

سخنان و گفتار رهایی بخش اشو

OSHO

× 200

- 1 قصد من تنها آن است که تو را باز به خود برگردانم. تو دزدیده شده ای! بر توحجایی افکنده اند و به هر طریق ممکن شرطی ات کرده اند تمام درهای منتهی به خودت را بسته اند. تمامی کار من آن است که در تو درها و پنجره ها بگشایم و اگر بتوانم تمامی دیوارها را فرو بریزیم و در زیر آسمان رهایت کنم؛ آن گاه در خواهی یافت که مذهب چیست...
- 2 پیام من نظریه فلسفی نیست، بلکه نوعی کیمیاگری است! دانش تحول روحانی است بنابراین فقط آنان که مایلند بر آنچه هستند بمیرند و دوباره متولد گردند؛ فقط این عده از مردم با شهامت و شجاع که معدودند آماده شنیدن پیام من هستند. زیرا شنیدن این پیام نیز مخاطره آمیز است. با شنیدن شما نخستین گام را برای زایش دوباره برداشته اید. پیام من چیزی کمتر از مرگ و زایش مجدد نیست!
- 3 جهنم از اون جایی شروع میشود که اولین آرزو شکل میگیرد و بهشت اون جایی هست که هیچ درخواست و آرزویی نباشد!
- 4 جای یگ چیز را در زندگی عوض کن تا زندگی زیبا شود! بجای ترس از خدا، عشق را جایگزین کن!
- 5 هرچیزی که در این دنیا میبینی در تضاد است! شب و روز، خوب و بد، زشت و زیبا، عشق و تنفر ... اما با عبور از تمام این تضاد ها، به حقیقتی میرسیم که همیشه اسمش را خدا گذاشت.
- 6 عشق، دلیلی برای وجود اثبات خداوند است.
- 7 شاد باش! مراقبه خودش به تو دست خواهد داد. مسرور باش زیرا دین خودش دنبالت خواهد آمد. شادمانی شرط اصلی است. مردم تنها وقتی مذهبی هستند که نگران و اندوهگین هستند و بهمین دلیل تمام مذهبشان دروغ است!
- 8 گل سرخ گل سرخ است و خار، خار. نه خار بد است و نه گل سرخ خوب. اگر انسان از روی زمین محو شود، گلهاي سرخ آنجا خواهند بود و خارها نیز آنجا اما دیگر کسی نیست بگوید گلهاي سرخ خوبند و خارها بد.
- 9 عشق یک آینه است. رابطه ی واقعی آینه ای است که در آن دو عاشق چهره ی یکدیگر را می بینند و خدا را باز می شناسند.

این راهی به سوی پروردگار است.

- 10 همه باورها خفه کننده اند و همه ی سرسپردگیها به تو کمک میکنند تا زنده ی واقعی نباشی. آنها موجودیت تو را می میراند
- 11 شجاع ادمی است که میترسد ، اما علیه ترسش اقدام میکند ؛ ولی ترسو ادمی است که میترسد اما با ترسش سر میکند . با هم تفاوت ندارند ، هر دو ترسو هستند . شجاع ادمی است که علی رغم ترسش پیش میرود ، ترسو ادمی است که دنباله روی ترس خود است . اما يك ادم كامل نه این است و نه ان ؛ او فاقد ترس است و بس
- 12 مردم میگویند عشق کور است زیرا نمیدانند عشق چیست . من به تو میگویم که فقط عشق چشم دارد به غیر از عشق همه چیز نا بیناست
- 13 همه تلاش دین این است: چطور ذهن را کنار بگذار و به سوی زندگی حرکت کن چطور ساز و کار تکراری را ترک کن و چطور به پدیده ی همیشه تازه و همیشه سبز هستی قدم بگذار
- 14 مرگ تنها برای آن عده زیباست که زندگی خود را زیبا سپری کرده اند آنان که از زیستن نهراسیده اند، آنان که به قدر کافی شهامت زندگی کردن داشته اند، مرگشان جشن است
- 15 ژرف زندگی کن، از ته دل زندگی کن، یکپارچه با تمام وجود به طوری که وقتی مرگ در زد آماده باشی... آماده چون میوه ای رسیده برای فرو افتادن از درخت. تنها نسیمی ملایم می وزد و میوه فرو می افتد؛ گاه حتی بدون هیچ نسیمی، میوه به سبب سنگینی و رسیدگی از درخت می افتد. مرگ نیز باید چنین باشد و این آمادگی باید با زندگی کردن فراهم آید...
- 16 همه باورها خفه کننده اند و همه سر سپردگی ها به تو کمک میکنند تا زنده واقعی نباشی، آنها موجودیت تو را می میراند
- 17 زندگی نه کیفر که پاداش است. با فرصت عظیمی که برای رشد یافتن دیدن دانستن درک کردن و بودن به تو ارزانی داشته اند تو را پاداش داده اند. من زندگی را روحانی میخوانم. در حقیقت از دید من زندگی و خدا مترادف یکدیگرند
- 18 واقعی تر زندگی کن. نقابها را کنار بگذار . آنها بر قلبت سنگینی میکنند. همه ی ریاکاریها را کنار بگذار . عریان باش البته خالی از دردسر نخواهد بود اما همین دردسر ارزش آن را دارد زیرا تنها پس از آن دردسر است که رشد پیدا میکنی و بالغ میشوی
- 19 دلسوزی تنها هنگامی سر بر می آورد که بتوانی ببینی که همه با تو خویشاوندی دارند. دلسوزی تنها هنگامی پدید می آید که ببینی تو عضوی از همه و همه عضوی از تو هستند. هیچ کس جدا نیست. وقتی توهم جدایی کنار رفت دلسوزی سر بر می آورد
- 20 عشق نخستین گام به سوی خداست و تسلیم آخرین گام و این دو گام کل سفر است
- 21 هر لحظه را چنان با شکوه زندگی کن که گویی واپسین لحظه زندگی است... و کسی چه میداند؟! شاید که واپسین لحظه باشد....!
- 22 به مردم کمک کن طبیعی باشند . به مردم کمک کن آزاد باشند. به مردم کمک کن خودشان باشند . هرگز سعی نکن کسی را به زور وادار به کاری کنی ، به زور بکشی و به زور هل بدهی و تحت کنترل خودت در آوری . اینها همه ترفند های نفس هستند
- 23 گنج تو وجودت است؛ جای دیگر به دنبالش نگرد! همه قصر ها و همه ی پل هایی که به قصر ختم میشوند مهمل و بی معنی اند، تو باید پل خود را در درون وجود خود خلق کنی! قصر آنجاست؛ گنج هم آنجاست...
- 24 کل کائنات یک شوخی است! بعضی ها آن را لی لا و بعضی ها مایا میخوانند (به معنی رویا) این تنها یک لطیفه و یک بازی است و روزی که این را فهمیدی به خنده می افتی و آن خنده هرگز متوقف نخواهد شد! همینطور ادامه خواهد داشت، این خنده به سراسر پهنه ی کائنات گسترش خواهد یافت!
- 25 متدین واقعی به هیچ مذهبی، به هیچ ملتی، به هیچ نژادی و به هیچ رنگی تعلق ندارد! او به کل انسانیت تعلق دارد
- 26 دانش مانع از شناخت است . وقتی پرده دانش فرو می افتد ، گل شناخت شکفتن میگیرد

- 27 هر جانوري مستعد پير شدن است ولي رشد كردن امتياز انحصاري انسان است و فقط تعداد انگشت شماري مدعي اين امتياز هستند، در زندگي رشد كردن يعني حركت به اعماق درون؛ همانجا كه ريشه هایت قرار دارند
- 28 قلب هرگز پرسشي ندارد؛ با اين وجود پاسخ را دريافت ميكند! ذهن هزار و يك سوال دارد با اين حال هرگز پاسخي در يافت نميكند! زيرا نميداند چطور دريافت كند
- 29 خنده عبادت است! اگر بتوانی بخندی چگونه عبادت كردن را آموخته ای. جدی نباش! آدم جدی هرگز نمیتواند مذهبی باشد، آدمی كه بتواند بی چون و چرا بخندد آدمی كه همه مسخرگی و همه ی بازی زندگي را می بیند در میان آن خنده به اشراق میرسد
- 30 تو كساني كه دوستشان داري و كساني كه از آنها متنفري همگي جلوه هاي خداوند هستند، همین جمله کوتاه ميتواند تمام زندگيت را دگرگون سازد. لحظه اي كه فرد دريابد كه همه چيز يكي است عشق به خودي خود طلوع ميكند و اين يعني تصوف
- 31 بي وقفه آزاد بوده ام تا هرگز نتواني از من جزميتي بنا نهي. اگر بخواهي چنين كني، فقط خود را ديوانه كرده اي! ارثيه واقعا وحشتناكي براي محققان بجا گذاشته ام! از حرفهاي من چيزي نخواهند فهميد!! همین خوب است كه كسي نمیتواند آئين يا كيش خاصي از من بسازد. نه! اين ناممكن است... واژه هايم تو را مي سوزانند، ولي نمیتواني هيچ گونه الهيات يا جزميتي از آنها بسازي. ميتواني راهي براي زندگي بيابي ولي نه جزميتي تا با تكيه به آنها موعظه كني. ميتواني شراب شورش را از اين جام بنوشي ولي نمیتواني درونمايه اي انقلابي را با تار و پود آنها ببافي. واژه هايم تنها آتش بپا نمي كنند! اينجا و آنجا باروت را نيز چاشني آنها كرده ام تا براي قرنها انفجار ايجاد كنند! بيش از آن كه لازم است باروت ريخته ام تا انفجار محتوم باشد! آنكس كه ميخواهد از من كيش خاصي بيافريند، كمابيش با هر جمله اي به دردسر خواهد افتاد!
- 32 تو خواهان قدرتي تا آزار برسانی. و گرنه عشق كافيست، مهربانی كافيست
- 33 اگر نتوانی تنها باشی، پيوند تو دروغين است. اين تنها نيرنگی است تا از تنهائی فرار کنی، همین و بس
- 34 بگذار بگويم كه در جامعه اي غير آزاد ميتواني آزاد باشی، در جهانی سیاه بخت، سعادت مند باشی. مانعی از سوی ديگران نمیتواند وجود داشته باشد، ميتواني دگرگون شوی
- 35 ذهن تنها زمانی در صحنه می ماند كه به تمامی در چيزی نباشی. در هر كار و هر چيز، تام و تمام باش تا ذهن نتواند حتی برای لحظه اي تو را آزار دهد
- 36 عشق چنان از احترام سرشار است كه آزادی را هديه می كند. و اگر عشق آزادی به همراه نياورد، عشق نيست؛ چيز ديگرست
- 37 نخست راه را برو، سپس با تمام وجود خود را در آن درياب - فقط بعد از آن است كه ميتواني دستان ديگری را بگیری و راه را به آن نشان دهی
- 38 مكاشفه بخوانش، آگاهی يا چيز ديگر، اينها نام هاي بيش نيستند، اما سكوت محض است كه ذات و جوهر است. هيچ چيز در تو تلاطم را باعث نميشود، هيچ بادی در تو موج ايجاد نميكند و در اين حالت است كه به ملكوت قدم ميگذاری
- 39 زندگي راه هاي خود را ميچويد. لحظه اي كه شروع ميكنی همه چيز را مديريت كنی، آنها را ضايع ميكنی. بگذار زندگي آزاد باشد
- 40 زندگي آزاد از تضاد هاست. تمامی تضاد ها مكمل يكديگرند. راست بدان كه روز و شب مكمل يكديگرند، زندگي و مرگ نيز چنين اند
- 41 تنهائی جایی است كه ديگری را از دست ميدهی. يگانگی هنگامی است كه خود را در ميایی
- 42 حقيقت راز گشایی است. وجود دارد. نيازى به اختراع آن نيست، بايد كاشف آن باشی
- 43 از آنچه ميگيری، بيشتر و بيشتر به سوی آن جلب ميگرددی. ذهن تو اين سو و آن سو به دنبال اوست

- 44 حقیقت تنها به نافرمانان رخ مینماید، و شورشی محکوم به زندگی سراسر خطر است
- 45 زندگی را قدر بدان، حرتمش را نگهدار. هیچ چیز مقدس تر از آن نیست، هیچ چیز ملکوتی تر از آن نیست
- 46 وقتی ذهن میشناسد آن را دانش میخوانیم، وقتی دل میشناسد آن را عشق مینامیم و آنگاه که وجود میشناسد آن را مراقبه می نامیم
- 47 آسمان بی زمین تهی خواهد بود، آسمان بی زمین نمیتواند بخندد. زمین بی آسمان میمیرد. هر دو در کنار هم - و رقص متولد میشوند. زمین و آسمان در کنار هم میرقصند - و خنده است و شور و نشاط، جشن آغاز میگردد
- 48 مراقبه نه سفری در فضا است و نه سفری در زمان بلکه یک بیداری آبی است. اگر بتوانی همین الان خاموش باشی این ساحلی دیگر است اگر اجازه دهی ذهن متوقف شود و از کار بیفتد این ساحلی دیگر است
- 49 زندگی مانند صفحه ای سفید است که هرچه بر آن بکشی همان میشود! میتوانی شادی یا بدبختی را در آن رسم کنی! تمام عظمت وجود انسانیت در این آزادی عمل است!
- 50 این خانه تاریک نیست! در بیرون از این خانه تاریک، آفتاب همیشه در حال نور افکنی میباشد، فقط کافی است که درها و پنجره ها را بگشایی تا نور به درون بیاید
- 51 برای خلق کردن باید از همه قید و بندها رها شد، وگرنه خلاقیت تو چیزی جز تقلید و نسخه برداری نخواهد بود! فقط یک نسخه ی بدل! تو فقط هنگامی میتوانی خلاق باشی که فردیت خویشتن را دریابی
- 52 زندگی در زندگی کردن است. زندگی یک شیئی نیست، یک روند است. بجز زیستن، راهی برای دستیابی به زندگی نیست: جریان داشتن و جاری شدن به همراه آن. اگر در یک فلسفه، دریک عقیده ی جزمی و در الهیات به دنبال معنی زندگی میگردی، راهی مطمئن برای ازدست دادن زندگی و معنای آن یافته ای. زندگی چیزی نیست که به انتظار نشسته باشد، در درونت اتفاق می افتد. زندگی چیزی نیست که همچون یک هدف در آینده باشد که به آن برسی، در همین لحظه و در اینک اینجاست در تنفس هایت، در گردش خونت و در تپش قلبت. هرآنچه که هستی زندگی تو است و اگر شروع کنی که معنی آن را درجایی دیگر بیابی، آن را از کف می دهی.
- 53 تا دوری نزدیک نتوانی بود. اگر همیشه دور بمانی، عشق خواهد مرد. اگر همیشه نزدیک بمانی، عشق خواهد مرد.
- 54 دوستی خالصترین عشق است. دوستی والاترین صورت عشق است جایی که چیزی نمی خواهی، شرطی قائل نمی شوی، جایی که ایثار کردن عین لذت است. یکی بسیار نصیب می برد، اما این اصل نیست، این نصیب خودبخود پیش می آید. انسان نیاموخته که زیبایی های تنهایی را دریابد. او همیشه آوازه جستن نوعی پیوند است، می خواهد با کسی باشد - با یک دوست، با یک پدر، با یک همسر، با یک فرزند، با یکی و کسی... اما نیاز اساسی آن است که به گونه ای فراموش کنی که تنهایی.
- 55 با عاشق شدن کودک باقی خواهی ماند؛ و با عروج در عشق به بلوغ دست خواهی یافت.
- 56 عشق یک پیوند است. عاشق و معشوق هر دو تلاش می کنند خود باقی بمانند، در پیوند و در عین حال مستقل، چنین است که مبارزه آغاز می شود.
- 57 عشق آزمونی روحی است - ربطی به جنسیت ندارد و با کالبدها بیگانه است، عشق با درونی ترین کانون وجود سروکار دارد. اما تو هنوز حتی به معبد خود قدم نگذاشته ای. ابدأ نمی دانی که کیستی، و با اینحال در پی آنی که چگونه عشق بورزی. نخست خود باش، خود را بشناس، و دل خوش دار که عشق را پاداش خواهی گرفت.
- 58 والاترین هنر در جهان آنست که مرید باشی. این موهبت با هیچ چیز دیگری قابل مقایسه نیست. مریدی یگانه است و همتایی ندارد. در هر پیوند دیگری، چیزی شبیه آن نخواهی یافت، نه چیزی مثل آن نمی تواند وجود داشته باشد.
- 59 اگر دیگری را دوست می داری، اگر می خواهی یاریش کنی، کمک کن تا یگانه شود. نه نباید او را اشباع کنی. تلاش نکن با

- حضور خود بگونه‌ای او را کامل کنی. دیگری را کمک کن تا یگانه شود. چنان سیراب از وجود خود که نیازی به حضور تو نباشد.
- ازدواج وسیله‌ای است برای فرار از ترس تغییر، ازدواج وسیله‌ای است تا پیوند را تثبیت کنی. اما عشق چنان پدیده‌ای است که به محض تلاش برای تثبیت آن، خواهد مرد. ایستایی در عشق همان و نابودی عشق همان. عشق واقعی تنهایی را به یگانگی مبدل می‌سازد. 60
- آنکه اعتماد می‌کند... مهم نیست که به چه چیزی اعتماد می‌کند، همین اعتماد حاکی از معصومیت اوست. حتی اگر بدلیل اعتماد، فریب بخورد، مهم نیست، چون ارزش اعتماد بسیار فراتر از چنین فریبی است. می‌توانی همه چیز را از او بگیری، ولی اعتماد را هرگز. 61
- حیرت خواهی کرد، که اگر خود را دوست بداری، دیگران نیز دوستت خواهند داشت. هیچکس کسی را که خود را دوست نمی‌دارد، دوست ندارد. اگر نمی‌توانی به خود عشق بورزی، چه کس دیگری به این کار اهمیت خواهد داد؟ 62
- عشق با درد همراه است - چون رشد را موجب می‌شود. عشق با درد همراه است چون عشق چنین می‌طلبد. عشق با درد همراه است چون عشق دگرگون می‌کند. عشق با درد همراه است، چون در عشق از نو زاده می‌شوی. 63
- رابطه جنسی هرگز کسی را ارضا نکرده است. این پیوند بیشتر و بیشتر عدم رضایت ایجاد می‌کند. رابطه جنسی هرگز کسی را به کمال نرسانده - با کمال بیگانه است. رابطه جنسی زمانی معنا می‌یابد که با عشق همراه باشد. پس عشق و رابطه جنسی به هم می‌آمیزند. و عشق مرکزیت عظیم‌تری است، مرکزیتی والاتر. آن گاه که رابطه جنسی به عشق گره می‌خورد، بالا و بالاتر جریان می‌یابد. 64
- انسان عاشق هرگز به کسی خشم نمی‌ورزد، چون در واقع وابسته به دیگری نیست. او می‌تواند در تنهایی نیز شاد باشد... البته او باز شادی خود را با دیگری تقسیم می‌کند ولی دیگر به کسی وابسته نیست. اکنون دیگر رابطه وابستگی برقرار نیست؛ این پیوند است، پیوند وابستگی متقابل. 65
- آنکه عمیقاً به خوشبختی خود علاقه‌مند است، همواره به خوشبختی دیگران نیز علاقه‌مند است، اما نه به خاطر دیگران. در ژرفای وجود به خودش علاقه‌مند است، به همین دلیل یاری می‌رساند. اگر در دنیا به همه بیاموزند که خود را دوست بدارد، تمام دنیا خوشبخت خواهد شد. امکان شوربختی از میان خواهد رفت. هستند کسانی که با احساسات خود کنار می‌آیند و هستند کسانی که با همین احساسات می‌جنگند- ولی هر دو اسیر احساسات خواهند ماند. باید از دایره این پیوند رها گردی. باید تماشاگر باشی، یک ناظر. 66
- دوستی به پیوند می‌انجامد، ثابت می‌ماند، صمیمیت بیشتر جاری است، و سیال. دوستی یک رابطه است، صمیمیت حالتی از وجود توست. صمیمی هستی، با کدام و چه کسی، ابداً مهم نیست. 67
- زمانی فرا می‌رسد که به عشق رسیده‌ای و زمانی فرا می‌رسد که به وراى عشق می‌رسی. زمانی فرا می‌رسد که پیوند می‌یابی و از این پیوند لذت می‌بری، و زمانی خواهد رسید که تنهایی و از زیبایی تنها بودن لذت می‌بری. آری هر چیز و هر زمانی زیباست. 68
- بزرگ‌ترین معجزه در جهان آن است که تو هستی، من هستم. بودن بزرگ‌ترین معجزه است و مکاشفه درهای این معجزه بزرگ را برویت می‌گشاید. 69
- شهامت به معنای زندگی در پیوند با دیگران و در عین حال مستقل باقی ماندن است. انسان نوین، انسان با شهامت خواهد بود. در گذشته، تنها دو نوع ابله در جهان زندگی می‌کرده‌اند، گونه این دنیایی و گونه آن دنیایی - ولی هر دو ابله بوده‌اند. انسان واقعاً بی باک کسی است که در این جهان زندگی می‌کند ولی به این دنیا تعلق ندارد. 70
- عشق به مثابه یک پیوند رخ می‌نماید اما در خلوت ژرف آغاز می‌گردد. هنگامی که به تمامی در تنهایی خود خرسندی، هنگامی که مطلقاً به دیگری نیازمند نیستی، وقتی حضور دیگری یک احتیاج نمی‌نماید، آنگاه است که توانایی دریافت عشق را خواهی داشت. اگر وجود دیگری نیاز تو باشد، تنها می‌توانی بهره‌کشی کنی. تزویر کنی، مسلط شوی، اما عشق نمی‌توانی 71

- 72 اگر ایجاد پیوند آزاد باشد، با آزادی همراه باشد، شادی از راه خواهد رسید، چون آزادی ارزش غایی است، چیزی از آن بالاتر نیست. اگر عشق تو سوی آزادی رهنمونت کند، عشق تو عین برکت است، و اگر سوی بردگی براندت نه برکت که لعنت است.
- 73 تمام تاکید من نه بر اسمها که بر افعال است؛ تا می‌توانی از اسمها حذر کن، اینکار در زبان امکان‌پذیر نیست، ولی در عرصه زندگی می‌توانی، چه زندگی خود یک فعل است. زندگی یک اسم نیست، واقعاً زندگی کردن است و نه زندگی. عشق نیست، عشق ورزیدن است. پیوند نیست، پیوند یافتن است. ترانه نیست، ترانه خواندن است. رقص نیست، رقصیدن است.
- 74 آنگاه که در پیوند هستیم، آن را بدیهی فرض می‌کنیم. زن تصور می‌کند مرد را می‌شناسد، و مرد تصویر می‌کند که زن را می‌شناسد. نه مرد و نه زن چیزی نمی‌دانند. شناختن دیگری ناممکن است، دیگری همواره یک راز باقی می‌ماند. بدیهی دانستن وجود دیگری توهین است، بی احترامی است.
- 75 زندگی وابستگی متقابل است. هیچکس مستقل نیست. حتی برای لحظه‌ای نمی‌توانی تنها زندگی کنی. به حمایت تمام هستی نیازمندی، هر آن دم است و بازدم. نه این یک پیوند نیست، این وابستگی متقابل محض است.
- 76 مردم فقط می‌توانند جنبه‌هایی از تو را ببینند. آنان نمی‌توانند تویی واقعی را ببینند زیرا آنان خود واقعی خویش را ندیده‌اند. تو نیز خود واقعی خود را ندیده‌ای. تو فقط احساس می‌کنی که مردم جنبه‌هایی از تو را به عنوان تمام واقعیت می‌گیرند و این درست نیست، زیرا تو می‌دانی که جنبه‌های دیگر هم وجود دارند. ولی تو نیز از وجود واقعی خود آگاه نیستی. حتی مجموع تمامی جنبه‌های تو نیز، خود واقعی تو نیست. تو از حاصلجمع تمام جنبه‌های خود بیشتر هستی
- 77 نفس بسیار سنگین است. مانند یک لنگر است که شما را تحت کنترل نیروی جاذبه در می‌آورد. در مراقبه، حتی اگر هم بسیار عمیق نباشد، یک نکته را درخواهید یافت: وقتی که با چشمان بسته نشسته باشی، احساس می‌کنی که به بالا می‌روی. چشم‌ها را باز می‌کنی، سرجایت هستی. و چه اتفاقی افتاد؟ زیرا لحظه‌ای که چشم‌ها را می‌بندی، بازهم تنظیم شده‌ای. احساس می‌کنی که به هوا برخاسته‌ای. ولی با بازکردن چشم‌ها، ناگهان خودت را می‌بینی که مانند قبل روی زمین نشسته‌ای. بدنت هنوز روی زمین است، ولی روح، آگاهی بلند شده است
- 78 در سکوت، دانش در تو قیل و قال ندارد. مشاهده تو شفاف است - زنگاری بر آینه نیست... آنچه را که هست بازتاب می‌دهی. و در این بازتاب است که هر عملی را فضیلت است.
- 79 نخستین گام آن است که زندگی را همان گونه که هست بپذیری، باین پذیرش آرزو محو می‌گردد، فشار و تنش محو می‌گردد، نارضایتی محو می‌گردد؛ احساس شادی می‌کنی بدون اینکه دلیل خاصی در میان باشد
- 80 وجود از آنهاییست که خود را وقف وجود کرده‌اند. در این حالت هیچ کسالتی در میان نخواهد بود. زندگی سراسر خوشی و شاد کامی خواهد بود
- 81 زندگی غیر منطقی است، در زندگی، تضادها، تضاد نیستند، بلکه مکمل‌اند، زندگی به "یا این"، "یا آن" اعتقادی ندارد. زندگی به هر دو باور دارد. روز شب و شب روز می‌شود. روز و شب به هم می‌آویزند و در هم ذوب می‌شوند
- 82 طبیعی باش ولی آگاهی را چاشنی آن کن. خدا را در زندگی طبیعی خود مهمان کن، خدا را با زندگی طبیعی خود آشنا کن، بخواب، بخور عشق بورز، نیایش کن، به مکاشفه بنشین، ولی فکر نکن که چیز خاصی بوجود می‌آورد یا کار ویژه‌ای انجام می‌دهی - در اینجاست که به خواص می‌پیوندي
- 83 بخاطر داشته باش که تنها تو نیستی که حقیقت را می‌جویی - حقیقت نیز در جستجویی توست. بارها و بارها دست حقیقت به تو بسیار نزدیک شده است. چنان نزدیک که شانه‌ات را لمس کرده است. ولی تو شانه خالی کرده‌ای و گریخته‌ای
- 84 و من این را بلوغ ذهن می‌خوانم: آنگاه که بی هیچ پرسشی به زندگی نظر بیندازی، و صرفاً با شهامت و بی باکی در آن شیرجه روی

- 85 در حضور باش ، هر کجا که هستی . مهم نیست کجا : تمام و کمال در حضور باش ، و با حضور تو ، هر حرکت کوچک ، شعله فروزانی خواهد شد ، و خواهی دید که تمام حیات تو به کاروانی از نور مبدل خواهد شد
- 86 آزادی ، هدف زندگی است . بدون آزادی زندگی ابداً معنایی ندارد . منظور از آزادی ، آزادی سیاسی ، اجتماعی یا اقتصادی نیست . آزادی یعنی آزادی از زمان ، آزادی از ذهن و آزادی از آرزو .
- 87 پیش از مرگ دریاب که زندگی چیست ، زیرا اگر زندگی را پیش از مرگ تجربه کنی ، مرگ طی همان تجربه ناپدید خواهد شد . مرگ دود خواهد شد و محو می گردد . از آن پس مرگی وجود نخواهد داشت ؛ و زندگی ابدی خواهد شد
- 88 زندگی يك معما نیست ، يك راز است . می توان پاسخی برای معما یافت ، راز بگونه ای است که هرگز نمی توان پاسخی برای آن یافت . راز چیزی است که می توانی با آن یکی شوی . می توانی در آن حل شوی . می توانی در آن ذوب شوی و خود به راز تبدیل شوی .
- 89 دمدام در فقر واژه بسر می برم . هر واژه را با تردید محض بر زبان می آورم ، چون خوب می دانم که کافی نیست ، ناقص است . هیچ چیز کافی نیست - حقیقت چنان بیكران و واژگان چنان حقیر
- 90 آینده زاده شور بختی توست و نه زاده جشن و شادی تو .
- 91 تلاش مکن که کودک را پیش از پیری ، پیر کنی ، او را خرد مکن . این همان چیزی است که در دنیا شاهد آنیم : کهنسالان بر کودکان مسلط اند و می خواهند آنها را زودتر از زمانی که طبیعت مقدر داشته از دوران کودکی بیرون بکشند . آنان می کشند و خرد می کنند . کودک ، کودکی را برای همیشه از کف می نهد
- 92 این تویی و فقط تویی که در نهایت مسوول آن چیزی هستی که برایت پیش می آید . این را بخاطر داشته باش . این کلید اصلی است اگر ناشادی مسوول تویی . اگر درست زندگی نمی کنی ، مسوول تویی ، اگر سر در گمی مسوول تویی . آری بار مسوولیت ، تمام و کمال بر عهده توست
- 93 هنگامیکه حقیقت ظهور می یابد ، آواز سر نمی دهد ، در سکوت تجلی می کند . چنان سر شار است که تن به قالب واژه ها نمی دهد . دیر یا زود گروهی تلاش می کنند که جامه واژگان بر آن بپوشانند ، آنرا نظاممند کنند . و در همین تلاش است که آنرا به مسلخ می برند .
- 94 آیا توجه کرده ای که وقتی از ته دل می خندی تا چند لحظه ای در حالت مکاشفه ای عمیق بسر می بری . اندیشیدن متوقف می شود . نه غیر ممکن است بخندی و در عین حال بیندیشی
- 95 مهم ترین مسوولیت بر شانه دولت ، ملت یا هرکس دیگر نیست . بار مسوولیت واقعی بر شانه های توست . به همین دلیل مجبوری زندگی را بر مبنای نور خود و راهی که زندگی رهنمون است پیش ببری بی هیچ مصالحه ای
- 96 اول ، طبیعی باش . سپس در رودخانه « طبیعی » جاری خواهی شد . و روزی می رسد که رودخانه به اقیانوس « ماوراء طبیعی » می پیوندد
- 97 زندگی پدیده ای اسرار آمیز است ، و آری که خنده جزئی از آن و گریه نیز جزئی از آن است . بد نیست گهگاه غمگین باشی ، غمین بودن زیبایی خود را داراست . فقط باید بیاموزی که از زیبایی غمین بودن لذت ببری ، از سکوت آن ، از ژرفای آن
- 98 ذهن تو دمدام پیش بینی می کند ، خود نمایی می کند - ذهن تو دائم در واقعیت دخالت می کند ، به آن رنگ می دهد ، شکل و شمایل به آن می دهد که از آن او نیست . ذهن هرگز نمی گذارد آنچه را که هست ببینی ؛ فقط اجازه می دهد چیزی را ببینی که ذهن می خواهد تو ببینی
- 99 هر گاه به صدای « من » گوش فرا دهی ، دیر یا زود ، درد سر آغاز خواهد شد ، در دام بدبختی فرو خواهی افتاد . باید و باید به خود بگویی : راه « من » به بدبختی منتهی می شود و هرگاه به طبیعت گوش بسپاری ، سویی خوشبختی ، رضایت ، سکوت و سعادت قدم برداشته ای
- 100 تنها آنگاه که انسانی رشد یافته ، پخته ، هوشیار و آگاه شوی ، خواهی توانست به مردم خدمت کنی . بلی فقط در چنین

- حالتی می توانی خدمت کنی ، چون اکنون چیزی داری که می توانی تقسیم کنی : عشق ، مهربانی . اکنون چیزی داری که یاری رسان است : درک ، خرد
- 101 انکار همیشه موجب تنش است . بپذیر . اگر آسودگی می خواهی ، پذیرش همیشه راه حل است . هر چه در پیرامون تو رخ می دهد ؛ بپذیر
- 102 تمام گذشته های تو را دیگران بر تو تحمیل کرده اند ، پس خوب و بد آن مهم نیست . نکته مهم آن است که به یاد داشته باشی که این کشف تو نبوده ، تمام آن عاریه ای بوده است ؛ دست دوم و سوم است ... باید از شر آن تمام و کمال خلاص شوی
- 103 شادی امری روحی است ؛ سرچشمه آن جسم تو نیست . فرد می تواند حتی در بیماری شاد باشد ، او می تواند حتی بهنگام مرگ شاد باشد . شادی درونی است . درد و لذت هر دو ریشه در جسم دارند ولی شادی وابسته به وجود است
- 104 اگر نتوانی تنها باشی پیوند تو دروغین است . این تنها نیرنگی است تا از تنهایی فرار کنی ، همین و بس ... در جامعه ای غیر آزاد می توانی آزاد باشی . در جهانی سیاه بخت ، سعادت مند باشی ، مانعی از سوی دیگران نمی تواند وجود داشته باشد ، می توانی دگرگون شوی
- 105 خداوند يك شخص نیست ، بلکه تنها تجربه ای است که تمام هستی را به پدیده ای زنده مبدل می سازد : تنهایی او مطرح نیست . او با زندگی می تپد ...؛ با زندگی که دارای ضربان است . لحظه ای که دریایی دل هستی می تپد ، خداوند را کشف کرده ای .
- 106 بخاطر داشته باش ، وقتی به تخریب دست می زنی ، خود را نیز تخریب کرده ای . و آنگاه که می آفرینی ، خود را نیز می آفرینی و ابعاد نویی از وجود خود را کشف می کنی .
- 107 انسان پدیده ای غریب است ؛ به فتح هیمالیا می رود ، به کشف اقیانوس آرام دست می یازد ، به ماه و مریخ سفر می کند ، تنها یک سرزمین است که هرگز تلاش نمی کند آنرا کشف کند و آن دنیای درونی وجود خود اوست
- 108 ذهن تنها زمانی در لحظه می ماند که به تمامی در چیزی نباشی . در هر کار و در هر چیز تام و تمام باش، تا ذهن نتواند حتی برای لحظه ای تو را آزار دهد .
- 109 کسی که دارای روحی شورشی است باید از هر ایده آلی ، هر قدر کهن ، آگاه باشد . او بر مبنای آگاهی و درک خود و نه بر مبنای شرایط جامعه پاسخ می گوید . رستگاری حقیقی همین است
- 110 نخست راه برو ، چم و خم آن را بیاموز و بین که مقصد آن کجاست پس از این شناخت است که می توانی دست دیگران بگیری و راهنمای راه شوی
- 111 چرا این همه احساس ناراضی می کنی ؟ چرا همیشه به هر دلیلی یا بی هیچ دلیلی ناراضی هستی ؟ حتی اگر همه چیز بروفق مراد باشد ، باز احساس کمبود می کنی ؛ می دانی گمشده تو چیست ؟ هرگز به وجودت ، گوش فرا نداده ای .
- 112 کافیهست به ندای دلت گوش کنی . او تنها آموزگار توست . در سفر واقعی زندگی ، شهود تو تنها آموزگار توست
- 113 لذت بردن از کاری که می کنی ، هدفی که تمام توان خود را به آن معطوف میداری ؛ آنچه را که نمی خواهی از آن دیگری باشد

؛ آنچه را که می خواهی همان باشی ؛ نقشی که کار گردان در این نمایشنامه به تو داده است و تو حاضر نیستی این نقش را با ریاست جمهوری یا امپراطوری عوض کنی ، تو را به خرسندی می رساند

- 114 اندیشیدن به چیزی يك مساله است ؛ و شدن آن چیزی که به آن می اندیشیده ای مساله ای دیگر. و همین « شدن » هدف واقعی است
- 115 برای آنکه می خواهند زندگی کنند ، نه درباره آن فکر کنند ، عشق بورزند نه درباره آن بیندیشند ، باشند ، نه درباره آن فلسفه بیافند ؛ راه دیگری وجود ندارد . عصاره لحظه حاضر را بنوش ، قطره قطره آنرا به کام بکش ، چون این لحظه می گذرد و باز گشتی نخواهد بود
- 116 مرگ از زندگی متراکم تر است . زندگی در هفتاد یاهشتاد سال پراکنده است ، مرگ در يك لحظه رخ می دهد . چنان متراکم است که اگر درست زندگی کرده باشی ، خواهی توانست راز مرگ را رمز گشایی کنی . و راز مرگ چیزی جز يك پوشش نیست
- 117 پیر شدن از هر حیوانی بر می آید، ولی رشد کردن امتیاز ویژه انسان است. فقط عده معدودی مدعی این امتیاز ویژه هستند
- 118 بلوغ همان معصومیت است، با يك تفاوت: بلوغ همان معصومیت بازیافته است؛ معصومیتی که از نو فراچنگ آمده
- 119 سالخوردگی چیزی نیست که تو خودت در آن دخالت داشته باشی، چیزی است که خود به خود از نظر جسمانی اتفاق می افتد. هر بچه ای که به دنیا می آید با گذشت زمان پیر می شود. بلوغ چیزی است که تو خودت آن را به زندگی می آوری. بلوغ برآمده از آگاهی و دانایی است
- 120 مسأله اساسی عشق این است که قبل از هر چیزی باید بالغ شوی. بعد همسر بالغی پیدا خواهی کرد؛ افراد نابالغ اصلاً تو را به خود جلب نمی کنند. داستان به همین سادگی است.
- 140 باید به دختر و پسر اجازه داد به قدر کافی با هم آشنا و مانوس شوند. قبل از این دوره، حتی اگر خودشان خواهان ازدواج باشند، نباید به آنها چنین اجازه ای داد. آن وقت طلاق از روی زمین محو خواهد شد
- 141 ازدواج فرصتی بی نظیر برای رویش در بستر عشق خواهد بود
- 142 شهامت بی ترسی نیست، بلکه چیزی فراتر، حضور کامل ترس به همراه شهامت مواجهه با ترس است
- 143 اگر ما به تردید برسیم و در پی آن شاهد تغییر باشیم، این فرایند را باید جشن گرفت و بخاطرش پایکوبی کرد- می توانیم به جای آویز شدن به امور آشنا و شناخته شده، از موقعیت های پیش آمد به عنوان فرصت های ماجراجویی و تعمق بخشیدن به درک ما از خود جهان پیرامونمان بهره جوییم
- 144 هسته ی تو درست مثل قرص ماه در آسمان روز که تا شب ظلمانی بر آن حادث نگردد. بازتاب آفتاب عالم تاب در آن هویدا نیست و کافی است در زلال شب به تماشای مهتاب بنشیني و در گوی بلورین وجودت حقیقت را رویت کنی. و این بلوغ است

- 145 عشق چیزی جاودانه است، جزیی از ابدیت است. اگر رشد پیدا کنی، راه و رسمش را بدانی و واقعیات زندگی عاشقانه را بپذیری و درک کنی، آنگاه عشق روز به روز رشد می‌کند و شاخه و برگ بیشتری می‌یابد. ازدواج فرصتی بی‌نظیر برای رویش در بستر عشق خواهد بود
- 146 حجاب ذهن را بینداز و به هستی گوش بسپار. حجاب ذهن را بینداز و به من گوش بسپار من خواهان ارتباط با تو نیستم بلکه خواهان یگانگی با توام ارتباط از ذهن برمیخیزد یگانگی از جان
- 147 عشق الهی به گونه ای است که اگر معبد وجود شما را برای سکونت برگزیند دیگر اجازه نمی‌دهد بت‌ها و خدایان گوناگونی که هم اکنون بسیاری از آن‌ها در معابد وجود دارند و بر آریکه قدرت نشسته‌اند بر جای خود باقی بمانند. وقتی نور الهی ظهور میکند همه چیز را در بر میگیرد، او یک چیز است و همه چیز، او فرمانروای مطلق است
- 148 گناه یکی از قدیمی‌ترین ترفندها برای سلطه بر مردم است. آنها در تو احساس گناه ایجاد میکنند. آنها ایده‌هایی بس احمقانه به خوردت میدهند که قادر به محقق ساختن آنها نیستی. سپس گناه به وجود می‌آید و همین که به وجود آمد، تو به دام افتاده ایی ... گناه راه کاسبی است.
- 149 به یاد داشته باشید من تضمین نمیکنم که کاری که میگویم شما را همیشه به مقصد صحیحی هدایت می‌کند. خیلی از اوقات شما را به مقصد اشتباه نیز میبرد زیرا برای رسیدن به در درست ممکن است در ابتدا درهای غلط زیادی زده شود. اگر تصادفاً در درست را پیدا کنید قادر نخواهید بود که درست بودن آنرا تشخیص دهید. بنابراین به یاد داشته باشید در محاسبه نهایی هیچ تلاشی بیهوده نیست تمام تلاشها به اوج یافتن نهایی رشد کمک میکند.
- 150 مرتکب هر تعداد اشتباهی که ممکن است بشوید فقط یک چیز را به یاد داشته باشید: یک اشتباه را دوبار مرتکب نشوید و رشد خواهید کرد. این جزئی از آزادی شماست که بیراهه بروید این جزئی از شأن شماست که حتی در مقابل خدا قرار بگیرید. در غیر این صورت میلیونها انسان در دنیا بدون اراده و شهامت هستند. این طریقی است که بتوانید جرأت و شهامت پیدا کنید.
- 151 دین وقتی به تو بی‌باکی میبخشد، بگذار معیار این باشد. اگر دین به تو هراس بخشد، واقعا دین نیست
- 152 باید آرامش به رقص در آید و سکوت به آواز. و تا درونی‌ترین درک تو به خنده بدل نشده، هنوز چیزی کم است. هنوز کاری است که باید انجام گیرد
- 153 عشقت را در مراقبه ات و مراقبه ات را در عشقت جاری ساز. این همان چیزی است که من تعلیم میدهم. این همان چیزی است که زندگی پویا میخوانمش و زندگی مذهبی زندگی پویاست. ژرف زندگی کن، از ته دل زندگی کن، یکپارچه با تمام وجود، به طوری که وقتی مرگ در زد آماده باشی، آماده همچون یک میوه رسیده برای فرو افتادن از درخت. مرگ باید چنین باشد. این آمادگی باید با زندگی کردن با وجد و سرور و شیطنت فراهم آید...
- 154 همه لحظه‌ها زیبا هستند. فقط تو باید پذیرا باشی و تسلیم... یک شاهد... همه لحظه‌ها نعمتند، فقط تو باید قادر به دیدن باشی. همه لحظه‌ها میمون و مبارکند. اگر تو با حق شناسی عمیق بپذیری، هرگز هیچ چیزی عیب نخواهد کرد...
- 155 هرگز زندگی را قربانی هیچ چیز نکن! همه چیز را قربانی زندگی کن! زندگی نهایت هدف است. بزرگتر از هر کشوری، بزرگتر از هر کیشی، بزرگتر از هر بتی، بزرگتر از هر آرمانی

- 156 کل بازی هستی چنان زیباست که تنها خنده میتواند پاسخ آن باشد. تنها خنده میتواند عبادت و شکر واقعی باشد.
- 157 من ذهنی را کمال یافته میخوانم که ظرفیت حیرت کردن را حفظ کرده باشد. ذهنی بالغ است که مدام به شگفتی درآید. از دیگران از خودش از هر چیزی. زندگی حیرتی همیشه گیبست
- 158 انسان میتواند احساس عشق کند و همچنان به راه خودش ادامه بدهد میتوان عاشق صخره بود عاشق درختان عاشق آسمان عاشق ستارگان انسان میتواند عاشق دوستان همسر و بچه ها پدر و مادر خود باشد یک نفر میتواند به میلیونها راه مختلف عاشق باشد انسان میتواند عاشق یک رهگذر غریبه در جاده شود میتواند فقط احساس عشقی درباره او داشته باشد و همچنان به راهش ادامه دهد حتی نیازی به صحبت کردن با وی نداشته باشد نیازی به ارتباط برقرار کردن با او نباشد انسان میتواند احساس عشق کند و همچنان به راه خودش ادامه بدهد.
- 159 عشق را درون خویش تجربه کن اگر دلی سرشار از عشق داشته باشی دیر یا زود مخاطب خویش را پیدا میکنی عشق تو کسی را که همواره جویایش بودی پیدا میکند - راه عشق راهی پر مخاطره است تنها کسانی که شجاعت عشق ورزیدن را دارند به این راه گام می نهند عشق مراقبه تنها نصیب کسانی میشود که شجاعت بودن را دارند راه عشق و مراقبه هر دو به خدا میرسند
- 160 پیام من خیلی ساده است در زندگی کردن حد و مرزی برای خود قائل نباشید. با تمامیت وجود، شور و شوق و عشق و نهایت احساس زندگی کنید، چرا که غیر از زندگی خدایی وجود ندارد
- 161 زندگی نه بی معناست و نه با معنا . زندگی فقط هست . اما اگر سعی کنی معنایی در آن بیابی طبعاً آن معنا آنجا نیست . تو خالق بی معنا بودن خود هستی . و به دنبال آن یأس است و پریشانی خاطر ... زندگی صرفاً هست . از آن لذت ببر !
- 162 هرگز معتقد نشو - هرگز پیرو نشو - هرگز جزئی از هیچ تشکیلات و سازمانی نشو - به راستی به خودت وفادار باش - به خودت خیانت نکن .
- 163 رهایی از سکس تجربه ی بزرگی است . رهایی از سکس انرژی های تو را برای مراقبه و سامادهی آماده می سازد
- 164 زندگی کردن ، عشق ورزیدن است ، هنگامی که شادمانی به نرمی به اعماق دریاچه سکوت می رود ، نفس گرم عشق ترانه ای ناشنیده را زمزمه می کند - هنگامی که آسمان باز ، زیر نگاه تو بیدار می شود و نسیم دلپذیر گرده های رستگاری را می فشاند ؛ دریاچه ، نیلوفر و عاشق نادیده در یک شور ناگهانی با هم یکی می شود
- 165 نیچه می گوید خدا مرده است. این حرف اشتباه است برای اینکه خدایی که آنها می گویند هرگز وجود نداشته که حالا بخواهد بمیرد. زندگی هست، همیشه بوده و خواهد بود این یعنی خدا.
- 166 سالکان معنوی علیه من هستند، زیرا تصور می کنند که من خدا را انکار می کنم. من خدا را انکار نمی کنم، بلکه به او بعدی واقعی می بخشم، او را زنده می کنم، او را به تو نزدیکتر می کنم، حتی از قلبیت نزدیکتر. خدا هسته وجود توست. او از تو جدا نیست، دور نیست، در آسمان نیست، بلکه همین جاست. من می خواهم آن تصور را که خداوند جایی دیگر در

زمانی دیگر است نابود کنم. خداوند اکنون و همین جاست، غیر از اینجا مکانی و غیر از اکنون زمانی وجود ندارد.

167 مذهب یعنی بازشدن قلبی که حیرت می کند. مذهب یعنی پذیرش دنیای اسرارآمیزی که ما را احاطه کرده است

168 زندگی هرگز مشخص و قطعی نیست. در زندگی هیچ نوع بیمه ای وجود ندارد؛ زندگی فقط یک گستره ی وسیع است، یک حیطة ی وحشی و پرهز و مرج. می توانی منزلی کوچک و امن در اطراف خودت بسازی، ولی آنگاه آن منزل ثابت خواهد کرد که گور تو خواهد بود. زندگی را زندگی کن.

169 یک انسان مذهبی، یک انسان واقعاً مذهبی نه این مردمان به اصطلاح مذهبی کسی است که می گوید، "من نمی دانم" وقتی می گویی "نمی دانم"، باز هستی، آماده ی آموختن هستی. وقتی می گویی "نمی دانم" هیچ تعصبی به این سو یا آن سو نداری، هیچ باوری نداری، هیچ دانشی نداری. فقط هشیاری داری. می گویی، "من هشیارم و خواهم دید که روی خواهد داد. من هیچ عقیده ی جزمی از گذشته با خودم حمل نمی کنم.

170 تمام مذاهب اصیل چیزی جز یک علم __ یا یک هنر __ نیستند که به شما بیاموزند که چگونه بمیرید. و تنها راه آموزش اینکه چگونه بمیرید این است که بیاموزید چگونه زندگی کنید. این دو از هم جدا نیستند. اگر زندگی کردن درست را بدانی، مردن درست را نیز خواهی دانست. پس نخستین چیز و یا اساسی ترین نکته این است: چگونه زندگی کنیم.

171 انسان در حالت معمولی خود دیوانه است. هرکاری که انجام بدهد، میتوانی ببینی... که از روی دیوانگی انجام میدهد. دیوانگی تو آن جنون معمولی انسانی نیست؛ دیوانگی تمام عرفا، تمام شعرا و تمام آفرینندگان است؛ این جنونی است که فقط برای انسان های برکت یافته رخ میدهد.

172 اگر از من بپرسی زیبایی چیست، خواهم گفت: به چشمان من بنگر، در چشمان من نشسته است. به سکوت من گوش بسپار، در سکوت من خانه دارد. من صدای گام های زیبایی را در کوچه های جان پرشور خویش بارها شنیده ام. من حدیث صحبت خوبان و جام باده می گویم.

173 کسی جویای خداوند میشود که پیشاپیش او را یافته باشد!

174 هیچ کس نمی تواند تو را به ساحت زیبایی ببرد، مگر آنکه تو پیشاپیش ساحت زیبایی را درک کرده باشی.

175 به دلی خود گوش بسپار، نه به واعظان رایبی. آن ها با قواعد اخلاق خویش برای مرغ رُوح قفس میسازند. آن ها مانع رسیدن تو به خویشتن خویشت میشوند. اگر به خویشتن نرسی، به زندگی نرسیده ای.

176 تنها آزادی است که می تواند ترانه بخواند، در قفس، آزاد ترین ترانه ها نیز خاموش میشوند. آوازی که در آزادی خوانده شود نیایش است.

177 دین پنجره نیست که فقط روزهای یکشنبه آن را بگشایی و به کلیسا بروی! این گونه نیست که در يك ساعت دیندار باشی و بیست و سه ساعت دیگر را فارغ از دین زندگی کنی. به همین دلیل است که هیچ کاه طعم شیرین دینداری را نچشیده ای. دینداری تو باید به وسعت سپیده دمی باشد تا سپیده دمی دیگر.

- 178 هنگامی که حجاب خود را بر میداری و در میانه نمی مانی، بزرگترین معجزه هستی رخ میدهد. تو حضوری الهی می یابی. من این حضور را دینداری می نامم.
- 179 دیندار واقعی نه حسرت گذشته را میخورد و نه دغدغه آینده را دارد. او اکنون در این جا زندگی می کند. خداوند را در اکنون و این جا می توان احساس کرد. او سرچشمه زندگیست. حیات از او می جوشد.
- 180 ماهی چیزی درباره دریا نمیداند، زیرا در دریا زاده شده و در آن زندگی میکند، اما روزی که او را از آب بگیرند و بر روی ماسه های داغ ساحل بیندازند؛ آنگاه ماهی خانه حقیقی خود را خواهد شناخت و متوجه میشود چه چیزی را از دست داده، او اکنون با تمام وجود به خود را به اقیانوس بیافکند. مردم فقط در لحظه مرگ است که قدر و منزلت زندگی را خواهد فهمید...
- 181 انسان با روحی پاک و زیبا به دنیا می آید، اما بتدریج خشن و ویرانگر میشود و روح خود را به زشتی می آلود. تقدیس گران خشونت، زشت ترین موجودات دنیایند. زشت ترین موجودات دنیا، بی بهره ترینشان از زندگی هستند.
- 182 روشن شدگی چیست؟ روشن شدگی آن است که همه زندگی را معبد و دین بینی. روشن شدگی آن است که خدا را در آینه سیمای همگان مشاهده کنی؛ حتی اگر بعضی از آینه ه کدر باشند. آینه کدر را میتوان صیقلی کرد. آدم های خوب رفته را میتوان بیدار کرد. کافی است اندکی آب به صورتشان پاشی! بیدار خواهند شد.
- 183 عاشق و معشوق همواره فراز های وجود خود را به یکدیگر نشان میدهند. به همین دلیل بسیاری از ازدواج ها با شکست روبرو میشوند. زیرا پس از ازدواج و زندگی بیست و چهار ساعته با یکدیگر؛ حفظ پرستی همیشه موفق بسیار دشوار است. این جا است که پته نشیب ها و شکست ها نیز روی آب می افتد و عاشق و معشوق در مقابل هم می ایستند.
- 184 بسیاری از راهبان فقیرانه زندگی میکنند. اما برای حفظ زندگی فقیرانه خود از جیب مردم بدبخت و بینوا میخورند. آن ها میتوانند به جای پیش گرفتن زندگی فقیرانه، بروند کار کنند و خلافت به خرج دهند و بدن سان زندگی پیرامون خود را غنی و زیبا تر کنند. آیا من برای آنکه با نابینایان همدردی کنم باید با چشمان بسته راه بروم؟ نه، این معیار خوب بودن و تقوا نیست.
- 185 شهامت بی ترسی نیست، بلکه چیزی فراتر، حضور کامل ترس به همراه شهامت مواجهه با ترس است
- 186 عاشق شو ورنه روزی کار جهان سر آید بی آنکه تو درس مقصود را در کارگاه آفرینش خوانده باشی.
- 187 به عوام و حساسیت هاشان نگاه نکن. در بند عوام نباش. قضاوت عوام تو را نفریبد. هیچ کس جز ذات هستی در مورد تو قضاوت نخواهد کرد. هیچ کس نمی تواند در مقام قاضی بنشیند حتی خود تو. تو نیز در مورد دیگران قضاوت نکن. بی تردید تو نیز بازی های پنهان اندر پرده را نمی دانی. قضاوت نکن و در بند قضاوت دیگران نیز نباش. تو تنها بی یکه ای تو قبلا نبوده ای و همچون تویی نیز هرگز نخواهد آمد. تو زیبایی. بپذیر. هرچه می خواهد پیش بیاید گو پیش بیاید چه باک؟ تو از میان شان گذر کن خیلی زود در خواهی یافت که هر که او رنجور تر پر درد تر و هر که او پردرد تر آگاه تر. این گونه است که رنج ها دست مایه آگاهی و روشنی تو میشوند.
- 188 انسانی که به ساحت روشن شدگی رسیده است حال خفتگان را خوب میفهمد. اما کسانی که در خواب هستند مرد بیدار را درک نمیکنند و این طبیعی است.

- 189 یکی از اساسی ترین توهمات آدمی این است که گمان می کند عشق را می شناسد به همین سبب از تجربه ی عشق عاجز است . هر کسی می پندارد که می داند عشق چیست بنابراین نیازی به تجربه ی آن احساس نمی کند . به همین دلیل عشق با دنیای ما قهر کرده است . ما با عاشقانی روبرویم که از عشق تهی اند . والدین تظاهر می کنند که فرزندان شان را دوست دارند . شوهران تظاهر می کنند . همسران تظاهر می کنند . تظاهر و تظاهر ، البته هیچ کس به عمد این کار را نمی کند بسیاری از آنها نمی دانند که چنین می کنند و ای کاش از همان ابتدا آدم ها می آموختند که عشق برترین هنر زندگی ست به جادو میماند و معجزه می کند . ای کاش می آموختند که عشق را باید کشف کرد باید برای کشف آن زحمت کشید . باید به ژرفای آن رفت و شیوه ها ی آن را آموخت .
- 190 عشق هنر است . عشق ورزیدن مهارت نیست بلکه امکانی با لقوه در همگان است . به همین سبب امید آن هست که روزی همگان به بلندی بلند عشق صعود کنند . در واقع تنها در چنان روزی ست که انسانیت حقیقی زاده می شود . ما هنوز پیش از آن واقعه ی عظیم زندگی می کنیم . آن واقعه ی بزرگ وبا شکوه هنوز رخ نداده است .
- 191 اینکه عالمی در درونمان باشد فرقی نمی کند ما فقط دنیای ماده و اشیا را میشناسیم همه چیز را میشناسیم الا خودمان را دنیا برایمان واقعی است پول واقعی است قدرت واقعی است ما حتی نمیدانیم چه کسی هستیم آیا هر گز با خود مواجه شده ایم ؟ افکار بی شمار و و احساسات فراوان حالت متفاوت و دیواری به ضخامت دیوار چین را به دور خویش ساخته ایم و تمام سنگینی آن را در طول زندگی خود تحمل میکنیم و اسرار آمیز میشویم . رمز و راز ساخته دست بشر است هستی سر زنده وشاد است . همانند یک آواز یک رقص و جشن مداوم در طول سال است . وقتی فعالیت های ذهنی متوقف شوند وقتی آگاهی خود را در مرکز فردیت خود جمع کنیم ، خواهیم دید دري به سوي دنیای دیگر باز میشود . روزی که در درونمان با خود تنها شدیم به خانه آمده ایم و تمام طبیعت و هستی آن را جشن میگیرد باید تمام جهان آن را جشن بگیرد بخشی از جهان روشن بین شده است .
- 192 چیزهای دنیا را باید در یک طرف گذاشت و یک لحظه عشق را در طرف دیگر . عشق یک نیایش است نه یک کالا می توانید آن را تقدیم کنید و وجودمان مملو از آن باشد . تمام چیزهای دنیا قابل مقایسه با یک لحظه عشق نیستند همان یک لحظه میتواند به ما خرسندی نهایی را ارزانی کند . فقط یک لحظه تجربه آن میتواند به قدر کافی شما را از زیبایی پر کند .
- 193 اگر انسانی بدون شناختن عشق بمیرد هرگز زندگی نکرده است و فردی که عشق را دریافت دیگر نیازی به هیچ چیز نخواهد داشت . عشق یک گل کمیاب است و فقط بعضی وقتها می روید ، میلیونها نفر از مردم با این طرز فکر اشتباه ، که فکر می کنند عاشقند زندگی می کنند . آنها باور دارند که عاشقند ولی این فقط باور آنهاست .
- 194 عشق گلی کمیاب است و فقط بعضی اوقات می روید . کمیاب است زیرا فقط هنگامی اتفاق می افتد که ترسی وجود نداشته باشد و نه قبل از آن . یعنی عشق فقط برای افراد عمیقاً روحانی ، افراد مذهبی می تواند واقع شود . روابط جنسی برای همه امکان پذیر است . آشنایی برای همه امکان پذیر است ، اما عشق نه .
- 195 هر چه بیشتر از دامنه های سرسبز عشق بالا بروی زندگی ات معنا دارتر می شود آوازه های بیشتری در فضای دلت مترنم خواهد شد و شور و سر مستی بیشتری را تجربه خواهی کرد . در اوج عشق به گل نیلوفر تبدیل خواهی شد . در این اوج است که دیگر مرگ و زمان و ذهن معنای خود را از دست می دهند و تو به جاودانگی استحاله می یابی . در اوج عشق جایی که مرگ بی معنا می شود ترس و تشویق و اضطراب نیز همچون سایه ای که در نور رنگ بیازد محو می شوند . اگر ذهن کنار گذاشته شود اضطراب نیز با آن کنار گذاشته می شود و جای آن را اعتماد و خرسندی و وصال پر می کنند
- 196 عشق کاغذی ، به گل کاغذی می ماند . عشق حقیقی ، شبیه گل واقعی ست . زنده است . می بالد . گل واقعی ، در توفان پریپر می شود . گل واقعی ، حساس است . لطیف است . گل واقعی ، ثابت و یکنواخت و جامد نیست . گل واقعی ، شکننده نیز

- 197 خداوند را در نحوه بودن خود جست و جو کن. خدا را در هماهنگی ات با هستی جستجو کن.
- 198 این نکته را نباید فراموش کرد که انگیزه اصلی دینداری، نه در طمع باغ بهشت است و نه ترس از آتش دوزخ. خاستگاه اصلی دینداری، حیرت است. حیرت را در کلیسا و کنیسه و معبد نمیتوان یافت. حیرت چیزیست که در دل حساس جوانه میزند و میبالد و همه وجود آدمی را می پوشاند.
- 199 با استاد بودن به معنای یاد گرفتن چیزی نیست، با استاد بودن به معنای مبتلا شدن است. با دیدن استادی که بال و پر خویش را گشوده و در هوا چرخ میزند، ناگهان بیاد میآوری که آرای من هم بال و پری دارم، من هم میتوانم در آسمان صاف و آبی به پرواز در آیم. استاد بال و پر تو را به یاد میآورد. استاد چیزی را به تو یاد نمیدهد. او فقط اشتیاقی را در تو بر می انگیزد.
- 200 روز دیگر با هم دستان خویش را به سوی آن بخشنده دراز خواهیم کرد. ما را از جنس جاودانگی سرشته اند. مهم نیست که روزها آمده و رفته اند. ما همیشه اینجا خواهیم بود. بنابر این، بر رفته ها اندوه نخورید. اگر توانسته باشم بذر اشتیاق را در جان تان بکارم، مقصودم حاصل شده است. روزی دیگر دستان خویش را به سوی آن بخشنده دراز خواهیم کرد... از یاد مبرید که باز نزدتان خواهیم آمد. شما مردمی هستید که زود فراموش میکنید. آن قدر فراموش کنید که حتی وجود خویش را نیز از یاد برده اید. میدانم که بزودی به یادی دور و کمرنگ تبدیل خواهیم شد. میدانم که بزودی حتی در وجود من نیز تردید خواهید کرد...

www.oshods.com