

آیا ممکن است اینجا بهشت باشد؟

باورهای اشتباه فرهنگی ما چگونه

باعث سوگیری از تجربه کردن بهشت بر روی زمین می‌شود

www.ketab.ir

مورجانی، آنیتا، ۱۹۵۹ - م.
آیا ممکن است اینجابهشت باشد؟: باورهای اشتباه فرهنگی ما چگونه باعث جلوگیری از تجربه کردن بهشت بر روی زمین می شود/ آنیتا مورجانی: ترجمه‌ی دکتر سعید مینویی.
تهران: پندار تابان، ۱۳۹۶.

ISBN: 978-600-8593-73-7

شابک:

وضعیت فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا
عنوان اصلی: What if This is Heaven?: How I Released My
Limiting Beliefs and Really Started Living.

موضوع: ۱. خودسازی ۲. انگیزش ۳. ابراز وجود

مینویی، سعید، ۱۳۳۰ - مترجم

۱۵۸

BF۶۳۷/خ۹م۸

۱۳۹۶

۵۰۰۴۰۶۲

شماره کتابشناسی ملی:

آیا ممکن است اینجابهشت باشد؟

آنیتا مورجانی

What if This is HEAVEN?

ANITA MOORJANI

ترجمه‌ی دکتر سعید مینویی

ویراستار: رضا محمد علی پور

صفحه‌آرا: لیلا افراسیبی

نوبت چاپ: اول، تاریخ چاپ: ۱۳۹۷

تیراژ: ۱۱۰۰ جلد، قیمت: ۲۴۰۰۰ تومان

شابک: ۷-۷۳-۸۵۹۳-۶۰۰-۹۷۸

کلیه حقوق محفوظ است.

خیابان انقلاب اسلامی، روبه‌روی دانشگاه تهران، پلاک ۱۲۹۰

تلفن: ۶۶۴۰۴۵۳۲

Email: PendarTaban@gmail.com



فهرست

مقدمه	۱۳
بخش ۱ - باور اشتباه: آن چیزی نصیب شما می‌شود که استحقاق آن را دارید...	۲۳
بخش ۲ - باور اشتباه: اگر خودت را دوست بداری، یعنی خودخواه هستی.....	۳۳
بخش ۳ - باور اشتباه: عشق حق تعالی یعنی تسلیم محض	۴۹
بخش ۴ - باور اشتباه: من مشکل دارم، تو هم مشکل داری.....	۶۵
بخش ۵ - باور اشتباه: سیستم پزشکی موجود برای حفظ سلامتی من است...	۸۵
بخش ۶ - باور اشتباه: این رویداد اتفاقی بوده است	۱۰۹
بخش ۷ - باور اشتباه: ما تاوان گناهانمان را در زمان ... پس خواهیم داد...	۱۲۷
بخش ۸ - باور اشتباه: افرادی که در معنویت فعالیت می‌کنند، برای ... استه‌های	۱۴۵
زمینی یا جسمانی نیستند	۱۴۵
بخش ۹ - باور اشتباه: زنان طبقه‌ی ضعیف جامعه هستند	۱۶۶
بخش ۱۰ - باور اشتباه: ما همیشه باید مثبت باشیم	۱۸۷
در انتها	۲۰۳
سپاسگزاری	۲۰۷
درباره‌ی نویسنده	۲۱۱

مقدمه



چه طور می شد اگر به طور ناگهانی متوجه می شدیم این زندگی که اکنون در روی زمین داریم، همان بهشت می بود است. البته می توانم حدس بزنم که با گفتن چنین مطلبی همه ی شما چه فکر می کنید. به مفهوم این گفتار چیست، اگر ما در بهشت هستیم؛ پس چرا مثل جهنم است. البته چنان فکری در ذهن خود من هم ایجاد شد و به خود می گفتم اگر این جا بهشت است، چگونه در زمانی که بچه بودم این قدر اذیت شدم، یا این که چرا به خاطر رنگ پوست من این همه بی عدالتی در مورد من و خانواده ام اتفاق افتاد و زمانی که فهمیدم سرطان دارم چرا درمان سختی را گذراندم. اما با تمام این تفصیل اجازه بدهید که از زاویه ی دیگری به این قضایا نگاه کنیم. شاید بشود گفت که زندگی برای من مثل جهنم بود، به دلیل این که من از میزان توانایی و قدرت خود خبر نداشتم و در ضمن وقتی متوجه شدم هیچ کس راجع به این که با زندگی چگونه باید رفتار کرد، چیزی به من نیاورد و البته هیچ کدام ما با یک دفترچه ی راهنما در مورد زندگی به دنیا نمی آیم. زندگی برای من بسیار سخت بود و من در تمام این مدت که به یک بزرگسال تبدیل بشوم، در حالت ترس و اضطراب زندگی می کردم. زندگی برای ما اتفاق افتاد و من قربانی این موقعیت بودم و در تمام مدت بچگی و نوجوانی با اوضاع زندگی دست و پنجه نرم

می‌کردم، به جای این که با آن‌ها روبه‌رو بشوم. در تمام این مدت به دلایل مختلف و سایر معضلات از قبیل تبعیض نژادی و سایر آزار و اذیت‌ها، هیچ‌گونه اعتماد به نفسی در زندگی نداشتم. در فرهنگی متولد شده بودم که زنان را پایین‌تر می‌دانستند، یا چه کسی میل دارد که به سرطان دچار شود تا به پیشواز مرگ برود؟ من قربانی موقعیت‌های بسیار سخت بودم تا زمانی که از دنیا رفتم.

پس‌تر استان زندگی من در کتاب اولم، به نام کی ز مردن کم شدم^۱، منعکس است. من برای نوشتن استان زندگی‌ام بود و مرا به مردم و اجتماع معرفی کرد و حتی تا چند ماه قبل از نوشتن همیشه مردم را تشویق به خواندن کتاب‌های من می‌کرد. مطمئن هستم که آن‌هایی که با او واقعاً توسط خداوند پیش آمد که کل ماجرای من بتواند شکل بگیرد و آن‌ها این بار همیشه سپاسگزار و مدیون این شخص خواهم بود. وقتی من کتاب اولم را نوشتم، واقعاً فکر نمی‌کردم نوشتن کتاب دوم هم در کار باشد. کتاب اول من بیش‌تر در مورد سیاست و نحوه نرم کردنم با سرطان و پیش آمدن تجربه‌ی نزدیک به مرگ من بود و من بعداً از تجربه‌ی نزدیک به مرگ خودم چه تجربه و علم طلایی کسب کردم؛ البته تمامی این مطالب را در کتاب اولم گنجانده بودم و نزد خود فکر می‌کردم که آیا واقعاً مطلب دیگری برای نوشتن باقی مانده است. اما یکی از تجربه‌های بسیار جالبی که از پیش آمدن تجربه‌ی نزدیک به مرگ برایم تداعی شد، این بود که همین زندگی‌ای که همه‌ی آن‌ها می‌کره‌ی زمین داریم می‌تواند به بهشت تبدیل شود. اگر ما بتوانیم آن را بفهمیم و دانیم که چگونه عمل می‌کند و چه کار باید انجام دهیم، می‌توانیم آن را به بهشت تبدیل کنیم. یکی از دلایل اصلی در زمان تجربه‌ی نزدیک به مرگ که باعث تصمیم به برگشتن دوباره‌ی من به زمین شد، این بود که فهمیدم بهشت بیش‌تر یک موقعیت فکری است تا یک مکان و به همین دلیل می‌خواستم برای اولین بار این را تجربه کنم که این زندگی چگونه می‌تواند بهشت باشد. می‌خواستم به این واقعیت دست بیابم که شاید بشود این زندگی را به زندگی در بهشت تبدیل کرد و از شر همه‌ی

دردسرها و نگرانی‌ها خلاص شد؛ من می‌خواستم همین حالا و این‌جا در زمین، در بهشت زندگی کنم.

وفق دادن و تداخل چند موقعیت

وقتی در حالت نزدیک به مرگ قرار گرفتم، همه‌چیز بسیار واضح و آسان به نظر می‌آمد؛ اما وقتی که از آن موقعیت بیرون آمدم و سپس خواستم چیزهایی را که دیده تجربه کرده بودم با موقعیت زندگی روزمره‌ی خودم وفق بدهم، با چندین مشکل روبه‌رو شدم؛ به‌خصوص وقتی که با سایر مردم در این‌باره وارد بحث و گفت‌وگو می‌شدم. متوجه شدم که افکار و نقطه‌نظرهای من راجع به واقعیت‌ها و حقایق تغییر کرده بودند و مطالبی که از تجربه‌ی خودم کسب کرده بودم، با نقطه‌نظرهای سایر مردم نامأنوس به نظر می‌رسید.

برای این‌که بتوانم موقعیت خودم را در اجتماع دوباره به حالت عادی قبل برگردانم، به نظر می‌رسید می‌باید افراد پیرامونم را که مخالف وقایعی بودند که من در تجربه‌ی نزدیک به مرگ کسب کرده بودم به‌نوعی راضی نگه دارم. اکنون اگر می‌خواستم عمل بالا را انجام بدهم، یعنی کسانی را که در اطراف من بودند راضی نگه دارم و با آن‌ها مخالفت نکنم، می‌بایست در واقع تمامی تجربیات واقعی را که کسب کرده بودم، به دست فراموشی می‌سپردم و هر وقت چنین کاری را انجام می‌دادم، در خودم احساس پوچی می‌کردم و تمامی آن واقعیت‌هایی که در تجربه‌ی نزدیک به مرگ کسب کرده بودم کم‌رنگ می‌شدند و دوباره همان سیستم افکار قدیمی و متداولی را که داشتم، به وجودم برمی‌گشت. از ترس این‌که من راجع به تجربه‌ی خودم صحبت کنم شاید دوستان یا آشنایان پیرامونم را از دست بدهم، مطالب واقعی را کنار گذاشتم و همان چیزهایی را که آن‌ها دوست داشتند با هم در میان می‌گذاشتیم و صحبت می‌کردیم. همیشه این‌طور به نظر می‌رسید که من بین انتخاب حقیقت یا مسائل عامه‌پسند دومی را انتخاب می‌کردم.

در همین حال به دلیل این‌که کتاب اولم برایم شهرت و موقعیتی در اجتماع به وجود آورده بود، نامه‌ها و اظهارنظرهای مثبت و تشکرآمیز زیادی از مردم دریافت

می‌کردم که باعث خوشحالی بیش‌ازحد برای من می‌شد و به نظر می‌رسید که در کتابم سؤال‌های زیادی را که مردم داشتند، جواب داده بودم.

استقبال بیش‌ازحد مردم از کتاب و نوشته‌هایم برایم غیرقابل‌تصور بود و بعد از آن به تعداد زیادی از سمینارهای عمومی دعوت شدم و تعداد زیادی مصاحبه از طرف ایستگاه‌های رادیویی و تلویزیونی داشتم. همیشه می‌دیدم که حتی بعد از اتمام صحبت‌ها یا مصاحبه‌ها هنوز مردم تشنه‌ی دانستن بیش‌تر راجع به این موضوع بودند. خیلی ر این مردم یک نوع رنج و عذاب یا بیماری را تجربه کرده بودند که در حد مرگ قرار گرفته بودند. بعضی دیگر مسائل و معضلات روابط زن‌وشوهری و تعداد دیگری مشکلات مالی داشتند. با تمام این مشکلاتی که مردم داشتند و درباره‌ی آن‌ها با من صحبت می‌کردند، متوجه شدم که هنوز علاقه‌مند هستند بهشتی را که من تجربه کرده بودم. در زندگی خود به ارمغان بیاورند.

با وجود این‌که عکس‌العمل مردم به کتاب و نوشته‌های من بسیار مثبت بود، زاویه‌ای در افکار من ایجاد شد. بود که در این سفر زندگی که خود من در پیش دارم، بسیار مهم است که بتوانم وقتی به تنهایی‌ام اختصاص بدهم. اهمیت این تنها بودن در این بود که می‌توانستم به واقعیت نزدیک به مرگ خود بیش‌تر فکر کنم و آن را بیش‌تر در افکار و وجود خودم حل کنم. تجربه‌ی نزدیک به مرگ من یک درک خالص و شعوری بود که نشان می‌داد همه‌چیز به هم دیگر مرتبط و وصل هستیم. در این وضعیت من دقیقاً می‌توانستم بفهمم که در زمان چه احساسی دارند؛ همان درد و غمی را در آن‌ها حس و درک می‌کردم که حائز آن زمانی که با مرگ دست‌وپنجه نرم می‌کردم داشتند، ولی فقط درک و فهمیدن آن‌سوه و درد کسانی که در اطراف من بودند نبود، بلکه درک اندوه و غمی را هم حس می‌کردم که در جهان وجود دارد.

مردم می‌خواستند که به محافل عمومی آن‌ها در شهرشان یا در کلیسا یا مسجد آن‌ها بروم و با آن‌ها صحبت کنم و بتوانم به آن‌ها کمک کنم. با وجود این‌که با تعداد خیلی زیادی از مردم صحبت کردم و در حد ممکن به آن‌ها راهنمایی و کمک‌های لازم را کردم، بازهم به نظر کافی نمی‌آمد. همیشه تعداد بیش‌تری جلو

می‌آمدند که دیگر من نمی‌توانستم جواب‌گوی همه‌ی آن‌ها باشم و این برای من دردناک بود که می‌دیدم این تعداد از مردم نزد من می‌آیند و کمک‌کردن به همه‌ی آن‌ها امکان‌پذیر نبود. در بعضی اوقات روند این کار بسیار کند بود. بنابراین امیدوارم با نوشتن این کتاب و مطالعه‌ی آن برای تمامی افرادی که قادر به دیدن یا صحبت کردن با آن‌ها نیستم، موقعیتی را فراهم کند که بتوانند دوباره خوشحالی و شادی را به زندگی خود بیاورند.

یک موقعیت جدید برای بهبود یافتن

یک روز تصمیم گرفتم با قدم‌زدن به ساحلی بروم که در نزدیکی منزلمان بود. هروقت که گردآوری افکار، شلوغ و پرمخمصه‌ای داشتم، به این مکان می‌آمدم و غرق در طبیعت آن می‌شدم. ساحل همیشه برای من مکان مناسبی بود؛ چون قادر بودم با تمام هستی ارتباط برقرار کنم و این حس را داشته باشم که همه‌ی کائنات بسیار زیبا و هماهنگ کار می‌کنند. هرگاه در مواقعی که در طبیعت می‌رفتم، همه‌ی سؤال‌هایم جواب داده می‌شد. همان‌گونه‌ای که می‌توانستم الهام بگیرم، سؤال‌هایم جواب داده می‌شدند. گاه از طریق بادی که می‌وزید، گاهی از صدایی که از حرکت آب به وجود می‌آمد و گاهی هم از برخورد برگ‌های درختان با باد یا نسیم که از میان آن‌ها می‌گذشت. وقتی که آن روز به ساحل رفتم، من ساسه‌ها نشستم و به دریا و آسمان نگاه کردم و از درون با عالم هستی صحبت کردم.

با خود این‌طور گفتم که «من از نیمه‌راه مرگ دوباره برگشتم. عجب حالا چه باید بکنم؟ چگونه می‌توانم این تعداد از انسان‌ها را کمک کنم؟ شاید اگر در همان حالت نزدیک به مرگ مانده بودم، بیش‌تر می‌توانستم کمک کنم؛ اما اکنون این همه افراد به کمک‌کردن من احتیاج دارند و من قادر نیستم که به همه‌ی آن‌ها کمک کنم، جز این‌که برای من حالت افسردگی به جا بگذارد، کار دیگری نمی‌کند.» همین‌طور که این افکار در سرم دور می‌زدند، اشک از چشمانم جاری شد و دیگر هیچ نگفتم. سؤال‌های من بیش‌تر در مورد این بودند که چرا دوباره به دنیا برگشتم و چرا دنیای ما پر از این‌همه رنج و اندوه است؟