

حکمت معنوی

در

شفا و تندرستی

هارولد کلمپ

این کتاب ترجمه ای است از :

Spiritual Wisdom on Health and Healing

نوشته :

HAROLD KLEMP



فهرست

- ۱ شفا از کجا می آید ؟
- ۴ هدف از شفا
- ۸ تأثیر یک طرز برخورد
- ۱۰ عشق و قدردانی، کلیدهایی برای تندرستیِ سودمند
- ۱۳ یک تمرین ساده برای کمک به خود درمانی
- ۱۵ التیام گذشته می تواند اکنون به شما کمک کند
- ۱۹ رویاها می توانند شفا بخش باشند
- یک تمرین معنوی جهت درمان خودتان با استفاده از
رویاها ۲۲
- ۲۴ قدرت شفا بخشی نور آبی
- ۲۷ یک تمرین معنوی با استفاده از نور برای درمان
- ۳۱ مهمان رویا با خود کمک به ارمغان می آورد
- ۳۴ ممکن است شفای معنوی غیر منتظره اتفاق بیفتد
- ۳۷ سؤال و جواب
- ۳۷ آیا صوت در مان می کند؟
- ۴۰ تفاوت بین شفای روانی و معنوی چیست؟

- ۴۲ آیا روزه معنوی به درمان شما کمک می کند؟
- ۴۳ آیا بیماری بیخوابی علاج پذیر است؟
- ۴۷ چگونه میتوانم زندگی ام را بازسازی و معالجه کنم؟
- بزرگترین نیروی خلاق که شما می توانید برای شفا از آن استفاده کنید ۵۲

شفا از کجا می آید؟

ما در زمان بسیار جالبی از تاریخ بشر بسر می بریم. بدون شک بشر در سده های اخیر شکوفایی چشمگیری داشته است. در نتیجه این خلاقیت و ابداع، دنیای کاملی از انرژی و امکانات به وجود آمده است.

هم اکنون، بسیاری از مردم منابع گوناگون بهبودی و شفایابی را در دسترس دارند. اگر چه پزشکان سنتی هنوز بسیار لازمند، اما انسان ها در دیگر متدهای شفایابی نیز به دنبال راهی هستند.

چرا آنها دست به چنین کارهایی می زنند؟

زیرا سطح آگاهی بالاتر رفته است. در گذشته مردم نزد پزشک خاصی می رفتند تا مشکلاتشان را بهبود بخشد. اما مشکلات کنونی و آینده، آنها را به سمت پزشکان متفاوتی می فرستد تا مداوا کرده بهبود یابند.

بخاطر داشته باشید که شفای اصلی از منابع بیرونی نیست. هر دکتر فروتن و حقیقی می داند که بهبودی توسط قرص، گیاه، یا چیزهای دیگر بدست نمی آید. شفا در دستان قدرت الهی است.



قدرت خداوند که با شیوه های متفاوتی به درمانگر اعطا شده تا به سلامتی انسانها کمک کنند. درمانگر تنها مجرای برای قدرت شفابخشی است که بهتر از هر کسی می داند شما به چه چیزی احتیاج دارید.

روح الهی اغلب توسط علم پزشکی و راهنمایی شما به دکتر مناسب شرایطتان عمل میکند. با این وجود راه های شفادهی روح الهی حقیقتاً پایان ناپذیرند. و بارها کسی که مداوا شده آن را به روح الهی مرتبط نمی داند بلکه احساس می کند شانس یار او بوده است. با این حال پس از آن، اکثریت شما آمادگی و توانایی بیشتری را نسبت به قبل از آنچه که بوده اید در آغاز حرکتی جدی به سمت خدا کسب می کنید.

این بدان معنی است که یاد گرفته اید مسئولیت زندگی، سلامتی و معیشت خود را قبول کرده خودکفا باشید. ما باطن نیرومندی برای قبول قدرت معنوی یاری رسانمان داریم نیرویی که در صدد است ما را با عوامل ناشناخته پیرامونمان هماهنگ کند.

تمام کمک هایی که به ما می شود خواه در رویا و خواه با کمک یک دوست یا پزشک از طرف روح الهی است. راهکارش قوه



تشخیصی است که بدان نیاز دارید. فهمیدن آن چه برای شما خوب
یا بد است.

به قلبتان گوش فرا دهید آن را خواهید شنید.



هدف از شفا

هدف شفایابی چیزی فراتر از مداوای شرایط بدن است. برای وقوع هر بیماری یک دلیل معنوی وجود دارد.

مرحله شفای معنوی آنچه را که درباره خودمان نمیدانستیم به ما می آموزد. وقتی که چشمانمان دچار مشکلند، باید از خودمان پرسیم در زندگی معنوی ام چه چیزی را نادیده گرفته ام که دید چشمانم دچار اختلال شده است؟

متوجه باشید که این شیوه خاص تفکر، مسئولیت تمام اعمال و افکار غلط را می پذیرد. وقتی ما حاضر می شویم بار مسئولیت افکار و اعمال اشتباه خود را به دوش بکشیم، نیروهای درونی شروع به شفا دادن ما می کنند، حتی در آن زمان علل وقوع (آنها) می تواند از طریق رؤیا و یا از طریق دیگر بر ما آشکار شود.

بحث در مورد شایستگی پزشکان در برابر کایروپراکترها و گیاه پزشکان بی فایده است. کارمای شما با دیگران متفاوت است. پس به عنوان یک فرد خاص باید شیوه بهبودی مناسب با خودتان را بیابید.



حتی این مسئله با گذشت زمان نیز تغییر می کند. سطح آگاهی شما مثل گذشته نیست حتی دو هفته دیگر یا چندین سال دیگر نیز متفاوت از آگاهی کنونی تان است.

زمانی که کارما به سطح می رسد، از ضعیف ترین نقطه بدن شروع میکند. هرچه سریع تر بتوانیم خود را از چیزهایی که باعث آزارمان می شود رها کنیم، به کارما اجازه داده ایم که زودتر بگذرد، و سلامتی ما در توازن باقی بماند.

راه حل در هماهنگی با روح الهی است. توسط تمرینات معنوی **اِک**، شما می توانید از اشارات و نجوهای روح الهی که سعی در راهنمایی شما در رسیدن به مرحله ای مشخص دارد استفاده کنید. یکی از چیزهایی که یاد می گیرید این است که همیشه یک راه وجود دارد. همیشه.

تمرینات معنوی **اِک** بنا کننده ایمان شما به روح خدا و قدرت او در انجام معجزه است. داستانی در باره دو مرد نابینا وجود دارد که به نزد عیسی رفتند و از او خواستند تا آنها را شفا دهد. عیسی پرسید: " آیا یقین دارید که من می توانم این کار را انجام دهم؟ هر دوی آنها گفتند بله. " عیسی چشم های آنها را لمس کرد و گفت به



خاطر ایمانتان شفا به سوی شما آمد. و چشمان آنان باز شد. ایمان قوی آنان قدرت شفا بخشی الهی را به سمت آنان گشود.

انجیل می گوید، شفا آمد چون چشمان آنان باز شده بودند. اما اتفاق واقعی باز شدن قلب است. برخی شفا می یابند و برخی دیگر خیر. برخی می توانند قلبشان را بگشایند، و برخی دیگر حتی به معنی آن فکر هم نمی کنند.

من تشخیص می دهم که روح مقدس شفا دهنده است. شفایی که توسط یک کتاب، و یا یک دکتر به سمت ما می آید. تمام اینها در تعامل با یکدیگرند. بستگی به ما دارد که این هدیه و عشقی را که به رایگان به ما اعطا می شود بپذیریم.

ما باید آگاهی انجام این کار را داشته باشیم. اغلب قبل از اینکه چشمانمان باز شود و بگوییم دارم می بینم، دارم می بینم، لازم است که رنج و دردی را متحمل شویم. سپس وقتی که برکات و نعمات – شیوه های متفاوت شفا – به نمایش در آمد، آنرا به عنوان مرحله ای دیگر تشخیص خواهیم داد.



برای یافتن این ارتباط که چگونه قلبتان را به سمت راهنماییِ روح
مقدس و مدد آن در زندگی روزمره تان بگشایید، به خواندن ادامه
دهید.



تأثیر یک طرز برخورد

خانمی که من او را لیدیا می نامم دچار حمله ناگهانی سردرد شدید و دردهای شکمی (معدوی) شد. تنها بعد از اینکه دردهایش اینقدر سخت شد که دیگر قابل تحمل نبود متوجه ارتباط آن با شرایط کارمیکی شد که سالها پیش با قضاوت خود آنرا ایجاد کرده بود. او با پدرش که در شهر دیگری پزشک بود تماس گرفت و علائم بیماریش را شرح داد.

او گفت : " به نظر می رسد تو از میگرن رنج میبری. "

سردردها اینقدر سریع اتفاق افتاده بودند که لیدیا حتی احتمال آن را هم در نظر نگرفته بود.

یک روز عصر هنگام انجام تمرینات معنوی، دلیل این سردردهای شدید بر او آشکار شد. دردش خاطره ای از زمان کودکی اش را که با مادرش مرتبط بود به یادش آورد. مادرش نیز از میگرن رنج میبرد آنقدر شدید که به مواد مخدر معتاد شد، و لیدیا سالیان سال به خاطر این ضعف مادرش از او متنفر بود.



به طور ناگهانی، بالاخره آن موقعیتی که باعث احساس تنفر او از مادرش شده بود به سطح رسید.

تمرینات معنویِ اک این قدرت را به لیدیا داد که در قالب روح این مسئله را درک کند و مهمتر از همه دلیل رنج و دردش را بپذیرد که به خاطر عدم درک درد و رنج شدیدِ مادرش یک نگرش منفی را شکل داده بود. او فاقد تجربه ای برای سنجش چنین درد و رنجی بود.

از آن زمان بود که شرایط لیدیا رو به بهبود رفت، و در آخرین معاینه از میگردن اثری نبود. یک شفای معنوی به وقوع پیوسته بود.



عشق و قدر دانی، کلیدهایی برای تندرستی سودمند

کریستی به خاطر حفظ سلامتی اش هر روز می دوید. یک روز تصمیم گرفت که به صورت ماراتن بدود، و یکی از دوستانش داوطلب کمک به او شد.

در هر پنج مایل دوستش به او آب می داد تا بنوشد. دوست خوش قلبش شش و نیم مایل آخر را با بسته ای از آب و مایعات مقوی هوراه او دوید. اینگونه کریستی تغذیه و در نتیجه قدرت کافی برای پایان ماراتن داشت.

به نظر من حتی تصور اینکه کسی با این بار سنگین بر پشتش شش و نیم مایل بدود نیز کار سختی است. من فکر میکنم که در نوع خودش شاهکاری هم هست. اما، آن همچون هدیه عشق بود، و کریستی نیز آن را همانگونه قبول کرد.

یک روز بعد از دویدن روزانه اش، کریستی کاملاً خسته و فرسوده بود. اما گربه اش میثا به او هدیه ای از عشق داد.



شغل کریستی در رشته تغذیه پر از استرس و فشار بود. بار بزرگی بر شانه های او سنگینی میکرد. و در این روز به خصوص او خیلی نگران بود. آیا باید شغل خودش را حفظ می کرد یا پیشنهاد

کار یک کمپانی تغذیه را قبول میکرد؟ کدام یک پر درآمدترند؟ نکته این بود که سفرهای زیادی در این کار وجود داشت.

او خسته از دویدن و سرگردان از تصمیم گیری آنجا نشسته بود، خستگی اش بیشتر به خاطر نگرانی های کاری و تصمیم گیری اش در مورد آینده بود. که ناگهان گربه سیامی اش میشا به او سقلمه ای زد.

او اسباب بازی مورد علاقه اش را در دهان داشت، و چشمانش می گفت: "هی، وقت بازی بلند شو. این هدیه من از عشق به توست."

این باعث تفاوت در دنیای کریستی شد. همانطور که او این هدیه عشق را تشخیص داد، نگرانی هایش بر طرف شد. این هدیه ای شفا بخش از جانب یکی از مخلوقات خدا بود. یک روح دیگر. بله حیوانات نیز روح هستند.



به این نکته توجه کنید من خیلی مراقبم که نگویم حیوانات روح دارند. حیوانات روح هستند، همانگونه که شما نیز روحید. شما نمی توانید مالک روحی شوید. روح آزاد است.



یک تمرین ساده برای کمک به خود درمانی

انسانها معمولاً سرگرم شمردن چیزهای هستند که در زندگی ندارند. آنها به این مسئله توجه می کنند که همسایه شان چقدر پول دارد، یا اینکه دیگری چقدر از نظر معنوی جلوتر است و چیزهای دیگری نظیر این.

اما اگر لحظه ای صبر کنیم و نعمت هایمان را بشماریم تا تشخیص بدهیم که آنها چقدر زیادند و به خاطرشان شکر گزار باشیم، اینگونه قلبمان برای عشق و همه هدیه هایی که بدنبال آن است منجمله شفایابی گشوده خواهد شد.

تکنیکی متفاوت از دیگر تمرین های معنوی برای این کار وجود دارد که هیچ ابتدا، میان، و پایانی ندارد. این تکنیک نوعی برخورد و روش رفتاری است که باید با آن زندگی کرد. در یک کلمه، آن سپاسگزاری نامیده می شود.

قدرت شکرگزاری قلب را می گشاید و به به عشق اجازه ورود میدهد. اما وقتی که عشق می آید و ما هدیه های روح الهی و زندگی



را دریافت می کنیم راه باز نگاه داشتن جریان این هدیه ها روحیه شکرگزاری مستمر است.

ای کاش می توانستم تکنیک ساده ای به شما ارائه دهم تا سپاسگزاری را احساس کنید. بعضی اوقات زندگی بسیار سخت است اما باز هم به سادگی می توانیم به خاطر داشته هایمان در زندگی قدردان باشیم. اگر به کسی عشق می ورزید بگذارید احساس شما را بداند. از همسر و فرزندان حتی وقتی که حس خوبی ندارید تشکر کنید.

اگر تنها توقف کنید و سپاسگزار نعمت هایی باشید که فرا روی شماست قلبتان به عشق باز خواهد شد. سپس برکات بی وقفه خواهند آمد.



التیام گذشته می تواند اکنون به شما کمک کند

برخی مواقع مرحله شفا به استثنای درد و رنج نهفته در اعماق آن با حالتی خنده دار همراه است.

خانمی شوهرش را ترک کرده بود. نام او را جودیت می‌گذاریم تا حریم خصوصی او محفوظ بماند. ازدواجش باعث خوشحالی و رضایت او نشده بود. او در مورد همه چیز احساسی از غم و اندوه داشت. یک شب در هنگام مراقبه از ماهانتا (جنبه درونی من، راهنمای معنویت) پرسید آیا می‌تواند از این غصه و ناراحتی‌های رهایی یابد.

جودیت به صورت پاره وقت در دفاتر، اینجا، آنجا و هرجایی که می‌شد کار می‌کرد اما به عنوان حرفه جنبی در شوهای تلویزیونی نیز نقش می‌آفرید. روز بعد مدیر برنامه هایش به او تلفن زد و گفت برایش افتتاحیه ای در نظر دارد. کارکنان استودیو به دنبالش



فرستادند، بنابراین او خیلی سریع به سمت محل فیلم برداری مجموعه های تلویزیونی که باید در آن کار میکرد رفت.

وقتی که آن ها به محل فیلم برداری رسیدند و جودیت داخل صحنه شد چه کسی را دید؟ اولین کسی که با او روبرو شد شوهرش بود.

شوهر او نیز بازیگر و با شرکتی کاملاً متفاوتی کار میکرد. اما در همان روز در همان مجموعه های تلویزیونی حضور داشت. بنابراین آنها آنجا با هم بودند. درست شب قبل، جودیت برای حل این مشکل در روابطشان از ماهانتا کمک خواسته بود.

خیلی زود دستیار کارگردان بالا آمد و آنها را در مکان مناسبشان جای داد. دستیار کارگردان بر اساس یک سناریوی خیالی کار می کرد.

او به شوهر گفت، " مثلاً تو شوهر قبلی او هستی اینجا کنار او بنشین."

زن و شوهر به یکدیگر نگاه می کردند. چه خبره؟



دیوانه کننده است. این مرد اگر حقیقت را هم میدانست بهتر از این نمی توانست صحنه پردازی کند. دستیار کارگردان سناریو را در مغزش خلق می کرد، یا تصورش این بود. اما این روح الهی بود که داشت کار میکرد. به این ترتیب تمام روز زن و شوهر در این صحنه کنار هم بودند.

نکته جالب این جاست که نمایش در محل انجمن معتادان به الکل (الکلی های) گمنام اتفاق می افتاد. بعد از روزی که فیلمبرداری تمام شد، جودیت با یکی از دوستانش در این مورد صحبت می کرد. دوستش به او اینگونه خاطر نشان کرد " میدانی AA انجمنی است که سعی در گذشته درمانی دارد."

این زن و شوهر در روی صحنه در حال معالجه برخی از مسائل گذشته بودند. دستیار کارگردان فکر میکرد که خالق این صحنه داستانی بزرگ است، اما او نمی دانست که این دو نفر واقعاً زن و شوهرند. این مقدمه چینی و نمایش را می توان کنایه ای فکاهی در نظر گرفت.

روح الهی با روش خود مناسب ترین کار را برای فرد در بهترین زمان ممکن انجام می دهد. البته همیشه این کار بامزه و مضحک



نیست بلکه آدم را خلع سلاح می کند. و در همین زمان است که قلب
دریچه هایش را می گشاید و شفا آغاز میگردد.
این مسئله یک شبه اتفاق نمی افتد و گاهی ماه ها طول میکشد. اما
حداقل دانه شفایابی و بهبود کاشته شده است.



رؤیایا می توانند شفا بخش باشند

خانمی که من او را لین می نامم در حال مسافرت به یک سمینار اروپاییِ اک در آلمان بود. در هواپیما دو مسافر بغل دستی اش زنان جوانی بودند، در اواسط بیست سالگی با کت های چرمی در تن و حلقه هایی در بینی شان. آنها می خندیدند و حرف میزدند و مشروب می خوردند.

لین نشسته بود و فکر می کرد. اینجا فاصله نسلها حکم فرماست. من فکر نمیکنم که چیز مشترکی با این دو تا خانم داشته باشم. پس لین بیشتر وقتش را در حین پرواز به مطالعه یا خواب اختصاص داد. زمانی نگذشت که میهمانداران شروع به توزیع غذا کردند. زن جوان کنار دست لین یک سالاد گرفت. تصادفاً سالادش تکانی خورد و تکه های کاهو، گوجه و خیار به پرواز در آمدند. حتی یک تکه گوجه روی کفش لین فرود آمد. لین نگاهی به پایین انداخت و خندید. زن جوان نیز همین طور که داشت تکه سالاد را از روی لباسش جمع میکرد می خندید. سپس باب صحبت بینشان باز شد.



این دو زن جوان با هم دوست نبودند بلکه دو قلو بودند. همینطور که داشتند با لین صحبت میکردند یکی از آنها گفت که حوادث عجیب بدون توضیحی در زندگیش اتفاق افتاده است. اینگونه، بحث به اِگنکار و رؤیاها کشیده شد.

دوستِ پسر زن جوان از رابطهٔ قبلی اش دلی شکسته به همراه داشت. دردش آنقدر عمیق بود که یک شب قبل از به بستر رفتن به خدا گفته بود " خواهش می کنم کمک کن، این درد و غصه را پایان ده. " شب هنگام ناگهان نوری در پایین تختش ظاهر شد. نوری آنچنان درخشان که تمام اتاق را روشن کرد. مرد جوان نترسیده بود تنها حیران بود که این نور چیست؟

وقتی لین داستان را شنید بلافاصله تشخیص داد که : این نور خدا بود.

وقتی که مرد جوان صبح از خواب بیدار شد با کمال شگفتی دریافت که تمام رنج ها کاملاً رفته اند. این نور آمده بود و او را شفا داده بود. و او از این مورد شگفت زده بود که هیچ جوابی در کار نبود.



این یکی از اتفاقات خارق العادهٔ زندگی این دو زن جوان بود. هیچ تصادفی در کار نبودِ اِک (روح الهی) لین را کنار این دو زن جوان جا داده بود. و افتادن تکه های سالاد بر روی لین و کشانده شدن بحث به اِکنکار نیز اتفاقی نبود.

وقتی انسانها اجازه می دهند که مجرای روی مقدس باشند گاهی اِک ایمگونه عمل میکند. اِک، روح مقدس یا همان روح الهی است.

چگونه میتوانید مجرای اِک باشید؟ با تمرینات معنوی اِک.

ما اینگونه عبادت می کنیم. نوعی از مراقبه که در آن به خدا نمی گوییم چه کاری برایمان انجام دهد. ما تنها به صدا خدا گوش فرا می دهیم.



یک تمرین معنوی جهت درمان خودتان با استفاده از رؤیایها

در اینجا راهی برای خود درمانی وجود دارد که با یک تمرین معنوی شروع میشود. در زمان خواب، کلمه هیو را بخوانید. (با یو کشیده در بازدم). به آرامی و نرمی این نام مقدس خدا را ۵ تا ۱۰ دقیقه بخوانید. در عین حال یک تصویر ذهنی از مشکلاتتان بسازید. آن را مثل یک تصویر متحرک (کارتون) مشاهده کنید. کنار آن، تصویر دیگری از شرایط دلخواهتان قرار دهید. سپس طبق معمول به خواب روید.

رؤیاهایتان را ثبت کنید. از آنچه که در مورد رؤیایی در خاطرتان مانده است یادداشتی بردارید. همچنین در طول روز هم نسبت به نشانه هایی که از دیگران در مورد مشکلاتتان دریافت می کنید تیز و هوشیار باشید. روح مقدس توسط آنها نیز عمل می کند.



این کار را یک هفته انجام دهید. در هفته دوم اگر شانس پیدا کردن راه حلی برای مشکلاتان نداشتید طول زمان تمرین را به ۱۵ الی ۲۰ دقیقه برسانید. در هفته سوم استراحت کنید. این روند را دوباره تکرار کنید تا به موفقیت برسید.

یک راه حل برای هر چیزی که آرامش ذهن ما را به هم میریزد وجود دارد. به هر حال همیشه راهی هست. عدم اعتماد به قدرت عظیم روح مقدس در برآورده کردن نیازهای کوچک ماست که خوشبختی را از ما دور نگه می دارد.



قدرت شفا بخشی نور آبی

آلن، اجازه بدهید او را اینگونه بنامیم، پستی بسیار عالی و بالا در بزرگترین بانک بازرگانی کانادا داشت. در آن زمان او سی و نه ساله بود. او از زمان چهارده سالگی در جستجوی حقیقت بود.

چهار سال پیش شب هنگام او در حال رانندگی از خانه عمه اش به سمت منزل مادرش بود مسیری که در حدود سه - چهار مایل مسافت داشت. مسئله سلامتی عمه اش ذهنش را اشغال کرده بود. در حال طی این سه مایل او از خدا تقاضای یک راهنمایی معنوی داشت. او تقاضای کمک داشت زیرا بیماری عمه اش واقعاً او را مضطرب کرده بود. این عمه حکم مادر دوم او را داشت.

در آخرین مایل باقی مانده اتفاقی افتاد که باعث شد تا اعماق وجودش بلرزد. ناگهان همه چیز - همه نورهای شب - آبی شدند.

چراغ های ماشین، مغازه ها و شبرنگ های وسط جاده همه آبی بودند. ماشین را در کناری متوقف کرد. با خودش گفت " حتماً یک مشکل عصبی اتفاق افتاده. " کنار جاده نشست و به اطرافش

نگریست. ماشین ها همه می گذشتند و هیچ کس توجهی به این همه نور آبی نداشت. واقعاً وحشت زده شده بود.

آن در جستجوی جواب بر آمد. و چهار سال بعد را به کاوش پرداخت. آن شب چه اتفاقی افتاده بود؟ آن نورهای آبی چه بودند؟ او متون مسیحیت و بودیسم تبتی را مطالعه کرد. او به نزد بالاترین مقام معنوی این دین (کشیش بودایی) رفت و پرسید، " آن نور آبی چیست ؟ "

هیچ کس جوابی نداشت اما او به جستجو ادامه داد.

یک روز شخصی کتاب " اِکَنکار حکمت باستانی برای عصر حاضر " را به او داد، او در این کتاب معنی نور آبی و توضیح آن را دریافت. او تشخیص داد ماهانتا، استاد زنده اِک به درخواستش برای کمک معنوی جواب گفته است.

ممکن است تعجب کنید که چگونه یک نور آبی به او کمک میکند.

این یک ندای بیدارباش باستانی برای روحی است که آمادهٔ آغاز سفر بازگشتش به سوی خداست. با راه های متفاوتی ، ماهانتا ، استاد درون ، خود را به افراد می شناساند. ماهانتا در کنار هر کدام از شما



حضور داشته در غیر این صورت شما در حال خواندن این سطور
نبودید.

این بدین معنی نیست که شما قصد دارید بقیه عمرتان را یک
اکیست باشید. شاید برخی بگویند، " اِکَنکار برای من فایده ای
ندارد. " یا، " این عجیب ترین و نامعقول ترین چیزی است که من
تا کنون شنیده ام. من همان کلیسای قدیمی خودم را قبول دارم. "
آنها به عقب بر می گردند. اما در همان نقطه، در این زندگی و یا یک
زندگی دیگر وارد چرخه ای می شوند که برای رسیدن به حقیقت به
آن نیاز دارند.

آنها زمانی نیازمند خواهند بود. اکنون است که استاد درون پیش
می آید و از راه های متفاوتی سعی می کند تا شخص را هوشیار کند.
باز هم آن شخص این حق را دارد که ندای بیداری و شفای معنوی را
که آن با خود دارد بپذیرد یا رد کند.



یک تمرین معنوی با استفاده از نور برای درمان

در تمرینات معنویتان دو مورد وجود دارد که می‌توانید برای شفایابی از آن استفاده کنید. یکی نور نارنجی و دیگری نور آبی است. ممکن است بخواهید آنها را امتحان کنید. بعضی از افراد در این نوع شفایابی موفق هستند و بقیه بهتر است به پزشک مراجعه کنند. این بستگی به شما دارد.

نور نارنجی بیشتر برای کالبد فیزیکی است. به روش معمولتان به صورت نشسته یا خوابیده مراقبه کنید. از قدرت تجسم استفاده کنید که نیروی خدا یا قدرت دید روح است. چشمانتان را ببندید و جریان قابل سماع حیات را تصور کنید. این نور سفید پاک خدا ترکیبی از تمام رنگهاست. اکنون اشعه‌ای را تجسک کنید که از آن خارج میشود. این کار بسیار شبیه استفاده از یک منشور برای دیدن طیف رنگهاست.



اشعه ای که می بینید نارنجی است که در رابطه با شفای فیزیکی به کار می رود. با چشمان بسته تجسم کنید که این جریان نارنجی به بدنتان وارد می شود فقط بگذارید به ناحیه ای وارد شود که بیمار، رنجور یا رخمی است. می توانید این کار را به مدت بیست دقیقه انجام دهید.

این یک روش شفا دهی است. اما این کار را فقط برای خودتان به کار بندید. تخطی نکنید و این نور نارنجی را به دیگران جاری نسازید.

روش دیگر شفایابی نور آبی است اما در مورد کالبد های درونی، اثیری، علی، ذهنی و اتری می باشد. این ها کالبد های جهان های روانی زیر طبقه روح هستند.

در اینجا هم از روشی شبیه نور نارنجی استفاده می کنید و من تکرار می کنم که این کار را فقط برای خودتان انجام دهید. هرگز در مورد دیگران انجام ندهید.

چشمانتان را ببندید و تجسم کنید که نور آبی به مرکز قلب وارد می شود. این نور به نور آبی ماهانتا معروف است. آگاهی ماهانتا بالاترین آگاهی شناخته شده برای موقعیت بشر است.



نور آبی برای شفادهی و آرام کردن انسان درون، احساسات و ذهن شماست. در طول این تمرین مقدار زیادی آرامش فیزیکی دریافت می کنید.

نور آبی چیزی نیست که خارج از عنصر آسمانی اتر و از منابع خارج از شما خلق شود. این نور از جهانهای خدایی خودتان می آید و اکنون شما از آن آگاه می شوید.

بگذارید این نور شفابخش خدا وارد شود و روی ناحیه ای که فکر می کنید نیاز به کمک دارد کار کند یا بگذارید این نور فقط به چشم معنویتان وارد شود (منطقه ای بین و بالای ابروها). همینطور که این نور ناپاکی ها را می شوید و تمیز می کند شما را از مادی گرای و کارمایی که بخاطر غفلت از قوانین معنوی برای خودتان خلق کردید ارتقا می بخشد.

یک شفای معنوی واقعی ابتدا شرایط معنوی را شفا می دهد که باعث می شود نشانه هایی در کالبد فیزیکی ظاهر شود. باید متوجه باشید که وقتی از نور نارنجی استفاده می کنید ممکن است شفای



معجزه آسایی مانند بازسازی اندامها یا چیزی شبیه این را به
ارمغان نیاورد. اما ممکن است شما را نزد پزشک بهتری هدایت کند.



مهمان رویا با خود کمک به ارمغان می آورد

یک زن نیجریایی که من او را سارا می نامم، اولین بار با اِگنکار از طریق نوار تلویزیونی گفتگوی من که به چندین سال پیش تعلق داشت آشنا شد.

سارا آخرین قسمت یک برنامه سه قسمتی معرفیِ تعلیماتِ اِک را گرفته بود در کمال شگفتی و تعجب، در صفحهٔ تلویزیون یک ستاره شش پر آبی جایگزین صورت من شده بود. او تشخیص داد که این یک هدیه معنوی است که الهام بزرگی را برایش در بر دارد. بنابراین به سمت یک مرکز اِک برای به امانت گرفتن چند کتاب حرکت کرد. آنجا بود که متوجه شد مراسمی در اتاقی دیگر در حال انجام است. رئیس مرکز از او دعوت کرد که بماند و در مراسم عبادی پرستش اِک حضور به هم رساند.

در اتاق مخصوص عبادت، سارا متوجه عکسی از اساتید اِک شد. ناگهان یکی از عکس ها توجه او را جلب کرد.



داستان او این است :

شش سال پیش سارا در سانحهٔ رانندگی دچار صدمات شدیدی شد که بر اثر آن چهار روز بی هوش بود. او هیچ واکنشی به معالجات پزشکی نشان نمی داد بنابراین دکترها تصمیم گرفتند سیستم کمک به عوامل حیاتی او را قطع کنند.

در آن لحظهٔ حساس، پیرمردی در جهان درون بر او ظاهر شد. پیرمرد به او گفت که از دکترها بخواهد تختش را نزدیک دیوار قرار دهند.

سارا از حالت کما به هوش آمد و تقاضایش را اعلام کرد. خیلی زود مسئولین بیمارستان او را به محل جدید انتقال دادند و او به خوابی طبیعی فرو رفت. اما فقط کالبد فیزیکی اش به خواب رفت. او در یک کالبد لطیف درونی تحت یک پوشش بسیار زیبا و شگفت انگیز از ستارگان نقره ای بیدار شد. انوار درخشان و رقصان، دیوار و بسترش را پوشانده بودند.

از آن تجربه به بعد سارا اشتیاق عمیقی از محبت را در قلب خود احساس میکرد. اما اشتیاق برای چه چیزی ، نمی توانست بگوید.



در روزها و هفته هایی که یکی یکی آمدند او به بهبودی سریعی دست یافت. دکترش هشدار داد که به خاطر جراحاتش دچار بدشکلی اعضای بدن خواهد شد اما در کمال شگفتی پزشکان، شش ماه نشده تمام استخوان هایش التیام یافته بودند.

آن روز در دفتر اک سارا به طور اتفاقی تصویر آن استاد اک را دید. در کمال تعجب هویت پیرمردی که شش سال پیش در بیمارستان به سراغش آمده بود برایش آشکار شد. او کسی نبود جز استاد محترم اک فوبی کوآنتز.

فوبی کوآنتز یکی از اساتید خارق العاده اک است که به ماهانتا، استاد زنده اک کمک می کند. این راهنمایان معنوی در طول زمان، حمایت، راهنمایی و عشق الهی خود را نثار انسان ها کرده اند.

دیدن تصویر فوبی پایانی بر سردرگمی و جستجوی معنوی سارا بود. تعلیمات اک همانند یک مرهم آرام بخش و شفا دهنده بر قلب جستجوگر و بی قرار او گذاشتند.



ممکن است شفای معنوی غیر منتظره اتفاق بیفتد

اِدنا (نام واقعی او نیست) نوه ای داشت که از دنیا رفت و این مسئله باعث پریشان حالی او شد. بنابراین فرزند این زن از یکی از اکیست ها سؤال کرد ، " آیا شما گروه های درمان غم و اندوه در اکنکار داری؟ "

اکیست گفت نه، اما ما، اِسا، داریم آنها همیاران معنوی اِک هستند. " آنها خیلی ساده به مشکلات فرد گوش می دهند . "

مثل یک کشیش اعتراف گیر کلیسای کاتولیک، با این تفاوت که اینجا مردم انتظار ندارند که بخشیده شوند. هر گاه که آنها مشکلی داشته باشند می توانند تقاضای یک جلسه اِسا داشته باشند که به سادگی برگزار می شود. اِسا کاری کاری جز گوش دادن انجام نمیدهد. اگر روح مقدس بخواهد که چیزی را در زندگی این فرد تغییر دهد این مسئله در زمان مناسب و شیوه مناسب اتفاق خواهد افتاد.

بعد از یک نشستِ اِسا حالِ اِدنا بهتر شد. سال ها بعد گفت ،
" اِسا زندگی من را نجات داد. "

این جوابِ او در آن زمان خاص بود. اِدنا و پسرش شرکت در مراسم عبادتِ اِک را آغاز کردند. در حقیقت ، آنها به طور مرتب در مراسم حضور بهم می رسانیدند. سپس او عضو کلاس چهار هفته ایِ " گرفتن پاسخ از طریق زندگی های گذشته، رؤیا و سفر روح شد. "

مرگِ نوۀ اِدنا چند سال پیش اتفاق افتاده بود اما هنوز بار اندوه بر شانه هایش سنگینی می کرد. در همهٔ زمانی که او به مراسم عبادتِ اِک می رفت عضو اِکنکار نبود. او هنوز منتظر یک رهبر معنوی، خودم، بود تا قدم بردارد.

او در حیرت بود که آیا این فرد می خواهد مردم را ناگزیر از پذیرش کند؟ آیا او سعی در اغفال مردم دارد؟ آنها را مجبور به عضویت می کند؟

نه، زیرا در این صورت من بار شما را بر دوش می کشم. من دوست دار آزادیِ معنوی ام، پس من نمی توانم جورِ یک فرد بی علاقه را بکشم. هر گاه شما فردی را با حقه به راه خود بکشید،



قسمتی از بارِ او را به دوش کشیده اید. من تمایلی به انجام این کار ندارم. من در طلب آزادی معنوی ام.

در کلاس " دریافت پاسخ از خدا توسط زندگی های گذشته، رؤیا و سفر روح ، " راهنماها(مددکاران) ویدئوی یکی از سخنرانی های چند سال پیش من را با نام " حق انتخاب " به نمایش در آوردند. در این سخنرانی من داستان یک پدر آفریقایی را نقل کردم که فرزندش در بیمارستان مرده بود. شنیدن این داستان بالاخره اندوه زن را از بین برد.

اینگونه او دلیل مرگ نوه اش را درک کرد. سال ها بعد از آن حادثه غم انگیز در زندگی اش شفا از راهی پنهان آمد. روح مقدس می داند که چه وقت شما می توانید با دلیل برخی از اتفاقات کنار بیایید. این مسئله شاید چند روز، یک لحظه دو سال یا چند سال طول بکشد. جواب گاهی خیلی مستقیم و اغلب به روشی غیر منتظرانه پیدا می شود.



سؤال و جواب

به عنوان رهبر معنوی اِکنکار، من صدها نامه از جویندگان حقیقت در سراسر دنیا دریافت می کنم. همه جواب های مستقیم و مفیدی در مورد چگونگی سفر در جاده خدا دارند. من شخصاً به بسیاری از این نامه ها جواب می دهم. در این جا چند پرسشی که از من در مورد سلامتی و شفا شده است را ارائه می دهم. آنها را مطالعه کنید شاید نشانه ای برای کمک به خود در آن بیابید.

آیا صوت درمان می کند؟

پس از سالها که بدنی سالم داشته ام هم اکنون دچار مشکل جسمی شده ام. صوت خدا، جریان صوت الهی بسیار بلند شده است. آیا از لحاظ جسمی یا روحی در حال تغییر هستم؟

شما به ایجاد تغییر در سلامتی خود و افزایش صدای جریان صوت اِک، آن جنبه از روح مقدس که فرد می تواند آن را بشنود، اشاره کرده اید. تأثیرات طبیعی تغییر آگاهی م تواند به شکل

جسمی و احساسی ظاهر شود. ما باید در عادات غذایی ویا حتی تمرینات معنوی خود تجدید نظر کنیم.

در مورد من، دریافتم که افزایش سن بر احساس من در مورد تندرستی تأثیر می گذارد که من را به سمت عادات جدید غذایی می راند. من در حقیقت محرک های کافئین را که در قهوه و بسیاری از نوشابه های سبک و حتی شکلات بود را ترک کردم. این مواد محرک با افزایش آگاهی معنوی من باعث حساسیت بسیارم نسبت به صوت خدا می شد.

ما به این صدا در زندگیمان نیاز داریم. ولی مقدار زیاد آن ممکن است باعث شود که از لحاظ جسمی نتوانیم با زندگی روزمره کنار بیاییم. این بدان معناست که ما باید تعادل جدیدی در زندگی مان بیاییم. یعنی عادت هایمان را تغییر دهیم.

این مسئله را منطقی بررسی کنید. مثلاً، به غذاهایی که می خورید توجه کنید سپس غذا یا نوشیدنی را که حداقل فایده معنوی را برایتان دارد حذف کنید. به خوردن و نوشیدن دیگر غذاها و نوشیدنی ها ادامه دهید. بعد از چند روز توجه کنید که آیا تغییر برخی غذاهای خاص بر احساس تندرستی شما تأثیر مفیدی داشته



است. اگر جواب مثبت بود آن غذا را چند هفته استفاده نکنید. اگر
خواستید میتوانید بعداً آنرا دوباره امتحان کنید. ولی مراقب اثر آن
بر احساس تندرستی تان باشید.

این برنامه را برای دومین مورد نوشیدنی یا غذایی که حداقل
فایدهٔ روحی و جسمی را برایتان دارد دنبال کنید. آهسته گام بر
دارید. شما نمی خواهید تغییرات عمده در رژیم غذایی خود ایجاد
کنید زیرا ممکن است باعث شوک شدیدی به بدنتان گردد و
شرایط غیر ضروری تندرستی را باعث شود.

در واقع شما بدنتان را یک آزمایشگاه در نظر می گیرید. آنچه
شاهدش هستید منحصر به فرد است: بازتاب سطح آگاهی گستردهٔ
شما. در حالی که بر روی عادات غذایی خود تحقیق می کنید.
کمک های ضروری را که احتیاج دارید از یک مشاور تغذیه و
سلامتی بگیرید.

ما حالتی از آگاهی هستیم. هر کس یا هر چیزی در دنیای
کائنات و دنیای شخصی مان بر ما تأثیر می گذرد. ما می خواهیم
نسبت به اینگونه تأثیرات آگاه باشیم پس ما می توانیم آنها را از هم



جدا کنیم. موارد خوب را پرورش دهیم و از موارد بد کناره گیری کنیم.

تفاوت بین شفای روانی و معنوی چیست؟

مایلم درک بیشتری از تفاوت مابین درمانگران روانی و دیگر انواع درمانگران ارائه دهم.

درمانگران عادی مشکلات پیچیده ای را که مردم خود مسبب آن هستند را معمولاً با بستن باندی بر روی آن التیام می بخشند. اگر به خاطر زخمی پیش دکتر بروید آن را تمیز میکند و بانداژی بر روی آن می بندد تا به طور طبیعی خوب شود. پزشک سعی نمی کند شرایط معنوی را در کار خود وارد کند، چون بر آن شناختی ندارد. اما اغلب درمانگران روانی این کار را انجام می دهند و مشکلات بیشتری به وجود می آورند.

یک تفاوت بین شفای روانی و شفای معنوی این است که شفای روانی شما را در همان سطح از آگاهی نگه می دارد و شاید تنها برخی از نشانه ها را موقتاً از بین ببرد. در حالی که ، شفای معنوی به تغییر حالتی که باعث مشکل شده کمک می کند پس این مسئله ممکن است از بین برود و دیگر عود نکند.



مشکلاتی که باعث جلوگیری از درمان می شوند کارمیک هستند. شخص بیمار یک اصل معنوی را سهواً زیر پا گذاشته است. شفای روانی عوارض را موقتاً از بین می برد. اما در حقیقت بیماری مجدداً با چهره جدیدی نمایان می شود.

ضمناً، درمانگر کارمای تمامی افرادی را که با نیروی روانی درمان کرده به دوش می کشد. یک روز می بایست تمام قرض ها ادا شود. درمان، کاری بیش از، از بین بردن عوارض برای چند ماه یا سال است. تا زمانی که نفسانیتی که پشت بیماری مخفی شده وجود دارد نشانه های ورم مفصل، سرطان یا بیماری های دیگر خود را نشان می دهند. زمانی که از استاد زنده اک تقاضای کمک می شود او همه چیز را به اک (روح مقدس) می سپارد. روح با حکمت الهی اش، قادر است تشخیص دهد که آیا فرد یاد گرفته تا انحرافی را که باعث بیماری اش شده کنترل کند یا نه؟ اگر فراگیری نباشد شفایابی نیز وجود ندارد. در پس همه اینها خواسته روح الهی تنها آموزش روح است تا بتواند همکاری برای خدا شود.

آیا روزه معنوی به درمان شما کمک می کند؟

آیا می توانید در مورد اینکه چگونه روشنگری در روح ایجاد میشود و کالبد داخلی را شفا می دهد و در مورد تکنیک های مؤثر در آن به من توضیح دهید؟

روشن ضمیری اگر درست باشد و در صورتی که شما آماده باشید جریانی آرام و لطیف است که به شما نقطه نظر و سطح آگاهی متفاوتی می دهد.

این اتفاق زمانی می افتد که ما روزه معنوی می گیریم و افکارمان را بر خدا، ماهانتا، یا هر چیز معنوی دیگر متمرکز می کنیم. توجه داشته باشید زمانی که روزه معنوی گرفته اید با مردم در محل کار و خانه به گونه ای متفاوت رفتار می کنید. آن روز شما در سطح آگاهی متفاوتی هستید. شما از روش معمول زندگی و علائق ذهنی تان خارج شده اید.

این کار حقیقتاً کارما را از بین می برد. تعلقات زندگی مادی، وابستگی ها، به قدرت سابق نیستند. این مسئله به شما آزادی انتخاب بیشتری می دهد. و شما را با شیوه هایی لطیف و دقیقی در

خدمت زندگیتان قرار می دهد. افراد دیگر این تغییر را احساس میکنند.

فرض کنید که بعضی کارها خیلی راحت پیش می رود و در کارهای دیگر مشکل پیش می آید. می توانید چند روز روزه معنوی بگیرید. در خواهید یافت که کردار و گفتارتان تغییر می کند. شما دیگر مثل قبل کارما تولید نمی کنید.

بیشتر مشکلات ما خود ساخته است. زمانی که مشکلی پیش می آید اگر مسئولیت را به عهده بگیریم و کاری انجام دهیم که باعث درک عمیق تر ما شود، زندگی آسان تر خواهد شد. نحوه عملکرد اینگونه است، مؤثرتر از آنکه کسی همیشه بخواهد ما را شفای معنوی، احساسی و یا جسمی دهد.

آیا بیماری بی خوابی علاج پذیر است؟

سالیان سال است که من دچار بی خوابی هستم و متأسفانه مشکلم روز به روز شدیدتر می شود. به متخصصان زیادی مراجعه کرده ام. اما بی خوابی بر تمام زندگی ام مستولی شده است. آیا می توانید مرا راهنمایی کنید؟

انسانها معمولاً منابع کافی برای یافتن مشکلات سلامتیشان دارند به همین دلیل من اغلب دوست ندارم که زندگی های قبلی را مطالعه کنم. با این حال شاید نگاهی به گذشته بتواند دلیل مشکلات کنونیِ تان را روشن کند.

برخی زمین شناسان وجود آتلانتیس را به تمسخر می گیرند، زیرا هیچ یک از حفاری های کف اقیانوس مؤید این مسئله نبوده است. با پیشرفت دانشی که پیش رو داریم مردم دوست دارند تأثیرات زندگی گذشته را نادیده بگیرند. به این دلیل که به نظرشان عقیده ای کهنه می آید. اما مجموعاً، انسانهای آن دوره از نظر معنوی در سطح ابتداییِ پیشرفتِ احساسی بودند.

به طور خلاصه آنها دقیقاً کارآمد بودند، اما آگاهی انسان در مورد آنچه که ما امروزه مهربانی و بشردوستی می نامیم در سطحی ابتدایی بوده است. طی انحطاط آتلانتیس اتونازیای (کشتن یا قتل کسانی که دچار مرض سخت و لا علاجند.م) بیماران پیر، ناتوان یا ناقصی که طبق استانداردهای زیبایی آن زمان نازیبا بودند یک روش عمومی برای پزشکان شد.



با این حال شما توانسته بودید با وجود ناهنجاری پشتتان که همیشه حالت خمیده داشت از نظر مسئولان مخفی بمانید. هیچ کس هم علاقه ای به ظاهر شما نداشت چون شما یک کارگر روستایی، معدل یک کارگر مهاجر مزرعه بودید. چنین کارگری در جامعه آتلانتیس آن زمان بسیار لازم بودند چون مثل جامعه خودمان افراد مؤثرتر از آن بودند که دستشان را با کارهای یدی آلوده کنند.

اما تو پیر شدی و از کار مزرعه بیمار. اینگونه مورد توجه پزشکان قرار گرفتی.

تصمیم گرفته شد که زندگی مفید تو به عنوان یک کارگر به پایان رسیده است. و همینطور با بسیاری از بداقبال های دیگر همانند خودت ساعت و روز تزریق داروی خواب ابدی به تو تعیین شد. پزشکان با تو مثل یک موجود فاقد احساس رفتار کرده و بی هیچ رحمی در مورد انتقال کالبد و اموات در صبح فردا صحبت می کردند.

تو از رسیدن به زمان حکم مرگت وحشت زده بودی و این ترس دلیل وحشت کنونی تو از خواب است. ناراحتی و عذاب شما از بی خوابی با بیشتر شدن سنتان در ارتباط است زیرا مشابه شرایط



زندگی شما در آتلانتیس است. کهولت آغازگر این روند است. هنگامی که در آتلانتیس بودی از این موضوع آگاهی نداشتی که روح هرگز نمی میرد.

برای پایان دادن به ترستان پیشنهاد می کنم که به جایگاه معقولانه تری برگردید، داوطلب کار با کودکان کوچک شوید. بهتر از همه کارکردن با کودکانی است که از لحاظ احساسی - نه فیزیکی - آسیب دیده اند. اینگونه شما می توانید بر احساساتتان که در گذشته توسط آتلانتیسی ها جریحه دار شده غلبه کنید.

شما نیاز دارید جریان زندگی را ببینید و احساس کنید. اصولاً باید راهی پیدا کنید تا عشقتان را به کوچکترها ایثار کنید. اکنون شما مرکز دنیای خودتان هستید باید دیگران را موضوع عشقی قرار دهید که از وجودتان سرازیر میشود. آن می بایست در دنیای بیرون گشوده و جاری شود. ممکن است انجام این کار در آغاز سخت باشد پس بنابراین پله پله کام بردارید.

چگونه می توانم زندگی ام را بازسازی و معالجه کنم؟

شوهرم ۵ سال پیش ناگهان مرا ترک کرد، و من قادر نیستم زندگی و امور مالی ام را بهبود بخشم. بعد از خواندن کتاب های زیادی شروع به گسترش توانایی های روحی ام کردم اما آنها ناگهان متوقف شدند. لطفاً تاریخچه آکاشیک من را بررسی کنید و ببینید چرا این مسائل اتفاق می افتند؟

با وجود اینکه تاریخچه آکاشیک، یا زندگی گذشته افراد درباره علت و معلول های قطعی در زندگی اش مؤثر است اما بیشتر مشکلات کنونی ما که ریشه در گذشته دارند به سادگی با دانستن موضوع آن زندگی حل نمی شود.

وگرنه بیشتر خوانندگان روانی که در خواندن پیشینه های آکاشیک ممتاز هستند قادر بودند زندگی های ناشاد مردم را مطابق میلشان کنند. اما این اتفاق نمی افتد. فرد باید علم و دانش کافی در مورد استهلاک کارمای پیچیده ای که آن شخص از زندگی های قبلی با خود آورده است، داشته باشد. این مهارتی معنوی است و تنها نزد

تعداد کمی از کسانی است که می‌توانند زندگی‌های گذشته را بخوانند وجود دارد.

استادانِ اِکِ زمانی که یک جوینده به نزدشان می‌آید برای آسایش خیال و آرامش او تنها یک هدف در ذهن دارند: دادن فرصت به آن روح برای دستیابی به حکمت، قدرت و آزادی. سه خصیصهٔ خداشناسی. به سادگی به این معنی که یک فرد یاد می‌گیرد که همانند اساتید از یک نقطه نظر ۳۶۰ درجه ای که مرکز آن عشق برای همهٔ موجودات است لذت ببرد.

زمانی که فرد به درجه ای از این عشق می‌رسد به تنهایی قادر است زندگی‌اش را آنگونه که مناسب اوست بازسازی کند. او دیگر بردهٔ تقدیر و سرنوشت کور نیست. تبدیل به بشر خردمندی خواهد شد که قوانین رمزآلودی که زندگی‌اش را کنترل می‌کند می‌شناسد. همانند ملوانی که جریان‌های اقیانوس را می‌شناسد. او می‌تواند مسیرِ راه را تعیین کند و مطمئن باشد که با قایق بادبانی‌اش به مقصد می‌رسد.

دلیل بیشتر مشکلات کنونی شما در حقیقت از گذشته است اما نه در بی وفایی همدم شما اکنون یا بعداً. شما تمایل دارید که به دیگران تکیه کنید و به آنها اجازه می دهید به جای شما فکر کنند. وقتی که تکیه گاه شما شکسته می شود شما می افتید و هر بدبختی که تصور کنید بر شما نازل می شود. بنابراین درسی که روح باید یاد بگیرد این است که تکیه گاه درونی محکم تری نسبت به گذشته بیابد.

مشکل شما در مسائل مادی به خاطر عدم اطلاع شما از دخل و خرج است. به شما پیشنهاد میکنم که به یادگیری اطلاعات مالی که در آینده نزدیک برایتان مؤثر است پردازید. اگر تلاش کنید و نتیجه را به روح الهی بسپارید شما را به بهترین موقعیت هدایت می کند. تمام شیوه هایی را که باعث می شود در مورد مسائل مادی بهتر بدانید بررسی کنید: دوره های عمومی ارتباطات، گرفتن کمک از دوستی که در مورد مسائل مالی سررشته دارد، و یا کتاب های کتابخانه.

هیچ راه جادویی برای بهتر شدن شرایط مالی وجود ندارد. شما باید همان راهی را طی کنید که یک آشپز باتجربه در پختن کیک

دنبال میکنند. برای هر کاری صرف نظر از موضوع آن یک دستورالعمل وجود دارد. شکست، مثل پختن کیک وارفته، بدین معناست که آشپز یک مرحله را از قلم انداخته و دفعه بعدی بهتر انجام خواهد داد.

آدم‌های زیادی هستند که می‌خواهند با استفاده از توان روانی میان بری جهت بهتر شدن زندگی‌شان بزنند. آنها احساس میکنند که مسیری جادویی وجود دارد که آنها را بر فراز سختی‌های خویش انضباطی قرار می‌دهد. توان روانی در یک نیروی بی‌ثبات مستقر شده است و زمانی که فرد احساس می‌کند روشی قطعی برای پیشگویی آینده دارد از بین می‌رود.

پس، اما، همهٔ زندگی دربارهٔ چیست؟ یادگیری صحیح چیزهایی که برای ما مضرند. با این حال این دانش برای دور نگه داشتن ما از مشکلات و بیماری کافی نیست. ما باید برای دور نگه داشتن خودمان از مواد مضر تمرین خویش انضباطی کنیم.

البته میزان موفقیت و شکست در خویش انضباطی متفاوت است. بعضی وقت‌ها ما خوبیم و گاهی نه. زندگی به ما فرصت می‌دهد که با شیوهٔ خودمان بیاموزیم.



در اِک، من می خواهم به مردم نشان دهم که چگونه مجرای
برای روح مقدس باشند. به خاطر داشته باشید که روح در تناسخات
متفاوت به جهان های پایین تر آمده تا بیاموزد که همکار خدا باشد.
تا زمانی که آگاهی خود را تعالی نبخشید یک روش خودکار در
بازسازی زندگی تان مؤثر نخواهد بود.



بزرگترین نیروی خلاق که شما می توانید برای درمان از آن استفاده کنید

شما خواهید آموخت که راهتان به سمت خدا راهی گروهی نیست. شما راه خود را می پیمایید.

ممکن است عضو یک گروه خیلی بزرگ یا کوچک باشید یا شخصاً طی مسیر کنید. اما شما در حال سفر به سمت خدا هستید. تنها مسئله مهم در این سفر شما و خدایید. زمانی که رابطه صحیحی بین خود و خدا برقرار سازید می توانید به دنیا برگردید و به تمام مخلوقات خدا کمک کنید. و شما با عشق، مهربانی، شفقت و درک این مهم را انجام می دهید.

چون شما قبلاً نیز در این راه گام برداشته اید پس می توانید با گوش دادن به دیگران کمک کنید. شما قبلاً در این موقعیت بوده اید و دیگرانی نیز هستند که می توانند به شما کمک کنند زیرا آنها نیز زمانی مثل شما بوده اند.



بزرگترین نیروی خلاقى که شما مى توانيد از طرف خودتان انجام دهيد مراقبه يا عبادت است. من خواندن هيو را پيشنهاد مى کنم (تلفظ يو در بازدمى طولانى). اين آوازي عاشقانه براى خداست. آهنگى تعالى بخش و خالص کننده که بدى ها را از بين مى برد و زندگى را آسان مى سازد. جراحات را شفا مى بخشد و چين ها را از پيشاني مان باز مى کند: دلنشين، ولى قدرتمند، نام خداوند.

در تمام بهشت ها و زمين هيچ نامى قدرتمندتر از هيو نيست. قادر است قلب اندوه زده را به معبد آرامش ببرد. همراه و همدمي در مشکلات، همچنين دوستى در زمان موفقيت و کاميابى. و در آن تمام شگفتى ها وجود دارد، هيو گرانقدرترين هديه خدا به روح است.

هر گاه که هيو را همانند آهنگى عاشقانه براى خداوند همه مخلوقات مى سراييد، قلبتان آکنده از نور و صوت خداوند مى شود. اينها دو جنبه اک، روح مقدسند. هيو، نام خدا، اتحادى بين ما و نور و صوت، کلمه خدا به وجود مى آورد. تمام جهانهاى ديگر ميلرزند و هر چيز ديگرى از بين مى رود، هيو ما را با خود به اقيانوس عشق و رحمت خدا مى رساند.



هم اکنون تمام انسان ها فرصت خواندن این نام قدیمی و عالمگیر خدا را دارند. این دوره ای جدید در تاریخ معنوی جامعه بشری است. بنابراین هیو را به نرمی و آرامی زمزمه کنید. این برای کسانی است که می خواهند به عشق و آزادی حقیقی و به به حکمت و حقیقت دست یابند.





در مورد مؤلف

سری هارولد کلمپ در ویسکانسین به دنیا آمد و در مزرعه ای کوچک رشد کرد و بزرگ شد. او قبل از رفتن به مدرسه مذهبی شبانه روزی در میلواکی ویسکانسین در یک مدرسه دو اتاقه در حومه شهر درس می خواند. بعد از طی کالج کشیشی در میلواکی و فورت وین، ایندیانا در نیروی هوایی ایلات متحده ثبت نام کرد. آن جا او به عنوان متخصص زبان در دانشگاه ایندیانا و اپراتور گیرنده رادیویی در آ.اف.بی (A.F.B) گودفیلو تگزاس



آموزش دید. سپس برای یک دوره دو ساله به ژاپن رفت جایی که برای اولین بار با اِکنکار آشنا شد.

در اکتبر ۱۹۸۱، او رهبر معنوی اِکنکار، آیین نور و صوت خدا شد. لقب کامل او سری هارولد کلمپ، ماهانتا، استاد زنده اِک است.

به عنوان استاد زنده اِک، هارود کلمپ مسئولیت تکامل تدریجی و مداوم تعالیم اِک را دارد. مسئولیت او کمک به انسانها در مسیر بازگشتشان به سوی خدا، در این زندگی است. هارولد کلمپ به سمینارهای اِک در آمریکای شمالی، اروپا، و اقیانوس آرام جنوبی سفر می کند. او همچنین در آفریقا و بسیاری از کشورهای اطراف دنیا در جلساتی با جویندگان معنویت حضور داشته و سخنرانی هایی در مورد گرفتن الهام ایراد کرده است. نوارهای صوتی و تصویری زیادی از سخنرانی های عمومی



او در دسترس است. حس خوش مشربی و جنبهٔ عملی نوشته‌ها و سخنرانی‌های هارولد کلمپ به انسانهای زیادی در اطراف و اکناف جهان کمک کرده تا حقیقت زندگی‌شان را دریابند و به عشق، حکمت و آزادی درونی بالاتری برسند.

برکت باشد



SPIRITUAL WISDOM

ON

HEALTH AND HEALING

HAROL KLEMP