

چهار میثاق

دو میگوئل روئیز

مترجم: مه داد یوسفی



انتشارات نیک فرجام

سرشناسه	: روئیز، میگل، ۱۹۵۲ - م. Ruiz, Miguel
عنوان و نام پدیدآور	: چهار میثاق / نویسنده دون میگوئل روئیز؛ ترجمه‌ی مهرداد یوسفی.
مشخصات نشر	: تهران: نیک فرجام، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۲ ص؛ ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
شابک	: 978-622-6395-17-5
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: The four agreements : a practical guide to personal freedom, c1997
عنوان دیگر	: چهار میثاق: کتاب خرد سرخوستان تولتک.
موضوع	: راه و رسم زندگی
موضوع	: Conduct of life
موضوع	: فلسفه تولتک -- مطالب گونه‌گون
موضوع	: Toltec philosophy -- Miscellanea
شناخت افزوده	: یوسفی، مهرداد، ۱۳۴۵ - م.چرتم،
رده بندی شنگره	: ۱۳۹۸۲/۱۵۸۱BJ ۹۱۳۶/۸۶
رده بندی دی‌رج	: ۷۹۲/۳۰
شماره کتابشناسی	: ۵۶۲۰ ۴۷



میدان انقلاب، خیابان دانش، کوچه سستی، پلاک ۶

تلفن: ۶۶۹۵۲۳۱۵ - ۶۶۹۱۲۸۱۷ - ۶۶۴۹۵۸۸۷

چهار میثاق

انتشارات نیک فرجام

نویسنده: دون میگوئل روئیز

ترجمه‌ی: مهرداد یوسفی

ویراستار: افسون غلامی

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۸

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

حروفنگاری: آبان گرافیک

شابک: ۱۷ - ۵ - ۶۳۹۵ - ۶۲۲ - ۱۹۷۸

قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۵	تولتک
۷	پیش‌گفتار
۱۰	فصل ۱: اهلی سازی و رؤیای سیاره
۲۳	پیش درآمدی بر رؤیایی جدید
۲۵	میثاق اول: معصومیت در کلام
۲۷	فصل ۲: معصومیت در کلام
۴۱	میثاق دوم: هیچ چیز را به خود نگیرید
۴۳	فصل ۳: هیچ چیز را به خود نگیری
۵۳	میثاق سوم: از تصورات باطل دوری کنید
۵۵	فصل ۴: از تصورات باطل دوری کنید

۶۳	میثاق چهارم: بهترین خود باشید
۶۵	فصل ۵: بهترین خود باشید
۷۶	فصل ۶: راه تولد به سوی آزادی
۷۶	شکستن قراردادهای گذشته
۸۳	نردگرگونی: رؤیای توجه دوم
۸۶	نضال مبارز: کنترل رفتار خود
۹۰	شرف به مرگ: استقبال از فرشته‌ی مرگ
۹۴	فصل ۷: رؤیاء جدید
۹۴	بهشت روی زمین
۹۸	نیایش‌ها
۱۰۰	نیایش برای عشق

پیشگفتار ینه دودآلود

سه هزار سال قبل، انسانی مثل من و شما در نزدیکی شهری در محاصره کوه‌ها زندگی می‌کرد. او در رشته طب به تحصیل علم می‌پرداخت تا دانش اجدادش را بیاموزد، اما نمی‌توانست تمام آموخته‌هایش را بپذیرد و قلباً احساس می‌کرد چیزی سر جایش نیست.

یک روز؛ وقتی در غاری خوابیده بود، خود خوابیده‌اش را خواب دید. شب اول ماه از غار بیرون آمد. آسمان صاف بود و میلیون‌ها ستاره در آن می‌درخشیدند. سپس اتفاقی درونش به وقوع پیوست که زندگی‌اش را برای همیشه تغییر داد. به دستانش نگرست و بدنش را احساس کرد و صدای خودش را شنید که می‌گفت: «من از نور ساخته شده‌ام، من از ستاره‌ها ساخته شده‌ام.»

بار دیگر به ستاره‌ها چشم دوخت و پی برد که این نور نیست که از ستاره‌ها سرچشمه می‌گیرد، بلکه این ستاره‌ها هستند که از نور پدید می‌آیند. با خود گفت:

«همه چیز از نور ساخته می شود و فضای مابین خالی است.» و می دانست هر آنچه وجود دارد یک موجود است و نور پیام آور زندگی ست، زیرا زنده است و تمام دانش ها را در خود جای می دهد.

سپس پی برد که گرچه او از ستاره ها ساخته شده، ولی خود آن ستاره ها نیست. با خود اندیشید: «من مابین ستاره ها هستم.» پس او ستاره ها را تونال^۱ و نور نشان را ناگوال نامید و می دانست که آنچه هماهنگی و فضا بین این دو را حفظ می کند، زندگی یا هدف است. بدون زندگی تونال و ناگوال وجود نداشتند. زندگی پیروی مطلق و متعالی ست و یک خالق پدیدآورنده همه چیز است.

کشف او این بود: هر چیز که وجود دارد نمودی از یک موجود زنده است که خدا نام دارد. خدا همه چیز است؛ و به این نتیجه دست یافت که در ادراک انسانی صرفاً نوری دریافت کنند نور، یگ است. این را به یک آینه تشبیه کرد (هر شیء آینه ای ست که نور را بازتاب می کند و تصاویری را از آن نور پدید می آورد) و دنیای توهّم، دنیای رؤیا، درست مانند دودی ست که به ما اجازه نمی دهد خود واقعی مان را ببینیم. او گفت: «خود واقعی ما منو خالص است؛ نور خالص.»

این درک زندگی اش را تغییر داد. وقتی درک واقعی اش را شناخت، به دیگر انسان ها و طبیعت اطرافش نگاه کرد و در بهت و حیرت فرو افت. خود را در همه چیز می دید؛ در هر انسان، در هر حیوان، در هر درخت، در آب، در آتش، در ابرها، در زمین و دید که زندگی تونال و ناگوال را به طرق مختلف در همه چیز می آمیزد تا میلیاردها جلوه از زندگی بیافریند.

در آن چند لحظه نادر همه چیز را فهمید. خیلی هیجان زده بود و قلبش مملو از آرامش بود. لحظه ای آرام و قرار نداشت تا برود و آنچه کشف کرده را با

1. tonal

اطرافیان‌ش در میان بگذارد؛ اما واژه‌ای برای بیان آن‌ها نمی‌یافت. سعی کرد به دیگران بگوید، ولی آن‌ها توان درکش را نداشتند. می‌دیدند که او تغییر کرده و زیبایی خاصی از چشمان و صدایش بیرون می‌تراود. آن‌ها پی بردند که او دیگر هیچ انسان یا شی‌ءای را قضاوت نمی‌کرد و با تمام آدم‌های دیگر فرق می‌کرد.

تمام انسان‌ها را به‌خوبی درک می‌کرد، اما هیچ‌کسی درکش نمی‌کرد. او در مواجه با این گفته لبخند می‌زد و می‌گفت: «درست است، همه ما مثل هم هستیم، من و شما. ما جلوه‌هایی از نور هستیم، همه ما خداییم.» ولی باز هم کسی درکش نمی‌کرد.

کشف کرده بود که آینه‌ها برای بقیه مردم است، آینه‌ای که در آن خود را می‌دید. می‌گفت: «هرکس یک آینه است.» خود را همه‌کس می‌دید، اما هیچ‌کس خود را در او نمی‌دید.

و دریافت که همه بدون این خودآینه می‌باشند و بدون اطلاع از ماهیت حقیقی خود خواب می‌بینند. آن‌ها او را مثل خدشان می‌دیدند، زیرا دیواری از مه یا دود بین آینه‌ها وجود داشت که با تعبیری از نور (رؤیای انسان‌ها) پدید آمده بود.

سپس می‌دانست که به‌زودی تمام آنچه آموخته بود را از یاد می‌برد. می‌خواست تمام چشم‌اندازهایی که به آن‌ها دست‌یافته بود را در خاطر نگه دارد، پس تصمیم گرفت خود را آینه دودآلود بنامد تا همیشه به یاد داشته باشد که هر انسان یک آینه است و دود مابین انسان‌ها همان است که نمی‌گذارد خود واقعی‌مان را بشناسیم. گفت: «من آینه دودآلودم، زیرا در تمام وجود تو خودم را می‌بینم، اما به خاطر دودی که بینمان است، همدیگر را نمی‌شناسیم. آن دود، رؤیا است و آینه تو هستی؛ بیننده‌ی رؤیا.»