

فکر زید الکرک
ماهنامه
ما



شماره چهل و دوم

دی ۱۴۰۱

فہرست مطالب:

- پس از مرگ (بخش پنجم) صفحہ ۳
ایزدبانوی سحر (بخش آخر) صفحہ ۶
سقراط (بخش ششم) صفحہ ۸
زندگی با اک (تجربہ شبدا) صفحہ ۱۱
تشخیص صحیح صفحہ ۱۳
بہ نام آزادی (بخش آخر) صفحہ ۱۶
نفسانیات (بخش چہارم) صفحہ ۱۸
مزاج شناسی (بخش آخر) صفحہ ۲۰
درسی از مولانا صفحہ ۲۴



پس از مرگ (بخش پنجم)



در بخش قبل، دیدگاه ادیان را نسبت به مرگ بررسی کردیم و در این بخش ادامه آن بحث را پی می گیریم.



پرسشی که پس از مطالعه ادیان مختلف پیش می آید این است که واقعاً خدا چه موقع این چیزها را به بشر گفت؟

چه کسی این حق را به او داده است؟

این عدالت است؟

آیا خداوند این موقعیت معنوی را به بشر داده است که بنشینند و در مورد مخلوقات او نظر بدهد؟

ما انسان‌ها، خود مخلوقی ناکامل هستیم که خود را کامل می‌پنداریم. تمام این مسائل به آگاهی انسانی برمی‌گردد و گرنه در همین مذهب چه یهود، چه مسیحیت، چه اسلام، مردان بزرگی ظهور کرده‌اند. این افراد فرق بین شریعت با طریقت را درک کرده بودند و آن را جدا کرده بودند. مثلاً در طریقت اسلام کسی مثل علامه تقی جعفری را داریم. کسی که می‌خواست راه عرفان را برود.

در ادیان مخالف، خاخام، کشیش، آخوند، راهب و... فقط آمده‌اند و به احکام دین (مثلاً همان ۵۰۰ آیه در قرآن) و هزاران تبصره و تفسیر از آن چسبیده‌اند. خوب این احکام چه تضمینی برای عالم بعد از مرگ ما دارد؟

ما به کسی نمی‌گوییم که قرآن یا کتاب‌های دینی را دیگر نخوانید، یا این که مسلمان، مسیحی و... نباشید، بلکه می‌گوییم که در درون ما همه چیز هست. تمامی این معلوماتی که طی احکام و غیره به ما رسیده است، ساخته دست مذهبی‌ها است و بی‌ارزش می‌باشد.



تمامی این فرضیاتی که علمای ادیان مختلف نسبت به عالم پس از مرگ دارند، کمتر از پنج درصد هم صحت ندارد و بیش از نود و پنج درصد آن ساخته ذهن بشر است، چون که خدا اصلاً کاری به انسان ندارد. خدا آن قدر کوچک نیست که به بشر بگوید که تو باید به این شکل ازدواج کنی، یا این طور بخوابی، یا به این شکل سکس داشته باشی و...

فکر بزرگوار است
ما همه ناموسیم



پیش از آنکه بخش پنجم



و اگر طبق این روشی که من گفتم انجام ندهی، تو را به جهنم می اندازم!
سؤالی که بشر همیشه داشته است این می باشد که آیا بهشت و جهنم وجود دارد؟
بله، وجود دارد، منتها در طبقه فیزیکی نیست. ما عوالم دیگری هم داریم؛ جهان های درون.

خوب چه کسانی به جهنم می روند؟ کسانی که
بیشترین آسیب اجتماعی را از لحاظ جمعی
می زنند. مثل سیاستمدارها، دیکتاتورها و... آنها
باید یک مدت به جهنم بروند تا آن کارمای
سنگینی که دارند را کمی تسویه کنند. به جهنم
می گویند پالایشگاه تسویه حساب.

آیا بهشت یا جهنم دائمی است؟ خیر، دائمی
نیستند



میرفندرسکی توضیح زیبایی در این موارد دارد. صورتی در زیر دارد، آنچه در بالاست. این
جهان زندان دارد، آن جهان هم دارد. اینجا آب داغ دارد، آنجا هم آب داغ دارد. اینجا آتش دارد،
آنجا هم آتش دارد. اینجا جهان سوم دارد، آنجا هم جهان سوم دارد. منتها جهان های درون خیلی
وسیع هستند و از لحاظ اندازه قابل مقایسه با طبقه فیزیکی نیست.

برزخ هم سه روز است (البته بودا طول این
مدت را ۴۹ روز گفته است). همان طور
که می دانیم بازه های زمانی بین این
جهان و جهان اثیری متفاوت است
و مثلاً هر یک ساعت که روی
زمین طی می شود، در حدود
چهار ماه در جهان اثیری
می گذرد. یا یک ساعت طبقه
فیزیکی با دوازده ماه جهان علی
برابر است و یک سال جهان ذهنی است.



چون در جهان های درون، زمان گسترده تر
می شود. دانشمندان هم این نکته را کشف کرده اند که زمان ثابت نیست و

فلسفه برزخ و عالم
پنجم



پسند از منبر (بخش پنجم)



در فضا و سرعت‌های متفاوت، تغییر می‌کند. تمامی جهان‌ها از طریق روح و بر اساس ارتعاشات خلق شده‌اند.



پس کسی که خلاف شرع انجام داده و یا مثلاً چند رابطه خارج از ازدواج داشته یا حجاب را رعایت نکرده است، به جهنم نمی‌رود. رابطه جنسی یا بحث حجاب و سایر این مسائل توسط ادیان، بزرگ شده است. ادیان می‌گویند که مثلاً اگر روسری زن کنار برود شخص به جهنم می‌رود، چون که خدا از او راضی نیست. آخر برای خدا چه فرقی می‌کند که ما چه می‌کنیم.

اوامه دارد...

فلسفه بزرگوار است
ما همش نامه
ما



(بخش آخر)

ایزد بانوی سحر



در بخش قبلی تا به این جا رسیدیم که اوزیریس با کمک خدایان مومیایی شد و روش اولین مومیایی در مصر برای جاودانه ساختن موجودات، تدوین شد. سپس پیکره‌ای نیز از اوزیریس ساختند و مانند او زینت کردند و اینک ادامه داستان ...

آنان در برابر پیکره نیز دعاها و سرودهای دینی سحرآمیز خواندند تا دهان و دیدگان و گوش‌هایش باز شوند، تا نفس به گلویش باز آید و قلبش دوباره بزند.



دعاها و جادوهای آنان چنان نیرومند و کارگر بود که «مانندة» او یعنی پیکره او دید و شنید و سخن گفت و در برابر میزی که

روی آن پر از چیزهای خوب و پاکی بود که آسمان می‌بخشد یا زمین می‌دهد و یا نیل از نهانگاه خود می‌آورد، نشست و از آنها خورد. نان و گوشت‌ها و نوشابه‌ها برای همیشه خطر تشنگی و گرسنگی را یکسره از او دور کرد.



اوزیریس زندگی از سر یافت و جای خود را در میان مردمان باز گرفت و گهگاه چهره خود را به پرستندگان و بندگان وفادارش نشان داد. لیکن نخواست مانند نیاکان خود در شهرها زندگی کند. او چمنزارهای راحت را در میان مرداب‌های جزایر کوچک شنزار که از طغیان‌های نیل مصون بودند، برگزید. این نخستین قلمرو فرمانروایی اوزیریس بود. او در آنجا زندگی‌ای درست مانند زندگی نخستین خود داشت، لیکن دیگر هیچگاه پیر نمی‌شد.

سپس از آنجا رفت و گویا در کرانه بیبلوس فینیقیه توقف کرد و سرانجام به آسمان، راه شیری (کهکشان)، میان شمال و مشرق، بیشتر در سمت شمال، رفت.



آنجا امپراطوری آسمانی اوست.

خورشید و ماه با هم آنجا

ماهی نام



(بخش آخر)

ایزد بانوی سحر



را روشن می کنند. در میانه روز که هوا گرم می شود، باد شمال به وزش در می آید، آنجا محصول فراوان و عالی دارد. دیوارهای استوار و ستبر آنجا او را از توطئه های سث و روان های آزارگر مصون می دارد. کاخی مانند کاخ فرعون، لیکن هزار بار زیباتر و با شکوه تر از آن، در میان باغچه های سبز و خرم و دل انگیز در آنجا سر برافراشته و اوزیریس با نزدیکان خود در آن به خوشی و آرامش به سر می برد و از همه خوشی های زندگی زمینی بی آنکه کوچکترین درد و غمی به آنها آمیخته باشد، برخوردار بود.



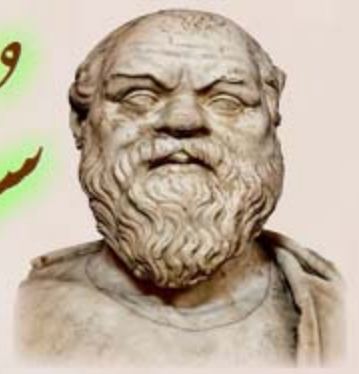
با این همه، اوزیریس، اونفر نیک خواه، مظهر خوبی کامل، بر آن شد که درهای بهشت خود را به روی روان رعایای قدیمی و وفادار خود، کسانی که پیرو حوروس هستند، بگشاید تا آنان که در روی زمین به نیکوکاری زیسته اند و تعلیمات مقدس او را دریافته اند و راه راست در پیش گرفته اند، در دنیای دیگر زندگی خوش و خرمی داشته باشند و در کنار خدایی که در زندگی زمینی او پرستش و ستایشش می کرد، از خوشبختی جاویدان برخوردار شوند.



فست روزگار است
ما هم نامم



سقراط (بخش هشتم)



این سری مقالات بر اساس مدارک تاریخی عمومی تهیه شده است و منابع آن از کتاب‌های اِک نمی‌باشد. این مطلب صرفاً به این خاطر است که ما بدانیم، انسان‌ها این استادِ اِک را چگونه دیده و توصیف کرده‌اند.

در بخش قبلی، داستان مرگ او را خواندیم و در این بخش به بررسی مکاتب تاثیر گرفته از سقراط می‌پردازیم.

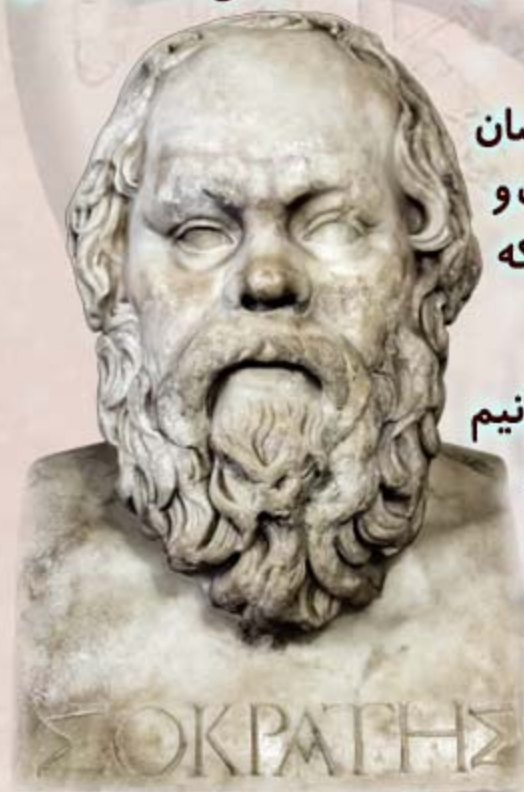


بازتاب سقراط در شاگردانش به یک گونه

نیست، به همین دلیل نه یک مکتب بلکه مکاتب‌های متعددی بعد از سقراط پدید آمده است و با آنکه سرچشمه همه آنها سقراط است، گاهی این مکاتب بسیار با هم ضد و نقیض هستند، حتی چهره خود سقراط نیز به شکل‌های گوناگون نمایان و تفسیر شده است.

اما در این بین یک وجه اشتراک وجود دارد و آن این است که همه دوستان و شاگردان سقراط به سبب معاشرت با او دگرگون و به این دگرگونی آگاه شده‌اند.

آنچه بلافاصله بعد از مرگ سقراط آغاز شد و هرگز پایان نیافت و رسیدن به یک توافق در مورد واقعیت سقراط را غیر ممکن کرد، چندگونگی حاصل از تأثیرات سقراط است که یکی از علت‌های اصلی این چندگونگی، تفکرات سقراط است.

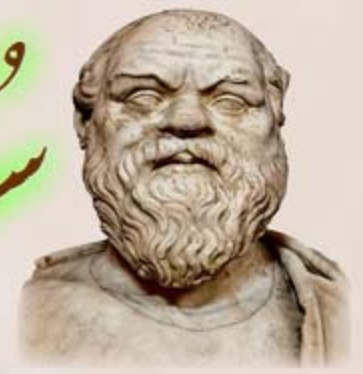


تفکر سبب شد که هر کسی که با سقراط تماس گرفت، انسان دیگری شد. آن چیزی که این تفکر به آدمی می‌بخشد، مسئولیت و استقلالی است که ناشی از یکی شدن با آن حقیقت اصلی است که اهمیت همه چیزها بسته به آن است.

ما آدمیان در پرتو تفکر به بالاترین و والاترین امکان بشری می‌توانیم دست پیدا کنیم، ولی تفکر ممکن است ما را به نیستی هم برساند. تفکر وقتی حقیقت است که در آن چیزی بیش از تفکر نهان باشد که در پرتو آن تفکر بر ما آشکار شود. آن چیز را افلاطون گاه «نیک» می‌نامد و گاه «هستی ابدی»، ولی این تعبیر افلاطونی از سقراط است.

سقراط تفکری به وجود آورد که هم بزرگ‌ترین تکلیف‌ها در آن نهفته است و هم بزرگ‌ترین خطرها. هر کسی با این تفکر تماس پیدا کند، نیروی پرواز

هشتم
بازتاب



پیدا می کند و همه طرفداران و پیروان سقراط، این نیرو را احساس کرده اند.

بعد از سقراط نوع تفکر شاگردان و دوستان و هوادارانش سبب بروز اختلافات گردید. آیا همه شاگردانش فکر می کردند که از تفکر سقراطی بهره دارند؟ در صورتی که هیچ کسی از آن بهره ای نداشت؟



آیا در تفکر و روش سقراطی نیروی حرکت پایان ناپذیری نهفته است که تا امروز هم به هدف نرسیده ولی می تواند تا بی نهایت اوج بگیرد؟

هر یک از مکاتب بعد از سقراط طرز فکر خاصی را تحقق بخشید.

کنفوسیوس؛ فقط آنچه را که دیده یا شنیده است، حکایت می کند.

مکتب مگارا یا مگاریان (اقلیدس)؛ منطق و جدال را توسعه دادند و استدلال های فریبنده را ابداع کردند، مانند سؤال راجع به دروغگو.

مقصود سؤال این است که اگر کسی که همیشه دروغ می گوید بگوید من دروغ می گویم، این سخن راست است یا دروغ؟

بنیانگذار مکتب مگارا اقلیدس (که نباید آن را باریاضیدان معروف اشتباه گرفت) از اهالی شهر مگارا بود. او از شاگردان پرشور سقراط بود و حتی بعد از مرگ سقراط در زادگاه خود، خانه اش را پناهگاه نزدیکان و شاگردان سقراط قرار داده بود و مکتبی که او بنیاد نهاد در سراسر سده چهارم ق.م ادامه داشت و پیروان آن به مگاریان شهرت داشتند. همچنین به علت تکیه ای که



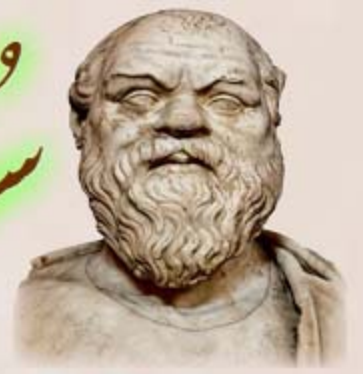
که بر هنر و مجادله و گفتگوی منطقی می کردند، «دیالکتیکی» هم نامیده می شدند.

او اقلیدس زیر نفوذ فلسفه پارمنیدس قرار داشت و هسته اساسی این فلسفه را با آموزش های سقراط در هم آمیخت. بر این باور بود که هسته واحد و نیکی هر دو یگانه است که دگرگونی ناپذیر و قائم به خود است و می تواند به نام های گوناگون نظیر بصیرت، روح، عقل، فضیلت و نیز خدا خوانده شود.

فلسفه مگاری به ویژه زیر تأثیر ابولیدس، به فن جدل و مباحثه که دلایل



سُفَرَاتُ (بخش هشتم)



هوشمندان و گوناگونی را در هم می آمیخت، گسترش یافت و طرح رد نظر را از طرف احاله به محال یعنی نشان دادن محال بودن نتیجه، ریخت. مثلاً مثل معروف «یک دانه گندم توده ای از گندم نیست: افزودن دانه ای دیگر به آن باز توده گندم نمی شود. چه وقت توده گندم پدید می آید؟»

یا این مبحث: «الکتر ابرادر خود ارستس را می شناسد اما الکتر، ارستس را که نقاب بر چهره افکنده و در برابر او ایستاده، نمی شناسد. بنابراین الکتر آنچه را می شناسد، نمی شناسد» و بدین گونه می خواست ثابت کند کسی ممکن است شیء واحدی را هم بشناسد، هم نشناسد.



اوامر دارد...



تجربہ شدہ

زندگی کا ایک



این قسمت از زندگی من شبیه یک داستان هست. چند سالی بود که شرایط زندگی ام سخت شده بود. از ناز و نعمت و رفاه، یک دفعه وارد مرحله جدید و غریب و سختی شده بودم که از بدترین کابوس‌ها هم بدتر و سخت‌تر بود.



اصلاً نمی‌دانستم باید چکار کنم، چون هیچ وقت تصویری از حساب بانکی خالی نداشتم و بی‌پولی را نمی‌فهمیدم. به همین دلیل بود که در شرایط جدید مات و مبهوت شده بودم. تمام نقدینگی‌ام در طی چند سال خرج شده بود و پس‌اندازی هم نداشتم. طلا یا چیز باارزشی هم برای فروش نداشتم.

تازه اوضاع روز به روز بدتر هم می‌شد. تورم هم که سرسام‌آور هست. مشکلات هم یکی پس از دیگری خودنمایی می‌کرد، آن‌هم با هم. گاهی دو مشکل هم‌زمان می‌آمد.

به بانکی که سال‌ها حساب داشتم مراجعه کردم و درخواست وامی دادم. رییس بانک که کارمند جدیدی بود، گفت: «کارکردهای خوب حساب شما مربوط به سال‌های گذشته است، ما فقط میانگین شش ماه اخیر رو در نظر می‌گیریم و چون در این شش ماه عملکرد خوبی نداشتید، از پرداخت وام به شما معذوریم».



تصمیم گرفتم که چیزی نخواهم و خودم را به‌یک بسپارم. البته می‌دانستم که راه پرفراز و نشیبی را انتخاب کردم و اگر قرار باشد که از استاد درون پول و ثروت و مادیات بخواهم، از مسیرِ یک منحرف می‌شوم. با تمام وجودم و با تمام قدرت در مقابل سختی‌ها ایستادم و سعی کردم راه حلی پیدا کنم.

هیچ چیزی نخواستم. گاهی قهر کردم و نخواستم. گاهی آشتی کردم و نخواستم. گاهی لج کردم و نخواستم و گاهی با عشق نخواستم.

سعی کردم فقط با یک زندگی کنم و فقط مشیت و خواست سوگماد را طلبیدم. در این مسیر درس‌های ارزشمندی گرفتم که



تجربہ شد

زندگی کا ایک



دریافتشان برای من در رفاه، امکانپذیر نبود.

تا اینکه مسیر کار و پیشرفت برایم باز شد. وقتی در کارخانه یکی از نزدیکانم شروع به کار کردم، انبار مواد اولیه نسبتاً خالی بود. برای اینکه به اوضاع سر و سامانی بدهم، بدون هیچ چشمداشتی، تصمیم گرفتم که از دسته چکم استفاده کنم و برای کارخانه، مواد اولیه بخرم.

ریسک بزرگی بود. تعداد زیادی چک کشیدم که جمع مبلغشان از کل دارایی من بیشتر بود. اینقدر دلم به اک گرم بود که با هیچ کس هم مشورت نکردم. چون هرکس می فهمید مانع کارم میشد. می دانستم که اک هست که من را توی این موقعیت شغلی قرار داده است و باعث پیشرفت کاری من شده است و دارد به من فرصت می دهد که دوباره بلند شوم و از توانمندی هایم استفاده کنم.



چک های یکی پس از دیگری پاس شد. بعد از این قضیه رفتم بانک و از کنار میز رییس بانک گذشتم. به همدیگر نگاه کردیم و رد شدم. یک لحظه مکث کردم و جرقه ای در ذهنم زد. به عقب برگشتم و به رییس بانک گفتم که آیا من می توانم دویست وام بگیرم؟

گفت: «باید کارکرد حسابتون را ببینم». سپس نگاهی انداخت و گفت: «بله». جرأت کردم و مبلغ بیشتری برای وام تقاضا کردم. ایشان دوباره نگاهی به حسابم انداخت و گفت: «اگه سند داشته باشید، امکان پذیر است». من هم گفتم فعلاً وام نمی خواهم، همین جوری پرسیدم.

اوضاع کارخانه خوب شده بود و اوضاع مالی من هم بهتر شده بود. ضمن اینکه با خریدهای کارخانه، الان اعتبار بانکی هم دارم و به نظر خودم دلیلش، توکل و اعتماد به اک هست.

وقتی که سختی های زندگی مانند تازیانه و شلاق به من برخورد می کرد، چشمانم را بسته بودم و سوگماد را صدا می زدم. له شدم، اما فقط سوگماد را صدا می زدم. نه برای اینکه به من کمک کند، بلکه برای اینکه بگویم عاشقش هستم و فقط مشیت و اراده او را می طلبم.

برکت باشد

صفحه ۱۲



تشخیص صحیح



فرض کنید برای اولین بار با اتومبیل خود به کویر رفته‌اید و خودرو شما در شن، گیر می‌کند. اگر هیچ تجربه و دانشی در مورد این موضوع نداشته باشید، چه کار می‌کنید؟



بسیاری از افراد در همین لحظه فقط به فشار آوردن بر پدال گاز فکر می‌کنند که سبب بیشتر فرورفتن در شن می‌شود. این خود نمونه‌ای از تشخیص‌های غلطی است که هر روز مرتکب آنها می‌شویم.

در ابتدا قوه تشخیص صحیح را تعریف می‌کنیم؛ روشی که بر اساس مشکلی که پیش روی ما قرار دارد، بهترین تصمیم را بگیریم که این خود مستلزم آگاهی و تجربه هست. حال اگر ما تشخیص غلط داشته باشیم، آن اقدام غلط است و در نهایت نتیجه غلط به دست می‌آید.



حال چگونه قوه تشخیص صحیح خود را تقویت کنیم؟

گام اول شک کردن: احتمالاً قبلاً این بیت شعر را شنیده‌اید:

آن کس که نداند و نداند که نداند
در جهل مرکب ابدالدهر بماند

بله؛ اگر گاهی اوقات شک کنیم و سعی کنیم به همه چیز مطمئن نباشیم، این فرصت را به خود می‌دهیم تا دریچه‌های جدید به سوی ما باز شود.

گام دوم خودآگاهی: بسیاری از رفتارهای ما به صورت غیرآگاهانه انجام می‌شود و ما نسبت به آن آگاهی نداریم. مهارت خودآگاهی به ما کمک می‌کند که قدرت قوه تشخیص خودمان را افزایش دهیم که بتوانیم کمتر دچار خطاهای تصمیم‌گیری بشویم.

گام سوم آشنایی با رفتارهای جمعی: آگاهی انسان

با هم نام



تشخیص صحیح



به گونه‌ای است که از جدا افتادن و متفاوت بودن از دیگران احساس بدی دارد و سعی می‌کند تا حد ممکن هم‌رنگ جماعت شود. همین طور زمانی که ما شبیه دیگران هستیم احساس آرامش بیشتری داریم، بنابراین کاری که اغلب مردم انجام می‌دهند لزوماً درست نیست.

گام چهارم آموزش دیدن: اگر آموزشی به شما کمک نکند که کار درست را در زمان درست انجام بدهید، این آموزش کاربردی نیست.



بنابراین دیدن آموزش درست و از همه مهم‌تر با عمل کردن به آنها می‌توانید

قدرت تشخیص خود را بالا ببرید.

استاد کمال الماسی دربارهٔ قوهٔ تشخیص صحیح در کتاب سونامی خدا چنین توضیح داده‌اند:

وی‌وه‌کا دانشی عظیم از قوهٔ تشخیص صحیح هست. ما دارای دشمن خطرناکی به نام خویش کوچک هستیم. دشمنی مرموز و کاملاً حرفه‌ای که توسط پنج فرماندهٔ ارشد به نام خشم و طمع و وابستگی و خودخواهی و شهوت، همواره در حال نبرد با ما هست. نگاه نمودن به چشم‌اندازهای جهان‌های درون شاید دلچسب و لذت‌بخش باشد، اما به همان اندازه دام‌های زیادی برای اسارت روح وجود دارد. بیشتر پیروان ادیان و مکاتب را در دام خود اسیر نموده است.

علت بیشتر کارایی این دام‌ها قطبیت قرار دادن یک شخص به نام وجود مقدس و پیروی از اوست. آنها در جهان‌های درون هر کسی را که در نور بدرخشد قدیسه و مقدس می‌دانند، بنابراین صدای صامت خدا را نمی‌شنوند. علت آن فهم و تشخیص آدمی هست.



فست زنده آرکت
با همت نام



تشخیص و تشخیص



بشر هر چیزی که بعد ماورایی، شگفت‌انگیز و خارق‌العاده دارد را خدا، استاد، پیغمبر، قدیس و غیره می‌داند. علت آن فقدان آگاهی معنوی است.

اولین اصل معنویت بر اساس عدم تکامل معنوی است. هیچ مخلوقی کامل نیست و هیچ چیزی در حد مطلق و کمال وجود ندارد. بنابراین هر مخلوقی، چه توسط عملکردی که دارد یا سایرین به او نسبت می‌دهند، دارای وجهات معنوی و مقدس که به او نسبت می‌دهند یا مدعی چنین وجهات و مقام معنوی است، قابل اعتماد نیست. چون با اصل عدم تکامل معنوی منافات دارد.



این موردی است که سفیر روح در برخورد با آن جدیت دارد، چون فرصت تجربه و شناخت مخلوقات خدا را از بین می‌برد و درصد وی‌وه‌کا و تشخیص و تمیز درست آنان را در مسیر ادامه راه کاهش می‌دهد. سفیر روح مسئولیت دیگران را به عهده نمی‌گیرد. او کاملاً به این امر آگاه است که هر فردی جوینده خداست.

بنابراین وی‌وه‌کا نوعی هدایت الهی است. سفیر روح می‌داند این هدایت بالاترین دانش است که هر روحی باید کسب کند، دانشی که فرای دانش او و تمامی مخلوقات برجسته خداست. وی‌وه‌کا دانشی از تشخیص درست که مالا از طریق صوت به ما نازل می‌شود. تمامی دانستنی‌های ما چیزی به جز تجربیات کوچک و بزرگ ما نیست که نمی‌تواند تنها درک و تشخیص درست باشد. بنابراین یک پیرو می‌بایست این مراتب را رعایت کند تا بتواند وی‌وه‌کا را بشنود.

بنابراین اگر بخواهیم نتیجه‌گیری کنیم، ما نیازمند این هستیم که قوه تشخیص خود را چه در امور مادی، چه معنوی قوی کنیم تا بهترین تصمیمات را اتخاذ کنیم و دچار مشکل نشویم.

برکت باد

فست زنده آرکت
با همت نام



برنام آزاد بخش آخر



به آزادی تان فکر نکنید چگونه آن را بیابید، زیرا آزادی وضعیتی کاملاً درونی است و ارتباطی به شرایط بیرونی ندارد و آن هنگامی است که روح ویژگی آزادی را در حوزه شخصی اش کسب نموده باشد و دلیلی بر این نیست تا در مقابل ظلم و خفقان حاکم بر جامعه بی تفاوت و منفعل باشد، زیرا ویژگی آزادی روح که یک ویژگی درونی است، می باید

با ویژگی آزادی بیرونی، در حوزه عمل او، در اجتماعی که زندگی می کند در تعادل قرار بگیرد و اصولاً روحی که از ویژگی آزادی درونی برخوردار است نمی تواند منفعل و بی تفاوت باشد، زیرا انفعال، ترس را قوت می بخشد و این با ویژگی یک روح آزاد در تضاد است.

علاوه بر آن باید بیاموزید تمامی کارهایتان را با آزادی کامل انجام دهید، بدین صورت از پیلۀ عدم مسئولیت پذیری و منفعل بودن بیرون خواهید آمد. آزادی و پذیرش مسئولیت است که ما را خدایگونه می کند.

نکته ای که در اینجا حائز اهمیت است، اکثر پیروان اک ترس از ایجاد کارما برای به دست آوردن حقوق از دست رفته شان جلو دار آنها می شود. ترس از ایجاد کارما بی مورد است، زیرا حتی پلک زدن بی اختیار شما کارما تولید می کند. باید گفت هرگونه عملی که منجر به تحول و گسترش آگاهی تان می شود، در صورت مسئولیت پذیری آن بلامانع است و آنچه که اهمیت دارد جرقه و انفجاری است که در آگاهی شما و آگاهی جمعی اجتماعی که در آن زندگی می کنید، اتفاق می افتد و بدنبال آن تحول و دگرپرسی در آگاهی، آتش جوش و خروش نهفته را برافروخته و ثمره آن کسب آزادی و رهایی برای همگان خواهد بود.

کسانی که آزادی را تمرین می کنند حقوق دیگران را رعایت می کنند و مسئولیت اعمال خود را بر گردن دیگران نمی گذارند.



ما هم نام



برنامہ ارادہ بخشہ



بہترین شیوہ دوست داشتن دیگران، آزادی دادن و کنترل نکردن آنان است. به همین صورت اجازهٔ اختلال و تخلف در قلمرومان را از جانب دیگران ممنوع کنیم... این قانون حفظ ارزش‌های شخصی و مراقبت از زحمات و رنج‌های ماست...



بنابراین همواره در زندگی مان سه اصل را در نظر بگیریم:

نخست آزادی؛

دوم انتخاب‌ها؛

و سوم تعبیر درست از آزادی و انتخاب‌هایمان اعم از انتخاب‌هایی که در گذشته داشتیم و انتخاب‌هایی که در پیش رو داریم را فراگیریم...



اجرای این سه اصل باعث رشد و تعالی مامی گردد. همچنین تضمینی بر بالندگی و ایمنی و جامعه‌ای سالم برای رشد و نمو افراد آن خواهد بود...

آزادی سهم طبیعی ماست... از کسی طلب نکنیم و به سهم دیگران نیز طمع نکنیم...

خداوند کاری به اعمال ما ندارد. او آزاد است و آزادی اعطا می‌کند. بنابراین اعمال ما هر چه هست منصفانه است که مسئولیت آن را به عهده بگیریم و خداوند را شریک جرم قرار ندهیم.

این قانون آزادی فردی و اجتماعی است.

برکت باشد

ما هستیم
ما هستیم
ما هستیم



نفسانیات (بخش چهارم)



آهنکارا دو معنا دارد؛ ابتدا به معنای رکنی از ذهن است که قدرت هوشیاری روح را جلوه می دهد و در واقع مکانیسم تشخیص خویشتن یا من هر کسی می باشد.

اما زمانی که در ارزیابی آن دچار اغراق و افراط شویم (به این معنا که همیشه بپنداریم حق به جانب ما است و به این وضعیت نفسانی میدان عمل دهیم تا به عادت میسر و همیشگی و مخرب تبدیل شود)، به آهنکارا که به معنای خودبینی و خودستایی است، دچار می شویم که در واقع ستایش نفس است.



آهنکارا رکنی است که هر فردی با استفاده از آن، هویت و منافع خود از دیگران را تشخیص می دهد.

آهنکارا یا خودستایی به عنوان یکی از نفسانیات نیز شناخته می شود که نشانه های آن عبارتند از:



تعصب، خودنمایی، نمایش عمدی ثروت، سرزنش کردن و ایراد گرفتن، عشق به شهرت و مدارک تحصیلی و اجتماعی، نمایش دادن چهره مذهبی و تظاهر به زهد و تقوا.

زمانی که بشر، خود خواهی و خودپرستی خود را در جهت سوءاستفاده و بهره برداری از هم نوعانش، از طبیعت و ... به انجام می رساند، موجب تخریب و ویرانی در ارتباطش با دیگران و طبیعت خواهد بود.

اما با پرورش عشق؛ نحوه عمل، نگرش و درک او متحول می شود.

قلب تنها هنگامی خوشنود می شود که بداند دیگران نیز خوشنود هستند و آنان را در شادی و عشق سهیم بداند و این از نتایج نظافت ذهن، مراقبه و تعادل نفسانیات است.

ذهن، باید از آلاینده های امور دنیوی مُبرّا و فارغ از شهوت، خشم، طمع و وابستگی به تمایلات دنیوی و خودستایی باشد. خودستایی که از غرور و منیت ذهن برمی خیزد،



نفسانیات (بخش چهارم)



سبب می شود که فرد، خود را همواره در مرکز جهان تصور کند.

شبدا باید بداند که نظافت ذهن و همچنین جسم از واجبات فعالیت در طریق اک است.

خویش کنترلی یا قدرت تسلط بر خویش بزرگترین قدم در راه هماهنگ ساختن اراده فردی با اراده الهی است و بزرگترین جهش محسوب می شود.



همچنین شبدا در می یابد که فروتنی، نقطه مقابل نفس است.

او اجازه نخواهد داد که این نفس بر سر راه رسیدن او به سوگماد و مراتب آگاهی قرار بگیرد. او تشخیص می دهد که خودستایی تنها دامی است که ذهن

کیهانی همواره بر سر راه او می نهد و بردگی نفس، همان بندگی ذهن کیهانی است و اگر او بتواند نفسانیات را کنترل کند، برترین مسیرهای روشنگری برایش آشکار می شود.

کم کم شبدا به این قوه تمیز دست می یابد و خواهد دانست که نیک و بد، زیبایی و زشتی و گناه و ثوابی وجود ندارد.

اینها همگی مفاهیم ذهنی هستند و در تعلق نیروهای دوگانه عالم مادی قرار دارند.

زمانی که نفس و ذهن، اعمال نیک و بد، همه به دور ریخته شوند، شبدا به این بیداری نائل می شود که آنچه هست و بیدار است، آگاه است و آگاهی از هستیت، همان آگاهی به خداست.

با درک و تشخیص این واقعیات، از دام ذهن رهایی حاصل می کند و آماده ورود به اقلیم خدا و اقیانوس عشق و رحمت می شود. او به خود اک، بدل خواهد شد.

برکت باشد



فلسفه بزرگوار است
ما همش نامم



مزاج شناسی

(بخش آخر)



در بخش قبلی با سوء مزاج و مزاج صفر در طب سنتی ایرانی آشنا شدیم و در این بخش به ادامه مطلب می پردازیم.

مزاج دم (گرم و تر):

دموی ها دارای پوستی سرخ و سفید و هیكلی درشت می باشند. این افراد دارای موهای پر پشت، ضخیم و فر هستند و رنگ موهایشان معمولاً قهوه ای و خرمایی است. پر خور و پر خواب هستند، به همین دلیل اکثراً دارای شکم بزرگ و افزایش وزن



هستند. به دلیل پر خوری و درهم خوری در این افراد بیماریهای خون مانند قند، چربی، فشار و غلظت خون بیشتر دیده می شود. بنابراین باید در نوع و مقدار تغذیه خود بیشتر دقت کنند و سعی کنند ورزش در برنامه روزانه خود داشته باشند.

تحمل گرما و سرما را ندارند. در واقع این افراد نه گرمایی هستند و نه سرمایی، ولی در کل در سرما تحمل بیشتری دارند.

اعتماد به نفس بالایی دارند و بسیار جسور و شجاع هستند. این افراد بسیار ریسک پذیر هستند و میل به رهبری در این افراد بسیار بالاست و چون افرادی بسیار قوی هستند، دیر عصبانی می شوند و حافظه و استعداد خوبی دارند. معمولاً مدیران و رهبران خوبی می شوند و در واقع، مناسبترین شغل برای این افراد، شغل های مدیریتی است.



این دسته از افراد بسیار مهربان و آرام هستند و دیر عصبانی می شوند، ولی در صورت عصبانی شدن دست به کارهای خطرناک می زنند و کنترل عصبانیت برایشان بسیار مشکل است.

توان بدنی و فیزیکی بیشتری نسبت به سایر مزاج ها دارند.

فست زنده گان
با هم نام
با هم

صفحه ۲۰



مزاج شناسی

(بخش آخر)



ذائقه غذایی این گروه هم به شیرینی می کشد و هم به ترشی و در کل تمام غذاها را می خورند. مصرف بیش از حد ادویه های تند، خیارشور، گوشت قرمز، تخم مرغ، خرما و غیره، مشکلاتی مانند پر خوابی، سردرد، خستگی، چاقی و تپش قلب را در آنها تشدید خواهد کرد.



هلو، خاکشیر، انجیر، نان جو، سوپ یا آش، برگ زردآلو، تخم ریحان و... از جمله مواد غذایی بسیار مفید برای این افراد با این طبع می باشد. آب یخ، بادمجان، سرکه، سیر، چای، ترشی و نوشابه نیز از جمله مواد غذایی است که به هیچ وجه مناسب این افراد نمی باشد.

مزاج بلغم (سرد و تر):

بلغمی ها افراد چاق، درشت هیکل و پرچربی هستند و استعداد اضافه وزن دارند. دارای پوستی سفید، مرطوب و نمدار هستند

که تحمل سردی را ندارند. رنگ موهای آنها قهوه ای روشن یا

بور است و معمولاً موهای نازک و لخت و کم پشت دارند. پر خواب هستند و خواب سنگینی دارند و معمولاً اشتهای خوبی دارند. پر خوری می کنند و اغلب اضافه وزن دارند. از نکات قابل توجه این است که افرادی که دارای این مزاج هستند نسبت به سایر مزاج ها کمتر تشنه می شوند و معمولاً دهانشان مرطوب است. این افراد در طول شبانه روز زیاد می خوابند و کم انرژی و کم تحرک هستند و معمولاً حافظه خوبی هم ندارند. زمستان از نظرشان بدترین فصل است.

از نظر رفتاری کند و کم انرژی و بسیار آرام و صبور هستند و نسبت به سایر مزاج ها به ندرت عصبانی می شوند. افرادی مسالمت جو هستند و معمولاً شجاعت و اراده قوی ندارند. روابط اجتماعی خیلی خوبی ندارند، ریسک پذیر نیستند و راحت و بی خیال هستند. شغل هایی که



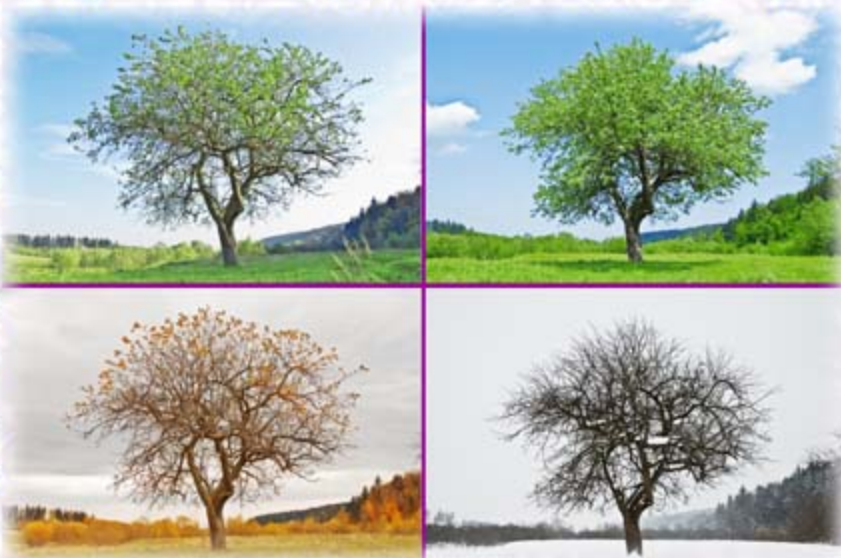


مزاج شناسی (بخش آخر)



نیاز به حوصله زیاد دارد مانند جواب دادن به تلفن یا راهنمایی های تکراری، برای این افراد مناسب است.

مستعد ابتلا به بیماری های مفصلی، رماتیسم و گوارشی هستند. غذاهای سرد مانند ترشیجات، زیاد باب طبع و سازگار با بدنشان نیست. بهتر است در مصرف خوراکی هایی با طبع سرد مانند لبنیات، ترشیجات، خیار، گوجه، کشک، برنج، زیاده روی نکنند و غذاهایی با طبع گرم و خشک مانند



سکنجبین با عسل، نخودآب، کباب ماکیان با ادویه زیاد (مثل جوجه کباب) بیشتر مصرف کنند.

ع - مزاج سوادا (سرد و خشک):

افراد سوداوی معمولاً بدنی لاغر، استخوانی، باریک اندام با مفاصل کوچک دارند. اصولاً چهره تیره و سرد و خشک دارند. به این صورت که این افراد به راحتی در سرما گرم نمی شوند. موهای تیره، ضخیم و کمی مجعد دارند و بدنشان زیاد پرمو نیست. اشتهای کاذب دارند و دچار ریزه خواری هستند. زود به زود گرسنه می شوند، اما حجم غذای زیادی نمی خورند و کم غذا هستند.

خصوصیات رفتاری این دسته از مزاجها نظم و ترتیب و دوراندیشی زیاد است. منظم و باثبات، دقیق و خونسرد هستند و میل زیادی به تحلیل و ارزیابی دارند. از نظر روانشناسی، افرادی درونگرا شناخته می شوند.



شغل هایی که نیاز به دقت و وسوسه زایی دارند

با هم نام



مزاج شناسی (بخش آخر)



نظم و بررسی و نظارت دقیق دارند، مانند حسابداری یا بازرسی، مناسب برای افراد سوداوی است.



معمولاً استعداد بیماری‌های ذهنی و فکر و خیال، وسواس و بیماری‌های روانی دارند و دچار بی‌خوابی و بدخوابی می‌شوند.

غذاهای سرد و خشک مانند بادمجان، لبنیات، عدس، گوشت گاو، سوسیس و کالباس، فست فود و قهوه به مقدار زیاد برای افراد با مزاج سودا اصلاً مناسب نیست و بهتر است در مصرف این غذاها حد تعادل را رعایت کنند.

غذاهای گرم مانند کوکوی سبزیجات، حلیم، کاجی، حریره بادام، نخودآب بیشتر مصرف کنند.

پایان

فست زنده گان
با همت نام
ما



درس از مولانا



در روزگاران پیش مردی عاشق دختری شده بود. او هم عاشق بود و هم متعهد به عشق خویش.

عاشقی بود دست در ایتمش
پاسبان عهد اندر عهد خویش
سال ها در بند وصل ماه خود
شاه مات مات شاهنشاہ خود

سال ها گذشت، ولی معشوق بدو
روی خوش نشان نداد، اما از آنجا که

عاقبت جوینده یابنده بود
که فرج از ضربه برآینده بود

روزی یار او گفت: «امشب
به فلان جا بیا تا نیمه شب تورا ببینم و
در ضمن غذای لوبیا که تو دوست داری

برایت بیاورم.»

که چشم بپوش

گفت روزی یار او که مشرب بیا

مرد از خوشحالی قربانی کرد و کلی صدقه داد و

صفحه ۲۴

ماہنامہ
فکر و زندگی



درس از مولانا



شب در آن اطاق که وعده کرده بود، آمد.

مرد تیربان کردنمان با بخشش کرد
چون پدید آمد همشس از زیر کرد

نشست، اما خواب براو غالب شد و به خواب رفت.

پس از نیمه شب معشوق آمد و نشست، دید عاشق او خواب



است. کمی از آستین او را برید

که نشانی از آمدن او باشد و

چند گردو در جیب او ریخت؛ یعنی:

تو بچه ای. این گردوها را بگیر و بازی کن.

اندک که از آستین او دید

عاشق خود را فتاده خفت دید

که تطفن کی کسیر این می باز زد

کردگانی چندش اندر جیب کرد

سحر عاشق از خواب برخاست. آستین دریده و گردوی جیب های

خود را دید و بر سر خود زد.

آستین و کردگان هسار اید

چون کس از خواب عاشق بر حمید

آنچه بر ما می رسد آن هم کم زماست

گفت شاه ما همه صدق و وفاست

فلسفه زندگی
ما هفت نام

بن کفنہ از کتاب
مشنوی معنوی

صفحہ ۲۵

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

