

۱۲۷۲۰۲

همیچ چیز تصادفی نیست

چگونه خوش شانس خود را در زندگی افزایش دهیم
النجی هانتر
ترجمه‌ی ناهید سپهر پور

www.ketab.ir



انتشارات بنیاد فرهنگ زندگی



هیچ چیز تصادفی نیست

نویسنده: آلن جی. هانتز

ترجمه: ناهید سهروردی

ویراستار: کیانوش فسانگر

ناشر: بنیاد فرهنگ زندگی (مستقل از بنیاد فرهنگ زندگی بالنده)

چاپ اول: ۱۳۹۶

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

تلفن تماس: ۸۸۷۳۸۱۸۰-۱

نشانی: تهران - سید خندان - ابتدای سهروردی شمالی - پلاک ۸۲۹ - طبقه دوم - واحد ۶

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۲۶۸-۴۰-۸

www.bonyadonline.ir

bonyadfarhangzendegi.com

bonyadfarhangzendegi.com

سرشناسه : هانتز، آلن جی.

عنوان و نام پدیدآور : هیچ چیز تصادفی نیست؛ چگونه خوش شانسی خود را و زندگی افزایش دهیم /

آلن جی. هانتز؛ مترجم ناهید سهروردی.

تهران: بنیاد فرهنگ زندگی، ۱۳۹۶.

۳۰۴ ص.

۹۷۸-۶۰۰-۶۲۶۸-۴۰-۸

فیبا

عنوان اصلی: The path of synchronicity

, align yourself with your life's flow , C2011

موضوع : همزمانی

موضوع : شهر

موضوع : ناخودآگاهی

شماره افزوده : سهروردی، ناهید، ۱۳۵۰ = مترجم

رده‌بندی کنگره : BF ۱۱۷۵ / ۶۲ م ۱۳۹۳

رده‌بندی دیویی : ۱۲۸

شماره کتابشناسی ملی : ۳۴۸۰۲۵۸



۱۱	ریا چه
۱۹	بخش اول: هستی چیست؟
۲۱	فصل یک: به زمان یا به برق شانس؟
۲۸	فصل دو: دست رنجم
۳۶	فصل سه: مغز در مقابل قلب / فکر در مقابل احساس
۴۷	فصل چهار: نمونه‌های کاربردی از سریان...
۵۸	فصل پنج: آنچه را نیاز دارید آرزو کنید
۶۵	فصل شش: همزمانی در ادبیات
۷۰	فصل هفت: با شجاعت عمل کنید
۸۶	فصل هشت: انجام کار
۱۰۸	فصل نه: اسطوره و ادبیات
۱۳۵	بخش دوم: موانع همزمانی
۱۳۷	فصل ده: تله‌های ذهنی و شکل دادن به واقعیت هستی

۱۵۹	فصل یازده: ستیانای جریان سرنوشت در قلمرو ادبیات
۱۷۷	فصل دوازده: عدم پذیرش جریان نقش قلب
۱۹۲	فصل سیزده: قرار گرفتن در جریان انرژی کیهانی
۲۰۷	فصل چهارده: انتظار کمک در طول راه
۲۱۴	فصل پانزده: افکاری که ما را از جریان انرژی بیهانه...
۲۴۲	فصل شانزده: دوستان
۲۵۳	فصل هفده: سایر موانع همزمانی
۲۶۲	فصل هجده: باز هم موانع بیشتر
۲۶۷	فصل نوزده: هشت مانع همزمانی
۲۷۷	فصل بیست: ضرورت تجربه
۲۸۵	فصل بیست و یک: احضار ارواح به منزله‌ی ...
۲۹۶	فصل بیست و دو: ماهیت سفری که پیش روداریم
۳۰۱	سخن آخر

«اتفاق جالبی افتاد...»

دو روز پس از اتمام آنچه پیش‌نویس نهایی کتاب می‌پنداشتم، اثر مشترکی از سه معلم معنوی مشهور، دیپاک چوپرا، دبی فورد و ماریان ویلیامسون تحت عنوان تأثیر سایه منتشر شد. این موضوع موجب شگفتی من شد؛ بویژه از این بابت که تصمیم گرفته بودم کتاب جدیدم را تحت عنوان «همزمانی، سایه و شما» نام‌گذاری کنم. چندین سال بود که با مفهوم سایه در کشمکش بودم و اغلب مطالبی که در این خصوص مطالعه کرده بودم برایم قانع‌کننده نبود، آنگاه به یکباره سرخه شدم که سه نویسنده برجسته، کتابی درست به هم موضوع را به رشته تحریر درآورده‌اند. تعجبی نداشته‌ام که سرعت آن را بخرم و همان روز بخوانم.

■ دیپاچه

مطالبی که قرار می‌کردند بسیار جالب بود و خواندن کتاب آنها، توصیه کردم؛ با این حال، گرچه همه ما در جایگاه نویسندگان به موضوعات مشابه بسیاری پرداخته‌ایم، اما آن کتاب، محتوای صفحات کتابی که پیش رو دارید، بسیار متفاوت است. من احساس می‌کنم آنها نکاتی اساسی را از «سایه» آخته‌اند. اما روی نکته اصلی با هم توافق داریم: سایه بخشی از هر یک از ما را در تاریکی فرو برده و از هر یک از ما دور می‌دارد. بسیاری از بهترین انگیزه‌هایمان را نابود می‌کند - این موضوع مهمی است و درک آن، راهی را پیش روی ما قرار می‌دهد که می‌توانیم بواسطه آن از خنثی‌سازی و تخریب عملکردهای خود جلوگیری کنیم.

هنگامی که کتاب اسرار سایه را بستم، چیزی به ذهنم

خطور کرد. این جلوه‌ای عینی از ماهیت همزمانی بود، زیرا بنا به ذات همزمانی، ما این انتخاب را داریم که چگونه به آن پاسخ دهیم. دو رویداد مرتبط به طور همزمان اتفاق افتاده بودند و بدین ترتیب انتخابی را پیش روی من قرار داده بودند. گزینه‌ی نخست من، احساس یأس و ناامیدی بود، زیرا می‌پنداشتم عنوانی که متعلق به «من» بود توسط دیگری غصب شده است. واکنش احمقانه‌ای که بیشتر بر نای منیت بود، زیرا این عنوان متعلق به «من» نبود، همان طور که آ. همان متعلق به من نیست؛ اما «من» همواره به دنبال فرصتی است که احساس حقارت کند.

اما اگر بنده سری نیز پیش رو داشتم که آن را انتخاب کردم. با خود فکر کرده‌ام، به راستی یک موهبت است. هرگاه چند کتاب درباره‌ی ایده‌های^{۴۰} منتهی شود، عده‌ی بیشتری با این مفهوم آشنا می‌شوند که مفهوم سایه^{۴۱}، سوار کُندوکاوی جدی است. موضوعی که می‌توانست برای تمام خوانندگان^{۴۲} دید باشد، بویژه کسانی که در زندگی روزمره‌ی خود همواره در^{۴۳} شای ناموفق به دست و پنجه نرم کردن با انگیزه‌ها و امیال بخش^{۴۴} یک روجه‌دشان می‌پردازند.

لذا نکته در اینجا است: چنانچه همزمانی را یک فکت یا شانس تلقی کنیم، ممکن است بسته به چارچوب فکری ما در^{۴۵} گام، پدیده‌ای خوب یا بد باشد. اما اگر رخدادی از این دست را به من^{۴۶} بخشی از الگویی عظیم‌تر قلمداد کنیم (در این مورد خاص، الگوی^{۴۷} کجازه می‌دهد عده‌ی بیشتری از افراد به بحث پیرامون موضوعی مهم^{۴۸} بیهوش) آنگاه در می‌یابیم که موضوع بر سر کتاب «من» یا کتاب «شما» یا این که چه کسی کدام مطلب را ابتدا نوشته است، نیست. موضوع این است که جهان نیاز دارد به کدام پدیده دقیق‌تر بنگرد. البته، «من» مایل نیست بخشی از این الگو باشد. «من» می‌خواهد کانون توجه باشد. بنابراین، به هر چیزی که به اهمیت او نمی‌افزاید، توجهی ندارد.

به همین دلیل بود که منیتم مرا به خشم دعوت می کرد.
هنگامی که رخدادهای همزمانی روی می دهند، در حقیقت پرسش هایی
به نسبت دشوار را مطرح می سازند. زیرا اگر بپذیریم که همزمانی
وجود دارد، آنگاه باید قبول کنیم که هدفی برای زندگی وجود دارد،
الوهیتی هست که سرنوشت تک تک ما را رقم می زند و شاید هدف
از بودن ما روی کره ی زمین، چیزی والاتر از خرید بعی ما باشد.
«من» به این نحو اندیشیدن اهمیتی نمی دهد، زیرا بدین ترتیب
حواسته های پُر تب و تابش در جایگاه دوم قرار می گیرد. «من»
می خواهد که همواره خواسته های خود را مطرح کند تا به احساس
مهم بودن دست یابد، او نمی خواهد جایگاه غرور آمیزش را به الگویی
ولو الهی واگذارد. لذا تلاش می کند ما را متقاعد سازد که
چنین چیزی وجود ندارد.

و پدیده همزمانی هم شکل عمل می کند یعنی ما را می آزماید.
اتفاقی رخ می دهد، به اتفاق دیگر مصادف می شود و در آن لحظه ما
یک گزینه پیش رو داریم: ما نه از کنار هر دو رخداد بی تفاوت
بگذریم یا پدید آمدن الگویی را در این رابطه ببینیم و آنگاه باید به
مفید بودن آن الگو اعتماد کنیم. اگر بخواهیم به اعتماد خود پایبند
بمانیم، آنگاه رخدادها به رخدادهای دیگر رجوع خواهند شد و ما
وارد جریانی می شویم که برای شکاکان به راهی درک نیست.
در صفحات بعد، به اکتشاف این فرآیند خواهیم پرداخت و خواهیم
دید که بخشی از آن، در عمیق ترین سطح، نیازمند ایستادن است که در
صدد درک سایه برآییم. بدون درک سایه، قادر نخواهیم بود جریان
کامل همزمانی را پییم - همان سلسله رخدادهای همزمان و به ظاهر
معجزه آسایی که طی آنها دری به روی زندگی مان گشوده می شود.
سایه، به کمک «من» تلاش می کند این رویداد را متوقف سازد، زیرا
اگر من در راستای چیزی عظیم تر از خود تلاش کنم، آنگاه نخواهم

توانست برای خود نیز تلاش کنم. از آنجا که «من» هیچ چیز را مهم‌تر از خود نمی‌پندارد، این برایش یک بحران محسوب می‌شود. «من» در پاسخ به چنین فرآیندی می‌گوید: «این منصفانه نیست!» «من»، احساس عصبانیت نهفته در سایه را فرا می‌خواند و سایه نیز به نوبه خویش پاسخی خشمگین به ما داده و هر نوع دردسری را برای ما ایجاد می‌کند. این خشم و عصبانیت چنان زندگی ما را آشفته می‌سازد که اگر با سایه‌ی خود مواجه نشویم و تعامل با آن را یاد نگیریم، متوجه خواهیم شد که قادر به درک پدیده‌ی همزمانی نیستیم. سایه، چه و گه‌ش ما را به روی آن می‌بندد. اما اگر سایه را به رسمیت بشماریم و از حوه عملکردش آگاه گردیم، خواهیم دید که رخدادهای همزمان یخ و آتش دیگری در زندگی‌مان پدیدار می‌گردند.

من سعی کرده‌ام با تکمیل بر چند منبع اطلاعاتی مهم، نحوه کارکرد آن را به شما نشان دهم. حسادت، تجاری مبتنی بر مشاهدات کسانی که بیش از ۳۰ سال به آنها آموزش داده‌ام و همچنین تجارب شخصی خودم از پدیده‌ی سرمرده. منبع دوم که پشوتانه‌ی منبع نخست است، برگرفته از ۳۰۰۰ سال، اسطوره، افسانه و ادبیات است که اغلب آنها فرآیندهایی روانی را شرح می‌دهند که ما اجغان و شاگردانم در تجارب خود با آنها روبرو می‌شویم.

افرادی که به مفهومی از اصالت فردی گرایش نداشته‌اند، زندگی خود پدیده‌ی همزمانی را تجربه می‌کنند، در واقع به اشکال گوناگون در قالب داستان‌ها و افسانه‌های بی‌نظیر فرهنگ‌مان زندگی می‌کنند. آثار ادبی مدت‌های مدید موضوعات مشابه همزمانی و سرنوشت را مورد توجه قرار داده و از همین رو، شواهد قابل قبولی دال بر موجودیت همزمانی به شمار می‌روند. در هر مورد، شخصیت‌های اصلی مجبور بودند با «من» و سایه بجنگند تا با همزمانی که گاه تقدیر یا سرنوشت خطاب می‌شود، یکپارچه گردند. ادبیات و اسطوره با دلایلی قانع‌کننده،

ثابت می‌کنند که این مفهوم نقشی محوری در روان مشترک بشر دارد که یونگ آن را «ناخودآگاه جمعی» نام نهاده است.

با بررسی هر دو مجموعه از شواهد شخصی و ادبی، خواهیم دید زندگی‌ای که به تمامی با پدیده‌ی همزمانی عجین باشد، بستگی به چند عامل دارد. قبل از هر چیز لازم است توجه داشته باشیم که ابعادی از زندگی ما اسرارآمیزند و به نظر می‌رسد نوعی الگوی همزمانی وجود دارد و ما باید فرصت کنجکاوی در این حوزه را به خود بازمیم. آنگاه باید به خود اجازه دهیم که به درون خویشتن هبوط کنیم تا شناخت بهتری از کیستی مان بدست آوریم. برخی افراد هرگز «سفر آبی» نمی‌کنند و این در نهایت به ضررشان تمام می‌شود. دیدگاه مبتنی بر هبوط به درون و ملاقات با خویشتن سایه، از ویژگی‌هایی است که در آثار ادبیات و اسطوره تکرار شده و یکی از جذاب‌ترین ابعاد آن است. مسیری که در شکل کلی خود رهروان بسیار دارد، با این است. تنها کسی مختص خودش است. راه هیچ کس درست مثل دیگران نیست. شاید به همین دلیل باشد که در این خصوص داستان‌های بسیار شنیده‌ایم. سفر به جهان خاکی در اسطوره‌هایی همچون اودیسه، اورفئوس، هفتون، بودا، مسیح، دانته، سرگوین، شاه لیر، هملت و بسیاری دیگر؛ و داستان معاصر، هری پاتر دیده می‌شود. احتمالاً نیاکان ما به خوبی این عنصر اصلی اشراق داشتند، درست همان‌طور که ما هنگام «شش احساسات درونی خود، با حسی آشنا از «شب‌های تاریک روح» سخن می‌گوییم. در صورتی که سفر به درون را بپذیریم، ناگزیر از پاسخ به پرسش‌هایی پیرامون باورها و ارزش‌های شخصی مان خواهیم بود و این امر به گونه‌ای اجتناب‌ناپذیر ما را وادار می‌سازد تا نگاهی تازه به جهان معنوی خود داشته باشیم و ضعف‌های خویش را بپذیریم و هرگاه با سایه‌ی خود ملاقات کنیم، درمی‌یابیم که اگر از آن نگریزیم، این

قابلیت را دارد تا تبدیل به سرچشمه‌ای از قدرت حقیقی گردد و شفقت نهفته در اعماق وجودمان را متجلی سازد. آنگاه که از این رویارویی درس بگیریم، برماست که از نو ظهور کنیم و با چنین خردی به حیات خود ادامه دهیم و به آن اعتماد کنیم. آن هم به نوبه‌ی خود دیدگان ما را به روی این آگاهی خواهد گشود که پدیده‌ی همزمانی به واقع در زندگی ما چه عملکردی دارد و چگونه می‌توانیم به گام با آن حرکت کنیم.

اگر این مفاهیم تا حدی انتزاعی به نظر می‌رسند، جای نگرانی نیست. این سلف است که هومر، دانته، شکسپیر و سایرین آن را به نحوی توصیف کرده‌اند که بتوانیم به راحتی درک نماییم، حتی اگر از زمان دبیرستان با آن آثار از این نویسندگان را مطالعه نکرده باشیم. هیچ زبان فنی بخواهد به ما نشان ندهد که ماهیت تحول روانی و احساس حاصل از آن را توصیف نماید. این افراشته‌هایی هستند که تنها می‌توان از طریق استعاره آموخت. فاینده‌ی که در قالب داستان‌هایی که اسطوره و ادبیات می‌نامیم، بازگو می‌شوند.

در یک یادداشت شخصی، نخست به این اشاره می‌کنم که به بسیاری از مطالب دست اول پیرامون پدیده‌های 'شی' اشراف دارم. هم اکنون مثالی ارائه دادم و باید بگویم تا وقتی ایسی نتواند را ننوشتم آرام و قرار نداشتم. در حقیقت، تمام کتاب‌های من از همان پیرامون کردند، مطالبی که به ذهنم هجوم می‌آوردند و از من می‌خواستند آنها را روی کاغذ بیاورم. رویدادها چنان ذهنم را انباشته می‌کردند که مجبور می‌شدم به آنها پاسخ دهم. احساس می‌کردم هر روز بخش دیگری از اطلاعات به دستم می‌رسد و مرا در مسیری که در پیش گرفته بودم، یاری می‌کند.

من به هیچ وجه ادعا نمی‌کنم که شیوه یادگیری برتر یا اسرارآمیزی دارم. اما می‌دانم چگونه به اعماق خویشتن هبوط کنم، زیرا این کار

را انجام داده‌ام و به دیگران نیز در این راه یاری رسانده‌ام. موهبتی که این تجربه برای تک‌تک ما به همراه دارد این است که به ما اجازه می‌دهد به شکل کمال یافته‌تری بر مبنای بُعد اسطوره‌ای حیات به زندگی خود ادامه دهیم.

و به این ترتیب، همچنان که این صفحات را به رشته تحریر در می‌آوردم، به رویدادهای همزمانی که یکی پس از دیگری سر راهم پدیدار می‌شدند، اعتماد می‌کردم، رویدادهایی که به من اجازه می‌دادند تا دور دست‌ها را ببینم و کاری را که باید انجام دهم و آنچه را که باید بگویم. این شیوه‌ی عملکرد همزمانی است. پدیده‌ای که از ما بی‌انجا، مورد ضروری استفاده می‌کند و از آنجا که ما موجوداتی بشری - تن - بشه قادر نیستیم دست‌آورد نهایی آنها را ببینیم.

شاید این «گره‌ها» آن‌طور کند که من فردی چنان محدود و غیرقابل اطمینان - به تعبیر نوشتن برای دیگران را ندارم. پس، بگذارید آن را به این نحو شرح دهم: لازم نیست یک تابلوی راهنما از طلا ساخته شده باشد - تنه‌ها - نیست راه درست را نشان دهد.