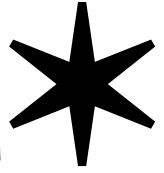


اکنکار تقدیم می کند :



# *Eckankar* / اکنکار

حکمت باستانی برای عصر حاضر

*Ancient Winsdom for Today*

طریقہ نور و صوت خدراوند



گردآوری : تاد کرامر و دوگ منسون

مترجم : مهیار جلالیانی

## فهرست مطالب



سری هارولد کلمپ

۳	فصل اول : اکنکار چیست؟
۵	فصل دوم : سفر روح
۷	فصل سوم : رویا
۸	فصل چهارم : کارما
۱۰	فصل پنجم : بازگشت
۱۱	فصل ششم : جهان های مقدس اک
۱۳	فصل هفتم : عشق
۱۵	فصل هشتم : اک - ویدیا
۱۶	فصل نهم : مشکل گشایی
۱۷	فصل دهم : وصل
۱۹	فصل یازدهم : استادان اک
۲۰	فصل دوازدهم : نمایشی با شرکت روح
۲۱	ضمیمه شماره ۱: واژه نامه اکنکار
۲۲	ضمیمه شماره ۲: لیست کتابهای انتشار یافته اکنکار در ایران
۲۳	ضمیمه شماره ۳: آدرس سایت های اینترنتی اکنکار
۲۳	ضمیمه شماره ۴: آزمون تستی کتاب
۲۶	ضمیمه شماره ۵: طبقات درون ( جهان های اک )

## برای شروع سفر بطرف همکار خدا شدن بهترین و ساده ترین کلام در اختیار شماست

### در (قلیم هستی) ، سرزمین های ناشناخته بسیاری وجود دارد .

عمر کوتاه انسان فرصتی برای اکتشاف یکایک این سرزمین ها باقی نمی گذارد . سیر در گستره گیتی ، حتی با سرعت نور ، میلیارد ها سال یا بیشتر بطول می انجامد . حکمت باستانی سفر روح ، این سفر را میسر می سازد .

مَرکب این سفر نور و صوت الهی ؛ سکوی پرتاب این سفینه ، عشق و خویش انضباطی ؛ و مسافر آن روح است . کتاب اکنکار ، حکمت باستانی برای عصر حاضر ، تلاشی است در جهت تشریح نقشه این سفر و ارائه دورنمایی از مقصد .

برای شما که این کتاب را در دست دارید ، شمارش معکوس از هم اکنون آغاز گشته است.



برای معرفی اک و اکنکار بهترین شروع هدیه دادن این کتاب است

## بعد از آن معجزه اک آغاز می شود

با احترام به حقوق مادی و معنوی این اثر و تشکر از ناشر و مترجم محترم آقای مهیار جلالیانی، بدلیل رایگان بودن کتاب در مرکز اکنکار، کتاب تکثیر شده است تمام تلاش خود را برای پیدا کردن و خریدن کتابهای اکنکار برای کمک به ناشرین انجام دهید .

تهران - تابستان ۸۲ س.ب (جزوه رایگان است)

ضمائم به کتاب اصلی اضافه شده تا به درک مطالب کمک شده باشد

## فصل اول: اکنکار چیست؟ *What Is Eckankar?*

راه طبیعی بازگشت نزد خداوند، اکنکار، دانش باستانی سفرروح نام دارد که علمی دقیق بوده، فالص ترین تعالیم را دربرمی گیرد. {اکنکار} قائم به ذات است و عقل از سادگی آن مبهوت می گردد. از همه تعالیم کهن تر ... و سرپیشمه تمام مکاتب است.

شریعت - کی - سوگماد (کتاب اول)

کره خاکی ما مدرسه ای قدیمی و بزرگ است. در واقع تمام عالم مادی که **طبقه فیزیکی** نام دارد نیز چنین است. ولی ما به این مدرسه آمده ایم تا چیزی غیر از حساب و خواندن و نوشتن بیاوریم، ما در جستجوی راه بازگشت به سرمنزل الهی خود هستیم. ما در این مدرسه معلمین بیشماری داشته ایم که از آن جمله اند: [حضرت] محمد [ص]، عیسی، موسی، کنفیوس، بودا، کریشنا، زرتشت، سقراط، کپرنیک، مارتین لوتر، شکسپیر، امرسون، اینشتین و ... این فهرست پایانی ندارد. رشته های تحصیلی ما در این مدرسه از «**من کیستم**» آغاز شده و تا «**مفهوم زندگی**» تعمیم می یابند. کتاب های درسی ما قرآن، انجیل، تورات و کتب دیگری چون کابالا، تائو دجینگ، کتاب تقدیرات (ای چینگ)، تعالیم بودا، بهاگوادگیتا، کتاب مورمورها. دلی نیوز، و **حتی لایه های کودکانه** بوده اند. هدف کتاب اکنکار، حکمت باستانی برای عصر حاضر نیز همانند مؤسس این مدرسه قدیمی، آموزش علوم پایه است. بسیاری از ما مدت مدیدی است که در این کلاسهای درس حضور داریم. ما مایلیم پیشرفت کرده و افق دیدگاههای خود را توسعه دهیم. می خواهیم جایگاه خود را در طرح بزرگ هستی بهتر بشناسیم و عملاً کاربرد آن را تجربه کنیم.

## اکنکار ریشه باستانی دارد *Eckankar Has Ancient Roots*

ریسمان زرین مشترکی که **اک** نام دارد، تمام تعالیم معنوی را به یکدیگر پیوند می دهد. آن را **روح القدس**، کلمه الهی و جریان مسوع حیات نیز نامیده اند. اگر چه تعالیم اکنکار ریشه باستانی دارند ولی در حقیقت از محدوده زمان فراترند. این تعالیم کلام زنده اند و از لابلای کتاب ها، در رویا و بیداری با ما سخن می گویند. از آغاز تمدن، روح القدس الهام بخش بشریت بوده و او را در جهت ادراک معنوی یاری کرده است. کتاب اصلی اکنکار، **شریعت - کی - سوگماد (طریق مقام جاودان)** است. هر فصل از کتابی که در پیش رود، با نقل قولی از **شریعت - کی - سوگماد** آغاز می شود. آموزگار تعالیم اکنکار، استاد حق در قید حیات است (استاد زنده *Living ECK Master*). این طریق هیچگاه از استاد بی نصیب نبوده است. به همین دلیل اکنکار همواره خالص و در تنا سب با سطح آگاهی روز عرضه می شود. در آموزه های اک از **مشاجرات و مباحث نظری و سیاسی** که تا این حد در تشکیلات بزرگ فراگیر هستند پرهیز شده و بدین وسیله فرصت مناسبی جهت دیدار با استاد و استماع سخنان وی فراهم می گردد. استاد کسی است که طریق خود شناسی و **خداشناسی** را طی نموده است. هنگامی که پال توییچل در سال ۱۹۶۵ اکنکار را به جهان معاصر معرفی کرد، حقایق معنوی را از حشو و زوائد آیینی فرهنگ های گوناگون جدا کرد و در نتیجه برای عامه مردم فرصتی پیش آمد تا در عین برخورداری از زندگی شاد، متعادل و سازنده، **نور و صوت خداوند** را نیز تجربه نمایند.

پال توییچل در اوایل قرن حاضر در کنتاکی متولد شد و در خلال جنگ جهانی دوم به خدمت نیروی دریایی ایالات متحده درآمد. در مقطعی که مقرر بود زندگی پال متحول گردد، وی در کسوت جوینده ای جوان به استادان معنوی معرفی شد. اینان استادان **نظام و ایراگی اک** بودند. هنگامی که آنان پال را برای احراز مقام استادی تعلیم می دادند، او طیف وسیعی از تعالیم معنوی را تحت نظر آموزگاران مختلف مطالعه کرد. آموزش های رفیع اک در چهار گوشه جهان پراکنده بودند و پال این تعالیم زرین نور و صوت را مجدداً گردآوری کرده، آماده و مهیا به دست نسل بعدی سپرد. وقایع ثبت شده در کتاب دندان ببر محصول همین تجربیات بود. سرانجام پال به صف استادان و ایراگ پیوست و با رسیدن به مقام استاد حق در قید حیات، رسالت عرضه اکنکار به جهان بر عهده او گذارده شد.

پال در سال ۱۹۶۵ **کارگاههای آموزش سفر روح** را در کالیفرنیا دایر نموده، آموزشنامه های اکنکار Discourse را عرضه کرد. مؤسس اکنکار در سال ۱۹۷۰ به عنوان موسسه ای غیر انتفاعی تاسیس شد. پال در سال ۱۹۷۱ در حالی در گذشت که عده بسیاری را به **وصل اک** نایل کرده بود. استاد حق در قید حیات کنونی سری هارولد کلمپ Sri Harold Klemp است. وی در مزرعه ای در ویسکانسین بزرگ شد، به مدرسه کشیشی رفت، به مدت چهار سال در نیروی هوایی ایالات متحده خدمت کرد و هنگام استقرار نیروها در ژاپن اکنکار را یافت. او در سال ۱۹۶۹ توسط پال توییچل وصل اک را دریافت نمود و بدین ترتیب شایستگی ورود به عوالم الهی را کسب کرد. او بعدها تاریخچه تجربیات خود را در کتاب های «**نسیم تحول**»، «**روح نوردان سرزمین های دور**» و «**کودک در سرزمین وحش**» به رشته تحریر در آورد. **سری هارولد کلمپ** هر ساله در سمینارهای اک که در تقاطع مختلف جهان برگزار می شوند، هزاران نفر را مخاطب قرار می دهد. چیزی در حدود چهل نوار ویدیویی و پنجاه نوار صوتی از سخنرانی های عمومی او موجود است. وی تا کنون

بیش از بیست عنوان کتاب را به رشته تحریر در آورده و کماکان به نوشتن ادامه می دهد که این شامل مقالات متعدد و آموزشنامه های معنوی نیز می شود . هزاران نفر از مردم با بهره گیری از رویکرد الهام بخش و عملی او در امور معنوی ، در زندگی خود به آزادی ، خرد و عشقی عمیق تر فرصتی فراهم می کند تا به تشخیص تجارب خود در زمینه نور و صوت خداوند نایل شده ، آنها را معتبر بشمارند .

برای جذب کردن مردم به سوی **اکنکار هیچ اصراری وجود ندارد** . هر چند بسیاری از پیروان اک حرارت و شوق معنوی خود را با دیگران در میان می گذارند ، اما برای اعتقادات همگان حرمتی و سواس آمیز قائلند . پیام اکنکار با روندی تدریجی و یک نواخت بهتر ارائه می شود . این تعالیم برای مخاطب قرار دادن وجه درونی افراد ، یعنی روح نگاشته شده اند و در گذر عواطف یا هراس های جویندگان معنوی رانیز نادیده نمی گیرند . بهترین راه شناختن اکنکار خواندن یکی از پنجاه کتابی است که در باره آن نوشته شده است . در بیشتر کتب اکنکار به **تمرینات معنوی اک** اشاره شده که خواننده می تواند در خلوت و بر اساس سرعت مطلوب خود آنها را بیازماید . پیروان اک در تمام طبقات و مشاغل گوناگون یافت می شوند و تنها وجه مشترک آنان ، **عشق به خداوند** و سر سپردگی به **شکوفایی معنوی** است . آنان از هر نژاد و مسلکی که باشند ، در جامعه خود افراد **مسئولیت شناسی** هستند و خود را به هیچگونه آیین و ریاضت کشتی و یا طبقه ممتازی که وجه تفاوت آنان با همسایگان نشان باشد . محدود نمی کنند . بیشتر افراد راه اکنکار را از آن جهت در پیش گرفته اند که پاسخ سئوالات خود را در آموزش های ارتدکس و سنتی نمی یافتند . **ارزش و اعتبار تجربیات معنوی فردی در اکنکار یک اصل است** . با مطالعه یک کتاب یا استماع سخنان یک دوست ، تنها می توان درک محدودی از جهان های معنوی به دست آورد .

برای اداره زندگی باید **نظم و انضباط و اشتیاق راستین برای تجربه خداوند** بدان افزوده گردد . تجربه نور و صوت زندگی را غنی تر نموده ، به ما فرصتی عطا می کند تا مشکلات روزمره را از زاویه ای مثبت بنگریم . برای کمک به درک اکنکار چند تعریف ضروری است . جهت تبیین قوانین معنوی لغات و اصطلاحات خاصی وجود دارد . دلیل استفاده از این لغات این است که هم وجه توصیفی آنها بیشتر است و هم معنی خاص خود را دارند و به لحاظ مفهوم از لغات دیگر متفاوت هستند .

**اک :** روح الهی ، جریان مسموع حیات ، جوهره خداوند که خلقت و نگهداری از تمامی حیات را برعهده دارد ، جان .

**اکنکار :** طریق نور و صوت الهی . معنی دیگر آن همکاری خداست .

**نور و صوت خدا :** روح القدس [ یا روح الهی ] . دو جلوه که خداوند در جهان های تحتان بدان صورت متجلی می گردد . روح القدس می تواند به شکل نور بر ما ظهور یابد . این نور انعکاسی از اتم های الهی است که در فضا حرکت می کنند . علاوه بر تبلور فوق می تواند به شکل صوت باشد که جریان مسموع حیات است و ارواح را به سر منزل الهی باز می گرداند . تمرینات معنوی اک نشان می دهند که چگونه در درون خود بدنال این کیفیات الهی باشید و به شکوفایی معنوی و هدایت های درون خود گوش سپارید .

**ماهانتا :** وجه درونی استاد حق در حیات که در طبقات درون . راهنمایی دانش پژوهان را برعهده دارد .

**روح :** خویش حقیقی . مقدس ترین وجه درونی هر فرد . روح به عنوان یک بارقه الهی می تواند ببیند ، بداند و همه چیز را دریافت نماید .

**سفر روح :** راهی طبیعی برای گسترش آگاهی ، تحصیل بینشی رفیع تر از خویش به عنوان روح در طی تمرینات معنوی .

**سوگماد :** نام مقدس خداوند . منبع اصلی حیات که نه مذکر است و نه مؤنث .

کتاب حاضر مروریست کوتاه بر طریق اکنکار . باید بیاد داشته باشیم که تعالیم اکنکار در عمل بسیار ساده اند و برای آموختن این آموزش ها تعلیمات رسمی یا سخت گیریهای معمول آموزشی ضروری نیست . در واقع باورهای اساس این طریق را می توان به شکل زیر خلاصه کرد :

**روح جاودان و هویت حقیقی انسان است .**

**دلیل وجود روح ، عشق خداوند به آن است .**

**روح مسافریست در راه خود شناسی و خدا شناسی .**

**شکوفایی معنوی را می توان به واسطه ارتباط آگاهانه با اک تسریع کرد .**

**این رابطه آگاهانه را می توان به وسیله تمرینات معنوی اک و با هدایت استاد حق در قید حیات برقرار نمود .**

**ماهانتا ، استاد حق در قید حیات و راهنمای معنوی اکنکار است .**

**تجربیات و آزادی معنوی در همین زندگی کنونی در دسترس همگان قرار دارند .**

## فصل دوم: سفر روح Soul Travel

سفر روح تجربه ای منمصر به فرد و متضمن باور بقای روح است. دستاورد این تجربه در و نه، عشق به تمامیت هستی و درک زیبایی آن است. سفر روح را نمی توان در موعظه ها و در قالب عقاید ممدود تجربه کرد. **شریعت-کی-سو گماد ( کتاب اول )** “روزنه ای کوچک از نور سفید در ژرفای جهان پیش رویم هویدا شد. فاصله آن از من بسیار دور بود، ولی با سرعتی فوق العاده به طرف من می آمد. گویی خورشیدی از آن سوی کیهان پیش می تازد تا مرا در کام حرارت و نور خود فروبرد. لحظه ای بعد این من بودم که به سوی آن پرواز می کردم، همچون ذره ای نورانی که به طرف سیاره ای با درخششی غیر قابل وصف هجوم می برد.”

سری هارولد کلمپ در کتاب **روح نوردان سرزمینهای دور** از این تجربه اصیل و قدیمی یاد می کند. این تجربه هنگامی رخ داد که او جهت احراز مقام استاد حق در قید حیات تعلیم می دید. وی در این دیدار از جهان های الهی که در معیت **ریازارتارز**، استاد اک صورت می گرفت، آموخت که **اک چگونه ظرفیت قلبی انسان را بالا می برد**. سری هارولد در ادامه می نویسد: “گویی از میان خورشید یا پرده ای از نور گذر می کردم و از آن سو، از دنیای رنگ ها و جهان شکوه سر بر می آوردم. در نوری با شکوه (کالبد با شکوه روح) در فضا شناور شدم، نوری که از دیدن، دانستن و بودن لبریز است. زیر پایم ساحلی با شن های سفید گسترده بود، ساحل اقیانوسی به رنگ آبی و سبز. امواج به نرمی ماسه ها را می شستند. پزندگان کوچک همراه با جزر و مد آب ها در آسمان بالا و پایین می رفتند که داد و ستد زندگی را تداعی می کرد. کوچکترین لکه ابری در آسمان آبی و شفاف به چشم نمی خورد. با خود گفتم: این حتماً همان بهشت موعود است. لحظه ای بعد بر فراز صخره ای مرتفع ایستاده و اقیانوس را تماشا می کردم. چگونه می توان احساس روح را وصف کرد؟ چرا که علیرغم این ارتفاع زیاد، شنیدن و دیدن چنان میسر بود که گویی در ساحل ایستاده ام. صدای عمیق و مردانه ای در کنارم فرمان داد: دور دست را بنگر. در حالی که یکه خورده بودم به اطرافم نگاه کردم. این صدای ریازارتارز، استاد تبتی اک بود که بدون تردید مسبب این سفر به یکی از زیباترین بهشت های الهی بود. دست راست قدرتمندش، عصبای ستبری به بلندی شانه اش را می فشرد. با دست چپ به ساحل دور اشاره کرد، جایی که دو پیکره کوچک در حال حرکت بودند.

ناگهان فاصله میان ما و دو نقطه تیره از میان رفت. زمان و مکان هر دو فرو ریختند و باصره معنوی من در چشم برهم زدنی به سوی آن دو ذره جهش کرد و دیدم که زن و مردی به آهستگی در طول ساحل و در جهت ما قدم می زنند. مرد ریز نقش همان دوست و استاد من، پال توئیچل یا **ماهانتا** بود. دیگری زن جوانی بود که لباس خواب سفیدی به تن داشت که در اثر وزش نسیم دریا در اطرافش موج بر می داشت. او باریک اندام، دارای موهای خرمایی سیر و تا حدودی کوتاه تر از پال بود. درد و رنج چهره او را در هم شکسته بود و در کنار پال با آشفته گی قدم بر می داشت. اکنون دو ساحل نورد به گونه ای در دیدگاه ما قرار گرفتند که از بالای صخره کاملاً قابل رؤیت بودند. ریازارتارز توضیح داد، **روح القدس، یعنی همین نور گرمی که ما در آن غوطه وریم** از اقیانوس عشق و رحمت نشأت می گیرد که انعکاسی است از پرتوهای ساطع شده از اتم های الهی. خرقة شرابی ریازار در این مه زرین که مرا نیز در بر گرفته بود، به سختی دیده می شد. البته خود را نمی توانستم ببینم. ریازار ادامه داد: **این گوی زرین کالبد روح** است. یعنی **کامل ترین شکل انسان**.

در ساحل، زن غمگین به سختی در کنار پال قدم بر می داشت. رد پای روی شن ها و پیچ و خم های آن در کنار خط باقی مانده از امواج، حکایت از سنگینی گام های آنان داشت. پال ما را بر روی صخره دید و بر ایمان دست تکان داد. اما پرده ای نامرئی ما را از چشم آن زن مخفی می داشت. آنان به آهستگی در کنار ساحل حرکت می کردند و به تدریج در دور دست کوچک می شدند. کمی دورتر در پیش رویشان یک فانوس دریایی قرار داشت که مقصد آنان بود. غم های زندگی عمیقاً روح آن زن جوان را مجروح کرده اند. ریازار تارز این کلمات را در حالی بر زبان راند، که صدایش در اثر شفقت و همدردی تغییر کرده بود. صدای او از زیر و بم های معمولی تشکیل نشده بود، بلکه از دل اتمسفر این جهان دور دست الهی و باطنینی زنگ دار سخن می گفت... زن دست به خودکشی زده بود، ولی ماهانتا قدم پیش گذاشته، از این کار او **ممانعت** کرده بود. در طی ماه های بعدی ماهانتا، شب ها او را از کالبدش خارج کرده و به این بهشت آرامش بخش در کنا دریا می آورد تا روحش را بهبود بخشد. ریازارتارز چنین ادامه داد: ترمیم عواطف و ذهن او مدتی طول خواهد کشید. بیا برویم.

برای آخرین بار به اقیانوس و ساحل نگاهی انداختم و ناگهان متوجه شدم که آبهای جوشان و بهشتی این اقیانوس، در واقع ارواح تجلی نیافته ای هستند که برای فراهم شدن **شرایط مساعد برای تولد مجدد در جهان فیزیکی** انتظار می کشند. سپس در چشم برهم زدنی به خانه برگشتم. سفر روح برای ما چه فایده ای دارد؟ منافع حاصل از سفر روح در عین **ظرافت**، متضمن دستیابی به افق های دور دست هستند. هنگامی که ما با تجربه شخصی در می یابیم که فراسوی کالبد مادی دارای حیات هستیم، از **وحشت مرگ رها شده** و نگرانی کمتری را به خود راه می دهیم. وقتی در تجربیات درک می کنیم که خود جزئی خلاق از خدای هستیم که به ما عشق می ورزد. **عشق** بیشتری را در زندگی خود جاری نموده و نگرانی یا بیگانگی را کمتر احساس می کنیم. وقتی به

تجربه در می یابیم که هدفی معنوی در پس زندگی وجود دارد، احساس توانایی می کنیم .

هنگامی که در اثر این تجربیات معنوی آکنده از هیجان و نشاط می شوید، عادات قدیمی را با سهولت بیشتری کنار می گذارید . دیگر به جای اعمال قدرت اراده یا جنگیدن با محرومیت ها، می بینم که عادات های قدیمی به سهولت و خود به خود بر طرف می شوند . اکنکار روح را موجودی شادمان می داند که به هیچ گناهی آلوده نیست و خود علت تمام وقایع زندگی خویش است . با این نگرش، آدمی به جای سرزنش دیگران ریشه همه چیز را در درون خود جستجو خواهد کرد . و کلام آخر این که با چنین قابلیت تازه ای، معمولاً "راحت تر می توان به دیگران خدمت کرد و دغدغه محدودیت های فردی را به فراموشی سپرد .

## تو خود روح هستی

بر اساس باورهای سنتی، انسان روح دارد، اما روح ارتباط چندانی با زندگی روزمره نداشته، تنها هنگامی اهمیت می یابد که کالبد فیزیکی به پایان عمر خود می رسد . اما پیروان اکنکار معتقدند که هر شخصی خود، روح است و روح هسته قائم به ذات و جاودان وجود ماست و هرگز نمی توان آن را از بین برد و نابود کرد یا آن را از دست داد . با توجه به مشکلات جهان امروز ما به آسانی هویت خویش را به فراموشی می سپاریم . حواس فیزیکی و عواطف ما دچار آشفتگی می شوند و در نتیجه ما از بصیرت معنوی روح محروم می شویم . بازیابی این بصیرت سفر روح نام دارد . سفر روح با انجام دادن روزانه تمرینات معنوی اک میسر می شود .

بسیاری از مردم سفر روح را در قالب نوعی گسترش در آگاهی و دانش تجربه می کنند، منجمله در قالب تمایلی درونی برای تماس با یکی از دوستان، یا درک مفاهیم عمیق تر که در پس امور معمولی جریان دارند . برخی از افراد نیز تجربیاتی تاثیر گذار و سرشار از شکوه را در سفر روح تجربه خواهند نمود . در اکنکار ما می آموزیم که از طریق تجربه شخصی حقایق معنوی را خود به اثبات برسانیم . با آموختن تمرینات معنوی اک می توانیم به سفر روح مبادرت کنیم . تمرین معنوی با مناجات تفاوت دارد، زیرا مشوق ما برای گوش سپردن به کلام خداست، یعنی برخلاف روش های موجود این ماییم که گوش می سپاریم . تمرین معنوی با مدی تیشن تفاوت دارد یعنی نسبت به آن فعالانه تر عمل می کنیم . پیروان اک برخلاف روش مدی تیشن و به جای این که صبورانه در انتظار رسیدن به وضعیت آگاهی برتر باشند، به طور فعال به این آگاهی می پیوندند . در تمرین معنوی برخلاف عبادات حرکات فیزیکی وجود ندارد .

سفر روح همچنین با آنچه که عموم مردم از انعکاس اثیری برداشت می کنند، تفاوت دارد . اگر ما برای سفر به فراسوی جهان فیزیکی از کالبد اثیری استفاده کنیم، محدود به همان عالم اثیری می شویم . نیل به وضعیت آگاهی روح، فراتر از این جهان ها رخ می دهد و به ما فرصت مکاشفه در هر یک از جهان های الهی را عطا می نماید، این جهان ها عبارتند از اثیری، علی، ذهنی، اتری و مراتب مختلف طبقه روح . این طبقات و تقسیم بندی ها در فصل ششم (جهان های الهی اک) مورد بررسی قرار خواهند گرفت .

## یک تمرین معنوی A Spiritual Exercise to Try

تمرینات معنوی اک به ما فرصت می دهند تا در بجه قلب خود را به روی نور و صوت الهی بگشاییم . اکنکار بیش از یکصد تمرین مختلف را به ما می آموزد، تمریناتی که همگی برای حصول ادراکی عمیق تر از خویش و خداوند طراحی گشته اند . یکی از تمرینات معنوی اساسی در اکنکار خواندن هیو یعنی یکی از نام های مقدس خداوند است . برای انجام دادن این تمرین محل ساکتی را جهت نشستن یا دراز کشیدن در نظر بگیرید، راحت باشید و درباره عبارتی معنوی یا کسی که دوست دارید فکر کنید . چشمانتان را ببندید . برای چند دقیقه به آرامی یا با صدای بلند هیو HU را زمزمه کنید . سپس در سکوت گوش فرا دهید . شاید اک مقدس یا روح القدس را تجربه کنید . یا شاید بینش و بصیرت نوینی درباره زندگی خود به دست آورید . با رعایت خویش انضباطی و سر سپردگی می توانید شالوده معنوی خود را بنیان نهید .

اکنکار به ما چنین می آموزد که سر انجام به مقام همکاری با خداوند نایل خواهیم شد، بدین معنی که در زندگی خود مجربایی برای شدن اک یا روح الهی خواهیم بود و شادمانی و شکوفایی معنوی را به اطرافیان خود انتقال می دهیم . در قلمروی اکنکار آنچه هرگز مفقود نمی شود و از دست نمی رود، فردیت است . این همان نکته ای است که اکنکار را از بودیسم و هندوئیسم مجزا می کند . مکاتب نامبرده هدف نهایی خود را استحاله فرد در خداوند وصف می کنند . اکنکار با وجود این برای تمام افراد و مقدسات احترامی عمیق قائل است و این احترام شامل حقوق و حریم شخصی دیگران نیز می شود .

## فصل سوم: رویا Dreams

آتما (روح) هنگام رویا که به مراتب روانی تعلق دارد، از پدیده های لطیف زندگی مانند تفکر، شور عاطفی، هوش و آنچه متعلق به ذهن است محفوظ می گردد. تمام این کیفیات برای کالبدهای متعلق به جهان های (روانی) مانند کالبدهای اثیری، علی و ذهنی ضروری هستند. وقتی که (روح در مین رویا بر این وضعیت ها تسلط یابد، ماکم مطلق کیهان فویش می گردد.

### شریعت - کی - سوگماد (کتاب اول)

داستان زیر که از کتاب رویا گردان نوشته سری هارولد کمپ برگرفته شده، در مورد نحوه عمل رویا در رابطه با زندگی نمونه جالبی است. رویاها حاوی نشانه ها هستند و فرصتی فراهم می کنند تا ارواح با هم مواجه شوند.

زوجی یک اسب خریدند و آن را سید نامیدند. آنان تصمیم داشتند اسب را تربیت کرده، هنگامی که به سن معینی رسید آن را به فروش برسانند. اما مسلمان هرگز به ذهنشان خطور نمی کرد که خود اسب در این مورد چه نظری دارد. در حدود یک سال بعد مرد در رویایی غیر عادی خود را دید که به رستورانی شلوغ رفته است. یک میز خالی پیدا کرد و نشست. در این هنگام مردی نزدیک شد و گفت، "سلام، من اسب تو سید هستم." "مرد با خود گفت، "عجب حرف خنده داری. اسبی که در رویا به شکل انسان در آمده است، چه چرندیاتی!" "تنها چیزی که توجه او را جلب کرد، این بود که یکی از دندان های مرد افتاده بود، در حالی که دندان های اسب او سالم بودند. دو نفری شروع به صحبت کردند، سید گفت، "می دانی که من تو و همسرت را خیلی دوست دارم و مایلم نزدتان بمانم. هیچکدام از صاحبان من در گذشته قادر به پرواز روح نبودند و در نتیجه نمی توانستم آنها را در رویا ملاقات کرده، در مورد مشکلات خود با آنها صحبت کنم." "مرد پرسید، "سید، اخیراً متوجه شده ام که پای عقبی من مشکلی پیش آمده!" "سید توضیح داد که آن پایش آسیب دیده و خاطر نشان کرد که مسئله مهمی نیست و در ادامه گفت، "اگر برایم نعلبند بیاوری، وضع راه رفتنم بهتر می شود." و خلاصه به گفتگو ادامه دادند.

وقتی مرد بیدار شد و رویا را برای همسرش تعریف کرد، دو نفری کلی خندیدند. به عقیده زن موضوع دندان خنده دارترین قسمت ماجرا بود. همان روز صبح وقت که به اصطبل رفتند، دیدند گروهی جلوی آخور سید جمع شده اند. زن و مرد به سرعت رفتند تا ببینند چه بلایی سر اسب آمده. در آستانه آخور کمی خون روی زمین ریخته بود. اما ظاهرها به سید آسیبی نرسیده بود. مرد افساری به اسب بست و او را بیرون آورد. یکی از مهترها گفت، "اگر می خواهی سوارش شوی دهنه بند، چون معلوم نیست دهانش چطور به در اصطبل خورده که یکی از دندان هایش شکسته." "زن و شوهر به یکدیگر انداختند و زن گفت، "دندان افتاده در رویای تو،" "بعد بدون تبادل کلمه ای دیگر هر دو خم شدند و پای عقبی اسب را معاینه کردند. درست همانطور که سید گفته بود سمش نیاز به تعمیر داشت.

گاهی ماها نتا، استاد رویا، به هر طریقی که باشد رویا را چنان تنظیم می کند که دو روح قادر به ارتباط با یکدیگر شوند. از آنجا که ممکن بود مرد رویایی را که در آن اسب صحبت می کند، به کلی بی اعتبار تلقی کند، استاد تصویر را به گونه ای تغییر داد که برای بیننده قابل قبول باشد. این یکی از روش های استاد است. روح که خود واحد آگاهی است، هرگز نمی خوابد. هنگامی که جسم به خواب می رود، آگاهی روح بیدار است. خاطره این تجربه غالباً رویا نام می گیرد. رویاها به اندازه حالت بیداری واقعی و معتبرند. تنها تفاوت در این است که رویا در طبقه دیگری از هستی رخ می دهد. علت اینکه بیشتر رویاها ما را سردرگم می کنند این است که حافظه ما معشوش می شود. ما هنگام بیداری تنها بخشی از رویا را به یاد داریم، زیرا رویا برای فراخوانی باید از یکی از ارکان ذهن عبور کند که سانسورگر نام دارد و بنابراین تغییر ماهیت می دهد. عمل دیگر سانسورگر رویا استتار رویا در سمبل هاست و دلیل این فرآیند جلوگیری از پریشانی رویا گر یا فقدان ادراک لازم جهت فهم روایست.

ماها نتا، شکل درونی استاد حق در قید حیات، همان استاد روایست. یکی از روش هایی که در هدایت جویندگان معنوی مورد استفاده وی قرار می گیرد، روایست. ماها نتا از رویا در جهت استهلاک کارمای چلا Chela و بالا بردن فهم معنوی او بهره می گیرد. هدف پیروان اکنکار این است که به اراده خود در جهان های بیرونی (فیزیکی) و درونی (معنوی) به سیر و سلوک پردازند. این امر با انجام دادن تمرین های معنوی اک و بهره گیری از آگاهی حاکم در وضعیت رویا میسر می گردد. رویا در شکوفایی معنوی پیروان اک نقش مهمی دارد. رویا نگاهی به سرزمین های بهشتی است و در بسیاری از موارد به ابزاری آموزشی مبدل می گردد. پیروان اکنکار همواره به یادگیری علاقمندند و چه بسا رویا برای دستیابی به آگاهی برتر حاوی پیامی باشد. در رویا شخصیت حقیقی ما، با ترس ها و امیالش در برابرمان قرار می گیرد. ما در رویا چیزهایی را می پذیریم که هنگام بیداری برای پذیرش آنها صداقت کافی نداریم.

کارماها یا بدهی های معنوی گذشته می توانند در رویا مستهلاک شوند. هدف کارما گشودن دریچه آگاهی ما در جهت فراگیری درسی معنوی است. اگر ما بتوانیم درس معنوی رویا را درک کنیم، به ندرت تجربه مجدد آن در بیداری ضرورت می یابد. موضوع اصلی این است که ما به رشد و شکوفایی خود

ادامه دهیم . با دانستن این نکته نگرانی و اندوه ما در وضعیت بیداری به مقدار قابل توجهی کاهش می یابد . به عنوان مثال استاد درون قادر است یک سانحه اتومبیل را از طبقه فیزیکی به طبقه اثیری منتقل کند تا تجربه مورد نظر در رویا کسب گردد . این حادثه حتی در شرایط یاد شده هم می تواند تجربه ای دهشت زا باشد ، ولی تحمل آن در طبقه اثیری آسان تر است .

بسیاری از مردم معتقدند که تصاویر و نشانه هایی که در خواب می بینند ، برای همگان مشترک و به سادگی قابل تعبیر هستند . می توانیم در کتابخانه محلی خود کتابهایی را پیدا کنیم که در مورد آب یا اسب در رویا مطالبی دارند ، ولی آموزش های اکنکار دارای چنین الگوی ساده ای نیستند . دراک هر کسی منحصر به فرد است . بنابراین ، نمادهای رویای هر فردی به خود او تعلق دارند . شنا در رودخانه برای هر کس مفهوم بخصوصی دارد . بنابراین کلید رویای هر کس ، تعبیر خود اوست . این عمل خود می تواند تمرینی معنوی باشد .

ترتیب وقایع و شخصیت های رویا همواره مفهوم مشخصی ندارد . کابوس های وحشتناک می تواند حاوی پیامی ارتقاء بخش باشند . با وجود این اکثر موارد شخصیت های رویا نمایانگر خویش حقیقی رویا گر هستند . این اجزای رویا برای درک هویت و هدف ما حکم کلید را دارند . اکنکار می گوید که هنگام تلاش برای ادراک مفهوم رویا ، به دنبال پیامی مثبت باشیم . استاد رویا همواره در جهت تعالی ما فعالیت می کند . در رویا مراتب بسیاری وجود دارد . در صورتی که رویاگر نسبت به حضور خود در جهان رویا هوشیار شود ، می تواند بر تجربه رویا تسلط یابد . او می تواند ماهانتا را فراخوانده ، پرسشی معنوی به عمل آورد و یا دیدار از یکی از معابد حکمت زرین در یکی از طبقات درون را خواستار شود . در این صورت تجربه فوق بیشتر به سفر روح شباهت خواهد داشت تا به رویا .

رویا می تواند جنبه پیش گویی هم داشته باشد . در چنین حالتی می توانیم از جایگاهی فراسوی روند طبیعی زمان ، به نظاره هستی نشست ، نگاهی اجمالی به آینده بیاندازیم ، اما صلاح در این است که پیشگویی را به زندگی شخصی خویش و وقایع آن محدود کنیم . به یاد داشتن این نکته اهمیت زیادی دارد که احتمال بروز سوء تفاهم در مورد نشانه ها بسیار زیاد است . مثلاً "چنانچه در رویا زمین لرزه ای را ببینیم و پس از بیدار شدن برای هشدار دادن به دیگران شتاب کنیم ، احتمالاً پس از مدتی که اتفاق رخ نداد ، دچار دردسر خواهیم شد . چنین رویایی بیشتر به پیشگویی در باب دگرگونی های شخصی شباهت دارد و احتمالاً نشانه این است که تغییری ناگهانی در وضعیت آگاهی رویاگر رخ خواهد داد . البته شاید این رویا حقیقتاً نوعی الهام باشد ، ولی احتمال سوء تعبیر آن نیز زیاد است . ثبت رویاها به صورت مکتوب می تواند مفید واقع گردد . این عمل پلی بین جهان های درونی و بیرونی برقرار می سازد . اکثر رویاهای ما به سرعت فراموش می شوند و بسیاری از افراد پس از خواندن دفترچه رویاهای خود ، از کثرت رویاها شگفت زده می شوند .

این کار در عین حال فرصتی را فراهم می آورد تا الگوهای رویای خویش را شناسایی کنیم . نمادهای شخصی ممکن است به طور منظم ظاهر شوند . با شناخت این الگوها و نمادها درک ارتباط موجود بین تجربیات تسهیل می گردد . و بالاخره نوشتن تجربیات فرصتی را فراهم می کند تا آنها را با هم ارتباط داده ، سپس به فراموشی بسپاریم . هر گاه که از بار سنگین یک تجربه رها گردیم ، به ادراک و آزادی معنوی نزدیک تر می شوم . هدف غایی رویا نزدیک تر نمودن فرد به نور و صوت الهی است . بنابراین رویا و روند هستی هدف مشترکی دارند . ماهانتا می تواند از طریق رویا با جوینده تازه واردی که هنوز قادر نیست دریچه آگاهی خود را بر روی استاد درون بگشاید ، ارتباط برقرار نماید . هر رویا قدمی است به سوی شکوفایی معنوی و می تواند برای افراد معمولی همانند سفر روح الهام بخش باشد . هیچ چیز غیر ممکن نیست و دیگر زندگی تجربه ای دنیوی و اتفاقی تلقی نمی شود .

## فصل چهارم : کارما Karma

**جامعیت قانون کارما از عواملی اصلی پیوند اجزای هستی است . این قانون نه تنها انسان ، بلکه میوهانات ، نباتات و کانی ها را نیز در بر می گیرد . همه این اجزاء فانوده ای بزرگ با تارiffی پیچیده و غیر قابل تفکیک را تشکیل می دهند .**

**شریعت - کی - سو گماد ( کتاب اول )**

سیر اسحاق نیوتن در بیست و سه سالگی در باغ خانوادگی خود شاهد سقوط سیبی از درخت بود . البته برخلاف آنچه که گفته اند سبب به سر او نخورد ، اما همین سقوط پایه تئوری جاذبه عمومی او گشت . در همان سال ، یعنی سال ۱۶۶۵ وی سه قانون حرکت را کشف کرده بود که یکی از این قوانین چنین بود : برای هر عملی عکس العملی مساوی و در خلاف جهت آن وجود دارد . قوانین نیوتن غالباً در مورد تاثیرات متقابل نیروها و اشیاء فیزیکی به کار می روند ، ولی همین قانون عمل و عکس العمل در مور احساسات و افکار نیز صادق است . قانون کارما قانونی علمی و منطقی است . این قانون شکل معنوی همان قانون علت و معلول فیزیکی است . هر عملی مولد عکس العملی مساوی و در خلاف جهت آن عمل است . این رون به رشد روح کمک می کند و ما را در ادراک تاثیرات اعمالمان یاری می دهد . هدف قانون کارما آموزش عشق و ارتقاء معنوی است ، نه تنبیه .



کارما از دقیق ترین و ظریف ترین طرق در زندگی ما نفوذ می کند . چنانچه ما در یکی از **گذشته های آزادی های انسانی** را محدود کرده باشم ، در این زندگی با محدودیت های آزادی فردی خود دست به گریبانیم . این تجربه فرصت تجدید نظر در دیدگاهها را فراهم نموده ، **عشق** را به ما می آموزد . زمانی که قانون کارما را در زندگی خود بپذیریم ، دیگر قربانی حوادث نخواهیم بود . در این صورت می توانیم **علل معنوی پنهان** را در زندگی خود شناسایی کرده ، بر مبنای آنها عمل کنیم . **مشکلات** به فرصت های جهت رشد معنوی تبدیل می گردند . کارما با تقدیر و سر نوشت تفاوت دارد ، زیرا ما را آماده می سازد تا در زندگی خود نقشی فعالانه ایفا کنیم . قانون کارما و پیروی از آن به معنی پیروی از بالاترین قوانین اخلاقی است . این قوانین بسیار ساده هستند ، اما **اکنکار** طریقی منفعل نیست .

وقتی ما به مقام رفیع خود شناسی نائل شویم ، هنوز پا سخگوی اعمال روزمره خود هستیم ، ولی **کارما های زندگی های پیشین** را مستهلک نموده ایم و هنگامی که ما مورث خود در این زندگی را انجام دادیم ، الزامی به بازگشت نداریم مگر اینکه به میل خود برای **خدمت یا آموزش دادن** به این طبقه بازگردیم . ممکن است ما این آگاهی وسیع را در طول زندگی حفظ کنیم یا تنها برای لحظاتی کوتاه در وضعیت خود شناسی به سر ببریم ، اما در هر حال این را نیز می آموزیم که همیشه احتمال از دست دادن **بینش ۳۶۰ درجه** وجود دارد . در واقع ما باید در راه خدا شناسی ، **شایستگی لحظه به لحظه** آن را کسب نماییم . بیشتر پیروان اک مایلند از قید کارما رها می شوند . آنان ترجیح می دهند در پایان زندگی فعلی ، محموله کارما های خود را به تعداد رسانده باشند . ما هانتا نیز در این امر به آنها کمک می کند . پیروان اک با انجام دادن **تمرین های معنوی** ، رفتارها و عادات گذشته را فرو می گذارند . آنان می توانند بدون اینکه مجبور به **تناسخ** مجدد باشند ، سر نوشت معنوی خود را رقم زنند . به این ترتیب آنان از گردش بی پایان در **گردونه هشتماد و چهار ۸۴** رها می شوند . این از دیدگاه پیروان اک ، به معنای آزادی معنوی است .

قانون کارما بر **عدالت کامل** دلالت دارد . این حقیقت در دنیای ما که سرشار از بی عدالتی است ، می تواند قوت قلبی باشد . یکی از وظایف پیروان اک ، **مهر و شفقت به همگان** ، صرف نظر از جایگاه معنوی آنهاست . زیرا در این سفر معنوی همه ما با یکدیگر همراه هستیم . رنج های زندگی همیشه مکافات اعمال گذشته ما نیستند ، بلکه مسائل ظریف دیگری نیز در کارند . اگر ما در زندگی های گذشته مورد آزار قرار گرفته و **ترس را تجربه کرده باشیم** ، احتمالاً هنوز این عواطف را در حافظه روانی خود حفظ کرده ایم و شاید به همین دلیل در زندگی کنونی از احساس ترس و تنش در عذابیم . تا زمانی که ما منشاء اصلی روح را به خاطر نیاورده و نگرانی های خود را به **روح القدس** نسپاریم ، این ترس ها باقی خواهند ماند .

**اکنکار مسولیت پذیری را به ما می آموزد** . این در زندگی روزمره بدان معنی است که هر کوششی را در جهت حفاظت از خویش به جا آوریم . حال آن که در بعد معنوی ، معنای مسولیت پذیری درک این واقعیت است که ما شایسته وضعیت آگاهی فعلی خود هستیم . چنانچه تنها برای هر کسی یک عمر قائل باشیم ، این سخن به نظر غیر منطقی می آید . در یک زندگی منفرد چنین به نظر می رسد که ما بدون دلیل آشکاری رنج می بریم یا از لذایذ زندگی متنعم می شویم . در این وضعیت آفرینش کینه جو یا نه و بی مقصود جلوه می کند . **قانون مسولیت پذیری معنوی** هنگامی بیشتر معنا پیدا می یابد که ما **قانون کارما و تناسخ** را بپذیریم . تناسخ به ما می آموزد که تا زمانی که درس های معنوی خود را فرا نگیریم ، بارها و بارها متولد می شویم . قانون کارما تصریح می کند که اعمال ما و نتایج غیر قابل اجتناب آنها با هم ارتباط مستقیم دارند ، یعنی در یک زندگی آنچه را که در زندگی دیگر کاشته ایم ، در می کنیم . اگر ما سد راه پیشرفت انسان دیگری شویم ، با **بدهی کارمیک** مواجه خواهیم شد . با مرور اعمالمان ، روشن می گردد که هنوز **قانون عشق** را نیاموخته ایم . بدهی کارمیک باید پرداخت شده و درس آن باید آموخته شود .

مسبب رنجی که در پی آن می آید ، **خدایی کینه ورز و انتقام جو نیست** ، بلکه هر چه پیش آید محصول اعمال خود ماست .

آن که از طریق تجربیات ، هر روحی را در جهت پرورش بالاترین ظرفیت معنوی یاری می کند ، **خدای مهربان است** .

شاید بتوان گفت بدترین مورد نقض قانون کارما ، **سوء استفاده از قدرت های معنوی در جهت منافع فردی است** . تاریخ مملو از افرادی است که از قدرت های روانی در جهت بهره شخصی استفاده کرده اند . این معلمین کاذب ، دینی به پیروان خود دارند که بالاخره روزی باید ادا شود . **تجربه آموزگار ماست** . هنگامی که درسی ، به ویژه درسی معنوی آموخته شود ، دیگر تجربه مجدد آن ضرورتی ندارد و آن کارما به پایان رسیده است و می توان به پله بعدی قدم گذاشت . این نه به معنی تیره یا بخشش ، بلکه **نشانه رشد معنوی** است . ما قادر نیستیم خداشناسی را در بازار اکتیاع کنیم ، کسی هم نمی تواند آن را به ما خیرات کند . اشتباهات و گناهان گذشته ما ، به صرف درخواست آمرزش در لحظات آخر عمر مورد بخشایش قرار نمی گیرند . حکمت معنوی به واسطه تقبل مسولیت اعمال و یادگیری نحوه **عمل اک** کسب می گردد . بلوغ معنوی هنگامی حاصل می شود که در یابیم خود خالق وقایع و شرایط زندگی خود هستیم .

اگر شیوه آفرینش چیز را بیاموزیم که برای همگان بهترین و سود مند ترین است ، گام زدن در راه خدا را آموخته ایم .

## فصل پنجم: بازگشت Reincarnation

هر کسی از کالبد به کالبد، زندگی به زندگی گذر می کند تا (روزی که مجدداً) با من در قالب کالبدی موسوم به ماهانتا، ملاقات نماید. هر کسی تنها هنگامی که آماده و متکامل باشد، آنگاه که از همه نا فاصلی ها (سته و به رشد معنوی رسیده باشد، به جهان های بهشتی باز می گردد و در اقالیم معنوی به مقام همکاری نائل می آید.

### شریعت - کی - سو گماد (کتاب اول)

یکی دیگر از قوانین علمی، اصل بقای ماده و انرژی است. این قانون چنین حکم می کند که ماده نه می تواند به وجود آید و نه از بین می رود، بلکه فقط از شکلی به شکل دیگر تبدیل می شود. شیمی دان فرانسوی، آنتوان لارن لاوازیه، این قانون را در اواخر قرن هیجدهم، کمی پیش از سر باختن در انقلاب کبیر فرانسه کشف کرد. از آن هنگام دانشمندان بسیاری همچون جان دالتون و آلبرت اینشتین، این اصل را موشکافانه بررسی کرده و آن را بسط داده اند.

آنان کشف کردند که مقدار کلی ماده و انرژی در عالم همواره ثابت است و این کمیات تنها به یکدیگر تبدیل می شوند.

هر یک از اجزای کیهان بخشی از یک چرخه است.

ما در مقام روح، بارقه هایی الهی هستیم که نه می توانیم خلق شویم و نه نابود گردیم.

البته این به معنای ثابت بودن جمعیت کره زمین نیست. تمام ارواح در یک زمان و به شکل انسان متناسخ نمی شوند. ما به گونه های مختلف حیاتی در آگاهی تکامل می یابیم، حتی در قلمروی نباتی و حیوانی. هدف ما آموختن راز بقاء، عشق ورزی و یافتن راه بازگشت به منزلگاه الهی است. برخی از مردم مرگ موقت را تجربه کرده اند. آنان در آن لحظات قادر بودند جسم مجروح خود را از بالا ببینند و توانسته اند نظری اجمالی به جهان های برتر ببینند از نزد بیشتر این افراد در شرایط یاد شده، لحظاتی سرشار از شغف و سبکباری را تجربه کرده اند. روح هرگز نمی میرد و برای کالبد فیزیکی خود مویه سر نمی دهد. بسیاری از این افراد از دیدار با دوستان و خویشانی که قبلاً در گذشته اند، و یا برقراری تماس با موجوداتی شکوهمند سخن گفته اند. این موجودات به آنان خوشامد گفته، ولی خاطر نشان کرده اند که هنوز زمان مرگشان فرا نرسیده است. کسانی که به کالبد فیزیکی خود مراجعت کرده اند غالباً احساس متفاوتی در رابطه با زندگی به دست آورده و اکنون از وحشت مرگ رها گشته، قادرند زندگی غنی تری داشته باشند. و اما افرادی هم هستند که تجربه خروج از کالبد داشته اند. این تجربه مشابه مرگ موقت است، با این تفاوت که ممکن است در شرایط عادی هم رخ دهد. شخص می تواند به اختیار خود توجه خویش را از کالبد فیزیکی برگرفته، در کالبد روح به سیر و سلوک بپردازد. پس از این تجربیات و با درک استمرار زندگی در آنسوی مرگ، وحشت از مرگ بسیار نا محتمل است.

هنگامی که جسم مادی می میرد، روح در سایر عوالم الهی به زندگی خود ادامه می دهد. ممکن است روح به مدت یک روز، یک هزار سال و یا بیشتر در این جهان ها زندگی کند. مدت زمان یاد شده به رسالت روح، بدهی کارمیک، و درجه شکوفایی معنوی آن بستگی دارد. برای بسیاری از ارواح این زمان در بهشت سپری می شود. به عنوان مثال طبقه اثیری دارای مناطقی است که بسیار شبیه باغ های بهشتی وصف شده در گذشته هستند. ممکن است در آن جهان پطروس قدیس، دروازه های مروارید نشان، شکارگاه های روحنواز، یا حتی کاخ زئوس یا ژوپیتر را ببینید.

در طبقه اثیری چیزی را می یابید که انتظارش را دارید. آنچه که بدان امید دارید یا از آن بیمناک هستید همه آنجا است.

تناسخ شاخص های مختلف شخصیتی ما را تشریح می کند. چرا یک کودک برخلاف والدین خود در موسیقی استعداد درخشانی دارد، شاید او این استعداد را در زندگی قبلی خود پرورش داده و خاطرات ضعیفی از آن دوران دارد. اگر آگاهی روح تحت تربیت قرار گیرد، زندگی در طبقه فیزیکی می تواند لذت بخش باشد. اما پیروان اک به دنبال آزادی معنوی هستند. آنان می توانند تناسخ مجدد را برگزینند، اما اجباری بدین کار ندارند. ما هانتا می تواند روح را فراسوی جهان های توهم هدایت نموده، آن را یاری کند تا فراتر از قانون تناسخ و کارما قرار گیرد. صدها میلیون نفر از مردم جهان، منجمله اکثر هندوها و بودایی ها بر این باورند که روح در طول زمان، کالبد های بیشماری را اشغال می کند. پیروان اک معتقدند که روح در هنگام تولد یا در همان حدود وارد جسم می شود. جسم بدون ورود روح، قادر به ادامه زندگی نیست. روح همواره بسوی مراتب برتر در حرکت است. در واقع روح هرگز مجازات نمی شود، بلکه فقط باید از قانون کارما پیروی کرده، از تجربیات خود درس بگیرد. روحی که قبلاً در شکل انسان متجلی گشته، بسار به ندرت ممکن است به شکل حیوان متولد شود. این نوع سیر قهقراپی باعث کند شدن روند آموزش، شکوفایی معنوی و به تعویق افتادن فارغ التحصیلی می شود. اگر ما قادر به یاد آوری زندگی های گذشته خود می بودیم، اسیر آشفتنگی ویران کننده ای می شدیم. برای ادامه بقا در روی زمین ما باید قادر به تمرکز بر هویت فعلی خود باشیم و با حوادث روزمره برخورد کنیم. روح الهی به وسیله کشیدن حجابی بر حافظه ما در هنگام تولد. ما را از سر در گمی حفاظت می کند.

تقش کارما غالباً ما را در شرایطی قرار می دهد که با آشنایان گذشته نسبت به سایرین ارتباط نزدیکتری داشته باشیم . این کارما ریسمانی است که پیوند دهنده ما و بستگان و دوستان و همسایگان و همکاران شغلی ماست . خواهر شما در دوران مصر باستان ممکن است امروز پدر همسرتان باشد . دشمن ما در یکی از جنگ های داخلی گذشته ، می تواند دوست ما باشد . از طریق تمرین های معنوی اک ، ما قادر به یاد آوری زندگی های گذشته خواهیم بود . با این عمل وقایعی را به یاد می آوریم که اثری بر زندگی کنونی بر جای گذارده اند . این حوادث به بینشی در جهت حل کردن مشکلات معنوی جاری منجر می شوند . سوابق یاد شده در طبله علی بایگانی می شوند . آنها به همان سادگی که در طبقه فیزیکی از یک کتابخانه استفاده می کنیم ، در دسترس هستند . البته این توانایی هنگامی بدست می آید که ما ظرفیت کافی جهت تحمل این اطلاعات را کسب کرده باشیم . ما غالباً برای ادامه تحصیل معنوی به مدرسه زمین یا مکان فیزیکی دیگری مراجعت می کنیم .

### روح در هماهنگی با قانون کارما ، تناسخ بعدی خویش را انتخاب می کند .

ما حتی والدین و شرایط زندگی را خود انتخاب می کنیم ، زیرا آنان با نیازهای معنوی ما مناسبت دارند . بدین ترتیب و از این دیدگاه ، روح به رنج یا لذت ، ثروت یا قدرت اهمیتی نمی دهد ، بلکه صرفاً در پی تجربه معنوی بعدی و ناگزیر از ایجاد تعادل در بدهی های کارمیک خود است . بنابراین اصلی که ذکر شد ، آن دسته از افراد که در طلب معنویت هستند نیز احتمالاً در گذشته این علائق را دنبال می کرده اند . بسیاری از پیروان اک ، در محضر استادان گذشته اک آموزش دیده اند و به همین دلیل به طور نامحسوس با تعالیم اکتکار احساس آشنایی می کنند . برخی نیز زندگی هایی را با سرسپردگی به شکوفایی معنوی طی کرده و اکنون آماده برداشتن گام بعدی هستند . پیروان اکتکار برای نجات از این جهان شتاب ، و نسبت به تولد مجدد حساسیت ندارند . کار روح در مقام همکاری با خداوند هرگز پایان نمی یابد . اما سرانجام لحظه و شرایطی فرا می رسد که روح دیگر نیازی به کالبد فیزیکی ندارد .

تناسخ فقط برای کسانی استمرار می یابد که آن را بر می گزینند یا بدان نیاز دارند .

## فصل ششم : جهانهای مقدس اک *The God Worlds of ECK*

درجهان های الهی هدف ، مفهومی واحد دارد و این هدف روح را به سوی حقیقت فود رهنمون می سازد ، توهّم را از واقعیت تفکیک نموده باعث می شود روح فود را در مقام مجرایی برای ماهانتا به جا آورد . (روح با این شنا سایی جای پای فود را در نور حقیقی سو گماد تثبیت می کند و اگر نگوئیم هیچکس ، تعدا د بسیار معدودی به این ارتفاعات معنوی دست می یابند ، مگر اینکه فود را از نفس مقیر رها نیده ، ماهانتا را به عنوان راهنمای معنوی در زندگی فود پذیرفته باشند .

شریعت - کی - سو گماد ( کتاب اول )

سال ها پیش یکی از پیروان اک ، روی پلی که بر رودخانه شهر ویسکانسین قرار دارد ، تنها ایستاده بود . ماجرای او مثال روشنی از تجربه غایی نور و صوت الهی یا خداشناسی است . او می گوید ، “ از فراسوی شب شهاب درخشانی از نور آبی و سفید قلبم را شکافت ، نوری که گویی از فانوس دریایی دوردست می تابید ... غرش سهمگین رعد پل را به لرزه در آورد . انگار قطاری با سرعت سرسام آور از روی پل می گذشت . از مهابت صوت به خود می لرزیدم ... همه چیز آرام و بی حرکت شد . صدای رعد باز ایستاد ، اما نور و صوت الهی همچنان که از طبقات خداوند و از قلب خلقت جاری بود ، بی وقفه به قلبم فرو می ریخت ...

“ آنگاه صدای زمزمه آرام صوت ، سوار بر امواج رودخانه آغاز شد ... موج سبک و کوچکی از صوت مجدداً درونم را در نور دید ، به سان موج اقیانوسی عظیم بر کرانه ای آرام ... صدای امواج خروشان شد . درنگی ، و باز اقیانوس طغیان کرد ، ولی این بار بسی توفنده تر ... با خود گفتم بی تردید موجی به درونم می ریزد . موج غلطان سریعتر و با صدایی بلندتر پیش آمد ، رعد آسا ، کوبنده و خرد کننده ... با هر خیزش آن ، پیچ و تاب می خوردم . اقیانوس عشق و رحمت با تمام هیبت خود مرا در هم می کوبید ، تطهیر می کرد ، شستشو می داد و برکت می بخشید ...

“ صوت همه چیز بود و هر ذره وجود را از خود آکنده می کرد . نهر شیرین و مقدس الهی با عشقی دهشتناک مرا چو گهواره ای تاب می داد . هیچ جزئی از وجودم از آن بی نصیب نبود . این اک یا همانا کلام باستانی و ازلی خداوند بود که به آفرینش خود جانی دوباره می بخشید . “

مرد روی پل ، سری هارولد کلمپ بود . این تجربه از کتاب کودک در سرزمین وحش بر گرفته شده است و به زمانی باز می گردد که او برای احراز مقام ما هانتا تحت تعلیم قرار داشت . تجربه او یکتا و برجسته بوده است ، ولی در عین حال نمایانگر این نکته است که برای جوینده ای که با تمام وجود به خداوند عشق می ورزد ، چه تجربه ای امکان پذیر می شود . تشخیص ، ادراک و حشر و نشر با نور و صوت الهی ، یکی از استثنایی ترین و هیجان انگیز ترین دستاوردهای اکتکار است . هماهنگی با اصوات ، جلوه های بصری و سرعت های مختلف ارتعاشی جهان های الهی به واسطه سفر روح ، امکان دستیابی به

خودشناسی و حتی خداشناسی را در همین زندگی برای جوینده فراهم می آورد .

با در نظر گرفتن جهان های الهی به عنوان مراتب هستی ، تشریح آنان سهل تر می گردد . هر مرتبه یا طبقه با سطح آگاهی و ارتعاش بخصوصی در انطباق است . خداوند یا سوگماد سرچشمه آفرینش تمام طبقات است . اک از سوگماد جاری می شود . این اک یا روح الهی است که تمام طبقات را برپا کرده و مستدام می دارد . سری هارولد کلمپ که با جسم مادی خود روی پل ویسکانسین ایستاده بود ، اقیانوس عشق و رحمت را در بطن جهان های خالص الهی تجربه کرد . سوگماد در قلب جهان های معنوی زندگی می کند ، در اقیانوس عشق و رحمت ، فراسوی ماده ، انرژی ، زمان و مکان ، ما در همین جهان ها سفری از خودشناسی به خداشناسی را آغاز می کنیم .

خودشناسی در طبقه روح کسب می گردد ، درست در آن سوی مرز جداکننده جهان های برتر (معنوی) و تحتانی (روانی) . طبق روح تنها مرتبه ای از جهان های فوقانی است که روح در آن هنوز ردایی (کالبدی) به خود پیچیده است . هر طبقه اعم از روانی یا معنوی ، به واسطه صدای خاص خود شناخته می شود . صدای طبقه روح صدای تکنوازی فلوت است . اک بلا اقطاع از قلب خداوند جاریست ، حتی تا کرانه های جهان فیزیکی . جهان های فیزیکی مکانی هستند که ما بیشتر عمر خود را در آنجا صرف می کنیم . عالم فیزیکی ، عالم ماده ، انرژی ، زمان و مکان است . متراکم ترین و زمخت ترین شکل ماده که به

وسیله پایین ترین محدوده فرکانس های ارتعاشی به وجود می آید ، طبقه فیزیکی The Physical Plane را می سازد .

در اینجا زندگی کوتاه و درک قوانین معنوی ، غالباً منحصر به تعداد اندکی از مردم است ، اما پیروان اک می آموزند که تجربیاتشان به این طبقه محدود نیست . علاوه بر این آنان به نقطه ای می رسند که در پایان عمر کنونی ، بین بازگشتن یا بازنگشتن حق انتخاب دارند . معمولاً ما بواسطه دیدار از معابد حکمت زرین از خرد و ادراک معنوی بهره مند می شویم . در هر طبقه معبدی وجود دارد . در هر از یک معابد ، یکی از استادان اک در سمت محافظ کتاب شریعت - کی - سوگماد به خدمت اشتغال دارد . قابل ذکرترین این معابد در طبقه فیزیکی و فرا فیزیکی عبارتند از : معبد کاتسوپاری در تبت به نگهبانی فوی کوانتر ، معبد گاره هیبرا در شهر معنوی آگام دس واقع در سلسله جبال هیمالیا به نگهبانی یائوبل ساکابی ، خانه موکشا ، معبد سیاره زهره واقع در شهر رتنز به نگهبانی رامی نوری ، و معبد اک در چنهن مینه سوتا که حراست از آن بر عهده هارولد کلمپ است . باید دانست که صوت در طبقه فیزیکی غالباً به صورت رعد به گوش می رسد .

## طبقه اثیری The Astral Plane

بعید نیست هنگام رویا زمان زیادی را در وضعیت خالص تری از آگاهی به نام طبقه اثیری به سر بریم . بدن ما در آن طبقه سبک تر و ارتعاشات ما بالاتر هستند . طبقه اثیری سرچشمه عواطف بشری ، پدیده های روانی ، اشباح و بشقاب های پرنده است . بیشتر افراد بشر پس از مرگ کالبد فیزیکی ، در این جهان سکنی می گزینند . طبقه اثیری بسار وسیعتر و زیباتر از طبقه فیزیکی است و غالباً آن را با منزلگاه ابدی بشر یا بهشت اشتباه می گیرند . وجودهای معنوی ساکن در آنجا با معیارهای زمینی ، به فرشتگان می مانند و اربابان این طبقه برای کسانی که با جهان های ماورای آن آشنا نیستند همچون خدایان به نظر می رسند . این بالاترین طبقه ای است که با فرا افکنی اثیری و پیروی از بیشتر مکاتب اسرار می توان به آن دست یافت . آسکله پوسیس نام معبد حکمت زرین در این طبقه است که در شهر ساها سرا - دال - کانوال واقع و گوپال دامن محافظ آن می باشد . طبقه اثیری غالباً به وسیله صدای امواج دریا شناخته می شود .

## طبقه علی The Causal Plane

خاطرات زندگی های گذشته در طبقه علی ذخیره شده اند . اگر به دنبال بذرها و علل مؤثر در زندگی کنونی خود هستید . می توانید از طبقه علی بازدید کرده ، بایگانی آکاشیک را در این جهان مرور کنید . این طبقه نسبت به مرتبه اثیری ما هیت معنوی تری دارد ، اما هنوز در قلمرو قوانین دوگانه واقع است . معبد خرد کاتسوپاری در شهر هونو در این طبقه واقع شده و محافظ شریعت - کی - سوگماد در آن شمس تبریزی است . صوت این طبقه صدای بلز { یکی از آلات موسیقی مفتولی به شکل مثلث است و صدایی نافذ و پایدار دارد } است . وقتی ما به سوی وضعیت آگاهی برتر سلوک می کنیم ، جذابیت مناظر آدمی را مبهوت می کند ، ولی این می تواند در حکم دام باشد ، زیرا در این شرایط میل به توقف بسیار قوی است . همیشه ما گمان می کنیم که به بالاترین وضعیت آگاهی دست یافته ایم . ما هانتا ، استاد درون به همین دلیل همواره با ماست تا ما را به ادامه سفر ترغیب کند .

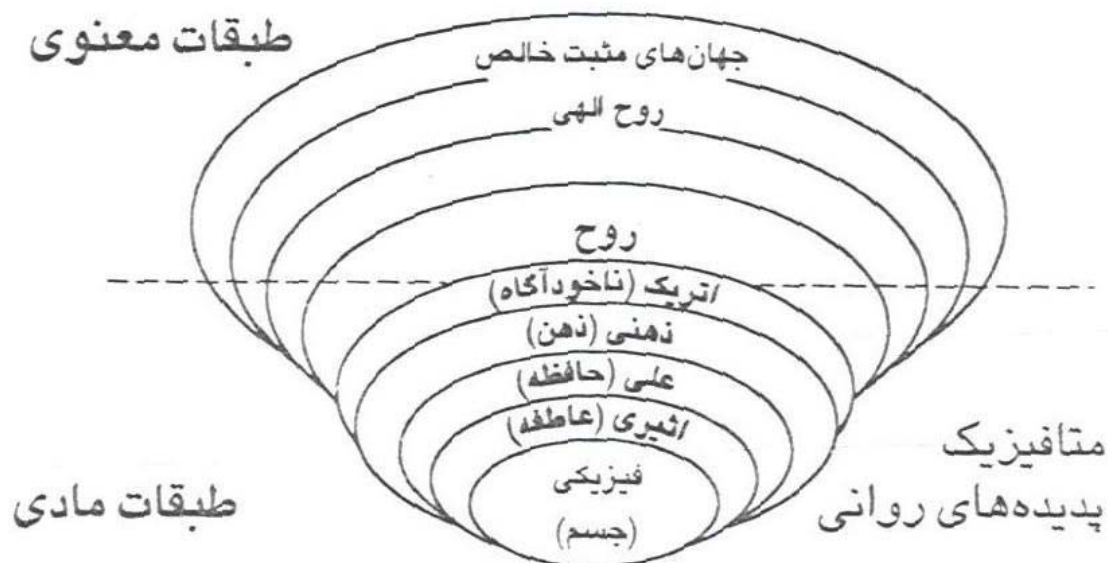
## طبقه ذهنی The Mental Plane

سرچشمه ذهن و آفریده های آن منجمله فلسفه ، اخلاقیات و آموزش های شفاهی ، طبقه ذهنی است . این مکان بسیار عظیم مملو از وجودها پیشرفته معنوی است . ذکر آوم AUM که توسط بسیاری از گروه های مذهبی به کار می رود از این طبقه ناشی می شود . اگر چه اینجا طبقه ای بسیار معنوی است ولی

ساکنین آن باز هم تابع قانون تناسخ هستند و علت امر این است که طبقه ذهنی هنوز قسمتی از جهان های تحتانی است . برای ورود به طبقات معنوی حقیقی باید ذهن را فرو افکنیم . روح از ذهن به عنوان ابزار استفاده می کند اما نمی تواند توسط آن هدایت شود . ذهن قادر به درک سرشت حقیقی الهی نیست . خداوند تنها در میدان تجربه شناخته می شود و توصیفات ذکر شده در مورد پروردگار اکثرا نادرستند ، زیرا از قدرت ذهن سرچشمه می گیرند . معبد نامایاتان در این طبقه و در شهر مرکیلاش واقع بوده و محافظ آن کوچی چندا است . صدای این طبقه صدای آب جاریست .

## طبقه اتری *The Etheric Plane*

این طبقه حد مرز بین جهان های تحتانی و فوقانی الهی است . اینجا منشاء ناخودآگاه و غرایض و افکار بدوی ماست . معبد دایا کا در شهر آرهی ریت در این طبقه واقع ، و نگهبان شریعت - کی - سوگماد در آن لائتی تسی است . صوت این به طبقه وزوز زنبور می ماند . هر چه بیشتر در مسیر شکوفایی معنوی پیش رویم ، از جهان های بیشتری می گذریم ، این سفرها تجربیات منحصر به فردی هستند زیرا هر کدام از ما منحصر و بر نردبان شکوفایی معنوی ، جایگاه های مختلفی را احراز کرده ایم .



سفر از خودشناسی به سوی خداشناسی در این جهان ها صورت می گیرد.

## فصل هفتم : عشق *Love*

عشق قلب جهان بینی اکنکار است . عشق جوهره ای الهی است که واقعیات را یکپارچه نموده ، روح ها را به هم پیوند می دهد . هر چه روح به جهان های برتر می رود ، این عشق عظیم تر می شود . عشق ریسمانی است که همه جهانها را به یکدیگر پیوند می زند . عشق همانا اک زنده و جوهر سوگماد است .

شریعت - کی - سوگماد ( کتاب اول )

یکی از روزنامه های محلی مینیاپولیس در مینه سوتا ، در یکی از شماره های خود گزارشی در مورد سگی به نان نورمن چاپ کرد . نورمن سگی بسیار استثنای نمونه برجسته ای از جلوه عملی عشق الهی است . نورمن سگی با موهای مجعد و از نژاد کویاکو با پاهایی کوتاه است و هر روز قلاده ای با رنگی جدید به گردن دارد . او نگهبان یکی از آسایشگاه های مخصوص بیماران در جنوب مینیاپولیس است . این حرفه به نظر غیر عادی می آید ؛ ولی اگر خوب بیاندیشیم این طور نیست .

نورمن در کار خود تبحر دارد . ساکنین بیمارستان هر روز منتظر ورود او هستند . او صبح ها با حرکات و رفتار خاص خود به بیمارستان وارد می شود ، از اطافی به اطاف دیگر می رود ، و هر روز بدین طریق عشق غیر شخصی خود را نثار بیماران می کند و باعث شادمانی آنان می شود . یکی از بیماران که

صانحه ای را پشت سر گذاشته، از بیشترین توجه نورمن برخوردار است. این زن همیشه با لبخند و آغوشی باز به نورمن خوش آمد می گوید. آنها معمولاً با صندلی چرخدار به سفری ماجراجویانه می روند. صانحه یاد شده، قدرت تکلم را از این زن سلب کرده، به طوری که آنها قادر نیستند ارتباط کلامی برقرار کنند. ولی زن با نوازش سگ با او سخن می گوید. آن دو برای ابراز عشق نیازی به کلمات ندارند. چرا نورمن کار خود را تا این حد جدی می گیرد، و چرا این کار را به این خوبی و با اشتیاق کامل انجام می دهد؟ به خاطر عشقی که خود روزگاری از آن برخوردار شده است.

سال ها پیش وقتی که نورمن سگ کوچکی بود، او را سر راه گذاشته بودند، صاحب قبلی اش که انسانی دوست داشتی بود، او را نجات داد. وقتی که زن از سرطان خون نورمن مطلع شد، بیش از دو هزار دلار از پول خود را صرف معالجه نورمن کرد و تا سلامتی کامل از او پرستاری نمود. از آن هنگام نورمن وظیفه روزانه خود را در پیش گرفت. صاحب نورمن معاون مرکز پرستاری نوزادان بود. بسیاری از کودکان تا حد زیادی ناتوان بودند. صاحب نورمن برای او آینده درخشانی را به عنوان یک پرستار تدارک دید. او تا زمان مرگ صاحبش دوست کودکان بود و آنان را مجذوب خود می کرد. این می توانست پایان کار او باشد، اما روح الهی و خواهر صاحبش به عشق او نیاز بیشتری داشتند. خواهر صاحب نورمن، او را برای ادامه ماموریت به بیمارستانی برد که خود در آن کار می کرد.

عشقی که صاحب نورمن نثار او کرد. فراتر از عشقی بود که مردم معمولاً به یک حیوان دارند. عشق او بدون انتظار پاداش بود و مستقیماً از قلب نشات می گرفت و کاملاً عاری از خود خواهی بود. این نوع عشق بیشتر به ایثار شبیه و بسیار سازنده است. شریعت در باره عشق الهی چنین می گوید: “انسان در نگاه اول آن را نمی بیند و درک نمی کند، اما عشق درون او همچون دانه بلوطی در دل زمین رشد می کند و به تدریج با گشودن دریچه آگاهی فرد به سوی این جهان جاری شده، همه چیز را دگرگون می سازد.”

شریعت سپس چنین ادامه می دهد: “خردمند کسی است که اک را در درون خود ذخیره کرده و در عین حال مجرای عبور عشق معنوی باشد. او کسی نیست که حس همدردی خود را تنها نثار عده معدودی کند، بلکه این عشق را، با وجودی که عده قلبی آن را درک می کنند، به همه نثار می کند. او می تواند در میان درماندگان، زردان و دیوانگان زندگی کند، زیرا زندگی را همانگونه که هست پذیرفته و به همه عشق می ورزد. او آن خردمندی است که آنچه دارد بی محابا به هم نوع خود می بخشد. او به کسانی که هدایایش را می پذیرند عشق می ورزد و آنان به این عشق هزاران بار برکت داده می شوند.”

زندگی در جهان های تحتانی به واسطه تاثیر متقابل دو نیروی قدرتمند بر یکدیگر امکان پذیر می باشد. نیروی اک و نیروی کل، مثبت و منفی، عشق و قدرت، نیروی اک از جهان های مثبت و خالص الهی سرچشمه می گیرد. در کتاب ردای آگاهی نوشته سری هارولد کلمپ، چنین آمده: “در برتری عشق نسبت به قدرت ذهن، رازی وجود ندارد. ذهن از بازی های کوچک و ماجراهای روانی مانند قدرت گوی بلورین لذت می برد. کسی که طالب خدانشناسی است، به این چیزها اهمیت نمی دهد. ما به دنبال نور و صوت خداوندیم. برای این منظور باید قلبی زرین داشت، یعنی قلبی سرشار از عشق. شخصی برای تعریف می کرد که خواهر کوچکش چقدر از داشتن نوزادی در خانواده خوشحال بود. هر وقت که جفجغه نوزاد از دستش یا شیشه شیر از دهانش می افتاد، دختر بچه به هر شکل ممکن به او کمک می کرد.

“او درباره علت نیازهای کودک کنجکاوی نمی کند یا برای کمک منتظر دستور نمی ماند. بلکه این کار را صرفاً به خاطر عشقی که به نوزاد دارد انجام می دهد. او این کار را بدون کوچک ترین حسادت انجام می دهد، همان عاملی که می تواند روابط فیما بین در یک خانواده یا یک واحد اجتماعی را بر هم زند. زیرا عشق همه چیز را ساده تر می کند. قلب زرین کلید عشق است. با قلب زرین سفر روح بسیار ساده است. بیابید به عشقی که محصول قلب زرین است. نگاهی بیاندازیم.

نوری طلایی را تصور کنید که در اطرافتان گسترش می یابد. این نور ممکن است در ابتدا اندک باشد، ولی به تدریج شما را کاملاً در بر گرفته، در وجودتان جریان می یابد. چیزی نمی گذرد که خود را سوار بر جریان نور در پهنه دریایی فلکی می یابید، جایی که مدتها پیش آن را فراموش کرده اید. اینجا مکانی در اعماق درون و جایگاه روح است. اکنون بر سطح دریا آرام می گیرید. دریای عشق و نور درونتان جاری شده، گسترش می یابد. عمیق تر از آنچه که ذهن قادر به تصور باشد اینجا فراسوی اقلیم زمان و مکان است.

به لطافت نسیم. صدایی از اعماق می آید این صدا امواج کوچکی را در سطح دریا به وجود می آورد. ناگهان نور و صوت الهی را حس می کنید. می توانید مدتی به اختیار خود در اینجا بمانید. از تالابی آن خود را گرم کنید و پای در اقیانوس راستین نور و عشق بگذارید. هر گاه آماده اید به آرامی باز گردید. شاید سخن گفتن در مورد این تجربه آسان باشد، اما غالباً کلمات از شرح آن قاصرند. ما می توانیم تجربیات خود را با دیگران در میان بگذاریم. اما این به میزان گسترش آگاهی درونی هر یک از ما بستگی دارد. حقیقت نه از طریق مشاهده و تحقیق، بلکه به واسطه تجربه تحصیل می گردد. طریق اکتکار به هر کدام از ما فرصتی عطا می کند تا آگاهی و دریچه قلب خود را بر هشیاری وسیع تری بگشاییم و آن را به قلبی زرین بدل سازیم. با این کار می توانیم عشقی را حس کنیم که از جهانی به جهان دیگر و به سوی طبقات برتر، سیر می کند، اما بیداری باید از دل آغاز شود.

## فصل هشتم: اک - ویدیا The ECK-Vidya

سابقه کامل هر یک از تجربیات زندگی های بیشمار گذشته در هر یک از طبقات مختلف که فرد در آن زیسته باشد، در اینجا بایگانی گردیده است. این اسناد توسط استاد مق در قید میات و با استفاده از اک ویدیا قابل قرائت هستند.

### شریعت - کی - سوگماد (کتاب اول)

در کتاب سلوک روح، سری هارولد کلمپ در قالب داستان زیر، اطلاعات مهمی در زمینه اک ویدیا و طبیعت پیشگویی ارائه می دهد:

“ شخصی در مورد نقش الهامکده های باستانی در زندگی معنوی بشر در دورانی که در معبد دلفی فعال بود، سئوالی داشت و برای پیدا کردن پاسخ، به مطالعه اک ویدیا پرداخت. او ابتدا پرسش خود را در مراقبه به این شکل مطرح کرد، اصولاً هاتف و الهامکده چیست؟ سپس خود را در یونان باستان، نشسته در دامنه کوهی تصور کرد، مدتی بعد یکی از استادان اک بر او ظاهر شد و در مورد درخواستش از او پرسید. او به استاد گفت که مایل است نقش الهامکده ها و ارتباط آنها را با زندگی معنوی بداند.

“ پاسخ این بود که فلسفه الهامکده ها در دوران باستان، پایین بودن سطح آگاهی انسان بوده است. مریدان غالباً با انجام دادن تمرین های معنوی اک نمی توانستند به معابد درون رفته و با استاد درون ملاقات کنند. بنابراین در آن زمان استادان اک از طریق الهامکده ها عمل می کردند. آنچه از لابلای اوراق تاریخ به ما رسیده، تنها سایه کم رنگی از پیام واقعی استادان، و شکل تغییر یافته ای از پیام اصلی اک است که تحریف شده و به شکل تکنیک های روانی و اسرار در آمده است.

“ مرد پس از دریافت پاسخ همچنان در دامنه کوه نشست. استاد اک نیز وقایعی از زندگی های گذشته را به او نشان داد. هدف استاد اشاره به چیزی بود که در زندگی فعلی برای او اهمیت خاصی داشت و در رشد و شکوفایی معنوی او مستقیماً موثر بود. ناگهان اشیاء کوچکی همچون کارت های مغناطیسی از لای یک پرونده بیرون کشیده شدند. این کارت ها را می توان هم مستقیماً خواند و هم از تصاویر آن استفاده کرده و از شخصیت و زندگی های مورد نظر هر کسی، تصویر کاملی به دست آورد. بنابراین آن استاد اک با بیرون کشیدن این کارت ها به او اجازه داد نگاهی به نقاط عطف زندگی های قبلی خود بیاندازد. اگر چه چلا این را به عنوان پاداشی قلمداد نمود، ولی این در واقع محصول تلاش خود او بود، چه برای کسب بینش عمیق تری نسبت به زندگی خود، به خلاقیت خویش متوسل شده بود.

ابناء بشر همیشه مایلند از آینده خود مطلع شوند. آنان معمولاً در باره سر نوشت، امور عاطفی، خوشبختی، ثروت و سلامتی خود سؤال می کنند. شرکت های بزرگ برای کسب اطلاعاتی در مورد آینده میلیون ها دلار خرج می کنند و در بیشتر موارد از روش های سنتی پیشگویی استفاده می کنند. اگر آنها به قدرت های پیشگویی کاملاً اعتقاد داشتند، میلیون ها دلار دیگر خرج می کردند تا از آن به نفع خویش بهره ببرند.

بسیاری از جویندگان حقیقت، روند شکوفایی معنوی را در بازگشت به زندگی های گذشته می جویند. آنان باور دارند که اگر کسی نحوه به کار گرفتن گوی بلورین، طلسم، نجوم و غیره را بیاموزد، به شکوفایی معنوی دست خواهد یافت. در اکتکار ما معتقدیم که انسان ابتدا باید به وصال نور و صوت الهی برسد. این عمل روح را تصفیه نموده، برای همکاری با خدا آماده می سازد. تنها در چنین شرایطی است که می توان از ابزار و نشانه های مختلف اک ویدیا بهره مند شد.

اک ویدیا به ما می آموزد که مجموعه هستی را می توان به چندین چرخه تقسیم کرد. این الگوهای چرخه ای، ریشه در اک یا روح القدس دارند. چرخه های روزانه بخشی از چرخه های ماهیانه هستند و گروه اخیر خود بخشی از چرخه های سالیانه و ... به همین ترتیب الی آخر. با ادراک چرخه های فیزیکی زمین است که ما می توانیم زمان و مکان پیدایش ماه کامل را در آسمان پیش بینی کنیم. این پیش گویی از نظر کسی که از حرکت زمین به دور خورشید و ماه به دور زمین آگاه نباشد، معجزه تلقی می شود.

این در مورد چرخه های معنوی هم صادق است. همه کائنات به واسطه چرخه های معنوی اداره می شوند و کسی که در دانش اک ویدیا متبحر باشد قادر به درک این چرخه هاست. بدین ترتیب پیشگویی به استعدادی طبیعی مبدل می شود و چرخه های حاکم بر عقاید، ملل و افراد، معنا می یابند. کسانی که در اک ویدیا تبحر یافته اند، می توانند در گذشته و آینده کاوش کنند. این استادان می توانند به حافظه روح دست یافته، روند حوادث را تحلیل نمایند. علاوه بر این آنان می توانند وقایع آینده را نیز مشاهده کنند. علت این توانایی، درک نحوه عمل چرخه های حیات است. دانش اک ویدیا فراتر از علم ستاره شناسی است که صرفاً مطالعه ای در جهت تأثیرات سیاره هاست. تأثیرات سیاره ای در عمل غالباً توسط نیروهای معنوی خنثی می شوند. دانش نجوم از طبقه اثیری که تنها یک طبقه بالاتر از جهان فیزیکی قرار دارد؛ سرچشمه می گیرد. همین امر در مورد سایر روش های روانی مانند اسطرلاب نیز صدق می کند.

آینده آستان چه وقایعی است! متأسفانه به آن دسته از افراد که معتقدند می توان زمین را به بهشت تبدیل کرد، باید گفت که زمین، سیاره جنگ است. به دنبال هر دوره صلح و آرامش، یک دوره ناامنی و جنگ نیز وجود دارد. این طبیعت جهان های تحتانی است که با مرگ و زندگی، شادمانی و رنج قرین باشند. تنها از یک راه می توان در زمین بهشتی برپا کرد و آن این است که بگذاریم آگاهی ما در طبقه روح به سر برد، یعنی علیرغم زیستن در کالبد فیزیکی، توجه خود را بر عشق الهی متمرکز کنیم. در چنین وضعیتی هر چند در این دنیا زندگی می کنیم، ولی به آن تعلق نداریم.

دانش اک ویدیا چرخه های مختلف حاکم بر زندگی بشر بر روی کره زمین را شناسایی می کند. مسئولیت کسی که با اک ویدیا سر و کار دارد، بسیار سنگین است، زیرا دستاوردها و اطلاعات کسب شده از این طریق را به آسانی می توان مورد سوء استفاده قرار داد. بسیاری از مردم در صورت مطلع شدن از آنچه بر سر نسل های آینده خواهد آمد، تعادل روحی خود را از دست می دهند. عده ای نیز تلاش خواهند کرد تا به این اطلاعات دسترسی یافته، از آن در جهت منافع مالی و شخصی خویش بهره برداری کنند. این قانون الهی است که ما هرگز مجاز نیستیم از دانش خود در جهت اعمال نفوذ بر دیگران سوء استفاده کنیم.

**دو شاخص در اک ویدیا وجود دارد که نقش مهمی را در زندگی انسان معمولی ایفا می کنند، یکی حکمت زبان زرین و دیگری رویای بیداری.**

حکمت زبان زرین پدیده ایست که ردیابی رهنمودهای معنوی در حوادث دنیوی و روزمره را آموزش می دهد. به عنوان مثال، فرض کنید از فروشگاه خرید می کنید و متصدی فروشگاه ناگهان به شما خیره می شود. اگر چه این عمل فی نفسه اشکالی ندارد، اما برای شما حاوی پیام بخصوصی است. این اک است که از طریق فروشنده - که ناخواسته مجرا قرار گرفته - با شما حرف می زند. یا فرض کنید که رادیو را روشن کرده به ترانه ای عامیانه گوش می دهید که از لابلای کلمات ترانه پیامی به شما الهام می شود، پیامی که در واقع راه حل مشکل شماست. با قلبی گشاده قادر به شنیدن صدای روح الهی خواهید بود که از طریق حکمت زبان زرین با شما سخن می گوید.

کمی تغییر در اصل حکمت زبان زرین. روای بیداری را می سازد. فرض کنید که عکس پروانه ای را به شما نشان می دهند، اما در ذهن شما پروانه شبیه زنبور عسل (Bee که با حرف ب شروع می شود) است. چند ساعت بعد می شنوید که همسرتان مرتباً در حرفهایش حرف ب را تکرار می کند، بالاخره هفته بعد دوستی تماس می گیرد و می گوید که بهتر است برای رفع فلان مشکل جسمی، ویتامین ب مصرف کنید. در اینجا رابطه بین این سه حادثه مشخص می شود. مصرف ویتامین ب را شروع می کنید و مشکلی که برای حل آن کمک خواسته بودید، بر طرف می شود. روح یا خویش برتر حوادث نمادین را به یکدیگر ارتباط می دهد تا پیغام خاصی راه خود را به سوی ذهن باز کند، آنچه گفته شد، نمونه ای از رویای بیداری بود.

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره دانش و طرز عمل اک ویدیا می توانید به کتاب اک ویدیا دانش باستانی پیشگوی، نوشته پال توئیچل مراجعه کنید. اطلاعات جامع تر در مورد حکمت زبان زرین و رویای بیداری را می توان از کتاب های، رویا گر جاودان و استاد رویا، نوشته سری هارولد کلمپ به دست آورد.

## فصل نهم : مشکل گشایی *Solving Problems*

برای انسان هیچ مشکلی بزرگتر از فودش نیست. هر کسی مطابق با میزان تحمل فود مورد آزمایش قرار می گیرد. هیچکس بیش از این حد آزموده نمی شود. هر مشکلی که انسان با آن روبرو می شود، دارای راه ملی معنوی است. مشکلات هر کسی در منفی ترین و آسیب پذیرترین وجه و مهودی او ریشه دارند.

شریعت - کی - سو گماد (کتاب اول)

رمز موفقیت در هر درسی، از قبیل علوم، ریاضی، تاریخ یا هنر، حل کردن مسائل مربوطه است. معمولاً صورت مسئله راه حل را نیز در خود دارد. با کسب تجربه بیشتر قادر به حل مشکلات بیشتری خواهیم بود و هر چه بیشتر در جهت تسلط بر زندگی و اعتماد به نفس پرورش می یابیم. این پیشرفت با حل مسائل ذهنی دو چندان می شود. این امر در مدرسه زندگی نیز مصداق دارد، اما گاهی مشکلات فراتر از حد توان ما به نظر می رسند. در چنین مواقعی فرصتی برای رشد معنوی ما فراهم است. شناختن نحوه عمل اک یا روح الهی، به ما کمک می کند تا بر وحشت رود رویی با آنچه که ظاهراً فراتر از توان ماست، غلبه کنیم. در این صورت زندگی شادمانه تر و پر بارتری خواهیم داشت. دانستن این که چگونه باید در عین تلاشی مجدانه برای حل مشکلات،

**همه چیز را به اک واگذار کنیم، کلید مشکل گشایی از منظر معنوی است**

برای هر مشکلی از قبیل بیماری، عدم خویش انضباطی و غیره، تمرینی معنوی وجود دارد. مثال ها زیر این موضوع را روشن تر می کند: چندی پیش یکی از پیروان اک دچار نابسامانی مالی شد. وی پس از نگاهی به انبوه صورت حسابهای روی میز، اقساط، و بدهی های اتومبیل، بهره ها و کارت های اعتباری،



و مرور دفتر حساب ها و در آمد ماهیانه، احساس کرحتی و دل‌مردگی کرد، چون حداقل صد دلار کسری داشت. حتی اگر پرداخت برخی از بدهی‌ها را به تعویق می‌انداخت، باز هم مشکل حل نمی‌شد. رفع این مشکل غیر ممکن می‌نمود.

اوضاع وقتی رو به وخامت بیشتری گذاشت که متوجه شد بعید نیست ظرف چند ماه آینده ساعت کار او را به خاطر کسر بودجه کاهش دهند. اداره او به خاطر ادغام با شرکتی دیگر دچار مشکلاتی شده بود. در عین حال مدتی بود که به سختی تلاش می‌کرد تا خانه‌اش را از دست ندهد. او و خانواده‌اش عاشق این خانه کوچک حومه شهر و همسایگان خوبشان بودند، اما هیچ‌امیدی نبود. سرانجام به **تقطه تسلیم** رسید و گفت، «ما هانتا، من هر کاری می‌توانستم انجام دادم. حالا همه چیز را به تو واگذار می‌کنم.» سپس تمام نگرانی‌اش را فراموش کرد و اعتماد خود را به اک و استاد درون سپرد.

هنگامی که چک حقوق بعدی را دریافت کرد، با کمال تعجب متوجه شد که به اندازه دو هفته اضافه حقوق گرفته. یادداشتی هم با این مضمون ضمیمه چک بود که این مبلغی است در ابتدای استخدامش در شرکت قبلی - که اکنون با شرکت دوم ادغام شده بود - به او نپرداخته بودند که البته این تاخیر به خاطر سهولت در بستن حساب‌های آخر سال بود. مبلغ چک برای پرداخت کسری او کافی بود و در عین حال برای گذران ماه جاری نیز مبلغی باقی می‌ماند. علاوه بر این پیشنهاد جدیدی از شرکت دیگری دریافت کرد. بهترین سمت‌هایی که تا آن هنگام داشته نیز با این شغل قابل مقایسه نبودند. این تحول به معنی ترک کردن شرکت فعلی، فروختن منزل و نقل مکان به خانه‌ای در آن سوی شهر بود. اما در عین حال نوبت بخش آینده معنوی غنی‌تر و امنیت بیشتری برای خانواده نیز بود.

تصور مفقود فرزند برای والدین چیز وحشتناکی است. خانواده‌ای چهار نفری برای اولین بار از مینه سوتا دیدن می‌کردند. آنان از شهر کوچکی واقع در نیوانگلند آمده بودند و با مجتمع‌های عظیم خرید آشنایی نداشتند. روزی در حین گردش در شهر تصمیم گرفتند به یکی از این مجتمع‌ها سری بزنند. دو پسر کوچک خانواده که عاشق پله برقی بودند، یکی از پله‌های بزرگ تهره‌ای و تمیز را که دستگیره سیاه داشت، انتخاب کردند. پله‌ها از زمین بیرون آمده و با وقار بسوی طبقه دوم بالا می‌رفتند. بچه‌ها التماس کنان از والدین خود اجازه گرفتند تا سوار آن شوند.

پس از سوار شدن و پایین آمدن مجدد، به سراغ پله دیگری رفته و سپس به سمت انبوه جمعیت رفتند. در این حین پسر کوچک از خانواده جدا افتاد و گم شد. پدر، مادر و برادر بزرگتر به مدت نیم ساعت دنبال او گشتند، اما فایده‌ای نداشت. گویی عمری بر آنان گذشته. عاقبت مادر به انجام دادن یک تمرین معنوی پرداخت و **زمزمه هیو** را شروع کرد. همین که دو قدم برداشت، پشت سر خود صدای گریه‌ای شنید. پسر کوچکش همراه با یکی از محافظین فروشگاه دقیقاً در همان نقطه‌ای ایستاده بودن که او خواندن هیو را شروع کرده بود.

اگر مشکلی دارید که حل کردن آن با استفاده از سایر روش‌ها دشوار است. این روشی را که برای بسیاری از پیروان اک سودمند بوده، امتحان کنید. این روش خاص برای کسانی که ذاتاً واقع بین هستند، بسیار مناسب است. نام آن **روش شریعت** است که سری هارولد کلمپ در کتابی موسوم به **جعبه معما**، بدان اشاره کرده است.

ابتدا فقط به مشکل خود فکر کنید و ببینید آیا مشکلی معنوی است یا به بیماری، مسائل مالی یا عاطفی مربوط می‌شود. سپس کتاب اول یا دوم شریعت - کی - سوگماد را باز کنید و پاراگرافی از آن را بخوانید. در مرحله سوم، در حال تمرکز بر مطلبی که خوانده‌اید و هیو را زمزمه کنید. در این حالت به مشکل خود فکر کنید و نه سعی کنید بین مطلب کتاب و مشکل خود رابطه‌ای پیدا کنید. این نکته بسیار مهم است. در خلال زمزمه هیو فقط بر مطلب شریعت مراقبه کنید. در مرحله چهارم، پس از تمام شدن مراقبه مجدداً شریعت را باز کنید و پاراگراف دیگری را بخوانید. حالا می‌توانید رابطه مطلب اول و دوم را با مشکل خود، تشخیص دهید. این تمرین نباید بیش از پانزده یا بیست دقیقه طول بکشد. اگر جوابی نگرفتید، روز بعد دوباره همین تمرین را انجام دهید. اگر نتیجه گرفتید، می‌توانید در مورد سایر مشکلات خود نیز از همین روش استفاده کنید.

## فصل دهم: وصل Initiations

در زمان وصل اسراری میاتی به چلا ابلاغ می‌شود که روند رشد و استهلاک کارمای او را تسهیل می‌کند. برترین و کامل‌ترین دستورات برای انجام دادن تمرین‌های معنوی اک، [ در این زمان ] ارائه می‌شوند. این تمهید چلا را در گشودن بینایی و شنوایی درونی یاری می‌دهد و به این واسطه پیشرفتی جاودانه به سوی سوگماد آغاز می‌گردد.

شریعت - کی - سوگماد (کتاب اول)

خانمی از اهالی استرالیا مایل بود از چگونگی اولین وصل خود مطلع شود. وقتی که برای دریافت وصل آماده شد، خانمی که از واصلین حلقه‌های بالاتر بود، در رویا به نزد او آمد و گفت، «بیا به نزد استاد برویم.» چلا و زن واصل با هم به سوی یکی از مناطق طبقه اثیری به راه افتادند. در حال قدم زدن با هم

صحبت می کردند. به زودی استاد در کالبد نورانی ظاهر شد و وصل اول را به او عطا کرد. پس از یک سال، این خانم آمادۀ دریافت وصل حلقه دوم بود. این وصل به طور همزمان در درون و بیرون داده می شود و در این نقطه با روح القدس ارتباطی تمام و کمال برقرار می گردد. همین طوری که دو نفری مشغول گفتگو بودند، چلا متوجه شد که واصل او را به سوی منطقه ای ساحلی می برد. این منظره برایش بسیار آشنا بود. وی به یاد آورد که از زمان کودکی بارها و بارها این منظره را در خواب دیده است. با خود گفت، «این واقعیت دارد یا زائیدۀ تصورات خودم است.» ناگهان کاملاً نسبت به محیط هوشیار شد. سپس استاد اک، ریازار تارز نیز در ساحل به آنان ملحق شد. پیش رویشان، روی شن های ساحل نیمکتی بود که میوه زیادی رویش گذاشته بودند. ما هانتا، استاد درون که در انتظار آنان بود و پیاله ای مزین به جواهرات قیمتی در دست داشت، به چلا گفت، «این آب حیات است، بگیر و بنوش.»

آب حیات در واقع همان اک یا نور و صوت الهی است و کسی که از آن بنوشد دیگر همچون گذشته نخواهد بود. این از زمره اتفاقاتی است که در خلال وصل اول اک رخ می دهند. همان طور که خود خواهید دید، اک طریق عشق است. وقتی که این رابطه بین روح فردی و روح الهی برقرار گردد، بهترین فرصت ها برای برخورداری از یک زندگی پر ثمر به دست می آید.

اک جوهره سوگماد ( خداوند ) است که از خالق به سوی جهان های تحتانی جاری می شود و سپس به سوی مبدا خود باز می گردد و در این روند تمام هستی را استحکام می بخشد. در طی قرون و اعصار اسامی مختلفی به اک داده اند، روح القدس، روح مقدس، لوگوس، کلمه، روح الهی، بنی و ودان، تعدادی از این اسامی هستند. بسیاری از مذاهب از جهاتی با اک در ارتباطند. روح الهی جریان مسموع حیات نیز خوانده می شود، زیرا می توان آن را در قالب صوت شنید. آگاهی از این صوت، وجه تمایز اکنکار از سایر تفکرات الهی است. هنگامی که روح آماده شود، ماهانتا آن را به این جریان وصل می کند. این وصل به روح فرصت می دهد تا با سرعت دلخواه خود به سوی خداوند سفر کند.

هر کسی که در روند پیشرفت معنوی خود، شایستگی وصل های بعدی را کسب می کند. هر حلقه وصل، پیوند عاشقانه موجود بین انسان و خدا را مستحکم تر می سازد. ذهن فاقد قدرت کافی برای ادراک جهان هایی است که فراسوی طبقه روح واقع هستند و این توانایی، درک بهشت های الهی و رابطه وصل با آنها را برای ما محدود می کند. از بعد فیزیکی ما می توانیم چهارده حلقه وصل را شناسایی کنیم. با وجود این، همیشه در اکنکار چیزی موسوم به عنصر اضافی وجود دارد. منظور این است که برای کیهان های معنوی پایانی متصور نیست. جهان های الهی مکان هایی محدود به مرز نیستند.

هر یک از ما با سطح آگاهی متفاوتی وارد اکنکار می شویم. درجه شکوفایی معنوی ما در این زندگی و تناسخات قبلی بستگی دارد. برخی افراد در زندگی های قبلی با تعالیم اک آشنا شده اند و به همین دلیل به سرعت پیشرفت می کنند. برای عده ای هم شاید این نخستین تماس با آموزش های اک و نور و صوت باشد. این گروه احتمالاً پیشرفت معنوی با روند آهسته را آرامش بخش تر می دانند. پس از نخستین وصل که در روایعطا می شود، وصل های اک به دو شکل درونی و بیرونی یا فیزیکی و معنوی داده می شوند. استاد حق در قید حیات، شخصاً اجازه هر وصل را صادر می کند. سپس دعوت نامه ای برای دریافت وصل به دست چلا می رسد. در وهله بعدی، چلا با یکی از واصلین حلقه های بالاتر اک، قرار ملاقاتی می گذارد.

مراسم وصل کمتر از یک ساعت طول می کشد و طی آن برخی تعلیمات ارائه شده و فرد به مراقبه می نشیند. در برخی از وصل ها، ذکر معنوی تازه ای داده می شود که به هنگام تمرین های معنوی زمزمه می گردد. هر کسی با روند متفاوتی پیشرفت می کند. معمولاً بین وصل های اک چند سال فاصله می افتد. علت این فاصله اطمینان یافتن از استحکام ریشه های معنوی در هر مرتبه است. ممکن است بعضی افراد وصل خود را شش ماه پس از دریافت دعوت نامه بیرونی از استاد دریافت کنند یا شاید حتی برخی از افراد تا ماه ها پس از دریافت به اهمیت آن پی نبرند. هر حلقه وصل با یکی از طبقات در انطباق است. وصل حلقه دوم در ارتباط با طبقه اثیری، سوم علی، چهارم ذهنی، و به همین ترتیب الی آخر. وصل حلقه پنجم اهمیت خاصی دارد، چون با طبقه روح در انطباق است. این وصل و این طبقه، آغاز جهان های معنوی واقع در فراسوی زمان و مکان است. در طبقه پنجم قوانین معمول کارما و تناسخ دیگر اعتباری ندارد.

مسئله اتصال به حلقه پنجم در اکنکار تعادل و ادراک معنوی را تضمین نمی کند. آگاهی همواره باید لحظه به لحظه کسب گردد. علیرغم هر جایگاه معنوی که فرد احراز کرده باشد، همیشه این امکان وجود دارد که او دچار سردرگمی و پسروی معنوی شود و در نتیجه به ناچار مسیری را که پیموده است از ابتدا آغاز کند. هر چه به جهان های برتر می روییم، راه باریک تر می شود، و هر چه آزادی معنوی بیشتری کسب می کنیم، مسئولیتان بیشتر تعمیم می یابد. وصل های اک می توانند در زندگی معنوی ما تاثیر مثبتی بر جای گذارند. اگر به عنوان واصل حلقه دوم با قوانین و اصول منطقه اثیری آشنا شویم، ممکن است تصور کنیم که این قوانین در همه جا به طور یکسان عمل می کنند، ولی بسیاری از افرادی که وصل حلقه سوم را دریافت می کنند، از تفاوت قوانین حاکم بر طبقه علی نسبت به طبقات قبلی کاملاً شگفت زده می شوند. در اینجا باید قوانین جدید را بیاموزند. این روند بخشی از رشد معنوی ماست.

تنها ما هانتا، استاد حق در قید حیات قادر است به وسیله وصل، روح را به اک اتصال دهد. وصل بیرونی ساده و آسان است. درست مانند سایر تجربیات در اکنکار، واقعه اصلی در درون رخ می دهد. وصل ظاهری نشانه ای فیزیکی از یک حادثه معنوی درونی است و همین حادثه درونی است که تمام تغییرات

را موجب می‌گردد. در اکنکار اصلین حلقه پنج به بالا، در زمره مقامات معنوی محسوب می‌گردند و آموزگاران کلاس های اک باید حداقل وصل دوم را دریافت کرده باشند. اما هیچیک از این جنبه ها نباید سبب شوند که چلا خود را با دیگران مقایسه کند یا در جامعه به تناسب وصل خود از موقعیت خاصی برخوردار شود. وصل های اک شخصی و مقدس هستند.

استاد حق در قید حیات تنها کسی است که می‌تواند وصل را به چلا اهدا کند. نخستین وصل معمولاً در خلال سال اول ورود به اکنکار داده می‌شود که وصلی درونی است. جوینده گاهی این وصل را به یاد می‌آورد و گاهی چنین نیست. این وصل ممکن است در رویا یا به هنگام انجام دادن تمرینات معنوی داده شود. هیچ گونه مراسم ظاهری خاصی برای وصل اول وجود ندارد. هر کسی صرف نظر از درجه ظاهری وصل خود، در خور مقامات معنوی است و هر وصل دعوت نامه ای از سوی استاد است که ما را به برداشتن گام بعدی در راه سر منزل الهی فرا می‌خواند.

## فصل یا زد هم : استادان اک *The ECK Masters*

استادان اک را می‌توان در تمام سیارات و طبقات کیهان نیز یافت. وظیفه آنان یاری بشریت در جهت تکامل، ارائه تعالیم و یافتن مرید است. آنان می‌دانند که این مریدان به سوی استادان حق در قید میات می‌آیند تا تمت مسئولیت وی قرار گرفته، در جهت متجلی ساختن ویژگی‌هایی چون عشق و فرد در این جهان به خدمت گمارده شوند.

### شریعت - کی - سو گماد ( کتاب اول )

درباره فرشتگان نگرهبان مطالب زیادی نوشته شده است. در واقع گزارش های بسیاری در ارتباط با ملاقات با فرشتگان وجود دارد که در پرونده های گروه تحقیقات ملی ثبت و درج شده است. گاهی این فرشتگان در برهه ای که جان انسانی در خطر است در کالبد فیزیکی ظاهر شده سپس ناپدید می‌گردند. گاهی نیز در منظر درونی یا رویای افراد، به شکل نوری آبی یا سفید ظاهر می‌شوند. در مواقعی هم برای کودکان نقش دوستان نامرئی را ایفا می‌کنند. ریسمان مشترکی که در تمام این جلوه ها وجود دارد، این است که پس از تجربیات یاد شده، فرد به سوی تعالی گام برمی‌دارد.

در اکنکار اینان را استادان اک می‌خوانند. در مورد چند تن از آنان در فصل های قبلی مطالبی را خوانده اید. نوشته های اکنکار مملو از سرگذشت اشخاصی است که از یاری استادان اک برخوردار شده اند. از آن جمله می‌توان به استاد اک لانی تسی اشاره کرد که در چین باستان بیماران را شفا می‌داده یا مواردی که پراجاپاتی یکی دیگر از استادان اک، جانوران و حیوانات دست آموز را مورد حمایت خود قرار می‌داده است. ظهور این استادان در سرتاسر زندگی انسان اثری عمیق بر جای می‌گذارد. غالباً این حوادث زمانی رخ می‌دهد که فرد هنوز با اکنکار آشنا نشده است.

### احتمالاً رایج ترین تجربه در این زمینه ظهور مریدی آبی پوش یا نوری آبی است که همان استاد حق در قید حیات است.

هنگامی که استاد حق در قید حیات از مقام خود کناره گیری کند، معمولاً ماموریت متفاوتی را در سلسله مراتب آسمانی بر عهده می‌گیرد. شمس تبریزی که بیش از چهارصد سال پیش استاد حق در قید حیات بود، اکنون در طبقه دیگری در معبد حکمت زرین در مقام آموزگار به خدمت مشغول است. استادان اک عضو نظام برادری و ایراگی هستند. واژه سانسکریت و ایراگ به معنای غیر وابسته است. این استادان از امیال و خواسته های دنیوی رسته اند. تنها ماموریت آنان هدایت روح به سرچشمه الهی اوست. مسائل اجتماعی برای آنان جذابیتی ندارد و غالباً از سیاست و سایر شاخص های دنیوی کناره می‌گیرند. بسیاری از چالاهای اک در حین تمرینات معنوی با این استادان ملاقات می‌کنند.

سری هارولد کلمپ، استاد حق در قید حیات کنونی تحت آموزش پان توییچل بود که او نیز تحت تعلیم شماری از استادان، منجمله ریازار قارز، استاد تبتی اک بوده است. این زنجیر ناگسستگی به زمان های بسیار دور در گذشته بازمی‌گردد. استاران بی شماری از اک در این سلسله جای داشته اند. برخی از آنان تأثیراتی در تاریخ به جای گذاشته اند، اما بیشترشان بدون جار و جنجال و با گروه های کوچکی سروکار داشته اند. یکی از اصول اکنکار این است که استاد همیشه با ما ست. ماهانتا از راه های بسیاری تقش حامی معنوی را ایفا می‌کند. بهشت های درون نیز درست مثل کره خاکی، آماج عناصر نیک و بد هستند. برخی از ما به مکان های خاصی در طبقه اثیری رفته و دچار وحشت می‌شویم. عده ای نیز در تمام طول عمر خود بدون دلیل آشکاری از ترس در عذابند، و گروهی دیگر - به ویژه در جوامع در حال توسعه - اعتقاد راسخی به جادوگری و افسونگری دارند. ما هانتا همچنین در رویا به تعلیم یکایک مریدان می‌پردازد. ما در زمان رویا به سهولت در بعد دیگری از آگاهی قرار می‌گیریم، در مقابل روح الهی مقاومت کمتری از خود نشان می‌دهیم و آسانتر می‌توانیم رهنمودهای استاد را دریافت کنیم. به تدریج چلا در می‌یابد که بسیاری از مشکلات معنوی وی در خلال رویا حل می‌شوند. اکنکار جهت یاد آوری و درک رویاها دستور العمل هایی دارد.

مهمترین رسالت ماهانتا، استاد حق در قید حیات، هدایت روح به سر منزل الهی خویش است. استاد همواره به مریدانش آزادی کامل معنوی را عطا می‌کند. او

هرگز آنان را تحت سلطه قرار نداده، در اعمالشان دخالتی نمی کند و چالاها در هر عرصه ای از زندگی، کاملاً آزادی عمل دارند. استادان اک به آزادی معنوی تمام عیار دست یافته اند و مایلند این شادمانی را با بسیاری از ارواح که خواهان آن هستند، سهیم شوند. اکنکار همواره دارای یک استاد زنده است. استاد حق در قید حیات شریطی را فراهم می کند که حتی در صورت تحریف شکل ظاهری و بیرونی اکنکار، جوهره معنوی تعالیم دست نخورده باقی بماند. هر یک از استادان حق در قید حیات، مسئول انتخاب، تربیت و تعیین جانشین خود هستند. همیشه افرادی وجود دارند که برای احراز این مقام، به طور محرمانه تحت تعلیم قرار می گیرند. این تربیت معنوی بسیار سخت است و بسیاری از افراد از عهده آزمون های لازم برنمی آیند. در نهایت فقط یک نفر انتخاب می شود.

محتوای تعداد اندکی از مذاهب دنیای امروز، به تعالیم معنوی بنیان گذاران شباهت دارد. مسیحیت تغییرات بسیاری را پشت سر گذاشته و کتاب مقدس مسیحیان به اشکال گوناگونی به طبع رسیده است. در نتیجه کلماتی که از زبان مسیح جاری شد، شباهت زیادی به آنچه که امروزه در متون مقدس مسیحیت وجود دارد، ندارند. هدف هر استاد معاصر، جلوگیری از انحراف حقایق اصیل معنوی است. استاد، خود کلام زنده است.

استادان اک نیز هر یک تجربه سفری معنوی را پشت سر گذاشته اند و به یک منوال به شناخت راه نائل شده اند. آنان کوتاه ترین راه را می شناسند. ما با پیروی از آنان در راه بازگشت به سوی خداوند، از بسیاری نگرانی ها و ناملازمات در امان می مانیم. راه بازگشت به خانه، بدون هدایت معنوی یک استاد راهنما، می تواند بسار طولان و سخت باشد. ما با برخورداری از راهنمایی چون استاد حق در قید حیات، تنها چیزهایی را تجربه می کنیم که برای رشد معنوی مان ضرورت دارند. هدف استاد نشان دادن راه خانه است.

ما هانتا، استاد حق در قید حیات و رهبر معنوی اکنکار است. ما هانتا شکل درونی استاد است که بیشتر مریدان در طی زندگی روزمره با او سروکار دارند. معدودی از افراد قادرند با استاد حق در قید حیات (وجه ظاهری استاد) تماس داشته باشند و این به خاطر محدودیت های جهان مادی است. اما ما هانتا (وجه درونی استاد) همیشه در دسترس همگان است. در اکنکار از استاد حق در قید حیات بت ساخته نمی شود. او در خور عشق و احترام است، اما پرستش نمی شود. آنچه که اهمیت دارد تقش استاد است، نه شخصیت او. بنابراین هنگامی که مقام استادی از فردی به فردی دیگر واگذار می شود، ماهیت زندگی معنوی چلا نیازی به تغییر ندارد. ما هانتا غالباً کارمای پیروان خود را به دوش می گیرد، ولی این بدان معنی نیست که استاد کارمای کسی را محو و مستهلک می کند، زیرا این کار به معنای محروم کردن روح از تجربه ایست که احتمالاً بدان نیاز دارد. تجربیات کارمیک مریدان به گونه ای تنظیم می شوند که درس های لازم را فرا گیرند.

اگر ما دریچه دل خود را بگشاییم، قادر به درک پیام نهفته در تجربیاتمان خواهیم بود، تجربیاتی که به رفتارها و طبیعت معنوی ما اشاره دارند. ما هانتا در عین حال خاطر نشان کرده که ما هرگز بیش از حد توانمان آزموده نمی شویم. کارمای ما به گونه ای تنظیم می شود که اگر به ندای راهنمای معنوی خود گوش بسپاریم، احساس سبکبالی می کنیم، تعادل خود را از دست نداده و از طریق معنوی منحرف نخواهیم شد.

جهان های مقدس اک پهناورند و می توانند برای غیر واصلین بشدت گمراه کننده باشند. آیا من در طبقه اثیری هستم؟ آیا بهترین راه را برگزیده ام؟ آیا به راستی این تجربه ای معنوی است یا من دچار توهم شده ام؟ نشانه های راه کجا هستند، تا هدف چقدر راه باقی است؟ اصلاً هدف چیست؟ در این شرایط جستجوی یک راه بلد کاملاً طبیعی است. ما به دنبال کسی می گردیم که قبلاً این راه را طی کرده و اکنون قادر است آن را به ما نشان دهد.

تجربه زندگی در ثمر بخش ترین شکل آن هدف هر اکیست است. این مفهوم استادی و تبصر معنوی است. سرانجام برخی از ما می توانیم در زمین به عنوان فرشته نگهبان یا استاد اک خدمت کنیم، اما عده ای نیز علائق تخصصی خود را در جهان های معنوی دنبال خواهند کرد.

## فصل دوازدهم: نمایشی با شرکت روح *The Play of Soul*

نمایش روح مانند نمایش تئاتری است که روح در آن هم بازیگر و هم تماشاگر است. تماشاگر در بدو ورود به سالن تئاتر، می داند که نمایشی را فواید دید، اما بازیگر دست به آفرینش مایا (توهم) می زند، توهمی از جنس واقعیت که به واسطه آن منتها درجه شادی، و همشت، فنده یا گریه را به تماشاگر منتقل می کند. هنگامی که روح به عنوان تماشاگر، با غم و شادی موجودات دیگر مواجه می شود، از جایگاه خود در ربهوده شده و خود در نقش بازیگر صحنه ظاهر می شود.

جذابیت اکنکار در زنده بودن و پویایی آن است. اکنکار با عقاید متعصبانه محدود نشده و به موازات کمال یافتن آگاهی ما، کامل می گردد. استاد حق در قید حیات مورد پرستش واقع نمی شود. او در تقش راهنما در خور عشق و احترام است. ما می توانیم کتب گوناگون را مطالعه کرده، در کلاسها و سخنرانی

ها شرکت کنیم، ولی **تعالیم حقیقی** از درون و لابلای تجربیات سر بر می آورند. آن گونه که شریعت - کی - سوگماد از زبان همین کهن استاد اک، **گوپال داس** نقل قول می کند، " کسانی که رهروی اک هستند، چیزی را بدیهی فرض نمی کنند، زیرا خود باید واقعیت هر چیز را به اثبات برسانند و تنها در آن هنگام خواهند دانست که خداوند تا چه حد آنان را دوست دارد، زیرا استاد حق در قید حیات را برای هدایت به میان آنان فرستاده است. "

همین که مطالعه تعالیم اک را آغاز می کنیم، روند **رشد معنوی** خود را تسریع نموده ایم. با بهره گیری از **تمرین های معنوی اک، سفر روح** را می آموزیم و به تدریج هویت حقیقی خود را درک کرده، متوجه می شویم که برای به انجام رساندن هدف معنوی خاصی به دنیا آمده ایم. سپس ترس از مرگ را فراموش کرده و دیگر چون گذشته نگران و مشوش نخواهیم بود. در این صورت **عشق** بیشتری را به زندگی خود راه می دهیم، احساس نیرو کرده، رشد می کنیم، متحول می شویم و از دست عادات ناخواسته خلاصی می یابیم.

اینک طبیعت و اهمیت رویا را درک می کنیم. رویا به ابزاری برای آموزش مبدل می شود که تعلیم آن بر عهده استاد ریاست. او به ما کمک می کند تا بدون احساس درماندگی، به ترس ها و خواسته های درونی خود بنگریم و با کمک او بر آنها فائق آییم. هدف غای رویا، نزدیکی هر چه بیشتر ما به نور و صوت است. با فرا رسیدن زمان مقتضی، زندگی های پیشین آشکار می گردند و ما نقش **کارما و تناسخ** را در شکوفایی معنوی خود درک می کنیم، از قربانی بودن رها می شویم و می آموزیم که خود مسئول زندگی خویش هستیم، اما این مسئولیت بار سنگینی بر دوش ما نیست، بلکه **کلیدی است بر آزادی معنوی** ما. با قبول مسئولیت اعمال خود و آموختن درس های نهفته در تجربیات زندگی، خالق جهان خود شده و به شکوفایی معنوی می رسیم.

هنگامی که رابطه و پیوند ما با استاد درون توسعه یافته و مستحکم می گردد، از جهان های الهی و طبقات و سیارات دیگر آگاهی بیشتری حاصل می کنیم، از **معابد حکمت زرین** دیدار کرده، با استادان اک ملاقات می کنیم و کیهان و پهنه هستی در برابرمان گسترده می شود. در اینجا روند خدانشناسی آغاز شده، خداوند را در لحظه لحظه زندگی خود حس می کنیم. هنگامی که خداوند را به زندگی خود راه دهیم، **عشق الهی** نیز به تبع آن می آید. تجربیات و حوادثی که در گذشته جزئی می پنداشتیم، اینک به معجزه مبدل می شوند. زندگی به خودی خود غنی است و ما لذت خیر خواهی و خدمت را می چشیم. عشق خداوند دلمان را بیدار می کند و ما این عشق را در چشمان استاد حق در قید حیات و نیز در دوستان و خانواده خود تشخیص می دهیم.

کلیدهای گذشته و آینده را در دست می گیریم و حوادث و تجربیات طوری با ما سخن می گویند که پیش از این هرگز تصور نمی کردیم. به تدریج چرخه ها و روابط موجود در زندگی و حکمت ازلی و ابدی را درک می کنیم. **رویای بیداری و حکمت زبان زرین** نیز به نوبه خود چشم گوش باطن ما را بر نور و صوت الهی می گشایند. روزی فرا می رسد که دیگر مشکل گشایی کاری خسته کننده و ملال آور نخواهد بود. به این درک نائل می شویم که هرگز با **مشکلی فراتر از توانمان** روبرو نخواهیم شد. می آموزیم که از نعمت های زندگی خود بهره گرفته و استعداد های نوشکفته را در خود پرورش دهیم. اگرچه به ندرت ممکن است فرآیند رشد آسان به نظر آید، ولی اعتماد به نفسی که از آن برخوردار شده ایم، آرامش عمیقی را به ما خواهد بخشید. **ما هرگز تنها نیستیم**. برای آموزش راه های زیادی وجود دارد و استاد درون همواره در تاریکی ها نور راهنمای ماست. با برگزیدن **طریق اکنکار**، با پای خود به سمت شکوفایی معنوی می رویم. در واقع بدین وسیله، آموزش های مذهبی ما روشن تر و واضح تر از قبل می گردند و روند تحولات ما تسریع می شود. پس از **وصل به حلقه دوم** زندگی چلا تغییر می کند و به جهانی نوین از امکانات تازه قدم می گذارد.

سری هارولد کلمپ می گوید، " آموزش های اک بر مبنای قانون ساده ای عمل می کنند، بدین ترتیب که عشق جریانی الهی است که حیات را در کل کائنات ممکن می سازد. ما به عنوان روح سوار بر این جریان، ابتدا در جهت مخالف مبداء یا خدا حرکت می کنیم. سپس در دورترین نقطه و آخرین حد این ریسمان، روح آموزش های معنوی را یافته و می تواند راه بازگشت به منزلگاه اولیه خود را در پیش گیرد. پیش از این روح از یافتن حقیقت، یعنی بهترین راه برای رسیدن به سر منزل الهی نومید گشته است. روح طی اقامت های موقتی خود در زمین و سایر طبقات درون، از نعمت های زیادی چون شفای عاجل و ثروت های ناگهانی بهره مند شده است، اما در تمام یا اکثر اوقات به غلط باور کرده که زندگی فاقد هدف است و نعمت های خود را تنها به افراد خوش اقبال و خوشبخت می دهد. این تضاد درونی، اغتشاش و سردرگمی به بار می آورد.

" اما هنگامی که به راه اک گام می نهیم، می بینیم که **بازی های توهم** به پایان رسیده اند. اینک از تمام باورهای دروغینی که می گویند بدون هیچ رنجی می توان به گنج دست یافت، دست بر می داریم. نهایتاً به این ادراک نائل می شویم که هر کاری که انجام می دهیم و هر اتفاقی که بر ایمان رخ می دهد، در جهت تعالی معنوی و محصول کار خودمان است. در پایان می فهمیم که

**معنویت یعنی عشق به همگان و مسئولیت پذیری برای تمامیت حیات و هستی.**

## ضمیمه شماره ۱: واژه نامه اکنکار ( فرهنگ اصطلاحات اکنکار )

**استادان اک:** استادان معنوی که انسان را در تعلیمات و سفر های معنوی یاری و حمایت می کنند. استادان اک به سلسله ای طویل از ارواح

خداشناس تعلق دارند که از مسئولیت همراه با آزادی بخوبی آگاهند .

استاد حق در قید حیات ( استاد زنده اک ) : لقب رهبر معنوی اکنکار که وظیفه هدایت ارواح به سر منزل الهی را بر عهده دارد . او در بعد فیزیکی به عنوان استاد ظاهر ، در رؤیا تحت عنوان استاد رؤیا ، و در عوالم معنوی تحت عنوان استاد درون دانشجویان معنوی را یاری می کند . سری ( لقبی برای احترام ) هارولد کلمپ در سال ۱۹۸۱ به این مقام نائل شد .

اک: نیروی حیات ، روح القدس ، یا جریان مسموع حیات که وظیفه حفظ هستی را بر عهده دارد .

اکنکار: دانش باستانی سفر روح ، طریقت معنوی انفرادی که در عصر جدید به عنوان راه سری خدا شهرت دارد و از ابزار رؤیا و سفر روح بهره میگیرد . اکنکار برای هر کسی چهار چوبی فراهم می آورد تا در تجربیات معنوی خود به سلوک بپردازد . اکنکار در سال ۱۹۶۵ توسط بنیان گذار نوین آن یعنی پال توئیچل تأسیس شد .

تمرینات معنوی اک: انجام دادن روزانه فنونی ویژه (تمرینات معنوی) که موجب برقراری ارتباط انسان با نور و صوت خدا می شوند .

چالا: دانشجوی معنوی .

روح: خویش حقیقی ما . درونی ترین و مقدس ترین وجه انسان . روح پیش از تولد وجود داشته و پس از مرگ جسم مادی به حیات خود ادامه می

دهد . روح به عنوان بارقه ای الهی می تواند همه چیز را ببیند ، بشناسد ، و درک کند . روح کانون آفرینش جهان خویش محسوب می شود .

سفر روح: گسترش آگاهی . قابلیت روح در خروج از جسم مادی و سفر به عوالم معنوی الهی . تنها استاد زنده اک به تعلیم سفر روح می

پردازد . این شیوه انسان را در شکوفائی معنوی یاری می کند و می توان آن را گواه وجود خداوند و زندگی پس از مرگ دانست .

سوگماد: یکی از نامهای مقدس خداوند . سوگماد نه مذکر است نه مؤنث . او سرچشمه تمام هستی است .

شریعت - کی - سوگماد: نوشته های مقدس اکنکار که شامل دوازده بخش در جهان های معنوی است . دو بخش اول آن توسط پال توئیچل ، بنیان

گذار اکنکار در عصر جدید به قالب فیزیکی در آمده است .

نور و صوت اک: روح القدس . دو عنصری که خداوند به واسطه آنها در عوالم تحتانی ظهور می یابد . انسان با چشم گشودن بر و گوش سپردن

به درون خود و نیز با سفر روح می تواند آنها را به تجربه در آورد .

طبقات: طبقات درون ، مراتب بهشت ، از قبیل: اثیری ، علی ، ذهنی ، اتری و روح .

ماهانتا: لقبی برای بالاترین مرتبه خداشناسی در زمین که غالباً در کالبد استاد زنده اک متجلی می شود . ماهانتا کلام زنده است .

وصل: اعضای اک به واسطه رشد معنوی و خدمت به خدا شایستگی آنرا بدست می آورند . وصل مراسمی خصوصی است که طی آن واصل به

نور و صوت خداوند اتصال می یابد .

هیو HU: نام سری خدا . زمزمه کلمه هیو (هی یوو) به منزله ترنم ترانه ای عاشقانه برای خداست . این ترانه در مراسم نیایشی اک

خوانده می شود .

## ضمیمه شماره ۲ : لیست کتب انتشار یافته اکنکار در ایران

سرزمینهای دور نوشته: پال توئیچل	تمرینات معنوی اک نوشته: هارولد کلمپ
بیگانه ای بر لب رودخانه: پال توئیچل	ما تنها نیستیم نوشته: رابرت مارش
دندان ببر نوشته: پال توئیچل	شرق خطر نوشته: پال توئیچل
سه تقاب گابا نوشته: پال توئیچل	نامه های طریق نور نوشته: پال توئیچل
هنر رویا بینی معنوی نوشته: هارولد کلمپ	گفتگوهایی با استاد نوشته: پال توئیچل
در پیشگاه استادان اک نوشته: فیل موری میتسو	از استاد پیرسید (۲۰۱) نوشته: هارولد کلمپ
استاد رویا نوشته: هارولد کلمپ	کتیبه رشیدیه خداوند نوشته: جیمز دیویس
کلام زنده (۲۰۱) نوشته: هارولد کلمپ	اکنکار حکمت باستانی برای عصر حاضر نوشته: تادکرامر و دوگ منسون

اک عشق است و عشق همه چیز نوشته: رضا سلیمی منش  
 آزادی معنوی چیست؟ نوشته: هارولد کلمپ  
 زبان سری رویا های بیداری نوشته: مایک اوری  
 شاهین ها دوباره بازمی گردند نوشته: هارولد کلمپ  
 نسیم تحول نوشته: هارولد کلمپ  
 کودک در سرزمین وحش نوشته: هارولد کلمپ  
 روح نوردان سرزمینهای دور نوشته: هارولد کلمپ  
 پالچی نوشته: پتی سیمپسون  
 نسیمی از بهشت نوشته: براد استایگر  
 جوینده نوشته: فیل موریمیتسو

اکنکار کلید جهانهای اسرار نوشته: پال توئیچل  
 نامه هایی به گیل (۱ و ۲ و ۳) نوشته: پال توئیچل  
 اک ایناری نوشته: پال توئیچل  
 اک ویدیا نوشته: پال توئیچل  
 دفترچه معنوی نوشته: پال توئیچل  
 گاه شمار استاد رویا پردازی نوشته: جیمز پال دیویز  
 واژه نامه اکنکار نوشته: پال توئیچل  
 چگونه سفر روح آموختم نوشته: تریل ویلسون  
 نی نوای الهی - نوشته: پال توئیچل  
 طریق دارما - نوشته: پال توئیچل  
 شریعت - کی - سوگماد (کتاب اول و دوم) : پال توئیچل

## ضمیمه شماره ۳: آدرس سایتهای اینترنتی اکنکار

[www.Eckankar.org](http://www.Eckankar.org)

[www.Eck-iran.com](http://www.Eck-iran.com)

<http://huist.persianblog.com>

## ضمیمه شماره ۴: آزمون در اکنکار نامه مکتوبی برای ماهانتا است

آزمون در اکنکار نامه مکتوبی برای ماهانتا است. یعنی ماهانتا لطفاً سؤالاتی را که پاسخ نداده ام در زندگی روزمره با کلام زرین اک دوباره برایم آموزش دهید و یعنی لازم است دوباره مطالب مورد نظر را مطالعه دقیق تری کرد تا در درون شما جایگاه خود را پیدا کند.

آزمون شماره ۱: کتاب اکنکار حکمت باستانی برای عصر حاضر

آزمون در اکنکار نامه مکتوبی برای ماهانتا است. نام و نام خانوادگی: .....

۱. اکنکار کدام است؟

الف - راه طبیعی بازگشت نزد خداوند ب- دانش باستانی سفر روح ج- همکار خدا د- همه موارد

۲. چه کسی و در چه سالی اکنکار را به جهان معاصر معرفی کرد؟

الف - پال توئیچل در سال ۱۹۶۵ ب - ر بازار تارز در سال ۱۹۵۶

ج - هارولد کلمپ در سال ۱۹۵۶ د - پال توئیچل در سال ۱۹۵۶

۳. بهترین راه شناختن اکنکار چیست؟

الف - خواندن یک کتاب اک و اکنکار ب - واصل بالا اک ج - انجام تمرینات معنوی اک د - هیچکدام

۴. وجه مشترک پیروان اک کدام است؟

الف - عشق به خداوند ب - آیین و اعتقادات ج - سرسپردگی به شکوفایی معنوی د - الف و ج

۵. جامعیت کدام قانون از عوامل اصلی پیوند اجزای هستی است؟

الف - سکوت ب - کارما ج - تناسخ د - هماهنگی

۶. قانون مسئولیت پذیری معنوی چگونه معنا می یابد؟

الف - با پذیرش قانون کارما ب - با پذیرش قانون تناسخ ج - انجام تمرینات معنوی اک د- الف و ب

۷. جمله " ماهانتا من هرکاری که توانستم انجام دادم، حالا همه چیز را به تو واگذار می کنم "

نشانه چیست؟

الف - وصل به اک ب - نقطه تسلیم ج - اعتماد به نفس د - آگاهی بالا

۸. معبد سیاره زهره واقع در شهر رتز به نهبانی رامی نوری کدام است؟

الف - گاره هیرا ب - چنهنسن مینه سوتا ج - کاتسویاری د - خانه موکشا

۹. فوبی کوانتز نگهبان کدام معبد است ؟
- الف - گاره هیرا      ب - چنهسن مینه سوتا      ج - کانسویاری      د - خانه موکشا
۱۰. کسی که اک را در درون خود ذخیره می کند و در عین حال مجرای عبور عشق معنوی است ؟
- الف - بالغ      ب - عاشق      ج - قدرتمند      د - خردمند
۱۱. سرچشمه عواطف بشری، پدیده های روانی، اشباح و بشقاب های پرنده کدام است ؟
- الف - طبقه ذهنی      ب - طبقه اثیری      ج - طبقه روح      د - طبقه علی
۱۲. کلید عشق چیست ؟
- الف - قلب زرین      ب - نور طلایی      ج - تمرینات معنوی      د - نور و صوت
۱۳. اک یعنی ... ؟
- الف - روح الهی      ب - جریان مسموع حیات      ج - نگهدارنده تمام حیات      د - همه موارد
۱۴. راهنمای معنوی اکنکار چیست ؟
- الف - ماهانتا      ب - استاد حق در قید حیات      ج - سوگماد      د - الف و ب
۱۵. آموزگاران کلاسهای اک باید حداقل چه وصلی داشته باشند ؟
- الف - وصل پنجم      ب - وصل دوم      ج - وصل هشتم      د - وصل سوم
۱۶. کدام واصل در زمره مقامات معنوی محسوب می گردد ؟
- الف - وصل پنجم      ب - وصل دوم      ج - وصل سوم      د - وصل چهارم
۱۷. وصل پنجم و دوم بترتیب مربوط به کدام طبقات معنوی اک می باشد ؟
- الف - روح و ذهنی      ب - روح و اثیری      ج - اثیری و روح      د - روح و علی
۱۸. اک ویدیا مرتبط با کدام مورد است ؟
- الف - توانایی ها      ب - چرخه های معنوی      ج - رویا      د - سفر روح
۱۹. آتما چیست ؟
- الف - روح      ب - کارما      ج - تناسخ      د - رویا
۲۰. آموزش ردیابی رهنمودهای معنوی در حوادث دنیوی و روزمره ..... است .
- الف - تمرینات معنوی      ب - اک ایناری      ج - حکمت زبان زرین      د - رویای بیداری
۲۱. حد مرز بین جهانهای تحتانی و فوقانی الهی کدام طبقه است ؟
- الف - طبقه اثیری      ب - طبقه اتری      ج - طبقه روح      د - طبقه علی
۲۲. شریعت - کی - سوگماد چیست ؟
- الف - کتاب اصلی اکنکار      ب - یک از طبقات معنوی      ج - تمرینات اک      د - شناخت تناسخ
۲۳. دلیل وجود روح چیست ؟
- الف - عشق خداوند به آن      ب - نیاز جسم انسان      ج - ارتباط کلی در جهان      د - وسیله شناخت انسان
۲۴. منبع اصلی حیات که نه مذکر است و نه مؤنث ؟
- الف - اک      ب - نور و صوت      ج - سوگماد      د - اکنکار
۲۵. انسان روح است جسم می پذیرد نشانه چیست ؟
- الف - وابستگی جسم      ب - تناسخ      ج - وابستگی روح      د - کارما
۲۶. خواندن زمزمه هیو ..... ؟
- الف - یک تمرین معنوی      ب - ایجاد کننده بصیرت نوینی در زندگی      ج - ایجاد تجربه معنوی      د - همه موارد
۲۷. کدام موارد از اصول اصلی در اکنکار است ؟
- الف - جسم موجودی شادمان است      ب - استاد همیشه با ماست      ج - استهلاک کارما در رویا ممکن نیست      د - ماهانتا شکل بیرونی استاد حق در قید حیات است
۲۸. اکنکار به ما می آموزد که .....
- الف - آزاد هستیم      ب - بازگشت وجود ندارد      ج - مسئولیت پذیری      د - الف و ج
۲۹. وصل نخستین ( وصل اول ) در چه زمانی و چگونه داده می شود ؟
- الف - در خلال سال اول داده می شود و کاملاً درونی      ب - بعد از دو سال داده می شود و کاملاً درونی
- ج - بعد از سال اول و با مراسم ظاهری خاص      د - بعد از دو سال داده می شود، هم بیرونی و هم درونی
۳۰. چه چیزی شاخص های مختلف شخصیتی ما را تشریح می کند ؟



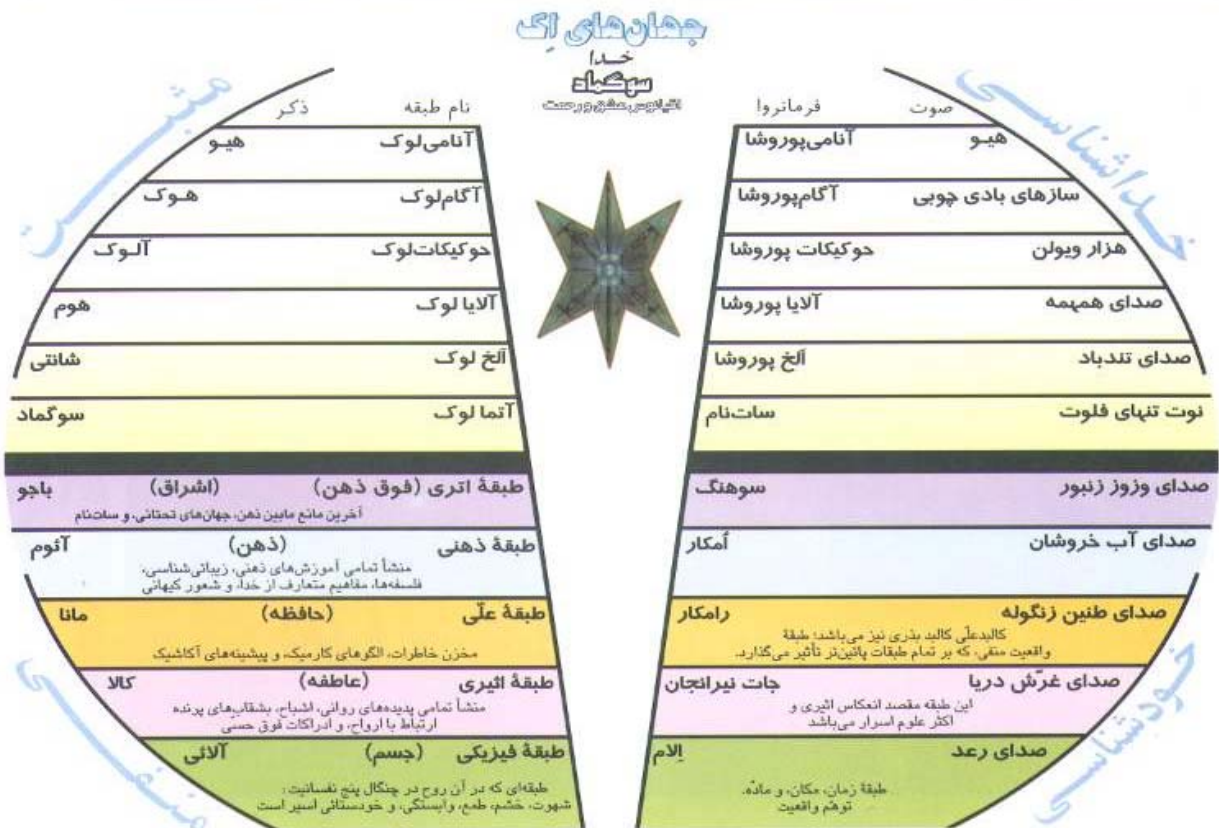
- الف - آتما      ب - اک ایناری      ج - تناسخ      د - کارما
۳۱. خودشناسی در کدام طبقه کسب می شود ؟
- الف - طبقه روح      ب - طبقه اثیری      ج - طبقه علی      د - طبقه ذهنی
۳۲. صوت در طبقه فیزیکی غالباً به چه صورت شنیده می شود ؟
- الف - رعد      ب - موج دریا      ج - آب جاری      د - وزوز زنبور
۳۳. محافظ شریعت - کی سوگماد در طبقه علی چه کسی می باشد ؟
- الف - شمس تبریزی      ب - گوپال داس      ج - کوچی چندا      د - فوبی کوانتز
۳۴. معبد گاره هیرا در کدام شهر معنوی می باشد ؟
- الف - آگام داس      ب - رتز      ج - هونر      د - آرهی ریت
۳۵. خاطرات زندگی های گذشته در چه طبقه ای ذخیره می شود ؟
- الف - اثیری      ب - علی      ج - اتری      د - روح
۳۶. طبقه ای که در هنگام رویا زمان زیادی در آن بسر می بریم کدام است ؟
- الف - اتری      ب - علی      ج - اثیری      د - ذهنی
۳۷. اگر مشکلی دارید که حل کردن آن با استفاده از سایر روشها دشوار است چه تمرینی پیشنهاد می شود ؟
- الف - روش کوه نور      ب - زمزمه هیو      ج - روش پرده آبی      د - روش شریعت
۳۸. مشکلات هر کسی در کجا ریشه دارد ؟
- الف - منفی ترین وجه وجودی او      ب - در ذهن او      ج - آسیب پذیرترین وجه وجودی او      د - الف و ج
۳۹. کدام کتاب از سری هارولد کلمپ است ؟
- الف - نسیم تحول      ب - روح نوردان سرزمین های دور      ج - کودک در سرزمین وحش      د - همه موارد
۴۰. اگر ما سد راه پیشرفت انسان دیگری شویم با چه چیزی مواجه خواهیم شد ؟
- الف - از دست دادن انرژی      ب - بدهی کارمیک      ج - خشم خداوند      د - احساس گناه
۴۱. بدترین مورد نقض قانون کارما کدام است ؟
- الف - سوءاستفاده از قدرتهای      ب - انجام ندادن تمرینات اک      ج - توجه به قدرت نه عشق      د - هیچکدام
- معنوی در جهت منافع فردی
۴۲. بایگانی آکاشیک مربوط به کدام طبقه است ؟
- الف - روح      ب - علی      ج - اثیری      د - ذهنی
۴۳. ناخود آگاه چه طبقه ای در ما تداعی می کند ؟
- الف - علی      ب - اثیری      ج - ذهنی      د - اتریک
۴۴. قلب جهان بینی انکار چیست ؟
- الف - استاد      ب - احساسات      ج - عشق      د - تمرینات معنوی اک
۴۵. "روح حوادث نمادین رابه یکدیگر ارتباط میدهد تا پیغام خاصی , راه خود رابه سوی ذهن باز کند "
- یعنی چه ؟
- الف - سفر آگاهی      ب - تجربه معنوی      ج - حکمت زبان زرین      د - رویای بیداری
۴۶. چه کسی اجازه وصل را صادر می کند ؟
- الف - ماهانتا      ب - استاد حق در قید حیات      ج - الف و ب      د - اساتید اک
۴۷. رایج ترین تجربه با استاد حق در قید حیات کدام است ؟
- الف - نور طلایی      ب - نور آبی      ج - ظهور مرد آبی پوش      د - ب و ج
۴۸. واژه سانسکریت وایراگ یعنی چه ؟
- الف - استاد معنوی      ب - هدایت      ج - وابسته      د - غیر وابسته
۴۹. هدایت روح به سر منزل الهی خویش رسالت کیست ؟
- الف - ماهانتا      ب - واصلین اک      ج - چلا      د - نظام برادری وایراگی
۵۰. معنویت یعنی چه ؟
- الف - عشق به همگان      ب - مسئولیت پذیری برای      ج - انکار , حکمت باستانی      د - الف - ب
- تمامیت حیات و هستی

پاسخنامه آزمون شماره ۱ : کتاب اکنکار حکمت باستانی برای عصر حاضر

د	ج	ب	الف		د	ج	ب	الف		د	ج	ب	الف	
				۲۵					۱۸					۱
				۲۶					۱۹					۲
				۲۷					۲۰					۳
				۲۸					۲۱					۴
				۲۹					۲۲					۵
				۴۰					۲۳					۶
				۴۱					۲۴					۷
				۴۲					۲۵					۸
				۴۳					۲۶					۹
				۴۴					۲۷					۱۰
				۴۵					۲۸					۱۱
				۴۶					۲۹					۱۲
				۴۷					۲۰					۱۳
				۴۸					۲۱					۱۴
				۴۹					۲۲					۱۵
				۵۰					۲۳					۱۶
بدون جواب:									۲۴					۱۷

کلید آزمون تستی کتاب اکنکار - حکمت باستانی برای عصر حاضر

د	۱۰	ج	۹	د	۸	ب	۷	د	۶	ب	۵	د	۴	الف	۳	الف	۲	د	۱
ج	۲۰	الف	۱۹	ب	۱۸	ب	۱۷	الف	۱۶	ب	۱۵	د	۱۴	د	۱۳	الف	۱۲	ب	۱۱
ج	۳۰	الف	۲۹	د	۲۸	ب	۲۷	د	۲۶	ب	۲۵	ج	۲۴	الف	۲۳	الف	۲۲	ب	۲۱
ب	۴۰	د	۳۹	د	۳۸	د	۳۷	ج	۳۶	ب	۳۵	الف	۲۴	الف	۲۳	الف	۲۲	الف	۲۱
د	۵۰	الف	۴۹	د	۴۸	د	۴۷	ج	۴۶	د	۴۵	ج	۴۴	د	۴۳	ب	۴۲	الف	۴۱



ضمیمه شماره ۵ : طبقات درون (جهانهای اک) برکت باشد Baraka Bashad

معدن حرمت زرین اک در طبقه فیزیکی چنهسن مینه سوتا در آمریکا

