

هارولد کلمپ

ردای آگاهی



سخنرانی های ماهانتا – کتاب پنجم

می توانید عشق خداوند را جایگزین ترس هایتان کنید

ردای آگاهی

هارولد کلمپ

سخنرانی های ماهانتا
کتاب پنجم

این کتاب ترجمه ای است از:

**Cloak Of
Consciousness**



اکنکار

مینیا پولیس

فهرست مطالب

ix

پیش گفتار

۱. کلام زنده، بخش اول ۱
- پیروی از یک مسیر. پیشگویی های منصوب به پال. آزادی اراده جستجوی معنوی پال. پیروی از دستورات روح الهی. آگاهی مسیح و آگاهی ماهاننا. آگاهی چگونه افزایش می یابد. پال اکنکار را تعریف می کند. نیروی عشق در زندگی پال. آرزوی خدانشناسی. کار با آگاهی برتر
۲. کلام زنده، بخش دوم ۱۷
- هر کاری که می توانی انجام بده. درس اسکیت باز. پژوهش درباره زندگی پال. پال در جستجوی عشق. تجربه سمینار. معجزات اک. تعهد درونی. چالش های جوانی. جهت گرفتن از روح الهی. دروازه روح طبیعی شکوفا شدن. هدایای عشق. سرودن هیو. راز کاهش وزن. باز بودن بر روح زندگی
۳. این مرد، پال توئیچل است، بخش دوم ۳۶
- جستجو در گذشته برای درس های معنوی. درک تجارب درونی. زیان های هوش بالا. پیام اک را بیرون بکشید. سفر روح چیست؟. یادگیری قوانین معنوی. صیقل دادن روح. علائم نیکوکاری. صندلی قدرت. قدرت هیو. واقعیت نور و صوت. در جستجوی اصل الهی. هدف هر واصل اک
۴. جاده ای به سوی خدا ۵۷
- چه کسی آمادگی اک را دارد؟. کارمای خانواده. شادی وضعیتی از آگاهی است. اک-ویدیا. تناسب معنوی خود را حفظ کنید. سال شفای معنوی. توهم جفت روحی. شفابخشی امور مالی شما. استادی در اک. ترس از مرگ. حل مشکلات مربوط به سلامتی. غلبه بر ترس از سفر روح. تأثیر شایعه و سخن چینی. مقابله با محدودیت های تحمیلی. باورهایی درباره بهشت. سعادت معنوی شما. تحت حمایت روح الهی

۵. کارگاه سفر روح: فهمیدن تجارب خود ۸۳
- هیو چه کاری می تواند انجام دهد. مواجه شدن با مشکلات. وقتی قضاوت می کنیم چه اتفاقی می افتد. آزادی معنوی. سوء استفاده از دعا. تمرینات معنوی. نسیمی از یک. پس دادن کارما. ملاقات با استادان یک. تعهد کامل به خدا. نور خدا. تغییر تمرینات معنوی. غذای معنوی. مراتب وصل خانواده. جریانات زندگی. نظم. حیوانات و هیو. تجارب مربوط به نور. میمون های ذهن. قانون اقتصاد
۶. ردای آگاهی ۱۰۸
- جمه آوری اثرات کارمایی. پوسته های اطراف روح. علائم الهامات معنوی. تاکتیک های بقا. گنجشکی در فروشگاه. موج خدا. گناه و رستگاری. ترس های پنهان. آزاد ساختن روح. رنگ های نور. خروج طبیعی از بدن. همکاری. محافظت و کمک. جستجوی معنوی. سه زاهد گوشه نشین. رابطه ما با خدا. تکنیک سفر روح. کمک به دیگران برای پیدا کردن یک
۷. آیا عملکرد یک اینگونه است؟ ۱۳۳
- کفش های جیر جیرو. جمع آوری مثال. تجارب واقعی. دیدن جهان درون. وقتی اصلین مشروب می نوشند. هدف اکتکار. رشته های ارتباط. راه عشق. سایه شما کیست؟. یک قطره آب. محصول ملی. مجرای برای یک. فراخواندن مردمان کوچک. پشت سر گذاشتن خطر. منجمد در زمان
۸. گل رز و برکت ۱۵۲
- موضوع آگاهی. دریافت حقیقت. بیرون بروید و کاری انجام دهید. حامل زیبایی. چگونه درباره یک صحبت کنیم. اصل آینه. مرکز قلب. با تمرینات معنوی کمک کنید. پیشی جستن بر ذهن. رویا در جهان های خدا. قلبی باز. بازگشت به زندگی. ارتباط با یک
۹. مرا همانند خدا کن ۱۷۳
- اسرار در یک. سادگی عشق. ممانعت از ورود نور. عشق خدا. غلبه بر ترس از ناشناخته. ردای آگاهی خدا. مرا همانند خدا کن. باغبان ژاپنی. متخصص برق. بهشت چیست؟. بازگشت به اصل

۱۰. ماهاننا اینجاست ۱۹۴
- تجارب درونی. نگرش های خلاقانه. برنامه ریزی و انعطاف پذیری
برقراری ارتباط. بلیط های کنسرت. فنجان سوپ. ارزش حقیقی. تبدیل
شدن به قلب واقعی. مانع مسیر راه. اصل استاد. معجزه شب سال نو. طرح
معنوی زندگی
۱۱. این اکنکار قدرتمندترین چیز است ۲۱۵
- برقراری ارتباط با نورآبی. عناصرخدا. تماس با استادان. چای دون شایر.
هدیه برگشت خورد. مشاور غیر اخلاقی. گلدان طلایی. بچه ها چه
می بینند؟. محدودیت سمبل ها. قدرتمندترین چیز. تعادل در روزه. عصر
طلایی در اک
۱۲. پیشرفت معنوی ۲۳۵
- آیا واقعاً پیشرفت می کنیم؟. با بی ارادگی تمرین کردن. آزادی در درون
خودتان است. متعادل ساختن جریان اک. تنظیم ارتعاشات. قدرت افکار و
کلمات. صبر و نیکوکاری. شادمانی گستاخانه. خانه جدید معنوی ما
معنویت معاصر
۱۳. رویا بین خلاق ۲۵۲
- حل کردن یک راز. جرقه خلاق خدا. زندگی گذشته در اتیوپی. زندگی
درونی کودک. رویابین در اک. یافتن دکتر جدید. اصل خلاقانه. استاد
درون و بیرون. کمک کردن در وضعیت رویا. پیشنهاد اک چیست. مجسمه
سنگ بزرگ. زنده در روح
۱۴. شاه عاقل ۲۷۲
- بالاترین اهداف. ارائه خدمت واقعی. علت و معلول. پیروی از
دستورالعمل ها. کمال. خریدن سیب زمینی شیرین. واصلین. کلمه رمز
خود را بگیرید. گوپال داس. برنامه رسا در اک. شاه عاقل. شما روح
هستید
۱۵. یک سوال بسیار ناراحت کننده ۲۹۰
- بین اکنون و بعد. درخشش های نور. پرورش عشق. عواقب تغییر. دریافت
موهبت ها. آیا واصلین بالا کارما دارند؟. بیشتر خودتان شوید. راه آسان و
راه سخت. ما همه چیز را نمی دانیم. فواید سفر روح

۱۶. تمام چیزی که نیاز دارید عشق است ۳۰۶

اعتماد حقیقی . پرورش یافتن در اک . هدیه عشق . استادان اک واقعاً
وجود دارند . نوع خاصی از حمایت . تجارب منحصر به فرد . رژیم غذایی
و رشد معنوی . رفع مشاجره . حس شوخ طبعی . چه کسی باید زندگی شما
را اداره کند؟ . متخصص فیزیوتراپ . تکنیک شرلوک هولمز . قدم زدن با
استاد

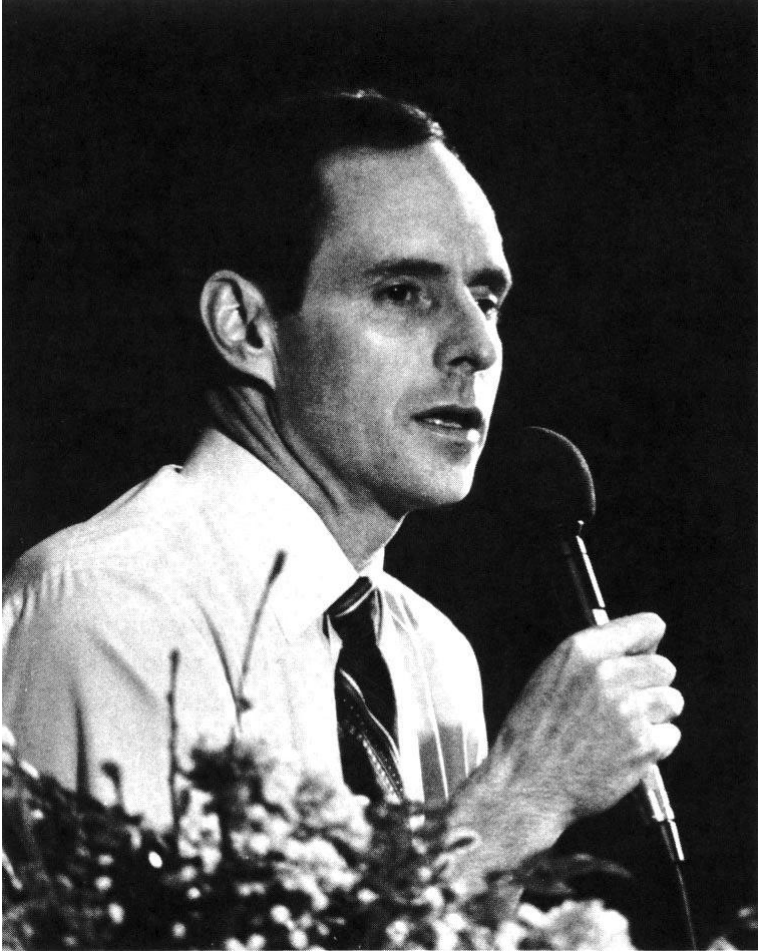
واژه نامه لغات اکنکار ۳۲۱

پیش‌گفتار

کتاب اول راه جاویدان، شریعت - کی - سوگماد می‌گوید: "دانش حقیقی که استاد زنده می‌دهد مستقیم و بی‌واسطه است و از تجارب واقعی روح می‌آید و جدا از حس‌های فیزیکی و آگاهی انسانی است. کلمات او سرشار از جریانِ اک است که در درون او سیر می‌کنند آن‌ها در خود درونی شنونده نفوذ می‌کنند و هیچ تردیدی درباره تجارب روح باقی نمی‌گذارند."

هارولد کلمپ، ماهانتا، استاد در قید حیاتِ اک در سراسر دنیا سفر می‌کند تا آموزه‌های مقدسِ اک را به همه آموزش دهد. بسیاری از سخنرانی‌های عمومی او به صورت نوار کاست منتشر شدند، اما بقیه هرگز جز در سمینار خاصی که او سخنرانی کرده است قابل دسترس نبوده‌اند. بطوریکه خدمات خاص به دانشجویانِ اک و جویندگان حقیقت در همه جا ارائه می‌شود، همه صحبت‌های عمومی سری هارولد تحت دستور خود او نوشته و ویراستاری می‌شود. در حال حاضر این دست نوشته‌ها می‌تواند جهت کمک برای مطالعه درک بیشتر معنوی فرد مورد استفاده قرار داد.

کتاب *ردای آگاهی*، کتاب پنجم، سخنرانی‌های ماهانتا، حاوی سخنان او از سال ۱۹۸۵ تا ۱۹۸۶ است. شاید آنها روح را به آگاهی بالاتری تعالی بخشند.



سری ہارولد کلمپ، ماہانتا، استاد در قید حیات اک، توضیح می دهند
کہ چه اتفاقی هنگام پیشرفت معنوی در آگاهی رخ می دهد. نیو اورلین،

ژوئن ۱۹۸۶.

کلام زنده، بخش اول

سال ۱۹۸۵ در سراسر جهان بزرگ داشت یادبود پال توئیچل در اک است. من سعی کردم با استفاده از اطلاعات قبلی درباره پال، تصویری از فردی را کنار هم قرار دهم که روزی آموزه های باستانی اکنکار را منتشر می کرد.

من درباره معرفی شرح وقایع از اتفاقات زندگی او فکر کردم، اما به ندرت با حقایقی روبرو شدم که هیچ ارزشی برای کسی که به دنبال شناخت خدا بود، نداشته باشد. در هر صورت هر اتفاقی هدفی داشت تا داستان های الهام بخش را نقل کند.

گزارش خبری آنجا بود که اعلام می کرد کسی عروسک های کوچک مسیح را می فروشد این طبیعت انسان است: ابتدا در ذهن خود خدایی را می سازند، و بعد آنها را برای فروش عرضه می کند.

ما باید دقت کنیم که وقتی در یک هستیم خدایانی از استادان گذشته نیافرینیم، حتی اگر که علاقه شدیدی به آنها داشته باشیم و هر قدر کار مهمی برای تاریخ یک انجام داده باشند. به محض این که به استاد قبلی یک نگاه می کنیم تا برای اکنون راهنمایی بگیریم، فرقی با فردی از مذهب ارتودوکس نداریم.

پیروی از یک مسیر

در دوران پال کسانی بودند که سعی می کردند زندگی درونی خود را با تلاش برای پیروی از اک و آموزه های دیگر به دو قسمت تقسیم کنند. یکی از افرادی که هنگام پدید آوردن آموزه های اک به پال کمک کرد زن صادقی بود که پال او را خیلی دوست داشت. او مسئول دفتر اکتکار در لاس وگاس بود و بیشتر کار را خارج از منزل خود انجام می داد. روزی فردی پیرو اک که ارتباط کاری نزدیکی با این زن داشت به میلی مور، یکی از شاگردان قبلی اک گزارش داد که جعبه های زیادی از نامه های پستی هستند که هنوز پاسخ داده نشده اند. کسی باید این را به پال بگوید، و او این مسئله را به اطلاع پال رساند.

میلی مطمئن نبود که چگونه از عهده این موضوع برآید. قبلاً از پال پیام دریافت کرده بود: " نزد من، از کسی بدگویی نکن و شکایت نکن زیرا اگر چیزی بشنوم باید روی آن اقدام کنم ".

بالاخره، در مقابل قضاوت بهتر او، میلی به پال تلفن کرد و در این باره به او گفت. پال گفت: " منظورت چیست؟ جعبه های نامه؟ من نمی خواهم چیزی درباره اش بشنوم و گوشی را کوئید " البته، میلی خیلی ناراحت شد.

چند هفته بعد مدیر دفتر بدون اینکه حتی اطلاع دهد آنجا را ترک کرد.

پال به میلی تلفن کرد. میلی گفت: " آن خانم از آنجا رفته است " پال و میلی هر دو به خانه خالی این زن رفتند تا پرونده های اک را بگیرند و با

دسته های عظیمی از نامه روبرو شدند. در مکاتبه بعدی پال اعلام کرد که نامه هایی آنجا بودند که به مدت بیش از یک سال کسی به آنها پاسخ نداده بود.

در حالیکه این زن به عنوان نماینده اکنکار در لاس وگاس مشغول به کار بود، و موضوعات اک را توزیع می کرد، فرد طرفدار اصول معنویت و ارتباط با ارواح هم بود. اما این موضوع را به کسی نگفته بود، اما بعد از رفتنش، نامه ای از طرف یک کشیش در ارنج کانتی، کالیفرنیا خطاب به پال جناب کشیش آمد. گیل توئیچل تحت نام ملقب آن آتکینسون، نامه ای به او نوشت و درباره اصطلاح جناب کشیش که استفاده کرده بود سوال کرد. کشیش پاسخ داد زنی که در دفتر اک کار می کرده امور مربوط به کلیسای طرفدار امور روحانی را هم پذیرفته بوده و ترتیبی داده که پال کشیش آن کلیسا شود.

پال فکر کرد خنده دار است. در نامه ای به شخص دیگری نوشت: "بله، من کشیش هستم، اما معمولاً عنوان جناب کشیش را با خود حمل نمی کنم". اما وقتی این مذهب تلاش کرد بر موارد جزئی تکیه کند، خیلی زیاد بود. نام پال در طریق مجموعه مقالاتی که در حدود سال ۱۹۶۷ برای مجله های آن زمان از جمله "نیوکاسمیک استار" نوشت همه جا شناخته شد. او جزو مشهورترین نویسندگان بود. با این ادعا که پال توئیچل یکی از کشیش های آنها شده است، کلیسای معنویت گرا به ظاهر فکر کرد که دوباره می تواند برجستگی و برتری بیشتری بدست آورد.

گیل یک بار دیگر به آن مرد نامه نوشت تا به او اطلاع دهد بدون توجه به گفته مدیر قبلی دفتر اکنکار، پال توئیچل هرگز کشیش کلیسای آنها

نبوده است. او از آنها خواست تا دیگر نام او را استفاده نکنند تا محبوبیت کلیسای خود را افزایش دهند. دیگر مکاتبه ای انجام نشد، بنابراین معلوم شد که آن مرد پیام را گرفته است.

پیشگویی های منسوب به پال

بالاخره از نام پال سوء استفاده شد. بسیاری از پیش بینی های قبلی به اعتبار او تکیه کردند و به طور اتفاقی توسط ویراستاران مجله جعل شده و تحت عنوان نام او منتشر شدند. نام پال فروخته شد. با کیفیت معنوی نوشته های او خوانندگان توانستند بفهمند که این مرد حرفی برای گفتن دارد.

پال نامه ای برای اعتراض به مجله نوشت: " من هرگز پیشگویی هایی را که تحت عنوان من چاپ کردید، بیان نکرده ام لطفاً به این کار ادامه ندهید " این پیشگویی ها فقط یک بار چاپ شدند، اما بعدها شخص دیگری آنها را جمع آوری کرد و به پال داد. به طور طبیعی هیچ کدام از پیشگویی ها به واقعیت نپیوست و البته آن را جزو توانایی پال به شمار آوردند.

پیش بینی دیگری که به اشتباه به پال نسبت داده بودند در پاسخ به سربازی بود که نگران شرکت در جنگ ویتنام بود. یکی از منشی ها که نامه های پال را بررسی می کرد تصمیم گرفت با نام پال به آن سرباز پاسخ بدهد. در نامه نوشت: " نگران این مسئله نباش. جنگ خیلی زود به پایان می رسد و ویتنام پیروز خواهد شد " البته معلوم شد که ویتنام شمالی پیروز شد و ایالات متحده در نبرد بازنده شد. بسیاری از

پیش بینی هایی با این ماهیت که از جانب پال می آمدند توسط دیگران انجام می شد و تا امروز با نام او گسترش یافته اند.

آزادی اراده

در اِک-ویدیا، دانش باستانی پیامبری، پال اشاره کرد که آینده قابل تغییر است. بیشتر اوقات، استاد در قید حیات اِک در تغییراتی که اتفاق می افتد دست دارد. اتفاقات دنیا نشان دهنده کارمای نژاد انسان است، اما سرعت سوختن این کارما می تواند کم و زیاد شود، و تعیین زمان را برای وقوع یک اتفاق مشکل سازد.

در اینجا به مسئله خواست و اراده آزادانه می پردازیم. افراد آزادند هر کاری می خواهند انجام دهند، و نتیجه یک اتفاق به انتخاب آن ها در هر لحظه از زمان بستگی دارد.

کسانی که پیش بینی انجام می دهند همه در همان شرایط قرار دارند. کسی که اتفاقی تعدادی از مسائل را درست پیش گویی کرده باشد، مدتی به عنوان پیامبر عصر خود به شمار می آید، اما زیاد دوام نخواهد داشت. در جهان های زیرین امواج روانی بسیار قوی هستند و مدام مردم را به سمت خود می کشند و بنابراین سرنوشت ملل مدام تغییر می کند. عنصر انتخاب کار پیامبری و پیش گویی را حرفه ای نامطمئن می سازد.

پیش گویی موضوعات را پیچیده تر می کنند. برای مثال، درباره زلزله پیش گویی کنید، میلیون ها نفر آن ناحیه را تخلیه می کنند. بعد چه اتفاق می افتد؟ همه کجا می روند؟ و شما چرا در الگوی کارمایی دخالت کردید؟

جستجوی معنوی پال

در جستجو و بررسی زندگی پال، من به دنبال ردپایی بودم که او به عنوان جوینده خدا آن را دنبال کرده بود و بیشتر به هشیاری خدا نزدیک شده بود. پال خالصانه به حالات والای هشیاری اهمیت می داد. از سال های اول نوشتن و ارتباط با عموم، کارهای فرعی او جستجو در مسائل معنوی بوده است. هر جا که می رفت و هر کاری که انجام می داد از تکانه ای اجباری نشأت می گرفت؛ کنجکاوی او درباره ماهیت خدا و رابطه اش با وجود الهی بود.

در سال ۱۹۵۵ در آشرام مرشد پریماناندا در واشنگتن دی سی، یکی از این شاگردان که نامش هاری هارت بود، در آشپزخانه کلیسای کوچک به پال حمله کرد. این دعوا این دو مرد را به در پستی برد، در چمنزار و از آنجا از پرده ای وارد مقر مرشد شدند. پال که جثه اش کوچکتر بود، آسیب وارده به چشم راستش را تحمل کرد، دنده اش ترک برداشت و صورتش به شدت کبود شد دو تا از دوستانش او را چند هفته به فلوریدا بردند تا بهبود یابد.

در آن زمان پال با زنی به نام کامیل ازدواج کرد بود. چون همسرش می خواست همراه با مرشد بماند و پال قصد داشت آنجا را برای یافتن زندگی معنوی تری که این مرشد ارائه می کرد ترک کند، آنها راه خود را از هم جدا کردند. پال در کلیسا بزرگ شده بود اما درست مثل بقیه ما، تمایل او به رها کردن موارد قدیمی و یافتن موارد جدید و ناشناخته

خیلی شدید نبود. با این وجود اک او را هل داد: " او از مردی به نام هاری هارت برای بیرون راندن پال از محل مرشد استفاده کرد "

تنها چاره پال نوشتن نامه به مرشد و تهدید به اجرای قانون علیه مردی بود که به او حمله کرده بود. شما با چیزی که دارید مبارزه می کنید.

خیلی سریع بعد از این کار، پال به واشنگتن دی سی برگشت و شغلی را در YMCA به دست آورد. دیگر در کلیسای آن مرشد مورد استقبال قرار نگرفت. هاری هارت هنوز آنجا بود، و همین طور همسر دلسرده کننده پال. اک آن در را محکم به روی او بسته بود.

برخی از مکاتبات پال نشان می دهد که مرشد از رابطه رو به زوال پال با کامیل خبر داشت. در حقیقت، پال کامیل را مجبور کرده بود تا درباره وضعیت شان با آن مرشد حرف بزند و حتی بعد از اینکه او از پال خواست مراحل طلاق را آغاز کند، پال حرکتی انجام نداد و بی پولی اش را بهانه کرد.

نظر من این است: اگر چه ممکن است دوست داشته باشیم پال را مثل کسی تصور کنیم که می توانست بر سختی و آزمون های زندگی پیش دستی کند، اما او مدام باید همه این دردها را تحمل و از آنها عبور می کرد. او هر چیزی را که برای نرم کردن او لازم بود تجربه کرد تا او را به وضعیت خداشناسی نزدیک تر کند. در ضمن، او از لحاظ موقعیت معنوی در حال رشد و تعالی بود.

حال شکافی در زندگی پال بود که باید با انرژی کمک های معنوی پر می شد. او آماده بود تا گام بعدی را به سمت پله بعدی نردبان بردارد.

پیروی از دستورات روح الهی

ماهانتا، استاد در قید حیاتِ اک باید به کلامِ اک گوش داده و بدون چون و چرا از آن اطاعت کند. وقتی کسی عصای قدرتِ اک را حمل می کند از سوگماد دستور می گیرد، باید به آن دستورات عمل کند. احساسات شخص هیچ دخالتی در آن ندارند.

دیگر رهبران تاریخ در رابطه خود با اصل الهی در موقعیت های مشابه بوده اند. کتاب مقدس نمونه هایی از این که رهبران چگونه باید بدون چون و چرا از دستورات الهی اطاعت کنند ذکر می کند. یک نمونه آن در مهاجرت بنی اسرائیل از مصر به کنعان مشاهده می شود.

پس از آن که موسی بنی اسرائیل را از مصر به بیرون هدایت کرد و از وحشت زین عبور داد، مردم که از تشنگی در حال مرگ بودند، از موسی خواستند مقداری آب به آنها بدهد.

در این ماجرا، خدا به موسی گفت که عصایش را به زمین بزند. بعد از اینکه موسی عصایش را به زمین زد، آب از زمین خارج شد و مردم توانستند آب بنوشند. موسی دقیقاً همان کاری را که خدا فرموده بود انجام داد و همه چیز خوب بود.

همان ماجرا بارها تکرار می شود اما با پیچ و تاب متفاوت: وقتی موسی برای کمک به خدا متوسل می شود، خدا به او می گوید به سراغ این صخره برو و با آن سخن بگو. نه اینکه به آن ضربه بزنی، بلکه با آن حرف بزنی. بنابراین موسی به سراغ صخره می رود و یک بار به آن ضربه می زند-هیچ اتفاقی نمی افتد-چون قرار بود با صخره صحبت کند

دوباره به آن ضربه می زند و این بار خدا اجازه می دهد که آب از آن جاری شود به طوری که مردم می توانند از آن آب بنوشند. اما طبق این نقل قول، چون موسی آن کار را اشتباه انجام داد، خدا فرمود که هرگز نمی تواند بنی اسرائیل را به سرزمین موعود بیاورد.

آگاهی مسیح و آگاهی ماهانتا

مثلی در شریعت - کی - سوگماد است که می گوید پشت همه چهره ها و همه مردم ماهانتا است. برخی مردم تجربه دیدن وجود الهی را که بارها در زمان مشکل به آنها کمک کرده داشته اند. در آن زمان فکر کردند مسیح بوده است. یک مسیحی دوست دارد افکار و احساسات مسیح را داشته باشد و همه چیز در آن زمینه دیده می شود. سالها بعد این افراد خاص دریافتند که اصلاً آن شخص مسیح نبوده است، بلکه استادِ اکِ گوپال داس بوده است.

آگاهی مسیح آگاهی ماهانتاست که مناسب درک افراد آماده کار می شود. هر استاد معنوی ظهوری از اک است که از طریق آن ماهانتا به منظور رسیدن فرد به این سطح از آگاهی عمل می کند.

آگاهی چگونه افزایش می یابد

در زمان لمویا، درست مثل الان، ماهانتا بود، یعنی استاد در قید حیات اک در هر سطحی که برای مردم قابل فهم بود با آنها کار می کرد. اما اگر شخصی از لموریا امشب در بین مخاطبین بود، خیلی کم می فهمید. وضعیت آگاهی امروزی بسیار فراتر از آن زمان گسترش یافته است، او

هیچ مفهوم ذهنی به عنوان نکته ای برای مقایسه نخواهد داشت. چیزی آن قدر آشنا نیست که به صورت گام متوسط عمل کند و به او کمک کند بفهمد قدم بعدی او در راه رسیدن به قلب خدا چیست.

در همین راستا، آگاهیِ یک از حالا تا چند هزار سال شروع خواهد شد و به مرحله ای خواهد رسید که مفاهیم آنها در سطح آگاهی کنونی شما به طور مطلق بی معنا خواهد بود. با وجود این موجِ یک طوری است که روح هایی که امروز آماده مسیر بازگشت به خدا هستند می توانند در این طول عمر، در اینجا و اکنون، آزادی معنوی داشته باشند.

پال اکنکار را تعریف می کند

پال اکنکار را به روش های مختلف بسیاری معرفی کرد. در زمان های مختلف او آن را مسیر، حالت، یا راه زندگی نامید. در مواقع دیگر گفت یک را نمی توان با چیزی توصیف کرد. اما وقتی بر گه های بسیار روی هم انباشته می شوند، مقامات رسمی دولت درباره این سازمان اطلاعات می خواهند. "یک آن چیزی نیست که قبلاً درباره اش شنیدید" پاسخ قابل قبولی به شمار نمی آید. بنابراین، علاوه بر مأموریت پال برای ترویج آموزه های یک و به نوعی مستحکم کردن آنها در دنیا، او با مشکل چگونگی تعریف اکنکار برای اهداف قانونی مواجه شد.

در روزهای اول پال به طور کلی مخالف این بود که اکنکار سازمانی غیرانتفاعی شود. اگر ما نمی توانیم از خود مراقبت کنیم، چگونه می توانیم به شخص دیگری خدمت کنیم؟

در نهایت واقعیت دشوار محدودیت قوانین مالیاتی، همراه با این احتمال که شاید قبل از مشخص شدن استاد در قید حیات اک بعدی او از دنیا برود، تصمیم گیری را برای پال دشوار ساخت. اگر از عقاید اصلی خود منحرف نمی شد، اگر خواست اک را اجرا نمی کرد، و هر کاری را برای تضمین بقای این آموزه ها انجام می داد، آنها باقی نمی ماندند. بعد از در نظر گرفتن همه این عوامل، پال فهمید که او باید ثبات قانونی را فراهم کند که ادامه این آموزه ها را مجاز می کند. و بنابراین اک سازمانی غیرانتفاعی شد و هیئت قابل اطمینان و امین برای مدیریت روز به روز آن منتصب شدند.

پال زیاد نامه می نوشت. نامه های متعدد او به دوستان، نظرات همیشه در حال تغییر او را درباره کلیسای مرشد، پریماناندا و گروه کیپرال سینگ آشکار می کرد. در زمان های مختلف او فکر می کرد که هر گروه یا بهترین بود یا بدترین. برخلاف تصور ما از پال به عنوان مردی که همیشه در خط مستقیم حرکت می کرد، او بیشتر اوقات به جلو و عقب می رفت. او به درس هایی از زندگی نیاز داشت تا او را در عمق مشکلات ببرد، او را بیرون بکشد، به او سیلی محکم عبرت آمیز بزند و دوباره او را در جهت دیگری پرتاب کند. هر بار که او می افتاد، بلند می شد، می افتاد و دوباره برمی خواست.

نیروی عشق در زندگی پال

وقتی آموختم که پال سعی کرده بود عضوی از کلیسای کاتولیک شود، چند سال بعد از تجربه ای که در سال ۱۹۵۷ داشت و آن را در کتاب دندان ببر ثبت کرده بود، من سعی کردم دلیل آن را پیدا کنم. بالاخره فهمیدم که این موضوع به یک زن ارتباط داشت. او از نیروی عشق انگیزه گرفته بود.

مهم نیست شما که هستید، شما در هر صورت به عشق نیاز دارید. اگر نمی توانید شخص دیگر یا حتی یک حیوان خانگی را دوست داشته باشید، حداقل که خودتان را می توانید دوست داشته باشید. حتی فرد خود خواه هم در این جهان جایی دارد. عشق باید از جایی آغاز شود؛ اگر نتوانید کسی باشید که وارد دنیا شود، پس حتی نوع درون گرا بودن هم خود نوعی شروع است. من نمی دانم آن را چطور بهتر بیان کنم، اما نیروی عشق باید جایی در زندگی شخص باشد، و عشق از یک طبیعت انسانی قبل از این که شخص بتواند عشق الهی را درک کند ضروری است.

پال عاشق زن کاتولیکی بود، و دلیل تلاش او برای پیوستن به کلیسا این بود که می خواست با او ازدواج کند. شاید بگویید او هم مثل همه آدم هایی که عاشق می شوند احمق بود. وقتی عشق می ورزید، با تمام قلب و وجودش این کار را می کرد. اما آن رابطه هرگز به جایی نرسید و او به شدت آسیب دید.

پال می دانست که جایی زنی بود که به او در مأموریت اش کمک خواهد کرد. او به دنبال عشق می گشت و وقتی عاشق شد، با صمیم قلب عشق ورزید. اما به هر دلیلی رابطه اش با دردسر برای هر دو طرف به پایان رسید.

آرزوی خداشناسی

یکبار پال داستانی تعریف کرد، درباره پسری که می خواست بیشتر درباره وضعیت خداشناسی بداند. پسر به شدت مشتاق شناخت خدا بود و مدام معلمش را اذیت می کرد.

روزی وقتی اعصاب معلمش را واقعاً بهم ریخته بود، مرد او را به رودخانه ای برد، سر پسر را زیر آب فرو کرد و آن قدر او را زیر آب نگه داشت که پسر نتوانست تحمل کند و مثل گربه وحشی تقلا کرد. بالاخره معلم او را آزاد کرد.

استاد گفت: "وقتی سرت زیر آب بود، چه چیزی را بیشتر از هر چیز در دنیا می خواستی؟"

پسر که به نفس نفس افتاده بود گفت: "هوا!" استاد گفت: "وقتی این اندازه به خداشناسی مشتاق باشی، به آن خواهی رسید"

کار با آگاهی برتر

بسیاری از مردم درست درک نمی کنند که کار با آگاهی ماهاننا چه معنایی دارد. آنها فقط فکر می کنند که بازکردن آگاهای شان سبب می شود کانال خاصی برای یک باشند که در بالاترین سطح آگاهی

ماهانتا قرار دارد. اگر این واقعیت داشت واصل مرحله دوم با قلب خالص می توانست ماهانتا شود و واصلین بیرونی به حساب نمی آمدند. داشتن آگاهی کامل ماهانتا یعنی رسیدن به مرحله درونی همانند رسیدن به مرحله وصل بیرونی. در یک همیشه تعادلی بین درون و بیرون هست. وقتی به این تعادل برسیم، می توانیم همکار خدا شویم. زمانی پال درباره معنای عملکرد در آگاهی خدا نوشت. دو نیرو همیشه در کارند عشق و قدرت. برخی از مردم با قدرت یک تسخیر می شوند، عده ای به عشق یک. پال تمییز خوبی ایجاد کرد که وقتی در مسیر معنوی رسیدن به خدا هستید داشتن آن مهم است. این به موضوع بی قدرتی مربوط می شود.

در جهان مخلوق خدا، راز زندگی یعنی هیچ قدرتی نباشد. وقتی به قلمرو خدا می آییم، متوجه می شویم که آنجا قدرتی نیست فقط توفیق و برکت است. فقط با توفیق است که در همه جهان ها زنده می مانیم، و هیچ قدرتی از هیچ نوعی نمی تواند بر علیه ما باشد، این ما را در موقعیت بسیار متواضعانه و آرامی قرار می دهد. به همان اندازه که ممکن است از آن متنفر باشیم، باید بدانیم که ما خود، کاری انجام نمی دهیم. برکت باشد.

سمینار جهانی اک، آتلانتا، جورجیا،

جمعه، ۲۹ اکتبر، ۱۹۸۵



استاد رویا به او گفت که او می تواند بوسیله اسکیت بازی به زندگی
معنوی خود باز گردد.

کلام زنده، بخش دوم

کلام زنده به ماهانتا، استاد در قید حیاتِ اک این دوران اشاره می کند. هرگاه برای دریافت هدایت به استاد گذشته نگاه می کنیم، از مسیر اصلی منحرف می شویم. البته کمک معنوی می گیریم، زیرا راه های زیادی برای رسیدن به خدا هست. این موضوع هرگز در اکتکار مورد بحث قرار نگرفته است. اما آموزه های اک به روح، مستقیم ترین راه را برای رسیدن به اقیانوس عشق و رحمت می دهد که این هم یک راه رسیدن به خداست.

کلام زنده عنصری است که آموزه های اک را جاری نگه می دارد. آگاهی مردم از عصری به عصر دیگر تغییر می کند و از طریق کلام زنده این نوشته ها و پیام اک به روشی که مردم آن دوران بتوانند آن را بفهمند و بپذیرند ارائه می شود.

هر کاری که می توانی انجام بده

در پشت صحنه با مدیر اصلی دفتر بین المللی اکتکار صحبت می کردم. امروز صبح، او سخنرانی کرده بود و گیتار زده بود و ترانه ای خوانده بود. بعد کسی او را در حال جابجا کردن صندلی دیده بود و پرسیده بود: " آیا شما هم باید صندلی جابجا کنید؟ " او پاسخ داده بود: " هر کاری که می توانی انجام بده "

او به شوخی گفت هر کسی که در شغل مدیر کل دفتر اکنکار استخدام شود از او می پرسند: " بسیاری از مردم مهارت های تجاری دارند، اما تو چه کار دیگری بلدی؟ "

در اکنکار ما در می یابیم که توانایی انجام دادن بسیاری از کارهایی را داریم که همیشه می خواستیم انجام دهیم، چون ترس ما را مانع می شود و حالا این ترس کم کم توسط یک برطرف شده است و با نور و صوت خدا از ترس عبور کردیم. این دو جنبه از روح مقدس بیشتر از کلمات برای کسانی که تمرینات معنوی انجام می دهند موثر واقع می شود و آنها تکنیک هایی هستند که فرد را به زندگی معنوی نزدیک نگه می دارد.

درس اسکیت باز

مرد جوانی، که مدتی در یک بوده است، کم کم تمرینات معنوی خود را قطع کرد. بعد از مدتی متوجه شد که همه کارهای زندگی اش سخت تر و پیچیده تر می شود ولی نمی توانست بفهمد چرا؟

یک شب، درست قبل از خواب، از خودش پرسید چطور می تواند به مسیر زندگی معنوی بازگردد؟ بعد در حالت رویا، استاد درون به او گفت: " اسکیت بازی کن " و او این کار را کرد. با اسکیت بازی در اطراف منزل در عصرها کم کم متوجه چیزی غیر عادی شد: هر بار که از گوشه خاصی عبور می کرد، چراغ خیابان خاموش می شد. او این را با چند نفر از دیگر اسکیت بازان درمیان گذاشت، اما برای کسی این اتفاق نیفتاده بود.

روزی به ذهنش رسید: " شاید نور چراغ خیابان بازتاب تار شدن هشیاری معنوی خود او بود "

در مسیر اسکیت بازی او تعداد زیادی چراغ خیابان بود. هر وقت تمرینات معنوی اش را انجام نمی داد، متوجه می شد که وقتی به چراغ ها نزدیک می شود همه چراغ ها یکی یکی خاموش یا کم نور می شوند. به محض اینکه از آنجا عبور می کرد، دوباره روشن می شدند. وقتی انجام تمرینات معنوی را به طور منظم شروع کرد، دریافت که چراغ های خیابان روشن می ماندند. انرژی بسیار واقعی در تمرینات معنوی راهی برای او فراهم ساخته بود تا حالت هشیاری آن زمان خود را بسنجد.

بیشتر ما نمی توانیم به این وضوح از حالت هشیاری خود آگاه شویم و بیشتر اوقات استاد درون به سراغ ما نمی آید و بگوید: "این کار را بکن تا معنوی تر شوی" به طور معمول دستور در حالت سکوت و به طور شهودی اعلام می شود. کسانی که در طی تفکر و مراقبه، ماهانتا را به شکل استاد بیرونی، نور آبی یا هر چیز قابل دیدن می بینند از داشتن این نشانه که شما با منبع توانایی درونی در تماس هستید، بسیار خوشبخت هستند.

پژوهش درباره زندگی پال

بررسی تاریخ زندگی استاد در قید حیات گذشته، کار سختی است. من هر کار لازمی را برای مشخص ساختن جنبه های خاص اصول معنوی انجام می دهم تا آن را برای کسانی که می خواهند زندگی پر از تجربه ای داشته باشند قابل درک تر کنم.

یکی از نامه های پال تونیچل آشکار کرد که او در سن هشت سالگی آگاهی کیهانی را تجربه کرده است، وقتی موجودی بلند قد با موهای

بلند و یک ردا به سراغ او آمده بود. آن موجود به او گفته بود که مراقب خوب بودن معنوی پال است تا زمانی که پال به کمال و بلوغ کامل برسد. این تماس اولیه با نور اک را پال به سختی برای هم کلاسی هایش توضیح می داد و احتمالاً بسیاری از مشکلاتی که در مدرسه داشت ناشی از این حرف های او بود.

آگاهی کیهانی فقط نور می آورد. آگاهی اکشار، که همان چیزی است که ما به دنبال آن هستیم، هم نور و هم صوت خدا را می آورد. این نور تله ها و دام ها را نشان می دهد و صوت ما را به سوی خدا هدایت می کند. ما بدون نور می توانیم کاری انجام دهیم اما بدون صوت هرگز. در حدود سال ۱۹۵۹، پال واشنگتن دی سی را ترک کرد، و به انگلستان نقل مکان کرد. شش ماه بعد فهمید که خواهرش کتی در اثر بیماری لاعلاجی در حال مرگ است. سریع به وطن به کنتاکی برگشت و دو ماه آخر زندگی خواهرش را در کنار او سپری کرد.

پال در جستجوی عشق

خواهر پال توصیه هایی به پال کرد که او را به مسیر جدیدی هدایت نمود. او احساس می کرد که اگر او به ایووا برود، زنی را ملاقات خواهد کرد که برای او خوب است. خواهرش به او گفت: "تا زمانی که کسی را پیدا نکنی که بیشتر از خودت دوست داشته باشی پیشرفت زیادی در معنویت نخواهی کرد"

پال که اساساً به خود علاقه مند بود با این موضوع مشکل داشت، اما در همان حین عشق زیادی به خدا می ورزید. طی سال ها درس های

زندگی او را خرد کرده و دوباره شکل داده بود تا اینکه دیگر نفسی برای او باقی نمانده بود، و اجازه می داد که وجود معنوی او آشکار شود.

می توانم به شما اطمینان دهم که زندگی پال سخت بود. شاید خودش آن را سخت کرده بود. با آگاهی بیشتری که در درون او پدید می آمد، او فرد بیداری بود در بین خفتگان. برای او سخت بود که هر روز با دیگر مردم ارتباط برقرار کند.

در نامه ای به دوستی، پال نوشت که او و همسر دومش گیل بیشتر اوقات نقل مکان می کنند و همسایه ها را خیلی خوب نمی شناسند. به نظر نمی رسید که او اهمیتی بدهد و احتمالاً این احساس دو جانبه بود او مهارت خوبی برای مغشوش کردن مردم داشت.

بسیاری از نگرش های خصوصی درباره پال از جمله در کتاب *پالچی*، یک تاریخچه نوشته پتی سیمپسون وجود دارد. این کتاب نگاهی دارد به زندگی مردی که رهبر معنوی شد. کارهایی که باید انجام می داد و شرایطی که تحت آن باید آن کار را انجام می داد. این زندگی برای پال دشوار اما پاداش بخش بود و این برای من پاداش بخش است. حتی در یک روز بد، چیزی نیست که از روی میل انجام ندهم. پال هم می دانست که تجارب کل زندگی او باید او را به این موقعیت هدایت می کرد و وقتی زمان خدمت فرا رسید، این کار را با شادمانی انجام داد.

تجربه سمینار

وقتی به این موقعیت رسیدم یکی از اولین چیزهایی که متوجه شدم این بود که صحبت کردن و ایراد سخنرانی در سمینار چقدر سخت است. مردم بار و مشکلات زندگی خویش را با خود می آورند، مشکلاتی که مثل ردایی سربی اطراف آنها را گرفته است. رسیدن به آگاهی بسیار سخت است. این تا حدودی به سختی سفر و هر چیز دیگری که شخص باید قبل از آمدن به سمینار یک با آن مخالفت کند بستگی دارد. اگر لوله کشی، ماشین، شغل یا هر چیز دیگری دچار مشکل شود، به نظر می رسد که یکی دو هفته قبل از سمینار رخ داده است.

این فقط بخشی از فرآیند پاکسازی روح است. این فرد را کمی متواضع تر می کند و او کمی بیشتر از تمایل ذهنی خود برای مقابله با این دنیا مطمئن می شود و کمی بیشتر به یک مقدس تمایل پیدا می کند. این شخص را به حالت یا احساس مناسبی می رساند که سبب می شود پیام یک وارد قلب او شود.

شب دوم کمی بیشتر احساس راحتی می کند، زیرا یک مردم را لمس کرده است و آنها در اطراف دیگر اکیست ها بوده اند، و نور و صوت در زندگی درونی آنها تأثیر گذاشته است. خواه از آن آگاه باشند یا نه، آگاهی آنها افزایش یافته است.

وقتی شما سمینار را ترک می کنید، نور با شما همراه می شود به طور کلی یک هفته با شما می ماند و به نحوی دیگران هم متوجه آن می شوند.

معجزات اِک

واصلین اِک اتفاقات زیادی را که در زمینه معجزه رخ می دهد، گزارش می دهند. در کارگاه سفر روح برای اکیست های نووژ، یکی از واصلین این ماجرا را تعریف کرد.

چند سال پیش، در طول یکی از آن طوفان های شدید برفی نووژ، او و دوستش با ماشین به محل برگزاری برنامه اِک که با آنها زیاد فاصله داشت می رفتند و قرار بود او آنجا سخنرانی کند. ناگهان ماشین سُر خورد و در عرض چند ثانیه در برف فرو رفت. او گاز داد و هر چه بیشتر گاز می داد، نمی توانست از داخل برف خارج شود. تا اینکه ماشین دیگری آمد، اما راننده با تجربه تر هم نتوانست کمکی بکند.

بالاخره به دوستش گفت: " شما پشت فرمان بنشین و من هُل می دهم " وقتی این اِکیست در حال دنده عوض کردن بود، او با خودش فکر کرد چطور به موقع به سخنرانی خواهند رسید. آرام با خودش کلمه سری اش را تکرار کرد و گفت: "ماهانتا، لطفاً کمک کن. ما نهایت تلاش خود را می کنیم، هر کاری می توانی انجام بده "

او که سپر ماشین را با دو دست گرفته بود کاملاً انتظار داشت که وزن سنگین ماشین را تحمل کند. اما در کمال تعجب؛ ماشین آن قدر سبک شد که او توانست با نوک انگشتانش آن را حرکت دهد. او فشار کمی داد و یک لحظه بعد آنها از برف خارج شده بودند و به جاده اصلی بازگشته بودند.

او خیلی آرام به داخل ماشین برگشت و دستش را به نشانه تشکر برای مرد مسن تکان داد و به سمت محل سمینار راند.

اِک در هر راهی به ما کمک می کند بخصوص وقتی ما پیام او را در بین مردم جهان پخش می کنیم. معجزات اِک بیشتر اوقات به سراغ کسانی می آید که برای آن کار می کنند. به نظر می رسد این اتفاق برای کسانی که یاد نگرفته اند چگونه از منطقه امن خود خارج شوند و به سوی اِک قدم بردارند کمتر اتفاق می افتد.

تعهد درونی

اولین گام این است که متعهد شویم، سپس برای دنبال کردن مسیر بدون توجه به اتفاقاتی که رخ می دهد قدم برداریم. اگر در مسیر خود با مانعی مواجه شدید تعجب نکنید، ابتدا بزرگترین مانع ترس های شما خواهد بود. اما شما بر آنها غلبه خواهید کرد. وقتی آماده باشید تا وارد منطقه دیگری شوید، موانع دیگری راه را بر شما سد می کنند و سعی می کنند از سرعت شما بکاهند.

این موانع به شما فرصت می دهند که در تخیل خلاقانه غرق شوید. شما که مدام به سمت دیوار هُل داده شده اید، باید تصمیماتی بگیرید و راه هایی برای انجام تعهد خود پیدا کنید. این بخشی از رشد معنوی است. حل این مسائل آگاهی شما را گسترش می دهد و وقتی این گسترش رخ می دهد، شما بیشتر می توانید برای مشکلاتی که در گذشته شما را شکست دادند راه حل پیدا کنید.

چالش های جوانی

مرد جوانی که در عرض چند ماه قرار بود به خدمت ارتش برود، سوالی را مطرح کرد که او را اذیت کرده بود: "به عنوان سرباز کشورم، چه اتفاقی می افتد اگر مرا در موقعیتی قرار دهند که مجبور شوم به کسی صدمه و آسیب بزنم؟ آیا نباید تاوان کارمایی پرداخت کنم؟" او ماجرای را تعریف کرد که من در کتاب نسیم تحول آن را گفته بودم جایی که شکارچی آهوپی را زخمی کرد و بعداً بازوی خودش شکست. به عبارت دیگر، بالاخره تاوان پس داد. او پرسید: "آیا اگر کسی را زخمی کنم باید تاوان پس دهم؟"

من گفتم: "نه، بین زخمی کردن یا کشتن برای تفریح و جنگیدن برای کشور خیلی تفاوت هست. مادامی که شما از لحاظ احساسی در چیزی که در آن برای دفاع از آزادی افراد کشور خود انجام می دهید شرکت می کنید، هیچ کارمایی دخالت ندارد"

این جوان امروز با بسیاری از همان چالش هایی روبرو است که نسل گذشته با آن مواجه بودند. مادامی که انسان ها در یک سیاره زندگی می کنند، باید مبارزه کنند. من دوست دارم بگویم که بر روی زمین صلح و آرامش حاکم است و مأموریت من آوردن آرامش و صلح است، اما این مأموریت مسیح یا هر استاد گذشته دیگری نیست. استادان گذشته حتی گفتند که آنها برای آوردن صلح و آرامش نیامده اند، بلکه آمده اند تا انسان ها را در مقابل یکدیگر قرار دهند. منظورشان این نبود که به طور مستقیم عامل جنگ باشند. منظورشان این بود که وقتی آگاهی معنوی در

بین نوع بشر وارد می شود، احساسات انسان ها را هنگام تعامل بر هم می ریزد و سبب می شود به جنگ بروند و با هم بجنگند. این فرآیند ماهیت خالص وضعیت انسان را چنان مشتعل می سازد که روح به هویت خالصی تبدیل می شود.

مرد جوان که نگران خدمت سربازی بود همچنین از فرصت های تحصیلی در خدمت آگاه بود. او فهمید که می تواند اعتباراتی را جهت وارد شدن به کالج کسب کند و سپس به خدمت برود.

بودن در این جهان و از آن نبودن به این معنا نیست که عقب نشینی کنید و هیچ تلاشی برای بهبود خود انجام ندهید. برای اینکه فرد بهتری باشید هر کاری بتوانید انجام می دهید، استعدادها و علائق خود را پرورش می دهید و سپس یک برای انتقال پیام خود وسیله بهتری خواهد داشت.

جهت گرفتن از روح الهی

کلام زنده، یک است که از ماهانتا، استاد در قید حیات یک می آید، که سپس از طریق واصلین یک عمل می کند. از طریق ارتباطات درونی است که فرد واصل درباره کارهایی که لازم است انجام دهد دستور می گیرد. این حتی می تواند شامل متواضع ترین موارد شود که به ظاهر هیچ ارتباط مستقیمی با کارهای یک ندارد. شاید خود را در حال مربی گری یک تیم جوان ببینید، مثلاً به این علت که گروه خاصی از مردم نیاز دارند که با نور و صوتی که شما حمل می کنید لمس شوند.

من با میلی موری که واصل هشتم یک بود صحبت کردم. ناگهان او کمی عقب پرید و بعد لحظه ای ساکت شد. بالاخره گفت: " می دانید پال هم عادت داشت این کار را بکند. او به شما نگاه می کرد بعد درست مثل اینکه بفهمید چیزی هست که باید انجام دهید، آن کار را انجام می داد " بعد گفت: " گاهی فکر می کنم شما بالاتر از پال هستید "

من پرسیدم: " آیا به همان دلیل با آن حالت گرفته در چهره از افاق به بیرون دویدید، گویی نوعی مأموریت شخصی به شما دادند؟ "

او گفت: " بله، به همین دلیل بود "

استاد درون با او صحبت می کرد و چون او کانال باز یک بود، هر کاری که او باید انجام می داد باید به شیوه عقل سلیم و خوبی انجام می شد که در زمان و شرایط درست بودند. یک با شما هم این گونه کار می کند.

دروازه روح

حقیقت معنوی که روح از درون باز می شود، وجود دارد. و وقتی باز می شود، می توانید وارد جهان های خدا در سطوح مختلف، آسمان ها و جهان هایی شوید که در درون شما نهفته است. این بدان معنا نیست که آنها واقعاً در درون شما هستند، بلکه یعنی قبل از اینکه شما بتوانید وارد دیگر جهان ها شوید، باید به درون رفتن را آغاز کرده باشید. مادامی که شما اصل درست را دارید- آن در درون باز می شود- نیمی از نبرد را برده اید.

عده ای همیشه در روح را با فشار هل می دهند. هیچ کاری برای آنها نتیجه نمی دهد و آنها نمی دانند چرا در یک روزگار سختی را سپری می کنند.

خانواده ای که در بخش خطرناک میدوست در حاشیه طوفان زندگی می کردند شنیدند که طوفان در راه آنان است. این خانواده و چند نفر از دوستانشان در خانه با نگرانی منتظر آمدن طوفان بودند. آنها خاطرات بدی از طوفان قبلی داشتند، خاطراتی که درختی را از ریشه کنده و آن را از پنجره به داخل خانه پرتاب کرده بود.

طوفان بدون صدمه و آسیب ظاهری گذشت. یکی از بچه ها سعی کرد در جلویی را باز کند، اما در باز نشد. به سراغ پدرش رفت و گفت: " پدر نمی توانم در را باز کنم " مهمان و صاحب خانه آن را هل دادند اما آنها هم نتوانستند آن را باز کنند.

بالاخره صاحبخانه به همه گفت از سر راه کنار بروند. او گفت: " من آن در را باز می کنم " و بعد چنان تیپ پای محکمی به در زد که در از وسط به دو قسمت تقسیم شد.

همه دور او جمع شدند و بیرون را نگاه کردند و منتظر بودند تکه هایی را که مانع باز شدن در شده بود را ببینند اما چیزی آنجا نبود.

ناگهان صاحبخانه با صدای بلند فریاد زد: " کاملاً فراموش کرده بودم که در خانه به داخل باز می شود "

طوفان آسیبی نزده بود، اما خود این مرد خسارت زیادی به خانه وارد کرد.

ما هم وقتی راه اشتباه را در زندگی معنوی خود ادامه می دهیم صدمه زیادی به خود می زنیم. اگر اکیست ها دوره هایی را پشت سر بگذرانند و تمرینات معنوی انجام دهند، سپس کمک مورد نیاز برای رشد معنوی به طور طبیعی از راه می رسد.

طبیعی شکوفا شدن

در اولین روزهای اِکنکار، اِکیستی که دیسکورس سال اول را مطالعه کرده بود درباره منظور پال از بیان جمله ای دچار سوء تفاهم شده بود بعد از سال اول، او احساس کرد به طور کامل آموزه ها را درک نمی کند. بنابراین به جای این که وارد مرحله بعدی شود، دوباره یک سال دیگر همان دوره را مطالعه کرد.

به او گفته بودند که بعد از دو سال مطالعه می تواند درخواست ورود به مرحله دوم را بدهد. در پایان سال دوم، او به دفتر اِکنکار نامه ای نوشت که او آماده برای واصل شدن است. کارکنان باید برای او توضیح می دادند که برنامه اِک او را ملزم می دارد که دوره مطالعه دو دیسکورس را قبل از ورود به مرحله دوم وصل مطالعه کند.

او متوجه نشده بود که او باید ادامه دهد و مهم نیست که چقدر شما دیسکورس اِک را به طور کامل مطالعه می کنید شما یکباره و بار اول بر همه چیز واقف نمی شوید. اما گاهی بعد وقتی درسی را تکرار می کنید، حقیقت و دانش بر شما آشکار می شود.

اگر چه من اطلاعاتی را درباره پال به شما داده ام اما ما نگران زمان حال هستیم. کاری که با کلام زنده انجام می دهیم مهم است، نه اتفاقی که در گذشته رخ داده است.

هدایای عشق

زنی را می شناسم که به طرق مختلف به اک آشناست. شکل خدمت او به اصل معنوی این است که برای سگ ها، گربه ها و پرنده ها غذا می ریزد. اما او آخر متوجه شد که زنبورها دوست دارند نزدیک شوند و غذای گربه ها را هم بخورند.

هر روز صبح، پرنده ها پشت پنجره او می نشینند و نشان می دهند که وقت صبحانه است. به محض اینکه با غذا بیرون می رود همه پرنده ها و گربه ها و سگ ها و زنبورها دور او جمع می شوند.

فکر کردن به این صحنه مرا کنجکاو میکند گفتم: " اگر گربه ها، زنبورها همان غذا را می خورند، آیا از یک ظرف غذا می خورند یا این کار را به نوبت انجام می دهند؟ چه کسی اول غذا را می خورد؟ " این موارد جزئی مرا اذیت می کند.

زن توضیح داد که گربه ها غذا می خورند و زنبورها اطراف آنها می چرخند و منتظر می شوند راهی باز شود.

این زن به تازگی اخبار جالبی درباره گزارشات تلویزیونی مربوط به دسته زنبورهای قاتل که از آمریکا و مکزیک شمال به شمال در حرکت بودند، شنید. این زنبوران قاتل به هر چیزی که در مسیر آنها باشد حمله می کنند و علاقه وافری به خوردن گوشت دارند. زن از شنیدن این که

زنبورهای زیادی که دور کلبه او جمع شده اند علاقه به خوردن غذای گربه دارند کمی مضطرب شد.

اما این موجودات تا حدودی فهمیدند که زنی که برای آنها غذا بیرون می گذارد قلبی سرشار از عشق دارد. نه او را نیش زدند و نه هیچکدام از گربه ها را. او حفاظ داشت زیرا عشقی در درون خود داشت. این همان نوع عشقی است که شما را در طول زندگی محافظت می کند.

سرودن هیو

هر وقت کسی مشکلی در محل کار برای شما ایجاد کرد، فقط به آرامی درونتان هیو را بخوانید، بگذارید شخص خشم خود را فرو بخورد و فقط منتظر شوید و ببینید که در این موقعیت برای شما چه می کند. آنگاه متوجه می شوید که می دانید چه بگویید و چه نگوئید، چه هنگام حرف بزنید و چه هنگام سکوت کنید، چگونه از مسیر آن شخص دور باشید یا چه هنگام به مافوق شخص بگویید.

وقتی به این موارد برخورد کردید، با همه توان خود هیو را بخوانید تا خود را همچون مجرای باز برای خداوند قرار دهید. برای تغییر دادن وضعیت آگاهی طرف مقابل از هیو استفاده نکنید، از آن برای محافظت خود استفاده کنید. این شما را با پوششی از نور سفید احاطه می کند و هر چه به طرف شما پرتاب شود به فرستنده آن باز می گردد. شخصی که به شما حمله می کند آن قدر با مشکلات خود سرگرم می شود که دیگر فرصتی برای ادامه حملات خود به شما پیدا نمی کند. فقط به این طریق عمل می کند.

راز کاهش وزن

زنی با اضافه وزن زیاد از تجربه ای که با پال استاد در قید حیات داشت، سخن گفته است. شبی در طبقات درون پال آمد و روی بالکن ایستاد و از آن بالا، زن را که در پایین حیاط بود تماشا می کرد.

زن صدا زد: "پال، برای کاهش وزن خودم چه کنم؟"
پال با تله پاتی به او جواب داد: " لاغری تو باید از درون به بیرون نمایان شود"

این تجربه درونی او را به شناخت شخصی رهنمون کرد؛ اگر چه خواسته بود وزن کم کند، واقعاً به خوردن علاقه داشت و لذت زندگی او خوردن بود.

باید برای خود تصمیم بگیرید برای کاهش وزن خود چقدر حاضرید فداکاری کنید. شاید احساس کنید موارد دیگر برای شما مهم تر هستند. لاغر بودن برای همه ایده آل نیست، عده ای وقتی کمی اضافه وزن دارند احساس بهتری دارند.

هربار که به سمینار آمدم، جریان انرژی آن قدر قوی است که می توانم مثل یک اسب بخورم و در عین حال وزن کم کنم. در حقیقت، سعی می کنم غذاها را با مردم مختلف بخورم بنابراین حرفی درباره خوردنم نمی زنم.

باز بودن بر روح زندگی

زنی درباره تجربه اش با پال که یکی از عملکردهای استاد درون را توضیح می دهد صحبت کرد، موقعیتی که در آن در دوران خود خدمت کرد و من امروز خدمت می کنم.

این فرد اکیست معلم مدرسه بود. او در آن زمان با مادرش زندگی می کرد. در آن زمان با مادرش بود. وقتی هر شب از محل کار به خانه بر می گشت، معمولاً مستقیم به اتاقش می رفت تا تمرین معنوی و مراقبه کند و قبل از تصحیح کردن اوراق شاگردانش استراحت می کرد.

شبی وقتی این اکیست از اتاقش بیرون آمد، مادرش گفت: " همین الان در حال تمرین معنوی و مراقبه بودی؟ "

اکیست گفت: " بله، بودم "

" خوب، فکر می کنم دوستت به اتاق اشتباه دیگری رفت " اکیست به مادرش درباره پال توئیچل که به عنوان رهبر معنوی اکنکار خدمت می کرد، گفته بود.

او پرسید: " منظورت چیست، مادر؟ "

مادرش گفت: " همین الان در رختخواب خوابیده بودم، و درباره چیز خاصی فکر نمی کردم و ناگهان دیدم نور آبی در مقابل من به چرخش درآمد. اگر درباره نور آبی به من چیزی نگفته بودی، فکر می کردم که دچار کوری تدریجی شده ام " بعد توصیف کرد چه اتفاقی افتاد: " وقتی این نور آبی را تماشا می کردم، به شکل یک مرد درآمد "

دخترش پرسید: " آن مرد چه شکلی بود؟ "

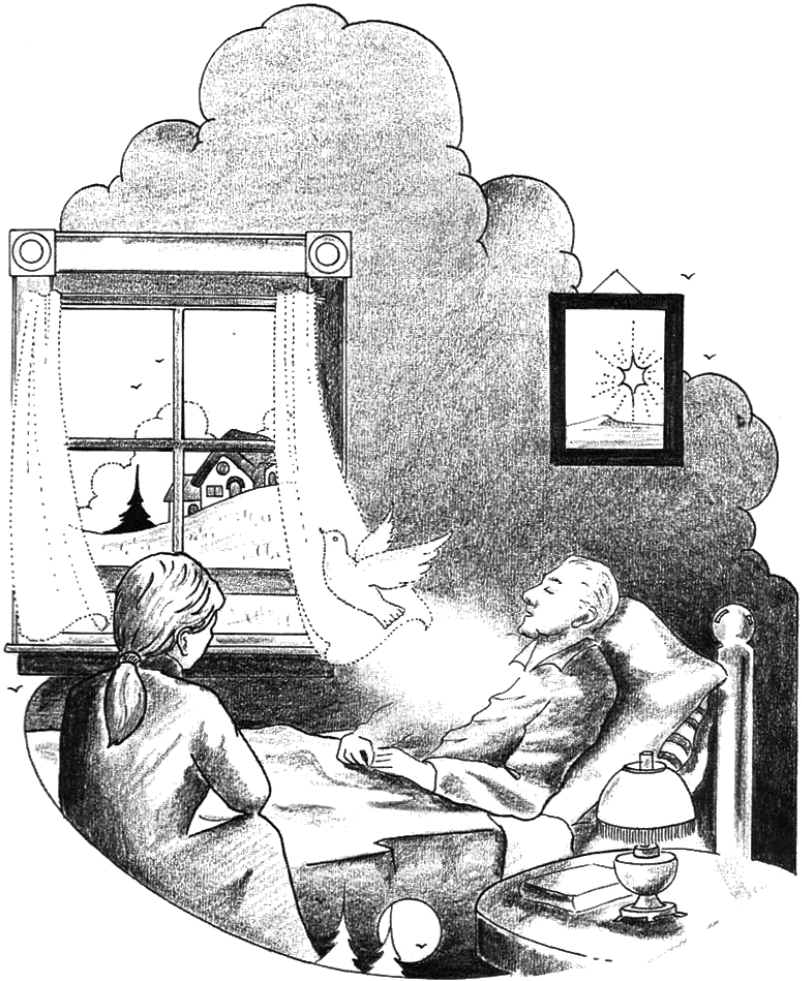
" صورت گرد آلمانی داشت " مادر که خودش آلمانی بود فکر می کرد که آن صورت خیلی خوب بود.

اکیست به اتاقش رفت و تصویری از پال آورد و به مادرش نشان داد. مادرش گفت: " این همان مرد است، این چطور امکان پذیر است؟ من حتی اِک را هم مطالعه نکرده ام؟" اما او نسبت به اِک روشنفکرانه فکر می کرد، هرگز از دخترش به خاطر اکیست بودن انتقاد نکرده بود و به طرق مختلف از این زندگی معنوی استقبال می کرد.

اگر به تمرینات معنوی اِک ادامه دهید و قلب شما به روح زندگی باز شود، نور خدا را خواهید دید و صوت خدا را که به صورت صدا می آید، خواهید شنید. آموزه های اِک به فرد نشان می دهد چگونه حقیقت خداوند را در درون خود بیابند. این در از درون باز می شود.

سمینار سراسری اِک، آتلانتا، جورجیا،

شنبه ۲۶ اکتبر، ۱۹۸۵



زن نور سفیدی را دید که از وسط قلب پدر در حال مرگ خود بیرون
می آمد، به شکل کبوتر شد و به دور دست پرواز کرد

این مرد، پال توئیچل است، بخش دوم

گاهی سخت است در سمینارها درباره مسائل مادی صحبت کنیم. اگر یک سبب شود که در زمانی نامناسب ماجرای برای شما رخ دهد، آیا همه چیز را رها می کنید تا درباره آن بنویسید؟ اگر منتظر شوید و زمان دهید، احتمال دارد که نکات دقیق و ظریف آن، که سبب می شود ماجرا ارزش تعریف کردن را داشته باشد از دست بدهید، یا به طور کلی آن را فراموش می کنید و اگر چیزی را که یک قبلاً به شما داده است استفاده نکنید، دیگر چیز بیشتری به شما نمی دهد.

در مورد تجارب درونی نیز همین امر صادق است. اگر فرد واصل یک در حالت رویا چیزی از استاد درون دریافت کند، به واقع نظمی دریافت می کنید که در نیمه شب سرد بیدار شوید و آن را بنویسید. اما اگر بتوانید این کار را انجام دهید، آن را به خاطر خواهید سپرد.

این خیلی ساده است: وقتی از چیزی که به شما داده اند استفاده می کنید، یک به شما بیشتر می دهد؛ و اگر از آن استفاده نکنید، یک آن را متوقف می کند. چرا لیوانی که پر از آب است را در آن آب بریزیم؟ آب اضافی سرریز می کند و همه جا را کثیف می کند. زمانی این سرریزی رخ می دهد که فرد علاقه مند به یک بدون این که چیزی برگرداند در کارهای معنوی زیادی شرکت می کند.

دیشب که ما همه در رستوران بودیم، کسی داستانی تعریف کرد که من فکر کردم می توانم آن را در گفتگوی امروز صبح به کار ببرم. درست بعد

از آن که پیشخدمت برای گرفتن سفارش ما آمد، وقتی من سعی می کردم یادداشتهایی را برای نوشتن این داستان بنویسم، غذا را آوردند. بعد خدمتکار که همراه بسیار جالبی بود، سر صحبت را با ما باز کرد. سپس من سعی کردم که غذا هم بخورم و هم اولین ماجرا را بنویسم، و همراه همین ماجرا، ماجرای بعدی به ذهنم آمد و من سر میز گفتم که چقدر سخت بود که مطالبی را برای گفتگو مطرح کنم.

وقتی پیشخدمت فهمید که ما در سمینار *اک* بودیم، گفت که اولین بار دو سال پیش درباره *اکتکار* شنیده است زمانی که به عنوان راهنمای تور برای شخص *اکیستی* بوده است. او به یاد آورد که چقدر تحت تأثیر حضور ذهنی و آرامش آن زن قرار گرفته است.

مدتی بعد از آن، دوستی کتابی از پال *توئیچل* به او داده که نمی توانست به طور کامل نام آن را به یاد آورد. وقتی با هم صحبت کردیم، او گفت شاید او هم در جلسه امروز صبح شرکت کند. بنابراین به او گفتیم اگر دوست دارد، خوشحال می شویم او را در جلسه ببینیم!

جستجو در گذشته برای درس های معنوی

پال *توئیچل*، بنیانگذار *اکتکار*، در سال ۱۹۶۵ آموزه های *اک* را معرفی کرد. ما به جنبه های مختلف کار سختی که او در معرفی *اک* به دنیای مدرن امروز روبرو شد نگاه کردیم. بررسی مسائل گذشته، قدیمی و خسته کننده می شود، با وجود این گاهی تلاش برای یادآوری گذشته با اتفاقات امروز می تواند هدف معنوی را توضیح دهد.

ابتدا پال در سال ۱۹۵۱ ربازارتارز را در دامنه کوه های هیمالیا نزدیک دارجلینگ ملاقات کرد. قبل از آن در اولین سفر خود به هند در سال ۱۹۳۵، او سودارسینگ را ملاقات کرد. ما هنوز درباره سودارسینگ به دنبال اطلاعات می گردیم. ما گزارشات بسیاری درباره فردی به نام *سوندارسینگ* به دست آوردیم، فردی که اصلاً شبیه آن فرد نبود.

شخصی از پال پرسید چرا وقتی می خواست چیزی را بداند از *اک-ویدیا* استفاده نمی کرد. او گفت او نمی خواهد که همه جالب بودن و ماجرای زندگی را از بین ببرد. من هم همین طور احساس می کنم اگر چیزی را انسان خود بفهمد، جالب تر از آن است که کسی آن را به او بگوید. به همین دلیل است که *واصلین اک* خودشان برای یافتن مطالبی درباره سودارسینگ تلاش می کنند.

عده ای از مردم اصلاً درشگفتند که آیا ربازارتارزی وجود دارد یا نه. آنها می گویند شاید پال نامی را از خاور دور آورده و او را ساخته است. عده ای هم می گویند که استادان *اک* را حتی قبل از اینکه چیزی درباره ی *اکنکار* بشنوند دیده اند. استادان *اک* واقعی هستند.

درک تجارب درونی

تجارب درونی نیز واقعی هستند. وقتی فردی رویایی را به یاد می آورد که از هم گسیخته شده، به نظر می رسد هیچ قسمت آن با هم ارتباط ندارد، هیچ نشانه ای از این که تجربه درونی روحی دارد نیست. این بازتاب وضعیت آگاهی اوست که نمی تواند کل تجربه را بازگرداند.

حالات سطح پایین تر هشیاری به طور کامل قادرند که خاطره ای را از سطوح بالاتر خاطره یا حافظه باز گردانند، بنابراین این خاطره به طور در هم آمیخته ای باز می گردد. مردم خارجِ اک یا کسانی که در مراحل اول بررسیِ اک هستند تأکید زیادی بر تفسیر رویا دارند، اما بهتر است تلاش کنیم برای درک دقیق اینکه چه رویدادهایی در حال وقوع در تجربه درون مان است.

آنچه در بالاست، در پایین نیز است. تجربه درونی نشانه اتفاق در بیرون نیست. موازی است و تفاوتی با هم دارند. سمبل تصویری است که می کوشد حقیقت را بیان کند. وقتی تجارب درون را به صورت سمبل هایی که باید تفسیر شوند درک می کنید، ذهن شما می کوشد معنای این تصاویر را درک کند. درک آن همیشه ناقص و از هم گسیخته است.

اگر بتوانید تجارب درون و بیرون را به طور موازی ببینید - هر کدام نشانه حقیقتی هستند در سطح مختلف - سپس شما همیشه با حقیقت سر و کار دارید. شناخت درونی شفاف نیروهای الهی و آنچه با شما به صورت روح رخ می دهد به انجام تمرینات معنویِ اک نیاز دارد، هیچ راه دیگری وجود ندارد.

زیان های هوش بالا

فرد روحانی که آگهی پال را در مجله fate دید مطلبی درباره باور نکردن ادعای پال درباره تکنیک ساده برای کسانی که می خواهند به

وضعیت هوشیاری بالاتر برسند نوشت. این مرد باور نداشت که این می تواند به این آسانی باشد.

برای عده ای از مردم آسان است، اما برای بقیه مشکل است، زیرا ذهن وارد عمل می شود هر چه روش شخص متفکرانه تر باشد، شناخت ارتباط بین استاد درون دشوارتر است.

جامعه غرب برای ذهن متفکر اهمیت بسیاری قائل است و بر نوع آموزشی که ذهن را برای متناسب بودن الگوها و شکل ها تأکید دارد. اما در جوامع دیگر، مثل آفریقا، جایی که تعادل بیشتری بین بیرون و درون هست، مردم می توانند نور و صوت خدا را به راحتی تجربه کنند. این طبیعی تر برای آنها رخ می دهد. اروپایی ها، با قرن ها ساختار کلاس و تفکر دیرینه یک درجه بالاتر هستند و ممکن است برای عبور از سطوح بالاتر آگاهی دوران سخت تری داشته باشند.

اما هر شخصی در هر جامعه ای، مهم نیست چقدر محدود یا چقدر آزاد، هنوز یک فرد است. یک در چنین مسیر فردی بدون توجه به این که در چه کشوری باشد، چقدر دموکراتیک است یا چقدر مورد تعدی قرار داشته، رشد روح او به تلاش خود او و انجام تمرینات روحی بستگی دارد. این تکنیک ها در دوره های یک و در برخی از کتاب های یک ارائه می شود، مثل کتاب های اکتکار؛ کلید جهان های اسرار، در روح آزادم.

پیام اک را بیرون بکشید

در سال ۱۹۵۵، وقتی پال در بنیاد روان‌شناسی کالیفرنیا کارگاه برگزار کرد، زنی در نامه‌ای پرسید که آیا پال مطالبی برای مطالعه در منزل دارد یا نه. پال گفت نه، ما دوره‌ای برای مطالعه در منزل نداریم، اما ما مباحثی را نوشته‌ایم. آنجا تشخیص جالبی انجام داد.

پال کم‌کم آموخت چگونه حقایقی را که در سطوحی درونی به آنها دست یافته بود را به صورت مکتوب درآورد. او در فهمیدن و پی‌بردن به روش ارائه‌کننده به این جامعه دوران سختی را پشت سر گذاشت. اولین بار حدود سال ۱۹۶۰ یا ۱۹۶۱ از کلمه/کنکار استفاده کرد. او گفت وی از طریق سودارسینگ به روش کلی همانند سال ۱۹۳۵ به این آموزه‌ها دست یافت، سپس آنها را در عمق رباتاراز که در سال ۱۹۵۱ شروع شد مطالعه کرد. اما بیرون آوردن این آموزه‌ها برای او دشوار بود زیرا کسی به آنها اهمیت نمی‌داد.

برای علاقه‌مند ساختن مردم به گفته‌هایش، پال باید توجه آنها را به خود جلب می‌کرد. او با معرفی نام خود به مردم این کار را شروع کرد. یک روش او این بود که توصیه‌ها و نظرات پال توئیچل را در کتاب‌ها بنویسد یا آنها را برای مردم ارسال کند. کسی که در زمینه سخنرانی عمومی صحبت می‌کرد پیشنهاد داد که آموزه‌های اک را در تور سخنرانی مطرح کند. به عنوان نقطه شروع، آن مرد گفت که پال باید سعی در تأسیس موسسه‌ای نماید.

پال آن کار را انجام داد و به زودی درباره چگونگی خروج از جسم کارگاه های آموزشی برگزار کرد. در حدود این زمان بود که او همچنین شروع به نوشتن در مجله نیوکاسمیک استار کرد. وابستگی او به آن مجله منجر به ایجاد فرصت های بیشتری برای ایراد سخنرانی به عنوان سخنران میهمان درباره آموزه های اکنکار شد.

سفر روح چیست؟

در آن روزها او به سفر خروج از بدن به عنوان بودن در دو مکان اشاره می کرد، اما آن اصطلاح گمراه کننده بود. او فهمید که مردم آن را با فرافکنی اثیری اشتباه می کنند، که شکل محدود سفر است که لازم است کالبد اثیری از کالبد فیزیکی جدا شود. در انعکاس اثیری شما مجبور هستید با ریسمان نقره ای متصل به کالبدتان سفر کنید، که به بالاتر از طبقه اثیری نمی توانید برسید.

اما آموزه های پال از طبقه اثیری فراتر رفتند و بالاخره کلمه سفر روح را مطرح ساخت. او توضیح داد که سفر روح به دو طریق انجام می شود: (۱) بوسیله انعکاس، کلمه ای که او بعدها آن را در کنار کلمه بودن در دو مکان در یک زمان قرار داد، و (۲) حرکت در آگاهی. سفر روح، روح را قادر می سازد که به وضعیت بالاتر جایی که یکی از کالبدهایی که قبلاً در طبقات دیگر فعالیت داشت برود؛ روح در جسم فیزیکی ساکن می شود اما در آن زندانی نیست؛ بنابراین می تواند به طبقه اثیری برود و در کالبد اثیری جای بگیرد جایی که از قبل آنجا سکنی داشته است و با اندکی از آگاهی روح همراه بوده است.

طبقه اثیری منطقه ای است که بسیاری از تجارب رویای ما در آن رخ می دهد. همین طور اثر متقابل و فعل و انفعال ظریفی هم در ذهن ناخودآگاه در سطح اثیری صورت می گیرد که با یادآوری و تذکر و منبع تکانه هایی برای تجاربی که در سطح اثیری رخ می دهد سروکار دارد. سپس روح می تواند به طبقه علی برود و طبقه ذهنی. روح یکی از کالبدهایی را که در هر طبقه مستقر شده انتخاب می کند همیشه در هر یک از این جهان ها یک کالبد وجود دارد و گاهی چند کالبد و این بستگی به وضعیت آگاهی فرد دارد.

طبقه ذهنی به طور کلی سطحی است که شخص اگر بتواند نورآبی ماهانتا را ببیند می تواند به آن برسد. معمولاً فرد قبل از مرگ می تواند به این سطح برسد. نور آبی از طبقه ذهنی می آید. این نور آبی رنگ ماهانتاست. زیرا از بالاترین جهان های خدا از داخل طبقه ذهنی می درخشد. اما اگر شما آن را هنگامی ببینید که تازه وارد اک شده اید، یعنی که شما بین سطوح اول و دوم قرار دارید.

برخی از این ها بسیار محرمانه رخ می دهد. دستور عمیق تر از طریق الهامی می آید که از خواندن دیسکورس های اک به شما دست می رسد. اما آموزه های واقعی در طبقات درون زمانی که شما، روح، در جهان های نامرئی با ماهانتا حرکت می کنید، می آید. اصطلاح ماهانتا به استاد درون اشاره می کند. بیشتر اوقات ظهور آن در درون همانی است که در بیرون به صورت استاد در قید حیات اک ظاهر می شود. ماهانتا استاد درون، و استاد در قید حیات اک در بیرون است.

همیشه افراد جدیدی وارد اک می شوند. این ها کسانی هستند که لازم است حقایق ساده و اساسی را بشنوند. کسانی که در سطوح بالاتر اک قرار دارند باید یادشان باشد که یکبار دیگر آموزه هایی را که به نظر آنها ابتدایی و پیش پا افتاده است را برای کسانی که تازه وارد اک می شوند توضیح دهند.

یادگیری قوانین معنوی

پال موارد بسیاری را در مسیر خود به سمت تبدیل شدن به استاد در قید حیات اک آموخت. وی همچنین مقداری از قوانین معنوی را در حین یادگیری شکست. پس از آنکه پال کلیسای مرشد پریماناندا را در واشنگتن دی سی ترک کرد، عاشق زنی به نام پات شد. آن زن زود از عشق سرد شد و به فلوریدا رفت. پال به نوشتن نامه های عاشقانه به او ادامه داد و سعی کرد ارتباطش را با او حفظ کند.

یک بار، وقتی پال هنوز در فرآیند فراموش کردن مقداری از گذشته خود بود و به ارتقاء سطح خود نیاز داشت، نامه ای تحت عنوان کارول به پات نوشت. در واقع کارول دوست او بود. در این نامه، کارول درباره همه کارهای شگفت انگیزی که پال توئیچل انجام می داد تا به رشد و تکامل معنوی پات کمک کند نوشت. این همچنان ادامه پیدا کرد و بسیاری از کارهای ناشناخته پال را آشکار کرد و او را فرد قدرتمند و مهمی ساخت که پات به شدت به او علاقه مند شود و با او ازدواج کند و به او در مأموریتش کمک کند. وقتی من آن را خواندم، به این فکر افتادم که پال، تو بی شرمی، به طور قطع باید تو را بهتر می شناختم.

اما گاه عشق فرد را وادار می کند تا همه احتیاط ها را کنار بگذارد، و پال هم از این قاعده مستثنی نبود. او هم همان اشتباه احمقانه ی بیشتر ما را انجام داد. این بخشی از تجربه روح در این جهان هاست. ما به اینجا آمده ایم تا تجربه کسب کنیم.

مثل معروفی در تجارب هست که می گوید اگر کسی اشتباه نکند، رشد نمی کند. این در زندگی معنوی هم، صادق است.

کسی که به ظاهر، زندگی بسیار پرهیزکارانه ای دارد، احتمالاً زندگی متأثرکننده ای دارد. وقتی اِک برای شما کار می کند، زندگی شما هیجان انگیز می شود، گاهی خیلی هیجان انگیز می شود. گاهی از شما می خواهند روند آن را آهسته کنید. بعد به محض اینکه استراحت کافی داشتید، می گویند: "حالا لطفاً کمی تندتر و سریع تر" بعد دوباره سرعت آن زیاد می شود و باز زود می گویند: "آه، لطفاً این بار را از دوش من بردار" این مرا به یاد روش برخی از مردم که مدام درباره زیادی سرد یا داغ بودن غذای رستوران شکایت می کنند، می اندازد.

صیقل دادن روح

مردم همیشه وقتی می خواهند از گوشه ای عبور کنند به یکدیگر برخورد می کنند. این تعامل روح را صیقل می دهد و آن را لطیف، شفاف و زیبا می کند. شکستن عادت های یک عمر زندگی بسیار دشوار است، اما وقتی از لحاظ معنوی رشد می کنید، بالاخره از یک سری کشمکش های همیشگی عبور می کنید.

اِکیستی در حال بازدید ایالات متحده اشاره کرد چگونه نتوانسته با
واصل های دیگر اِک کنار بیاید. یک شب وقتی در وضعیت رویا بود خود
را با اِکیست دیگری در یک اتاق یافته است. ماهانتا هر کدام از چلاها را
زیر بازوهای خود قرار داده مثل اینکه دو حیوان خانگی را زیر بغل داشته
باشید. او سر آنها را نزدیک هم قرار داده و گفت: " شما با هم سازش
خواهید کرد!" اولین واکنش زن هنگام بیدار شدن این بود: " نه سازش
نمی کنم!"

عده ای بدون دیدن رابطه موازی میان درون و بیرون آنها را از
یکدیگر جدا می کنند. زندگی برای آنها سخت است زیرا به سختی
می توانند از نفس خود چشم بپوشند.

وقتی هنوز در آگاهی اجتماعی قرار داریم، بیشتر علاقه مند می شویم
به جای دیگران فکر کنیم تا به جای خودمان و سعی می کنیم به کسی که
کمک نمی خواهد کمک کنیم، یا سعی می کنیم نگاه آنها را به مشکل
درک کنیم در حالی که نمی توانیم مشکل خود را درک کنیم.

علائم نیکو کاری

یکی از پیروان اِک با سالمندان و افراد از کار افتاده کار می کند. یک
روز در هنگام تمرین به طبقات درون رفت و معبد حکمت زرین را دید.
این معابد مکان های آموزشی در سطوح دیگر هستند که روح در آنجا از
درون دستور می گیرد.

این زن ویلچری را نزدیک دیوار دید. می خواست بداند آن وسیله برای کسانی که نمی توانند به راحتی او در اطراف حرکت کنند چه مفهومی دارد، تصمیم گرفت روی آن بنشیند.

خیلی زود متوجه شد حالا که روی ویلچر نشسته است مردم او را طور دیگری نگاه می کنند. او به طور کامل خود را در این تمرین غرق کرد. ناگهان دید استاد یک به طرف او می آید.

پرسید: " در این ویلچر چه می کنی؟ "

گفت: " فقط می خواستم ببینم نشستن روی ویلچر چه حسی دارد؟ "

استاد گفت: " از آنجا بلند شو! " او از روی ویلچر بلند شد و از خواب بیدار شد.

او از این رویا درس مهمی گرفت. او که قبلاً در یک زندگی دیگر نشستن روی ویلچر را تجربه کرده بود، فهمید که دیگران آن را باید تجربه کنند. او در این زندگی وظیفه دارد که ویلچر را هل بدهد نه اینکه سوار آن شود. او همین طور فهمید که او دلیل نگاه عجیب دیگران را بد تعبیر کرده است. مردمی که از کنار او می گذشتند می دانستند که او بدون دلیل روی ویلچر نشسته است، و از او به دلیل بی صداقتی اش ناراحت می شدند. علی رغم نیات خوب او، این فرد که بیش از حد نگران بدبختی دیگران بود به حریم آنها تجاوز کرده بود.

آگاهی اجتماعی - مجموعه علائم نیکوکاری - سبب می شود فکر کنیم کار بزرگی برای بشر انجام می دهیم. البته می توانیم به کسانی که از ما کمک می خواهند کمک کنیم. به طور قطع می توانیم اگر به کمک ما

نیاز داشتند به آنها پیشنهاد خدمات بدهیم. اگر این پیشنهاد پذیرفته شد، به آنها کمک می‌کنیم.

ما اینجا هستیم تا به زندگی خدمت کنیم، اما مقدار کاری که برای دیگران انجام می‌دهیم مهم نیست خوب انجام دادن آن و مطابقت آن با اصول معنوی مهم است.

اگر کسی دربارهٔ اک سوال کند، می‌توانیم به او پاسخ بدهیم. حتی می‌توانیم با چسباندن آگهی روی تابلوی اعلانات یا چاپ آن در روزنامه عموم را به اک دعوت کنیم. اما نمی‌توانیم همین طوری به سراغ کسی برویم و بگوییم: "این راه بزرگی است به نام اک، و این تنها راه است!" می‌پرسند: "آه، شما کشیش هستید؟ خوب، می‌دانید کشیش‌ها خیلی دور نیستند؟" ماهیت انسان گاهی این طور است. ما فکر می‌کنیم چون برای ما موثر بوده، باید برای همه این طور باشد. اما این طور نیست. مثلاً، یک پزشک اگر برای شما خوب بوده به این معنی نیست که برای شخص دیگری هم همین طور است؛ برخی از مردم نتایج بهتر را از گیاه پزشک یا متخصص تغذیه به دست می‌آورند. همه این به وضعیت آگاهی فرد بستگی دارد که ربطی به بالاتر یا پایین تر بودن آن ندارد. کسانی که در سطح هشیاری بالاتری هستند لزوماً به سمت گیاه پزشک و متخصص تغذیه جذب نمی‌شوند.

مردم در هر وضعیتی مایل هستند با دخالت کردن در انتخاب یکدیگر از قوانین معنوی تخطی کنند زیرا هر کدام می‌خواهند احساس کنند که راه آنها بهترین و تنهاترین راه است.

اکنکار سریع ترین، مستقیم ترین راه رسیدن به خداست، اما ما مدعی آن نیستیم که این تنها ترین راه است.

صندلی قدرت

مایملک اکنکار در سدونا، آریزونا را در گذشته صندلی قدرت می نامیدند. کسانی که جدیداً وارد اِک شده اند، نمی دانند که صندلی قدرت همان عصای قدرت اِک نیست. صندلی قدرت فقط محل ارتباط فیزیکی است. اما از آنجایی که وسایل ارتباط و هتل های سدونا مناسب و پاسخگوی تعداد خیلی زیادی از مردم نیست، در واقع محل ارتباط غیرفعالی است و ارتباط در آنجا عملی نیست.

صندلی قدرت تاز مانی که ما همه ی عملیات را با هم جمع نکنیم و آنجا را به محل ارتباط واقعی جهانی تبدیل نکنیم کامل نمی شود. این به محل رفاهی تسهیلات نزدیک شهر بزرگ نیاز دارد. وقتی آنها را ساختیم، می توانیم صندلی قدرت واقعی داشته باشیم.

قدرت هیو

هیو، نام سری خدا، دوباره بیرون آورده شده. این کلمه ای خالص است که مثل کلمه خدا/ مورد کفر و ناسزاگویی قرار نگرفته است. این خصوصیت ویژه ماهیت پست تر انسان است که از اصطلاح معنوی در ناسزاگویی و کفرگویی استفاده کند. گویی سعی می کرده که آسمان و بهشت را به لجنزار تبدیل کند. این لکه دار کردن کلمه پرباری چون کلمه خدا/ است.

کلمه هیو قدرت خالص کننده ای برای فرد دارد. بر خلاف دعا، هیو برای تغییر دادن وضعیت آگاهی فرد دیگر مورد سوء استفاده قرار نمی گیرد. اگر برای کسی دعا کنید که به کلیسا برود، از قانون معنویت تخطی کرده اید.

حتی اگر کسی که بیمار است از شما بخواهد برای او دعا کنید، بهترین کار این است که فقط آن را به ماهانتا بسپارید و بگویید: " ماهانتا خودت از او مراقبت کن " و خود را از کارمای ناشی از چشم پوشی آنها از قوانین معنوی حفظ کنید. اگر می خواهید برای رشد و تکامل معنوی خود دعا کنید، خوب است، چون در جهان های خود مشغول به کار هستید.

فرد پیرو اک در اروپا به تازگی به قدرت هیو پی برده، سر او مثل وقتی سوار هواپیمای پرجمعیت می شد، می لرزید. پر بودن بخشی که کشیدن سیگار در آن ممنوع بود هم اوضاع را بدتر می کرد، بنابراین باید عقب و در قسمت مخصوص کشیدن سیگار می نشست. در لابلای دود سیگار و هیاهوی مردم، سردرد او آن قدر شدید شد که نمی دانست چه باید بکند. بالاخره چشمانش را بست و خیلی ملایم به تکرار ذکر هیو مشغول شد، دیگر صدای بلند اطراف را نمی شنید.

ناگهان متوجه شد که برخی از صداها ساکت شده اند، چشمانش را که باز کرد متوجه شد که برخی از مسافران با نگاه های دلسوزانه و مهربان به او نگاه می کنند و فکر می کنند که او از سوارشدن به هواپیما می ترسد. یکی از میهمانداران هواپیما مقداری غذا و نوشیدنی برایش آورد.

او دوباره چشمانش را بست و به گفتن ذکر هیو ادامه داد. خیلی زود صدای گفتگو و دود سیگار متوقف شد و لرزش داخل سر او کاملاً برطرف شد. وقتی هواپیما به زمین نشست دیگر مسافران به او در حمل چمدانش کمک کردند. این تجربه برای او دلیلی برای چگونگی عملکردِ اک از طریق صوت هیو بود.

واقعیت نور و صوت

وقتی اوضاع به دلخواه فرد پیش نمی رود، شاید آنها فکر کنند که اک مؤثر واقع نمی شود. شاید اک بهترین راه حل ممکن را که تغییر کلی و بیشتری را ایجاد می کند ارائه می دهد. اما او آن را نمی بیند، فقط به این دلیل که از زاویه وضعیت آگاهی پایین تری به مشکل نگاه می کند. او از دیدگاه محدود خود به این وضعیت نگاه کرده است.

مردمی که چنین نگرشی دارند همیشه در اک و زندگی خود مشکل دارند. شاید کمک بخواهند و آن را دریافت کنند. اما به محض اینکه مشکل حل شد، فراموش می کنند که کمک دریافت کردند و سریع از نور و صوت خارج می شوند. در نهایت اوضاع چنان خراب می شود که هیچ راهی به جز توسل به ماهاندا و درخواست اتصال مجدد به نور و صوت خدا را ندارند.

نور و صوت خدا فقط کلمات نیستند. نور در واقع در حالت رویا یا در سفر روح دیده می شود. در طیف رنگ های عظیم از آبی تا صورتی و سفید براق می آید. معمولاً رنگ های بیشتری را در اک می بینیم.

این نور خدا وارد می شود و روح را تصفیه می کند. جنبه دیگر آن یعنی صوت، در واقع فرد آن را می شنود. شاید شبیه صدای فلوت، وزوز زنبور، چه چه بلبل یا صدای گنجشک، صدای گروه کُر یا صدای وزش باد و یا هر کدام از اینها شنیده شود.

نور و صوت تنها راه روح مقدس هستند که ما آن را اِک می نامیم و انسان می تواند آن را ببیند و بشنود. نزدیکترین حالت آن زمانی است که هر دو جنبه با هم به صورت ترکیبی به شکل استاد درون، ماهانتا به انسان می رسد. نمی توانید صداهای اثیری ابرها را بشنویم و ادعا کنیم که خدا با ما حرف می زند یا ادعا کنیم که دستوراتی را دریافت می کنیم که نشان می دهند دیگران چه باید بکنند. وقتی درباره کاری که باید انجام شود احساس کسب می کنیم، با دقت احساس خود را بررسی می کنیم تا بفهمیم آن کار مانع رسیدن کسی به مسیر خدا نمی شود. اگر مانع می شود، اشتباه است. اگر آن کار به نحوی شخص دیگر را آزار نمی دهد و بر آزادی او تأثیر نمی گذارد، بنابراین کار خوبی است. البته، آگاهی انسان ناقص می خواهد باور کند که آن کار همیشه درست است، و به همین دلیل است که با مشکلات مواجه می شود.

در جستجوی اصل الهی

تابستان سال گذشته زنی را در نروژ دیدم، او قبلاً با خدا مخالف بود و بیشتر دوران جوانی خود را به تردید درباره این که چیزی به نام خدا یا اصل الهی وجود دارد یا نه سپری کرد. در طول جنگ جهانی دوم، او در بخشی از جنبش زیرزمینی فعالیت می کرد تا به خانواده های یهودی

کمک کند تا از طریق کشورهای اسکاندیناوی از دست نازی ها فرار کنند. نازی ها مدام در کوهستان ها گشت می زدند و هر کس که در حال کمک به فرار یهودی ها دستگیر می شد فوری به او شلیک می کردند.

به نظر می رسید که این زن همیشه به دنبال خطر بود. با سختی به کوهستان ها می رفت تا کسی را ببیند و دستورات روز بعد را دریافت کند. اما ناگهان بدون هیچ دلیلی مسیرش را تغییر می داد. یا کسی از جنگل بیرون می آمد و می گفت: " نازی ها جلو هستند. از این راه برو، و مراقب باش " او در حال جنگ به این فعالیت ها ادامه داد، اما همیشه طوری ترتیب می داد که از خطر دور باشد. هرگز متوجه نشد که اصل الهی برای او فعالیت می کرده است.

این زن هم توانایی خاصی برای تشخیص بمب افکن های آلمانی که بالای سر پرواز می کردند، داشت و زودتر از همه متوجه آنها می شد. بیشتر اوقات آنها چند بمب می انداختند تا مردم را بترسانند. حتی وقتی بمب زیادی نداشتند، همین طور بدون پرتاب بمب پرواز می کردند تا اراده ملت را سست کنند.

پانزده دقیقه قبل از ورود بمب افکن ها، این زن به پناهگاه می رفت و فریاد می زد: " بمب افکن ها دارند می آیند! " مردم به او می خندیدند، اما فقط یکی دوبار این اتفاق افتاد. پیش گویی او درست بود، بنابراین هر وقت به پناهگاه می دوید، همه به دنبال او می رفتند. اما او نمی فهمید که او روحی بود که کالبد فیزیکی به تن کرده بود.

سال ها بعد، وقتی کلمه ای را درباره پدر در حال مرگ خود شنید، به خانه پدری رفت. او یک ساعت قبل از مرگ پدرش به آنجا رسید. او در لحظه مرگ پدرش در اتاق او نشسته بود، که ناگهان نور بسیار درخشانی را دید که از وسط قلب پدرش بیرون می آید. وقتی نور بدن پدرش را ترک کرد، او دید که نور به شکل کبوتر درآمد و به دوردست پرواز کرد. برای اولین بار فهمید که نیروی زنده ای در بدن پدرش خانه داشت و به بدن پدرش جان می داد. وقتی روح رفت، بدن سرد و بی روح شد و دیگر چیزی باقی نماند.

بنابراین به جستجوی اصل الهی پرداخت، این عنصر ناشناخته ورای زندگی، نیرویی که به همه موجودات اطراف او جان می بخشد. مثال نور خدا بالاخره او را به تعالیم اک رساند وقتی یادگیری از طریق رویا را آغاز کرد، هر کدام از تجارب به تجربه دیگری منتهی می شد و روزی فهمید که این نیروی زنده روح مقدس، اک بود که به روح هم جان می داد.

هدف از هر وصل اک

روح جرقه ای از خداست. ما می توانیم با اک یکی شویم و وقتی این کار صورت گرفت ما با خدا همکار می شویم، اما هرگز خدا نمی شویم. همکار خدا شدن هدف هر کسی است که به اک وصل می شود.

سفر کردن در جهان های درون در این دوره زندگی آزادی معنوی است. وقتی در این طبقات درون حرکت می کنیم، گاهی به ما نشان می دهند که زندگی های گذشته چه تأثیری بر زندگی حال ما گذاشته

است. یا ممکن است آینده را در زمانی که به ما کمک می کند مشکلات غیر ضروری را حل کنیم ببینیم. این یکی از فواید اک است. در ایالات متحده تعالیم اک آن قدر به راحتی در دسترس است که بیشتر اوقات حتی نمی خواهیم برای به دست آوردن آنها کمترین زحمتی به خود بدهیم. مردم کشورهای دیگر باید بیشتر زحمت بکشند. برخی از ما اگر قرار باشد فاصله کوتاهی را برای شرکت در جلسه ی اک طی کنیم کله و شکایت سر می دهیم یا سوال پرسیدن از کسی که در پنجاه مایلی ما زندگی می کند برای ما سخت است. بیشتر اوقات این موضوع خنده دار است.

آن قدر راحت به آن دسترسی داریم که بیشتر اوقات هدف خود را نمی بینیم، هدف همکار شدن را و چگونه این کار را انجام می دهیم؟ با کار سخت.

هر سمینار فرصتی است برای حل بسیاری از مشکلات کوچکی که بین روح و حالت هشیاری برتر قرار می گیرد. وقتی به خانه می روید دوستان و خانواده شما این تفاوت را می بینند، حتی اگر خود شما آن را نبینید. شما با خود نور طلایی اک را حمل می کنید. گاهی می توان آن را دید، اما بیشتر اوقات دیگران آن را هنگامی که شما سرگرم افکار مربوط به آموخته های سمینار هستید، می بینند. وقتی این درخشش دور می شود، جای خالی باقی می گذارد، و بعد شما در افسردگی بعد از سمینار می مانید. این زمان خواندن هیو است. برکت باشد.

سمینار جهانی اک، آتلانتا، جورجیا، یکشنبه، ۲۷ اکتبر، ۱۹۸۵



مراحل اولیه، آمدن و رفتن روح بیشتر اوقات از طریق وضعیت رویا
آموخته می شود، جایی که استاد رویا شما را برای قدم زدن کوتاهی
دعوت می کند.

جاده ای به سوی خدا

خیلی از مردم به دنبال درک رابطه خود با خدا و هدف خود در زندگی هستند. با وجود این بیشتر آنها از جستجویی که در درون خود انجام می دهند، ناآگاه هستند.

آنها در گروه های مذهبی، سیاسی و خدمت به عموم شرکت می کنند، همین طور در اتحادیه های خانوادگی و دیگر اجتماعات مردمی. اما دلیل واقعی آنها برای با هم بودن هدف ظاهری را نشان می دهد که این گروه برای آن گرد هم جمع شده اند. آنها به صورت روح های جداگانه هستند تا از طریق خشم، شادی، سختی و همه دیگر مواردی که سبب بلوغ روحی می شود و آن را بزرگتر می کند تا از راه رسیدن به خدا آگاه شود، تجربه کسب کند.

این امر یک شبه رخ نمی دهد. فرآیند بلوغ معنوی به زمان زیادی نیاز دارد.

چه کسی آمادگی اک را دارد؟

مدت کوتاهی پس از اینکه در سال ۱۹۸۱ این شغل را به دست آوردم، به مرکز خرید رفتم و در اطراف قدم زدم و مردم را تماشا کردم. چگونه ممکن است اک به همه این مردم برسد؟ تعجب کردم. این موضوع در آن لحظه مرا بسیار نگران کرد.

همه مردم که آماده رفتن در مسیرِ اک نیستند. کسانی که آماده اند درد و رنج بسیاری را متحمل شده اند. آنها همه پستی بلندی های زندگی را تجربه کرده اند. بیشتر اوقات آنها نقل مجلس گروه های دیگر بوده اند و در آن شرکت کرده، کمک کرده و به هر طریقی از آنها حمایت کرده اند تا اینکه فهمیدند با ماندن خود در آنجا تجربه بیشتری کسب نخواهند کرد. ندای روح آنها را به حرکت واداشت، آنها به سازمان دیگری رفتند تا کل این فرآیند را دوباره تکرار کنند.

به اتمام رساندن همه یادگیری مورد نیاز برای پیدا کردن پاسخ جادویی به آنچه در جستجویش هستید همانند شرکت در مسابقه است. شما فقط می توانید امیدوار باشید این موضوع قبل از مرگ شما رخ دهد. شما سخت می کوشید، سریع حرکت کنید و گاهی از کاری که انجام می دهید آگاهید اما معمولاً آگاه نیستید.

کارمای خانواده

امروز برای قدم زدن به کانبرا رفتیم تا کمی با مردم ارتباط برقرار کنیم. وقتی با چند اکیست صحبت کردم، فکر کردم چقدر جالب است که گاهی مردم متوجه عبور من از کنارشان نمی شوند. اک به این شیوه به من اجازه می دهد بفهمم که باید کارم را کامل کنم و نباید حالا برای توقف و حرف زدن وقت صرف کنم.

از کوچه ای تنگ، زنی خسته و به ظاهر نحیف بیرون آمد که با خودش چیزی را زمزمه می کرد. در هر دستش یک توپ بولینگ سنگین حمل می کرد و کاملاً آشفته به نظر می رسید. دو پسر جوانش که دوازده و

چهارده ساله به نظر می رسیدند، وقتی دیدند او به آنها نزدیک می شود با تنبلی و به حالت دولا دولا مقابل ماشین رفتند.

او فریاد زد: " بیاید اینجا و توپ های بولینگ تان را بگیرید! "

آنها گفتند: " اما تو به ما گفتی به سمت ماشین بیایم "

" حداقل توپ هایتان را خودتان نگه دارید "

آنها با اعتراض گفتند: " اما تو نخواستی "

معلوم بود که برخی از مشکلات خود را همانند غریدن شیر برای خودش ایجاد کرده بود، زیرا وقتی مادری می غرد، پلیس ها هم فرار می کنند. با وجودی که می خواست آنها بار خودشان را حمل کنند، بهانه خوبی به آنها داد تا از انجام دادن کار اضافی شانه خالی کنند؛ " مامان گفت نزدیک ماشین بیایم "

خانواده ها با بارهای کارمایی گذشته با هم شکل می گیرند. با وجود این حتی وقتی در جهان فیزیکی هستیم، وقتی کارما تأثیری ندارد، می توانید به وضعیت های بالاتر آگاهی بروید و آزادی معنوی را ببینید، بدانید و درک کنید.

وضعیت آگاهی موضوعی کاملاً شخصی است. حتی وقتی شما به مراحل اولیه آزادی معنوی می رسید، دیگر مردم به شما نگاه می کنند و می گویند: " اما تو با من فرقی نداری. چه چیزی راه تو را این قدر خاص کرده است؟ "

شادی وضعیتی از آگاهی است

واصل بالایی که عادت داشت مورمون باشد هنوز به طور دوره ای در تبلیغ های مورمون شرکت می کند. او می داند که آنها می خواهند او را به ایمان خودشان برگردانند، اما او بسیار مهربان است و همیشه به آنها اجازه ورود می دهد. به تازگی، وقتی خانواده اش دوران سختی را پشت سر گذاشته بودند، مثل از دست دادن شغل شوهر، دو مبلغ مذهبی برای ملاقات او آمدند.

او مؤدبانه به حرف آنها گوش داد و آنها صحبت مختصری درباره خدا و شیوه و راه و رسم خود و این که چگونه او در مسیر مورمون نبود، کردند. اما این بار او تصمیم گرفت کمی با آنها شوخی و تفریح کند.

او گفت: "آیا خدا همه چیز را می داند؟"

یکی از مردان جوان پاسخ داد: "البته"

"آیا حتی خدا همه موارد که در کتاب مقدس نوشته نشده است را هم

می داند؟"

او گفت: "به طور قطع، خدا همه چیز را می داند"

او گفت: "قسمتی که خدا از کتاب مقدس بیرون گذاشته در درون

شماست و شما از طریق ماهانتا می توانید آن را پیدا کنید، یعنی استاد در

قید حیاتِ اک"

مردان جوان نمی خواستند این حرف را بشنوند. آنها با پرسیدن سوال

می خواستند او را به چالش بخوانند: "اما آیا شما خوشبخت هستید؟"

اکیست با ذکر اتفاقات بدی که در سال گذشته برای خانواده اش افتاده بود گفت: " می دانید من باید بدبخت ترین انسان این اطراف باشم اما، بله، من خوشبخت و شاد هستم "

نکته اینجاست که خوشبختی این نیست که ظاهر زندگی شما به نظر دیگران چطور باشد، خوشبختی وضعیتی از آگاهی است. عده کمی صبح که از خواب بیدار می شوند از زندگی خود احساس خوشبختی و رضایت می کنند. بیشتر اوقات از شغل خود یا همکاران خود ناراضی هستند، اما نمی دانند چگونه اوضاع را تغییر دهند.

از طریق تمرینات معنوی اک بسیاری از اکیستها می توانند کارما را دور کنند تا بتوانند هدف خود را از زندگی روی زمین شفاف تر ببینند. هدف آنها این است که روزی همکار خدا شوند. یکبار که آگاهی می آید، آنها آگاهانه کارشان را آغاز می کنند تا بیشتر به آن هدف نزدیک شوند.

در گام های آغازین این مسیر، کار با جنبه هایی مثل سفر روح، رویاها و هنرهای درمانگری یا دیدن گذشته یا آینده بسیار هیجان انگیز به نظر می رسد. اما این ها فقط بخشی از آموزش و تعلیم هستند که شما در مأموریت شخصی خود برای همکار خداوند شدن، پشت سر می گذارید.

اک - ویدیا

اک - ویدیا، دانش باستانی پیشگویی، موضوع بسیار جالبی است. گاهی به گذشته نگاه می کنیم و برای آینده عبرت می گیریم، تا بفهمیم چه چیزی شرایط کنونی زندگی ما را پدید آورده است، یا به رابطه ی خود با مردم اطراف خود پی می بریم.

اِک- ویدیا می تواند در حالت رویا یا در حالت مراقبه به وجود آید. همین طور به شکل دیگری که من آن را " زبان خرد زرین " می نامم می آید، جایی که بصیرت در زندگی روزانه خود را نمایان می کند. طوری است که گویی نوری طلایی ناگهان کلماتی را که شما در حال شنیدن یا خواندن آن هستید احاطه می کند، تا چیزی را که در آن لحظه برای شما مهم است را برجسته و آشکار نماید. تا روی آن کار نکنید به هیچ روشی این دانش به شما داده نمی شود. وقتی تلاش کنید، دوران استراحت باشکوه از راه خواهد رسید.

تناسب معنوی خود را حفظ کنید

تمرینات معنوی مثل تمرینات فیزیکی عمل می کنند. اگر می خواهید بدن قوی و سالمی داشته باشید، باید شنا کنید یا بدوید یا کار دیگری برای حفظ سلامت و اندام خود انجام دهید. برای کالبد روح، ما تمرینات معنوی اِک را انجام می دهیم، شکلی از ارتباط درونی که ما به آن مراقبه می گوییم.

مراقبه روشی است که شما را قادر می سازد به بیرون رفته و شروع به اکتشاف در جهان های درون خود کنید. این با مدیتیشن متفاوت است، حالت غیر فعالی است که فرد تمرین کننده وارد آن می شود و فقط آرام و ساکت منتظر نور می شود.

سال شفای معنوی

امسال سال شفای معنوی است. این یعنی لازم است در همه سطوح فرد به حالت کامل تری برسد. این می تواند شَفای، درک یا جسم فیزیکی باشد.

این بدان معنا نیست که همه درمان می شوند یا وقتی شفا صورت می گیرد برای همیشه دوام خواهد داشت. هدف از دردی که می کشیم این است که بیاموزیم و پرورش یابیم.

بیشتر اوقات فکر می کنند که اگر مسیح به کسی نگاه می کرد یا آن را لمس می کرد او شفا می یافت. اما این فقدان درک از کارهای فرآیند شفابخشی را نشان می دهد. همه معالجه نمی شوند، حتی اگر بزرگترین درمانگران آن کار را انجام دهند. شاید شخصی به علت مناسب بودن زمان شفا یابد؛ او به مرحله ای رسیده است که کارمایی که حمل می کند دیگر لازم نیست. اگر این طور باشد، او سریع توسط استاد در قید حیات اک وارد جریان زندگی اک می شود.

شاید شفابخشی سریع رخ بدهد، یا ممکن است به طرق دیگر اتفاق بیافتد، مثلاً شاید فرد درباره روش پزشکی متفاوتی مطالعه کند یا بشنود. اما بعد به خود او بستگی دارد که هشیاری اش را باز کند و روش جدید انجام دادن کارها را بپذیرد یا نه. شفابخشی می تواند در دوره های هفتگی یا ماهانه انجام شود. گاهی، چون خیلی تدریجی رخ می دهد، شاید هرگز متوجه نشود چه اتفاقی رخ داده است.

شفابخشی‌هایی که توسط مسیح و دیگران انجام شدند به آن معنا نبودند که برای همیشه دوام داشتند، مردی که روی پله‌های معبد توسط پیترو و ژان شفا داده شد شاید مدتی خوب بوده، اما اگر شفابخشی دائمی بود، هنوز هم تا امروز زنده می‌ماند.

شفابخشی یعنی رسیدن به هدفی خاص و پرداخت بدهی کارمایی خاص. اما آن بدان معنا نیست که بدهی دیگری جای آن را نمی‌گیرد، وضعیتی که یک عمر شکل گرفته حالا طوری در سطح ظاهر می‌شود که می‌تواند تبخیر شده و از بین برود.

هر شفابخشی مادامی که ما در کالبد جسمانی هستیم موقتی است، زیرا با همان اطمینانی که به این جهان فیزیکی آمده ایم، باید به نحوی آن را ترک کنیم. استادانی هستند که قرن‌هاست زندگی می‌کنند، اما فقط به این دلیل که مأموریت آنها برای خدا ایجاب می‌کرده این مدت باقی بمانند. آنها افراد نادری هستند.

اگر توانایی بیشتر زندگی کردن را داشتیم، بقیه عمر خود را به همان نحوی که اولین بخش آن را هدر دادیم، تلف می‌کردیم. از آن بدتر، کسی که بدون بالا بردن سطح آگاهی خود زندگی طولانی را دارد می‌تواند انسان دانا و در عین حال خطرناکی شود. بسیاری از شفابخشی‌ها در سمینارهای یک رخ داده است. برخی از آنها شفابخشی‌های آشکار هستند در حالیکه بقیه شفابخشی‌های پنهان‌تری هستند. کیفیت شفابخشی به این بستگی دارد که شخص خود را چطور از اثرات کارما محفوظ نگه دارد. همان‌طور که کارمای دیگری از اعماق زندگی به بالا می‌آید و باید قبل از آزادی معنوی روی آن کار کرد.

توهم جفت روحی

یکی از واصلین بالا به زن بسیار شوریده حالی نزدیک شد، زن گفت: "من چندین سال است که فهمیده ام شخص خاصی جفت روحی من است، اما او مرا نمی شناسد من چه کنم؟"

فرد واصل سعی کرد برای این زن توضیح دهد که چیزی به نام همزاد روح وجود ندارد. آن مفهوم حاصل جهان های پایین تر مکان و زمان است و هیچ ارتباطی به جهان های بالای معنوی جهان های بالاتر از طبقه روح ندارد. مردمی که ما علاقه شدیدی به آنها داریم می توانند جفت یا همراه ما شوند در حالیکه ما در اینجا هستیم، اما روح منحصر بفرد است و جرقه ای از خداست. روح مسیر خود را به سوی اقیانوس عشق و رحمت طی می کند، و این راه دیگر رسیدن به خداست.

زن این موضوع را نپذیرفت و گفت: "من حالا به دنبال شخص دیگری می گردم که جفت روحی من باشد کمکم می کنید؟" زن ناامید به نظر می رسید. عجیب است که کسی در این باره این طور آشفته و مضطرب شود. به طور قطع من نمی خواهم آن کسی باشم که او در نظر دارد.

شفابخشی امور مالی شما

انحراف معنوی عمیقی وجود دارد که سبب می شود عده ای از مردم فکر کنند می توانند در ازای هیچ، چیزی به دست آورند. برای مثال، درصد خاصی از مردم شغلی را فقط به عنوان سنگ بنا برای هدف واقعی خود در نظر می گیرند. حتی عده ای هم هستند که از طریق تعقیب قانونی برای خود شغل پیدا می کنند. این یکی از دلایلی است که آمریکا

بیشتر از هر کشور دیگری در جهان وکیل دارد. این مردم تا آنجایی که توان مالی دارند بدون توجه به روشی که استفاده می کنند خوش می گذرانند. آنها می خواهند خوشبخت تر باشند.

آنها فقط خودشان را گول می زنند. وقتی پول را به دست آوردند، مدتی نمی گذرد که باز آهی در بساط ندارند. عادت های قبل آنها نشانگر همین موضوع است. اگر یاد نگرفته اند چگونه پول را مدیریت کنند، یک شبه وضعیت آنها بهبود نمی یابد.

ثروت بادآورده نشانگر شفای مالی است، اما اگر چیزی درباره کنترل و نگهداری آن نیاموخته باشید، دیری نمی گذرد که دوباره در وضعیت قبلی قرار می گیرید. از بین بردن کارما یعنی تغییر دادن الگوهای عادت قبلی که چنین شرایطی را به وجود آورده که ما را بدبخت کرده و ما را از شادی و رفاه و کمالی که در زندگی در جستجوی آن بودیم بازداشت.

استادی در اِک

واصل درجه بالایی که در زمینه شفابخشی کار می کند با مادری که مشکل غیرعادی داشت تماس گرفت. "پسرم فکر می کند که او استاد اِک است. آیا کسی را برای کمک به ما توصیه می کنید؟" واصل اِک تصمیم گرفت خودش با آن پسر صحبت کند.

پسر دبیرستانی حدود پانزده یا شانزده ساله بود که به ظاهر بسیار مشکل داشت. اولین کلمات او به واصل اِک این ها بودند: "فکر می کنم شما هم می خواهید به من بگویید که من استاد اِک نیستم"

او گفت: " خوب اگر تو استادِ اک هستی، اولین استادی هستی که من درباره اش شنیده ام که به تمام اطرافیانش این موضوع را می گوید." این جمله پسر را یک قدم به عقب برد. او به دنبال راهی بود تا خانه را ترک کند. او گفت می خواهد که به مأموریت خود عمل کند، مثل کاری که مسیح کرد.

واصلِ اک حرف او را اصلاح کرد و گفت: " شما آن را اشتباه فهمیده اید. مسیح در خانه ماند تا زمان رفتن فرا رسید و بعد توانست از خودش مراقبت کند. تو چطور می خواهی از خودت مراقبت کنی؟ تو هنوز به مدرسه می روی، پدر و مادرت هنوز از تو حمایت می کنند. اگر نتوانی همیشه از خودت مراقبت کنی چطور می توانی استاد باشی و در همه شرایط و موقعیت ها حضور داشته باشی؟ " او چند نکته به پسر داد تا درباره آنها فکر کند.

ترس از مرگ

بیشتر اوقات ما احساسات آمیخته ای درباره مرگ داریم. از طرفی نمی خواهیم آخرین نفر باشیم و مرگ همه دوستان و عزیزان را ببینیم و از طرف دیگر هم نمی خواهیم اولین کسی باشیم که می میرد. بالاخره سعی می کنیم ذهن خود را به این حقیقت که زندگی روی زمین نه تنها به معنای آغاز، بلکه به معنی پایان نیز هست نزدیک کنیم.

آغاز و پایان زندگی در اینجا به اندازه آنچه در این فاصله رخ می دهد اهمیت ندارد. متأسفانه، کارهایی که ما در این فاصله ها انجام می دهیم معمولاً با ترس از آنچه در پیش رو داریم تا به خط پایان برسیم، تیره و

سنگین می شود. سپس ما پاهای خود را عقب می کشیم و هر کاری می کنیم تا مانع شویم، می ترسیم به زندگی ادامه دهیم زیرا از مرگ می ترسیم.

این حتی برای کسانی که احساس تنهایی می کنند، و احساس می کنند دوست یا عشق یا عزیزی ندارند بدتر می شود. شب ها خیلی طولانی به نظر می رسد و خیلی زود صبح می شود. این شب های تاریک روح به اندازه هفته ها و حتی ماه ها طولانی به نظر می رسد.

شخص باید خیلی قوی باشد تا از این نوع امتحان و کار شاق عبور کند و بدون پیدا کردن راه به اصطلاح خیلی آسان به زندگی ادامه دهد. خودکشی فقط یعنی برگردید و دوباره همان کار را انجام دهید، اما این بار کمی سخت تر انجام می شود. شما هنوز باید دوباره با خودتان روبرو شوید.

امروز شنیدم کسی به یک نفر دیگر می گفت: " تو خیلی دوست داشتنی هستی " آن شخص گفت: " چون تو خودت را می بینی " و این واقعیت دارد، ما به طور کلی خود را در دیگران می بینیم. یعنی آنچه در خود داریم در درون دیگران می بینیم.

حل مشکلات مربوط به سلامتی

سال گذشته از یکی از واصلین بالا خواستم که با اِکِستی که برای حل مشکلات شخصی کمک خواسته بود ملاقات کند.

این فرد که بسیار بیمار بود و تومور مغزی داشت به واصل بالا گفت: " پزشکان توصیه می کنند که من عمل جراحی انجام دهم آیا باید آن را انجام دهم یا نه؟ "

واصل بالا گفت: " این تصمیم را فقط خودت باید بگیری، این زندگی توست و مسئولیت تصمیم گیری با خودت است "

او راهی را پیشنهاد داد که شخص باید در خلوت و سکوت با پزشکان همکاری کند. او گفت: " در چشم سوم خود تجسم کن که تومور در حال کوچک شدن است "

در آخرین گزارش، شخص بدون عمل جراحی خوب شده بود؛ تومور خیلی کوچک شده بود. بهبودی از بیماری قطعی نیست؛ به فرد بستگی دارد. وقتی کارما ظاهر می شود، بر ضعیف ترین نقطه درون بدن شما تأثیر می گذارد. به محض اینکه بتوانیم وابستگی خود را به چیزی که به ما آسیب زده رها کنیم، به کارما اجازه می دهیم سریع ناپدید شود و سلامتی ما متعادل باقی می ماند.

بحث درباره مزایای کار پزشکان در مقابل گیاه پزشک یا متخصص ستون فقرات بی فایده است. کارمای شما با دیگر افراد متفاوت است. شما باید زمینه شفا بخشی مناسب خود را پیدا کنید.

حتی این هم به مرور زمان تغییر می کند. وضعیت آگاهی امروز شما با دو هفته یا دو سال دیگر متفاوت است. باید با یک هماهنگ بمانید. از طریق تمرینات معنوی یک، می توانید از اشارات و زمزمه های روح مقدس که می کوشد شما را به مرحله بعدی هدایت کند آگاه شوید. یکی از مواردی که می آموزید این است که می فهمید همیشه راهی وجود دارد. همیشه.

بدن برای همیشه زنده نخواهد ماند و این ارتباطی به کاری که انجام می دهید ندارد. شما فقط از این بدن در زمانی که در این جهان مادی هستید استفاده می کنید، و اینجا مکانی است برای آموزش بقای معنوی. بالاخره زمانی فرا می رسد که این بدن را رها کنید و بروید. مأموریت شما این نیست که طولانی تر زندگی کنید، اما باید یاد بگیرید چگونه به طور طبیعی به جهان های دیگر بروید، آن هم با شادی و رضایت.

غلبه بر ترس از سفر روح

در مراحل آغازین یک، آمدن و رفتن روح به طور کلی از طریق وضعیت رویا آموزش داده می شود. رهبر معنوی یک، که در حال حاضر خودم هستم، به رویای شما می آید و شما را به پیاده روی کوتاهی دعوت می کند. اگر این تجربه عجیب غریب تر از این باشد، در ابتدا فرد می ترسد. اگر بترسد، سریع به بدن بر می گردد، و مدت چند هفته ای در آنجا حبس می ماند.

وقتی آگاهی انسانی قوی تر باشد، روح موجود شجاعی نیست. روح درون بدن از ترس ها، گاهی زیرچشمی به این جهان نگاه می کند. هر بار اتفاق عجیبی از گذشته می آید و از ترس در بدن قوز می کند.

اما روح در آنجا دلتنگ و اوقات تلخ است. بنابراین روح دوباره خارج می شود اما خیلی دور نمی رود تا نگاهی به اطراف بیاندازد و از بدن نگهداری می کند. و با دیدن اولین نشان خطر یا دردسر، روح دوباره به جای اول بر می گردد. اگر این حالت به دفعات کافی رخ بدهد، شخص می نشیند و نامه ای بسیار صمیمی می نویسد:

" من هیچ شانس برای سفر روح ندارم. لطفاً کمکم می کنید؟ "

من به طرق مختلف به مردم کمک می کنم تا بر این ترس غلبه کنند. من درباره اک و سفر روح به زبان ساده صحبت می کنم و تمرینات معنوی ساده و معمولی به آنها می دهم. در طبقات درون او را به شیوه ای طبیعی و آرام به جهان های دیگری می برد که بیشتر اوقات متوجه خروج خود نمی شود تا اینکه به بدن خود بر می گردد و بیدار می شود و آن تجربه را به یاد می آورد. شاید در آن لحظه کمی به خود مغرور شود، اما شب بعد، روح دوباره به بدن او بر می آید. ترس هنوز باقی است. معمولاً برای خلاص شدن فرد از ترس از مرگ بیشتر از یک سفر روح لازم است تا شخص بتواند پیش برود و زندگی کامل خود را داشته باشد.

تأثیر شایعه و سخن چینی

ترس ما را از زندگی عقب نگه می دارد و شایعه پراکنی نیز همین تأثیر را دارد. شایعه پراکنی و سخن چینی در واقع مثل وصل کردن دُم الاغ با سنجاق است. حل کردن ترس ها و بدنامی ها همانند سنجاقی است که دُم الاغ را نگه داشته است، یعنی در اطراف با چشم بسته به دیگران سنجاق وصل می زنیم، در حالیکه سنجاق ها به ما تعلق دارند. به عبارت دیگر، ما نواقص و کمبودهای خود را به دیگران نسبت می دهیم. این را شایعه پراکنی می گویند، و کار خوبی نیست که در حق خود یا دیگران انجام می دهیم. این سرگرمی است که ما را چنان مشغول حرف زدن درباره موضوعات می کند که دیگر قدرت تغییر دادن روح ناهشیار را نداریم.

کسانی که شایعه پراکنی را دوست دارند به ندرت این موضوع را تأیید می کنند. اگر این نکته را به آنها گوشزد کنید، آنها احساس می کنند به آنها توهین کرده اید و شروع می کنند به غیبت کردن درباره شما.

بالاخره باید بدانید که بدون محدود کردن آزادی خود نمی توانید وارد حریم دیگران شوید. زنی بود که همیشه غیبت می کرد. غیبت، غیبت، غیبت. در این کار عالی بود. به محض اینکه کسی نزدیک او می شد، شروع می کرد. در واقع این کار او دیگران را به شدت آزار می داد اما او هرگز این موضوع را نمی دانست. حتی دختر خودش هم نمی خواست به شایعه پراکنی و غیبت های او گوش دهد، بنابراین هوشمندانه موضوع را به موضوعی کلی مثل آب و هوا تغییر می داد.

خوب، اتفاقاً این زن با زن دیگری که او هم بیشتر شایعه پراکنی می کرد دوست شد. در حقیقت، آن دوست او را ساعت ها پای تلفن نگه می داشت تا اینکه بالاخره، او خسته شد.

بالاخره درس عبرت از راه رسید. زن دیگر همان کاری را با او کرد که او با دیگران انجام داده بود. روزی به دخترش درباره این برداشت گفت و از او پرسید: " آیا من واقعاً این کار را با تو انجام دادم؟ "

دختر گفت: " آه مادر، من دوستت دارم " مادرش به اشتباه خود پی برده بود و گفت: " پس چرا زودتر به من گوشزد نکردی؟ "

از آن به بعد ماجرا طور دیگری شد. وقتی زن فهمید شایعه پراکنی دوستش چه تأثیر ناخوشایندی بر او داشته، دیگر مثل قبل شایعه پراکنی نکرد. از این رابطه کنار کشید و به او گفت خیلی مشغله دارد و فرصت ندارد با او حرف بزند.

او به تدریج آگاه شد که احساسات خود او مثل خشم و درماندگی علت غیبت و شایعه پراکنی کردن او شده است. وقتی خود را برای وصل شدن به اک پاکسازی کرد، دیگر جایی برای غیبت کردن دوستش در کالبد اثری که کالبد عاطفی است، باقی نماند. دیگر آنها وجه اشتراکی نداشتند، بنابراین کارمای آنها کم کم از بین رفت. خیلی زود دوستش به شهر دیگری نقل مکان کرد، و بالاخره تماس آنها به خاطر دور بودن مسافت بسیار کم شد.

مادامی که ما نقص های خود را بیشتر از خلوص معنویتی که روشنی ما در آن است دوست داریم، در دام غم و اندوه خود ساخته می افتیم. مادامی که ما آنها را می خواهیم، آنها با ما باقی می مانند. حتی اگر تصمیم

بگیریم از آنها خلاص شویم، آنها یک شبه ناپدید نمی شوند، اما شرایط و محیط به تدریج ما را در مسیر دیگری هدایت خواهد کرد.

مقابله با محدودیت های تحمیلی

در هر دوره زندگی ما در یک تله به دام می افتیم. ما تحت تأثیر شخصیت های قدرتمند قرار می گیریم، معمولاً معلمین و والدین ترس ها و باورهای خود را به ما منتقل می کنند.

خیلی زود بعد از شروع مدرسه در سن شش سالگی ام، معلم تصویری به من داد تا آن را رنگ کنم. عکس آسمان با ابرهای پفی، مسیر پیچ در پیچ و درختی که با دسته ای چمن احاطه شده بود. یک جعبه مداد رنگی به من داد و به من گفت که داخل خطوط مشکی را با رنگ های مناسب پر کن.

من واقعاً می خواستم آن را درست انجام دهم، اما در آن سن به سختی می توانستم موضوعات را درک کنم. مداد و مدادرنگی به سختی در دستانم قرار می گرفتند یا به سختی کاری را که می خواستم انجام می دادند و علاوه بر آن، نقاشی کارتونی عجیب، زیاد شبیه درخت یا جاده یا ابری نبود که من تا آن زمان دیده بودم. اما باید از جایی شروع می کردم.

صندلی ام را ترک کردم و به سمت پنجره رفتم تا بیرون را نگاه کنم. باید قلب یک هنرمند را می داشتم، چون همه این زیبایی و تنوع رنگ را در این چشم انداز دیدم. در اوائل پائیز. علف ها هنوز سبز بودند، اما کمی

رنگ طلایی و قهوه ای به آن آمیخته شده بود و در سایه ی زیر درخت به سختی رنگی دیده می شدند.

وقتی بزرگتر می شویم، یاد می گیریم تیزی را کنار بگذاریم و حقیقت پوشش سبز را که سبز محسوب می شود بپذیریم. هنوز دقیقاً نمی دانم چه سبزی بود. سعی کردم رنگ مناسب را در جعبه مداد رنگی پیدا کنم و چیزی را که بیرون از پنجره دیدم بکشم، اما نتوانستم رنگ مناسب را تطبیق دهم.

معلمم خیلی با من بداخلاقی کرد. من سریع از یکی از دوستان کوچکم یاد گرفتم که بهتر است برای چمن از رنگ معین استفاده کنم تا سر من فریاد نکشد.

همانا روح، همچنین، ما با درس هایی که به ما تحمیل می شوند محدود شده ایم. ما فکر می کنیم: شما انسانی هستید که روح دارد. این چیزی است که ما آموخته ایم، اما این وارونه است. روح چیزی نیست که ما داریم، روح همان چیزی است که ما هستیم. من روح هستم، و جسم فیزیکی دارم.

بدن موقتی است. روح کالدهای بسیاری در دوره های زمانی مختلف دارد. عده ای از مردم فکر می کنند هر چیزی که قرار است در روی زمین یاد بگیریم در دوره کوتاه هفتاد ساله اتفاق می افتد و به گور منتهی می شود. چه نوع خدایی سبب می شود که ما درست در زمان شروع به یادگیری مفید بودن، زندگی ما را خاتمه می هد؟

باورهای درباره بهشت

روح وارد کالدهای بسیاری از طریق طول عمرهای زیاد در طبقات مختلف می شود، که کمترین آن زمین است. زمین جای خیلی بزرگی نیست؛ طبقات بسیار دیگری ورای جهان فیزیکی وجود دارد. فقط در طبقه اثیری جهان های متعددی است که پر از مردمی است که مثل ما به نظر می رسند. اما جهان هایی هم است که ساکنین آن با شکل هایی هستند که به ما اصلاً شبیه نیستند. با وجود این بیشتر ما آن قدر ساده و بی تکلف هستیم که باور کنیم اگر شکل موجودات با ما متفاوت است نمی تواند بهشتی یا آسمانی وجود داشته باشد.

این شبیه نگرش کریستوف کلمب هنگام بازگشت از کشف دنیای جدید به اسپانیا با آن مواجه شد و مورد استقبال قرار گرفت. خیلی خوب بود که او از لبه زمین سقوط نکرده بود، حالا مدعی بود که زندگی و حیات انسانی را در خارج از جهان شناخته شده یافته است. برای اثبات آن ادعا بدون اینکه دلیل مسلمی ارائه دهد احتمالاً او را در معرض بازخواست قرار می دادند، بنابراین او هم عاقلانه گروهی از سرخپوستان را با خودش با اسپانیا آورد.

تعالیم کتاب مقدس این دوره ها جایی برای این مخلوقات آمریکایی باقی نگذاشت، چون پوست آنها مایل به قرمز بود، شخصیت خاصی داشتند و زبان آنها قابل فهم نبود. ظاهر آنها سبب ایجاد بحث و جدلی شد که سالیان سال خشم مردم را برانگیخت؛ آیا این موجودات عجیب الخلقه واقعاً انسان هستند؟

مردم امروز درباره باورهای خود نسبت به بهشت و آسمان همین طور هستند. اگر موجوداتی که در دیگر طبقات ملاقات می کنیم کمی متفاوت هستند، می پرسیم آیا آنها موجودات معنوی هستند یا نه.

سعادت معنوی شما

بسیاری از اکیستها تجارب بسیار خوبی در جهان های دیگر دارند. و عده ای گزارش دادند که وقتی انجام تمرینات معنوی خود را قطع کردند استاد درون به سراغ آنها آمده است.

این استاد درون بیشتر از شما نگران سعادت معنوی شماست. اگر تعهد خالصانه به اِک داشته اید، او هرگز بدون دعوت در کار شما دخالت نمی کند و وارد حریم شما نمی شود. اما وقتی او را دعوت می کنید، حتی اگر دعوت خود را فراموش کرده باشید، ماهاننا راهی برای نشان دادن راه درست به شما پیدا می کند و می گوید کجا چیزها از لحاظ معنوی درست پیش می روند.

وقتی روح به وضعیت بالاتر آگاهی حرکت می کند، به طبقات دیگر، حتی ممکن است شما ابتدا از این موضوع اطلاع نداشته باشید. ابتدا به صورت بازدید کننده شروع می کنید، چون برای ساکن شدن در آن به زمان نیاز دارید. جهان ها جدید هستند و قوانین متفاوت، و ممکن است مدتی در تاریکی به دنبال چیزی بگردید و در گِل تقلا کنید، و ندانید چرا تمرینات معنوی که در گذشته استفاده کرده اید دیگر نتیجه نمی دهند. حتی ممکن است از خود پرسید: آیا اشکال در اِک است؟ شاید دیگر برای من کارساز نیست.

اما وقتی در سطحی خاص مستقر شدید، ناگهان دوباره مسیر درست را طی می کنید. مادامی که اصول معنوی خود را رعایت می کنید، متوجه می شوید برای بهتر کردن زندگی خود به چه چیزی نیاز دارید، تغذیه بهتر، همراهی که به دنبال آن می گردید و هر چیزی که در آن لحظه برای شما مناسب است. من کسی نیستم که برای این چیزها تصمیم بگیرم. اگر شما با روح مقدس موافق باشید، که اک است، در مسیری هدایت می شوید که شما را به گام بعدی می برد.

هر کاری که امروز مشغول انجام دادن آن هستید آموزشی است برای فردا. امروز برای رسیدن به فردا به آن نیاز دارید.

تحت حمایت روح الهی

من دوست دارم اتفاقی را که برای واصل اک رخ داد و با وفاداری تمرینات معنوی را انجام می داد برای شما تعریف کنم. این یعنی آنها را در زمانی هم که به نظر می رسد نتیجه ندهند انجام دهید. همان طور که بیشتر واصلین می دانند، چرخه ای از فعالیت در طبقات درون با یک چرخه آرام دنبال می شود. هر دو برای رشد معنوی و تحکیم آن لازم هستند. شاید دوست داریم همیشه با سرعت تمام حرکت کنیم، اما ماهیت زندگی زمانی را به ما استراحت می دهد تا فعالیتی را که در چند هفته، ماه یا سال گذشته تجربه کرده ایم را بررسی، ارزیابی و هضم کنیم.

این واصل در اتاقش در خواب بود که ناگهان با چیزی شبیه صدای بلند نوای فلوت که یکی از اصوات اک است از خواب بیدار شد. وقتی چشمانش را باز کرد، دید که اتاق پر از نور آبی رنگ شده است.

نور و صوت دو جنبه اِک، یا روح مقدس، هستند که خود را از طریق آن به ما می شناسانند. به اشکال مختلف برای فراهم ساختن آسایش، کمال می آید. بخصوص در مواقعی که دچار دردسر شده ایم یا وقتی در خطر هستیم از ما حمایت می کند.

اِکیست می تواند در نور آبی که اتاقش را پُر کرده به طور بسیار شفاف ببیند. با خیره شدن به پنجره ای باز، او چند اثر انگشت را روی طاقچه پنجره اتاقش دید. مردی سعی کرده بود از پنجره داخل شود و به او حمله کند. به او اخطار داده بودند، اما او هنوز کار خودش را انجام می داد. با دیدن این نور آبی احساس اطمینانی به او دست داد که دقیقاً می داند چه باید بکند. او از رختخواب بیرون پرید، به طرف پنجره دوید و پنجره را روی انگشتان آن مرد محکم بست. او صدای فریاد او را در حال سقوط به زمین زیر پنجره شنید و این آخرین باری بود که آن مرد را می دید. ذهن او حالا مشغول مسائل دیگری بود.

این به ما نشان می دهد که بدانیم دیگران هم مشکلات ما را دارند، و اینکه عده ای تجاربی با نور و صوت دارند، یعنی جنبه از خداوند.

اِک همچنین به عنوان جریان قابل شنیدن زندگی شناخته می شود. موجی که روح باید آن را گرفته و سوار بر آن به سوی خدا باز گردد. راه رسیدن به این موج از طریق تمرینات معنوی اِک است. من دوست دارم به شما در یافتن راه رسیدن به طبقات درون جایی که می توانم به طور مستقیم تر با شما کار کنم، به شما کمک کنم.

اِك راه عشق است، نه قدرت. وقتی تمرینات معنوی را انجام می دهید،
قلب خود را از عشق آکنده سازید، زیرا عشق ترس را دور می کند. تا
وقتی ترس نرود، موفقیت و نتیجه خیلی زیادی نخواهید داشت.
برکت باشد.

سمینار محلی استرالیا، کانبرا، استرالیا،

شنبه، نهم نوامبر، ۱۹۸۵



در این تمرین به خود بگویید، من میمون ها را ساکت می کنم و بعد می توانم از در وارد شوم و وارد جهان های نور و صوت می شوم.

کارگاه سفر روح؛ درک کردن تجربیات خود

ذکر هیو ترانه عاشقانه ای است برای خدا، سوگماد. یک ذکر قدرتمند. در بهار سال ۱۹۸۲، من به سیاتل، واشنگتن رفتم تا کاری برای ایک انجام دهم. درست قبل از صحبت من واصلین ذکر هیو را خواندند. حدود یک سال بعد، واصلی که نمایشگاهی از کتاب های ایک را در تجمع گروهی در سیاتل برگزار کرد به دو مرد مسیحی نزدیک شد. آنها داستان جالبی درباره اتفاقی که در کارگاه ایک برای آنها رخ داده بود برای او تعریف کردند.

هیو چه کاری می تواند انجام دهد

ظاهراً مردانی به جلسه ایک رفته بودند تا آن را به هم بزنند. بیشتر مسیحیان این کار را نمی کنند، اما در هر گروهی عده ای متعصب وجود دارد. احساس می کنند که تنها راه آنها به خدا منتهی می شود، بنابراین حق دارند باورهای خود را به دیگران تحمیل کنند.

یکی از مردان مسیحی به ایکست گفت: "به محض اینکه ما نشستیم، آنها ذکر باور نکردنی را شروع کردند. آن قدر قدرتمند بود که همه ما هم توانستیم روی صندلی خود بنشینیم و ذکر مسیح را تکرار کنیم!"

صوت هیو، نام خدا، در تمرینات معنوی شما مهم است. ارزش واقعی قدرت هیو به روح انرژی می دهد تا از طریق سفر روح وارد جهان های معنوی شوید و سپس به سوی خدا بروید. واصلین ایک همچنين کلمه ای

شخصی دارند که در واقع ارتعاشی از هیو است که مناسب ارتعاشات شخصی شماست. کار آن این است که به شما در رشد معنوی و در تمرینات معنوی شما کمک کند.

وقتی تمرینات معنوی را انجام می دهید و ذکر هیو را با خود تکرار می کنید، شروع به تصفیه شما می کند و روح شما پاک می شود. الگوهای عادت قبلی، شایعه پراکنی، حرف های بیهوده، بی صداقتی با خود، کم کم از شما دور می شود.

مواجه شدن با مشکلات

بیشتر اوقات وقتی از دیگر مردم انتقاد می کنیم، واقعاً نقایص خود را می بینیم. اما آنها را آن قدر واضح نمی بینیم که آن را در خود تشخیص دهیم. آنها را به صورت اشتباهات یا خطاهای دیگران می بینیم و تا حدودی احساس می کنیم وظیفه برحق ماست که به آنها اشاره کنیم.

اگر با تمرینات معنوی مشکل دارید، خوب است نگاهی به خود بیاندازید و پرسید، چه چیزی در زندگی ام است که مرا عقب نگه داشته است؟ این کاری نیست که شخص دیگری آن را برای شما انجام دهد.

منفی ترین شخصی که زندگی در هر لحظه از زمان در مسیر شما قرار می دهد، به شما فرصت داده است تا با خود روبرو شوید. وقتی معمای خود را حل کردید، آن شخص دیگر در مسیر زندگی شما نخواهد بود. و وقتی این موضوع را حل کردید، زندگی شخص دیگری را در مسیر شما قرار می دهد و حتی یک مشکل بزرگتر.

فقط وقتی یاد بگیرید چگونه با مشکل برخورد کنید زندگی بهتر و آسان تر می شود. بعد شما سیم هایی را که شما را به این شخص محکم بسته، باز می کنید و شروع به شکستن بندهای کارمایی می کنید. این بدان معنا نیست که بعد از شکستن کارما شما هیچ علاقه یا وابستگی به شخص دیگر نخواهید داشت. وقتی مشکلی که شما را کنار هم قرار داده برطرف شود، شما می توانید رابطه بهتر و خالص تری با یکدیگر داشته باشید. شما با هر مشکلی که سر راه شما قرار می گیرد روبرو می شوید و بیشتر به عمق مشکل خود پی می برید. با این کار، می آموزید کامل تر در زمینه معنوی با ماهاننا استاد درون کار کنید، و بفهمید چگونه با هر وضعیت جدید مقابله کرده مشکل را حل کنید.

در اک می خواهیم مسئولیت کامل زندگی خود را به عهده بگیریم. قضاوت درباره چگونگی زندگی کردن شخص و زندگی خصوصی دیگری جزو مقوله شایعه پراکنی و غیبت قرار می گیرد. ابتدا، چه تغییری می توانید در زندگی دیگران ایجاد کنید؟ دوم، تغییر دادن آن به شما چه ارتباطی دارد؟ اگر بر زندگی خصوصی شما تأثیر نمی گذارد، به طور مطلق هیچ حقی برای ورود به حریم شخصی زندگی دیگری ندارید. چرا وقتی موارد کافی در زندگی خود دارید تا با آن مقابله کنید، چرا خود را درگیر زندگی دیگران می کنید؟

وقتی قضاوت می کنیم چه اتفاقی می افتد

یکی از اکیستها طوری زندگی نمی کرد که اقوام او دوست داشته باشند. بیشتر اوقات از او برای سبک زندگی آزادش، او را مورد انتقاد قرار

می دادند. اما او شخص خرمندی بود و به روش خودش از زندگی درس می گرفت.

یکی از پسر عموهای این زن مدام او را به خاطر سبک زندگی اش مورد سرزنش قرار می داد. هرگز از هیچ فرصتی برای اخطار دادن به او برای تغییر دادن شیوه زندگی اش دریغ نمی کرد، و او مجبور بود برای رهایی از این وضعیت ازدواج کند. او که همیشه به طور منظم به کلیسا می رفت، آن زن را به خاطر شرکت نکردن در مراسم هفتگی کلیسا سرزنش می کرد. در عوض، او هر روز تمرینات معنوی اش را انجام می داد.

نتیجه این بود که این پسر عموی دیندار کسی بود که باید ازدواج می کرد. او رسوایی بزرگی در شهر به وجود آورد.

وقتی دیگران را به خاطر پیروی نکردن از قواعد دلخواه شما سرزنش می کنید، شاید فقط خود را در جایگاه نامناسبی ببینید که محکومیتی را پشت سر می گذارید که به خاطر انتخاب آنها بر آنها اعمال کرده اید.

آزادی معنوی

در آگاهی انسانی، ما پر از این عادت ها هستیم. مسیر یک فرصتی را به شما می دهد تا شما این ناحیه را در درون خود پاکسازی کنید. وقتی درون شما پاکسازی شد، به آزادی معنوی و آزادی روح که در این دوره عمر ملزم به آن هستید، نزدیک تر می شوید.

وقتی این آزادی پدید می آید شما شخص دیگری می شوید، اما انتظار نداشته باشید دیگران متوجه این موضوع بشوند. آنها همیشه شما را با

بدبختی خودشان قضاوت کرده و می‌سنجند و مشاهده می‌کنند که شما پول زیادی ندارید یا اینکه شما همانند هر کس دیگری بیمار می‌شوید. این شرایط موقتی هستند که شما با آن کارمای خود را پس می‌دهید و به طور مطلق برای تکامل معنوی ضروری هستند. هدف روح رسیدن به خداست و اِک مستقیم‌ترین راه را به طبقات آسمانی خدا ارائه می‌دهد.

سوء استفاده از دعا

تمرینات معنوی با دعا متفاوت هستند. تمرینات معنوی راهی هستند که با آن فرد وضعیت آگاهی خود را تقویت می‌کند. دعا به طور کلی برای این به کار می‌رود که به خدا بگویید چه کند و چگونه زندگی شما یا دیگری را بهبود بخشد. دعا به عنوان نیروی فکری مورد سوءاستفاده قرار می‌گیرد و به سمت شخص هدایت می‌شود تا وضعیت آگاهی او را تغییر دهد. این شکلی از جادوی سیاه است و خوب نیست.

بیشتر مردم از شنیدن این که کارهای مذهبی آنها چنین تأثیری دارد شوکه می‌شوند، اما اِک هم مسیری آموزشی است که به مردم می‌آموزد وقتی قوانین الهی را زیر پا می‌گذارید، حتی ندانسته چه اتفاقی می‌افتد. نادانی هیچ بهانه‌ای را نمی‌پذیرد، جریمه آن باید پرداخت شود.

تمرینات معنوی

اگر می خواهید این کار را انجام دهید، می توانید از حالت کنونی هشیاری خود فراتر روید و این کار را با بررسی صادقانه خود نه با ذهن بلکه با توانایی روح انجام دهید. این استعدادها و قوت ها بیدار می شوند و از طریق تمرینات معنوی یک نیرو می گیرند، و در این تمرینات، شخص به صوت خدا گوش می دهد یا از طریق تکرار خواندن هیو به دنبال نور خدا می گردد. همین طور تعدادی اصوات هستند که می توان آنها را برای تقویت معنوی فرد مورد استفاده قرار داد. تعداد زیادی کلمه در دفترچه معنوی نوشته پال توییچل به فهرست آمده است.

اگر سوالی درباره تمرینات معنوی دارید از پاسخگویی به شما خوشحال می شوم.

سوال: فرد متأهل چگونه می تواند بدون تجاوز به حقوق همسرش در تمرینات معنوی تبحر پیدا کند؟

پاسخ: وقتی ازدواج می کنید، انسان دیگری دارید، همین طور یک روح دیگر، که نگرانی های خود را درباره معنویت دارد. حال باید ترکیب کردن این دو دنیا را با هم آغاز کنید.

تمرینات معنوی نباید در حالت کلاسیک اجرا شوند، چهار زانو نشسته، قامت و ستوان فقرات راست و با صدای بلند ذکر ادا شود. وقتی همسر دارید، می توانید بخوابید و آرام و در سکوت هیو بخوانید یا کلمه شخصی خود را ادا کنید. نباید با ذهنیت جدی انجام شود که از اتفاقی که در

آنجا رخ می دهد جدا شوید، بلکه خیلی آرام آن را بگویید تا به خواب فرو روید.

با موضوع ساده شروع کنید، کلمه ای بسیار مشخص و آسان مثل "ماهانتا، دوستت دارم" بعد آرام، در زمینه ذهن خود، با ذکر هیو شروع کنید. فقط بگذارید در حالت خودکار و معنوی ادامه یابد. اتوماتیک به این معنا نیست که به حالت تکرار ذهنی بی معنی شود. بلکه در حسی بسیار واقعی آگاه می مانید که هیو در درون شما به گردش در می آید.

اگر در نیمه شب از خواب بیدار شدید، می توانید به آگاهی خود با توجه به استاد درون، حتی برای یک یا دو ثانیه، معنویت ببخشید. بدانید که بدان علت این ذکر را تکرار می کنید که شما خدا را دوست دارید و قسمت الهی درون خود و همسر خود را دوست دارید. در این حالت آرام و منظم، شما به کل زندگی عشق می ورزید.

نسیمی از اِک

سوال: گاهی در رختخواب دراز می کشم و تصور می کنم که روی سقف نشسته ام تصویری را تماشا می کنم که بادی به صورتم می وزد. ناگهان صدایی مثل صدای وزش باد شدید را می شنوم و بعد از آن تجربه خارج می شوم. می خواهم بیشتر به آن حالت ادامه دهم، اما نمی توانم بر ترس هایم غلبه کنم.

پاسخ: وزش باد شیوه نمایش اِک، یا روح مقدس، در سطح خاصی است وقتی که با گوش های معنوی روح به آن گوش می دهید. گاهی به صورت صدای پر انرژی می آید، گویی شما در کنار موتور جت ایستاده

بودید، موتور بزرگ یا یک دستگاه مولد برق. حقیقت محض این است که شما حتی اگر آن را به مدت بسیار کوتاهی بشنوید خوب است. این یعنی که یک برای شما کار می کند و شما را تصفیه می کند و تکامل می دهد. اگر می ترسید که مبادا این باد شما را از روی پشت بام پایین بیاورد، به آن از زاویه دیگری نگاه کنید: یک شما را به محیط جدیدی در زندگی بیرونی تان می برد. خواه بالا یا پایین.

وقتی خود را روی سقف تجسم می کنید به نظر می رسد که برای شما خوب کار می کند. وقتی ترس شما فروکش می کند، شما به طور بسیار طبیعی به مرحله بعدی هدایت می شوید. در ضمن، می توانید تکنیک تخیل را گسترش دهید که شما قبلاً با چند تجسم محافظ برای خود استفاده می کردید.

مثلاً خود را تجسم کنید که نردبانی را در مقابل خانه قرار می دهید. آن را خیلی مطمئن با طناب محکم کنید. بعد از آن بالا بروید و روی پشت بام بنشینید، اما در جایی باشید که به نردبان دسترسی داشته باشید. وقتی صدای روح مقدس به سمت روح می آید تا شما را تصفیه و تطهیر کند، می توانید احساس امنیت کنید که شما در تاریکی مجهول و ناشناخته سقوط نخواهید کرد. اگر کمی قبل از رفتن به بالای پشت بام کارهای مربوط به آماده سازی خود را انجام دهید ترس شما کم خواهد شد.

پس دادن کارما

پرسش: پال توئیچل گفت که می توانید کارمای خود را در جهان های بالاتر از طریق فهمیدن اتفاقی که رخ داده پس بدهید. آیا کمی در این باره توضیح می دهید؟

پاسخ: او به سطوح اثیری، علی، ذهنی، اتری اشاره می کند. این ها جهان های بالاتر از طبقه فیزیکی هستند، اما هنوز بخشی از جهان های پایین پدیده های روانی هستند. اینجا جایی است که کارما پس می دهید، کارما پدیده ای مربوط به جهان پایین پدیده های روانی است. جهان های بالای حقیقی خدا همه بالاتر از جهان های پست روانی هستند، و از مکان و زمان فراتر هستند. شما نمی توانید حتی در اینجا از ابدیت حرف بزنید، زیرا اینجا در واقع ابدیت آغاز و پایان دارد.

وقتی با خود روبرو می شویم کم کم متوجه می شویم که چیز خاصی ما را از برداشتن گام بعدی برای رسیدن به خدا بازداشته است. بالاخره متوجه می شویم که دیگر به آن مشکل نیاز نداریم. همین شناخت و تشخیص به ما اجازه می دهد از کارمای آن رها شویم. این شناخت یا افزایش آگاهی از طریق انجام دادن تمرینات معنوی و خواندن نام خدا به دست می آید.

بر خلاف مذاهب ارتودوکس، در یک شما تعادلی بین تعالیم درون و بیرون به دست می آورید. نه تنها استاد درون دارید، بلکه استاد بیرون نیز دارید. او می تواند به شما کمک کند تا با جریان صوت درون متصل

شوید و راهنمایی لازم را برای آگاهی از تجارب درونی خود به دست آورید.

واصل درون به طور کلی از واصل بیرون پیروی می کند. وقتی به صورت فیزیکی آماده برای دریافت وصل دوم می شوید، به طور کلی آن را از قبل در درون داشته اید. با هر مرحله از وصل شما کلمه جدیدی دریافت می کنید که شما را در ناحیه کاملاً جدیدی از ارتعاش، یک انرژی بالاتر از یک مستقر می کند. سطح جدید آگاهی خالص تر و متعادل تری است و خودهای پایین تر حالا باید با آن هماهنگ شوند.

حتی اگر زندگی خود را بر سرآغاز خدمت به سوگماد داده اید، در حالی که در اینجا زندگی می کنید، مدام با پنج نفسانیات ذهنی احاطه می شوید. شما هنگام ادامه مسیر کارما را انتخاب می کنید. برخی از کارما ها در غارهای تطهیر و تصفیه سازی از بین می روند و آنها هنوز بخشی از پدیده جهان های پست تر هستند.

واصلین پنجم و ششم که از طبقه روح فراتر رفته اند، هنوز مشکلاتی دارند. از لحاظ روحی آنها ورای طبقه روح هستند، اما قبل از این که آگاهی به کالبدهای پایین تر برسد تأخیر زمانی وجود دارد. در جهان های بالاتر واقعی هیچ زمانی وجود ندارد، فقط دیدن، داشتن و بودن. مادامی که ما اینجا هستیم، به طور کلی بدان معناست که ما هنوز چیزی برای یادگیری داریم و اگر بخواهیم می دانیم آن چگونه واضح تر از دیگران نتیجه می دهد.

ملاقات با استادانِ اک

پرسش: اگر چه قبل از این که وارد اک شوم، لایبی تسی را در رویا ملاقات کردم، و بعد از آن گوپال داس را، هنوز یادم نمی آید که به معابد حکمت زرین رفته باشم. من با اصوات زیبایی که در گوشم بودند از خواب بیدار شدم، اما یادم نمی آید کجا با آنها ملاقات کردم.

پاسخ: وقتی به تجربه معنوی خاصی عادت کردیم، ماهیت ماجراجویانه روح ما را مجبور می کند به دنبال تجربه دیگری باشیم. مثلاً اشخاص دیگری هستند که به یاد می آورند به معابد حکمت زرین رفتند، اما حالا دوست دارند مثل شما استادانِ اک را ببینند.

با وجودی که شما ممکن است هشیارانه از آن آگاه باشید، وقتی استادانِ اک را می بینید، معمولاً نزدیک معبد حکمت زرین هستید. این به طور کلی محل کار آنهاست. شما خیلی خوب عمل می کنید و آگاهی هم از راه می رسد.

شما دیدار با استاد اک لایبی تسی را که در سطح ذهنی کار می کند ذکر کردید، قبل از این که به اک بیایید این اتفاق افتاده بود. کسانی که شما را از اک منحرف می کنند احساس می کنند که استادانِ اک را پال توئیچل می سازد. با وجود این تعدادی از مردم هستند که مثل شما قبل از آمدن به اک این استادان را ملاقات کردند.

تعهد کامل به خدا

پرسش: خواه در خواب خواه در اوقات بیداری در طول شب یک چشم بزرگ را می بینم. هر بار آن را می بینم از ترس تکان می خورم. آیا این چشم معنوی من است؟

پاسخ: پشت اسکناس یک دلاری آمریکایی توضیحی به شکل همین چشم دیده می شود. برخی از شعبه های فراماسونی از آن به عنوان علامت هم استفاده می کنند. این بازتاب چشم معنوی است. وقتی این چشم خاص را از طریق چشم معنوی خود می بینید، یعنی که در جایی می خواهید کل زندگی خود را به کارهای معنوی اختصاص دهید. منظور من از اختصاص آنی نیست که با مذهب ارتودوکس درک می شود، بخصوص وقتی به صومعه می روید و جهان را متهم می کنید. این یعنی که شما به طور کامل وارد جهانی شده که کانال اک و روح مقدس است و برای خدا کار می کنید.

این یک چشم به معنای تعهد کامل به خداست. شاید بگویید که ندای روح است که مرا فرا می خواند. این تعهد کلی ممکن است در ابتدا ترسناک به نظر برسد. اما وقتی ترس کنار می رود و شما به بلوغ معنوی می رسید، خود را به طور کاملاً طبیعی در زندگی کامل تر روح می یابید. این بسیار لذت بخش است و لذت آن در شیوه درک شما به روش خودتان است.

نور خدا

پرسش: گاهی ستاره صورتی مایل به قرمز چهار پره ای را دیده ام. آیا مهم است؟

پاسخ: شما نور خدا را در طبقه اثری می بینید. آن یک ستاره وصل است، و گام بسیار خوبی است. چهار گوشه بودن آن نشانگر ثبات است. ستاره صورتی چهار گوش نشانۀ ثبات برای طبقه اثری است.

دانش باستانی پیشگویی *اِک* - *ویدیا* می گوید که ستاره ای با سه گوشه و سه زاویه نشانگر انرژی بسیار خلاق است. ستاره دو زاویه که یک گوشه آن بالا و یک گوشه آن پایین، مثل ستاره حضرت داوود یا ستاره شش گوشه *اِک* هم بسیار خلاق است. این نشان دهنده تعادل همزمان بین جهان های معنوی و جهان مادی است. فردی که ستاره *آبی* شش گوشه ی ماهانتا را می بیند می تواند وارد تجارب درونی شود و از آنها در جهان بیرونی و بالعکس استفاده کند.

این ها فقط دستورالعمل های کلی هستند. نمی توانید *اِک* را در چارچوب قرار دهید. عده ای می گویند تجارب آنها ابتدا با نور شروع شده در حالیکه دیگران می گویند تجربیات آنها ابتدا با صوت شروع شده است. *اِک* از قوانین ثابت پیروی نمی کند؛ آن قدر وسیع است که دور مفاهیم آنچه باید باشد، می چرخد.

بسیار خوب است که برخی از جلوه های *اِک* را به روشی که باید به شما آرامش، سکوت و کمال بدهد، می بینید.

تغییر تمرینات معنوی

پرسش: برای عده ای تجارب درونی ظاهراً آسان به دست می آید. اما وقتی من خودم برای مراقبه در یک جا می نشینم، بیشتر اوقات مثل رفتن سرکار است. تلاش برای استفاده از تخیل برای من سخت است. چون هیچ اتفاقی نمی افتد. حال که روی ایده طبقات روح کار می کنم، جایی بی شکل، تنها چیزی که تجسم می کنم نور است، اما حفظ تصویر آسان نیست. برای داشتن تجربه درونی، باید به خواب روم و به حالت ریلکسیشن برسیم ولی این کار برایم هنگام نشستن و انجام یک مراقبه رسمی امکان پذیر نیست.

پاسخ: این کار را به روش خودتان انجام دهید. ما همه با هم متفاوت هستیم. نقطه مشترک بین حالات خواب و بیداری وضعیتی است از یک ناحیه آگاهی شدت یافته، شبیه طبقه اتری، بین این جهان و جهان های بالاتر.

پرسش: به جای این که سعی کنم تصویر طبقه پنجم را به صورت نور خالص حفظ کنم، آیا اگر شما را در هیأت فیزیکی مثل آنچه در خانه ام است، به تصویر بکشم درست است؟

پاسخ: شما می توانید از آنجا شروع کنید. من همچنین در طبقات درون وقت زیادی را صرف کار بر روی طبقه اثیری، علی، و ذهنی می کنم، که همه مکان های بسیار لذت بخشی هستند. بیشتر کاری که لازم است در طبقات معنوی انجام شود در جهان های زمان، مکان و شکل صورت

می گیرد، جایی که روح های بی تجربه را برای آموزش به آنجا می آورند. این نقطه شروع خوبی است.

غذای معنوی

پرسش: سری هارولد، من برخی از فلاسفه را آزمایش کرده ام و اکنون به این نتیجه رسیده ام که به مسیر درست پی برده ام. اما فهمیدن این موضوع چهل سال طول کشید. دیشب وقتی از هتل خواستم مرا در ساعت معینی بیدار کنند، به نظرم آمد که خوب است در دوره عمر بعدی کسی باشد که مرا بیدار کند و به من ندا دهد تا من مجبور نشوم برای فهمیدن مسیرِ یک چهل سال از عمر خود را صرف کنم. آیا در تناسخ بعدی دوباره راهم را پیدا خواهیم کرد؟

پاسخ: بله، مگر این که همه کارمای خود را در این دوره زندگی به پایان ببرید، که در این صورت مجبور نیستید دوباره به اینجا برگردید. کسانی که مسیرِ یک را آغاز می کنند، یک یا دو سال ادامه می دهند، و بعد تصمیم می گیرند جلوتر نروند و به زمین بر می گردند. معمولاً در دوره بعدیِ یک را خیلی سریع تر پیدا می کنند. مجبور نیستند مثل کسی که تازه و برای اولین بار این راه را شروع کرده، تلاش کنند.

در زندگی بعدی، این افراد تجلیاتِ یک را زودتر می بینند و متأسفانه توضیحی برای آن ندارند. وقتی مسیرِ یک را دوباره پیدا می کنند، می فهمند که اشخاص دیگری هستند که تجارب واقعی را با روح مقدس، یک داشته اند. این زمانی است که می فهمند این امر کاملاً طبیعی و سالم است و روح از آن به عنوان غذای معنوی استفاده می کند.

بیشتر مردم می گویند هرگز نمی خواهند به زمین باز گردند. اما وقتی به وضعیت آگاهی بالاتر می رسید، حق انتخاب دارید که در اینجا خدمت کنید یا در یکی از طبقات دیگر.

فردی که وصل دوم را دارد به طور کلی به طبقه مادی باز نمی گردد. او در یکی از طبقات بالاتر متولد می شود و به شکل بالغ ادامه می دهد و به شناخت وضعیت های قبلی خود می رسد. به عبارت دیگر، او حقیقت در آن سطح را سریع تر می شناسد.

در اک ما کسانی را داریم که تعالیم حقیقی را خیلی سریع تر شناختند و این مسیر را خیلی آسان پیدا کردند. اگر این امر برای شما طولانی تر است، به آن معنی نیست که شما از لحاظ معنوی کمتر تکامل یافته اید. شاید به این معنی است که آموزش متمرکزی در این دانش داشته اند، شاید یادگیری قرار دادن این مطالب در ذهن و در مکان خود را هنگام انجام تمرینات معنوی دشوارتر ببینند.

مراتب وصل خانواده

پرسش: به مدت بیش از دو سال دیسکورس های اک را مطالعه کرده ام اما برگه صورتی مربوط به وصل دوم را دریافت نکرده ام. از آنجایی که خانواده من هم اکیست هستند، درباره مراتب وصل خانواده با هم صحبت کرده ایم. من هنوز منتظرم آیا علتش این است که من آماده نیستم یا چون دیگر اعضای خانواده ام آماده نیستند؟ آیا باید همه اعضای خانواده آماده وصل باشند یا هر عضو خانواده که آماده بود به تنهایی می تواند وصل را بگیرد؟

پاسخ: به عنوان قانون کلی، اگر یکی از اعضای خانواده دو سال اک را مطالعه و بررسی کرده باشد، دیگر اعضای خانواده هم آمادگی وصل را دارند. مادامی که هماهنگی در این خانواده است، آنها همه می توانند اصول اک را اجرا کنند و از همان ارتعاشات استفاده کنند. بنابراین، شاید مرتبه دوم وصل را برای کل خانواده درخواست بدهید.

در مواردی که تناسب خوبی از هماهنگی وجود ندارد، بهتر است که بقیه خانواده را به این نوع موارد تشویق نکنید.

پس از آنکه دو سال مطالعه و تحصیل خود را کامل کرده اید، شما هم به عنوان یک فرد می توانید مرتبه دوم وصل را برای خود درخواست دهید. اگر همسر شما موافق است که شما به کار خود ادامه دهید و هیچ احساس بدی ندارد، بنابراین خودتان وصل شوید. اگر او تمایلی ندارد، پس بهتر است مدت کوتاهی صبر کنید تا هماهنگی بیشتری در خانواده ایجاد شود.

ما به طور کلی به خانواده اجازه می دهیم با هم وارد مرحله دوم اک شوند. کسانی که به بالاتر از مرحله دوم وصل می شوند باید جداگانه هم این کار را انجام دهند. یک زن و شوهر، یا دو انسانی که با هم زندگی می کنند و در ازدواج معنوی قرار دارند با وجودی که ممکن است مراسم و تشریفات بیرونی نداشته اند، شاید گاهی به مرحله وصل سوم یا چهارم هم رسیده باشند، ولی در عین حال در یک سطح از مرحله وصل باشند، اما اگر یکی از آنها در مرحله ی چهارم است و دیگری در مرحله سوم، پس هر کدام مرتبه وصل خاص سطح خود را می گیرد.

وقتی خانواده ای با بچه کوچک با هم به مرحله وصل دوم می رسند، بهترین کار این است که منتظر شوند فرزندشان به سن پنج یا شش سالگی برسد بعد کلمه رمز را به او بگویند. در آن زمان شما می توانید معنی داشتن آن کلمه را به او آموزش دهید، چگونگی کاربرد آن را توضیح دهید و بگویید چه کمکی به او می کند و شاید بتوانید از تجارب شخصی خود برای توضیح نحوه کمک کردن آن کلمه به خود برای او استفاده کنید. مهم نیست مذهب پدر و مادر شما چه بوده است، حتی اگر آموزه های اکنکار باشد، این بچه ها بیشتر اوقات در سنین نوجوانی و گاهی در اوایل بزرگسالی سرکشی می کنند. آنها نمی خواهند در هر کاری که پدر و مادرشان شرکت دارد همراه باشند، چون برای آنها محدودیت است.

وصل شدن به اک را می توان انکار کرد اما نه برای همیشه. حال این بچه ها بخواهند یا نخواهند با وجودی که سرکش هستند اما حمایت ماهانها همراه آنان است و آنها هرگز خیلی دور نمی شوند. احتمالاً وقتی کمی بزرگتر شوند، به اک باز می گردند و مطالعات خود را آغاز می کنند و دوباره وارد مرحله وصل دوم می شوند و این یعنی رهایی از کارما و اسارت و بندگی دنیا. به این ترتیب احساس می کنند که خودشان به این نتیجه رسیده و آن را به دست آورده اند.

جریانات زندگی

پرسش: از اوائل کودکی من منظره عجیبی را دیده ام، حتی با چشمان باز. شبیه حباب هایی است که در سطح آب ظاهر می شود، شفاف و مدام در حال حرکت. این منظره چشم ها را به خود خیره می کند. در شگفتم که این تصویر چه معنایی دارد.

پاسخ: شما جریانات معنوی را می بینید. عده ای ادعا می کنند که چیزی که ما آن را ماده می نامیم فقط انرژی در حال حرکت در میزان های مختلف ارتعاش است. این ارتعاشات خاص چیزی است که وینسنت ون گوگ آن را دید و در نقاشی هایش از آن استفاده کرد و کار او کاری متحول کننده به شمار آمد.

دیدن جریانات زندگی خوب است، مادامی که شما را در حد حواس پرتی اذیت نکند. برای عده ای از مردم این موضوع مایه اذیت و آزار می شود. وقتی وارد آن شوید، یاد می گیرید چگونه آن را متوقف کنید به طوری که بتوانید با جهان فیزیکی بدون مواجه شدن با موانع جهان های درون مقابله کنید.

نظم

پرسش: گاهی وقتی به حرف کسانی که در زمینه ایک اطلاعات دارند گوش می دهم، فکر می کنم من زیاد منظم نیستم. زیاد کتاب های ایک نمی خوانم چون وقتی شب به خانه می آیم خیلی خسته ام. آیا ایک شما را از طریق پیشرفت معنوی همراهی می کند یا شما باید خودتان به خود انگیزه بدهید؟

پاسخ: خواندن این کتاب‌ها برای معنوی کردن آگاهی شما لازم است و شما را درباره چیزهایی که در طبقات درون رخ می‌دهند راهنمایی می‌کند. ماهانتا، که اک است، شما را روی یک برنامه قرار می‌دهد، اما شما باید به خودتان انگیزه بدهید. استاد نمی‌تواند برای شما کاری انجام دهد که شما برای خودتان انجام نمی‌دهید.

پرسش: من معمولاً در روزهای جمعه روزه نمی‌گیرم، مگر اینکه واقعاً خودم را وادار به این کار کنم. آیا این بخشی ضروری از اصول اک است؟

پاسخ: بله، است. اما روزه گرفتن به این معنا نیست که شما باید بیست و چهار ساعت غذا نخورید و فقط آب بخورید، این کاری است که بسیاری از اکیست‌ها آن را انجام می‌دهند. روزه ذهنی هم داریم. در روزهای جمعه تمام روز، توجه خود را آرام به استاد درون یا نور و صوت قرار دهید. توجه کوچک و خاصی به استاد نموده و ذکر هیو را تا انجایی که می‌توانید ادامه دهید، حتی اگر شده برای چند دقیقه. در ابتدا فراموش می‌کنید و حواس شما پرت می‌شود، اما به تدریج فکر به استاد درون در سراسر روز بیشتر و بیشتر می‌شود.

متوجه می‌شوید که وقتی به اک توجه می‌کنید، که همان استاد درون است، قسمت متعالی تر هر فرد، قدرت درون، جریان عشق، با مردم طور دیگری رفتار می‌کنید. ارتعاشات شما در هنگام توجه کردن به استاد متفاوت است، بنابراین مردم طور دیگری به شما پاسخ می‌دهند. اضافه کنم، اما همیشه با مهربانی رفتار نمی‌کنند.

اگر شخصی در حالت عصبانیت به شما نزدیک شده، در سکوت ذکر هیو را در درون خود تکرار کنید. این تأثیر شگفت انگیزی دارد. یادتان باشد که شما این ذکر را برای تغییر دادن شخص دیگری انجام نمی دهید، شما این کار را برای محافظت از خود انجام می دهید. این مثل دعا نیست که به خدا بگویید، خدا، لطفاً او را متوقف کن. این شبیه این است که بگویید خدا، به من قدرت بده.

حیوانات و هیو

پرسش: من گربه بزرگ سفیدی دارم که دوست دارد همراه من در خواندن هیو سهیم باشد. هر جا باشد به محض اینکه این ذکر را با صدای بلند شروع می کنم، می آید و روی پاهای من می نشیند آیا باید بگذارم همانجا بماند و از این تمرین لذت ببرد؟

پاسخ: می توانید اجازه دهید حیوان با شما باشد. حیوانات هم صوت خدا را دوست دارند. در این زمان خاص، گربه عشق خود را نشان می دهد. فکر می کنم وقتی تمرین معنوی خود را با دوست خوبی چون او شریک می شوید اوضاع بهتر می شود.

پرسش: چرا هنگام ذکر گفتن بینی مرا لیس می زند؟

پاسخ: چون این ذکر خیلی قدرتمند است و عشق از طریق آن می آید. این حیوان سعی می کند عشق خود را به تنها روشی که می داند نشان دهد. حتی با لیس زدن بینی شما.

تجارب مربوط به نور

پرسش: وقتی تمرینات معنوی ام را انجام می‌دهم، بیشتر اوقات شوک الکتریکی بسیار قدرتمندی را احساس می‌کنم. یک بار جرقه نوری واقعاً وارد بدن من شد. این جرقه با صدای بلند و شعله آبی رنگ از دست چپ من خارج شد. این چیست؟

پاسخ: این نور خداست که به این شکل خاص می‌آید. شما توانایی کنترل این درجه از نور را دارید. این کار شما را سریع در مسیر قرار می‌دهد و مناسب شماست. این نور برای دیگران به شیوه ای ملایم تری عمل می‌کند.

میمون های ذهن

پرسش: آیا برای آن دسته از ما که نیاز دارند، تکنیکی را برای ساکت کردن میمون های ذهن پیشنهاد می‌دهید؟

پاسخ: می‌توانید با تخیل کار کنید، نه تنها در طبقات درون بلکه در طبقات بیرون، برای مثال، اگر ببینید که سگی به سمت شما می‌آید که احتمال دارد شما را گاز بگیرد، وضعیت عاشقانه را تجسم کنید. توجه خود را به دوست داشتن سگ متمرکز کنید، او را نوازش کنید، با او بازی کنید و پشت گوش های او را ماساژ دهید. این تمرین معنوی خوبی است و ممکن است دندان های او را از شما دور کند.

همان اصل می‌تواند در طبقات درون بکار رود وقتی ذهن شما به اطراف در جهش است. می‌توانید افکار خود را مثل میمون هایی تجسم کنید که به اطراف می‌پرند و ببینید برای آرام کردن آن ها چه کاری

می توانید انجام دهید. در اینجا با تکنیک تصور و تخیل کار می کنید که به شما امکانات بسیاری می دهد.

دری را تجسم کنید که می خواهید از آن وارد شوید، اما نمی توانید چون میمون های در اطراف و جلوی آن می پرند. با خود بگویید، می خواهم میمون ها را ساکت کنم، و بعد از در وارد شوم و وارد جهان های نور و صوت شوم. به آنها اسباب بازی های کوچک و براق و جذاب زنگ دار بدهید یا به آنها موز بدهید. می توانید آن قدر سرگرم ساکت کردن میمون های ذهن شوید که از این کار لذت ببرید. حالا روح خودش را نشان می دهد.

به محض اینکه آنها را ساکت و آرام کردید، اگر کمی در را باز کنید می بینید که آن سوی در نور خالص و زرین خداست. بدانید که استاد آنجاست. او به شما می گوید: " هر زمان بتوانید از این میمون ها خلاص شوید من اینجا هستم "

میمون های ذهن تنها محافظان این در هستند. آنها هر کار ممکن برای ممانعت شما از رفتن انجام می دهند. وقتی راهی برای آرام کردن آنها پیدا کردید، آماده اید تا وارد جهان های درونی شوید.

کسانی که در یک تجربه های معنوی دارند، شاید بخواهند یادداشت شخصی یا دفتر خاطرات رویایی برای خود داشته باشند. در پایان ماه می توانید مهم ترین موارد را انتخاب کنید و درباره آنها بنویسید. اگر چه من بسیاری از اینها را می خوانم، معمولاً به نوشته ها پاسخ نمی دهم. چون امکان پذیر نیست.

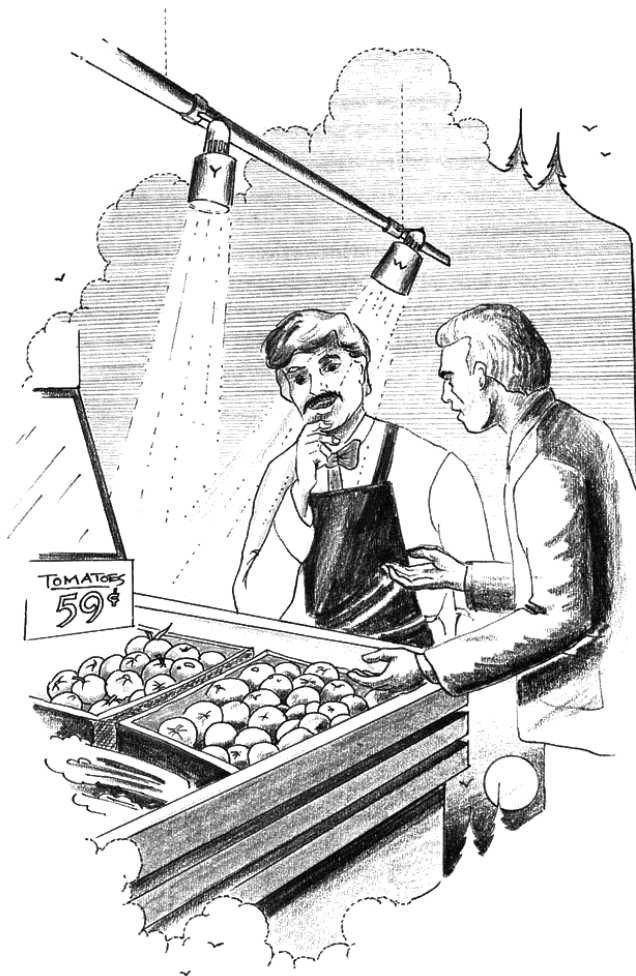
قانون صرفه جویی

من کارمندان کم اما پر انرژی دارم که کارهای زیادی انجام می دهند. پیروانِ اک به طور کلی، کوهی از کار را آرام آرام انجام می دهند. با تشخیص استاد درون، که قسمتی از قانون صرفه جویی است، یاد می گیرید که کارهای غیر ضروری را کنار بگذارید و فقط با کارهایی که ارزش صرف وقت و انرژی را دارند سرگرم شوید. به این ترتیب، شما انرژی خود را ذخیره می کنید. این انرژی می تواند برای تقویت و ارتقاء معنوی شما به کار رود، و شما را از موانع اصلی دور کند به طوری که فقط از کنار موانع عبور کنید و زندگی خود را آسان تر نمایید.

ما این کار را از طریق وصل شدن به روح مقدس، اک، نور و صوت انجام می دهیم. ارتباط درونی با ماهانتا، از طریق دانش، شهود یا تجربه واقعی در حالت رویا این امر را برای شما ممکن می سازد تا موارد موازی با آنچه در آنجا رخ می دهد را ببینید. این به شما فرصت می دهد تا از بسیاری از مشکلاتی که دیگر مردم گرفتار آن هستند اجتناب کنید.

ما تجربه عبور از حجاب و ورود به طبقات درون را بارها داشته ایم. این ما را از ترس از مرگ آزاد می کند و لذت ما را از زندگی خود در اینجا افزایش می دهد، به طوری که می توانیم شاد باشیم و خواستار همکار خدا بودن شویم. وقتی زمان آن می رسد که اینجا را ترک کنیم، آن قدر این کار را تکرار کرده ایم که جابجایی از این جهان به جهان دارای نور بیشتر امری طبیعی می شود.

سمینار محلی استرالیایی، کانبرا، استرالیا، یکشنبه، دهم نوامبر، ۱۹۸۵



ما مسیر معنوی را انتخاب می کنیم که وعده نور خاصی را می دهد که سبب می گردد چیزها بهتر به نظر برسند، مثل چراغ های رنگی که در فروشگاه ها روشن هستند.

ردای آگاهی

وقتی بزرگتر می شویم، توانایی بدن برای هضم غذا کمتر می شود، اما ما همچنان همان مقدار غذایی را می خوریم که در زمان جوانی می خوردیم. این سبب ایجاد مشکلات سلامت می شود. وقتی وارد اِک می شویم نیز اتفاق مشابهی رخ می دهد. تغییر در آگاهی الگوهای غذایی ما را تغییر می دهد؛ چون وقتی به مسیر زنده ای چون اِک می آییم، کارمای ما سرعت می یابد. جای کمتری برای برگشت به عاداتی که برای ما مضر هستند، داریم.

جمع آوری اثرات کارمایی

به دفعات بارها کارمایی که ما جمع می کنیم، از چیزی به سادگی غذایی که دیگر نمی توانیم هضم کنیم، ایجاد می شود. مثلاً شکر، اثرات شیمیایی خاصی دارد. سبب می شود عده ای عصبانی شوند، احساس کوچکی یا ستیزه جویی کنند. اگر ناگهان کسی فهمید که دیگر نمی تواند شکر بخورد، با وجودی که دیگر شکر نمی خورد، ممکن است به عقب برگردد.

به همین علت ما مشکلات و دردهای زیادی را برای خود و دیگران ایجاد می کنیم. اما وقتی تحمل عواقب انجام عادت قدیمی دردناک تر می شود، متوجه می شویم که زمان آن است که این الگو و عادت را تغییر دهیم.

پوسته های اطراف روح

من و دوستم دیروز با هم به پیاده روی رفتیم. در این فاصله فرصت یافتیم با آگاهی مردم در آن منطقه همراه شویم. وقتی به خیابان پر از مغازه آمدیم، ناگهان احساس گرفتگی خاصی کردم، تنشی روی من فشار می آورد. از دوستم پرسیدم آیا این کشش را در چند قدم عقب تر احساس کرده بود یا نه. او گفت: "بله، مثل این بود که روی پوششی راه بروی که در سراسر خیابان پهن است"

این نوع نیروها و اثرات همه ما را لمس می کنند. کسانی که در شهرها زندگی می کنند عادت دارند در نزدیک دیگر مردم و مشکلات آنها باشند و مجبور هستند نوعی پوسته محافظ سخت بسازند. این هشیاری یا آگاهی معنوی کاری می کند که سبب بقای آنها می شوند و زندگی را به این نوع محیط تبدیل می کنند.

شخصی که در قسمت تجاری پر رفت و آمدی کار می کند، مدام با کسانی سر و کار دارد که از غذا، محصولات یا خدمات ناراضی اند. آنها این را می خواهند، آن را می خواهند، اتاق خیلی نامرتب است، لامپ ها نور کافی ندارند، همیشه مشکلی است. بنابراین او این پوسته بیرونی سخت را مثل زره محکمی که شوالیه به تن می کند ایجاد می کند تا در مقابل ارتعاشات خشن آگاهی انسانی محافظت شود.

نه تنها یک سری نیرو هستند که می توانید در خیابان های خاص آنها را احساس کنید، همین طور نیرویی است که هنگام ورود به شهر آن را احساس می کنید. امسال تابستان عده ای از ما در هتل یک شهر اروپایی

اقامت کردیم. در این منطقه جادوی سیاه سنگینی استفاده شده بود. ارتعاشات آن هنوز آن قدر قوی بود که چند تا از افراد گروه تمام شب کابوس می دیدند.

آنها احساس کردند که این موجودات می کوشند وارد بدن آنها شوند. ما کاری را که می توانستیم برای رهایی از عده ای ارواح که بوسیله جادوگران تسخیر شده بودند انجام دادیم. صبح ما از هتل بیرون آمدیم و به جای دیگری رفتیم. چنین جای زیبایی آن همه ارتعاشات منفی داشت. ما تا زمانی که بر روی زمین هستیم، جهت پیدا کردن بهشت یا آزادی معنوی تلاش می کنیم. آزادی معنوی به طور کلی پس از آنکه شخص به خداشناسی برسد می آید، حالتی که روح بدون شک می داند که حال می تواند همکار خدا باشد و در کنار موجودی الهی یا خدا قرار بگیرد و از این مرحله به بعد است که او به این مأموریت تعلق دارد.

علائم الهامات معنوی

دو اکیست اشاره کردند که در طول تمرین معنوی، یک چشم را دیده اند و نمی دانستند چه معنایی دارد. فردی که یک چشم می بیند باید گاهی کل زندگی خود را به مأموریت معنوی همکار خدا بودن اختصاص دهد. این پیشرفت طبیعی است که طی چند سال رخ می دهد.

این کار اجازه می دهد که کارما به تدریج برطرف شود به طوری که فرد به پریشان ذهنی دچار نمی شود. این اتفاق برای کسانی رخ داده است که در وضعیت های پایین الهام معنوی را داشته اند، مثل آگاهی کیهانی. در سطح آگاهی کیهانی فرد احساس می کند که کل زندگی

یکی است. جهان را از حالت متفاوتی از آگاهی می نگرد که ممکن است دیگر مناسب زندگی کردن در بین دیگر مردم نباشد.

یکی از علائم شخصی که الهام مذهبی داشته است، مثل تولد دوباره، این است که معتقد است به بالاترین وضعیت آگاهی ممکن دست یافته است. شاید همین سبب شود که او به طور دمدمی و غیرقابل پیش بینی عمل کند. اما بسیاری از کسانی که تجربه تولد دوباره را داشته اند حتی به آگاهی کیهانی نزدیک هم نشده اند. اشتباه گرفتن شناخت سطح پایین با آگاهی غایی ماهیت انسان است. ما دوست داریم احساس کنیم که جهان کوچک ما تا حدودی بزرگتر است و درد ما شدیدتر است و غم های ما بزرگتر و عشق ما باشکوه تر از هر کس دیگر است.

تاکتیک های بقا

کسانی که به سطوح بالاتر مرحله وصلِ اک رسیده اند می فهمند که شما در مکان ها یا در اطراف مردم خاص بسیار احساس ناراحتی می کنید. گویی موقعیت یا این شخص شما را خفه می کند و شما می خواهید تا آنجایی که امکان دارد سریع از آنجا خارج شوید.

روح به دنبال بقا است. این درسی است که همه ما در اینجا می آموزیم. صبح به محل کار می رویم و با هر کاری که باید انجام دهیم کنار می آییم، از جمله نیروهای نامرئی که بیشتر مردم حتی از وجود آنها اطلاع ندارند را نیز تحمل می کنیم. ناآگاهانه زره می پوشیم تا در مقابل آنها محافظت کنیم، اما هنوز آنها باز بر ما تأثیر می گذارند و ما عصبانی و

بدخلق به خانه می رویم بدون اینکه علت دقیق آن را بدانیم. و فردا دوباره از نو همین ماجرا را تکرار می کنیم.

امیدواریم که از این وضعیت رهایی یابیم. رها شدن از کره خاکی و مستقیم به آسمان رفتن خوب است. اما، البته، مشکل اینجاست که برای رفتن به آنجا باید بمیریم و همین موجب نگرانی ما برای مردم و چیزهایی که روزی باید پشت سر خود رها کنیم، می شود.

مشکلات و نگرانی ها ساخته می شوند، تا اینکه بالاخره زره محافظ بر روی روح خود می گذاریم و پوششی روی ذهن خود می کشیم تا خود را از روبرو شدن با مشکلات زندگی و این حقیقت که روزی این بدن را ترک خواهیم کرد، رها کنیم. در همین حین هم، خود را سرگرم هر چیزی می کنیم که بتوانیم از فکر کردن به مشکلات اجتناب کنیم.

در نیوزلند زمان برای صرف چای، افراد را به همین هدف می رساند. وقتی با مشکلی روبرو می شوید که از عهده آن بر نمی آید، چای بنوشید. شاید تا پایان یافتن چای، مشکل شما هم برطرف شود و اگر برطرف نشد بعداً می توانید با آن مقابله کنید.

گنجشکی در فروشگاه

دیروز در حین پیاده روی، من و دوستم به مغازه لباس فروشی رفتیم تا نگاهی به لباس ها بیاندازیم. خانمی ساده و صادق به ما خوش آمد گفت و به ما پیشنهاد داد تعدادی از لباس ها را نگاه کنیم. ناگهان من صدای جیک جیک گنجشکی را شنیدم. آن قدر صدا بلند بود که فکر کردم صدا از بیرون می آید.

من گفتم: " فکر می کنم در فروشگاه خود گنجشک دارید؟ " او حتی نمی خواست به این موضوع فکر کند، اما از آنجایی که صدای جیک جیک درست بالای سر ما بود و بلندتر می شد، دیگر نتوانست به آن بی توجه باشد. چه اتفاقی می افتد اگر این پرنده بالای این لباس پرواز کند و کاری انجام دهد؟ او به عقب و جلوی سقف نگاه کرد و سعی می کرد توجهش به لباسی باشد که به ما نشان می داد. او گفت: " پرنده کوچک گستاخ " معلوم بود پرنده اعصاب او را بهم ریخته بود.

صدا از ناحیه کوچکی در انتهای سقف جایی که لوله های آب از چشم پنهان بودند، می آمد. اگر خود را کمی بالا می کشیدید، می توانستید سر کوچک گنجشک را که از بالای دیوار بیرون آمده بود ببینید. گنجشک با سر و صدای زیاد جیک جیک می کرد گویی می خواست بگوید می خواهم از اینجا خارج شوم اما نمی دانم چگونه. من گفتم: " گنجشک آنجاست "

فروشنده سعی کرد به آن توجه نکند. او گفت: " حتماً طبقه بالا روی پشت بام است و صدای جیک جیک از داخل آن سوراخ می آید "

من با اصرار گفتم: " نه، اینجاست. سر او از دیوار بیرون آمده است " فروشنده خانم دیگر آمد و به جایی که من اشاره می کردم نگاه کرد. او قبول کرد و گفت: " درست است پرنده کوچکی آن بالاست. حالا چکار کنیم؟ "

من پیشنهاد دادم: " شما همه چراغ ها را خاموش کنید و در جلویی را باز کنید، شاید به سمت نوری که از بیرون می آید پرواز کند "

دومین فروشنده خانم ابتدا با کمی تفکر نگاه کرد. فکر کردم به پیشنهاد من فکر می کند اما گفت: " چای میل دارید؟ " آن یکی فروشنده سرش را به نشانه تأیید تکان داد و هر دو به طرف پشت مغازه رفتند.

بیشتر اوقات ما چشمان و ذهن خود را می بندیم و وقتی نمی دانیم چگونه با وضعیت ناخوشایند مقابله کنیم به اتاق دیگری می رویم. در این مورد، فنجان چای آنها نوعی زره بود، محافظت آنها در مقابل چیزی که نمی دانستند چگونه با آن مقابله کنند. امیدوار بودند که در عرض ده یا پانزده دقیقه که نوشیدن چای طول می کشد، همه اوضاع روبراه شود. امیدوارم این طور باشد. ما منتظر نشدیم ببینیم چه می شود. ما فروشگاه را ترک کردیم، احساس کردیم تنها موجود زنده داخل فروشگاه همان پرنده بود.

موج خدا

بیشتر اوقات مردم در مورد هدف خود با دیگران در نزاع هستند. حتی نمی دانند به دنبال حقیقت می گردند. البته آنها چیزی درباره اک نشینده اند، یعنی همان روح مقدس.

روح مقدس یک فرد نیست، اما چون ذهن انسان قادر به درک خدا نیست، مردم به آن روح شخصیت می بخشند. آنها به آن بالاترین ویژگیهای خوب، زیبایی، عشق، مهربانی، لطافت انسانی را که می توانند تصور کنند اعطاء می کنند.

ما به نیروی منفی هم شخصیت می دهیم. ذهن انسان توانایی درک این را ندارد که در جهان های پایین تر، نیروهایی درکارند.

نیروی الهی صدای خداست که به شکل نور و صوت می آید. این همان چیزی است که ما، به عنوان روح می کوشیم با آن تماس حاصل کنیم. این صدای خدا، روح مقدس، اِک، روح القدس، جریان قابل شنیدن زندگی، جریان عشق، یا هر آنچه بنامید، موجی است که روح باید برای برگشت بسوی خداوند، بر آن سوار شود.

گناه و رستگاری

ما درباره رستگاری در اکتکار صحبت نمی کنیم، زیرا روح هرگز از بین نمی رود و گم نمی شود. چیزی مثل نفرین ابدی وجود ندارد. این مفهوم اقدامی است که توسط کسانی صورت می گیرد که می خواهند روح را در دام این تفکر بیندازند که رستگاری فقط از طریق انجام دادن کارهایی که آنها آن را ضروری می دانند، حاصل می شود.

آنها ادعا می کنند اگر توبه نکنید در نوعی گناه می مانید و حتی اگر به تازگی کار خطایی از شما سر نزده باشد، همیشه آن گناه قبلی وجود دارد. بنابراین به هر حال روح شما اسیر است و شما باید تلاش کنید تا آنجایی که می توانید بدون ارتکاب گناه در این دنیا زندگی کنید و امیدوار باشید که قبل از مرگ و افتادن در جهنم اصلاح شوید.

ترس های پنهان

همه برنامه ریزی های مذهبی ما را دچار تعجب و نگرانی می کنند. برنامه مذهبی همیشه مرا خیلی نگران کرده به خصوص وقتی پسر بچه ای بودم که در مزرعه بزرگ شدم عادت داشتم برای مسائل مذهبی نگران شوم.

هر گاه یکی از گاوها می خواست زایمان کند، به جنگل می رفت. شاید این موضوع اتفاقی بود اما گاوها همیشه گوساله خود را درست قبل از شب به دنیا می آوردند. گاو و گوساله اش لابلای بوته ها و ریشه های درختان می خوابیدند و آنجا پنهان می شدند. من یا یکی از برادرهایم باید به جنگل می رفتیم و در لابلای درختان تاریک و صدای ارواح، به دنبال گاو و گوساله اش می گشتیم.

یک شب، بدون هیچ سلاحی و فقط با یک چراغ قوه، مجبور شدم به جنگل تاریک بروم و گاو و گوساله اش را به خانه بیاورم. سگم همراهم بود اما به اندازه من ترسو بود. طوفان وحشتناکی در حال وزیدن بود. چراغ یکی دوبار روشن خاموش شد، و من آن را اختطاری از جانب خدا دانستم که یعنی عجله کن. امیدوار بودم که گاو زایمان راحتی داشته است، چون در غیر این صورت، دچار حالت جنون شده و مرا دنبال خواهد کرد. همین موضوع به اندازه رعد و برق برایم ترسناک بود و مرا ترساند.

بالاخره وقتی گاو را پیدا کردم، مشکل بعدی ام این بود که چطور او را بلند کنم و حرکت بدهم. وقتی او را به راه انداختم گوساله تازه به دنیا

آمده ی کثیف و خیس را پیدا کردم و او را دنبال کردم. ناگهان همه چیز به هم ریخت. گوساله به زمین افتاد، گاو به من که بچه اش را زمین انداخته بودم، حمله کرد و من با عجله گوساله را رها کردم و به طرف جنگل دویدم، رعد و برق نزدیک تر می شد و من مطمئن بودم که خدا می خواهد مرا برای گناہانی که دیروز مرتکب شدم تنبیه کند.

آزاد ساختن روح

همه این ها بر ما سنگینی می کند. ما ترس های پنهانی خود را به دوران بزرگسالی می آوریم. ما انواع ترس ها را در جیب های مخفی پنهان می کنیم، سپس زیپ جیب را می کشیم و ترس ها را فراموش می کنیم. اما ترس هایی که هرگز درباره اش فکر نمی کنیم، هنوز وجود دارند.

آنها را کارما می نامیم. وقتی وارد مسیرِ اک می شویم و تمرینات معنوی انجام می دهیم، به تدریج این ترس ها رها می شوند. این کار کم کم انجام می شود، به طوری که ما بتوانیم از عهده اش بر آییم.

در هر مرحله وصل درِ اک، مقداری کارما کم می شود و وارد جریان زندگی قابل سماء می گردد. این روش دیگری است برای گفتن این که این را به اک، یا روح مقدس می سپاریم. وقتی این سنگینی از بین می رود، طوری است که گویی جیب های ما از کیسه های شنی سنگین خالی شده است. روح کمی سبک تر می شود، و کمی آزادتر.

روح باید آگاه شود که این بارهایی که حمل می کند، غیر ضروری هستند. وقتی به این موضوع پی می برید، این بارها یکی پس دیگری در

یک دوره زمانی رها می شوند و روح به آزادی معنوی که حق تولد اوست، نزدیک تر می گردد. وقتی شخصی در معرض نور و صوت خدا قرار می گیرد این اتفاق می افتد.

تناسخ مجدد بر روی زمین برای دوره زندگی هزار ساله امری شخصی و انتخابی است. فقط به این علت رخ می دهد که فرد از گوش دادن یا شنیدن به موسیقی خدا اجتناب کرده است. موسیقی خدا افسانه ای تخیلی نیست، عنصری تطهیرکننده است. از طرف دیگر، وقتی خدا را با نام مذکر صدا می زنیم کاری است که زاده هشیاری انسان است. در یک ما خدا را سوگماد، یا آن، می نامیم.

اقیانوس عشق و رحمت گاهی با نام کلمه الهی، روح مقدس، یا یک شناخته می شود و جوهره الهی است که روح را به سوی خدا می آورد. روح مقدس از دو جنبه ساخته شده است — نور و صوت — که از طریق تمرینات معنوی یک به آن می رسیم. به نور و صوت هم می توان به طور اتفاقی یا داشتن تجربه از زندگی قبلی رسید.

رنگ های نور

شاید نور را همانند بسیاری از رنگ های مختلف و انواع رنگ های لباس هایی که می پوشید ببینید، اما درخشان تر از آن ها باشد. هر رنگ نشانگر نور خدا در یک طبقه متفاوت است.

مثلاً شخصی که در آگاهی سطح اثیری است شاید صورتی بیوشد، و در عین حال سایه های آبی یا نقره ای در هاله اش داشته باشد، که بیشتر

اوقات رنگ های بالاتر به شمار می آید. این به آنچه فرد انجام می دهد بستگی دارد.

نقره ای رنگ ریسمانی است که کالبدهای فیزیکی و اثیری را به هم متصل می کند. ریسمان نقره ای را همانند یک تپش، موجود زنده از یک فانتزی با رنگ زیبا توصیف کرده اند. کسانی که سفر اثیری می کنند، که شکل پایین تر سفر خروج از بدن است، بیشتر اوقات از ریسمان نقره ای آگاه اند. عده ای ادعا می کنند که این ریسمان از پشت سر بیرون می آید و عده ای می گویند از معده یا شکم.

نقطه ای که کالبدهای فیزیکی و اثیری به هم متصل می شود به سطح آگاهی فرد بستگی دارد. در حالات پایین تر آگاهی این اتصال در یکی از مراکز پایین به وجود می آید. مثل معده یا اندام های تولید مثل و از آنجا مشغول به کار می شود. مراکز بالاتر در پشت سر قرار دارند. این ها مراکزی هستند که از طریق آنها روح بدن را در زمان مرگ ترک می کند.

ما با این ریسمان اتصال بین کالبد فیزیکی و کالبدهای درونی در اینکار کاری نداریم. در عوض، با استفاده از کالبد روح از آن می گذریم.

خروج طبیعی از بدن

تمرینات معنوی به طور کلی شما را بدون هیاهوی زیاد به جهان های بالاتر می برد. گاهی خود را در حضور بادی وزان و تند می بینید، که یکی از اصوات روح مقدس است. صوت نیرو یا قدرتی است که ارتعاشات روح را افزایش می دهد. سپس روح از کالبد انسانی بلند می شود، که این امر از طریق مرکز قلب انجام می شود یا منطقه جمجمه سر.

اکیستها اغلب به طور طبیعی و با ملایمت بدون هیچ تأثیری بر کالبد فیزیکی از بدنشان خارج می شوند. ما هم به طور ساده خود را در سطح دیگری می یابیم، جایی که محیط و معماری آن دارای ماهیت بالاتر و بهتری است. ما به طور معمولی کار می کنیم و مثل دیگر مردم در بین آنها حضور داریم.

از طریق این سفرها به بیرون از بدن، ما برای زمانی آماده می شویم که باید کالبد فیزیکی را ترک کنیم. در هنگام مرگ هیچ ترسی از آن نداریم زیرا از قبل طبقات درون را بارها در کالبد روح و به روشی بسیار طبیعی ملاقات کرده ایم.

ما در این طبقات درون بیشتر از یک خانه داریم. روح مکان های بسیار متفاوتی را در طول وضعیت رویا ملاقات می کند. به همین دلیل است که فرد گاهی خاطرات پراکنده ای را از این تجربه می آورد. اتفاق واقعی که رخ می دهد این است که استاد درون روح را در طول خواب از بدن خارج می کند و به سطح بالاتر آگاهی می برد. گاهی شاید او را به دیدن

عزیزی که فوت کرده یا به ملاقات مردم زمین دیگر که در سفر روح هستند، می برد.

همکاری

نکته مهم سفر روح این نیست که فقط اطراف جهان سفر کند، و این جا و آن جا سربکشد. این کار مثل این موضوع که به زندگی ادامه دهی بدون اینکه بدانی روح برای انجام دادن مأموریت الهی خود روی زمین است، پوچ است. مأموریت روح این است که همکار خداوند شود. وقتی همکار خدا می شود، به شادی و فراخی غیرقابل تصویری دست می یابد. وقتی کسی بیشتر وارد اک می شود، خود را در حال کمک به کاری می یابد که باید انجام دهد یا در حال کمک کردن یا محافظت از دیگر مردمان. ما سازمان نیکوکار اجتماعی نیستیم. این بخشی از مأموریت روح است.

روح این امر را با رضایت می پذیرد تا بیشتر درباره جوهره معنوی خود بداند و به تجاربی دست یابد که او را به مراتب بالاتر رسیدن به خداوند ارتقاء می دهد. وقتی قلب های خود را باز می کنیم و به زندگی بر می گردیم، در واقع یاد می گیریم و تکامل می یابیم.

محافظة و کمک

واصل بالایی که در دفترِ اک کار می کند به تازگی در هواپیما بود، به محض اینکه در فرودگاه پیاده شد، بمبی منفجر شد. بررسی بعدی مشخص کرد که این بمب به قصد کشتن زنی کار گذاشته شده بود که در طول پرواز کنار این شخص پیرو اک نشسته بود.

در دقیقه پایانی این زن تصمیم گرفته بود به چمدان لوازم آرایش خود که بمب در آن جاسازی شده بود سر بزند. انفجار آنقدر قوی بود که همه هواپیما را در هم شکسته بود، اما به کسی آسیب نرسید. همین طور حیواناتی که در آن پرواز بودند هم آسیب ندیدند، از جمله سگ فرد واصل اک.

اک، روح مقدس، از واصل بالا به عنوان محافظ این زن استفاده کرده بود. اگر چه او این موارد را درباره اک نمی دانست، حتی تصورش را هم نمی کرد که بخواهد به دیگر دنیاها برود اما از او محافظت شده بود.

واصلین به اک از این روش استفاده می کنند تا با روح مقدس از دیگران محافظت کنند و به آنها کمک کنند. برخی از واصلین درجات بالاتر آگاهانه در کالبد روح کار می کنند، به دیگر مردمی که ناراحت هستند یا در اشکال دیگر در دردسر هستند، کمک می کنند. در سطوح معنوی آنها را به مکان های زیبا می برند، با آنها حرف می زنند و به آنها آرامش می دهند. آنگاه فرد دچار دردسر صبح روز بعد بیدار می شود و احساس خیلی بهتری دارد بدون اینکه بداند کسی در طبقات درون به او کمک کرده است. این بخشی از همکاری واصلین با خداست.

روح در واقع با جنبه درونی استاد در قید حیاتِ اکِ درخشان می شود به خصوص وقتی دیگر وظایف بیرونی را انجام می دهد. به همین علت است که رهبر معنوی اِکنکار را به عنوان راهنمای نشان دهنده راه یا دهنده نور می شناسند.

جستجوی معنوی

به طور کلی مردم نمی دانند که وقتی سعی می کنند مشکلات کوچک را حل کنند و زندگی خود را بهتر نمایند در جستجوی معنویت هستند. روزی به فروشگاه رفتم تا مقداری سبزیجات بخرم. مدیر فروشگاه جلوتر از من حرکت می کرد و من در راهرو با عجله می خواستم وارد بخش تولید شوم. سه نفر از دستیاران در صف ایستاده بودند و فقط به میوه ها و سبزیجات نگاه می کردند. مدیر وقتی به آنها ملحق شد گفت: " نمی دانم چه باید بکنم، شمارش آرا پنج به پنج است."

من پشت سر آنها به طرف گوجه فرنگی ها راه افتادم، اما مدیر مرا متوقف کرد و پرسید: " نظر تو چیست؟ سفید یا زرد؟ " فکر کردم شاید منظور او رنگ است، به سقف نگاه کردم. او تکرار کرد: " نظر تو چیست؟ زرد یا سفید؟ " بالاخره سر نخ را به من داد، " به این نورها و چراغ ها نگاه کن "

او به لامپ هایی اشاره کرد که جلوه میوه ها و سبزیجات را بیشتر کرده بود و گفت: " این لامپ ها را می گویم کدام بهتر است سفید یا زرد؟ " در حالی که لامپ های نیمی از آنجا با نور طلایی می درخشید، آنهایی

که در طرف دیگر بودند درخشش سفید رنگ تندی داشتند. تفاوت آنها مشخص بود.

یک بار در مقاله ای درباره تأثیر لامپ های رنگی مختلف بر میزان فروش، مطلبی را خوانده بودم. به نظر می رسید که نور طلایی سبب می شود هویج نارنجی تر و سیب و گوجه فرنگی قرمز تر به نظر برسند. در زیر آن نورهای خاص همه چیز بهتر به نظر می رسید.

به طور خلاصه کل فلسفه و تئوری پشت مقاله را توضیح دادم و نتیجه گرفتم که این فروشگاه با استفاده کردن از لامپ های طلایی سود می برد. مدیر از من برای وقتی که صرف کردم تشکر کرد و من خرید خود را از سر گرفتم، واقعاً احساس می کردم که به او در حل مشکل اش کمک کرده ام.

چند دقیقه بعد، مجذوب سبزیجات بودم که شنیدم مدیر به مشتری دیگری می گوید: " زرد یا سفید؟ " من تعجب کردم که او با اخذ چند رأی راضی می شود.

ما هم همان طوری هستیم. ما مسیر معنوی را انتخاب می کنیم که وعده می دهد نور خاصی سبب بهتر دیده شدن اشیاء و مسیرها می شود. به نظر می رسد مدتی این مورد نتیجه می دهد. بعد شخص دیگری که ادعا می کند مسیر او به سوی خدا بهتر است، می آید. بنابراین ما مسیرهای خود را به سوی خدا انتخاب می کنیم و در نهایت متوجه می شویم که اگر سعی کنیم هر بار بیشتر از یک راه را انتخاب کنیم، مسیرهای مختلف یکدیگر را خنثی می کنند.

در اِک هم، ما باید دقت کنیم که در دام عادت ادعا کردن، داشتن راه بهتر به سوی خدا گرفتار نشویم. رسیدن به خدا فقط یک راه ندارد، اما این راه مستقیم ترین راه است. می توانید هر چند راه را که می خواهید انتخاب کنید، و در هر چند جهتی که دوست دارید حرکت کنید، و هر چقدر که می خواهید به دست آورید، اما اگر خالص باشید، من تضمین می کنم که تغییراتی رخ دهد.

سه زاهد گوشه نشین

این داستان را لئوتولستوی نقل کرد.

اسقفی با کشتی به صومعه ای دور سفر می کرد، تا در آنجا وظیفه تدریس راه رسیدن به رستگاری را انجام دهد. در کشتی عده ای زوار و مسافر بودند. در طول سفر دریایی این اسقف متوجه شد که چند تن از مسافران دور ماهیگیری که به نقطه ای دوردست در دریا اشاره می کرد و حرف می زد جمع شده اند. اسقف به گروه پیوست، و کنجاو شد حرف های آن مرد را بشنود. دیگر مسافران کلاه هایشان را برداشتند و با احترام تعظیم کردند.

یکی از مسافران، که از بقیه با شهامت تر بود برای اسقف توضیح داد که ماهیگیر درباره جزیره ای که سه زاهد برای رستگاری روح خود در آن زندگی می کنند صحبت می کرد.

اسقف مشتاق شد بیشتر بداند. پرسید: " این سه مرد که هستند؟ " مرد ماهیگیر گفت: " آنها مردان مقدسی هستند، هر چند نمی دانم چطور آنها برای زندگی کردن به آن جزیره رفته اند " وقتی زمانی او برای

ماهگیری رفته بود، شب در آن جزیره اقامت کرده بود. صبح به کلبه و سه مرد پیر که لباس های پاره ای به تن داشتند برخورد کرده بود. آنها آنقدر قدیمی بودند که ریش سفید یکی از آنها به رنگ سبز درآمده بود. آنها به او غذا داده بودند و لباسش را خشک کرده و یکی از آن مردان پیر به ماهیگیر در تعمیر قایق اش کمک کرده بود.

اسقف با تعجب پرسید: " آیا آنها با تو حرف زدند؟ " ماهیگیر توضیح داد که همه چیز در سکوت انجام شد: " یکی از آنها فقط به بقیه نگاه می کرد و آنها حرف او را می فهمیدند "

اسقف سردرگم شده بود. تریبی داد که کاپیتان کشتی او را یک روز به آنجا ببرد. کاپیتان کشتی را تا آنجا که می توانست به ساحل نزدیک کرد. مردان پارو زن، اسقف را با یک قایق کوچک به آن جزیره بردند.

سه زاهد محترمانه به اسقف خوشامد گفتند و به او تعظیم کردند. اسقف نکته را دریافت. او به عنوان اسقف و استاد آن مردها دوست داشت به آنها یاد دهد چگونه به روشی مناسب به خدا خدمت کنند. پرسید: " شما چطور دعا می کنید؟ "

یکی از سه زاهد جواب داد: " ما به این طریق دعا می کنیم: شما سه نفرید، ما هم سه نفریم، به ما رحم کنید " در آن لحظه هر سه نفر چشمانشان را به سمت آسمان بردند و سه تایی تکرار کردند: " شما سه نفرید، ما هم سه نفر، به ما رحم کنید "

آنها به نیروهایی که وارد جهان های پایین تر می شد به عنوان پدر، پسر و روح القدس که در مسیحیت شناخته شده بود، شخصیت داده بودند، جریان اولیه وارد جهان های پایین تر می شود و بعد جریان های دوم و

سوم از آن جدا می شوند و این سه نیروی مثبت، منفی و خنثی را می سازد.

اسقف را این سه زاهد پیر، لمس و نوازش کردند. اسقف که خلوص آنها را دید و همچنین دید که آنها از سه گانگی (پدر، پسر و روح القدس) چیزی می دانند، تصمیم گرفت به آنها طریقه دعا کردن را یاد دهد. او گفت: " گوش کنید و بعد از من تکرار کنید، پدر ما که در آسمان است " زاهد اول آن را درست ادا کرد، زاهد دوم کلمات را درست ادا نکرد، و زاهد سوم دندان نداشت به طور ناخودآگاه نتوانست آن را ادا کند.

تمام روز، اسقف جمله به جمله دعا را تکرار می کرد و مردان پیر با سختی آن کلمات را پس از او تکرار می کردند. با فرا رسیدن شب، همه توانستند کل کلمات را با خودشان بگویند. آنها نمی دانستند معنای آن چه بود، اما آن را به خاطر سپرده بودند. اسقف بعد از یاد دادن آن کلمات به سه زاهد، سوار قایق شد تا به کشتی برگردد.

بعد اسقف با آسودگی در کشتی استراحت کرد و با رضایت جزیره را که از چشم دور می شد، تماشا کرد. با خودش فکر می کرد آن مردان از یاد گرفتن دعای پروردگار چقدر خوشحال و راضی هستند و او هم خوشحال بود که خدا او را برای آموختن آن کلمات و کمک به آنها فرستاده است.

ناگهان نور سفید و درخشنده ای را دید که در سراسر دریا از طرف جزیره حرکت می کند و با سرعتی زیاد به کشتی نزدیک می شود. وقتی نور نزدیک تر شد، اسقف دید که آن سه زاهد بودند که از سفیدی

می درخشیدند. آنها به نرمی روی سطح آب بدون حرکت دادن پاهای خود حرکت می کردند. اسقف به طرف چپ کشتی خم شد تا بهتر بتواند ببیند.

سه مرد آمده بودند و در کنار کشتی توقف کردند. آنها گفتند: " ما دعای شما را فراموش کردیم " و با عذرخواهی از اسقف خواستند آن را به آنها دوباره آموزش دهد.

اسقف با تواضع اعتراف کرد و در مقابل آنها تعظیم کرد و گفت: " شما باید به من آموزش دهید " و آنها برگشتند و به سمت جزیره ی خود حرکت کردند.

رابطه ما با خدا

در رابطه خود با خدا، بیشتر اوقات خود را در موقعیت این سه زاهد می یابیم. وقتی شخصی سفر روح انجام می دهد، روح قادر است از جسم فراتر برود و به حالات بالاتر آگاهی برسد. می تواند مناظر الهی را ببیند که از چشم کشیش ها و قدیسین پنهان است و بعد به سلامت به جسم خود بازگردد. ما حکمت خدا را در دسترس داریم و می توانیم خود را شفا بخشیم و همه کارهایی که زندگی ما را کمی آسان تر می کند انجام دهیم.

بنابراین روح به نوری تبدیل می شود و در نهایت نیازی نیست شخص دیگری دست نوشته های مقدس را برای آن تفسیر کند. با وجود این همیشه کسی است که آماده باشد درباره چگونگی دعا

کردن ما و چگونگی نیاز ما به پذیرش باورها و ایده های آنها که به نظرشان بهتر از عقاید ماست، موعظه کند.

تکنیک سفر روح

در اینجا تکنیک سفر روح وجود دارد که اگر دوست دارید می توانید برای کار بر روی طبقات درون با استاد درون آن را امتحان کنید.

شکل استاد معنوی که احساس می کنید برای شما قابل اعتماد و مهم است را تجسم کنید. با او از در خارج شوید و به جهان های درون بروید. هر تجربه درونی که به دست می آورید، آن را دنبال کنید. اگر از دیدن شکل درونی من راحت نیستید، پس شکل درونی مسیح یا یکی دیگر از استادان معنوی نگاه کنید. این اشکال درونی فقط تجلیات روح مقدس، نور و صوت هستند که برای هدایت روح به سمت گام بعدی در مسیر رسیدن به خدا می آیند.

چند تا از این تکنیک هایی در کتاب های *اک*، مانند *اکتکار* *کلید جهان های اسرار*، و در دیسکورس های *اکتکار آمده است*. برخی از این دیسکورس ها هر ماه تمرین متفاوتی ارائه می دهند. راز *اک*، درباره سفر روح و حرکت در جهان های خدا در تمرینات معنوی *اک* نهفته است. آنها آگاهی را افزایش می دهند،

سپس شما بهتر می توانید زندگی خود را با آزادی ادامه دهید، آزادی از ترس، آزادی برای حرکت به دلخواه خود.

کمک به دیگران برای پیدا کردن اک

شما هم می توانید به شیوه ای غیر اجباری به کسانی که می خواهند درباره تعالیم نور و صوت بدانند، کمک کنید. شما مجبور نیستید به کسی ثابت کنید که این مسیر درست است. فقط آنها را از وجود این مسیر مطلع سازید. سپس استاد درون کار با آنها را آغاز خواهد کرد.

شاید شخصی آماده و موافق اتصال به نور و صوت باشد، شاید نه. اگر آماده است، استاد در طبقات درون در کالبد نور آشکار خواهد شد. در این مرحله اتحاد شادمانه ای بین استاد درون و روح به وجود می آید.

من شما را تشویق می کنم که به تمرینات معنوی ادامه دهید. تکنیک های مختلف را با شیوه های مختلف امتحان کنید، آنها را به همان روشی که هر بار انجام می دهید تکرار نکنید. از تصور خلاقانه خود برای فهمیدن روش های مختلف رسیدن به استاد درون استفاده کنید. هر گام شما را از کارمایی که شما را بازداشته، نجات می دهد. هر گام شما را به خدا نزدیک تر می کند.

برکت باشد.

سمینار منطقه ای تائورانکا، نیوزلند،

۱۳ نوامبر، ۱۹۸۵



کلمه رمزی که به واصل اکتکار داده می شود، کلیدی را فراهم می کند. سپس به خود فرد بستگی دارد که کلید را در قفل قرار دهد، آن را بچرخاند و در را باز کند.

آیا عملکرد اک اینگونه است؟

کفش های من دو سال عمر کرده اند و خیلی راحت هستند. آنها جیر جیر می کنند، اما با استفاده از مقداری ماده نرم کننده دستکش بیسبال، من صدای جیرجیر آن را از بین بردم. اما بعد از اینکه کامل آنها را برق انداختم، حتی قسمت های زبانه آن را، دوباره شروع به جیرجیر کردند. حالا می دانم چرا جیرجیر می کردند.

کفش های جیرجیر و

در راه رسیدن به خدا، خیلی سخت می کوشیم کارها را درست انجام دهیم، اما گاهی اساس کار را فراموش می کنیم. فراموش می کنیم که از همان ابتدا کفش هایی بخریم که جیرجیر نکنند، تا بعداً مشکل نداشته باشیم. ما هم خود را به آموزه ها و فلسفه هایی عادت می دهیم که ناگهان شروع به ایجاد سر و صدایی می کنند که انتظار نداشتیم.

بنابراین ما با استفاده مقداری روغن در آن وضعیت، سعی به درست کردن کمی از آن می کنیم، و سپس آن را با ماده براق کننده برق می اندازیم. این مدتی نتیجه می دهد، تا اینکه یکبار دیگر صدای چیزی را که دوست نداریم، می شنویم. سعی می کنیم ایمان خود را با افزودن مقدار بیشتری روغن به کفش ها تقویت کنیم و خیلی زود دوباره صدای جیرجیر می شنویم؛ بالاخره به مرحله ای می رسیم که کاری برای

تعمیر کردن آن از ما ساخته نیست. دیگر نمی توانیم این کفش ها را بپوشیم.

وقتی این اتفاق می افتد، این مسیر معنوی برای شما دیگر مناسب نیست و زمان آن است که به دنبال چیز دیگری باشید. همین طور ممکن است اشتباه انتخاب کنیم و مسیر درستی را ادامه ندهیم. در وضعیت پایین تر آگاهی ما با دیدگاهی ناقص انتخاب می کنیم و تا بخواهیم بفهمیم چگونه اوضاع را کمی بهتر کنیم، در مسیر معنوی ما دنیایی از مشکل ایجاد شده است.

جمع آوری مثال

من در طول سال مطالبی را برای سخنرانی های سمینار جمع آوری می کنم. هر وقت می بینم که یک در زندگی روزانه کارگر واقع شده، یک مثال عملی که نشان می دهد اصل کلام زنده کار می کند، سعی می کنم آن را یادداشت کنم. به کتابخانه می روم تا درباره این مطلب از کتاب ها اطلاعات کسب کنم، با وجودی که بیشتر آنها دیگر منسوخ شده است. بیشتر آنها ارتباطی با این مسیر زنده ندارند، اما گاهی داستان های قدیمی درباره قدیسن قبل، چیزی آشنا به مردم ارائه می دهد. این پلی است از آموزه های قبلی آنها.

ترس شکلهای مختلف دارد؛ بسیاری از چهره ها را می پوشاند. ترس ساده از ناشناخته حقیقت را پنهان می کند و من سعی می کنم حقیقت را به اطلاعاتی که مردم می توانند با آن ارتباط برقرار کنند، وصل کنم.

داستان‌ها و ایده‌های آشنا فقط نقطه‌ی شروع هستند. آن‌ها به خودی خود کاری برای نزدیک کردن فرد به خدا انجام نمی‌دهند. معمولاً تنها چیزی که می‌تواند شخص را به خدا نزدیک تر کند نوع دانش درباره صوت و نور است. این‌ها دو جنبه‌ای هستند که صدای خدا را می‌سازند، روح مقدس، روح القدس کتاب مقدس، یا آنچه ما **اِک** می‌نامیم.

تجارب حقیقی

اِکیستی که مدتی در مرحله خاصی از وصل بود، گفت که او با کلمه رمز خود به موفقیتی نرسیده است. خود این کلمه افسونی جادویی نیست، شما باید با آن کار کنید. این کلمه کلید را به شما می‌دهد. این به فرد بستگی دارد که کلید را در قفل مناسب قرار دهد، آن را بچرخاند و در را باز کند.

عده‌ای گمان می‌کنند که پال توئیچل استادان **اِک** را ابداع کرد. آنها او را در حال ساخت طرح‌های شخصیتی درباره استادان تصور می‌کنند، که به آنها اسامی می‌بخشد که در لغت نامه‌های قدیمی خاور دور یافته است و بعد می‌گوید: "حالا تعلیم معنوی داریم" با وجودی که بسیاری از مردم این استادان **اِک** را قبل از اینکه چیزی درباره **اِکنکار** بشنوند، دیده‌اند. خانمی گفت که او استاد **اِک** لائی تسی را سال‌ها قبل از اینکه وارد **اِکنکار** شود، ملاقات کرده است. این زن گوپال داس را هم ملاقات کرد. حال که با این استادان **اِک** تماس داشته است، واقعاً می‌خواهد "معبد خرد زرین" را ملاقات کند. این استادان **اِک** معمولاً

نزدیک معابد " خرد زرین " کار می کنند، بنابراین ملاقات های او با آنها ممکن است در باغ یکی از این معابد صورت گرفته باشد.

تجارب خود ما آن قدر برای ما آشنا و طبیعی است که گاهی می خواهیم به آنها بی توجه باشیم. فکر می کنیم باید چیز بهتری منتظر ما باشد و در واقع فکر می کنیم مرغ همسایه غاز است.

دیدن جهان درون

بیشتر سفر من در طبقات درون انجام می شود. ما همه جا کار می کنیم، هیچ فرقی نمی کند که آن در سطح زمین باشد، که ربازار تارز از آن به عنوان زباله دان جهان ها نام می برد یا جایی دیگر. به تازگی یکی از طبقات زیرین را بازدید کردم، جهانی بین طبقات فیزیکی و اثیری.

در اتاق بازپروری پشت میزی نشستم که مردم اطراف آن مشغول ورق بازی بودند. در یک طرف اتاق آنها پشت بار نوشیدنی می فروختند.

عده ای از مردم، با خوشحالی مثل برخی از شخصیت های والت دیسنی لباس پوشیده بودند، خرامان از در وارد شدند و با غرور اعلام کردند که به گروه مذهبی خاصی تعلق دارند. من اسمی را نام نمی برم، اما آنها در اینجا روی زمین بسیار مشهورند. یکی از اعضای این گروه، مردی سفید موی، با صدای بلند بر علیه عرق نیشکر دیوصفت صحبت کرد. مسئول بار با ناراحتی سرش را تکان داد، همین طور بقیه افرادی که آنجا بودند، مشتری خجالت زده کم کم به سمت در خروجی حرکت کرد.

اعضای این گروه مذهبی نزدیک میز من نشسته بودند. مرد مو سفید به من نگاه کرد و گفت: " حتی آن ذکر هیو که همیشه می گویند هم

نمی تواند این وضعیت را متوقف کند " من سریع صندلی ام را عقب کشیدم و به سراغ آن مرد رفتم. با خشمی شدید، انگشتم را زیر بینی اش گرفتم و گفتم: " هیو اسم مقدس و مطهر خداست، دیگر نام این کلمه را به تمسخر نگیر! شنیدی چه گفتم! "

آن مرد پیام را گرفت. او خیلی از شیوه گروه خود خشنود بود. حالا فقط ناراحت نگاه می کرد، درست مثل لاک پستی که روی لاک خود برعکس افتاده باشد. بعد از چند دقیقه ناراحتی و به خود پیچیدن، گروه بلند شدند و آرام از در خارج شدند.

برخی از شما در آگاهی کامل در طبقات درون کار می کنید و با دیگر افراد درست همان طور که اینجا هستید در تعامل هستید.

اگر مردم دینی را به شما تحمیل کنند، اگر آن را پس بزنید آسیبی نمی زند. اما ما در اطراف نمی چرخیم که روح ها را برخلاف خواسته آنها نجات دهیم.

وقتی واصلین مشروب می نوشند

برخی از واصلین بالای اک هنوز الکل می نوشند. این از لحاظ شخصی فرقی به حال من نمی کند، اما شما با شیشه الکل در دست، زیاد در مسیر خدا قدم بر نمی دارید.

چند سال پیش فردی گفت: " من اک را به بارها و کافه ها می برم، زیرا آنجا کسانی هستند که واقعاً نیاز دارند این کلمه را بشنوند " این مرد در واقع از این حرف به عنوان بهانه ای برای رفتن به میخانه و نوشیدن دو بطری بیشتر استفاده می کند.

آن در تمام سطوح مردم را به مدیریت دیگران وا می‌دارد، اما نیازی نیست کسانی که در وضعیت بالای آگاهی هستند برای انجام دادن آن به سطوح پایین تر تنزل کنند. استاد در قید حیاتِ اک خود را می‌رساند و مردم را بلند می‌کند. مسیح هم منظورش هنگام گفتن این جمله " من دوباره می‌آیم و خودم شما را نجات می‌دهم " همین بود.

یک استاد مرحوم نمی‌تواند زیاد کمک کند. آگاهی انسان توانایی معنوی دیدن و شنیدن استاد را در طبقات درون به تنهایی ندارد.

هدف اکنکار

چه چیزی تعالیمِ اک را به کلام زنده تبدیل می‌کند و آنجا استاد بیرونی است که می‌تواند به زبان انسان دقیق بگوید با تمرینات معنوی چه کنید تا به استاد درون دست یابید. و یک استاد درون ماتریکس ای است که از نور و صوت خدا تشکیل یافته تا همچون راهنما عمل کند و نوربخش روح باشد تا راه بازگشت به سوی خدا را بیابد.

یکی از دلایل این که چالاهایِ اک در کالبدی به نام اکنکار هستند این است که با این تشکل برای باورهای خود اعتبار پیدا می‌کنیم. این در مقابل کسانی که چیزی درباره این جنبه اسرارآمیز تعالیم معنوی نمی‌دانند از ما محافظت می‌کند.

شاید مطالعه درباره استادان خاور دور و دیگر استادان گذشته جالب باشد. اما تنها چیزی که به همه کمک می‌کند تجارب او برای زندگی کنونی او در اینجا و اکنون است. می‌توانید رویا ببینید و امیدوار باشید

که معجزه کاران می آیند و شما را از مشکلاتتان دور می کنند، اما این اتفاق هرگز رخ نمی دهد.

رشته های ارتباط

اِکیستی دوران سختی را با همکاری داشت، زنی که او را به عنوان مشاور استخدام کرده بود. این زن، روح کاری را که انجام می داد درک نکرده بود و نگرش و روش هایش کل پروژه را در معرض خطر قرار می داد. این اِکیست بسیاری از وظایف و مسئولیت های پروژه را به این شخص واگذار کرده بود و اخراج او از پروژه به کار بسیار لطمه می زد. بنابراین اِکیست نمی دانست در این باره چه باید بکند.

مادامی که ما روی زمین هستیم، مهم نیست سطح وصل ما چه سطحی است، هر کدام همتایی منفی داریم. به عنوان فردی معنوی، کسی با میزان نگرش منفی نزدیک به شما هست که برای انجام هر کاری ظاهر می شود، خواه آشکار یا پنهان، شما را متوقف کند، کاری کند سکندری بخورید و عقب بمانید. این که فقط درباره چنین مردمی گله و شکایت سردهید کافی نیست؛ بالاخره مجبورید برای این مشکل راه حلی بیابید و تا زمانی که بفهمید چگونه رشته های ارتباط بین شما از هم باز می شود، همیشه مشکل خواهید داشت.

نمی توانم وعده بدهم که هر چه بیشتر در اِک جلو بروید، مشکلات شما کوچک تر و آسان تر خواهد شد. شاید مشکلات شما بزرگتر و سخت تر هم بشود. اما در عین حال، قدرت و توانایی شما برای حل مشکلات و کنترل کردن زندگی شما بیشتر خواهد بود.

راه عشق

هر کدام از شما همتایی در نقطه مقابل دارید که در سایه شما می ایستد و هر کاری می کند تا شما را از مسیر رسیدن به خدا باز دارد. گاهی این همتا فقط یک شخص نیست، دو، سه، چهار یا چند نفر مختلف هستند که گروهی را تشکیل می دهند تا با قدرت شما برابری کنند. شما به نحوی باید مقابله با آنها را یاد بگیرید. دو راه برای انجام دادن این کار وجود دارد: می توانید راه قدرت را پیش بگیرید و با نیروی خود با آنها مسابقه دهید، یا می توانید راه عشق را در پیش بگیرید، راهی که همیشه می کوشد راه حل هماهنگی را پیدا کند.

اگر هیچ راهی نباشد که هماهنگی ایجاد کنید، باید به یاد داشته باشید که همیشه مردان شمشیر به دست سوگماد حاضر هستند. وقت آن است تا شمشیر را از غلاف بیرون کشید و وارد جنگ شوید و از خود دفاع کنید یا از افراد ضعیف و درمانده حفاظت کنید. همیشه وقت است که شمشیر را در غلاف بگذارید و دوباره سعی کنید اوضاع را هماهنگ سازید. این موقعیت ها هر روز ادامه دارد، همیشه.

سایه شما کیست؟

جهت سنجش وضعیت معنوی خود فقط لازم است که نگاهی به همتای منفی که در مقابل شما ایستاده ببینید. آن شخص خاص چقدر قدرتمند است؟ چه نوع دوستانی دارد؟ آیا دایره تأثیرگذاری او کوچک است یا بزرگ؟ مطمئن باشید که به همان اندازه که آن فرد منفی است شما معنوی هستید.

این جا دنیای تضادهاست. هر کس در جهان های پایین تر که کنترل پنج انحراف اخلاقی ذهن را ندارد، می تواند به سایه شخص دیگر تبدیل شود. ما هرگز دوست نداریم خود را آدم منفی تصور کنیم، حتی ممکن است در راه کسی که بیشتر از ما معنوی است، بایستیم. از طریق این پنج نفسانیات ذهنی به طرق مختلف، ما در زمینه های زندگی آن شخص که ربطی به ما ندارد، دخالت می کنیم. غیبت، دعوا و ستیزه، جنگ، ما هر کاری می کنیم تا سد راه او شویم و او سکندری بخورد. بنابراین برای شخص دیگر سایه می شویم.

درست مثل سایه هایی که سبب می شوند ما بلغزیم و عقب بمانیم و نور خدا را طوری فیلتر کنیم که با خلوص کمتری خارج شود، ما باید خود را بیازماییم تا مطمئن شویم ما هم نقش منفی را برای دیگری ایفا نمی کنیم. این ها جهان های دوگانگی هستند. هر دو قدرت ها یا نیروهای منفی و معنوی نقش مهمی در زندگی های ما دارند. در یک نقطه، می توانیم بسیار معنوی باشیم و در نقطه ی دیگر، بسیار منفی. البته، این جنبه ای است که ما ترجیح می دهیم در خود نبینیم. همه دوست دارند که خود را مقدس بدانند.

یک قطره آب

پس از آخرین صحبت من در سمینار نیوزلند، باید همه موضوعاتی را که در طول سال جمع کرده بودم، مطرح می کردم. به نظر می رسید که دیگر حرف جالبی برای گفتن ندارم که درباره مسیر حقیقی خدا اطلاعات بدهد. فکر کردم، همین است، انجامش دادم. یک مسیر تمرین و تجربه

شخصی است، کار من این است که راه های انجام دادن آن را به شما نشان دهم، اما دیگر کلمه ای به ذهنم نمی رسد که بگویم و به مردم الهام بدهم که بروند و آن را برای خودشان پیدا کنند.

وقتی به اتاق هتل ام برگشتم، خیلی خسته بودم. به حمام رفتم و صدای خنده داری شنیدم که به دنبال آن کمی آب پاشیده شد، رطوبت دوش صبحگاهی من از داخل وان بخار شده بود، به طوری که من فقط یک قطره آب دیدم، و بقیه وان کاملاً خالی بود. به دلایلی، درست در آن لحظه، سر پیچ دوش یک قطره آب را به بیرون پرتاب کرد و من می دانستم که اک می گوید: " حتی اگر فکر می کنی که چاه خشک شده است، همیشه کمی آب برای بخشش وجود دارد "

سپس این ایده ها کم کم پدید آمدند. شروع به نوشتن آنها در دفتر یادداشت کردم، اما آنها آن قدر سریع می آمدند که نمی توانستم به سرعت همه آنها را بنویسم. اک این گونه کار می کند و نتیجه می دهد.

محصول ملی

در برخی کشورها مردم ذاتاً از آن نوع آدم هایی هستند که می گویند، بلکه همیشه راهی برای انجام دادن آن است. آنها افراد " توانایی " هستند. این محصول ملی آنهاست که اینطور باشند.

در دیگر کشورها به نظر می رسد که کارمای ملی مردم است که صد و یک دلیل به شما می دهد تا بگوید چرا کاری نتیجه نمی دهد. این افراد فقط با نگاهی مبهم در اطراف می نشینند و فکر می کنند چگونه دیگر مناطق پیام اک را می گیرند. حتی به خود زحمت نمی دهند بفهمند که

مردم "توانمند" چه می‌کنند که می‌توانند تلاش را دو برابر کنند و در منطقه خود مؤثر باشند. آنها هرگز یاد نمی‌گیرند، زیرا شما فقط با انجام دادن و عمل کردن یاد می‌گیرید.

مجرای برای اِک

اِک از همه محدودیت‌های ذهنی فراتر می‌رود. با وجود این همه تجاری که تاکنون در هر یک از جهان‌های خدا رخ داده در اختیار واصلی است که از آن استقبال می‌کند. مثلاً اطلاعات لازم برای یک سخنرانی، به فردی منتقل می‌شود که از اِک استقبال می‌کند. کلماتی که برای مردم در آن تجمع خاص لازم است به زبان و ذهن می‌آید. شاید ذهن فکر کند که دیگر حرفی برای گفتن ندارد، اما وقتی پرده ذهن به عقب برود، جهان‌های اِک آشکار خواهد شد. فقط آنگاه متوجه می‌شوید که ذهن بسیار کوچک و ناچیز است که بتواند به آن برسد. همانند روح به جهان‌های درون رفتن امری لازم و ضروری است. در اینجا روی زمین شما به عنوان روح همین را یاد می‌گیرید.

فراخواندن مردمان کوچک

وقتی برای شرکت در یکی از تورهای اقیانوس آرام سوار هواپیما می‌شدیم، زنی در گروه ما گفت: "این هواپیما سالم نیست" آن هواپیما سالم نبود. وقتی سوار شدیم خیلی تکان خورد و انواع صداهای گوش خراش را از خود خارج کرد.

وقتی از اقیانوس آرام دور شدیم، دو نفر از اکیستها شروع به گله و شکایت کردند. هر کدام، به روش خودش تجربه ای داشت که در آن خلبان به آنها گفته بود این هواپیما در آب سقوط می کند و همه باید جلیقه ی نجات بپوشند.

یکی از این اکیستها چشمانش را باز کرد و به اطراف نگاه کرد. متوجه شد که همه چیز در کابین دقیقاً همان طور بود که در درون به نظر می رسید. در گذشته، هر وقت اتفاقی درونی با اتفاق بیرونی موازی می شد و چنین شفافیت آشکار و عجیبی داشت، اکیست متوجه می شد که همه چیز درست خواهد شد.

در این مرحله بسیاری از مردم خود را به دست سرنوشت سپردند. اما این اکیست می دانست که همیشه تکنیک های خلاقانه ای وجود دارد که می تواند برای مقابله با نیروهایی که می کوشند هواپیما را برای رسیدن به هدف خود متوقف کنند، از آنها استفاده کند.

این اکیست سریع چشمانش را دوباره بست و شروع به هماهنگ کردن نیروهایش کرد. ابتدا با همه کارکنان کوچک برای تعمیر هواپیما تماس گرفت و خواست در یک جا جمع شوند. وقتی این کارکنان منظم ظاهر شدند، خواسته هایش را بیان کرد: " همه کمربندها را محکم کنند، بعد مطمئن شوند که همه ماسک ها و مخزن های آتش نشانی آماده هستند " ابتدا باید سناریو را به جریان می انداخت، اما وقتی سناریو شروع شد کاری جز تماشای کارکرد آن نداشت.

کارکنان کوچک در سراسر کابین فعالیت می کردند و موتورها را چک می کردند. آنها همه چیز را مرتب می کردند، این را تمیز می کردند، آن را محکم می کردند و همه چیز را چک می کردند.

ما وارد هوای بدی شدیم و هواپیما چند حرکت غیرعادی انجام داد. اما این نیروهایی که سعی کرده بودند هواپیما را به سمت زمین بکشند با مخالفت مواجه شدند. زمان آن فرا نرسیده بود که افراد داخل هواپیما اقامت خود را روی کره ی زمین به پایان برسانند.

پشت سر گذاشتن خطر

هر زمانی بحرانی وجود دارد، می توانید با تمرینات خلاق کار کنید و تجسم کنید که کارکنان در حال برطرف کردن هر مشکلی هستند. این به هواپیماها محدود نمی شود؛ می توان آن را در هر جایی بکار برد، حتی در دفتر کار خودتان. منظورم این نیست که شما باید کارمندان را در حال کتک زدن رئیس و همکارانی که به دلخواه شما کار نمی کنند، تجسم کنید. این شما را در میدان قدرت قرار می دهد. به روشی شما تاوان قدرت را پس می دهید؛ اوضاع خراب می شود و نتیجه معکوس می گیرد.

وقتی به سمت گمرک رفتیم، مردی در لباس کار در جلوی ما راه می رفت. زنی که در هواپیما بود به سراغ او رفت و پرسید که آیا او خلبان پرواز بوده است. وقتی اطلاعات گرفت گفت: " دوست دارم برای زحمات شما از شما تشکر کنم، پرواز سختی بود "

چشمان مرد گرد شد و خیلی جدی نگاه کرد گویی مسئولیت و این خطری که همین الان با آن روبرو شده بود، و رای تعریف بود. نظرات او را خیلی جدی تلقی کرد. خلبان خوب احساس مسئولیت زیادی برای زندگی کسانی که در هواپیمای او هستند، می کند و درعین حال یکی از آن جامبوجت ها را کنترل می کند.

جالب بود، زیرا او دستیار خلبان پروازهایی بود که به نظر می رسید به طور اتفاقی با اِک آشنا شده بود. خلبان اول در همان هتلی که ما در نیوزلند بودیم، اقامت داشت. وقتی فهمیدیم که او قرار است خلبان هواپیمای ما به مقصد سیدنی باشد، به طور طبیعی برای او آرزوی روز خوبی را کردیم.

تکنه اینجاست، درست اتفاقی ما هر دو خلبان را ملاقات کردیم، چون هر دو به کمک معنوی نیاز داشتند. هیچ کدام نمی دانستند که کمک دریافت کرده بودند، اما واقعاً دانستن آنها مهم نبود.

من این وضعیت را برای آن بازگو کردم چون زندگی روی زمین مشکل است. بارها با خطر روبرو می شویم. اما راه هایی برای پشت سر گذاشتن خطر هست تا زمان ترک کردن این کره خاکی فرا برسد.

وقتی این تجربه درونی برای این دو نفر در داخل هواپیما رخ داد، توانستند به این ایده برسند که هواپیما قرار است داخل آب فرو برود. اما شما به طور غیرمستقیم نباید هر چه را که خدایان کارما به شما می دهند، بپذیرید. اگر خطاری در درون می آید که چیزی منفی در حال وقوع است، می توانید از تخیل خلاق خود استفاده کنید، بدانید که راهی برای خنثی کردن آن تجربه وجود دارد، اگر خواست اِک باشد.

هر کاری می‌توانید انجام دهید، و وقتی دیگر کاری از شما ساخته نبود، سپس آن را به‌یک واگذار کنید. این تعادل بین آنچه باید خودمان برای رشد معنوی انجام دهیم و آنچه یک انجام دهد را نشان می‌دهد. به همان طریق، استاد بیرون فقط می‌تواند کار زیادی برای شما انجام دهد. من تکنیک‌ها را خلاصه بیان می‌کنم و ساده‌ترین راه انجام کارها را توضیح می‌دهم، اما به خود فرد بستگی دارد آنها را انجام دهد. به همین دلیل است که همان تکنیک را به افراد مختلف می‌دهیم و می‌بینیم برای عده‌ای مؤثر است و برای عده‌ای نه.

منجمد در زمان

مردم در مسیر معنوی بیشتر اوقات در زمان منجمد می‌شوند. در یک عده‌ای با استادان گذشته مثل ربازارتارز یا پال توئیچل قرار دارند. اما آنچه یک را به مسیری زنده تبدیل می‌کند، این است که استاد در قید حیات یک زنده‌ای است که به عنوان استاد درون و بیرون کار می‌کند. از سال ۱۹۷۱، پال مأموریت دیگری در طبقات درون داشته است. این مأموریت او را به روش بزرگتری به چالش می‌خواند، زیرا ماهیت این مأموریت کسانی است که همکار خدا شده‌اند. هر از گاهی او در یک نقش در طبقات درون صحبت می‌کند، اما دیگر نگران منطق مربوط به محل یا چگونگی قابل دسترس بودن صندلی‌ها نیست. این وظیفه شخص دیگری است.

معمول است که بهشت را به عنوان مکانی اسرارآمیز تصور کنند جایی که مردم در جامه‌های بلند در اطراف راه می‌روند. مکان‌های غیرمرسوم

مثل آنچه در دیگر سیارات وجود دارد، اما آسمان یا بهشتی نیست که شما آن را می‌فهمید یا دوست دارید. شما در یک بهشت یا آسمان راحت‌تر خواهید بود جایی که بتوانید همان کارهایی را که اینجا انجام می‌دهید در آنجا هم انجام دهید، اما با آزادی بیشتر و محدودیت کمتر.

بهترین هتل‌ها و مجلل‌ترین وسایل رفاهی روی زمین در مقایسه با چیزهایی که در طبقات و جهان‌های درون می‌بینید همانند آلونک‌های تاریکی به نظر می‌رسند. جهان‌های خدا روشن و جادار هستند و شادی که روح در آنجا تجربه می‌کند ورای درک انسان است، این چیزی است که روح می‌کوشد به آن برسد و این از طریق تمرینات معنوی به دست می‌آید.

شبی در طبقات درون، پال در سالن بزرگی در مقابل هزاران مخاطب سخنرانی کرد. او برخی از داستان‌هایی را که دیگر سخنرانان درباره زندگی او تعریف کرده بودند، اصلاح کرد. آنها حتی متوجه نبودند که از خاطرات سال‌ها قبل زمانی که در حالت آگاهی دیگری بودند استفاده کرده بودند. برخی از این مردم حاضر در مخاطبین کاملاً متوجه نبودند که او درباره چه موضوعی حرف می‌زند، چون بسیاری از اتفاقات مربوط به دوران دیگری بودند. او چند ماجرا درباره خودش تعریف کرد، اما بیشتر درباره اهمیت تمرینات معنوی صحبت کرد. وقتی سخنرانی‌اش به اتمام رسید، به من نگاهی کرد و دستش به نشانه سلام و احوالپرسی بالا برد و بعد آنجا را ترک کرد.

یک طرف سالن شاه‌نشین بود. عده‌ای از واصلین درجات بالاتر دور میزی نشسته بودند و نامه‌ها و مقالاتی را که پال سالها پیش نوشته بود

بررسی می کردند. آنها دیدند که پال به طیف وسیعی از موضوعات توجه کرده است، از سطح مقدماتی با عنوانی معنویت گرایی و موضوع اسرارآمیز شروع کرده بود. این عناوین مورد علاقه مردم آن زمان بودند. وقتی آنها گذشته را با حال مقایسه کردند، به وضوح این تفاوت را درک کردند.

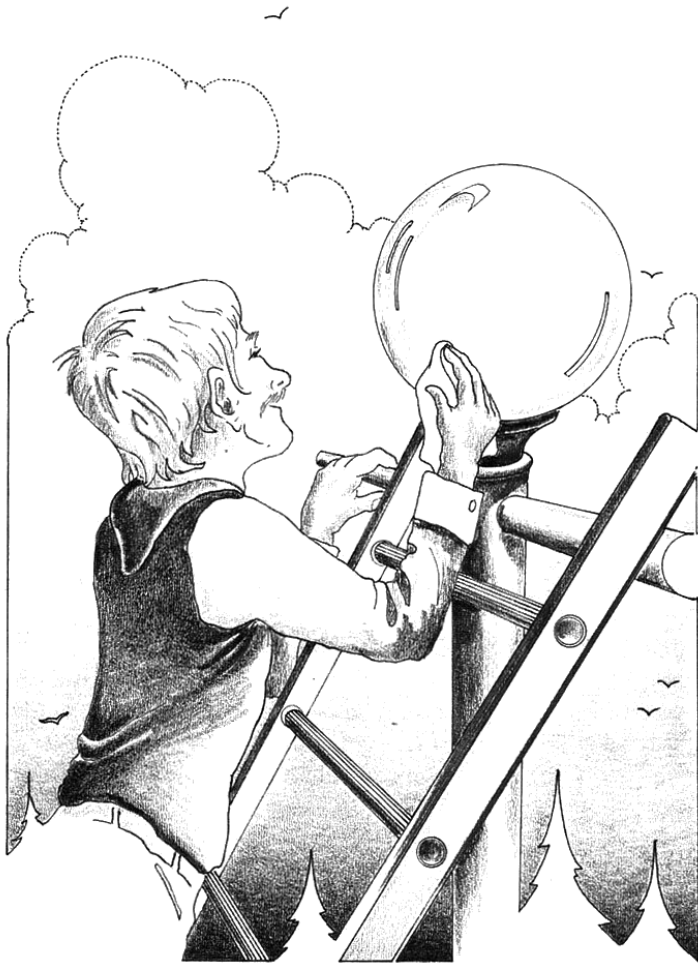
مردم امروزی دیگر فقط از زمینه های اسرارآمیز وارد مسیر اک نمی شوند. به همین دلیل است که تعالیم مقدماتی اک اکنون متفاوت هستند. آنها بیشتر با زندگی هر روزه سروکار دارند.

گذشته خوب است؛ افراد خاص به پایه تاریخی نیاز دارند. اما جنبه تاریخی برای هر روحی که در مسیر رسیدن به خداست اساسی و ضروری نیست. تنها چیزی که واقعاً لازم است اتصال با نور و صوت خداست. فقط همین نه چیزی بیشتر. هر چیز دیگری فقط شکل است، از جمله حتی ظاهر بیرونی استاد در قید حیات اک.

هدف این دنیای ظاهری توهم آمیز این است که ما را بیازماید و ما را طوری قوی سازد که بتوانیم ترکیبی برای امنیت پیدا کنیم، راهی به جهان های درونی که نور و صوت خدا خالص تر و بالاتر از هر چیز دیگری است که می توانیم اینجا بفهمیم و با این کار، روح تعالی می یابد و خالص تر می شود و روزی فرا می رسد که مناسب همکاری با سوگماد می شود.

سمینار محلی هاوایی، وایانایی، هاوایی،

شنبه، ۱۶ نوامبر، ۱۹۸۵



تصور کنید که گوی شیشه ای را به دقت برق می اندازید، به طوری
که وقتی نور به آن می تابد، خیلی شفاف می درخشد.

گل رز و برکت

دستگاه دودیاب اتاق هتل من روی سقف درست بیرون حمام است. هر وقت از دوش استفاده می‌کنم، بخار حمام سبب به صدا درآمدن زنگک اخطار می‌شود. صدای آن آنقدر بلند است که شما را از پوست تان بیرون می‌کشد.

وقتی **اِک** ما را به سمت برداشتن گام برای انجام کاری که برای ما مناسب است هدایت می‌کند، اتفاقاتی رخ می‌دهد. گاهی به ما اخطار می‌دهد. مثلاً روشن شدن زنگ خطر بی دلیل نیست. ممکن است **اِک** به ما علامت می‌دهد که هشیار باشیم، آگاه باشیم و به دنبال چیزهای دیگری بگردیم. حتی صدای ناگهانی پرنده هم ممکن است اشاره ای باشد که باید دقت کنیم، عجله کنیم و توجه داشته باشیم.

موضوع آگاهی

همه این‌ها می‌تواند اشکال مختلف زبان خرد زرین باشد که لایه دیگری از **اِک**- ویدیا است. در این مورد موضوع سخت یا غیر عادی وجود ندارد، کار با آن فقط به آگاهی نیاز دارد.

جهان‌های **اِک** در نواحی پایین تر مثل قطعات پازل درهم پیچیده اند. سفر روح افزایش و گسترش آگاهی است که شما را قادر می‌سازد از خود فراتر بروید و در دیگر طبقات تجاری کسب کنید. با این آگاهی افزایش یافته، شما می‌توانید در جهان‌های به هم پیوسته بیشتری از **اِک** وارد

شوید، به طوری که وقتی اتفاقی برای شما یا در اطراف شما رخ می دهد، می دانید چرا و چه معنایی برای شما دارد.

این اشاره ای است به این که چگونه می توانید کار با اِک- ویدیا را شروع کنید، دانش باستانی پیشگویی. اشخاصی سعی می کنند با آن کار کنند بیشتر اوقات انتظار دارند این آگاهی به روشی مهیج تر به آن ها برسد. فکر می کنند با ابزار جادویی و یک دسته نور ناگهان در چشم معنوی آنها همه چیز نمایان می شود و از آن لحظه به بعد آنها همه چیز را واضح و بدون خطا خواهند دانست. اما این طوری اتفاق نمی افتد.

دریافت حقیقت

کار کردن با اِک- ویدیا مهارتی اکتسابی است، استعدادی است مثل دیگر استعدادها. این درست مثل خوب بازی کردن به تمرین، تعلیم و انگیزه نیاز دارد، یا مثل موفقیت در فروش یا مکانیک ماهر بودن. روش های خاصی برای درست انجام دادن آن وجود دارد. وقتی کسی را پیدا کردید که چگونگی آن را می داند، می توانید از آنها یاد بگیرید.

اگر دیگر نظرات خود را پرورش ندهید، ذهن را کنار بگذارید آنگاه حقیقت اِک برای شما وارد می شود. بیشتر ما دوست داریم فکر کنیم ما موجوداتی بدون ایده های قابل پیش بینی هستیم، ما افرادی هستیم با ذهن باز و دیگران کوله فکر هستند. با وجود این همین کوله فکری ماست که ما را از دیدن حقیقت اِک مانع می شود.

اِک همیشه همان حقیقت را به ارمغان می آورد، اما برای هر کس متفاوت از راه می رسد. چون تجارب محیط و نیازهای هر کدام از ما

منحصر به فرد است، هر کدام از ما پیام آنرا به روش خاص خود دریافت می کنیم.

به همین دلیل است که به هر واصل یک کلمه داده می شود. این کلمه کلید رمز شما برای ورود به جریان زندگی اک است، اما باید آن را امتحان کنید و با آن کار کنید.

شاید در ابتدا بفهمید که این کلمه مناسب این قفل نیست. می توانید این را در تمرینات معنوی خود بررسی کنید و از تکنیک های خلاق استفاده کنید. مثلاً می توانید تجسم کنید که کلام شما همچون کلیدی است که مناسب این قفل است، و در را به سوی نور و صوت داخل اتاق باز کنید. اگر این نتیجه نداد، چیز دیگری را امتحان کنید. شاید این کلید مناسب است اما قفل ایراد دارد. با آن کار کنید، و راه های مختلف را امتحان کنید.

بیرون بروید و کاری انجام دهید

بسیاری از مردم دوست دارند خودشان استاد در قید حیات اک را ملاقات کنند. اما سمینارها آنقدر بزرگ است که ملاقات همه امکان پذیر نیست.

یک چلا از ایالات متحده سالها به روش خاصی به اک خدمت کرده بود. ابتدا پست مهمی در طرح بزرگ می خواست. اما بعد از مدتی داوطلبانه در هر چیزی که لازم بود در سمینار انجام شود همکاری کرد. امسال توانست در همه سمینارهای تور اقیانوس آرام شرکت کند. این چلا در سمینار کانبرا، استرالیا، آنقدر از کمک خود راضی و قدردان بود

که آنها به او گل رز و تقدیرنامه هدیه دادند. او برای شناخته شدن کمک نکرده بود و کاملاً از این حرکت شگفت زده شد.

وقتی به نیوزلند رفت، او و دوستی پوسترهایی را برای سمینار جمع آوری کردند و آنها را در سراسر شهر منتشر نمودند. وقتی پوسترها را در مغازه ای در پایین شهر می بردند، فهمیدند یک آنها را دور هم جمع کرده بود. او آنقدر با انگیزه کار می کرد که بیشتر اوقات کنار من می دوید. ما فقط یک یا دو دقیقه فرصت حرف زدن داشتیم، و بعد مشغول چسباندن پوسترها می شدیم.

عده ای فکر می کنند استاد زمانی می آید که آنها بی حرکت بنشینند و منتظر شوند، مثل کاری که در مراقبه انجام می دهید. اما در واقع زندگی شبیه مراقبه یک است. ابتدا توجه خود را به یک می دهید، و بعد بیرون می روید و کاری انجام می دهید.

باید گاهی از جایی شروع کنید، وقتی به مراتب بالاتر می رسید، یک بیشتر از شما می خواهد، و شما خود را همیشه در حال انجام کاری می بینید.

کم کم می فهمید که یک، نیرویی غیرشخصی است حتی از شما به حدی استفاده می کند که شما خود را هلاک می کنید. شما باید همیشه بگویید چقدر کافی است. شما باید بدانید چه هنگام بیش از حد کار می کنید. بعد یا کنار می کشید یا کسی را به کمک می گیرید: یا عقب نشینی می کنید یا کار را محول می کنید.

هر چه در یک بالاتر می روید، کار شما سخت تر می شود. به همین سادگی. اما این کار مثل کاری که از ساعت نه تا پنج انجام می دهید

تکراری نیست. این طوری است که هر جا هستید هر کاری که لازم است را انجام می دهید. این شکل کار داوطلبانه با انجمن جوانان یا بیماران بیمارستان ها را دارد. می تواند فعالیت تفریحی باشد مثل خوانندگی. حتی می تواند بخشی از شغل منظم و همیشگی شما باشد.

حامل زیبایی

یک جنبه مسیر رسیدن به آگاهی خدا به مهارت ذهن و زیبا شناسی بستگی دارد. ذهن همیشه به دنبال راه هایی است تا بهترین هر شخص و موقعیت را بیرون آورده و نمایش دهد و موضوع معمولی را به چیزی زیبا تبدیل کند.

در هلند خدمتکاری با دستمال سفره طرح های مختلفی را برای مشتریان درست می کرد از جمله شکوفه گل با برگ های آن. حالا هر وقت به رستورانی می روم می توانم دستمال را به شکل گل تا کنم. این راه خوبی است برای تبدیل یک کاغذ چهارگوش به چیزی زیبا، چیزی که کمی بهتر از قبل آن است.

من به دخترم نشان دادم چگونه در رستوران چینی ها با دستمال، گل درست کند. بعد برای او توضیح دادم و او سعی کرد یکی درست کند. اولین تلاش او خیلی موفقیت آمیز نبود. برای خوب درست کردن باید تمرین می کرد. وقتی ما غذای خود را خوردیم دستمال را روی میز گذاشتیم.

دفعه بعد که آمدیم، پیشخدمت پرسید آیا ما دو هفته قبل دستمال را به شکل گل درست کرده بودیم. او گفت: " امکان دارد قبل از رفتن، این

کار را به من یاد دهید؟" او اعتراف کرد که تلاش کرده بود این کار را یاد بگیرد و دستمال را به شکل گل را باز کرده بود تا ببیند چه شکلی درست شده است، اما نتوانسته بود.

من دستمال را صاف کردم و مرحله به مرحله برایش توضیح دادم. بعد توضیحاتم را تکرار کردم. این اصل آموزش است که در تعالیم اک و کلاسه‌های ست سنگ استفاده می‌شود. مهم نیست نکته چقدر شفاف و ساده به نظر می‌رسد، در هر صورت خوب است که موضوع را از زاویه دیگری توضیح دهید، بعد بار سوم آن را از یک زاویه توضیح دهید.

در پروازی از سیدنی به هاوایی، با دستمال سفره ای که با غذا آورده بودند، گل درست کردم. مسافری که کنار من نشسته بود گفت: "خیلی زیباست. چطور آن را درست کردی؟ دوست دارم این را به دختر هشت ساله ام یاد بدهم" من خیلی با دقت به او چگونگی آن را نشان دادم، بعد فرمول آن را توضیح دادم. پیشخدمتی که برای جمع کردن سینی‌ها آمده بود با دیدن دستمال به شکل گل توقف کرد و گفت: "این هنر تا کردن کاغذ ژاپنی و تبدیل کاغذ به گل و انواع طرح هاست. آن را از کجا یاد گرفتی؟" گفتیم: "در هلند"

از طریق دستور استاد درون، ماهاننا، پیروان اک کم کم می‌فهمند؛ هر جا رفتید سعی کنید آن را به جایی بهتر از قبل آن تبدیل کنید. هر جا ما سمینار اک برگزار می‌کنیم تا آنجا که می‌توانیم وسایل را تمیز نگهداری می‌کنیم. مسئولان آنجا همیشه از ما راضی هستند.

چگونه درباره اِک صحبت کنیم

وقتی به سمینارهای اکتکار دور دنیا سفر می‌کنم، در یک منطقه متوجه می‌شوم که سخنرانی بسیار جدی برگزار می‌شود، گویی آگاهی آن گروه خاص به آن روش نیاز دارد. ممکن است در سمینار بعدی ملایم و همراه با شوخی برگزار شود. گاهی خشک است و بدون جرقه یا درخشش. گاهی گفتگو به روشی مطرح می‌شود که مخاطب نیاز دارد و آن را درک می‌کند.

یکی از اصول ایراد کردن سخنرانی، شروع کردن با جمله ای است که مخاطبین را به خود جذب کند. بسیاری از نویسندگان هم همین کار را می‌کنند. سبک ا، شیوه نوشتن هنری است، که آرام شروع می‌شود و به پیچش و معمایی می‌رسد که فرد را کنجکاو می‌کند، امروز خیلی خوب نتیجه نمی‌دهد. امروز همه چیز سریع حرکت می‌کند. سریع اصل موضوع را مطرح کنید در غیر این صورت آنها می‌روند.

اما فهمیدم که بهترین روش این نیست که سخنرانی را با بمباران کردن مردم و توضیح درباره قدرتمندترین جنبه های اِک شروع کنم. روح موجود حساسی است که با غلاف هایی احاطه شده است. پوشش های اثیری، علی و دیگر کالبدهایی که از آنها محافظت می‌کند. اگر مردم را خیلی محکم ضربه بزنند، آنها هم محکم ضربه می‌زنند.

سخنرانی باید به همه اجازه استراحت داده و بگذارد این کالبدهای درونی به تدریج از نور و صوت اِک استقبال کند. فرآیند باید مراحل خود را پشت سر بگذارد. در برخی مراحل، اِک وارد می‌شود.

به طور کلی می توانم بگویم اتفاق می افتد افراد داخل گروه در مواقع مختلف در سراسر گفتگو لمس می شوند، اما این گروه به صورت کل زمان بندی خود را دارد، لحظه ای که قلب خود را به سوی اک می گشاید و این به سمینار بعدی در همان منطقه و همان مکان جاودانه می شود، و گاهی به سمینارهای مکان های مختلف، چون نمایانگر گسترش کلی آگاهی انسان از اک است.

ما در این زمینه که در آن ارتباطات ماهواره ای سراسر جهان اهمیت دارند با یک مزیت همراه هستیم. حتی اگر یک فرد طرفدار اک نتواند با شرکت حضوری در سمینار با استاد تماس داشته باشد، مثل شنیدن کاست یا دیدن ویدئو. این به او ارتباطی بیرونی می دهد که به اتصال با استاد درون کمک می کند.

اصل آینه

بیشتر کار من در طبقات درون انجام می شود و بیشتر اوقات با کسانی است که تردیدهایی درباره اک و استاد در قید حیات اک کنونی دارند. این همان نگرش های قدیمی است. آنها سال های خاصی در اک بوده اند، اما تکامل نیافته اند، و حالا به دنبال مقصد می گردند. چون نمی دانند چگونه عصر طلایی درون خود را فعال کرده و شروع کنند، انتظار دارند کس دیگری آن را برای آنها انجام دهد، تکامل آنها متوقف می شود و در درون کشته می شوند. آنها در بیرون از خود به دنبال فهمیدن دلیل توقف خود هستند، بنابراین فکر می کنند این مسیر مرده است.

بعد از سمیناری درباره طبقات درون که سخنران آن پال توئیچل بود، من در سالن استراحت و گفتگو با چند نفر بودم. ناگهان پسری به سراغ من آمد. نگرانی در چشمانش موج می زد به من خیره شد و گفت: " من درباره تو شک دارم! " من چیزی نگفتم چون می دانستم اصل آینه وارد عمل می شود؛ در واقع او به خودش شک داشت. بیشتر اوقات بچه ها نظرات پدر و مادر خود را تقلید می کنند و بچه واقعاً احساس والدین خود را بیان می کند.

بخشی از جهان های پیچ در پیچ یک است که مردم در سایه تردیدهای خود به برخی از جنبه های یک در مبارزه اند. مهم نیست فرد چقدر تجربه دارد، وقتی دیگر تجارب تکیه گاه جریان نور و صوت یک نباشند، پوچ و به طور کامل بی معنی می شوند. وجود تجارب دلیل این نیستند که شما در جهان های بالاتر بوده اید، اگر شما خودتان حتی نتوانید به اعتبار آنها اعتماد کنید.

مرکز قلب

در ملاقاتی شخصی پرسید: " چگونه از ترس از مرگ خلاص می شوید؟ " ترس چیزی نیست که بتوانید درباره آن صحبت کنید. رازش این است که مرکز قلب را بکشایید. من شما را تشویق می کنم تا با تمرینات معنوی کار کنید تا در طبقات درون به شما نشان دهند چگونه از این ترس خلاص شوید.

هدف این گفتگوها، باز کردن مرکز قلب است. نور زرین خدا بیشتر اوقات وارد قلب می شود. به خصوص وقتی می خندیم و احساس شادمانی

می کنیم، چنان آهسته و آرام وارد می شود که ممکن است وجود آن را متوجه نشویم.

مرکز قلب همانند مردمک چشم عمل می کند و واکنش نشان می دهد، باز کردن آن سبب می شود نور وارد شود. بنابراین قبل از این که گفتگو یا سخنرانی به پایان برسد، سخنران وظیفه دارد ضربات را آهسته کند و بگذارد مرکز قلب یکبار دیگر باز شود، و آن را فقط کمی باز کند نه خیلی زیاد. به این ترتیب، وقتی به بیرون باز می گردید، به طور کلی مورد رحمت ارتعاشات سطح مادی قرار نمی گیرید. اگر با حالتی که مرکز قلب شما باز است به آنجا بروید، می توانید شاد باشید و کارهای خنده دار انجام دهید.

باید بیاموزید که مرکز قلب خود را تنظیم کنید، زیرا همانند دماسنج با دمای اتاق باید هماهنگ باشد. اگر دماسنج را به بیرون و در هوای سرد ببرید، جیوه آن سریع پایین می آید.

بیشتر مردم سمینار اک را با باز شدن مرکز قلب خود ترک می کنند. به خانه می روند و احساس می کنند واقعاً چند روزی حالشان خوب است، سپس مرکز قلب آنها دوباره بسته می شود. ناگهان احساس پوچی و تنهایی می کنند، گویی کل دنیا نابود شده است.

اگر این اتصال درونی با اک متعادل حفظ نشود، مرکز قلب هم کامل باز می شود یا کامل بسته می شود. باید به تدریج این کار انجام شود. راهی برای ما هست تا این جریان درون خود را کنترل کنیم و از طریق تمرینات معنوی هر شخص پاسخ مناسب خود را خواهد یافت.

با تمرینات معنوی کمک کنید

اگر کسی سوالی درباره تمرینات معنوی دارد، خوشحال می شوم پاسخگو باشم.

پرسش: وقتی تمرینات معنوی انجام می دهیم، آیا روی کارما کار می کنیم؟

پاسخ: نه تنها روی کارما کار می کنید، بلکه خود را از لحاظ معنوی قدرتمند می سازید. شما کارمای لازم را برای این آخرین دوره عمر پس می دهید، اما وقتی قوی تر شدید دوباره با همان موارد اسفناک روبرو نمی شوید. برخی از این کارماها بدون اینکه تاوان آن را پس بدهید می گذرند. به عبارت دیگر، وقتی به اندازه کافی قوی شوید و درسی بگیرید، کارما دیگر اثر نمی کند. به همین دلیل است که تمرینات معنوی مهم هستند.

پرسش: آیا می توانید در انجام دادن تمرینات معنوی قبل از خواب به من کمک کنید؟ معمولاً کلام و ذکر خود را چند دقیقه تکرار می کنم و بعد می خوابم.

پاسخ: ممکن است به یافتن تکنیک تجسم که برای شما کار می کند کمک کند. بنابراین شما باید تلاش کنید. تصور کنید که شما در طول مسیری که با آن آشنا هستید قدم می زنید. یک طرف این مسیر تیر چراغ هایی با لامپ های کره ای شکل بزرگ است. روی یکی از این تیرها نردبانی تکیه داده اند. از نردبان بالا بروید. با استفاده از پارچه و مایع شیشه پاکن که با خود آورده اید، کره شیشه ای را با دقت برق

بیاندازید، به طوری که وقتی چراغ روشن می شود، نور از داخل آن به طور شفاف بدرخشد.

توجه خود را بر آنچه انجام می دهید متمرکز سازید و واقعاً غرق انجام دادن آن شوید. وقتی حباب را برق می اندازید، بدانید که شما در حال گسترش دادن آگاهی خود هستید. بالاخره تاریکی از راه می رسد، چون روح وارد مناطقی می شود که چیزی درباره آن نمی داند، و جایی که دانش نیست، نور هم نیست. این فقط در جهان های پایین تر هنگام کار با سفر روح به کار می رود.

وقتی متوجه تاریکی می شوید، حسگر خودکار چراغ را روشن می کنید. می خواهید از این نور برای هدایت خود در ادامه مسیری که به سمت خدا می روید استفاده کنید، اما نمی توانید پایه چراغ را خوب در دست خود حمل کنید. حال تجسم کنید که این شیئی کوچکتر می شود تا اینکه به چیزی تبدیل می شود که می توانید راحت در دست بگیرید.

حال دوباره به پیاده روی خود ادامه دهید. اما یادتان باشد، ممکن است در طول مسیر چیزهایی مثل وزش باد، رخ دهد و چراغ خاموش شود. بهتر است آمادگی هر اتفاقی را داشته باشید. مطمئن شوید که جیب های شما با باتری های اضافی، همین طور با کبریت، فندک، مواد سوختی و فتیله و هر چیزی که چراغ شما به آن نیاز دارد پر شده اند. اگر چراغ خاموش شد، نگران آن نباشید؛ فقط دوباره آن را روشن کنید.

عده ای دوست دارند تجسم کنند که از باتری ها استفاده می کنند و سیم برقی را از پریز می کشند. این نشان دهنده آن است که ریسمان

نقره ای را رها کرده اند. حال شما با بسته باتری پر دوام کار می کنید و می توانید هر جا بخواهید بروید. اما وقتی باتری تمام شد، می توانید همیشه به سراغ عناصر طبیعی بروید و از فندک برای روشن کردن موادی که در اطراف خود پیدا می کنید استفاده کنید.

افراد مشابه جذب یکدیگر می شوند و نور، نور را جذب می کند، بنابراین فقط به راه رفتن خود ادامه دهید و به دنبال نور دیگری باشید. جایی در مسیر متوجه فردی می شوید که به سمت شما می آید، به طور کلی با نور سفید نقره ای رنگی همه جا را روشن کرده است. وقتی نزدیک تر شد، می بینید که این فرد نوربخش ماهانتاست. این تکنیک به کمی تلاش نیاز دارید، اما فکر می کنم برای شما جالب باشد.

پیشی جستن بر ذهن

پرسش: گمان کنم که هدف از نشستن یا دراز کشیدن در طول تمرینات معنوی، توجه به معنویت است نه موضوع فیزیکی. اما با برخی از تمرینات امتحان کرده ام تا بفهمم اگر در حال حرکت باشم، مثل خم شدن، راه رفتن یا دویدن، آیا مؤثر خواهد بود یا نه.

پاسخ: باید در هر جا و هر زمانی بتوانید تمرینات معنوی را انجام دهید. تمرین معنوی به طور کلی برای ساکت کردن ذهن است. اگر کار نکنند، پس شما باید به آن ترفند بزنید. ذهن را با تکنیک تصویرسازی آن قدر مشغول نگه دارید که در جایی دیگر مجبور نباشید آن را هدایت کنید؛ دیگر خودش به فعالیت ادامه می دهد، برق انداختن لامپ ها یا هر چیز

دیگر. سپس می توانید مشاهده کنید چه چیزی را به حرکت واداشته اید و دیگر نگران آن نباشید.

باید ذهن را گول بزنید، زیرا ذهن بسیار خلاق است. ذهن می تواند راه های مختلفی برای متوقف کردن خروج روح از بدن پیدا کند. مثلاً، اگر تمرین معنوی را به دفعات کافی انجام داده اید که به کار روزمره شما تبدیل شد، ذهن می گوید من این مسیر را می شناسم و سریع پیش می رود و موانع را بر می دارد. بنابراین شما با روبرو شدن با ذهن از زوایای دیگر آن را گول می زنید. ذهن خلاق است؛ اما روح فعال و بدون محدودیت است، بنابراین می توانید با تمرینات خلاقانه بیشتری وارد عمل شوید به طوری که ذهن نتواند مانعی برای آن پیدا کند.

رویا در جهان های خدا

پرسش: آیا می توانید رویا در جهان های خدا تجربه ای داشته باشید؟
پاسخ: می تواند بدون رویا انجام شود. تجربه همیشه به شیوه ای ظاهری رخ نمی دهد، می تواند به طرق مختلف به دست آید، بیشتر اوقات آن قدر زیر کانه است که شخص حتی آن را به صورت تجلی نور و صوت در سطوح درونی تشخیص نمی دهد.

قلبی باز

پرسش: آیا راهی است که بتوانم در زندگی روزانه ام قلبم را باز نگه دارم؟

پاسخ: باز نگه داشتن قلب در طول زندگی روزانه واقعاً سخت است. من هم باید تمام مدت روی آن کار کنم. بعد از اینکه ما چند بار شکست خوردیم، حالت باز بودن قلب و کودکی خود را از دست می دهیم. برای یک کودک همه چیز این دنیا تازه و با طراوت است.

چیزهای زیادی برای یادگیری است، از جمله چیزهای آزار دهنده ای که هیچ جایی در دنیای بزرگسالان ندارد. در حالیکه کودکان با دقت کیسه ها را بررسی می کنند، ما سوسک کش می زنیم. بچه ها عاشقانه برگی را که از درخت افتاده را بررسی می کنند، ما شن کش را بر می داریم و برگ ها را از مسیر پاک می کنیم. وقتی این تازگی و شگفتی از بین می رود، تا حدودی از درون می میریم.

در یک زندگی جدیدی می یابیم، اما علتش این نیست که شما آن را می خواهید یا شما آن را سفارش داده اید. گاهی شرایط شما را طوری در جایی اسیر می کند که شما رشد نمی کنید و تکامل نمی یابید و این زمانی است که باید حرکت کنید. اما بهترین کار این است که به تدریج از یک وضعیت به وضعیت دیگر حرکت کنید تا شما و دیگران کمتر دچار شوک شوید.

یک تکنیک برای همه مؤثر واقع نمی شود، اما راه هایی است که توجه خود را به بازنگه داشتن قلب خود حفظ کنید. با چیزی که می توانید

دوست داشته باشید شروع کنید، حتی یک حیوان خانگی یا یک گیاه، و فقط آن را زیاد دوست داشته باشید. وقتی عشق می آید، بگذارید از طریق شما جاری شود. عادت عشق ورزیدن جذاب است، سازنده است و حرکت آنی و جنبش به وجود می آورد، و آسان تر می شود. اما، همانند گیاهی که به آب و توجه عاشقانه روزانه نیاز دارد، توجه مداوم را طلب می کند.

عشق زمانی می آید که قلب باز باشد. برای این که قلب خود را باز نگه دارید به چیزی یا کسی بیشتر از خودتان عشق بورزید و توجه کنید. این اولین گام برای رسیدن به عشق الهی است که همه در جستجوی آن هستیم.

بازگشت به زندگی

در ناحیه کلان شهر توکیو، همه رفت و آمدهای محلی و ناحیه ای از طریق مترو و قطار انجام می شود. من در ژاپن از هواپیما و مترو استفاده می کردم. یک بار عقب ایستادم تا اجازه دهم خانم سالخورده ای زودتر از من سوار قطار شود. اما ناگهان با صورت محکم به زمین کوبیده شدم. افراد بی صبر ما را به داخل قطار هل دادند تا اینکه مثل ساردین به هم فشرده شدیم.

فهمیدم که مردم آنجا که خواهان آزادی معنوی هستند این نزدیکی با دیگران را اجباری می دانند، بر خلاف ساکین آلاسکا، که باید برای پیدا کردن یک دوست مسافتی را طی کنند. با وجود این هنوز ژاپنی ها باغچه و باغ های زیبایی درست می کنند و مکان های استراحت بسیاری

در وسط آن همه هیاهو دارند. به نظر من این عشق به زیبایی است که آنها را قادر ساخته که دوام بیاورند و زنده بمانند.

زنی ژاپنی زمانی درباره اکتکار شنیده بود که به شدت به کمک نیاز داشت. او می خواست در یک سمینار شرکت کند، اما ترس از سوار شدن به قطارها و متروها مانع می شد. در سال های اخیر او همه اعتماد به نفس خود را از دست داده بود. این زن ژاپنی واقعاً می خواست در سخنرانی یک شرکت کند، اما برای این کار باید با ترس از سوار شدن به مترو مبارزه و غلبه می کرد. او از خواندن هیو هم که دوستش درباره آن صحبت کرده بود، می ترسید. فقدان اعتماد به نفس اش سبب شد احساس کند که نمی تواند درست ذکر هیو را بگوید یا تجربه نور و صوتی را که همه دارند، داشته باشد.

وقتی به گذشته نگاه می کرد، واقعاً به یاد زمانی می افتاد که شش سال قبل دیگر دست از زندگی شسته بود. آن قدر احساس تنهایی و پوچی می کرد که به آدمی تبدیل شده بود که در پوسته قبلی خودش قدم می زد. اعتماد به نفس او به حدی پایین آمده بود که از مترو و همه چیز می ترسید. و بعد یک را پیدا کرد. او همه قدرتی را که فرا خوانده بود به دست آورد، اما خود را مجبور کرد تا سوار مترو شود و به سخنرانی برود. در راه برگشت به خانه، متوجه حس بسیار ناآشنایی شد. ترسی که سال های گذشته او را فلج کرده بود، از بین رفته بود و به جای آن احساس گرم رضایت، خوبی و اعتماد به نفس آمده بود. آن لحظه تغییری تدریجی برای بازگشت به زندگی احساس کرد حالتی که قبلاً مثل مرگ بود، دیگر وجود نداشت.

کم کم از ماهاننا هدایت خواست و از او در طبقات درون طلب کمک کرد و خیلی زود ماهاننا آمد.

یک روز عصر او خواب کوتاهی کرد و در رویا بیدار شد. کنار تخت اش چنگ غیر معمولی را دید. وقتی بلند شد تا دقیق تر نگاه کند، متوجه شد رشته های آن آلت موسیقی از نور درخشان و براق ساخته شدند که با صدای زیبایی به ارتعاش درآمدند. او گفت: " این اکتکار است "، اِک، روح مقدس، به شکل چنگی با تارهایی از نور که نوای زیبایی را می نواخت، به سراغ او آمده بود. این نور و صوت بود.

مدت هاست که در دنیای مادی، رسیدن به هر چیزی به چنین تلاشی نیاز دارد، با وجود این تماس درونی او با کلام الهی خدا خیلی آسان و کم تلاش بود. او از رویای خود بیدار شد و احساس شادمانی کرد و آماده شد تا زندگی با اعتماد به نفس جدیدی روبرو شود.

ارتباط با اِک

تعالیم اِک در سراسر دنیا هستند. ما می کوشیم راه های آوردن پیام اِک به کشورهای جهان سوم را پیدا کنیم، جایی که مردم نمی توانند در اِک عضو شوند و دلیل اش وضعیت اقتصادی نامناسب است. ممکن است زمان زیادی بخواهد اما نیازی نیست که روح ها را نجات دهیم، چون روح هیچ وقت گم نمی شود و نابود نمی شود. اگر حالا با عصبانیت و بی عقلی به آن نزدیک شویم خیلی سریع ناپدید می شود و همه کارهای خوب هدر می رود. بنابراین ما گام های دقیقی برمی داریم تا راه درست را انجام دهیم، آنهم در زمان درست. عملکرد اِک به این شیوه است.

حال ما مبنا را بر آن می گذاریم که مدتی طولانی اینجا باشیم. مجبوریم با هر ذره از هر مانع قابل تصویری مبارزه کنیم. ما با این کار صبوری را می آموزیم. می دانیم که اگر به اندازه کافی اصرار ورزیم و پافشاری کنیم آن را یکطرفه خواهیم کرد. ما از کسانی که ما را متوقف می کنند، بیشتر خلاقیت داریم، زیرا با فعالیت روح کار می کنیم.

در این گفتگوهای مختلف، هر کار ممکن انجام می شود تا به شما کمک کند با یک اتصال برقرار کنید. من در تاریکی به دنبال کلمات و ایده هایی می گردم که چیزی را که از رگ گردن و نبض شما به شما نزدیک تر است را برای شما آسان سازد. اگر بتوانید آب حیات و صدای خدا را پیدا کنید، این جوانب شما را از هر چیزی در زندگی عبور می دهد و هر چیزی که بتوانید در زندگی تصور کنید.

در اوقات سختی و خوشی، هر جا هستید و هر کاری انجام می دهید، فقط کافی است توجه خود را به ماهانتا متمرکز سازید تا بدانید و احساس کنید که استاد با شماست.

این تمرین معنوی توجه کردن به ماهانتا، به شما کمک می کند اطمینان از قدرت تبدیل شدن و رسیدن به مراتب بالاتر را افزایش دهید و بالاخره به استاد یک تبدیل شود. برای آنکه در زندگی هر کجا که می خواهید بروید، چه در روی زمین یا در طبقات خداوند همه چیزهای لازم را خواهید داشت.

برکت باشد

سمینار محلی هاوایی، وایانایی، هاوایی،

یکشنبه، ۱۷ نوامبر، ۱۹۸۵



مرد ژاپنی قلبی طلایی، علفزاری زیبا، و روحیه ای شاد و متواضع داشت که این ها برای هر فردی که امید رسیدن به سطوح بالاتر شناخت را دارد، لازم است.

مرا همانند خدا کن

کسی گفت: "هیچ رازی در یک نیست" اما اگر فکر کردن درباره آن را متوقف کنید، همه نوع رازی در یک خواهد بود، اسرار جهان و اسرار خدا.

اسرار در یک

برای کسانی که تمرینات معنوی انجام نمی دهند، اسرار زیادی درباره یک برای آنها هست. کسی که احساس می کند انجام دادن تمرینات را دوست ندارد نمی تواند به معابد خرد زرین دست یافته و به تعالیم اسرارآمیز برسد.

همین طور اسراری مربوط به وصل هست. فرد واصل سوم ممکن است چیزی را بداند که فرد واصل دوم نمی داند، و واصل هشتم از اسراری آگاه است که واصل پنجم از آن بی اطلاع است. سپس، وقتی این حکمت را می آموزید و به دانش هر سطح پی می برید، متوجه می شوید که آشکار کردن اسرار طبقه وصل، تخطی از قانون معنوی است.

سادگی عشق

هیچ رازی در اینکه قدرت عشق قدرتمندتر از قدرت ذهن است وجود ندارد. ذهن از بازی های کوچک و ماجراهای روانی لذت می برد، مثل استفاده از قدرت شفاف. کسی که آگاهی خدا را می خواهد دیگر به این

چیزها اهمیتی نمی دهد. ما به نور و صوت خدا توجه می کنیم. برای این کار باید قلبی طلایی داشته باشیم که یعنی قلب پر از عشق است. شخصی درباره خوب بودن دختر کوچک اش با فرزند جدید و کوچک خانواده حرف زد. هر وقت نوزاد شیشه یا پستانک خود را می خواست در دهانش بگذارد، دختر کوچک به نوزاد کمک می کرد هر طور شده آن را در دهانش بگذارد.

او دلیل نیاز کودک را نمی پرسد یا منتظر نمی شود کسی به او دستور این کار را بدهد. فقط به این دلیل این کار را می کند که بچه را دوست دارد، بدون حسادت، حسادت می تواند مسائل خانواده را پیچیده تر کند.

در هر گروهی از جمل واصلین اکتکار، عشق امور را بسیار آسان می کند. این فقط یعنی شما می خواهید کاری را که قصد دارید برای ماهانتا انجام دهید برای شخص دیگری انجام دهید.

ممانعت از ورود نور

در هواپیمایی که به فونیکس می رفت، من روی صندلی نشستم و لامپ بالای سرم را روشن کردم و قصد داشتم کتابی را که با خودم آورده بودم بخوانم. لامپ کار نکرد. من سعی کردم در جای خالی کنار صندلی ام بنشینم تا کمی نور به کتاب بتابد، اما نوری نتابید. خوشبختانه از پنجره نور زیادی به داخل می تابید، بنابراین کتابم را یک طرفی نگه داشتم و توانستم کمی مطالعه کنم.

سپس خانمی آمد و از کنار من عبور کرد تا کنار پنجره بنشیند و نشست. عینک آفتابی زده بود و بیشتر زمان پرواز عینک روی چشمانش بود. به محض اینکه هواپیما بلند شد، من به صندلی تکیه دادم و کتاب را باز کردم. در همان حین هم خانم روزنامه اش را باز کرد. طوری روزنامه اش را نگه داشته بود که مانع تابیدن نوری می شد که از پنجره می آمد. این کار او مرا به یاد روش برخی از مردم که مانع تابش نور خدا می شوند، انداخت. او فقط جایی را که می خواند باز نکرده بود، او کل روزنامه را باز کرده و جلوی پنجره را گرفته بود.

او روزنامه را از آخر به اول می خواند، بعد دوباره به سراغ قسمت هایی می رفت که جا مانده بودند. هنوز هم عینک آفتابی اش را به چشم دارد، تعجبی هم ندارد که روزنامه را این قدر نزدیک پنجره نگه داشته است.

بالاخره او عینک آفتابی اش را برداشت، روزنامه را پایین آورد و نیمی از نور پنجره را آزاد کرد. بعد روزنامه را به پنجره نزدیک تر کرد و سعی کرد آن را در نور کمتری بخواند. آن زن به عمد مانع تابش نور نشده و نتیجه و فایده ای هم از این کار نمی گرفت.

بسیاری از مردم بدون عشق زندگی را سر می کنند، و بنابراین بدون ملاحظه، مانع تابش نور به زندگی دیگران می شوند. فقط از روی بی فکری این کار را انجام می دهند. انجام این کار آنها با در نظر گرفتن اثرات اعمال آنها نیست. اگر بتوانند کاری برای شما انجام می دهند و اگر این نکته را به آنها بگویید، دیگر آن کار را تکرار نمی کنند، اما دفعه بعد کار دیگری را انجام می دهند.

عشق خدا

ما هم با دیگران همین کار را انجام می دهیم. ما نور و صوت را بدون اینکه بدانیم مسدود می کنیم. آگاهی از خدا عشق است — شکیبایی عظیمی که به مردم اجازه می دهد که حریم شخصی خود را داشته باشند. این بدان معنا نیست که شما فضای نامحدودی به آنها می دهید تا شما را در فشار بگذارند. موافقی هست که شاید بگویید، لطفاً عقب بایستید.

عشق خدا از طریق نور و صوت می آید. نور و صوت خدا غذای روح هستند و روح نمی تواند بدون این دو جنبه از خدا به وجود هر روزه خود ادامه دهد. به همین دلیل است که من به انجام دادن تمرینات معنوی روزانه اک اصرار دارم.

غلبه بر ترس از ناشناخته

گاهی مردم به اکیستها، جور دیگری نگاه می کنند. سعی نمی کنند ما را بفهمند. این ترس نخست از ناشناخته است، و ماهیت انسان همین است. حتی اگر چیزی برای ترسیدن نباشد، ما به دنبال چیزی می گردیم تا از آن بترسیم. اما وقتی با چیزی آشنا شدیم، ترس رخت برمی بندد.

این مرا به یاد واکنش اولین بار خودم به صدای جاروبرقی می اندازد. من بیشتر عادت داشتم با مدل نارنجکی کار کنم که شما مثل توله سگ آن را پشت سر خود می کشید. می دانم خاک و زباله کجا می رود، چطور آن را تمیز کنم و چگونه هر بار که شما حرکت می کنید به پشت پاشنه شما برخورد می کند. این نوع مثل این بود که رباط کوچکی در خانه داشته باشید و اولین بار زیاد با آن راحت نبودم.

روزی تصمیم گرفتیم که ببینیم داخل این دستگاه چیست، در غیر این صورت هیچ وقت احساس خوبی به آن نخواهیم داشت. با قاطعیت فراوان، کیسه بیرونی را باز کردم و کیسه داخلی آن را که پر از خاک بود، بیرون آوردم. تا زمانی که کیسه خاکروبه پر است و شما هیچ تصمیمی نگرفته اید، شما علت ترس خود را پیدا نمی کنید.

سپس با دقت، دستورالعمل های مربوط به چگونگی تعویض کیسه جدید را مطالعه کردم. اولین مرحله این بود که نقطه روی کیسه را با نقطه روی دهانه پلاستیک تنظیم کنم، که دوبار این کار را انجام دادم تا از درست بودن آن مطمئن شوم. بعد حلقه لاستیکی را روی دهانه گذاشتم تا اتصال آن را محکم کنم. دو بار آن را امتحان کردم تا کامل مطمئن شوم. بالاخره چین های روی کیسه را طبق دستورالعمل باز کردم و همه چیز را داخل کیسه بیرونی قرار دادم و زیپ آن را کشیدم.

بعد از آن دیگر دیدن آن خیلی سخت و ترسناک نبود، کارکرد آن مثل همه دیگر جاروبرقی ها بود. خاک را تمیز می کند. حالا در خانه مثل دوست من است، و من دیگر نگران آن نیستم.

گاهی مردم به اکیستها به چشم ماشین های عجیب نگاه می کنند. فراموش می کنند که ما هم انسان هستیم؛ مثل خود آنها.

راه های رسیدن به خدا بسیار است، و راه ما هم راه دیگری است. مثل دیگر مسیرها، ما وجود برتر را می شناسیم. آنها به دنبال رستگاری روح هستند؛ ما هم به دنبال آزادی روح. وقتی کمی به ما نزدیک تر می شوند و می فهمند که ما بسیار شبیه آنها هستیم، می فهمند که واقعاً جای نگرانی نیست.

مادامی که مردم می دانند شما تا حد زیادی به آنها شبیه هستید، شما را می پذیرند. ما وجود الهی، سوگماد، را می شناسیم اما در مقابل، ما به جای خدای مردم خارج از اِکنکار، به سوگماد به عنوان خدا اشاره می کنیم. در بین خودمان، از کلمه متعالی سوگماد استفاده می کنیم. این کلمه مقدس است، هنوز پاک و مطهر است و قدرت آن را دارد که شما را به وضعیت های بالاتر آگاهی بهشت های خداوند برسد.

ردای آگاهی

بسیاری از مردم زندگی خود را فقط صرف وقت گذرانی می کنند. این تنها چیزی است که واقعاً می خواهند انجام دهند. شخصی مثل آن برای آگاهی خدا مناسب نیست. لباس او با لباس کسی که می کوشد به بالاترین حالات ممکن معنوی برسد متفاوت است. افرادی که قلب طلایی دارند به بسیاری موارد توجه می کنند. آنها سرشار از عشق هستند، هر کاری را که شروع کنند به اتمام می رسانند و دوست دارند آن را به بهترین شکل ممکن انجام دهند.

وقتی در طول بارش باران بیرون رفته بودم، از کنار ساختمانی آپارتمانی عبور کردم که مدیر آن پمپ برق را زیر ساختمان آویزان کرده بود. این دفعه سوم بود که در دو هفته گذشته او را آنجا دیده بودم، که با پمپ آبپاش، آب می پاشید. کنار پیاده رو ایستادم و او را چند دقیقه ای تماشا کردم، سعی کردم بفهمم که چه می کند.

بالاخره به او نزدیک شدم و پرسیدم: "چه اتفاقی افتاده؟"

او گفت: " این ساختمان پر از آب شده است. من آب ها را از آنجا بیرون می کشم تا ساختمان خراب نشود و فرو نریزد "

از او پرسیدم که چگونه از وجود آب زیر ساختمان مطلع شده است. او گفت: " یکی از همسایه ها از بوی نم شکایت کرده است " من زیر ساختمان را نگاه کردم و مطمئن شدم که آنجا یک استخر بزرگ آب است. هر بار که باران می بارد، باید او آب را با پمپ بیرون بکشد و لوله های آب را روی شانه اش حمل کند و به خروجی اتاق لباسشویی متصل کرده، پمپ را وصل کند و تمام روز دستگاه پمپ را روشن نگه دارد. می توانم بگویم که این کار بسیار موجب اذیت او بود.

پرسیدم: " آب چطور زیر ساختمان جمع می شود؟ " به نظر نمی رسید که بدانند. به اطراف نگاه کردم و متوجه سقف های زاویه دار و ناودان های باران شدم. جاهایی بود که باران آبخار بزرگی درست کرده بود. گفتم: " امکان دارد که مستقیم از سقف و از داخل یکی از ناودان ها آب به آنجا بریزد و به داخل مسیر زمین که درست به زیر ساختمان منتهی می گردد، بریزد " بعد پیشنهاد دادم: " چرا ناودانی را که سبب این مشکل می شود پیدا نمی کنی، آن را پیدا کن و مسیر ریزش آب را تغییر بده. به این ترتیب مجبور نیستی آب را هر بار از زیر ساختمان بیرون بکشی "

مرد لحظه ای به من خیره شد و بعد گفت: " من به فکر درست کردن آن نیستم، فقط آن آب را با پمپ خالی می کنم "

فکر نمی کردم چنین حرفی بزند، بنابراین سرم را تکان دادم و به راهم ادامه دادم. ابتدا، فکر کردم آن مرد زیاد باهوش نیست. هر بار که باران می بارید، او مجبور بود پمپ را بیرون بکشد. به راحتی می توانست این

وضعیت را درست کند و مجبور نباشد این همه زحمت بکشد. از طرف دیگر، فکر کردم اگر تمام روز آب را با پمپ بیرون نکشد چه کاری انجام دهد؟ شاید فکر می کرد اگر این کار را نکند پولی بابت کار تخلیه آب از صاحبان آن ملک دریافت نمی کند، و آن ها فکر می کنند او همیشه بیکار است. وقتی او را بیرون می بینند که کار می کند و عرق می کند و در تقلاست و نفس نفس می زند و درباره باران شکایت می کند، همه از کاری که انجام می دهد راضی می شوند.

کسی که مجبور است کار درست کند آماده شناخت خدا نیست. همکار خدا مجبور نیست که برگه زمانی خود را به انجام کار بیهوده تلف کند؛ او همیشه کارهای با ارزش زیادی برای انجام دادن دارد. حقیقت محض این است که یک او را به این مکان خاص آورده است که یعنی چیزی برای او هست که انجام دهد. تنها چیزی که شخص را از دیدن کار ضروری باز می دارد، حالت آگاهی اوست.

مرا همانند خدا کن

مردی کارمند اداره پست زیرزمین ساختمان شش واحدی بود که در شرکت بزرگی قرار داشت. به نظر نمی رسید که در زندگی هدفی داشته باشد، و او نمی فهمید چرا؟

روزی این مرد، کفشدوزکی را دید که در گوشه اتاق پست در حال خزیدن است. به طرف او رفت و پایش را بلند کرد تا او را له کند. ناگهان شنید که کفشدوزک می گوید: " صبر کن، صبر کن، اگر مرا له نکنی، یک آرزویت را برآورده می کنم! "

او به کفشدوزک خیره شد. این غیرممکن است. تو به من دستور می دهی.

کفشدوزک گفت: " نه، نه، من آرزوی تو را برآورده می کنم. تو هر چه بخواهی می دهم، فقط مرا له نکن "

فقط یک لحظه طول کشید تا مرد درباره آرزویش تصمیم بگیرد. گفت: " می خواهم به طبقه دوم بروم و محل کارم آنجا باشد "

روز بعد، از طریق اتفاقات عجیبی، مدیری از طبقه دوم به طور اتفاقی به دیدار افرادی که در زیرزمین بودند، آمد. او به این کارمند گفت: " به دفتر من بیا. می خواهم با تو حرف بزنم " وقتی در دفتر مدیر نشستند، او گفت: " جایی خالی هست و ما فکر کردیم شاید تو به ارتقاء شغلی نیاز داشته باشی " کارمند باورش نمی شد که این حرف ها را می شنود.

صبح روز بعد، او در شغل جدیدش در طبقه دوم مشغول کار بود. مدتی از انجام وظایف جدیدش بسیار خوشحال بود تا اینکه یک روز بعد از ظهر صداهایی از سقف شنید. ناگهان فهمید که صدای پای افراد طبقه بالاست. این فرد هرگز متوجه نشده بود که در یک آسمان خراش کار می کند.

با این موفقیت تازه کشف شده، مرد حتی خواهان خواسته بیشتری شد. حالا می خواست به طبقه سوم ساختمان ارتقاء پیدا کند. مدتی نگذشت که این خواسته اش نیز تحقق یافت. هر چه موفق تر شد، آرزوهایش بزرگتر شدند و خیلی زود او به طبقه بیستم ساختمان، ستاره ای درخشان که همه او را تحسین می کردند ارتقاء یافت.

چند سال بعد، مرد رئیس شرکت مجلل در طبقه شصت شد. گفت: "من در بالا هستیم با رضایت زیاد بالاخره به آرزویم رسیدم"

روزی متوجه شد که دری ناآشنا در راهرو وجود دارد. کنجکاو شد و آن در را کشید. داخل آن راه پله ای را دید که به پشت بام منتهی می شد. گفت باید بفهمم آن بالا چیست؟ فکر کرد، بنابراین از پله ها بالا رفت، در آن بالا را باز کرد و قدم به بیرون گذاشت. بالاخره فهمید ایستادن در بالاترین نقطه آسمان خراش چه لذتی دارد، حتی بالاتر از طبقه شصتم. او وزش باد را در اطراف خود حس کرد، چیزی جز آسمان بالای سر او نبود با خودش فکر کرد، حالا من واقعاً در بالاترین نقطه هستیم. ناگهان صدایی را از پشت سرش شنید، برگشت و مرد جوانی را دید که در آن طرف پشت با نشسته است. سریع به طرف او رفت تا با این متجاوز مقابله کند گفت: "تو اینجا چه می کنی؟"

مرد جوان که اتفاقاً اکیست بود گفت: "به نور و صوت خدا فکر می کنم" "درباره ی چه حرف می زنی؟"

اکیست سعی کرد توضیح دهد، اما آن مرد چیزی درباره موارد فراتر از واژه عرف خداوند نمی دانست. با تندی دستور داد مرد جوان از پشت بام پایین برود.

اما آرزوی مرد همچنان زیاد می شد. تنها چیزی که به آن فکر می کرد این بود: "من می خواهم مثل خدا باشم"

مرد از پله ها پایین آمد و به دفتر خود بازگشت. بعد از این همه سال با کمال تعجب همان کفشدوزک جادویی را روی کف اتاق پیدا کرد.

گفت: "باز هم که تویی!"

کفشدوزک گفت: " مرا لگد نکن! من یک آرزوی تو را برآورده می‌کنم "

حتی مجبور نبود به آن فکر کند گفت: " مرا مثل خدا کن، مرا در جایگاهی قرار بده که اگر خدا روی زمین بود در آن جا بود "

صبح روز بعد، به شغل قبلی اش که کارمند دفتر پست بود برگشته بود. خدا در یک همان معنی که خدا در مسیحیت دارد، ندارد. آن وجودی که در کتاب مقدس است در تصور انسان ساخته شده است با خصوصیات و ویژگیهای انسان عالی. ما بیشتر خدا را مثل اقیانوس عشق و رحمت می‌بینیم. این چیزی است که بسیار فراتر از ظرفیت ذهن است و قابل درک نیست. همه اصطلاحات توصیفی و عبارات شعرگونه در مقابل شکوه و عظمت این موجود عالی، کمرنگ می‌شوند.

در یک، خدا به عنوان سوگماد شناخته می‌شود. آن، همانا بسیار بزرگ است که با کلمه آن هرگز نمی‌توان خوب یا بد را توصیف کرد. فقط مفاهیمی از ذهن است که برای یهوه و خدایان جهان‌های پایین‌تر به کار می‌رود.

شناخت سوگماد، خدانشناسی است که ما آرزویش را داریم. به فرد خاصی نیاز دارد کسی که پر از عشق باشد، قلبی طلایی داشته باشد و ردای خدا را به دوش داشته باشد.

باغبان ژاپنی

یک هفته هر روز صبح اطراف منازل همسایه ها قدم می زدیم. در طول یک مسیر خاص بخش قدیمی شهر خانه ای است که از بقیه قدیمی تر است و زیباترین چمن را دارد. این خانه به مردی ژاپنی تعلق دارد که بیشتر اوقات در حال دانه ریختن برای کبوترهاست.

وقتی روی چمن هایش کار می کند، دوست دارم او را تماشا کنم. اول از چمنزن خاصی که علف ها را می چیند استفاده می کند، بعد چمنزن بعدی را برای تکمیل کار می آورد. او گل و گیاهان بسیار زیبایی دارد که در حیاط پرورش یافته اند و خیلی دقت می کند که همه چیز مرتب و تمیز باشد.

یک روز صبح وقتی به آنجا رسیدم، او بیرون بود. سلام کرد و گفت: "روز قشنگی است" من جواب دادم: "چمن قشنگی است" او توضیح داد که این خانه را سی سال پیش از کسانی که به این ملک توجهی نمی کردند، خریده است. از آن به بعد، او همه چیز را تغییر مدل داده بود و چمن را به مکانی نمایشی تبدیل کرده بود. وقتی به اطراف نگاه می کرد چشمانش از نور و عشق سرشار بود. می توانستید بفهمید که با همه وجودش از این مکان مراقبت می کند.

گفتم: "می بینم که به کبوترها هم غذا می دهی" او با حالتی دوستانه گفت: "کسی باید به آنها غذا بدهد دیگر، آنها هرگز نه نمی گویند، شکایتی هم ندارند" گفتم: "بهترین لحظات این صبح با تو باشد"

جواب داد: " برای تو هم همین طور "

بعد از آن گفتگوی کوچک، به راه خودم ادامه دادم. به این مرد نجیب زاده فکر می کردم که با تواضع کار می کرد و از حیاط و چمن خود نگهداری می کرد و زمانی را هم صرف غذا دادن به کبوترها ؟ می کرد. او تواضع، شادی و قلبی طلایی داشت که برای هر کسی که امیدوار است به مراتب بالای شناخت برسد، ضروری است. این لباسی است که می توان آن را از آگاهی خدا تهیه کرد.

متخصص برق

وقتی خود را مجرای برای اک قرار می دهید، از شما می خواهند کارهایی را انجام دهید که احساس می کنید، هیچ استعداد خاصی در آن ندارید. با وجود این به دلیلی اک شما را آنجا آورده است. می خواهد چیزی انجام شود، و شما نمی فهمید چه چیزی. نگران نباشید. هر چه لازم است را انجام دهید، و وقتی به اتمام رسید احتمالاً ایده بسیار خوبی از کل وضعیت خواهید داشت.

من به تازگی به فروشگاه غذای سالم رفتم. عجله داشتم تا اینکه شروع به خواندن برچسب ها کردم. در دنیای برچسب ها گم شدم. برای خریدن چند قلم کالا به فروشگاه رفته بودم، متوجه شدم که من آخرین و تنها مشتری فروشگاه بودم.

وقتی جذب خواندن برچسب ها شدم، شنیدم که فروشنده خانم از پشت سر مرا صدا می زند. انتظار داشتم بگوید: " کمکی از من ساخته

است؟ " اما در عوض گفت: " شما کمکم می کنید؟ " فکر کردم اشتباه فهمیدم، اما دوباره تکرار کرد: " کمکم می کنید؟ "

جواب دادم: " حتماً، " اما با خودم می گفتم: " من استادم، نه؟ "

او توضیح داد که یک سکه پول داخل سوکت برق روی کف زمین افتاده است و گفت: " همه چیز را قطع کرده است، هیچ چیز درست کار نمی کند " وقتی فهمیدم واقعاً به کمک متخصص برق نیاز دارد، کمی یکه خوردم. شروع کردم به مین و مین که باید به شخص دیگری زنگ بزنم، اما حرف مرا قطع کرد: " حالا بیا و نگاهی ببنداز، باشد؟ "

وقتی به جلوی فروشگاه رسیدیم، اولین چیزی که متوجه شدم خاموش بودن دستگاه ماست زنی بود. هر دو صندوق دریافت پول هم خاموش بودند، همینطور همه دستگاه های جلوی فروشگاه. گفتم: " اول باید سکه را بیرون بیاوریم "

او گفت: " مشکلی نیست، ما قبلاً سکه را بیرون آوردیم " نمی دانستم بعد چه باید بکنم. او با اصرار گفت: " حداقل پشت پیش خوان را نگاه کن " آنجا زاویه سیم هایی که مثل اسپاگتی به نظر می رسیدند معلوم بود که هر کدام به یک طرف وصل بودند.

گفتم: " نمی دانم، چطور می خواهی از آنها سر در بیاوری؟ "

گفت: " امیدوار بودم بتوانی کمکی بکنی "

به اطراف انبوه سیم ها نگاه کردم و با خودم گفتم فکر کن، اما ذهنم یاری نداد. بعد متوجه لامپ هایی که آن بالا بودند، شدم و گفتم: " به نظر می رسد بعضی از لامپ ها روشن هستند آنجا چیزی هست " من روی

فرآیند روشن سازی کار می کردم، جایی که کند ذهن به نظر می رسید، شروع کنید تا هوش شما فعال شود.

بعد پیشنهاد دادم که شاید مشکل در سوکت های داخل دیوار باشد. او گفت: " نه، ما آن را بررسی کردیم. آنها سالم هستند "

پرسیدم: " آیا قسمت های قطع کننده مدار را چک کرده اید؟ " گفت: " من این پسرک را فرستادم تا آنها را چک کند " دستیار او پسر سیزده ساله ای بود.

پرسیدم: " مطمئنی که همه وصل هستند؟ " او گفت: " بله "

مرحله بعد این بود که پریز ثبت کننده پول نقد برقی را به داخل سوکت های مختلف فرو کنیم. آن را به داخل سوکت دیوار که پشت صفحه تبلیغ ویتامین بود، فرو کردم و روشن شد.

گفتم: " روبراه شد " زن از اینکه دستگاه ثبت پول نقدی که در آن سوی سالن بود کار می کرد، زیاد خوشحال نبود اما بهتر از این بود که کار تعطیل باشد.

حالا کم کم به چیزی پی می بریم؛ می دانیم که چراغ های سقف کار کردند و بعضی از سوکت های دیواری هم کار می کنند. دوباره پرسیدم: " آیا مطمئن هستید که شما قطع کننده های مدار را امتحان کردید؟ " او گفت: " بله، حتماً " اما او را مجبور کردم پسر را بفرستد تا دوباره آنها را چک کند. وقتی برگشت گفت: " همه سالم بودند "

بعد از اینکه چند مورد دیگر را با سیم ها امتحان کردیم، از زن پرسیدم: " می توانم خودم قطع کننده مدارها را چک کنم؟ " زن مرا به سمت

جعبه تقسیم برد و در آن را باز کرد. کلیدها همه در جای خود بودند. بعد متوجه شدم که یکی از کلیدها در جای خودش نیست. من آن را در جای خود قرار دادم و بعد همه چیز درست شد. ناگهان دستگاه ماست زنی شروع به کار کرد.

به داخل برگشتیم، من خریدم را کامل کردم. فروشنده خیلی تشکر کرد و کمی ماست به من داد که من نمی توانم بخورم. اما او از دادن ماست به من خوشحال می شد و من هم از پذیرفتن آن.

ناگهان مشتریان به داخل فروشگاه هجوم آوردند. گویی یک آنها را متوقف کرده بود و می گفت: " کسی داخل نرود استادی در فروشگاه هست که می خواهد برق کار شود، به او فرصت بدهید "

به دلایلی یک می خواست مجرای در آنجا باشد تا با این زن ارتباط برقرار کند. من بارها به آنجا رفته بودم، اما هرگز درباره یک با او صحبت نکردم. اکیستهای زیادی آنجا خرید می کردند، اما هیچ شخصی اکنکار را به او تحمیل نکرده بود. روزی فرا خواهد رسید که به اکنکار توجه خواهد کرد. روزی که به کمک نیاز داشت و مردی آمد و به او کمک کرد او استاد در قید حیات یک بود.

بهشت چیست؟

تعدادی از اکیست‌ها در برنامه های آسایشگاه ها و بیمارستان ها کار می کنند. کار کردن در چنین برنامه ای به قلبی مهربان و فردی شجاع نیاز دارد.

بسیاری از کسانی که از آنها مراقبت می شود آمده اند که به دنیای دیگر بروند. در بیشتر موارد آنها هیچ نظری درباره اینکه بهشت چطور جایی است ندارند. بیشتر شبیه وقتی است که ستاره شناسان به کره ماه رفتند. آنها می دانستند به سمت کره ماه می روند اما نمی دانستند آنجا چه چیزی در انتظارشان است.

بهشت همان چیزی نیست که مسیحیان در داستان های کتاب مقدس به آن باور دارند. آسمان ها و بهشت ها مانند وضعیت آگاهی ساکنان آن تغییر می کند. اختراعات قدیمی راه را به اختراعات جدید می سپارند. وقتی این تغییرات در جهان های بالاتر رخ می دهد، کم کم راه خود را به سوی اینجا باز می کنند و ما آن ها را به شکل ناپخته تری دریافت می کنیم.

مردم آنجا یاد می گیرند و تجربه کسب می کنند درست مثل ما در اینجا. حتی مدارس مذهبی هم در یکی از بهشت های اثری هست که هنوز مردمی را در آن می یابید که نیاز دارند بیرون رفته و سعی کنند دیگرانی را که مثل آنها ایمان نداشتند را تغییر دهند.

بازگشت به اصل

فردی که در راه خداشناسی قدم برمی دارد، مراقب است که هرگز شخصیت استاد در قید حیاتِ اک را به بت یا خدا تبدیل نکند. من می نویسم، صحبت می کنم و نهایت تلاشم را می کنم تا به شما راه های برقراری تماس با نور و صوت خدا را نشان دهم. فقط این کار را می کنم تا به شما الهام ببخشم کار را خودتان انجام دهید.

سوء برداشت بزرگی است که می گویند رسیدن به درجات بالای آگاهی آسان است. این اشتباه است، رسیدن به این درجات عالی بسیار دشوار است. همه قدرت معنوی شما را که تاکنون پرورش داده اید تا این سختی ها را پشت سر بگذارید، می گیرد و شما باید قدرت معنوی بیشتری کسب کنید.

یک چلا در کشوری دیگر تجربه بسیار جالبی را بعد از بازگشت به خانه از سمینارِ اک تعریف کرد. چشمانش را بست و در حالت مراقبه و تعمق فرو رفت. ناگهان پدارزاسک در مقابل او ظاهر شد، فقط از کمر به بالا معلوم بود. چلا آنقدر تعجب کرده بود که مدام به او تعظیم می کرد. او گفت: "آه، خیلی خوشحالم که در حضور تو هستم، سرورم"

پدارزاسک گفت: "بله، بله" چلا گفت: "استاد، برکات و موهبات خدا را می خواهیم؟"

پدارزاسک جواب داد: "پسرم، شما به آنها خواهی رسید" سپس گفت: "عشق من همیشه با تو همراه است. پسرم آهسته و محکم ادامه بده و من به تو کمک می کنم کشورت را به جریان اصلی معنوی بازگردانی"

چلا آنقدر قدردان و سرشار از عشق بود که به پای استاد افتاد: "استاد، اجازه می دهید پای شما را ببوسم؟"

ناگهان پاهای استاد ظاهر شد، مثل بقیه بدن او، درست وقتی چلا آماده می شد که پاهای او را ببوسد، پدازاسک ناپدید شد و گفت: "وقتی آماده بودی که به اصول اصلی برگردی مرا صدا بزن"

ستایش شخصیت استاد در قید حیات اک یا هر استاد دیگر جزو اصول نیست، اما این فرد آن را نفهمیده بود. در کشورش تعظیم کردن و بوسیدن پای استاد رسم بود. در اینجا ما راه های دیگری برای خدمت داریم.

مردم می گویند: "او کسی است که آگاهی خدا را دارد" و با این کار فراموش می کنند برای کمال و رشد معنوی خود کار کنند. می خواهند بپذیرند که شخص دیگری آگاهی خدا را دارد، و سپس آنها می خواهند این فرد را بپرستند. اگر همان تلاش را برای رشد معنوی خودشان انجام دهند، روزی خود را در کنار استادان بزرگ خواهند یافت.

کنفرانس بین المللی جوانان اکنکار، فونیکس، آریزونا،

جمعه، ۲۸ مارچ، ۱۹۸۶



دو اکیست که فکر کردند هر دو در شب سال نو تنها هستند، تغییر نظر دادند. هر دو برای همراهی کسی رفتند که تنها تر از آنها بود.

ماهانتا اینجاست

عنوان این گفتگو این است "ماهانتا اینجاست" یعنی که اک همیشه در زندگی ما مشغول کار است، حتی به طرق کوچک. اما بدون توجه ما، ما اتفاقی را که رخ می دهد نمی بینیم و می گوییم: "ای کاش می توانستم نوعی تمرین و تجربه معنوی داشته باشم"

تجریبات درونی

من با واصل بالایی که گفته هنوز هم می خواهد تجربه سفر روح را داشته باشد صحبت کردم. پرسیدم: "آیا در سطح درونی اتفاقی رخ داد؟" او گفت: "به تازگی دیدم شما در چشم انداز درونی من بسیار شفاف حضور دارید. شما مدتی در آنجا ایستادید و بعد رفتید. من تعجب کردم که نتوانستم حرفی به شما بزنم" او می خواست آن تجربه تکرار شود. مشورتی این چینی با استاد در قید حیات اک می تواند در طول مراقبه انجام شود. به عنوان تمرین معنوی، استفاده از تکنیک تصویرسازی ذهنی بعد از مشورت بیرونی، سبب می شود هر واصل زمان مشخصی را برنامه ریزی کند و در سطح درونی با ماهانتا دیدار داشته باشد. خود را در حال نشستن در اتاق انتظار به همراه چند اکیست تجسم کنید، با برخی از کسانی که آنها را می شناسید. این کار به شما فرصت می دهد که استراحت کرده و صحبت کنید تا زمانی که کسی بگوید حالا می توانید داخل شوید.

وقتی در باز می شود، می بینید که وارد اتاق درونی می شوید تا با ماهاننا ملاقات کنید. حدود پانزده یا بیست دقیقه فرصت دارید تا بنشینید و درباره خواسته ی خود حرف بزنید. بعد می شنوید که در می زنند و این یعنی که چند دقیقه وقت دارید که جلسه را به اتمام برسانید. کسی وارد می شود تا شما را به بیرون همراهی کند و شخص دیگر به اتاق هدایت می شود.

وقتی کسی می گوید تجارب معنوی ندارد یا آنها را نمی شناسد، من بعد از یک بار تلاش او تمرینی را به او پیشنهاد می کنم. از طریق این تمرینات شاید بتواند از واقعیت سفر روح و حرکت درونی روح آگاه شود. وقت بیشتری می گذارم تا با فرد کار کنم تا ترسی که مانع او شده، به تدریج از بین برود.

نگرش های خلاقانه

ری برادبوری درباره روزهایی که عادت داشت در گوشه خیابان ها بایستد و برای هرالد-اکسپرس لوس آنجلس قدیم روزنامه بفروشد، مطلب نوشت. هر روز به این گوشه می آمد، دسته روزنامه ها را روی زمین می چید، و فریاد می زد: " آخرین خبرها! " در شش ماه اول صدای او در اثر فریاد می گرفت.

روزی در هوای بسیار سرد بیرون آمد، چنان که نمی توانست راه برود، و تعجب می کرد چگونه می توانست توجه رهگذران را به خود جلب کند. او سرکارش در این گوشه حاضر می شد، مطمئن بود که کسی از او روزنامه نمی خرد. اما در کمال تعجب، مردم در هر صورت آمدند. در

پایان روز فهمید که مثل همه روزهایی که روزنامه تبلیغ می کرد، فروش کرده است.

او این روش جدید را یک هفته کامل امتحان کرد و بعد مطمئن بود که به مردم روزنامه اش را بدون توجه به این که آیا او فریاد می زند آخرین خبر یا نه یا ساکت می ایستد می فروشد. از آن زمان به بعد، دیگر نگران فروش نبود، می دانست که مادامی که او با روزنامه هایش آنجاست مردم آنها را می خرند. بنابراین استراحت کرد.

برادری با اصلِ اک کار می کرد. طبق تجربه اش نگرش عقب نشینی را پرورش داد، نوعی قلب طلایی که به او قدرت می داد از جایی مطالبی را بیرون بکشد که به داستان های افسانه ای تبدیل شود.

این داستان توضیح می دهد که چگونه بدون فشار آوردن اتفاقات خوب می افتد. وقتی در زندگی خود اک دارید، لازم نیست که فشار بیاورید و تقلا بزنید.

برنامه ریزی و انعطاف پذیری

وقتی این سخنرانی ها را آماده می کنم سعی می کنم به نتیجه ای جدی برسم و به دنبال مسائل کلی بروم. اما گاهی اک نظر خودش را دارد. به همان روشی که ما در زندگی برنامه هایی می ریزیم. اک هم روش خودش را اجرا می کند. فکر می کنیم همه چیز را در نظر گرفته ایم. بعد اک شروع به ایجاد تغییراتی برای ما می کند. از آنجایی که ما طبق برنامه های اصلی خود پیش نمی رویم، بیشتر اوقات در مقابل آنها مقاومت می کنیم.

هر چه بیشتر در مقابلِ اک مقاومت کنیم، زندگی ما سخت تر می شود. بالاخره اوضاع آنقدر پیچیده می شود که تسلیم می شویم و می گوییم: " ماهانتا، می دانم اینجا هستی، بنابراین این را به تو می سپارم که به میل خودت انجام دهی " ناگهان تغییر ایجاد می شود، و ما خود را در آن سوی پرده عدم اطمینان می بینیم. این زمانی است که می بینیم ماهانتا زندگی بسیار خوبی برای ما آماده کرده است.

حتی ممکن است استاد از مردمی که به نظر می رسد ما را نفرین می کنند، استفاده کند و بعد نفرین های آنان را به برکت تبدیل کند. بیشتر اوقات دلیل این که ما زودتر به این برکات پی نمی بریم، این است که با عصبانی بودن وقت تلف می کنیم و نمی فهمیم که اک از افراد به اصطلاح دشمن ما برای کمک به ما استفاده می کند.

یک اکیست سال ها در شغل پردرآمد دولتی کار کرده بود. روزی، بدون هیچ اختطار قبلی، بالادست او به او اعلام کرد که بودجه کفاف ادامه کار او را نمی دهد. او گفت: " حال من چه باید بکنم؟ " فکر نمی کرد که بتواند شغل دیگری پیدا کند که این قدر حقوق داشته باشد.

تصمیم گرفت به ایالت دیگری نقل مکان کند. بعد از دو مصاحبه شغلی در مکان جدید، برای نمایندگی دولتی دیگری استخدام شد. شغل جدید نه تنها بالاتر از شغل قبلی بود، بلکه فرصت های سفر بیشتری داشت.

این تجربه به او نشان داد که حتی کسانی که به نظر می رسد به او آسیب می زنند در واقع به او کمک می کنند. در نتیجه، خود را در شرایط بسیار خوبی پیدا کرد.

کسانی می توانند بهترین خدمات را به یک برسانند که می توانند به خودشان کمک کنند. من انتظار ندارم که کسی کاری را که به خودش یا دیگران آسیب و صدمه می زند را انجام دهد، مثل بخشیدن همه چیز به یک و محروم کردن خانواده. اگر کسی زندگی خودش را حفظ کند، عشق و سخاوت کافی برای مراقبت از هر شرایط زندگی خود را دارد.

برقراری ارتباط

ماهاتنا همیشه کار می کند تا معجزات کوچک زندگی را به شما نشان دهد. به تازگی، واصلی از پرتوریا؛ آفریقای جنوبی، نامه ای درباره اتفاقی که برای او و دخترش که تلفنی با هم صحبت می کردند، افتاد برای من نوشت. تعدادی چلا در آفریقای جنوبی هستند، اما مردم بیشتر اوقات از هم دور هستند. دختر این خانم در کیپ تاون زندگی می کند، حدود هشتصد مایلی او.

طبق معمول، آنها حرف زدن درباره یک را برای آخر گذاشتند، به عنوان دسر. قسمت اول گفتگوی آنها صرف صحبت درباره مسائل خانوادگی شد. بعد، در اولین اشارات از اکنکار، صدایی خانمی وسط گفتگوی آنها پرسید: "اکنکار؟ چه کسی درباره اکنکار حرف می زند؟ این شگفت انگیز است! اینجا خیلی اکیست وجود ندارد. این چه کسی است؟" وقتی مادر و دختر بالاخره فرصت پرسیدن سوال از آن خانم را پیدا کردند، فهمیدند که او فقط گوشی را برداشته تا شماره ای را بگیرد. با چند شماره، وسط گفتگوی این دو نفر وارد شده درست زمانی که هر دو از اکنکار حرف می زدند.

آن زن توضیح داد: " من تازه ملحق شدم و نمی دانستم که پیروان دیگری هم در پریورتوریا هستند " مادر و دختر به او اطمینان دادند که پیروان دیگری در اطراف هستند و آدرس کلاس ست سنگ را که در آن منطقه برگزار می شد، به او دادند.

اگر قلب فرد خالص باشد و به روی اک باز باشد، این اتصال با دیگری که به دنبال حقیقت هستند یا می خواهند پیرو اک شوند، ایجاد می شود. گاهی به اسرار آمیزترین شیوه ها.

بلیط های کنسرت

فردی که جدیداً اکیست شده بود، و در نیویورک بود به مرکز اک رفت تا هیو بخواند. تعدادی از واصلین درباره نمودار جهان های خدا و نواحی مختلف بهشت با هم بحث می کردند. درست قبل از شروع هیو تصمیم گرفت از ماهانتا بخواند او را به طبقه روح و بعد به جهانی ببرد که صدای ویولون شنیده می شود.

وقتی درباره اش فکر کرد، فهمید که حتی اگر به سطح بالا برسد و صدای ویولون را بشنود، کسی حرف او را باور نمی کند. شاید بهتر باشد که از او بخواند با چلای دیگری به آنجا برود، و به این ترتیب هر دو صدای ویولون را می شنوند و تجربه یکدیگر را تأیید می کنند.

او تصور کرد که بعد از خواندن هیو با دیگران درباره اش حرف می زند. او خواهد گفت: " حدس بزن چه اتفاقی افتاد، من و جری به جهان های خدا رفتیم و صدای ویولون ها را شنیدیم " چه دلیل شگفت

انگیزی برای اک، و چقدر همه تحت تأثیر قرار می گیرند! بی صبرانه
منتظر شروع خواندن هیو بود.

وقتی خواندن هیو به پایان رسید، ولی اتفاقی نیافتد. او گفت: " خوب،
شاید وقتی دیگر نتیجه بدهد " شب خیلی سردی بود، و به تنها چیزی که
فکر می کرد رفتن به خانه بود. سریع با دوستش جری خداحافظی کرد، و
با عجله به ایستگاه اتوبوس رفت و به محض رسیدن به ایستگاه، اتوبوس از
راه رسید و او را سوار کرد.

راننده اتوبوس پرسید: " تا کجا می روی؟ "

زن گفت: " بلوک ششم، بلوک ها بلند بودند و هوا هم خیلی سرد بود
که پیاده بروم " راننده اتوبوس گفت: " من فقط تا بلوک سوم می روم و
قبل از بلوک چهارم باید پیچم. اما اتوبوس بعدی پنج دقیقه دیگر می آید
و شما را تا بقیه راه می برد " او خیلی مهربان بود و گرمای محبت او حتی
بعد از پیاده شدن از اتوبوس، آن مرد را گرم نگه داشت.

وقتی منتظر اتوبوس بعدی بود داخل درگاهی ایستاد تا از وزش باد در
امان باشد، اما چند دقیقه گذشت و اتوبوس نیامد. با خودش فکر کرد فقط
سه بلوک فاصله است، شاید باید پیاده بروم. به مسیر اتوبوس نگاه می کرد
که ناگهان مرد خوش لباسی آمد و در مقابل او ایستاد. مرد چیزی به
داخل شکمش فرو کرد.

اکیست پرسید: " این چیست؟ " آیا نوعی اسلحه بود؟ او می ترسید نگاه
کند.

مرد پرسید: " چهل دقیقه وقت داری؟ "

" چی؟ "

مرد تکرار کرد: "چهل دقیقه وقت داری؟"

اکیست گفت: "نه، منتظر اتوبوسم"

اما مرد مصرّ بود. او گفت: "اگر چهل دقیقه وقت داری، اینها را بگیر" و دوباره آنها را به طرف او آورد. اکیست با نگرانی به زمین نگاه کرد. از این که دید آنها اسلحه نیستند، خیالش راحت شد. دو تکه ورقه کاغذ بود. اکیست گفت: "بسیار خوب" فقط می خواست از دست این مرد خلاص شود. بعد نگاه دقیق تری به چیزی که مرد به او می داد انداخت و دید که او دو بلیط کنسرت سالن کارنیج در دست دارد. مرد گفت: "اگر عجله کنی می توانی به نیمه دوم آن برسی" و بعد رفت.

اکیست با عجله به مرکزِ اکِ برگشت، دید که دوستش جری هنوز آنجاست و او را دعوت کرد تا با هم به کنسرت بروند. آنها سریع به مقصد سالن کارنیج آنجا را ترک کردند و درست در شروع نیمه دوم اجرا وارد شدند. دربان بلیط های آنها را نگاه کرد و بعد آنها را به راهروی ردیف پنجم راهنمایی کرد.

ناگهان سالن پر از ویولون هایی شد که این اکیست تا به حال نشنیده بود. به نظرش آمد که این تجربه ای بود که از طبقات درون درخواست کرده بود. برای عبور از آگاهی انسانی اش، ماهانئا طوری ترتیب داده بود که مردی با دو بلیط او را دعوت به کنسرت کند تا او بتواند صدای ویولون را به طریقی که در آن لحظه درک می کرد، بشنود.

وقتی شخصی در ابتدا با اکِ تماس حاصل می کند، مفاهیم خود را به آنچه باید باشد یا نباشد می آورد و طبق ایده های خودش درباره زندگی همه چیز را می بیند. تعصبات و توقعاتش را مطرح می کند و می خواهد

اوضاع به طور خاصی باشد. اگر به توقعات خود ادامه دهد و نتواند ورود ایده های جدید را به زندگی اش بپذیرد، رشد معنوی او متوقف می شود. اکیست باید خواهان تغییر کردن مطابق شرایطی باشد که همیشه در اطراف او تغییر می کند.

فنجان سوپ

اکیستی و دوستش برای خوردن ناهار به رستورانی رفتند. طبق معمول، دوستش یک کاسه سوپ سفارش داد در حالیکه اکیست یک فنجان سوپ سفارش داد. از آنجایی که دوستش پول آن را حساب می کرد به اکیست اصرار کرد که سفارشش را به یک کاسه پر از سوپ تغییر دهد. او گفت: " پولش زیاد نمی شود " اکیست گفت: " همان یک فنجان کافی است " همان طور که دوستش مقدار اشتهای او را مسخره می کرد، اکیست از بالای فنجانش به کاسه آن مرد نگاه کرد و گفت: " مقدار سوپ داخل ظرف ها یکسان است " دوستش گفت: " نه، اینطور نیست. کاسه بزرگتر است و سوپ بیشتری دارد. "

اکیست به این نتیجه رسید که تنها با یک روش می تواند به این موضوع خاتمه دهد از خدمتکار خواست که دو لیوان خالی بیاورد بعد سوپ داخل کاسه را در یک لیوان و سوپ داخل فنجان را داخل لیوان دیگر ریخت. درست همان طور که انتظار داشت هر دو لیوان یک مقدار سوپ داشتند.

فکر کرد لطف بزرگی در حق دوستش کرده است گفت: " می بینی؟
پولت را با بیشتر دادن برای کاسه سوپ دور می ریزی در حالیکه همان
مقدار سوپ داخل فنجان را به تو می دهند "
دوستش با اصرار گفت: " مهم نیست، در یک کاسه سوپ خوردن، هنوز
لذت بخش تر از خوردن سوپ در یک فنجان است "
ما هم این کار را می کنیم. اگر چیزی را در ظرفی جذاب تر به ما
بدهند حاضریم پول بیشتری برای آن پردازیم، حتی بالاتر از قیمت
واقعی آن. چرا؟ چون دوست داریم فکر کنیم که بیشتر دریافت می کنیم.
هرچند، با این کار از منابع خود به طور کامل استفاده نمی کنیم و این
بخشی از قانون اقتصاد است.

ارزش حقیقی

وقتی در جریان اصل زندگی به طور متعادل حرکت می کنیم،
بهترین ها و بیشترین ها را برای انرژی که بیرون می فرستید دریافت
می کنید. این طور نیست که همه چیز مطابق برنامه های شما پیش برود،
اما اگر با صمیم قلب کار کنید، با قلبی طلایی، متوجه می شوید که حتی
معمولی ترین کارها هم درست نتیجه می دهد.
با وجود این تعادل، شما ارزش حقیقی چیزهایی که وارد زندگی شما
می شود را درک می کنید. دیگران آن را نمی بینند، بنابراین به دنبال
تزیینات می گردند. مسیر یک مسیر باریکی است، چون این تزیینات،
تشریفات و آداب و رسوم ها ضروری نیستند. تنها چیزی که لازم داریم
غذای معنوی است.

تبدیل شدن به قلب طلایی

شفابخشی معنوی در درون صورت می گیرد. وقتی نامه ای از واصلی که می گوید همسرش مریض است دریافت می کنم، متوجه می شوم که زمان آن است که آن شخص از این دنیا برود. بنابراین ماهانتا، قسمت درونی خودم، با کسی که آماده رفتن به جهان های دیگر است کار می کند و به او اجازه می دهد مکان هایی را که قبلاً بارها در طول تمرینات معنوی اک آن ها را دیده، ببیند و بشناسد.

هدف تمرینات معنوی نه تنها آگاه ساختن ما از وجود جهان های دیگر است، بلکه ما را به نور و صوت خدا متصل می کند و ما شجاعت و اعتماد به نفس بیشتری برای گذراندن زندگی پیدا می کنیم، خواه در اینجا یا در سطح بالاتر. از طریق تجارب ما با عناصر حقیقی ماهیت الهی خود، ترس دفع می شود و اعتماد به نفس باقی می ماند. و ما به قلب طلایی تبدیل می شویم.

مانع مسیر راه

بسیاری از مردم فکر می کنند جاده رسیدن به بهشت جاده ای هموار است، اما نمی دانند که به قدرت زیادی نیاز دارد. گاهی به بیشتر از آن که فکر می کردیم باید برای گام و مرحله بعدی کمال معنوی تلاش کنیم. تلاش برای رها شدن از حالت خاص آگاهی و حرکت به سمت سطح معنوی دیگر می تواند بسیار دشوار باشد، گویی چیزی ما را عقب نگه می دارد. این تلاش کاری می کند احساس کنیم به محدودیتی متصل هستیم.

در اردوی تربیتی پایه ای، باید راه خود را از طریق عبور از مانع و انجام کارهایی چون پریدن از روی گودال ها و استفاده از طناب برای بالا رفتن از دیوار باز کنیم. یک آزمون دویدن از داخل خانه ای است که مربی برنامه گاز اشک آور در آن اجرا می کند. امیدوارید که به دیوار برخورد نکنید و مسیر خود را گم نکنید. همین طور سعی می کنید از برخورد با دیگر افراد اجتناب کنید، زیرا اگر کسی شما را زمین بزند، مدت زیادی در آنجا بی حرکت باقی خواهید ماند.

برای من سخت ترین قسمت آن دوره عبور از مانع خزیدن روی ملات ماسه ای بود که بالای آن به فاصله بسیار کمی سیم خاردار کشیده بودند. کیسه های ماسه با روش خاصی چیده شده بودند به طوری که مریان انفجارهای نامنظمی ایجاد می کردند. من جلوتر از بقیه بودن را امتیاز خاصی به شمار می آوردم، زیرا اگر مشکلی پیش می آمد، من اولین نفر بودم که روی آن کار می کردم. همین طور آموخته بودم که مریان زمانی دستور انفجار را می دادند که همه مردان وارد آن منطقه شده باشند. چرا یک انفجار برای یک نفر هدر بدهند؟ تماشای ده مرد که به داخل سیم خاردار می پرند جالب تر بود.

خزیدن روی ملات ماسه ها سخت ترین کاری بود که تا کنون انجام داده بودم. همه داستان های سربازخانه ها به من برمی گشت، به خصوص ماجرای مربوط به مردی که با مارزنگی برخورد کرد. آن مرد آنقدر تعجب کرده بود که حرکت ناگهانی ایستادن و گیرافتادن در سیم خاردار را انجام داد. بنابراین من سعی کردم مراقب مارهای زنگی باشم.

ابتدا خزیدن و سینه خیز رفتن آسان به نظر می‌رسید، اما بعد از مدتی سخت تر می‌شد تا اینکه فکر نمی‌کردم بتوانم یک ذره هم جلوتر بروم. فکر کردم هرگز به آخر سیم خاردار نمی‌رسم.

این نوعی آزمایش کردن موقعیتی بود که خود را در طبقات درون هنگام تلاش برای حرکت از یک وضعیت آگاهی به وضعیت دیگر انجام می‌دهید. آسان به نظر می‌رسد. وقتی کتابی را می‌خوانید که چگونگی انجام دادن آن را توصیف می‌کند، مثل ساده‌ترین کار دنیا به نظر می‌رسد. حتی ممکن است با حرکت آنی زیادی شروع کنید به خصوص هنگام امتحان کردن تکنیک‌ها، اما وقتی جلوتر می‌روید، بالاخره به آزمایش خاصی می‌رسید که برای شما بسیار دشوار است.

آزمایش‌های دیگر در دوره سربازی بسیار آسان بودند. در یکی از آنها، شصت هوانورد در یک زمان باید خود را از روی پل طنابی که بالای رودخانه بود عبور می‌دادند. این کار برای من سخت نبود، بازوهایم قوی بودند و من می‌توانستم بدون هیچ تلاشی آویزان شوم.

یک بار هم اتفاقی ام‌نیک جلوتر از من بود. بالاخره به مرحله‌ای رسید که دیگر نتوانست جلوتر برود، همان‌جا آویزان ماند. بالاخره من فریاد زدم: "ادامه بده، نیک! حرکت کن!"

او گفت: "نمی‌توانم جلوتر بروم" و نفس‌اش بند آمده بود. هیچ‌کس نمی‌خواست به داخل آب سقوط کند فقط باید حرکت می‌کردی چون اگر داخل رودخانه می‌افتادی روز بعد باید با کفش‌های خیس راه می‌رفتی و همه به صدای فرت فرت کفش‌هایت هنگام راه رفتن می‌خندیدند.

بالاخره هم اتاقی من سقوط کرد و در حالی که من منتظر بودم مردی که جلوتر از من بود هم بیافتد، دو نفر که پشت سر من بودند، سقوط کردند. اما من احساس قدرت و بزرگی کردم، این امتحان برای من خیلی آسان بود. می توانستم دو بار این مسیر را بروم و برگردم و هنوز انرژی زیادی داشته باشم. من به اندازه کافی قوی بودم که این کار خاص را انجام دهم، در حالی که دیگران این قدر قوی نبودند. از طرف دیگر، ضعیفی در خزیدن روی ماسه های داخل مانع داشتم، که آن امتحان برای دیگران آسان بود.

بالاخره در طبقات درون به مرحله خاصی می رسید که همانند عبور از مانع می شود، و باید از آن عبور کنید. رسیدن به این آزمایش و عبور از آن قطعی است و برای قوی کردن شما با تمرینات معنوی **اک** ضروری است.

اصل استاد

من با اعضای انجمن جوانان **اک** صحبت می کردم و گفتگو سریع به بازی های ویدئویی تبدیل شد. من از یکی از خانم های جوان پرسیدم که او چگونه این بازی جدید را یاد گرفت.

پرسیدم: " آیا پرتاب نیزه ها را ادامه دادید تا بازی را یاد گرفتید؟ " گفت: " نه، من کسی را که می داند چگونه بازی کند را تماشا کردم و از او خواستم برایم توضیح دهد. وقتی ایده خوبی درباره چگونگی کسب امتیازات و مکان های خطرناک دارم، سعی می کنم برنده شوم "

او از اصل استادی استفاده کرده که چیزی است که می توانیم همیشه انجام دهیم. البته اگر باهوش باشیم. ماهانتا؛ استاد درون، همین جاست و از طریق مردم طناب ها را به ما نشان می دهد. اگر از آن استقبال کنیم و به اک گوش فرا دهیم، کمک اینجاست و به ما نشان می دهد چطور بازی ویدئویی زندگی را انجام دهیم. فقط کافی است که به اندازه کافی برای گوش کردن تواضع داشته باشیم.

وقتی به درون مشکل می رویم، به طور کلی علت اش این است که برای گوش دادن مغرور هستیم و نمی خواهیم از این خود کوچک بگذریم. بنابراین هر چه زودتر بتوانیم تسلیم شدن را بیاموزیم و رها کنیم، سریع تر و آسان تر به خانه خدا می رسیم.

چیزی به نام اتفاق یا اشتباه در اک وجود ندارد. همیشه به دنبال خوبی خود باشید تا اوضاع نه تنها برای شما بلکه برای دیگر کسانی که حتی ممکن است آنها را شناسید خوب باشد.

معجزه شب سال نو

اکیستی را دعوت کردند تا شب سال نو در خانه دخترش باشد. این خانم و دخترش تلویزیون تماشا می کردند و درباره روش گذراندن تعطیلات لطیفه تعریف می کردند. دختر در حالی که می خندید گفت: "من شرط می بندم کسی منتظر است که ما را دعوت کند. فکر می کنی چه کسی باشد؟"

ناگهان تلفن زنگ زد. یکی از دوستان جدید دختر زنگ می زد. "ما امشب میهمانی داریم و دوست داریم شما هم با ما باشید" مادر و

دختر خوشحال شدند. با دقت آدرس خانه آنها را یادداشت کردند و با شادی آماده رفتن به آن میهمانی شدند. در داخل ماشین، این دو زن به اتفاقات می خندیدند. می گفتند: " ما فکر کردیم شب سال نو غم انگیزی داشته باشیم، و حالا در مسیر رفتن به جایی هستیم که امشب را با مردمان خوب سپری می کنیم. آیا روش عملکرد ماهانها شگفت انگیز نیست؟ " آنها آنقدر در گفتگوی خود غرق شدند که پیچی را ندیدند و خود را در جاده ای ناآشنا یافتند. بدتر از آن این که ماشین خاموش شد و نتوانستند آن را روشن کنند.

فلاش های اضطراری را روشن کردند و از ماشین پیاده شدند. ترافیک جاده زیاد نبود. چند ماشین از آنها عبور کردند، اما هیچ کدام برای کمک کردن توقف نکردند. هوا خیلی سرد بود، بنابراین به بالا و پایین جاده نگاه کردند، سعی کردند بفهمند به کدام طرف راه بروند. بعد متوجه وجود خانه ای در نزدیکی شدند. هیچ چراغی روشن نبود، یعنی کسی آنجا زندگی نمی کرد، اما نمی دانستند چه باید بکنند، بنابراین در خانه را زدند.

چراغی داخل خانه روشن شد و پیرمردی در را باز کرد. کنار او سگ بزرگی بود. مرد گفت: " بله؟ "

یکی از آن زن ها گفت: " ماشین ما خراب شده، می توانیم از تلفن شما استفاده کنیم؟ "

مرد گفت: " حتماً، داخل شوید "

وقتی وارد خانه شدند، مرد توضیح داد که همسرش چند ماه قبل فوت کرده است، و این اولین سال نویی است که بدون او به سر می برد. او و

سگ اش تازه در تاریکی نشسته بودند و رفت و آمد ماشین ها را تماشا می کردند تا اینکه اکیستها در زدند، او خیلی تنها به نظر می رسید.

یکی از این خانم ها از ماهانتا پیامی گرفت که از او درباره همسرش سوال کند. او هم درباره عشق بزرگی که او و همسرش به هم داشتند حرف زد. او درباره سال های شادی که با هم بودند، بیماری که همسرش را از او گرفت و غم و اندوهی که اکنون احساس می کرد، صحبت کرد.

این دو زن کمی درباره اک حرف زدند و تلاش کردند تنهایی او را پر کنند.

چند ساعت گذشت که ناگهان مرد متوجه شد که خیلی دیر شده است. او به پسرش که در همسایگی او زندگی می کرد زنگ زد تا آنها را به خانه برساند. او گفت: " پسرم مکانیک است. او با قیمت خیلی خوبی ماشین شما را تعمیر می کند و وقتی آماده شد آن را برای شما می آورد. " وقتی آنجا را ترک می کردند این خانم ها کوشیدند برای کمک به او تشکر کنند، اما مرد دیدار را طور دیگری می دید و گفت: " خدا شما را فرستاده بود " دو اکیست که فکر می کردند ماهانتا آنها را در شب سال نو تنها می گذارد، به همراه شدن با شخصی فرستاده شدند که نهایتاً از آنها بود.

باز هم، این واصلین اک از دخالت اک، روح مقدس در زندگی آنها آگاه می شوند. اک طرح و هدفی برای ما دارد، و دانستن این که اگر کانال های شفافی باشیم از ما استفاده خواهد کرد، شادی بخش است.

طرح معنوی زندگی

تجربه روح با ماهانتا ادامه دارد. یک واصل این موضوع را بعد از اینکه برایم نامه نوشت و علاقه اش را به دانستن زندگی گذشته اش بیان کرد، آموخت. ماهانتا زندگی اخیرش را به او نشان داد.

او در کارولینای شمالی به عنوان پیرو کلیسای اسقفی بزرگ شده بود. به عنوان پسر بچه ای جوان، به همراه پدرش به دفتر روزنامه یعنی محل کار پال توئیچل رفته بود، و پال به شدت او را تحت تأثیر قرار داده بود. این فرد در آن زندگی به عنوان کودک فوت کرده بود.

مدت کوتاهی بعد به کالبد دیگری برگشته بود، دوباره در جنوب، او مرد جوانی بود که جنگ کره آغاز شد و تصمیم گرفت در خدمت سربازی ثبت نام کند. برای سفر با اتوبوس به آن مرکز باید شب در هتلی در شهر کوچکی در طول مسیر اقامت می کرد. اما اتاق آن قدر او را دلننگ کرد که تصمیم گرفت بیرون برود و قدم بزند.

نزدیک حومه شهر، ناگهان مردی از یک انبار بیرون آمد. نمی دانست آن مرد کیست، اما در این دوره عمرش او را به عنوان استاد بزرگ ایک ربازارتارز می شناخت. او با احترام به حرف های ربازارتارز درباره برخی مسائل گوش می داد. بعد این دو مرد مدتی قبل از اینکه از هم دور شوند گفتند و خندیدند و شوخی کردند. آخرین کلمات ربازار به او این بود:

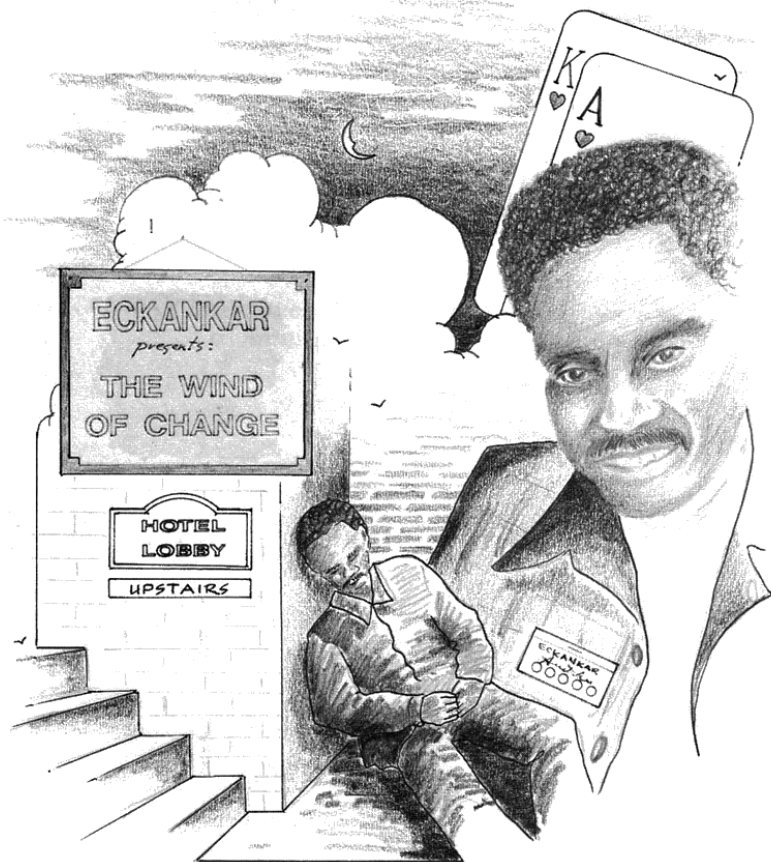
"نگران نباش، اوضاع به نفع تو خاتمه خواهد یافت"

این فرد آن دوره عمر را به عنوان سرباز جوان ترک کرد زمانی که جیب را آنقدر با سرعت می راند که در سر پیچ چپ کرد.

این مرد خوشبخت بود که چند دوره عمر آخرش را که در آن با استادانِ اک آشنا شده بود به او نشان داده بودند. هر چند زیاد از آن زندگی ها دور نشده بود، هر کدام گام مهمی بودند. در زندگی امروز او. او در کشور دیگری در این دوره عمر متولد شده بود، جایی که فرصت داشت عضو اکنکار شود. وقتی روح وارد این دنیا می شود و مسیرِ اک را پیدا می کند، بخشی از طرح معنوی با دقت برنامه ریزی شده همه جهان هاست. هر فرد خاص است، جرقه ای از خداست، و روزی می تواند آگاهی خداوند را کسب کند، خدا نمی شود، اما به خدانشناسی می رسد.

کنفرانس بین المللی جوانان اکنکار، فونیکس، آریزونا،

شنبه، ۲۹ مارچ، ۱۹۸۶



وقتی مردی آماده ترک کردن سمینار اکنکار بود، فهمید که چیزی در درونش تغییر کرده است، نمی دانست چیست، اما به هر حال آن را احساس می کرد.

این اکنکار قدرتمندترین چیز است

یکی از واصلین اِک کارگاه آموزشی را با نام "استاد در قید حیات اِک و چلا" برگزار کرد. او و دستیارش هرگز کارگاه برگزار نکرده بودند. وقتی شرکت کنندگان گمان کردند که تهیه کنندگان برنامه بر موقعیت زیاد مسلط نیستند، دو واصل اِک نگران شدند.

ارتباط با نور آبی

درست قبل از اینکه آماده شروع شوند، یکی از راهنمایان کارگاه گفت: "ماهانتا، آیا اینجا هستی؟" ناگهان، یک طرف اتاق باریک و طولانی با نور آبی ماهانتا روشن شد. گویی لامپ های فلاش دار در تمام طول دیوار خاموش می شدند. تجلی شادمانه نورآبی به او کمک کرد استراحت کند.

این ارتباط با جوهره الهی همه زندگی بود— نور و صوت خدا. اگر چه دیگران هیچ نظری درباره چیزی که او می دید نداشتند، او سعی کرد آنها را آگاه سازد که این همان عنصر پاک کننده و تصفیه کننده ای است که در درون خودشان وجود دارد.

متصدیان امور کارگاه های اِک بسیار با دقت انتخاب می شوند و انتخاب آنها دلیل خاصی دارد: آن ها وسایل شفاف اِک هستند. اگر در کارگاه اِک شرکت کنید و ذهنی منطقی و تحلیل گر داشته باشید، از وقوع چیزی آگاه نمی شوید، اما چیزی اتفاق می افتد. شما با خود روبرو

می شوید، و وقتی این اتفاق می افتد، ماهانتا می تواند در را به هر اندازه که شما اجازه دهید باز کند.

یافتن کلمات مناسب برای آنچه می توانید در یک انتظار داشته باشید کار سختی است. مثلاً من مدام سعی می کنم از کلمه moreso در مقالتم استفاده کنم. بالاخره ویراستار دفتر یک یادداشتی برایم نوشت: "چنین کلمه ای نداریم" فکر کردم حتماً شوخی می کند.

مطمئن بودم که من این کلمه را در لغت نامه دیده بودم: moreso، که بعد از آن کلمه ای ایتالیک می آید که آن را به شکل قید در می آورد و به معنی "حتی بیشتر، خیلی بیشتر" است. بنابراین به کتاب مرجع بهتری مراجعه کردم، جدیدترین دیکشنری وبستر و آنجا هم چنین کلمه ای نبود! گفتم: "محال است، بارها من این کلمه را استفاده کرده ام و هنوز این کلمه جا نیافتاده؟"

ما با نوشتن پروژه های داخل دفتر یک بسیار تفریح می کنیم. ویراستاری می کنیم و کار یکدیگر را بررسی می کنیم تا اینکه درست شود، و همه ضعف های آن برطرف شود.

عناصر خدا

یک مفهوم از خدا، شخصی بزرگتر از زندگی است که از بالای ابرها حرف می زند. انسان که بیشتر اوقات افکاری عمیق درباره زندگی داشت، بالاخره با خدا تماس گرفت. بالاخره فرصت پیدا کرد که سوالاتی بپرسد. شروع کرد: "خدا، یک میلیون سال برای تو چه معنایی دارد؟"

خدا گفت: "مثل یک دقیقه"

او پرسید: " پس یک میلیون دلار برای تو چطور است؟ "

خدا گفت: " مثل یک پنی "

مرد درباره این موضوع کمی فکر کرد و سوال بعدی اش را خیلی با

دقت طرح کرد. او پرسید: " می شود یک پنی به من بدهی؟ "

خدا گفت: " در عرض یک دقیقه "

در یک ما خدا، سوگماد، را فراتر از حد قابل بیان در نظر می گیریم. ما

" آن " را " اقیانوس عشق و رحمت " می نامیم. در مراقبه هر کدام سعی

می کنیم با نور و صوت خدا که تنها راه های تجلی خدا به آگاهی انسان

هستند، تماس برقرار می کنیم.

اصوات بسیارند؛ فلوت، ویولون، چه چه پرندگان و دیگر صداها. در

یک ما آنها را به صورت نشانهی خدا در سطحی خاص می شناسیم. نور هم

به شکل های مختلف ظاهر می شود؛ مثل نور آبی که واصل مجری

کارگاه به صورت چراغ های آبی فلاش دار دیده بود. در سمینارهای

یک سعی می کنیم به هر شخصی که آماده تجربه کردن نور و صوت

خداست آن را نشان دهیم.

ماجرای کتاب مقدس درباره پنتکوست به این نور به عنوان زبانه های

آتش و صوت به صورت باد وزنده اشاره می کند. این ها تجلیات کوچک

یک هستند. روح مقدس، روح القدس، آسایش بخش، کلام خدا، همه اینها

اصطلاحاتی است که مترادف یک است که صدای خداست.

نور و صوت خدا بنای معنوی است که اکیست آینده خود را در اینجا و

جهان های دیگر بر آن بنا می سازد. اگر این دو عنصر را در زندگی خود

داشته باشید، می توانید به همه جا بروید، در هر دنیایی با اطمینان و آزادی کامل، این دو عنصر رستگاری روح را برای ما به ارمغان می آورند.

تماس با استادان

اِکیستی یک روز صبح با حالت بسیار بیماری و ضعف از خواب بیدار شد، اما از آنجایی که تعطیل بود، نتوانست وقت دکتر بگیرد. با ناامیدی ماهانتا را صدا زد و گفت: "کمکم کن، من بیمارم" بعد شروع به فراخواندن استادانِ اِک کرد، تا اینکه بالاخره کمی بهتر شد.

مدتی بعد به دخترش هم که اِکیست است درباره این اتفاق گفت و او گفت: "آنقدر مریض بودم که ۹۷۸ بار ماهانتا را صدا زدم"

دخترش گفت: "اما مادر، فقط ۹۷۳ ماهانتا داریم"

زن گفت: "می دانم، اما من خیلی صدمه دیده بودم که برخی دیگر را

نیز صدا زدم"

چیزهایی که به بدن خود وارد می کنیم می توانند بعدها ما را آزار دهند. معمولاً فاصله تأثیر غذا زیاد است و ما متوجه علت ناراحتی خود نمی شویم.

چای دوون شایر

سال قبل، پیش از آنکه درباره تأثیر واقعی غذاهای خاص بر خودم چیزی بدانم، به اولین سفرم به استرالیا و نیوزلند رفتم. روز یکشنبه بعد از سمینار محلی استرالیایی کسی گفت: "دوست دارید برای خوردن چای دوون شایر برویم؟"

آن قدر عجیب و تشریفاتی به نظر رسید که می خواستم به زمین بخورم، اما به محض اینکه توضیح داد چیست، گفتم: " برویم! "

چای دوون شایر مراسم مربوط به بعدازظهر است که شامل نوشیدن یک فنجان چای انگلیسی می شود. چیزی که آن را با ارزش می کند این است که یک بشقاب بیسکویت با یک ظرف بزرگ از خامه دلمه شده و مربا با آن سرو می شود. شما مربا را روی بیسکویت پخش می کنید، بعد بالای آن خامه دلمه شده می گذارید. می توانید از مقداری خامه برای طعم دادن به چای استفاده کنید.

وقتی روز بعد به نیوزلند رفتیم، احساس کردم سرما خورده ام. چه کسی نوشیدن چای دوون شایر را به سرماخوردگی ارتباط می دهد؟ صنعت لبنیات بسیار در نیوزلند رایج است و دو اکیست مقداری از پنیرهای خوشمزه خود را برایم آوردند. درست همان چیزی که یک پسر بچه مزرعه ای به آن نیاز دارد. طبیعی بود که همه اش را خوردم. وقتی ما نیوزلند را ترک کردیم و به هاوایی رفتیم، صدای من هم قطع شده بود. قرار بود قبل از این که صدای من کامل ناپدید شود، در سمینار هاوایی آخرین گفتگو را ارائه دهم.

این زمانی است که به این نتیجه رسیدم که خوردن غذاهای خاصی ارزش اذیت و آزار در هنگام ایراد سخنرانی برایم نداشت، چون برای ایراد سخنرانی سفر می کردم. حال در سفرهایم وقتی دیگر مردم با شرکت در مراسم چای و پنیر دوون شایر زیاده روی می کنند، من به لذت بردن آنها نگاه می کنم.

هدیه برگشت خورد

دخترم به تازگی دوستی را دعوت کرد. دخترم در آماده کردن غذاها عالی است و دیپلماسی خاصی دارد، بنابراین همانند یک میهمان دار مناسب تصمیم گرفت برای دوستش چای سرو کند. آب را جوشانده و سپس داخل همه کمد ها را جستجو کرد تا توانست چای کیسه ای پیدا کند، بعد با مهربانی زیاد از میهمانش پذیرایی کرد. بعد دوستش به او گفت که این چای سبب سردرد شدیدی در او شده و او را خیلی بیمار کرده است.

بالاخره، ماجرا برای من معلوم شد. این چای انگلیسی بود که حاوی تئوبرومین بود. این ماده مثل کافئین برای سیستم اعصاب خوب نیست و سبب ایجاد واکنش هایی در افراد حساس به آن می شود. وقتی از او پرسیدم چرا آن چای خاص را سرو کرده است گفت: " این تنها چیزی بود که داشتم " بعد اضافه کرد: " کسی که این چای را برایش سرو کردم خودش کیسه های چای را به من هدیه داده بود "

گاهی کارهایی انجام می دهیم که به خود ما برمی گردد. می خواهیم مطمئن شویم که هدایایی که به دیگران می دهیم همان هایی است که خود ما نیز آن را دوست داریم.

مشاور غیر اخلاقی

همانا اکیستها، گاهی با افرادی مواجه می شوند که زیر کانه می کوشند ما را از مسیر دور کنند. آنها خود را به عنوان دوستانی که خیر و صلاح ما را

می خواهند به ما معرفی می کنند، اما برنامه های پنهانی دارند که تا آخرین لحظه آن را نشان نمی دهند.

واصلی از خاورمیانه که کمتر از دو سال در اک بوده است به دیدن مشاور رفت، زنی که از تعالیم دینی دیگری پیروی می کرد، تا درباره تلاش خود برای متعادل ساختن زندگی اش صحبت کند. وقتی اکتکار را برای او توصیف کرد، مشاور حرف او را قطع کرد و پرسید: " آیا از مسیر اک مطمئن هستی؟ آیا به ماهانتا اطمینان داری؟ "

به تدریج سعی کرد اعتماد او را به ماهانتا تضعیف کند، اما این کار مشاور برای او بی تأثیر بود. اک مسیری نیست که براساس ایمان و باور کور باشد. مسیری است که آن را تجربه می کنی. ایمان او به اک براساس موارد حقیقی و تغییرناپذیر خدا ساخته شده بود. یعنی حضور استاد درون و تجارب او همراه با نور و صوت.

قرار بود وصل دوم اک را دریافت کند و این موضوع را با مشاور درمیان گذاشت. مشاور به او گفت: " شما در دوران بسیار مهم زندگی خود به سر می برید. با دقت راه خود را انتخاب کنید " به او گفت که استاد مسیر او دوست بسیار خوب پال توئیچل بوده است. فقط قبل از مرگ پال از این استاد خواست که شاگردانش را برای خودش نگه دارد. حرفی که مشاور درباره پال می زد. کاملاً غیرواقعی بود. اکیست این موضوع را می دانست، اما نمی خواست مشکل درست کند. بنابراین در این زمینه با او بحث نکرد. فقط گفت: " نه، ممنون "

مدتی نگذشت که اکیست، وصل دوم خود را دریافت کرد، مشاور به محل کار او آمد و گفت: " شاید ندانید، اما استاد من شما را پذیرفته است.

حالا شما شاگرد و مرید او هستید، خواه می‌خواهی باور کن! خواه باور نکن! ". مشاور دید که پیرو یک حرفی برای گفتن ندارد. این موضوع او را مضطرب کرد.

یک روز عصر این زن و عده‌ای از پیروان استادش در طول تمرین و مراقبه به سراغ او آمدند. به او خندیدند و گفتند: "چه احمقی هستی تو! ما ذهن تو را دچار تردید کردیم و رابطه‌ات را با ماهانتا تضعیف کردیم" اکیست از استاد درون پرسید: "آیا می‌شود این افرادی که اصول اخلاقی را رعایت نمی‌کنند از من دور کنی؟" ماهانتا به تدریج این متجاوزین حریم درونی او، را از او دور کرد.

درسی که از این ماجرا می‌گیریم دو بعدی است. ما در یک هم باید دقت کنیم تا اکتکار را به دیگران تحمیل نکنیم و در عین حال در نقش یک حرفه‌ای عمل کنیم. اگر کسی بخواهد درباره‌یک بشنود، خوب است. اما به طور قطع ما او را مجبور نمی‌کنیم و این حرف‌ها را نمی‌زنیم که: "ماهانتا تو را پذیرفته است چه بخواهی چه نخواهی" ما این طور عمل نمی‌کنیم.

یکی از مبانی اصلی یک اراده آزاد است. باید دقت کنیم که اجازه دهیم دیگران حق انتخاب داشته باشند.

گلدان طلایی

بارها روشی از عملی را انتخاب کرده ام که ساختار سازمانی اکنکار را در مسیر خاص قرار می دهد. وقتی تغییری رخ نمی دهد، مردم تعجب می کنند که چرا. اتفاقی که افتاد این بود که مردم تصمیم گرفتند مسیر کُندتری را انتخاب کنند.

من به آنها اجازه می دهم آزادانه انتخاب کنند و بعد باید قطعاتی را انتخاب کرده و سعی کنم گلدان جدیدی را طراحی کنیم، به روشی جدید. آنها گلدان طلایی را شکسته اند و من باید آن را با گلدان نقره ای جایگزین کنم. بالاخره ما به مسیر درست می رویم، اما شاید خیلی سریع حرکت نکنیم. حال تنها چیزی که می توانم در مقابل دید آنها قرار دهم گلدان طلایی است، زیرا آنها با گلدان نقره ای، برنز یا آهنی هم کنار می آیند و هر چه مردم بیشتر کوتاه ببینند، دیرتر به هدف خود می رسند. کسی از من پرسید آیا راه سریعی برای حل مشکلات ناشی از حسادت بین واصلین و دیگر مسایل بین گروه ها ایجاد می شود، وجود دارد به طوری که بتوانیم به کار خود ادامه دهیم. اما نکته این است، هر کاری اکنون انجام می دهیم، در این لحظه زندگی می کنیم و در اِک تکامل می یابیم. این مهم تر از هر هدف گذرای است که ممکن است داشته باشیم.

گلدان طلایی همیشه خدانشناسی است. سعی می کنم چشمان شما را آنجا نگه دارم. اما بیشتر اوقات بدون آن که بدانیم، محدودیت های شخص به او می گوید که فنجان نقره ای بیشتر خدمت می کند و فنجان

آهنی به این راحتی ها نمی شکند. اگر فنجان آهنی را می خواهید، همان را خواهید داشت. اما وقتی کسی می گوید فنجان طلایی دوست دارد، من می گویم؛ آفرین! این کار مرا خیلی آسان تر می کند. وضعیت آگاهی فرد نوع فنجانی را که خواهد داشت انتخاب می کند. آگاهی فردی را تغییر دهید در تجاربی که برای رفتن به مرحله بعدی لازم دارد، دست برده اید.

معمولاً به شخص اجازه می دهیم که به خواست خودش عمل کند تا به روش خودش مسیر خدا را دنبال کند، و این تا زمانی است که در پارامترهای وسیع تعالیم اک است. اگر خیلی دور شود یا سبب شود دیگر چلاها سکندری بخورند، از او می خواهند ذهنش را تغییر دهد و با خود و روح الهی صادق باشد.

باید به او بگویم چیزی که آموزش می دهد و دنبال می کند اک نیست. باید با خودش صادق باشد و دیگر تعالیم را دنبال کند. با وجودی که وقت زیادی برای برگشتن به او می دهند، هنوز فنجان آهنی را به فنجان برنز، نقره یا طلایی که بالاترین نوع فنجان است، ترجیح می دهد. ممکن است فکر کند من تصمیم گیرنده هستیم، اما من هرگز تصمیم گیرنده نیستیم، من فقط به او می گویم چه چیزی را نمی تواند ببیند.

بچه ها چه می بینند

یک واصل اک کارگاه هایی را برای بچه های مدارس عمومی برگزار می کند. برنامه ها بیشتر برای بچه هایی است که در خانه هستند و در به روی آن ها بسته است. حقیقت خانواده های امروز این است که پدر و مادر هر دو کار می کنند. بیشتر اوقات بچه ها وارد خانه ای خالی می شوند. این برنامه ها به آنها یاد می دهد مراقب باشند، گروهی قدم بزنند، با غریبه ها حرف نزنند، به محض این که وارد خانه می شوند در را قفل کنند، و تلفن را جواب ندهند و الی آخر.

این واصل، کارگاهی را در یکی از این مدارس برگزار کرد. او با دستیار و معلم کلاس در جلوی اتاق ایستاد و سخنرانی اش را شروع کرد. ناگهان یکی از بچه ها حرف او را قطع کرد و گفت: " همه ی موها شما آبی است " تعدادی از بچه ها هم آن را دیدند آنها گفتند: " بله، موها و لباس های شما به رنگ آبی درخشان است " او از دستیار و معلم کلاس پرسید آیا آنها هم متوجه این موضوع شدند و هر دوی آنها گفتند: " نه " این هاله آبی اطراف او، نور ماهانتا بود که از سمینار اک با خودش به خانه آورده بود. برای کسانی که چشمان دیدن آن را داشتند هنوز درخشان و براق بود. بیشتر اوقات بچه ها چیزهایی را می توانند ببینند که دیگر برای بزرگسالان قابل دیدن نیست، چون سختی زندگی چشم درون آنها را مسدود کرده است.

محدودیت سمبل ها

من به کتاب سمبل هایی نگاه می کردم که نشان داد نقاشان تصاویر قدیسن مسیحی را با هاله هایی از نور کشیده بودند. برخی از هنرمندان از سطح ذهنی عمل کرده بودند و از اشکال مکانیکی مثل مثلث اطراف سر استفاده کرده بودند، و تلاش کرده بودند نور معنوی را به سمبل تبدیل کنند.

سمبل ها از سطح ذهنی نشأت گرفته بودند، و این جایی است که بهشت مسیحیان در آن قرار دارد. جهان های حقیقی خدا، ورای طبقه ذهنی هستند. آنها در طبقه روح و بالاتر از آن قرار دارند. بهشت های بسیاری بالای طبقه ذهنی قرار دارند، و این منظره و صحنه ای است که تلاش می کنم به مردم نشان دهم. این هاله ها در بیشتر حالات غلط و ساده گرایانه به تصویر کشیده شده بودند. با این وجود این همان چیزی است که کلیساها به عنوان نشانه مقدس بودن فرد آموزش می دهند. اگر مردم می توانستند ببینند چقدر این هاله ها به طور غیر دقیق سمبل گذاری شدند، دیگر در مراسم کلیسا شرکت نمی کردند. با وجود این، تجربه کلیسای فعلی آن ها لازم است و گرنه در آنجا نبودند.

وقتی اکیستی پیام اِک را ارسال می کند ما بذرهایی را در اطراف می کاریم، اما آن را به مردم تحمیل نمی کنیم. وقتی شخصی آماده باشد، اِک را خواهد یافت.

قدرتمندترین چیز

واصلی از استرالیا چند سال پیش در سمینار آمریکا شرکت کرد. او تازه رستوران پر از اکیستها را ترک کرده بود، که همه برچسب اسامی خود را هم به خود چسبانده بودند. وقتی از آنجا دور شد احساس کرد که مردی قد بلند او را دنبال می کند. وقتی دید شخص دیگر برچسب نام اِک روی لباسش دارد، ایستاد تا با او حرف بزند تا آن مرد از آن جا دور شود.

دو واصل شروع کردند به حرف زدن درباره سمینار. مرد قد بلند به طرف او آمد و او را به گفتگو دعوت کرد. اولین حرفی که زد این بود: "اکنکار قدرتمندترین چیز است!" او این حرف را با چنان اطمینانی زد که زن فکر کند به طور قطع باید مدت ها پیرو اِک بوده باشد. بعد مرد ماجرایش را برای آنها تعریف کرد. او در بیشتر عمرش بی پول بوده است، فرد بی اراده ای که هیچ سقفی بالای سرش نبوده و در اطراف شهر پرسه می زده و از اعانه مردم روزگار می گذرانده است. هرگز با خودش فکر نکرده بود که می تواند تغییر کند و از فقر رها شود و روی پای خودش زندگی کند.

یک روز عصر، سفرهایش او را به لاس وگاس آورد. او در خیابان ها راه می رفت و با ترس به رویایی ترین نمایش نورهایی که تاکنون دیده بود نگاه می کرد. بالاخره به یکی از کازینوها رفت. همه پول جیب هایش را خالی کرد و با ۲ دلار و ۴۰ سنت بیرون آمد. او به نزدیک یکی از مردهایی که پشت میز قمار بود رفت. با امیدواری پرسید: "آیا شرط دو دلاری قبول می کنید؟"

مرد گفت: "بله، قبول می‌کنیم"

او دو دلار را وسط گذاشت و شرط خود را اعلام کرد. آن قدر به باختن عادت کرده بود که واقعاً امیدی به برنده شدن نداشت؛ وقتی چند بار عدد برنده را دید باورش نمی‌شد. وقتی کازینو را ترک کرد، ۵۰ هزار دلار برنده شده بود، یعنی بیشترین پولی که در تمام عمرش دیده بود.

این مرد که دو روز در جاده بود و نخوابیده بود و خیلی خسته بود، اولین کاری که کرد به دنبال جایی برای خوابیدن گشت. حتی با همه آن پول نمی‌خواست اتاق هتلی را کرایه کند و دوش بگیرد. وقتی فقیر بودن عادت داشته باشید، به جای آن که پول خود را هزینه هتل کنید ممکن است تا جایی که امکان دارد آن را برای موارد ضروری مثل غذا ذخیره کنید.

خیابان ساکت و آرامی پیدا کرد و کنار ساختمانی دراز کشید همین که به خواب رفت، فردی آمد و او را بیدار کرد و از او خواست که از آنجا برود. اما او خیلی خسته بود و دو روز استراحت نکرده بود، بنابراین دوباره به خواب رفت. کمی بعد، همان فرد دوباره به سراغ اش آمد؛ "لطفاً یا به جای دیگری برو یا به داخل بیا"

او گفت: "بسیار خوب، به داخل می‌آیم" او خیلی خسته بود و نمی‌توانست راه دوری برود. داخل خانه سمینار اکتکاری برگزار بود. دو ساعت به حرف‌های چند واصل اک گوش داد. وقتی آماده رفتن از آنجا شد، می‌دانست که چیزی در درونش تغییر کرده است. نمی‌دانست چیست؟ اما به هر حال آن را احساس می‌کرد.

وقتی وارد خیابان شد و ماجرایش را برای واصل اک تعریف کرد، توانست نور درخشانی را که از او ساطع می شد ببیند. او گفت: " امروز، در کار تمام وقت کار می کنم و هرگز فکر نمی کردم بتوانم خودم را اداره کنم. حتی آپارتمانی هم برای خودم دارم " اینها موارد ناچیزی است که بیشتر ما اهمیتی به آن نمی دهیم، اما این مرد هرگز انتظار نداشت آنها را در زندگی اش به دست آورد. به همین علت است که گفت: " اکنکار قدرتمندترین چیز است! "

وقتی سمینار اک را ترک می کنید کلام خدا؛ " نور و صوت " با شما همراه می شود. دیگران متوجه آن می شوند. معمولاً تا یک هفته ادامه دارد و به این فرد بستگی دارد. بسیار مراقب باشید که در طی این دوره متعادل باشید.

تعادل در روزه

کسی یک بار کلمه تعادل را زمانی برایم بیان کرد که به شنیدن آن نیاز داشتم. من انواع رژیم های مختلف را گرفته بودم، از جمله روزه آب ده تا بیست روزه. من عاشق خدا بودم، عاشق اصل معنوی و هر چیزی را که فکر می کردم مرا به قسمت الهی خودم نزدیک می کند امتحان می کردم.

روزه های ملایم تری هم هست که می توانم بگیرم. من از چالاهای اک می خواهم هفته ای یک بار یکی از آنها را انجام دهند. روزه ی ذهنی، توجه خود را به ماهانتا؛ استاد درون حفظ کنید، و بیست و چهار ساعت بهترین زمان برای بیشتر مردم است. این به روش ثابتی انجام می شود که

شما احساس می کنید اگر یک لحظه توجه شما از استاد دور شود تمام روزه آن روز شما باطل است. اما هر جمعه، وقتی آن را به یاد آورید فقط ذکر " هیو " یا یکی دیگر از کلمات را بگویید و توجه خود را به واقعیت درونی متمرکز سازید.

ماهانتا؛ استاد درون، شکل نور و صوت دارد. دلیل اینکه نور و صوت، به اشکال مختلف می آید به طوری که بالاخره می توانند مستقیم از غذای خدا، نور و صوت بهره بگیرند. تعامل ثابتی بین ماهانتا و نور و صوت وجود دارد، زیرا آنها با هم یکی هستند. اِک؛ ماهانتاست. ماهانتا؛ نور و صوت است و نور و صوت اِک هستند. از هم جدا نیستند. فقط جنبه متفاوتی برای ما دارد که در زمان های مختلف برای شفابخشی می آید تا ما را رشد و تعالی دهد و تصفیه کند.

عصر طلایی در اِک

چند هفته پیش کسی از من پرسید: " دوران هنر رنسانس چه زمانی است؟ " منظورش هنر از رنسانس در اِک بود. او نگران بود که این هنرها هنوز در دوران آنها دیده می شدند.

در این چرخه اکنکار وقتی بیرون می رویم و مردم را می بینیم، آغاز عصر طلایی را در " کالی یوگا " که عصر آهن است مشاهده می کنیم. رنسانس هنر حاصل طبیعی عصر طلایی است که اکنون تأسیس می شود. این ترکیب نیروهای اِک در مردم باهوش ما قوی تر دیده می شود. هنر آنها - که از تعالیم اِک نشأت می گیرد - به طور طبیعی نمایان می شود.

عصرهای اصلی مثل عصر " کالی یوگا " هستند که چند هزار سال قبل شروع شدند، و در داخل عصر " کالی یوگا " چرخه های جزئی تری هست. هر چرخه اصلی چهار مرحله اصلی دارد: " عصر طلایی، نقره ای، برنز و آهن ". این چرخه های چهارگانه به طور نامحدود ادامه دارند، و در هر دقیقه از زندگی شما جریان دارند. در نهایت یاد می گیرید در درون این چرخه ها در هر کاری که انجام می دهید کار کنید. " طلایی، نقره ای، برنز و آهن".

وقتی این چهار چرخه را پشت سر می گذارید، با قدرت اک می توانید عصر طلایی جدیدی را دوباره آفرینی کنید که به دلخواه و خواست شما باشد. هرچند، گاهی قانون الهی ممکن است فقط اجازه دهد این چرخه دوره خود را اداره کند. عصرهای نقره ای، برنز و آهن خیلی سریع سپری می شوند تا شما را به عصر طلایی جدید بیاورند، خواه شغل جدید باشد یا هر چیز دیگر.

اگر از این چهار چرخه که در هر قسمت از زندگی شما عمل می کنند آگاه باشید، می توانید از لحاظ معنوی خود را با تأثیر تغییر رشد دهید. تمرینات معنوی به شما آگاهی درک این را می دهند که بدانید چرا این تغییر برای تکامل شما مهم و حتی ضروری است.

ماهاتما همه جا کار می کند، حتی و به خصوص خارج از چرخه اکتکار. وقتی زمان عصر طلایی فرا می رسد، این رشد در مواقع جنگ و بی قراری و ناآرامی سراسر دنیا متعادل می شود، زیرا ظرف مخصوص ذوب فلز تجربه برای حفظ تعادل در جهان های پایین تر ضروری است.

نیروهای منفی سعی می کنند این عصر طلایی را متوقف کنند، اما با نیروهای معنوی برابر نیستند.

نیروهای معنوی انگیزه درونی فراهم می کنند. این بر نگرش ها و مسیر مردم و جستجوی آنها برای خدا تأثیر می گذارد، حتی وقتی جهان بیرونی در هرج و مرج کامل باشد. پیروان اک در جایی قدم می گذارند که فرشتگان می ترسند وارد آن شوند. بسیاری از واصلین اک کار در برنامه های آسایشگاه ها و بیمارستان ها یا دیگر مراکز خدمات رسانی را شروع می کنند، زیرا همکار خدا بودن یعنی خدمت به خلق خدا در زمان نیاز.

برکت باشد.

کنفرانس بین المللی جوانان اکنکار، فونیکس، آریزونا،

یکشنبه، ۳۰ مارچ، ۱۹۸۶



انتظار برای یک روحی همدم جهت ساختن زندگی بهتر، مسئولیت
پذیری برای روح و جهت توجه به آینده و سرنوشت را به همراه دارد.

پیشرفت معنوی

جشنواره هنرهای خلاق امسال، تمرین فارغ التحصیلی کارکنان اک و احتمالاً بسیاری از شماهاست. این جابجایی دفتر اک به مینه سوتا نشان دهنده آغاز زمینه جدید و موفقیت بزرگ است.

این جابجایی حرکت معنوی بود. هر اتفاقی که در اینجا رخ می دهد بازتاب چیزی است که قبلاً در درون رُخ داده است.

در طول تغییری که سبب تکامل در آگاهی می شود، قدرت و انرژی شما را حتی برای انجام دادن ساده ترین چیزها می گیرد. باید دوباره و دوباره کاری را انجام دهید تا آن را درست کنید. اما چون می خواهیم همکار خدا شویم، سعی می کنیم به بهترین روشی که می توانیم آن را انجام دهیم.

آیا واقعاً پیشرفت می کنیم؟

یاد می گیریم تشخیص دهیم آیا چیزی برخلاف آنچه که مردم می گویند، حرکت واقعی است؟ یا نه؟ مثال خوب آن هتل است که وقتی اولین بار به آنجا رفتیم وارد آن شدم اگر با ملایمت از آن سخن بگویم، این مکان زیاد جذاب نبود.

متصدی متوجه نگاه نا امیدانه من شده است. در مسیر رفتن به اتاق درباره ی هتل توضیح داد: " این هتل تاریخچه ای طویل دارد " من خودم را آماده کردم تا با اتاق بدتر از آنچه فکر می کردم روبرو شوم. او

ادامه داد: " در سال ۱۸۱۷ به صورت صومعه شروع به کار کرد و سال های زیادی برای این منظور استفاده شد " با خودم فکر کردم چقدر به خواب نیاز دارم " بالاخره تعدادی از هتل های زنجیره ای مختلف آن را خریدند و هر بار با تغییر مالک نام آن را تغییر دادند "

به نظر نمی رسید زیاد تحت تأثیر قرار گرفته باشم، بنابراین دوباره تلاش کرد: " مالک فعلی آن این مکان را تغییر دکوراسیون داد و این تغییرات بیست و سه میلیون دلار هزینه برداشت "

بیشتر اوقات مردم سعی می کنند با گفتن: " ببین چقدر خوب است! بزرگ نیست؟ " ما را تحت تأثیر قرار دهند. این مرا به یاد ماجرای " لباس های جدید امپراطور " می اندازد. شاه و افرادش را متقاعد کردند که شاه قرار است با سلطنتی ترین لباس در ملاء عام ظاهر شود. ناگهان کودکی فریاد زد که شاه لباس ندارد. من با نگاه کردن به این هتل نمی توانستم فکر کنم که آنها با بیست و سه میلیون دلار چه کاری انجام داده اند.

او گفت: " رسیدیم " و باز کردن در را متوقف کرده در را هل داد و در باز شد و مرا به جایی که مثل کمد بود هدایت کرد و گفت: " این اتاق شماس است "

اتاق آنقدر کوچک بود که در به تخت خورد و وقتی وارد اتاق می شدی باید با خلاقیت خاصی اطراف دو صندلی حرکت می کردی. حمام آنقدر کوچک بود که امکان چرخیدن در آن نبود. پنجره ها به سمت استخر باز می شدند، و شما می توانستید صدای کسانی را که از صبح تا شب در اطراف می خندند و آب بازی می کنند را بشنوید.

این جای ایده آلی نبود که بتوان قبل از شرکت در جشنواره هنرهای خلاق در آن اقامت کنیم، اما آن قدر خسته بودم که شب را آنجا گذراندم و صبح از آنجا خارج شدم. هتلی که به آن نقل مکان کردم خیلی اقتصادی بود اما حداقل اتاقش آنقدر بزرگ بود که بتوانم وسایلم را کف اتاق پهن کنم.

بی اراده تمرین کردن

یک بار پال توئیچل بین سفر روح که در آن روزها بودن در دو مکان نام داشت، و آگاهی کیهانی تفاوت قائل شد. کسانی که به دنبال تجربه کردن آگاهی کیهانی هستند معتقدند که با خدا یکی می شوند. برای انجام دادن این کار آنها در حالت مدیتیشن می نشینند، منتظر نور خدا می شوند تا به سراغ آنها بیاید. طرفداران آگاهی کیهانی خود را با این انتظار غیر فعال محدود می کنند.

نوع این تمرین در حالت منفعل به مفهوم همزاد روح است. فردی که به دنبال همزاد روح می گردد به طور کلی از زندگی فعلی خود ناراضی است اما نمی خواهد کاری برای بهتر شدن آن انجام دهد. به جای این که بکوشد اوضاع خود را خوب کند، به این نگرش توجه دارد که؛ "منتظر می شوم تا این شخص خاص یعنی نیمه دیگر من از راه برسد و بعد همه چیز روبراه می شود"

این نگرش شبیه این است که کسی در هنگام مواجه شدن با مشکلات کاری نکند و فقط منتظر خدای آسمانی باشد. او معتقد است که "یهوه خدای بنی اسرائیل" یا یک نفر او را در زمان مناسب بیرون می کشد. این

نوع تفکر مسئولیت روح را برای مراقبت از آینده و سرنوشت خود سلب می کند.

آزادی در درون خودتان است

شخصی که منتظر جفت روحی خود است، شکست های خود را به این که هنوز در زندگی کامل نشده و شخصی باید آمده و او را کامل کند، نسبت می دهد. احساس می کند که وقتی این فرد فراری وارد منطقه عمل او شود، فوری یکدیگر را می شناسند. از یکدیگر با آغوش باز استقبال می کنند و فرشته ها آواز می خوانند و ستاره ها می درخشند و بهشت روی زمین پدیدار می شود. او در جهان غیرواقعی زندگی می کند، و توهمی را ایجاد می کند که سبب می شود باور کند آزادی معنوی از منبعی خارج از خود او می آید.

کسی که به دنبال جفت روحی می گردد همچون کسی است که به دنبال آگاهی کیهانی می گردد. هر کدام منتظرند اتفاقی در بیرون رخ بدهد، بدون اینکه کار زیادی در آن باره انجام دهند. ماهانها؛ استاد در قید حیات یک سعی می کند به شما نشان دهد که راه رسیدن به خدا درست در اینجا و اکنون در درون خود شماست.

سفر روح مسیری فعال است که هدف آن همکاری خدا شدن است. تعالیم یک منجر به این درک می شوند که زمین محل آموزشی است که خدا آن را طراحی کرده است که روح در اینجا تصفیه می شود و بالاخره با خدا کار می کند تا دیگر روح ها را برای یافتن آزادی معنوی که هر کسی برای آن آفریده شده هدایت کند.

متعادل ساختن جریانِ اک

سفر روح چیزی فراتر از این است که فقط از کالبد جسم خارج شوید و در اطراف جهان پرواز کنید. در معنایی وسیع تر، سفر روح توسعه و افزایش آگاهی است که به ما اجازه می دهد از منبع الهی الهام بگیریم. این نه تنها به ما کمک می کند راه حلی برای مشکلات پیدا کنیم، بلکه به ما آگاهی بخورد با مشکلات در مرحله بعد را نیز می دهد. ما در اکتکار تلاش می کنیم همین کار را انجام دهیم.

اک در ماه هایی که به جابجایی دفتر اک مربوط می شد بسیار قوی جریان داشت. خیلی چیزها توجه مرا به خود مشغول می کرد. واصلین اک تجارب مشابهی داشتند که توضیحی برای آن نداشتند.

روزی در منزل روی چندین پروژه کار می کردم و می کوشیدم در همان حین غذایی را تهیه کنم. بعد از اینکه مقداری غذا را داخل کباب پز برقی که مدتی قبل خریده بودم، گذاشتم کباب پز را روی درجه مناسب تنظیم کردم و بعد به دنبال انجام کارهای دیگری رفتم تا غذا آماده شود.

ناگهان احساس کردم از داخل آشپزخانه گرمایی بیرون می آید. واقعاً عجیب بود، چون بیرون کمی سرد بود، اما من خیلی متوجه آن نبودم. وقتی اک جریان دارد اتفاقات جالب می افتد.

بالاخره آن قدر گرم شد که پیراهنم را بیرون آوردم. وقتی به آشپزخانه رفتم تا به غذا سرکشی کنم، دیدم که درب فلزی کباب پز سیاه رنگ شده است. ظرف کاملاً سوخته بود! سریع در آن را باز کردم و غذا

را بیرون آوردم. می دانستم که باید قبل از استفاده مجدد از کباب پز آن را تعمیر می کردم.

ضمانت نامه محصولات ویژگی عجیبی است که معمولاً چند روز قبل از این که چیزی به تعمیر نیاز داشته باشد تاریخ آن تمام می شود. اما این بار شانس آوردم، ضمانت نامه تا یک هفته دیگر مهلت داشت. من کباب پز را به تعمیرگاه بردم، و توضیح دادم که چه اتفاقی افتاده است و فهمیدم که درب فلزی باید تعویض شود.

یک هفته بعد زنگ زدم بینم کباب پز آماده است یا نه. پرسیدم: "مشکلش چه بود؟" جواب داد: "وقتی آمدی اینجا درباره اش حرف می زنیم."

وقتی به مغازه تعمیر رفتم او کباب پز را در جعبه آماده گذاشته و آماده رفتن بود. به من اطمینان داد که درب تازه ای برایش گذاشته است. دوباره پرسیدم: "ایرادش چه بود؟ ترموستات اش بود؟"

گفت: "نه، ترموستات آن سالم است. چیز دیگری است. من کباب پز را باز کردم و همه قطعات را امتحان کردم، حتی آن را مدتی طولانی به برق زدم خوب کار کرد"

برای تعویض درب آن تشکر کردم و بسته را در ماشینم گذاشتم و سریع آن را به فروشگاه خیریه بردم. با وجودی که برای من کار نکرد، مطمئنم که برای کس دیگری خوب کار خواهد کرد.

وقتی از دست کباب پز خلاص شدم، به سراغ اجاق رفتم و مثل همیشه به پخت و پز مشغول شدم. اجاق قبلاً برایم مشکلی درست نکرده بود، اما به محض اینکه آن را روشن کردم، دودی از آن بلند شد. هرگز نفهمیدم

مشکل اش چه بود اما چند هفته قبل از جابجایی، تهیه یک غذای ساده هم برایم مشکل بود.

با تغییراتی که در اثر رشد معنوی پیش می آید، جریان اک قوی تر می شود. گاهی اتفاقات اطراف را باید دوباره تعدیل کرد و به موارد جدید عادت کرد این برای سلامت و برخی چیزهای دیگر کاربرد دارد.

تنظیم ارتعاشات

وقتی تغییر معنوی در شما رخ می دهد و شما تعالی می یابید، میزان ارتعاش همه چیزهای اطراف شما برای هماهنگ شدن با شما باید تغییر کند. تصور کنید که دوستی قابل اعتماد ماشین خوب و جدیدی برای فروش دارد. او هر روز تمرینات معنوی اش را انجام می دهد و به شما دروغ نمی گوید؛ شما بارها سوار ماشین او شده اید. بنابراین به شما فرصتی می دهد تا آن را بخرید. می دانید که چقدر خوب از آن مراقبت می کند، سریع این پیشنهاد را بقبایید و ماشین را مال خود کنید.

به محض اینکه راندن ماشین را آغاز کنید، همه چیز خراب می شود. چون ارتعاشات ماشین با ارتعاشات شما متفاوت است. این بدان علت نیست که ماشین آگاهی دارد. بلکه بدان علت است که ارتعاشات نفر آخری که صاحب ماشین بود هنوز در کل ماشین نفوذ می کند. گویی روح آن شخص، آن ماشین را می راند.

تنها راه دوباره خوب راندن آن این است که شما و ماشین با هم هماهنگ شوید. به طور کلی این فقط بعد از جایگزین کردن قطعات قدیمی رخ می دهد، شلنگ های آن را عوض کنید، ترمز آن را درست

کنید (حتی اگر صاحب قبلی این کار را انجام داده بود) و همه نوع هزینه های بالای دیگر را صرف کرده بود. وقتی همه چیز را تعمیر کردید و بیشتر قطعات را جایگزین کردید، شما و ماشین هماهنگ می شوید و شما ورشکست و بی پول هستید. اما حالا که از تعاشات شما آن را می راند، خوب کار می کند.

تا زمانی که شخص دیگری آن را از شما بخرد، خوب می ماند، کسی که می داند شما فرد صادقی هستید و تمرینات معنوی هر روز خود را انجام می دهید و هرگز به او دروغ نمی گوید و ماشین خراب به او نمی فروشید و دوباره همه چیز آغاز می شود.

قدرت افکار و کلمات

یکی از واصلین اک دربارہ تجربه ای که سبب شد بفهمد چقدر باید مراقب افکارش باشد، با من حرف زد. برای سفری به مقداری پول اضافی نیاز داشت. وقتی شغل پردرآمدی را از طرف آژانس استخدام موقت به او پیشنهاد کردند، تصمیم گرفت آن را قبول کند حتی با وجودی که حس درونی به او می گفت نه.

او با خوشبینی شغل جدید را شروع کرد، اما طی چند هفته بعد آن قدر دلسرد شد که احساس کرد یک روز هم نمی تواند به این کار ادامه دهد. یک روز دوشنبه صبح، با درماندگی کامل، "پدارزاسک" و "واه زی" را صدا زد. گفت: "لطفاً مرا از اینجا نجات دهید!" دو روز بعد، آژانس با او تماس گرفت و شغل را از او گرفت؛ شرکت به او اطلاع داد که دیگر نیازی به او ندارد. به همان اندازه که از این شغل متنفر بود به پول آن نیاز

داشت. وقتی این حرف را به من گفت خیلی متواضعانه به نظر می رسید. از دست دادن شغل مدتی او را در مضیقه مالی قرار داده بود، اما تصمیم گرفت از این وضعیت خارج شود، فرد غمگین تر اما عاقل تر شده بود و در آینده با دقت بیشتری به امور فکر می کرد قبل از اینکه بخواهد درخواست کمکی کند.

همیشه چنین اتفاقاتی برای ما رخ می دهد. وقتی به وضعیت بالاتر آگاهی می رسیم، افکار ما سریع تر آشکار می شوند. بیشتر اوقات نمی فهمیم عواقب آرزوی عجولانه چیست تا اینکه عواقب آن را به چشم می بینیم.

صبر و نیکوکاری

گاهی کسانی را می بینم که نزدیک به من هستند و در مسیری حرکت می کنند که برای آنها مشکل می سازد. چون به من نزدیک هستند مشکل آنها بر من هم اثر می گذارد. ممکن است راهی را پیشنهاد دهم که بهتر نتیجه بدهد، اما گاهی به حرف من گوش نمی دهند.

اگر چند بار پیشنهادم را تکرار کنم و آنها توجه نکنند، به طور کلی عقب نشینی می کنم و اجازه می دهم خودشان تجربه کنند. ظاهراً آنها به آن نیاز دارند و روح حق دارد تجارب خودش را داشته باشد.

وقتی مردم نزدیک ما اشتباهی مرتکب می شوند، گاهی فقط باید با آن کنار بیاییم. این جایی است که صبر و نیکوکاری در مسیر یک وارد عمل می شود. وقتی تجاربی داریم که برای خانواده و دوستان ما مشکلاتی ایجاد می کند، آنها برای ما آشکار می شوند. اجازه دهید دیگران هر چه

می خواهند انجام دهند، اما به نزدیکان خود آزادی و مهلت تجربه کردن اصول معنوی اک را بدهید.

کسی که سردسته باشد بیشتر مشکلات را اول تجربه می کند. بنابراین من باید به عنوان رییس کارکنان دفتر به مینه سوتا بروم. سوارشدن به هواپیما از کالیفرنیا آسان تر است اما من تصمیم گرفتم کامیونی را کرایه کنم و سایلیم را در آن بریزم و ماشینم را به عقب آن ببندم و مسیر خوش منظره کشور را دور بزنم. دیدن جاده های کوهستانی با سرعت بیست و پنج مایل در ساعت ماجراجویی واقعی است، در حالی که سعی می کنم با ماشین هایی که هفتاد و پنج مایل در ساعت در جاده حرکت می کنند، تصادف نکنم.

وقتی برای گرفتن کامیونی که رزرو کرده بودم رفتم، کامیون بزرگی راه ورودی را مسدود کرده بود. مرد خوش اخلاقی گفت آن را کنار ببرند، اما من می توانستم ماشینم را در اطراف جابجا کنم. بعد وقتی آنها کار وصل کردن قرقره حمل را به اتمام رساندند، نمی دانستم آیا تصمیم درستی گرفته بودم یا نه. سال ها بود که کامیون نرانده بودم. آیا واقعاً می خواستم کامیون برانم؟

شادمانی گستاخانه

بعد از چند دقیقه، مردی که کامیون او راه را بسته بود آمد و گفتگویی را شروع کرد بیشتر درباره کارش حرف می زد. معلوم بود کارش را دوست دارد. از همه وجودش برای کارش مایه می گذاشت. هنگام حرف زدن لبخندی بزرگ بر چهره اش بود.

گفتم: " امروز خیلی خوشحال و خوشبخت به نظر می رسی "

گفت: " بله، پول زیادی گیرم آمده، همین الان در یک مزایده شرکت کردم و مقداری جنس خریدم و حالا می خواهم با کامیون آن را حمل کنم "

" حتماً خیلی سود کرده ای "

" بله، باورت نمی شود چه اتفاقی افتاد "

گفتم: " چه اتفاقی افتاد؟ " من دوست دارم ماجرای پشت هر اتفاقی را بفهمم.

او گفت: " شرکت مزایده ای آگهی فروش را در همه روزنامه های سانفرانسیسکو و سان جوز اعلام کرد، کسی جز من و دوستم در آن حاضر نشدیم " اتاقی پر از وسایل خشکشویی و فقط دو نفر در مزایده شرکت کردند و او می دانست اوضاع خوب پیش نخواهد رفت.

" دوستم گفت یک دلار! اما من نتوانستم این موضوع را با خودم

حلاجی کنم "

فکر کردم، خوب است. معلوم است این مرد آدم عادل است.

پرسیدم: " شکل کالاها از چه نوع است؟ "

گفت: " عالی است به خصوص مارک جدید "

پرسیدم: " چند تا ماشین شستشو و خشک کن آنجا هست؟ "

گفت: " بیشتر از بیست ماشین شستشو به علاوه وسایل خشکشویی "

پرسیدم: " چقدر ارزش داشت؟ "

گفت: " صد و بیست هزار دلار "

" خوب چه کردید؟ "

در حالی که تا بناگوش لبانش از خنده باز شده بود گفت: " خوب چهارصد دلار پشهاد دادم " گفتم: " روز خوبی داشته باشی " دیدن چنین خوشبختی بی شرمانه ای همیشه خوب است، مهم نیست چه به دنبال دارد.

خانه جدید معنوی ما

درست قبل از این که کالیفرنیا را ترک کنم، مجموعه ای را دریافت کردم که پیروانِ اک در مینه سوتا آن را جمع آوری کرده و به دفترِ اک فرستاده بودند. خوشبختانه، من قبل از این که کارکنان آن را ببینند آن را دیدم. خوش آمد گویی بود به همه کسانی که جابجا شده بودند. با این صفحه شروع شده بود: " کلام حکمت درباره مینه سوتا " به دنبال آن فهرستی از رایج ترین نکات فروش.

ابتدا به چند مورد آن نگاه کردم: " من آمدم، ذوب شدم، مُردم " " اگر در مینه سوتا دوام بیاوری، بقیه دنیا آسان است. اگر مینه سوتا را دوست دارید اسکی سمت راست خود را بلند کنید " من به نظرات مربوط به خانه معنوی جدیدمان کم کم علاقه مند می شدم. شاید دلیلی داشت که اک به من اجازه می داد این را در دفتر بگذارم، هیچ کس با ما به شمال نمی آمد. این فهرست ادامه داشت: " مینه سوتا— جایی که بازدیدکنندگان از شدت حسادت آبی رنگ می شوند "

" مینه سوتا— خانه ی موهای بلوند و گوش های آبی "

" مینه سوتا—جایی که فرد ممتاز با برف و بوران مواجه می شود " به همان اندازه زیادی که از این مسئله لذت بردم، از آن تعجب کردم. اک دربارہ مینه سوتا اشتباه نکرده بود، کرده بود؟ کم کم چنین احساسی به من دست داد که چه انتظاری می توانیم داشته باشیم.

" مینه سوتا—برای تعمیرات یخچال طبیعی تعطیل بود "

" سرزمین دو فصل: زمستان می آید و زمستان اینجاست "

وقتی به مینه سوتا رسیدم به این نتیجه رسیدم که اگر اجازه ندهم این مجموعه اوراق تا جابجایی بعدی در دفتر وارد شود، مینه سوتا بهترین جا خواهد بود.

نمی توانستم برای شگفت زدگی خودم چاره بیاندیشم چون حقایق زیادی در این فهرست بود. برخی از اقلام بسیار هوشیارانه و زیرکانه بودند:

" فقط سه مورد را می توانید در مینه سوتا پرورش دهید: سردتر، پیرتر و چاق تر.

بسیاری سرد هستند، اما تعدادی منجمد "

" چرا مینه سوتا؟ برای محافظت اونتاریو از ایووا "

" مینه سوتا، دروازه ای به داکوتاس "

این یکی خیلی واضح به من برگشت وقتی در اچ-هاول به مینه سوتا نزدیکتر شدم: "شما وارد مینه سوتا می شوید، از راه دیگری استفاده کنید " مجموعه اوراق حاوی آگهی هایی بود برای اقلام فروش مثل کالایی مثل نیم تنه پوست حیوانات برای هوای هفتاد و هشت درجه زیر صفر و دماسنجی که نشان دهنده میزان سردی باد بود. اگر چه حالا استفاده از

زنجیر چرخ ماشین در مینه سوتا ممنوع است، تصویر مردی که با کفش های زنجیردار راه می رفت به ما اطمینان داد که هنوز استفاده از زنجیر قانونی است.

برای برطرف کردن هر گونه ترسی که احتمالاً از هوای سرد داشتیم، عکس گروهی را ضمیمه کرده بودند: واصلین با لبخندهای شاد که در صندلی های چمنزار لم داده بودند، لباس های مخصوص آفتاب گرفتن پوشیده بودند و حوله های مخصوص ساحل را همین طوری روی شانه هایشان انداخته بودند. این صحنه می توانست آگهی باشد برای تعطیلات فلوریدا، به جز برای اسکی و کفش های مخصوص برف که در زمینه عکس از برف بیرون زده بود.

معنویت معاصر

آن دسته از شما که دوران سختی را در سفر روح داشتید، به یاد بیاورید که فردی که ذهن او زیاد تمرین کرده باشد می تواند در این دنیا خوب زندگی کند اما بیشتر اوقات رفتن به وضعیت بالاتر آگاهی برای او سخت خواهد بود. فرد تمرین کرده می داند که ذهن می تواند از ترفندهایی استفاده کند که در پیدا کردن و جستجوی حقیقت موثر واقع می شود، بنابراین هر بار که اتفاقی در طول مراقبه رخ می دهد، او می گوید: "نه، نمی تواند باشد، چنین اتفاقی برای من رخ نمی دهد"

با آن نگرش، آنها به طور قطع چیزی نمی بینند. بنابراین چگونه در اطراف ذهن کار می کنید و خود را از لحاظ معنوی رشد می دهید؟

گفتگوهای من درباره زندگی معنوی - درباره روح، خدا، اِک، که روح مقدس است - قرار نیست که از همان ماهیتی برخوردار باشد که در مراسم کلیسا برگزار می شود.

مسیر معنوی زندگی کاملاً هم زمان است، و نیازهای معنوی کسانی را که آماده وارد شدن به مسیر برگشت به سوی خدا هستند را برطرف می کند. شاید روش های مذاهب قبلی را درهم بشکند زیرا روش های قدیمی روی اسکلت هایی باقی مانده که دیگر برای مردم امروز کاربرد ندارد.

کسانی که روش های قدیمی را آموزش می دهند نمی دانند که آگاهی نژاد انسان مدام تغییر می کند و افزایش می یابد و به ندرت می توانند پیام حقیقت خود را به شرایط و نیازهای دوران امروزی تطابق دهند. من به عنوان ماهانتا؛ استاد در قید حیات اِک، سعی می کنم کمک معنوی به شما بدهم که به احتمال زیاد می توانم در شرایط و موقعیت هایی که در آن شما به عنوان روح، خود را امروز در همان وضعیت می یابید.

امشب دوست دارم شما را دعوت کنم تا به طبقات درون، وضعیت رویا و استاد درون توجه کنید. قسمت اعظم تعالیم اِک همیشه در طبقات درون ارائه می شوند.

برکت باشد

جشنواره بین المللی هنرهای خلاق اکتکار،

نیواورلین، لوایزیتا، جمعه، ۲۷ ژوئن، ۱۹۸۶



با استفاده از توانایی های خلاق برای ارزیابی مدرک موجود در دست، توانستم بفهمم این مرد دکتری نبود که به دنبالش می گشتم.

رویا بین خلاق

نیاز به خلاقیت به محض آنکه قصد سفر به نیواورلین را پیدا کردم، آغاز شد. همین که کیفم را بالای سرم در قسمت مخصوص کیف ها جا دادم، سریع نشستیم و به طرف پنجره چرخیدم. نمی خواستم با اکیستها در هواپیما احوالپرسی کنم، چون وقتی مردم می آیند و در راهرو می ایستند کار دشوار می شود.

دو طرف کمربندم را به هم رساندم و انتظار داشتم که بدون مشکل داخل هم قفل شوند. اما دیدم هر دو طرف کمربند سگک دارد.

حل کردن یک راز

با تلاش برای استفاده از خلاقیتیم برای فهمیدن راه حل، سعی کردم دو طرف کمربند را به هم محکم کنم، چون مدل جدیدی بود که من قبلاً ندیده بودم. به طور طبیعی نتیجه نمی داد. بعد مثل شرلوک هولمز آماتور شروع کردم به دنبال نشانه ها گشتن.

فردی که کنار من نشسته بود کمربندش را درست بسته بود، و هیچ قسمتی را هم اضافه نیاورده بود. به آن طرف نگاه کردم، متوجه شدم که مقداری وسیله به یکی از سگک ها متصل است. شاید اگر این دنباله را جدا می کردم، می توانستم آن را درست ببندم.

با دقت بیشتری به اطراف نگاه کردم. این وقتی است که من دیدم دنباله ای روی صندلی هست که کمربند باید به آن متصل شود. فرد

بی نهایت بزرگی باید قبلاً اینجا نشسته باشد، وقتی دو انتها را به هم متصل کردم، حدود دو پا از کمر بند باقی ماند.

دستیاران پرواز شروع کردند به اعلام نکات استاندارد ایمنی درباره ماسک های اکسیژن و خروجی ها، می دانستم که مرحله بعدی چک کردن دوباره کمر بندها بود و من هم اینجا با این کمر بند بزرگ و کمر بندی با دنباله اضافی مانده بودم. بعد اتفاقی متوجه لکه های روی شیشه ی پنجره و غذای پخش شده داخل سینی شدم. با تطبیق دادن همه این نشانه ها، فهمیدم که مسافر قبلی باید یک گوریل بوده باشد. البته بعداً فهمیدم که دنباله کمر بند برای صندلی کودک بود.

بالاخره، بستن کمر بند صندلی خیلی کار پیچیده ای نبود، وقتی دنباله و قسمت سگک را برداشتم یک قفل و یک سگک داشتم و آنها متناسب هم بودند.

سهل انگارانه آنجا نشستم تا مهماندار هواپیما نزدیک شد، اما نتوانستم جلوی احساس غرورم را بگیرم وقتی متوجه شد که کمر بند صندلی من درست بسته شده است.

جرقه خلاق خدا

زندگی شما را در موقعیت هایی قرار می دهد که سبب می شود دچار بیم و هراس شوید. باید یادتان باشد که خود را آرام کنید و خود و روح تان را از کنترل ذهن بیرون آورید. این به شما کمک می کند به طور واضح و طولانی ببینید چه کارهایی باید انجام دهید. سپس می توانید از این وضعیت مراقبت کنید.

روح- این اصل معنوی، جرقه خلاق خداوند- اگر بترسید و هراس داشته باشید نمی تواند کار کند؛ اضطراب مراکز خلاق شما را مسدود می کند. وقتی نمی توانید فکر کنید، برای انجام دادن هر کاری تلاش کنید فقط اشتباهی می شود روی اشتباه دیگر.

در یک سعی می کنیم آرام شویم و آرام تر حرکت کنیم و ادامه دهیم. وقتی به این راز پی بردیم، می توانیم صبور باشیم. می توانیم اجازه دهیم طوفان های زندگی بر ما بوزند و ما به فکر راهی برای پیدا کردن سرپناه باشیم.

صبوری و تسلط بر نفس جزو خصوصیات چلای اک است و یک دلیل خوب آن این است: به اصل معنوی اجازه می دهد کار از طریق شما را شروع کند به طوری که بتوانید راه حلی برای مشکلی که شما را آزار می دهد پیدا کنید.

زندگی گذشته در اتیوپی

وقتی هواپیما در بالای نیواورلینز کم کم شروع به فرود آمدن کرد، من از پنجره به جالیزهای آب بی شماری نگاه کردم. به نظر می رسید کانال های رودخانه به هر جهتی در جریان باشند.

پسر شش ساله ای در پشت سر من نشسته بود و با دقت تماشا می کرد. گفت: " شبیه اتیوپی است " مادرش سعی کرد او را ساکت کند. اتیوپی که وسط باتلاق نیست.

مسافر کنار راهرو به او خندید. با خنده از او پرسید: " تا به حال اتیوپی بوده ای؟ "

اما پسر تکرار کرد: " درست شبیه اتیوپی است " مرد با صدای بلند طوری که همه متوجه حماقت پسر شوند گفت: " این پسر فکر می کند اینجا شبیه اتیوپی است " خیلی زود همه مسافران آن بخش به این موضوع خندیدند. پسر کاملاً ساکت شد، و مادرش از همه این اتفاقات خجالت کشید.

وقتی هواپیما می خواست به زمین بنشیند، من صدای پسر را شنیدم که می گفت: " ما قبلاً اینجا بودیم " مادرش پرسید: " کجا؟ " او جواب داد: " آنجا " او حالا بهتر می توانست حرف بزند دیگر کسی به او نمی خندید.

پسر اتیوپی سالها قبل را به یاد می آورد، وقتی آن منطقه، که حالا خشک است، بسیار مرطوب بود. خاطره پسر از گذشته بسیار شفاف و مشخص بود، اما بزرگترها فراموش کرده بودند. او از این حقیقت مثل روح حرف می زد و مردم می خندیدند. بنابراین او سریع قسمت مرکزی خلاق را که گذشته را به یاد می آورد خفه کرد.

بچه ها بیشتر از رویابین های خلاق هستند؛ آنها واقعاً گذشته را می بینند و به خاطر می سپرند و به یاد می آورند. در اولین سال هایی که در کالبد جدید انسان هستند، با کلماتی که می توانند استفاده کنند محدود می شوند. وقتی کودک بزرگتر می شود، شروع به صحبت کردن درباره چیزهایی می کند که قبلاً می دانست.

اگر پدر و مادر درکی از زندگی های گذشته نداشته باشند، همین طور تناسخ، و کارما، به او می خندند یا حرف او را نشنیده می گیرند. آنها صحنه های درونی و خاطرات گذشته او را پاک می کنند، مثل

همبازی های نامرئی. به همین ترتیب است که خاطرات گذشته به طور موثر تا چهار یا پنج سالگی کودک مسدود می شود.

زندگی درونی کودک

اگر تمایل دارید به حرف کودکان گوش دهید و نخندید، بیشتر اوقات می بینید که می توانید تاریخچه کامل زندگی گذشته ای را که در آن شما دختر یا پسر بودید که رابطه دیگری داشتید را برایتان بیان کنند. پدری به من گفت که دخترش زندگی را به یاد آورده که در آن این بچه پرستار بوده و از پدر مادر کنونی اش مراقبت می کرده است. او توضیح می داد چرا این کودک می خواست پرستار باشد. تمایل کودکان به دکتر یا پرستار بودن یا آتش نشان بودن احماقانه نیست؛ بیشتر اوقات آنها فقط به خاطرات زندگی های گذشته خود واکنش نشان می دهند. والدین هم بدون این که بدانند زندگی درونی کودک را خفه می کنند. همه ما پدر و مادرها همین کار را می کنیم. والدین ما هم وقتی بچه بودیم این کار را با ما انجام دادند؛ و وقتی پدر و مادر شدیم، ما هم به طور غریزی از آنها پیروی کردیم و همان رفتار را با فرزندان خود انجام دادیم. این فقط بخشی از فرهنگ ماست که جریان خلاق جوانی را که هنوز چیزی را به خاطر می آورد، خفه کنیم.

رویابین در اِک

از طریق خواب ها یا تجارب درونی، واصل اِک سعی می کند یاد بگیرد مسئولیت اعمال خود را به عهده بگیرد. هیچ فایده ای ندارد که از ماهانتا؛ استاد درون، تجارب خاصی را درخواست کنید. اگر نمی خواهید سعی کنید از آنها بهره ببرید. ما منتظر نمی شویم جفت روحی از راه برسد و همه مشکلات ما را حل کند. در اِک ما به دنبال راهی فعال برای مراقبت از زندگی خود هستیم.

در هتلی فهرستی از نکات مدیریتی را برای منفعت کارمندان نصب کرده بودند. عنوان آن این بود: "مسئولیت کار خود را به عهده بگیر" این علامت یعنی: "مقصر دانستن دیگران بهانه خوبی نیست و مانع رشد و تغییر کردن ما می شود. واضح و صادقانه به خود نگاه کنیم فقط آنگاه است که می توانیم اصلاح شویم و بر نقایص خود غلبه کنیم" این به مسئولیت پذیری خود اشاره می کند. بسیار خوب مطرح شده است.

فرد رویابین در اِک، باید به وضوح به خود نگاه کند. باید بفهمد شرایطی که امروز خود را در آن می یابد همان هایی است که در گذشته خودش برای خوش ایجاد کرده است. به عنوان یک رویابین خلاق، می تواند امروز کنترل زندگی خود را به دست گیرد و شرایط خود را به چیزی که او را شادتر می کند تغییر دهد.

برای آنکه رویابین خلاق باشید، باید با اصل خلاق روح کار کنید. روح بارقه ای از خداوند است. اصل خلاق که سعی می کنیم بیاموزیم آن را مطرح کنیم قدرت خلاق خداوند. وقتی شخص می آموزد این

توانایی های خلاق را بیان کند، همکار خدا می شود. مهم نیست چه نتیجه ای حاصل می شود، مهم نیست چقدر شرایط سخت می شود، راهی پیدا می کند تا موقعیت را کمی بهتر سازد. می تواند کمی شادتر از زمانی باشد که وارد آن موقعیت شد.

رویابین های خلاق، خواه در مسیرِ اک باشند یا نه، به طور کلی کسانی هستند که به خواب های خود واکنش نشان می دهند. آنها در زندگی و در حرفه انتخابی خود بسیار موفق هستند.

دیگران در آگاهی مثل سنگ هستند. آن ها را به آسانی می توانید بشناسید. اگر حق انتخاب دارید، با کسانی کار کنید که خلاق هستند و با تغییر زمان جاری می شوند. در آنجا کمکی برای گرفتن از پزشک وجود ندارد، مثلاً با یک آگاهی سنگین.

یافتن دکتر جدید

امسال سال شفای معنوی است و همیشه ارتباطی بین روح و جسم وجود دارد. وقتی پشت میز کارم در حال کار کردن هستم، گاهی در قسمت پشت ام احساس ناراحتی می کنم. بالاخره به مرحله ای می رسم که نمی توانم کار بیشتری انجام دهم. من به متخصصی در کالیفرنیا مراجعه کرده ام، اما باید وقتی به مینه سوتا آمدم دکتر جدیدی پیدا کنم.

پزشک کالیفرنیا از روش خاصی برای درمان استفاده کرد و قبل از اینکه آنجا را ترک کنم، شماره تلفن موسسه مینه سوتا را داد تا مرا به پزشکانی که از همان روش استفاده می کردند، ارجاع دهد. من کسی را می خواستم که ایده های جدید را بپذیرد و به روند شفابخشی جدید که

امروزه رایج شده پاسخگو باشد و به نیازهای بیماران خود توجه کند. کسی که زنده باشد. قبل از زنگ زدن به این دو شماره ای که از موسسه گرفتیم، فهرست چیزهایی را که می خواستیم از هر پزشک بپرسم، تهیه کردم. فقط می خواستیم ببینم چطور واکنش نشان می دهند. اگر هر کدام از سوالات خاص آنها را مضطرب می کند، پس نمی تواند پزشک جدید من باشد.

من از توانایی های خلاق برای یافتن کسی که مرا هنگام ترک کردن دفترش در وضعیت بهتری از زمان ورود به آن قرار داده باشد، استفاده می کردم. من با پزشکانی که عکس این موضوع را انجام داده بودند، تجربه کسب کرده بودم.

اولین تلفن من به مردی بود که بعدها او را به نام دکتر ایگور می شناختم. او مرا به یاد شخصیت فیلم قدیمی فرانکشین می انداخت. حتی صدایش از پشت تلفن بدیمن بود. بدون اینکه پیامی بگذارم گوشی را قطع کردم.

تماس من به دومین مرجع با منشی تلفنی پاسخ داده شد که گفت شماره مورد نظر قابل استفاده نمی باشد، بنابراین روز بعد تصمیم گرفتیم دوباره به دکتر ایگور زنگ بزنم. این موسسه ای که او را معرفی کرده بود بسیار پیشرفته بود، بنابراین چرا حداقل شانس را امتحان نکنم و فرصتی به او ندهم؟ من از قسمت پذیرش وقت گرفتم.

وقتی من و همسرم به دفتر دکتر رفتیم، هنوز به راه های استفاده از اصل خلاق روح برای فهمیدن این که آیا پزشک مناسبی برای من هست یا نه فکر می کردم. در اتاق انتظار کوچک روی صندلی نشستم و به

اطراف نگاه کردم. در نگاه اول همه چیز کاملاً غیرعادی به نظر می رسید، تا اینکه فهمیدم فقط در هر گوشه از اتاق یک صندلی هست. این نوع چیدمان برایم عجیب بود؛ شوهر یک طرف اتاق و زن در طرف دیگر.

از آنجایی که من و همسر من تنها افراد داخل اتاق انتظار بودیم (نکته دیگری که باید به آن توجه می کردم) نمی فهمیدم چرا مسئول پذیرش اینقدر عصبی است. قبل از اینکه فرم هایی را برای پر کردن به من بدهد چند دقیقه نا آرام و بی قرار بود، داخل فرم قسمت مربوط به آسیب های گذشته، اطلاعات بیمه و غیره بود. مسئول پذیرش فرم تکمیل شده مرا پیش دکتر برد. او ده تا پانزده دقیقه دیگر مرا منتظر نگه داشت و من فکر کردم که دکتری که خیلی نگران بیمارانش باشد این کار را نمی کند، به خصوص وقتی هیچ کس دیگری منتظر نیست.

ساعت های انتظار در مطب پزشک مشخص کرد که او زیاد نگران بیمارانش نیست. پزشکی که در کالیفرنیا بود طوری ملاقات را تنظیم می کرد که کسانی که سرکار می رفتند بتوانند او را قبل یا بعد از کار ببینند. این دکتر زیاد به بیمارانش که در طول روز کار می کردند توجه نمی کرد. وقتی نشستم و به این موضوعات فکر کردم، متوجه گواهی نامه قاب دار روی دیوار شدم. اولین کلمه ای که با حرف سیاه گوتیک نوشته شده بود؛ آ، بود اما نامفهوم بود. آن یکی از گواهی نامه های دست و پا گیر بود که تا زمانی که آن را بررسی نکرده اید واقعی به نظر می رسد. نمی دانستم چه نوع دکتری چنین چیزی را به دیوار می زند، بدون هیچ گواهی معتبری که قابل مشاهده باشد.

حالا دیگر کاملاً مطمئن بودم که من و او نمی توانستیم رابطه پزشکی و بیمار خوبی برقرار کنیم. آخرین مورد گیاه درختی پلاستیکی او بود. خاک آلود، در حال نابودی و پر از کرم. متوجه شدم که عنکبوت هایی در روی آن تار بسته اند. این بیماری را پیشگویی می کرد و من ذهنم را متوجه خارج شدن از در کردم.

منشی دکتر گفت: " الان دکتر شما را می بیند " لحن صدای او حالا تهدیدآمیز به نظر می رسید. در اتاق دکتر باز شد. پیرمردی درشت هیکل با دست و پاهایش که مثل کشتی گیرها بود، آنجا نشسته بود. به نظر می رسید که مرا نابود خواهد کرد. با خودم فکر کردم؛ این دکتر ایگور است.

دیگر برای فهمیدن این که این دکتر خوبی نیست به خلاقیت نیاز نداشتم. تصمیم گرفتم سریع کار را تمام کنم. پرسیدم: " آیا می شود همسر من با من به داخل اتاق بیاید؟ "

گفت: " من اجازه نمی دهم کسی کارم را تماشا کند ". فکر کردم و گفتم: " منظور شما شاهد است؟ " گفت: " هر طور شما احساس کنید ". گفتم: " من به این موضوع احترام می گذارم و آن را درک می کنم، اما فکر می کنم باید بروم ".

او گفت: " بسیار خوب، هر دو داخل شوید "

مصاحبه بسیار مختصر بود. پرسید: " مشکل چیست؟ "

گفتم: " پشتم درد می کند "

گفت: " کجا؟ "

گفتم: " همین جا " می دانستم که نمی خواهیم از خدمات او استفاده کنیم، اطلاعات زیادی به او ندادم. بعد گفتم: " ترجیح می دهیم وقتی معاینه می شوم همسرم اینجا باشد "

گفت: " هرگز اجازه نمی دهیم "

گفتم: " ممنون که به من وقت دادید، اما فکر می کنم این کار بی نتیجه است "

گفت: " بسیار خوب، من می دانم که دکتر و بیمار هر دو حق انتخاب دارند "

گفت: " درست است " و متوجه شدم که اول حق آزادی خودش را بیان کرد. بعد من فرار کردم.

استفاده از توانایی های خلاقانه برای ارزیابی مدارک و شواهد موجود، می توانستیم بگوییم که این دکتری نبود که به دنبالش می گشتم. کسی را می خواستیم که به روز باشد و از آخرین تکنیک ها مطلع باشد و به سلامت بیمارانش اهمیت بدهد و توجه کند.

اصل خلاقانه

هر روز باید با مردمی که در شرکت ها کار می کنند، با پزشکان، دندانپزشکان و غریبه های جوامع مختلف سروکار داشته باشیم. از کجا بفهمیم چه باید بکنیم؟ وقتی حرفه ای را انتخاب می کنید، بهتر است کسی را پیدا کنید که مثل شما فکر کند، کسی که به اندازه ای که شما به خود احترام می گذارید به شما احترام بگذارد. حتی انتخاب کردن معلم برای فرزندانمان فرآیندی خلاقانه است. به مرور زمان این را یاد می گیرید.

راه هایی برای استفاده از اصل خلاقانه هست تا راه خود را از میان مارپیچ تجارب زمینی پیدا کنید. راه هایی برای عبور از آگاهی انسانی و رسیدن به آگاهی معنوی و بالاخره رسیدن به جهان های روحی خدا هست.

من می خواهم با ذکر مثال های ساده این را به شما نشان دهم، مثل این که نباید از شخصیت بالادست بترسید. شخصیت های بالادست می توانند ترسی را تحریک کنند که از زندگی های گذشته در کالبدهای درونی کاشته شده اند. وقتی این اتفاق می افتد، قضاوت خلاقانه شما مسدود می شود و سبب می شود تجاربی را که واقعاً نیاز نداشتید کسب کنید.

استاد درون و بیرون

دوست دارم مفهوم ماهانتا را شرح دهم، همان استاد در قید حیاتِ اک، به طوری که عملکرد بهتر آن را در طبقات درون درک کنید.

بیشتر اوقات از ماهانتا به عنوان استاد درون حرف می زنم و ممکن است فکر کنیم که استاد در قید حیاتِ اک فقط در سطح فیزیکی وجود دارد، در حالی که این استاد در جهان های درونی کار می کند. در واقع آنها همه یکی هستند. ماهانتا؛ استاد در قید حیاتِ اک کامل کننده بیرون و درون است و در هر طبقه ای کاملاً حضور دارد.

مثلاً در طبقه اثیری، کالبد اثیری ماهانتای حاضر وجود دارد، یعنی استاد در قید حیاتِ اک. ساکنین آنجا او را به عنوان ماهانتا؛ استاد در قید حیاتِ اک می شناسند و پیامی که به آنها می دهد همانی است که به

چالاهای روی زمین می دهد: " به درون برو و ماهانتا را پیدا کن " او چالها را به سطح بعدی هدایت می کند، که این امری اتفاقی است. مادامی که ماهانتا با روح هایی کار می کند که در جهان های شکل، ماده ساکن هستند، باید به شکل استاد درقید حیاتِ اِک به آنها نزدیک شود. این برای هر سطحی صادق است.

کمک کردن در وضعیت رویا

بیشتر اوقات ماهانتا از طریق واصلینِ اِک کار می کند- و لزومی ندارد همه واصلین سطح و درجات بالایی داشته باشند- تا به شخصی که نیاز دارد کمک کنند. شکل استاد برای کسانی که خارج از اِک هستند، شناخته شده نیست. به همین دلیل او کسانی را برای او می فرستد که برای شخص آشنا و قوم و خویش یا مناسب باشد تا در حالت خواب با او کار کند.

حدود یک سال قبل، واصل بالایی باید به شهری دور سفر تجاری انجام می داد. اتفاقاً مادر بزرگ دوستی در آنجا زندگی می کرد. این دوست از اکیست خواست که او را در آپارتمانی که او اقامت داشت، ملاقات کند. اِکیست دوازده سال بود که این زن را ندیده بود. دوستش گفت: " او شما را نمی شناسد او پیر است و توقع زیادی از او نداشته باش " واصل اِک احساس می کرد که باید به هر حال برای دیدن آن زن برود. او به آدرسی که دوستش داده بود، رفت. وقتی به اتاق زن نزدیک شد. زن به او نگاه کرد و او را به اسم صدا زد. او خیلی تعجب کرد. دوستش

گفته بود: " او حتی پسر و دخترهایش را نمی شناسد " در این لحظه به نظر می رسید ذهن آن زن به شفافیت یک ناقوس باشد.

پیرزن گفت: " از این که به دیدن من آمدی خوشحالم. من تو را در خواب هایم دیده ام " آن پسر مدتی کنار زن ماند و گپ و گفتگوی دوستانه ای با هم داشتند.

وقتی دوست می خواست از آنجا برود زن گفت: " دوباره در رویاهایم به دیدن من می آیی؟ " او قول داد که حتماً این کار را بکند.

ماهانتا این واصلِ اک را به سمت کسی که آماده پذیرشِ اک بود فرستاده بود. از آنجایی که شرایط مانع ملاقات استاد در سطح بیرونی می شد و عمر او خیلی طولانی نبود، ماهانتا ملاقات او را با واصلِ اک ترتیب داد. در این فاصله خیلی کوتاه، اک که روح مقدس است، ذهن او را پاک و شفاف کرد و درک او چنان شد که تماس روح - با - روح امکان پذیر شد.

این یکی از اصول اصلی واصلین در اک است، اتفاقی عادی است که وقتی شخص با خدا همکار می شود رخ می دهد.

پیشنهاد اک چیست

مسیر اکنکار مستقیم ترین و زنده ترین راه رسیدن به خدا در روی زمین امروزی است. واصل نه تنها آموزش می بینید تا در جهان فیزیکی کار کند بلکه تربیت می شود تا واقعیت جهان های درونی را بداند. بالاخره آزادانه هم در اینجا و هم در آنجا کار می کند. به این ترتیب می تواند اطلاعاتی

را که آموخته، به جهان های درونی بیاورد و از آنچه در آنجا آموخته برای اینجا کمک بگیرد.

این چیزی است که در اِک ارائه می دهیم. فرآیند کمال، تحول معنوی است که قبل از آزادی روح بسیار مهم است.

مجسمه سنگی بزرگ

کسانی که به هر چیزی به صورت کاربردی نگاه می کنند به سختی می توانند به وضعیت آگاهی بالاتری دست یابند. ذهن بالاتر آن قدر قدرتمند است که وقتی شروع فرآیند خلاقانه را می بیند - وقتی روح به وضعیت بالاتر آگاهی حرکت می کند - می گوید: " این نتیجه نمی دهد" قسمت پایین تر ذهن او می گوید: " کار نمی کند؟"

ذهن بالاتر می گوید: " البته کار می کند و تو نمی توانی آن را انجام دهی. این طوری اتفاق نمی افتد "

ذهن پایین تر می گوید: " درست است. این طوری اتفاق نمی افتد " اِکیستی درباره همین مشکل برایم نامه نوشت. نمی توانست از کالبد خود خارج شود و به وضعیت بالاتر آگاهی برود، صدایی را نمی شنید یا نوری از خدا را نمی دید، نمی توانست هیچ کدام از این تجارب زندگی بخش را که غذای روح هستند را ببیند. او نوشت: " لطفاً کمک کنید "

او رویایی را که خود را در آن به شکل مجسمه سنگی دیده بود توصیف کرد. گروهی از استادان اِک دور او جمع شده بودند و سعی می کردند مجسمه سنگی را بلند کنند، اما او خیلی سنگین بود. او متقاعد شد که آن

خواب یعنی او با ناامیدی در حالت آگاهی انسانی ثابت شده است و هرگز نمی تواند به حالات بالاتری برود. پرسید: "چه باید بکنم؟" با توجه به وضعیت موجود برای کمک به خواب بیننده به او نوشتیم که تمرین معنوی را که آن را "مجسمه سنگی بزرگ" می نامیم، انجام دهد. این تمرین به این شکل است:

در حالت مراقبه یا قبل از به خواب رفتن، فرآیند تخیلی را آغاز کنید که اولین گام در سفر روح است. خود را به بزرگی مجسمه سنگی تصور کنید. (اگرچه او آن را متوجه نبود، اکیست در خواب از بدن خارج شد و خود را به صورت مجسمه دید).

حالا تجسم کنید که استادان اک برای بلند کردن شما می آیند. (تلاش آنها برای بلند کردن مجسمه در رویا یعنی شما را به وضعیت بالاتر آگاهی می برند) "پدارزاسک"، "ربازارتارز"، "فوبی کوانتز" و "واه زی" را ببینید که دور مجسمه جمع شده اند، اما این بار با وسایل برای بلند کردن شما آمده اند. در آگاهی انسان، شخص ممکن است به سنگینی یک سنگ گرانت باشد، بنابراین به طور طبیعی نمی تواند مثل بالن شناور شود. "واه زی" و "پدارزاسک" را وادار کنید که از اهرم برای انجام دادن کار سنگین استفاده کنند، "فوبی کوانتز" و "ربازارتارز" را در حالی که کامیونی چنگک دار را می رانند، ببینید.

ببینید "پدارزاسک" و "واه زی" از میله هایی برای بلند کردن لبه های مجسمه استفاده می کنند تا چنگک های کامیون را زیر آن قرار دهند. صدای جابجا شدن مجسمه را از روی زمین بشنوید. وقتی دستگاه مجسمه را بلند می کند، شما به وضعیت بالاتر آگاهی می روید. مجسمه خیلی

سنگین است، بنابراین آنها نمی توانند مجسمه را بیشتر از دو اینچ از زمین بلند کنند، اما همان مقدار بلند شدن کافی است. آن ها فقط آن را از یک مکان در سطوح پایین تر به مکان دیگر جابجا می شوند، به عبارت دیگر از طبقه مادی به طبقه اثیری. اما حتی حرکت کوچک بهتر از این است که اصلاً حرکت نکند.

گام بعدی بسیار مهم است. فوبی کوانتز را در حال راندن کامیون چنگک دار در سطح شیب دار به سمت معبد حکمت طلایی تجسم کنید. او خیلی با دقت ماشین را به سمت گوشه می راند، از راهرو عبور می کند و به اتاق مخصوصی که برای این کار طراحی شده می برد: تا مجسمه های سنگی را به موجودات معنوی زنده تبدیل کند.

ربازار تارز، پدارزاسک، واه زی پیاده پشت سر او می آیند و خیلی خوشحال هستند که بالاخره توانستند این مجسمه سنگین را جابجا کنند. فوبی کوانتز با دقت مجسمه را پایین می آورد و آن را در وسط کف اتاق قرار می دهد. مجسمه باید جای مناسبی داشته باشد، بنابراین گیاهان داخل گلدان و چشمه های جوشان را اطراف اتاق تصور کنید.

استادان اکِ حالا قوطی های فلزی کوچک را بیرون می آورند، در آن ها را با دربازکن باز می کنند. این قوطی ها حاوی روغن بسیار مخصوصی هستند. وقتی آن را استفاده کنید، پوستی کهنه را از بین می برد، نوعی از پوسته سخت که سطح محکمی را اطراف روح تشکیل می دهد، روحی که مدت زیادی مشکلات زندگی روزانه را تحمل کرده است. استادان اکِ را در حال استفاده از این روغن بر روی مجسمه تماشا کنید. بادتان باشد این مجسمه شما هستید.

نقطه نظر مشاهده کننده را رها کنید و به مجسمه توجه کنید. احساس کنید که روغن روی شما مالیده می شود. توجه کنید که چه احساس قوی می دهد که این پوسته به تدریج فرو می ریزد و پوست سالم زیر آن آشکار می شود.

استادانِ اِک می گویند: " ببین، چه کسی اینجاست! " البته، شوخی می کنند. می دانند که روح آن در آگاهی انسانی اسیر شده است. ناگهان سقف باز می شود و اشعه نور خورشید به داخل می تابد. به صدای باد که درختان را تکان می دهد گوش کنید. برای اولین بار در طی این سالها، نور و صوت خدا می توانند وجود واقعی را که مدت های زیادی در درون این مجسمه آگاهی انسان اسیر شده را لمس کنند.

زنده در روح

این تمرین معنوی را امشب امتحان کنید تا ببینید چطور نتیجه میدهد، اما ابتدا زیاد انتظار نداشته باشید، یک ماه یا بیشتر طول می کشد. گام اول تکنیک تجسم است، که بعد شما را مستقیم به حالت رویایی می برد، جایی که نوعی تجربه کسب می شود. اگر بتوانید خود را با شادمانی در محیط کاملاً متفاوتی ببینید، تحت شرایط کاملاً متفاوت، برای اولین بار زنده در روح کمک زیادی می کند. وقتی این اتفاق می افتد، اک کم کم زندگی معنوی شما را حیات می بخشد، که این کم کم هر بار یک کم بر زندگی روزانه شما تأثیر می گذارد. شما می توانید کامل تر در وجود معنوی خود کار کنید و بیشتر و بیشتر به عنوان همکار خداوند عمل کنید.

جشنواره بین المللی هنرهای خلاقانه اِکنکار،

نیواورلین، لوئیزیانا، شنبه، ۲۸ ژوئن، ۱۹۸۶



شاه دانا از پیش فکر کرده بود و جایی برای خود ساخته بود که بتواند در پارکی با چشم انداز زیبا زندگی کند.

شاه عاقل

کارمند هتل در منطقه اطراف سمینار با یکی از اکیست ها قدم می زد. ناگهان گفت: " باورم نمی شود، چه احساس گرم و شگفت انگیزی اینجا هست. آیا باید از بین بروم؟ " اکیست به او گفت: " نباید بروم، می توانید آن را با خود داشته باشید."

او عشق اِک را که روح مقدس، روح القدس است احساس می کرد. واقعیت چالهای اِک همین است. عشق به صورت نور و صوت می آید یا برای کسانی که آن را می بینند یا می شنوند، به صورت احساس خوبی، سبکی و فراخی است. این بخشی از زندگی معنوی است و برای روح خوب است.

بالاترین اهداف

بزرگترین فایده اِک این است که شخص را در امور معنوی رشد می دهد و شفا می بخشد. نمی توانید به طور واقعی کاری را که اِک برای روح انجام می دهد را اندازه بگیرید، وزن کنید یا بر آن قیمت بگذارید. این تمام چیزی است که باید ارائه دهیم. این امری درک نکردنی است. اگر چه نمی توانید دستان خود را بر آن بگذارید، اما همیشه مادامی که در آگاهی اِک قرار دارید جلوتر هستید و در هر سطحی که باشید تفاوتی نمی کنید شما جلوتر هستید.

در یک ما از پیش فکر می کنیم، و همیشه اهداف بلند شناخت معنوی و آگاهی از خدا را پیش روی خود حفظ می کنیم.

ارائه خدمت واقعی

از نویسنده ای پرسیدند چگونه توانست از جریان خلاقانه بهترین استفاده را بکند. برخی از کتابهایش در حال فروش بود، اما این نوع نوشتن آن قدر سطح بالا نبود که بخواهد برای یک بنویسد. نمی دانست که او باید از مقاله نویسی برای انتشار کنار بکشد و فقط سعی کند برای یک بنویسد.

به او گفتیم به کارش ادامه دهد. واقعی ترین آزمایش استعدادها و هدایایی که دارید این نیست که فقط برای اکیست ها کاربرد داشته باشد، بلکه باید طوری باشد که افراد خارج از یک هم خواهان آن باشند.

اگر خدماتی واقعی برای ارائه به بشریت دارید و می توانید آن را از طریق نوشتن، پزشکی، شفابخشی، آموزش یا هر چیز دیگر ارائه دهید. می توانید بدون تکیه کردن به اکیست ها آن را برای شادی خودتان ارائه دهید. بهترین آزمون خدمت واقعی این است که آیا استعدادهای شما مناسب نیازهای مردم جهان است یا فقط برای گروه خاصی کاربرد دارد.

از همه مهم تر، از طریق تمرینات معنوی سعی می کنید آگاهی خود را افزایش دهید تا زندگی را به شیوه ای بزرگتر ملاقات کنید. همه دیگر موارد بعداً به شما افزوده خواهد شد. همیشه اهداف معنوی بالایی برای خود انتخاب کنید تا کارهایی که امروز انجام می دهید شما را به اهداف آینده شما هدایت کند.

علت و معلول

دخترم کلاس دوم راهنمایی است و ماجرای را که معلمش در کلاس تعریف کرده بود، برای ما تعریف کرد. این ماجرا به اصل علت و معلول اشاره می کند.

زن و شوهری در تعطیلات به اسکی رفته بودند. آنها سوار تله کابین شدند تا به نقطه ای بالای کوهستان بروند. ناگهان همسر صدای انکارناپذیری را از دل طبیعت شنید. گاهی از پیش فکر کردن و برنامه ریزی کردن برای انجام کارها زیاد خوب به نظر نمی رسید.

او وضع نامساعد اش را برای همسرش تعریف کرد.
او گفت: " حالا؟ "

" عزیزم، نمی توانم کمکی بکنم "

شوهرش آهی کشید و سرش را تکان داد. او گفت: " باید در نقطه پیاده شدن مقداری بوته باشد "

اما همه منطقه صاف بود. شوهرش به او اطمینان داد که وقتی به آن بالا برسیم، جایی پیدا خواهیم کرد. بعد از انتظاری کوتاه، کابین اسکی آن ها را به بالای کوه برد. مدت سواری به کابین آنقدر بد بود که شوهر باید افکار او را متوقف می کرد.

آنها در آن بالا چیزی مناسب اهداف او پیدا نکردند. شوهر به اطراف نگاه کرد و ناحیه ای پر از درخت را پایین سرایشی نشان داد. او گفت: " آنجا تا جایی که می توانیم سریع اسکی می کنیم و من در مدتی که تو کاری را که باید انجام دهی، انجام می دهی مراقب خواهیم بود "

آنها با سرعت به پایین کوهستان با اسکی رفتند. زن درست به سمت درخت ها رفت و شوهرش هم مراقب بود. او چوب های اسکی اش را کنار گذاشت و شلوار اسکی اش را تا آنجا که ممکن بود محکم کرد. ناگهان احساس کرد در حال سر خوردن است. وقتی علت آن را کم کم فهمید دچار ترس و وحشت شد. برف و آب یخ درست می کنند، نیروی جاذبه سبب می شود فرد به پایین تپه سقوط کند.

چند ثانیه بعد او در لابلای بوته ها غلت می خورد و به طور کلی از کنترل خارج شده بود. با سرعت به سمت پایین تپه اسکی کرد، و تا آنجایی که ممکن بود خم شده بود و اسکی بازهای ناآگاه اطراف خود را پراکنده می کرد. سقوط او ادامه داشت تا اینکه به درختی تصادم کرد و متأسفانه پایش شکست.

شوهرش فریاد زد و پزشکان را صدا زد. او می خواست شلوار اسکی اش را قبل از رسیدن افراد کمکی مرتب کند.

او بقیه تعطیلات خود را در کنار شومینه نشست. مردی هم که لباس جدیدی پوشیده بود و پایش می لنگید، کنار او نشست. مرد پرسید: "چه اتفاقی برای تو افتاده؟"

او گفت: "مهم نیست" و پرسید "برای تو چه اتفاقی افتاده؟"

مرد گفت: "وقتی به سمت پایین کوهستان اسکی می کردم، زنی برهنه از کنار من عبور کرد! من آن قدر خندیدم که نتوانستم بفهمم کجا می روم، بنابراین به طرف دره اسکی کردم و پایم شکست"

زن فقط به او نگاه کرد و حرفی نزد.

پیروی از دستورالعمل ها

یکی از اولین کارهایی که هنگام رفتن به مینه سوتا انجام دادم سفارش دادن دو جاکتایی جدید بود. آنها داخل دو جعبه بزرگ به صورت باز ارسال شدند.

من جعبه اول را باز کردم، قطعات را بیرون آوردم و آچارم را برداشتم و دستورالعمل آن را باز کردم. به سختی می فهمیدم چه هستند، اما چالش دنبال کردن دستورالعمل ها را دوست دارم. از این که انسان چگونه توانسته اینقدر در عمق توانایی بیان ایده های ساده غرق شود، تعجب می کنم.

علاوه بر این که دستورالعمل ها ناهماهنگ بودند، ناخوانا هم بودند. طوری به نظر می رسید که کسی سریع نمودار کشیده و مراحل را با مداد نوشته و بعد یک نسخه با کیفیت پایین دستگاه کپی از آن گرفته است.

وقتی بالاخره توانستم آنها را بخوانم، اولین جاکتایی را خیلی خوب نصب کردم. در حقیقت خیلی آسان بود. همه چیز با مقاومت باورنکردنی روبرو شد و فکر می کردم به چالش خلاقانه تری نیاز داشته باشد.

بعد جعبه دوم را باز کردم. بعد از چیدن همه قطعات روی کف زمین، دیدم که بستن این مجموعه خیلی آسان نیست. قسمت آخر قفسه بود و سوراخ ها خوب دریل نشده بودند تا مناسب سطح مقابل قرار گیرند.

به فروشگاه زنگ زدم و توضیح دادم که نتوانستم آن ها را به هم متصل کنم چون یکی از قطعات اشتباه است.

مرد پرسید: " آیا دستورالعمل را خواندید؟ "

گفتم: " بله " اما احساس کردم حرفم را باور نکرد. احتمالاً فکر کرد که من از آن شوهرهایی هستم که کاری از دستشان ساخته نیست. او را متقاعد کردم که یکی از قفسه های کتاب را بسته ام، و او گفت: " خوب کسی را می فرستیم تا یک قفسه دیگر برای شما بیاورد " چند تلفن دیگر و یک هفته و نیم بعد، بالاخره قفسه جایگزین وارد شد. وقتی باز کردن آن را شروع کردم، از دیدن این که خوب به اتمام می رسد و سوراخ ها در جای مناسب ایجاد شده اند خوشحال شدم. اما با بازرسی دقیق تر فهمیدم که قفسه خیلی کوتاه است. من این موضوع را به آورنده قفسه گفتم. او گفت: " غیرممکن است، قفسه کتاب ما همه در یک اندازه هستند "

من اصرار کردم که: " نگاه کن، این دو اینچ کوتاه است! " او مجبور بود قبول کند. گفت: " گمان کنم. شما می توانید یکی دیگر سفارش دهید، اما حدود سه هفته طول می کشد تا آن را به شما تحویل دهم "

این موضوع مرا کلافه کرد. گفتم: " می شود بگویید که انبار کجاست تا خودم بروم و قفسه ام را بیاورم؟ دیگر از نگاه کردن به کتابهایم روی کف زمین خسته شده ام "

روز بعد من و همسرم درست قبل از ساعات شلوغی به ناحیه ناآشنای پایین شهر رفتیم. استفاده از نقشه شهر غیر دقیق، از خیابان هایی می رفتیم که به بن بست می رسید، مسیرهای جاده راه آهن را پیدا کردیم که فکر نمی کردیم این طور باشند، و درست قبل از پیدا کردن انبار کاملاً گم شده بودیم.

من برای آنها توضیح دادم چه می خواستم و او به عقب انبار رفت. ده دقیقه بعد با قفسه ای با سایز درست آمد که سوراخ های آن درست بودند، اما متأسفانه به جای بلوطی روشن فندقی تیره بود.

گفتم: " این نیست " او طوری به من خیره شد که گویی من مقصر هستم و گفتم: " اشتباه علامت گذاری شده بود " او دوباره به عقب انبار رفت. این بار با قفسه ای برگشت که رنگ درست داشت و طول آن هم اندازه بود و دو سوراخ در سمت درست تخته داشت. گفتم: " همین است. خیلی ممنون "

به محض اینکه به خانه رسیدم و کار روی قفسه کتاب را شروع کردم، فهمیدم که سوراخ های روی قفسه اشتباه دریل شده اند. باز هم تأخیر خشمگین کننده. انجام دادن کارهای مقدماتی خیلی انرژی بر است.

تصمیم گرفتم موضوع را خودم حل کنم. با استفاده از آچار خیلی آرام و با زحمت زیاد دو سوراخ جدید روی تخته ها ایجاد کردم. این کار دو ساعت طول کشید، اما فهمیدم که شش ساعت کم تر از هر روش دیگری که بخواهم قفسه را درست کنم طول می کشد. وقتی کار را به پایان رساندم، قفسه مناسب و دقیقی از کار درآمد.

کمال

وقتی این ماجراها را برای سخنرانی سمینار جمع آوری می کنم، گاهی نمی دانم چطور مناسب هم قرار می گیرند. درست مثل نویسنده ای که مقاله ای کامل را برای ویراستار می فرستد و بعد آرزو می کند ای کاش بیشتر روی آن کار می کردم، ای کاش می توانستم سخنرانی را بهتر ارائه

دهم. اما دیگر گذشته است، و من فقط سعی می کنم دفعه بعد آن را بهتر انجام دهم.

این بخشی از فرآیند خلاق است. اگر سعی کنید پروژه را کامل کنید، فقط روی آن کار می کنید و هرگز انجام نمی شود.

ما نهایت تلاش خود را می کنیم تا از قبل برنامه ریزی کنیم، در حالی که می دانیم که هیچ چیز روی زمین کامل کامل نیست. آن در قلب شما کامل می شود. سعی کنید بدون احساس گناه یا پشیمانی از این که این طور که فکر می کردید نیست نهایت تلاش خود را بکنید.

خریدن سیب زمینی شیرین

به تازگی برای خریدن مقداری سیب زمینی شیرین جلوی مغازه سبزی فروشی توقف کردم. این مغازه کمی گران تر از دیگران می فروخت، اما محصولاتی خوب بود.

به چند دلیل افراد تولید کننده دوست دارند کالاهای خود را با بهترین اقلام در جلوی مغازه قرار دهند، به طوری که حالت درخواست کنندگان برای آن را متعادل می کند. به محض اینکه به سیب زمینی خوش ظاهر جلوی مغازه رسیدم، دو تا از سیب زمینی های پشت آن سر خورد و روی کف زمین افتاد.

بیشتر مردم به این موضوع اهمیت نمی دهند و از کنار آن می گذرند اما چون من در مزرعه بزرگ شده بودم می دانستم که همه چیز از زمین به وجود می آید. کافی است قبل از استفاده آن را بشوید. من آن دو سیب زمینی را برداشتم و داخل پاکت خودم گذاشتم.

تولیدکننده گفت: " ممنون که آنها را برداشتید " او عادت نداشت مشتریانی را ببیند که در جستجوی مرتب و تمیز کردن باشد.

گفتم: " مشکلی نیست، همه چیز از زمین و خاک بوجود می آید " او گفت: " بله، ما هم از خاک به وجود می آییم و دوباره به خاک بر می گردیم " در درون خودم با غرولند گفتم: " امیدوارم به خاطر برداشتن دو عدد سیب زمینی از روی زمین در چنین مراسمی شرکت نکنم "

بعد فهمیدم که این فرصت خلاقانه ای بود برای ایجاد رابطه با کسی که چیزی درباره اک نمی دانست. این مرد احساس کرد که از قبل ابعاد جهانی زندگی را درک کرده است هر چیزی که شروع می شود باید خاتمه یابد، هر چه از خاک می آید باید به خاک برگردد.

گفتم: " می دانید، چون همه چیز به آنجا برمی گردد، به آن معنی هم نیست که همانجا می ماند " داشتم با ملایمت تناسخ را به او یاد می دادم؛ " با وجود این که ما در زیر خاک دفن می شویم، به آن معنا نیست که باید همانجا بمانیم. نه تنها می توانیم خود را بالا بکشیم، بلکه می توانیم از این مکان خارج شویم و به جای بهتری برویم "

مرد شروع کرد به صحبت درباره جوانی خودش در مکزیک؛ " وقتی جوان بودم، باید سیب زمینی جمع می کردم و آنها را در گونی می ریختم که به کمر می بستیم. این کار خیلی سختی بود " گفتم: " می دانم چون من هم همین کار را می کردم، باید در طول ردیف های سیب زمینی حرکت کنی و مدام آنها را داخل گونی بیندازی، مجبوری

هر بار که کیسه سنگین تر می شود با همان سنگینی خم شوی و از روی زمین سیب زمینی برداری "

در حالی که به حرف های او گوش می دادم، یادم نمی آمد در جوانی با چه مقدار سیب زمینی سروکار داشتم. گفتم: " این سیب زمینی ها درجه یک و دو مخلوط هستند " و به آنها اشاره کردم.

او گفت: " بله همین طور است " از آن لحظه به بعد ما می توانستیم راحت تر با هم حرف بزنیم. یک زمینه ای مشترک فراهم کرده بود که دوستی صمیمانه ای بین ما ایجاد کرده بود. این یکی از فرصت های خلاقانه ای بود که می توانید آن را به اتفاق خوبی تبدیل کنید یا بگذارید هیچ اتفاقی نیافتد. کاری که با این لحظه انجام می دهید به حالت آگاهی شما بستگی دارد.

واصلین

اتفاقات زیادی هر روز در اطراف شما رخ می دهند که به شما می گوید چطور بهتر زندگی کنید و مجرای برای خداوند باشید. اما متوجه شدن این اتفاقات به آگاهی نیاز دارد. اینجاست که واصلین یک وارد عمل می شوند.

هر مرحله وصلی آگاهی شما را کمی بیشتر می کند و اجازه می دهد راه های یک را شفاف تر ببینید. درک بهتری از چگونگی استفاده یک از شما برای خدمت پیدا می کنید و وقتی به یک خدمت کنید حتی از طریق تجربه مستقیم درک بیشتری پیدا می کنید. به هر اکیستی کلمه ای شخصی در زمان وصل می دهند. هدف از این کلمه رمز ایجاد اتصال یا

هماهنگ کردن او با اِک که همان روح مقدس است، می باشد. در طول مراقبه یا هرگاه که او دچار مشکل یا دردرس است یا برای وضعیت خاصی بینش می خواهد، واصل اِک آن کلمه را تکرار می کند.

وقتی اِکیستی در ژاپن به وصل سوم رسید، کلمه رمز را خودش پیدا نکرد بلکه آن را یکی از واصلین به او داد. به محض این که به خانه رفت، کلمه را تکرار کرد اما نتیجه نداد. کلمه درست بود اما چون نمی دانست آن را چگونه تلفظ کند، نمی دانست چه کلمه ای درست بود.

یک هفته بعد، در حالی که در مترو بود، در ذهنش برای کسی که او را وصل کرده بود شرح حال نوشت. عادت داشت قبل از نوشتن چیزی روی کاغذ ابتدا آن را در ذهنش بنویسد و بعد آن را برای استاد اِک فرستاد. طبق معمول، در ذهنش پیشرفت معنوی و تجاربی را که در رویا یا سفر روح داشت، مرور کرد یا حتی مواردی را که نداشت هنوز توجهش روی اِک بود وقتی از مترو پیاده شد و به سمت خانه رفت.

وقتی از پایین خیابان عبور می کرد ناگهان شنید که ماهاندا کلمه رمز او را برایش تکرار می کند. این بار تلفظ درست کلمه را برای او ارائه دادند و تفاوت زیادی ایجاد شد.

به اطراف نگاهی انداخت تا اطمینان حاصل کند که کسی در آن نزدیکی نیست، و شروع کرد به تکرار کلمه با صدای بلند تا دیگر آن را فراموش نکند. ناگهان نتیجه گرفت؛ احساس کرد که آگاهی جدیدی پیدا کرده است. این موج جدید اِک بود، و این از سطح بالاتر آگاهی وصل سوم اِک می آمد.

کلمه رمز خود را بگیرید

بیشتر اوقات وقتی واصلِ اک کلمه جدیدی دریافت می کند که خاص خود اوست قبل از این که وصل و وصل کننده به اک کلمه دیگری در زمان وصل به او بدهد، تعجب می کند و نمی داند کلام درست است. کلمه ای که خود دریافت می کنید همیشه باید در اولویت باشد، چون از جهان های درونی خود شما می آید.

اما اگر دو کلمه دریافت کردید اشتباه یا اتفاقی نیست. گاهی کلمه خود شما بعد از چند هفته یا ماه دیگر کار نمی کند. این وقتی است که شما از کلمه دیگر استفاده می کنید. یا می توانید آن را امتحان کنید، سعی کنید هر دو کلمه را با هم استفاده کنید، یا همراه با "هیو"، "واه زی"، "سوگماد" یا هر اسم مقدس دیگر در تعالیم اک.

به عنوان روح - می توانید از خلاقیت خدادادی خود استفاده کنید - قدرت تخیل تا این ترکیب را ابداع کنید. تخیل هدیه خدا دادی است که به صورت جرقه ای از خداست.

تعالیم اک کم کم در ژاپن شایع می شوند. بسیاری از چالاها درباره تجارب خود برایم می نویسند. همین طور درباره چیزهایی که آموخته اند. مانع زبان وجود دارد زیرا بسیاری از اصطلاحات اک و مفاهیم آن به راحتی به زبان ژاپنی ترجمه نمی شوند. مترجمین باید ایده های معادل و کلمات مناسب را پیدا کنند که تعالیم را به بهترین شکل منتقل کنند.

گوپال داس

زنی ژاپنی که به تازگی به اک پیوسته بود، خوابی دید. به همراه چند نفر سوار اتوبوس بود. او به راننده گفت که می خواهد در ایستگاه خاصی پیاده شود.

او به زن اخطار داد که: "شب هنگام آنجا محلی خطرناک است تنهایی آنجا نرو".

مردی در اتوبوس به زن پیشنهاد داد که او را همراهی کند. اکیست و دیگر مسافران از اتوبوس پیاده شدند. زن، بچه و یکی دو نفر دیگر آنجا بودند. اکیست ماه را در آسمان تاریک در حال پایین رفتن از جاده می توانست ببیند.

خیلی زود به مسیری رسیدند که آنها را به خانه بالای کوهستان می رساند. مرد در شیشه ای را باز کرد و آنها داخل شدند.

روی دیوار این خانه عکس مردی با موهای طلایی بود. زن پرسید: "این کیست؟" مرد مسافر اتوبوس گفت: "یادت نمی آید؟"

ناگهان زن به خاطر آورد: بارها قبلاً به این کوهستان آمده بود، با همان اتوبوس، همراه با مرد داخل عکس، این خواب در همان نقطه به پایان رسید، اما خاطره شاد آن باقی ماند. مدت کوتاهی بعد آن زن به کلاس "ست سنگ" اک آمد. تصاویر استادان اک روی میز بودند و قسمتی از بحث کلاس را به خود اختصاص می دادند. وقتی به آنها نگاه کرد، ناگهان چشمانش از تعجب گشاد شد. گفت: "این مردی است که در خواب دیدم!" و به یکی از عکس ها اشاره کرد. او استاد اک گوپال داس بود.

رشد معنوی فرد بیشتر اوقات، هفته ها یا ماه ها قبل شروع می شود قبل از اینکه بالاخره وارد اک شود. استادان اک فرد را در نیمه راه ملاقات می کنند تا او را به مکان های مقدس ببرند تا استراحت و مراقبه کند. رویابین خلاق بالاخره به مرحله ای می رسد که به یاد می آورد چه اتفاقاتی در طبقات درون رخ می دهد.

برنامه رسا در اک

کار با واصلین درجات بالاتر و چلاها، رسا (همیار معنوی محلی اک) برنامه هایی را تنظیم می کند تا پیام اک را به گوش کسانی که منتظرش هستند برساند. بسیاری از این افراد جدید قبلاً استادان اک را در سطوح درونی ملاقات کرده اند و نور خدا را در چشمانشان دارند، اما هنوز از اتصال خود به اک اطلاع ندارند.

برنامه رسا برای ارائه مناسب پیام اک تنظیم شده است. به همین دلیل ما به رهبران خوبی که اک را خوب بشناسند نیاز داریم، نه فقط کتاب. ساختار رسا در هر ایالت یا ناحیه همانند دفتر بین المللی اکتکار در شکل کوچکتر آن است، ترکیبی از عملکردهای اجرایی و معنوی. ما همین کار را می خواهیم انجام دهیم اما این به دقت و برنامه ریزی دقیق نیاز دارد.

شاه عاقل

در این رابطه، دوست دارم ماجرای "شاه عاقل" را تعریف کنم. این داستان را اصلی از آلمان برایم فرستاده بود که آن را در کودکی شنیده بود.

در زمان های بسیار دور، در سرزمینی بسیار دورافتاده که حتی نقشه آن هم روی نقشه نبود، پادشاه بسیار پیری بود. تا آنجایی که دیگران به یاد دارند، رسم مردم آن دیار بود که هر پنج سال یک بار پادشاه خود را عوض کنند. شاه در منطقه خود هر کاری دوست داشت انجام می داد و قدرت زیادی داشت.

اما وقتی دوره خدمت او به پایان می رسید، شاه پیر به عنوان تهدیدی برای افراد بعد از خود به شمار می آمد. برای این که صلح و آرامش در آن سرزمین حفظ شود، شاه بازنشسته را به جنگل می بردند و رها می کردند تا حیوانات درنده او را بخورند و هیچ وسیله دفاعی هم به شاه نمی دادند. طبیعی بود که مدت کوتاهی نمی گذشت که شاه ناپدید می شد.

شاهی که جدید انتخاب شد نشست و از شنیدن سرنوشت همه کسانی که قبل از او بودند سرگرم شد. با خودش مصمم شد که اتفاقی که برای شاهان قبلی رخ داده برای او نمی افتد. با خودش گفت: "فکری به حال این موضوع خواهیم کرد"

این شاه سریع کارگران را فراخواند. بهترین باغبان ها را استخدام کرد تا در جنگل کار کنند و آن را به پارک تبدیل کنند. بهترین معماران را استخدام کرد تا باغ وحش مخصوصی را درست کنند که در آن حیوانات هم جای خود را داشته باشند.

در پایان آن دوره، شاه جدید انتخاب شد و شاه قدیمی را به جنگل بردند. اما انتظار نداشتند به جای دیدن حیوانات وحشی، جنگل سرسبزی ببینند، مردم از دیدن پارک و چشم انداز شگفت زده شدند. شاه از قبل

فکر کرده بود. چون جایی برای خودش درست کرده بود که بتواند زندگی خود را در محیطی دلپذیر سپری کند.

این شاه آن قدر عاقل بود که از گذشته دیگران درس بگیرد، و الگویی باشد برای آیندگان. شاهان بعدی به کارهایی که او انجام داده بود نگاه کردند و برای آینده خود برنامه ریزی کردند. شاهان بدون نگرانی و با آرامش بر سرزمین خود حکمرانی می کردند و با افراد خود خوب رفتار می کردند و این پادشاهی به دوام خود ادامه می داد.

شما روح هستید

هر کاری انجام دهید، هر جا می روید با نام " ماهانتا " قدم بردارید. با نام " سوگماد " قدم بردارید. نور خدا در چشمان شما می درخشد و قلب شما با آگاهی از این که روح ابدی است و در همه دوران و مکان ها زنده است خوشحال است. روح می تواند به وضعیت بالاتر آگاهی برسد و از اقیانوس عشق و رحمت لذت ببرد تا اینکه زمان آن فرا برسد به جهان های پایین تر برگردد و به عنوان مجرای برای سوگماد خدمت کند.

برکت باشد.

جشنواره هنرهای خلاق بین المللی اکتکار،

نیواورلینز، لوتی زیانا، یکشنبه، ۲۹ ژوئن، ۱۹۸۶



" اسواها " می توانند به اتفاقات بین درخشش نور و صدای رعد و برق اشاره کند.

یک سوال بسیار ناراحت کننده

کلمه آمریکایی هندی هست که زبان انگلیسی فاقد آن است. این کلمه "سوواها" (svaha) است.

بین اکنون و بعد

"سوواها" فاصله بین هر دو نقطه زمانی است که مهم بودن آن را انتخاب می کنیم. می تواند به آنچه بین درخشش نور و صدای رعدی که پشت سر آن می آید اشاره کرد یا بین آخرین حرفی که زدم و حرفی که الان می خواهم بگویم است. همین طور می تواند چیزی باشد که بین زمانی که یک سیاستمدار قول می دهد و زمانی که آن را عملی می کند، باشد. فضای بین یک نقطه و نقطه ی دیگر سوواها نام دارد.

حالا من الان طوفان و آذرخش را دوست دارم، اما در چهارسالگی از آن وحشت داشتم. حتی دورترین غرش طوفان یا نور رعد و برق، از ترس لرزه به اندامم می انداخت. در آن زمان نمی دانستم کدام بخش خطرناک ترین قسمت است، فقط آن قسمت بد بود و بقیه بدتر.

هر بار که طوفان و رعد و برق می شد، مادرم تمام خانه را برای پیدا کردن من جستجو می کرد. طوفان های خاورمیانه معمولاً با بادهای تند همراه هستند، بنابراین او همه بچه ها را جمع می کرد و ما را به زیرزمین

می برد و منتظر می شد طوفان تمام شود. از سی و پنج جای پنهان شدن در خانه، باید سی و چهار تای آن را می گشت تا مرا پیدا کند. آن روز بعد از ظهر آن رعد و برق به لبه پنجره خانه مزرعه ما برخورد کرد و من مطمئن بودم که مرا روی دیوار خواهد پخت. تنها چیزی که دیدم برق آبی رنگی بود که به دنبال تندر درخشیده و من درجا خشک شدم و مطمئن بودم که دیگر نمی توانم حرکت کنم. بنابراین به نظر من، فاصله بین درخشش نور و رعد و برق و صدای تندر همیشه احساس ترس کلی به وجود می آورد.

درخشش های نور

در زندگی های گذشته تجارب بدی با رعدوبرق داشتم و این ترس همراه با من وارد این زندگی شده بود. بسیاری از ترس های به ظاهر غیرمنطقی دوران کودکی ما ریشه در تجارب زندگی گذشته ما دارد. با وجود این وقتی بچه های ما از رعدوبرق می ترسند، سریع به آنها می گوییم: "نترس، صدمه ای به تو نمی زند".

در یک هم ما دوره سوواها داریم. این دوره بین زمانی که یک را پیدا می کنیم و زمانی که به هدف خداشناسی می رسیم صورت می گیرد. یک ما را به موقعیتی هل می دهد که با توافق خود می گوییم دوست داریم به مرحله بالاتر تنویر برویم. خود را آماده تغییرات زندگی می کنیم. لحظه ای که به ماهانتا می گوییم: "من آماده ام، مرا هر جا می خواهی ببر" این لحظه مثل درخشش نور رعدوبرق است. در این فضای زمانی که به دنبال آن می آید ما با ناشناخته روبرو می شویم. ما با

زندگی خود روبرو می شویم و تغییرات شروع به وقوع می کنند و ما نمی فهمیم چه اتفاقی می افتد یا چگونه خواهد شد.

گاهی تغییرات ماه ها ادامه می یابد و منجر به ورود به مرحله وصل بعد می شود، و بعد ما نمی دانیم آیا استاد ما را رها کرده است یا نه. آیا ما تنهایییم؟ اما عشق استاد همیشه با ماست، و فضای بین رعدوبرق زندگی معنوی ما با عشق کامل ماهانتا پر می شود. عشق استاد همیشه با شما همراه است.

پرورش عشق

در پرواز از نیواولینز کنار پیرزنی هشتاد و سه ساله نشستیم. او به سنی که داشت افتخار می کرد. کلمه سوواها در آن لحظه در ذهنم بازی می کرد و فکر می کردم به طور قطع برای دوره زمانی بین تولد این خانم و لحظه ای که در هواپیما کنار من نشسته بود، کاربرد دارد.

او در فلوریدا اقامت کرده بود و به رنو، نوادا سفر می کرد تا چند روز روی ویلچر، قمار بازی کند. او گفت که سال گذشته هم همین سفر را داشته است و فکر می کرده که آخرین سفرش باشد و با خودش تصمیم گرفته از این سفر نهایت لذت را ببرد. امسال هم همین فکر را کرده بود: " این آخرین سفر من است، بنابراین از این سفر لذت می برم " به طور قطع نیروی زیادی داشت.

ما درست پشت پرده ای نشسته بودیم که ما را از قسمت اول هواپیما جدا می کرد. از آن طرف پرده، صدای مردی خوش گذران را شنیدیم

که با خنده ای از ته دل به کسی گفت: " من تو را از نزدیک بوسیدم. فکر کردم تو مهمانداری هستی که بوسه می دهد "

ناگهان پرده کنار رفت و این مرد شاد که به نظر می رسید اوائل شصت سالگی اش باشد معلوم شد. زن کنار من نگاهی به او کرد و گفت: " درست شنیدم کسی می گفت بوسه رد و بدل می کرده؟ " او گفت: " بوسه دادن؟ " این را با حالتی استهزا آمیز ادا کرد. بعد چشمتی زد و وانمود کرد که از لای پرده نگاه می کند ولی اطراف را نگاه می کرد.

زن شوخ طبعی خاصی داشت و سر به سر او می گذاشت: " زیاد از این مردان جوان زیبا نمی بینم. اگر کسی را می شناسید که بوسه می دهد، من هم می خواهم. من هشتاد و سه ساله ام، بنابراین زیاد نمی توانم منتظر شوم "

او گفت: " بسیار خوب، گمان کنم تو لیاقت یک بوسه را داشته باشی " به طرف او خم شد و گونه او را بوسید و همین او را خوشحال کرد. هر دو آدم های شوخ طبعی بودند و با زندگی بازی می کردند.

بعد او گفت: " من هشتاد و سه ساله ام و بین چگونه سفر می کنم " مرد گفت: " مادر من هشتاد و سه ساله است و می خواهم در آگوست به دیدار او بروم " زن کمی از این موضوع تعجب کرد. مرد ادامه داد: " خواهرش هشتاد و نه ساله است و برادرش نود و یک ساله " این بار زن بیشتر احساس جوانی کرد.

اما هنوز حرف مرد به پایان نرسیده بود: " عمویم نابیناست، اما روزی دو مایل پیاده روی می کند. به رقص علاقه دارد و دوست دختری هم دارد "

زن گفت: " من خیلی خوب نمی رقصم و زیاد هم پیاده روی نمی کنم " و به زانوهای متورم خود اشاره کرد.

مرد گفت: " نگران آن نباش. چرا گاهی به سراغ او نمی آیی تا او را ببینی؟ " زن خیلی راضی به نظر می رسید.

درست همین که مرد می خواست به عقب هواپیما برود گفت: " شاید روی پشت بام برف باریده باشد، اما هنوز در اجاق آتش هست "

زن گفت: " بله، اما باید آن را روشن نگه داری "

پاسخ هوشمندانه زن مرا به یاد نکته ای انداخت که سعی کرده بودم به کسی بفهمانم: " اگر کسی یا چیزی را برای دوست داشتن پیدا کنید، باید آن عشق را پرورش دهید " این زن به روش خودش همان حرف را می زد.

او پر از آتش و زندگی بود. او نگرش خوبی به زندگی داشت چون همیشه هدفی داشت که به دنبال آن باشد. این حقیقت که او روی ویلچر بود می توانست مانعی به شمار آید، اما او اجازه نمی داد این وضعیت او را از یافتن راه سفر و لذت بردن از وقت خوش بازدارد. من اطمینان دارم مردی هم که با او حرف زد مشکل داشت. من کسی را ندیدم که مشکل نداشته باشد. اما آن مرد تصمیم گرفته بود شیوه شادمانه ای برای زندگی کردن انتخاب کند و می دانست چطور کاری کند که این زن سالخورده احساس خوبی داشته باشد.

عواقب تغییر

وقتی مردم در ابتدا وارد یک می شوند، گاهی احساس می کنند که اگر از آینده خبر داشته باشند همه چیز آسان و راحت خواهد بود. دیگر ترسی نخواهد بود و بیشترین لذت را از زندگی خواهند برد. من واقعاً نمی دانم بیشتر مردم اگر از آینده خبر داشتند چطور می توانستند از عهده آن برآیند.

هرگاه تصور کنید چیزی دارید که در زندگی شما تغییر ایجاد می کند، سعی کنید عواقب بعد از آمدن این تغییر را تصور کنید. چه اتفاقی خواهد افتاد؟ اگر این آرزوی شما برآورده شود، چه اتفاقی برای همسر و فرزندان شما رخ خواهد داد؟ چگونه بر دایره آدم های نزدیک به شما تأثیر خواهد گذاشت، همین طور فراتر از آن؟

مقاله ای در مجله ریترز دایجست درباره کسانی که پول های زیادی در لاتاری برنده می شوند، دیدم. افراد ناظر بر لاتاری همیشه به برندگان توصیه می کنند که پول خود را در بانک بگذارند یا در دست کسانی قرار دهند که بتوانند آن را اداره کنند. به محض اینکه اسم شما مشهور شود، دچار ماجراهای بدشانهی خواهید شد. اگر دقت نکنید و مراقب نباشید در عرض مدت کوتاهی ورشکسته خواهید شد.

برخی از برندگان از فهمیدن اینکه کل مبلغ را یک جا دریافت نمی کنند تعجب کردند. بعد از کسر مالیات طی چند سال پول را به آنها می دادند. آنها هنوز پول زیادی دریافت می کنند، اما آن قدر نیست که

به هر کسی که از آنها درخواست می کند پول بدهند و هنوز هم مقدار زیادی از آن برای خودشان و مردم مورد علاقه آنها باقی بماند. اما مردم کارهای خنده دار می کنند. وقتی می بینند بعد از اینکه دولت سهم مالیات خود را برداشت مقدار پول کمی باقی مانده است می گویند: " چرا بیشتر نیست؟ " دیگر چیزی ندارند با آن شروع کنند و دندان های اسب پیش کشی را می شمارند و شکایت می کنند و می گویند: " بین چقدر کم پول باقی ماند " این آگاهی انسان است که سخن می گوید.

دریافت موهبت ها

حتی در یک، مردم در حالت کمبود آگاهی هستند. مهم نیست چقدر ماهانتا به آنها عشق می ورزد، اما آنها می گویند: " کم است، زندگی من خالی است. من خیلی غمگین هستم. چرا اکتکار کاری برایم نمی کند؟ " مهم نیست استاد چقدر به آنها می دهد، آنها می گویند کم است. با وجود این اطراف آنها پر است از افراد نیازمند که در غم نان، غذا، خانه و لباس مانده اند. این افراد بیشتر اوقات خوشحال نیستند و کمتر از موهبت بدن سالم و توانایی راه رفتن و لذت بردن و شاد بودن قدردانی می کنند. وقتی موهبت های یک بدون تقلا از راه می رسند، بیشتر اوقات فرد گنجینه ای را که در دستان خود دارد را تشخیص نمی دهد. به همین دلیل اکیست هایی که در طول دوره استاد یک بودن من وصل می شوند، متوجه می شوند که باید سکه حقیقی را به دست آورند. بعد از چند سال، معلوم می شود که هر اکیستی که واصل شده و آن را حفظ کرده، چیزی واقعاً نادر به دست آورده است.

گنجینه های بهشت آن قدر گرانبها هستند که هیچ هدیه ای روی زمین نمی تواند با عشقی که با ماهانتا داده می شود، برابری کند. بنابراین، برای وصل شدن به اِک هیچ پولی دریافت نمی شود. تنها راه جبران هدیه عشق ماهانتا، دادن هدیه عشق به شخص دیگر است.

آیا واصلین بالا، کارما دارند؟

حال به سوال بسیار حساسی می رسیم؛ "آیا کسانی که در درجات بالای وصل هستند، کارما دارند؟" ما در تعالیم اِک می خوانیم که وقتی شخص به وصل پنجم می رسد، وارد جهان های بالاتر از ماده، زمان و مکان می شود. سپس این سوال ایجاد می شود؛ چون این شخص از لحاظ معنوی بالای جهان های کارما قرار دارد، آیا از لحاظ کارما آزاد است؟ مادامی که شخص هنوز در کالبد مادی است، مأموریتی بزرگتر از خدمت به خود دارد. بنابراین مادامی که در بدن خود است و مأموریت مهم همکار خدا شدن و کسب مقام های بالاتر را دارد، همیشه امکان عقب ماندن و عقب افتادن وجود دارد. این مادامی که ما در جهان های پایین و پست هستیم، صادق است.

می گویند: "اگر می تواند برای یک نفر اتفاق بیافتد پس امکان اتفاق افتادن آن برای دو نفر هم وجود دارد" اگر برای من اتفاق می افتد، پس برای شما هم اتفاق می افتد. رشد معنوی به دو روش اثر می کند؛ هم می توانیم به درجات عالی و شکوه آگاهی از خدا برسیم و هم می توانیم عقب بیافتیم و آن را از دست بدهیم.

در هر مرحله ای در این مسیر، استعدادی در درون هر فرد است تا هدیه خدا را بپذیرد یا آن را رد کند. و این شامل مراتب بالاتر می شود، حتی اگر فرضاً از لحاظ معنوی آن سوی جهان های کارمایی هستند.

" آیا واصلین بالا کارما دارند؟ " جواب بله است- در طول زمان آن را فراموش می کنند. شاید مواقعی ما آن را فراموش می کنیم، بین نقطه ای که امروز هستیم و ایده آل خودشناسی یا خداشناسی که فردا به آن می رسیم، ممکن است تعریفی از سوواها باشد. گاهی پیشروی می کنیم و گاهی پس روی و این در مورد همه ما صادق است.

بیشتر خودتان شوید

مادر و دختری اکیست بودند، و دختر قبل از مادر به درجات بالاتر وصل رسیده بود. مادر که به مسائل مادی زندگی علاقه مند بود، همیشه دخترش را زن کامل و محترم به شمار می آورد.

یکبار مادر گفت: " نمی دانم اگر بخواهم به مرتبه بالاتری واصل شوم یعنی که باید مثل تو شوم؟ "

دختر به مادر اطمینان می داد که: " نگران نباش مادر، تو مثل من نمی شوی. شما بیشتر شبیه و نزدیک به خودت می شوی، حالا هر چه که باشی "

این درست است که شخصیت یا خصوصیات رفتاری واصلین مراتب بالاتر، گاهی شدیدتر و پررنگ تر می شود و دیگر مردم به آنها نگاه می کنند و می پرسند چرا این طوری هستند.

خوب، آنها در حال یادگیری هستند. من به مردم فرصت زیادی می‌دهم تا یاد بگیرند. از طرفی، اگر روی زمین یاد نگیرند کجا یاد بگیرند؟ همین طور به واصلینی که از وظایف خود غفلت می‌کنند فرصت می‌دهم. آنها آزمایش می‌شوند بعد به دلایلی خودشان متوجه شدند و تصمیم گرفتند از کوهستان خدا پایین بیایند. اما در برخی مراحل، وقتی در شب چادر زدند، و با گرگهایی که زوزه می‌کشیدند تنها ماندند، به اطراف نگاه کردند و گفتند: "من اینجا این پایین چه می‌کنم؟" این زمانی است که تعلقات و دارایی‌های خود را جمع می‌کنند و به جایی می‌روند که قبلاً به آن سفر کرده بودند و هر چه دورتر بروند، افراد کمتری را می‌بینند، چون بسیاری از افراد به آن مراتب بالا نرسیده‌اند. وقتی به مراتب بالاتر می‌روید حس شوخ طبعی شما بیشتر می‌شود. یا خنده است یا گریه، و وقتی از گریه کردن خسته می‌شوید، می‌خندید و این به عادت تبدیل می‌شود.

راه آسان و راه سخت

زنی وارد اکنکار شد فهمید می‌تواند خیلی آسان از کالبد جسم خود خارج شود. فقط با به یادآوردن رفتن به وضعیت بالاتر آگاهی، می‌توانست وارد کالبد روح شود، از مشکلاتش دور شود و دید وسیع‌تری به آن داشته باشد و آن را حل کند. او این را بالارفتن نام گذاشته بود. آن قدر برای او آسان بود که هرگز به آن زیاد فکر نمی‌کرد. روزی به پارکینگ بزرگی برگشت که ماشینش را آنجا گذاشته بود. دنیایی از ماشین را دید که از این انتها به آن انتهای پارکینگ پارک شده

بودند، ناگهان متوجه شد که به یاد نمی آورد ماشینش را کجا پارک کرده است.

گفت: " فکر کنم به راحتی می توانم پیدایش کنم، باید فقط از کالبدم بالا بروم و بالای ماشین ها قرا بگیرم و به اطراف نگاه کنم تا آن را ببینم " او فکر کرد می تواند با استفاده از این توانایی به شیوه ای مفید در بالارفتن از پله های زیاد صرفه جویی کند. بنابراین کالبد فیزیکی را ترک کرد و به کالبد روحی رفت تا از بالای پارکینگ ماشین ها را ببیند و در همین حین، حقیقت جالبی را کشف کرد؛ از بالا همه ماشین ها یک شکل به نظر می رسیدند.

او گفت: " وقتی از بالا به سقف صدها ماشین نگاه کردم متوجه شدم که می توانستم قسمت بهتر ابدیت را در اینجا صرف کنم و هنوز ماشینم را پیدا نکنم "

او به بدن من برگشت و شروع کردم ردیف ماشین ها را بالا و پایین رفتن، و شماره پلاک آنها را چک کردن تا اینکه ماشینی را دیدم که شبیه ماشین خودم بود.

مدتی طول کشید تا ماشینش را پیدا کرد، اما درس ارزشمندی یاد گرفت؛ روی زمین کارهایی را باید به روش سخت و دشوار انجام داد. یک راه برای استفاده از سفر روح برای منافع معنوی وجود دارد، اما نه برای یافتن گنجینه های گم شده، حتی گنجینه ای به بزرگی ماشین.

زمان بین بودن در کالبد روح و برگشتن به زمین جایی که ماشینش را پیدا کرد، برایش سوواها بود. این دوره ای است که در آن شما نمی دانید چه اتفاقی خواهد افتاد و چه نتیجه ای خواهید گرفت؟

این اکیست بیشتر اوقات در حرفه خود بسیار توانمند می شود. اما وقتی این اتفاق می افتد شخص فقط آب در هاون می کوبد، تا زمانی که نفهمد غرور او مانع عشق بین ماهانتا و خود اوست. به جایی نمی رسد و تواضع امری لازم برای قدم برداشتن در مسیر خداست.

ما همه چیز را نمی دانیم

به تازگی وقتی پشت میز کارم می نشینم و با صفحه کلید کار می کنم قسمت پشت ستون فقراتم اذیت می شود، بنابراین به متخصص مراجعه کردم. بالاخره در مینه سوتا متخصص جدیدی را انتخاب کردم. به او گفتم آخرین پزشکم خیلی خوب بوده است. کاری روی ستون فقرات من انجام داده بود که به من کمک می کرد دوباره دچار مشکل نشوم.

فکر می کنم این علامت بزرگی و تواضع او بود که سعی نکرد مرا متقاعد کند که خودش چقدر بزرگ است. او خیلی مهربان و بخشنده بود. بعد از بررسی ستون فقراتم گفت: "پزشک قبلی شما خیلی خوب کار کرده است بگذارید ببینم می توانیم به همان پیشرفت ادامه دهیم"

معلوم بود این پزشک عالی بود. هر بار که به او مراجعه می کردم، چیز دیگری را بررسی می کرد. کار روی ستون فقرات من، کناره شانه ها و حتی دنده ها، قسمت هایی از بدن مرا حرکت داد که نمی دانستم قابل حرکت هستند. روی نقاط فشاری کار کرد که نمی دانستم آنها را دارم، و آنها را فشار داد تا وجود آنها را فراموش نکنم.

روزی اعلام کرد که به تعطیلات می رود و تا یازده روز برنمی گردد. وقتی یک روز قبل از رفتن او برای ملاقات با او وارد شدم، گفت: "به نظر

می رسد که کناره شانه های شما در جای مناسب نیست. من آن را برای شما درست می کنم "

بعد از معالجه احساس کردم که با چکش روی لبه شانه های من ضربه می زد، عملاً تلوتلو خوران از در خارج شدم. واقعاً احساس خوبی نداشتم. به او اعتماد داشتم هر بار که به سراغ او می رفتم، کاری می کرد که کمی احساس بهتری پیدا می کردم.

یک روز قبل از آن، به من توصیه کرد که یک کیسه یخ تهیه کنم. او گفت: " درمانی که انجام می دهم تغییرات عمیقی در ستون فقرات شما ایجاد می کند که خود را راست می کند و شاید کمی درد داشته باشد " بنابراین وقتی با پشت درد، مطب او را ترک کردم آن هم روز قبل از شروع تعطیلات او، فکر کردم فرصت خوبی باشد که از کیسه یخ استفاده کنم.

به خانه رفتم و تمام مدت روز اول را درد کشیدم. روز بعد حتی بدتر شدم و با روز سوم تا شب دیگر نمی توانستم در رختخواب حرکت کنم. این کیسه یخ نه تنها کمک نکرد، بلکه خیلی سرد و ناراحت کننده بود، بنابراین دیگر از آن استفاده نکردم.

حدود چهار روز قبل از این که دکتر به مطب خود در سطح فیزیکی و مادی برگردد، من در درون به دیدن او رفتم. مطب هایی هم در طبقات درون هست. هر کدام از ما بدن و خانه ای در سطح اثیری داریم که آسمان بعدی بالای زمین است. بیشتر مردم از این آگاه نیستند. بخشی از شغل من این است که کاری کنم مردم آگاه شوند که روح نه تنها جسم

مادی را فعال می کند، بلکه بدن در سطح اثیری را نیز فعال می کند. این آگاهی از طریق رویاها یا سفر روح شروع به آمدن می کند.

وقتی در طبقات درون به مطب او رفتیم، در قسمت پذیرش ثبت نام کردم و به دیدن دکتر رفتیم. به طور خلاصه میزان ناراحتی خود را توضیح دادم. او گفت: " بگذارید ببینم می توانیم از تو مراقبت کنیم یا نه " او مردی است که برای کار کردن اجازه می گیرد.

گفت: " رو به صورت روی میز دراز بکش " از وسیله ای شبیه چکش استفاده کرد که روی دسته اش پمپ داشت و شروع به کار روی پشت من کرد. وقتی کارش با چکش به پایان رسید، چند نظر داد و بالاخره گفت: " بنشین، و به آن طرف نگاه کن "

پرسید: " حالا چطوری؟ "

گفتم: " خیلی بهترم، اما مشکل آخرین معالجه من چه بود؟ "

او گفت: " دکتر هم گاهی اشتباه می کند " پاسخ او درست بود.

بعد گفت: " اما گذشته، گذشته است. مهم این است که امروز حالت خوب است " دوباره به او اطمینان دادم که حالم خیلی بهتر است. او گفت: " خوب، هفته بعد تو را می بینم " پاسخ دکتر همیشه کوتاه اما مستقیم بود، مهم نیست ما فکر می کنیم چقدر خوب هستیم، ما همه چیز را که نمی دانیم. این عامل کوچک که زندگی مدام آن را به سمت ما پرتاب می کند تواضع نامیده می شود. این سازه ای است که باید قبل از این که کیک درست از آب درآید در دستور پخت اجرا شود. این مرد تواضع داشت. خیلی ساده و بدون هیچ اعتراضی توانست اعتراف کند که او هم گاهی اشتباه می کند.

من با احساسی بیدار شدم که حس می کردم آن قدر خوب هستم که منتظر بازگشت دکتر شوم. وقتی چهار روز بعد به مطب او رفتم و توضیح دادم که چقدر درد کشیدم گفت: " باید سریع برمی گشتی " منتظر بودم بگویند: " دکتر هم گاهی اشتباه می کند " اما او ملاقات ما را در طبقات درونی به یاد نمی آورد. شاید روزی به یاد آورد.

فواید سفر روح

عده ای از اکیست ها تجاربی در طبقات درون دارند که با مردم بیرون در تعامل هستند. عده ای می توانند آن را به یاد بیاورند و از این اطلاعات برای منحرف کردن خطرات اینجا استفاده کنند.

وقتی حساسیت به رفتن به جهان های درون را در کالبد روح گسترش می دهید، می توانید قبل از وقوع آن ببینید چه چیزی پیش می آید. می توانید اقداماتی انجام دهید تا قبل از این به آنجا بروید مشکل را برطرف کنید. این یکی از فواید سفر روح است و یکی از مراحل آغازین آزادی معنوی.

آزادی معنوی یعنی آزادی نهایی و کامل از طناب های کارمایی پنج نفسانیات این جهان. اما مادامی که در اینجا و در این کالبد هستید، نشان می دهد که می خواهید تجارب لازم برای رفتن به مراحل بالاتر تکامل معنوی و خدمت به خداوند در این طول عمر را داشته باشید.

سمینار اروپایی اکنکار، هوگو، هلند،

یکشنبه، ۱۹ جولای، ۱۹۸۶



وقتی از خواب بیدار شد، واصل یک راه حل مشکلات خود را در کلید و رمزی که ماهانتا به او نشان داده بود می دانست. ماهانتا به شکل شرلوک هولمز بر او ظاهر شده بود.

تمام چیزی که نیاز دارید عشق است

بودن با کسانی که عاشقِ یک هستند خوب است. زمانی که با هم هستیم برای تقویت تصویر استاد درون از طریق استاد بیرون مهم است.

اعتماد حقیقی

در هفته های قبل از سمینار، من مطالبی را برای سخنرانی هایم جمع آوری می کنم. هر گاه به ماجرای برخورد کنم یا به اطلاعات اندکی که مناسب به نظر می رسد، آن را در پوشه می گذارم. قبل از سمینار همه چیز به سرعت رخ می دهد، و تنها چیزی که دارم وقت کافی برای مرتب کردن مطالب سخنرانی است.

مادامی که موضوعات کافی برای سخنرانی اول دارم، می دانم که یک مطالب لازم برای سخنرانی دوم و سوم را هم فراهم خواهد کرد. این موضوع به اعتماد حقیقی به یک بر می گردد. تا آنجایی که می توانید خوب آماده می شوید، و اگر خود را مجرای باز یک بدانید، یک همه چیز را به عهده می گیرد.

پرورش یافتن در یک

جوانان در یک پتانسیل و استعداد زیادی برای رشد معنوی دارند که هنوز شناخته شده نیست. کاری که آنها با این استعداد و توانایی های خود انجام می دهند به خود آنها بستگی دارد. کسانی که در مذاهب ارتودکس

بزرگ شدند از این که مثل جوانان در یک پرورش بیابند بسیار خوشحال می شوند.

هدیه عشق

کلماتی که می گویم سر فصل است. تعلیم واقعی از قلب داده می شوند. عشق یک تعلیم واقعی است که برای شما بیرون می آید.

می توانم درباره هر چیزی صحبت کنم و یک شما را ارتقاء می دهد و در طول زمانی که ما با هم هستیم هدیه عشق را برای شما به ارمغان می آورد. این ملاقات بیرونی اتصال درونی را برای هر فرد حاضر در یک قوی تر می کند، به طوری که وقتی به خانه می روید و تمرینات معنوی یک را انجام می دهید، شکل استاد بیرون تصویر استاد درون را برای شما شفاف تر می کند.

استاد درون نیرویی است که شخص را به سوی نور و صوت هدایت می کند و در نهایت به سمت سطوح بالاتر خدا.

اکیستی نامه ای برایم نوشت که در آن بیماری اش و درخواست شفای خود را برایم توصیف می کرد. من از خودم شفا نمی دهم. هیچ یک از استادان بزرگ تاریخ ادعا نکرده اند که می توانند به خواست خود شفا دهند. من فقط مجرای یک هستم، و اگر یک بخواهد شفا دهد، شفا می دهد.

شاید فرد از این بیماری، رشد معنوی بیشتری کسب کند. اما در برخی موارد ماهیت بیماری یا دوره شفابخشی تغییر می کند. عده ای از مردم

سریع شفا می گیرند، اما تعداد آنها محدود است. مهمترین عملکردی که استاد بیرون اجرا می کند آگاهی معنوی شخص را بالا می برد.

مادامی که ما روی زمین هستیم مشکلات و بیماری هایی داریم و خواهیم داشت. بالاخره جسم مادی باید کنار برود. حقیقت ساده طبیعت در جهان های پست و پایین همین است. استادانِ اِک محدود هستند و استادان این مسیر که با اِک صمیمی شده باشند، کم هستند. کسانی که چند صد سال زندگی می کنند. این فقط بدان علت است که مأموریت خاصی داشتند تا به سوگماد یا خدا خدمت کنند. فکر نمی کنم بسیاری از ما بخواهیم آن قدر طولانی در اطراف بمانیم.

وقتی اینجا هستیم، زندگی می کنیم، درس می گیریم، از زندگی لذت می بریم و هر روز را با شکرگزاری آغاز می کنیم؛ برای آفرینش کل زندگی سپاسگزاریم، برای این که فرصت دیگری به ما دادند تا تجربه ای کسب کنیم که ما را به سمت خانه به سوی قلب خدا، به سوی اقیانوس عشق و رحمت هدایت می کند، شکرگزاری می کنیم.

استادانِ اِک واقعاً وجود دارند

یک نفر درباره تمرینات معنوی شگفت انگیزی که طی سال ها انجام داده بود برایم نوشت در حالی که هنوز دانشجویست، درباره تعالیمِ اِک در بحث و جلسه ای که در دانشگاه برگزار شده بود، شرکت کرد. آن قدر با آنچه شنیده بود انگیزه پیدا کرده بود که کتاب "اکنکار؛ کلید جهان های اسرار" را خریداری و شروع به انجام تمرینات معنوی آن کرده بود.

چند هفته بعد به خانه رفت تا تعطیلات کریسمس را با خانواده اش سپری کند. یک روز صبح با صدای پدر و مادرش که صحبت می کردند از خواب بیدار شده بود، اما برای بیدار شدن خیلی زود بود، او در رختخوابش چرخید و سعی کرد دوباره بخوابد.

وقتی هنوز بیدار بود اما چشمانش را بسته بود، نقطه کوچکی از نور را دید که در فاصله ای در صفحه درون می تابد. ناگهان احساس کرد که به سمت آن نور حرکت می کند، و هر چه می گذرد سرعتش بیشتر می شود. یک لحظه بعد به آن چه آن را زمین زیبا می نامید از نقطه ای در فضا نگاه می کرد. این اولین تجربه خروج از کالبد فیزیکی اش و دیدن منظره ای از بالا بود.

یک روز صبح حدود یک سال بعد، تجربه بدی در طبقات درون داشت. سعی کرد فریاد بزند و از خواب بیدار شود. وقتی بالاخره چشمانش را باز کرد، از دیدن شخصی تیره با لباسی بلند که بالای تخت او خم شده بود تعجب کرد. با خود گفت: "این دیگر چیست؟"

وقتی با دقت بیشتر به آن نگاه کرد، دید که مرد ریش داری است با چشمان آرامش بخش و مهربان. فوراً ترس او فرو ریخت. بعدها، پس از دیدن عکسی در یکی از کتاب های اکِ توانست تشخیص دهد که این شخص استاد اکِ "ربازارتارز" است.

استاد شروع کرد به صحبت کردن با او، اما او نتوانست یک کلمه را هم بشنود. گویی از بُعد دیگری ارتباط برقرار می کرد. وقتی ربازارتارز ایستاد، این شخص فهمید که او می تواند از طریق او ببیند. ربازار در کالبد نور

به سوی او آمده بود، به حالات اثیری، تا به او اطمینان دهد که واقعاً چنین موجودی به نام استادانِ اک از ویراگی وجود دارند.

وقتی او از رختخواب بیدار شد این فرد خیلی آرام آنجا را ترک کرد. سپس بعداً برای او نامه ای آمد، او اولین دیسکورسِ اک خود را دریافت کرد. بعد فهمید که ربازارتارز برای گفتن چه حرفی نزد او آمده بود: " شما به اک متعهد هستید و حالا تعلیم اسرارآمیز آغاز می شوند. که ربازار به طور فیزیکی قابل مشاهده بود اما بدون کلمات یعنی که تعلیم واقعی آرام و بی صدا از طریق کانال های درونی می آیند.

نوع خاصی از حمایت

حدود زمانی که این مرد به اک آمد، تازه شغلی را به دست آورده بود که با جوانان متخلفی که در خانه ای سکنی داده شده بودند، کار می کرد. یک روز عصر چندین کودک را سوار وَن خود کرد تا آنها را به سینما ببرد. آن ها به پایین خیابان آمدند و به تقاطع تاریک رسیدند. او به چپ و راست نگاه کرد، اما عده ای از جوانان اطراف او بودند و او نتوانست خیلی خوب ببیند.

تازه به وسط تقاطع رسیده بود که ناگهان بچه های سمت چپ و ن شروع به جیغ و داد کشیدن کردند. یکی از آنها ماشین های اصلاح شده با سرعت مستقیم به سمت آنها آمده بود. هیچ راهی برای جلوگیری از تصادف نبود. پسرها از ترس روی هم انباشته شده بودند، و خود را برای ضربه اجتناب ناپذیر مانند فولاد محکم می کردند.

چند ثانیه بعد پسری با صدایی لرزان گفت: " آیا همان چیزی را که من الان دیدم، دیدید؟ " بقیه با هیجان شروع به صحبت کردند، آن پسر گفت: " ماشین درست از سمت چپ ون عبور کرد! مثل اینکه مردی که داخل آن ماشین بود ما را اصلاً ندید! "

اکیست تحت حمایت ماهانتا بود. استاد ارتعاش ون و همه افراد داخل آن را زیاد کرد و آنها را به حالتی شبیه ربازارتارز تغییر داد، که در اتاق این فرد به شکل اثیری ظاهر شد. به این ترتیب، ماشین با سرعت توانست درست بدون ایجاد تماس فیزیکی از داخل ون عبور کند.

تجارب منحصر به فرد

کسانی که در آن سانحه اتومبیل بودند از زمانی که وارد اک شده اند به احتمال زیاد می پرسند: " چرا آن طوری برای من نتیجه نداد؟ " اما هر کدام از ما تجربه متفاوتی داریم. هر کدام از شما در جهان های خدا یک جور هستید. ترکیب تجارب شما در گذشته به روش خاصی ایجاد می شد، اکنون به روش های خاص دیگر و در آینده هم به روش منحصر به فرد شما ایجاد می شود. این همان چیزی است که فردیت شما را به عنوان جرقه خداوند تعیین می کند.

رژیم غذایی و رشد معنوی

از زمانی که این شغل را دارم، رژیم غذایی من خیلی تغییر کرده است. باید به غذاهایم خیلی دقت داشته باشم. بسیاری از واصلین هم متوجه شده اند که باید از زمان ورود به اک، رژیم غذایی خود را تغییر دهند و

حتی وقتی به درجات بالاتر می روند بیشتر به آن دقت کنند. بسیاری از غذاهای مورد علاقه من صحبت کردن را مشکل می کنند. اگر حرفی برای گفتن نداشتیم، هر چه دلم می خواست می خوردم. اما وقتی برای اک خدمت می کنید، متوجه می شوید که چطور رژیم غذایی خود را تغییر دهید تا از بدن خود بیشترین استفاده را بنمایید. این با قانون اقتصاد کار می کند.

هر چه بیشتر در اک پیش می روید، مسئولیت های شما بیشتر می شود، و هر چه مسئولیت ها بیشتر شود، نیاز به انضباط شخصی بیشتر می شود. اگر انضباط شخصی مورد نیاز را که شما را به جهان های بالاتر می برد، اجرا و تمرین نکنید، هیچ کس نمی تواند به شما کمک کند. اگر اوضاع سخت شود، به خود شما مربوط می شود، کار کردن با ماهانئا، استاد درون، تا بفهمید چگونه این قسمت خاص از زندگی شما آسان تر می شود.

رفع مشاجره

آبراهام لینکلن با قانون اقتصادی هم کار می کرد. در زمانی که لینکلن هنوز وکیل بود، مرد ثروتمندی به دفتر او آمد و موضوعی قانونی را مطرح کرد.

مرد گفت: "شخص خاصی به من بدهکار است و من می خواهم آن را پس بگیرم. مبلغ آن دو دلار و پنجاه سنت بود"

لینکلن گفت: "آن پول را رها کن. آن مرد آن مبلغ را ندارد و به دردسرش نمی ارزد"

مرد ثروتمند گفت: " اگر مورد مرا قبول نمی کنید من وکیل دیگری را پیدا می کنم "

بالاخره لینکلن گفت: " قبول می کنم اما به یک شرط "

مرد گفت: " به چه شرطی؟ "

" به شرط آن که دستمزد مرا از پیش بپردازد "

مرد پرسید: " چقدر؟ "

لینکلن گفت: " ده دلار "

مرد با خوشحالی ده دلار به لینکلن داد تا مرد فقیر را مجبور به پرداخت دو دلار و پنجاه سنت خود نماید. آبراهام لینکلن ده دلار را در جیب خود گذاشت و ترتیب رسیدگی به دعوی را برای روز بعد قرار داد و به دیدن فرد بدهکار و فقیر رفت.

به او گفت: " فردا در دادگاه حاضر باش تا دو دلار و پنجاه سنت موکل مرا پرداخت کنی " بعد پنج دلار به فقیر داد و اضافه کرد: " دو دلار و پنجاه سنت را برای خودت نگه دار "

روز بعد هر دو طرف در دادگاه حاضر شدند. مرد فقیر دو دلار و پنجاه سنت را در مقابل قاضی به مرد ثروتمند داد و موضوع پرونده بسته شد. مرد فقیر دو دلار و پنجاه سنت لینکلن را نگه داشت، لینکلن هم پنج دلار دستمزدش را و مرد ثروتمند بسیار راضی به خانه برگشت. آخر، در این پرونده رأی او برنده شده بود.

حس شوخ طبعی

پس از ریاست جمهوری آبراهام لینکلن، او همیشه کتاب لطیفه ای را در کشوی میزش نگه می داشت. وقتی واقعیت های سخت جنگ داخلی خیلی بر شانه هایش سنگینی می کرد، کتاب را بر می داشت و جوک خنده داری از آن می خواند. یا گاهی هم ماجراهای خنده داری را برای ملایم کردن وضعیت پرتنش می ساخت و تعریف می کرد.

یک روز صبح در اواسط جنگ داخلی، رئیس جمهور لینکلن وارد دفترش شد و دید بیست نفر از کارمندان منتظر دیدن او هستند. چون او رئیس جمهور بود، گفتند باید بتوانی به ما کار بدهی.

رئیس جمهور مسائل دیگری در ذهنش داشت. جنگ برادر با برادر، مرگ هزاران نفر در میدان جنگ. کشور در اثر جنگ از هم پاشیده می شد و او به دنبال راهی بود تا اتحاد ایالت های جنوبی را حفظ کند. مأموریت لینکلن نه تنها متوقف کردن برده داری بود، بلکه می خواست آمریکا را منسجم حفظ کند به طوری که بتواند مأموریت خود را به عنوان یک ملت انجام دهد. با وجود این همه وظایف در مقابل خود، وقت نداشت به این مردها کمک کند شغل پیدا کنند. بنابراین برای آنها داستانی تعریف کرد.

شاه یکی از سرزمین های دور برنامه ای چید تا برای شکار به جنگل دور برود. یک شب قبل از این که قصر را ترک کند، هواشناس را صدا زد: " فردا هوا چطور است؟ "

هواشناس گفت: " هوا صاف است، ابری در آسمان نیست و روز خوبی برای شکار است "

صبح زود روز بعد، شاه و شوالیه هایش سوار اسب هایشان شدند و به طرف جنگل دور حرکت کردند. در طول راه کشاورزی را دیدند که سوار الاغی بود. کشاورز به شاه گفت: " امروز نباید به شکار بروی. باران می بارد "

شاه و شوالیه هایش از ته دل به نادانی کشاورز خندیدند. شاه گفت: " هواشناس من به من اطمینان داده که امروز هوا آفتابی است و هیچ ابری در آسمان نخواهد بود " در حالی که هنوز می خندیدند گروه شکار به راه خود ادامه دادند.

اولین قطره باران درست به محض رسیدن به جنگل بارید. در عرض چند دقیقه شُرُشُر باران شدید شد. برنامه شکار به هم خورد و گروه هیچ چاره ای نداشتند جز اینکه به خانه برگردند. اولین کاری که شاه هنگام بازگشت به قصر انجام داد اخراج هواشناس ویژه اش بود. بعد به خدمتکارانش دستور داد: " آن مرد را پیدا کنید و اینجا بیاورید " وقتی او را آوردند به کشاورز گفت: " می خواهم تو هواشناس جدید من باشی. تو می توانی هوا را دقیق پیش بینی کنی "

کشاورز گفت: " من واقعاً نمی توانم. این خر بود که فهمید قرار است باران بیارد "

شاه با ناباوری به او نگاه کرد: " خر؟ "

کشاورز گفت: " بله " بعد توضیح داد: " وقتی قرار باشد باران بیارد، خر گوشهایش را به سمت جلو نگه می دارد، وقتی هوا آفتابی است گوش هایش به سمت عقب است "

شاه متقاعد شد. دستور داد الاغ را هواشناس کشور کنند. این اشتباه بزرگی بود، چون از آن روز به بعد، هر الاغی در کشور انتظار داشت شغل دولتی داشته باشد.

بعد از این که لینکلن این داستان را برای مردان منتظر در اتاق تعریف کرد، آنها را تنها گذاشت و به داخل دفترش رفت. مردان نمی دانستند چرا آن داستان خاص را برای آنها تعریف کرده بود، اما مطمئن بودند خنده دار بود. آنها هنوز می خندیدند، و از در خارج می شدند. فقط بعداً فهمیدند که آنها آنجا را بدون گرفتن شغلی ترک کرده بودند.

چه کسی باید زندگی شما را اداره کند؟

گاهی فراموش می کنیم از ماهانتا؛ استاد درون کمک خواهیم. در عوض، منتظریم الاغ ها مشکلات ما را حل کنند. هر وقت از مردم می خواهیم زندگی ما را برای ما اداره کنند، باید بهایی بپردازیم، چون هیچ کس دیگری واقعاً نمی داند به ما بگوید چگونه آن را خوب اداره کنیم. بهترین شخص لایق برای اداره کردن زندگی شما خودتان هستید. همه الاغ هایی را که برای شغل به شما می گویند چگونه زندگی تان را اداره کنید، در خارج از دفتر رها کنید. در عوض به دفتر درونی و به سراغ استاد بروید.

تکنیک های تخیلی به شما کمک می کنند تصاویری را برای استفاده در تمرینات معنوی شکل دهید تا شما را به نور و صوت خدا نزدیک تر کنند. شاید برخی از شما ندانید که این تمرینات معنوی می توانند این کار را انجام دهند.

متخصص فیزیوتراپ

این شبیه تکنیکی است که فیزیوتراپ ممکن است هنگام تنظیم عضلات و استخوان های شما استفاده کند. با اطلاع از اینکه این تنظیم ممکن است شما را ناراحت کند، شما را گول می زند.

می گوید: " پنجه هایت را تکان بده " ذهن، خود را با اجرای این دستور توسط بدن و قسمت پنجه ها مشغول می کند و توجه شما را به آنجا متمرکز می شود. او اجبار می کند: " حرکت بده، تکان بده، باز هم " به محض اینکه شما مشغول حرکت دادن پنجه هایتان می شوید، سریع گردن شما را تنظیم می کند و جا می اندازد.

من به عنوان استاد بیرونی، تکنیک هایی به شما می دهم تا کمک کنم تمرکز خود را روی چیز دیگری قرار دهید که برای استاد درون ممکن باشد با تعالیم درونی به شما درس بدهد. تکنیک های تخیلی به سفر روح شخص یا ترک کردن کالبد فیزیکی در هنگام وضعیت رویا و رفتن به وضعیت بالاتر آگاهی کمک می کند.

تکنیک شرلوک هولمز

یک واصلِ اک مشکلات بسیاری داشت که بالاخره برای او غیرقابل تحمل شد. روزی در طول مراقبه، وقتی هر مشکل را با دقت بررسی کرد و سعی کرد آن را به اک واگذار کند، ناگهان خود را در جهان های درون یافت.

از دور مردی را دید که کلاه خنده داری به سر گذاشته و ذره بینی هم در یک دست دارد. او به یاد شرلوک هولمز افتاد. نور آبی درخشانی به طرز باور نکردنی در اطراف او می درخشید؛ حتی ذره بین هم با آن نور درخشش داشت. وقتی مرد نزدیکتر شد، اکیست او را شناخت، او ماهانتا بود.

ماهانتا به او گفت: ما می خواهیم برای مشکلات تو راه حل پیدا کنیم. او را به مردابی پوشیده از مه هدایت کرد، نور آبی رنگ مسیر آنها را مثل چراغ باطری روشن می کرد. بالاخره به صخره بزرگی رسیدند. ماهانتا صخره را مثل پر کاه بلند کرد.

در حالی که ذره بین را بالای نقطه ای در زیر صخره نگه داشته بود گفت: " اینجا را ببین " او نزدیک تر شد تا بهتر ببیند. با چشم نیمه باز نگاه کرد و کلماتی را زیر لب زمزمه کرد. ناگهان نور آبی که از ذره بین می درخشید تبدیل به نور سفید شد و او توانست کلمات را خیلی واضح بخواند؛ " تنها چیزی که نیاز داری عشق است "

وقتی از خواب بیدار شد، راه حل همه مشکلاتش را که کلید آن در دست ماهانتا بود که به شکل شرلوک هولمز ظاهر شده بود، می دانست. کلید مشکلات عشق است.

شاید بخواهید این تمرین معنوی را برای یافتن راه حل های مشکلات خود امتحان کنید. در طول مراقبه و تمرین معنوی، مشکل خود را هر چه هست به طبقات درون ببرید. چشمان خود را ببندید و شخصی را با لباس آبی رنگ و در هیأت شرلوک هولمز تجسم کنید. او در طول مسیری به سمت شما می آید. وقتی نزدیک تر شد، متوجه می شوید که او ماهانتا است، استاد در قید حیات اِک.

ماهانتا می گوید: " با من بیا، بگذار راه حل مشکل تو را پیدا کنیم " بعد هر جا رفت به دنبال او بروید.

قدم زدن با استاد

وقتی با استاد قدم می زنید، کلمه ای هست که شبیه هیو است و شما باید آن را تکرار کنید. تمام کلمات اِک، یا اسامی خداوند در طبقات مختلف، از هیو مشتق شده اند. این معروف ترین اسم خدا در همه جهان هاست. کلمه ای که در طول وصل شدن به اِک به فرد داده می شود، نام خدا برای سطح خاص است که به ارتعاش خاص شما متصل شده است. این اسامی را برای تکامل معنوی شما می دهند و می توان از آن برای ماجراهای سفر روح استفاده کرد.

کلمه ای که در این تجربه معنوی خاص استفاده می کنید " هی یویوواچ " (HU-ach) یا (HUUUACH) است. با حرف " ه " که

در آلمان یا زبان های یونانی استفاده می شود شروع می شود و سپس به شکل (Huuu-ach) کشیده می شود.

به مدت یک ماه، سعی کنید این تمرین معنوی را به طور منظم انجام دهید. می توانید یک شب این تمرین را استفاده کنید، و تمرین همیشگی خود را شب دوم، دوباره شب سوم این تمرین را و الی آخر. تمرین معنوی مثل این فقط تلاشی است برای گذر از ذهن است.

به یاد داستانی افتادم که استادی آن را برای چلای خود تعریف کرد: " به درون غار برو و در آنجا بیاندیش و تصور کن که تو یک گاو هستی. وقتی آماده شدی بیرون بیا "

چند ساعت بعد، استاد به سراغ چلا آمد. به داخل غار صدا زد: " حالا می توانی بیرون بیایی "

چلا جواب داد: " نمی توانم، هنوز غرق مراقبه هستم. شاخ هایم در صخره ها گیر کرده اند "

در روح هرگز خداحافظی وجود ندارد؛ ما در همه زمان ها با هم هستیم، در همه مکان ها هر جا بروید، می دانید که ماهانتا با شماست و به شما در مشکلات تان کمک می کند، تا با شما در دوران شادی هم نوا شود.

به عنوان استاد درون، من همیشه با تو هستم.

سمینار اروپایی اکتکار، هاکتیو، هلند،

یکشنبه، ۲۰ ژوئیه، ۱۹۸۶

واژه نامه لغات اکنکار

آراهاتا. آموزگار واجد شرایط و با تجربه کلاس های اکنکار.

آشرام. مکانی که مریدان استاد معنوی برای نزدیک بودن به او حوائج طبیعی خود نظیر خوردن و خوابیدن را در آن محل انجام می دهند و دور هم جمع شده و در حد امکان به سخنان استاد گوش فرا می دهند.

نور آبی. روشی که ماهانتا اغلب در جهان های درون بر چلا یا جستجوگر ظاهر می گردد.

چلا. دانشجو معنوی. اغلب اشاره به یک عضو اکنکار دارد.

اک. جریان زندگی، روح مقدس، یا جریان قابل سماء زندگی که محافظ تمام زندگی است.

اکنکار. آئین نور و صوت خداوند. همچنین دانش باستانی سفر روح. آئین حقیقی معنوی برای فرد در دوران کنونی. یک چارچوب آموزشی ارائه شده برای هر کسی که خواهان کشف تجارب معنوی است. تاسیس شده توسط پال توئیچل، بنیانگذار نوین، در سال ۱۹۶۵. به معنای همکار خدا شدن.

استادان اک. استادان معنوی که در مطالعات و سفرهای معنوی می توانند کمک رسان و حمایت کننده مردم باشند. استادان اک از مسیر طولانی خدانشناسی روح هایی که مسئولیت داده شده با آزادی معنوی را می دانند، می آیند.

فوبی کوانتز. نگهبان شریعت-کی- سوگماد در دیر کاتسوپاری در شمالی ترین قسمت تبت. او ماهانتا، استاد اک در قید حیات در زمان بودا، حدود ۵۰۰ سال قبل از میلاد بوده است.

خدا شناسی. وضعیتی از آگاهی خداوند. آگاهی کامل و آگاهانه از خداوند. گوپال داس. نگهبان شریعت-کی-سوگماد در معبد آسکله پوسیس در طبقه ائیری. او ماهانتا، استاد اک در قید حیات در مصر، حدود ۳۰۰۰ سال قبل از میلاد بوده است.

هیو. باستانی ترین، نام اسراری خداوند. خواندن کلمه هیو آهنگ عاشقانه برای خداوند است. آن را می توانید به صورت بلند یا آرام دروتتان بخوانید. وصل. اعضای اکنکار به واسطه رشد معنوی و خدمت به خدا شایستگی آن را بدست می آورند. وصل مراسمی خصوصی است که طی آن واصل به نور و صوت خداوند اتصال می یابد.

قانون کارما. قانون علت و معلول، عمل و عکس العمل، عدالت، کیفر، و پاداش، که در جهان های تحتانی یا جهان های ذهنی اعمال می شود: طبقات فیزیکی، ائیری، علی، ذهنی، و اتری.

کاتا داکی. استاد اک زن، که مثل دیگران در نظام وایراگی، خدمتگذار سوگماد برای کمک به دیگران جهت پیدا کردن ماهانتا، استاد اک در قید حیات می باشد. مسئولیت شخصی او کمک به مردم برای اتکا به خود در دوران سختی است.

هارولد کلمپ. ماهانتا زمان حاضر، استاد اک در قید حیات، سری هارولد کلمپ در سال ۱۹۸۱ استاد اک در قید حیات، ماهانتا گردید. نام معنوی او واه زی (WAHZ) است.

لایتسی. استاد کهن چینی اک.

استاد اک در قید حیات. عنوان رهبر معنوی اکنکار. وظیفه او هدایت روح جهت بازگشتن بسوی خداوند است. استاد اک در قید حیات می تواند دانشجویان معنوی را به عنوان استاد بیرون یاری دهد، در وضعیت رویا او به عنوان استاد رویاست، و در جهان های معنوی استاد درون است. سری هارولد کلمپ در سال ۱۹۸۱، ماهانتا، استاد اک در قید حیات گردید.

ماهانتا. عنوانی جهت توضیح بالاترین وضعیت از آگاهی خداوند بر روی زمین، اغلب تجسم استاد اک در قید حیات است. او کلام زنده است. صورتی از روح خدا که همیشه با شماست. مواقعی همانند نور آبی یا ستاره آبی یا در شکل ماهانتا، استاد در قید حیات، دیده می شود.

پدار زاسک. نام معنوی برای پال توئیچل، بنیانگذار عصر حاضر اکنکار و ماهانتا، استاد اک در قید حیات از سال ۱۹۶۵ تا ۱۹۷۱.

طبقات. سطح های موجود، مانند طبقه فیزیکی، اثیری، علی، ذهنی، اتری، و طبقه روح.

رامی نوری. نگهبان شریعت-کی-سوگماد در خانه موکشا در شهر رتزر، در سیاره زهره. او در مقام ماهانتا، استاد اک در قید حیات، خدمت کرده است. با حرف م در پیشانی اش ظاهر می گردد.

ربازار تارز. استاد تبتی اک که به عنوان مشعل دار اکنکار در جهان های تحتانی شناخته می شود.

ست سنگ. کلاسی که دانشجویان اک ماهیانه در آن دروس اکنکار را مطالعه می کنند.

خود شناسی. شناخت روح. ورود روح به طبقه روح و مشاهده خود به عنوان روح پاک. وضعیتی از دیدن، دانستن و بودن.

شمس تبریز. نگهبان شریعت-کی-سوگماد در طبقه علی. او ماهانتا، استاد اک در قید حیات در پارس باستان بوده است.

شریعت-کی-سوگماد. کتاب مقدس اکنکار. متون مقدس آن مشکل از حدود دوازده جلد در جهان های معنوی است. دو جلد اول آن توسط پال توئیچل بنیانگذار اکنکار در طبقات درون رونویسی شده است.

روح. خود حقیقی، مقدس ترین قسمت درونی هر فرد. روح قبل از تولد و زندگی ها و پس از مرگ کالبد فیزیکی وجود دارد. همانند بارقه ای از خداوند، روح می تواند ببیند، بداند، و تمام چیزها را درک کند. آن مرکز خلقت جهان خویش است.

سفر روح. گسترش آگاهی. توانایی روح جهت خروج از کالبد فیزیکی و سفر به درون جهان های معنوی خداوند. سفر روح تنها توسط استاد اک در قید حیات آموزش داده می شود. آن کمکی است به مردم جهت آشکار شدن معنوی اثبات وجود خداوند و زندگی پس از مرگ.

نور و صوت اک. روح مقدس. دو جنبه است که خداوند از طریق آن در جهان های تحتانی ظاهر می گردد. مردم می توانند از طریق نگاه کردن و گوش دادن در درونشان بوسیله سفر روح آن ها را تجربه کنند.

تمرینات معنوی اک. تمرین روزانه از تکنیک های خاص جهت برقراری ارتباط با نور و صوت خداوند.

سری. عنوانی برای احترام معنوی، مانند جناب کشیش یا پیشوای روحانی، برای کسانی استفاده می شود که به پادشاهی خداوند دست پیدا کرده اند. در اکنکار، آن برای ماهانتا، استاد اک در قید حیات بکار می رود. سوگماد. نامی مقدس برای خداوند. سوگماد نه مرد است و نه زن؛ آن منشاء تمامی زندگی است.

معابد خرد زرین. این معابد خرد زرین، معبد هایی معنوی هستند که هر کدام در طبقات مختلف از فیزیکی تا آنامی لوک وجود دارند؛ چلاهای اکنکار در کالبد روح جهت یادگیری دانش روح الهی به این معابد برده می شوند؛ قسمت های مختلف شریعت-کی-سوگماد، تعالیم مقدس اک، در این معابد نگهداری می شوند.

تورات مانگی. استاد اک عهده دار شریعت-کی-سوگماد در معبد خرد زرین در طبقه ذهنی. او ماهانتا، استاد اک در قید حیات در حبشه باستان بوده است.

پال توئیچل. استاد اک که آموزش های اکنکار را در عصر حاضر از طریق نوشته ها و سخنرانی های خود در سراسر جهان آورده است. نام معنوی او پدار زاسک می باشد.

واه زی. نام معنوی سری هارولد کلمپ. آن به معنی دکترین اسرار است. نام او در جهان های معنوی می باشد.

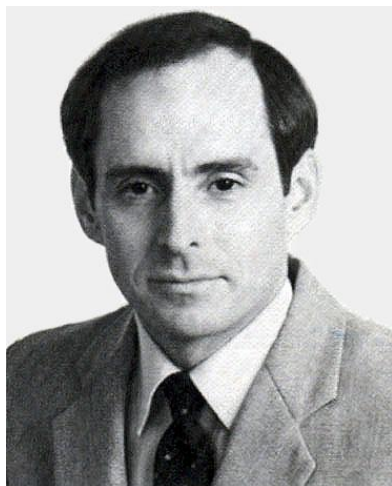
یائوبل ساکابی. نگهبان شریعت-کی-سوگماد در شهر معنوی آگام دِس. او ماهانتا، استاد اک در قید حیات در یونان باستان بوده است.

آنامی لوک. منطقه ای که روح ها بوسیله خدای خدایان حیات دوباره می یابند و انعکاسی از ذات خود او میگیرند؛ جهان مقام متعال؛ سوگماد؛

مرکز تمام زندگی و هستی؛ صوتی که در اینجا شنیده می شود صدای
گردباد است و کلمه اسراری آن همان هیو است؛ منطقه دهم
کل نیرانجان. کل، نیروی منفی. شناخته شده به عنوان شیطان.

ردای آگاهی

دوست دارید خود را بهتر بشناسید، و با خود و دیگران مهربان تر باشید؟ در صفحات این کتاب خردی را می یابید که می تواند شما را به زندگی با آزادی معنوی و آزادی انتخاب، بهترین چیزی که زندگی تقدیم می کند، هدایت کند.



سری هارولد کلمپ
رهبر معنوی اکنکار

اگر تحت فشار مشکلات، ترس ها و تنش ها هستید، خود را از دنیای خشن و غنی و بیرحم اطراف خود جدا کنید. به مرور زمان، ترس ها ما را از زندگی کامل و غنی جدا می کند، و

می توانید این ترس ها را با عشق جایگزین کنید، و ردای آگاهی را به تن کنید.

هارولد کلمپ پیشوای معنوی اکنکار، نگرش هایی را با شما در میان می گذارد که به شما کمک می کند ترس های قدیمی خود را رها کنید. به شما نشان می دهد چگونه " نور و صوت خدا " را از طریق تمرینات معنوی اکنکار تجربه کنید و به آزادی معنوی دست یابید. وقتی یاد می گیرید که ترس های خود را رها کنید گویی جیب های شما از کیسه های شنی سنگین خالی شده است. وقتی کمی سبکتر می شوید، آزادتر هم می شوید. با این آزادی می توانید قلب خود را بکشایید و زندگی سرشار از عشق و شادی را انتخاب کنید.