



# معرفی کتاب

دکتر فریدون سیامک نژاد

نام کتاب:

یافتن معنا در نیمه دوم عمر

نویسنده:

جیمز هالیس

مترجم:

سیدمرتضی نظری

ناشر:

بنیاد فرهنگ زندگی

نوبت چاپ:

سوم - ۱۳۹۵

شمارگان:

۱۰۰۰ نسخه

قیمت:

۳۵۰۰۰ تومان

آدرس ناشر:

پل سیدخندان، ابتدای سهروردی شمالی، پلاک ۸۲۹، طبقه دوم، تلفن: ۸۸۸۷۳۸۱۸

این کتاب از جمله کتاب‌های پیرامون «یونگ» است و نویسنده کتاب نیز در انجمن یونگ در زوریخ (سوئیس) یک تحلیل‌گر یونگی است. این کتاب نیز از سلسله کتاب‌های یونگ‌شناسی کاربردی است. درباره نویسنده کتاب آمده است که:

دکتر جیمز هالیس یک تحلیل‌گر یونگی است که در دفتر شخصی‌اش به کار درمان‌گری می‌پردازد. او هم‌چنین مدیر اجرایی مرکز آموزشی یونگ در هیوستون (تگزاس) است. او مدرک کارشناسی‌اش را از کالج منچستر و دکترایش را از دانشگاه درو گرفت. به مدت ۲۶ سال در دانشکده‌ها و دانشگاه‌های مختلف به تدریس علوم انسانی پرداخت، قبل از این که در انجمن یونگ در زوریخ (سوئیس) یک تحلیل‌گر یونگی شود. او به‌طور مرتب در کل کشور ایالات متحده و در سراسر جهان سخنرانی می‌کند، او در حال حاضر با همسر و ۴ فرزند بزرگسالش در هیوستون (تگزاس) زندگی می‌کند.

قبل از شروع کتاب نیز نظرات کارشناسان درباره پیدا کردن معنا در میانسالی آمده است که با هم می‌خوانیم:

۱ - کتاب جدید جیمز هالیس کتاب زنده کرده روح است. این کتاب، تسلی خاطر و بینش را به تمام کسانی بین ما که در نیمه دوم زندگی خودشان را در یک جنگل تاریک احساس می‌کنند، هدیه می‌دهد. ادوارد هیرش، نویسنده کتاب «چگونه یک شعر را بخوانیم و عاشق شعر شویم»

۲ - چگونه می‌توانید راه‌تان را به بیرون از جنگل تاریک زندگی پیدا کنید؟ وظیفه‌ای که

پیش روی ما است، همان چیزی است که هالیس آن را بزرگ‌ترین پروژه میانسالی می‌نامد: «باز پس گرفتن اختیار شخصی زندگی» این به معنی پشت سر گذاشتن چیزهایی است که در عین راحتی، محدودکننده هستند.

مجله «مُر»<sup>۱</sup>

۳ - امروزه تقریباً همه در ایالات متحده به طرزی وسواسی نگران هزینه‌های مالی پیر شدن جمعیت ایالات متحده هستند، اما صحبت کمی در رابطه با «روح» می‌شود. جیمز هالیس (یکی از برجسته‌ترین روان‌شناسان تحلیلی یونگی در جهان) حرف‌های زیادی درباره روح برای گفتن دارد. این کتاب، عالمانه و حکیمانه نوشته شده است و در عین حال قابل فهم است.

«پرتلند تراپیون»<sup>۲</sup>

۴ - این کتاب بررسی ژرف‌نگر و دقیق «تکامل فردی» است، بسیار انسانی و بسیار با محبت، تمرکز هالیس روی معنای زیربنایی برای بسیاری از افراد آشنا و قابل درک است.

«هفته‌نامه ناشرین»<sup>۳</sup>

۵ - این کتاب دربرگیرنده نوشته‌های یک روح آرام و متین و با درک بسیار بالا است که اصلاً در زمینه تحلیل فردی به مسایل خشک علمی نمی‌پردازد. این کتاب از قلب دکتر هالیس برآمده و با شما صحبت می‌کند. این کتاب «چشم‌اندازی واقعی» از «انسانیت واقعی» به شما می‌دهد، هدایایی نایاب و ارزشمند که خوانندگان در این

فضایی برای یک زندگی دوم دارم که جاویدان و برتر است.  
آر.ام. ریلکه (من عاشق لحظات تاریک وجودم هستم)

۱۱- ای روح گمشده‌ای که باد در سوگ تو نشسته است، دوباره برگرد.  
توماس وولف (ای فرشته، به خانه رو کن)

پیش‌گفتار نویسنده برای نسخه‌های فارسی کتاب، به منظور پی بردن به مقصود کتاب، راهنمای خوبی است. بنابراین، برای آشنایی بیشتر با محتوای کتاب و علت تألیف آن، بهتر است که این پیش‌گفتار را با هم مرور کنیم:

یک قرن پیش، کارل گوستاو یونگ، روانپزشک سوئیسی، به جستجوی سخت‌ترین وظیفه انسان پرداخت وظیفه پاسخ‌گویی به فراخوان گام نهادن به ورای آن چه تصور می‌کنیم، هستیم و تأمل بر الگوهایی که ناخودآگاه و بدون اختیار ما بر روان مان حاکم هستند. چگونه می‌توانیم درکی از خودمان داشته باشیم، بدون آن که بتوانیم خارج از خود بایستیم و به‌طور هم‌زمان هم شاهد باشیم و هم ایفاکننده نقش؟ در ۱۹۱۳، یونگ از خود پرسید: «من کدام اسطوره را زندگی می‌کنم؟» او می‌دانست که اسطوره‌ای که زندگی می‌کرد هیچ تفاوتی با اسطوره اجدادش نداشته و هم‌چنین می‌دانست که تحسین‌ها و فریفتن‌های فرهنگ عامه نه تنها گیج‌کننده هستند بلکه تضعیف‌کننده اصالت روح نیز می‌باشند. بنابراین، او هبوطی شجاعانه به اعماق ناخودآگاه خویش را آغاز نمود

کتاب آن را پیدا خواهند کرد.

کلاریسا پینکولا استس، نویسنده کتاب «زنانی که با گرگ‌ها می‌دوند»

۶- کتابی مهم که توهمات را از بین می‌برد و هم‌زمان جستجوی روح را پیشنهاد می‌دهد، کاری که برای وظیفه دشوار معنادار کردن زندگی‌مان ضروری است.

استفان دان (شاعر برنده جایزه ادبی پالیتزر پرایز)<sup>۴</sup>

۷- دکتر «جیمز هالیس» مانند یک آشپز ماهر می‌داند که غذای روح را نمی‌توان به راحتی فقط سفارش داد.

روزنامه «پلین دیلر»<sup>۵</sup> (کلیولند)

۸- میانسالی زمانی است که افراد ممکن است راهشان را گم کنند و سرگردان شوند. جیمز هالیس (تحلیل‌گر یونگی) این حوزه را به خوبی می‌شناسد، آن را عالی توصیف می‌کند و سوالات مهمی می‌پرسد که به وضوح، به بلوغ و معنا منتهی می‌شود.

جین شینودا بولن (نویسنده کتاب «انواع زنان»<sup>۶</sup> و «انواع مردان»<sup>۷</sup>)

۹- این کتاب بینش‌های عمیقی در رابطه با فرآیند پیدا کردن معنای حقیقی زندگی در میانسالی به انسان می‌دهد.

روزنامه «هیوستون کرونیکل»<sup>۸</sup>

۱۰- سپس به این یقین می‌رسیم که درونم

زمان و مکان هستیم، بلکه میراث‌دار ساختار روانی اجدادمان نیز می‌باشیم. برای درک فرآیندهای حاکم بر روان، ما نیازمند نگاهی عمیق به درون آن‌ها و نظاره کردنشان هستیم.

با وجود این که قصه‌های زندگی ما کاملاً متفاوت هستند، همه ما با موانع مشترکی روبه‌رو می‌شویم. به عبارت دیگر، انطباق‌هایی که بر پایه ترس بوده و در گذشته به زنده ماندن و رشد ما کمک نموده‌اند، اکنون بر سر راه رشد و پیشرفت بیشتر ما قرار گرفته‌اند. از آنجایی که این انطباق‌ها از نخستین مراحل رشد ما نشأت گرفته‌اند، به سوی کاهش توانمندی‌ها و قدرت ما، تحلیل بردن قابلیت‌های بزرگسالی ما و محبوس کردن ما در میان الگوهای تولید شده در طول تاریخ زندگی ما متمایل هستند. در حالی که ما صبحگاه از خواب برمی‌خیزیم و مصمم هستیم که الگوهای خودتخریب‌گریمان را تکرار نکنیم، در پایان روز معمولاً چنین کرده‌ایم. همان‌طور که مولانا نگاهشده: «کار شما جستجوی عشق نیست ولی صرفاً جستجو کردن موانع درونی‌تان است که شما در برابر عشق آن را ساخته‌اید»، بنابراین، ما شاهد ارتباط کار یونگ با این موضوع هستیم که در حالی که هنوز مشغول غور در محرک‌های زمان حال هستیم، ممکن است بهتر روی زندگی خود تأمل نموده و بیشتر به صورت خودآگاه و با آینده‌ای پربارتر زندگی کنیم.

فردیت، اصطلاح یونگ، مفهوم و نگرش اصلی وی می‌باشد. فردیت یافتگی به معنای فردگرایی (تک‌روی) و خودشیفتگی نیست بلکه فراخوانی است برای آن که تا جایی که می‌توانیم در طول زندگی‌مان روی این کره خاکی کامل شویم. فراتر

در حالی که به پرسش از چهره‌هایی که در خیالش پدیدار می‌شدند، می‌پرداخت؛ فرآیندی که او «تخیل فعال» بر آن نهاد. فرآیندی که در آن به جای آن که صرفاً تصاویری از پیش روی روان او بگذرند، او به آن‌ها حیات می‌داد و به گفتگو با آن‌ها می‌پرداخت. روان به‌طور نامحسوس از طریق ما و هم‌چنین از طریق گذشته ما حرکت می‌کند. تنها زمانی که آن فرمی ملموس به خود می‌گیرد، می‌تواند به‌طور خودآگاه از سوی ما نمایان شود. در حین مکالمه با آن چهره‌های درونی، یونگ ملاقات خود را به نگارش درآورد و به سمت نقاشی کردن آن تجسم‌ها نیز گام نهاد. چند دهه بعد، برای رنگ‌آمیزی و طراحی جلد کتابی که با نام «کتاب سرخ» منتشر شد، یونگ مکانیسم‌های بسیاری را تشخیص داد که از طریق آن‌ها روان بی‌نظمی‌ها و آشفتگی‌های یک تجربه را سر و سامان داده و نظم، هدف و معنایی برای هستی به ارمغان می‌آورد. از طریق خوداکتشافی، کوشش‌های حیرت‌آور در ارتباط با بیماران و شناسایی دقیق فرهنگ‌های غربی و شرقی، یونگ ابزارهایی برای درک و شناخت بهتر خودمان و تفسیر روند تأثیر فرهنگ‌ها بر روان بشر ارایه نمود.

چنانچه با خودمان صادق باشیم، اعتراف خواهیم کرد که تنها کسی که در این نمایشنامه طولانی در حال اجرا که ما آن را زندگی‌مان می‌نامیم ایفای نقش می‌کند، خودمان هستیم. بنابراین، باید هم‌چنین اذعان کنیم که مسؤلیت قابل ملاحظه‌ای برای این که چگونه این امر در انتخاب‌های روزمره، روابط و سرگذشت‌مان نقش دارد، بر دوش داریم. یونگ باور داشت که ما نه تنها موجوداتی در این

در انتظار همه ما است. همان طور که مولانا این چنین فرا می‌خواند:  
«تو چطور؟ و تو کی قرار است سفر طول و دراز به درون خودت را آغاز کنی؟»

در خاتمه، ضمن تشکر از دوست گرامی آقای دکتر علی منتصری که این کتاب را به‌عنوان هدیه نوروزی به من داد و باعث شد که آن را خوب یافته و معرفی‌اش کنم، مطالعه‌اش را به همه یاران و همکاران نشریه رازی، خصوصاً کسانی که هم‌چون من و او نیمه عمر را گذرانده‌ایم، توصیه می‌کنم.

زیرنویس

1. More magazine
2. Portland Tribune
3. Publishers Weekly
4. The Plain Dealer (Cleveland)
5. Pulitzer Prize
6. Goddesses in Everywoman (انواع زنان)
7. Gods in Everyman (انواع مردان)
8. The Hoston Chronicle

از خودشیفتگی که تنها می‌تواند یک نگاه افراطی به خود باشد، باید از خود پرسیم: «چه چیزی می‌خواهد از طریق من در این دنیا تجلی یابد؟» این سؤال فراخوانی است برای انجام وظیفه و تنها سؤالی می‌باشد که تا ابد با ما است و به ما زنه‌ار می‌زند که آیا زندگی مان را صرف چیزی می‌کنیم که شکوه و ژرفای روحمان را تقلیل می‌دهد، یا صرف انجام وظیفه‌ای می‌کنیم که برای آن به این جهان آمده‌ایم.

من از اقدامات یاسر رضایی و همکارانش در ایران به‌خاطر ترجمه این کتاب‌ها به فارسی و انتشار آن‌ها با قیمت مناسب بسیار سپاس‌گزار هستم. من چندین دهه از زندگی شخصی، حرفه‌ای و دانشگاهی خود را صرف تلاش برای آگاه ساختن جهان به بینش و نگرش یونگ نمودم، به این امید که چنین دانشی به منور کردن زندگی‌هایمان کمک کرده و به نتایج متفکرانه‌تری منجر شود. انتشار این کتاب‌ها هم دعوتی است به محاوره بین فرهنگی و هم دعوتی است برای غنی‌سازی سفر درونی که