تطوير مسارات الحياة فينا

◄لكُن أنفسنا (.. إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ...) (الرعد/ 11). غالباً ما تقوم عاداتنا بِرَسْمِ قراراتنا وخياراتنا في الحياة. فالشيء الذي لا ننتَبِه له، هو أنّ عاداتنا تربطنا في الماضي، وتمنعنا من استخدام أهم فُرَص الحياة في (الآن). لكنّ الحياة تتجدّد في كلِّ لحظة، والتغيير يأخذ مجراه في (الآن)، لذلك إذا أردنا اختبار أسرار عجائب (الآن)، علينا كَسْر قوالب عاداتنا المُتملِّلة بالـ(يجب وينبغي) والـ(لا يجب ولا ينبغي) وأن نَحيا الحياة كما هي. "إفعل ما تريده ولا تفعل ما يجب أن تفعله. فعند المشي امشِ، وعند الجلوس إجلس، ...، لكن لا تتردَّد". إنّ مُعظم الناس يضعون أقنعة على وجوههم، بحيث يَظهرون للآخرين كما يُحبَّون أن يكونوا، وليس كما هُم حقيقة. ومُعظمنا يَستميتُ في تسويق نفسه للآخرين بوسائل متنوِّعة – الأكثر أناقةً، لباقةً، ذكاءً، كرماً، جَمالاً، سلطةً، ...، مروراً بخفَّة الظُلِّ – ويصوِّر نفسه بصورةٍ تختلف إلى حَدٍّ بعيدٍ عن صورته الحقيقيّة. فكُلَّما كان القِناع كثيفاً ولا يُشبهنا، كُنّا غير قادرين على تقبُّل ذاتنا ونعيش بِغُربَة عن أنفُسنا. فالخليَّة التي لا تعيش بانسجام مع ذاتها ودَورها، يقوم الجسم بإرسال برامج تدمير ذاتية لتدمير هذه الخليّة التي لا تنسجم مع هارمونيَّتها الفردية، وبالتالي لا تنسجم مع هارمونيَّة الجسم كَكُلّ. إنّ هذا ما يحصل لنا مع الكون. إذا كُنّا لا نعيش بانسجام مع ذاتنا، وبالتالي، لا نكون نعيش بانسجام مع الكون، تقوم القوانين الكونية

بإرسال برامج تدمير قد تتمظهر عندنا كأمراض، مشاكل، وآلام. "سأل تلميذ (زِنّ) معلّمه: "كيف يمكنني أن أكون ملتزماً في (الزّن)؟ أجابه المعلّم: "عندما تَجوع كُلْ، وعندما تَتْعَبْ نَمْ". اِستغرب التلميذ وقال: "لكن هذا ما يفعله الجميع!". - "أبداً ليس صحيحا!" أجابه المعلّم: "معظمُ الناس يكونون بعيدين دائماً عمّا يقومون بهِ". "علينا العيش وتقدير كلّ لحظة في الحياة بوعيٍ كاملٍ، فالزّن لا يحاول تقليد طريقة مُعيّنة، إنّه فقط، أن نكون كما وأن نعمل وِفقاً لطبيعتنا الحقيقيّة لا أكثر ولا أقلّ". إنّ التصرّف على أساس (أنّنا كاملون) بدل التصرّف (كما نحن) قد لا يجلب لنا الإطراء بل الانتقاد. فلنكن أنفسنا.► المصدر: كتاب مِن مُسَيّر... إلى مُخَيّر/ كيف ننتصر في معركة الحياة