

اصطلاحات یوگا (۱)

مربوط به «تجربه من بایوگا»

- ۲ -

۳- **پتانجلی**: هرچند فلسفه یوگا بسیار قدیمی است ولی نخستین کسی که این فلسفه را مدون ساخت پتالی بود آنرا «یوگاسوترا» نامند و تاریخ تدوین آنرا تا ۲۵۰۰ سال پیش دانند.

۴- **قدمت مکتب جوگی** - بگواهی آثاری که از حفريات بدست آمده ، مکتب جوگی بالغ بر پنج هزار سال سابقه دارد .

۵- **دشت اندوس**: سرزمین تمدن باستانی هند است که اکنون در پاکستان قرار دارد و آثار مکشوفه در آنجا دال بر قدمت یوگاست .

۶- **دارشان**: مکتب فلسفی هند . هند دارای شش گونه مکتب فلسفی است . فلسفه هندی ممزوج با مذهب و دین است یعنی در هند هنوز فلسفه از دین بیرون نرفته است .

۷- **آسانا** - سومین مرحله سیر و سلوک جوگی است و آن اقسام نشستن و ورزیدن تن است بمنظور آماده شدن برای مراقبه و ذکر و فکر .

۸- **وداها** - ودا یعنی دانش و معرفت . چهارمکتب مذهبی هند را وداگویند و از این قراراند:

ریگودا ، یاجورودا ، سامهودا ، اترهودا .

در شماره امسال شماره ۱ مجله مهر .

۹- فرق است بین دانش و بینش ، مولوی فرماید .

پای استدلالیان چوبین بود .

۱۰- **معرفت** از راه بصیرت و بینش است و بالاتر از عقل و دانش است .

۱۱- **اتصال** همان یوگاست یعنی اتصال روح جزئی بشری بروح اعظم الهی .

۱۲- **اشتاتانگا**: هشت مرحله سیر و سلوک جوگی است که از این قراراست:

یاما ، نیاما ، آسانا ، پرانایاما ، پراتیاهارا ، دهانا دهیانا ، سمادهی .

۱۳- **مجاهدات و ریاضات**: از مراتب سیرسلکان است .

۱۴ **ولادت ثانوی**: چون جوگی رذائل را از خود بزدايد و فضائل را زنده

بسازد پس ولادت ثانوی نایل آید.

۱۵- **اندروصف تکنجد**: در این باره مولوی فرماید .

معانی هرگز اندر حرف ناید که بحر قلزم اندر طرف ناید

۱۶- **ادعای جوگیان**: جوگیان را کرامتهاست دولت هند اخیراً هیئتی از پزشکان

را برگزیده تا درصحت ادعاهای جوگیان بررسی کنند و گزارش دهند .

۱۷- **روش تحقیق**: چون کمان می رود که هیئت تفتیشیه در این بار به بررسی

- جسمانیات بسنده کننده بحقیقت مطلب نرسند که جوگی کیست و کرامات آنها چیست.
- ۱۸- **عالم محدود و موهوم** : در چگونگی عالم مادی که آیا حقیقتی دارد یا موهوم است گفتگوهاست تا آنجا که گفته شده :
- كلما فی الكون وهم او خیال
او عكوس فی المرایا اوضلال .
- ۱۹- **گزارش درباره یوگا** : کسانی که از بینش بهره ندارند نتواند برای یوگا پی ببرند « شکسته استخوان داند بهای مومیائی را
- ۲۰- **ماناس** : عقل متعارفی را ماناس گویند جوگی آنرا ناقص و نارسا داند در برابر «بودهی» که بینش و معرفت است.
- ۲۱- **گریا یوگا** : یوگای عملی است که تن را خوار و بیمقدار داند و از مجاهدت و ریاضات خود چشم طمع ندارند بجز رضای حق چیزی نخواهند و عبادت را در خدمت بخلق شناسند .
- ۲۲- **اسرار جوگی** : فقط جوگی میتواند جوك را بشناسد « قدر زر زرگر بداند قدر گوهر گوهری » دیگران را بر اسرار جوگی باز نیست .
- ۲۳- **عالم وارستگی** : لذتی دارد که بوصف نیاید « اگر لذت ترك لذت بدانی دگر لذت نفس لذت نخوانی » .
- ۲۴- **رنجین** : جوگی نمیرنجد و نمیرنجاند در حقیقت رنج و گنج و رحمت و زحمت در برابر بینش او یکسان است.
- ۲۵- **برهما چاره** : خویشتن داری است از شهوت رانی جوگی معتقد است که چون بر شهوت جنسی تسلط یابد این نیروی سرکش شهوانی تبدیل به نیروی روحانی گردد .
- ۲۶- **اسانای یوگی** : فرق بین ورزش یوگی و غیر یوگی اینست که یوگی ورزشی را مقدمه و وسیله عبادت داند برای اینکه هنگامی که بمراقبه و ذکر و فکر میپردازد باید تن سالم باشد تا مزاحم نباشد .
- ۲۷- **گورو** : مرشد را گورو گویند و او معلم جسمانی و مربی روحانی باشد .
- ۲۸- **گسترش یوگا** : روز بروز ارزش حقیقی یوگا بیشتر بر جهان متمدن آشکار میشود بهمین دلیل در بسیاری از شهرهای بزرگ عالی مراکزی برای تعلیمات یوگاتاسیس شد و تعداد آنها روز افزون است .
- ۲۹- **ورزش یوگی** : منظور از ورزش یوگی نرمش تن و سلامی جسم و جان است و چون ستون فقرات اهمیت خاص در تندرستی دارد اغلب ورزشهای یوگی متوجه ستون فقرات است .
- ۳۰- **ماناس** : رجوع شود به ماده ۲۰ همین مقاله .
- ۳۱- **بودهی** : همان دیده بصیرت و بینش است .
- ۳۲- **پرانایاما** : تسلط بر نفس است یعنی دم زدن و نفس کشیدن را در زیر فرمان آوردن و آن ویژه جوکیان باشد و در این باره بحالات و مقالات غیر قابل وصفی نایل آیند .
- ۳۳- **پرانایامارا** : مرحله پنجم یوگا است و آن برگرفتن حواس است از محسوسات و از خود بخود آمدن باشد .
- ۳۴- **غذای ستوا** : جوگی عقیده برین استوار دارد که حلق و دهان برای آن آفریده شده تا هر آنچه لازمه نگهداری تن است از آن بگذارد. و دهان را بغذاهای خوش مزه ولی ناسازگار نیلاید . « چه ستوا بمعنی پاك و بی آلیش است »
- ۳۵- **برهما مهورته** : جوگی بامداد را از ساعت ۳۵ پس از نیمه شب با عبادت و ریاضت و مراقبه آغاز کند .

- ۳۶- **یاما** : یعنی منہیات ، آنچه را کہ نباید کرد .
 ۳۷- **نیاما** : یعنی واجبات ، آنچه را کہ باید رعایت کرد .
 ۳۸- **دھارنا** : تمرکز فکر .
 ۳۹- **دھیانا** : فرورفتن در این اندیشه .
 ۴۰- **یوگا جشینی است نه شینینی** : شیرینی را باید چشید تا بطم آن رسید .
 ۴۱- **موگشا** : آزادی ورهائی است از بند تعلقات .
 غلام همت آنم کہ زیر چرخ کبود
 ز هر چه رنگ تعلق پذیرد آزاد است
 ۴۲- **کار عقل و هوش نیست** : در این باره مولوی فرماید .
 ای شہان کشتیم ما خصم برون
 کشتن آن کار عقل و هوش نیست
 مانند خصمی ز آن بتر در اندرون
 شیر باطن سخره خرگوش نیست

کتابخانه مهر

دانش‌نامه شیخ الاسلامی

آقای محمد هادی شیخ الاسلامی (فخرالمحققین) کہ از خاندان فضل و ادب و شخصاً از وعاظ دانشمند کشورند و یکرشته کتاب تحت عنوان « دانش شیخ الاسلامی » برشته تحریر در آورده‌اند ، جلد سوم این مجموعه شامل بیش از ۱۵۰ موضوع مختلف در مباحث، معرفت الهی دینی و اخلاقی و تاریخی است در ۳۷۲ صفحه با قطع ۲۶×۱۶ با کاغذ خوب و چاپ مرغوب کہ در شیراز بطبع رسانیده‌اند بکتابخانه مهر اهدا شده . کتاب و مجموعه مذکور در حکم یک دائرة المعارف علوم دینی و حکمی و اخلاقی و معنوی است کہ برای اهل فضل و نویسندگان بسیار مفید و قابل توجه و دقت است .

بانك عمران
حساب تشكيل سرمايه

■ صدهزار تومان وام بدون بهره

■ ماهي هزار تومان مانده الام العمر

■ وامهاي طويل المدهت تا ۳ برابر موجودي

■ ۴ درصد بهره ثابت و هميشگي

شعب بانك عمران :

شعبه مركزي خيابان اسلامبول

شعبه رودكي خيابان سلسبيل چهارراه دامپزشكي

شعبه مخصوص خيابان قزوين روبروي خيابان مخصوص

شعبه تجریش مقابل سينما آريستارا

شعبه هتل هيلتون

شعبه نادري خيابان شاه ساختمان آلمنيوم طبقه چهارم

شعب شهرستانها :

شاهي - بابل - بابلسر - گرگان - گنبد - بجنورد مشهد - آمل

شهبوار

کتابخانه هنر ایران

PERSIAN ART



مردم هنردوست سراسر جهان با هنر باستانی ما از راه کتاب «تاریخ هنر ایران» تألیف پرفسور آرتور یوپ آشنا میشوند .
 شما چرا کشور خود را نشانید ؟
 یک سری از کتاب معروف «تاریخ هنر ایران» در خانه های ایرانی لازم است .
 کتاب تاریخ هنر ایران در ۱۴ جلد با همکاری به موسسه انگلیسی، امریکائی و ژاپنی با سرمایه و ابتکار کنسرسیوم منافزاده تجدید چاپ شده و اینک در سراسر دنیا فقط توسط کنسرسیوم منافزاده با توزیع وسیعی در اختیار علاقمندان گذارده میشود .
 برای کسب اطلاعات بیشتر و دریافت کاتالگ مجانی در مورد کتاب تاریخ هنر ایران لطفاً کوبین زیر را پر کرده بنشانی کنسرسیوم منافزاده خیابان شاه ساختمان آلومینیوم و یاصندوق پستی ۱۱۴۵ تهران ارسال فرمائید



خواهشمند است اطلاعات لازم در مورد کتاب «تاریخ هنر ایران» را در اختیار اینجانب قرار دهید .
 نام
 آدرس

دوازده حبه

دائرة المعارف امریکانا



مروزه

از خلال جهان دانستنیهای

دائرة المعارف امریکانا

میستوان به ماه دست یافت!

با در دست داشتن يك سری كامل دائرة المعارف
سی جلدی امریکانا دنیائی از دانش در خلال

۱ میلیون لغت

۱ هزار مقاله

۲۱ هزار موضوع مورد مراجعه

هزاران گراور رنگی و سفید و سیاه

و در نقشه و دیپاگرام

در زیر انگشتان شما ورق میخورد

رای کسب اطلاعات بیشتر در مورد دائرة المعارف امریکانا کوبن زربرا
ز مجله جدا کرده بنشانی کسریوم مناقراده خیابان شاه ساختک
لومبینیوم ارسال فرمائید.

شغل	شهرت
انی کامل	
تلفن	

ENCYCLOPEDIA AMERICANA