

گزیده ای از آموزش های آواتار مهربابا
یک راهنمایی عملی برای زندگی روزمره

ترجمه

محسن خاتمی

Extracts from the teachings of
Avatar meher Baba
A practical guide to daily life

محتوا:

پیامی از مهربابا

سکوتی منحصر به فرد
مقدمه مترجم
مقدمه ای از دان ای استیونس

مقدمه کتاب

خلاصه ای از زندگی مهربابا

۱. هفت واقعیت
۲. تنظیم سازی مادیات نیاز به ادراک روحانی دارد
۳. نیاز به تجربه های روحانی
۴. نفس محدود توسط قطب های مخالف زندگی می کند
۵. عشق ذاتاً مسری است
۶. نجات بشریت توسط عشق الهی
۷. تحلیل خودخواهی
۸. نارضایتی فرجام خواستن است
۹. شهوت، طمع، خشم
۱۰. دور باطل
۱۱. جاده ی خوشبختی
۱۲. وانهادن خواسته ها
۱۳. عشق و خدمت
۱۴. خدمت بدون چشمداشت
۱۵. کارما یوگای واقعی
۱۶. خداوند و فرد انسان
۱۷. ابتدا و انتهای خلقت
۱۸. شکل گیری و عملکرد سانسکاراها
۱۹. ازبین بردن سانسکاراها
۲۰. پاک کردن سانسکاراها
۲۱. عمل و بی عملی
۲۲. راه های ادراک
۲۳. مشکل سکس
۲۴. عشق و جستجوی خداوند
۲۵. مراحل طریقت
۲۶. رسیدن به خودشناسی
۲۷. طبیعت نفس و پایان دادن آن
۲۸. خلاصه ای در مراقبه

پویایی های پیشرفت روحانی	۲۹
جنبه های عمیق تر سلوک	۳۰
تناسخ و کارما	۳۱
مایا: بخش یک: ارزش های دروغین	۳۲
مایا: بخش دو: باورهای دروغین	۳۳
مایا: بخش سه: رفتن به ورای کذب	۳۴
مایا: بخش چهار: خداوند و مایا	۳۵
موقعیت خوشبختی	۳۶
خداوند بعنوان عشق بی پایان	۳۷
آواتار	۳۸

پیامی از مهربابا

"من نیامده ام تا هیچ فرقه، جامعه یا سازمانی را بنا کنم،
نه حتی مذهبی جدید را.
مذهبی که خواهم بخشید دانش **وحدت پنهان در کثرت**
را آموزش می دهد.
کتابی که من مردم را وادار به خواندنش می کنم،
کتاب قلب است، که کلید اسرار زندگی را در خود دارد.
من مخلوطی خوشایند از این دو را خواهم ساخت.
من تمام مذاهب و فرقه ها را دوباره زنده می سازم
و آن ها را مانند دانه های تسبیح به هم می آورم."

مهربابا

کتاب: **خدا سخن می گوید**

سکوتی منحصر به فرد
"شکستن سکوت (علامت تجلی عمومی) من خیلی دور نیست.
من آن بزرگترین گنجینه را
که امکان دریافتش برای انسان است می آورم.
گنجینه ای که تمامی گنج های دیگر را شامل می شود،
که برای همیشه باقی می ماند؛
{گنجینه ای} که وقتی با دیگران تقسیمش می کنید،
بیشتر می شود.
برای دریافت آن آماده باشید!"

مهربابا

مقدمه مترجم

این دومین کتابی است که در مهرآباد از مهربابای عزیزمان ترجمه می کنم. نثر بابا، نثر خاص خودش است که توسط حروف الفبای او بصورت متن خواندنی در آمده است و اعتراف می کنم که فهم آن به زبان اصلی برای اینجانب قدری ثقیل و دشوار بوده است. با سپاس از خودبابا و فرهنگنامه ی کامپیوتری که دارم توانستم این متن را با رضایت نسبی خودم به پایان ببرم.

برای روشن تر شدن و روان خوانده شدن متن فارسی، جدا از ویرگول گذاری های اضافی، تعدادی از لغات متن اصلی در کنار معادل فارسی آورده شده تا کسانی که با انگلیسی آشنایی دارند استفاده ی بیشتری بکنند. از خوانندگان محترم خواهش می کنم اگر معادل های بهتری برای لغات فوق سراغ دارند، حتماً به اطلاع اینجانب برسانند. علامت های (پرانتز) که در متن اصلی آمده است به همین صورت در ترجمه آمده است. هرچه در داخل علامت {...} آمده از مترجم است و برای روان تر خوانده شدن متن اصلی به ترجمه اضافه شده است. در متن اصلی، در پایان هر فصل شماره ی صفحات کتاب مرجع آورده شده که در ترجمه، به دلیل مورد نیاز نبودن، نیامده است (بجز در چند مورد که برای رجوع بیشتر در بخش "توجه" به آن ها اشاره شده است).

در مواردی که مهربابا از اصطلاحات عرفانی شرق (عربی/فارسی/هندی) استفاده کرده اند، اینجانب عین متن انگلیسی را آورده ام و در پرانتز نحوه نگارش پیشنهادی خود را اضافه کرده ام (مثال: fana-e-zahiri که می توان آن را "فنا ی ظهیری" هم خواند که دور از اشکال نیست!) (البته مشکل فینگلیش نویسی عبارات فارسی در متون و تاریخچه زندگی مهربابا مشکلی قدیمی است که امیدوارم با کمک مسئولان محترم آرشیو مهربابا، یک بار و برای همیشه مرتفع شود.)

امیدوارم ترجمه و انتشار این کتاب (بصورت کتاب معمولی یا در دنیای اینترنت) مقدمه ای باشد برای آشنایی مردم فارسی زبان با مهربابای عزیز، که خون ایرانی در رگ هایش داشته و حافظ عزیز را دوست می داشته است. وقتی جوانان عزیز ایرانی از من می پرسند که "مهربابا کیست؟"، برایم مایه بسی تاسف است که چگونه همگی ما در طول این سال ها از شناخت این وجود بی نظیر که نسب ایرانی داشته است محروم مانده ایم. تاکنون سه کتاب (ترجمه) از (و در مورد) مهربابا به زبان فارسی در اینجا دیده ام، ولی گمان نمی کنم که این کتاب ها بصورت آزاد و قابل دسترس برای فارسی زبان ها در ایران موجود باشد. باشد که این اثر جدید آغازی باشد برای شناخت و آگاهی بیشتر مردم عزیز ایران از این وجود نازنین.

با سپاس از برکات وجود الهیش

محسن خاتمی mohsenlove@gmail.com

مهرآباد، احمدنگر، هندوستان

دوشنبه، ۲۵ مهرماه ۱۳۸۴، روز پیوند اولیاء و مربیان = روز جهانی غذا = ۱۷ اکتبر ۲۰۰۵
(باشد که خوراکی باشد لذیذ برای جان های طالب و تشنه!)

چکیده ای از مقدمه ی دان ای استیونس

An extract from introduction in seventh revised edition of Discourses of Meher Baba

(1987) edited by M/s. Eruch B. Jessawala, J. Flagg Kris and Bal Natu; written by Mr.

Don. E. Stevens

".... یکی از شگفتی های تماس با مهربابا پذیرش acceptance است.

چارلز پوردوم در کتابش **خدایمرد The God Man** می گوید، > او از مردم دعوت می کند به خودشان نگاه کنند، و نفس هایشان را بپذیرند، نه همچون خوب یا بد، باهوش یا احمق، موفق یا ناموفق؛ بلکه همچون توهمی از وجود واقعی خودشان، و {سپس} از هویت گیری با توهمات بازایستند.<

تاریخ جست وجوی انسان برای روح خویش تعداد اندکی کتاب تولید کرده است که فنون کشف روح را با جزئیات بیان کرده باشند. سخنرانی های مهربابا ارمغانی است برای چنین منبع مختصر ادبی. در این کار، که او آن را در دهه ۱۹۳۰ و اوایل ۱۹۴۰ به مریدان نزدیکش واگذار کرد، او روش هایی را برای یکی کردن زندگی روزانه با پیشرفت های روحانی تشریح می کند. او همچنین ساختار خلقت را نشان می دهد و رابطه ی بین شاگرد و آواتار و مرشد را روشن می سازد

عشق برای خداوند نیروی هدایتگر در طول راه است...."

Don E. Stevens

مقدمه کتاب

آواتار مهربابا Avatar Meher Baba پیام های بی شماری ارسال کرده و در طول زندگیش آموزش های خود را توسط یک تابلوی الفبا به ماندلی های نزدیک Mandali (پاران حلقه ی مرکزی) و عشاق خود دیکته می کرده است. بابای عزیز، در زمان های مختلف، در مکان های مختلف، در تمام مناسبت ها و در مورد تمام موضوعات؛ چه روحانی و چه مادی، همیشه مطلبی در مورد مشکلات بشریت و روش زندگی انسان برای گفتن داشت.

تاکنون کتاب های بسیاری در مورد این پیام ها و آموزش ها نوشته و منتشر شده اند. نخستین سلسله از چنین سخنانی در ژورنال مهر Meher Journal از ۱۹۳۸ تا ۱۹۴۲، ضبط شده است. در ۱۹۴۸ خود مهربابا آقای چارلز پوردوم Charles B. Purdom را برگزید تا این سخنرانی ها را ویرایش و خلاصه کند، تا در سال ۱۹۵۵ در غرب، تحت یک جلد با عنوان "خدا/

به انسان و انسان به خدا "God to Man And Man to God" منتشر سازد. از آن زمان تاکنون، چندین نسخه {از روی این کتاب} به چاپ رسیده است که آخرین آن ها چنین نام دارد: مهربابا: سخنرانی ها **Discourses**، ویرایش **س. د. دشموک** و **C. D. Deshmuk**، هفتمین چاپ، ویرایش **ایرج ب جساوالا Eruch B. Jessawal** و **جی فلگ کریس J. Flagg Kris** و **بال ناتو Bal Natu** (مرتل بیچ Myrtle beach، کارولینای جنوبی، انتشارات شهریار Sheriar Press ۱۹۸۷، چاپ سوم، ۱۹۵۵).

به دلیل سادگی، کوتاه بودن و بهینه بودن اثر فوق، کتاب حاضر، بر آن اساس تدوین شده است.....

این کتاب به کسانی تقدیم می شود که وقت کوتاهی برای مطالعه، بخصوص در امور روحانی، دارند؛ و بااین وجود مایل اند در طریق خودشناسی و کشف حقیقت، از مرشد کامل **آواتار مهربابا** فیضی ببرند....

درخاتمه آرزو داریم که این کتاب کمکی باشد برای برطرف شدن تمام شک ها در ذهن فرد. و شاید بتواند پاسخ تمام پرسش های روحانی باشد.

بگذاریم مهربابا، **آواتار** این عصر، در راه شناخت حقیقت واقعی، در زندگی راهنمایمان باشد.

شادروان ب. ک. کارانی Late B. H. Karani و **د. ه. کارانی D. H. Karani**

خلاصه ای از زندگی مهربابا

زمانی که بشریت کاملاً به رعد سکوت او ناشنوا می شود، خداوند بعنوان بشر روی زمین بدن می گیرد.

آواتار مهربابا که توسط مردمان بسیار بعنوان *آواتار avatar* یا ناجی این عصر مورد احترام، عشق و پذیرش قرار داشته، از یک خانواده زرتشتی ایرانی در ۲۵ فوریه ۱۸۹۴ در بیمارستان *Sasoon Hospital* در شهر *پونا Pune* در ایالت *ماهاراشترا Maharashtra* در هندوستان به دنیا آمد.

آواتار هرگز به دلخواه خودش نمی آید. این موهبت وجود پنج مرشد کامل زمان است که ظهور او را شتاب می دهد و جزئیات زندگی او را هماهنگ می سازد تا زمانی که آنان اختیار تمامی خلقت را به خود خالق بسپارند و او را بعنوان *آواتار* اعلان کنند.

در مورد *مهربان Merwan* (نام کوچک مهربابا) این پنج مرشد کامل این ها بودند:

۱. حضرت *باباجان Hazrat Babajan* اهل *پونا* که با بوسه ای بر پیشانی *مهربان* سرور بی نهایت را در یک لحظه به او داد؛
۲. *سای بابا* اهل *شیردی Sai Baba of Shirdi* که با دیدن *مهربان* جوان گفت "آه، پروردگار" *O-Parvardigar* و قدرت بی نهایت را به او عطا کرد؛
۳. *اوپانسی ماهاراج* اهل *ساکوری Upansi Maharaj of Sakori* که با گفتن "آدی شاکتی" *Adi Shakti* به معنی "یگانه ی ازلی" *The Ancient One* به او درود گفت و دانش بی نهایت را بر او ارزانی داشت.
۴. *نارایان ماهاراج* اهل *کدگاون Narayan Maharaj of Kedgaon* و
۵. *تاج الدین بابا* اهل *ناگپور Tajuddin Baba of Nagpur* هستند.

مهربان در ۱۹۲۲، در بیست و هشت سالگی، با گروه کوچکی از مریدان خود که توسط شخصیت الهی او جذبش شده بودند وهسته ی مرکزی مریدان نزدیک (ماندلی ها) *mandalis* را تشکیل می دادند، ماموریت الهی خود را آغاز کرد. آنان نام *مهربابا* را به مهربان دادند و از آن پس *آواتار مهربابا* خطاب می شد.

از دهم جولای ۱۹۲۵ مهربابا شروع کرد به رعایت سکوت. تا زمان مرگش در ۲۱ ژانویه ۱۹۶۹ او کلامی به لب نراند. در طول هفتاد و پنج سال ماموریت آوتاری خود روی زمین، او خودش را در روستایی در نزدیکی شهر *احمدنगर Ahmadnagar* مستقر ساخت جایی که در طول جنگ جهانی اول یک اردوگاه نظامی بود و سپس به *مهراآباد Meherabad* شهرت یافت.

مهربابا در ابتدای دوران سکوت خود از طریق یک تخته ی الفبای انگلیسی که توسط *ماندلی* های نزدیکش خوانده و تفسیر می شد با دیگران ارتباط داشت. سپس او این تخته را هم کنار گذاشت و با علامات مخصوص خودش اشاره می کرد و سخن می گفت.

در *مهراآباد*، مهربابا بیشتر کارهای انسانی خود را که شامل تاسیس مدرسه ی شبانه روزی برای پسران، بیمارستان، پرستشگاه و اقامتگاه، اطعام مساکین و همچنین کارهای دورنی معنوی خودش با مست ها *the Masts* (روح های خدامست) بود انجام داد.

از ۱۹۳۰ به بعد مهربابا چندین بار به دور دنیا سفر کرد و به این ترتیب، توسط مامورین خود، به کار "کابل گذاری" *laying cables* برای ماموریت روحانی جهانی خود پرداخت. او برای یافتن "مست" ها به تمام نقاط هندوستان سفر کرد. در موردشان می گوید، "من

مادر مست ها هستم. اگر خدایی وجود نداشت، مست ها هم وجود نداشتند." در مورد کار خودش با فقرا، نیازمندان و جذامین او چنین گفت، "هیچ چیز بیش تر از تعظیم کردن به خداوند در تمام این اشکال برای من خوشحال کننده نیست."

در ۱۶ اکتبر ۱۹۴۹، مهربابا با بیست نفر از ماندلی ها(میردان نزدیک) وارد مرحله ای از زندگی شد که آن "زندگی جدید" New Life خواند. این یک زندگی بود که چندین شرط و پیمان بر آن حاکم بود: سرشار از ناامیدی hopelessness و ناتوانی helplessness، یک زندگی با پاکی مطلق، وانهادن تمام دروغ ها، گدایی خوراک روزانه و اتکای کامل به خداوند. در آن دوره بابا چنین مقرر داشت که نباید به او بعنوان مرشدان نگاه کنند، بلکه بعنوان یک همنشین و همراه، یک برادر بزرگتر. این زندگی جدید به یک دوران صد روزه در خلوت seclusion منتهی شد و سپس به یک دوران چهار ماهه که "مانوناش" manonash (نابودی کامل ذهن) خوانده شده منتهی شد. وضعیتی که در آن کثرت می رود و وحدت می آید، جهل می رود و شناخت می آید؛ قیدها می روند و آزادی می آید. ذهن که منبع جهل است برای همیشه از بین می رود: زیرا وقتی ذهن دیگر نباشد، جهلی هم نخواهد بود.

در سال های ۱۹۵۲ و ۱۹۵۶ مهربابا دو سانحه ی عمده اتوموبیل داشت. مهربابا گفته است که هرگاه آواتار می آید او رنج های بشریت آن زمان را به خودش می گیرد. با این حال، این دو سانحه مهربابا را از دادن دیدارهای عمومی باز نداشت.

در سال های آخر زندگی، مهربابا با ماندلی های زن و مرد خود در مهرآباد Meherabad زندگی کرد. او تا زمان فروانداختن بدنش در ۱۹۶۹ در اینجا زندگی کرد. آرامگاهش (که سامادی samadhi خوانده می شود) در روی تپه ی مهرآباد است و در بقعه ای قرار دارد که خودش آن را در زمان زندگی برای مقبره اش تعیین کرد و ساخت.



(سمادی اوتار مهربابا)

همه ساله در سالروز مرگش (آمارتیتی) amarthiti که مصادف است با ۳۱ ژانویه، زاپیرین بسیاری از تمام دنیا برای ادای احترام و بیان عشق خود به مرشدشان به اینجا می آیند.

برای آنان، آواتار مهربابا مهربان ترین پدر بوده و هنوز هست: کسی که آموزش هایش را برای آیندگان در قالب نوشتجات مختلف برجای نهاده است.

این چکیده، گزیده ای است از کتابی به نام سخنرانی ها Discourses

Dara M. Katrak دارا م. کاتراک

۱. هفت واقعیت

هستی، عشق، ایثار، وارستگی، شناخت، کنترل و تسلیم.

من اهمیتی به فرقه، طرز فکر و طبقه؛ یا به انجام آداب و تشریفات مذهبی نمی دهم بلکه به درک این هفت واقعیت اهمیت می دهم:

۱. تنها هستی واقعی از آن یگانه یزدان است: کسی که خود هستی the Self هر موجود محدود است.
۲. تنها عشق واقعی، عشق به این بی نهایت (خداوند) است که اشتیاق شدیدی را برای دیدن، شناختن و یکی شدن با حقیقت (خداوند) برمی انگیزد.
۳. تنها ایثار واقعی آن است که در آن، در تعقیب این عشق، همه چیز (بدن، ذهن، مقام، رفاه، و حتی خود زندگی) فدا گردد.
۴. تنها وارستگی واقعی آن است که حتی در میانه ی وظایف دنیایی، تمامی افکار و خواسته های خودخواهانه ترک گفته شوند.
۵. تنها شناخت واقعی دانستن این است که خداوند ساکن دورنی مردمان خوب و مردمان به اصطلاح بد است، در قدیسان و در به اصطلاح گناهکاران {هست}. لازمه ی این شناخت این است که در هر شرایطی که لازم شود، باید به همه، بطور مساوی یاری کنی: بدون انتظار پاداش؛ وقتی مجبوری در منازعه ای شرکت کنی، بدون ذره ای از دشمنی یا نفرت عمل کنی؛ سعی کنی با داشتن احساس های برادرانه و خواهرانه به هریک، دیگران را خوشحال کنی، و در پندار و گفتار و کردار به هیچکس آسیبی نرسانی _ حتی آنان که به تو آسیب زده اند.
۶. تنها کنترل واقعی منضبط ساختن حواس است تا از زیاده روی در خواسته های پست دست برداری، {چیزی} که به تنهایی پاکی شخصیت را تضمین می کند.
۷. تنها تسلیم واقعی آن است که حالت فرد در شرایط سخت مختل نشود و فرد، در میان هرگونه سختی، با آرامش کامل تسلیم اراده ی خداوند باشد.

۲. تنظیم سازی مادّیات نیاز به ادراک روحانی دارد

درک مشکل بشریت، فقط بعنوان مشکل نان، تقلیل دادن بشریت است به سطح حیوانیت. ولی حتی وقتی که انسان برای خودش هدف تامین مادّیات خالص را تعیین می کند، تنها وقتی می تواند در تلاش خود موفق شود که درک روحانی داشته باشد. تا زمانی که مردم این را درک نکنند که بدون جایگزین کردن عشق ایثارکننده بجای منافع شخصی هیچ نقشه و عمل تعاونی در امور اقتصادی عملی نخواهد شد، تنظیم اقتصادی غیرممکن خواهد بود.

درغیراین صورت، بشریت با بهترین لوازم و

کارآیی های مادّی، نمی تواند ازبرخوردها و ناکارآیی ها پرهیز کند.

۳. نیاز به تجربه های روحانی

این تمدن جدید بشری که در حال پیدایش است نباید با نظریات خشک روشنفکرانه جان بگیرد، بلکه باید با تجربه های روحانی روح پذیرد.

تجربه ی روحانی به حقایق ژرف تری دسترسی دارد که برای عقل محض غیرقابل دسترسی است، و نمی تواند از یک هوشمندی یاری نشده زاده بشود. حقیقت روحانی غالباً می تواند توسط عقل گفته و بیان شود و به یقین، هوشمندی می تواند در انتقال آن تجربه ی روحانی کمکی بکند.

ولی عقل، به خودی خود قادر نیست به انسان تجربه ی روحانی بدهد یا آن را به دیگران انتقال دهد..... تشریح روشنفکرانه هرگز نمی تواند جانشینی برای تجربه ی روحانی باشد؛ در بهترین وضعیت می تواند زمینه را برای آن آماده کند....

... یک تجربه ی واقعاً روحانی نه تنها شامل ادراک روح در حال گذر از مراتب مختلف آگاهی می شود، بلکه شامل نگرشی درست نسبت به وظایف دنیایی نیز هست. اگر {روح} اتصالش را با جنبه های مختلف زندگی از دست بدهد، آنچه داریم یک واکنش عصبی است، که از یک تجربه ی روحانی بسیار دور است.

۴. نفس محدود توسط قطب های مخالف زندگی می کند

هستی جداگون separative existence وجود و نیروی خود را از هویت گرفتن خود با یکی از مخالف ها و در تضاد قرار دادن خود با دیگری کسب می کند....

آنچه از هویت گرفتن با گروه های کوچک یا آرمان های محدود حاصل می شود، ممزوج کردن واقعی real merging نفس جداگون نیست بلکه فقط شبیه آن است.

ممزوج ساختن واقعی نفس محدود در اقیانوس زندگی، شامل تسلیم کردن کامل هستی جداگون در تمام اشکال خودش است.

۵. عشق ذاتاً مُسری است

عشق را نمی توان با اراده بوجود آورد؛ انسان توسط تمرین اراده در بهترین حالت می تواند انجام وظیفه کند. شخص با تلاش و کوشش شاید بتواند مطمئن شود که رفتارهای بیرونی او، با مفهوم او از آنچه که صحیح است در انطباق است، ولی چنین عملی از نظر روحانی عقیم است، زیرا زیبایی درونی عشق خودانگیخته را کسر دارد.

عشق باید بطور خودانگیخته از درون سرچشمه بگیرد؛ عشق تابع هیچ نوع نیروی درونی و بیرونی نیست. عشق و اجبار هرگز نمی توانند باهم وجودداشته باشند، ولی درعین اینکه نمی توان عشق را بر کسی تحمیل کرد، می تواند توسط خود عشق بیدار گردد. عشق در ذات خود مُسری self-communicative است: آنان که آن را ندارند از کسانی که آن را دارند می گیرند. کسانی که آن را دریافت می کنند نمی توانند بدون یک پاسخ که طبیعت آن نیز عشق است، آن را دریافت کنند. عشق واقعی غیرقابل تسخیر است و غیرقابل مقاومت.

{عشق} به گردآوری نیرو و انتشار ادامه می دهد تا زمانی که در نهایت هر کسی را که با آن در تماس است متحول سازد. بشریت توسط بازی آزادانه و بدون مانع عشق خالص از قلب به قلب، به حالتی تازه از وجود خواهد رسید.

۶. نجات بشریت توسط عشق الهی

وقتی که تشخیص دهیم که هیچ مطالبه ای بزرگتر از مطالبه ی زندگی الهی فراگیر نیست __ که بدون استثنا شامل همه کس و همه چیز می شود __ عشق نه تنها آرامش، هماهنگی و خوشبختی را در حیطه های اجتماعی، ملی و بین المللی برقرار می سازد، بلکه با خلوص و زیبایی خودش خواهد درخشید. عشق الهی در برابر حملات دوییت مغلوب شدنی نیست و بیانی از خود الوهیت است. توسط عشق الهی است که انسانیت جدید با نقشه ی الهی میزان می شود.

عشق الهی نه تنها در زندگی شخصی تولید شیرینی محو نشدنی و سرور بی نهایت می کند، بلکه عصر بشریت جدید New Humanity را نیز ممکن می سازد. این عشق تمامی توهمات را می زداید و در حقیقت مستقر خواهد شد. از آرامش و خوشبختی لذت خواهد

برد و

به زندگی ابدی وارد خواهد شد.

۷. تحلیل خودخواهی

خودخواهی به سبب تمایل برای ارضای خواهش‌ها در عمل و تجربه بوجود می‌آید. خودخواهی زاده‌ی جهل ریشه‌ای نسبت به طبیعت واقعی انسان است. آگاهی انسان توسط انباشته شدن انواع مختلف تاثیراتی که در روند طولانی تکامل آگاهی در آن واریز گشته ابرآلوده شده است. این تاثیرات خود را بصورت خواهش‌ها بیان می‌سازند و محدوده‌ی عملکرد آگاهی توسط این خواهش‌ها مقید و محصور می‌شود.

سانسکاراها (sanskaras) یا تاثیرات (impressions)، پوسته‌ای را در اطراف حوزه‌ی آگاهی تشکیل می‌دهند. حلقه‌ی سانسکاراها منطقه‌ی محدودی را شکل می‌دهند که آگاهی فردی فقط در آن منطقه می‌تواند متمرکز باشد.

برخی از خواهش‌ها فقط بصورت بالقوه وجود دارند، ولی برخی دیگر می‌توانند به عمل درآیند. ... زمانی که یک خواهش قدرت کافی گردآوری کند، برای ارضا شدن، خودش را به صورت کردار و فعل درمی‌آورد.

۸. نارضایتی فرجام خواستن است

محدوده ی خودخواهی مساوی با محدوده ی خواسته ها است. به سبب موانعی که خواسته های گوناگون ایجاد می کنند، برای روح ناممکن می شود که وجود واقعی خود را آزادانه و کامل بیان کند و زندگی، خود-محور و باریک می شود. تمامی زندگی شخصی نفس پیوسته در چنگال خواسته ها است، این یعنی طلب ارضای خواسته ها توسط چیزهایی که عوض می شوند و از بین می روند.... بنابراین، احساس بزرگی از عدم رضایت همراه با تمام انواع نگرانی ها وجود دارد.

۹. شهوت، طمع، خشم

شکل های اصلی که نفس ناکام خودش را با آن ها بیان می کند شهوت، طمع و خشم هستند. ... شهوت بیانش را توسط بدن جسمی پیدا می کند و به تن علاقه دارد. این شکلی از وابستگی است به سپهر فیزیکی physical sphere.

طمع حالتی از بیقراری قلب است و در اساس از میل بسیار به قدرت و ثروت تشکیل شده است. بنابراین، طمع همیشه حوزه ای بی پایان برای فتح کردن دارد و فرد بطور پیوسته ناراضی است. بیان های اصلی طمع با بخش عاطفی انسان رابطه دارند. این شکلی از وابستگی به سپهر لطیف subtle sphere است.

خشم بخار fume یک ذهن رنجور است {که} توسط عقیم ماندن خواسته ها ایجاد می شود. خشم نفس محدود را خوراک می دهد و برای سلطه جویی و تهاجم مصرف می شود. هدف آن برداشتن مانع موجود بر سر ارضای خواسته ها است. هیجان خشم، نفس و غرور و خودبینی را تغذیه می کند و بزرگترین حامی نفس محدود است. ذهن جایگاه خشم است و بیانات آن بیشتر توسط فعالیت های ذهنی صورت می گیرند. خشم نوعی وابستگی به سپهر ذهنی mental sphere است.

بدن، قلب و ذهن، به ترتیب وسیله های بیان شهوت، طمع و خشم هستند.

۱۰. دور باطل

انسان توسط شهوت، طمع و خشم ناکامی را تجربه می کند و نفس ناکام شده، به نوبه ی خودش، به دنبال ارضا کردن شهوت و طمع و خشم است. اینگونه، آگاهی انسان در دور باطل ناکامی های بی پایان گرفتار آمده است. ناکامی وقتی بوجود می آید که شهوت، طمع یا خشم در بیان کردن خود عقیم می مانند. ... در نتیجه، خودخواهی که پایه ی مشترک این سه عادت است، علت نهایی ناکامی ها و نگرانی ها است.

این {روند باطل} خودش را شکست می دهد. {نفس} از طریق خواسته ها خواهان ارضای خود است، ولی فقط در کسب نارضایتی بی پایان توفیق می یابد!

۱۱. جاده ی خوشبختی

خودخواهی در نهایت به نارضایتی و ناکامی منجر می شود زیرا که خواسته ها بی پایان هستند. بنابراین مشکل خوشبختی همان مشکل انداختن خواسته ها است. با این وجود، خواسته ها نمی توانند بطور موثر توسط سرکوب کردن مکانیکی مغلوب شوند. فقط با دانش است که

می توانند از بین بروند. هرآنچه که در زندگی لذت برده ای اینک هیچ است. هر مقدار که در زندگی رنج برده باشی نیز در حال حاضر هیچ است. تمامش توهم بوده است.

این حق شماست که خوشبخت باشید و با این وجود، شما با خواستن چیزها ناشادی خودتان را خلق می کنید. خواستن منبع بیقراری دایمی است. ...

درک پیوسته ی عبث بودن خواسته ها، در نهایت شما را به شناخت knowledge رهبری خواهد کرد. این شناخت از خویش Self-knowledge به شما آزادی از خواسته ها را عطا می کند، که شما را

به جاده ی خوشبختی پایدار راهنمایی خواهد کرد.

۱۲. وانهادن خواسته ها

خواسته ها باید با دقت از نیازها تفکیک شوند. غرور و خشم، طمع و شهوت، همگی شکل های مختلفی نیازها هستند. شاید فکر کنی، "من هرچه را نیاز دارم می خواهم." ولی این یک اشتباه است. اگر در یک صحرا تشنه باشی، آنچه نیاز داری آب خوب است و نه لیموناد. تا زمانی که انسان بدن دارد برخی از نیازها وجود دارند و برآوردن آن نیازها لازم است. ولی خواسته ها تولیدات تخیلات احمقانه هستند. اگر خوشبختی بخواهد وجود داشته باشد، این خواسته ها باید با شدت تمام کشته شوند. همانگونه که خود وجود خودخواهی از خواسته ها تشکیل شده، وانهادن خواسته ها یک روند مرگ می شود. مردن به معنای معمولی یعنی جداشدن از بدن، ولی مردن در معنی واقعی آن یعنی جداشدن از خواسته های پست.

کشیشان با کشیدن تابلوهای تیره و غم افزا از بهشت و دوزخ، مردم را برای مرگ کاذب آماده می کنند؛ ولی مرگ آنان توهمی است زیرا که زندگی یک پیوستار ناگسسته است. مرگ واقعی بازایستادن خواسته ها است و به تدریج فرا می رسد.

منشاء خودخواهی و متحول کردن آن به بیخودی

طلوع عشق مرگ خودخواهی را آسان می کند. بودن، یعنی مردن توسط عشق ورزیدن. *being is dying by loving*. اگر نمی توانید به یکدیگر عشق بورزید، پس چگونه می توانید آنان را که شما را شکنجه می دهند دوست داشته باشید؟ مرزهای خودخواهی توسط جهل ایجاد شده اند. وقتی که فرد درک می کند که می تواند با گسترش محدوده ی علاقه ها و فعالیت هایش رضایت عظیم تری داشته باشد، او به سمت زندگی خادمانه پیش می رود. در این مرحله او بسیاری از خواسته های خوب دارد....

به نوعی می توان گفت که حتی خواسته های خوب شکلی از خودخواهی روشن ضمیرانه و گسترش یافته *enlightened and extended selfishness* هستند؛ زیرا مانند خواسته های بد، آن ها نیز در حوزه ی *domain of duality* حرکت می کنند. ولی چنانکه انسان به خواسته های خوب پردازد، خودخواهی او مفهومی بزرگتر را درآغوش می کشد، که نهایتاً به نابودی خودش ختم می شود. {او} بجای اینکه فقط سعی کند نمایش بدهد، جالب باشد و تصرف کند، می آموزد که برای دیگران مفید باشد.

خواسته هایی که وارد ساختار نفسانی شخص می شوند یا خوب هستند و یا بد. خواسته های بد را معمولاً شکل هایی از خودخواهی می خوانند، و خواسته های خوب را شکل هایی از بیخودی *forms of selflessness* می خوانند. باین وجود، هیچ خط معین و مشخصی خودخواهی را از بیخودی جدا نمی کند.

هر دو در حوزه ی *domain of duality* حرکت می کنند و از نقطه نظر غایی، که به ورای نیک و بد می رود، تمایز بین خودخواهی و بیخودی عمدتاً در محدوده {عملکرد} *range* است. ... (این دو) مراحل از زندگی نفس شخصی هستند و این دو مرحله با یکدیگر در توالی هستند.

خودخواهی وقتی بوجود می آید که تمام خواسته ها بر محور فردیت باریک متمرکز باشند. بیخودی وقتی بوجود می آید که این سازمان خام خواسته ها از فروپاشی رنج می برد و پراکندگی عمومی در خواسته ها وجود دارد، نتیجه اینکه آن ها سپهری بس وسیع تر را دربر می گیرند. خودخواهی، باریک سازی علاقه ها به یک حوزه ی محدود است؛ بیخودی تعمیم و وسیع کردن علاقه هاست در حوزه ای گسترده. ...

قبل از اینکه کاملاً به ورای حوزه ی *domain of duality* برویم، خودخواهی باید به بیخودی دگرگون شود. پایداری و انجام مداوم اعمال نیک، خودخواهی را مستهلک می کند. ... (عمل) نیک پیوند اصلی بین رونق و مرگ خودخواهی است. ... خوبی کردن وسیله ای است که روح جهل خودش را {با آن} برطرف می سازد.

معنویت: نگرشی مثبت به زندگی

... معنویت *spirituality* باید مردم را بیشتر انسان کند. این نگرشی مثبت است برای رهاسازی هرچه خیر و شریف و زیبا است در انسان. ... تنها لازمه ی آن این است که وقتی کارهای روزانه را انجام می دهید یا مسئولیت های محوله را، که برخاسته از موقعیت و مکان خاص فرد است، برآورده می کنید، روح دورنی باید از بار خواسته ها آزاد بماند.

کامل شدن یعنی آزاد ماندن از وابستگی های *domain of duality*. ... ولی این آزادی نمی تواند توسط فرارکردن از زندگی، بخاطر ترس از وابستگی، به دست بیاید. ... معنویت شامل برخورد کردن مناسب و تمام با زندگی، بدون مغلوب شدن توسط متضادها است. معنویت باید سلطه ی خود را بر تمام توهومات (هرچقدر هم که جذاب و قوی) مطالبه کند.

یک وجود کامل، بدون پرهیز از تماس با شکل های مختلف زندگی، با وارستگی کامل در میان فعالیت های شدید عمل می کند.

توجه:

مهربابا می فرماید:

" از عمل نیک است که روح به خدا گذر می کند."

حال که در مورد خودخواهی و بیخودی از او شنیدیم بهتر است در ادامه ی این فصل نظرات بابا را در مورد خدمت بدون چشمداشت selfless service و کارما یوگای واقعی True Karma Yoga نیز بدانیم.

۱۴. خدمت بدون چشمداشت

... بسیار مهم است که خدمت، حتی وقتی که کاملاً بی نفس انجام می شود، توسط ادراک روحانی راهنمایی شود؛ زیرا که خدمت بدون چشمداشت *selfless service*، وقتی که ناهوشمندانه صورت گیرد، غالباً تولید اغتشاش و پیچیدگی می کند. ... به دلیل اثرات جانبی غیرقابل پیش بینی و غیرقابل کنترل، اینگونه اعمال هر یک مشکلی را که حل می کنند، ده مشکل دیگر درست می کنند. مردمان دنیایی می کوشند با ضدیت با اهریمن مقابله کنند، ولی در عمل، آنان بطور ناخودآگاه آفرینندگان اهریمنی دیگر می شوند.

... اگر عمل قرار است برکتی خالص برای کائنات باشد، باید از ادراک تمام و کمال زندگی برخاسته باشد.... اگر خدمت بدون چشمداشت بخواهد یک موهبت غیر مخلوط برای همگان باشد، باید براساس این ادراک باشد.

آنچه که در نظر شخص معمولی، در شرایطی خاص، یک خدمت تلقی شود، نزد یک مرشد کامل یک ناخدمت *disservice* تلقی شود، زیرا او دانشی بی خطا در مورد موقعیت و ژرفای تقاضاهای روحانی آن موقعیت دارد. تمایل برای گدایی کردن خوراک بعنوان یک خیرات، تولید سانسکاراهای نامطلوب می کند؛ و با خوراک دادن به کسی که با این تمایل نزد شما می آید، شاید به او کمک کنید که بار آن سانسکاراها را افزایش دهد. ... اگر برای این خدمت می کنید که کسی را زیر منت خود درآوردید و اگر از این کار احساس غرور می کنید، نه تنها خسارت روحانی به گیرنده ی آن خدمت می زنید، بلکه به خود نیز آسیب می زنید. اگر در حین خدمت کردن از آن لذت ببری و از اینکه کار نیکی می کنی غرورت را پرورش دهی، به عملت وابسته می شوی و در نتیجه خودت را به قید می کشانی.... بنابراین، تنها راه رها ماندن از *کارما* karma این است که کاملاً از آن خدمت وارسته بمانی.

... ارزش خدمت بستگی دارد به این دارد که چه نوع کار نیک توسط آن تامین شده باشد.... آن نوع بهبودی و سلامت که توسط خدمت کردن مطلوب است بستگی به نگرش انسان دارد، و کسی که روشن ترین دید را از خیر واقعی دارد در موقعیتی است که بااهمیت ترین و باارزش ترین نوع خدمت را ارائه بدهد....

برای بیشتر مردم، مفهوم خدمت کردن بطور جدانشدنی با به دست آوردن نتایج مشخص و معین در دنیای مادی گره خورده است... این نوع خدمتی است که توسط مشتاقان، سیاستمداران، مصلحان اجتماعی و سایر مردمان خوب ارائه می شود. ... بنابراین تا زمانی که مفهوم خدمت به مفهوم نتایج گره خورده باشد، بطور غیرقابل اجتنابی سرشار از نقص است.....

بنابراین، فاصله ای عظیم بین خدمت قبل از تشخیص حقیقت و خدمت پس از دریافت حقیقت وجود دارد. زندگی خدا-انسان یک زندگی {سرشار از} خدمت است: تقدیمی دایمی است به سایر اشکال خودش. این نوع خدمت، که مشخصه ی زندگی یک انسان خداآگاه است، در اساس با خدماتی که در زندگی افرادی که حقیقت را نشناخته اند یافته می شود، تفاوت دارد.

۱۵. کارما یوگای واقعی

در کارما یوگای واقعی true karma yoga، یا زندگی با عمل کامل perfect action، تنظیم مناسبی بین جنبه های مادی و معنوی زندگی وجود دارد. در چنین نوع زندگی، آگاهی انسان در قید چیزهای پیش پا افتاده و مادی نیست، ولی در عین حال اجازه ندارد از امور روزانه ی زندگی فرار کند. ذهن اجازه ندارد تا در زندگی مادی خواسته های رشد کننده غرقه شود، و نه اینکه مجاز است در سرور روحانی غرقه شود. ذهن باید عادت کند تا از نقطه نظر ادارک معنوی، با مشکلات زندگی دست و پنجه نرم کند.

تنظیم درست بین جنبه های مادی و معنوی زندگی توسط دادن اهمیت یکسان به هر دو به دست نمی آید. ... روح باید همیشه برتری و تقدم غصب ناشدنی inviolable primacy خود را بر ماده داشته باشد، باین وجود، این اولویت توسط پرهیزکردن از، یا مردود کردن ماده بیان نمی شود، بلکه در عوض، از ماده بعنوان وسیله ای مناسب برای تجلیات روح استفاده می شود.

به دلیل آرزوهای مختلف و فراوان ذهن، ماده تمایلی دارد تا برای خودش نقش مهمی را ایفا کند. ... راه اعاده ی شرافت روح این نیست که ماده را مردود کنیم، بلکه باید از آن برای مطالبات روح استفاده کنیم.

این فقط زمانی ممکن است که روح از تمایل آرزوها آزاد شده و از موقعیت راستین خویش تماماً آگاه گشته باشد. ... او (فرد انسان) در ماده و محیط اجتماعی ساکن است، بدون اینکه اشتیاق آن ها را داشته باشد و با وارستگی از آن ها، قادر است که آن ها را در زندگی معنوی تبدیل کند.

... دیگر نیازی نیست که از زندگی روزمره و درگیری های آن فرار کنید... بلکه وقتی که چنین بازنشستن در ترس از دنیا یا نبود اطمینان به روح ریشه داشته باشد، در کسب آزادی واقعی کمترین کمک را خواهد کرد. آزادی واقعی در اساس مثبت است و باید خود را توسط سلطه ی بی چون و چرای روح بر ماده بیان سازد. این زندگی واقعی روح است...

... تمامی چیزهای مادی این دنیا می تواند برای این بازی الهی divine game به خدمت گرفته شود؛ و وقتی آن ها چنین مطیع باشند، آن ها وسایل کمکی خواهند شد برای تأیید روح از سوی خود.



۱۶. خداوند و فرد انسان

خدا تنها واقعیت است. او واری دوییت های نیک و بد، درست و غلط، ثواب و گناه، مرگ و زندگی، لذت و درد است. چنین جنبه های دوگانه ای به خداوند تعلق ندارد.... وقتی در مورد بی نهایت و بانهایت صحبت می کنید، به آن ها همچون دو چیز اشاره دارید؛ و این دوییت {است}. ... از آنجا که بی نهایت نمی تواند بخش دوم بانهایت باشد، وجود ظاهری بانهایت کاذب است.

فقط بی نهایت وجود دارد. خداوند را نمی توان به حیطة ی دوییت تنزل داد. در واقعیت فقط یک وجود موجود است و آن روح فراگیر است. وجود بانهایت یا محدود، فقط ظاهری یا تخیلی است.

وجود ظاهری بانهایت:

... اگر به درون نگاه کنید و روح خود را در طبیعت واقعی خودش تجربه کنید، درخواهید یافت که شما بی نهایت هستید و وراى تمامی خلقت. با این وجود، شما خود را با بدن هویت می دهید. این هویت گیری کاذب به سبب جهل است، که خود را توسط واسطه ی ذهن موثر می سازد. یک شخص معمولی فکر می کند که او بدن جسمانی است. انسانی که در معنویت پیشرفت کرده فکر می کند که او بدن لطیفش است. قدیس فکر می کند که او ذهن است. ولی در هیچ یک از آنان روح شناخت مستقیم ندارد. این {مورد} تفکر خالص مخلوط نشده با توهم نیست. {مقداری هم توهم مخلوط دارد}.

روح SOUL بعنوان روح {مطلق} Soul بی نهایت است _ وارسته از بدن یا ذهن _ با این وجود، به دلیل جهل، روح تحت انقیاد ذهن درمی آید و یک "پندارنده" {متفکر یا اندیشمند} می شود، گاهی خود را با بدن هم انگاری می کند و گاه با ذهن. از دیدگاه محدود کسی که به وراى حیطة ی مایا {سراب یا توهم} نرفته است، افارد بیشمارى وجود دارند. به نظر می رسد که به تعداد بدن ها و ذهن ها اشخاص وجود دارند. در واقع فقط یک روح فراگیر وجود دارد، ولی فرد فکر می کند که او بادیگر افراد متفاوت است. آن یگانه ی موجود در همه خودش را همچون یکی از همه تجربه می کند. این به دلیل تخیل و پنداشت دروغین است.....

قلمروی آگاهی کامل:

تکامل تدریجی آگاهی از عصر حجر {تا اینک} به انسان منتهی می گردد. تاریخ تکامل {موجودات} تاریخ پرورش آگاهی است. میوه ی تکامل، آگاهی کامل است، که مشخصه ی انسان است. ولی حتی همین آگاهی نیز مانند آینه ای است که از غبار پوشیده شده.

به دلیل عملکرد سانسکاراها، آن آینه دانش روشن و واقعی طبیعت روح را بازتاب نمی دهد. باوجودی که تماماً پرورش پیدا کرده، {این آگاهی انسانی} نه حقیقت را، بلکه ساختارهای تخیلی را بازتاب می کند، زیرا که عملکرد آزادانه اش توسط وزنه ی سانسکاراها منع شده است. علاوه بر این، نمی تواند ورای قفسی که توسط خواسته ها ایجاد شده گسترش داشته باشد و بنابراین در قلمروی خود محدود است.

پیشرفت معنوی:

پیشرفت معنوی از پروردن بیشتر آگاهی تشکیل نشده است (زیرا که در انسان بخوبی پروده شده است)، بلکه در {گروی} رهاسازی آگاهی از قید سانسکاراها است....

حالت کمال:

در حالت کمال، تمامی آگاهی توسط ناپدید شدن تمام موانع روشن شدگی، به مصرف می رسد و پایان می گیرد. فتح ناخودآگاه توسط خودآگاه، کامل شده است و انسان پیوسته در شعله ی تمام اشراق منزل دارد و یا با روشنی یگانه گشته است. او خودش اشراق می شود.... فردیت محدود، که مخلوق جهل است، به فردیت الهی بدل گشته است، که نامحدود است.

با نابودی جهل، فردیت بدون مرز می شود. از آنجا که {دیگر} توسط *mayaya* {توهمات} ودویت های آن جدا و درگیر نیست، از حالت آزادی که در آن، هشیاری بدون موضوع، حضور خالص و سرور روشن وجود دارد، لذت می برد. چنین فردی دیگر هیچ نوع توهمی که انسان را حیرت زده و متعجب کند ندارد. به نوعی، او مرده است. نفس فردی، که منبع احساس جدایی است، برای همیشه از بین رفته است. ولی به نوعی دیگر، او با عشقی غیرقابل تسخیر و سروری ابدی، برای همیشه زنده است. او قدرت و خرد بی نهایت دارد و برای او، تمامی کائنات مزرعه ی کار معنوی برای تکامل بشریت است.

از کجا و به کجا؟ whence and wither?

تا زمانی که ذهن بشر واقعیت غایی را، همانگونه که هست، مستقیم تجربه نکند، ذهن در هر تلاش خود برای توضیح مبدا و منظور خلقت دچار گیجی و گمراهی است.... ذهن انسان در بهترین حالت خود می تواند در مورد گذشته و آینده ی کائنات حدس های عالی بزند، زیرا که توسط جادوی *مایا* {توهمات سراب گونه ی ذهن} مقید است. ذهن نه می تواند به شناخت نهایی این نکات برسد و نه می تواند با جهل در مورد آنان راضی باشد. "ازکجا؟" و "به کجا؟" این دو پرسش همیشگی و نیشداری هستند که ذهن انسان را دچار بیقراری الهی می سازند.

آغاز و پایان:

... خود این دو پرسش "ازکجا؟" و "به کجا؟" پیشگمان آغاز و انجامی برای این خلقت در حال تکامل هستند. آغاز تکامل آغاز زمان است و پایان تکامل، پایان زمان. تکامل هم آغاز دارد و هم پایان زیرا زمان هم آغاز دارد و هم پایان.

در میان آغاز و پایان این دنیای درحال تغییر، دوران های بسیاری وجود دارند؛ ولی در میان و توسط این دوران ها، یک پیوستگی تکاملی کائنات وجود دارد. پایان واقعی روند تکاملی *ماهپرالایا* mahapralaya نام دارد {به معنی} نابودی عظیم دنیا، زمانی که دنیا همانی می شود که در آغاز بود؛ که نامش **هیچی** nothing است.... تمامی کائنات واقعی، که مخلوق *مایا* {توهم} است در زمان *ماهپرالایا* در هیچی نابود می گردد. گویی که کائنات هرگز وجود نداشته است.

واقعیت بی زمان و مطلق است:

حتی در دوران تکاملی، کائنات در خودش چیزی جز تخیلات نیست. در واقع تنها یک واقعیت غیرقابل تقسیم و ابدی وجود دارد؛ و آن نه آغازی دارد و نه پایانی. و رای زمان است.... و میلیاردها سالی که گذشته و میلیاردها سال که خواهند گذشت حتی ارزش یک ثانیه را نیز ندارند. گویی که ابداً وجود نداشته اند. آن یگانه حقیقت، مطلق است....

واقعیت و هیچی:

آن واقعیت یکتا در خودش تمام جهان هستی را شامل می شود. آن همه چیز است، ولی هیچی را همچون سایه اش دارد.... بنابراین جنبه ی تکمیل کننده ی آن عدم یا هیچی است. ولی نمی توان به هیچی بعنوان یک هستی مستقل و جداگانه نگاه کرد....

واقعیت و کائنات:

کائنات متنوع و درحال تکامل از مخلوط شدن آن واقعیت یگانه با هیچی بوجود می آید. زمانی که این هیچی درمقابل زمینه ی آن یگانه واقعیت دیده شود، کائنات از آن هیچی برمی خیزد. ولی این را نباید به این معنی انگاشت که کائنات محصول آن واقعیت یگانه است، یا اینکه عنصری از واقعیت دارد. {کائنات} محصول هیچی است و هیچ است.... وقتی که هیچی به آن یکتا واقعیت اضافه شود، محصولش کائنات متنوع و درحال تکامل است.

....این هیچی را میتوان با ارزش صفر در ریاضیات مقایسه کرد. {صفر} در خودش هیچ ارزش مثبتی ندارد، ولی وقتی به عدد دیگری اضافه می شود، آن را بسیار افزایش می دهد. به همین ترتیب کائنات متنوع و درحال تکامل، وقتی با آن یکتا واقعیت ترکیب شود، از هیچی سرچشمه می گیرد.

۱۸. شکل گیری و عملکرد سانسکاراها

در تجربه ی انسانی دو جنبه وجود دارد: ذهنی subjective و عینی objective. از یک سو روندهای ذهنی وجود دارند که مواد تشکیل دهنده ی اصلی تجارب انسانی هستند و از سوی دیگر چیزها و عینیت هایی که بر آن دلالت دارند.... بنابراین ذهن انسان خودش را در بین دریایی می یابد که یک سمت آن سانسکاراهای گذشته قرار دارد و در سمت دیگر تمامی دنیای پهناور عینی.

سانسکاراها از تجربه سرچشمه می گیرند:

اعمال انسان براساس عملکرد تاثیراتی که توسط تجارب قبلی ایجاد شده و در ذهن انباشته شده اند انجام می شوند. هرگونه پندار، عاطفه و کردار در گروهی از تاثیرات {ذهنی} ریشه دارند که وقتی به آن ها بصورت عینی نگاه کنیم، به نظر تغییرات و تبدیلات ذهنی هستند. این تاثیرات، رسوبات تجارب قبلی هستند و در تعیین تجارب حال حاضر و آینده نقش تعیین کننده دارند. ذهن، در طول روند تجربه کردن، پیوسته در حال ایجاد و گردآوری این تاثیرات است....

سانسکاراهای طبیعی و غیرطبیعی:

سانسکاراها بر دو نوع هستند: طبیعی و غیرطبیعی (براساس روشی که بوجود می آیند). سانسکاراهایی که روح در حین دوران تکامل/رگائیک خود گردآوری می کند طبیعی هستند. این سانسکاراها، همانطور که روح به ترتیب شکل های مختلف فروانسانی را به خود می گیرد و رها می کند، به وجود می آیند و بنابراین روح به تدریج از مراحل ظاهراً بیجان هستی (مانند سنگ یا فلزات) به حالت انسانی گذر می کند: جایی که آگاهی به شکل کامل خود پرورش یافته است....

سانسکاراهایی که در طول مرحله ی انسانی به روح متصل می شوند، تحت آزادی اخلاقی آگاهی، همراه با مسئولیت انتخاب بین خیر و شر و گناه و ثواب، پرورش پیدا می کنند. به این ها سانسکاراهای غیرطبیعی می گویند.... معدوم کردن سانسکاراهای طبیعی، تا زمانی که نوآموز مورد لطف و شفاعت یک مرشد راستین یا مرشد کامل قرار بگیرد، عملاً ناممکن است...

اصلی ترین باها Most original bhas:

اصلی ترین با ، یا توهم، که روح اعظم the Oversoul شیفته allured آن شده بود، با نخستین تاثیر first impression همزمان است. بنابراین، آغاز شکل گیری تاثیرات را علامت گذاری می کند.

شکل گیری تاثیرات در محدودترین مرکز آغاز می شود، که نخستین کانون تجلی روح فردی می گردد. در سپهر زمخت gross sphere ، کانون این تجلی توسط سنگ {که} سه بعدی و خنثی {است} نشان داده می شود؛ که بدوی ترین و ناقص ترین شکل آگاهی را دارد. این حالت مبهم و پرورش

نیافته ی آگاهی، به سختی برای شکل و شمایل خودش کفایت می کند و بطرز ناامیدکننده ای برای تامین هدف آفرینش، که قادر سازی روح اعظم به شناخت خویش است، ناکافی است.

آگاهی انسانی:

روح اعظم درنهایت شکل انسانی می یابد، که در آن آگاهی به رشد اعلا می رسد؛ با هشیاری کامل از خود و محیطش. در این مرحله، ظرفیت تعقل بیشترین محدوده ی فعالیت را دارد و در قلمروی خودش نامحدود است.... با این وجود، درحالیکه آگاهی در

شکل انسانی خود بیشترین رشد را دارد، در خودش توانی بالقوه برای خودشناسی دارد. و آن "اراده ی آگاه بودن" the will-to-be-conscious که تکامل با آن {اراده} آغاز شد، در یک مرشد راستین sadguru یا خدا-انسان Man-God، که زیباترین گل بشریت است، به ثمر می رسد.

پیچاپچی سانسکاراها:

روح اعظم نمی تواند توسط آگاهی معمولی بشری به خودشناسی برسد، زیرا در انبوه *سانسکاراها* (طبیعی و غیرطبیعی) پوشیده شده است. آگاهی، همانطور که از مراحل ظاهراً بیجان سنگ یا فلز عبور می کند، در نهایت به آگاهی تمام انسانی می رسد (و در این گذر) پیوسته *سانسکاراها*ی تازه ایجاد می کند و در آن ها پوشیده می شود. این *سانسکاراها*ی طبیعی، حتی پس از رسیدن به مرحله ی انسانی، توسط ایجاد *سانسکاراها*ی غیرطبیعی (از طریق تجارب متنوع و فعالیت های فراوان) افزایش پیدا می کنند.

بنابراین، در طول روند تکامل و همچنین در حین مرحله ی بعدی فعالیت های بشری، اکتساب *سانسکاراها* بطور بی وقفه ادامه دارد. این اکتساب *سانسکاراها* را می توان به پیچیدن یک طناب به دور یک عصا تشبیه کرد (طناب نشانگر *سانسکاراها* و عصا نشانگر ذهن روح فردی است). پیچ خوردن از ابتدای خلقت آغاز شده است و در طول مراحل تکامل و شکل انسانی ادامه دارد و ریسمان رزوه شده wound string (پیچ خورده)، نشانگر تمام *سانسکاراها*ی طبیعی و غیرطبیعی است....

انواع سانسکاراها و مراحل آگاهی:

سانسکاراها را می توان براساس تفاوت های اساسی در طبیعت سپهری که به آن مربوط می شوند طبقه بندی کرد.... آن ها سه نوع هستند: ۱- زمخت، ۲-لطیف و ۳-ذهنی. تفاوت های بین مراحل روح های فردی تماماً به دلیل تفاوت در انواع *سانسکاراها*ی است که آگاهی مملو از آن ها است. بنابراین روح های زمخت-آگاه gross-conscious souls فقط دنیای زمخت را تجربه می کنند، روح های لطیف-آگاه subtle-conscious souls فقط دنیای لطیف را تجربه می کنند و روح های ذهن-آگاه mental-conscious souls فقط دنیای ذهنی را تجربه می کنند. تفاوت در تجربه های این سه نوع روح به سبب تفاوت در طبیعت *سانسکاراها* است.

سانسکاراها مانع خود-اشراقی Self-illumination هستند:

انسان ها خود-اشراقی self-illumination ندارند زیرا آگاهی آنان تحت سانسکاراها یا تاثیرات انباشته شده از تجارب قبلی مدفون است. در شکل انسانی، اراده برای آگاه بودن the will-to-be-conscious که تکامل با آن آغاز شد، موفق به آفریدن آگاهی شده است.... تجربه کردن سانسکاراها (آگاهی انسان را) در توهم اینکه یک بدن محدود است که سعی دارد خودش را با دنیای اشیاء و اشخاص تنظیم کند، مقید نگه می دارد.

مشکل رها شدن از سانسکاراها:

روح های فردی مانند فطراتی در اقیانوس هستند. درست همانطور که هر قطره در اقیانوس اساساً با اقیانوس یکی و مشابه است، روح (که به سبب توهم یا باها bhas منفرد گشته است، همان روح اعظم Oversoul است و واقعاً از روح اعظم جدا نمی گردد. باین وجود، پوشش سانسکاراها که آگاهی در آن پوشانده شده، قطره روح drop-soul را از خوداشراقی مانع می شود و آن را در حیطه ی دوپیت ها نگه می دارد. برای اینکه روح پیوسته از هویت خویش با روح اعظم آگاه باشد، لازم است که آگاهی نگه retained داشته شود و سانسکاراها باید تماماً برچیده شوند entirely removed... بنابراین مشکلی که اراده ی آگاه بودن با آن روبه رو است مربوط به آگاهی در حال تکامل نیست، بلکه مشکل رهاشدن از سانسکاراها است.

پنج راه رهاشدن از سانسکاراها: رها شدن از سانسکاراها به پنج روش زیر صورت می گیرد:

۱. متوقف کردن تولید سانسکاراهای جدید:

این شامل ختم کردن تمام فعالیت هایی است که تولید سانسکارای جدید می کنند. اگر شکل گیری سانسکارا با پیچاندن یک طناب به دور یک عصا مقایسه شود، این گام یعنی بازایستادن از پیچاندن بیشتر آن طناب.

۲. مستهلک کردن سانسکاراهای قدیم:

اگر سانسکاراها از بیان خود در عمل و تجربه، بازنگه داشته شوند، به تدریج مستهلک می شوند. در مثال طناب، این روند، مستهلک کردن طناب در محلی است که قرار دارد.

۳. ازکوک درآوردن سانسکاراهای کهنه:

این روند خنثی سازی سانسکاراهای گذشته است که توسط معکوس سازی روند تولیدکننده ی آن ها صورت می گیرد. در مثال ما، مانند بازکردن طناب است.

۴. پراکنده سازی و مصرف برخی از سانسکاراها:

اگر آن انرژی ذهنی که در سانسکارا زنجیر شده، تصعید شود و به مسیرهای دیگر معطوف شود، آن ها پراکنده و مصرف می شوند و میل به نابودی دارند.

۵. پاک کردن سانسکاراها:

این شامل محو کامل سانسکاراها است. در مثال طناب، این می تواند با برداشتن یک قیچی و بریدن طناب مقایسه شود. پاک کردن نهایی سانسکاراها فقط می تواند توسط لطف یک مرشد کامل موثر شود.

وارستگی renunciation:

اگر ذهن بخواهد از قید سانسکاراهایی که پیوسته در حال انباشته شدن هستند آزاد شود، لازم است که پایانی بر تولید سانسکاراهای جدید نهاده شود. تکرار مداوم تولید سانسکاراهای تازه می تواند توسط وارستگی انجام شود. وارستگی می تواند بیرونی باشد یا درونی. وارستگی بیرونی یا جسمانی شامل ترک کردن هرآنچه که ذهن به آن ها

وابسته شده (خانه، والدین، ازدواج، فرزندان، دوستان، ثروت، رفاه، و لذت های زمخت) است. {وارستگی} درونی شامل رهاکردن تمام آرزوها، بخصوص خواهش های نفسانی است.

... انسانی که اموالش را ترک می کند، خودش را با هرآنچه که داشته یا دارد جدا می سازد. این یعنی که آن چیزها دیگر منبع سانسکاراهای تازه نیستند.... این تنها چیزی نیست که از وارستگی بیرونی حاصل می شود. با ترک کردن همه چیز، او قیدهای گذشته ی خود را نیز وامی نهد. سانسکاراهای کهنه که توسط اموالش به او متصل بودند از ذهنش منفصل می شوند؛ و چون از بیان خودشان منع می شوند، مستهلک می شوند.

وانهادن تمام چیزهای سطحی به مستهلک کردن سانسکاراها کمک می کند و بنابراین سهمی در زندگی آزاد life of freedom دارد.

خلوت نشینی و روزه داری solitude and fasting: دو شکل از وارستگی بیرونی که

ارزش معنوی مخصوص دارند، خلوت و روزه داری هستند. بیرون کشیدن خود از طوفان و تنش فعالیت های مختلف دنیایی و بازنشینی گاه به گاه در خلوت، برای مستهلک سازی سانسکاراهایی که به غرایز اجتماعی متصل هستند ارزش زیاد دارد. ولی به این نباید بعنوان هدفی در زندگی نگاه کرد.

روزه داری نیز مانند خلوت نشینی ارزش بزرگ معنوی دارد. خوردن، ارضاء کردن است؛ روزه داری منکر شدن است. روزه وقتی جسمانی است که خوراکی خورده نشده باشد؛ باوجود اشتیاق برای لذت بردن از خوردن؛ وقتی که خوراک، نه بخاطر لذات و وابستگی هایش attachments، بلکه فقط محض زنده ماندن بدن خورده شود، {این، روزه داری} ذهنی است. روزه ی بیرونی شامل پرهیز از تماس با خوراک است، تا به روزه ی ذهنی دست یافته شود

to achieve mental fasting

غذا یک الزام مستقیم زندگی است و انکار پیوسته ی آن مسلماً برای سلامت مضر است. بنابراین روزه ی بیرونی باید ناپیوسته باشد و برای مدتی کوتاه. {روزه داری بیرونی} باید تا وقتی که چیرگی کامل بر اشتیاق برای خوراک حاصل نشده، ادامه داشته باشد... زمانی که روزه داری بیرونی و درونی از ته دل و با ایمان باشد، آن ها سانسکاراهایی را که مربوط به اشتیاق خوراک هستند از کوک خارج می کنند.

توبه کردن:

از کوک درآوردن بسیاری دیگر از سانسکاراها می تواند توسط توبه کردن صورت گیرد. این کار یعنی تقویت، افزودن و بیان ندامت و پشیمانی که فرد پس از ادراک اینکه کاری خطا انجام داده احساس می کند. توبه یعنی زنده کردن خطاها در ذهن با احساس شدیدی از سرزنش خود.... سرزنش خویش همراه با احساس عمیق می تواند سانسکاراهای خشم، طمع و شهوت را نفی کند.

گاهی اوقات سرزنش خویش خودش را به شکل حقیر و پست ساختن خود بیان می کند.... برای کسانی که اراده ی قوی دارند و شخصیتی مقاوم، این ریاضت می تواند توسط تحقیر خود نتایج مطلوبی داشته باشد که سانسکاراهای مختلفی را که با اعمال نیک و بد مربوط هستند، باز unwind و نابود می سازد.

... توبه نباید مانند پشیمانی های روزمره باشد که به دنبال آن ضعف های روزمره می آیند. ... توبه ی صادقانه آن نیست که اندوه برای کارخطا را همیشگی کنید، بلکه عهد کردن به این است که از آن کارها در آینده پرهیز کنید. اگر توبه کردن به عدم احترام به خویش و اتکانکردن به خود منجر شود، منظور واقعی خودش را، که چیزی جز ناممکن کردن تکرار برخی از انواع کردار است، به انجام نرسانده است.

انکار ارضای خواهش ها:

مستهلک شدن و ازکوک درآمدن سانسکاراها همچنین می تواند توسط انکار خواسته ها و برنیابردن آن ها صورت بگیرد. ظرفیت و استعداد مردم در مردود ساختن خواسته هایش با هم متفاوت است... حتی اگر شخصی هیچ کنترلی روی خواهش هایش نداشته باشد، می تواند آن ها را از به عمل درآمدن مانع شود. ردکردن خواسته ها توسط کنترل کردار، امکان کاشتن تخم خواهش های آینده را سلب می کند. ...

زمانی که خواهش ها برمی خیزند و از به عمل درآمدنشان ممانعت شود، فرصت های زیادی برای تفکر خودانگیخته در مورد خواسته ها وجود دارد. نتیجه ی این تعمق و اندیشیدن، مستهلک شدن سانسکاراهای مربوطه است... وقتی که خواسته ها در عمل مجال ابراز و ارضا پیدا نکنند و مجاز باشند که از گرمای شدید آتش یک آگاهی اندیشمند، که آن ها را تصویب نمی کند، گذر کنند، بذره های این خواهش ها ازبین می روند. انکار خواسته ها و ممانعت از واکنش جسمانی، در زمان خودش، نفی سانسکاراهای گذشته را بطور خود به خودی و طبیعی {سبب می شود}.

{ظاهرا در متن انگلیسی هم چیزی از قلم افتاده که معنی "سبب می شود" را می دهد. برای توجه دادن به تصحیح متن اصلی، آخرین جمله تماماً آورده می شود: The rejection of desires and inhibition of physical response, in time, an automatic and natural negation of the past sankaras. بین in time و automatic باید چیزی از قلم افتاده باشد. مترجم}

بی خواهشی desirelessness:

ردکردن خواهش ها برای بی خواهشی، یا حالت نخواستن، یک {مرحله ی} آمادگی است که این فقط می تواند آزادی واقعی را به ارمغان آورد. خواستن، الزاماً مقیدکننده است، چه ارضا بشود و چه نشود. وقتی خواسته ای ارضا شود، به خواستن بیشتر می انجامد و بنابراین اسارت روح را مداوم می سازد. وقتی که {خواسته} ارضا نشود، به ناکامی و رنج می انجامد، که توسط سانسکاراهای خود، به روش های خودش را در قید نگه می دارند.

پایانی برای خواستن وجود ندارد زیرا محرکات بیرونی و درونی، ذهن را پیوسته به حالات خواستن یا دوست نداشتن dislike (که نوعی دیگر از خواستن است) فریب می دهند. زمانی که ذهن آموزش می بیند تا در حضور تمام محرکات stimuli بیرونی و درونی، بیحرکت و متعادل باقی بماند،

به حالت نخواستن دست می یابد. و با نخواستن هیچ چیز (بجز واقعیت مطلق، که ورای {نیروهای} مخالف محرکات است) این امکان هست که سانسکاراهای خواستن از کوک شدن خارج شوند to unwind the sankaras of wanting.

وضعیت ثابت نخواستن و اصل ننی ننی neti, neti:

خواستن، حالت تعادل برهم خورده ی ذهن است و نخواستن حالت توازن و ثبات {ذهن} است. وضعیت متوازن نخواستن فقط می تواند توسط وانهادن بی وقفه ی تمام محرکات (چه خوشایند یا دردناک و چه سازگار یا ناسازگار) نگه داشته

شود. برای بی تاثیرماندن توسط خوشی ها و اندوه های این دنیا، ذهن باید کاملاً از محرکات بیرونی و درونی وارسته باشد. ...

اگر ذهن بخواهد از حملات {نیروهای مخالف} بی تاثیر بماند، نمی تواند به وابستگی خود به بیان محرکات خوشایند ادامه دهد و تحت نفوذ آن ها باشد. آن وضعیت ثبات و تعادل از دیدار هر دو {نیروی} جایگزین با وارستگی کامل تشکیل شده است.

... نباید به وارستگی اجازه داد تا هیچ هسته ای تشکیل دهد که نفس بتواند خودش را {به آن} ببندد؛ و درعین حال، {وارستگی} نباید بیان ناتوانی فرد در مواجهه با طوفان ها و تنش های زندگی دنیوی باشد.... وارستگی فقط وقتی می تواند کامل و از ته دل باشد که بخشی جدانشدنی از طبیعت فرد بشود....

مراقبه meditation: طبیعت و منظور آن:

مراقبه تمرکز عمیق و پیوسته است بر یک موضوع دلخواه. در چنین تمرکزی بر موضوعی دلخواه، شخص فقط از موضوع مراقبه هشیار است و بطور کامل ذهن و بدن را از یاد می برد. بنابراین هیچ سانسکارای تازه ای تشکیل نمی شود و کهنه ها پراکنده می شوند و توسط فعالیت ذهن بر موضوع مورد تمرکز مصرف می شوند. درنهایت، وقتی که سانسکارها کاملاً ناپدید شدند، روح فردی در شدت تمرکز محلول می شود و با موضوع مراقبه ممزوج می گردد merged .

... مراقبه های موفق تر و عمیق تر با تفکر عمدی و سازنده در مورد خداوند عزیز آغاز می شوند. مراقبه روی خداوند از نظر معنوی بسیار پرفایده است. ... مراقبه باید خودانگیخته باشد و نه همراه با زور و فشار.... مراقبه نباید تحت تاثیر جریانات مختلف احساس های شهوت، طمع یا خشم باشد.

خدمت بدون چشمداشت selfless service:

وقتی که شخصی کاملاً مجذوب خدمت به بشریت است، او کاملاً از بدن و ذهن خودش و عملکرد آن غافل است، گویی که در مراقبه است؛ و بنابراین، سانسکارهای جدید تشکیل نمی شوند. بعلاوه، سانسکارهای کهنه که ذهن را مقید می سازند شکسته و پراکنده می شوند. ... بنابراین،

خدمت بدون چشمداشت یکی از بهترین شیوه ها برای معطوف کردن و تصعید کردن انرژی است که در سانسکارهای مقید کننده ذخیره شده است.

خدمت بدون چشمداشت وقتی حاصل می شود که کوچکترین فکر پاداش یا نتیجه هم وجود نداشته باشد، و زمانی که رفاه و راحتی و امکان مورد سوءتفاهم قرارگرفتن، کاملاً مورد بی توجهی قرار گیرد. وقتی که شما تماماً مشغول خیررساندن به دیگران هستید، به سختی می توانید در مورد خودتان فکر کنید. ... عمل یاری دهنده یا کلام آرام بخش شما می تواند آنچه را که کسر دارند برای آنان تامین کند؛ و توسط افکار تشکرآمیز و خیرخواهانه ی آنان، شما درواقع بیش از آنچه داده اید دریافت می کنید.

آزادی و ارضا توسط خدمت، عشق و اخلاص:

بنابراین، توسط زندگی کردن برای دیگران، زندگی خود شما تقویت می شود و گسترش می یابد.... خدمت بدون چشمداشت فقط وقتی بطور کامل حاصل می شود که شخص از خدمت کردن به دیگران همان لذتی را ببرد که گویی خودش از دریافت آن {خدمت لذت} می برد. آرمان خدمت بدون چشمداشت او را از سانسکارهای

اشتیاق قدرت و مال، از دلسوزی برای خویش و حسادت، از کردارهای اهریمنی که توسط خودخواهی واقع می شوند، رها می سازد.

عشق:

خدمت بدون چشمداشت و مراقبه وقتی که توسط عشق الهام گرفته باشند، هردو خودانگیزه هستند. بنابراین، عشق بعنوان راه مهمی که به شناخت اعلی ترین the Highest می انجامد، به درستی شناخته شده است. در عشق، روح کاملاً در معشوق جذب می شود و بنابراین از اعمال بدن و ذهن آزاد است. این پایانی بر شکل گیری سانسکاراهای تازه می نهد و همچنین با دادن یک جهت کاملاً تازه به زندگی، سانسکاراهای کهنه را از موثر بودن خنثی می سازد. از یاد بردن خود در هیچ کجا مانند عشق شدید چنین طبیعی رخ نمی دهد. بنابراین، در میان تمام شیوه هایی که برای رهایی آگاهی از قید سانسکاراها توصیه شده، {عشق} نخستین مکان را دارا است.

... بنابراین هیچ فضایی برای منحرف شدن انرژی ذهنی وجود ندارد و تمرکز، کامل است. در عشق، انرژی های جسمانی، زندگی و ذهنی انسان همگی گردهم می آیند و در اختیار هدف معشوق قرار می گیرند، با این نتیجه که این عشق یک نیروی پویا می گردد.

اخلاص devotion:

وقتی که عشق عمیق و شدید باشد، باکنتی bhakti یا اخلاص خوانده می شود. اخلاص در مراحل اولیه ی خود توسط پرستش نمادها، التماس و تضرع نزد خدایان، احترام و بیعت با کتب مقدس، یا پی جویی آن اعلی، توسط تفکر انتزاعی بیان می گردد. در مراحل پیشرفته تر آن، اخلاص خودش را توسط علاقه به بهبود بشریت و خدمت به انسانیت، عشق و حرمت نهادن به قدیسان و بیعت و اطاعت از یک مرشد معنوی بیان می کند. این مراحل ارزش نسبی خودش را دارند و نتایج نسبی خود را. عشق ورزیدن به یک مرشد کامل زنده یک مرحله ی منحصر به فرد در اخلاص است، زیرا که نهایتاً به پاراباکنتی parabhakti یا عشق الهی متحول می گردد.

...پاکی، شیرینی و سودمندی عشقی که عاشق از مرشد دریافت می کند به ارزش معنوی شکست ناپذیر این عظیم ترین مرحله از عشق کمک می کند.

۲۰. پاک کردن سانسکاراها

عشق به مرشد راستین sadguru، یا مرشد کامل perfect master، بویژه مهم است زیرا دعوت به تماس با مرشد راستین می کند. توسط چنین تماسی، طالب تاثیراتی را از مرشد دریافت می کند که توانایی ویژه ای برای خنثی کردن تاثیرات گذشته دارند، بنابراین کاملاً مفاد و تمایلات tenor زندگی او را متحول می کند. دریافت کننده ی این تاثیرات شاید عادات قدیم و روش تفکر خود را تماماً تغییر بدهد....

مرشد راستین می تواند طالب را از سطح معمولی روشنفکرانه آگاهی به سطح الهام و شهود ارتقا دهد و از آنجا به سطح بینش و اشراق، که به یکی شدن او با بی نهایت ختم می شود.... پاک کردن تمام سانسکاراها، که در رهایی نهایی آگاهی از تمام توهمات و قیدها منظور شده است، هرگز نمی تواند بدون لطف یک مرشد راستین به دست بیاید.

ولی چنان دخالت فعال توسط مرشد راستین، مستلزم یک رابطه ی روشن و باز بین طالب و مرشد است، {رابطه ای} که فقط وقتی می تواند برقرار باشد که طالب در تسلیم کامل خود به مرشد موفق باشد. تسلیم کردن خود شامل اطاعت تمام فرمان های مرشد است. وقتی تمامی خواسته ها و اعمال شما توسط او راهنمایی شده باشد و حاصل اطاعت شما از فرامین او باشد، او مستقیماً نسبت به آن ها مسئول است. بنابراین، وقتی که تسلیم کردن خود، کامل باشد، مسئولیت رهاساختن سانسکاراهای شما به مرشد تفویض می شود؛ و تحت این شرایط جدید، مرشد تمامی سانسکاراهای شما را فوراً از بین می برد.

... مرشد راستین یا مرشد کامل موقعیت و قدرتی دارد که منحصر به فرد است. در دنیا ارواح زیادی هستند که کم یا بیش در طریق معنوی پیشرفته هستند، ولی تعداد اندکی وجود دارند که تمام شش مرحله ی سپهرهای درونی آگاهی را درنور دیده باشند و با منبع بی نهایت هستی-دانش-سرور existence, knowledge and bliss یکی گشته باشند. (مرشد راستین یا مرشد کامل) نقطه ی اتکای فعالیت های کائنات است.

... به سبب اتحاد او با بی نهایت، مرشد نیروهای نامحدود دارد و می تواند در یک چشم برهم زدن تمام سانسکاراهای روح را نابود کند و آن را از وابستگی ها و قیدها آزاد سازد.

۲۱. عمل و بی عملی

تمام اعمال، بجز آن‌ها که هوشمندانه برای رسیدن به خداآگاهی-God realization طراحی شده اند برای آگاهی قیدآفرین هستند. این {اعمال} نه تنها بیانی از جهل انباشته شده هستند، بلکه به جهل انباشته شده بیشتر اضافه می‌کنند.

شکل‌ها و مراسم مذهبی، همچون آداب و تشریفاتی مذاهب و فرقه‌های مختلف و موسسات مذهبی، تمایلی دارند برای تشویق روحیه‌ی عشق و عبادت. ... ولی اگر ناهوشمندانه و بطور مکانیکی انجام گیرند، روح دورنی عشق به خشکی می‌گراید. آنگاه آن‌ها فقط به سفت شدن پوسته‌ی نفس، به عوض مستهلک شدن آن، منجر می‌گردند. ... به دلیل این عنصر خودفریبی، در طریقت، تشریفات و شکل‌های بیجان راه‌های فرعی را تشکیل می‌دهند. بیشتر اوقات، توسط نیروی عادت‌ی محض، انسان چنان به این شکل‌های بیرونی وابسته می‌شود که بجز توسط رنج کشیدن شدید، نمی‌تواند در مورد ارزش تخیلی آن‌ها وهم زدایی disillusioned شود.

در بسیاری از موارد، بی‌عملی inaction بر عمل ناهوشمندانه ترجیح دارد، زیرا که دست کم این فضیلت را دارد که سانسکاراها و پیچیدگی‌های بیشتری تولید نمی‌کند. حتی اعمال نیک و فضیلت‌آمیز نیز تولید سانسکارا می‌کنند که به معنی اضافه شدن به پیچیدگی‌های اعمال و تجربه‌های گذشته است. تمامی زندگی تلاشی است برای رهایی از گیرهای خودساخته self-created entanglement. ...

عملی که به ادراک خداوند کمک کند بواقع هوشمندانه است و از نظر معنوی مفید، زیرا رهایی از قید را به ارمغان دارد. ... بی‌عملی از عمل هوشمندانه کمتر مفید است ولی از عمل ناهوشمندانه بهتر است، زیرا نتیجه‌اش عمل نکردن کاری است که می‌تواند قید ایجاد کند. حرکت از عمل ناهوشمندانه به عمل هوشمندانه (یعنی از کارمای مقید کننده به کارمای مقید نکننده) غالباً توسط بی‌عملی صورت می‌گیرد. این ویژگی مرحله‌ای است که در آن، عمل ناهوشمندانه به دلیل شک انتقادی متوقف شده، ولی هنوز عمل هوشمندانه شروع نشده است، زیرا گشتاور کافی adequate momentum ایجاد نشده است. این نوع ویژه از بی‌عملی، که نقش خودش را در پیشرفت در طریقت ایفا می‌کند، نباید به هیچ وجه با عمل نکردن معمولی که از تنبلی یا ترس از زندگی ناشی می‌شود، اشتباه گرفته شود.

راه های روح، ماده و ذهن:
راه های متفاوت که به ادراک معنوی می انجامند به بهترین نحو می توانند توسط تمایز اولیه بین روح و ماده درک بشوند. ... ماده می تواند توسط ذهن یا عقل، که روی اطلاعاتی که حواس می دهند عمل می کنند، فهمیده بشود؛ ولی روح فقط می تواند توسط خود روح فهمیده شود. ... بهترین رویکرد برای فهمیدن روح توسط قلب است و نه توسط ذهن.

... در تضاد با روش ذهن (که پایه در محسوسات دارد و توسط استنتاج و استناد به نتیجه می رسد) روش مستقیم تر قلب وجود دارد. قلب بطور شهودین ارزش هایی را که فرد بطور پیش رونده در زندگی دنیا تجربه می کند و توجه او را به رسیدن به ادراک معنوی جلب می کند، درمی یابد. در زندگی بیشتر افراد ذهن و قلب باهمدیگر در تضاد و مخالفت هستند و نزاع بین آن ها تولید سردرگمی می کند.

قلب، که به روش خودش یگانگی زندگی را احساس می کند، می خواهد خود را توسط یک زندگی با عشق و ایثار و خدمت ارضا کند. دل بجای گرفتن، مشتاق دادن است. دل نیروی محرک خودش را از درونی ترین انگیزش روح می گیرد که خود را توسط شهوهای بی درنگ در زندگی درونی بیان می کند. ...
ذهن در برخورد های عینی با دنیای بیرونی از تجربه های کثرت و جدایی اشباع شده است و بنابراین به تمایلات نفسانی که بشریت را تقسیم می کنند خوراک می دهد و آن را خودخواه و تصاحبگر می سازد. ... بنابراین الزاماً تضادی بین ندای درونی و رستگاری عقل وجود دارد، که براساس جنبه های ظاهری و سطحی زندگی استوار است.

...عشق و خوشبختی تنها چیزهای مهم زندگی هستند و هر دوی این ها در دانش بیجان و خشک عقلانی غایب هستند. دانش عقلی به تنهایی در همان رده ی اطلاعات information قرار دارد، و چون سطحی است، در سطح زندگی جریان دارد. این دانش فقط سایه ای از واقعیت را به دست می دهد و نه جوهره ی واقعیت substance of reality را. ژرفای پنهان اقیانوس حیات فقط می تواند با سالم سازی قلب اندازه گیری شود.

تعقل بیشتر افراد توسط خواسته های بیشمار تحت کنترل است. از دیدگاه معنوی، این زندگی پست ترین نوع وجود انسانی است. والاترین وجود انسانی از تمامی خواسته ها آزاد است و ویژگی آن کفایت sufficiency و رضایت contentment است. همه در جست و جوی خوشبختی هستند، ولی تعداد اندکی آن را دارند؛ زیرا خوشبختی پایدار وقتی طلوع می کند که رهایی کامل از خواسته وجود داشته باشد. شاید از بیرون به نظر بیاید که والاترین حالت نخواستن شامل بی عملی است و دستیابی به آن آسان. ... در واقع، تا زمانی که زندگی توسط ذهن اداره می شود، نخواستن کامل غیرقابل دستیابی است. برای تجربه کردن سرور معنوی بی خواهشی، فرد باید به وراى ذهن برود.

... ذهن خزانه ی آموخته ها است، ولی قلب خزانه ی خرد روحانی است. ...
ذهن نمی تواند به شما بگوید که چه چیزهایی ارزش داشتن را دارند؛ فقط می تواند بگوید که چگونه به هدف هایی که توسط منابع عقلانی پذیرفته شده اند دست بیابید. ... بنابراین ذهن باید در همکاری با قلب کار کند. دانسته های واقعی factual knowledge باید تحت امر subordinate بینش های شهودین قرار بگیرند، و قلب باید با آزادی کامل، بدون هیچگونه مداخله از سوی ذهن، مجاز باشد تا اهداف زندگی

را تعیین کند. ذهن جایگاهی در زندگی عملی دارد، ولی نقش آن وقتی آغاز می شود که قلب حرف خودش را زده باشد.

... البته ذهن و دل باید متعادل باشند، ولی این تعادل نمی تواند از طریق رقابت ذهن بر علیه دل و یا رقابت دل علیه ذهن تامین شود. این تعادل نمی تواند توسط تنش مکانیکی به دست بیاید، بلکه توسط تنظیم هوشمندانه {حاصل می شود}. وقتی می توان گفت که ذهن و دل متعادل هستند که هرکدام منظوره‌های مناسب خود را برآورده سازند و وقتی که بدون گمراه شدن به این سو و آن سو عملکردهای مربوط خودشان را به انجام برسانند. فقط وقتی که آن ها چنین در تعادل باشند یک هماهنگی واقعی می تواند بین آن ها وجود داشته باشد. این هماهنگی ذهن و قلب مهم ترین شرط برای زندگی یکپارچه و تقسیم نشده ی ادراک معنوی است.

۲۳. مشکل سکس

به یقین سکس یکی از مهم ترین مشکلاتی است که ذهن انسان در حیطه ی دوییت با آن مواجه است. {سکس} یکی از موهبت ها در ساختار طبیعت انسان است که باید با آن سرو کار داشت. مانند هرچیز دیگر در زندگی انسان، سکس توسط {نیروهای} متضاد مورد داوری قرار می گیرد که {این نیروها} الزاماً مخلوق ذهن محدود هستند. درست همانگونه که ذهن سعی دارد زندگی را در شماییلی از جایگزین ها جا بدهد (مانند لذت و درد، خیر و شر، خلوت و همنشینی، جاذبه و دافعه) در مورد سکس {نیز} به زیاده روی و سرکوب، بعنوان شکل های جایگزین که از آن ها گریزی نیست، می اندیشد.

به نظر می رسد که گویی ذهن باید یکی از این دو شیوه را انتخاب کند. باین وجود ذهن نمی تواند یکدله هیچکدام را بپذیرد... ذهن با هردوی این راه ها ناراضی می ماند، و اینگونه است که یکی از حیاتی ترین و پیچیده ترین مشکلات زندگی انسان برمی خیزد.

برای حل مشکل سکس، ذهن باید درک کند که این هردو راه حل جایگزین بطور مساوی مخلوق تخیلات هستند که تحت نفوذ فریب آمیز اشتیاق craving عمل می کنند. اشتیاق بطور تلویحی در سرکوب ذهن وجود دارد، چنانکه در ارضای آن وجود دارد. هردو {شیوه} توسط شهوت یا خواهش برای محسوسات به تباهی آگاهی می انجامند. بنابراین ذهن بطور غیرقابل اجتناب در هریک از این دو روش دچار بیقراری است.

... بنابراین در جست و جوی خوشبختی و آزادی، ذهن در {روش های} متضاد زیاده روی و سرکوب {سکس} گرفتار می آید که هردو را بطور مساوی ناراضی کننده می یابد... این مانند حرکت کردن در قفس است.

... مسئله ی زیاده روی و سرکوب فقط وقتی برمی خیزد که اشتیاق وجود داشته باشد. با ازبین رفتن این اشتیاق، نیاز برای هردو {روش برخورد} از میان خواهد رفت. وقتی ذهن از آرزوکردن آزاد باشد، دیگر نمی تواند توسط وعده های دروغین زیاده روی و سرکوب مکانیکی به حرکت درآید. ...
برای اشخاص معمولی بدون تردید زندگی مزدوج توصیه می شود، مگر اینکه تمایل ویژه ای برای زندگی در تجرد داشته باشند.

... ولی تا زمانی که ذهن کاملاً از آرزو و اشتیاق آزاد نشده است، آزادی واقعی وجود ندارد. به همین ترتیب، ارزش ازدواج در درس هایی است که دو طرف در تنظیم سازی خود و در احساس یگانگی با یکدیگر می گیرند. باین وجود، یگانگی واقعی یا محوشدن دوییت فقط توسط عشق الهی صورت می گیرد،
که تازمانی که کوچکترین سایه ای از شهوت یا اشتیاق در ذهن وجود دارد، هرگز طلوع نخواهد کرد. فقط با پیمودن طریقت درونی و خودانگیخته ی وارهدیدن از اشتیاق است که آزادی و یگانگی واقعی ممکن خواهد بود.

برای کسانی که زندگی تجردی دارند و همچنین برای کسانی که ازدواج کرده اند، طریقت زندگی درون یکسان است.

... سکس در ازدواج تماماً با سکس در بیرون ازدواج متفاوت است. در ازدواج سانسکاراهای شهوت بسیار سبک تر هستند و می توان به آسانی بیشتری آن ها را برطرف ساخت. وقتی که یک رابطه ی جنسی همراه با احساس مسئولیت، عشق و آرمانگرایی معنوی باشد، شرایط برای تصعید سکس بسیار مطلوب تر از زمانی است که یک ارتباط ارزان و بی قیدو بند باشد. ...

حقیقت را نمی توان با جهیدن روی سطح زندگی و تکثیرکردن تماس های ظاهری فهمید. این نیاز به آماده سازی ذهن دارد که می تواند ظرفیت هایش را حول تجربه های برگزیده متمرکز کند و خودش را از خصوصیات محدود کننده اش رها سازد.... با برطرف سازی تدریجی شهوت و پیشرفت کردن از میان یک سری تجربه های غنی تر در عشق و ایثار، آنان {زن ومرد} می توانند عاقبت به بی نهایت برسند.

عشق:

عشق و زندگی غیرقابل جدایی از یکدیگر هستند. هرکجا زندگی باشد عشق وجود دارد. حتی ناقص ترین و بدوی ترین آگاهی نیز همیشه سعی دارد محدودیت هایش را از بین ببرد و نوعی دیگر از اتحاد را با شکل های دیگر {زندگی} تجربه کند. باوجودی که هر شکل از شکل های دیگر جدا است، در واقعیت آن ها همگی شکل هایی از یک زندگی یگانه هستند. ...

قانون جاذبه که تمام سیارات و ستارگان تحت آن حرکت می کنند، به روش خود بازتابی خفیف است از عشقی که در تمامی بخش های کائنات نافذ است. ... نیروهای جاذبه مولکولی و پیوستگی، که در هر ساختار ماده حاکم هستند، تجلیات مثبت عشق هستند... تمام این شکل های عشق از نوع پست تر هستند، زیرا که الزاماً توسط آگاهی بدوی که در آن ظهور می کنند شرطی شده اند.

دردنیای حیوانات، عشق به صورت انگیزه های ناگهانی آگاهانه که متوجه اشیاء مختلف در محیط اطراف هستند، بیشتر روشن و واضح می شود. این عشق غریزی است و به شکل ارضای خواسته های مختلف توسط تخصیص دادن موضوعات مناسب نشان داده می شود. ... در این مرحله، تمام تجلیات عشق یک چیز مشترک باهم دارند و آن این است که همگی می کوشند برخی از انگیزش های جسمانی یا خواسته ها را توسط موضوع عشق ارضا کنند.

عشق انسانی از تمام این شکل های پست بسیار والاتر است زیرا انسان ها آگاهی تماماً پرورده شده دارند. از آنجا که عشق انسانی در ادامه ی شکل های پست تر حیوانی قرار دارد، در یک جنبه با آن ها تفاوت دارد. زیرا از این به بعد، عملکرد عشق انسانی باید موازی و در کنار عاملی جدید که تعقل است حرکت کند. ... درنهایت، این عشق خودش را بعنوان جزئی اصلی از کلیتی هماهنگ بیان می کند: جایی که عشق و عقل متعادل گشته اند و همچون یک واحد یکپارچه وجود دارند.

بنابراین عشق انسانی می تواند سه نوع ترکیب با تعقل داشته باشد. در نوع اول، سپهر افکار و سپهر عشق تا حد ممکن از هم جدا نگه داشته شده اند؛ به این معنی که سپهر عشق، در عمل توسط عملکردهای عقل غیرقابل دسترسی است و عشق اجازه ندارد یا اندکی مجاز است که به سپهر تفکر دسترسی داشته باشد. ...

در نوع دوم، عشق و عقل هر دو در یک زمان فعال هستند، ولی با هماهنگی با یکدیگر عمل نمی کنند. باوجودی که این تضاد تولید سردرگمی می کند، این یک مرحله لازم در تکامل مراتب بالاتر است که در آن ترکیبی واقعی از عشق و عقل وجود دارد. در سومین نوع عشق، این ترکیب بین عقل و عشق یک واقعیت به دست آورده شده *an accomplished fact* است (باین نتیجه که هم عشق و هم عقل، چنان تماماً متحول گشته اند که پیدایی سطحی جدید از آگاهی را تسریع می کنند: سطحی که بهترین تعریف آن در مقایسه با آگاهی معمولی انسان، می تواند "فراآگاهی" *superconsciousness* باشد. ...

عشق الهی از نظر کیفی با عشق انسانی تفاوت دارد. عشق انسانی برای کثرت است در آن یگانه *for the many in the One*؛ و عشق الهی، عشق آن یگانه است در کثرت *for the One in many*.

عشق انسانی به پیچیدگی ها و گیرهای بیشمار می انجامد، ولی عشق الهی به یکپارچگی و آزادی ختم می شود... عشق انسانی در جنبه های شخصی و غیرشخصی

خود محدود است؛ عشق الهی با ترکیب و امتزاج جنبه های شخصی و غیرشخصی خود، در وجود و در بیان، بی نهایت است.

...به دلیل عشق است که تماس ها و ارتباطات بین ارواح فردی با اهمیت می شود. این عشق است که به تمام وقایع دنیای دوییت ها معنی و ارزش می دهد و در عین حال یک چالش برخاسته برای دوییت ها است. همانطور که عشق قوت پیدا می کند، تولید بیقراری خلاقه می کند و به نیروی اصلی وادارنده و پویای معنوی تبدیل می شود که در نهایت، در بازگردان آن وحدت وجود اصلی the original unity of Being به آگاهی {انسان} توفیق می یابد.

جست و جو برای خداوند:

بیشتر افراد حتی به وجود واقعی خداوند گمان نمی برند و طبیعتاً در مورد خدا زیاد مشتاق نیستند. کسانی دیگر هستند که تحت تاثیر سنت ها به یکی از آیین ها تعلق دارند و باور به وجود خداوند را از محیط اطرافشان کسب کرده اند. ایمان آنان فقط بقدری قوی است که آنان را به برخی از آداب و تشریفات و باورهای مذهبی بسته نگه دارد؛ این وابستگی به ندرت قوت حیاتی لازم و کافی برای ایجاد یک تغییر ریشه ای در نگرش کلی فرد نسبت به زندگی را دارد.

بازهم دیگرانی هستند که ذهنی فیلسوف مآبانه داشته و تمایلی نسبت به باورکردن وجود خداوند دارند، چه به دلیل گمان های خودشان یا به سبب اظهارات دیگران. برای آنان خداوند در بهترین حالت خود یک نظریه است یا یک مفهوم روشنفکرانه. ...

یک طالب واقعی با دانستن واقعیت های روحانی براساس شنیده هایش راضی نمی شود و نه با دانش خالص استنتاجی راضی می شود... او طبیعتاً بر دانش مستقیم در مورد آن ها اصرار دارد.

... ولی معمولاً برخی سوانح و حوادث در زندگی خود او سبب می شود تا از حصار جزمیت هایش بیرون بزند و واقعاً فکرش را باز نگه دارد.... باین وجود، انسان معمولاً بعنوان یک کار داوطلبانه و یک اقدام شادمان کننده به سمت جست و جوی واقعی خداوند برنمی آید. او باید توسط زدوده شدن توهماتش نسبت به آن چیزهای دنیایی که او را فریب داده اند و نمی تواند ذهنش را از آن ها منحرف کند، به این طلب کشانده شود. انسان معمولی تماماً در فعالیت های زمخت دنیایی خودش محصور شده است. او با تجربه های بسیارش در شادی و رنج زندگی می کند، بدون اینکه حتی به وجود واقعیتی عمیق تر گمانی ببرد. او بهترین تلاش هایش را می کند تا لذات حواسش را داشته باشد و از انواع رنج ها و دردها پرهیز کند. ... (و) او شروع می کند به این پرسش که: "فایده ی این ها همه چیست؟" ... سپس این پرسش سوزان خاموشی ناپذیر، که: "تمام این ها به کجا منتهی می شود؟" ...

... بنابراین فرد وقتی به سمت خداوند روی می آورد که در روابط دنیایی خود راه گریزی نداشته باشد ... بنابراین جست و جوی محض روشنفکرانه برای خداوند __ یا برای واقعیت نهفته ی روحانی __ طنین و ولوله ی خود را در زندگی عملی شخص دارد. اینک زندگی او آزمونی واقعی می شود برای ادراک ارزش های روحانی. ...

... بنابراین، باوجودی که او با جست و جوی چیزی کاملاً جدید آغاز می کند، او در واقع به ادراکی جدید از چیزی باستانی و قدیم وارد می گردد. سفر روحانی شامل رسیدن به مقصدی جدید نیست که شخص چیزی به دست بیاورد که {قبلاً} نداشته و یا چیزی بشود که نبوده است. {این سفر} شامل زدودن جهل خویش

است نسبت به خود و نسبت به زندگی، و {شامل} رشد تدریجی ادراکی است که با بیداری معنوی آغاز می‌گردد. یافتن خداوند، رسیدن به وجود خویشتن است.

۲۵. مراحل طریقت

تمام افراد باید از مرحله ی قید و بند bondage گذر کنند، ولی به این دوران اسارت نباید بعنوان حادثه ای ضمنی و بی معنی در تکامل حیات نگاه کرد. اگر فرد بخواهد قدر و ارزش آزادی را بداند باید تجربه ی در قفس بودن را داشته باشد. ...

... در طریقت معنوی شش ایستگاه وجود دارد، هفتمین، مرحله ی پایانی یا مقصد است. هر ایستگاه میانی به نوبه ی خودش نوعی انتظار تخیلی از مقصد است. حجابی که انسان را از خدا جدا می سازد شامل تخیلات کاذب است و این حجاب تاه و چین های بسیار many folds دارد. قبل از ورود به طریقت، شخص پوشیده در این حجاب هزارلای تخیلی است؛ نتیجه اینکه او حتی به فکرش هم نمی رسد که چیزی ورای یک فردیت جدا، بسته و محدود است. آگاهی نفس در نتیجه آن حجاب ها سفت و محکم شده و اشتیاق آگاهانه برای متصل شدن به خداوند، نخستین لرزه بر تمام ساختار نفس است {ساختاری که} در دوران عملکرد دروغین تخیلات ساخته شده بود.

پیمودن طریقت معنوی تشکیل شده است از ازکارانداختن نتایج عملکرد دروغین تخیلات، یا انداختن لایه های بسیاری از آن حجاب، که احساسی از جدابودن غیرقابل تسخیر و انزوای غیرقابل رهایی {برای فرد} تولید می کند.... هرچه او بیشتر با واقعیت صمیمی communes with Reality شود، آن حجاب نازک تر می شود. با مستهلک شدن تدریجی جدایی و نفس پرستی، او احساسی رو به افزایش از یگانه شدن با واقعیت بزرگتر به دست می آورد.

... مراحل مختلف در روند رهاسازی خود از تخیلات دروغین را می توان با رویاها مقایسه کرد که بعنوان پلی بین خواب عمیق و بیداری کامل عمل می کنند. روند خلاص شدن از عملکرد هزارلای تخیلات دروغین تدریجی است و هفت مرحله دارد.

... درجات مختلفی از کاذب بودن تخیلات وجود دارند که بستگی به درجات احساس جدایی نفس-آگاهی ego-consciousness دارد. در روند رهاسازی خود از تخیلات کاذب، هر مرحله یک استهلاک مشخص {از} نفس است. ولی تمام مراحل بینابینی راه، تا ادراک نهایی خداوند، تشکیل شده اند از رها کردن یک سلسله از تخیلات برای {رسیدن} به {سلسله} دیگری {از تخیلات}. این مراحل به توقف تخیلات منجر نمی شوند.

... بنابراین، آن شش مرحله ی صعودی تماماً در حیطه ی تخیلات هستند...

... هر مرحله ی مشخص در پیشرفت نماینده ی یک مرحله از آگاهی است، و پیشرفت از یک مرحله ی آگاهی به مرحله ی دیگر، بطور موازی، با عبور از سطوح درونی جریان دارد. بنابراین، قبل از رسیدن به سطح هفتم، که پایان سفر است و مرحله ی ادراک خداوند، این شش سطح میانی و مراحل آگاهی هرکدام باید تجربه شده باشند. ...

... وقتی که زایر pilgrim وارد سطحی جدید می شود، قبل از اینکه بتواند ویژگی های آن سطح را تجربه کند، وارد آن سطح می شود... (در اینجا) آگاهی (که تلاش کرده تا به سطحی جدید صعود کند) وارد دورانی از فعالیت کمتر ذهنی می شود که با خواب قابل مقایسه است... پس از یک دوران ایستایی نسبی، ذهن شروع می کند به فعالیت کردن در آن سطح جدید و

مرحله ای از آگاهی را تجربه می کند که تماماً با مرحله ای که در پشت سر گذاشته متفاوت است....

وقتی که زایر وارد نخستین سطح می شود، نخستین فناى خود، یا نابودشدن جزئی نفس را تجربه می کند. ... واردشدن به دومین سطح را **فناى باطلی** fana-e-batili (bateli) می خوانند، یا نابودی باطل. اینک زایر در سرور و نور بی نهایت جذب شده است. ... وارد شدن به سطح سوم، **فناى ظاهری** fana-e-zahiri (zaheri) خوانده می شود، یا نابودی ظاهر. در اینجا زایر، برای روزها تمام آگاهی خود از بدنش و دنیایش را از دست می دهد و قدرت بی نهایت را تجربه می کند.... این **ویده سامادی** videh samadhi است....

... اگر زایر بازهم فراتر برود، به چهارمین سطح می رسد. واردشدن به مرحله ی چهارم **فناى ملکوتی** fana-e-malakuti یا نابودی منجر به رهایی خوانده می شود. زایر احساس غریبی از آگاهی را تجربه می کند، زیرا اینک او نه تنها نیروی بی نهایت را **احساس می کند**، بلکه همچنین موقعیت های زیادی برای بیان آن نیرو دارد. بعلاوه، نه تنها موقعیت برای مصرف نیرویش دارد، بلکه تمایل مشخصی برای بیان آن ها دارد. اگر او قربانی این وسوسه بشود، به بیان کردن این نیروها ادامه می دهد و در امکانات فریب دهنده ی این سطح چهارم گرفتار می شود. به این دلیل، سطح چهارم یکی از دشوارترین و خطرناک ترین {مراحل} برای گذر کردن است. زایر هرگز از نظر معنوی ایمن نیست، و بازگشت به عقب برای او همیشه ممکن است تا زمانی که با موفقیت از چهارمین سطح گذر کند و به سطح پنجم برسد.

واردشدن به پنجمین مرحله **فناى جبروتی** fana-e-jabruti (jabaruti)، یا نابودی تمام خواهش ها نام دارد. ... او اینک از نظر معنوی ایمن است و ورای امکان سقوط؛ ولی با این وجود، در این مرحله ی متعال، بسیاری از زایرین مقاومت در برابر توهم اینکه او به خداگونگی رسیده است را دشوار می یابند....

... وارد شدن به ششمین سطح، **فناى محبوبی** fana-e-mahabubi (mahbubi)، یا نابودی خود(عاشق) در معشوق خوانده می شود. اینک زایر خداوند را چنان مستقیم و روشن می بیند که هرچیز دیگر را در این دنیا {چنان می بینید}، این دیدار پیوسته و لذت بردن از خداوند حتی برای یک لحظه نیز دچار وقفه نمی شود. بااین وجود رهرو با خداوند، بی نهایت، یکی نمی شود.

اگر زایر به هفتمین سطح صعود کند، آخرین مرحله را که **فناى فی الله** fana-fillah (fana-e-fe-Allah) یا نابودی نهایی نفس در خداوند، است تجربه می کند. توسط این امتزاج، زایر هستی جداگانه ی خودش را ازدست می دهد و بطور ابدی با خداوند متصل می گردد.... این هفتمین سطح فناى فی الله، پایانه ی طریقت روحانی، مقصد تمامی طلب ها و جست و جوها است. این حالت نیرویکالپا *nirvikalpa* {سامادی} است که مشخصه ی آن خداگونگی آگاهانه است. این

تنها بیداری واقعی است. زایر اینک به ساحل مقابل اقیانوس وسیع تخیلات رسیده و درک می کند که این آخرین حقیقت تنها حقیقت است و تمام مراحل دیگر در این طریقت تماماً تخیلی هستند. او به مقصد نهایی رسیده است.

۲۶. رسیدن به خودشناسی

وقتی که زمانش فرا رسیده باشد، پیشرفت شخص به سوی خودشناسی، درست همانگونه بطور طبیعی فرا می رسد که بدن جسمی یک کودک بطور کامل رشد می کند. رشد بدن جسمانی توسط عملکرد قوانین طبیعی صورت می گیرد، و پیشرفت سالک به سوی خودشناسی، توسط عملکرد قوانین روحانی، که به تحول و رهایی آگاهی مربوط هستند، صورت می گیرد. ... کودک نمی داند که چگونه بدن جسمانی اش رشد می کند؛ به همین ترتیب سالک نیز غالباً از قانونی که او را به سوی مقصد پیشرفت روحانی اش می کشاند بی خبر است...

... سالک بدون اینکه آگاهانه این را بداند، با پیمودن طریق درونی (توسط اندوه و شادی اش، خوشوقتی یا رنجش، توفیق و شکستش، تلاش و استراحتش و توسط لحظات بینش روشن و هماهنگ خود، و همچنین توسط لحظات پریشانی و سردرگمی اش) به تدریج به خودشناسی می رسد. این ها تجلیات سانسکارهای مختلفی هستند که او از گذشته با خودش آورده است، و سالک راهش را به سمت خودشناسی ادامه می دهد... عملکرد واقعی مشعل flashlight آگاهی توسط سانسکارهای انباشته شده ی شخص تعیین می شود.

... در مورد یک شخص معمولی، سپهر زندگی و مرحله ی عمل، محدود به دنیای زمخت است زیرا در او، مشعل آگاهی روی بدن جسمانی می افتد و توسط آن کار می کند. ... ولی قادر نیست با واقعیت های لطیف و ذهنی تماس داشته باشد... در طول این زمان، او از سپهرهای لطیف و ذهنی جهان هستی ناآگاه باقی می ماند، زیرا که مشعل آگاهی او نمی تواند از طریق واسطه ی بدن لطیف یا بدن ذهنی متمرکز باشد.

در این مرحله، روح از دنیای زمخت آگاه است ولی کاملاً از طبیعت واقعی خودش جاهل است. او خودش را با بدن مادی هویت می دهد... و طبیعتاً این {هویت گیری} پایه ی تمام فعالیت ها در این محدوده را تشکیل می دهد. روح مستقیماً خودش را توسط خودش نمی شناسد، بلکه توسط بدن جسمانی... (که در واقع فقط وسیله ی نقلیه ی روح است) {خود را می شناسد}. بنابراین، روح تصور می کند که مرد است یا زن، جوان است یا پیر، و تغییرات و محدودیت های بدن را بر خودش می پندارد.

پس از چندین دور زندگانی که توسط دنیای زمخت ترتیب داده می شود، تاثیرات مربوط به دنیای زمخت، توسط دورانی طولانی از تجربه های {نیروهای} متضاد (مانند خوشبختی زیاد و رنج فراوان) تضعیف می شوند. ضعیف شدن تاثیرات ابتدای بیداری روحانی است، که از پس کشیدن تدریجی مشعل آگاهی از فریب های دنیای زمخت، تشکیل شده است. وقتی چنین اتفاقی می افتد تاثیرات زمخت، لطیف می شوند و تحول عملکرد آگاهی پایه را، از بدن زمخت به بدن لطیف، تسهیل و تهییج می کنند. اینک مشعل آگاهی روی بدن لطیف می افتد و از طریق این واسطه عمل می کند. بنابراین تمامی دنیای زمخت از آگاهی روح فرومی افتد و فقط از دنیای لطیف آگاهی می یابد. اینک سپهر لطیف هستی فضای زندگی {روح} را تشکیل می دهد؛ و روح اینک خودش را بدن لطیف می انگارد، که مرکز تمامی فعالیت های او خواهد شد. ...

... تاثیرات متصل به دنیای لطیف به نوبه ی خود، برای مثال، از طریق برخی از انواع ریاضت ها یا یوگا *yoga*، مستهلک می شوند. این سبب پس کشیدن بیشتر آگاهی به دورن می شود و این {عمل} را تسهیل می کند، و بوسیله ی آن، مشعل آگاهی روی بدن لطیف

متمرکز می شود و شروع می کند به عمل کردن از طریق آن... اینک روح از دنیای ذهنی آگاه است، و امکانات عمیق تری را برای ادراک روحانی دارد و بینشی روشن تر از حقیقت غایی.

در این جایگاه جدید سپهر ذهنی، روح از الهامات پیوسته، بینش ژرف و شهود غیرقابل خطا لذت می برد؛ و با واقعیت روحانی در تماس مستقیم است. باوجودیکه روح در تماس مستقیم با خداوند است، روح خودش را همچون خدا نمی بیند، زیرا نمی تواند خودش را مستقیماً از طریق خودش ببیند، بلکه فقط از طریق واسطه ی ذهن فردی می بیند. ...

باوجودی که روح اینک نسبت به زمانی که در دنیای زمخت یا لطیف بود، به خداوند بسیار نزدیک تر است، هنوز در دنیای سایه ها پوشیده شده است و به دلیل آن حجابی که توسط تاثیرات مرتبط با سپهر ذهنی تولید شده، به احساس جدایی {خود} از خداوند ادامه می دهد. ...

برای سالک ممکن است که توسط تلاش های خودش و بدون کمک گرفتن از هیچکس به سپهر ذهنی صعود کند، ولی انداختن بدن ذهنی مستلزم تسلیم سازی وجود فردی است. این آخرین و مهمترین گام نمی تواند بدون کمک یک مرشد کامل، که خودش خداآگاه God-realized است، برداشته شود.

۲۷. طبیعت نفس و پایان دادن آن

آگاهی، در مراحل پیش-انسانی، تجربه‌هایی داشته است ولی این تجربه‌ها بطور صریح در رابطه با یک "من" a central I مرکزی قرار نداشته‌اند. ... نخستین گام در تسلیم کردن کارکردهای تاثیرات منفرد working of isolated impressions به تنظیمات هوشمندانه intelligent regulation، تشکیل شده از آوردن تمامی این تجربه‌ها در رابطه با مرکز آگاهی، که بعنوان نفس صریح محدود the explicit limited ego ظاهر می‌گردد. از آغاز آگاهی انسان، یکی کردن نفس-آگاهی روشن‌ترین و تعریف شده‌ترین {چیز} است. ...

... روند ادراک تجربه‌ها تلویحاً به معنی ظرفیت نگه داشتن تجربه‌های مختلف باهم است، به عنوان بخش‌هایی از یک واحد؛ و ظرفیت ارزیابی کردن آن‌ها توسط به هم نزدیک کردنشان در یک رابطه‌ی متقابل و دوجانبه. ...

برای تمامی وقایع ذهنی، نفس بعنوان یک دستاورد صریح و شکست‌ناپذیر پدیدار می‌شود تا یک نیاز خاص را برآورده سازد. ... نفس تمامی تجربه‌های به دست آمده شده را انبار می‌کند و تمایلات فعال‌گریزه‌های نسبتاً مستقل و جداگانه‌ی به ارث برده شده از آگاهی حیوانی را به هم متصل می‌سازد. شکل‌گیری نفس این منظور را برآورده می‌سازد که ثبات مشخصی به روند‌های آگاهانه بدهد و همچنین نوعی تعادل کاربردی را تامین می‌کند که لازمه‌ی یک زندگی سازمان‌یافته و برنامه‌ریزی شده است. ... ولی بااین وجود باید به این روند شکل‌گیری نفس، بعنوان یک اهریمن لازم necessary evil، که برای زمان حاضر مورد نیاز است، نگاه کرده شود.

... بنابراین، باوجودی که نفس از درون می‌کوشد تا تجربه‌های فردی را کامل و یکپارچه سازد، همچنین در همین تلاشش برای احساس وجود خود و تامین وجودی خویش، یک تقسیم مصنوعی بین زندگی بیرونی و زندگی درونی می‌آفریند. ...

... ذهن انسان لحظه به لحظه از میان یک سلسله از تضادها عبور می‌کند. ... نفس می‌کوشد تا از طریق ارزیابی‌های خطا و انتخاب‌های نادرست این تضاد درونی خودش را حل کند. ... بنابراین، باوجودی که قدرت، شهرت، ثروت، توانایی و سایر دستاوردهای دنیایی واقعاً بی‌اهمیت هستند، نفس از مالک بودن این‌ها لذت می‌برد و به عنوان "مال من" به این‌ها می‌چسبید. از سوی دیگر، معنویت واقعی برای روح از همه مهم‌تر است، ولی نفس به آن بعنوان {چیزی} بی‌اهمیت می‌نگرد.

... دنیایی تفاوت بین ضرورت necessity و اهمیت importance وجود دارد. بسیاری از چیزها برای نفس ضروری به نظر می‌آیند، ولی این‌ها در خودشان مهم نیستند. معنویت spirituality، که برای نفس بی‌اهمیت جلوه می‌کند، برای روح واقعاً بااهمیت است. بنابراین، نفس نماینده‌ی اصل عمیق و پایه‌ای جهل است، که همواره خودش را از طریق ترجیح دادن غیرمهم بر مهم نشان می‌دهد.

ذهن به ندرت بطور هماهنگ عمل می‌کند زیرا عمدتاً توسط نیروهای ناخودآگاه هدایت می‌شود. ... اگر ذهن بخواهد از ستیزه‌ها رها شود باید همیشه انتخاب درست کند و باید همواره چیزهای واقعاً مهم را بر بی‌اهمیت ترجیح دهد. ... ذهن باید هوشمند بشود، زیرا فقط از طریق دنبال کردن ارزش‌های واقعی و پایدار است که دستیابی به وقار و ثباتی که برای جریان پویا و خلاق زندگی ذهنی زیان‌آور نیست، ممکن خواهد بود. یک انتخاب ناهوشمندانه، اگر محکم باشد، شاید بطور موقت برتضاد چیره شود؛ ولی بطور حتم در دراز مدت، آزادی عمل را در زندگی

محدود می کند و یا شکوفایی تمامیت شخصیت فرد را مختل می سازد. به علاوه، اگر آن تضاد هوشمندانه حل نشده باشد، بطور حتم به شکلی دیگر دوباره ظاهر می شود. از سوی دیگر، یک راه حل هوشمندانه نیازمند بینش درست نسبت به ارزش ها است که می باید از ارزش های کاذب تمیز داده شوند. بنابراین مشکل تضاد خواسته ها، در عمل، همان مشکل تضاد ارزش ها است و بنابراین راه حل تضادهای ذهنی نیازمند کاوشی عمیق در معنی واقعی زندگی است. تنها از طریق خرد wisdom است که ذهن می تواند از تضادها رها گردد.

... بنابراین راه حل تضادهای ذهنی نه تنها نیازمند ادراک ارزش های درست است، بلکه همچنین به وفاداری پایدار به آن ها نیز نیاز دارد.

... نشانه ی قطعی یک تضاد واقعی پنهان این احساس است که تمامی قلب انسان در فکر یا عملی که در آن لحظه غالب است حضور ندارد. یک احساس مبهم از باریک شدن یا narrowing down یا یک محدودشدگی ریشه ای زندگی radical restriction of life وجود دارد. در چنین مواقعی باید تلاش شود تا توسط یک خودنگری عمیق، محتوای وضعیت ذهنی فرد مورد تحلیل قرار گیرد، زیرا که چنین تحلیلی زوایای پنهان آن تضاد را روشن می سازد.

زمانی که تضادها اینگونه روشن شدند، آنگاه حل کردن آن ها توسط هوشمندی و انتخاب های محکم ممکن خواهد بود. مهمترین لازمه برای حل کردن رضایتمندانه ی تضادها، نیروی محرکه motive power یا الهام inspiration است که فقط از یک اشتیاق سوزان برای یک آرمان فراگیر و جامع نشأت می گیرد. ...

برقرار کردن یک آرمان واقعی true ideal شروع ارزیابی درست است. به نوبه ی خود، ارزیابی درست، {همان} خراب کردن یا واپسین ساختار نفس the undoing of the ego است که بر اساس ارزیابی های کاذب رونق یافته است. ... در اوج بلوغ و پختگی تکامل، این اکتشاف عظیم فرا می رسد که تا زمانی که حیات {انسان} بر حول نقطه اتکای نفس می چرخد،

نمی تواند {به درستی} درک و زندگی شود. آنگاه انسان توسط منطق تجربه ی خودش برانگیخته می شود تا مرکز واقعی تجربه را بیابد و زندگی خودش را در حقیقت درک کند. این {کار} مستلزم مستهلک کردن نفس و جایگزین کردن آن با حقیقت-آگاهی-Truth consciousness است. نقطه اوج فروپاشی نفس، ادراک حقیقت است. اگر یکپارچگی و ارضای واقعی بخواهد در زندگی به دست آید، هسته ی کاذب سانسکاراهای جمع شده باید از بین برود.

توجه:

متن فوق فقط مختصری از شکل گیری و زدودن نفس انسانی است که توسط مهربابا توضیح داده شده.

برای مطالعه ی عمیق تر این مطلب، خوانندگان می توانند
به سه فصل کامل متن اصلی کتاب، صفحات ۱۶۰ تا ۱۷۸ رجوع کنند.

۲۸. خلاصه ای در مراقبه

مراقبه را می توان طریقی توصیف کرد که شخص برای خودش اختیار می کند، درحالیکه سعی می کند به وراى محدودیت های ذهن برسد... فرد یک طریقت ازپیش آماده شده را دنبال نمی کند؛ آن طریقت پس از اینکه از آن عبور کرد منقوش می گردد. به همین ترتیب، کسی که خودش را به مراقبه ی عمیق متمایل می یابد در واقع با مشکلات معنوی که با آن رویارو است دست به گریبان است و فقط کوششی محض برای دنبال کردن یک دوره ی سخت و جامد که در ساختار ذهنی وجود دارد، انجام نمی دهد.

باین وجود، پرورش مراقبه می تواند بطور اجمالی توسط کسانی که بینش مستقیم در عملکردهای ذهن انسان دارند پیش بینی شود... در دوران مراقبه، هوشمندی نقش مهمی را ایفا می کند؛ و همین هوشمندی است که توسط مرشد کامل برافروخته می شود، کسی که چند توصیه ساده در مورد کارهایی که در مراقبه باید بکند یا انتظار داشته باشد، به سالک می دهد.

مراقبه، غالباً بعنوان روند مجبور ساختن {تمرکز} ذهن روی یک مفهوم یا شیئی، مورد سوء تفاهم قرار گرفته است. طبیعتاً بیشتر مردم نسبت به مراقبه احساس بیزاری دارند، زیرا در تلاش برای به زور وادار کردن ذهن در یک جهت یا چسباندن آن به یک چیز مشخص، دچار مشکلات بزرگ هستند. هرگونه رفتار کاملاً مکانیکی با ذهن، نه تنها آزاردهنده است بلکه درنهایت محکوم به شکست است. نخستین اصلی که سالک باید به یاد بسپارد این است که ذهن فقط بر اساس قوانین موروثی در ساختار خودش می تواند کنترل شود و در مراقبه جهت بگیرد، و نه با هیچگونه روش های مکانیکی و فشارهای نیمه مکانیکی.

بسیاری افراد که بطور تکنیکی مراقبه انجام نمی دهند، بیشتر اوقات، خویش را در مورد یک مشکل خاص یا موضوع نظری، در یک تفکر عمیق و شدید و روشن می یابند. این روند ذهنی آنان، به نوعی، بسیار شبیه مراقبه است، بطوریکه ذهنشان چنان درگیر تفکر شدید در مورد یک موضوع مشخص است که تمام چیزهای دیگر برایشان بی مورد است و وجود ندارد. در چنین روندهای ذهنی، مراقبه غالباً آسان و خودانگیخته است زیرا ذهن روی موضوعی متمرکز است که به آن علاقه دارد و بطور افزاینده ای آن را درک می کند.

فاجعه ی معنوی *The spiritual tragedy* در مورد سلسله افکار این است که آن ها درجهت چیزهای واقعاً مهم نیستند. از سوی دیگر، موضوع مراقبه ی واقعی باید همیشه با دقت انتخاب شود و باید از نظر روحانی بااهمیت باشد؛ باید یک شکل یا موضوع الهی، یا مطلبی بااهمیت و حقیقی باشد. برای داشتن توفیق در مراقبه، ذهن نه تنها باید به موضوعات الهی یا حقیقت علاقمند شود، بلکه باید بکوشد تا آنها را درک و تحسین کند. چنین مراقبه ی هوشمندانه ای یک روند طبیعی ذهنی است؛ و چون خشکی و جمود مراقبه ی مکانیکی را ندارد، نه تنها خودانگیخته و الهام بخش است، بلکه آسان و موفق نیز هست.

مراقبه *meditation* را باید با تمرکز *concentration* متمایز دانست. مراقبه نخستین مرحله از روندی است که به تدریج به تمرکز می انجامد. در تمرکز ذهن به دنبال اتصال به موضوعش است توسط روند تثبیت کردن خود روی آن موضوع؛ درحالیکه مراقبه تشکیل شده از تفکر یکپارچه در مورد یک موضوع مشخص بطوری که تمام چیزهای دیگر از ذهن دفع شده باشند. ...

در مراقبه، ذهن می کوشد با تامل روی صفات متنوع آن شکل یا مفاهیم مختلف یک فرمول، موضوع {مراقبه} را درک و هضم کند. در تمرکز، و همچنین در مراقبه، یک امتزاج آرامش بخش بین عشق و اشتیاق برای آن اصل یا موضوع الهی، که ذهن روی آن تامل

می کند، وجود دارد؛ و هر دوی این فعالیت ها با روند های مکانیکی محض، که نظمی خشک و یکنواختی بدون تخفیفی دارند، بسیار متفاوت هستند...

مراقبه در اساس یک مورد انفرادی است، به این معنا که چیزی نیست که با آن، فرد خودش را در جامعه به نمایش بگذارد، بلکه برای پیشرفت معنوی خود فرد است. انزوای کامل فرد از محیط اجتماعی، تقریباً همیشه برای تمرین بدون اختلال مراقبه مفید است... آرامش و سکوت مختل ناشدنی برای کسب توفیق الزامی هستند. باین وجود، برای یافتن چنین شرایطی، نیازی نیست که فرد به کوهستان ها یا غارها برود. حتی در شهرها نیز قدری مراقبت و استقبال از {در دسر می تواند سکوت و خلوت لازم را برای تسهیل و ترقی پیشرفت در شکل های مختلف مراقبه، تامین کند.

... بهتر است که سالک در طول هر مراقبه یک وضعیت بدنی یکسان را اختیار کند. ... همچنین، انتخاب یک مکان و زمان ثابت نیز اثر سودبخش دارد. بنابراین سالک باید در مورد اختیار کردن زمان و مکان و وضعیت بدنی جدی باشد. انتخاب مکان مراقبه نیز نیازمند بررسی ارتباطات معنوی و امکانات آن مکان دارد. مراقبه کردن در مکان های مقدس که مرشدان در آن ها زندگی و مراقبه می کرده اند اهمیت ویژه ای دارد.

... باین وجود، زمانی که مراقبه از طریق تمرین مدام بصورت عادت درآمده باشد، پابندی به زمان و مکان و وضعیت بدنی ثابت می تواند معاف شود؛ و سالک می تواند مراقبه ی خود را در هر زمان و تحت هر شرایطی انجام دهد. حتی زمانی که راه می رود، او می تواند غرقه در مراقبه باشد.

نباید با قلبی سنگین وارد مراقبه شد، مانند وقتی که فرد روغن کرچک castor oil مصرف کرده باشد. فرد باید در مورد مراقبه جدی باشد، ولی نه سنگین یا اندوهگین. شوخ طبعی و نشاط نه تنها در پیشرفت مراقبه مانعی نیستند، بلکه در واقع به آن کمک می کنند. مراقبه نباید به چیزی بدمزه و خسته کننده تبدیل شود. سالک باید آن سرور طبیعی را، که حاصل مراقبه ی موفق است، بر خود مجاز بداند، بدون اینکه به آن معتاد شود... اگر مراقبه واقعاً بخواهد موفق باشد، تمامی افکار افسردگی، ترس یا نگرانی باید تماماً قطع شوند...

در تفکر معمولی، جریان قطع نشده ای از سلسله مفاهیم مربوط، امری معمولی است؛ ولی وقتی ذهن به مراقبه ی منظم می پردازد، یک تمایل واکنشی برای {ایجاد} افکار نامربوط و متضاد برای برانگیخته شدن و تولید اختلال، بطور غیرقابل اجتنابی وجود خواهد داشت. این قانون ذهن است، و سالک نباید از پیدایی افکار متضاد و ناهمگون در آگاهی، که تاکنون خودشان را آشکار نساخته بودند، ناراحت شود. مراقبه شامل آوردن محتوای نیمه آگاه ذهن به پیش {جلوی} forefront of consciousness آگاهی است....

آخرین، ولی نه بی اهمیت ترین شرط برای توفیق در مراقبه، اتخاذ روش یا فن درست برای برخورد با افکار مزاحم و تأثیرات {نافذ} ذهنی است. کوشش برای جنگیدن و سرکوب کردن افکار مزاحم **بطور مستقیم** بی فایده و اتلاف انرژی است. ... بهترین {روش} نادیده گرفتن و چشم پوشیدن از آن ها و هرچه سریع تر برگشتن به موضوع مراقبه است، بدون دادن اهمیت زیاد و بی مورد به عوامل مزاحم. با تشخیص دادن بی ربط بودن و بی ارزش بودن افکار مزاحم و ارزش و اهمیت نسبی موضوع مراقبه، این امکان هست که اجازه دهید افکار مزاحم به خودی خود و توسط فروگذار کردن و غفلت محض از آن ها، بمیرند. به این ترتیب ذهن بطور مدام در موضوع مراقبه تثبیت و استوار می شود.

توجه: برای مطالعه ی کامل انواع مراقبه و اهمیت آن ها،
خوانندگان می توانند به هفتمین چاپ کتاب سخنرانی ها Discourses، ۱۹۸۷، بخش دو تا
پنج، صفحات ۲۰۱ تا ۲۵۱ رجوع کنند.

۲۹. پویایی های پیشرفت روحانی

پیشرفت روحانی وقتی شروع می شود که تغییرات فاحشی در دیدگاه انسان دنیایی پیدا می شود. فرد دنیایی بیشتر برای تن زندگی می کند؛ و حتی در آن پیشه های که ظاهراً به نظر نمی رسد مرجع مستقیمی با بدن داشته باشند، در تحلیل نهایی، نیروی انگیزش نهایی را می توان در خواسته های مربوط به بدن یافت. برای مثال، او برای خوردن زندگی می کند؛ برای زنده بودن خوراک نمی خورد. او هنوز هیچگونه هدف روشنی برای رفتن به ورای بدن کشف نکرده است، بنابراین، بدن و رفاه آن مرکز تمام فعالیت های او است. ولی وقتی که او ارزش هایی را کشف می کند که در آن ها روح حاکمیت اصلی را دارند، بدن بی درنگ به پس زمینه می افتد. آنگاه نگهداری از بدن، برای او فقط {نگهداری} از وسیله ای می شود که او را به ادراک های بالاتر از هدف می رساند. بدن او، که قبلاً مانعی برای یک زندگی واقعاً روحانی بود، وسیله ای می شود که {او را} به زندگی های بالاتر می رساند. ...

خود شروع پیشرفت روحانی، توسط جستن آن هدفی تعیین می شود که انسان برای آن زندگی می کند (هدفی که او ناخودآگاهانه برای آن عشق می ورزد و متنفر می گردد، و برای آن هدف وارد خوشی ها و رنج های رنگارنگ می گردد). باوجودیکه او شاید توسط کشش این مقصد الهی غیرقابل فهم و غیرقابل مقاومت، منقلب و ناراحت شود، شاید زمان زیادی به طول انجامد تا او به قله ی کوهستان ادراک حقیقت برسد؛ و آن طریق، پیوسته پر از گودال ها و پرتگاه های لغزنده است. ... بنابراین، سالک تا زمانی که مزیت کمک و راهنمایی یک مرشد کامل، که تمام پیچ و خم های طریق روحانی را می شناسد، و نه تنها سالک را از سقوط ممکن حفظ می کند، بلکه بدون بازگشت های غیرضروری او را به هدف ادراک راهنمایی می کند، را نداشته باشد، هرگز ایمن نیست. سالک که تصمیم دارد به هدف برسد با خودش تمامی سانسکاراهای گذشته اش را حمل می کند. ... طریق پیشرفت روحانی غالباً توسط موانع ساخته ی خود {این راه} مسدود می شود و این موانع فقط می توانند توسط کمک یک مرشد برطرف شوند.

یاری مرشد وقتی موثرترین است که سالک زندگی نفسانی خودش را به نفع زندگی نامحدودی که مرشد آن را عرضه می کند، تسلیم سازد. رسیدن به تسلیم کردن کامل نفس دشوارترین {کار} است. و بااین وجود، اساسی ترین شرط برای پیشرفت روحانی، کاستن از نفسانیت به کمترین حد ممکن است. ... بنابراین، بیهودگی مراسم و تشریفات، صدقات و اعمال خیر و ریاضت ها و وانهادن های بیرونی که در آگاهی نفسانی ریشه دارند، از همینجاست.

... بنابراین او در یک وضعیت دشوار قرار دارد: اگر غیرفعال بماند، برای شکستن زندان زندگی نفسانی خود کاری نکرده است؛ و اگر به زندگی فعال پردازد، با این امکان رو به رو است که نفس او به این اعمال جدید منتقل شود. ... کسی که وارد طریقت می شود نه می تواند در جایی که هست باقی بماند و نه می تواند از عهده ی این برآید که تعادلش را از دست بدهد. بنابراین مانند کسی است که بخواهد روی لبه ی تیز شمشیر راه برود.

برای پرهیز از بی عملی از یک سو و اجتناب از غرور عمل از سوی دیگر، برای سالک لازم است که طبق روش زیر یک نفس موقت و کاربردی بسازد که تماماً مطیع مرشد باشد؛ قبل از شروع هر کاری، سالک باید فکر کند که این او نیست که این کار را انجام می دهد، بلکه این مرشد است که آن عمل را توسط او انجام می دهد. پس از انجام عمل، او برای مطالبه ی نتیجه ی عملش درنگ

نمی کند یا از آن لذت نمی برد، بلکه با تقدیم کردن آن اعمال به مرشد، از آن ها رها می گردد. ... ساختن یک نفس جدید که تماماً مطیع مرشد باشد برای پویایی پیشرفت روحانی الزامی است.

... فاصله بین زندگی محدود نفس و نامحدودی زندگی بدون نفس باید توسط مراحل تدریجی تحول نفس پوییده شود (تا نفسانیات با تواضع جایگزین شود و خواهش های برانگیزنده جای خودشان را به رضایت ممتد و رشد کننده بدهد و خودخواهی با عشق بدون نفس جایگزین گردد). ...

... سالکی که به خدمت مرشد در می آید را می توان به جارویی تشبیه کرد که مرشد با آن دنیا را از ناخالصی هایش پاک می کند. ... فقط توسط دخالت فعال مرشد است که چنین اختلالات روحانی می توانند درمان شوند. ... اگر سالک بخواهد چنین کمکی را دریافت کند باید تلاشی واقعی برای تسلیم کردن خود به اراده ی الهی مرشد انجام دهد. ... پیشرفت روحانی پیامد تسلیم های پی درپی است، تا تسلیم شدن نهایی زندگی نفسانی جداگانه بطور کامل حاصل گردد. آخرین تسلیم، تنها تسلیم کامل است. این {مرحله} قرین است با اتحاد و اتصال نهایی که در آن، سالک با مرشد یکی می شود. بنابراین، به نوعی، کامل ترین تسلیم به مرشد معادل است با دستیابی به حقیقت، که هدف غایی تمام پیشرفت های روحانی است.

۳۰. جنبه های عمیق تر سلوک

برای بیشتر افراد، *sadhana* یا تمرین روحانی تشکیل شده است از انجام بیرونی مراسم و تشریفات که توسط مذهبشان تجویز شده است. در مراحل ابتدایی، مراعات چنین تشریفات، بعنوان عاملی که به پاکسازی خود و انضباط ذهنی کمک می کند، ارزش خودش را دارد. ولی در نهایت سالک باید به ورای مرحله ی پیروی بیرونی از رسوم برود و به جنبه های ژرف تر تمرینات روحانی مشرف گردد. وقتی چنین اتفاقی بیفتد جنبه های بیرونی مذهب به پس زمینه می افتند؛ و سالک به {موارد} اساسی، که در تمام مذاهب بزرگ آشکار شده اند، علاقه پیدا می کند. سلوک واقعی، از یک زندگی براساس ادراک معنوی تشکیل شده است، و این برای کسی که واقعاً مشتاق واقعیت های معنوی است فراخواهد رسید.

... سلوکی که برای یک شخص خاص مفید است باید با سانسکارها و خلق و خوی او مربوط باشد؛ و بنابراین، باوجودیکه هدف روحانی برای همگان یکسان است، سلوکی که به یک شخص داده می شود مخصوص شخص او است. ... هدف و غایت حیطه ی روحانی، یک تکمیل شدگی است که ورای محدودیت های زمان قرار دارد. بنابراین در حوزه ی مادیات، سلوک متوجه به دستیابی چیزی است که هنوز باید واقع گردد؛ ولی در زندگی معنوی این {سلوک} متوجه تشخیص و ادراک چیزی است که همیشه وجود داشته است، همیشه خواهد بود، و هم اینک **هست**.

... سلوک زمانی از نظر روحانی مفید است که زندگی فرد را با هدف الهی تنظیم و هماهنگ سازد، {هدفی} که هر فرد را قادر سازد بطور آگاهانه از سرور حالت خدا {گونگی خویش} لذت ببرد. سلوک باید تماماً در خدمت این هدف باشد. ... سلوک به اندازه ای کامل است که آرمان های معنوی را بیان سازد، یعنی به درجه ای که زندگی کامل را همانند resembles سازد. وقتی که سلوک کامل یا تکمیل شده باشد، با هدف ممزوج می گردد (یک زندگی کامل از نظر معنوی): به درجه ای که تقسیم و جدایی بین وسیله و هدف، در یکپارچگی خدشه ناپذیر یک وجود غیرقابل تقسیم، بلعیده شود. ...

... در جنبه های عمیق تر خود، سلوک روحانی از {موارد} زیر تشکیل شده است:

- ۱) یوگای شناخت (دیان) *dhyana* {مراقبه}،
 - ۲) یوگای کردار (کارما یوگا *karma yoga*)،
 - ۳) یوگای اخلاص یا عشق (باکنی یوگا *bhakti yoga*).
- سلوک شناخت توسط تمرین وانهادن و وارستگی، که از یک ادراک واقعی نشات می گیرد، انواع شکل های مراقبه، و استفاده ی پیوسته از تمیز دادن *discrimination* و شهود بیان می شود. ... اگر سلوک شناخت بخواهد مفید باشد، باید در هر گام توسط تاکید روی کردار اجرا شود. زندگی روزمره باید توسط تمیز دادن *discrimination* رهبری شود و توسط شهودهای والاتر *highest intuitions* الهام گیرد.

کارمایوگا یا یوگای کردار از عمل کردن براساس بهترین شهودهای قلبی، بدون ترس یا تردید تشکیل شده است. در سلوک، آنچه به حساب می آید تمرین است و نه نظریه ی محض. ... بنابراین کسی که زیاد تحصیل کرده نیست ولی نام خداوند را با اخلاص به زبان می آورد و وظایف خودش را با تواضع و از صمیم قلب انجام می دهد، در واقع به خداوند نزدیک تر است از کسی که تمام {دانش} فراقیزیکی دنیا را می داند، ولی اجازه نمی دهد که نظریات او زندگی روزمره اش را تغییر دهد. ... لازمه ی انجام یوگای کردار این است که کردار باید از ادراک حقیقت سرچشمه گیرد. کردارهای روشن شده *enlightened action* وابستگی نمی آورند زیرا در نفس ریشه ندارند و بدون نفس هستند. ... خودخواهی، منجر به یک زندگی باریک می شود که حول مفهوم کاذب فردیتی محدود و

جدا گردش می کند؛ درحالیکه عمل بدون نفس منجر به محو شدن توهم جدایی می شود، و به دروازه ای به زندگی نامحدود تبدیل می گردد؛ جایی که ادراک **همه-خودبودن** All-selfness وجود دارد. آنچه فرد در اختیار دارد ممکن است ازدست برود و آنچه که آرزو دارد ممکن است هرگز برایش محقق نشود؛ ولی اگر او با روحیه ی تقدیم کردن به خداوند چیزی را ازدست بدهد، {آن چیز} پیشاپیش به او بازگشت داده شده است. یوگای کردار اینگونه است.

سلوک عشق (باکنتی) حتی از یوگای شناخت و یوگای کردار مهم تر است. عشق خودش بهانه ی خود است برای بودن. در خودش کامل است و نیازی ندارد که با چیز دیگری همراه شود. بزرگترین قدیسان با عشق خویش نسبت به خداوند راضی بوده اند و هیچ خواهش دیگری نداشته اند. در شدت عشق الهی، عاشق با معشوق الهی یگانه می گردد. هیچ سلوکی بزرگتر از عشق نیست، هیچ قانونی بزرگتر از عشق نیست و هیچ هدفی ورای عشق وجود ندارد (زیرا عشق در مرتبه ی الهی خود {تبدیل به} بی نهایت می شود. خداوند و عشق یکی هستند و کسی که عشق الهی دارد، پیشاپیش خداوند را دارد.

... در هیچ سلوک دیگری ممزوج شدن با خداوند به آسانی و کمال عشق نیست. زمانی که عشق استعداد هادی است، طریق منجر به حقیقت، بدون تلاش و لذت بخش است. به عنوان یک قانون، سلوک مستلزم تلاش است و گاهی حتی تلاش های بسیار سخت، مانند موردی که سالک در رویارویی با وسوسه ها سعی می کند وارسته بماند. در عشق، احساس تلاش کردن وجود ندارد زیرا که خودانگیخته است. خودانگیختگی جوهره ی معنویت است. والاترین مرتبه ی آگاهی، که در آن ذهن کاملاً در حقیقت ممزوج شده، *ساجاواستا sahajawastha* نام دارد؛ مرتبه ی خودانگیختگی نامحدود، که در آن خودشناسی بدون وقفه uninterrupted Self-knowledge وجود دارد. یکی از متضادناهایی paradoxes که به سلوک معنوی مربوط می شود این است که تمام تلاش های سالک به این منظور انجام می گیرد که او به مرحله ی بی تلاشی effortlessness دست بیابد.

... ثمربخشی غایی سلوک شامل پایان گرفتن زندگی نفسانی سالک است. در آن لحظه، این ادراک وجود دارد که خود او، به نوعی، موضوع و هدف تمامی جست و جوها و تلاش ها بوده است. تمام رنج ها و خوشی هایش (تمامی مخاطرات و ماجراجویی هایش، تمامی ایثارها و کوشش های سخت او) برای رسیدن به شناخت خویش بوده است، که در آن {شناخت} او فردیت محدود خویش را ازدست می دهد، فقط برای اینکه کشف کند که او واقعاً با خداوند، که همه چیز است، یکی بوده است.

۳۱. تناسخ و کارما

شخص دنیایی the worldly person زندگی را کاملاً با تجلیات و فعالیت های بدن زمخت هم هویت می پندارد. بنابراین، برای او آغاز و پایان هستی بدن، آغاز و پایان روح فردی نیز هست. به نظر می رسد که تمام تجربه ی او گواه بر ناپایداری بودن بدن جسمانی او است؛ و او غالباً شاهد متلاشی شدن بدن های جسمانی، که زمانی از زندگی مرتعش بوده اند، هست. بنابراین او طبیعتاً وادار شده تا باور کند که زندگی هم مرز (همزمان) است با هستی جسمانی.

از آنجا که شخص دنیایی به مرگ همچون پایان زندگی می نگرد، به آن اهمیت عظیمی می دهد. باین وجود تعداد اندکی هستند که برای مدت های طولانی روی مرگ تعمق می کنند. ... برای بیشتر مردم منظره ی زمینی زندگی، مرگ را همچون واقعیتی غیرقابل اجتناب و غیرقابل مقاومت، بعنوان پس زمینه دارد (که بگونه ای نامریی و غیرمحسوس وارد بزرگترین پیروزی ها، دستاوردها و محبوب ترین لذات و خوشی هایشان می شود).

... مرگ جزو وقایع بسیار هولناک و دلخراش است. مردم در بدخواهی و خشم سعی می کنند بعنوان آخرین جزا یا بدترین انتقام، مرگ را به یکدیگر تحمیل کنند، یا بعنوان مطمئن ترین روش برطرف کردن خشونت و مداخله توسط دیگران، به آن توسل می جویند. مردم همچنین مرگ را بعنوان نشانه ای از ایثار عالی برای خویش دعوت می کنند؛ و گاهی به امید کاذب پایان نهادن به تمام نگرانی ها و مشکلات دنیا که قادر به رویارویی یا حل آن ها نیستند، آن را می جویند. بنابراین در ذهن بیشتر افراد مرگ اهمیتی زیاد و فراگیر دارد.

اهمیت فراگیر مرگ از وابستگی انسان به شکل های مشخص نشات می گیرد. ولی اگر انسان، حتی اگر هم فردی دنیایی باشد، دیدگاه وسیع تری نسبت به زندگی داشته باشد، مقدار زیادی از زندگی و اهمیت مرگ کاسته می شود. باینکه این شکل ها گذرا و ناپایدار هستند، یک پیوستگی ناگسسته زندگی در میان آن ها وجود دارد (شکل های کهنه ازبین می روند و اشکال تازه برای سکونت و متجلی شدن خلق می شوند). روی دادن مجدد مرگ با روی دادن مکرر تولد همتا هستند. نسل جدید جانشین نسل قدیم می شود؛ زندگی در شکل های تازه، حیاتی دوباره می گیرد و پیوسته و بی وقفه خودش را تازه می سازد. ...

... یک نگرش سالم به مرگ فقط وقتی ممکن است که به زندگی از منظرگاه غیرشخصی توجه شود و بدون وابستگی به شکل های مشخص. این کار برای انسان دنیایی دشوار است زیرا به شکل های مشخصی وابسته است. برای او، یک شکل بخوبی شکل های دیگر نیست. شکلی که او با آن هویت گرفته است قطعاً از تمام شکل های دیگر مهم تر است. محافظت از {زندگی در شکل عام آن} و پیشرفت عمومی جریان زندگی مورد علاقه ی مخصوص او نیست. آنچه انسان دنیایی مشتاق آن است ادامه یافتن شکل خودش و سایر شکل های مشخصی است که او به آن ها وابستگی دارد. قلب او نمی تواند با تعقل او مصالحه کند. ...

اندوه مرگ در تحلیل نهایی ریشه در خودخواهی دارد. کسی که عزیزی را از دست داده است شاید از نظر عقلانی بداند که زندگی، بعنوان یک تمامیت، در جای دیگری این خسارت را جبران کرده است؛ ولی تنها احساس او این است: "این برای من چیست؟" وقتی انسان از دیدگاه شخصی خود به این {مرگ یک عزیز} نگاه می کند،

مرگ سبب یک اندوه بی پایان می شود. از دیدگاه کلی نسبت به زندگی، این یک داستان فرعی، با اهمیتی جزئی است. ... اگر به مرگ بعنوان نابودی نهایی هستی یک فرد نگاه کنیم، به نظر، یک خسارت جبران ناپذیر برای کائنات است. هر فرد شاید در موقعیتی باشد تا چیزی به کائنات عرضه کند که هیچ کس دیگر نتواند دقیقاً آن را جایگزین سازد. ... این گمان که مرگ پایان وجود فرد است مخالف است با انتظار ریشه کن ناشدنی که براساس شهود منطقی است. معمولاً یک تضاد بین ادراکات شهود و نتیجه گیریهای تعقل ناخالص برمی خیزد که گمان می کند مرگ پایان وجود فرد است.

... مرگ بعنوان نابودی حیات هرگز نمی تواند تماماً مورد قبول آرزوهای روحانی انسان باشد. بنابراین، باورداشتن بقای روح فردی، حتی در نبود دانش مستقیم ماورای محسوسات، در مورد وجود حیات پس از مرگ، غالباً بدون مقاومت زیاد از سوی ذهن انسان مورد قبول است. ...

... فانی نبودن روح فردی توسط این واقعیت ممکن است که روح فرد همان جسم مادی نیست. روح فردی با تمامی سانسکاراهای خود، توسط بدن های ذهنی و لطیف خود در دنیاهای دورن به بودن ادامه می دهد، حتی پس از اینکه در هنگام مرگ بدن زمخت خود را از دست داده باشد. بنابراین، زندگی توسط بدن زمخت فقط یک بخش از زندگی پیوسته ی روح فردی است؛ سایر بخش های زندگی و تجیلاتشان را در سایر سپهرها دارند.

... شخص معمولی از سطوح درونی ناآگاه است، درست مانند انسانی ناشنوا که از وجود اصوات ناآگاه است و نمی تواند آگاهانه با آن ها برخورد کند. بنابراین، برای تمام مقاصد کاربردی، این اصوات برای او دنیاهایی "دیگر" هستند.

بخش لطیف تر و پنهانی طبیعت دو قسمت مهم دارد که لطیف subtle و ذهنی mental نام دارند که به بدن های لطیف و ذهنی انسان مربوط هستند. بنابراین تمامی طبیعت را می توان به راحتی به سه بخش تقسیم کرد: دنیای زمخت gross، دنیای لطیف و دنیای ذهنی. زمانی که روح فردی در یک بدن شکل جسمانی می گیرد، حیات خود را در دنیای زمخت بیان می سازد. وقتی که پیوسته ی بیرونی، بدن جسمانی، را می اندازد، به داشتن تجلیات خود در دنیای لطیف توسط بدن لطیف یا در دنیای ذهنی توسط بدن ذهنی ادامه می دهد.

معمولاً زندگی در بدن جسمانی فقط زمانی خاتمه می یابد که سانسکاراهایی که برای بیان در آن جسم رها شده اند همگی به مصرف رسیده باشند worked out. ... {نیروی} گشتاور سانسکاراها که از عملکرد خود منع شده بودند حتی پس از مرگ برجا می ماند، و نتیجه اینکه، روح جدا شده {از بدن، هنوز} اشتیاق زیادی به دنیای زمخت دارد.

... در موارد معمولی، مرگ وقتی رخ می دهد که تمام سانسکاراهایی که طالب بارورشده هستند به مصرف رسیده باشند. زمانی که روح بدن جسمانی را می اندازد، تمام اتصالاتش با دنیای زمخت قطع می گردد، درحالیکه نفس و ذهن، با تمامی تاثیراتی که در دوره زندگی زمینی انباشته اند برجا می ماند. ... بنابراین، مرگ افتتاحی است برای یک دوران استراحت نسبی، که از یک پس کشیدن موقتی از سپهر زمخت فعالیت ها تشکیل شده است. مرگ آغاز یک وقفه است بین آخرین زندگی جسمانی و بعدی.

توجه:

در مجموع هفت فصل در مورد موضوع فوق وجود دارد
که ما فقط نخستین فصل را پوشش داده ایم.
بنابراین خوانندگانی که علاقمند به خواندن تمامی فصل ها هستند
می توانند به اصل کتاب **سخنرانی ها**، صفحات ۳۰۱ تا ۳۳۸ رجوع کنند.)

۳۲. مایا: بخش یک: ارزش های دروغین

همه می خواهند حقیقت را بشناسند و درک کنند، ولی حقیقت را نمی توان شناخت و تشخیص داد، مگر اینکه جهل، بعنوان جهل شناخته و درک شود. بنابراین اهمیت درک مایا maya یا اصل جهل برمی خیزد. ... اگر روح بخواهد در حالت خودشناسی مستقر شود، جهل در تمامی اشکال خودش باید از بین برود.

بنابراین، برای بشریت یک الزام قطعی وجود دارد تا بداند که کذب چیست و آن را همچون کذب بشناسد و با شناخت آن بعنوان کذب، از آن خلاص شود. طبیعت اساسی کذب چیست؟ اگر واقعی همچون واقعی شناخته شود، یا اگر کذب همچون کذب شناخته شود، هیچ کذبی وجود نخواهد داشت و تمام {این} شکلی از شناخت است. کذب یعنی دریافت واقعی real بعنوان دروغ، یا گرفتن دروغ بعنوان واقعی، به این معنی که پنداشتن چیزی که در واقع خود آن چیز نیست. کذب یک اشتباه در قضاوت در مورد طبیعت چیزها است.

در کل، دو نوع دانش وجود دارد: قضاوت های روشنفکرانه ی خالص در مورد واقعیت های جهان هستی؛ و قضاوت های ارزیابی کننده، که تلویحاً ارزش یا اهمیت چیزها را اندازه می گیرد. داورها یا باورهای روشنفکرانه ی خالص، به نوعی اهمیت خودشان را از ارتباط با ارزش ها کسب می کنند. اگر ارزش ها را از آن ها جدا کنیم، آن ها به خودی خودشان اهمیت ناچیزی دارند. ...

همانگونه که دونوع داور وجود دارد، دونوع کذب نیز وجود دارند: اشتباه در پذیرفتن چیزهایی که واقعی نیستند، بعنوان چیزهای واقعی، و اشتباه در ارزیابی. اشتباه در ارزیابی می تواند به راه های زیر مرتکب شوند:

- (۱) مهم پنداشتن چیزهایی که اهمیت ندارند،
- (۲) بی اهمیت پنداشتن چیزهای مهم،
- (۳) اهمیت دادن به چیزی که واقعاً چنان اهمیتی ندارد.

تمام این کذب ها مخلوق مایا هستند. ... در کل، اشتباهات در ارزیابی، بسیار موثرتر، گمراه کننده تر، منحرف سازنده تر و محدودکننده تر از اشتباهات در داورها ی روشنفکرانه ی خالص در مورد برخی واقعیت های عینی هستند.

اشتباهات در ارزیابی، به سبب اثرات نافذ خواهش ها و خواسته های ذهنی subjective برمی خیزند. ارزش های واقعی ارزش هایی هستند که چیزها در خودشان دارند. این ارزش ها ذاتی یا باطنی هستند و چون ذاتی هستند، مطلق و پایدار هستند و از زمان تا زمان و از شخص تا شخص مشمول تغییر نیستند. ارزش های کاذب از خواسته ها و خواهش ها سرچشمه می گیرند. این ها وابسته به عوامل ذهنی هستند؛ و چون اینگونه وابسته هستند، نسبی و ناپایدارند و مشمول تغییر از زمان تا زمان و از شخص تا شخص هستند. ...

(برای مثال) زمانی که عزیزی می میرد، اندوه و احساس تنهایی وجود دارد؛ ولی این احساس خسران ریشه در وابستگی به آن شکل دارد، مستقل از آن روح. این شکل است که از بین رفته است، نه روح. آن روح نمرده است؛ در طبیعت واقعی خودش، حتی دورهم نگشته است، زیرا که {روح} درهمه جا هست. با این حال، توسط وابستگی به بدن، آن شکل بااهمیت انگاشته شده بود. تمامی خواهش ها، خواسته ها، عواطف و افکار روی آن شکل متمرکز شده بودند؛ و زمانیکه آن شکل توسط مرگ از بین می رود، یک خلاء وجود دارد، که خودش را از طریق دلتنگی برای آن وجود رفته بیان می کند. ... احساس تنهایی، خاطره ی ماندنی آن عزیز؛ اشتیاق اینکه او

هنوز باید حاضر باشد، اشک های محرومیت، و آه های جدایی، همگی این ها به سبب ارزیابی خطا هستند: کار *مایا* {است}... مردم خوشبختی خود را توسط همه چیز بجز خداوند، که تنها منبع پایدار خوشی است، دنبال می کنند.

کارکرد *مایا* همچنین خودش را توسط دادن {مقدار} اهمیت به چیزی بیان می کند که {آن چیز} به واقع دارد. این وقتی رخ می دهد که آداب، رسوم و تشریفات و سایر تمرینات بیرونی مذهبی به عنوان هدف و منظوری در خودشان مورد توجه قرار می گیرند. ... وقتی این ها به خودی خود با اهمیت تلقی شوند، آن ها بجای اینکه وسیله ای باشند برای بیان و تجلی زندگی، آن را در قید نگه می دارند. وقتی که توسط دادن اهمیت کاذب، به غیرواقعی اجازه دهیم که بر واقعی مسلط شود، سومین اصل جهل در مورد ارزیابی حاکم است. این نیز کار *مایا* است.

۲۳. مایا: بخش دو: باورهای دروغین

زنجیره‌هایی که روح را در بند نگه می‌دارند اساساً از ارزش‌های دروغین یا خطا در مورد ارزشیابی تشکیل می‌شوند. ... تمامی باورهای دروغین همانقدر مخلوق *مایا* هستند که ارزش‌های دروغین {آفریده‌ی آن} هستند، و این‌ها توسط *مایا* استفاده می‌شوند تا بازهم روح را با قیدهایش در جهل نگه دارد.

زمانی که *مایا* خود جایگاه شناخت را، که تعقل انسان است، اشغال و تصاحب کند، غیرقابل مقاومت می‌شود. چیره شدن بر *مایا* دشوار است زیرا با داشتن {نیروی} تعقل در تحت انقیاد خود، *مایا* تولید مانع می‌کند و از باورهای دروغین و توهمات حمایت می‌کند. *مایا* با کوشش برای ابقا و توجیه باورهای دروغین، در راه ادراک حقیقت ایجاد مانع می‌کند. ...

باورهای دروغین مخلوق *مایا* چنان ریشه دار و قوی هستند که به خودی خود، به نظر بديهی و مشهود می‌رسند. آن‌ها پوشش حقایق قابل اثبات را به خود می‌گیرند و بدون اینکه مورد سوال واقع شوند پذیرفته می‌شوند. ...

زندگی فردی {انسان} بر حول بدن جسمانی و خواسته‌های آن متمرکز است. دست برداشتن از این باور که او بدن جسمانی نیست، شامل رهاکردن تمام خواسته‌های مربوط به بدن و ارزش‌های کاذب مربوط به آن می‌شود. ... بنابراین، این باور که فرد بدن جسمانی اش هست امری طبیعی می‌شود.

این باوری است که نگه داشتنش آسان و ریشه کن کردنش دشوار است. از سوی دیگر، به نظر می‌آید که باور اینکه او چیزی جز بدن جسمانی است نیازمند گواه و دلیل قانع کننده است. نگه داشتن این {باور جدید} دشوار و مقاومت {در برابر آن} آسان است. با وجود تمام این‌ها، زمانی که ذهن از تمامی خواهش‌ها و وابستگی‌ها سبکبار شود، باور اینکه او بدن جسمانی اش است به نظر دروغین می‌آید و باور اینکه او چیزی بجز این جسم مادی است به نظر واقعی می‌آید. ... **(همین اصل برای کسی که زندگی او بعدها حول بدن لطیف و / یا بدن ذهنی اش متمرکز است صدق می‌کند.)** برای رهاکردن این باور که او این نفس-بدن است، از فرد درخواست می‌شود تا خود هسته‌ی این {باور} را که خودش را چگونه می‌پنداشته است رها کند. بنابراین، رهاکردن این آخرین نشان باقیمانده از کذب دشوارترین چیز است. ولی این آخرین کذب از دروغ‌های پیشین، که به نظر، واقعیت‌های غیرقابل چالش می‌نمودند، ماندنی تر نیست. این نیز پایان خودش را دارد و زمانی که روح اشتیاق خودش را برای داشتن یک هستی جداگانه وامی‌نهد، به دور می‌افتد.

زمانیکه روح خودش را متفاوت از بدن‌های جسمی، لطیف و ذهنی بشناسد، خودش را بی‌نهایت خواهد دانست. بعنوان یک روح نامحدود، او کاری نمی‌کند؛ فقط **هست**. زمانی که ذهن به روح فردی اضافه می‌شود، به نظر می‌رسد که فکر می‌کند *appears to think*. وقتیکه بدن لطیف به روح همراه با ذهن اضافه

می‌شود، به نظر می‌رسد که می‌خواهد *appears to desire*. زمانیکه بدن زمخت به این‌ها اضافه شود، به نظر می‌رسد که روح مشغول انجام اعمال است. باور اینکه روح کاری انجام می‌دهد، یک باور کاذب است. ... روح نه درگیر فکرکردن است و نه هیچ کار فیزیکی دیگر. ...

... روح در ورای {ویژگی های} متضاد تجربه قرار دارد، ولی خودش را چنین نمی شناسد. و بنابراین، به سبب هویت گیری با ذهن و بدن های لطیف و زمخت، تجربه هایی را به خود می گیرد که مشخصه ی {نیروهای} متضاد هستند. روح که با ذهن و بدن ها {ی لطیف و زمخت} مخلوط شده است دریافت کننده ی رنج ها و لذت ها می شود. بنابراین لذت ها و رنج هایی که انسان می برد همگی ریشه در جهل دارند. ... این روح و بدن ها هستند که همگی باهم موضوع تجربه های دوگانه قرار دارند، ولی روح، در ذات حقیقی خود، ورای دوگانگی های تجربی قرار دارد. بنابراین، این ذهن و بدن ها هستند که مامور اعمال هستند و موضوع تجربه های دوگانه. ... روند روح گرفتن بر اساس جهل قرار دارد، زیرا که روح در ذات حقیقی خود بطور ابدی غیرمشروط، غیر متغیر و نامحدود است. توسط جهل یا کارکرد مایا است که {روح} به نظر مشروط، قابل تغییر و محدود می رسد.

۲۴. مایا: بخش سه: رفتن به ورای کذب

انسان مایا-زده maya-ridden person در بلاهت جهل، دروغ های بیشماری را در آغوش می کشد؛ و دروغ ها از همان آغاز، در درون خودشان ناکفایتی و ورشکستگی خود را حمل می کنند. دیر یا زود کذب آن ها آشکار می شود. این {امر} انسان را به این پرسش می رساند: "فرد چگونه کذب را همچون کذب تشخیص و تمیز می دهد؟" برای خلاصی از کذب، هیچ راهی بجز شناختن کذب وجود ندارد، ولی تازمانیکه این {تمیز و تشخیص} به نوعی از آغاز در خود کذب موجود نبوده باشد، این شناخت کذب هرگز دست نخواهد داد. ...

... کذب نشان و انگ ناقص بودن و ارضاکننده نبودن، گذرابودن و موقتی بودن را با خود دارد. {کذب} به چیزی دیگر اشاره می کند. برای شخص چنین وانمود می کند که چیزی بزرگتر و واقعی تر از آنچه را که هست در خود پنهان دارد. کذب به خودش خیانت می کند و با چنین کاری، فرد را به شناخت حقیقت رهبری می کند.

دروغ ها دو نوع هستند: آن ها که از تفکر سطحی و نامنظم برمی خیزند، و آن ها که از تفکر فاسد و معیوب سرچشمه می گیرند. دروغ هایی که از تفکر سطحی برمی خیزند از دروغ هایی که از تفکر ناپاک سرچشمه می گیرند کم ضررتر هستند. ... دروغ هایی که از نامنظم عمل کردن تعقل برمی خیزند مانند اختلالات عملکردی (بدن) هستند، و دروغ هایی که ریشه در تباهی تعقل دارند مانند اختلالات ساختاری (بدن) هستند. درست همانگونه که تصحیح اختلالات عملکردی آسان تر از علاج اختلالات ساختاری هستند، تصحیح دروغ های ناشی از تنظیم نبودن کاربرد تعقل آسان تر است از تصحیح دروغ های ناشی از تباهی تعقل. ... این مستلزم روند رنج آور دوساختن آن خواهش ها و وابستگی هایی است که مسئول تباهی تعقل هستند. ... ولی باورهای کاذب که توسط جست و جوی کاذب تغذیه می شوند دژهای مایا هستند. این ها شامل {خطاهای} بس بیشتری از خطاهای روشنفکرانه هستند و توسط ادعاهای مخالف روشنفکرانه ی خالص برطرف نمی گردند. ... برای زدودن دروغ های معنوی، عمل صادقانه یک پیش نیاز است. ادارک حقایق روحانی مستلزم تفکر شدید و پرتلاطم محض نیست، بلکه نیاز به تفکر شفاف و روشن دارد، و شفافیت واقعی افکار ثمره ی یک ذهن خالص و آرام است. قبل از رهاکردن آخرین بقایای کذب مخلوق مایا، خداوند را همچون **حقیقت** نمی توان شناخت. ...

...نفس-ذهن ego-minds های مختلف، بدن های مختلف، شکل های مختلف وجود دارند، ولی روح یکی است. ... روح همیشه غیرقابل تقسیم است و چنین خواهد ماند. اساس تمامی ذهن-نفس ها و بدن های مختلف، که انواع گوناگون تفکر و اعمال را انجام می دهند و انواع بیشمار تجربه ها را دارند، یک روح غیرقابل تقسیم است. ولی این روح غیرقابل تقسیم همیشه ورای تمام تفکرات و اعمال و ورای تمامی تجربه های دوگانه قرار دارد و خواهد داشت. ... با انداختن آخرین بقایای کذب که مخلوق *مایا* هستند، روح فردی نه تنها ماهیت واقعی خود را جدا از بدن های زمخت، لطیف یا ذهنی می داند، بلکه خودش را همچون خداوند تشخیص می دهد، که **تنها واقعیت** {موجود} است. ... همچنین روح فردی در می یابد که به نوعی ذهن، بدن لطیف و بدن زمخت شده بود و سپس خودش را با تمام این توهمات خودساخته هویت داده بود.

۲۵. مایا: بخش چهار: خداوند و مایا

خداوند بی نهایت است زیرا فوق تضادهای دوگانه ی محدودکننده قرار دارد. او ورای جنبه های محدود خیر و شر، کوچک و بزرگ، درست و خطا، فضیلت و رزیت، خوشی و رنج قرار دارد؛ بنابراین او بی نهایت است. ... خداوند فقط در ورای دوگانگی های فوق است که بی نهایت است. ...

... دنیای محدود و کاذب چیزها چگونه موجود می شود؟ چرا وجود دارد؟ این {دنیای} توسط مایا، یا اصل جهل آفریده شده است. مایا {خود} توهم نیست؛ خالق آن است. مایا دروغین نیست، چیزی است که تأثیرات دروغین می بخشد. مایا غیرواقعی نیست؛ چیزی است که واقعی را به نظر غیرواقعی و غیرواقعی را به نظر واقعی می سازد. مایا دوییت نیست، سبب دوییت است. ... هرچیز که محدود و متناهی باشد به دنیای توهمات تعلق دارد، درحالیکه آن اصل که این توهم چیزهای محدود را سبب می شود، باید به نوعی توهم انگاشته نشود.

مایا را نمی توان محدود درنظر گرفت. یک چیز توسط مکان و زمان محدود می شود. مایا در مکان موجود نیست و نمی تواند توسط آن محدود گردد. مایا در فضا نمی تواند محدود شود زیرا خود فضا مخلوق مایا است. فضا، با تمام چیزهایی که دربر دارد، یک توهم است و بستگی به مایا دارد. باین حال، مایا به هیچ وجه به فضا وابسته نیست. بنابراین نمی تواند توسط محدودیت های فضا متناهی شود. همچنین مایا توسط محدودیت های زمان محدود نمی شود. باوجودیکه مایا در حالت فراآگاهی پایان می گیرد، نباید به این دلیل آن را محدود تصور کرد. مایا نمی تواند آغاز و پایانی داشته باشد زیرا خود زمان مخلوقی از مایا است. ... بنابراین مایا را می توان در بهترین وجه، هم واقعی و هم نامتناهی دانست، به همان ترتیب که خداوند معمولاً هم نامتناهی و هم واقعی درنظرگرفته می شود. باین وجود، مایا نمی تواند در غایت واقعی باشد. هرکجا که دوییت وجود داشته باشد، محدودبودن در هر دو سو وجود دارد. یکی آن چیز دیگر را محدود می سازد. دو بی نهایت نمی تواند وجود داشته باشند. ... بنابراین از این دیدگاه، درواقع به نظر می آید که مایا محدود می شود و بنابراین غیرواقعی. ... بنابراین گفته شده است که مایا سایه ی خداوند است. ...

... معمای وجود *مایا* هرگز نمی تواند قبل از ادراک {خداوند} نهایتاً حل شود: جایی که دانسته می شود که *مایا* در واقعیت وجود ندارد. ... خودشناسی توسط نگاه کردن به دورن برای روح واقع می شود و توسط غلبه بر *مایا*. در این خودشناسی، {روح} نه تنها می داند که نفس-ذهن ها و بدن های مختلف هرگز وجود نداشته اند، بلکه همچنین می داند که تمامی کائنات و خود *مایا* هرگز بعنوان یک اصل جداگانه وجود نداشته اند. هرگونه واقعیتی که *مایا* تاکنون داشته، اینک توسط وجود غیرقابل تقسیم آن روح یگانه بلعیده شده است. اینک روح فردی به این شناخت رسیده است که همیشه و از ازل خودش را می شناخته و بطور ازلی دانش، سرور، قدرت و هستی بی نهایت، و از ازل از دوگانگی ها آزاد بوده است. ولی این والاترین شکل خودشناسی برای تعقل قابل دسترسی نیست و جز برای آنان که به اوج ادراک نهایی رسیده اند غیرقابل فهم است.

۲۶. موقعیت خوشبختی

هر موجودی در این دنیا در پی خوشبختی است، و انسان استثناء نیست. در ظاهر انسان به انواع چیزها دل می بندد، ولی در نهایت، آنچه که او می خواهد، یا هر عملی که انجام می دهد بخاطر {کسب} خوشبختی است. ... (او مشتاق داشتن قدرت است، برای به دست آوردن پول سخت می کوشد، خواهان دانش، سلامت، زیبایی، علم، هنر یا ادبیات است و یا برای توفیق در دنیا و شهرت مبارزه می کند: {همه} به این سبب است که او امید دارد با به دست آوردن این ها خوشبختی را بیابد.) انسان از طریق اعمال و پیگیری هایش می خواهد که خوشبخت باشد. خوشبختی آن نیروی غایی است که انسان را در تمام اعمالش برمی انگیزد.

همه کس در جست و جوی خوشبختی است، با این حال بیشتر افراد در نوعی از رنج غوطه ور هستند. اگر گاهی اندکی خوشبختی جزئی در زندگی به دست بیاورند، {این خوشبختی} نه اصیل است و نه پایدار. زندگی آنان هرگز یک سری از خوشی های غیرمخلوط نیست. {زندگی آنان} بین دو {قطب} متضاد درد و لذت حرکت می کند که مانند ابرهای تیره و رنگین کمان درخشان درهم پیچیده است. آن لحظات خوشی که گاه به گاه در زندگی آنان پدیدار می شود به زودی از بین می رود (مانند رنگین کمان). ... اگر این لحظات خوشی اثری از خود برجای بگذارند، خاطره ی آن لحظات فقط درد از دست دادن آن ها را افزایش می دهد. چنین خاطره ای میراث تغییرناپذیر بیشتر لذت ها است.

انسان در جست و جوی رنج نیست، ولی رنج بعنوان حاصل غیرقابل اجتناب خود روشی که او در پی خوشبختی است به سراغش می آید. او توسط برآوردن خواسته هایش در پی خوشبختی است، ولی چنین ارضایی هرگز یک چیز مطمئن نیست. بنابراین، انسان در پیجویی خواسته هایش، همچنین بطور غیرقابل پرهیزی آماده ی رنج بردن از ارضا نشدن خواسته هایش می گردد. ... ارضای خواسته ها به پایان آن ها ختم نمی شود، آن ها برای مدتی فروکش می کنند، فقط برای اینکه دوباره با شدت بیشتری پدیدار گردند. ... بنابراین خواسته های دنیایی هرگز نمی توانند {انسان را} به خوشبختی پایدار راهنمایی کنند. برعکس، آن ها بطور ثابت و تغییرناپذیری انواع رنج ها را دعوت می کنند. ... خواسته دلیل غیرقابل اجتناب رنج بسیار است؛ این قانون است.

... گاهی رنج شدید انسان را از زندگی دنیا وارسته می کند، ولی این وارستگی غالباً توسط یک سیل جدید از خواسته ها به کنار می رود. ... ولی این افکار و وارستگی زاده شده از آن ها، عمر کوتاهی دارند. آن ها بزودی از یاد می روند و شخص باردیگر وابستگی هایش به دنیا و اشیای فریب دهنده ی آن را از سر می گیرد. ... این حالت از وارستگی همچنان که ناگهانی است، موقتی {هم} هست. ...

گاهی حالت وارستگی ماندگار تر است و نه تنها برای مدت قابل ملاحظه ای پایداری می کند، بلکه بطور جدی نگرش عمومی فرد را نسبت به زندگی تغییر می دهد. ... این دلزدگی و انزجار از دنیا به دلیل تاثیرات قوی یک بداقبالی است و پاینده نیست زیرا از ادراک زاده نشده است. ... وارستگی کامل یکی از شروط اساسی برای خوشبختی پایدار و واقعی است. انسانی که وارستگی کامل دارد دیگر برای خودش رنج، که مسبب آن اسارت بی پایان توسط خواسته ها است، نمی آفریند. ...

بشریت در رنج فراوان به سر می برد؛ {رنج های} جسمانی و ذهنی. از این دو، رنج ذهنی حاد تر است. ... درست نیست که تاکید زیادی روی رنج های جسمانی صرف شود. با تمرین اراده و بردباری می توان آن را تحمل کرد. رنج واقعی که به حساب می آید ذهنی است. حتی یوگی هایی که می توانند دردهای عظیم جسمانی را تحمل کنند، رها شدن از رنج های ذهنی را، که ریشه در ناکام ماندن خواسته ها دارد، دشوار می یابند. اگر انسان هیچ خواسته ای نداشته باشد، تحت هیچ شرایط دشواری ناشاد نیست. ... حالت بی خواهش بودن کامل در هر فردی بحالت مکنون و پنهان وجود دارد. و زمانیکه توسط وارستگی کامل شخص به حالت هیچ نخواستن برسد، فرد به منبع درونی تمام ناشدنی خوشبختی ابدی و محو نشدنی دست پیدا می کند (این حالت وابسته به اشیاء دنیا نیست بلکه توسط خودشناسی و ادراک خویشتن تقویت می شود.

آنان که می کوشند خداوند را فقط توسط عقل درک کنند به مفهومی سرد و خشک می رسند که خود جوهر ذات خدایی را کسر دارد. این درست است که خداوند دانش بی نهایت، هستی بی نهایت، قدرت بی نهایت و سرور بی نهایت است، ولی تازمانی که خداوند بعنوان عشق بی نهایت درک نشود، او درک نشده باقی می ماند. در حالت ماوراء، که تمامی کائنات از آن سرچشمه می گیرد و در نهایت در آن ممزوج می شود، خداوند عشق بی نهایت **ازلی** است. ...

زمانی که خداوند خود را در و از طریق شکل های تجلی یافته ی کائنات تجربه می کند، از مراحل زیر گذر می کند:

- ۱) تجربه ی خودش همچون {چیزی} به غایت محدود؛
- ۲) تجربه ی خودش همچون {چیزی که} کم تر و کم تر محدود است و بیشتر و بیشتر مانند عشق بی نهایت است، و
- ۳) تجربه ی خودش همچون چیزی که واقعاً هست (بی نهایت در جوهر و در وجود. تجربه ی محدودیت در عشق به سبب جهلی که حاصل سانسکاراها است دست می دهد (تأثیراتی که محصول جانبی تکامل آگاهی هستند.) و مشخصه ی روند بی نهایت شدن عشق، رهاشدن از این سانسکاراهای محدودکننده است.

همچنانکه عشق پنهان در کائنات از مراحل ابتدایی و تقریباً ناخودآگاه قلمروهای مختلف گذر می کند، به تدریج خودش را بعنوان شهوت در قلمروی حیوانی پدیدار می سازد. پیدایی {عشق} در آگاهی انسانی نیز در ابتدا به شکل شهوت است. شهوت محدودترین شکل عشق در آگاهی انسانی است. ...

وقتی که آگاهی انسانی کاملاً درگیر دوبیت های سپهر وجود است، عشق نمی تواند خودش را بعنوان چیزی جز شهوت، از هر نوع آن، بیان کند. ... ذهن نیز آرزومند محسوسات بدنی {مانند} بینایی، بویایی، شنوایی و لامسه است؛ و زندگی خام نفسانی خودش را توسط هیجانان ناشی از این محسوسات تغذیه می کند. شهوت، از هر نوع آن یک درگیرشدن با شکل های زمخت است، مستقل از روح {پنهان} در پشت آن ها. {شهوت} بیانگر وابستگی محض به اشیاء جسمانی است.

... وقتی که قلب در چنگال شهوت قرار دارد، روح، مانند همیشه در حالت وهم یا بلاهت به سر می برد. عملکرد روح توسط جهل محدود کننده به شدت مختصر و منحرف می شود. نیروهای بالقوه ی والای روح از بیان شدن و ارضا شدن محروم می گردند و این عقیم ماندن و تعلیق زندگی روح سبب {پیدایی} حالت مقیدبودن کامل می شود. ...

... حتی در پست ترین و شهوانی ترین زندگی در سپهر زمخت، خداوند خود را بعنوان عاشق lover تجربه می کند؛ ولی این حالت عاشقی است که کاملاً از طبیعت واقعی خویش یا خداوند معشوق God the beloved بی خبر و غافل است. ... ولی برای مشرف شدن به عشق بی نهایت، عاشق باید از دو مرحله ی دیگر که مشخصه ی سپهرهای لطیف و ذهنی هستند گذر کند.

عاشق در سپهر لطیف از شهوت رها نیست، ولی شهوتی که او تجربه می کند مانند {شهوت} در سپهر زمخت، غلیظ نیست. شدت شهوت در سپهر لطیف تقریباً نصف {شدت شهوت} در سپهر زمخت است. ... و همچون اشتیاق برای یکی شدن با معشوق (تجربه می شود).

بنابراین، در سپهر زمخت، عشق خودش را همچون شهوت بیان می کند و در سپهر لطیف خودش را همچون اشتیاق longing بیان می سازد. شهوت، اشتیاق برای محسوسات است و اینگونه، در انگیزش، تماماً خودخواهانه است. ... در مقایسه با شهوت، اشتیاق شکل کمتر محدود شده ی عشق است. در اشتیاق، حجاب دوییت شفاف تر می شود و کمتر مانع می شود، زیرا که اینک عاشق آگاهانه می کوشد تا توسط آرزوکردن حضور او {معشوق یا خداوند} بر دوییت بین عاشق و معشوق چیره شود. ...

عاشق در سپهر ذهنی حتی {از این هم} بیانی والاتر و آزادانه تر دارد. در این مورد، باوجودی که شهوت بطور کامل از بین نرفته است، تقریباً تصعید شده است. فقط در حدود یک چهارم از شهوت اصلی {اولیه} سپهر زمخت باقی مانده است، ولی به شکل پنهان و بدون هیچگونه تجلی. ... در سپهر ذهنی عشق خودش را همچون تسلیم کامل به اراده ی خداوند، معشوق، بیان

می سازد. تمامی خواهش های خودخواهانه، شامل آرزوکردن حضور معشوق، از بین رفته اند، زیرا که اینک تاکید منحصرأ روی سزاواربودن {عاشق} و اراده ی معشوق و یکی شدن با او است. خودخواهی تماماً پاک شده است و یک رها شدن فراوان عشق در شکل خالص آن وجود دارد. باین وجود، حتی در سپهر ذهنی، عشق بی نهایت نگشته است، زیرا که آن پرده ی نازک دوییت که عاشق را از معشوق جدا می کند هنوز وجود دارد. ...

وقتی که فرد به وراى ذهن خود دست بیابد، عشق در وجود {خود} و در بیانش بصورت آگاهانه بی نهایت می گردد. چنین عشقی به درستی {عشق} الهی خوانده می شود، زیرا {این} ویژگی وضعیت خدایی است که در آن

بر تمام دوییت ها در نهایت چیره شده است. در عشق الهی شهوت کاملاً از بین رفته است. حتی به شکل پنهانی نیز وجود ندارد. عشق الهی در جوهر و بیان خود نامحدود است، زیرا تجربه ی روح {فردی} است، توسط خود روح {اعظم}. در سپهرهای زمخت، لطیف و ذهنی، عاشق از جدابودن خود از خداوند، معشوق، آگاه است؛ ولی وقتی تمام این سپهرها درنوردیده می شوند، عاشق از یگانه بودنش با معشوق آگاه است. عاشق خویشتن را در وجود معشوق گم می کند و می داند که او با معشوق یکی است. عشق الهی تماماً از اسارت خواسته ها یا نفس محدودکننده آزاد است. در این حالت بی نهایت بودن، عاشق وجودی جدا از معشوق ندارد، او خود معشوق است.

بنابراین، فرد خداوند را همچون عشق بی نهایت دارد: {خدایی که} نخست خود را در شکل های خلقت محدود می کند و سپس بی نهایت بودنش را توسط مراحل مختلف خلقت دوباره به دست می آورد recovers. ... و در نهایت، عاشق ناپدید می گردد و با معشوق الهی ممزوج می شود تا اتحاد بین عاشق و معشوق را، در واقعیت غایی و ازلی خداوند، بعنوان عشق بی نهایت، درک کند.

هر موجود زنده، آگاهانه یا ناآگاهانه یک چیز را می جوید. این طلب، در شکل های پست تر حیات و در انسان های کمتر پیشرفته، بصورت ناخودآگاه وجود دارد؛ در انسان های پیشرفته، آگاهانه است. موضوع این طلب نام های مختلف دارد: خوشبختی، آرامش، آزادی، حقیقت، عشق، کمال، خودشناسی، خدانشناسی، اتحاد با خداوند. در اساس، این یک جست و جو برای تمام این چیزها است، ولی به شیوه ای مخصوص. هرکسی لحظاتی از خوشی، لمحاتی از حقیقت، تجربه هایی زودگذر از اتحاد با خداوند داشته است؛ آنچه آنان می خواهند، پایدار ساختن این ها است. آنان می خواهند در وسط تغییرات پیوسته، واقعیتی پایدار را برقرار سازند.

این خواسته ای طبیعی است که اساس آن یک خاطره است از یگانگی اساسی او با خداوند (خاطره ای) مبهم یا شفاف بسته به پایین یا بالا بودن مرتبه ی روح فردی). زیرا که هر موجود زنده یک تجلی جزئی از خداوند است؛ که فقط توسط کمبود شناخت طبیعت واقعی خودش مشروط شده است. در واقع، تمامی {روند} تکامل، تکاملی است از الوهیت ناخودآگاه به الوهیت خودآگاه؛ که در آن، خود خداوند که در اساس ازلی و تغییرناپذیر است، شکل های متنوع و بی نهایتی به خود می گیرد، از تنوع بی نهایت تجربه ها لذت می برد و به وراى تنوعات بی نهایت از محدودیت های خود-تحمیلی می رود. تکامل از دیدگاه خالق یک تفریح الهی a divine sport است که در آن، {خداوند} نامقید، در میان تمامی قیدها، بی نهایت بودن دانش، قدرت و سرور خودش را آزمایش می کند. ولی تکامل از دیدگاه مخلوق، با دانش محدود، قدرت محدود و ظرفیت محدود خودش برای سرور، حماسه ای است از استراحت و مبارزه، خوشی و اندوه و عشق و نفرت متناوب (تا اینکه در شخص کامل شده، خداوند به جفت های متضاد تعادل می بخشد و {او} به وراى دوبیت می رسد.

آنگاه مخلوق و خالق خودشان را یگانه تشخیص می دهند؛ نامتغییر بودن در میان تغییر مستقر می گردد و ابدیت خودش را در میان زمان تجربه می کند. خداوند خویش را همچون خداوند تشخیص می دهد؛ تغییرناپذیر در جوهر، بی نهایت در تجلیات و پیوسته مسرور از شناخت خویش. این ادراک فقط می تواند در دل زندگی صورت بگیرد، زیرا تنها در میان زندگی است که محدودیت ها می توانند تجربه و درنوردیده شوند transcended؛ و لذت آزادی از محدودیت ها، که به دنبال آن می آید می تواند تجربه شود. این آزادی از محدودیت ها سه شکل به خود می گیرد.

بیشتر روح های خداآگاه، بی درنگ و برای همیشه بدن را ترک می گویند و تا ابد در جنبه ی نامتجلی خداوند ممزوج می شوند. آنان فقط از سرور آن اتحاد آگاه هستند. برای آنان خلقت دیگر وجود ندارد. چرخه های پیوسته ی زاده شدن و مرگ آنان به سر رسیده است. این {شکل} را موکشا muksha یا رهایی می خوانند.

برخی از روح های خداآگاه بدن را برای مدتی نگه می دارند؛ ولی آگاهی آنان کاملاً در جنبه ی نامتجلی خداوند ممزوج است، و بنابراین آنان نه از بدن هایشان آگاه هستند و نه از خلقت. آنان بطور مدام سرور، دانش و قدرت خداوند را تجربه می کنند؛ ولی نمی توانند بطور خودآگاه از این {تجربه} در خلقت و یا برای یاری دادن به دیگران برای رسیدن به رهایی استفاده کنند. با این وجود، حضور آنان روی زمین برای متمرکز شدن و تشعشع قدرت، دانش و سرور خداوند، مانند یک نقطه ی کانونی است؛ و کسانی که به ایشان روی می آورند و آنان را عبادت می کنند از تماس با آنان سود معنوی می برند. این روح ها را **مجدوب کامل**

Videh (majzube kamel) Majzoobs-e-Kamil می خوانند؛ و این خاص از رهایی ویده موکتی Mukti یا رهایی با وجود بدن خوانده می شود.

تعدای از روح های خداآگاه بدن را نگه می دارند، باین حال از خویشتن بعنوان خداوند در هردو جنبه ی متجلی و نامتجلی آگاه هستند. آنان خود را هم بعنوان جوهره ی نامتغییر الهی می شناسند و هم بعنوان تجلیات متنوع بی نهایت او.

آنان خود را همچون خداوند جدا از مخلوق؛ همچون خداوند خالق، نگه دارنده و نابودکننده ی تمامی خلقت؛ و هم بعنوان خداوندی که محدودیت های خلقت را پذیرفته و به ورای آن رفته است می شناسند. این روح ها بطور مدام آرامش مطلق، دانش، قدرت و سرور بی نهایت را تجربه می کنند. آنان از این تفریح الهی خلقت تماماً لذت می برند. آنان خود را بعنوان خداوند موجود در همه چیز

می شناسند، بنابراین قادر هستند به همه چیز کمک معنوی بدهند و پس به ارواح خدانشناس دیگر یاری می رسانند، چه بعنوان مجذوب کامل، پراماهانسا paramhansasا ها، جیوان موکتا jivanmukhtasا ها؛ و یا حتی مرشدان راستین sadgurusا.

در هر زمان پنجاه و شش روح خداآگاه در دنیا وجود دارند. آنان همیشه در آگاهی یکی هستند. آنان همیشه در عملکرد متفاوت هستند. بیشتر اوقات آنان برای عموم مردم ناشناخته هستند واز عموم جدا زندگی و کار می کنند، ولی پنج تن از آنان، که به نوعی بعنوان بدنه ی هدایت کننده عمل می کنند، همیشه در جامعه کار می کنند و برجسته می شوند و اهیت می یابند. این پنج نفر بعنوان مرشدان کامل خوانده می شوند. در دوران آواتاری Avataraic periods، {شخص} آواتار، بعنوان سرآمد مرشدان کامل، جایگاه خود را بعنوان سر این بدنه و سلسله مراتب روحانی می یابد.

دوران های آواتاری مانند فصل بهار هستند: جریان تازه ای از قدرت می آورند، یک بیداری تازه در آگاهی، یک تجربه ی تازه از زندگی (نه تنها برای تعدادی اندک، بلکه برای همگان). {در این دوران} کیفیت های انرژی و هشپاری،

که فقط توسط تعداد اندکی از روح های پیشرفته مورد استفاده و لذت بوده، برای تمامی بشریت قابل دسترسی هستند. زندگی، در تمامیتش، به سطح بالاتری از آگاهی گام می گذارد و با سطحی جدید از انرژی به حرکت در می آید. انتقال از محسوسات به معقولات یک چنین گامی بود، انتقال از تعقل به شهود، گام دیگری خواهد بود.

این جریان تازه از محرکه ی خلاق، از طریق واسطه ی آواتار__ که یک شخصیت الهی و تجلی خداوند به نوعی ویژه است، متجلی می شود. آواتار نخستین روح فردی بوده که از روند پیچیده ی تکامل بعنوان مرشد راستین بیرون آمد و او تنها آواتاری است که هرگز متجلی شده یا خواهد شد. خداوند از طریق او، نخست سفر از الوهیت ناخودآگاه به الوهیت خودآگاه را کامل کرد؛ او نخستین موجودی بود که ناخودآگاه بصورت انسان درآمد تا خودآگاهانه خداوند بشود. خداوند توسط او بطور متناوب، برای آزادی بشریت، بطور آگاهانه انسان شد.

آواتار در شکل های مختلف، تحت نام های مختلف، در زمان های مختلف و در مکان های مختلف دنیا ظاهر می شود. از آنجا که ظهور او با نوزایش روحانی انسان همزمان است، دوران قبل از تجلی او همیشه دورانی است که بشریت از حملات سخت و دردناک دوران قبل از زایش در رنج و عذاب است. به نظر

می رسد که انسان بیش از همیشه اسیر خواهش ها شده است و بیش از همیشه توسط طمع رانده می شود و درگیر ترس شده و توسط خشم زودده شده است. قدرتمندان بر ضعفا حاکم شده اند؛ ثروتمندان بر فقرا ظلم می کنند؛ و توده های عظیم مردم توسط تعداد اندکی که در قدرت هستند استثمار می شوند. فرد انسان، که هیچ آرامش و استراحتی نمی یابد، می خواهد خودش را در هیجانان فراموش کند. اعمال ضداخلاقی افزایش می یابند، جنایات رونق می گیرند و مذهب {واقعی} مورد تمسخر قرار می گیرد. فساد در میان نظم اجتماعی

رواج می گیرد. نفرت های طبقاتی و ملی برخاسته و پرورش داده می شوند. جنگ ها درمی گیرند. بشریت مستاصل می شود. به نظر می رسد که هیچ امکانی برای بند آوردن امواج نابودی وجود ندارد.

در این لحظه *آواتار* ظاهر می شود. او که تجلی تمام خداوند به شکل انسان است، مانند معیاری است که انسان می تواند خودش را در مقابل او اندازه بگیرد که چه هست و چه می تواند بشود. او معیارهای ارزش های انسانی را توسط تعبیرکردنشان بر اساس زندگی الهی انسان مصداق می بخشد.

او به همه چیز علاقه دارد ولی نگران هیچ چیز نیست. کوچکترین سانحه ممکن است همدردی او را برانگیزد؛ بزرگترین فاجعه او را ناراحت نخواهد کرد. او ویرای تناوبات درد و لذت، خواهش و ارضا، استراحت و تقلا، مرگ و زندگی است. برای او این چیزها بطور یکسان توهماتی هستند که او به ویرای آن ها رفته است و دیگران در اسارت آن ها هستند و او از آن ها رها گشته است. او از هر موقعیتی استفاده می کند تا دیگران را به سمت شناخت {خداوند} هدایت کند.

او می داند که افراد وقتی می میرند از خودش باز نمی مانند و بنابراین نگران مرگ نیست. او می داند که نابودی باید قبل از ساختن وجود داشته باشد و اینکه آرامش و سرور از رنج زاده می شوند و اینکه رهایی از قید اعمال از میان مبارزه برمی خیزد. او فقط نگران اهمیت ها است.

او در وجود کسانی که با او در تماس هستند عشقی را بیدار می سازد که تمامی خواهش های نفسانی را در میان شعله ی یک خواهش، که خدمت به او است، می سوزاند. آنان که زندگی خودش را وقف او می کنند به تدریج در آگاهی با او هم هویت می شوند. انسانیت آنان کم کم در الوهیت او جذب می شود و آزاد می شوند.

... *آواتار* بشریت معاصر را به ادراکی از روحانیت واقعی خودش بیدار می سازد، به کسانی که آماده هستند رهایی اعطا می کند و زندگی روح را در زمان خودش تسریع می بخشد. برای آیندگان نیروی محرک وجود الهی انسانی او باقی می ماند؛ نمونه ای از شرافت یک زندگی که بطور عالی طی شده، عشقی نامخلوط با خواهش ها، قدرتی که فقط برای {خدمت به} دیگران به کار برده شده، آرامشی که توسط جاه طلبی ها مختل نشده، دانشی که توسط اوهام کمرنگ نگشته است. او امکان یک زندگی الهی را برای تمامی بشریت به نمایش گذاشته است، نمونه ای از یک زندگی بهشتی در روی زمین. آنان که شهامت و صداقت لازم را دارند می تواند هر وقت که اراده کنند از او پیروی کنند.

آنان که از نظر معنوی بیدار هستند مدتی است که می دانند که در حال حاضر دنیا در دورانی به سر می برد که همیشه در زمان قبل از ظهور *آواتار* قرار داشته است. اینک حتی مردان و زنان غیربیدار نیز این را می دانند. آنان از میان تاریکی خود به دنبال نور می گردند؛ از میان اندوهشان آرزومند رفاه هستند؛ آنان در میان کشاکشی که خود را به آن انداخته اند، برای آرامش و نجات دعا می کنند....