

من محاضرات المعلم بر مهنسا



ترجمة محمود عباس مسعود



يجب أن نتعلم الإيثار، فالعثور على السعادة من خلال إسعاد الآخرين هو الهدف الحقيقي لكل محبي الله، المؤمنين به.

إن تقديم السعادة للآخرين هو أمر رائع وهام جداً من أجل تحقيق سعادتنا الذاتية، وهو عمل مجزٍ.

بعض الناس لا يفكرون إلا بعائلاتهم "نحن وبنّ" .. آخرون يفكرون بأنفسهم فقط، قائلين "كل ما يهمني هو أن أكون سعيداً".

لكن للأسف مثل هؤلاء هم الذين لا يعثرون على السعادة.

ليس من المستحسن البحث عن السعادة الشخصية وفي نفس الوقت تجاهل سعادة الآخرين ورفاهيتهم.

من يسلب الغير لقمة عيشهم باستهتار، قد يصبح غنياً ولكن ليس سعيداً لأن نقمة الآخرين عليه ستكون أشد فتكاً من السم الزعاف.

القانون الإلهي يقضي بالآتي:

عندما يحاول شخص التمتع على حساب الآخرين فإنهم سيحاولون تكدير عيشه. ولكن إن حاول إسعادهم ولو على حساب سعادته فإنهم سيفكرون برفاهيته وبإسعاده.

عندما نفكر باحتياجاتنا الضرورية فيجب أن نفكر بحاجيات الآخرين أيضاً. وعندما نبدي اهتماماً نحوهم فإننا سنتمنى لهم الخير والسعادة.

صاحب الإيثار ينسجم انسجاماً حلواً مع أهل بيته ومع العالم من حوله.

أما الأناني فيقع دوماً في المشاكل ويتعثر ويفقد راحة البال.

أسرع طريقة للسلام النفسي

كل الناس يتناغمون روحياً مع اللانهائي ومن الخطأ التفكير بأن الأشخاص العاديين لا يتناغمون أبداً مع الله أو الحق الأسمى، إذ لو امتنع كل الناس عن دخول حالة النوم العميق غير الحالم ولو لدقائق قليلة لما تمكنوا من العيش.

ومع أن الإنسان العادي لا يمتلك تذكراً واعياً لاختبارات روحه لكنه جزء من الكل الكوني وعليه أن يشحن حياته بين الحين والآخر بتيارات الحياة المنعشة الصادرة عن الواحد الأحد ينبوع الحياة والحب والحق الذي لا يتغير ولا يتجزأ.

وإذ يقَدَس المرید مبدأ الحق بفكره وكلامه وأفعاله فإنه ينسجم مع الخليقة والخالق. وكل من يقابل ذلك الإنسان الروحي المتطور ينتعش روحياً بسبب اهتزازاته الروحية التوافقية. وهذا الإنتعاش يكون بدرجات متفاوتة. ذلك المرید متحرر من الإزدواجيات المؤلمة والنسبيات المتناقضة، وهو مؤهل في نهاية المطاف لدخول الملجأ الأخير: الحق المطلق.

إن انعدام الغضب هو أسرع طريقة للسلام النفسي. الغضب سببه معارضة الرغبات، ومن ليس لديه رغبات هو شخص متحرر من الغضب.

إن الذي لا يتوقع شيئاً من الآخرين ويتوجه لله من أجل نيل مبتغاه وتحقيق مشتهاه لا يشعر بالغیظ أو الحنق نحو إخوته البشر ولا يكسر خاطرهم. (تبسمك في وجه أخيك صدقة) و(أذهب أولاً اصططح مع أخيك).

الحكيم قانع بمعرفته اليقينية بأن الله هو مدير ومدبر العوالم بأسرها، ولا يفكر بأن الأمور تحدث جزافاً، لذلك فهو متحرر من الغضب والكراهية المتأصلة والمشاعر العدائية.

هذا العالم هو عالم النسبية، والحكماء يوافقون أنفسهم مع الإرادة الإلهية ويكتفون أعمالهم بحسب الظروف. قد يظهرون أحياناً ضروباً من السخط الجريء أو العنيف إذا كان ذلك يردع فاعلي الشر عن إلحاق الأذى بالأبرياء. لكن الحكماء لا يراودهم الإحساس بالكراهية نحو أي إنسان مهما تعاضم جهله وكثرت تجاوزاته.

صاحب المعرفة الذاتية قد يحتاج حنقاً لفترة طويلة أو قصيرة لكنه لا يلبث أن يعود إلى أريحيته ورزاقته المعتادة.

غضب الشخص العادي لا يمكن أن يزول بقوة الإرادة وعلى الفور، أما القلب النقي للإنسان المتحرر من الرغبات الدنيوية فلا يشعر بالغضب ولا يظهره.

الغضب هو العيب الأكثر شيوعاً بين الناس، وهو معكّر السلام في العائلات وبين الأمم.

من يستشيط غضباً يكرهه أهل بيته، ونوبات الغضب المتواصلة لها تأثير سيء على صحة الإنسان وغالباً ما تؤدي إلى العنف. وإذ يستسلم الناس للغضب استسلاماً أعمى فإن عدداً كبيراً منهم يقتترف الجرائم أو يذهب إلى السجن أو يُحكم عليه بالإعدام.

وعملاً بمبدأ حب البقاء، على جميع الناس أن يتعلموا التبصر في الأمور والتأمل في العواقب والسيطرة على الغضب.

{ والكاظمين/الغيظ والعافين عن الناس والله يحب المحسنين }

زيادة قدرات الدماغ الإستيعابية: التكثيف والتركيز

قال البروفسور جيمز من جامعة هارفارد أن معظم عاداتنا تتشكل بفعل العوامل الوراثية.

ويقول العلماء أن لا علاج للبلاهة أو الغباء؛ واستنتاجهم هذا مبني على قياسات تقوم على العنصر الجيني الوراثي.

لكنهم لم يتعلموا بعد الطريقة التي يمكن من خلالها للإنسان أن يوقظ خلايا الدماغ التي من شأنها التسريع من تطوره.

هناك طريقة لزيادة قدرة الدماغ الإستيعابية بحيث يمكن للشخص أن يستوعب خلال عمر واحد كل المعرفة التي يرغب في استيعابها داخل نفسه.

في مجال التعليم هناك فارق كبير بين الأساليب التي يتبعها المعلمون في الهند ونظرائهم الغربيون.

ففي الغرب يتم التركيز على حشو أدمغة الصغار بالأفكار وقراءة أكبر عدد ممكن من الكتب.

ذات مرة عاد أحدهم إلى بلده بشهادة دكتوراه في صنع السكر من أنواع مختلفة من الفاكهة. وعندما سُئل عما إذا كان بالإمكان صنع السكر من الجوافة، فكّر ملياً ثم قال: "لم أدرس ذلك، فهذه الثمرة لم ترد في مناهجنا الدراسي." واضح أنه لم يتمكن من استخدام بديته والتوصل إلى استنتاج منطقي.

المعرفة لا تتوقف على ضخ الأفكار من الخارج، بل تعتمد على قوة ومدى وسرعة الإستيعاب الداخلي.

من يمتلك قوة التقبل المعرفي يستوعب كل شيء على نحو سريع. أما الذين لا يمتلكون تلك القوة فقد تمر عليهم نفس التجارب والمعلومات ومع ذلك لا يتمكنون من تمييز الأمور أو استيعابها بشكل كامل.

الألباء ذوو الذكاء والإدراك يسبقون المغفلين بأشواط بعيدة.

تجارب الإنسان تجلب له المعرفة وفقاً لحجم وعاء تقبله وقدرته على الإستيعاب.

وما هي الطريقة؟

بالتكثيف الواعي لكل الإختبارات من خلال قوة التركيز.

والتركيز يعني جمع الإنتباه وحصره في نقطة محددة..

أما التكثيف فيعني استخدام ذلك الإلتباه المركز لعمل شيء ما بسرعة، عادة ما يستغرق إنجازها وقتاً طويلاً. بالتركيز يمكن تكثيف كل اختبار واستخلاص زبدة المعرفة من مكوناته.

وهكذا، بتكثيف التجارب الفردية بإمكانك بلورة جميع تجاربك واختبارتك والحصول على الحكمة الكامنة في تلك التجارب والاختبارات بكيفية أسرع وأكثر فعالية مما لو تعاملت معها عشوائياً وبدون تركيز.

الإلتزان العقلي بتحويل الفكر إلى الداخل

يمكن بلوغ الإلتزان العقلي بممارسة إحدى الرياضات الروحية التي تساعد على تحويل الفكر للداخل حيث يشعر اليوغي بحالة متزنة من فرح لا يتغير. وعندما يتمكن من إظهار حالته الباطنية تلك في ساعات اليقظة يصبح نقياً ومترسخاً في الروح الكوني.

يقول الحكماء أن الإنسان العادي تعتوره الشوائب نظراً لتفاعله الحسي مع ثنائيات ونسبيات الوجود من ألم ولذة وحرارة وبرودة وحياة وموت. ومن يتمكن من فصل وعيه بإرادته عن الإحساسات الدنيوية هو وحده المتحرر من ثنائيات الحواس المقلقة، وهو وحدة المستقر في الروح الإلهي ذي السكينة الأبدية.

اليوغيون الذين يشعرون بالغبطة المقدسة في حالات الوعي الباطني والواعي والسامي هم ألقياء وعلى تواصل مع الروح الكوني.

الإنسان غير المنضبط يرقب الصور المتحركة لهذا العالم ويركب أمواج الفرحة والحزن أو القنوط أو الغضب أو تبدل الإحساس أو اللامبالاة في بحر وعيه دون القدرة على رؤية قمر الروح المنعكس في ذلك البحر.

وعندما تهدأ أمواج الوعي المتلاطمة يبصر الحكيم في المحيط الباطني الهادئ صورة القمر المقدس دون تشويه.

إيمان رجل الله بالعلي القدير

كما رواها المعلم برمهנסا يوغانندا

كانت السحب البيضاء تحجب وجه السماء والرياح العاتية تزار وتزجر في الوقت الذي كان رجل الله يعتزم السفر بطائرته إلى إحدى المدن لحضور مؤتمر سلام هام. وقد نصحه أصدقاؤه ورجوه بالحاح كي لا يغامر بحياته في هذه الرحلة الجوية المحفوفة بالمخاطر بفعل العاصفة الوشيكة الحدوث. وحتى رجل الله نفسه أحس بقرب حدوث أمر ما إن هو أصر على السفر وحضور ذلك المؤتمر الذي كان يتوقف عليه مستقبل أمم عديدة.

وقلب الأمر في عقله وهو يردد لنفسه "الله هو نبع الخير وجوهر الصلاح، وما دامت غايتي طيبة ونيتي حسنة فلا بد أن أتخطى كل العوائق والموانع التي قد تعترض سبيلي أثناء سفري جواً إلى حيث سيعقد المؤتمر."

ثم فكّر محدثاً نفسه: "هناك الكثير من ذوي النوايا الطيبة ممن قاموا بإنجاز الأعمال الخيرية لكنهم قوبلوا بالكوارث والصعاب أثناء أداء مهامهم، وكان الله لم يبعد الأذى عنهم، في حال يوجد العديد من ذوي النوايا الخبيثة والمقاصد الشريرة لا يطالهم العقاب بل يسرحون ويمرحون دون قيود أو ضوابط."

أخيراً بزغت شمس الأمل ثانية في قلب رجل الله، تشع ساطعة من تحت غيوم الشك الدكناء. وأتت زوجته وأصدقاؤه وجيرانه محاولين ثنيه عن القيام بتلك الرحلة المجهولة العواقب والابتعاد عن تلك الأجواء المنذرة بالشؤم. لكن عتابهم ومحاولاتهم كلها ذهبت أدراج الرياح

عندما توجه رجل الله بثقة إلى مقعد طائرته الصغيرة، كما لو كان مدفوعاً في الجو بقوة عليا لا قدرة له على مقاومتها. فأدار المحرك وانطلق على بركة الله يسابق الريح.

و زاد من سرعة الطائرة على أمل النجاة من العاصفة المحتممة، وبعد ساعتين من مجاهدة الإعصار المتربص به بلغ ركناً هادناً وصافياً من الفضاء فتفس الصعداء محتسباً أن إيمانه قد نجاه وأن الله سمع دعاءه وأمدّه بعونه.

لكن بعد لحظات تحول فرحه إلى غم عندما سمع ورأى سنجاباً يقرض أحد الأسلاك الحيوية في محرك الطائرة. وبالرغم من تحويل الطائرة وإدارتها في جهات مختلفة ظل السنجاب جاداً في عمله المؤذي. لم يتمكن رجل الله من الإمساك بالسنجاب وقد أدرك أنه إذا ما استمر في قرص السلك فسيحصل عطل كهربائي للطائرة وأنه سيواجه خطر الهبوط اضطرارياً، مما قد يؤدي إلى تحطم الطائرة على الجبال التي كان يحلق فوقها.

وفي غمرة اليأس حاول إيجاد حل معقول، إلى أن حصل أخيراً على إلهام باطني، فارتفع فجأة بطائرته وتابع الصعود حتى رأى أن السنجاب أصبح واهناً ولفظ أنفاسه الأخيرة لعدم قدرته على تحمل طبقات الجو العليا عديمة الهواء التي كانت تحلق فيها الطائرة. هنا فرح رجل الله وانفجرت أساريره، مدركاً أن الله قد استجاب لصلواته وأخيراً بلغ مقصده سالماً ليتم عمله النبيل.

وبالمثل فإن المؤمنين بالله، الواثقين بعونه يتعلمون من الله كيفية القضاء على الشرور الوشيكة برفع مستوى وعيهم إلى آفاق أعلى وأفضل.

يجب قهر الشر ليس بالشر ولكن بالإرتقاء إلى مستوى الخير..
وقهر الجشع بضبط النفس
والقلق والإضطراب بالهدوء والسكينة
والبغضاء بالمحبة
والعادات السيئة بالطيبة
وحب الإنتقام بالتسامح
والتشويش النفسي بالتأمل والأفكار الإيجابية.

مصايح النفوس والموآء الإلهي

من قمة التلة رنوت ببصري نحو الأنوار الجريئة المتألئة التي صنعتها يد الإنسان. أما الموآء الخفي لكل هذه الأضواء التي لا تقع تحت الحصر فكان محتجباً خلف ستارة الظلام.

شخصتُ للأعلى فأبصرت السماء مكوكبة بنجوم لا حصر لها، وأدهشتني الكهرباء السرية التي تنير كل واحدة منها. وبعين عقلي رأيت المليارات من مصايح النفوس البشرية المنتشرة على هذا الكوكب الأرضي فدهشتُ لذلك الموآء الكوني الذي يغذيها جميعاً بالنور والطاقة.

ومتلما يمكن إنارة مصايح الشوارع في أقسام مختلفة من المدينة لمجرد فتح التيار من الموآء الرئيسي، هكذا يُفتح التيار المقدس عند الولادة كي يجري في نفوس البشر أثناء هذه المسيرة الأرضية.

وكما أن أنوار المدينة يمكن إطفائها وإعادة تيارها إلى الموآء الرئيسي، هكذا تعود تيارات بعض النفوس إلى الموآء الكوني الخفي والكلي الوجود عند انقضاء أجلها على هذه الأرض.

من الله غير المنظور نأتي إلى الوجود المنظور وقت الولادة، وإلى الله الصامت سنعود ثانية وقت الرحيل الأخير.

جميع مصابيح المدينة تشتعل بالطاقة الصادرة عن المولد، ولدى إقفال التيار يعود النور ليهجع في قلب المولد. فأنوار المدينة، سواء كانت متوهجة أو هاجعة لا يمكن أن تأتي إلى الوجود بدون المولد.

وبالمثل، فإننا – نحن المصابيح البشرية – سواء كنا أحياءً أو أمواتاً، لا بقاء لنا بدون المولد الإلهي.

في الحياة نومض بأنوار مقترضة من الله، وفي الموت نرقد على صدر بحر الله الكهربائي. فكل الأقدام وكل الأيدي والأذان والأفواه والعيون والعقول والقلوب هي مصابيح متنوعة يتألق بها نور الله الذي يشع على هذا الكون المادي الكثيف أو العالم الأثيري اللطيف.

الحرية تأتي من السيادة الذاتية .. العادة الصالحة أعظم صديق

إن أكثر كلمات معلمي سري يوكتسوارجي تأثيراً هي ثلاث كلمات كان يرددها دوماً على مسمعي (تصرف تصرفاً لائقاً لـ **learn to behave**) وإنني لأعجز صدقاً عن تقديم واجب الشكر له على ذلك، علماً بأنه لم يكن من السهل التصرف دوماً بكيفية لائقة.

عندما ينبغي لك أن تقهر شيئاً ما فيجب أن تعرف السبب من التغلب على ذلك الشيء. يجب ألا تهجر ذلك الشيء وتبتعد عنه وحسب، بل ينبغي التخلص من التفكير به وطرده من الأفكار ذات الصلة. التفكير السلبي عدو لدود يتعين قهره.

إن غيرت مجرى أفكارك من الوعي الحسي إلى الوعي الروحي فستكتب لك الغلبة وتجلب لنفسك السعادة. الإنجازات تكمن في العقل. يجب أن يسأل الإنسان نفسه: "هل أنا عبد لحواسي أم سيد لها؟ وهل أنا غني بالسلام أم فقير روحياً"

يجب ألا يصبح الإنسان ضحية لعدم الاعتدال. تمتع بالأشياء ولكن لا تسمح لها بأن تستعبدك. كن متحرراً. كن لطيفاً ودوداً ومستبشراً فرحاً، وكن سيد نفسك تحت كل الظروف.

ويجب ألا يكون المرء عبداً للحواس وحسب بل ينبغي أن يتصرف بحسب قناعاته السليمة. من يرغب بالترفع عن الشائيات وبلوغ الوعي الكوني عليه أن يمتلك ضبط النفس وأن يدرّب نفسه على احتمال كل الأشياء وكل الظروف دون اضطراب نفسي ودون انزعاج.

إن عمل ما يحلو للإنسان ليس حرية، بل إساءة لاستخدام الحرية.

الحرية تأتي باتباع قانون سيادة الذات أي ضبط النفس.

الحرية الحقيقية معناها عمل كل شيء بوعي الحكمة.

الحرية ضئيلة وضحلة بدون التوافق مع الله ونواميسه.

إن حياة معظم الناس محكومة بالرغبات والأهواء والطباع والعادات والمؤثرات البيئية والاجتماعية.

عندما تبتدئ العادات الجسدية بالسيطرة على الفكر يصبح من العسير على الجسد تنفيذ أوامر الإرادة. لهذا السبب يعجز السمناء عن التخلص من سمنتهم حتى ولو اتبعوا غذاء الحمية. فالخلايا الواعية قد شكلت عاداتها الخاصة ولا تستجيب بسرعة لأوامر العقل. لكن إن تم تدريبها بشكل صحيح ستمتثل عن طيب خاطر لإيعازات العقل دون أدنى مخالفة للقوى العقلية السامية.. القوى التي لها المقدر على التحكم بالجسد إذا ما تم تدريبها وتمارينها بالكيفية الصحيحة.

العادة الصالحة هي أعظم صديق لك، والعادة السيئة هي عدو في ثوب صديق. فليحذر الإنسان إذاً من تكرار عادة أو فعل ما لأن التكرار يحوّل الفعل إلى عادة قبل أن يدرك الشخص ذلك، والعادة تصبح طبيعة ثانية، إنما يمكن تغييرها بالأفعال الطيبة المتواصلة والتفكير الإيجابي الخلاق.

الكلمة والاهتزازات

كل كلمة يتلفظ بها الإنسان يظل مفعولها راسخاً في الدماغ والعقل. وعندما تغادر روح الإنسان جسده بالموت سيتوقف دخولها إلى عالم آخر على الحكم الذي تصدره (كرماه) الناتجة عن الكلام الصالح أو الشرير.

الكلام الطيب الصادر عن فكر نبيل سيتخزن نتائج حسنة للروح، في حين الكلام الشرير المدفوع بالعادات السيئة سيكون ك Karma شريرة أو نتائج رديئة للنفس.

الكلمة مركبة من ثلاثة اهتزازات: اهتزاز سببي أو فكري، واهتزاز حركي أو كوكبي، واهتزاز مادي أو مظهري.

في كلمة "السلام" ثلاثة اهتزازات مميزة:

1. اهتزاز الفكر أو الإرادة عند نطق كلمة "السلام"
2. اهتزاز الطاقة في الدماغ والحبال الصوتية واللسان المدفوع بالإرادة عند نطق كلمة "السلام"
3. اهتزاز الحبال الصوتية والتأثير الجسدي عن نطق كلمة "السلام"

لذلك فإن كل كلمة صالحة أو شريرة تترك اهتزازاتها أي آثارها في الجسد أو الدماغ وفي طاقة الحياة والفكر على هيئة ميول ورغبات. وعلى هذا الأساس فإن اهتزازات كل الكلام تترك ميولاً صالحة أو رديئة في الفكر.

إن الذي تخلص من دوافع تشويه الحقيقة يؤسس في داخله قوة هائلة بحيث لا يشهد زوراً ويكون كل كلامه صائباً.

با ركني يا رب حتى أستخدم صوتي لخدمة الحقيقة من خلال نطق الكلام العذب والنافع والمنعش. واعزف أحنائك الخالدة على ناي حياتي حتى أتبارك باهتزازات أنغامك القدسية.

قوانين الحق والمحبة

المراعاة هي أكبر خطيئة ضد الله، وأكبر خطيئة ضد الإنسان هي الغدر والخيانة.

لا يوجد أعظم من الصدق والإخلاص في التعامل مع الآخرين؛ فالصدق والإخلاص يقهران حتى العدو ويجردانه من الكراهية، ويؤسسان صداقتك مع الغير على صخر الزمن.

من السهل خلق الأصدقاء بدون إخلاص، لكن من الصعب الإحتفاظ بهم. لا يمكن الإحتفاظ بالأصدقاء والصداقات إلا بالإخلاص.

يجب أن يكون الشخص طبيعياً وأميناً، وأن يحترم كلمته ويحافظ على وعوده مع الآخرين. كلمة الإنسان هي كل شيء. إن قدرت أن تصون نفسك في حصن الإخلاص فستكون السيد المكرّم/السيدة المكرمة في مملكتك الذاتية ولن تنحرف عن الطريق أو تنجرف مع التيار.

لا تخشَ الحقيقة، واعلم أن الغلبة تبقى للحق حتى ولو ظلمك الآخرون. معظم الناس ينسون أن الصدق والإخلاص أقوى بكثير من الزور والبهتان.

أعطِ الحكمة لمن هم دون مستواك ما داموا يرغبون في الاستفادة، لكن علاوة على كل شيء ابدلِ قسارى جهدك للإرتقاء بنفسك على سلم المعرفة الذاتية.

تكلم بلطف ومودة واتبع الحق حيثما أبصرته دون تهيّب.

اتبع روح الحق وتجنّب التلفظ بحقائق فجّة من شأنها أن تسبب الضرر وتلحق الأذى بك وبالآخرين، ما دام باستطاعتك أن تفعل ذلك دون الإبتعاد عن روح الحق. طبعاً يجب أن لا يتطرف الشخص من هذه الناحية، كأن يكذب تلافياً لذكر وقائع صادقة ولكنها مؤلمة.

نمّ عادة النطق بالصدق دون التلفظ بما هو غير ضروري. تكلم الحقائق السارة وتجنّب التلفظ بكل ما من شأنه أن يؤذي الآخرين ولا يخدم الحقيقة.

ولا تتطلع الآخرين على كل أسرارك رغبة منك في الأمانة وباسم الصراحة، لأنك إن أظهرت نقاط ضعفك للمستهترين فسيغتمون الفرصة للتلذذ بالتهمك عليك والسخرية منك عندما يرغبون في إيدانك. فلماذا تزودهم بالذخيرة التي سيطلقونها عليك ويحاربونك بها؟

تحدّث وتصرف بكيفية تعود عليك وعلى الآخرين بالسعادة الدائمة. تكلم عندما تمس الحاجة للكلام ومن أجل تحقيق نتائج إيجابية، أي بما يخدم الجميع خدمة طيبة.

يجب أن ينمي الشخص قوة التمييز الداخلي ليتمكن من معرفة الفرق بين الحقائق التي تجلب الخير للجميع وبين إدراج وقائع مجهولة العواقب.

وليس التحمس لإظهار كل ما يعرفه الإنسان أقل ضرراً من المواربة أو تجنب إطلاع الآخرين على أمور يجب أن يعرفوها من أجل صالحهم.

أما بالنسبة للذين لا يمتلكون التمييز الواعي بعد، فينبغي لهم أن يتعلموا الصمت. عندها، إن تكلموا فسيصدر كلامهم عن بصيرة واعية وإدراك أكيد للحقيقة التي تعمل لصالح الجميع.

إن إسعاد الآخرين من خلال الكلام الطيب وتقديم النصح الصادق هما من علامات العظمة الحقيقية. أما إيذاء الغير بالكلام الساخر المؤلم والنظرات السلبية والمقترحات الأنانية فدليل على سوء النية وخبث الطوية. النظرات الجارحة والأنفاس الغاضبة تؤذي أكثر من اللكمات الموجعة والضربات المؤلمة.

الهزء والسخرية يظهران روح العصيان والغضب في فاعل الشر، في حين تخلق الإقتراحات الودية فيه الندامة والدهشة. الندامة هي أن يدرك الشخص غلظه إدراكاً تاماً ويتخلى عنه بالمرّة.

بدل إدانة الآخرين يجب أن ينظف الشخص منزله الفكري، عندها، وإذا يرى الآخرون منزله النظيف سيطلبون منه المساعدة لتنقية أفكارهم. انتقاد الغير هو ميلٌ رديء، لكن المقدرة على تحمّل سخرية وانتقادات الآخرين هو شيء مدهش. الإنتقاد الفظ الخشن هو كالضرب على الرأس بالمطرقة. لا يوجد أعظم من قوة المحبة من أجل مساعدة الآخرين. إن قوة المحبة المتمثلة في الإقتراح اللطيف هي أعظم بكثير من الإنتقاد.

إن وجدت أنه من الضروري لك أن تنتقد، فافعل ذلك برغبة المساعدة الصادقة. يجب عدم إدانة الغير بل صرف الوقت في انتقاد الذات، وبذلك يكون الوقت قد صُرف بكيفية نافعة ومجدية.

{لا تدينوا لكي لا تُدانوا. لأنكم بالدينونة التي بها تدينون تُدانون. وبالكيل الذي به تكيلون يُكال لكم.}

{إذا سمعتم الرجل يعيب أعراض الناس فعربوا عليه قوله "أي ردوا عليه قوله" { حديث شريف

إن الشخص اللطيف الحكيم ذا الإتران التام هو الوحيد الذي تخوله مكانته الأدبية من تنبيه الآخرين إلى نقاط ضعفهم. وطبقاً لقانون السبب والنتيجة فإن من يدين الآخرين بلطف سيحصل بالمقابل على نفس المعاملة من ناموس الحق الذي يتحكم سرّاً بالحياة من كافة نواحيها. أما الذين يدينون الآخرين بقساوة فيجعلون حياتهم بؤرة من التعاسة والشقاء.

إن التلذذ بضعف الآخرين الأخلاقي أو مداومة التفكير به هو جريمة روحية ويغذي النفاق على المستويين الإجتماعي والشخصي. يجب أن لا يدنس الشخص أفكاره بالإتهامك بالتفكير بمعاييب الغير حتى لا يوقظ العادات السيئة الهاجعة من حيوات سابقة.

إن متصيدي معاييب الغير وتجار النميمة الذين يسرّهم نشر نقائص الناس لا قدرة لهم البتة على مساعدة الآخرين ورفع مستواهم. من يرغب في مساعدة الغير لا ينشر معاييبهم ولا يشمت بسقوطهم، بل على العكس من ذلك يضع نفسه مكانهم ويشعر بشعورهم ويحاول ما بوسعه انتشالهم من مطباتهم فيما إن كانوا يرغبون في مساعدته لهم. وعندما يرى إنساناً يعاني من ضعف أدبي يقول بينه وبين نفسه بكل تواضع: "اللهم لا شماتة.. الله يساعده ويكون في عونهِ ويقل عثرته."

هل التقينا من قبل؟

بكل تأكيد!
ففي غابر الأزمان
في قلب الأثير
عندما أتينا إلى الوجود كأرواح
كنا جميعنا نغفو
تحت لحاف الحب الإلهي.
وعندما أيقظنا الله
انطلقنا بعيداً عنه
كما في قصة الإبن الشاطر
فنسينا صلة الرحم الإلهية فيما بيننا
وأصبحنا غرباء.
وإذ هجرنا بيتنا السماوي
أصبحنا في هذه العالم
رحالة نجوب أصقاع الأرض
ونسير على دروب القدر.
لقد أوغلنا في السير
وابتعدنا كثيراً عن بيتنا الأصلي.
ومع ذلك، وبين الحين والآخر
توقظ بنا بعض الأماكن والتجارب والوجوه
ذكريات دفينّة وأحاسيس باطنية
تهمس لنا مؤكدة أننا من جديد نختبر
أموراً عرفناها من قبل

ونلتقي بأحبة كنا منهم قريبين
في الماضي السحيق.

كل نفس تمتلك في جوهرها المعرفة الكلية
لكنها ظاهرياً تصبح مقيدة بالجسم والاسم
والعائلة والبيئة والعادات والتقاليد..
وعندما يستعيد الإنسان وعيه الإلهي
سيتذكر منشأه العلوي
وسيعيش من جديد بوعيه السامي
في بيته السماوي..
وستعوده معارفه واختباراته القديمة
تماماً مثلما يتذكر بيته الأرضي وأسرته الصغيرة.
إن من أروع الإختبارات أن بشخص عرفته من قبل..
شخص كان رفيقك على دروب الحياة
في تجسيدات ماضية.
جميع أفراد أسرتي
عرفتهم في حياة سابقة
وبين الحين والآخر أقابل آخرين
مثل أصدقاء طفولتي
الذين عرفتهم في الماضي البعيد..
ومع أن اهتماماتهم تختلف عن اهتماماتي
في هذا الحياة
لكنهم أرواح عرفتهم من قبل.
كل الذين عرفتهم في حيوات سابقة
أتعرف عليهم على الفور عندما أقابلهم
للمرة الأولى في هذه الحياة وأقول لبعضهم:
"وأخيراً عثرت عليك بعد طول غياب
لأننا كنا مع بعض من قبل
فلماذا انتظرت كل هذا الوقت وأطلت الغيبة؟"
أبحث عن أولئك الذين جمعتني بهم الأشواق الروحية
وأناديهم كل يوم قائلاً:
"أين أنتم يا من سرتم معي على الدرب من قبل؟"
وفجأة أرى وجهاً من بين وجوه كثيرة فأقول لنفسي:
"ها قد سمع أحدهم ندائي".
وحتى في هذه اللحظة، عندما أنظر إلى وجوهكم
لا يسعني إلا أن أفكر أنه في وقت ما..
وفي مكان ما في غابر الأزمان
سمعت صوتي
وأتى بكم ندائي إلى هنا..
وإلا كيف لكم أن تأتوا
لو لم يلهمكم الله ؟
بعض الأشخاص ممن تيقظت ذاكرتهم الروحية قليلاً
سيتوقفون ويقولون:
"أجل، إنني أعرف ما يقول
ففي مكان ما.. وفي زمن ما
سمعت هذا الصوت من قبل
وهذا الصوت ليس غريباً عليّ."

الله هو الحل والجواب والمحبة هي الترياق

لنتذكر أن الله هو الحل لكل المعضلات، والجواب على كل الأسئلة التي تضعها أماننا الحياة.

الله محبة، والمحبة هي الترياق لآلام البشرية. لا يوجد شيء أعظم من المحبة التي هي قوة الجذب وقوة التوحيد (التقريب) الإلهية التي تظهر على درجات متفاوتة في كل الكائنات الحية.

عندما تظهر هذه المحبة تحت كل الظروف – العائلية والاجتماعية والوطنية – تتمدد لتشمل العالم بأسره.

هذه المحبة العالمية هي محبة الله. ومن يشعر بذلك الحب يصبح من رعايا مملكة السماء. يجب أن يفخر الإنسان لأنه صورة الله. نحن هنا غرباء في مملكة المادة لفترة قصيرة ومحدودة، ويجب أن ننمي الحب الإلهي الكامن في نفوسنا وعندها فقط سنحصل على إقامتنا الدائمة في مملكة الله.

الله ومملكته موجودان في داخلنا. فقوته هي التي تمنحنا القدرة على السير والحركة والشعور، وبدونه لا يمكننا أن نفعل شيئاً. ومع أنه فائق لا تدركه العقول، لكنه قريب ويمكن مناجاته والتواصل معه في أعماق الوجدان.

عندما يزيل الإنسان غبار القلق والتشويش والإضطراب عن سطح مرآة السكينة الباطنية سيرى وجه الله ظاهراً بجلاء في تلك المرآة.

يجب أن نفكر بالله ونحبه. حكماء هم الذين يسعون للتواصل مع الله والتوصل إليه. المخلصون سيعرفون الله في هذه الحياة، ومعرفته تعني التحرر والحرية.

المسرحية الكونية للحياة والموت

ذات مرة استلقيت على سرير من الأعشاب والزهور وحلمت أن كل ما في الوجود جميل وبهيج. كان رأسي مستنداً إلى حشائش طويلة خضراء وكثيفة، تروّح لي بنسمات تحمل شذىً عذياً.

ثم استحنتني دافعاً لأن ألمس يديّ وجسدي، فدهشت من عظمة صانعه. أجل، دهشت كيف أنني أنا المتيقن من حقيقة جسدي سوف أعادره يوماً ما كي يتوسد الثرى... هذا الجسد الذي سيصبح بارداً، شاحباً، عديم الحركة وقت الموت، في حين يبدو الآن نابضاً بالحياة ويأوي مئات الأحاسيس وملايين الأفكار ومليارات الخيالات والتصورات.

هذا الجسد هو المسرح الذي تدور عليه فصول الحياة حيث تتفتح براعم البسمات لتعقبها فيما بعد حتمية الوفاة.

هنا وسط اللحم والعظم والدم، وخلف قناع البشرة الجميل تقبع ذئاب الأمراض وسباع الرغبات..

وهنا أيضاً تحت اللحم يوجد معبر سري إلى مملكة النور.

حقاً أن الجسد سيذوى ويضمحل عندما يغادره سيده – النفس – دونما رجعة. ولم لا؟

فعندما يسأم السيد المستنير للمقر الجسدي العيش في كوخ المادة الموحل المتداعي، مقيداً بحبال الأعصاب التي تقتضي رعاية دائمة، يطيب له بناء بيت آخر في ركن ما من أرض الله.. في بقعة أخرى من الوجود الكلي حيث يتضوع عبير الفرح في كل مكان ودون انقطاع.

النفس الخالدة تمثل دور الحياة والموت بابتسامة دائمة ثم ترحل إلى بيتها الأبدي.

هل يتحتم على المتفرجين المكوث للأبد في دار السينما بعد انتهاء العرض؟ يجب أن يعود الناس إلى بيوتهم.

وبالمثل، تأتي النفوس إلى هنا للتمتع بالعرض السينمائي لهذه الحياة ثم ترحل وتعود ثانية.

إنها تحب رؤية الأفلام والمسرحيات، وعندما تمل من مشاهدة العروض التي حلمت بها، وتتقن الدروس التي يريدها الله أن تتعلمها تعود مرة وإلى الأبد إلى مقر النعيم السرمدى.

هذا العالم هو مجرد حلم. ومثلما لا يوجد فرق جوهري في العرض السينمائي بين البحر والسماء اللذين هما رتبتان مختلفتان من اهتزاز النور، هكذا هي الحال في هذا العالم.

فالحزن والفرح والألم واللذة والحرارة والبرودة هي أحلام هذا العالم.

إننا هنا اليوم وغداً نزول كالسحاب.. مجرد ظلال في الحلم الكوني.

لكن خلف هذه الصورة العابرة التي لا دوام لها يكمن الروح الإلهي الخالد، ونفوسنا هي جزء لا يتجزأ منه.

الله هو الحقيقة الواحدة. يجب أن نبتهل على الدوام كي لا تقوى تجارب الحياة على إعاقة تذكركنا له. عندما أصلي على هذا النحو أحصل على نتائج أكثر من أي وقت آخر. وعندها، حتى وإن حدث شيء خطير لا يقدر مع ذلك عن صدي صدي عن التفكير به ، بل أشعر أنني آمن مطمئن في حضرته القدسية.

الحياة هنا تبدو عقيمة ومشوشة إلى أن نبلغ شاطئ الأمان. لهذا أقول دوماً أنني هنا لكي أشهد لأهمية ومجد الحقيقة العظمى.

يجب أن لا نعقد الآمال على غايات دنيوية زائلة وتعلقات مادية هشّة. مثل هذه الإرتباطات الواهية تبعدنا عن هدفنا الأسمى بصورة لا شعورية مثلما تبعدنا أيضاً عن ذاتنا الحقّة.

البيئة تخلق في الناس الأوهام وتجعلهم عظماء في عيون أنفسهم، وعلى الطامح الجاد أن يترفع عن ذلك الوعي البيئي الموقوت والزائل، ويتعرف على الحقيقة في داخله بحيث تصبح تلك الحقيقة بينته الطبيعية والمؤثر الوحيد في حياته.

نسأل الله أن يلهمنا الهداية والإهتداء إليه.. والعثور عليه قبل مفارقة هذا العالم.

ومهما كانت طبيعة التجارب التي نمر بها والآلام التي نكابدها

يجب أن لا نفقد الأمل بأن عون الله قريب

وأنه يستجيب لكل دعاء نابع من القلب، مضخ بالأشواق

ولن يتخلى عن محبيه أو يتركهم تحت رحمة الأقدار.

الغني الذي حاول شراء استجابة من الله

كما رواها المعلم برمهناسا يوغانندا

ذات مرة أصرَّ أحد الشبان الأغنياء على الحصول على استجابة من الله. فعندما ذهب إلى المعبد وضع في صندوق التبرعات أكثر من جميع الحاضرين، وفي السنة التالية لذهابه إلى المعبد ضاعف تقدماته.. وفي كل سنة لاحقة كان يزيد من التبرع ويبتهل باستمرار من أجل الحصول على الإستجابة المباركة.

لكن بعد خمسة عشر عاماً وجدَّ أنه لم يصلَ بحرارة وحسب، بل أنه بذل مبلغاً ضخماً من المال ومع ذلك لم يحصل على جواب، بما معناه (طلع من المونة بلا حمص). فقال بينه وبين نفسه:

"إن لم يستجب الله قريباً لأعمق صلواتي بعد هذا المبلغ الكبير الذي تبرعت به فسأوقف بحثي عنه."

بعد ذلك بفترة قصيرة قابل أحد العارفين بالله وأخبره بما حدث، فقال له رجل الله:

"يا بني، هذا أسلوب مغلوظ ولا يجدي نفعاً مع العلي القدير. فهو سبحانه يملك عوالم لا تعد ولا تحصى مثل هذه الأرض، وعنده خزائن وثروات الكون ولا يمكن المساومة على استجابة منه. ومحاولتك شراء استجابته بمبلغ زهيد كالذي ذكرته هي محاولة رخيصة، وصرف خمس عشرة سنة من الإبتهال مع توقع لاستجابة الله هو أمر غير واقعي وفي غير محله.

"الله يا بني هو الجائزة الكونية العظمى، وهو أكبر مكسب في الوجود. وللعثور عليه يجب أن تكون صبوراً.. وصبرك يجب أن لا يشوبه الحزن بل الرضاء **وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ** {.

ثق أن الله يصغي لصلواتك، وعندما تجتاز اختبار ما قد يبدو عدم اكتراث منه، سوف يستجيب لك.

"لكن كلما حاولت الطلب من الله كي يستجيب لصلواتك، وتكررت لعدم استجابته، كلما سممت عقلك الباطن بظلمة الحزن والضجر، وكلما صَعُبَ عليك الشعور بالحضور المبارك الذي تشع أنواره السنوية في القلوب المستبشرة والنفوس المتفائلة."

نور الفكر الكشاف مسلط نحو الخارج

الإنسان مقيد بعادات غير سليمة، وهذه العادات يتم تغذيتها باستمرار في الوقت الذي تحتضر فيه العادات الطيبة وتقضي سغباً.

ضيوف غير مرغوب بهم احتلوا المكان الأول في حياة الإنسان، في حين لا يتلقى الزوار الكرام منه سوى التجاهل والإعراض، فيرتدون عن بابه مهانين، مكسوري خاطر.

العادات الطيبة تحتاج تنميتها إلى تغذية بأعمال طيبة، وهذه تتكفل بها الصحبة الحسنة والكتابات الملهمة، لأن تأثير البيئة أقوى من الإرادة.

البشر يسرون باتجاه المادة، ونور الفكر الكشاف مسلط نحو الخارج باستمرار بدلاً من توجيهه نحو الداخل.

الناس يركضون هنا وهناك، لكن لا يوجد مكان في العالم يحميهم من أنفسهم ومن ضمائرهم، ولا بد من وقفة مع الذات.

إن صلى الإنسان من أجل النجاح وكانت أفكاره في نفس الوقت تغص بأفكار الفشل والعشوائية واللامبالاة يكون كذلك الشخص الذي أرسل شخصاً في مهمة فهاجمه اللصوص على الطريق.

للصوص الذين يسلبون نجاح المرء هم عاداته السيئة. فالإنسان يرسل أطفال صلواته إلى الله دون حماية فيهاجمهم لصوص القلق والهموم على الطريق قبل بلوغهم الله.

طبعاً الله يصغي للصلوات لأنه موجود في كل مكان وعليم بكل شيء، لكن تحت بعض الظروف لا تستجاب الصلوات. ولماذا لا تُستجاب أحياناً؟ الجواب هو بسبب البذور السلبية الكامنة في تربة العقل الباطن. تلك العادات السيئة التي تشكلت في الماضي البعيد والقريب تقف عائقاً بين الإنسان والله. لا بد من غرس الأفكار الإيجابية في تربة النفس حتى تنبت وتنمو في الظروف المناسبة وتأتي أكلها. لا يمكن الاعتماد على الصحة والحبوحة والظروف فقط، فهذه متقلبة وغير دائمة، ومن الحكمة الاستثمار في مجال الروح.

هناك قوى مدمرة تعمل دون توقف في حياة الإنسان وداخل نفسه، وهي ناجمة عن أفعال خاطئة قام بها في الماضي. لذلك عليه أن يكون دائم اليقظة والإحتراس في مجابهة تلك القوى العاتية والتعامل معها.

من يصلي من أجل النجاح وفي نفس الوقت يقول بينه وبين نفسه "لا أعتقد أنني سأنجح" فإن ينجح.

الصلاة يجب أن ترفع بإيمان متقد وقلب متواضع كي تشرق الأنوار الربانية وتحل البركات السماوية.

وكما يتعذر التحدث من خلال هاتف معطل، هكذا لا يمكن بث الشخص صلواته بفعالية من خلال جهاز عقلي عطلته مطارق القلق والهموم والتبرم والتعلق بأمور زائلة.

بالسكينة العميقة والتناغم الهادئ مع الإهتزازات الراقية البناءة يمكن تصليح ومعايرة الجهاز العقلي بحيث تتضاعف قوة استقباله الروحية وبذلك يصبح من المستطاع بث الرسائل الوجدانية الحارة لله بكفاءة وفعالية والحصول على استجابة مباركة من السميع المجيب.

يا رب، بكفين مضمومتين إلى صدري أقدم إليك كل كياني، وأضمح ابتهالاتي بالمحبة العميقة. امنحني محبة الأطفال الأبرياء نحوك، وساعدني كي أشعر بقربك خلف عبارات ابتهالاتي. دعني أحس بحضورك في كل مشاعري، ولأدرك أن حكمتك تسند فهمي وأن حياتي هي قبس من نورك ومظهر من مظاهر حياتك الكونية.

{ وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ }

{ "كل ما تطلبونه في الصلاة مؤمنين تالونه" }

سمع الله الدعاء والسلام عليكم

الجمل يأكل العوسج الشانك مع أنه يدمي فمه

يقول الحكماء:

إن ثمرة الأعمال الساتوية (الطيبة المدفوعة بحب الله والفضيلة) هي التوافق والنقاء وثمره الأعمال الراجاسية (المدفوعة بالرغبات والطموحات الأنانية) هي الألم والغناء أما ثمرة الأعمال التاماسية (الشريرة) فهي الجهل والغباء. Gita 14:16

تعليق وشرح للمعلم برمهنا يوغاندا

العمل الطيب يثمر السعادة
والأعمال الدنيوية المشبعة بمحبة الذات عاقبتها المعاناة والألم
أما الأعمال الشريرة المتواصلة فتقضي على ملكة التمييز والفهم في الإنسان.

لماذا يقوم الناس بأفعال تعطي قليلاً من المتعة وكثيراً من المتاعب؟

الجواب هو "العادة" التي هي العامل الحاسم في مصير البشر. كثيرون من الناس يستمرون في ممارسات ضارة بالرغم من معرفتهم الأكيدة للآلام الناجمة عنها، وذلك بفعل التأثير الحديدي للعادة.

الجمل يأكل العوسج الشائك مع أنه يدمي فمه. ومحب الملذات يستغرق في متعه بالرغم من إلحاقها الضرر بصحته. ومدمن الكحول يشرب حتى الموت لجهله بالفرح الروحي الكامن في داخله والذي لا يمكن مقارنته بمتعة أخرى. والجشع في تحصيل المال يدمر سعادته بالركض اللاهث وراء المادة، غير عالم أنه لو تأمل لفترة ما لحصل على سعادة يعجز الذهب عن شرائها.

لهذا السبب يبقى الدنيويون دنيويين، وذوو الميول الضارة سادرين في دروب غير سوية، منزلقين في أساليب عيشٍ محفوفة بالمخاطر بالرغم من الآلام التي تنجم عن التعلقات المادية غير الصحية.

فهم يعجزون عن تصور لفرح أسمى جزاء قيامهم بواجباتهم، أو لغبطة فائقة ناجمة عن الطموحات النبيلة واكتشافهم لمملكة الروح.

الأشخاص الذين يعوزهم التمييز يسقطون في مطبات وينحدرون إلى مستويات من شأنها إلحاق الأذى بأنفسهم وبالآخرين.

لا يتألم الناس بسبب العادات السيئة وحسب، بل لعدم امتلاكهم الرؤية السليمة والتجربة الروحية الفعلية.

الناس – كل الناس – باستطاعتهم تبديل حياتهم وتحسينها من خلال الصحبة الطيبة والتأمل على الله مصدر وجودهم ومنبع سعادتهم.

وسيحصل تلقائياً على باقي الهبات

الحب الإلهي يفتح باب السماء حيث يدخل المرید إلى حضرة الله .

إن سأل إنساناً الله الكريم الحكيم كي يعطيه خبز الحياة الأبدية فلن يعطيه حجر الجهل المادي.

وإن طلب المتعب طعام الحكمة فلن يقدم الله له حية الخداع.

وإن سأل المتعبُ الله جوهر الغبطة الإلهية التي تطفئ كل ظمأ فلن يعطيه عقرب القلق والشقاء النفسي .

إن عرف البشر المنخدعون كيف يعطوا أولادهم عطايا جيدة، فما أحرى بأن يعطي الرب – ينبوع كل خير ومسرّة – المعرفة الروحية والتتوير لعياله البشر المجبولين على صورته!

إن الله وجود بأسمى حكمة وأعظم معرفة على طالبها، ويوجد بذاته على المرید الجاد الذي لا

يرضى عنه بديلاً.

من يبحث عن الله بمجامع قلبه وبكل همة هو أحكم الحكماء، وهو أعز الناس على الله. وعندما يتزايد حنين المتعبد يجلب لنفسه استجابة نادرة ومحبة من الله ويستمتع بنشوة الحب الفريدة التي يختبرها محبو الودود.

إن الشخص الحكيم الذي يلعب دوره في هذا الحلم الكوني بوعي وروحي وشوق إلهي متعظم هو قريب من الله عزيز عليه. فهو يمتلك المحبة النقية ويحب الله دون أي دوافع أنانية ودون أي شروط مسبقة، كأن يقول على سبيل المثال "يا رب سأتعبد لك شرط أن تمنحني الصحة والمال ورخاء العيش".

بين الحكيم والله محبة عميقة متبادلة لا حد لها ولا انتهاء.

إن طلب أحدكم الله طمعاً في غاية معينة فإن الله على دراية تامة بأن الإنسان مهتم بعطاياه أكثر من اهتمامه به.

ليس من الخطأ أن يصلي الإنسان من أجل تحقيق احتياجاته، لكن عندما يبتهل من أجل التعرف عليه ورؤية نور وجهه الكريم ينبغي ألا يرغب بأية مآرب شخصية من وراء ذلك وألا يكون فكره محصوراً بالهيات بل بالواهب نفسه.

وعندما يتمكن المرید من القيام بذلك صدقاً فيحصل تلقائياً على باقي الهيات الأخرى من ينبوع الجود وبحر الكرم .

{اطلبوا أولاً ملكوت السماء والباقي يُعطى لكم.}

وفي الغيتا نقرأ:

"المحزون وطالب المعرفة والمتشوق لامتلاك القوة الروحية في هذه الحياة وفي الأخرى، والحكيم.. جميعهم يبحثون عن الله، وزهرتهم هو الحكيم لأنه راسخ في إيمانه بالله، مترسخ في حبه له".

{وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ}

ضوء القمر و الأقطار البعيدة السعيدة

عندما يحل المساء، أمزج فكرك بضوء القمر
واغسل أحزانتك بأشعته.

أشعر بالنور العجيب ينتشر بهدوء فوق جسمك
وفوق الأشجار والأقطار المترامية.

قف في الفضاء الفسيح وارنُ بعينين هادنتين
إلى شعاع القمر وما يُظهره من مناظر رائعة.

أنظر الهدب المغشى للأفق المتألق..
ودع أفكارك التأملية تعبر حدود المنظور
إلى أرض الأحلام الذهبية.

انتقل بفكرك من الأشكال التي تظهرها أشعة القمر
إلى النجوم السحيقة والسماء القصية
الكامنة ما وراء السكينة الأبدية للأثير الحي
حيث كل شيء ينبض بالحب والحياة.

أرعب امتداد أشعة القمر
لا على الأرض وحسب
في كل فج من أصقاع اللانهاية لعقلك السامي.

تأمل بعمق حتى تتمكن من بلوغ الأقطار البعيدة السعيدة..
أقطار الإدراك الروحي العميق..
وتبصر الكون نوراً فضياً
لا حد له ولا انتهاء.

بناء البيئة الداخلية

يجب أن يبني المرء بيئته الداخلية وأن يمارس فترات من الصمت ولا يمزح كل الوقت، وأن
يكون سعيداً، منشرحاً، بشوشاً.

الكلام العقيم يبدد الإحساسات السامية، وهو كالرصاص الذي تستنفد قواه في الكلام الفارغ مما
يتسبب بإضاعة ذخيرة نفسية حية وقيمة.

الوعي كوعاء الحليب، فعندما يملأ بسلام التأمل يجب الاحتفاظ به ملأناً. الهزل والثرثرة
اللبغاوية هما تسلية زانفة تخرق ثقوباً في جوانب وعاء الوعي بحيث يتسرب حليب السلام
النفسي ويضيع. هذا لا يعني أن يكون الإنسان مترتماً جداً ومتحفظاً فوق اللزوم، بل المقصود
هو الإبتعاد عن الهزء والتهكم والسخرية.

لازلت أذكر التدريب الرائع الذي حصلت عليه من العظام. فعندما كنا نهذي ونثرثر كانوا
يقولون لنا "عودوا إلى حصونكم الداخلية ولا تحمروا ذواتكم في دم بارد، بحيث تفقدون
مدركاتكم الروحية ويهرب منكم سلامكم إلى غير رجعة."

لم يكن من السهل لنا فهم ذلك آنذاك لكنني أفهم الآن طريقة السلام التي لقتوها لنا.

ستر العيوب

إن من يظهر ضعف الآخرين ويسبب لهم الإحراج والحنق هو بعيد عن الحكمة والسداد. يجب
أن نمقت الخطيئة وليس الخاطئ لأنه أخ لنا في الروح بالرغم من ظلمة الجهل التي تخيم عليه.
الغرض من الإدانة يجب أن يكون الشفاء لا التشفي والتجريح. يجب أن نعامل الأخ الخاطئ كما
نرغب أن نعامل لو كنا في وضعه. مثلما ندين الآخرين يديننا القانون الروحي بنفس المقدار.

ويجب ألا نتوقع الكثير من الآخرين، ولا ننتظر نتائج حسنة على الدوام من أي إنسان حتى ولو
كان يبذل أفضل ما بوسعه. قد يسقط الشخص ويتعثر، لكنه سيظل أمنأ ما دام يبذل قصارى
جهده ليرتقي سلم الفضيلة والصلاح من جديد.

كل يوم يجب أن نحاول رفع معنويات المريض جسدياً أو نفسياً أو روحياً في بيئتنا مثلما تساعد
نفوسنا أو عائلتنا. ومن يحاول من اليوم العيش طبقاً للقوانين الإلهية – بدلاً من العيش الأناني

القديم الذي يجلب العناء والشقاء – سيجد أنه مهما كان الدور الذي يلعبه في الحياة متواضعاً يبقى مع ذلك دوراً هاماً ما دام المرء يقوم بواجبه على أكمل وجه بحسب توجيه مدير المسرحية الكونية وسيد أقدارنا جميعاً: الله عز وجل.

لغة الزهور

الله هو الفنان الأعظم

وجماله المطلق يظهر في جمال الزهور.

ما أروع أن نفكر به كلما رأينا الزهور والورود!

الله غير منظور

ومع ذلك فهو يتحدث إلينا

من خلال الزهور

وآلاف الكائنات الأخرى اللطيفة المحببة

وينفخنا بأريجها السماوي.

إنه يؤكد لنا وجوده يوماً من خلال مخلوقاته.

لقد مُنحت الزهور لغرض ما..

فهي تخدم الجميع بجمالها خدمة متواضعة

وتحدثنا عن روائع الله أكثر من أي شيء آخر.

فكل زهرة تحكي حكايتها الممتعة عن الحضور الإلهي.

لقد استُخدمت الزهور على مدى قرون

لا للزينة فقط، بل لتظهر عبير الله وجماله

ويمكننا أن نتحسس وجود الله من خلال الزهور والورود

لأن كل زهرة هي هيكل إلهي به نعاین مظهراً من مظاهر الله

الجميل الذي يحب الجمال.

{تأملوا زنايق الحقل.. ولا سليمان في كل مجده، كان يلبس كواحدة منها..}

والسلام عليكم

لماذا الغيرة والحسد؟

إن منحتَ شخصاً ما حبك ولم يقابله بالمثل

وإن كان ذلك الشخص لا يريدك

أو منح اهتماماً واعتباراً لغيرك

وشعرت أنك أحقّ بذلك الإحتفاء

فاعلم أن الغيرة لن تستبقي على ذلك الشخص

ولن تخفف من توتر العلاقة.

ومن المؤكد أن محاولة جعل الشخص الآخر أسيراً

وتقييده بحبال الغيرة والمطالب لن يثمر سعادة.

العلاقات الناجحة يمكن أن تنمو فقط في جو من الحب والثقة.

الحب يحيا ويزدهر في الإحترام المتبادل والخدمة الودية

والتححرر من حب التملك.

إذاً ما هو العلاج؟

في أي وقت تحاول الغيرة أن تقيّدك

قل بينك وبين نفسك بتصميم قاطع:

"إنني متحرر من عبودية الغيرة والخوف؟

فكل ما هو لي سيأتيني

وما هو ليس لي لا أريده!"

كلها أطباف وصور متعاقبة...

حدائق الورود

وأودية الدموع

وقطرات الندى المعتلقة بالبراعم الغضة

وأفراح الطفولة

والأهواء الجامحة

والمباهج العارمة في مداها وجزرها

والأحزان الثقيلة على القلوب

وشموع السماء تومض وتغيب

وسراب الولوج يستدرجنا

من وهم إلى أوهم

والرغبات ذات الضرام

والتشبث الأخطبوطي العنيد

وصرخة الوليد

وحشجة الاحتضار

وبهجة الصحة الفائرة

واللحظات العابرة

كلها أطياف وصور متعاقبة

على شاشة الوعي.

ساعدني يا رب

كي أنمي المناقب والمزايا النبيلة في داخلي..

وكي أدرب جنود السكينة وضبط النفس في ذاتي.

كن قائدها الرباني

في المعركة الحاسمة

ضد الجهل والجحود

ولأرفع رايتك المباركة..

راية الحق والخير والصلاح

فوق صروح روعي

وأفطار حياتي.

الإنسان نتاج تفكيره

إن الميول الإعتيادية لتفكيرنا تحدد مواهبنا وقدراتنا وشخصيتنا.

لذلك يفكر البعض أنهم فنانون أو أدباء أو مجتهدون أو خاملون.

وماذا لو رغبت في أن تكون غير ما تفكر بأنك عليه الآن؟

قد تقول أن البعض مولودون بمواهب خاصة تفتقر إليها

إنما ترغب بامتلاكها. هذا صحيح. لكن تحتم على هؤلاء الأشخاص

تنمية العادة الخاصة بتلك الموهبة في وقت ما..

إن لم يكن في هذه الحياة ففي وجود سابق.

لذلك، يجب البدء الآن في وضع الخريطة لما ترغب أن تكون عليه.

باستطاعة الشخص في هذه اللحظة غرس أي توجه في وعيه

شروط أن تكون الفكرة قوية في عقله

عندها سيستجيب كيانه بأسره لتلك الفكرة.

لا تقنع بامتلاك ذهنية ذات اتجاه واحد.

يجب أن نتمكن من النجاح في أي عمل نختاره

أو أي شيء نقرر عمله.

في كل مرة كان الآخرون يقولون لي

بأنني لن أتمكن من عمل شيء ما
كنت أصمم تصميماً قاطعاً على عمل ذلك الشيء

ولم أتوقف حتى تحقيقه.

الأمهات: وقفة تكريمية

لنحمل فكرة طيبة لكل الأمهات الطيبات اللاني غذين أطفالهن بالعطف والحنان.

لو عرف الأطفال مقدار المحبة التي تغمرهم بها أمهاتهم لأحبوا جميع الأطفال بنفس المقدار.

ألا لبيت جميع البنين والبنات الذين تغذوا من محبة أمهاتهم يمتلئون بالعاطفة الصادقة التي
تتمثل بالمحبة النقية غير المقيدة بشروط. وليتهم يمنحون تلك المحبة للآخرين كي يجلبوا
العزاء والجنة إلى الأرض.

محبة الأم لم تُمنح لنا كي تفسدنا بالتساهل والتغاضي، بل لتلهم قلوبنا الرقة علنا بدورنا نرقق
قلوب الآخرين باللطف ونحرر الأنفس المتعبه من قيود العالم المكبلة.

فالغارقون في الخطيئة، الذين يعانون من مصائب ومصاعب جمة هم بحاجة لفهمنا الرقيق
وتعاطفنا الودي.

إن إشراقتي الروحية قد حصلت عليها من خلال محبتي العظمى لوالدتي؛ فمحبتي الصادقة لأمي
كانت السبب الأول في محبتي لله.

الأم هي مثال نقي لحب الله غير المقيد.

لقد خلق الله الأمهات ليعرب لنا عن محبته بسبب أو بدون سبب.

إنني أبصر الطيبة وجمال الروح في النساء

وما يثير إعجابي في المرأة هو حبها للأمومي.

وكل من ينظر إلى المرأة بتقدير ويعاملها باحترام سيجد فيها جوهرأ صافياً لم يدركه من قبل.

لو لم يودع الله محبته في قلوب الأمهات لما تمكن من محبة أطفالهن، ومع ذلك فالفضل يعود
أيضاً إلى الوسيلة لأن سيل الحب النقي ينساب من خلال الأمهات.

البيت يمتلئ بالدفء والبركة لوجود الأم
ويجب أن نكرم الأمهات
ونحتفظ بشعلة محبة الأم حية في قلوبنا
متوهجة في وجداناتنا.

سلامنا: أهم وأعز ما نملك

عندما يسلم الإنسان نفسه لله ويراعي نواميسه ووصاياه، ويعمل ما بوسعه ليكون منطقياً
ومدركاً للأمور وعواقبها، فلن يكون متهوساً أو متعصباً لأي شيء.

يجب أن لا نتمنى التخلص من كل حالة صعبة أو موقف حرج، بدلاً من ذلك يجب أن نكون
مستعدين لمواجهة كل ضروب التجارب والمحن.

على الذي يرغب في معرفة الفرق بين العقل والمادة أن يتحكم برغباته. بالإمكان السيطرة على
الحواس بقوة العقل.

من السهل أن يلاحظ الشخص أثناء اليوم ما إذا كان يحافظ على هدونه أم لا. فالعضلات
والحواس والرغبات وسوء فهم الآخرين.. كلها تتضافر وتعمل على تعكير سلامه وضعف توازنه.

الإنسان الهادئ يظهر السلام في عينيه الساهمتين، والذكاء الحاد في وجهه، واليقظة في ذهنه،
ويكون حازماً ومتأهباً دوماً لأداء الواجبات.

إنه لا يتأثر بالتجارب والمؤثرات الحسية التي يمر بها، في حين أن الإنسان القلق يتراقص
كالدمية على وقع الإغراءات والإغواءات العاطفية الناجمة عن تجارب التي مصدرها الآخرون.

وسواء كان الشخص يعمل ببطء أو بسرعة، يجب أن تكون أعماله صادرة عن هدوء داخلي؛
وأي عمل أو فكر أو حركة تصدر عنه يجب أن تعكس اتزانه وهدوءه النفسي.

يجب عدم القيام بأي عمل بفكر مضطرب مشوش كالريشة في مهب الريح. بل ينبغي إنجاز كل
الواجبات بسلام باطني وظاهري، بسكينة وضبط نفس، بذكاء وتركيز كبير.

إن عقدنا العزم بأننا لن نفقد سلامنا الذي هو أهم وأعز ما نملك فسنقطع أشواطاً على الطريق
ونرتقي على سلم التقدم. أما إن سمحنا للطباع المؤذية والمشاعر السلبية بالتحكم بنا وبمملكتنا
الباطنية نكون عندئذ جزءاً من المادة.

من الضروري الاحتفاظ بركن من السكينة الإيجابية في داخلنا، بحيث لا نسمح للطباع والمحن
والأحزان الكثيفة أو للتنافر والنشاز بالإقتراب من ذلك الركن المنيع.

إن احتفظنا بزاوية من السلام في داخلنا ولم نسمح لجذور شجرة العداوة والشحناء والبغضاء
بالتأصل في تربة النفس، فسوف يفتقدنا الله ونحظى بحضوره المبارك.

ومع أنه يتحتم علينا العيش في هذا العالم المضطرب، لكن لا حاجة لأن نكون جزءاً منه.

الراسخون في سكينة الروح يقدرّون على التحدث والإختلاط والأخذ والعطاء مع الآخرين لكن
قلوبهم تلهج دوماً بذكر الله وحبه.

{أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ}

الشواوب: ينبغي حرقها في نيران التصميم

يجب أن لا نتوقع الحصول على السعادة والسلام الدائمين من اختبارات الحياة، بل يتعين علينا التماسهما والعتور عليهما في داخلنا. عندها، مهما كانت التجارب التي نمر بها سنتعامل معها بنفس الكيفية التي بها نشاهد اختبارات وتجارب شخص آخر في فيلم سينمائي، سواء كانت سارة أو مؤلمة.

بإمكان الشخص تحويل كل تجاربه إلى اختبارات تعيسة مؤلمة إن هو سمح لفكره بذلك.

فهو قد يمتلك الصحة الجيدة ومع ذلك لا يقدر قيمتها. لكن إن أصابه مرض سيتواضع عندئذ ويقدر نعمة العافية.

يجب أن نعترف بفضل الله ونشكره على نعمه التي يسبغها علينا دون أن ننتظر الظروف المعاكسة كي تجعلنا شاكرين وبالجميل معترفين.

الحياة يجب أن تكون مزيجاً من التأمل والعمل.

عندما يفقد الإنسان توازنه النفسي يصبح عرضة لهجمات الهموم وأبرة الأحران ووخزات الألم.

وإذا ما حاول خرق قوانين الصحة والبجوحة والحكمة فإنه سيعاني لا محالة من المرض والفقر والجهل.

يجب أن نحتفظ بسراننا نقية ودوافعنا نظيفة ونتصرف بكيفية تجلب لنا السلام النفسي، وألا نسمح لظروف الحياة بتعكير صفونا وتدمير سعادتنا.

كما ينبغي أن نقوي الفكر وأن نرفض حمل عبء الضعف العقلي والخلقي الموروث من سنين وأجيال.

هذه الشواوب ينبغي حرقها في نيران التصميم الجديد والعمل المفيد.

وبهذا التوجه البناء يتمكن الراغب الجاد من بلوغ آفاق التحرر والحرية.

لبلوغ السعادة يتعين على الإنسان أن يحيا حياة محكومة بضبط النفس. ومن يصمم على التحكم بظروفه طبقاً لنواميس الحياة العليا فإن ظروفه ستكيف ذاتها تلقائياً تبعاً لذلك.

الصعوبات التي تواجهنا في هذه الحياة تأتي لاستنهاض هممنا وحثنا على بذل مجهود أكبر حتى نتمكن من بلوغ مستويات أرقى.

إن كان ما تطلبه السعادة فاسلك الدروب الموصلة إليها ولن يتمكن أحد من صدك عنها أو حرمانك منها.

لقد وهبنا الله العقل ويجب أن نشعل فيه أنوار الإيمان والتفاؤل والفرح ونحرره جهد المستطاع من كل الإختبارات المزعجة. كما ينبغي أن ننمي قوة الإرادة بحيث نتحكم بظروفنا بدلاً من أن نتحكم بنا.

من الضروري وضع خطط منطقية وسليمة لحياتنا بحيث نتمكن من إنجاز كل الأشياء الحسنة التي نريد إنجازها والتي نعرف ضمناً أن لا بد لنا من القيام بها.

وإذ نخطط .. ونسعى .. ونعمل .. فلنتذكر أن الله الكريم هو الذي يمدنا بالعون ويلهمنا الصواب،
وبذلك سنمتلك العزيمة ومعها الصبر وقوة الإحتمال وسلامة الرؤية.

تمنياتنا لكم بالنجاح والسعادة أينما كنتم في أرض الله الواسعة

والسلام عليكم