

بنام آفریدگار یکتا

مژده های خوش

درباره نکاتی چند که توجه به آنها بزندگی ما آرامش و رضایت خاطر می بخشد

تهیه و تدوین: پروین فرجادی

فهرست

مقدّمه

فصل اوّل: شواهدی چند درباره وجود خدا

فصل دوّم: آموزش و تغییر

فصل سوّم: خوبست بدانیم

فصل چهارم: قوانین روحانی

فصل پنجم: روابط

فصل ششم: عرفان زمینه ساز اصل شناخت خود

فصل هفتم: مراحل زندگی

مقدّمه

کتابی که در پیش رو دارید، حاصل تحقیقات، مطالعات و جستجوهای پیگیری این بنده خداست در مورد: خودشناسی، عرفان، رسیدن به آزادی درونی، آرامش، و بالاخره رضایت خاطر، و چون خوشبختانه در این مسیر به نشانه‌ها و رازهای مسرت بخشی پی برده‌ام، دوست دارم این نوشتار همچون "مژده‌های خوش" تقدیم حضور علاقمندان گردد.

البته درست که محتویات و حالات عرفانی را نمیتوان منتقل کرد، اما میتوان از وجود چنین پدیده‌هایی سخن گفت تا تلنگرهایی به ضمیر خود آگاه آدمی بخورد، شاید با ضمیرناخودآگاه پیوندی برقرار کند. بنابراین عرفان آموزشی نیست، فقط یاد آوریست.

بی شك همه ما از سوی "من‌های" بی‌شماری احاطه شده‌ایم اما يك "من حقیقی" در پشت این "من‌های" دروغی نهفته است، این "من راستین" در همه انسانها به نسبت مساوی وجود دارد، تا زمانی که این "من راستین" را کشف نکرده‌ایم، "من کاذب" دیگر را بعنوان "من اصلی" خویش احساس میکنیم و خود متوجه نیستیم که این "من‌ها" با آن "من حقیقی" فرق دارد.

رابطه انسان با خدا و درك حضور وی برای رشد و کمال انسان ضروری است. چرا، که انسان بدون ارتباط با خدا از "خود اصیل" دور میشود. رابطه با خدا موجب میشود که انسان به آزادی درونی دست یابد. در ارتباط با خداست که خود کامگیهای انسانی از بین میرود و انسان آرامش پیدا میکند.

کشف "من حقیقی" باعث میشود که انسان تسلیم بی چون و چرای حقیقت شود. یعنی وقتی يك "من انسان ساز" در وجود انسان کشف شود، امکان انحراف و لغزش تا حدود بسیار زیادی از بین میرود، از سوی دیگر "من حقیقی" این ویژگی را نیز دارد که تشویشها و اضطرابهایی را که انسان دارد از او دور میکند و صلح و آرامش وجودی برایش به ارمغان میآورد، آرامش با یقین به "بودن او" فرا میرسد.

لذت یکی دیگر از کیفیاتی است که پس از کشف "من حقیقی" حاصل میشود، (منظور لذت معنوی است که بخاطر کمبود آن انسان بدنبال کسب لذتهای مادی و کاذب میگردد، و چون با دست یابی به آن هم طبع ملتتهایش ارضاء نمیکردد مبتلا به اعتیادها و جنایات و حق کشیها شده و سرانجام کارش با خود کشی پایان میپذیرد. البته گاه مستقیم و گاه بصورت غیرمستقیم این امر صورت میگیرد.)

چشیدن حلاوت اخلاص در عمق جان، گسیختن بند های راه کمال است، دیدار با روح خدائی، روئیدن و شکوفا شدن همه و همه واجد لذتهای بزرگ معنوی هستند.

شادی یکی دیگر از ویژگیهای کشف آن روح خدائی است، چنین انسانی که به "من حقیقی" رسیده، انبساط خاطر می یابد و سرشار از ذوق و وجد میشود. شادی راستین از همین جا ناشی میشود. الهام یکی دیگر از ویژگیهای زاده تجربه درونی است. اساساً این نوع ارتباط الهام بخش است، زیرا وقتی آن بذر خدائی در انسان جوانه بزند، اندیشه نو نیز در او به رویش در می آید، از آنجا که بذر تازه است انسان را تازه میکند. امید یکی دیگر از این ویژگیهاست. خورشیدی که در درون آدمی طلوع میکند در ذات خود امید را همراه دارد. انسانی که به روشنائی رسیده اساساً امیدوار است و هیچگاه نمیتواند نا امید و مأیوس و تلخ اندیش شود. ایمان محکم و خلل ناپذیر، مهمترین ره آورد وجودی این ارتباط است.

انسان پس از تحول درونی به ایمان "حقیقی و پاک" میرسد. بذرایمان در وجود همه ماست و به لطف خدا توسط خود ما پرورش میابد و رشد میکند. ارتباط با خدا آن بذر را میرویانند و به ثمر میرسانند، ما یقین پیدا میکنیم که آری او هست، يك وجود همیشه زنده، پُر قدرت و مهربان و شفیق، دائماً در کنار ماست و ما را حمایت و هدایت میکند، فقط باید به او توجه کرده و بنده وار تسلیم شویم، آنوقت است که به این حقیقت بصیرت می یابیم که: خداوند در همه جا و همه چیز متجلی است. ما بدون خداوند نمیتوانیم وجود داشته باشیم این غیر ممکن است. ما دردنیای شفافی زندگی میکنیم، که نور خدا از طریق تمام لحظات می درخشد، این فقط افسانه یا داستانی زیبا نیست، بلکه حقیقت زنده است. اما فقط زمانی می توانیم به منبع بصیرت و خرد خودمان دسترسی یابیم که برای رسیدن به احساس هویت یا ارزش شخصی به عقاید دیگران وابسته نباشیم، میل به پرستش در وجود همه ما هست، مسئله این است که آیا "بُت عقاید" را میپرستیم یا خدای بی مثل و مانند را؟

ای انسان تو در پس روان خودت منبع عظیمی از معرفت خدائی داری که اگر آنرا کشف کنی به فلسفه حیات پی میبری. با کشف این سرچشمه الهام بخش خدائی میتوان تا حدی آن سوی سکه حیات را دید.

و اکنون این شما و اینهم "مژده های خوش"

سلام خدا بر بندگان صالح و نیکوکار او...

شواهدی چند درباره وجود خدا

آیا تا بحال شب هنگام به آسمان بالای سرتان نگاه کرده اید؟ ستاره شناسان تخمین زده اند که در کهکشان ما صدها بیلیون ستاره هست و در کل جهان شاید بیلیونها از این کهکشانها وجود داشته باشد، هر ستاره ای بمعنی وجود يك منظومه خورشیدی در کائنات است. در منظومه خورشیدی خود ما "کره زمین" در وسط قرار دارد و "۹" سیاره نیز با نظم ساعت گونه، بدوران در گردشند. کره زمین که یکی از این سیارات است، با سرعتی در حدود: "۶۷۰۰۰" مایل در ساعت در فضا در حال حرکت است و "۳۶۵" روز را برای يك دور کامل بدور خورشید طی میکند، این حقیقت هنگامی شگفت انگیز مینماید که بدانیم يك قطار که با سرعت يك یکهزارم این سرعت حرکت می کند بسیاری اوقات در برنامه های خود دچار بی نظمی میشود، از آن گذشته ماه در گردش خود بدور زمین دارای دوره زمانی و مدار خاص خود است. چرخش کره زمین و انحراف "۲۳" درجه ای آن از محور خود، باعث پدید آمدن يك روز "۲۴" ساعته، چهار فصل و آب و هوای گوناگون میشود و بطور کلی حرکت و فواصل خورشید، ماه و زمین باعث ایجاد تقویم سالانه میگردد. همینطور فواصل بین خورشید، ماه و زمین شرایط اعجاب انگیزی را برای بقای حیات فراهم می آورند.

نگاه کنید چقدر تمامی خلقت هماهنگ و متعادل است، همه محاسبات و زیباییهای آسمان و زمین- کوه ها، دریاها، طلوع ها و غروبهای خورشید، وجود انسانها، حیوانات، و گیاهان.

اگر زمین کمی به خورشید نزدیکتر بود، تمام ما که برپهنه آن زندگی میکنیم، میسوختیم و خاکستر میشدیم، اگر کمی دور تر بود همه ما یخ میزدیم، چقدر جای همه چیز درست است. اگر اکسیژن هوا کمتر یا بیشتر بود، ما آسیب میدیدیم. وقتی ما در مؤسسه، شهر و یا مملکتی قانون و نظم را مشاهده میکنیم، آنرا بیک رهبر عادل و هوشمند نسبت میدهیم، این فواصل حساب شده و دقیق و چرخش خورشید، ماه و کره زمین، نشانه هائی از درکار بودن يك طرح فوق العاده می باشد و با اینحال، تمامی این نظامها، تنها جزء مختصری از حرکت اجسام عظیم بالای سر ما است، بنابراین شواهد عظیمی که از کائنات، در اطراف ما به تماشا گذاشته شده اند، شاهد زنده ای بر وجود يك خالق بی نظیر میباشد. که باعث پدید آمدن آن و تداوم آن از آغاز تا کنون است.

هر چیزی بر حسب نیروی دید و تشخیص انسانها برای یکی پیداست و برای دیگری پنهان، خداوند برترین، برای آنها که بوسیله احساسات یا نیروی تصور خود در جستجوی او هستند نا پیداست، اما در نظر آنها که از طریق گنج عقل و منطقی که خداوند به آنها هدیه فرموده در جستجوی او هستند، هویداست.

خداوند در پایان ناپذیری قدرت و وجود نا محدودش پنهان است، او همچون نوری است که همه چیز را قابل دیدن میکند، اما خود نور او حجابی میشود برای دیدن نورش، آنچه که حدی ندارد بنظر بی شکل می آید و از این جهت نا دیدنی میشود، اما او در همه چیز هویدا است، تمام آنچه که چشمان ما می بیند، تمام صداهائی که گوشهای ما

می شنوند، تمام چیزهائی که لمس میکنیم یا از طریق چشائی به درك آنها میرسیم، معنی هر آنچه می اندیشیم، تمام آنچه که در بیرون و درون ماست، خود او نیست، اما از اوست، هر چیزی دلیل وجود اوست، هر چیزی میگوید: من بخودی خود هیچ هستم، یگانه ای که مرا ساخت، که مرا نگهداری و تأمین میکند، آفریننده منست و من در هر لحظه خودم محتاج او هستم، هر شکلی، هر رنگی، هر مزه ای، هر عطری، هر حرکتی، هر نیروئی، هر کیفیتی که در من ظاهر میشود از اوست، سخاوت اوست، کار اوست.

خداوند در صفاتش متجلی است، انسان هنرمند را از کار هنریش می شناسد. اگر کسی خورشید در حال غروب را نمی بیند، اما تالو آنرا در پنجره ای دور مشاهده می کند، و میگوید که غروب را دیده است، دروغ نمیگوید.

اگر کسی صفات کامل خداوند را در خلقت او ببیند، در درون و بیرون خودش و بگوید: خدا را دیده ام دروغ نمیگوید. انسان فقط میتواند آنچه که بخود نزدیک است ببیند، و آنچه به ما از همه نزدیکتر است، وجود خودمان است. انسان بهترین مخلوق خداست و نمونه ای از تمام خلقت در درون انسان است. پیدا و پنهان هم، در انسان توئم است، شکل ما، کلمات ما، اعمال ما و کارهایمان پیدا هستند. احساسات و افکار ما پنهان میباشد. وجود انسان فقط آن چیزی نیست که در ظاهر او پیداست. ممکن است چاق یا لاغر شود، یا حتی یکی از اعضای بدنش را از دست بدهد - اما ذات او، هویت او، آن چیزی که خود اوست، آن چیزی که در او جاودانه است در او پنهان میباشد، هویت او تنها از طریق اعمالش و از طریق ارزش یابی کیفیات اعمالش متجلی میشود.

خداوند آن یگانه پنهان است: وجود او هم پیدا و هم نهان است، او پیداست چون علائم وجود او حتی بر کور هم آشکار است، اما ذات او از ما پنهان است، وقتی يك اثر هنری وجود دارد، مسلماً هنرمندی هست که آن اثر را بوجود آورده است. اگر خلقتی هست، مسلماً خالق وجود دارد، اگر ما هستیم او هم هست، اما علم حقیقی خالق برای مخلوق ممکن نیست، چون ذهن و درك فرد مخلوق محدود است، بنابراین فقط میتواند تا ناحیه محدودی آگاهی داشته باشد، خداوند - عظیم، ابدی، نامحدود، بدون ابتداء و انتها و در دانش و قدرتش کاستی ناپذیر است، انتظار اینکه يك وجود محدود بتواند يك حقیقت نامحدود را بفهمد و درك کند محال است. آیا میتوان اقیانوس را در سطلی جا داد؟ در عین حال با وجود اینکه آب يك اقیانوس خود آن نیست، از آنست، تجلی صفات او در مخلوقاتش مانند آن سطل آبست، او نیست، بلکه از اوست، ذات پنهان او مانند اقیانوس است که عمق و وسعت آن نامحدود و غیر قابل سنجش می باشد، (البته این مثال هم درخور فهم و درك محدود ماست و گرنه نامحدودی خداوند را با هیچ مقیاسی نمیشود اندازه گرفت یا تصور کرد.)

علم در حالت پیشرفته امروزی و در آنچه ما تصور میکنیم فردا خواهد شد، همیشه در نرسیدن وحیرت پایان می یابد. در عالم وجود، ما از همه چیز بخودمان نزدیکتریم، آیا انسان تا بحال توانسته خود را بشناسد و درك کند؟ بهمین دلیل است که پیامبر خدا (ص) بما دستور فرموده که خداوند را فقط از طریق اسماء و صفاتش ببینیم و تفکر بیشتر از آنرا ممنوع ساخت. فقط خداوند به ذات خود آگاهست، ما قدرت تصور و درك آنرا نداریم. آنها که

به ذهن خود فشار آورده اند که جلوتر بروند یا شعور خود را از دست داده اند و یا به ورطه بی ایمانی، بی اعتقادی و شرک افتاده اند.

در فیزیک قانون دوم " ترمودینامیک " می گوید هر سیستم ماده که بحال خود گذاشته شود، دچار زوال شده و نظم آن بهم میریزد، با اینحال سیستم هائی که در کائنات و بخصوص روی کره زمین (چنانکه ما شاهد هستیم) در کارند، از نظم بسیاری برخوردارند. در هرچه که در اطراف خود مشاهده میکنیم نظم و طرح وجود دارد، چنین نظم و طرحی اگر از هیچ بوجود آمده باشد مطمئناً این قانون طبیعی را که به آن اشاره شد مورد سؤال قرار میدهد .

دکتر "بوریس داتسکو" مدیر سابق بخش فیزیک اتمی انستیتو فیزیک در "کیف" شوروی که در رشته "خداشناسی" مطالعه کرده بود، درباره ماهیت وجودی کره زمین علیرغم قانون دوم فیزیک اینطور نوشت : وقتی درباره همه چیز بخوبی فکر کردم ناگهان تنها یک فکر در ذهنم جا گرفت که: باید یک نیروی بسیار قدرتمند " سازماندهی " وجود داشته باشد که بطور پیوسته تمایل طبیعت به بی نظمی را خنثی نموده و این جهان را در حالت کنترل و نظم نگاه میدارد. این نیرو نباید از جنس ماده باشد زیرا در اینصورت آن نیز از حالت نظم خارج میشد، بنابراین به این نتیجه رسیدم که این نیرو میبایست هم فوق العاده توانا و هم فوق العاده عالم باشد. باید "خدائی" وجود داشته باشد . آنهم تنها، یک "خدا" که همه چیز را تحت کنترل خود دارد. در غیر این صورت دنیا دچار بی نظمی میشد. حال ببینیم این جهان درباره خداوند بما چه میگوید؟ در کتابهای آسمانی آمده که: قدرت لایزال و صفات مقدس خداوند را در آنچه که او خلق نموده میتوان مشاهده کرد. همچنانکه یک تابلوی نقاشی، خصوصیات نقاش آنرا نشان میدهد، صفات منسوبه خالق نیز از طریق جهان خلق شده وی بنمایش درآمده ، البته تجلی اسماء و صفات زیبای خداوند بهیچ وجه مثل خود آنها نیست، آنها در بهترین شرایط تنها یک نما، یک بازتاب و یک نمونه است در حد قدرت فهم ما .

هرچند انسان نمیتواند چیز زیادی درباره خود خداوند بگوید اما از طریق شکوهی که در مخلوقات او مشاهده میکند میتواند ببیند که او بسیار قدرتمند است، و یا بحقایق اسماء و صفاتی که در قرآن مجید درباره او ذکر شده تا حدودی پی میبرد، و خوشبختانه به اندازه ای که برای درک ذهنی ما امکان پذیر باشد خداوند در قرآن مجید بآنها اشاره فرموده.

مهربانی و رحمت خداوند: خداوند ملایم و مدارا کننده است، او همه را با دست قدرت خود آفریده و میتواند همه را از میان بردارد، چون نیازی به مخلوق خود ندارد، این قدرت و استقلال، این قدرت او در دیدن همه چیز از جمله عصبان و انکار بعضی از مخلوقاتش، او را از شفقت و مدارای نا محدودش باز نمی دارد، برعکس، با وجود قدرتش در مشاهده گناهان ما، در عدالتش، در توانائی تنبیه کردنش ، این حقیقت که او بخشش را انتخاب میکند، نشان دهنده رحم و مدارای بی پایان اوست، حتی اگر کسی ضعف ایمان داشته باشد و در تکبرش مرزی نشناسد، حتی اگر کسی باور داشته باشد که زندگیش را خودش به دست میآورد و ارباب زندگی خویش است این رحم و مدارا شامل او هم میشود. به حیوانات و گیاهان نگاه کنید - پرندگان چگونه لانه میسازند؟ راز آن کارخانه ای که نامش کرم ابریشم است چیست، که خود پیله خود را میسازد که زیباترین و نرمترین لباسها را میتوان از آن تولید کرد؟ یا راز

زنبور عسل که خود کندوی خود را میسازد، و شیرین ترین و مفیدترین خوردنی ها را تولید میکند در چیست؟ اینها و تمام چیزهای دیگر علائم رأفت و رحم و سخاوتی است که ما را در میان گرفته است. اما برای بشر تجلی رأفت پروردگاری گسترده تر است. او همه چیز را برای انسان خلق کرده و ما را بر همه چیز مسلط فرموده، او ما را بصورت بهترین مخلوق، برای حکومت، رهبری و استفاده از ملك خود خلق فرموده است. او به ما وسیله تفکر، حرف زدن، خواندن و نوشتن و مهمتر از همه قدرت اراده و آزادی انتخاب داده است. او به ما آنچه را که برایمان بهترین است آموخته و آنچه را که برایمان بد است. درست و غلط را، حلال و حرام را، اگر بخواهیم نعمتها و رحمتهای او را بر خود بشماریم نمی توانیم، چون سخاوت او، رحم او و رأفت او برای با ایمان و بی ایمان بطور یکسان بی حد و مرز است. چنانکه خداوند خود به این موضوع در قرآن مجید اشاره فرموده:

" اگر خواستار شمارش نعمتهای پروردگارتان باشید هرگز از عهده شما ساخته نیست، خداوند آمرزنده مهربان است."

" آیه: "۱۸" سوره: "۱۶" نحل

انسان نشانه بارزی بوجود خداوند: وجود بشر خود دلیلی روشن بوجود خداست. بدن انسان يك معجزه واقعی و حقیقی است، با وجودی که علم پزشکی جدید بسیاری ماشینها و وسائل را اختراع کرده که کار اعضاء بدن را تقلید کرده و یا جایگزین آنها میتوانند باشند، هیچ ماشینی بدرستی و کارائی اعضاء بدن انسان کار نمیکند. قلب انسان، دقیقه ای " ۷۲ " بار خون را به داخل رگها پمپ میکند که برابر با "سی و پنج" میلیون بار در سال است چه بیدار باشیم و چه خواب، هر روز قلب يك انسان بالغ خون را در " ۶۲۰۰۰ " مایل رگهای خونی در بدن میگرداند. چه کسی میتواند چنین عضو اعجاب انگیزی را در داخل بدن انسان طراحی کرده باشد؟

اگر در مقابل آئینه بایستیم و خود را نگاه کنیم، متوجه میشویم که بدن ما با چه خلایقی ساخته شده و چه کارهای جالبی انجام میدهد، که روح انسان نیز بخوبی از آنها اطلاع دارد.

هیچ یک از اعمال الهی از خردمندی و فایده خالی نیستند و هیچ یک از اعمال و خردمندیهای خداوند، برای فایده رساندن بخود او نیست. خداوند بهیچ چیز نیاز ندارد. اینها و بسیار شواهد زنده دیگری که امروزه، علم پزشکی برای ما روشن کرده، هر کدام نمونه های بسیار کوچکی از عجایب بدن انسان هستند.

چگونگی شخصیت انسان نیز دلیل محکمی بر خلاقیت خداوند است، انسان تنها شامل بدن ظاهری خود نیست، بلکه خصایص معنوی هم به او عطا شده، مانند: استعداد، میل به دوست داشتن، مذهبی بودن، وسایر خصیصه های معنوی که در هر فرد صرف نظر از فرهنگی که در آن زندگی میکند، وجود دارد. هیچ حیوانی از نظر داشتن این صفات به انسان نزدیک نیست و هر آفریده، آفرینش مخصوص خود را دارد.

و این موضوع بروشنی در قرآن مجید، آیه: " ۵۰ " از سوره: " ۲۰ " طه، ذکر شده، از این قرار:

"خداى ماکسى است که بهر چیز آفرینش ویژه آنرا داده، سپس راهنمائی نموده است."

ویادر آیه: " ۳ " از سوره: " ۸۷ " اعلی، خداوند فرموده:

"خداوند کسی است که آفرید، پس درست کرد و کسی که اندازه داد پس راهنمائی کرد."

آفرینش او بدون هیچ نمونه قبلی یا جنس مصرفی است. خداوند در ابتداء قبل از زمان و قضا وجود داشته است، هیچ کس بجز او نبوده، هیچ کسی که بتواند نفعی برساند یا آزاری.

برای چیزهایی که قرار بود آفریده شوند هیچ نمونه و موادی موجود نبوده که از آنها چیزها درست شوند، خداوند اعلاء مرتبه، برای شناساندن زیبایی و کمال خود و برای به عمل درآوردن عشق و شفقت خود، (و یا بهر دلیل که خود بهتر میدانند) آفرینش را بوجود آورد و اولین الگوها را خلق فرمود، و برای اینکه آفرینش نمو کند و ادامه یابد، او هر کدام از چیزهایی را که در اصل خلق فرموده بود، بر اساس اسباب، شرایط و اهداف نظم الهی، که خود آفریده بود، وسیله تداوم نوع خود قرار داد. آنها که این وسائل را بنیان گذاران موجودات می دانند و تصور میکنند که طبیعت خداست، باید بر این اندیشه کنند که چه کسی بود که نیستی را به هستی تبدیل کرد؟ چه کسی پروتون و الکترون را تغییر داد؟ آن چه نیروی خستگی ناپذیری است که به اشیاء تداوم می بخشد؟

بنابراین، اینطور نتیجه گیری میشود که این خصایص انسانی و یا هر نوع خلقتی دیگر از منبعی بالاتر از انسان آمده است. کتابهای آسمانی میگویند که اینها از طرف خداوند که خود منبع عشق، نور، تقدس و درستی و قدرت است میآید. در ضمن در تمام موجودات زنده تمایل به پرستش خداوند وجود دارد بخصوص در ما انسانها، حتی در ابتدائی ترین فرهنگها نیز، مراسم و شعائری برای پرستش احدیت وجود دارد، زیرا خواست خداوند بر این است.

در قرآن مجید، در آیه: "۴۴" از سوره: "۱۷" اسراء، خداوند فرموده:

هفت آسمان وزمین و هر چه در آن است به ستایش و تنزیه خدا مشغولند و موجودی نیست در عالم جز آنکه ذکرش

تسبیح و ستایش حضرت اوست ولیکن شما تسبیح آنها را فهم نمیکنید، همانا او بُردبار و آمرزنده است.

بهر حال این حقیقت محض که بشر توانسته تا به امروز به موجودیت خود ادامه دهد، شاهی بر حاکمیت خداوند بر جهان هستی است، اگر خداوند فقط هوا و آفتاب و یا تنها یکی از این دو را از انسان می گرفت مدتها پیش به حیات انسان در روی کره زمین پایان داده شده بود. گره خورشید در هرتانیه معادل "۴" میلیون تن سوخت مصرف میکند تا کره زمین را گرم نگهدارد، اگر قرار بود خداوند بهای مصرف این انرژی عظیم را از انسان مطالبه کند، مبلغ آن رقمی در حدود "۱۶۰" هزار میلیارد دلار در روز میشد، اما تمامی این نور و هوا بطور رایگان بما داده میشود، و همینطور تمام نعمتهای دیگر خداوند.

در دوره تاریخ بشریت، هر چند نیروهای بد و شیطانی برای مدتی توانسته اند بر جهان حاکم باشند، اما در آخر همیشه خوبی پیروز شده است. هیچ حاکم مقتدر و یا سرکشی نتوانسته و نمی تواند قلمرو سلطنت خود را تا ابد یا برجا نگاهدارد، خواست خداوند برای بشر در تمام موارد بالا و خیلی بیشتر از اینها نشان میدهد که خداوند حقیقت داشته و با کمال قدرت زنده جاوید و ابدیست. اما مهمترین سئوالی که ما میتوانیم از خود بکنیم، این خواهد بود که: این خداوند، خواستش و مشیتش برای ما چیست؟ ما در زندگی روزمره می بینیم که هر کس سازنده نوعی وسیله یا ماشین و یا ابزاری است، دفترچه راهنمایی نیز همراه آن وسیله در اختیار مردم میگذارد تا به آن ترتیب هر کس بداند با آن وسیله چطور رفتار کرده و یا آنرا مورد استفاده قرار دهد که برای او مفید تر باشد. خداوند مهربان و بزرگ نیز برای

راهنمایی و هدایت انسانها کتابهای آسمانی را از طریق انسانهای پاک و با تقوایی، چون پیغمبران فرستاده. همه کتابهای آسمانی بما میگویند: که خداوند میخواهد انسان به جستجوی او پرداخته او را بشناسد و در عین حال تنزیه نفس کرده، از صفات پست و پلید خود را پاک ساخته و با توجه بخداوند صفات خدائی را در حد امکانات انسانی خویش، در خود (به اذن خدا) متجلی سازد. خداوند صفت و هنر خود را در جهان هستی به نمایش گذاشته و سخن خود را از طریق کتابهای آسمانی و پیامبران به بشر رسانیده است. خواست خداوند اینست که انسان او را بشناسد و همچنین "خود را"، و با عبادت و پرستش او به جاودانگی و رستگاری همیشگی برسد، او قصد ندارد که خود رامخی نماید، او میخواهد که انسان ابتداء او را بعنوان خالق و سپس یکتا خداوند جهان و جهانیان بشناسد و پرستش کند و این پرستش و یا عدم پرستش به خداوند نفع یا ضرری نخواهد رساند بلکه نفع و ضرر آن منحصر به انسانهاست. خداوند نمیکند که انسان مخلوقات دیگر او را اعم از انسان یا اشیاء پرستش کند، پرستش حقیقی و واقعی مخصوص پروردگار است و شامل اینست که او را با تمام وجود اطاعت کنیم، و تسلیم بی قید و شرط او باشیم. جز خدای هیچ موجود دیگر شایسته پرستش و عبادت نیست. ما برای برخورداری از خوشبختی حقیقی حتی در این دنیا نیز به اطاعت و پرستش او نیاز داریم، با وجود یک نعمتهای دنیای دیگر با ارزش تر است.

توجه داشته باشیم که اگر کسی بخواد امواج رادیویی را دریافت کند باید از دستگاه گیرنده رادیویی استفاده کند. اگر بخواهیم يك مكالمه تلفنی داشته باشیم، باید گوشی تلفن را برداریم، اگر حتی بخواهیم يك "باد بادك" را به هوا بفرستیم، باید آنرا با شرایط درست در مسیر هوای آزاد قرار دهیم، بهمین ترتیب اگر بخواهیم با او يك تماس حقیقی و چاره ساز داشته باشیم و از قدرتهای نامحدود او تا حد محدود خود بهره مند شویم، باید با حفظ شرایط بندگی "و تقوا" که چگونگی آنرا خداوند در کتابهای آسمانی مخصوصاً قرآن مجید به وضوح شرح داده، روح و جسم خود را پاک نموده و دستورات خداوند را در زندگی روزمره عملاً بکار ببندیم تا آماده برقراری این تماس معجزه آمیز باشیم و از هر چه ترس و غم و محنت رها و آزاد شده با رهائی از هر بند، فقط و فقط بنده تسلیم او باشیم. آنوقت است که روح ما او را لمس کرده و خداوند برای ما حالت واقعی و ملموس خواهد یافت.

تأثیر تقوا در افزایش روشن بینی: خداوند مهربان و بزرگ برای هدایت و ارشاد نوع بشر، سه دلیل و راهنما معین فرموده، یکی وجود انبیاء با کتابهای مقدس آسمانی، که آشکار و پیداست و دیگری عقل و وجدان که در درون ما نهان است، اگر به ارزش واقعی و ظرفیت حقیقی و میدان عمل عقل، (با توجه به وجدان) آگاه باشیم و بر بنای این آگاهی آنرا تحت پرورش قرار دهیم، مورد راهنمایی "او" قرار گرفته و به حقایق هستی با دقت نظر و اندیشه پی میبریم. خداوند دانا و مهربان در احکام و الای خود به انسان فرمان داده که در کلیه امور خود تفکر و تدبیر نموده، تا چیزی را بطور یقین نمیداند از آن پیروی نکند و تا وقتی دلیل روشنی در دست ندارد از پذیرفتن و گردن نهادن بهر کار خود داری نموده، صرفاً پیرو ظن و گمان خویش نشود. و ما را موظف فرموده، که تا به چیزی علم و یقین نداریم، به آن تکیه نکنیم، زیرا در پیشگاه پر جلال حق تعالی، چشم و گوش و دل (منظور ادراك ماست) همه مسئولند. (و این همان توجه کردن به وجدان است.)

و در آیه: "۳۶" از سوره: "۱۷" اسراء، فرموده:

"پیرو چیزی نباش که نمیدانی زیرا گوش و چشم دل- همه باز خواست خواهند شد."

این حکم، ضرورت تحقیق کافی، برای پذیرفتن یا رد هر موضوعی را بروشنی نشان میدهد و اینکه ما نمیتوانیم از روی سهل انگاری، بجای تفکر و تدبیر ویاری گرفتن از عقل و وجدان در هر مورد پیرو ظن و گمان خود شده و کورکورانه به تقلیدهایی بپردازیم که سرانجامی جز ننگون بختی نخواهد داشت، این ارشاد و راهنمایی برای روشن بینی محققانه و براه صحیح انداختن عقل و طرد ظن و گمان و تقلیدهای زیانبخش است و باین ترتیب عقل و وجدان رابه انضباط و دقت عادت میدهم تا به تنظیم قوای مختلف و افکار و اندیشه های تحت فرمان خود بپردازد و باین وسیله هشیار و بیدار باقی بماند، تا انسان نیروهای خدادادی خویش را در راه رشد و رستگاری حقیقی خود و دیگران و اندیشه عمیقانه درباره نشانه های عظمت و حکمت حق در نظام آفرینش بکار گیرد هدف از تفکر و دقت اصلاح قلب انسان و ایجاد بنای زندگی بر پایه حق و عدالت و توجه به وجدان است، و بفعل در آوردن آن در زندگی، تا آن ایمان محرك سرتا سرفکار و اعمال ما را در برگرفته و از بهدر رفتن انرژیها جلوگیری کرده، برای پیروزی بر هر امر بیهوده ای که ارزش حقیقی انسان را تباہ میسازد به مبارزه برنخیزیم، و از آنجائیکه هوا و هوس دشمن عقل معرفی شده و قدرت عقل را تضعیف و تأثیرش را خنثی میکند، بر ماست به حفظ "تقوا"، زیرا پیش از آنکه در جاده تعالی به جلو برویم، باید عادات و عیوبی که تعادل روانی ما را فلج میکنند ترک کنیم، و موانعی را که برای پرورش معنوی ما در کار است از میان برداریم و یک سلسله عادات و اخلاق پسندیده که خداوند مؤکداً ما را بانجام آنها سفارش فرموده، جایگزین نماییم، تا طبق قول خداوند، در همه کتابهای آسمانی مخصوصاً قرآن مجید، رستگار شویم. به آیاتی از سوره شمس در این مورد توجه می کنیم:

بنام خداوند بخشنده مهربان

سوگند به خورشید و روشنائی طالع شدنش، سوگند به ماه که پس از آن سر بر آورد، سوگند به روز آنگاه که آنرا روشن کند، سوگند به شب آنگاه که آنرا بپوشاند، سوگند به آسمان و آنکه بر افراشتش، سوگند به زمین و گستراننده اش، سوگند به روح آدمی و آنکس که به اعتدال آنرا آفرید، و خیر و شرش را به او الهام کرد، هر کس نفس خود را تزکیه کند، رستگار خواهد شد. و آنکس که پلیدش دارد، از زیانکاران است.

آیات (۱۰-۱) از سوره "۹۱" شمس.

و بقول خواجه شیراز:

جمال یار ندارد نقاب و پرده ولی غبار ره بنشان تانظر توانی کرد

بهر حال، یکی از ارکان مهم حفظ تقوا، پرستش خالق پرشکوه و عظمت است، او کسی است که از طرف تمام موجودات پرستش میشود، پرستش یعنی بزرگ دانستن و احترام شاکرانه نسبت به یگانه عظیمی که هدیه های بی شمار میدهد، هر آنچه که وجود دارد، خداوند را (با زبان عمل یا بسادگی با وجود داشتن خود) ستایش میکند. او تنها موجودی است که شایسته ستایش و پرستش است. چگونه میتوان در حضور او بجز او را پرستید در صورتی که

آنچه که هست از اوست، او منبع تمام نعمتها و کمالهاست، که بعضی از آنها را مستقیم بمعطا فرموده و بعضی را غیر مستقیم از طریق دیگر انسانها یا موجودات بما عنایت فرموده، خداوند بزرگ مرتبه، احتیاجی به پرستش دیگران ندارد. او از رحمت و سخاوتش به انسان امر فرموده که برای خیر خودش به وظائف مخصوصی عمل کند و از بدیهای مخصوصی برای آرامش و رهایی خودش بپرهیزد، چنین وظایفی هستند که باید در هر ساعت از زندگی ما به اجرا درآیند. وقتی کسی چنین وظایفی را در زمان معینشان انجام میدهد، هم به اجر مادی می رسد و هم به شادی روح و عقل، مخصوصاً اگر این کارها بخاطر خداوند اجرا شوند، پاداش آنها بصورت روشناییهای مخصوصی به شخص میرسد و بالاتر از آن، شایستگی رستگاری ابدی میابد. خداوند با آنچه که انجامش را برای انسان ممنوع ساخته او را از خطرات زیادی محفوظ داشته، و بلطف خود دوسرمایه گرانهای عقل و ایمان را در اختیار ما قرار داده، و هم او ما را در استفاده و بهره برداری از آن آزاد گذاشته، ولی اینکه انسان قسمتی از تمایلات طبیعی خویش و بخشی از طبیعت وجودش را در کنترل جزء دیگران، یعنی عقل و ایمان درآورد، نهایت آزادی است. در صورتی که اگر برعکس در اثر طغیان شهوات و قوای طبیعی اسیر و مقهور آنها گردد، حتی اگر در ظاهر از آزادی بی حد و مرزی هم برخوردار باشد در حقیقت برده ای بیش نیست، فرد خداپرست حقیقی که ایمان در اعماق قلبش حکومت دارد با اتکاء بهمین ایمان بر همه قوای طبیعی خویش حاکم است.

در ضمن پیروی از خواهشهای نفسانی در حد افراط باعث میشود که در برابر پرتو فروزان عقل و وجدان مه غلیظی ایجاد شود و نیروی منفی هوسها، قدرت عقل را تضعیف کرده و مانع از برقراری حق میگردد. توجه شما را به آیاتی از قرآن مجید جلب میکنم:

او خدائی است که جز او معبودی نیست، از نهان و آشکار آگاه است و بخشنده مهربان است.

او خدائی است که جز او معبودی نیست، فرمانروا منزّه، ایمنی بخش، گواه، پیروزمند و شایسته بزرگی و بی شریک. او خدائی است هستی بخش، به وجود آورنده، نقش بند هستی و دارنده نیکوترین نامها که آنچه در آسمانها و زمین است تسبیح گوی او هستند و او پیروزمند فرزانه است.

آیات: "۲۴-۲۲" سوره: "۵۹" حشر.

او منزّه است و از آنچه در باره اش میگویند بسی برتر است.

آسمانهای هفت گانه و زمین و هر چه در آنهاست خدارا به پاکی یاد میکنند

و هیچ موجودی نیست مگر آنکه به ستایش و تنزیه او مشغول است ولی شما تسبیح آنها را در نمی یابید،

او بردبار و آمرزنده است.

آیه: "۴۴" سوره: "۱۷" اِ سراء.

ای مؤمنان راکع و ساجد پروردگارتان باشید و او را بپرستید و کار نیک انجام دهید تا رستگار شوید.

خداوند با عشق نا محدودش نسبت به بندگان خویش، به آنها امکان دسترسی و دریافت حقیقت را داده است و این از هوش معمولی فراتر می‌رود و قدرت مخصوصی است، اما برای فایده بردن از این روشنائی، شرطی وجود دارد، و آن ایمان پاک و خالص به اوست، که بعمل در آمده باشد، یعنی از خود گذشتگی.

" بگذار آنها که در جستجوی نور هستند، بسوی تقدس و پرستش گام بردارند."

و این ایمان به خالق اعظم، هدف یگانه قلبی است که در جستجوی عشق خداوند است. اما عشق زمانی امکان می‌یابد، که عاشق به معشوق و زیبایی و کمال او آگاه باشد. آگاهی برای بیشتر مردم از طریق حس ممکن است، و حس‌ها بسیارند، هرکس به چیزهای مختلفی جذب می‌شود، وقتی انسان به روح خود آگاه باشد، آنگاه، احساسات از روحی طبیعت می‌کنند که از کل آگاه است. خداوند یگانه، معشوق روحی است که آگاه بکل است، چون تمام کمال در اوست. تمام احساسات بطور سیری نا پذیری مجذوب شیرینی این کمال می‌باشد.

خداوند اعلا مرتبه در کل خلقتش و آنچه فراتر از آن است، شکوهمند و عظیم است، هیچ دستی به او نمی‌رسد، هیچ قدرتی نمیتواند او را لمس کند، در عین حال به بندگانش از رگ گردن خود آنها نزدیکتر است، به آنها محبت و رحمتی دارد که حتی بیشتر از آنست که خود آنها می‌توانند نسبت بخودشان داشته باشند. نعمتهای او پایان ناپذیر است، حالت او کمال ناب است، اعمال او عقل خالص است.

بنابراین، بنده او، باید در اخلاص نسبت به او جدی و پاک باشد، همچنین در تمام اعمالش، و از این طریق نیز او را ستایش کند. او باید از تکبر، خودنمائی، و سایر اخلاق و عادات نا پسند، خود را دور نگهدارد.

کسانی که بعظمت و برتری او واقفند، آنها که به او ایمان می‌آورند و با عمل به ایمانشان، به او می‌پیوندند، و فقط در جستجوی رضایت و خوشآمد او هستند، خودشان به قدرت و شرف می‌رسند.

او جهان هستی را بصورت آئینه ای آفرید که بازتابنده قدرت اوست، او تمام هستی را به تنهائی، بدون احتیاج بهیچ منبعی و بدون مواد و طرح اولیه آفرید، او گفت: باش و شد. امکان اینکه او سبب اتفاقی شود، قدرت او در اختراع و خلق فقط بیک شرط وابسته است، به خواست او ! چیزی که مناسب یک بنده خوب است اینستکه به آئینه ای که او برای بازتاباندن قدرتش آفریده نگاه کند، بلیونها خورشید و کهکشانهائی را که در عمق غیر قابل قیاس آسمانهای بالای سر هستند و ذهن و نیروی تصور را بمبارزه می‌طلبند ببیند، همچنین خوبست مشاهده کند که چگونه درست همانطور که این کهکشانها در راههای تعیین شده خود شناورند، در یک قطره آب، زیر میکروسکپ موجودات بی شماری شناور می‌باشند، و چگونه او ازدو یاخته کوچک، انسانی را می‌آفریند که بصورت جهان کوچک درمی‌آید که در آن تمام آنچه که در تمام هستی موجود است، وجود دارد، چگونه او فقط بیک عضو کوچک گوش، قدرت شنوائی میدهد و بیک تکه گوشت در دهان قدرت سخنوری، آیا چنین انسانی از هیبت و احترام نباید در مقابل این عظمت بخاک بیفتد و خاشع گردد؟ این بزرگترین شرف اوست.

برای درك كوچكى از قدرت و توانائى خداوند بهر كار، توّجه شما را به تفكر و تدبّر در آیات زیر جلب میكنم:
" آیا انسان گمان میکند بخود رها میشود؟ آیا نطفه اى از منى نبود که در رحم ریخته شد و بعد به صورت خون بسته در آمد و آفرید و موزونش ساخت و او را از دو صنف نر و ماده قرار داد؟ آیا چنین خدائى قادر نیست مردگان را زنده کند؟" آیات : " ۴۰ - ۳۶ " از سوره " ۷۵ " قیامت.

و یا میفرماید: " چون بخواهد چیزی را بیافریند فرمانی که میدهد این است که میگوید: " موجود شو " و بی درنگ موجود میشود. منزّه است آن خدائى که ملکوت همه چیز او راست و همه بسوى او بازگردانده میشوند. "
آیات : " ۸۳ - ۷۷ " از سوره " ۳۶ " یاسین.

قول خداوند به بازگرداندن ما در قیامت حق است و در آن هیچ شکی نیست. ما همانگونه خواهیم مرد که زندگی کرده ایم و همانگونه به زندگی ابدی باز میگردیم که مرده ایم. هر آنچه را که در اینجا بکاریم اغلب هم در این دنیا، وهم، بطور حتم در روز باز پسین، (در قیامت) درو خواهیم کرد. پس دانه های خوب را انتخاب کنیم، زمین را با سعی خود شخم بزنیم، دانه ها را با اشگهای عشق و محبت خود آبیاری کنیم و مزرعه خود را با انوار الهی، که از آئینه قلب پاکمان باز میتابد گرما ببخشیم. بیاد داشته باشیم که خداوند در قرآن مجیدش فرموده:
" بگو: آیا دانایان و نادانان برابرند؟ تنها خردمندان پند میپذیرند. "

آیه: " ۹ " سوره زمر.

همانگونه که خداوند میتواند چیزهائی را که موجود نیستند، بوجود آورد، میتواند به آنها که جان ندارند، جان ببخشد، او میتواند موجودی را بکشد و دوباره بزندگی بازگرداند، خداوند یگانه ایست که زندگی و مرگ را بوجود آورد، هیچکس دیگری نمی تواند این کارها را بکند، به خودتان فکر کنید زمانی وجود نداشتید، زنده نبودید، خداوند همه ما را در رحم مادرانمان بوجود آورد و به ما زندگی داد و به این دنیا آورد تا نفس بکشیم، تغذیه شویم، رشد کنیم، او بما توانائی، قدرت تفکر، جستجو، یافتن، دانستن، شنیدن، صحبت کردن، ساختن، ویران کردن و منتشر شدن داد. تمام اینها و این زندگی بما تعلق ندارد، بلکه هدیه ایست که بما قرض داده شده است، تنها چیزی که مال ماست انتخابی است که در این زمینه امتحانی این دنیا و این زندگی انجام میدهیم، باور کردن و نکردن، اطاعت یا عصیان که ما را برای بهشت یا جهنم، یا زندگی بعد از مرگمان که در آینده خواهیم داشت، آماده میسازد.

مؤمن برای زندگی که به او داده شده شکرگزار است، این شکرگزاری با سخت کار کردن دائم بخاطر خداوند، در خدمت بندگانش، چنانکه گوئی هرگز مرگی وجود ندارد، نشان داده میشود، در عین حال شخص باید دائماً بیاد مرگ بوده و برای روز باز پسین کار کند، برای رستگاری خود، گوئی قرار است يك لحظه دیگر بمیرد .

(به این صورت بین کارهائی که برای بهبود وضع خود در دنیا باید بکند، باتوجه به نتیجه آن برای زندگی ابدی و همیشگی، تعادل بوجود خواهد آمد.) چنانکه رسول اکرم (ص) نیز فرموده اند:

چنان کار کن که گوئی هیچوقت نخواهی مرد و چنان با تقوا باش که گوئی فردا خواهی مرد.

شخص مؤمن با تزکیه و پاکسازی (وجود خود) قلبش را به نور زندگی مرتباً باز میگرداند. قلبی که با غفلتهای این جهانی یا ستمگری و ناعدالتی پر شده باشد، مرده، و قلبی که با تزکیه و پاک سازی از تیرگیهای این دنیا پاک شده و در آن چیزی جز عشق به خداوند نیست، زنده است و خانه خداست.

هدف و عمل کرد جهان خلقت: درحقیقت تمام جهان هستی ملکی یگانه است، چون تمامی اجزاء آن متقابلاً باهم درارتباطند، مثل وجود خود انسان که دستها، پاها، چشمان، ذهن و قلب و دیگر اعضاء بدن واحدهای مجزائی هستند، درعین حال تشکیل دهنده یک کلیت واحد میباشند. جهان هستی تمامیتی است با بخشهای هماهنگ که برای هدفی آفریده شده و به آن هدف میرسد و جامعه عمل می پوشاند، هدف و عمل کرد جهان خلقت - شناختن، یافتن، و با آفریدگار بودن است.

نشانه های آشکار برای اهل ایمان:

مسلماً در آفرینش آسمانها و زمین و رفت و آمد شب و روز عبرتی است برای خردمندان، آنان که ایستاده و نشسته و به پهلو خفته خدا را یاد میکنند و در آفرینش آسمانها و زمین می اندیشند: پروردگارا این جهان را بیهوده نیافریده ای، تو منزهی ما را از عذاب آتش نگهدار.

آیات: " ۱۹۰-۱۹۱ " سوره "۳" عمران

خداوند شما را از شکم مادرانتان بیرون آورد درحالی که چیزی نمی دانستید و برای شما گوش و چشم و دل آفرید، تا شاید شاکر باشید، آیا پرندگان را نمی بینید که درجو آسمان مسخر فرمان خدایند، و جز او هیچکس نگهدار آنها نیست؟ مسلماً در اینها نشانه هائیکه برای گروهی که ایمان دارند.

آیات: " ۷۸ و ۷۹ " سوره " ۱۶ " نحل

در وجود چهار پایان برای شما عبرتی است، از درون شکم آنها از میان سرگین و خون شیرخالص و گوارا به نوشندگان می نوشانیم. از میوه درختان خرما و انگور مُسکرات و روزی خوبی بدست میآورید که در این عبرتی است برای خردمندان، پروردگارا تو به زنبور عسل الهام کرد که درکوه ها و درختان و داربستهای چوبی منزل کن، آنگاه از میان میوه ها بخور و راه پروردگارت را آرام ببیما. از شکمهایشان نوشیدنیهای رنگارنگ بیرون میآید که در آن شفای مردمان است، برآستی در آن عبرتی است برای اندیشمندان.

آیات: " ۶۶-۶۹ " سوره " ۱۶ " نحل

چه بسیار نشانه هائی در آسمان و زمین وجود دارد که آنها از کنارش میگذرند و از آن روی میگردانند. آیا از این ایمن هستند که عذاب فراگیر از جانب خدا به سراغ آنها بیاید یا رستاخیز بی آنکه خبردار شوند ناگهان فرارسد.

آیات: " ۱۰۵-۱۰۷ " سورة " ۱۲ " یوسف

خداوند نوری است که بر تمامی خلقت میتابد و آنرا ظاهر میسازد، همانگونه که نور وسیله دیدنی کردن دیدنیهاست، اوهم آنچه را که درك شدنی است به درك میرساند، نوری که درك کردنیها را نشان میدهد، نور ایمان و خرد است و چشمی که آنرا می بیند " بصیرت " یا چشم دل است. آن نور، نور وجود است، عدم وجود نور، تاریکی است، آن نور خود را و تمام آنچه را که هست دیدنی میسازد، آن نور، نوری است که وجود را از تاریکی عدم بیرون میآورد.

خورشید برآسمانها و زمین نور میبارد و ما را به دیدن چیزهای اطرافمان، بزرگ و کوچک و به شکلهای مختلف قادر میسازد تا بتوانیم آنرا که برایمان مفید است از آنچه مضر می باشد، تشخیص دهیم، در آن نور ما راه خود را می بینیم و چاله و باطلاقتها را تشخیص میدهیم، بهمین طریق خداوند نورایمان را عطا فرموده که راه مستقیم رستگاری و چاله ها و باطلاقتها بی ایمانی، گناه و عصیان را نشان دهد، آن خورشید ایمان که درقلب مؤمن است به او زیبایی صورت و زیبایی سیرت میدهد، نورایمان سیاهی بی ایمانی و گناه را از درون و بیرون می زداید و انسان را به نورحقیقت، رستگاری و آرامش می رساند.

آنها که با اینهمه کوشش و بذل سرمایه می خواهند زندگی مادی خود را با نور چلچراغها، جواهرات درخشان و خودنمائی روشن کنند، چرا نورقلبشان را خاموش میسازند؟ نمی بینند که ممکنست باعث شوند که قلبشان به تاریکی عادت کند و مانند موش کور، از دیدن روشنائی عاجز گردد؟ اگر چشم سر ایشان کور شود، کس دیگری میتواند دستشان را بگیرد و در راهی رهبرشان باشد، اما کسی که چشم قلبش کور است قابل رهبری نیست و برای ابد گم میشود.

بعضی مردم وقتی خود را از بقیه خلق برتر ببینند، به حالت تأسف بار تکبر، غرور و خودبینی گرفتار میشوند، آنها نمیتوانند برای خلق شدن بصورت مخلوق برتر خداوند، شکرگزار بوده و خود را در این حالت ببینند.

برتری حقیقی انسانها به اینستکه در برابر خداوند شکرگزار و فروتن باشند، و با خشوع به بندگان او و هرآنچه خداوند در اختیار آنها گزارده خدمت کنند، متکبران برعکس، خود بینی و غرور را به آنجا میرسانند که حتی خالق و خداوند خود را هم انکار میکنند، آنها با غروری که دارند نمی توانند بپذیرند که بنده خدا هستند، درعین حال در اینکه بندگی یکدیگر را بکنند هیچ اشکالی نمی بینند.

آنها نمی توانند بفهمند که حتی برای زنده ماندن به هوا، آب و غذا و دیگر نعمتهای خداوند محتاجند، و همچنین به پرستش او بعنوان غذا ای روحشان. درحقیقت درتمام جهان هستی هیچ موجودی نیست که بیش از بشر نیازمند باشد، هیچکس جز خداوند نیست که بتواند تمام این نیازها را برآورده سازد، اگر خداوند کتابها و پیامبرانش را برای هدایت خلق فرستاده و از طریق آموزش دین به انسانها هشدار میدهد که چه بکنند و چه نکنند، بدلیل نیازمندی او

نیست، بلکه بخاطر نیازمند یهای انسانهاست، برای اینستکه آنها را قادر سازد که وجودشان در این دنیا و دردیای بعدی، آنطوری باشد که لازمست باشد، امروزه حتی دانشمندان، جامعه شناسان و اقتصاد دانان عقیده دارند که نسخه ها و دستورات و قوانین مذهبی انسان را به بهترین حالت جسمی، اخلاقی و اقتصادی رهبری میکنند، درحقیقت تمام آنچه که خداوند آفریده و هر دستوری که داده از لطف و کرم اوست.

بندگی خداوند بالاترین مقامی است که يك انسان میتواند به آن دست یابد، وقتی میخواهیم، پیامبر محبوب خداوند را تأیید کنیم میگوئیم "عبدُ و رسوله" (به معنی) "بنده او و پیامبر او."

بنده خوب خداوند میداند که او به بنده محتاج نیست و هیچ احتیاجی هم به بنده ندارد، او به هیچ چیز احتیاج ندارد، همچنین میداند که وظیفه خود او خدمت بندگان و مخلوقات خداوند از جمله خودش میباشد، (بزرگترین خدمتی که هرکس میتواند بخودش و دیگران بکند اینست که، فقط و فقط تسلیم خدا باشد و درحفظ تقوا بکوشد)

با وجود اینکه درحقیقت خداوند احتیاجی به بندگانی که خدمت بندگانش را هم بکنند ندارد، چون بعنوان برآورنده نیازها، او خود به آنها خدمت میکند، هرکس را که انتخاب فرماید باو افتخار وسیله خدمت بخودش و بندگانش را میدهد.

درحقیقت هر بنده ای، درخدمت به خداوند فقط بخودش خدمت میکند، او بالاترین پاداش یعنی نزدیکی به خداوند، درشناخت او را دریافت میدارد، خدمت و ایمان داشتن، (کیفیات وجودی يك مؤمن) برایش بصورت يك نام عمومی، يك اسم و صفت درمی آید و ازاین طریق تنها وسیله بنده برای شناختن خداوند میشود، وقتی خداوند درقرآن مجیدش ما را بعنوان " ای کسانی که ایمان آورده اید " (و یا) " ای ایمان آوردگان " یاد میکند، ما را بنامها و صفات زیبای خودش یعنی "مؤمن" که یکی از "۹۹" نام زیبای اوست میخواند.

ایمان یکی از گنجهای گنج خانه خداوند است، انسان با ایمان ثروتمند ترین مردمان است، چون میداند او به هیچ چیز از هیچ کس بغیر از خداوند نیاز ندارد، و به این ترتیب اوست که ثروتمند حقیقی است.

دنیا مزرعه آخرت: این دنیا مانند مسافرخانه ایست که مسافر چندی در آن میماند و بعد آنرا ترک میکند. سالهای سال چه مسافرینی که به آن آمده و رفته اند، آنها چه کسانی بود ند؟ کجا هستند، کجا رفتند؟ ملتها، و تمدنها آمده و رفته اند، انسانها و همه موجودات دیگر درجهان هستی همینگونه اند. همینطور برای انسان این دنیا مزرعه ایست که میتواند در آن زحمت بکشد، گندم بکارد یا خار!، و فصل برداشت "اصلی" محصولش در روز قیامت است، (با وجودیکه در همین دنیا هم اغلب از نتایج کشت و کار خود برخوردار میشویم.)

این زندگی چون "زمین رژه" است، هرکس وقتی نوبتش برسد از آن میگذرد، همه در گروه های متفاوت و زیر پرچمهای مختلف، که با آهنگهای مخصوص بخود قدم برمیدارند، آنها بموقع درست وارد شده و بموقع درست، زمین را ترک میکنند. هیچکس در این دنیا نمی ماند، این دنیا هم با کسی نمی ماند، همه چیز مادی و موقتی است، از جمله خود دنیا، تمام جهان هستی، بغیر از خداوند باقی.

درعین حال برای به دست آوردن زندگی جاوید، درمَدّت زمان این ملاقات کوتاه در اینجا راهی هست، این راه دل نیستن به این دنیاست، تنها برای سود این جهان کار نکردن، برای سود فوری شخصی کار نکردن.

اگر انسان برای خدا کار کند، برای خوشنودی خداوند، برای سود خلق خدا، حالا، در آینده، وقتی همه چیز پایان یافت و این بدن به خاک مبدل شد، کار انسان او را به جاودانگی میرساند.

اگر شما دکتر یا معمار هستید، وقتی به آن دنیا رفتید که در آن نه مریضی برای مداوا وجود دارد، و نه معماری، و نه جایی برای ساختن، هم بود شما، هم دانش شما بی حاصل خواهد شد. اما اگر با این دانش و امکانات خود، در راه خدا بنفع بندگان شایسته خدا خدمتی کرده اید، یا هرکار خوب و خیری کرده باشید که بعد از شما مورد استفاده خلق خدا قرار گرفته باشد، یا بهر نوعی برای دیگران مثمر ثمر بوده اید، و اگر مقصود شما از انجام آن کارها خدمت در راه خدا بوده و نه فقط دست آوردهای مادی، در جهان دیگر برای کاری که در این دنیا کرده اید، به جاودانگی و پادشاهی غیر قابل تصور خداوند خواهید رسید.

با توجه به آیات روشنی از "قرآن مجید"، ما اطمینان پیدا میکنیم که او در روز رستاخیز حتی بدنهای ما را نیز دوباره زنده کرده و دور هم جمع میکند، و درباره چگونگی اعمال ما قضاوت خواهد فرمود.

سوگند به روز قیامت، سوگند به نفس ملامتگر، آیا انسان گمان میکند که استخوانهایش را گرد نخواهیم آورد؟ آری، قادریم انگشتانش را نیز موزون و مرتب کنیم. بلکه آدمی میخواهد درگناه مداومت داشته باشد، می پرسد: روز قیامت کی خواهد بود؟ در آن هنگام چشم خیره شود، و ماه نورش را واگذارد، و خورشید و ماه به هم برآیند. در آن روز انسان می گوید راه فرار کجاست؟! هرگز گریزگاهی وجود ندارد. در آن روز قرارگاه بسوی پروردگار توسست، در آن روز انسان را از پیش فرستاده ها و بازمانده هایش آگاه میکند. بلکه انسان به خوبی از خودش آگاه است، اگر چه عنزهایی بتراشد. آیات: (۱۵- ۱) از سوره: "۷۵" قیامت.

خداوند در جهان هستیش، فضا، کهکشانها، ستارگان، زمین، دریاها، گیاهان و جانوران و چیزهای بسیار دیگری را که از نظر طبیعت، اندازه، شکل و رنگ باهم تفاوت دارند گرد آورده است، خداوند در بدن مخلوقاتش هم جوهرهای متفاوتی چون: آب، آتش، هوا، خاک، گرما، خشکی و رطوبت را گرد آورده است، بدن انسان مجموعه ایست از سلولهای بی شماری که هرکدام از آنها در حرکت، جستجو، یافتن، رشد کردن، تقسیم شدن و مردن هستند، هرکدام از آنها زندگی و هویتی از آن خود دارند، او تمام این سلولها را با دانش و قدرت خود در یک بدن جمع کرده است، اوست که میتواند آنها را به دورترین نقاط عالم بپراکند و باز دورهم گردشان بیاورد، از همین طریق است که بدنهای ما که خاک شده و در زمین، آب و هوا منتشر شده اند در روز رستاخیز گرد آورده میشوند، و بسوی او برمیگردند، همین گونه بدنهای بیلیونها بیلیون انسان، در حالیکه زندگی، ذهن و روحشان به آنها بازگشته، در روز رستاخیز گرد آورده میشوند، خداوند گناهکار و بی گناه، ظالم و مظلوم، خوب و بد را چهره به چهره گرد می آورد و آنها را قضاوت میفرماید، سپس مسلماً نیکوکاران را در بهشت و بدکاران را در جهنم جمع میکند.

خداوند همانطور که سلولهای بدن انسان را با هم ترکیب میکند، انسانها را هم براساس اعمالشان در مسیر ابدیت با هم روانه میسازد، تنها دوست و رفیق انسان اعمال اوست، انسان از راه غفلت نمی بیند که چگونه گوشت و پوست و قلب، ذهن و روح با هزاران "مرا" "من" و "مال من" در وجودش زندگی میکنند، همانطور که اغلب انسانها، بلیونها واحد گرد آوری شده در بدنشان را نمی بینند، آنها نه اعمالشان را می بینند که با آنهاست و نه جهنم و بهشتی را که در اطرافشان هست. (چون ما فقط به بهشت یا جهنم نمیرویم، بلکه از همین اکنون در مسیر بهشت یا جهنم قرار میگیریم)، سرگرمی آنها در این دنیا - خوردن، نوشیدن، جستجوی خوردنی بیشتر، مال بیشتر، لذت بیشتر، ایشان را بنده جسم و منیثشان میسازد و نمی گذارد به هیچ چیز دیگر توجه کنند، فقط وقتی مرغ روح از قفس نتشان پرید، این رویا هم از سر آنها، می پرد و ایشان خود را با اعمالشان تنها می یابند، آنگاه یگانه یار خود را می یابند و آنرا در آغوش میگیرند و به سینه میفشارند، آیا این اعمال گرم و دوستانه اند؟ یا پر از مار و عقرب و خارهای زهر آلود؟ آن زمان در خواهند یافت که چه چیزی را برای خود پیش فرستاده و چه چیزی را پشت سر گذاشته اند. آیات دیگری از قرآن مجید در این مورد:

بنام خداوند بخشنده مهربان

آنگاه که آسمان بشکافت، آنگاه که ستارگان فرو ریزند، آنگاه که دریاها روان گردند، آنگاه که قبرها زیرو زبر شوند، هر کس در خواهد یافت که چه چیزی را پیش فرستاده و چه چیزی را پشت سر گذاشته است.

ای انسان چه باعث شد که در برابر پروردگار کریمت مغرور شوی؟ آنکه تورا خلق کرد و به تو کمال بخشید و به اعتدال برگزید و بصورتی که خواست ترکیب کرد، چنین نیست، بلکه روز جزا را تکذیب میکنید، بدون شك نگهبانانی بر شما گمارده شده، که نویسندگان بزرگوار هستند، و آنچه را انجام میدهید، میدانند، مسلماً نیکوکاران متنعمند، و بدکاران را جا در دوزخ است، روز جزا به آن درآیند و گریزشان نیست. تو چه میدانی روز قیامت چیست؟ باز چه میدانی روز قیامت چیست؟ روزیست که هیچکس قادر بانجام کاری برای دیگری نیست و در آن روز فرمان خداراست.

سوره: " ۸۲ " انفطار (شکافتن) شامل نوزده آیه

بگو خدا شما را زنده میکند و سپس میمیراند و بار دیگر در روز قیامت که تردیدی در آن نیست جمعتان میکند.

آیه: " ۲۶ " از سوره: " ۴۵ " جاثیه

معلم صالح راستین: خداوند صالح است، اوست که نیکوکاری را برای همه موجودات معین میفرماید، او در خردش تمام موضوعات را از راه نظم کامل به انتهایشان میرساند، او آن معلم غائی است که انسان را به راه راست و رستگاری هدایت میکند، او معلم کاملی است که در عقل و عمل هیچ کم نمی آورد، هرکاری که او انجام میدهد روشن و دارای هدف مفیدی است، تدریس او چنان مؤثر است که بصورت طبیعت یا قریضه در هر چیزی که در جهان است و از اراده او تبعیت میکند، در می آید، او به انسان در کتابهای آسمانی، راه سعادت و رستگاری

را آموخته است، او آنچه را که بما می آموزد به اجبار نیست، بلکه آنرا به اراده انسان واگذار میکند، که بر اساس آنچه که آموخته عمل کند، و رسیدن به صلح، سعادت و رستگاری را بعنوان پاداش آنچه که آموخته است بدست آورد. با وجود اینکه خداوند قوی، و قادر است که خلق را به اجرای دستور اتش مجبور کند، میگذارد انسان به اراده خود در عمل به آنچه که آموخته است به پاداش دست یابد.

انسان بعنوان دانش آموز، اول باید به آنچه که آموخته میشود آگاه و هوشیار باشد، بعد باید از هوشی که از طرف معلم به او داده شده برای نظم دادن و تعلیم و تربیت خودش به نفسش - استفاده کند، بعد باید قوانین الهی خداوند را بیاموزد و براساس آنها زندگی مادیش را هم پیش ببرد.

بتدریج که آنها از خداوند، (معلم غائی) می آموزند، در درون و بیرون خود، به نظم و آرامش میرسند.

بزرگترین معلم، دانش آموزان را وادار به دیدن اراده خود، قدرت، سخاوت، عشق و شفقت خودش میکند، او دانش آموزان را عاشق خود میکند و باعث میشود آنها برای اجرای گفته های او زندگی کنند و عاشق کار کردن برای خوشنودی او باشند.

او خداوند جلال و قدرت است. قدرت و بزرگی او، ابدیت او، هیچگونه شباهتی بهیچ نوع انرژی، جنس یا زمان ندارد. ذات او صفات او، خود او قدرتمند و بزرگ است، اینها نه در زمان قابل اندازه گیری هست و نه در هیچ مکانی جای میگیرند، در عین حال او اینجا و همه جا و همیشه هست.

دانش او عظیم است. همه چیز برای او شناخته شده است، چون خودش همه را بوجود آورده است. قدرت او چنان عظیم است که از تمام جهان هستی و هر چیزی فراتر میرود، رحم او عظیم است، سخاوت او نا محدود است، گنجهای او پایان ناپذیرند.

راستی بعبیر از خداوند قادر عظیم، چه کسی را باید احترام کنیم، بزرگ بدانیم، دوست بداریم و اطاعت خالصانه کنیم؟ قادر عظیم کیست؟ کسی که قدرتمند، عاقل، سخی و رحیم است. کسی که حتی یکی از این صفات را داشته باشد، بزرگ شناخته میشود.

خداوند دارنده و منبع تمام صفات عظمت، دانسته و یا نا دانسته است، او کسی است که بزرگی را بهرکس یا هر یک از مخلوقاتش که بخواهد میدهد. او صاحب تمام نیکیها و کمالها و هدف تمام امیدهاست. وجود، زندگی، مرگ، بدست آوردن و از دست دادن همه به اراده اوست، ذهن، قلب و روح و تمام وجود. کسی که اینها را میداند از عشق و ترس او انباشته است، از طریق عشق ورزیدن به او، او هم کسی را که دوستش دارد، دوست میدارد. کسانی که او را دوست دارند، کسانی که کلمات او را تدریس میکنند، و تمام کلماتی که آنها تدریس میکنند، تمام عشق وابسته به اوست.

او یگانه با سخاوت است. بزرگترین سخاوت او رحم اوست که از طریق آن وقتی میتواند تنبیه کند، می بخشد. او به قولهای خود عمل میکند. او در مقابل کارهای خوب قول پاداش داده است. سخاوت او و پاداشهای او بالاتر از حد تمام انتظارات است. همچنین به گناهکاران قول تنبیه داده است که "وعید" به معنی تهدید است، و براساس آن تمام

گناهکاران تنبیه میشوند. در عین حال او در قضاوت الهی خود موارد تخفیفی می یابد و با سخاوت خود می بخشد. خداوند در آیات "۴۹ و ۵۰" سوره "۱۵" حجر، فرموده:

بندگانم را آگاه کن که من آمرزندهٔ مهربانم و کیفر من سخت و درد ناک است.

او نسبت به کسانی که به او پناه میبرند سخی است. لازم نیست برای ایستادن در حضورش واسطه ای جستجو کنیم. او مشکلات ما را قبل از اینکه ما به آنها پی ببریم میداند، او با سخاوتش کمک میکند و حتی قبل از اینکه ما بخواهیم نیازهای ما را رفع میکند، او منبع محبت بی پایان و احسان است که به کسانی که از نعمتها و احسان او در راه خیر استفا ده میکنند، پاداشهای ابدی میدهد، این مطلب در قرآن مجید ذکر شده که او بر اهل ایمان بسیار مهربان و احسان کننده است.

چنانکه در قرآن مجید ش فرموده:

اوست خدائی که هم او، و فرشتگانش بر شما بندگان رحمت میفرستد، تا شما را از ظلمتها بیرون آورد و بعالم نور

رساند و او بر اهل ایمان بسیار رئوف و مهربان است. آیه "۴۳" از سوره "۳۳" احزاب

رحیم به معنی مهربان نسبت به آنهاست که دارای اراده و انتخاب هستند و این اراده و انتخاب را برحسب اراده الهی و برای خوشنودی او بکار میبرند. گفته شده که وقتی یک مسلمان در آغاز شروع هر کار، طبق امر خداوند، میگوید: "بسم الله الرَّحمان الرَّحیم" (بنام خداوند که رحمان و رحیم است.) رحمان مهربانی و شفقت بیش از حد خداوند است که به مردم این دنیا تعلق دارد و رحیم، نهایت لطف و مهربانی اوست، که متعلق به اهل آخرت است. آنها که میدانند، دعا میکنند: "ای رحمان دنیا و رحیم آخرت".

رحمان در این دنیا انسان را تغذیه میکند، رحیم رحمت ابدی آخرت را با خود به همراه دارد، نشانهٔ رحمت در مؤمنین بصورت شکرگزار بودن، اهمیت دادن و بخشیدن، بروز میکند که باز هم او به ما میدهد. عدم غرور در وسیلهٔ انجام اعمال خیر بودن، و تشخیص اینکه او هم آفرینندهٔ محتاجان است و هم برآورندهٔ نیازهای آنها در توسعهٔ محبت الهی، بر آنها که به آن محتاجند، تمام اینها بازتابانندهٔ نور رحمانیت است.

اگر با مشکلات، قدر ناشناسیها و رنجشها روبرو شویم، باید آنها را بخاطر خداوند تحمل کنیم، چون پاداش خود را در این دنیا و چندین برابر آنرا در آخرت خواهیم گرفت. کارهای خوب خود را به رخ نکشیم، مخصوصاً نسبت به دریافت کنندگان، از آنها متشکر باشیم، اگر وضعیت آنها وجود نداشت محبت و سخاوت ما نمی توانست بعمل درآید، همچنین در مورد، دریافت کنندگان محبت و توجه که آنها هم باید نسبت به محبت کنندگان شکرگزار باشند و آنها را همیشه بخوبی در خاطر داشته باشند، "چون کسی که نمی تواند از مخلوق تشکر کند، نمی تواند شکر خداوند را بجا آورد." اما هرگز نباید از احسان کنندگان بت ساخته و بجای بندگی خداوند به بندگی آنها درآیند، باید دانست که خیر، فقط از طرف خداوند می آید، اما وسیله ای هم که او انتخاب فرموده وسیلهٔ زیبایی است ارزش احترام و تشکر را دارد.

آنها که مزه تجلی صفات رحمان و رحیم خداوند را در وجودشان حس میکنند و از طریق آنها به خالقشان نزدیکتر میشوند، هرگز در قلبشان غم و اندوهی نمیتوانند داشته باشند، آنها میدانند که هراتفاقی بیفتد، خداوند رحمان و رحیم بر آنها رحمت خواهد آورد، آنها را نجات و پاداش خواهد داد.

او روشن کننده نورایمان در قلب است. او آرامش بخش است و پشتیبان کسانی است که به او پناه میبرند، ایمان امنیتی است که در مقابل تمام خطرات پشتیبان انسان است. بنابراین بزرگترین هدیه خداوند به انسان میباشد.

"غیاب ترسهای منفی و مخرب در قلب مؤمن بستگی به درجه ایمان او دارد."

باید دانست، پروردگارا، کسی است که با هماهنگی کامل به خلش فرمان می راند، نه تنها هرچیز، در درون خودش هماهنگی دارد، بلکه همه چیز هم با همه چیز دیگر، در هماهنگی است. این جهان نامحدود هستی مانند ساعت کار میکند، همه برای یکی هستند و یکی برای همه است. توجه کنیم که چطور در وجود ما همه چیز بهم متصل هستند، باهم کار میکنند و چگونه وقتی قسمتی صدمه ببیند، بقیه هم تحت تأثیر قرار میگیرند، سعی کنیم اینرا درک کنیم، که این هماهنگی که در طبیعت ما هست در زندگیمان بازتاب می یابد، همینطور، طرز عمل فرد و اجتماع نیز بیکدیگر بستگی دارد و اثر می گذارد.

خداوند به انسان هوشمندی عطا فرموده تا برای شناخت خلاقیت به او کمک کند، همچنین آزادی انتخاب داده، تا درستی را در برابر غلط و خطا، انتخاب نماید، اما اگر انسان از اراده خود برای گزینش غلط استفاده نموده و از ذهن خود، برای انکار وجود پروردگار، در انصورت کوشش او در راه ویرانی هماهنگی جهانی است، یا در پایان خواهد دید که خود را به ویرانی سپرده است. خداوند در قرآن مجید به مؤمنان حقیقی مژده میدهد که: آگاه باش که دوستان خدا نه ترسی دارند و نه غمگین میشوند. برای مؤمنان با "تقوا" در زندگی دنیا و آخرت خبری مسرت بخش است، سخنان خدا تغییر ناپذیر است و آن رستگاری بزرگی است.

آیات: " ۶۴ - ۶۲ " از سوره " ۱۰ " یونس

اگر عملی به اندازه دانه خردل، در درون سنگی یا در آسمانها یا در زمین باشد، خداوند به حسابش می آورد

زیرا خداوند دقیق و آگاه است. قرآن مجید آیه: " ۱۶ " از سوره " ۳۱ " لقمان

کسانیکه ایمان آورده اند و کارهای شایسته انجام داده اند و به آنچه از جانب پروردگارشان

بر محمد(ص) نازل شده است ایمان آورده اند، خداوند گناهانشان را ببوشاند و کارشان را اصلاح کند.

آیه: " ۲ " از سوره " ۴۷ " محمد

اوست که بر دلهای مؤمنان آرامش فرستاد تا ایمانشان را بیافزاید که سپاه

آسمانها و زمین از آن خداست و خداوند دانای فرزانه است.

آیه: " ۴ " از سوره " ۴۸ " فتح

آموزش و تغییر

بسیاری از ما اینطور فکر میکنیم که فقط در دوره معینی از زندگی است که میتوانیم به آموزش و فراگیری بپردازیم و متأسفانه اغلب ما هوش انسانها را نسبت به سالهایی که در مدرسه گذرانده اند، ارزیابی میکنیم. درحالیکه بهتر است که تعلیم و تربیت را پایان نپذیربدانیم، و واقعی ترین سنجش هوش را برپایه ادامه دادن این مرحله تا آخر عمر بدانیم. همه ما افراد بسیار نادانی رامیشناسیم که مدارج دانشگاهی را پیموده اند، درحالیکه بعضی از عاقلترین افراد، حتی دوره دبیرستان را نیز بیپایان نرسانده اند. بیهوده است اگر به ذهن خویش بسپاریم که فقط در کلاس، و بوسیله افرادی بنام معلم میتوان آموخت، همه ما درحقیقت هم معلم وهم شاگرد هستیم. اطمینان داریم که بهره گرفتن و ارزش قائل شدن برای هر دونقش، نشان خرد واقعی است.

هر روز آغاز جدیدی در زندگی است. بیشتر ما برای رسیدن به این لحظه تلاش فراوان کرده ایم، برای رسیدن بهمین روز، فرصتهایی برای رشد، موقعیتی برای آموختن چیزی تازه، چیزهایی که شاید تنها در دورانهای مختلف زندگی پیش می آید فقط انتخاب ماست که برای یادگیری آنها موقعیت را مغتنم بشماریم، یا نه! در اثر آموختن چیزهای تازه است که در ما میل به تغییر ایجاد میشود و تنها واقعیتهای موجود زندگی، مرگ و تغییر است. یکی پایان و دیگری آغاز میباشد. تغییر کردن زندگی است. بدون تغییر، نه رشد، نه ادراک و نه اعجازی وجود خواهد داشت. خوشبختانه ما بطور طبیعی موجودات تغییر پذیری هستیم، با اینهمه بنظر میرسد بیش از تمام جنبه های دیگر زندگی، از تغییر میترسیم و در برابر آن مقاومت میکنیم. انسان سالم، به فرصتی که برای کسب تجربه جدید پیش میآید، خوشآمد میگوید. درحقیقت انسان سالم، از اینکه همیشه تغییر کند احساس آرامش مینماید. انسانها با امکان هر لحظه شخص تازه ای شدن زنده اند. فقط عادت بی قیدی است که بقیه ما را از چنین نگرشی باز میدارد، هنگامی که توجه نداریم و یا خود را به قضا و یکنواختی می سپاریم، راکد شدن را آغاز میکنیم. ما مستعد قبول این تصویری درد سر هستیم که زندگی عبارت است از سلسله ای عادات و بازتابهای شرطی. این راحت طلبی در عمل بیشتر به نوعی بیماری شبیه است، که ما را بسوی مرگ هشیاری و احساس سوق میدهد، به گونه ای که فرصت و امکان تباه شدن خود و دنیای متحرکمان را مهیا میسازیم. "ا لن گلاسگو" داستان نویس آمریکائی گفته است: تنها فرقی که میان مرگ و یکنواختی وجود دارد، در اندازه آنهاست. پذیرفتن چیزهای تازه و ترک عادات و ارزشهای قدیمی، همیشه کار آسانی نیست. بیشتر اوقات برای ما آسان تر است که امکان تغییر و خلاقیت بیشتر در زندگی خود را انکار کنیم. از درک این مطلب عاجزیم که با چنین نگرش و مقاومت در برابر نیروی تغییر، زندگی در بهترین شکل خود بصورتی تکراری و کسل کننده درمیآید و در بدترین حالت، گذرانی است که هر چه بیشتر سبب تنهایی و یکه شدن ما میگردد. پیوسته از افرادی میشنویم که با افتخار میگویند: که "هرگز تغییر نمیکنند" آنان به دلایلی فکر میکنند که نمیتوانند عوض شوند، که این توجیهی آشنا و بسیاری معناست. تغییر همیشه امکان دارد، مگر آنکه کار مغز تعطیل

شده باشد. هنگامی که حس میکنیم زندگی بنظرمان یکنواخت و خسته کننده شده و اعجاب زنده بودن از بین رفته است شاید بدین سبب است که در برابر تغییر مقاومت بخرج میدهیم. اگر به دام کسالت افتاده ایم و زندگی بی روح است، بایستی مصمم شویم که دست از مقاومت برداریم و به استقبال مرحله تازه ای برویم، هنگامی که اینکار را بکنیم، به اطمینان در خواهیم یافت که تغییر بزرگترین سرچشمه خوشبختی ماست که دلجوئی و ادامه رشد را به همراه خود به ارمغان می آورد. "انسان سالم همیشه هشیار است و تغییر و دگرگونی را با آغوش باز میپذیرد".

آگاهی از قدرت نفوذ کلام: ما بهتر است این واقعیت را بپذیریم که هیچ چیز تصادفی و اتفاقی پیش نمی آید، در پی هر معلولی علتی است و این ماهستیم که موتور دستگاهی را روشن میکنیم که خیریا شررا بر سر راهمان قرار دهد، و باید به این امر هم اقرار داشته باشیم که واژه ها و اندیشه ها نوعی دینامیت هستند که در کمال دقت و فهم و شعور باید بآنها نزدیک شویم و آنها را بکار ببریم، گاهی کلمات و جملات ناشی از خشم یا نفرت و یا نا امیدی و ترحم و دلسوزی بحال خود یا دیگران را بکار میبریم، و تازه متحیر میشویم که چرا اینقدر بد میآوریم و زندگیمان دشوار شده. وقتی که با کلام سروکار داریم باید بدانیم که دینامیت در دست داریم. برای نمونه به نفوذ کلام در امر شفا بخشیدن توجه کنیم. کلامی بزبان میآید و فعل و انفعالی شیمیائی در تن پدید می آورد. بزنگی خودمان نگاه کنیم تا ببینیم چطور با کلام خود سعادت یا مصیبت را بسوی خودمان جلب کرده ایم. ذهن نیمه هوشیار ذره ای حس شوخ طبعی ندارد و متأسفانه مردم بگونه ای مخرب درباره خود شوخی میکنند. انسان باخبر از نفوذ کلام در گفتار خود دقت بیشتری بخرج میدهد، زیرا کافی است مراقب واکنش کلام خود باشیم تا بدانیم که بی ثمر باز نخواهد گشت، مردمانی که بهنگام خشم و نفرت سخن میگویند بزرگترین خطا را مرتکب میشوند. زیرا کلامشان عواقبی سخت ناخوشایند خواهد داشت. بدلیل نفوذ طیفی یا قدرت تموجی کلام، هر آنچه بزبان میآوریم همان را بخود فرامیخوانیم. مردمانی که مدام از بیماری سخن میگویند بیماری را بسوی خود می کشانند. نیروهای غیبی بی وفقه برای آدمی سرگرم کارند، هر چند او به نیروی این حقیقت واقف نباشد. سر نخ همیشه درد ست خودمان است، با اینهمه بیشتر ما از صبح ناشام بطرزی مخرب صحبت میکنیم، زیرا انتقاد و ملامت و شکایت برای اکثر ما بصورت عادت در آمده.

حال که به نفوذ کلام پی بردیم چرا از آن بهره نگیریم، پس اکنون بیانید در هدایت این نیروی پویای درون خود دقیق تر باشیم، باشد تا از آن بخواست خدا، برای شفا بخشیدن و داشتن امکانات بهتر در همه زمینه های زندگی استفاده کنیم، اندیشه نیز هر چند خاموش است اما نیروی عظیم دارد، قدرتی که در نیک خواهیمان نهفته است هر چه مانع را در راه خیر و صلاحمان بر میدارد و سرانجام ما را با آن هم آغوش میکند و بلعکس بد خواهی بزرگترین زیان را بما خواهد زد، البته ما همیشه نمیتوانیم اندیشه هایمان را کنترل کنیم. اما کلام خود را که میتوانیم در کف اختیار بگیریم و سرانجام کلام بر ذهن نیمه هوشیار اثر می گذارد و پیروز میشود. و بهمین دلیل، دعا و نیایش و خیر خواهی و ستایش خدا و ذکر نامهای او در تمام مذاهب سفارش شده و شخص معتقد بآن از آرامش بی نظیری برخوردار است و البته اعتقادی که فقط خیالی نیست، و اگر قلبی حقیقتاً معتقد باشد، اعمال شخص به نیکوکاری و مهربانی و خیر خواهی خواهد انجامید و در اینصورت شکی نیست که از دلهره و نگرانی و وسواس و هزاران صفات زشت دیگر بدور خواهد

ماند. توجه داشته باشیم که انسان موجودی است چند بُعدی و برای کسب خوشبختی و آرامش و برخورداری از يك زندگی متعادل و موفق، چاره ای نیست جز اینکه به ابعاد مختلف او توجه شود، همانطور که عدم برخورداری از مواهب امور مادی باعث ایجاد مشکلاتی در زندگی مامیشود، و نرساندن غذای مادی به بدن فیزیکی ما درد گرسنگی و سوز تشنگی را به همراه دارد، نرساندن غذای معنوی درست به روح انسان هم درد و سرگردانی معنوی به همراه می‌آورد که اغلب این مسائل باعث روکردن انسان به مواد مخدر و غرق شدن او در شهوات سیری ناپذیر و در نتیجه ریشه بسیاری از امراض بدنی و روحی خواهد شد و عوارضی از قبیل افسردگی، دل واپسی، زود رنجی و عدم کنترل اعصاب و خشم بی دلیل، و عدم مقاومت کافی بدن در مقابل ویروسهای مختلف از قبیل سرماخوردگی و آنزین و غیره و غیره، مثلاً ثابت شده که ریشه مرض قند بدلیل افسردگی مزمن، و بالا رفتن کلسترول، در اثر داشتن نگرانی و تشویش است که هر چقدر رژیمهای غذایی را رعایت کنند باز تا ریشه معنوی آن معدوم نشود انسان از تعادل و سلامتی برخوردار نخواهد شد، و تمام داروهایی که باین دلایل مصرف میشود باید همراه با مداوای معنوی باشد وگرنه فقط انسان از عوارض جنبی آن مواد شیمیایی که به بدن سرازیر میکند برخوردار شده و هر نوع معالجه و مداوا موقتی خواهد بود و بمحض ترك دارو مجدداً علائم ظهور میکند.

بهر حال مادیت و معنویت دو چیز جدا از هم نیست بلکه انسان باید در زندگی یاد بگیرد که این هر دو جنبه را رعایت کند، یکی بدون دیگری رضایت بخش و ارضاء کننده نیست. " لوئیزه " روانشناس امریکائی، در کتاب " شفای زندگی " خاطرنشان میسازد که اگر حیات و زندگی انسان را بیک مغناطیس تشبیه کنیم مادیت و معنویت دو قطب مثبت و منفی این مغناطیس قدرتمند را میسازد و یکی بدون دیگری کامل نیست. قطب مثبت امور معنوی و ایمان بقدرت خلاق و آن قادر مطلق است که خالق جهان و جهانیان است. که توجه بآن باعث رشد معنوی و برخورداری از مواهب عالم متافیزیک و مافوق طبیعه میشود و قطب منفی توجه به امور مادیست، که زندگی فیزیکی بدن ما و احتیاجات روزمره ما را از نظر جسمی رفع میکند، قطب مثبت توجه بدرون و قطب منفی توجه به ظاهر و امور روزمره است و هر وقت در زندگی مردم بهر دلیل یکی از این دو قطب قوی تر شود و قدرتش بدیگری بچربد و در نتیجه دیگری را از کار بیندازد، باید برای متعادل کردن آنها يك مرکز خنثی بین این دو قطب بوجود آورد تا دوباره تعادل و توازن را بین آنها برقرار کند. خوشبختانه کسانی که اسلام راستین را شناخته و پذیرفته، و در راه مستقیم آن تسلیم خدا به پیش میروند یاد میگیرند که بهر دو جنبه این مغناطیس توجه کنند، زیرا اسلام روشی است که بهر دو جنبه انسان توجه داشته و پیروی از آن انسانی متعادل میسازد. متأسفانه در این دوره که در اثر بی مبالائی اکثر انسانها به امور معنوی، مادیت بطور عجیبی بر معنویت تسلط پیدا کرده و اصلاً وجود آنرا زیر سؤال برده، می بینیم که با وجودیکه بشر امروز از نظر مادی و قدرتهای تکنیکی پیشرفت زیادی کرده، ولی از درون پوک و خالی، و پُر از تشویش و نگرانی، و در نتیجه با داشتن هزاران وسیله برای آسایش، رفاه و خوشبختی، اصلاً چنین احساسی ندارد، (مگر بطور کاذب و برای مدتی بسیار کوتاه) علاوه بر آن حتی میترسد از اینکه يك ساعت با خودش تنها باشد و اگر تنها شد و سوسه های او بیشتر و بیشتر شده و ناچار برای تسکین موقت این حالات

به انواع تسکین های مخرب مادی پناه میبرد و بلاخره این لذت ها هم برای او تکراری و مهووع شده و سرانجام به پوچی کامل و نهایت افسردگی رسیده و چنانکه شاهد هستیم دست بخود گُشی و دیگرگُشی میزند. و اما چاره چیست؟

فکر میکنم چاره اینست که این عوارضی را که حالا بدرک آنها موفق میشویم به شوخی نگیریم و جداً در فکر رفع آنها از راه درست باشیم، یعنی تصمیم قاطع برای تغییر زندگی خود و انتخاب راهی که خداوند بافرستادن کتابهای آسمانی و پیامبران در اختیار ما گذاشته، راه آزادی، راه عشق، کوتاهترین راه برای رسیدن به رستگاری در هر دو دنیا، راه راست. درست مانند زمانی که انسان آدرس محلی را در دست دارد و برای رفتن به آن محل بدون توجه به آدرس راه میافتد و بعد از مدتی از نشانیها و علامات (بین راه) متوجه میشود که گم شده، چاره چیست؟ توجه به آدرس، بازگشت و حرکت مجدد در مسیر درست. در مسیر زندگی هم عیناً همین کار را باید کرد، فقط خداوند است که آفریننده ماست و تنها او میداند که از چه طریقی خیر و صلاح ما پیش خواهد آمد و برای این کار خوشبختانه هرگز دیر نیست و بقول اکثر روانشناسها: " قدرت همیشه در لحظه حال است"، و بمحض اینکه شعور و آگاهی ما این مسئله را درک کرد، زمان حرکت درست ما فرا رسیده و به لطف خدا میتوانیم با اراده و پشتکار تولدی دوباره ای را از نظر شخصیتی در خویش تجربه کرده، و آماده پذیرش تغییر واقعی در زندگی خود باشیم.

اخلاص در دین: وقتی از اخلاص در دین صحبت میشود، منظور رو آوردن به حقیقت آن، و نه پیروی از یک سلسله بسته بندی ارثی و میراثی و خرافی، که بطور شناسنامه ای بنام هر مذهبی بما رسیده، (البته در این صورت زیاد هم فرقی نمیکند مربوط بچه مذهبی باشد)، و اکثراً بدون مطالعه، بنام دین آنرا پذیرفته و یا بنام بی دینی آنرا رد کرده ایم. و صد البته من بر آن نیستم که مذهب ارثی را تائید کنم، بطور کلی مذهب میتواند مترقی ترین و علمی ترین و بخصوص انسان دوستانه ترین و منطقی ترین جهان بینیا را بما بدهد و هم میتواند منحط ترین و ضد انسانی ترین و نیرومند ترین عامل نفی شخصیت و اصالت در انسان باشد. این دو قضاوت متناقض درباره مذهب چرا بوجود میآید؟

خیلی روشن است، بخاطر اینکه ما متأسفانه قضاوتی را که اکنون درباره مذهب داریم از دوجا میگیریم: از گذشته تاریخیمان، که يك مذهب ضد انسانی، سنتی و خرافی است که بما رسیده، که با حقیقت ان کاملاً متناقض است. یا به آن معتقدیم، که میشویم يك مذهبی سنتی خرافه پرست، (مقصود بطور کلی است و با استثناها کاری نداریم) یا با آن مخالفیم که میشویم يك روشنفکر مخالف مذهب سنتی خرافی که از گذشته بمار رسیده، یعنی بی مذهب. (از تجربه روشنفکران و دانشمندان قرون جدید بعد از رنسانس که باقرون وسطای مذهبی درافتادند.) پس ما وقتی میخواهیم بگوئیم مذهب چیست، هر دو مان (هم کسی که معتقد به مذهب هست و هم کسی که مخالف مذهب است) یکی هستیم. ایمان به مذهب، مسئله ای جدا از مسئله شناخت و تصویر است که از مذهب داریم.

برای مثال، ما فکر میکنیم که بهشت يك جای خاصی است، يك جایی در ذهنمان دارد، منتها آنکه بی مذهب است مخالف و آنکه مذهبی است موافق آن است پس این دو تصویر تقریباً ثابت و مشترك از بهشت دارند. خدا يك مفهوم مشترك در ذهن همه است، يك عده آنرا باور ندارند و يك عده به آن معتقدند. پس موافق و مخالف در نوع و کیفیت مورد اعتقاد وجه اشتراك دارند، بنابراین در اینجا از ایمان و کفر صحبت نمیشود، آن را کار نداریم. مسئله تحلیل علمی قضیه است نه تبلیغ و تلقین. امروز بیشتر بشناختن و آگاهی نیازمندیم، نه تنها به اعتقاد داشتن و یا عدم اعتقاد. چه غالباً معتقدیم، ولی باید دانست که دین بدون شناخت، هیچگونه ارزشی ندارد. ما امروز به شناختن مذهب و بشناختن شخصیت هایمان نیاز داریم. انسانهای معتقد بدون شناخت در بین ما زیادند، که متأسفانه این اعتقادهای به تنهایی مثر ثمر واقع نشده، چون وقتی اعتقاد با آگاهی و شناخت همراه نباشد هیچ فایده ای ندارد بلکه مضر هم هست، برای اینکه همه انزیهای انسانی را میگیرد. ایمان بخودی خود بی ارزش است (مثل ایمان داشتن به بسیاری چیزهای بیهوده و بت پرستی)، پس آگاهی است که به ایمان ارزش میدهد.

کسی که امام "علی" (ع) را که نمی شناسد (برای او، این وجود با آن شخصیت والا و استثنائی)، مانند هرکس دیگر است، همینطور "مسیح" (ع)، یا هر فرد با ارزش و منحصر بفرد دیگری. پس در شناخت است که با هم فرق میکنند. والا در خود دوست داشتن و گریستن و نذر کردن و ابراز احساسات کردن برای این شخصیتهای مذهبی یا مذهب، چه فرقی میکند؟ اسلام مجهول مساویست با هر مذهب دیگر که برای ما مجهول است، مساویست با شرك و بت پرستی، یا مثلاً کتاب پرارزشی مانند: "مثنوی مولوی"، یا هر کتاب بی ارزش دیگر، اگر هر دو را باز نکنیم، نخوانیم و نشناسیم، چه فرقی میکند، که به کدامیک معتقد باشیم؟ و قتیکه آنها را باز کردیم و خواندیم، مسئله ارزشها در دو سطح قرار میگیرند و دو نوع روی ما اثر میگذارند. پس ما نیاز به افکار و رفتار و اعمالی داریم که با شناخت و آگاهی درست از مذهب انتخابی و تحقیقی ما باشد.

گروهی از ما که هنوز شوق شناخت و تحقیق حقیقت در دلهايمان جوانه نزده و اغلب هم ادعای روشنفکری داریم بطور کلی، از مذهب کنار میرویم، اما این بمعنای بی مذهب شدن نیست، بمعنای کنار رفتن از مذهب سنتی و ارثی و غیر حقیقی است، و اتفاقاً اگر همین کنار رفتن، هدایت شود، بهترین عامل و بهترین وسیله و تنها مرحله جبری گذر این نسل برای رسیدن بیک مذهب آگاهانه است.

بهر حال، مغز باید از این چهار چوبهای منجمد سنتی آزاد شود تا بتواند اسلام را در آن شکل متعالی خودش و به شکل يك "ایدئولوژی آگاهانه" بپذیرد و گرنه نمیتواند بپذیرد. برای همین است که هر وقت صحبت از يك مذهب پاک و روشن و قرآنی حقیقی میشود، همیشه جوانان و روشن فکرانی که اصلاً مذهبی نبوده اند بهتر فهمیده اند تا آنهایی که دارای مغز سنتی و متعصبانه غیر حقیقی دینی بوده اند، و اغلب هیچ شناختی از مذهب نداشته و فقط شعائر و مراسم و مدهائی را تقلید وار، بنام مذهب تکرار کرده اند، (و اغلب برای رهائی از آتش دوزخ و یا به اشتیاق ورود به بهشت)، به آنها اصلاً نمیتوان حالی کرد. این نشان میدهد که يك تحول، موقعی میتواند مترقی باشد که

خوب رهبری شود. چیزی که روشن است مذهب پاك و حقیقی که کتابهای آسمانی پیام آورآنتست کمتر به اجرا درآمده، و عملاً نوعی مذهب متناقض با مذهب حقیقی در واقع اجراء میشود.

توجه داشته باشیم که فرق است بین حقیقت و واقعیت. حقیقت آن چیز است که حقا باید باشد ولی همیشه به واقعیت نمی پیوندد، و واقعیت چیز است که با تمام حواس خود واقع شدن آنرا درک میکنیم ولی لزومی ندارد که درحقیقت حق باشد و اغلب هم می بینیم که با حقیقت فاصله زیادی دارد و شاهد هستیم که در تاریخ بیشتر مذاهب واقعی است نه حقیقی، ولی خوشبختانه همیشه اقلیتهای کوچکی هستند که پیرو آن مذهب راستین حق میباشند و علاوه بر رستگاری آخرت، اغلب در زندگی روزمره همین دنیا هم، موفق شده و خواهند شد.

زیرا مذهبی که بدر دنیا نخورد، بی شک بدر آخرت هم نخواهد خورد، و در هر دو دنیا ما را دچار خسارت و زیان غیرقابل جبران خواهد کرد. (البته در صورتی که تا آخر عمر در گمراهی و اشتباه خود باقی بمانیم، و گرنه برای کسانی که از گمراهی برمیگردند و با توبه حقیقی، بازگشت بسوی خدا کرده و افکار و اعمال خود را اصلاح میکنند. خداوند آمرزنده مهربان است.)

بطور کلی، يك روش ضد انسانی به اسم مذهب در تاریخ واقعیت پیدا کرده، (که حقیقی نیست) و يك روش حقیقت انسانی و ماوراء انسانی که بعنوان نخستین ایده آل و نخستین فلسفه و نخستین روح این نهضت بوده است، که همین اسلام راستین است، و آن شامل تمام مذاهب توحیدی است.

(توضیح کوچکی که باید بعرض برسد، این است که در حقیقت نزد خدا یک دین وجود دارد، که از زمان آدم(ع) نوح(ع) ابراهیم(ع)، موسی(ع)، عیسی(ع)، و سایر پیامبرانی که تعدادشان را فقط خدا میداند و نام بعضی از آنها در کتابهای آسمانی ذکر شده، همه در زمان خود، همان " اسلام" بوده. بمعنی تسلیم امر خدا، و اصل تمام پیامها موافق و مؤید هم هستند و در هر زمان مطابق با روش زندگی مردم آن زمان، و بزبانی که برای آن مردم قابل فهم بوده، خداوند مهربان پیامها را برای رستگاری هر دو دنیای ما نازل فرموده است، و سپس با پیامبری "محمد مصطفی(ص)" خاتم پیامبران، و تسلیم شدن به پیامهای کتاب آسمانی او " قرآن مجید" دین کامل میگردد.)

توجه شما را به آیات: " ۸۱ تا ۸۴" از سوره: " ۳" عمران جلب میکنم:

چون خدا از پیامبران پیمان گرفت که پس از آنکه کتاب و فرزانگی بشما دادم و آنگاه پیامبری آمد که موافق و مؤید

کتاب شما بود به او ایمان آورید و یارایش کنید، (سپس) فرمود: آیا اقرار دارید و پیمان مرا پذیرفتید؟

گفتند: " اقرار داریم." فرمود: گواه باشید من هم با شما گواهم. کسانی که بعد از این روی برتابند نافرمانند.

آیا آنها غیر آئین خدا میخواهند؟ حال آنکه آسمانیان و زمینیان خواه ناخواه در برابر او تسلیم هستند

و به سوی او باز میگردند.

بگو بخدا ایمان آوردیم و نیز به آنچه بر ما و ابراهیم، اسماعیل، اسحاق، یعقوب، و نوادگان او نازل گردیده است،

و نیز آنچه از جانب پروردگار به موسی و عیسی و پیامبران دیگر داده شده است،

ما در میان آنها فرقی نمیگذاریم و در برابر او تسلیم هستیم.

و همینطور در قسمتی از آیه: "۳" در سوره: "۵" (مائده) فرموده: امروز دین شما را کامل کردم و نعمت خودم را بر شما تمام نمودم و اسلام را دین شما پسندیدم و ساختم.

پس بنابراین "دین اسلام حقیقی" مجموعه ای از مذاهب یکتا پرستی است. مذهب گاه در یک تلقی از آن "ایدئولوژی" است و گاه در یک تلقی دیگر سنت اجتماعی است. مذهب بعنوان سنت عبارت است از مجموعه عقاید موروثی، احساسهای تلقینی، همچنین تقلید از مدها و روابط و شعائر مرسوم اجتماعی و احکام خاص ناخودآگاه عملی، مجموعه اینها مذهبی را میسازد که بیش از آنکه مبنای انسانی داشته باشد و مبنای آگاهانه، مبنای سنتی کور و غریزی موروثی، یا اجتماعی دارد و بیشتر، نشان دهنده روح دسته جمعی یک گروه است، مثل اینکه اغلب ما شاهد بوده ایم و علائم مشخصه این مذهب را اغلب در همه جا بچشم می بینیم، اینها نشان میدهد که این، ملیت و روح جمعی، یک قوم است که به صورت سمبل های مذهبی، سنتهای مذهبی و شعائر مذهبی، تجلی دارد، و اما یک مذهب دیگر هست و آن، "ایدئولوژی" است. مذهبی است که یک فرد یا یک طبقه یا یک ملت، آگاهانه انتخاب می کند. در مذهب سنتی کسی انتخاب نمی کند، این پدر و مادرها هستند که باعث مذهبی شدن ما میشوند، و شاید خودشان هم در آن دخالتی نداشته اند و همانطور آنها هم از طریق پدر و مادرها بطور ارثی صاحب آن مذهب شده اند، نسل پیش است که نسل بعد را به این صورت ساخته و شاید نسلهای آینده را نیز بسازد. اما مذهب بعنوان "ایدئولوژی"، عقیده ایست که آگاهانه و بر اساس نیازها و ناهنجاریهای موجود و عینی و برای تحقق ایده آلهائی که برای رفتن به طرف آن ایده آلهای، این فرد، این گروه و یا این طبقه، همواره عشق ورزیده، انتخاب میشود. بنابراین، فرد وضع طبقاتی خودش را حس میکند، وضع زمانی خودش را حس میکند، وضع سیاسی، اقتصادی و اجتماعی خودش را حس میکند، ناراضی است، رنج میبرد، نسبت به عوامل نا هنجار آگاهی دارد، نسبت به وضع موجود انتقاد دارد، آرزوی تحول و تغییر دارد، بعد "ایدئولوژی" مطرح میشود. در مسیرش قرار میگیرد و در آن "ایدئولوژی" رفع ناهنجاریهای موجودش را می بیند و راه حل برای تغییر وضع موجود، که نسبت به آن انتقاد دارد احساس میکند. این مذهب در این حال مساوی است با "ایدئولوژی"، بی کم و کاست، و همین مذهب است که انسان میسازد، و منحصر به کشورهای به اصطلاح اسلامی هم نیست و در تمام دنیا میشود از این انسانها پیدا کرد، هر چند تعدادشان بسیار اندک باشند و این مذهبی است که خدا ما را به آن میخواند، و درست بهمین دلیل مرتباً و مؤکدن در قرآن مجید خداوند، ما را به تفکر و تعقل میخواند و در انتخاب راه هدایت و ضلالت بما آزادی عنایت فرموده، و گرنه میتوانست به جبر همه انسانها را تسلیم خود فرماید. (مثل فرشته ها)

توحید یعنی چه؟ توحید یعنی "یکی ساختن" (واحد کردن) یعنی تمام خدایان و صاحب اختیاران خیالی که مردم درست کرده اند به یک خدای حقیقی، (که خالق تمام مخلوقات و آسمانها و زمین و آنچه میان آنهاست) تبدیل کردن. خداوند در قرآن مجید، در آیات: "۲ و ۳" از سوره: "۳۹" زمر میفرماید:

ما این کتاب را برآستی بر تو نازل کردیم . پس خدا را بپرست و دین را برای او خالص کن. آگاه باش که دین خالص از آن خداست و آنانکه غیر از او دیگری را معبود خود گرفتند، که بدین منظور اینها را میپرستیم تا ما را به خدا نزدیک کنند، خداوند در اختلاف میان آنها داوری خواهد کرد. خداوند دروغگویان ناسپاس را هدایت نمیکند. پس مسلمان حقیقی، کسی است که تسلیم حکم و نظر خداوند است و برای اینکه از آن حکم مطلع باشد قرآن را مرتباً میخواند و در آیاتش تدبّر و تفکر میکند و در امور روزمره به آن عمل مینماید.

و اما شرک چیست؟ شرک " که بمعنی شریکی برای خدا شناختن است" فقط شامل آن نمیشود که فکر کنیم خداوند در خلقت آسمانها و زمین و موجودات جاندار و بیجان شریک و همدستی داشته. چون هیچکدام از مشرکینی که در قرآن از آنها صحبت شده، چنین تصور نمیکردند. توجه کنیم به آیات: "۶۱ و ۶۳" از سوره "۲۹" (عنکبوت) که خداوند میفرماید: اگر از آنها بررسی چه کسی آسمانها و زمین را خلق کرده و خورشید و ماه را مسخر کرده؟ حتماً میگویند **الله** پس چگونه منحرف میشوند؟ همچنین اگر از آنها بررسی چه کسی از آسمان باران را فرو فرستاد و با آن زمین را پس از مردنش زنده کرد؟ خواهند گفت: **الله**، بگو ستایش برای چنین خدائی است، اما بیشتر آنها در نمیابند. به آیه: "۲۵" از سوره: "۳۱" لقمان و آیه: "۳۸" از سوره: "۳۹" زمر، و همینطور به آیات: "۹" و "۸۷" در سوره: "۴۳" زخرف، نگاه کنیم، آنها نمیگفتند که خالق آسمان و زمین شریکی و مشاوری در خلقت آنها داشته، آنها میگفتند اینها شفیع ما پیش خدا هستند و ما را به خدا نزدیک میکنند.

همانطور که در آیه: "۱۸" از سوره: "۱۰" یونس میفرماید: **غیر از الله چیزی را بندگی میکنند که ضرری به ایشان نمیزند و نفعی هم برای آنها ندارد ولی میگویند اینها شفیعان ما پیش الله هستند.**

و در آیه: "۳" از سوره: "۳۹" زمر، میفرماید: بدانید که دین خالص برای **الله** است. کسانی که اولیائی غیر از خدا برای خود میگیرند، میگویند: ما فقط آنها را برای این عبادت میکنیم که ما را به **الله** نزدیک کنند. اکثر مشرکین امروزی هم همین حرف را میزنند و خیال میکنند اینکار شرک و خلاف توحید نیست. در صورتی که خداوند بارها و بارها در قرآن مجید تذکر میدهد که خدا همه جاهست و شاهد اعمال شماست، و حرفهای شمار امیثنود و از دل شما خبر دارد، و دعای شمار اجابت میکند. برای نمونه توجه میکنیم به چند آیه در این مورد:

خاور و باختر از آن خداست، بهر طرف رو کنید رو بسوی خدا دارید که او گشایشگر داناست.

آیه: "۱۱۵" از سوره: "۲" بقره

آنگاه که بندگان در باره من از تو پرسند، بدانند که من نزدیک هر کس مرا بخواند دعایش را اجابت میکنم. آنها (هم) باید دعوت مرا بپذیرند و بمن ایمان بیاورند تا راهشان را بیابند. آیه: "۱۸۶" از سوره: "۲" بقره و باز میفرماید: ما انسان را آفریدیم و از سوسه های نفس او آگاهییم و از **رگ گردنش** به او نزدیکتریم.

آیه: "۱۶" از سوره: "۵۰" ق.

کسی که از رگ گردن بما نزدیکتر است چه احتیاج به شفیع و واسطه دارد؟

امام علی(ع) در نامه ۳۱ نهج البلاغه در سفارش به امام حسن (ع) پسر عزیزش مینویسد: خداوند بین تو و خودش حاجبی که شما را از هم جدا کند قرار نداده و تورا مجبور نساخته که به کسی متوسل شوی که پیش او برای توشفاعت کند. در قرآن ۴۷ بار گفته شده که خدا "سمیع" است یعنی شنوا (آن هم بمعنی کامل آن)، که خدا حتی از آنچه در سینه هاست باخبر است.

امام سجاد"زین العابدین(ع)" در دعای سیزدهم "صحیفه سجادیه" میفرماید:
کسیکه برای برآوردن حاجتش بیکی از مخلوقات تو رو آورد یا او را سبب برآوردن حاجتش قرار دهد خود را در معرض محرومیت از برآورده شدن حاجتش قرار داده و مستحق این است که احسان تو درباره او از بین برود. عبادت یعنی بندگی، یعنی اطاعت محض و بدون چون و چرا، از نظرهای کسی کردن و خود را در مقابل او کوچک و بی اختیار دانستن. عبادت باید خاص خدا باشد و نه احدی دیگر.

می بینیم که خداوند در آیه: "۱۰۶" از سوره: "۱۲" یوسف میفرماید:

بیشتر آنها ایمان نمی‌آورند، مگر ایمانی آلوده به شرک.

والبته پیروی از هوای نفس هم، نوعی پرستش غیر خدا و نوعی شرک است.

توجه کنیم به آیه: " ۲۳ " در سوره: " ۴۵ " جائیه:

آیا آنکس را دیده ای که هوای نفس خویش را معبود خود قرار داد و خدا، از روی "علم" او را در گمراهی و گذاشت و برگوش و دلش مهر نهاد، و بردیدگانش پرده افکند؟ اگر خدا هدایت نکند چه کسی هدایت خواهد کرد؟ چرا پند نمیگیرند؟

یکی از آثار شرک تفرقه است، چنانکه در آیات: "۳۱" و "۳۲" از سوره: "۳۰" روم، میفرماید:

به سویش بیایید و از او تقوا کنید و نماز را برپا دارید و از مشرکان نباشید،

از کسانی که در دینشان فرقه فرقه شدند و هر فرقه ای به اعتقادات خود دلخوشند.

چون هر گروهی از نظر کسی غیر از خداوند پیروی میکنند، لذا دین خدا فرقه فرقه میشود و بجای همکاری فرقه های مختلف بجان هم می افتند و سر موضوعهای بی اهمیت همدیگر را حتی میکشند. چنانکه شاهد هستیم، در هر مذهب چقدر فرقه های مختلف درست کرده اند و بنام دین خدا برخلاف امر او، چطور جنایت میکنند. در صورتیکه خداوند در آیه: "۱۳" از سوره: "۴۲" شورا، میفرماید:

خداوند برای شما آئینی را مقرر داشت که نوح را بدان سفارش کرد و آنچه را به تو وحی کردیم،

به ابراهیم(ع) و موسی(ع) و عیسی(ع) سفارش کردیم که دین را برپا دارید و در آن تفرقه نیندازید،

آنچه را بدان دعوت می کنید بر مشرکان گران است، خدا هر که را بخواهد برمیگزیند و کسی را که بسوی او

باز گردد هدایت می کند.

(منظور بازگشتن به کتاب خدا و توجه و عمل به آن کردن است، که احکام و نظرهای خدا در آن است).

بهرحال توجّه کنیم که هیچ جا در "قرآن مجید" بما سفارش نشده که برای نزدیکی بخدا، به پیامبران و یا امامان و یا فرشتگان، یا به روح اموات خود توسل جوئیم. بلکه شدیداً از آن منع شده ایم.

و خداوند در آیه: "۴۴" از سوره: "۳۹" زُمر، میفرماید:

بگو: شفاعت از آن خداست، فرمانروائی آسمانها و زمین اوراست و به نزد او باز میگردید.

و توجّه کنیم به آیه: "۵" در سوره: "۴۶" احقاف:

کیست گمراه تر از آنکه غیر خدارا میخواند که تا روز قیامت هم از آنها پاسخی دریافت نمی کنند،

بتها از دعای بت پرستان بی خبرند.

و در آیه: "۶" از همین سوره، میفرماید:

و چون مردم به محشر در آیند، معبودها، دشمنان آنها و منکران عبادتشان هستند.

از این آیه معلوم میشود که مقصود از بتها فقط بتهای قدیم که سنگی و چوبی و جماد بودند،

تنها نیست. بلکه انسانهایی است که مردم برای خود بت کرده اند (یا شیاطین و یا فرشتگان و غیره).

و در آیه: "۱۴" از سوره: "۳۵" فاطر یا ملائکه، میفرماید:

اگر آنها را بخوانید صدایتانرا نمیشنوند و اگر بشنوند به شما پاسخ نمیگویند و در قیامت شرك شما را انکار میکنند

و هیچ کس همچون خدای آگاه، خبردارت نمیکند.

و باز در آیات: "۲۸" تا "۳۰" از سوره: "۱۰" یونس، میفرماید:

روزی که همگان را گرد آوریم، به مشرکان گوئیم: شما و معبودهایتان در جایتان بمانید، آنگاه آنها را از یکدیگر

جدا خواهیم کرد، معبودهای آنها خواهند گفت: شما ما را عبادت نمیکردید، همین بس که خدا گواه باشد که

ما از عبادت شما بی خبر بودیم در آن هنگام هر کس به حاصل اعمال گذشته خویش آگاه میشود و همگی را

بسوی خدا- مولا و سرور حقیقتشان- باز میگردانند و دروغهای ساختگی از نظرشان دور میشوند.

و یا در آیه: "۶۲" از سوره: "۲۲" حج، میفرماید:

در حقیقت این است که خدا حق است، و جز او هر چه خوانده شود باطل است،

و براستی خدا بلند مرتبه بزرگ است.

و اگر ما به "قرآن کریم" رجوع کنیم آیات روشن بسیاری در این زمینه خواهیم یافت.

خوبست بدانیم

ما به قدرتی که ما را آفریده، بسیار نزدیکیم و او این امکان را بما داده که تا حدود زیادی شرایط خود را بیافرینیم، ما از این آگاهی شادمانیم که قدرت ذهنمان در اختیار ماست و هرگونه که بخواهیم آنرا بکار میگیریم.

البته شاید وسوسه های منفی گاهی بدون خواست ما به ذهنمان خطور کند ولی انتخاب با ماست، آنگاه که از گذشته دور میشویم، هر لحظه از زندگی نقطه آغازی است. ما میپذیریم که در جهانمان در هر لحظه، و در هر کار از امکانات مختلفی برخورداریم و حامی پر قدرتی از اکنون تا ابدآباد از همه منافع ما حمایت میکند و فقط کافی است به این مسئله صمیمانه ایمان آورده، با توکل به او، و نهایت سعی، در راه رسیدن به مقصود استوار باشیم، تا در نتیجه همیشه از بالا و بر فراز مشکلات روزمره در پرواز بوده و از امکانات خود بهترین استفاده را بکنیم، زیرا ایمان پاک و حقیقی و درست، پر، پرواز ما خواهد شد. و اگر بر فرض، گاهی اوقات با تمام سعی و کوشش خود، به بعضی از خواسته ها و یا خواهشها و آرزوهایمان نرسیدیم، با ایمان به اینکه عقل قاهری نظام امور را بر عهده دارد، هرگز افسرده و غمگین نخواهیم شد و با شکرگزاری و روی باز، به استقبال رویدادهای تازه خواهیم رفت، با توکل بخداوندیکه جز خیر چیزی برای ما پیش نخواهد آورد، و در اینصورت ظواهر نا هماهنگ امور روی ما اثری نخواهد گذاشت، و با صبر و کوشش و پشتکار و توجه کامل به خداوند در راه خواسته خود به پیش خواهیم رفت و اصلاً دلیلی نداریم که دائماً افسوسی برای گذشته و یا نگرانی برای آینده داشته باشیم و تنها وظیفه و نهایت خواسته ما این خواهد بود که هر لحظه را به درست ترین وضعی که امکان دارد بگذرانیم، مطابق با قوانین قدرتمند جهان هستی، و هر رویدادی را با آغوش باز بپذیرا باشیم.

خداوند همه دان، خداوند قادر، خداوندی که مهربانترین است، برای بندگانش تنها منبع و محل اعتماد است. در تمام کارهاییکه ظاهراً انجام میدهیم، در شغلان برای تأمین سلامتیمان، برای خانواده مان، در جستجوی منفعتی هستیم. نقشه میکشیم، حساب میکنیم، احتیاط میکنیم، با حسابداران، پزشکان و وکیلان مشاوره میکنیم. در عین حال هر روزه گرفتار همه گونه باز داشته شدن ها، مخالفتها و مسائلی هستیم که بوجود می آیند، و باعث نگرانی و افسردگی ما میگردند، بنده با ایمان تمام این کارها را به بهترین وجه ممکن انجام میدهد، نه تنها برای خودش، بلکه برای دیگران نیز، بعد نتیجه را به خداوند واگذار میکند که از رحمت خود به او آنچه نیاز دارد بدهد. او بسوی "خداوند وکیل" دعا میکند که کنترل زندگیش را به دست بگیرد و نتیجه کار را طوری بپایان برساند که برایش خوبست، در حالیکه خودش اقرار میکند که نمیداند و حتماً خدا بهتر میداند. این معنی توکل است، اعتماد کردن به خداوند، کسی که این اعتماد مطلق را به امین اصلی دارد، دارای وکیلی است که بسیار بزرگتر از بزرگترین وکیلان این دنیا است. چون حتی اگر تمام کوششهایش هم به نا کامی کلی بیانجامد، گرفتار نا امیدی یا غم و اندوه و نگرانی

نمی شود. او آرام است. اگرچنین آرامشی وجود نداشته باشد، هیچ منفعت دنیائی، هیچ گنج مادی، برای او خوشبختی بوجود نخواهد آورد.

مشکلاتی که از این آرامش درونی جلوگیری میکنند یا آنرا از بین میبرند عبارتند از: زیاده خواهی بیش از حد، خست، حسادت، ترسهای بیهوده و تخیلات. هیچ مقداری از پول و هیچ نسبتی از امنیت ظاهری نمی تواند قلبهای بهم فشردۀ آنهایی را که گرفتار این امراض هستند آزاد و رها سازد.

توکل و اطمینان به خداوند به معنی نا دیده انگاشتن مسبب آنچه که اتفاق می افتد نیست، نشستن و اهمیت ندادن به علتها و آثار آنها تنبلی است. اعتماد بخداوند در اسلام واجبست و تنبلی گناه، خداوند برای بندگانش علت ها و راه حل های آنچه را که اتفاق می افتد روشن ساخته است. درحقیقت او تشخیص این علت ها و حل آنها را شرط اتفاق افتادن مقصود قرار داده است. برای چیزی که باید آفریده شود. برای نیازی که باید برآورده شود باید دلیلی، مسببی، بوجود آید. این قانون و نظم الهی است که بآن "حکمت التسبیب" میگویند، به معنی "دلیل اسباب"، بی توجهی به آنچه در دسترس شخص است مثل آنست که خود را از روی قصد بکام نادانی، بیماری و فقر بیاندازیم که در اسلام گناه است. به این ترتیب انسان با آگاهی کامل از اسباب یا وسیله ها، باید برای عملی ساختن آرزوهایش بکوشد، با این دانش که تمام کوششهای شخص دعای فعالانه و آرزویی است برای کمک خواستن از خداوند، درحقیقت این دعاها فعالانه یعنی کوششهای ما، دلیل اعتماد ما به خداوند برای نتیجه است و نه چیز دیگر، کسی که این کار را میکند، تنها روی کوششهای خودش حساب نمی کند، او اعتمادش به خداوند کریم است که فرموده: اگر خدا شما را یاری کند، هیچ کس بر شما پیروز نخواهد شد، و اگر دست از یاری شما بردارد، کیست که بعد از او شما را یاری کند، و مؤمنان فقط باید بر خدا توکل کنند. آیه: "۶۰" از سوره: "۳" عمران.

و همینطور فرموده: بگو برای من خدا کافی است، که توکل کنندگان بر او توکل میکنند.

آیه: "۳۸" از سوره: "۳۹" زمر.

بهرحال آنطور که تا بحال تجربه نشان داده، انسان معمولاً از آن چیزی که اتفاق می افتد خیلی صدمه نمی بیند، بلکه چیزی که واقعاً او را آزار میدهد، عقیده وی درباره آن مسئله است و عقیده ما بطور تمام وکمال بخودمان بستگی دارد. ما میتوانیم اگر بخواهیم نگرش خودمان را درباره مسائل بکلی دگرگون کنیم. یادمان باشد که اکثر مسائلی که ما آنها را نا خوشآیند یا بدبختی می نامیم، غالباً میتوانند تبدیل به مسائل خوشآیند و مفید شوند، و این در صورتی است که هریک از ما موضع ذهنی خود را درقبال آن مسائل تغییر دهیم و فقط تحت تأثیر افکار مثبت باشیم. که در این زمینه ایمان محکم و خلل ناپذیر کمک زیادی بمان میکند. برای مثال بد نیست در اینجا، به داستان کوچکی توجه کنیم: روزی دو نفر در دریا مسافرت میکردند که کشتی آنها دچار طوفان شد و درهم شکست. آن دو به جزیره ای نا مسکون رسیدند و با شاخ و برگ درختان کلبه ای ساختند. یکی از آنان مرد بی ایمانی بود و دیگری مؤمنی سرد و گرم چشیده، مرد مؤمن اطمینان داشت که هرآنچه پیش می آید برای خیر و خوبی ماست. مرد بی ایمان او را مسخره میکرد، اما هر دو میتوانستند باهم کنار بیایند. هر روز باهم به ساحل می رفتند و دستمال یا

قطعه ای از لباس خود را در هوا تکان میدادند، به امید اینکه کشتی یا هواپیمائی که از آن طرف ها رد میشود، آنان را ببیند و نجات دهد. بدین ترتیب هر روز عصر به کلبه خود باز می گشتند. یک روز عصر وقتی که از ساحل مراجعت کردند، دیدند که کلبه شان آتش گرفته و به خاکستر تبدیل شده است. مرد بی ایمان خشمگین شد و رعد و برق را که باعث آتش گرفتن کلبه آنان شده بود نفرین کرد، اما مرد با ایمان گفت: دوست من، دل‌تنگ مباش، مطمئناً در این کار خیر و صلاح ما وجود داشته و خداوند بهتر میداند که خیر ما در چیست. مرد بی ایمان بیشتر خشمگین شد و فریاد زد: تو و این خدایت! من دیگر کاری با تو ندارم. صبح روز بعد وقتی که بساحل رفتند، کشتی کوچکی را دیدند که منتظرشان بود. مسئول کشتی به آنان گفت که: روز قبل دیده بودند که دودی از جزیره بلند می شود، از این رو حدث زده بودند که کسی در آنجا زندگی میکند و نیازمند کمک است.

ایمان با دیده قلب به همه چیز می نگرد. شخص با ایمان که این چنین خود را به خداوند تسلیم میکند، همیشه در امان است. وقتی که خداوند راهنما باشد، همه چیز را بموقع درست، فراهم میکند و کارها و شیوه های او شگفت انگیز است.

خداوند در قرآن جلیل فرموده: آنانکه ایمان آوردند و نیکوکاری پیشه کردند، نه ترسی دارند و نه غمگین میشوند.

آیه: "۴۸" از سوره: "۶" انعام.

تمام چیزها و نسبت‌های ظاهری و بیرونی مثل سرما، گرما، درد، خوشحالی بدحالی و از این قبیل می‌آیند و می‌روند، آنها همیشگی نیستند، شجاعانه آنها را باید تحمل کرد. (البته با نهایت سعی که برای مقابله و مداوای آنها انجام میدهیم)، آن قهرمان که روح و جانش در مواقع مختلف تکان نمی خورد، کسی که قبول میکند که لذت و درد را با متانت تحمل کند، فقط اوست که شایستگی فنا ناپذیری را دارد. ایمان پاک و روشن انسان را در مقابل تمام ضربه های زندگی دروناً روئین تن میکند. چنین کسی از ظواهر امور آزرده خاطر نمیشود. فرد مؤمن حقیقی همیشه بر فراز تمام هیجان‌ات و احساسات ضد و نقیض در حرکت است و در حقیقت استوار و از تمام دلوا پسیها دور. البته آن زمانی است که فرد با حفظ "تقوا" (به معنی انجام امر و نهی های خداوند در همه امور) به این قدرت روحی رسیده باشد و در غیر اینصورت اگر هم مبتدی باشیم به نسبت درجه ایمان و عمل به تقوای خود زمانهای متفاوتی در حالت‌های منفی یا مثبت روحی خواهیم گذراند، باین ترتیب که هر چه ایمان ما محکم تر و حفظ "تقوا" در زندگی روزمره ما بیشتر باشد، در زمان کوتاهتر و با سرعت بیشتری از دامها، نگرانیها، ودلوا پسیها و اندوه ها، نجات پیدا خواهیم کرد.

و بیاد داشته باشیم که مثبت اندیشی بزرگترین رمز موفقیت ماست، ما اغلب هرگونه درباره خود بیاندیشیم برایمان بواقعیت درمیآید، بنابراین هرکدام از ما تا حدود زیادی مسئول همه چیزهایی هستیم که در زندگیمان پیش می‌آید، هراندیشه ای که از ذهن ما میگذرد آینده ما را می آفریند، هرکدام از ما با اندیشه ها و احساسات خود تجربه هایمان را بوجود می‌آوریم، اندیشه ها و کلماتی که به زبان می‌آوریم تجربه های ما را می‌آفریند، خود ما با بی توجهی و درک خرافی و غلط از اغلب چیزها، اوضاع و شرایط منفی را ایجاد میکنیم و بعد برای ناکامی خود، دیگران و گاهی

زمین و زمان را سرزنش می‌نمائیم و اقتدار خود را از دست می‌دهیم، ما بهتر است به این حقیقت ایمان بیاوریم که جز خداوند یکتا (که او هم مشیتش بر این قرار گرفته که ما خود راه درست یا غلط را انتخاب کنیم)، هیچکس و هیچ چیز و هیچ جا بر ما اقتدار ندارد، زیرا ما تنها اندیشه و روان ذهن خودمان هستیم و البته اگر ایمان ما وارونه بود، یعنی بجای نیکی به شر ایمان داشتیم، آنگاه همه کس و همه چیز و همه جا بر ما وزندگی ما اقتدار خواهد داشت جز خودمان.

توجه داشته باشیم که مهمترین چیزیکه با آن سروکار داریم اندیشه است و اندیشه را میتوان عوض کرد، مسئله ما هر چه باشد، تجربه های ما تنها تظاهر بیرونی اندیشه های درونی ماست.

امام علی (ع) در نهج البلاغه در قسمت وصیت خود به فرزند بزرگوارشان فرموده اند:

اندوه هائی که بتو رو آورد، با اندیشه های شکیبائی و نیک باوری از خود دور کن. آیا این چیزی جز جایگزین کردن اندیشه های مثبت بجای اندیشه های منفی است؟ پس بهمان ترتیب که کانال تلویزیون را عوض میکنیم میتوانیم کانال فکر خود را نیز عوض کنیم، (البته شاید در آغاز این کار بسادگی انجام پذیر نباشد، اما باتمرین و ممارست در آن، قدرت اراده ما نیز تقویت شده و به مرور با سرعت بیشتری موفق به انجام این کار میشویم). آیا وقتی برنامه غیر دلخواه در تلویزیون می بینیم، به دیدن آن همچنان بی اراده ادامه می‌دهیم؟ یا با فشار دادن یک دکمه کانال را تغییر داده و براحتی برنامه دلخواه خود را انتخاب میکنیم. در مورد افکار هم بهمین ترتیب میتوان عمل کرد، با این فرق که ما در ذهن خود امکانات نامحدودی داریم که بسیار فراتر از شبکه های تلویزیونی است، بنابراین چرا باید فکر ناخوشایند و منفی که به ذهن میرسد همچنان مارا آزار دهد؟ وقتی از حق انتخاب خود آگاه شدیم، در آن لحظه میتوانیم آزادی خود را آغاز کنیم.

اغلب افرادی که در زندگی خود می‌شناسیم یا بنوعی با آنها در تماس بوده و هستیم، از نفرت بخود یا میزانی از احساس گناه رنج می‌برند و هرچقدر این احساس بیشتر باشد میزان خوشبختی آنها در زندگی کمتر خواهد بود و هر اندازه نفرت و احساس گناه کمتر باشد میزان آرامش و موفقیت در همه زمینه ها بیشتر خواهد شد، و خوشبختانه، آگاهی و ایمان و عمل به دستورات و قوانین برپا دارنده احکام الهی میتواند در کوتاهترین مدت ما را بصورت "کوآنتومی" از شر چنین احساساتی نجات دهند و ما برای اینکار حتی احتیاج به اشخاص و ابزار بخصوصی هم نداریم، و فقط کافی است که با دلی صاف و پاک توجه بخداوند رحمان و رحیم پیدا کرده و بدون شفیع قرار دادن احدی، آزادی و نشاط و عزت و سلامتی مجدد خود را با توبه و بازگشت بسوی او، بدست آوریم. زیرا طبق فرمایش رسول اکرم (ص) " توبه بهترین شفیع مؤمن است " و خداوند مهربان و بزرگ برای این کار هیچ محدودیتی هم قائل نشده، ما میدانیم که انسان جایز الخطاست، ولی خوشبختانه در توبه همیشه بروی ما باز است. چنانکه خداوند در آیه: " ۱۱۰ " از سوره: " ۴ " نساء فرموده:

هر که عمل زشتی از او سرزند یا بخوبستن ظلم کند، سپس از خدا آمرزش و بخشش طلب کند

خدا را بخشنده و مهربان خواهد یافت.

ویا در آیه: " ۱۵۳ " از سوره: " ۷ " اعراف فرموده:

آنانکه پس از ارتکاب کارهای بد توبه نموده و ایمان آورند، پروردگارت آمرزنده مهربان است.
و آیات بسیار زیادی در این مورد ذکر شده.

وقتی ما روی خود را بطرف نور می‌کنیم، سایه‌ها در پشت سر ما قرار می‌گیرند.

(نور توجّه بخدا و سایه‌ها، ترسها و نگرانیهای بی‌جای ماست).

و اما درباره "دعا و درخواست، یا توبه" بیاد داشته باشیم که علی ابن ابی طالب(ع) در کتاب نهج البلاغه در قسمت وصیت مشهور خود به فرزند بزرگوارشان فرموده اند: و بدان آن خدائی که بدست اوست خزانه‌های آسمانها و زمین و دعا و درخواست را بتو اجازه داده و پذیرفتن را ضامن گشته است، و بتو فرموده که از او خواهی تا ببخشد و رحمت و مهربانی بطلبی تا مهربانی کند، و بین تو و خود، کسی را نگذاشته که او را از تو بپوشاند و تو را ناچار نگردانیده که نزد او شفیع و میانجی ببری و تو را از توبه و بازگشت جلو نگرفته، اگر بدی کرده باشی به کیفی تو شتاب ننموده و رسوایت نکرده، آنجا که شایسته رسوا شدن بودی و در پذیرفتن توبه و بازگشت بتو سخت نگرفته و به سبب گناه ترا در تنگی نیانداخته، و از رحمت نومید نفرموده، بلکه خود داری تو را از گناه " کار نیک" قرار داده و کار بد تو را یگ گناه، و کار نیکویت را ده برابر شمرده و برای تو در توبه و بازگشت و خشنود ساختن را گشوده، پس هر وقت او را بخوانی صدایت را میشنود، و هرگاه با او مناجات و راز و نیاز کنی، راز دلت را میداند، پس خواست خود را به او میرسانی و راز دلت را پیش او آشکار میسازی و از اندوه هایت به او شکایت و درد دل میکنی و از او چاره گرفتاریهایت را میخواهی و بر کار هایت کمک و یاری میجویی و از خزانه‌های رحمتش میخواهی آنچه را که غیر او بر بخشیدنش توانا نیست، از قبیل: درستی تن‌ها (منظور سلامتی است) و فراخی روزی‌ها، و در دو دست تو کلیدهای خزانه‌هایش را نهاده، به چیزیکه برای تو درخواست از او را، اجازه فرموده، پس هرگاه خواهی به سبب دعا درهای نعمتش را بگشائی و پی در پی، رسیدن بارانهای رحمتش را دریافت نمائی.

باین ترتیب متوجه میشویم که وقتی به ریسمان ایمان بخدا و پرستش او، دست می‌اندازیم از چه قدرت غیرقابل تصویری برخوردار میشویم و نه تنها در زمینه مسائل معنوی بلکه مادی نیز، اینست نتیجه ایمان زنده و فعال.

حالا چند الگو را نام میبرم که طبق تحقیقات دانشمندان روانشناس ثابت شده به جسم صدمه میزند: نفرت طولانی چنان بدن را میخورد که به مرضی می‌انجامد که آنرا سرطان می‌خوانیم، اگر انتقاد به صورت عادت مدام درآید، اغلب " آرتروز" یا ورم مفاصل می‌آورد. احساس گناه همواره جویای مجازات است و مجازات درد می‌آورد، ترس و فشار ناشی از احساس گناه می‌تواند بیماریهای چون زخم معده و ریزش مو، یا پاهای دردناک بوجود آورد. پس با قبول اینکه گذشته تمام شده و پی کار خود رفته است، و اکنون دیگر نمی‌توانیم گذشته را عوض کنیم و بقول معروف هیچ شیون و زاری آنرا حتی اگر رضایت بخش هم بوده باشد، نمیتواند بماند بر گرداند، مجدداً آرامش و آزادی خود را بدست می‌آوریم. آیا این عاقلانه است که بخاطر اینکه شخصی در گذشته آزارمان داده، هنوز هم خود

را مجازات کنیم؟ بیائید لطفاً از همین لحظه الگو های ژرف انزجار و نفرت را رها کنیم و دست برداشتن از نفرت را آغاز نمائیم، صبر نکنیم تا زیر تحدید چاقوی جراحی یا روی بستر مرگ قرار بگیریم، زیرا در آن زمان باید با وحشت و اضطراب نیز کنار بیائیم. اگر این اعتقاد را انتخاب کنیم که قربانیان درمانده ای هستیم و چاره دیگری برای ما نمانده است، دچاره همان سرنوشت خواهیم شد، پس لازم است از این اعتقاد مُخرَب و عقب مانده منفی که از ما پشتیبانی نمیکند و بما خوراك سالمی نمیرساند دست بکشیم. نسبت بخداوند هم باید این اعتقاد را داشته باشیم که او همواره، همراه و همدم و دوستدار ماست و مهربان ترین مهربانان است، (چنانکه حقیقت هم همین است).

برای رهائی از گذشته باید مشتاق عفو و بخشایش باشیم، و همگی حتی خود مان را بخاطر اشتباهاتی که احتمالاً کرده ایم ببخشائیم، شاید ندانیم چطور عفو کنیم و شاید آمادگی اینکار را نداشته باشیم، اما بمحض اینکه صمیمانه در این راه از خدا کمک بخواهیم و بگوئیم که مشتاق عفو و بخشایش هستیم، فرایند رهائی، و آرامش آغاز میشود.

لااقل برای حفظ آرامش و خوشبختی خودمان، لازم است که ما گذشته را رها کنیم، و یکایک افرادی را که از آنها رنجشی در دل داریم ببخشیم " نورمن پیل " نویسنده آمریکائی در کتاب " مثبت درمانی " میگوید: قدرت دعا نشانه آزاد شدن انرژی است، همانطور که بکمک تکنیکهای علمی انرژی اتمی را آزاد میکنند، با استفاده از قدرت دعا و از طریق شگردهای معنوی میتوان انرژی معنوی را آزاد ساخت، آثار این قدرت انرژی را بر بسیاری آشکار است. اگر شرایطی ایجاد کنیم که اجازه دهیم دعا وارد ذهن نیمه هشیار شود، (یعنی با کمال صمیمیت و خلوص دعا کنیم ، بطوری که حالتی خلسه مانند، بما دست دهد) ، میتوانیم رهنمودهایی کسب کنیم و از این راه واکنشهای خود را صحیح و اصولی سازیم و این کار میتواند قوای درونی را حیات و نیرو بخشد و در صورت لزوم احتمالاً به پدیده شفا دست رسی پیدا میکنیم. امام جعفر صادق (ع) نیز فرموده اند: دعا کن، نگو کار گذشته و آنچه مقدر است میشود، زیرا نزد خدا مقامی است که به دست نیاید جز با درخواست از او.

همه ما با درخواست بخشش و توبه به درگاه باری تعالی بطور معجزه آمیزی میتوانیم در هر زمینه ای از زندگیمان درهای آهنین (ذهنی خود را) بروی گذشته، گذشته فنا شده، ببندیم، و فقط از تجربه های گرانبهای آن استفاده کنیم، بیاد بیاوریم که خداوند در قرآن مجیدش فرموده:

ایمان آورندگانی که کارهای شایسته کرده اند، و نماز خوانده و زکات داده اند،

نزد پروردگارشان پاداشی دارند ، آنها نه ترسی دارند و نه غمگین میشوند . آیه: " ۲۷۷ " از سوره: " ۲ " بقره پس به این ترتیب نگرانی برای آینده و افسوس برای گذشته را از ذهن خود طرد میکنیم. و به سعی و کوشش برای داشتن آینده بهتر ادامه میدهیم. آینده ما در گروی چگونگی زندگی حال و امروز ماست.

" ننگر نجات ما در اکنون و امروز است "

فردی که نگران آینده است تحت فشار شدید عصبی، اتلاف انرژی، افسردگی و اضطراب قرار دارد، پس خود را عادت دهیم که با تقسیم زندگی خود به زمان های مختلف ، هر زمان را به بهترین نوعی که مقدر است برنامه ریزی کنیم، زیرا وقتی ما به بهترین نحو خود را برای آینده آماده میکنیم که تمام هوش و حواس و شوقمان را

بر این امر متمرکز سازیم، که کار امروز را همین امروز به بهترین نوع به انجام برسانیم، این بهترین روش برای آماده کردن خود برای فردا، یا آینده است و بیاد داشته باشیم، که خداوند فرموده:

برای انسان نیست چیزی جز نتیجه کوشش او. "قرآن مجید"، آیه: "۳۹" از سوره: "۵۳" نجم.

البته این به آن معنی نیست که از برنامه ریزی برای آینده منصرف شویم، بی شك ما باید به آینده نیز ببانددیشیم، ما باید کاری مورد علاقه، درآمد کافی و خوب و بیمه نامه ای معتبر برای خود و خانواده و پس اندازی برای زمان مورد لزوم، ویا ایام پیری و بودجه ای برای کمک به اشخاص محتاج و مستحق داشته باشیم، ولی نباید اجازه دهیم که ترسی از نداشتن اینها در دل ما جای بگیرد، و علاوه بردنیا (که بمعنی " نزدیک" است) باید بفکر تدارك برای آخرت هم (که بمعنی دور است) باشیم و بهمین دلیل خود را به حفظ "تقوا" مکلف میکنیم. مثلی است معروف که میگویند: چونکه صد آمد نود هم پیش ماست. وقتی زمان حاضر و امروز را به بهترین نوع گذرانندیم، فردا و فرداها را نیز به لطف خدا به بهترین نحو خواهیم گذراند. انشاء الله...

اگر ما حقیقتاً اهل ایمان و نیکوکار باشیم ترس برای ابد از دل ما بیرون خواهد رفت. (البته منظور ترسهای منفی است وگرنه، ترس از دست دادن عشق خدا، که منجر به حفظ "تقوا" خواهد شد، ترسی مثبت و سازنده است).
خداوند در آیه: "۱۳۹" از سوره: "۳" عمران، فرموده:

سُست و غمگین نشوید، شما برترید، اگر مؤمن باشید.

وهمینطور در سوره سیزده (رعد) آیه "بیست و هشت" فرموده:

آنان که ایمان آورده اند و دلهایشان بنام خدا آرام میگیرد آگاه باشید که یاد خدا آرام بخش دلهاست.

تفاوت اصلی بین تفکر مثبت و تفکر منفی در این است که تفکر مثبت درگیر علت و معلول است و منتهی به راه و برنامه ریزی منطقی و سازنده میگردد، درحالی که تفکر منفی غالباً تنش و بحران عصبی میآفریند. پس بیاد داشته باشیم که به شنیدن صدای حق (وجدان) که در درون همه ما هست و ما را به بهترین راه هدایت میکند، گوش فرا دهیم، لذت حقیقی را باید در ضمیر خود جست، راه یافتن به این ضمیر، راه امتناع از خویشتن است. (مبارزه با خود کاذب یا نفس اماره) آنکس که از خود چشم می پوشد، (خودکاذب) در خداوند ساکن می گردد: چنین کسی از سرور کامل بهره مند است. "گورونانگ" چه زیبا سروده:

به قلب خویش بنگر

آنجا " او" سلطان تو مسکن دارد

و راه رسیدن به او عشق است

به " او" و نه بخویش، عشق بورز

خواست " او" را بخواه

و آنچنان که " او" فرمان میدهد عمل کن

نفس کوچک خود را رها کن
و در درگاه نیلوفری او، کمال‌سرور را پیدا کن.

و اما برای ترك عادت نگران بودن بهترین و مهمترین راه این است که: به خاطر بسپاریم، بپذیریم آنچه را که اجتناب ناپذیر است، در این باره دعای بسیار جالبی است که میگوید:

خداوندا، به من صبری عطا کن تا آنچه را که غیرقابل تغییر است بپذیرم، شهامتی عطا کن

تا آنچه را قابل تغییر است، تغییر دهم، و بینش و دانائی عطا فرما تا این دو را از هم تمیز دهم .

و این درست همان چیزی است که در صورت حفظ "تقوا" خداوند بما عطا خواهد کرد. زیرا مؤمن بانهایت سعی در راه خواسته اش، آنچه پیش آید را با روی باز می پذیرد، و ایمان دارد که با توکل بخدا و نهایت سعی فقط خیر و صلاحش برای او پیش خواهد آمد.

همانطور که به عرض رسید ما میتوانیم اگر بخواهیم نگرش خودمان را به مسائل به کلی دگرگون کنیم، البته این کار کمی پرهزمت است اما غیر ممکن نیست. " ویلیام جیمز " که دانش وی در زمینه روانشناسی علمی کم نظیر است میگوید: بنظر میرسد که رفتار تابع احساسات میباشد، اما در واقع رفتار و احساسات در رابطه با یکدیگر عمل میکنند. ما درحالیکه رفتارمان را که تحت کنترل مستقیم اراده قرار دارد هدایت میکنیم، میتوانیم بطور غیرمستقیم احساسمان را نیز هدایت کنیم. بعبارت دیگر ما نمیتوانیم احساسمان را براحتی و با يك تصمیم فوری تغییر دهیم، درحالیکه رفتارمان را میتوانیم. و از این راه احساسمان نیز بطور خود بخود تغییر مییابد .

"رسول اکرم(ص)" فرموده اند: علم از تعلیم و حلم (بمعنی صبور بودن) از تظاهر به حلم حاصل میشود هرکه جویای خیر باشد همانند دهند و هرکه از شر بگریزد از آن برکنار ماند .

و نیز میگوید: يك روش ایده آل و آگاهانه برای سرحال آمدن، در صورتی که کسل و افسرده شده باشیم این است که در کمال آرامش درجائی بنشینیم و چنان رفتار کنیم و حرف بزیم که گویی واقعاً سرحال هستیم. آیا این ترفند کوچک مؤثر خواهد بود؟ امتحانش کنیم. بگذاریم لبخندی باز، و مطمئن برچهرمان نقش بندد. شانه هایمان را از هم باز کنیم و نفس عمیق بکشیم و قسمتی از يك آواز را بخوانیم یا زمزمه کنیم. (و بنظر این بنده بهتر است، که یکی از آیات مزده بخش "قرآن مجید" را بیاد آورده و زمزمه کنیم، برای مثال:

خدا یار اهل ایمان است آنها را از تاریکهای گمراهی بیرون آورده و بعالم نور هدایت میکند.

آیه: "۲۵۷" از سوره: "۲" بقره.

اینکه ما طوری رفتار کنیم که گویی بی نهایت خوشبخت هستیم، از نظر فیزیکی امکان ندارد در عین حال غمگین و یا افسرده باشیم. و این کار مورد استفاده قرار دادن یکی از قوانین کوچک طبیعت است که برای ما میتواند اثری واقعاً معجزه آمیز داشته باشد. اگر انسان سعی نکند افکارش را مثبت و خلاق سازد، در ضعف و درماندگی خود باقی

خواهد ماند. ما ناچاریم یاد بگیریم که حاکم بوجود خود باشیم. حاکم بر افکارمان بر ترسهایمان، بر ذهن و تمامی اعمالمان و باعث خوشبختی است که خداوند این قدرت را به ما عنایت فرموده، ما بلطف خدا هرگاه اراده کنیم قادریم از طریق کنترل اعمال و رفتار خود که بسهم خود عکس عملهای ذهنی ما را تحت تأثیر قرار میدهند به این حاکمیت برسیم، و در این راه بر خورداری از قدرت ایمان و عشق بخداوند برای ما کمک بزرگی خواهد بود، زیرا عشق بخداوند، هدف بزرگ زندگی است و او را باید دریافت.

شنیدن و سخن گفتن در باره " او " کافی نیست، بسیاری از ستایش ها، تلاوت کتب آسمانی و دعاهای بی پایان اغلب با ذهنی پریشان انجام میشود.

دیربست که خداوند را بیرون از زندگی خود نگاه داشته ایم و اکنون زمان فراخواندن " او " به درون است البته خدا بما بسیار نزدیک است، نزدیک تر از رگ گردن، و این ما هستیم که از " او " دوری جسته ایم.

اگر ما بین خود و خدای خود احساس دوری میکنیم، باید دانست که نزدیکی ما به " او "، زمانی درک شده و ثمربخش خواهد بود که با تمام وجود نیاز بخدا را احساس کنیم و از اعماق قلب خویش فریاد برآوریم: "خداوندا به تو نیازمندم! نمیتوانم بی تو زندگی کنم!" این بیداری روحانی است، چیزی در اعماق وجود ما روی میدهد، زندگیمان تازه میشود و سرشار از نور و گرمی، سرور و آرامش میشویم. و از آن لحظه است که ما درمی یابیم که زندگی پیشینمان فقط برای رفاه، افتخار، قدرت و ثروت بوده، و آنهم بصورت سراب. و بهیچوجه زندگی حقیقی نبوده است. در این مرحله، پیشنهادهای زیر میتواند مفید واقع شود:

۱- راز زندگی تازه عشق به خداست، به آن یگانه اعظم. این عشق هرچه افزون باشد، بیشتر رشد میکند. عشق یکی از بزرگترین موهبتهای خداوند به انسان است، وقتی ما به کسی عشق می ورزیم انجام خواسته های او برایمان شیرین و آسان و رضایت بخش است، هیچ کس جز خدا لایق "نهایت عشق" و پرستش ما نیست، دستورات او در کتابهای آسمانی، که توسط اشخاص پاک و درستکاری که خود او برای آوردن پیامهایش انتخاب کرده، برای خیر و سعادت هر دو دنیای ما تدوین شده.) بنابر این همیشه صمیمانه دعا کنیم:

خداوندا، من مشتاقانه بتو عشق میورزم.

میخواهم که هرچه بیشتر و خالصانه تر، بتو عشق بورزم.

میخواهم از عشق تو پر و لبریز شوم.

اخلاق و عشقی پاک به من ببخش و مرا تیرک کن، تا دچار سرگردانی ها نشوم.

خدایا مرا وسیله کمک و بهبود دنیای رنج دیده و درد مند قرار ده.

و نهایت ارضائیت مرا در رضایت خود.

اندوه، ناشی از آنچه بر سر ما می آید نیست، بلکه از آنچه در درون ما روی میدهد بوجود میآید. کسی که هنر زندگی کردن را آموخته است، از سختیها و محنتهای زندگی، نیروی لازم را برای خدمت در راه خداوند به مخلوقات رنجدیده اش، کسب میکند.

بیاد داشته باشیم که زنبور عسل، شیرین ترین عسل را از گل‌های " آویشن " که گیاهی کوچک و تلخ است می سازد. اندوه و نفس پرستی، همراه یکدیگرند. هرچه شدت نفس پرستی بیشتر باشد، این احتمال که با کوچکترین واقعه به اندوه دچار شویم بیشتر است، و بهمین دلیل با انجام دستورات خداوند در کتابهای آسمانی، ما موفق به کنترل این نفس سرکش شده و سرانجام به آرامش و صلح درونی میرسیم، و اگر تعداد بیشتری از مردم به این " امر مهم " بپردازند، دنیا، دنیای پر از صلح و صفا و عدالت خواهد شد.

۲- اگر بهر دلیل فکر میکنیم که کسی به ما بدی کرده، او را ببخشیم، حتی قبل از اینکه از ما طلب بخشایش کند و علاوه بر این، از خداوند بزرگ و مهربان هم بخواهیم که آن شخص را مورد بخشش و رحمت خود قرار دهد. در این صورت ذهن ما در آرامش خواهد بود.

۳- هر کاری که انجام میدهیم، تمام کارهای روزمره از کوچک و بزرگ، فقط برای عشق بخدا باشد، زیرا راهی بهتر از این برای اتحاد و نزدیکی بخدا وجود ندارد. هر اندیشه و هر کلامی را که بزبان می آوریم و هر نفسی که میکشیم همه را به " او " تقدیم کنیم.

۴- هرچه بیشتر با خدا ارتباط برقرار کنیم، آرامش روح ما بیشتر خواهد شد، و سرور و آرامش و عشق " او " از طریق ما به بقیه منتقل خواهد شد. با تمام افرادی که بنوعی با ما در تماس هستند با صبر و مهربانی رفتار کنیم، در واقع خدا آنها را بدون هدف نزد ما نفرستاده. و باور داشته باشیم که وقتی نیت قلبی ما این بود، تمام این کارها بر ایمان آسان و لذت بخش خواهد شد، زیرا قلبی که پیرو خواست خداست بی اندازه خوشحال، آرام و آرامش بخش خواهد بود.

(البته کمک بدیگران باید در حدی باشد که برای ما، با ظرفیت محدود خودمان امکان پذیر است، وگرنه بدون توجه به امکانات خود، اگر بیش از حد توانائی واقعی خویش از خود مایه بگذاریم، امکان بهم خوردن توازن زندگیمان خواهد بود و در این صورت بهتر است بیاد بیاوریم که: زندگی متوازن، بهتر از خدمتگذاری بیش از حد است. و بسیار بجاست که در همه امور، حفظ تعادل را در نظر داشته باشیم.)

۵- در صورت امکان تا آنجا که میتوانیم به افراد بیشتری یاری رسانیم تا بار زندگیشان سبک شود، در راه زندگی، بی شمار افرادی هستند که بارهای سنگینی را حمل میکنند. این بارها اغلب مادی نیستند. بسیاری از افراد در قلب خویش بارهای نگرانی، اضطراب و ترس را حمل می کنند. بار آنها را سبک کنیم، تحمل آنها را داشته باشیم. روزی که به کسی یا حیوانی، پرنده ای، یا بهر صورت به موجود زنده دیگری، کمک نکرده باشیم بی تردید برای ما یک روز از دست رفته خواهد بود. زندگی با خدمت کردن به دیگران تحقق می یابد. هیچ مسرتی بالاتر از مسرت افرادی نیست که قسمتی از زندگی خود را در راه عشق بخدا، بخدمت افراد رنجدیده و دردمند می

گذرانند. اینان با خدا مرتبط می گردند و هرآنچه را جز رضای اوست از ذهن خود دور میسازند. بسان نیلوفر آبی که خاموش می شکفت، عطرش را پخش میکند و زیباییش رُشد میکند و چهره اش همیشه رو به خورشید است. بهمین ترتیب جوینده خداوند درجنجال زندگی، در همه دگرگونی های زندگی هیچگاه برآشفته نمیشود. قلب او همیشه در آرامش است و با زیبایی و پاکی رُشد میکند. او در درون خود ندای روح را شنیده است، ندائی که با و میگوید:

" بر خیز، بیدار شو و تا هنگامی که به مقصود نرسیده ای توقف نکن،

مقصود تو خداوند است تنها هدف بزرگ زندگیت...

۴- همه چیز را بخدا بسپاریم. با پذیرفتن مشیت الهی، همه چیز در زمان درست و صحیح خود اتفاق می افتد. همانطور که: خورشید در زمان درست طلوع میکند، ستارگان در زمان درست پدیدار میشوند، فصلها در زمان درست تبدیل می شوند. پس نهایت سعی و کوشش خود را در هر کار انجام دهیم، و نتیجه آنرا به دستان مهربان و پر قدرت و امن " او " بسپاریم. او هیچگاه ما را نومید نخواهد کرد. همیشه زمزمه کنیم:

خدایا بتو توکل میکنم ، در هر کار مرا به بهترین راه هدایت کن، و بمن توفیق هدایت بده.

زندگی بارهای بی شماری بردوش ما قرار می دهد، برخی سنگین و برخی سبک اما هیچ گاه باری سنگین تر از آن چیزی که میتوانیم حمل کنیم، بر ما نمی نهد. همراه با بار، تحمل آن نیز می آید. همچنان که بار را بلند می کنیم، در می یابیم که بار نیز ما را بلند میکند. فقط باید به خدا توکل کنیم. فقط باید به آن کسی رو کنیم که در شرایط مختلف و در زمانهای مختلف همیشه به فریاد ما میرسد. چنانکه در " قرآن مجید " خطاب به پیامبر گرامیمان، فرموده:

آیا بارسنگینی که میخواست پشت تو را بشکند از دوش تو برداشتیم؟ و بلند آوازه ات نکردیم؟

پس با هر دشواری آسانی قرین است، البته با هر دشواری آسانی قرین است. پس هنگامی که از کارم

مهمی فارغ شدی بکار دیگر پرداز و بسوی پروردگارت دل سپار. سوره "۴۹" انشراح

در برنامه های الهی خطائی وجود ندارد و برای کسی که به آن ایمان داشته باشد همه چیز به خوبی پیش میرود و بخیر می انجامد. امید است که ما آرامشی داشته باشیم در دانستن اینکه بنده خدائیم و حامی پر قدرتی از اکنون تا ابدالابد، از ما و منافع حقیقی ما حفاظت میکند، بگذاریم بودن با خدا و اطمینان از حمایت بی دریغ او بدرون افکارمان جای گیرد و اجازه دهیم که روحمان آزادی و آرامشی داشته باشد که بتوانیم شادمانه زندگی کنیم و شکر گزار باشیم. این حالت برای هر کدام از ما میتواند وجود داشته باشد.

اصولاً رنج (بارهای زندگی) بر دو گونه است: رنجی که ما خود با زیر پا گذاشتن "قوانین زندگی" به وسیله تفکر ناپاک، احساسات نا درست، تخیل مهار نشده و عواطف نا متوازن، برای خود به وجود می آوریم، که چنین رنجها در خدمت هیچ هدف مفیدی نیستند. می توان با تسلط داشتن بر افکار، خواسته و تخیل و هدایت نیروهای خود، برای به انجام رساندن هدف حقیقی زندگی، از این گونه رنجها اجتناب کرد. بی شماری از ما، بسیاری رنجهای غیر ضروری را برای خود ایجاد می کنیم، برای مثال: باحالت عصبانیت بکاری اقدام میکنیم، قوانین روحانی یا

قوانین اجتماعی را که حافظ منافع حقیقی ما هست می شکنیم، برای شیر ریخته شده گریه میکنیم، برای امری اجتناب نا پذیر که اتفاق افتاده، (یا حتی گاهی هنوز روی نداده است) نگران میشویم و اجازه میدهیم که این نگرانی لحظه حال را خراب کند و با ترس به آینده ای ناشناخته نگاه میکنیم. غافل از آنکه ترس از آینده باعث می شود که انواع چیزهای وحشتناک را در نظر مجسم کنیم. ذهن قدرت خلاق غیر قابل باوری دارد، همانطور که ما با دعا و افکار مثبت روی داد های خوب را "به اذن" خدا بسوی خود می خوانیم، درحالت ترس هم روی داد های منفی و وحشت آور را بسوی خود میخوانیم، و متأسفانه اغلب زمین و زمان و خدا و قسمت را به زیر سؤال میبریم.

نوع دوم رنج، آن رنجی است که از سوی خداوند همچون هدیه ای بر ما نازل میشود، و ناشی از شکستن قوانین زندگی نیست، این رنجهای بر بهترین انسانها و شریفترین روح ها نیز، نازل می شوند، از قبیل آنچه بر ابراهیم (ع)، نوح(ع)، ایوب(ع)، عیسی(ع)، موسی(ع)، و خاتم پیامبران محمد(ص) و بر سایر الگوهای کامل انسانیت نازل شده. این نوع رنج به تنهایی نمی آید، بلکه نیروی عظیم آرامش و صبر را با خود به همراه میآورد، که تحمل آن رنج را شیرین میسازد. البته بدلیل تعلق داشتن ما به گروه "انسان"، وسوسه های نفسانی و افکار منفی، امکان دارد برای لحظاتی ذهن ما را مورد تأثیر قرار دهند، ولی با توجه به نور درون (ایمان محکمی که بعمل در آمده باشد)، بطور متفاوت، قادر خواهیم بود که افکار خود را از حالت منفی (ترسهای واهی و مخرب)، بحالت مثبت (آرامش و اطمینان بخدا "توکل، صبر و کوشش در راه درست" برگردانیم). بنابراین، این دو نوع رنج، کاملاً با هم متفاوت است. رنجی که انسانی برای خود خلق میکند، درحالیکه با این اثر آرامش بخش خداوند همراه نیست، سخت و تحمل ناپذیر می شود، روح آدمی را می شکند و او را به ورطه نومیدی می افکند، اما رنجی که از جانب خدا بر ما نازل میشود برای خیر و خوبی ماست. ما این را در نمی یابیم تا زمانی که تمام افکار مربوط به "نفس اماره یا خودکاذب خویش" را در کنترل داشته باشیم. آنوقت است که دست پر مهر خداوند را، در هر شرایط و واقعه زندگی مشاهده خواهیم کرد.

برای فرد مؤمن هر آنچه پیش میآید بنفع اوست. حتی شقاوت و بی رحمی ظاهری انسانها و خود خواهی و بی اعتنائی آنان به ارزشهای ما نیز، نتیجه نیکی بی کران و عشق بی انتهای خداوند بمانست. ما اکنون قادر به دیدن تصویر کامل و بزرگ اصلی، نیستیم و قضاوتهای ما بسیار سطحی و مقطعی است.

آن کس که با توکل بخداوند در پناه رحمت او آمده است، دائماً با آگاهی از حضور "او" زندگی میکند. چنین فردی هیچگاه تنها نیست. همیشه خداوند همراه و در کنار اوست، وی را متبرک، راهنمایی، حمایت و رهبری می کند. چنین فردی در هر زمان و یا هر مکان "او" را در کنار خود احساس کرده، و به ندای "دوست نا دیده" خود گوش فرا میدهد، همیشه احساس امنیت و اطمینان می کند، حتی اگر با خطر و مرگ رو به رو شود.

۷- خوبست بدانیم، منظور از هر تجربه پیشرفت ماست. هرگز نپرسیم: چرا خدا یا، این را بر من نازل کردی؟

اما میتوانیم بپرسیم: خداوند از من میخواهی با این موقعیت چه کنم؟ چه درسی را باید اکنون بیاموزم؟

پشت هر تجربه - خوشایند یا دردناک - خواست خداوند وجود دارد. پرده از تجربه ها برداریم و چهره حقیقت را مشاهده کنیم. بپذیریم، مسرور شویم و پیش رویم.

همانطور که خداوند در قرآن مجید یاد آور شده، بی شک ما مرتباً در زندگی مورد آزمایش قرار میگیریم، و چگونه طی کردن این آزمایش ها محک خوبی است برای پی بردن به درجه ایمان ما، و خوشبختانه خدا هیچکس را بیش از اندازه توانش تکلیف نمی کند.

برای نمونه به آیات زیر توجه کنیم:

مسلاً همه شما را به چیزی از ترس، گرسنگی، کاهش اموال، و نفوس و محصولات،

آزمایش میکنیم و شکیبایان را بشارت ده. آنان که چون مصیبتی به ایشان برسد

گویند: ما از آن خدائیم و بسوی او برمیگردیم. درود و رحمت خدا بر آن گروه که ایمان آوردند.

آیات: "۱۵۷-۱۵۵" از سوره "۲" بقره.

خدا هیچ کس را جز به اندازه توانش فرمان ندهد، هر آنکه نیکی انجام دهد برای خود انجام داده،

و نیز آنکه بدی انجام داده به زیان خود کرده است. آیه: "۲۸۶" از سوره "۲" بقره.

ما هیچکس را جز به اندازه توانش تکلیف نمی کنیم، نزد ما کتابی است که بحق سخن میگوید

و برآنان ستم نمیشود. آیه: "۶۲" از سوره: "۲۳" مؤمن.

جستجوی پناهگاه، اعتماد کردن بخداوند است، اعتمادی کامل و تمام، یعنی دانستن اینکه خداوند یگانه نوری است که همیشه می تابد. اگر طوفانها بوزد و تاریکی عمیقتر شود، روشنائی او تابان است. "او" خالق و روزی دهنده همه موجودات است، "او" از ضربان قلبمان به ما نزدیکتر است، "او" قادر متعالی است که در همه جا حضور دارد، "او" دوست و یاری رسانی کاردان است. هیچ مکانی برای کمک رسانی او دور نیست، "او" به همه عشق میورزد، او مشتاق شنیدن دعاها و تنها کسی است که قدرت جابگوئی به آنها را دارد "او" عالم کامل است و آنچه به سود ماست انجام میدهد، "او" خداوند توبه پذیرمهربان است و اما نسبت به دشمنان خودش (دشمنان انسانیهای پاک و نیک و دشمنان بشریت)، که در اثر سرکشی و نهایت ظلم، فاسد و گمراه شده اند و حاضر نیستند از راه منحرف خود براه مستقیم " اجرای اوامر خداوند" برگردند، انتقام او بسیار سخت است.

چنانکه هم او در قرآن مجید ش فرموده:

بندگانم را آگاه کن، که من آمرزنده مهربانم، و کیفر من عذابی دردناک است.

آیات: "۵۰-۴۹" از سوره: "۱۵" هجر.

با خواست او همه چیز ممکن میشود. اگر خواست او برآن است که برخی از تقاضاهای ما را اجابت نکند، به این دلیل نیست که از عهده آن بر نمی آید، بلکه این برای نفع و خوبی ماست. بدین ترتیب آن کس که به خداوند توکل کرده و به پناه او آمده است، همیشه آماده و مشتاق انجام دادن خواست خداست. چنین شخصی میدانند که با اطمینان

بخدا، او در امنیت کامل بسر می برد و حتی اگر از میان آتش و سیلاب بگذرد، خداوند همیشه همراه اوست و این همه آن چیزی است که وی بدان نیاز دارد. دعای این انسان وارسته چنین است :

" تو آرام در کنارم حضور داری، و این همه نیاز من است."

آنکس که بخدا پناه می برد، دعاهایش حقیقی و عمیق است. او نه تنها در اوقات نیاز و گرفتاری دست به دعا برمی دارد، بلکه در همه لحظات، قلب خویش را بخداوند تقدیم می کند، و در هر گام یاری و راهنمایی " او" را می جوید. وی یاد گرفته است که در همه لحظات بخداوند تکیه کند و هنگام رویارویی با خطر یا مشکل، شهادت خود را از دست ندهد. و او همان شخصی است که در تمام فراز و نشیبهای زندگی، در آرامش است.

۸ - سرعت خود را کاهش دهیم. بعضی از مردم میگویند: زندگی من پر از فشار و " اضطراب" است، باید چه کار کنم؟ در واقع زندگی امروزی، حیاتی بی توازن است. هر کس به دنبال چیزی می رود که وقتی به آن میرسد، آن را نمی خواهد. اغلب ما تمام مدت با سرعت می دویم. سرعت ما بایستی کاسته شود، زیرا عجله، عامل شماره یک " اضطراب" است. هرگاه که " اضطراب" وجود داشته باشد نمی توانیم به بهترین وجه تلاش کنیم، زیرا " اضطراب" قسمت عمده انرژی را می سوزاند و بهدر میدهد، درحالی که باید این انرژی را به شیوه بهتری بکار گیریم.

عجله، تنها به هنگام راه رفتن وجود ندارد. حتی وقتی که منتظر هستیم، در ذهن خود عجله داریم. ممکن است در محل کارمان منتظر بنشینیم یا منتظر دوستی و یا وسیله نقلیه ای باشیم، اما در ذهن خود عجله میکنیم و این عجله ذهنی است که موجب " اضطراب" میشود و آن را تا زمانی افزایش میدهد که بصورت گونه ای ناراحتی جسمانی بارز شود. و اما بد نیست که با خود بیاندیشیم که کدام روش زندگی را اتخاذ کنیم تا دیگر قربانی این مرض قرن نباشیم؟ برای یافتن این روش پیشنهادهایی وجود دارد. ابتدا گرایش مثبت نسبت به زندگی داشته باشیم، اما این کار را در عرض یک روز نمی توان انجام داد. این امر فرایندی نسبتاً طولانی است، اما باید از همین لحظه شروع کنیم، و اما مهمترین و کارسازترین روش برای مقابله با " اضطراب"، که معمولاً ریشه ترس از آینده و گرایش منفی نسبت به زندگی است، تقویت ایمان است، آنهم ایمانی پاک و حقیقی که به افکاری درست و کارهای نیک ختم میشود، و نه پیروی از یک بسته بندی " ارثی و سنتی و بی محتوا"، که در این باره هم توضیحات لازم داده شد، زیرا این تنها راه چاره و نجات انسانیت از همه درد ورنجهای حاضر است.

۹ - در هر موقعیت و هر شرایطی که بسر میبریم سعی کنیم بنوعی برای دیگران مفید باشیم. برای مثال، شخصی بود که آرزو داشت بتواند در راه خدا، برای بندگان او کاری انجام دهد، هرچه فکر میکرد، امکانات خود را در این باره بسیار محدود میدید و سرانجام راه حلی عملی به ذهنش رسید. او شنیده بود: که وقتی حالت تیره دلنگی و نومیدی در انسان نفوذ میکند، بهترین و ساده ترین راه زدودن آن، خندیدن است. (خنده واگیردار است. اگر کسی کنار ما بخندد، متوجه میشویم که بسختی می توانیم جلوی خنده خود را بگیریم.) بنابراین او با روشی ساده به افراد بیمار، فقیر، و یتیم، خدمت میکرد. همه چیزی که داشت آلبومی ارزان قیمت بود، مجموعه ای از تصاویر

" افراد خندان" که از روزنامه ها و مجلات بریده شده بود. او با این آلبوم نزد بیماران، فقیران و بچه های یتیم، (درمکانهایی که آنها را در آنجا نگهداری میکردند می رفت)، که گاهی بسیاری از آنان از شدت درد و رنج، روزها بود که معنای لبخند را فراموش کرده بودند، اما با دیدن آن تصاویر خندان، به خنده می افتادند، و برای لحظه ای (لا اقل) ناراحتی های جسمی و روحی خود را فراموش میکردند و حالشان بهتر میشد. و بی تردید این کار به بهبودشان سرعت می بخشید و غم آنها را سبک میکرد.

بیاد داشته باشیم، هر کدام از ما با امکانات هرچند اندک، اگر سعی کنیم باز میتوانیم درسبک کردن بارخود و دیگران مؤثر باشیم.

۱۰- لازم است گاهی در زندگی خود لحظاتی را برای تمدد اعصاب و نیرومند کردن خلاقیت، در تفریحات سالم، سکوت و یا بازی و تفریح بگذرانیم. در این لحظات بخصوص، همه چیزهای جدی را رها کنیم، هرچه کیفیت این لحظات بیشتر باشد، توان بیشتری را برای وظایف سازنده و خلاق زندگی خود حفظ می کنیم. اتفاق کوچک و زیبایی در زندگی یکی از مردان بزرگ و مشهور پیش آمد، که بد نیست در اینجا یاد آور شویم: روزی او با بچه هایش مشغول بازی بود، همراه آنها میدوید و میخندید و فریاد می کشید. شخصی از آنجا میگذاشت، وقتی که دید فردی چون او، وقتش را چنین میگذراند، متعجب شد. آن مرد بزرگ در پاسخ نگاه حیرت آمیز او، کمانی را برداشت و زه آن را گشود، سپس کمان صاف شده را روی زمین گذاشت و از آن شخص پرسید: ای مرد خردمند بگو مفهوم این کمان بی زه چیست؟ شخص مذکور کاملاً گیج شده بود، پاسخی مناسب نیافت و گفت: نمی توانم معمای شما را پاسخ بگویم، لطفاً بگوئید مفهوم آن چیست؟ مرد بزرگ گفت: اگر یک کمان را همیشه خمیده نگاه داری، پس از مدتی انعطاف خود را از دست می دهد، اما اگر بگذاری کمی آزاد باشد، برای استفاده مناسبتر خواهد بود.

آیا بسیاری از ما چنین خمیده نیستیم؟ لازم است که زه خود را شل کنیم و گه گاه، به استراحت بپردازیم تا هنگام لزوم " برای استفاده مناسبتر باشیم" برای آسودن و استراحت کردن باید " رها کردن را بیاموزیم."

یکی از بهترین روش های آسودن حقیقی، ساکن شدن در یاد خداست، تا زمانی که خداوند نیروی خود را در ما جاری سازد و تمام هستی ما را لبریز کند. بنابراین بسیار نیکوست که گه گاه، لحظاتی نیز سکوت کنیم. خاموش در حضور خداوند بنشینیم و به جلال او بنگریم، آنگاه خود را رها کنیم، در این سکوت نیروی خداوند در درونمان جریان می یابد و ما را برای زمان عمل " قابل استفاده" و نیرومند می سازد.

(تفکر - مراقبه یا مد تیشن).

نیروی حقیقی به کسی تعلق دارد که اتکا به خداوند را آموخته است. چنین کسی تصویر دقیق آرامش میشود و به دنیائی که در هیاهو، نفاق، نفرت و تقلا سرگردان است، نور آرامش می تاباند. از چنین فردی امواج شفا بخش آرامش، همچون رود خانه ای آرام در بیابان زندگی بسوی دیگران جاری میشود. او با خدا جفت و همسایه میشود، و وجود او را باتمام روح و گوشت و پوستش حس میکند و خداوند نیز در او ساکن است. زبان حال او چنین است:

معبود بمن نزدیک است

وبا وجود او، من از هیچ چیز هراسی ندارم، در آغوش او آرام میگیرم

به کجا می روم؟ او بهتر میداند

او مرا بکجا خواهد برد؟ او بهتر میداند

من فقط آنچه که در توان دارم در راه خشنودی او کوشش میکنم

میدانم که هر جا باشم، از او دور نخواهم بود

و این همه آن چیزی است که نیازمندم

زیرا با او در سرور و آرامش هستم

آرامشی برتر از همه آرامشها و سروری بی کران...

فردی که به این مرحله از روحانیت میرسد، در تمام فراز و نشیب های زندگی از امنیت و اطمینان برخوردار است. در دنیای اطراف ممکن است طوفانها بیداد کنند، تندر بغرد و آذرخش بدرخشد، اما وی هراسی ندارد. هیچ چیز برای مدت درازی، اندوهگینش نمی سازد. او اثر تمام وحشت های دنیائی را در خود براحتی فرو می نشاند. اغلب آرام و آسوده خاطر است، اما تنبل و بیکاره نیست. او اهل عمل است، عملی خلاق، و اهدا شده بخداوند. کار میکند و صمیمانه در خدمت تمام مخلوقات خداست، و همه اعمال خود را نیز بدرگاه احدیت تقدیم می دارد. بعنوان وسیله اراده و خواست الهی کار میکند، کار او در واقع ستایش خداوند است. درکار این بنده برگزیده خدا، عجله، تقلای بیش از حد، نا آرامی، جنجال و دویدن بی هدف وجود ندارد. درکار او، بی قراری نیست، بلکه سراسر آرامش است. آرامشی که بدیگران نیز منتقل میشود. درکار او عشق بخداوند و در نتیجه به همه مخلوقات خوب او موج میزند.

مثلی است معروف که میگوید: دویدن بیش از حد، از پی خوشی و قدرت، مانند لیسیدن عسلی است که روی لبه تیغ ریخته شده باشد، عسل البته شیرین است، اما زبان را به دو نیم خواهد کرد.

سالها پیش مورخی غربی بنام "فرانکلین بومر" کتابی بنام "جریانات اساسی تفکر غرب" نوشت در این کتاب عصر ما را "عصر اضطراب" می خواند. هر جا که میرویم می بینیم که مردم به فشار نگرانی و اضطراب مبتلا هستند. در حقیقت عصر ما، عصر اضطراب است، عصری که آسایش های مادی بیش از انتظار انسان پیش رفته، اما این آسایشها نتوانسته است خشنودی حقیقی به انسان بدهد. به اعتقاد بسیاری از اندیشمندان دنیای حاضر، تمدن امروز، بیمار است. هر جا که میرویم، حرص برای کسب قدرت، ثروت و شهرت وجود دارد. امروز ملتهای گوناگون در جنگ تاریکی سرگردان هستند. امروز بشریت بر لبه پرتگاه ایستاده است. امروز مادر نوع بشر اشک

می ریزد، درحالی که فرزندانش مشغول ساختن سلاح های هسته ای هستند. امروز بشریت، کودکی یتیم است که گرفتار شب است و برای روشنائی میگردید.. اما علت چیست؟

روانشناس مشهور سوئیسی " کارل گوستاو یونگ" بیماری عصر ما را "بیگانگی از خدا" تشخیص داده. به اعتقاد او، تمدن به دلیل بیگانگی با خدا، بیمار شده است. انسان خود را از خدا که منشأ و نگهدارنده حیات است، جدا کرده است. انسان امروزمی تواند زندگی جسمانی، روحی، ذهنی و اخلاقی سالمی داشته باشد. (منظور بطورکلی است)، هرچه بیشتر از خداوند دور شویم قلبهایمان سرگردان تر و بی قرار تر خواهد بود. و در این صورت زندگی بی حاصل و بی معنی خواهد شد.

و حالا بنظر میرسد که زندگی ، برای اغلب مردم بی حاصل و بی معنی شده. در سراسر دنیا، زنان و مردان بی شماری می گویند: زندگی ارزش زیستن را ندارد، زندگی فاقد معنا و مفهوم است. امروزه ما از ابزار و وسائل بیشتری برخوردار هستیم، اما هیچ معنا و مفهومی در میان نیست. دنیا در جنگ و فساد و خونریزی در حال غرق شدن است.

آیا زمان برگشت به خود و دست یابی به معیارهای پاک انسانی، از طریق پذیرش روشی که خداوند "خالق" ما، ب ما پیشنهاد میکند نرسیده؟...

اکنون پی میبریم که این گفتار خداوند در قرآن مجید در حال انجام یافتن است، که فرموده:

اگر به آنچه گفته شد عمل نکنید، فتنه و فساد عظیمی در زمین بر پا خواهد شد.

آیه: "۷۳" از سوره: "۸" انفال.

نکاتی چند در باره موفقیت و کسب انرژی: بسیار دیده شده کسانی هستند که با آغوش باز مواهب زندگی را بسوی خود خوانده و از آن به بهترین نحو برخوردار شده اند، و زندگی سلامت و سرشار و پرباری را میگذرانند، برخلاف گروهی دیگر که بعکس آنند و به غلط "مشیت پروردگار" را مغایر با اراده و کوشش خود میدانند و اینطور تصور میکنند که زندگی، با شادی و تندرستی و رفاه و آسایش و نعمت و برکت مخالف است، حال آنکه این طرز فکر لطمه جبران ناپذیری به آنها خواهد زد و بسیاری از نا ملایقات در پی این قبیل اعتقادات بوجود میآید، زیرا باورها و اعتقادات ما صافی هائی هستند که ادراکات ما را از جهان بیرون تصحیح میکنند و باورها فرماندهی مغز را بعهده دارند، وقتی ما بدرستی چیزی یقین داریم، گویی به مغز خود فرمانی صادر میکنیم که وقایع بیرونی را به نحوی معین تصور سازد، اگر به انجام کاری ایمان قوی داشته باشیم به ظن قوی موفق خواهیم شد، خوب است بپذیریم که در زندگی ما چیزی بنام شکست وجود ندارد، بلکه امکان این هست که گاهی به نتایج دلخواه نرسیم و یا رسیدن به خواست و آرزوی ما، نیاز به صبر، پشتکار و کوشش بیشتری باشد، این چیز است که مردم موفق ذکر میکنند، آنها اگر نتیجه بدست آمده مورد دلخواهشان نبود، احساس شکست خوردن نمیکنند و نا امید و افسرده نمیشوند، بلکه از آن درس میگیرند، و برای رسیدن به هدف انتخاب شده، بر کوشش خود می افزایند. موفق ترین افراد کسانی هستند که علاوه بر این تجربه های دیگران را نیز به تجارب خود اضافه می کنند و از این تجارب درسهای سازنده میگیرند، و آنگاه این آموخته ها را در راههای بهتر بکار می برند، کارهای تازه تر و نتایج بهتر.

"هدف زندگی" و زیستن زندگی، چشیدن نهایت تجربه

و مشتاقانه و بی هراس برای تجربیات غنی تر آغوش گشودن است.

برای روبرو شدن با ترس، طوری عمل کنیم که گویی احساس شهامت داریم، برای روبرو شدن با شك به خود داشتن، طوری عمل کنیم که گویی احساس میکنیم کاملاً لیاقت انجام چنین کاری را داریم، برای روبرو شدن با احساس عدم امنیت، طوری عمل کنیم که گویی متمرکز هستیم و کاملاً اعتماد به نفس داریم هر کار دیگری که میکنیم، آنطور که درست میدانیم، عمل کنیم، "فقط عمل کن" "فقط انجام بده" و بگذاریم احساسات ترس، شك بخود، و احساس عدم امنیت درگرد اثری که پشت سر ما باقی میماند رنگ ببازد.

ما اگر نگرانی و ترس از عدم موفقیت را از خود دور کنیم، میتوانیم به نحو بهتری از همه نیروها و توان خود برای رسیدن به موفقیت بیشتر كمك بگیریم، اگر همه قوا و انرژی خود را، چه فیزیکی، چه معنوی، یکپارچه و هماهنگ صرف رسیدن به کار یا مقصودی کنیم، تمرکز این قوا، نیرو و توان غیر قابل تصویری ایجاد میکند، و بعکس کسانی که میترسند و نا امید میشوند پیشا پیش اموری را که واقع نشده بخود تلقین مینمایند، اموری که شاید هرگز هیچگاه به حقیقت نیانجامد، و این تلقینات خواه نا خواه انرژیهای مثبت ایشان را بباد فنا خواهد داد و به این جهت قادر نخواهند شد قدم درستی که به موفقیت منتهی میشود بردارند، آنان که به بزرگی میرسند، کسانی هستند که شکست برای آنان قابل درك نیست و کسانی هستند که احساسات منفی را با وقایع نا مطلوب همراه نمی سازند، برای مثال در مورد "توماس ادیسون" مخترع برق، داستان مشهوری است، می گویند:

او پس از ۹۹۹۹ بار که سعی کرد لامپ برق را اختراع کند و نتوانست، کسی از او پرسید: خیال داری برای ده هزارمین بار شکست بخوری؟ وی جواب داد، من هرگز شکست نخورده‌ام، بلکه راه دیگری را کشف کرده‌ام که به اختراع لامپ برق منتهی نشده، وی کشف کرده بود که بعضی راه‌ها به نتایج دیگر منجر میشوند. و اگر در آن هنگام ناامید میشد و دست از تجربه میکشید معلوم نیست که آیا ما اکنون میتوانستیم تا این حد از مزایای برق برخوردار باشیم؟

"شکسپیر" میگوید "تردیدها به ما خیانت میکنند و ما را از کوشش برحذر میدارند و از پیروزیهایی که به احتمال زیاد نصیب ما خواهند شد محرومان مینمایند. هرآنچه بشر آموخته از راه تجربه و خطاست، انسانها تنها از طریق اشتباه به حقیقت میرسند. به احتمال زیاد بعضی از ارزشمندترین درس‌هایی که ما گرفته ایم از بین همین تجربیات بوده است، بهتر است اجازه ندهیم که خطا یا اشتباهی عاطفی گشته و اثری ناخوشایند بر ما بگذارد. از هم اکنون به این نکته توجه کنیم که: چیزی بنام شکست وجود ندارد، آنچه هست نوعی نتیجه است، ما همیشه به نتیجه می‌رسیم. اگر این نتیجه‌ها دلخواه نیستند، نحوه عمل را عوض میکنیم تا نتیجه دلخواه عایدمان شود. کلمه شکست را قلم می‌گیریم و زیر کلمه نتیجه را خط میکشیم و سعی میکنیم از هر تجربه چیز تازه‌ای بیاموزیم.

یکی دیگر از اموری که به رسیدن نتیجه دلخواه کمک میکند، احساس مسئولیت است، اینکه ما بدانیم که اغلب جهان خود را خواه از طریق موفقیت‌ها و خواه به علت عکس آن، خودمان می‌سازیم و جهان عرصه عمل و عکس العمل است. چیزی که خداوند مشیتش بر آن قرار گرفته همین است. چنانکه خداوند در قرآن مجید فرموده:

برای انسان جز آنچه کرده است پاداشی نیست و بزودی (حاصل) کوشش خود را خواهد دید.

آیات: ۴۰-۳۹ در "سوره: ۵۳" نجم.

و یا فرموده: هرکس درگرو اعمال خویش است. آیه: "۳۸" در سوره "۷۴" مدثر.

اگر این موضوع را حقیقتاً درک کنیم، و مسئولیت اعمال خود را بعهده بگیریم، طبعاً در هر مورد بهترین سعی و عمل خود را انجام داده و کمتر دستخوش حوادث ناخوش آیند خواهیم شد، مسئولیت همان چیزی است که از حق انتخاب سرچشمه می‌گیرد، و قبول مسئولیت یکی از بهترین معیارهای توانایی و بلوغ شخصی است، بعلاوه این باور موجب پشتیبانی و تقویت باورهای دیگر میشود و با اعتقادات دیگر سیستم بهم پیوسته و نیرومندی تشکیل میدهد، اگر به شکست اعتقاد نداشته باشیم و بدانیم که به نتایج مثبت می‌رسیم کافی است که قبول مسئولیت کنیم و بدانیم که چیزی را از دست نمیدهیم و خیلی چیزها را بدست می‌آوریم، اگر بر خود مسلط باشیم موفق میشویم که نتیجه درست را بدست آوریم. آنها که قبول مسئولیت میکنند نیرومندند و آنان که از زیر بار مسئولیت شانه خالی میکنند رو به ضعف میروند. یکی دیگر از مواردی که ما را در امر موفقیت یاری میدهد، اینست که برای بهره بردن از هر چیزی، شناخت کامل آن لازم نیست. مثلاً در مورد استفاده از نیروی برق، اگر از بسیاری از اشخاص سؤال شود مطمئناً اطلاعات آنها صفر خواهد بود، ولی همین اشخاص میتوانند با زدن کلید، از روشنایی چراغ برق استفاده کنند، و یا راجع به تکنیکهای مختلف و نحوه استفاده از آن، افراد موفق بخصوص در مورد تشخیص امور ضروری و غیر ضروری

مهارت دارند و انرژی و وقت خود را بی جهت هدر نمیدهند، ما شاید روزانه از خوراکیها و لوازم بسیاری استفاده میکنیم که راه تهیه آنها نمیدانیم و این مانع از استفاده مثبت ما از آن چیزها نمیشود. البته در هر زمینه ای دانش بهتر از بی دانشی است ولی همیشه ضروری نیست و گاهی ما آنچنان وقتی نداریم که بهر دو جنبه توجه کنیم. یکی دیگر از مسائلی که موفقیت انسان را تضمین میکند، توجه و علاقه نشان دادن به دیگران است، تقریباً هیچ موفقیتی اگر بخواهیم پایدار باشد بدون احساس صمیمیت و یگانگی با مردم بوجود نمیآید، اگر بجای بی توجهی به دیگران، به آنها احترام بگذاریم خیلی زود تر از هر نظر به نتایج دلخواه خواهیم رسید، علاوه بر اینها داشتن علاقه در مورد شغلی که داریم در موفقیت ما در آن رشته، بسیار حائز اهمیت است، به آن حد که، شغل را جزء تفریحات خود قرار دهیم. البته کسانی هم هستند که کارشان در نظرشان ملال آور است و متأسفانه در شرایطی هم نیستند که بتوانند بکار دیگر بپردازند، ولی همینها هم اگر شروع به خود سازی و تقویت بذر ایمان در قعر وجود خود نمایند، خواهند توانست که با سعی و کوشش و جرئت و شهامت و توکل بخداوند به هدف دلخواه برسند و یک رشته رویدادهای مثبت را به زندگی وارد کنند. اشخاص موفق کسانی هستند که کار آنها را به نبرد میخواند به شوق میآورد و زندگی آنها را پُر بار میسازد، آنها به کار بهمان چشمی نگاه میکنند که اغلب دیگران به بازی و تفریح مینگرند و کار را بصورت راهی برای گسترش شخصیت، یادگیری چیزهای تازه و کشف راه های نو می بینند، اگر راه خلاقانه ای برای کارهای خود بیابیم و شوق و شوری در ما پیدا شود، بی تردید کار خود را به نحو بهتری انجام میدهیم، اگر فکر کنیم که کار یعنی زحمت و مشقت محض و وسیله ای برای تأمین معاش خانواده، به احتمال زیاد چیزی بیش از اینهم گیرمان نخواهد آمد.

در ضمن نباید فراموش کرد که هیچ توفیق پایداری بدون پشتکار و مقاومت به دست نمی آید. اگر افرادی را که در هر زمینه ای موفق شده اند بنگریم می بینیم که آنها لزوماً بهتر، باهوش تر، سریعتر، و یا زیبا تر و ثروتمندتر و یا قوی تر از ما نبوده اند، بلکه پشتکار بیشتری داشته اند و بنظر "پژوهشگران" راه موفقیت این است که هدفی را بی وقفه دنبال کنیم و ایمان خود را تا رسیدن به آن هرگز از دست ندهیم."

آنها می گویند: برای موفقیت نهائی هدف خود را بشناسید و شیوه ای مؤثر را مدل سازی کنید و دست به عمل بزنید، کارها را کنترل کنید تا بدانید به چه نتایجی رسیده اید، و روش کارها را دائماً اصلاح نموده و با توکل به خدا منتظر موفقیت باشید.

حال ببینیم چگونه میتوانیم توکل و ایمان به خدا و در نتیجه اعتقاد به خودمان داشته باشیم تا از اعتماد به نفس کافی برخوردار شویم. (البته اعتماد به نفس برتر، و نه خود کاذب و نفس اماره که در نتیجه منجر به خود خواهی و غرور بیجا می شود.) برای این کار به توانائیهای نهفته در خود باید آگاه شده و اعتقاد پیدا کنیم، بدون اعتقاد و اطمینان حقیقی و خالصانه بقدرت درونی، و کمک و یاری خداوند قادر متعال، نمی توانیم از زندگی شاد و موفقیت آمیزی برخوردار باشیم، مهمترین و بالاترین رمز غلبه بر عده خود کم بینی، (که دلیل دیگری بوجود شک به "خود" داشتن عمیق و ریشه دار است)، شناختن قدرتهائی است که خداوند در وجود هر کدام از ما به ودیعه گذاشته، از آن

جمله میتوانیم بموقع لزوم شجاع و جسور باشیم و ببینیم چگونه نیروهای ذاتی و الهی به کمک ما می شتابند، و دیگر اینکه بقدرت واقعی و حقیقی مثبت اندیشی هرگز شک نکنیم و از خلاقیت‌های ذهنی خود نهایت استفاده را بنمائیم، مسائل و موانع را کوچک و بی اهمیت بشماریم، مشکلات را با دقت بررسی و بطور مؤثر مورد تجزیه و تحلیل قرار دهیم و آنها را بطوری که هستند ببینیم نه اینکه اجازه دهیم افکار ترس آور آنها را بزرگتر از آنچه هست جلوه دهد، تحت تأثیر اعمال و موفقیت‌های دیگران قرار ننگرفته سعی نکنیم خود را با دیگران مقایسه کنیم، اگر یاد و ذکر خدا را در برنامه‌های روزانه خود قرار دهیم به نسبت زیادی احساس آرامش خواهیم داشت.

و بسیار نیکوست که برای حل مشکلات زندگی بجای اینکه یکباره همه با هم با آنها مواجه شویم، آنها را خرد کرده و یکی یکی هرکدام را از سر راه خود برداریم، چنین تصورکنیم که زندگیمان مانند يك ساعت شنی است، حتماً میدانید که هزاران دانه شن در قسمت بالای آن ریخته شده است که تمام آنها آهسته و بطور یکنواخت از يك مجرای بسیار باریک که در وسط قرار دارد به پائین میریزد، هیچکس نمیتواند مانع از عبور دانه‌های شن از مجرا شود مگر آنکه ساعت شنی را خراب کند. شما ومن وتمام انسانها، مانند این ساعت شنی هستیم، صبحها وقتی از خواب برمیخیزیم فکر میکنیم که همین امروز باید کارهای زیادی انجام دهیم و میخواهیم که به همه کارها برسیم، در این صورت اگر کارهایمان را یکی یکی، یکی پس از دیگری وبدون عجله و منظم، مانند حرکت دانه‌های شن و عبورشان از مجرا، انجام ندهیم، نهایتاً زمانی خواهد رسید که جسم و روانمان فرو خواهد پاشید. توجه داشته باشیم که يك دانه، پس از دانه دیگر، يك کار پس از کار دیگر، قدم به قدم و پله پله.

تواناییهای بالقوه خود را ارزیابی کنیم و سپس آنها را ده برابر افزایش دهیم، بخود مغرور نشویم، اما حس احترام بخود را تقویت کنیم، به قدرت درونی و خدا داده خود اطمینان داشته باشیم، خود را به ذات احدیت بسپاریم، وبعد باور کنیم که همه نیروهای لازم را از او دریافت کرده ایم و حقیقتاً اکنون این نیروها و همه نیروهای لازمی که از او دریافت کرده ایم، در بدن ما جریان دارد، که قلب ما خانه خداست و سرشار از نیرویست که میتواند نیازهای زندگی ما را تأمین کند. با زبان ساده هر مشکلی که داریم، با کمال خلوص وتوکل، بدرگاه احدیت دعا نمائیم، که: پروردگارا عنایت خودت را شامل حال من بگردان و ذهن مرا قرین آرامش کن، بیاد داشته باشیم که کلمات اثر تلقین پذیری عمیقی دارند و با بیان آنها ما میتوانیم خود را بیاری حق شفا دهیم وهم رویدادهای مثبتی را که خواهان آنیم، به زندگی خود وارد کنیم. اجرای نمازهای روزمره و تکرار کلمات انرژی دهنده آن میتواند آرامش زیادی به قلب ما بخشیده و ما را از پشتیبانی قدرتی بی نظیر بهره‌مند کند، وهمینطور است ذکر اسماء و صفات زیبایی پروردگار، مطالعه اشعار خوب ومثبت، وخواندن کتابهای مقدس آسمانی، بسیار کمک کننده ومفید است وانسان را از بی هدفی وپوچی نجات می بخشد و به زندگی ما تحرك وهیجان وعشق و امید می بخشد. آنقدر باید این کارها را بکنیم تا در ذهن جا بیفتد، و اجازه ندهیم که به هیچ دلیلی دچار دلهره و تشویش شویم.

چنانکه ذکر شد، خداوند درقرآن مجید فرموده:

آنانکه به خدا ایمان آورده اند، دل‌هایشان بنام خدا آرام میگردد، آگاه شوید که تنها یاد خدا آرامش بخش دلهاست.

آیه: "۲۸" از سوره "۱۳" رعد

و سپس در آیه بعد میفرماید: برای مؤمنان صالح زندگی پاکیزه و عاقبت نیکو رقم خورده است.

برای اینکه ذهن آرامی داشته باشیم باید آنرا از آرامش لبریزکنیم، این کار بهمین سادگی است که عرض میکنم! لحن صحبت کردن هم بسیار مؤثر است، با صدای پائین و به آرامی صحبت کنیم تا قرین آرامش شویم و بهترین نتیجه را از صحبت خود با دیگران بگیریم، وقتی می بینیم گفتگوی عده ای جنبه پرخاشجویانه پیدا میکند، کلمات آرامش بخش وارد گفتگو کنیم، و چقدر عالی و بجاست که در صورت امکان نکات منفی را از گفتار روزمره خود حذف کنیم، منفی گویی اضطراب درونی پیش میآورد، سعی کنیم حرفهایمان مثبت، شادی بخش و نشاط آفرین باشد. یکی دیگر از راه هائی که به ذهن آرامش میبخشد سکوت است. هر کس در شبانه روز علاوه بر خواب شبانه روزی حد اقل احتیاج به پانزده دقیقه سکوت کامل دارد، در این مدت بدن هم باید در حال آرامش و راحتی باشد و در جای خلوتی بنشینیم یا دراز بکشیم، نه چیزی بنویسیم و نه بخوانیم سعی کنیم به ذهن استراحت مطلق بدهیم، زیرا امروزه ثابت شده که وجود صدا در محل کار، زندگی و خواب، به مقدار فراوان از کارائی ذهن ما میکاهد، هرچقدر هم که صدا آشنا و تکراری باشد باز روی ضمیرنیمه آگاه ما اثر میگذارد، بوق ماشین ها و صدای غُرش هواپیماها و سایر وسائط نقلیه موجب میشوند، بدن بهنگام خواب واکنش نشان دهد. ارتعاشات این صداها که به سیستم عصبی می رسد، از آن رد میشود و باعث انقباضات عضلانی و اختلال در خواب می گردد، اگر واکنش بدن شدید باشد گاهی به انسان شوک دست میدهد. برعکس صدا، سکوت تسکین دهنده و آرامش بخش و سلامت افزا است. اگر انسان نتواند میان زمان استراحت و فعالیتش توازن برقرار سازد بدون شك تولید بیماری میکند، سکوت راه رسیدن به شفای روح است. آرامشی که براساس تمرین سکوت بردهن حاکم میشود ارزش فوق العاده دارد. در ضمن ذهن خیلی زود به آموزش و نظم و ترتیب پاسخ مثبت میدهد، و آنچه به ذهن سپرده شود همان را به ما برمیگرداند، پس افکار خود را از تجارب امید بخش و حرفهای صلح آمیز و عقاید درست سیراب سازیم تا در این صورت گنجینه ای از تجارب آرامش بخش داشته باشیم تا هر وقت اراده نمایم بتوانیم به آن برگردیم و روح و جسم خود را مُصفا کنیم...

هر آرزو یا هدفی داریم، ابتداء برای آن به دعا متوسل شویم و سپس آن را بخدا واگذار کنیم و نهایت سعی و کوشش خود را نیز البته در آن راه بکنیم، آنوقت از خدا بخواهیم هر طور صلاح ماست عمل نماید و عنایت خود را شامل حال ما سازد، و تسلیم باشیم و ذهن خود را از افکار مثبت و امید وار کننده لبریز کنیم و اطمینان داشته باشیم که چیزی غیر از خیر و صلاح ما پیش نخواهد آمد. دعا کردن، فرستادن ارتعاشاتی از شخصی به شخصی دیگر و به خداوند است. کل عالم وجود در ارتعاش است. وقتی کسی را دعا میکنیم. از قدرت بی نظیری که در جهان معنوی نهفته است کمک میگیریم، ما با دعا کردن پیام مهر و دوستی و تفاهم و مدد کاری و حمایت و همدردی را از خود به دیگری منتقل میکنیم و در این روند ارتعاشاتی در جهان ملکوت بوجود میآوریم، که از طریق آنها خداوند کسی را که برایش دعا شده مورد رحمت و عنایت خاص خود قرار میدهد. دعا جسم و روح را

توازن می بخشد و شادی در هر دوی آنها بوجود می‌آورد. قدرت دعا نشانه آزاد شدن انرژی است همانطور که بکمک تکنیکهای علمی انرژی اتمی را آزاد میکنند با استفاده از قدرت دعا از طریق شگرد های معنوی می توان انرژی را آزاد ساخت، آثار این قدرت انرژی را بر بسیاری آشکار است. بتازگی ثابت شده است که با دعا میتوان ناتوانی و کاهش قوا را محدود کرد، هیچ دلیلی وجود ندارد که ما به دلیل افزایش سن انرژی کافی برای ادامه حیات نداشته باشیم، با دعا میتوانیم کسب انرژی کنیم و روز دیگر، و یا حتی چند لحظه بعد با روئی گشاده و قوای از نو کسب کرده به زندگی ادامه دهیم. از طریق دعا میتوانیم واکنشهای خود را صحیح و اصولی سازیم. دعا اگر عمیق و قلبی باشد، وارد ذهن نیمه هشیار شده و میتواند شخصیت دوباره ای از ما ساخته، و قوای درونی را حیات بخشد. رمز دعا این است که روندی را بکار ببریم که به بهترین وجه قلب ما را بگشاید و پرتو حق را به آن بتاباند، هر روشی که بارقه های الهی را در ضمیر ما شعله ور سازد قانونی و قابل اجرا است، ما میتوانیم در هر زمان و هر جا، مسائل خود را با خدا در میان بگذاریم و احساس کنیم آن موقع همیشه و در همه حال و همه جا، او چون دوستی دلسوز و قدرتمند، همنشین و در کنار ماست، و بموقع درست در هر مورد که لازم باشد، یار و مدد کار ما خواهد بود.

و اما در مورد عدم اجابت دعا، امام علی (ع) فرموده اند: پس باید دیر اجابت و پذیرفتن خدا، ترا نومید نگرداند، زیرا بخشش به اندازه نیت و تصمیم است و بسا اجابت تو به تأخیر آفتد، تا پاداش برای درخواست کننده بزرگتر و بخشش برای امید وار بیشتر باشد و بسا چیزی درخواست میکنی و بتو داده نمیشود و بهتر از آن در دنیا و آخرت بتو داده میشود، یا اجابت نمیشود برای چیزی که برای تو بهتر است، و بسا چیزی را می طلبی که اگر بتو داده شود تباهی دین تو در آن است، پس باید بخواهی چیزی که نیکوئی آن برایت برقرار و آزار آن از تو برکنار باشد. و رسول اکرم محمد مصطفی (ص) فرموده اند: بهترین عبادت انتظار گشایش است.

بهر حال افراد آگاه و هوشیار بخوبی میدانند که با توکل بخدا و دعا احساس بهتری دارند، بهتر کار میکنند، بهتر می خوابند و احساس آرامش بیشتری دارند و بطور کلی موفق ترند.

و اما بیاد داشته باشیم که برای کسانی که به نحوی ما را رنجانده اند و یا حتی آزار داده اند هم دعا کنیم، زیرا رنجش راه جریان قدرتهای معنوی را سد میکند و دیگر اینکه هر چه بیشتر اطرافیان و کسانی را که حتی نمی شناسیم دعا کنیم، نتایج آن دعا بیشتر بخودمان بر میگردد. افکار و نحوه چگونگی اندیشیدن ما تأثیری چون و چرا روی قوای جسمی ما میگذارد، وقتی ذهن را از ایمان لبریز میکنیم در واقع آنرا برای کسب انرژی توانا میسازیم و با اتکاء به آن به فعالیتهای خارق العاده میپردازیم، زیرا از يك پشتیبانی معنوی و الهی بهره مند میشویم، چون پروردگار منبع همه نیروهاست، انرژی معنوی و تمام انرژیهای عالم وجود، انرژی اتمی و الکتریسته، در واقع همه انرژیها از خالق است، تماس با آن ذات یگانه قدرت و توانائی بی نظیری در ما ایجاد میکند که با اتکاء به آن، جریان زندگی در ما نیرو میگیرد، همانطور که جهان هستی حیات دو باره از او میگیرد و طبیعت هر ساله نو و تازه میشود. وقتی از راه درون با او ارتباط و رابطه برقرار کردیم، انرژی کیهانی در وجود ما تبلور

پیدا میکند و قدرت خلاقیت در ما زنده و تجدید میشود، و زمانی که ارتباط انرژی کیهانی قطع میشود، قوای جسمی، فکری و روحی رو به ضعف و سُستی میگذارد، برای مثال: وقتی کلید ساعت برقی را به برق وصل کنیم، ساعت پس رُفتی نخواهد داشت و دقیقاً وقت را نشان میدهد، همین فرایند برای انسان و تواناییهای او نیز صادق است، و البته در ابعاد مکانیکی کمتر. هر يك از ما انسانها قادر است در ضمیر آگاه خود از مخزن انرژی بی پایانی بهره برداری نماید. بگونه ای که دیگر هرگز از کمبود انرژی و سُستی رنج نبرد. کاملاً ایمان دارم به اینکه دستورات الهی و موازین اخلاقی چنانچه بطور حقیقی مورد استفاده قرار گیرد میتواند منجر به گسترش جریان مداوم و همیشگی از انرژی در جسم و روح ما گردد. مذهب سالم و درست بما میآموزد چگونه از هدر رفتن انرژی جلوگیری کنیم، برای مثال زیاده روی در هر کار، مورد هدر رفتن مقدار زیادی انرژی میشود، و احکام الهی مرتباً انسان را تشویق به حفظ تعادل و توازن در همه امور میکند، حتی در کسب لذات. در حقیقت نداشتن تعادل و توازن در زندگی است که موجب از دست دادن بخش مهمی از انرژی میشود، مردم هر روز بیش از روز پیش می فهمند و پی به این حقیقت میبرند که يك زندگی سالم و برخوردار از مواهب معنوی سهم بسزائی در تأمین و جاری شدن انرژی در بدن دارد، ساختار بدن بگونه ایست که میتواند انرژی مورد نیاز را در دراز مدت تأمین نماید، اگر شخص بگونه ای معقول و منطقی از خود مراقبت کند، بدین معنی که از رژیم غذایی و روحی سالمی پیروی نماید، ورزش و خواب او بموقع باشد و اعتیادی نداشته باشد، بدن او انرژی حیرت آوری تولید میکند و در وضعیت سالم و خوبی باقی میماند، و حتی مقداری انرژی در بدنش ذخیره میشود، اما اگر چنانچه اجازه دهد خصوصیات ارثی بر او حاکم شود و تحت تأثیر احساسات و عادات نفسانی قرار گیرد، انرژی فراوانی را از دست میدهد، اگر میان ذهن و بدن توازن برقرار باشد، چشمه لایزال انرژی در درون شخص همیشه جوشش دارد. حد اقل امروز معلوم شده که ارتباط تنگاتنگی میان مذهب سالم و درست و تندرستی وجود دارد. ما کم کم به این واقعیت پی میبریم که وضعیت فیزیکی به میزان متنابهی به شرایط روحی ما بستگی دارد، زندگی عاطفی ما عمیقاً تحت تأثیر افکار ما بوده و توسط آن شکل میگیرد، اجرا کردن موازین اخلاقی سبب هماهنگی و توازن در زندگی شخص میشود، گاهی انرژیهای ما به دلیل سرعت زیاد که در کارها داریم و شتاب غیر معمولی که از خود نشان میدهیم به هدر میرود.

افراد فاقد انرژی کافی کسانی هستند که به علت تضادهای عاطفی و روحی شدید و بنیادی دچار عدم تعادل و توازن شده اند و گاهی نتیجه این عدم تعادل روحی، شدید و بیماری زاست، اما همیشه راهی برای درمان وجود دارد. آنچه حقیقت است، این نکته است که جمع شدن و توده شدن عقده های روانی میتواند جریان انرژی را متوقف سازد و واقعیت و حقیقت دیگر اینکه اغلب با تکیه به ایمان و عنایات الهی، میتوانیم این عقده هارا از هم پاشانده و راه عبور مجدد انرژی را باز کنیم.

قوانین روحانی

بیاد داشته باشیم که دنیا برای نظم یافتن بوجود نیامده، دنیا الگوی نظم است، این ما هستیم که باید خود را با این نظم هماهنگ سازیم.

قوانین بشری پایه توافقیهای اجتماعی و نظم جامعه را میسازند. اما این قوانین تنها سایه کمرنگی هستند از نظم برتر قوانینی که در تار و پود وجود بافته شده اند. این قوانین بر حرکت زمین، تکرار فصلها، نیروهای طبیعت و ساختمان خود نره حکومت میکنند. طبیعت سازنده این قوانین نیست، بلکه فقط آشکار کننده و نشاندهنده آنهاست. قوانین بزرگ قبل از بشریت هم وجود داشته اند، حتی قبل از طبیعت. گرد باد، امواج خروشان، طوفان و آتش خشمناک و نیروهائی که موانع بسیاری پیش پای بشریت قرار داده، یا او را یاری کرده اند، همه اینها مجبورند تحت حکومت این قوانین بزرگ کار کنند، خواه آنها را قوانین طبیعی بنامیم یا روحانی و یا بسادگی قوانین برتر، بهیچ صورتی نمیتوانیم آنها را تغییر دهیم این قوانین کسانی را که در جستجوی نظم در بی نظمها هستند فروتن ساخته و الهام می بخشد، چون اشاره آنها بقدرت بزرگتر و مرموزی است که منبع تمام وجود است. حتی کهکشانشا هم به آهنگ آنها میرقصند. دنیای طبیعت این قوانین را بر ما آشکار میسازد، نظم فصلها، ابرهائی که بر بادهای سوارند، جریان رودخانه ها و قدرت بادهای و دریاها، همه با آشکار ساختن راه طبیعی زندگی، بما چگونه زیستن را میآموزند.

در این نوشتار این قوانین فرا برانگیزنده را قوانین روحانی می نامیم، توجه به این قوانین زندگیها را متحول میسازد. این قوانین، در صورتیکه شناخته شده و در حیطه دنیای انسانی بعمل در آیند بصورت اصول رهبری کننده ای عمل میکنند که میتوانیم از طریق آنها در زیر و بمهای زندگی همانگونه رهبری شویم که ستارگان و قطب نما دریا نوردان باستانی را در مسیر اقیانوسها راهنمایی میکردند.

این قوانین با تداومی بمانند حرکات کرات آسمانی، نه تنها در فنون طبیعت، بلکه در مورد روح بشر کاربرد دارند. مثلاً با مشاهده درختی که در طوفان، خود را خم میکند و توجه به اینکه شاخه های سفت و سخت هستند که میشکنند، ما از درخت و باد، رمز تسلیم شدن و قدرت انعطاف پذیری یا عدم مقاومت را میآموزیم. همه معلمین روشن دل بشریت، قوانین و اصول روحانی را از طریق کار برد قصص و امثال در باره طبیعت جهان، که در مورد دنیای اجتماعی و شخصی انسانها هم کاربرد دارند، آموزش داده اند. مثلاً قانون برداشت محصول نشان میدهد که هر بذری که کاشته شود، بوجود آورنده نوع خودش میباشد، اینکه " هر چه بکاریم همان بدویم " و اینکه اگر رشد دانه ای متوقف شود، می میرد. هر گونه روال رشد راه دانه ها را می پیماید. مثلاً برای رشد کردن، دانه به خاک خوب نیاز دارد، رسیدن به کمال زمان می طلبد و هر دانه همان نوع کیفیت خود را، به میوه هایش میدهد. وقتی محصول را جمع کردیم، لازم است حد اقل ده درصد آنرا برای کاشت بعدی کنار بگذاریم. حتماً باید يك دوره را تمام کنیم تا بتوانیم دوره بعدی را آغاز نمائیم تمام دانه ها رشد میکنند، تغییر میابند و در نهایت میمیرند، تا با شخم

زدن آنها را از ریشه در آورند و زمین را برای کاشتن دوره دیگر آماده سازند. البته قوانین برداشت محصول با زندگیهای ما ارتباطی بیش از کشاورزی دارند. این قوانین برزندگی و قوانینی که بر آنها حکومت میکنند نور می تابانند. آنها همانگونه که بردانه ها و دوره رشد آنها حاکمند، بر افراد بشر و دیگر پدیده های خلقت هم حکومت می کنند. در نهایت، تمام قوانین روحانی وقتی خود را آشکار میسازند که مورد نیاز باشند، و این آشکار شدن لزوماً از طریق کلمات نیست، بلکه میتواند از طریق الهامات خرد مندانه قلبهای ما باشد، بدنهای ما هم وقتی از برنامه ریزیها و دخالتهای بیرونی رها شوند، طبیعتاً خود را با این قانونها که از طریق غرایز و احساسات مرموز الهامی بما میرسند، هماهنگ می سازند. تنها کاری که باید بکنیم این است که باتوجه و اطاعت از امر و نهی های خداوند که در کتابهای آسمانی مندرج است به داننده درونیمان اعتماد داشته باشیم.

وقتی زندگیمان را، عاداتهای خورد و خوراک، ورزش، کار و اعمال جنبی مان را با قوانین روحانی هماهنگ سازیم، چالشها سر جای خود هستند، اما ما میتوانیم بدون دست و پا زدن و تقلا کردن، بلکه با بازوانی گشاده همچون قهرمانان صالح، هر لحظه را در آغوش بگیریم و آماده کار باشیم.

در وای مفاهیم اخلاق

این قوانین نه تنها در مورد مشکلاتی که هم اکنون از ما توجه می طلبند، کاربرد دارند، بلکه در مورد يك، يك و تمام مشکلاتی هم که ممکن است بروز کند، بکار میآید. قوانین روحانی نه تنها علائم بریدگی و جدا افتادگی را شفا می بخشد، بلکه تمایلات، انگیزه ها و ترسهای را هم که منبع مشکلات ما را تشکیل میدهند، شفا بخشیده و متعادل می کنند. خواه این مشکلات بصورت " مسائل ارتباطی " ظهور کنند یا " مسائل سلامتی " یا هر نوع مسئله دیگر، بتدریج که ما خود را در خط قوانینی که بیش از همه در مسیر زند گیمان با آن در ارتباط میباشیم قرار دهیم، در طول زمان میتوانیم از مسائل و مشکلات هسته ای خود با ظرافت، وقار و آسانی بیشتری بگذریم. این قوانین میتوانند به تغییر شکل هرگونه مسئله ای که در زندگی داریم کمک کنند، چون آنها در زیر سطح ظاهری تا ریشه را کنده و باعث ریشه کن کردن مشکلات می شوند، نه جنگ با عوارض آنها.

چگونه این قوانین را در زندگی روزمره بکار ببریم

حتی برترین قوانین، اصول و خرد، فقط وقتی میتوانند بما کمک کنند که ما آنها را بکار ببریم. یعنی از آنها بعنوان راهنمایی برای تغییر دیدگاهها و اعمالمان استفاده کنیم.. ما میتوانیم هرگونه راهنمایی مفیدی را با بخاطر سپردن و انجام دادن آن، (یعنی با تبد یل اطلاعات بعمل، در مواقع درست و ضروری) بکار ببریم. بتدریج که در هر لحظه ای که بیشتر نیاز داریم بتوانیم از راهنماییهای مفیدی که آموخته ایم استفاده کنیم، کیفیت این لحظه ها روز بروز بهتر و بهتر میشوند. بهمین ترتیب میتوانیم قوانین روحانی را هم در لحظاتی که بیشتر بآنها نیاز مندیم، بکار ببریم.

کلید قدرت هر قانونی تنها دانستن آن نیست، بلکه کاربرد آن است. وقتی میتوانیم بگوئیم واقعاً از قانونی استفاده کرده ایم که در اثر آن، اعمال- احساسات و دیدگاه های ما تغییر یابند.

و اکنون توجّه شما را به پاره ای از این قوانین جلب میکنم:

قانون انعطاف پذیری

انعطاف پذیری سودمند تر از انفعال یا مقاومت است، وقتی با هر چیزی که پیش می آید فعالانه روبرو شده و آنچه را که در رابطه با آن موضوع آموخته ایم بکاربریم، وقتی حتی دردناکترین وضعیت ها را هم با آغوش باز بپذیریم، با کفایت بیشتری با مشکلاتمان برخورد میکنیم، چون دیگر آنها را بصورت نوعی تمرین روحانی " امتحان " می بینیم.

لازمه انعطاف پذیری، بهیچوجه به معنی تحمل کارها و چیزهائی که دوست نمیداریم نیست و بهیچ عنوان لازمه اش چشم بستن بروی عدالت و قربانی کردن آن نیست. لازمه انعطاف پذیری، حالت آگاه، وسیع و همیشه هشیارانه است، معنیش " فقط شنا کردن با جریان نیست " بلکه با آغوش باز پذیرفتن و استفاده سازنده از جریان است. وقتی در کار بُرد این قانون به استادی رسیدیم، قادریم سنگهای راه را قدمگاه کنیم و از مشکلات، موقعیت بسازیم. مثلاً وقتی بادهای تند می وزند، فقط کافی نیست که وجودشان را بپذیریم یا آنها را تحمل کنیم، بلکه باید برایشان آسیاب بادی درست کنیم.

ممکن است در ابتدا قانون انعطاف پذیری به نظر غیر واقعگرایانه یا خیال پردازانه بیاید و سئوالاتی را برانگیزد، از قبیل: اگر توی خیابان به ما حمله شد، یا یکی از عزیزانمان را از دست دادیم چه؟ اینها را چگونه با آغوش باز بپذیریم؟" چنین سئوالاتی عادلانه و مهم هستند، اما پاسخ بدین گونه میآید: دردها و لذات بزرگ و همچنین بی عدالتی در این دنیا وجود دارد. وقتی برای عده ای انسان اتفاق درد ناکی می افتد، بعضی از این آدمها با جا خوردن، انکار کردن و ترس، ذهناً درمقابل درک مسئله مقاومت میکنند، اینگونه آدمها خیلی بیشتر رنج میبرند. مانند درختی که با شاخه های خشک جلوی طوفان بایستد، مسلماً شاخه هایش میشکند. آدمهای دیگری هم هستند که قدرت خم شدن را آموخته اند، آنها آموخته اند که درعین حال که وضعیت را میپذیرند و کاملاً آنرا تجربه میکنند، ارتباط خود را هم با تصویر بزرگتر زندگی حفظ میکنند. با آن حس بینشی که نشان دهنده چگونگی رویدادهاست، آنها احساسات خود را میپذیرند و کاملاً آنها را بیان میکنند، اما همچون شاخه تری که خم میشود، نمی شکنند، بلکه دو باره بجای خود باز میگردند. بدون خشکی و مقاومت ذهنی میتوان به کاملترین صورت خلاق و مؤثر بود. در انعطاف پذیری قدرت زیادی هست. با انعطاف پذیری می آموزیم چگونه با آفتاب و باران، گرما و سرما به صورت درست عمل کنیم. وقتی بجای مقاومت پاسخگوی زندگی باشیم، زندگی را با درد و نقلای کمتری پیش میبریم. فقط کافی است بیاموزیم. وقتی ما زندگی را فقط از نقطه نظر شخصی ذهن قرار دادیمان نگاه میکنیم، مسلماً شاکر بعضی از رویدادها، مثل ضرر مالی یا مریضی نخواهیم بود. درعین حال این قانون بما یاد آوری میکند که دید خود را وسعت بخشیم و از نظر شخصی، آن لحظه بگذریم و تصویر بزرگتر را بطوری ببینیم که بتوانیم هر رویدادی را، خواه ظاهراً و درلحظه وقوع به نظر ما مثبت بیاید یا منفی، بصورت تقویت کننده روح خود ببینیم. وقتی فشار بوجود میآید که ذهن در مقابل رویدادهای زندگی مقاومت کند، درمقابل احساسات یا آدمها یا وضعیتهای. وقتی هر

چیز اجتناب نا پذیری را که پیش می آید بصورت درسی آموختنی بنگریم، در دراز مدّت، قوی تر، داناتر و کاملتر میشویم. از انتظارات و قضاوتها یمان درباره آنچه هست میگذریم و زندگی را در آغوش میگیریم، با بهترین سعی خود، در هر چه پیش آید توکل بخدا میکنیم و تسلیم هستیم. مثلی است معروف که میگویند:

آنچه برای فرد مؤمن به اصول الهی پیش می آید خیر و صلاح اوست.

انعطاف پذیری نفی رسیدن به حالت خوب، من اینجا هستم و این هستم و بهترین کاری را که در این وضعیت میتوانم بکنم انجام خواهم داد، نیست. درست همانگونه که موقعیتهای مختلف با خود مشکلاتی را به همراه می آورند، مشکلات هم با خود موقعیتهای مناسبی را به همراه دارند. دعای روشن بخشی که میگوید:

خداوندا به من صفای قبول آنچه را که نمی توانم تغییر دهم عنایت فرما، و جرنّتی که آنچه میتوانم تغییر دهم

و عقل و درایتی که این دو را از هم تمیز دهم.

این دعا کاملاً بازگوکننده قانون انعطاف پذیری است. گاهی اوقات معنی انعطاف پذیری آگاه ماندن از دو روی مسائل و رویدادها و تمرکز بر روی مثبت تر هر مسئله است. مثلاً هر قدر هم که بهم خوردن ارتباطی درد ناک باشد، باز هم جا برای ارتباط تازه تری را باز میکند.

انعطاف پذیری یعنی درحالت تطبیق پذیری ماندن، ما همچون آب، به شکل "ظرفمان" یعنی لحظه حال درمی آئیم. بعد درسطحی که بتوانیم به سوی زندگی آغوش می گشائیم.

وقتی آنرا بپذیریم و در زندگی روزمره بکار گیریم بجای اینکه از زیر وبم های زندگی بگریزیم، نسبت به تجربیات آن پذیرنده ترهستیم و بنابراین زندگی غنی تری داریم. وقتی از مقاومتها آزاد شویم هنر خوشبختی بی دلیل را می آموزیم.

قانون انتخابها

اساسی ترین انتخابی که در زندگی داریم این است: وسعت یابیم، یا در هم فرو رویم؟ انرژیهای خلاقه و بیانگر خود را بصورت مثبت به این جهان عرضه کنیم یا منفی؟ وضعیت ما هر چه باشد، ما قدرت انتخاب جهت گیری خود را داریم.

در هر کدام از ما قهرمانانی هستند، با آنها حرف بزن، پیش میآیند.

بیشتر موجودات روی زمین، نسبت به انسان، انتخابهای آگاهانه نسبتاً محدودی دارند، آنها عمدتاً از طریق غرایز و تطبیق با محیط، کار میکنند. ما افراد بشر، قدرت انتخاب بسیار گسترده ای داریم. زندگی روزانه ما تشکیل میشود از یک سلسله انتخابها و عمل کردن به آنها به اراده خودمان، از رختخواب بیرون بیائیم یا در آن بمانیم؟ صبحانه چه بخوریم؟ روزمان را چگونه بگذرانیم؟ کارمان را عوض کنیم یا نه؟ دوبا ره به تحصیل روی بیاوریم، رابطه ای را ادامه دهیم و الی آخر...

برحسب وضعیتی که در آن هستیم ممکنست انتخابهای زیاد یا کمی داشته باشیم. قدرت انتخاب ما ممکن است از طریق بیماریهای مغزی یا دیگر معلولیتها، ویا انواع استنمارها، محدود شوند. درمقابل، روشنائی ذهن به کثرت

آنها كمك می کند. واضح است که همه ما درمقابل پیشآمدهای مختلف، قدرت انتخاب مساوی نداریم، مثلاً اگر ثروتمندیم میتوانیم به انتخاب خود برای شام، به شهری دیگر سفر کنیم. اگر درمملکت فقر زده ای زندگی میکنیم، ممکن است بخواهیم غذا بخوریم اما چیزی برای خوردن پیدا نکنیم. اگر علیل یا بستری باشیم، ممکن است بخواهیم درمیان تپه ها و کوهسارها بدویم اما می بینیم که جز درخیال نمیتوانیم چنین کاری بکنیم. درحقیقت وضعیتهای بدنی، انتخابهای حسی ما را کاهش میدهند. درعین حال خطاب قانون انتخاب بقدرت و مسئولیت ما درچگونگی پاسخ دادن به وضعیتهای پیشآمدهاست. قدرتی که تا وقتی زنده ایم آنرا از دست نمیدهیم.

هرکدام از ما درهر امر، میتوانیم راه ساده تر را انتخاب کنیم یا مشکل تر را. مسلماً همه میخواهیم راه ساده تر را انتخاب کنیم. اما اگر بدانیم راه پر زحمت تر در دراز مدت برایمان خوشحالی بیارمیاورد یا ما را سریعتر به هدفمان میرساند، آنرا انتخاب خواهیم کرد. هرچه باورهای محدود و واژگونه ما کمتر باشند، قدرت انتخابمان بیشتر است. درعین حال لازم است که به پیامهای ناخودآگاهمان هم اعتماد کنیم. ممکن است خداوند تجربه هائی را انتخاب، یا آدمهائی را بزندگان جذب کند که نتیجه آنها را آگاهانه نمیدانیم اما برای خیر برتر و آموزش ما لازمند. بنابراین با وجودیکه امکان انتخابهای ما نا محدود نیست ولی درعین حال باز درهر وضعیت و مکان یا زمانی، ما امکانات مختلفی میتوانیم داشته باشیم. هرچه بیشتر به قانون انتخاب احترام بگذاریم، روشن تر میتوانیم زندگی خود را براساس قصد و انتخاب پیش ببریم و بجای اینکه زندگی را حوادثی بدانیم که برسرمان میآیند، مسئولیت جهت گیریهای خود را بعهده بگیریم.

هر يك از ما دارای انرژی حیاتی خلاقه هستیم. همچنین قدرت بیان منظور خود را دارا میباشیم. میتوانیم به انتخاب خود، خلاقیت و بیانمان را درجهت مثبت تر یا منفی تر بکار ببریم. گاهی اوقات ممکن است احساس کنیم که دچار کمبود این انرژیها شده ایم. ممکنست احساس ترس، یا بر خورد با موانع داشته باشیم. اما هر قدر بیشتر قدر قدرت انتخاب را بدانیم، بیشتر میتوانیم انرژی خلاقه خود را جهت داده و چگونگی بیان منظورمان را بیابیم.

انتخاب خلاقه

خلاقیت ما یا بصورت سازنده عمل میکند یا ویران کننده،

درهرحال انرژی خلاقه، خود را بیان میکند.

تمام هستی از انرژی ساخته شده است و انرژی میتواند خود را در طیفی از مثبت یا منفی بیان کند. مثلاً نیروی برق میتواند شهری را روشن کند یا جان کسی را بگیرد، پول نوع دیگری از انرژی است و میتوانیم آنرا بصورت مثبت یا منفی بکار ببریم، مثلاً با آن زور بگوئیم یا در امور خیریه از آن استفاده کنیم. سفری را که لازم است انجام دهیم یا به کسی پول بدهیم که دیگری را نابود کند.

انرژی خلاقه دارای کیفیتی مواج و پویاست، باید راه بیان بیابد. بوجود آمده، تا جریان یابد و بکار رود. این انرژی بصورت يك شمشیر دو لبه عمل میکند، اگر برای هدفهای سازنده بکار نرود از راه های غیر سازنده و ویرانگر

خود را بیان میکند. اگر کاملاً جلوی انرژی خلاقه ما مسدود شود، مانند موج آبی که به دیوار برخورد، بسوی خود ما باز میگردد و برایمان تولید فشارهایی میکند که ما آنرا درسطوح جسمی، احساسی یا ذهنی، بصورت علائمی دردناک تجربه میکنیم. مثلاً وزن زیاد اغلب نشان دهنده انرژی خلاقه مسدود شده است که راهی برای خروج ندارد. خلاقیت مثبت میتواند در زمینه های هنرهای زیبا، موسیقی، نقاشی، نویسندگی، و مانند اینها به عمل در آید. اما از طریق بچه داشتن و بزرگ کردن او، از طریق ارائه روشها و راه حل های تازه برای مسائل تجاری، باغبانی و گل کاری یا نگاهداری حیوانات هم میتوان انرژی خلاقه را بطور سازنده ای بعمل در آورد.

ما انرژی خلاقه را میتوانیم در هر زمینه ای بکار ببریم. از جمله شفا بخشی، پیشه وری، معماری و تزئینات داخلی یا هزاران کار دیگر.

بسیاری از جنایتکاران دارای نیروی خلاقه فوق العاده ای هستند. می توانند طراحی یا نقاشی کنند. آواز بخوانند، اجرای نقش کنند، یا بسیاری کارهای مثبت و سازنده دیگر. اما در اثر انتخاب نادرست، خلاقیت آنها به جهت منفی منحرف شده. آنها برای دزدی، کلاهبرداری، دروغگوئی و غیره طرحهای خلاقه ای بوجود آورده و اجرا میکنند. انرژی خلاقه بازداشته شده خود را بصورت بیماریهای جسمی بروز میدهد یا بصورت سوء استفاده از توتون، الکل، و دیگر مواد مخدر، غذا یا امورجنسی. وقتی اینگونه هدر دادن انرژی خلاقه بصورت مکرر، اجباری یا مزمن درآید ممکنست به اعتیاد کامل بیانجامد. بتدریج که تشخیص میدهیم که چگونه جریان انرژی خلاقه مان را درسطوح مختلف انتخاب کرده ایم، میتوانیم راه های دیگری را برای گشودن منابع انرژی و راهبرد آنها درجهاتی که به دیگران روحیه داده، یا کمک کند، بیابیم و به جای گرفتار شدن به عذاب در دنیا و آخرت، به پا داش هردو دنیا برسیم.

وقتی قانون انتخاب را بکار میبریم، هر قدر هم نیروی خلاقه ما در گذشته ویرانگر یا بسته بوده باشد، وضعیت کاملاً فرق میکند. با انتخاب راه بیان انرژی خلاقه مان در راه های درست و مثبت زندگی ساز، میتوانیم خط سیر و روش زندگی خود را تغییر دهیم.

اگر بدلیل عدم احساس امنیت یا احساس اینکه ممکنست خیلی خوب نباشیم از آموختن مهارتها و هنرهای خلاقه تا بحال طفره رفته ایم، بدنبال امکانات تازه برویم، همت کنیم و به بیان خلاقیت خود پردازیم.

انتخاب بیان

ما خود را از راههای سازنده یا ویرانگر بیان میکنیم. هر راهی را که انتخاب کنیم، بهرحال انرژی بیان خود را متجلی میسازد. انرژی بیان راه رهائی می طلبد. بیشتر اوقات ما خودمان و احساساتمان را از طریق صحبت کردن بیان میکنیم، اما انجام کارهای روز مره و انواع کمکهای فکری و فیزیکی، مادی یا معنوی به دیگران، هنرهای دستی و حرفه ای نیز راه های وسیعی برای بیان خود میباشند.

بیان چیزی بسیار پرمحتواتر از صحبت یا تبادل عقاید و اطلاعات است. انرژی بیان، يك انرژی احساسی یا بیان احساسات است. این احساسات ممکن است نشان دهنده خشم یا تأسف یا ترسی باشد که لازم است رها شود، (و البته

نیازی نیست که با گفتار یا رفتار و یا اعمال خشونت آمیز این کار صورت بگیرد، ما میتوانیم برای بیان احساساتمان همیشه راه های مثبت و سازنده ای انتخاب کنیم که هم احساساتمان را نشان بدهیم و هم باعث رنجش دیگران نشویم.) و یا ممکن است بر انگیزنده شادی و الهام بخش باشند که باز هم لازمست بیان شوند. اگر جلوی بیان احساساتمان را بگیریم، این جلوگیری باعث گلو درد، زخم معده و دیگر مشکلات بطنی، کمردرد، فیبرومهای رحمی، مشکلات پروستات، سر درد ها، تنشهای ماهیچه ای و خشک شدن آنها یا علائم دیگر بیماریها میشود.

یکی از دلایلی که کهنسالان در این نواحی بیشتر گرفتار مشکلات میشوند، اینستکه آنها سالهای بیشتری احساسات بیان نشده خود را انبار کرده اند. در عین حال میتوانیم با برداشتن قدمهای مناسب برای درمان بدن خود و همینطور تشکیل عادات تازه و بوجود آوردن راه های بهتر برای بیان خودمان دو باره خود را سالم و نیرومند سازیم. انرژی خلاقه را میتوان در تنهایی هم به عمل آورد، مانند انجام کارهای دستی و یا نویسندگی و سایر کارها یا هنرهایی که احتیاج به شخص دیگری ندارد. اما انرژی بیانی رابطه را به دنبال دارد، شخص دیگری را می طلبد که بیان را دریافت کند. کسی که علاقمند به گوش دادن بما یا دیدن آثار هنری ما یا قدردانی از کارهای خلاقه ما باشد.

شنوندگان ما ممکنست از بزرگسالان، بچه ها یا حتی حیوانات تشکیل شوند که ما با آنها رابطه برقرار کرده ایم. بیان ما، هر شکلی که بخود بگیرد، خواه بصورت سمفونی، کلام و یا نمایشهای مردم پسند یا بهر شکل دیگری که باشد قادر است موجب تحرك، انتقال یا الهام بخشی به احساسات دیگران شود و آنها را تکان دهد.

بیان مثبت بصورت ایجاد ارتباطی الهام بخش، شوق انگیز، سازنده و بالا برنده خود را نشان میدهد. بیان منفی بصورت ایجاد ارتباطهای زیان بخش، سوق دهنده و ذلت آفرین ظاهر میشود. این نوع بیان پاره میکند، رنج میدهد، ویران میسازد و میتواند انسانها را تکه تکه کند.

آن دسته از ما که انرژی بیان زیادی دارند، دارای آن قدرت هستند که دیگری را بالا بکشند یا پاره کنند. وقتی قدرت بالا کشیدن یا پاره کردن خود را تشخیص دهیم میتوانیم چگونگی جهت دهی این انرژی را در مسیرهای مسئولانه و سازنده بیاموزیم.

احساسات ما ممکن است "مثبت" یا "منفی" بنظر آیند، در هر صورت همه ما میتوانیم به ارزش بیان آنها بصورتی سازنده پی ببریم. رسیدن به احساسات اصیل درونیمان و رها کردن آنها باعث بوجود آمدن سطوح جدید انرژی و احساس تمامیت و شفا یابی میشود. وقتی میگوئیم باید به بیان مثبت خود ارزش بدهیم مقصود این نیست که باید خشم، ترس یا غم خود را انکار کنیم و همچنین توصیه نمیشود که به نام "خونسرد" بودن دچار روشهای سرکوب گری احساسات گردیم. ما میتوانیم ترس، غم یا هراس منفی دیگری را از طریق مثبت بیان کنیم یا منفی. مثلاً اگر احساس خشم میکنیم میتوانیم به دیگری فحش بدهیم یا مثلاً بگوئیم: "من فعلاً از کاری که تو کردی عصبانی هستم و این کار بین ما سدی بوجود میآورد که من نمیخواهم."

وقتی قانون انتخابها را در مورد بیان بکار میبریم بیاد ما میآید که در دراز مدّت، بیان صادقانه تمام احساساتمان هم بخودمان سود میرساند و هم به رابطه مان. بیان واقعاً از شمشیر پر قدرت تر است، سوء استفاده از بیان، باعث

چیرگی دیکتاتورها شده و آنها را برملتها مستولی کرده و زندگی ها را بباد داده است. در عین حال برانگیزاننده ترین آثار هنری و بلیغ ترین سخنان تاریخ بعنوان مثالهای درخشان قدرت انرژی بیان برای آوردن زیباییها به این دنیا و الهام بخشیدن بما برای عمل و متحول شدن قابل توجه اند.

حتی در زندگی روزمره، نوع بیان ما میتواند در کیفیت زندگیمان چه از نظر خودمان و چه دیگران تغییرات چشمگیری بوجود آورد. بستگی به انتخاب خود ما دارد.

قانون مسئولیت

وقتی ما محدوده ها و مرزهای مسئولیت خود را تثبیت کنیم میتوانیم آنچه وظیفه خود میدانیم کاملاً بعهده بگیریم و آنچه را که در حیطه وظایف ما نیست، براحتی رها کنیم، با این کار در خدمت به خلق لذت و رضایت بیشتری میابیم و روابطمان با دیگران با هماهنگی و همکاری بیشتری توأم است.

وقتی یگانه ایم برپائیم، وقتی پریشانیم، می افتیم. دستان زیاد، کار را سبک میکنند. همه چیز را همگان دانند. هیچ فردی از همه ما با هوش تر نیست، این اصل بصورتهاى مختلف بیان شده، اما همه آنها يك چیز را بیان میکنند و آن اینست: وقتی با هم کار کنیم میتوانیم کارهایی را بانجام برسانیم که بدون همکاری مشکل یا غیر ممکن است، مثل ساختن يك آسمان خراش یا به صحنه آوردن يك نمایش نامه. در هر کاری که آدمهای زیادی در سطوح مختلف مسئولیت باهم کار میکنند، ممکن است بعضیها بیشتر بنظر آیند، اما پشتیبانی آنها به کسان دیگریست که بدون وجود شان کار اولی ها ثمری نداشت. ستارگان نمایشات بدون تکنسین های نور و صدا چه میتوانند بکنند؟ آیا رئیس یا مدیرعامل يك شرکت، میتواند آنها بدون کارمندان لایق بگرداند؟ هر کدام از آدمهای موفق که در سیاست یا صنعت شاخص میشوند، از پشتیبانی آنهاى برخوردارند که زمینه پیشرفتشان را فراهم کرده اند.

خانواده، شرکتهای بزرگ تجاری با امپراطوریهها براساس کیفیت و سطح همکاری و مسئولیتی که در محدوده عملکردشان وجود دارد به موفقیت میرسند یا از بین میروند. در سطح فردی، عملکرد مؤثر خود ما بعنوان يك فرد انسان تا اندازه زیادی بستگی دارد به هماهنگی حالات درونیمان.

در ضمن اینکه به دیگران کمک میکنیم بهتر است که بخودمان نیز بپردازیم - خانه درونیمان را مرتب کنیم و خورده شخصیتهای درونیمان را با هم سازگار کنیم. مقصود از خورده شخصیتها، آن هویتها، باورها، ارزشها و عقایدی هستند که با یکدیگر مخالف بنظر میرسند یا در دو طرف يك حد هستند. قبل از یافتن هماهنگی، لازم است متوجه عدم هماهنگیها شویم، چون لازمه هر تصمیمی توجه به منافع و مضار نتیجه عملکرد به آن تصمیم را دارد.

برای هماهنگ کردن دوگانگی هایمان راه های مختلفی وجود دارد مثل کار روی شخصیت ناخود آگاه، با روشهای فرهنگی که باعث میشوند به یگانگی هر دو نیم کره مغز کمک شود.

در رابطه با خودمان، با دیگران و با محیطمان باید نقطه اعتدال مخصوص خودمان را کشف و مشخص کنیم و حدود و مرزهای سطح مناسب مسئولیتهای خودمان را رسم کرده و تشخیص دهیم که ارزشها، نیازها و اولویتهای ما ممکن است بحق با مال والدین، همگان، همسران یا دیگر مردم تفاوت داشته باشد.

آن عده از ما که احساس میکنیم میل شدیدی بکمک، خدمت و پشتیبانی از دیگران داریم، ممکن است بخاطر نیازی که به دادن داریم، گاهی اوقات در این کار زیاده روی کنیم، تا آنجا که موجب تضعیف خود و دیگران شویم. در شدیدترین حالات این کمک بیش از حد، مبدل میشود به وابستگی متقابل که در آن ما خود را در توجّه اجباری به زندگی دیگران میبازیم و بدون اینکه چیزی در مقابل دریافت کنیم نیروی خود را بیرون میریزیم.

وابستگی متقابل یعنی بعهده گرفتن مسئولیت زندگی دیگران بسیار بیش از وظایف معمول والدینی، یا دوستی یا کارمندی و غیره. اینگونه آدمها اساس تمام ارزشها، عزت نفس و حتی هویت خود را با قدرت کمکشان به دیگران منتقل میکنند و همیشه توجّه شان قبل از اینکه به نیازهای خودشان باشد، به نیازهای دیگران است، یعنی بنوعی نقش "خاک زیر پای دیگران" یا "برده" را بازی میکنند.

همکاری که در زمینه وابستگی متقابل باشد، بوجود آورنده يك احساس تغییر شکل یافته یا اغراق آمیز مسئولیت است، که منجر میشود به کوشش برای "درست کردن" اشتباهات دیگران بجای اینکه بگذاریم آنها از نتایج اعمال و رفتار خود بیاموزند.

اگر با دیگران بیش از حد همکاری کنیم، کمتر کسی در آن مورد شکایتی خواهد کرد. ما کمتر ممکن است بشنویم دیگران بگویند، "توخیلی زیادی راحت کارها را انجام میدی!" درعین حال بزودی کشف میکنیم که وقتی پاندول روح ما زیادی بسوی همکاری برود، خود بخود به طرف مقابل باز میگردد، بسوی همکاری کمتر و زیر حد تعادل. این تغییر ممکنست چند روز، هفته، ماه یا حتی سال طول بکشد، اما دیر یا زود چنین اتفاق میافتد.

در مورد همکاری کمتر از حد، ما یا کاملاً بسوی مقاومت و رنجش میرویم و یا به انجام کارهای دیگران ادامه میدهیم، اما از نظر عاطفی در خود فرو میرویم، اگر این روش تصحیح نشود، ممکنست به مرگ رابطه بیانجامد. خوشبختانه، رابطه هائی که از این آفتهای همکاری مزمن یا زخم زنده، رنج میبرند، قابل نجات یافتن بوده و یا در بعضی موارد تجدید میشوند. "معجزه" شامل یافتن تعادل تازه ایست بین دادن و گرفتن، برقراری يك رابطه متقابلاً پشتیبان و تأمین کننده. ایجاد ارتباط باز و روشن منجر میشود به تقسیم عادلانه مسئولیت و برداشتن بار عاطفی و روانی از دوش آنها که گرفتار تمایلات و وابستگی متقابل هستند. درعین حال مسئولیت اصلی برقرار کردن يك تعادل تازه بعهده کسانیست که چنین تمایلاتی دارند.

مسئولیت، بخودی خود يك صفت مطلوب است، اما آن گروه از ما که بیش از حد احساس مسئولیت میکنند، که احساس میکنند مجبورند بیش از حد کمک کنند- لازم است موضع و اعمال خود را عوض کرده و نقطه تعادل خود را برای دستیابی به حالتی از همکاری و مسئولیت حقیقی بیابند.

قوی ترین شکل همکاری و کمک، گاهی تشویق کردن و نیرو دادن ب دیگران است در انجام کاری برای خودشان، اغلب بهترین کمک اینست که از آنها توقعات بجا داشته باشیم.

قانون مسئولیت بهترین یاد آور ارزش و لزوم حتمی، محترم شمردن و کار کردن در محدوده آرامش خودمانست. در عین حال که همه ما در این دنیا زندگی میکنیم تا آرامش خود را توسعه داده آنرا به آرامش دیگران ببیونیم، باید بدانیم که به این دنیا نیامده ایم تا راحتی و آرامش خود را انکار کنیم. این قانون به ما یادآوری میکند که به ارزشهای درونی خود احترام بگذاریم و نقطه تعادل مخصوص خودمان را بیابیم.

در کار با قانون مسئولیت، ما ب دیگران کمک میکنیم اما کمک هم میپذیریم، یعنی بین این دو به تعادل میرسیم.

ما تفاوت آنچه را که فکر میکنیم باید انجام دهیم یا باشیم را با آنچه واقعاً آرزو میکنیم، درمی یابیم، ما همان کاری را انجام میدهیم، که میتوانیم در مورد آن در درون احساس خوبی داشته باشیم، اگر احساس خوبی نداریم، احساسمان را بیان میکنیم و بیک نقطه توافق میرسیم: "من اینقدر انجام میدهم، اما تو باید بقیه اش را بکنی."

" این قلب مسئولیت و روح همکاری است."

قانون تعادل

تعادل برای ما در سطوح کیهانی، زیستی و شخصی کاربرد دارد، برای بدنمان، ذهن و عواطفمان.

این قانون به ما یاد آوری میکند که هرکاری که میکنیم، می توانیم بیش از حد بکنیم یا کمتر از حد، و بیادمان می آورد که اگر پاندول درونمان به یک جهت نوسان کند، بدون شك به جهت مقابل هم باز میگردد.

اگر نیروی جاذبه چسبی است که جهان هستی را بهم وصل میکند، تعادل کلیدی است که قفل از رازهای آن بر میدارد. وجود همه چیز حا لتی از تعادل را نشان می دهد. بالا و پست، درون و بیرون، داغ و سرد، تند و کند، بلند و کوتاه، بازی متقابل تناقض ها. بین قطبی بودنها، نقطه تعادلی هست، نقطه مرکزی.

سیستم معجزه آمیزی که خداوند در درون هر کدام از ما کار گذاشته، کاملاً خارج از اراده و آگاهیمان در زمانهایی که میخوریم، میخوابیم، کار میکنیم و کارهای روزانه مان را انجام میدهیم از طریق سیستم عصبی خود کارمان، از طریق غدد و سیستم هورمونیمان و از طریق سیستم گردش خونمان تعادل بسیار ظریف حرارت و ترکیبات خونمان را تأمین میکند که در صورت تغییرات شدید می تواند بزنگیمان پایان دهد. نه تنها زنده ماندن به تعادل نیاز دارد بلکه کیفیت زندگی و حالت روحیمان هم محتاج تعادل است. عملکرد خود کره زمین هم مانند یک موجود زنده واحد است و ما افراد بشر روی سطح آن بصورت سلولها زندگی میکنیم و اقیانوسها و بادهای سیستم گردشی آن هستند. وجود همه اینها در حالتی از تعادل است. تعادلی که بسیار نزدیک است که ما آنرا بهم بزنینم. از یک نظر میتوان گفت وقتی ما به عقل میرسیم و حالت بی بدیل تعادل خودمان را درمی یابیم، متوجه میشویم که نمایش روابط متقابلی که مرتباً در جریان آن هستیم، بازتابنده آن چیزهاییست که در روش زندگی فردیمان پیش میرود.

با وجود اینکه تا حد زیادی مسئولیت تعادل زیستی درونی به عهده ما نیست، خود ما هم در مورد روش زندگی و اعمالمان مسئولیم. به این ترتیب قانون تعادل رابطه نزدیکی با قانون انتخاب و قانون مسئولیت دارد که متوجه تعادل بین زیاده همکاری و کمبود همکاری بوده و نشان میدهد چگونه رسیدن به تعادل حتی در یکی از زمینه های زندگیمان می تواند در مؤثر بودنمان در زندگی، تغییرات چشمگیری بوجود آورد.

راهنمایان فرهنگی، از تا نویست های چینی تا خاخام های یهودی، از مسیحی ها تا مسلمانان، از راه میانه بعنوان وسیله طلانی یا راه راست، طرفداری کرده اند. حتی در دنیای طبیعت، بیشتر ما افراد بشر با اجتناب از گرمای بیابانها و سرمای قطبی پیشرفت کرده و زندگیمان را در نواحی معتدله راحت تر یافته ایم.

در عین حال همیشه معنی تعادل اجتناب از زیاده حدها نیست، بلکه آن قدرتی را در برمی گیرد که میتواند در زمان مناسب به هر يك از دو حد، سر بزند و بهر دو طرف بیک اندازه توجه کند تا پاندول را در تعادل نگهدارد.

مثلاً گاهی اوقات ممکن است بخواهیم تا دیر وقت بیدار بمانیم، یا رژیمهای مخصوص سلامتی را برای مدت موقت رعایت نکنیم. در مواقع دیگر ممکنست زمینه کمال طلبی و سادگی خود را بیان کرده، درست غذا بخوریم و ورزش کنیم. گاهی اوقات "زیادی کار کنیم" و در مواقعی "زیادی استراحت" در صورتی که بین این جنبه ها تعادل برقرار کرده و هر دو جنبه را بطور مساوی زندگی کنیم در دراز مدت به مرکز بازمیگرددیم.

بهرحال، حد اکثرها بوجود آورنده فشار بوده و در نهایت لازمه اش نوسان بسوی جهت مخالف است. یکی از مقیاسهای آگاهی و عقل اینستکه ببینیم آیا زندگی و اعمال ما بر محور راه میانه میگردد یا نه؟ اتومبیلی که هر روز بصورت متعادل رانده میشود از اتومبیلی که چندین هفته در یک گوشه خاک میخورد و بعد چند هفته بشدت با آن رانندگی می کنند، بیشتر عمر می کند، بهمین ترتیب تعادل، کلید يك زندگی طولانی و سالم است.

اما اینکه تعادل برای هر يك از ما چیست و چگونه است؟ برای يك، يك ما بر اساس اخلاقیات، حالات و ساختارهای اساسی وجودیمان فرق می کند. مثلاً بعضی آدمها می توانند، نسبت به دیگران، ورزش بیشتری را تحمل کرده، انجام دهند، حتی نیازهای خود ما در طول زمان تغییر می کند. هر يك از ما باید به زمینه متوسط وجودی خودمان برسیم که از طریق کیفیات منحصر بفرد جسمی و روحی و نیازهای خودمان مشخص میشود، نه بوسیله ارزشهای شخص دیگری. چقدر ورزش کنیم؟ در هفته یا ماه یا سال چند بار نزدیکی جنسی داشته باشیم؟ چقدر باید بخوریم؟ هر يك از این کیفیات ممکنست يك حد متوسط آماری داشته باشد، اما پاسخ حقیقی آنها میتواند این جمله باشد: "هر قدر که به بهترین صورت برای شما مفید است."

قانون تعادل بما یاد آوری میکند که با دقت به آن نواحی که در زندگیمان از تعادل خارج شده اند نگاه تازه ای بیندازیم. چه مرد باشیم و چه زن. آیا بین کار و خانواده تعادل برقرار کرده ایم؟ همچنین در مواظبت از خودمان و از دیگران؟ وقتی زندگیمان را در نور این قانون در نظر بگیریم میتوانیم خود را از نقطه دید بهتری در نظر آورده و آنطور که لازمست بطور مناسبی تنظیم کنیم و به احساس عمیق تری از سلامت، هماهنگی و صفای درونی برسیم.

قانون مراحل

در راه رسیدن به هدف، اگر می خواهیم از نقطه "الف" به نقطه "ی" برویم، مطمئن ترین راه اینستکه، از اول از نقطه "الف" به نقطه "ب"، سپس، "پ"، بعد، "ت" و همینطور تا آخر پیش برویم. وقتی يك مرحله را جا می اندازیم، با وجود اینکه بنظر می آید میان بُر زده ایم، اغلب نتیجه اش موفقیت آمیز نیست. اگر هدف والائی داری، قدم خود را به اندازه امکان در جهت رسیدن به آن بردار ممکنست قدم بسیار کوچکی باشد، اما به آن اعتماد کن، ممکنست برای تو بزرگترین قدم ممکن باشد.

زندگی روزانه ما پر از هدفها و دست یابیهاست، این هدفها ممکنست بزرگ باشند، مثل رسیدن به مقامات بالای معنوی یا سیاسی یا تشکیل شرکت شخصی خودمان، یا ممکنست کوچکتر باشند چون پختن يك كيك، برنده شدن در يك بازی یا انجام يك تکلیف درسی.

بعضی از ما چنان گرفتار این هدفها هستیم- که پیش خودمان فکر میکنیم: میان بُرزنیم، و به مرحله آخری میبریم- و متأسفانه راه و مراحل رسیدن به آن نتیجه را نادیده میگیریم، از طرف دیگر بعضی از ما چنان در مورد چگونگی رسیدن از اینجا تا آنجا از خود بیخود شده یا به شك می افتیم که حتی برای هدف گیری دچار مشکل می شویم یا در يك مرحله گیر می کنیم و از تصور تونلی رنج میبریم.

وقتی بیاد بیاوریم که اگر می خواهیم از کوهی بالا رویم بهتر است هدفی انتخاب کرده، بخوبی آماده شویم و با قدمهای کوتاه و مطمئن شروع به پیشروی کنیم، در مورد هر نوع رسیدن به هدف به خود کمک کرده ایم. میتوانیم هر گونه دست آوردی را، هر قدر بزرگ یا دست نیافتنی هم باشد، به قدمهای کوتاه و آگاهانه و قابل کنترل قسمت کنیم. اگر می خواهیم از رودخانه ای بگذریم، باید تك، تك سنگهای جای پا را بیابیم. اگر بخواهیم چند پله یکی بالا ببریم، دیر یا زود پایمان لیز میخورد.

قانون مراحل به ما می آموزد که نه تنها سفر را به قسمتهای کوتاهتر تقسیم کنیم، بلکه هر قدم را هم چنان قدر بدانیم که گوئی بخودی خود يك هدف است. در این صورت هر قدم خودش به موفقیت تبدیل میشود، به این ترتیب ما بارها موفق میشویم نه فقط وقتی به هدف آخریمان رسیدیم. آنچه که در طول سفر می آموزیم ممکن است برایمان مهمتر از رسیدن به مقصد از کار در آید. مثلاً اگر بیست سال صرف آموختن هنری کنیم و بعد تمام آثار هنری ما از بین برود، باز هم در راه رسیدن به هدف به کیفیات درونی مخصوصی رسیده ایم. مثل قدرت دید متفاوت و تشخیص زیبایی هر چیز زیبا و یا هزاران تجربه با ارزش دیگر.

قانون انضباط

انضباط مطمئن ترین وسیله رسیدن به آزادی و استقلال بیشتر، تأمین کننده توجهی است که انسان را به سطح مهارت در عمل و عمق دانش می رساند، که همان تبدیل میشود به انتخابهای بیشتری در زندگی.

آن دسته از ما که برای آزادی، خودکفائی و استقلال، ارزش قائلند، از طیف وسیع تجربیات لذت میبرند و سبکبالانه بسیاری از زمینه های زندگی را در می نوردند. ما اغلب در مقابل کارهای تکراری یا روزمره احساس مقاومت و اشکال می کنیم.

اگر انضباط را بصورت عامل محدود کننده انتخابهایمان یا بصورت اجبار انجام کارهایی که دوست نداریم انجام دهیم ببینیم، مانند ورزش روزانه یا چشم پوشی از خوردن دسر - یعنی آن نوع کارهایی که لازمه انجامشان اراده و تعهد می باشد، ممکنست انضباط و آزادی را مغایر یکدیگر بدانیم.

قانون انضباط از لحظه تولید، اشاره دارد به يك تناقض. در عین حال که آزادی حقّ تعالی یابنده ماست و در این دنیا باید آن را بدست آورد، در اینصورت باز هم انضباط بصورت کلید آزادی و استقلال باقی خواهد ماند. (آزادی بدون انضباط مساویست با هرج و مرج و بی بند و باری) این اصل هم در مورد آزادی درونی مصداق دارد و هم آزادی بیرونی.

با وجود اینکه زندگی بیرونی ما ظاهراً ممکنست در برگیرنده آزادهای زیادی باشد، اغلب ما دروناً آزاد نیستیم، بسیاری از ما احساس میکنیم بنده ذهنی گردابی، چرخان و فرّار هستیم. ذهنی پر از آرزوها، نگرانیها و تصاویر منفی. توجّه و نظم تمرینات درونی، مانند مراقبه، بازبینی باورها و اعتقادات، اجرای نمازها و حفظ "تقوا" و دیگر کارهایی که افزاینده بینش شخص میباشد، می توانند بوجود آورنده حس آزادی و صلح درونی شوند و زنجیرهای اسارت ذهنی را پاره کنند.

آزادی بیرونی در نتیجه کوشش منضبط و در طول زمان توسعه می یابد، چنین آزاد یهائی ممکنست شامل آزادی مالی همراه با برتری در هر زمینه ای از قبیل: تحرك بیشتر، قدرت سفر کردن، آن آزادی که همراه با يك بدن قوی و سالم می آید، آزادی اجتماعی، احترام بخود، و رضایتی که در نتیجه کار همراه با انضباط بدست می آید و رویهمرفته داشتن انتخابهای بیشتر در زندگی باشد.

آزادی چیزی است بسیار بیش از قدرت تجربه بسیاری چیزها، آن چیزهایی که ما در سطح بدست میآوریم ممکنست در عمق از دست بدهیم. اما اگر انرژیهای خود را متمرکز سازیم و با ثبات قدم از دلزدگی و بی میلی بگذریم، نه تنها بدرون تجربه راه میابیم، بلکه از آن هم عبور میکنیم، بتدریج در مورد خودمان و ظرفیتهای وجودیمان بسیار بیشتر از آن میآموزیم تا اینکه زندگیمان را بصورت يك دوره نمونه میگذرانیم.

انضباط، عادت انجام کمی بیشتر، رفتن کمی عمیق تر، ماندن با چیزی، و بدرستی از میان آن عبور کردن است. قانون انضباط به ما می آموزد که اولویت هائی برای خودمان قرار داده و در هر زمان فقط روی يك چیز تمرکز کنیم تا درست به آن برسیم. یعنی تمرکز روی فعالیتهائی که لازمست حالا انجام دهیم، و آنچه را که بعداً باید بکنیم، کنار بگذاریم.

تعهد یعنی انضباط در طول زمان. اگر توجّه خود را بین آنچه که هستیم و هدفهای زندگیمان پهن کنیم، اغلب با نوعی باتلاق روبرو میشویم، نه قالی قرمزی که زیرپایمان گسترده باشند که ما را به هدف برساند. آن باتلاق

نشان دهنده لزوم آمادگی است، خواه این آمادگی درس خواندنی باشد که ظاهراً ارتباط کمی با زندگیمان دارد، جزئیات و گاهی جان فشانی برای دست یابی به يك مدرک تحصیلی، یا فدا کردن آن مقدار وقت و انرژی که مثلاً برای بزرگ کردن بچه ها لازمست، در زمانیکه می توانستیم پشت پا به همه آنها بزنیم و بجای آن از وقفهای آزادمان لذت ببریم. راز گذشتن از باتلاق داشتن هدفی است که به ما روحیه بدهد، هدفی که قلب ما را از احساس هدفمندی لبریز سازد، هدف باید مشخص باشد. مثلاً تنها " پول خوب در آوردن" کافی نیست، باید در نظر مجسم کنیم که با آن پول چه کارهایی میتوانیم بکنیم، چه لذاتی میتوانیم ببریم، یا شاید چگونه قادر خواهیم بود به آنهایی که می خواهیم کمک کنیم. وقتی هدفی بیابیم که برایمان درخشش کافی داشته باشد، همان درخشش، مانند چراغ راهنمایی است که ما را از باتلاق بیرون میکشد و بما یاد آوری میکند که در انتها چه چیزی انتظارمان را میکشد. به هر حال بخاطر داشته باشیم که : **انضباط و تعهد پلی است بین ما و هدفمان.**

قانون کمال

از دیدگاه تعالی، دیدگاهی که در آن خودمان و این جهان را باتمام مشکلاتش از نقطه نظر تمام خرد و صبر و عشق و درکی که همه را در بر گرفته و وقتی می آید که قلبمان باز باشد، و از آن پس تمام شادیها و غمها، رنجها و لذات و تمام آنچه در این لحظه روی کره زمین میگذرد را صرفاً و تماماً بمعنای يك روال عظیم تکامل تدریجی می بینیم. برای آن عده از ما که تمایلات کمال طلبانه و دید گاه برتری داریم یادآوری تصویر بزرگتر، کلید معماست. اما اغلب این دیدگاه را گم کرده و نگران جزئیات بی ارزش می شویم. (بدلیل پشت کردن به حدود خداوند و از دست دادن ایمان پاک و درست.)

بدون قدرت جهش به تصویر بزرگتر که تمام عدالت و بی عدالتی- تمام نمایش وجود بشر در آن است - داشتن حس طنز در این دنیا بسیار مشکل است آن دسته از ما که با مشکلات دید و قبول، روبرو هستیم، باید در خود قدرت این جهش ایمان، این تغییر ذهنی بسوی خارج از بدنمان، زندگیمان، نمایشنامه خودمان و حتی آگاهی اجتماعیمان را بوجود آوریم، و تمام آنچه را که هست ببینیم، بپذیریم و در بر بگیریم.

با پذیرش کمال غائی هر ذره از ماده، هر وضعیت و هر شخص، حتی خودمان میتوانیم به آسانی بیاسائیم. وقتی داریم با چنگ و دندان بدنبال حقیقت بیشتر، زیبایی بیشتر. محبت بیشتر و عشق بیشتر در دنیا می گردیم بیاد داشته باشیم که هر طور که ممکن است بنظر برسد و بدون توجه به اینکه تا چه حد ممکن است بترسیم، همه چیز خوبست، از يك نظر.

لازمه این تغییر موضع دید، ممکنست برای بعضی از ما کشتی غیر قابل درک باشد، مخصوصاً آن عده از ما که وقتی می خواهیم سعی کنیم این جهش را انجام دهیم، با سوالاتی مثل " کامل؟ پس بچه هائی را که از گرسنگی می میرند چه می گوی؟" به عقب و پائین کشیده می شویم.

درمقابل چنین سئوالاتی من فقط پاسخ می دهم: با قبول همه چیز بصورت کامل، ما پاسخهای خود و مسئولیت خود را هم، که ممکنست حتماً شامل کارهایی باشد که میتوانیم برای کمک به دنیا و کمک به تغییر چیزها، وقف پول و وقت برای بالا بردن آگاهی، و عمل کردن انجام دهیم، می پذیریم. اینهم صرفاً کامل است. اگر ما از طریق گناه یا روحیه افسرده عمل کنیم، اعمال ما اثری باز هم کمتر از آن دارد تا زمانی که حتم داریم، تمام سعی مان را برای از بین بردن رنج، بکار می بریم، با در نظر گرفتن دیدگاه برتر " تصویر بزرگ " .

بطور کلی، ما نمیتوانیم رنج را در دیگران از بین ببریم مگر آنکه آنرا در خودمان از بین برده باشیم، ممکنست بتوانیم بمردم غذا و لباس دهیم و به آنها کمک کنیم که خودکفا شوند، اینها قدمهای مهمی هستند، اما این چیزها دلایل اساسی رنج یا حسد یا حرص را در روح بشر از میان نمی برند. با اشتیاق ما بقبول امکان اینکه زندگی آنطور که باید درحال باز شدن است، ما کار را شروع کرده ایم. در آن صورت از در شفقت وارد میشویم. حتی وقتی در مراحل شکفتن خود، می افتیم، برمیخیزیم، رشد میکنیم، توسعه می یابیم و کمال این مراحل را قبول میکنیم، معنیش این نیست که کامل شده ایم، ما باز هم به تغییر، آموزش، بلوغ یافتن و بهترکردن زندگیمان از راههای عملی ادامه میدهیم.

و اما لازم است کمال طلبان بیاد داشته باشند که درعین حال که از نظر تعالی همه چیز کامل است، از نقطه نظر رسمی هیچ کمالی در این کره خاکی وجود ندارد. هیچ انسانی، اجرائی، یا محصولی نیست که بتوان گفت کامل است، همانگونه که قانون کمال بیان میدارد: بالاترین چیزی که می توانیم به آن برسیم بهترشدن است، و آنهم زمان و تمرین لازم دارد. هرچند هم سخت بکوشیم و هرقدر هم ماهر شویم، باز هم همه ما اشتباه می کنیم. معنی بهبود اینست که اشتباهات ما کوچکتر میشوند. همچنین لازمست اشتباهاتمان را بصورت کامل قبول کنیم، خواه در روابط اجتماعی، کار یا هر عرصه دیگر.

این درك "عدم کمال" همچنین میتواند باری از دوش آن دسته از ما که شدیداً بلند نظریم و خود را با استانداردهای غیر واقع بینانه مسنجیم، بردارد. همه ما میتوانیم از درك کمال درعدم کمال سود ببریم.

همه ما میتوانیم به ظرفیتی برسیم که درسهای کاملی را از هر لحظه زندگی روز مره مان بیاموزیم. همانگونه که زندگی ترتیب آنها را میدهد، در زمان درست و جای درست.

درعین حال نظرات بلند ما درمورد اینکه چه چیزی ممکن است باشد یا باید باشد، برایمان همچون چراغ راهنما عمل میکنند که بما جهت و الهام می بخشند.

در دنیای ماهمه گونه رویدادی ممکنست اتفاق بیافتد، زشت و زیبا، بعضی ها را دوست داریم و تأیید میکنیم و بعضیها را دوست نداریم و درمقابل آنها مقاومت میکنیم. ایمان کامل تشخیص میدهد که ذهن ما نمیتواند بداند یا بفهمد که چه چیزی برای خیر برترما لازم است، این ایمان بما میگوید که قدرعدم کمال درکمال را بدانیم، چنین تشخیصی در را بسوی نوعی حس زندگی می گشاید که هر لحظه توسعه می یابد.

توجه کنیم به آیه: " ۶ ۱ ۲ " از سوره: " ۲ " بقره، که خداوند فرموده:

جهاد (بمعنی نهایت سعی و کوشش) در راه خدا با همه ناگواریش برایتان مقرر شد، چه بسا چیزی را ناخوش بدارید ولی برایتان خوب باشد، و بسا چیزی را خوش داشته باشید، ولی برایتان بد باشد. خدا میداند و شما نمیدانید.

قانون صداقت

صداقت یعنی، تشخیص، قبول و بیان آن واقعیات درونیمان که برایمان معتبرند. فقط وقتی میتوانیم با دیگران صادقانه حرف بزنیم و عمل کنیم که با خودمان صادق باشیم. وقتی به تمامیت وجودی خود می‌رسیم که بتوانیم در خط قوانین برتر بوده و برعکس محرکات منفی عمل کنیم. چنانکه گفته شده:

در پرتو برترین انوار وجودت زندگی کن تا نور بیشتری به تو داده شود.

در جستجو برای یافتن هدف زندگیمان و آن تصویر برتر و پرمعنی که در ورای آن هست، به قانون صداقت می‌رسیم. این قانون اشاره دارد به قوانین برتر و نتایج درونی آنها که فوری و تردید ناپذیر بوده و فرار از آنها ممکن نیست. قانون این قانون، صداقت با خودمان و تمامیت وجودیمان میباشد. این قانون در عین حال که برای همه مفید است، برای آنها که تمایل دارند با عقل گرائیها خود را بفریبند - آنها که با بیان و عمل صادقانه مسئله دارند - ضروری است. وقتی بتوانیم به حقیقت و نتایج تردید ناپذیر آن برسیم به کمک آن میتوانیم زندگیمان را دگرگون سازیم. این قانون، چشم را به صحنه وسیع تری می‌گشاید که در آن با این حقیقت روبرو میشویم که هیچکس را نمیتوانیم بفریبیم مگر خودمان را! اگر بهر صورتی اجازه دهیم که اعمالمان به تحریک حسادت یا طمع باشند و یا دیگران را بخواهیم تحت فشار و نفوذ در آوریم و این محرکات بر بیان ما تأثیر بگذارند، دیگر آنچه از آن پس مکانیک جهانی بیرونی و روح ما را تشکیل میدهد، فقط نتایج این اعمال است. بعضی از ما که در مسیر زندگی با مشکلاتی در مورد تمامیت دست بگریبانیم، ممکن است گاهی بخواهیم قوانین برتر را نادیده گرفته یا آنها را طوری پیچ و تاب دهیم که دیگر در نور درونمان زندگی نکنیم. مثل بچه‌ای که دزدانه شکلاتی برمیدارد و در جیب می‌گذارد به این امید که کسی نفهمد، در حالیکه مادرش از آن طرف دارد تماشایش می‌کند.

وقتی قوانین روحانی یا قوانین برتر را می‌شکنیم، هیچ تنبیهی لزوم نمی‌یابد چون خود این عمل " تنبیه" است و نیروهای مرموزی را به حرکت درمی‌آورد که همان قدر طبیعتاً گریز ناپذیرند که نیروی قانون جاذبه.

زمانی که انسان به سطوح پائین تر تمامیت می‌لغزد، خودش متوجه این لغزش نیست، نمیداند که هرکس قبل از دروغ گفتن بدیگران باید بخودش دروغ بگوید. وقتی با ریا، یا انگیزه‌های ناخالص سخن می‌گوئیم دیگر تمام و درست نیستیم. باید اول در درون به تمامیت و درستی برسیم تا بتوانیم درست حرف بزنیم. نمیتوان طوری حرف زد که زبان یک چیز بگوید و بقیه اعضا وجودمان چیز دیگری. اولین قدم در راه رسیدن به صداقت سازگار کردن ناسازگاریها و ناهماهنگیهای درونمان است تا همان چیزی را بیان کنیم که در منظورمان است و منظورمان همان باشد که بیان میکنیم.

وقتی قسمتهای درونی روان ما هماهنگ باشند، وقتی دیگر بخودمان دروغ نگوئیم و دیگران را نفریبیم، وقتی در عمق وجودمان بدانیم که علی رقم وسوسه های مخالف، داریم با تمامیت وجودمان عمل میکنیم احساس میکنیم که دروازه های انرژی برتروالهام درونمان گشوده شده اند. وقتی حرف یا عملمان غیرصادقانه است این دروازه ها بسته میشوند، بسته شدن این درها تنبیه نیست بلکه بسادگی همان عملکرد روح ماست.

ضرب المثل متقلب ها هرگز پیروز نمی شوند (= چاه کن همیشه ته چاهست). معمولاً در دراز مدت عمل میکند چون خود "وجدان" آدم متقلب نمی گذارد که او دروناً آرامش داشته باشد. هر چند هم حالت ظاهری او نشان دهد که به پاداشی رسیده، در آخر خط، در بطن هر عمل غیرصادقانه ای، خود ویرانگری نهفته است، حتی اگر فقط خودمان را گول بزنیم.

بعضی از ما خیال میکنیم با حق به جانب خود دادن و منطقی جلوه دادن اعمال خود مان در طرح نقشه های کوچک یا مانورها و حيله ها، سالها میتوانیم از نتایج آنها بگریزیم، بعد هم از اینکه زندگیمان آنگونه که امیدوار بوده ایم پیش نمیرود متعجب میشویم. ممکنست خیال کنیم اگر گیر نیفتیم گریخته ایم. اما همیشه گیر خود مان میناقتیم. مثال روشن این مورد چنین است. در روزنامه می خوانیم و می بینیم که تجار میلیونر مواد مخدر زندگی پر جلال و شکوهی دارند و خیال می کنیم که آنها از تنبیه گریخته اند، اما فقط با يك نگاه بدرون آنها به نتایج درونی و علت رفتار هایشان پی میبریم. آدمهای "بد" فقط به جهنم نمیروند، بلکه در جهنم نیز زندگی میکنند. بهمین دلیل است که اینقدر بد عمل میکنند.

وقتی ما بهر صورتی با خود مان یا دیگران از روی قصد یا بدون قصد قلبی غیر صادقانه عمل میکنیم، قسمتهای داخلی وجودمان با هم می جنگند و حس قلبی روحانیت و الهام ما رنگ میبازد، احساس بریدگی و تنهایی میکنیم و مشکلاتی را بخود جذب میکنیم که لازمست از آنها درسی بیاموزیم. قوانین اخلاقی ممکنست متغیر باشند، اما نتایج مطلق میباشند.

عدم صداقت به شکلهای مختلفی بروز میکند: دروغ گفتن بخودمان یا دیگران، جستجوی پول یا اقتدار بصورت هدف و بخاطر خود آنها، به بهای حتمی از دست دادن حس احترام به خودمان تمام میشود. بسیاری از ماعادت داریم به جای استفاده از قوانین، قانون بسازیم، آنوقت سطح مورد قبول فرهنگ خودمان را در مورد صداقت و تمامیت فراموش میکنیم. قوانین را پیچ و تاب میدهیم تا با آرزوهایمان همخوان شوند (کلاه شرعی) و بنور درونمان پشت میکنیم. هر وقت برای مصلحت، پیچ ها را باصطلاح قیچی میکنیم، یا هر وقت به نظرمان بیاید که هدف وسیله را توجیه میکند، ممکن است در بیرون به نتایجی برسیم اما در درونمان آشوبی بیا میکنیم که بهر جا برویم نمی توانیم از آن بگریزیم. آن عده از ما که چشم به انتهای تونل دوخته ایم ممکنست خودمان را بفریبیم و با چشم بند اصرار بر : " این بار موفق میشوم" خود را کور کنیم بدون اینکه عمل تازه ای انجام دهیم. تاوان اینگونه عدم صداقتها از دست دادن انرژی و روحیه است.

قانون صداقت برای آن دسته از ما که مشکل بیان داریم و بیشتر مایلیم به جای بیان مستقیم احساسمان گوشه و کنایه بزنیم، به روی خود نیاوریم، آه بکشیم، اشک بریزیم یا منتظر بمانیم دیگران فکرمان را بخوانند، روشن میسازد که وقتی نتیجه چنین پیامهای غیر مستقیم گمراه کننده و زیر نفوذ درآورنده و گول زننده ای معلوم میشود که میگذاریم ترس جلوی بیان احساس ها و نیازهای حقیقتیمان را بگیرد.

اگر با چهره ای خشم آلود، نگاهی غمگین یا آه کشیدن خواهیم دیگری را زیر نفوذ درآوریم و انتظار داشته باشیم " او" بفهمد ما چه احساسی داریم، اگر به مردم چیزی را بگوئیم که فکر میکنیم آنها دوست دارند بشنوند، (چاپلوسی) یا حتی اگر با بهترین نیتها کلمات را از روی سیاست بکار بریم تا مردم را گرفتار احساس گناه کرده یا روی نقطه های حساس آنها فشار وارد کنیم که آنچه را که میخواهیم بدست آوریم، خواه اعمال ما از روی قصد باشد خواه از روی عاداتهای مزمن، ممکنست در همان لحظه به آنچه که میخواهیم برسیم، اما به قیمت از دست دادن نور درونی مان که در دراز مدت به آن نیازمندیم.

وقتی به آن جرأت برسیم که بتوانیم به سادگی احساسات و نیازهایمان را بیان کنیم، به صداقتی دست یافته ایم که ممکنست برایمان زندگی جدیدی را به ارمغان آورد یا روابطی دردناک را. (که البته این بستگی به چگونگی بیانمان دارد.)

بیان نیازها و احساسات معتبرمان با عملکرد با حد اکثر تمامیت میتواند روابط شخصی و شغلی ما را در جهت بهبود متحول سازد. چنین تمامیت، صداقت و حقیقت گوئی - یا کمبود آن - اثر وجود و شخصیت ما را در زمان و تاریخ باقی میگذارد. با استفاده از قانون صداقت، در زندگی ما چنان تغییرات ساده اما عمیقی اتفاق می افتد که ممکنست امکان آن در باورمان ننگد. همان هدفهایی که زمانی برای رسیدن به آنها نقشه میکشیدیم، از راه هائی به واقعیت می پیوندند که حتی در خیالمان هم نمی گنجد.

قانون اراده برتر

وقتی از موضع خود جدا مانده و از طریق اراده کوچکمان (نفس اماره) عمل کنیم، عمل براساس آرزوها و آنچه که از نظر شخصی ترجیح میدهیم، معمولی است، اما اگر ما خود کاذب یا اراده کوچکمان را به اراده برتر (خواست خدا) تسلیم کنیم و اعمالمان را برای برترین خیرکل آنهائی که تحت تاثیر عمل ما قرار میگیرند انجام دهیم، احساس میکنیم درکانون زندگیمان الهامی شعله ور است. زندگی به این سادگی است.

دردنیای شفافی زندگی میکنیم، که نور خدا از طریق تمام لحظات می درخشد، اگر خداوند را بیاد داشته باشیم و مطیع فرمان او باشیم، کارمان را به او واگذار کنیم (به او توکل کنیم) و بهترین سعی خود را در هر کار انجام دهیم به این حقیقت بصیرت می یابیم که:

خداوند در همه جا و همه چیز متجلی است، و در همه امور یار و یاور ماست.

توجه به اراده برتر مخصوصاً برای آن گروه از ما خوبست که عقاید و نظریات خود را با حقیقت غائی اشتباه گرفته ایم و فراموش کرده ایم که دیگران هم راه های مخصوص خودشان را دارند که باید ببینیم، نه راه ما را. این قانون همچنین درکسانی که احساس بریدگی و تنهایی میکنند و خود را در جدال با من های دیگر مشخص میکنند می بینند و یا احساس میکنند که "زندگی خوبی" ندارند، احساس ارتباط با خود را بوجود می آورد. یکی از راههای عملکرد به قانون اراده برتر اینست که با خود بگوئیم و آنچه را میگوئیم حس کنیم که:

" الهی آنچه تو بخواهی انجام میشود."

(در اسلام دعائی داریم که میگوئیم : " امورم را بخدا واگذار میکنم خدائی که بصیر است به امور بندگان"، در این دعا از اراده و انتخاب خودمان برای رسیدن به اراده برتر استفاده میکنیم و دلیلش را دید محدود خودمان میدانیم. پس با قبول محدودیت دید و در نتیجه عملکرد اراده کوچکمان خالصانه کارمان را به اراده برتر الهی واگذار میکنیم) در عین حال لازمه کار برد این قانون، ایمان به او، و اجرای دستورات اوست. بمعنی حفظ "تقوا"، در این صورت ما با یاد کردن و نامیدن او، با او تماس میگیریم و آنوقت میدانیم چه کنیم. آنگاه به نام او، به امید او، و بعنوان بنده او، والاترین و بهترین تصمیمی را که به فرمان میرسد، به انجام می رسانیم. وقتی میگوئیم:

" اراده تو انجام خواهد شد"، و منتظر میمانیم تا راهنمایی شده و جهتمان مشخص شود دیگر بیاری خدا منیت یا "خود کوچک" (نفس اماره)، تأثیر زیادی در ما نخواهد داشت و در غیر اینصورت منیت ما با اراده آزادش مایل است خود را به تخت بنشانند و بدون در نظر گرفتن خیر کل، هرچه را میخواهد انجام دهد. مانند يك سلول سرطانی که بدون توجه به کل بدن، خود را تکثیر میکند. بیشتر رنجهای دنیا در نتیجه وجود عده زیادی "من" های جدای کوچک است، که توجهی به کل ندارند، (وبخاطر ارضای هوسهای نفسانی) بوجود می آید، منیت یا خود جدا مانده از کل میتواند روی خود را به سوی اصول برتر کند یا از آنها جدا شود، تا درسهایی را که باید بیاموزد.

لازمه رسیدن به اراده برتر، ارتباط یا انگیزه هائی است که از ترجیح دادن ها و علائق شخصی فرا میرود و خیر کلی را در نظر میگیرد. ما وقتی با اراده کوچکمان کار میکنیم محدودیم، وقتی با حس " اراده برتر الهی" کار میکنیم، انگیزه ها، الهامات و انرژی بیشتری در دسترسمان قرار میگیرد.

وقتی برای یافتن جهت رو بسوی اراده برتر (خدا) میکنیم، احساس میکنیم باز شده ایم، بالا رفته ایم و به " سبب " بی نهایت وسیعی "وصل شده ایم و زندگیمان معنی عمیق تر و برتری می یابد. وقتی خودمان را با این احساس درونی اراده برتر، یگانه سازیم و تمام آنچه را که میگوئیم و عمل میکنیم بنا به امر خدا و رضایت او انجام دهیم، انرژیهای شفقت، عشق و نور در زندگی روزمره ما جریان می یابد. قانون اراده برتر برای پیوستن ما به روح الهی درونمان بصورت يك خط مستقیم رهبری، عمل میکند تا هم به خودمان الهام دهد و هم به ما کمک کند که الهام بخش دیگران باشیم.

قانون عمل

آنچه را که احساس میکنیم و میدانیم، آنچه بصورت نیروهای بلقوه و استعدادها و موهبت های متفاوت در ما نهفته است، هرچه که میخواهد باشند. تنها عمل است که آنها را روح داده به این جهان میآورد. آن دسته از ما که می اندیشیم حقایقی مانند ایمان، تعهد، جرئت و عشق را می فهمیم. روزی کشف خواهیم کرد که فقط چیزهایی را واقعاً میدانیم که به آنها عمل میکنیم.

در این جهان عمل کردن آسان نیست، نیروهای شك و جبر، همه جا هستند، حتی در ذهن و بدن خود ما، در عین حال باید عمل کنیم. ممکنست کلمات، ارزان بدست آیند. نظریات و فلسفه های زیبا، عقاید فراوان و نیت های خوب، انسان را تحت تأثیر قرار دهند، اما لازمه تبدیل تمام کلمات، مفروضات و عقاید به عمل، نیاز به صرف انرژی و فداکاری دارد، باید به احساس عدم امنیت غلبه کنیم و از روی موانع شك به خود، (دلالتگی برای گذشته، بی حسی و بی علاقگی، عذرها و بهانه ها و صدها دلیل خوب برای اینکه روال عادی را حفظ کنیم.) بگذریم.

ما از زندگی مرتباً این پیام را دریافت میکنیم: "بهتر است آنچه را که لازمست، انجام دهیم تا اینکه برای انجام ندادنش دلیل خوبی داشته باشیم. این جمله قانون عمل را به بهترین وجه بیان میدارد.

هزاران سخنران برانگیزنده هر روزه در سراسر دنیا میکوشند نظریاتی را فریاد زنند بلکه بتوانند. ما را از روی تخت پائین بیاورند تا زندگی تازه ای را بنیان گذاریم، کمی سعی، کمی اراده، کمی نظم از خود نشان دهیم. باوجود این بیشتر ما وقتی دست به عمل میزنیم که درد های احساسی، ذهنی یا جسمی آنقدر شدت می یابند که ما را مجبور به این کار می کنند.

بیانید این روال را تغییر دهیم، بیایید بپذیریم که لازمه عمل و تغییر در ابتدا همراه با ناراحتی، سعی و صرف انرژی است. بیایید حتی بگوئیم که واقعاً آماده به انجام رساندن اعمال لازم برای زندگیمان هستیم. اما چگونه؟ با توجه بیکی از پر قدرت ترین عبارات سه کلمه ای زبانمان: " فقط انجام بده!"

بیشتر ما برای انجام هرکاری منتظر اجازه از درونمان هستیم. منتظریم "احساس انگیزش" کنیم. منتظریم ترس دست از سرمان بردارد، شك به خود و احساس عدم امنیت، کنار رود و به ما اجازه عمل کردن بدهد. اما خود عمل از هر حالت انفعالی قوی تر است. زمانهایی هست که باید با قدرت و جرئت عمل کنیم. بدون در نظر گرفتن چگونگی احساسات یا افکار.

سلحشوران روحانی این جهان، منتظر اجازه نمی مانند. آنها میدانند و حس میکنند چه عملی باید انجام دهند. آنها راه جرئت و تمامیت را برمیکزینند. اگر قلب آنها مطمئن باشد، علی رقم احساسات ترس، شك به خود یا عدم امنیتی که ممکنست بوجود آید، عمل میکنند. هر روزه ما موقعیتهایی می یابیم که در آنها با ترس و بی حسی روبرو میشویم، اما بهرحال عمل میکنیم، از راه های بسیار مهمی مانند خطر کردن و گفتن آنچه در دل احساس میکنیم، پیروز شدن بر عادات قدیمی یا بعبارت دیگر تجربه قدرت و معجزه قانون عمل.

در نظر داشته باشیم، اگر زندگی مانعی سر راهمان قرار دهد، بهتر است ما پرش از روی مانع را تمرین کنیم.

برای روبرو شدن با ترس، طوری عمل کنیم که گویی احساس شهادت داریم، برای روبرو شدن با شك به خود، طوری عمل کنیم که گویی احساس میکنیم کاملاً لیاقت چنین کاری را داریم، برای روبرو شدن با احساس عدم امنیت طوری عمل کنیم که گویی متمرکز هستیم و کاملاً اعتماد به نفس داریم (اعتماد به نفس برتر). هرکار دیگری که میکنیم "فقط عمل کنیم"، فقط عمل کن.

بگذاریم احساسات ترس، شك بخود و احساس عدم امنیت درگردد. اثری که پشت سر ما باقی میماند رنگ بیازد. بیاد داشته باشیم که: عمل است که مبدل به درك میشود. بینش، کافی نیست، مگر اینکه با جرأت بیامیزد. کافی نیست که ما به پله هائی که به سمت بالا میروند خیره شویم، اگر قصد بالا رفتن داریم، باید قدم بر پله نهاده و یکی یکی آنها را طی کنیم.

فصل پنجم

روابط

بهترین رفتاری که انسان میتواند باخودش و در نتیجه با دیگران داشته باشد، دوستی و رفتار مهرآمیز و متعادل است، چون تقریباً "۸۵٪" نسبت خوشحالی ما بستگی به این روابط دارد. و آن هم در صورتی ممکن است که از نظر معنوی انسان به مرحله رسیدگی و رشد نسبی رسیده باشد در غیر این صورت این روابط بسیار موقتی و نا موفق خواهد بود و شعله فروزان دوستی با کوچکترین باد مخالفی خاموش خواهد گشت.

فقط با رسیدن به رشد معنوی است که خوشحالی حقیقی و پایدار را از داشتن روابط مثبت و درست تجربه میکنیم. خیلی چیزها مستقیم بدست نمی آید، مثلاً اگر دوست داریم مورد احترام باشیم، باید احترام دیگران را نیز نگهداریم و یا اگر جویای رسیدن به هدف و موفقیت هستیم، باید بدانیم که رسیدن به این پدیده های بی نظیر به مداومت، صبر، کوشش، امید و عشق نیاز دارد. اگر در پی جلب اطمینان دیگران هستیم باید یاد بگیریم که بدیگران اطمینان کنیم و اگر میخواهیم مورد علاقه دیگران باشیم، باید ما هم دیگران را دوست بداریم. وقتی ما روابط نا خوشآیندی با اشخاص داریم، خوبست ببینیم که چه افکاری باعث این وضع شده و آنوقت متوجه میشویم که این احساسات و افکار ماست که بصورت کلمات بهم پیوسته، يك جمله یا جمله هائی را تشکیل میدهد و این جملات اگر مثبت و سازنده باشند، روابط درست بوجود میآورند و اگر منفی و گزنده باشند، روابط را خدشه دار خواهند کرد. استفاده از کلمات مثبت به این دلیل بسیار پر ارزش میباشد.

چه نیکوست که ما دوباره به شیوه ها و نیروی عشق نظری بیفکنیم، زیرا برای اکثر ما فقط تصور اینکه عشق ورزیدن واقعیتی ممکن است، زندگی را که بدون عشق بسیار خالی است، امید بخش میکند. به این بیاندیشیم که احترام متقابل، آرامش، خوبی، اطمینان و همزیستی صلح آمیز تا چه حد میتواند لذت بخش باشد.

تنها عشق است که قادر است بدون گرفتن شأن و خویشتن طرف مقابل، یگانگی بخشد، فقط عشق است که به مردم 'سلطه' حسادت آمیز ندارد و فقط عشق است که افراد بشر را فراتر از نژاد و ملیت و غیره، قرار میدهد و تنها عشق است که میتواند نیروهای بی پایان مورد نیاز را برای غلبه بر گرسنگی و ناامیدی فراهم سازد.

(البته منظور عشق حقیقی است و نه عشقهای مزاجی و تنها جنسی، که اغلب مردم خود خواههای کاذب را با عشق اشتباه میگیرند).

عشق حقیقی بر اساس توقعات و انتظارات بی جا ریشه نمیگیرد. هیچ کس حتی يك "قدیس" هم نمیتواند همه انتظارات ما را بشناسد یا بر آورده کند، بنا بر این توقع از دیگران در واقع با درد و یأس وصلت کردن است.

تنها انتظار و خواسته معتبر در عشق اینست که: آنها که دوستشان داریم "خودشان" گردند، همان گونه که منظور و مقصود نهائی خود ما نیز باید همین باشد. عشقی که از روی حس و وظیفه و الزام اعطا شود بالاترین اهانتها به عشق است، عشق نیست، عشق حقیقی در خود انگیختگی، در خود به خودی رشد میکند و بی شمار فرصتهائی برای حس شمع، زیبایی و خنده فراهم میآورد، همه ما شگفتی اشتراك نهایت يك تجربه را، چه در شادمانی، چه در درد، با دیگری آزموده ایم. برای لحظه ای تجربه مشترك دو آدم را بیکی بدل میسازد. این لحظات نزدیکی عمیق، عشق را تازه کننده تر، هیجان آورتر و پر از شور جوانی میسازد...

احساس نیاز جسمانی نیز جزئی از عشق است. ما دوست داریم آنانی را که دوستشان داریم نزدیکمان باشند. در آغوششان بگیریم و از خود دورشان نسازیم. به این معنا که میتوانیم از لحظاتی عمیقاً با دوستی یکی شدن، رضایت کامل بدست آوریم. عشق و دوستی خالصانه نیز نیازمند کلامند. اگر دوستدار و یا عاشقیم باید بتوانیم دست بگشائیم و با کلامی، یاداشتی، شاخه گل یا شعری ساده دل آن را که دوستش داریم اطمینان بخشیم، هیچ آدمی از شنیدن کلام عشق که بیان میشود خسته نیست. " مگر اینکه عشقی یکطرفه باشد، که آنهم نوعی خود آزاریست، عشق نیست. عشق و دوستی نیازمند همدردی و غمخواری است در عشق و دوستی جائی برای استثمار وجود ندارد. قولی قدیمی است که میگوید: اشیاء را بکار ببر، آدمها را دوست مدار...

بنظر میرسد که در واقع دو احساس اصلی و بنیادی در زندگی وجود دارد. احساس عشق و احساس ترس. حضور یکی موجب غیبت دیگریست. هنگامیکه با خود و دیگران با عشق رفتار میکنیم و مهربان و بخشنده هستیم، احساس میکنیم که با ما نیز با مهربانی رفتار میکنند و شاد میشویم، وقتی تصمیمی از روی عشق و دوستی گرفته شود در غیاب ترس، حتی قبل از آنکه نتیجه اش روشن شود احساس شادی و رضایت خاطر حاصل میشود.

عشق شکیبائی و مهربانیست. عشق حسادت و خود بینی و غرور نیست، عشق رفتار ناهنجار یا خود خواهی و عصبانیت نیست. عشق خطاها را نمی شمارد. عشق با بدی سازگار نیست، اما با حقیقت خوش است. عشق ایمان

و صبرش هرگز شکست نمی خورد. عشق همچنين نیروئی خارج از جهان مادی دارد، همان قدرتی که عده ای را و امیدارد تا ما را حتی پیش از تولد و بدون هیچ دلیلی دوست بدارند. نوع حقیقی و کامل عشق که ماورای مفهوم زمان، باقی خواهد ماند و جاودانیست، عشق به خالق است، به خدای بی شریک و پاک، که اوهم ما را پاک و خالص میخاهد، و اگر ما را بعنوان معشوق برگزید، قلب ما گنجینه ای پر از عشق خواهد شد، و تمام عشقها و دوستیهای ما قبل از رسیدن به آن مرحله، شاید تمرینی باشد برای آن عشق بزرگ. " اما این عشق هرگز سراغ کسانی نمی رود که زود جا میزنند و یا نیرنگ باز و دو رو هستند. " زیرا عشق جویای فداکاری، ایثار و گذشت است. همه ما قبل از رسیدن به آن مرحله رشد معنوی، گاهی احساس رد شدن و دوست نداشته شدن را داریم، شاید برای لحظه ای تصور کنیم که با دنیا همآهنگ نیستیم و یا ارزشمان از دیگران کمتر است. با اینهمه بایستی بخاطر بسپاریم که ما همان چیزی هستیم که در آخرین تجزیه و تحلیل از خود داشته ایم. اگر ما بدلالی بیهوده خود را محدود نکنیم، امکانات بسیاری خواهیم داشت. اگر احساس میکنیم که زشت هستیم، بخاطر داشته باشیم که زیبایی جنبه های گوناگونی دارد. اگر احساس بدبختی میکنیم فراموش نکنیم که انسان همان اندازه خوشبخت است که در ذهنش احساس میکند. اگر احساس تنهایی میکنیم، منتظر نشویم دیگران به سراغ ما بیایند، خود بسوی آنان برویم. بخاطر داشته باشیم که اگر برای گذاشتن غذا در دهانمان انرژی لازم را نداشته باشیم، از گرسنگی خواهیم مرد. اگر ما برای داشتن روابط بهتر منتظر موقعیتهائی در آینده هستیم و به امید فردا زندگی میکنیم، خودمان را متقاعد کرده ایم که فردائی بهتر، عاقل تر و موفق تر، یا ایمن تر خواهیم داشت، اندیشیدن به این چیزها خوش آیند است، ولی اگر همینها موجب شوند که این لحظه طلالی برای ایجاد روابط بهتر از دست برود، در اینصورت بی شک بهائی بس گزاف خواهد داشت. امکان شادی امروز را به امید فردای نا معلوم از دست دادن، ای بسا جبران نا پذیر خواهد بود. زمان حتی برای جوانترین ما نیز نا محدود نیست، زمان آن چیز است که فقط اکنون برای ابراز عشق و محبت در اختیار ماست. این ضرب المثلی قدیمی است ولی عین حقیقت است که: عشق تا ابراز نشود عشق نیست. تا هنگامیکه کُنش محبت آمیز آشکار نگردد، عشق ورزیدن جز عقیده ای خوب نخواهد بود. فقط يك عقیده! يك كلمه ساده و مجازی و این فرصتها در زندگی بسیار کم پیش خواهد آمد. اشاره به این امر که همه ما گاه نیاز به نوازش شدن و مورد سپاس قرار گرفته شدن داریم نه خواسته زیادی است و نه گناه. چقدر زیباست که گاهی با کلمات مهرآمیز یا فرستادن کارت و چند شاخه گل، از شخصی که به مناسبتی با او در رابطه هستیم بدون دلیل بخصوصی، (تولد، مرگ، مریضی و غیره..) تشکر کنیم. چرا باید گُلها را از کسانی که دوستشان داریم و دوستان دارند، فقط زمانی دریافت کنیم که یا در بیمارستان هستیم و حوصله لذت بردن از آنها را نداریم و یا فقط در مناسبتهای اجباری دریافت کنیم، و متاسفانه اغلب ما، بیشترین گُل را زمانی دریافت میکنیم که دیگر در این دنیا نیستیم. آخر چه کسی پس از مرگش به گُل نیاز دارد؟...

چقدر لذت بخش است که ما بدانیم شخصی بدون اجبار، برای ما هدیه یا کاردی فرستاده. فقط بدلیل نشان دادن محبت خود نه چیز دیگر.

در رابطه با دیگران بدترین کارها عیب جوئی از آنهاست، زیرا این کار ارزش انسان را در قلب طرف پائین می‌آورد، بهترین قانون در روابط عیب پوشی دیگران است. مگر اینکه رابطه خیلی نزدیک با شخصی داشته باشیم که در اینصورت هم نظر خود را خیلی صادقانه و لطیف درخولت بطوریکه کس دیگری متوجه نشود با بهترین زبان و در بهترین زمان (زمانی که طرف روحیه خوب و بالائی دارد)، با او در میان می‌گذاریم.

باید به این نکته توجه کرد که هیچکس مخصوصاً اشتباه نمی کند و اگر اشتباهی صورت گرفته به این دلیل بوده که شخص مذکور بنظر خودش آن رویه را درست میدانسته، یا لاقلاً اینطور تصور می‌کرده. (البته به استثنای استثناءها). دیگر اینکه برای دیگران مخصوصاً کسانی که با آنها رابطه نزدیکی داریم، شنونده خوبی باشیم، چنانکه گفته اند: خوب گوش کردن به دیگران سه چیز را می‌رساند: یکی احترام بديگران و دیگر اینکه تعلیم صبر، و از همه مهمتر شخصیت محکم و اعتماد بنفس حقیقی شنونده را .

اما نکات مهم در گوش دادن از این قرار است: در درجه اول به سخنان او با دقت و اشتیاق گوش کنیم و دیگر اینکه وسط حرف ندویم و پیش داوری نکنیم و بعد از پایان صحبت های او، حتی زمان کوتاهی فاصله بگذاریم و بعد حرف خود را بازگو کنیم، که طرف احساس کند واقعاً بحرفهایش توجه کرده ایم و فراموش نکنیم که هیچگاه ما بطور کامل نمیدانیم از درون اشخاص با اشارات کوچک ظاهری آگاه شویم و بیاد داشته باشیم که هرگز نباید تحت تأثیر ظاهر گوینده قرار بگیریم برای مثال بعضی وقتها حرفهای حسابی را میشود از بچه ها یا اشخاص نادان شنید و همینطور عکس آن، از اشخاص مهم یا دانشمندان، حرفهای پست و بیهوده. بهمین جهت بزرگان گفته اند: دو چیز عجیب است، سخن حکمت آمیز از سفیه و نادان، آن را بپذیرید، و سخن بد از خردمند، آن را عفو کنید.

بهر حال بقای انسانی به برقراری پیوند سالم بستگی دارد، و والاترین و دشوارترین گونه رفتار آدمی، فرایند پیچیده و مستمر روابط انسانها با یکدیگر است در هر مرحله از حیات. بخاطر داشته باشیم که پیوندها بندرت به دلیل فقدان توان زندگی در وجودشان به ناگاه می‌میرند. پیوندها به آرامی می‌پژمرند، چرا که انسانها یا نمیدانند که چگونه پیوند را حفظ کنند و یا بچه اندازه زمان، تلاش، عشق و دلسوزی نیازمندند و یا اینکه آنان تنبل تر یا هراسناکتر از آنند که کوششی به عمل آورند. پیوند زنده است، هر پیوندی به همان توجهی نیاز دارد که هنرمندی با تمام دقت به هنرش مبدول میدارد و از این مراقبت و توجه بهره میبرد.

بهر حال زندگی ما نقشهای پرپیچ و خم و پیچیده ای از پیوندهاست. که انگیزه ها، آرزوها، ایمان، نیازها و رویاهای ما بگونه ای ظریف به آن متصل است. با بررسی طرحهای این پرده نقش دار، تا حد زیادی میتوانیم خود را در مقام يك فرد بشناسیم و تعریف کنیم. در پیوندهای ابتدائی با پدر و مادر، خواهر و برادر، انتخاب از آن ما نبوده است. ما به این آدمها وابسته شده ایم، چرا که در قالب " انسان" به مراقبت گسترده تر و دراز مدت تری از سوی مخلوقات زنده دیگر نیاز داشتیم. اما این حقیقت را از یاد نبریم که ما بعنوان انسان طولانی ترین چرخه زندگی را داریم، پس در طول زمان و در طی سالهایی که از پی می‌آیند، می آموزیم که لازم است خود را به انواع گوناگون پیوندها تطبیق دهیم تا بتوانیم نیازهای تازه و پیچیده جسمانی، اجتماعی و عاطفی خود را به دل سوزاندن

و مصاحبت، روابط جنسی، ایمنی، موقعیت اجتماعی و رشد و بالندگی برآورده سازیم. بنابراین، برای آنکه دیگری را با عشق به زندگی خویش راه دهیم بایستی با میل و ویژگیهای مخری از این دست را کنار بگذاریم: نیاز همیشه برحق بودن، نیاز همواره نفر اول بودن، نیاز همیشه بر اوضاع مسلط بودن، نیاز به کامل و بی نقص بودن، نیاز محبوب همگان بودن، نیاز به تملک، نیاز به تغییر دیگران بخاطر نیاز خود، نیاز به استثمار و بکارگیری ماهرانه دیگران، نیاز به ملامت و سرزنش، نیاز به سلطه جوئی. با وجود تمام اینها پیوندی که کامل و سرا سر امن، شاد و محکم باشد، وجود ندارد. به دلیل ماهیت پیوند، چنین چیزی محال است.

چگونه میتوان از دیگران انتظار داشت که همیشه طالب بودن باما باشند؟ چگونه میتوانیم یافتن کسی را چشم داشته باشیم که در آنچه ما شادی می یابیم شاد شود. همان کسانی را که ما دوست داریم، دوست بدارد، علائق ما را داشته باشد و کارهایی را که ما میخواهیم در همان زمان که ما خواسته ایم انجام دهد؟ تنها کسانی که از عهده این کار برمی آیند، آدم آهنیها هستند که به گمان من در روابط بسیار نزدیک نمیتوانند آدمهای گرمی باشند! به دلیل جوهره پیوند که همیشه دو یا چند نفر را شامل میگردد، همواره اختلافاتی وجود دارد. وقتی به پیوندی شکل می بخشیم بهتر است از آرزوی تصمیم بی نقصی و قطعی چشم ببوشیم. عدم توافقیها و سرکوبی های احساسی غیرقابل اجتنابند، بعضی را حل میکنیم و بعضی در زمان حال غیرقابل حل هستند، اما در طول زمان بر آنها فائق میآئیم، گروهی نیز برای همیشه حل ناشدنی است.

مسئله این نیست که مسائل وجود دارند، مسئله توقع داشتن اصل آن است، گاهی اوقات مشکلات شروع روابط، مثل زمستانی سخت و پر برف و باران و پر از سوز و باد و یخبندان است که بعد از آن بهاری پر از لطف و زیبا و شکوفا و پر از گل و گیاه انتظار ما را میکشد و تابستانی لذت بخش و مملو از نعمتهای فراوان و درختان سرسبز و پر از میوه های رسیده و در دست رس، بنا بر این نباید از وجود مشکلات در آغاز روابط همیشه وحشت زده شد. بهر حال دو نفر با دو روحیه مختلف و داشتن تجارب متفاوت، مدتی زمان و صبر و گذشت و فداکاری لازم دارند تا به تفاهم و درک متقابل برسند، ما در این زمینه بیش از هر چیز به شجاعت نیاز داریم و این دانش که هر چه هست نیز بگذرد و هیچ چیز جز ذات خداوند متعال دوام و بقائی ندارد، نه درد و نه شادی و نه حتی خود زندگی. لازم است این حقیقت را بپذیریم که تنها راه آنکه کاری که دیگری میخواهد بر ایمن انجام دهد مورد رضایت ما باشد، اینست که زیاد سخت نگیریم و بدانیم اگر چیزی یا کاری دقیقاً میخواهیم آنگونه انجام شود که در نظر داریم باید شخصاً آن کار را خود انجام دهیم، در غیر این صورت طبیعی است که نتایج با آنچه خود در نظر داشتیم متفاوت خواهد بود و ما ناگزیر از پذیرش آن هستیم.

اگر آنقدر نیرو و توان داشته باشیم که برای شکستهای خود به اندازه کامیابی هایمان مسئولیت بپذیریم، آنگاه احترام بخود در ما تغذیه شده و رشد میکند. هنگامیکه برای نیرو و حمایت متقابل به دیگری می پیوندیم، باید که شجاعت در کنار یکدیگر زیستن را در خود گسترش دهیم. نکته مهم این است که در هر لحظه قادر باشیم آنچه را که هستیم و درست نیست بخاطر آنچه باید باشیم و درست است قربانی کنیم.

این در دست ماست که به پیوند های خویش فرصتی بخشیم. هیچ چیز در زندگی زیبا تر از دوست داشتن دیگری و درمقابل به وسیله دیگری دوست داشته شدن نیست، زیرا که عشق غایت تمامی تجارب است. اگر با خود صادق باشیم باید اذعان کنیم که همه ما دوست داریم مورد محبت و علاقه اطرافیان باشیم، زیرا یکی از عمیق ترین نیازهای بشری، نیاز به دوستی و ستایش است. این نیاز که دوستان بدارند، به ما احترام بگذارند، نیازی اساسی است. برای هرکدام از ما، احساس تعلق نکردن و خواستنی نبودن یکی از زیانبارترین بازتابهای رفتاری است. هرچه افراد بیشتری دوستدار و نیازمند ما باشند شکوفا تر و بازتر میشویم. اگر بنظر میآید که اصولاً آدم راحت و خون گرمی نیستیم، پیشنهاد میکنم شخصیت خودمان را زیر نره بین بگذاریم و بکوشیم عوامل مشخصی که موجب تنش در وجود ما شده برطرف سازیم. این گمان برایمان پیش نیاید که اگر مردم ما را دوست ندارند به دلیل آنست که عیبی در آنها وجود دارد، برعکس فرض را بر این بگذاریم که عیب در ماست، پس تصمیم بگیریم آن را پیدا و از میان ببریم. (البته غیر از مواقع استثنائی)، اصولاً مردم را دوست داشتن و مورد علاقه و محبت دیگران بودن لازم و ملزوم یکدیگر است. بسیار عالی است که در هر فرد حتی ناخوشایندی نیز خصوصیات دوست داشتنی کشف کنیم، باور کردنی نیست که در این صورت متوجه میشویم افرادی که اصلاً از آنها خوشمان نمی آیند، نکات اخلاقی دلپسندی دارند. پس از آنکه خصوصیات مثبتی در دیگران کشف کردیم، آنان نیز خصوصیات خوب و مثبتی در ما پیدا میکنند.

و اما برای اینکه شخصی دوست داشتنی و مورد احترام باشیم لازم است لااقل به نکات مختصری که در اینجا شرح داده میشود توجه کنیم :

۱- بکوشیم نام افراد را بخاطر بسپاریم، بی دقتی در این امر نشانه بی توجهی به طرف مقابل است، نام هر شخص برایش خیلی مهم است.

۲- سعی کنیم خونگرم و زود جوش باشیم، زود از کوره در نرویم.

۳- خود پسندی را کنار بگذاریم، سعی نکنیم فخر بفرشویم و ادعای عالم د هر بودن کنیم، خودمان باشیم، رفتاری طبیعی و عادی از خود نشان دهیم.

۴- با هرکس مناسب با درك و شعورش صحبت کنیم.

۵- با حذف عواملی که باعث نجسی ما میشود، میتوانیم اطرافیان خود را مجذوب کنیم، گاهی حرکاتی نا آگاهانه از انسان سر میزند که با دقت در آن میشود در صدد رفع آن برآمد.

۶- با هرکس سوء تفاهمی داشته یا داریم، صادقانه و صمیمانه در برطرف کردن آن بکوشیم، سعی کنیم رنجشها را از قلبمان بزدا کنیم.

۷- دوست داشتن و مهر ورزیدن را تمرین کنیم تا روزیکه این عمل برایمان بصورت عادی و طبیعی درآید.

۸- بیاد داشته باشیم که در هرکس خصوصیات دوست داشتنی میشود پیدا کرد.

۹- هرگز موقعیت هائی را که میشود در آنها به اطرافیان تبریک یا تسلیت گفت یا هدایائی هرچند کوچک داد از یاد نبریم.

۱۰- به مردم زخم زبان و گوشه و کنایه نزنیم و آنها را به اصطلاح خیط نسازیم، بلکه سعی کنیم همیشه با حمایت معنوی خود از اطرافیان، به ایشان روحیه و قوت قلب ببخشیم.

دنیا به کمک دهندگان نیازمیرم دارد، ما ساکنان جهان، بدون افراد کمک رسان قادر به ادامه زندگی نیستیم، رشد و بقای ما به اشتیاق مان در کمک به یکدیگر بستگی دارد.

بنابر این چه نیکوست که با بکار بستن نکاتی ارزشمند دیگری که بعرض خواهد رسید قدر هم را بهتر و بیشتر بدانیم. در پرسشنامه ای همگانی درباره: "چگونه میتوانیم روابط بهتری داشته باشیم؟" از بین پاسخ های مردم علاقمند، این نکات انتخاب شده، که امیدست مورد توجه و کارگیری ما قرار گیرد:

بر آن باش تا زمان و توان کافی در پیوند هایت سرمایه نهی.

پیوندهای با دوام اتفاقی بوجود نیامده، بلکه با لطف خداوند و مواظبت انسانها رو به کمال رفته است.

بدان که هیچ پیوندی نمیتواند ابدی باشد، کیفیت موقتی بودن پیوند ها را بشناس، اما کُنش هایت بر این شالوده باشد که گوئی آنها همیشه اند.

شتابزده نباش.

بسیار پیوندهای کسی که دوستش می داری احترام بگذار، اگر این پیوند ها برای او اهمیت دارند، بهتر است برای تو نیز مهم باشند.

هرگز از دیگران بت و معبود کمال مطلوب مساز، هیچ گاه انتظاراتت را بر آورده نخواهند کرد.

برچسب قیمت را از روی انسانها بردار، هر فردی در مقام خود ارزشمند است.

از بخشش و ارزانی داشت مهر مهراس. اگر با جان و دل ببخشی هرگز نمیتوانی بیش از اندازه ارزانی داری.

هر گز دیگری را ناگزیر مکن به نام عشق کاری برای تو انجام دهد. با عشق معامله نمی توان کرد.

براین احساس مباش که ناگزیری تمام ساعات بیداری خود را با آنکه دوست میداری بگذرانی، گاه او را بحال خویش رها کن بگذار که در دنیای خود بسر برد.

سکوت و خلوت او را محترم بشمار، زیرا چاره های او برای حل مشکلات، خلاقیت و نیازهای روحیش در لحظات سکوت برایش شناخته میشوند.

مهراس، ترس را از خود دور کن، تنها ترس سازنده، ترس از دست دادن عشق خداست.

پیوندهایت را بیش از اندازه تجزیه و تحلیل مکن، بدان که حق انتخاب همیشه از آن توست، به میل توست که چه میکنی.

بخاطر بسپار که هر پیوندی بهم برآمدن و اتحاد نیروهاست، یعنی با هر پیوند، تو نه تنها می بخشی و مهر ارزانی می داری، بلکه خود بیشتر و بیشتر میشوی.

مگذار که رویدادهای زندگی دلت را سخت گردانند. از آن برای حساس تر و آگاه تر شدن سود ببر، مگذار حرفهایتان ناگفته در دل بماند، یکدیگر را خاموش نکنید، هیچکس در سایه نمی روید.

زانوی غم به بغل مگیر! در اندوه خود فرو مرو! زندگی کن، دوست داشته باش، زمان برای همیشه از آن تو نیست. به خشم، رنجش و غم میاویز! نیرویت را به یغما می برند و ترا از عشق دور میکنند، شاید لحظه ای برسد که خواهان گسستن پیوندی باشی، اما هرگز به برقراری پیوند نقطه پایان مگذار.

اگر هر روز مجالی برای گفتگو فراهم آورید، هرگز با یکدیگر بیگانه نخواهید شد. متارکه، ستیز و مشاجره مشکلات شما را حل نخواهند کرد، چرا تفاهم، گرمی و انعطاف پذیری را نمی آزمائید.

پیش از برقراری هر پیوندی از خود بپرس آیا درباره این شخص چیزهایی هست که نمی توانم تحمل کنم؟ و اگر هست از خود بپرس و ببین آیا توان آن را داری که برای بقیه عمر با آنها سر کنی؟ اگر پاسخ منفی است از خیر آن پیوند بگذر.

کاغذی بردار و همه دلایلی که سبب میشود تا آدمی را در پیوندی دوست بداری بر روی آن بنویس (خصوصیات جالبی که در او هست)، هنگامیکه همه چیز سخت و دشوار می نماید، یاد داشت خود را بیرون بیاور و با ردیگر بخوان، می بینی که مسائل به چه سرعتی حل میشود.

از مخالفتها و مباحث مهراست، تنها آدمهایی بحث نمی کنند که اهمیت نمی دهند یا مُرده اند.

درواقع گفتگوهای کوتاه نداشته باش، مطمئن شو که همه چیز کاملاً مطرح شود و پایان برسد و درضمن دنباله گیری بیجا و جار و جنجال هم مکن. زمانی که بحث و مشاجره پایان آمد، آن را بدست فراموشی بسپار. بیاموز که خم شوی زیرا از شکستن نیکوتر است.

در موارد خُرد و جزئی، خود "فروتر" خویش و رنجشهای کودکانه درگیر شو، اینها صرفاً پیوند های ترا پست میکنند و نزدیکی را مانع میشوند. مراقب رنجشها و آزردهای کوچکی باش تا که به غولهای مخربی بدل نشوند. بر آن باش که دل آزردهایت را بی درنگ بر زبان رانی. دست از غرور بدار، کاذب است، حصار می آفریند و سدی برای نزدیکی میشود، انسانیت دیگری را تصدیق کن.

ماهیت هر یک از پیوندهای خویش را بارها و بارها بررسی کن، این پیوندها پویانند، نه ایستا و بنابراین همواره در حال دگرگونی درجهت بهتر یا بدتر شدن هستند.

احساسات را بکار بگیر، احساسات تنها درکنش معنا میابند. رفیق و مهربان باش، راهی مطمئن برای تفاهم و پذیرش.

بهمه انتقادات به دیده مثبت بنگر، چرا که به ارزیابی خودت منجر میشود، تو همیشه آزادی انتقاد را چنانچه بی مورد و غیرمنصفانه باشد، نپذیری.

گوش دادن را بیاموز، چیزی یاد نخواهی گرفت، اگر صرفاً به خودت گوش کنی.

دست از نگرانی بدار، بیشتر آنچه امروز غصه اش را میخوری هفته بعد به سختی بیاد میآوری.

آنچه معقول است انتظار داشته باش، توقع بی نقصی و کمال خطاست.

اگر هر يك از دو فرد در گیر در پیوندی مهر آمیز " ۷۵٪ " از خویش را با اشتیاق در میان نهد، پس آن دو " ۵۰٪ " بیش از آنچه برای پیوندی کامل نیاز است در چنگ خواهند داشت.

اجازه مده دیگری ترا بر پایه رفیع بنشانند، چرا که افتادن بس سهل است. دل نگران آن مباش که از پیوند تو را چه حاصل میگردد، بیندیش که تو چه به آن پیوند میافزائی.

دست از بازی و تظاهر و نمایش بردار، پیوند بالنده تنها از صداقت نیرو میگیرد.

با آنکه تو هم نیمی از يك پیوند هستی، برتوست که جدای از پیوند، فرد کاملی بمانی.

چه احساس زیباییست برقراری پیوند با انسانی که نه تنها تو دوستش داری، بلکه بسیاری دوستدار اویند. این بدان معناست که انتخاب نیکوئی کرده ای.

بیاد داشته باش که ارزشهای اخلاقی و معنوی محدودیت آفرین نیستند، بلکه حمایتگرند. بخند و بگذار گل خنده بر لبانت شکوفا بماند. خنده قلبت را قوت می بخشد و از بیماریهای قلبی میرهاند.

شاید بد نباشد کاری را که ترجیح میدهی نکنی، برای شا دمانی دل دیگری انجام دهی.

آنچه در باره خود میآموزی کمک بی پایانی است بتو تا که احساس دیگران را درك کنی. مشکلات را بصورت آزمایشات و معجزات کوچک بنگر که همراه خود دانش و دگرگونی به همراه میآورند.

ادب را از یاد مبر، عشق مجّوزی برای گستاخی و بی ادبی نیست. تو خود در قلب پیوند هایت جا داری، پس خود بار مسئولیت احترام به خویش، بالندگی و کامیابی هایت را بردوش داری، هرگز انتظار نداشته باش که دیگران آنها را برایت به ارمغان آورند.

باید آنگونه زندگی کنی که گوئی تنهای تنهایی و دیگران موهبت هائی هستند تا یاریت دهند که به غنای زندگی خود بیفزائی.

هنگامی که از کسی میرنجی شاید بد نباشد لختی بیندیشی و بار دیگر همه رفتارهای نیک و نکات مثبتی را که در او می پسندی در نظر آوری، پیش از آنکه عکس العمل منفی نشان دهی.

مگذار پیوند هایت در اثر غفلت بمیرند و بپوسند.

و بیاد داشته باشیم، اعتماد و بُرد باری و ملاحظه ای که به بهترین شکل دوستی را معنا میکند، میتواند تمام ارتباطات نزدیک را شفا ببخشد و سالم نگهدارد.

دوست خوب بودن، برای خودمان، مادر یا فرزند و یا کسی که شريك زندگی ماست، در درجه اول بمعنای احترام گذاردن به تمامیت آن فرد است، دوستی بازتاب احترام عمیق برای ارزش انسان است، دوستی بمایگوید: که دیگران تنها به این دلیل وجود ندارند که نیازهای ما را برآورده کنند و زندگی ما را سرشار سازند، آنان نیز نیازها و زندگی هائی دارند که باید تحقق یابند. به عبارت دیگر ما در عین حال که مسئول خود هستیم بایستی با کمال میل مسئولیت " کامل شدن " دیگری را نیز برعهده گیریم. این شراکتی داوطلبانه است، توافقی متقابل برای

غنی ساختن فرایند های زندگی دیگری بوسیله فاش سازی خود، همانگونه که آنها نیز خود را آشکار میسازند. در دوستی، هر فرد حضور دیگری را تأیید میکند و تمامیت او را تقویت مینماید. عمیق شدن ریشه های دوستی، سبب سهیم شدن آسیب پذیرها در محیطی آمن میگردد. بیکدیگر میگوئیم که آنچه بیش از همه چیز اهمیت دارد، "در راه رشد بودن ماست" درگنشه‌ایمان به دیگری نشان میدهم که محترمش میداریم و تحسینش می‌کنیم، نشان میدهم که از بودن با هم و شریک شدن تجاربمان لذت میبریم و فراموش نکنیم که ما انسانها ضعیفیم و به آسانی می‌رنجیم، گنش‌ها و واژه های بدون تعمق و اندیشه، در دراز مدت پیوند های ما را از هم می‌گسلا و جدائی، درد، بی‌حاصلی، تنش و رنجش منجر میکند. هر یک از ما مسئول خلق محیطی پراز گرمی و دلسوزی برای آنانی هستیم که دوستشان داریم.

من همیشه برآن بوده‌ام که یک روز خوب را فقط، روزی ندانم که همه چیز بروفق مراد من بوده است، بلکه روزی بدانم که من بوسیله کلام یا گنش فکورانه و پر مهری توانسته باشم روز انسان دیگری را شاد تر و با صفا تر و روزی خاص کرده باشم و این، در زندگی من راهی موقّق بوده است.

شک نیست که ما بایستی با یکدیگر با وقار و شأن رفتار کنیم، نه به این دلیل که اینگونه رفتار را ارج می‌نهیم، بلکه بدین سبب که با فکور بودن و با ملاحظه رفتار کردن، بهتر میتوانیم بروئیم و رشد کنیم. با دیگران باهمان گرمی و ملاحظه ای رفتار میکنیم که خود نیاز داریم، و ببینیم که چه میشود...

و اکنون توجه کنیم تابدانیم اشخاصی که از نظر معنوی بدوران بلوغ خود رسیده‌اند، (خودراستین رادرخودکشف و رشد داده‌اند) درزمینه روابط دارای چه رفتاری هستند:

این نکته مورد توافق است که افراد بالغ دارای حسی از هویت "خود" حسی از "من"، حسی از چه کسی بودن و مستقل از دیگران بسر بردن هستند، اما این اشخاص جدا و مستقل از دیگران هم، نیاز به نزدیکی جسمانی و روحی و نیاز به برقراری رابطه ای عمیق و پرمعنا با دیگران را احساس میکنند. این افراد اشتیاقی صمیمانه به مّولد بودن دارند و میخواهند آنچه را ببار می‌نشانند به دیگران عرضه کنند، درطلب آفرینش و شراکت آفریده هایشان با دیگرانند، زندگیشان را پذیرایند و با رضایت خاطر و شغف کار میکنند. آنان هنر زندگی را میدانند و هر روز ذوق و استعداد خود را در هرتلاش و کوشش، و قوه تخیل خویش را در باز آفرینی زندگیشان و روابطشان با دیگران بکار میگیرند، آنها خود انگیزند، پذیرا و قابل انعطاف، پذیرنده تجارب تازه و خوش گمان به حقیقت‌اند. زندگی را زنجیره ای از گزینه‌ها میدانند و مجموعه ای که خود تعیین کننده آن و فردا مسئول آنند. آنان به جهان و جامعه ای که در آن زندگی میکنند و دیگرانی که زندگی اجتماعی را با ایشان شریکند، احترام میگذارند، ارزش آنها را میدانند و برایشان دل میسوزانند، با وجود آنکه شاید عادتاً با ایشان توافق نداشته باشند، به نیازها و قوای بالقوه خویش ایمان دارند و تشخیص میدهند که اینها میتوانند گاه‌گاه با نیازهای دیگران متعارض شوند، اما خوب میدانند که این تعارض میتواند نیروی مثبتی در راه رشد و دگرگونی باشد. و همینطور این انسانها حس عمیق و معنوی در رابطه شان با طبیعت و دیگر انسانها دارند و شگفتی مستمر حیات و زندگی را میشناسند، و از قوای

به ودیعه نهاده شده در درونشان تماماً بهره میگیرند و خود را بخشی کوچک از راز عظیم زندگی می دانند و عشقشان را، شادی و شغفشان و خردشان را با آغوشی گشاده بی اندیشه بهره برداری، مسئولانه با دیگران سهیم میشوند، بنابراین جوهر و ماهیت این اشخاص وجودی در حال رشد دائم است و آنان حس هویتی قابل انعطاف، اما رنگ ناپذیر دارند. حس روشن و پذیرا از آنکه هستند، و آنچه میتوانند باشند، و اینکه نقاط قوتشان در چه واقع است و برای آنها توانایی برقراری روابطی عمیق، صمیمانه و پرمعنا بر اساس احترام، در قبال یگانه بودن آدمهای دیگر از اهمیتی بسزا برخوردار است. اینها انسانهایی گرم و پرمحبت و مهربان و از نظر جنسی پاسخگویند، انسانهایی اجتماعی اند، دوستی را می شناسند و حس بودن با دیگران را دوست دارند، هر چند تنهایی نیز آنها را کسل نمی کند. و ایشان دگرگونی و تغییر را برای بهبود و اصلاح خود، آدمهای دیگر و جامعه ای که در آن زندگی میکنند با آغوشی باز میپذیرند، خود راستین را می شناسند و اتکا به نفس حقیقی دارند، خلاق هستند، شوق طبیعی را دوست دارند و درجهانشان با خود و دیگران آرام و آسوده اند.

(بطور کلی افراد بالغ، اغلب بر امور نفسانی خود تسلط دارند)، آنها نیاز خویش با دیگران را می بینند و می شناسند. این نیاز به عشق و نزدیکی را دلیلی نمی دانند بر آنکه کمتر از آنچه هستند باشند. بلکه آنرا وسیله ای برای تجلی بخشیدن به نیروهای نهفته و عظیم خویش و سهیم شدن آن با دیگران به شمار میآورند. حتی عشق و نزدیکی جنسی نیز وجود آنها را محدود نمی کند، بلکه فرصتهایی هستند که در آنها میتوان روئید و سبز شد، آنان می فهمند که هرگز نمی توان مایملک مردم و آدمهای دیگر شد و خود آرزوی مایملک دیگری شدن را در سر ندارند. میدانند که انس و ازدواج آنها را بهم نزدیک میکند، اما مسئولیت هر آدمی در این میان آن است که آزادی نسبی و استقلال خویش را حفظ کند. هر آدمی باید جداگانه بروید تا بتواند همپا و همراه دیگری یا دیگران رشد کند. آنها میدانند که دو انسان در برقراری یک رابطه نزدیک و موفقانه، در واقع دو دنیای مختلف را بهم پیوند میزنند و نه تنها نقاط مشترک، که تفاوتها و اختلافها را نیز بهمراه می آورند. در واقع این تفاوتهای میان آنهاست که بشکل مستمر بسان محرکی در راه، بکار گرفته میشود و تغییرات مثبتی را باعث میشود. عمق عشقمان را به میزانی که میتوانیم انعطاف پذیری نشان دهیم میتوانیم اندازه بگیریم. در این فضا است که نس و عشق رشد میکند. هر چه تجربه ما مشترک تر باشد فضای ما گسترش میابد.

و اما در پایان توجه داشته باشیم که نخستین ماجرای عاشقانه ای که با یستی آن را بحد کمال از سربگذرانیم، ماجرای عاشقانمان با خویشتن است، تنها در آن صورت است که برای پیوندهای یگر آماده میشویم. در نهایت هر قدر که دلمان برای دیگران بتپد بایستی ابتداء برای خود احساس مسئولیت کنیم، زیرا تنها از آنچه داریم میتوانیم بديگران ببخشائیم. اگر احساس کنیم که نامرئی، ناکافی و قربانی هستیم، قدرتی در ما نیست تا به دیگری امنیت و نیرو ببخشائیم. آموختن در مورد خویشتن، مستلزم آگاهی مستمر درباره خود است، خود شناسی در واقع تعهدی است در برابر تحول و رشد نیروهای ذهن و جسم، در مسیری از روی قصد و اراده. پیمودن این راه یعنی پایان تحقیر خویش و کنترل درست نفس، و پایان بردگی و تنهایی و سرگردانی و اضطراب، یعنی آگاهی از قدرتهای درونی

و خدا دادی خویش و استفاده از آنها در راه درست، و بخیر و صلاح همه مخلوقات خدا. یعنی مشاهده با تمام توان، تا که ببینیم کُنش و ایمان ما کدام است.

ظهور وجود "خود راستین": زمانی که پا بعرصه وجود می نهیم قسمت اعظم ما نیروی نهفته تحقق نا یافته ای است، در هر يك از ما امکانات زیادی وجود دارد. خوشبختانه با هر شرایطی که بزرگ شده باشیم، میتوانیم برگزینیم که در هر زمان که بخواهیم، بار دیگر تولدی اخلاقی و راستین در خود ایجاد کرده و مقابله با "خود" راستین خویش را که هنوز دیدارش نکرده ایم پذیرا گردیم. ظهور وجود خود راستین ما کمترین خواسته هستی ما، تنها هدف ما و یگانه امید آن است. غفلت هر يك از ما، هر که هستیم و در هر کجا که باشیم از دست دادن فرصتی است بی نظیر و غیر قابل جبران.

ارزش هر يك از ما به میزانی است که همواره در حال واقعیت بخشیدن به خویش باشیم و باور اینکه در هر کدام از ما روح خدا دمیده شده، (سخن قرآن)

ایمان به خود راستین، یعنی باور داشتن نزدیکی به آن ذات یگانه و بی شریک که از همه چیز آگاه است و قدرت مطلقه دارد و در ضمن نسبت بما و حفظ منافع حقیقی ما حتی از خودمان مهربانتر و دلسوزتر است و انسان با اتکاء، توکل، پرستش و اطاعت از او میتواند با آن قدرت بی نظیر و فنا ناپذیر در تماس بوده و در نتیجه رستگار گردد.

توجه شما را به آیات: "۱-۱۰" از سوره: "۹۱" شمس، جلب میکنم :

بسم الله الرَّحْمَن الرَّحِيم

سوگند به خورشید و روشنائی طالع شدنش، سوگند به ماه که پس از آن سربر آورد، سوگند به روز آنگاه که آنرا روشن کند، سوگند به شب آنگاه که آنرا بپوشاند، سوگند به آسمان و آنکه برافراشتش، سوگند به زمین و گستراننده اش، سوگند به روح آدمی و آن کس که به اعتدال آنرا آفرید و خیر و شرش را به او الهام کرد. هر کس نفس خود را تزکیه کند، رستگار خواهد شد، و آنکس که پلیدش دارد، از زیان کاران است.

" عرفان زمینه ساز اصل شناخت خود "

در يك تعريف کلی عرفان عبارت است از باز شناخت ذات قدسی در جان خویش.

این ذات قدسی در درون همه ما وجود دارد.

اگر وجود دارد چیست؟ و چگونه میتوان از مزایای نزدیکی به او برخوردار شد؟

این "ذات قدسی" مثال دانه ایست در درون خاک وجود ما، (اگر تن خود را خاک بینداریم) در زیر (اعماق) آن، يك دانه قدسی است و بهمین دلیل آن را نمی بینیم و حس نمی کنیم مگر آنکه این دانه قدسی تحت يك شرایط خاص از زیر خاک تن ما سر باز کند. جوانه بزند و به تدریج شکوفا شود، آموغ است که اساساً ما وارد قلمرو عرفان میشویم. و با این نوع تلقی و با این نوع درک هست که به فهم راستین از خداوند، از دین و از هستی دست می یابیم. چرا؟ که فهم مذهب، فهم دین، فهم خدا، معلول فهم و شناخت "خودمان" است و شناخت راستین خودمان هم معلول کشف "دانه قدسی" است که در جان و روان نا خود آگاه ما وجود دارد.

تعبیرات مختلف در اساس و حقیقت موضوع فرق ایجاد نمی کند. اشاره به آیه: "۹" از سوره: "۳۲" سجده، که خداوند فرموده: "از روح خود در او دمیدم" و اکنون ما بطور سمبولیک بعنوان "دانه قدسی" از آن روح نام میبریم.

(البته کشف رمز این روح بطور حقیقی بر ما نا شناخته است زیرا خداوند در آیه: "۵" از سوره "۱۷" اسراء فرموده: درباره روح از تو میپرسند، بگو: روح از امر پروردگار من است، و جز اندکی از دانش به شما داده نشده است.)

شریعتی "میگوید عرفان بُعد "آزادی" و بُعد "برابری" است. چرا این ترتیب را قائل است؟ چون عرفان زمینه ساز اصل شناخت خود است. تا زمانی که انسان خود را نشناسد، و از درون برای آزاد کردن خود تلاش نکند، چگونه میتواند دیگری را آزاد کند؟ چگونه میتواند جامعه اش را آزاد کند؟ و پس از آن عدالت را مستقر سازد؟ انسان بطور طبیعی فراموشکار است. چه چیز را فراموش کرده است؟ همین "دانه ای" که در درونش هست.

جالب اینکه همه پیامبران مبعوث شدند که فقط همین دانه را برویاند. "ذکر" یاد آور آن دانه است که در درون انسان است. شگفت آنکه قرآن خود "ذکر" میباشد و پیامبران آورنده آن. آنها تمام آن پیامبران یاد آور آن دانه ای هستند، که انسان فراموشکار همواره آنرا فراموش میکند. اکنون که پیامبر نیست، قرآن آنرا بیاد میآورد. تا زمانی که این دانه در ما نروید و شکوفا نشود نمی توان به احساس خویشاوندی با همه پدیدههای طبیعت رسید. در واقع کشف آن دانه، طبیعت را در دیدگاه آدمی رنگی آشنا می بخشد و آن را شایسته زیستن میکند.

کشف این دانه آغاز رویش ایمان در جان آدمی است. قرآن بهشت را به کسانی وعده میدهد که ایمان دارند، عمل صالح میکنند و در مسیری که خداوند معین فرموده است به پیش میروند. ایمان یعنی چه؟

ایمان به تعبیر " اقبال لاهوری " اطمینانی زنده نسبت به آن شعور کیهانی در جان انسان است. اگرما به اینجا برسیم به ایمان رسیده ایم. ایمان يك اعتقاد جزمی نیست، تنها باور به خدائی که درهستی هست ، نیست. ایمان شکفتن نیروی مرموزی در انسان است که درحالی که در او دگرگونی دائم ایجاد میکند، او را به امنیّت میرساند و از اضطراب رهائی می بخشد. بشارت قرآن به جاودانگی در گرو کسب ایمان است.

ملاحظه میشود که دین و ایمان يك پدیده پیش پا افتاده نیست که بسادگی بتوان به آن رسید. البته اگر بتوان به آن دانه باور داشت، دین ساده میشود. بنابراین دین يك پدیده پیچیده ساده است. در مرتبه نخست خیلی پیچیده و دور از فهم بنظر میآید. اما وقتی کلید رمز این پیچیدگیها بدست آمد ساده میشود. خلود عکس العمل خلق خودمان در این دنیا است. اگر اینجا کور و کر باشیم، آنجا هم همین طور خواهد بود. کور و کر بودن به این معناست که ندای حقی را که در سراسر آسمان و زمین طنین انداخته دیده و شنیده نشود. حقیقتی که در جانهاست آزاد نگردد. چگونه ممکن است خداوند را در این دنیا کشف نکرد، اما در آن دنیا کشف کرد؟ در این دنیا با خداوند نزیست، اما در آن دنیا بزیست؟!

نگاه روشنفکر عارف اجتماعی، از جنس نگاه روشنفکری نیست که صرفاً عقل تحلیل گر سیاسی دارد. سیاست از نظر او تغییر مناسبات قدرت سیاسی نیست، بلکه تغییر ذهنیت و روان و فرهنگ مردم است، تا در پی این تغییر، خود همه چیز، از جمله ساختار قدرت را تغییر دهند.

روشن فکران اجتماعی بخاطر اینکه دائماً به بیرون میپردازند، از درون غافل میشوند، چون توجه به درون کم بوده یا اصلاً نبوده، این وجه اساسی از وجوه شخصیت آدمی، ضعیف باقی مانده است. امروز لازم است به درون بیشتر توجه شود تا بین واقع بینی و حقیقت بینی و بین درون گرایی و برون گرایی حالت موازنه برقرار شود. اکنون "موازنه" در هیچ کشوری در سطح جهانی نیست. در غرب، انسان با رشد عقل گرایی و فن آوری واقعاً از خود خالی شده است. این يك فاجعه است. متأسفانه در شرق نه عقل گرایی است و نه اشراق گرایی. البته روح مسلط مذهب موجب شده است که انسان شرقی عاطفی و با احساس تر باشد. پس اکنون که در ساختار روان انسان تعادل نیست باید تأکید بیشتری روی این مسئله کرد، تحقق جامعه مطلوب زمانی ممکن است که عده ای از روشنفکران تأثیر گذار در جامعه به این تعادل دست یابند، وقتی که یکی از دو چشم روشنفکر به درون گشوده شود، آنوقت اصلاحات بنیادی و اساسی در جامعه رخ خواهد داد.

برای تحقق آرمانهای انسانی، روشنفکران باید خود را بشناسند، هر قدر خود شناسی به تأخیر بیافتد، تحقق جامعه مطلوب هم به عقب خواهد افتاد. این منظور رسالت روشنفکران را مضاعف می کند، زیرا در عین حال که به تغییر وضع موجود میپردازند، باید به تغییر خویش نیز مشغول باشند. در این صورت آتشی را در خود کشف میکنند که پاک کننده است. از جنس همان آتش که در جان همه عارفان راستین نیز بوده است، فقط از طریق همین آتش است که میتوان به آن آرمانهای انسانی رسید. هم غرب که عقلش بسیار رشد کرده و هم شرق که پر احساس است

به وجود این آتش نیا زمندند تا زشتیها و پلید یها را بسوزانند و حیاتی سرشار از پاکی و نیکی برای بشریتی که همواره رنج برده و میبرد به ارمغان آورند.

چیزی که ممکن است نیاز عطشناك و سوزان انسان را برآورده کند، جاودانگی است. مرگ را باید مرحله ای دید برای ورود به "بعد" دیگر بودن ابدی خویش. پس از جوانه زدن آن دانه رویاننده و شکوفاننده "راه فردانیت" آغاز میشود، که تولد جدیدی در زندگی رونده راه حق بوقوع می پیوندد و انسان با شوق و درد انسان جدیدی بر روی خرابه های شخصیت سابق خود خلق میکند، آن ویژگیها و صفاتی را که خانواده و جامعه و تاریخ و فرهنگ روی او تلمبار کرده اند، بكمك این روح خدائی (خود راستین) تصفیه شده و شخصیت دیگری از او ساخته میشود. (تزکیه نفس می کند) اگر آدمی در چنین وضعی قرار نگیرد، اصلاً کلمات و مفاهیم قرآن همچون حروفی بی جان و مُرده میشوند که کوچکترین تأثیری روی او ندارند. همین است که خداوند در آیاتی از سوره: "۹۱" به آن اشاره می فرماید:

هرکس نفس خود را تزکیه کند، رستگار خواهد شد، و آنکس که پلیدش دارد، از زیان کاران است.

زمانی میتوان به پشت معانی ژرف این کلمات قرآنی رفت که از حجابهایی که گردا گرد ما را فرا گرفته، بیرون آئیم. پیامبر چه کسی بوده است؟ انسانی تحول یافته، چگونه میتوان اندیشه ها و پیامهای او را فهمید؟ با تحولی که در خویش بوجود میآوریم، درك همه اندیشه های عرفانی نیز اینگونه است. اگر انسان تحول نیافته باشد و بسراغ هر نوع اندیشه عرفانی برود. جسم آنرا میگیرد، اما به روحش نمی تواند دست یابد، جوهرش را نمیتواند بفهمد، بنابراین باید تلاش کرد تا آن دانه قدسی (روح خدائی) را در خویش کشف نموده، پرورش داد تا با آن به همه عزیزترین و گرانقدرترین اندیشه های که میتواند تخته پرش ما بشود، دست یافت.

آزادی، عدالت و حتی مفاهیم بسیار عمیق باطنی قرآن مثل عبادت، تزکیه، فلاح، خلود و غیره را... باید در درون تجربه کرد. اینها باید از صافی درون آدمی بگذرند تا تجلی واقعی و عینی پیدا کنند.

عرفان و احساس دو مقوله جدا از هم است، اما احساس نیرومند میتواند مقدمه ورود به عرفان شود. عرفان در لطیف کردن روح و شخصیت انسان و در تقویت و تحکیم ویژگیهای انسانی نقشی بی بدیل ایفاء میکند. بنابراین نباید روند غرب را عیناً طی کرد، شرق رستاخیز دیگری را طلب میکند، این رستاخیز باید بر پایه دو بال گسترش یابد (عقل و عرفان)، دو بالی که "اقبال" و "شریعتی" هر دو به آن معترفند.

از منظر تجربه باطنی، بشر در آغاز طفولیت خویش است. شریعتی در باره غرب میگوید: "جامعه متمدن اما انسان وحشی" برای اینکه در غرب عقل رشد کرده، اما "جان" نه!، از زمانی که غرب میان عقل و دل فاصله انداخت و دین خود را به حوزه خصوصی راند و حتی احساس را تابع عقل کرد و معیار درستی و نادرستی همه چیز را عقل خود بنیاد دانست. بحرانهای فزاینده روحی و عصبی و کاهش ارزشهای اخلاقی و معنوی سر بلند کرد. روشنفکران شرقی باید از سیر تاریخی غرب که مبتنی بر یک پایه منحصرأ عقلانی بوده است، درس عبرت

بگیرند و نگذارند که حرکت جامعه شان يك سويه جلو برود. برای این منظور باید در آن واحد، روی دو پایه عقلانی- اشراقی تکیه کنند. این، در مورد خود فرد هم صادق است. روشنفکرانی را مشاهده میکنیم که از لحاظ عقلی خیلی پُربارند، گنجینه ای از همه علوم اند، در ذهنشان همه چیز انباشته است، اما به لحاظ روحی، اخلاقی و درونی، نه! ، چون عقل را تقریباً راحت میشود پربار کرد، کتاب خواند و تلاش کرد تا معلومات و معرفت در ذهن و عقل گسترش بیابد ولی مسئله مهم تعمق روح انسانی است. زمانی انسان میتواند با این روح ظریف انسان ساز تماس پیدا کند که بتواند به این " موازنه " برسد. یعنی دست کم بتواند احساس خود را با عقل خود، بیک اندازه پرورش دهد. فقط نباید دغدغه بیشتر فهمیدن، همه چیز خوانی، و همه چیز دانی و همه چیز فهمی را داشت، بلکه باید سعی کرد، درون خود را نیز صاف و روشن و بی غل و غش نمود.

پس برای جلوگیری از سیر يك روند تك پایه مبتنی بر عقلانیت- که امروز اکثر روشنفکران دینی به شدت بر آن تأکید میکنند، باید بر عرفان نیز تأکید نمود، تا از آفتهای حاصل از تکیه يك سويه بر عقلانیت محض یا عرفان محض جلوگیری شود. یکی از این عافتهای این است که عقلانیت صرف، نمیتواند ضامن و حافظ دائمی ارزشهای انسانی باشد و در شرایط خاصی انسان را از مسیر اصلی و حقیقی منحرف میکند. کسانی را می بینی که قبل از اینکه به قدرت برسند آزاد یخواه، عدالت طلب و مردمی اند، ولی وقتی بقدرت میرسند بتدریج همه کمالهای پیشین خود را فراموش میکنند. این بدین خاطر است که اینان فاقد نیروی عرفانی و اشراقی بوده اند و لذا خود را در معبد عشق نیروورنده اند. "شریعتی" میگوید: امام علی (ع) در مسند قدرت در کنار آرمانهای انسانی و مردمی باقی میماند.

برای اینکه زین پیش آن روح را چنان در خویش پرورش داده بود که در هیچ شرایطی تن به ضد ارزش ندهد. انسانی که آن روح را در وجودش کشف نموده، ویا آن "دانه قدسی" در درونش جوانه زده و آن را پرورنده و بپای آن زحمت کشیده باشد، در هیچ شرایطی تن به ذلت و خواری و ضد ارزش نمی دهد، گویی در بدیها برای ورود به درونش قفل می شود. وجدان بیدار شده از هر نوع انحراف جلوگیری میکند.

وقتی به دنیا میآئیم روح خدا در ما تعبیه شده است. این روح بلقوه است که باید فعالیت پیدا کند و متأسفانه در بیشتر آدمها تا آخر عمر فعالیت پیدا نمیکند. حال آنکه فلسفه تحقق کامل خلقت انسان در بیدار سازی همین روح است. لذا باید از وجود این روح جاودانه ساز، به کرات یاد کرد، تا به نسیان مطلق دچار نشود و اندیشه عرفانی را که زیربنای عقلانیت راستین است احیاء نمود، تا این دو بکمک هم جهانی را بسازند که شایسته زیستن است.

معبد درون:

قابل توجه است که تأکید ما، بر اندیشه عرفانی " شریعتی" و به طور خاص بر نوشتار: "معبد"، اساساً به خاطر این است که ما نیز بتوانیم راهی به معبد درون خود باز کنیم. معبد هر يك از ما، خاموش و بی فروغ، در زیر خاک تتمان دفن شده و ما بی آنکه عبادتگاه خویش را بشناسیم سر به عبودیت این و آن، اینجا و آنجا، فرو میبریم و به زندگی کردن دلخوشیم و از نام و آوازه خویش، از شغل و مقام خویش، از ثروت و مکننت خویش ، احساس رضایت میکنیم.

حال آنکه آنچه در این خواستن ها و داشتن ها از بین میرود حقیقتی است سخت ارزشمند و یگانه، من و شما به شدت به این حقیقت نیازمندیم، چه بدون آن زندگی عبارتست، از يك هيچستان بزرگ.

شاید بتوان گفت که منبع فهم و درک دین، "خود انسان است" تا زمانی که آدمی بیک انسان شناسی عمیق عارفانه دست پیدا نکرده، هیچ چیز را به معنای راستین و جوهری کلمه نخواهد شناخت.

بهر حال دیر یا زود مرگ فرا میرسد، اما سؤال این است که حیات انسان همین عمر کوتاه است یا دنباله دارد؟ همه کتابهای آسمانی حیات دیگری را پس از مرگ نوید میدهند، اما دست یابی به این حیات را درگرو حیات ویژه ای می دانند که در زندگی این دنیائی به دست میآوریم.

"یونگ" میگوید: علائمی هست که نشان میدهد دست کم قسمتی از روان آدمی تابع زمان و مکان نیست. کشف این روان که به تعبیر "یونگ" در ضمیر نا خودآگاه است اساسی ترین کاری است که آدمی باید در زندگی این دنیا بکند. این روان ابدی و جاودانه است. چیز است که پیش از این در ما تعبیه شده است. اتفاقاً با کشف این روان جاودانه است که میتوان با خداوند ارتباط برقرار کرد. اگر چنین ارتباطی با خداوند برقرار نشود. زندگی واقعاً بی معنی میشود. جوهر، ماهیت و معنای راستین خودش را از دست میدهد. ما هر قدر هم آگاهانه و فرهنگی و معنوی زندگی کنیم، اما اگر با خدا ارتباط نداشته باشیم نمیتوانیم به سر چشمه های عظیم الهام و لذتهای بزرگ معنوی و خلاقیت و خود سازی وجودی، روزنه ای بگشائیم. به عبارت دیگر تا زمانی که در این زندگی دنیائی "خالق" خویش نشده ایم، نمی توانیم "خالد" بشویم. بین خالقیت و خلود، يك رابطه مستقیم وجود دارد. بنابراین ضروریست که آن رویه دیگر خود را در درون کشف کنیم و این رسالت نخستین هر روشنفکری است مذهبی و حتی غیرمذهبی ...

درست است که در طول تاریخ افراد معدودی بوده اند که به این تجربه دست یافته اند، اما این استعداد خاصی است که در همه انسانها مشترک است. همه انسانها بدون استثناء از زمانی که بروی کره زمین آمده اند تا امروز، یا بعد از این، این ویژگی را دارند. اما بدلیل اینکه این ویژگی یا این استعداد در ناخود آگاه روان آدمی بوده و در عرصه آگاهی نبوده که آنرا بیابد، نسبت به آن بی توجه و نا آگاه بوده است.

تمامی تلاش پیامبران به امر خدا، این بوده است که این بینائی ماورائی را از عرصه ناخود آگاه وارد عرصه خود آگاه انسان کنند، به ویژه پیامبر اسلام(ص) در این زمینه تا حد زیادی موفق بوده است. حرکت خود یابی پس از ظهور اسلام وسعت و گسترش زیادی پیدا میکند، عرفای زیادی را می بینیم که پس از پیامبر عارف مردم دوست، به آن معرفت قدسی دست پیدا میکنند، لذا پیامبران از حیث گرایش عرفان و تجربه دینی الگوهای کاملی برای الهام گیری هستند. آنان میتوانند دست ما را بگیرند، و ما را بخدا نزدیک کنند، هر چند در این نزدیکی خود ما نقش اصلی و تعیین کننده داریم.

"شریعتی" به مثابه يك عارف انسان دوست است، راه رسولان را ادامه میدهد، یاد آوری میکند و میگوید: ای انسان تو در پس روان خودت يك منبع عظیمی از معرفت خدائی داری که اگر آنرا کشف کنی به فلسفه حیات پی میبری. با کشف این سر چشمه الهام بخش خدائی میتوان تا حدی آن سوی سکه حیات را دید.

برای کشف معمای خلقت، ابتداء باید معمای خود را حل کرد. پس میتوان به طرح اصلی جهان دست یافت، اما پیش از آن باید خودمان را دریابیم. در تاریخ قبل از ظهور پیامبران توحیدی افراد بسیار اندکی، به این تجربه رسیده بودند، اما پس از بعثت از این نظر توسعه ای را مشاهده میکنیم.

در تاریخ همچنین " بودا " را می بینیم که بی آنکه از اندیشه پیامبران توحیدی متأثر شده باشد به این تجربه دست پیدا میکند. زیرا این تجربه يك خصوصیت مشترك انسانی دارد. به این مذهب و آن مذهب، به این مکتب یا آن مکتب ربطی ندارد. اصل دین و پیامبران براین خصوصیت تأکید میکنند و تلاش می نمایند تا آنرا بیاد آدمی بیاورند، فقط همین. چون بیان این تجربه ها از سوی پیامبران، منفعت طلبی ها را نفی میکند، همه مرزها را از بین میبرد. مرزهای طبقاتی و نژادی و اقتصادی و سیاسی، همه را درهم میکوبد. منفعت جویان در برابرش می ایستند و مقاومت میکنند. پیامبران به ناچار با همه عوامل و موانعی که سد راه بروز و ظهور و گسترش این تفکر میشوند، مقابله و مبارزه میکنند. از این روی پیامبران همه به عرصه مبارزه اجتماعی آمدند تا بستر این تحول انسان ساز را برای آدمی فراهم کنند. چرا؟! که استبداد، استثمار طبقاتی، فاصله های طبقاتی، ضد این اندیشه اند. هر گونه زور، اجحاف، تبعیض، فقر و غیره... ضد این اندیشه اند. پس این اندیشه زمانی میتواند فراگیر شود که بستر مناسب اجتماعیش هم فراهم گردد. اگر در يك جامعه فقر نباشد یا کم باشد. وفور نعمت باشد و مسائل اقتصادی حاد نباشد، طبعاً خیلی از مردم به پرورش اندیشه و روح و احساس و عواطف و در نهایت تحول درونی میپردازند.

"اقبال لاهوری" میگوید: " بعثت " يك قانونمندی عام و کلی و فراگیر است یعنی بعثت مخصوص چند پیامبر نیست، هر انسانی استعداد بعثت را که برانگیختگی است دارد. اما با در یافت آن نور، بر انگیزته میشود و تا زمانی که آن نور و ساعقه، یا آن بارقه الهی دریافت نشود، اساساً امکان بر انگیزته شدن وجود ندارد.

در صدر اسلام، درنگاه پیامبر، جنگهایی که بیم مرگ در آنها بود " جهاد اصغر " (بمعنی جهد و کوشش کوچک) محسوب میشد. اما جنگهای درونی بین "خود حقیقی یا برتر" با "خود کاذب یا پست تر" (نفس اماره)، جهاد اکبر! (بمعنی جهد و کوشش بزرگ)، چون فقط این است که تعین کننده سرشت و سرنوشت آدمی است. دراصل تضعیف خصوصیات شیطانی و تقویت ارزشهای خدائی "جهاد اکبر" است. این کار دشواری است که به کمک آن نور امکان پذیر است. آدمی باید از این جنگ همچون نیلوفر که از دل لجن میروید، پاک و پارسا و خدائی بیرون آید. که این بمعنی هجرت درونی است. در این هجرت نجات بخش، آدمی هر چیزی که او را به بند کشیده، به پیوندی در آورده یا بجائی وصل کرده که نمی گذارد حرکت کند و ارتفاع گیرد، باید فرو ریزد و سدها و موانع را بردارد تا بستر نرمی شود برای شکوفائی روح خدا. این موانع رشد و بالندگی یکی دو تا نیست، باید مرتب بجنگد و گام به گام خاکریزه های وجودی اش را فتح کند، هرچند در این مسیر، شیطان درون نیز همواره بر سر راه است. البته میتوان شیطان درون را تضعیف کرد، اما نمیتوان کاملاً نابودش کرد. شیطان از خداوند قول گرفته که تا پایان خلقت زنده باشد و به اغوای آدمیان پردازد. اما اغوای او بخواست خدا به اشخاصی که دین خود را برای خدا خالص میکنند و به او پناه میبرند ، یا به اصطلاح "تزکیه نفس می کنند"، اثری نمیکند.

توجه شما را به آیات: " ۷۱ تا ۸۳ " از سوره: " ۳۸ " ص در قرآن مجید جلب میکنم:

چون پروردگارت به فرشتگان فرمود: من انسانی از گل می آفرینم و هنگامی که درستش کردم و از روح خود در آن دمیدم همگی به او سجده کنید. آنگاه همه فرشتگان سجده کردند، جز ابلیس که کبر ورزید و کافر شد. فرمود: ای ابلیس! چه چیز تو را از سجده کردن بر چیزی که من آن را با قدرت خود آفریدم مانع شد. آیا کبر ورزیدی؟ گفت: من از او بهترم!، مرا از آتش آفریده ای و او را از گل. فرمود: از اینجا خارج شو که رانده شدی. و تا روز قیامت به لعنت من گرفتار باشی. گفت: پروردگارا تا روزی که برانگیخته شوند به من مهلت ده، فرمود: به تو مهلت دادیم تا روز و زمان معلوم. گفت به عزتت سوگند که همه شان را گمراه خواهم کرد، **جز بندگان مخلص را.** و همینطور نگاه کنیم به آیات " ۲۰ و ۲۱ " از سوره: " ۳۴ " سبأ :

شیطان درباره آنها درست فکر کرده بود و او را جز گروهی اندکی از مؤمنان، پیروی کردند. و او بر آنها **سلطه** نداشت جز آنکه می خواستیم معلوم بداریم چه کسانی به آخرت ایمان دارند و چه کسانی در شک هستند و پروردگار تو نگهبان همه چیز است.

پس میتوان اینطور نتیجه گرفت که آنچه انسان را، انسان میکند، آنچه انسان را بهشتی میکند- جاودانه، **اخلاص** است. برای شناخت خود باید بر "خود" شورید. این راه است که فرد را واقعاً نواندیش میکند. انسان با پوست انداختن نو میشود. (منظور ترک صفات نفس اماره با سعی در حفظ تقوا) يك نو گرائی فکری و فلسفی و کلامی داریم و يك نوع اندیشی وجودی، که با فرو روی در خویش، اندیشه های نو را استخراج میکند و برای مردم به ارمغان میآورد. انسان به نسبتی که خود را نو کرده یعنی وجود قبلی و شخصیت قبلی خودش را فرو ریخته و شخصیت جدیدی را جایگزین شخصیت سابقش کرده، اندیشه نو هم ساخته است. برای ساختن اندیشه، باید به "دیدن" ویژه ای رسید، خداوند می فرماید: ما ملکوت را به ابراهیم نشان دادیم. یعنی ابراهیم به "دیدن" خاص میرسد که با آن میتواند ملکوت را مشاهده کند. این "دیدن ویژه" از امکانات هر انسانی است. که با کنترل نفس، خود را پاک کرده باشد. یا در "انجیل" هست که میگوید: به ملکوت درآئید. چگونه میتوان؟ با تحول درونی و بنابراین، آدمی براساس این استعداد خدائی، خلق میشود و تنها رسالتش هم درزندگی این است که این روح را درخویش احیاء کند، تا به سرچشمه حقیقت دست یابد، که نیاز عطشناک همه کسانی است که دغدغه دسترسی به آن را دارند.

بین اصلاح خود و اصلاح جامعه تقدّم و تأخر زمانی نیست، هر دو همزمان پیش میروند اول خود را ساختن و بعد به اصلاح جامعه پرداختن، نظریه غلطی است. فرد در ارتباط با دیگری "خود" را می شناسد. البته ممکن است برخی پس از يك دوره فعالیت اجتماعی در انزوا فرو روند و متحول شوند.

"گاندی" رهبر ملت هند، پیش از رهبر شدن خود را ساخته بود، لذا مردم بدون دغدغه خاطر به او تکیه کردند و مطمئن بودند که او به آنها خیانت نمی کند، هر جامعه ای به چنین رهبرانی نیاز دارد که بر اثر تجربه باطنی تسلیم بی چون و چرای نیکی شده باشند و تا حدود زیادی امکان انحراف از آنها سلب شده باشد.

" الکسس کارل " در کتاب " نیایش " به برخی از خصایل افرادی که به ایمان حقیقی رسیده اند اشاره دارد: تواضع، فداکاری، شجاعت، طمأنینه، ساطع بودن نور خدائی از چهره شان و غیره ...

این ویژگیها و صفات به طور تدریجی در شخصیت آنها بروز میکند و رفته رفته جزو شخصیت آنها میشود. در مقایسه بین افراد، میتوانی آنها را از دیگران بازشناسید. آنگاه میتوانی پی ببرید که کدام يك از آنها روح خدائی را در خویش پرورانده اند. و یا چه صفاتی از اسماء و صفات الهی در آنها تجلی نموده است.

مناسک دینی با شکل خارجی این تحول وجودی را نشان میدهند. مثل حج – که اساساً خود زمینه ساز پرورش این روح در جان آدمی است، مثل صلات. وقتی خداوند در "قرآن مجید" میفرماید: صلات را برپا دارید، منظور این است که با خداوند رابطه برقرار کنید. وقتی این رابطه برقرار شد انسان از هر پلیدی فاصله میگیرد و آنگاه معنای این آیه قرآن عمق و ژرفا پیدا میکند که: صلات آدمی را از هر نوع منکر، فساد و فحشاء باز میدارد.

(البته اگر این صلات یا نماز، در کمال خلوص اجراء شود و نه سطحی و ریاکارانه.) بقول " یونگ ": خداوند يك واقعیت روانی است که بی میانجی تجربه میشود. شالوده "قرآن" هم يك تجربه کامل باطنی است. تجربه ای که درون پیامبر رخ داده است، قرآن راهنمای اهل تقواست: "اهل تقوا" کسی است که آن دانه قدسی را در خودش کشف کرده و رشد میدهد (پس تقوا عبارتی باعث کشف و پرورش و حفظ و هراست آن دانه قدسی میشود.)

و اما مناسک حج، نمادی از مراحل تحول درونی ماست، حتماً لازم نیست که در صورت نداشتن امکانات ما به حج برویم، میتوان در هر لحظه از زمان و در هر جایی که هستیم آنرا به انجام برسانیم.

ابراهیم دو رد پا از خود باقی میگذارد، نخست اینکه خانه خدا را بنیاد میکند. که خود میتواند دو معنا داشته باشد: یکی اینکه خداوند فقط در آسمانها نیست، بلکه در روی زمین هم هست، و معنای مهمترش این است که با بنای کعبه تصویری از کل آفرینش در ذهن ما مجسم میسازد به این شکل که همه چیز در جهان آفرینش همچنان که مردم به دور خانه خداوند طواف میکنند، بدور آن نیروی محوری در حال چرخیدنند. طواف خانه خدا، نمایش نمادی کل هستی است که بر محور خرد کیهانی یا روح هستی میچرخد. ابراهیم رد پای دیگری از خود باقی میگذارد که باید آنرا دنبال کرد تا بسر منزل مقصود رسید. ابراهیم برای رفتن به منا (عشق)، از عرفات و مشعر عبور کرد و سپس در "منا" قربانی نمود. این پیامی است به همه مردم، که از این مراحل باید عبور کرد تا به شأن و مقام ابراهیم رسید. در عرفات ماندن نیمه تمام گذاشتن رسالت ابراهیم است. میلیونها نفر هر ساله به مکه میروند و همین حرکت نمادین ابراهیم را انجام میدهند بی آنکه هیچ احساسی نسبت به این حرکت نمادین که او چهار هزار سال پیش انجام داده است داشته باشند. در حالیکه در این حرکت پیامی عمیق و ژرف و جاودانه نهفته است. راه فلاح و رستگاری تك تك ما نیز همان راهی است که ابراهیم رفته است، یعنی باید از عرفاتی که در آن هستیم به مشعر برویم. مشعر چیست و کجاست؟ مشعر نماد مرحله تحول باطنی است. ما اغلب عرفانی هستیم، "مشعری" کم داریم. حال آنکه تا به "مشعر" نرسیم رستگار نمیشویم. در مناسک حج ظاهراً به "مشعر" و "منا" میروند. اما باطناً همه در عرفات قرار دارند که عده شان کم نیست!، فکر میکنند که "مشعر" و "منا" مکانهایی هستند که باید از آنها

عبور فیزیکی کنند، حال آنکه این دو، دو مرحله انفکاک ناپذیر از تجربه باطنی اند. پس از گذر از "مشعر" به "منا" میرسیم. "منا" سر زمین عشق است که درست د یوار به د یوار خانه خداست. معنایش این است که برای برقراری ارتباط با خدا چاره ای نیست جز اینکه از عرفات (بمعنی آگاهی) وارد "مشعر" (بمعنی شعور ویژه ، بینائی ماورائی، تحول باطنی) شویم و بعد به "منا" (عشق) برسیم که همجوار خانه خداوند است. رابطه انسان و خدا این چنین است.

انسان از خدا دور است، بی نهایت دور است، اما خدا به انسان خیلی نزدیک است، از رگ گردن به انسان نزدیک تر است، این يك رابطه دیالکتیکی است که بین انسان و خدا وجود دارد.

پس سر چشمه "منا" (عشق به خداوند) در انسان است، "منا" جایی نیست، حالت و صفتی در انسان است. وقتی انسان به "منا" میرسد، آنجا باید قربانی کند. چه چیز را باید قربانی کند؟ آن من نوعی خودش را باید قربانی کند. (خودخواهیها و شهوات سیری ناپذیرش را و آنچه که بین او و خالقش جدائی می افکند.)

"شریعتی" میگوید: باید به این "من ی" که مینماید کافر شویم، و به آن "من ی" که در پشت من های دروغی است ایمان بیاوریم. یعنی من در "منا" باید آن "من ی" را که به آن خو کرده ام، آن "من ی" که خانواده، محیط اجتماعی و غیره، ساخته، دور بریزم و به آن "من" حقیقی (خود راستین) که در من طلوع کرده رو بیاورم. (تزکیه نفس) این بزرگترین رسالت و درعین حال مهمترین چالش انسان است، در واقع این چالشی است بین انسان و خدا، یعنی من حقیقی که در ذات خودش خدا را دارد با من دروغین و نمادین باید بجنگد و این جنگ دائمی است و "جهاد اکبر" همین است.

راندن حب شهرت، قدرت و ثروت (و غیره) چندان دشوار نیست، مبارزه با آن منی دشوار است که بر من سوار است و همواره آواز او را بردوش خودم حس میکنم (نفس اماره)، این من را باید با "من ی" که در من طلوع میکند، پس بزنم. انسانی که به این مرحله میرسد، از آستانه بلند فلاح عبور میکند. برای رسیدن به فلاح هیچ راهی بجز راهی که ابراهیم طی کرد وجود ندارد. این حرکت را براحتی میشود در گوشه اطاق خود هم انجام داد. هرکس در هر جا که هست می بایست این حرکت را در ناخود آگاه روان خویش انجام دهد. خوب یکبار دیگر این حرکت را توضیح میدهم: از عرفات وارد مشعر میشویم، یعنی از آگاهی به خود آگاهی متحول میشویم، یعنی به آن "خود راستین" میرسیم. این مقوله از مقوله کشف است. فقط با خواندن و آموزش دیدن نمیتوان به این مرحله رسید. بنابراین فلسفه خلقت انسان، پیمودن همین طریق است. این شعور ویژه ما را به "منا" (عشق) میکشاند، ما را عاشق میکند. عاشق آن ارزشهای بزرگ حاکم بر هستی میکند. اینجاست که آدمی باید قربانی کند، این دقیقاً همان کاریست که ابراهیم انجام داد، برای اینکه به فلاح و به عبارت بهتر و دقیق تر به خلود (جاودانه شدن) دست یابد، جاودانگی انسان ها با این مسئله ارتباط تنگاتنگ دارد. برای اینکه به منشاء حقایق درون و بیرون خود برسیم، باید به این تجارب عرفانی دست یابیم. "شریعتی" میگوید: اگر عرفان وجود نداشته باشد و انسان دغدغه عرفانی نداشته باشد اساساً انسان نیست. نطق، فکر و هوش علامت انسان بودن نیست، می بینیم که خیلی ها

از قدرت فکر، نطق، سواد و علم زیاد برخوردارند اما هیچ ارزش انسانی ندارند. چرا؟ برای اینکه آن احساسی که باید او را وادار به خوب بودن بکند در او بوجود نیامده است. از این رو اینجا يك ملاك بدست می‌آید، این ملاك که: کسانی می‌توانند تجلی بخش آن ارزشهای بزرگ خدائی باشند که به این احساس عرفانی دست یافته‌اند.

"دکتر شریعتی" در مورد این احساس عرفانی می‌گوید: خورشید، ماه، شب، روز، آسمان، زمین، برای آنند تا آن دانهٔ قدسی را که خدا در فطرتمان نهاده است از درون خس و خاشاک این کویر، بیرون کشیم و پرستارش باشیم و درپایش با صد چشم باز بنشینیم و آب و آفتابش د هیم تا بشکند و جوانه زند و بروید و ثمر دهد و وای اگر در این کار از این آیت خدائی سختی و رنج غافل مانی، که هر که از آن خوب تغذیه کند و بداند که چگونه تجربه کند و آنرا بجشد و بیاشامد به زلال روح میرسد و به شکوفائی فطرت و کمال خصلت و صفای وجودی و خلوص ذات و بالاخره **إخلاص**، و مگر در زندگی بالا تر از این ها چه لذتهائی هست؟..

او می‌گوید: برای دست یابی به آن "دانهٔ قدسی": باید خود را آنچنان پاک، گرم و روشن سازی که حقیقت به سراغت آید، ترا صید کند و همچون پارهٔ ابری در سینهٔ این فضا، خورشید کویر، ترا بمکد...

یعنی وقتی ما دارای ناخالصی‌های زیادی هستیم حقیقت بسراغ ما نمی‌آید. (حقیقتی که در درون ماست امکان تجلی پیدا نمی‌کند) وگرنه این حقیقت در درون همهٔ ما وجود دارد. این "دانهٔ قدسی" به چشمه‌ای میماند که رویش را گل ولای پوشانده باشد، پس باید محتویات دل ما تغییر کند. تا محتویات دل ما تغییر نکند هیچ چیز تغییر پیدا نمی‌کند.

بنابراین عرفان در اندیشه و ذهن "شریعتی"، معطوف به تغییر انسان و تغییر شرایط حاکم بر جامعه است. چنانکه خداوند نیز در قسمتی از آیه: "۱۱" در سوره: "۳۱" رعد، فرموده:

به راستی که خداوند سرنوشت هیچ قومی را تغییر نخواهد داد، مگر آنچه را که در ضمیرشان است تغییر دهند. روشنفکر عارف که "شریعتی" بهترین نمونهٔ آن است به بینشی میرسد که در آن پیامی است که باید به مردم زمان خودش انتقال دهد و فصل تازه‌ای در زندگی آنها بگشاید. روشنفکران هم که این پیام را دریافت میکنند و به آن ایمان می‌آورند. هر يك نسبت به توانائی خود باید درگسترش این پیام بکوشند و همان مسیری را بروند که صاحب اصلی پیام رفته است، یعنی به دنبال تغییر ذهنیت مردم با اندیشه‌هایی که درون مایه‌ای عرفانی و اخلاقی و فکری دارد، باشند. اگر این تغییر که باید مبتنی بر يك جهان بینی و خودشناسی عارفانه باشد به تغییر رو بناها و امور سطحی تقلیل یابد، قطعاً در تحقق هدف خود نا کام میشوند. روشنفکر حتی اگر بتواند حوزهٔ محدودی را متأثر از این تفکر کند باز هم رسالت راستین خود را انجام داده است. پس مهم این است که:

"راه" را درست برویم و در راه "درست" برویم.

خورشید عرفا شبها طلوع میکند. کجا طلوع میکند؟ در جانشان. "شریعتی" به چه رسیده است؟ به عطر سخن گوی 'گل صوفی، در واقع بیک تجربه عرفانی دست پیدا کرده است. در آثار دیگرش از عطر گل صوفی بسیار صحبت کرده است. این عطر، بوی خوشی است که در جان عارف می پیچد. در واقع عارف با این بوی دلنواز خدائی سرمست میشود.

شادی عرفا به بوئیدن همین عطر و چشیدن شراب پاک درون خویش مربوط میشود. "مولوی" میگوید: عده ای شراب میخورند که سرمست و خوش شوند درحالی که آن می، قی میآورد. اما شراب دیگری وجود دارد که در واقع ضد غم است و آدمی را به سرمستی و شادی حقیقی میکشاند. این همان شرابی است که در قرآن هم آمده است. از نظر قرآن انسان به جایی میرسد که خداوند برای او ساقی آن شراب پاک میشود. (شراباً طهوراً) و او درجائی اشاره بهمین حال میکند: چه شبی است، چه لحظه های سبک و مهربان و لطیفی، گوئی در فضائی پر از شراب نفس میزنم، گوئی در زیر باران نرم فرشتگان نشسته ام، می بارد و می بارد، هر لحظه بیشتر نیرو میگیرد، هر قطره اش فرشته ایست که از آسمان بر سرم می آید،... چه میدانم؟...

خداست که دارد یکریز غزل میسراید. غزلهای عاشقانه، مهربان، و پر از نوازش، هر قطره این باران کلمه ای از آن سرود هاست. چه شبی! چقدر در همین دنیا می تواند شادیهای بزرگ پدید آید...

و اما روشنفکران نباید به دنبال جلب افکار و آراء باشند، بلکه باید بیش و پیش از هر چیز به دنبال کشف و انتقال این معرفت باشند، این فاجعه درد ناکی است که روشنفکران بجای تغییر ذهنیت و روان مردمان، در تکاپوی جلب آراء آنها باشند.

پیام روشنفکران چند ویژگی دارد. از جمله: یکی از ویژگیهایش این است که نو و تازه است. چون از زمانشان جلوتر هستند، ویژگی دوم این است که این پیام فقط با خرد انسان کار ندارد، بلکه با خرد و اشراق، که يك كل تفكيك ناپذیر را تشکیل میدهد، بطور هم زمان کار دارد.

سومین ویژگی این پیام این است که بوی حقیقت از آن استشمام میشود. کسانی که دلشان زنگار نگرفته براحتی میتوانند حقیقتی را که پشت این نوع کلام است، با تمام ابعاد وجودشان احساس کنند.

ویژگی دیگر این پیام این است که جهتگیری انسانی عمیقی دارد. یعنی خواهان این است که انسان را بطور بنیادی و جوهری دگرگون کند. بهترین پیامهای دیگر بخاطر اینکه از جوهری روحانی و نورانی برخوردار نیستند، صرفاً در تلاش برای تغییر ذهنیت افراد هستند، اما آن پیامی که از نور عبور کرده، با تارهای وجودی انسان سخن میگوید. باین معنا جهتگیری انسانی دارد.

یکی از تأثیراتی که این تجربه باطنی دارد اینست که انسان را از تك ساحتی بودن نجات میدهد. آدمی تا وقتی وارد قلمرو تجربه باطنی یا دینی نشده، قطعاً تك ساحتی است، بدین معنا که فقط بر پایه عقل خویش می اندیشد و عمل میکند. این عقل هم دامنه ادراکش محدود و بسیار خطا پذیر است. عقل باید قدرت خلاقیت دائمی و نو آوری مستمرش را از منبع روحی یا الهام بجوید و ترکیب این دو که در پی تجربه باطنی ممکن است، عقل دینی یا عقل

قرآنی را پدید می آورد، که در پرتو آن آدمی از تك ساحتی بودن به درمی آید و به تعادل وجودی دست میابد. در اینجا ملاکی هم برای دینی بودن به دست میآید. بقول "اقبال لاهوری": ملاک مذهبی بودن حقیقی همین تجربه باطنی است. یعنی میان تجربه باطنی و دینداری يك نسبت این همانی برقرار است.

قرآن به قول "اقبال" به فراگیری سه تجربه دعوت میکند. تجربه باطنی، تجربه تاریخی، تجربه طبیعی.

تجربه باطنی اساس هر نوع تجربه ایست. بقول او اساساً خیمه دین برستون تجربه باطنی برپا است. مخاطب قرآن انسان است و انسان کسی است که بر اثر تحول درونی و هیوط وجودی از وضعیت بشری درآمده و به وضعیت انسانی فراز آمده است. البته هرکس "بقدر" خویش از قرآن برداشت میکند، اما آن کس که به مقام ابراهیم رسیده، بقدر ابراهیم دین را می فهمد و با قرآن ارتباط همدلانه برقرار میکند.

"شریعتی" از تأثیرات تجربه باطنی چنین سخن میگوید: این انقلاب (انقلاب درونی) در اخلاق، رفتار، حساسیتها، عواطف و افکار و حتی سبک زندگی و نیزحتی در کیفیت استعداد های شخص بشدت رخ میدهد و همه را دگرگون میکند بطوریکه پیوند خود را چنان با گذشته میبرد که با آن بیگانه میشود. وی دیگر شباحتی با گذشته اش، یعنی با خودش درگذشته ندارد. حالت و خصایص روحی و فکریش برای همه کسانی که او را می شناختند مجهول و مرموز میگردد. (کشف) حلول دیگری در او (که روح خداست) موجب میشود که وی دیگر شبیه خودش نیست و با يك تغییر ناگهانی همه چیز در نظر او دگرگون میشود. این دگرگونی نه تنها در عقاید، در روحيات و افکارش، بلکه در حواس ظاهریش نیز رخ میدهد، رنگها عوض میشوند، طعمها، صداها، اشکال، تصویرها، زشتی ها، زیباییها، بدیها، خوبیها، بیگانه ها، آشناها، دوستیها، دشمنی ها، همه از قالبهای اصلی خود بیرون میآیند و کیفیت و حالت دیگری می یابند و هرکدام اثری بر او میگذارند که با همیشه متفاوت است. و گاه متضاد. حتی مثلاً شیرینی ها تلخ، تلخی ها شیرین، آشناها، بیگانه، بیگانه ها، آشنا و ...

نه تنها اینها همه عوض میشوند، بلکه عکس العملی نیز که وی در برابر هر يك از اینها نشان میدهد، گاه غیر معقول و باور نکردنی است. مثلاً گاه حوادث و وقایع بسیار جدی و خطیر، کمترین تأثیری در روح او ندارد و برعکس، يك حرکت بسیار کوچک، يك حالت خاصی یا يك احساسی که مثلاً از يك رنگ دارد، چنان در او رنج یا شادی وصف ناپذیری پدید می آورد که شگفت انگیز است.

او در جای دیگر چنین شرح میدهد: اوه! چه چشمه های رنگا رنگ و شگفت، و اسرار آمیز و خارق العاده ای در تو جوش میکند و جاری میشود، سرازیر میشود و کم کم احساس میکنی، و با چه لذت عجیبی که در وصف نمی گنجد احساس میکنی که داری از همه چیزهایی که در این دنیا نیست، هیچ جا نیست، اصلاً نیست پُر میشوی و پُر میشوی و صدای ریزش این جریانهای اعجاز آمیز غیبی را درون خود، اگر بدان گوش دهی، دل بندی، خاموش باشی، سرت را بدرون خودت خم کنی و گوشت را بر روی قلبت بنرمی بفشاری، بروشنی و صراحت، بلند بلند میشنوی، چه حالتی، چه موسیقی دارد... این صداها! صدای ریزش رودها و نهرها و چشمه سارهای مرموز، نم نم بارانها و صاعقه ها و تندر ها و سیل ها و هیاهوی آبشارها و سپس، رویش بهشت در کویر خلوت

و سوخته دل، احساس می‌کنی که گوئی از زیر این آسمان سر پوشیده و بسته و خفقان آور، پنجره هائی به بیرون از این عالم گشوده ای و با اقیانوسها و بارانها و چشمه سارهای عالم دیگر ارتباط یافته ای و هزاران کاریز از اعماق درونت جوش کرده است و رودهای غیب در پنهانی ترین دهلیزهای روح سر باز کرده است و داری لبریز می شوی و داری سرشار میشوی و داری سر میروی و... چه میدانم چه بگویم؟ ...

"شریعتی" در مورد علت قریب تحول با طنی چنین می گوید: عشق، مرگ و شکست، سه ضربه نیرومندند که او را از این غرقاب به درمیبرند و بخود میآورند، در زیر این ضربات است که انسان گاه برای نخستین بار نگاه ها یش که همواره در غیر خود و بیرون از خود مشغول است بخود باز میگردد. آدمی چشم به درون خویش می گشاید و به تماشا و تأمل خویش می نشیند. در این تغییر، وی " حالات وجودی " خویشرا دریافت میکند و این عمیقترین، متعالیترین و صادقانه ترین احساسات و دریافتها و آزمایشهای انسانی است و از این طریق به نوعی آگاهی بی واسطه دست می یابد که به تعبیر متفکران ما، علم حضوری نام دارد که در آن علم، عالم و معلوم هر سه یکی است و تجربه این وحدت در " خود آگاهی " (تغییر ذاتی و انقلاب وجودی نقشی اساسی دارد.) " اقبال " هم به همین ضربه ها تحت عنوان " تحرك عصبی " اشاره میکند. "شریعتی" میگوید: این تحرك عصبی، بر اثر (شکست در عشق)، مرگ یا هراس از مرگ و شکست (اشکال مختلف آن) بوجود میآید.

اگر بستر شخصیت آدمی آماده نباشد، چه بسا ضربه های متوالی هیچ تأثیری نداشته باشد، یکی از ویژگیهای این بستر، رشد نسبی عقلی است. آدمی باید به رشدی از عقلانیت رسیده باشد تا بر اثر آن ضربه ای که میخورد، درخویش فرو رود. ویژگی دیگر به ساختار شخصی و روحی فرد مربوط است. به نظر میرسد اگر فردی عاطفی و رقیق القلب و حساس باشد، امکان مناسب تری (برای دریافت این اثرات مثبت ضربه) دارد، تا کسی که خشک و بی احساس و غیر عاطفی است.

معبدی در کویر

آنچه روانشاد برادر عزیزمان " شریعتی " در کتاب "معبدی در کویر" به نگارش در آورده، نه فقط سیر تحول باطنی يك فرد که حکایت یکا يك ما نیز هست، چه همه ما از نوری واحد شکل یافته ایم و لذا میتوانیم با عزم و اراده سرشت و سرنوشت خود را، آنگونه که قرآن عزیز تصویر میکند رقم بزنیم. از این رو، به "معبد" باید چنان نگریم و آن را چنان فهمید، که گویی حکایت تحول ماست که باید در خویش تکرار کنیم. این گونه است که ما نیز میتوانیم، معبد خویش را در عمق جانمان کشف کنیم و در آن "عبادت" شوق انگیز خود را آغاز نمائیم، عبادتی که در سیر تکاملش ما را از این سوی جهان به آن سوی جهان روانمان می کشاند تا ملکوتی را که موعود ماست در همین دنیا نیز، نظاره گر باشیم.

فصل هفتم

مراحل زندگی

انسان در رده سایر پستانداران قرار نمیگیرد، آنچه ما را یگانه بی همتا میسازد، روح خدائی و مغز منحصر بفرد ماست. مغز ما به مغز هیچ موجود زنده دیگری نمی ماند. کار بُرد های اصلی مغز ما تفسیر و تغییر، فرق گذاردن و ذخیره کردن نیروهای داده شده از محیط زیستمان است. نتایج این فعالیت را، آنچه که ما ذهن خویش میخوانیم از طریق حواس رشد میدهد و از این تجربیات دنیای شخصی ما خلق میشود. تا زمانی که آگاهانه هوشیار بمانیم، در فرایند جذب محیط پیرامون خویش و شکل بخشیدن به زندگیمان مشغول میمانیم. این فرایندی پیوسته فعال است و تا به میزانی که وادار شویم، یا مایل باشیم یا قادر باشیم که هجوم این تجربیات را در ذهن خود جای دهیم رشد میکنیم. در هر مرحله از زندگیمان که بیشتر و بیشتر درگیر فرایند فعال کسب تجربیاتی از دنیا شویم، از ما خواسته خواهد شد که خویشتن را با جهان در حال دگرگونی تطبیق دهیم. بدین ترتیب، هر يك از ما، يك واحد طراحی شده بی همتا میشود که دائماً بعنوان بخشی از يك جهان، پیوسته در حال دگرگونی، دوباره و باز دوباره خلق میشود.

مبارزه اصلی ما در این فرایند، پرده برداشتن از "خود یگانه خویش" و رویاندن و متکی بودن به آن است. برای چنین مهمی نیاز است که ما کاملاً هشیار، حساس و قابل انعطاف باشیم. همچنین به ذوقی سرشار از طنز و مزاح نیازمندیم، البته با داشتن همه این چیزها باز هم فرایندی آسان نخواهد بود. ما در جوامع پیچیده ای زندگی

میکنیم، دائماً در احاطه آدمهائی هستیم که خود درگیر "ساختن و پرداختن" خویشند. این آدمها نیز، اشتغال ما را برای تطبیق دادن دائمی خود، ضروری میسازند.

والدین، دوستان و عشاقی خواهیم یافت که بنام عشق و برای راحتی و آسایش خویش خواهند کوشید تا تصویر ما را در تصویر خود در بند کرده و مخدوش سازند.

پی خواهیم برد که اجتماع ما را وا میدارد که به نیازهای تن دهیم و خواهد کوشید که ما را در قالب باریک و تنگ خویش بفشارد.

بحث من در این است که جایی برای به عقب نگرستن وجود ندارد، ما زندانیان گذشته نیستیم، میتوانیم از همان جایی که هستیم شروع کنیم، خودمان کافی هستیم، اگر ما نخواهیم یا مشتاق آن نباشیم، هیچ دیگری نمیتواند به ما بیاموزد یا ما را متحول سازند، اگر در حال دگرگونی و شدن آنچه هستیم نباشیم، باز هم ما هستیم که از تغییر بیزاریم، بنابراین ناگزیریم از "نبودن" خود در رنج باشیم، چون منحصرأ خودمانیم که میتوانیم این کارها را بکنیم، اگر ما خواستیم آنوقت هستند دیگری که میتوانند برای ما موهبتهای خوبی باشند در غیر این صورت هیچ دیگری نمیتواند برای ما آرامش و شادی به همراه بیاورند. این احساسات به گونه ای بی همتا از آن ماست، (دنیای ترس، شادمانی یا اشک، دنیائی بسیار خصوصی و محرمانه است.) هیچ دیگری نمی تواند ما را به واقعیت برسانند. تنها ما هستیم که میتوانیم با انسان بودن خود به طور کامل، تن به مبارزه بسپاریم. این دانش که بخواست خدا ما خود قسمت اعظم زندگی خویش را میسازیم چیز تازه ای نیست، با وجود این، بیشتر ما در مقابل آن مقاومت میکنیم، چرا؟! زیرا، اگر بپذیریم که میتوانیم زندگی خود را بسازیم، ممکن است ناگزیر به تغییر گردیم. شاید ناچار شویم با تهی بودن و درد حاصل از این دانسته، که "خود" تحقق نیافته ای داریم، روبرو شویم. شاید ناگزیر شویم مسئولیت و واقعیت بخشیدن بخود. خویش را عهده دار شویم.

ممکن است در نهایت دست از ملامت دیگران بشوئیم و مسئولیت چگونگی زندگی خویش را خود بردوش بگیریم. شکی نیست که پذیرش "خود"، بدان گونه که تصویرمان کرده اند، یعنی شکست خوردگان عاجز، بی امید، وحشتزده و ناتوان از تشخیص نیازهایمان برای واقعیت بخشیدن به خویش، کاری بس سهل است.

زمانی که پا به عرصه وجود می نهیم قسمت اعظم ما نیروی نهفته ای است و در هر يك از ما امکانات زیادی وجود دارد. اینکه چطور قبلاً با ما رفتار شده و یا در اثر نادانی، بچه راه هائی رفته ایم، زیاد مهم نیست، خوشبختانه ما میتوانیم برگزینیم که در هر زمان که اراده کنیم، بار دیگر (از نظر شخصیتی) تولدی تازه داشته، و مقابله با "خود راستینی" را که هنوز دیدارش نکرده ایم، بپذیرا گردیم.

ظهور وجود حقیقی هر انسان، کمترین خواسته هستی ما، تنها هدف هستی ما و یگانه امید آن است، غفلت هر يك از ما، هر که هستیم و در هر کجا، در عمل کرد با توان کامل انسان بودن، بخشی از يك تمامیت نیروی بالقوه ای خواهد بود که برای ابد، از دست میرود، ارزش ما به میزانی است که همواره همچون انسان های یگانه ای که هستیم، در حال واقعیت بخشیدن به خویش باشیم، دایم و در هر لحظه از زندگی، این هدف شاید دست نیافتنی

و غیر واقعی بنظر برسد، يك آرمان خیالی و افسانه ای. به واقعیت رساندن يك آرمان، میتواند نا امید کننده باشد، چرا که معنای آن سر و کار داشتن با چیزی غیر قابل درک همچون وهم است. به ما میگویند که تنها امید، دسرفری خیالی به سوی يك خود پر رمز و راز و تحقق نیافته است. ما مطمئن نیستیم که سفر ما را به کجا خواهد برد، یا وقتی رسیدیم چه میابیم. متقاعد شده ایم که آن گونه که اکنون خود را تطبیق داده ایم، دست کم يك تطبیق است و تغییر، خطر کردنی نا مطمئن، به ما یاد آوری کرده اند که وهم، بازی بچه ها، و به دنبال خیال باطل رفتن خام دستی است.

اما پدیده جالب اینکه، "خود" تحقق نیافته، طلب آشکار شدن دارد و نمی توان آن را برای مدتی طولانی نادیده گرفت. او ما را و میدارد که یا پیش برویم و با معیارهای انسانی وارسته، در راه تعالی بخش مذاهب توحیدی زندگی کنیم، و یا پس، و در پریشانی، سرگردانی، اضطراب و نا امیدی سرکنیم. ما آگاهییم به اینکه چیزی گم شده است و نیازی عاجزانه به کشف آن داریم. با آنکه پاداش اغلب به وهم آلوده است، با آنکه همیشه آماده به نظر نمیروسیم، در گذشته شکستهای بسیاری خورده ایم، خرد گمراهان میسازد و عواطف پریشانمان میکند و مسافران دیگر دائماً در راه ما تداخل میکنند، با این همه باز هم بسوی رشد کشیده میشویم. در میابیم که در جستجوهایمان چیزی برای راهنمایی ما وجود دارد، پس باید ایمان خود را به تنها قدرتی که داریم بسپاریم. قدرت ما غریزه ای طبیعی است که ما را بسوی خلاقیت، انتخاب، آزادی و دگرگونی سوق میدهد.

خداوند متعال در آیه: "۳۰" از سوره: "۳۰" روم، فرموده:

با یکتا پرستی روی به دین آور، این آفرینشی است که خدا مردم را به آن شیوه آفرید، تغییری در آفرینش خدا نیست. این است آئین استوار، لیکن بیشتر مردم نمیدانند.

با توجه به قوانین روحانی باید در برابر تماماً " انسان شدن" دست از مبارزه برداریم و سرخم کنیم و به فرایندهای انسانی خود مؤمن باشیم، به این امید که ما را به آنجا برساند که رستگاری ما در آن است.

" الی ویزل " از قول عالمی یهودی میگوید: " وقتی میمیریم و در پیشگاه خالق قرار میگیریم " سؤال این نخواهد بود که چرا موسی نشدی؟ یا صاحب نامی دیگر؟ یا چرا نمی توانی معماهای بزرگ زندگی را بازگویی؟ بلکه سؤال صرفاً این خواهد بود: چرا تو " تو " نشدی؟ چرا آن " توی " فعال کامل تحقق یافته ای که نیروی بالقوه آن فقط در وجود " تو " بود، نشدی؟

پس نبرد ما روشن است، ما می خواهیم هر چه بیشتر، وهم را به واقعیت برسانیم. مگر نه اینکه واقعیت امروز ما چیزی بیش از آن نیست که روزی و همش می انگاشتیم؟ از کجا شروع کنیم؟ از همین لحظه...

گذشته را رها میکنیم و حال را در آغوش میکشیم، ما با گرانبها ترین سرمایه و توشه ای که میتواند ما را به شکوفائی انسانی خود برساند آغاز میکنیم، " ما با خود شروع میکنیم ".

به مفهوم واقعی، هر مرحله از زندگی به سوی رشد درخود کامل است و می تواند مستقل از تمام مراحل دیگر فعلیت یابد، اما از آنجائی که خداوند ما را برای رسیدن به انسان بودن سرشار، برنامه ریزی کرده است، زندگی همیشه بودن فعال، و شدنی پیوسته دگرگون است.

همانگونه که درمعنای علوم طبیعی درتخم بلوط هدف درخت بلوط شدن به شکل فشاری وجود دارد، همانگونه که توان گفت ببر به سوی ببر شدن به جلو می جهد، یا اسب به سمت اسب شدن خیز برمیدارد، انسان در قالب مقام شایسته انسانی بودنش، شکل نپذیرفته و آدمی بودن را نیز نیاموخته است، نقش اصلی محیط زیست این است که آدمی را مجاز دارد یا یاریش دهد تا نیروهای نهفته درون "خویش" را به واقعیت برساند و نه نیروهای نهفته در محیط زند گیش را، محیط زیست آدمی به او نیروی بالقوه یا قابلیت ا ارائه نمی کند، بلکه آدمی آنها را به شکل بنیادی و جنینی دارا است، دقیقاً همان گونه که دست و پا دارد.

آرزومند حقیقت بودن، عشق به خالق، نیاز به پرستش، خلاقیت، خود انگیزی، احراز شخصیت، اصالت، توجه و علاقه به دیگران، توانائی دوست داشتن، همگی نیروهای درونی آدمی هستند که به شکل جنینی، به دلیل تعلق او به نوع انسان، از آن او هستند، همان طور که بازوان، پاها، مغز، چشمانش را صاحب است. ما میتوانیم انسانهایی باشیم با درك و بینش مؤثرتر از "واقعیت"، با آغوشی بازتر، تمامیتی کاملتر، خود انگیزی بیشتر، هویتی سرسخت تر، عینیتی فراوان تر، با خلاقیتی افزون تر، با دیدی آزاد خواهانه تر و نیز توانائی بیشتر برای دوست داشتن.

نبرد اصلی برای ما، زندگی سرشار در هر مرحله از حیات است با دیدگاه وسیع برخوردار و رستگاری، " برای حیات ابدی وزندگی جاوید." این مقابله درامکان زیستن زندگیمان وبه واقعیت رساندن خودمان در هر لحظه وجود دارد، بدین گونه که هر لحظه را بدرستی زندگی کنیم و تمامیت آن لحظه را تشخیص دهیم. دنیا در هر لحظه صورتی گوناگون، معنائی متفاوت و هدفی یگر دارد..

برای مثال، آشکار است که عشقی که آدمی در کودکی می آموزد به شکلی افراطی، با عشقی که انسان در بلوغ تجربه میکند، متفاوت است و با آن رابطه ای ندارد. پس عشقی است وابسته، وفادار، اخلاقی و مسئولانه. هر مرحله، استنباط ها و خواسته ها و نیروهای نهفته یگانه خویش را در برمیگیرد. همه اینها در صورتی واقعیت میابد که هر مرحله ای با سرشاری و تمامی زندگی شود، و واقعیت پذیرد. بنابراین سؤال تنها این نیست که معنی انسان بالغ با "توان عملکرد کامل" چیست؟ بلکه بطور اخص باید پرسید چه چیز يك كودك، يك نو جوان، يك بالغ، يك عاشق و يك كهنسال را باتوان عملکرد کامل، میسازد؟

(البته منظور از کمال، کمال نسبی در حد توانائی ما انسانهاست وگرنه، جز خداوند متعال کسی یا چیزی کامل نیست، اما ما خوشحال از این واقعیت هستیم که امکان این را داریم که در راه کمال به پیش برویم.)

مرحله اول طفل خورد سال و کودک

خوشبختانه، مایه و خمیره اساسی که میتواند از کودک فردی یگانه بسازد، از همان کودکی در وجود او به ودیعه نهاده شده است. اما در کودکی هنوز "خود بودن" وجود ندارد. کودکان تمامیتی از قوای بالقوه اند. حتی زمانی که تجلی اصلی خود را ظاهر می سازند، هنوز هم نسخه ای شبیه به دیگران اند. اما به دلیل قدرت پذیرندگی خاص ایشان از محیط پیرامون، "خود یگانگی" در حال شکل گیری خواهد بود. بنابراین میتوان به واقعیت رساندن کودکان را در واقع وظیفه خطیر والدین (یا اولیای امور مسئول دانست). این افراد باید نیازهای کودک را درک نموده، ارزش او را محترم بشمارند. باید نقش حیاتی و ظریف خویش را در به اثبات رساندن ظهور نهائی "خود حقیقی"، در کودک تشخیص دهند. اگر آنها بر این اعتقادند که کودک باید بر محیط پیرامونش تسلط یابد، باید فعالیت خود انگیز، آگاه شدن، ارزیابی و فرآیند مستمر یادگیری را در کودک مجاز دارند. مخربترین و زیان بخش ترین کارها آن خواهد بود که کودک را از آزمون و خطا باز دارند. و یا آنکه در مقابل درد و ناکامی حمایت کنند. زیرا در این هنگام است که کودک می آموزد، زندگی اگر باغی از گل سرخ نباشد حتماً اعجازی است! نقش پدر و مادر یا فرد مسئول کودک، در درجه اول این است که کناری بایستند، اما باید همیشه آماده کمک های ضروری به او باشند! با آنکه کودکی خود مرحله ای جداسازی و میتواند به تنهایی تکمیل شود و به واقعیت برسد، میتواند یادگیریهای ارزشمند و فراوانی در دستمان نهد و ما را برای زندگی آینده غنی سازد. ما میخواهیم دانش کشف کودکی را با خود نگه داریم. نیاز داریم حس شگفتی و اعجاب، خطر، اعتماد، خود انگیزی و تخیلات کودک را با خود داشته باشیم. میخواهیم راههای کودکی را که برای کودک ضروری و اساسی و برای نوجوان و بالغ، مخرب و بازدارنده اند، به دور بریزیم، اما نمیخواهیم دید پرشور و نشاط خوش بینانه کودکی را به زندگی از دست بدهیم.

یاری دادن کودک به داشتن ایمان، ایمانی پاک و خالص، به حامی مهربان و پر قدرتی که در تمام مدت شب و روز و در هر مکان برای کمک بما حاضر است، و فقط با توجه کردن به او، قلب ما پر از نور و سرور میشود، بذری است که در وجود همه ما کاشته شده و با پرورش آن توسط والدین، یا اولیای مسئول میتواند بدرستی به ثمر رسیده و از انوار مقدسش همیشه زندگی ما را برخوردار نماید.

بنابراین بسیار ضروری و بجاست که از همان نخستین لحظات تولد، دقایقی چند از روز یا شب، با توجه بیاد و نام خداوند و یاری خواستن از او، انرژی عشق بخدا را مرتباً به کودک منتقل کرده و بترتیب که بزرگتر میشود از طریق بازی و قصه، با زبانی قابل فهم برای او، در مواقعی که تشخیص میدهیم که کودک پذیرای صحبت های ما هست، بانهایت مهربانی به او یاد آور شویم، مثلاً از لطف و مهربانی خدا، و اینکه او همه جا هست و همیشه حامی پر قدرت ماست و از ما محافظت میکند، با او حرف بزنیم و به سؤالات او با دقت و ملاحظت و صبر، جوابهای با مطالعه داده و سعی کنیم با عمل به ایمان خود برای فرزندانمان الگوی خوبی باشیم. بیاد داشته باشیم که کودکان بیشتر با برداشتن الگو از رفتار و اعمال ما، گفتار و اعمال خود را شکل میدهند و اگر گفتار و عمل ما یکی نباشد، آنها فقط آنچه که واقعاً انجام میدهیم تقلید میکنند و بعدها هم برایشان بصورت عادت در خواهد آمد.

و اما برای گشودن دری به قلب پاک و طلائی او دو روش را بهتر است توأماً بکار بگیریم که عبارتست از: محبت و دیسپلین، با عشق و محبت، او رام میشود، و دیسپلین به او می آموزد که چگونه رفتار کند. همیشه با او رفتار متعادل و پر از عشق داشته و محبت خود را با نوازش، درآغوش گرفتن و بوسیدن و بطور کلی رسیدگی بموقع به او نشان دهیم، اینکار به او اعتماد بنفس و جرأت می بخشد. اگر با او مهربان باشیم و دوست داشتن دیگران و قسمت کردن نعمتهای خدا، با دیگران را، به او بیاموزیم، حسود و خسیس یا حریص بار نخواهد آمد.

داشتن حس مسئولیت هم از آن چیزهاست که باید به کودک یاد داده شود. در غیر این صورت او فردی غیرمسئول بار خواهد آمد. اما بیاد داشته باشیم که همیشه و در هر صورت کنترل اعصاب خود را حفظ کرده و محبت و دوستی را رفیق راه سازیم، این روش پیوند روحی ما را با او روز بروز محکم تر میکند.

این موجودات کوچک و شیرین، با آن چشمان معصوم و روح شاد، که نشان دهنده بی تحرکی و فراق روح از هرگونه آلودگی و ناپاکیست، درمقابل پدر و مادر مانند یک غنچه بسته است که والدین میتوانند با روش تربیتی خود، آنرا بشکل هرگلی که بخواهند دربیابورند. درمغز کودک یک قسمت کاملاً خالی وجود دارد که ایده ها و تلقینات پدر و مادر (یا اولیای او)، در درون آن جای خواهد گرفت و سپس در دوران جوانی با ظرافت خاصی اعمال و رفتار او را سبب می شود و کنترل میکند.

نکته مهم اینست که با وجود اینکه کودک آن مطالب را پذیرفته و درمغزش جای داده، اگر در دوره های بعدی زندگی متوجه شود که آموخته هایش صحیح نبوده و منافع حقیقی او را بهر دلیل به خطر می اندازد و خلاصه آنچه در گذشته به او یاد داده اند درحال حاضر برایش مفید نمی باشد، (اگر قبلاً از یک روش درست زندگی که عبارتست از: "پیروی از قوانین الهی با تکیه بر مذهبی توحیدی"، بر خوردار نبوده باشد)، دچار افسردگی روحی گردیده و دراین حالت، رخوت و سُستی به او دست میدهد و بزندگی بی اعتنا شده و چون برای تغییر روحیه و بیرون راندن محتویات قبلی از مغز خود اغلب قدرت زیادی ندارد، دنیا به چشمش تیره و تار شده و دچار یک نوع فلسفه پوچی گردیده، عملاً بنوعی خود کشی، دست میزند که گاه مستقیم و گاه غیر مستقیم است. (از قبیل روکردن به اعتیاد های مختلف و غرق شدن در شهوات متفاوت و بی بند و باریهای مرسوم در بین اکثرچنین اشخاص، که البته گاهی اوقات با دست یابی به یک روش درست خود شناسی، امکان این هست که به لطف خدا مجدداً درمسیر درست قرار گرفته و از نظر شخصیتی، به تولدی دوباره دست یابد، که همت و شهامت زیادی لازم دارد ولی غیرممکن نیست.

بهرحال باید گفت که هر گلی بزنیم بسر خودمان زده ایم، چون فرزند ما هرچه باشد دست پرورده ماست. برای رسیدن به نتیجه خوب، خداوند مهربان راه زیبای یکتا پرستی و توجه به دستورات حیات بخش خود را به ما پیشنهاد میکند. که با انتخاب این راه قادر میشویم که رستگاری هر دو دنیای خود و عزیزانمان را که در این ایمان و عقیده با ما همراه هستند به دست آوریم. انشاء الله...

و اما بسیار نیکوست که قبل از اینکه ما دارای فرزندی باشیم، درمورد انتخاب زوج دلخواه، برای برخورداری از ازدواجی موفق و خوشبخت، توجه بیشتری داشته و طرح درستی را، به مرحله عمل در آوریم، و نه اینکه فقط با تمرکز روی خصوصیات ظاهری همسر، و تحت تأثیر هوا و هوس و یا احساس دلسوزی، یا اجبار، به این کار مهم اقدام کنیم. زیرا همانطور که برای پرورش یک میوه خوب، بذرسالم، زمین حاصلخیز و آب و آفتاب و هوای مناسب لازم است، برای داشتن فرزندی سالم و صالح، و خانواده ای خوب و درست نیز، توجه به اموری کاملاً ضروری است، از جمله انتخاب همسر مناسب.

مرحله دوم: نوجوان

در تمام مراحل زندگی، شاید مرحله نوجوانی باشد که بیش از همه در خاطرمان میماند، چرا که هیچ برهه ای از زندگی تا بدین اندازه دل شکستگی، اختلاف و تضاد و سوء تفاهم به همراه ندارد. یاد آمیخته با درد و شغف آن، درد اکثر ما هنوز برجاست. ما هنوز یاد سوء تفاهمات دیگران از ما، بی ثباتی و هردم خیالیمان، در طلب پذیرفته شدنمان، و عاجزانه احساس تنهائی کردنمان را با خود داریم. امروز با شگفتی از خود میپرسیم که چگونه و از کجا آغاز شد؟ چگونه سرانجام دوام آوردیم و این مرحله را پشت سر گذاریم؟ البته اگر چنین کرده باشیم.

جای شگفتی نیست که گذر از نوجوانی، مرحله ای خطیر در رشد است و درست طی کردن این مرحله اهمیتی والائی دارد، چرا که هدف اصلی آن، رشد و آشنائی با خود، یگانه مان، برای نخستین بار است. این اولین باریست که ما تشخیص میدهیم که "ما" " آنها " نیستیم، بلکه "مائیم" و "خودمان" و "من"، آنچه مایه حسرت است، این است که حیاتی ترین ویژگیهای نوجوانی، که در تحقق یافتن "خود" بس ضروری و اساسی است، مورد نفرت افراد بالغ و اجتماع و بهمین دلیل اغلب مایه سرکوبی و ناکامی در نوجوان است. جای تعجب نیست که یکی از مسایل اصلی در نوجوانی، درک غلط دیگران و قضاوت نایجابی دیگران از اوست.

در نوجوانی احساس يك تبعیدی را داریم، يك بیگانه و دور از دیگران، يك آدم تنها. آدمهای دیگر در زندگی يك نوجوان اغلب قادر به درک این نکته نیستند که نباید، رفتار او، ناهماهنگی و بی ثباتی او، گستاخی و جسارت، خشم و غضب و قضاوتهای شتابزده او را شخصی بگیرند. اینها صرفاً راههای تازه یافته نوجوان برای کند و کاو، و کشف نیروهای بالقوه اوست. او هنوز هم نمیتواند انتخابی قطعی داشته باشد، چرا که هنوز حتی مطمئن نیست که چه کسی و چه چیزهایی در دسترس اوست تا برگزیند. در حقیقت این انفصال و گسستگی شخص، شاید نیروی اصلی به تحقق رساندن نوجوان باشد. در این انزوا، نوجوان فضای کشف و آزمون را دارد، و برسر آن است که بسیاری از انتخابهای عمده زندگیش را انجام دهد. ناگزیر خواهد بود شغلی برگزیند. درباره ازدواج تصمیم بگیرد و چگونگی نوع زندگی خود را انتخاب کند. از نوجوان این انتظار میرود که از میان صدها انتخاب در دسترس خویش، براساس نیازهای شخصی برگزیند یا رد کند. چرا که اگر بخواهد از والدین خود و خانه بگسلد و شخصی مستقل و مجزا باشد، این انتخابها ضروری است.

بیاد داشته باشیم، مهمترین روشی که کمک میکند تا یک فرد نوجوان یا جوان موفق شود که هم "خود"، خویش را بهتر تحمل کرده و هم برای دیگران موجودی دوست داشتنی و مفید باشد، یاری کردن والدین اوست، در بازیابی "خود یگانه خویش"، و برای این منظور توجه به نکاتی که بعرض میرسد ضروریست:

۱- نوجوانان را نسبت به تغییراتی که درپیش روی خود دارند، آگاه ساخته و اطلاعات لازم را، در مورد رُشد شان به آنها یاد آور شویم، دادن این سرخ های ابتدائی درباره دگرگونی های جسمی، ذهنی و یا روانی، موجب آرامش، آسودگی و اعتماد به نفس اولیه در نوجوان خواهد بود.

۲- رفتاری توأم با مهر و محبت با آنها داشته باشیم، تا بتوانیم مثل یک دوست خوب، اعتماد ایشان را بخود جلب کرده و در صورت لزوم، هنگام بروز مشکلات گوناگون، یار و مدد کارشان باشیم.

۳- زمانی که با نوسانات خلقی نوجوانان روبرو میشویم، توجه داشته باشیم که خود آنها، بیش از آنچه ما تصور میکنیم دچار سردرگمی شده اند، آنان اغلب از علاقه بی پایان ما نسبت بخودشان آگاهند و درست بهمین دلیل (با احساس امنیت به ما)، اعتراض یا پرخاش میکنند، درچنین مواقعی، بهتر است خونسردی خود را حفظ کرده و صبرکنیم تا آرامش برقرار شود، و بعد درموقعیت درست بتدریج درباره علت ناراحتی او پرس و جو کنیم. اگر بهر دلیل نتوانیم خود را کنترل کنیم و بر سر او داد بزنیم، ارتباط کلامی ما با او از بین خواهد رفت و او را ازخود دور کرده ایم.

۴- بیاد داشته باشیم که احترام متقابل، شرط زندگی توأم با سلامت و بهداشت روان است. زمانی که والدین به نظرات، ایده ها، افکار و عقاید نوجوانشان احترام بگذارند و به صحبت های او با صمیمیت و آرامش گوش کنند، بدیهی است که نوجوان هم می آموزد، که به صحبت های والدین خود گوش کرده و با توجه به آن، راه خود را انتخاب کند.

۵- اغلب نوجوانان به ورزش، بازی های گروهی، کلاسهای آموزشی، گردش های علمی علاقه مند هستند، از این روی والدین میتوانند با هدفمند کردن فعالیت های نوجوان، به او یاری کنند تا استعدادها و توانائی هایش را شکوفا سازد و راهی بسوی آینده خود باز کند.

۶- دوست یابی و پیوستن به گروه های همسالان از ویژگی های دوره نوجوانی است، و به این ترتیب آنان بیشتر از بودن در جمع های بزرگ دوستانشان احساس رضایت و خشنودی میکنند و بی شک والدین هم ازاینکه فرزندشان را فردی موفق و اجتماعی ببینند لذت خواهند برد. اما آنچه که دراین خصوص اهمیت دارد، راهنمایی ها و هدایت های والدین برای انتخاب دوست یا دوستانی قابل اطمینان و مناسب در زندگی نوجوان است.

۷- از تجربه ها و خاطرات دوران بلوغ و نوجوانی خود برای فرزندانمان تعریف کنیم، آلبوم عکس های نوجوانیمان را با او ورق بزنیم، و برای او توضیح دهیم که در آن دوران چه احساسی داشته ایم، بخاطر داشته باشیم که ما بهترین دوست و راهنمای فرزند نوجوان خود میتوانیم باشیم، و به این ترتیب روز بروز روابط و دوستی ما

محکم تر شده و در آینده، آنها نیز از بهترین دوستان ما خواهند بود، دوستانی که در راه خوشبختی ما از هیچ کوششی فروگذار نخواهند کرد، و این یکی از بزرگترین لذت های زندگی است .

وبه این ترتیب یک نوجوان یا جوان، با توان عمل کرد کامل، بصورتی که جنبه های مختلف زیبایی ابعاد وجود او بکار بیافتد و در زمان درست بیاموزد که اداره امور خود را بر مبنای "عقل و احساس"، هردو قرار دهد، میتواند زندگی سرشار و پرباری داشته، و علاوه بر اینکه دلیلی برای نگرانی و اضطراب اولیای او وجود نخواهد داشت، بلکه آنان بوجود او افتخار نیز خواهند نمود.

بهر حال اگر قرار است نوجوان بعنوان "فرد" موفق در جامعه ظهور پیدا کند، باید ایشان را مجاز داشت تا "خود یگانه شان" را کشف کرده و چونان "جان شیرین" در آغوش گیرند و با در دست داشتن هویت تازه یافته شان به مرحله بلوغ و پختگی پا نهند.

مرحله سوم: شخص بالغ

بالغی ظرفیت و گنجایش بلوغ حقیقی را داراست که بدون از دست دادن بهترین ویژگیهای کودکی و نوجوانی با آن وداع گفته است. او در خود، نیروی اساسی عاطفی دوران طفولیت، خود مختاری لجوجانه نو پائی، ظرفیت شگفتی شعف و بازیگوشی سالهای پیش از مدرسه، گنجایش پیوستگی و ارتباط و کنجکاوای ذهن سالهای دبستان و آرمانگرایی و شور نوجوانی را نگاه داشته است. در طرح نوی او از رشد، همه اینها زیر غلبه ثبات بالغ، خرد و دانائی او، حساسیتش به آدمیان دیگر، مسئولیت، نیرومندی و همدفندی او، با هم ترکیب شده اند.

این نکته مورد توافق است که افراد بالغ دارای حسی از هویت "خود" حسی از "من"، حسی از چه کسی بودن و مستقل از دیگران به سر بردن، هستند. اما این اشخاص جدا و مستقل از دیگران، نیاز به نزدیکی جسمانی و روحی و نیاز به برقراری رابطه ای عمیق و پرمعنا با دیگران را نیز احساس میکنند. افراد بالغ اشتیاقی صمیمانه به مولد بودن دارند و می خواهند آنچه به بار می نشانند به دیگران عرضه کنند. در طلب آفرینش و شراکت آفریده هایشان با دیگران اند.

زندگیشان را پذیرایند و با رضایت خاطر و شعف کار میکنند. به گفته " اتورنگ " : آنان در غالب يك هنرمند زندگی میکنند. نه هنرمندی که بنویسد یا نقاشی بکشد، آنان هنر زندگی را میدانند، هر روز ذوق و استعداد خود را در هر تلاش و کوشش و قوه تخیل خویش را در باز آفرینی زندگیشان به کار میگیرند. هنرمندان بالغ هنر زندگی، خودانگیزند، پذیرایند، قابل انعطاف و پذیرنده تجارب تازه و با نیروهای برونی همآهنگ و موزون، اما خود مختار و مستقل در فرآیند ابداع زندگی خویش اند. حیات را زنجیره ای از گزیده ها میدانند و مجموعه ای که تا حدود زیادی، خود تعیین کننده آند و فردا مسئول آن. آنها به جهان و جامعه ای که در آن زندگی میکنند و دیگرانی که زندگی اجتماعی را با ایشان شریکند، احترام میگذارند. ارزش آنها را میدانند و برایشان دل میسوزانند، با وجود آنکه شاید عادتاً با ایشان توافق نداشته باشند. به نیازها و قوای بالقوه خویش ایمان دارند و تشخیص میدهند که اینها میتوانند گاه، با نیازهای دیگران متعارض شوند، اما نیک میدانند که این تعارض میتواند نیروی مثبتی در راه رشد

و دگرگونی باشد. افراد بالغ حس عمیق و معنوی در رابطه شان با طبیعت و دیگر آدمیان دارند و شگفتی مستمر حیات و زندگی را میشناسند و از قوای به ودیعه نهاده شده در درونشان تماماً بهره میگیرند و خود را بخشی از راز عظیم زندگی میدانند و عشقشان را و خردشان را با آغوشی گشاده، بی اندیشه بهره برداری، مسئولانه با دیگران سهیم میشوند. بنابراین، جوهر و ماهیت اشخاص بالغ وجودی در حال رشد مستمر است، زیرا که اینان نیک میدانند که جوهر بلوغ در انتخابی خلاقانه و مسئولانه قرار دارد. آنان حس هویتی قابل انعطاف، اما رنگ ناپذیر دارند. حسی روشن و پذیرا از آنکه هستند. آنچه میتوانند باشند و اینکه نقاط قوتشان در چه واقع است.

برای شخص بالغ، توانایی برقراری روابطی عمیق، صمیمانه و پرمعنا، براساس احترام بی قید و شرط در مقابل یگانه بودن آدمهای دیگر، از اهمیتی اساسی برخوردار است. اینها انسانهایی خونگرم و مهربان، پرمحبت و از نظر جنسی پاسخگویند. انسانهایی اجتماعی اند، دوستی را می شناسند و حس بودن با دیگران را دوست دارند، آنان کارورزانی مولدند و خود را وقف کار و تلاش خویش میکنند. آنان دگرگونی و تغییر و اصلاح خود، آدمهای دیگر و جامعه ای را که در آن زندگی میکنند با آغوش باز می پذیرند، خود تصمیم میگیرند، ابداع میکنند، شوخ طبعی را میشناسند و درجهانشان با خود و دیگران آرام و آسوده اند.

مرحله چهارم: مونس و محرم

از آنجائیکه انس و محرمیت، اساساً توانایی و علاقه به ارتباط نزدیک روحی و جسمانی با دیگران است، و تا حدودی در تمام مراحل یاد شده ذاتی است، برای بسیاری اینکه در اینجا بعنوان مرحله ای یگانه و مجرد بدان پرداخته شده عجیب خواهد بود. مراحل زندگی تا بدین جا ما را به نقطه ظهور و پذیرش "خود" یگانه مان رسانده است. "منی" که هویت ما را با معنا آشتی میدهد، تا این زمان ما زیر تیغ رحم دیگران بودیم برای اینکه دوام آوریم، و ادراک شدیم واقعیت دیگران، ارزشهایشان و روش زندگیشان را از آن خود بدانیم، و واژه های ایشان را بکار گرفتیم و به امر آنها به حرکت در آمدیم. خود را با نیروئی رو در رو یافتیم (که باید نظامی از آن خود بیافرینیم، یا بنده دیگری باشیم) با این عزم به بلوغ بهنگام خود رسیده، مسئولیت اعلام وجود و خلق انسانی تازه را که از پیش وجود نداشته است، پذیرفته ایم. قبول کرده ایم که در تعهد در مقابل "خود" درگیر باشیم، در این تعهد تناقضات طبیعی (یعنی به شکل درونی و ذاتی) وجود دارند. اگر آرزومند رهائی از بردگی هستیم، باید آزادی را برگزینیم و مسئولیتی را که در بردارد، بردوش بگیریم. اگر خواهان احساس استقلال نیستیم باید وابسته بودن را انتخاب کنیم و تناقضات درونی و ذاتی این انتخاب را بپذیریم. اگر میخواهیم برتنهایی غلبه کنیم باید محرمیت و انس را بخواهیم و همه شاخه ها و فروع این انتخاب را بپذیریم. از میان تمام این گزینه ها انتخاب آخرین بزرگترین تناقضات را می آفریند.

برای بیشتر آدمها انزوا، پنداری و حشمت آور است. در ما آدمیان نیازی شدید به با هم بودن و حمایت از روابطی که داریم وجود دارد. در ما کششی طبیعی و قدرتمند، بسوی کامروائی حسی و جنسی موج میزند. ما به تغذیه عاطفی، یاری، دلگرمی، مهر و محبت و عشق نیاز مندیم، اینجاست که با یک انتخاب اصلی رو در رو قرار میگیریم.

یا باید محرمیت و انس به دیگران را برگزینیم، که خود تا حد و دی نیاز به چشم پوشی از "خود" و دو باره تطبیق دادن "خود" مستقل و تازه ارزش گذاری شده ما دارد، یا انزوا و جدائی از دیگران را انتخاب کنیم. انتخاب دوم ویرانگر و تهدید آمیز است و شاید که مهمترین و حساسترین تصمیمات مرحله بلوغ را بر ما تحمیل میکند، اغلب آدمها محرمیت و انس به دیگران را به هر بهائی برمی گزینند، چرا که معنای انتخاب دیگر تنهائی است. ما همواره نیازمند دیگرانیم تا رشدی مستمر داشته باشیم.

انس حقیقی تنها زمانی نیروئی مثبت است که ترکیبی از قدرتمند یها و توانائیهای ما با انسانهای بالغ دیگر باشد، تا بتوانیم به رشد مستمر یکدیگریاری دهیم، برای آنکه بیشتر به چنگ آوریم باید خود خواسته از جنبه هائی از "خود" مستقل خویش چشم بپوشیم. عمدتاً از طریق یاران محرم، صمیمی و یکرنگ و در طی زمان است که دنیای یگانه و بی همتای انسان دیگری به ما عرضه میشود و ما خود نیز انعکاس صادقانه ای از دنیای خویش را می بینیم. بهمین دلیل است که دوست داشتن يك دوست عادی بسیار ساده، و دوست داشتن کسی که به او عشق می ورزیم بس دشوار است. سرمایه گذاری ما در دوست به مراتب کمتر آشکار است، تا تقاضامندی و سرمایه ای که در معشوق می نهیم. اما در دراز مدت پاداش سرمایه گذاری خویش را در عشق در راه رشد میگیریم، محرمیت و انس را میتوان با شدت و ضعف متفاوت در پیدایش گونه های متعددی از روابط یافت. روابطی که نیازهای گوناگون انس و صمیمیت ما را ارضاء میکنند. در این طیف، از روابط عادی اجتماعی تا دوستیهای عمیق و طولانی و حتی تلاش برای شکل بخشیدن به وحدتی دائمی، یعنی ازدواج به چشم می خورد.

روابط تصادفی و عادی و رفاقتها، فرصتهائی برای تجارب مشترك کوتاه مدت و تبادل دانسته ها، احساسات و عقاید را برای انسان فراهم می آورند. فرصتهائی که احساسات انزوا و ملامت را خنثی و باطل می سازند. اما مطالعات نشان داده اند، که تنها روابط بسیار نزدیک و مونسانه که وراى صرفاً اجتماعی بودن آدمی قرار دارند، و به او فرصت باهم بودن دایم را عرضه می کنند، مانند زندگی مشترك که در اثر ازدواج بهم پیوسته اند، میتوانند پربارترین زمینه رشد را برای ما فراهم آورند. زمینه ای که میتوانیم در آن "خود" باشیم، و خود را در محیطی قابل اعتماد، امن، پذیرنده و ترغیب آمیز، آزادانه ابراز داریم. اینها فرصتهائی حیاتی برای غلبه بر تنهائی و بر عهده گرفتن اکتشاف تجربه انسانی بی هراس و دغدغه خاطر هستند. اغلب گفته شده که بهترین نشانه بلوغ ما در تواناییمان برای شکل بخشیدن به روابطی بالنده، پرمعنا و با دوام است.

مرحله پنجم: شخص سالمند

اگرچه در پیری جسم ما در وضعی دیگر قرار میگیرد و آسیب پذیر میگردد، وجود ما در غالب انسانی با ظرفیتهای انسانی، برای حس کردن ها، شریك شدن ها، دوستی ها خلاقیت و بار آوری تغییر نمی کند. مسلماً با بالا رفتن سن تغییرات آشکار و معینی در اوضاع بیولوژیکی و فیزیولوژیکی ما رخ میدهد. اما باید بیاد داشت که سالخوردهگان نیز، آدمهای معمولی هستند و اگر مجازشان بدارند مثل آدمهای معمولی رفتار می کنند. در واقع گذشت سالیان، سالخوردهگان را در بالندگی یاری داده است. این گونه مینماید که فرتوتی بیشتر احساس بی ثمر بودن و بی زمان

بودن است تا فرسودگی جسمی و روحی. برای بیشتر ما سالخوردگی ناگهان از راه میرسد. به ندرت سن خود را احساس می کنیم. در واقع بیش از آنکه خود از آن آگاه باشیم، دیگرانند که آنرا بر ما منعکس میسازند. مسلماً به فرسودگی تحمل جسمانی خود معترف میشویم، اما این دلیل کافی برای تحسر به حال خویش، تن آسائی، تعصب و کنار نهادن همه چیز نیست. اکنون زمان برنامه ریزی بهتر برای زندگی دوران عقل (کهنسالی) رسیده است، زمان آنست که نمونه ای از زندگی دلخواه خود را چنانکه باید و شاید بسازیم، و باید دانست که اینهم دوره ای از زندگی است و از دوره های دیگر اگر بهتر نباشد بدتر نیست. دوران توجّه به درون و یادگیری چیزهای جدید است، دوران دیدن و شنیدن مطالب آموزنده و دلنشین. بعضی دوران باز نشستگی را که همزمان با سالمندی است با بیکاری و بی حرکتی و انزوا میگذرانند به تصور آنکه در دوران جوانی تمام برنامه های زندگی خود را انجام داده اند، در صورتیکه این دوران، دوران شکوفائی و دوران نتیجه گیری و فصل برداشت حاصل زندگی است، مگر نه دانشمندان بزرگ اکثراً در کهنسالی حاصل تجربیات زندگی خود را بعالم بشریت عرضه کرده اند: "ولتر" دانشمند و فیلسوف فرانسوی در سن "۷۰" سالگی کتاب بزرگ "فرهنگ فلسفه" را عرضه داشت. "ویکتور هوگو" یکی از مشهورترین آثار خود را در "۸۳" سالگی نوشت و تا پایان عمر قلم خود را از دست نداد. "ادیسون" مخترع برق، اثر بهره برداری از الکتریسته را در موتورهای که منشاء حرکت موتور است، در "۷۰" سالگی کشف نمود.

"میکل آنژ" در "۸۹" سالگی "ریم" اثر مشهور خود را عرضه داشت و تا آخر عمر در کلیسای "سن پیر" مشغول هنرنمایی بود.

"پابلو پیکاسو" تا "۹۲" سالگی اثرات مشهور و نقاشی های خود را عرضه میداشت.

"ژرژ برنارد شاو ایرلندی" در "۸۰" سالگی بهترین اثر خود را نوشت. او میگوید: آرزو دارم آخرین رمق عمر من ثمری ببخشد و روزی بمیرم که از من هیچ خدمتی ساخته نباشد. من زندگی را مشعل پر نور درخشنده ای میدانم که فعلاً نگهداری آنرا بمن سپرده اند، من میخواهم هر چه ممکن باشد روغن این چراغ را زیادتر کنم و آنرا نورانی تر از پیش به نسلهای آینده تقدیم کنم.

دوران سالمندی: دوران پربراری است که در این دوره، نتایج عمر گذشته و تجربیات آن به دست تاریخ داده میشود تا مگر مورد استفاده عموم قرار گیرد و دیگران را بکار آید. بهرحال مقابله و نبرد ما در حقیقی بودنمان نسبت به هر مرحله از زندگی قرار دارد و سالمندی هدف خود را دارد و دوراه پیش پای ما گسترده است. یا این هدف را قربانی کنیم و یا به فعلیت برسانیمش. امید بخشی اساسی از آینده است و حتی در پیری میتوان امید را برگزید. نه امید برای جوانی دو باره به چنگ آمده، یا امید برای عقب نشینی درگذشته، چرا که درگذشته راحتی میابیم و نه در جای دیگر، بلکه امید به تکاپویی مستمر در هر لحظه به دنبال منبع و منشأ خود خویش.

ضروری است به ارزشها، فضائل و تعهدات آغاز شده با سالمندی، و بر راه های پر قدرت احساس، حس کردنها و آزمونهای آن ارزش گذاریم. وظیفه خطیر سالمندان اینست که به زندگی در "اکنون" ادامه دهند، فرصتی برای

درون نگری بیشتر وجبران خطاهای گذشته، و بلاخره آماده ساختن خود برای برخورداری از يك زندگی حقیقی، پر و زیبا، بدون مرگ و ابدی، وطی نمودن آخرین پله های هستی برای رسیدن به لقای خدا، بنوعی که مورد بشارت فرشتگان پاك او قرار گرفته و این قول خداوند در مورد ما به حقیقت به پیوندد:

ای روح با اطمینان، خوشنود و پسندیده به سوی پروردگار خود بازگرد و در سلك بندگان من وارد شو و به بهشت

قدم بگذار. (آیات : ۲۷-۳۰ سوره ۸۹ فجر)

باید دانست که زندگی فعلیت نیافته، خود هدفی کافی است. مرگ نیز هدفمند است. مرگ تنها پایان این زندگی نیست، بلکه همانطور که " الیزابت کوبلر راس " میگوید، آخرین مرحله "رشد است. افراد سالخورده با توان عملکرد کامل، فرصت ندارند که روی صندلی لم بدهند و در انتظار مرگ بمانند. در برابر ایشان وظیفه خطیر تلاش فعلیت بخشیدن به دو مرحله جدید قرار دارد، یکی کهنسالیشان و دیگری مرگشان. باید در خود اعتماد خلق کنند و زمان محدود خویش بر روی کره خاکی را هدف بخشند. ندیده گرفتن این وظیفه، در واقع از دست دادن فرصتی گرانبها است که هرگز جبران نخواهد شد. آنان میتوانند پُر توشه کردن زندگی ابدی را برگزینند، نیازی نیست که سردرگمی، پریشانی، هراس، نا امید ی، یأس و تنهایی و انزوا را انتخاب کنند. قرار نیست معنای زندگی را با نگاهی به عقب انداختن در این مسیر، و جریان طولانی از کودکی به کهنسالی بیابیم، زندگی چیزی بیش از تولد، "رشد و بلوغ است. اگر به دنبال کشف معنای زندگی باشیم، با آماده شدن برای نبرد به فعلیت رساندن هر لحظه از هر روز زندگیمان، در میابیم که این معنا در هر مرحله ای به شکل ذاتی وجود دارد. ابزار اصلی را در دست داریم. نیروهای نهفته ذاتی، زمان حیات و مرگ را. يك زندگی از آن ماست، تا پیش از آنکه ترکش کنیم، پُربارش سازیم " خودی " را که اکنون هستیم نیروی بالقوه ای را دارست که با فعلیت رسیدن آن کامل خواهیم شد.

پس بر عهده ماست که برپا خیزیم. بشر بدان جهت توانسته است بر تمامی اشکال حیات فرمان براند، که امانت دار روح خداست و امکانات زیادی برای رشد و بالندگی داشته است. اگر وقت بیشتری صرف کند و خرد مندانه تر زمان عمر را بگذراند ممکن است بیاموزد که چگونه بر خود فرمان براند و به رستگاری حقیقی دست رسی یابد.

ما با این حقیقت رو در رو قرار میگیریم که اگر آرزومند زیستنی سرشار هستیم باید با توجه به راهنمایی های آفریدگار هستی برنامه های هر روزه خود را تنظیم کنیم، و از آنجائی که میان ما تفاوت های فراوانی هست، پس يك راه واحد نمیتواند وجود داشته باشد. اما بر عهده گرفتن مقدماتی (حفظ تقوا) بما یاری خواهد داد. باید تصمیم جدی بگیریم که راه خود را آغاز کنیم و در این راه باقی بمانیم. باید به خویش به مثابه حاصل " گذشته " نظری بیفکنیم، اما مهمتر از آن باید بدانیم که يك آینده بی منتها و غنی از آن ماست که لزوماً به آنچه تا کنون پیش آمده وابسته نیست باید با امید و کوشش وحدتی صمیمانه برقرار سازیم. نه به انواع امیدهای توهم آمیز، بل با امیدی که نیرو می بخشد و در عمل به اهداف ما جهت میدهد. بایستی بار دیگر احترام به "خود راستین" را برای یگانگی ذهن و قدرت اراده خویش به دست آوریم، تا بتوانیم این دو را در راه کمک به خود در باز بینی و گزیدن معقولترین انتخابها از میان تمام گزینش های آینده، که بیشترین رشد را برای ما به همراه آورد، بکار گیریم. پس بایستی خود را

با ارزیابی حساس و صادقانه ای در هر مرحله، وقف این فرایند سازیم تا به روشهایی که با آنها میتوانیم تنظیم کنن گان بهتری برای زندگیمان باشیم، نظری بیفکنیم و هرروز را همانند انسانی کامل، فعال و کار آمد زندگی کنیم. انشاء الله...

نقش مرگ

شاید سودمندترین حقیقت زندگی برای زیستن انسانی و سرشار، آگاهی و پذیرش صادقانه ای از مرگ باشد. مرگ رمز و رازی ندارد. اگر چشمانمان را بازکنیم، می بینیم مرگ پیوسته مارا از وجود خویش آگاه میسازد. مرگ همه جا هست، حتی در اولین نشانه های زندگی.

اگر انسانی با توان عملکرد کامل زندگی کند، مرگ نه تهدیدی است، نه وحشتی. برعکس مرگ در قالب بزرگترین متحد زندگی است. مرگ میگوید که کمیت روزها، ساعتها و سالها نیست که اهمیت دارد، بلکه مهم کیفیت زمانی است که میگذرد. هرروز، روزی نو و هرلحظه، لحظه ای تازه است. زمان به خودی خود مفهومی ندارد و این مائیم که به معنایش اهمیت می بخشیم. زمان یا سرعت باد میگذرد و یا به بلندی ابدیت به طول می انجامد. این بسته به وضعیت ذهنی ماست، یعنی به اینکه ما چگونه مایلیم که ذهن خود را به حالت تعلیق در آوریم.

گذشته، گذشته و هیچ شیون و زاری قادر به باز گرداندن آن نیست. در انتظار آینده به سر بردن نیز چیزی بیش از دوست داشتن انتظار کشیدن نیست. زندگی میداند که مرگ بهمرام خود دگرگونی میآورد. زندگی میداند که تنها واقعیت زیستن آینده و گذشته در " اکنون " است. پذیرفتن حیات است با شرف زیستن در لحظه، ورها کردن لحظه وقتی که زمانش فرا رسد. زندگی میداند که تنها واقعیت درآغوش گرفتن زندگی است با تمام نیرو، پیش از آنکه بگریزد و بی آنکه انتظار دوام بیش از حد این زندگی موقت دنیائی را داشته باشیم.

بدان هنگام که مرگ را چونان سایر جنبه های چرخه هستی مشتاقانه پذیرا می شویم، هررویداد زندگی را ارج نهاده، قدر میدانیم با این آگاهی که هرگز دوباره رخ نخواهد داد. هر یک از این لحظات منبع سرشار از چیزی خواهد بود که آنرا دوران زندگی خویش می نامیم، مرگ بزرگترین معلم زندگی است. تنها جاهلان و آنان که از زندگی کردن می هراسند. از مرگ وحشت دارند. خردمندان مرگ را دوستی محرم و معلمی خیرخواه و بخشنده تلقی می کنند.

برای آنکه با تمام وجود فعال و انسانی با توان عملکرد کامل باشیم، باید مرگ را دوستی برای تمام عمر بشماریم، البته با این دانش که روح ما جاودانه است، ما از خدائیم و بسوی او برمیگردیم، و این فقط جسم ماست که تا زمان معین ب خاک سپرده میشود، که آنهم بخواست خدا قابلیت زندگی مجدد را داراست، البته در روز رستاخیز...

"مولانا جلال دین رومی" در مورد مرگ، ابیات جالبی سروده که نمونه ای از آنها را در اینجا یاد آور میشویم:

هر که زنده است به نور الله مرگ این جسم مرا و راست مدد

و یا:

مرگ ما هست عروسی ابد سر آن چیست؟ هو الله اُحد

و همینطور فرموده:

ندا رسید روان را، روان شو اندر غیب
منال و گنج بگیر و دگر ز رنج منال
تو کن ندا و تو آوازه ده که سلطانی
تراست لطف جواب و تراست علم سؤال

و یا:

کدام دانه فرو رفت در زمین که ترست؟
چرا به دانه انسانیت این گمان باشد.

و همینطور:

جسم ظاهر عاقبت هم رفتنی است
تا ابد معنی بخواهد شاد زیست
آن عتاب از رفت هم بر پوست رفت
دوست بی آزار سوی دوست رفت

* * *

نقش معنویت

انسانهایی که توان عملکرد کامل دارند، حس عمیقی از معنویت در وجودشان موج میزند. آنان نیک میدانند که آدم بودن ایشان و جهانی که در آن بسر میبرند تنها از طریق تجربهٔ انسانی نمی تواند روشن گردد و یا فهمیده شود. آنان میدانند که باید جهش مرموز عرفانی را بیازمایند. باید از خود درگذرند و از واقعیات محدود خویش فراتر روند. این انسانها حسی بیان نشدنی از چیزی ورای پدیده‌ها عبادت دارند. آنان وجود خردی کارا تر از قوهٔ درک خویش را احساس می کنند، حتی اگر نامی برای نامیدنش نیابند. آنان آگاهند که طرحی عظیم و پیوسته فعال وجود دارد که در آن، همه چیز سازگار و موافق است و نشانی از تعارض و تناقض موجود نیست.

انسان با عملکرد کامل اوست که با تمامی اعتماد دست می گشاید، و خدا را

در همه چیز لمس میکند.

سلام بر بندگان صالح و نیکوکار خدا.

مأخذ:

قرآن مجید، آخرین کتاب آسمانی

نهج البلاغه: سخنانی از امام علی (ع)

سفری همراه با عشق و شادی: لئوبوسکالیا، نویسنده و روانشناس ایتالیایی

هنرانسان کامل بودن: لئوبوسکالیا

مثبت درمانی: نورمن پیل

شفای زندگی: لوئیز هی

زندگی که برای آن به دنیا آمده ایم: دان میل من

برای آن بسوی تو می آیم: جی. پی و سوانی

نامها یا صفات زیبایی پروردگار: تألیف: توسن بایرک

" باز خوانی عرفان در اندیشه دکتر شریعتی " : امیررضائی