طاقة التركيز

المعلم برمهنسا يوغانندا

Paramahansa Yogananda

ترجمة محمود عباس مسعود

لكي يصبح المريد متقبّلاً يجب أن يجلس بهدوء ويركّز أفكاره على رغبة تستحق التركيز حتى يندمج عقله وتفكيره كلياً بتلك الفكرة. عندما تتناغم إرادة الإنسان مع الإرادة الإلهية الكلية المعرفة والقدرة يصبح بالإمكان استخدامها بنجاح في تحقيق الغاية المرجوة. لا يمكن للإنسان أن يجلس منتظراً النجاح كي يسقط في حضنه. عندما تحدد اتجاهك وتعقد العزم على المضي قدماً يجب أن تفعّل إرادتك وتبذل مجهوداً عملياً، وستجد عندها أن كل عناصر النجاح ستأتي إليك من حيث تدري ولا تدري. في إرادتك المشحونة بالتيار الإلهي تكمن الاستجابة لصلواتك. عندما تستخدم تلك الإرادة فإنك تفتح النافذة التي من خلالها تحصل على الاستجابة لصلواتك. تلك هي تجربتي الذاتية. في الماضي حاولت القيام ببعض الأشياء لمجرد اختبار إرادتي، ولكنني الآن لا أفعل ذلك لأنني أعرف النتيجة مسبقاً: كل ما أريده يتحقق.

ذات مرة، منذ سنين طويلة، رأيت أن احد تلامذتي يسير في خط معاكس. وإذ أدركت بالبصيرة النتائج الحتمية المؤلمة لتصرفه حاولت إقناعه بشتى الوسائل المنطقية للعدول عن مواصلة السير في ذلك الاتجاه، ولكني وجدت أنني لن أستطيع مساعدته لأنه قد اعتزم مواصلة السير في طريق الشر. أخيراً قلت بيني وبين نفسي: "ما دام يريد ذلك فلأتركه وشأنه." ولكن محبتي له واهتمامي به عاوداني بسرعة، فجلست تحت شجرة (بانيان) ورحت أتصوره. وبهمة وحماس متقد بعثت له بصورة متواصلة الرسالة الفكرية التالية: "أناشدك بالله كي تعود." عند المساء استحثني شعور بديهي قوي أحسست به في جسمي وعقلي بأنه راجع فعلاً. وفجأة ظهر "الابن الشاطر" وقد عاد إلى البيت. فحيّا بانحناءة وقال: "طوال النهار، حيثما ذهبت ومهما فعلت أبصرت وجهك. فما معنى ذلك؟" قلت: "لقد كان الله يناديك من خلالي. ذلك كان نداءه لا ندائي أنا. لم يكن من دافع أناني في رغبتي، ولكنني صممت على عدم مغادرة هذا المكان إلا بعد عودتك." هذا النوع من التصميم يمكن أن يحدث تغييرات كبيرة في العالم. إنه بالفعل قوة عجيبة مدهشة!

إذاً الصلاة العميقة لها مفعول قوي وتأثير عميق. إن الوقت الأنسب للصلاة هو في الليل عندما تقلّ وسائل التشويش والتشتيت. إذا وجدت من الضروري أن تأخذ قسطاً من النوم عند المساء فافعل ذلك كي تحتفظ بالفكر متنبها ويقظاً أثناء الصلوات الليلية، ولكي تكون مع الله. قد يبدو ذلك صعباً في البداية ولكن سيصبح أكثر سهولة بمواصلة المحاولة وستدهشك النتائج الرائعة التي ستحصل عليها. عندما تمتلك الإرادة الديناميكية الفذة يبدأ الله بالاستجابة. وعندما يضع المطلق اللانهائي حداً لصمته لن تتمكن من احتواء فرحك العظيم. ولكن ما دام الشخص يمتلك رغبة أنانية واحدة للبرهنة للآخرين عن قوة صلواته، أو إن حوّلها إلى بضاعة يتكسب منها فسيفقد تلك القوة ولن يستجيب الله له بعدها، لأنه بذلك يكون قد وضع حاجزاً بينه وبين الله وأبعده عنه. سيأتي الله للمريد فقط عندما يكون مخلصاً صادقاً، وعندما يحبه حباً به. عندما يزهو الشخص بذاته ويلجأ للفخر والمباهاة يعلم الله بأنه لا يريده بل يريد تمجيد كبريائه، ولن يقبل دعوته.

من سيواصل بعزم وإصرار إلى أن يستجيب الله؟

الله هو عين الحب وينبوع المودة. إن عرفت كيف تتأمل قصد الاتصال به فانه سيستجيب لمطالبك الودية. لا حاجة للتوسل بغية التوصل إليه. ولكن من سيصرف الوقت الكافي؟ ومن سيثابر إلى أن يصبح كتلة ملتهبة من التركيز العقلي للحصول على الجواب منه؟

إن كانت لديك أقساط لا تستطيع دفعها، أو إن كنت ترغب في الحصول على وظيفة ما، تأمل أولاً، وفي ذلك السكون الذي يأتي في أعقاب التأمل العميق، ركّز عقلك بإرادة ثابتة على حاجتك ولكن لا تراقب النتيجة باستمرار. إذا غرست بذرة في التربة وبقيت تنبشها بين الحين والآخر لترى ما إذا كانت آخذة في النمو، فلن تنبت أبدا. وبالمثل، إذا رحت تنظر – في كل مرة تصلي – لترى علامة تشعرك بتحقيق الله لرغبتك فلن تحصل على مبتغاك. تابع الصلاة دون انقطاع واترك الباقي لله. واجبك هو لفت انتباه الله إلى حاجتك والقيام بدورك في مساعدة الله كي يحقق رجاءك. في حال الأمراض المستعصية، على سبيل المثال، ابذل كل ما بوسعك للعمل على تعزيز عملية الشفاء. ولكن اعلم علم اليقين أن الشفاء النهائي هو بيد الله. دع هذه الفكرة تلازمك في التأمل كل ليلة. صلّ بتصميم كبير وثقة مطلقة وستجد ذات يوم أن المرض قد تلاشى فجأة.

يحصل العقل أول ما يحصل على إيحاءات، ثم يشحن الله العقل بقوته. وأخيراً يطلق الدماغ طاقة الحياة لإحداث الشفاء. إنك لا تعرف مدى ومقدار القدرة الإلهية المختزنة في عقلك. إنها تتحكم بكل الوظائف الجسدية. بإمكانك معالجة أي حالة جسدية باستخدام قوة العقل هذه. من الضروري أولا أن تعرف الطريقة الصحيحة للتأمل وستستطيع عندها استخدام قوة التركيز المعززة بالقوة الإلهية لمعالجة الجسد أو للتعامل مع أية صوبة أخرى.

حاول كل يوم القيام بشيء صعب. تابع المحاولة حتى ولو فشلت لخمس مرات. وعندما تنجح استخدم إرادتك المركّزة في إنجاز شيء آخر. وبهذه الكيفية ستتمكن من إنجاز أمور عظيمة بوتيرة أسرع. الإرادة هي تعبير حي عن صورة الله في داخلك. في الإرادة تكمن القدرة اللامتناهية: نفس القوة التي تتحكم بكل قوى الطبيعة. وبما أنك مخلوق على صورة الله فإن تلك القوة هي بين يديك لتحقيق كل ما تريده: تستطيع خلق الازدهار والبحبوحة وتبديل الكراهية إلى محبة. اطلب من الله كي يساعدك على التحكم بالجسد والعقل معا، عندها ستحصل على استجابة الله. إنني أرى على الدوام بأن أسمى رغباتي قد تحققت فعلا.

حاجتنا الكبرى هي لله

في الجبهة، بين الحاجبين، يوجد الباب إلى السماء. هذا المركز الدماغي هو مقر الإرادة. فعندما تحصر ذهنك بهذا المركز وتريد بهدوء فإن كل ما تريده سيتحقق. لذلك يجب أن لا تستخدم إرادتك أبداً في الأغراض الشريرة. إن الرغبة في إلحاق الضرر بشخص آخر، أو تمني الضرر لذلك الشخص، هو استخدام فظيع للقوة الموهوبة لك من الله. إن وجدت أن إرادتك ماضية في اتجاه مغلوط فيجب أن تتوقف على الفور. لأن السير في ذلك الإتجاه ليس هدراً للنشاط المقدس وحسب، بل سيكون أيضاً السبب في فقدانك لتلك القوة، ولن تقدر أن تستخدمها بعد ذلك حتى في الأغراض الحسنة.

أولا وقبل كل شيء يجب أن تكون الصلوات منطقية ومشروعة. يجب أن لا نطلب من الله أشياء مستحيلة أو غير معقولة في نظام الحياة الطبيعي. وألا نطلب سوى الحصول على احتياجاتنا الضرورية. كما ينبغي التمييز بين "الضرورات الضرورية" و"الضرورات غير الضرورية". إن أفضل طريقة لشفاء النفس من "الضرورات غير الضرورية" هي فحص تلك الضرورات والتدقيق بها على ضوء المنطق والعقل. لقد كانت الأحلام بالمباني الكبيرة إحدى هواياتي، ولكن تلك الرغبة قد تلاشت الآن. فلدي الكثير من تلك الصروح مع كل المتاعب التي يقتضيها الترميم والصيانة. الملكية هي مسؤولية مرهقة. يجب التخلص من الرغبة في امتلاك الأشياء العقيمة والتركيز فقط على الإحتياجات الفعلية.

حاجة الإنسان الكبرى هي لله. وعندما يتعرف عليه سيمنحه ليس "ضروراته الضرورية" فقط، بل "ضروراته غير الضرورية" أيضا! وسيحقق كل رغبة من رغبات قلبه، مثلما سيحقق له أعز أمانيه وأحلامه.

عندما كنت صبياً في الهند تملكتني رغبة ملحّة في امتلاك مهر، ولكن أمي لم تسمح لي باقتناء مهر. بعد ذلك بسنين، عندما أسست مدرستي للبنين في مدينة رانشي، أحضرت فرساً من أجل استخدامنا. وذات صباح وجدت أنها قد ولدت مهراً، تماماً مثلما رغبت في طفولتي! مثل تلك الاختبارات حدثت لي كثيراً. منذ مدة طويلة وعندما كنت في رحلة إلى كشمير، رأيت هذا المبنى (المقر الرئيسي لمعرفة الذات) في رؤيا. بعد ذلك بسنين رأيت هذا المكان وعلى الفور عرفت أنه نفس المبنى الذي كنت قد شاهدته بالرؤيا، وأدركت أن الله أراده أن يكون من نصيبي.

عندما تصلي بعمق ومثابرة ستحس بفرح عظيم يغمر قلبك وكيانك.

لا ترضَ ولا تقتنع حتى تحس بذلك الفرح، لأنه عندما تشعر بذلك الابتهاج الغامر في قلبك ستعلم أن صلاتك قد وصلت الله وأنك في باله.

والسلام عليكم