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 كلّ ِ لحظة، والتغيير يأخذ مجراه في (الآن)، لذلك إذا أردنا اختبار أسرار عجائب (الآن)، علينا كَسْر قوالب عاداتنا المُتملّ ِلة 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 تتردّ َد". إنّ مُعظم الناس يضعون أقنعة على وجوههم، بحيث يَظهرون للآخرين كما يُحبّ َون أن يكونوا، وليس كما هُم حقيقة. ومُعظمنا يَستميتُ في تسويق نفسه للآخرين بوسائل متنوّ ِعة – الأكثر أناقةً، لباقةً، ذكاءً، كرماً، جَمالاً، سلطةً، ...، مروراً بخفّ َة الظُلّ ِ – ويصوّ ِر نفسه بصورةٍ تختلف إلى حَدٍّ بعيدٍ عن صورته الحقيقيّة. فكُلّ َما كان القِناع كثيفاً ولا يُشبهنا، كُنّا غير قادرين على تقبّ ُل ذاتنا ونعيش بِغُربَة عن أنفُسنا. فالخليّ َة التي لا تعيش بانسجام مع ذاتها ودَورها، يقوم الجسم بإرسال برامج تدمير ذاتية لتدمير هذه الخليّة التي لا تنسجم مع هارمونيّ َتها الفردية، وبالتالي لا تنسجم مع هارمونيّ َة 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) معلّ ِمه: "كيف يمكنني أن أكون ملتزماً في (الزّ ِن)؟ أجابه المعلّ ِم: "عندما تَجوع كُلْ، وعندما تَتْعَبْ نَمْ". ا ِستغرب التلميذ وقال: "لكن هذا ما يفعله الجميع!". - "أبداً ليس صحيحا!" أجابه المعلّ ِم: "معظمُ الناس يكونون بعيدين دائماً عمّا يقومون به ِ". "علينا العيش وتقدير كلّ لحظة في الحياة بوعيٍ كاملٍ، فالزّ ِن لا يحاول تقليد طريقة مُعيّ َنة، إنّه فقط، أن نكون كما وأن نعمل و ِفقاً لطبيعتنا الحقيقيّة لا أكثر ولا أقلّ". إنّ التصرّ ُف على أساس (أنّنا كاملون) بدل التصرّ ُف (كما نحن) قد لا يجلب لنا الإطراء بل الانتقاد. فلنكن أنفسنا.► المصدر: كتاب م ِن مُسَيّ َر... إلى مُخَيّ َر/ كيف ننتصر في معركة الحياة