

سيمفونيات روحية

أقوال وأشعار ونصائح وتأكيدات

للمعلم برمهנסا يوغانندا



Master Paramahansa Yogananda

ترجمة محمود عباس مسعود

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

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

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

لكن للأسف مثل هؤلاء هم الذين لا يعثرون على السعادة.

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

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

القانون الإلهي يقضي بالآتي:

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

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

صاحب الإيثار ينسجم انسجاماً حلواً مع أهل بيته ومع العالم من حوله. أما الأتاني فيقع دوماً في المشاكل ويتعثر ويفقد راحة البال.

عندما تدرك أن الله هو السلام في داخلك ستدرك أنه السلام والانسجام في كل شيء طيب في الخليقة وستراه في جمال الطبيعة وتحس بقربه في الصداقة الصادقة وتلمس بركاته في الطموحات النبيلة والمقاصد الشريفة المنزهة عن الغايات الأنانية وستشعر بحضوره خلف حُجب السكون وفي كل الأشياء الرائعة.

إقرع بهمة الباب وسيرتفع الحجاب وتبصر الوجه الأبهي بكامل مجده وروعة بهانه.

إن أحببت الله ستشعر بحبه ولن يقدر شيء آخر على مخادعتك.

التجارب المادية تستهويك لأنك لم تتذوق طعم السعادة الروحية ومتى تذوقتها ستعرف الفرق.

كن حراً في اختيارك. لا تدع أي شيء يقيّدك ولا تسمح لأحد بالسيطرة عليك أو التدخل في سعادتك.

إن نفسك هي جزء منفصل عن الكل الكوني ويجب أن تعثر على ذلك الكل الكامل حتى تختبر وعي الغبطة وتتذوق ملذات الحب الإلهي.

معظم الناس غير قادرين على إحداث التوازن المطلوب بين حياتهم العملية والروحية.

الروحاني يحتاج إلى المال والديوي لا يستطيع العيش بسعادة بدون الله .

الروحاني يعمل ولسان حاله يقول: الله يمنحني القوة ويمدني بالعزيمة فيزداد قوة ويبارك الله جهوده.

والديوي يعمل أيضاً ولكنه يقول: أنا الذي أقوم بكل هذا بمفردي وليس لأحد فضل عليّ فيجلب على نفسه نتائج غير متوقعة ويقع في محاذير.

جميع النشاطات العملية سواء كانت لأغراض مادية أو روحية يجب أن تقوم على أسس سليمة وتخضع لرقابة الضمير وميزان العقل.

توجه إلى الله، أذكره واجعله محور حياتك. ناده وناجه إلى أن يرشدك ويريك كيف تعمل قوانينه. وتذكر أن التأمل على الله والشعور بحضوره لأفضل من مليون تحليل وتعليل. أخبره أنك لا تستطيع حل مشاكلك بنفسك حتى ولو فكرت ألف مليار فكرة ولكن حلها ممكن إن وضعتها بين يديه. أطلب الهداية أولاً واتبعها بالتفكير من عدة نواح من أجل العثور على حل ملائم. الله يساعد الذين يساعدون أنفسهم. عندما يصبح فكرك هادئاً ومليئاً بالإيمان بعد الابتهاّل لله في التأمل ستتمكن من رؤية الحل المناسب لمشكلتك بعون الله وهدايته.

عندما يتحول اعتقاد الشخص بالحقائق والإمكانات الروحية إلى معرفة فعلية يصبح ذلك الشخص أكثر الناس نجاحاً وأغزر علماء من كل علماء الأرض. العظماء الذين تعرفوا على الله لا تختلط عليهم الأمور ولا تراودهم الشكوك لأنهم يختبرون الحق الذي هو الله.

يا رب، عندما كنت كفيفاً لم أعر على باب واحد يفضي إليك. لقد شفيت عيني، والآن أكتشف أبواباً مفتوحة على مصراعيها في كل مكان.. في قلوب الأزهار وأصوات الأصدقاء وذكريات الاختبارات النبيلة والمحبية. كل نفثة من ابتهالاتي تفتح معبراً جديداً إلى معبد حضورك الكلي.

لم يبقَ وعيي محصوراً في زجاجة جسدية صغيرة مسدودة بفليضة من الجهل.. ولم أعد سائراً وسط بحرك الكوني دون ملامسة مياه البحر.. ولم أبقَ هاجعاً بك يا رب دون التعرف عليك أو الإحساس بوجودك.. فكياتي بأسره بات مغوراً بحضورك الكلي.

إن قرنت كل أعمالك بالله واتبعت قوانين الفضيلة فلن تفشل أو تضل. وتذكر أن الحب الإلهي يساعد على غفران الكثير من الأخطاء. فإن كنت تحس بحب عميق لله - فعلاً وليس عاطفة - فسوف تتحرر.

يجب ألا نبتهل لله بقلوب ناشفة وأفكار شاردة لأن النداءات الفاترة لا تكفي للحصول على استجابة إلهية. تلك الاستجابة تتحقق بالدعاء الحار العميق النابع من أعماق القلب.

ما لم يجلب الإنسان الله إلى حياته ويخلق توازناً فعلاً فإن المشاكل ستأتي إليه مهما وكيفما كانت طريقة حياته.

يا رب، عندما أجتاز بنجاح امتحانات الحياة وتجاربها سأدرك أنني طائر الجنة الذي يشيد ويشدو بروائعك اللامتناهية وأن كياني الروحي يتخلل كل ذرة من ذرات الوجود.

لقد أيقظتُ ووسعتُ حبي الصغير ليمتزج بروح الحب الكوني الذي فيه يحيا ويتحرك كل ما في الوجود.

بمساعدة الآخرين كي ينجحوا أحقق لنفسي النمو والإزدهار، وفي رحاء الآخرين ورفاهيتهم أعر على سعادتِي.

لقد ظن العلماء يوماً ما أن الماء هو عنصر فريد، لكن التجارب أثبتت أن عنصرين غير مرئيين هما الهيدروجين والأكسجين يجتمعان معاً لتشكل مركب الماء. وبالمثل هناك حقائق مذهلة يمكن إدراكها بالتجربة الروحية. فعندما نجلس بهدوء في التأمل ويتحول الفكر نحو الداخل نلامس الحضور الإلهي مباشرة وهذا رائع لأن النتائج لا تحصل خارج النفس بل داخلها.

مع انتشار أشعة الشمس الحيوية سأنشر أشعة الأمل في قلوب الفقراء والمهجورين وأشعل مصابيح العزيمة والثقة بالنفس في قلوب من يظنون أنهم فاشلون.

في هدأة الليل وأعماق السكون.. في خمائل الوعي وبعيداً عن قبضة الحواس، ناج المحبوب الإلهي بشوق عظيم.. فكر به باستمرار وتحدث إليه بلغة القلب والروح. وعندما تسلم قلبك له ستنمق كل الحجب التي تواريه عنك، وستتلاشى المخاوف والأوهام ولن يبقى سوى نوره وفرحه الأعظم.

كثيرون يظنون أن مملكة الله تكمن في ركن ما من الفضاء، بعيداً عن أبخرة الأرض الموبوءة والمشحونة باهتزازات الآثام والمعاصي. إنهم ينسون بأن عوالم الروح الرحبة قريبة جداً منهم. فعندما يغمض المتقدمون روحياً أعينهم تتلاشى الأرض ذات الأبعاد ومعها المادة المحسوسة الملموسة في حين تظهر أقطار الأبدية في رؤى لامتناهية أمام بصرهم الداخلي.

الوقت الذي توفره التكنولوجيا يجب استثماره في دراسة الحياة بتعمق أكبر. النشاطات العملية والمال هي وسائل لتحقيق الرفاهية، ولكن يجب ألا يعتر الإنسان بالماديات أو يسمح للطمع الأعمى بحرمانه من لذة العيش.

لقد استخدمتُ معول الإرادة ومعزقة التصميم واحتفرت في تربة الوعي فاكتشفت ينبوع قوة الحياة وأدركت أنني واحد مع الطاقة الكونية. أنا لست الجسد بل شحنة الكهرباء السماوية التي تتخلل الجسد.

يا رب، إنني أدرك بأن لديّ فرصة ثمينة لاكتشاف كنوز الروح الكامنة في أعماق محيط الوعي. سأستبدل التعلقات الأرضية بالتوجهات الروحية، وسأستحث إرادتي ونشاطي لتحقيق هدف الحياة، مؤقتاً بأنك تمدني بالعون وتلهمني الصواب على الدوام.

يجب ألا نسمح لهذه الدنيا بأن تتحكم بناً أو تملّي علينا، وألا ننسى بأنه ما من شيء حقيقي ودائم سوى الله، وأن السعادة الحقيقية تكمن في تجاربنا الذاتية معه.

في محراب التأمل أشعل شمعتين اثنتين: شمعة الفجر وشمعة يقظتي.

أكاليل رائعة من أشواقي الحارة تطوق أقدام حضورك الكلي.

عبيرك المتضوع من أزاهير المحبة في أصيص قلبي ينفخ كل ركن من أركان حياتي.

لقد تلاشت ظلال مخاوفي وأوهامي لمجرد سطوع نورك يا إلهي الذي أيقظني للأبد من أحلام الوجود الفاني.

ببقظة دائمة وبعينين والهتين سأرنو دون انقطاع إلى وجهك اللانهائي متأملاً في قسامته التعبيرات الحلوة التي لا تتكرر أبداً!

إن رقصة الحياة والموت مستمرة على الدوام، لكنني سأحرر نفسي للأبد باستعدادتي جوهرية الروحي. وعندما تثور من حولي العواصف وتواجهني المحن سأبحر بقاربي عبر نهر الحياة إلى الشاطئ الإلهي.

عندما تأتي الشدائد والمصائب سأشدد عزمي وأشدّ إرادتي للتغلب عليها. وما دمت أعامل الآخرين معاملة طيبة سيهيني الله القوة والحكمة والرشاد.

معرفة الله هي المطلب الأول والأهم في الحياة لأنها تجلب للنفس طمأنينة وللقلب راحة. فالله هو البلمس الشافي لكل الآمنا ومتاعبنا، وهو الحل لكل مشكلاتنا والتحقيق لكل احتياجاتنا. الأشياء التي تتشوق لها قلوبنا من حب وشهرة وحكمة ووفرة كلها نجدها في الله مصدر كل خير وبركة.

كل التجارب تقاس بالقدرة على التقبل والاستيعاب، لذلك سأسرّع تطوري بالتكثيف الواعي لكل تجاربي بقوة التركيز.

أحسن بك في أعماق فكري، وأشعر بقربك في أبلغ مشاعري، وأراك متفتحاً في حديقة حبي.

املأني بعطر وجودك علني أنتشي بأريجك المبارك.

تعال إليّ من خلف السماء والنجوم والأفكار والمشاعر. أرني وجهك الأقدس ودعني أدرك حضورك في روحي ومن حولي وفي كل مكان .

لقد بحثت عنك على مر الدهور والعصور .. على دروب الرغبات والمطامح والآن أدرك أنك تسكن نفسي وتلهم أقدس أحاسيسي.

لا تحتجب بعد الآن عني خلف زهور المشاعر والأفكار ونبض الوجدان.

رصّع روحي بجواهر حكمتك وانفحني بنسمات نعيمك واقصّ عني الظلمة التي حجبتك عن بصري وبصيرتي.

يا من أنت ما وراء النجوم والسماء الزرقاء، وخلف طبقات الجو وكل الكائنات والموجودات.. تقبل همسات عشقي واغمر
كياني بحبك ونورك وسلامك .

طريق الحياة هو كالاتي: على أحد جانبيه يوجد وادي الجهل المظلم وعلى الجانب الآخر يوجد نور الحكمة الأبدى.

إن عوائق النمو الروحي هي الأناية والتكبر والطمع والغضب وما إلى ذلك .هذه الصفات المظلمة تقود الإنسان أو تدفعه
إلى جهل أعمق مما هو عليه.

أما التوافق مع الإرادة الإلهية فيقود إلى التحرر ويمنح السعادة التي يبحث عنها الإنسان خارج نفسه مع أنها موجودة في
داخله.

قد لا تشرق شمس الفرص المواتية على دربي، وقد يكون الدرب مهجوراً مكفهاً، ومليناً بالتجارب والمحن، ومع ذلك
سأبذل غاية جهدي لمواجهة التحديات والخروج من عتمة المعضلات، مدركاً في قرارة ذاتي أن النور الإلهي سيهديني
وسيشع بسطوع قوي على دربي.

إن كل قواي مقترضة منك يا رب وحياتي لا قيمة ولا وجود لها بدون حكمتك وقوتك. فما أعظمك وما أصغرني!

ليس لدينا دوماً ما يبرر افتخارنا بأنفسنا كبشر، ومع ذلك يجب ألا نسمح لأخطائنا بأن تسبب لنا الإحباط. يجب أن ننظر
دوماً إلى الجانب المشرق في اختباراتنا وأن نتعلم من أغلاطنا، وأن نتوجه إلى الله بغض النظر عما يحدث لنا.

ما دام الله هو الكمال الأوحد في الوجود، سأحاول معاينة الحكمة في الجهل، وتلمس العافية وسط الوهن، والشعور
بالطمأنينة في خضم المشوشات.

الله في روحي ومن حولي، يحرسني ويرعاني، لذلك سأطرد غيوم المخاوف التي تحجب سطوع نوره الهادي في أفق
حياتي.

دعني يا رب لا أوجه النقد الممض لأصحابي. أما إذا طلبوا النصح مني قصد تقويم أنفسهم، فلأبدي اقتراحات متواضعة من
هديك وإلهامك .وبقوة الرقة والمحبة المتحررة من الأفكار الضاغطة والإكراه، ساعدني كي أقود المتعثرين إليك. أرشد
فهمني وقواي حتى أحول الطبايع المظلمة إلى مريدين نيرين يظهرن أشعة حكمتك.

اليوم سأغرس بذور الحكمة والصحة والرخاء والسعادة في حديقة حياتي وسأشكر الله عندما تتحقق أمنية قلبي.

سأنظف عقلي بالتفكير بأن الله يوجه كل نشاط من أنشطتي.

اليوم سأعمل على إظهار السلام والاتزان في حياتي من خلال أفكارى وأقوالى وأفعالي، وسأركز كل ما لدي من قوة
وإرادة لتحقيق التناغم مع الإرادة الإلهية.

يا من تتربع على عرش قلوبنا المتحدة على حبك، تقبل أشواقنا وحنين نفوسنا. باركنا جميعاً وأزل العوائق من أمامنا، وبدد
عتمة الجهل منا.

ليشرق نورك الهادي على دروبنا. يقظ مداركنا واسعدنا بقربك، ودعنا نشعر بأنك معنا على الدوام .

كن صادقاً مع نفسك. العالم غير صادق معك لأن العالم يحب النفاق. وعندما تكون صادقاً مع نفسك تجد الطريق إلى السلام
الداخلي.

عش في الحاضر فقط لا في المستقبل. أبذل ما بوسعك اليوم ولا تهتم للغد.

يا رب، إن جميع الغايات المادية التي يسعى الإنسان لتحقيقها لا تجلب له سوى بهجة جزئية حتى ولو تكلفت جميعها بالنجاح. لكن بالعثور عليك يا رب سأعثر على ينبوع السعادة التامة والدائمة.

الأشياء المادية التي تقدم المتعة تبقى خارج الفكر، فهي مع المذات التي تقدمها تجد مدخلاً إلى الفكر عن طريق الوهم والخيال .

أما الفرح النقي الذي هو جوهر نفوسنا فيمكن الحصول عليه بالتفكير التوافقي، وهو قريب منا وفي متناولنا .

عندما تزول المسببات الخارجية للمتع الحسية فإن السعادة المؤقتة التي تأتي منها تزول معها، لكن فرح النفس الداخلي لا يتلاشى إذا ما عرف الإنسان كيف يتناغم معه، أو ما لم يتعمد الشخص حصر أفكاره بأشياء مادية متقلبة فيصبح بذلك تقيساً .

فرح الروح الذي هو نعيم الله هو دائم التجدد وباقٍ غير فانٍ.

اليوم سأطلب الطمأنينة والسعادة داخل نفسي، وسأبقى قلعة حكمتي محروسة بالإرادة والسلام والمحبة، وسأشكر الله وأرفع إليه امتنان روعي وأشواق قلبي المتجددة.

ما أفقده في العالم لن يكون فقداناً بالنسبة لروحي .

سأرنو دوماً بعين الثقة والإيمان إلى نجم الهداية الربانية الذي لا يغيب من سماء حياتي.

بارك يا رب أفكارنا لعلها تذكرنا بنعيمك، وبارك مشاعرنا لعلها تحس بحبك، وبارك رغباتنا لعلها تشتهي ما يرضيك، وبارك طموحاتنا لعلها تحفزنا للسعي وراء كل ما هو خيرٍ ونبييل، ودعنا ندرك بأنك السعادة القصوى التي تحن إليها قلوبنا وتبحث عنها نفوسنا.

إنني أعلم بأن فكري سيجلب لي إما الفشل أو النجاح اعتماداً على أيهما الفكرة الأقوى في عقلي. لذلك سأعمل ما بوسعي كي أتذكر بأن الله معي يساعدي ويلهمني التفكير السليم.

يا رب، في مرآة السكون أبصر كل يوم وجه السلام وجهك.. وكل يوم سأعمل على إيقاظ حبك وسلامك في بعض القلوب.

أيتها الأم الكونية، سأقطف زهر النجوم من بساتين الليل وأقدمه هدية حب لك. كلما حدثت في وجهك الملمع في بدر التمام تبدد ابتساماتك الحنونة همومي وتغسل أحزاني.

تأكيد:

سأطرد الجهل وأتخلص من المفاهيم القاصرة، وسأنهض من سرداب الأفق الضيق والنظرة المحدودة إلى حرية المحبة والتعاطف الإنساني .

الله يظهر حضوره أكثر ما يظهر في أصحاب القلوب الطيبة وذوي الميول الروحية الذين يحبونه ولا يغفلون عن ذكره. وعندما تهب العواصف وتثور أمواج المحن يستطيعون التوجه بقارب حياتهم إلى بر الأمان الإلهي.

إنني أمتلك قوة الروح الخلاقة وعلى تواصل مع العقل الكلي وأعلم بأن الله يوجهني ويساعدي على حل كل المسائل والمشاكل.

يا إلهي المحبوب، بعينين مفتوحتين وبعين عقلي سأبصرك، وسأعبدك بكل شوق وإخلاص، وسأفكر بك أثناء أداء واجباتي، وأناجيك بلغة القلب وهمس الوجدان.

قد يكون من طبع الشخص الخوف من المرض أو بأنه لن يسترد عافيته ثانية. والحالة هذه عليه تطبيق قواعد وقوانين العيش الصحيح التي تثمر حياة صحية من الناحيتين الجسدية والخُلقية، وعليه أيضاً أن يبتهل من أجل امتلاك إيمان أعظم بقوة الله الشافية. أما إن كان يعتقد بأنه فاشل ولن يمكنه النجاح في أي مجال، فعليه أن يتأكد من بذله كل الجهود اللازمة لتحقيق النجاح الذي يصبو إليه.

التفاعل والتواصل مع محبي الله يغذي أشواقنا ويرطب قلوبنا ويرفع من مستوى وعينا.

قرار ذاتي

اليوم سأفكر بالله الذي منحني الحياة، لأن التركيز على الأشياء المادية في غفلة تامة عن الله لن يجلب سوى الشقاء المادي والتعاسة الروحية.

تأكيد:

اليوم سأساعد نفسي لعلمي أستخدم على أفضل وجه القوى التي امتنّ الله بها عليّ، وسأطلب من الله كي يساعدني ويبارك جهودي ويكتب لها النجاح.

عندما تكون الإرادة البشرية موجهة بالأخطاء فإنها تخذعنا وتضللنا، وعندما تكون موجهة بالحكمة تجعلنا على توافق مع الإرادة الإلهية. غالباً ما تتعارض الإرادة البشرية مع المقاصد الإلهية فنفقد الهداية الروحية التي تساعدنا على تفادي الوقوع في هوة المعاناة وأخاديد الشقاء.

سأوظف كل مقدرة أمتلكها أو موهبة أتلقى بها في عمل كل ما يرضي الله ويخدم الإنسانية.

المعرفة الناقصة شيء خطير، لأن المرید قد ينتابه الغرور والإكتفاء الذاتي فيوقف البحث الجاد والغوص إلى أعماق الروح. فقط المتحررون من الشعور بالعظمة الذاتية يزدادون نعمة وروحانية إلى أن يحظوا بالقرب من الله. حقاً إن المتعبدين الصادقين متحررون من الخيلاء ويعيدون عن التكبر والإدعاء.

عندما يعرف الإنسان نفسه ويلامس جوهره الروحي يشعر بفرح باطني يلزمه في كل التجارب الحياتية وتحت كل الظروف.

اليوم سأقوم بإيقاظ روح المبادرة وتفعيل القدرة على الإنجاز، مدركاً بأن مصدر كل القوى الخلاقة ونبع كل المعارف معي على الدوام.

إنني أدرك بأن قوة الله غير محدودة وبأنه منحني القوة للتغلب على مصاعب الحياة التي تواجهني وتجاوز كل العقبات التي تعترض سبيلي.

لقد آن الأوان لأن نتوجه بقلوبنا وأفكارنا إلى الله لنصل في نهاية المطاف إلى بيتنا السماوي حيث الراحة من الهموم والتحرر من الآلام.

إننا نمد أيدينا للحصول على عطايا الله من حياة وشمس وغذاء وكل بركاته الأخرى، لكن بالرغم من أفضاله العميمة التي يجود بها علينا ما أقل الذين يتذكرونه!

يا إله القانون الكوني، دعني أتقلد ندباتي وليدة البلايا كأوسمة مستحقة من يديّ عدلك المباركتين.

لتعمل مصاعبي اليومية كالترياق المضاد للأوهام ولتخلصني من التوقعات بالحصول على سعادة دنيوية دائمة.

ليت الدموع التي أذرفها بسبب قساوة الآخرين تغسل من عقلي بعض أدران خفية.

وليت كل ضربة حادة من ضربات معاول التكدير تفتح أعماقاً جديدة في داخلي.

يجب أن يكون الشوق الإلهي كالمسبار البحري الذي يغوص إلى أعماق محيط المدركات الروحية. إن الذين انفتحت عين بصرهم الداخلي بالتأمل يلمسون حضور الله في قلوبهم.

ساعدني يا رب كي أحول وعيي من المحدوديات والأفكار الضعيفة إلى المعرفة اليقينية بأنك معي على الدوام، تعضدني وتلهمني الخواطر الجميلة والمدركات السامية.

ساعدني يا رب كي أحول وعيي من المحدوديات والأفكار الضعيفة إلى المعرفة اليقينية بأنك معي على الدوام، تعضدني وتلهمني الخواطر الجميلة والمدركات السامية.

دعني أتذكرك يا رب - وبنفس المقدار - في العسر واليسر.. والمرض والصحة .. والجهل والحكمة.

سأحتفظ بذاكرة حبي لله وشوقي له متوجهة على الدوام بحيث ألمح في ذلك الوهج وجهه الفائق الجمال.

عندما تكون ابتسامة الوجه في توافق تام مع ابتسامة القلب تشرق ابتسامة الروح.

يا إلهي الحبيب، سأعبدك في صبيحة اليقظة، وفي ظهيرة النشاط، وفي غسق السن المتقدمة، وفي ليل الوداع الأخير.

بلمسات إحساسي الباطني سأقوم اليوم بضبط لاسلكي روحي على ترددات البث الكوني لأتخلص من تشويش القلق وأستمع لأنشودة الحب الإلهي.

حتى المتعبون الصادقون يظنون أحياناً أن الله لا يستجيب لصلواتهم، لكنه يستجيب بصمت ووفقاً للقانون الروحي. لا بد أن يكون الدعاء صادقاً والقصد نقياً والنية صافية حتى نحصل على الاستجابة المباركة.

دعني يا رب أقدم مسكن السلام للقلوب المتألمة عليها تجد راحة عذبة بك. اجعني إطلالة شمس مباغته لكل النفوس الكئيبة، وغيث خصوبة للعقول المجدبة، وهدية لطف للذين تساء معاملتهم.

الانطلاقة الموفقة نحو السعادة يلزمها طريقة عيش صحيحة وتفكير سليم وتوجه روحي وإيمان عميق بالله.

الحياة الخالية من فرح الروح هي حياة باهتة لا رونق فيها وأعباؤها مرهقة وثقيلة.

ابتعد عن ضجيج وصخب العالم كلما استطعت واطلب الأماكن الهادئة حيث يمكنك أن تكون بمفردك وأن تفكر بالله.

حيثما يخيم ظلام سوء الفهم وعدم الوئام، هناك سأنشر ضياء محبتي وسلامي.

هذه الدنيا غريبة، إذ كل شيء فيها خاضع للتغير والتبدل، ولهذا يجب ألا يرسى الإنسان قارب سعادته على شواطئ هذه الدنيا.

إننا نعيش في عالم مدهش. الذين لا غاية لهم في الحياة سوى الأكل والشرب والتمتع والنوم لا يمتلكون فكرة صحيحة عن عجائب الحياة البشرية.

وجّه يا رب سواقي مباهجنا كي لا تفقد ذاتها في رمال اللذائذ الحسية قصيرة الأجل.

ولا تسمح لجداول تعاطفنا بأن تنضب وتتبخر في صحاري الأنانية المقفرة.

دع فنوات مشاعرنا تمتزج ببخيرة محبتك غير المحدودة.

لنتسع أنهار حياتنا وليرتفع منسوب مياهها بأقطار بركاتك الغزيرة ولتعبّر السهول الواسعة للمشاركة الوجدانية والتضحية ومراعاة مشاعر الآخرين كي تصب أخيراً -صافية نقية- في بحرك المبارك.

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

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

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

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

اسبح وعُم في محيط الاتساع غير المحدود والسلام العميق والسعادة التي تفوق الأحلام .. داخل ذاتك.

أيها المبدع الأسمى

إن النجوم المشعشة في السماء، والجبال، وفرن الشمس المضطرم بالذهب... هي بعض من تعبيرات ومظاهر حضورك الكلي.

من السهل العثور على الله بالتفكير المتواصل به والرغبة الأكيدة في التعرف عليه والمناجاة القلبية له. إنه الكنز الأعظم الذي يستحق البحث والتنقيب في منجم النفس.

عندما يُشخط عود ثقاب الحنين المتأجج على جدار النفس المشتاقة تتولد شعلة الحب الإلهي في قلب المرید.

يا رب، الأشياء الجميلة جميلة لأنها اقترضت الجمال من جمالك الذي هو أجمل بما لا يقاس من كل جمال مرئي سواء في الطبيعة أو البشر.

رائع أن نحب الله وأن نحب عباد الله. ومتى عثرنا عليه نشعر بحبه في الجميع. لا توجد قوة أعظم من قوة المحبة في الكون.

عندما يتصادق شخصان أو أكثر صداقة دائمة فذلك تعبير عن المحبة النقية أو صداقة الروح.

امنحني يا رب فرح القرب منك حتى أشاطر الجميع ذلك الفرح الأعظم، ودعني أبصر نورك الذي تشفي رؤيته القلب وتبدد ظل الهموم.

ليفلت طائر حبي من قفص القيود الذاتية ولينطلق محلقاً في فضاء الحرية ومنشداً أنشودة الروح التي تُردد صداها كل القلوب المُحبة والعقول المتناغمة.

لتحمل نسمات مدركاتنا الروحية عبير ابتهالاتنا وطر أشواقنا المتعازمة إليك يا رب.

عندما كنت أرغب بشيء ما، كنت أفرح عند حصولي عليه، وكنت أفرح مرة ثانية عندما أعطيه لشخص آخر.
إن الله لا يستجيب للدعوات الفاترة لكنه يأتي بكل تأكيد للذين يبتهلون إليه بعمق وإخلاص ويناجونه بقلوب طافحة بالإيمان.
القواعد الإيجابية التي يتعين اتباعها تتمثل في المعاملة الطيبة والإخلاص والصدق ومحبة الآخر وفحص النوايا وضبط النفس.

فتح يا رب براعم قلوبنا ودع عبير الحب المختزن في قلوبنا ينطلق على أجنحة الشوق لملاقاتك.

أرسل يا رب أشعة شمس حكمتك لترشدني في أيام إنجازاتي السارة وضيء قمر رحمتك كلما سرت في ليالي الحزن المعتمة.

الأفكار الزاهرة العاطرة تنمو وتتفتح من بذور الابتهالات الوجدانية الحارة وتسقى بندى الأحاسيس التأملية المنعشة.

عندما ننسى الذات الصغيرة بتبادل الخدمات الودية سيتمدد وعينا وسنبصر الذات الواحدة العظمى تعمل من خلالنا.

الصدقة الصادقة هي النور الذي بواسطته يمكننا مساعدة بعضنا البعض على دروب الحياة.

أرى الكثير من القسوة والخشونة وعدم مراعاة المشاعر في هذا العالم ولا أجد مبرراً لأن أضيف المزيد لتلك التصرفات، ولو فعلت لسببت الأذى لنفسى.

أبحر بقارب تأملك فوق المياه المضطربة للتشويش العقلي والمشتتات الحسية.

الحزن يضاعف الحزن، وأنجع علاج للحزن هو ملامسة الحضور الإلهي الذي يعزي النفس ويبهج خاطر.

أيها الطبيب الرباني، أطرد المرض من أجسامنا، وسّع مدارك عقولنا وحررها من الوهن والضعف، وبدد الظلمة من نفوسنا بنور حضورك المتوهج.

الطريق إلى الله مُعبّد بالصدق والإخلاص والثبات والمثابرة والتركيز والحب والشوق والتصميم والإيمان.

عندما تُظهر الأساليب البشرية قصورها وعجزها يجب أن نتوجه إلى الله الكلي القدرة ونطلب منه العون.

أنا الوحيد المسؤول عن أفعالي وتصرفاتي لأن ما من أحد سواي سيُسأل عنها أو يُحاسب عليها.

عندما تشرق شمس الفضل الإلهي في أفق حياتنا تفيض الخيرات وتنعدم المحدوديات.

من بئر السكون سارفع مياه الحكمة الإلهية النقية الصافية لأروي عطشي الروحي.

لقد فصلت أسلاك عقلي عن منطقة الحواس الصغيرة الضيقة ووصلتها بعالم المدركات الروحية اللامتناهية فأدركت أنني أحياء بنور الله الذي غمرني وتخلل كل ذرة من كياني، وقد امتلأت روحي بحب الله وسلامه.

في مرآة السكينة الروحية سأبصر وجه الله.

يا رب، أطلعني على سر وجودي، وساعدني كي ألمس حضورك الدائم في داخلي ومن حولي.

من اليوم سأسعى للتعرف على الله دون إهمال واجباتي الدنيوية التي أنجزها أصلاً مرضاة له.

كل يوم قمت بسقي البذور التي زرعتها الله في تربة روعي، وعندما أشرقت عليها شمس رحمته فرّخت البذور ونمت وأثمرت محصولاً مباركاً من القناعة والرضا.

ذات مرة كان أحد رجال الله يستحم في النهر، فأتى رجل آخر وراح يغسل حصانه بالقرب من ذلك الرجل الصالح، وراح يطرطشه بالماء عن عمد وبدون مبالاة، فاهتاج تلاميذ القديس وأرادوا ضرب المعتدي وطرده، لكن معلمهم قال لهم لا تفعلوا ذلك، بل دعوه وشأنه.

وفجأة لبط الحصان صاحبه فكسر وأسقط عدداً من أسنانه، فتقدم منه الرجل الصالح بكل محبة وأخذ يعتني به ويداويه. إن قانون الطبيعة الصارم وليس القديس هو الذي عاقب الأثيم.

إن الله ونواميسه الكونية يعملون دون توقف وعلى الدوام لرفع الحيف عن كل الذين يثقون بالله ويطلبون عونه ويساعدون ويشجعون بعضهم البعض على دروب الحياة .

إنني أدرك بأن عملي في هذا العالم يقود إلى النمو الذاتي ما دمت أسعى لاستكشاف كل الإمكانيات المتاحة والاستفادة والإفادة منها.

السلام هو علامة الروحانية. لذلك سأقيس روحانيتي بمقدار السلام الذي أشعر به في داخلي.

دعني يا رب أدرك بأن حكمتك تسند فهمي، وأن حضورك الكلي يغمر حياتي.

تأكيد:

بالمحافظة على صحتي وحيويتي، وبالتزامي بالقيم الأخلاقية أساعد الإنسانية من خلال نهج حياتي.

عندما كنت كفيفاً لم أجد باباً واحداً يفضي إليك، أما وقد فتحت عيني الآن فإنني أجد أبواباً في كل مكان.

مع انبلاج فجر إطلالتك البهية ستفتح ورود أشواقي في حديقة قلبي، وسأضفر من تلك الورد إكليلاً وأضعه على أعتابك المباركة.

يا رب، مع بزوغ أشعة حبك في فضاء روعي، ينقش ضباب الجهل وتتبدد غيوم عدم اليقين.

يا ينبوع النور، إنك محتجب خلف جدران الأشعة الكونية. افتح نافذة بصيرتي كي أراك متجلياً في كل مكان.

سأطلب السلامة والأمان أولاً وأخيراً وفي كل حين بالتفكير المتواصل بأني مشمول على الدوام بالحماية الإلهية.

إلهي الحبيب، إن ابتعدت عن جادة الصواب خذ بيدي وأعدي إليها، وإن كنت فاشلاً ساعدني على تحقيق النجاح، وعلاوة على كل شيء، إن كنت جاهلاً أعني على تحصيل الحكمة.

إن اتخاذ قرار قوي بأنك ستكون سعيداً سيساعدك. لا تنتظر حتى تتغير الظروف، متوهماً بأن متاعبك تكمن فيها. ولا تدع التعاسة تصبح عادة مستحكمة في حياتك كي لا تؤثر بذلك على نفسك وعلى الآخرين من حولك. إن كنت سعيداً فلتك نعمة لك ولغيرك، وإن امتلكت السعادة امتلكت كل شيء، وسعادتك تعني أنك على توافق مع الله.

ما فعلناه في أمس حد طبيعة أيماننا الحاضرة، وأفعالنا حاضراً ستحدد ما سيكون عليه غدنا.

يجب أولاً اجتثاث الجهل من داخلنا وسيتلاشى وجوده خارجنا.

كل المتع الفانية والطموحات المؤقتة أستخدمها كحزمة من العيدان لأيقاد شعلة المعرفة الإلهية الخالدة.

الله سيظهر لي إن كان تفكيري به أقوى من الأفكار الناشزة ومن كل المشتتات الذهنية.

سأملاً قلبي بأمواج الروح الهامسة وسأسكب ماء الشوق المنعش المشعشع في أكواب النفوس العطشى.

لا بد أن تشعر الموجة بلمسة المحيط الزاخر الذي يسندها. إنني أشعر بمحيط الروح الكلي الذي يعوم واعي في خضمه اللامتاهي.

سأبدل المجهود لمعرفة الحقيقة المستترة خلف الأقنعة التي تحجبها، عندها لن أكون تحت رحمة القوى الخارجية.

إنني أؤمن بأن العون سيأتي عندما تمس الحاجة إليه، فالقانون الإلهي يعمل بفعالية.

ما معنى الحياة إن خلت من مصاعب نواجهها وتحديات نجابهها؟

في لحظة يشوبها الحزن ويكتنفها القنوط سمعت صوتك يهمس:

إن شمس حمايتي تشع بنفس المقدار على أسطع وأظلم ساعات حياتك. آمن وابتسم ودع نوري الشافي يبرز من شفافية ابتساماتك.

يا رب، وحدّ قلوبنا في معبد الحب الإلهي حيث يتألق حضورك الأسنى بكامل مجده وبهائه.

فلندرك أنك الهدف الوحيد الذي نسعى للوصول إليه. لا تنسنا ولو نسيناك، واذكرنا حتى وإن لم نتذكرك.

أشواقنا إليك قد تأتي وتذهب، تتألق وتخبو، ولكنك باقٍ على العهد أبد الدهر أيها العطوف الودود.

تقبل حنين نفوسنا ومحبة قلوبنا يا رب.

ألقيت شبكة حبي في محيط الوعي فأمسكت بصيد ثمين.

أسألك يا رب أن يمتزج شعاع روعي بنورك الأعظم وأن ينبض قلبي بحبك الإلهي لعني أنشر نورك وحبك في كل النفوس المتناغمة.

اليوم سأخصص الوقت لأكون مع الله، متجاهلاً الأفكار العقيمة ومقصياً الأوهام الباطلة.

إشعاعات الفرحة المنتشرة في سماء سكينتي تبشرني بقدمك السعيد. وسواء أظهرت ذاتك الآن أو فيما بعد، لا بد أن ألتقيك ذات يوم يا من يحبك قلبي وتتشوق إليك روعي.

هناك نوعان من البيئة: بيئة داخلية وبيئة خارجية. سأحمي نفسي من المؤثرات السيئة وأسعى للحق وعمل الصواب.

إنني أدرك بأن الخير أكثر من الشر في هذا العالم لأن الله هو أعظم قوة في الوجود.

تصميم:

كل يوم سأكون ناشطاً على المستويين الذهني والجسدي، فالجمود العقلي والخمول الجسدي كلاهما ضار بالتقدم الروحي .

يا إلهي الحبيب، افتح بي تلك العين التي لا ترى في الوجود سواك، ولا تعين في كل جمال سوى جمالك الأبهى.

خلسة خدعنا صياد الوجود الأرضي العابر، إذ بينما نعوم في مياه ضحضاحة ضحلة من الأمن والتأمين الزائفين تطبق علينا شبكة من الجهل القاتل .

يا ذا الرحمة الكلية، نجنا من شبكة الشهوات والأطماع الدنيوية الخطيرة، وساعدنا كي نغوص إلى أعماق الوصال الإلهي الساكنة لننجو للأبد من شباك الوهم ومصائد الخداع.

أحس بكياني محاطاً بهالة من نور الله حيث السكينة والسلام والفرح الروحي.

سأغسل أوحال الجهل كي يشع نور الروح النقي من خلالي.

قد يكون أحدهم فاشلاً مادياً وأدبياً وروحياً، ومع ذلك إن ضاعف جهوده وأكد لنفسه بأن النور الرباني يشرق عليه سيشعر بقربه من الله وستتحسن أحواله. إن الله يستجيب للدعاء الصادق والتفكير الإيجابي، وهذه طريقة فعالة للتغلب على معوقات النجاح.

قبل أن يقدم الإنسان على عمل ما يمتلك الحرية، لكن بعد القيام بالعمل ستتبعه نتيجة عمله سواء رغب بذلك أم لم يرغب، وذلك هو قانون الكارما. لذلك من الحكمة التفكير قبل التصرف.

من يرغب بالسلام وتذوق الرحيق الإلهي عليه أن يدفع الثمن، والثمن هو تخصيص الوقت اللازم لتنمية الهدوء وصنع السلام. والطريقة الأنجع للتغلب على التوتر هي في التناغم مع سلام النفس وغبطتها وسكينتها.

يا رب، يداي تعملان من أجلك. لقد خصصت لي دوراً كي أعبه في هذا العالم، وكل ما أفعله أقوم به إكراماً لك .

عندما نسلم أمرنا لله نجد أن الحياة قد تحولت إلى سيمفونية رائعة الأنغام. وإن حاولنا الشعور بالله أثناء القيام بكل أعمالنا نجد أنه يختار لنا كل يوم واجبات معينة ويساعدنا على إنجازها.

في إظهار مزايا الروح تكمن الطريقة الوحيدة للعيش بسلام... في داخلنا القوة لتحويل البيت إلى فردوس.

سأقهر التكبر بالتواضع، والكراهية بالمحبة، والإثارة بالهدوء، والأنانية بالإيثار، والشر بالخير، والجهل بالمعرفة، والقلق بسلام التفكير بالله والتأمل عليه.

يجب أن تكون كل أعمالنا موجهة بالصوت الداخلي للوعي الروحي.

من الأفضل أن نبسط حياتنا. رأيت أشخاصاً متنورين، مقتصدين في مآكلهم، يعيشون في ظروف دقيقة، ومع ذلك يمتلكون أجساماً تفور بالنشاط والحيوية، لأنهم دربوا أفكارهم على عدم الاعتماد كلياً على المصادر الخارجية للصحة والقناعة.

خلق بطائرة السكون فوق أعلى قمم الحكمة، وتجول في أرض الجمال الدائم والسعادة المتجددة.

ابعدني يا رب عن الشر، وباركني كي لا أسمع شراً، ولا أبصر شراً، ولا أنطق شراً، ولا أستنشق شراً، ولا ألمس شراً، ولا أضمر شراً، ولا أفكر شراً.

كن معنا كل يوم يا رب بحيث ننجز واجباتنا بنفوس راضية وقلوب يعطرها حضورك الأقدس.

إننا نتوجه للتعاليم الروحية لأننا نريد أن نتخلص من معاناتنا. الأساليب والطرق الدنيوية ليست الحل. الله هو الحل. لقد آن الأوان كي يستيقظ الإنسان ويبدد ظلمة الجهل بنور الحكمة.

أعظم شيء في الحياة هو أن يعيش المرء في حصن ضميره المرتاح.

كل شخص تقريباً يشعر بأنه لا يحرز تقدماً روحياً، أي أنه لا يتغير ولا يتحسن بالرغم من محاولاته ومجهوداته المبذولة. هناك عوامل عديدة قد تعيق تقدمنا ومن واجبنا النظر إلى الحياة نظرة موضوعية، فاحصة، وتحليلية للتعرف على تلك العوامل ومعرفة كيفية التعامل معها ومعالجتها.

من يمنح مساعدة نفسية ومادية للآخرين ويطفح قلبه باللطف والتعاطف سيجد أن ما يمنحه يعود إليه.