

اینک و اینجا

گفتگوهای با اکهارت تله

گردآوری و ترجمه: وحید مهدیخانی

چاپ پنجم



سرشناسه: تول، اکهارت، ۱۹۴۸ - م.، مصاحبه‌شونده

Tolle, Eckhart

عنوان و نام پدیدآور: اینک و اینجا: گفتگوهایی با اکهارت تله/

گردآوری و ترجمه: وحید مهدیخانی.

مشخصات نشر: تهران: ترنگ، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۲۲۵ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۷۷۶-۶-۸

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: کتاب حاضر گردآوری و ترجمه از سایت‌های مختلف اینترنتی است.

عنوان دیگر: گفتگوهایی با اکهارت تله.

موضوع: تول، اکهارت، ۱۹۴۸ - م. -- مصاحبه‌ها

Tolle, Eckhart -- Interviews موضوع:

موضوع: زندگی معنوی

Spiritual life موضوع:

شناسه افزوده: مهدیخانی، وحید، ۱۳۵۵ - ، گردآورنده، مترجم

رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ ۹ الف ۹/ت ۶۲۴/BL

رده بندی دیویی: ۲۰۴/۴

شماره کتابشناسی ملی: ۴۴۳۶۲۶۲



اینک و اینجا

گفتگوهای با اکهارت تله

گردآوری و ترجمه: وحید مهدیخانی



 torang_pub
 @nashretorang
www.nashretorang.com



اینک و اینجا

گفتگوهای با اکهارت تله

مترجم: وحید مهدیخانی

صفحه آرایی: آتلیه ترنگ

لیتوگرافی و چاپ: پردیس دانش

چاپ پنجم: ۱۴۰۱

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۷۱۲۷-۰-۰

آدرس: خیابان کارگر جنوبی، خیابان روانمهر، تقاطع خیابان دانشگاه، کوچه میترا، پلاک ۷، واحد ۴

تلفن: ۶۶۴۰۳۵۲۰ / ۰۲۱-۶۶۴۷۰۳۷۶ / ۰۹۱۹۹۶۴۶۲۲۴

حق چاپ محفوظ است

nashretorang@gmail.com



فهرست

۷	 پیشگفتار مترجم
۹	 گفتگوی نخست؛ رهایی از خود
۲۱	 گفتگوی دوم؛ بهتر و بدتر شدن امور!
۳۱	 گفتگوی سوم؛ تعادل درون و بیرون
۴۳	 گفتگوی چهارم؛ سکوتی سرشار
۵۵	 گفتگوی پنجم؛ عبور از میان دیوانگی
۶۳	 گفتگوی ششم؛ بیداری
۷۹	 گفتگوی هفتم؛ عشق
۸۵	 گفتگوی هشتم؛ کنش بیدار
۹۵	 گفتگوی نهم؛ رهایی از فکر
۱۰۹	 گفتگوی دهم؛ معلم معنوی
۱۱۳	 گفتگوی یازدهم؛ حیوانات خانگی
۱۱۹	 گفتگوی دوازدهم؛ اشتیاق، لذت، پذیرش
۱۳۵	 گفتگوی سیزدهم؛ خلوت و تنهایی
۱۵۳	 گفتگوی چهاردهم؛ صدای درون سر
۱۷۱	 گفتگوی پانزدهم؛ دیوانگی جمعی بشر

پیشگفتار مترجم

اکهارت تله^۱ متولد ۱۹۴۸ در کشور آلمان است. او در دوران جوانی، سال‌های بسیاری را در انگلیس زندگی کرد و اکنون ساکن کشور کانادا است. دوران کودکی و جوانی‌اش تا سن بیست‌ونه سالگی در اندوه و افسردگی سپری شد. سرانجام در سن بیست‌ونه سالگی، شبی در اوج افسردگی و همراه با میل به خودکشی از خواب برخاست و با خود گفت: «من دیگر نمی‌توانم خود را تحمل کنم»؛ سپس، فکر عجیبی به ذهنش خطور کرد: «این خود کیست که من نمی‌توانم آن را تحمل کنم؟ آیا در من، دو «من» وجود دارد؟...» و همین باعث شد که «منِ ذهنی» کنار بروود و آرامش عجیبی او را فرا بگیرد. فردای آن شب، در اطراف لندن قدم زد و همه چیز برایش بدیع و جالب بود. خودش هم نمی‌دانست چه اتفاقی برایش افتاده است. فقط می‌دانست که رنج و اندوه به کلی از بین رفته و جایش را به آرامشی عمیق داده است. او پس از این تجربه حدود دو سال را بدون داشتن خانه و کار، در پارک‌های لندن گذراند؛ رفته‌رفته مردم جذب او شدند و درباره آرامشی که داشت و نحوه دستیابی به آن، از او سؤال کردند. همین سؤال و جواب‌ها، هسته اولیه تعالیم او را شکل داد؛ سپس، او به کانادا سفر کرد و تعالیمش را به صورت کتاب «نیروی حال» مکتوب کرد که در فهرست کتاب‌های پر فروش نیویورک تایمز قرار گرفت و از طریق همین کتاب به شهرت جهانی دست یافت.

1. Eckhart Tolle

محور تعالیمش بر لحظه حال متمرکز است و رهایی از فکر. همان طور که مولوی می گوید:

هست هشیاری ز یاد ماضی ماضی و مستقبلت پرده خدا
آتش اندر زن بر این دو تا به کی پُر گره باشی از این دو همچونی
تا گره با نی بود هم راز نیست همنشین آن لب و آواز نیست

اکهارت نیز، همچون مولانا، گذشته و آینده را پرده خدا می داند و مخاطب را به لحظه حال فرا می خواند و ریشه رنج بشری را در جریان پیوسته فکر می داند. وقتی که ذهن خالی از فکر شود، آرامش عمیق از راه می رسد و حقیقت وجود انسان آشکار می شود:

جمله خلقان سخره اندیشه اند زان سبب خسته دل و غم پیشه اند

سال هاست که اکهارت به کشورهای مختلف سفر می کند و دوره های معنوی برگزار می کند و برای خیل علاقمندان سخنرانی می کند. خوشبختانه کتاب های او در ایران چاپ شده و با اقبال عمومی مواجه شده است. به همین خاطر، بر آن شدم تا گفتگوهای مختلفی را که با او شده است به صورت یک کتاب گردآوری کنم. این کتاب که مجموعه پانزده گفتگو با اکهارت تله است، برای کسانی که با او آشنایی ندارند، بُب مطالب را بیان خواهد کرد و موجب آشنایی آن ها با تعالیم این استاد شهیر خواهد شد و کسانی هم که پیشاپیش با تعالیم او آشنا هستند، نکات بدیع و شرح های جالب بسیاری در آن خواهند یافت و بیش از پیش با عمق تعالیم او آشنا خواهند شد.

این گفتگوها ترتیب خاصی ندارد؛ بنابراین لازم نیست کتاب از ابتدا تا انتها با نظم خوانده شود.

شهریور ۱۳۹۷

وحید مهدیخانی

گفتگوی نخست؛ رهایی از خود

جی. ام.^۱: مایلم دربارهٔ تحول تو در سن بیست‌ونه سالگی صحبت کنم. در آن زمان - به قول خودت - شخصیت تو محو شد. بسیاری از مردم در طی زندگی‌شان سعی می‌کنند به چنین چیزی دست یابند و این امر در سن جوانی برای تو اتفاق افتاد. آیا می‌توانی کمی دربارهٔ آن صحبت کنی؟

اکهارت: من غمگین و مضطرب بودم. سعی نمی‌کردم روشن‌ضمیر یا چیزی از این قبیل شوم. من به دنبال جوابی برای معمای لاینحل زندگی بودم اما در عقل خود به دنبال جواب بودم. در فلسفه، دین و الهام عقلانی جستجو می‌کردم و هر چه بیشتر در آن سطح در پی جواب می‌گشتم، ناشادتر می‌شدم. سرانجام به نقطه‌ای رسیدم که این عبارت به ذهنم رسید: «من دیگر نمی‌توانم با خودم زندگی کنم.» این در کتاب **نیروی حال** هست. آن بخش از زندگی من - آن موجود - بسیار سنگین و دردناک شد. ناگهان من از خودم عقب کشیدم و چنان به نظرم رسید که دو تا من هست: من و خودی که نمی‌توانم با آن زندگی کنم. آیا من یکی هستم یا دو تا؟ و این امر مانند یک کوآن^۲ مرا

1. Josh max

۲. کوآن: معماهای لاینحل ذهن را گویند. م

تحریک کرد. آن به صورت خود به خود در من اتفاق افتاد. من به آن جمله نگاه کردم: «من نمی‌توانم با خودم زندگی کنم.» هیچ جواب عقلانی برای آن نداشتم. من کیستم؟ این خود کیست که من نمی‌توانم با آن زندگی کنم؟ پاسخ از سطح عمیق‌تری گرفته شد؛ من درک کردم که کیستم. اکنون که در مورد آن صحبت می‌کنم، مسئله به صورت ذهنی در می‌آید؛ زیرا من دارم از کلمات استفاده می‌کنم. اما آن ادراک، ورای کلمات بود. آنچه «من» به عنوان آگاهی، با آن هم هویت شده بودم، یک شکل بسیار سنگینِ ذهنی و احساسی بود که از افکار شکل گرفته بود و با یک میدان انرژی همراه بود. در آن لحظه، هم‌هویتی و یکی شدن با آن ساختار ذهنی در هم شکست و متلاشی شد. آنچه باقی ماند، یک آگاهی وسیع و آرام بود. همراه با آن، هویت گرفتن شکسته شد و به این خاطر، ساختار ذهنی احساسی و خودِ دروغین متلاشی شد. حسِ هویتِ من شکسته شد و با چیزی جایگزین شد که به زبان آوردنِ آن و قرار دادنِ آن در کلمات، بسیار دشوار است: بیداری، آگاهی. این کلمات فقط چند سال بعد، از راه رسید. من حتی نمی‌توانستم دربارهٔ آن حرف بزنم. سال‌ها اندوهگین و مضطرب بودم و اکنون ناگهان در آرامشی عمیق قرار گرفته بودم.

جی. ام: آیا فکر می‌کنی تحول تو بیشتر با رهایی از اضطراب و نگرانی سر و کار داشت تا رسیدن به آرامش؟

اکهارت: بله. آن واقعاً به دست آوردن چیزی نبود، بلکه درکی بود که حاصلِ رهایی از هویت گرفتن بود. چیزی به طور ناگهانی آنجا بود که در واقع همیشه آنجا بوده اما به طور پیوسته توسط یکی شدن با ساختار سنگینِ ذهنی، پوشیده شده بود. همچنان که من به کار با مردم پرداختم، فهمیدم که هر موجود انسانی بدون توجه به اینکه او چقدر مضطرب، غمگین، آشفته و ترسان است، آن بُعد را دارد؛ بنابراین من درک کردم که چرا برخی از مرشدان گاهی می‌گویند: «شما پیشاپیش روشن‌ضمیر هستید.» آن بُعد، پیشاپیش وجود دارد

و فقط نیاز به کشف دارد. چیزی است که نیاز به آشکارسازی دارد؛ نیاز به تشخیص دارد.

جی. ام: هنگامی که من به اینجا قدم نهادم، هیچ تصویری نداشتم که با چه کسی دیدار می‌کنم. من کتاب‌های تو را خوانده‌ام اما هرگز تو را جز به واسطهٔ عکس ندیده بودم. هنگامی که در را باز کردی، مانند این بود که خورشید در اینجا طلوع کرد. ناگزیر هر گونه احتیاط و شرم را فراموش کردم و تقریباً از خنده ترکیدم.

اکهارت: علت این امر آن است که در آن دیدار، تقریباً هیچ فکری در مورد اینکه تو چه کسی هستی یا من چه کسی هستم، وجود نداشت. گشودگی آگاهی وجود داشت که خودش را در موجود انسانی دیگری تشخیص می‌داد و این امر فوق‌العاده سرور انگیز است، هم برای خود شخص و هم برای دیگری؛ زیرا که در آن لحظه آن‌ها خودشان را بیشتر احساس می‌کنند.

جی. ام: ملاقات با چنین شخصی نادر است. چیزی که هنگام گوش دادن به سی‌دی تو به نام سکون سخن می‌گوید، مرا تحت تأثیر قرار داد، این بود که تو می‌گویی مردم خودشان را رنجور می‌سازند و در نتیجه دیگران را رنجور می‌سازند. به فکر من خطور نکرده بود که شخصی که به طور عاداتی مسئله و چیزهای مصیبت‌بار می‌یابد، هر کسی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، همان‌طور که خندهٔ تو در من تأثیر کرد.

اکهارت: بله، آن در هر کسی تأثیر می‌کند. آن هر کسی را در تراژدی خود می‌کشد و قصدش هم همین است. آن هم در سطح فردی روی می‌دهد و هم می‌توانی آن را در شرکت‌ها و امور سیاسی ببینی. من گاهی با افرادی دیدار می‌کنم که برای شرکت‌ها کار می‌کنند و می‌گویند که شگفت‌آور است که در آنجا هر کاری انجام می‌شود، بدون اینکه اصلاً ملاحظه شود که چه انرژی عظیمی از طریق تضاد درونی سازمان، بیهوده سوخته می‌شود و هدر می‌رود و این امر زندگی همه را رنجور می‌کند.

جی ام: بله، من برای چند سازمان رسانه‌ای بزرگ کار کرده‌ام و از جنگ‌هایی که هنگام قدم نهادن به دفتر کاری آن‌ها دیده‌ام، متحیرم؛ این‌ها مردمی‌اند که به ما می‌گویند در جهان چه می‌گذرد! هنگامی که آن را در این سطح می‌بینی، اخبار را خیلی جدی نگرفتن آسان‌تر می‌گردد. آن فقط نظرگاه یک فرد است.

اکهارت: بله، گاهی آن را حتی در سازمان‌های دینی هم می‌یابی؛ چون دین در بسیاری موارد، واقعاً یک ایدئولوژی است. من همهٔ ادیان را محکوم نمی‌کنم؛ این کار درستی نخواهد بود. اما مردم تا حد وسیعی خودشان را از هویت گرفتن با تفکر شرطی‌شدهٔ خود آزاد و رها نکرده‌اند. من می‌دانم که در هستهٔ هر دینی حقیقت وجود دارد، البته در برخی موارد به طور سنگینی پوشیده شده است اما وجود دارد. هنگامی که هر سازمان شکل می‌گیرد، آنچه روی می‌دهد این است که نفس تقویت می‌شود؛ ساختار ذهن نفسانی تقویت می‌شود.

جی ام: تو می‌گویی «همهٔ ادیان»، آیا در همهٔ ادیان، از جمله یهودیت، مسیحیت، اسلام تحقیق کرده‌ای؟

اکهارت: بله، برخی را بیشتر از بقیه: بودیسم، مسیحیت، تا حدودی هندویسم. در هستهٔ آن‌ها، حقیقت می‌درخشد. گاهی مجبوریم خیلی عمیق نگاه کنیم اما وجود دارد.

جی ام: همچنین من از تفسیر تو از صلیب به عنوان سمبلی از «ارادهٔ تو انجام شود» تحت تأثیر قرار گرفتم.

اکهارت: صلیب اساساً یک سمبل دوگانهٔ عجیب است. آن یک وسیلهٔ شکنجه است. از نظر من، مسیح برای بشریت برخاست؛ بنابراین این مرد به آن وسیلهٔ شکنجه می‌خکوب شد در حالی که کاملاً بیچاره و در رنجی عمیق

۱. جملهٔ نهایی مسیح در بالای صلیب. م

بود. در آن نقطه، تسلیمی کامل به آنچه که هست، شکل گرفت: «اکنون نه ارادهٔ من، بلکه ارادهٔ تو انجام شود.» در آن لحظه، اهمیت نمادین صلیب از وسیلهٔ شکنجه به نمادی الهی تغییر کرد. از این رو، آنچه صلیب به آن اشاره می‌کند این است که خود همان چیزی که به نظر می‌رسد که در سر راه ادراک شما از اینکه چه کسی هستید قرار دارد، خود رنجی که با بودن در این جا، در این قلمرو فیزیکی حاصل می‌شود - زیرا نهایتاً شکلی از رنج کشیدن برای همه رخ می‌دهد - می‌تواند گشایشی شود به سوی آنچه ما آن را الوهیت می‌نامیم. اگر خوش‌شانس باشید، بلا و مصیبت قبل از اینکه شکل فیزیکی از دست برود و شکل روانی منحل گردد، از راه می‌رسد. این امر گاهی از طریق مصیبت و فاجعه‌ای عظیم اتفاق می‌افتد؛ هنگامی که مردم همه چیز را از دست می‌دهند یا در می‌یابند که زمان خیلی زیادی برای زیستن ندارند، آن‌ها با مصیبتی فوق‌العاده روبرو می‌شوند که به آسانی توضیح‌دادنی نیست. فلسفه‌ها در رویارویی با بلایی عظیم از هم می‌پاشند. قبل از ضربهٔ روانی، آن‌ها ممکن است فلسفه یا باورهای دینی داشته باشند اما وقتی که بسیاری از مردم با مرگِ معشوق یا فرزند یا همسرشان روبرو می‌شوند، ناگهان اعتقادات خود را مورد سؤال قرار می‌دهند: «این نباید برای من اتفاق می‌افتاد. من با خدا قرارداد تجاری داشتم. من نباید رنج می‌کشیدم.» ذهن - «من» - از هم می‌پاشد، توضیحات کم‌رنگ می‌شوند؛ بنابراین شما در حالی که با مصیبت روبرو شده‌اید، نمی‌توانید آن را توضیح بدهید و آن ظاهراً موجودیتِ چیزی عمیق‌تر را انکار می‌کند. به نظر می‌رسد که صلیب بین شما و بُعد ماورایی عشق ایستاده است اما به طور عجیبی خود همان صلیب، گشایش هم است. یک کسی آن را این‌گونه توضیح داده است: «آنچه که بر سر راه قرار می‌گیرد، راه است» و شما این را هنگامی درک می‌کنید که دیگر به طور درونی در برابر

شکلی که این لحظه به خود می‌گیرد، مقاومت نمی‌کنید. من آن را «بودش»^۱ این لحظه می‌نامم.

جی ام: چه یک فاجعه و مصیبت باشد، چه صدای بوق در حالی که شخص مشغول کار است؟

اکهارت: بله، در مورد یک چیز کوچک، یا یک چیز بزرگ، مقاومت کردن اساساً مکانیزم یکسانی دارد. یک «نه» درونی به آنچه که هست. از آنجا که اکنون همه چیز است که در زندگی شما هست، کل زندگی شما به صورت **لحظه حال** آشکار می‌شود. مردم آن را درک نمی‌کنند. اما همه آنچه آن‌ها همواره دارند، «این» است؛ این لحظه؛ همواره. به زبان آوردن آن، بسیار عجیب به نظر می‌رسد. زندگی شما همواره این لحظه است، نه بیشتر و نه کمتر. اما «این» تنها چیزی است که اکثر مردم به طور ناآگاهانه از آن فرار می‌کنند. آن‌ها همواره در یک لحظه آینده هستند که امیدوارند در آن، چیزها بهتر یا ارضاکنده‌تر باشند، یا آن‌ها به طور ذهنی یک لحظه آینده را فرافکنی می‌کنند که آن را ترسناک می‌بینند. آن‌ها به ناچار این امر ممکن را در نظر می‌گیرند که چیزی ممکن است در آینده به خطا برود و باید اکنون به آن رسیدگی کنند. آن‌ها از سرزندگی و طراوتی که واقعاً وجود دارد و در زمان حال مخفی شده است، غافل هستند. فرار کردن، انکار و مقاومت در برابر این لحظه، هماهنگ نبودن با اکنون، یک عادت ذهنی جمعی است. همه آن را به عنوان بخشی از شرطی‌شدگی ذهن جمعی به ارث می‌برند. آن‌ها از والدین‌شان، از مدارس‌شان یاد می‌گیرند که این‌گونه زندگی کنند. آن‌ها احتمالاً حتی خود ساختار ذهن را هم که آن نوع آگاهی را ایجاد می‌کند، به ارث می‌برند. اما یک انتقال و جابه‌جایی در بشریت و آگاهی در حال اتفاق افتادن است؛ زیرا آن اکنون باید اتفاق بیفتد. اگر آن اکنون اتفاق نیفتد، احتمالاً نوع بشر زنده

1. Is-ness.

نمی‌ماند. کژکاریِ ذهنِ انسان و شرطی‌شدگیِ آن، دارد برای سیاره و بشریت غیرقابل تحمل می‌شود. مردم دیگر نمی‌توانند با خودشان زندگی کنند، سیاره دیگر نمی‌تواند با انسان‌ها زندگی کند! کژکاری از طریق تکنولوژی بسیار بزرگ شده است. در حالی که در گذشته، یک انسان جنگجو می‌توانست چند صد نفر را با یک شمشیر بکشد. اکنون، همان کژکاری بزرگ‌نمایی شده است. ما تسلیحاتی داریم که از آن‌ها برای نابودی این سیاره استفاده می‌کنیم. علاوه بر این، داریم باعث آلودگی، نابودی جنگل‌ها و ... می‌شویم. جلوه‌های بی‌شماری از استفاده هوش بشری در خدمت کژکاری و دیوانگی وجود دارد. این یک همجواری عجیب است. انسان‌ها باهوش هستند اما اگر به تاریخ نگاه کنید یا حتی تلویزیون تماشا کنید، آن‌ها همچنان به گونه‌ای باورنکردنی احمق هستند.

جی ام: در مورد تخریب دست جمعی صحبت کردی. در این باره ما چه باید بکنیم؟ در مورد کشورهایی که آرزو دارند به کشور ما صدمه عظیمی وارد کنند، چه باید بکنیم؟ اگر طرف مقابل متمایل به خودکشی باشد، چاره چیست؟ اگر تو یک ارتش بزرگ در دست داشته باشی، چه می‌کنی؟

اکهارت: من نمی‌دانم که چه خواهم کرد؛ چون من فقط می‌توانم بدانم که چه چیزی در یک موقعیت واقعی که تقاضای پاسخ دارد، درست است. هنگامی که به یک فرضیه نگاه کنی، بسیار سخت است.

آنچه ما می‌توانیم انجام دهیم این است که به کژکاری در جنبه‌های جمعی آن نگاه کنیم و اکنون داریم نگاه می‌کنیم. ما می‌توانیم برای مثال، آنچه را در شرق و غرب با نزاعی کاملاً دیوانه‌وار بین برخی کشورها روی می‌دهد، ببینیم. ما می‌توانیم ببینیم که هر طرف دعوا کاملاً تصور می‌کند که وضعیت ذهنی‌اش، وضعیت درست است. هر طرف نزاع، خودش را قربانی طرف دیگر می‌بیند.

یک نویسنده‌ای بود که من پارسال کتابش را می‌خواندم. او گفته هر طرف دعوا، نمی‌تواند هیچ روایتی جز روایت خودش را بفهمد. این هم درست است. روایت به معنای داستانی است که شما از طریق آن، واقعیت را تفسیر می‌کنی. مردم داستان‌های جمعی دارند که منظر و وضعیت ذهنی آن‌ها است. البته، هنگامی که آن‌ها آن را برای شما توضیح می‌دهند، مطلقاً درست به نظر می‌رسد. آن‌گاه نزد طرف دیگر نزاع می‌روی و آن‌ها برای تو توضیح می‌دهند و آن هم مطلقاً درست به نظر می‌رسد. هر دو طرف چنان در روایت خود، در وضعیت‌های ذهنی خود و در هویت‌های خود سنگر گرفته‌اند که نمی‌توانند هیچ چیز دیگری را ببینند. آن‌ها در واقع خود همان چیزی را که در هسته کژکاری بشری قرار گرفته، نمایان می‌کنند. در آنجا شما آن را در جلوه جمعی‌اش می‌بینید. برای رفتن به ورای دوگانگی... باید بگویم که در اینجا منظر و دیدگاه مطرح است و من می‌توانم علاوه بر دیدن منظر خود، منظر تو را هم ببینم. اگر هر دو طرف بتوانند این کار را انجام دهند، حتی اگر یک طرف بتواند این را انجام دهد، پایانی برای دیوانگی وجود خواهد داشت. دیوانگی فقط توسط هر دو طرف، دوام می‌یابد.

شما می‌توانید همین امر را در روابط شخصی ببینید. برای نمونه، در ازدواج‌ها که وضعیتی همچون میدان رزم دارند، ببینید. هر دو طرف، سنگر گرفته‌اند. این نیاز فزاینده به برحق بودن وجود دارد. معنای نهایی و غایی آن، این است که آن‌ها با فکر یکی شده‌اند. آن‌ها از ساختار فکر، از وضعیت ذهنی و وضعیت فکر، قدم بیرون نهاده‌اند.

راه خروج از دیوانگی، تشخیص فکر فقط به عنوان فکر است. دیدن جریانِ تفکرِ خودتان، دیدن اینکه هیچ فکری نمی‌تواند در هیچ وضعیتی کل حقیقت را در بر گیرد. شما باید از فکر قدم بیرون بگذارید تا آن را ببینید. باید شاهدهی باشید خارج از فکر.

بعضی از مردم به خاطر رنج بردن، از فکر خارج می‌شوند. دیگران می‌توانند با دیدن اینکه فکر، کژکار است، از آن خارج شوند. یک تروریست که رنج را بر مردم بی‌گناه تحمیل می‌کند، هزاران نفر را می‌کشد و خودش را منفجر می‌کند، چگونه است که نمی‌تواند آنچه را دارد انجام می‌دهد، ببیند؟ او به این خاطر نمی‌تواند ببیند که موجودات انسانی دیگر را که در اطراف او هستند، به یک تصور ذهنی فروکاسته است. او یک برچسب ذهنی روی موجودات انسانی دیگر یا گروه‌های انسانی یا هر آنچه او آن‌ها را می‌نامد، می‌گذارد: کافر؛ شر. همین‌که موجودات انسانی دیگر را به تصویری ذهنی بدل می‌کنید، روی زنده بودن ذاتی آن‌ها سرپوش می‌گذارید، شما این کار را با خودتان نیز انجام می‌دهید. شما با تصویری خودساخته از اینکه چه کسی هستید، هویت می‌گیرید. از آنجا که شما برحق هستید، از آنجا که معتقدید که در تصرف حقیقت هستید، می‌توانید خشونت را بر دیگران تحمیل کنید بدون اینکه دیگر احساسی داشته باشید؛ چون پیشاپیش خود را غیرحساس کرده‌اید. شما سرزندگی خود را کشته‌اید؛ بنابراین هنگامی که از سطح فکر عمل می‌کنید، خشونت بسیار آسان می‌شود. فکر به علاوه احساس بسیار مخربی که آن افکار مخرب را همراهی می‌کند چیزی است که تروریست‌ها را تحریک می‌کند. همان‌طور که مسیح بالای صلیب گفت: «آن‌ها نمی‌دانند که چه کار می‌کنند.» به بیان معنوی، آن‌ها کاملاً ناآگاه هستند.

«ناآگاهی» به معنای کاملاً با فکر یکی شدن است. شخص، واقعیت را به یک تصور فرو می‌کاهد. خشونت بسیاری در این راه شکل می‌گیرد. تروریست‌ها تنها افرادی نیستند که ناآگاه هستند. آمریکا مقدار مہیبی تسلیحات کاملاً احمقانه تولید می‌کند: هم بیولوژیکی و هم شیمیایی. آن‌ها شیطانی‌ترین تسلیحات را می‌سازند. در هر صورت اگر از آن‌ها استفاده شود، روی زمین جهنم به پا خواهند کرد.

چرا آن‌ها روی این امر کار می‌کنند؟ آن‌ها دانشمندان باهوشی هستند، هزاران نفر از آن‌ها روی این امر کار می‌کنند. خود دولت حامی مالی آن‌هاست. چه منظوری در ساختن این تسلیحات وجود دارد اگر استفاده از آن‌ها باعث ایجاد جهنم بر روی زمین می‌شود؟ آیا آن‌ها پیشاپیش تسلیحات کافی ندارند؟ بنابراین عبارت مسیح در اینجا هم قابل اعمال است: «آن‌ها نمی‌دانند که دارند چه کار می‌کنند.» می‌توانی ناآگاهی بشر را در اشکال بسیار زیادی ببینی. می‌توانی آن را به صورت بسیار آشکار در تروریست‌ها ببینی. گاهی دیدن دیوانگی در دیگران آسان‌تر است اما ما باید آن را در خودمان هم ببینیم.

جی ام: شخص چگونه باید آن را انجام دهد؟ تو چگونه آن را انجام می‌دهی؟

اکهارت: خب، آن ابتدا باید در سطح شخصی انجام شود. برای مثال، در مورد خودم، من سعی می‌کنم بینم هنگامی که دارم با کسی صحبت می‌کنم، هنگامی که ایده یا عقیده‌ای را منتشر می‌کنم و آن عقیده توسط شخص دیگری مورد سؤال قرار می‌گیرد، چگونه با وضعیت ذهنی خودم هویت می‌گیرم. ممکن است بگویند: «نه، تو اشتباه می‌کنی، این طور نیست.» اگر من بتوانم خشمی را که با آن از موقعیت خودم دفاع می‌کنم، مشاهده کنم، دارم عملاً آگاه‌تر می‌شوم؛ زیرا با مشاهده آن، چیز دیگری شکل می‌گیرد که تفکر شرطی شده نیست، بلکه هشیاری و آگاهی است.

جی ام: به جای اینکه بگویی: «نه، تو اشتباه می‌کنی»؟

اکهارت: بله. چون وقتی که مردم درگیر برحق بودن هستند و در حال دفاع کردن از موقعیت ذهنی خود هستند، مقدار بسیار زیادی از حالت تدافعی و خشونت، پیشاپیش حاصل شده است. چرا دو نفر هنگامی که دارند از یک موقعیت ذهنی دفاع می‌کنند، این قدر برانگیخته می‌شوند و در برخی موارد، حتی خشمگین می‌گردند؟ چونکه آن، چیزی است که آن‌ها احساس‌شان از

شکل خویشتن خود را از آن می‌گیرند. فکر خویشتنی شده که آن‌ها روی آن سرمایه‌گذاری کرده‌اند.

این امر همان اساس و بنیان کژکاری است: اینکه انسان‌ها احساس‌شان از خویشتن خود را از فکر می‌گیرند. این یک توهم است. چون آن کسی که آن‌ها هستند، بسیار بسیار عمیق‌تر از فکر است. آن‌ها فقط هنگامی می‌توانند آن‌را درک کنند که از افکارشان فاصله بگیرند و آن‌ها را مشاهده کنند. چه کسی یا چه چیزی است که می‌تواند مشاهده کند که شما با یک موقعیت ذهنی هویت گرفته‌اید؟ چه کسی یا چه چیزی در شما قادر است خشمی را مورد توجه قرار دهد که هنگامی که شما شروع به دفاع کردن از موقعیت خود می‌کنید، شکل می‌گیرد؟ آن‌گاه شما می‌توانید بپرسید: «آه، چه روی می‌دهد؟ من دارم از چه چیزی دفاع می‌کنم؟» شما دارید از یک احساس توهمی از خویشتن خود - از حسی که از خود و ساختار ذهنی‌تان دارید - دفاع می‌کنید. این عین کژکاری است، که در یک مقیاس کوچک، نسبتاً بی‌ضرر به نظر می‌رسد اما این همان کژکاری است که تروریست‌ها را اداره می‌کند.

بنابراین فقط در خودتان می‌توانید آن را تشخیص دهید و اگر آن را ببینید، ریشه کژکاری و دیوانگی انسان را می‌بینید: یکی شدن با فکر. اما لحظه‌ای که آن را ببینید، پیشاپیش یک قدم به بیرون از آن نهاده‌اید. دیدن آن، بخشی از کژکاری نیست؛ بنابراین به بیان دیگر، هنگامی که شما می‌بینید که دیوانه هستید، دیگر دیوانه نیستید. این شکل گرفتن چیزی جدید در بشریت است. من گاهی آن را آگاهی شرطی نشده می‌نامم. اما آن همچنین یک میدان سکون است که در آنجا شما ریشه‌های از هم گسیخته ذهن انسان را می‌بینید. آن روندی است که یک‌بار که آشکار شود، دیگر نمی‌تواند برعکس شود، بلکه بیشتر و بیشتر آشکار می‌شود و شما کمتر و کمتر با ساختار فکر هویت می‌گیرید. آن‌گاه فکر، دیگر کژکار نخواهد بود. آن واقعاً زیباست و می‌تواند برای منظوره‌ای مفید به کار گرفته شود. آن شگفت‌انگیز است. شما دیگر در

ساختار فکر به دنبال هویت نمی‌گردید؛ زیرا اکنون می‌دانید که آن کسی که واقعاً هستید، عمیق‌تر از فکر است. شما خود هشیاری و آگاهی‌ای هستید که مقدم بر فکر است.

شما سکون هستید که عمیق‌تر از فکر است و بسیار وسیع‌تر از فکر است. ما آن را «سکون» می‌نامیم، اما این فقط یک کلمه است. ما آن را به یک چیز تقلیل داده‌ایم. آن بیش از این است. آن خود آگاهی است، آگاهی شرطی نشده، که اساس و بنیان هر موجود انسانی است. این همان چیزی است که هنگامی که شما با هر کسی در یک حالت باز و با توجهی آگاهانه ملاقات می‌کنید، بدون اینکه به او از نظر ذهنی برچسب بزنید یا او را قضاوت کنید، اتفاق می‌افتد. این به طور چشمگیری روابط انسانی را تغییر می‌دهد. هنگامی که آگاهی حضور، میان موجودات انسانی عمل می‌کند، آن‌ها دیگر توسط ساختار ذهن کنترل نمی‌شوند. در عمیق‌ترین سطح، آن همچنین عشق است. آن تنها بُعدی است که از طریق آن، عشق می‌تواند به این جهان وارد شود.