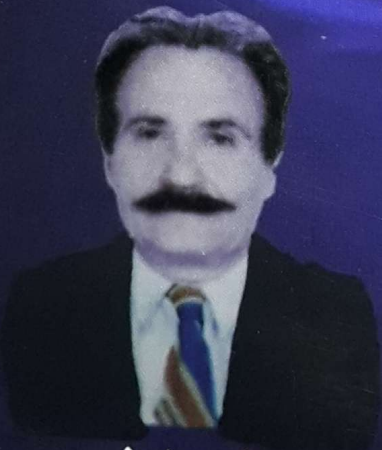
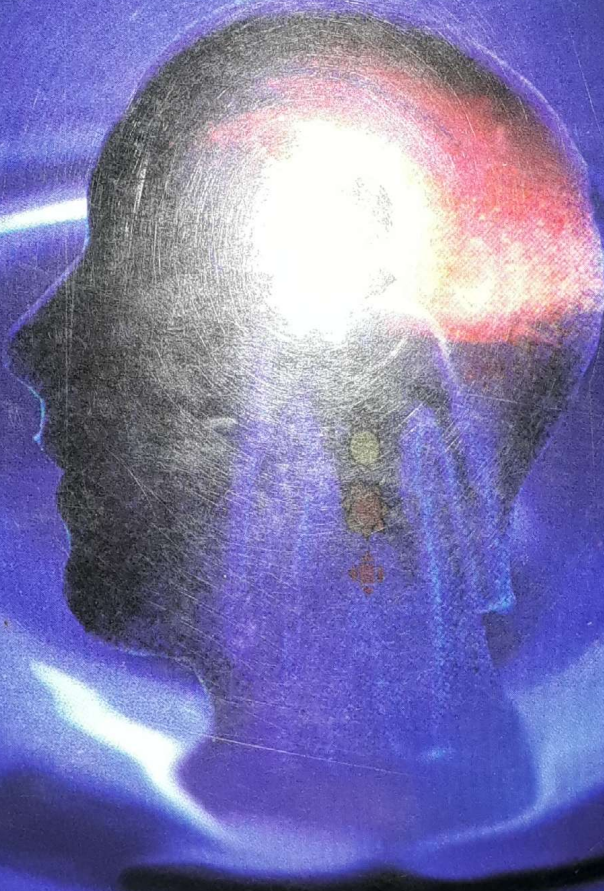


اسرار سکون و سکوت

Secrets of Silent and Calmness



شهرام شفيعی
SHAHRAM SHAFYEE



نادره امینی نژاد
NADEREH AMINI NEJAD

سرشناسنامه	: شفیعی، شهرام، ۱۳۲۹-
عنوان و نام پدیدآور	: اسرار سکون و سکوت / تالیف نادره امیلی نژاد، شهرام شفیعی.
مشخصات نشر	: تهران؛ فرا روان شناسی، ۱۳۸۸
مشخصات ظاهری	: [۱۳۵] ص: ۱۴×۲۱ س.م.
شابک	: 978-600-91229-0-5
وضعیت فهرست نویسی	: خپا
موضوع	: تفکر نوین
موضوع	: آرامش ذهنی
شناسه افزوده	: امیلی نژاد، نادره، ۱۳۳۱-
رده بندی کنگره	: ۱۳۸۸ ۵ الف ۷ش / BF۶۴۱
رده بندی دیویی	: ۲۹۹/۹۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۱۸۰۶۳۹۴



مؤسسه انتشارات فرا روان شناسی

شناسنامه کتاب:

نام کتاب: اسرار سکون و سکوت
 مؤلفان: نادره امیلی نژاد - شهرام شفیعی
 ناشر: انتشارات فرا روان شناسی
 مروف نگار: ابوالفضل نوفرستی
 ویراستار: غلامرضا گودرزی
 طراح جلد: مامدرضا قوهی
 قطع: رقص
 شمارگان: ۳۰۰۰
 چاپ: فهرستید
 صفای: شکیب
 لیتوگرافی: اسفند ۱۳۸۸
 جهت چاپ اول: ۲۰۰۰ تومان
 قیمت: ۵-۹۱۲۲۹-۶۰۰-۹۷۸: ISBN
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۱۲۲۹-۰-۵

« حق چاپ برای ناشر محفوظ است »

نشانی انتشارات فرا روان شناسی: تهران خیابان دکتر شریعتی سید فلدان کوی شهید کریمی یارندی پلاک ۲
 کدپستی: ۱۶۶۱۶۳۵۵۵۱ همراه ۰۹۱۲۳۳۵۸۷۳۲ تلفن: ۲۲۸۸۳۹۸۶ شماره ۲۲۸۸۳۹۸۵
 Email: falsafi557@yahoo.com

فهرست

۵	مقدمه
۹	مفاهیم عرفانی
۱۳	آزمایش نیوتن
۱۵	سکون و نسکوت
۱۶	روان شناسی
۱۸	ادراکات
۱۸	احساس
۲۰	ادراک حسی و خطای حسی
۲۳	نور «انرژی»
۲۶	آزمایش فیبر نوری:
۲۷	خواص روانی نور
۲۸	مفهوم رنگ‌ها
۳۲	ضمیر ناخودآگاه
۴۱	دقت
۴۱	انگیزه دقت
۴۲	حقیقت و واقعیت
۴۴	ضمیر خودآگاه
۴۷	ضمیر ناخودآگاه
۵۰	نادی‌ها
۵۱	چگونه نفس بکشیم؟
۵۲	تنفس و افزایش عمر
۵۵	غذا و ورزش
۵۷	خواص صوت

۴ □ اسرار سکون و سکوت

۵۸ مراقبه
۶۴ راه خلاصی از رنج
۶۴ جستجو
۶۶ تربیت رفتار اخلاقی
۶۶ ارزش عمل کردن به اخلاق
۶۷ آگاهی درست و نیک
۶۹ گفتار درست و نیک
۷۰ کردار نیک
۷۲ انسان پنج بدن دارد
۷۹ هولوگرام
۸۰ کیهان هولوگرام مانند
۸۵ ورود به هولوگرام
۸۸ بیان ریاضی عالم
۹۱ معرفت قبلی
۹۶ فضا و زمان
۹۷ فضای فیزیک
۱۰۲ فضا و زمان چیستند
۱۰۴ بحث کانت درباره فضا و زمان
۱۰۸ بیان کانت درباره صور ادراک و فهم
۱۱۳ راه موفقیت
۱۱۸ قانون رها شدن از دلستگی‌ها
۱۱۹ قانون «کار ما» یا «علت معلول»
۱۲۲ قانون کمترین تلاش
۱۲۵ قانون قصد و آرزو
۱۲۸ قانون عدم دلستگی
۱۳۰ پرانا که در تنفس نهفته شده یعنی چه
۱۳۴ کتابنامه

مقدمه

برای ما در این کتاب آنچه که به عنوان ایده و هدف بیشتر حائز اهمیت است، در وهله اول معرفی سکون و سکوت و راه یافتن به معنویات و سپس کمک گرفتن از معنویات در مسائل مادی و خواسته‌های بشری است. سعی ما بر این بوده که با بهره‌گیری از منابع مختلف که در اختیار داشتیم و با مطالعاتی که در سالیان متمادی انجام داده‌ایم و به کمک اساتیدی، چون دکتر محمدفرهاد رحیمی در رشته فیزیک کوانتوم و دکتر محمدکاظم علمی در رشته فلسفه علم پروفیسور ماتسوموتو رئیس دانشکده فلسفه توکیو - استاد احمد وکیلی که ارائه طریق نموده‌اند. مورد استفاده قرار گرفته شده است. با جرأت می‌توان موضوعات را چنین بیان نمود که بر پایه قوانین علمی از طریق فلسفه و فیزیک کوانتوم و متافیزیک جزئی از مجهولات بشر را مکتوب نموده و تا حدی افراد کنجکاو و اهل مکاشفه را با طبیعت ذاتی خود آشنا گردند. لذا در این راستا، سؤالاتی مطرح است که تأثیر آنها بر ذهن، بسیار نیرومندتر از تأثیر سؤالات مربوط به خلقت جهان

است. هر آنچه هست، از کجا آمده است. هر اجتماع در فولکور خود. مقام والایی برای بیان عرفان دارد. در اصل این حماسه‌های خلقت به گرد افعال خدایان دور می‌زنند. خدایانی که خواسته‌هایشان موجب خلق جهان و انسان‌ها گردید. اما فلاسفه از یونان گرفته تا خاور میانه و خاور دور، در شش قرن قبل از میلاد مسیح و حتی پیش از آن، همواره می‌کوشیدند تا دریابند چگونه عناصر زمین، آتش، هوا، آب و خاک توانستند با هم واکنش کرده و کیهان را بصورتی که ما می‌شناسیم بوجود آورند. کار آن فلاسفه و عرفا موجب شد که حرکت در جهت شناخت و درک بیشتر، از «چه کسی» به «چگونه» منتقل شود، نقش تمدن شرق در این تلاش دیرپای انسان چشمگیر است و همان‌گونه که بزودی خواهیم دید، در خلال چند سال گذشته بسیار برجسته‌تر شده است که حکمفرما می‌باشد. زمانی که کهکشان‌های دور دست از راه شیری می‌گریزند. با افزایش توانایی ما در اندازه‌گیری ویژگی‌های نواحی دور دست جهان نگرشی ظهور کرده است که حماسه خلقت را آنگونه که روش علمی بازگو می‌کند، تصویر می‌نماید. حجم دلایل جمع‌آوری شده بیانگر این مطلب است که انبساط مشاهده شده نتیجه یک انفجار فوق‌العاده عظیم است که چندین بیلیون سال پیش رخ داد و ما به آن انفجار بزرگ می‌گوییم. یک راه برای اینکه دریابیم دانش ما در مورد تاریخ جهان تا چه حد کامل می‌باشد، این است که ببینیم تکامل ماده را تا کجا می‌توان پیگیری کرد. در خاتمه مایلیم که از استاد احمد علامه فلسفی - آقای

مقدمه □ ۷

محمدعلی عطایی و استاد عطایی و منصور - بهرام - ناصر - شهریار
شفیعی برادرانم استاد رضا حجت‌زاده - دکتر مسعود ابراهیم شاه -
عبدالله باقرزاده - مهندس محسن ابراهیم شاه - دکتر منصور ابراهیم
شاه - دکتر فارق صفی‌زاده - خانم مریم دانا - دکتر کامران ریاحی -
مهندس علی واثقی - دکتر حسین خاتمی و مهندس حمید غلمان -
استاد مهدی محمد هادی - دکتر غلامرضا رفعت و کریستین ویشنگی
- روزین امینی‌نژاد - نیکی نبوی و استاد همایون جواهری یاری داده و
تشویق نموده تشکر کنیم.

نادره امینی‌نژاد - شهرام شفیع
۱۳۸۷ خورشیدی

مفاهیم عرفانی

همان‌طور که عرفای خاور نزدیک و خاور دور تأکید کرده‌اند، اگر می‌خواهی به خدا برسی باید خود را بشناسی. در وهلهٔ اول سؤالی که برای انسان پیش می‌آید این است که خدا کیست و از کجا و از کی آمده است؟ اکنون به این سؤال‌ها جواب می‌دهیم: فلاسفه و عرفا بر این نظر هستند که خداوند، علم مطلق، حیات مطلق و قدرت مطلق است و تمام جواب‌های بشر یا انسان در آن مستتر است. اما چون خداوند خود مبدأ مطلق و انتهای مطلق است و در نهایت ابتدایش بر انتهایش منطبق است، نمی‌توان مکانش را یقین کرد. همچنین چون حرکت دارای ابتدا و انتها می‌باشد و آن‌ها بر هم منطبق هستند زمانی برای رسیدن از ابتدا به انتها وجود ندارد، اما جواب از کی آمده هم داده شده است، پس از کی آمدن و از کجا آمدن خداوند جوابی مبهم است به طوری که نمی‌توان آن را رفع ابهام کرد. دومین مرحلهٔ سؤال انسان این است که کائنات چیست؟ جوهر چیست؟ ماده چیست؟

عَرَض چیست؟ و حرکت جوهری چیست؟ پس باید جواب این سؤال‌ها را نیز بدهیم و سپس از جهان به خودمان برسیم و خود را بشناسیم و خود را تعمیم دهیم و در نتیجه از جهان صغیر به جهان کبیر سیر کنیم، و به نتایج مورد هدف برسیم.

جوهر: جوهر مطلق خداوند است و مفهوم جوهر بر جا هستی شیئی و یا قائم به ذات بودن است.

عَرَض چیست؟ بالفعل بودن جوهر است.

اجازه دهید بالقوه و بالفعل را با یک مثال روشن سازیم. هنگامی که هسته میوه‌ای را مثلاً هسته زردآلود را در خاک می‌کاریم بالقوه است و همین که جوانه زد بالفعل می‌شود. همچنین صفت، نظیر عَرَض است و مشخصه جوهر می‌باشد، پس جوهر بالقوه، و عَرَض بالفعل است.

ماده: مجموعه عَرَض و جوهر است.

روح: جوهر و مرجع می‌باشد.

شعور: مستنیر از آگاهی مطلق است.

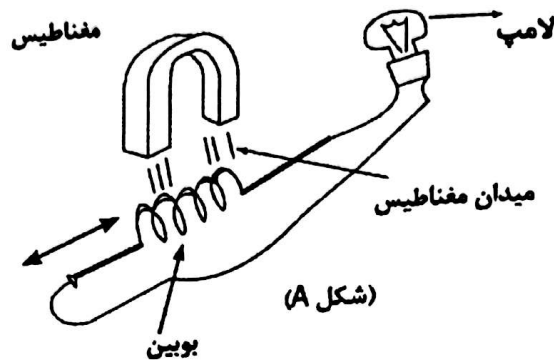
نور منیر: نوری است که از منبع اصلی می‌تابد.

نور مستنیر: نوری است که بعد از انعکاس به اشیا می‌تابد. نور منیر مانند نور خورشید است و نور مستنیر مانند نور ماه است که نورش را از خورشید می‌گیرد.

عرفا می‌گویند نور منیر مستنیر است از نور حق.

برای روشن شدن مطلب یک مثال فیزیکی می‌زنیم.

اسرار سکون و سکوت □ ۱۱



مطابق شکل بالا، هرگاه بویینی را با سرعت از جلوی میدان مغناطیس حرکت دهیم لامپ روشن می‌شود و تولید نور منیر می‌کند، اما نور منیر انرژی را از میدان آهنربایی یا نور نامریی آهنربا گرفته و می‌توان چنین تشبیه کرد که نور منیر لامپ مستنیر است از نور نامریی آهنربا. پس می‌توان نتیجه گرفت در حالت کلی نور منیر مستنیر از نور نامریی خداوند است، (نور منیر و خواصش را در آینده بررسی خواهیم کرد).

حرکت: حرکت باید دارای ابتدا و انتها باشد.

وجود: وجود عین حرکت است. باید به این موضوع توجه کنید. چیزی وجود ندارد که حرکت کند، بلکه وجود و حرکت بر هم منطبق‌اند و یکی هستند.

کائنات: جمع ماده و شعور است؛ یعنی مجموعه‌ای از جوهر و غرض و شعور که قبلاً تعریف شده‌اند.

نیرو: موضوعی است که باعث می‌شود جسم ساکنی را به حرکت در آورد و جسم متحرکی را ساکن کند و جسمی را تغییر شکل دهد و یا مسیر جسمی را منحرف نماید.

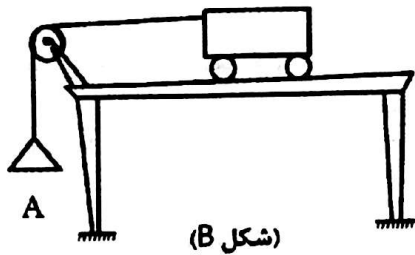
انرژی: نیروی در حال عزم را انرژی گویند؛ مثلاً جسم در حال سقوط نیروی در حال عزم است و یا فنر فشرده شده نیروی در حال عزم است.

در ضمن انرژی می تواند حالات گوناگون داشته باشد. انرژی ممکن است متصل و منفصل باشد. انرژی متصل، انرژی کلاسیک است؛ مانند ریختن آب از ارتفاع. انرژی منفصل، انرژی کوانتم است؛ مانند انتقال یک الکترون از مداری به مدار دیگر بدون آنکه از مکان و زمان عبور کند. انرژی ها حالت مختلفی دارند؛ مانند انرژی مکانیکی، انرژی شیمیایی، انرژی اتمی انرژی هسته‌ای، انرژی مغناطیسی و انرژی الکترواستاتیک.

چون وجود عین حرکت است. برای ملموس شدن مطلب مثال قبل را مطرح می کنیم. همان طور که در شکل (A) مشاهده نمودید وجود نور عین حرکت بوبین نسبت به میدان مغناطیس بود که در اینجا میدان مغناطیس نقش ریفرنس یا مرجع را بازی می کند؛ البته باید تأکید کنم این کمی با تعریف وجود، مغایرت دارد، اما تنها مثال فیزیکی که نزدیک به موضوع بود همین بود. همچنین می توان متذکر شد که اگر مدادی را روی کاغذی قرار دهیم و خطی ایجاد شود تا زمانی که مداد در حرکت باشد خط به وجود می آید و وجود خط عین حرکت مداد است.

آزمایش نیوتن

اسحاق نیوتن دانشمند و فیزیکدان انگلیسی در مورد حرکت، آزمایش‌های جالبی انجام داده است که بسیار مهم می‌باشد. وی فرق سکون و حرکت و نیرو را کاملاً در اینجا نشان داده است؛ البته قبل از نیوتن فیزیکدان ایتالیایی گالیله این کار را کرده بود، اما نیوتن در قالب فرمولی کلی این موضوع را مطرح کرده است. اکنون ما این آزمایش را برای شما مطرح می‌کنیم.



طبق (شکل B) ارابه‌ای را که به وسیله نخ از روی قرقره‌ای شیاردار عبور کرده و به کفه‌ای متصل شده در نظر می‌گیریم.

۱- در حالت A در کفه چیزی وجود ندارد و ارابه در حالت سکون قرار دارد.



۲- در حالت B مقداری براده در کفه می‌ریزیم و مشاهده می‌شود ارابه به حرکت درآمده و حرکتش شتابدار است و چون براده در کفه قرار دارد دارای نیرو است.



۳- در حالت C هنگامی که براده‌ها را به کمک یک قطعه آهنربا (ارابه در حال حرکت است) برداشتیم مشاهده می‌شود در کفه چیزی وجود

ندارد و حالت کفه به حالت کفه A برمی‌گردد؛ یعنی ارابه حرکت می‌کند و سرعتش که در حالت B متغیر بود اکنون یکنواخت است و دارای نیرو نیست.

نتیجه ۱: از آزمایش بالا نتیجه می‌گیریم که چون کفه A و کفه C بدون بار هستند پس سکون و حرکت یکنواخت، هم‌ارز می‌باشند.

نتیجه ۲: هرگاه براده‌های آهن‌ریا را با اندازه‌های مختلف آزمایش کنیم، سرعت‌های یکنواخت متعددی به وجود می‌آید. پس می‌توان گفت بی‌نهایت سرعت‌های مختلف یکنواخت، هم‌ارز با سکون است.

نتیجه ۳: همان‌طور که قبلاً گفته شد وجود، عین حرکت است. پس چون بی‌نهایت حرکت یکنواخت داریم، بی‌نهایت حالت وجودی داریم و به همین دلیل دنیایی از انواع به وجود آمده است.

نتیجه ۴: طبق فیزیک نسبیت، اگر نور در خلأ سرعتش C_1 باشد وقتی وارد آب می‌گردد سرعتش C_2 می‌شود و چون از آب در می‌آید و وارد خلأ می‌شود سرعتش C_1 می‌گردد. نکته‌ای را که باید در نظر گرفت اولاً چون سرعت نور سرعت یکنواخت است و هم‌ارز سکون می‌باشد پس نور نیاز به سوخت ندارد. ثانیاً چون سرعت نور یکنواخت است و هم‌ارز سکون است و در سکون بی‌نهایت گونه سرعت یکنواخت مستتر است پس نور می‌تواند در محیط‌های مختلف سرعت‌های یکنواخت گوناگون اختیار نماید.

سکون و سکوت

هرگاه اندازه قدرت موتورسیکلتی را در موقع روشن بودن موتور در نظر بگیریم و آن را با قدرت موتور یک اتومبیل در حال کار مقایسه کنیم، بی‌گمان با هم فرق دارند، اما اگر موتورهای موتورسیکلت و اتومبیل خاموش باشند، در سکون با هم وحدت دارند. همچنین اگر صداهای آن‌ها را بر حسب دسی‌بل (واحد صوت) بسنجیم با هم اختلاف دارند، اما در موقع خاموش بودن و سکوت با هم وحدت خواهند داشت. به‌طور کلی سکون و سکوت تعادل مطلق است. پس وحدت، مطلق است. وقتی به سکوت سفر می‌کنیم بر قدرت آن تلنگر می‌زنیم. سکوت، کارگاه خداوند است. در سکوت همان‌طور که قبلاً اشاره شد بی‌نهایت حرکت یکنواخت وجود دارد. در نتیجه بی‌نهایت وجود مختلف است و اگر با هم ترکیب شوند بی‌نهایت حادثه به وجود می‌آورند.

همان‌طور که می‌دانید خداوند آشتی با تضاد به‌طور ارادی است، پس تعادل محض است و می‌توان نتیجه گرفت راه ارتباط برقرار کردن با قدرت مطلق سکوت، سکون توجه است. توجه یعنی در حال قرار گرفتن و از مکان و زمان خارج شدن است؛ یعنی کمکی است به سکون و سکوت. زیرا اگر نتوانستیم سکون و سکوت را به خوبی انجام دهیم، در راه ارتباط با قدرت مطلق، ناهمواری ایجاد می‌شود.

برای اینکه بدانیم با خودمان باید چه رفتاری داشته باشیم بهتر است به‌طور اختصار روان‌شناسی را مطالعه کنیم.

روان‌شناسی

روان‌شناسی (روان‌شناسی) یکی از آخرین رشته‌های دانش بشری است که از فلسفه جدا شده و استقلال یافته است. بنابراین در تعریف روان‌شناسی گفته می‌شود، علمی است که به توصیف و تحقیق فعالیت‌های روانی و کردار و رفتاری که نمودار آن‌ها هستند می‌پردازد. برای اینکه معلوم شود چه هستند و چه مناسبت‌هایی با هم دارند و از چه قوانینی پیروی می‌کنند باید دانست که این حالات روانی با بدن و اعمال بدنی مناسبت‌های بسیار نزدیک دارند. از این رو روان‌شناس باید از زیست‌شناسی هم تا حدی با خبر باشد.

روان‌شناسی، فواید بسیار دارد. چه آدمی را یاری می‌کند به اینکه خود و دیگران را بشناسد و از این شناسایی، سود فراوان حاصل کند. گذشته از این ما را از حدود توانایی ذهن آگاه می‌سازد و ارزش معرفت را تا حدی معلوم می‌دارد. ذهن یعنی قوه ادراک ما میزان و معیار تمام معلوماتی است که از عالم خارج به دست می‌آوریم؛ یعنی علوم مختلف الهام‌بخش ما می‌شود. بدیهی است که هر قدر اطلاع ما از چگونگی این میزان و معیار وسیع‌تر باشد اعتماد و اطمینان ما نسبت به ارزش معلوماتی که به واسطه آن حاصل می‌شوند بیشتر خواهد بود.

شعور و وجدان: آگاهی و علمی که ما از حالات نفسانی خود داریم و در واقع جزء ذاتی آن‌هاست شعور یا وجدان نفسی نامیده می‌شود. این علم به همه آن حالات، همواره یکسان نیست، بلکه شدت و ضعف دارد چنانکه پاره‌ای از آن‌ها صریح و روشن و پاره دیگر تاریک و مبهم

هستند و از این‌رو دسته اول را وجدانیات صریحه و دسته دوم را وجدانیات مغفوله می‌خوانیم (یعنی آگاهی که از آن غافل شده‌ایم). شعور را هم در صورتی که به دسته اول اطلاق شود شعور ظاهر یا خودآگاه و چنانچه ناظر به دسته دوم باشد شعور باطن یا ناخودآگاه نام می‌دهیم. وجدانیات صریحه، یعنی نفسانیاتی که علم نفس به آن‌ها صریح و روشن است. نه افکار و عواطفی گفته می‌شود که در زمان حال عارض روان هستند (یعنی غرض روان). وجدانیات مغفوله به آن‌ها اطلاق می‌شود که وقتی وجدانی صریح بوده‌اند، اما در زمان حال مورد توجه وجدان نیستند و قسمت تاریک ذهن یا ذخیره آن را تشکیل می‌دهند. تمام حالاتی که برای شخص عادی شده است و همه تمایلات، عواطف، معلومات، عقاید و افکاری که در مدت زندگی به دست آمده و خواهش‌ها و آرزوهایی که نتوانسته‌اند یا نمی‌توانند در خارج بروز و ظهور کنند، وجدانیات مغفوله آدمی را تشکیل می‌دهند. چه بدیهی است که این دسته از نفسانیات را اهمیتی شایان است. چه شخصیت هر کس بر آن تکیه دارد و گفتار و رفتار او از آن ذخیره ژرف سرچشمه می‌گیرد. شعور باطن یا ناخودآگاه را می‌توان به آب‌های عمیق و پنهان دریا تشبیه کرد و شعور ظاهر یا خودآگاه را به سطح موج که نمایان است. در ضمن همان‌طور که قبلاً گفتیم، شعور مستنیر از آگاهی مطلق است؛ یعنی شعور را ما در خود تولید نمی‌کنیم، همان‌طور که رادیو امواج را تولید نمی‌کند، بلکه آن‌ها را از فضا دریافت می‌کند. البته به نسبت قدرت و ضعف باتری درون رادیو،

بستگی دارد.

همچنین ما شعور را از فضا می‌گیریم و در مغز ترجمه می‌کنیم و به علت قوت و ضعف که به علت ژنتیکی در ما هست آن را دریافت کرده و در اجتماع به صورت استعداد بروز می‌دهیم.

ادراکات

چون بنا بر مطلب قبل قرار بود به طور مختصر اشاره شود؛ بنابراین فقط به رئوس موضوع ادراکات، یعنی احساس، ادراک حسی، حافظه، تداعی معانی، تخیل، تجرید و تعمیم، حکم و استدلال اشاره می‌کنیم.

احساس

بدن انسان در معرض تحریک و تنبیه عوامل خارجی مانند ارتعاشات هوا و امواج اثر و برخورد و فشار دیگر چیزها، قرار داشته همواره از آن‌ها بیش و کم متأثر است. این تأثیر بدنی در مراکز عصبی انعکاس پیدا می‌کند که «احساس» نام دارد. مثلاً ارتعاشات هوا به گوش رسیده و آن را متأثر می‌سازد و در نتیجه احساس صوت حاصل می‌شود، یا دژاتی بسیار ریز به بینی برخورد کرده احساس یو، دست می‌دهد؛ بنابراین احساس، نخستین و ساده‌ترین کیفیت ادراکی یا فعالیت روانی است.

هر احساسی دارای دو مقدمه است؛ یکی تحریک خارجی و دیگر تأثیر عضوی. چنان که در مورد صوت، ارتعاش‌های هوا، تحریک

خارجی و جنبشی که گوش را موجب گشته، تأثیر عضوی است و در مورد «یو»، ذرات بسیار ریز تحریک خارجی است و تغییری که در بینی روی داده تأثیر عضوی. پس از دستیابی به این دو مقدمه، در مغز انعکاسی (که چگونگی آن نامعلوم است) پیدا می‌شود که احساس نام دارد. پس احساس غیر از تحریک خارجی و تأثیر عضوی است، بلکه انعکاس ذهنی تأثیری است که یکی از اعضای بدن را عارض شده است و از این رو درست نیست که گفته شود «اعصاب احساس را به مغز منتقل می‌کند» یا اینکه «مغز احساس را ضبط می‌نماید» و مانند آن. زیرا آنچه به واسطه بی‌ها (اعصاب) انتقال می‌یابد و در مغز ضبط و نگاهداری می‌شود تأثیرات عضوی، یعنی تغییرات بدنی و مساوی هستند نه احساس‌ها. هر عضوی از بدن که تأثیر آن موجب احساس مخصوص بشود عضو آن حس به شمار می‌رود. سابق بر این تنها پنج عضو را دارای این خاصیت می‌دانستند و از این رو به پنج‌گونه احساس قائل بودند و آن‌ها را به پنج حس بینایی، شنوایی، لامسه (پساوایی)، چشایی و بویایی نسبت می‌دادند. به همین دلیل در بسیاری از زبان‌ها حواس ظاهره را حواس پنجگانه خوانده و هنوز می‌خوانند. اما حقیقت این است که باید حس وضعی و عضلاتی و حس تعادل و جهت‌یابی و حس سردی و گرمی و حس رنج جسمانی و حس درونی را به حواس دیگر افزود. چه این‌ها نیز هر کدام در بدن دارای عضوی مخصوص هستند. شاید توسعه علوم ایجاب کند که در این فهرست حواس، باز هم تجدید نظر به عمل آید.

ادراک حسی و خطای حسی

احساس مجرد، یعنی انعکاس ذهنی تأثرات بدنی، که به خودی خود ارزش معرفتی ندارد، اما به محض اینکه به ذهن عارض می‌گردد معمولاً از سایر فعالیت‌های روانی احاطه و به یاری آن‌ها تعبیر و تفسیر می‌شود و به مقام ادراک حسی می‌رسد؛ مثلاً آوازی شنیده می‌شود (احساس مجرد)، ذهن فوری آن را به مدد تجربیات و معلومات قبلی خود تأویل و تفسیر می‌کند و تشخیص می‌دهد که صوت فلان چیز است (حرکت اتموبیل است، شکستن شاخه درخت، افتادن جام برنجی به زمین یا...).

اینکه از رؤیت آهن گداخته حکم به سوزندگی آن می‌کنیم و شامگاه از دیدن قرص سرخ‌فام در افق تشخیص خورشید مغربی می‌دهیم و فلان بوی مخصوص را دلیل بر وجود گلاب می‌دانیم نیز همه در نتیجه تعبیر و تفسیری است که ذهن از احساس اصلی کرده است و گرنه این اصوات و این مناظره بویها نمی‌توانند به خودی خود بر آن امور دلالت کنند. چنان که وقتی بر ذهن طفل چندماهه عارض می‌شوند هیچ یک از این معانی را در آن ایجاد نمی‌کنند؛ یعنی ذهن محدود و خالی از معلومات کودک، نمی‌تواند آن‌ها را به مقام ادراک حسی برساند.

اما باید دانست که این احساس مجرد، یعنی احساسی که فوری کم و بیش رنگ ادراک حسی پیدا نکند در اشخاص بالغ سالم کیفیتی استثنایی است و بیشتر در هنگام حواس‌پرتی یا در مواقعی دست

اسرار سکون و سکوت □ ۲۱

می‌دهد که نفس به مناسبتی دچار خستگی و ضعف و سستی شده، اعمالش به خوبی صورت نگیرد. به همین دلیل اغلب لفظ احساس را به جای ادراک حسی به کار می‌برند و همان معنی را از آن استنباط می‌کنند.

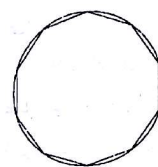
خطای حواس: این تعبیر و تأویلی که ذهن از احساس‌های خود به عمل می‌آورد و برای آنکه در خارج مقدمه‌ای فرض می‌کند همیشه قرین دقت و صحت نیست و گاهی با واقع و نفس امر به هیچ وجه مطابقت ندارد، چنان که اتفاق می‌افتد که شخص سراب را آب، و صدا یعنی انعکاس صوت را آواز و صوت می‌پندارد و دو مقدار متساوی را متفاوت می‌یابد و بر عکس. این خطا مشهور به خطای حس است، اما شکی نیست که این شهود غلط است؛ زیرا خطا در احساس نیست، بلکه در تعبیر و تفسیر آن است. احساس عبارت از تغییر حالت خودمان است و این تغییر حالت همچنان که هست معلوم ماست و به خودی خود متضمن هیچ تصدیق و تکذیبی نیست تا احتمال خطا درباره آن داده شود.

نتیجه: ما باید تمام حواس را با تمرین‌های خاصی، مانند تمرکز خنثی کنیم تا حرکت درونی را تبدیل به سکون و سکوت نماییم.

سکون و سکوت جوهر، و حرکت و صوت عَرَض است. برای اینکه بتوانیم سکوت و سکون را لمس کنیم مجبوریم از تعاریف و قوانین زیر استفاده نماییم:

زیبایی: افلاطون می‌گوید زیبایی در تقارن و زیباترین شکل

هندسی، دایره است؛ زیرا متقارن‌ترین است. البته اگر در ابعاد بالاتر مانند بُعد سوم دایره را در نظر بگیریم، کره است و جالب اینکه در بُعد چهارم و پنجم و اِنم هم کره است.



(شکل B)

پس بهتر است بحث خود را با دایره که تصویر کره می‌باشد ادامه دهیم. چون دایره ضریب اتحنای جزئی با کُلش یکی است، می‌توانیم در مورد زیبایی چنین نظر دهیم که زیبایی هماهنگی جزء با کل خودش می‌باشد. حال اگر جهان و دنیای انواع را چندضلعی در نظر بگیریم و اگر تعداد این چندضلعی به بی‌نهایت میل کند تبدیل به دایره می‌شود. پس می‌توان نتیجه گرفت تعداد و انواع صوت اگر به بی‌نهایت میل کند تبدیل به دایره و تعادل مطلق و سکوت و سکون و زیبایی می‌شود و ما به وحدت و خداوند نزدیک می‌شویم. سپس به این نتیجه می‌رسیم که حکمای کهن می‌گفتند: آرام و بی‌حرکت باش و بدان و آگاه باش که من در درونم.

برای شناخت خداوند نباید به ذات او فکر کرد، بلکه باید به صفاتش توجه کرد.

اولاً نزدیک‌ترین راه رسیدن به خدا ذکر است؛ زیرا همان‌طور که در شکل B مشاهده شد هر چه اضلاع کوچک‌تر و تکرار بیشتر شود به دایره نزدیک‌تر می‌شود و این نشان می‌دهد ذکر یا تکرار ما را به بی‌تفاوتی و تعادل و خدا نزدیک‌تر می‌کند. همان‌طور که گفته شد

خداوند آشتی اضداد و تعادل به‌طور ارادی است؛ یعنی ۱- در بودن، نبودن (یعنی همان‌طور که اضلاع از هم تفکیک می‌شوند به علت تکرار و کثرت به دایره تبدیل شده و دیگر نمی‌توان اضلاع را در ذهن تفکیک کرد و به وحدت می‌رسد و دیگر نبودن تفکیک است.)

۲- در دیدن، نبینی ۳- در شنیدن، نشنوی ۴- درگر سنگی، سیر باشی ۵- در لمس کردن، لمس نکنی ۶- در شهوت، بی‌شهوت باشی ۷- در جاذبه، دافعه داشته باشی

در نتیجه اگر می‌خواهی به چیزی برسی از آن فرار کن و یا رهایش کن؛ زیرا در موقع رها کردن آزاد می‌شوی و خود را محدود نکرده‌ای و بی‌نهایت می‌شوی و به خدا نزدیک و صاحب جاذبه می‌شوی و خواسته خود را جذب می‌کنی؛ زیرا به تعادل می‌رسی و به عدالت خداوند دست می‌یابی.

پس ساکت بمان، تشریح نکن، تحلیل نکن، هیاهو و فغان نکن، و عمل و پیشداوری نکن که نتیجه بالا خودسازی است.

نور «انرژی»

خواص فیزیکی انرژی: انرژی به صورت ذره و موج است. انرژی پیش از مشاهده موج است و در فضا و زمان منتشر می‌شود و از طریق حساب احتمالات و دامنه احتمال می‌توان آن را بررسی کرد که این از حوصله کتاب خارج است. همچنین اگر به صورت موج باشد غیر ماده بی‌موضع در محدوده ذهن در زمان مشاهده می‌شود،

اما اگر ذره باشد در فضا و زمان موضع یافته و در قلمرو مادی است. صفات نور عبارت است از: ۱- انرژی از جایی کسب نمی‌کند و به حرکت خود ادامه می‌دهد ۲- تبدیل به ماده می‌شود. (برای درک مطلب چوبی را آتش بزنید و از آن فیلم‌برداری نمایید و بگذارید چوب تبدیل به خاکستر شود. اکنون فیلم را به طریق وارونه نشان دهید. مشاهده خواهید کرد که دود و آتش «انرژی» تبدیل به چوب (ماده) می‌شود.)

۳- نور دارای آگاهی است؛ زیرا اگر آگاه نبود نمی‌توانست ما را از تاریکی آگاه نماید.

۴- نور حداقل زمان را می‌پیماید.

۵- هرگاه شیئی طولی مانند مداد با سرعت نور حرکت کند طولش کوتاه می‌شود و اگر سرعتش به نور برسد بُعدش را از دست می‌دهد و نور می‌شود؛ یعنی فنا در راه نور می‌شود.

۶- هرگاه نور با سرعت C_1 وارد محیطی مثلاً آب شود سرعتش به C_2 می‌رسد و چون از آب خارج شود و به محیط اول برگردد سرعتش C_1 می‌گردد که این همان رجعت به اصل است.

۷- انرژی خاصیت انفصالی دارد؛ یعنی کوانتوم است.

زمانی که می‌خواهد مانند یک الکترون از یک مدار به مدار دیگر منتقل شود به صورت انفصالی منتقل می‌شود؛ مانند اینکه از عدد ۲ به ۳ برویم یعنی دیگر از $2/3$ و $2/4$ و... عبور نمی‌کنیم تا به ۳ برسیم، بلکه به صورت جهشی از ۲ به ۳ می‌رسیم. به عبارت دیگر در یک

لحظه از مکان و زمان خارج می‌شود.

خواص نور را از نظر متافیزیک بررسی می‌کنیم، مبنی بر اینکه چرا نور منیر، مستنیر از نور حق (خدا) است:

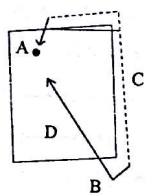
۱- هنگامی که نور، انرژی را از جایی کسب نمی‌کند در حقیقت بی‌نیازی خداوند را نشان می‌دهد.

۲- تبدیل شدن ماده به انرژی، تجلی خلق کردن است.

۳- نور دارای آگاهی شدن انرژی به ماده می‌باشد و این تجلی آگاهی مطلق است.

۴- نور حداقل زمان را می‌پیماید.

بهبتر است برای روشن شدن این موضوع مثالی بزنیم:

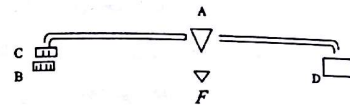


مَجَسَم کنید که شخص (A) در استخر در حال غرق شدن است. اگر شخصی مانند (B) که شنا می‌داند بخواهد شخص (A) را نجات دهد راه کوتاه از طریق (D) است، اما به علت اصطکاک با آب، زمانی زیادی هدر می‌رود، حال اگر از راه (C) بدود، با اینکه مسیر (C)

بیشتر از (D) است، زمان کمتری صرف خواهد کرد. پس نور اینگونه عمل می‌کند.

بحث: آزمایش فوق نشان می‌دهد که نور پلی بین ما با خالق جهان است. اگر اصلاً زمان در محیط مصرف نمی‌کرد ما نمی‌توانستیم اشیا را ببینیم و اگر زمان زیاد مصرف می‌کرد تبدیل به ماده می‌شد. پس

کوتاه‌ترین زمان را به کار می‌برد که آگاه باشد و آگاهی را از آگاهی مطلق بگیرد و در ضمن در این دنیا ما بتوانیم وجودش را حس کنیم.



آزمایش فیبر نوری:

اگر دو لوله فیبر نور که هر کدام به طول ۹۰ کیلومتر هستند انتخاب کنیم و بین آن‌ها منشور (A) را قرار دهیم و منبع نور (F) را روشن کنیم، به طوری که نور به علت انعکاس از طریق منشور وارد دو لوله فیبر نوری شود پرده (B و D) روشن می‌شوند، اما اگر پرده (C) را که دارای دو شکاف موازی می‌باشد سر راه فیبر نوری پرده (B) قرار دهیم، به علت تداخل امواج، تعداد زیادی خطوط موازی روی پرده (B) تشکیل می‌شود و بلافاصله این اتفاق روی پرده (D) می‌افتد. این آزمایش نشان می‌دهد که ذرات از حال هم باخبرند.

البته این قانون طبق سکون و هم‌ارز آن یکنواخت، اتفاق می‌افتد؛ یعنی می‌توان آن ذره را در صفحه سکون در هر جای دنیا تصور نمود که نشان می‌دهد ذرات کوانتومی و ذرات نور از زمان و مکان در هر آن می‌توانند خارج شوند.

ذرات نور حالتی دارند که اگر موجودی با سرعت آن حرکت کند، عمرش جاودانه خواهد شد و گرسنه و تشنه نخواهد شد و نخواهد خوابید و نیاز به چیزی ندارد. پس نتیجه می‌شود که نور منیر، مستنیر

از نور حق و شعور است، یا آگاهی مستنیر از آگاهی مطلق است. طبق اصل عدم قطعیت هایزنبرگ، اگر ذره در حال حرکت را مطالعه کنیم دو حالت به وجود می‌آید؛ هرگاه به مکان ذره توجه کنیم ذره را در موضع مشخص و در سکون مشاهده می‌کنیم و اگر سرعتش را مورد نظر قرار دهیم مکانش را از دست داده‌ایم و این خاصیت کوانتم است. پس در زمان یکنواخت و طبق قانون کوانتوم، می‌توانیم گذشته و حال و آینده را لحاظ کنیم، اما چون طبق قانون نسبیت اینشتین زمان به علت سرعت‌های مختلف تغییر می‌کند نمی‌توان آینده را پیشگویی کرد و این ما هستیم که در حال، آینده خود را خلق می‌کنیم. در ضمن انتخاب بدشانسی و خوش‌شانسی با ماست همان‌طور که طبق قانون کوانتوم اختیار با ما است که سکون یا حرکت را اختیار کنیم.

خواص روانی نور

رنگ‌های اصلی نور، زرد، آبی و قرمز است.

بهتر است ابتدا ترکیب رنگ‌ها را معرفی کنیم:

$$\left. \begin{array}{l} \text{سبز} = \text{زرد} + \text{آبی} \\ \text{نارنجی} = \text{زرد} + \text{قرمز} \\ \text{بنفش} = \text{آبی} + \text{قرمز} \end{array} \right\} \text{رنگ‌های مکمل}$$

رنگ‌های ثالث از ترکیب رنگ‌های اصلی با رنگ‌ها مکمل به دست

می‌آید.

می‌کند و خواسته‌های انسان را به دست می‌آورد.
 قرمز: رنگی محرک است. این رنگ به چاکرای (مرکز انرژی) ریشه انرژی می‌بخشد.

منظور از چاکرای ریشه، مرکز انرژی جنسی است، گرمابخش و فعال‌کننده است. باعث نیروی حیات جسمانی می‌شود.

نارنجی: بر چاکرای ^{چاکرای}خارجی تأثیر می‌گذارد. رنگ لذت و خرد است. احساس اجتماعی را تحریک می‌کند و با سلامت روحی و سیستم ماهیچه‌ای بدن ارتباط دارد. استفاده بیش از حد رنگ نارنجی بر سیستم عصبی تأثیر می‌گذارد و باید با سایه‌هایی از سبز - آبی به حالت توازن درآید.

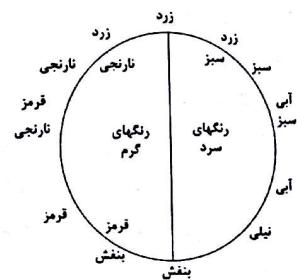
زرد: بر چاکرای خورشیدی تأثیر دارد و قوای ذهنی فرد را تحریک می‌کند. عشق به زندگی را در فرد برمی‌انگیزد و برای افسردگی بسیار مفید است.

سبز: یکی از رنگ‌هایی است که در کرة زمین فراوان یافت می‌شود. این رنگ موجب تعادل تمام انرژی‌های بدن است و می‌توان آن را برای افزایش حساسیت و دلسوزی به کار برد. تأثیری آرامش‌بخش دارد.

رنگ سبز به شدت بر چاکرای قلب تأثیر می‌گذارد. متعادل‌کننده دستگاه عصبی غیر ارادی بدن است.

آبی: رنگی آرامش‌بخش است که سیستم جسمانی و انرژی‌های ما را آرام می‌کند و در ضمن ضد عفونی‌کننده است. وقتی با رنگ‌هایی در

زرد + سبز + زرد + نارنجی و قرمز + نارنجی
 آبی + سبز و آبی + بنفش و قرمز + بنفش
 رنگ‌های سرد و گرم: رنگ قرمز جزو رنگ‌های غالب گرم، و آبی جزو رنگ‌های غالب سرد است. هرچه رنگ گرم‌تر باشد، ترکیب قرمز آن بیشتر است و هرچه سردتر باشد ترکیب آبی آن بیشتر است.



توجه: منظور از رنگ‌ها همان نورهای رنگی است

مفهوم رنگ‌ها

سفید: شامل تمام طیف نوری است. رنگی قوی و پاک‌کننده و خالص بر کل سیستم انرژی افراد است.

سیاه: سیاه نیز شامل طیف‌های نوری است. رنگی است که انسان را در سردرگمی قرار می‌دهد. به همین دلیل به عنوان نقطه سیاه در تمرکز استفاده می‌شود و ضمیر آگاه را گیج می‌کند تا در ضمیر ناآگاه دخالت نکند و در نتیجه ضمیر ناآگاه به راحتی با کائنات رابطه برقرار

طیف رنگی قرمز - نارنجی ترکیب شود، الهام بخش می شود و خلاقیت هنری را بیدار می کند.

نیلی: رنگ نیلی و تمام رنگ‌هایی که در رده آبی تیره هستند، چه در مراحل معنوی و چه جسمانی برای شفا بخشی نظیر ندارند. این رنگ چاکرای پیشانی را فعال می کند. تقویت کننده سیستم لنفاوی و غدد و سیستم عصبی بدن است. پاک کننده ای عالی در بیرون راندن سموم بدن است. استفاده بیش از حد افسردگی و حس انزوا طلبی به وجود می آورد.

بنفش: بر استخوان بندی بدن تأثیر می گذارد. خاصیت پاک کننده، ضد عفونی کننده و گندزدایی در مراحل جسمانی و روحی دارد. به توازن انرژی های روحی و جسمی کمک می کند. رنگ بنفش به الهام بخشی و فروتنی و تحریک رویابینی کمک می کند. هنگام مراقبه می توان با استفاده از رنگ بنفش به زندگی های گذشته دست یافت. صورتی: برای بیدار کردن حس دلسوزی و عشق و صفا کاربرد دارد. احساس خشم و غفلت را تخفیف می دهد، غده تیموس و سیستم ایمنی بدن را تحریک می کند. به هنگام مراقبه برای دستیابی به حقیقت برتر مفید است. رنگ صورتی تسلی دهنده انرژی های احساسی افراد است.

توجه: رنگ صورتی را اگر در یک اتاق به کار ببرید، احساس خواهید کرد که اتاق به طور اغراق آمیزی بزرگ تر نشان داده می شود. پس انقباض درونی را به انبساط درونی تبدیل می کند. به همین دلیل

در عشق کاربرد دارد؛ زیرا عشق یعنی از خود خارج شدن.

لیمویی: حیات بخش و تحریک کننده مغز است. رنگ لیمویی کمک می کند که مواد سمی به سطح بیاید و زدوده شود.

طلایی: طلایی رنگی مؤثر برای سیستم ایمنی بدن است. در عین حال ذوق و شوق را نیز برمی انگیزد.

آبی مایل به ارغوانی: این رنگ ضد عفونی کننده ای قوی است و کمک می کند که بدن اکسیژن جذب کند. ذهن تیره را روشن می کند و برای حالت های منفی جسمانی که بر مغز تأثیر می گذارد، مفید است.

سبز متمایل به آبی: این رنگ تسکین دهنده سیستم بدنی است. تب را تخفیف می دهد و برای ایجاد تعادل جسمانی و کاهش عصبانیت مفید است.

فیروزه ای: رنگی آرامش بخش است و فواید سبز و آبی را در بر دارد.

ارغوانی: خالص کننده سیستم بدن است. استفاده بیش از حد آن باعث افسردگی می شود و در کاهش خشم و التهاب به کار می رود.

نقره ای: هنگام مراقبه می توان از این رنگ برای دستیابی به منبع متفاوتی بیماری یا ناخوشی استفاده کرد. می توان از این رنگ برای دستیابی به تصورات خلاق استفاده کرد و شم درونی را قوی و فعال نمود.

قهوه ای: در التیام بخشی به کار می رود؛ به خصوص برای بیماری های روحی و روانی مؤثر است. این رنگ به بیداری عقل و

شعور کمک می‌کند و می‌تواند فرد را از آسمان به زمین بیاورد و اوهاام و خیالات را از ذهن بیرون کند.
نتیجه: با توجه به خواص رنگ‌ها می‌توان دریافت که در آن‌ها شعور و خلق و شفا نهفته شده که تجلی خداوند است.

ضمیر ناخود آگاه

ضمیر ناخود آگاه را خدای درون هم می‌نامند؛ زیرا خدای درون با خدایی که ما می‌شناسیم فرقی ندارد. برای تجسم این موضوع مثالی می‌زنیم. مجسم کنید دریایی وجود دارد که هیچ حیوان دریایی در آن وجود ندارد و صاف و زلال است، مزه یک قطره آن با مزه همه آن هیچ فرقی ندارد؛ پس خدای درون با خدای متعارف هیچ فرقی ندارد. به هر حال در درون شما نیز نیروی بزرگی نهفته است که می‌توانید به آینده سفر کنید و شما را در زمان حال از گزند خطرات حفظ کند. برای درک مطلب فرض کنید در حال رانندگی هستید، ناگهان سنگ بزرگی جلوی اتومبیل شما قرار می‌گیرد، به‌طور ناخود آگاه اتومبیل خود را از آن سنگ رد می‌کنید و یا شخصی جلوی اتومبیل شما در جاده ظاهر می‌شود بدون اینکه فکر کنید و از ضمیر آگاه کمک بگیرید. بایتان را سریع روی ترمز می‌گذارید. خلاصه اینکه ذهن دانا و توانای شما وجود دارد که کاملاً جدا از ذهنی است که آگاهانه در کارهای روزمره به کار می‌برید. ذهن دانا به وسیله سکوت و سکون خیلی سریع‌تر با ذهن جهانی و قدرت مطلق نیز پیوند و اتحاد پیدا می‌کند.

ذهن دانا، ضمیر ناخود آگاه است که لازم می‌داند معروض داشته این نیروی عظیم پنهانی، گاهی در بشر پدیدار می‌شود. البته افرادی که آن را تا حدودی شناخته‌اند به اندازه حدود ظرفیت شناختشان از آن بهره‌مند هستند و بعضی این مسائل را نه تنها نمی‌شناسند، بلکه خرافات می‌پندارند. به‌طور کلی ضمیر ناخود آگاه از چهار عنصر کل به وجود می‌آید که وقتی همگی یکجا پدیدار شوند آنگاه عمل می‌کنند؛ یعنی زمانی که ۱ - پراانا ۲ - الکتروماگنتیک ۳ - نیروی جاذبه زمین ۴ - نیروی گریز از مرکز با یک هماهنگی مشخص در یک لحظه عمل کنند، خیلی چیزها با ناباوری در مقابل چشمانمان به نحو احسن نقش می‌بندد. البته باید تأکید شود که شرط ارتباط با ضمیر ناخود آگاه با عمل سکون و سکوت و امواج آلفا و امواج دیگر برقرار می‌شود که در ادامه در مورد آن‌ها بحث خواهیم کرد.

هانس برگر فیزیکدان آلمانی هنگامی که دستگاه آنسفالوگراف را اختراع کرد، متوجه شد در مغز انسان چهار موج بتا، آلفا، تتا و دلتا وجود دارد. ریتم دلتا کندترین موج مغز است و سرعتی برابر ۱ تا ۳ سیکل در ثانیه دارد و در خواب عمیق مشخص‌تر می‌شود. ریتم تتا فرکانسی برابر با ۴ تا ۷ سیکل در ثانیه دارد و به نظر می‌رسد با خلق انسان در ارتباط است. ریتم آلفا سرعتی برابر ۸ تا ۱۲ سیکل در ثانیه دارد و در حالت آرامش کامل دیده می‌شود و با بروز حالت دقت بر هم می‌خورد و ریتم بتا سرعتی بین ۱۳ و ۲۲ سیکل در ثانیه دارد و به نظر می‌رسد محدود به منطقه پیشانی مغز باشد. در

این منطقه جریان‌های پیچیده روانی به وقوع می‌پیوندد. تحقیقات اولیه در زمینه این ریتم‌ها محدود به تجارب ساده‌ای بود مانند باز و بسته کردن چشمان، محاسبه کردن ذهنی و مصرف دارو. اما نتایج حاصل از این اعمال بی‌نتیجه بود. محققان و همکاران برای پی بردن بیشتر به قلمرو حساسیت مغز، کوشیدند تا از راه حواس، الگوهای جدیدی به ریتم‌های موجود مغز تحمیل کنند، ایشان این کار را با استفاده از لامپی انجام دادند که به فواصل منظم و جلوی چشم بیمار روشن و خاموش می‌شد و پی بردند که این لامپ چشمک‌زن موجب پیدایش الگوهای جدید و عجیب، در روی منحنی می‌شود. با ایجاد بعضی فرکانس‌ها، این لامپ موجب بروز واکنش‌های شدید در فرد می‌شد، به طوری که فرد مورد آزمایش به ناگهان دچار آنچنان حملاتی می‌شد که شبیه حمله صرع بود. این محققان بلافاصله به مطالعه امواج مغزی در حال استراحت افراد مبتلا به صرع همت گماشتند و دریافتند که ریتم مغزی این افراد دارای فرکانس‌های مختلف است. گویی اکوردهای اصلی در برابر نواختن متوالی همه نوع تنش‌های یک سیم و تکان‌های فعالیت طبیعی ظاهر می‌شوند. این دسته‌بندی‌ها رمونیک برای محققان این حدس را پیش آورد که آنچه برای به دست آوردن ریتم‌ها و همزمان کردن انفجاری عظیم لازم است، یک هماهنگ‌کننده خارجی و یک هادی است که بتواند هر رشته جداگانه را به طور همزمان در تشنج بزرگی هماهنگ کند. نور لرزان در نقطه‌ای از رشته ریتم آلفا که سرعتی میان ۸ و ۱۲ سیکل در

ثانیه دارد، بر افراد صرعی به این ترتیب مؤثر است و در ایشان در هر زمانی یک حمله به وجود می‌آورد. امروزه این روش در تشخیص صرع به عنوان کمک ارزشمند بالینی به‌شمار می‌آید، اما کشف شده است که در تعدادی از افراد طبیعی و نیز در بعضی شرایط، پاسخی مشابه به وجود می‌آید. رانندگی در بلواری پردرخت در حالی که خورشید، نور لرزان خود را از راه میانه تنه درختان با ریتمی مشخص ارسال می‌دارد، ممکن است تأسف‌برانگیز باشد. به هر حال فرکانس‌های الکتریکی و صوتی و نوری روی مغز آثاری را می‌گذارد که ویژگی‌ها و روان شخص را عوض می‌کند و یا به هم می‌ریزد. مثلاً امواج مادون صوت در حدود ۱۰ تا ۲۰ سیکل در ثانیه ایجاد بی‌باکی و نشئه شدن می‌کند. پروفیسور گاورو، یک سوت شبیه سوت پلیس ساخت که ۶ فوت طول داشت و با هوای فشرده کار می‌کرد. تکنسینی که برای اولین بار این سوت را به صدا درآورد، در زمان آزمایش مرد. معاینه جسد این تکنسین پس از مرگ نشان داد که همه اندام‌های داخلی‌اش در اثر ارتعاش صوت به صورت ژله‌ای بی‌شکل درآمده است. گاورو در دنباله تحقیقات، کارش را با دقت بیشتر انجام داد و آزمون بعدی را در محیطی باز انجام داد، به طوری که همه مشاهده‌کنندگان در یک منبع اندود شده، به ماشین نگاه می‌کردند، هنگامی که همه عوامل آماده شد، پمپ هوا را به آرامی روشن کردند، نتیجه آن بود که پنجره همه ساختمان‌هایی که در فاصله نیم مایلی محل آزمایش قرار داشتند، شکسته شد. بهتر است این بحث را خاتمه دهیم و دوباره به مطالعه

امواج مغزی رجوع کنیم. امواج بتا: افراد، هنگام بیداری کامل، اغلب امواج بتا را که به شکل خط‌های شکسته ریز و نزدیک به هم ثبت می‌شود از مغز خود صادر می‌کنند. راه رفتن، حرف زدن و یا کتاب خواندن از کارهایی هستند که فعالیت این امواج را نشان می‌دهند. مغز می‌تواند در حالات عصبی و یا تمرکز شدید فکری نیز با این امواج فعالیت کند؛ هر چند چشم‌ها نیز بسته باشد. پس برای اینکه امواج بتا انجام شود باید سکون و سکوت را پیشه کرد.

امواج آلفا: هر بار که شخص چشم‌ها را بر هم می‌گذارد و در واقع بیدار است، اما احساس آرامش می‌کند و دور از تحریکاتی به وسیله چشم است، مغز امواج آلفا را تولید می‌کند. به هنگام مدیتیشن یا استراحت (سکون و سکوت) و گوش دادن به موسیقی و نیز زمانی که شخص زیر هیپنوز قرار دارد این امواج نزد آزمایش‌شونده به ثبت رسیده است.

امواج تتا: هنگام خواب یا زمانی که مغز سرگرم ابداع و اختراع است این امواج تولید می‌شوند.

در افراد بالغ، امواج تتا نشانگر حالتی خلسه‌مانند نیز می‌تواند باشد. حالتی که برخی درویشان و متصوفان می‌توانند به خواست و اراده شخصی در خود ایجاد کنند. هنگامی که این امواج حکمفرما باشد، می‌تواند سبب از بین رفتن درد شود. چنان‌که درویشان و مرتاضان با تحریک تولید امواج تتا در مغز خود قادر به اجرای

عملیات عجیبی از قبیل فرو بردن سوزن و خنجر در بدن خود می‌شوند، بی‌آنکه کمترین دردی حس کنند و کوچک‌ترین خمی به ابرو آورند.

قبل از اینکه در مورد امواج دلتا توضیح داده شود، بهتر است اشاره‌ای به خیره شدن یا تراتاک نماییم. به طور خیلی ساده تراتاک خیره شدن به یک شعله شمع است. هنگامی که فرد در حالت مدیتیشن قرار گرفته باشد، در این شرایط فرد بی‌تفاوت و بدون کمترین تمرکز یا کوششی به نور شمع نظاره می‌کند بی‌آنکه به آن دقیق شود یا چشمان خود را خسته کند. در این شرایط فرد با نگاهی کم‌رمق نظاره‌گر شعله شمعی است که گاه نور آن زیاد شده و گاه به کاستی می‌گراید. لحظه‌ای وضعیتی ثابت پیدا کرده و زمانی شروع به چشمک زدن می‌کند. در شرایط عادی، همان‌طور که ماکسول کاد به صورت تجربی نشان داده است، وقتی ما چشمانمان را باز کنیم، امواج آلفا ناپدید می‌شوند. در گذشته به این دلیل تصور می‌کردند که امواج آلفا با روند بینایی در مغز ارتباط دارد، اما در حال حاضر می‌دانیم که به هنگام باز بودن چشم نیز می‌توان به وضعیت آلفا دسترسی پیدا کرد. همان‌طور که قبلاً این مطلب را تجربه کرده بودیم حالا می‌توانیم این تجربه را در مورد تراتاک هم تکرار کنیم. به محض اینکه تنها فعالیت ذهنی فرد به نظاره کردن شعله شمع محدود و خلاصه شد، به تدریج امواج مغز از حالت بتا به شرایط آلفا متمایل می‌شود. در این شرایط انرژی زیادی که قبلاً صرف تفکر می‌شد، ذخیره و صرفه‌جویی

می‌شود و تمام توجه فرد که قبلاً به شکل‌های گوناگون، متفرق شده بود به همین لحظه و همین‌جا متمرکز و متوجه می‌شود.

امواج دلنا: این امواج که به صورت خط‌های شکسته بزرگ ثبت می‌شود، از دیگر امواج کندتر است و معمولاً هنگامی که شخص در خوابی عمیق به سر می‌برد تولید می‌شود. برخی از پژوهشگران اعصاب، عقیده دارند که این امواج تشکیل‌دهنده سیستم دفاعی است یعنی مواقعی که مغز در اثر جراحت یا بیماری، خود را در معرض تهدید می‌بیند این امواج را تولید می‌کند.

توجه: تأکید می‌شود تولید امواجی که با ماورا ارتباط پیدا می‌کند ناشی از سکون و سکوت است.

اکنون که امواج مغزی را درک کردیم به وسیله آن‌ها می‌توانیم نیروهای درون را به کار گیریم. برای رسیدن به هدف مرحله‌ای را به شرح زیر باید طی کرد:

۱- هدف را باید تعیین کرد، برای مثال هدف شما یک اتومبیل است. به هر حال هیچ فرق نمی‌کند چه هدفی را دنبال می‌کنید. منظور هدف است.

۲- در ذهن باید روی آن تمرکز کرد؛ یعنی تمرکز و دقت را به کار گرفته و روی موضوع مورد هدف فکر کنید.

۳- نیروی تخیل را به کار اندازید؛ ابتدا قبل از خرید اتومبیل، نوع، شکل، رنگ و مدل آن را در ذهن شکل بدهید.

۴- هدف را در ذهن کاملاً تجسم کنید؛ در نهایت شکل را مجسم

کنید و فکرتان را روی این موضوع بگذارید که در حال اتومبیل روبروی شماست و مال شماست، همان‌طور که خردمندان می‌گویند صبر و شکیبایی بی‌نهایت، انسان را سریع به خواسته‌هایش می‌رساند، باید متذکر شویم صبر کردن، تأمل کردن نیست، صبر بی‌نهایت یعنی هدف نهایی را تجسم کردن؛ زیرا اگر شما مسیر به دست آوردن را مجسم کنید، وارد ذهن آگاه می‌شوید و قدرت ماورا را از دست می‌دهید.

۵- به وسیله سکون و سکوت با کائنات تماس برقرار کنید: هدف ما به دست آوردن اتومبیل بود. اما اگر خواستیم مانند یک اتومبیل، اتومبیلی را بسازیم چه باید بکنیم. در اینجا نه تنها باید درست مراحل مذکور را خیلی خوب و با دقت انجام دهیم، بلکه در این مرحله باید افکار خود را در سکون و سکوت تجسم کنیم و در ذهن، آن را رها کنیم؛ یعنی دیگر به آن موضوع فکر نکنیم تا کائنات، خود به کارش بپردازد.

تخیل: هرگاه اشیا با حواس مواجه باشند، صورتی که از آن‌ها در ذهن پیدا می‌شود احساس با حواس مواجه نباشند صورت ذهنی که از آن‌ها عیناً یا با تصرفات و تغییراتی ذهن را عارض می‌گردد خیال یا تصور نام دارد؛ بنابراین تخیل به آن‌گونه از فعالیت‌های ابتدایی ذهن گفته می‌شود که مستقیم مقدمه خارجی نداشته باشند. خیال یا تصور دارای آثار عمده احساس است؛ البته به وجهی خفیف‌تر. از این رو اولاً منشأ حرکت است. تصور چیزی زنده (قیافه کربه و عمل زشت...)

نفرت ایجاد می‌کند و خیال امری مطبوع و زیبا، باعث مسرت خاطر و گاهی حرکت و رفتاری مناسب با آن می‌شود. تصور ترشی یا شیرینی فلان غذا شاید آب به دهان آورد... و تصور سقوط ممکن است سبب سقوط شود... آزمایش معروف با شاقول نیز مؤید همین اصل است. اگر شاقولی را به دست گرفته چشم‌ها را ببندیم و خیال کنیم که شاقول از چپ به راست و از راست به چپ یا از جلو به عقب حرکت می‌کند و این خیال را قوت بدهیم، پس از نیم یا یک دقیقه که چشم‌ها را بکشاییم می‌بینیم شاقول در همان جهت خیال شده در حرکت است.

ثانیاً توهم انگیز است. بدین معنی که تخیل یا تصور چیزی شخص را وامی‌دارد به اینکه آن چیز را دارای حقیقت خارجی بپندارد، بهترین نمونه این حالات در رؤیا ملاحظه می‌شود؛ زیرا در آن حالت خیالات صورت‌هایی از حقایق مسلم خارجی فرض می‌شوند. در بیداری هم گاهی به شخص توهم دست می‌دهد، به ویژه وقتی دچار پاره‌ای امراض است. تخیل به معنی وسیع کلمه بر دو نوع است:

۱- تخیل حضوری: در صورتی است که اموری که سابقاً ذهن را عارض شده‌اند با همان ترکیب قبلی در ذهن حاضر شوند؛ مانند تصور قیافه فلان دوست، تصور فلان منظره و...

۲- تخیل اختراعی: وقتی است که ذهن به ترکیبات بدیع و ساختمان‌های نوین بپردازد. این ترکیبات گاهی با دخالت عمل و اراده صورت می‌گیرند؛ مانند تخیل مخترع ماشین بخار و مخترع تلگراف بی‌سیم و جز آن، و فکر بکر شاعر هنگامی که ماه نو را به داس و

آسمان را به مزرعه سبز تشبیه کرده و می‌گوید «مزرعه سبز فلک دیدم و داس مه نو» و فکر حکیمی که قانون جاذبیت و یا حکیم دیگری که قانون نسبیت را ادراک کرده است و بر همین قیاس... گاهی عقل و اراده نیز را در آن‌ها دخالتی نیست و فقط پای دل و خواهش‌های آن در میان است؛ مانند عمل ذهن به هنگام خیالبافی و رؤیا.

دقت

گاه می‌شود که ذهن فعالیت خود را روی امری معین متمرکز می‌کند، چنان که نسبت به سایر امور به طور موقت غفلت می‌شود. این فعالیت ذهن را دقت می‌خوانند. پس دقت میدانی را که فعالیت ذهن معمولاً روی آن جریان دارد محدود می‌سازد و سبب می‌شود که بسیاری از جریان‌های نفسانی، صراحت خود را از دست بدهند یا به کلی از صحنه وجدان بیرون روند. این عمل ذهن را می‌توان تشبیه کرد به تنگ کردن چشم‌ها. وقتی مراد کاستن وسعت میدان بصری و بهتر دیدن چیزی است، ذهن با این کار خود بر شدت و صراحت و سرعت پاره‌ای از جریان‌های نفسانی می‌افزاید.

تذکر: دقت (توجه)؛ توقف، سکون و یا در حال قرار گرفتن است.

انگیزه دقت

انگیزه اصلی دقت، نفع و مصلحت شخصی است، و آن در دقت ارتجاعی یا غیر ارادی، یعنی دقتی که خود به خود بدون دخالت اراده

پیدا می‌شود، به خوبی نمایان است. فلان چیزی که برای ما نفع یا ضرری دارد فوری دقتمان را جلب می‌کند. از همین روست که مسافرانی که به کشوری می‌روند از آنجا خاطره‌های متفاوت می‌آورند، و ما هنگام گذشتن از خیابان به عموم دیدنی‌ها و شنیدنی‌ها یکسان توجه نمی‌کنیم. گاهی دقت ارادی - یعنی وقتی که کوشش را ایجاب می‌کند - ظاهراً به امری معطوف است که هیچ نفعی برای شخص ندارد؛ مانند کوشش دانش‌آموز برای فهمیدن مطلب مشکل و نامطبوع و یاد گرفتن آن، یا توجه آدمی به یاهه‌سرایی‌های کسی که به مناسبتی مورد احترام است. اما اندکی توجه معلوم می‌دارد که موجب اینگونه از دقت نیز نفع و مصلحت است، ولی نه نفع و مصلحت آنی، بلکه صلاح‌اندیشی بر آینده. مثلاً کوشش دانش‌آموز در فرا گرفتن علوم برای فایده‌ای است که سرانجام عاید او خواهد شد (کامیابی در امتحان، اجتناب از سرزنش و توبیخ بستگان و سرافرازی میان همگنان...). توجهی که به پرگویی‌ها و یاهه‌سرایی‌های شخصی محترم می‌ذول می‌شود نیز برای جلب دفع ضرر یعنی مطابق صلاح‌اندیشی خواهد بود.

حقیقت و واقعیت

واقعیت: واژه واقعیت، ماتریالیستی است؛ یعنی هر چیزی که با چشم دیده شود واقعیت دارد.

حقیقت: حقیقت بر عکس واقعیت با چشم دیده نمی‌شود و تنها

قابلیت‌های حسی، آدمی را بدان جلب می‌کند. در واقع حقیقت ماهیت درونی واقعیت است. برای مثال روح حقیقت و جسم واقعیت است.

حقیقت چیزی است که وجود دارد؛ اما هنوز اثبات نشده و واقعیت چیزی است که وجود دارد و قابل لمس است.

برای انجام دادن این کار، ضمیر خودآگاه سه راه در پیش دارد:

همان‌طور که در بالا ذکر شد راه اول یا وظیفه اول رام کردن ضمیر ناخودآگاه (که به وسیله اخلاق صورت می‌گیرد) است. این کار ابتدا با خاموش کردن غرایز حیوانی آغاز می‌شود و بعد با آموزش و عمل کردن در جامعه (راه رفتن، صحبت کردن، رفتار خوب، اخلاق و منطق) ادامه می‌یابد تا ضمیر ناخودآگاه اهلی شود و بالاخره با کسب دانش - چه در مدرسه و چه از راه دانش تجربی، پدر و مادر و جامعه - در این مرحله برای ما کمکی مؤثر هستند.

راه دیگر تولید مثل است. این هم به دو صورت انجام می‌گیرد؛ اول ازدواج و بچه‌دار شدن، دوم از راه ایجاد یک اثر شخصی که ثابت کند ما در اینجا بوده‌ایم. این ریشه آفرینندگی ماست؛ یعنی همان نیرویی که ما را وادار به داشتن بچه می‌کند.

سومین راه هم به دو بخش تقسیم می‌شود؛ اولی یافتن یا آفرینش والاترین خود است و دومی ارتباط روحی با مادر، پدر و خدا و شعور کیهان است. هر سه راه بخشی از دستور بقای جوهر شعور است. اساس نیروی کشش که ما را تا رسیدن به جایی که هستیم حفظ می‌کند.

ضمیر خودآگاه

ضمیر خودآگاه، که در آگاهی زندگی می‌کند به سبب خاطرات گذشته و تجارب بسیار به ضمیر ناخودآگاه وابسته است. به خودی خود نمی‌تواند مدتی دراز باقی ماند؛ زیرا قادر نیست پیوسته خطر را تشخیص دهد. درک مستقیم یا خاطراتی از گذشته ندارد به خوبی می‌تواند ببیند و دلیل بیاورد، اما اغلب آرزوها و خواست‌ها، حرص، تنفر، ترس، تقصیر و تعارض که همگی در ضمیر ناخودآگاه انباشته شده‌اند راهش را می‌بندند. نقش اصلی ضمیر خودآگاه به دو جزء تقسیم شده است. اولین و اساسی‌ترین بنیاد قانون بقا است که وقتی بقا عملی شد، نوبت دومی می‌رسد. نقش آن یافتن غذا، ساختن جامعه برای حفاظ نسل و رقابت است. ضمیر ناخودآگاه اغلب با تنهایی نمی‌سازد. در نهایت انسان اوج گرفته و کامل شده است. ضمیر ناخودآگاه با همه امیال و هدف‌هایش حیوان است. روح هم چنانکه به زودی خواهید دانست بخش بسیار نزدیک به خدا را تشکیل می‌دهد. رام کردن ضمیر ناخودآگاه و اتصالش به روح و آشکار ساختن آنچه ما به طور معمول انسان می‌نامیم به عهده ضمیر خودآگاه است. این مرحله ممکن است در اول یا آخر زندگی رخ دهد و گاهی هم هرگز اتفاق نیفتد.

تذکر: نور منیر، مستنیر از نور حق است؛ پس نور، ریفرنس است و در نسبت حرکت را با آن می‌سنجند. بنابراین چون نور متعلق به خداست خدا نیز ریفرنس مطلق است، پس روح که جزئی از خداست

ریفرنس است. (مرجع)

پسران و دختران شعور کیهان، و اینکه ما جاودان هستیم. شخصی که خیال می‌کنیم ما هستیم حاصل ضمیر خودآگاه ما است. آن کسی که واقعاً هستیم.

جوهر ما، حاصل وحدت بین ضمیر خودآگاه، ضمیر ناخودآگاه و روح است. وقتی ضمیر خودآگاه در مورد خودش و آنچه در اطراف می‌بیند می‌اندیشد «خیال می‌کند که واقعی است و تنها خود» است دچار تعارض زیادی می‌شود. این توهم (وهم موجودی است بین عدم وجود) به نبود توازن منجر می‌گردد که ضمیر خودآگاه را تنها می‌داند و آسایش ضمیر ناخودآگاه را ندیده می‌گیرد. فرد ممکن است طبیعت معنوی خود را هم ندیده بگیرد و یا رد کند و در جهان مادی گرفتار آید. وقتی چنین شود واقعاً ضمیر خودآگاه خیلی احساس تنهایی می‌کند، تهدید می‌شود و آسیب‌پذیر می‌گردد. او نیاز به چیزهایی دارد تا احساس بهتری در مورد خودش به او بدهند. او برای توجیه وجود خود در جستجوی مهر دیگران بر می‌آید. او ممکن است نه با کارهایی که می‌کند یا اینکه چگونه شخصی است، بلکه با اندوخته مالی، خود را ارزیابی کند.

دارایی ممکن است از زندگی او هم مهم‌تر شود. این تعارض درونی را بیشتر می‌کند و او طعمه بیماری و ناخوشی می‌شود. یک جنبه مهم دیگر ضمیر خودآگاه، شکنندگی آن است. وقتی بعضی‌ها با موقعیتی درآورد یا سرخوردگی روبه‌رو می‌شوند، ضمیر خودآگاه ارتباطش را با

ضمیر ناخودآگاه از دست می‌دهد. در این وضعیت به نظر می‌رسد، خاطرات گذشته و نقشه‌های آینده ناپدید می‌شوند. وقتی چنین شود شخص هیچ خاطره‌ای از گذشته ندارد، نمی‌داند کیست و مردم و موقعیت‌هایی را که زمانی بسیار به آن‌ها نزدیک بوده نمی‌شناسد. به طور کلی در چنین مواقعی فرد از خودش بی‌خبر است، می‌بیند، می‌شنود، بدنش را حس و لمس می‌کند و نیازهای معمولش را دارد. از آنجا که با ضمیر ناخودآگاه و حافظه‌اش قطع ارتباط کرده نمی‌داند با اطلاعاتی که الان به دست می‌آورد چه کند. در چنین وضعیتی فرد مجبور است زندگی را از اول شروع کند. به‌ندرت این افراد توان انجام دادن وظایف روزانه چون خوردن، تلفن کردن، رانندگی کردن، بستن و باز کردن در و غیره را دارند.

این وظایف مثل همیشه انجام می‌گیرد. ضمیر خودآگاه صفات زیر را در بر دارد:

خودآگاه، روح بشری مرکز در سر؛ بدن ظریف شبیحی است از انرژی اراده استفاده می‌کند. قدرت اراده دارد؛ دارای افکار و احساسات است و از راه فکر، هیجان و احساس خودش را آشکار می‌سازد؛ حافظه کوتاه‌مدت دارد؛ دارای ذهن منطقی و درک مستقیم است؛ منطبق قیاسی و استقرایی دارد (قیاس از کل به جزء رسیدن - استقرا از جزء به کل رسیدن)؛ می‌تواند صحبت کند؛ متکبر است؛ تصمیم‌گیرنده است؛ هدف دارد؛ معلم است و آموزش می‌دهد؛ استاد می‌باشد و به ضمیر ناخودآگاه می‌آموزد و تحکم می‌کند؛ پدر است؛ برنامه‌ریزی می‌کند.

ضمیر ناخودآگاه

ضمیر ناخودآگاه از همه قدیمی‌تر است و به آن، خود پایین، خود نیمه هوشیار و خودمختار (اعصاب خودمختار) هم می‌گویند. از نظر آناتومی باید با مغز عقبی (کوچک یا خزنده)، مغز وسطی و ستون فقرات و سیستم خود مختار اعصاب تطابق کند. از نظر ساختاری به دلیل آنکه چیزی کمتر دارد به آن ضمیر ناخودآگاه نمی‌گویند، بلکه به دلیل آنکه مرکزش در حوزه شبکه خورشیدی و وسط احشا است چنین نامی گرفته است. البته قابل ذکر است که مرکز خورشیدی، محل ناف است که ارتباط آن با مادر برقرار می‌شود. ضمیر ناخودآگاه ما نماینده بخشی از ما می‌باشد که به آن خود نیمه هوشیار گفته می‌شود. لغت «نیمه هوشیار» را اولین بار زیگموند فروید در قرن نوزدهم به کار برد. شخص باید به مشخصات آن نگاهی بیندازد در ساده‌ترین تعریف، ضمیر ناخودآگاه خود حیوانی یا غریزی است (خودبقا). فرار خود به خود، حفظ اعمال بی‌اختیار و رشد و پرورش لایه‌های فیزیکی در توان آن است. ضمیر ناخودآگاه کدهای ژنتیکی و ^{غریزی} افکار انسان را تفسیر می‌کند. در جوهر خود جنی (پنهان) درون بطری است که توانایی حفظ بدن را به هنگام خطر فراهم می‌کند. این امر در افرادی که دچار بیهوشی می‌شوند دیده می‌شود. قلب می‌زند و اگر غذا بدهند می‌خورد و هضم می‌کند. با وجود این چیزی کم دارد. چیزی که کم است توان حرکت، صحبت و واکنش به محیط خارج است. در پشت مکانیسم فیزیکی، هدایت شعوری وجود ندارد. در

مکانیزم

حالی که ابتدا ممکن است پزشک از آن باخبر نباشد او ضمیر ناخودآگاه را خوب می‌شناسد. ضمیر ناخودآگاه خواص زیر را دارا می‌باشد:

ضمیر نیمه آگاه - روح طبیعت - مرکز در شبکه خورشیدی (ناف) بدن ظریف (ائیری = هندسی) است - از انرژی زندگی (نیرو دادن) استفاده می‌کند - نیروی خرد را دارد «خرد: خودهوشیار، جوابش در خودش می‌باشد یا به زبان دیگر سؤال و جوابش بر هم منطبق است. مانند پوم و تاک قلب یعنی پوم سؤال و جوابش تاک است و دم و بازدم در تنفس، الگوهای فکری و هیجانی را نگاه داشته خودش را با نشانه و اشاره در تمام بدن فیزیکی آشکار می‌سازد - تمام خاطرات را نگاه می‌دارد - ذهن نظری دارد - فقط قیاسی می‌اندیشد (قیاس: از کل به جزء رسیدن) - فقط با قوانین ضمیر ناخودآگاه اداره می‌شود، به خود اجتماعی خدمت می‌کند - گنگ است و تنها به زبان اشاره و نشانه صحبت می‌کند (به همین دلیل است که جادوگران با اشاره‌های خاص و خط مخصوص با او ارتباط برقرار می‌کنند؛ تکمیل‌کننده است - فرمان و دستورها را اطاعت می‌کند و به دست آورنده هدف است - شاگرد است و آموزش را می‌پذیرد - خدمتگزار است و فرمان را می‌پذیرد - کودک است و نیاز به پدر دارد - برنامه‌ریزی شده است - ضمیر ناخودآگاه همین که آموخته شود راهی را برای شفا و درک چگونگی بهره‌گیری از نیروی خویش برای کسب نتایج دلخواه می‌گشاید - برای اینکه ضمیر ناخودآگاه را به بهترین وجه درک کنیم از

آن به عنوان یک آدم ماشینی یا «جن = پنهان» که وجودش برای حفظ سلامت و برآوردن نیاز درونی ما لازم می‌باشد یاد می‌کنیم. هدف آن تنها حفظ بقا نیست، بلکه کمک به موقعیت و شکوفا شدن ما هم هست. بدون نیاز به آگاهی هوشیار ما، اعمال زندگی ما را هدایت می‌کند. نه تنها ضربان قلب، هضم غذا و حفظ درجه حرارت بدن و فرایند دفع را انجام می‌دهد، بلکه سایر اعمال بیولوژیک و فیزیولوژیک را هم از قبیل سیستم ایمنی و بازسازی دستگاه‌هایی که برای زنده ماندن ما لازم است به عهده دارد. درباره رانندگی فکر کنید. اگر قرار بود گام به گام فکر کنید رانندگی، چه کار مشکلی می‌شد. رانندگی عادت است که لازم‌هاش تصمیم‌گیری، حرکات ماهیچه‌ای و اعمال و واکنش است که بدون فکر هوشیارانه اتفاق می‌افتد. یادتان می‌آید در ابتدا آموختن رانندگی چه کار سختی بود؟ باید تمام دستورها را در ذهن نگه می‌داشتید. پیچاندن فرمان، دور زدن، جلو و پشت خود را دیدن، پیچیدن به راست و چپ و ترمز کردن، سرعت گرفتن و همه این کارها را همزمان و آرام انجام دادن. در نظر بگیرید، اگر نمی‌توانستید چیزی را به حافظه بسپارید چه می‌شد. در چنین وضعی باید هر وقت فرمان قرار می‌گرفتید دوباره رانندگی را می‌آموختید و زندگی شما در این صورت چقدر مشکل می‌شد. در مورد راه رفتن یا دویدن فکر کنید. اگر مجبور بودید آن‌ها را بیاموزید چقدر سخت بود. تأمین توان ما برای آموختن به عهده ضمیر ناخودآگاه است. این برای سلامت و زندگی کردن به شکل امروزی

امری ضروری است. بدون برنامه‌ریزی‌های آموخته‌شده زندگی شما اندوه‌بار می‌شود، در حقیقت برای بسیاری از مردم چنین خواهد بود. ضمیر ناخودآگاه را کودک درون هم گویند؛ زیرا مثل بچه در مورد همه چیز بی‌منطق است. گاهی منطق قیاسی دارد (منطق قیاسی یعنی از کل به جزء رسیدن). این منطق تجارب گذشته را به کار می‌گیرد، اما نمی‌تواند به آینده ربطشان دهد، به این ترتیب یک بُعدی و خودمخور می‌شود. هر چه را تاکنون شنیده‌اید، دیده‌اید، فکر کرده‌اید و یا احساس نموده‌اید، خود پایین‌تر به درون گزارش کرده است و این اخبار را برای حفظ شما به کار می‌برد و پیوسته هر چیز جدید را آزمایش می‌کند، از آنجا که نمی‌تواند دلیل بیاورد و تنها قیاس می‌کند ممکن است دچار اشتباه شود. پس می‌تواند در موقعیت‌های مشابه ولی دارای علت کاملاً متفاوت، دچار سردرگمی گردد. به این دلیل اغلب گیجی و بیچارگی درونی به وجود می‌آورد. یکی از دلایل اساسی نگرانی و ترس همین است. وقتی با موقعیتی روبه‌رو شود که از جهتی شباهت به گذشته داشته باشد دچار سوءتفاهم می‌شود و احساسات گذشته را دوباره از سر خواهد گذراند.

نادی‌ها

واژه «ناد» به معنی جنبش و حرکت و ساقه کانال‌های میان‌تهی است. وظیفه این کانال‌های میان‌تهی آن است که اکسیژن و مهم‌تر از آن «پران» را که «عصاره اکسیژن» است (یا به زبان دیگر اگر اکسیژن را

اسرار سکون و سکوت □ ۵۱

واقعیت در نظر بگیریم، «پران» حقیقت اکسیژن می‌شود) در سراسر بدن پخش می‌کند.

نقش ناد‌ها در جسد اثیری (شبحی) همانند نقش مویرگ‌ها و سرخرگ‌ها در بدن است؛ یعنی همان‌گونه که مویرگ‌ها و سرخرگ‌ها غذا و ویتامین لازم را به سراسر بدن می‌رسانند ناد‌ها نیز عصاره اکسیژن (حقیقت اکسیژن) را که از طریق تنفس‌های عمیق به دست می‌آید به جسد اثیری می‌رساند و موجب حرکت، جنبش و تکامل آن می‌شود. این ناد‌ها همانند رگ‌ها در سراسر بدن قرار دارند و تعداد آن چندین برابر رگ‌ها می‌باشد. کانون اصلی ناد‌ها قلب است. توجه: پرانا پلاسمای زیستی است.

چگونه نفس بکشیم؟

اگر با روش صحیح تنفس آشنا شویم و هر روز چندین دفعه آن را انجام دهیم، از تمامی مزایای آن سودمند می‌شویم و بعد از مدتی، تأثیرات بسیار مثبت آن را حس می‌کنیم. عمل تنفس دارای سه مرحله است: ۱ - دم (نفس کشیدن) ۲ - حبس نفس ۳ - بازدم. برای اجرای این عمل، به پشت بخوابید، ابتدا هوای موجود در سینه را تا آنجا که ممکن است از طریق دهان خارج کنید، سپس دهان را بسته و از طریق بینی تا آنجا که ممکن است هوا و اکسیژن را به درون بدن بکشید، میزان عمل نفس کشیدن ۲-۴-۱ می‌باشد. برای مثال اگر ۵ ثانیه زمان $5 \times 4 = 20$ ثانیه حبس نفس می‌باشد و در

هنگام بازدم $2 \times 5 = 10$ است. هر چقدر عمل تنفس (دم - حبس نفس - بازدم) عمیق‌تر باشد و بیشتر طول بکشد، بهتر است. اگر خواهان بهبود فعالیت‌های فیزیکی و سلامت جسمانی هستید، سوراخ سمت چپ بینی را در هنگام نفس کشیدن با انگشت اشاره مسدود کنید و از سوراخ سمت راست، هوا را داخل کنید و پس از حبس نفس آن را از سوراخ سمت چپ خارج کنید؛ زیرا تنفس با سوراخ بینی سمت راست مربوط به نیمکره چپ مغز می‌شود که مربوط به استدلال و جهان مادی است و اگر طالب بهبود و پیشرفت فعالیت‌های روحانی و معنوی هستید، عمل تنفس را از هر دو سوراخ به طور همزمان انجام دهید؛ زیرا نیمکره چپ مربوط به استدلال و بدن فیزیکی است و نیمکره راست مربوط به تخیل و قسمت متافیزیکی است و هماهنگی آن‌ها برای اکسیژن در بدن و دیگری «پراناه» برای جسم اثیری کاربرد دارد.

تنفس و افزایش عمر

انجام عمل تنفس برای مدت طولانی طبق برنامه‌هایی که ارائه شد - باز هم در مورد تنفس مطالب زیادی است که خواهیم گفت - باعث می‌شود که میزان عمل دم و بازدم اندک‌اندک کاهش یابد، به طوری که بتوانیم برای مدت طولانی بدون هوا و اکسیژن زنده بمانیم. خوابیدن در زیر خاک‌ها و قرار گرفتن در زیر آب برای ساعت‌های طولانی توسط ریاضت‌کش‌ها دلالت بر این معنی دارد. هنگامی که تمرین‌های تنفسی با شدت صورت می‌گیرد، بدن پس از دقایقی عرق می‌کند. خروج عرق

بدن از طریق تنفس در تمیزی پوست و شست‌وشوی درونی آن نقشی اساسی دارد. پس از اینکه پوست در حدّ اعلا لطیف و تمیز شد، می‌تواند اکسیژن مورد نیاز خود را بدون استفاده از بینی به طور مستقیم از محیط دریافت کند. علاوه بر این در لطافت پوست به حدّ اعلا، ظرفیت شش‌ها نیز افزایش می‌یابد. با افزایش ظرفیت شش‌ها، فرد تمرین‌کننده می‌تواند در شرایط روزمره دفعات تنفس خود را کاهش دهد. کاهش دفعات تنفس با طولانی شدن عمر انسان ارتباط دارد. هر چقدر دفعات تنفس کمتر باشد، طول عمر افزایش می‌یابد. قناری پرنده‌ای است که در حال استراحت در هر دقیقه، ۱۶۰ بار تنفس می‌کند. به علت زیاد بودن نوبت‌های تنفس عمر آن بسیار کوتاه است. بر عکس انسان در هر دقیقه بین ۱۴ تا ۳۰ بار نفس می‌کشد و میانگین عمر انسان ۶۰ سال است؛ بنابراین هر چقدر بتوان تعداد نفس کشیدن در دقیقه را کاهش داد، اما بر شدت و عمق آن در هر نفس افزود، بر طول عمر انسان افزوده می‌شود.

به صورت اساطیری گفته شده که در هنگام خلقت جهان، خالق بر جهان دمید و در تفسیر خلقت انسان خبر داده شده که انسان چگونه از خاک درست شد؛ خاکی که نقش زندگی در آن دمیده شد. نفس کشیدن نوعی سوختن است. گیاهان، موجودات و حتی بعضی از مواد شیمیایی نفس می‌کشند. لائو‌تزه، سوختن اکسیژن را میل ترکیبی اشیا با اکسیژن اعلام کرد. اکسیژن وقتی در موجودات زنده استفاده می‌شود نوعی سوختن است و سوختن نوعی فنا شدن در راه حقیقت

انیشین

مطلق است. همان طور که قبلاً گفته شد، در فیزیک نسبیت اینشتین می‌گوید اگر شیئی در جهت ثابتی با سرعت نزدیک به سرعت نور حرکت کند طولش کم می‌شود و اگر هم سرعت مساوی با سرعت نور شود بدون بُعد می‌گردد. پس برای رسیدن به نور منیر که مستنیر از نور حق است آن شیئی فنا می‌شود تا به حقیقت مطلق برسد. باید در برابر مقابله با قانون جاذبه که ما را به سوی زمین جذب می‌کند مقداری هوا در بدن داشته باشیم. به همین دلیل شش‌ها هرگز به‌طور کامل از هوا خالی نمی‌شود.

اگر نفس انسان که به‌طور طبیعی ۱۶ تا ۱۸ بار در دقیقه است به ۲۶ نفس در دقیقه برسد احساس درد در بدن از بین می‌رود. به همین دلیل، جنگجویان در ابتدای زخمی شدن، زخم‌های مهلکشان بدون درد است. نفس تند، خون را گرم می‌کند و موجب می‌شود «خود» از بدن خارج شده و در نتیجه حس‌ها درکشان کم می‌شود. زیاده‌روی در مصرف الکل همین اثر را می‌گذارد (حس که کم شد، آگاهی کم می‌شود). هنگامی که در جنگ‌های قدیم نفس‌ها کند می‌شد، خون سرد می‌شد و انگیزه جنگ از بین می‌رفت. مارش‌های جنگی برای تند شدن و احساس سربازان نواخته می‌شود. اگر انسان آرام نفس بکشد امکان اینکه تحت تأثیر دیگران قرار بگیرد محال است. اگر تنفس در دقیقه به ۱۰ شماره برسد و این روند پنج دقیقه ادامه یابد، مغز به طور اعجاب‌آوری تمیز و آماده کار می‌شود. این کار را قبل از شروع هر مطالعه‌ای می‌توان انجام داد و چند ساعتی اثرش بر جای خواهد ماند. با تنفس آرام و ریتم درست بسیاری از درگیری‌ها،

ارتعاشات و افکاری که بی‌جهت از بدن و ذهن ما می‌گذرند، خنثی خواهد شد. یوگی‌ها می‌توانند در هر دقیقه یک نفس بکشند که قدرت تمرکز زیادی پیدا کرده نتیجه‌اش تجارب مافوق تصور و حدس ما است.

غذا و ورزش

ذهن انسان سازنده بدن است. ما همان هستیم که فکر می‌کنیم. این «خود» است که ماشین را هدایت می‌کند، عادت‌های مغز را رهبری کرده، خوراکی، هوا و ورزش را برمی‌گزیند. به همین دلیل است که شخصی با چند گرم برنج، سالم و شاداب است و دیگری با رژیم کامل غذایی، بیمار و ناخرسند است. یادتان باشد که شادی بزرگ‌ترین پرورش‌دهنده است. اهمیت آهسته خوردن غذا همیشه تأکید می‌شود و این تأکید بر خوب جویدن غذاست. بخش بسیار ضروری غذا از طریق دیواره‌های دهان جذب می‌شود. مردمی که غذا را نجویده قورت می‌دهند، این مرحله هضم را نداشته بیشترین نیروهای حیاتی غذا را که در دهان است از دست می‌دهند. بعد از بلعیده شدن شیره اسیدی این نیروها را خنثی می‌کند و بخشی از فایده غذا از بین می‌رود. کسانی که غذا را تند می‌خورند، از نیروی مغز و اعصاب خود که نتیجه آهسته خوردن است بهره نمی‌برند. پس باز هم نتیجه می‌گیریم همه چیز از سکون نتیجه گرفته می‌شود؛ زیرا آهسته خوردن یعنی حرکت کند و نزدیک به سکون. آشامیدن همراه با غذا

اشتباه است. حیوانات خوردن و آشامیدن را با هم انجام نمی‌دهند. به جای مواد نشاسته‌ای باید سبزیجات، میوه‌جات و سالاد که انرژی ذهنی و عصبی را زیاد می‌کنند و فسفر و ویتامین دارند مصرف کنیم. یادتان باشد هر غذای خام دو برابر پخته‌اش مفید است. در ضمن هر سه یا چهار هفته ۲۴ ساعت روزه گرفتن هم بسیار مفید است. درباره الکل باید گفت که محرکی مصنوعی و سمی است و کار نهایی‌اش خروج «خود» از بدن است. «خود» فقط در حرارت معینی در بدن می‌ماند. سرمای زیاد «خود» را از بدن خارج می‌کند و نتیجه‌اش بیهوشی است. گرمای زیاد هم همین اثر را دارد و نتیجه‌اش غش کردن یا بیهوشی از تب است. خروج دائمی «خود» از بدن آن هم به علت مصرف الکل، درک خود را از بدن کم کرده و آثار بیرونی فرصت می‌یابند تا نتایج شوم و دردناکی چون اشتغال ذهنی و بیهوشی به بار آورند، در حالی که بخشی از قربانی هنوز از دنیای پایین‌تر ستاره‌ای آگاه است. همراه با رژیم غذایی بحث ورزش هم به میان می‌آید.

مردمان امروز برای غذای خود نیاز به شکار کردن ندارند (زیرا حیوانات شکارچی، در پی شکار می‌دوند بعد غذای خود را می‌خورند). پس برای رسیدن به حالت طبیعی احتیاج به ورزش دارند. بعد از استراحت و دراز کشیدن نوبت تکان دادن می‌رسد. با پای برهنه می‌ایستیم و تمام ماهیچه‌ها را شُل و رها می‌کنیم احساس اینکه در بدنمان استخوانی نباشد. خودمان را تکان می‌دهیم وقتی که مطمئن شدیم ماهیچه‌ها بدین ترتیب حالت استراحت گرفتند، سعی کنیم

پاها و ساق‌ها را هم استراحت دهیم و بعد عمیق و آهسته نفس بکشیم. غربی‌ها نظرشان این است که هر عضو را هنگام ورزش کردن آنقدر وحشیانه حرکت دهیم تا کاملاً خسته شود. در عوض ورزش شرقی‌ها به جای انرژی از دست دادن، ذخیره انرژی است. روی زمین سفت غلت زدن ماساژ بسیار خوبی برای ماهیچه‌هاست و چربی‌های سطحی را از بین می‌برد. پس بهترین ورزش‌ها همان است که حیوانات می‌کنند.

خواص صوت

مولکول‌های یک شیء اگر هم‌فرکانس با یک نوت خاصی ایجاد شود، حتماً خواهند شکست. همچنین اگر مولکول‌های مایعی با نوتی هم فرکانس شود حتماً تبخیر خواهند شد. در ابتداء کلام بود، به این ترتیب اهمیت صدا به ما تأکید می‌شود هر چند بسیار آسان اهمیت آن را ندیده می‌گیریم. کیهان با سخن آغاز شد. خالق عمل نکرد، بلکه صحبت کرد. گفت «نور باش» و نور بود. معلمان قدیم به ما گفته‌اند خلقت کیهان علاوه بر هیولای (هیولا: انتهای ماده) روز اذل، با نفس و کلام خالق صورت پذیرفته است. صداهای خاص کلام ارتعاشات متفاوتی در اِتر به وجود می‌آورند.

نوری که ما می‌شناسیم بدون ذرات ماده در اتر و انعکاس آن نمی‌توانست وجود داشته باشد. می‌دانیم که این ذرات ماده بعداً به هم برخورد کردند و نیروی جاذبه آن‌ها باعث شد که چرخش آغاز کند،

بدین ترتیب، پایان ناپذیری شبکه خورشیدی (پانکراس) و تمام آنچه را هست به وجود آمد (اشاره به ناف و خلقت بچه).

کاربرد خلایق صوت از هر جهت می‌تواند مورد ملاحظه قرار گیرد. بچه برای رشدش فریاد می‌زند. پرندگان در آغاز بهار آواز می‌خوانند تا برگ‌های جوان رشد کنند و وقتی برگ‌ها کاملاً بزرگ شوند، پرندگان از خواندن باز می‌مانند. فقط غروب و سحر می‌خوانند و این زمانی است که فعالیت شیمیایی زندگی گیاه عوض می‌شود. شب‌ها گیاهان در بازدم اکسید کربن می‌دهند، در حالی که روزها اکسیژن پس می‌دهند (البته در مورد درخت گردو بر عکس است). اوقات این تغییر را پرندگان نگاه می‌دارند. در ضمن تأکید می‌شود افراد خردمند می‌دانند که بزرگ‌ترین الهامات و خرد در زمان سکوت کامل و عمیق، به بشر اهدا شده است.

مراقبه نوعی کناره‌گیری از جهان مادی است، اما لازم نیست نوعی گریز باشد.

مراقبه

مراقبه مانند ماه می‌باشد که نور بسیار گرم خورشید را به نور سرد مهتابی تبدیل می‌کند؛ یعنی رذالت را به فضیلت و نفرت را به محبت تبدیل می‌نماید. همان‌طور که قبلاً در مورد سکون و سکوت اشاره کردیم و گفتیم سکون و سکوت، زبان بی‌نهایت است.

روح در سکوت سخن می‌گوید. انسان همیشه راز سکوت را

می‌دانسته و احساس می‌کرده که سکوت غرق نیرو و زندگی است؛ چیزی که در سروصدا وجود ندارد. زیرا سروصدا ایجاد تفرقه می‌کند و بر خلاف سکوت، وحدت ندارد. شاعری گفته است: «سخن نقره است، ولی سکوت طلاست». تجربه به ما نشان داده که یکی از علامت‌های بارز مردان بزرگ روحانی، این است که با تمام سرزندگی و نشاطی که دارند، آرام، ساکت و کم‌حرفند. اگر مرد یا زنی را با این حالات دیدید به او نزدیک شوید. حتی بدون کلام هم چیزهای زیادی خواهید آموخت. علم تفکر سال‌های سال به عنوان وسیله‌ای است که می‌تواند مغز، ذهن و روح را به هم مربوط ساخته آگاهانه بین آن‌ها و شعور کیهانی یا ذهن و انگیزه‌های خلایق شبکه خورشیدی ارتباط برقرار سازد. انسان با تفکر، آسان می‌آموزد. در وی حوزه فیزیکی متمرکز شده، توجهش را به بُعد چهارم معطوف می‌دارد و سپس می‌تواند به ابعاد بالاتری برود و آنچه را می‌آموزد به دنیای فیزیکی می‌آورد و تفسیر نموده به بهترین وجه ممکن به مغز خود منتقل سازد.

شخصی به قلمرویی دست می‌یابد که از نظر زمان، شکل و رنگ با آنچه ما بدان آشنایی داریم کاملاً متفاوت است. فرد به درون اشیا راه می‌یابد و به علت‌های درونی و قدیمی‌ترین حقایق دست می‌یابد که گاهی ما بخشی از واکنش آن را به صورت نور، صدا و با رنگ و شکل می‌بینیم. او چیزهایی را می‌بیند که با کلام و افکار فیزیکی قابل بیان نیستند. فرض کنید ارکستر بزرگی یک سمفونی قوی را می‌نوازد، در ارکستر یک ویلن خوش‌آهنگ وجود دارد که با اینکه دائم نواخته

می‌شود، ما نمی‌توانیم آن را بشنویم، یعنی صداهاى بلندتر آن را محو می‌کند. اگر صداها یکی بعد از دیگری خاموش شوند باز هم نمی‌توان صدای ویلن را شنید، اما همین که تمامی صداها خاموش شد، ناگهان صدای ضعیف این ویلن را خواهیم شنید. گوش‌های ما کم‌کم خود را به شنیدن آن صدا عادت می‌دهند تا اینکه صدا بسیار واضح به گوش برسد. این مثال خوبی برای درک موضوع تفکرات بشری است. ارتعاشات بلندتر آنها هستند که اتم‌های جسم و مغز را می‌سازند و ظریف‌ترها مربوط به افکار و هیجان‌ها هستند. ویلن خوش‌نوا، پیام روح است که سعی دارد از این موانع بگذرد. برای شنیدن پیام روح باید تمامی ارکستر خاموش شود. تمام جریان‌ها، حس‌های جسمی افکار، خاطره‌ها، خوشی‌ها، آرزوها و هیجان‌ها باید کاملاً آرام و محو شوند.

سیس مغز باید آماده دریافت آن از طرف ذهن باشد؛ زیرا ذهن می‌تواند پیام روح را برساند (سکون و سکوت). جان میانجی دنیای روح و دنیای ماده است. «طبق نظریه سکون و حرکت یکنواخت، نظر ما این است که جان حرکت یکنواخت همان جان است؛ زیرا حرکت یکنواخت معادل سکون و بی‌نهایت است و حرکت یکنواخت همان وجود مادی است چون که وجود عین حرکت است». جایگاه نتایج تجارب در هر دو محدوده دانش پیام به صورت آگاهی یا الهام به ما می‌رسد. جان به آینه‌ای می‌ماند که می‌تواند دنیای روح را به دنیای فیزیکی منعکس سازد، اما معمولاً بسیار مه‌آلود است آن هم به علت

ارتعاش زیاد است. حالا ما آن را از ورای شیشه به صورت تیره می‌بینیم، اما بعداً چهره‌به‌چهره خواهیم شد. تفکر شخصیت لطمه دیده را آرام می‌کند و آینه را صاف می‌سازد. پس اولین مرحله تفکر، آسایش کامل بدن است. ستون فقرات باید راست و موزون باشد و دنده‌ها آماده تنفس عمیق باشد.

چاکراها عبارتند از: ۱- چاکرای تاج (غده صنوبری) ۲- آجنا یا چاکرای چشم سوم (هیپوفیز) ۳- چاکرای گلو (تیروئید) ۴- چاکرای قلب (تیموس) ۵- چاکرای شبکه خورشیدی (پانکراس) ۶- چاکرای خاجی (آدرنال = فوق کلیوی) ۷- چاکرای قاعده‌ای (گنادها = غدد جنسی).

هندي‌ها در موقع مراقبه به حالت لوتوس می‌نشینند، بعد شروع به تنفس عمیق می‌کنند. عمیق و آرام و یکنواخت و آهسته از طریق بینی و به تدریج این مرحله را کامل می‌کنند تا بتوانند ناخودآگاه این کار را بکنند. هرچه تنفس آهسته باشد، کنترل ذهن آسان‌تر است و همه این‌ها وقتی خوب است که بدون سعی انجام شود. با اجرای این دو مرحله اولیه، شروع به آرام کردن ارتعاشات بدنی و سپس بدن اتریک خود می‌کنیم. قدم مشکل‌تر بعدی، آرام کردن هیجان‌های ذهنی است. باید تمام احساس‌ها، نگرانی‌ها و آرزوها را رها کرد؛ تمام نگرانی‌ها یا هیجان‌ها را که، نتیجه ارتعاشات پایین، سنگین و پُرسروصداست.

حالا مغز می‌ماند که مثل ماشین تحریر کوچکی بدون وقفه افکار

ترتیب برعکس →

پرشتاب و شلوغ را دریافت می‌کند و به اتر می‌دهد. داوطلب باید با صبر و پیوسته، و بدون سعی این افکار را با یک اسفنج پاک کند. این مرحله باید تا زمانی که بتوان با خود آگاهی آن را انجام داد ادامه یابد؛ کاری که ماه‌ها یا سال‌ها تمرین می‌طلبید.

بهترین موقع تفکر، ساعت شش صبح هنگام بیدار شدن است. باید چند ساعت قبل یا بعد از غذا باشد.

بهتر است برای راندمان بیشتر، روزه گرفت؛ زیرا دستگاه گوارش فعالیت ندارد. ضمیر ناخودآگاه کاملاً خود را در اختیار ضمیر آگاه قرار می‌دهد و به حرف آن گوش می‌دهد. اتاق، تاریک و ساکت باشد و اگر به شینی یا چیزی تمرکز می‌شود، چشم‌ها فقط باید یک سطح را ببینند و یا ترجیحاً بسته بمانند. این شرایط اجرای تمرین تفکر است، اما خود علم به چهار مرحله تقسیم شده است: تمرکز، تفکر، اندیشه و ستایش. از این مراحل، مرحله تمرکز، تقریباً گفته شد. تمرکز به مفهوم کنترل کامل بر شخصیت است. وقتی داوطلب کاملاً آرام شد، توجه مغز باید به یک چیز باشد و آن را واضح و استوار و رها از افکار پراکنده، نگاه دارد و منتظر دریافت اطلاعاتی شود که ذهن جمع‌آوری می‌کند. هنگامی که تمرکز کامل صورت پذیرفت، بُعد تفکر شامل مطالعه کامل یک موضوع، یک شیء، کیفیت یا نیرو در زندگی است.

چهارمین مرحله ستایش است و صحبت درباره این موضوع ساده نیست. با اطلاع از فضای بیرونی و درونی (ضمیر آگاه و ناخودآگاه) موضوع، داوطلب به راز آن رسیده، درمی‌یابد که راز آن هم خودش

است. هر دو برخاسته از ذهن خالق الهی هستند. با رسیدن به این تشخیص با شکوه، داوطلب خود را در این دانش یگانگی کامل عشق گم می‌کند و این لحظه ستایش است. در ضمن نماز، تمرین الفبای رشد روحی و معنوی است. هر چند اثر خودش را دارد، اما کسی نمی‌خواهد روحاً در مرحله پرورش باقی بماند و زود یا دیر خودش را با حقایق مربوط خواهد ساخت.

پیدایش مشروط از بودا:

زنجیره علت و معلول که رنج از آن نشأت می‌گیرد:

چرخ رنج بدین‌گونه شروع به چرخیدن می‌کند.

اگر نادانی پدید آید، واکنش بروز می‌کند.

اگر واکنش پدید آید، دانستگی بروز می‌کند.

اگر دانستگی پدید آید، ذهن و ماده بروز می‌کند.

اگر ذهن و جسم پدید آید، حواس ششگانه بروز می‌کند.

اگر حواس ششگانه پدید آیند، تماس بروز می‌کند.

اگر تماس پدید آید، حس‌ها بروز می‌کنند.

اگر حس‌ها پدید آید، اشتیاق و بیزاری بروز می‌کند.

اگر اشتیاق و بیزاری پدید آید، دل بستگی بروز می‌کند.

اگر دل بستگی پدید آید، فرایند «شدن» بروز می‌کند.

اگر فرایند «شدن» پدید آید، تولد بروز می‌کند.

اگر تولد پدید آید، زوال و مرگ بروز می‌کند که با اندوه سوگ و رنج

و محنت جسمی و روحی همراه است. از نیروی کل، توده رنج پدید

می‌آید.

راه خلاصی از رنج

اگر نادانی ریشه کن شود و کاملاً پایان پذیرد، واکنش متوقف می‌شود.

اگر واکنش توقف یابد، دانستگی متوقف می‌شود.

اگر دانستگی توقف یابد، ذهن - ماده متوقف می‌شود.

اگر ذهن - ماده توقف یابد، حواس ششگانه متوقف می‌شود.

اگر حواس ششگانه توقف یابد، تماس متوقف می‌شود.

اگر تماس توقف یابد، احساس متوقف می‌شود.

اگر احساس توقف یابد، اشتیاق و بیزاری متوقف می‌شود.

اگر اشتیاق و بیزاری توقف یابد، دل بستگی متوقف می‌شود.

اگر دل بستگی توقف یابد، فرایند (شدن) متوقف می‌شود.

اگر فرایند (شدن) توقف یابد، تولد متوقف می‌شود.

اگر تولد متوقف شود، زوال و مرگ متوقف می‌شود و همراه با آن،

اندوه، سوگ، رنج و محنت جسمی و روحی متوقف می‌شوند.

بدین سان کل توده رنج، باز می‌ایستد.

جستجو

همه ما خواهان آرامش و تعادل هستیم؛ زیرا این همان چیزی است که در زندگی کم داریم (سکون و سکوت). با این همه، شادی هدفی است که پیش از آنکه بدان نایل شویم، برایش تلاش می‌کنیم. همه ما بارها در زندگی نارضایتی را تجربه کرده‌ایم. آشفتگی،

عصبانیت، ناسازگاری، رنج و نارضایتی‌های شخصی ما، نه تنها به خودمان محدود نمی‌شوند، بلکه دیگران را نیز در رنج‌های خود شریک می‌سازیم. فضای پیرامون هر شخص غمگینی، مملو از آشفتگی است، طوری که همه کسانی که بدان فضا وارد می‌شوند نیز ممکن است احساس آشفتگی و اندوه کنند. بودا، بعد از سال‌ها جستجو و آزمودن روش‌های گوناگون، راهی را کشف کرد تا به واقعیت ماهیت وجودش بصیرت حاصل کند و رهایی از رنج را تجربه کند. او سفارش کرد، این اصول سودمندند، ایرادی بر آن‌ها وارد نیست و عقل آن‌ها را می‌ستاید و اگر پذیرفته شوند و به آن‌ها عمل گردد، به رفاه و شادی می‌انجامد. آنگاه باید آن‌ها را بپذیرید و بدان‌ها عمل کنید. تجربه خود شخص از حقیقت، والاترین مرجع است. هیچ چیز را نباید تنها بر مبنای ایمان پذیرفت، بلکه باید بررسی کنیم که آیا جنبه منطقی عملی و سودمند دارد یا نه. بودا تأکید می‌کند که هر کدام از شما جزیره امن خود باشید، پناهگاه خود باشید، پناهگاه دیگر وجود ندارد (اتکا به خدای درون). تنها پناهگاه واقعی در زندگی، تنها زمین سفتی که بشود بر آن ایستاد، تنها مرجع قدرتی که بتواند هدایت و حمایتی صحیح را عرضه کند؛ عبارت است از حقیقت «داما» و قانون طبیعت که توسط خود شخص تجربه و ارزیابی می‌شود. در ضمن منشأ رنج، در درون هر یک از ما قرار دارد. وقتی ما واقعیت خویشتن را «درک کنیم» راه حل مسأله رنج را تشخیص خواهیم داد.

بودا، چرایی بودن اخلاق را به وضوح به صورت زیر مطرح

می‌نماید: ذهن بر همه پدیده‌ها تقدم دارد. ذهن بر همه چیز سایه می‌اندازد، همه چیز ساخته ذهن است. اگر با ذهنی ناپاک، سخن گویند یا عمل کنید آنگاه رنج به دنبال دارد؛ همان‌گونه که گاری به دنبال حیوان بارکش است. اگر با ذهنی پاک، سخن گویند یا عمل کنید، آنگاه شادمانی به دنبال دارد چون سایه‌ای که هرگز از شما جدا نمی‌شود.

تربیت رفتار اخلاقی

بودا، سفارش کرد، وظیفه ما ریشه کن کردن رنج، از طریق ریشه کن کردن علل آن یعنی نادانی، اشتیاق و بیزاری است. وقتی از او خواستند در مورد آن به زبانی ساده توضیح دهد گفت:

از تمامی اعمال زیانبار، بپرهیزید.

کارهای سودمند انجام دهید.

ذهن را پالایش کنید.

این است تعلیمات اشخاص بصیرت یافته.

ارزش عمل کردن به اخلاق

ما باید از تمام اعمال، گفتار و کرداری که به دیگران زیان می‌رساند خودداری کنیم. فهم آن ساده است. اجتماع به چنین رفتاری نیاز دارد تا دچار از هم فروپاشی (تفرقه) نشود. بودا گفت: اکنون می‌سوزید، بعد از این هم می‌سوزید. فرد خطا کار، رنجی دو چندان می‌برد. اکنون شاد

باشید، بعد از این هم شاد هستید. فرد پارسا دو چندان شادمان است. نیازی نیست صبر کنیم تا بهشت و دوزخ را بعد از مرگ تجربه کنیم. می‌توانیم آن را در همین زندگی، در درون خودمان تجربه کنیم. وقتی مرتکب اعمالی زیانبار می‌شویم، آتش جهنم اشتیاق و بیزاری را تجربه می‌کنیم. وقتی اعمال سودمند انجام دهیم، بهشت آرامش درونی را تجربه می‌کنیم. نه فقط به نفع دیگران است، بلکه به نفع خودمان نیز هست و از زیان رساندن به خودمان هم پرهیز می‌کنیم. سخنان بودا ما را به یاد سخنان زردشت می‌اندازد. پندار نیک، گفتار نیک و کردار نیک؛ بد نبین، بد نگو و بد نشنو.

آگاهی درست و نیک

مشاهده تنفس، همچنین وسیله‌ای برای عمل به آگاهی درست و نیک (پندار نیک) است. رنج ما ریشه در نادانی دارد. ما واکنش نشان می‌دهیم، از آن رو که نمی‌دانیم چه می‌کنیم، از آن رو که از واقعیت خویش بی‌خبریم. ذهن، اکثر اوقات را غرق در اوهام و خیالات و با زنده کردن تجربه‌های خوشایند و ناخوشایند و در مورد پیش‌بینی آینده، با شوق یا ترس سپری می‌کند. تمرکز و توجه بر تنفس، می‌تواند ما را یاری دهد تا هر آنچه را از خویش نمی‌دانیم کشف کنیم. آگاهی از تنفس، همچون پلی بین ذهن خودآگاه و ناخودآگاه عمل می‌کند. هنگامی که خواب هستیم تنفس غیر ارادی از طریق ضمیر ناخودآگاه انجام می‌گیرد هنگام بیداری هم می‌تواند از طریق

ضمیر خود آگاه به طور ارادی انجام گیرد؛ چون تنفس هم به شکل خود آگاه و هم ناخود آگاه عمل می‌کند. ما می‌توانیم اراده کنیم که به شکل خاص نفس بکشیم و تنفس را کنترل کنیم. حتی می‌توانیم برای مدتی نفس نکشیم و با این همه وقتی دست از تلاش در کنترل آن برمی‌داریم، تنفس بدون وقفه ادامه می‌یابد. مثلاً شاید بهتر باشد با تنفس ارادی و تا حدی سنگین شروع کنیم تا راحت‌تر بتوانیم توجه خود را بر آن متمرکز کنیم. به محض آن که آگاهی از تنفس آشکار و ناپت ماند، اجازه می‌دهیم تنفس به حالت طبیعی جریان یابد، چه سنگین و چه سبک، چه عمیق و چه سطحی، چه بلند و چه کوتاه، چه تند و چه کند، سعی نمی‌کنیم تنفس را تنظیم کنیم، بلکه تلاش می‌کنیم فقط نسبت به آن آگاه باشیم. با آگاهی از جریان طبیعی تنفس، مراقبه بر عمل خودکار بدن را آغاز کرده‌ایم. عملی که معمولاً در حیطه ناخود آگاه است. با مشاهده واقعیت بارز تنفس ارادی به مراقبه بر واقعیت ظریف‌تر تنفس طبیعی می‌رسیم. پس ما از واقعیت سطحی به ماورای آن، به آگاهی از واقعیت ظریف‌تر حرکت کرده‌ایم. دلیل دیگر برای پرورش آگاهی از تنفس، چیزی نیست مگر رها شدن از اشتیاق، بی‌زاری و نادانی که در وهله اول با آگاه شدن از آن‌ها صورت می‌گیرد. در این مورد تنفس، در حکم بازتابی از وضعیت روانی شخص عمل می‌کند. وقتی ذهن آرام و ساکن است، تنفس منظم و آرام است، اما وقتی جنبه‌ای منفی در ذهن بروز کند، خشم، نفرت، ترس یا شهوت، آنگاه تنفس سنگین‌تر، تندتر و ناآرام‌تر می‌شود.

اسرار سکون و سکوت □ ۶۹

بدین‌سان، تنفس وضعیت روانی ما را به ما گوشزد می‌کند و ما را قادر می‌سازد که از عهده‌اش برآییم.

دلیل دیگری نیز برای آگاه شدن از تنفس وجود دارد؛ از آنجا که هدف ما، ذهنی آزاد از منفی‌گرایی است، ما باید موضوعی برای تمرکز به کار بریم که درست و سودمند باشد. تنفس چنین چیزی است. ما نمی‌توانیم نسبت به تنفس اشتیاق یا بی‌زاری داشته باشیم؛ زیرا تنفس واقعیتی کاملاً مجزا از توهم و «خطای بینش» است. بنابراین تنفس موضوع مناسبی برای تمرکز است. در آن لحظه که ذهن به تمامی تنفس متمرکز است، از اشتیاق و بی‌زاری و نادانی آزاد است. آن لحظه پالایش هر چقدر هم که مختصر و کوتاه باشد، بسیار قدرتمند است؛ زیرا به مضاف تمامی شرطی شدن‌های گذشته می‌رود. تمامی این واکنش‌های انباشته شده درهم می‌ریزند و خود را به شکل مشکلات مختلف، چه جسمی و چه روانی ظاهر می‌سازند؛ مشکلاتی که مانع تلاش شخص برای پرورش آگاهی می‌شوند. در ضمن در مرحله اولیه تمرین، لایه‌هایی از شرطی شدن‌ها از سطح ذهن پاک می‌شوند بدین ترتیب با آگاهی از تنفس، شروع به پاک‌سازی ذهن نموده و به سوی آزادی پیش می‌رویم.

گفتار درست و نیک

سخن باید پاک و سودمند باشد. پاکی از حذف ناپاکی به دست می‌آید. پس ما باید پی ببریم که گفتار ناپاک شامل چه چیزهایی

می‌شود. این گفته‌ها عبارتند از دروغ گفتن؛ یعنی کمتر یا بیشتر از حقیقت گفتن، سخن چینی کردن؛ طوری که بین دوستان جدایی اندازد، غیبت و افترا؛ گفتن سخنان تندی که دیگران را آشفته کند و هیچ اثر سودمندی نداشته باشد و وراجی و گپ‌های بی‌معنا؛ که وقت خود شخص و دیگران را هدر دهد. خودداری از تمامی این گفتارهای ناپاک، چیزی بر جای نمی‌گذارد جزء گفتار درست و نیک. کسی که گفتار درست و نیک دارد، حقیقت را می‌گوید و در راستگویی ثابت قدم است. همچنین قابل اعتماد و قابل اتکاء بوده و با دیگران صریح است. طرفین دعوا را آشتی می‌دهد و اتحاد را تشویق می‌کند. از هماهنگی لذت می‌برد و به دنبال آن است و با کلامش هماهنگی می‌آفریند، و سازنده سخن می‌گوید.

کردار نیک

اعمال نیز باید پاک باشند. مانند گفتار باید بفهمیم که چه چیز کردار ناپاک را موجب می‌شود تا از آن پرهیز کنیم. این اعمال شامل کشتن موجودات زنده، دزدی، اعمال نادرست جنسی از قبیل تجاوز و زنا، و نیز استفاده از مسکرات شامل مشروبات الکلی و مواد مخدر است که سبب می‌شوند تا شخص حواس خویش را از دست بدهد و از اعمال و گفتار خود غافل بماند. برای مردم عادی که درگیر زندگی دنیوی هستند، طریقه انجام گفتار نیک و کردار نیک پرداختن به پنج اصل زیر است:

- ۱ - خودداری از کشتن هرگونه موجود زنده.
- ۲ - خودداری از دزدی و فساد.
- ۳ - خودداری از خلاف جنسی و فحشا.
- ۴ - خودداری از سخن دروغ.
- ۵ - خودداری از مسکرات و مخدرات.

این پنج اصل، حداقل اصول لازم برای رفتار اخلاقی است.

تذکر: در مورد الکل و تحریم آن می‌توان چنین تفسیر نمود که در قبل گفته شد تنفس و سوختن اکسیژن پلی است بین ضمیر آگاه و ناخودآگاه، پس هنگامی که الکل مصرف می‌شود تمایل دارد که با اکسیژن ترکیب شود. در نتیجه پل بین ضمیر آگاه و ناخودآگاه خراب می‌گردد و ارتباط قطع می‌شود. و به همین دلیل چون ضمیر ناخودآگاه با خدای درون رابطه دارد، و ضمیر آگاه با ضمیر ناخودآگاه ارتباطش قطع می‌گردد، ارتباط با خدا قطع می‌شود و چون خداوند تعادل مطلق است و دیگر نمی‌توان به طور کامل با خداوند رابطه برقرار نمود، پس تعادل انسان و موجودات که الکل مصرف کرده‌اند، به هم می‌خورد و تعادل برقرار نمی‌شود. در نتیجه موجود مصرف‌کننده الکل در موقع حرکت تیلوتلو می‌خورد. از زیاده روی در الکل کم‌کم انسان دچار افسردگی می‌شود، که نشان‌دهنده آن است چون با ضمیر ناخودآگاه در نتیجه با خدای درون بیگانه می‌شود احساس یأس و ناامیدی می‌کند. پس می‌توان نتیجه گرفت به چه دلیل مصرف الکل بد و مضر است.

انسان پنج بدن دارد

۱- بدن فیزیکی ۲- بدن اتری ۳- بدن آسمانی ۴- بدن ذهنی ۵-

بدن روحی

هفت رنگ طیف را در نظر بگیرید، اگر تیره‌ترین سایه‌ها را نمایندند حوزه فیزیکی کم‌رنگ‌ترین و روشن‌ترین سایه‌ها نمایندند حوزه روحی بیندارید، خواهید دید که تا چه اندازه این دو حوزه به هم مربوط می‌شوند. حوزه‌ها در حقیقت بالا و پایین یکدیگر قرار ندارند، بلکه آنهایی را که بالاتر می‌نامیم از نظر ارتعاش بالاتر هستند (درک این مطالب به کمک کلمات بسیار مشکل است). همه چیز در حیات از گیاه تا مگس از ابر تا یک دانه شن ریز، با این هفت حوزه یا جهان در ارتباطند. اغلب چیزها دارای بدنی هستند که با آن عمل می‌کنند. انسان صاحب بدنی است که از مواد دنیای فیزیکی ساخته شده است. بدنی که شامل مواد شیمیایی به صورت مایع، جامد و گاز است. این بدن با جسم دیگری که برگردان آن است و به آن جسم اتری می‌گوییم تفسیر شده است. جسم اتری به صورت رشته‌های ظریفی است که از این طریق نیروهای الکتریکی و نیروهای حیاتی از جهان بیرونی به بدن فیزیکی می‌رسند و حوزه فیزیکی انسانی بدین ترتیب مجهز می‌شود. یکی دیگر از سطوح هفتگانه دنیای ستاره‌ای است. بعضی‌ها به آن دنیای آرزو هم می‌گویند؛ زیرا نیمکره هیجان‌ها یا آرزوها می‌باشد و شامل موادی است که موجب برانگیختن ما می‌شود. دنیای جذابیت‌ها و نفرت‌هاست. انسان بدنی از این مواد ستاره‌ای دارد که

هنگام هیجان، ترس یا آرزو این بدن به طور کامل عمل می‌کند. گاهی این احساسات از ذهن منطقی ما نیرومندتر است. انسان می‌تواند بدن ستاره‌ای را ببیند و ما آن را شبه می‌نامیم. هر چیز فیزیکی برگردان خود را به شکل ستاره‌ای دارد؛ بنابراین انسانی که در جسم ستاره‌ای خود حضور دارد می‌تواند صندلی و میز یا هاله آن را هم ببیند.

هاله اشیای فیزیکی از پایین‌ترین و سنگین‌ترین طیف ماده ستاره‌ای درست شده و هاله افکار و احساسات از نوع ظریف‌تری درست شده‌اند. این حالت را هاله‌بینان می‌توانند ببینند و در مورد آن توضیح دهند. سومین حوزه بزرگ از هفت حوزه، دنیای فکر یا ذهن است. سنگین‌ترین طیف این حوزه شامل افکار مادی و دنیوی ماست. هوش کیهانی برای طرح ساختار و فعالیت کیهان بخش ظریف‌تری را درست کرده است. به همین دلیل اگر ما قسمت‌های گوناگون مغزمان را تعلیم دهیم، می‌توانیم با بخش‌های بالاتر دنیای ذهن تماس برقرار کنیم (مثل آنچه عرفا می‌کنند) و دانش غیرقابل تصویری به دست آوریم. دنیای فکر برای ما حتی از دنیای ستاره‌ای هم مشکل‌تر است، اما می‌گویند در تمام دوره زندگی ما، فکر مثل نوعی کار مداخله می‌کند. این ربطی به محدودیت مغز ندارد که در مرحله بعد برای گذر افکار به شکل یک تلفن عمل خواهد کرد. چهارمین حوزه، حوزه اراده یا روح حیات است. فرد واقعی یا خود، حاصل این حوزه است. این «خود» است که بدن‌های فیزیکی ستاره‌ای ذهن را به عنوان وسیله برای رسیدن به هدفش به کار می‌گیرد و زمانی که آن‌ها به کنترل او

درآمده و با یکدیگر هماهنگ شوند، او نیرومند شده بر ماده غلبه می‌کند و بعد از یک دوره تعلیم دقیق، جسم فیزیکی خود را مثل یک کت از تن درآورده برای پرورش رشته اتری کنارش می‌گذارد و فعالیت‌های خودش را در بدن‌های دیگر و یا به عبارتی دیگر با وسایل نقلیه دیگری ادامه می‌دهد. هر وقت که مایل باشد دوباره به محدوده و حصارش که گوشت بیرونی اوست بازمی‌گردد که ما آن را بیدار شدن یا بازگشت به هوشیاری می‌نامیم. البته بنا به موقعیتی که موجود است، جسم اتری همیشه اطلاعات مفیدی را که به درد انسان می‌خورد با خود می‌آورد، اما برخورد و تماس ناگهانی با ارتعاشات سنگین زمین آنقدر شدید است که رشته خاطر پاره شده و فعالیت‌های قبلی از یاد می‌رود مگر اینکه تشخیص واقعاً تربیت شده باشد.

حالا به جایی رسیده‌ایم که کلمات واقعاً نمی‌توانند به ما کمکی بنمایند. پس دیگر سعی نمی‌کنیم سه حوزه دیگر را شرح دهیم. آن سه تایی که در خودآگاهی با دنیای الهی خالق خود تماس دارند، حتی فکر کردن به آن‌ها هم شهادت می‌خواهد تا چه رسد به صحبت کردن درباره این عجایب. اما ما به چنین شهادتی نیاز داریم و انسان مجبور است آن‌ها را به حوزه فیزیکی بیاورد تا بتواند با پنج حس محدود خود آن‌ها را درک کند. این شهادت بدون پاداش نیست و هیجان را به وجود می‌آورد و خیلی زود انسان متوجه می‌شود که چیزی بیش از یک حیوان است.

هفت حوزه موادی را که تمام کیهان متحول از آن ساخته شده شامل می‌شود. حوزه فیزیکی با دنیای جدید کوچک‌ترین فاصله را می‌گیرد؛ زیرا فشرده است و آن را با چشم‌های فیزیکی در همه جا می‌توانیم ببینیم. برگردان اتری ما با فاصله یک تا دو سانتیمتر از بدن فیزیکی ما قرار دارد. بدن ستاره‌ای هم بافاصله بیشتری قرار می‌گیرد. بدن اتری که گویندگان غیب با نگاه کردن به دور سر افراد مطالب زیادی درباره آن فرد می‌گویند. زمین هم یک جسم ستاره‌ای دارد که با فاصله زیادی از آن قرار گرفته است. باید قبول کنیم که زمین ما هم مثل سیارات موجود زنده‌ای است.

دنیای ستاره‌ای دنیایی است که در آن بُعد چهارم وجود دارد و قابل درک است. اگر بتوانید تصور داشتن چشم‌هایی را بکنید که بتواند همه چیز را در همه جهت و در آن واحد ببینند، طبعاً شما وضعیت خود را هنگامی که در دنیای ستاره‌ای خواهید بود، می‌بینید. دنیای فکر یا حوزه ذهن با بخشی که بدن فکری زمین ماست هنوز هم گسترش بیشتری دارد، تا جایی که درون فضایی آن حوزه عجیب، کشف رازها و ناشناخته‌هاست. دنیای روح هم باز فضای بیشتری را اشغال کرده و لطیف‌ترین طیف این‌ها در جهان آخری، نیروی الهی است که همه چیز را در بر می‌گیرد. با این توضیح متوجه می‌شویم که خدا با ماست؛ یعنی ما همه با بدن‌های کوچک قادریم با دنیای روح تماس برقرار کنیم؛ زیرا در حقیقت آن هم نهایتاً زندگی دنیایی ما را در بر می‌گیرد. اکنون ما نگرش والایی به قانون هفت حوزه داشته‌ایم.

حالا آزادیم آن را پذیرفته یا رد کنیم. بیایید بعضی نکات اصلی را یک بار دیگر مرور کنیم. بنا بر آنچه گفته شد، اولین بدن انسان جامد و فیزیکی با ارتعاشات پایین است (وسیله تماس با اشیای فیزیکی). دومین بدن اتری است که با ارتعاشات بالاتر بین بدن فیزیکی و جهان ماورایی ارتباط برقرار می‌کند (کانالی که از طریق آن تمام نیروهای مغناطیسی جابه‌جا می‌شوند). سومین بدن ستاره‌ای یا شبه است که با دو جسم قبلی در ارتباط است و حرکتش مثل الکتروسیته است و با این سرعت هنگامی که کاملاً در جسم ستاره‌ای است حرکت می‌کند (مثل حرکت در خواب). چهارمین جسم ذهنی است که وجودش از طریق فکرخوانی به ما ثابت شده است؛ زیرا هنگامی که در این جسم باشیم افکار به سرعت منتقل می‌شوند. شنیده‌ایم عزیزان بسیاری از افراد هنگام مرگ در کنارشان حضور پیدا می‌کنند؛ هر چند محل زندگی آن‌ها در فاصله‌ای بسیار دور از این عزیز قرار گرفته باشد. بدن روحی انسان که بسیار ظریف و با ارتعاشاتی بالا است، از تمام بدن‌ها ساخته شده و به همین دلیل بر تمام ارتعاشات پایین‌تر مسلط است و آنقدر تند می‌رود که به نظر می‌آید در یک زمان در همه جا حضور دارد. هنگامی که انسان آگاهانه در جسم روحی باشد می‌تواند بر زمان و مکان که فقط مربوط به هفتمین حوزه کیهانی یعنی حوزه فیزیکی است، غالب آید. بسیار مشکل است که اذهان مادی امروزی را وادار به دیدن چنین حوزه‌هایی بنماییم، اما انسان باید بکوشد که مغز خود را در حالات پست قبلی نگاه ندارد. مثلاً مصریان کاملاً با این علم

آشنایی داشته‌اند و بدن‌های متفاوت انسان را با نقاشی روی گچ بر روی مقبره‌ها نشان داده‌اند. بعضی پژوهشگران معتقدند که آن‌ها بدین ترتیب بدن‌های انسان را به نمایش گذاشته‌اند. بدن فیزیکی یا Kill با علامت ماهی مرده، شاید دلیلش این بوده که ماهی تنها حیوانی است که بدن ستاره‌ای ندارد و فقط دارای بدن فیزیکی است. بدن اتری را Ka نامیده و به شکل یک وسیله نقلیه به صورت یک پستان و دو دست به هوا بلند شده نشان داده‌اند. آن‌ها بدن ستاره‌ای را Ba گفته و به صورت انسانی با سر پرنده نمایش داده‌اند. پرنده مسافر به فضا، جسم روحی را با یک نیلوفر آبی نشان داده شده است که می‌تواند از تاریکی و مرداب به نور برسد. اطلاعات این انسان‌های اولیه بسیار شگفت‌انگیز است. آنچنان تأثیر نیروی ذهن بر ماده را درک کرده‌اند که بسیاری از این نمونه‌ها را در ساختمان‌هایشان می‌توان دید که هنوز هم ما قادر به درک آن‌ها نیستیم می‌گویند آن‌ها می‌توانسته‌اند از نیروی روح بر ماده فیزیکی به خوبی بهره بگیرند و قدرتی الهی به دست آورند که سال‌ها از گورها محافظت کنند. دانشمندان امروزی سرگرم انفجار اتم با نیروی الکتریکی و مغناطیسی هستند و تاکنون نتایج تلاش آن‌ها معلوم نشده است. شاید اشتباه در این است که حوزه فیزیکی با ارتعاش پایین را برای کنترل ارتعاش بالاتر به کار می‌گیرند. اگر بتوانند از وسیله‌ای با ارتعاش بالاتر استفاده کنند، شاید نتیجه بهتری حاصل می‌شد؛ مثلاً استفاده از ذهن آن چنان که دانشمندان قدیم این کار را می‌کرده‌اند.

کیمیاگران واقعی از نیروی تمرکز و سوزنده ذهن برای گرفتن اکسیر زندگی از طلا استفاده می‌کرده‌اند. آتش تمام ارتعاشات کمتر از خود را می‌سوزاند. ذهن قادر به کنترل آتش است زیرا ارتعاش بالاتری دارد افراد زیادی هستند که در آتش نمی‌سوزند و اگر با چاقوگوشت خود را ببرند، خونریزی نمی‌کنند. ذهن با سرعت می‌تواند بر همه چیز غلبه کند، اما روح می‌تواند فوری ارتعاشات را مرتب کرده دوباره بازسازی کند. این حقیقت احتمالاً اساس نمایش‌های معجزه‌آسا و شفای باطنی است. عده زیادی این کارها را از طریق هیپنوتیزم، خواب مغناطیسی، فکرخوانی و روانکاو یا سایر کارها انجام می‌دهند. کاشفان این روش‌ها متوجه می‌شوند که جسم اتری را دانشمندان می‌توانند وزن کنند و هاله را با شیشه خاصی می‌توان دید (به‌وسیله شیشه و قطران زغال سنگ که معروف به دوربین کرولیان می‌باشد). عده زیادی بدن‌های ستاره‌ای را دیده‌اند. ارتعاشات جسم ذهنی به وسایلی قابل اثبات است و قدرت جسم روحی با معجزات زیادی نشان داده شده است. طبیعی است که بسیاری از این مطالب را نتوانیم باور کنیم، اما عاقل کسی است که تا زمان اثبات این مطالب پیوسته ذهن خود را باز نگاه دارد. به درستی باید پرسید که کدام یک واقعیت حقیقی است جهان به ظاهر عینی که عکاس مشاهده‌گر، تجربه کرده با الگوهای تداخلی محو و مبهمی که توسط دوربین مغز، ضبط شده است؟ «پریپرام» به این نکته پی برد که اگر الگوی هولوگرافیک مغز را تا نتایج منطقی‌اش دنبال کنیم، در به روی این احتمال گشوده‌ایم که

واقعیت عینی جهان بیرون، جهان فنجان‌های قهوه، کوهستان‌ها درختان سرو، و چراغ‌های روی میز، ممکن است اصلاً وجود نداشته باشد، یا دست کم آنگونه که ما معتقدیم وجود نداشته باشد. با این فکر «پریپرام»، در بحر حیرت فرو می‌رود و چنین می‌اندیشد که آیا واقعاً ممکن است آنچه عارفان بزرگ در طول قرون گفته‌اند حقیقت داشته باشد، که واقعیت همان مایا است، یعنی توهم و آنچه در عالم خارج است به واقع سمفونی بر طنین اشکال موج گونه، یعنی قلمروی فرکانس‌هایی است که تنها پس از آنکه به ساحت حواس ما وارد شدند به جهانی که ما می‌شناسیم تغییر شکل می‌دهند؟ پریپرام سپس فهمید که راه حل مورد نظر ممکن است اساساً خارج از حوزه خاص فعالیت او باشد، و به قصد مشورت به سراغ پرسرش که فیزیکدان بود رفت. وی نیز به او پیشنهاد کرد به کارهای فیزیکدانی به نام «دیوید بوهم»، نگاهی بیندازد. وقتی پریپرام به کارهای بوهم نظر انداخت، مثل برق گرفته‌ها شد. او نه تنها پاسخ پرسش خود را یافت، بلکه دریافت که کل جهان، به گفته بوهم، خود یک هولوگرام است.

هولوگرام

بهتر است برای ورود به مطلب، توضیح دهیم که هولوگرام چیست. تصاویر سه‌بعدی که به وسیله لیزر در فضا و یا در روی شیشه به تصویر درمی‌آید، هولوگرام نامیده می‌شود. جالب این است که اگر شیشه تصویر را بشکنید شکسته‌های شیشه، عکس‌های کامل را نشان

می‌دهند؛ یعنی تصویر قبل از شکسته شدن را. به هر حال هر چه شکستن شیشه را ادامه دهیم در آن شیشه‌های شکسته تصاویر کامل مشاهده می‌شود. مثال دیگر آئینه است که اگر تصویر کامل خود را در آن ببینیم، در شکسته‌های آن هم خواهیم دید؛ یعنی هماهنگی جزء با کل و این عین زیبایی است. از این موضوع نتیجه می‌گیریم که سکون و سکوت نوعی هولوگرام است.

تا سال ۱۹۷۰ م برای پرپیرام آنقدر مدرک و دلیل جمع شده بود که او را متقاعد کند نظریه‌اش درست است. افزون بر آن، او در آزمون ایده‌هایش در آزمایشگاه به کشف این نکته نیز نایل آمد که سلول‌های واحد عصبی در موتور مغز تنها به یک رشته فرکانس‌های محدود و انتخاب‌شده جواب می‌دهند. کشفی که نتایج به دست آمده را کاملاً تأکید می‌کرد. با این حال پرسشی که پرپیرام را آزار می‌داد این بود که اگر در مغز ما تصویر واقعیت اصلاً تصویر نیست و یک هولوگرام است، پس این هولوگرام چه چیزی است؟ مشکل قضیه در این است اگر از عده‌ای که دور میزی نشسته‌اند عکس پولوراید بگیریم و وقتی آن را ظاهر نماییم می‌بینیم که به جای افراد دور میز، توده ابری مبهم از الگوهای تداخلی جمع شده است، در هر دو مورد.

کیهان هولوگرام مانند

«بوهم» به این اعتقاد رسید که جهان دارای ساختاری همچون هولوگرام است. به واقع در ژرفنای ماده و در جهان ذرات، زیر اتمی

شکل گرفت. توجه و علاقه «بوهم» به علوم و نحوه کارکرد امور در دوران جوانی‌اش شکفته شد. یک بار در شهری که می‌زیست، به اختراع یک کتری مخصوص چای دم‌کنی دست زد. پدرش که تاجر موفق‌ی بود، کوشید او را وادارد از این اختراع سودی به دست آورد. اما بعد از آنکه «بوهم» فهمید برای یقین کیفیت بازار فروش جنس، نخستین اقدام این است که باید خانه‌به‌خانه راه بیفتد و کلی آمار جمع کند، علاقه‌اش به کسب و کار فروکش کرد. اما علاقه «بوهم» به علوم سر جای خود بود و کنجکاوای حیرت‌انگیزش باعث شد که به قله‌های دیگری برای فتح و ظفر نظر کند. در دهه ۱۹۳۰ م وقتی دانشجوی کالج پنسیلوانیا بود با یکی از چالش‌برانگیزترین قله‌ها روبه‌رو شد. آنجا بود که برای اولین بار مجذوب فیزیک کوانتوم شد. به‌راستی که جهان مجذوب‌کننده‌ای بود. این قلمروی ناشناخته را فیزیکدان‌ها در قلب اتم یافته بودند و حامل چیزهایی به مراتب شگفت‌آورتر از اکتشافات مارکوپولو یا کورتیس بود. چیزی که این جهان جدید را فریبنده می‌ساخت این بود، که همه چیزش بر خلاف عقل سلیم می‌نمود. بیشتر شبیه سرزمینی سحرآمیز بود تا ادامه جهان طبیعی، نوعی قلمروی آلیس در سرزمین عجایبی که در آن نیروهای اسرارآمیز به مثابه چیزهای عادی قلمداد شده و هر امر منطقی را وارونه کرده بودند.

یکی از کشف‌های حیرت‌انگیز فیزیکدان‌های کرانتوم، این بود که اگر شما ماده را به تکه‌های کوچک تقسیم کنید، سرانجام به جایی

می‌رسید که آن تکه‌ها، الکترون‌ها، پروتون‌ها و غیره دیگر حاوی ویژگی‌های شیء مادی نخواهند بود؛ مثلاً ما اغلب الکترون را به مثابه یک گوی کوچک یا زنبور ریزی می‌پنداریم که ویزویکنان به دور و بر می‌چرخد و این پندار از حقیقت بسیار دور است. اگرچه الکترون، گاه چنان عمل می‌کند که گویی یک ذره کوچک منسجم است. فیزیکدان‌ها دریافته‌اند که الکترون تقریباً واجد هیچ بُعدی نیست. درک و تصور این گفته برای اغلب ما مشکل است. چون هر چیزی که در سطح وجود انسانی می‌باشد، واجد بُعد است. با این حال، چنانچه بخواهید عرض یک الکترون را اندازه بگیرید، هرگز نمی‌توانید. خواهید دید که کار محال است؛ چون الکترون اصلاً مثل اشیای معمولی دیگری که می‌شناسیم نیست.

کشف دیگر فیزیکدان‌ها این بود که الکترون قادر است هم به صورت ذره و هم به صورت موج نمود کند. اگر الکترونی را به سوی صفحه تلویزیون خاموش پرتاب کنیم، یک ذره نورانی پدیدار می‌شود که از اصابت الکترون به مواد فسفری که پشت شیشه صفحه تلویزیون را فرا گرفته به وجود آمده است. نقطه حاصل از اصابت الکترون به روشنی، سوبه ذره بودن ماهیت آن را آشکار می‌سازد. اما این تنها شکلی نیست که الکترون قادر است به خود بگیرد، چه الکترون در عین حال می‌تواند به توده ابری موهوم از انرژی بدل شود و چنان عمل کند که انگار موجی است گشوده در فضا. هرگاه الکترون به صورت موج نمود کند، کاری می‌کند که از هیچ ذره‌ای بر نمی‌آید. مثلاً

اگر به مانعی که دو شکاف دارد بر بخورد، می‌تواند همزمان از هر دو شکاف گذر کند. هرگاه الکترون‌های موج گونه به هم اصابت کنند بی‌درنگ الگوهای متداخل تولید می‌کنند.

این خصلت بوقلمون‌صفتانه الکترون را نیز می‌توان در تمام ذرات ریز اتمی و همچنین در همه آن چیزهایی که زمانی می‌پنداشتند تنها به صورت موج متجلی می‌شوند باز یافت. نور، اشعه‌های گاما، امواج رادیویی و اشعه ایکس همه این‌ها می‌توانند از حالت موج‌گونه به ذره بدل شوند و بر عکس. امروزه فیزیکدانان معتقدند که پدیده زیر اتمی را نمی‌باید تنها به عنوان موج یا ذره طبقه‌بندی کرد، بلکه باید به عنوان چیزهایی در نظر گرفت که همواره به نوعی قادرند هر دو باشند. این چیزها کوانتا نام دارد و فیزیکدانان معتقدند که کوانتا در حکم ماده اولیه‌ای است که کل جهان از آن به وجود آمده است. شاید اعجاب‌آورتر از همه این باشد - و همه شواهد و مدارک هم مؤید آن است - که کوانتا (کوانتوم‌ها) تنها زمانی به صورت ذره نمود می‌کنند که ما بدان‌ها می‌نگریم؛ برای مثال وقتی کسی به الکترون نگاه نمی‌کند. آزمایش‌ها نشان می‌دهند که همواره موج است. فیزیکدانان می‌توانند به این نتیجه برسند چون پیشاپیش استراتژی ماهرانه‌ای برای تشخیص طرز رفتار الکترون، آن‌گاه که کسی به آن نگاه نمی‌کند، اندیشیده‌اند. باید دانست که این تغییر یکی از تعابیر فیزیکدان‌ها از شواهد به دست آمده است و همه بدان معتقد نیستند. از جمله چنانچه خواهیم دید، خود «دیوید بوهم» یک بار دیگر می‌بینیم که گویا

با سحر و جادو طرفیم تا جهان طبیعی موجود را تصور کنید که گوی بولینگ به دست گرفته‌اید که هرگاه بدان بنگرید، گوی بولینگ است و در غیر این صورت توده ابری توخالی است. اگر روی کف مسیر بولینگ پودر تالک بریزیم و یک توپ بولینگ کوانتومی را روی آن به سوی هدف قل بدهیم، وقتی بدان نگاه کنیم یک خط باریک پودر تالک روی کف بولینگ خواهیم دید. ولی اگر آن هنگام که توپ را فرستادید چشمک بزنید، خواهید دید که برای یک یا دو ثانیه، توپ را نمی‌بینید، بلکه توده‌های موج گونه پراکنده و وسیعی را می‌بینید. نظیر حرکات پرپیچ و خم ماری که از میان شن‌ها عبور می‌کند فیزیکدان‌های کوانتوم نیز، آن هنگام که برای نخستین بار به این کشف مهم دست یافتند که کوانتوم‌ها تنها زمانی به ذرات تبدیل می‌شوند که مورد مشاهده قرار گیرند، وضعیت مشابهی داشتند. فیزیکدانی به نام نیک هربرت که حامی این نظریه است می‌گوید گاه به این خیال می‌افتد که جهان پشت سرش همیشه حکم یک سوپ کوانتوم را دارد که بسیار گنگ و مهم است و مدام در حال جاری شدن است. اما هرگاه سر برمی‌گرداند و می‌کوشد به این سوپ کیهانی چشم بدوزد، نگاه او بلافاصله آن را سر جایش خشک می‌کند و به واقعیت عادی برمی‌گرداند. به اعتقاد او، از این لحاظ ظاهراً ما قدری شبیه «میداس» هستیم. آن پادشاه افسانه‌ای که هیچ‌گاه حس لمس ابریشم با نوازش دست انسان را نمی‌شناخت، زیرا هر آنچه را که دست می‌زد به طلا تبدیل می‌شد. هربرت می‌گوید: «به همان سان، انسان‌ها نیز هرگز قادر

نخواهند بود بافت حقیقی واقعیت کوانتوم را تجربه کنند، چون به هر چه دست می‌زنند به ماده تبدیل می‌شود.»

ورود به هولوگرام

اواخر دهه ۱۹۵۰ «بوهم»، تازه از درگیری‌اش با مکتب کارتیسم خلاص شده و به عنوان محقق در دانشگاه بریستول انگلیس مشغول به کار بود که آنجا همراه با دانشجوی جوان رشته تحقیقات، آهاروتوف، به کشف نمونه مهم دیگری از همبستگی ماهوی (درونی‌ای) بود که ظاهراً میان وقایع زیر اتمی نامرتبط به هم وجود داشت) لامکان نایل آمد.

«بوهم» و «آهارونوف»، دریافتند که تحت شرایط مناسب، الکترون قادر است حضور یک میدان مغناطیسی را در قلمرویی که در آن احتمال یافتن الکترون صفر است حس کند. این پدیده اینک به نام اثر آهارونوف - بوهم، معروف است. وقتی این دو تن نخستین بار کشفیات خود را منتشر کردند، خیلی از فیزیکدانان باور نکردند که چنین اثری امکان‌پذیر است. حتی امروزه نیز هنوز آنقدر شک و تردید هست که به رغم تأیید این اثر در آزمایش‌های گوناگون، مقالاتی درمی‌آید که در آن نویسنده استدلال می‌کند که چنین چیزی وجود ندارد. مثل همیشه بوهم با ژستی رواقی‌مشرّب، به مثابه صدایی در میان جمعیت که شجاعانه اعلام می‌دارد امپراتور لباسی بر تن ندارد، نقش همیشگی‌اش را ایفا کرد. او در مصاحبه‌ای که سال‌ها بعد انجام

داد فلسفه شجاعت خود را چنین خلاصه کرد: «در درازمدت به توهم چسبیدن، بسیار خطرناک‌تر از روبه‌رو شدن با واقعیت است، آن‌سان که واقعاً هست. با وجود این واکنش‌های اندک به ایده‌های بوهوم در باب کلیت و لامکانی و ناتوانی او در اینکه چگونه باید در این زمینه به کار ادامه دهد سبب شد که توجه او به جهات دیگر جلب شود. در دهه ۱۹۶۰ او توانست نگاه نزدیک‌تری به مسأله نظم بیندازد.

علم کلاسیک معمولاً امور را به دو مقوله تقسیم می‌کند؛ آنها که در تنظیم اجرای خود نظم و ترتیب دارند و آنها که اجزایشان دارای نظم و ترتیب خاصی نیست و درهم‌اند. ذرات برف، رایانه‌ها و موجودات زنده همه نظم دارند، اما نقشی که دانه‌های ریخته قهوه روی زمین ایجاد می‌کند بقایای باقی‌مانده از یک انفجار و شماره‌هایی که از چرخش خودبه‌خودی صفحه رولت به دست می‌آید همه بی‌نظم‌اند. هر چه بوهوم عمیق‌تر در قضایا فرو رفت، بیشتر دریافت که نظم و ترتیب نیز درجات گوناگون دارد. بعضی چیزها بیشتر نظم دارند، بعضی‌ها کم‌تر، و این شاید بدان معنا بود که حد و غایتی برای مراتب نظم و ترتیب علم و طبیعت در کار نیست. از اینجا این مطلب به ذهن بوهوم خنطور کرد که شاید چیزهایی که به نظر ما نامنظم می‌آیند واقعاً نامنظم نباشند. شاید نظم آن‌ها از آن چنان «درجه بی‌نهایت بالایی» برخوردار باشد که فقط به چشم ما اتفاقی و تصادفی می‌آیند (شایان توجه است که ریاضیدانان قادر نیستند مسأله تصادف را طبقه‌بندی کنند، اما این‌ها بیشتر حکم حدس و گمان خوب بررسی شده را دارند).

با غوطه خوردن در این اندیشه‌ها، بوهوم یک روز در برنامه تلویزیونی بی‌بی‌سی چیزی دید که سبب شد، ایده‌هایش را بیش از پیش گسترش دهد. چیزی که بوهوم دید، بطری استوانه‌ای بود که استوانه چرخان بزرگی وسط آن تعبیه شده بود. فضای باریک میان استوانه و جدار بطری با گلیسیرین مایعی غلیظ و روشن، پر کرده بودند و در گلیسیرین یک قطره جوهر سیاه که بی‌حرکت مانده بود دیده می‌شد. چیزی که به نظر «بوهوم»، جالب آمد این بود که هرگاه دسته سیلندر را می‌چرخانند، قطره جوهر توی گلیسیرین پخش می‌شد و به نظر ناپدید می‌آمد، اما به مجرد اینکه دسته را به طرف دیگر، به طرف مخالف می‌چرخانند ردّ بی‌رنگ و محو جوهر آهسته روی خودش می‌نشست و دوباره به صورت قطره پدیدار می‌شد. «بوهوم»، می‌نویسد: «این پدیده بلافاصله، به‌سان چیزی بسیار مربوط به مسأله نظم، بر من اثر گذاشت؛ زیرا وقتی قطره جوهر در گلیسیرین پخش می‌شد هنوز واجد نظم پنهانی (یعنی ناآشکار) بود و زمانی آشکار می‌شد که قطره از نو در خود جمع شده بود. از سوی دیگر، به زبان عادی ما معمولاً می‌گوییم که جوهر، آنجا که داشت در گلیسیرین محو می‌شد فاقد نظم بود. این نظریه مرا بر آن داشت دریابم که در اینجا بی‌شک باید به عقاید تازه‌ای در باب نظم رسید.» این کشف جدید بوهوم را بسیار به هیجان آورد؛ زیرا راه جدیدی را برای نگرستن به بسیاری از مسائلی که مدنظر داشت به او نشان می‌داد. به زودی پس از قضیه جوهر در گلیسیرین، بوهوم به مثال حتی بهتری برای فهم مسأله نظم برخورد

کرد؛ چیزی که نه تنها او را قادر ساخت همه راه‌ها و روش‌های گوناگونی را که سال‌ها بدان‌ها اندیشیده بود گردهم آورد، بلکه همه این‌ها با چنان قدرت و نیروی توضیح‌دهنده‌ای همراه بود که انگار تنها برای اهداف او حاضر و آماده شده بود و آن مثال چیزی جز هولوگرام نبود. به مجرد اینکه بوهوم به تأمل و تعمق روی هولوگرام مشغول شد، دریافت که هولوگرام نیز راه جدیدی برای فهم مسأله نظم پیش پا می‌نهد. نظیر قطره جوهر در حالت پراکندگی‌اش، طرح‌های مداخلی که بر فیلم هولوگرافیک ضبط شده بود نیز به چشم بیننده نامنظم می‌آمد. هر دوی این‌ها حاوی نظمی بودند پنهان یا در خود پوشیده. بسیار به همان شیوه که مسأله نظم در یک پلازما از طریق رفتار ظاهراً تصادفی هر یک از الکترون‌ها در خود پوشانده می‌شد، اما هولوگرام فقط همین بصیرت را به ارمغان نیاورده بود. هر چه بوهوم بیشتر در این باب اندیشید، بیشتر متقاعد شد که جهان در عملکردهایش به واقع اصول هولوگرافیک را به کار می‌برد و خود نوعی هولوگرام غول‌آسای جاری است.

بیان ریاضی عالم

بدین نحو و انحای مشابه، پیشرفت علم به خودی خود نشان داد که برای توصیف طرز کار طبیعت، پرده مصوری که اشکال و صور آن مأنوس و قابل درک در افکار محدود ما است نمی‌تواند وجود داشته باشد. مطالعه فیزیک، ما را به طرز تفکر تحقیقی (پوزیتیویسم)

رسانیده است. ما هرگز نمی‌توانیم درک کنیم که حوادث چه هستند، بلکه باید به وصف شبکه ترتب حوادث به مدد ریاضیات اکتفا کنیم. مادام که بشر حواس دیگری غیر از آنچه فعلاً داراست در اختیار نداشته باشد هدف دیگری در این زمینه ممکن نیست. علمای فیزیک که در صدد فهم طبیعت هستند ممکن است در رشته‌های مختلف و با روش‌های گوناگون کار کنند؛ این یک می‌کند، آن یک می‌کارد و دیگری می‌درود. ولی سرانجام خرمن آن‌ها یک دسته فرمول ریاضی است. این فرمول‌ها هرگز نفس طبیعت را توصیف نمی‌نمایند، فقط ملاحظات ما را درباره طبیعت بیان می‌کنند. مطالعات ما هیچ‌گاه نمی‌تواند ما را به حقیقت واصل کند. ما هرگز نمی‌توانیم به ورای آثاری که واقعیت خارج در ذهن ما نقش می‌بندد نفوذ کنیم. هر چند ما هیچ‌گاه قادر نیستیم پرده مصوری از طبیعت ترسیم کنیم که هم مطابق واقع و هم قابل فهم ما باشد با وجود این می‌توانیم قسمت‌هایی از وجوه حقیقت را به وسیله علایم و تصاویر یا امثله قابل فهم کنیم. ولی از آنجا که مجموعه حقیقت قابل توصیف بسان عقل ما نیست نقصان هر گونه مثال یا هر دستگاه علایم و تصاویر و یا به عبارت دیگر هر پرده مصوری از طبیعت بالضروره درجاتی آشکار خواهد شد. دانشمندان نسل قبل علی‌الدوام امثله و تصویرانی درباره طبیعت بیان می‌کردند و در عین حال به اشتباه این امثله و تصاویر را که نیم حقیقتی بیش نبود به مثابه حقیقت تام پنداشتند. ایشان نمی‌دیدند که تمام جزئیات عینی تصویری که برای طبیعت انتخاب کرده‌اند -

مانند اثر ناقل نور و نیروهای مغناطیسی و الکتریکی و احتمالاً اتم‌ها و الکترون‌ها - فقط لباس‌هایی است که خود بر علایم ریاضی پوشانیده‌اند و این جامه‌ها به عالم حقیقت متعلق نیست، بلکه مربوط به علایمی است که بدان وسیله خواسته‌اند عالم حقیقت را قابل درک کنند. مثلاً وقتی ملاحظات علمی نشان داد که نور از نوع امواج است عادت بر این جاری شد که نور را مانند موج اثیر سخت و همگنی که تمامی فضا را پر کرده باشد توصیف کنند. تنها مطلب مسلم در این توصیف «موج» است و حتی این کلمه باید کاملاً به معنای بسیار محدود ریاضی آن پذیرفته شود. تمام مطالب دیگر این توصیف جزئیات تصویری است که برای کمک به ذهن محدود ما وارد شده است. «کرنکره» درباره حساب گفته است خدا اعداد صحیح را آفرید و بشر بقیه حساب را. در همین زمینه شاید بتوان گفت که در فیزیک خدا ریاضیات ساخت و بشر بقیه را. کوتاه سخن آنکه فیزیک درصدد کشف شبکه ترتب حوادث، یعنی انتظام خاصی است که ارتباط رویدادها به موجب آنست. اما هرگز نمی‌توانیم بفهمیم که معنی این انتظام چیست و چگونه پیدا شده است و حتی اگر یک مغز فوق بشری می‌توانست آن را توصیف کند بیان وی برای ما غیر قابل درک می‌بود. مطالعات ما هیچ‌گاه ما را در تماس با حقیقت خارج قرار نمی‌دهد و معنی و طبیعت واقعی آن باید برای همیشه برای ما پنهان بماند.

معرفت قبلی

بحث درباره اینکه آیا معرفت قبلی حقیقی وجود دارد چندان ارتباطی بما ندارد. مسأله اصلی از نظر بحث فعلی ما این نیست که آیا چنین معرفتی موجود است یا نه، بلکه این مسأله بسیار ساده‌تر است که به فرض وجود، آیا اهمیتی دارد. بدون اینکه احتیاج به مطالب خیلی عالمانه و پیچیده‌ای باشد به اتکاء مثل مشهور انگلیسی که «امتحان شیرینی بخوردن است»، در ظاهر ممکن است به این پرسش پاسخ منفی داد. بدیهی است در این جریان ما باید خودمان هم قاضی باشیم هم هیأت منصفه؛ زیرا محال عقل است کسی که ادعای مصونیت از خطا نمی‌کند، بتواند به کسی که چنین ادعایی دارد ثابت کند که خطا کرده است. اما اگر من نتوانم به آشپز خود بقبولانم که شیرینی‌هایش بد است به هر حال می‌توانم به خدمتش خاتمه دهم.

دلیل اصلی موجب مخالفت با اعتقاد به معرفت قبلی ادعایی، این است که در اغلب موارد پیشرفت‌های بعدی علم، خطای معرفت قبلی را ثابت کرده است. به عنوان مثال این نوع معرفت که ادعا می‌شد حقیقت آن به بداهت «قبلی» آن است چند مورد را یادآور می‌شویم:

۱ - یک چیز نمی‌تواند در آن واحد باشد و نباشد.

۲ - عدم، نمی‌تواند علت فاعلی چیزی باشد.

۳ - آزادی اراده ما بدیهی است.

۴ - هر چه روی می‌دهد قبلاً به وسیله علل مطابق نوامیس ثابت

معین و مقدر است.

دکارت سه حکم اول را ذکر می‌کند و سومی را به عنوان «حقیقتی که باید اولین و معروف‌ترین رای‌ی که از روز تولد داشته‌ایم محسوب شود» وصف می‌کند و حال آنکه در هر زبان عاقلانه‌ای این معنی به بداهت عقل متناقض با حکم چهارم است که از کانت نقل شده است. پس معرفت قبلی به سبب تناقض احکامش قبل از مراجعه، به شهادت علم خود را بی‌اعتبار می‌کند. از تجزیه و تحلیل تفصیلی این احکام چیزی به دست نخواهد آمد، اما یک تبصره کلی به نظر می‌رسد. یقین است که اصولاً احتمال صدق کامل این احکام یا احکام مشابه بدون توصیف دقیق‌تر در زبان خام عرفی بسیار کم است؛ زیرا کلماتی امثال چیز - علت - آزادی - و «تعین قبلی» تا تعریف نشده باشند معنی مشخصی ندارند. اگر ما در تعریف این کلمات آزاد باشیم محتملاً خواهیم توانست به معنایی همه آن‌ها را درست و به معنای دیگری همه آن‌ها را نادرست بدانیم یا ممکن است مواردی پیدا کنیم که در آن همه غلط باشند. بدین نحو موضوع بحث این نیست که آیا این احکام حقیقت مطلقند یا نه، بلکه مسأله مورد بحث این است که حدود و شرایط صدق هر کدام چیست. اگر این احکام به عدد همین الفاظ جامد زبان عرفی بیان شود، هر یک از آن‌ها موجب ورود در مباحثی است که فلاسفه قرن‌های متمادی در آن باره پرچانگی کرده‌اند. بعضی احکام دیگر که «قبلی» ادعا شده است از نوع علمی هستند و برای بحث فعلی ما مفیدترند. مثلاً دو حکم قبلی زیر از دکارت نقل می‌شود:

- ۱ - حاصل جمع سه زاویه مثلث ۱۸۰ درجه است.
 - ۲ - قابلیت تقسیم در نهاد جوهر یا هر شیئی ذی‌بعد وجود دارد و این سه حکم قبلی دیگر از کانت:
 - ۳ - فضا سه بعد دارد.
 - ۴ - از دو نقطه فقط یک خط مستقیم می‌گذرد.
 - ۵ - در تغییرات عوارض و حوادث (رویدادها) جوهر باقی و ثابت است و مقدار جوهر در طبیعت نه افزوده و نه کاسته می‌شود.
- به عقیده کانت احکام (۳) و (۴) اصولی هستند که «به صورت کاملاً قبلی» در ذهن تولید شده‌اند و درباره حکم (۵) می‌گوید: شایسته است که در سرلوحه قوانین مطلق و کاملاً قبلی طبیعت قرار گیرد.
- وقتی بخواهیم به نور علم جدید درباره این احکام بحث کنیم باید درباره کلماتی که به کار رفته است تعریف دقیقی داشته باشیم؛ مثلاً احکام (۱) و (۴) که احکام هندسی هستند در فضایی که عدد اصل موضوع اقلیدس تعریف می‌شود، فضای اقلیدسی درست هستند، اما در فضای منحنی که بنابر نظرات علمی کنونی سیارات در آن حرکت می‌کنند صادق نیستند. آیا در آن زمان دکارت و کانت این احکام را مربوط به فضای اقلیدسی می‌دانستند یا برای فضای منحنی که حقیقی‌تر است؟ جواب این است که تقریباً محقق است که ایشان فضای اقلیدسی را در نظر داشته‌اند؛ زیرا در زمان دکارت، فضای نوع دیگر در نظر نبود. در زمان کانت فضاهای دیگر ممکن است منظور بوده باشد، اما کانت معتقد بود که هندسه اقلیدسی به معنایی «درست»

است که سایر هندسه‌ها با آن معنا درست نیست هر چند معترف بود که اثبات این امر بر نخواهد آمد. زیرا اصول موضوعه اقلیدسی را می‌توان نفی کرد بدون اینکه نتیجه این امر در هندسه هیچ‌گونه تناقض یا تباینی ایجاد کند. بدین نحو ما اکنون می‌بینیم - هر چند دکارت و کانت در آن زمان نمی‌دیدند - که معرفت قبلی ادعایی ایشان نمی‌تواند داعیه تطبیق با فضای واقعی عالم خارج را داشته باشد و فقط در فضای مخصوص خودشان صادق است و تا حدودی که ایشان تصور کرده باشند معرفت قبلی آن‌ها قابل تطبیق با عالم واقع است خطای نظر آن‌ها بیش از اصابت آن بوده است.

توجه: سابقاً گفتیم که غرض از قبلی این است که حکم بدون اتکا به حس و تجربه محسوس در ذهن بوده است.

حکم (۳) کانت - فضا سه بعد دارد - در طبقه دیگری است چگونه در این باره ادعای معرفت قبلی کرده است درست روشن نیست؛ چون هر ریاضی‌دان می‌داند که ممکن است فضای یک یا دو یا چهار بعدی تصور نمود و بحث آن‌ها به عنوان یک تمرین نظری به همان سادگی بحث در فضای سه بعدی است. بنابراین اگر نوزادی بدانند فضای جهان خارج سه بعد است این امر باید ناشی از این باشد که نوزاد به دنیای خارج دزدیده نگاه کرده است یا به نحو دیگری از آن اطلاع حاصل نموده است. به هر حال معرفت وی تجربی است نه قبلی. دو حکم باقیمانده که بیشتر جنبه فیزیکی دارند نیز در همین زمینه است در حکم (۲) دکارت می‌گوید قابلیت تقسیم یک خاصیت جوهر یا شیء

ذی بعد است، اما نمی‌گوید غرضش از جوهر یا شیء چیست. واضح است که قابلیت تقسیم خاصیت یک فیل یا یک شن‌باد (گردباد) است و خاصیت یک فوتون یا یک الکترون نیست، ولی دکارت برای شیء تعریفی نمی‌دهد که جامع قبل و مانع الکترون باشد. در حکم (۵) کانت می‌گوید جوهر دائم و باقی است، اما جوهر را تعریف نمی‌کند. با وجود این کانت متذکر است که این حکم در حقیقت یک حمل «حمل اولی ذاتی که مقابل حمل شایع ضاعی یعنی حمل معمولی در صنعت منطبق است» حکمی است که در آن موضوع و محمول یکی است و مطلب تازه‌ای یاد نمی‌دهد، چنانکه گوییم و سنگ سنگ است؛ است که در ظاهر چنین نتیجه می‌دهد که جوهر را نیز به چیزی که دائم و باقی است تعریف خواهد کرد.

در این حالت حکم حمل «هوهو» به ما توضیح می‌دهد که این کلمات را کانت چگونه به کار برده است، اما هیچ چیز درباره عالم خارج به ما نمی‌آموزد. از زمان کانت به بعد دانشمندان فیزیک کشف کردند که الکترون (جوهر) یا سایر اجزای مادی ممکن است تبدیل به تشعشع غیر جوهری شوند یا بر عکس تشعشعات تبدیل به الکترون یا سایر اجزای ماده گردد. حتی اگر این رویدادها ملاحظه نشده بود امروز می‌دانیم که اصولاً جوهر دوامی ندارد؛ زیرا که جوهر فقط یک مخزن انرژی است بیش از یک بطری آبجو دوام و بقایی ندارد هر چند واضح است که در شرایط طبیعی موجود روی سیاره مخصوص ما یعنی زمین ممکن است ماده به تقریب زیاد دائم و باقی تلقی شود.

فضا و زمان

کلمات فضا و زمان در علم امروز معانی متعددی است. چهار معنای مشخص برای هر یک از آن‌ها ممکن است تشخیص داد. معانی فضا اجمالاً به شرح زیر است:

فضای معقول: این فضا در اصل فضای هندسه مجرد است. این فضا وجودی و تَخْصُلی از هیچ نوع جز در ذهن کسی که با فکر آن را خلق کرده است ندارد و ممکن است به دلخواه متفکر اقلیدسی یا غیر اقلیدسی سه بعدی یا چندی بُعدی باشد و آنگاه که متفکر در آن باره فکر نکند این فضا نابود می‌شود مگر اینکه به وسیله کتب هندسی ابدی شود.

تذکر: همان‌طور که قبلاً گفته شد حکماً گفته‌اند: به آنچه فکر کردی همانی. پس نتیجه می‌شود برای خواسته‌های مادی هنگامی که فکر می‌کنیم در فضا و مکان هستند و اگر آن را فراموش کنیم در ذهن محو می‌شوند و از بین می‌روند.

«فضای مدرک یا فضای مشهود»: اینگونه فضا اصولاً در ذهن کسی است که محسوس را درک یا اندازه‌گیری می‌کند. مثلاً وقتی چیزی را حس می‌کنیم حس لامسه شکل و اندازه آن را در ذهن ایهام می‌کند یا وقتی مجموعه‌اشیایی را می‌بینیم حس باصره وضع نسبی آن‌ها را تلقین می‌کند. ملاحظه می‌شود که ما می‌توانیم این ایهام‌ها و تلقین‌های حواس و نظایر آن را به وسیله تصور وقوع و آزمایش اشیا در یک مجموعه منتظم سه‌سو سازگار سازیم. این مجموعه منتظم

سه‌سو، فضا نامیم. این فضای مدرک وسیله‌کسی که در حین درک محسوسات است برای خود وی ساخته می‌شود و به محض قطع رشته مدرکات حسی او نابود می‌گردد. برای کسی که یک چشم دارد یا در موردی که شیئی به قدری دور است که دو چشم نمی‌تواند تصور فاصله ایجاد کند فضای مدرک دو سو است (دست کم تا حدودی که حس غیر از باصره دخیل نباشد)؛ چنانکه قدما ستارگان را روی سطح دو بعدی کره تصور می‌کردند. به محض اینکه اشیا نزدیک به وسیله شخص سالمی دیده شد و هر دو چشم بکار رفت یا اگر اشیا بی‌وَره یا یکدیگر حرکت کردند یا اگر حواس دیگری غیر از حس بصری به کار رفت سوی سوم فضای مدرک فوری به وجود می‌آید.

فضای فیزیک

فضای علوم، فیزیک و هیأت است. فضای معقول و فضای مشهود هر دو موجود به وجود ذهنی هستند؛ منتها اولی در ذهن متفکر و دومی در ذهن شاهد یا دریا بنده محسوسات وجود دارد، اما علوم طبیعی نشان می‌دهد که اگر برای تمام اشخاص و اشیا و حرکات، ظرف واحدی فرض شود این ظرف واحد که همان فضای فیزیک است با شبکه ترتب حوادث عالم خارج سازگار است، بلکه می‌توان شبکه ترتب حوادث را به عدد این فرض توجیه کرد. البته این فرض فضای واحد برای تمام اشخاص کاملاً صحیح نیست؛ زیرا با فرضیه نسبی انیشتین سازگار نیست، اما قطع نظر از ظرافتکاری می‌توان گفت که

این فضای عمومی همان فضای فیزیک است.

«فضای مطلق»: این فضا نوع خاصی از فضای فیزیک است که نیوتن برای مبنای دستگاه مکانیک خود معمول ساخت و از زمان نیوتن تا زمان انیشتین در علم به کار می‌رفت. وقتی می‌گوییم، ترنی (قطاری) ۱۰ میل به ایستگاه نزدیک شده است فرض این است که مسافتی معادل ۱۰ میل روی خط آهن که به سمت آن ایستگاه می‌دود حرکت کرده و مثلاً از علامت کیلومتری ۱۰۵ به ۹۵ رسیده است. در همین فاصله زمان گردش روزانه زمین در حول محورش ممکن است خط آهن را ۱۰۰ میل به سمت مشرق برده باشد و شاید به سبب حرکت انتقالی زمین ۱۰ هزار میل دور خورشید حرکت کرده باشد و حال آنکه خورشید ضمن حرکت خود ممکن است آن را ۱۰۰ هزار میل به نزدیک‌ترین ستاره نزدیک و یک میلیون میل از کهکشان بعید دور ساخته باشد.

تمام این حرکات به یکسان واقعی و درستند، اما تمام این حرکات فقط نسبت به جسم متحرک دیگری می‌باشند. این سلسله حرکات نسبی، ممکن است لایتناهی ادامه یابد، ولی به گمان نیوتن این رشته نهایی دارد.

وی تصور می‌کرد که دورترین قسمت عالم وسیله اجرام زیادی اشغال شده است که ممکن است نقاط مقایسه ثابتی به دست دهد که حرکت نسبت به آن‌ها سنجیده شود و حال آنکه خود آن‌ها در سکون مطلق هستند؛ هر چند خود نیوتن در این باب اضافه می‌کند «ممکن

است که در آنجا هیچ جسمی در سکون مطلق نباشد که بتوان مکان و حرکات دیگر اشیا را نسبت به آن سنجید. بعداً فرض کردند که فضا از سیالی به نام اتر یا اتر که در سکون مطلق است ممثلی (مثالی) است تا اینکه نظریه نسبیت فرض وجود اتر را رد کرد. با قبول این فرض که ساکن مطلق وجود دارد نیوتن فضایی را که در آن اندازه‌گیری‌های نسبت به آن ساکن مطلق انجام شود «فضای مطلق» نامید. این فضا به عقیده وی «طبعاً و بدون التفات به هیچ امر خارج همیشه یکسان و ساکن است». نیوتن این فضا را در مقابل فضای مشهود یا مدرک قرار داد و فضای مشهود را فضای نسبی نامید؛ زیرا به قول وی فضای مشهود «قسمت قابل انتقالی از بعد یا اندازه فضای مطلق است که حواس ما تعیین می‌کند. درست به همین نحو می‌توان چهار معنای مختلف برای زمان قائل شد: زمان معقول، زمان مشهود، زمان فیزیک و زمان مطلق.

زمان معقول: زمانی است که در دینامیک نظری یا هر جستجوی نظری دیگر برای مطالعه حرکات به کار می‌رود. زمان معقول مانند فضای معقول فقط در ذهن کسی است که اندیشه آن را دارد. زمان معقول معمولاً یک بعدی است، اما همیشه چنین نیست. مثلاً در نظریاتی که دیراک مطالعه کرده است دریافته است که اگر زمان را به وسیله q عدد اندازه‌گیری کنیم آسان‌تر است. معنی این امر این است که ابعاد زمان منوط به فرض ماست و می‌توانیم برای آن هر چند بُعد که بخواهیم فرض کنیم.

زمان مدرک یا زمان مشهود: حفظ یا ضبط گذشت زمان در خاطر هر صاحب ادراکی است. پس این نوع زمان ناشی از آگاهی فرد خاصی است و به محض اینکه آن فرد از خود بی خود شود این نوع زمان دیگر وجود ندارد. تجربه نشان می‌دهد که افعال ادراکی هر کس یکی پس از دیگری می‌آید و می‌توان چنین تعبیر نمود که رشتهٔ مدرکات انسان روی یک خط قرار دارد. بدین بیان زمان مشهود یا مدرک یک بعدی است.

زمان فیزیک: زمان جهان متغیر فیزیک و هیأت (نجوم) است. زمان فیزیک مانند فضای فیزیک بر خلاف زمان معقول و زمان مشهود که متعلق به فرد است برای همه یکسان است. در این جا نیز قطع نظر از نازک‌کاری‌های نظریه انیشتین بنا بر علوم امروز می‌توان گفت که شبکهٔ ترتب حوادث این جهان با این فرض که همهٔ حوادث را می‌توان به یک طریق منحصر به فرد در یک توالی یک بعدی قرار داد سازگار است و وضع حادثه روی این توالی یک بعدی زمان آن را معین می‌کند. این فرض به خودی خود طرز اندازه‌گیری زمان را تعیین نمی‌کند، بلکه در همین فرض روش‌های اندازه‌گیری زمان بی‌نهایت است به قسمی که برای طرز عملی اندازه‌گیری زمان باید قرار ثابتی گذاشته شود. در این زمینه قرار این است که یکی از حرکات که به طور منظم تکرار می‌شود - مانند حرکات زمین روی مدارش - به مثابهٔ ساعتی تلقی شود و هر یک از ادوار این سلسلهٔ حرکت که در این مورد یکسان است به عنوان واحد زمان محسوب شود. ولی از آنجا که این

واحد برای بیشتر نیازمندی‌های زندگی بیش از اندازه بزرگ است حرکات منظم مکرر دیگری مانند نوسان آونگ و ارتعاش یک بلور باید یافت که در یکسال چندین هزار مرتبه تکرار شود تا واحد زمان مناسب برای زندگی عادی و تجسس‌های علمی که با زمان سروکار دارد بدست آید.

زمان مطلق: مماثل فضای مطلق است؛ چنانکه ذکر شد ممکن است ساعتی فرض شود که برای تمام نقاط فضا از منتهی مطلق بدهد، اما مسأله همزمان ساختن ساعت‌هایی که در نقاط مختلف فضا هستند، مسأله جداگانه‌ای است که بعداً دربارهٔ آن بحث خواهد شد. اگر سرعت مسیر نور بی‌نهایت بود مسأله همزمان ساختن ساعت‌هایی که از یکدیگر فاصلهٔ زیادی دارند به همان سادگی مطابق کردن ساعت مچی ما با ساعت بزرگ شهرمان بود. نیوتن بدون توجه به این امر که سرعت نور متناهی است فرض کرد که همزمان ساختن ساعت‌هایی که در فواصل دورند، میسر است؛ بنابراین معتقد بود که یک زمان جهانی «بدون نظر به هیچ امر خارج یکسان و یکنواخت در سراسر جهان» جاری است، اینگونه زمان را زمان مطلق می‌نامیم.

توجه: نظر ارسطو چنین است؛ اگر چند کتاب داشته باشیم، کتاب‌ها مکان است و تعداد کتاب زمان. پس مکان و زمان از هم جدا نیست. همچنین ملاصدرا زمان را اندازه طبیعت می‌داند؛ زیرا ترتیب دارد. برای مثال درخت اول میوه نمی‌دهد و دوم شکوفه کند، بلکه به ترتیب، برگ می‌کند، شکوفه می‌زند و میوه می‌دهد.

فضا و زمان چیستند

درک معنای فضا و زمان معقول و مشهود (یا مدرک) دشوار نیست؛ زیرا هر چهار^۱ آن‌ها مخلوق ذهن ما هستند. بدین معنی که این امور در روان خود آگاه فرد وجود دارند؛ به عبارت دیگر موجود به وجود ذهن هستند و هرگاه نور خود آگاهی فرد خاموش شود دیگر وجود ندارد، ولی درباره معنای حقیقی فضا و زمان فیزیک آرای گوناگون بوده است. معمولاً علما درباره طبیعت، نظر رئالیست داشته‌اند بدین معنی که فرض کرده‌اند مُدرکات ما ناشی از اشیای حقیقی - مانند ستاره و اتم و آجر و غیره - است که مستقل از ذهن ما در عالم خارج وجود دارند. اگر آذهان ما مُدرکاتی ایجاد کنند؛ بنابراین نظر واقعیت‌گرایان و فضا هم طراز و در عرض واقعیت چیزهای مادی است بدین معنی که هر دو آن‌ها قبل از پیدایش قوه دُرّا که آدمی بوده‌اند و پس از نابودی همه اندیشندگان نیز خواهند بود. اما فلسفه خاطر نشان ساخته است که نظرات دیگری نیز ممکن است. ما هیچ معرفی جز شناخت خود نداریم، آنچه در ذهن ماست می‌دانیم، اما آنچه را در خارج است فقط حدس می‌زنیم و حدس ما ممکن است خطا باشد. ایده‌آلیست‌ها یا اصالت‌تصورها فرض می‌کنند که خارج از آذهان چیزی که وجود مستقل بدانگونه که رئالیست‌ها پنداشته‌اند وجود داشته باشد نیست. خوآگاهی، حقیقت اصلی جهان است و اشیای حقیقی مفروض رئالیست‌ها که به گمان ایشان موجب ادراکات ماست

۱. این چهار تعریف وصف انواع زمان است.

یا مخلوق نفس خودمان و یا مخلوق نفوس دیگر است در این صورت البته دلیلی ندارد فضا و زمان را حقیقی‌تر و اصیل‌تر از چیزهایی بدانیم که درون آن دو فرض می‌شوند. در نتیجه فضا و زمان معقول و همچنین فضا و زمان مشهود مانند واقعیت محتوی آن‌هاست و حال آنکه فضا و زمان فیزیک از تعمیم ذهنی این حقایق حاصل شده است. این عقیده درست مقابل عقیده رئالیست‌هاست که معتقدند فضا و زمان فیزیک حقیقت عینی خارجی است و حال آنکه فضا و زمان معقول همچنان که فضا و زمان مشهود انعکاس و انتزاعی از این حقایق هستند. در متفکران دوران اخیر اولین کسی که درباره طبیعت فضا و زمان بحث کرد نیکلا از اهالی شهر کوزا بود. وی معتقد بود که فضا و زمان موجود به وجود ذهنی است، و به این سبب در سلسله مراتب وجود از نفس قوه متفکره که خالق آن‌هاست پایین‌تر است. در مقابل این نتیجه که فقط جنبه فلسفی دارد «جیور دانو پرونو» ایتالیایی جنبه نجومی فضا و زمان را مورد بحث قرار داد و اعلام داشت که کلمات بالا و پایین و ساکن و متحرک در جهانی که در آن آفتاب‌ها و ستارگان همیشه در گردش هستند و مرکز ثابتی نمی‌شناسند بی‌معناست. پس تمام حرکات نسبی هستند. چنانکه بعدها انیشتین مردم را به این امر معتقد ساخت و زمان و فضای مطلق، خیالی بیش نیست. لایب نیتس عقاید مشابهی داشت و معتقد بود که فضا و زمان به خودی خود وجود ندارد، بلکه فقط نسبت به اشیا موجودند و بدین معنی که فضا فقط انتظام اشیای همزمان یا

آرایش چیزهای کنونی است و حال آنکه زمان انتظام چیزهایی است که پی‌درپی می‌رسند. تمام این متفکران فضا و زمان را منحصر به فضا و زمان معقول و مشهود دانسته‌اند و فضا و زمان فیزیک به عقیده آن‌ها وجود خارجی ندارد، اما فضا و زمان مطلق برای آن‌ها اصلاً مطرح نبوده است. در مقابل این دسته اسحق نیوتن فرض کرده است که فضا و زمان تنها منوط و وابسته به خودآگاهی نیستند، بلکه به خودی خود وجود دارند. وی فرض می‌کرد که اندازه‌گیری مطلق فضا و زمان لاقلاً اصولاً ممکن است.

بحث کانت درباره فضا و زمان

کانت بحث درباره فضا و زمان را با این پرسش آغاز می‌کند که فضا و زمان چه هستند؟ آیا موجودات عینی هستند یا فقط نسبت بین اشیاء‌اند؟ در این حالت آیا این نسبت معلول دخالت نفس درک‌کننده نیست؟ کانت بین چهار نوع فضا و زمانی که ما تشخیص داده‌ایم فرقی نمی‌گذارد و همه آن‌ها را همان فضا و زمان مشهود یا مُدرک می‌داند. وی به طور کلی معتقد بود که فضا به خودی خود وجود ندارد، بلکه فضا ظرف یا چهارچوبی برای آرایش و انتظام اشیا است که وسیله ذهن انسان فراهم می‌شود به قسمی که فقط از نقطه نظر انسانی می‌توان از فضا و ابعاد اشیا و مانند آن گفتگو کرد. به عبارت خود کانت «فضا مفهومی نیست که از تجربه عالم خارج نتیجه شده باشد، بلکه یک تصور ضروری قبلی است که در بنیان تمام مدرکات

عالم خارج به کار می‌رود. به همین قیاس زمان یک مفهوم تجربی نیست و به خودی خود وجود ندارد، بلکه در مقابل فضا که برای متصور ساختن مُدرکات عالم خارج به کار می‌رود. زمان برای متصور ساختن مُدرکات درونی مانند درک خودمان و حالات درونیمان به کار می‌رود. کانت در اولین بحث «تعارض احکام» سعی کرده است از این نظر دفاع کند. در اصطلاح فلسفه کانت غرض از تعارض احکام یا آنتی نومی یک زوج حکمی است که بیش و کم متناقض باشد به قسمی که نفی یکی از آن‌ها ظاهر موجب اثبات حکم دیگر است. به گفته خود کانت ما این تعارض احکام را آغاز می‌کنیم، اما نه به منظور اثبات یکی از آن دو بلکه برای پی بردن با اینکه آیا موضوع منازعه خیالی بیش نیست که هر کس بیهوده در صدد وصول آن است و حال آنکه حتی پس از وصول آن هیچ طرف برنده نخواهد شد. «اگر جنگ‌آوران بیش از آنکه مجروح شوند فرسوده گردیدند به ناچیزی ما به النزاع پی برده یاران موافقی خواهند شد». بعد در هر مورد یک رشته افکار جدید که موجب صلح مبارزان است به عنوان راه‌حل «تعارض احکام» توصیف و پیشنهاد شده است. البته اینگونه راه‌حل ممکن است درست یا نادرست باشد و حقیقت و صحت آن فقط وقتی محرز است که بتوان نشان داد که این طریق تنها راه رفع «تعارض احکام» است، نه راه دیگر. این مطلبی است که کانت به آن توجه نکرده است. اولین «تعارض احکام» کانت به طور اجمال این است که قبول هر یک از دو حکم زیر ممتنع است: الف - جهان ازلی نیست و بیکران نیست، ب -

جهان ازلی است و بیکران است.

ادله‌ای که کانت برای رد هر یک از دو مشق مذکور آورده است برای متفکران علوم جدید به هیچ روی قانع‌کننده نیست. البته هیچ دلیلی ندارد که فضای لایتناهی و زمان لایتناهی را به نحوی که کانت خواسته است لازم و ملزوم یکدیگر بدانیم. دانشمندان ریاضی خواص عوالمی را که در آن فضا و زمان لایتناهی است مطالعه کرده‌اند و تا به حال در این مفهوم هیچ خلل منطقی دیده نشده است. به هر حال بحث جداگانه زمان و فضا بسیار ساده است. برای رد حکم، (ب) کانت می‌گوید هر مقداری باید ترکیب یک توالی آحاد مجزی محسوب شود؛ مثلاً یک میل باید طولی مساوی ۱۷۶۰ یارد که منتهای هر یک از آن‌ها یارد بعدی باشد منظور گردد. بنابراین اگر مقدار لایتناهی باشد این ترکیب هرگز تمام نخواهد بود. به عقیده وی تعریف حقیقی بی‌نهایت همین است. یقیناً چنین نتیجه می‌شود که یک سلسله ازلی حالات تا زمان معینی (زمان حاضر) ممکن نیست خاتمه یابد؛ بنابراین جهان باید آغازی داشته باشد. در این استدلال کلمات «هرگز تمام نخواهد بود»، به بدهات عقل مبهم است. ما می‌خواهیم بدانیم چه کس یا چه چیز هرگز نمی‌تواند آن را تمام کند و چرا باید این ترکیب را تمام کند و آیا می‌خواهد این ترکیب را در عالم ذهن تمام کند یا در نوعی حقیقت عینی خارجی مادام که این مطلب بر ما روشن نشود، این برهان فقط مجموعه کلمات بی‌معنایی است. قطع نظر از این نقص، از آنجا که یک مقدار ممکن است از نظر دیگری جز

مجموعه‌ای از آحاد متعاقب دیده شود برهان کانت مخدوش است. آیا باید وقتی یک میل را تصور می‌کنیم همیشه آن را مجموعه ۱۷۶۰ یارد تصور کنیم؟ این ترکیب چه رجحانی بر مجموعه هشت فرلانگ دارد و اصلاً چرا یک میل را از حیث وحدت یک میل ملحوظ نداریم؟ به محض اینکه طریقه اخیر را ممکن بدانیم استدلال کانت بی‌نتیجه است؛ زیرا فقط باید واحدی که انتخاب می‌کنیم بر حسب طول فضا و زمانی که باید اندازه‌گیری شود به همین روال افزوده شود. اگر چه زندگانی محدود ما برای تصور ازلیت به عنوان مجموعه ساعات یا سال‌های متعاقب کوتاه است باز می‌توانیم ازلیت را از حیث وحدت آن در نظر گرفته و آن را فقط یک ازلیت تصور کنیم.

برای رد حکم (الف) که طرف دیگر این تنازع احکام است کانت استدلال می‌کند که اگر جهان مبدایی در زمان داشته باشد باید زمانی باشد که در آن زمان جهان بوده باشد، اما برای اینکه در زمان خالی از موجودات امری پدید آید هیچ علتی نمی‌تواند وجود داشته باشد؛ زیرا «هیچ جزئی از این زمان مُرَجَّحی برای حدوث نسبت به عدم حدوث ندارد. پس جهان مبدأ زمانی نمی‌تواند داشته باشد. دلیل ردی که کانت می‌آورد ناشی از این امر است که قبل از پیدایش جهان نیز زمان را موجود فرض می‌کند. حال اینکه نظر فلسفی این نیست. مثلاً افلاطون می‌گوید زمان و آسمان‌ها با هم به وجود آمده‌اند. اوگوستین می‌نویسد: «خدا جهان را در زمان ساخت، بلکه با زمان ساخت». خود کانت نیز معتقد است که زمان به خودی خود موجود نیست، بلکه

صورت حالت درونی ما یعنی صورت ادراک خود ما و حالت ماست. اما اگر زمان در ماست و ما در جهانیم پس زمان باید در جهان باشد و از آنجا استدلال درباره این فرض که جهان در زمان قرار دارد باطل است.

کانت پس از اینکه ادله‌ای در همین زمینه برای فضا اقامه می‌کند این طریق را پیشنهاد می‌کند که فضا و زمان وجود عینی خارجی نباشد، بلکه فقط صور ادراک انسانی باشند. در این فرض چون فضا و زمان فقط مخلوق فکر انسانند اگر بخواهیم می‌توانیم هر یک از دو شق (الف و ب) مذکور را بر حسب اقتضا تصور نماییم. دو طرف این تعارض احکام در این صورت معارض یکدیگر نیست. چنانکه استعمال تصویر مرکاتور یا تصویر استره او گرافیک در تهیه نقشه کره زمین معارض یکدیگر نیست و می‌توان هر یک از آن‌ها را که بیشتر مفید مقصودمان باشد برگزینیم. ولی به فرض اینکه ادله کانت صحیح می‌بود الزامی به انتخاب راه حل پیشنهادی وی برای تعارض احکام نبود؛ زیرا کانت حتی در صدد اثبات انحصار طریق حل این شکل به همان راه پیشنهادی خود بر نیامده است. نظر به ارتباط با شرب کانت درباره فضا و زمان ذکر سه ملاحظه کلی راجع به فضا و زمان بی‌مناسب نیست.

بیان کانت درباره صور ادراک و فهم

علاوه بر صور ادراک - یعنی فضا و زمان که بحث آن گذشت - کانت

برای قوه فهم دوازده کاته‌گوری (قالب)، قائل شده است که این دوازده مقوله صور قوه فهمند و ورود در جزئیات این مقولات ضرورتی ندارد؛ زیرا یازده مقوله از این دوازده مقوله شاید به لحاظ منطقی قابل توجه باشد یا نباشد. به هر حال به لحاظ علمی هیچ فایده‌ای ندارد و فقط یک مقوله ارتباطی با علم دارد و آن مقوله علت و معلول است. به عقیده کانت ذهن ما طوری ساخته شده است که ما توالی حوادث را به صورت رابطه علت و معلول می‌بینیم. در سایر دستگاه‌های فلسفی مقولات وضع دیگری دارند. مثلاً ارسطو مقولات را صور ساختمان عالم می‌داند نه صور ساختمان فکر. به عقیده هگل مقولات صور فکر در عقل مطلق هستند و حال آنکه الکساندر در این باره به عقیده ارسطو بازگشته است. تا به حال نتایج فلسفی محصول اندیشه مغزهایی است که همگی از یک نوع یعنی از نوع مغز بشری بوده و همه آن‌ها شاهد مدرکات خود از همین عالم خارج که یکی و همان است بوده‌اند، و تا زمانی که فقط یک نوع فکر شاهد و ناظر جهان خارج باشد بدیهی است که وسیله‌ای برای تشخیص اینکه صور ادراک و صور فهم کانت ناشی از ساختمان جهانند یا معلول ساختمان فکر درک‌کننده جهان موجود نیست. اما در شرح درباره به عوالم سه‌گانه علم جدید دیدیم که چگونه دانش امروز درهای دنیای تازه را بر ما گشود. جهان دانش امروز را می‌توان تقریباً به سه ناحیه نسبتاً مشخص تقسیم کرد؛ در وسط، عالم به مقیاس بشری قرار دارد که یک سمت آن جهان بسیار کوچک اتم و سمت دیگر آن جهان بسیار بزرگ

معلول است

نجوم و سایر چیزهاست. قوانینی که در هر سه قسمت حکمفرماست یکسان است، منتها در هر قسمت وجهه خاصی از آن قوانین به حدی غلبه دارد که گویی وجوه دیگر آن قوانین منشأ اثر نیست. به قسمی که می‌توان هر یک از آن سه قسمت را جهان جداگانه با قوانین خاص به خود پنداشت، اما از آنجا که قوه متفکره بشر که هر سه آن‌ها را مطالعه می‌کند، در هر سه مورد یکسان است قاعدتاً باید برای مطالعه این سه عالم نحوه تفکر ثابت به کار می‌رود. دو عالم جدیدی که ذکر شد زمینه آزمایش معرفت قبلی را در اختیار ما گذاشته است، اگر معرفت قبلی در تمام عوالم درست در آید و حال آنکه بیشتر آن‌ها فقط در عالمی که می‌توانیم بدون مدد آلات و ادوات مشاهده و مطالعه کنیم صادق است. پس نتیجه می‌گیریم که حضور اینگونه معرفت در ذهن آدمی ناشی از طبیعت فکر انسان نیست، بلکه اثری از تجارب به‌شمار مربوط به عالم مأنوس بشری در ذهن انسان است.

بی‌گمان اقامت در عالم الکترون با عالم کیهانی نیز آثار دیگری در ذهن می‌گذاشت که راسیونالیست‌ها آن را به عنوان معرفت قبلی تلقی می‌کردند. به همین نحو می‌توان نظریه معرفت کانت را آزمایش کرد؛ زیرا چنانکه بعداً خواهیم دید آن قسمت از صور ادراک و مقولات فهم که به لحاظ علمی فایده‌ای دارند - یعنی اصل علیت و امکان نمایش حوادث در فضا و زمان - فقط در عالم مأنوس بشر ساری و غالب است نه در عالم بسیار کوچک فیزیک اتمی که ما فقط به‌مدد آلات و ادوات می‌توانیم مطالعه کنیم و حال آنکه اگر معلول دخالت ذهن بشر در

امور ادراک و فهم بودند باید در هر سه عالم به یکسان درست باشند و چون در هر سه عالم دخیل و سهیم نیستند می‌توان نتیجه گرفت که معارف قبلی از اطوار جبلی فکر بشری نیست، بلکه به عبارت دیگر بندر این معرفت از عالم خارج وارد شده است نه اینکه جز طبیعت فکر بشر باشد. قوانین معرفت قبلی را نباید قیودی دانست که فکر بشر بر طبیعت تحمیل کرده بلکه قواعدی است که فکر بشر با علم ناقص خود به احوال عالم از طبیعت پذیرفته است. ما فکر می‌کنیم که همه چیز می‌تواند در ظرف فضا و زمان قرار گیرد؛ زیرا عالمی که بدون کمک آلات و ادوات درک می‌کنیم در ظاهر با قرار گرفتن اشیا در فضا و زمان سازگار است. دلیل این امر این نیست که اشیا در فضا و زمان قرار دارند، بلکه علت این است که قاصدان میان موجودات خارج و دستگاه‌های احساس ما در فضا و زمان سیر می‌کنند. به همین نحو ما فکر می‌کنیم که اصل علیت بر رویدادها حاکم است؛ زیرا حوادث عالم مأنوس بشر به ظاهر با قانون علیت مطابق است. در اینجا نیز دلیل این اعتقاد آن نیست که رویدادها تابع قانون علیت هستند، بلکه حوادث جهان تابع قوانین آماری ارقام بزرگند که در روی دستگاه ناتمام ادراک ما اثر قانون علیت می‌نمایاند. تجارب ما در عالم مأنوس بشر در ذهن ما عاداتی ایجاد کرده است که در نتیجه آن قانون علیت و نمایش فضا و زمانی از مسلمات به نظر می‌رسد. ما توانایی تصور چیز دیگری نداریم؛ زیرا هرگز با چیز دیگری سروکار نداشته‌ایم. اگر چنین است صور ادراک و مقولات فهم در تئوری کانت چندان موجب

محدودیت علم ما به جهان خارج نیست، بلکه در حکم عدسی‌هایی هستند که معرفت عالم خارج را در آن حدود غنی‌تر می‌سازد، اما معرفتی که بدین وسیله شدیدتر و غنی‌تر می‌شود فقط معرفت عالم مانوس بشر است. به عبارت دیگر این صور و مقولات نتیجه تراکم و تبلور تجارب این عالم است، اما ساکنان عالم سفلی اتم و الکترون تجارب دیگری خواهند داشت و کانت با این عالم سفلی، حتی اگر طرز فکر وی عیناً مانند فکر ما می‌بود مقولات فهم و صور ادراک دیگری درست می‌کرد. به هر حال شاید بتوان منصفانه گفت که آنچه فلسفه جدید از تئوری‌های کانت در این باره پذیرفته است امکان برخی صور فکر است (خواه جبلی و خواه مکتب باشد چندان مهم نیست) که به سبب آن‌ها فکر خاص ما در مواجهه با عالم خارج فقط به امور مخصوص توجه می‌کند و فقط آن‌ها را انتخاب می‌کند. در موقع مطالعه طبیعت ذهن بشر نیز چیزی در آن به ودیعه می‌گذارد. ناگفته نماند که این نظر از زمان نیکلا اهل کوزا و قرن پانزدهم باقی است. ولی حتی این باقیمانده کوچک از این تئوری اهمیت و معنای زیادی ندارد مگر اینکه امکان معرفت قبلی عالم خارج را بپذیریم. نظریه کانت در این باب دستگاهی است که برای رفع مانع مشهود و روشن که درباره معرفت قبلی وجود دارد به‌طور ویژه طرح شده است و اگر معرفت قبلی منتفی باشد ضرورت و تا حدی اهمیت این تئوری با آن منتفی است. در عین حال معرفت قبلی خود به معنای دستگاهی است که برای کمک به فلسفه اولی که خود را مدافع الهیات می‌داند به

طور خاص طرح شده است. این نکته که آیا تساوی زوایای یک مثلث با دو قائمه امری است که در عالم ذهن به اثبات می‌رسد یا به مدد اندازه‌گیری با وسایل مسلم می‌شود یا در روشنایی عقل دیده می‌شود، برای دکارت و کانت اهمیتی نداشت. مقصود اولی و ذاتی آن‌ها اصل معرفت قبلی بود. می‌خواستند بتوانند ادعا کنند که دارای نوعی معرفت تردید ناپذیرند؛ زیرا معرفت قبلی از راه‌های گمراه‌کننده حواس به دست نیامده است و معرفتی که می‌خواستند ادعا کنند اطلاع راجع به مثلث ^{بهرود} بلکه مقصود معرفت درباره خدا و آزادی و بقای روح بود. مثلاً می‌خواستند بتوانند ادعا کنند که خواه علم موافق باشد خواه نباشد اراده آدمی آزاد است؛ زیرا آن‌ها آزادی اراده را در شهود روشن عقلشان دریافته‌اند. با گذشت این مرحله فلسفه معرفت قبلی معنای خاص خود را از دست داد و جز در معرفت ریاضی امروز کمتر فیلسوفی در دفاع از این امر مطلب قابل ذکری دارد و دست کم اغلب در این گفته هم‌داستانند که این امر اثر مهمی ندارد. با وجود این در همان موقعی که معرفت قبلی در فلسفه از اعتبار افتاد برای احیای آن در فیزیک کوششی به عمل آمده است.

راه موفقیت

موفقیت یعنی این توانایی که آرزویان را به سهولت و بی‌تکاپو برآورده سازید. نیاز داریم نسبت به موفقیت و فراوانی نگرشی معنوی‌تر داشته باشیم که به معنای جریان فراوانی همه موهبت‌ها

نیکی است. موفقیت جنبه‌های بسیاری دارد ثروت مادی فقط یکی از آن جنبه‌ها است. وانگهی موفقیت یک سفر است نه مقصد. فراوانی مالی - با همه تجهیزات آن - یکی از آن چیزهایی است که این سفر را دلپذیرتر می‌کند، اما موفقیت، تندرستی و نیرو و انرژی و شور و شوق زندگی و روابط موفقیت‌آمیز و آزادی خلّاق و ثبات عاطفی و روانی و احساس آسودگی و آرامش ذهن را نیز شامل می‌شود. موفقیت راستین یعنی تجربه اعجاز و شکوفایی الوهیت (جان) درونمان، یعنی به هر جا که می‌رویم و در هر چه که می‌بینیم الوهیت را احساس و تجربه کنیم. عالم مادی چیزی است یعنی «ضمیر» که به درون «خود» بازگشته تا خود را به صورت جان و ذهن و جسم مادی تجربه کند. منشأ همه الوهیت (یا جان) است. فرآیند خلقت یعنی الوهیت در حرکت (یا ذهن) و موضوع خلقت، عالم مادی است که شامل جسم مادی نیز می‌شود. قانون فیزیکی عالم عملاً یعنی کل این فرآیند الوهیت در حرکت یا آگاهی در تحرک است. هرگاه این قانون را دریابیم و در زندگیمان به کار ببریم هر چه بخواهیم می‌تواند خلق شود.

نخستین قانون موفقیت، توانایی مطلق (سکون و سکوت) مبتنی بر واقعیت است که ما در جوهر آگاهی مطلق هستیم توانایی مطلق و حیطة تمامی امکانات و خلاقیت نامحدود است.

آگاهی مطلق جوهر معنوی ما است و همچنین بیکران و نامحدود بودن، شادمانی محض است. سایر ویژگی‌های آگاهی عبارتند از دانش مطلق، سکوت بی‌انتهای، تعادل کامل (سکون)، شکست‌ناپذیری، سادگی

و بی‌کرانگی؛ و این طبیعت بنیادی ما است. همچنین می‌توان قانون وحدت نیز خواند؛ زیرا در کثرت نامحدود حیات، وحدت جانی یگانه نهفته و همه چیز را فرا گرفته است. میان شما و این حیطة نیرو ذره‌ای جدایی وجود ندارد. حیطة توانایی مطلق، ضمیر خودتان است و هر چه طبیعت راستین خود را بیشتر تجربه کنیم به حیطة توانایی مطلق نزدیک‌تر خواهیم شد. تجربه ضمیر یا رجوع به خویشتن یعنی اینکه نقطه رجوع درونی، روح و جان ما است، نه موضوعات تجربه ما. منظور از نقطه رجوع درونیتان «من» شما است؛ یعنی وحدت. «من»، تصویری است که از خود دارید - نقاب اجتماعی - و نقشی است که بازی می‌کنید. یکی از راه‌های دستیابی به توانایی مطلق تمرین روزانه سکوت و مراقبه و عدم داوری است.

تمرین سکوت یعنی اینکه با خود عهد ببندید مدت زمان معینی فقط باشید.

تجربه سکوت یعنی اینکه در فواصل معین از گفت‌وگو دست بکشید. همچنین اینکه به طور متناوب از تماشای تلویزیون و گوش دادن به رادیو و خواندن کتاب خودداری کنید.

این امر در گفت‌وگوی درونتان تلاطم ایجاد می‌کند. گاهی نیم ساعت در روز و گاهی یک ساعت یا بیشتر، وقتی سکوت را تجربه می‌کنید نخست گفت‌وگوی درونتان آشفته‌تر می‌شود نیاز شدید به سخن گفتن پیدا می‌کنید. هرگاه متعهد شدید مدت طولانی‌تری سکوت کنید روز اول یا دوم به طور کامل دیوانه می‌شوید. و ناگهان

دچار اضطراب یا اضطراب می‌شوید. وقتی با آن تجربه باقی می‌مانید گفت‌وگوی درونتان اندک اندک آرام می‌شود و چندی می‌گذرد که سکوت ژرف می‌شود. زیرا ذهن پس از مدتی تسلیم می‌شود و در می‌یابد که اگر شما ضمیر، جان، انتخاب‌کننده لب به سخن نگشاید سودی ندارد که به این سو و آن سو پرسه بزند. آنگاه وقتی گفت‌وگوی درون آرام می‌شود، تجربه سکون حیطة توانایی مطلق را آغاز می‌کند. اگر می‌خواهید بی‌درنگ به آرزویان برسید باید نخست سکون را تجربه کنید که نخستین شرط لازم متجلی ساختن آرزویان است؛ زیرا اتصال شما به حیطة توانایی مطلق در سکون نهفته است، که آن سکون می‌تواند جزئیات بیکران را برایتان همساز کند. در کتاب مقدس می‌خوانید خاموش باش و بدان که من خدا هستم. فقط از طریق مراقبه می‌توان به این دریافت رسید. یکی دیگر از راه‌های دست‌یابی به حیطة توانایی مطلق تمرین عدم داوری است. عدم داوری در ذهنتان سکوت ایجاد می‌کند. برای تمرین عدم داوری می‌توانید به خود بگویید «تا دو ساعت بعد در مورد هیچ چیز داوری نخواهم کرد» یا تا یک ساعت بعد. عدم داوری را تجربه خواهیم کرد آنگاه می‌توانید به تدریج بر مدت آن بیفزایید. از طریق سکوت و مراقبه و عدم داوری به قانون نخست قانون توانایی مطلق دست خواهید یافت. باید بیاموزید که با درونی‌ترین جوهر هستی خود تماس حاصل کنید. این جوهر راستین فراسوی «من» است. بی‌باک و آزاد و در برابر انتقاد، ایمن است. هر چه بیشتر به طبیعت راستین خود

دسترسی پیدا کنید، به طرزى خودانگیخته اندیشه‌هایی خلاق نیز دریافت خواهید کرد؛ زیرا حیطة توانایی مطلق، حیطة خلاقیت و دانش بیکران نیز می‌باشد. فرانش کافکا - فیلسوف اتریشی - گفته است: لازم نیست گوش کنید، فقط منتظر شوید. حتی لازم نیست منتظر شوید، فقط بیاموزید آرام و ساکن و تنها باشید. جهان آزادانه خود را به شما پیشکش خواهد کرد تا نقاب از چهره‌اش بردارد. انتخاب دیگری ندارد «سرور به پای شما در خواهد غلتید» فراوانی عالم - نمایش سخاوتمندانه و وفور کائنات - نمایانگر ذهن خلاق طبیعت است. هر چه با ذهن طبیعت هم‌نوا تر باشید بیشتر به خلاقیت بیکران و نامحدود آن دسترسی خواهید داشت. وقتی به آرامی این همبودی اضداد را تصدیق می‌کنید، خود را به عالم نیرو می‌پیوندید. سکون به تنهایی، توانایی بالقوه برای خلاقیت است. حرکت به تنهایی، خلاقیتی محدود به جنبه معینی از بیان خلاقیت است. البته باید تأکید کنم حرکت یکنواخت تجلی از سکون است و حرکتی که قبلاً ذکر شد، حرکت متغیر است. حرکت و سکون این توانایی را به شما می‌بخشد که خلاقیت خود را در همه جوانب، هر آنچه که قدرت توجهتان شما را به آن سو می‌کشاند، به فوران درآورید. هرگاه به میان حرکت و فعالیت می‌روید، سکون خود را در درونتان به همراه ببرید. آنگاه حرکت آشفته پیرامونتان هیچ‌گاه بر دستیابی شما به سرچشمه خلاقیت، حیطة توانایی مطلق، سایه نخواهد افکند.

قانون رها شدن از دل‌بستگی‌ها

دومین قانون معنوی موفقیت، قانون بخشایش است. این قانون را می‌توان قانون دادوستد نیز خواند؛ زیرا کائنات از طریق مبادله پویا (دینامیک) عمل می‌کند. البته باید در مورد کائنات و دینامیک موضوعی را مطرح نماییم. کائنات مجموع ذهن و ماده است. و دینامیک یعنی حرکت با در نظر گرفتن نیرو. جریان حیات هیچ نیست مگر ارتباط متقابل و هماهنگ شدن همه عناصر و نیروهایی که به صورت بخشایش عمل می‌کند. چون جسم و ذهن‌تان و کائنات در مبادله پویا (دینامیک) و دائم هستند، بند آوردن جریان نیرو مانند بند آوردن جریان خون است؛ زیرا خون حامل اکسیژنی است که به وسیله یون آهن حمل می‌شود. هرگاه خون از جریان باز ایستد دچار خفگی و اختناق و گرفتگی و ایستایی می‌شود. به این دلیل باید بخشاید و بستانید، تا بتوانید ثروت و فراوانی یا هر چه را که در زندگی خواهان آن هستید، در زندگیتان در جریان نگاه دارید. بخشیدن، ستاندن را تولید می‌کند. همان‌طور که مبادله اکسیژن و گازکربنیک به وسیله خون انجام می‌شود. در کتاب‌های آسمانی اتفاق کردن و بخشیدن را تأکید می‌کند؛ زیرا داد و ستد جنبه‌های متفاوت جریان نیرو در کائنات هستند و اگر جریان هر یک از آن‌ها را بند آورید، در هوشمندی طبیعت مداخله می‌کنید. هر چه بیشتر بخشید، بیشتر دریافت می‌کنید؛ زیرا فراوانی کائنات را در زندگیتان در جریان نگاه می‌دارید. مهم‌ترین چیز نیتی است که در پس داد و ستدتان

نهفته است. نیت همواره باید ایجاد شادمانی برای بخشاینده و ستاننده باشد؛ زیرا شادمانی، حمایتگر و حافظ حیات است و از این رو موجب افزایش می‌شود. بازگشت مستقیم به میزان بخشایش بستگی دارد. تمرین قانون بخشایش در واقع بسیار ساده است. اگر شادی می‌خواهید، به دیگران شادی بدهید. اگر محبت می‌خواهید، بیاموزید که محبت کنید. اگر توجه و قدردانی می‌خواهید، بیاموزید که توجه و قدردانی نشان بدهید. اگر وفور مادی می‌خواهید، به دیگران کمک کنید تا از نظر مادی غنی شوند. حتی فکر بخشیدن، اندیشه برکت طلبیدن یا دعایی ساده، این قدرت را دارد که بر دیگران تأثیر بگذارد. به این دلیل که اگر جسممان به جوهر خود تقلیل یابد، به انبوهی از انرژی و اطلاعات تبدیل می‌شود. لزومی ندارد که هدیه‌تان صورت مادی داشته باشد، می‌تواند شاخه گلی، تحسینی یا دعایی باشد. در واقع قدرتمندترین شکل بخشایش، غیر مادی است. موهبت‌های ابراز علاقه و توجه و عاطفه و تحسین و محبت، از گرانقدرترین هدایایی هستند که می‌توانید بدهید و بهایی نیز بابت آن‌ها نمی‌پردازید. هرگاه کسی را می‌بینید می‌توانید خاموش برای او برکت بطلبید. خوشبختی و شادی و خوشدلی او را آرزو کنید. اینگونه بخشیدن بسیار قدرتمند است. به طور کلی طبیعت راستین ما وفور و فراوانی است.

قانون «کار ما» یا «علت معلول»

قبل از اینکه (علت و معلول) را توضیح دهم باید تأکید کنم در

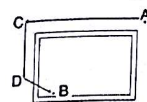
سوره توحید (قل هو الله...) علت و معلول جای پای ندارد و به همین دلیل ما هدف خلقت را در نهایت نمی‌توانیم بیابیم. اجازه بدهید به طریق علمی کار ما یا علت و معلول جهان را منکر شویم. همان‌طور که در فیزیک این موضوع تأکید می‌شود که انرژی زاییده نمی‌شود و از بین نمی‌رود. پس اگر طبق نسبیت همان‌طور که انرژی به ماده، و ماده به انرژی تبدیل می‌شود، هنگامی که در کل جهان مادی به انرژی تبدیل می‌شود می‌توان گفت که انرژی منکر علت و معلول می‌گردد. در واقع علت و معلول در جهان مادی اجرا می‌شود؛ برای مثال سنگی را به طرف شیشه‌ای پرتاب می‌کنیم و سپس متوجه می‌شویم که شیشه به علت برخورد با سنگ می‌شکند. فاصله‌ای که بین علت و معلول بر حسب مکان و زمان طی می‌شود ملموس و مورد بررسی است. یعنی علت مبدأ و معلول انتها یا مقصد و یا آرزو می‌باشد. اکنون مثال دیگری می‌زنیم؛ در نظر بگیرید که شیشه‌ای را به صورت قطعه‌ای به طرف شیشه پنجره‌ای که شیشه‌اش هم جنس شیشه اول باشد پرتاب کنیم و هر دو بشکنند. اگر شخص دومی از در اتاق وارد شود و شیشه‌های شکسته را در نظر بگیرد نمی‌تواند قضاوت کند که شیشه علت و شیشه معلول کدام است؛ زیرا برای دو شیشه زمان حال است ابتدا و انتها بر هم منطبق بوده و نمی‌توان هدف را تعیین نمود. پس هر چه در مورد علت و معلول صحبت می‌کنیم در جهان مادی می‌باشد. اکنون سومین قانون معنوی موفقیت را که در مقطع جهان مادی صورت می‌گیرد، بررسی می‌کنیم. کار ما هم عمل است و هم

نتیجه عمل، و هم علت است و هم معلول؛ زیرا هر عملی نیرویی را تولید می‌کند که به همان شکل به ما باز می‌گردد، مانند فریاد زدن در کوه و انعکاس صدا به خود شخص عامل. درباره قانون کار ما چیز شناخته‌ای وجود ندارد. همه این اصطلاح را شنیده‌اند که «هر چه بکاری همان را ^{دور} دور می‌کنی» بدیهی است اگر بخواهیم در زندگیمان شادمانی ایجاد کنیم، باید بیاموزیم که بذر شادمانی را بکاریم؛ بنابراین مفهوم صنعتی «کار ما» انتخاب آگاهانه است. البته ممکن است با تناقض روبه‌رو شده باشید. باید تأکید کنیم که در جهان تنها انرژی علت و معلولی وجود ندارد؛ یعنی سکون و یا حرکت یکنواخت، ولی هنگامی که پای نیرو در میان می‌باشد آن وقت فرق می‌کند یعنی اینکه جهان مادی و جهان معنوی با هم ادغام شده و سر نخ در دست ما می‌باشد و علت و معلول خود را نشان می‌دهد. بهترین راه برای فهمیدن و به حداکثر رساندن استفاده از قانون کار ما، هوشیاری آگاهانه از انتخاب‌های هر لحظه است. خواه به مذاقتان خوش بیاید و خواه نه، هر آنچه که در این لحظه پیش می‌آید نتیجه انتخاب‌هایی است که در گذشته به آن دست زده‌اید.

می‌توانید هرگاه که بخواهید از قانون کار ما، برای ایجاد ثروت و فراوانی و به جریان افکندن همه موهبت‌های نیکو به سوی خود سود جوید. اما نخست باید هوشیارانه آگاه شوید که انتخاب‌ها که در هر لحظه از زندگیتان به آن‌ها دست می‌زنید، آینده‌تان را می‌سازد. اگر به طور منظم به این امر بپردازید، از قانون کار ما به طور کامل استفاده

می‌کنید. هر چه انتخاب‌های خود را بیشتر به سطح هوشیار آگاهی‌تان بیاورید، بیشتر به انتخاب‌هایی دست خواهید زد که به طور خودانگیخته، هم برای خودتان و هم برای اطرافیان‌تان درست هستند.

قانون کمترین تلاش



بهتر است قبل از مطالعه در مورد کمترین تلاش (کمترین عمل) درباره کمترین زمان صحبت شود.

در شکل (۱) استخری پر از آب و عمیق وجود دارد و شخص (B) در حال غرق شدن است برای نجات (B) دو راه در نظر گرفته شده است؛ کوتاه‌ترین مسیر و بیشترین زمان و یا بیشترین مسیر و کوتاه‌ترین زمان. هرگاه مستقیم از (A) به طرف (B) شنا کنیم چون آب مقاومتش زیاد است سرعت را گرفته و شخص (B) غرق می‌شود، پس بهتر است از خشکی از (A) به (C) و از (C) به (D) و (D) به (B) رفته و شخص (B) را نجات دهیم. نور همیشه کوتاه‌ترین زمان را انتخاب می‌کند که این در طبیعت راز بسیار مهمی است؛ زیرا نور چون سایه خداوند و آگاهی مطلق است. اگر زمان اختیار نمی‌کرد مشاهده نمی‌شد و اگر زمان بیشتر انتخاب کند مانند ماده می‌شود و نیاز دارد که به وسیله چیز دیگری دیده شود. پس برای اینکه محیط را آگاه کند و ماده نباشد بهتر است که راه حداقل زمان را انتخاب کند، و چون طبق نسبیت انیشتین انرژی تبدیل به ماده و ماده تبدیل به انرژی

می‌شود اگر انرژی تبدیل به ماده شود کمترین زمان تبدیل به کمترین عمل یا کمترین تلاش می‌گردد. این قانون مبتنی بر این واقعیت است که هوشمندی طبیعت با سهولت بی‌تکاپو، و با سبکدلی پذیرا عمل می‌کند. این اصل کمترین عمل و عدم مقاومت است. از این‌رو، این اصل هماهنگی و عشق است.

هرگاه این درس را از طبیعت بیاموزیم، به آسانی آرزوهایمان را برآورده می‌سازیم. اگر کار طبیعت را نظاره کنید، خواهید دید که کمترین تلاش را به کار می‌برد. علف نمی‌کوشد رشد کند، فقط رشد می‌کند. ماهی نمی‌کوشد شنا کند، فقط شنا می‌کند. گل‌ها نمی‌کوشند بشکفند فقط می‌شکفند و پرنده‌ها نمی‌کوشند پرواز کنند فقط پرواز می‌کنند. این طبیعت فطری آن‌هاست. زمین نمی‌کوشد که بر محور خود بچرخد، بلکه این طبیعت زمین است که با سرعتی سرسام‌آور می‌چرخد و در فضا دور می‌زند. این طبیعت نوزادان است که در سرور باشند. این طبیعت ستارگان است که بدرخشند و نورافشانی کنند و این طبیعت انسان است که رویاهایشان را به آسانی و بی‌تلاش به صورت اجسام، متجلی سازد. حکمت کهن هند، این اصل را به صورت اصل اقتصاد تلاش یا «کمتر عمل کن و بیشتر به انجام برسان» شناخته‌اند. کمترین تلاش زمانی روی می‌دهد که انگیزه اعمال‌تان عشق باشد، در کتاب هنر رؤیا دیدن، دون خوان به کارل لوکا ستاندا کارلوس کاستاندا می‌گوید: «... بیشتر انرژی ما صرف حفظ اهمیت‌مان می‌شود اگر می‌توانستیم بخشی از آن اهمیت را از دست بدهیم،»

قانون کمترین تلاش، دارای سه بخش است:

الف: در فیزیک میحثی وجود دارد به نام کمترین زمان (اصل فرما) و کمترین عمل. «اصل‌ها میل‌تون» هرگاه بر ضد این لحظه بستیزید، عملاً بر ضد کل کائنات به ستیزه برخاسته‌اید. در عوض می‌توانید این تصمیم را بگیریید که با عدم ستیز بر ضد این لحظه، بر ضد کل کائنات به ستیزه بر نخواهید خواست. این بدان معناست که پذیرش شما از این لحظه، کامل و تمام‌عیار است. در ضمن باید تأکید کنم هنگامی که در جهت طبیعت گام برداشته شود، طبیعت جوازیزی را به انسان هدیه می‌کند؛ مثلاً مطابق قانون فرما (حداقل زمان) قوانین انعکاس و تابش در آینه‌ها و عدسی‌ها به‌دست می‌آید که در ساخت تلکسکوپ‌ها و میکروسکوپ‌ها به‌کار می‌رود و در قانون کمترین عمل‌ها میل‌تون قوانین ترمودینامیک برای محاسبه انفجار سوخت در سیلندر در موتورهای بنزینی و دیزلی کاربردی بسیار مفید دارد.

به هر حال می‌توانید آرزو کنید که امور در آینده متفاوت باشد، اما در این لحظه باید امور را همان‌گونه که هستند بپذیرید، یعنی در زمان حال قرار بگیریید.

ب: قانون کمترین تلاش، مسئولیت‌پذیری است. مفهوم مسئولیت چیست؟ مسئولیت یعنی ملامت نکردن هیچ کس، یا هیچ چیز برای وضعیت خود. از جمله خودتان وقتی که این موقعیت یا این رویداد توأم با این مشکل را پذیرفته‌اید. مسئولیت یعنی توانایی پاسخی خلاق به آن وضعیتی که اکنون هست. همه مشکلات حاوی بذره‌های مجالند و این آگاهی به شما اجازه می‌دهد که این لحظه را به وضعیت

یا چیز بهتر متحول کنید.

ج: قانون کمترین تلاش، عدم تدافع است. عدم تدافع به این معناست که آگاهی‌تان در عدم تدافع استقرار یافته و نیاز به مجاب یا ترغیب کردن دیگران را برای اینکه نقطه‌نظران را دریابند، رها کرده‌اید. اگر فقط نیاز به دفاع از نقطه‌نظران را رها کنید، با این رهایی به انرژی عظیمی دست می‌یابید که در گذشته آن را به هدر می‌دادید.

وقتی در برابر همه نقطه‌نظرها گشوده بمانید، و سرسختانه به یکی از آن‌ها نچسبید، رؤیاها و آرزوهایتان با آرزوهای طبیعت جریان خواهد یافت. آنگاه می‌توانید قصدهایتان را بدون دلبستگی رها کنید و فقط منتظر فصل مناسب شوید تا آرزوهایتان در ساحت مادی شکوفا شوند. می‌توانید مطمئن باشید در فصل درست، آرزوهایتان متجلی خواهند شد. این است قانون کمترین تلاش.

قانون قصد و آرزو

پنجمین قانون معنوی موفقیت، قانون قصد و آرزو است. این قانون مبتنی بر این واقعیت است که در هر نقطه «طبیعت»، انرژی و اطلاعات وجود دارد. در واقع در سطح حیطه کوانتوم، هیچ چیز جز انرژی و اطلاعات وجود ندارد. حیطه کوانتومی فقط نامی دیگر برای حیطه آگاهی مطلق با توانایی مطلق است، و از طریق قصد و آرزو می‌توان بر حیطه کوانتومی، اثر نهاد. جسمتان از جسم کائنات (شعور

+ ماده) جدا نیست؛ زیرا در سطوح مکانیکی کوانتومی، لبه‌های مشخصی وجود ندارد. همچون جنبش و موج و نوسان و چرخش و ارتعاش و تعرض متمرکزی در حیطه وسیع‌تر کوانتومی هستید. حیطه کوانتومی وسیع‌تر کائنات، جسم گسترده‌تان است. نه تنها سلسله اعصاب انسان می‌تواند از اطلاعات و انرژی حیطه کوانتومی خویش آگاه شود، بلکه چون آگاهی انسان از طریق این سلسله اعصاب اعجاب‌انگیز به طرزی نامحدود قابل انعطاف است (از نظر مؤلفین دستگاه اعصاب حرکات الکتریکی را به سرعت یکنواخت یا سکون می‌رساند و فعل انفعالات را به وحدت و بی‌نهایت می‌رساند و گزارش را به شعور مطلق می‌رساند و از این طریق اعصاب اطلاعاتش به شعور مشخص و شعور جهانی می‌رساند؛ این دگرگونی آگاهانه توسط دو ویژگی یعنی توجه و قصد که جزء لاینفک آگاهی است صورت می‌گیرد. توجه نیرو می‌بخشد (از نظر مؤلفان توجه کل را به جزء تبدیل می‌کند و قصد را متحول می‌سازد) به هر چه توجه خود را معطوف و متمرکز کنید در زندگیتان نیرومندتر می‌شوید (در ضمن باید متذکر شویم که ممکن است که یک جمله یا کلمه و یا موضوع در ذهن به صورت وهم ظاهر شود و هنگامی که کل به جزء تبدیل شود، جزء از نظر معنی کل باشد و از نظر ظاهری جزء باشد، مانند خدا). کیفیت قصد در مورد موضوع توجه، در بیکرانگی زمان و مکان (در حال) موجب هم‌نوایی رویدادهایی می‌شود تا نتیجه منظور را پدید آورد.

مشروط بر اینکه شخص سایر قوانین معنوی موفقیت را دنبال کند.

این بدان دلیل است که قصد در خاک حاصلخیز توجه، دارای قدرت نظام‌دهنده نامحدود است. قدرت نظام‌دهنده نامحدود یعنی نظام دادن به رویدادها در بیکرانگی زمان و مکان و تماماً هم‌زمان (در حال بودن و در سکون و سکوت بودن). ما تجلی این قدرت نظام‌دهنده را در هر ساقه علف و در هر شکوفه سیب و در هر یاخته جسمان می‌بینیم. آن را در هر چه که زنده است مشاهده می‌کنیم. قصد، قدرت راستین پشتوانه آرزو است. قصد به تنهایی بسیار قدرتمند است؛ زیرا قصد آرزوی بدون دلبستگی، بی‌ثمره است. قصد آمیخته با عدم دلبستگی، به تمرکز بر حیات، و هوشیاری از لحظه حال (سکون و سکوت) می‌انجامد و هنگامی که عمل با هوشیاری از لحظه حال انجام پذیرد، بسیار مؤثر قرار می‌گیرد. قصدتان برای آینده است، اما توجهتان در زمان حال (سکون و سکوت) است. مادامی که توجهتان در زمان حال باشد، قصدتان برای آینده متجلی خواهد شد؛ زیرا آینده در زمان حال، آفریده می‌شود. حال را بپذیرید و آینده را قصد کنید. گذشته و حال و آینده در مجموع مایملک آگاهی هستند. گذشته یادآوری خاطره است، آینده، امید و انتظار است و اکنون (حال) هوشیاری است. فقط اکنون که هوشیاری است، راستین و جاودان است. اکنون (سکون و سکوت)، توانایی زمان، مکان، ماده و انرژی است. اکنون (حال یا سکون و سکوت) حیطه جاودان امکانات است که خود را به صورت نیروهای مجرد، خواه نور و گرما و الکتریسیته و مغناطیس و قوه جاذبه زمین، تجربه می‌کند. این نیروها

نه در گذشته‌اند و نه در آینده، فقط هستند.

قانون عدم دلبستگی

قانون عدم دلبستگی می‌گوید که برای دستیابی به هر چیز در عالم مادی، باید از دلبستگی خود به آن دست بکشید. این بدان معنا نیست که از قصد آفرینش آرزویتان دست می‌کشید. در واقع از قصد و آرزویتان دست نمی‌کشید، بلکه از دلبستگی به ثمره آن دست می‌کشید. این عملی بسیار قدرتمند است. لحظه‌ای که دلبستگی به ثمره را رها می‌کنید، به طور همزمان قصد تک‌بین را به عدم دلبستگی می‌آمیزید. صاحب آنی خواهید شد که آرزو مندید. هر آنچه که خواهانید می‌توانید از طریق عدم دلبستگی به دست آید؛ زیرا عدم دلبستگی مبتنی بر اعتقاد بی‌تردید به قدرت ضمیر راستین (ضمیر ناخودآگاه) خودتان است.

حال آنکه دلبستگی مبتنی بر ترس و عدم امنیت است و نیاز به امنیت مبتنی بر عدم شناخت ضمیر راستین است. منشأ ثروت و فراوانی یا هر چیز در عالم مادی، ضمیر ناخودآگاه است. این معرفت است که می‌داند چگونه هر نیاز را برآورد. هر چیز دیگر، اعم از اتومبیل و خانه و چک بانکی و لباس و هواپیما، یک نماد و مظهر است. مظاهر موقتی هستند که می‌آیند و می‌روند. دویدن از پی مظاهر، مثل این است که به جای منطقه، دنبال نقشه باشیم. اضطراب می‌آفریند و این احساس را در وجودتان ایجاد می‌کند که در

درون خود خالی و تهی هستید؛ زیرا ضمیر راستین (ضمیر ناخودآگاه) خود را با مظاهر آن معاوضه می‌کنید. دلبستگی زاییده آگاهی از فقر است؛ زیرا دلبستگی همواره از پی مظاهر می‌رود. عدم دلبستگی مترادف آگاهی از ثروت و مناعت طبع است؛ زیرا عدم دلبستگی آزادی آفرینش (سکون و سکوت) را به همراه دارد. فقط با مشغولیت عاری از دلبستگی می‌توان شادی و خنده داشت. آنگاه مظهر ثروت نیز به طور خودانگیخته و بی‌تکاپو ایجاد می‌شود. یکی از ویژگی‌های حیطة تمامی امکانات، همبستگی نامحدود است. این حیطة می‌تواند بیکرانگی رویدادهای زمان و مکان را همساز کند تا نتیجه منظور را به بار آورد. اما هنگامی که دلبسته‌اید، قصدتان در زمینه ذهنی خشکی قفل می‌شود و سیلان و خلاقیت و خودانگیختگی را که جزء لاینفک این حیطة است از دست می‌دهید. وقتی دلبسته‌اید، آرزویتان را از حالت سیلان و انعطاف‌پذیری نامحدود در می‌آورید. قانون عدم دلبستگی با قانون قصد و آرزو، تعیین هدف‌ها منافات ندارند. قانون عدم دلبستگی، کل فرایند تکامل را سرعت می‌بخشد.

هفتمین قانون معنوی موفقیت، قانون «دارما» است. دارما به زبان سانسکریت یعنی «غایت حیات». قانون دارما می‌گوید: برای به انجام رساندن هدفی در قالب جسمانی متجلی شده‌ایم. جوهر حیطة توانایی مطلق، الهی است و الوهیت در قالب انسان تجلی می‌کند تا هدفی را به انجام برساند. مطابق این قانون صاحب استعدادی بی‌همتایند و به شیوه‌ای بی‌همتا آن را بیان و عیان

می‌کنید. کاری هست که بهتر از هر کس دیگر در این جهان می‌توانید آن را به انجام برسانید. باید مطالب بالا را به این صورت تفسیر کنیم که انسان تجسد خداوند است و این چیزی است که همیشه عرفا از آن یاد می‌کنند.

پراناکه در تنفس نهفته شده یعنی چه

برخی از دانشمندان معتقدند که کل جهان در نتیجه انفجاری بزرگ پدید آمده است و فرآیند خلقت و نابودی ستارگان و اجسام سماوی مرتبط با آن‌ها فرایندی همیشگی است. با این حال هنوز کاملاً مشخص نیست طبیعت انرژی‌هایی که جهان را احاطه کرده‌اند چیست! برخی اشکال انرژی‌ها شناخته شده‌اند، مثل انرژی گرانشی یا انرژی جاذبه‌ای، انرژی مغناطیسی، انرژی گرمایی و غیره. زمانی که صحبت از انرژی شناخته شده می‌شود، منظور این نیست که باید در مورد انرژی‌های شناخته شده همه چیز را بدانیم؛ زیرا هنوز خیلی را پیش رو داریم، اما به مدد علوم مدرن به اندازه کافی درباره میدان‌های انرژی؛ اطلاعات داریم تا از آن‌ها به شیوه‌ای خردمندانه در جهت رفاه و آسایش خود بهره ببریم. با این حال بعضی از اشکال انرژی هنوز شناخته نشده‌اند، از وجود آن‌ها آگاه هستیم. اما چیز زیادی در مورد آن‌ها نمی‌دانیم. مثلاً نیروی حیات را در نظر بگیرید که با عناوین مختلفی مثل پرانا، چی، پلاسما زیستی، پلاسما منظور پلاسماهای خون نیست، بلکه حالت چهارم ماده را پلاسما گویند و یا به زبان دیگر

(جامد - مایع - گاز - پلاسما) و غیره نامگذاری شده است، ولی کم و بیش کل دانش ما در مورد این نیرو همین است و بس. همه می‌دانیم این نیرو برای زنده نگه داشتن جانداران ضروری است و ترک این نیرو به معنای مرگ است. پس چه نیرویی است که جاندار را زنده نگه می‌دارد؟ احتمالاً برای این پرسش پاسخی نخواهیم یافت. با این حال ما می‌توانیم بر اساس مشاهداتی که از محیط اطرافمان داریم، به نتایج کلی دست پیدا کنیم. بهتر است این مشاهدات را «منطقی» بدانیم و نه «علمی»؛ زیرا برای علمی دانستن یک موضوع باید نتایج به دست آمده طبق قوانین آزمایشگاهی و تحت شرایط کنترل شده ثابت شوند. به هیچ وجه نمی‌توانیم مشاهدات خود را در مورد علمی که از آن آگاه نیستیم علمی بدانیم. مشاهدات نشان می‌دهند که همه گیاهان و حیوانات برای زنده ماندن به انرژی نیاز دارند؛ اگر چه این انرژی به طور فراوان در منظومه شمسی انرژی وجود دارد، اما جانداران نمی‌توانند آن را به طور مستقیم جذب کنند. به نظر می‌رسد سطح انرژی لازم که جاندار می‌تواند آن را جذب کند، از سطح انرژی‌های یاد شده که به راحتی در دسترس هستند، متفاوت است؛ بنابراین مکانیسمی در جهان وجود دارد تا انرژی در دسترس را به انرژی قابل جذب تبدیل کند. مثالی می‌زنیم؛ انسان برای رشد و زنده ماندن به انرژی نیاز دارد، اما نمی‌تواند نیاز خود را به طور مستقیم از خورشید برآورده سازد. با اینکه انرژی خورشیدی به میزان فراوان در دسترس است، این انرژی

باید توسط گیاهان جذب شده و سپس با کمک عناصری مثل آب، هوا و غیره در حبوبات، دانه‌ها، میوه‌جات و سبزیجات به وجود آید. آنگاه ما می‌توانیم شکل فشرده انرژی را جذب کنیم. از این سخنان نتیجه می‌گیریم هیچ گیاه یا حیوانی نمی‌تواند از انرژی به همان شکل معمول و در دسترس آن استفاده کند. انرژی خورشیدی یکی از عناصر مورد نیاز گیاهان است، اما گیاهان نیز نمی‌توانند تنها با همین یک نوع انرژی به حیات خود ادامه دهند. انرژی خورشیدی فقط جزئی مهم از کل فعل و انفعالاتی است که در گیاهان رخ می‌دهد. اگر انرژی موجود در جهان را انرژی ظریف بنامیم، آنگاه خود در سطح فشرده‌تر انرژی قرار می‌گیریم. به عبارت دیگر، انرژی زیستی مورد نیاز برای زنده‌نگه داشتن و تحرک جانداران در مقایسه با اشکال ظریف انرژی مثل انرژی خورشیدی، فشرده‌تر است. هر گونه تبدیل انرژی از یک شکل به شکلی دیگر، در اثر یک فعل و انفعال صورت دهد تا نیرویی حد وسط ایجاد شود.

بنابراین انرژی زیستی تنها می‌تواند نتیجه فعل و انفعال نیرویی ظریف باشد که آن را نیروی مثبت می‌نامیم و نیروی فشرده را نیز، نیروی «منفی» فعل و انفعال نیروهای مثبت و منفی، انرژی زیستی، یا پرانا را ایجاد یا آزاد می‌کند. یکی از قوانین بنیادین فیزیکی، بیان می‌کند انرژی را نه می‌توان ایجاد کرد و نه نابود، فقط شکل انرژی تغییر می‌کند. مثلاً انرژی الکتریکی را می‌توان همانند موتور الکتریکی به انرژی مکانیکی تبدیل کرد. همچنین انرژی مکانیکی را می‌توان

مثل «ژنراتورها» به انرژی الکتریکی تبدیل کرد؛ بنابراین تبدیل یک شکل از انرژی به شکل دیگر امکان‌پذیر است، اما از هیچ چیز نمی‌توانیم انرژی تولید کنیم. در نتیجه منطق حکم می‌کند که فرض کنیم نیروهای مثبت و منفی برای تولید پرانا وجود دارند؛ یعنی همانند هر شکل دیگر انرژی که به دو صورت مثبت و منفی دیده می‌شود. درست شبیه انرژی الکتریکی که برای آزاد شدن به دو پایانه مثبت و منفی نیاز دارد، در اینجا نیز امکان وجود چنین چیزی هست. در اینجا شکل خاص هرم دو نیروی مثبت و منفی را جذب می‌کند. این دو نیرو داخل محفظه هرم با هم فعل و انفعال صورت می‌دهند تا انرژی زیستی یا پرانا آزاد شود.

اساساً تبدیل، انرژی را از شکلی به شکل دیگر، تبدیل می‌کند. مثلاً پَنکه، انرژی الکتریکی را به انرژی مکانیکی تبدیل می‌کند. لامپ، انرژی الکتریکی را به انرژی نوری تبدیل می‌کند؛ بنابراین هرم نیز عناصر تشکیل‌دهنده انرژی کیهانی را به انرژی زیستی تبدیل می‌نماید.

کتابنامه

ورا استائلی آلدو - ترجمه ناهید ایران نژاد

ترجمه حسین نجاتی

ترجمه پرتو مفتاح

دکتر دیپاک چوبرا: ترجمه گیتی خوشدل

مهندس محسن بهشتی پور

دکتر شهرام شفیعی

مایکل تالبوت - ترجمه داریوش مهرجویی

آره هری - ترجمه دکتر آرام

محمدعلی طاهری

یافته‌های چشم سوم

مدیتیشن

حس برتر

قانون موفقیت

دل چون آینه

فکر و نظر - حرکت جوهری

جهان هولوگرافیک

قدرت اعجاب‌انگیز اهرام

انسان از منظری دیگر

کانال تلگرام "برای تعادل"

@BarayetaadoL

2019/04/10
