

ما بردگان زمان بودیم

ما خودمان را به سمت کران ها می کشانیدیم و من نیز به اندازه ی او به درون دنیای کوچک کار محورش کشیده ام. ما بردگان زمان بودیم، که در طبقه ی شصت و چهارم یک ساخت فولادی و شیشه ای به زحمت کار می کردیم، در حالی که دیگران عاقلانه خانه هایشان در کنار خانواده هایشان بودند. فکر می کردیم تمام دنیای دستان ماست و غرق در نوعی موفقیت فریبنده بودیم.

شعله ی زندگی جولین دیگر شروع به سوسوزدن کرده بود

هرچه بیشتر با جولین بودم، در می یافتم که بیشتر خودش را به زر زمین می برد؛ انگار نوعی آرزوی مردن دارد. هیچ چیز او را راضی نمی کرد. در ازدواجش با شکست مواجه شد، دیگر با پدرش صحبت نمی کرد و با این که هر چیزی را که دیگران آرزویش را داشتند، داشت هنوز نمی دانست دنبال چه می گردد. این علائم از نظر روحی، مادی و معنوی دیده می شدند.

راهبری که فراری اش را فروخت

در عوض مردی که مقابلم ایستاده بود، با آن صورت بی خطش، به نظر می رسید که در قله ی سلامت باشد. چشمان درخشانش پنجره ای به سوی سرزندگی خارق العاده ای را پیشکش می کرد. شاید مبهوت کننده تر از همه آرامشی بود که جولین از خود تراوش می کرد.

دگرگونی معجزه آسای جولین منتل

جولین گفت: «جان، من اصلا نمی خواهم خیلی عجیب و غریب جلوه کنم، اما مثل این بود که از درونم فرمانی دریافت کرده باشم؛ دستوری که به من می گفت برای دوباره روشن کردن جرقه ای که از دست داده ام، باید مسافرتی روحانی را آغاز کنم. این زمان برای من بسیار رهایی بخش بود.

ترک کردن اینجا کار سختی بود؟

در واقع این ساده ترین کاری بود که تا حالا انجام داده بودم. تصمیم برای ترک تمریناتم و همه ی دارایی هایم، اساسی طبیعی داشت. به قول آلبر کامو، سخاوت واقعی نسبت به آینده، خرج کردن همه ی اکنون است. بله، این دقیقا همان کاری است که من انجام دادم.

هر چیزی به دلیلی اتفاق می افتد

یوگی کریشن از روی همدردی به او گفت: «دوست من، من نیز این راه را پیموده ام. من نیز دردی را که تو داشته ای، داشته ام. با این حال آموخته ام که هر چیزی به دلیلی اتفاق می افتد. هر اتفاق هدفی و هر عقب نشینی، درسی دارد.

من فهمیده ام که شکست، چه شخصی باشد، چه حرفه ای و یا حتی روحی، برای توسعه ی شخصی امری ضروری است. شکست، رشد درونی و مجموعه ای از هدایای روانی را با خود به ارمغان می آورد. هرگز درباره ی گذشته ات پشیمان نباش. بلکه آن را به عنوان معلم خود بپذیر، که همین طور هم هست.»

باید به آن ها امید زندگی بدهی!

حکیم ادامه داد: با این که ما این جا در میان این کوه های جادویی منزوی شده ایم، اما می دانیم که دنیای شما در چه آشفتگی ای به سر می برد. انسان های خوب راهشان را گم کرده اند. باید آن امیدی را که سزاوارش هستند، به آنها بدهی. از همه ی اینها مهم تر این که باید آن ابزاری را که برای رسیدن به آرزوهایشان نیاز دارند، به آنها بدهی. این همه ی آن چیزی است که من از تو می خواهم.»

www.afkarmosbat.org

www.afkarmosbat.ir

به سایت ما وارد شوید و بهترین و به روز ترین کتاب ها را از همه جا ارزان تر تهیه کنید

سرشار از سادگی

این جا همان جایی خواهد بود که او آتش زندگی را، که می دانست کار حقوقی اش از روحش دزدیده، دوباره روشن خواهد کرد؛ مخفیگاهی که روح شکسته اش در آن جا به آرامی شروع به التیام یافتن خواهد کرد. و به این ترتیب، زندگی جولین در میان این حکیمان سیوانا آغاز شد، زندگی ای سرشار از سادگی، آرامش و هماهنگی. او به زودی بهترین چیزها را به دست خواهد آورد.

زندگی جدید

او در چیزهای کاملاً معمولی، زیبایی را می دید؛ شگفتی یک شب پرستاره یا افسون یک تار عنکبوت پس از باران، جولین مجذوب همه آنها می شد. جولین همچنین گفت که روش جدید زندگی اش و عادات جدید مربوط به آن، تأثیر عمیقی بر دنیای درونش گذاشتند.

اگر در عالم درون به موفقیت نرسیده باشی، موفقیت در عالم بیرون بی معنی است

«جان! من به موضوع بسیار مهمی پی برده ام دنیا و آن چیزی که دنیای درونی مرا در بر می گیرد، جای خیلی خاصی است.

بین مرفه بودن و کامیاب بودن تفاوت بزرگی وجود دارد

آن زمان که وکیل ماهری بودم، به کسانی که برای ارتقای زندگی درونی و بیرونی شان کار می کردند، نیشخند می زدم. با خودم فکر می کردم: "برو به زندگی برس!" اما آموختم که تسلط بر نفس و مراقبت پایدار از ذهن، جسم و روح، برای رسیدن به بالاترین سطح زندگی که ممکن است آرزوی آن را داشته باشیم، امری ضروری است.

اگر نتوانم عاشق خودم باشم، چگونه می توانم عاشق تو باشم

چگونه می توانی مراقب دیگران باشی در حالی که حتی نمی توانی مراقب خودت باشی؟ چگونه می توانی کار خوبی انجام دهی، اگر احساس خوبی نداشته باشی؟

خرد دگرگونی شخصی

تو پر از اندیشه های خودت هستی. پس اگر اول لیوانت را خالی نکنی، چطور اندیشه ی بیشتری وارد خواهد شد؟

فقط آن زمان که تو استاد عشق ورزیدن به خود باشی می توانی حقیقتا عاشق دیگران شوی. تنها زمانی که قلب خودت را گشوده باشی می توانی قلب دیگران را احساس کنی. وقتی احساس محبوبیت و سرزندگی می کنی، شرایطت برای این که انسان بهتری باشی مساعدتر است.

باغی بسیار شگفت انگیز

جولین گفت: «در این داستان، باغ نشانه ای برای ذهن است. اگر مراقب ذهن خود باشی، تربیتش کنی و مانند باغی حاصل خیز و غنی، پرورشش دهی، بسیار فراتر از انتظار تو شکوفه خواهد داد. اما اگر اجازه دهی که علف های هرز ریشه بدوانند، آرامش خاطر همیشگی و توازن عمیق درونی برای همیشه از تو رویگردان خواهد بود.»

هدف نهایی زندگی

تنها کاری که باید کرد برداشتن قدم های کوچک در مسیر رؤیاهاست. زندگی سرشار از شگفتی، مانند تاج محل، روز به روز و خشت به خشت ساخته می شود. پیروزی های کوچک به پیروزی های بزرگ منجر می شود. تغییرات و پیشرفت های ناچیز مانند آن چیزهایی که اشاره کردم عادت های مثبت ایجاد خواهند کرد. عادت های مثبت نتایجی در بر خواهند داشت و این نتایج باعث تحریک تو به سمت تغییرات شخصی بزرگ تر خواهند شد.

راز جاودانی شادمانی ابدی

آن طور زندگی کن که انگار آخرین روز توست. از امروز شروع کن، بیشتر بیاموز، بیشتر بخند و آن کاری را که به راستی عاشق انجام دادنش هستی انجام بده. سرنوشت ات را انکار نکن. آنچه پشت سرت قرار دارد و آنچه پیش رویت قرار دارد، در مقایسه با آنچه که در درونت قرار دارد، ناچیز است.