
جهانی نو

آگاهی معنوی از آهنگ زندگی

اکهارت تله

هنگامه آذر می

Tolle, Eckhart.

تله، اکهارت، ۱۹۴۸ - م.
جهانی نو: آگاهی معنوی از آهنگ زندگی / اکهارت تله؛ بازگردان: هنگامه آذرمی.
تهران: کلک آزادگان، ۱۳۸۷.
۲۸۸ ص.

ISBN 978-964-7974-83-7

فیبا.

عنوان اصلی:

A New Earth: Awakening to Your Life's Purpose, c2005

موضوع: زندگی معنوی.

آذرمی، هنگامه، ۱۳۴۰ - ، مترجم.

رده‌بندی دیویی: ۲۰۴/۴

رده‌بندی کنگره: الف ۱۳۸۷ ۷۹۷/۴ BL۷۷۴

۱۳۳۰۷۲۲

شماره کتاب‌شناسی ملی:



کتاب‌آزادگان

جهانی نو

آگاهی معنوی از آهنگ زندگی

نویسنده: اکهارت تله

بازگردان: هنگامه آذرمی

ویراستار: ریحانه فرهنگي

حروف‌نگار: منیره آشنا

طرح جلد: کلک آزادگان

لیتوگرافی: آبرنگ

چاپ: سیزاونگ

صحافی: تاجی

چاپ یکم: ۱۳۸۸

شمارگان: ۳۳۰۰ نسخه

قیمت: ۵۲۰۰۰ ریال

شابک: ۷ - ۸۲ - ۷۹۷۴ - ۹۶۴ - ۹۷۸

همه حقوق محفوظ است.

آثار روان‌شناسی و معنوی

آسودگی خیال / نویسنده: موری آکسن / مترجم: انسی شیرازی
خاتمه‌های پرازنده / نویسنده: موری آکسن / مترجم: انسی شیرازی
زندگی هماهنگ / نویسنده: موری آکسن / مترجم: انسی شیرازی
سازگاری آگاهانه / نویسنده: موری آکسن / مترجم: انسی شیرازی
شناخت دیگران / نویسنده: موری آکسن / مترجم: انسی شیرازی

آورندگان نور / نویسنده: نیل دونالد والش / مترجم: فرناز فرود
باز آفرینی / نویسنده: نیل دونالد والش / مترجم: فرناز فرود
دوستی با خدا / نویسنده: نیل دونالد والش / مترجم: فرناز فرود
لحظات لطف / نویسنده: نیل دونالد والش / مترجم: فرناز فرود

از آن سوها / نویسنده: جی. پی. واسوانی / مترجم: فریبا مقدم
با خالق هستی / نویسنده: جی. پی. واسوانی / مترجم: فریبا مقدم
تا سرای او / نویسنده: جی. پی. واسوانی / مترجم: مجید حمید
خدا یا توست / نویسنده: جی. پی. واسوانی / مترجم: نوشین حمید
در پناه او / نویسنده: جی. پی. واسوانی / مترجم: مجید حمید
زندگی پس از مرگ / نویسنده: جی. پی. واسوانی / مترجم: فریبا مقدم
سخن عشق / نویسنده: جی. پی. واسوانی / مترجم: فریبا مقدم
گوهر خرد / نویسنده: جی. پی. واسوانی / مترجم: فریبا مقدم
زایری در راه / نویسنده: تی. ال. واسوانی / مترجم: فریبا مقدم
نام تو به صد زبان / نویسنده: تی. ال. واسوانی / مترجم: فریبا مقدم

بهترین سال زندگی / نویسنده: دیب فورد / مترجم: فرناز فرود
جدایی معنوی / نویسنده: دیب فورد / مترجم: سوسن اورعی
چرا آدم‌های خوب کارهای بد می‌کنند / نویسنده: دیب فورد / مترجم: فرناز فرود
راز سایه / نویسنده: دیب فورد / مترجم: فرناز فرود
سؤال‌های درست / نویسنده: دیب فورد / مترجم: ریحانه فرمندی
نیمه تاریک وجود / نویسنده: دیب فورد / مترجم: فرناز فرود
سکون سخن می‌گوید / نویسنده: اکهارت تله / مترجم: فرناز فرود
نیروی حال / نویسنده: اکهارت تله / مترجم: هنگامه آذری

آهسته‌سازی / نویسنده: دیوید اسل / مترجم: فریبا مقدم
از جنس نور / نویسنده: تام هارتمن / مترجم: فرناز فرود
بیداری جان / نویسنده: جبران خلیل جبران / مترجم: نوشین حمید
تجلی خواسته‌ها / نویسنده: استر هیکس و جری هیکس / مترجم: اکرم قیطاسی
جان و جانان / نویسنده: گری زوکاو / مترجم: فرناز فرود
چرخ زندگی / نویسنده: الیزابت کویلر - واس / مترجم: فرناز فرود
راهنمای شوربختی / نویسنده: پاول واتسلاویک / مترجم: محمد کامران
صدای دانش / نویسنده: دن میگل رویز / مترجم: فرناز فرود
فقط عشق / نویسنده: جرالد جمپالسکی و دایان سیرنسون / مترجم: فریبا مقدم
گرد معبد عشق / نویسنده: پاراماهازا یوگاناندا / مترجم: فریبا مقدم
نور / نویسنده: مری باسانو / مترجم: فریبا مقدم



ایران - تهران - خیابان انقلاب اسلامی، رو به روی دانشگاه تهران،

خیابان فخر رازی، پلاک ۲۴

تلفن: ۶۶۹۵۲۰۲۱ - ۶۶۹۵۲۰۲۰

www.kelkeazadegan.com

info@kelkeazadegan.com

و شما اینجا هستید تا از تیت الهی برای آفرینش هستی پرده برداشته شود.

اهمیت شما در این است!

اکهارت تله

آشنایی با نویسنده

اکهارت تله در آلمان به دنیا آمد و سیزده سال نخستین عمرش را در آنجا گذراند. پس از آن که از دانشگاه لندن فارغ التحصیل شد، مدتی را به عنوان دانشجوی پژوهشگر و ناظر در دانشگاه کمبریج^۱ گذراند. در بیست و نه سالگی، دگرگونی معنوی و ژرفی که در وجود او روی داد، در واقع بر هویت قدیمی اش نقطه پایان نهاد و مسیر زندگی وی را از بنیاد متحول کرد.

تله چند سال بعد را به درک، تکمیل و تعمیق این دگرگونی گذراند که به آغاز یک سفر ژرف درونی رهنمون شد. اکهارت با هیچ مکتب و سنت خاصی همنا نیست. او در آموزش های خود فقط پیامی ساده، اما ژرف را با صراحتی کامل و فارغ از قید زمان که ویژه آموزگاران معنوی کهن است، عرضه می کند: راهی برای رهایی از رنج به سوی آرامش، وجود دارد!

در حال حاضر اکهارت تله به سراسر دنیا سفر می کند و آموزش ها و یافته هایش را همراه می برد. از سال ۱۹۹۶ اکهارت در شهر ونکوور^۲ کانادا سکونت دارد.

برای آگاهی از برنامه های آینده، کتاب ها، نوارهای دیداری و شنیداری و همایش های این آموزگار معنوی به نشانی الکترونیکی او (www.eckhartolle.com) مراجعه فرمایید.

فهرست

آشایی با نویسنده ۷

بفش یکم: شش‌فای آگاهی بشر

- پیش‌آگهی ۱۳
 هدف این کتاب ۱۶
 پیدایش آگاهی جدید ۱۹
 معنویت و مذهب ۲۰
 ضرورت دگرگونی ۲۲
 بهشت نو و جهانی نو ۲۵

بفش دوم: «من درون» وضعیت کنونی بشر

- خود فریبده ۲۹
 صدای درون سر ۳۲
 خشنودی و ساختار «من درون» ۳۵
 هویت‌سازی با اشیا ۳۶
 حلقه گمشده ۳۸
 توهم مالکیت ۴۲
 خواستن: نیاز به بیش‌تر ۴۵
 همانندسازی با جسم ۴۸
 حس کردن جسم درون ۵۰
 بودن را فراموش کردن ۵۲
 از اشتباه دکارت تا بینش سارتر ۵۳
 آرامشی که از ادراک عبور می‌کند ۵۴

بفش سوم: کانون «من درون»

- رنجش و شکایت ۵۹
 واکنش و گله و شکایت ۶۲
 برحق بودن و دیگران را ناحق انگاشتن ۶۴
 دفاع از یک توهم ۶۵
 حقیقت: مطلق یا نسبی؟ ۶۶
 «من درون» خاص نیست ۶۹
 جنگ یک برداشت ذهنی است ۷۱

۷۳	به دنبال آرامش هستید یا بازی نمایشی؟
۷۴	هویت راستین شما در فراسوی «من درون»
۷۶	همه ساختارها نابایدار هستند
۷۸	نیاز «من درون» به احساس برتری
۷۹	شهرت و «من درون»

بخش چهارم: بازی نقش: مهره‌های بسیار «من درون»

۸۲	شروع، قربانی، عاشق پیشه
۸۴	رها کردن تفسیر خود
۸۶	نقش‌های از پیش تعیین شده
۸۸	نقش‌های زودگذر
۸۹	راهنمای یادست‌های عرق‌کرده
۹۰	شادی نمایشی در برابر شادی راستین
۹۱	جایگاه پدر و مادر، نقش یا وظیفه؟
۹۵	رنج آگاهانه
۹۷	پدر و مادری کردن آگاهانه
۹۸	شناخت فرزند
۱۰۰	رها کردن بازی نقش
۱۰۳	«من درون» بیمار
۱۰۶	زمینه اندوه
۱۰۸	راز شاد بودن
۱۱۱	حالت بیمارگونه «من درون»
۱۱۴	کار با یا بدون «من درون»
۱۱۶	«من درون» به هنگام بیماری
۱۱۷	«من درون» جمعی
۱۱۹	اثبات بی‌چون و چرای فناپذیری

بخش پنجم: تندیس درد

۱۲۳	تولد احساس
۱۲۶	احساسات و «من درون»
۱۲۹	لرذکی با ذهن انسان
۱۳۰	بر دوش کشیدن گذشته
۱۳۲	جمعی یا فردی
۱۳۵	تندیس درد چگونه خود را بازسازی می‌کند
۱۳۶	چگونه تندیس درد از افکار شما تغذیه می‌کند
۱۳۸	چگونه تندیس درد از داستان‌های نمایشی تغذیه می‌کند
۱۴۱	تندیس دردهای پیچیده
۱۴۲	ارتباط تندیس درد با برنامه‌های سرگرم‌کننده و رسانه‌ها
۱۴۴	تندیس درد جمعی زنان
۱۴۷	تندیس دردهای نژادی و ملی

بخش نهم: (های)

۱۵۳	حضور
۱۵۶	بازگشت تندیس درد
۱۵۸	تندیس درد در کودکان
۱۶۱	اندوه
۱۶۲	بیرون آمدن از همانندسازی با تندیس درد
۱۶۵	محرک‌ها
۱۶۸	تندیس درد به عنوان یک بیدارکننده
۱۷۰	رهایی از تندیس درد

بخش هفتم: یافتن آن کسی که به (استی) هستید

۱۷۴	شما، آن کسی که فکر می‌کنید، هستید
۱۷۷	فراوانی
۱۷۹	شناخت خود و شناخت در باره خود
۱۸۱	بحران و ذات متعالی
۱۸۲	خوب و بد
۱۸۴	اهمیت ندادن به آنچه روی می‌دهد
۱۸۶	که این طور!
۱۸۷	«من درون» و لحظه حال
۱۹۰	تناقض زمان
۱۹۲	از میان برداشتن زمان
۱۹۴	رؤیا و رؤیابین
۱۹۶	رفتن به فراسوی محدودیت
۱۹۸	شادی بودن
۱۹۹	بگذاریم «من درون» نابود شود
۲۰۲	چو بیرون، چو درون

بخش هشتم: یافتن فضای درونی

۲۱۰	آگاهی از اشیا و آگاهی از فضا
۲۱۲	رفتن به فروتر و فراتر از اندیشه
۲۱۳	تلویزیون
۲۱۶	شناخت فضای درون
۲۱۹	آیا می‌توانید صدای جویبار کوستان را بشنوید؟
۲۲۰	عمل درست
۲۲۱	دریافت بدون نام‌گذاری
۲۲۳	چه کسی تجربه‌کننده است؟
۲۲۵	تنفس
۲۲۸	اعتیاد
۲۳۰	آگاهی از جسم درون

۲۳۱	فضای درون و فضای بیرون
۲۳۴	توجه به شکافها
۲۳۵	از دست دادن خود، برای یافتن خود
۲۳۶	سکون

بخش نهم: نیت درونی شما

۲۴۰	بیداری
۲۴۳	پرمش و پاسخی در باره نیت درونی

بخش دهم: سیاره جدید

۲۶۱	چکیده‌ای از تاریخچه هستی شما
۲۶۳	بیداری و حرکت بازگشت
۲۶۶	بیداری و حرکت بیرونی
۲۶۸	آگاهی
۲۷۰	کنش بیدار شده
۲۷۲	سه حالت کنش بیدار شده
۲۷۲	پذیرش
۲۷۳	لذت
۲۷۷	اشتیاق
۲۸۱	دارندگان ارتعاش انرژی
۲۸۳	سیاره جدید، آرمان‌شهر نیست

بفش یکم شکوفایی آگاهی بشر

پیش آگهی

سیاره زمین: یکصد و چهارده میلیون سال قبل، صبحگاهی پیش از طلوع خورشید، نخستین گل روی کره زمین پدیدار می شود. گل می شکفت تا پرتو خورشید را دریافت کند. پیش از این رویداد مهم که پیام آور دگرگونی تکاملی در حیات گیاهان است، میلیون ها سال بود که رویدنی ها سیاره زمین را فراگرفته بودند. نخستین گل شاید چندان دوام نیاورد، زیرا می بایست همچنان پدیده ای کمیاب و دست نیافتنی باشد، چون به طور یقین هنوز شرایط برای رویش گل در همه جا مناسب نبود. با این همه، آغاز آن لحظه حساس فرارسید و ناگهان انفجار رنگ و بو همه جای این سیاره را فراگرفت؛ البته آگاهی ادراکی وجود نداشت تا شاهد آن باشد.

پس از مدتی طولانی، آن موجودات خوش بو و ظریفی که به آنها گل می گوئیم، آمدند تا نقشی بنیادین در تکامل آگاهی گونه های دیگر حیات بازی کنند. بشر پیوسته محو زیبایی آنها می شد. به احتمال زیاد با رشد آگاهی بشر، گل ها نخستین پدیده ارزنده در زندگی او بودند، چون با وجود این که برای انسان هیچ کارایی نداشتند و به هیچ رو به بقای او مربوط نبودند، بشر به سوی آنها کشیده می شد. گل ها الهام بخش بسیاری از هنرمندان، سرایندگان و

خردمندان بوده‌اند. حضرت عیسی مسیح (ع) می‌فرماید: «به گل‌ها نگاه کنید و زیستن را از آنها بیاموزید.» گفته‌اند بودا «موعظه سکوت» را هنگامی که گلی در دست گرفته و به آن خیره شده بود، آغاز کرد. پس از مدتی یکی از حاضرین، راهبی به نام ماهاکاسیپا^۱ لبخندی می‌زند. می‌گویند او تنها کسی بوده که موعظه را درک کرده است. بنا بر افسانه‌ای، آن لبخند - که رسیدن به ادراک بود - به بیست و هشت استاد دیگر رسید که بعدها سرآغاز مکتب ذن^۲ شد.

دیدن زیبایی گل می‌تواند بشر را حتی برای لحظه‌ای کوتاه نسبت به آن زیبایی که بنیادی‌ترین بخش درونی وجود و سرشت راستین اوست، بیدار کند. نخستین شناخت زیبایی، یکی از مهم‌ترین رویدادها در تکامل آگاهی بشر بود. در حقیقت، احساس شادی و عشق به آن شناخت بازمی‌گردد. بی آن که کاملاً بدانیم، گل‌ها برای ما به صورت نمودی از آن شکل درآمده‌اند که والاترین، مقدس‌ترین و در نهایت بی‌شکل‌ترین وجود درونی ماست. گل‌ها، میراتر، لطیف‌تر و ظریف‌تر از گیاهی هستند که از دل آن بیرون می‌آیند و مانند پیام‌آوری از قلمرو دیگر، پلی میان جهان اشکال مادی و بی‌شکل به شمار می‌آیند. عطر گل نه تنها برای بشر خوشایند و دلپذیر است، که رایحه‌ای از قلمرو معنویت را نیز با خود همراه می‌آورد. با به کار بردن واژه «روشن‌بینی» در مفهوم گسترده‌تر کلمه، حتی می‌توانیم به گل به صورت گیاهی روشنایی‌یافته بنگریم.

می‌توان گفت که هر گونه شکل حیات در قلمروهای گوناگون کانی، گیاهی، حیوانی و انسانی به روشن‌بینی دست می‌یابد. با این همه چنین فرایندی، پدیده‌ای بسیار نادر است که بیش از یک زنجیره سیر تکاملی را در بر می‌گیرد. همچنین این سیر، یک ناپیوستگی تکاملی را نیز نشان می‌دهد و جهشی به یک سطح کاملاً متفاوت از بودن^۳ و مهم‌تر از آن کم‌رنگ شدن جنبه مادی اشکال است.

چه چیزی می‌تواند از صخره سنگین‌تر، استوارتر و فشرده‌تر از هر پدیده دیگری باشد؟ با این حال، برخی از انواع صخره‌ها در ساختار مولکولی خود دچار دگرگونی می‌شوند و به شکل بلور درمی‌آیند و از این رو در برابر نور خورشید شفاف می‌گردند. برخی از کربن‌ها در اثر حرارت و فشار بسیار بالا به الماس و برخی از کانی‌های سنگین به سنگ‌های قیمتی تبدیل می‌شوند.

بیش‌تر خزندگان و آن دسته از جانورانی که بیش از جانداران دیگر به زمین چسبیده‌اند، میلیون‌ها سال است که به همان شکل مانده‌اند. با این همه، برخی بال و پر درآوردند و تبدیل به پرنده شدند و بر نیروی جاذبه زمین که مدت‌های مدید آنها را بر روی زمین نگه داشته بود، چیره گشتند. آنها در خزیدن یا حرکت بهتر نشدند که فراسوی خزیدن و راه رفتن، پرواز کردند.

گل‌ها، بلورها، سنگ‌های قیمتی و پرندگان از دیرباز از اهمیت خاصی برای معنویت بشر برخوردار بوده‌اند؛ گو این که آنها نیز مانند همه اشکال حیات، به طور موقت نمودی از یک حیات بنیادی و آگاهی هستند. اهمیت ویژه این موجودات و دلیل کشش و پیوستگی بشر به آنها می‌تواند ویژگی اثیری‌شان باشد.

هر گاه میزانی از حضور، سکون و توجهی هشیارانه در ادراک بشر وجود داشته باشد، او می‌تواند جوهر الهی هستی، یعنی آن آگاهی ذاتی یا معنوی را در هر جاندار و هر شکلی از حیات حس کند و آن را به عنوان جوهر خود بشناسد و مانند خودش به آن عشق بورزد. با این همه تا فرارسیدن آن لحظه، بیش‌تر انسان‌ها فقط اشکال بیرونی را می‌بینند و از جوهر درونی آنها آگاهی ندارند؛ درست همان گونه که نسبت به جوهر خود ناآگاه هستند و هویتشان را فقط با شکل روانی و مادی خود می‌شناسند.

حتی کسی با میزان کم یا بدون هیچ حضوری، بی آن که دلیل کشش خود را به سوی گل‌ها، بلورها، سنگ‌های قیمتی یا پرندگان بداند، گه‌گاه می‌تواند حس کند که چیزی بیش از وجود مادی این شکل‌هاست که موجب می‌شود این

چنین با آنها احساس یگانگی کند. این موجودات به دلیل ماهیت اثیری‌شان، در مقایسه با دیگر گونه‌های حیات به میزان کم‌تری شکل آن روح ذاتی را می‌پوشانند. بدون استثنا در مورد همه گونه‌های تازه به دنیا آمده در زنجیره حیات، همچون نوزاد انسان، توله سگ، بچه گربه، بره و مانند اینها که بسیار ترد و شکننده هستند و هنوز در شکل مادی جا نیفتاده‌اند، معصومیت، شیرینی و زیبایی آنها که هنوز این‌دنیایی نیست، از درویشان می‌درخشد. این موجودات حتی آدم‌های نه چندان حساس را به وجد می‌آورند.

بنا بر این هر گاه که هوشیار هستید و به گل، بلور یا پرنده‌ای می‌اندیشید، همه اینها بی آن که با ذهن خود نامی بر آنها بگذارید، به پنجره‌ای رو به بی‌شکلی تبدیل می‌شوند. آنگاه روزه‌ای درونی، هر چند کوچک به قلمرو معنویت گشوده می‌گردد. از این روست که این سه شکل از حیات «روشن‌بین شده» از دیرباز چنین نقش مهمی در تکامل آگاهی بشر داشته‌اند. برای نمونه، چرا گوهر درون نیلوفر آبی نماد کانونی مکتب بودیسم است و کیوتر سفید در مسیحیت اشاره به روح القدس دارد؟ آنها زمینه را برای حرکتی ژرف‌تر در آگاهی سیاره‌ای که در نوع بشر مقدر است، فراهم کرده‌اند. این است بیداری معنوی که اکنون شاهد آن هستیم.

هدف این کتاب

این شکوفایی بنیادین و ژرف درونی که می‌توان شکوفایی گیاهان را با آن مقایسه کرد، گذشته از زیبایی، آیا فقط بازتابی کم‌رنگ برای انسان آماده دگرگونی‌ست؟ آیا بشر می‌تواند انجماد ساختار ذهن شرطی‌شده خود را از دست بدهد و به بلور یا بهتر بگوییم، سنگی قیمتی که در برابر نور آگاهی شفاف است، تبدیل شود؟ آیا انسان می‌تواند بر جاذبه مادی‌گرایی و مادیات چیره گردد

و به ورای هویت‌سازی با آشکال که موجب نگه داشتن «من درون»^۱ می‌شود و او را به اسارت شخصیت درونی خود محکوم می‌کند، خیز بردارد؟

امکان چنین تحولی، پیامی بنیادین از آموزه‌های حکیمانۀ نوع بشر بوده است. پیام‌آورانی چون حضرت عیسی مسیح (ع) و دیگر پیامبران و انسانی که ناشناخته‌اند، نخستین گل‌های بشریت بوده‌اند. آنها مخلوقاتی ارزشمند، نادر و پیشرو بودند. هنوز امکان آن شکوفایی کاملاً گسترده در زمان آنها وجود نداشت و پیام این پیامبران یا اغلب تحریف شد یا به درستی درک نشد. بی‌تردید پیام این بزرگان موجب دگرگونی رفتار بشر، به جز عده‌ای اندک نگردید.

آیا اکنون نوع بشر آماده‌تر از زمان آن آموزگاران است؟ چرا باید چنین باشد؟ در صورت امکان، برای شتاب بخشیدن به این حرکت درونی چه می‌توان کرد؟ چه معیاری آن حالت دیرینه «من درون» را نسبت به آگاهی مشخص می‌کند و نشانه‌هایی که پیدایش آگاهی جدید را مشخص می‌سازد، چیست؟ این کتاب به پرسش‌هایی از این دست و پرسش‌های بنیادین دیگر می‌پردازد. مهم‌تر آن که این کتاب، مطالب ابزار دگرگون‌کننده‌ای برخاسته از آگاهی جدید است. نظریات و مفاهیم ارائه‌شده در اینجا می‌تواند مهم باشد، ولی در درجه دوم اهمیت قرار دارد و بیش از نشانه‌هایی نیست که راه بیداری را به ما می‌نمایاند. همچنان که این کتاب را می‌خوانید، حرکتی در شما روی می‌دهد.

هدف اصلی این کتاب افزودن اطلاعات یا تلقین باوری جدید به ذهن شما نیست. این نوشته سعی ندارد شما را نسبت به مطلبی متقاعد کند، بلکه برای ایجاد حرکتی در جهت آگاهی و بیداری‌ست. از این رو شاید این کتاب، «جالب» نباشد. جالب به این معناست که می‌توانید فاصله خود را حفظ و با نگرش و مفاهیم در ذهنتان بازی کنید و با آنها موافق یا مخالف باشید. این نوشته در باره شماست که یا موجب دگرگونی حالت آگاهی‌تان می‌شود یا

بی‌هوده خواهد بود. این کتاب فقط می‌تواند آن عده‌ای را که آماده هستند، بیدار کند. اما همه هنوز آماده نیستند، با این حال عده بسیاری آمادگی دارند و با هر نفری که بیدار می‌شود، میزان جنبش آگاهی جمعی گسترش می‌یابد و راه را برای دیگران آسان‌تر می‌کند. اگر نمی‌دانید که بیدار شدن چیست، به خواندن این کتاب ادامه دهید. فقط با بیدار شدن می‌توانید معنای راستین این واژه را درک کنید. یک نظر کافی‌ست تا فرایند بیداری که دیگر بازگشت‌پذیر نیست، آغاز شود. برای عده‌ای، هنگام خواندن این کتاب آن بینش آنی پیش می‌آید و برای گروهی دیگر هم هر چند شاید به آن پی نبرده باشند، روند پیشرفت آغاز شده است. این کتاب به آنها کمک می‌کند تا این نکته را تشخیص دهند. این فرایند شاید برای برخی از طریق رنج و درد و برای دیگران از راه ارتباط با آموزگاری معنوی یا آموزه‌ها، خواندن کتاب «نیروی حال»^۱ یا ارتباط با عده‌ای که از نظر معنوی حساس هستند، آغاز شده باشد. پس می‌توان این مسیر را با خواندن همین کتاب دگرگون‌کننده یا ترکیبی از عوامل بالا شروع کرد. در صورتی که فرایند بیداری در شما آغاز شده باشد، خواندن این کتاب موجب شتاب بخشیدن و تقویت آن می‌گردد.

بخش اصلی بیداری، شناخت آن بخش بیدارنشده شماست - «من درون»، آن گونه که می‌اندیشد، صحبت و رفتار می‌کند - و نیز شناخت فرایند ذهن شرطی‌شده جمعی‌ست که موجب تداوم حالت نابیداری می‌شود.

به همین علت این کتاب، حالت‌های اصلی «من درون» و چگونگی کارکرد آن را در فرد و نیز به طور جمعی نشان می‌دهد که به دو دلیل دارای اهمیت است. نخست آن که تا وقتی شیوه اصلی طرز کار «من درون» را ندانید، نمی‌توانید آن را بشناسید و آنگاه «من درون» بارها و بارها شما را در یکی

۱- نیروی حال (The Power of Now) این کتاب از همین نویسنده و با ترجمه هنگامه آذرمی، توسط انتشارات کلک آزادگان چاپ شده است.

دانستن خویش با خودش می‌فریبید و این فریبکار که وانمود می‌کند شماسست، بر شما چیره می‌شود. دوم آن که عمل شناخت، خود یکی از شیوه‌هاییست که بیداری در آن روی می‌دهد. هنگام شناسایی ناآگاهی در خود، آنچه شناخت را ممکن می‌سازد، آگاهی برخاسته است، بیداریست. شما نمی‌توانید با «من درون» بجنگید و پیروز شوید، درست همان گونه که نمی‌توانید با تاریکی بجنگید. تنها نیرویی که لازم است، نورآگاهیست. شما، آن نور هستید.

پیدایش آگاهی جدید

بسیاری از ادیان کهن و آیین‌های معنوی در این باور معمول که حالت «طبیعی» ذهن دچار کمبودی بنیادیست، با یکدیگر هم‌عقیده هستند. با این همه، بدون در نظر گرفتن چنین بینشی که نویدبخش نیست، بینش دومی وجود دارد که از ماهیت وضعیت انسان برمی‌خیزد و امکان دگرگونی اساسی در آگاهی بشر را نوید می‌دهد. در آموزه‌های حضرت مسیح (ع)، این دگرگونی را رستگاری^۱ می‌خوانند. آزادی و بیداری، اصطلاحات دیگری هستند که برای توصیف این دگرگونی به کار می‌رود.

برجسته‌ترین دستاورد بشر کارهای هنری یا فناوری نیست، بلکه شناخت کژکاری و دیوانگی خود اوست. در گذشته‌های دور، این شناخت برای شمار اندکی از انسان‌ها روی داد. مردی به نام گوتاما سیدارتا^۲ که ۲۶۰۰ سال پیش در هند می‌زیست، شاید نخستین کسی بود که این کژکاری را به روشنی دید. بعدها به او لقب بودا داده شد. بودا به معنی «بیدار شده و آگاهی‌یافته» است. همزمان با او شخص دیگری در چین ظهور یافت. که نامش لائوتسه^۳ بود. او تعالیمی به

۱- رستگاری: همان گونه که خوانندگان محترم می‌دانند، در آموزه‌های دین مبین اسلام نیز به موضوع رستگاری به طور کامل پرداخته شده است.

صورت یکی از ژرف‌ترین کتاب‌های معنوی که تا کنون نوشته شده است، به نام **تائو ته چینگ**^۱ از خود به جا گذاشت.

روشن است که تشخیص دیوانگی در خود، سلامت عقل را در پی دارد که آغاز بهبودی و چیره شدن بر این بیماری‌ست. پیدایش بُعد جدیدی از آگاهی در این سیاره، یعنی نخستین تجربه شکوفایی آغاز شده است. آن انسان‌های خاص و نادر سپس با مردم روزگار خود به گفت و گو پرداختند و از گناه، رنج و گمراهی صحبت کردند. آنها گفتند: «بینید که چگونه زندگی می‌کنید. بینید که چه می‌کنید و چه رنجی آفریده‌اید.» سپس از امکان بیدار شدن از کابوس جمعی موجود در هستی «طبیعی» بشر سخن گفتند و راه را نشان دادند.

جهان هنوز آماده پذیرش چنین کسانی نبود و با این همه، آنها بخشی ضروری و حیاتی در بیداری بشر بودند. بی‌شک بیش‌تر مردم در روزگار این انسان‌های برجسته و نسل‌های بعدی، آنها را به درستی درک نکردند. آموزش‌های این پیام‌آوران با وجودی که هم ساده و هم نیرومند بودند، مورد تحریف قرار گرفتند و گاه حتی هنگامی که توسط شاگردان به نگارش درمی‌آمدند، بد تفسیر شدند.

معنویت و مذهب

نقش مذاهب رسمی در پیدایش آگاهی جدید چیست؟ بسیاری از انسان‌ها پیش‌تر نسبت به تفاوت میان معنویت و مذهب آگاه شده‌اند. آنها می‌دانسته‌اند که اعتقاد به یک نظام باوری - با مجموعه‌ای از نگرش‌ها که آن را حقیقت محض می‌داند - با وجود هر چه که ماهیت باوری آن نظام باشد، از شما انسانی معنوی نمی‌سازد. در حقیقت هر چه بیش‌تر خود را با باورها و عقایدتان یکی بدانید، بیش‌تر از بُعد معنوی درونتان دور می‌شوید. بسیاری از آدم‌های «مذهبی» در این