

خلاصه کتاب

آیا ذهن می‌تواند ساکت باشد؟

زندگی، یادگیری و مراقبه

نویسندگان: جیدو کریشنا مورتی

تهیه شده توسط تیم آموزشی رایبیز



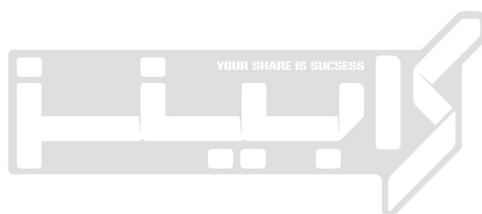
فهرست

پیشگفتار

بخش اول: کاوش‌هایی در زندگی

بخش دوم: کاوش‌هایی در یادگیری

بخش سوم: کاوش‌هایی در مراقبه



پیشگفتار

پس از ملاقاتی که با کریشنا مورتی داشتم، دیگر هرگز آدم قبلی نبودم. چیزی تغییر کرده بود. او با من کاری کرده بود که سال‌ها بعد درک کردم: او از حضورش استفاده کرده بود تا فکرکردن مرا متوقف کند و چیزی از درون شروع به برگشتن به سمت من کرد.

از آن‌پس، هر بار که می‌فهمیدم قرار است صحبت کند، سعی می‌کردم که حتماً شرکت کنم، و به همین ترتیب او نیز همیشه سعی می‌کرد که من حتماً دعوت شده باشم. من اغلب آنچه را که گفته می‌شد درک نمی‌کردم؛ اما به‌طوری‌که برای خودم نامعلوم بود پالایش می‌شد. در گفتگوهای بعدی همان اتفاق تکرار می‌شد: ما درباره چیزهای مادی مثل پیراهن و کفش شروع به صحبت می‌کردیم، و باز هم تغییری رخ می‌داد. لحن صدای او ضرورتاً تغییر نمی‌کرد، اما چیزی ظریف اتفاق می‌افتاد.

بخش اول: کاوش‌هایی در زندگی

هر انسانی برای انجام کارها به انرژی احتیاج دارد. انرژی‌ای وجود دارد که از طریق اختلاف به وجود می‌آید از طریق تضاد، از طریق نفرت و خشونت. انرژی‌ای وجود دارد که از طریق عمل به وجود می‌آید از طریق مقاومت،

از طریق ستیز؛ هر چه ستیز و تضاد بزرگتر باشد انرژی بزرگتر است. اگر شما استعدادی مانند نویسندگی یا سیاست دارید هر چه جاه‌طلبی بزرگتر باشد محرک بزرگتر است. برای هر روز به اداره رفتن، همراه با کسالت با شورش و شوق کم با نیاز به کنترل کردن دیگران، همه اینها انرژی، استقامت و محرک دائمی می‌طلبد. تارک دنیا در سلولش با تعهدهایش که در برابر هر شکلی از خواسته‌های طبیعی مقاومت می‌کند انرژی غریبی که او را در اعتقاد و فعالیت‌هایش تقویت می‌کند را پرورش می‌دهد. این انرژی شکلی از خشونت است. مذاهب در سراسر دنیا این‌گونه ادعا کرده‌اند که برای رسیدن به مقام والا شما نباید انرژی جنسی را حیفا و میل کنید؛ بلکه آن انرژی باید وقف خدا شود و بنابراین به انسان خدمت کند. این ریاضت همچون چیزی مقدس در نظر گرفته می‌شود، اگرچه این در غرب دارد از اثر می‌افتد و کشیشان و راهبان شروع به ازدواج کرده‌اند. این اتلاف نهایی انرژی، جنگ است و آماده‌شدن برای جنگ به وسیله تجهیزات جنگی.

مشاهده این که دنیا در حال سوختن است نه مشاهده روشن‌فکرمانه متظاهرانه، یا به صورت شفاهی تصویری را ساختن - بلکه دیدن واقعی انحطاط با ذهنتان با قلبتان با تمام وجودتان در نفس این دیدن آن حرکت از نو ساختن هست. این دیدن، این گوش کردن و این عمل همه یک حرکت واحد هستند نه مجزا از هم. دیدن و