



فصل در زندگی
ما همسایه

ما

شماره بیست و پنجم

مرداد ۱۴۰۰

فهرست مطالب:

- جنبه‌های اِک صفحه ۳
- نقش پذیرش در گسترش آگاهی صفحه ۵
- سری وه‌کا صفحه ۶
- دریافت عشق (تجربه شیدا) صفحه ۸
- روح (بخش پنجم) صفحه ۹
- دوره‌های اِک‌ویدیا (بخش چهارم) صفحه ۱۳
- درس‌هایی از گورو صفحه ۱۵
- استادان اِک صفحه ۱۷
- رؤیا (تجربه شیدا) صفحه ۲۰
- طب سنتی پارسی صفحه ۲۱
- درسی از مولانا صفحه ۲۷



جنبه‌های اِک



ما تا کنون با دو جنبه اِک، یعنی نور و صوت آشنا هستیم که پال در سال ۱۹۶۵ آن را معرفی نمود. روند تعالیم استادان اِک طی اعصار به صورتی بوده است که تنها جوهره اِک که جنبه‌های مختلف آن است، اهمیت دارد. در این مورد همگی آنان اتفاق نظر دارند.



در هر عصری استادی آمده است و تعالیمی را از خمیرمایه جنبه‌های اِک، پایه‌ریزی و تعلیم داده است. این جنبه‌های اِک، جوهره اصلی هر نوع تعلیمی است که از گذشته تا کنون به این سیاره برای انسان‌ها وارد شده است. تسلسل و هارمونی اِک، در روند ارائه تعالیم، طی تاریخ همواره حیرت‌آور و شگفت‌انگیز است. ما زمانی که زنجیره این استادان را مطالعه می‌کنیم، از

گذشته تا کنون با تعالیم مختلف و متنوعی سعی بر هدایت بشر داشته‌اند، اراده و کوشش آنان بر ایمان اعجاب‌آور است. از سال ۱۹۶۵ تا کنون بسیاری با آموزه‌های اِک از طریق استادان بورچاگون آشنا شده‌اند.

این تنها روند ساختن فضا و بستری بوده است تا جنبه سوم جوهره اِک، که آن را چایدن می‌نامند، برای مشتاقان و پیروان و واصلین اِک فراهم سازند. از گذشته تا کنون همه در سطح تجربیات درونی از اِک، اعم از تجربه نور و صوت و سطوح پایین‌تر آن چون رویا، سفر روح، آشنا شده بودند. اما بیشتر آنان حقیقتاً تنها تجربه می‌کردند و با دیدن و تجربه نور و صوت، نوعی آرامش درونی و لذت و شادی و شغف را تجربه می‌کردند.

اما در حقیقت تبدیل به نوعی مصرف‌کننده این تجارب شده بودند. تنها تجربه نور و صوت، سفر روح و رویا، بدون عملکرد و قدرت محرکه نفوذ قدرت اِک کافی نیست و تبدیل به یک مفهوم ذهنی و عادت ذهنی می‌گردد. این روند، تبدیل به عادت شد که واصلین اِک و پیروان اِک تبدیل به افراد منفعل و گوشه‌گیری شوند. چون تنها دریافت‌کننده این تجربیات و مفاهیم اِک بودند.

اما در عصر حاضر، با آمدن سری وه‌کا، کاملاً تمامی تعالیم قبلی شخم‌زده خواهد شد. چون ماهیت تعالیم از جوهره اصلی آن، به دور مانده است. سری وه‌کا طریق قدرت چایدن که توسط خود او، در تجربه خدا مکاشفه شده است، قدرت اِک را به سه بخش تعریف می‌کند:

۱. صوت؛

۲. نور؛

۳. چایدن.



فست‌ریز اِک
ماشم‌نامه



جنبه‌های اِک



از تعالیم گورونانک تا کنون، تنها درباره نور و صوت صحبت شده است و اینک وه‌کا جنبه سوم اسراری اِک، چایدن را بر جهانیان معرفی و تعلیم می‌دهد و از طریق قدرت چایدن، تعالیم اِک را مجدداً تجدید حیات می‌کند.

در این عصر، ما با جنبه سوم اِک، چایدن، قدرت محرکه اِک آشنا می‌شویم و پیروان و واصلین سری وه‌کا تبدیل به مرکبی برای جوهره اِک خواهند شد. قوه انفعال و گوشه‌گیری واصلین برای همیشه با اتصال به جنبه سوم قدرت اِک به تلاش و تسلیم به فیض الهی تبدیل خواهد شد.

چایدن قدرتی است که آنان را همیشه رو به جلو خواهد برد. آنها کم‌کم می‌آموزند چگونه با این جنبه سوم جوهره اِک متصل شوند و در این اتصال است که راز تمامی تجربیات و معانی آن را خواهند یافت. در گذشته کسی نمی‌دانست که تجربیات نور و صوت دارای چه معانی و تعابیری است. آنها تنها تجربه می‌کردند و لذت می‌بردند و از شغف آن استفاده می‌کردند. گوشه‌نشینی را چون تارکین دنیا انتخاب نمودند.

این جنبه‌های اِک، جوهره اصلی هر نوع تعلیمی است که از گذشته تا کنون به این سیاره برای انسان‌ها وارد شده است. جالب است که در تمامی فعالیت‌های اِک نقشی منفعل و کوتاه داشتند، چون اهمیت زندگی بیرونی آنان مهم‌تر از زندگی

معنویشان و پیروی از اِک بود. اما جنبه سوم اِک، چایدن، قدرت محرکه روح در مکاشفات یافتن خویش است. این نوعی ماجراجویی، امکان شجاعت رو به روشن شدن با خود را به واصلین می‌دهد که پیروان و واصلین گذشته، فاقد آن بوده‌اند.

پیروان و واصلین وه‌کا، نه تنها قدرت رو به روشن شدن با خود که یکی از اصول خودشناسی است را به دست خواهند آورد، بلکه تبدیل به مجراهای نیرومندی خواهند شد که در نقاط مختلف جهان پرتوافشانی خواهند نمود. خواب‌ها و خیال‌ها به اتمام رسیده است و اِک از طریق چایدن، جنبه مقدس قدرت اِک، این سیاره را به جلو حرکت خواهد داد.

در این تسویه کارمیک بزرگ، روح‌های نیرومند به آتمالوک صعود خواهند نمود.

طش شمشاد

برکت باشد

فست زبیر اِک
باشتم نامه
ما



نقدپذیریش در گسترش راه



در عصر کنونی بیش از هر زمان دیگری نیاز به گسترش آگاهی در زمین حائز اهمیت می باشد.
در این جا مفهوم پذیرش را در جنبه های زیر به اختصار مورد بررسی قرار می دهیم:

۱. خاستگاه آگاهی و ارتباط آن با پذیرش؛

۲. تأثیر پذیرش در فراگیری درس هایی که هر روح باید بیاموزد؛

۳. میزان پذیرش در رنج هایی که روح تجربه می کند؛

۴. موانع پذیرش.



در مورد مقوله آگاهی بسیار گفته شده است؛ سطح آگاهی، میزان آگاهی، آگاهی بسیار گشوده و... اما در حال حاضر قصدمان بر آن است که آگاهی را از جنبه دیگری بررسی کنیم.

با مرور گذشته در می یابیم آنجا که پذیرشمان بیشتر بوده است، انتخاب های شایسته تری انجام داده ایم. در واقع می توان گفت: درجه آگاهی همان درجه پذیرش است. آنهایی که پذیرش بیشتری دارند، انتخاب های آگاهانه تری دارند. به این معنی که انتخاب هایشان بیشتر در سوی عشق است تا قدرت.

شیرین
عشق

پذیرش و رنج نسبت معکوس دارند، مانند دو کفه ترازو هستند؛ یعنی هر قدر کفه پذیرش سنگین تر و بیشتر باشد، کفه رنج سبک تر و کمتر است. تمامی پیروان سرسخت ادیان اصولی که گاهاً مجبور به اعمال خشونت و رنج های بسیار می شوند، پذیرشی بسیار اندکی در مقابل جریان های فکری دارند.

تاریخ تاریخ هزار ساله کلیسای مسیحیت، اسلام، یهودیت و تاریخ دیگر ادیان اصولی بیانگر این واقعیت می باشند. احتمالاً همه ما می دانیم که در جهانی دو قطبی زندگی می کنیم و می توان این نتیجه را گرفت که در هر رویداد ناخوشایندی، درسی خوشایند نهفته است. البته این بدان معنا نیست که برای گرفتن درس ها، الزاماً می بایست در وضعیتی ناخوشایند قرار بگیریم، زیرا با شعف و شادی نیز می توان درس هایی را فرا گرفت که البته تعداد اندکی این چنین هستند.

گرفتن درس از هر رویدادی نیز منوط به داشتن پذیرش از جانب فرد می باشد، زیرا برای گرفتن درس از هر رویدادی لازم است که مقاومت ذهنی نداشته باشیم تا بتوانیم آن را خوب مشاهده کنیم و مقاومت ذهنی نداشتن یعنی پذیرش داشتن. با پذیرش است که خویش حقیقی ما می تواند خود را در بالای وقایع گوناگون به مثابه یک نظاره گر آرام قرار دهد. وقتی پذیرش بالایی داشته باشیم، با چهره ای گشاده تر و قلبی بازتر به وقایع پیرامون خود نگاه می کنیم و در نتیجه متوجه هدایای پنهان زندگی خود می شویم، هدایایی که با مشاهده آنها، کم کم بیشتر و بیشتر می شوند و مآلاً برکات زیادی در زندگی ما جاری می شود.

برکت باشد

فلسفه زندگی
ماهی نام



سرود اکا



فاصله زندگی معنوی، گاهاً باز زندگی شخصی نزدیک است و گاهاً این فاصله بیشتر و بیشتر می شود.

نگرانی برخی شبداها از این روند اک، همیشه به من گزارش شده است.

جواب من به آنها همیشه این است: این طبیعی است.

چرا؟ چون روند اک در زندگی ما، بستگی به نوع دیدگاه ما به اک ندارد.

اک طبق مشیت عمل می کند، نه کارما.

کارما انعکاس عملکرد ما و انگیزه های ماست.

قبلاً این آموزش ها در اکنکار غرب و در ایران، صدمات زیادی وارد نمود.

ما مسئول آنچه هستیم که انجام می دهیم. این قانون از جیوان موکتی بر می خیزد:

کسی که آزاد است مسئولیت پذیرتر است.

اما فیض داستان دیگری دارد:

ما در اک هستیم، چون مشیت چنین بوده است.

بعد از مدتی از اک، خارج می شویم. این انتخاب ماست، پس فیض نیست.

بنابر این زندگی شخصی، حاصلی از روابط کارمیک ماست

و زندگی معنوی به نحوه ورود فیض الهی در زندگی ما بستگی دارد.

اینکه ما چگونه ایم و چه هستیم و چه کرده ایم، برای اک اهمیتی ندارد. چون اک فرای کارما عمل می کند و لبریز از بهاکتی است.

تورا با خود کاری نیست، جز خدا

تنهای تنها...

تنهایی

غیر از آن،

ما هستیم



سرود اکا



عالی ترین مقامی نزد خدا وجود ندارد.

او به روح اهمیت می دهد که عالی ترین زیبایی کائنات و هستی اوست.

آن روح شمائید و همسایهات، باد و باران، گنجشکی که بر درخت سبزی نشسته است.

چاییدن می:

زبان، سکوت الهی است که از طریق حیوانات و پرندگان در حال گفت و گو است و در درون، عدم تأثیر پذیری را آموزش می دهد.

می پرسد ذهن و اک چگونه همزمان عمل می کنند؟

مثل همین لحظه که داری درس فرامی گیری.

تو دریافت می کنی و آگاه می شوی. این اک است.



از سمت دیگر ذهن، حس برتری را به تو القا می کند که تو در دریافت هایت قوی تر از دیگرانی. این عملکرد ذهن در مقابل اک است.



نکته اصلی تعالیم بنی، جوهره وجودی آن است.

هم اکنون آن عصر رسیده است که روح، فرای تمامی چهره ها و استادان به خداوند واصل شود.

برکت باشد

بن گن فتنه از کتاب

مراقباتی بن واکا

ما همت نام

صفحه ۷



دریافت عشق

آن روز حال چندان خوبی نداشتم، احساس کسلی، بی‌حوصلگی و یک خلاء درونی می‌کردم. آسمان هم که سر ناسزگاری داشت و کاملاً ابری و بارانی بود.

تصمیم گرفتم که هر طور شده، علی‌رغم این که میلی به پیاده روی در این روز کسالت‌بار نداشتم، حتماً این کار را انجام بدهم. با هر زحمتی که بود آماده شدم و منزل را ترک کردم. وقتی از خانه خارج شدم و در شروع مسیر پیاده روی، به صورت درونی از استاد خواستم که عشقش را به من نشان بدهد که ناگهان چشمم به آسمان افتاد.



با وجود آن همه ابر و هوای بارانی، در بخشی از آسمان ابرها به شکل قلب مشخص بود. احساس شعف خاصی کردم ولی چون کلاً آدم سخت‌باوری هستم، دوباره خواسته‌ام را تکرار کردم و از استاد درون خواستم عشقش را به من نشان بدهد که واقعاً در مسیر درستی هستم یا خیر؟

چون آن روز به همه چیز شک کرده بودم، به مسیر زندگی، به یک و به همه چیز...

چند لحظه بعد گیاهی را از پشت حصارها دیدم. این بار هم به شکل قلب!!! یک قلب کامل.

ولی دوباره شک کردم و دوباره خواسته‌ام را تکرار کردم.

چند لحظه بعد چشمم به پنجره‌ای افتاد که یک ساک خرید بزرگ سفید پشت پنجره بود و یک قلب، پر از گل روی آن نقش بسته بود.

حالم دگرگون شد و از استاد سپاسگزارم که علی‌رغم این همه شک، باز هم عشقش را با نشانه‌هایی که برای هر فرد مجزا و مخصوص درک همان شخص است، به او نشان می‌دهد.

عشق با شد

فکر بزرگ
باشم نام



روح (بخش پنجم)



این مطلب در ادامه سری مقالات روح می باشد که از چند شماره قبل در نشریه آغاز شده است. در این مقالات سعی داریم به بررسی ماهیت و کیفیات روح و تفاوت آن با سایر چیزهایی که به اشتباه روح تلقی شده اند، بپردازیم.

در این بخش می خواهیم آگاهی انسان را مورد بررسی قرار دهیم و بدانیم که دارای چه فیلترهایی است؟ چه خواصی دارد؟ چه توضیحاتی دارد؟ و ما چطور باید از آن استفاده کنیم که در آگاهی معنویمان دخالت نکند؟

در شماره های قبلی در مورد تفاوت آگاهی روح و آگاهی انسانی در سطح عمومی صحبت شد که یک پیش درآمد برای این بحث گسترده بود.



به طور کلی این مبحث در مورد خود آگاهی انسانی است که چگونه آن را مورد بررسی و کاوش قرار دهیم و بشناسیم. این آگاهی چیست؟ و در چه بخش هایی از وجود ما رخنه کرده است که ما تا به حال از آن اطلاعی نداشته ایم؟ و چرا باید بتوانیم آن را شناسایی کنیم؟ این شناسایی مهم است.

در کتاب خودشناسی نوشته کمال الماسی به صورت کامل بخش های آن تفکیک شده است که می توانید آن را مطالعه کنید.

آگاهی انسانی از چند فیلتر قدرتمند ساخته شده است که اولین آن عقل و تعقل است. مولانا می گوید:

پای استدلالیان چوبین بود پای چوبین سخت بی تمکین بود

عقل اولین فیلتر قدرتمند آگاهی بشر است. عقل نیاز به استدلال و برهان دارد و تا برایش یک دلیل و برهان نیاوریم نمی تواند چیزی را بپذیرد، اما عقل از شعاع خرد روح شکل گرفته است؛ یعنی صورت وارونه و سایه خرد می باشد. پس عقل خورشید نیست. تعقل اولین فیلتر قدرتمند آگاهی انسانی است. در حقیقت، عقل هیچ چیزی از خدا نمی داند و نمی تواند از روح چیزی خلق کند، چون دلیل و مدرک می خواهد و به دنبال



فلسفه زندگی
با عشق و مهربانی
ماست



روح (بخش پنجم)



یک استدلال است تا بتواند یک مسئله را هضم کند.



دومین فیلتر قدرتمند در آگاهی انسان، احساسات و عواطف او می‌باشد. احساسات انسان به صورت خودکار و همیشه دارای جزر و مد است. در این جزر مد یا صورت مثبت به خود می‌گیرد و یا صورت منفی دارد. پس ما به احساسات یا واکنش مثبت یا واکنش منفی نشان می‌دهیم. سرعتش هم بسیار زیاد است. یک انسان به سرعت می‌تواند به صورت درونی از وضعیت منفی به وضعیت مثبت برود و از وضعیت واکنشی احساسی مثبت به وضعیت منفی تغییر رنگ بدهد. در حقیقت احساسات هیچ گونه ثباتی ندارند. احساسات دارای یک

ضعف بزرگ است و آن این است که احتیاج به تأمین دارد؛ یعنی نیاز احساسی باید برآورده شود. نیاز پیش شرط دارد و طبق شرط و شروط عمل می‌کند و اگر شرط‌هایش را نپذیریم از مثبت به منفی و از منفی به مثبت همیشه در حال رفت و آمد است.

احساسات از شعاع عشق به وجود آمده است؛ یعنی سایه‌ای از عشق الهی است یا همان عشقی که روح به خدا دارد.

سری و هکا این نکته را به خوبی بیان می‌کنند و می‌گویند: «اگر عشقت به خدا برسد، به همه کائنات رسیده است ولی اگر تنها به خودت برسد تو تنهایی، تنهای تنها».



احساس، صورتی از سایه آن عشق اصلی است. چون به خود ما می‌رسد. ما انسان‌ها با شرط یا پیش شرط یا با یک نوع قرارداد احساسی با شخصی ارتباط برقرار می‌کنیم تا آن نیازهای درونی و نیازهای روانی خود را تأمین کنیم که می‌تواند شامل سکس، ارتباطات شغلی، ارتباط خانوادگی، هنر، علم و... باشد. در حالی که عشق، بدون چشمداشت است، بدون انتظار پاداش؛ یعنی کسی که عاشق خداست منتظر چشمداشتی و پاداشی از خدا نیست، چون عشق فقط متعلق به خود خدا است.

سلطان عشق خودش است. به وجود آورنده اوست، در صدایش، در روح، در آگاهی الهی و... و همیشه به خودش برمی‌گردد. اگر ما عشقی از خود ساطع می‌کنیم و آن عشق باعث احساساتی در ما شده است، آن عشق متعلق به ما نیست و ما نمی‌توانیم از آن توقعی داشته باشیم، مالکش ما نیستیم. این امانتی است که به ما داده شده است و او هر وقت که بخواهد آن را پس می‌گیرد. پس دومین فیلتر قدرتمند بشر، احساس است که موج و ارائه عشق الهی یا همان روح است،

فلسفه زندگی
با عشق
پادشاه



روح (بخش پنجم)



آگاهی روح.

سومین فیلتر قدرتمند آگاهی بشر، خاطرات، حافظه و عادات او می باشد که به این عادات، سانسکارا نیز می گویند. خاطراتی که در ذهن ما باقی مانده است. همچنین عادات و الگوهای شکل گرفته در ذهن، چه عادات خوب چه عادات بد، چون روح صاحب و دارای عادات نیست و اصلاً نیازی ندارد به چیزی عادت کند ولی انسان دارای این فیلتر است. البته نه تنها انسان ها، بلکه تمامی مخلوقاتی که در جهان های تحتانی هستند دارای این فیلتر خاطرات و عادات هستند.

در جهان های درون بیشتر زندگی ها عادتت است. ما وقتی به جهان های اثری برویم ممکن است مشاهده کنیم که تعقل خیلی کم تأثیر داشته باشد. در آن جا خلاقیت احساسی و خلاقیت درونی حاکم است. همان طور که در این جهان فیزیکی عقل حاکم است. کسی که در جهان های اثری خلاقیت نداشته باشد مثل یک مُرده می ماند. به همین دلیل است که ارواح پس از مدتی زندگی در آن جا متناسخ می شوند.



پس سومین فیلتر، عادات، حافظه و خاطرات ما است که همیشه در ذهن می آیند و می روند، اما روح هیچ نوع حافظه و عادت ندارد، چون تمام اینها در بُعد زمان و مکان خلق می شوند، اما روح در بعد زمان و مکان نیست. در هستیت، در حالت، در حضور مطلق است.

در ورود به بخش احساسی که همان عواطف است، انسان اخلاق گرامی شود. اخلاقیات آن قدر عمیق می شود که تبدیل به عادت می شود. پس ما به صورت خودکار دارای عاداتی برای خویش می شویم، اما روح این گونه نیست. عادات در روابط کارمیک به وجود می آیند و آزادی را از روح می گیرند. این الگوهای عاداتی و الگوهای اخلاقی سبب می شود که انسان از لحاظ معنوی، هم آزادی خودش را بگیرد و هم آزادی دیگران را سلب کند.

این دلیل وضع قوانین کشوری در این سیاره است. هر کشوری قانون اساسی و مجلس قانون گذاری خاص خودش را دارد. این قوانین طبق این سه وضعیت عقل، احساس و عادت به وجود آمده اند.



استاد ریبازارتارز می گویند که در جایی که قوانین اجتماعی سخت گیرانه وجود دارد، نشان دهنده این است که معنویت در آنجا وجود ندارد. چرا؟ چون خلوص وجود ندارد. خلوص یکی از مواردی است که یک مهدیس یا واصل حلقه پنجم (واصل طبقه روح) با آن روبه رو می شود. در اینجا خداوند و استادان اک او را محک می زنند. در اینجا است که راه و مسیر خلوص، بسیار باریک می شود، ولی در عقل و احساس

فلسفه زندگی
با همسایه



روح (بخش پنجم)



خلوص نیست.

عقل و احساس نیازمندند، وابسته‌اند و درگیر ایگو هستند. استادانِ اک در این باره می‌گویند که، آگاهی انسانی یعنی عقل، احساس، خاطرات، ذهن و تفکرش، تماماً نفس انسان است. بعضی از اساتید اک آن‌قدر در تعلیماتشان سخت‌گیر هستند که درباره‌ی ایگوی نفس توضیحی نمی‌دهند. آنها می‌گویند که کل جهان‌های تحتانی از ایگو خلق شده است. آنان به شبدا (واصلین) رحم نمی‌کنند. اساتیدی چون سری شمس تبریزی و سری سقراط و... می‌گویند یا باید از ایگویت در این زندگی عبور کنی یا باید بروی در زندگی‌های بعدیت تا دوباره مورد تعلیم قرار بگیری.



این اساتید هیچ حرفی به شبدا نمی‌زنند. استادانی مانند سری مالاتی از همه سخت‌گیرتر هستند. ایشان جواب شبدایی را که در سطح آگاهی انسانی به دنبال معنویت است و از این طریق در پی تأمین اشتیاقات روانی شخصی‌اش می‌باشد را اصلاً نمی‌دهند. روش این اساتید این‌گونه است. آنها در این مورد بسیار سخت‌گیر و جدی هستند.

اما روش برخی دیگر از سفیران روح این است که به شبدا می‌گویند که چه باید بکند و چه تمرین یا تمریناتی انجام دهد. استادانی هم مانند سری فیثاغورث به قدری سخت‌گیر بوده‌اند که هنگامی که یک تازه‌وارد به ست‌سنگش می‌آمد، به او می‌گفتند که فعلاً باید برود و به مدت پنج سال در زیر زمین و تاریکی بنشیند. در طول این پنج سال، او حق سؤال کردن نداشت تا زمانی که بتواند جواب سؤالاتش را در درون پیدا کند.

دلیل سخت‌گیری ایشان به خاطر آگاهی انسانی شبدا است تا او بتواند ارتباطش را با استاد درون برقرار کند. آگاهی انسان، مخرب‌ترین و تحتانی‌ترین آگاهی‌ها می‌باشد. او نمی‌تواند آگاهی روح را به خودش جذب کند، در حالی که روح در وجود اوست و این به دلیل قوی بودن فیلتر آگاهی انسانی است. به همین دلیل استادان اک به انسان‌ها اعتماد نمی‌کنند، چون خودشان از این وضعیت عبور کرده‌اند. ایشان ماورای خوب و بد و ماورای مثبت و منفی، و ماورای ذات انسانی رفته‌اند، چون تمامی اینها از خویش کوچک به وجود آمده‌اند. به همین دلیل این اساتید بر خویش کوچک تأکید می‌کنند. عقل، احساسات، عادات، اخلاقیات و هر چیزی که ما می‌بینیم، ساخته‌ی همین خویش کوچک است که از ذهن کیهانی شکل گرفته است.

در شماره آینده مبحث فیلتر چهارم را خواهیم داشت.

برکت باشد

فلسفه زندگی را با
ماست



دوره های اک ویدیا (بخش چهارم)



در ادامه بررسی دوره های تولد در اک ویدیا، ماه چهارم یا آوریل (۱۲ فروردین تا ۱۰ اردیبهشت) می پردازیم:



دوره بعدی روزهای امید نام داد که ما به عنوان ابکیا؛ Ebkia، یا ماه عین الشمس می شناسیم. کسانی که تحت این دوره متولد می شوند، معمولاً قربانی عدم کنترل ذهنیات خود واقع می شوند که اغلب به صورتی افسارگسیخته و بی انضباط جلوه می کند. در دوران کودکی، اطرافیان اینها اغلب به این نتیجه می رسند که بهتر است نسبت به آنها بی اعتنایی کنند، زیرا که این دسته از کودکان استعداد فوق العاده ای از خود بروز می دهند، در این امر که آگاهند چه موقع می توانند اعمال زور کنند و چه موقعی نمی توانند.

کارمای منفی ابکیانها از مجرای استدلال منحصر به فردشان که بسیار گوناگون و قدرتمند است، به جهان بیرون راه می یابد. یک ابکیان، اگر از نظر معنوی رشد نکرده باشد، عجیب و غریب ترین روحيات را در مقابله با مشکلات متعدد و ارتباطش با دیگران از خود بروز می دهد. آنها در خوشایندها و ناخوشایندهایشان افراطی هستند، زیرا که جنس افکارشان از عاطفه است. در صورت احساس همدردی، به خاطر کمک به دیگران از همه چیز خود می گذرند؛ ولیکن اگر احساس ناخوشایندی کنند، در مقابلش ناخوشنودی های اسفباری را باعث می شوند. تا زمانی که تحت رهبری استاد درون واقع نشوند، ذهنیاتشان کاملاً آشفته است.

ابکیانها با زبانیها که دوره عقیق است، سازگاری زیادی دارند. این طور به نظر می آید که هر دوی اینها از یک نوع قابلیت و کیفیت های فردی بهره ور هستند و به این ترتیب، از نظر افکار و احساسات در جوار یکدیگر به راحتی به سر می برند. این البته بدان معنی نیست که آنها در امر ازدواج با یکدیگر بهتر از سایر دوره ها عمل می کنند ولیکن در صورتی که اراده کنند، می توانند تمام عمر با یکدیگر به خوبی سازش داشته باشند.



فرد اک ویدیا
با همت نام
پادشاه



دوره نهمی اک ویدیا (بخش چشم‌ساز)



مشکل اساسی دوره ابکیا برون‌ریزی شدید است و این برون‌ریزی از شدت عواطف آنان سرچشمه می‌گیرد.

متولدین دوره ابکیا به خاطر عدم تعادل احساسی که از کالبد اثیری آنان است، در تصمیمات و انتخاب‌های مهم زندگی صرفاً احساسی تصمیم می‌گیرند. این واکنش آنان باعث خروج کارمای منفی زیادی خواهد شد که باعث می‌شود ایشان انضباط و تعادل با مثبت را از دست بدهند.

متولدین دوره ابکیا به صورت عمومی می‌توانند اثرات مخربی را در اطراف زندگی خود به وجود آورند. چون بی‌نهایت حساس و ترسی درونی در آنان آشکار است. این مشکل اساسی از کارمای زندگی گذشته آنان است که در این دوره وارد زندگی و بافت کالبدی آنان شده است.



اما متولدین ابکیا با وجود تمامی مشکلاتی که دارند، در معنویت و تعالیم اک می‌توانند کالبدهای خود را متعادل کنند و توسط استاد درون تحت پرورشی قرار بگیرند که از عدم تعادل کالبدی که دارند در رشد معنوی بهره‌برداری کنند.



دوره ابکیا دوره طغیان و سرکوبی درون است. آنها اساساً بدون پرورش استاد درون، دچار تسریع در رشد کارمای منفی خواهد شد.

بیشتر کسانی که در این دوره متولد می‌شوند، ظاهری آرام اما درون بی‌قراری دارند که این باعث می‌شود که آنها به عنوان ابزاری برای ذهن قرار گیرند و طبق الگوی کارمای گذشته تقدیری خود عمل کنند.

متولدین دوره ابکیا در مسیر معنوی پیشرفت زیادی خواهند داشت، اما در صورتی که بتوانند از تعالیم استاد درون بهره ببرند.

برگشتناش

فست زنده اک
با هفت نام
ماه





درس های انزگورو (بخش نخست)



نوشتجاتی از آموزش های بدون موعظه گورو

چون نسیمی دلگشا می وزید، طبیعت خداوند را جلا می داد، گل ها را نوازش می کرد. به هر گذری می گذشت، آن جوهره حیات را با خود می فشاند.

او نمی دانست که خداوند، او را برکتی برای کائناتش گذاشته بود.

چون لطافت هوای بهاری بود، چون آب زلال و به مانند پروانه به یاد می آورم. در اولین ملاقات، گرمی خنده هایش، ترانه ای ازلی با خود داشت.

گویی تعلقش بدین جانب بود.

در میان دردها، در میان رنج ها، باز شادمانی را هدیه می کرد.

او گورو بود، اما متفاوت با شناخت یک گورو.

هیچ گاه موعظه ننمود، اما آنچه انجام می داد سراسر تعلیم کرداری بود. او درس هایش را بدون گفتار می آموخت.



درس اول

عشق خدا، فروتن می کند

بنا بود طبق تصمیم گیری های شورای فرزندان اک، جلسات حضوری را برگزار کنیم. بعد از تلاش های بسیار و کندوکاو به دنبال مکان، جایی را یافتیم و لازم بود به آنجا برویم و شرایط را مهیا کنیم و آماده سازی های اولیه را انجام دهیم.



گورو را آن جا برای اولین بار ملاقات نمودم، او از همه ما بزرگتر بود. ما هفت نفر بودیم که قرار بود مکان را آماده کنیم، از تمیزکاری گرفته تا نصب پرده و چیدمان صندلی ها، جارو زدن، شستشو و ...

هر کدام کاری انجام می دادیم؛ صندلی ها را

می چیدیم، دیوارها را با عکس اساتید مزین می کردیم و پرده ها را نصب می کردیم. غافل از کارهایی که هر کدام مشغول بودیم، ناگاه چشمم

فرزندان
ما

صفحه ۱۵



درس های انرگورو (بخش نخست)



به گورو افتاد که داشت کف سالن را جارو می زد. لباس هایش خاکی شده بود. بعد به آشپزخانه رفت و کف آنجا را هم جارو زد، سرویس بهداشتی و حمام را هم تمیز نمود. در حالی که من مشغول نصب پرده بودم، او همه تمیزکاری ها را انجام داد و مدام هم می خندید و می گفت: «چه مراسم خوبی خواهد شد».



اکنون حدود سه سالی از آن روز می گذرد. مادست به تمیز کاری نزدیم، جارو را دست نگرفتیم و لباس هایمان را خاکی نکردیم، شکایت و غر هم می زدیم.

اما اکنون فهمیدم آن روز گورو قلبش را جارو می زد تا پذیرای عشق گرم اک شود.

و این عشق او بود که او را فروتن نموده بود.

عشق باشد

فکر زدن اک
با همت نام
ما



استاد بارک



این وجودها و اساتید، در قلب جهان بودن، زندگی می کنند، اما این وضعیت از آگاهی است که افراد اندکی آن را فهمیده و درک می کنند. این وجودها همان سفیران روح هستند که در تعالیم بنی به نام اساتیدِ اک به ایشان اشاره شده است. این خوبان، اساتید معنوی اند و موجودیت دیگری ندارند. استفاده از کلمه کامل در مورد آنها تعبیری نسبی است. این واژه وقتی در چرخه ذهن بیفتد، دچار دوگانگی می شود و مقایسه را پیش می کشد. اما وضعیتی که تحت عنوان گاکو از آن یاد می شود همان کیفیت مطلق و در جهان روح مشتعل است. آنجا منزلگاه تمام اساتیدِ اک می باشد.

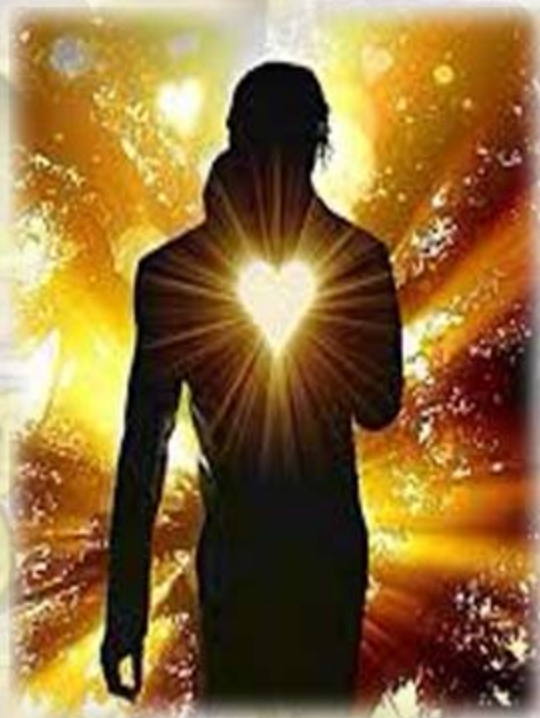
ثابت شده است که با احراز مقام استادی در اک، بر روح مقرر می شود که گاکو را انتهایی نیست و دامنه آن ناظر بر مراحل بالای رشد معنوی و حتی بسی فراتر از آن است.

اساتیدِ اک به همراه سایر وجودهای معنوی، حلقه ای سری و درونی را تشکیل می دهند. وجود ایشان بر عرفا و پیروان مکاتب اسرار در تمامی اعصار ثابت شده است. نظام های مذهبی مشرق زمین از دیرباز اساتیدِ اک و دانش شگرف آنها را شناسایی کرده اند و هستیت ایشان را کاملاً باور دارند.

صفات این اساتید به مانند جریان اک است؛ کمال محض یا آن چیزی است که از آن به عنوان سوگماد یاد می شود. این کمال به معنی بی عیب و نقص بودن کالبد فیزیکی نیست، بلکه در جوهره آتما یا روح قابل ادراک است. کالبد انسانی استاد با عملکرد و کارکرد صحیح او در صحت و سلامت باقی می ماند و تا هر زمان که لازم باشد در این جهان خاکی باقی خواهند ماند. حتی اگر لازم باشد صدها سال عمر می کند.

تمام اساتیدِ اک در خفا و در مکان های غیر قابل دسترس زندگی می کنند. حضور اینان کیهانی است. این اساتید در هر یک از طبقات و سیارات کیهان های خداوند حضور دارند. بخشی از وظیفه ایشان کمک به ارتقا بشریت است و یافتن رهروان مستعد و آموزش به آنها است. استاد ممکن است عمداً و از برای آموزش، مشکلاتی از قبیل بیماری، افسردگی، خشم و سایر احساسات را ایجاد کند که در هر شبدايي واکنش متفاوتی را ایجاد می کند. حتی برای شناساندن فروتنی، نجابت و فهماندن ادب و نزاکت به هم نوع، تنبیهاتی را برای شبدا در نظر می گیرند و ممکن است در همان حال با شبداي ديگر به نهایت مهربان و ملایم باشند. رفتار و سلوک او با هر شبدايي فردی است نه جمعی.

دانشمندان بررسی را از بیرون آغاز می کنند و قدم به قدم به مرکز چیزها نزدیک می شوند. استادانِ اک از درون هر چیز آغاز می کنند و همان مراتب را در جهت معکوس طی می کنند. آنها اسرار را می بینند، آن هم با چشمی حقیقی تر. یک استاد بارها و بارها به این جهان بر می گردد تا



فصل پنجم
نامت نامه



استادِ اِک



به سوگماد خدمت کنند.

یک استاد حقیقی برای فضایل اجتماعی و اخلاقیات این جهان اعتباری قائل نیست. استادِ اِک همیشه در معیار معنوی خداوند از افراد مقدس مذهبی دنیوی بالاتر است. اکثر ایشان استادانی بوده‌اند که مدت اقامتشان در این جهان به پایان رسیده است. بدین معنا که هر یک در زمان خود تجلی مستقیم خداوند بوده‌اند؛ همان مجرای الهی که خداوند به عنوان صدای خود جهت سخن گفتن با جهان‌های درونی‌اش مورد استفاده قرار می‌دهد. اساتیدِ اِک در عین حال هر یک دانا به اسرار بوده و قادر مطلق بوده و در همه جا حضور دارند.

استادِ اِک همیشه و همیشه خاطر نشان می‌سازد، هر کس پیرو کلامِ اِک می‌باشد، می‌تواند در وجد و نشاط یک زندگی جاوید به سر ببرد. هیچ مذهب یا استاد دیگری نمی‌تواند حقیقت را اعطا کند. ایشان در خدمت تمام روح‌ها در تمامی جهان‌های خداوند هستند. استادِ اِک برای تمامی روح‌ها می‌باشد، علیرغم اینکه آن موجود در کجا زندگی می‌کند، چه در جهنم و چه در اقیانوس عشق و رحمت سوگماد باشد. سفیر روح برای خداوند خدمت می‌کند. او خدمتگزار خدمتگزاران خداوند است، زیرا انتخاب شده است و شایسته این فرمان می‌باشد.



زندگی او چنان هدایت شده که حتی در جهان فیزیکی انتظار چیزی ندارد. در عوض به آنان که طلب می‌کنند، همیشه می‌بخشد. ولی وای به حال کسانی که از بخشندگی و تلاش‌های او در این مسیر سوءاستفاده می‌کنند. اینها پیروان دروغین هستند و خواستار چیزهای مادی زندگی هستند. انگل‌هایی که قصدشان تغذیه از جریانِ اِک است.



استادِ اِک در موقعیت متعادل قرار گرفته است که انتظار می‌رود از نیروی خداوندی، آثارِ اِک و شبداهایی که توجه خود را به اِک معطوف داشته‌اند، دفاع کند. هنگامی که موقعیت استادِ اِک توسط شورش و ناراضایتی پیروانش در اِک مورد حمله قرار گیرد، او از خود دفاع خواهد کرد البته نه به روشی که انتظار می‌رود بلکه به روشی که معدودی می‌توانند تشخیص دهند.

ملاک تشخیص یک استاد یا معلم واقعی چیست؟

ابتدا باید به روند زندگی او توجه کنیم.

اولین سؤال این است: او چه کاری برای اِک انجام داده است؟

فلسفه زندگی اِک
با هفت نام



آیا زندگی او نشانه‌های مشخصی را دارد؟

اگر تنها سخنان حکیمانه کسی ما را تحت تأثیر قرار می‌دهد و او را استاد یا معلم یا مبلغ بدانیم، اشتباه می‌کنیم. کسی که در زندگی‌اش، از خودگذشتگی مشهود نیست، تمامی سخنان به ظاهر قدرتمند او، از نفس خودپرست او است، عموماً چنین افرادی در این سیاره بسیار هستند، اما ما باید هوشیار باشیم. یک استاد واقعی، شبدا را به خود جذب نمی‌کند بلکه سعی می‌کند در پشت او قرار بگیرد و شبدا را به سمت خدا همسو کند.



زمانی که زندگی استادان را مرور می‌کنیم، آنها همه آنچه که داشته‌اند تقدیم‌یک نموده‌اند. در طول تاریخ شکنجه، زندانی و به دار آویخته شده‌اند یا بیشتر زندگی آنان در رنج‌های دنیا سپری شده است.

پس هنگامی که در مقابل یک استاد‌یک قرار می‌گیریم، باید مراقب باشیم او را با باورهای ذهنیمان مقایسه نکنیم. قدرت‌یک چنان نامحسوس از وجود او عمل می‌کند که تو توانایی تشخیص آن را نداری.

در مقابل، مبلغین مذهبی و استادان دیگر از وجات الهی صحبت می‌کنند و به خود نسبت می‌دهند. آنها در جستجوی قدسیتی هستند که فاقد آن هستند.

شاخص‌گرایی بلای ذهن بیمار بشر است. بیشتر این مبلغین در جستجوی جلب توجه دیگران هستند و برای این جلب توجه، همه کار می‌کنند. در مقابل یک گورو خویش را تبلیغ نمی‌کند. او به معلم گوش فرا داده است و آنچه که از او آموخته است به کار گرفته است. افلاطون روحی بود که روح تعالیم سقراط را جهانی کرد. او گورویی بود که نمونه بارزی از تسلیم به استاد خویش بود. اگر می‌خواهی تسلیم را بیاموزی در پناه ردای یک گورو بنشین و به او گوش کن.

او هنر تسلیم را به تو می‌آموزد.

استاد‌یک خود را منبع‌یک نمی‌نامد، چون می‌داند منبع تمامی حیات از نور و صوت خداوند است که ما آن را بنی، یک یا روح مقدس می‌نامیم. طبیعی است تمامی منابع، کتاب، دیسکورس و آثاری که از تعالیم نور و صوت استفاده می‌کنند، تحت عناوین مختلف بدون وصل به بنی و نور و صدای خداوند ارزنی نمی‌ارزد؛ چون تمامی آنچه که در نوشتجات و گفتارهای استادان مختلف و افرادی که از تعالیم نور و صوت استفاده می‌کنند، آغشته به انرژی پرانا است در حالی که بنی، پرانا نیست.

بلکه آگاهی عمیق خداوند است.

برکت باشد



تجربہ برکت

رؤیا



در وضعیت رؤیا با معلم کمال نشسته بودیم (البته استاد درون بودند با کالبد معلم).

معلم روی تخت نشسته و با کنترل تلویزیون مشغول تعویض کانال‌ها بودند. با خودم گفتم: «خوب شد فرصت دوباره گیر آوردم که با معلم صحبت کنم».

در همان لحظه معلم گفت: «تو پیشرفت خیلی بهتری نسبت به بقیه داری».

تعجب کردم و گفتم: «چطور؟».

معلم گفت که این یک احتمال است.

بعد از آن یاد سؤال خودم در گزارش ماهانه به مهدیس افتادم که احتمالاً جوابش این است.

معلم دوباره شروع به صحبت کرد و چهار یا پنج تا اسم را شمردند و گفتند: «این مراحل را باید بگذرونی»، بعد هم

حلقه‌ای که در دستانشان بود، درآمد و افتاد. حلقه به سمت پنجره لغزید ولی ایشان آن را زود پیدا کردند.



در ذهنم فکر می‌کردم که این مراحلی که معلم گفتند خیلی سخت و دشوار می‌باشد که معلم مجدداً روی تخت دراز کشیدند و دوباره شروع به صحبت کردند.

من هم طرف دیگر تخت نشستم تا معلم را بهتر ببینم. می‌خواستم گوش بدهم که صدایشان رفته رفته ضعیف شد و من دیگر اصلاً صدا را نمی‌شنیدم و متوجه حرفایشان نمی‌شدم...

بعد این تجربه، فوراً پا شدم و این رویا را در دفترم نوشتم تا از حافظه‌ام نپرد. از چهار، پنج تا اسم، فقط یکی یادم مونده بود، ولی آن هم عالی بود.

برکت باشد

فکر زید برکت
راهنمای نام

صفحه ۲۰



طب سنتی پارس



تاریخچه طب سنتی: طب‌های سنتی تنها روش درمانی است که بر پایه مزاج‌شناسی استوار است. در اوایل تاریخ بشر، زمانی که نوشتاری وجود نداشت، تجربیات به صورت سینه‌سینه انتقال پیدا می‌کرد. کم‌کم کسانی که به این موضوع علاقه‌مند شدند و به جمع‌آوری این اطلاعات و تحقیق و گسترش آن روی آوردند. به این صورت نخستین مجموعه‌ها در طب شکل گرفت.

مردم سرزمین‌های چین و ژاپن معتقدند که پزشکی در آن کشورها سابقه چند هزار ساله دارد و سه هزار سال قبل از میلاد مسیح باغ‌های پرورش گیاهان دارویی در آن جا وجود داشته است. قس دوهاله در کتاب خود در خصوص پزشکان چینی مطالبی را آورده و معتقد است که اروپایی‌ها مبحث نبض را از کتاب‌های چینی استفاده کرده‌اند.



در هند نیز پزشکی سابقه دیرینه دارد. بقراط از ادویه‌های هندی استفاده‌های زیادی کرده است. پزشکی در ایران نیز سابقه چندین هزار ساله دارد و به چهار قرن قبل از میلاد مسیح برمی‌گردد. اصول و ریشه‌های پزشکی ایران در کتاب‌های اوستا و زند ذکر شده است. اما در بین مردمان اسرائیل پزشکی به دست رجال دینی سپرده شده بود. یهودیان مرض و بیماری را یک عقوبت الهی و در بعضی موارد بیماری را نتیجه ورود شیطان به بدن بیمار می‌دانستند و برای سلامتی او از دعا، طلسم، سحر و جادو استفاده می‌کردند.

در کلد، آشور و بابل، مباحث پزشکی تأثیر گرفته از پزشکی مصر بود. هرودوت می‌گوید که سنت نشان دادن بیماران به

اهالی شهر جهت استفاده از تجربیات افراد دیگر در این شهرها وجود داشته است. وجود یک دایره‌المعارف ۴۲ جلدی در مصر که شش جلد آن اختصاص به پزشکی داشته است، نشان می‌دهد که مصریان از مدعیان اولیه پزشکی در تاریخ هستند. به عقیده مصریان، هر مس، تمامی علوم از جمله پزشکی را به وسیله وحی دریافت کرده است. همه اطباء مصری را کاهنان تشکیل می‌دادند، چون روحانیت دینی در مصر تسلط داشت و طبیبان نیز از آن گروه بودند.

به طور کلی می‌توان گفت که اکثر تمدن‌های کهن دارای یک نوع طب سنتی بوده‌اند که بعضی از انواع آن اکنون نیز توسط این جوامع استفاده می‌شود. معروف‌ترین انواع طب سنتی که در جامعه امروزی کاربرد فراوانی دارد، شامل آیورودا (طب سنتی هندی)، طب سنتی چینی و طب سنتی پارسی می‌باشد که در این مقاله به بررسی بیشتر نوع آخر می‌پردازیم.



فست‌زنگنه
با هم نام



طب سنتی ایرانی



مزاج شناسی: مزاج یا طبع که به عنوان مزاج شناسی هم شناخته می شود، واژه و اصطلاحی است که در طب سنتی که سیستمی از پزشکی بود که جزئیات یک ترکیب فرضی و عملکرد بدن انسان را شرح می داد و توسط پزشکان و فیلسوفان یونان باستان و روم باستان اتخاذ شده بود. دانش مزاج را عامه مردم به گرمی و سردی می شناسند. تغییر مزاج به سبب تغذیه، روش زندگی، اقلیم، سن، شغل، رفتار و... باعث خروج مزاج فرد از اعتدال شده و علائم آن در شخص بروز می کند.

در کتاب ذخیره خوارزمشاهی، مبحثی وجود دارد: از ترکیب عناصر چهارگانه که شامل (آب، باد، خاک و آتش) که در بدن پیدا می شود و دارای نه قسمت است، در قدیم معتقد بودند که مزاج ها از واکنش متقابل این عناصر چهارگانه متضاد بوجود می آیند. در اواخر قرن نوزدهم میلادی، دانشمند و محقق فرانسوی (دشامبر) در دایرةالمعارف صد جلدی پزشکی، مقاله مفصلی تحت عنوان مزاج نوشت.



او در این مقاله فقط از مزاج های دموی، بلغمی، صفراوی، سودایی، را که فهمیدن آن آسان تر بوده است را مورد بحث قرار داده و در خصوص مزاج های گرم و سرد، تر و خشک که فهمیدن و تفسیر آنها مشکل تر بوده است، چیزی ننوشته بود. در واقع او موضوعی را که اساس طب قدیم بر آن استوار است را مسکوت گذاشته است. ابن سینا، دانشمند ایرانی هم در کتاب قانون پزشکی، که بر مبنای پزشکی سنتی قرون وسطی و نظریه مزاج شناسی از طب یونانی - رومی است نوشته شده، مزاج شناسی را پذیرفته است.



پس در واقع مزاج شناسی جایگاه واقعی جسم انسان در ساختار جهان خلقت است و موافق سازی آن با حرکت خلقت می باشد. هرگاه حرکت جسم انسان با جهان سازگار و همسان شد تعادل پدید می آید. پس در ابتدا شناختی از عناصر چهارگانه باید داشته باشیم.

خونی که در رگ ها جریان دارد از نتیجه هضم غذا ایجاد می شود و در معده، تحت تأثیرات خاصی قرار می گیرد تا به شکل خون در می آید. خون حامل اصلی مزاج است و هر چهار ماده را در بر دارد: سردی، تری، خشکی و گرمی. به هر یک از این مواد، خلط گفته می شود که غلظت هر کدام در افراد متفاوت است و باعث به وجود آمدن مزاج می شود.

برای شناخت مزاج ابتدا باید عناصر چهارگانه را بشناسیم که شامل: آب، باد، خاک و آتش هستند. از دیدگاه طب سنتی، عوامل تشکیل دهنده جهان خلقت و بدن انسان، چهار عنصر اصلی می باشد که غیر قابل تقسیم به اجسام مختلف دیگر است که به آنها ارکان گفته می شود که

بافت نام
فرد زنده ارکان



طب سنتی پارس

عبارتند از: هوا، آتش، خاک و آب.



آتش: جسمی بسیط و سبک است و جایگاهش به علت نهایت سبکی، بالای همه ارکان است و آن را سبک مطلق می گویند و وظیفه اش ایجاد لطافت، سبکی و کاهش شدت سردی است. طبع آن گرم و خشک است. موجودی که عنصر آتش آن زیاد است، حرکتش بیشتر است.

هوا: جسمی بسیط است و جایگاهش به علت سبکی بر فراز آب است ولی چون از آتش سنگین تر است آن را سبک نسبی می گویند. منفعتش آن است که به خاطر امتزاج آن با دیگر ارکان، ایجاد سبکی، تخلخل و گشادگی می کند و به لطافت می افزاید. طبع آن گرم و تر است.

آب: جسمی بسیط و یکسان است و جایگاهش گرداگرد زمین است. از هوا سنگین تر و از خاک سبک تر است، به همین دلیل آن را سنگین نسبی می گویند. آسان پراکنده می شود و سریع شکل می گیرد و همه نقش ها را می پذیرد ولی نگه نمی دارد. عناصر دیگر توسط آب خاصیت شکل پذیری می یابند. طبع آن سرد و تر است.

خاک: جسمی یکسان که جایگاهش محل فرود و سکون دیگر ارکان است. از همه ارکان دیگر سنگین تر است، به همین دلیل آن را سنگین مطلق می گویند. منفعتش در موجودات این است که باعث پایداری و حفظ اشکال می شود. طبع آن سرد و خشک است.

از واکنش این چهار عنصر، دو نتیجه حاصل می شود که شامل مزاج معتدل و مزاج نامعادل است. همچنین گرمی، سردی، تری و خشکی مزاج حاصل قوای اولیه عناصر است. مزاج گرم از آتش، مزاج سرد از خاک، مزاج تر از آب و مزاج خشک از باد می باشد.

اما مزاج چیست؟ مزاج همان طبع است. گرمی، سردی، تری و خشکی را مزاج گویند و در طب سنتی انسان ها یا دارای مزاج معتدل هستند یا مزاج نامعادل.



مزاج معتدل: کیفیت بدن و اندامی است که در آن عناصر در هم آمیخته و از لحاظ کیفی و کمی با سهم متناسبی قرار دارند که مزاج نیازمند آن است. علائم فرد

فرد زنده ارکان
با هم نامعادل
است



طب سنی پیر



معتدل مزاج را می توان اعتدال در گرمی و سردی، خشکی و تری، نرمی و سختی، سفیدی و سرخی، فربه ای و لاغری با کمی گرایش به فربه ای دانست. به طور کلی اشخاصی که مزاج معتدل دارند سراسر وجودشان اعتدال دارد.

مزاج نامعتدل: مزاجی که به یکی از ارکان گرایش بیشتری داشته باشد. اول مزاج نامعتدل مفرد که گرم، سرد، خشک یا تر است. دوم مزاج نامعتدل مرکب که گرم و خشک (صفرا)، گرم و تر (دم)، سرد و تر (بلغم) یا سرد و خشک (سودا) است.

روش تشخیص مزاج ها: در کتاب قانون طب متعلق به ابن سینا، او درباره مزاج های گرم و سرد می نویسد که مزاج ها را از ده را می توان شناخت که شامل لمس، چاقی و لاغری، رنگ پوست، معاینه مو، شکل اعضا، سرعت انفعال اعضا، خواب و بیداری، افعال، دفع فضولات و کارها و رفتارهای نفسانی می باشد.

مزاج و فصول سال

بهار، گرم و تر است. در این فصل غلبه مزاج خونی زیاد اتفاق می افتد. تغییرات کیفی خون در این فصل کاملاً ظاهر می شود.



تابستان، گرم و خشک است. مزاج صفرا است. از علائم این مزاج، تشنگی است.

پاییز، سرد و خشک است. به مزاج سودا نزدیک است. خشکی پوست از علائم این فصل است.

زمستان، سرد و تر است. غلبه بر بلغم در این فصل زیاد بروز می کند. کندی هضم و بیماری سرماخوردگی در این فصل زیاد است.

مزاج جنسیت: مزاج مردان در مقایسه با مزاج زنان بیشتر گرم و خشک است، در نتیجه نیروی مردان در انجام کارها بیشتر از زنان است.

مزاج زنان در مقایسه با مردان سرد و مرطوب تر است.

مزاج مکان های جغرافیا: ایران در جنوب غربی آسیا در منطقه ای معتدل واقع است که پس از ساکنین خط استوا، معتدل ترین الگوی مزاجی را دارند.

مزاج مناطق مختلف در ایران: مزاج مناطق کوهستانی، سرد و خشک است.

فصل زمستان
با هم نام
بانه



طب سنتی پارس



مزاج حاشیة دریای مازندران، سرد و تر است.

مزاج در طول سال‌های عمر

سن رشد (۰ تا ۲۰ سالگی) مزاج گرم و

تر (دم) دارد.

سن جوانی (۲۰ تا ۴۰ سالگی) مزاج

گرم و خشک (صفرا) دارد.

سن میان‌سالی (۴۰ تا ۶۰ سالگی) مزاج

سرد و خشک (سودا) دارد.

سن پیری (۶۰ سالگی به بعد) مزاج سرد و تر

(بلغم) دارد.

برای بررسی بیشتر مزاج، یک طبیب سنتی باید ویژگی‌های چهار مزاج در افراد را نیز بشناسد که شامل: ویژگی‌های مزاج صفرا (گرم و خشک)، ویژگی‌های مزاج سودا (سرد و خشک)، ویژگی‌های مزاج دم و ویژگی‌های مزاج بلغم می‌باشد.

همچنین دانستن غلبه مزاج مهم است و شامل: ویژگی‌های غلبه مزاج صفرا (گرم و خشک)، ویژگی‌های غلبه مزاج سودا (سرد و خشک)، ویژگی‌های غلبه مزاج دم (گرم و تر) و ویژگی‌های غلبه مزاج بلغم (سرد و تر) است.

دلایل سوءمزاج نیز باید توسط طبیب سنتی بررسی گردد که شامل: دلایل سوءمزاج گرم، سرد، خشک، رطوبت و مرکب می‌باشد.

طبیب، مزاج را در اندام‌ها نیز پیگیری و تحلیل می‌کند که شامل: مزاج مغز، قلب،

کبد، معده و چشم است و همچنین علائم غلبه مزاج در اعضای بدن مهم می‌باشد که خود شامل: علائم غلبه مزاج‌ها در چشم، دندان، پوست و لب می‌باشد.

برای این که یک فرد تغذیه مناسبی داشته باشد، حتماً باید از نوع مزاج خود و محیط جغرافیایی که در آن زندگی می‌کند اطلاع داشته باشد. همچنین با طبیعت مواد غذایی از نظر سردی، گرمی،

رطوبت و خشکی آشنایی داشته باشد. در غیر این صورت اگر از بهترین و گران‌ترین

بازماندگان



طبی سنی پیرسی



مواد غذایی هم استفاده کند، برای او مفید نخواهد بود.

در بعضی مزاج‌ها، خوردن یک غذای نامناسب می‌تواند مشکلات بسیاری را ایجاد کند. برای مثال برخی افراد حتی با خوردن یک خرما بدنشان جوش می‌زند. حتی ممکن است غذای ناسازگار با مزاج فرد، موجب تغییر در خواب، حالات عصبی، فراموشی، مشکل در هضم غذا و دفع آن، ناراحتی‌های پوستی و... در فرد شود. پس برای جلوگیری از بروز چنین مشکلاتی باید مزاج خود را بشناسید و غذای مناسب با مزاجتان را میل کنید.



اهمیت شناخت طبع‌ها به اندازه‌ای است که والدین می‌توانند مشکلات احتمالی فرزندشان را با توجه به آن، درمان کنند. برای نمونه پر خاشگری، عصبی بودن و بی‌حوصلگی کودک، به علت افزایش گرما و خشکی در بدن او و تنبل یا ترس بودن کودک به علت افزایش سردی و خشکی در بدن او می‌باشد که با حفظ تعادل طبع، می‌توانید به رفع این مشکلات کمک نمایید.



فست زنده است
با همه نام
ما

صفحه ۲۶



درس از مولانا



درخت بی برگ

دانایی به رمز داستانی می‌گفت: «در هندوستان درختی است که هر کس از میوه‌اش بخورد، پیر نمی‌شود و نمی‌میرد». پادشاه این سخن را شنید و عاشق آن میوه شد. یکی از کاردانان دربار را به هندوستان فرستاد تا آن میوه را پیدا کند و بیاورد.



قاصدی دانا ز دیوان ادب سوی هندوستان روان کرد از طلب آن فرستاده. سال‌ها در هند جستجو کرد. شهر و جزیره‌ای نماند که نرود. از مردم نشانی آن درخت را می‌پرسید، مسخره‌اش می‌کردند. می‌گفتند: «دیوانه است». او را به بازی می‌گرفتند. بعضی می‌گفتند: «تو آدم

دانایی هستی، در این جست و جورازی پنهان است». به او نشانی غلط می‌دادند. از هر کسی چیزی می‌شنید. شاه برای او مال و پول می‌فرستاد و او سال‌ها جست‌وجو کرد.

هر که را پرسید، گردش می‌بخشند
کین کسی جوید مگر بنوبند

پس از سختی‌های بسیار، ناامید به ایران برگشت. در راه می‌گریست و ناامید می‌رفت، تا در شهری به شیخ دانایی رسید. پیش شیخ رفت و گریه کرد و کمک

فرستاد

ماهنامه

صفحه ۲۷



درس از مولانا



خواست. شیخ پرسید: «دنبال چه می‌گردی؟ چرا ناامید شده‌ای؟».

رفت پیش شیخ با چشم پر آب

اشک می‌بارید مانند سحاب



فرستاده شاه گفت: «شاهنشاه مرا انتخاب کرد
تا درخت کمیابی را پیدا کنم که میوه آن آب حیات
است و جاودانگی می‌بخشد. سال‌ها جستجو و نیافتم. جز
تمسخر و طعن مردم چیزی حاصل نشد. شیخ خندید و گفت: «ای مرد پاک دل! آن درخت،
درخت علم است در دل انسان.»

شیخ خندید و بگفتش ای سلم
این درخت علم باشد در علم

درخت بلند و عجیب و گسترده دانش، آب حیات و جاودانگی است. تو اشتباه رفته‌ای،
زیرا به دنبال صورت هستی نه معنی. آن معنای بزرگ (علم) نام‌های بسیار دارد. گاه نامش
درخت است و گاه آفتاب، گاه دریا و گاه ابر. علم صدها هزار آثار و نشان دارد، کمترین اثر
آن عمر جاودانه است. علم و معرفت یک چیز است، یک فرد است، با نام‌ها و نشانه‌های
بسیار. مانند پدر تو که نام‌های زیاد دارد: برای تو پدر است، برای پدرش، پسر است. برای
یکی دشمن است، برای یکی دوست است. صدها اثر و نام دارد ولی

فرد ز یاد است
با هم نام

صفحه ۲۸



درس از مولانا



یک شخص است.

تو به صورت رفته ای اجنبی
زان رخ شاخ معنی اجنبی بارو بر

هر که به نام و اثر نظر داشته باشد، مثل تو ناامید می ماند و همیشه در جدایی و پراکندگی خاطر و تفرقه است. تو نام درخت را گرفته ای، نه راز درخت را. نام را رها کن، به کیفیت و معنی و صفات بنگر تا به ذات حقیقت برسی. همه اختلافها و نزاعها از نام آغاز می شود. در دریای معنی، آرامش و اتحاد است.

دگر از نام و بس کرد صفات
تا صفات ره نماید سوی ذات
اختلاف خلق از نام اوفت
چون به معنی رفت آرام اوفت

ببین کن فنم از
مثنوی معنوی

فهرست از کتاب
ماهنامه
ماهنامه

صفحه ۲۹

برنام بنی

نشریه **هامسا ماهنامه فرزندان اک** متعلق به بنیاد بنی فرزندان اک می باشد. این مؤسسه در کالیفرنیا آمریکا و چند کشور دیگر به صورت رسمی ثبت شده و دارای مجوز فعالیت می باشد. تمامی حقوق معنوی و مادی آثار فرزندان اک اعم از ترجمه کتاب سخنرانی و کتاب نوشته شده، مقالات، ست سنگ ها و کارگاه ها متعلق به اک (بنی) و بنیاد بنی فرزندان اک، از جمله کتاب های نوشته شده توسط بنیان گذار مؤسسه و متعلق به فرزندان اک است. بنابراین هر نوع استفاده از این آثار بدون هماهنگی با تیم مدیریت بنیاد بنی، تخلف معنوی محسوب شده و پیگیری خواهد شد.

مطالب این شماره نشریه برگرفته شده از مقاله ها و ست سنگ های اصلین برتر، مهدیس ها و آراها تاهای مجموعه بنیاد بنی، تجارب فرزندان، کتاب های اک، سایت های ویکی پدیا و خبری می باشد. این مطالب توسط تیم نشریه جمع آوری، ویرایش و به مقاله بدل گشته است.

افزون بر آن، مقاله ها و مطالب دیگر بر مبنای تحقیقات و دریافت های فرزندان اک و توسط ایشان تهیه شده است. ضمناً بعضی از تصاویر استفاده شده در مقالات توسط فرزندان اک طراحی و ترسیم شده است.

در صورتیکه که مایل هستید تجارب معنوی شما هم در شماره های بعدی نشر گردد، تجارب ارزشمند خود را به کاربری روابط عمومی در پیام رسان تلگرام ارسال بفرمایید. ضمناً چنانچه شعر، مقاله و یا مطلبی مرتبط با اک و یا مرتبط با مطالب نشریه، توسط شما تهیه شده است و مایل به انتشار آن در نشریه هستید، می توانید آنها را به همین کاربری ارسال فرمایید

همچنین می توانید نظرات و انتقادات خود را با ما از طریق همین کاربری یا ایمیل موسسه مطرح بفرمایید و یا برای آشنایی بیشتر با تعالیم بنی (اک)، ما را در وبسایت و صفحات شبکه های اجتماعی همراهی فرمایید.

وبسایت بنی : www.Bani-foundation.com

وبسایت کی اونکار : www.Ki-onkar.com

روابط عمومی : [T.me/Bani_Pr](https://t.me/Bani_Pr)

ایمیل روابط عمومی : Banifoundation.pr@gmail.com

لینک کانال های مجموعه : <https://linktr.ee/banifoundation>

برکت باشد

