

تطوير مسارات الحياة فينا



«لكن أنفُسنا (.. إنَّ اللّاهَ لا يُغَيِّرُ مَّا بِرِقَومٍ حَتَّى يُغَيِّرَ رُؤَا مًا بِرَأَ نَفُوسِهِمْ...») (الرعد/ 11). غالباً ما تقوم عاداتنا بِرِسامِ قراراتنا وخياراتنا في الحياة. فالشيء الذي لا ننتَـبِـرُه له، هو أنَّ عاداتنا تربطنا في الماضي، وتمنعنا من استخدام أهم فُرَص الحياة في (الآن). لكنَّ الحياة تتجدّد في كلِّ لحظة، والتغيير يأخذ مجراه في (الآن)، لذلك إذا أردنا اختبار أسرار عجائب (الآن)، علينا كَسْرَ قوالب عاداتنا المُتملّـِـلة بالـ(يجب وينبغي) والـ(لا يجب ولا ينبغي) وأن نَحيا الحياة كما هي. "إفعل ما تريد ولا تفعل ما يجب أن تفعله. فعند المشي امش، وعند الجلوس إجلس، ...، لكن لا تتردّد". إنَّ مُعظم الناس يضعون أقنعة على وجوههم، بحيث يَظهرون للآخرين كما يُحبّون أن يكونوا، وليس كما هُم حقيقة. ومُعظمنا يَستَـمِـتُ في تسويق نفسه للآخرين بوسائل متنوّعة - الأكثر أناقةً، لباقةً، ذكاءً، كرماً، جَمالاً، سلطةً، ...، مروراً بخفّة الظُل - ويصوّر نفسه بصورةٍ تختلف إلى حدٍّ بعيدٍ عن صورته الحقيقيّة. فكلّما كان القناع كثيفاً ولا يُشبهنا، كُنْذاً غير قادرين على تقبُّل ذاتنا ونعيش بِرِغْـرِبة عن أنفُسنا. فالخليّة التي لا تعيش بانسجام مع ذاتها ودَوَـرِها، يقوم الجسم بإرسال برامج تدمير ذاتية لتدمير هذه الخليّة التي لا تنسجم مع هارمونيّتها الفردية، وبالتالي لا تنسجم مع هارمونيّة الجسم كَكُلِّ. إنَّ هذا ما يحصل لنا مع الكون. إذا كُنْذاً لا نعيش بانسجام مع ذاتنا، وبالتالي، لا نكون نعيش بانسجام مع الكون، تقوم القوانين الكونية

بإرسال برامج تدمير قد تتمظهر عندنا كأمرض، مشاكل، وآلام. "سأل تلميذ (زَنّ) معلّمه: "كيف يمكنني أن أكون ملتزماً في (الزَّـن)؟ أجابه المعلّم: "عندما تَجُوع كُلُّوْ، وعندما تَتَّعَبُ نَمْ". اِسْتَغْرَبَ التلميذ وقال: "لكن هذا ما يفعله الجميع!". - "أبداً" ليس صحيحاً!" أجابه المعلّم: "معظمُ الناس يكونون بعيدين دائماً عمّا يقومون به". "علينا العيش وتقدير كلّ لحظة في الحياة بوعيٍ كاملٍ، فالزَّـن لا يحاول تقليد طريقة مُعَيَّـنَة، إنّه فقط، أن نكون كما وأن نعمل وِفْقاً لطبيعتنا الحقيقيّة لا أكثر ولا أقلّ". إنّ التصرُّف على أساس (أزّنا كاملون) بدل التصرُّف (كما نحن) قد لا يجلب لنا الإطراء بل الانتقاد. فلنكن أنفسنا. ► المصدر: كتاب مِّنْ مُّسَيَّر... إلى مُّخَيَّر / كيف ننتصر في معركة الحياة