

مفردم راز

از راز آن می گوید

نقیسه معتکف:

کتاب‌های خوب بیش از بهایشان ارزش دارند

کردید؟

■ ترجمه کتاب از ابتدا شغل و حرفه اصلی

شما محسوب شده‌است؟

معتکف: پس از بازگشت به ایران، در رشته تخصصی خود که همان مهندس صنایع است در شرکت علوم و فنون مهندسی در شیراز مشغول به کار شدم. به خاطر ساعات طولانی و سنگینی کار، از شغل خود استعفا دادم و به تدریس زبان انگلیسی در کانون زبان ایران مشغول شدم و به دلیل علاقه فراوان به زبان انگلیسی و ترجمه پس از سالها کسب تجربه از سال ۱۳۷۴ به طور جدی کار ترجمه را آغاز کردم. هم اکتون مدرس کانون زبان و مدیر مسئول انتشارات «هو» هستم. این انتشارات فعالیت خود را از سال ۱۳۸۶ آغاز کرده و تاکنون ۲۰ عنوان از کتاب‌هایم در این انتشارات به چاپ رسیده و ۸ عنوان هم زیر چاپ است.

■ آموزش زبان و ترجمه را از چه زمانی آغاز

نقیسه معتکف متولد ۱۳۳۵ شهر شعر و ادب حافظ و سعدی شیرازی، پس از پایان تحصیلات متوسطه، برای ادامه تحصیل به آمریکا رفت و در رشته مهندسی صنایع به مقطع کارشناسی رسید. پس از بازگشت به ایران، در رشته تخصصی خود مشغول به کار شد ولی به دلیل علاقه فراوان به زبان انگلیسی و ترجمه، از سال ۱۳۷۴ به طور جدی شروع به ترجمه کتاب‌هایی در زمینه‌های مختلف کرد. او در مدت ۱۴ سال بیش از ۱۵۰ اثر ارزشمند ترجمه کرده که با استقبال بی‌نظیر قشر کتابخوان روبه‌رو شده است. او علاوه بر تدریس و ترجمه، مدیر مسئول انتشارات «هو» است و در کنار این امور به نقاشی می‌پردازد. یک پسر و یک دختر دارد که در حال حاضر هر دو نفر آنها مشغول کار و ادامه تحصیل در خارج از کشور هستند.

معتکف: از سن ۹ سالگی آموزش زبان

انگلیسی را شروع کردم و در سن ۱۶ سالگی

مدرک کانون زبان ایران را گرفتم. از همان زمان به

قدری به ترجمه علاقه‌مند بودم که برای تقویت زبانم

کتاب‌های دانستان را ترجمه می‌کردم و در دوران

دانشجویی هم کتاب‌های درسی که همه انگلیسی

بودند را به فارسی ترجمه کردم و برای امتحان، متن

فارسی را می‌خواندم و انگلیسی امتحان می‌دادم.

اولین کتابم را در نیویورک در زمینه کشاورزی و

پرورش زنبور عسل بنا به سفارش موسسه‌ای ایرانی

به نام بنیاد علوی ترجمه کردم. در ایران هم به طور

جدی کار ترجمه را از سال ۱۳۷۴ در زمینه‌های

مختلف آغاز کردم.

■ تا به حال چند عنوان کتاب ترجمه کرده‌اید؟

معتکف: بیش از ۱۵۰ عنوان کتاب در

زمینه‌های خودشناسی، روان، تربیتی، سیاسی، تغذیه، فراروانشناسی و...

■ علت موفقیت شما در کار ترجمه چیست؟

معترف: تعیین اهداف، اولویت قرار دادن برنامه‌ریزی صحیح برای هر کاری، عزم راسخ و پشتکار، البته قبل از هر چیز توکل به خدا. اگر هم در جایی به بن‌بست رسیدم به هیچ وجه ناامید نمی‌شوم و کار را ادامه می‌دهم. از همه مهم‌تر اینکه قبل از شروع ترجمه به طور جدی، باتجربه فراوان وارد دنیای ترجمه شدم. رمز دیگر، حفظ امانت و برگردان محتوا به زبان فارسی سلیس و قابل درک برای خواننده به صورتی که هر اصطلاح انگلیسی حتی‌الامکان به مترادف فارسی ترجمه شده است. طوری که خواننده احساس می‌کند که کتاب تالیف است نه ترجمه.

■ ترجمه این کتاب‌ها چه تاثیری در زندگی شخصی شما داشته است؟

معترف: تاثیر بسیار زیاد! در واقع تا کتابی به من درسی نیاموزد و چیزی از آن یاد نگیرم (حتی رمان) آن را قابل ترجمه نمی‌دانم.

■ غیر از کار ترجمه، کار تالیف هم انجام می‌دهید؟

معترف: خیر، فقط دو عنوان کتاب به نام‌های هر روز با مسولاً علی (ع) باش که گزیده‌هایی از نهج البلاغه است و دیگری «خدا یا تو را می‌خوانم اجابت کن» که گزیده‌هایی از صحیفه سجادیه است را گردآوری کرده‌ام.

■ آرامش چیست؟

معترف: این را با یک عبارت بیان می‌کنم. «هر جا ایمان باشد، عشق است، هر جا عشق باشد، آرامش است، هر جا آرامش باشد، خدا هست. هر جا خدا باشد، نیاز به چیز دیگری نیست.»

■ وقتی دچار استرس و اضطراب می‌شوید برای به دست آوردن آرامش، کتاب ترجمه می‌کنید؟

معترف: خیر، در صورت استرس و اضطراب سعی می‌کنم خود را به کاری مشغول کنم، پیاده‌روی یا نقاشی می‌کنم، اصلاً به ترجمه مشغول نمی‌شوم. زمانی ترجمه را شروع می‌کنم که در آرامش کامل باشم چون هر کس در هر کاری استرس داشته باشد، همان استرس را به کار خودش و به فردی که به نحوی با آن کار در ارتباط است، منتقل می‌کند. من حتی به کسانی که در امر کتاب با من همکاری دارند مثل حروفچین و... توصیه می‌کنم که در صورت عصبانیت و استرس، کار را انجام ندهند، چون خواه‌ناخواه حالت روحی آنان به نوشته‌ها و کارهایشان منتقل می‌شود.

■ چگونه کتاب‌های خود را انتخاب و تهیه می‌کنید؟

معترف: در سفرهایم به خارج از کشور

کتاب‌ها را تهیه می‌کنم. در ایران مرتب با سایت‌های مختلف کتاب در تماس هستم و هر کتاب مفیدی را که بخواهم از طریق سایت سفارش می‌دهم یا به طور اینترنتی آن را خریداری و مطالب را از روی کامپیوتر ترجمه می‌کنم (توضیح: کتاب به صورت PDF خریداری و از همان سایت دانلود و ترجمه می‌شود).

■ برای ایجاد آرامش در زندگیتان چه کارهایی انجام می‌دهید؟

معترف: نقاشی، پیاده‌روی، ورزش، ترجمه معاشرت، مطالعه و مسافرت.

■ کتاب راز و قانون جذب در زندگی شما تاثیر گذاشته است؟

معترف: بله، بسیار زیاد. البته قبل از اینکه «راز» همه‌گیر شود. در سال ۱۳۸۳ کتاب قانون خوب را ترجمه کردم که در واقع پایه و اصل راز است که جنبه‌های مثبت و حتی منفی آن را امتحان کردم و نتایج آن برایم بسیار جالب و حیرت‌انگیز بود.

■ خیلی از افراد وقتی کتاب راز را می‌خوانند سوالات زیادی برایشان پیش می‌آید، توصیه شما برای فهم بهتر کتاب چیست؟

معترف: در وهله اول، باید کتاب «قانون جذب» خوانده شود (با دقت بسیار، مثل یک کتاب درسی که می‌خوانند بخوانند و امتحان بدهند) ۲- کتاب راز ۳- کتاب راز شکرگزاری ۴- کلید کاربردی قانون جذب. این چهار کتاب باید به ترتیب خوانده شود. در ضمن برای کسانی هم که می‌خواهند همسر ایده‌آل خود را انتخاب کنند آن هم با آگاهی و شناخت عالی کتابی مرتبط با قانون جذب ترجمه کردم به نام «به کمک قانون جذب همسر دلخواهت را پیدا کن» که نکات کلیدی و رسمی را ارائه می‌دهد و خواندن آن به تمام مجردان (دختر و پسر) توصیه می‌شود.

■ چرا همه چیز براساس قانون جذب عمل می‌کند؟

معترف: این سوال جواب وسیعی دارد ولی به طور مختصر توضیح می‌دهم. همه چیز و همه کس (بی‌جان و جاندار) در هر لحظه در کائنات در حال ارتعاش هستند و هر کدام، طول موج خاصی و فرکانس مخصوصی را از خود ساطع می‌کنند. از این رو فکر انسان هم که در اصل، انرژی است، حکم مغناطیس را دارد و از این جهت هر نوع فکر، چه مثبت و چه منفی به کائنات فرستاده می‌شود و به طور مغناطیسی همه چیزهای مشابه را جذب می‌کند و بیشتر از آن موارد را به خودمان تحویل می‌دهد. به این خاطر طبق قانون جذب، هر فکری که از خودت ساطع کنی، مشابه همان را جذب می‌کنی.

■ چرا گفتن «دوستت دارم» به کسانی که دوستشان داریم سخت است؟

معترف: این مورد به فرهنگ و طرز تربیت افراد بستگی دارد و اینکه در چه نوع محیط و خانواده‌ای بزرگ شده‌اند. در بعضی از خانواده‌ها که پایه و اساس تربیت بر عشق و محبت است افراد خانواده از ابراز محبت به یکدیگر دریغ نمی‌کنند و احساسات خود را ابراز می‌کنند و همین مورد الگویی می‌شود برای فرد که وقتی بزرگ شد همین رویه را ادامه دهد. ولی در اکثر خانواده‌ها و در واقع فرهنگ اجتماعی ما، کلمه عشق و عاشقی و دوستت دارم بعد منفی پیدا کرده است و انگار که بیان آن باعث کسر شأن می‌شود و بیشتر مردم عقیده دارند که لزو می‌ندارد ابراز احساسات زبانی باشد و طرف مقابل خودش باید متوجه شود و بداند که ما او را دوست داریم و به او محبت می‌کنیم.

عده‌ای هم فکر می‌کنند که بیان کردن محبت و عشق و علاقه، طرف مقابل جنبه شنیدن آن را ندارد و لوس می‌شود. ولی به عقیده من اگر افراد در هر موقعیتی احساسات خود را بروز دهند؛ عشق، محبت، خشم، عصبانیت، و... خیلی راحت‌تر می‌توانند با خودشان، با جامعه و اطرافیانشان کنار بیایند و در واقع تکلیف دیگران هم با شناختی که از آنها پیدا می‌کنند، مشخص می‌شود.

■ چرا ما این قدر زود عصبانی می‌شویم؟ تکنیک‌های کنترل عصبانیت چیست؟

معترف: کتابی در این زمینه ترجمه کرده‌ام به نام «اینقدر عصبانی نباش» که می‌توانید بخوانید! این کتاب جواب شما را به طور کامل می‌دهد. (با خنده)

به طور مختصر می‌گویم: عصبانیت احساسی است قوی که می‌تواند آدم را حسابی به دردسر بیندازد، سلامت فرد را تهدید می‌کند و آخر سر هم موجب عذاب وجدان و شرمندگی می‌شود. یکی از عوامل عمده عصبانیت فرد، زندگی کردن در خانهای با محیط پر از تشنج و عصبی است. در اصل پدر و مادر عصبانی الگویی برای بچه می‌شوند و عصبانیت به قدری در خانواده جا می‌افتد که برای همه اعضاء خانواده امری عادی و موجه جلوه می‌کند. عصبانیت یعنی چیزی ایراد دارد. فرد عصبانی هم دلیل و بهانه‌ای می‌تراشد، موردی را جور می‌کند که در برابرش جبهه بگیرد. اگر فرض شود که عصبانیت فرد در چهار پاکت بزرگ قرار دارد، پاکت اول حاوی اعمال خشونت‌بار، پاکت دوم حاوی افکار خشونت‌بار، سوم حاوی احساسات ناشی از عصبانیت و چهارمی حاوی حال و هوای عصبانی فرد باشد، توجه کنید که فرد چه بار سنگینی را حمل می‌کند؟! پس باید این چهار بسته را زمین گذاشت و از شر آنها خلاص شد به

هر جا ایمان باشد، عشق است، هر جا عشق باشد، آرامش باشد، خدا هست، هر جا خدا باشد، نیاز به چیز دیگری نیست.

کتاب‌های منتشر شده

از نشر «هو»



برای آشنا کردن مردم با کتاب و کتابخوانی باید از همان مهدکودک و دبستان و راهنمایی واحدهای کتابخوانی جزو دروس اجباری شود تا مردم اینقدر با کتاب بیگانه نباشند.



چشم بسته آن را بخرد!! و اگر در هر جا هم نمایشگاهی باشد برای کتاب بینوا باید حتماً از ۲۰ تا ۵۰ درصد تخفیف دهند تا مردم کتاب را بخردند ولی اگر نمایشگاه پوشاک یا لوازم آرایش باشد اصلاً کسر طرفشان می‌شود که تخفیف بخواهند!! و با هر قیمتی آن را می‌خرد البته افرادی هم هستند که حاضرند از خرج هر چیزی غیر ضروری در زندگی بزنند و در عوض کتاب بخردند ولی این افراد درصد کمی از جامعه را تشکیل می‌دهند. برای آشنا کردن مردم با کتاب و کتابخوانی باید از همان مهدکودک و دبستان و راهنمایی واحدهای کتابخوانی جزء دروس اجباری شود تا مردم اینقدر با کتاب بیگانه نباشند به امید آن روز که هر ایرانی در هر ماه حداقل پنج کتاب بخواند و با کتاب آشتی کند.

جدیدترین کتاب‌های نشر هو کدام است؟

معتكف: ۱- بیبا در قلمب زندگی کن
اجاره هم تده ۲- عشق الهی بی قید و شرط
است ۳- ایمان داشته باش ۴- استقامت
به خرج بده ۵- امیدوار باش آرامش در راه است ۶- خدایا تو را می‌خوانم اجابت کن ۷- دنیای اسرار آمیز آونگ ۸- وقتی خداوند به تو چشمک می‌زند. در ضمن کتاب هر روز با مولی علی (ع) باش گزیده‌هایی از نهج البلاغه است که با ۳۶۵ جمله روزانه زیبا، می‌توان از آن به عنوان عبارات تاکیدی استفاده و روزی سرشار از انرژی را آغاز کرد. برای اطلاعات بیشتر از کتاب‌های ترجمه نفیسه معتكف و خرید اینترنتی به وبسایت ایشان مراجعه شود.
 ایمیل: nafischmotakef@yahoo.com
 وبسایت: nmotakef@yahoo.com

ارشاد می‌رود و گاهی اوقات به کل ممنوع چاپ می‌شود که در این صورت تمام زحمات مترجم هدر رفته و هیچ پولی هم از طرف ناشر و ارشاد به او تعلق نمی‌گیرد. (دلم برای کتاب‌های متعدد خودم که دچار این چنین فاجعه شده‌اند می‌سوزد!!) هزینه سرسام آور کاغذ، چاپ و فروش ترفتن سریع کتاب‌ها و قیمت پایین کتاب و تیراژ کم باعث تأسف است که کتابی با تیراژ ۲۰۰۰ یا حداکثر ۵۰۰۰ چاپ می‌شود و آن هم باید چندین ماه و سال در انبار بماند. برای کشور ۷۰ میلیونی ما که باید به فرهنگ و کتابخوانی توجه زیادی شود، فاجعه و مصیبت بار است!! در این زمینه، مردم ما برای رسیدن به کشورهای دیگر در امر کتابخوانی فرسنگ‌ها فاصله داریم.

ایرانی‌ها حاضرند هر شب ۴-۵ ساعت خود را به دیدن فیلم‌های گوناگون و تازگی هم مد شده با اینترنت و چت کردن و ایمیل فرستادن وقت گذرانی کنند ولی دریغ از نیم ساعت کتاب خواندن در شب یا روز!!
 عده‌ای هم گرانی کتاب را بهانه می‌کنند! در اصل، کتاب ارزان‌ترین کالا است. خودتان مقایسه کنید حداکثر قیمت برای هر صفحه کتاب بیست تاسی تومان است. ولی برای کپی یک صفحه ۸۴ یا شاسنامه باید صفحه‌های ۵۰ تا ۷۵ تومان پرداخت کرد.
 عده‌ای از مردم حاضرند برای لوازم آرایش یا چیزهای غیر ضروری به راحتی پول خرج کنند ولی اگر بر حسب تصادف راه را گم کردند و از کتابفروشی سر در آوردند اول قیمت کتاب را نگاه می‌کنند و بعد آن را می‌خرند. حتی اگر از تیر کتاب خوششان بیاید هیچ کس حاضر نیست بدون دیدن قیمت کتاب

طور خلاصه می‌توان برای رهایی این کارها را انجام داد ۱- اعمال فرد تغییر کند ۲- افکار فرد تغییر کند (البته تلاش برای تغییر دادن اعمال بی‌فایده است مگر اینکه افکار تغییر پیدا کند) ۳- احساسات مهار شود ۴- فرد به خودش قول دهد که روحیه عصبانی خود را با روحیه مهربانی عوض کند ۵- فرد با روحیه عصبانی خودش دست و پنجه نرم کند و...
آیا کتاب‌هایی که در سایر کشورهای جهان پرفروش هستند در ایران هم در رده پرفروش‌ها هستند؟

معتكف: اکثر آنها نه یک سری کتاب‌های پرفروش در سایر کشورها هستند که چون با فرهنگ و جامعه ما همخوانی ندارد، حتی اگر ترجمه هم شوند، پرفروش نخواهد شد.
شما به ترجمه کدام یک از مترجمان علاقه دارید و کارهای او را می‌پسندید؟

معتكف: هر ترجمی که عالی ترجمه کند و حفظ امانت کند برایم ارزشمند و قابل تقدیر است. متأسفانه کتاب‌هایی از مترجمان به اصطلاح قوی را خوانده‌ام که گاهی اوقات باعث ناراحتی من شده است چون آن انتظاری که از ترجمه ایشان داشتم به دست نیاوردم. در عوض مترجمان گمنامی هم هستند که هر چند کتاب‌های کمی ترجمه کرده‌اند ولی ترجمه‌های عالی دارند. از ترجمه‌های مرحوم ذبیح‌الله منصوری لذت می‌برم چون در کار ایشان ترجمه نویسندگی توأم است و سبکی خاص ایجاد شده که لطف کتاب را بیشتر می‌کند و این هم نبوغ و توانایی خاص ایشان بوده است.

دغدغه‌های فکری شما به عنوان یک مترجم موفق چیست؟

معتكف: راستش از کلمه دغدغه اصلاً خوشم نمی‌آید و برای هیچ چیزی دغدغه‌های آن چنانی ندارم. هر کاری در هر زمانی که خدا بخواهد انجام می‌شود پس دغدغه برای چه؟ حتی اگر کاری هم با مشکلی مواجه شود باز هم آن را دغدغه فکری تلقی نمی‌کنم چون می‌تواند باعث رشد معنوی و شخصیتی من شود و درس‌های بزرگی به من یاد بدهد. می‌توان سوال را به این صورت پرسید: موانع موجود بر سر راه مترجم و ناشر چیست؟
 مشکل عمده مترجمان این است که مترجم با هزار زحمت کتابی را ترجمه می‌کند و همان موقع که مترجم ترجمه را تحویل می‌دهد، ناشر پول را نمی‌دهد و موکول می‌شود به بعد از چاپ کتاب و بخش آن حداقل ۴ تا ۸ ماه بعد از آن و تازه کتاب هم برای بررسی به



با عبور از جایگاهی که الان داری، می‌توانی به جایگاه دلخواهت برسی. (از پیچاد ایرانی)

یا کوه
 هر جا که ایمان باشد عشق است هر جا عشق باشد آرامش
 هست هر جا آرامش باشد خدا هست هر جا خدا باشد
 چیزی دیگر نیاز نیست.
 تقدیم بجزو ترجمه‌های عزیز نفیسه معتكف
 عبدآرامش خانواده سبز
 پاییز ۸۸