

# راه کمال

دکتر بهرام الهی

## فهرست

- پیشگفتار ناشر ..... ۱۵
- استاد الهی ..... ۱۶

## اصول بنیادین

- ۱- معنای زندگی ..... ۲۱
- عالم هستی معنادار است ..... ۲۲
- انسان چیست؟ ..... ۲۳
- سیر کمال « خود » ..... ۲۴
- چرا در این دنیا هستیم ..... ۲۵
- چه باید کرد ..... ۲۵
- ۲- چند اصل بنیادین ..... ۲۷
- حضور الهی ..... ۲۸
- علییت ..... ۲۹
- جوهر حیاتی ..... ۳۰
- ۳- سیر کمال ..... ۳۲
- ۴- سیر کمال روحی ..... ۳۶
- ۵- خود، من تام (بخش اول- جزء ملکوتی) ..... ۴۰

## زندگی در اجتماع

- ۲۰- رفتار انسان در این دنیا ..... ۱۲۷
- زندگی مادی و زندگی معنوی ..... ۱۲۸
- اصول و وظایف ..... ۱۲۹
- اصول ..... ۱۲۹
- وظایف ..... ۱۳۰
- در جستجوی تعادل ..... ۱۳۲
- یک قانون طلایی ..... ۱۳۳
- ۲۱- واقع‌نگری و نیک‌بینی ..... ۱۳۵
- واقع‌نگری (واقع‌بینی) ..... ۱۳۵
- نیک‌بینی ..... ۱۳۶
- ۲۲- زن و مرد ..... ۱۳۹
- زندگی زناشویی ..... ۱۳۹
- فرزند ..... ۱۴۲
- ۲۳- تربیت فرزندان ..... ۱۴۵

## دین

- ۲۴- دین ..... ۱۵۳
- وجوه دوگانه دین ..... ۱۵۴
- مرحله شریعت ..... ۱۵۴
- مرحله معنویت ..... ۱۵۵
- هدف دین ..... ۱۵۶
- دین بشری ..... ۱۵۷
- ادیان کاذب ..... ۱۵۷
- ۲۵- مراحل تکامل در دین ..... ۱۵۹
- مقام شریعت (مرحله ۱) ..... ۱۵۹
- مقام معنویت یا عرفان (مراحل ۲، ۳، ۴) ..... ۱۶۰

- مرحله طریقت (مرحله ۲) ..... ۱۶۱
- مرحله معرفت (مرحله ۳) ..... ۱۶۱
- مرحله حقیقت (مرحله ۴) ..... ۱۶۱
- ۲۶- معجزه ..... ۱۶۴
- معجزه پیامبران ..... ۱۶۴
- معجزات دیگر ..... ۱۶۵
- اعمال اعجاب‌آور ..... ۱۶۵
- کرامات ..... ۱۶۶
- معجزه عصر ما ..... ۱۶۷
- ۲۷- پیامبران الهی ..... ۱۶۹
- موسی (ع) ..... ۱۷۰
- زرتشت (ع) ..... ۱۷۰
- بودا (ع) ..... ۱۷۱
- عیسی (ع) ..... ۱۷۲
- محمد (ص) ..... ۱۷۲
- ظهور منجی ..... ۱۷۴
- ۲۸- مقامات معنوی ..... ۱۷۶
- روح کل ..... ۱۷۶
- ناجیان ..... ۱۷۷
- ولّی ..... ۱۷۸

## ارتباط معنوی

- ۲۹- عبادت و مدیتیشن ..... ۱۸۳
- شرایط عبادت ..... ۱۸۴
- مراتب عبادت ..... ۱۸۵
- مدیتیشن طبیعی ..... ۱۸۷
- ۳۰- موسیقی ..... ۱۹۰

- ۲۳۲ ..... چگونه با نفس اماره مبارزه کنیم
- ۲۳۵ ..... ۳۸- خودشناسی
- ۲۳۵ ..... خدشناسی
- ۲۳۶ ..... خودشناسی
- ۲۴۴ ..... ۳۹- دانشجوی معنوی
- ۲۴۶ ..... دانشجوی معنوی کیست؟
- ۲۴۹ ..... ۴۰- راه کمال در یک نگاه

## ضمائم

- ۲۵۵ ..... شرح خلقت
- ۲۶۱ ..... آخرین مناجات استاد
- ۲۶۳ ..... واژه‌نامه

- ۱۹۵ ..... ۳۱- خواب دیدن
- ۱۹۶ ..... انواع خواب
- ۱۹۷ ..... مفهوم خواب
- ۱۹۸ ..... خواب‌های خبر دهنده نگران کننده
- ۲۰۰ ..... ۳۲- ارتباط با ارواح
- ۲۰۳ ..... ۳۳- مخلوقات دیگر
- ۲۰۴ ..... موجودات صاحب عقل

## راه کمال

- ۲۰۹ ..... ۳۴- دام‌های معنوی
- ۲۰۹ ..... ارواح وسوسه‌گر
- ۲۱۱ ..... راهنمایان فریب خورده
- ۲۱۲ ..... راهنمایان کاذب
- ۲۱۳ ..... کارشناسان «عرفانی»
- ۲۱۳ ..... سرگشتگان
- ۲۱۶ ..... ۳۵- هدایت
- ۲۱۷ ..... هدایت
- ۲۱۹ ..... فایده راهنما
- ۲۲۰ ..... خصوصیات راهنمایان حقیقی
- ۲۲۲ ..... ۳۶- تکنیک‌های معنوی
- ۲۲۳ ..... دام تکنیک‌های معنوی
- ۲۲۴ ..... زهد و ریاضت
- ۲۲۶ ..... پرورش فکر
- ۲۲۷ ..... حالات معنوی طبیعی
- ۲۲۹ ..... ۳۷- مبارزه با نفس اماره
- ۲۳۰ ..... نفس اماره
- ۲۳۲ ..... فایده نفس اماره

## معنای زندگی

«انسان هرگاه فهمید از کجا آمده، برای چه آمده و بعد به کجا می‌رود، متوجه می‌شود که چه باید بکند؛ از آن پس سرگردان نمی‌ماند»<sup>۱</sup>

زندگی معنادار است<sup>۲</sup> و هستی بی‌هدف نیست. ما نه زائیده اتفاق هستیم و نه به عدم بازمی‌گردیم. وجود انسان، تنها به این جسم بیولوژیکی محدود نمی‌شود و ویژگی ضمیر آگاهی آن گونه است که نمی‌توان او را صرفاً حاصل فعل و انفعالات شیمیایی سلول‌های عصبی دانست. هر چند که ارگانیسم بیولوژیکی انسان یا جسم، خود از شگفتی‌های خلقت است، اما وجود حقیقی انسان چیزی ورای آن است. در اصل، یک ارگانیسم ملکوتی<sup>۳</sup> است که با روان خاکی<sup>۴</sup> در هم آمیخته و یک ارگانیسم روحی-

۱- از آنجا که تمامی مطالب این کتاب برگرفته از تعالیم پدرم، استاد الهی، است، هر فصل را با گفتاری از او آغاز می‌کنم.

۲- این مفهوم و نظایر آن که به طور اختصار بیان شده است، نتیجه تجربه و مشاهدات عینی است که اگر برای اثبات هر یک از آنها وارد بحث‌های کلامی شویم، مثنوی هفتاد من کاغذ شود ضمن آنکه ادراک عینی حقایق واقعی تنها در اثر عمل و تجربه ممکن می‌گردد.

۳- Celestial Organism

۴- Terrestrial Psyche

روانی<sup>۱</sup> را تشکیل داده است.

اگر در اصل یک ارگانیزم<sup>۲</sup> ملکوتی هستیم، در این دنیا چه می‌کنیم؟ بعد به کجا می‌رویم؟

هرگاه انسان پاسخ این پرسش‌ها را یافت، رنج‌اش تسکین می‌یابد، پردهٔ ابهاماتش کنار می‌رود و معنای زندگی را درمی‌یابد.

## عالم هستی معنادار است

هر ذره‌ای در عالم هستی « حیات » دارد، زیرا مدام در حرکت و تحول است. هیچ چیز بی‌دلیل و بدون هدف نیست و هر ذره، ولو ناچیزترین، مبدئی معین، وظیفه‌ای مشخص و سرانجامی خاص دارد. بر سرچشمه و قلب عالم محسوس و نامحسوس، اندیشه‌ای بسیار توانا، با درایت، صاحب اراده، فعال و خیرخواه ... حضور دارد که بر همه چیز محیط و حاکم است. اینکه او را چه بنامیم؛ خالق، یهوه، خدا، الله، حق، وجود مطلق و ... اهمیتی ندارد، مهم این است که بدانیم او همان یگانه‌ای است که بنیان‌گذاران ادیان توحیدی او را شناخته‌اند و دانشمندان علوم تجربی، آثارش را در سازوکارهای (مکانیزم) حاکم بر موجودات زنده و جهان ذرات مشاهده کرده‌اند، بی‌آنکه الزاماً او را بشناسند. هر هستی‌ای از اوست و همه چیز، پس از رشد لازم (سیر کمال)، به او بازمی‌گردد.

نهایت رشد در ارگانیزم‌های زنده، از قبیل گیاهان و جانوران، مستقیماً قابل مشاهده است. مثلاً میوه، نهایت رشد طبیعی (کمال) شکوفه است. در انسان، جنین تبدیل به نوزاد و از آنجا به نوباوگی و جوانی و بعد به بالغ عاقل تکامل می‌یابد. به موازات فرایند رشد جسمی،

در تمامی موجودات، فرایند سیر کمال روحی\* نیز جریان دارد که به آن سیر کمال معنوی\* می‌گوییم. تأمین انرژی این فرایند، نیروی « جاذبه » ای است صعودی<sup>۱</sup> که در تمام موجودات ایجاد حرکتی درونی می‌کند به نام حرکت جوهری که جهتش همواره به سوی مبدأ است. اما در انسان، علاوه بر این حرکت جوهری عام و خودکار، حرکتی خاص، آگاهانه و ارادی در مسیر کمال روحی وجود دارد که جهتش تابع اختیار و ارادهٔ فرد است.

## انسان چیست؟

انسان در دنیای خاکی، موجودی است دو بُعدی: متشکل از جسم و روح. جسم بیولوژیکی جایگاهی (قالبی) است موقتی برای روح ملکوتی\* و در عین حال مکملی است ضروری برای سیر کمال معنوی « خود »<sup>۲</sup>. یا ارگانیزم روحی - روانی. انسان، در اساس، از روح ملکوتی تشکیل می‌شود که موجد هویت واقعی فرد است؛ و هموست که پس از مرگ جسم، باقی می‌ماند. پس می‌توان گفت انسان اساساً یک « موجود معنوی »، یا یک ارگانیزم روحی - روانی است در قالب جسم.

اما خود\* یا ارگانیزم معنوی انسان، موجودی انتزاعی و بدون هویت نیست، بلکه موجودی است « مادی »<sup>۳</sup>، ولی بی‌نهایت لطیف که معمولاً اندام‌های حسی جسمانی قابلیت درک آن را ندارند. این موجود، منشأ خودآگاهی، ادراکات، احساسات و استعدادهایی است که از

\* - عبارات \* دار، در پایان کتاب، قسمت واژه‌نامه، توضیح داده شده است.

۱ - در مرتبه و مقام، نه از نظر بُعد فیزیکی.

۲ - Self

۳ - یکی از دلایلی که ارگانیزم روحی - روانی انسان را موجودی « مادی » ولی بی‌نهایت لطیف در نظر می‌گیریم این است که مانند هر موجود مادی دیگر محکوم قوانین علییت است. در این مورد رجوع شود به کتاب معنویت یک علم است.