنجا که آسایش تو پایان می‌یابد، زندگی‌ات آغاز می‌شود!»

مشاغل دیگر والش محدود به کارهای مطبوعاتی بود. نیل پس از دوران کوتاه کار در فرمانداری شهرستان و نمایندگی سیاسی محلی، به عنوان مسئول عالی‌رتبه اطلاعات اجتماعی برای یکی از بزرگ‌ترین سازمان‌های آموزشی کشور به کار مشغول شد؛ جایی که در رابطه با آن می‌گوید: «بیش‌ترین آموزش‌های باورنکردنی زندگی را دریافت کردم!» او به مدت ده سال در این کار باقی ماند و در نهایت، همکاری داوطلبانه با دکتر الیزابت کوبلر - راس را آغاز کرد.

پس از ربوده شدن والش توسط دکتر کوبلر راس که مساجرای آن در کتاب «دوستی با خدا»^۲ به تفصیل آمده است، در اوج حیرت نیل، الیزابت او را به یک کارگاه آموزش معنوی در پاکیتی^۳ برد و به عنوان کارمند روابط عمومی خود معرفی کرد. به این ترتیب والش، کارمند تمام‌وقت دکتر راس شد. این الیزابت کوبلر راس بود که معنویت و آرزوی وصل با خدا را دوباره در نیل زنده کرد.

والش با تکیه بر نیروی نوآوری و ارتباطات عمومی گسترده خود، دوره‌ای نیز در وست کاست^۴ به کار بازاریابی در یک شرکت پرداخت. او در این زمینه تجربه‌های فراوان و ارزشمندی اندوخت دستاوردهای نیل بدون آن که آگاه باشد، بعدها همچون گنجینه‌ای به کارش آمد. سپس به سن دیگو^۵ رفت و در آنجا شرکت روابط انتشاراتی و تبلیغی خود را با نام

- Elisabeth Kübler-Ross

۲- دوستی با خدا (Friendship with God). این کتاب از همین مترجم و از طریق انتشارات حمیدا به چاپ رسیده است.

Poughkeepsie
West Coast

5- San Diego

«گروه»^۱ به راه انداخت. با وجود دست‌یابی به برخی موفقیت‌ها در این شرکت، نیل خود را همچنان در این کار ناخشنود می‌دید. با تغییر کار از حرفه‌ای به حرفه دیگر، چنین به نظر می‌رسید که او نمی‌تواند به رضایت شغلی دست یابد.

زندگی خانوادگی والش نیز دستخوش آشفتگی بود؛ چنان‌چه در زندگی مشترک شکست خورده بود و سلامتش نیز سیر نزولی را طی می‌کرد. به این ترتیب او دوره‌ای از سرگردانی را در پی یک زندگی بهتر آغاز کرد. ابتدا به کلیکیته^۲ در واشینگتن^۳ رفت و سپس در پرتلند اریگان^۴ مستقر شد؛ جایی که امیدوار بود شروعی تازه داشته باشد. اما سرنوشت، تغییرات بیش‌تری برای او در نظر گرفته بود و زندگی‌اش را دگرگون کرد. به این ترتیب در دهه ۱۹۹۰، نیل پیش از نوشتن کتاب‌های «گفت و گو با خدا»^۵ با تجاری تلخ و کوبنده رو به رو شد: همه دارایی‌اش سوخت، زندگی مشترکش از هم پاشید و با اتومبیل بسیار قدیمی آقای سالخورده تصادف کرد که این تصادف به شکستگی گردن والش انجامید. البته نیل بسیار خوش‌اقبال بود که توانست از این رویداد جان سالم به در ببرد.

طی یک‌سالگی که طول کشید تا والش بهبود یابد، از کار بی‌کار شد، با شکست در آخرین ازدواج خود از خانه رانده شد و به زودی حتی نتوانست آپارتمان کوچکی را که اجاره کرده بود، حفظ کند.

ظرف چند ماه، نیل خود را در خیابان‌ها سرگردان و بی‌خانمان یافت. این رویدادها او را به سوی مردم آواره شهر و یافتن سرپناهی کشاند. هنگامی که گردن آسیب‌دیده‌اش بهبود یافت، تنها و بی‌کار بود و مجبور شد در

1- The Group
2- Kilichitai
3- Washington

4- Portland, Oregon
5- Conversation With God

چادری در جکسن هات اسپرینگز^۱ در بیرون اشلند^۲ ایالت آریگان زندگی کند و برای گذران زندگی به جمع‌آوری قوطی‌های خالی نوشابه بپردازد.

در این زمان نیل فکر می‌کرد که زندگی او به پایان رسیده است، اما با آدم‌هایی استثنایی رو به رو شد که درس‌هایی باارزش از آنها آموخت؛ مردمی بی‌خانمان که رفتاری دوستانه با او داشتند. آنها حتی در جهش‌های آغازین برای یافتن یک شغل مناسب به والش کمک کردند و جهت حضور در مصاحبه‌ای برای کار جدیدش در رادیو پس‌انداز خود را در اختیار او گذاشتند.

اکنون نیل می‌تواند به گذشته بنگرد و درباره آن دوران دشوار بگوید: «روزی که به سوی آن پارک رفتم و چادر و وسایل خود را به دنبال کشیدم، متبرک شدم، چون آن روز پایان زندگی من نبود، بلکه آغاز آن بود! من در آن پارک، وفاداری، صداقت، اصالت و اعتماد را آموختم!»

والش پس از آن دوران در به در، بار دیگر کاری پاره‌وقت در رادیو پیدا کرد، بعد راه خود را به سوی مجری تمام‌وقت شدن در رادیو گشود و در اثر یک اتفاق، میزبان برنامه رادیویی شد. با این حال، نیل بار دیگر در زندگی خود احساس خلأ می‌کرد. او در سن چهل و نه سالگی فهمید که حرفه‌اش به عنوان یک مجری رادیو با شکست رو به رو شده و همراه با آن، روابط و تندرستی‌اش نیز از هم پاشیده است.

در فوریه سال ۱۹۹۲ نیل دونالد والش در پی یک دوره ناهمبندی عمیق نیمه‌شب از خواب برخاست و با اندوه و تشویش نامه‌ای خشم‌آلود به خدا نوشت: «چه کرده‌ام که سزاوار چنین زندگی همواره پر از کشمکش باشم؟ ... حالا باید چه کنم؟ چه کاری از دستم برمی‌آید؟» او با خشم روز

تکه‌ای کاغذ یادداشت زردرنگ را خط‌خطی می‌کرد: «چه کنم تا زندگی‌ام درست پیش برود؟» و در کمال حیرت، پاسخی دریافت کرد!

نیل پیش از آن که بداند، خود را درگیر یک گفت و گوی دوسویه بر کاغذ یافت. او طی ساعت‌ها و هفته‌های آتی به این نخستین دور گفت و گوها ادامه داد. نیل همیشه نیمه‌شب از خواب بیدار می‌شد و روی همان برگه‌های زردرنگ می‌نوشت. بعدها این دست‌نوشته‌های والش به کتاب‌های «گفت و گو با خدا» تبدیل شد که در فهرست پر فروش‌ترین‌ها جا گرفت. او می‌گوید که این فرایند، «درست مانند دیکته نوشتن» بود و گفت و گویی که به این ترتیب پدید آمد، بدون تغییر، تصحیح یا ویرایش مهمی به چاپ رسید.

اکنون نیل دونالد والش در سراسر دنیا شناخته شده و گفتار و نوشتارش به گونه‌ای ژرف بر زندگی بسیاری از مردم تأثیر گذاشته است. او که از ابتدا به مسایل دینی علاقمند بود و عمیقاً احسان می‌کرد با موضوعات معنوی ارتباط دارد، بیش‌تر زندگی خود را به طور جدی در راه پیشرفت معنوی گذراند.

در حال حاضر مجموعه کتاب‌های «... با خدا» که والش نوشته، به بیست و هفت زبان ترجمه شده و الهام‌بخش دگرگونی‌های مهمی در زندگی روزانه انسان‌ها بوده است. کتاب «گفت و گو با خدا» به مدت بیش از یکصد و بیست و نه هفته یا دو سال و نیم، به عنوان اثری برجسته در فهرست پرفروش‌های نیو یورک تایمز^۱ قرار گرفته است. نیل می‌گوید که کتاب‌های او می‌توانند برای ارتباط با خدا از دیدگاهی جدید به انسان‌ها کمک کنند.

در واکنش به پاسخ‌های بی‌شماری که به نوشته‌های والش داده شد، او و همسرش نانسی فلمینگ - والش^۲ یک سازمان آموزشی غیر انتفاعی را به نام

«بنیاد گفت و گو با خدا»^۱ بنا نهادند تا برای حرکت از خشونت به سوی صلح، از سردرگمی و اغتشاش به سوی روشنی و شفاف بودن و از خشم به سوی عشق، به دنیا الهام بخشد و کمک کند. همچنین نیل یک سازمان غیر انتفاعی با نام «بازآفرینی»^۲ را تشکیل داده که حامی سخنرانی‌ها، برنامه‌ها، همایش‌ها و کارگاه‌هایی در سراسر کشور برای بازپروری انسان‌های علاقمند به رشد شخصی و معنوی است.

همان گونه که نیل در یکی از کتاب‌های خود به نام «دوستی با خدا» شرح می‌دهد، اینک می‌تواند به گذشته بنگرد و درک کند که همه مشاغل و تجارب پیشین، ابزاری برای کارهای کنونی او بوده‌اند. همه تجربیات زندگی والش، خواه خوب، خواه بد، بنا بر گفته خودش به او کمک کرده است. نیل داستان زندگی خود را در کتاب دیگرش، «دوستی با خدا» بازگو می‌کند: «بخشی از وجودم - شاید روحم - باید دانسته باشد که من باید با مردمی دارای هر گونه تجربیات و پیشینه رو به رو شوم و از راه‌هایی عمیقاً شخصی به برهم کنش^۳ با آنها پردازم. جهت انجام این کار به مهارت‌های ارتباطی پیشرفته‌ای در سطح بالا و رویارویی با مردمی دارای فرهنگ‌های گوناگون و شیوه‌هایی متفاوت برای زندگی نیاز بود»

تجارب گذشته نیل این مهارت‌های حیاتی را برای او فراهم کرد و یکی از پیام‌های کتاب‌های بسیار عالی و الهام‌بخش وی را آشکار ساخت: «هیچ رویدادی تصادفی نیست؛ طرح و نقشه‌ای وجود دارد و خدا به شیوه‌ای دوستانه در ارتباط با همه این طرح‌هاست»

کارهای نیل دونالد والش او را از پله‌های مایچو پیچو^۴ در پرو به پله‌های

معبد شیتو^۱ در ژاپن، از میدان سرخ^۲ در مسکو تا میدان سنت پترز^۳ در واتیکان و از آنجا به میدان تیانانمن^۴ در چین برد. او به هر کجا که رفت، از جنوب آفریقا تا نروژ، از کرواسی تا هلند، از خیابان‌های زوریخ تا خیابان‌های استول، در میان مردم عطشی را برای یافتن یک راه جدید زندگی و سرانجام رسیدن به صلح و هماهنگی دید. نیل بینشی جدید و کاربردی به منظور درک زندگی و خدا برای مردم آورده است.

1- Shinto
2- Red Square

3- St. Peters
4- Tiananmen