

زندگی معنا

بررسی عمیق‌ترین پرسش‌ها و انگیزه‌ها
در زندگی

جیمز هالیس

ترجمه‌ی آراز بارسقبان

www.kotab.ir



نشر میلکان

www.ketab.ir

سرشناسه: هالیس، جیمز، Hollis, James

عنوان و نام پدیدآور: زندگی معنا: بررسی عمیق ترین پرسش‌ها و انگیزه‌ها در زندگی؛ نوشته‌ی جیمز هالیس؛ ترجمه‌ی آراز بارسقیان.

مشخصات نشر: میلکان، ۱۴۰۱.

مشخصات ظاهری: ۲۰۷ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۴-۴۵۱-۵

وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا

عنوان اصلی: Life of Meaning: Exploring Our Deepest Questions and Motivations, 2020

موضوع: زندگی، جستجوی معنا

شناسه‌ی افزوده: بارسقیان، آراز - مترجم

رده‌بندی کنگره: BD۴۴۱

رده‌بندی دیویی: ۱۲۸

شماره‌ی کتاب‌شناسی ملی: ۹۰۹۰۴۰۵

زندگی معنا
بررسی عمیق‌ترین پرسش‌ها و انگیزه‌ها در زندگی
جیمز هالیس
ترجمه‌ی آراز بارسقیان
ویراسته‌ی لیلا نظامی نژاد
نمونه‌خوانی مصطفی نظری

مدیر تولید: کاوان بشیری
صفحه‌آرایی و آماده‌سازی: واحد تولید کتاب میلکان

چاپ اول، ۱۴۰۰

تیراژ: ۱۱۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۴-۴۵۱-۵



نشر میلکان

www.Milkan.ir
info@Milkan.ir

مقدمه. ۹

فصل اول: احساس بی‌کفایتی. ۲۱

فصل دوم: همه‌چیز درهم می‌شکند. ۳۵

فصل سوم: مواجهه با «سایه» در زندگی شخصی و عمومی. ۶۳

فصل چهارم: از دست دادن هدف؛ دیدن هفت گناه مرگبار با نگاهی

روان‌شناسانه. ۹۱

فصل پنجم: خاطرات مکرر؛ دفع اشباحی که افسار زندگی ما را در دست

می‌گیرند. ۱۱۳

فصل ششم: زیستن ما بین جهان‌ها. ۱۴۱

فصل هفتم: سال‌خوردگی و مرور سفر. ۱۶۵

فصل هشتم: زیست کامل‌تر در حضور معنای. ۱۸۵

مقدمه

در کتاب حاضر، بنا داریم راه‌های ورود به معنا را بررسی کنیم. در کنار آن، مباحث و درون‌یافت‌هایی گفته می‌شود که همه براساس تجربه‌ی چهل‌ساله‌ام از روانکاوی یونگی است. من در اوایل دوران حرفه‌ای‌ام استاد دانشگاه بودم و در رشته‌ی علوم انسانی تدریس می‌کردم. در میان‌سال‌ی در سوئیس از نو درس خواندم؛ روانکاوی یونگی. در طی این مسیر خوش اقبال بودم که با بسیاری از افراد مطرح در رشته‌ی روانکاوی مواجه شدم و البته خوش اقبال بودم که درباره‌ی این مباحث چیزهای زیادی آموختم. این مباحث همه براساس پرسش‌های مهم زندگی ما هستند. من فکر می‌کنم پرسش‌های بزرگ‌تر برای ما زندگی بزرگ‌تری به همراه خواهند آورد.

در بخش اول به این موضوع می‌پردازیم که چطور سفری به نام زندگی را آغاز می‌کنیم. سعی می‌کنیم به درک برخی از تأثیرهای شکل‌دهنده‌ی دوران جوانی خود پردازیم، به خصوص تأثیرهایی که با ما مانده‌اند و همچنان بر تصمیم‌های ما اثرگذارند و حتی گاهی ما را به سمت برخی تصمیم‌ها و انتخاب‌ها سوق داده‌اند و از برخی تصمیم‌های دیگر دور کرده‌اند. یونگ زمانی نوشت: «زندگی مکث کوتاهی بین دو معمای بزرگ است.» این تعریف خیلی خوبی از زندگی است. من به این تعریف می‌توانم اضافه کنم: به گمانم هدفمان این باشد که چنین مکث کوتاهی را تا حد ممکن درخشان کنیم. خوب، چطور چنین کاری را انجام دهیم؟

در جوانی فکر می‌کردم مسیر رشد ما از راه یافتن پاسخ‌ها میسر می‌شود، ولی چنین نبود؛ چراکه در بهترین شرایط پاسخ‌هایی که می‌یابیم فقط در کوتاه‌مدت به کارمان می‌آیند یا پاسخ‌های فرد دیگری هستند. زندگی چیزی است که مدام تکامل می‌یابد. حقیقتِ دیروز زندانِ فرداست. شاید یادتان بیاید که نمایشنامه‌ی شب دوازدهم شکسپیر به ما نشان می‌دهد هیچ زندانی بازدارنده‌تر از زندانی نیست که خودمان نمی‌دانیم در آن هستیم. من باور دارم با مطرح کردن پرسش‌های بزرگ‌تر و نگاه‌داشتن مدام آن پرسش‌ها در مقابل خود به زندگی بزرگ‌تری خواهیم رسید.