

# قلب زرین

سری هارولد کلمپ

از سری کتاب‌های اکنکار

بر آن شدیم تا فصل اول کتاب قلب زرین را تایپ کرده و منتشر کنیم، تا دوستان علاقمند بتوانند آشنایی اندکی با محتوای کتاب پیدا کنند. این کتاب از ۱۸ فصل تشکیل شده که هر کدام از آنها، متن یکی از سخنرانی‌های سری هارولد کلمپ – ماهانتا، استاد اک در قید حیات- در طی دو سال ۸۴ و ۸۵ میلادی می‌باشد. بدیهی است این کار در مقایسه با کاری که نویسنده و مترجم عزیز انجام داده‌اند بسیار ناچیز است. برای آشنایی با کتاب‌های اکنکار، نحوه‌ی دانلود آن و یا بحث و همکاری در

این زمینه به صفحه‌ی فیس بوک ما مراجعه کنید: [Facebook.com/EckankarBooks](https://www.facebook.com/EckankarBooks)

[Eckankar.tk](http://Eckankar.tk)

و برای دانلود برخی از کتب:

"در کالبد ظریف انسان مراکز انرژی یا چاکراهایی وجود دارند. مرکز انرژی نزدیک قلب را مرکز قلب می‌نامند. این مرکز شبیه به گلی است که دوازده گلبرگ دارد. هنگامی که دوازدهمین برگ مرکز قلب انسان بروی دوازدهمین هدیه خداوند که از طریق ماهانتا جاری می‌گردد کاملاً باز شود، جوینده صاحب قلبی زرین خواهد شد. آنگاه قلب انسان توسط رشته‌ای زرین که رشته‌ای از نور و صوت است، از طریق قلب ماهانتا به قلب خداوند پیوند داده می‌شود"

(قسمتی از گفته‌های زان در کتاب  
"کتیبه رشیدیه خداوند - جیمز دیویس")

### فصل‌های کتاب

۱. **اک می‌خواهد چیزی به من بگوید**
  ۲. پال توئیچل - به عنوان یک انسان
  ۳. گوهر خداوند
  ۴. سپری از نور نقره‌ای
  ۵. طناب کارما
  ۶. قبل از این که جواب مثبت بدهید، ببینید آیا اک واقعا مسیر مناسب شماست؟
  ۷. باغ معنویت
  ۸. من اینجا آمده‌ام تا پرواز کنم
  ۹. زبان مشترک اک
  ۱۰. مراحل رسیدن به سفر روح
  ۱۱. ماهانتا جلوی در خانه
  ۱۲. زندگی در اک
  ۱۳. لبه تیغ
  ۱۴. چگونه در مورد اک سخنرانی کنیم
  ۱۵. عشق چیست؟
  ۱۶. روش‌های پنهان
  ۱۷. استاد نیز مثل همه آدم‌هاست
  ۱۸. قلب زرین، قسمت ۱
  ۱۹. قلب زرین، قسمت ۲
- فرهنگ اصطلاحات

## فصل اول: اک می خواهد چیزی به من بگوید

پال توئیچل اغلب میگفت که مشکلترین قسمت ماموریت او این است که حکمت و دانش اک که ظاهراً به صورت ابری بی‌شکل در فضاهاى نامرئی جهانهای درون، معلق است را بگیرد و تبدیل به کلمات کند.

جریان اک یا روح القدس، وقتی می خواهد چیزی را به ما بگوید ممکن است از روش‌هایی به غیر از کتاب‌ها یا دیسکوره‌های اکنکار یا رویاها استفاده کند. این جریان الهی هر روز با ما کار خواهد کرد و با استفاده از گوشزدها و راهنمایی‌هایی ظریف به ما نشان خواهد داد که برای مصلحت زندگی خویش چه کاری می‌توانیم انجام دهیم. ولی سطح آگاهی ما، یا حلقه‌ی وصل ما، فقط تا همان حد گسترش می‌یابد.

## حلقه‌های هشیاری

اگر حلقه‌ی هشیاری ما می‌توانست یک مرحله جلوتر برود، یا یک وصل دیگر بگیرد، آنگاه می‌توانستیم اطلاعات بیشتری را برای اتخاذ کردن تصمیمات خوب در اختیار داشته باشیم. آنگاه توانایی بیشتری برای پی بردن به این مساله داشتیم که چطور باید از این دانش و اطلاعاتی که اک برایمان به ارمغان می‌آورد سود ببریم. تنها دلیلی که ما نمی‌توانیم چنین کنیم این است که آگاهی معنوی‌مان محدود است.

کتاب ثروتمندترین مرد بابل، کتاب بسیار خواندنی و جالبی است. داستان این کتاب که در بابل باستان اتفاق می‌افتد. در مورد مرد ثروتمندی است که در دوران مدرسه مثل بقیه‌ی شاگردان فقیر بود. او در ظاهر به هیچ وجه فرد برجسته‌ای به نظر نمی‌رسید. تنها تفاوت او این بود که یک روز به خودش نگاه کرد و پرسید چرا دیگران ثروتمندند ولی او فقیر.

”خدایا، چرا من؟“ یکی از سوال‌هایی است که در دوران پیری از خدا می‌پرسیم. این یک جور دعا کردن است. دعایی که جهل ما از قوانین زندگی را

می‌پوشاند. مشکلات زندگی زمانی رخ می‌دهند که ما قوانین اک را درک نمی‌کنیم - قوانین روح الهی را.

دوستان فقیر ثروتمندترین مرد بابل می‌گفتند که او وقتی جوان بود هیچ فرقی با آنها نداشت. چه چیزی او را این قدر خاص کرده بود؟ چرا موفق شده بود و آنها نه؟ آنها در حالی که چند سکه‌ی ناچیز درون کیسه چرمی‌شان را به صدا در می‌آوردند. واقعا به این مساله فکر می‌کردند و با آن مشکل داشتند.

در این کتاب، ثروتمندترین مرد بابل برنامه‌ای را طرح می‌کند که شامل هفت اصل ساده است. طبق نظر کتاب، جمع‌آوری ثروت از آغاز پیدایش بشر به روش مشابهی صورت گرفته و می‌گیرد. خورشیدی که امروز طلوع و غروب می‌کند، همانی است که هزاران سال پیش غروب و طلوع میکرد، پس چرا قوانین و اصول گذشته را نتوان اکنون هم اجرا کرد؟

اگر نوشتن برنامه‌ی معنوی به سادگی نوشتن لیستی از هفت مرحله‌ی ثروتمند شدن بود، همین امشب آن را به شما میدادم. ولی شما باید وصل‌های معنوی‌تان - ظرفیت‌تان برای دریافت حقیقت - را خودتان کسب کنید.

اک با روش‌هایی پنهان و اسرارآمیز با ما صحبت می‌کند. به همین دلیل است که گاهی به اکنکار می‌گوییم "راه اسرار یا مسیر اسرار". این به این معنی نیست که حقیقت پنهان باشد؛ بلکه به این معنی است که بشر اغلب در مقابل کلمات اک، کور و کر است. او به کلیسا می‌رود و دعا می‌کند. و چون دعاهایش قوی هستند، مدت کوتاهی مستجاب می‌شوند. بعد ناگهان مثل تجارتي که شکست بخورد، چرخها از کار می‌ایستد. وقتی وجود برکات و نعمات را به خدا نسبت می‌دهیم، دیگر نمی‌توانیم خدا را در ایجاد تغییرات و بدبیارها مقصر بدانیم. بنابراین تقصیر را به گردن چه کسی می‌اندازیم؟ هر کسی به غیر از خودمان. ساده‌ترین کار این است که شیطان، همسایه‌ها، و یا هر فرد دیگری که دم دستمان باشد را مقصر بدانیم.

نکته در اینجاست که دعا کردن از طریق نیرویی روانی و بی‌ثبات عمل می‌کند. البته این فی‌النفسه بد نیست، این یکی از مراتب آگاهی است که در مسیر رسیدن به خدا به آن می‌رسیم. ولی کسی که در اک است، مانند این که وارد جنگلی شود، می‌تواند وارد این حوزه از دانش روانی شود و از آن عبور کند.

ولی از طرفی، بعضی از افراد وارد این جنگل می‌شوند و در آن گم می‌شوند. آنها بطور مستمر در این شبکه سر در گم می‌مانند و از وجود مارها و حشرات موزی آن به ستوه می‌آیند، بدون اینکه بفهمند چرا زندگی اینقدر سخت است. خوب، زندگی سخت نیست فقط در جنگل است که سخت است. یک اکیست یاد می‌گیرد که از جنگل خارج شود و در آن سرگردان نماند.

### **تحمل و شکیبایی در برابر سراسر حیات**

کتابی هست به نام پادشاهی زرین که روابط کارمیک موجود میان نژادهای مختلف را نشان می‌دهد و توضیح می‌دهد که چرا مردم بعضی از نژادهای خاص حتی امروز هم نمی‌توانند با هم کنار بیایند و روابط خوبی داشته باشند.

این کتاب مثل کتاب "شریعت کی سوگماد" به تاریخ پیدایش بشر می‌پردازد. ابتدا "پولارین"ها آمدند، کشاورزان و زارعینی که بعدها در قالب "هایپربورین"ها که دومین نژاد اصلی انسان بودند، تناسخ یافتند. هایپربورین‌ها شروع به ساختن شهرها و دیوارها کردند. آنها عاقبت توانستند دست به اختراع سلاح بزنند و تبدیل به اولین جنگجویان شوند. به مرور زمان، مردم، پادشاهان و ارکاس را انتخاب کردند تا به امپراتوری آنها که "ملنیورا" نام داشت سلطنت کنند، و این پادشاهان با استفاده از قدرت‌های روانی فرمانروایی می‌کردند.

تا قبل از این دوران، بشر هرگز شناختی از قدرت وحشتناک نیروهای سیاه نداشت. پادشاهان و ارکاس ابتدا کشیش بودند، بعد کشیش-پادشاه شدند و

سپس پادشاه. ولی در گذار خود از مرحله‌ی کشیشی به پادشاهی، به تدریج قدرت‌های درونی خود را از دست دادند.

این رهبران، از هیپنوتیزم جمعی بر روی مردم استفاده می‌کردند، دقیقاً به همان روشی که امروزه دولت‌های این دنیا از تبلیغات و شعارها، که حالت ضعیف شده‌ای از هنرهای سیاه است، استفاده می‌کنند تا در جایگاه قدرت باقی بمانند. مثال آن هنگامی است که دولت حتی بعد از یک سری ورشکستگی‌های بانکی اعلام می‌کند "اقتصاد ما هرگز بهتر از اکنون نبوده است."

همانطور که نویسنده‌ی این کتاب عنوان می‌کند، سو استفاده از قدرت و اطلاعات از طریق هنرهای روانی، مدت‌ها پیش در دوران پادشاهی زرین آغاز شد. اهمیت آن از این جهت است که بیان می‌کند بسیاری از ما هنگامی که بین سیاهان و سفیدپوستان تضاد و درگیری بود، زندگی می‌کردیم. ما به عنوان روح، در قالب یک سیاه‌پوست و بعد در قالب یک سفیدپوست، چه مرد و چه زن، تناسخ یافتیم و همینطور ادامه دادیم تا این که مجموعه‌ی غنی و متنوعی از تجربیات را کسب کردیم.

امپراطوری هایپربورین‌ها چند هزار سال به طول انجامید. این مدت زمان کافی و خوبی برای ما بود تا در هر دو جبهه‌ی مخالف تناسخ یابیم و تجربه کسب کنیم، به طوری که امروزه بسیاری از ما دیگر از تعصبات قدیمی که هنوز هم قسمتی از نژاد انسان را تشکیل می‌دهند خسته شده‌ایم.

پایه و اساس هر گونه تعصبی، ترس از چیزهایی است که متفاوت هستند. تعصب نشان‌دهنده‌ی عملکرد و فعالیت روح در مرحله‌ای از ناآگاهی و غفلت است. روح در کالدهای تحتانی در وضعیتی از جهل و نابینایی است و از هر چه که با خودش تفاوت داشته باشد می‌ترسد؛ بنابراین شروع می‌کند به حمله کردن به هر چیزی که به نظرش عجیب می‌آید.

وقتی فرد از نظر آگاهی رشد می‌کند متوجه می‌شود که شکیبایی و تحملش در برابر تمام موجودات زنده افزایش می‌یابد. و وقتی آگاهی‌اش شکوفاتر می‌شود، شروع می‌کند به دیدن درخشش نور خداوند در وجود دیگران، بدون توجه به رنگ پوست یا طبقه‌ی اجتماعی آنها. اکنون فرد به وضعیت قدیسین خیلی نزدیک شده است. او همان نور دخششان روح الهی، بارقه‌ی الهی را که در خودش می‌بیند، در هم‌نوعانش هم تشخیص می‌دهد، حتی وقتی که آنها در آگاهی انسانی عمل می‌کنند. و همین که او بتواند وضعیت خداگونگی را در خودش و دیگران به عنوان عاملی یکسان از ماهیت خداوند تشخیص دهد، دیگر چگونه می‌تواند از موجودات دیگر تنفر داشته باشد؟

کتاب "پادشاهی زرین" مثالی در این مورد می‌زند که چگونه درس‌های آموخته شده در گذشته به دوران حاضر انتقال می‌یابند. ما اینجاییم تا درگیر زندگی شویم. ما در گذشته زندگی نمی‌کنیم، ولی با درس گرفتن از آن می‌توانیم اکنون زندگی پربارتری را داشته باشیم. در حالیکه امروز در حال افزایش و رشد آگاهی‌مان هستیم، در واقع داریم فردای خود را می‌سازیم.

اگر زندگی در اک را به درستی بگذرانید، باید زندگی‌ای سرشار از وفور و نعمت داشته باشید. وفور و نعمت الزاما به معنای میلیون‌ها دلار پول نیست، بلکه به اندازه‌ی کافی داشتن است. بعضی‌ها هستند که اصلا نمی‌خواهند میلیون‌ها دلار پول داشته باشند. آنها می‌دانند که داشتن پول زیاد می‌تواند دردسر باشد. آنها فقط می‌خواهند این زندگی را با خوشبختی طی کنند. این چیزی است که در اک می‌خواهیم به آن برسیم.

آدم واقعا متعجب می‌شود وقتی می‌بیند این همه آدم وجود دارند که خوشبخت نیستند. بعضی‌ها قبل از ورودشان به اک از زندگی‌شان خوشنود نبودند، و به همین دلیل است که اکنون اینجا هستند. دیگران از آنچه در گذشته به عنوان

حکمت و حقیقت به آنها عرضه شده بود خشنود نبودند و به این دلیل است که اینجا هستند.

برای نور و صوت خدا اینجایم. نور و صوت فقط دو واژه‌ی خاص نیستند. نور و صوت، دو عامل تطهیر کننده‌ی روح الهی هستند که می‌آیند تا آگاهی ما را ارتقا دهند.

### روشنگری خدا

بنیان اصلی اکنکار، نور و صوت روح الهی، و نحوه‌ی آوردن آن به زندگی خود به منظور رسیدن به روشنگری خداست. البته نه یکدفعه و بطور ناگهانی. روشنگری بیش از حد بطور ناگهانی می‌تواند فرد را دچار عدم تعادل کند، تا جایی که او ممکن است احساس کند خدا او را صدا زده است تا ماموریت خاصی را به اجرا در آورد. چنین احساسی گمراه کننده است.

خداشناسی امری است که آرام آرام و به تدریج به وقوع می‌پیوندد. این مساله حتی می‌تواند شامل وضعیت‌هایی از عدم تعادل که بعضی‌ها دچارش می‌شوند هم باشد. ولی در یکی از زندگی‌ها -شاید نه در این دوره از زندگی- فرد از این وضعیت عدم تعادل خارج می‌شود و تبدیل به فرد قوی‌تری می‌شود.

اکثر شما حال در این زندگی یا در یکی از زندگی‌های گذشته در گام‌هایی که به سوی تطهیر ذهن برداشته‌اید، که خود به آزادی روح منجر می‌شود، از نظر عاطفی و معنوی دچار عدم تعادل شده‌اید. وقتی بدانیم افرادی که دچار عدم تعادل عاطفی هستند در واقع دارند از جریان‌ات و موج‌های شدید زندگی عبور می‌کنند، خیلی راحت‌تر می‌توانیم با آنها همدردی کنیم. آن‌ها نیز حال در این زندگی، حال در زندگی دیگر از این وضعیت بیرون خواهند آمد.

اکثر افرادی که در مسیری الهی شروع به قدم برداشتن می‌کنند، نقطه‌ی آغازی را که مناسبشان باشد انتخاب می‌کنند. مراحل اولیه برای آماده شدن برای



خداشناسی، مراحل‌ی هستند که در کلیساهای سنتی، گروه‌های متافیزیکی و چنین مکان‌هایی اتفاق می‌افتد. سپس در یکی از زندگی‌ها، فرد فارغ‌التحصیل می‌شود و یک گام جلوتر می‌رود.

### توضیح دادن نور و صوت به دیگران

یک زوج اکیست قصد داشتند کلاسی را در مورد رویابینی برگزار کنند، بنابراین با کشیش یکی از کلیساهای ایسکوپالین صحبت کردند تا اتاقی را که برای کلاس آنها مناسب بود در اختیارشان قرار دهد. آنها برای کشیش توضیح دادند که در این کلاس شاگردان می‌توانند از طریق رویاهایشان شروع به تماس برقرار کردن با خویش درونی خود و نور و صوت روح القدس کنند.

کشیش فرد روشن‌فکر و بی‌تعصبی بود. او گفت: "حتما از نظر من که اشکالی ندارد." ولی بعضی از اعضای کلیسا از برنامه‌ی زوج اکیست با خبر شدند، به زودی موجی از شایعات تمام کلیسا را فرا گرفت. به هیات امنای کلیسا اطلاع داده شد. آنها از کشیش پرسیدند: "چرا می‌خواهی سالن کلیسایمان را در اختیار کسانی بگذاری که حتی مسیحی هم نیستند؟ آنها دقیقا می‌خواهند چه چیزی را آموزش دهند؟"

کشیش زیاد مطمئن نبود، بنابراین نزد زوج اکیست برگشت و پرسید: "اشکالی ندارد در جلسه‌ی هیات امنای ما شرکت کنید و به آنها بگویید کلاس رویابینی و اکنکار چه معنایی دارد؟".

پس جلسه‌ی برگزار شد. به زن و شوهر مذکور هر کدام ده دقیقه وقت داده شد. صحبت‌های مرد بعضی از اصول اولیه‌ی اک را شامل شد. همسر او نیز در مورد انجیل صحبت کرد و قسمت‌هایی از آن را که راجع به اک یا روح‌القدس و نور و صوت بود، خواند.

وقتی صحبت‌های آنها تمام شد، کشیش رو به هیات‌امنا کرد و گفت: "همانطور که دیدید، تمام صحبت‌های آنها منطقی بود" و واقعا هم همینطور بود. زیرا آن زوج رویکرد عاقلانه‌ای را اتخاذ کرده بودند اعضای هیات ابتدا به هیچ وجه آماده‌ی شنیده مطالبی که تفاوت‌های زیادی با تعلیمات کلیسایشان داشت، نبودند. ولی می‌توانستند اصولی که بیانگر انصاف و عدالت است را بفهمند و زوج اکیست هم دقیقا در مورد چنین چیزهایی صحبت کردند.

مرد اکیست در نتیجه گیری صحبت‌هایش گفت: "ما نمی‌خواهیم خودمان را تحمل کنیم. اگر برایتان کوچکترین مشکلی بوجود می‌آورد ترجیح می‌دهیم کلاسمان را جای دیگری برگزار کنیم." آنها نمی‌خواستند خودشان را تحمیل افراد کلیسا کنند.

وقتی اکیست‌ها صحبت می‌کردند، یکی از خانم‌هایی که عضو هیات امنای بود و ظاهرا تجربه‌ای را کسب کرده بود، چهره‌اش نور خاصی پیدا کرد. این امکان هست که اصلا تمام صحبت‌های آن روز فقط برای همان خانم بوده باشد. یک روز در آینده، شاید او تصمیم بگیرد با آن دو اکیست صحبت کند و مطالب بیشتری راجع به اک بدانند.

اکیست‌ها در حال گسترش یافتن در جامعه هستند. شما به جایی می‌روید که استعدادهایتان شما را می‌برد. از تجربیاتی کمک می‌گیرید که شما را تبدیل به فردی که اکنون هستید کرده‌اند. ولی فقط با افرادی در مورد اک صحبت کنید که خواستار شنیدن هستند، و به مقداری از اک صحبت کنید که توانایی درکش را داشته باشند. در غیر این صورت انگار دارید با خودتان حرف می‌زنید. لزومی ندارد اک را به دیگران تحمیل کنید - هیچ دلیلی برای این کار وجود ندارد. تا وقتی که فرد آماده نشده باشد، نمی‌تواند به هیچ وجهی کلمات اک را بشنود.

در سکوت و به آرامی، به روش خودتان، در موقعیت‌هایی که در آنها راحت هستید، عمل کنید. این روش اک است. تحمیل کردن تعالیم به دیگران روش اک نیست.

### نویسنده‌گی پال توئیچل

پال توئیچل نویسنده‌گی را از سال ۱۹۴۰ شروع کرد و کتاب‌های زیادی نوشت. او سعی می‌کرد هرچه می‌نویسد را به فروش برساند، ولی وقتی یکی از دست‌نوشته‌هایش یادداشت‌های عدم پذیرش زیادی دریافت می‌کرد، او پشت میزش می‌نشست و آن را مرور می‌کرد و بعد با زحمت زیاد تمام آن را دوباره تایپ می‌کرد. او معمولا چهار یا پنج دست نوشته داشت که نتوانسته بود به فروش برساند و در مرحله بازنویسی بودند.

پال برای پول درآوردن می‌نوشت. او از این طریق امرار معاش می‌کرد. او مقالات متعددی را به روزنامه‌ها و مجلات می‌فروخت. او ابتدا وقت زیادی برای ویرایش و مرور کتاب‌هایش داشت، ولی وقتی ماهانتا، استاد اک در قید حیات شد، برنامه‌ی کاریش خیلی فشرده شد.

در سال ۱۹۷۰ پال چنان پرمشغله شده بود که دیسکرس‌ها را بدون ویرایش می‌نوشت و حکمت اک را همانگونه که دریافت می‌کرد روی کاغذ می‌آورد. حکمت و خرد که شکل و قالبی ندارد باید تبدیل به کلمات محدود و نامناسب زبان انسانی می‌شد. او حداکثر سعی خود را می‌کرد تا کلمات و استعاره‌های مناسبی را برای ذهن انسان به کار برد. بعضی وقت‌ها از کلماتی استفاده می‌کرد که درست نبودند، بعضی وقت‌ها هم چند کلمه را جا می‌انداخت که باعث بوجود آمدن تناقضاتی در نوشته‌هایش می‌شد.

مثلا وقتی در مورد روش خلسه برای ترک کردن کالبد نوشت، کلی مطلب در این مورد نوشت که باید در ذهنتان کاملا مجسم کنید که از کالبدتان خارج

می‌شوید. و این که چطور مکانی که می‌خواهید به آن بروید، زمان رفتن و مدت ماندن در آن مکان را کاملا در ذهن خود تجسم کنید. آنگار در پارگراف آخر نوشته بود که برای برگشتن به کالبدتان هم باید کاملا برگشت به کالبد را مجسم کنید. حتما می‌توانید چلای علاقمند و مشتاقی را تجسم کنید که تمام مراحل خروج از کالبد را از ابتدا می‌خواند و وقتی به پارگراف آخر می‌رسد با خودش می‌گوید اگر به کالبدش برنگردد چه؟

ما در تصویری که از نویسندگان خلاق و برجسته‌ی عهد عتیق دارید، تصور می‌کنیم که آنها دائما آنچه خدا می‌گفت را می‌نوشتند. گاهی اوقات دوست داریم تصور کنیم پال هم اینگونه عمل می‌کرد.

ولی اینکه فکر کنیم کلمات همان دفعه اولی که نوشته می‌شوند بدون اشکال هستند یک حماقت است، زیرا اینطور نیست، زبان انسان، در بهترین صورت آن هم فقط بازتابی ناقص از حقیقتی است که از جهان‌های بالاتر می‌آید. آنچه در هر یک از جهان‌ها به عنوان حقیقت شناخته می‌شود، چیزی جز بازتابی ناقص از حقیقتی که در جهان بالاتر از آن وجود دارد نیست. زندگی اینگونه است. بیان کردن و توضیح دادن درباره‌ی اک مستلزم عرق ریختن، سخت کوشی، توانایی، استعداد و آموزش است. هیچ روش جادویی برای این کار وجود ندارد.

پال نویسنده‌ی برجسته‌ای بود. وقتی ماموریتی که به عهده‌ی او بود را بیشتر درک می‌کنیم و استفاده از زبان را در نظر می‌گیریم، بیشتر و بیشتر به تحسین او می‌پردازیم. پال وقتی حسابی گرفتار بود، خسته بود یا حسابی مریض بود هم به نوشتن دیسکورس‌ها می‌پرداخت. چرا؟ زیرا دیسکورس‌های ماهانه باید در تاریخ معینی به دست افراد می‌رسید. و پال کاری که باید می‌کرد را انجام می‌داد. او چون قبلا در روزنامه‌نگاری تجربه کسب کرده بود، اهمیت آماده شدن کار در تاریخ معین را می‌دانست. وقتی معلت معینی برای انجام دادن کاری دارید باید کار را تا قبل از پایان آن زمان انجام دهید.

وقتی برنامه ریزی می‌کنیم، حالا می‌خواهد در مورد فعالیت‌های اک باشد یا در مورد اهداف دیگران، حتما برای خود مهلتی را تعیین کنید. زندگی به چیزی بیش از برنامه‌ریزی نیاز دارد، زندگی نیازمند یک چارچوب زمانی است تا برنامه‌های شما را در آن به اجرا در آورد. ولی به خودتان سخت نگیرید، با یک هدف آسان شروع کنید، و چارچوب زمانی‌ای را تعیین کنید که توانایی‌اش را دارید.

### گام‌های اولیه به سوی خداشناسی

واقعا خداشناسی را تا چه حد می‌خواهید؟ از آنجایی که هرگز به خداشناسی نرسیده‌اید، اگر هنوز قوانین مربوطه را نمی‌دانید چه کارهایی باید انجام دهید تا به آن برسید؟

بچه گربه‌ای در محل ما زندگی می‌کند. اسمش میتنز (Mittens) است ولی ما او را میتی صدا می‌زنیم. میتی موجود کوچولو و مهربانی است. ولی آنطور که پیداست هرگز قبلا گربه نبوده است. میتی تا حدودی مثل اکیستی است که هرگز خداشناسی را تجربه نکرده است.

میتی یتیم بود، بنابراین مادری نداشت تا او را الگوی خودش قرار دهد تا به حال به آینه هم نگاه نکرده بود تا ببیند که گربه است و دو گوش پرزدار و نوک تیز، دماغ دگمه مانند و پشم‌هایی راه راه مثل ببرها دارد.

میتی چون نمی‌دانست گربه است، فکر می‌کرد آدم است. پسر کوچولویی که از او مراقبت می‌کند، پسری قد کوتاه است که خوب فوتبال بازی می‌کند، بنابراین میتی احتمالا با خودش فکر می‌کرد که او هم وقتی بزرگ شود مثل آن پسر می‌شود. او خودش را به نزدیکترین چیزی که به او بود ارتباط می‌داد.

یک روز میتی متوجه شد که پسر بچه بودن سرنوشت او نیست. او گربه‌ی نر سیاهی را دید که داشت در محله راه می‌رفت و قلمرو خودش را بازرسی می‌کرد. میتی او را زیر نظر گرفت. گربه کوچولوی ما هر جا گربه‌ی سیاه می‌رفت، او را دنبال

می‌کرد، راه رفتن آن گربه را زیر نظر می‌گرفت و سعی می‌کرد بفهمد آن گربه به چه چیزی فکر می‌کند. ولی هر وقت که میتی زیادی به آن گربه نزدیک می‌شد، گربه برمی‌گشت و به او حمله می‌کرد.

اولین باری که این اتفاق افتاد میتی فرار کرد و لای بوته‌ها پنهان شد. ولی به محض اینکه گربه‌ی سیاه بزرگ کمی دور شد، میتی دوباره شروع به تعقیب کردن او کرد. با خودم گفتم: "ای میتی دیوونه مگه ندیدی چی شد؟ آن گربه دوباره به تو حمله می‌کند." ولی میتی داشت یاد می‌گرفت چطور یک گربه باشد، و چنین چیزی را نمی‌شود در مسافت دور یاد گرفت. میتی با نزدیک شدن به آن گربه یاد گرفت که گربه‌ها چنگال‌های تیزی دارند، می‌غرند و صداها و وحشیانه‌ای از خود در می‌آورند.

میتی خیلی زود فارغ التحصیل شد؛ یاد گرفت که گربه‌ی سیاه را به حال خودش رها کند. بعد یک گربه‌ی سفید که بزرگتر از قبلی بود را پیدا کرد. این گربه رابطه‌ی خوبی با آدم‌ها داشت، ولی دوست نداشت بچه گربه‌ها دنبالش راه بیفتند. شاید چون این گربه سیاه نبود، میتی فکر می‌کرد که این نژاد با قبلی فرق دارد و خطرناک نیست. بنابراین شروع کرد به تعقیب او. باز هم چند بار چک و لگد خورد و سر کوچکش محکم روی آشغال‌ها کوبیده شد. میتی داشت درس‌های ارزشمندی را یاد می‌گرفت و چه دوست داشت چه دوست نداشت، در حال رشد کردن و تبدیل شدن به یک گربه بود.

یک روز بعد از ظهر وقتی داشت در امتداد نرده‌ی چوبی باغچه راه می‌رفت، چشمش به یک گربه‌ی سیامی زیبا افتاد. دست خودش نبود، باید از نزدیک نگاه می‌کرد. آن گربه هم به او حمله کرد. میتی به بالای نرده پرید، به میان شاخه‌ی بوته‌ها جستی زد و قسمتی از پشم‌هایش کنده شد.

ولی میتی صبور بود، داشت یاد می‌گرفت. او دزدکی به کنار نرده‌ی چوبی برگشت. پشت بوته‌ها پنهان شد و باز هم به تماشا پرداخت. من در حالی‌که

داشتم آنجل، گربه سیامی را نوازش می‌کردم، چشمم به میتی بود. آنجل خیلی حسود است؛ اگر من او را نوازش می‌کردم یعنی اینکه به او تعلق داشتم، و واقعا نمی‌خواست تعلقش را با میتی سهیم شود.

میتی در حال حاضر در حال رشد است. کم کم دارد به قدرت خودش پی می‌برد و قلمروی خودش را بزرگتر و بزرگتر می‌کند. او دیگر خودش را محدود به یک تکه چمن جلوی خانه‌اش نمی‌کند، اکنون بیشتر اوقات در حیاط پشتی همسایه‌ها می‌گردد و زیر زرده‌ی باغچه‌ها می‌رود. طولی نمی‌کشد که او به اندازه‌ی کافی قدرتمند می‌شود و حضورش را به دیگر گونه‌ها ثابت می‌کند. او احتمالا حتی قسمتی از پشمی که از دست داد را هم دوباره به دست خواهد آورد.

ما نیز به عنوان اکیست‌هایی که خواستار خداشناسی می‌باشیم، چنین هستیم. از آنجاییکه قبلا هرگز به خداشناسی نرسیده‌ایم، نمی‌دانیم که در ابتدا چگونه باید دست به کار شویم. یک راه این است که به مشاهده‌ی شخصی که احساس می‌کنید نوری از خود ساطع می‌کند بپردازید. آن شخص می‌تواند یکی از واصلین بالا و یا شخص دیگری باشد، اصلا شاید اکیست نباشد. شروع به زیر نظر گرفتن فردی کنید که طوری زندگی می‌کند که شما می‌خواهید زندگی کنید.

اگر می‌خواهید در درون به دنبال یک ایده‌آل بگردید، طبق تکنیک "راه آسان" در کتاب "در روح آزادم (نسیمی از بهشت)"، می‌توانید از هر کسی که به عنوان راهنمای معنوی به او اعتماد دارید پیروی کنید. قانون معنوی‌ای که در پشت این تکنیک وجود دارد این است که روح الهی، جریان‌اک، به شکل استادی می‌آید که شما در صفحه‌ی درونی خود در چشم سوم تجسم می‌کنید. برای مثال، یک مسیحی احتمالا مسیح را خواهد دید. اگر وضعیت آگاهی‌تان شما را به سمت استاد دیگری سوق می‌دهد، آن استاد را خواهید دید. استادی که بر صفحه‌ی درونی ظاهر می‌شود، فردی است که مناسب وضعیت آگاهی شماست.

روش انجام دادن این تکنیک این است که چشم‌هایتان را ببندید، به چشم سوم خود نگاه کنید، و هیو را زمزمه کنید. می‌توانید از کلمه‌ی خدا و یا کلمات مقدس دیگر هم استفاده کنید. این کار را هر روز به مدت پانزده یا بیست دقیقه انجام دهید. این مساله یک شبه اتفاق نمی‌افتد، ولی وقتی زمانش فرا برسد شروع به دیدن نور می‌کنید که معمولا آبی یا سفید است. آنگاه در جهان‌های شخصی خود به سوی گام بعدی هدایت می‌شوید.

وقتی آمادگی لازم را کسب کنید، صلح، آرامش و لذتی که از روشنایی خداوند ناشی می‌شود را خواهید یافت. این تماس و ارتباط با نور و صوت روح الهی، تمام آن چیزی است که می‌توانم در اک به شما بدهم.

سمینار جهانی اک، واشنگتن دی سی  
جمعه ۲۶ اکتبر ۱۹۸۴