

معذرت می خواهم، زندگی منتظر شماست!

لین گراب هورن

ترجمه

عفت السادات حق گو



انتشارات شباهنگ

■ سرشناسه: گراب‌هورن، لین، ۱۹۴۱ - Girabhorn, Lynn. ■ عنوان و نام پدیدآورنده:
معذرت می‌خواهم، زندگی منتظر شماست / نویسنده لین گراب‌هورن؛ مترجم
عفت‌السادات حق‌گو ■ مشخصات نشر: تهران، شباهنگ، ۱۳۸۸.
■ مشخصات ظاهری: ۴۶۶ ص: ۱۴۱×۲۱۸ س.م.

ISBN 978-964-2732-85-2

وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا

■ یادداشت: عنوان اصلی:

Excuse me Your Life is waiting: the astonishing power of feelings 1999

■ موضوع: راه و رسم زندگی ■ شناسه افزوده: حق‌گو، عفت‌السادات. — مترجم

■ رده‌بندی کنگره: ۱۳۸۸ م ۶ ۴ / ۳ / ۱۵۸۱ BJ ■ رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۱

■ شماره کتابشناسی ملی: ۱۷۸۶۲۰۰



انتشارات شباهنگ

معذرت می‌خواهم،
زندگی منتظر شماست!

لین گراب هورن

عفت‌السادات حق‌گو

مینا قربانی

صدف ۸۸۸۳۰۵۳۳

گلرنگ یکتا

۱۳۸۹

جلد ۱۵۰۰

۹۷۸-۹۶۴-۲۷۳۲-۸۵-۲

مترجم

حروف‌نگاری

لیتوگرافی

چاپخانه

چاپ اول

شمارگان

شابک

خیابان انقلاب، پلاک ۱۳۳۰ تلفن ۶۶۴۹۱۰۹۸

خیابان انقلاب، خیابان فروردین، ساختمان نشران، پلاک ۱۶ تلفن ۶۶۴۱۳۱۷۵

خیابان انقلاب، خیابان شهدای زاندارمری، پلاک ۴۹.

تلفن ۶-۶۶۹۶۴۲۳۵ فاکس ۶۶۴۶۰۳۶۵

فروشگاه انقلاب

فروشگاه فروردین

دفتر مرکزی

فهرست

پیشگفتار	۹
فصل ۱	
چطوری توی چنین مخمسه‌ای افتادیم؟	۱۳
فصل ۲	
همزاد جادویی ما	۴۷
فصل ۳	
نه، نه، آن نه	۷۷
فصل ۴	
بله، بله، آن، آن و آن!	۱۱۷
فصل ۵	
لعنت به شرایط!	۱۵۱
فصل ۶	
وای خدا، دارم حس می‌کنم!	۱۸۱

فصل ۷

۲۱۵ اون نیرو همراهته

فصل ۸

۲۴۲ پول! پول! پول!

فصل ۹

۲۷۲ روابط و سایر گنجینه‌ها

فصل ۱۰

۳۰۳ زنده نگه داشتن بدن، از بین بردن بدن

فصل ۱۱

۳۳۱ تقاضای تو برای سلامتی

فصل ۱۲

۳۵۷ سی روز برای غلبه کردن و پیروز شدن

۳۹۹ پیوست

پیشگفتار

برای حدود بیش از یک دهه، اشتیاق شدید من متوجه سفری معنوی و بی‌نظیر بوده است در جهت آنچه که آن را «فیزیک فکر» می‌نامم. سفری که می‌تواند در انتها نوعی آگاهی و دانش عمیق را در زمینه موضوع فوق که تا حدودی هم عجیب و غیر متعارف می‌باشد در اختیار همه ما بطور اعم - و به‌خصوص در اختیار خودم - قرار دهد، تا بتوانم از این رهگذر، دستاوردهای بیشتری از زندگی کسب کنم.

مطالعاتم مرا به هرسو کشانیده است، از اساتید فرهیخته فیزیک گرفته تا به اعماق علوم اسرارآمیز و پیچیده، از طب ساده کهن و چیزهایی که صرفاً در این حیطه قرار داشته‌اند تا به مقطعی که به این باور رسیدم که می‌توانم خودم را مطابق نظر مردم عادی یک متخصص در این زمینه بنامم. تنها اشکال کار در این بود که این آگاهی یا بهتر بگویم «کسب دستاوردهای بیشتر از زندگی» میسر نمی‌شد و دیگر چیزی نمانده بود که مأیوس و سرخورده شوم. این وسط چیزی گم شده بود و من با تمام توان و نیرو هم نمی‌توانستم روی آن انگشت گذاشته و آن را مشخص کنم. طبیعتاً، من با دانش و معلومات وسیعی که در مورد این موضوع داشتم، هنگامی که با آموزه‌هایی جدید اما محدود و ساده‌لوحانه این گروه از معلمان عامی و غیرعلمی مواجه گشتم، اولین واکنش من این بود که به این اطلاعات به دلیل

ساده‌انگاری بیش از حدشان نسبت به آنچه که از نظر من موضوعی بسیار مهم و چشمگیر بود. با نفرت نگاه کنم. به همین خاطر موافقت کردم تا به این به ظاهر یاهو‌سرایی‌ها و خزعبلات که به صورت نوار ضبط شده‌ای بود، گوش کرده و آن‌ها را مورد بررسی قراردهم. این کار بیشتر لجبازی و دهن‌کجی به دوستی بود که برایم قابل احترام بود و دانش خود را به شکلی ناپسند و بی‌ملاحظه به رخم کشیده بود.

به شدت از کوره در رفته بودم و دلم می‌خواست فریاد بزنم: هی، من اینجام، این منم، این پژوهنده مطلع و آگاه در زمینه فکر - جاذبه‌هایش، نیروی محرکش، فرکانس‌هایش، ارتباطش با احساسات، تأثیرش بر تجارب ما و غیره. - و حالا سروکله این آدم‌ها پیدا شده تا به ساده‌ترین شکل ممکن، تکه‌های منقود و گمشده مشکلات و موانع زندگی را که کم‌کم داشتم باور می‌کردم که وجود ندارد، با خونسردی در اختیارم بگذارند. چیزی مثل این که «اوه ... ببخشید خانم، آیا این همان چیزی نیست که دنبالش بودید؟»

برای همین، به قیمت صدها ساعت بررسی، غرق در این اطلاعات شدم. در خلال دو هفته، گیج و مبهوت، و طی مدت یک ماه حیرت‌زده شدم. سپس در مدت نود روز چنان تحولی در زندگی‌ام ایجاد شد که به خودم گفتم: «خودشه! درباره‌اش می‌نویسم تا بقیه دنیا هم مثل من در این حیرت سیر کنند.»

هم اکنون حدود هشت‌ونیم میلیون نسخه کتاب در مورد این موضوع که بسیار هم روی آن کار شده یعنی «کسب دستاوردهای بیشتر از زندگی» وجود دارد، اما نکته بسیار مهم و شگفت‌انگیزی که در مورد این اصول کم‌شناخته شده وجود دارد این است که: (الف) به هیچ عنوان مشکل و پیچیده نیستند، (ب) عملکرد سریعی دارند، (ج) و تضمین شده‌اند.

بدین ترتیب، من این آموزه‌های بسیار ساده را از خانواده هیکز^۱، در تگزاس، با سبک و کلام ساده و معمولی خودم مجدداً به چاپ رسانده‌ام، این نوشته‌ها با نقطه‌نظرات و شعارهای روزمره خودم، مشاهدات و تجربی که طی چند سال اخیر داشته‌ام در هم آمیخته و در نهایت آن‌ها را با سال‌ها مطالعات خود تلفیق کرده‌ام. من خیلی راحت، نتیجه‌نهایی کار را به عنوان بزرگترین حلقه گمشده ارتباطی که تا کنون بشر برای حیات و زندگانی خود شناخته ارائه می‌دهم و این بدان معناست که سعی خود را کرده و هنر خود را نشان داده ... هنوز هم ادامه می‌دهم ... و هرگز آن را متوقف نخواهم کرد ... چرا که قطعاً کارساز است.