

# مأثورات ووجدانيات روحية

للمعلم الحكيم برمهنسا يوغانندا



PARAMAHANSA YOGANANDA

ترجمة محمود عباس مسعود

الكلمات التالية هي لشري دايا ماتا عن المعلم برمهنسا يوغانندا:

لا زلت أذكر لقائي الأول مع معلمي المحبوب. لقد امتلك ذلك القلب الرحب المليء بالمحبة بحيث كان كل من قابله يشعر أنه صديقه الحميم كما لو كان يعرفه منذ زمن بعيد. لم يكن من الصعب أن تفتح له قلبك من أول لحظة. لقد امتلك المعلم الخالد القدرة على إظهار الجوهر الروحي والحقيقي لنفسه. فعلاً أنه كان تجسداً حياً للمحبة والصدقة ونوايا الخير والأمانى الطيبة.

Sri Daya Mata – Only Love

والآن إلى المأثورات والوجدانيات:

ستتوقف الحروب عندما تتجذر بذور المحبة الأخوية في قلوب الناس.



أعمال الإنسان الحاضرة ستقرر إما سلامه وسعادته أو شقاءه وتعاسته في المستقبل، إذ لا يمكن مخادعة قانون السبب والنتيجة بالرغم من تجاهله أو تناسيه .



الراحة المادية هي جزء صغير فقط من النجاح الحقيقي الذي لا ينبغي تحصيله عن طريق إلحاق الضرر بالآخرين.



إن أعظم إنسان هو المتواضع الذي يعتبر نفسه أقل من الجميع. القائد الحقيقي هو الذي يصغي للآخرين ويشعر بأنه خادم الكل ولا يتكبر على أحد.



عندما يظل أحدهم بابتسامة مشرقة تتبدد الظلمة. مثل أولئك الأشخاص ينشرون أشعة الفرح التي تنير القلب وتبهج خاطر.



أصمم في هذا اليوم على ألا أسمح لنفسي بالسقوط ثانية في مستنقع القنوط ولن أتسّر على آمال لم تتحقق أو على إخفاقات في تحقيق أحلام غير عملية. وبدلاً من السماح لنفسي بالبقاء مقيداً ومحدوداً، سأعمل بوعي الحكمة مدركاً بأن هذا التوجه الرشيد سيقودني تلقائياً إلى السعادة التي أبحث عنها.



يا رب، في دفء الشمس الغامر أشعر بحضورك، وفي ملاطفة النسيم البارد أحس بنسمات حياتك المنعشة. أشكر يا رب لأنك تتذكرني حتى ولو نسيتك وإنني ممتن غاية الإمتنان لنعمك التي لا تنقطع. باركني كي أعيش بتذكر دائم لك.



إنني أعلم يا رب أن هناك أشياء كثيرة في هذا العالم تبدو فظة، فظيعة، وقبيحة لكن الجانب الآخر من الخليقة الذي تظهره عين الحكمة الباطنية هو غاية في الملاحظة والحسن والجمال.. ولذلك سأحاول دوماً أن أنظر بعين الحكمة علني أبصر خلف نواقص هذا العالم وشوائبه جمالك الفائق المتسيد على عرش كل جمال.

الطبيعة التوافقية في كلمات:

الإنضباط الذاتي.

محبة الآخر.

الرفق بالحيوان.

محبة المزايا الطيبة.

محبة السكينة والهدوء.  
محبة العظماء.  
العطف على الفقراء والمحتاجين ومساعدتهم.  
الصدق التلقائي بغض النظر عن التبعات.  
أداء الواجب حياً بالواجب واحتراماً له.  
محبة الصلاح والإصلاح.  
التمتع بالحس الأدبي وعمل ما ينبغي عمله.  
احترام الذات.  
الإحتشام.  
الرقّة.  
الوفاء.  
النخوة.  
الصبر.  
التسامح.  
ترسم خطى النفوس العظيمة والعقول النيرة.  
الصراحة.  
اللياقة.  
اللطف  
البساطة والوضوح.  
الإتزان.  
الأحاسيس الروحية.  
القناعة.  
محبة النظافة الجسدية والنقاء الفكري.  
التواضع والبعد عن الغرور.  
حب الخير.  
الإنصاف.  
حفظ الجميل لأصحابه.  
احترام المقدسات.



خلف ظلال هذه الحياة يكمن نور الله المدهش العجيب، والكون بأسره معبد فسيح الأرجاء لحضوره المبارك .



عندما نفكر بالله تفكيراً جاداً معمقاً.. ونحبه محبة فائقة.. ونثق به ثقة مطلقة.. تنفتح أمامنا أبواب لا حصر لها. وعندما نبصر نوره ونلامس حضوره لا نستطيع كل أحداث الحياة المريعة المرعبة أن تسلبنا السلام والطمأنينة اللذين نشعر بهما بالقرب من الله .



في الحياة وفي الموت، وفي المرض والمجاعة، أو الفاقة والشقاء، وفي تقلبات العالم واضطرابه وهيئاته أعتصم بك يا رب على الدوام.



الميزة الاستثنائية لروح المبادرة هي تلك التي تميز الإنسان في العالم وتجعله متألّفاً كالشعلة المتوهجة.. العظماء هم الذين يحبون العطاء وتشجيع الآخرين وغرس الثقة في نفوسهم.



إن الأعاجيب المدهشة التي نبصرها في هذا الكون توحى لنا بوجود الله؛ فحضوره متجلّ في كل ركن من أركان الخليقة بأسرها التي هي نتاج عقله الكلي.



الشخص المنحدر من تلة لا يجد أية مقاومة، ولكن حالما يرغب بالصعود إلى أعلى يقابل بمقاومة كبيرة. وبالمثل، فإن الشخص المنزلق نحو هوة الشر لا يشعر بمقاومة إلا عندما يحاول عكس اتجاهه وتسلق تلة الفضيلة.



تزداد سعادة المرء بمواصلة بذل المجهود في تحسين ذاته، ومع ازدياد سعادته تزداد سعادة الآخرين من حوله.



اعتبر أحد الزائرين أن التفكير بالله أمر غير منطقي فأجابه المعلم برمهنا:

"العالم يوافقك الرأي ولكن هل هذا العالم جنة النعيم؟ الفرح الحقيقي ليس من نصيب تاركي الله لأن الله هو الفرح الأعظم ذاته ومتعبده يعيشون في مرفأ من السلام الباطني على هذه الأرض في حين يصرف الذين يتناسونه أيامهم ولياليهم في جهنم من صنع أيديهم تحرقهم نيران الخوف وخيبة الأمل ولذلك فإن التفكير بالله والتقرب منه هو عين الصواب وروح المنطق".



الإنسان هو أسمى مخلوقات الله وموهوب بالعقل والقدرة على التفكير، لذلك ينبغي ألا يبدد وقته سدى. لقد وهب الله الإنسان الإرادة وأيضاً الحرية وحرية الاختيار لعله يتخلى عن كل المطامح الدنيوية ويحب الله الذي امتنّ عليه بتلك الهبات.



في القلب مغناطيس يستقطب أصدقاء طبيين أوفياء.. إنه مغناطيس الإيثار والكرم.



قلوبنا هي الحبات والحب الإلهي هو الخيط الذي ينتظمها ويبقيها قريبة من بعضها في إكليل من الوحدة والانسجام.



لنشكر الله الذي وضعنا على هذه الأرض التي هي بيتنا الكبير، ولنعش بفرح وونام وتوافق مع إرادته بحيث يصبح بيتنا كما يريده لنا.



ابتعد عن الحشود المتدافعة واكتشف ما لديك من قوى وإمكانات. لا تدع همتك تفتر ولا تلق بالأراء العالم السلبية. سر على دربك بخطى ثابتة موقناً بأن قوة الله اللامتناهية معك، تعضدك وتسدد خطاك.

ذوو البصائر النيرة يجمعون ورود وزهور الحقيقة من بساتين المعرفة ويعملون على تنوير النفوس وتجميلها بالمزايا النبيلة الراقية التي تؤهلها لدخول فردوس الحكمة الكلية.



يجب ألا نكره الآخرين لأنهم يختلفون عنا، أو لأن آراءهم تختلف عن آرائنا. ويجب ألا نصرّ على أن قناعاتنا الذاتية هي الأصوب، بل من الأفضل أن نجلس معاً ونناقش آراءنا بأذهان منفتحة واحترام متبادل، واضعين في الاعتبار أن الفهماء لا يتخاصمون بل يبحثون الأمور بروية وتعقل.



سلامة النية تشبه الألماسة الشفافة التي ينفذ منها نور الله ويشع بصفاء على حياتنا.



نسألك يا رب أن توقد شعلة الحب الإلهي في قلوبنا وأن تجعل نفوسنا تتشوق إليك وتلهج بك ليل نهار. امنحنا محبتك بحيث أننا في اللحظة التي نفكر فيها بك يغمر الفرح قلوبنا وتبتهج نفوسنا بحضورك.



في هدأة السكون تشرق الحقيقة على الوعي كإشراقة الشمس وسط الضباب.



إن فقد الإنسان الثروة لا غير فلا يفقد شيئاً حقيقياً لأنه إن كان يملك الصحة والحذق وحسن التدبير يمكنه مع ذلك أن يبقى سعيداً وأن يكسب المزيد من المال.. وإن فقد العافية يفقد معظم السعادة. أما إن فقد هدف الحياة فإنه يفقد بذلك كل شيء جدير بالاهتمام.



لا أنظر لأي شخص كغريب عني وأسعد بمحبة الجميع بكل الحب الذي وضعه الله في قلبي، وليس باستطاعتي استثناء أحد من دائرة حبي.



يجب أن يدرب الشخص نفسه وأفراد أسرته على عدم اغتياب الآخرين أو التحدث عن عيوبهم وزلاتهم وأن يركز بدلاً من ذلك على تقويم نفسه وتصحيح أخطائه.



إن تنمية الحب النقي وغير المشروط بين الزوج والزوجة والوالدين وأولادهم والصديق وصديقه والذات والكل، هو الدرس الذي أتينا إلى هذه الأرض لتعلمه.



هناك أشخاص لا يتعلمون من الدروس المصاحبة للألم واللذة، فيعيشون حياة فيها قدر كبير من التأسف والإحباط لأنهم لا يتجنبون الأفعال التي تجلب المعاناة ولا يسيرون على الدروب الموصلة إلى السعادة. وهناك عدد قليل جداً من الأشخاص

الذين يتحاشون - بعد احتراق أصابعهم بنيران الجهل - تكرار التصرفات التي تسبب التعاسة والشقاء. وهناك أفراد يستخفهم الطرب وتكبلهم الكآبة ويحتاجون إلى حالة نفسية مستقرة تتسم بالتبصر والاتزان.



بدون سعادة داخلية يجد الإنسان نفسه رهينة المتاعب والهموم داخل قلعة فخمة باذخة.



السعادة - أيها الأصدقاء - لا تقتصر على النجاح والثراء وحسب، فالسعادة الحقيقية تقوم على التصدي لجميع ضروب الفشل وصعوبات ومشاكل الحياة بهمة ناجزة واستبشار بالخير.



الصحة الجيدة والكفاءة العقلية والعمل الملائم والحكمة.. كلها عناصر حيوية وهامة لتنمية السعادة. يجب المحافظة على جريان نهر الفرح الباطني تحت الصخور الصلبة لتجارب الحياة القاسية.



الحياة والموت هما مرحلتان مختلفتان من الوجود، والإنسان هو جزء من الحياة الأبدية. وعندما يهدأ باله ويصفو ذهنه يلامس جوهره الروحي غير المحدود.



أيها المجير الرباني الكلي الحضور، عندما ترسل غيوم الحروب أمطاراً من الغاز والنار كن ملاذي وملجأ .  
في الموت والحياة، في المرض والمجاعة، في الأوبئة والكوارث، وفي الضيق والضنك، لأعتصم بك على الدوام.  
دعني أدرك بأنني روح خالد لا تمسني تقلبات الطفولة والشباب والشيوخة وانفجارات العالم المفاجئة.



قم بدورك في تكوين صداقات دائمة بكونك صديقاً صادقاً.



في أرض الأحلام ننسى أسماءنا وأجسادنا وجنسياتنا وممتلكاتنا ونقاط ضعفنا ونستمتع لا شعوريا بحرية عظيمة هي حرية الروح، ويجب أن ننمي دراية مشابهة إنما واعية بتلك الحرية الفطرية.



يجب إنجاز الواجبات الروحية بفكر مركز، والواجبات الدنيوية بانتباه جيد. ويجب الاحتفاظ بالقدمين راسختين على الأرض والرأس شامخاً فوق غيوم الجهل..في آفاق الحكمة المشرقة.



نور الله وقوته الواقية يتوهجان على الدوام في داخلي ويتدفقان من خلالي، ولقد فتحت لمسة سلامه عين الحكمة في روحي.

الحياة التي لا تحكمها ضوابط تفقد صاحبها إلى التعاسة والتضعع النفسي، فالشخص الذي يحيا حياة خالية من أساليب وأسس التهذيب الخلقي هو شخص مليء بالقلق الفكري والهموم، أما الذي تعلم ضبط النفس والتحكم بالأهواء الجامحة فيعرف الطريق إلى السعادة الحقيقية.



في خلوتي الروحية تتأجج أشواقي ويحن قلبي لسماع صوت المحبوب الإلهي. سأطرد كل الأصوات الدنيوية الكثيفة المتوارية في مطاوي ذاكرتي كي أستمع للصوت الأقدس منشداً على الدوام في سكينة روعي.



لن تنحدر شمس محبتي أبداً إلى ما دون أفق تفكيري بك، ولن أخفض رؤية عيني المرفوعتين لأضعها على شيء سواك، ولن أفعل شيئاً لا يذكرني بك. الأفعال الناجمة عن الجهل والغباء تقود إلى الأحلام المريعة والكوابيس الفظيعة، لذلك دعني لا أنسج سوى الأحلام العذبة للإنجازات النبيلة لأنها من وحيك وإلهامك.



الحياة بدون فهم انتحار روعي ومادي، فطوبى لذوي الفهم لأن الفهم هو أعظم حاجة على الطريق الروحي وعلى دروب الحياة. الفهم هو كشاف ضوئي ينيّر طريق الإنسان ويجلب له النجاح. وقبل أن يتمكن المرء من تحقيق هدف الحياة السامي يجب أن يمتلك تلك الميزة الجوهرية والهامة. يجب أن يكون الفهم قوة إرشادية في كل موقف. ومهما كانت التجارب التي نمر بها صعبة يجب أن نمتلك الفهم الصحيح.



إن الله لا يسبب الأذى والألم لنا، بل نحن الذين نساعد أو نضرّ أنفسنا من خلال فهمنا وتفهمنا أو سوء فهمنا وعدم تفاهمنا.



يجب أن نبتهل لله كي نمتلك الفهم بغض النظر عن التجارب التي تعرّض لنا أو الظروف التي نمر بها. الفهم وحده هو الذي سيحمي الإنسان.



عندما تزداد تجاربي حدة وشدة أحاول أول ما أحاول العثور على الفهم في داخلي، فلا ألوم الظروف ولا أحاول تصحيح الآخرين بل أذهب للداخل أولاً وأحاول تنظيف حصن روعي وإزالة أي شيء من شأنه أن يحجب ذلك النور الباطني أو يعيق قوى النفس من الظهور أو يصدّها عن التعبير. تلك هي طريقة العيش الناجح.



الهروب من المشاكل قد يبدو الحل الأسهل لكن الشخص يكتسب قوة عندما يصرع غريماً قوياً. فمن ليس لديه مصاعب لا ينمو ولا تشتد عزيمته.



يتلاشى الخوف عندما نمتلك الفهم ففي الفهم أمن وحماية.

لقد واجهت تجارب كثيرة جداً في الحياة، وأصعب تلك التجارب كانت مع أشخاص أساءوا الظن بي. لقد رأيت أناساً أحببتهم.. أناساً أعطيتهم قلبي يسيئون فهمي وينقلبون ضدي. لكن ذلك لم يخلق مرارة في نفسي لأن المرارة تحجب الفهم. لا أسمح لنفسي بأن تتأذى بسبب سوء فهم الآخرين لي. بل أحاول بدلاً من ذلك مساعدتهم إن كانوا متقبلين وابعث لهم بنوايا الخير والأمانى الطيبة.



إن فرحي الأعظم يكمن في التحدث عن روائع الله للذين يتناغمون معي ويثقون بي وأضاعف شوقهم لذلك النور الرباني الذي منحني التعزية والحرية والأمان الذي يعصى على الوصف.



كل المصاعب التي تواجهك في هذه الحياة الغرض منها استنهاض همتك وحثك على بذل مجهود أكبر لتتمكن من بلوغ مستويات أرقى. نَمَّ قوة الإرادة بحيث تستطيع التحكم بظروفك بدلاً من أن تتحكم هي بك. ضع الخطط السليمة لحياتك بحيث تتمكن من إنجاز كل الأشياء الحسنة التي ترغب بإنجازها والتي تعلم أنه ينبغي لك القيام بها .



من يتعلق كثيراً بهذه الدنيا ينسى الله، ولهذا السبب نخسر كل ما نحسبه عزيزاً علينا. فالقانون الكوني يأخذ منا تلك الأشياء أو يبعدها عنا ليس لمعاقبتنا بل كإمتحان لمعرفة ما إذا كنا نحب المخلوقات أكثر من الخالق.



ذوو الإيرادات الضعيفة يقولون "نعم" على الدوام، أما النفوس الكبيرة فإنها مليئة بـ "اللآءات" الأدبية.



اليوم سأقوم بتفعيل قدرتي على التفكير الخلاق لإحراز النجاح في كل مسعىٍ يستحق الاعتبار أنوي القيام به، وأكون بذلك قد استخدمت على نحو صحيح كل القوى الممنوحة لي من الله.



السعادة الحقيقية تركز أساساً على الحالة النفسية للشخص. فالقناعة والرضاء والسلام والطمأنينة هي من علامات السعادة.



يجب أن يعمل المرء على امتلاك الصحة الجيدة والعقل الفعّال وضرورات العيش والعمل المناسب والتميز الحصيف والفهم الصحيح، ويجب ألا يسمح لنفسه بالإستسلام للبيئة أو للظروف غير الصحيحة.



غالباً ما ينسج الإنسان شرائق تقيده ويحبك حبلاً تربطه، ويتعين عليه إدراك مسببات تلك القيود عله يستأصل العدوى البطينة السريان من عقله ومن جسمه. هذا من شأنه أن يحدث تجديداً نفسياً يمهد للسعادة ولبزوغ الإدراك الروحي على أفق حياته وإيقاظ القوى الحيوية في داخله. يجب ابتعاث الوعي من حضيض الجهل إلى نرى الفهم والمعرفة.



الشخص الذي يغذي في داخله الخوف الشديد يجذب لنفسه الشيء الذي يحاول تجنبه، والخوف المتواصل يتلف حيوية الأعصاب ويجلب للجسم الأمراض. عندما تكون مليئاً بالقوة والنشاط والحياة فإن المرض يغادر الجسم هارباً.



النفس التي تطرب لأشودة التفاؤل لا يروق لها سماع أصوات التشاؤم الخشنة، والفكر المتجه دوماً نحو نجم اليقظة الروحية يصبح فكراً قوياً مترسخاً، لا يعرف التذبذب والمواربة.



حدقت متأملاً في زهرة، وعلى الفور لمحتك يا روح الأكوان. لقد كانت تتضوع عبير حضورك، وتخضبت بتلاتها بتورّد البراءة وشع ذهب حكمتك في قلبها، والساق النحيل والكُم الأخضر سندتهما قدرتك، وخفايا الحياة والخلود هجعت في غبار اللقاح، ولمستك اللامتناهية ألهمت النحلة فراحت ترتشف رحيق عذوبتك.



أظنني على عجائب الخليفة.. على أسرارك التي لا تنتهي، والتي تختزنها أدق ليفة عشب على جانب الطريق.



على كل أب وكل أم امتلاك حكمة ورزانة الأبوة ورقة وحنان الأمومة، وهاتان المزييتان يجب أن تكونا متوازنتين ومتكاملتين في كل منهما.



سأنتشر نجوم البهجة والتفاؤل لتبديد الكآبة من النفوس، وسأنتشر أشعة المشاركة الوجدانية لمواساة المحزونين.



إننا هنا اليوم وغداً نزول كالسحاب.. مجرد ظلال في الحلم الكوني. لكن خلف هذه الصورة العابرة التي لا دوام لها يكمن الروح السرمدي ونفوسنا هي جزء لا يتجزأ منه.



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



الحياة هنا تبدو عقيمة ومشوشة إلى أن نبلغ شاطئ الأمان. لهذا أقول دوماً أنني هنا لكي أشهد لأهمية ومجد الحقيقة العظمى. يجب ألا نعقد الآمال على غايات دنيوية زائلة وتعلقات مادية هشة. مثل هذه الارتباطات الواهية تبعدنا عن هدفنا الأسمى بصورة لا شعورية مثلما تبعدنا أيضاً عن ذاتنا الحقّة.



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

نسأل الله أن يلهمنا الهداية والإهداء إليه والعتور عليه قبل مفارقة هذا العالم. ومهما كانت طبيعة التجارب التي نمر بها والآلام التي نكابدها يجب ألا نفقد الأمل بأن عون الله قريب وأنه يستجيب لكل دعاء نابع من القلب، مضمخ بالأشواق ولن يتخلى عن محبيه أو يتركهم تحت رحمة الأقدار.



الثروة لا تمنحنا بالضرورة الصحة والطمأنينة والفعالية. ولكن عندما نحرز الكفاءة والسلام فلا بد أن نحقق نتيجة لذلك نجاحاً مادياً متوازناً.



في داخلك حديقة رائعة ومدهشة من الأفكار الراقية المعطرة بأريج المحبة وعبق الطيبة والفهم والسلام، زهورها أجمل بما لا يقاس من الزهور الأرضية والرياحين المادية.



عندما تمنح محبتك الخالصة تكون قد غرست وردة فواحة الأريج، وعبير تلك المحبة، ونفح ذلك الفهم يدومان أكثر من أية زهرة أرضية.. وتلك هي الحقيقة!



يجب ألا يخشى الإنسان سوى الخوف نفسه لأنه أكبر عدو للنجاح والصحة، فهو يسمم الفكر ويجلب الأشياء التي يخشاها المرء ويضاعف الآلام ويدمر القلب ويسبب التلف للجملة العصبية والدماغ. ولذلك يجب القضاء عليه بالإيمان بالله والتفكير الإيجابي الخلاق والتفاؤل والإستبشار والثقة بالحماية الإلهية وبأن من يحب الله ويسير في نوره لا يمكن لظلمة الخوف أن تغشاه لأن الله معه ومن كان الله معه فهو بخير.



تحلو الأعياد وتتروحن بتبادل هدايا الروح من محبة وسلام وفرح وتسامح وأمانٍ طيبة.



عندما نتوجه بقلوبنا إلى الله ونناجيه بحب فائق وشوق عظيم سنجدته قريباً وسريع التسامح والعطاء لأننا بذلك نلامس قلبه الكوني الحنون وحبه الإلهي غير المشروط.



الحياة الحقيقية هي أكثر من مجرد الأكل والعمل والنوم، لذلك سأستخدم هبة العقل للبحث عن الله والعتور عليه، وسأعمل على خلاصي من خلال خدمة إخوتي في الإنسانية.



لقد أتى بشر كثيرون إلى هذه الأرض وغادروها، ومع ذلك ما زلنا نعتبر أن العيش فيها حقيقي كما لو كنا سنبقى هنا إلى الأبد. الحكيم هو من يتذكر الله على الدوام لأن التفكير المتواصل به هو الطريق إلى التحرر من هذا الحلم الأرضي للولادة والموت.

لقد أودع الله في داخلنا قوياً وطاقات خيرة للتغلب على كل العقبات التي تعترضنا والتجارب التي تواجهنا، ويجب أن نعمل على إبراز تلك القوى التي لا تقهر والطاقات التي لا نضوب لها.



هناك أشخاص لا يتغيرون أبداً، فتتقدم بهم السن وهم على نفس العادات وطريقة التفكير. هؤلاء يمكن تسميتهم بالتحف السيكولوجية القديمة. بعض تلك التحف السيكولوجية ذات طبيعة روحية... مثل أولئك الأشخاص يعيشون حياة مثالية مسالمة لكنهم لا يعملون على تطوير فهمهم وتوسيع نطاق أفقهم أكثر فيبقون حيث هم (مطرحك يا واقف). هؤلاء لا قدرة لهم على فهم احتياجات وتحمس واهتمامات الجيل الناشئ. قد يكون هذا مقبولاً إلى حد ما، ولكن عندما يشجبون الجيل الجديد ويدينونه دون تبصر يصبحون متحجرين عقلياً. ومن ناحية أخرى، فإن كثيرين من النشء الحديث يقعون فريسة الأخطاء بسبب عدم احترامهم لرأي الكبار والإصغاء لمشورتهم. فهم يفكرون أن المتقدمين في السن أصبحوا موضة قديمة ولذلك لا حاجة للاستماع لهم والعمل بنصيحتهم لأن أفكارهم عتيقة الطراز وقد عفا عليها الزمن.. وباندفاعهم الشبابي لأن يصبحوا عصريين "يكسرون" ما أمكنهم من القواعد القديمة. ولكن يجب أن يتذكروا أن للكبار وزنهم وقيمتهم إذ مرت عليهم سنون وقد رأوا وتعلموا الكثير. يجب على أفراد الجيلين القديم والحديث أن يبذلوا الجهد لأن يتعلموا من بعضهم البعض لأن للتحف القديمة والجديدة مزاياها وفوائدها.



لا يوجد اختبار أعظم من الشعور بأن خالقنا معنا. يجب أن نتوقع حضوره ونتشوق إليه لأنه يرعانا من كل ناحية. ومهما كانت المتاعب، ومهما تعاظمت الأحزان والآلام أو الأمراض، فنطلب المواساة والتعزية من الله ولنسأله الحكمة والسداد وسيستجيب لنا ما دمنا نثق به ونحبه ونرجو عونه.



الحب هو عبير الزنايق المتفتحة وكورس الورود الصامته المحتفية بجمال الطبيعة. الحب هو أغنية الروح تنشده للحياة ورقصة الكواكب الإيقاعية المتزنة في انطلاقها الدائمة في الفضاء السحيق. إنه ظمأ الزهور لارتشاف أشعة الشمس وتوردها وارتوانها بإكسير الحياة. إنه شوق الأرض لتغذية الجذور العطشى بلبنها ورعاية كل صنوف الحياة بعصارة الحياة. إنه إرادة الشمس الجبارة لإبقاء كل الكائنات حية مفعمة بالنشاط، وهو دافع الحياة لتوفير الحماية والرعاية للقاصرين. إنه بسمة البراءة تستمطر الحنان الأبوي على الرضيع والإذعان التلقائي في قلوب المحبين لتقديم الخدمة والعزاء دون مقابل. إنه نبض الصداقة الذي يجبر الخواطر الكسيرة ويشفي الجراح. إنه نداء القلوب الذي يعصى على الوصف. إنه الشاعر المترع بحب الإنسانية المتألم لشقانها. إنه دائرة الألفة بين أفراد الأسرة الواحدة دائمة التمدد والإتساع نحو مساحات أوسع ومجالات أرحب.. إنه همسة الحياة في أفاق العقول المتفتحة وسماء القلوب المرصعة بنجوم المشاعر النبيلة. الحب هو نعيم الروح الذي تصبو إليه النفوس المحبة وتحن للتوصل إليه والتواصل معه.



كن معنا يا رب وساعدنا على إنجاز واجباتنا والشعور بحضورك المبارك الذي ينعش القلب ويبعث في النفس الطمأنينة والأمل.



إن إساءة استخدام الكلام هي من أشد الأسلحة فتكاً وتدميراً. هناك سبب رئيسي للعصبية وهو الكلام الجارح الخشن. يجب الابتعاد عن النميمة أو الإنهماك في القيل والقال وتفادي المشاكسة والخصام والتخلص من النزعة العدوانية.



إن غضب الزوج أو الزوجة وأثار أحدهما حفيظة الآخر فأفضل طريقة هي أن يتمشى الآخر وأن يمتنع عن الإجابة حتى تهدأ العاصفة. وإن نطق أحدهما بكلمات موجعة فالأفضل للآخر عدم الإجابة بكلمات مماثلة بل التزام الهدوء حتى تهدأ الخواطر ويبرد المزاج . إن صرخت الزوجة بالزوج وأجابها بزعة مدوية فسيئاً لم الزوج مرتين: المرة الأولى من كلامها الواخز والمرة الثانية من كلامه القاطع وبالتالي يؤدي نفسه بالدرجة الأولى وقد يؤدي ذلك إلى الطلاق أو إلى أمور أخرى لا تحمد عقباها. كما ينبغي تجنب العناد أو التعامل مع الآخر بنظرة فوقية، وفي نفس الوقت، يجب عدم التورط في المهاترة والشجار بل يجب التريث حتى استعادة الرصانة والهدوء النفسي.



لا تسمح لأحد بأن يسلبك سلامك ولا تسلب سلام الآخرين بالمقذوفات اللفظية (أو الكتابية). قد يتلفظ المرء أثناء الغضب أو احتدام العواطف بكلام غير لائق، لا يريد أصلاً التلفظ به، ثم يشعر بالأسف جراء ذلك في حين سيتذكر الشخص الآخر ذلك الكلام لعشرين عاماً... ومن هذه الناحية فإن الذاكرة شيء سيء. إن قوة التذكر هي نعمة إن استخدمت على النحو الصحيح لكنها مؤذية إن استخدمت كمستودع للأشياء السيئة التي ارتكبت بحقنا.



إننا متعودون على إدراك الأشياء التي يمكن للحواس أن تستشعرها وتبينها، وفي معظم الأحيان نبقى على غير دراية بالقوى الشفافة من حولنا. ومع ذلك فإن كل فكرة نفكرها تحدث اهتزازاً شفافاً معيناً. ولهذا السبب لا يمكن للإنسان أن يخفي طبيعته الحقة عن الآخرين. فإن ارتكب خطأ ما يعلم ذلك في قرارة نفسه حتى ولو فكر أنه يخفيه، لأن الشعور بارتكاب الخطأ موجود في الأفكار والآخرين سيعرفون ذلك لأن اهتزازات تلك الأفكار ستظهر بطريقة أو بأخرى من خلال تصرفه. وهذا ينطبق أيضاً على الأفعال والأفكار الطيبة. فعندما نفكر بالله ونتلفظ باسمه - نطقاً أو همساً أو صمتاً - نطلق اهتزازاً روحياً في الأثير مما يستجلب حضوره المبارك.



يا رب، إن أشعة محبتك تسطع بفيض متساوٍ على كافة أفراد أسرتك الكونية. الإنسان هو المعلوم لأنه أصبح غير شفاف لا ينفذ إليه النور بسبب تفكيره المغلوط. فلتتخلل قوتك كياني ولتبدد الأبخرة الدنيوية القاتمة الكثيفة علني أصبح مرآة صقيلة صافية تعكس صورتك النقية الساطعة.



يجب أن تكون المحبة صادقة، وعندما تنبع من القلب تكون صادقة.



إن توجهت إلى النور الإلهي ستجد قوة ربانية قادرة على إنارة وتيسير دربك ومنحك الصحة والسعادة والسلام والحرية والنجاح.



إن كان تحصيل المال صعباً فبلوغ الاتزان النفسي أكثر صعوبة. على الإنسان أن يكون طيباً وهادئاً في كلامه وتفكيره وحركاته الجسدية.



للناس طبيعتان: طبيعة البيت وطبيعة الصالون. في البيت نأخذ راحتنا ونشعر بطبيعتنا الحقيقية، ومع ذلك كثيراً ما نتمنى لو أننا تجنبنا التصرف الطبيعي لأننا بذلك التصرف نظهر أموراً قبيحة كان ينبغي عدم الإعراب عنها لا سيما إن كانت تسبب الأذى لمن حولنا.



إننا نتقلد طبيعة الصالون عندما نخرج بثياب أنيقة وبسمة عريضة وأفكار ومشاعر تغلي في داخلنا. في البيت نقول "أنا زعلان من فلان ولا أطيق رؤيته" ولكن عندما نقابل نفس الشخص نبادره بالقول "سلامات! كيف الحال؟" هذه التيارات المتناقضة من عدم التوافق والمشاعر غير الصحية تؤثر على الجملة العصبية وغيرها من أجزاء الجسم.



يا إلهي الحبيب  
لقد أبصرتُ امتدادك اللامتناهي في آفاق السكينة  
وتذوقت فرحك المنعش في أعماق كياني  
وسمعت صدى صوتك في ضميري اليقظ  
وأصغيت إلى همسك لمدركاتي الروحية.



حوّل شياطين الأطماع الأنانية البشعة إلى ملائكة من الأمانى السامية المحلقة، والجهل المولم إلى حكمة مباركة، وخامات الخمول الوضيعة إلى ذهب مصفى من الإنجازات الروحية المتوهجة.

اجعلنا أنقياء يا رب، بدّل ضعفنا وتقاعسنا إلى همة وعزيمة، وأفكارنا الخاطئة إلى مدركات للحق.