الفصل الثاني عشر

هذا الفصل يقدم أجوبة على الأسئلة التالية:

- ❖ كيف أستطيع (اكتشاف نفسي من جديد) وأبقى (أنا ذاتي) على الرغم من ذلك؟
- ❖ ما هو الجوهري في الحياة؟
- ❖ ماذا ينتمي إلى تحقيق حياتي؟
- ❖ ما هي الجاذبية الشخصية؟
- ❖ كيف أصبح شخصية جذابة؟

obeikandl.com

obeikandl.com

عش في انسجام مع ذاتك!

عندما تخرج ما في داخلك، فسوف ينقذك ما أخرجته. وعندما لا تخرج ما في داخلك فسوف يدمرك ما في داخلك.

(الانجيل- توماس)

تستطيع أن تكتشف نفسك من جديد في أي وقت، إذا بقيت ما أنت كائن عليه. وأن تتمكن من أن تعيش هذه المفارقة في توتر ولهفة، هذا هو السر كله. والطاقة تتدفق حيث ركب الجهد الكهربي عبر قطبين. والمشوق المثير في الحياة هو بكلمات أخرى: أن تتحول باستمرار وتبقى مع ذلك (أنا ذاتي).

النهر هو التدفق. والنهر الذي لا يتدفق، لم يعد نهراً، بل مجرى مائياً ميتاً سرعان ما سوف يجف كما يحتمل.

وفي التحول المستمر للتدفق، يبقى النهر هذا الذي هو عليه.

والزمن الذي نعيشه بسرعة اليوم يتحدانا باستمرار لأن نحول أنفسنا.

والأفضل أن لا يكون رد فعلنا على (ضغط التحول) الخارجي، بل نحدث التحول انطلاقاً من ذاتنا. ونعيش هذا التحول كجزء من كياننا.

فنحن أسرع من التحول الخارجي، نكتشف أنفسنا من جديد قبل أن ترغمنا الحياة على أدوار جديدة.

ولا بدّ لنا من أن نمسك بأيدينا بهذا التحول، وهذه هي البداية الجديدة المستمرة، وهذا هو إنقاذنا. أما إذا أرغمنا على هذا التحول، فهذا هو هلاكنا. وعند ذلك سوف نخضع إلى سوء المصير، بدلاً من أن نقرر حياتنا بأنفسنا.

وتوجد لحظات في الحياة يكون المرء فيها سعيدا سعادة كلية: متوحدا مع ذاته ومع العالم وفي تناغم مع الحياة. وهذه اللحظات جميلة جمالاً طاغياً، بحيث يود المرء لو يثبت الزمن ليبقى في هذه السعادة.

ومع ذلك لا نستطيع إيقاف هذه اللحظات، وقبل أن نشعر بها تكون قد ولت وانصرمت، ولا يبقى لنا إلاّ الذكرى.

وعندما نحاول أن نتذكرها بدقة، ندرك أن كل لحظة من هذه اللحظات كان لها وجه آخر مختلف. فمرة كانت هي الصمت، ومرة أخرى كانت الانسجام المطلق أو الحب الشامل لكل شيء.

اشتركنا بهذه اللحظات السعيدة فقط لأننا كنا مليئين تماماً بطاقة معينة. وكنا متوحدين مع هذه الطاقة ومع هذا الوجود المتوحد.

وهذا الكيان - الشافي هو الذي جعلنا على هذا القدر من السعادة.

وعندما نكون (داخل السعادة) و(داخل الحب) فنحن لا نكون في أية حالة من السكون التي يستطيع المرء تثبيتها، وإنما في نهر الحياة تماماً وكلياً. السعادة تتدفق والحب يتدفق.

ونحن لا نستطيع امتلاك لحظات السعادة والحظ، بل يجب أن نكون فيها. وهذا هو الفارق بين أن يملك وأن يكون. يمكنني أن أملك السعادة أو أن أكون السعادة. يمكنني أن أملك الحب أوأن أكون الحب.

إن (ذاتي الخطأ) تتعرف على ما تملك، و(ذاتي الحقيقية) تتعرف على ما تكون عليه.

وكلما عشنا في تناغم مع هذه (الذات الحقيقية)، عشنا نحن بسعادة، وبسلام وبانسجام وبحب.

لا يمكن التفكير في سمكة دون ماء.. والماء الذي هو عنصر الحياة يشكل الكيان كله والتكوين للسمكة. والماء كعالم للحياة على درجة من الوضوح بحيث أن الحيوانات الثديية، مثل: (الحيتان والدلافين) قد تكيفت مع هذا العالم، وتبدو ولكأنها أسماك.

وهكذا وكما أن الماء هو عنصر الحياة لهذه الحيوانات، فكذلك (كياننا)، وذاتنا الحقيقية،، وأرواحنا هي عنصر الحياة بالنسبة إلينا.

إنها التي تنقذنا، وتعطينا الصحة والطاقة ومغزى الحياة.

ونحن نعيش في هذا العنصر دون أن نعي ذلك، شأن الكثيرين، مثل الأسماك في قصتي الصغيرة التالية».

الماء:

كانت هناك سمكة أرادت أن تعرف بكل سرور أين هو الماء لقد سمعت عنه الكثير ولكن لم يتمكن أحد من أن يقول لها أين هو الماء في واقع الأمر. وعندما تسأل سمكة أخرى، فإنها تقول لها: «أستطيع أن أقول لك أين يوجد طعام جيد للأكل، وأستطيع أن أقول أن يوجد شيء طريف يستحق المشاهده، ولكن الماء، من يريد الماء؟

وفي أحد الأيام التقت السمكة مع سمكة أخرى كانت تبحث عن الماء أيضاً. وهكذا قررتا معاً، السباحة إلى السمكة العجوز الحكيمة وسؤالها.

وعندما وصلتا إلى السمكة العجوز الحكيمة، قالتا: أيتها السمكة العجوز الحكيمة، أنت تعرفين كل شيء، قولي لنا أين يوجد الماء! وأجابت السمكة العجوز الحكيمة: في كل مكان حيث أنتِ يكون الماء. الماء هو عنصرك.

الماء هو حياتك. وبلا ماء لن تكوني سمكة. وعندما تتنفسين فأنت تتنفسين الماء. ولا تستطيعين السباحة إلاّ لأن الماء في كل مكان. الماء داخلك وحولك.

وشكرت كلتا السمكتين السمكة العجوز وسبحتا إلى موطنهما.

قالت إحداهما أثناء الطريق: ألا تجدين أنت أيضاً، أن ما قالته السمكة العجوز كان جميلاً؟

- نعم: قالت السمكة الأخرى. لقد أعجبني ذلك كثيراً جداً. ولكن هل تعرفين حقاً أين يوجد الماء؟».

التوحد مع الذات:

لقد وجدنا في التأمل، وفي الصمت، وفي الملاحظة، طريقاً للتمكن من العودة في أية لحظة إلى (الكيان المتوحد)، عندما نعتقد أننا فقدنا ذاتنا وضعنا عنها. وهو طريق على درجة من البساطة، بحيث أننا لا نكاد نسميه طريقاً، ومع ذلك يستطيع كل فرد، وفي أي وقت، أن يسير فيه ويبلغ الهدف - والزمن يقف صامتاً.

لقد بتنا على وعي أن جميع الطاقات التي نحتاج إليها للتعبير الكامل عن حياتنا تقف هنا والآن تحت تصرفنا الحر، وعلى سبيل المثال كصحة وحرية وقوة ووعي واطمئنان وحب وسعادة. والتوحد مع

الذات» هو دمج للماضي السعيد والمستقبل السعيد، وأيضاً انسجام (الذات) مع (الأنا) و(الأنا) هي سيد تعيس إذا ترك له قيادة الحياة، ولكنه خادم ممتاز إذا ما وضع نفسه في خدمة (الذات)!

متى تمتلك الشعور بأنك إجمالاً في تناغم مع ذاتك؟ استحضر هذه الصور واذهب إلى داخلها وداخل نفسك، بحيث تذوب فيها بشكل صحيح. تنفس بعمق في قلبك واملأ هذه الصور بحبك تماماً.

احتفظ بهذه الصور حتى تتمكن دائماً ومجدداً من العودة إليها. وإذا تملكك الإحساس بأنك (لست ذاتك) بعد الآن، فامكث دقيقة في الداخل، وتنفس في قلبك، واستدع مثل هذه الصورة.

وهكذا تجد نفسك في أي وقت وببضعة أنفاس وتعود إلى ذاتك مجدداً، وتزيل النغمات الشاذة وتعود إلى التناغم مع ذاتك. وهذا التأمل عملي يعيشه المرء كل يوم.

تحقيق مغزى حياتي:

دعنا نكوّن خواطر حول مغزى الحياة، وكيف يمكن تحقيقه. إنها مجرد نظرة أخرى ليكون المرء في انسجام مع ذاته+ عندما أملأ، كل يوم وأجعل كل لحظة مليئة، فسوف تصبح الحياة بكاملها مليئة وعند ذلك أصبح أنا قائد دفة التحكم بحياتي.. ما هو إذن الجوهري في الحياة فعلاً؟

١-الوصول إلى الوعي:

المال والأملاك، والسلطة والتقدير وأسرتنا وأصدقاؤنا..

سنترك كل شيء هنا فوق الأرض. والشيء الوحيد الذي سنأخذه

معنا هو نضوجنا الفكري ومجموعة المهمات التي حللناها. لقد جئنا عراة وسنذهب عراة. وأن تطورنا الفكري هو الشيء الوحيد الذي سيبقى لنا من حياة طويلة. وسيكون الإرث لحياة جديدة.

ومن خلال (الوصول إلى الوعي)، نصبح واعين أننا (سمك في الماء)، بغية أن نتخذ القصة السابقة سبيلاً للمقارنة. إننا نعي عنصر حياتنا، وهو الطاقة بلا حدود، والعقل المطلق. وينتمي إلى هذا الوعي معرفة أننا جميعاً متوحدون. (الأنا) فقط ترى حدوداً وكياناً منفصلا. لم تعد لأرواحنا أية حدود وهي متوحدة مع الطاقة، ومع العقل ومع الحب.

هل تستطيع أن تتعرف انطلاقاً من هذا الوعي، على الجواب على أهم مسائل الحياة؟

ما هي المهمة الرئيسة في حياتي الحالية؟ لماذا صممت على هذه الحياة؟ أية لعبة أريد أن ألعب، وأية مهمة أريد أن أحل؟

٢- ملء اللحظة وتحقيق الأشواق:

إننا لا نستفيد من الفرصة التي تقدمها لنا الحياة على أفضل وجه إلاَّ إذا ملأنا كل لحظة فعلاً.

وهذا يعني أن نكون على وعي كامل، وندرك حقيقة ما هو كائن الآن.

وإدراك المهمة التي وضعتنا الحياة أمامها الآن في هذه اللحظة، وأيضاً الهدية التي ترغب في صنعها لنا الآن. ابتسامة طفل وثقة صديق أو معرفة ما. وأيضاً في الصعوبات، إدراك المشكلة كهدية؛ لأن

الحياة لا تريد سوى أن تخدمنا في أي وقت وتساعدنا. ولكن هذه اللحظة سوف تنصرم مباشرة نهائياً ولن تعود مرة أخرى قط؛ ولذا أستفيد منها بوعي كامل.

إننا لا نستطيع ملأ حياتنا بشكل مختلف إلاّ في هذه اللحظة، فهل تشعر الآن أن حياتك مليئة؟

والنقيض للامتلاء هو الفراغ. إن جميع الأشواق، والإدمان تنشأ من الفراغ الداخلي ومن الأهواء الداخلية سعياً وراء التحقق.

ومن يتمكن من ملء اللحظة الحاضرة، فإنه يصبح محصناً ضد الإدمان والتبعية العاطفية. إنه يعيش حنينه وشوقه بحماسة.

هل تملأ اللحظة الآن؟ هل تعيش الآن أشواقك وأحلامك ورغباتك؟ هل تمكنت من التحرر من جميع أشكال الإدمان الخاطئة؟

٣-التعرف على مهمتي:

لقد جئت إلى هذه الحياة بقصد معين، وهذا هو قدري.

وأنا مستعد لذلك على أمثل وجه وأحضرت معي جميع الشروط المسبقة التي أحتاج إليها؛ ولذا أدرك ما تريده الحياة مني، بدلاً من أن أتساءل باستمرار ماذا أريد أنا من الحياة. إني أتعرف على مهمتي وطريقي وهدفي وأقبل بها وأحققها.

إنه لا يوجد أي «طريق صائب» لجميع البشر (.. والطرق الأخرى جميعاً خاطئة) بل لكل فرد طريقه الشخصي تماماً الذي لا يدركه أحد سواه ويمكنه السير فيه. والبوصلة التي ترشدني إلى طريقي هي السعادة والحظ. وأن تكون على طريقك الخاص..

هذا ما يصنع السعادة ويوجد الهناء والغبطة. وبذلك أحقق تفردي وأصالتي. أنا لست نسخة من أي فرد آخر بل أنا الأصل الخاص بي.

هل أنت الآن فوق طريقك؟ متى تأخذ هذا الطريق وتسير إليه؟
هل ترى في هذا الكتاب مرشداً للطريق الذي يجلبك إلى طريقك.
وهل أنت مستعد أن تسير فيه أيضاً؟

٤- تحقيق الذات:

أنا أتعرف على (ذاتي الحقيقية) وأدع تكاملها يؤثر من خلالي. وأدرك أن تحقيق الذات ليس فعل ما لدي من رغبة ولذة في فعله لأني سأكون بذلك عبداً لشهواتي. وتحقيق الذات لا يحدث على حساب الآخرين أيضاً؛ لأنه لا علاقة له بالتمركز على الذات. أنا أحقق نفسي فقط، من خلال إدراك حقيقة نفسي وحقيقة الآخرين وأحترمها وأشجعها.

أنا أعطي دفة القيادة إلى ذاتي الحقيقية لتقود فعلي وكينونتي كلها.

وأحقق بذلك التحكم الحقيقي بالنفس: أنا أطور نفسي حتى تتمكن ذاتي الحقيقية من التفتح وتعكس حياتي كياني من جديد، والطريق لجعل نفسي تقاد من ذاتي الحقيقية هو الحدس.

إنه ضميري، وصوتي الداخلي، وروحي، وكياني الحقيقي، وإلهامي وومضاتي الفكرية، وبريق عقلي وألمعيته، وجميع الصدف التي تحيط بي.

بيد أن هذا الاتصال مع (ذاتي الحقيقية) ليس طريقاً في اتجاه واحد، أتلقّى فيه فقط، وأكتفي بالاستماع وعليَّ الطاعة لأني أدع نفسي تمتثل وتقاد.

أنا أستطيع توسل المساعدة وطرح الأسئلة- وسأحصل على جواب دائماً.

والأمر منوط بي، فيما إذا كنت سأفهم الأجوبة وأرغب في أن أدع نفسي تقاد. إن ذاتي الحقيقة تحترم دائماً إرادتي الحرة بالتأكيد.

هل لديك مدخل إلى حدسك وروحك، هل تدع قلبك يتحدث؟ هل تعيش ليس فقط وفق ذكاء عقلك وإنما أيضاً وفق قلبك؟

٥- الموت تتويج للحياة:

أنا أفحص دائماً ومجدداً فيما إذا كنت مستعدا حقاً للامتحان الأخير للحياة، وأن أفعل ما يترتب علي فعله وأترك ما أرتبط به، عائلتي وأملاكي إلخ..

والترك معناه فك الارتباط فقط. أنا أبتهج ما دمت موجوداً - وسوف أصبح حراً. سأسير باطمئنان عبر الحياة وأكون مستعداً للذهاب في أية لحظة.

وعميقاً داخل نفسي أعرف أنه لا شيء باستثناء ذاتي يقرر متى وكيف أموت. إنها نفسي التي تقرر متى تخرج من جسدي، عندما ترى أن الحياة قد أشبعت.

وكلما ازددت صلة بروحي، فقدت الخوف من الموت. والعكس صحيح. فطرد الموت واستبعاده يعني أيضاً أني في غربة مع روحي.

إن إدراكي أن روحي وموتي تتويج للحياة، يعلمني الحياة.

هل تصالحت مع موتك؟ هل تثق بروحك بأنها تعرف التوقيت الصحيح للانفكاك عن جسدك والدخول في مملكة جديدة؟

الجاذبية الشخصية هي التوحد مع الذات:

الجاذبية هي إشعاع إنسان. وهي تصبح واضحة، عندما تعبر عن رسالتها في مهمة معينة.

إننا نتحدث عن الجاذبية عندما يكون لدى الإنسان إشعاع قوي ويكون تأثيره جذب الآخرين. والجاذبية ليست مرتبطة بالعمر والجنس والمركز أو الإنجاز. وهي ليست موهبة خاصة، يُهديها المصير الودود لبعض المختارين القلة، بل يمكن تطويرها من كل فرد ومن ثم تظهر بشكل طبيعي جداً. كلما كنت أكثر صدقاً وشرفاً وأصالة - وبكلمة واحدة- كنت أقرب إلى كينونتي، أي أن أكون في الواقع: (أنا ذاتي).

أنا أمتلك الكثير من الجاذبية الشخصية، عندما أكون منسجماً انسجاماً تاماً مع ذاتي ومع الحياة وهذا يعني أن أكون (في اللحظة) أيضاً، عندما أعيش (متزامناً) مع تيار أو مجرى الزمن. وعندما أقف في نهر الحياة مليئاً، وأكون في مركز ذاتي، وعندما يكون وعي متسعاً جداً، وبذلك يبلغ الكثير.

وما إن أتعرف على هويتي، مع ذاتي مجدداً، وأعيش في تناغم معها، حتى يصبح تأثير جميع أفعالي جذاباً وينبغي علي أن أعيش هنا وأعيش اللحظة الراهنة (الآن) وأكون منفتحاً على نوعية اللحظة الراهنة وعلى ما يجب عمله الآن. وعند ذلك تأتي الصدف الملائمة

أيضاً، وتفتح لي الأبواب وتبقى مغلقة أمام الآخرين؛ لأن الحياة تساعد نفسها في التعبير الكامل عن نفسها.

وهكذا أمتلك في كل لحظة القوة المطلوبة من أجل فعل الضروري.

ولكن الحياة لا تستطيع أن تدع هذه الصدف تحدث لي، إذا لم أكن موجوداً. ماذا تفيدني مجموعة الخلق كلها، إذا كان وعيي أقل ضآلة من أن يغوص في محيط مليء؟ إذن لأوسع وعيي بحيث يستطيع أن يستوعب المحيط كله.

للتذكر:

أنا أتذكر مجدداً من أنا في الواقع. أنا أُشفي هنا والآن أداتي أي جسدي وظروف حياتي، لأكون مستعداً لمهامي.

أنا أضع نهاية (لإثم الانفصال) عن ذاتي، (ونسيان النفس)، وأصبح أكثر صدقا وشرفا. وهكذا أتحول من شخص إلى شخصية ومن (أنا) إلى (الذات).

أنا أدرك أن الحياة هي لعبة أساهم في اللعب فيها مدى الحياة. ولكن أقرر أنا فيما إذا كنت سأظهر كلاعب أو كدمية للعب. أو كضحية أو كمبدع لظروف حياتي بكل وعي.

الحياة أهم من أن نتركها للصدفة؛ ولذا أصبح بتزايد مستمر مكتشفاً جديداً لحياتي من خلال أن أجعل منها عملاً فنياً.

إن المغامرة الكبرى هي أن تعيش حقاً. بيد أن (لعبة الحياة) تمتلك ذلك المغزى، بأن أساعد نفسي، وأكتشف (سر كياني الحقيقي).

أعرف أن داخلي كنز ينتظر اكتشافه وإخراجه إلى النور. وإن ثروتي الداخلية تنتظر السماح لها بالظهور كرفاهية ونجاح وامتلاء.

وكأول خطوة على الطريق أتخلص من وعيي الناقص وأستبدله بوعي الرفاهية. وبذلك أفتح الأبواب لكياني الحقيقي المليء، نحو الواقع.

وأهجر (الأنا) وشخصيتي والأدوار والنماذج والبرامج وحتى مثلي العليا، لأنها كلها تضع أمامي حدوداً. إني أخلع ثقل الماضي من على كاهلي؛ لأني أدرك أن كل ذلك مضى وانصرم.

إن جمال المستقبل يقف أمامي وينتظر أن أصنع الأفضل منه. لا أستطيع تجنب المستقبل، ولكني أستطيع أن أسعى لأن أشعر بالسعادة فيه.

المستقبل يبدأ في هذه اللحظة. وكمبدع واعٍ، أتسبب الآن في أن ألقى شريك الحياة الصحيح.

ونتبادل الفرص، ونكون سعداء معاً. إني أتعرف على شريكي، (كأفضل معلم لي) وأستفيد من مشاركتنا الحياة من أجل نموي الذاتي ونمونا معاً.

ولكني أيضاً أتعلم فن وحدة الكون والوجود وأتعرف على الفرصة في أي شيء وفي كل شيء. أنا مستعد للاستفادة من فرصي الكثيرة.

وأتعرف أيضاً في كل إنسان آخر على (وحدة ذاته). وأتعرف على الله.

ومن خلال انسجامي مع إرادة الخلق تأتيني الومضات الفكرية في الوقت المناسب وأقابل البشر الذين أحتاج لهم في تطوري.

وينجم عن ذلك صدف ملائمة لي وتقدم الحياة لي الفرص التي لا يجرؤ الآخرون على أن يحلموا بها.

إني أوقظ معلم الإتقان داخلي، وأعيش من الحكمة الداخلية. وبذلك أبلغ بتزايد مستمر (سهولة الوجود) وأتعلم فن الاستمتاع. ولا أشرب ولا آكل إلاّ ما فيه البركة، وأكتشف باستمرار (بئر الشباب الداخلي) وباستمرار أدع إلسعادة تقودني وأطور روح الفكاهة لدي.

وفي انسجام مع الخلق أذهب بانتظام إلى الصمت، إلى الجانب الآخر من الزمان والمكان، وأكون في الكيان الخالد. وأيضاً في النشاط الأكبر أستريح داخل ذاتي.

وما إن أصبح في يقظة، حتى يصبح في يدي، مقدار صحتي وحيوتي، وكم سيصبح عمري أو كم أنا سأصبح من العمر في الدرجة الأولى.

ولن أبحث بعد ذلك عن مغزى الحياة، بل سأعطيها المغزى.

وأعرف أن أكون (أنا ذاتي)، وهذا معنى كاف. وهكذا أصبح من أجل بركة العالم ومن أجل إرشاد الآخرين إلى الطريق. والطريق هو الهدف والهدف هو فقط نهاية طريق وبداية طريق جديد؛ ولذا أستمتع بأن أكون على الطريق. أنا أدع العالم يكون على ما هو عليه، وأسمح لنفسي بأن أعيش كما أريد.

وعندما أخرج الآن إلى الحياة، فسيلوح كل شيء ظاهرياً كما كان سابقاً، أعيش مع الشريك نفسه في المكان نفسه وأمارس المهنة نفسها وأسوق السيارة نفسها. ومع ذلك فثمة شيء مختلف من الآن فصاعداً أعرف من أنا وأعيش في وجود وكيان خالد. وأبرز كمخلوق يقظ.

هنا يكون البحث قد انتهى. أنا عند الهدف - أنا هو الهدف. لقد وجدت نفسي لقد عدت إلى حياة خالدة. (ومغامرة الحياة الفعلية) تبدأ في هذه اللحظة! وهكذا أستطيع أن أكتشف نفسي من جديد في أية لحظة- ومع ذلك أبقى ما أنا عليه كائن.

obeikandl.com

الخاتمة

الارتفاع والطيران

إن مرشد الطريق يشير حقاً إلى الطريق الصحيح ولكن لا يمكنه أن يقوم بخطوة واحدة من أجلك

من أجل أن تكتشف نفسك من جديد، يجب عليك أولاً أن (تجد نفسك) وبذلك تنهي كل بحث في حياتك. وعندما تجد نفسك، تستطيع أن تصنع كل شيء بحياتك، ينسجم معها، وأود أن أبدأ الأفكار الختامية باستعارة مجازية.

تحول اليسروع إلى فراشة:

ما أكثر معجزات الطبيعة. يكشف ذلك أيضاً تحول اليسروع القبيح جداً ظاهرياً والذي لا يستطيع الحركة إلا بصعوبة، إلى فراشة رائعة الجمال، تطير عبر الحياة في فرح وابتهاج.

إن كثيراً من الناس يمتلكون مثل هذه الصورة السلبية عن الذات: إنهم لا يرون سوى السطح الخارجي، المظهر، يرون كيانهم مثل اليسروع ولا يتعرفون في داخلهم على طاقة الفراشة.

إننا جميعاً فراشات رائعة الجمال تستطيع الطيران. لكن معظم الناس يبقون طيلة حياتهم مقيدين داخل كيان اليسروع؛ لأنهم لم يكتشفوا أنفسهم، ولم يجدوها، ويوجدوها من جديد.

وحتى يتمكن اليسروع من أن يصبح فراشة يجب عليه أن (يذهب إلى داخل ذاته) ويحيط ذاته بشرنقة أو درع واق.

الحياة ضمن الشرنقه أصعب كما هو واضح: فاليسروع استطاع أن يتحرك في أقل تقدير، ولكنه داخل الشرنقة عديم الحراك.

ومن خلال «رؤية الفراشة» فهذا الكيان داخل الشرنقة أكثر بعداً عن أي وقت مضى كما يبدو. إن بنى اليسروع تتحلل وفي الشرنقة يتحول كل شيء إلى عجينة لا قوام لها ولا شكل، قبل أن تتمكن البنى المثقبة للفراشة من أن تتشكل. ولا يكتب البقاء لأي بنية واحدة لخلية اليسروع، بل تتحول خلية إثر أخرى.

ويحدث لدينا شيء مشابه فكرياً في الطريق إلى الذات. يجب على أن أثبت نفسي أمام التأثيرات الخارجية لفترة من الوقت، فأنزوي حتى أتمكن من التفكير في ذاتي. ولا علاقة لذلك بالأنانية، بل هي مرحلة وسط ضرورية حتى أتمكن من أن أصبح (أنا ذاتي) وأدع لنفسي أجنحة تنمو. ولكن ما إن أحمي نفسي داخل الشرنقة حتى تتمكن البنى القديمة لدي بنى الأنانية - من أن تتحل في الداخل وتتفكك.

وبغية التمكن من فهم التحول إلى فراشة تماماً، يجب علينا أن نعرف أنه لابد للفراشة من أن تفجر الشرنقة من الداخل بنفسها. فلو جاء الآن منقذ مشفق عليها، وأراد أن يحرر من الخارج الفراشة التي لما تتشكل بعد تماماً، من شرنقتها، فسوف تكون هذه (المساعدة) في الحقيقة هي موت الفراشة.

فعندها لا تتمكن من تقديم الطاقة لتفجير الشرنقة من الداخل، فهي لا تمتلك بعد النضوج الذي يمكنها من الطيران.

ويعيش كثير من البشر في هذا الكيان داخل الشرنقه وينتظرون المخلص، أو منقذهم (شريك الحياة مثلا). بيد أنه ينبغي على كل فرد أن يجد الطاقة داخل ذاته، ويقدمها ويستخدمها حتى يتمكن من أن ينمو ويتجاوز ذاته.

ثلاث قواعد ذهبية لحياة سعيدة:

إن المعجزة التي قدمها اليسروع هي طبيعية جداً. فالحياة كلها. - إذ تأملناها بانتباه- هي معجزة- أجل إنها أسطورة. ونحن لا نرى هذه المعجزة إلا عندما لا ننسى أن الحياة معجزة. وعندما لا ننسى (ونذَّكر) أنفسنا بذلك باستمرار، فعند ذلك تصبح حتى أكبر المعجزات ممكنة. وعند ذلك لا ندهش فقط بمعجزة الحياة، بل نصوغ حياتنا بطريقة مليئة بالمعجزات.

ونستطيع أن نصوغ ثلاث قواعد ذهبية حول ما يلي: كيف نستطيع أن نسحر حياتنا حقاً من جديد؟

القاعدة الأولى: العب في حياتك الدور الرئيس:

عندما تلعب في حياتك دوراً جانبياً أو ثانوياً فقط، فليس في وسعك أن تكون سعيداً؛ لأنك تعيش وفق الحوار الذي وضعه الآخرون. ولعب الدور الرئيس يعني أن تكون المؤلف والممثل النجم لحياتك الخاصة! أنت تحدد الدور وأنت تملؤه.

كن أثناء لعبك الدور الرئيس متحمساً لذاتك. عش هكذا بحيث تستحق التصفيق غير المحدود!

وتستطيع في كل مقطع من مقاطع حياتك أن تكتشف من جديد دورك المحبب. أي دور تود أن تلعبه الآن بكل سرور؟ ماذا من شأنه أن يحدث الآن؟

فكر في أن من يريد أن يربح، فعليه أن يشتري ورقة يانصيب في أقل تقدير. لا تتوقع أن يقود ملاكك الحارس الحياة عنك، بل تولى المسؤولية الكاملة بمفردك. كن أنت المسبب الذي يحقق ذاته. توقف عن البحث، وكن أنت بذاتك الهدف.

أنت عند الهدف. عندما تكون فوق الطريق الذي لا يقودك إلى أي مكان آخر سوى إلى نفسك! فاستمتع بكل خطوة تخطوها.

القاعدة الثانية: تعلم (فن الاستمتاع):

اصنع من كل يوم مألوف شيئاً خاصاً جداً. فكل يوم يستحق أن يكون يوم السرور والتفرد في نوعه. تعرَّف على أنه في كل إنسان وفي كل مناسبة تنتظرك هدية.

والحب طريق مشترك، حتى تستمتع بالحياة بكل أنفاسها وتحركاتها لكلا الشريكين وللوصل أخيراً إلى الذات. واليوم دون حب وضحك هو يوم ضائع.

خذ الحياة بسهولة بقدر الإمكان بحيث يصبح كل شيء أكثر بساطة. تعلَّم أن تستمع إلى قلبك في أغلب الأحيان، وأن تدع روحك تهتز فرحاً. وينتمي إلى حياة مشبعة ومليئة نصيب كبير من الفكاهة المحببة والقلبية.

القاعدة الثالثة: عش حياتك:

لا تعش حياتك فقط وفق ما تستطيع الحياة أن تقدم صوتها لك، وإنما عشها أيضاً بحيث يمكنك القول: لقد عشت حقاً، في كل لحظة وفي كل نفس من الأنفاس.

والحياة ليس صراعاً وإنما لعبة لا يمكنك سوى الانتصار والربح فيها: في الخبرات والحكمة والصداقة والحب.

اسمح للحياة أن تدفع لك بسخاء لقاء أنك امتثلت للتكليف الحقيقي وقمت به بكل سرور. وفعلت كل ما أسعدك بخاصة.

أزل (عبء الماضي) عن كاهلك؛ لأن الحياة الآن فقط.

obeikandl.com