

پاسا

فرزندان کاک
ماهنامه

شماره پنجاه و یکم
مهرماه ۱۴۰۲



پایه دهم

فهرست مطالب

فیزیک اول

- ۳ روز تولد روح
- ۷ فلسفه پیدایش سحر و جادو
- ۱۲ معمای اک ویدیا
- ۱۵ کاهش وزن اصولی
- ۲۰ دانش معنوی
- ۲۳ درخت تنها
- ۲۷ گزیده‌ای از شراب ناب

شماره پنجاه و یکم

مهرماه ۱۴۰۲



روز تولد روح



بیلیون‌ها سال پیش، هستیت در پشت تاریکی آرمیده بود. خداوند بر تخت زرینش دراز کشیده بود و در خواب خوش بهشتی، خرامیده بود. کائنات و جهان‌هایی وجود نداشت و هیچ مخلوق و ذره، در بُعد موجودیت هستی نداشت.



خداوند در خواب غلطی خورد و تخت زرینش، او را بیدار کرد. نگاهی به تاریکی عمیق خارج از خود کرد. گفت:

«بهتر است قبل از خواب بهشتی‌ام، هستی‌ام را نمایان کنم.»

بنابراین خداوند تنها گفت:

«سایا سایا ام ساایا (من هستم).»

او با این کلمات، روح را خلق نمود و روح، از زهدان آگاهی او متولد شد.



روح را بر تخت شاهی‌اش قرار داد و گفت:

«فرزندم، تو آزادی که بدون من کائنات و جهان‌های مرا خلق کنی و حاکم آن باشی.»

روح شاد شد و بال‌های خدای‌گونه‌اش را باز نمود و به عمق تاریکی وارد شد. او ترانه می‌خواند و شاد بود و با هر بالی که می‌زد، از نور و صدای آسمانی‌اش جهان‌ها را خلق نمود.

فهرست مطالب
پایان





روز تولد روح



آن روز را بعدها استادان اک، ۲۲ اکتبر نامیدند. روز خلق تمامی کیهان‌ها و روز تولد روح و ورود آگاهی ازلی خداوند که اک مقدس می‌نامیم. ما به عنوان شبدهای اک هر سال در ۲۲ اکتبر، می‌باید یک بازبینی عمیق نسبت به روند معنوی که در پیش داریم، داشته باشیم و اک همیشه این فرصت را به ما می‌دهد. ما ممکن است خطاها و اشتباهات زیادی داشته باشیم، ولی همین اشتباهات و خطاها، خودش اهرمی برای رشد ما است.



در اک هیچ نوع محدودیتی نیست و اک طریق عشق است و عشق خداوند همیشه این فرصت را به روح می‌دهد تا آغازی جدید برای خودش مطابق با قانون جیوان موکتی یا «آزادی معنوی» و قانون کبیر یا «بهاکتی» بیافریند. اگر اندکی به گذشته نگاه کنیم در طی این چند سال جویندگان معنوی نه تنها جویندگان اک، بلکه همه انسان‌هایی که جوینده‌ی مسیری معنوی هستند، یک نوع توسعه در ساختار آگاهی آنان قابل مشاهده است.

فهرست مطالب





روز تولد روح



انسان شاید سخنی از معنویت بر زبان نیاورد، ولی آن مسیری که انسان کنونی دارد پیش می‌رود خیلی متفاوت با گذشته است. زیرا بسیاری از باورهای دگم معنوی‌اش را کنار گذاشته است و از مرحله‌ی خیلی تعصبات بی‌موردی که قبلاً بر روی دوشش بود، گذر کرده است و این از لحاظ آگاهی جمعی پیشرفت خوبی است. منتها این به این معنی نیست که قرار است همه وارد اک یا پیرو اک شوند. شاید یک نفر به خدا اعتقاد نداشته باشد. این مهم نیست، بلکه منظور از آگاهی جمعی که صحبتش را می‌کنیم، در کل پوسته‌ی آن اعتقادات خرافی و تعصباتی است که ما در گذشته شاهدش بودیم. آن پوسته شکسته شده و انسان وارد یک نوع آگاهی جدید در این عصر شده است.

هر سال معنوی که آغاز می‌شود ارتعاشات خاص خود را دارد و در رابطه با آن ارتعاشات نیز همه‌ی ما حال و هوای مختص روحی خود را تجربه خواهیم کرد. فرقی نمی‌کند اکیست یا چلا یا پیرو اک، در هر جایگاهی که باشیم، همگی یک پیوند به نام نور و صوت خداوند داریم. حال تعدادی به سری وه کا نزدیک هستند یا تعدادی به هارولد و یا سودارسینگ و.... فرقی نمی‌کند. ما همه پیرو اک و در اصل از جوهره به هم متصل هستیم.



فهرست مطالب





روز تولد روح



هنگامی که یک پیرو اک با نور و صوت ارتباط برقرار می‌کند، آرام آرام مشاهده می‌کند که همه چیز محو می‌شود و هیچ چیزی باقی نمی‌ماند، به جز نور و صوت خداوند که ما توسط آن، اسرار وجودی خودمان را از طریق تجربیات درونی، همت، تلاش و خویش انضباطی که داریم، باید در دو مرحله‌ی خودشناسی و خداشناسی بتوانیم کسب کنیم.



سال‌های معنوی اک، سال‌های فرصت‌های ما است. شروع این سال‌ها که از ۲۲ اکتبر است، باید برای آن اهمیت زیادی قائل شویم، زیرا هر سال ورود ارتعاشات اک در این سیاره تازه می‌شود و تجدید حیات پیدا می‌کند. سال جدید برای ما نمی‌تواند مانند سال گذشته باشد، زیرا هر سال ارتعاشات آن متفاوت است و اک روش خودش را برای هدایت و بازگشت روح تغییر می‌دهد. این است که اگر ما می‌خواهیم طریق اک را واقعاً ادامه بدهیم، اولین شرطش این است که با نور و صوت خداوند وحدت حاصل کنیم و بتوانیم خودمان را متصل کنیم به آن جوهره‌ی حیات اصلی که همه شخصیت‌ها، مقام‌ها و آگاهی‌ها را در خودش ذوب و محو می‌کند. پیشاپیش سال جدید معنوی را به همه‌ی شیداها و پیروان اک تبریک می‌گوییم.

نویسنده: کاتب

فهرست مطالب
کاتب



صفحه ۶



فلسفه پیدایش سحر و جادو (بخش اول)



جادو به معنای فریب و نیرنگ، و جادوگر به معنای شخصی است افسونکار و نیرنگ باز که با اعمال، روشها و فنونی که دارد، دیگران را کنترل می‌کند و این باور را در اذهان انسانها القا می‌کند که می‌تواند طبیعت و شرایط طبیعی و حتی محیط زیست را دگرگون کند.

از نظر یونانیان آنها خردمندانی بودند که توانایی انجام هر کاری را داشتند، اما به مرور زمان، این واژه در عربی به صورت مجوس و در زبانهای دیگر به واژه‌های مختلف تبدیل شد. اما واژه‌ای که یونانیان و دیگر مردمان به مغها اطلاق کردند به معنای سحر بود که بعدها بدین صورت به زبانهای دیگر به معنی جادو راه یافت.

واژه‌ی «Magic» که در زبانهای اروپایی و کشورهای مختلف به معنای جادو بکار رفته، از واژه‌ی یونانی «Mageia» به معنای جادو یا فن جادوگری گرفته شده است. همه‌ی آنها از کلمه‌ی «Magoi» یا مغان گرفته شده که گفته شده نام قبیله‌ای از مادهای پیرو زرتشت بوده است که هرگز حاضر نشدند از عقاید و ایمان خود دست بردارند.

فلسفه پیدایش سحر و جادو
با هم





فلسفه پیدایش سحر و جادو (بخش اول)



سحر به معنای جذب است، یعنی اشخاصی که جاذبه و توانایی درونی بسیار بالایی دارند.

سحر نوعی نیروی خارق العاده‌ی درونی است که در نتیجه‌ی ارتباط روح الهی با روح است، نه خویش انسانی فرد.

واژه‌ی سحر که در فارسی زردشتی و فارسی مانوی بسیار بکار رفته است، ریشه‌ی سانسکریت دارد و در زبان هندو نیز کاربرد دارد.

ریشه‌ی اوستا از مغان‌ها است و مغان از تعالیم استاد راما، استاد اک، به وجود آمد. مغان‌ها در هندوستان نیز وجود دارند و شناخته شده هستند، چون در آنجا تعالیم استاد راما گسترش پیدا کرد، اما به مرور زمان به مذهب تبدیل شد و جنبه‌ی تقدس و خرافات به خود گرفت.

ریشه‌ی تاریخی این جنبه‌های تقدس و خرافات، سلسله‌ی وارکاس‌ها بودند. وارکاس‌ها صدهزار سال بر سیاره‌ی زمین حکومت کردند.

آنها سحر را به جادو تبدیل کردند، با تأثیرگذاری بر ذهن مردم و کنترل آنها به شیوه‌های مختلف، برای هزاران سال، مردم را به جاندارانی تبدیل کردند که به جای آنها فکر می‌کردند و تصمیم می‌گرفتند.

فلسفه پیدایش سحر و جادو
با اتمت نام





فلسفه پیدایش سحر و جادو (بخش اول)



وارکاس‌ها، پدیدآورنده‌ی اولین امپراطور مذهبی در دنیا بودند. در واقع هر نوع مذهب که در دنیا به وجود آمده از تأثیرات، اعتقادات و پرستش خدای وارکاس‌ها «جنارویوس» گرفته شده است.

خرافات، مذهب، جادو و طلسم تماماً ریشه در حکومت وارکاس‌ها دارد. آنها توانایی بسیاری در جادوی سیاه داشتند، همچنین دارای قدرت‌های ماوراءالطبیعه‌ای بودند که به وسیله‌ی آن، اذهان مردم را کنترل می‌کردند. یکی از این ابزارها، تله پاتی بود. بدین وسیله در افکار و زندگی مردم نفوذ می‌کردند تا انسان‌ها را مطیع و برده‌ی خود نگه دارند. حتی تولید مثل انسان‌ها را نیز کنترل می‌کردند و هیچ‌کس بدون مجوز قانونی نمی‌توانست فرزندی داشته باشد.



حکومت‌هایی که دارای جادوی سیاه بودند، خود را خدا می‌نامیدند و یا اینکه خود را فرستادگانی از جانب خدایان برای نجات بشر می‌دانستند و انسان‌ها را به بندگی خود درمی‌آوردند.

تمامی ادیان کنونی نیز از نسخه‌ی اولیه‌ی حکومت وارکاس‌ها بازنویسی شده است، بنابراین تعجبی ندارد که در اکثر حکومت‌های مذهبی، به راحتی مردم را به نام خدای ساختگی خود شکنجه می‌دهند و به دار می‌آویزند.

فلسفه پیدایش سحر و جادو
با اتمت نام





فلسفه پیدایش سحر و جادو (بخش اول)



وارکاس‌ها که چندین هزار سال بر سیاره‌ی زمین حکومت کرده‌اند، تأثیرات و القائات خود را بر فرهنگ، تفکرات و اذهان انسان‌ها برجای گذاشتند.

بعد از فروپاشی حکومت وارکاس‌ها، نژاد و تمدن ملایم‌تری به اسم لمورین‌ها پدید آمد. آنها مردمی خونگرم، اهل دانش و تکنولوژی بودند که بقایای حکومت آنها هنوز در آمریکا در کوه شستا «شاستا» وجود دارد که بخشی از قلمرو آنها بوده است.

تعدادی از این نژاد که به دنبال قدرت بودند، تمامی داده‌ها، تبصره‌ها و عقایدی که از دوران وارکاس‌ها بر جای مانده بود را جمع‌آوری و تبدیل به یک نوع اندیشه‌ی معنوی کردند که مذهب به صورت بدوی آن، به اسم آنیمیسم شکل گرفت.

به این ترتیب آنیمیسم به وجود آمد، مانند پرستش درخت، خورشید، ماه و... که آنها را خدا می‌نامیدند.

به مرور زمان، آنیمیسم رشد کرد. مذاهب و اعتقادات چند خدایی شکل گرفت، مانند خدایان روم باستان، یونان و ایران که دارای خدایان متعددی بودند و آنها را پرستش می‌کردند. پس از آن تبدیل به فتشیسم یعنی بت پرستی شد؛ یعنی انسان‌ها ساخته‌هایی را که بنابر سلیقه و اعتقاد خود ساخته بودند، را می‌پرستیدند و برای آنها هدایا و قربانی‌هایی نیز داشتند.

همچنین بهشت و جهنم و خدایان ادیان شکل گرفت که امروزه به صورت‌های مختلفی پرستش می‌شوند.

فلسفه پیدایش سحر و جادو
با اتمت نام





فلسفه پیدایش سحر و جادو (بخش اول)



البته در مقابل این خدا، شیطانی هم به وجود آوردند که به خدای ادیان اعتبار دهد. تمامی این پروسه از ضعف، ترس و نیازهای درونی انسان‌ها شکل گرفت؛ انسانی که نیازهای مختلفی دارد و برای برطرف کردن آنها، روش‌ها و شیوه‌هایی که به او تحمیل می‌شود را می‌پذیرد.

مذاهب، ترس از رفتن به جهنم را تا مغز استخوان، در ذهن پیروانشان فرو می‌کنند.

در مقابل، جهنمی از تزریق نظرات و ایدئولوژی در مغز و ذهن پیروانشان می‌کارند.

آنها خوب می‌دانند جهنمی وجود ندارد، بنابراین برای خود، بهشتی زمینی، مملو از ثروت و قدرت می‌سازند و پیروانشان ملزم هستند در جهنم آنان بمانند تا بهشت دنیوی روحانیت پایدار بماند.

بت‌پرستی و فتیشیسم توسط ادیان به یکتاپرستی تبدیل نشد، بلکه سلسله‌ی روحانیت تنها رنگ و لعاب بت‌پرستی را در قالب دین به نام یکتاپرستی تغییر داد.

هیچ مذهبی به وجود نیامده است مگر اینکه پایه‌های آن بر اساس قتل‌عام انسان‌ها و نوشیدن خون ممنوع نباشد. اما چرا؟

چون قربانیان دین، عاشق قربانی شدن هستند و این اساس هر دینی است.

ادامه دارد...

فلسفه پیدایش سحر و جادو
با همت نام





معمای اک ویدیا



شاید داستان زیر نمونه‌ای از عملکرد اک را به ما نشان دهد.

سال‌ها قبل علاقه‌ی زیادی به اک ویدیا داشتم، خصوصاً بخش دیدن آینده. کنجکاو بودم در آینده چه خبر است. اشتیاق و انتخاب من باعث شد در اک ویدیا تبحر مناسبی پیدا کنم. خوشحال بودم از اینکه آینده را می‌دیدم، اما کسی نبود به من بگوید جایگاه خدا در کدام گوشه‌ی این انتخاب، اشتیاق و تبحر است. کم‌کم برای دیگران قرائت انجام می‌دادم، اما فراموش کردم به آگاهی انسان نباید اعتماد کنم.

کافی بود درخواست قرائتی می‌گرفتم، مانند برق صاعقه وارد معبر طلایی اک ویدیا می‌شدم و آن چیزی که نیاز درخواست‌کننده بود، به او ارائه می‌دادم و خوشحال بودم از اینکه به اک خدمت می‌کنم. این اوج حماقت بود.

نوع نگرش و درک ما از تعالیم اک، نوع انتخاب ما را تعیین می‌کند. مسئولیت این انتخاب کاملاً به عهده‌ی خود ما است. این موردی است که توانایی دریافت ما از این تعالیم را مشخص می‌کند، اما این نکته را فراموش نکنیم که قرار نیست انتخاب، تجربیات، فهم و درک ما از اک الگوی مشخصی برای اک باشد، بلکه قرار است اک ما را ارتقا دهد. توسعه‌ی معنوی با خارج شدن از تفهیمات، توجیهات و انتخاب‌های ما صورت می‌گیرد. قرار نیست کسی به ما گوش دهد و همچنین قرار نیست روح مقدس تحت تأثیر آگاهی ما قرار گیرد.



فهرست مطالب
ما





معمای اک ویدیا



کم کم آوازه‌ی پیش‌بینی‌هایم به گوش بسیاری رسید. یک روز مادر یکی از شبداها به نزد آمد. او داستان خانمی را تعریف کرد که برای سال‌ها مفقود الاثر بود و خانواده‌اش خبری از او نداشتند. فرزند و همسرش در انتظارش بودند، همچنین والدینش. او درخواست کمک کرد که از طریق اک ویدیا نشانه‌ای از او بیابم. موافقت کردم.



سه روز بعد در طبقه‌ی علی وارد پشینه‌های آکاشیک او شدم. صحنه‌ی رنج‌آوری بود. خانم یادشده توسط همسرش به قتل رسیده و در حیاط خانه‌اش دفن شده بود. بعد از سه روز درخواست‌کننده‌ی قرائت با من تماس گرفت. حقیقت را به او گفتم. بعد از یک هفته، همسر مقتول به جرمش اعتراف کرد. با این اعتراف دردسرهای من شروع شد.



پلیس جنایی از درخواست‌کننده‌ی قرائت اک ویدیا خواسته بود من را معرفی کند. آنها گفته بودند: «او چه کسی است؟ و چگونه این اطلاعات را در اختیار دارد؟ باید بازجویی شود، شاید شریک جرم بوده است.»

فهرست مطالب
پانجمین





معمای اک ویدیا



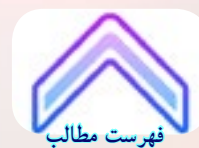
حدود یک ماه آنها فشار آوردند که مرا معرفی کند، اما مادر شبدا امتناع کرد و مرا معرفی نکرد. در نهایت اک از من محافظت کرد.



این داستان نشان‌دهنده‌ی این است که نوع انتخاب و عملکرد ما حتی اگر هم صادقانه باشد، ما باید مراقب باشیم. هدف تعالیم اک بیداری معنوی در عشق سوزان خداست و این بیداری تنها از طریق پیروی از مسیر فیض است، در حالی که تمامی انتخاب‌ها و تجربیات ما تنها نوعی ایستگاه زودگذر است. بعد از این تجربه به طور کلی قرائت اک ویدیا را کنار گذاشتم. بعدها فهمیدم مسیر فیض و نور و صوت خداوند مهم‌تر از تمامی ایستگاه‌های تعالیم اک است.

گزیده‌ای از کتاب داستان‌های کوتاه
نوشته: استاد کاتب

فهرست مطالب



صفحه ۱۴



کاهش وزن اصولی



در ماه چند کیلو وزن کم کنیم؟

برنامه ریزی برای کاهش وزن باید به گونه‌ای طراحی شود که میزان کاهش وزن بین ۲۹۹ تا ۹۰۰ گرم در هفته باشد. بنابراین نهایتاً می‌توانید ۴ تا ۵ کیلو در ماه وزن کم کنید؛ چون بیشتر از این مقدار باعث آسیب به بدن و شل شدن پوست می‌شود.

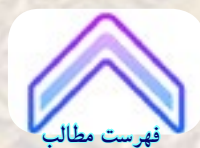
ده روش کاهش وزن بدون رژیم گرفتن:

- وعده‌های غذایی خود را زمان بندی کنید. هر چقدر آرام‌تر غذا بخورید به همان اندازه قادر خواهید بود از وعده‌های غذایی کم حجم‌تر نیز لذت ببرید. در این شرایط هورمون‌های سیری بیشتر تحریک می‌شود. زمانی که غذای خود را با عجله می‌خورید، بدن شما زمان کافی نخواهد داشت که سیری را به مغز اعلام کند. همین امر باعث پرخوری می‌شود.

- بیشتر بخوابید، وزن کمتری به دست آورید. یک ساعت بیشتر خوابیدن در شب به بدن انسان کمک می‌کند در عرض یک سال ۶٫۳۵ کیلوگرم وزن کم کند.

- سبزیجات بیشتری بخورید. افرادی که پرخور هستند می‌توانند با مصرف میوه و سبزیجات بیشتر، وزن بیشتری کم کنند.

فست روزهای آب‌کم
با اتمت نامده





کاهش وزن اصولی



- زمانی که سوپ بیشتری می خورید افزایش وزن کمتر می شود.



مصرف سوپ در ابتدای وعده‌ی غذایی مصرف غذا را کندتر می کند و از اشتهاى شما می کاهد. سعی کنید از سوپ کم سدیم تازه به همراه سبزیجات مختلف استفاده کنید. از خوردن سوپ‌های خامه‌ای خودداری کنید، زیرا می تواند چربی و کالری زیادی وارد بدن شما کند.



- از غلات کامل استفاده کنید.

غلات کامل همچون برنج قهوه‌ای، جو، جو دو سر، گندم سیاه و گندم سبوس دار می تواند به استراتژی کاهش وزن شما کمک کند. این مواد به شما کمک می کند احساس سیری بیشتری داشته باشید و در نتیجه کالری کمتری مصرف کنید. علاوه بر این می تواند سطح کلسترول خون را بهبود بخشد.



- به لباس‌های قدیمی خود نگاه کنید که در آنها لاغر بودید.

سعی کنید لباس‌های مورد علاقه و قدیمی خود را در جایی آویزان کنید که بتوانید همیشه به آنها نگاه کنید. این کار به شما کمک می کند انگیزه‌ی ادامه‌ی کار را پیدا کنید.

فست روزهای آب‌نوش
با هم سلامت





کاهش وزن اصولی



- از مصرف بیکن خودداری کنید.
بیکن به گوشت نمک زده می گویند.
سعی کنید از مصرف این نوع مواد
خودداری کنید، در عرض یک سال
قادر خواهید بود بیش از ۴ کیلوگرم
وزن کم کنید.

- برش های خوبی از پیتزا ایجاد کنید.
به جای اینکه از گوشت برای تهیه
پیتزای خود استفاده کنید، سعی کنید
از پیتزای سبزیجات استفاده کنید.
همین امر موجب می شود ۱۰۰ کالری
کمتر وارد بدن شود.

- مصرف شکر را تا حد امکان کمتر
کنید.

مصرف نوشیدنی های شکر دار همچون
نوشابه را با آب یا نوشیدنی های بدون
کالری جایگزین کنید. همین امر
موجب می شود ۱۰ قاشق چایخوری
شکر کمتری مصرف شود.

- از لیوان های بلند و نازک استفاده
کنید.
از لیوان های بلند و نازک به جای
لیوان های کوتاه و عریض استفاده کنید.
کالری دریافتی از نوشیدنی ها را کمتر
کنید و بدون رژیم غذایی از وزن خود
بکاهید. در این صورت ۲۵ تا ۳۰ درصد
شربت لیمو، نوشابه یا نوشیدنی کمتری
مصرف خواهید کرد.

محققان بر این باورند که نشانه های بصری می تواند شما را به مصرف بیشتر یا
کمتر ترغیب کند.

فست روزانه
با هم





کاهش وزن اصولی



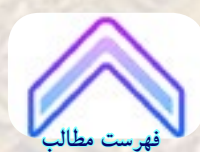
اشتباهات بزرگ کاهش وزن که افراد انجام می دهند:



- شما غذای کافی نمی خورید. این اشتباه یکی از بزرگ ترین اشتباهاتی است که معمولاً خانم ها مرتکب می شوند. اگر شما در طول روز ورزش کنید و حدود ۲۵۰۰ کالری بسوزانید، اما تنها ۱۲۰۰ کالری مصرف کنید، بدن خود را مجبور می کنید که چربی ذخیره کند. این کار نه تنها باعث کندتر شدن متابولیسم بدن شما می شود، بلکه ساخت عضلات و ماهیچه ها را نیز سخت تر خواهد کرد.

- از خوردن نترسید. بشقاب خود را با کربوهیدرات های سالم، پروتئین بدون چربی، چربی های سالم و سبزیجاتی با برگ سبز، پر کنید. خوردن ۱۸۰۰ تا ۲۰۰۰ کالری از غذاهای سالم باعث می شود سیری بیشتری داشته باشید و کمتر تنقلات مصرف کنید. همین امر نیز موجب کاهش وزن خواهد شد.

فست روزانه
با هم سلامت



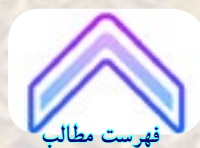


کاهش وزن اصولی



- به خودتان می گوئید رژیم هستید و به طور کلی سبک زندگی خود را تغییر می دهید.
افرادی که بدنبال کاهش وزن کوتاه مدت هستند نسبت به افرادی که دوست دارند نتایج پایدار دریافت کنند، زمان سخت تری خواهند داشت.
زمانی که طرز فکر شما به سمت رژیم غذایی تغییر می کند به احتمال زیاد در میانه راه، رژیم خود را رها می کنید و به اهداف خود نخواهید رسید.
واژه ی رژیم غذایی را از دایره ی لغات خود حذف کنید و به هنگام تصمیم برای کاهش وزن، مطمئن شوید که به خوبی می دانید چه روشی در مورد شما کار می کند. نکته ی کلیدی این است که سبکی از زندگی را پیدا کنید که نه تنها به شما کمک کند به خواسته خود برسید، بلکه لذت بخش نیز باشد.

فست فود و رژیم های
ناگهنگام





دانش معنوی



مراسم معنوی ۱۲۲ اکتبر، زمان ورود شریعت کی سوگماد به سیاره زمین است که این تاریخ از تجلی استاد راما و تولد استاد شمس تبریزی شکل گرفته است. با توجه به تاریخچه‌ای که در دست داریم، بر ماست که یک بازنگری کامل از دانش معنوی اک داشته باشیم.

۱۰۸۳۷ سال پیش، استادی به نام راما به ایران آمد و سپس به هند و تبت رفت. پیروانش به نام مغان معروف شدند. از تعالیم استاد راما سلسله‌ی مغان‌ها شکل گرفت. استاد راما هنگامی که به تبت رفت، دو شهر معنوی آگام‌دس و کاتسوپاری را به وجود آورد. آنجا بود که جلد او ۲ شریعت کی سوگماد متجلی شد که شروع دانش معنوی عظیمی برای بشریت بود.



فهرست مطالب
دانش معنوی



صفحه ۲۰



دانش معنوی



سری مولانا

مولانا تا قبل از ملاقات با شمس، به مانند پدرش اهل علم و کلاس درس و مجلس وعظ بود. استاد شمس تبریزی وی را تعلیم داد و به وی کمک نمود تا برای اولین بار تعلیم نور و صوت را در قالب کتاب مثنوی معنوی مکتوب نماید.

مشوقه به سامان شد تا باد چنین بادا

کفرش همه ایمان شد تا باد چنین بادا



تا قبل از استاد راما، مثلاً در دوران آتلانتیس، استادان اک بیشتر سعی می کردند با استفاده از روش های سنتی و فرهنگی با مردم صحبت کنند و تعلیم را نشر دهند. آمدن استاد راما و تجلی شریعت، اساس شکل گیری اصلی تعلیم اک شد. در قرن سیزدهم استاد شمس تبریزی از طریق مولانا، تعلیم اک را که سینه به سینه منتقل شده بود، مکتوب کرد. مثنوی معنوی و دیوان شمس اولین آثار مکتوب تعلیم اک هستند.

حال سؤال این است، دانش معنوی چیست؟

دانش معنوی، آگاهی و دانش به حضور، عشق و آگاهی خداوند در زندگی است. خودشناسی و خداشناسی دانش هایی اکتسابی هستند، ولی برای دانش معنوی نمی توان تعریفی ارائه داد. این دانش معنوی است که آگاهی خودشناسی و خداشناسی را در وجود ما جاری می کند.

فلسفه زندگی
با همت





دانش معنوی



دانش معنوی در اک از طریق نور و صوت و استاد درون به دست می‌آید، ولی از مجراهای بسیار ساده‌ای عمل می‌کند و جاهایی که شاید اصلاً به آنها اهمیت ندهیم. این مجراها فقط انسان نیستند، وقایع نیز از اصلی‌ترین مجراها می‌باشند.

ما دو مسیر در پیش رو داریم: مسیر تقدیر و مسیر فیض. در مسیر تقدیر دانش معنوی نهفته نیست، ولی در مسیر فیض ما می‌توانیم به دانش معنوی برسیم؛ به این صورت که اجازه می‌دهیم فیض وارد وجود و زندگی ما شود. ما باید بتوانیم قوه‌ی وی‌وه‌کا (تشخیص درست) را به دست بیاوریم. در مسیر فیض ذهن ما آرام است و حتی در سخت‌ترین شرایط نیز از درون قوی هستیم. در مسیر تقدیر ما تحت فشار ذهن، ناآرام و بی‌قراریم.

تا قبل از وصل پنجم، روح درگیر کارما است، ولی همواره فرصت‌هایی برایش پیش می‌آید که در مسیر فیض قرار بگیرد و آن دانش معنوی را کسب کند. این دانش معنوی غذای روح است. گاهی ممکن است یک استاد اک، تکه‌ای از آن را به ما بدهد، ولی در نهایت خود ما باید بتوانیم آن دانش را به دست بیاوریم.

فیض فقط یک حالت عاشقانه نیست؛ یک نوع سیلان و ورود آگاهی جدید است. هنگامی که از درون هدایتی را احساس می‌کنی، این همان دانش معنوی است.

منبع: سنگ استاد کاتب

دانش معنوی



صفحه ۲۲



درخت تنها



در مسیری که به سمت بیلاق در حرکت بودیم، چشم‌اندازهای زیبای درختان، کوه‌ها، رودخانه و چمنزار بسیار زیبا و خیره‌کننده بود، به طوری که مرا در مراقبه‌ای عمیق فرو می‌برد، گویی هر کدام از آنها رازهایی برای گفتن داشتند. نمی‌دانم آیا تا کنون به صدای رودخانه گوش داده‌اید تا برایتان از ماجراهایی که در طول مسیرش داشته است، سخن بگویند؟ آیا تا کنون به سکوت یک درخت و یا یک کوه پیوسته‌اید تا برایتان از رازهای خود سخن گویند؟

ناگهان لب به سخن گشود:
«چرا فکر می‌کنی من تنها هستم؟ چرا به آزادی‌ای که دارم، نمی‌اندیشی؟»



حس تنهایی از حس نیاز داشتن به دیگران می‌آید. آیا مرا نیازمند به خود یا دیگران می‌بینی؟

درست است که از دیگر درختان فاصله دارم، اما آیا خللی در رشد و نمو من می‌بینی؟

آیا قد و قامت استوار و بارو برم را نمی‌بینی که چگونه سرزنده و شاداب هستم؟



همچنان که در حال حرکت در جاده بودیم، ناگهان به چمنزاری رسیدیم. در وسط آن تک درختی تنومند روئیده بود. تک و تنها بود و درختان دیگر تقریباً پانصد متری با آن فاصله داشتند. آن درخت توجهم را جلب کرد، به طوری که چشم از او بر نمی‌داشتم. سؤالات زیادی در ذهنم نقش بست: چرا او دور افتاده و تنها است؟ چرا درخت دیگری که هم‌صفت یا همدم او باشد، در کنارش نیست؟ آیا از تنهایی خود خرسند و راضی است؟ بعد از آن سکوتی عمیق حکمفرما شد. گویی در آن سکوت تنها من و او بودیم.

فکر زیبا
ماست





درخت تنها



گویی آنها سر جنگ و دعوا بر سر مواد اولیه برای رشد و نمو خود دارند.

اما من چه؟ من آزادم و این آزادی برای من، یک موهبت است، زیرا در این آزادی و تنهایی است که من پی می‌برم که تمامی آنچه که برای حیات و زنده ماندن من لازم است در اختیارم است، بدون آنکه برای آن بجنگم و یا تلاش مضاعفی انجام دهم، اما آنها برای دستیابی بیشتر به تمامی منابعی که برای رشد و نمویشان لازم است، به ناچار باید در هم تنیده شوند تا بتوانند به منابع مورد نیازشان دسترسی پیدا کنند.



هیچ‌گونه کمبود و فقدان در من وجود ندارد، زیرا از همان حیاتی که تو و سایر درختان برخوردار هستید، من نیز بهره‌مندم. زمین و خاکی که ریشه‌ی من و ریشه‌ی آن درختان از آن تغذیه می‌کنند، یکسان است. آبی که من تغذیه می‌کنم و آبی که آنها تغذیه می‌کنند یکسان است. دی‌اکسید کربن که من برای رشد می‌گیرم و آنها استفاده می‌کنند، بین ما یکسان است. نور خورشید نیز بر ما یکسان می‌تابد.

پس می‌بینی که اگر چه دور افتاده‌ام، اما از خاک، آب، نور و هوا، از همه‌ی اینها برخوردارم. تنها تفاوتی که بین من و آن درختان وجود دارد این است که آنها شاخه‌هایشان در هم تنیده است، تنها برای اینکه به نور بیشتری از خورشید دست بیابند.

آنها ریشه‌هایشان در هم تنیده است، تنها برای اینکه بتوانند املاح بیشتر و آب بیشتری را برای رشد و نمو خود فراهم کنند.

فلسفه زندگی
ماست





درخت تنها



اگر روزی یکی از آن درختان، مانند من تنها شود، محال است که بتواند به موهبت حیات رایگانی که در اختیارش گذاشته شده است، پی ببرد، زیرا که او همواره یاد گرفته است تا تلاش و سعی کند تا از طریق تنیده شدن و گره خوردن، نیازهایش را برآورده سازد. او مدام در حال جنگیدن و پیشی گرفتن است. تنهایی و سکوت به من این فرصت را داد تا سالها بیندیشم که چگونه است برگ‌هایم، تنهام و ریشه‌ام به طور خودکار وظایفشان را انجام می‌دهند بدون آنکه من چیزی بگویم، دخالتی داشته باشم و یا به آنها فرمانی داده شود. آنها به طور خودآگاه و خودآموخته، وظایفشان را برای رشد و نمو من انجام می‌دهند، اما این آگاهی چیست؟ از کجا می‌آید که حتی یک نوزاد انسان نیز برای برآوردن نیازهایش از آن برخوردار است؟



به ناگاه به یاد آوردم زمانی را که جوانه‌ای بیش نبودم. هنگامی که سر از خاک برآوردم، اما آگاه و هشیار بودم تا مواد اولیه را برای رشد و نمو از نور خورشید، آب و خاک، فراهم کنم. گویی این هشیاری و این آگاهی همیشه با من بوده است و خواهد بود، حتی زمانی که قرار است این تنهام از بین برود و دیگر حضور فیزیکی نداشته باشم، اما آن آگاهی و هوشیاری همواره هست، زیرا جوانه‌هایی که باز از ریشه‌ام سر برون می‌آورند، به دلیل برخورداری از آن آگاهی و هوشیاری که دارند، همچنان به طور خودکار به رشد و نمو خود ادامه خواهند داد.

فلسفه زندگی
با هستی





درخت تنها



اما تصور کن لحظه‌ای این آگاهی و هوشیاری دیگر نباشد. به نظرت باز هم حیات و زندگی‌ای وجود خواهد داشت؟ آیا رشد و نمو ادامه خواهد داشت؟ مسلماً دیگر من و تو و هیچ چیز دیگری وجود نخواهد داشت.

آری، تنهایی یک موهبت است؛ موهبتی که برای آزادی و رهایی از نیازمند بودن به دیگران را به ارمغان می‌آورد.

آزادی از چه؟! ترس از وابسته شدن و تنهایی‌ای که باعث اسارت ما می‌شود. کافی است که از تنهاییمان نهراسیم و با آغوش باز بپذیریم و به موهباتی که برای ما به دنبال دارد، توجه کنیم.

این درس سکوت و آرامش در زندگی است.

برای من که یک درخت هستم، سکوت و آرامش مفهوم دیگری دارد، اما برای تو که یک انسان هستی، سکوت و آرامش به دور از نجواهای ذهنت و دیگران باعث رشد و بالندگی آگاهی‌ات خواهد شد تا در مسیر صحیح زندگی قرار بگیری. بنابراین اگر شرایط زندگی‌ات، تو را به سمت تنهایی هدایت می‌کند، با آغوش باز آن را پذیرا باش. از آن فرار نکن و از هیچ چیز نهراس. تنها به موهبات آن توجه کن.

فلسفه زندگی
با تنهایی





گزیده های از شروب ناب



به تدبیر ازل بسیار خویش را...
که فیض اوست راه رهایی...
آنکه به جز آن کند

به تدبیر تقدیر سرگردان شود و نجاتی نیست...
نویسنده: کاتب

فلسفه زندگی و اخلاق
با اتمت نام



صفحه ۲۷

پن‌نام بنی

نشریه‌ی هامسا ماهنامه‌ی فرزندان اِک متعلق به بنیاد بنی فرزندان اِک می‌باشد. این موسسه در کالیفرنیا آمریکا و چند کشور دیگر به صورت رسمی ثبت شده و دارای مجوز فعالیت می‌باشد. تمامی حقوق معنوی و مادی آثار فرزندان اِک اعم از کتاب‌های تالیف و ترجمه شده از جمله کتاب‌های نوشته شده توسط بنیانگذار موسسه، مقالات، سخنرانی‌ها، کارگاه‌ها و ست‌سنگ‌های نوشته شده، متعلق به اِک (بنی) و بنیاد بنی فرزندان اِک و متعلق به فرزندان اِک 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 شماره‌ی نشریه برگرفته شده از مقاله‌ها و ست‌سنگ‌های واصلین برتر، مهدیس‌ها و آرا‌هات‌های مجموعه‌ی بنیاد بنی، تجارب فرزندان اِک، کتاب‌های اِک، سایت‌های ویکی پدیا و سایت‌های علمی می‌باشد که توسط تیم نشریه جمع‌آوری و ویرایش شده است. برخی از مقاله‌ها و مطالب نیز بر مبنای تحقیقات و دریافت‌های فرزندان اِک تهیه و تالیف شده است، همچنین بعضی از تصاویر استفاده شده در مقالات توسط فرزندان اِک طراحی و ترسیم شده است.

چنانچه شعر، مقاله و یا مطلبی مرتبط با تعالیم اِک و یا مطالب نشریه، توسط شما تهیه شده است و مایل به انتشار آن در نشریه هستید، یا مایلید تجارب معنوی شما هم در شماره‌های بعدی نشر گردد، آثار و تجارب ارزشمند خود را به کاربری روابط عمومی در پیام رسان تلگرام ارسال بفرمایید. همچنین می‌توانید نظرات و انتقادات خود را با ما از طریق کاربری روابط عمومی یا ایمیل موسسه در میان بگذارید.

برای آشنایی بیشتر با تعالیم بنی (اِک)، ما را در وب‌سایت و شبکه‌های اجتماعی دنبال کنید.

وب‌سایت بنی www.Bani-foundation.com

کانال یوتیوب فارسی بنیاد اِک <https://www.youtube.com/.../>

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

ایمیل روابط عمومی Banifoundation.pr@gmail.com

لینک کانال‌های مجموعه <https://linktr.ee/banifoundation>

برکت باشد

