

ذهن خدا

علم عصب‌شناسی، ایمان و مطالعه‌ای درباره روح

نویسنده: دکتر جی لومبارد

یکی از نویسندگان کتاب ذهن‌تان را متعادل کنید، زندگی‌تان را متعادل سازید

مترجم: سیرا زکی

با پیشگفتاری از پاتریک جی کندی



نشر ماهوت



ذهن خدا

نویسنده: دکتر جی لومبارد

ترجمه: سمیرا ونکی

چاپ اول: ۱۳۹۸

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

حریرچینی، و آماده سازی: انتشارات ماهوت

انتشارات ماهوت

مرکز توزیع: بخش کتاب فرهنگ

آدرس: تهران - میدان انقلاب خیابان کار رجنی خیابان لبافی نژاد پلاک ۲۶۶ واحد ۵

www.ketabman.com.ir





سرشناسنامه: لامبارد، جی ، Lombard, Jay

عنوان و نام پدید آورنده: ذهن خدا: علم اعصاب، ایمان و مطالعه‌ای درباره روح

نویسنده جی لامبارد؛ مترجم سمیرا ونکی.

مشخصات نشر: تهران: ماهوت ۱۳۹۷

مشخصات ظاهری: ۲۶۴ ص؛ ۱۳×۲۰ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۹۵۲۲-۳-۸

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: The mind of God : neuroscience, faith, and a search for the soul, ۲۰۱۷

عنوان ترجمه: علم اعصاب، ایمان و مطالعه‌ای درباره روح.

موضوع: خداشناسی - عصب - پایه‌های فکری / Neuroscience/ God - Knowableness

شناسه اصلی: ۱۳۵۹-، مترجم

رده بندی کنگر: RL: ۱۳۹۶۱۱۳۹۹/

رده بندی دهی: ۲۰۴/۴

شماره کتابخانه ملی: ۵۶۱۷۱۸۳

قیمت: ۴۵۰۰۰ تومان



کلیه حقوق چاپ و نشر این ترجمه برای ناشر محفوظ است. هرگونه نسخه برداری اعم از زیراکس و بازنویسی، ذخیره کامپیوتری، اقتباس کلی و جزئی بدون مجوز کتبی از ناشر ممنوع و از طریق مراجع قانونی قابل پیگیری است.

فهرست

۱۷	پیشگفتاری از پاتریک جی کندی
۲۵	۱: ذهن خدا
۴۷	۲: آیا خدا وجود دارد؟
۶۹	۳: نظریه یمن و بازتاب ایمان
۸۱	۴: عصب سراسری روح
۱۰۷	۵: تکامل ایمان و خیر
۱۳۱	۶: معنای زندگی چیست؟
۱۵۷	۷: آیا ما آزاد هستیم؟
۱۹۳	۸: آیا حقیقتاً خیر و شر وجود دارد؟
۲۲۳	۹: جاودانگی: یادبودی از آنچه هست
۲۵۵	تقدیر و تشکر
۲۶۱	درباره نویسنده

پیشگفتار

مرئی کردن نادیدنی‌ها

بیش از پنجاه سال پیش عمومی مرحوم جان اف کندی^۱، رئیس‌جمهور آمریکا، به مردم قول داد تا در عرض یک دهه، به کاوش در مورد دنیای بیرون بپردازد. وی در حین حکومت‌داری و شیوه انجام کارهایش نیز «دنیای درون» انسان‌ها را مدنظر قرار می‌داد طوری که الگویی بود برای بسیاری از رهبران آینده، از جمله خود من.

در طول ۱۶ سال^۲ که به عنوان نماینده ایالات متحده در حوزه انتخابیه اول منطقه آزاد رودآیلند خدمت کردم، با آن بودم تا به کسب برابری سلامت ذهنی و پس از آن به حمایت از تحقیق و مطالعه همه‌په بیشتر در زمینه دانش مربوط به مغز بپردازم. مغز عضو ضروری بدن محسوب می‌شود، دستکم این‌گونه به نظر می‌آید، و البته یکی از اعضای است که کمتر شناخته شده و غالباً مورد بی‌توجهی قرار گرفته است. بحث‌های فردی و اجتماعی فراوان در رابطه با مغز داشته‌ایم. و درست همان‌گونه که می‌توانیم بیماری‌های جسمی نظیر سرطان را تشخیص داده، بررسی کرده و درمان نماییم، می‌توانیم شروع کنیم به کنترل بیماری‌ها و مشکلات مربوط به این مهمترین عضو بدن خود که نفس و روحمان را آن جای گرفته است. کتاب حاضر به بررسی دنیای درون‌مان می‌پردازد. در حالی که مدرن امروزی وقتی دنیای درونی‌مان را مورد کاوش قرار می‌دهیم، گستره‌ی

^۱ John F. Kennedy

^۲ Rhode Island

و سببی از موضوعات ناشناخته‌ی جالب توجه و کشف نشده در برابر دیدگانمان قرار می‌گیرد. اما با کمال تأسف، غالباً تضادی باورنکردنی درون خود و مابین یکدیگر مشاهده می‌کنیم. ما شاهد استرس، اضطراب، خشم و حتی نفرت بی‌پایه و اساسی هستیم که بیشترین بیماری‌های عصرمان را تشکیل می‌دهند. کافی است یک ساعت پای شبکه‌های خبری بنشینید تا شاهد جهانی مملو از محاربه و دیت، کمبود، جهل، بیماری و ذهن‌های مخربی باشیم که به دنبال تفرقه و جدایی‌افکنی هستند. چه کاری از دست ما ساخته است؟ ما با استفاده از روش‌های پزشکی به درازن این مشکلات می‌پردازیم اما دلیل اصلی غالباً ریشه در مسئله‌ای هستی‌شناختی دارد، که به واقع بحث گسترده‌ای را شامل می‌شود، و ما در این کتاب به جستجوی آن خواهیم پرداخت.

سلامت جسم، این سلسله‌ی روان ممکن نیست. همان‌گونه که در مورد منشأ اصلی بیماری‌هایی نظیر سرطانی تحقیق و بررسی کرده‌ایم، لازم است تا در خصوص اختلالات مغزی نیز با همان دقت و جدیت به کندوکاو بپردازیم. وسعت و میزان هزینه این مشکلات صرفاً با معیارهای اقتصادی قابل اندازه‌گیری نیست بلکه این‌گونه مشکلات با ماهیت هستی‌شناختی یعنی دورنمای زندگی ما، سروکار دارد. بسیاری از مردم از چنین اختلالی ناچار می‌شوند. بیماری‌های مغزی، دلیل اصلی ناتوانی افراد بزرگسال در سرتاسر دنیاست که دکن‌مان نیز از این مشکلات در امان نیستند به همین خاطر مداخله و توجه هر چه سریع‌تر مورد نیاز است چرا که بیش از شش میلیون کودک آمریکایی به اختلالات رفتاری و احساسی مبتلا هستند. شاید بتوان گفت کسانی که در نیروهای نظامی خدمت می‌کنند بیش از سایر افراد جامعه دچار مشکلات روحی می‌شوند. بالغ بر نیمی از سربازانی که در جنگ‌های اخیر به شدت مجروح شده‌اند از ضربه مغزی^۱ یا

^۱ Traumatic brain injury یا نماد اختصاری (TBI) هنگامی رخ می‌دهد که یک نیروی

اختلال استرسی پس از آسیب روانی^۱ رنج می‌برند که ۶۰ درصد از این افراد، عملاً تحت هیچ درمانی قرار نمی‌گیرند. سربازان بازگشته از خدمت در یک نظام بیزانسی^۲ رها می‌شوند که همین امر می‌تواند توضیحی باشد راجع به این که چرا ۲۰ درصد از میزان خودکشی‌ها در این کشور مربوط به کهنه سربازان است.

همه این‌ها، نشانه‌های نگران‌کننده‌ای هستند که به ما نسبت به آیندهٔ سورمان هشدار می‌دهند. کودکان ما بیش از اندازه مضطرب، نگران و حتی خشمگین شده‌اند. رای آن دسته از بچه‌هایی که تحت معالجه قرار می‌گیرند، داروهای بسیار زیادی تجویز می‌شود که برای درمان‌شان ضروری قلمداد نمی‌تردد. اولین قدم در جهت ریشه‌یابی علل این شرایط، مطالعهٔ پیوستهٔ پروژه‌هایی مانند تحقیقات حزی است که از طریق پیشرفت‌های تکنولوژیکی عصبی مبتکرانه‌ای صورت می‌گیرد که مدارات مغزی را طراحی و به تصویر می‌کشد و نه تنها به درک ما از رفتار پیچیدهٔ انسانی کمک کرده بلکه پیشرفت‌های جدید فراوانی در زمینهٔ درمان بیماری‌های مغزی را نیز فراهم می‌آورد. ولیکن نمی‌توانیم آنچه که قادر به درک نیستیم را درمان کرده یا دستکم به بهترین شکل مداوا نماییم. و رای این راهی واحد و ابداعات جهانی مرتبط با سلامت مغز، ایدهای وجود دارد که باعث می‌شود افراد با یکدیگر همکاری داشته باشند تا هرچه بیشتر این علم رو به رشد را در دسترس همگان قرار دهند تا بدین طریق کلیه‌ی افراد مبتلا به بیماری‌ها و آسیب‌های مغزی و

بیرونی، ترومایی بر قشر مخ وارد شود.

Posttraumatic stress disorder (به صورت مخفف PTSD) نشانگان یا سندرمی است که پس از مشاهده، تجربهٔ مستقیم یا شنیدن یک عامل استرس‌زا و آسیب‌زای شدید روی می‌دهد که می‌تواند به مرگ، واقعی یا تهدید، به مرگ یا وقوع یک سانحهٔ جدی منجر شود. Byzantine system این اصطلاح اساساً دربردارندهٔ معنا و مفهومی منفی است و اشاره به یک‌هزار و حکومت‌های خودکامه دارد.

نیز کسانی که دچار ناتوانی‌های احساسی و هوشی‌اند، از آن بهرمنند گردند. قطعاً همواره امید وجود دارد اما لازم است تا طیف گسترده این مشکلات را به‌طور کامل درک کنیم.

در سرتاسر دنیا متخصصان علوم اعصاب پنج سال گذشته را در پروژه HCP^۱ به طراحی مغز، و ایجاد منبع بی‌سابقه‌ای از اطلاعات عصبی در شبکه‌ی بشدت پیچیده‌ای از ارتباطاتی اختصاص دادند که درون جمجمه ما قرار دارد. اکنون این طراحی مجازی، امکان دسترسی بی‌نظیر به عملکرد - و عملکرد نامطلوب فراگیر مغز و ساختار مغز را برای محققین فراهم آورده است. مغز با دستکم یک میلیارد سیناپس و هزاران میل رشته‌های عصبی که از طریق آنها افکارمان هدایت شده، احساساتمان شکل گرفته، خاطراتمان بازیابی شده و خودآگاهی ما نمایان می‌گردد، شگفت‌انگیزترین و همچنان ناشناخته‌ترین عضو بدن به شمار می‌آید. طولی نمی‌کشد که از طریق شیوه‌ای از علم عصب‌شناسی که دکتر لومبارد آن را ارائه می‌کند، در پی بردن این خلأ؛ تشخیص، پیشگیری و درمان بیماری‌های اصلی و عمده؛ افزایش طول عمر؛ و مهم‌تر از همه ارتقاء کیفیت زندگی باشیم. در نهایت، به دنبال شادی دنیایی هستیم که همینک در رنج و عذاب فراوانی به سر می‌برد.

اما من و دکتر لومبارد به دلیلی اساسی و در عین حال ساده، چنین موقعیتی که درباره آن بسیار داد سخن داده‌اند را به واسطه علم عصب‌شناسی مورد بررسی

^۱ Human connectome project که به اختصار با عنوان HCP از این یاد می‌شود پروژه‌ای ۵ ساله است که توسط ۱۶ عضو مؤسسه ملی بهداشت ایالات متحده پشتیبانی می‌شود. HCP پروژه‌های تحقیقاتی خود را در قالب دو کنسرسیوم جدا دنبال می‌کند. این پروژه در ژوئیه سال ۲۰۰۹ میلادی به عنوان اولین چالش بزرگ سازمان NIH در زمینه‌ی علوم عصبی (neuroscience) آغاز شد.

قرار می‌دهیم، و آن چیزی نیست جز این که ما نه تنها به خاطر مسائل مربوط به تحقیق و درمان بیماری‌های مغزی بلکه در وهله نخست به منظور پیشگیری از رخ دادن آنهاست که با هم مشارکت و همکاری کرده و در اصل با هم یکی شده‌ایم. برای دستیابی به هدف پیشگیری از این گونه بیماری‌ها باید نقش خود را در هر موقعیتی به خوبی انجام دهیم تا تجربه زندگی را هم برای خودمان و هم برای دیگران تا جای ممکن خوشایند، دلپذیر و با معنا کنیم که صد البته کار دشواری خواهد بود زیرا درد و رنج‌های ما بسیار متعدد و فراوانند.

این موضوع شبیه همان چیزی است که به شخصه تجربه کردم. هنوز هم باید عملکرد را کنترل نمایم. دشوارترین مانعی که تاکنون با آن برخورد کردم تبدیل بیماری‌های روحی‌ام به ابزارهایی بود که از طریق آن بتوانم به دیگران خدمت کرده و از آنها حمایت نمایم و کاری کنم که برای خود و خانواده‌ام فرد مفیدی باشم. من را افسردگی، اختلال دو قطبی^۱، اعتیاد به الکل و مصرف مواد مخدر جان سالم به در برد. و به خاطر چنین مشکلاتی که در زندگی خودم تجربه کردم، پی به ضرورت مالی‌فروشی و جمعی‌بردم. بنابراین در وهله نخست، شرم‌آور قلمداد نکردن اختلالات مغزی، سپس تشخیص و بررسی آنها و دست آخر درمان این بیماری‌ها، کاری است که از فرستادن انسان به کوره‌ی ماه و مریخ واجب‌تر به‌شمار می‌آید.

داشتن دنیایی بهتر نیازمند همکاری بی‌سابقه در حوزه گسترده تحقیقات مغزی است بدین معنی که تمام نهادهای مرتبط با تحقیقات مغزی باید با هم در

^۱ Bipolar disorder اختلال دو قطبی یا افسردگی سیدایی، نوعی اختلال خلقی و بیماری روانی است.

ارتباط باشند. ما باید منابع مان را با هم یکی کنیم و همکاری های عمومی و خصوصی ترتیب دهیم تا درست همان کاری که با قلب، پانکراس و دیگر اعضای حیاتی مان انجام می دهیم، بتوانیم با مغز خود انجام داده و یکبار برای همیشه طاقی اسرارآمیز آن را باز کنیم.

من و دکتر لومبارد نسبت به این امر خوش بین هستیم. با توجه به پیچیدگی فراوان مغز انسان، هرگز به اندازه امروز قادر به کشف تقارن حیرت انگیز میان مغز و عالم بر گشت یعنی ارتباطات عجیب میکروسکوپی و ماکروسکوپی نبوده ایم. این عضو تحت نظارت خداوند، و با حق انتخاب اسیر شیطاین شدن یا به دنبال مسیر سالم تر درست تر بودن، تنها وسیله ای است که برای شفای خود و دیگران می توانیم از آن استفاده می کنیم.

همان طور که دکتر لومبارد به ما یادآوری می کند، با هم بودن بدین معنی است که بدون هیچ گونه خجالت و ایمان را بالا برده و اعتراف کنیم که همه ما درد داریم. اختلالات رفتاری بی صبری داریم. تمایل به جنگ و ناسازگاری داریم. قلب هایمان می شکنند وقتی عزیزی را از دست می دهیم، همان گونه که این حس را وقتی تجربه کردم که در سال ۲۰۰۹ پدرم را از دست دادم. او را به دلیل تومور مغزی از دست دادم. پدرم همان مردی بود که به دلیل بیماری های مکرر من در ایام جوانی همواره در کنار بسترم بود. به خاطر آن دوران از خداوند پاسگزارم. لازم است تا به عنوان خانواده در کنار هم باشیم که البته هر یک عنوان خانوادگی باعث بوجود آمدن این پیوند نمی گردد.

بهتر است در روابط صمیمانه مان در کنار هم باشیم بنابراین باید کسی را بیاییم، همانطور که من همسرم را یافتم، که با مأموریت ما همسو باشد، کسی که به خوبی او را بشناسیم حتی اگر این شناختن بدین معنی باشد که لازم است تا

افراد اختلالات رفتاری خود را با یکدیگر در میان گذارند.

باید مانند یک دوست از همدیگر حمایت کنیم. نمی‌دانم بدون توجه و حمایت‌های فردی که قبلاً او را نمی‌شناختم، کسی که از افراد الکلی حمایت می‌کرد، چه بر سر من می‌آمد. می‌شود حتی با افرادی دوست شد که از نظر ایدئولوژیکی و اعتقادی وجه مشترکی با آنها نداریم. اگر یکی از ایدئولوژی‌های بهبهود این دنیاست (یا دستکم بدتر نساختن آن برای نسل آتی) پس می‌توانیم در این مسیر کنار یکدیگر باشیم. اگر بخشی از نظام اعتقادی ما این باشد که خود را جای بگران بگذاریم و آنان را مانند عضوی از اعضای خانواده‌ی خود قلمداد کنیم آن‌گاه در مسیر نرسیدن گام برمی‌داریم.

و در نهایت، باید به عنوان نه‌یندگان معنوی در کنار هم باشیم: باید با حفظ احترام به بحث و گفتگو با ریشه‌ی اعتقادی دگر رتبه‌ای پرداخته، و به گوش دادن، آموختن و فراهم آوردن تحسین مبتنی بر شواهد مغزی عمیقاً متعهد باشیم. چنانچه بتوانیم طرفداران علم و معتقدان به ایمان را به‌منظور ایجاد بحثی سالم و اساسی گرد هم آوریم، در این صورت در کار خود موفق خواهیم بود.

مغزیات درست همان‌گونه که در بهبهود افراد معتاد، مترواح می‌شوند، در درمان کسانی که مبتلا به اختلالات مغزی بوده یا تمایل به کارهای ناشایست دارند، یعنی مغزهایی که به سمت دشمنی و پوچی پیش می‌روند نیز بسیار تاثیرگذار است.

چه می‌شود اگر مغزمان را روی فرکانس عشق و خدمت به خلق تنظیم کرده و به‌جای توجه به بدبختی آن‌را در جهت پیروزی، دوباره برنامه‌ریزی کنیم؟ این

شکل از تغییر - یعنی توانایی درک خودمان در اساسی‌ترین، وجودی‌ترین و الهی‌ترین سطح - چه اثری بر خودمان و جامعه جهانی خواهد گذاشت؟

پاتریک جی کندی

بریگنتین، نیوجرسی، جولای ۲۰۱۶