

بر مرکب عشق

« پرما واهینی »

به قلم: ساتیا سائی بابا



sssbpt.org

مقدمه

خواننده‌ی عزیز! باگوان شری ساتیا سایی بابا چندین سال پیش رو به جمع کثیری در گودور گفتند، "اشتباه نیست اگر مرا *پرماسواروپا* (تجسم عشق) بخوانید". به راستی بابا عشق نثار می‌کنند، عشق جستجو می‌کنند و در دل فرد، در کالبد جامعه و در مجموعه‌ی ملتها عشق را برقرار می‌نمایند. بشریت که راه خود را گم کرده و از وحشت می‌لرزد، ناتوان از مهار شرارتی که خود با شیطنتهای بی‌خردانه‌اش مسبب آن بوده، به لطف و عشق بابا نیاز دارد تا پریشانی‌اش را تسکین داده و او را دوباره به جانب نور بازگرداند. بابا سال‌ها پیش گفتند که ایشان هنگامی که سی و دو سال از اقامت‌شان بر زمین کامل شود مأموریت خود را برای آفرینش دوباره و اصلاح انسان بر پایه‌ی راستین دارما¹ آغاز خواهند کرد. در سال 1958 وقتی ایشان به آن لحظه رسیدند، ماهنامه‌ای را با فیض خود افتتاح نموده و آن را *ساناتانا ساراتی* نام نهادند، نامی سرشار از شمیم گیتا و نقش خداوند به عنوان ارباب‌رانِ هر آن کسی که او را به عنوان راهنما برمی‌گزیند. بسیار پرمعناست که نخستین دوره‌ی مقالاتی که بابا برای *ساناتانا ساراتی* نوشتند "پرما واهینی" بود. این سخنرانی‌ها را همان گونه که در آغاز

¹ دارما واژه‌ای سانسکریت است که هم به معنی درستکاری و رفتار مبتنی بر اخلاق و هم به معنی وظیفه می‌باشد که در اینجا و در اغلب موارد ذکر شده در این کتاب، معنای نخست مورد نظر است. -م

در ترجمه‌ی انگلیسی نوشته شده‌اند در این کتاب گرد آورده‌ایم. حقیقت (ساتیا)،
درستکاری (دارما)، آرامش (شانتی) و عشق (پرما) چهار ستون دنیای جدید دوران
سایه هستند و با هدایت بابا بشریت قطعاً از راه عشق، آرامش را کشف خواهد نمود.
برای این کار، کتاب پرما واهینی کمک بزرگی خواهد بود زیرا هنگام خواندن، شما با
منبع عشق (پرما) در تماس هستید؛ هنگام عمل کردن به پیام آن، به گونه‌ای آشکار،
با فیض خود خداوند هدایت می‌شوید؛ هنگام لذت بردن از جذبه‌ی تمرین معنوی
(سادانا) که در اینجا تجویز شده، به بزرگی و شکوه آن اقیانوس مهربانی پاسخ
می‌گویید.

ناراینا کاستوری

ویراستار ساناتانا ساراتی

فصل اول: خصلت‌های نیک، راه را برای جوینده می‌سازند

عصر حاضر (کالی‌یوگا^۱) بیشتر از همه‌ی اعصار گذشته، مسیرهای گوناگونی را برای دستیابی به قدرت تشخیص (ویوه‌کا) در دسترس انسان قرار می‌دهد. اگر آموزش مورد نیاز باشد، مدرسه‌ها و موسسات آموزش عالی بسیاری وجود دارند و اگر فرد به دنبال ثروت باشد، راه‌های گوناگونی هستند که به وسیله‌ی آنها بتوان ثروت را با تلاش و کوشش و به صورت شرافتمندانه به دست آورد. با این وجود، هیچ افزایشی در شادی یا آرامش بشر نمی‌یابیم. در حقیقت، بدبختی بسیار بیشتر از دوران گذشته وجود دارد!

علت چیست؟ علت آن در رفتار بشر، در روش زندگی انسان نهفته است. زندگی بشر بی‌تردید در بالاترین سطح تکامل قرار دارد و برای معنا بخشیدن به آن، کوشش معنوی، کوششی که پاک و مقدس باشد ضروری است. برای این نوع زندگی، شخصیت، بسیار دارای اهمیت است. شخصیت به زندگی جاودانگی می‌بخشد؛ حتی با وجود مرگ، شخصیت زنده می‌ماند. برخی می‌گویند دانش، قدرت است؛ اما این حقیقت ندارد. شخصیت، قدرت است. حتی گردآوری دانش، نیازمند یک شخصیت

^۱ یوگا (yuga) به معنی عصر و دوره بوده و کالی‌یوگا به معنی عصر کالی یا عصر آهن یا همان آخرالزمان است که چهارمین و آخرین دوره محسوب می‌شود. این واژه با واژه‌ی yoga به معنی وحدت با خداوند که در فرهنگ راجع به عنوان مجموعه‌ای حرکات ورزشی و تنفس و تمرکز شناخته شده متفاوت است. -م

خوب است. بنابراین هر کس باید جویای دست یافتن به شخصیتی بی نقص و بدون هر گونه اثری از بدی باشد.

به یاد بیاورید که بودا، عیسی مسیح، شانکاراچاریا و ویوه کاناندا، فرزندگان و قدیسان و سرسپردگان بزرگ خداوند، همه‌ی اینها، حتی تا به امروز، در یاد بشر از جایگاه ویژه‌ای برخوردار هستند. کدام ویژگی است که آنها را تا به این حد در یادها ماندگار کرده است؟ من می‌گویم شخصیت هر یک از آنها.

بدون شخصیت، ثروت، تحصیلات و موقعیت‌های اجتماعی به هیچ دردی نمی‌خورند. این عطر گل است که به آن ارزش و بها می‌دهد. شاعران، نقاشان، هنرمندان و دانشمندان ممکن است هر یک در زمینه‌ی کاری خود برجسته باشند ولی بدون شخصیت، از جایگاهی در اجتماع برخوردار نیستند.

به یقین این تردید پیش خواهد آمد که آیا همه‌ی کسانی که هم اکنون مورد احترام جامعه‌اند شخصیتی را که از نظر ما لازمه‌ی بزرگی است دارا هستند. اما من از جامعه و از شخصیتی سخن می‌گویم که به ارزش‌های تغییرناپذیر معینی پای‌بند است. جامعه با گذشت زمان، روز به روز، به ویژگی‌هایی ثابت، اهمیتی متفاوت می‌بخشد و الگوهای شخصیتی با دگرگونی‌های جامعه تغییر می‌کنند. اما سرشت اصلی یک شخصیت بی نقص، ابدی است. همیشه همان است که بود، هر چند که

جامعه دگرگون شود. در حقیقت، این گونه‌ی شخصیتی، نامیرا و فناپذیر است زیرا به وجود نامیرای دیگری، یعنی به آتما^۱، پیوسته است.

در بین ویژگی‌هایی که شخصیتی بی‌نقص را به وجود می‌آورند، عشق، صبر، بردباری، پایداری، و نیکوکاری، برترین‌ها هستند. این ویژگی‌ها باید بسیار ستایش شوند.

صدها رفتار کوچکی که هر روز به آنها اجازه‌ی خودنمایی می‌دهیم [در وجودمان] ریشه می‌دهند و عادت می‌شوند. این عادت‌ها آگاهی ما را شکل می‌دهند و دیدگاه و زندگی ما را قالب‌ریزی می‌کنند. همه‌ی آنچه که در تخیلات خود به هم می‌بافیم، در آرمان‌هایمان جستجو می‌کنیم، و در جستجوهایمان آرزو می‌کنیم، اثری پاک‌نشدنی بر ذهن به جا می‌گذارند. تحت تاثیر اینها دانش ما و تصویر جهان پیرامونمان شکل می‌گیرد و به این تصویر است که وابسته می‌شویم.

زندگی کنونی انسان چیزی نیست جز تصویر گذشته‌ی او و عادت‌هایی که در زمانی طولانی شکل گرفته‌اند. سرشت شخصیتی که انسان با آن به دنیا آمده هر چه که باشد، بی‌تردید با تغییر روند خو گرفته شده‌ی افکار و تخیلات، قابل اصلاح است.

^۱ آتما به طور کلی به معنی روح الهی ساکن در انسان و موجودات زنده است که در وحدت با روح کل یا همان خداوندگار متعال است. -م

بدی هیچ انسانی غیر قابل تغییر نیست. مگر آنگولیمالای دزد به وسیله‌ی بودا به شخصی مهربان و خوش‌قلب تبدیل نشد؟ مگر قدیس والمیکی^۱ ابتدا یک دزد راهزن نبود؟ با تلاش هوشیارانه، عادت‌ها را می‌توان تغییر داد و شخصیت را پاک نمود. انسان همواره در درون خود، توان به چالش کشیدن گرایش‌های پست و تغییر عادت‌های بد خود را دارد. با خدمت بی چشم‌داشت، با کناره‌گیری، با سرسپردگی، با دعا و با منطق و استدلال می‌توان بر عادت‌های کهنه که انسان را به زمین وابسته می‌سازند غلبه کرد و عادت‌های جدیدی که ما را در مسیر الهی پیش می‌برند در زندگی ایجاد نمود.

هدف همه‌ی ادبیات، شعرها، اسطوره‌ها، کتاب‌ها و نشریات معنوی، گفتگو درباره‌ی سرشت این شخصیت، راه‌ها و بیراهه‌های آن و آگاهی بخشیدن درباره‌ی روند شکل‌دهی دوباره‌ی آن است. *ساناتانا ساراتی* چنین هدفی را در نظر دارد. نه در جستجوی به نمایش گذاشتن فضل و دانش است و نه گردآوری نام و شهرت. اما باید خاطر نشان نمود که تنها خواندن یک کتاب یا یک نشریه، و یوه‌کا یا قدرت تشخیص با خود به همراه نمی‌آورد. آنچه که دیده یا شنیده یا خوانده می‌شود بایستی

^۱ گردآورنده‌ی حماسه‌ی رامایانا - م

در زندگی واقعی به عمل درآید. بدون این، خواندن تنها گذران وقت است. اگر چیزی با نیت وقت‌گذرانی خوانده شود، زمان می‌گذرد و چیزی به جا نمی‌ماند.

فصل سوم: خواندن کتاب و آگاهی از یگانگی

کتاب‌ها به تعداد فراوان و در قیمت‌های بسیار ارزان در دسترس همه هستند. وداها، متون مقدس (شاسترا)، و پوراناها می‌توانند به وسیله‌ی هر کسی خریده و خوانده شوند. همچنین هیچ‌گونه کمبود معلم معنوی (گورو) وجود ندارد. مدرسه‌ها فراوانند و ظاهراً هدیه‌ی دانش عطا می‌کنند. امکانات آموزش ذهنی، فراوان و در دسترسند. و با این وجود از هیچ‌جا آوای خشنودی چشیدن از شراب جاودانگی بخش دانش معنوی (جنانا) به گوش نمی‌رسد.

وقتی انبوه کتاب‌هایی را که هر طرف پراکنده‌اند می‌بینم، احساس می‌کنم دانش موجود در کتاب‌ها قادر نیستند از پوشش سنگین جلدها بیرون آمده و به صورت نور در بیایند.

خداوند در پس رشته کوه‌های آرزو، خشم، حسادت، و خودخواهی پنهان است. به همین ترتیب، خورشید دانش نیز به وسیله‌ی این انبوه عظیم کتاب‌ها پوشیده شده است. هرچند این کتاب‌ها در هر گوشه از زمین پراکنده هستند، نمی‌توانیم بگوییم

که فرهنگ بالا رفته یا معرفت افزایش یافته است. انسان هنوز فاصله‌ی چندانی از میمون ندارد. یک پوشش جلد و عنوان جذاب، یک تصویر زیبا، اینها چیزهایی هستند که خواننده به دنبالشان است. لذت گذرا و رضایت لحظه‌ای.

تنها کسانی که با قدرت تشخیص، کتاب‌هایی را که می‌خوانند انتخاب کرده و به آنچه می‌خوانند عمل می‌کنند می‌توانند حقیقت را درک نموده و از سرور الهی ماندگار لذت ببرند. تنها این افراد زندگی‌های باارزشی دارند. بنابراین آنها که جویای والاترین راه بوده و از اندیشه‌های خداوند سرمست می‌شوند باید سعی کنند تنها به مطالعه‌ی سرگذشت قدیسان و فرزندگان و کتاب‌هایی که به درک الهی یاری می‌رسانند بپردازند. مطالعه‌ی بی‌هدف همه نوع کتاب و هر آنچه که به طریقی به دست شخص می‌رسد تنها موجب پریشان‌تر شدن ذهن می‌شود. سودی نمی‌بخشد و آرامشی به همراه نمی‌آورد.

بیش از هر چیز پایداری در وحدت-آگاهی (اکاگراتا) را در هر عملی که انجام می‌دهید گسترش دهید. دیدگاه بی‌طرف (ساما-دریشتی)، دیدگاه مبارک و فرخنده (سوبا-دریشتی) است.

شیر اگرچه پادشاه جنگل است، هنگام راه رفتن در بیشه، هر چند قدم به عقب بر می‌گردد زیرا از این که به دنبالش باشند در هراس است. ترس در ذهن، موجب

خطای دید می‌شود. خشونت در دل، بینش را تحریف می‌کند و دید را منحرف می‌سازد.

انسان باید از دیدگاه بی‌طرف (ساما-دریشتی) برخوردار باشد. همه‌ی آفرینش باید در چشم او به یک اندازه فرخنده و مبارک باشند. او باید به همه‌ی موجودات با همان عشق و ایمانی که نسبت به خود دارد، نگاه کند. زیرا هیچ بدی‌ای در آفرینش وجود ندارد. حتی ذره‌ای. بدی تنها حاصل نقص در بینایی است. رنگ عالم هستی، محصول رنگ عینک‌هایی است که استفاده می‌کنیم. آفرینش، خود، تا به ابد پاک و مقدس است.

فصل چهارم: تمرین معنوی (سادانا) - راه زندگی

همیشه راهنمایی بوده‌اند، هستند، و خواهند بود تا مراتب والایی را که انسان می‌تواند به دست آورد بر او آشکار کرده و او را راهنمایی کنند تا با به ظهور رساندن کامل همه‌ی قدرتهای جسمی، ذهنی و عقلی خود به آن مراتب دست یابد.

ذهن انسان در پی کسب لذت از جهان اشیاء، مشاهده‌های بی‌هدف، و انتقاد از دنیای پیرامون اوست. پس چگونه به چنین ذهن سرگشته‌ای می‌توان پایداری آموخت؟

هر کس باید این پرسش را از خود بپرسد: روح‌های بزرگ (ماهاتما) و حکیمان بلندمرتبه (ماهاپوروشا) هم افرادی مانند من بودند؛ آنها هم موجوداتی صاحب جسم بودند. وقتی آنها توانستند به کمال برسند، من هم اگر روش آنها را دنبال کنم می‌توانم پیروز شوم. برای من چه سودی دارد که وقتم را در پیدا کردن نقص‌ها و ضعف‌های دیگران بگذرانم؟

بنابراین نخستین تمرین معنوی (سادانا)، جستجوی نقص‌ها و ضعف‌ها در درون خودتان و کوشش در اصلاح آنها برای کامل شدن است.

هدف و توجیه کوشش مداوم هر روزه، رسیدن به این مقصود نهایی است: شیرین و خوشایند کردن واپسین روزهای زندگی فرد. اما هر روز غروبی هم دارد. اگر روز با کارهای نیک سپری شده باشد، غروب، ما را با خوابی ژرف برکت می‌دهد. خوابی نیروبخش و شادی‌آفرین، خوابی که درباره‌ی آن گفته شده که بسیار شبیه به سامادی¹ است.

انسان تنها دوره‌ی زندگی کوتاهی بر زمین دارد. ولی در این زندگی کوتاه، فرد می‌تواند با استفاده‌ی هوشمندانه از زمان به روشی دقیق، به سرور الهی دست پیدا کند. دو انسان، یک شکل، در ظاهر از یک قالب، تحت شرایط مشابهی رشد می‌کنند،

¹ سامادهی یا سامادی، تجربه‌ی سرور انگیز یکی شدن با خداوند است - م

اما درمی‌یابیم که یکی فرشته است در حالی که دیگری در سرشت حیوانی‌اش باقی می‌ماند. چه دلیلی برای این تفاوت وجود دارد؟ عادت‌ها و رفتار شکل گرفته از این عادت‌ها و شخصیتی که از این رفتار فرم گرفته است. انسان، مخلوق شخصیت است.

فصل پنجم: سرشت راستین زندگی انسان

در یک نگاه سطحی، زندگی انسان چرخه‌ای به نظر می‌رسد از خوردن و نوشیدن، کار کردن و خوابیدن. زندگی به راستی دارای مفهوم بزرگ‌تر و معنای بسیار ژرف‌تری است. زندگی، یک *یا جنا*¹ یا آیین قربانی است. هر کار کوچکی، هدیه‌ای به خداوند است. اگر کارهای روزانه را با چنین روح سرسپردگی انجام دهیم، خواب چه چیز جز *سامادی* می‌تواند باشد؟ انسان مرتکب اشتباه بزرگ شناسایی خود با بدن می‌شود. او انواع اشیاء را برای نگهداری از بدن و آسایش آن روی هم انباشته است. حتی هنگامی که بدن ضعیف شده و با افزایش عمر سالخورده می‌شود، می‌کوشد تا به طریقی با وسایل مختلف از آن نگهداری کند. اما تا چه وقت می‌توان مرگ را عقب انداخت؟ هنگامی که حکم فرشته‌ی مرگ (*یاما*) از راه می‌رسد، هر کسی باید رهسپار شود.

¹ *یا جنا* یا *یا گنا*، آیین قربانی و دایی است که شامل پیشکش هدایا به آتش مقدس به عنوان سمبلی از پیشکش هدایا به درگاه الهی است و معمولاً همزمان با بیان مانترا انجام می‌شود. -م

موقعیت، غرور، و قدرت، همگی در حضور مرگ ناپدید می‌شوند. با درک این مساله، روز و شب از راه خدمت به همه‌ی موجودات زنده، با پاکی جسم، ذهن، و روح برای درک [آن] خود برتر کوشش کنید. بدن باید به عنوان وسیله‌ی نقلیه‌ای برای این خدمت، پاسداری و نگهداری شود. ولی به خاطر داشته باشید که شما این بدن نیستید. این بدن نمی‌تواند شما باشد.

تات توام آسی^۱. تو، آن هستی. این برترین و مقدس‌ترین پند معنوی است. تو، اصل آتمای تخریب‌ناپذیری. برای خاطر آن اصل آتمایی است که تو این بدن را داری و بنابراین در کوشش برای درک خدای متعال (پارام-ایشوارا)، اینجا و هم اکنون باید آماده باشی که این بدن را هر لحظه به عنوان قربانی تقدیم کنی. از مالکیت خود بر این بدن برای حمایت از آسایش جهان استفاده کنید. این بدن چیزی جز یک وسیله نیست، وسیله‌ای که از جانب خداوند به شما هدیه شده است. بگذارید این وسیله در خدمت هدفش باشد.

اما تا زمان رسیدن به هدفی که این وسیله [بدن] برای آن به شما داده شده است، وظیفه‌ی شماست که با دقت فراوان از آن مراقبت کنید و آن را از آسیب حفظ نمایید. در زمستان لباس‌های پشمی برای مقاومت در مقابل وزش بادهای سرد استفاده

^۱ "تات توام آسی"، عبارت ودایی به معنی "تو آن هستی". منظور از "آن"، اصل آتمایی یا اصل الهی است که اساس و بنیان هستی می‌باشد-م

می‌شوند. وقتی سرما فروکش می‌کند، آن لباس‌ها کنار گذاشته می‌شوند. به همین ترتیب، زمانی که تندبادهای سرد زندگی مادی کوچک‌ترین اثری بر ما نداشته باشند، بدن مادی دیگر مورد نیاز نیست. [در آن زمان] انسان تنها نسبت به بدن غیر مادی آگاه است.

وقتی باران می‌بارد، زمین و آسمان در بارش قطره‌های درشت باران یکی می‌شوند. این به راستی نمایی زیبا و الهام‌بخش است، نمایی که به وسیله‌ی آن، آفرینش، خود به شما می‌آموزد که در هماهنگی با او یگانگی را تجربه کنید. [در اینجا] سه درس باید آموخته شود - دائمی نبودن پدیده‌های مادی، نقش انسان به عنوان خدمتگزار و خداوند به عنوان ارباب.

این جهان هستی، وسیله‌ای برای انجام پوجا¹ یا آداب پرستش است. انسان عابد و خداوند، معبود است. بازی که زندگی نام دارد با اینها انجام می‌پذیرد.

انسان‌ها باید شاد باشند که وجود متعال خداوند (پوروشوتاما) هر بار در پیرامون آنها اقلام مادی تازه و تازه‌تری قرار می‌دهد تا [به وسیله‌ی آنها] به او خدمت کرده و این مراسم پوجا را به فرم‌های گوناگون به انجام برسانند. انسان‌ها باید برای به دست

¹ پوجا در آیین هندو نوعی آیین پرستش شبیه یاجنا است که در ابعاد کوچک‌تر و معمولاً توسط اشخاص عادی یا روحانیون معبد انجام می‌شود و در آن پیشکش‌های گوناگون مانند گل، میوه، آب، شیر و ... به مجسمه یا نماد خداوند پیشکش می‌گردد. هر یک از این هدایا معنایی درونی و سمبلیک دارند. به عنوان نمونه، تقدیم گل نشانه‌ی تقدیم دل و تقدیم میوه سمبلی از تقدیم ذهن است - م

آوردن فرصت‌های تازه دعا کنند و از بخت نیکی که دستانشان دریافت می‌کنند غرق شادی باشند. این شیوه‌ی برخورد، لذت بی‌اندازه‌ای می‌بخشد. در پیش گرفتن زندگی ای که سرشار از چنین لذتی است، به راستی سرور الهی است.

هر آنچه از طلوع تا غروب آفتاب انجام می‌شود باید مقدس شمرده شود چنان که گویی پوجا یا مراسم پرستش خداوند است. همان طور که [هنگام چیدن گل برای مراسم پرستش] مراقبت به عمل می‌آید تا تنها گل‌های تازه، چیده شوند و پاکیزه و سالم بمانند، به همین ترتیب تلاش بی‌وقفه‌ای باید صورت پذیرد تا تنها کارهایی انجام شوند که پاک و نیالوده باشند.

اگر هر روز این دیدگاه را پیش روی ذهن داشته باشیم و بر اساس آن زندگی کنیم، آن [زندگی] به خدمتی طولانی و بی‌وقفه به خداوند بدل خواهد شد. حس من و تو به زودی ناپدید خواهد شد؛ همه‌ی نشانه‌های منیت از میان خواهد رفت. آنگاه زندگی به سرسپردگی راستین خداوند (هاری پارایانام) تبدیل خواهد شد. "من خدمتگزار (سواکا) هستم. این جهان، پیشکش است. ارباب، خداوند است که مورد پرستش است" - هنگامی که فرد به این مرحله از اندیشه، احساس و رفتار دست پیدا می‌کند، همه‌ی تفاوت بین مال من و مال تو از میان خواهد رفت.

فصل ششم: یکسان بودن سرسپردگی و معرفت معنوی

فاصله‌ای بین سرسپردگی به خداوند (باکتی) و معرفت معنوی (جنانا) وجود ندارد. درست همان گونه که ماده‌ی دارای فرم (ساگونا)، [فرم خود را از دست می‌دهد و] بی‌فرم (نیرگونا) می‌شود، سرسپردگی به معرفت معنوی بدل می‌گردد. من موافق نیستم که کار بی‌منیت (کارما)، سرسپردگی (باکتی) و معرفت معنوی (جنانا) از هم جدا هستند. حتی مایل نیستم یکی از آنها را اولی، دیگری را دومی، و آن یکی را به عنوان سومی رده‌بندی کنم. من مخلوطی از هر سه، یا حتی ادغامی از آن سه را هم نخواهم پذیرفت. کار بی‌منیت، سرسپردگی است؛ و سرسپردگی، معرفت معنوی است.

یک قطعه شیرینی میسور، دارای شیرینی، وزن، و فرم است. این سه [مشخصه] از هم جدایی ناپذیرند. هر تکه‌ی کوچک آن دارای شیرینی، وزن، و فرم است. نمی‌توانیم فرم را در یک بخش آن، وزن را در بخش دیگر، و شیرینی را در بخش سوم پیدا کنیم. و هنگامی که بر روی زبان قرار می‌گیرد، در یک زمان واحد، مزه‌اش تشخیص داده می‌شود، و وزنش تجربه و فرمش احساس می‌شود. به همین ترتیب جیوا (روح فردی)، آتما، و پارام‌آتما (خداوند متعال) از هم مجزا نیستند. آنها یکی هستند و یکسانند.

بنابراین هر عملی باید سرشار از روح خدمت بی منیت (سوا)، عشق (پرما)، و معرفت معنوی (جانانا) باشد. به عبارت دیگر هر دسته از فعالیت های زندگی باید با کار بی منیت، سرسپردگی به خداوند، و معرفت معنوی اشباع شده باشند. این به راستی یوگا¹ یا وحدت با وجود متعال (پوروشوتاما-یوگا) است. [این یوگا] باید به عمل درآید نه آن که تنها با واژه‌ها بیان شود. تمرین معنوی (سادانا) باید به طور پیوسته، با دلی همواره رو به گسترش که سرشار از سرسپردگی و معرفت معنوی است انجام پذیرد. شیرینی شراب نام خداوند، افسون زندگی است. شادی درونی که از آن نام حاصل می‌شود همانند شادی خارجی زندگی بیرونی است.

هنگامی انسان عملی را به عنوان هدیه به خداوند انجام می‌دهد، صلاح او، صلاح برتر او، و بالاترین صلاح² او، همه یکی می‌شوند³. ابتدا من و تو، ما می‌شود. سپس ما و او، یکی می‌گردد. روح فردی یا همان "من" (جیوا) باید ابتدا با آفرینش (پراکریتی) یا "تو" و سپس با روح متعال یا "او" (پارام آتما) یگانه شود. این در حقیقت معنا و مفهوم ذکر مقدس اوم تات سات است.

¹ در اینجا یوگا (yoga) به معنی وحدت و یکی شدن است. -م

² سوارتا، پارارتا و پارام آرتا

³ هنگامی که عملی به خداوند تقدیم شده باشد، سود و زیان حاصل از آن عمل، در بعد مادی، معنوی و در بعد متعالی یکی خواهد بود - م

امروز، دیروز، و فردا، اوم تات سات هست، بوده، و خواهد بود. "او" و "من" همیشه آنجا هستند. تمرین معنوی (سادانا) هم همیشه آنجاست. درست همان گونه که خورشید از پرتوهایش جدا نمی‌شود، هیچ جوینده‌ای در هیچ شرایطی نباید بدون تمرین معنوی به سر ببرد. تنها هنگامی که جوینده‌ی معنوی به این شیوه‌ی بی‌وقفه به تمرینات معنوی خود پایبند باشد، می‌شود گفت که با اوم¹ یکی است.

فصل هفتم: وظایف زندگی

زنگارهای دل باید با یک زندگی اخلاقی و انجام وظایف فردی زدوده شوند. زمانی می‌رسد که بشر خسته و درمانده می‌شود و دعا می‌کند: خداوندا! رویدادهای زندگی ورای گنجایش من شده‌اند. حس می‌کنم کوشش بیشتر، بسیار رنج‌آور است. به من قدرت بده، خداوندا!

در ابتدا خداوند در فاصله‌ای ایستاده و تلاش انسان را می‌نگرد، مانند یک معلم که وقتی دانش‌آموز سرگرم نوشتن پاسخ پرسش‌هاست در گوشه‌ای می‌ایستد. سپس هنگامی که انسان وابستگی به لذت (بهوگا) را فرو گذاشته و به کارهای شایسته و خدمت بی‌منیت (سوا) روی می‌آورد، خداوند به گونه‌ای تشویق‌آمیز و دلگرم‌کننده

¹ اوم یا پراناوا، صوت آغازین سرمنشاء هستی است - م

نزدیک می‌آید. زیرا او همانند خداوندگار خورشید (سوریا-نارایانا) است که پشت درب بسته به انتظار می‌ایستد؛ مانند خدمتکاری که به حقوق ارباب و محدودیت‌های خویش آگاه است. او حضور خود را اعلام نمی‌کند و یا بر در نمی‌کوبد. او به سادگی در انتظار می‌ماند. و هنگامی که ارباب تنها ذره‌ای در را باز می‌کند، آفتاب به درون هجوم می‌برد و تاریکی درون را به سرعت به بیرون می‌راند. هنگامی که از او درخواست کمک شود، او در کنار بشر حاضر است، با دستانی که برای کمک گشوده‌اند.

بنابراین آنچه از بشر خواسته می‌شود تنها قدرت تشخیص (ویوکا) است تا به درگاه پروردگار دعا کند و معرفت معنوی (جانانا) تا او را به یاد داشته باشد.

فصل هشتم: نیکی، معرفت معنوی است

معرفت معنوی (جانانا) یعنی فهم، اما این تنها یک دستاورد عقلی نیست. "خوردن" به این معنا نیست که غذا بر روی زبان قرار داده شود. خوردن تنها وقتی باارزش است که غذا جویده، بلعیده، و هضم شود و در جریان خون جذب شده و به ماهیچه و استخوان، به نیرو و به قدرت جسمی تبدیل گردد. به همین ترتیب، فهم معنوی باید تمام لحظه‌های زندگی را فرا بگیرد و به آن نیرو ببخشد. باید با همه‌ی

اعضا و حواس، با همه‌ی پنج حس عملی (کارما-ایندریایها)¹ و حواس شناختی (جنانا- ایندریایها)² ابراز شود. انسان باید به چنین مرتبه‌ی بالایی برسد.

تنها دانش اندوختن، معرفت معنوی (جنانا) محسوب نمی‌شود. تنها رفتار نیک (سات-گونا)، معرفت معنوی است.

برای آن که فرد توان انجام خدمت بدون منیت (سوا) را داشته باشد، خوردن اندکی غذا لازم است. چنین خوردنی بخشی از مراسم قربانی (یاجنا) است. برای آن که ماشین بدن فعال شود، سوخت غذا (آن‌نا) مورد نیاز است. غذا قربانی نیست ولی انجام قربانی را ممکن می‌سازد. بنابراین غذا خوردن نباید به عنوان ارضاء ذائقه، به عنوان سیر کردن شکم مورد تمسخر قرار بگیرد. [بلکه] غذا خوردن، بخشی از عبادت است.

پوجا (مراسم عبادت) تنها چیدن گل و قرار دادن آن بر روی مجسمه [یا سمبل خداوند] نیست. باغبانی که برای مراقبت از گل زحمت کشیده و گل را پرورش داده نیز یک عابد است. بدن تنها پس از دریافت غذا قادر به فعالیت است. حتی وسایل انجام قربانی نیز، پیشکش و قربانی محسوب می‌شوند.

¹ پنج حس عملی یا کارما-ایندریا عبارتند از: دفع، تولید مثل، جابجایی، ساخت، گفتگو. همچنین ارگان‌های حسی مرتبط با حواس عملی به ترتیب عبارتند از دستگاه دفع، دستگاه تناسلی، پاها، دست‌ها و زبان. -م

² پنج حس شناختی یا جنانا-ایندریا عبارتند از: بویایی، چشایی، بینایی، لامسه و شنوایی. -م

هر کاری که برای تحقق این سه هدف انجام پذیرد، قربانی محسوب می‌شود: استفاده از جهان برای عبادت خداوند، برقراری آرامش و عدالت در جامعه، و کنترل و هماهنگ سازی فعالیت های بدنی. اولی مراسم مقدس قربانی (یا جنا) خوانده می‌شود، دومی نیکوکاری، و سومی ریاضت (تاپاس) است. همه‌ی کارهای بشر باید در خدمت این سه نیاز باشد.

فصل نهم: حقیقت، خداست

برای رسیدن به مرحله‌ای که همه‌ی کارهای بشر در خدمت سه نیاز فوق باشند، زندگی اخلاقی نقش زیربنا را دارد. این زندگی اخلاقی، بر تشخیص راستی از ناراستی استوار است. درست همان طور که مروارید نگه داشته شده و صدف به دور انداخته می‌شود، اساس، که حقیقت است باید پذیرفته شده و آن چه غیرضروری است کنار زده شود. پس از آن، تلاش فردی و لطف الهی، هر دو باید وجود داشته باشند. فرد همچنین باید به شکلی پیوسته، این درس بزرگ را که بدن و آتما از هم مجزا هستند تمرین نماید. این تمرینی بسیار سودمند است. چنین قدرت تشخیصی برای همه‌ی جنبه‌های زندگی - غیرمعنوی و یا معنوی - ضرورت دارد. [این قدرت تشخیص] برای

درک حقیقت، حیاتی است. حقیقتی که در آفرینش، وجود و نابودی هست؛ حقیقتی که خودِ خداوند است.

برای خدمت به این خدای متعال، پاک بودن غذا بایستی مراعات شود. در این باره، مقدار مورد نظر نیست بلکه کیفیت مورد نظر است. البته کمیت نیز نباید نادیده گرفته شود. اما اصلاً چرا غذا ضرورت دارد؟ برای کسب نیروی مورد نیاز برای انجام خدمت بی منیت (سوا). برای آن که یاجنای خدمت^۱ به ثمر بنشیند، غذا مورد نیاز است و چنین غذایی باید پاک باشد. از این جنبه غذا باید مورد توجه قرار بگیرد. به این ترتیب هر کسی باید توجهی پیوسته به عادت‌ها و ویژگی‌های شخصیتی خود داشته باشد. آن گاه وابستگی به بدن فرو می‌افتد و دستیابی به سرور الهی [حاصل از درک] الوهیت (آتما-آناندا) سهل و آسان می‌شود.

فرد باید پیش از آن که به درک حقیقت نائل شود، همه‌ی این وظایف گوناگون را انجام دهد؛ زیرا تنها از راه چنین زندگی معنوی است که می‌تواند خود را پاک کند و تنها به وسیله‌ی آن سرشت پاک است که یافتن روح متعال برای او امکان‌پذیر می‌شود. اگر او بدون پرداختن به این وظایف، برای این رنج بزرگ که او قادر به یافتن خداوند متعال (پارام/آتما) نیست گریه کند، سودی نمی‌بخشد.

^۱ در اینجا خدمت به یاجنا یا مراسم قربانی تشبیه شده است. -م

در این دنیای مادی اگر شخص هیچ گونه تجربه‌ای از زندگی معنوی و پاکی و

خلوص آن نداشته باشد، نمی‌تواند به ارزش هدف معنوی پی ببرد.

ممکن است گفته شود که شخص تنها هنگامی می‌تواند تلاش و کوشش معنوی را

بپذیرد که به ارزش آن پی برده باشد؛ اما این مانند آن است که بگوییم شخص تنها

پس از یادگیری شنا وارد آب شود. شنا را تنها با وارد شدن به آب، با بهره‌گیری از

یک شناور که به دور بدن بسته می‌شود می‌توان فرا گرفت. به همین ترتیب با افزودن

شناورهایی به ذهن، بدون ترس، در تمرینات معنوی غوطه‌ور شوید. آنگاه خودتان به

ارزش تلاش و کوشش معنوی پی خواهید برد. سرشت و ویژگی‌های راه معنوی تنها

برای کسانی شناخته شده است که در آن راه سفر کرده باشند. آنها می‌دانند که راه

حقیقت (ساتیا)، و تشخیص (ویوکا)، به خداوند (پارام‌آتما) منتهی می‌شود. کسانی که

قدم در آن راه نگذاشته‌اند و کسانی که از وجود آن آگاه نیستند، نمی‌توانند آن را

برای خود و یا دیگران شرح بدهند.

تنها خدا واقعی است. خدا حقیقت است. خداوند متعال، عشق است. بر او به عنوان

حقیقت، به عنوان عشق، مراقبه کنید.

در هر فرم و شکلی که بر او مراقبه شود، یافتن او امکان‌پذیر است. همواره هم‌نشین

سرسپردگان او باشید. از طریق همراهی با نیکان، قدرت تشخیص (ویوکا) و عدم

وابستگی (وایراگیا) تثبیت شده و افزایش می‌یابند. این‌ها روح را قدرتمند می‌کنند و به شما آرامش درونی می‌بخشند. آنگاه ذهن شما در خداوند حل خواهد شد.

در هر کاری که می‌کنید، همه‌ی نیرو و استعدادی را که به شما بخشیده شده به کار بگیرید تا در گفتار و کردار صادق باشید. ابتدا ممکن است در این روند اشتباه کنید و ممکن است با مشکلات و رنج‌هایی روبرو شوید. اما در پایان پیروز می‌شوید و سرور الهی را به چنگ می‌آورید. تنها حق پیروز می‌شود و نه باطل (satyameva jayathe, naanritham). با رفتار تان، با روش زندگی تان، می‌توانید به حقیقت برسید، می‌توانید به خدا (پارام‌آتما) برسید.

فصل دهم: منیت موجب از دست دادن آرامش می‌شود

انسان در درون خود، گونه‌های فراوانی از عادت‌ها و خلق‌وخوهای خودخواهانه را ایجاد کرده و می‌پرورد و ناخشنودی بسیاری را برای خود موجب می‌شود. عامل محرک همه‌ی اینها، عقده‌ی قدرت است. اشتیاق بی اندازه برای داشتن اقتدار، سلطه، و قدرت، اشتیاق بی اندازه برای چیزهایی که هرگز نمی‌توانند ابدی و کامل باشند. در حقیقت برای انسان غیرممکن است از داشتن آنها به سرحد رضایت کامل برسد.

قدرت نامحدود تنها به خداوند همگان (ساروا-ایشوارا) تعلق دارد. ممکن است شخص

از این بابت که در همه‌ی هنرها به استادی رسیده یا همه‌ی ثروت‌ها را به دست آورده یا بر کل علوم احاطه داشته یا گنجینه‌ای از همه‌ی متون مقدس شده احساس سرمستی کند، اما همه‌ی اینها را او از چه کسانی به دست آورده است؟ آنها باید به راستی بزرگ‌تر از او باشند. حتی ممکن است او ادعا کند که همه‌ی اینها را با تلاش و کار و کوشش خود کسب نموده است. اما بی شک افرادی باید آن را به شکلی به او داده باشند. او نمی‌تواند این را انکار کند. منبعی که همه‌ی اقتدار و قدرت از آن سرچشمه می‌گیرد، ساروا-ایشوارا است. نادیده گرفتن قدرت مطلق، فریب دادن شخص با این تصور که قدرت اندکی را که به دست آورده متعلق به خود او است، در حقیقت خودخواهی، خودبینی، غرور، و منیت (آهام کارا) است.

شخصی را که حامل راستین قدرت است می‌توان از ویژگی‌های حقیقت، مهربانی، عشق، صبر، بردباری، و قدرشناسی بازشناخت. هر جا که این ویژگی‌ها وجود داشته باشند، منیت (آهام کارا) نمی‌تواند باقی بماند و هیچ جایی ندارد. پس برای پرورش این ویژگی‌ها کوشش کنید.

درخشش آتما به وسیله‌ی منیت پوشانیده شده است. بنابراین هنگامی که منیت نابود شود، همه‌ی رفتاری‌ها پایان می‌یابند، همه‌ی ناخشنودی‌ها محو می‌شوند و سرور الهی به دست می‌آید. درست همان طور که غبار مانع دیدن خورشید می‌شود،

احساس منیت، سرور بی پایان الهی را پنهان می‌کند. حتی اگر چشم‌ها باز باشند، تکه‌ای پارچه یا مقوا می‌تواند جلوی عملکرد موثر و مفید بینایی را بگیرد. به همین ترتیب پرده‌ی خودخواهی مانع می‌شود که انسان خدا را که به راستی از هر چیز دیگری به او نزدیک‌تر است ببیند.

بسیاری جویندگان معنوی (ساداکا)، عزلت‌نشینان و تارکان دنیا (سانیاسین)، اجازه داده‌اند که تمام فضیلت‌هایی که در طی سال‌های طولانی تلاش و از خود گذشتگی به دست آورده‌اند، با همین وابستگی به خود، از دست برود. زیرا قدرت بدون شمع خداآگاهی، دیواری بدون پایه است. دانایی تنها به هیچ دردی نمی‌خورد. وداها، اوپانیشادها، و متون مقدس (شاسترا)، خط‌مشی‌هایی هستند که باید در زندگی روزانه به آنها عمل شود.

بنابراین بدون عمل، هر اندازه کلمات گهربار بوده و هر اندازه کیفیت خواندن آنها بالا باشد، همه‌ی اینها تنها یک اسراف کلان محسوب می‌شود. برای آوردن آموزه‌های وداها، اوپانیشادها و متون مقدس به زندگی واقعی، فرد باید به حس "من می‌دانم" پایان بدهد، چشمان خود را به روی معنای واقعی [کلمات] باز کند و در آن باره به اندیشه‌ی عمیق بپردازد. آنگاه بدون تردید فرد می‌تواند به سرور الهی دست پیدا کند.

تقویم نجومی ممکن است بارش ده واحد باران را نشان دهد، اما اگر تقویم ده بار تا شده و فشرده شود حتی قطره‌ای باران از آن بیرون نخواهد آمد.

هدف تقویم، دادن باران نیست بلکه تنها دادن اطلاعاتی درباره‌ی باران و مقدار آن است. صفحه‌های آن در بر گیرنده‌ی ده واحد باران نیستند. باران، بالا و درون ابرهاست.

به همین ترتیب، متون مقدس (شاسترا) تنها می‌توانند اطلاعاتی درباره‌ی باورها، اصل‌ها، قوانین، مقررات، و وظایف ارائه بدهند. ویژگی‌های بسیار برجسته‌ی وداها، اوپانیشادها و متون مقدس این است که آنها رهنمودهایی درباره‌ی روش‌های به دست آوردن آرامش و رستگاری ارائه می‌کنند. اما آنها از افشردن خوش‌بختی و سرور انباشته نشده‌اند به طوری که فرد بتواند آنها را با فشردن متون‌شان جمع‌آوری کند. فرد باید راه، جهت، و هدف را همان گونه که در آنها شرح داده شده، کشف کند. باید قدم در راه بگذارد، جهت را دنبال کند و به هدف دست یابد. هرچند اگر آگاهی از "من"، "غرور"، "من همه را می‌دانم" را به وجود آورد، زمین خوردن گریزناپذیر است؛ فریب، مرگ را موجب می‌شود. راز رستگاری در درک این خطر است. اگر جلوی این خطر گرفته نشود، تولد دوباره بی‌تردید رخ می‌دهد.

اگر با آگاهی از همه‌ی اینها در تمرین معنوی غوطه‌ور شوید، جهان و نگرانی‌های آن بر شما اثری نخواهند گذاشت. تنها وقتی از این حقیقت دور هستید رنج می‌کشید، درد را احساس می‌کنید و رنج را تجربه می‌نمایید. در یک فاصله‌ای از بازار، شخص تنها هیاهوی زیاد و نامفهومی را می‌شنود. اما همچنان که به بازار نزدیک می‌شویم و به درون آن پا می‌گذاریم می‌توان معامله‌های گوناگون را به سادگی از هم تشخیص داد. به همین ترتیب تا زمانی که حقیقت وجود متعال (پارام‌آتما) درک شود، شما از هیاهوی جهان بهت‌زده خواهید بود. اما همین که به عمق قلمرو کنکاش معنوی وارد می‌شوید، همه چیز روشن می‌شود و دانش شناخت واقعیت در شما بیدار می‌گردد. تا آن زمان در هیاهوی بی‌مفهوم گفت‌وگوها، مجادله‌ها، و زرق و برق فروشندگان این بازار، مسحور خواهید بود.

فصل یازدهم: جویندگان راه سرسپردگی

هر جوینده‌ای که ابدیت را از راه سرسپردگی جستجو می‌کند باید برای به دست آوردن ویژگی‌های زیر بکوشد: او باید از آشفتگی‌ها، بی‌رحمی‌ها، و ناراستی‌های این جهان فاصله بگیرد و حقیقت، درستکاری، عشق و آرامش را تمرین کند. این در واقع، راه سرسپردگی است. آنها که جویای یگانگی با خداوند هستند و آنها که جویای

آسایش جهان هستند، باید ستایش و سرزنش، تشویق و تمسخر، خوشبختی و بدبختی را به عنوان اموری بی ارزش رها کنند. آنان باید شجاعانه به حقیقت ذاتی خود ایمان استوار داشته باشند و خود را وقف تعالی معنوی کنند. هیچ کس، حتی یک شخصیت بزرگ معنوی (ماها-پوروشا) یا آواتار، هرگز نمی‌تواند از انتقاد و سرزنش بگریزد. اما آنها تسلیم نمی‌شوند، آنها به حقیقت وفادارند. حقیقت، تسلیم تهدیدها نخواهد شد. سرشت واقعی یک حکیم بزرگ یا آواتار، از سوی کسانی که در انتقاد و سرزنش زیاده‌روی می‌کنند تنها پس از عبور از میان سختی‌های تحمل‌ناپذیر درک خواهد شد و سپس آنها هم زبان به ستایش [آواتار] خواهند گشود.

ضعف نادانی، علت این درماندگی است. پس بگذارید که جوینده، خود را از همه‌ی این عوامل ضعیف‌کننده دور نگاه دارد و باور و اعتقاد خود را با آنها به مجادله نگذارد. بگذارید او خود را در کتاب‌های مقدس و هم‌نشینی با سرسپردگان خداوند غوطه‌ور کند. بعدها، غنی از تجربه‌ی آگاهی، و با شجاعتی که نتیجه‌ی تماس با حقیقت است، او می‌تواند بدون خطر با هر معاشری دربیامیزد و حتی برای هدایت سایر اذهان به سوی حقیقتی که او خود دیده است کوشش کند.

در میان افرادی که جویای اعمال نیک و قدم گذاشتن در مسیر خودآگاهی هستند، سه دسته بارزند:

دسته اول، آنها که از گرفتاری ها، باختن ها، و مشکلات، آنقدر ترسانده شده‌اند که تلاش و کوشش را آغاز نمی‌کنند؛ اینها از پایین‌ترین دسته هستند.

دسته دوم، آنها که پس از تحمل سفر و پیمودن مسافتی سرخورده شده و مغلوب موانع و ناامیدی‌ها شده‌اند و از این جهت در میانه‌ی راه عقب می‌کشند.

دسته سوم، آنها که با استواری، با آرامش و شجاعت، به راه وفادار می‌مانند. ماهیت رنج هر چه می‌خواهد باشد و هر اندازه راه سخت باشد. اینها البته در بالاترین دسته قرار می‌گیرند. این استواری، این ایمان و پابرجایی، از ویژگی‌های یک سرسپرده (باکتا) است.

تحت تاثیر فریب وابستگی به این جهان موهوم و جذابیت شادی‌های گذرا، وسایل دستیابی خود به شادی همیشگی و کامل را معامله نکنید. وظایف معنوی خود را با سرسپردگی کامل به انجام برسانید. خداوند را بدون ایمان و پایداری نمی‌توان شناخت. تنها از عشق، ایمان به وجود می‌آید. تنها از ایمان، معرفت معنوی حاصل می‌گردد. تنها از معرفت معنوی است که سرسپردگی متعالی (پارا-باکتی) زاده می‌شود. خداوند تنها با سرسپردگی متعالی (پارا-باکتی) به چنگ می‌آید. پس عشق را چگونه باید پرورش داد؟ عشق از دو روش به وجود می‌آید:

نخست: همواره کاستی‌های دیگران را، هر اندازه هم بزرگ باشند، بی‌اهمیت و قابل

چشم‌پوشی بدانید. همواره کاستی‌های خودتان را، هر اندازه هم بی‌اهمیت و قابل

چشم‌پوشی باشند، بزرگ بشمارید و احساس ناراحتی و پشیمانی کنید. به این وسیله

شما از گسترده‌تر شدن کاستی‌ها و اشکالات خود جلوگیری می‌کنید و ویژگی‌های

برادری و شکیبایی را به دست می‌آورید.

دوم: هر کاری که می‌کنید، با خود یا با دیگران، به یاد داشته باشید که خداوند

همه جا حاضر است. او همه چیز را می‌بیند، می‌شنود، و می‌داند. هر صحبتی که

می‌کنید، به یاد داشته باشید که خداوند هر کلمه را می‌شنود. راست را از دروغ تمیز

دهید و تنها حقیقت را به زبان بیاورید. هر عملی که انجام می‌دهید، درست را از غلط

تشخیص داده و آنچه را که درست است انجام دهید. بکوشید که هر لحظه، از قدرت

بی‌انتهای خداوند آگاه باشید. بدن، معبد فرد (جیوا) است؛ بنابراین هر چه در آن

پرستشگاه رخ می‌دهد، برای فرد، بی‌اندازه مهم است. به همین ترتیب جهان، بدن

خداوند است و هر آنچه که در آن رخ می‌دهد، خوب یا بد، برای خداوند، بی‌اندازه

مهم است. [پس] با درک فرد (جیوا) و بدن که حقیقت قابل مشاهده هستند، خداوند

و جهان را که حقیقت غیرقابل مشاهده‌اند ادراک کنید.

رابطه‌ی فرد (جیوا) و خداوند، خویشاوندی بین این دو، به وسیله‌ی هر کسی که

سه ابزار اصلی را به دست آورده باشد قابل درک است:

1. ذهنی نیالوده به وابستگی و نفرت

2. کلامی نیالوده به ناراستی

3. جسمی نیالوده به خشونت

لذت و آرامش، در اشیاء خارجی جای ندارند؛ آنها در خود شما هستند. اما مردم، در حماقتشان، آنها را بیرون از خود، در جهانی جستجو می‌کنند که امروز یا فردا محکوم به ترک آن هستند. پس زود بیدار شوید. بکوشید که جوهره‌ی هر چیز را، حقیقت ابدی را بشناسید. کوشش کنید که عشق را که خود خداوند (پارام‌آتما) است تجربه کنید. هر لحظه قدرت تشخیص‌تان را به کار بگیرید، آنچه را حقیقت است بپذیرید و مابقی را رها کنید. تا زمانی که چشمان فرد در پی آرزوهای دنیوی باشند، نمی‌تواند از اندوه بگریزد.

فصل دوازدهم: پرستش فرم

بسیاری اشخاص هستند که پرستش فرم را مورد انتقاد قرار می‌دهند، اما اساس پرستش فرم، در حقیقت، توانایی بشر در دیدن جهان بزرگ¹ در جهان کوچک² است. ارزش پرستش فرم‌ها با تجربه‌ی بشر به اثبات رسیده است و وابسته به نیروی تخیل بشر نیست. آنچه در فرم کیهانی خداوند (ویرات-سواروپا) یافت می‌شود، به گونه‌ای بی‌کم‌وکاست و ناب، در فرم محدود او نیز یافت می‌شود. فرم‌ها همان هدفی را برآورده می‌کنند که استعاره‌ها، تشبیه‌ها، و... در شعر. آنها مفاهیم را شرح می‌دهند، تقویت و آشکار می‌کنند.

لذتی که فرد را در بر می‌گیرد به دلیل ظاهر اشیاء نیست بلکه از رابطه‌ای است که او با آنها برقرار می‌کند. هر کودکی نمی‌تواند مادر را شادمان کند بلکه این کودک خود مادر است که موجب شادی او می‌شود. این مساله در مورد همه‌ی افراد و همه‌ی اشیا نیز به همین شکل است. اگر انسان با هر فرد و هر شیئی در این جهان، آن رابطه‌ی خویشاوندی و آن عشق الهی (یشوارا پرما) را برقرار سازد، چه لذت مدهوش کننده‌ای می‌تواند تجربه شود! تنها کسانی که آن را احساس کرده‌اند قادر به فهم آن هستند.

macrocosm¹

microcosm²

فصل سیزدهم: شنیدن، اندیشیدن و سرودن نام خداوند

شایسته است وداها و پوراها خوانده و شنیده شوند. نام خداوند باید بر زبان جاری

شده و نیز شنیده شود. برای برخی بیماری‌ها داروهایی برای مصرف خارجی داده

می‌شود، حال آنکه برای برخی دیگر، دارو برای مصرف داخلی توصیه می‌گردد. اما

برای این بیماری جهانی چرخه‌ی تولد و مرگ (بهاواروگا)، شنیدن داستان‌های

خداوند (سراوانا) و سرودن نام خداوند (کیرتانا) و دیگر داروها برای مصرف داخلی و

خارجی توصیه می‌شود. فرد باید علاوه بر شنیدن نام خداوند، آن را بر زبان بیاورد.

ممکن است جوینده‌ای فیض خداوند و گورو و مریدان خداوند را به دست آورد. اما

همه‌ی این فیض‌ها بدون به دست آوردن یک فیض دیگر به هیچ کار نخواهند آمد و

آن، فیض آگاهی درونی (انتاکارانا) خود اوست. بدون این فیض، او به تباهی می‌رود

زیرا همه‌ی آن‌های دیگر هر چه که باشند به حساب نمی‌آیند.

فیض خداوند به سادگی قابل دستیابی نیست. حس من بودن (آهام کارا) که فرد را

وا می‌دارد بگوید "من انجام‌دهنده هستم" باید از قلب ریشه‌کن شود. هر فردی،

دانشمند یا بی‌سواد، باید نیاز بسیار شدید برای یافتن خداوند را احساس کند. خداوند

محبت یکسانی به همه‌ی فرزندان‌ش دارد زیرا روشن کردن، سرشت نور است. با

بهره‌گیری از آن روشنایی، برخی می‌توانند کتاب‌های خوب بخوانند و برخی دیگر

وظایف روزانه‌شان را، هر چه که هست انجام دهند. به همین ترتیب، با بیان نام خداوند، یک نفر می‌تواند درک خود از خداوند را گسترش دهد، دیگری می‌تواند حتی کارهای شرارت‌آمیز انجام دهد! همه بستگی به شما دارد که شما چگونه از نور استفاده می‌کنید. اما نام خداوند، پاک و بی‌خدشه است، همیشه و تا ابد.

فصل چهاردهم: نیاز به دانش ابدی (ساناتاناویدیا)

آیا انسان‌ها، هنر، مهارت‌ها، و علوم بی‌شماری را نیاموخته‌اند؟ آیا ماشین‌های بی‌شماری را اختراع نکرده‌اند؟ آیا دانش بسیار زیادی را گرد نیآورده‌اند؟ با این وجود بشر به آرامش ذهن که تا این اندازه برای خوشبختی ضرورت دارد دست نیافته است. به جای آن، هر روزی که می‌گذرد، این تحصیلات (ویدیا) بشر را به ورطه‌های عمیق و خطرناکی می‌کشاند و از آرامش، بیشتر و بیشتر دور می‌شود. علت را این گونه می‌توان بیان کرد: این هنرها و علوم، تنها ارزشی گذرا دارند. این ماشین‌ها تنها در جهت رفاه مادی هستند. همه‌ی این دانش، درباره‌ی چیزهای موقت و گذراست. این تحصیلات، راز نهفته در جهان را بر فرد آشکار نمی‌کنند. رازی وجود دارد که اگر دانسته شود، از همه‌ی رازها پرده برمی‌افکند؛ یک معما که اگر حل شود، همه‌ی آن‌های دیگر حل شده‌اند. گره‌ای هست که اگر گشوده شود، همه‌ی گره‌ها شل

می‌شوند. علمی وجود دارد که با استاد شدن در آن، استادی در تمام علوم به دست آمده است. آن علم کلیدی، علم معنوی (ساناتانا ویدیا) است.

برای بریدن یک درخت، ریشه‌ی آن را باید قطع کرد. تلاش برای گشتن آن از راه چیدن دانه به دانه‌ی برگ‌ها سودی نمی‌بخشد. زمان بسیار زیادی می‌برد، به علاوه، کارایی ندارد. فرزندگان و دایی باستان، این علم معنوی را می‌دانستند، اما هندی‌ها از این که آنها را قوم و خویش خود بدانند شرم دارند. آنها خدا را با کوشش‌ها و ریاضت‌های خود دیدند و فیض او را به دست آوردند. آنها علمی را که اینچنین جسورانه کشف کرده بودند شرح دادند. جویندگانی از دیگر کشورها به پیگیری این کتاب‌ها پرداختند و اظهار نمودند که هندوستان، چراغ هدایت جهان بوده است. این یک حقیقت کاملاً شناخته شده است. چراغ، خانه را روشن می‌کند؛ اما درست در همان پایه‌ی چراغ، حلقه‌ای تاریک، [از نور] بی‌نصیب می‌ماند. هند آن گنج را نمی‌شناسد یا اهمیتی به آن نمی‌دهد. آیا می‌توانیم این را به بازی سرنوشت نسبت داده و خاموش بمانیم؟

در روزگاران گذشته، هندی‌ها آیین‌های مذهبی روزانه‌شان را انجام می‌دادند، در مکان پاک و سالمی که به وسیله‌ی نمادهای مقدس احاطه شده بود می‌نشستند و خود را در مطالعه و تمرین آموزه‌های وداها و اوپانیشادها غرق می‌کردند. علاوه بر این

آنها تجربه‌های خود را برای راهنمایی دیگران و به منظور بازگرداندن آن تجربه‌ها به هوشیاری‌شان ثبت می‌کردند. اما فرزندان و نوادگان آنها کتاب‌ها را در محراب جای داده و به پرستش آنها پرداختند. غفلت و بی‌توجهی، آنها را تا حد خاکروبه و اشیاء بی‌ارزش پایین آورده، صفحه‌های آن که از جنس برگ درختان بود تجزیه شده، و موش‌ها آن را جویده بودند. اما دانش‌آموزانی مشتاق از مغرب‌زمین در این اشیاء بی‌ارزش به جستجو پرداختند و با پی بردن به سرچشمه‌های بی‌همتای روشنگری و مرواریدهای ارزشمند معرفت که کتاب‌ها در خود جای داده بودند، سرشار از تحسین و احترام، آنها را بر سر گذاشته و به عنوان هدیه‌ی ارزشمند بهارات به خود و فرزندان‌شان مورد ستایش قرار دادند. آنها را از میان دریاها با خود بردند، با برق شادی در چشمانشان و حس سپاس در قلب‌هایشان.

اکنون آنچه را که فرزندان هند انجام داده‌اند بیان کنم؟ آنها نه صفحه‌های کتاب‌ها را گشودند، نه به پیگیری محتوای آن پرداختند، و نه حتی کمترین اهمیت و توجهی به آنها نشان دادند. در یک میلیون نفر، تنها یک نفر آنها را می‌خواند، ولی او نیز به عنوان احمق و پریشان‌فکر مسخره می‌شود. کتاب‌ها به عنوان انبوهی از دروغ و افسانه، مسخره می‌شوند و آنها درباره‌ی اعتبار تاریخی کتاب‌ها و نویسندگان‌شان بحث می‌کنند. آنها زبان سانسکریت را با این عنوان که "یادگیری آن بسیار دشوار است"

کنار گذاشته و گنج را به دانشجویانی از سرزمین‌های دیگر واگذار کردند. چه وضعیت رقت‌انگیز ناراحت‌کننده‌ای. اگر آنها با دقت نسبت به مطالعه‌ی زبان مادری خودشان توجه نشان می‌دادند این مساله تا حدی جبران می‌شد ولی این را هم انجام نمی‌دهند. بی‌توجهی در همه جا.

نه، من شادی دنیوی را محکوم نمی‌کنم. من از شادی مردم، شاد می‌شوم. اما لطفاً باور نکنید که این شادی همیشگی است. من می‌خواهم که شما حتماً همه‌ی هنرها و علوم را برای به دست آوردن شادی دنیوی فرا بگیرید. اما می‌خواهم همه به یاد داشته باشید که این شادی، ماندنی نیست.

شادی ماندگار را تنها از راه یک علم (ویدیا) می‌توان به دست آورد، علم اوپانیشاد. آن [علم]، علم خداآگاهی است، آموزه‌های فرزندگان (ریشی‌ها). تنها آن دانش می‌تواند بشر را نجات داده و به او آرامش ببخشد. چیزی بالاتر از آن وجود ندارد، این حقیقتی غیر قابل بحث است. شادی و اندوه شما هر چه که باشد، کاری که در این زندگی در آن تخصص دارید هر چه که باشد، چشمان خود را با توجه فراوان بر دانش الهی باز کنید. اگر بدون رشد و تمرین فضایل اخلاقی، تنها هوش پرورش داده شود، و اگر تنها اطلاعات خام در مغز ذخیره گردد، جهان نمی‌تواند پیشرفت کند و آسایش آن در مخاطره خواهد بود.

اما اکنون به نظر می‌رسد که مردم ایمان به فضایل اخلاقی را از دست داده‌اند زیرا سیستم آموزشی هیچ جایگاهی را برای آموزش و فراگیری معنوی اختصاص نداده است. آموزش و پرورش راستین، فضایل زیبای پسران و دختران را از بین نبرده و آنها را به انحطاط نمی‌کشد و به انباشتن مغز با مطالب بی‌فایده و سنگین رضایت نمی‌دهد. تنها آموزش و پرورش سودمند است که محیطی کامل فراهم نماید تا ارزش‌های اخلاقی که عامل تمایز انسان [از سایر موجودات] هستند به بار بنشینند.

فصل پانزدهم: جهان اشیا، واقعی نیست

در حقیقت انسان‌ها سایه را می‌بینند و آن را واقعیت می‌پندارند. آنها طول، پهنا، ارتفاع، و ضخامت را می‌بینند و به سرعت نتیجه‌گیری می‌کنند که یک شیء در برابرشان است. آنها مجموعه‌ای از ادراک‌ها و خاطره‌ها را تجربه می‌کنند و با روی هم گذاشتن همه‌ی آنها می‌پندارند که اشیائی دیگر آنها را به وجود آورده‌اند. این اشتباه گرفتن ظاهر با واقعیت، به نادرست، معرفت (جناتا) نام‌گذاری شده است. این چگونه می‌تواند معرفت باشد؟ آیا تصویر یک شخص هرگز می‌تواند "او" باشد؟ اگر تصویر را "او" بپنداریم آیا می‌توانیم آن را معرفت بنامیم؟ امروزه سرشت همه‌ی دانش‌ها اینچنین است، در حالی که آنچه به عنوان یک شیء درک می‌شود به

هیچ وجه واقعی نیست. واقعیت آن، قابل مشاهده نیست. فردی که پیرو اندیشه‌ی آدوایتا است [یعنی به عدم دوگانگی در جهان معتقد است] بر این باور است که "آهام براهما آسمی" یعنی من براهما هستم. او چگونه آن باور را به دست آورده است؟ چرا چنین اظهارنظری می‌کند؟ اگر از او بپرسید پاسخ او این است، "متون مقدس (شروتی) چنین می‌گویند، گورو آن گونه آموزش داده است". اما فرا گرفتن این مطلب از آن منابع، این حق را به او نمی‌دهد که چنین اظهارنظر ژرفی کند. اگر شخصی استاد این سه کلمه باشد: من برهمن هستم (آهام براهما آسمی)، آیا به یگانگی با برهمن می‌رسد؟ نه. تلاش پیوسته در زندگی‌های بی‌شمار و کوشش در انجام وظایف گفته شده در کتاب‌های مقدس هستند که ذهن را پاک می‌کنند. در چنین ذهنی اگر بذره‌ای سرسپردگی کاشته شود، وقتی با توجه و آگاهی مراقبت شود، گل‌ها شکفته می‌شوند، میوه‌ها به وجود می‌آیند و می‌رسند و از شیرینی و رایحه‌ی خوش سرشار می‌شوند. هنگامی که میوه خورده می‌شود انسان با خداوند بزرگ، آن قدرتی که همه چیز و همه جا را در بر گرفته و همیشه حاضر، هشیار، و سرشار از لطف بی‌نهایت است یکی می‌شود. فرد ممکن است فرمول "آهام براهما آسمی" را به روشنی و دقت بیان کند. دستور زبان آن ممکن است به طور کامل، صحیح و بدون اشتباه باشد؛ اما هنگامی که او نسبت به "جهان" در جهل است، از

"من" ناآگاه است و نسبت به برهمن در تاریکی قرار دارد، آیا هرگز می‌تواند

سرخوشی کمیاب یک انسان فرزانه را بچشد؟ این استادی در کلمه‌ها و معانی آنها نیست که اهمیت دارد: آگاهی و تجربه - اینها پایه و اساسند.

تنها گل است که واقعیت دارد. کوزه - آگاهی، زاییده‌ی جهل نسبت به گل است.

گل، پایه و اساس کوزه است. بدون گل، چگونه یک کوزه می‌تواند وجود داشته باشد؟

چگونه معلول جدا از علت می‌تواند موجود باشد؟ جهان تنها به چشم نادان، چندگانه

و متکثر به نظر می‌رسد. برای خردمند، تنها خدا (برهمن)، خداوندی که همه‌ی

چیزهای دیگر بر پایه‌ی او بنا شده‌اند، وجود دارد. او تنها از روح الهی (آتمان) آگاه

است. هیچ چیز دیگری وجود ندارد. این تجربه‌ی غیردوگانه (آدویتایی) است.

اگر جهان واقعیت دارد، باید حتی در مرحله‌ی خواب بدون رؤیای عمیق، قابل

ادراک باشد؛ اما ما [در خواب] ابدأ از وجود آن آگاه نیستیم. بنابراین جهان قابل

مشاهده، به همان اندازه‌ی جهان رؤیا، غیرواقعی است. همان گونه که به واسطه‌ی

توهم، مار به صورت طناب ادراک می‌شود، خدا نیز [به صورت] جهان ادراک

می‌گردد. نمی‌توان همزمان، هم مار و هم طناب را دید؛ مار، کلّ طناب است. به

همین ترتیب، خدا، کلّ این جهان است؛ همه‌ی این گونه‌گونی بی‌اندازه وسیع نام و

فرم. اما این گونه‌گونی زائیده‌ی خیال، اساساً دروغ است. تنها خدا حقیقت دارد.

آسمان ممکن است در یک ظرف شراب انعکاس یافته باشد اما شراب، آن را آلوده نمی‌سازد. به طور مشابه در این ارابه‌ی بدن، خدا، پاک و نیالوده جای گرفته است. میوه‌های عمل، خوب یا بد، خوشایند یا ناخوشایند، از متعلقات ارابه هستند و نه ارابه‌ران آن. هنگامی که چنین معرفتی طلوع می‌کند، سایه‌های تاریک سه نوع کارما -کارمای آینده، کارمای گذشته، و کارمایی که هم اکنون گرفتار آن هستیم- از نزد آن می‌گریزند. بله، حتی کارمای زمان حال می‌تواند محو و بی‌اثر شود. زیرا اراده‌ی خداوند، قادر مطلق است و برای قادر مطلق، محدودیت و استثنا نمی‌تواند وجود داشته باشد. هنگامی که با تمرینات معنوی (سادانا)، فیض (سانکالپا) خداوند را به دست می‌آورید، با آن فیض می‌توانید بر کارمای زمان حال خود نیز پیروز شوید. از هیچ بابت دلسرد نباشید.

رنج و گرفتاری‌های این جهان، غیرواقعی و گذرا هستند. ذهن خود را با قدرت بر این حقیقت بزرگ ثابت نگه دارید و با شجاعت، قدم در راه تمرین معنوی بگذارید. تمرین سرسپردگی.

فصل شانزدهم: زندگی سفری بر پایه‌ی گرایش‌های درونی است

انسان‌ها غوطه‌ور در فعالیت‌های بسیار و درگیر مسئولیت‌های گوناگونی هستند.

شمار این فعالیت‌ها آنقدر زیاد است که گاه ممکن است شخص احساس کند که محدوده‌ی بیست و چهار ساعته‌ی شبانه‌روز برای فعالیت‌های روزانه‌ی او بسیار کوتاه است. نوشیدن، خوردن، خواندن، راه رفتن، نشستن و علاوه بر آن، رویا دیدن، نفرت ورزیدن، لاف زدن، تحسین کردن، گریستن، خندیدن، افسردگی و امیدواری - همه‌ی فعالیت‌ها بدون خاتمه ادامه پیدا می‌کنند. آنها بازه‌ی زندگی را پر می‌کنند. این فعالیت‌ها، همگی، وابستگی تنگاتنگی با ذهن دارند. اینها زندگی را به مجموعه‌ای محض از گرایش‌های درونی (سامسکارا) مبدل می‌سازند که ضربه‌ای بر شخصیت و فردیت او وارد می‌نمایند.

دو نوع فعالیت وجود دارد، خوب و بد. باید به تاثیر هر دوی آنها بر زندگی انسان توجه شود. آنچه که یک کودک در خردسالی مرتکب می‌شود، مانند آنچه که او زمانی بر لوح سیاه مدرسه نوشته، محو می‌شود.

هنگامی که وقایع دوران کودکی شخص به این شکل فراموش می‌شوند، چگونه وقایع زندگی پیشین می‌تواند در خاطر باقی بماند؟ از این قضیه که بگذریم، اشتباه است اگر چنین استنباط کنیم که تنها وقایعی که به خاطر می‌آیند رخ داده‌اند یا به

شخصیت شکل بخشیده‌اند. رفتارها و فعالیت‌هایی که کاملاً محو شده و آنهایی که بر اثر رویدادهای بعدی فراموش شده‌اند، ردی از نتایج و پیامدهایشان در ذهن باقی گذاشته‌اند. باقیمانده، آنجا هست. وقتی سعی دارید به هنگام خواب آنچه را که در طی روز رخ داده به یاد بیاورید، هر آنچه را که رخ داده، از بی ارزش تا پرارزش، [خاطرات] به دعوت شما پاسخ نخواهند داد. تنها تجربه‌هایی که پرمعنا هستند، آنهایی که ژرف در درون شما جا گرفته‌اند، به خاطر می‌آیند.

وقتی در مورد رویدادهای یک روز چنین است، وقتی همه‌ی رویدادهایی را که با شادی یا درد آمیخته نبوده‌اند از یاد می‌بریم، درباره‌ی رویدادهای هفته‌ی گذشته یا ماه یا سال‌های گذشته چه می‌توان گفت؟ تنها رویدادهای اصلی، به روشنی ثبت می‌شوند. مابقی مه‌آلود گشته و به عقب رانده شده و ناپدید می‌شوند. این تعداد اندک، گرایشات درونی (سامسکارا) نام می‌گیرند.

پس از به انجام رساندن کارهای بی‌شمار، گرد آوردی تجربه و دانش وسیع، آموختن درس‌های گوناگون و گسترده از فعالیت‌های گوناگون و گسترده، انسان از میان آنها فقط چهار یا پنج تا را که نیرومند، دارای ریشه‌ی ژرف، و زنده هستند به عنوان سرمایه نزد خود نگه می‌دارد.

فصل هفدهم: انسان، غرق در سفر زندگی، تنها این گرایشات

درونی را کسب می کند

یک بازرگان در پایان هر هفته، ماه، یا سال، بدهکاری و بستانکاری را محاسبه و ترازنامه را تنظیم می کند تا به یک عدد برسد- درآمد خالص اش. به همین ترتیب در تجارت زندگی، پس از آن که همه ی دادن ها و گرفتن ها به پایان رسید، همه چیز در مختصری درآمد خالص پایان می یابد. در پایان زندگی، این مقدار اندک است که به خاطر خواهد آمد. آن تجربیاتی که تا دم آخر پافشاری می کنند و باقی می مانند، دو یا سه موردی که به هنگام فراخواندن همه ی آنچه در زندگی فرد رخ داده است در هشیاری او جریان می یابند، به راستی ماندگارند و دستاوردهای اصلی او هستند. این به آن معنا نیست که همه ی کارهای دیگر و همه ی تجربه های دیگر بیهوده بوده اند. فراموش کردن آنها تنها به این معناست که کار آنها به پایان رسیده و ارزش آنها دریافته شده است. هنگامی که فردی با هزاران روپیه تجارتي انجام می دهد، اگر چند هزار روپیه زیان کند قلبش منجمد می شود ولی اگر چند هزار روپیه سود کند، قلب از شادی می تپد. داستان تجارت زندگی نیز این گونه است. اگر در لحظه ی مرگ، فرد آرزومند خوراک باشد، گواه آن است که در زندگی، زبان، ارباب بوده است. اگر در لحظه ی مرگ، زن، فرزند را به خاطر آورد و برای نوازش کردن او مشتاق

باشد، گرایش درونی (سامسکارا) "عشق فرزند" در سراسر زندگی غالب بوده است.

این نشان می‌دهد که همه‌ی تجربه‌های دیگر فراموش شده‌اند.

از این رو از میان گرایش‌های درونی (سامسکارا) زندگی، یکی یا آن که نیرومندتر از

سایرین است، تا پایان تاب می‌آورد. زندگی چنین است. این را باید آموخت. برآیند

خالص همه‌ی این زندگی‌ها و زحمات‌ها، آن چیزی است که در آخرین دم زندگی به

یاد می‌آید. بنابراین کل جریان زندگی را به سمت کسب آن گرایش درونی

(سامسکارا) که احساس می‌کنید برای آخرین لحظه بهترین است هدایت کنید. توجه

خود را شبانه‌روز بر آن ثابت نگه دارید. احساسی که در دم مرگ غالب است، با قدرت

بسیار در زندگی بعدی عمل می‌کند. این حقیقت باید بشر را برای سفر زندگی کنونی

هم آماده کند زیرا گرایش‌های درونی، علاوه بر زندگی بعد، اسباب اصلی این زندگی نیز

هستند.

بنابراین از فردا همواره مرگ را که گریزناپذیر است در خاطر داشته باشید و با

آرزوی خیر برای همه، وفاداری استوار به حقیقت، معاشرت همیشگی با افراد شایسته

و با ذهنی که همواره بر خداوند قرار یافته است راه سفر زندگی را در پیش بگیرید. با

دوری از کارهای زشت و اندیشه‌های نفرت‌آمیز و زیان‌بار زندگی کنید و به جهان

دل بسته نباشید. اگر چنین زندگی کنید، آخرین دم شما، پاک، شیرین، و متبرک خواهد بود.

برای حصول اطمینان از تحقق این امر در زندگی، کوششی مبتنی بر نظم ضرورت دارد. ذهن باید به سوی گرایشات درونی (سامسکارا) خوب برگردانده شود. هر کس باید خود را به سختی بیازماید و بدی‌های خود را شناسایی و برای اصلاح آنها مبارزه کند. هنگامی که انسان به کشف و فهم خطاهای خود می‌پردازد، مانند آن است که دوباره تولد می‌پذیرد. آنگاه او دوباره از یک خردسالی جدید آغاز می‌کند. این لحظه‌ی اصیل بیداری است.

زندگی به گونه‌ای ابدی در محاصره‌ی مرگ است. اما با این وجود حتی نام بردن از "مرگ"، خوشایند بشر نیست. شنیدن آن کلمه، خجسته نیست؛ حال آن که هر اندازه کلمه تحمل‌ناپذیر باشد، هر موجود زنده‌ای با هر دم به آن نزدیک و نزدیک‌تر می‌شود. هنگامی که عزم سفر کرده و بلیطی تهیه می‌کنید، پس از سوار شدن به قطار، چه ساکت بنشینید، چه دراز بکشید یا مطالعه و یا مراقبه کنید، قطار شما را خواه‌ناخواه به سوی مقصد می‌برد. به همین ترتیب، هر موجود زنده‌ای هنگام تولد بلیطی به مقصد مرگ دریافت کرده و به یک سفر آمده است. پس تلاش‌ها، مراقبت‌ها، و احتیاط‌های شما هر چه که باشند، در پایان، رسیدن به آن مقصد،

اجتناب‌ناپذیر است. هر آنچه قطعی نباشد، مرگ قطعی است. تغییر آن قانون، غیرممکن است.

بشر به چشم، گوش و زبان خود، لذت نوگرایی همیشگی را آموخته است. او اکنون باید آنها را بر خلاف آن گرایش‌ها آموزش دهد. ذهن باید به سمت خوبی برگردانده شود، فعالیت‌هایی که در هر دقیقه انجام می‌شوند باید از آن نقطه‌نظر مورد بررسی قرار بگیرند. هر رفتاری در این بین، ضربه‌ی قلم‌تراشی است که به وسیله‌ی آن، صخره‌ی شخصیت بشر شکل داده می‌شود. ضربه‌ای نادرست می‌تواند صخره را از بین برده و از شکل بیندازد. بنابراین حتی کوچک‌ترین رفتارها باید با مراقبت و سرسپردگی بسیار انجام شوند. برای کسی که در حال غرق شدن است، حتی تکه‌ای علف، دستاویز و تکیه‌گاه است. به همین ترتیب برای شخصی که در دریای گرایش‌ها درونی (سامسکارا) دست و پا می‌زند است، چند جمله‌ی ارزشمند که توسط کسی گفته می‌شود می‌تواند کمک بزرگی به حساب بیاید. هیچ عمل نیکی به هدر نمی‌رود؛ حتی یک عمل ناپسند هم به هدر نمی‌رود زیرا آن هم پیامدهای خود را دارد. پس بکوشید تا حتی از کوچک‌ترین پیامدهای اعمال ناشایست برکنار بمانید. چشمانتان را پاک نگه دارید؛ گوش‌هایتان را با کلام خداوند و داستان‌های الهی پر کنید و به آنها اجازه‌ی گوش سپردن به افترا و بدگویی را ندهید. از زبان برای بیان سخن نیک و

کلام محبت‌آمیز و حقیقت استفاده کنید. بگذارید [زبان‌تان] همواره خداوند را به یاد شما بیاورد. چنین تلاش پیوسته‌ای حتما شما را به پیروزی می‌رساند. برای به دست آوردن این گرایش‌های درونی مقدس است که فرد باید جریان افکار و احساسات متعالی را بی وقفه، برقرار نگه دارد.

دست‌ها باید برای انجام کارهای نیک استفاده شوند. در درون، نام خداوند را بخوانید و در بیرون، به انجام وظیفه (سو-دارما) بپردازید. همچنان که دست‌هایتان به خدمت بی‌منیت می‌پردازند، بگذارید ذهن‌تان مجذوب [یاد و نام خداوند] باشد – زبانی در این کار وجود ندارد. وقتی باران بر قله‌های کوهستان می‌بارد و آب از همه طرف آن سرازیر می‌شود، از آن [آب‌ها] هیچ رودخانه‌ای شکل نمی‌گیرد. با این حال وقتی آب‌ها در یک جهت جریان پیدا می‌کنند، ابتدا یک آب‌باریکه، سپس یک جویبار، سپس یک سیلاب، و در پایان رودخانه‌ای طوفانی پدید می‌آید و باران‌ها به دریا می‌پیوندند. آبی که در یک سو حرکت می‌کند به دریا می‌رسد، آبی که در چهار جهت جریان می‌یابد در زمین فرو می‌رود و گم می‌شود. گرایش‌های درونی (سامسکارا) این گونه‌اند. به چه کار می‌آید اگر تنها بیایند و بروند، امروز در این جهت و فردا در جهت دیگر؟ رودخانه‌ی مقدس گرایش‌های درونی خوب، باید مداوم و سرشار، در امتداد زمین‌های اندیشه‌های مقدس جریان پیدا کنند و در پایان، در دم مرگ، به اقیانوس

بزرگ سرور الهی بپیوندند. کسی که به چنین هدفی دست پیدا می‌کند به راستی انسان لایقی است!

هرچند بیست ضربه‌ی چکش ممکن است موفق به شکستن سنگی نشوند، بیست و یکمین ضربه ممکن است آن را بشکند. اما آیا این بدان معناست که بیست ضربه بیهوده بوده‌اند؟ خیر، هر یک از آن بیست ضربه، به سهم خود در موفقیت نهایی مشارکت داشته‌اند. محصول نهایی، تاثیر جمعی همه‌ی آن بیست و یک ضربه بوده است. به همین ترتیب، ذهن هم به صورت درونی و هم بیرونی با جهان در کشمکش است. لازم به گفتن نیست که ممکن است موفقیت همیشه از آن شما نباشد. اما بشر می‌تواند با غوطه‌ور شدن در کارهای نیک و با سرشار کردن ذهن از عشق خداوند، به سرور بی پایان الهی دست یابد. هر دم زندگی را با آن عشق لبریز کنید. آنگاه گرایش‌های ناپسند، توان پدید آوردن سختی در مسیر را ندارند. چون ذهن همواره با خداوند است، به شکل خودکار تنها به سوی کارهای نیک کشیده خواهد شد. هدف تمامی تمرینات معنوی، نابودی ذهن است و روزی، یک عمل نیک موفق به تخریب آن خواهد شد، درست همان طور که بیست و یکمین ضربه، سنگ را شکست. برای این پیروزی، همه‌ی اعمال نیک گذشته مشارکت نموده‌اند. هر چیز کوچکی به حساب می‌آید. هیچ عمل نیکی بیهوده نیست.

وقتی در حیطه‌ی معنوی کوشش می‌کنید، خداوند (پارام ایشوارا) را محافظ خود

بدانید. برای انگیزش شجاعت در وجود کودک، مادر او را تشویق می‌کند که چند قدمی راه برود و خود [از کودک] فاصله می‌گیرد، اما اجازه نمی‌دهد که کودک زمین بخورد. اگر کودک تلوتلو بخورد و تعادل خود را از دست بدهد، مادر شتابان از عقب سر می‌رسد و جلوی افتادن او را می‌گیرد. خداوند (ایشوارا) نیز چشمان خود را بر فرد (جیوی) دوخته است. او در دستش ریسمان بادبادکی را دارد که انسان است. گاه ممکن است قدری آن را بکشد. گاه ممکن است آن را شل کند. اما هر آنچه او انجام دهد مطمئن و آسوده‌خاطر باشید، زیرا این اوست که ریسمان را نگاه داشته است. حضور همیشگی آن باور، محکم شدن آن احساس به فرم یک گرایش درونی (سامسکارا)، شما را از شاهد عشق (پرما-راسا) لبریز خواهد کرد.

ریسمان، بند عشق و لطف الهی است. بنابراین بادبادک یا فرد (جیوی) به خداوند (ایشوارا) بسته شده است. شما باید گرایشات درونی خجسته‌ای را به عمل گذاشته و نیز کسب نمایید تا بند عشق و لطف الهی بتواند وجود داشته باشد و مستحکم شود. گرایشات درونی، فرد (جیوی) را می‌سازند یا ویران می‌کنند. آنها پله‌هایی هستند که همه‌ی روح‌های فردی را به سوی هدف می‌برند. گرایشات درونی، فرد را به عبور از میان فقدان و اندوه وا می‌دارند. بشر تنها از راه گرایشات درونی خوب، قادر است به

خداوند دست پیدا کند. بنابراین هر فردی باید تمام و کمال به کردار نیک (سات کارما) بپردازد. کردار نیک (سات کارما)، قربانی حقیقی است؛ بهترین فرم به یاد آوردن خداوند است؛ برترین آواز عابدانه [به درگاه الهی] است و عشق را بی تمایز و اختلاف گسترش می دهد. کردار نیک، [همان] خدمتی است که فرد به عنوان وظیفه انجام می دهد. به چنین کرداری بپردازید. بی وقفه، از اندیشه‌ی خداوند سرمست باشید. این راه شاهانه به سوی هدفی است که باید به آن برسید.

فصل هجدهم: مذهب جاوید، مادر الهی انسان‌ها است

مذهب جاوید (ساناتانا دارما)، مادر همه‌ی مذاهب، همه‌ی الگوهای اخلاقی و همه‌ی دارماهای این جهان است و سرزمین بهارات (هندوستان) خانه‌ای است که مادر در آن متولد شد. چه سعادت‌مندند اهالی بهارات! چه شکوه و جلالی دارد این سرزمین بهارات!

جهان در کلیت خود، جسم پروردگار جهان است و سرزمین بهارات، چشم آن جسم، عضو بی‌همتای آن است. بدون چشم، بدن، ارباب خود نیست، چنین نیست؟ دوباره می‌توان گفت که سرزمین بهارات، با دو چشم، زیبایی یافته است. وداها و شاستراها (متون مقدس). با این حساب می‌توان گفت که بدون تردید، گرایشات

درونی (سامسکارا) به دست آمده توسط مردم بهارات، به وسیله‌ی هیچ مردمی از هیچ کشور دیگری به دست نیامده است. مذهب جاوید (ساناتانا دارما) که حقیقت همه‌ی مذاهب و سعه‌ی صدر همه‌ی مذاهب را آموزش می‌دهد، دارمای همه‌ی افراد بشر است. رودخانه‌ها هر چند از مناطق گوناگون سرچشمه می‌گیرند و در مسیرهای گوناگون جاری می‌شوند، در پایان به دریا می‌رسند. به همین ترتیب، انسان‌ها با وجود زاییده شدن در سرزمین‌های متفاوت و پرداختن به راه‌های مختلف دارما و از راه فرم‌های گوناگون پرستش، به اقیانوس حضور پروردگار می‌پیوندند. مذهب جاوید، موقعیتی مرکزی است که در آنجا همه‌ی این مسیرهای گوناگون که در جهت‌های مختلف در حرکتند یکدیگر را ملاقات می‌کنند. پیروان مذاهب مختلف می‌توانند با راستی در گفتار، با دوری جستن از حسادت و خشم و کار کردن با دلی همواره لبریز از عشق، این مذهب جاوید را به عمل بگذارند. همه‌ی آنهایی که مذهب جاوید را این گونه به عمل در می‌آورند و بی‌تزلزل به آن می‌پردازند، شایسته‌اند که اهالی بهارات نامیده شوند.

مذهب هندو تنها مذهبی است که از دیرباز، مهم‌ترین جایگاه را در بین همه‌ی مذاهب به دست آورده، حفظ کرده، و خود را به گونه‌ای همیشگی به اثبات رسانده است. تنها مردمی که در طی قرن‌ها بی‌آن که نابود شوند باقی مانده‌اند، هندوها

هستند. در این مذهب، بیش از هر مذهب دیگر، مردم، با عشق، برابری و قدرشناسی زیسته‌اند. هندوها دارماشان را با کشف مبانی فلسفی از طریق ود/ها به دست آوردند. آنها عمیقاً شهید ود/ها را نوشیده‌اند که بی‌آغاز و بی‌پایان‌اند. سرزمینی این چنین مقدس، یک معدن معنویت واقعی برای جهان است. درست همان گونه که زمین، در هر منطقه، معادنی از فلزات مختلف را آشکار می‌کند، در سرزمین بهارات، معدن مذهب جاوید (ساناتانا دارما)، عصاره‌ی همه‌ی اصول تمامی متون مقدس (شاستراها)، ود/ها و اوپانیشادها یافته شده است.

گویی که از بخت نیک اهالی بهارات، از لحظه‌ی پیدا شدن معدن مذهب جاوید، رهبران، اندیشمندان، مفسرین، مریدان و آموزگاران، به قصد نگهداری آن [معدن] پدیدار شده‌اند. همچنین از همین سرزمین بهارات، حکیمان، کارما-یوگی¹های عاری از خودخواهی، فرزندگان، روح‌های به‌رهایی رسیده و شخصیت‌های الهی مرتبط با این مذهب، برخاستند. به وسیله‌ی این اشخاص، دانش معنوی‌ای که تجربه، ضامن آن بود، در تمام کشور جریان پیدا کرد. بدین ترتیب، مذهب جاوید که لبریز از جوهر الوهیت است در جهان گسترش یافت. اما با وجود گسترش آن به سایر سرزمین‌ها، "خانه اصلی" آن، بهارات است.

¹ کارما-یوگی به معنی رهرو راه کردار یا کسی که از راه کار و عمل، به خداوند می‌رسد. -م

به جهان امروز نگاه کنید: ماشین‌ها، اتومبیل‌ها، موتورهای مدرن و غیره در یک کشور ساخته و به دیگر کشورها صادر می‌شوند. اما خانه‌ی اصلی آنها فراموش نمی‌شود. چنین اتومبیل‌ها و موتورهای تنها بر پایه‌ی تجربه ساخته می‌شوند. بدون آن مبنای هیچ کاری نمی‌توان انجام داد. مذهب جاوید (ساناتانا دارما) نیز به همین شیوه به وجود آمد. سرزمین بهارات و مردم دیگر کشورها، به وسیله‌ی شخصیت‌های بزرگ و کتاب‌هایی که آنها نوشتند، از آن بهره بردند. از این رو، مبنای خانه‌ی اصلی را نمی‌توان نادیده گرفت. [نادیده گرفتن آن] غیرممکن است. اما جای نگرانی است که ببینیم امروز، در این سرزمین بهارات، زادگاه اشخاص مقدسی که این دارمای مقدس را پاسداری کرده و گسترش دادند، مُدهای جدیدی به عنوان دارمای شخص پذیرفته می‌شود و مذهب جاوید (ساناتانا دارما)، خود، نادیده گرفته شده و توسط افرادی که حتی شیرینی دارما را نچشیده، موفق به درک معنای آن نشده و آن را در پس بحث و جدل‌های تهی پنهان نموده‌اند، به مردم دیگر کشورها سپرده شده و برای آنها کنار گذاشته می‌شود. دلیل آن البته عدم حضور راهنماهای مناسبی است که بتوانند راه را نشان دهند. اما حتی هنگام حضور چنین راهنمایانی، مردم تسلیم این الگوهای مدرن [دارما] شده و به آنها وابسته می‌شوند. اینها در حقیقت مثل هله‌هوله‌های خوراکی بازار هستند. به وسیله‌ی بو، توجه را جلب می‌کنند و توسط

اشخاصی خریده می‌شوند که قدرت تشخیص ندارند. هر چند وظیفه‌ی شخصی (سوا- دارما) آنها، [به عمل گذاشتن] مذهب جاوید (ساناتانا دارما) پاک است، شیفتگی حاصل از نمایش‌های ظاهری وجود ندارد بنابراین نادیده گرفته می‌شود. حقیقت، نیازمند چنین آرایش‌هایی نیست. طعم است که اهمیت دارد.

علت بنیادین این مشکل، آن است که بشر امروز، تنها با هوی و هوس محض برانگیخته می‌شود. انکار واقعیت و پذیرش دارمای دیگران تبدیل به عادت شده است. این اشتباهی بسیار بزرگ است. برای بهاراتی‌ها (هندی‌ها) خلاف دارماست که جذب فرم‌ها و نمایش‌های ظاهری شوند. هیچ دارمای دیگری، حقیقت و اوج عشقی برتر و بالاتر از آنچه در مذهب جاوید هست، در خود نداشته یا نخواهد داشت. مذهب جاوید، تجسم واقعی حقیقت است. آن، میراث همگان است. قداست، مرزی ندارد. قداست، یکی است و دویی ندارد، آیا چنین نیست؟

آنها که با وفاداری به این مذهب جاوید در این زندگی به رهایی رسیده‌اند و لطف خداوند را به دست آورده‌اند و سرشت حقیقت را دریافته و به آگاهی رسیده‌اند، همگی، اهالی بهارات محسوب می‌شوند. اهل بهارات همواره کسانی را که به آن مقام مقدس رسیده‌اند، جدا از تمایزات طبقه‌ی اجتماعی، عقیده و آیین یا جنسیت ستایش کرده‌اند. قداست آن مقام، همه‌ی چنین محدودیت‌هایی را سوزانده و خاکستر

می‌کند. تنها تا رسیدن به آن مقام است که فهم یگانگی همه چیز غیرممکن است. بنابراین کوشش جسورانه برای فهم مذهب جاوید ضرورت دارد. این حق مادرزادی بهاراتی‌ها است.

اگر تاریخ را از آغاز بررسی کنیم می‌توانیم به تفصیل دریابیم که چه شخصیت‌های بزرگی و در چه مناطقی در میان بهاراتی‌ها (هندی‌ها) متولد شده‌اند. ظهورات خداوند، شخصیت‌های الهی و روح‌های به‌رهایی رسیده (جیوان موکتا) مانند رام، کریشنا، بالاراما، جاناکا و پاریکشیت و راجایوگی‌هایی مانند ویشوامیترا از میان طبقه‌ی جنگاور (کشاتریا) برخاستند. حکیمان والامقام (براهماریشی)، روحانیون بزرگ، عالمان متون مقدس و حکیمان ودایی (ریشی‌ها) از طبقه‌ی برهمن‌ها به وجود آمدند. کارگران (شودراها) در [گردآوری] کتاب‌های اسطوره‌ای مثل بهاراتا و باگاواتا بیشترین سهم را دارند. در میان مریدان برجسته‌ی خداوند، اعضای طبقات اجتماعی پایین‌تر، تعداد زیادی را تشکیل می‌دهند. برای رسیدن به قداست بدون اثر پذیرفتن از جهان و برای یافتن خدای اعلی مرتبه (پارام‌آتما)، تمرین معنوی (سادانا) شخص است که اهمیت دارد. چیزهای دیگر مانند طبقه‌ی اجتماعی (کاست)، به هیچ وجه مانعی محسوب نخواهند شد. اما فرد باید شایستگی فیض مورد نیاز برای این امر را داشته باشد؛ فرد باید در تمرین، منظم و منضبط شود.

هرچند امروز آن بهاراتی‌های (هندی‌های) مقدس، با نادیده گرفتن اصول زندگی شخصیت‌هایی که نام برده شد، با عدم مطالعه و عدم پیروی از رهنمودهای ایشان، با تغییر روش و خط مشی زندگی خود به تناسب گذر زمان و (مطابق [ضرب‌المثل] "افکار شرارت‌آمیز، نشانه‌ی نابودی قریب‌الوقوع است") با برده‌ی نام و شهرت شدن و اشتیاق فراوان به قدرت و مقام و جنب‌وجوش برای بالا بردن سطح رفاه همسران و فرزندان‌شان به روش‌های خودخواهانه، ننگ بی‌پایانی برای مذهب هندو به ارمغان می‌آورند.

هنوز هستند افرادی که به همه یکسان عشق می‌ورزند، از خودخواهی تهی‌اند، سرگرم بالا بردن سطح آسایش همگانند، خود را وقف خدمت به نوع بشر کرده‌اند و همه چیز خود را فدا می‌کنند. اما آنها به حاشیه رانده می‌شوند. از آنها قدردانی نمی‌شود یا در مقام‌های بالای تصمیم‌گیری قرار نمی‌گیرند، از ترس این که آن زمان دیگر جایی برای افراد بد، فاسد و ظالم نخواهد بود.

هرچند اقیانوس پهناور و ژرف باشد، هنگامی که زمین زیر آن می‌لرزد، آب‌ها از [جایگاه] خود فاصله می‌گیرند و پس از فرونشستن آشوب، به مکان نخستین خود بر می‌گردند. به همین ترتیب، این انسان‌های خوب، در زلزله‌ی بی‌عدالتی، ناراستی، خودخواهی و تفاخر، بی‌آن که درگیر آن شوند کنار می‌کشند. هنگامی که هیاهو

فروکش می‌کند، آنها دوباره وارد [صحنه‌ی] جهان می‌شوند. مقام و منصب‌های
ناپایدار و خودستایی نمی‌توانند همیشگی باشند. گفته شده است: "رشد، [سرآغاز]
فروپاشی است". فقدان آرامش کنونی، نابودی است نه رشد. زیرا ببینید چگونه
بهاراتی‌ها (هندی‌ها) که نخست در راه‌های درست، با احساس‌های پاک، با تسلط بر
نفس و احترام به نیک‌نامی پرورش می‌یافتند، که از شیر و دها، متون مقدس
(شاستراها) و اوپانیشادها تغذیه می‌شدند، که حتی اقوامی را که از کشور خود بیرون
رانده شده بودند پذیرا شده و گرمی می‌شمردند و به آنها یکسان عشق می‌ورزیدند،
امروز از عشق قدرت و منیت، برادران خود را متهم می‌کنند، با بی‌قراری به
خوشبختی یکدیگر حسد می‌ورزند، در جنون افزون‌طلبی‌های خودخواهانه برادران
خود را می‌فریبند، از رفاقت با خیرخواهان واقعی خود گریزانند، تنها به دنبال اهداف
خودخواهانه‌ی خویش‌اند، گرایش‌ات بد را دامن می‌زنند، ویژگی‌هایی که در قوم هندو
تاکنون به گوش نخورده است، راه‌های نادرست را پیروی می‌کنند و در نبودِ ترس از
گناه، ترس از خدا، نظم، احترام و ایمان، هدف اختلاف و ناآرامی قرار می‌گیرند. [این]
به راستی سقوط غیر قابل باوری است.

برادران هندو! فرزندان بهارات (هندوستان)! پیروان راه کهن! کجا رفته‌اند آن

ویژگی‌های انسانی دیرین؟ راستی، مدارا، اخلاق و نظم را چه وقت می‌پذیرید؟

برخیزید، بیدار شوید. بار دیگر، پادشاهی *راما* (*راما-راجیا*) را، با درخشش عمارت‌های راستی، *دارما* و آرامش تحقق ببخشید. به برادران *بهاراتی* خود عشق بورزید. مذهب جاوید را به عمل بگذارید، شعله‌های سوزان جهل، دشمنی، بی‌عدالتی و حسد را با آب‌های عشق، بردباری و راستی فرو بنشانید. حس همدلی را گسترش دهید. همه‌ی حسادت‌ها و خشم‌ها را بیرون برانید. [شیوه] حکمرانی شخصیت‌های مقدس، ویژگی‌های ممتازترین اشخاص و خصوصیات حکمرانی خداوند را به خاطر بیاورید. هر کس باید خطاهای خود را دریابد و درک کند که جستجو در اشتباهات دیگران فایده‌ای ندارد. این کار، اتلاف وقت محض است و همچنین به گفتگوهای بیهوده دامن می‌زند. پس این ویژگی را کنار بگذارید. اگر این زمان از دست برود چه کار دیگری می‌توان انجام داد؟ تسلیم دلسردی نشوید بلکه بر همه‌ی ناراستی‌های گذشته، نقطه‌ی پایان بگذارید. خالصانه توبه کنید و در راه پرستش خداوند، کردار نیک و عشق برادرانه گام بگذارید. پادشاهی ابدی *راما* (*راما-راجیا*) را تحقق ببخشید. *ساناتاناساراتی* برای شروع این پادشاهی آغاز به کار کرد؛ لشگریان آن، این کوشش را به وسیله‌ی کلام و عمل یاری می‌رسانند. اربه را به پیش برانید! کمربندهایتان را محکم ببندید و حمایت خداوند را بجوید. *بهاراتی‌ها* (هندی‌ها)، همه، فرزندان یک مادرند، نام او *ساناتانا دارما* (مذهب جاوید) است. حقی را که مادر بر گردنتان دارد ادا

کنید. فرزند نیست کسی که مادر را از یاد می‌برد. آن کس که می‌گوید مادر بد است نمی‌تواند خوب باشد. شیر او همانا نفس زندگی ماست. بخشاینده‌ی این زندگی، پدر همگان، خداوند متعال (پارام‌آتما) است.

همه، فرزندان یک پدر و مادرند. پس بدون سرزنش و متهم کردن یکدیگر، بدون داشتن آرزوی بد برای قوم‌و‌خویش یکدیگر، درک کنید که برادران دیگر شما همان وابستگی را به چیزهایی که عاشق آن هستند دارند که شما نسبت به چیزهایی که عاشق آن هستید دارید. از آنچه که دیگران به آن عشق می‌ورزند عیب‌جویی نکنید و به آن نخندید. بالعکس، بکوشید به آن عشق بورزید. اینها ویژگی‌های راستی و عشق اهالی بهارات هستند.

فصل نوزدهم: روح کیهانی، یکی و تنها یکی است

وداها، متون مقدس و پیام‌های حکیمان [ریشی‌ها]، همه به گونه‌ای یک‌دست و بدون هیچ تردید، از آن روز تا به امروز اعلام کرده‌اند که خداوند متعال (پارام‌آتما)، روح کیهانی حاضر و نهفته در همه چیز (ساروا-آنتاریامی) است. همچنین پرسش‌هایی مانند رابطه‌ی میان "او که خدمت می‌شود"، "او که خدمت می‌کند" و "اسباب و وسیله‌ی خدمت" همواره موضوع بحث بی پایان بوده‌اند. هر فرد باایمانی،

آن آیه‌ی باگواتا را شنیده است که در آن، عابد بزرگ خداوند، پراهلادا، بر اساس تجربه‌ی خود بیان می‌کند که نیازی نیست خداوند متعال را در دوردست‌ها جستجو کرد و این که او به جوینده بسیار نزدیک است.

او اینجاست، او اینجا نیست - چنین تردیدهایی را رها کنید.

گوش کنید ای سرکردگان دیوها (داناواها)!

هر جا را بجوید و به هر سو نظر کنید،

او آنجاست . . . آنجاست!

مردم چنان از خداوند صحبت می‌کنند که گویی او دارای یک سرشت و ویژگی خاص است، گویی که دارای یک شکل ویژه و از این قبیل است. این اظهارات درستند اما تنها به اندازه‌ای که تصور و حدس بتوانند تقریبی از حقیقت باشند؛ آنها حقیقت بنیادین نیستند. چنین تصویری در محدوده‌ی دانش مادی عملی، معتبر هستند. آنها دانش معتبری از امر مطلق به حساب نمی‌آیند. زیرا مشاهده‌ی تمامیت (پورنام) یا صحبت درباره‌ی آن غیرممکن است.

هرچند به رغم این امر، عابدان خداوند و جویندگان، هر یک بر اساس پیشرفت

درونی‌شان، شکلی از الوهیت را به عنوان مبنای سرسپردگی خود انتخاب کرده‌اند.

آنها خدای متعال (پارام‌آتما) را طوری پرستش می‌کنند که گویی او در [جایی مثل]

آیودهیا یا دواراکا و یا در مکان‌هایی که مجسمه یا تصویری قرار گرفته است وجود دارد و در هیچ جای دیگر نیست.

آنها آن فرم را به عنوان تمامیت (پورنام) پرستش می‌کنند. البته چنین کاری نادرست نیست. اما سرسپردگان نباید ادعا کنند که فقط باور آنها حقیقت است و نام‌ها و شکل‌هایی که آنها [به الوهیت] نسبت می‌دهند تنها نام‌ها و شکل‌های الوهیت هستند و تمام شکل‌ها و نام‌های دیگر، بی‌ارزش و درجه‌ی دوم‌اند. باید این را درک کرد که نام‌ها و فرم‌هایی که ایده‌آل و محبوب دیگران هستند، به همان اندازه‌ی نام‌ها و فرم‌های مورد علاقه‌ی ما، برای دیگران عزیزند.

هنگامی که یک فرم، به این ترتیب گرامی شمرده شده و ایده‌آل انگاشته می‌شود، به راستی نمادی از کلّ می‌گردد، اما چگونه یک نماد محض از کلّ، می‌تواند خودِ کلّ باشد؟ با هشیاری همیشگی نسبت به این موضوع، هر کس باید بدون مجال دادن به نفرت بیهوده، این دیدگاه را که همه‌ی شکل‌های موجود از مطلق، به یک اندازه معتبر و درست هستند کسب نماید. بدون این کار، درک تمامیت (پورنام)، غیرممکن است. همه‌ی این فرم‌های غیرلطیف از مطلق، همگی با اصل الهی لطیف سرشار شده‌اند.

طعم اقیانوس پهناور را، کامل و بی کم و کاست، در هر قطره از آب‌های آن می‌توان یافت، اما این بدان معنا نیست که قطره، اقیانوس است. هرچند ما "قطره" و "اقیانوس" را به عنوان موجودیت‌های مجزا می‌شناسیم، سرشت و طعم آن دو یکسان است. به طور مشابه، روح کیهانی [حاضر در تمامی موجودات] (ساروا-آنتاریامی)، وجود متعال خداوند (پارام‌آتما)، و فرم و نام غیرلطیفی که خدای متعال اختیار می‌کند و به وسیله‌ی آن ادراک می‌شود، موجودیت‌های مجزایی نیستند بلکه همه یکسان هستند.

وقتی وجود همه‌جانافذ فراگیرنده‌ی پاک، شرح داده می‌شود، چگونگی [شرح] آن، به اصول اعتقادی گوینده و ذائقه‌ی شنونده بستگی دارد. وقتی نام و فرم ویژه‌ی انتخاب شده به وسیله‌ی سرسپرده، ویژگی و فرم خود را فرو می‌گذارد، برهمن خوانده می‌شود. هنگامی که همین برهمن، با ویژگی و فرم ظاهر می‌شود، به عنوان راما، کریشنا، ویشنو یا شیوا شناخته می‌شود. آیا حتی پیروان مذاهب دیگر موافق نیستند که وقتی سرسپرده به شعف حاصل از یگانگی عرفانی دست می‌یابد، همه‌ی فاصله‌ی بین او و خداوند ناپدید می‌شود؟ همچنین یوگی‌ها، فلاسفه‌ی دیگر سرزمین‌ها و دیگر باورها، بدون اعتراض می‌پذیرند که این تجربه‌ی یگانگی را تنها با متعالی‌ترین نوع سرسپردگی (پارا-باکتی) می‌توان به دست آورد. حتی اگر اندک نشانی از اختلاف

باقی باشد به دلیل ذائقه و گرایش شخصی است و چیز اساسی و بنیادینی نیست.

تنها هنگامی که نام و فرم به میان می‌آید، با اسامی مختلفی مانند طبیعت (پراکرتی)، خداوند متعال (پارام-آتما)، و سرسپرده (باکتا) نام‌گذاری می‌شود. وقتی نام و فرم غایبند، تردید و جنجال بر سر این که مذکر، مونث، یا خنثی است به هیچ وجه به وجود نخواهد آمد. در این صورت هر تعریفی درست است. به چیزی که مافوق و فراسوی تصور است هر نام و فرمی می‌توان نسبت داد. آن، نافذ و همه جا حاضر است. هنگامی که این حضور نافذ و لطیف، با روشی سیستماتیک، به صورت فرم غیرلطیف و دارای ویژگی‌ها پرستش می‌شود، سرسپرده به وضوح سرشت آن را از راه تمرین معنوی (سادانا) درک خواهد کرد.

برای اعطای دانش این تمرین معنوی و آن حقیقت، و برای متبرک ساختن سرسپردگان با آن حس سرور، خداوند متعال فاقد ویژگی، با پذیرش نام و شکل در این جهان متولد می‌شود و به همه‌ی موجودات صاحب جسم، فرصت برخورداری از این سرور و تجربه‌ی عینی را می‌دهد.

ظهورات الهی، با اعطای چنین تجربه‌هایی، درک این موضوع که خداوند متعال (پارام‌آتما)، روح کیهانی [حاضر در تمامی موجودات] (ساروا-آنتاریامی)، وجود همه جا حاضر و آتمای درونی همه چیز در آفرینش است را آسان می‌کنند. کریشنا تمامی

جهان آفرینش را در فرم خود نشان داد. آرجونا تا زمانی که با چشمان خود دید که چگونه کریشنا در فرم غیرلطیف خود، سراسر آفرینش را در خود جای داده است، قادر به درک این مساله که کریشنا، روح کیهانی (ساروا-آنتاریامی) بود نشد.

عشق، عاشق، و معشوق، هر سه یکی هستند و یکسانند. بدون عشق، عاشق نمی‌تواند وجود داشته باشد. حتی اگر عشق و عاشق، هر دو وجود داشته باشند، بدون معشوق، کاری از عشق ساخته نیست. در هر سه‌ی آنها، عشق، عنصر اصلی است.

آن که همه چیز را تمام و کمال، از خود سرشار کرده است، خداوند متعال (پارام/آتما) است. بنابراین هیچ تفاوتی بین این سه نیست. در هر سه‌ی آنها، عشق به عنوان روح کیهانی (ساروا-آنتاریامی) قابل تشخیص است؛ بنابراین آیا این موضوع قابل درک نیست که همه چیز تجلی خداوند متعال (پارام/آتما-سواروپا) است؟ مطمئناً قابل درک است. همه چیز لبریز از عشق (پرما) است. پس می‌توانیم بی‌درنگ اظهار کنیم که خداوند متعال، فرم عشق (پرما-سواروپا) است. در کل جهان آفرینش، در همه‌ی موجودات زنده، عشق، خود را در شکل‌های گوناگون آشکار می‌سازد. سرشت عشق تغییر نمی‌کند، هرچند بر اساس جهت جریان یافتن آن، با نام‌های مختلف مثل محبت مادر به فرزند (واتسالی)، عاطفه (انوراگا)، سرسپردگی (باکتی)، آرزو (ایشتام) و غیره شناخته می‌شود. اما شکل هر چه که باشد، جوهر، تغییرناپذیر است. بر مبنای

این دانش و تجربه، نتیجه‌گیری روشن است که خداوند متعال، آتمای درونی همه‌ی مخلوقات (ساروا-بهوتا-آنتار-آتما) است.

آن که برترین دانش این یگانگی را آموزش می‌دهد، با عنوان دانش توحیدی یا عدم‌دوگانگی (ا-دوایتا) شناخته می‌شود. آن که اصل عاشق و معشوق، فرد (جیوا) و برهمن را آموزش می‌دهد به عنوان [دانش] دوگانگی (دوایتا) شناخته می‌شود. آن که درباره‌ی هر سه، عشق، عاشق و معشوق -یا طبیعت (پراکرتی)، فرد (جیوا) و برهمن- آموزش می‌دهد به عنوان [دانش] توحیدی مشروط (ویسیشتا-آدوایتا)، شناخته می‌شود. اما این سه یکی هستند. کودکی که متولد می‌شود به دانش آموز تغییر می‌یابد. دانش آموز تبدیل به فردی متاهل¹ می‌شود؛ اما هر سه یکی و همان شخص هستند، چنین نیست؟ هنگامی که حالت‌ها و وابستگی‌ها در جهت‌های گوناگون تغییر می‌کنند، او همان شخص باقی می‌ماند. از شیر، کره و دوغ پدید می‌آید. شیر که هر سه را در خود جای داده، اندیشه‌ی توحیدی یا غیردوگانه (ا-دوایتا) است. کره که دو دسته را در خود جا داده، اندیشه‌ی دوگانه (دوایتا) است. بعد از آن که کره جدا می‌شود، دوغی که به جا می‌ماند، اندیشه‌ی توحیدی مشروط

(ویسپیشتا-آدوایتا) است. اما هر چند مزه‌ها مختلف هستند، رنگ همه‌ی آنها همیشه یکسان است. آن که در همه یکسان است، برهمن فاقد ویژگی (نیرگونا-برهمن) است.

فصل بیستم: بذر جوانه‌های سرسپردگی

شیوه‌ی برخورد عابد و معبود، بذر سرسپردگی است. نخست ذهن عابد به وسیله‌ی کیفیت‌های ویژه‌ای از معبود جذب می‌شود. او می‌کوشد این کیفیات ویژه را برای خود به دست آورد. این تمرین معنوی (سادانا) است. در نخستین مراحل تمرین معنوی، عابد و معبود، کاملاً از هم فاصله دارند؛ اما با پیشرفت تمرین معنوی، این احساس کاهش می‌یابد و وقتی هدف حاصل می‌شود دیگر هیچ فاصله‌ایی وجود ندارد. موضوع پرستش که فرد از راه تمرین معنوی آن را درک کرده، به آن عشق ورزیده و در جستجوی آن بوده است هر چه که باشد، فرد باید ایمان استوار داشته باشد که خویشتن فرد (جیواتما)، [همان] خداوند متعال (پارام‌آتما) است. تنها یک آرزو است که شایسته است جوینده آن را در سر بپروراند: یافتن پروردگار (ایشوارا ساک‌شاتکارا) است. در ذهن برای هیچ آرزوی دیگری جایی نیست. به این دلیل است که کونتی¹ این گونه به درگاه کریشنا نیایش می‌کرد، " باشد که همواره در پریشانی و بدبختی به

¹¹ مادر آرجونا و برادران پانداوا - م

سر ببریم، آه ای خدای جهان! تنها اگر تو دیدار¹ خود را به ما عطا کنی، دیداری که از بین برنده‌ی تولد دوباره است."

سرسپرده‌ای که مشتاق حقیقت متعال و جویای رسیدن به آن است باید چنین گرایش روحی‌ای داشته باشد. آنگاه بدون توجه به شادی و اندوه، بدون هر گونه نگرانی درباره‌ی رضایت شخصی، به گونه‌ای استوار، بدون وقفه و با ایمان محکم به تمرین معنوی (سادانا) می‌پردازد و پس از پی بردن به واقعیت، خشنودی و رضایت کامل خواهد داشت.

از این دیدگاه تفاوتی بین یک روح به رهایی رسیده (جیوان-موکتا) و یک سرسپرده نیست، آنها هر دو فراسوی منیت (آهام کارا)، طبیعت (پراکرتیتی) همراه با سه مشخصه‌اش، و دارمای طبقه-مرحله‌ای زندگی (وارنا-آشراما)² هستند. قلب‌هایی این چنین، سرشار از مهر و عزم به انجام نیکی برای جهانند. این شادی متعال (براهما آناندا) آنها است که آنها را وا می‌دارد این گونه عمل کنند. آنها هیچ آرزویی نخواهند داشت زیرا آرزوها محصول احساسات "من" و "مال من" هستند. تنها پس از ریشه‌کن شدن این آرزوها انسان‌ها به سرسپرده تبدیل می‌شوند، اینطور نیست؟

¹ واژه هندی دارشان به معنی دیدار - م

پس در وجود آنها جایی برای آرزو نمی‌تواند باشد. آنها سرسپردگانی با سرشت فناناپذیر (آمریتا-سواروپا) هستند. برای افرادی با آن سرشت فناناپذیر، جز برای شیرینی سرور معنوی (آناندا)، اشتهاهی نمی‌تواند وجود داشته باشد.

فصل بیست و یکم: تنها زمان متعلق به جوینده، امروز است

یاما (خدای مرگ) همان قدر همه جا حضور دارد که شیوا! یاما، با بدن (دها) در پیوند است؛ او نمی‌تواند بر روح فردی (جیوا) تاثیر بگذارد. شیوا با روح فردی در پیوند است، اما او اجازه نخواهد داد که بدن برای همیشه زنده بماند. بدن، وسیله‌ی نقلیه‌ی مورد نیاز روح فردی برای درک سرشت راستین‌اش است. با این وجود چه کسی می‌داند چه زمانی هدف خدای مرگ (یاما)، که ارباب بدن است واقع می‌شود؟ چه کسی می‌داند چه زمان این بدن در حلقه‌های طناب‌های یاما به دام خواهد افتاد؟ روح فردی، زیر بار این بدن به آسانی تخریب‌پذیر، باید هشدار فوق را جدی بگیرد و سراپا اشتیاق پیوستن به شیوا باشد، هر زمانی که هست، درست همان زمان! لحظه‌ای را که سپری می‌شود نمی‌توان بازگردانید. مردم معمولاً انجام برخی چیزها را از امروز به فردا می‌اندازند. اما اموری مانند تمرین معنوی از چنین طبیعتی برخوردار نیستند، برای این امور، دیروز و فردایی وجود ندارد. درست همین آن، لحظه‌ی مناسب است!

دقیقه‌ای که سپری شده فراسوی دسترس شماست؛ به همین ترتیب دقیقه‌ای که فرا خواهد رسید از آن شما نیست! تنها آن روح فردی که چنین ادراکی را در قلب خود حک کرده است می‌تواند به شیوا بپیوندد. بدون پذیرا شدن این حقیقت در قلب، روح فردی بر مبنای این تصور که بدن فوق‌العاده مهم است، غرق در امروز و فردا می‌شود. بدین گونه، زیربناهای وابستگی مادی را پی‌ریزی می‌کند و بنابراین دوباره و دوباره با بدن زاده می‌شود و ملاقات با مرگ (یاما) ادامه پیدا می‌کند! جوینده این حق را دارد که شیوا را ملاقات کند و نه مرگ (یاما) را! او آرزومند آن نیست و حتی به آن نمی‌اندیشد. تنها آنان که این رابطه‌ی بین بدن و روح فردی را دارند انسان هستند. آنها که این اصل را دریافته‌اند حتی ذره‌ای در تمرین معنوی خود دچار ضعف و سستی نمی‌شوند.

این روزها بشر با تجسم و تجربه کردن لذت‌های کم‌فروغ مادی، راضی و خشنود است. او هیچ استراحتی ندارد. با گذراندن شب‌ها در خواب و روزها در خوردن و نوشیدن، رشد می‌کند و رشد می‌کند تا این که در روزگار پیری‌اش مرگ به تعقیب او می‌پردازد. آن گاه نمی‌تواند تصمیم بگیرد که کجا برود یا چه کاری انجام دهد. همه‌ی حس‌هایش تحلیل رفته‌اند. هیچ کس، هیچ چیز، نمی‌تواند او را نجات دهد؛ بنابراین او به سان تکه گوشتی مطیع آرواره‌های مرگ، به پایان می‌رسد!

چه اندازه ناراحت‌کننده است که زندگی بشر، ارزشمند به سان الماسی غیر قابل ارزش‌گذاری که اصلاً نمی‌توان برای آن قیمتی تعیین نمود، به اندازه‌ی سکه‌ی بی‌ارزش از رونق افتاده‌ای تنزل کرده است. پس از هدر دادن بی‌حاصل وقت، بدون مراقبه بر خداوند یا بدون انجام هر گونه تمرین معنوی برای یافتن او، پشیمانی هیچ سودی ندارد. برنامه‌ریزی برای کندن یک چاه چه فایده‌ای دارد هنگامی که خانه آتش گرفته است؟ کی قرار است کنده شود؟ کی به آب خواهد رسید؟ کی آتش خاموش می‌شود؟ این کار غیرممکن است! اگر از همان ابتدا یک چاه آنجا آماده بود، چقدر در چنین موقعیت‌های بحرانی می‌توانست مفید باشد!

آغاز به اندیشه بر خداوند در زمان‌های واپسین، مانند آغاز به کندن چاه است. بنابراین اگر از هم اکنون، فرد خود را گاه به گاه با اندیشه بر خداوند تجهیز کند، هنگامی که پایان نزدیک می‌شود او در وضعیت پایدار مناسبی قرار خواهد داد. تمرین معنوی را که باید فردا انجام شود امروز آغاز کنید! و تمرین معنوی را که قرار است امروز انجام شود اکنون آغاز کنید! کسی نمی‌داند لحظه‌ای دیگر چه پیش می‌آید. بنابراین برای پرداختن به تمرین معنوی‌ای که باید انجام شود، تاخیر نباید کرد. توان جسمی نیز برای این تمرین معنوی ضروری است و بنابراین از بدن باید

مراقبت شود، هر چند رسیدگی بیش از اندازه، خرابی به بار می‌آورد. از بدن باید به اندازه‌ای که ضرورت دارد با دقت فراوان مراقبت نمود.

فصل بیست و دوم: راه رسیدن سرسپرده به رستگاری

تولد به شکل انسان بسیار دشوار است. پس نباید بی ارزش انگاشته شود. بدن مثل یک کاروانسراست. ذهن، نگهبان آن و روح فردی (جیوی)، زائر آن است و بنابراین هیچ کدام از اینها با دیگران خویشاوندی ندارند. زائر، به طور قطع، رهسپار شهر رستگاری (موکشا-پوری) است. برای یک سفر بدون دردسر، هیچ چیز مانند ذکر نام خداوند (ناما-اسمارانا)، اطمینان بخش نیست. یک بار که شیرینی آن نام تجربه شود، فرد، خستگی، بی‌قراری یا سستی نخواهد داشت. او تمرین معنوی خود را با سرور، اشتیاق و باور ژرف به انجام خواهد رساند. با این وجود برای این تمرین معنوی، درستکاری (سادبهاوا) اهمیت بسیاری دارد. بدون ترس از گناه، درستکاری نمی‌تواند پا بگیرد، عشق خداوند هم نمی‌تواند گسترش پیدا کند. این ترس، سرسپردگی به وجود می‌آورد که منجر به پرستش خداوند می‌شود.

علت بنیادین سقوط بشر حماقت است که به سان خلق و خوی گوسفندوار است!

وقتی گوسفندی در چاله‌ای می‌افتد، همه گوسفندان در همان چاله می‌افتند. این

ویرانگر است. برای دوری جستن از این مشکل بهتر است درباره‌ی خوب و بد و باید و نباید آنچه که قرار است انجام شود اندیشید و سپس [از روی چاله] پرش کرد. مرگ، هیچ کس را، هر کجا که باشد رها نخواهد کرد. او به تهدید همه ادامه می‌دهد. اگر امروز نوبت دیگری است، فردا نوبت شماست. به غنچه‌ها در باغ نگاه کنید! هنگامی که باغبان گل‌ها را می‌چیند، شکوفه‌ها غرق شادی هستند و می‌دانند فردا نوبت آنهاست که در دست‌های او جمع‌آوری شوند و چهره‌هایشان هنگامی که به آن امید شکفته می‌شوند سرشار از سرور است. آیا احساس ناراحتی می‌کنند؟ آیا چهره‌هایشان پژمرده می‌شود؟ آیا کمتر می‌درخشند؟ نه، لحظه‌ای که می‌دانند روز بعد نوبت آنهاست، خود را با شور و هیجان آماده می‌کنند.

به همین ترتیب فرد باید با به یاد آوردن نام خداوند، با شوق، بدون دلوپسی و احساس ناراحتی از این که چون برخی امروز در گذشته‌اند فردا نوبت اوست یا از این گونه اندیشه‌ها، خود را در مسیر تمرین معنوی آماده کند. بدن مانند یک محفظه‌ی شیشه‌ای است. در درون آن، ذهن همواره در تغییر و بی‌قرار است. دیدن

جنب‌وجوش‌های آن، مرگ را به خنده وا می‌دارد. پرنده‌ی روح فردی (جیوا) در ظرفی با نه سوراخ قرار دارد. شگفت آن که چگونه این پرنده بدنی دارد، چگونه به درون ظرف آمده است و چگونه از آن عروج می‌کند و می‌رود. خدایان، حکیمان و

انسان‌ها از نُه قاره (کاندا) و نُه حوزه‌ی جهان خاکی (دویپا)، همگی محکوم هستند بار بدن را با خود حمل کنند. حالا از این‌ها کدام دوست و کدام دشمن هستند؟ وقتی منیّت بمیرد، همه دوست هستند. در آن صورت هیچ دشمنی وجود ندارد. این درسی است که همه باید به خاطر داشته باشند. انسان از راه گوش‌هایش، شادی و بدبختی را تجربه می‌کند. بنابراین برای دوری جستن از سرنیزه‌های بی‌رحم سخنان خشن، فرد باید از واژگان شیرین، خوشایند و ملایم استفاده کند و به آن ملایمت، شیرینی راستی را اضافه کند. برای ملایم کردن کلام اگر دروغ افزوده شود تنها راه را برای بدبختی بیشتر هموار می‌سازد. کسی که جوینده‌ی معنویت است باید از واژه‌های بسیار ملایم، شیرین، راست، و خوشایند استفاده کند. چنین اشخاصی را می‌توان از ویژگی‌های خوبشان شناخت. از این رو در افراد جویای معنویت، ذهن، ماتورا (زادگاه کریشنا) است؛ قلب، دواراکا (اقامتگاه کریشنا) است و بدن، کاسی (شهر مقدس بنارس) است.

ممکن است که بتوان درخشش متعال (پارامجیوتی) را در جایگاه دروازه‌ی دهم تجربه کرد. اما همه‌ی تلاش‌ها اگر قلب پاک نباشد بیهوده‌اند. به ماهی نگاه کنید! با وجود این که همیشه در آب زندگی می‌کند آیا ذره‌ای خود را از بوی بدی که دارد رها کرده است؟ نه. انحرافات (واساناها) انسان حتی اگر او خود را در بسیاری تمرینات

معنوی پاک کننده‌ی دل غرق کند، مادامی که دل سرشار از توهم منیت است ناپدید نخواهند شد. چنین انسانی اگر مشتاق است از حس "من" و "مال من" رها شود باید خداوند را پرستش کند. او باید به یک جوینده‌ی معنوی، عاری از دوست داشتن‌ها و دوست نداشتن‌ها بدل شود. چنین پریشانی‌های ذهنی (ویکارا) نمی‌توانند همزمان در دل یک سالک وجود داشته باشند. نور و تاریکی هرگز نمی‌توانند در یک مکان، همزمان با هم باشند، چنین نیست؟ در دلی که گروه شش هوای نفس حکومت می‌کنند، منیت (آهام‌کارا) نخست‌وزیر است! کسانی که چنین نخست‌وزیری دارند از افراد احمق بدترند، هرچند به عنوان روحانی، سالک، یا تارک دنیا (ساناسین) ادعای بزرگی کنند. آیا الاغی که عطر حمل می‌کند می‌تواند به فیل بدل شود؟ آیا یک خر با حمل یک محموله‌ی صندل به سادگی به فیل تغییر ماهیت می‌دهد؟ او وزن را حس می‌کند و نه رایحه را! اما فیل به وزن بهایی نمی‌دهد، رایحه‌ی شیرین را بو می‌کشد. به همین ترتیب، سالک یا تارک دنیا یا سرسپرده، تنها حقیقت پاک را فرو می‌برند. شاهد پاک اعمال نیک، خداگونگی، متون مقدس، ود‌ها و اوپانیشادها را. از سوی دیگر اگر انسان فقط برای دانش آموختن، یادگیری و مباحثه، به بحث و جدل بپردازد، تنها وزن منطق و استدلال را در خواهد یافت در حالی که شمیم حقیقت را از دست می‌دهد! ناظرین ممکن است او را به عنوان تجلی متون

مقدس و ود/ها ستایش کنند؛ اما در جایی که حتی پیش‌نیازها موجود نیستند، چگونه یک تجلی می‌تواند وجود داشته باشد؟ آنها که در جستجوی جوهره هستند، به بار و وزن توجهی ندارند. اگر تنها منطق به کار گرفته شود، چیز با ارزشی به دست نمی‌آید. عشق (پرما)، ابزار بزرگ به یاد داشتن همیشگی خداوند است. برای سالم و نیرومند نگاه داشتن آن ابزار، هیچ چیز جز غلاف قدرت تشخیص (ویوکا) مورد نیاز نیست. افراد زیادی در جهان هستند که از دانش گسترده‌ی خود برای بحث و مجادله استفاده می‌کنند و باور دارند که برترند. این اشتباه بزرگی است. اگر آنها به راستی آن قدر دانا بودند، این اندازه بحث و جدل هرگز وجود نمی‌داشت. آنها به عنوان برخورد محترمانه سکوت می‌کردند؛ زیرا کسانی که در مراتب بالای دانایی هستند، جوهره‌ی ود/ها، اوپانیشادها و متون مقدس را تجربه کرده‌اند. آنها دیده‌اند که سرشت آن جوهره، هسته‌ی آن، پاکی الوهیتی که مدعی آن است، صرف‌نظر از این که فرد چگونه آن را درک کند، همه یکی هستند. آنها می‌دانند که خداوند در هر فرمی که بخواهد نمود پیدا می‌کند و این که خداوند، احساساتی را که فرد نسبت به او دارد در عمل بر او آشکار می‌سازد.

از این رو آن چه اهمیت دارد و باید فرا گرفته شود، کسب یگانگی ذهن و آرامش ذهن و رهایی از دوست داشتن‌ها و دوست نداشتن‌ها است و نه گردآوری ویژگی مباحثه‌گرانه.

این همه تمرین معنوی، ذکر، مراقبه و سرودهای عابدانه (باجان) برای چیست؟ آیا برای این نیست که یگانگی ذهن و دیدگاه توحیدی به دست بیاوریم؟ یک بار که این دیدگاه توحیدی به دست آمد، تلاش و کوشش بشر ضروری نخواهد بود، آنگاه عظمت درونی‌اش بر او آشکار خواهد شد.

بنابراین آنها که برای کسب رهایی مشتاق جستجوی معنویت هستند، نباید به بحث و جدل‌ها و بگومگوها تن بدهند. آنها نباید با فریب احساسات ناپسند از راه به در شوند. باید خطاهای خود را ببینند و آنها را دوباره تکرار نکنند. باید با چشمانی دوخته شده به هدفی که در جست و جوی هستند، از دیدگاه توحیدی که به دست آورده‌اند پاسداری و مراقبت کنند و همه‌ی سختی‌ها، شکست‌ها و پریشانی‌هایی را که ممکن است در مسیر خود با آن روبرو شوند به عنوان موضوعاتی ناچیز و بی‌اهمیت رها کنند. فرد باید بر موضوعاتی تمرکز کند که به او شور و شوق می‌بخشد، نه این که وقت باارزش را برای تردید پیرامون هر مسأله‌ی بزرگ و کوچک تلف کند.

هر چند چیزهای بااهمیت دیگری وجود داشته باشند، به این دو موضوع باید به عنوان ضرورت توجه کرد: (1) خودبینی؛ این که فرد تصور کند همه چیز را می‌داند.

(2) تردید؛ که آیا این هست یا نیست. اینها دو دشمن اصلی جوینده‌ی معنوی هستند. چه اهمیتی دارد که این دشمنان، که هستند؟ به سادگی با خود پیمان ببندید که با استواری، در حقیقت خود پابرجا بمانید. اگر این خالصانه انجام شود، همه چیز خالص است. اگر این راستین باشد، همه چیز راست است.

اگر از عینک آبی استفاده کنید، هر چند طبیعت با رنگ‌های فراوانی رنگ‌آمیزی

شده، ولی شما تنها رنگ شیشه‌ی عینکی را که بر چشم دارید می‌بینید، چنین

نیست؟ اگر جهان به چشم شما با تفاوت‌ها و اختلاف‌ها دیده می‌شود، تنها به دلیل

کاستی موجود در شماست. اگر همه چیز به چشم شما مانند یک عشق واحد به نظر

برسد، آن هم تنها عشق شماست. برای هر دوی اینها، احساس موجود در شما علت

است. تنها به این دلیل که فرد در درون خود عیب‌هایی دارد، جهان را دارای عیب

می‌بیند. وقتی هیچ دیدگاهی از عیب در فرد وجود نداشته باشد، هیچ عیبی حتی با

جستجو یافت نمی‌شود، زیرا مگر نه این که فرد باید [از قبل] عیب‌ها را شناخته

باشد؟

اکنون ممکن است پرسشی به وجود بیاید که آیا خداوند عیبی دارد، زیرا او نیز عیب‌ها را جستجو می‌کند؟ ولی چگونه می‌توان گفت که خداوند عیب‌ها را جستجو می‌کند؟ او تنها در جستجوی خوبی است و نه عیب‌ها و گناهان. عیب‌ها تنها بر استاندارد ویژگی‌های هر فرد مبتنی هستند. خداوند به ثروت، خانواده، طبقه‌ی اجتماعی، موقعیت یا جنسیت توجهی نمی‌کند. او تنها درستکاری (سادبهاوا) را می‌بیند. او کسانی را که از چنین درستکاری‌ای برخوردارند، هر کس که باشند، هر چه که باشند، شایسته‌ی لطف خود می‌شمارد.

بنابراین درستکاری و خوبی را پرورش بدهید. در شادی و عشق، زندگی کنید و به عمل بپردازید. این دو کافی هستند. رهایی، بدون تردید به دست می‌آید.

فصل بیست و سوم: انسان و دیو، تفاوت‌های شخصیتی

انسان‌ها لبریز از عشق هستند. قلب‌هایشان چشمه‌های مهر است. کلامشان راستی است. آرامش، ویژگی ذهن انسان است. آرامش، مشخصه‌ی درونی ذهن است. برای جستجوی آرامش و صلح، رفتن به مکان دیگری نیاز نیست. همچنان که طلا و نقره در زیر زمین و مروارید و مرجان در ژرفنای دریا پنهانند، آرامش و شادی نیز در کنش‌های ذهن پنهانند. در اشتیاق به دست آوردن این گنج‌های نهان، اگر فرد در آن

دریا غوطه خورده و فعالیت‌های ذهنی را متوجه درون کند، سرشار از عشق می‌شود.

تنها کسانی که خود را اینچنین لبریز از عشق نموده و در نور آن عشق زندگی می‌کنند می‌توانند انسان نامیده شوند. آنها که تهی از عشق‌اند، دیو، هیولا، شبه‌انسان هستند. ویژگی مقدس عشق، پنهان نمی‌ماند [بلکه] همواره حضور دارد. یگانه و تقسیم‌ناپذیر است. آنها که از عشق سرشارند، قادر به اذیت و آزار، خودخواهی، بی‌عدالتی و بدرفتاری نیستند؛ اما در آنها که عشقی ندارند ویژگی‌های بالا همواره مقدم بر هر چیز دیگری است. دیوها (داناوا) آنهايي هستند که عشق را لگدمال می‌کنند و ویژگی‌های پست را با اهمیت می‌شمرند؛ حال آن که انسان‌ها (ماناوا) کسانی هستند که آن صفات پست را مارهایی می‌پندارند که باید نابود شوند و عشق را تنها ویژگی می‌دانند که باید پرورش داده شود. رفتار و عادت‌های بد، انسانیت را مخدوش می‌کنند. قلب‌های لبریز از شراب عشق، نشانگر انسانیت راستین هستند. منظور از عشق، عشقی است که نیالوده، عاری از خودخواهی، خالی از ناپاکی، همیشگی و پیوسته است. بین انسان (ماناوا) و دیو (داناوا)، تفاوت تنها در "ما" و "دا" است! اما حرف "ما"، نرم، شیرین، و سمبلی از نامیرایی است، در حالی که صوت "دا" تهی از مهر، سرکش و سوزنده است. آیا آنها که شیرینی در وجودشان نیست و برای فرو نشاندن شوق به فناپذیری کوشش می‌کنند انسان هستند؟ آنها

سرشتی دیو گونه دارند، هر چند در شکل، انسانند! زیرا برتری با شکل نیست بلکه با شخصیت است. چگونه کسانی که فرم بشر دارند می‌توانند انسان خوانده شوند اگر هیچ مهر و راستی در آنها نبوده و سرشت‌شان به سان دیوها باشد؟ نه، آنها را نمی‌توان انسان نامید. هم‌اکنون جمله‌های سخنرانی من بر اساس معیارهای ظاهری بیان نمی‌شوند بلکه بر ویژگی‌های انسانی استوار هستند. در میان انسان‌ها، دیوها فراوانند! آنها هر دو یکسان به نظر می‌رسند، ولی ویژگی‌هایشان آنها را به عنوان انسان و دیو متمایز می‌سازد. انسان‌ها به رفتارهای ملایم و شیرین مهربانی، درستی، عشق و راستی می‌پردازند و شاهدانی بر امکان رسیدن به جاودانگی و متجلی ساختن آن هستند. سرشت نیک آنها بر چهره‌هایشان به صورت سرور (آناندا) می‌درخشد. اما بدون آن نیکی حتی اگر فرد شیفته‌ی شادی باشد، در چهره‌اش تنها آتش ویران‌گر دیو نمود می‌یابد و لطف سرور معنوی را نخواهد داشت.

فصل بیست و چهارم: کلمات امروز محصول اعمال دیروزند

در دوران ترتایوگا، هنگامی که نارادا از راماجاندرای درباره‌ی سرشت و ویژگی‌های خدمتگزارانش و جویندگان معنوی پرسش کرد او چنین پاسخ داد:

"گوش کن ای نارادا، سرسپردگان من لبریز از عشق هستند؛ آنها همواره به درستکاری (دارما) پایبند هستند. حقیقت را می‌گویند. دل‌هایشان با مهر ذوب می‌شود. عاری از بدی‌اند. از گناه دوری می‌کنند. سرشت آنها مستحکم است. با خشنودی از هر چیزی کناره می‌گیرند. به اندازه می‌خورند. به دیگران نیکی می‌کنند. هیچ خودخواهی ندارند. از تردیدها نگران نمی‌شوند. به چاپلوسی گوش نمی‌سپارند. مشتاق گوش سپردن به ستایش از سرشت نیک دیگران هستند. آنها شخصیتی زیبا، نیرومند و مقدس دارند. جویندگان معنوی کسانی هستند که برای به دست آوردن و بهره‌مندی از چنین شخصیتی کوشش می‌کنند. اکنون به تو درباره‌ی کسانی خواهم گفت که نزد من عزیزند. هر کس به ذکر نام مقدس (جاپا)، ریاضت (تاپاس) و عهد و پیمان (وراتا) بپردازد، هر کس که چیرگی بر نفس (سامیاما) و انضباط (نیاما) داشته باشد، که از ایمان، بردباری، رفاقت، مهربانی و شادی و به همان گونه از عشق ناب نسبت به من برخوردار باشد نزد من عزیز است.

"حالا درباره‌ی سرسپردگان راستین من. هر کس با قدرت تشخیص و عدم وابستگی (ویوگا و وایراگیا)، با فروتنی و خرد (وینایا و ویجنانا)، آگاه به دانش واقعیت است، هر کس همواره غرق تعمق بر بازی‌های الهی من است، هر کس که همیشه و

در هر شرایطی نام مرا در اندیشه دارد و هنگامی که نام خداوند از هر لبی شنیده

می‌شود اشک عشق می‌ریزد، اینها سرسپردگان راستین من هستند."

اما به نارادا این گونه پاسخ داد. بنابراین خداوند کسانی را که او را با سرسپردگی

کامل و بی غل و غش پرستش می‌کنند همه گونه و همواره محافظت می‌کند-

درست همان طور که یک مادر کودکانش را محافظت می‌کند، یک گاو گوساله‌اش را

از خطر نجات می‌دهد، و پلک‌ها بدون [نیاز به] تلاش و به صورت خودکار از چشم

محافظت می‌کنند. وقتی کودک بزرگ می‌شود، مادر آن اندازه به ایمنی او توجه

نخواهد کرد. به همین ترتیب خداوند به فرد خردمند (جنانی) توجه چندانی نمی‌کند.

سرسپرده‌ای که خداوند را در قالب فرم می‌پرستد (سا-گونا باکتا)، مانند کودک

خداوند، قدرتی جز قدرت خداوند ندارد. برای روح‌های به رهایی رسیده (جنانی)،

توان خود آنها کافی است. پس تا زمانی که فرد بتواند به توان خود متکی شود، باید

به عنوان یک سرسپرده‌ی خدای با فرم (سا-گونا باکتا)، به سان کودکی در دستان

خداوند باشد، چنین نیست؟ هیچ کس نمی‌تواند سرسپرده‌ی خدای متعال بی‌فرم

(نیر-گونا بهاکتا) شود بی آن که [ابتدا] سرسپرده‌ی خداوند با فرم بوده باشد. بنابراین

سرسپردگان باید به سان کودکانی در دامان مادر، بزرگ شوند و پس از آن به

روح‌های به رهایی رسیده‌ای بدل شوند که بتوانند به توان "خود"، متکی بوده و آزاد

باشند. با وجود این، هر دوی آنها سرچشمه‌ی قدرت یکسانی دارند، مادر. آنها که این راز سرسپردگی را درک می‌کنند، آنها که سرسپردگی توحیدی را گسترش می‌دهند و ویژگی‌های شخصیتی خود را اصلاح می‌کنند، که به شکل کودکانی در دامان خداوند در می‌آیند و همه چیز را به وسیله‌ی او، همان گونه که او خواستار آن است به انجام می‌رسانند، به راستی خوشبختند.

بنابراین آنها که مشتاق هستند [از دیدگاه خداوند] جوینده‌ی معنوی، خدمتگزار، عابد وحدت-آگاه و عزیز باشند باید راه، نام و رفتار متناسب با آن را در پیش گرفته و آن گونه زندگی کنند؛ سرسپرده باید ویژگی‌های سرسپردگی را که در بالا گفته شد در خود گسترش دهد. کسی که می‌خواهد نزد خداوند عزیز باشد باید عشق خداوند را دنبال کند. عابد وحدت-آگاه باید به طور کامل تسلیم خداوند باشد. خواندن و به زبان آوردن محض، هیچ کاربردی ندارد. سرور معنوی (آناندا) تنها محصول کار و عمل است. این سرور به طبقه‌ی اجتماعی، نژاد یا جنسیت بستگی ندارد. حتی در آن روزها هنگامی که راماجاندر را به نزد سَبّاری آمد، او در حالی که رام با اشتیاق از خوان گسترده‌ای از میوه‌ها و ریشه‌ها - که سَبّاری خودش هر مورد را انتخاب کرده، جداگانه چشیده و برای او کنار گذاشته بود- تناول می‌کرد، از رام پرسید: خداوندا! من زنی بیش نیستم، سواد اندکی دارم. مهم‌تر از همه، در طبقه‌ای پست متولد

شده‌ام. چگونه می‌توانم تو را ستایش کنم؟ نمی‌دانم چه باید بکنم یا چگونه!" آنگاه رامّا لبخند زد و گفت: "سبّاری! ماموریت من، خویشاوندی با سرسپردگی است. من هیچ نسبتی با نژاد یا طبقه‌ی اجتماعی ندارم. داشتن موقعیت، ثروت و شخصیت بدون سرسپردگی چه فایده‌ای دارد؟ مانند ابرهائی که باران ندارند، که در آسمان سرگردانند، این افراد خالی از سرسپردگی، در برابر بادهای بی‌دفاع هستند، هر چند صاحب طبقه‌ی اجتماعی، ثروت، قدرت و شهرت فراوانی باشند. سرسپردگان از 9 راه به من می‌رسند. هر یک از این 9 راه، آنها را به من می‌رسانند."

آنگاه سبّاری از رامّا درخواست کرد که درباره‌ی آن 9 مسیر به او بگوید و رامّا پاسخ

داد:

گوش سپردن به داستان‌های درباره‌ی خداوند (سراوانام)

سرودن نام خداوند (کیرتانام)

به یاد آوردن خداوند (ویشنو-سمارانام)

خدمت به پاهای مقدس (پاداسوانام)

احترام به طبیعت و همه موجودات زنده (واندانام)

پرستش (ارچانام)

خدمتگزاری (داسیام)

رفاقت و دوستی (سنه‌هام)

تسلیم (آتمانی و دانام)

اگر مریدی هر یک از این روش‌ها را خالصانه دنبال کند می‌تواند به من برسد. من با این 9 شکل سرسپردگی، مقید می‌شوم. به همین دلیل است که تو توانسته‌ای این قدر آسان، این فرصت را برای دیدن، لمس کردن و صحبت با من به دست بیاوری، فرصتی که حتی برای یوگی‌ها دست یافتن به آن بسیار دشوار است. تو امروز به مقصود زندگی‌ات رسیده‌ای. نگاه کن! کلمات امروز [من و تو]، فقط [محصول] کارهای دیروز [تو] هستند!

فصل بیست و پنجم: سرسپردگی بر دو نوع است

کسانی که مسیرهای نه گانه‌ی فوق را دنبال می‌کنند بر دو دسته هستند. دسته اول، پیروان راه سخت. دسته دوم، پیروان راه امن و آسان. اینها گاهی به این صورت عنوان می‌شوند:

1. سرسپردگی با سعی و کوشش (باکته)

2. تسلیم نفس (پراپاته‌ی).

باید گفت که رفتار بچه میمون، سرسپردگی است و رفتار بچه گربه، تسلیم نفس است.

سرسپردگی باید مانند جریان روغن از یک ظرف به ظرف دیگر، پیوسته و بی وقفه باشد. هرچند این دو گونه در اساس یکسان هستند، رفتارها متفاوتند. بدون عشق، هیچ چیز در این جهان به دست نمی آید. تنها هنگامی که عشق وجود دارد، وابستگی (نوراگا)، به نوبه‌ی خود، میل به مراقبت و محافظت ایجاد می کند. در هر دو گونه‌ی بالا، عشق مساوی است، تردیدی نیست؛ اما در ظهور خارجی [آنها] تفاوت وجود دارد. در مسیر بچه میمون، بچه باید برای مراقبت از خودش به قدرت خودش تکیه کند، مادر به هر کجا می پرد او باید زود خود را به شکم مادر بچسباند و نباید آن را رها کند حتی اگر پس زده شود! بنابراین سرسپرده نیز باید آزمون‌ها را در دستان خداوند تاب بیاورد و در همه‌ی زمان‌ها و تحت هر شرایطی، بدون خستگی، بدون کوچک‌ترین نشانه‌ای از نفرت و بیزاری، با تحمل کردن ریشخند و انتقاد جهان و غلبه بر احساس‌های شرم و شکست، به نام خداوند وفادار بماند. نمونه‌ی این گونه سرسپردگی، نخستین آنها در میان سرسپردگان، پراهلادا است.

راه تسلیم از این گونه نیست و مانند روش بچه گربه است. همان طور که بچه

گربه به سادگی در یک مکان به میو کشیدن ادامه می دهد و همه‌ی بار خود را بر

دوش گربه‌ی مادر می‌گذارد، سرسپرده به طور کامل به خداوند اعتماد می‌کند.

گربه‌ی مادر، بچه‌گربه را در دهانش نگاه می‌دارد و او را به مکان‌های بلندتری می‌برد یا حتی از گذرگاه‌های بسیار باریک با سلامت عبور می‌دهد. به این ترتیب همه‌ی بار خود را بر دوش خداوند می‌گذارد و به طور کامل به اراده‌ی او تسلیم می‌شود.

لاکشمانا شاهدهی بر این راه است.

انضباط تسلیم بسیار بیشتر از انضباط سرسپردگی است. ویژگی تسلیم، تسلیم

کامل نفس در همه‌ی جنبه‌هاست. برای خدمت به *راما*، لاکشمانا از همه‌ی سدهای موجود در راه مانند ثروت، همسر، مادر، خانه و حتی خواب و غذا کناره گرفت. و این نه برای یک روز یا ماه یا سال بلکه برای چهارده سال کامل بود. او حس می‌کرد که *راما* همه چیز او، شادی و شرف او بود، که هر آنچه او نیاز داشت به او می‌بخشید و این که هدف زندگی او تنها پیروی از *راما* و خدمت به *راما* و تسلیم خواست خود به *راما* بود. بنابراین اگر همه‌ی بارها بر دوش او گذاشته شود و اگر او بی‌وقفه و بدون فراموشی دنبال شود، بی‌گمان همه چیز را مهیا خواهد نمود. این طبیعت سرسپردگی از گونه‌ی تسلیم است.

فصل بیست و ششم: جنگل نشینی (وانا پراستا)

پس از طی مرحله‌ی تاهل و تجربه کردن اندوه، شادی و شغف و آموختن ارزش راستین همه‌ی اینها، فرد باید پس از رسیدن به سن 45 یا 50 سالگی، با ترک خانه‌ای که ساخته و مکانی که در آنجا زندگی کرده راهی جنگل شود. اگر همسرش زنده است باید اجازه‌ی او را کسب کند و او را به مراقبت فرزند یا پدر و مادرش سپرده، یا او را نیز همراه خود ببرد و همچنان که خود غرقه در برهماچاریا¹ است با او مانند یک برادر رفتار کند. حتی دگرگونی بزرگی در رژیم غذایی وجود دارد. او باید از ریشه‌ها و میوه‌ها بخورد و تنها شیر بنوشد. آنها نه به شکل کامل بلکه باید یک‌سوم پخته شوند. برنج نباید به مقدار زیاد مصرف شود. اگر ترتیب دادن چنین رژیمی با این ویژگی‌ها برای فرد امکان‌پذیر نباشد، می‌تواند از دهکده‌ای که در آن نزدیکی است دیدن کرده و از آنها غذا درخواست کند. ولی او باید غذا را به جنگل آورده و در محل سکونت خود بخورد. او باید به بستگانش همان غذایی را که خود می‌خورد بدهد زیرا آنها نباید غذایی را که میل بیشتری به آن دارند، درست کرده یا از جایی تهیه کنند. اگر از آن غذا لذت نمی‌برند باید تنها به شیر و میوه‌ها بسند زیرا او نباید

¹ برهماچاریا پذیرفتن پیمان تجرد، در پندار، گفتار و کردار، با نیت رسیدن به خودآگاهی است. برهماچاریای کامل، صرفاً کنترل حواس مربوط به تولیدمثل نیست بلکه تسلط بر کلیه حواس در پندار، گفتار و کردار می‌باشد. -م

روش خود را برای راضی کردن دیگران تغییر بدهد. هرچند این انضباط با دشواری همراه باشد، نباید تغییر داده یا فرو گذاشته شود.

به ویژه شایان ذکر است که: جنگل نشین نباید اقدام به انجام عبادت، دادن صدقه یا کارهایی از این قبیل کند. حتی اگر او غذا یا اقلام دیگری به دیگران بدهد نباید به عنوان صدقه در نظر گرفته شود. او همچنین نباید به عنوان صدقه از دیگران چیزی دریافت کند. او باید نسبت به همه، عشق پاک و یکسانی داشته باشد. او باید با به دور انداختن لباس‌های کهنه، یک بار در سال بین ماه‌های سپتامبر و اکتبر (ماه آسویجا) لباس نو بپوشد.

پیمان ریاضت چاندرايانا-وراتا، مهم‌ترین عهد و پیمان جنگل نشین است. در آن ماه، او باید در پانزده روز اول، هر روز لقمه‌ای کمتر و در پانزده روز باقی مانده، هر روز لقمه‌ای بیشتر از روز پیش غذا بخورد. در روزهای ماه نو و ماه کامل فقط باید حریره‌ی برنج (کانجی) بخورد. در فصل بارانی باید ایستاده در باران تمرینات ریاضتی (تاپاس) انجام دهد. در زمستان باید هنگام انجام تمرین‌های ریاضتی، لباس‌های خیس بپوشد. با اجرا نمودن چنین ریاضت‌هایی به طور منظم و با قاعده، او باید روزی سه بار استحمام کند. عبارت‌های بخش‌های گوناگونی از اوپانیشاد باید خوانده شوند، معانی آنها باید فهمیده شده و تجربه شوند. اگر چنین فرد جنگل نشینی بیمار شود،

رژیم غذایی را باید کنار گذاشته و با آب و هوا زندگی کند. او در جهت شمال شرقی آنقدر راه می‌رود تا این که بمیرد.

از سوی دیگر اگر او هیچ بیماری جسمی نداشته و بسیار سالم باشد، پس از پذیرفتن انضباط‌های قوی، طلوع خود به خودی دانش راستین را تجربه خواهد کرد. به وسیله‌ی این دانش، او به رستگاری (موکشا) خواهد رسید.

بسیاری بحث می‌کنند که چگونه چنین نظمی می‌تواند به طلوع دانش بینجامد؟ می‌پرسند آیا اینها تنها تنگناهای بدنی نیستند؟ دانش، تنها با درک اصولی که خود-آگاهی را تضمین می‌کنند می‌تواند طلوع کند. آنها استدلال می‌کنند که چگونه چیزی که دربردارنده‌ی این اصول نیست می‌تواند دانش خوانده شود. ولی اساس این پرسش، اشتباه بزرگی است.

با این روش‌های فیزیکی، خصلت‌ها (واسات‌ها) نابود شده و تمرکز برقرار می‌شود. عبارات اوپانیشادی، قدم به قدم از این یگانگی ذهن پاسداری می‌کنند و به آن نیرو می‌بخشند. تجربه‌ی پندهای اوپانیشادی، به تنهایی، طلوع دانش را به همراه خواهد آورد. آیا اوپانیشادها خود دانش نیستند؟

با آن تجلی خرد و معرفت (جنانا-سواروپا) و درک آن از راه تجربه‌ی شخصی، چه نیازی به جستجوی دانش در جای دیگر وجود دارد؟ برای این که معرفت و خرد

معنوی در دل استوار شود، یگانگی ذهن ضرورت دارد و این را به سادگی از راه انضباط‌های بدنی و ریاضت (تاپاس) که در بالا گفته شد می‌توان به دست آورد. کنترل بیرونی از راه‌های بسیاری به کنترل درونی یاری می‌رساند. موفقیت در کنترل بیرونی، در مقایسه، دشوارتر از دستیابی به موفقیت در کنترل درونی است! یک چرخش فرمان در دست راننده در هر جهتی، چرخ‌های اتومبیل را که در دستان او نیستند در همان جهت به حرکت در می‌آورد. اگر فرمان در یک جهت چرخانده شود، چرخ‌ها در جهت دیگر نخواهند چرخید. چرخ‌های درون‌نگری، به فرمان برون‌نگری وابسته هستند!

این یک اصل طبیعی است. گاهی اوقات هنگامی که فرمان در یک جهت چرخانده می‌شود، چرخ‌ها به سوی دیگری کشیده شوند، اما علت این امر، از دست رفتن ویژگی طبیعی آنهاست. چرخ‌های درون اگر هوا نداشته باشند که اساس آنهاست، می‌توانند به شیوه‌ای رفتار کنند که گویی هیچ رابطه‌ای با فرمان ندارند. اما نمی‌توانند از محدودیت‌های فرمان فراتر بروند. فرمانی که در دست است، به چرخ‌ها که در آن پایین هستند مربوط است. اگر چنین رابطه‌ای وجود نداشته باشد سفر ناممکن می‌شود. رابطه‌ی بین این دو، اجتناب‌ناپذیر است. بنابراین برای او که با گرایشات بیرونی مبارزه کرده و بر آنها غلبه نموده است، گرایش‌های درونی به آسانی قابل

کنترل می‌شوند. گرایش‌های بیرونی، نام و فرم دارند و وقتی در معرض تجربه قرار می‌گیرند جذب می‌شوند. بنابراین پیروز شدن بر آنها قدری با دشواری همراه است. اما گرایش‌های درونی فرمی ندارند، هرچند می‌توانند دارای نام باشند. آنها همچنین به صورت آناندا تجربه می‌شوند بنابراین با آسانی بیشتری می‌توان آنها را رام کرد. نگرانی، بیشتر از ناحیه‌ی روش و رفتار بیرونی است. اینها با مزه، فرم و وزن در ارتباط هستند. گرایش‌های درونی، شکل، مزه یا سنگینی ندارند. آب پاک، هیچ شکل، طعم و سنگینی ندارد. آب ناپاک، در تمام این جنبه‌ها متفاوت است. پس پالایش آب ناپاک به راستی دشوار است؛ اما آب پاک می‌تواند بسیار آسان شکلی را که لازم است بپذیرد.

به طور مشابه، همه‌ی دشواری مربوط به پاک کردن رفتار ذهن است که به وسیله‌ی توهمات جهان [خارج] آلوده شده است. نیازی به اصلاح رفتار ذهنی که از چنین توهماتی آزاد است وجود ندارد. رفتار عاری از توهم، ضرورتاً پاک و خالص است. اثری از شکست و تردید در آن نیست. چرا چنین چیزی باید اصلاح شود؟ بنابراین اگر مردم نخست تا آنجا که ممکن است توهم بیرونی را کنترل کرده و بر آن پیروز شوند، گرایش‌های درونی به آسانی در جهت سرور آتمایی (آتما-آناندا) حرکت خواهند کرد. یوگا و ریاضت (تاپاس) تنها نام‌های دیگری برای راه‌های کنترل کردن و

چیره شدن بر این گرایش‌ها و توهم‌های بیرونی هستند. اصول جنگل‌نشین (واناپراستا) جز روش‌هایی برای پیروزی در این یوگا نیستند. وقتی انسان همه‌ی گونه‌های توهم را در مرحله‌ی جنگل‌نشینی سرکوب می‌کند، سفر [زندگی]، با رستگاری (موکشا) پایان می‌پذیرد. ولی نمی‌توانیم بگوییم که تنها این یک مسیر برای رسیدن به رستگاری وجود دارد. لطف خداوند از هر راهی که به دست بیاید، آن راه را می‌توان انتخاب کرد. رستگاری را با به کارگیری این اصول و مراقبت‌های مرحله‌ی جنگل‌نشینی و دنبال کردن آنها می‌توان به دست آورد. [این روش] همچنین انسان را از توهم آزاد می‌کند. به او یگانگی ذهن می‌بخشد.

فصل بیست و هفتم: رستگاری (موکتی)، چهار گونه است

پرستش اگر با تمرکز هشیاری و پاکی احساس و بدون هر گونه اندیشه‌های فرعی انجام شود، خود، به وحدت ذهنی با الوهیت (بهاوا-سامادی) بدل می‌شود. در نتیجه‌ی این وحدت ذهنی، خداوند در برابر دیدگان درونی سرسپرده در فرمی که او برای پرستش انتخاب کرده است ظاهر می‌شود. [این] مشاهده تنها وابسته به خیال و تصور نیست، یک تجربه‌ی چهره به چهره است. او می‌تواند بدون تغییر مکان خود، درست در همان مکان در حضور خداوند ساکن باشد. این، "همواره با خداوند بودن"

(سالوکیا-موکتی) خوانده می‌شود. علاوه بر همواره با خداوند بودن، سرسپرده همه‌ی

آنچه را که می‌بیند به عنوان شکوه خداوند درک می‌کند. به این تجربه، "همواره

شکوه خداوند را دیدن" (سامی-پیا-موکتی) گفته می‌شود. همواره با خداوند بودن،

همواره شاهد شکوه او بودن و لبریز شدن از خداآگاهی، یکی شدن با فرم الوهیت

(ساروپیا-موکتی) است. این میوه‌ی نهایی متون مقدس مرتبط با سرسپردگی است.

ولی در این مرحله هنوز اثری از احساس جدایی وجود دارد. بنابراین انسان

وحدت-آگاه، آن را به عنوان برترین نخواهد پذیرفت. به سادگی به این دلیل که

سرسپرده‌ای فرم یکسان با خداوند را دارد نباید این گونه برداشت کنیم که او

قدرت‌های آفرینش، حفظ و نابودی را که از آن خداوند هستند دارا است. تنها

هنگامی که همه‌ی آثار تفاوت ناپدید می‌شوند و یگانگی حاصل می‌شود، بالاترین

جایگاه به دست می‌آید. این، یکی شدن (سایوجیا) نامیده می‌شود. این نتیجه‌ی لطف

الهی است که به وسیله‌ی جوهره‌ی [موجود در] تمرین معنوی هر فرد به دست

می‌آید. آن را نمی‌توان به عنوان میوه‌ی سعی و کوشش مطالبه کرد.

سرسپرده، آرزومند این یگانگی (آی‌کیام) خواهد بود. سرسپرده مشتاق است به

خداوند، آن گونه که او خشنود می‌شود خدمت کند و شادی فرمی را که به خداوند

نسبت داده تجربه نماید. اما خداوند، از سر لطف، به او نه تنها با خداوند بودن

(سالوکیا)، همواره شکوه او را دیدن (سامی‌پیا) و لبریز از خداآگاهی بودن (ساروپیا)، بلکه همچنین یکی شدن (سایوجیا) می‌بخشد! راه سرسپردگی (باکتی مارگا) همچنین به دستیابی به معرفت برهنمن (براهما-جنانا) می‌انجامد. حتی اگر سرسپرده در جستجوی آن نباشد، خود خداوند آن را به سرسپرده عطا می‌کند. رستگاری یکی شدن با خداوند (سایوجیا-موکتی)، رستگاری مطلق (اکانتا-موکتی) نیز نامیده می‌شود.

فصل بیست‌وهشتم: سات-سانکالپا¹، راه رسیدن به حضور است

برای موجودات ساخته شده از توهم (مایا)، دو دروازه‌ی توهم وجود دارد: میل جنسی و میل زبانی. هر انسانی باید بر این دو پیروز شود؛ تا زمانی که اینها ماندگار هستند مایه‌ی اندوهند. همه‌ی آرزوهای دنیوی به وسیله‌ی این دو فهمیده می‌شوند. بنابراین تنها اگر کسی بر این دو پیروز شود، می‌توان گفت که راه عبور از عرصه‌ی جهان را با موفقیت پیموده است. این‌ها علت همه‌ی گناهان هستند و گناه کودی است که توهم با آن زنده می‌ماند.

¹ سات-سانکالپا به معنی حق‌خواهی یا اشتیاق به حقیقت-م

در حقیقت باید گفت که این جهان تنها به قصد زنده نگه داشتن بدن باید مورد استفاده قرار گیرد. آنها که آرزومند رهایی هستند باید حواس را سرکوب کنند. اوت تارا-گیتا پند می‌دهد: "غذا برای نگهداری بدن و لباس برای دفع سرما". هرچند اگر انسان در این کارها غرق شود، مقصدی را که برای آن آمده و هدف همه‌ی کارها و کوشش‌های مقدس را فراموش خواهد کرد. در عوض، شخص باید به هر کاری که مشغول است، مانند نفس کشیدن که به صورت خودکار انجام می‌شود، به این [حقیقت] بیندیشد و همواره از آن آگاه باشد که: "من به دنیا آمده‌ام تا به خداوند خدمت کنم و خود راستینم را درک نمایم". همه‌ی کارها - پوشیدن، خوردن، راه رفتن، مطالعه کردن، خدمت کردن، حرکت کردن - باید با این باور انجام بگیرند که شخص را به حضور [خداوند] می‌برند. همه چیز باید با روح تقدیم به خداوند انجام پذیرد.

یک کشاورز زمین را پاکیزه و هموار می‌کند، سنگ‌ها و خارها را جمع می‌کند، زمین را شخم زده و آماده می‌کند، خاک را کود داده و قوت می‌بخشد، آبیاری نموده و آن را حاصلخیز می‌کند، و با کاشتن، پیوند زدن و کندن علف‌های هرز، سم‌پاشی کردن و انتظار کشیدن، محصول را برداشت می‌کند و پس از باد دادن و خرمن‌کوبی، غله را انبار می‌کند. همه‌ی این کارهای گوناگون به خاطر شکم هستند.

به همین ترتیب، فرد باید حس کند که همه‌ی گرسنگی، تشنگی، شادی و غم،
اندوه و فقدان، رنج و خشم، خوراک و اشتها، جز محرک‌هایی که ما را برای رسیدن
به حضور خداوند یاری می‌رسانند نیستند. وقتی فرد چنین نگرشی داشته باشد، زنگار
گناه هرگز بر این کارها نخواهد نشست. امیال نیز بدون بر جا گذاشتن اثری از نام و
فرم ناپدید خواهند شد.

از سوی دیگر، اگر به امیال اهمیت داده شود، تنها اندوه حاصل می‌شود و نه شادی.
به دست آوردن آرامش غیرممکن خواهد بود. تسلط کامل بر خواسته‌های حسی را
نمی‌توان در مدارس، که در آنجا هنرهای مربوط به تقویت بدن به صورت
سیستماتیک آموزش داده می‌شوند، فرا گرفت.

اگر شخص بیمار بوده یا حتی اگر ذهن غرقه در چیز دیگری باشد، مزه‌ی غذا یا
چیزی که می‌خورد را نمی‌فهمد. به همین ترتیب هم، اگر دل سرشار از نادانی
(ناماس) بوده یا خودسر و نافرمان باشد، حتی با به یاد آوردن نام خداوند (ناما-
سمارانا)، سر دادن سرودهای عابدانه (باجان)، ذکر نام الهی (جاپا) یا مراقبه، هیچ
سروری تجربه نمی‌شود. شادی هرگز نمی‌تواند در چنین شرایطی بجوشد.

زبان تا زمانی شیرین خواهد بود که شکر بر روی آن وجود داشته باشد. اگر ستون
نوری که نامش سرسپردگی است به سوختن در گذرگاه قلب ادامه دهد، تاریکی

وجود نخواهد داشت. قلب از سرور روشن خواهد بود. یک چیز تلخ بر روی زبان،

همه‌ی دهان را تلخ می‌کند. وقتی ویژگی‌هایی مانند طمع و خشم به دل وارد

می‌شوند، روشنائی ناپدید شده و تاریکی بر صحنه حکمروا می‌شود و انسان هدف

غم‌ها و فقدان‌های بی‌شمار قرار می‌گیرد. بنابراین آنها که جویای دستیابی به حضور

مقدس خداوند هستند باید عادت‌ها، نظم‌ها و ویژگی‌های مشخصی را کسب نمایند.

راه‌های معمول و رایج زندگی، به خداوند منتهی نخواهند شد. آنها باید به وسیله‌ی

تمرین معنوی قدری تغییر داده شوند.

به مرغ ماهی‌خوار نگاه کنید، او در آب با سرعت راه می‌رود ولی هنگام راه رفتن

نمی‌تواند ماهی بگیرد. برای آن منظور باید آهسته و آرام شود و بدون حرکت بایستد.

به همین ترتیب اگر فرد با طمع، خشم و ویژگی‌های مشابه در حرکت باشد، نمی‌تواند

ماهی حقیقت (ساتیا)، دارما و آرامش (شانتی) را صید کند. صرف نظر از این که فرد

چه تمرین معنوی انجام می‌دهد، باید به گونه‌ای بی‌وقفه به تمرین یادآوری نام

خداوند (ناما-سمارانا) بپردازد. تنها به این صورت او می‌تواند بر ویژگی‌های طبیعی

طمع، خشم و غیره غلبه کند. همه‌ی متون مقدس (شاستراها) همین یک درس را

آموزش می‌دهند: چون خداوند، هدف عالم‌گیر و مقصد این سفر زندگی است، او را

پیوسته در پیش چشم داشته باشید و ذهن را که شما را از مسیر سرگردان می‌کند

سرکوب کنید. همه‌ی ویژگی‌های خوب به طور خودکار در اطراف شخصی که به کنترل گفتار و ژرف‌نگری پیوسته بر خداوند می‌پردازد جمع می‌شوند. نگاه کنید! در عصر دواپارا (دواپارا-یوگا)، کوراواها حتی هنگام تجربه کردن میوه‌ی کارهای نیک گذشته، به انجام کارهای زشت می‌پرداختند. پانداواها از سوی دیگر، حتی هنگام تحمل رنج‌های ناشی از کارهای زشت گذشته، تنها به کارهای نیک می‌اندیشیدند و عمل می‌کردند. این، تفاوت بین خردمند و بی‌خرد است. کوراواها بردگان امیال شکم‌پروری و شهوترانی بودند و پانداواها هر عملی را برای خداوند انجام می‌دادند، در حالی که حقیقت (ساتیا) و دارما را به عنوان اربابان [آراهی زندگی] خود داشتند.

کسی که غرقه در اندوه است، هرگز علاقه‌ای نه نسبت به یک ضیافت و نه نسبت به یک دعوا احساس نمی‌کند. به طور مشابه، جوینده‌ی حقیقی که غرق در اندیشه‌های خداوند است هرگز نمی‌تواند موضوعات شادی مادی را بچشد و یا حتی بدان بیندیشد.

فصل بیست‌ونهم: شخصیت خوب، گوهر زندگی بشری است

فرد باید در همین بدن، پیش از آن که مرگ مالیات خود را از بدن مطالبه کند،
حقیقت ابدی و رابطه‌ی بین انسان و آن حقیقت را درک نماید. کاتا/وپانیشاد ندا
می‌دهد:

برخیز، بیدار شو، از بزرگی طلب همراهی کن.

(Uththishtatha! Jagratha! Praapya Varaan Nibodhatha!)

آنها که از تردیدها در این باره که چه چیز را پذیرفته و چه چیز را رد کنند پریشان
هستند، آنها که با توهم نابینا شده‌اند و آنها که قادر به تشخیص تاریکی از نور و مرگ
از جاودانگی نیستند، همه‌ی چنین کسانی باید دست به دامن انسان‌های بزرگی شوند
که قادرند راه را برای فهم حقیقت ابدی، بنیان خودافروز همه‌ی آفرینش، نشان دهند.
آن گاه هم این دنیا و هم بهشت، هر دو به یک درخشش خواهند پیوست! به انگیزه‌ی
این آگاهی، انسان باید اشتیاق عمیق و تمرین سخت و دقیقی داشته باشد. این تولد
انسانی، نتیجه‌ی کارهای نیک بی‌شمار است و نباید به کناری انداخته شود، از این
موقعیت باید به طور کامل بهره‌برداری کرد. همان گونه که کن/وپانیشاد می‌گوید:
گوهر در دست، نباید به کناری افکنده شود.

(Na Chath Iha Avedheen Mahathee Vinashtih)

وقتی شانس‌های زیادی برای نجات فرد وجود دارند، آیا بها ندادن به راه‌های نجات
اشتباه بزرگی نیست؟ برای همه‌ی آنها که به راستی حیواناتی در فرم بشر هستند،

آنها که برده‌ی غرور و ویژگی‌های حیوانی‌اند، این آگاهی به موقع از بیشترین اهمیت برخوردار است. تاخیر، ثمری ندارد؛ [به تعویق انداختن آگاهی] مانند کردن چاه هنگام آتش گرفتن خانه، کاری ابلهانه است. بنابراین فردی که دارای قدرت تشخیص است، با هر وسیله‌ای که در اختیار دارد، برای فهم اصول بنیادین، برای استادی در آموزه‌های بزرگانی که راه معنویت را آزموده‌اند، و برای آوردن همه‌ی اینها به حوزه‌ی تجربه‌ی خود، هر اندازه که ممکن است کوشش خواهد نمود.

راه را فرو گذاشتن و زندگی خود را تلف کردن، همانا توهینی به نام بشریت است. به جای برده‌ی چیزهای کم‌دوام و دروغین شدن و هدر دادن زمان ارزشمند در تکاپو برای آنها، هر دقیقه را به کشف حقیقت، به تعمق بر خداوند همواره ماندگار و همیشه حقیقی تقدیم کنید. چنین تقدیمی عملکرد واقعی روح است. از سوی دیگر، گذراندن زمان در امیال موهوم، جاذبه‌ی جهان است. انسان نباید قربانی جاذبه‌های زهرآلود تجملات دنیوی یا [قربانی] حیل‌های زیبایی اغواگرانه شود. یک روز همه‌ی این صحنه‌های افسون‌کننده، مانند داستانی که در رویا به وقوع پیوسته، ناپدید خواهند شد!

تحصیلات و دیگر چیزهایی که موجب رشد و بزرگ شدن انسان می‌شوند، هیچ فایده‌ای در پیشرفت معنوی او ندارند؛ آنها تنها سرنگونی معنوی او را موجب

می‌شوند. بدین سبب است که این [جهان]، جهان موهوم (مایا-پراپانچا) نامیده می‌شود. حقیقت، در هر توهمی هم که غوطه‌ور شود، فقط با درخشندگی بیشتری خواهد درخشید. زیرا سرشت حقیقت این گونه است. چگونه می‌توانیم بگوییم جهان اشیاء که با خودسری پدید آمدن‌ها و ناپدید شدن‌هایش، در فراز و فرود بوده و هر دقیقه دستخوش تغییر می‌شود، حقیقت ابدی است؟

ویژگی یک جوینده‌ی معنوی، یافتن حقیقت است نه جستجوی [موضوعات] غیرواقعی در این جهان کم‌دوام. در این جهان دروغین، زندگی حقیقی (ساتیا-چاریا)، نمی‌تواند وجود داشته باشد. [در اینجا] تنها زندگی غیرحقیقی (میتیا-چاریا)، می‌تواند وجود داشته باشد. زندگی حقیقی، در گروه یافتن خداوند است. این را هر انسانی، هر لحظه از زندگی باید در ذهن داشته باشد.

فصل سی‌ام: ساهاجامارگا¹ و سادانامارگا² یکسان نیستند

کسی که جوینده‌ی معنویت است باید به تفاوت بین رفتار یک انسان طبیعی (ساجا) و یک جوینده‌ی معنوی توجه داشته باشد. انسان طبیعی بردباری ندارد،

¹ راه و روال طبیعی زندگی بشر - م

² راه و روال زندگی یک جوینده‌ی معنوی - م

خودبین است و سرشار از آرزوهای وابسته به دنیا (جاگات) است که به واسطه‌ی آن آرزوها در تلاش است یک زندگی (جانما) خوشایند داشته باشد. جویندگان مانند موج‌های دریا، بدون وقفه، در اندیشه بر خداوند (ساروشوارا-چینتانا) هستند؛ ثروت برابری و عشق یکسان به همگان را می‌اندوزند؛ و از این اندیشه که همه چیز از آن خداست و هیچ چیز متعلق به آنها نیست خشنودند. جوینده‌ی معنوی بر خلاف انسان طبیعی، در برابر اندوه یا فقدان، خشم یا نفرت یا خودخواهی، گرسنگی، تشنگی یا دمدمی مزاجی، به سادگی خم نمی‌شود.

فرد باید بر همه‌ی موارد بالا تا آنجا که ممکن است چیره شود و با بردباری، شهامت، شادی، آرامش و فروتنی، سفر زندگی را طی کند. با درک این مساله که پرداختن به بدن، اهمیت فوق‌العاده ندارد، فرد باید حتی گرسنگی و تشنگی را با شکیبایی تاب بیاورد و بی‌وقفه در اندیشه‌ی خداوند باشد. دعوا بر سر هر چیز کوچک جزئی، از کوره به در رفتن، ناراحت شدن با کمترین تحریکی، عصبانی شدن با کوچک‌ترین اهانتی، مضطرب شدن بر اثر تشنگی، گرسنگی و کم‌خوابی، هرگز نمی‌توانند ویژگی‌های یک جوینده باشند.

آیا برنج نپخته و برنجی که پخته شده یکسان هستند؟ برنج پخته، سفتی برنج نپخته را ندارد. غله‌ی پخته شده، نرم، بی‌آزار و شیرین است. غله‌ی نپخته، سفت،

خودبین و گول‌زننده است. تردیدی نیست که همه دارای روح بوده و انسان هستند، اما آنها که غرقه در توهم بیرونی^۱ اند، "مردم" اند و آنها که غرقه در توهم درونی^۲ اند، "جوینده‌ی معنوی" هستند و خداوند غرقه در هیچ یک نیست، خالی از هر دو [توهم] است.

کسی که توهم بیرونی ندارد به یک جوینده‌ی معنوی بدل می‌شود و وقتی او حتی توهم درونی نداشته باشد می‌توان او را یک خدا قلمداد کرد. دل چنین شخصی به جایگاه خداوند بدل می‌شود.

بنابراین می‌توان استنباط کرد که خداوند همه چیز را در بر گرفته است. البته هرچند خداوند در همه‌ی دل‌ها جا گرفته، برای این که بتوانند او را در خود کشف نمایند تمرین معنوی ضرورت دارد، مگر نه؟ ما نمی‌توانیم چهره‌ی خود را ببینیم! باید آینه‌ای داشته باشیم که تصویر چهره‌مان را به ما نشان بدهد! به همین ترتیب، برای خالی شدن از ویژگی‌ها^۳، یک راه اساسی، یک تمرین معنوی مورد نیاز است.

فصل سی و یکم: محصول یک جوینده‌ی معنوی

^۱ آویدیا-مایا

^۲ ویدیا-مایا

^۳ گوناها

در این جهان ریاضتی سخت‌تر از بردباری، شادی‌ای عظیم‌تر از رضایت، ثوابی

مقدس‌تر از مهربانی و جنگ‌افزاری موثرتر از صبر وجود ندارد.

سرسپرده باید بدن را مانند زمین و کارهای نیک را به سان بذرها در نظر بگیرد و

با کمک دل به عنوان کشاورز، نام خداوند را کشت کند تا محصول را، که خود

خداوند است به دست آورد. چگونه فرد می‌تواند بدون کشت و کار، محصولی برداشت

کند؟ مانند خامه در شیر، مانند آتش در سوخت، خداوند کمابیش در همه چیز

هست. به این موضوع ایمان کامل داشته باشید. شیر هر گونه باشد، خامه همان گونه

است؛ سوخت هر گونه باشد، آتش از آن گونه است؛ به همین ترتیب هم، تمرین

معنوی هر گونه باشد، تجربه‌ی خداوند (ساکشات‌کارا) به همان گونه است، مگر نه؟

حتی اگر رستگاری (موکتی)، مستقیماً به عنوان نتیجه‌ی پرداختن به نام پروردگار به

دست نیاید، چهار ثمره‌ی آن به روشنی برای کسانی که آن تجربه را داشته‌اند نمایان

است:

1. همراهی بزرگان

2. راستی

3. خوشنودی

4. کنترل حواس

از هر یک از این دروازه‌ها که شخص وارد شود، صرف‌نظر از این که در گروه اشخاص متاهل، عزلت‌نشین یا عضو هر رده‌ی دیگر باشد، بدون تردید می‌تواند به خداوند برسد. این حتمی است.

انسان‌ها مشتاق خوشبختی دنیوی هستند. اگر درست موشکافی کنیم، خود این امر، بیماری است و رنج‌ها جز داروهایی که مصرف می‌کنیم نیستند. در میان این شادی‌های دنیوی، فرد به ندرت آرزوی رسیدن به پروردگار را در سر می‌پرورد. به علاوه، ضروری است که هر رفتار یک شخص مورد تجزیه و تحلیل قرار بگیرد زیرا روح کناره‌گیری، از چنین تجزیه و تحلیلی زائیده می‌شود. بدون آن [تجزیه و تحلیل]، کناره‌گیری دشوار است.

خساست مانند رفتار یک سگ است، باید آن را تغییر داد. خشم، دشمن شماره‌ی یک جوینده‌ی معنوی است، مانند آب دهان است و باید همان گونه با آن برخورد شود. و ناراستی؟ این حتی [از آن هم] نفرت‌انگیزتر است. با ناراستی، قدرت‌های حیاتی نابود می‌شوند. ناراستی درست مانند جستجو در زباله‌هاست. دزدی، زندگی را ویران می‌کند. آن، زندگی فاقد قیمت‌گذاری بشر را از یک کلوچه بی‌ارزش‌تر می‌کند. دزدی مانند گوشت گندیده‌ی بدبو است.

غذای به اندازه، خواب به اندازه، عشق و بردباری به حفظ سلامت جسم و همچنین ذهن یاری می‌رسانند. هر انسانی، هر که باشد و در هر شرایطی که به سر برسد، اگر به دل سردی مجال ندهد، اگر ترس نداشته باشد و اگر خداوند را با ایمان محکم و بدون انگیزه‌ی فرعی به یاد بیاورد، همه‌ی رنج‌ها و اندوه‌ها از او کناره خواهند گرفت.

خداوند هرگز در هیچ زمانی از طبقه‌ی اجتماعی شما یا مکتبی که به طور سنتی از آن پیروی می‌کنید پرس و جو نخواهد کرد. سرسپردگی در پوشیدن ردای اخرابی، برپایی فستیوال‌ها، انجام قربانی‌ها، تراشیدن موی سر، همراه داشتن ظرف آب یا چوبدستی، بافتن گیسوان و غیره نیست. اندیشه‌ی بی وقفه بر خداوند با یک همیشاری درونی (آنتا-کارانا) پاک و با این احساس که همه چیز آفرینش خداوند بوده و بنابراین یگانه است، عدم وابستگی به موضوعات حسی، پذیرش همگان با عشقی برابر و پای‌بندی به بیان راستی، ویژگی‌های سرسپردگی هستند.

از میان انواع گوناگون سرسپردگی، یادآوری نام (ناماسمارانا)، بهترین است. در عصرکالی، نام، راه نجات خویشتن است. جایادوا، گورانگا، تیاگاییا، توکارام، کبیر، رامداس، همه‌ی این سرسپردگان بزرگ، تنها با همین نام، به خداوند رسیده‌اند. چرا

دور برویم؟ حتی پراهلادا و درووا تنها با ذکر نام، توانستند از دیدار¹، لمس² و هم‌صحبتی³ خداوند لذت ببرند.

بنابراین اگر کسی نام خداوند را دم حیات‌بخش خود بداند و به کارهای نیک و اندیشه‌های نیک ایمان کامل داشته باشد، اگر روح خدمت و عشق برابر به همگان را پرورش دهد، آنگاه راهی بهتر از این برای رستگاری (موکتی) نمی‌تواند وجود داشته باشد. در عوض اگر فرد در کنج دوردستی نشسته و نفس خود را حبس کند، چگونه می‌تواند بر خصلت‌های درونی‌اش چیره شود؟ از کجا باید بفهمد که بر آنها چیره شده است؟ سرسپردگی آمباریسا⁴ و کارهای دورواسا⁵ را ببینید؛ در کنار هم قرار گرفتن این دو، منجر به سرنوشت خود دورواسا می‌شود؛ دست کم در پایان، دورواسا باید به پای آمباریسا بیفتد. باشد که شما از تبدیل شدن به چنین تریسانکوسی⁶ دوری کنید. باشد که با رسیدن به آن مرتبه‌ی اصیل، حقیقت ابدی را تجربه کنید.

¹ دارشان

² اسپارشان

³ سامبهاشانا

⁴ آمباریسا پادشاهی بود که با خلوص سرسپردگی‌اش لطف خداوند را به دست آورد. به طوری که قدرت‌های یوگایی قدیمی با نام دورواسا برای آسیب رساندن به او، بر او کارگر نشد-م

⁵ دورواسا قدیمی بود که با وجود ریاضت‌های بسیار که منجر به کسب قدرت‌های مافوق بشری فراوان شده بودند، خصلت منفی خشم را در خود از بین نبرده بود-م

⁶ تریسانکوس نام شخصیتی در باگاواتام است که به دلیل داشتن آرزوهای غیر منطقی و نادیده گرفتن هشدارها و راهنمایی‌های استاد خود، با سرنوشت شوم معلق شدن بین زمین و بهشت روبرو شد-م

فصل سی و دوم: ویژگی‌هایی که جوینده‌ی معنوی باید پیرورد

هر کسی ممکن است اشتباه کند بی آن که از آن آگاه باشد. آتش یا شعله، هر اندازه هم روشن و درخشان باشد، باز اندکی دود از آن بر خواهد خاست. به همین ترتیب، هر اندازه کسی کارهای نیک انجام دهد، مقداری جزئی از بدی با آن آمیخته خواهد بود. اما باید کوشش کرد تا اطمینان حاصل شود که بدی حداقل است، که نیکی بیشتر و بدی کمتر است. طبیعتاً در فضای کنونی، ممکن است شما با نخستین کوشش موفق نشوید. شما باید درباره‌ی پیامد هر آنچه انجام می‌دهید، می‌گویید یا اجرا می‌کنید با دقت بیندیشید.

شما باید نخست همان گونه با دیگران برخورد کرده، آنها را دوست داشته و مورد احترام قرار دهید که می‌خواهید دیگران به شما احترام بگذارند یا دوستتان داشته باشند یا با شما رفتار کنند. تنها در آن صورت آنها به شما احترام خواهند گذاشت. در عوض، بی آن که خود به دیگران احترام گذاشته و به آنها عشق بورزید، گلایه کردن از این که آنها با شما درست برخورد نمی‌کنند بی‌گمان یک نتیجه‌گیری نادرست است.

به علاوه، اگر کسانی که دیگران را در این باره که "کدام اصول درستند، کدام راستین و خوبند، کدام رفتار بهتر است و غیره؟" اندرز می‌دهند، خودشان از آن

اندرزها پیروی می‌کردند، دیگر نیازی به اندرز نمی‌بود. دیگران به سادگی با الگو قرار دادن آنها، درس را فرا می‌گرفتند. از سوی دیگر، ودانتایی که به شیوه‌ای طوطی‌وار بیان شود و هیچ کوششی برای به عمل گذاشتن آن در رفتار فرد صورت نپذیرد، نه تنها دیگران را می‌فریبد، [بلکه] حتی بدتر است؛ این خود شخص را فریب می‌دهد. بنابراین شما باید به گونه‌ای باشید که می‌خواهید دیگران بدان گونه باشند. در دیگران به دنبال نقص گشتن و پنهان کردن نقص‌های خود، سرشت یک جوینده‌ی معنوی نیست. اگر نقص‌های شما به وسیله‌ی شخصی به شما گوشزد شد، جدل نکنید و سعی بر اثبات درست بودن آن رفتار نداشته باشید و یا برای آن مورد از آن فرد کینه به دل نگیرید. در درون خود، علت نقص بودن آن را بررسی کنید و به اصلاح رفتارتان بپردازید. در عوض، توجیه نمودن آن برای خوشنود کردن خودتان یا انتقام‌جویی از شخصی که به آن اشاره کرده، بی‌گمان ویژگی‌های یک جوینده‌ی معنوی یا سرسپرده نیستند.

جوینده‌ی معنوی باید همواره آن چیزی را بجوید که از حقیقت و شادی آکنده باشد. او باید خود را از هر اندیشه‌ی ناحق، اندوه‌بار و ناامیدکننده دور نگه دارد. افسردگی، تردید و خودبینی، برای جوینده‌ی معنوی به مانند راهو و کتو¹ هستند.

¹ مارهای افسانه‌ای که به طور فرضی، ماه و خورشید را در خلال ماه‌گرفتگی و خورشیدگرفتگی می‌بلعیدند

آنها به تمرینات معنوی فرد آسیب خواهند رساند. هنگامی که سرسپردگی فرد به درستی پابرجا شد، حتی اگر اینها پدیدار شوند می‌توان به آسانی آنها را دور کرد. مهم‌تر از همه، برای جوینده‌ی معنوی بهتر است که در هر شرایطی، شاد، متبسم و مشتاق باشد. چنین خلق‌وخوی پاکی، حتی از سرسپردگی و معرفت معنوی پسندیده‌تر است. آنها که آن را کسب نموده‌اند شایسته هستند که اول به هدف برسند. این ویژگی شادی همیشگی، ثمره‌ی نیکی‌های انجام شده در زندگی‌های پیشین است. شخصی که همواره نگران، افسرده و گرفتار تردید باشد، هر تمرین معنوی هم که انجام دهد هرگز نمی‌تواند به سرور برسد. نخستین وظیفه‌ی یک جوینده‌ی معنوی، پرورش اشتیاق است. با اشتیاق، هر گونه سرور معنوی قابل حصول است.

هرگز با تحسین دچار غرور و با سرزنش دچار سرخوردگی نشوید. بی‌اعتنا به هر دو، یک شیر معنوی باشید. به موشکافی خود پرداخته و نقص‌های خود را اصلاح کنید، این از بیشترین اهمیت برخوردار است.

اکنون حتی در موضوعات مربوط به یافتن خداوند، فرد باید مراقب باشد. با هر

گرفتاری و مشکلی هم که مواجه شود، او باید بکوشد بدون وقفه یا تغییر در

انضباط‌ها، تمرینات معنوی خود را انجام دهد. او نباید نامی را که به آن عشق ورزیده

و گرامی شمرده و برای ذکر (ناماسمارانا) انتخاب نموده است تغییر بدهد. اگر نام، هر چند روز یک بار تغییر داده شود تمرکز غیرممکن است. ذهن به وحدت‌گرایی دست نخواهد یافت. این وحدت‌گرایی مقصد نهایی همه‌ی تمرین‌های معنوی است. بنابراین از پذیرفتن و رد کردن پی‌درپی نام‌ها و فرم‌های خداوند پرهیز کنید. همواره تنها یک نام باید برای تکرار نام خداوند (جاپا) و مراقبه مورد استفاده قرار گیرد. همچنین فرد باید این باور محکم را پیدا کند که همه‌ی نام‌ها و همه‌ی شکل‌های خداوند، جز نام و شکلی که او بر آن مراقبه می‌کند نیستند. آن نام و آن شکل نباید کم‌ترین حس دوست‌نداشتن یا بی‌علاقگی القا کنند.

جوینده‌ی معنوی باید با آگاهی از این که همه‌ی فقدان‌ها، رنج‌ها و نگرانی‌های مادی، موقت و گذرا هستند و درک این نکته که همه‌ی این ذکر نام و مراقبه تنها برای چیره شدن بر چنین اندوهی است، دو چیز را بی آن که آنها را با هم دربیامیزد، از هم تفکیک نماید. جوینده باید بفهمد که فقدان، رنج و نگرانی، بیرونی هستند، از آن جهانند و این که ذکر نام و مراقبه، درونی و از آن قلمرو عشق به خداوند هستند. این چیزی است که سرسپردگی پاک (پاتیوراتا باکتی) نامیده می‌شود. گونه‌ی دیگر که در آن، جوینده‌ی معنوی، یک نام و فرم را انتخاب کرده و پس از مدتی آنها

را رها کرده و با نام و فرم دیگری جایگزین می‌کند، سرسپردگی ناپاک (ویابهی چارا باکتی)، خوانده می‌شود.

تغییر دادن نام و فرم اگر از روی ناآگاهی انجام شود اشکالی ندارد، ولی پس از

آگاهی از نادرست و زیان‌بار بودن آن و پس از تداوم در ذکر یک نام و مراقبه‌ی وفادارانه بر روی آن نام و فرم، تغییر دادن آنها بدون شک اشتباه است.

وفاداران به یک نام و فرم پای‌بند ماندن، بالاترین عهد و پیمان و برترین ریاضت

است. حتی اگر بزرگترها شما را اندرز بدهند، راهی را که ذهن‌تان آن را پذیرفته رها

نکنید! البته کدام بزرگتری توصیه خواهد کرد که نام خداوند را تغییر داده و نامی را

که ستایش می‌کنید رها کنید؟ کسانی را که به شما می‌گویند چنین کنید بزرگتر

نشمارید. آنها را نادان به حساب بیاورید.

مراقب باشید تا آنجا که ممکن است، زمان و مکان مراقبه و ذکر نام تغییر داده

نشوند. گاهی مانند زمان سفر، حتی اگر تغییر مکان ضرورت داشته باشد، دست کم

زمان باید بی‌تغییر بماند. حتی اگر فرد در قطار یا اتوبوس یا مکان پرمشغله‌ای مانند

آن باشد، باید دست کم در یک زمان مشخص، مراقبه و ذکر نامی را که پیشتر در

همان زمان به وسیله‌ی او انجام می‌شد به ذهن فرا بخواند.

به این طریق انسان با اندوختن ثروت معنوی، مطمئناً استاد می‌شود و به آتما

دست پیدا می‌کند.

هر انسانی باید زندگی را به گونه‌ای در پیش بگیرد که از سوی او به هیچ موجود

زنده‌ای درد و رنجی وارد نشود. این وظیفه‌ی متعالی اوست. همچنین نخستین

وظیفه‌ی همه‌ی کسانی که اقبال به دست آوردن این تولد انسانی را داشته‌اند آن

است که سهمی از انرژی‌هایشان را گاه به گاه، به دعا، تکرار نام خداوند، مراقبه و غیره

اختصاص دهند. باید زندگی را با حقیقت، درستکاری، آرامش و کارهای نیکی که

برای خدمت دیگران هستند، یکی بدانند. فرد باید از انجام کارهایی که برای دیگران

زیان‌بار هستند یا از رفتارهای گناه‌آلود، چنان بترسد که هم اکنون از لمس آتش یا

آزدن یک مار کبرا می‌ترسد. باید به انجام کارهای نیک، خوشحال کردن دیگران و

پرستش خداوند چنان وابسته بوده و آن قدر در آنها استوار باشد که اکنون برای

اندوختن طلا و ثروت چنین است. این دارمای انسان‌ها است.

برای قدرت بخشیدن به این گونه از نیکی است که خداوند، خود، در شکل انسان

تولد می‌پذیرد. ولی این پرشش ممکن است پیش بیاید که چگونه یک چیز

غیرموجود را می‌توان قوت بخشیده و پرورش داد؟ در حقیقت، این ویژگی‌ها،

غیرموجود نیستند، آنها در انسان وجود دارند! هنگامی که این ویژگی‌های موجود،

کم‌رنگ شده و پژمرده می‌شوند، خداوند با هدف اعتلای آنها و کاهش نیروهایی که در جهت مخالف عمل می‌کنند می‌آید. برای روشن ساختن این هدف است که کریشنا در عصر دواپارا هنگام آموزش دادن آرجونا گفت:

همه‌ی ظهورات خداوند برای محافظت و اعتلای سالکان هستند.

parithraanaaya sadhuunaam
vinaashaaya cha dushkrithaam
dharma-samsthapanarthaya
sambhavaami yuge yuge

واژه‌ی سالک (سادو)، به هیچ مذهب، طبقه‌ی اجتماعی یا خانواده یا مرحله‌ی

زندگی یا اجتماع یا حتی هیچ گونه‌ی واحدی مانند گونه‌ی بشر اشاره نمی‌کند!

اشاره‌ی آن، به همه‌ی مذاهب، همه‌ی مراحل زندگی، همه‌ی نژادها و همه‌ی آفریده‌ها است. خداوند در گیتا ذهن جهان‌شمول خود را آشکار کرده است. به خاطر این پیام

جهان‌شمول است که گیتا اینچنین ماندگار و چنین بلندآوازه گشته است. شری

کریشنا خود در موقعیت‌ها و مکان‌های بسیاری بیان کرده که او خدمتگزار متعهد

سرسپردگانش است. مثالی در این باره، پذیرفتن کار هدایت اربابه‌ی آرجوناست!

اگر فرهنگ اشخاص عادی به چنین ترفیعی منتهی شود، هر کس می‌تواند با خود

داوری کند که چه اندازه شخصیت کسانی که به تمرین‌های معنوی و اندیشه‌ی

بی‌وقفه بر خداوند می‌پردازند پاک‌تر و مقدس‌تر خواهد بود! برای این هر دو گونه از انسان‌ها، ویژگی شخصیت آنها معیار حائز اهمیت است.

تفاوت بزرگی بین خدا-اندیشان (براهمانیستا) روزگار گذشته و آنها که در روزگار حاضر به تعمق بر برهمن می‌پردازند وجود دارد. ابتدا ضروری است عظمت تعمق بر برهمن درک شود. در گذشته این عظمت درک می‌شد و اشخاص مقدس، غرقه در تجربه‌ی تقدس بودند. از آنجا که [درک] این امر به وسیله‌ی انسان‌های مقدس امروزی انجام نپذیرفته، فقر بر ما نازل شده است.

شاید این پرسش مطرح شود که چرا امروزه چنین احساسات مقدسی به وجود نمی‌آیند، اما آنها غایب نیستند. سوخت، تنها علت کم یا زیاد شدن آتش است؛ علت دیگری وجود ندارد. هر اندازه سوخت بیشتر باشد، روشنایی بیشتر است! یکایک افراد بشر این حق مسلم را دارند که در آتش خود سوخت قرار دهند! آتش، در ذات خود قدرت نوردهی دارد. به همین ترتیب، در آتش خرد (بودهی) جوینده‌ی معنوی، آتشی که نور معرفت می‌تاباند، باید پیوسته، سوخت کناره‌گیری، آرامش، راستی، مهربانی، بردباری و خدمت بی چشم‌داشت قرار داده شود. هر اندازه جوینده‌ی معنوی بیشتر به این کار بپردازد، [آتش خرد او] نیرومندتر و درخشان‌تر می‌شود.

تنها درختانی که بر خاک حاصلخیز رشد می‌کنند می‌توانند میوه‌های خوب به بار بیاورند. آنها که در شوره‌زار رشد می‌کنند کم‌ثمر خواهند بود. به همین ترتیب، چنین احساسات مقدس، قدرت‌ها و موهبت‌هایی تنها در دل‌های بی‌آلایش می‌توانند به روشنی بدرخشند.

خدا-اندیشان (براهمانیستا) امروزی، به همان مراقبه و همان ذکر اوم (پرانایا) می‌پردازند که هم‌نامان آنها در گذشته بدان می‌پرداختند. تفاوت تا آنجا که به حوزه‌ی انضباط معنوی مربوط می‌شود، در کاهش تسلط بر نفس است.

وقتی شمار روح‌های بزرگی (ماها-پوروша) که به مراقبه‌ی پیوسته بر خداوند در مکان‌های منزوی می‌پرداختند رو به کاهش گذاشت، رنج فراوانی بر جهان نازل شد. آنها که امروز وجود دارند، خدا-اندیشی خود را، با اقدام به انباشتن موانع بر سر راه انجام تمرین معنوی‌شان، با بنده‌ی تحسین و شهرت فرومایه شدن، با گرفتار شدن در توهم و با تلاش خستگی‌ناپذیر برای کسب افتخار و گسترش مؤسساتی که بنا نموده‌اند، نابود می‌کنند.

آنها که مشتاقند در اندیشه بر برهمن (براهما-نیستا) پابرجا شوند باید جوای خلود بوده، در زمان‌های معینی به مراقبه و ذکر نام خداوند بپردازند و از راه تمرین‌های معنوی، وحدت-آگاهی کسب کنند. آنها باید همیشه مشتاق انجام

کارهایی که آسایش همه‌ی مخلوقات را همراه دارد باشند. باید همواره بدون چشم‌داشت به ثمره‌ی کارها، به انجام آنها پردازند. تنها وقتی چنین انسان‌هایی به زمین بیایند همه‌ی رنج‌ها متوقف خواهد شد. این، نشانه‌ی عصر طلایی (کریتا یوگا) است.

درست همان گونه که در جهان، پزشکان خوش‌قلب، اینجا و آنجا مؤسسات درمانی بر پا می‌کنند و به بیماران خدمت کرده و مبتلایان را درمان می‌کنند، اگر اینجا و آنجا، آشرام‌هایی از شخصیت‌های مقدس که در مداوا و درمان بیماری "تولد و مرگ" خبره هستند داشته باشیم، آنگاه مردم می‌توانند از بیماری‌های نادانی، دروغ، فساد اخلاقی و خودبزرگ‌بینی شفا پیدا کنند.

نادانی مولد بدی است و تنها با داروی دانش برهمن (براهما-جنانا) همراه با مقادیر مکملی از داروهای آرامش، بردباری، تسلط بر نفس (ساتتهام، ساما، دام) و غیره قابل درمان است.

در عوض، "مردان بزرگ" امروزی، به کسانی که نزدشان می‌آیند داروهایی را که آنها خود درخواست می‌کنند و مورد پسند ذائقه‌شان است می‌دهند! و برای نام و شهرت، مانند پزشکانی که تحت فرمان بیمار هستند رفتار می‌کنند! این به اصطلاح "بزرگان"، حتی پیش از آن که خودشان سرور معنوی را بچشند، به دلیل ضعف و

حماقتشان در قربانی حيله‌های حرصِ نام و شهرت شدن، تباه می‌شوند! دلیل اصلی فقر عصر حاضر همین است. سالکان و انسان‌های "بزرگ" امروز، این حقیقت را نفهمیده‌اند و هماهنگ با آن عمل نمی‌کنند.

آن اصل مقدس باید تجربه شده و درک شود. نیازهای خودخواهانه‌ی فرد بایستی قربانی شوند. باید کوشش پیوسته برای خوبی کردن به دیگران وجود داشته باشد. آرزوی فرد باید برقراری آسایش جهان باشد. فرد باید با دلی سرشار از این احساسات به مراقبه بر خداوند پردازد. این، مسیر درست است. اگر "مردان بزرگ" و آنها که دارای مسئولیتی هستند، این گونه سرگرم خدمت به انسان‌ها و بالا بردن آسایش جهان باشند، دزدان هوای نفس، نفرت، غرور، حسد و تکبر، به ذهن‌های انسان‌ها یورش نخواهند برد. دارایی‌های الهی انسان، مانند دارما، مهربانی، راستی، عشق، دانش و معرفت، از آسیب در امان خواهند بود. پلیس و قانون‌گذاران، تنها می‌توانند بر دشمنان بیرونی چیره شوند، آنها توان نابود کردن دشمنان درونی را ندارند؛ انجام این کار برای آنها ناممکن خواهد بود. آنها از قدرت و اختیاری برای انجام این امر

برخوردار نیستند. دشمن درون، شش دشمنی که در درون انسان به عمل می‌پردازند¹ را تنها با آموزه‌های انسان‌های خوب، عشق خداوند، دانش پروردگار و هم‌نشینی با

¹ شش دشمن درونی عبارتند از: آرزو (کاما)، خشم (کرودا)، حرص (لوبا)، وابستگی ناشی از توهم (موها)، منیت و غرور (آهام‌کارا)، حسادت (ماتساریا) - م

مقدسین و بزرگان می‌توان ریشه‌کن کرد. از زمانی که پلیس و مقامات مسئول دستگیری دزدان، خود به آنها وابسته می‌شوند، جهان در دستان انسان‌های شرور، دستخوش زیان و آسیب می‌شود. اگر خدا-اندیشان و سالکان "بزرگ"، مسیر آسایش جهان را رها کنند و قربانی لذت‌های حسی و جاه‌طلبی برای به دست آوردن نام و شهرت شوند، جهان در جهل تاریک‌تری پیچیده خواهد شد و دارما از بین خواهد رفت. از این رو [به دلیل عملکرد انسان‌ها و نیز سالکان]، رنج هر روز رو به فزونی است.

تنها هنگامی تمامی جهان لذت آرامش و شادی را تجربه خواهند کرد که هر دو گروه شیوه‌ی رفتار درست را درک کرده و با [آرزوی] آسایش همه در دل‌هایشان، به تعمق بر قدرت مطلق خداوند بپردازند.

این دو گروه، دولت‌های دو ایالت زندگی بشر هستند. پیران معنوی، حاکمان ایالت درونی و مقامات در دست دارنده‌ی امور، حکمرانان ایالت بیرونی‌اند. اگر هر دوی این گروه‌ها به گونه‌ای مناسب رفتار و مدیریت کنند، محصول کار دو ایالت، تولید خوشبختی خواهد بود. از این رو، در ایجاد بدبختی کنونی، هر دو طرف سهم دارند. در چنین زمان‌هایی است که خداوند اراده می‌کند شادی را در همه‌ی قلمروها ارزانی

و جهل و بی‌عدالتی را منزوی کند. برای روشن کردن این موضوع است که خداوند در گیتا می‌گوید:

"بهاراتا! هر زمان دارما افول نماید و آدارما سر بلند کند،

آن زمان من خود را متولد می‌سازم."

Yadhaa yadhaa hi dharmasya glanirbhavathi Bharatha
Abhyuththanam adharmasyathadhaathmanam srirjamyaham.

در حقیقت حتی برای ظهور خداوند، دعا‌های بزرگان مانند دعوت عمل می‌کنند. در جهان بیرون، وقتی افراد برای اموری نیاز به پشتوانه یا کمک دارند دست به دامن حاکمان می‌شوند و خواسته‌هایشان را به آگاهی آنها می‌رسانند. به همین ترتیب در جهان درون، وقتی هیچ امکانی برای رسیدن و به دست آوردن سرسپردگی، نیکوکاری، آرامش و راستی وجود نداشته باشد، انسان‌های بزرگ و خوب که آرزومند دستیابی به آنها هستند، در درون خود به درگاه خداوند دعا می‌کنند. آنگاه با شنیدن دعا‌های آنها، او خود به جهان می‌آید و فیضش را بر آنها ارزانی می‌کند. این حقیقتی است که همه از آن آگاهند.

آیا راما و کریشنا به این دلیل تولد نپذیرفتند که خداوند به دعا‌های قدیسان بها داد؟ بسیاری این را در *رامایانا* و *باگاواتا* خوانده‌اند. حتی راماکریشنا، هرچند از تولدی

الهی برخوردار بود، به درگاه الهه کالی دعا کرد (زیرا خود توان انجام آن را نداشت) تا افرادی را بفرستد که بتوانند دارما را که ریشه‌کن‌کننده‌ی بی‌عدالتی و خودخواهی است به همه‌ی جهان آموزش بدهند. این برای همه‌ی کسانی که داستان زندگی او را خوانده‌اند شناخته شده است.

بنابراین برای تحقق این امر باید دوباره و دوباره دعا کرد. هیچ کس نباید دلسرد شده و دعا را اگر به ظهور فوری خداوند نیانجامید رها کند. در جهان بیرون، چه بسا شخص باید نامه‌نگاری کرده و چه بسیار باید سرگردان شود تا کارش به انجام برسد و در پایان ممکن است نتیجه‌ای هم نداشته باشد.

چگونه انسان می‌تواند به محصول اشتیاق روح پی ببرد؟ چون این را نمی‌توان فهمید، او باید تا زمانی که در جهان خوشبختی حکمفرما شود دعا کند. خوشبختی جهان، نشانه‌ی آمدن اوست. در صورت فهم این موضوع، تشخیص سریع آواتار به سادگی امکان‌پذیر است. آن زمان است که مذهب حقیقت (ساتیا)، محبت (دایا)، خرد معنوی (جنانا) و عشق (پرما) رشد خواهد کرد و خواهد بالید. بنابراین مردم باید دعاهایشان را تا زمانی که اینها محکم ریشه بدهند، ادامه دهند. این مسئولیت مردم است.

جاده‌ای که به دست اشخاص مقدس کشیده شده باید هر از گاهی به وسیله‌ی کسانی که از آن جاده سفر می‌کنند یا آنها که مدعی مالکیت آن هستند تعمیر شود. این چیزی است که "آموزش (بوده‌ها)" خوانده می‌شود. برای انجام چنین تعمیراتی است که خداوند گاه به گاه، اشخاص صاحب صلاحیت، حکیمان و شخصیت‌های الهی را می‌فرستد. از طریق آموزه‌های خوب ایشان، راه گشوده شده به دست خدامردان گذشته، دوباره باز و هموار می‌شود. بنابراین هنگامی که اراده‌ی خداوند، نیازهای جویندگان معنوی و آموزه‌های اشخاص بزرگ، با هم به ثمر بنشینند، خوشبختی جهان حتمی و بی‌کم و کاست خواهد بود.

اگر همه‌ی انسان‌ها در یک زمان دعا کنند که جنجال، بی‌عدالتی، بی‌نظمی و دروغ، به آرامش، راستی، عشق و خدمت متقابل بدل شود، اوضاع به طور حتم بهتر خواهد شد.

اکنون راه دیگری نیست. نگرانی بی‌حاصل است. جایی برای ناامیدی نیست. این خلاف سرشت اصیل انسان است که ضعف و نداشتنِ قدرت را بهانه کند. بنابراین انسان‌ها باید جستجو برای هر وسیله‌ی دیگر را فرو گذاشته، دعا، خدمت به دیگران و عشق و احترام متقابل را امتحان کنند. نباید بیش از این درنگ کنند؛ به زودی خشنودی و شادی را به دست خواهند آورد.

مردم می‌گویند که خدمت به انسان (ماناوا-سیوا)، خدمت به خداوند (ماده‌اوا-سیوا) است. این عبارت درستی است. اما هرچند خدمت به نوع بشر مقدس است، تا زمانی که [این خدمت] با آن آرمان بزرگ‌تر در نیامیخته، حتی اگر خدمت بزرگی باشد، بهره‌ای از آن حاصل نخواهد شد. اگر خدمت، بدون ایمان به الوهیت انسان و با چشم‌داشت به نام، شهرت و میوه‌ی عمل انجام پذیرد، تکرار محض این شعار بیهوده خواهد بود. اگر فرد هنگام پرداختن به هر عملی اندیشه‌ی خداوند را پیوسته با خود همراه داشته و اگر به الوهیت اساسی انسان‌ها ایمان داشته باشد، آن گاه عبارت مربوط به یکسان بودن خدمت به انسان و خدمت به خداوند توجیه پیدا می‌کند. بدون اندیشیدن به خداوند (ماده‌اوا)، چگونه خدمت به خداوند شکل می‌گیرد؟ همه‌ی چنین صحبت‌هایی نمایش محض است. من موافق آن نیستم. در عوض، هرآنچه با حضور خداوند در ذهن، در مسیر راستی و مطابق معیارهای دارما انجام پذیرد، باید به عنوان خدمت بی چشم‌داشت به خداوند در نظر گرفته شود و هر آنچه برای نام و شهرت و ثمره‌ی کار انجام پذیرد، خدمت به انسان‌ها قلمداد نخواهد شد. در حقیقت آنها که پیوسته غرق در اندیشه‌ی خداوند هستند، به هیچ وجه نیاز به انجام کار دیگری ندارند. میوه‌ی عبادت آنها، خود می‌تواند جهان را مقدس کند. ولی همه نمی‌توانند این گونه باشند و بنابراین همه باید با پاک کردن ذهن و کاستن از

آرزوهایشان به منظور آماده شدن برای آن مرحله کوشش کنند. سالکانی که به این [مرحله] رسیده‌اند، خود می‌توانند همه چیز را درک کنند. دیگران نمی‌توانند معنای یکسان بودن خدمت به انسان و خدمت به خداوند را بفهمند.

اما این به آن معنا نیست که شما ساکت بنشینید. فهم یکسان بودن این دو، به سرنوشت شما، کارهای گذشته، و انضباط معنوی‌تان وابسته است. تا زمان فهم این یکسان بودن، به مراقبه و ذکر نام خداوند بپردازید تا ذهن از امواج احساس رها شده و از فرم الهی لبریز شود. همچنین برای نیکی به دیگران دست به عمل بزنید. زمان خود را بدون توجه به نتایج آن، وقف خدمت به جهان کنید. بدین ترتیب می‌توانید مشمول برکت الهی شوید.

در غیر این صورت، هر چند بدن غیرفعال باشد، ذهن به تنهایی به عمل خواهد پرداخت و بسیار مشغول خواهد بود. چنین انسان‌هایی هر چند دست به هیچ عملی نزده باشند، قربانی کارما [یا پیامد عمل] می‌شوند! وقتی شخصی ذهنش را بر اندیشه‌ی خداوند و پیروی از حقیقت متمرکز ساخته باشد، هر چند بدن و حواس او اعمالی برای خدمت به جهان انجام می‌دهند، آلوده‌ی آن اعمال نخواهند شد. هر چند به انجام عمل (کارما) می‌پردازند، ولی انجام‌دهندگان عمل خواهند بود. آموزه‌ی باگاواد گیتا در اینجا نهفته است.

دل شخصی که تلاشی برای کاشتن اندیشه‌های مقدس در ذهنش نمی‌کند، بی‌تردید بهشت بدی و شرارت خواهد شد. این را همه‌ی کسانی که آرزومند رهایی‌اند، که به دنبال وحدت-آگاهی هستند و امید رسیدن به فراز عظمت و بزرگی را دارند باید در نظر بگیرند. نه طبقه‌ی اجتماعی، نه رهبانیت، نه آیین‌های مذهبی، نه سواد به دست آمده از خواندن متون مقدس، هیچ یک ملاک و معیاری برای درک این دانش آتمایی نیستند. خدا-اندیشی (براهما-نیشتا) تنها ملاک و معیار است. متن اوپانی‌شاد نیز بر این نکته تاکید دارد:

Naashramam kaarnam muktheh, darshanani na kaaranam Thathaiva
sarvakarmaani jnanamevahi
kaaranam.

تنها خرد معنوی عامل رستگاری است، نه مرحله‌ی زندگی یا فلسفه.

هیچ محدودیت زمانی یا مکانی برای آن که انسان خود را در اندیشه بر خداوند همه‌جا حاضر پابرجا سازد وجود ندارد. چیزی مانند یک مکان مقدس، یا یک زمان ویژه برای این امر وجود ندارد. هر جا که ذهن از اندیشه‌ی الوهیت سرمست باشد، آنجا مکان مقدس است! هر زمان چنین اتفاقی روی دهد، آن زمان، لحظه‌ی خجسته است! آنجا و آن زمان فرد باید به مراقبه بر خداوند بپردازد.

به این دلیل است که از پیش اعلام شده:

Na kaala niyamo yathra, na deshasya sthalasya cha Yathraasya
ramathe chittham, thathra dhyaanena kevalam

برای مراقبه بر خداوند، زمان یا مکان ثابتی وجود ندارد. هر وقت و هر جا که ذهن
چنین آرزو کند، آن زمان و آنجا، زمان و مکان [مناسب] است.

جهان از طریق روح‌های منضبطی که قلب‌های پاک دارند می‌تواند به سعادت
دست پیدا کند. برای اعتلای آسایش جهان، هر فردی باید درست از همین دقیقه
برای ظهور چنین انسان‌هایی دعا کند، باید بکوشد شایسته‌ی تبرک بزرگان باشد و
رنج‌های امروز را به فراموشی بسپارد.