

به نام جان لایتناهی





سرشناسه: سیلور، توشا / Silver, Tosha
عنوان و نام پدیدآور: پذیرش محض: اگر همه ما نشان خود خدا باشیم، چطور؟ / توشا سیلور؛ مترجم
نازنین توانگررنجبر.
مشخصات نشر: تهران: ترنگ، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری: ۲۸۸ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۴۱-۹۹-۵

یادداشت: عنوان اصلی: [2014], *Outrageous openness: letting the divine take the lead*.

عنوان دیگر: اگر همه ما نشان خود خدا باشیم، چطور؟

موضوع: زندگی معنوی / Spiritual life

زندگی معنوی -- جنبش عصر جدید / Spiritual life -- New Age movement

هشیاری / Consciousness

مابعدالطبیعه / Metaphysics

شناسه افزوده: توانگر رنجبر، نازنین، ۱۳۶۵-، مترجم

رده‌بندی کنگره: BL۶۲۴

رده‌بندی دیویی: ۲۰۴/۴

شماره کتابشناسی ملی: ۹۶۷۱۰۲۹



پذیرش محض

اگر همه ما نشان خود خدا باشیم، چطور؟

توشا سیلور

مترجم: نازنین توانگر رنجبر



نشر ترنگ

 torang_pub
 @nashretorang
www.nashretorang.com



پذیرش محض
اگر همه ما نشان خود خدا باشیم، چطور؟
توشا سیلور

مترجم: نازنین توانگر رنجبر

ویراستار: الناز معتمدی

صفحه آرا: آتلیه ترنگ

لیتوگرافی و چاپ: پردیس دانش

چاپ اول: ۱۴۰۳

تیراژ: ۳۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۸۳-۹۹-۵

آدرس: خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، کوچه میثرا، پلاک ۷، طبقه اول، واحد ۴

تلفن: ۶۶۴۷۰۳۷۶ / ۶۶۴۰۳۵۲۰ همراه: ۰۹۱۹۹۶۴۶۲۲۴

حق چاپ محفوظ است

nashretorang@gmail.com



فهرست

فصل اول	۲۳
نگریستن به جهان از زاویه وحدت وجود	۲۳
اگر همه ما نشان خود خدا باشیم، چطور؟	۲۷
نگریستن به جهان از زاویه وحدت وجود	۳۱
زندگی دوباره، عشق، اعتقاد	۳۵
فصل دوم	۳۹
خرید رفتن همراه با خدا	۳۹
شریادرونی	۴۳
سقوط بازار مسکن	۴۷
اجازه بده نشانه‌ها از راه برسند	۵۱
خرید کردن همراه خدا	۵۵
فصل سوم	۵۹
وقتی او را شناختی، هر اتفاقی ممکن است به وقوع بپیوندد	۵۹
زخم خوردن از کلاهبرداران	۶۳
وقتی او را شناختی، وقوع هر اتفاقی میسر می‌شود	۶۷
قانون الهی و شرکت خدمات ارتباطی	۷۱
انعام کائنات	۷۵

فصل چهارم	۷۹
پیروی از ندای درونی	۷۹
نجوایی که فریاد شد	۸۳
بدرقه آتشفشانی	۸۷
دنبال کردن رد خرده‌نان	۹۱
تمام شدن اعتبار	۹۳
فصل پنجم	۹۷
تسلیم کردن همه‌چیز	۹۷
آتش‌بازی پنهانی امیال	۱۰۱
همیشه از صدرنشین‌ها طلب یاری کن!	۱۰۵
برون‌ریزی بنیادی	۱۰۹
فصل ششم	۱۱۱
همانی باش که در جست‌وجوی آنی	۱۱۱
در برابر پاسخ مثبت پذیرا باش	۱۱۵
موهبت نه گفتن	۱۱۹
همان چیزی باش که فکر می‌کنی به آن نیاز داری	۱۲۳
فصل هفتم	۱۲۷
کیف کمک‌های اولیه در تعطیلات	۱۲۷
نشانه‌های جزر و مد	۱۳۱
خون‌آشام روح	۱۳۵
سهولت جریان	۱۳۷
فصل هشتم	۱۳۹
هنگام تردید پاکسازی انجام بده	۱۳۹
مکنده انرژی	۱۴۳
آرسنیک روی تخته‌سنگ؟	۱۴۷

فصل نهم.....	۱۵۱
اشیا از آنچه در آینه می بینید، به شما نزدیک ترند.....	۱۵۱
مراقبه متا: ارزانی کردن شادی به جهانیان.....	۱۵۵
مرگ در خور اوست.....	۱۵۹
سر بر آوردن از زیاله دان کائنات.....	۱۶۳
فصل دهم.....	۱۶۷
یا مالک قدرت خویش باش یا دیگری آن را تصاحب خواهد کرد.....	۱۶۷
گروگان ذهنی را آزاد کن.....	۱۷۱
دوستانی که رنج کشیدن شما را دوست دارند.....	۱۷۵
نقش قربانی را کنار بگذار.....	۱۷۹
چرا اختیار خود را به دست پیشگو یا هرکس دیگری می سپارید؟.....	۱۸۳
فصل یازدهم.....	۱۸۷
تقدیر عشق.....	۱۸۷
منظورت را بیان کن.....	۱۹۱
وقتی شانس برنده شدن مهم نیست.....	۱۹۵
به دنیا عشق بورز!.....	۱۹۹
فصل دوازدهم.....	۲۰۱
معجزات دنیوی و سایر معماها.....	۲۰۱
آنچه قسمت باشد، رخ خواهد داد:.....	۲۰۵
سالنامه الهی.....	۲۰۹
ساعت الهی.....	۲۱۳
فصل سیزدهم.....	۲۱۷
برای پیرو شدن، شرکت کنندگان باید حاضر باشند.....	۲۱۷
آسودگی خاطر حین رانندگی.....	۲۲۱
تعادل در رانندگی: پسر! ماشین من کجاست؟.....	۲۲۵

۲۲۹	شرکت کنندگان برای پیرو ز شدن باید حاضر باشند.....
۲۳۳	همراه خداوند به جاده بز ن.....
۲۳۷	فصل چهاردهم.....
۲۳۷	اکتاو بالاتر همه ابعاد خیره کننده نمودار تولدتان را در بر بگیرید.....
۲۴۱	آیا تحت سلطه پلوتو هستید؟.....
۲۴۵	اکتاو بالاتر.....
۲۴۹	ارکستر کیهانی.....
۲۵۳	فصل پانزدهم.....
۲۵۳	واقعاً خودت باش.....
۲۵۷	عدم پذیرش، طرد شدن.....
۲۵۹	من مادام نیستم.....
۲۶۳	جهانی بی تو.....
۲۶۷	فصل شانزدهم.....
۲۶۷	همانی باش که دنیا لازم دارد.....
۲۷۱	دزد گرفتن.....
۲۷۳	یوگینی عنان گسیخته.....
۲۷۷	چرا می خواهید همه را راضی نگه دارید؟.....

درباره نویسنده

توشا سیلور همیشه فکر می کرد وقتی بزرگ شود یک شخصیت دینی، وکیل یا هواشناس خواهد شد؛ اما سرنوشت، برنامه دیگری برای او در نظر گرفته بود. او در رشته ادبیات انگلیسی از دانشگاه ییل فارغ التحصیل شد؛ اما در طول مسیر زندگی به علوم ماورالطبیعه و فلسفه یوگا علاقه پیدا کرد. در طی سی سال اخیر روش های بشمارای را برای هماهنگی با الوهیت درونی آموزش داده است. او نزدیک سان فرانسیسکو ساکن است.

پیشگفتار

به گفته بسیاری از مردم، کامیابی اثر بی نام و نشان خداوند است و این کاملاً حقیقت دارد. قطعاً حکمت الهی بر آن بوده تا با توشا سیلور ملاقات کنم و دریابم که چگونه ارتباطم با خدا را به مرحله شکوفایی برسانم. وقتی دخترم یکی از آخرین کتاب‌های طالع‌بینی او را به من هدیه داد، بخت با من یار بود. پس از آن، توشا نسخه‌ای از کتاب پندیرش محض را برایم فرستاد که سرآغاز شور و عشق نوین من نسبت به عالم الوهیت بود. نه تنها کل کتاب را طی یک روز خواندم و سبب شادکامی و تسکینم شد، بلکه از آن به بعد برای الهام‌بخشی از آن استفاده کردم. این کتاب را کنار تخت‌خوابم گذاشته‌ام. هنگام مواجهه با مشکلات، برای الهام گرفتن، آن را به‌طور تصادفی باز می‌کنم. از طریق این کتاب خاص و جادویی، ارتباطی عمیق‌تر با بُعد معنوی خویش برقرار کردم که پیش‌تر برایم ناشناخته بود.

در مقایسه با فرهنگ معیوب‌مان که در آن به ما می‌آموزند تا برده عقاید متعصبانه باشیم، رویکرد توشا همچون تنفس هوای تازه است. توشا خود را از مریدان پلوتو، ایزد جهان زیرین و الهه هندو کالی قلمداد می‌کند؛ این الهه قادر است از خزعبلات نفس عبور کند و به اصل مطلب بپردازد.

از نظر من این شیوه بسیار دقیق، هیجان‌انگیز و حتی خنده‌دار است. این دختر، یوگینی^۱ پر از خالکوبی، فارغ‌التحصیل رشته ادبیات انگلیسی از دانشگاه ییل^۲ است.

او می‌داند برای اثرگذاری چطور بنویسد و شعر بسراید. من همچون گلی خشکیده که بعد از مدت‌ها سیراب شده است، نه تنها نسخه نوشتاری و صوتی کتاب را بلعیدم، بلکه به عضویت گروه هواداران توشا در فیس‌بوک هم درآمدم و از طریق آن، هر روز از خرد و فضیلت او بهره‌مند شدم. آموختم تا زندگی‌ام، دل‌شکستگی‌هایم، مشکلات و دودلی‌هایم را به آنچه توشا «محبوب الهی» می‌نامد، تقدیم کنم. این نوع ارتباط با خداوند که الهام‌گرفته از آموزه‌های شاعران صوفی مسلک چون مولاناست، در پیام توشا دیده می‌شود که در آن می‌گوید، ارتباط عاشقانه، شورانگیز و صمیمی با ملکوت برای همگان میسر است.

برای شخص من ارتباط با الوهیت، یک روز صبح در دهه ۸۰ میلادی آغاز شد. مشغول خواندن کتاب بازی زندگی و چگونگی انجام آن از فلورانس اسکاول شین بودم. طبق دستورالعمل کتاب؛ کنار تختم ایستادم و با صدای بلند گفتم: «ای الوهیت بی‌پایان! نشانه‌ای برای من بفرست. به من بهترین روش برخورداری از استعدادم را نشان بده!» آن روز بعد از ظهر، یکی از نمایندگان نشر که سال‌ها پیش با او ملاقات کرده بودم، به‌طور غیرمنتظره‌ای با من تماس گرفت و گفت: «الان بهترین موقع برای نوشتن کتابت است.»

۱. به تمرین‌کننده یوگا در صورتی که خانم باشد، یوگینی گفته می‌شود. (م.)

این اولین تجربه دست اول من از هدایت الهی بود که به طرزی زیبا در کتابی که در دست دارید، بیان شده است.

همانند اکثر مردم، من هم به طور مکرر نیازمند یادآوری درباره قانون الهی هستم؛ چون ما همگی فراموشکار هستیم. نفس حقیقتاً تصور می کند که در رأس امور قرار دارد. باور دارد که واگذار کردن مشکلات مان به نیرویی برتر مضحک است. جامعه به ما سخت کوشی و کنترل کردن را می آموزد، اما ذره ای درباره رها کردن و پیروی از هدایت نیرویی برتر از خودمان صحبت نمی کند. در هر صورت، به مطالعات عاری از تعصب و کنترل شده با پلاسبیو^۱ نیاز مبرمی وجود دارد تا ثابت کند هنگام بروز مشکلات، توکل کردن به خداوند می تواند معجزه آسا باشد. با این حال، این صرفاً تجربه من و هزاران نفر دیگری است که این طریقت را در پیش گرفته اند.

همان گونه که توشا در داستان های سرگرم کننده و حقیقتاً خنده دار خود نشان می دهد، قانون الهی به این معنا نیست که خواسته های ما بی درنگ برآورده شده و روی قالیچه پرنده به پرواز درمی آیم. به همین ترتیب لازم نیست که منفعل و بی انگیزه بشوید و دست از اولویت های خود بردارید. در عوض هریک از ما به گونه ای منحصر به فرد با جریان خلاق و فی البداهه هستی هم راستا می شویم.

درباره خودم وقتی آن تماس الهام بخش از نماینده را دریافت کردم، حسابی درگیر مراقبت از بیمارانم بودم، در حالی که مسئولیت بزرگ کردن دو دختر کوچکم را هم به عهده داشتم. اصلاً کتاب نوشتن را بلد نبودم.

۱. Placebo: دارونما به استفاده از روش های درمانی صوری و تلقینی گفته می شود که می تواند با فریب بیمار، اثر مثبتی در روند بهبودی وی داشته باشد. اثر درمانی که از به کار بستن چنین روش هایی حاصل می شود را نیز اثر پلاسبیو می نامند.

چگونه باید این کار را انجام می‌دادم؟ فارغ از اینکه وقتی هم برای انجام دادنش نداشتم. با این حال، ایده‌هایی که منجر به نوشتن اولین کتابم شد، حاکی از تقدیر الهی بود. می‌دانستم که برای انجام دادن این کار انتخاب شده‌ام. در طول مسیر با چالش‌های بی‌شماری مواجه شدم. اطلاعاتی حیاتی درباره‌ی زنان کشف کرده بودم که در دانشکده پزشکی یا حتی در طول دوره رزیدنتی^۱ اصلاً از آن‌ها صحبت نمی‌شد. می‌دانستم باید شیوه‌ای نوین ایجاد کنم تا به جای تمرکز روی بیماری‌های زنان بر سلامتی آن‌ها متمرکز شود. علیرغم تعهدم به این مسیر در آن دوران، تقریباً هیچ‌کس متوجه موضوع کتاب من نشد. پزشکان و ناشران کوچک‌ترین حمایتی نکردند. در میان تمام کسانی که مرا طرد کردند تنها یک نفر، لزی مردیث^۲ که در آن زمان در انتشارات بانتام کار می‌کرد، متوجه هدف کتابم شد. او بسیار ماهرانه و هنرمندانه دست‌نوشته مرا سروسامان داد و در سرتاسر مسیر به این کتاب ایمان داشت. پنج سال بعد، کتاب *جسم زنان، درایت زنان* چاپ شد. در هردو نوبت چاپ، در جایگاه پرفروش‌ترین کتاب نیویورک‌تایمز قرار گرفت و به هجده زبان دنیا ترجمه شد. هنوز هم زنان از سراسر دنیا برای من نامه می‌نویسند که چقدر زندگی آن‌ها تحت‌تأثیر پیام این کتاب متحول شده است.

همه این‌ها از جایی شروع شد که من به‌سادگی خودم را تقدیم الوهیت کردم و از او خواستم راهنمایی ام کند.

۱. در علوم پزشکی دوره‌ای است عملی و تکمیلی در تحصیلات آموزش عالی که در بسیاری از کشورها پس از اخذ دکترای حرفه‌ای توسط پزشکان گذرانیده می‌شود.

علم به اینکه کتابم بخشی از جریان الهی است، به حفظ ایمانم کمک کرد و به مسیر ادامه دادم. وقتی خداوند را به زندگی خود فرامی‌خوانید، نتیجه معجزه‌آسایی در بر خواهد داشت و زمانی که اصلاً انتظارش را ندارید، نشانه‌هایی حیرت‌انگیز آشکار می‌شوند. پس به اصطلاح، عجب حسن تصادفی که اکنون لزلی مردیث در انتشارات آتريا مشغول است؛ جایی که ارزش حقیقی کتاب توشا به رسمیت شناخته شده و توشا هم برای رسیدن به این نقطه، مسیر پر پیچ‌وخمی را پشت سر گذاشته است.

به کمک روش بسیار مؤثر توشا با نام «دعا کردن برای تغییر دادن خود» یاد گرفتم چطور حقیقتاً سکان امور زندگی را به دست نیروی الهی بسپارم. خیلی مشتاق بودم تا هرچه سریع‌تر این کتاب را با هوادارانم به اشتراک بگذارم و از او دعوت کردم تا مهمان برنامهٔ رادیویی من به نام «شکوفایی» باشد. پس از سال‌ها طبابت، می‌توانم صادقانه بگویم این تنها دارویی است که همهٔ ما به آن نیاز داریم. همگی به نسخه‌ای از این مرهم جهانی نیازمندیم که قادر است زخم‌های مان را شفا دهد و به آن‌ها معنی ببخشد. همچنین کمک کند تا از بند وابستگی‌هایی که دیگر سودی به حال ما ندارند، رها شویم.

همیشه گزیده‌ای از پذیرش محض را نزد خودم نگه می‌دارم تا آن را برای کسانی که آمادگی‌اش را دارند، تجویز کنم. تسکین حاصل از آن واقعاً خارق‌العاده است. داستان‌های توشا به‌روز، سرگرم‌کننده، خلاف عرف و متحول‌کننده‌اند. داستان‌های او هم هنگام مواجهه با بیماری و هم در زمان درگیری با مسائل روابط عاطفی قابل استفاده هستند. این توصیهٔ توشا که «بهترین راه‌حل هر مشکلی از قبل انتخاب شده و به وقتش و به‌صورت

۱. شفا در لغت عربی به معنای جان‌کندن است. در مقابل شفا به معنای بهبودی و تندرستی است.

درست به سمت آن هدایت می‌شوید» بیش از هر داروی دیگری به من و هزاران نفر دیگر در دفع هورمون استرس کمک کرده است. فقط کافی است تا مشکل خود را به عالم الوهیت واگذار کنید و از سمت نسخه‌ای عظیم‌تر از خودتان منتظر نشانه بمانید؛ البته نه از طرف یک مرد قضاوت‌کننده سفیدموی ریش سفید که روی ابرها نشسته و منتظر است تا ما را مجازات کند. همیشه گام‌هایی که باید بردارید، به شما نشان داده می‌شود.

بله هزاران کتاب دیگر درباره هدایت الهی نوشته شده‌اند که بسیار مؤثرند و همچنین انبوهی از کتاب‌ها درباره تصویرسازی رؤیاهای مان هم وجود دارد. باور کنید من همه آن‌ها را خوانده‌ام. به مدت سی سال در روز تولدم آرزوهایم را فهرست کرده‌ام. چندین تخته آرزو درست کردم و جمله‌های تأکیدی بی‌شماری را از برگفتم. با این حال علیرغم تلاش‌هایم به برخی از اهدافم دست پیدا نکردم. پس از خواندن کتاب حاضر و آموختن هماهنگی با عالم الوهیت، دریافتم قانون الهی برنامه‌ای گسترده‌تر از دید محدود من دارد. اکنون ایمان دارم هرچیزی که از آن من است، نصیبم خواهد شد. همه تخته‌های آرزو را با شادمانی سوزاندم. آیا در گذشته برایم کارساز بودند؟ بله؛ اما مهم‌تر از آن این است که تمامی خواسته‌های خود را به حکمتی واگذار کنید که عظمتش برای ما غیرقابل تصور است.

داستان‌های توشا سیلور واقعی، گاهی تلخ، گاهی خنده‌دار هستند؛ اما هیچ‌یک موعظه نمی‌کنند. این کتاب، یک کتاب قطور مقدس خشک و بی‌روح نیست. کتابی پرطراوات، صاف و ساده و غنی از داستان‌هایی است که از حرفه‌سی ساله توشا در مقام ستاره‌شناس گرفته شده است. در هیچ کدام نتیجه‌گیری اخلاقی نمی‌بینید. کاملاً برعکس! او سخاوتمندانه

آنچه را در طی سال‌ها جمع‌آوری و خلق کرده است، با شما به اشتراک می‌گذارد: تکنیک‌هایی ساده و واقعاً عمیق برای آنکه به شما در به‌خاطر آوردن ماهیت واقعی‌تان کمک کند. این دختر، خوب می‌داند چطور از انبوه مزخرفات زندگی عبور کند. او همچنین نقطه‌ضعف‌های ما را با دلسوزی ثبت کرده است. اگر حس می‌کنید تعادل خود را از دست داده‌اید، او همچون فرستاده‌ی الهی، دوستانه شما را به مرکز تعادل هدایت می‌کند. توشا در کتاب خود بصیرت‌های کاربردی و عاقلانه‌ای را با شما به اشتراک می‌گذارد که کمک می‌کنند ذات والای خود را به‌خاطر آورده و با آن همگام شوید، در عین حال هنگام خواندن کتاب به دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم با صدای بلند و یا آرام می‌خندید. مجذوب این کتاب شوید تا بتوانید رابطه‌ای پر جوش و خروش و صمیمانه با خدای‌تان انتخاب کنید.

بنابراین از شما دعوت می‌کنم تا این کتاب دلپذیر را نه فقط یک یا دو بار، بلکه بارها و بارها بخوانید. اجازه بدهید تا پیام کتاب به اعماق وجودتان رخنه کند. درحالی‌که تکیه داده‌اید، بدون مقاومت و جسورانه پذیرای هدایت عالم دوست‌داشتنی الوهیت باشید. تسلیم آغوش خداوند شوید، مهم نیست او را به چه صورتی تصور می‌کنید. آماده باشید که زندگی به درجه‌ای از کمال و رشد برسد که محال باشد بتوانید به‌تنهایی آن را این‌گونه سروسامان ببخشید. نسبت به دریافت نشانه‌ها هوشیار بمانید. آن‌ها همه‌جا هستند. نشانه‌ها طراحی شده‌اند تا روح و زندگی شما را فراتر از حد صورتان جلا بدهند.

دکتر کریستین نورثراپ