

چهار میثاق

(رهنمودهای حقیقی برای رهایی فردی)

دون میگوئل روئیز / پیام فرهادی



ندای معاصر

سرشناسنامه: روئیز، میگل، Ruiz, Miguel.
 عنوان و نام پدید آور: چهار میثاق (رهنمودهای حقیقی برای رهایی فردی).
 دون میگوئل روئیز، پیام فرهادی.
 مشخصات نشر: تهران، ندای معاصر.
 مشخصات ظاهری: ۱۰۴ ص. رقیعی.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۹۶-۱۵-۸.
 موضوع: راه و رسم زندگی، وضعیت فهرست نویسی: فیپا.
 شناسه افزوده: فرهادی پیام، مترجم.
 رده بندی کنگره: BJ ۱۵۸۱/۲.
 رده بندی دیویی: ۲۹۹/۷۹۲.
 شماره کتابشناسی ملی: ۵۷۷۵۳۳۵.



ندای معاصر



خیابان جمهوری - رویروی باغ سپه سالار - شماره ۲۲۸ - تلفن: ۳۳۹۴۱۵
 مرکز پخش: خیابان انقلاب - خ منیری جاوید - بن بست مبین - ش ۶۰ - و ۱۵
 تلفن: ۶۶۳۸۰۳۳۷ - ۶۶۳۸۱۰۲۹

چهار میثاق

(رهنمودهای حقیقی برای رهایی فردی)

دون میگوئل روئیز / پیام فرهادی

نوبت چاپ: اول (۱۳۹۸) - شمارگان ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۹۶-۱۵-۸

۲۵/۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۹	۱ آموختگی یا تربیت (اهلی) شدن و رؤیای زه ن
۲۷	۲ میثاق اول پاکی کلام خود را حفظ کنید
۴۳	۳ میثاق دوم برخورد دیگران را به خود نگیرید و ناراحت نشوید
۵۳	۴ میثاق سوم تصورات نادرست و بی پایه نداشته باشید
۶۱	۵ میثاق چهارم همواره تمام تلاش خود را به کار بگیرید
۷۳	۶ مسیر تولدک به سوی آزادی شکستن میثاق‌های قدیمی
۹۵	۷ رؤیای تازه بهشت روی زمین زمین
۹۹	دعاها

مقدمه

آینه‌ی دود گرفته

سه هزار سال قبل امسانی معمولی در نزدیکی شهری کوهستانی زندگی می‌کرد. او برای طبیب شدن، آموزش می‌دید و می‌خواست دانش اجداد و نیاکان خویش را فرا گیرد. اما با بسیاری چیزهایی که می‌آموخت موافق نبود. او احساس می‌کرد که باید چیزهای بیشتری را آموخته‌هایش وجود داشته باشد. یک روز که او در غاری به خواب رفته بود، در خواب دید که بدن خود را در حال خواب نظاره می‌کند. او در شب ماه نو از غار بیرون آمد. آسمان صاف بود و ستاره‌های بیشماری در آسمان می‌درخشیدند. در آن لحظه اتفاقی در ضمیر وی رخ داد و انقلابی در زندگی او پیا شد. او به ستاره‌های خودش نگاهی کرد، بدنش را حس نمود و صدای خودش را شنید که می‌گفت: «تو از میان من از نور هستی و من از ستارگان متولد شده‌ام».

وی دوباره نگاهی به ستارگان انداخت و متوجه شد که نور زاییده‌ی ستارگان نیست، بلکه ستارگان هستند که از نور آفریده می‌شوند.

او با خودش گفت: «همه‌چیز زاییده‌ی نور است و فضای بین آن‌ها تهی نیست». او می‌دانست که هر آن چیزی که وجود دارد موجودی زنده است، و نور پیام‌آور حیات است، چون زنده است و تمام اطلاعات را در بر دارد.

سپس فهمید که هر چند ذاتش از ستاره‌هاست اما خود آن ستاره‌ها نیست. او به فکر فرو رفت: «من در میان ستاره‌ها هستم». او ستاره‌ها را «تونال»^۱ و نور میان ستاره‌ها را «ناگوال» نامید و فهمید که «حیات» یا «اراده» خالق نظم و فضای بین این دو است. بدون حیات، وجود تونال و ناگوال بی‌معنی است. زندگانی نیروی مطلق است، والا است و آفریدگاری است که به همه‌چیز جان می‌بخشد.

چنین که او بدان دست یافت این بود: همه‌چیز در کائنات تجلی یک موجود زند است که او را «خدا» می‌نامیم. همه‌چیز خداست. او به این نتیجه رسید که ادراک بشری همان نوری است که نور را مشاهده می‌کند. او همچنین دریاف که ماده همانند یک آینه است (همه‌چیز آینه‌ای است که نور را باز می‌تاباند). تصاویری از نور را می‌آفریند و دنیای توهمات (یعنی رؤیا) همانند دودی است که نمی‌گذارد حقیقت خویش را بخوبی تشخیص دهیم. «خویشتن حقیقی ما عشق ناب و زور خالص است».

این فهم و ادراک زندگی او را دچار تغییر و تحول کرد. زمانی که از چیستی و کیستی حقیقی خویش آگاه شد، به انسان‌ها و محیط پیرامونش نگرست و از چیزهایی که می‌دید به حیرت افتاد. او خودش، در همه‌چیز (در همه‌ی انسان‌ها، در تمام حیوانات، در همه‌ی درختان، در آب، در باران، در ابرها و در زمین) می‌دید. او دریافت که حیات آمیزه‌ای از تونال و ناگوال است که تجلی بیشماری از حیات را می‌آفریند.

وی در آن زمان کوتاه همه‌چیز را فهمید و بسیار هیجان‌زده شد و قلبش لبریز از آرامش گشت. او برای در میان گذاشتن ادراک خویش با مردم خود بی‌قرار

بود. اما زبان از ادای ادراک او قاصر بود. او تلاش کرد ادراک خود را با دیگران در میان بگذارد، اما آن‌ها از فهم موضوع عاجز بودند.

مردم از دگرگونی او آگاه بودند و برق چشم و لحن صدای او از اتفاق خوشی خبر می‌داد. آن‌ها متوجه این قضیه شدند که او دیگر دربارهی هیچ چیز و هیچ کس قضاوت نمی‌کند و او دیگر شبیه هیچ کس نبود.

او همه را به خوبی درک می‌کرد اما دیگران از درک وی عاجز بودند. آن‌ها اعتقاد داشتند که او تجلی روح خداست. او زمانی که از این باور مردم باخبر شد، لب‌مندی زد و گفت: «حقیقت دارد، من خدا هستم و البته شما هم خدا هستید، همه‌ی ما مثلاً هم هستیم. ما تجلی نور هستیم. آری ما خدا هستیم». با این حال، مردم باز هم در حرکات او سر در نمی‌آوردند.

او فهمید که آینه‌ای برای آدم‌ها، دیگر است؛ آینه‌ای که در آن می‌توانست خود را ببیند.

او به مردم گفت: «همه آینه هستیم». او خود را در کالبد دیگران می‌دید، اما دیگران چنین تصویری نداشتند. او فهمید که دیگران در رؤیا هستند اما از آن بی‌خبرند و از کیستی خویش نیز آگاهی ندارند. آن‌ها بخاطر وجود دیوار دودی یا مهی بین خودشان و او نمی‌توانستند حقیقت را ببینند و او را مانند خودشان نمی‌دیدند. این دیوار مهی از توصیف تصاویر در آینه‌ی انسان‌ها پدید آمد.

بعد از آن متوجه شد که هر آنچه را آموخته بود به زودی فراموش می‌کند. او می‌خواست تمام مشاهدات خود را به خاطر بسپرد و به همین دلیل خود را «آینه‌ی دودی» نامید تا همیشه بیاد داشته باشد که ماده یک آینه است و دود بین آینه‌ها همان چیزی است که نمی‌گذارد از کیستی خود آگاه شویم.

او گفت: «من آینه‌ی دودی هستم چراکه خویشتن خود را در همه‌ی شما می‌بینم، اما بخاطر دود بینمان نمی‌توانیم همدیگر را ببینیم. این دود همان رؤیا است، و آینه شما هستید که رؤیا می‌بینید».

www.ketab.ir