آیلین کدی

صدای کوچک

باز کردن درهای درون

تفکرات روزانه

ترجمه : مهرداد پورسعید
ویرایش : فرناز سادات دربندی
طرح روی جلد : هایده سپه پور

در سال ۱۹۵۳ میلادی برای اولین بار Eileen Caddy "آیلین کدی" پیامی از صدای درونی خود دریافت کرد. او این چشمه درونی را خدای درون نامید.

از این پیام‌ها به صورت فال برای حل کردن مشکلات و تسکین دادن روحتان استفاده کنید یا اینکه فقط برای شادی دل خود گاهی به آنها روی بیاورید و شاد و سرشار از زندگی به راه خودتان ادامه بدهید.

اصل کتاب به انگلیسی Openning doors within "باز کردن درهای درون" نام دارد و در سال 1986 به چاپ رسیده است. این پیام‌ها به فارسی و به صورت فال بر روی سایت seda1.com در دسترس هستند.

«صدای کوچك» به طور کامل و به صورت فال به زبان‌های فرانسه، اسپانیایی، آلمانی، انگلیسی و پرتقالی بر روی www.eileen-caddy.net موجود است.

مقدمه مترجم

در سال ۱۹۹۶ فریبا کیدیوان بطور کاملا "اتفاقی" این کتاب را به زبان فرانسه پیدا کرد و به من هدیه داد. بسیار برایم مفید بود، و هنوز هم هست.

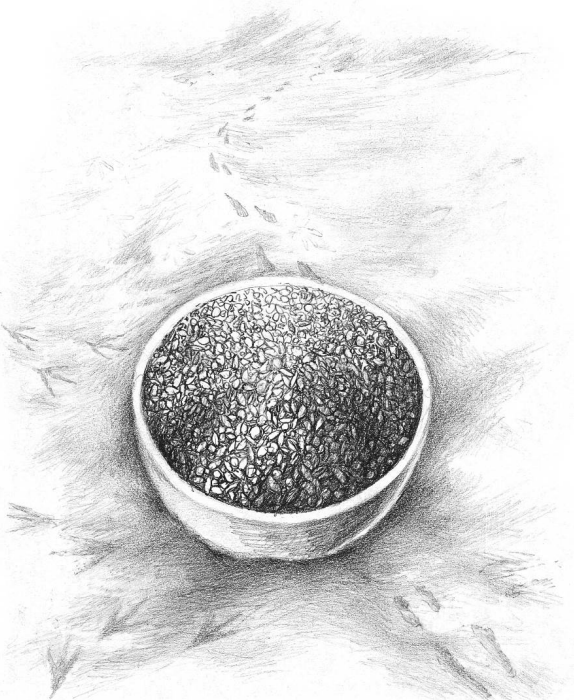
چند سال بعد دیدم حیف است که هموطنان عزیز به آن دسترسی نداشته باشند، به همین دلیل آنرا ترجمه کردم و در سایت seda1.com به صورت فال گذاشتم.

سالها بدنبال چاپ آن در ایران بودم که موفق نشدم امروز شرکت انتشاراتی فورتونا Editions Fortuna این کار را انجام داد.

با تشکر فراوان از خانم فرناز سادات دربندی برای همکاری و ویرایش و دوست قدیمی هایده سپه پور برای طرح جلد.

امیدوارم که صدای کوچک زندگی شما را زیباتر و شادتر سازد.

پاریس ۲۱ آذر ۱۳۹۰
مهرداد پورسعید



تصویر ماه دی

یك ظرف غذا در میان برف‌ها به من نشان داده شد، در اطراف آن جای پای پرندگان و حیوانات دیده می‌شد، آن‌ها می‌دانستند که در این جا غذا پیدا می‌کنند.

شنیدم:

تو نمی‌توانی فقط با نان زنده باشی. برای غذای معنوی‌ات به من بیا تا پُر، سرحال و تازه و کاملاً راضی به دنیا بفرستمت.

قلبت را بالا ببر و با اطمینان به این‌که امسال سالی عالی است، وارد آن شو.

بهترین هر چیزی را مجسم کن.

من می‌توانم به تو بگویم که چه سال خوبی است. اما سال خوبی نخواهد شد مگر اینکه تو با ایمان و اطمینان به حرف من، آن را با قلبی سرشار از شکر قبول کنی.

باید با رسیدن آن همراه باشی. باید به قول‌های شگفت من، متصل باشی و آنها را قبول داشته باشی.

قرار نیست که فکراً قبول کنی، باید درونی قبول داشته باشی، با دانش درونی‌ات که از بالاترین، از من، سرچشمه می‌گیرد. نگاه کن، من جلوی تو حرکت می‌کنم و راه را برایت آماده می‌سازم و ناممکن را ممکن می‌سازم.

فقط بهترین و عالی‌ترین، قسمت انسان‌هایی است که مرا واقعاً دوست دارند و قبل از هر چیز قرار می‌دهند.

نگران نباش اگر که شروع زندگی معنوی‌ات حقیر است. تمام چیزهای خوب شروع کوچکی دارند. بلوط تنومند دانهٔ کوچکی بوده، مانند بقیه گیاهان و قشنگترین گل‌ها.

یك هسته کوچك عشق می‌تواند زندگی‌ها را عوض کند. یك هسته کوچك ایمان و اعتقاد می‌تواند معجزه پشت معجزه بیافریند. از چیزهای کوچك زندگی قدردان باش تا شاهد رشد کردنشان باشی و آن‌گاه قدردانی‌ات را با حرف و عمل نمایان ساز.

بگذار که درون به بیرون نمایان شود.

همیشه به خاطر داشته باش که یك قلب قدردان، قلبی باز است و من راحت‌تر می‌توانم از طریقِ قلبی باز عمل کنم. همواره و برای همه چیز، شکر کن تا من بتوانم همیشه از طریق تو عمل کنم تا شگفتی‌ها و شکوهم را برای همه نمایان سازم!

با تمام قلبت دوست داشته باش و هیچوقت از نشان دادن اینکه عاشق هستی نترس.

که عشقت مانند کتابی برای همگان باز باشد. دوست داشتن زیباترین چیز دنیاست، پس بگذار که این عشق الهی درون تو آزاد در جریان باشد. عشق کور نیست، بلکه بهترین را در معشوق می‌بیند و به این ترتیب بهترین را رو می‌آورد. هیچ‌وقت انتخاب نکن، بلکه قلبت را بازبگذار و همواره و یکسان عشق را به همه جریان بده. این دوست داشتن با عشق الهی من است. همانند خورشید که بدون تبعیض بر همه می‌تابد.

عشق نباید هیچ‌وقت مانند شیر آب، باز یا بسته شود. عشق هیچ‌وقت انحصاری یا ملکی نیست.

هر چقدر بیشتر بخواهی تقسیمش کنی، زیادتر خواهد شد. اما اگر جلویش را بگیری از دستش خواهی داد. بگذار برود و هزار برابر بَر خواهد گشت و شادی و جلال برای تمام کسانی خواهد بود که آن را تقسیم می‌کنند.

با ایمان زندگی کردن، برای تو چه معنی دارد؟ اطمینانت در چیست؟ در مردم؟ در حساب بانکی‌ات؟ و یا این‌که در خدای درونت ریشه دارد؟ سر فرصت به این موضوع فکر کن و بدون هیچ تردیدی خواهی فهمید که ایمان و اطمینانت کجا استوار است. آیا می‌توانی، خوشحال و بدون ترس، بدون یك امنیت خارجی نمایان، قدم بزرگی در زندگی برداری؟

وقتی می‌دانی که کاری درست است، آیا می‌توانی آن را بدون تردید انجام دهی؟

می‌توانی دستت را به دستم بدهی و بگویی: خواستهء تو انجام شود؟

تا جایی با اطمینان و از ته قلب و جانت این حرف را قبول داشته باشی که، با گذاشتن دست در دست من، قدم در ناشناخته بگذاری و هر پیشامدی را قبول کنی؟

برای ساختن ایمان، اول باید، حتی با تردید، با قدم‌های کوچك شروع کرد و کم‌کم قدم‌های بزرگ و بزرگتر برداشت تا ایمانت آنچنان قوی شود که بتوانی در ناشناخته پرش‌های بزرگ انجام دهی، چرا که می‌دانی من همیشه با تو هستم.

آیا آمادهٔ عوض شدن هستی؟ سرفرصت و در آرامش و کاملاً صادقانه به خودت جواب بده.

آیا از خودت راضی هستی؟

آیا به نظرت درست است که بقیه عوض شوند، ولی زندگی تو همین‌طور که هست باشد؟ اگر که این‌طور فکر می‌کنی، وقت آن است که یك خانه تکانی بهاره انجام بدهی و فکرها و در واقع تمام زندگی‌ات را خالی و مرور کنی.

آن وقت هیچ‌چیز را سر جایش نگذار. مگر که بالاتر از آن نشناسی و به آن احتیاج داشته باشی. هر چه که خالی‌تر باشی بهتر است، چون در این صورت برای چیزهای جدید جا باز کرده‌ای. هرچقدر خالی‌تر باشی من راحت‌تر وارد می‌شوم. هر وقت که خودت را بینوا و حقیر احساس کردی، ناامید نشو، مرا صدا بزن و من به تو بهشت را خواهم داد.

به انسان‌هایی که کمك و راهنمایی مرا، با فروتنی و عشقی واقعی جستجو می‌کنند، هیچ‌چیز را دریغ ندارم.

هیچوقت به پیشرفت و کمال معنوی فرد دیگری حسودی نکن. فقط متوجه شو که تو هم همان‌قدر امکانات داری، اما برای آن باید کاری انجام بدهی و نه این‌که تنها کارت غر زدن باشد. هر کسی می‌تواند به قله‌ها برسد.

هر کسی می‌تواند تماس مستقیم با مرا پیدا کند. هر کسی می‌تواند با من راه برود و حرف بزند به شرطی که خواستار آن باشد و این امر را قبول کند.

اگر بدانی که ممکن است، آن وقت حتماً انجامش خواهی داد. زندگی‌های مکرر ضروری نیست.

اصلاً به زمان احتیاجی نیست. اگر بخواهی می‌توانی در یك چشم برهم زدن عوض شوی.

بدون هیچ‌گونه کوششی از جانب تو، تنها خواست و تصمیمی عمیق و ایمان و اعتقادی کامل لازم است. چرا که امتحان نکنی تا بگذاری که آرامش و عشق من پُرت کند و در بَرَت گیرد؟

قلب و روحت را هیچ‌وقت نبند. از جدید، عجیب و غیرمعمول هیچ‌وقت نترس.

حاضر و آماده به گوش دادن به حس درونی‌ات باش، که ممکن است چیزی آنچنان جدید به تو نشان دهد که حتی نتوانی به آن شکل بدهی و بیانش کنی.

غرور فکری می‌تواند سنگی در این راه معنوی باشد. تو به حس درونی و الهام احتیاج داری و نه به تفکر خارجی، چرا که چیزی که از درون سرچشمه می‌گیرد زیر تلقین هیچ چیز خارجی نمی‌رود.

از درون خود یاد بگیر و از خودت الهام بگیر. از ثروت درونت شگفتزده خواهی شد چرا که مانند تمام چیزهایی که از من هستند بینهایت و ابدی است.

چه می‌خواهی در وجدانت نگهداری؟ من برای تو فقط بهترین و والاترین را می‌خواهم. اگر که با اختیار خودت کمتر از این را انتخاب کنی و آن را به خودت نزدیك کنی و به آن راضی باشی، تقصیر من نیست. از روی "بهترین" حساب کردن هیچ‌وقت نترس.

هیچ‌وقت احساس نکن که تو حق بهترین را نداری. من می‌گویم به تو که "بهترین" میراث حقیقی تو است، اما باید که آن را بطلبی، قبول کنی و رویش حساب کنی.

مال تو است، هدیه من به تو است. با قلبی شکرگزار قبولش می‌کنی، یا ردش می‌کنی؟ نگذار که فروتنی بیجا از چیزی که مالِ تو است محرومت کند.

نه تنها آن را قبول کن، بلکه درونی شادی کن و تا ابد شکرگزار باش. دوستش بدار و ببین که چطور شکوهش زندگی‌ات را روشن می‌سازد و بدون تردید بدان که هرچه که دارم مال تو است.

انسان‌هایی که در من منزل می‌کنند و ذاتشان در نور و عشق من است کاملاً از نیروهای زیان آور محافظت می‌شوند. پس از نگرانی‌های دنیا و از وضعیت زندگی همراهانت خُرد نشو، وگرنه تو هم در هرج و مرج دنیا قرار خواهی گرفت و کمکی از دستت برنخواهد آمد.

در حالی که تاریکی دنیا شدید می‌شود. نور درونی تو باید که نیرومندتر و قویتر شود تا بتوانی از دنیا فراتر بروی و نور جاودانه را نمایانگر سازی.

به هیچ چیز منفی در درونت اجازه نده که نور را بپوشاند بلکه بگذار که در تو شعله‌ور شود. هیچ چیز خارجی نمی‌تواند نور درون را خاموش کند.

وضعیت ظاهری دنیا هر چه که باشد نور همیشه روشن می‌ماند.

تو می‌توانی به تغییر تاریکی به روشنایی کمك کنی. همیشه با من در تماس باش و بگذار که در هر چیزی راهنمایی‌ات کنم.

یاد بگیر که تمام جواب‌ها را در خودت جستجو کنی. در آرامش و سکوت، وقت صرف کن تا جواب را پیدا کنی. اما اگر جواب را فوراً پیدا نکردی، نا امید نشو.

بدان که من در زمان لازم و با هماهنگی کامل با تمام خلقت عمل می‌کنم، پس فقط منتظر من بمان.

وقتی که زندگی خوب پیش نمی‌رود بهتر است که به مسئولیت‌هایت پشت نکنی و بر آرامش و اطمینان تکیه کنی و نه این‌که از ناامیدی همه چیز را رها کرده و فرار کنی. قبل از هر چیز به دنبال خواستهء من باش. هر وقت که واقعاً مرا دوست داشته باشی، آن وقت به دنبال اجرای خواستهء من خواهی بود، چرا که عاشق می‌خواهد همه کار برای معشوق انجام دهد.

پس وقتی که صدای آرام مرا در درون خودت می‌شنوی، کاری را که از تو می‌خواهم، تنها به خاطر عشق من، تا به آخر انجام بده. بدان که هیچ وقت رهایت نخواهم کرد.

بدان که فقط "بهترین" نتیجهء کاری است که به خاطر من انجام می‌دهی.

ممکن است که راههای زیادی وجود داشته باشد، ولی همه این راهها یك هدف دارند.

همیشه برای به هدف رسیدن یك راه سخت و یك راه آسان موجود است.

راه مستقیم و یا راه پرپیچ و خم و طولانی. انتخاب راه همیشه به خود شخص مربوط است و تو کاملاً در انتخاب راهت آزاد هستی، پس به دنبال راهت بگرد و آن را دنبال کن، حتی اگر در آخر متوجه شوی که در راهی پرپیچ و خم وقت تلف کردی و می‌توانستی به راحتی راه مستقیم را دنبال کنی.

آیا می‌دانی که کجا می‌روی و چه میکنی؟ آیا در جای درست خودت هستی و آیا وجدانت راحت است؟

مهم است که در قلب خودت نگاه کنی و جواب بدهی، چرا که نمی‌توانی به بهترین نحو زندگی کنی اگر که خودت را در جای خود احساس نکنی و کاری را که می‌دانی، باید با شادی و عشق انجام بدهی، انجام ندهی.

بچه‌ای که راه رفتن یاد می‌گیرد، بارها زمین می‌خورد اما ناامید نمی‌شود و ادامه می‌دهد تا راه رفتن را مهار کند. زندگی معنوی هم همینطور است.

هیچوقت به شکست‌های ظاهری اجازه نده که در پیشرفت زندگی معنوی، ناامیدت کنند.

اگر افتادی، دوباره به سادگی، سعی کن، نه برای خودت غصه بخور و نه غر بزن که نمی‌توانی ادامه بدهی و نه این‌که ناله کن که زندگی سخت است!

تو باید همیشه درونی اطمینان کامل داشته باشی که یکبار که وارد زندگی معنوی شدی، به هدف می‌رسی، هرقدر موانع سر راحت باشد فرقی نمی‌کند.

خواهی دید زمانی را که در سکوت و تنهایی به سر می‌بری، به تو قوت می‌دهد و به تو برای تمام اتفاقات روزت نیرو می‌دهد.

زمانی را که هر روز صبح، تنها با من می‌گذرانی به تو برای روبه‌رو شدن با تمام اتفاقات روز، نیرو می‌دهد.

در ایـن راه معنـوی، بـدون ایمـان نمی‌تـوانی سـفر کنـی، بـدون اطمینان عشق نیست و بدون عشق زندگی خالی است. در قلبت را باز کن و بگذار کـه روند عشق، همیشـه جریـان داشته باشد، حتی اگر زندگی به ظاهر سخت است.

خودت را بالای وضعیت و اتفاقات خارجی زندگی قرار بـده، در جـایی کـه همـه چیـز نـور است، در جـایی کـه همـه چیـز آرامش است، در جایی که همه چیز کمال است و جدایی وجود ندارد.

تو باید این را انتخاب کنی و آنگاه به انجامش برسانی.

به هیچ چیز خارجی اجازه نده که ضعیفت کند. خورشید را پشت هر ابر تاریك ببین و خودت را آنقدر روی آن متمرکز نگهدار تـا ابـر تاریك محو شود. یـاد بگیر کـه مانند یك پرنـده در آسمان‌ها سیر کنی و آواز قدردانی بخـوانی. بـه مادیـات این دنیـا زنـدگی‌ات را زنجیر نکن. فقط راههـای وجدان اهمیت دارنـد. از همیـن الان با وجدان زندگی کن و در راههای وجدان حرکت کن.

کارهای فراوانِ زیبایی را در زندگی می‌توان انجام داد، اما تو چه کاری را می‌توانی به بهترین نحو انجام بدهی؟ پیدا کن که چه کاری است و برو با خوشحالی انجامش بده.

وقت و نیرویت را برای خواستن چیز دیگری هدر نده و آرزوی جای دیگر بودن را از سرت بیرون کن.

قبول کن که در حال حاضر، دقیقاً در جای درست خودت هستی و باید کار به خصوصی را انجام بدهی. پس با شادی و عشق هرچه را که داری صرف این‌کار بکن. ببین که چقدر زندگی می‌تواند برای تو و تمام اطرافیانت خوشایند باشد.

نمی‌توانی انتظار داشته باشی که جزئی از عالم شوی اگر که واقعاً، از درون خودت، "بهترین" را به عالم ندهی! وگرنه خودت را از آن بریده‌ای و در تو هم کمالی نخواهد بود. اما به چه رضایتی خواهی رسید وقتی که به نفع همهء عالم، کاری را که باید بشود، کامل انجام دهی.

چرا که آرام نگیری؟ آرام باش و بگذار که من افسار را به دست بگیرم، چرا که هرچه‌قدر در زندگی‌ات تشنج و سخت کوشی بیشتر باشد، کمتر کار به درد بخور انجام می‌دهی.

چرا نمی‌گذاری که با طبیعت همراه باشی، با جریان جلو بروی و کارهایی را که باید انجام شوند به سادگی و با شادی انجام دهی؟ چرا از زندگی لذت نبری، به جای این‌که خودت را بدون هیچ‌گونه شادی و عشق، مجبور به کارهای مختلف کنی؟ زندگی وقتی زیبا است که با آن هماهنگ باشی و در مقابل هیچ چیز مقاومت نشان ندهی. چرا چیزها را برای خودت مشکل می‌کنی؟ چرا از امروز یك روز مخصوص نسازی و بهترین را در هر چیز نبینی؟

برای همه چیز شکر کن. به هر چیزی همان‌طور که باید اهمیت بده. من می‌خواهم که تو از زندگی لذت ببری. با دیدن زیبایی طبیعت اطرافت شروع کن و خواهی دید که یك چیز زیبا تو را به زیبایی دیگری راهنمایی می‌کند تا این‌که تمام زندگی‌ات پر از شگفتی و شادی شود.

اگر که کوچکترین شکی در مورد انجام کاری داری، در خدمت من سکوت کن و هیچوقت عجولانه و بدون رحمت من کاری انجام نده.

بدان که کجا می‌روی تا در راه گم نشوی، برای همین است که مهم است قبل از حرکت منتظر چراغ سبز من باشی. سکوت کردن و در خدمت من بودن وقت تلف کردن نیست.

وقت تلف کردن زمانی است که عجولانه کاری را انجام بدهی و بعد مجبور به بازگشت به عقب شوی. اما وقتی که می‌دانی کاری درست است، بدون تأخیر آن را تا به آخر انجام بده.

فقط زمانی که کوچکترین احساس تردید در مورد چیزی را داری باید آنقدر صبر کنی تا مساله برایت روشن شود.

زندگی بدون دعا خالی است، چرا که فقط این همبستگی با والاترین قسمت تو است که به تو، میراث واقعی تو را، یعنی کمال در این زندگی را نمایان می‌کند.

مثبت و سازنده دعا کن و قبل از دعا کردن از تمام چیزهایی که دریافت خواهی کرد، تشکر کن. زمان دعا کردن، یگانگی تمام زندگی را احساس کن، چرا که جدایی وجود ندارد و همه چیز یکی است. دعا همه چیز را همبسته می‌کند و یگانگی کامل را به وجود می‌آورد.

با من صحبت کن و به من گوش بده. وقتت را بیهوده صرف تمنای این چیز و آن چیز از من نکن، چرا که این کار دعا کردن نیست. تمنا کردن جدایی می‌آفریند اما من می‌خواهم که تو در هر لحظه یگانگی را به وجود آوری. ما یکی هستیم.

من در تو هستم، احتیاجی نیست که در بیرون به دنبال من بگردی، من همواره اینجا هستم، در انتظار اینکه مرا بشناسی. همین الان یگانگیمان را قبول کن.

من در تو هستم و تو در من.

با رفتاری درست و افکاری مثبت می‌توانی از امروز، بهترین روز زندگی‌ات را بسازی.

امروز را روز من بدان، روزی که کاملاً در دست من است و نگاه کن که با چه کمالی این روز می‌گذرد. به هیچ فکر مایوس‌کننده‌ای اجازه نده که روزت را خراب کند. چرا از وقایع امروز مایوس شوی؟ فراموش نکن که این روز کاملاً تحت کنترل تو است. تو تصمیم گیرنده هستی، پس روند این روز به تو بستگی دارد.

اگر به مشکلی برخوردی، بدان که راه‌حلی وجود دارد. مانند یك مرز، مانند یك امتحان، به آن نگاه کن تا راه‌حل خودش را نمایان کند. هیچوقت، هیچوقت به مشکلات اجازه نده که تو را کنترل کند. تو باید پشتکار آن را داشته باشی که مثبت، بزرگ و پیروزمندانه فکر کنی. آن‌گاه ببین که قدم به قدم پیش می آید.

نمی‌توانی انتظار رشد معنوی داشته باشی مگر این‌که آماده‌ء عوض شدن باشی.

تغییرات می‌توانند، برای شروع، آرام‌آرام پیش آیند. اما هر چقدر جلوتر بروی، تغییرات مهمتر خواهند شد و تمام زندگی‌ات را در بر خواهند گرفت.

گاهی تغییر کاملی لازم است تا طرز زندگی کاملاً جدیدی را بیاورد. ولی خارق‌العاده است که به چه سرعت می‌توانی به تغییرات عادت کنی، اگر که شجاع باشی و اطمینان داشته باشی که برای زندگی بهتر است.

مُرادت همیشه کمال باشد.

به پیشرفت ادامه بده و همیشه به دنبال چیزی که به ظاهر ناممکن است باش. همواره در دانش و تفهم رشد کن و هیچوقت به سکون راضی نشو.

همیشه چیز جدیدی برای یادگیری هست. همیشه چیز جدید و زیبایی برای کشف کردن در زندگی وجود دارد، پس هوش و تخیلت را برای آن گسترش بده. حاضر و گیرا باش تا که هیچ چیزی را از دست ندهی.

۱ بهمن

هرچه که دارم مال تو است، وقتی که یاد بگیری که چیزهای اساسی را اول قرار بدهی.

سر فرصت ببین که قلباً چه چیزهایی را در زندگی‌ات اول قرار می‌دهی. به خاطر داشته باش که هیچ چیزی را نمی‌توانی از من پنهان کنی، پس با خودت صادق باش.

آیا کاری که برای من انجام می‌دهی برایت از هر کاری مهمتر است؟ یا اینکه آن را به بعدها موکول می‌کنی و فقط زمانی اِرادهٔ مرا انجام می‌دهی که دوست داری؟ اگر اینطور است، چرا چیزهای اساسی را اول قرار نمی‌دهی؟

فقط زمانی که همه چیز به من واگذار شده باشد است که من می‌توانم در تو و از درون تو برای آشکار کردن شکوه و جلالم عمل کنم. واگذاری‌ات به من نیمه‌کاره و با ترس نباشد. هرچه را که می‌دهی، از صمیم قلب و با سادگی و عشقی واقعی بده و هیچگونه تأسفی نداشته باش. بدان که من از تقدیمی‌ات به بهترین نحو، برای شکوه و جلالم و به نفع عالم استفاده خواهم کرد.

۲ بهمن

روزت را با قدردانی شروع کن. متوجه بشو که تو کاملاً زیر پوشش من هستی و برکات من همواره به تو سرازیر هستند. قدرناشناسی دیروزت اهمیتی ندارد، رفتار فعلی‌ات مهم است. گذشته را پشت سر بگذار. وقتت را برای پافشاری روی اشتباهات گذشته هدر نده، آن‌ها را به عنوان تجربه حساب کن و پیش برو و با همواره شکر کردن برای هر چیز، از زندگی لذت ببر.

وقتی که شکرگزار هستی و قدر تمام چیزهای خوب زندگی را می‌دانی، عشق آزادانه در تو و از طریق تو جریان دارد. اما وقتی فراموش می‌کنی که برای تمام برکات خوب من تشکر کنی است که خشك و شکننده می‌شوی، فقط به خودت فکر می‌کنی و دیگر به همنوعانت توجهی نمی‌کنی.

سریعترین راه عوض کردن این رفتار اشتباه این است که شروع به توجه به بقیه کنی و برای تمامی عالم زندگی کنی و به آن هدیه بدهی. آن‌وقت متوجه می‌شوی که نگرانی‌های شخصی تو بی‌ارزش می‌شوند و پشت پرده ناپدید می‌شوند، چرا از همین الان شروع نکنی؟

۳ بهمن

در خلاص نمان، دنده عوض کن و از زندگی‌ات چیزی بساز. راههای زیادی وجود دارند، چرا امتحانشان نکنی؟ هیچ‌وقت از قدم برداشتن در جدید و ناشناخته نترس. بدون ترس جلو برو و در انتظار بهترین باش. زندگی هیجان‌انگیز است، ولی به‌شرطی که بخواهی در ناشناخته، با ایمان و اطمینانی کامل، ماجراجویی کنی.

بگذار که من راهنما و همراه باوفایت باشم. چیزهای فراوانی در انتظار آمادگی تو برای نمایان شدن هستند. اما قبل از شروع این ماجراجویی درس‌های حیاتی‌ای را باید یاد بگیری، درس‌های اساسی فرمانبردن و انضباط. برای همین هم باید که امتحان شوی.

پس زمان امتحان و آزمایش بی‌حوصله نباش، بلکه از اینکه برای حرکت در این راه معنوی انتخاب شده‌ای، شکرگزار باش.

چرا میراث معنوی فعلی‌ات را به بعد موکول کنی؟ من در تو هستم، نزدیکتر از تنفست، نزدیکتر از دست‌ها و پاهایت. می‌توانی این را قبول کنی؟ یا اینکه هنوز شك داری و از خودت می‌پرسی که آیا چنین چیزی ممکن است؟

این چیزی است که هر کسی خودش باید آن را کشف کند. می‌توان آن را بارها شنید، اما تا وقتی که آماده قبول آن نباشی، هیچ معنایی ندارد. یا اینکه مانند خواب خوشی است که ممکن است روزی ممکن شود. چقدر وقت که به خاطر تردید و ناباوری حرام می‌شود.

فقط زمانی که حقیقت را بشناسی است که حقیقت آزادت می‌کند. ولی در مورد آن حرف‌های مختلف شنیدن و مقاله خواندن به درد نمی‌خورد. اساس حقیقت باید درون تو زنده باشد و زندگی کند، آن وقت است که آزادت می‌سازد و آن وقت است که تو معنی واقعی آزادی قلبی، فکری و روحی را می‌شناسی.

۵ بهمن

به دنبال کمك گرفتن از بقیه نباش، کمك را در درون خودت جستجو کن تا پیدایش کنی. همیشه برای پیدا کردن جواب به سرچشمه برو و به غیر از بهترین و عالی‌ترین به چیزی راضی نشو. از انتها شروع کن و به سمت بالا حرکت کن، در این صورت تماماً تمیز و پاکیزه می‌شوی و می‌توانی با چنان زیربنایی محکم و استوار شروع کنی که هیچ چیز یا کسی نتواند آن را بلرزاند و یا از بین ببرد.

وقتی که زیربنایی محکم داشته باشی می‌توانی با خیال راحت به ساختن ادامه بدهی.

توجه داشته باش که زیربنایت در من، در راههای وجدان ریشه داشته باشند و نه در راههای این دنیا که امروز هستند و فردا ناپدید خواهند شد. زنده باش و زندگی کن و تمام وجودت را در من نگه دار. بگذار که آرامش و عشق من اشباعت کنند و در برت گیرند. با عشق و قدردانی عمیق و کاملاً آرام اراده مرا انجام بده و راه مرا دنبال کن.

٦ بهمن

خـواب و خیال‌هـای بی‌خـود را در زنـدگی معنـوی‌ات راه نـده. زندگی معنوی واقعی، عملی، پر از شادی و برنامه است. انتظار داشته باش که ناممکن، ممکن شود. انتظار معجزه پشت معجزه را داشته باش، تنها به این دلیل که علناً طبق قوانین الهی من زندگی می‌کنی. اگر طبق قوانین من زندگی کنی، هر چیزی در هر لحظه ممکن است اتفاق بیفتد، چرا که تو با نیروهای برتر مرتبط هستی و از طریق وجدانی برتر عمل می‌کنی. در این صورت تو با وجدان تمامی عالم، با من، یکی هستی.

وقتی که جدایی نیست و ما مانند یکنفر عمل می‌کنیم است، که همه چیز ممکن می‌شود. پس خودت را هماهنگ کن. روزت را با هماهنگی با من شروع کن، در سکوت آرامش درونی‌ای را پیدا کن که هیچ چیزی نمی‌تواند آنرا از بین ببرد.

یك ساز باید قبل از استفاده كوك شود، تو هم برای نواختن قسمت خودت در زندگی باید بیش از یك ساز هماهنگ شوی.

۷ بهمن

اگر در قدیم باشی نمی‌توانی جدید بیافرینی. یك نوزاد نمی‌تواند به مادرش وابسته بماند. بند ناف را باید برید تا اینکه انسانی مستقل شود.

این زندگی معنوی هم همینطور است. یکبار که پایت را در این راه گذاشتی و تصمیم گرفتی که طبق راههای وجدان زندگی کنی، باید که از روش قدیمی زندگی کردنت جداشوی. هر پا در یك دنیا ممکن نیست. انتخاب با تو است اما نظرت را عوض نکن. همواره جلو برو.

ممکن است وقتی که راه سخت است یاد – روزهای خوش قدیم – بیفتی. اما در این زندگی برگشت به عقب ممکن نیست. نوزاد وقتی که زندگی برایش سخت می‌شود نمی‌تواند برگردد در شکم مادرش. جوجه نمی‌تواند به تخمش برگردد و پروانه دیگر کرم ابریشم نمی‌شود.

همه باید جلو بروند، همواره به جلو.

۸ بهمن

آیا متوجه هستی که کارهایت، طرز زندگی و تفکرت، می‌تواند وضعیت دنیا را بهتر و یا بدتر کند؟

دیگر جذب گردبادِ ناهماهنگی، خرابی و نابودی نشو و از همین الان خودت را بر روی شکوه و زیبایی دنیا متمرکز کن.

از همه چیز تشکر کن. تمام کسانی را که با آن‌ها برخورد می‌کنی به خدا بسپار. قبول نکن که بدی را در مردم، چیزها و وضعیت خارجی ببینی و همواره به دنبال "بهترین" باش. نه مانند کبکی که نمی‌خواهد حقیقت را ببیند، بلکه فقط به سادگی در جستجوی بهترین در همه کس و همه چیز باش و بر روی آن متمرکز شو.

تو دنیای کوچکی در درون خود داری. وقتی که صلح، هماهنگی، عشق و تفاهم در دنیای درونی تو حکمفرما باشد، آن وقت همین حالت در اطراف تو و در دنیای خارجی منعکس خواهد شد. آن وقت که موفق به ساختن این حالت در خودت شدی، شروع به کمك به وضعیت دنیا می‌کنی.

۹ بهمن

چرا سعی نکنی که صدای درونت را بشنوی؟ این صدا را فقط در آرامش کامل و زمانی که با راههای وجدان هماهنگ هستی می‌توانی بشنوی.

در این حالت آرامش کامل کل زندگی‌ات عوض می‌شود و آرامش و اطمینانی عمیق از درون به بیرون می‌تابد. در این حالت با تمامی زندگی یگانه می‌شوی. خودت را والا، دانا و نورانی حس می‌کنی چرا که تمام وجودت با نور الهی من پر شده است. می‌فهمی، اما نه با تفکر بلکه با وجدان برترت و با قلبت. دیگر برای خودت زندگی نمی‌کنی. خودت را به کلی فراموش کرده‌ای و زندگی‌ات هدیه‌ای از عشق و خدمت است به همنوعانت.

فقط وقتی که می‌دهی است که به زیباترین شادی درونی می‌رسی. خوشحالی‌ای که که هیچ چیز و هیچکس نمی‌تواند ازتو بگیرد. شادی از خدمت می‌آید و خدمت از فداکاری. الان خودت را به من و به خدمت من وقف کن و رشد کردنت را احساس کن.

۱۰ بهمن

آیا آماده هستی که ایده‌ها و طرز فکرت را عوض کنی؟ آیا آماده هستی تا چیز جدیدی را به راحتی قبول کنی؟

بعضی‌ها نرم هستند و به سادگی تغییر می‌کنند، ولی برای بقیه سخت است که فکرشان را عوض کنند و همین باعث نگرانی و ناراحتی در زندگیشان می‌شود و یا بدتر از این باعث بی‌حرکتی و سکون می‌شود.

تو باید با شجاعت در راههای جدید و ناشناخته جلو بروی. من تو را در این راههای جدید و ناشناخته راهنمایی می‌کنم و اجازه نخواهم داد که گزندی به تو برسد. مرا به عنوان راهنما و همراهی باوفا قبول کن.

ازتو خواسته نشده که بدون ناخدا وارد این آب‌های ناشناخته شوی. من ناخدای تو هستم و هیچوقت رهایت نخواهم کرد. کاملاً به من اطمینان کن. اگر راه سخت است، نترس؛ اگر خطرناك است، نگران نباش. من از میان همه چیز راهنمایی‌ات می‌کنم. اما به خاطر داشته باش که نگران نباشی، مقاومت نکنی و بگذاری من هدایتت کنم.

۱۱ بهمن

آیا از زندگی‌ات و از کاری که انجام می‌دهی، واقعاً خوشحال هستی؟ آیا از کاری که به نحو احسن انجام داده‌ای، احساس غرور می‌کنی؟

آیا از هر کاری که بدون توجه و سلیقه انجام شده باشد بیزار هستی؟ آیا دل بکارت می‌دهی؟

و آیا آنقدر حواست هست که هر کارت را برای من و برای شکوه و جلال من انجام دهی که نمی‌توانی به هیچ چیز ناکامل راضی شوی؟ در واقع باید که این‌طور باشد: هیچوقت نباید از کاری که بدون سلیقه و با بی‌میلی انجام شده راضی باشی.

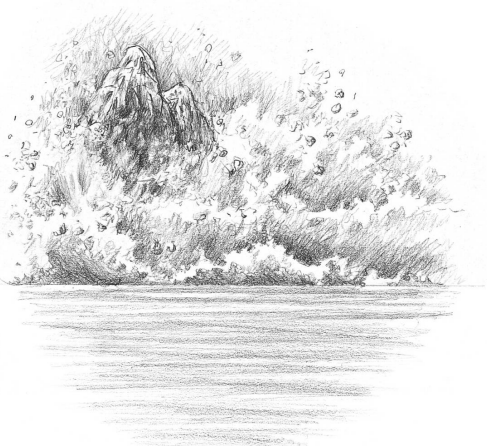
۱۲ بهمن

تفکرت را گسترش بده و متوجه شو که سن نداری. تو به جوانی زمان هستی و به پیری ابدیت.

اگر که لحظه حاضر را کاملاً زندگی کنی، به جوانی حال حاضر هستی و هر لحظه روحت در حقیقت دوباره متولد می‌شود. در این زندگی معنوی نمی‌توانی بی‌حرکت بمانی، همواره چیز جدید و جالبی برای یاد گرفتن و انجام دادن وجود دارد.

حواس جمعی، تو را سرحال و جوان نگه میدارد. فقط وقتی که طرز تفکر، پیر و بی‌حوصله می‌شود است که زندگی جلا و مزه‌اش را از دست می‌دهد.

اگر نمی‌توانی حقیقت جدیدی را بفهمی، آرام بگیر و حواست را بالا ببر و با یگانه هوش بینهایت، با من، هماهنگ و یکی شو، تا هر چیزی را بتوانی بفهمی. حواست را جمع نگهدار تا هیچ‌وقت پیر نشوی. چشمه جوانی روان تو است و عشق به زندگی آب حیات!



تصویر بهمن:

دریایی توفانی به من نشان داده شد. موج‌ها به بلندی کوه بودند. متوجه شدم که در زیر سطح آب، آرامش زیبایی حکمفرما است.

شنیدم:

درون خودت جستجو کن و آرامشی را که فرای هر فهمی است پیدا کن و نگاهش دار، اتفاقات بیرون مهم نیستند.

۱۳ بهمن

ایمانت در چیست؟ آیا مرا قبول داری ؟ آیا فکر می‌کنی که ممکن است با من قدم بزنی و صحبت کنی ؟ وقتی که زندگی‌ات معنوی است و با من یکی هستی، آیا فکر می‌کنی که این زندگی کاملاً عملی است و تمام ابعاد زندگی‌ات را در بر می‌گیرد ؟

برای جدا کردن و بررسی کردن تمام اعتقاداتت وقت بگذار و مهمتر از همه یاد بگیر که خودت را هماهنگ کنی.

انسان‌های زیادی فراموش می‌کنند که این طرز زندگی را عملی کنند. در مورد آن حرف می‌زنند، اما نه به خودشان و نه به دنیا ثابت کرده‌اند که امکان دارد.

وقتی که مرا در همه چیز می‌شناسید، وقتی که مرا صدا می‌زنید و کمك مرا می‌خواهید، همه چیز در زندگی اتان در جای خودش قرار می‌گیرد.

وقتی که از صدای کوچك و آرام من اطاعت می‌کنی، مانند گل زیبایی شروع به باز شدن می‌کنی و می‌بینی که چقدر این زندگی امکان‌پذیر و زیبا است.

کار زیاد است، اما باید یاد بگیری که نیرویت را در راه درست استفاده کنی و در کارهای مختلف هدرش ندهی. کار ساده‌ایست و اینجاست که انضباط شخصی لازم است.

باید کاری را که باید انجام بدهی پیدا کنی و آنگاه، بدون سعی کردن در هزار و یك راه مختلف، آن را انجام بدهی. تو احتیاج به تنوع و چالاك بودن داری، اما معنی‌اش این نیست که نیرویت را متفرق کنی. بهتر است که یك چیز را خوب یاد بگیری و خوب انجام بدهی تا اینکه در کارهای فراوان سر بکشی و آن‌ها را بد انجام بدهی.

من از تو می‌خواهم که پروانه‌وار در کارهای مختلف نچرخی بلکه در هر کارت دقیق باشی. انگیزه یاد گرفتن داشته باش و هیچوقت خیال نکن که جواب همه سوال‌ها را داری. همیشه چیز جدیدی برای یاد گرفتن وجود دارد. کاری را که می‌دانی می‌توانی عالی انجام بدهی یاد بگیر و بهترین مقیاس‌ها را در نظر داشته باش.

۱۵ بهمن

با دنبال کردن و با اطاعت از قوانین من، زندگی‌ات غنی و متبرك می‌شود. ولی اگر از این قوانین سرپیچی کنی، دیر یا زود متوجه خواهی شد که در سرازیری هستی و در سرازیری هم خواهی ماند، مگر اینکه بفهمی که کجا اشتباه کردی و مُصمم به درست کردن آن باشی. آنگاه است که باید شروع کنی که چیزهای اساسی را اول قرار بدهی و از ولگردی‌ات دست بکشی و به خدمت من و عالم من بیایی.

کار ساده‌ای نیست وقتی که به ته چاه رسیدی و احساس می‌کنی که زندگی‌ات بی‌معنی است. با این حال کاری است که باید انجام بدهی.

قدم بر روی اولین پله بگذار و شروع به بالا رفتن کن، سختی اول کار مهم نیست و برطرف می‌شود و همان‌طور که به پله بعدی می‌رسی، کم‌کم خودت را از ناامیدی خودت بیرون می‌کشی، زندگی برایت عوض می‌شود و معنی واقعی‌اش را برای خودت پیدا خواهی کرد.

۱۶ بهمن

معنوی زندگی کردن معنایش این نیست که از تمام برکات مادی ای که به آن‌ها احتیاج داری و زندگی را آسانتر می‌سازند، محروم باشی. بلکه یعنی از تمام چیزهایی که به آن احتیاج داری می‌توانی، به نفع همه و در خدمت شکوه و جلال من، استفاده کنی.

هر وقت دیگر استفاده‌ای از چیزی نداشتی آن را با عشق و تشکر به من بازگردان. چرا که می‌دانی که هر چیزی که داری مال من است.

خواهی دید که هرچه بیشتر بدهی جای بیشتر برای چیزهای دیگری خواهی داشت. هرچه که لازم داری را قبول کن اما سعی در مالکیت آن نداشته باش. هر چه بیشتر احساس مالکیت چیزی را داشته باشی، بیشتر امکان از دست دادن آن را داری.

مخزن‌های من لبریز هستند، اگر که ارزش‌هایت درست باشند از هیچ چیزی محروم نخواهی بود. اما همیشه به خاطر داشته باش که اول از هر چیز مرا قرار بدهی، از همه چیز تشکر کنی و چیزهایی را که دیگر احتیاج نداری به من پس بدهی.

۱۷ بهمن

وقتی که مسئولیت‌هایی به تو داده می‌شود، شادمانه آن‌ها را بر دوش بگیر و نگران نشو. آن‌ها را دقیقاً و تا به آخر انجام بده، حتی اگر در شروع به نظرت سخت و سنگین می‌آیند.

همیشه به خاطر داشته باش که بیشتر از توانت من به تو بار نمی‌دهم، بدون اینکه کمك و نیروی لازم را به تو داده باشم. وقتی که مسئولیت‌هایت را بر عهده می‌گیری، بزرگ و قوی می‌شوی و تبدیل به کسی می‌شوی که می‌توان روی او حساب کرد و به این ترتیب می‌توانم به تو مسئولیت‌های بزرگتری بدهم.

من احتیاج به انسان‌های بیشتری دارم که بتوانم به آن‌ها اطمینان کنم تا بار را حمل کنند. من احتیاج دارم که تو آماده باشی و بتوانی این کار را بدون ترس انجام دهی.

هیچوقت به شکست فکر نکن. تو می‌توانی همه کار انجام دهی در صورتیکه تصمیم بگیری که توان آن را داری و حتی فکر شکست را هم قبول نکنی. فقط بدان که موفق می‌شوی و موفق خواهی شد.

۱۸ بهمن

تمام حرف‌ها و کارهایت را با راهنمایی من انجام بده. یاد بگیر که کاملاً صبور باشی و همیشه برای هر کاری، منتظر بهترین زمان باش. بدان که همه چیز به خوبی انجام خواهد شد وقتی که در خدمت من باشی و بدون راهنما حرکت نکنی.

چیزهای زیادی در انتظار به وقوع پیوستن در زمان درست خودشان هستند. همه چیز سریعتر می‌شود اما در یك گسترش حساب شده، چرا که در نقشه من هماهنگی کاملی وجود دارد. هیچ چیزی بی‌موقع انجام نمی‌شود، پس تو هم همراه این هماهنگی کار کن و نه بر ضد آن. اگر که بر ضد آن کار کنی، خسته می‌شوی و به جایی نخواهی رسید. مثل اینکه برعکس جریان آب شنا کنی! حتی اگر با تمام قدرت شنا کنی، یا به جایی نخواهی رسید و یا این‌که به عقب خواهی رفت.

سعی کن که بر ضد اجتناب ناپذیر کار نکنی، بلکه در آرامشی کامل یاد بگیر که همراهی کنی و اطمینان داشته باش که عمل درست را در زمان درست انجام می‌دهی.

۱۹ بهمن

وقت بگذار و در قلبت نگاه کن. آیا چیزی را، هر چه که باشد، حق خودت می‌دانی؟ آیا بعضی وقت‌ها حوصله‌ات از زندگی سر می‌رود؟ جزو کسانی هستی که می‌دهند یا آن‌هایی که می‌گیرند؟ زندگی‌ات در خدمت همنوعانت است یا این‌که چیزهایی را حق خودت می‌دانی؟

نمی‌توانی انتظار شادی واقعی و همیشگی را داشته باشی، مگر این‌که دهنده باشی، مگر اینکه زندگی‌ات خدمت باشد بدون هیچگونه درخواستی برای خودت.

فقط وقتی که قبول کنی این زندگی، یك زندگی خدمت، بخشش و فداکاری کامل به من است، زندگی‌ای که خودت را در آن فراموش کنی و برای همه عالم زندگی کنی است که خواهی فهمید چرا می‌گویم زندگی‌ات غنی و زیبا است و کاملاً تحت حمایت من هستی. پس از همین الان وجدانت را گسترش بده. شروع کن به کار و زندگی کردن برای همهء عالم و ببین که چقدر رفتار و طرز دیدت عوض خواهد شد.

۲۰ بهمن

سرحال و تازه بیدار شو و انتظار بهترین را از این روز زیبا داشته باش و بهترین را هم دریافت کن. آرام باش و بگذار که من افسار را به دست بگیرم.

هیچوقت روز را با عجله و ناراحت شروع نکن. بخواب و استراحت کن و روانت را جان بده. روز را خوب شروع کن، با قلبی مملو از عشق و شکر و با بزرگترین انتظارات از روزی که شروع می‌شود. این روز بدون لك است، چرا همینطور نگهش نداری؟

وجدانت را در بالاترین حد ممکن نگهدار و پیش آمدن بهترین اتفاقات را ببین. روز جدید و راه جدیدی است.

دیروز را با تمام کمبودها و اشتباه‌هایت پشت سر بگذار و ورق را برگردان. چرا گذشته را به دنبال خودت در این روز جدید بکشانی؟ البته از تجربیاتت درس بگیر. اما چرا آن‌قدر بر روی این درس‌ها تکیه کنی که نتوانی با قلبی سبك و شادمان وارد این روز جدید شوی ؟

۲۱ بهمن

آسمان و زمین جدید، هم اکنون اینجا است.

فقط باید بشناسی و قبول کنی اتفاقی را که در حال است و وجدانت را بالا ببری به طوریکه از اتفاقات درون و اطرافت آگاه باشی.

اگر متوجه همه چیز نیستی، دلیل بر آن نیست که خبری نیست. بلکه غرور و تکبرت نمی‌گذارند که شگفتی‌های اطرافت را ببینی. پس به بالا بردن وجدانت ادامه بده. هر چقدر بالاتر بروی، قشنگتر می‌توانی حقیقت را ببینی و هیچ چیزی جلوی دیدت را نخواهد گرفت و یکبار که شگفتی این منظره را دیدی، آن را به زمین بیاور و زندگی‌اش کن، به طوریکه جزئی از زندگی روزمره‌ات شود. اگر چنین منظره‌ای در شکل نیاید، حقیقت نمی یابد.

من به تو می‌گویم که آسمان جدیدم و زمین جدیدم را که در شکل حقیقت یافته‌اند، همین الآن نگاه کنی.

۲۲ بهمن

بالا نشانه بگیر، هر چقدر بالاتر نشانه بگیری بهتر است. ممکن است که هر دفعه به هدف والایی که می‌خواهی نرسی، اما در عوض تا بیشترین امکانت جلو رفته‌ای.

همیشه در زندگی انتظار بهترین را داشته باش، خودت را در حال دریافت آن مجسم کن و همواره شکرگزار باش. به خاطر داشته باش که من می‌دانم که تو به چه چیزهایی احتیاج داری، قبل از اینکه حتی درخواستی بکنی. و بدان که تمام احتیاجاتت کاملاً جواب می‌گیرند.

چه رحمت بزرگی است که این حقایق شگفت را بشنوی و بگذاری که وارد اعماق وجودت بشوند و آنگاه متوجه تغییرات شگرف، رشد و شکوفایی در تمام زندگی‌ات شوی.

قدیمی باید که جایش را به جدید بدهد، اما تو می‌دانی که از این بهم ریختگی‌هایی که به این خاطر در دنیا باید به وقوع بپیوندند، هیچ گزندی، به کسانی که یاد گرفته‌اند تمام ایمان و تمام اطمینانشان را در من قرار بدهند، نمی‌رسد.

تو بدون هیچ تردیدی می‌دانی که با من همه چیز ممکن است.

۲۳ بهمن

تا وقتی که آماده نباشی از خودت به من بدهی و سر فرصت خودت را با من هماهنگ کنی، من هیچ راهی برای کار کردن ندارم.

همیشه به خاطر داشته باش که تو باید سهم خودت را انجام بدهی. تو باید چیزهای اساسی را اول قرار بدهی، با این کار تمام درها را باز کرده‌ای و آن‌گاه من می‌توانم در تو و از طریق تو، شگفتی پشت شگفتی انجام بدهم.

بدون راه آزاد، کار من عقب می‌افتد. من بیشتر و بیشتر احتیاج به کانال‌های آزاد شده از شخصیت کوچك بشری دارم تا این‌که هیچ چیزی جلوی جریان آزاد، نباشد.

من نمی‌توانم از تو استفاده کنم اگر که تو خودت از خودت نگذری. اگر که چیزی آزادانه داده نشود، من آن را نخواهم گرفت. پس همه چیز را به من بده، هیچ چیزی را نگه ندار و خودت را کاملاً در این اِهدا فراموش کن.

خودت را با زندگی هماهنگ کن، خودت را با من هماهنگ کن و نرم و راحت در این جریان جاری باش. دیگر وقتت را برای فکر کردن در این باره ، هدر نده، بلکه از همین الآن کاری در این مورد انجام بده.

۲٤ بهمن

يك نقشه و يك برنامه عالی در مسير زندگی‌ات ببين. هيچ چيزی بی دليل نيست. حتی اگر به نظر عجيب بيايد، همه چيز در برنامهء ايزدی من است.

تو در جايی كه هستی نمی بودی و كاری را كه انجام می‌دهی انجام نمی‌دادی، اگر كه من دستم را بر روی تو دراز نكرده بودم. راههای من، راههای تو نيستند. هميشه به دنبال اجرای اراده من باش. من بهترين برای تو را می‌دانم، چرا بر ضد آن بجنگی و خيال كنی كه تو حق داری؟

به من ايمان و اطمينان كامل داشته باش. بدان كه من هميشه با تو هستم و هيچ‌وقت رهايت نخواهم كرد. همواره رويت را به سوی من كن. در سكوت حرفی را كه به تو می‌زنم گوش بده و كوچكترين زمزمه‌ام را اطاعت كن.

فرمانبرداری زندگی جديدی را به تو باز می‌كند و نيروهايی را كه در درونِ تو، در انتظار آمادگی كامل و بدون ترديدت بودند، رها می‌سازد.

۲۵ بهمن

از چشمه بینهایت قدرت و نیرویی که در تو است مایه بگیر و با تعجب متوجه خواهی شد که کارهایی را انجام می‌دهی که به نظر غیرطبیعی می‌آیند، تنها به این دلیل که طبق قوانین من کار می‌کنی.

همه چیز می‌تواند پیش آید، چرا که آن‌ها کلیدهایی هستند که همه چیز را ممکن می‌سازند. آنها را به عنوان قوانین من قبول کن و فراموش نکن که تا ابد شکرگزار باشی و از آنها در راه شکوه و جلال من و به نفع همه استفاده کن. آنگاه از استفاده درست آن‌ها فقط بهترین اتفاقات پیش خواهد آمد و همه از آن بهره خواهند گرفت.

قدرت درست استفاده شده، در زیر راهنمایی من، می‌تواند روند تاریخ را عوض کند و آسمان جدید و زمین جدید را به وجود آورد و اگر بد استفاده شود تنها خرابی و ویرانی به بار خواهد آورد. با قدرت نباید بازی کرد، بلکه باید از آن با احترام استفاده کرد.

من قدرت هستم. من تمامی آفرینش را در دست دارم و تو هم جزئی از این کل هستی. در این کل خودت را حل کن و جای درست خود را در آن پیدا کن.

عشق در هوا است. گرمایش، شادی‌اش و آزادیی‌ای را که می‌آورد احساس کن. عشق حالتی درونی است. احتیاجی نیست که در مورد آن صحبت کنی، چون به هزار و یك شكل، با یك نگاه با یك تماس، با یك حركت، ابراز می‌شود. عشق همه جا هست، اما باید که هوشیارش باشی تا کاملاً از آن بهره ببری.

هوایی که تنفس می‌کنی همه جا هست و برای تو طبیعی است، مگر اینکه به آن توجه کنی تا هوشیارش شوی و به اهمیت حیاتی‌اش پی ببری. هیچ چیزی را معمولی نپندار چون تمام شادی و درخشش زندگی را نادیده خواهی گرفت.

عشق کم‌کم شروع می‌شود و همواره رشد می‌کند. وقتی که واقعاً همدیگر را دوست داشته باشید، آنگاه به همدیگر ایمان و اطمینان دارید. روند و جریان این عشق را پایدار نگهدار و اجازه نده که هیچ چیزی راه آن را ببندد. بگذار که مهر ایزدی من از میان همه چیز جاری باشد و با آرامشی که ورای هر فهمی است آشنا شو.

۲۷ بهمن

راز انجام هر کاری، این است که بخواهی انجام شود و آنقدر در موردش مثبت باشی که امکان چیز دیگری نماند. اگر کار مشکلی را بدون شوق شروع کنی، پیروزی را جذب نخواهی کرد؛ اما اگر از صمیم قلب و با خواستی واقعی به آن بپردازی، حتماً بهترین نتیجه را خواهی گرفت.

هر کاری را، از کوچکترین و معمولی‌ترین تا مهمترین و پیچیده ترین کارها را، از صمیم قلب شروع کن. آمادهٔ قبول کردن هدف‌های واقعی در زندگی باش و از آن‌ها نترس. وقتی که کارهای بزرگ را با طرز فکری درست و با دانستن اینکه این من هستم که با تو کار می‌کنم و به تو کمك می‌کنم، انجام بدهی، هر چیزی ممکن خواهد بود.

طرز فکرت را عوض کن و در نیرویی کاملاً مثبت و کاملاً سازنده را برای تمامی وجودت را باز کرده‌ای.

بدان که می‌توانی عوض بشوی و خیلی هم با سرعت، اما به خودت بستگی دارد.

۲۸ بهمن

به خاطر چیزهایی که در زندگی ارزش دارند چه کارهایی انجام می‌دهی؟ آیا ارزش‌هایت درست هستند؟ چرا وقت نگذاری که در آرامش، سکوت را مزه کنی و خواست‌هایت را بررسی کنی تا ببینی که آیا واقعاً از بالاترین سطح هستند یا نه؟ فقط تو می‌توانی این کار را انجام بدهی! هیچ‌کس دیگر نمی‌تواند این کار را برای تو انجام بدهد. شاید هم معنی آن این است که بدون دریافت جواب فوری، مرا خدمت کنی.

درس‌های مهمی را فقط در خدمت من و در سکوت می‌توانی یاد بگیری. مخصوصا اگر انسانی بی‌حوصله و پرمدعا باشی.

چرا خودت را توجیه کنی؟ تو تمام جواب‌ها را در واقع می‌دانی. حال موقع آن است که این دانشت را در عمل قرار بدهی تا ببینی که چطور برای تو نتیجه می‌دهد.

این درس‌های حیاتی را فقط زمانی یاد خواهی گرفت که آن‌ها را در عمل، برای خودت، آزمایش کنی. پس چرا همین الآن این کار را، به جای فکر کردن در باره‌اش، انجام ندهی؟

یاد بگیر که ارزش‌هایت را بسنجی و چیزهای اساسی را اول قرار بدهی. بگذار که من در تو و از طریق تو کار کنم.

۲۹ بهمن

وقتی که آماده بودی که همه چیز را به من بسپاری و هیچ چیزی را نگه نداری، آنگاه تمام احتیاجاتت به بهترین نحو پر می‌شوند و زندگی‌ات در فراوانی جریان پیدا می‌کند، چرا که با سپردن همه چیز به من، شیرهای فراوانی را باز کرده‌ای.

این قانون را در وجودت همراه کن تا جزئی از تو شود تا این‌که با تمام زندگی همراه شوی و بفهمی که جزوی از کل بودن یعنی چه و همساز بودن با تمامی آفرینش، با من، یعنی چه.

من آفریننده تمام آفرینش هستم، من کل هر زندگی هستم. فهمت را بالا ببر و متوجه شو که من در تو هستم، متوجه بشو که تمامی این کل اینجا در تو است و هیچ چیزی به جز فهم محدودت، نمی‌تواند تو را از این شگفتی جدا کند. چرا آرام نگیری و اجازه ندهی که گسترش پیدا کند؟

به هیچ چیزی اجازه نده که جلوی این گسترش فهمت را بگیرد تا این‌که بتوانی قبول کنی که من در تو هستم که تو در من هستی و ما یکی هستیم.

۳۰ بهمن

وقتی که به بیرون عشق و تفهم پخش می‌کنی، همان به تو صد برابر بر می گردد و وقتی که انتقاد و منفی‌گرایی پخش می‌کنی، آن هم صد برابر به خودت برمی‌گردد.

چیزی که در درون تو است در بیرون منعکس خواهد شد. تو نمی‌توانی نارضایتی، ناراحتی و یا بدبختی‌ات را پنهان کنی؛ دیر یا زود مانند یك جوش بیرون خواهند زد و باید که خالی‌اشان کرد.

هرچه زودتر سم از بدن خارج شود بهتر است و بهترین راه آن این است که تمام رفتارت را عوض کنی. تفکرات مسموم، منفی و انتقادی را با فکرهای مهر، هماهنگی و تفاهم جایگزین کن.

کاری است که خیلی سریع می‌توانی انجام دهی. لازم نیست که در ناراحتی و ضعف جا خوش کنی و نباید وقت گرانبهایت را صرف گریه بر حال خودت کنی. وقتی که بخواهی، فوراً می‌توانی وضعیتت را عوض کنی. تغییر می‌تواند در یك چشم برهم زدن انجام شود!

اول اسفند

درس‌های مهمی هستند که همه باید در زندگی‌اشان یاد بگیرند، مثلاً یاد بگیر کاری را که باید انجام شود، به راحتی انجام بدهی، بدون عجله و بدون سروصدا.

این درس‌ها را کنار نگذار و خیال نکن که همه جواب‌ها را می‌دانی و به این درس‌های اولیه احتیاج نداری.

در اعمال خودت نگاه کن و اجازه نده که هیچگونه غرور معنوی کمبودهایت را پنهان کند، چرا که نمی‌توانی کاملا به کار آیی اگر که بگذاری غرور معنوی جلوی راهت را ببندد. غرور معمولاً نمی‌گذارد که درس‌های جدید و حیاتی را که محتاج آن‌ها هستی، فراگیری و جلوی رشد معنوی‌ات را می‌گیرد.

همیشه چیز جدید و شگفت‌انگیزی برای یادگیری و هضم کردن وجود دارد و تنها زمانی می‌توانی این کار را انجام دهی که آماده باشی، باز بمانی و به احتیاجاتت پاسخ دهی. به دنبال جواب دادن به احتیاجاتت، با سادگی و قدردانی‌ای عمیق باش.

آموختن در این زندگی همیشگی است.

چرا از چیزی بترسی؟ من همیشه با تو هستم. من جلوی تو برای آماده کردن راه حرکت می‌کنم؛ و این راه در زمان معین، کمال خود را نمایان می‌سازد.

تو باید ایمان داشته باشی و ایمانت باید به مانند صخره‌ای باشد تا بتوانی در این زندگی، زندگی کنی. زمانی ایمانت قوی می‌شود که آن را در عمل بگذاری. ایمان چیزی نیست که در مورد آن صحبت شود. چیزی است که باید زندگی شود تا اینکه همه بتوانند ببینند که حالتی شکوهمند در بالای ابرها نیست، بلکه چیزی واقعاً حقیقی است که در زندگی روزمره به کار می‌آید.

کاملاً بیهوده است که در مورد ایمان حرف بزنی و یا چیزی بخوانی، اگر که از آن زندگی نکنی. یعنی اینکه باید خودت را به آب بزنی و شنا کنی و نه اینکه در جایی که پایت می‌رسد آب بازی کنی و سعی کنی به خودت بقبولانی که شنا بلد هستی.

چرا دست به کار نشوی، تا از همین الآن، به طور کامل و باشکوه زندگی کنی؟

هیچ‌کس دوست ندارد که به او توهین کنند و یا طوری با او رفتار کنند مانند اینکه اهمیتی ندارد. هیچ‌کس دوست ندارد که به حساب نیاید و یا این‌که به او نشان بدهند که دوستش ندارند.

پس چرا با همنوعانت با محبت و احترام رفتار نکنی؟ سعی کن که درکشان کنی و آماده باش که در صورت لزوم، قدمی بیشتر همراهی‌اشان کنی. خیلی شکیبا، خیلی صبور و خیلی با محبت باش.

تو خودت می‌خواهی که این‌طور با تو رفتار شود، پس همان‌طور عمل کن که می‌خواهی با تو رفتار شود. سرمشق خوبی باش، اما نه به این خاطر که بقیه از تو این انتظار را دارند. این کار را انجام بده برای این که واقعا و از صمیم قلب می‌خواهی که "بهترین" خودت را در هر کارت، حرفت و اندیشه‌ات بدهی.

هرچه که خواستت بزرگتر باشد، ساده تر به رضایت می‌رسد. هیچوقت خودت را به پَستی و بی‌حالی راضی نکن. حواست باشد که هر کاری را که انجام می‌دهی در بالاترین حد باشد و انگیزه‌هایت از پاکترین باشند و هیچگونه خودخواهی‌ای در کارهایت نباشد.

خودت باش و سعی نکن که اَدای کسی را در بیاوری. همه چیز در دنیا لازم است. من نمی‌خواهم که شما همه، مانند نخود، مثل هم باشید. بلکه احتیاج دارم که هر کسی خودش باشد، کار خودش را انجام دهد، در جای خودش باشد، کاملاً حل شده در تمامی هستی و منظور این نیست که باید ناهماهنگی و یا اختلاف به خاطر متفاوت بودنتان پیش آید.

در یك ارکستر، سازهای مختلفی وجود دارد و هر سازی اگر با بقیه هماهنگ باشد، در جای خود قرار دارد و در این مجموعه حل است.

اما وقتی که انسان‌ها، بدون در نظر گرفتن و اهمیت دادن به تمامی هستی، راه خود را انتخاب می‌کنند، آن وقت اختلافات و هرج و مرج به وجود می‌آید.

وقتی که قلبتان در جای خودش قرار بگیرد و وقتی که همگی، با هم، برای نیکی "تمامی" زندگی و کار کنید، "بهترین" نتیجهء آن خواهد بود.

پس، از کشمکش دست بردار. تنها کاری که باید تو انجام دهی، "بودن" است و اینکه اجازه بدهی که چیزها شکوفا شوند.

هر چه که بیشتر دریافت می‌کنی، بیشتر می‌توانی بدهی. هیچ چیزی را برای خودت نگه ندار، بلکه ببخش و ببخش و همواره به بخشیدن ادامه بده و به این ترتیب جا باز کن تا بیشتر و بیشتر پر شوی.

هر چه بیشتر متوجه تغییرات شوی، بیشتر در مقابلشان باز هستی و آنگاه سریعتر انجام خواهند شد. آن‌ها جزء تو خواهند شد و تو جزء آن‌ها.

زمین آماده و بذرافشانی شده است. حال زمان رشد، گسترش و شکوفایی است و این چیزی است که دارد انجام می‌گیرد. شگفتی و زیبایی تمام این چیزها را نگاه کن. ببین که انسان‌های بیشتر و بیشتری به جریانی که در پیش است، بیدار و آگاه می‌شوند.

پیشرفت شگفتی به جلو وجود دارد. راههای وجدان برای اکثریت مردم، در حال به واقعیت پیوستن است. با وجدان زندگی کن، در راههای وجدان قدم بردار و با تمامی زندگی یکی شو.

چیزی که برای یك نفر درست است، ممکن است برای دیگری درست نباشد. برای همین مهم است که تو به دنبال مسیر درونی خودت باشی و نسبت به آن عمل کنی تا این‌که سعی کنی که ردِ پای فرد دیگری را دنبال کنی.

تو آزادی انتخاب داری چرا که من به همه انسان‌ها این آزادی را داده‌ام. تو مانند عروسکی نیستی که برای حرکت کردن باید بندهایش را کشید. تو می‌توانی به دنبال آن چیزی که برایت درست است بگردی و آن را پیدا کنی؛ استفاده‌ای که از آن خواهی کرد به خودت بستگی دارد.

آرامش واقعی قلب و روح را زمانی به دست خواهی آورد که راهی را بروی که می‌دانی برایت درست است، پس آنقدر به دنبالش باش تا آن را پیدا کنی و آنگاه در آن قدم بردار. شاید معنی‌اش این باشد تنها بایستی و کاری انجام بدهی که برای بقیه عجیب باشد، اما نترس.

هر کارت را به خاطر این انجام بده که درونا‌ً می‌دانی که برایت درست است و فقط "بهترین" نتیجه آن است.

هر سختی را بمانند یك امتحان و قدمی به جلو ببین و هیچوقت نگذار که چیزی و یا کسی تو را از پا در آورد.

بدون وقفه پیش برو و بدان که جواب به تو زمانی نمایان خواهد شد که پشتکار داشته باشی. قوی و شجاع باش و اطمینان داشته باش که هرچه پیش آید، تو خواهی رسید. در این مرحله امکان عقب گرد نیست. تمام درها در پُشتت بسته شده‌اند، پس باید به پیش بروی.

زمان کم است و کار زیاد است. تو در برنامه کلی سهمی برای انجام دادن داری. در این نقشه جای درست خودت را پیدا کن، چرا که اگر جایت را پیدا کنی، می‌توانی در آرامش و با اطمینان کامل کارت را انجام بدهی.

این برنامه شگفت‌انگیز است، هیچ ترسی برای همراهی با آن نداشته باش. فقط بهترینِ خودت را عرضه کن تا اینکه این برنامه هرچه سریعتر انجام شود و ببین که چگونه به کمال شکوفا می‌شود.

بعضی وقت‌ها، چیزهای جدید آنقدر آرام‌آرام شکوفا می‌شوند که تو تا روزی که متوجه می‌شوی همه چیز اتفاق افتاده، آن‌ها را نمی‌بینی و بعضی وقت‌ها هم تغییرات طوری پیش می‌آیند که قدم به قدم متوجه جا افتادنشان هستی. بعضی وقت‌ها هم یکباره همه چیز عوض می‌شود، مثل موقعی که در زمستان به خواب می‌روی و هنگام بیدار شدن می‌بینی که برف همه جا را گرفته است. تو هیچ چیزی برای آن انجام نداده‌ای و همه چیز معجزه‌آسا رخ داده است.

جدید و نو به شکل‌های مختلف نمایان خواهند شد. تنها کاری که تو باید انجام بدهی این است که با آن همراهی کنی و مقاومت بر ضد آن نشان ندهی.

تغییرات حتماً دردناك نیستند ولی اجتناب ناپذیر هستند چرا که هیچ چیزی نمی‌تواند همان‌طور بماند؛ و اگر که خوب در قلبت نگاه کنی می‌بینی که تو هم نمیخواهی که همه چیز بدون تغییر بماند.

تو باید آزاد بودنت را قبول کنی تا بتوانی در ارتفاعات معنوی پرواز کنی. وگرنه مانند پرنده‌ای در یك قفس در باز هستی که متوجه آزادی خود نیست و به جایی نمی‌رود.

تمام زندگی‌ات را مانند این پرنده، زندانی و کاملاً کور خواهی گذراند، مگر اینکه آزادی‌ات را بشناسی، آن را قبول کنی و همانطور که باید در راههای معنوی، جایی که هیچگونه محدودیت، مرز و نرده‌ای وجود ندارد، از آن استفاده کنی.

تمام انسان‌ها آزاد هستند به شرطی که آزادی خود را بشناسند و آن را قبول کنند.

این آزادی به تو هدیه شده است، اما قبل از اینکه بتوانی از آن استفاده کنی باید آن را قبول کنی.

چرا از همین الآن آزادی‌ات را قبول نکنی و متوجه نشوی که به هیچکس و هیچ چیزی وابسته نیستی و هر کاری را که بخواهی می‌توانی انجام بدهی؟

۱۰ اسفند

آرام بگیر و در این بهشتی که از همین الآن اینجاست مستقر شو. بهشت منتظر آن است که بیشتر و بیشتر انسان‌ها آن را بشناسند و بخواهند.

تو برای اینکه دنیای من بیاید و اِرادهٔ من انجام شود دعا می‌کنی، از این پس دست از این دعا بردار و آن را زندگی کن.

دعای بدون ایمان خالی است. تو باید یاد بگیری که با تمام اعتقادِ قلبت، روحت و وجدانت دعا کنی تا اینکه دعایت، هر چه که هست، واقعی و عملی باشد و باید بدون هیچ تردیدی بدانی که به آن جواب داده می‌شود.

هر کسی احتیاج دارد که گاهی از دنیا بیرون بیاید تا آرامشی را که فَرای هر فهمی است پیدا کند. هر انسانی احتیاج دارد که در صلح زندگی کند و این حالت فقط در آرامش و سکوت ممکن است. یکبار که ثبات درونی‌ات مستقر شود، هر جایی می‌توانی بروی و هر کاری را می‌توانی انجام بدهی، در این حالت، هرج و مرج خارج، هیچ اثری بر روی تو نخواهد داشت.

آیا دوست داری در سکوت زندگی کنی، یا اینکه آرامش ناراحتت می‌کند؟ سکوت را ترجیح می‌دهی یا سر و صدا و شلوغی خارج را؟ آیا می‌خواهی همیشه در حرکت باشی و برایت سخت است که بَدَن و روحت را آرام کنی؟

میلیون‌ها انسان در سراسر دنیا در حال حاضر نمی‌توانند سکوت را تحمُل کنند و می‌خواهند که همواره در سروصدا و شلوغی غوطه‌ور باشند. آن‌ها در درون و در بیرون از خود مضطرب هستند.

من به تو می‌گویم که لحظات سکون و سکوت، در این دنیای شلوغ، خیلی با ارزش هستند. به دنبال این لحظات باش، پیدایشان کن و در آن‌ها مستقر بمان.



تصویر اسفند:

یك آسیاب بادی به من نشان داده شد. باد می‌وزید و چرخ آسیاب با سرعت می‌چرخید. سپس باد آرام شد و چرخ ایستاد، چرا که کاملاً به باد وابسته بود.

شنیدم:

امنیتت را در دست چیزهای خارجی قرار نده، امنیتت را در من مستقر کن، در سرچشمه کل قدرت و نیرو در درون خودت.

در انتظار يك معجزه باش. در انتظار معجزه پشت معجزه باش و هيچگونه محدوديتی برای آن نگذار. هرچه بيشتر باز باشی بهتر است چون در اين صورت هيچ چيزی راهِ معجزات مرا نمی ببندد.

معجزات در واقع قوانين من در اجرا هستند. همراه آن‌ها حرکت کن تا همه چيز امکان وقوع پيدا کند. کمالِ نقشه مرا در گسترشش ببين! هيچ عجله و فوريتی در کار نيست. شکوفايی می‌تواند خيلی سريع اما در آرامش و در زمان درست خود و با دقت کامل پيش آيد.

از هيچ چيزی نترس، چرا که زمانيکه ايمان و اطمينانت در من هستند هيچ خطری وجود ندارد. من در تو هستم، پس کمال نقشه مرا که در حال گسترش است در خودت و در بيرون از خودت نگاه کن. همه چيز از درون شروع می‌شود و به بيرون راه پيدا می‌کند، پس اجازه نده که هيچ چيزی در تو جلوی اين پيشروی را بگيرد.

بگذار همه چيز بيايد و آسمان جديد و زمين جديد را ببين!

خیلی‌ها از ایمان صحبت می‌کنند ولی فراموش می‌کنند که با ایمان زندگی کنند. آن‌ها از عشق به من صحبت می‌کنند اما اولین حرف عشق را هم نمی‌شناسند. حرف از دوست داشتن کسی که هیچوقت ندیدی زدن، وقت تلف کردن است، در صورتیکه نمی‌توانی انسان‌هایی را که در اطرافت هستند و به محبتت و همراهی‌ات احتیاج دارند، دوست داشته باشی.

یاد بگیر که انسان‌هایی را که من در جوارت قرار داده‌ام دوست داشته باشی، آنگاه خواهی فهمید که مرا دوست داشتن یعنی چه.

چرا در زندگی چهار دست و پا راه بروی در صورتیکه کافی است با اطمینان به اینکه من با تو هستم، محکم و با قدم‌های بزرگ به پیش بروی؟

من اینجا هستم و تمام نیروهای کامل و خوبم را به تو هدیه می‌کنم، اما اگر نخواهی آن‌ها را قبول کنی نمی‌توانی از آنها بهره ببری. من آزادانه آن‌ها را به تو می‌دهم، تو هم باید آن‌ها را آزادانه قبول کنی و آنگاه از آن‌ها خردمندانه به نفع همه استفاده کنی.

۱۳ اسفند

تو باید که خودت را آماده تغییرات شگفتی در زمان جدید کنی!

اگر که بتوانی آن‌ها را قبول کنی و مانند یك ابر جذبشان کنی، در تو و در اطرافت در آرامش و هماهنگی فراوانی، حقیقت می‌یابند. آنگاه خواهی دید که به آرامی تو هم با این تغییرات عوض می‌شوی و در آن‌ها مانند یك ماهی در آب زندگی می‌کنی. و قادر خواهی بود که بدون هیچگونه سختی با محیط جدیدت هماهنگ شوی.

بچه‌ها در مدرسه به راحتی کلاس عوض می‌کنند و تغییرات را همانطور که پیش می‌آیند قبول میکنند. اما نمی توانند یکباره از کودکستان به دانشگاه بروند. نگران نباش، من تو را زیاد با سرعت جابه‌جا نخواهم کرد.

نقشه‌های من در زمان درست خود انجام می‌شوند.

چقدر وقت و نیرو هدر می رود فقط به خاطر اینکه به خودت وقتِ آن را نمی‌دهی که در آرامش باشی و مرا خدمت کنی. این راه‌حلِ اصلی تمام وضعیت‌ها است. چرا به خودت این را ثابت نکنی؟

تا زمانی که چیزها را امتحان نکنی، تئوری خواهند ماند. این زندگی، یك زندگی واقعی، عملی و یك زندگی حرکت است. اما فقط به تو بستگی دارد که با عملکردت به آن پی ببری.

روشنایی روز اینجاست، اما اگر پرده‌ها را باز نکنی در تاریکی خواهی ماند. آب در لوله است اما اگر شیر را باز نکنی جاری نخواهد شد. حتی اگر غذا در بشقاب باشد، اگر آن را نخوری چیزی به تو نخواهد رساند.

پس شروع به حرکت کن، همین حالا.

۱۵ اسفند

کلی فکر کن، خودت باش و کمال را در زندگی‌ات نمایان کن. برای انسانی کامل بودن، احتیاج داری بدانی که چه کسی هستی، احتیاج داری که بدانی کجا می‌روی و چه‌کار می‌کنی، سپس با اطمینان جلو برو و کامل و زیبا زندگی کن.

هیچوقت به خودت و به توانایی‌ات در کامل بودن، شك نکن. تردیدها، ترس‌ها و نگرانی‌ها هستند که مانع کمالت می‌شوند، پس دست از نگرانی بردار و هرگونه ترس و تردید را بیرون کن با اطمینان به اینکه من با تو هستم، همیشه با تو هستم و با من همه چیز ممکن است.

اما به خاطر داشته باش که همواره ایمان و اطمینانت بر من استوار باشد، بر خدایت که درون تو است. دست در دست من حرکت کن، هر لحظه با من مشورت کن و اجازه بده که من راهنمایی‌ات کنم.

من در درون تو هستم و به همین دلیل هم هیچ چیز خارجی نمی‌تواند جلوی رابطهء مستقیم ما را بگیرد. پس خیالت راحت باشد. اگر که امنیتت در من باشد، همه چیز واقعاً خیلی‌خیلی خوب است.

به بیشتر از یك چیز در آنِ واحد که نمی‌توانی فکر کنی، پس احتیاط کن که فکرت مثبت و با محبت باشد، آن‌گاه خواهی دید که حرف‌هایت سازنده خواهند بود و با محبت عمل خواهی کرد. در واقع تمام طرز دیدت مثبت خواهد شد و زندگی‌ات پر از محبت، شادی، سلامتی، پیشرفت و هماهنگی.

اما اگر کمی حساس باشی و فکرهای منفی و مخرب داشته باشی، آنها وجودت را می‌کوبند، نگاهت را تاریك می‌کنند، بی‌حال و حتی بیمارت می‌کنند.

سعی کن بفهمی که این حالت را خودت، با طرز فکر اشتباهت، به خود جذب کرده‌ای. طرز فکرت را عوض کن تا همه چیز را عوض کرده باشی!

می‌توانی خیال کنی که مشکلات زیادی احاطه‌ات کرده‌اند و طرز فکر منفی‌ات تقصیر تمام دنیا و اطرافیانت است. اما آیا حقیقت است؟ مگر فکرهایت مال تو نیستند؟ آیا آزاد نیستی که روانت را پاك کنی و تفکرات با محبت، مثبت و سازنده داشته باشی که شادی‌ات را فراهم کنند؟

انتخاب همیشه دست خودِ تو است.

نمی‌توانی امید داشته باشی که صلح و هماهنگی را در دنیا به وجود آوری تا زمانی که صلح و هماهنگی را در خودت پیدا نکردی. تو باید با فروتنی شروع کنی. یك درخت از یك دانه كوچك شروع می‌شود، اما این دانه كوچك همه چیز را در خود دارد.

صلح دنیا در تو است، پس چرا نگذاری که در درون رشد کند و گسترش یابد تا جایی که دیگر محدود به درون نباشد و به بیرون پخش شود و صلح و هماهنگی را به دنیا بیاورد؟

در خود تو شروع می‌شود، پس نقش حیاتی‌ات را در آوردن صلح و آرامش در جهان قبول کن. هیچ‌وقت خودت را بیرون گود قرار نده و کس دیگری را مسئولِ وضعیت دنیا نکن، بلکه خودت شروع به فعالیت کن.

حال، کاملاً در آرامش باش، وقتی که اِرادهٔ مرا انجام می‌دهی، در راههای من حرکت می‌کنی و مرا تجلیل می‌کنی.

تو در این دنیا هستی تا به آن نیکی را بیاوری. تو اینجایی تا عشق، نور و خِرد را به تمام کسانی‌که لازم دارند، بتابانی. کار در پیش داری، اما کارت را زمانی میتوانی انجام دهی که خودت را سنجیده باشی، تا با کل یکی شوی. ولی تا زمانی که خودت را جدا کنی و انتقاد کنی، کاری از دستت برنمی‌آید.

آیا احساس می‌کنی که با همه اطرافیانت یکی هستی؟ آیا با دنیا در صلح هستی، یا این‌که فکرهایت نفاق، انتقاد و خرابی به بار می‌آورند؟

همیشه به خاطر داشته باش که محبت، شادی و خوشحالی محیط درست را به وجود می‌آورند و انسان‌های یکسان را همراه می‌کنند. پس خودت را بپا و از همین الآن فقط "بهترین" را به خودت نزدیك کن.

تو می‌توانی کاملاً و با یك چشم بر هم زدن رفتارت و طرز فکرت را عوض کنی. چرا این‌کار را انجام ندهی؟

خودت را با تمامی زندگی هماهنگ کن و آرامشی را که فرای هر فهمی است پیدا کن.

اگر یاد بگیری که به بقیه خدمت کنی، قلبت باز می‌شود و باز می‌ماند. هرچه بیشتر، آزادانه‌تر و با شادی بدهی، بیشتر از محبت سرشار می‌شوی و بیشتر آن را به خودت نزدیك می‌کنی. هرچه بیشتر محبت بدهی، بیشتر آنرا دریافت می‌کنی. این قانون است.

اما هیچ‌وقت ناامید نشو اگر که سریع جواب محبتت را دریافت نکردی. فقط بدان که دیر یا زود جوابش خواهد آمد، پس سعی کن که همواره محبتت جاری باشد، چرا که عشق جواب رَد نمی‌پذیرد. عشق هیچوقت نمی‌بازد. زمانیکه عشق را پس می زنند، مانند لاك‌پشت خودش را در لاکش پنهان نمیکند. بلکه گونهء دیگرش را نشان می‌دهد و به دوست داشتن ادامه می‌دهد. آیا می‌توانی این‌طور عمل کنی؟

با نیروی خودت نخواهی توانست، اما با من هر کاری را میتوانی انجام بدهی. به دنبال کمك من در هر لحظه باش و من هیچ‌وقت تو را رَد نخواهم کرد. خواهی دید که می‌توانی بدون هیچ مشکلی همواره دوست داشته باشی.

۲۰ اسفند

چرا از چیزی که به تو داده شده است استفاده نکنی؟ چراغ خانه به چه درد می‌خورد اگر از آن برای روشنایی استفاده نکنی؟ چرا همواره به من رو نیاوری تا کمك و نیرو دریافت کنی و از تمام این برکاتی که منتظرت هستند استفاده کنی؟

دست از تنهایی مبارزه کردن بردار، چرا که هر وقت مرا شناختی و دوست داشتی، همواره در پی آگاه بودن از من و حضور ایزدی من خواهی بود. آنگاه می‌خواهی که در روشنایی قدم برداری، چرا که جایی که نور است، دیگر تاریکی نیست.

تو با طرز فکر و زندگی مثبت و سازنده‌ات روشنایی به وجود می‌آوری، پس به هیچ چیز منفی در درون خودت اجازه نده که این روشنایی را کاهش دهد. ممکن است احتیاج داشته باشی که حواست را جمع کنی تا اینکه تمام منفی‌گرایی ناپدید شود، تا آنگاه تماماً مثبت زندگی کنی. ممکن است برای شروع واقعاً برایت سخت باشد، اما کم‌کم برایت به سادگی نفس کشیدن خواهد شد.

با قوانین من همراه باش و نه بر ضد آن. وقتی‌که بر ضد قوانین من کار میکنی بدان که از پیش شکست خورده‌ای و راه به جایی نخواهی برد. اگر در زندگی‌ات تشنج است، ببین بر ضد چه می جنگی و این تشنج‌ها از کجا می‌آیند. می‌توانی مطمئن باشی که اینجا است چیزی که جلوی پیشرفتت را می‌گیرد و نمی گذارد که به بهترینت برسی.

تنها خواستت باید انجام اِرادهٔ من و حرکت در راههای من باشد، نگذار که هیچ چیزی مانع راهت بشود و جلوی انجام اِرادهٔ مرا بگیرد.

وقتی که زمان برای جستجو بگذاری، خواهی فهمید که اِرادهٔ من برای تو چیست و آنگاه فقط به تو بستگی خواهد داشت که بدون تردید از آن فرمان ببری.

وقتی در هماهنگی کار و زندگی کنی، خواهی فهمید که آزادی واقعی قلب، فکر و روح چیست. با تعجب خواهی دید که دانش و فهم ناشناخته‌ای را بروز می دهی و وقتی که در این حالت تفهم هستی، من می‌توانم از تو استفاده کنم تا کمکی باشی برای نشاندن آسمان جدید و زمین جدیدم.

۲۲ اسفند

بدون هیچ تردید بدان که تو کامل هستی، همانطور که من کامل هستم و هیچ عیبی در تو نیست. از همین الآن در خودت "بهترین" را ببین و به این ترتیب بهترین را از خودت بروز بده. بهترین در تو است، اما آنقدر پوشیده شده که دیدنش سخت است.

وقتی که زمان بگذاری تا دریابی که ما یکی هستیم، آنگاه بهترین را در خودت خواهی دید و دست از بی‌ارزش پنداشتن خودت خواهی کشید و تمام پندارهای اشتباه را از خودت دور خواهی ساخت.

همواره و همیشه تکرار کن: **"من و محبوبم یکی هستیم"** تا اینکه برایت معنی پیدا کند.

هر وقت که خودت را ناراحت و خسته احساس می‌کنی، آرام و آسوده این جمله را تکرار کن و کم‌کم از این حالت افکندگی و دلسوختگی بیرون خواهی آمد.

ادامه بده تا به حقیقت این جملات برسی و یکی بودن زندگی را ببینی و بفهمی که تو جزئی از این زندگی هستی.

با تجدید کردن روانت، دگرگون شو.

یك مار بدون پوست عوض کردن نمی‌تواند بزرگ شود. یك جوجه بدون شکستن لاکش نمی‌تواند بیرون بیاید. یك نوزاد باید برای متولد شدن از مادرش جدا شود. این روند طبیعی باید پیش آید تا تغییر به وجود آید. قدم به قدم این روند پیش می‌رود و هیچ چیزی نمی‌تواند جلوی آن را بگیرد.

اگر جوجه قدرت خارج شدن از لاکش را نداشته باشد، می‌میرد.

یك زمان درست برای هر چیز وجود دارد. تو می‌توانی سعی کنی که جلوی تغییرات را بگیری. به خاطر اینکه در محدوده‌ات احساس امنیت می‌کنی و نمی‌خواهی که در ناشناخته وارد شوی. اما این محدودیت‌ها خفه‌ات خواهند کرد و خواهی مُرد. سعی کن که بفهمی و قبول کنی لزوم تغییر را برای تمام چیزهایی که الآن در حال جا گرفتن هستند.

قلبت را بالا ببر و شکرگزار این تغییرات باش و جزئی از آن شو.

کار تو آفریدن آسمان جدید و زمین جدید است. پس وقتت را برای شلوغی، هرج و مرج ، درد و بیماری و جنگ های دنیا تلف نکن. نگذار که تو هم بیمار شوی چون در این صورت بیفایده خواهی شد.

با بالا بردن روانت، خودت را بر ضد پریشانی دنیا مصون می‌کنی و می‌توانی بدون نگرانی در آن زندگی و کار کنی. دکتر و پرستار باید که مصونیت داشته باشند تا بتوانند آزادانه بیماری‌های مسری را درمان کنند و هیچ ترسی نباید در آن‌ها نفوذ کند.

هیچ ترسی در تو وجود نداشته باشد، حتی در حالیکه می‌بینی وضعیت دنیا خرابتر می‌شود. هیچوقت ناامید نشو. محکم در ایمانت بایست و بگذار که روانت بر من تکیه کند و بدان که همه چیز کاملاً جای خودش است.

۲۵ اسفند

همینطور که در جدید پیش می‌روی، همواره مرا به خاطر داشته باش و بدان که من در هر لحظه کنار تو هستم، همواره فکرت را بر من تکیه کن تا در طرز فکر بالایی بمانی و بتوانی بدون هیچ مشکلی پیش بروی.

مرا در هر آنچه که انجام می‌دهی، می‌گویی و فکر می‌کنی قرار بده. همه چیز را با من در میان بگذار.

زمانی که هیچ چیزی برای پنهان کردن نداری است که آزادی واقعی وجدان را خواهی شناخت. من احتیاج دارم که تو آزاد باشی تا اینکه هیچ چیزی در تو مانع شکوفایی شگفتی‌هایم نشود. خیلی چیزها در انتظار شکوفایی هستند، این تازه شروع کار است! زیبایی‌ها و شگفتی‌هایی که حتی به خواب هم دیده نشده‌اند را مجسم کن که منتظر نمایان شدن هستند.

مانند وارد شدن در دنیا با رفتاری جدید، قوانینی جدید و طرز فکری جدید خواهد بود. همواره هدف والایی را دنبال کن. همواره منظرهٔ عصر جدید را در جلوی خود داشته باش و با تعجب خواهی دید که به سادگی وارد آن شده‌ای و او قسمتی از تو شده است.

هیچگونه احساس برتری و مسابقه میانتان نباشد. زمانی‌که متوجه شدید که هر کسی نقش خودش را در این کل دارد، آنگاه احساس برتری و مسابقه از بین می‌رود و می‌توانید آرام بگیرید و خودتان باشید.

زندگی آنقدر ساده است وقتی که سعی نکنی آنچه که نیستی باشی! تو نقشی در این کل بر عهده داری، آن را به بهترین نحو ممکن انجام بده.

من به شما می‌گویم که همدیگر را دوست داشته باشید. آیا همین‌طور عمل می‌کنی؟ یا اینکه خودت را توجیه می‌کنی که بعضی ها آنقدر از تو دور هستند که نمی‌توانی با آن‌ها حل شوی؟

شما همه عزیزان من هستید و هرچه زودتر این را بفهمید بهتر خواهد بود، چرا که همگی زیر نگاه من هستید و عشق من یکسان بر هر کسی روان است.

زمانی‌که بتوانید قبول کنید که با من یکی هستید، می‌توانید قبول کنید که با همدیگر یکی هستید.

تو نمی‌توانی تمام فهم و دانش را در بر گیری مگر آنکه خود آن در درونت، کم کم، گسترش یابد. زندگی یك گسترش همیشگی است.

در بچگی درس‌های اساسی‌ای را یاد گرفته‌ای. به تو گفتند که آتش می‌سوزاند، اما اگر به خواست خودت رفتار کردی، خودت را سوزاندی و برایت دردناك بوده اما یاد گرفتی که به آتش دست نزنی.

در این زندگی معنوی هم درس‌های اساسی‌ای وجود دارند. اگر به آن‌ها عمل نکنی، نتیجه‌اش مال خودت است. بعضی این درس‌ها را سریع یاد می‌گیرند و آماده درس‌های مهمتری می‌شوند تا بالاخره آنقدر هماهنگ شوند که دیگر درسی برای فراگیری نمی‌ماند و کاملاً و همیشه با هر چیز، با زندگی، جریان می‌یابند.

این طرز فکر نهایی‌ای است که باید همه به آن برسند.

۲۸ اسفند

آیا کارهایت را از صمیم قلب انجام می‌دهی؟

تو نمی‌توانی آسمان جدید و زمین جدید را به وجود آوری اگر که کارهایت مُهر عشق را نداشته باشد. طوری عمل کن که تمام کارهایت برای شکوه و جلال من باشد.

فقط در این صورت است که در پی انجام کارهایت به بهترین نحو خواهی بود. به خاطر داشته باش که هیچ‌وقت کاری را برای اینکه – باید – انجام بشود، انجام ندهی.

اگر در این طرز فکر هستی، قبل از شروع، تنها برو، به دنبال رحمت باش و هماهنگ شو. آنگاه وقتی که رفتارت عوض شد و خودت را در صلح و هماهنگی احساس کردی کارت را شروع کن.

خواهی دید هنگامی که رفتارت درست است، نه تنها بهتر، بلکه سریعتر هم کارت را انجام خواهی داد.

هر چقدر افراد بیشتری بتوانند اعمالشان را با طرز فکری درست انجام دهند، سریعتر آسمان من بر روی زمین مستقر خواهد شد.

مانند کتابِ بازی باش که هیچ چیزی را پنهان نمی‌کند و هر صفحه‌اش بر همه نمایان است. وقتی که چیزی برای پنهان کردن نداشتی، می‌دانی که آزاد بودن و رها از هر بندی بودن چیست. آن چیزی را که در دل داری تقسیم کن و نگران تمسخر بقیه نباش.

کاملاً آگاه از من و وجود ایزدی‌ام باش و مانند یك بچه کوچك، ساده باش. سادگی مُهر این زندگی معنوی است و هیچ مشکلی در آن نیست.

اگر احساس می‌کنی که زندگی مشکل است، تقصیر از خودت است، پس رفتارت را عوض کن و ببین که چه پیش می‌آید.

وقتت را برای دویدن به دنبال پوچی ها، هدر نده. هر آنچه را که احتیاج داری در درون تو، آمادهٔ شکوفایی و نمایان شدن است. حتماً آن را پیدا خواهی کرد.

کاملاً صبور باش، مرا خدمت کن و همه چیز به موقع به تو نمایان خواهد شد.

۳۰ اسفند

فکرت، اعمالت و طرز رفتارت می‌توانند اثر شگفتی بر روی دنیا بگذارند. پس از همین الآن، با به دنبالِ "بهترین" هر وضعیتی بودن، شروع به دیدن طرف مثبت زندگی کن.

اگر خوب نگاه کنی آن را پیدا می‌کنی، چرا که اینجاست. فقط بعضی وقت‌ها آنقدر پنهان است که به نظر گُم می‌آید.

بدان که همه چیز، برای کسانی که مرا دوست دارند و اول قرار می‌دهند به خوبی می‌انجامد. باید که ایمانت قوی و محکم باشد. تو باید مصمم باشی که هر چقدر هم وضعیت تاریك و سنگین باشد، خودت را فراموش نکنی. حتی بعضی وقت‌ها ممکن است که وضعیت، قبل از بهبود، بدتر هم بشود.

فقط بدان که همه چیز، در زمان درست خود به کمال خواهد رسید، چرا که همه چیز در دست من است. متوجه بشو که من همه جا و در همه چیز هستم، هیچ جایی وجود ندارد که من نباشم.

هدف نهایی کمال است.

اول فروردین

بهار اینجاست! عصر جدید اینجاست! از خواب بیدار شو و شگفتی زمان حاضر را ببین چرا که تو در زمان واقعاً شگفتی زندگی میکنی. در هر اتفاقی بهترین را ببین.

در انتظار تغییرات باش و در سمت آن‌ها حرکت کن و به هیچ چیزی در درونت اجازه نده که جلوی تغییرات را بگیرد.

هیچوقت از تازگی و ناشناخته نترس، بدون ترس به جلو برو چرا که میدانی که من با تو هستم، همیشه و میدانی که هیچوقت رهایت نخواهم کرد.

مرا در همه چیز ببین و شکوه و جلال را از من بدان. بدان که تو در حال قدم برداشتن در عصر طلایی هستی، پس نگران نباش و بر ضد تغییرات مقاومت نکن.

بعد از غلیظترین تاریکی طلوع است.

طلوع اینجاست. طلوع در زمان معین خود می‌آید و هیچ چیز نمی‌تواند جلویش را بگیرد. تمامی آفرینش در روندی کامل جریان دارد. چرا تو نباشی؟

۲ فروردین

اگر بخواهی کار درست را انجام بدهی و در راه درست قدم برداری، این کار را خواهی کرد. باید قوی باشی تا بر ضد فریب‌های راه مقاومت کنی و آن‌ها را بشناسی. هر تله‌ای را که رد کنی قویتر و مستحکم‌تر می‌شوی تا جایی که بتوانی در مقابل هر چیزی بدون هراس بایستی.

برنامه‌های من عجیب هستند، ولی به یاد داشته باش که من همهء صحنه را می‌بینم و تو فقط قسمت کوچکی از آن را. من تمامی دست‌اندرکاران زندگی را می‌بینم و تو فقط نزدیکانت را.

من به تك تك افراد راه را نشان می‌دهم و به این ترتیب برنامه کلی به نهایت انجام می‌شود.

نگاه کن که چگونه برنامه کلی شکوفا می‌شود و در مقابل چنین شگفتی‌ای شادی کن. با قلبی پر از شکر آن را کاملاً قبول کن و دست مرا در تمام چیزهایی که جا می‌گیرند ببین.

۳ فروردین

چرا از همین الآن طرز فکر "فراوانی" نداشته باشی ؟ متوجه شو که هیچ تقوایی در تهیدست بودن نیست.

من میخواهم بفهمی که پول خود نه خوب است و نه بد، فقط وجود دارد، همین. پول اینجاست که استفاده شود و در جریان قرار بگیرد و نه اینکه انبار شود.

پول قدرت است و باید از آن با خردمندی استفاده کرد. برق هم نیرو است و تو از آن با احتیاط استفاده میکنی وگرنه تو را نابود خواهد کرد. پس چرا از پول بیهوده استفاده کنی ؟

وقتی که بتوانی آزادی واقعی روان را قبول کنی، خواهی توانست از تمام محدودیتها و کمبودها خودت را رها کنی.

یاد بگیر که از هر چیزی که داری با خردمندی استفاده کنی با دانش به اینکه هر چه که من به تو میدهم باید در راه شکوه و جلال من استفاده شود و تو باید مدیر خوبی برای برکات من باشی.

سعی نکن که زیاد دور را نگاه کنی و یا اینکه طولانی مدت برنامه‌ریزی کنی، چرا که ممکن است برنامه‌هایت عوض شوند. بهتر است به هر چیزی اجازه بدهی که خودش گسترش یابد، در این صورت خواهی دید که اتفاقات خیلی زودتر رُخ خواهند داد.

بی‌حوصله نباش، فقط منتظر باش و ببین که چگونه همه چیز به طرز شگفتی باز می‌شود. اما هر چیز باید در زمان خود رُخ دهد. وقتی که زمستان جا افتاده است، به نظرت می‌رسد که هیچ‌وقت تمامی نخواهد داشت، ولی قبل از اینکه متوجه شوی بهار از همه جا جوانه می‌زند.

همین روند هم با "جدید" در پیش است. مانند بهار اینجاست و قدیمی تمام شده. اما ممکن است که تو این موضوع را هنوز کاملاً نفهمیده و یا قبول نکرده باشی و در این صورت چشمانت به این شگفتی بسته است.

چشمانت را باز کن و هیچکدام از اتفاقات حال را از دست نده.

همین‌طور که بیشتر و بیشتر عشق در دنیا آزاد می‌شود، شفای شگفتی انجام می‌گیرد. مانند مرهمی که بر زخم زده می‌شود، شفا می‌دهد و از نو می‌سازد. عشق از تك تك انسان‌ها ریشه می‌گیرد. از تو شروع می‌شود و مانند بذری که شکوفا می‌شود زیبایی و کمال را نمایان می‌سازد.

این اتفاقی است که الآن رُخ می‌دهد. انسان‌های زیادی حس می‌کنند که چیزی در حال تغییر است، اما نمی‌دانند چیست. در بیرون به دنبال کلیدی می‌گردند که معنی دگرگونیشان را نمایان کند. بعضی دیگر پیام را می‌شنوند ولی از احساس خودشان می‌ترسند، چرا که جدید و ناشناخته است و سعی می‌کنند که آن را طرد کنند.

هیچ چیزی نمی‌تواند جلوی رهایی این عشق را بگیرد. یکبار که عشق آزاد شود دیگر نمی‌توان دوباره آن را محدود کرد و نه می‌شود آن را پنهان کرد و یا نادیده گرفت. کم‌کم در هرفرد این اتفاق نمایان می‌شود و این اتفاق پایان ندارد.

همواره پله‌ای برای بالا رفتن وجود دارد. بدون ترس حرکت کن و بالا برو و همیشه به دنبال رسیدن به فراترین باش. زندگی حرکت است. زندگی تغییر است. زندگی رُشد است. هیچ‌کس نمی‌تواند در همان حالتی که هست تا ابد بماند.

طبیعت نمی‌تواند بدون حرکت بماند و همواره در تغییر و گسترش است و از پله‌ای به پله دیگر پیش می‌رود.

بلوط درخت تنومندی می‌شود، گل‌ها به زیبایی شکوفا می‌شوند و ذرت بلال را به وجود می‌آورد. تغییر همیشگی است و اگر در تو رخ نمی‌دهد، می‌توانی مطمئن باشی که اشکالی در بین است. باید آن را پیدا و حل کنی. در مقابل تغییرات مقاومت نکن، بلکه آن‌ها را قبول کن و در همان سمت حرکت کن.

همیشه آسان نخواهد بود، اما کمی ناراحتی را قبول کن تا تازگی درخشنده بتواند در تو و از طریق تو رُشد کند و تو را تبدیل به انسانی جدید و مملو از نور، عشق و الهام کند.

صلح با تو باشد. با من یکی بودن است که صلح و آرامش می‌دهد، چرا که صلح از درون شروع می‌شود و آن وقت به بیرون منعکس می‌شود. وقتی که آرامش و استحکام درونی‌ات را پیدا کردی، هر جایی می‌توانی بروی و در مقابل هر چیزی می‌توانی مقاومت کنی. حتی می‌توانی در دنیای تاریکی و مرگ قدم برداری، چرا که این صلح درونی از آرامش و صفایی می‌آید که هیچ چیز و هیچکس نمی‌تواند آن را به هم بریزد و یا نابود کند.

اگر ارتباط واقعی خودت را با من، به سادگی يك فرزند، بشناسی و قبول کنی، آنگاه زندگی‌ات مملو از شکر و شادی خواهد شد. آنگاه هیچ ترسی وارد زندگی‌ات نخواهد شد و يك زندگی شگفت و کاملاً امن خواهی داشت، چرا که جایی که ترس نیست حمایت کامل هست.

ترس است که در را بر روی خطر باز می‌کند و تو را آسیب‌پذیر می‌سازد. پس ترس را طرد کن و اجازه بده که صلح و عشق من تورا پر کند و در بر گیرد و همواره شکرگزار باش.

من ذات هستی‌ام. من همه جا هستم. من در همه چیز هستم. هیچ جایی نیست که من نباشم. وقتی که کاملاً متوجه این موضوع شدی و توانستی آن را قبول کنی، می‌فهمی که بهشت در درون تو است. آنگاه می‌توانی از گشتن دست برداری و بر درون رو کنی. آنگاه می‌توانی در خودت آنچه را که به دنبالش هستی پیدا کنی.

تعداد کمی امروز این‌طور عمل می‌کنند. اکثریت همه جا به دنبال جواب می‌گردند به جز در درون خود.

وقتی قبول کردی که من در درون تو هستم، هیچوقت دیگر احساس تنهایی نخواهی کرد و هیچوقت دیگر احتیاجی نخواهی داشت که در بیرون به دنبال راه‌حل برای مشکلاتت باشی. وقتی که به مشکلی برخورد کردی، در صلح و آرامش درونی، سوالات و مشکلات را مقابل من خواهی گذاشت و من به تو جواب خواهم داد و آنگاه باید که یاد بگیری تا کاملاً از آنچه که درونا به تو می‌گویم فرمان ببری.

باید یاد بگیری همانند گفتهء من زندگی کنی و نه اینکه فقط آن را بشنوی.

۹ فروردین

زندگی‌ات را در حد ممکن ساده نگهدار و از شگفتی‌ها و زیبایی‌های ساده‌ای که برای همه بر روی زمین وجود دارد لذت ببر. این زیبایی‌ها اینجا هستند تا همه آن را تقسیم کنند اما خیلی‌ها آن‌ها را بی‌ارزش می‌پندارند.

مانند بچه‌ها قادر باش زیبایی‌ها را ببینی و از آن‌ها لذت ببری: از زیبایی یك گل، از پرواز یك پرنده، از شکوه طلوع خورشید، از حرکت قطره‌های باران روی شیشه. ساده هستند و آنچنان زیبا؛ اما برای دیدن این زیبایی باید با عجله در زندگی عبور نکنی و با چشمانی واقعا باز آن‌ها را نگاه کنی.

آیا شگفتی‌ها و زیباییهای مرا در اطرافت می‌بینی؟ یا اینکه آنقدر فکرت مشغول نگرانی‌های روزمره است که کور و ناشنوا شده‌ای؟

چرا سعی نکنی امروز کاملا متوجه اطراف خودت باشی؟

۱۰ فروردین

هیچ چیز بیخودی نیست. برنامه‌ای کلی و کامل در پس هر زندگی وجود دارد.

تو هم جزء این کل هستی، پس تو هم جزء این برنامه کلی و کامل هستی. وقتی که در زندگی‌ات اتفاقات عجیب می‌افتد و از خودت می‌پرسی که چرا، سر فرصت نگاه کن تا ببینی که این اتفاقات به چه چیزهایی وابسته‌اند، آنگاه خواهی دید که برای هر چیزی دلیلی وجود دارد. ممکن است دلایلی را که می‌بینی برایت عجیب باشند، اما آن‌ها را قبول کن و از آنها درس بگیر و سعی نکن بر ضدشان بجنگی. زندگی باید بدون تلاش پیش برود. گل برای شکوفایی در آفتاب تلاش نمی‌کند، پس چرا تو تلاش کنی در حالیکه در پناه عشق بیکران من هستی؟

اگر که در تلاش هستی بدان که از خودت است و جزو برنامه کامل من برای تو نیست. سادگی مُهر من است، پس زندگی‌ات را ساده نگهدار. همواره با من در تماس باش و خودت را ببین که در عشق من شکوفا می‌شوی.

۱۱ فروردین

وقتی با زندگی هماهنگ باشی، خواهی دید که هر کاری را در زمان درست خود انجام می‌دهی. تنها کاری که برای هماهنگی باید انجام بدهی این است که زمان بگذاری و در سکوت رابطه مستقیم با مرا پیدا کنی.

برای همین است که این لحظات آرامش و سکوت اهمیت حیاتی‌ای برای تو دارند، اهمیتی بیش از آنچه که فکرش را می‌کنی.

دستگاه موسیقی وقتی که کوك نباشد، ناهماهنگی به وجود می‌آورد. تو هم همینطور، دستگاه موسیقی باید که کوك بماند، تو هم همینطور. هماهنگ نخواهی ماند مگر اینکه زمان بگذاری که در سکوت باشی. اما این ممکن نیست اگر که همواره در تکاپو باشی، همانطور که نمی‌شود دستگاه را هنگام نواختن کوك کرد. در سکوت است که می‌توان نت‌ها را گوش و تنظیم کرد.

در سکوت است که می‌توانی صدای کوچك و آرام مرا بشنوی و من می‌توانم به تو بگویم که چه‌کار باید کرد.



تصویر فروردین

جوجه‌ای که پرواز یاد می‌گرفت به من نشان داده شد.

اولین تلاش‌هایش کم نتیجه بود. اما همین‌طور که از بال‌هایش استفاده می‌کرد، قویتر و قویتر شدند تا جایی که به آزادی پرواز رسید و توانست در ارتفاعات بلند و مسافت‌های دور به راحتی پرواز کند.

شنیدم:

ایمان با تمرین می‌آید. از ایمان زندگی کن تا جایی که ایمانت به مانند صخره شود و ضربه ناپذیر گردد، و آزادی روان را پیدا کن.

۱۲ فروردین

بهار به طور واقعا کاملی جا می‌افتد و اینك بهار عصر جدید نیز به کمال گسترش می‌یابد. تو جزئی از آن هستی و او برایت زندگی جدید را می‌آورد. یك احساس آزادی و راحتی کامل، احساس فرا رفتن از رُسومِ محدود قدیمی به سوی افق جدید بینهایت.

احساس کن که بزرگ می‌شوی و به هر سو گسترش می‌یابی و می‌دانی که هر لحظه هر چیزی ممکن است اتفاق افتد. به مانند دونده‌ای در خط حرکت باش، آمادهٔ علامت شروع. آنقدر موارد مختلف، در حال حاضر، در تمام رده‌ها در پیش اند.

تغییرات پیش می‌آیند و تو جزئی از آن‌ها هستی. آماده تغییر باش و در جایی که لازم است و در زمان معین، به سرعت تغییر کن. تردید نکن و نمان. مستقیم، با سرعت و محکم، با ایمان و اطمینانی کامل وارد آن چیزی شو که در حال جایگزینی است.

۱۳ فروردین

هر چیزی فصل و زمان مشخصی دارد. موضوع اینجاست که باید بگذاری که من زندگی‌ات را راهنمایی کنم، به نحوی که فصل و زمان درست را با دانش درونی روشنی بشناسی و بتوانی به سرعت، با این الهام درونی و با اطمینانی کامل، به پیش بروی.

وقتی که در درون خودت در آرامش هستی، زمان بی معنی است. اما وقتی که ناراحت یا نگران هستی، زمان کِش می‌آید و به نظر می رسد که روز تمام شدنی نیست. وقتی هم از کاری که انجام می دهی شادمانی، زمان به سرعت می‌گذرد و می‌خواهی که روز طولانیتر می‌بود.

مهم است که یاد بگیری از هر کاری که انجام می‌دهی لذت ببری و رفتارت در مقابل هر چیزی درست باشد. در این صورت کارهای بیشتری می‌توانی انجام بدهی و چون کارهایت با عشق صورت می‌گیرند، شاهکار خواهند بود. هدفت در هر لحظه کمال باشد.

وقتی که کاری را با عشق انجام می‌دهی، آن کار را برای من انجام داده‌ ی

کلید شادی و خشنودیت در درون تو است.

حالتی که با آن هر روزت را شروع میکنی خیلی مهم است، می‌توانی روزت را خوش و یا ناراحت شروع کنی. می‌توانی با سرودی از شادی و شکر در قلبت بیدار شوی، با شادی زنده بودن، برای شگفتی زندگی کردن و برای هماهنگ بودن با روند هر زندگی. می‌توانی منتظر آن باشی که روزی که در پیش است بهترین را به تو بدهد و به این صورت بهترین را به خود جذب کنی و یا اینکه می‌توانی روزت را با بداخلاقی، نارضایتی و نامیزانی شروع کنی.

تو خود مسئول آنچه هستی که امروز برایت می‌آورد و با این دانش تو مسئولیت بزرگتری داری تا کسانیکه بی‌خبرند.

هیچکس دیگر را به غیر از خودت برای طرز فکرت نمی‌توانی سرزنش کنی. همه چیز در دست خود تو است.

ر رَده بندی زندگی کجا هستی؟ آیا به آخر رسیده‌ای و دوباره شروع به بالا رفتن کرده‌ای؟ آیا قبول کرده‌ای که تمام چیزهای زندگی‌ات را رَها کنی و مرا اول قرار بدهی؟ نه از ترس، بلکه به خاطر عشق عمیقت به من و میل درونیت به انجام اِرادهٔ من و قدم برداشتن در مسیر من.

آیا می‌توانی بگویی که "اِراده‌ات انجام شود" و واقعا آن را قبول داشته باشی؟ و آماده به انجام هر کاری باشی که من از تو می‌خواهم، حتی اگر به چشم بقیه عجیب و دیوانگی بیاید؟

برای این احتیاج به شجاعت، دانش و اطمینان عمیقی است که نگذارد هیچ چیزی تعادلت را بر هم زند. تنها انسان‌های قوی قادر خواهند بود که این راه معنوی را طی کنند. این راه برای کسانی نیست که سر خود کار می‌کنند و نمی‌خواهند صدای مرا گوش بدهند.

در این راه معنوی میانبُری وجود ندارد. تو باید به دنبال رهایی خودت باشی و آن را به دست آوری.

وقتی که بچهٔ کوچکی شروع به راه رفتن می‌کند، قدم‌هایش پر از تردید هستند تا اینکه بر اطمینانش اضافه شود و قدم‌هایش محکمتر و مطمئن‌تر گردند و بالاخره بتواند بدون زمین خوردن بدود و بپرد.

اما نمی‌توان مراحل را نادیده گرفت. ایمان هم همینطور است. ایمان یکباره به وجود نمی‌آید و باید به تدریج ساخته شود. هر دفعه که ایمانت را به کار بگیری، بزرگتر خواهد شد تا زمانیکه بتوانی از محدودیت‌هایت فراتر بروی و کاملا از ایمانت زندگی کنی، چرا که امنیتت در من ریشه خواهد داشت.

می‌دانی قادر به هر کاری با من هستی، چرا که من هستم که با حرکت در تو و از طریق تو کارها را انجام می‌دهم. خودت به تنهایی قادر به آن نخواهی بود.

همواره سرچشمهء همیاریت، قدرتت و الهامت را بشناس و هیچوقت شکر کردن را فراموش نکن. هیچ چیزی را مفت نپندار و دست مرا در هر چیز بشناس.

۱۷ فروردین

چیزهای پیش پا افتاده زیادی در زندگی روزمره می‌توانند به سادگی جدایی و ناهماهنگی به وجود آورند. از آنها فراتر روید و در چیزهایی که در زندگی اهمیت دارند یگانه شوید:

در مهرتان به من، در مهرتان به همدیگر، در زندگی و فعالیت به نفع همگان، خودتان و تصادفات کوچك خودخواهانه روزمره را فراموش کنید.

وقتی که کسی عمیقاً خیال می‌کند که طرز رفتارش درست است و هیچگونه دیگران را قبول ندارد، بالاخره چیزی شکسته خواهد شد.

وقتی که کشی را تا حد اکثر بکشی، یا پاره می‌شود و یا اگر آن را یکباره رها کنی به سرعت برمی‌گردد و ضربه‌ات میزند. اما اگر آن را به نرمی همراهی کنی، بدون پاره شدن و ناراحتی به بار آوردن به جای خود بازمیگردد.

چرا قلبت را باز نکنی و تشنجات را به نرمی آرام نکنی؟

عشق و تفاهم همیشه به هموار کردن راه کمك خواهند کرد.

فقط زمانیکه روانت گسترده است و تو باز و گیرا به تازگی اطرافت هستی است که می‌توانی خودت را با فکرهای جدید و طرز زندگی جدید مرتبط کنی.

آماده باش که فراتر از اینجا به سوی ابعادِ بالاتری نگاه کنی و خودت را نسبت به راههای روان باز بگذاری.

چیزهای زیادی را می‌توانی درونی بفهمی و قبول کنی که تفکر عقلانی به آنها نمی‌رسد. پس چرا وقتت را تلف کنی که همه چیز را با فکر درك کنی؟ چرا آماده نباشی تا زندگی و کارهایت از الهام درونت ریشه بگیرند؟ وقتی که اینطور زندگی کنی از رَدهٔ بالایی روانت سرچشمه می‌گیری و نسبت به جدید گیرا می‌شوی. تبدیل به راه پاکی می‌شوی که به جدید امکان می‌دهد در تو و از طریق تو گسترش بیابد.

پس روانت را از منفی به مثبت، از مخرب به سازنده، از تاریکی به روشنایی و از قدیمی به جدید تغییر و ببین که چه پیش خواهد آمد.

خواهی دید که قدیمی محو خواهد شد و شکوه جدید را نمایان خواهد کرد.

به هیچکس متکی نباش. تو به هیچ پشت گرمی خارجی و هیچگونه دلگرمی احتیاج نداری، چرا که تو همه چیز را در درون خود داری. هر کسی به دنبال صلح درونی است و صلح درونی اینجاست زمانیکه وقت برای جستجوی آن بگذاری.

وقتی که چیزی را درونا می‌دانی، هیچکس و هیچ چیز خارجی نمی‌تواند آن را از بین ببرد. آن‌قدر برایت واقعی است که اهمیتی ندارد که حتی تمام دنیا بر ضد آن باشد و به تو بگوید که اشتباه می‌کنی. در این حال می‌توانی به راحتی راه خودت را بدون تزلزُل ادامه بدهی.

این شادی و آرامش درونی است. این است که میتواند به تو آرامشی را که فرای هر فهمی است بدهد.

پس هر موقع در مورد چیزی شك داشتی، به درون خود رو کن، به دنبال حقیقت باش و من آن را به تو نشان خواهم داد. سپس راه خودت را در صلح و اطمینان ادامه بده.

۲۰ فروردین

نمی‌توان پرستشگاه با قدرتی را بدون زیربنای محکم ساخت. شما نمی‌توانید آسمان جدید و زمین جدید را بدون عشق بسازید، عشق برای همدیگر و عشق برای من. عشق در چیزهای کوچك زندگی شروع می‌شود و گسترش می‌یابد. هر کجا که می‌روی بذرهای عشق بیفشان و ببینشان که رشد میکنند، گل می‌دهند و فراوان می‌شوند.

بذرهای مهر، حتی در سخت‌ترین قلب‌ها، بالاخره رُشد می‌کنند. ممکن است زمان ببرد، اما اگر با محبت به آن‌ها رسیدگی شود، ممکن نیست که رشد نکنند. پس از هیچکس ناامید نشو، فقط همواره مِهر را جاری نگهدار و قلبت را سخت نکن و خودت را برای اعمالت توجیه نکن.

در قلب خودت نگاه کن، خودت را پاك ساز و صلح کامل قلب و روان را پیدا کن. آنگاه می‌توانی همه جا، با آزادی و شادی واقعی، بروی و همواره عشق و باز هم عشق بدرخشانی.

ممکن نیست که عشق زیادی باشد. بگذار که آزادانه جاری باشد.

۲۱ فروردین

زندگی آن چیزی است که تو می‌سازی. چرا "بهترین" را در هر وضعیتی نشناسی و کاملاً از آن بهره نگیری؟ مهم نیست که کجا هستی و چه انجام می دهی. هیچوقت وقت و نیرویت را در آرزوی جای دیگری بودن و کار دیگری را انجام دادن تلف نکن.

همیشه قادر نخواهی بود که بفهمی چرا جایی که هستی قرار داری، اما می‌توانی مطمئن باشی که دلیل خوبی برای آن وجود دارد و درسی برای فراگیری. بر ضد آن مبارزه نکن بلکه دَرسَت را پیدا کن و آن را سریع یاد بگیر تا بتوانی به پیش بروی.

تصمیم به در جا ماندن که نداری؟ با دست برداشتن از مقاومت و با قبول درس‌هایی که به ترتیب باید یاد گرفت، زندگی برایت بسیار آسانتر میشود و تازه تغییرات برایت خوشایند می شوند.

گیاهان در مقابل تغییر و رُشد مقاومت نمی‌کنند، با آن‌ها روانند و به نهایت شکوفا می‌شوند. چرا تو هم اینگونه رفتار نکنی؟

۲۲ فروردین

تو در این دنیایی اما از این دنیا نیستی. احتیاجی نیست که اجازه بدهی طرز زندگی این دنیا خفه‌ات کند. از آن‌ها لذت ببر ولی سعی در تصاحبشان نداشته باش و نگذار که آن‌ها مالکت شوند.

در عصر جدید لازم نیست که ژنده بپوشی و خودت را خاکستر به سر کنی و همه جا جار بزنی که گناهکاری بیش نیستی و لیاقت اینکه فرزند محبوب من نامیده شوی را نداری.

این حرف‌ها مال زمان‌های قدیم است و حقیقت ندارند. قبول کن که ما یکی هستیم و من در تو هستم. احساس کن که خارج از این حرف‌های اشتباه به سوی روشنایی شکوهمند کشیده می‌شوی. گذشته را در پشت سر رها کن تا به مرگی طبیعی بمیرد. وارد جدید شو، در حقیقت و روان دوباره زاده شو و معنای واقعی آزادی را کشف کن.

من احتیاج دارم که تو آزاد باشی و نه اینکه زندانی خودت و نگران شخص خودت باشی. مانند بچهء کوچکی، آزاد و شاد باش و در زمان همیشگیِ حال زندگی کن.

برای تمام چیزهایی که داری، چیزهایی که دریافت می‌کنی و تمام چیزهایی که دریافت خواهی کرد سپاسگزار باش. در واقع هیچوقت از شکر کردن دست نکش، چرا که رفتار مثبتی در مقابل زندگی است و همین است که باعث می‌شود که "بهترین" را به خودت جذب کنی. همین به تو کمك می‌کند که قلب و روحت را باز نگه داری و همین به گسترش مُتداوم روانت کمك می‌کند. همواره به چیزهایی برخورد خواهی کرد که سپاس می طلبد و اگر شروع به شمارششان کنی افزون خواهند شد.

متوجه خواهی شد که تا چه اندازه محبوب هستی و خواهی فهمید که هرچه که دارم مال تو است و انبارهای فراوانی‌ام لبریزند و تو هیچ کمبودی نداری.

هر کدام از احتیاجاتت به بهترین نحو جواب می‌گیرند و با این دانش تو می‌توانی همواره ببخشی و باز هم ببخشی و هیچگونه حسابی نکنی، چرا که همان اندازه که می دهی دریافت می‌کنی و با بخشیدن، برای دریافت کردن بیشتر، جا باز می‌کنی.

من سرچشمهء تمام چیزهایی هستم که دریافت می‌کنی و هرچه که دارم مال تو است. فراوانی بینهایت من در دسترس همه است، اما باید که طرز فکرت، طرز فکرِ فراوانی باشد. بدون هیچگونه فکر کمبود یا محدودیت.

احساس کن که روانت گسترده و گسترده‌تر می‌شود و بگذار که بدون محدودیت فراخ شود، چون محدودیت‌ها در جریان متوالی سَد ایجاد می‌کنند. با محدودیت ترس می‌آید، و با ترس بی‌حرکتی، و وقتی که چیزی بی‌حرکت شود، جریان قطع می‌شود و میمیرد.

همواره جریان را جاری نگهدار. همواره، در تمام رَده‌ها، بخشش و دریافت را زنده نگهدار و ببین که فراوانی بینهایت یعنی چه.

بدان که تو با من یکی هستی، یگانه با تمامی ثروت دنیا و بدان که هیچ چیزی برای خود برداشته نمی‌شود و چیزی انبار نمی‌گردد. همه چیز اینجاست که خردمندانه استفاده شود.

از برکات کامل و خوب من به درستی استفاده کن. به دنبال راهنمایی من باش تا بفهمی که چگونه از چشمه‌های بینهایت من به درستی استفاده کنی.

۲۵ فروردین

مهم است که در هر حالت و زمانی تعادل برقرار باشد و خواهی دید که همیشه تعادل کاملی در هر کاری که زیر راهنمایی من شروع کنی وجود خواهد داشت. برای همین است که باید، بدون پافشاری در چیزی، بگذاری که زندگی خود شکوفا شود، به این ترتیب هیچ چیزی اشتباه و بی‌موقع انجام نمی‌گیرد.

معنی‌اش این نیست که دست روی دست بگذاری و منتظر بمانی که همه چیز خود به خود انجام شود تو باید همواره آماده باشی، باید روانت را بالا نگهداری، باید به پیشواز "بهترین" بروی، باید مطمئن باشی که همه چیز خیلی، خیلی خوب است.

تو باید با ایمان و اطمینانی کامل در انتظار من باشی. باید بدون تردید بدانی که من همواره راهنما و همراه تو هستم. باید بدانی که هر عملت به راهنمایی من و فقط من است، به طوریکه هر قدمت محکم و مطمئن باشد و هر کاری که انجام می دهی در عشق.

چقدر ساده است که به خاطر وضعیت دنیا غرغر کنی و همه را به جز خودت سرزنش کنی. گفتن «چرا کاری نمی‌کنند؟» ساده است. چرا خود تو کاری انجام نمیدهی؟ هیچوقت خودت را عقب قرار نده و فکر نکن که ناتوانی و ازتو کاری ساخته نیست.

تو می‌توانی کمك کنی، از همین الآن میتوانی کمك کنی و میتوانی با منظم کردن خانهء خودت شروع کنی. تو می‌توانی تمام سوء تفاهم ها را برطرف کنی و سعی کنی که تمام بیدادها و ستم ها را جبران کنی. تو می‌توانی روانت را گسترش بدهی تا زندگی را از نقطه دیدِ دیگر و بزرگتری ببینی. می‌توانی یاد بگیری که به بقیه بیشتر احترام بگذاری، بازتر باشی، با محبت‌تر باشی و هر دو روی سکه را ببینی.

تو میتوانی که از همین الآن شروع کنی هرگونه تلخی، انتقاد و منفی‌گرایی را از طرز فکرت بیرون کنی. خواهی دید که با اجرای نقش خودت، با روند دنیا همکاری خواهی کرد.

اما تنها قادر نخواهی بود، با من این کار را انجام بده.

چرا در زندگی کاری را که برایت خوشآیند است، انجام ندهی؟ تا زمانیکه به بقیه افراد ضرری نمیرساند و برای خودت و افرادی که مورد توجهت هستند مفید است، هر کاری را که دوست داری انجام بده. یاد بگیر که کاری را که انجام می دهی به موقع، به طرز درست و بدون تشنج و زحمت باشد.

بچههای کوچك میدانند که چگونه از زندگی لذت ببرند. تبدیل به بچهء کوچکی شو که خودسانسوری نمیشناسد و بدون نگرانی برای خودت و بدون زیرنظر گرفتن خودت، بدون هیچ محدودیتی، یاد بگیر از زندگی لذت ببری.

کارها را به خاطر اینکه فکر میکنی باید انجام شوند، انجام نده. وقتی که کاری از روی اجبار است، تمام شادی و لذت خود را از دست میدهد. یاد بگیر کارها را به خاطر اینکه برایت خوشآیند هستند، انجام بدهی.

هر چه را که برای بخشیدن داری، فقط به خاطر عشق بخشیدن و زندگی، ببخش. و ببین که چگونه زندگی برایت فرق خواهد کرد.

به دنبال ارتباط مستقیم با من باش، آن را پیدا کن و هر چه که در اطرافت رُخ داد، آن را نگه دار. این ارتباط با من، با خدا، سرچشمهء تمامِ قدرت ها است و همان قدرتی است که معجزه می‌آفریند. معجزات، قوانین مینوی من در عمل هستند.

یکسان دانستن خودت با آن چیزی که هر زندگی را همبسته می‌کند، آن چیزی که تمام دانش و تمام قدرت می‌باشد است که درها را باز می‌کند و به قوانین اجازه می‌دهد که در تو عمل کنند.

چرا از دور به تماشای رخ دادن معجزات در زندگی دیگران باشی، در حالیکه معجزات می‌توانند در زندگی تو هم رخ دهند؟

معجزات زمانی رخ می‌دهند که تو خودت را با این قدرت و این یگانگی، هماهنگ کنی و وقتی که بتوانی قبول کنی که قادر هستی هر کاری را از طریق من انجام دهی، چرا که من تو را قوی می‌سازم، پشتیبانی‌ات می‌کنم و در تو و از درون تو فعالیت می‌کنم.

قبول کن که خودت به تنهایی هیچ نیستی، ولی با من، واقعاً می‌توانی هر کاری را انجام دهی، آنگاه معجزه پشت معجزه در زندگی‌ات خواهی دید.

صلح از درون شروع می‌شود، مانند یك هستهء کوچك که در انتظار روییدن و جوانه زدن است. صلح در عمق هر وجدان وجود دارد. او به شرایط و محیط مناسب و به رسیدگی درست احتیاج دارد تا بتواند رُشد کند.

آرام باش و شرایط مناسب را به وجود آور. آرام باش و به او فرصتی بده تا بتواند ریشه بگیرد. یکبار که جا افتاد خودش به رشد ادامه می‌دهد اما در شروع کار حساس است و احتیاج به محبت دارد.

پس به این ترتیب، تو در خودت کلید صلح جهانی را داری. وقتت را به تماشای هرج و مرج و شلوغی دنیا تلف نکن، بلکه شروع کن به نظم دادن درون خودت.

به آرامی به اِرادهٔ من بپرداز. احتیاجی نیست که در مورد آن حرف بزنی، فقط به سادگی آن را زندگی کن. دَرهمی و شلوغی زندگی خودت را به صلح و آرامش تبدیل کن و عضو مفیدی برای جامعه و دنیایی که در آن زندگی میکنی بشو.

با خودت، جایی که می‌دانی کاری از دستت برمی‌آید شروع کن، سپس به بیرون پیش برو.

۳۰ فروردین

وقتی که زندگی از تو می‌خواهد که عوض شوی، به روشنی ببین که چه باید کرد و با علم به اینکه هر تغییری به بهتر می‌انجامد، بدون هیچ مقاومتی تغییر کن.

تغییر همیشه ساده نیست. مخصوصاً برای کسانیکه فکرها و طرز دیدشان را محکم چسبیده‌اند. باید آماده باشی تا از تفکراتِ راحت و جا افتاده، یکی پس از دیگری بگذری تا اینکه کاملاً آزاد و باز باشی برای دریافت چیزی که کاملاً جدید و مختلف است.

خیلی‌ها پس از دریافت چیز جدیدی، به آن می‌چسبند و نمی‌خواهند که رهایش کنند. چرا آن را فقط مانند قدمی به جلو نبینی، قدمی به سوی الهامات بزرگتر و شگفت‌انگیزتری که در انتظار این هستند که تو برایشان جا باز کنی؟

نمیتوان ظرف پُری را پُر کرد، باید اول آن را خالی کرد. تو نمی‌توانی مستقیم وارد جدید شوی وقتی که هنوز درگیر قدیمی هستی و از آن دل نِمیکنی.

پس عوض شو و زود عوض شو، چون من به تو احتیاج دارم.

هر کاری را که می‌خواهی شروع کنی، آن را در حمایت من انجام بده. هیچوقت عجولانه بدون رَحمت من دست به کاری نزن. در سکوت برو، احساس کن که صلح و آرامش تو را در بر می‌گیرند و در این آرامش کامل، رَحمت مرا درخواست و دریافت کن. آنگاه با اطمینان و ایمانی کامل، به پیش برو و کاری را که باید انجام بده. بدان که من در تمام راه با تو هستم و همه چیز عالی انجام خواهد شد.

هر چقدر کاری که باید انجام بدهی بزرگتر باشد، احتیاجت به رحمت من بیشتر است. چرا با داخل کردن من در هر قسمت کوچك زندگی‌ات و با همراه کردن تدریجی من در هر ترازِ کوچك و بزرگ زندگی‌ات، شروع نکنی، تا اینکه در آخر، دیگر هیچ قدمی را بدون جستجوی حضور و رحمت من بر نداری؟

آماده باش تا در وضعیت‌های به ظاهر غیرممکن، قدم‌های بزرگی برداری. اما نترس، چون من در جلوی تو حرکت میکنم تا راه را برایت هموار سازم.

روانت را بالا نگهدار، با من در تماس بمان و کاملاً در هر کاری که پیش میگیری بدون هراس باش.

اول اردیبهشت

در این دنیا هر کسی جایی دارد، تو باید به دنبال جای خود و نقش خود باشی. اگر از مسئولیت نوآوری می‌ترسی، سعی در نگه داشتن کسانیکه اِرادهٔ آن را دارند، نکن.

متوجه بشو که روان‌هایی که آماده و الهام یافته این کار شده‌اند، آن را انجام خواهند داد.

جای خودت را در نقشه کُلی پیدا کن و ناراحت نشو اگر که در خط اول نیستی. به خاطر داشته باش که همه جور آدمی برای تشکیل يك کُل لازم است. به سادگی کار معین خودت را قبول کن و بگذار که روان‌هایی که در وضعیت مسئول و فرمانده قرار گرفته‌اند به پیش بروند. تمامی حمایت و صداقتت را به آنها بده، چرا که به آن احتیاج دارند و قدرش را می‌دانند

قلبت را در عشقی عمیق و شکرگزاری کامل در مقابلشان بالا ببر و همواره بهترینِ خودت را اِهدا کن.

۲ اردیبهشت

چند دفعه شنیده‌ای که میگویند چقدر زمان زود می‌گذرد!

وقتی که پر از شادی و خوشحالی هستی که "بهترینِ" خودت را می‌دهی. وقتی که برای دیگران زندگی میکنی و قلبت نگران تمامی است، زمان به سرعت می‌گذرد و هر لحظه‌اش را زندگی میکنی.

تو در زمان زندگی میکنی، اما لازم نیست که بگذاری که باری بر دوشت شود و خفه‌ات کند. برای همه چیز وقت هست، برای تمام کارهایی که میخواهی انجام بدهی وقت هست، چون وقتش را پیدا خواهی کرد.

همه همان اندازه وقت دارند، ولی نحوهٔ استفاده از آن است که مهم است، پس هیچ‌وقت گله نکن که دیگری وقتِ بیشتری دارد. هیچ‌وقت بردهٔ زمان نشو بلکه آنرا به خدمتت در آور.

تو باید تصمیم بگیری که چه‌کاری می‌خواهی انجام بدهی و دست به کار شوی، آنوقت خواهی دید که زمان کافی برای آن داری.

به من نزدیك شو و من به تو نزدیك خواهم شد. دست خود تو است که با ارتباط مستقیم با من، اولین قدم را در راه درست برداری، آنگاه بقیه‌اش خود خواهد آمد. هر کسی روش خودش را خواهد داشت، تنها چیزی که مهم است این است که قدم برداری، حتی قدم‌های لرزان. بدان که وقتی قدم اول را برداشتی، قدم‌های بعدی قوی‌تر و مطمئن تر می‌شوند.

زمانیکه اِرادهٔ مرا انجام می‌دهی شاهد معجزه پشت معجزه خواهی بود و قوانین مرا که شِکل می‌گیرند خواهی دید. اگر انتظار وقوع بهترین را داشته باشی و آن را به خودت جذب کنی، ایمان و اعتقادت قوی و تزلزل ناپذیر خواهند شد.

نه فقط یکبار بلکه بارها و بارها این را مشاهده کن تا اینکه دیگر به شگفتی راه من شك نکنی و تا اینکه تمام ایمان و اطمینانت را در من بگذاری و به من اجازه بدهی که افسار را به دست گیرم و تمام زندگی‌ات را هدایت کنم.

آیا از قدرتت خارج است که بعضی‌ها را دوست داشته باشی؟

اول از تنفر به آن‌ها دست بردار. دیگر انتقادشان نکن و نسبت به آن‌ها بی‌تحمل نباش. این می‌تواند اولین قدم تو در راه دُرُست باشد. سپس، به تدریج وقت بگذار تا با آن‌ها آشنا شوی و ببینی که چگونه عمل می‌کنند و ببین که چه چیزی در تو این جدایی را بین شما بوجود آورده. دردرون خودت نگاه کن و آن چیزی را که بین شما بد گذشته را نمایان کن و هیچوقت به هیچ عنوان تقصیر را بر گردن کسی به جز خودت نینداز.

وقتی که بتوانی با خودت و کمبودهای خودت روبه‌رو شوی، می‌توانی بهترین راه‌حل را برای مشکلاتت پیدا کنی و قبل از اینکه متوجه شوی، رفتارت و ارتباطت با همه عوض شده است.

همیشه میتوانی کاری در حال حاضر انجام دهی، پس چرا شروع نکنی به جای اینکه منتظر شوی تا دیگری قدم اول را بردارد؟

من باید به تو اجازه دهم که در زندگی‌ات پشت سر هم اشتباه کنی. اما زمانیکه قبول کنی که اشتباه کردی و کمك مرا بخواهی، من همواره با تو هستم تا کمکت کنم و راه را نشانت بدهم.

اما کارت را به جای تو انجام نخواهم داد. باید یاد بگیری که خودت کارِ خودت را انجام بدهی. این زندگی برای کسانی نیست که ضعیف هستند، بلکه برای کسانی است که قوی هستند و به خودشان اطمینان دارند، کسانیکه می‌خواهند جواب‌ها را پیدا کنند و حاضرند همه چیز را به خاطر آن بدهند، هر چقدر که قیمتش باشد.

آیا از اشتباه کردن می‌ترسی؟ آیا می‌ترسی در زندگی گم بشوی؟ تا زمانیکه پایت می‌رسد هیچ وقت شنا کردن یاد نخواهی گرفت و هیچوقت رشد معنوی نخواهی داشت اگر که روی پای خودت نایستی.

از هیچ چیز نترس، بلکه در ایمان و اطمینانی کامل پیش برو، کاری را که فکر می‌کنی درست است، انجام بده و هرگونه انتقادی را نادیده بگیر. با دانش درونی‌ای که از من سرچشمه می‌گیرد راهنمایی شو.

٦ اردیبهشت

چرا با تماس با من در لحظه بیدار شدن، از امروز روزی شاهکار نسازی؟ چرا قلبت را از عشق و سپاس در مقابل این روز جدید با انتظار بهترین و والاترین پُر نکنی؟

وقتی که اولین لحظات یك روز شاد هستند و بالایت می‌برند، خواهی دید که همین روند ساعت‌ها ادامه خواهد داشت و خواهی دید که شادی و آرامش در تمامی مدت روز همراهت خواهند بود.

و وقتی که با روانی خسته، سنگین و افسرده بیدار شوی هم این حالت را تمام روز با خودت خواهی داشت، مگر اینکه واکنش نشان بدهی.

برای به دست آوردن صلح کامل قلب و روان مرا خدمت کن. این حالت صلح کامل فقط زمانی می‌آید که تمام گرفتاری‌ها و ناراحتی‌هایت را بر دوش من بگذاری و تنها خواستت انجام اِرادهٔ من باشد و قدم برداشتن در را هِ من.

۷ اردیبهشت

چرا در این زندگی انسان مثبتی نباشی که همواره منتظر بهترین است، همواره بهترین را پیدا میکند و همواره بهترین را به وجود می‌آورد؟

طرز فکر مثبت به قدرت می‌رساند و طرز فکر منفی به ضعف و شِکست. بگذار که قدرت روان در تو و از تو بدرخشد و در اطرافت دنیایی از زیبایی، صلح و هماهنگی بوجود آورد.

زمانی‌که دیدت به زندگی مثبت است، تمام اطرافیانت را بالا می‌بری، به آن‌ها اُمید، ایمان و اطمینان به زندگی می‌دهی. همیشه خواهی دید که همنوعان با هم جمع می‌شوند و مثبت‌گرایی تو دید مثبت بوجود می‌آورد و همه‌گیر می‌شود.

همیشه در زندگی اُمید وجود دارد، حتی اگر شروع آن شعله‌ای لرزان بیش نباشد. اگر این شعله کوچك در محیطی درست با عشق و امید در بَر گرفته شود، شعله‌ور خواهد شد. بزرگ و بزرگتر خواهد شد تا اینکه با شعلهء روان که خاموش نشدنی است، بسوزی.

یکبار که روشن شود هیچ چیزی نمی‌تواند جلوی گسترشش را بگیرد.

۸ اردیبهشت

آسان نیست که وقتی کسی به تو ضربه می‌زند – با حرف یا عمل – گونهء دیگرت را به پیش آوری. عکس‌العمل فوری، جواب ضربه را دادن است، اما همینجا است که باید با دقت مواظب واکنش‌ها بود و آن‌ها را مَهار کرد.

کسانی‌که نظم شخصی (اتو دیسپلین) را یاد نگرفته‌اند، ضربه را با ضربه پاسخ خواهند داد و به خود حق خواهند داد و سپس از خود خواهند پرسید که چرا در دنیا این همه آشوب وجود دارد.

آن‌ها آن‌قدر کور هستند که برایشان ممکن نیست متوجه شوند که تا زمانیکه کاملاً طرز دید خود را عوض نکنند و شروع به دوست داشتن همسایه خود – مثل خودشان – نکنند، نمی‌توانند انتظار داشته باشند اتفاقات دنیا را عوض کنند.

هر چقدر عشق و ارادهٔ نیك بیشتر باشد، تغییرات سریع‌تر خواهند آمد. اما همه چیز در تو شروع میشود. پس هرچه زودتر متوجه این موضوع بشوی، زودتر تغییرات در اطرافت و همچنین در دنیا رخ می‌دهند.

چرا از همین الآن حرکتی به این سو شروع نکنی؟

خودت را به روی جریان عشق مینوی و نور مینوی من باز کن. درهای قلبت را باز کن و به هیچ چیز اجازه نده که این جریان را مسدود کند. این درها را کاملاً باز بگذار تا که عشق و نور بتوانند آزادانه در تو و از تو جریان داشته باشند تا نیروی زندگی همیشه خوب در تو وجود داشته باشد.

اگر که درهای قلبت بسته باشند و جریان عشق و نور قطع شود، تمام زندگی‌ات راکد می‌شود و ... هیچ چیزی در یك مرداب زندگی نمی‌کند. برای همین تو باید که هوشیارانه این درها را کاملاً باز نگهداری و همواره از من، سرچشمهء هر زندگی، سیراب شوی تا اینکه هیچوقت قلبت خشك و بی‌حرکت نشود.

رودی که از چشمه‌اش دیگر دریافت نکند خشك می‌شود. تو هم اگر دیگر از من خودت را سیراب نکنی، خیلی زود خشك و بی‌حاصل می‌شوی. پس همواره کاملاً از من آگاه باش و همواره نیروی زندگی‌ات را از من بگیر.

تو انتخابت را هر روز، هر ساعت و هر دقیقه انجام می‌دهی.

۱۰ اردیبهشت

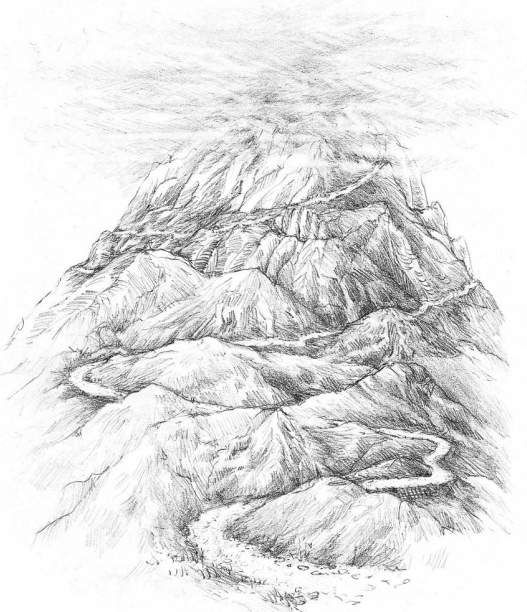
اِهدا کردن، شادی بزرگی است. به تدریج که یاد می‌گیری از صمیم قلب موهبت‌ها و استعدادهایت را بخشش کنی – هر کسی موهبت‌ها و استعدادهای زیادی در درجات مختلف دارد – بزرگتر و زیباتر میشوی. اگر که طبیعتی شاد و با نشاط داری که هر کجا میروی می‌درخشد، همان هزار برابر به تو برمی‌گردد، چرا که همه به چنین طبیعتی جواب می‌دهند.

همیشه به خاطر داشته باش که: "همانی را که کاشته‌ای دِرو خواهی کرد." اگر که انتقاد، بی‌تحملی، نادرستی و منفی‌گرایی کاشتت باشد، همین‌ها را هم دِرو خواهی کرد، چرا که چیزهایی خواهند بود که به خودت جذب میکنی.

چرا از همین الآن شروع به پخش بذرهای شادی، خوشحالی، عشق، محبت و تفاهم نکنی تا ببینی که چه فایده‌ای برایت دارد؟

دیدت به زندگی تغییر خواهد کرد و خواهی دید که به خودت بهترین زندگی را جذب می‌کنی.

شادی‌ای را که می‌دهی به وسیلهء تمام اطرافیانت منعکس خواهد شد، چرا که همه کسی را که شادی می‌دهد دوست دارند و به آن جواب می‌دهند!



تصویر اردیبهشت

کوهی که قلهء آن را ابر گرفته بود به من نشان داده شد.

انسان‌های بسیاری را دیدم که از آن بالا می‌رفتند، اما وقتی که به قسمت ابر گرفته می‌رسیدند، دو دل می‌شدند و مثل اینکه می ترسیدند که آن را رَد کنند.

شنیدم:

نترس. از میان ابر نادانی بگذر و وارد نور شکوهمند خورشید شو و هوشیار از واقعیت و وجود مینوی من باش، چرا که من همه جا هستم.

هیچ جایی نیست که من آنجا نباشم.

درهای بزرگی روی لولاهای کوچك می‌گردند. اتفاقات شگفت شروع کوچکی دارند. من این را به تو می‌گویم، چیزی که در Findhorn* به این کوچکی شروع شده، بزرگ می‌شود و گسترش می‌یابد و تبدیل به حرکتی جهانی می‌شود. یك الهام تبدیل به یك دگرگونی می‌شود. راههای من عجیب و شگفت هستند و مانند راههای شما نیستند. در راه من با ایمان و اطمینانی کامل پیش برو و گسترش شگفتی و شکوه مرا ببین. بهار عصر جدید این جاست، در هماهنگی کامل، با زیبایی و فراوانی شکوفا می‌شود و هیچ چیز نمی‌تواند جلوی آن را بگیرد.

زمان و فصلی مناسب برای هر چیزی وجود دارد و حال زمان مناسب و فصلی مناسب برای تولد عصر جدید است. پس گذشته را پشت سر بگذار و ببین که در این روز زیبای جدید من برای تو چه دارم. ببین که تمام قول‌های شگفت من به تو تحقق می‌یابند و همواره برای همه چیز شکرگزار باش. همواره تصویر آسمان جدید و زمین جدید را پیش رو داشته باش.

- محلی که "صدای کوچک" در آنجا نوشته شُد

بدون عشق در قلبت، نمی‌توانی این راه معنوی را طی کنی، چرا که عشق کلید است. عشق راه را نشان می‌دهد. عشق خود راه است!

در مورد آن حرف زدن، وقت تلف کردن است. آن را زندگی کن به طوریکه زندگیت نمایش آن باشد. با جاری کردن عشق بر روی همنوعانت، کاملاً خودت را فراموش کن.

هر چقدر آن‌ها را بیشتر دوست داشته باشی، مرا بیشتر دوست داری. دیگران را قبول کردن کافی نیست، عشقِ واقعی لازم است.

عشق هیچوقت تصاحب نمی‌کند و مالك نمی‌شود. عشق، کسانی را که دوست داریم آزاد میسازد.

نمی‌توانی انتظار داشته باشی که به کسی کمك کنی اگر که او را زندانی سازی، باید هر کسی کاملاً آزاد باشد تا خودش را پیدا کند و با راهنمایی من زندگی خودش را بکند. زمانیکه کسی را مال خود بدانی و به نحوی او را زندانی سازی، جلوی پیشرفت معنوی‌اش را می‌گیری و این کاری است که هیچوقت نباید انجام دهی چون مسئولیت سنگینی بر دوشت خواهد گذاشت.

آزادی فکری برای همه ضروری است.

۱۳ اردیبهشت

وقتی که رفتارت مثبت باشد، می‌توانی فراسوی اولین احساس تا عمقِ چیزها را ببینی. به روشنی احتیاجاتت را ببین و بدون تردید بدان که به همه آن‌ها جواب داده می‌شود و سپاسگزار باش که چنین است. هیچوقت فراموش نکن که قدردانی‌ات را نشان بدهی. قانون قدردانی برای هر چیزی یك قانون اساسی معنوی است.

آیا می‌توانی واقعاً برای هر چیزی سپاسگزار باشی؟ آیا می‌توانی در هر وضعیتی خوبی آنرا ببینی؟ من می‌خواهم که تو سعی کنی بیشتر و بیشتر این قانون را در زندگیت عملی سازی، مخصوصاً زمانیکه با وضعیتی به ظاهر خیلی سخت روبه‌رو هستی. آن را به راستی و از روبه‌رو نگاه کن و وقتی که این کار را کردی، خواهی دید که نگاهت نسبت به آن کاملاً تغییر کرده.

چیزی که با نگاه اول یك بدبختی بود، حال تبدیل به شانسی شده و تو مُصمم خواهی شد که از آن یك پیروزی بسازی و از آن بهترین را به دست آوری.

کاملاً آسوده باش. خودت را در فهمیدن چیزی که فرای فهمت است، خسته نکن. اگر من بخواهم چیزی را به تو برسانم، بدون زحمت خواهد بود، چرا که آن را با نور حقیقت نورانی خواهم کرد. آن به تو الهام خواهد شد، به طوریکه هیچ تردیدی در معنایش نخواهی داشت.

وقتی میگویم که زندگی بدون زحمت است، دقیقاً چیزی است که می‌خواهم بگویم. نباید در زندگی بیش از حد کشمکش و تکاپو وجود دشته باشد. چطور میتوانی انتظار داشته باشی که در آرامش باشی در حالیکه همواره در جدال و زحمت هستی؟

بگذار که آرامش من که فرای هر فهمی است تو را پر کند و در بَرَت گیرد. چرا که زمانیکه در درون خودت در آرامش هستی، این آرامش را به بیرون منتقل می‌کنی و تمام کسانیکه با آن‌ها برخورد میکنی این آرامش را احساس خواهند کرد.

که هیچ چیزی آشفته و ناامیدت نسازد! فقط بدان که همه چیز در دست من است و همه چیز کاملاً خوب است. پس قلبت را در عشقی عمیق بالا ببر و با شکر و سپاسی عمیق، امروز، در آرامش به پیش برو.

فراوانی طبیعت و زیبایی را در اطرافت ببین و مرا در هر چیز بشناس. چند دفعه در روز، در حالیکه اینطرف و آن طرف می‌روی، شگفتی‌های اطرافت را نگاه میکنی و برای آن‌ها شکر می‌کنی؟

اکثر وقت‌ها آن‌قدر عجله داری که قسمت بزرگی از آن‌ها را رَد می‌کنی و فراموش می‌کنی که از این شگفتی‌ها و زیبایی‌ها خودت را پُر سازی تا روانت را بالا ببرند و سیراب سازند. باید که چشم‌ها را باز کرد، حساس و با دقت بود. از همین الآن شروع کن تا هر چه بیشتر نسبت به چیزهای مهم زندگی با دقت باشی، چیزهایی که قلب را خشنود می‌سازند، روح را سیراب می‌سازند و روان را بالا می‌برند.

هر چه بیشتر زیبایی جذب کنی، بیشتر می‌توانی زیبایی را بدرخشانی. هرچه بیشتر عشق جذب کنی، بیشتر عشق برای دادن داری.

دنیا بیشتر و بیشتر احتیاج به عشق، زیبایی، هماهنگی و تفاهم دارد و تو کسی هستی که برای دادن این‌ها ساخته شده.

چرا همین الآن قلبت را باز نکنی و این کار را انجام ندهی؟

وقتی که زندگیت درهم و بی‌نظم است، از خودت راضی نباش، بلکه به دنبال این باش که از درون راهنمایی شوی و آماده باش که کمکی را که از بیرون به تو میرسد قبول کنی.

در موارد زیادی، من باید از کانال‌های خودم استفاده کنم تا بر وضعیتی نور بفرستم، مخصوصاً وقتی که نکته‌های تاریکی وجود دارد و یا این‌که تو زیاد از حد نزدیك به وضعیت هستی تا بتوانی خود دید روشنی از آن داشته باشی. این مواقع، آماده باش تا کمکی را که از بیرون می‌آید قبول کنی.

اما منظور این نیست که هر زمان که مشکلی داشتی به کس دیگری متوسّل شوی. مهم است که یاد بگیری بر روی پاهای خود بایستی. فکر کنی و هر دفعه که امکان دارد، درونا جستجو کنی. نباید از نظر معنوی تنبل باشی و برای چیزهایی که می‌دانی خود باید به آن‌ها پی ببری، بر روی دیگران حساب کنی.

سکوت را پیدا کردن و به درون خود رفتن، احتیاج به زمان و شکیبایی دارد. اما تو نمی‌توانی انتظار رشد معنوی داشته باشی اگر که این را به تجربه نگذاری.

۱۷ اردیبهشت

مرکز خودت را به آرامی یك دریاچه نگهدار تا بتوانی "بهترین" را بدون هیچ لرزشی منعکس کنی، آنگاه خواهی توانست این بهترین را به خارج بتابانی.

به هیچ چیزی اجازه نده که ناامید و یا نگرانت کند، تنها بدان که همه چیز به کمال انجام می‌شود، اتفاقات را همان‌طور که رخ میدهند، بدون نگرانی، قبول کن. یاد بگیر که به خودت بخندی، مخصوصاً زمانیکه زیادی جدی شده‌ای و کارهای این دنیا بر دوشت سنگینی می‌کنند.

وقتی متوجه شدی که زیادی جدی شده‌ای، رها کن، آرام بگیر و شروع کن از زندگی لذت بردن و خواهی دید که زحمت و تکاپو ها از بین خواهند رفت. اگر می‌بینی که از سنگینی بار بر دوشت ناراحت هستی، آن را فوری بر زمین بگذار، استراحت کن و آرام بگیر.

خواهی دید که در این حالت آسودگی و آرامش خیلی بیشتر از دستت برمی‌آید تا زمانی‌که مانند کِشی تا حد پاره شدن کشیده شده است، باشی.

این زندگی معنوی برای کسانی است که کاملاً خودشان را وقف کرده باشند، چرا که به غیر از این، در میان راه شکست خواهی خورد. تأثیرهای زیادی در زندگی می‌توانند به راحتی تعادلت را بر هم زنند، مگر اینکه فقط در یك مسیر حرکت کنی و کاملاً وقف شده باشی.

یك زندگی کامل و شگفت را باید تماماً زندگی کرد، نمی‌شود که فقط گاهی اوقات باشد. تو باید که همواره، شب و صبح، آماده باشی، حواست جمع باشد و با یك علامت عمل کنی، بدون هیچ فکر و یا نگرانی برای خودت.

بعضی وقت‌ها باید با ایمان و اطمینانی کامل، حتی بدون دانستن دلیل آن، به پیش بروی. باید که با الهام عمل کنی و زمانیکه این‌طور عمل کردی، ممکن است که به نظر بیاید که هیچ معنی و مفهومی در کارت نیست. اما وقتی که می‌دانی کاری درست است، برو و آن را انجام بده و بدان که تمامی نیروهای روشنایی با تو خواهند بود، چرا که من با تو هستم.

در مسیر جریان حرکت کن و نه بر ضد آن! وقتی که احساس کردی که دگرگونی لازم است، خودت را آماده کن و سعی نکن که با آن مقابله کنی. کاملاً نرم باش، باز باش و نگذار که رفتارت – همانی که برای پدر و مادرم خوب بود، برای من هم کافی است – باشد. تغییرات با این رفتار سازگار نیستند و تغییرات باید که انجام بگیرند.

جدید نمی‌تواند در قالب قدیمی جا بگیرد، چرا که جدید از قدیمی فراتر رفته و احتیاج به جای بیشتری دارد. تو با رُشد کردن همراه آن می‌توانی جای بیشتری به جدید بدهی. احتیاج به روند دردناکی نیست، وقتی که مقاومتی نباشد.

وقتی گیاهی از کمبود جا دیگر رشد نمی‌کند، باید گلدانش را عوض کرد. وقتی روانت از طرز فکرهای قدیمی فراتر می‌رود، احتیاج دارد به او اجازه بدهی که در زمینه‌های جدید گسترش پیدا کند.

این روند می‌تواند به طور طبیعی انجام گیرد و هیچ احتیاجی به ترس و نگرانی نیست.

فقط به سادگی آرام بگیر و احساس کن که دگرگون و شکوفا می‌شوی – به همان سادگی که تنفس می‌کنی – وقتی که از قدیمی به جدید وارد می‌شوی.

۲۰ اردیبهشت

هیچوقت فراموش نکن که برای هر درسی که فرامیگیری تشکر کنی، هر چقدر هم که آن درس برایت سخت باشد. متوجه باش که فقط بهترین نتیجه هر کدام از تجربه هایت خواهد بود، و متوجه بشو که هر مشکل تنها قدمی در راه است.

درسهای مهمی باید که فراگرفته شوند، و هر چه که آنها را سریعتر یاد بگیری بهتر خواهد بود. هیچوقت سعی نکن که از آنها فرار کنی و یا نادیده شان بگیری، فقط آنها را همانطور که هستند قبول کن و با صداقت با آنها روبرو شو.

هیچوقت مانند سوزن گرامافونی که در همان خط صفحه گیر کرده است و همواره همان اشتباهات را تکرار میکند نباش.

اگر بخواهی عوض شوی، میتوانی عوض شوی.

اگر بخواهی طور دیگری باشی و زندگی پیروزمندانه ای داشته باشی کافی است که تصمیم بگیری و همانطور عمل خواهی کرد.

چرا از همین الآن بهترین را در زندگی نبینی و آنرا همانطور که شایسته است دوست نداشته باشی؟

۲۱ اردیبهشت

من سرچشمه همه چیز هستم.

من سرچشمه انبارهای نعمت هستم. فراوانی و نعمت فکرت باشد و حتی یك لحظه فکرت کمبود یا فقر نباشد.

اگر محدودیت فکرت باشد، آن را بوجود میاوری و به خودت جذبش میکنی. و قبل از اینکه متوجه شوی، جلوی روند آزاد فراوانی های بی حد مرا گرفته ای.

دفعه بعدی که از کمبودی ناراحت شدی، بقیه را ، وضعیت را، و جو حاکم را محکوم نکن، بلکه وقت بگذار و درون خودت را نگاه کن تا ببینی آنچه را که باعث این گیر شده است.

آیا ترس از محروم شدن از چیزی است؟

ترس سریع تر از هر چیز دیگری راههای فراوانی را مسدود میسازد. تمام ترسها و نگرانیهایت را به من واگذار کن و اجازه بده که من حمایتت کنم.

بگذار که من از نیرو و قدرت، ایمان و اعتقاد پُرت کنم.

زمانیکه که ارزشهای معنوی ات درست باشند، خواهی دید که بقیه زندگی خودش به نهایت کمال جا خواهد گرفت.

نمی توانید مرا بشناسید، در راه من قدم بردارید و اراده مرا انجام بدهید، اگر که مرا دوست نداشته باشید.

و نمی توانید مرا دوست داشته باشید مگر اینکه همدیگر را دوست بدارید. انسانهای زیادی از عشقشان به من حرف میزنند در حالیکه نمی دانند که خودشان و همنوعانشان را دوست داشتن یعنی چه.

کلید همه چیز همیشه عشق است و مهمترین درس برای فراگیری، دوست داشتن است. تو باید یاد بگیری کاری را که انجام می دهی دوست داشته باشی، کسانیرا که با آنها هستی دوست داشته باشی، و حتی زمینی که بر آن قدم میگذاری دوست داشته باشی.

تمام چیزهایی را که چشمانت میبینند دوست بدار. خوش داشتن چیزها کافی نیست، باید دوست بداری و با تمام قلبت دوست بداری.

خوب است که هر چند مدت خودت را نگاه کنی و ببینی که چه عشقی در تو است. زندگی هر روزت را نگاه کن و ببین که چه عشقی در کارهایی که انجام می دهی، در حرفها و فکرهایت میگذاری.

۲۳ اردیبهشت

از بقیه برای خودت مثال ساختن دست بردار، و وقت بگذار تا در خودت جستجو کنی، و پیدا کنی که من چگونه به تو احتیاج دارم و تو چگونه بطور عالی در تصویر کلی جا میگیری. هیچوقت بیجا و بیموقع و بدون هماهنگی قرار نگیر.

زمانیکه بتوانی خودت باشی، هر گونه نگرانی و تشنج از بین میرود چرا که دیگر سعی در بودن چیز دیگری بجز خودت نیستی. در واقع، آنگاه دیگر سعی در بودن نخواهی داشت و فقط هستی.

در اینصورت در درونت، در آرامشی کامل هستی و این آرامش به بیرون منعکس می شود. علم، آرامش و آسودگی از تو منعکس می شود. هر کجا که بروی محیط دوستی را بوجود می آوری و تو شانس و کمکی برای کسانی هستی که با آنها برخورد می کنی، آنها را بالا می بری و صلح و هماهنگی را در دنیای اطرافت بوجود می آوری.

قلبت را بالا ببر و همواره شکر گزار باش چرا که من راه را برایت نمایان می کنم.

اگر با دقت بگردی، بدون شك یکی بودن با مرا، سرچشمه هر زندگی، پیدا می کنی. اما باید که برای گشتن وقت بگذاری. این چیزی است که حاضر و آماده برایت اتفاق نمی افتد مگر اینکه در تو خواست عمیق شناخت من و شناخت حقیقت وجود داشته باشد، و آنقدر بگردی تا معنی آنرا برای خودت پیدا کنی.

این تجربه عمیق شناخت معنوی فقط به انسانهایی میاید که میخواهند بدانند. پس هیچوقت سطحی در تجربیات معنوی بازی نکن. فقط به تو بستگی دارد که به پیش بروی و تجربه درونی آنرا بیابی.

چقدر زندگی خالی و پوچ است تا زمانیکه آنرا واقعاً زندگی نکنی، تا زمانیکه همه چیز را به تجربه نگذاری تا ببینی که آیا این زندگی معنوی واقعاً عملی است و ارزش زندگی کردن را دارد یا نه.

همین الان کاری در این مورد نجام بده. زندگی معنوی سطحی به درد نمی خورد، بگذار که معنویتت زندگی کند و برای همه نمایان باشد.

حال بگذار که من ببینم که واقعاً زندگی میکنی.

به خودت و به قدرت خودت در انجام کارها و به کمك من، ایمان داشته باش. در اینصورت هر کاری که در این زندگی شروع کنی در نهایت کمال و شادی به اتمام خواهد رسید.

زندگی اینجاست که از آن بهره مند شوی. پس چرا آنرا با بی حالی و مثل اینکه کاری سنگین بر دوش داری طی میکنی؟

حتی اگر در زندگی مسئولیتهای بزرگی بر دوش داری. لازم نیست که آنها بر تو سنگینی کنند اگر که رفتارت نسبت به مسئولیتهایت مثبت باشد، با علم بر اینکه در انجام آنها تنها نیستی میتوانی آنها را از صمیم قلب دوست داشته باشی.

چرا که من اینجا هستم و میتوانی همه چیز را با من در میان بگذاری. تو هیچوقت تنها نیستی. هر چه زودتر اینرا قبول کنی و اهمیت آن را دریابی، زودتر رفتارت در مقابل هر کدام از کارهایت عوض خواهد شد و زودتر قادر خواهی بود که با هر وضعیتی خودت را سازش دهی و قادر خواهی بود که هر کاری را که انجام می دهی دوست بداری.

طوری باش که حرفهایت و خواسته های قلبیت همواره لایق تو باشند. بهتر است که سکوت کنی و حرفی نزنی، تا اینکه بگذاری کلماتی که به محض گفته شدن باعث ناراحتی ات بشوند از لبانت خارج شوند.

حرف زدن بدون تفکر ممکن است باعث ناراحتی بی دلیل شود، پس یاد بگیر که زبانت را کنترل کنی و آنرا در دهانت بچرخان قبل از اینکه حرف بزنی.

یك جمله زخم زننده گفتن یك لحظه بیشتر طول نمیکشد، اما درمان این زخم احتیاج به زمان بسیار دارد.

اگر یاد بگیری که همه چیز را برای شکوه و جلال من انجام بدهی هیچوقت سردرگم نخواهی شد.

اگر فقط زمان بگذاری و حوصله به خرج بدهی آتش الهی را درون هر کسی خواهی دید. آنگاه برایت ممکن خواهد بود که این آتش را شعله ور سازی و هیچوقت سعی در خاموش کردن آن با انتقاد و تبعیض نخواهی داشت.

خواهی فهمید که تمام انسانها برای من برابر هستند.

هر چیزی جزئی از "تمام" است و توهم جزئی از تمام هستی. زمانیکه کاملاً این موضوع را فهمیدی و قبول کردی دیگر هیچوقت احساس جدایی نخواهی کرد. دیگر هیچوقت نخواهی توانست از این یگانگی خودت را جدا کنی چرا که زندگی کردن و تجربه کردن، به آن زندگی، قدرت و واقعیت میدهد.

از همین الان چیزهایی را که فرا گرفته ای زندگی کن و به اجرا بگذار و دیگر درسهایی را که فراگرفته ای مانند کلماتی خالی بدون واقعیت در خودت رها نکن . بذری که کاشته نشود و به آن رسیدگی نشود رشد نمی کند.

یك روان گسترش نمی یابد، بزرگ نمی شود و حقیقت خود را در نمی یابد اگر در محیط درست با عشق و تفاهم همراهی نگردد.

فقط در این محیط است که اتفاقاتی انجام میگیرند و خیلی سریع تغییراتی رخ میدهند.

قدیمی در مقابل روشنایی شگفت "جدید" محو میشود و گسترش خود آگاه بدون هیچگونه مانعی انجام میگیرد.

با دیگری طوری عمل کن که میخواهی با تو عمل شود. سر فرصت به این قانون فکر کن و آنگاه بگذار که اعمالت را هدایت کند. همینطور که این قانون را به اجرا بگذاری، خواهی دید که خود خواهی و نگرانی برای خودت از بین میرود ومحبت به همنوعانت در جایگاه اول قرار مي گیرد

زمانیکه برای دیگران فکر و زندگی کنی است که آزادی واقعی و شادمانی واقعی را پیدا خواهی کرد.

زمانیکه در این طرز فکر والا هستی، هر چیزی ممکن است اتفاق بیفتد چرا که زندگی میتواند بدون مانع جریان داشته باشد.

دیدن موانع را قبول نکن، فقط فرصت ها را ببین! اگر اشتباه کردی خودت را در راه درست بگذار و از هر چیزی درس بگیر. هر مشکلی راه حلی دارد، آنقدر جستجو کن تا آنرا پیدا کنی. اگر با پشتکار جستجو کنی هر جوابی را حتماً پیدا خواهی کرد.

اما بخاطر داشته باش که هیچ چیزی حاضر و آماده بدستت نخواهد رسید اگر که سهم خودت را اجرا نکنی و کاری را که باید انجام ندهی.

من به انسانهایی که همکاری میکنند کمك میکنم.

۲۹ اردیبهشت

دیروز را پشت سرت رها کن و وقتت را دیگر با فکر کردن در مورد اشتباهات و شکستهای قدیمی هدر نده تا روزت را خراب نکنی.

برای این روز جدید بدون تیرگی شکر کن. این روز پاك و شگفت است و تنها دست تو است که همینطور آن را نگه داری. فقط به تو بستگی دارد که با قدمی محکم و با ایمان و اطمینانی کامل به اینکه روز شگفتی خواهد بود، وارد آن شوی.

همه چیز بطور عادی جا خواهد گرفت و بطور هماهنگ باز خواهد شد.

با لذت و شادی با تمام کسانیکه با آنها برخورد خواهی کرد حرف خواهی زد و هیچگونه فکر منفی وارد روانت نخواهد شد.

در تازگی روز همه چیز به مراتب خوب است.

همه چیز عالی است و با کمك همیشگی من و با راهنمایی من تو این محیط را مراقبت خواهی کرد با آگاهی کامل از حقیقت من و حضور الهی من و با خدمت من در آرامش و اطمینان.

۳۰ اردیبهشت

جایی که من هستم، آزادی است. جایی که من هستم، کمال زندگی است، و شادی ناگفتنی. هر کسی میتواند این حالت روان را پیدا کند، تنها اگر به خود وقت بدهد تا در آرامش به درون خود نگاه کند.

من در تو هستم، پس از جستجو در بیرون دست بردار. از به دنبال چیزهایی واهی دویدن دست بردار و آنچه را که به دنبالش هستی در درون خودت پیدا کن.

به چه دردت میخورد که تمام این چیزها را بدانی ؟

چرا از زندگی کردن با تئوری ها دست برنداری و آنچه را که میدانی تجربه نکنی؟ چرا از همین الان شروع به کاملاً آگاه شدن از حقیقت من و حضور الهی من نباشی؟ چرا مرا دعوت نکنی که با تو در هر چه که هستی شریك شوم و چرا به خودت فرصت اینرا ندهی که با من راه بروی، حرف بزنی و صدای آرام مرا گوش بدهی؟

نزدیك بیا، همواره نزدیك تر.

در اعماق خودت این یگانگی کامل را احساس کن، و شگفتی بودن در صلحی کامل را احساس کن چرا که از یگانگی ات با من آگاهی .

هیچوقت سعی نکن از راه دیگران ایراد بگیری. هر کس باید راه خودش را پیدا کند و به هدفش آنطوری که میخواهد برسد. بعضی ها هدف خود را از راه تفکر، مشاهده، تلاش یا از برخورد با دیگران پیدا میکنند. اجازه بده که هر کسی راه خودش را پیدا و دنبال کند.

راههای بن بست را انتخاب نکن، در کوره راهها سردرگم نشو، و نیرو و وقت گرانبهایت را هدر نده. راه تنگ و مستقیم را دنبال کن. چشمانت را از هدف برندار، هدف یگانگی کامل با من است، با خدایی که درون تو است.

هیچوقت از سختی راه ناامید نشو، ادامه بده و بدان که موفق خواهی شد.

این زندگی برای کسانیکه میترسند با حقیقت روبرو شوند و مستقیم در روشنایی قدم بردارند، نیست.

قوی و شجاع باش. دستت را در دست من بگذار و اگر اجازه بدهی در هر قدم این راه هدایتت میکنم.

اول خرداد

اگر به بچه کوچکی اجازه ندهی که خودش فعالیت کند، تغذیه کند، راه برود و لباس بپوشد، بنویسد، نقاشی کند و حرف بزند، او هیچوقت رشد نخواهد کرد و هیچگاه استقلالش را پیدا نخواهد کرد و قادر نخواهد بود روی پای خود بایستد و خود تصمیم بگیرد.

تو باید پشت سر بمانی و به آنها این امکان را بدهی که اشتباه کنند و به اندازه کافی وقت داشته باشند تا از پس کاری که شروع کرده اند برآیند. تو باید حسابی صبور باشی، صبر کنی و فقط نگاه کنی، هر چقدر هم که برایت راحت باشد که کاری را بجای او سریع تر انجام دهی.

چشمانت را باز کن و متوجه شو که زندگی یك کلاس درس است و تو همواره باید یاد بگیری.

بارها من باید پشت سر بمانم و با عشقی فراوان ناظر آن باشم که تو با زندگی در جدالی تا اینکه درسی حیاتی را فرا بگیری، درسی را که دیگر خوب بلد خواهی بود و هیچوقت فراموش نخواهی کرد.

من عشق و صبری بینهایت دارم.

۲ خرداد

هر کاری را که انجام می دهی با عشق انجام بده. هر عملت را برای شکوه و جلال من انجام بده و هیچوقت نگران نباش.

هر کاری را که با طرز فکر و حالت درست انجام بدهی به بهترین نحو ممکن انجام داده ای، پس این طرز فکر و حالت درست را برای همه کارهایت داشته باش.

همیشه بخاطر داشته باش که فعالیت، عشقِ نمایان است. آنگاه همواره با شادی و خوشحالی کار خواهی کرد و دیگر کار برایت سخت و اجباری نخواهد بود. این حالت درست در موقع فعالیت، برای تو و اطرافیانت باعث بزرگترین تغییرات خواهد بود.

اگر میخواهی در کاری که انجام می دهی موفق شوی، یاد بگیر که آنرا دوست داشته باشی و درست با آن برخورد کنی.

معمولاً باعث تغییر حالتت از منفی به مثبت خواهد بود، چیزی که عادی ترین کارها را گرانبها میسازد.

هر کسی با کار مختلفی هماهنگی دارد. تو خودت را با چه کاری هماهنگ میکنی؟ آیا کاری وجود دارد که واقعاً به آن علاقه داشته باشی؟ آن را پیدا کن و سپس انجامش بده.

۳ خرداد

از سوراخ کوچك خود بیرون بیا و خود آگاهت را گسترش بده و متوجه شو که حد و مرزی وجود ندارد.

خیلی ها نمی توانند فراتر از خودشان یا گروه و جامعه خودشان را ببینند. آنها آنقدر با چیزهای کوچك و بی اهمیت و روزمره درگیر هستند که برایشان بزگتر شدن به هر ترتیبی که باشد سخت است.

و همین جا است که تغییرات بزرگی، به سرعت لازم است.

از چیزی که در حد ادراکت است راضی نباش، بلکه آماده باش تا دورتر بروی، آماده باش جرأت کنی تا جایی بروی که دیگر پایت نمی رسد و کاری را انجام بدهی که بنظر غیر ممکن میآید.

اینطور است که پیشرفت میکنی.

قبول کن که تا حد آخر و حتی بیشتر از آن رشد کنی. تا سر حد چیزی کاملاً تازه زندگی کن. از جدید و ناشناخته نترس. فقط با ایمان و اطمینانی کامل، قدم به قدم به پیش برو و بدان که هر قدمی، تو را بسوی شگفتی آسمان جدید و زمین جدید هدایت میکند.

٤ خرداد

آیا حقیقتاً میتوانی بگویی که همنوعانت را دوست داری، از همنشینی با آنها خوشحالی و آنها را مانند خانواده خود میدانی؟

یا اینکه فقط تحملشان میکنی و برخورد با آنها واقعاً برایت سخت است؟ نمی توانی بگویی که مرا دوست داری اگر که همنوعانت را دوست نداشته باشی، چرا که این ارتباطات آنقدر با هم نزدیك بافته شده اند که ممکن نیست یکی را بجز دیگری دوست داشت.

آیا وقتت را صرف این میکنی که انتخاب کنی چه کسی را دوست داشته باشی؟ و آیا کسانی وجود دارند که دوست داشتن آنها برایت ممکن نیست؟

در عشق هیچگونه تبعیضی نباید وجود داشته باشد، چرا که عشق الهی همه چیز را به همان ترتیب در بر می گیرد. همه کس را مانند تصویر و شباهتی از من ببین، هر چه که رنگ، نژاد، جنسیت، عقیده و یا مذهب او باشد.

تو باید به جایی برسی که یگانگی هر زندگی را ببینی و درك کنی، معنی واقعی خانواده بشریت را بشناسی و مرا مانند سرچشمه هرچیز بشناسی.

۵ خرداد

آسمان مرا به زمین بیاور. این فقط به طرز زندگیت و برخوردت با زندگی ربط دارد. زندگی شگفت است، اما تو باید چشمانت را باز کنی و شگفتی و شکوه آنرا ببینی.

تو باید آماده دیدن طرف خوب زندگی باشی و تنها خودت را بر روی آن متمرکز کنی. و طرف بد، منفی و مخرب آنرا نادیده بگیری تا به این ترتیب هیچگونه نیروی زندگی به آن ندهی.

زیباییها و شگفتی های طبیعت اطرافت هستند، اما برایت پیش میآید که یك روز کامل را سپری کنی بدون اینکه به محیطت توجه کنی.

چقدر چیزها را در زندگی از دست می دهی تنها بخاطر اینکه روان خودت را بر آنها میبندی و نمی خواهی که آنرا به حدی ببری تا باهر زندگی یکی شوی.

وقت بگذار تا کامل زندگی کنی، نگاه کنی و گوش بدهی، بطوریکه هیچ چیز را از دست ندهی و بتوانی از همه چیز لذت ببری. سپس برای همه چیز شکر گزار باش.

این روز را با تصمیم به اینکه دنیای بهتری در اطرافت بوجود آوری شروع کن.

٦ خرداد

هر کسی، بعضی وقتها احتیاج دارد که از دنیا خارج شود تا آرامشی را که فرای هر فهمی است پیدا کند. هر روانی احتیاج دارد که تعادل پیدا کند و این فقط در صلح و سکوت امکان پذیر است.

یکبار که این تعادل درونی پیدا شد، می توانی هر کجا بروی و هر کاری را انجام بدهی بدون اینکه شلوغی و هرج و مرج خارج هیچگونه تاثیری بر تو داشته باشد.

در بالاترین مکان مخفی رفتن و در یگانگی پیدا کردن با من است، که به تو امکان اینرا میدهد که ادامه بدهی حتی اگر دیگر توان برداشتن یك قدم دیگر را هم نداری.

این قدمهای برداشته شده در ناشناخته، در ایمان، در قدرت من هستند که معجزه میافرینند و زندگی ها را عوض میکنند. این قدم ها هستند که ناممکن را ممکن میسازند و سرزمین مرا بر روی زمین میآورند. شکوه آسمان جدید و زمین جدید. همواره به سمت این هدف پیش برو.

وقتی که تغییر لازم است، عوض شو و سریع عوض شو.

من با تو هستم. همیشه از من نیرو بگیر!

۷ خرداد

قبل از کوهنوردی حتماً تمام وسایلت را امتحان میکنی و طنابت را بررسی میکنی که هیچ اشکالی نداشته باشد چون زندگیت به آن بستگی دارد.و یك راهنمای خوب انتخاب میکنی که به او اطمینان کامل داشته باشی قبول داشته باشی که دستوراتش را اجرا کنی حتی اگر دلیلش را ندانی.

در این زندگی معنوی هم همینطور است.

اگر اطاعت و نظم شخصی را یاد نگیری و تصمیم نگرفته باشی که اراده مرا انجام دهی و به صدای من گوش بدهی، نمی توانی امید داشته باشی که قدم اولت را در این زندگی پر از ماجرا برداری. چرا که خطرناك خواهد بود.

اگر خودت را در تنگنا احساس میکنی، سر فرصت ببین که چه چیزی در درونت تو را زندانی کرده است.

در مورد نظم شخصی کجای کار هستی ؟ آیا فقط به خودت "نه" می توانی بگویی؟

از نظر "فرمانبرداری" کجای کار هستی ؟ آیا آماده هستی که اراده مرا دنبال کنی هر چقدرهم برایت گران تمام بشود؟

۸ خرداد

تو جرقهء نور در روان من هستی. تو جرقه عشق در قلب من هستی . هر وقت که توانستی اینرا قبول کنی، هر وقت توانستی خودت را مانند دنیای کوچکی که به همانند کل هستی است ببینی، آنگاه دیگر هیچوقت خودت را بی ارزش نخواهی پنداشت و یا نسبت به خودت بد فکر نخواهی کرد.

خواهی فهمید که تو واقعاً به مانند و مشابه من درست شده ای، خواهی فهمید که مایکی هستیم و هیچ چیزی یا هیچ کسی نمی تواند ما را از هم جدا کند. اگر تو خودت را از من جدا میپنداری،این فکر تو است، چرا که من هیچوقت خودم را از تو جدا نمی کنم.

تو شخصاً آنچیزی هستی که من کلاً هستم. آیا برایت خیلی عجیب است که می باید دوباره متولد شوی تا این حقیقت را قبول کنی؟

خیلی ها آنقدر از من دور شده اند، آنقدر از من جدا شده اند و مرا در آسمان های آنقدر دور جای داده اند که نمی توانند به من نزدیك شوند.

من در تو هستم، پنهان در اعماق تو، و منتظرم که مرا بشناسی و به من روی آوری.

۹ خرداد

میتوان از حقایق معنوی برایت صحبت کرد، اما فقط با زندگی کردن و اجرا کردن آنها در زندگی روزمره ات و امتحانشان است که آنها برایت واقعیت می شوند زنده می شوند و در تو زندگی میکنند.

تو باید خودت فکر کنی، خودت زندگی کنی و راه حل های خودت را پیدا کنی. تو باید بر روی پاهای خودت بایستی و هیچوقت انتظار آنرا نداشته باشی که دیگری به جای تو بایستد. به درونت رو کن و جوابهایت را آنجا جستجو کن و پیدایشان خواهی کرد.

البته ممکن است که زمان ببرد. ممکن است که مجبور شوی یاد بگیری صبور باشی و مرا خدمت کنی اما زمانیکه ایمان و عقیده ات به اندازه کافی قوی باشند، هر چرا که بدنبالش بگردی پیدا خواهی کرد. یاد بگیر که رشد کنی و گسترش یابی.

یاد بگیر که از سرچشمهء همه قدرت، همه دانش و همه دانایی برداشت کنی. و همواره رو به من کن، رو به معنویت، رو به خدای درونت!

من هیچوقت رهایت نخواهم کرد، چرا که از این پس تو بدون تردید میدانی که من با تو هستم، همیشه.

۱۰ خرداد

از همین الان شروع کن به گسترش دادن روانت و "فراوانی" را در مورد هر چیزی فکر کن، چون فقط اینطوری است که تمام احتیاجاتت می توانند جواب بگیرند.

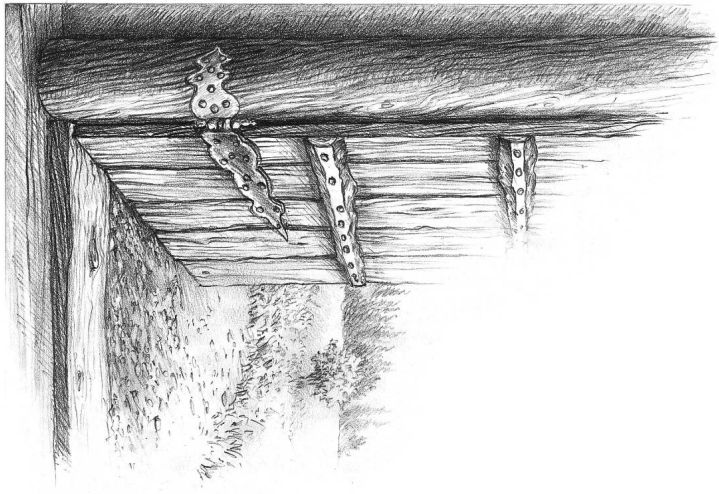
من میخواهم بدانی که دلخواه من است که ملکوت را به تو بدهم، چون از ملکوت است که همه چیزهای دیگر سرچشمه میگیرند.

برای همین است که تو باید قبل از هر چیز به دنبال آن باشی، آنگاه بقیه چیزها اضافه بر آن به تو داده خواهد شد.

من هر کدام از احتیاجاتت را میشناسم و هر کدامشان بطور کاملی جواب میگیرند، اینرا از صمیم قلب قبول داشته باش. هیچوقت اجازه نده که حتی یك تردید بر تو وارد شود و این شگفتی را خراب کند.

حرف مرا قبول کن. از آن زندگی کن و شاهد معجزه پشت معجزه باش. زمان معجزات تمام نشده است. اگر زندگیت کاملاً به من وقف شود تو شگفتیهای فراوانی را خواهی دید.

ناممکن را خواهی دید که ممکن شده. دست مرا در هر چیزی خواهی شناخت. قلبت از عشق و قدردانی نسبت به هر اتفاقی لبریز خواهد بود.



تصویر خرداد

در بزرگ و سنگینی به من نشان داده شد، لولاهای آن زنگ زده بودند و به سختی امکان باز کردن آن وجود داشت. آنگاه دیدم که چند قطره روغن بر لولا چکاندند و با آن به آرامی بازی کردند تا اینکه ممکن شد که آنرا تنها با یک انگشت باز کرد.

شنیدم:

هر چقدر بیشتر روغن عشق را استفاده کن، چون عشق است که چیزها را آسان میسازد.

عشق است که در هر صورت راهی پیدا خواهد کرد.

قلبت را باز کن و بگذار که عشق آزادانه جاری باشد!

۱۱ خرداد

چرا به خودت عادت ندهی که به زندگی با طرز فکری درست و شاد برخورد کنی؟ با ایمان و اطمینانی کامل در اینکه فقط "بهترین" در انتظار تو است؟

من میخواهم که تو بهترین های زندگی را داشته باشی.

من نمیخواهم که زندگیت را با بار سنگینی بر دوشت و نگران از وضعیت دنیا طی کنی. من احتیاج دارم که تو آزاد باشی تا بتوانم در تو و از طریق تو عمل کنم .

از نگرانی دست بکش و بارهایت و نگرانی هایت را به من واگذار کن! بدان که عالم آسمانی در تو است، منتظر اینکه تو آنرا بشناسی.

تو باید اینرا بدانی، به آن معتقد باشی و آنگاه آنرا نمایان سازی.

عالم آسمانی یك طرز فكر است و همه باید بدنبال آن باشند و پیدایش كنند. هر كسی قبل از پیدا كردن آن باید كه عمیقاً خواستار آن باشد.

باید خواسته ات وجود داشته باشد، و آنقدر قوی باشد تا كه هیچ چیزی نتواند مانع راه شود.

۱۲ خرداد

زمانیکه ایمان و اطمینانت در من هستند و هیچگونه تردید و ترسی نداری، هر کاری را میتوانی انجام دهی.

در این زندگی هیچ کاری نیست که نتوانی انجام دهی وقتی که طرز دیدت و رفتارت درست باشند واطمینانی کامل به قدرتت در انجام کارها دشته باشی. تو در خودت همه قدرت، همه دانایی، همه نیرو، همه هوش و همه فهم را داری. این من هستم که با عمل در تو از طریق تو، به تو امکان میدهم که کاری را که به نظر ناممکن است انجام دهی.

هیچوقت از بالا نشانه گرفتن نترس، هیچوقت از انتظار ممکن شدن ناممکن نترس. در تنگنای محدوده خودت زندگی نکن، بلکه بسیار فراتر از این محدوده ها زندگی کن تا به من فرصت اینرا بدهی که به تو نشان بدهم چگونه همه چیز با من ممکن است.

اگر فرصت اینرا ندهی، چگونه انتظار داری که بفهمی چه چیزهائی میتواند انجام شود وقتی که من با تو در ارتباط هستم و زندگیت را راهنمایی میکنم؟

نگران نباش، اجازه بده من افسار را به دست بگیرم و ببین که چه میشود!

۱۳ خرداد

ایمان و اطمینانت کجا هستند؟ تو نمی توانی یك زندگی معنوی داشته باشی اگر به من ایمان و اطمینان نداشته باشی. اجازه بده که من هر کدام از قدمهایت را راهنمایی کنم! همواره مرا در سکوت جستجو کن. و اجازه بده که من راه قدم بعدی ات را برایت نمایان سازم و آنگاه بدون ترس و با شادی واقعی آنرا انجام بده.

چطور می توانی انتظار داشته باشی که کارهای بزرگتری انجام بدهی و مسئولیتهای بزرگتری داشته باشی تا زمانیکه در کارهای ساده یاد نگرفته ای که فرمان ببری و آنها را بخوبی انجام بدهی؟ چطور میتوانی انتظار داشته باشی که دنیا را در قلبت جای دهی در حالیکه هنوز یاد نگرفته ای که دیگری را دوست بداری و در صلح و هماهنگی با بقیه فعالیت کنی؟

یك بچه قبل از دویدن باید راه رفتن را یاد بگیرد.

تو باید یاد بگیری که دیگران را دوست داشته باشی و صلح و هماهنگی در اطرافت بوجود بیاوری قبل از اینکه بتوانی در دنیا هماهنگی بوجود آوری.

قبل از هر چیز در خودت نظم را ایجاد کن. آنگاه من خواهم توانست از تو استفاده کنم برای کمك و خدمت به همنوعانت.

هیچـوقت کـاملاً از طـرز دیـدت نسـبت بـه زنـدگی راضـی نباش.همواره چیز جدید و جالبی برای یادگیری وجود دارد و این برایت فقط در صورتی ممکن است که در تمام موارد باز و با توجه باشی.

تازه های واقعی همیشه به سادگی قابل فهم نیستند. نگران نباش، در ایمـان آنهـا را بپـذیر و بـدان کـه در اینصـورت فهمـت رشـد خواهد کرد. آنگـاه بـا درکـی درونـی خـواهی فهمید کـه آیـا ایـن فکرها، طرز بودن ها و عمل های جدید درست هستند یا نه.

اگر درونـاً احساس کردی که درست هستند. قبـول کـن کـه آنهـا را بپـذیری حـتی اگـر کـاملاً برایـت واضـح نباشـند. کـم کـم روشـن خواهی شد و نسبت به معنای آنها بیدار میشوی.

تو که نمی توانی تا آخرین روز زندگیت همواره بـه همـان منـوال زنـدگی کنـی. تـو بایـد خواسـت اینـرا داشـته باشـی تـا در جدیـد پـا بگذاری.

۱۵ خرداد

آیا میدانی دوست داشتن یعنی چه؟ احساس اینکه قلبت چندان از شادی و شکر لبریز باشد که باید به تمام اطرافیانت جاری شود؟ احساس شگفتی از خوشی و یگانگی با هر زندگی.

ترس، بدخواهی، حسادت، میل های بیخود و حرص ها در مقابل عشق محو می شوند. چرا که جایی برای نیروهای منفی و مخرب در حضور عشق نیست.

اگر قلبت سرد است و هیچگونه محبتی در آن نیست، ناامید نشو، در اطرافت نگاه کن و چیزی را برای دوست داشتن پیدا کن. حتی چیز کوچکی، تا اینکه این جرقه کوچك تمام وجودت را شعله ور کند و عشق در تو روشن شود.

یك کلید کوچك میتواند در بزرگی را باز کند. عشق کلید تمام درهای بسته است. یاد بگیر از آن استفاده کنی تا تمام درها باز شوند.

از جایی که هستی شروع کن. چشمانت را باز کن، قلبت را باز کن، احتیاجی را پیدا کن و به آن جواب بده.

هر اتفاقی در زندگیت بستگی به روانت دارد. آن را بالا ببر تا تمام هستی ات را بالا برده باشی و همچنین طرز دیدت را به زندگی. آنگاه شروع به یك زندگی واقعی و شگفتی خواهی کرد که در واقع میراث واقعی تو است.

میتوان از آن برایت صحبت کرد و میتوانی ببینی که دیگران آنرا زندگی میکنند. اما تا زمانیکه وارد آگاهی ات نشود و تو نتوانی قبول کنی که سهم تو است، هیچ اتفاقی نخواهد افتاد.

روانی که به ظاهر ساده است و به مانند روان یك بچه میماند میتواند خیلی راحت تر ملکوت را بپذیرد تا روانی که عمیقاً متفکر است و خیال میکند که تمام کارها را فکراً بلد است. اما خود آگاهش را به مراتب بالا نبرده باشد.

هر کسی می تواند به مراتب خود آگاهی والا دست بیابد. اما این چیزی است که باید از درون انجام شود. از طریق دانش و فهمی درونی که احتیاج به هیچگونه معلومات و دانش خارجی ندارد.

همه چیز در درون هر روان گنجانده شده است، فقط در انتظار این است که قبولش کنند و آنرا نمایان سازند و زندگی اش کنند.

۱۷ خرداد

چرا در هر کاری که انجام می دهی بهترین نباشی؟ برای خوب انجام دادن هر کاری باید آنقدر، بدون وقفه در آن تمرین کنی تا اینکه در آن خبره شوی.

چرا فکر میکنی که در این زندگی معنوی میتوانی نتایجی عالی بدست بیاوری در حالیکه در آن فقط سطحی رفتار کرده ای؟

از سطحی رفتار کردن دست بردار و کاملاً و قلباً در آن غوطه ور شو. براي عملي كردن اين چنين زندگي ، تمام چيزهايي كه به آن نياز داري، وجود دارد، پس چرا همه چیزت را ندهی تا ببینی که چه پیش خواهد آمد؟

در هر موردی که باشد، هیچ چیزی زنده نخواهد شد و جزئی در تو نخواهد گشت تا زمانیکه آنرا امتحان نکنی و نبینی که در عمل چطور است.

از همین الان این طرز زندگی معنوی را به عمل بگذار، و به امتحان آن ادامه بده و ناامید نشو اگر فوراً نتیجه ای دریافت نکردی. بسادگی فقط قوانین آنرا به اجرا بگذار تا اینکه بالاخره ببینی که چگونه همه چیز به سادگی جا خواهد افتاد . زندگی واقعی شگفت انگیز است زمانیکه آماده باشی کاملاً وارد آن شوی.

۱۸ خرداد

اولین فکرت وقتی که از خواب بیدار میشوی چیست؟ آیا فکری کاملاً شاد است برای این روز زیبایی که شروع میشود، و یا نگرانی از اتفاقاتی است که در این روز جدید ممکن است برایت پیش آید؟

آیا هماهنگی با این روز جدید برایت دشوار است؟ آیا میتوانی با سرودی از شادی و قدردانی در قلبت بیدار شوی؟

تغییر مهمی برایت خواهد بود زمانیکه اینطور روزت را شروع کنی و با عینکهای شادی دنیا را نظاره کنی.

روزت را خوب شروع کن. نگران فردا نباش، تنها چیز مهم، امروز است و کارهایی که با آن و در آن انجام می دهی.

فقط بدان که میتوانی موفق شوی و روزی واقعاً پیروز خواهی داشت و تمام کارهایی که انجام می دهی عالی انجام خواهند شد.

بدان که هر چه میگویی با عشق گفته خواهد شد، بدان که تمام فکرهایت از والاترین فکرها خواهند بود. و امروز فقط بهترین متعلق به تواست.

۱۹ خرداد

تو جزئی از برنامه بینهایت من هستی! تو در نقشه کلی نقشی برای بازی کردن داری. ممکن است که نقش خیلی کوچکی باشد، اما برای تکمیل تمامی الزامی است. هیچوقت احساس نکن نقش تو آنقدر کوچك است که بیهوده است. تو چطور میتوانی قضاوت کنی؟

من تو را، در جایی که باید باشی و با نقشی که مخصوص تو است احتیاج دارم.

اگر که هنوز نقشت را پیدا نکرده ای، فقط به خودت بستگی دارد که آنقدر جستجو کنی تا آنرا پیدا کنی.

خودت را مجسم کن که در جای دقیقی که باید باشی قرار میگیری، آنچه را که باید به تمامی بدهی می دهی و جزئی از این تمامی شگفت هستی، و دیگر به هیچ وجه جدا نیستی. هیچکس دیگری نمی تواند اینکار را برای تو انجام دهد.

تو میباید که جستجوها و کشفیات خودت را انجام بدهی هیچکس دیگری نمی تواند بجای تو زندگی کند. تنها تو میتوانی.

۲۰ خرداد

یکبار که قدم بر روی این راه معنوی گذاشتی دیگر هیچگاه زندگی برایت کسل کننده و تکراری نخواهد شد چرا که این راه به زندگی حرکت میدهد. جدید خواهد توانست آزادانه و به کمال در اطراف تو و در تو گسترش یابد.

آیا همواره از زندگی کردن به یك منوال راضی هستی؟ آزاد هستی که این انتخاب را انجام دهی، اما در این صورت انتظار اتفاقاتی را که بالایت ببرند نداشته باش. در اینصورت نمی توانی انتظار تغییرات بزرگی را داشته باشی و نمی توانی انتظار داشته باشی که من از تو برای کمك به بوجود آوردن آسمان و زمین جدید استفاده کنم.

کسانیکه تصمیم میگیرند سر خود زندگی کنند باید آماده باشند تا نتیجه آنرا هم قبول کنند. اما کسانیکه خواست انجام اراده من و خواست حرکت در راه من را دارند عصر جدید را گشایش می کنند.

چرا برای تصمیم گیری منتظر فردا شوی ؟ همین الان انتخاب کن.

۲۱ خرداد

در آرامش است که همه چیز روشن میشود، در آرامش است که میتوانی آسوده باشی و مرا پیدا کنی.

من همیشه اینجا هستم، اما تو نسبت به این شگفتی نابینا هستی تا زمانیکه آرام شوی و مرا در سکوت جستجو کنی، و اینرا هر زمانیکه میتوانی انجام دهی.

هر چه بیشتر تمرین کنی، بیشتر برایت طبیعی میشود تا جایی که بتوانی آنرا به سادگی نفس کشیدن انجام دهی.

الزامی نیست که به بیرون بدوی تا تنها باشی و مرا پیدا کنی، در هر مکانی و در هر زمانی و در هر کاری که انجام می دهی میتوانی مرا بیابی.

مهم نیست که در اطرافت هرج و مرج، شلوغی و سروصدا باشد. در هر صورت تو میتوانی خودت را در صلح و سکوت درونی ات قرار بدهی و مرا ببینی.

و وقتی که مرا پیدا کردی، نور حقیقت هر وضعیتی را روشن خواهد کرد، چرا که هر جا من هستم تاریکی نیست، مشکلی نیست. فقط صلح است.

۲۲ خرداد

زیبایی زندگی همواره در اطراف تو است، چشمانت را باز کن و آنرا کشف کن، به خودت جذب کن، از آن لذت ببر، آن را منعکس کن و جزئی از آن شو.

اگر در انتظار دیدن زیبایی باشی، آن را میبینی. و اگر در انتظار دیدن زشتی باشی، آن را خواهی دید. انتخاب همیشه با خودت است.

خودت را از آبشار زیبایی سیراب کن و بدون اینکه بتوانی جلوی خودت را بگیری زیبایی را نشان خواهی داد. چرا که چیزی که در درون است به بیرون منعکس می شود. تو به مانند آئینه ای هستی، تو نمی توانی آنچه را که در درون خودت است پنهان کنی چرا که در هر صورت نمی توان جلوی چیزی را که در درون است گرفت.

دیریا زود به بیرون منعکس خواهد شد پس اجازه بده که آزادانه جاری باشد و هیچوقت سعی نکن که جلوی روند آنرا بگیری. روانت را بالا ببر تا بتوانی زیبایی را در هر چیز و در هر کس ببینی. در این حالت مرا خواهی دید، چرا که من زیبایی، هماهنگی و کمال هستم.

یاد بگیر که این زیبایی و هماهنگی را در هر فکر، حرف و عملت نمایان سازی.

۲۳ خرداد

بسیار مهم است که طرز برخورد درستی در همه موارد داشته باشی.

نمی توانی رشد کنی و شکوفا شوی اگر رفتارت منفی باشد و تنها مشکلات و موانع زندگی را ببینی. در هر وضعیتی، اگر سر فرصت بگردی، خواهی دید که قسمت خوبی وجود دارد، و همینطور همیشه جای شکر کردن هست.

وقتی که قلبت خالی از مهر باشد، خوبی های زندگی ات، خوبی های اطرافیانت و این زندگی شگفتی که مال تو است را نمیتوانی ببینی.

تو واقعاً در حمایت عشق من هستی! اما اگر آماده قبول آن نباشی و آنرا نشناسی و برایش شکر گزار نباشی، مثل این است که با چشمان بسته قدم بزنی و همواره از وضع خودت مینالی.

سر فرصت وضعیت خودت را بررسی کن و اگر خودت را کاملاً در بند احساس میکنی. بهترین و سریع ترین راه تغییر این است که شروع به بخشیدن به دیگران کنی.

زندگی آن چیزی است که با آن انجام می دهی. با زندگی ات چه میکنی؟

۲٤ خرداد

چرا خودت را برای اشتباهات، کمبودها و شکستهای ظاهری ات محکوم کنی؟ چرا بجای اینکه وقتت را صرف منفی ها کنی، ضعف ها را به قدرت، و اشتباهات و شکستها را به صفات مثبت تبدیل نکنی و اجازه ندهی که مثبت در زندگی ات نمایان شود؟

در درون خودت، زیبایی واقعی، درستی واقعی و خوبی واقعی را کشف کن! ایمان داشته باش که در درون تو است و زمانیکه به دنبالش بگردی آنرا پیدا خواهی کرد.

اگر قبول نکنی که بهترین را در خودت ببینی و تصمیم بگیری که تنها بر روی منفی های خودت متمرکز شوی، آنگاه باید نتیجه اش را هم قبول کنی، چرا که تو به خودت آنچه را که در فکر داری جذب میکنی.

تو آنچیزی هستی که فکر میکنی. فقط به بهترین فکر کن و بهترین را به خودت جذب خواهی کرد. بدان زمانیکه با تو هستم و تو را راهنمایی و هدایت میکنم، هر کاری برایت امکان پذیر است.

اگر قبول کنی که من در تو هستم، چطور چیز دیگری امکان خواهد داشت؟

۲۵ خرداد

تو نیروی بزرگی را در دست داری. حواست باشد که آنرا به نفع همه بکار ببری. قدرت میتواند مثبت و یا منفی بکار رود، طرز استفاده از آن فقط به تو بستگی دارد.

وقتی که میخواهی فقط بهترین نتایج را ببینی، و از آن بطور مثبت استفاده کنی، آنگاه بهترین اتفاقات ممکن است رخ می دهند.

وقتی که نیروی برق بطور مثبت استفاده میشود، میتواند کارخانه ها را بچرخاند و شهرها را روشن کند و کارهای عجیب دیگر اما اگر بطور اشتباه استفاده شود نتایج آن میتواند مخرب باشد.

نیروی معنوی هم همینطور است از نیروی مرئی هم قوی تر است. این نیرو حاضر و آماده اینجا است امابایـد بـه درست استفاده شود.

آنگاه فقط خوبی نتیجه آن خواهد بود و تو شگفتی پشت شگفتی را خواهی دید که به کمال گسترش می یابد.

کسانیکه آماده هستند و آمادگی دارند که از این قدرت بصورت درست استفاده کنند، در حال حاضر در حال همکاری برای نمایاندن آسمان جدید و زمین جدید هستند.

خواسته ات باشد که در زندگی هدفی داشته باشی. هیچوقت از بی هدفی و سردرگمی در زندگی، مانند قایقی که در جریان رها است راضی نباش، چرا که بدون هدف شخصی، هیچ جایی نخواهی رفت.

تو باید بدانی که کجا میروی و چه انجام می دهی.

انسانهای بیشماری به خود اجازهٔ سردرگم بودن میدهند و در نتیجه هیچ کار واقعاً سازنده ای انجام نمی دهند. آرامش و اعتقاد درونی ات را پیدا کن و آنگاه بدون خستگی و دردسر راه خودت را دنبال کن و آن کاری را که میدانی باید انجام بدهی - چون از درون خودت به تو نمایان شده است - را انجام بده.

همواره با اعتقادی درونی بدان که کاری را که انجام می دهی درست است. آنگاه میتوانی با قدمی محکم پیش بروی و با قدرت و ایمان واقعی تمام سدها را کنار بزنی.

بدان که من قطب نمای تو هستم، من راهنمای تو هستم و تو را به هدفت راهنمایی میکنم، هر چقدر هم که راه بظاهر مشکل آید.

۲۷ خرداد

همیشه بخاطر داشته باش که همه راهها به من میرسند، ولی برخی از آنها از بقیه سخت تر و پر پیچ و خم دارتر هستند. بعضی ها هم به نظرت خیلی عجیب و بیهوده خواهند آمد. ولی نگران نباش. اجازه بده که هر کسی راه خودش را پیدا کند و آنرا دنبال کند و تو راه خودت را پیدا کن، مهم نیست که تا چه اندازه با راه بقیه فرق داشته باشد.

بدان که بالاخره همهء شما به همان هدف که یگانگی اتان با من است، خواهید رسید.

یکی از راهها کوچك است و مستقیم به من میرسد. اما برای خیلی ها زیادی مستقیم است و نمی توانند قبول کنند که این راه هم به من می انجامد و بجای آن راههای سخت و پر پیچ و خم را انتخاب میکنند و به خیال اینکه با سختی کشیدن ارزش بیشتری در راه جمع میکنند.

این جدال کاملاً بیهوده است، اما انسانها آزادی اختیار دارند و کاملاً آزاد هستند که هر راهی را که مایلند پیش بگیرند.

پس زندگی کن و بگذار که بقیه هم زندگی خودشان را بکنند و نسبت به دیگران منتقد نباش.

۲۸ خرداد

در زمانی که در پیش است، فکرها و طرز بودن و دیدنهای زیادی در جدال خواهند بود و تو تا آخرین حد در امتحان قرار خواهی گرفت و تنها خواهی بود. سعی نکن که به هر کاهی که رد می شود خودت را آویزان کنی. تنها در درون جستجو کن، نیرویت را از من بگیرو راهت را در آرامش ادامه بده.

تمام تردیدها و ترسها از تو دور خواهد شد و تو محکم مانند یك صخره بر روی این دانش درونی تکیه خواهی زد.

مهم نیست تا چه حد باد و طوفان در بیرون غوغا کنند تو به هیچ وجه از آنها آسیب نخواهی دید.

من احتیاج دارم که تو قوی باشی و خیلی شجاع، و دانش درونی را که هیچکس نمی تواند ازتو بگیرد بشناسی.

در گردباد جنگ و گمگشتگی دنیای امروز کشیده نشو بلکه دنیای آرامش را در درون خودت پیدا کن و مرا بشناس، چرا که من لنگرگاه تو و پناهگاهت هستم. که آرامش و عشق من تو را پر کنند و در برت گیرند.

۲۹ خرداد

سن برای تو چه معنی میدهد؟ آیا از پیر شدن میترسی؟ یا اینکه چیزها را همینطور که پیش میایند قبول میکنی و میدانی و میفهمی که چشمه جوانی در روان خودت است؟

اگر فکرت را جوان، تازه و هوشیارنگهداری، پیر شدنی وجود نخواهد داشت.

اگر در زندگی به چیزهای مختلفی علاقه داشته باشی و کاملاً از زندگی لذت ببری، چگونه ممکن است که زمانی پیر شوی؟

انسانها خودشان را محدود میکنند وقتی خیال میکنند در هفتاد سالگی به کمال زندگی رسیده اند. برای خیلی ها، این تازه میتواند شروع باشد، شروع بیداری به شگفتی زندگی، و با این بیداری شروع دوست داشتن زندگی.

هر گونه فکر پیری را طرد کن ! این تنها یك "شكل فكری" همگانی است که به مانند یك گردو آنقدر محکم شده است که شکستنش سخت است.

از همین الآن شروع کن که طرز فکرت را در مورد سِن، تغییر دهی.

۳۰ خرداد

حیاتی است که طرز رفتار درستی برای بخشیدن داشته باشی! با سادگی، با اطمینان و مهمتر از همه ، با عشق و شادی ببخش.

هر چیزی که از صمیم قلب داده نشود، نوسانهای بدی خواهد داشت و نتیجه آن کمال نخواهد بود. حواست باشد که هر کاری را که انجام می دهی با عشق انجام شود، حتی اگر به درستی نمی دانی چرا این کار را انجام می دهی.

پیش افتاده ترین و روزمره ترین کارها، زمانیکه که با عشق انجام شود میتوانند زیباترین و عجیبترین تنوع ها را نتیجه بدهد. پس اجازه بده تا عشق آزادانه در همه فعالیتهایت جاری باشد.

نا امید نشو که به هر کاری که تو انجام می دهی احتیاج داریم. و هیچ کاری کوچك یا بیهوده نیست. وقتی که همه افراد "بهترین" خودشان را عرضه کنند، مسئولیت و سنگینیهای کار فقط بر دوش معدودی نخواهد بود. در این صورت بار برای همه سبك خواهد شد و به جایی خواهد رسید که تبدیل به یك شادی واقعی میشود. مواظب رفتارت باش و برای شادی و پیشرفت "تمام" همکاری کن.

۳۱ خرداد

مهم نیست اگر دیروز تمام آنچیزی که می توانست شود نشد، دیگر دیروز تمام شده و رفته است و از تو کاری بر نمی آید. اما در مورد امروز، امروز روزی است کاملاً دست نخورده و پاك در جلوی روی تو، و تنها بستگی به تو دارد که این روز را زیباترین روز ممکن سازی.

هر روزت را چگونه شروع میکنی؟ بخاطر داشته باش، این موضوع به هیچ کس دیگر ربطی ندارد. چیزی است که تو تنها می توانی تصمیم به انجام آن بگیری. سعی کن روزت را در آرامش و رضایت درونی شروع کنی. وقت بگذار تا در آرامش باشی. و به این صلح درونی اجازه دهی که پرت سازد و در برت گیرد.

بدون آمادگی و هماهنگی، عجولانه وارد این روز جدید نشو. اگر روزت را با صلح و رضایت درونی شروع کنی برایت آسان خواهد بود تا این طرز بودن را در تمام روز خود نگه داری و به این ترتیب به این حالت اجازه بدهی تا تمامی روز و تمامی کسانیکه با آنها برخورد می کنی دگرگون سازد.

بستگی به تو دارد که حالت روزت را انتخاب کنی و آنرا انطور که میخواهی نمایان سازی. چرا از همین الآن انتخاب نکنی؟

اول تیر

تغییر کلیدی است که تمام درها را برایت باز می کند، تغییر قلب و روان. اگر امنیتت در من باشد از هیچگونه تغییری، حتی تغییرات کلی هراسی نخواهی داشت. فقط بدان که هر گونه تغییری برای "بهترین" و برای بهبود کل است، چه این تغییرات شخصی، مملکتی و یا دنیایی باشد.

تو فقط قبول کن که این تغییرات باید رخ دهند و با آنها حرکت کن.

پیش برو و بالا ببر خودت را و قبول کن وقتی که به تو میگویم که تازه بهترین در راه است!

تو اگر بدون مقاومت وارد آن شوی خواهی دید که جدید خیلی بهتر از قدیمی است.

چرا زندگیت را سخت کنی؟ با مقاومت کردن در مقابل تغییرات زندگیت سخت تر میشود.

هیچ چیزی نمیتواند جلوی دست مرا بگیرد. توپ در حال چرخیدن است، روز جدید اینجاست، و تو اگر که فقط آنرا قبول کنی و با آن همراهی کنی، جزئی از آن هستی. وگرنه در جا خواهی ماند.

۲ تیر

چطور می توانی انتظار داشته باشی بدون اینکه امتحان شوی و در شرایط مختلف قرار بگیری، بزرگ شوی؟ ایمان و امنیتت بر چه چیزی متکی هستند؟ نیرو و قدرتت را از کجا می آوری؟ آیا سعی داری در این زندگی با نیروی خودت پیش بروی و بر روی خودت حساب می کنی؟

اگر اینطور است، خستگی و تشنج های اطرافت را نخواهی توانست تحمل کنی، اما اگر همه چیزرا به من بسپاری و به من اجازه بدهی که تو را راهنمایی و هدایت کنم، آنگاه هر کاری را می توانی انجام بدهی، چرا که با من همه چیز ممکن است .

آیا احساس میکنی باری که بیش از حد سنگین است به تو داده شده و به تو کاری بیش از حد بزرگ را واگذار کرده اند؟ چرا از همین الآن تمام بار و نگرانی هایت را به من واگذار نمی کنی و اجازه نمیدهی که من تو را در این آبهای کدر راهنمایی کنم؟

من تو را از میان تمام مشکلاتت تا به آبهای آرام هدایت خواهم کرد و از هر تشنجی آزادت میکنم وقتی که تمام ایمان و اطمینانت را در من قرار دادی.

۳ تیر

امروز خودت را به من وقف کن، برای خدمت به من و برای خدمت به بشریت. در خدمت بودن درمانگر شگفتی است، چرا که اگر تو خودت را فراموش کنی خواهی دید که رشد خواهی کرد و به زیباترین شکل شکوفا خواهی شد.

به مراتب خیلی بالا خواهی رسید و اعماق دور دست را خواهی دید، و عشقت و فهمت از زندگی کم کم برایت معنی دار خواهند شد.

این به تو شانس های متعددی برای گسترش و رشد خواهد داد. هر کدامشان را با قلبی سرشار از عشق و شکر قبول کن. و رشد خود آگاه و خرد خودت را احساس کن. کاملاً و بدون هیچگونه حد و مرز آنرا زندگی کن.

در همه کس و همه چیز تنها در انتظار بهترین باش و ظهور آنرا تماشا کن. قلبت را به روی دیگران باز بگذار. در هر کسی به دنبال بهترین باش و در این زمینه با آگاهی عمل کن.

همه را به تمام راههای ممکن دلگرمی بده، هر کسی که احتیاج به دلگرمی دارد.

خواهی دید زمانیکه به دیگران کمك می کنی، به خودت کمك می کنی که رشد کنی.

آزادی روان را جستجو و پیدا کن، چرا که جایی که آزادی واقعی است آرامش است و جایی که آرامش است عشق است، و عشق است که تمام درها را باز میکند.

جایی که عشق حکم فرماست انتقاد نیست، قضاوت و محکومیت نیست، چرا که میدانی و میفهمی که همه چیز در من و عشق من یگانه است.

خانواده بشری را میبینی و میبینی که همه به صورت و همانند من آفریده شده اند. از سطح به قلب چیزها می روی، جایی که جدایی نیست و همه چیز در یگانگی کامل حل میشود.

بهترین را در همه کس و همه چیز میبینی.

وقتی که در خودت در آرامش کامل هستی، دیگر وقتت را صرف عوض کردن دیگران نمی کنی. فقط به سادگی یاد میگیری "بودن" را، و با بودن، معنای یگانگی با هر زندگی را بوجود میاوری، و آرامش و عشق حکمفرما می شوند.

یکبار که جوجه ا ز تخم در آمد و پروانه از پیله اش، دیگر هیچگونه عقب گردی ممکن نیست، و تنها یك گسترش مداوم در جدید امکان دارد.

بگذار که گسترش برای تو روندی مداوم، روز به روز، ساعت به ساعت و دقیقه به دقیقه باشد.

شادی و انتظار را در هر اتفاقی احساس کن. اگر حواس جمع باشی خواهی دید که این زندگی هیچوقت کسل کننده نیست ، و همیشه اتفاقی در جریان است. اجازه بده که انجام بگیرد، هیچوقت سعی در جلوگیری از پیشرفت نداشته باش، بلکه آنرا همراهی کن!

من به تو میگویم، هر چیزی که گسترش میابد برای "بهترین" است و برای رشد و سود همگان. این روند کامل زندگی را پیدا کن و بهترین خودت را به او بده. با او جاری باش و نه به بر ضد او، چرا که فقط در اینصورت است که آرامش قلب و روان را پیدا میکنی. و آنگاه که درونا ً در آرامش هستی، حاضر و آماده هستی تا جدید شکوفا شود.

٦ تیر

انگیزه بدون هراس پیش روی را داشته باش. انگیزه نفر اول بودن در راهها و طرز فکرهای به ظاهر جدید را داشته باش. انگیزه شکستن مرزهای قدیمی و بروز دادن روشنایی حقیقت را داشته باش.

میگویم به ظاهر جدید، چون هیچ چیزی جدید نیست، موضوع طی کردن دور کامل است و دوباره پیدا کردن یگانگی ات با من و یادگیری دوباره با من راه رفتن و صحبت کردن مانند روزهای اول. موضوع دوباره متولد شدن در روان و حقیقت است.

رشد کردن و گسترده شدنت را احساس کن. احساس کن که قدیمی از تو جدا میشود و با شادی و قدردانی جدید را بر تن کن. چقدر این تازگی شگفت انگیز است ! چقدر راههای من زیبا هستند !

کاملاً از حقیقت من و حضور الهی من آگاه شو و شاد باش چرا که ملکوت من اینجا است. اجازه بده که آرامش من و عشق من پرت کنند و تو را بپوشانند.

قلبت را در عشقی عمیق و سرود و شکری عمیق بالا ببر، و همانطور که در این روز جلو میروی، اراده مرا انجام می دهی ومرا شکر میکنی کاملاً در آرامش باش.

۷ تیر

اگر کمدی تا سرحد ممکن پر باشد و در آن را باز کنید وسایل آن بدون آنکه بتوان جلوی آنها را گرفت بیرون ریخته می شوند. درهای سد وقتی که باز می شوند، آب با قدرت و نیروی سخت فوران می کند و همه چیز را در راه با خود میبرد. نیروی معنوی ای که در تو وجود دارد هم همینطور است ، یکبار که شناخته شود و آزاد گردد، هیچ چیز جلودار جریان آن نخواهد بود.

جاری میشود، تمام منفی گری ها و ناهماهنگی ها را جارو میکند و با خود صلح، عشق، هماهنگی و تفاهم میاورد. عشق است که بر دنیا پیروز میشود. عشق است که تمام بشریت را یگانه خواهد ساخت.

پس هر چه زودتر این قدرت شگفت عشق را در خود آزاد سازی و به آن اجازه بدهی که آزادانه جاری شود، زودتر صلح و هماهنگی دنیا و یگانگی تمام بشریت را خواهی دید.

وقتی که در قلب خود عشق داری، بهترین هر کس را نمایان میکنی، چرا که عشق فقط بهترین را میبیند و در نتیجه بهترین را به خود جذب میکند.

نترس، خودت را باز کن و بگذار تمام اینها آزادانه جاری شوند.

از تعداد کارهایی که باید انجام شود نگران نباش. یاد بگیر که قدم به قدم جلو بروی و بدان که هر قدم تو را به هدفت نزدیك تر میسازد. سعی نکن قبل از راه رفتن بدوی و یا کار بیش از حد مشکلی را شروع کنی، چرا که ممکن است مجبور شوی در راه با سعی بسیار خودت را جلو ببری.

این طرز رفتار درستی نیست، این حالت پر بودن از شادی و آزادی من نیست. این یعنی اینکه میخواهی کارها را با نیروی خودت انجام بدهی، یعنی اینکه از من جدا شده ای و "دید" را از دست داده ای.

از کاری که در حال انجام دادن آن هستی دست بردار و کاملاً حالت خودت را عوض کن، همه چیز را به من بسپار، آرام بگیر و آنگاه کارت را بصورت کاملاً جدید دوست بدار.

تغییر میتواند در یك چشم بر همه زدن انجام شود، پس عوض شو، سریع عوض شو و در طی این روز دست در دست من برقص و آواز بخوان!

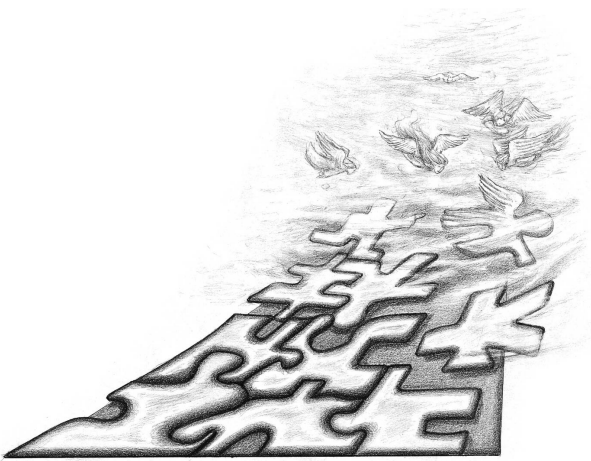
۹ تیر

آیا کاملاً از حقیقت من و حضور الهی من آگاه هستی؟ آیا هر روز با سرودی از عشق و شکر از خواب بیدار میشوی؟ آیا برای چیزهایی که این روز برایت خواهد آورد آماده هستی، هر چه که باشد؟ آیا میدانی که این روز شگفتی است چون من جلوی تو حرکت میکنم تا راه را برایت آماده سازم؟ آیا انتظار بهترین را از این روز داری و همه چیز را میبینی که چگونه بطور عالی در جای خود قرار میگیرد؟

آیا میتوانی تمام زیبایی و شگفتی دنیا را ببینی، یا اینکه متوجه میشوی که بیشتر بر روی قسمت ناهنجار دنیا متمرکز هستی و ناله میکنی که این وضعیت تقصیر بشریت است؟

متوجه بشو که بدون ایمان نمیتوانی زندگی کنی، چرا که با ایمان است که همه چیز ممکن شده است. با ایمان است که هر کاری را میتوانی انجام بدهی و بدون آن کاری از دستت ساخته نیست.

اجازه بده که من در تو و از طریق تو عمل کنم تا همه بتوانند مرا بشناسند، دوست بدارند و بخواهند که راه مرا پیش بگیرند و اراده مرا انجام دهند.



تصویر تیر

یك بازی پازل - تکه های کوچك یك تابلوی بزرگ که باید سرهم کرد – پخش بر روی یك میز بزرگ به من نشان داده شد. در حالیکه تکه ها سر هم بندی میشدند، دیدم که هر قسمتی در جای درست خودش جای میگرفت.

شنیدم:

وقتی که تو در جای خودت هستی و نقش مخصوص خودت را بازی میکنی، هیچ جدالی وجود ندارد و نقشه من میتواند به کمال شکوفا شود.

۱۰ تیر

شاد باش و برای همیشه شکر گزار، چرا که میدانی جاودانه زنده هستی. روز به روز پیش میروی، هر لحظه را کاملاً و با شکوه زندگی میکنی، گذشته را پشت سر میگذاری و برای آینده نگرانی نداری و به سادگی قبول میکنی که زندگی جاودانه است و نه شروعی دارد و نه پایانی.

همواره در آگاهی رشد میکنی و گسترش پیدا میکنی و کم کم معنی و شگفتی زندگی جاودانه و انجام یگانگی ات را با من، آفریننده زندگی را، میفهمی.

قدم به قدم پیش میروی و بالا میروی و پر از صلح، آرامش و راحتی، با آگاهی به این که همه چیز در دست من است و لزومی ندارد نگران باشی.

زمانیکه میخواهی زیادی به دور دست نگاه کنی است که زندگی برایت واقعاً سخت میشود و تو ترس، تردید و حتی کمبود ایمان و اطمینان را به دیگران می دهی. بمانند بچه کوچکی شو، آزاد و شادمان، آنگاه زندگی برایت همواره چشمه ای از لذت خواهد بود. زندگی را قبول داشته باش و آنرا کاملاً زندگی کن.

۱۱ تیر

هیچ چیزی را نمی توانی ثابت کنی مگر اینکه آنرا امتحان کنی. تو باید در ایمان قدم برداری و کارهایی را که به نظر ناممکن میایند انجام دهی. باید یاد بگیری که فراتر از خودت و فراتر از محدویتهایت زندگی کنی تا بتوانی نشان دهی که با من همه چیز ممکن است.

اگر به یك زندگی کوچك راضی باشی، از رد کردن حدودت بترسی، از به امتحان گذاشتن زندگی هراس داشته باشی، به جایی نخواهی رسید و قادر نخواهی بود دست مرا در هر چیز ببینی.

از هیچ چیزی نترس! فقط بدان که من با تو هستم، همیشه و هر کدام از قدمهایت را راهنمایی خواهم کرد.

به دنیا نشان بده که همه چیز به سودِ، کسانیکه مرا واقعاً دوست دارند و در رده اول قرار میدهند، کار میکند. انتظار معجزه پشت معجزه داشته باش و پدیدار شدن آنها را ببین. نمایان شدن آسمان جدید و زمین جدید را مشاهده کن همینطور که این زندگی جدید را فرا میگیری و زندگی میکنی. شگفتی پشت شگفتی را ببین چون آنرا زندگی میکنی و به اجرا میگذاری.

هماهنگ کن خودت را ، نت خودت را پیدا کن و آنرا صاف و رسا آواز بده، چرا که تو جزئی از ارکستر بزرگ زندگی هستی. تو نقش مخصوص خودت را برای اجرا کردن داری، پس سعی نکن نقش فرد دیگری را بازی کنی. نقش خودت را دنبال کن، آن را پیدا کن و نگهش دار!

زمانیکه یاد گرفتی این کار را انجام دهی، همه چیز برایت بسیار بسیار خوب خواهد گذشت. کسانیکه سعی دارند نت دیگری را بازی کنند با کل زندگی نا هماهنگ می شوند. هیچوقت سعی نکن که مانند فرد دیگری باشی و یا کار فرد دیگری را انجام دهی.

من نمی خواهم که شما همه مانند نخود یکنواخت باشید. من به همه شما احتیاج دارم. به هر کسی با صفت و هنر خودش. ارکستری که فقط از یك ساز تشکیل شده باشد کسل کننده است، اما هر چه بیشتر در ارکستری سازهای مختلف و هماهنگ وجود داشته باشد، آهنگ آن غنی تر و شگفت تر است.

۱۳ تیر

"درود بر آنهایی که گرسنه و تشنهٔ عدالت هستند چرا که سیراب خواهند شد!" زمانیکه خواسته ات به اندازه کافی قوی باشد، آن را بدست میاوری، چرا که آنقدر جستجو میکنی تا به هدفت برسی و گرنه دست بردار نیستی.

پشتکار و صبر و نیروی لازم را خواهی داشت تا همه چیز را بکار بگیری تا اینکه آنچه را که در این راه معنوی به دنبال آن هستی بیابی: انجام یگانگی ات با من.

هیچوقت نا امید نشو و فکر نکن که هدفت دست نیافتنی است، فقط بدان که بالاخره به آنچه که میخواهی میرسی مگر اینکه در راه سست شوی یا از نا امیدی از پیشروی دست برداری. ارزش دارد که هر مانعی را پشت سر بگذاری تا به هدفت برسی.

پس مصمم باش تا چگونگی آنرا پیدا کنی و هیچوقت فکر نکن که چیزی رد نشدنی و نا ممکن است. قوی و شجاع باش. همواره و همیشه ادامه بده.

بدون تردید خواهی رسید!

طرز فکرت در مورد فراوانی باعث میشود که احتیاجاتت جواب بگیرند یا نگیرند! زمانیکه فکرت "کمبود" یا "فقر" باشد، وقتی که اجازه بدهی که در خودآگاهت ترس، نگرانی، پستی، دزدی وخودخواهی وارد شود و بر روی این طرز فکرهای منفی متمرکز میشوی، آنگاه به خودت آنها را جذب میکنی.

وقتی که مانند یك فقیر فکر میکنی، فقیر هستی، چرا که خودت را از تمام نعمات خوب زندگی که متعلق به تو هستند محروم میکنی.

از همین الان – فراوانی – فکرت باشد. مجسم کن که تمام احتیاجاتت بطور شگفتی حل شده اند ؛ اجازه نده که خودت را محروم بدانی چرا که اگر کمبودی داری، از محدودیت خودآگاهت سرچشمه میگیرد.

چرا جلوی جریان نعمات فراوان و بی حد مرا با آگاهی محدودت بگیری؟

زمانیکه بفهمی و قبول کنی که هر چیزی از کجا سرچشمه میگیرد، و وقتی که از من، بخشنده تمام نعمات عالی و خوب، برای همه چیز آزادانه و شادمان تشکر کنی، آنگاه هیچگونه کمبودی نخواهی داشت.

۱۵ تیر

ایمان و اطمینانت را کاملاً بر من استوار کن و بدان که من هیچوقت رهایت نخواهم کرد.

هیچ کدام از کارهایی که شروع میکنی ناممکن نیستند، چرا که با من هر کاری را میتوانی انجام دهی. با ایمان زندگی کن. من میخواهم که تو ببینی که هر وضعیت خوبی نتیجه خواهد داد، حتی اگر وضعیت عجیبی باشد.

خواست این را داشته باش که ایمان و اطمینانت بارها و بارها امتحان شوند، چرا که حرف زدن در این باره بی فایده است اگر آنها را به امتحان نگذاری تا ببینی که برای تو چگونه عمل میکنند.

آیا آماده هستی که با ایمان و اطمینان کامل کاری را که به ظاهر غیر ممکن است انجام دهی؟ نه بخاطر خود نشان دان بلکه برای اینکه بدون هیچگونه تردیدی، میدانی که از کجا چشمه میگیرد. تا زمانیکه ایمانت را امتحان نکردی و آنرا ضد ضربه نیافتی در مورد آن صحبت نکن.

نیرو و امکاناتت را از من بگیر!

در حالیکه من با تو هستم چه کسی میتواند بر ضد تو باشد؟

نمی توانید بگویید که مرا دوست دارید و از همنوعانتان تنفر داشته باشید، چرا که عشق و نفرت مانند آب و روغن هستند و با هم مخلوط نمی شوند.

زمانیکه واقعاً مرا دوست داشتید، همنوعانتان را هم دوست خواهید داشت. همدیگر را دوست خواهید داشت. برای همه دلسوزی و تفاهم خواهید داشت. وقتی که همدیگر را دوست بدارید مرا دوست خواهید داشت. آنقدر این دو به هم مربوط هستند که نمی شود آنرا از هم جدا کرد.

اندازهٔ عشقتان نسبت به همدیگر چقدر است؟. آیا آماده هستی برای فرد دیگری به خودت زحمت بدهی؟

دوست داشتن احتیاج به بیان شدن ندار. دیده میشود و در عمل احساس میشود از تو ساطع میشود. عشق زبان سکوت است، عشق میتواند فهمیده و قبول شود بدون اینکه کلمه ای گفته شود. زبانی بین المللی است که با قلب فهمیده میشود نه با تفکر. ملیتت هر چه باشد، تو میتوانی عشق را در سکوت کاملی جریان بدهی. چشمانت، قلبت، رفتارت، تمام وجودت میتوانند آنچه را که برای دیگری احساس میکنی جریان دهند.

۱۷ تیر

روز را خوب شروع کن : در یگانگی با من!

در اینصورت هیچ چیز در این روز تعادلت را بر هم نخواهد زد. اوایل، وقتی که شروع به این زندگی معنوی میکنی، احتیاج به کوششی خودآگاه داری تا خودت را هماهنگ سازی، اما به تدریج که آنرا بیشتر زندگی میکنی، بیشتر جزئی از تو میشود تا اینکه دیگر احتیاجی به هیچگونه تلاشی نیست و خود به خود هماهنگ هستی.

و شادی و آزادی بزرگی را پیدا میکنی.

لازم نیست که نصف وقتت را در نماز بگذرانی و تقاضای بخشش کنی، همواره در هراس انجام کاری باشی که نباید انجام داد و یا نگران در راه غلط بودن و بر عکس شنا کردن. اگر اشتباهی انجام دادی، فوری بخشش را قبول کن و دیگر مصمم باش که این اشتباه را انجام ندهی.

پیش برو تا جایی که این طرز زندگی دیگر برایت مشکل نباشد بلکه یك شادی باشد.

آنگاه میدانی که با من یکی بودن و کاملاً در صلح بودن چیست !

برای هماهنگ شدن با نوسان زندگی، باید هنر آرامش را فراگیری، چرا که هر چه بیشتر آرام باشی، بیشتر و پاکتر میتوانی صفات روانت را نمایان سازی.

آسان است که محیط و وضعیتت را برای حالی که در آن هستی متهم کنی. اما دیگر زمان آن است که از این کار دست برداری و قبول کنی که مسئول خود تو هستی.

اگر این صلح و آرامش درونی ات را جستجو و پیدا کنی، هیچکس و هیچ چیز خارجی نخواهد توانست آنها را لکه دار کند و یا تو را نامتعادل سازد.

اطرافت را نگاه کن، زیبایی و کمال طبیعت را نگاه کن! همه چیز در طبیعت با نوسان است. قانون و نظمی کامل در دنیای من حکمفرما است. هیچ چیزی ناهماهنگ نیست و زمان و دلیلی برای هر چیز وجود دارد.

اینها وجود دارند تا همه آنرا ببینند و به آن ملحق شوند.

پس خودت را با آن هماهنگ ساز! با آن جاری باش و جزئی از این قانون و نظم دنیای من باش!

۱۹ تیر

حیاتی است که رفتاری درست و مثبت در مقابل امروز و چیزهایی که برای تو در بر دارد داشته باشی! تنها با طرز نزدیك شدنت به این روز، تو میتوانی روز موفق و یا مایوس کننده ای داشته باشی.

نحوه عکس العمل تو در مقابل اتفاقات میتواند باعث کل نتیجه آن شود، اگر عکس العملهایت خشن یا منفی باشد، اگر به بقیه ایراد بگیری و متهمشان کنی فوراً باعث جبهه گیری و مقابله خواهی شد. تو آنقدر در اینحالت کور هستی که نمی بینی خودت مقصر هستی و با غرور و رضایت از خود قدم میزنی.

زمانیکه عکس العملهایت مثبت و سازنده هستند، تمام حصارها فرو میریزند و خواهی دید که از هر طرف کمك و همکاری دریافت خواهی کرد.

اگر اشتباهی کردی، آن را قبول کن، معذرت بخواه و به پیش برو. در اینصورت وقت گرانبهایی را برای توجیه کردن خودت از دست ندادی تو درسهای زیادی برای فراگیری در پیش داری. آنها را سریع فرا بگیر و سعی کن که همان اشتباه را 2 بار تکرار نکنی !

۲۰ تیر

زندگی برای تو چه معنی میدهد؟ آیا از آن کاملاً لذت میبری؟ آیا انتظار بهترین را از آن داری؟ آیا قبول میکنی که زندگی بینهایت است، بدون آغاز و بدون پایان؟ آیا داشتن این موضوع تو را جان میدهد و بالایت میبرد و یا اینکه بر عکس از این موضوع حالت گرفته میشود و هراسانی؟

رفتارت در مقابل زندگی، در حال حاضر، واقعاً مهم است، چرا که شگفتیهای بسیاری در حال اتفاق هستند، و لازم است که تو باآنها همراه باشی و نه اینکه بر ضد آنها باشی.

زمان گشایش و گستردگی است، و نه زمان سختی و جدال، پس آسوده باش و شکوفایی های پشت سرهم را مشاهده کن و همواره شکر گزار باش. شکر کن که زنده هستی و جزئی از اتفاقی که در حال رخ دادن است، و از تغییرات جدید شکر گزار باش و با آنها تغییر کن.

همه چیز رو به بهترین است، پس ترسی نداشته باش و شادمان به پیش برو.

احساس کن که تو قسمتی از تمام این روند تغییرات کمال و تازگی هستی!

۲۱ تیر

تمام اطرافت زیبایی است. چشمانت را باز کن، آن را پیدا کن و همواره برای این زیبایی قدردان باش. بگذار که زیبایی تو را تغییر بدهد و الهامی برایت باشد از والاترین و بهترین درونت!

زیبایی "بهترین" را از تو به عمل میآورد وتو را با بالاترین یکی میسازد. از زیبایی که در تو است نمی توان جلوگیری کرد. پس اجازه بده که به بیرون بتابد.

قلب و فکرت را از فکرهای زیبا پر کن و مرا بتابان، چرا که من زیبایی هستم! در همه چیز زیبایی را جستجو کن، آنگاه که به اندازه کافی و عمیق نظاره کردی، آن را خواهی دید.

خودت را بالاتر از چیزهای کثیف و زشت زندگی قرار بده تا به این ترتیب بتوانی آنها را تغییر بدهی و دگرگون سازی.

زیبایی در چشم کسی است که نگاه میکند، یعنی در درون تو. امروز با تصمیم به دیدن زیبایی در همه کس و همه چیز به پیش برو، و آنرا خواهی دید!

عشق و زیبایی دست در دست هم دارند، پس اجازه بده که عشق همگانی من آزادانه در تو و از طریق تو، جریان داشته باشد و یگانگی و همبستگی بوجود آورد.

۲۲ تیر

تعداد بیشماری از مردم وقت و نیروی خود را بیهوده صرف متهم کردن دیگران بخاطر اشکالات دنیا میکنند، بجای اینکه قبول کنند که با شروع کردن از خودشان میتوانند وضعیت دنیا را بهبود بخشند. اول با منظم کردن منزل خودت شروع کن.

وقتی که سنگی به میان یك محوطه آب پرتاب میکنی، موجهای آب همینطور دورتر میروند، اما از این سنگ شروع می شوند. موجها از مرکز شروع می شوند.

از خودت شروع کن، آنگاه میتوانی صلح، عشق، هماهنگی و تفاهم را به اطرافیانت بتابانی. آلان عمل کن.

تو میخواهی دنیای بهتری را ببینی! پس کاری در این راه انجام بده، دیگران را با انگشت نشان نده، بلکه در خودت نگاه کن، در قلبت جستجو کن و چیزهایی را که در تو خمیده اند راست کن و خوب را در خودت پیدا کن.

آنگاه میتوانی با سربلندی به پیش روی و کمکی حقیقی برای همسایه هایت و کسانیکه با آنها برخورد میکنی باشی.

تغییرات شخصی شروع می شوند، آنگاه به محله ، شهر، کشور و تمام دنیا گسترش می یابد.

۲۳ تیر

همه چیز باید رشد کند و گسترش یابد. تو که نمی خواهی همه عمر بچه ای بمانی که باید خوراکش را بدهند و لباسش را تنش کنند.

بچه ها را ببین که چطور میخواهند عوض شوند و چیزهای جدیدی را امتحان کنند. آنها همواره تجربه میکنند و یاد میگیرند، بزرگ می شوند و بال میکشند. این روند طبیعی رشد و تغییر است.

بچه ها احتیاجی به جدال کردن برای همراهی با روند طبیعی را ندارند، برایشان کاملاً طبیعی است.

برای این عصر جدید که روبروی تو است هم همین طور است. احتیاجی نداری که بجنگی تا وارد آن شوی، احتیاجی نداری که از ناشناخته بترسی، احتیاجی نیست که از سرعت این تغییرات نگران باشی.

پس پیشاپیش در مقابل چیزهایی که در حال شکوفایی هستند شادمان باش! هیچ چیزی زیاد از حد بزرگ نیست، هیچ چیزی زیاد از حد خارق العاده نیست، هیچ چیزی غیر ممکن نیست. گسترش شاهکارهای مرا در کمالی مطلق نظاره کن و همواره و تا ابد شکر گزار باش.

تو میتوانی به پایین آوردن آسمان من بر روی زمین کمك کنی اگر متوجه شوی که من تو را هدایت میکنم و راه را به تو نشان میدهم.

تو تمام راهها را در درون خودت خواهی یافت. پس ممکن نیست که از مسیر خود خارج شوی و یا راه اشتباهی را انتخاب کنی.

در درون جستجو کن و این راهها را انتخاب کن، و وقوع شگفتی های پشت سرهم را مشاهده کن.

وقتی که من راهنمایی و هدایتت میکنم هیچوقت زمان برایت خسته کننده نخواهد بود. در هر لحظه مرا جستجو و پیدا کن. لازم نیست در دور دست جستجو کنی، من در مرکز خود تو هستم، اما باید که مرا هوشیارانه بشناسی.

اگر تو در من زندگی کنی و نوسان داشته باشی و اصلیتت را از من بگیری، آنگاه تو آسمان جدید و زمین جدید را خلق میکنی.

در خلاقیت احتیاجی به تلاش نیست. من گفتم که نور باشد و نور بوجود آمد. حال میگویم "آسمان جدید و زمین جدید مرا نظاره کن" پس آنها را ببین و همواره برای آن شکرگزار باش و حال با عشقی کامل و با آرامش و هماهنگی کامل در آنها مسکن گزین!

۲۵ تیر

انسانهای زیادی امروزه به دنبال جوابی برای تمامی بهم ریختگی و هرج و مرج دنیا هستند. هر روز وضعیت بدتر میشود، اما نترس، چرا که چیزها باید خراب تر شوند قبل از اینکه بهبود یابند.

یك جوش باید برسد قبل از اینکه بترکد تا سم آن رها شود و پاك گردد. چیزها باید در دنیا برسند تا اینکه سموم تنفر، حسادت و خودخواهی رها گردند و درمان بتواند انجام گیرد.

من به تو در آرامشی درونی کامل احتیاج دارم، تو این آرامش را پیدا خواهی کرد اگر اجازه بدهی که تفکراتت در من تکیه کنند و اگر بتوانی خودآگاهت را بالا ببری بطوریکه فقط بهترین را مشاهده کنی.

تو نمی توانی وضعیت دنیا را بهبود بخشی اگر قبول کنی که خودت هم در آن فرو بروی. تو باید بر ضد بیماری مصون باشی و گرنه تو هم بیمار میشوی و دیگر هیچ کمکی ازتو برنخواهد آمد.

من به تو احتیاج دارم. من به توی آزاد احتیاج دارم. من احتیاج دارم که تو کاملاً در آرامش باشی. آنگاه میتوانم از تو استفاده کنم.

حواست باشد که هر کاری را که انجام می دهی برای من باشد و به نفع همه چیز! وقتی که برای کل زندگی میکنی، خودت را در خدمت همنوعانت فراموش میکنی، و وقتی که آنها را خدمت میکنی، مرا خدمت کرده ای.

همه چیز آنقدر به هم بافته است که نمی توان یکی را از دیگری جدا کرد: من در تو و تو در من.

من در همه چیز و همه کس هستم، پس من در همسایه ات هستم، و به همان اندازه در دوست و دشمنت.

جایی که من باشم ، عشق هست چرا که من عشق هستم.

قلب و روانت را از عشق پر کن چرا که همه چیز و همه کس به عشق جواب میدهند، همانطور که عشق "بهترین" را در همه چیز بروز میدهد.

جایی که عشق است، آنجا روح من است و جایی که روح من باشد آنجا سرچشمه زندگی معنوی تو است.

همواره به دنبال آنچیزی باش که در درون تو است، و دیگر وقتت را برای پیدا کردن جواب زندگی در بیرون هدر نده !

۲۷ تیر

برای هماهنگی در برنامه کلی تو باید یادبگیری که بر روی پاهای خودت بایستی و راه شخصی خودت را بیاموزی. فقط از من، سرچشمه هر زندگی و هر خلاقیت، استفاده کن، آنگاه هیچوقت اشتباه نخواهی کرد.

وقتی که راه مشکل شد، هیچوقت تردید نکن، بلکه به سادگی و با قاطعیت پیش برو، بدان که این تنها مقطعی است که در حال گذر از آن هستی. هر چه سریعتر از آن بگذری بهتر است، با کمترین مقاومت و ناراحتی ممکن از آن گذر کن و در هر قدم راه، درسهای مهم و لازم را فرابگیر.

تو باید یاد بگیری که قوی باشی، خیلی باحوصله و با پشتکار باشی و به راحتی جا نزنی.

تصویر هدفت را جلوی خودت نگه دار! بدان که به کجا میروی و چه کارهایی باید انجام شود، آنگاه جا نزن تا اینکه واقعاً ببینی که حقیقت یافته. تو نمی توانی در این زندگی قلبی سست داشته باشی.

این زندگی احتیاج به قدرت و شناختی درونی دارد که هیچ چیزی نتواند آنرا تکان بدهد و یا بلرزاند. که نیرو و امنیتت در من تکیه داشته باشند!

۲۸ تیر

به این بسنده نکن که از آسمان جدید و زمین جدید صحبت کنی، به تو بستگی دارد که آنها را در زندگی خود جذب کنی تا حقیقت بیابند.

از عشق و دوست داشتن حرف نزن، آن را زندگی کن تا همه بتوانند معنی آنرا ببینند. کلمات بدون عمل معنی ندارند و بیهوده هستند. و مانند هوای گرم در فضا گم می شوند. تو باید ملکوت را با طرز رفتار و زندگیت بر روی زمین بیاوری، تا اینکه زندگیت برای همه الگویی شادمان باشد بطوریکه همه بخواهند آنرا پیش بگیرند.

هیچکس نمی خواهد زندگی را با باری بیش از حد و بدون شادی و نشاط طی کند. درود بر آن کسی که به آنانی که سنگین شده اند و نور زندگیشان کم است شادی میرساند. تمامی مشکلات و نگرانیهایت را به من واگذار کن، و شادی و آزادی برسان به تمام کسانیکه با آنها در ارتباط هستی.

شادی و الهام باش، و در هر کاری که انجام می دهی در هر کلامت و در هر فکرت مرا منعکس کن. همانطور که اراده مرا انجام می دهی و راه مرا پیش میگیری و مرا شکر میکنی، کاملاً در آرامش باش.

۲۹ تیر

فقط انتظار بهترین را داشته باش، و منتظر باش که هر کمبودی جواب بگیرد حتی آنی را که غیر ممکن به نظر میرسد. هیچوقت خودت را محدود نکن، و هیچوقت فکر نکن که نباید زیاد انتظار داشته باشی. احتیاجاتت را بطور کاملاً روشن ببین، آنها را بازگو کن، و ایمان و اطمینان کامل داشته باش، آنها جواب خواهند گرفت. طریق انجام آن باید بدست من واگذار شود.

من باید از طریق کانالهایی عمل کنم تا کار انجام شود، اما هر چیزی با من ممکن است. خودت را رها کن و به وقوع پیوستن شگفتیها و شکوه مرا مشاهده کن و تا همیشه شکر گزار باش، و همه چیز را در هر لحظه به سود تمام استفاده کن.

تو طبق قوانین انسانها زندگی نمی کنی بلکه طبق قوانین الهی زندگی میکنی، پس هر چیزی در هر لحظه ممکن است اتفاق بیفتد. منتظر معجزه باش، و ببین که معجزه اتفاق می افتد!

همواره در نظرت فکر نعمت و فراوانی را نگه دار، و بدان که انجام اینکار نیروهایی را به کار می اندازد که آنها را تحقق میبخشد.

هر چه بیشتر مثبت باشی، سریع تر حقیقت خواهد یافت.

۳۰ تیر

چرا به دنبال راهنمایی از طریق فرد دیگری باشی؟ چرا مستقیماً به من نیایی؟ آیا میدانی که من در تو هستم؟

آیا میدانی که من اینجا هستم تا به تمام سوالاتت جواب دهم، تا کمکی باشم برای حل تمام مشکلاتت و برای هدایت و راهنمایی هر کدام از قدمهایت، اما فقط در صورتیکه به من اجازه عمل بدهی؟ من هیچوقت خودم را بر کسی تحمیل نمی کنم.

تو باید تصمیم بگیری که مرا جستجو کنی و مرا پیدا کنی، و زمانیکه اینکار را انجام می دهی من اینجا آماده هستم تا افسار را بدست گیرم و در تو و از طریق تو عشق را جاری سازم، آماده هستم تا راه را به تو نشان دهم.

یکبار که تصمیم خودت را گرفتی و به من اجازه دادی که فرمان را بدست بگیرم، میتوانی آرام بگیری و بسادگی قدم به قدم راهنمایی های مرا گوش بدهی. آنگاه شگفتی های پشت سر هم مرا خواهی دید، آنگاه شکوه مرا خواهی دید، آنگاه معجزه پشت معجزه در زندگیت خواهی دید.

خواهی دید که وقتی چیزی درست است و از تبرك من کاملاً بهره مند است، هیچ چیزی و هیچ کسی نمی تواند سد راه آن شود، چرا که آن در زمان درست خود با کمالی واقعی وقوع خواهد یافت.

۳۱ تیر

هر چیزی که من دارم مال تو است .

به شگفتی این کلمات فکر کن، سپس بگذار که خر دتو گسترش یابد تا بتواند آنها را بپذیرد و معنی واقعیشان را درك کند.

آنها را ببین که در زندگیت به حقیقت پیوسته اند، و دیگر هیچوقت محدودیت نپذیر، چرا که تمام قول های من انجام میگیرند، قول های من بی پایه نیستند.

تو فقط در ایمان محکم باش، و هیچوقت نگذار که ایمانت بلرزد!

همه چیز به کسانیکه مرا خدمت میکنند و ایمان و اطمینانی کامل به من دارند، میرسد. وقوع شگفتی های پشت سر هم را پیش رویت ببین. شگفتی را در چیزهای کوچك زندگی و همینطور در چیزهای بزرگ زندگیت بشناس.

چشمانت را باز کن تا هیچ چیزی را از دست ندهی، قلبت را باز کن و بدون وقفه عشق را جاری کن.

هر کسی میخواهد که دوستش بدارند، پس چرا به مردم عشق ندهی؟ تو همان اندازه که می دهی دریافت خواهی کرد. اما یاد بگیر که آزادانه و مجانی بدهی، و کاملاً از زندگی لذت ببر!

۱ مرداد

بیدار شو و زندگی کن! این زندگی پر و درخشنده را که میراث واقعی تو است زندگی کن. از هیچ چیز نترس. تو در درون خودت تمامی خرد، تمامی قدرت و تمامی نیرو و فهم را دارا هستی.

علفهای هرزه شك، ترس و تردید را بکن تا آنها باغچه زیبایی درون تو را خفه نکنند، تا اینکه "بهترین" بتواند آزادانه و در بهترین کمال رشد کند.

آنچیزی را که در درون است آزاد کن تا به بیرون منعکس شود، هر چقدر هم که تلاش کنی نخواهی توانست آنرا پنهان کنی.

اگر در درون تو هرج و مرج و ناهماهنگی باشد، نمیتوانی آنرا پنهان کنی و هر قدر هم که سعی کنی باز هم به بیرون منعکس میشود، با آنچه که شبیه آن هستی، با طرز رفتارت و چیزهایی که اطرافت هستند.

تو نمی توانی آنچه را که در درونت است پنهان کنی، هر چقدر هم که تلاش کنی!

وقتی که فکرهایت از بالاترین سرچشمه میگیرند، زیبایی و کمال به بیرون منعکس می شوند. تو مانند آئینه ای هستی که حسابی آنرا برق انداخته اند. هیچ چیزی نمی تواند پنهان بماند!

۲ مرداد

زندگی را با احساسی عمیق از آرامش طی کن و از تمام کارهایی که میتوانی انجام بدهی متعجب خواهی شد. تو خیلی بیشتر می توانی در آرامش و اطمینان کار انجام بدهی تا زمانیکه فکرت به هم ریخته است.

اگر نتوانی بر روی کاری که انجام می دهی تمرکز کنی، یعنی اینکه این کار را بدون هیجان انجام می دهی، یعنی بدون کارآیی که ازتو بر می آید.

میبینی که چقدر طرز رفتار درست در مقابل هر کاری که انجام می دهی اهمیت دارد، تا بتوانی کاملاً از زندگی لذت ببری.

من میخواهم که تو از زندگی لذت ببری و بهترین را در آن بیابی.

خواهی دید زمانیکه میدانی که کجا میروی و چکاری انجام می دهی، دیگر وقتت را در شك و تردید از دست نمی دهی و میتوانی مستقیم به هدفت برسی و کارت را انجام دهی. وقت بگذار تا مستقیم از من پیدا کنی که چه چیزی از تو خواسته شده است.

فقط در صلح و آرامش است که میتوانی اینکار را انجام بدهی، پس برای اینکار وقت پیدا کن، این کلیدی واقعاً مهم است.

۳ مرداد

اینـك زمـان سـاختن اسـت، زمـان بوجـود آوردن یگـانگی و همـاهنگی، صـلح و عشـق، کمـال و همبسـتگی. همـواره در خودآگـاهت ایـن فکرهـای مثبـت، سـازنده و خلاق را نگـه دار و هیچوقت اجازه نده که دور شوند. آنها را ببین که در تو زندگی و حرکت میکنند و ماهیتشان در تو است، و تصویر آسمان جدید و زمین جدید را نظاره کن که شکل میگیرد و بوجود میاید. بگذار که در درون تو شکوفا شود.

اگـر کـه تـو خـودت را بـا فکـر عصـر جدیـد و معنـی واقعـی آن هماهنـگ سـازی، کم کم در تـو گسـترش خواهـد یـافت و متـوجه خـواهی شـد کـه تـو جـزء او هسـتی و او جـزء تـو. چیـزی شـگفت انگیز است، مانند قهرمـانی در خـواب کـه در انتظـار بیدار شـدن است، هیچ چیـزی بـرای جنگیـدن وجـود نـدارد، هیـچ دلیلـی بـرای ادامه جدال نیست. فقط یاد بگیر که به سادگی مـرا خـدمت کنـی و بگذار که برنامه کامل من شکوفا شود.

٤ مرداد

من در تو هستم!

من در کسی بیشتر از دیگری نیستم، این فقط یک موضوع آگاهی است. بعضی ها بیشتر از بقیه به وجود خدا در درون خود آگاهند و میتوانند از این چشمه برداشت کنند و از آن زندگی کنند.

اینطور به نظر میاید که آنها زندگی خارق العاده دارند اما هیچ چیز غیر طبیعی اینجا نیست، این تنها زندگی طبق قوانین من است و استفاده از نیرویی که در درون هر کسی است آنطوریکه باید استفاده شود.

هوا اینجاست که تنفس شود، ولی بستگی به تو دارد که آنرا فرو بدهی. برق اینجاست که از آن استفاده شود، اما اول باید سیم کشی شود و سپس به کار آید. و گرنه با اینکه برق وجود دارد، قدرتش که منتظر عمل است پنهان خواهد ماند. در مورد نیروی معنوی درون تو هم همینطور است. این نیرو هم اینجاست که استفاده شود. اما اگر خودت را "وصل" نکنی و قدرت آنرا "روشن" نکنی، عمل نخواهد کرد.

۵ مرداد

وقتی که نخواهی درسی را یاد بگیری، از طریق دیگری آن درس به تو نشان داده میشود. همیشه یك راه آسان وجود دارد، اما اگر نخواهی آنرا قبول کنی، از راه مشکل تر و سخت تری یاد خواهی گرفت.

چرا درس ها را از طریق ساده آن یاد نگیری؟ چرا مانند بچه کوچکی نباشی که تشنه تمام اتفاقات زندگی اش است و به همه چیز حواس جمع است، و چرا با هر چیزی به طریق طبیعی آن شکوفا نشوی؟
این برنامه من برای تو است. پس چرا وقتی که لزومی ندارد زندگی را بر خودت سخت کنی؟ این تنها باعث عقب افتادن پیشرفت تو میشود.

خواهی دید که اگر یاد بگیری مرا در اول قرار بدهی، همه چیز کاملاً در جای خود جا خواهد گرفت. وقتی که در زندگی، موفق شدی خودآگاهت را بالا ببری و در سطح معنوی آنرا نگه داری و آنرا به سوی چیزهایی که اهمیت دارند برگردانی، آنگاه تغییرات بزرگی اتفاق خواهند افتاد و زندگی برایت بدون هیچگونه سختی خواهد گذشت.

زندگی خیلی ساده است. چرا آنرا مشکل کنی؟

٦ مرداد

همواره نیایش کن! که زندگیت همواره نیایشی از عشق باشد و پر از انجام شکر گزاری. زندگی بینهایت خوب است، اما به خاطر داشته باش که آنچیزی است که تو با آن انجام می دهی.

پس اگر منفی باشی، به خودت منفی را جذب میکنی، و ابری سیاه سرت را خواهد پوشاند و تو را از این موهبت جدا خواهد کرد.

اگر همواره مثبت باشی، اگر خوبی را در همه چیز و همه کس ببینی، در تمام اطرافت و در تو آسمانی آبی و آفتاب خواهد بود.

زندگیت را از عشق، ایمان، امیدواری و کمال پر کن.

یاد بگیر که زندگی را دوست داشته باشی، چرا که وقتی اینطور باشی، زندگیت در واقع نیایشی همیشگی است.

دعا، یگانگی درونی ات با من است، مانند زمانیکه با هم راه میرویم و صحبت میکنیم، همانطوریکه در اول اینطور بودیم.

دعا، غذای جان و روان است. دعا، احتیاجی قوی و درونی در هر انسان است. این احتیاج درونی را احساس کن و به آن جواب بده!

۷ مرداد

وقتی من به تو میگویم که برنامه عالی من قدم به قدم گسترده میشود، ممکن است فکر کنی که میگویم به "آرامی" گسترده میشود. اما عزیز من، هیچ چیزی از این پس به آرامی اتفاق نخواهد افتاد. همه چیز سریعتر میشود.

اما با این حال یك گستردگی خواهد بود، چرا که همه چیز در زمان درست خود اتفاق خواهد افتاد.

قبول کن و سعی نداشته باش که از قرار گیریِ هیچ چیزی جلوگیری کنی چون از سرعت وقوع آن میترسی.

برنامه ریزی من عالی است. چرا آنرا قبول نکنی؟

که در تو مقاومتی وجود نداشته باشد، بلکه آزادی و شادی کامل را پیدا کن در حالیکه برنامه گسترده میشود.

این برنامه واقعاً شگفت انگیز است و تو جزء آن هستی. تو نقش خودت را در این برنامه داری، برای همین هم مهم است نقش خودت را همین الان پیدا کنی. حتی یك روز دیگر هم تا نقش خود را پیدا نکرده‌ای، بیهوده راه نرو .

وقتی که در آرامش و سکوت وقت صرف کردی، آنگاه خواهی فهمید که نقش بخصوص تو چیست.

۸ مرداد

همواره برای همه چیز شکر گزار باش. چیزهای زیادی وجود دارند که میتوانی قدردان آنها باشی، چشمانت را باز کن و اطرافت را نگاه کن، و ببین که چقدر متبرك هستی! اگر اینکار را انجام بدهی، از احساس قدردانی لبریز میشوی و تمام زندگی برایت معنی جدیدی پیدا خواهد کرد.

اطرافیانت برایت ارزش بیشتری پیدا خواهند کرد چرا که قلبت مملو از عشق برای آنها خواهد بود، و چون تفهم و درك عمیق تری نسبت به آنها خواهی داشت. پر از قدردانی برای آنها خواهی شد، برای عشقشان و برای رفاقتشان، و فقط برای اینکه خودشان هستند.

چشمانت بر تمام زیبایی و تمام هماهنگی اطرافت و به شگفتیهای طبیعت باز خواهد شد. با چشمانی که واقعاً میبینند نگاه خواهی کرد. با گوشهایی که واقعاً میشنوند خواهی شنید، و با کلمات عشق و تفاهم حرف خواهی زد.

زندگی برای تو خوش آیند خواهد بود، چرا که هیچ چیزی را مانند حق خودت بر نخواهی داشت، بلکه از همه چیز قدردان خواهی بود و قادر به دیدن دست من در هر چیز خواهی بود.

۹ مرداد

فکرهای مثبت، سازنده و با محبت، قدرت زیادی در خود دارند، خیلی بیشتر از آنچه که فکرش را میکنی، چرا که فکرها قدرت هستند. پس هر گونه فکر منفی را از خودت طرد کن.

همیشه طرف خوب زندگی را نگاه کن، چرا که هر چه بیشتر شادی و عشق باشی، بیشتر شادی و مهر را به خودت جذب میکنی.

تمام اطرافیانت را دوست داشته باش، چون خواهی دید که بالاخره همه به عشق جواب میدهند.

بچه ها و حیوانات فوراً جواب میدهند چون موانعی جلوی راهشان نیست. آنها جریان عشق را حس میکنند، و چون شکاك نیستند، آن را قبول میکنند و به سادگی به آن جواب میدهند و آنرا شادمانه پس میدهند.

در حالیکه اکثراً بزرگترها شکاك هستند و فکر میکنند کلکی در کار است. هیچوقت اجازه نده که این حالت قلبت را به روی احدی ببندد. وقتی که نیتت پاك و واقعی است، بگذار که عشق با تمام قدرتش جاری باشد تا جایی که تمام موانع از بین بروند.

عشق کلید زندگی است. این کلید را تو در درونت داری.



تصویر مرداد

مزرعه ای از ذرت رسیده و آماده برداشت به من نشان داده شد.

شنیدم:

زمان و فصلی مناسب برای هر چیز وجود دارد.

هیچوقت کاری را که میدانی امروز باید انجام بدهی به فردا نینداز، بلکه با روند هر زندگی جاری باش و کاملاً در آرامش باش.

۱۰ مرداد

خودت را با من در آرامش و سکوت هماهنگ ساز.

چطور میتوانی انتظار داشته باشی که صدای کوچك و آرام مرا بشنوی اگر که درونی آشفته داشته باشی و آنقدر گرفتار که وقتی برای گوش دادن پیدا نکنی؟

اگر یاد بگیری که آرام باشی، موفق خواهی شد، مهم نیست که چه کاری انجام می دهی یا اینکه کجا هستی.

خواهی توانست خودت را در لباس صلح و آرامش بپوشانی و آن مرکز آرامشی را که هیچ چیزی نمی تواند بر هم زند پیدا کنی. آنوقت، مرا در قلب خودت خواهی یافت. آنگاه به یگانگی با من، با چشمه تمام خلاقیت، خواهی رسید.

و در این حالت صلح و یگانگی تو کاملاً مسلط بر هر وضعیتی خواهی بود و دقیقاً خواهی دانست که چه کاری را انجام بدهی و چطوری آنرا انجام بدهی. این چیزی است که از هر کسی بر میآید و فقط به تعداد معدودی تعلق ندارد.

پس چرا همین الان کاملاً راحت و آرام نباشی؟

۱۱ مرداد

یاد بگیر که مستقیماً با الهام، عمل کنی. و کاری را انجام بدهی که قلبت به تو پیشنهاد میکند و نه فقط کاری را که تفکرت به تو میگوید که عاقلانه و خردمندانه است!

بعضی کارهایی که فقط از عشق سرچشمه میگیرند ممکن است از دید دیگران به نظر اشتباه و یا حتی دیوانگی بیاید، اما این مهم نیست .

وقتی که عمیقاً احساس میکنی که باید عملی را انجام بدهی، آن را انجام بده و وقتت را برای چون و چرای آن هدر نده.

این حرکت کوچك مهرانگیز میتواند خیلی اثر بگذارد. البته ممکن است نتیجه آن همان اول دیده نشود.

وقتت را برای به دنبال نتیجه گشتن هدر نده، کاری را که میدانی باید انجام بدهی انجام بده و بقیه را به من بسپار.

ممکن است که خیلی طول بکشد تا این بذر عشق در قلبی سخت و سرد جوانه بزند، اما یکبار که این بذر کاشته شد، دیر یا زود خودش را نشان خواهد داد.

تنها کاری که تو باید انجام بدهی این است که نقش خودت را در ایمان نگه داری و بدانی که همه چیز خیلی، خیلی درست است.

12 مرداد

وقتی که دری بسته میشود، در دیگری باز میشود، منتظر باش که این در جدید شگفتیها و زیبایی های بزرگتری را به تو نشان بدهد! همیشه انتظار داشته باش که هر وضعیتی بهترین را بوجود آورد، و ببین که بهترین از هر وضعیت به وجود میاید.

هیچوقت مایوس و نا امید نشو وقتی که دری به رویت بسته میشود. فقط آگاه باش که همه چیز با هم دست اندرکارند برای خوبی کسانیکه مرا واقعاً دوست دارند و در صف اول قرار میدهند.

احساس کن که بزگتر و گسترده میشوی زمانیکه از هر تجربه عبور میکنی و به دنبال دلیل آن میگردی. از هر تجربه درسی یاد بگیر، و مصمم باش که هیچ اشتباهی را 2 بار تکرار نکنی اگر که به نظر اشتباهی ازتو سر زده است، چرا که اگر اجازه ندهی که از پا درت آورد، خیلی چیزها میتواند از آن بوجود آید.

تمام رفتارت در مقابل زندگی خیلی مهم است، در نتیجه متوجه باش که زندگی آن چیزی است که تو با آن انجام می دهی.

از زندگی ات، زندگی ای شگفت انگیز و شاد بساز، زندگی ای که در آن هر چیزی در هر زمانی ممکن است اتفاق بیفتد چرا که اراده مرا انجام می دهی!

۱۳ مرداد

چرا هر روز را با هماهنگ کردن خودت با بهترینی که در درونت است شروع نکنی؟ و سپس آنرا با خودت در همه کارهایت در طی روز به همراه داشته باش.

اجازه بده که آرامش و مهر در تو و از طریق تو آزادانه بسوی تمام کسانیکه با آنها برخورد میکنی جریان داشته باشد.

یگانگی و کمال مرا در تمام همنوعانت ببین و برای آن وقت بگذار.

وقتی که توانستی اینکار را انجام بدهی، تمام ایرادهایشان از بین خواهد رفت، و آنها را در نور کمال خواهی دید، چرا که با چشمان من نگاه خواهی کرد و من فقط کمال را در همه چیز و همه کس میبینیم.

مرا منعکس کن. با من یکی باش! خودآگاهت کمال و یگانگی باشد! بدان که من در تو و از طریق تو عمل میکنم و هر کدام از فکرها و اعمالت را راهنمایی میکنم، همینطور که هماهنگی، زیبایی، قانون و نظم وارد زندگیت می شوند، ناهماهنگی و شلوغی از پنجره بیرون میروند.

تا زمانیکه در این ترتیب ذهنی بمانی، همه چیز به خوبی پیش میرود.

۱٤ مرداد

انتظاراتت را بالا نگه دار، هر چقدر بالاتر بهتر. در هیچکدام از کارهایت بی سلیقه و عجول نباش. باید کمال همیشه هدف باشد. ممکن است که به نظر دست نیافتنی باشد، اما به سمت آن برو و به نزدیك شدن به آن ادامه بده.

هیچوقت به چیزی که بدون عشق و ایمان انجام شده و کاری معمولی است راضی نشو. هر کاری را که انجام می دهی - هر چه هست – را برای شکوه و جلال من انجام بده، چرا که وقتی که هدفت انجام هر کاری برای من باشد، بالاترین هدف را داری، و در اینصورت راضی نخواهی بود مگر اینکه بهترین خودت را عرضه کنی.

در تمام مراحل خدمت شادی حقیقی را پیدا خواهی کرد.

به یاد داشته باش که در مراتب زیادی، از پایین به بالا، از مادی تا معنوی، تو میتوانی بدهی.

در هر مرتبه ای که باشد، با رضایت کامل بده، و متوجه خواهی شد که آنچه را که می دهی به تو بر می گردد.

۱۵ مرداد

آرام باش و گیرای زندگی. هر چقدر که بتوانی آرام تر باشی، گیراتر خواهی بود، چرا که فقط در آرامش است که میتوانی صدای کوچك و آرام مرا بشنوی.

در آرامش است که به شگفتی های من در اطراف خودت آگاه میشوی نسبت. به چیزهای مهم زندگی حساس میشوی و در این حالت حساسیت درها میتوانند کاملاً باز شوند و هر چیزی ممکن است اتفاق بیفتد.

تو باید در جستجوی اوقات صلح و آرامش باشی و آنها را پیدا کنی، مهم نیست که آدمی گرفتار هستی. چرا که این زمانها لازم نیست که زیاد طولانی باشند.

خواهی دید که این چند لحظه گفتگوی ساکت با من در کارهایی که انجام می دهی معجزه خواهند کرد، به جای آنکه سراسیمه خودت را در برنامه ای بیندازی و یا اینکه کاری را فقط برای اینکه لازم است انجام بدهی، رفتارت در مقابل هر آنچه که شروع میکنی رفتاری متبرك و پر از شکر خواهد بود.

و چون رفتارت و طرز برخوردت درست هستند، آنگاه فقط "بهترین" نتیجه آن خواهد بود و تبرك را برای تمام کسانیکه با آن برخورد میکنند خواهد آورد.

در روشنایی قدم بردار، و هیچوقت نترس که نور حقیقت تو را کاملاً روشن کند ! وقتی که چیزی برای پنهان کردن نداری، و از چیزی خجالت زده نیستی، مانند بچه کوچکی میمانی که آزاد است، هیچگونه محدودیتی ندارد و با شادی واقعی حرف خودش را میزند او از شادی لبریز است و این شادی مسری است و میتابد بر هر کسی که با او برخورد میکند.

شادی نمی تواند پنهان و یا زندانی شود. به هزار و یك شكل خودش را نشان میدهد: با یك نگاه، یك كلمه، یك حركت. شادی انسانها را به خود جذب میكند، چرا كه همه به افرادی كه روحشان شاد باشد جواب میدهند و میخواهند كه همراه آنها باشند. شادی، مثل آهنربایی كه آهن را جذب میكند، انسانها را به اطراف خود جذب میكند، و بر عكس ناراحتی و منفی گرایی انسان‌ها را طرد میكنند.

وقتی میدانی كه كار درست را انجام می دهی و در جای درست خود قرار داری، آنگاه تابان از شادی و آزادی هستی. همه چیز به هماهنگی برایت جاری است و در جای خود قرار میگیرد.

تو بهترین را به خودت جذب میكنی و كار دیگری نمی توانی انجام دهی چرا كه همنوعان با هم جمع می شوند.

۱۷ مرداد

اگر یاد بگیری که اراده مرا انجام بدهی و راه مرا دنبال کنی، آنگاه شروع خواهی کرد به فهمیدن اینکه آرامش و هماهنگی درونی یعنی چه. قلبت از عشق لبریز خواهد شد، فهمت گسترش خواهد یافت، دیگران را بهتر درك خواهی کرد و بازتر خواهی بود، و به روشنی خواهی دید که خیلی از راهها به من منتهی می شوند. یاد خواهی گرفت که زندگی کنی و اجازه بدهی که دیگران زندگی کنند و دیگر فکر نخواهی کرد که تنها راه تو راه درست است.

دیگر هیچوقت، در هیچ موضوعی، یکدنده نخواهی بود، بلکه در آرامش و با اطمینان راه خودت را طی خواهی کرد و کاری را انجام خواهی داد که به نظرت برای تو درست است.

دیگر سعی در عوض کردن بقیه نخواهی داشت. بلکه یاد خواهی گرفت که طوری زندگی کنی که بقیه بخواهند بدانند که چه چیزی داری که آنها ندارند.

هیچوقت فراموش نکن که بهترین راه درس دادن، نشان دادن طرز زندگی خودت است! اگر فقط کارت انجام اراده من در آرامش باشد، خیلی بیشتر بر بشریت اثر خواهد داشت تا اینکه از بالای بام ها نطق کنی و فراموش کنی که حرفهایی را که خودت میزنی به اجرا بگذاری.

۱۸ مرداد

همواره نگاه مثبت را بر همه چیز انتخاب کن و هر گونه دلتنگی و منفی گرایی را طرد کن.

اطرافت پر از انسانهای جالب و چیزها و تجربیات شگفت انگیز است. چرا خودت را بر روی اینها متمرکز نکنی، و تمام چیزهای ناراحت کننده و بد و سخت را رها نسازی؟

تو با رفتار و نگاهت، بهترین و یا بدترین زندگی را به خودت جذب میکنی. پس اگر اتفاقات، زندگی و یا دیگران را متهم بدبختی های خود میسازی، در خودت نگاه کن تا ببینی که چه کاری میتوانی انجام دهی تا رفتارت را عوض کنی.

اگر شروع به اینکار کنی، کم کم متوجه تغییراتی خواهی شد و شروع به درك این میکنی که چقدر عمیقاً متبرك هستی و چه اندازه زندگی شگفت انگیز است. چه شادی و برکتی است زنده بودن، جایی که هستی بودن، کاری را که انجام می دهی انجام دادن و پیرامونی پر از چیزها و انسانهای شگفت انگیز داشتن.

از همین الان شروع به جستجوی آنها کن.

آنها همین جا نزدیك تو هستند، احتیاجی نخواهد بود که خیلی دور را جستجو کنی.

۱۹ مرداد

آیا میخواهی کاری برای بهبود وضعیت دنیا انجام بدهی؟

پس در خودت نگاه کن، چرا که فراموش نکن همه چیز در خود شروع میشود. اگر تو خودآگاهت را به عشق، صلح، هماهنگی و یگانگی تغییر دهی، خودآگاه تمام دنیا تغییر پیدا خواهد کرد. اما معمولاً اول کار زیاد خوش آیند نیست. تو در درونت گوشه های سیاهی را پیدا خواهی کرد که باید تمیز بشوند.

خواهی دید که دلایلت همیشه از والاترین سرچشمه نمی گیرند و خواسته ها و ناخواسته هایت از آنچه که فکر میکنی پر رنگ ترند.

خواهی دید که زیاد تبعیض به خرج می دهی جایی که اصلاً تبعیضی نباید باشد، چرا که همه به در چشم من یکی هستند. خواهی دید که مهرت به بقیه آنچه که باید باشد نیست.

وضعیتت را روشن ببین و مصمم باش که کاری انجام بدهی و همین الان شروع به انجام آن کن.

وقتی بهتر از این نیست. من اینجا هستم که به تو کمك کنم. مرا صدا بزن و بگذار تا هر قدمت را راهنمایی کنم!

۲۰ مرداد

آیا با هر زندگی هماهنگ هستی؟ آیا احساس میکنی که با تمام انسانهای اطرافت یکی هستی؟ آیا در آرامش هستی؟ آیا جزء شلوغی و هرج و مرج دنیا هستی، یا اینکه زندگی ات قسمتی از جواب به مشکلات دنیا است؟

در حال حاضر نمی توان بین 2 صندلی نشست. یا تو برای روشنایی کار میکنی، یا نه، انتخاب در دست خودت است.

تو یا با من هستی، یا بر ضد من.

ایمان و اطمینانت نمی توانند کمرنگ یا بدون پشتوانه باشند. یا باید مطمئن باشند، یا اینکه اصلاً نباشند.

من احتیاج دارم که تو شعله ور باشی، آتشی از عشق به من، کاملا وقف من و برنامه من، آماده انجام اراده من به هر قیمتی که باشد.

من همه چیز را میخواهم، و تنها وقتی که همه چیز داده شده باشد است که تو همه چیز را دریافت خواهی کرد.

هیچ یک از خواسته هایت رد نخواهند شد و خواهی فهمید هر چه که دارم مال تو است.

۲۱ مرداد

وقتی که آرام نباشی، نمی توانی تمام کارهایی را که باید انجام بدهی. وقت بگذار که تنها باشی، و کاری ساده انجام بده، کاری که برایت خوش آیند باشد و خودت انتخاب کرده باشی، اما نه کاری که دیگری به تو پیشنهاد کرده باشد.

آنگاه همینطور که کارت را ادامه می دهی، خواهی دید که میتوانی همه چیز را با نگاه دیگری و با طرز فکر بالاتری ببینی. آنگاه سنگینی برداشته خواهد شد و متوجه خواهی شد که میتوانی خیلی کارهای بیشتری انجام بدهی.

همچنین سعی نکن که زیادی دور دست را نگاه کنی، این حالت میتواند باعث تشنج و ناراحتی گردد.

تو فقط میتوانی قدم به قدم جلو بروی، پس همینطور عمل کن، یك قدم بردار و قدم بعدی خود به خود در زمان درست خود خواهد آمد.

اجازه بده که زندگی شکوفا شود و سعی در دستکاری آن نداشته باش. ناراحت و ناخوش نشو وقتی که مسائل آنطوریکه دقیقاً تو میخواهی پیش نمی روند، بلکه جستجو و پیدا کن برنامه ای را که زیر بنای همه اتفاقات است و متوجه شو که همه چیز به خوبی پیش میرود.

۲۲ مرداد

یاد بگیر که به بقیه فکر کنی، با آنها تقسیم کنی و طوری با آنها برخورد کنی که میخواهی با تو برخورد کنند.

فهمیدن را یاد بگیر، و کاملاً وارد زندگی و قلبشان شو، بر رویشان عشق و تفاهم را واریز کن و به این شکل هر گونه انتقاد، محاکمه و محکومیت را طرد کن. بفهم که عشق هر گونه ناراحتی و تنفر را دگرگون میکند، و تفاهم قلبهای بسته و سرد و بدون احساس را باز میکند.

در زندگیت این کلمات را اجرا کن "بر ضد بدی مقابله نکن، بلکه بوسیله خوبی بر آن پیروز شو."

گفتنش از انجام دادن آن آسان تر است، اما تا وقتی که اینکار انجام و زندگی نشود، برای بشریت صلح و اراده نیك وجود نخواهد داشت.

این کلمات در همه زمانها شنیده، خوانده و گفته شده اند، اما زندگی نشده اند و برای همین هم هست که در دنیا جنگ، ویرانی، بدی و تنفر وجود دارد. و این ادامه خواهد داشت تا زمانیکه بشریت یاد بگیرد واقعاً زندگی کند و فقط در مورد آن صحبت نکند. تا زمانیکه بشریت یاد بگیرد که این کلمات شگفت انگیز را هر روز زندگی کند.

۲۳ مرداد

همانطوریکه تو با هنرها و استعدادهای خودت به "تمام" خدمت میکنی، همانطور هم هر قسمت "پازل" زندگی عمل میکند و مجموع اینها کمال را شکل میدهد. هنرها و استعدادهای مخصوص تو کدام ها هستند؟ چرا آنها را تقسیم نکنی بجای آنکه پنهانشان کنی؟ چرا که همه آنها لازم هستند.

تو میتوانی فکر کنی که هنرهای زیادی داری و یا کم و یا اینکه هیچ چیزی برای عرضه کردن نداری، اما این حالت آخر ممکن نیست. تو چیز منحصر به فردی داری، چیزی برای دادن که هیچ کس دیگر نمی تواند آنرا بدهد، و این چیز بخصوص لازم است، و فقط به تو بستگی دارد که آنرا پیدا کنی و بدهی.

همه چیز لازم است تا "کل" کامل باشد.

هر کدام از پیچ و مهره های کوچك یك ساعت لازم هستند.

هر عضو بدن، هر کدام از سلولهای ریز بدن و هر کدام از اتمهایش برای تشکیل بدنی کامل لازم هستند.

وقتی که توانستی خودت را جزئی از تمامی ببینی، آنگاه دیگر نمی خواهی جلوی آنچه را برای دادن داری بگیری.

۲٤ مرداد

اگر برایت سخت است که همنوعانت را دوست داشته باشی، خودت را مجبور نکن، چرا که نمی توانی خودت را مجبور به دوست داشتن کسی بکنی. اما اگر به دنبال من و کمك من باشی، من این تخم عشق را در قلبت خواهم گذاشت.

سپس تنها کاری که تو باید انجام دهی این است که به آرامی و لطافت به آن برسی و بدون تلاش به رشد آن نگاه کنی.

با نیروی اراده سعی در دوست داشتن کسی کردن، جنگی است از پیش باخته. خواهی دید، همانطور آنها که شبیه هم هستند با هم جمع می شوند، تو هم طبیعتاً بیشر بطرف بعضی ها کشیده میشوی و آسان تر میتوانید در هم حل شوید، اما نگران نباش.

به تدریج معنی عشق همگانی را کشف خواهی کرد و همینطور که رشد معنوی ات ادامه پیدا میکند، میفهمی که عشق الهی من یعنی چه.

بگذار بدون هیچگونه تلاشی از طرف تو خودش گسترش پیدا کند، تنها خواست درونی و عمیقی از جانب تو برای بیشتر دوست داشتن کافی است.

۲۵ مرداد

طرز رفتارت ارزشی حیاتی دارد، خیلی بیشتر از آنچه که فکرش را میکنی.

در نتیجه اگر نمی توانی کاری را با رفتار درست انجام بدهی، بهتر است که اصلاً آن را انجام ندهی تا اینکه بتوانی رفتارت را عوض کنی.

از کاری که انجام می دهی واقعاً لذت ببر و متوجه شو که این کار، هر چه که هست، برای روند کلی اهمیت دارد. هیچوقت از قبول مسئولیت نترس، بلکه در عین حال در خِرد و چهار چوب رشد کن. بدان که هیچوقت بیشتر از اندازه تحملت به تو داده نمی شود.

مهم است که هر مسئولیت به تو کمك کند تا کمی بیشتر گسترده شوی و رشد کنی. هدف مسئولیتها سختی دادن و سنگین کردن تو نیست بلکه کمک به رشد تو است. از آنها ناراحت نشو بلکه نسبت به آنها قدردان باش. بدان که آنها به تو محول نمی شدند اگر که من حس نمی کردم که تو میتوانی از پس آنها بر آیی.

در هر لحظه کمك مرا جستجو کن. من کمك و راهنمای همیشه آماده تو هستم.

مرا صدا بزن!

یاد بگیر که نرم و انعطاف پذیر باشی. و در عین حال همیشه از طریق دانشی درونی و محکم عمل کن تا در بند وضعیت و اتفاقات خارجی نباشی.

متوجه شو که زندگی ات و طرز زندگی ات انعکاسی از زندگی درونی ات هستند. اگر تو درونا در آرامش باشی، این آرامش را به بیرون منعکس میکنی، چرا که اگر قلبت از عشق لبریز باشد، تو چاره ای نداری بجز اینکه این عشق را به بیرون منعکس کنی.

تو نمی توانی آنچه را که در درون تو است پنهان کنی، چرا که وضعیت بیرونی ات آینده ای از وضعیت درونی ات می باشد.

وقتی را که در صلح و آرامش میگذرانی هیچوقت هدر نمی رود.

برای هر کسی لازم است که زمانی پیدا کند تا در آرامش باشد و در مورد آنچه که در درون او است فکر کند، در مورد آنچه که در زندگی مهم است فکر کند، در مورد آنچه که زندگی را میسازد فکر کند، یعنی راه های روان.

مسئله ای نیست اگر در روز وقت کمی داری، این زمانهای آرامش حیاتی هستند و ستون فقرات زندگی ات را تشکیل میدهند.

۲۷ مرداد

آنقدر نگران خودت نباش تا جایی که از کنار شگفتی های زندگی بدون دیدنشان بگذری. زیبایی ها و شگفتی های زندگی را زندگی کن. با چشمان کاملاً باز قدم بزن و از زیبایی های اطرافت کاملاً لذت ببر.

که هر لحظه پر از عشق و قدر دانی باشد.

وقتی که اتفاقی ناهماهنگ پیش میآید، بدون تامل، اطرافت را نگاه کن و ببین که چطور این اتفاق میتواند به اتفاقی هماهنگ تبدیل شود.

اینکار را سریع انجام بده، چرا که فکرهای منفی و مخرب میتوانند مانند علفهای هرز در باغچه به سرعت رشد کنند، و اگر به آنها اجازه داده شود وضعیت را در دست خود بگیرند و تمام گیاهان لطیف را خفه می کنند.

یاد بگیر که تفکراتت را مهار کنی تا فقط فکرهایت زیبایی، هماهنگی و عشق باشند.

یکبار که فکرهای مثبت تو خوب جا افتادند، در هر وضعیتی طبیعتاً بدنبال "بهترین" خواهی بود. فقط در این زمان است که میتوانی با خیال راحت آسوده باشی و وارد شادی و آزادی روان شوی!

۲۸ مرداد

چرا از همین الان شروع نکنی تا الهام و راهنمایی معنوی ات را مستقیماً دریافت کنی و نه از طریق دیگری؟

آیا نمی بینی که تو در خودت تمام خرد، دانش و درک را داری؟

احتیاجی نیست که در بیرون به دنبال آنها بگردی، یعنی اینکه باید وقت بگذاری تا در آرامشی آنها را در درون خودت پیدا کنی.

هیچ چیزی با اهمیت تر و شگفت انگیز تر از تماس مستقیم با من، با چشمه تمام خلقت نیست. یعنی اینکه تو باید وقت آنرا پیدا کنی، و در صورت لزوم این وقت را بوجود آوری، تا این تماس را پیدا کنی.

تو باید به جایی برسی که همواره از من و وجود الهی من آگاه باشی، تا جایی که بخواهی مرا در تمام زندگیت همراه کنی، و با من همواره قدم بزنی و صحبت کنی، همه چیز را با من تقسیم کنی، همه پیروزی ها و حتی شکست هایت را.

وقتی که عشق جاری بود و با من یکی شدی، آنگاه بیش از هر چیز خواسته ات شریك بودن در هر چیزی با من خواهد بود.

۲۹ مرداد

هر کسی باید انضباط را یاد بگیرد. و هر چه سریعتر آسانتر خواهد بود. در شروع ممکن است که این درس برایت مشکل باشد و احتیاج به تلاشی واقعی داشته باشد، چون باید خودت را مجبور به انجام کارهایی کنی که من کوچك تو با آنها مخالف است.

تو باید یاد بگیری که به خودت "نه" بگویی، هر چقدر با خودت محکم تر باشی، سریعتر آرامش در درونت حکومت خواهد کرد.

خوب است که هر از گاهی خودت را بسنجی و ببینی که تا چه اندازه با خودت ضعیف هستی و با ضعف هایت همراه.

یعنی اینکه تو باید بسیار رو راست باشی و برای خودت بهانه نتراشی. ممکن است که به تو کمك کند که نکته هایی را که به نظرت میاید باید در خودت تغییر دهی بنویسی تا آنها را جلوی چشم داشته باشی. آنگاه کاری برای تغییر آنها انجام بده.

اگر خودت را قادر به پیروز شدن بر بعضی از ضعف هایت نمی بینی، مهم نیست، من از تو نمی خواهم که تنها اینکار را انجام بدهی.

من همواره اینجا هستم که کمکت کنم. چرا مرا صدا نزنی؟

۳۰ مرداد

برای همه کس تا به حال پیش آمده که به خاطر اتفاقی و یا عمل فرد دیگری، کاملاً از خود بیخود شود و تعادل خود را از دست بدهد. ممکن است بجای اینکه فوراً به مقابله با آن برآیی، اجازه داده باشی که این اتفاق بر تو چیره شود و تمام طرز دیدت را خراب کند و بیهوده زندانی ات سازد.

این حالت حتی ممکن است وقتی پیش آید که تو روزت را با بهترین فکرها و قلبی سرشار از عشق برای همگان و مصمم به دیدن بهترین در همه چیز شروع کرده باشی. دفعه دیگری که یك ناهماهنگی پیش آمد، به اتفاقی که در حال افتادن است توجه کن و فوراً خودآگاهت را بالا ببر. مرا صدا بزن!

تفکرت را در من قرار بده تا جایی که کاملاً از من و حضور الهی من آگاه شوی. آنگاه ببین که چه فرقی برای تو میکند.

اگر تو بتوانی تفکرت را بطرف من و عشق الهی من برگردانی زمانیکه در وضعیتی منفی هستی، آنگاه همه چیز میتواند تغییر کند.

این را دفعه دیگر بخاطر داشته باش.

امتحانش کن و ببین که چگونه تاثیر میگذارد!

۳۱ مرداد

هر کجا که باشی و هر کاری که انجام بدهی، من با تو هستم، همیشه.

اما اگر از این واقعاً آگاه نباشی، زندگی را مانند نابینایی طی میکنی و از زیبایی ها و شگفتیهای اطرافت ناآگاهی و در تاریکی برای پیدا کردن راهت دست و پا میزنی.

و وقتی که آگاه باشی، چشمانی برای دیدن و گوشهایی برای شنیدن داری. تمام چیزهای کوچك زندگی معنی جدید و عمیقی پیدا میکنند.

دیگر هیچ چیزی را بیهوده نمی پنداری بلکه متوجه برنامه و دلیلی برای هر اتفاقِ زندگی ات میشوی و شادی و رُشدی واقعی در هر چیزی که برایت اتفاق می افتد پیدا میکنی.

با چشمان روان میبینی، چیزهای مهم زندگی را میفهمی و میبینی که زندگی لبریز از شادی و شادمانی است.

کم کم متوجه میشوی که هیچ چیزی و هیچ اتفاقی بی دلیل نیست.

دست مرا در همه چیز میشناسی و قلبت پر از عشق و قدردانی است.

اول شهریور

بگذار که قدرت روان در تو و از طریق تو جاری باشد. خودت را نسبت به این قدرت بینهایت باز بگذار و متوجه شو که رمز واقعی آن در تماس مستقیم با من بودن است و از سرچشمه ابدی و بینهایت برداشت کردن.

این چشمه همواره اینجاست تا تمام کسانیکه آماده استفاده درست از آن هستند برای خوبی همگان، از آن استفاده کنند.

تو باید آماده باشی، تو باید قبل از اینکه بتوانی دریافت کنی، درخواست کنی.

این به تو قبل از اینکه آماده آن باشی تحمیل نخواهد شد.

آیا میتوانی قبول کنی که با من همه چیز امکان دارد؟ اینرا مانند حقیقتی قبول داری یا اینکه باز هم اجازه می دهی که تردیدها و ترس ها کمال زندگیت را بر هم زنند؟

در هر زندگی روند کمالی وجود دارد، و وقتی که خودت را با آن هماهنگ میسازی، بدون هیچ تلاشی با آن جاری هستی و در آن شادی و والایی را پیدا میکنی. پس چرا خودت را هماهنگ نسازی و کاملاً از زندگی لذت نبری؟

۲ شهریور

در قلبت نگاه کن. آیا در تو چشمه ای از جدایی و نفاق وجود دارد؟ آیا اشتباهاتی و یا حسادت و انگیزه هایی و یا هر چیز منفی وجود دارد که بتواند جلوی تو را بگیرد؟

میبایست خودت را راست و درست و رو در رو نگاه کنی. آنگاه بدون تردید خواهی دانست که آیا تو آن ریگی هستی که انجام برنامه کامل مرا عقب می اندازد یا نه. اگر خودت را ناراحت احساس میکنی و متوجه میشوی که در حال بهانه آوردن برای کارها و فکرهایت هستی، میتوانی مطمئن باشی که چیزی در درونت احتیاج به عوض شدن دارد.

اگر آنرا شناسایی کردی، به آن اجازه نده که ناراحتت کند، بلکه به سرعت شروع به تغییر طرز دیدت کن.

من همواره برای کمك به تو آماده هستم. مرا صدا بزن، و من به تو کمك خواهم کرد تا بر هر چیزیکه به نظر سد راهت است و نمی گذارد که حس کنی با تمامی یکی هستی، پیروز شوی.

هیچوقت فکر نکن که چیزی برای هدیه دادن نداری. تو بسیار برای هدیه دادن داری و خواهی دید که هر چه به آن کمتر فکر کنی بهتر عمل میکند.

هر چه بیشتر به بقیه فکر کنی و برای آنها زندگی کنی، بیشتر میتوانی خودت را در خدمت به آنها فراموش کنی و هیچ فکری در قبال آن برای خودت نداشته باشی، بیشتر شاد خواهی بود.

هیچوقت از یك دست نده و از دست دیگر پس بگیر!

وقتی که چیزی می دهی، هر چه که باشد، آن را مجانی بده تا آنکه بتوانند از آن کاملاً آزادانه استفاده کنند.

وقتی که می دهی، فراوان بده، آزادانه و از صمیم قلب، و سپس فراموشش کن. این قانون برای تمام هدیه ها است، در تمام مراحل، مادی و معنوی.

همواره وقتی که می دهی دست و دل باز باش و هیچوقت نترس که خودت کم بیاوری، چون در اینصورت واقعاً نداده ای.

با دادن واقعی، هیچوقت کم نخواهی آورد.

تو کار بزرگی برای انجام داری. کار بدون سرو صدای به وجود آوردن عشق بیشتر در دنیا.

مانند مایه خمیر نان که کار خود را در آرامش و بدون صدا انجام میدهد، با اینکه بدون او نان تکه ای سخت بیش نخواهد بود.

پس کسانیرا که با آنها هستی دوست داشته باش، کاری را که انجام می دهی دوست داشته باش، محیط زندگیت را دوست داشته باش، و کسانیرا که به نظر دشمنانت هستند دوست داشته باش.

موهبت بیشتری است دوست داشتن کسانی که به نظر نمی توان آنها را دوست داشت. احتیاج عشق هر نفر را احساس کن و بگذار که جریانی بشوی که عشق بتواند از طریق آن جاری شود و به این احتیاج جواب دهد!

اگر هر کسی یاد بگیرد که به اسم عشق دوست داشته باشد، آنگاه سنگینی دنیا کم میشود، چرا که عشق در جایی که سنگینی و تاریکی باشد راحتی و سبکی میاورد.

عشق در هر نفر شروع میشود، پس در قلب خودت نگاه کن و آنرا بیرون بیاور. و آزادانه و با شادی واقعی آنرا به بقیه بده!

برای هر چیزی شکر گزار باش. قلبت را کاملاً باز نگه دار و بگذار که احساس قدردانی ات در حرکتی بینهایت جاری باشد.

آنقدر چیزها برای شکر کردن وجود دارد! قدردانی دعوتت میکند که به من و شگفتی های من با چشمانی باز نگاه کنی. بدین ترتیب هیچ چیزی را از دست نمی دهی و مرا در هر چیزی که در انجام است میبینی.

تو میدانی که انگیزه و برنامه ای پشت زندگی تو است، میدانی که هیچ چیزی بی دلیل اتفاق نمی افتد. هر تماس درست است، هر عمل راهنمایی میشود. تو باید ایمانی ضد ضربه داشته باشی تا بتوانی بدین ترتیب زندگی کنی، باید مطمئن باشی که زندگیت بوسیله من راهنمایی میشود. یعنی اینکه قبل از هر چیز تو باید همه چیزت را به من بسپاری تا من آنطور که میخواهم از آن استفاده کنم.

و تو فقط زمانی میتوانی اینرا انجام بدهی که یاد گرفته باشی مرا از صمیم قلب و با تمام هوشت و با تمام وجودت دوست داشته باشی، چونکه بدون عشق نمی توانی این قدمها را برداری و نمی توانی اینطور زندگی کنی.

پس قلبت را باز کن و دوست داشته باش!

یادگیریقرار دادن چیزهای مهم در اول اهمیتی حیاتی دارد، چون فقط در اینصورت است که همه چیز بطور کامل انجام میگیرد.

قلبت را نگاه کن و ببین که چه چیزی را اول قرار می دهی. آیا خودت و خوش آیند خودت را اول قرار می دهی؟ یا کارت و محیطت را؟ آیا از اینکه زندگیت را کاملاً ناآگاه از من طی میکنی و مطمئن هستی که هیچگونه احتیاجی به کمك من نداری راضی هستی؟

تو کاملاً آزادی که طرز رفتاری را که میخواهی انتخاب کنی. هیچکس جلویت را نخواهد گرفت. اما باید آماده باشی تا نتایج آنرا هم قبول کنی وقتی که چیزها خوب پیش نمی روند !

بخاطر داشته باش که وقتی میدانی که چه کاری درست است و با این حال کاری را که دلت می خواهد انجام می دهی، مسئولیتت بزرگتر است چون "ندانستن" را نمی توانی دلیل بیاوری. بهانه اینکه آنقدر کار هست که نمی تواند به همه چیز رسید قابل قبول نیست و هیچوقت نباید استفاده شود.

من به تو میگویم وقتی که چیزهای اساسی را اول قرار بدهی، وقت برای همه کار هست.

۷ شهریور

در این زندگی معنوی تو باید سهم خودت را انجام بدهی.

من همیشه برای کمك به کسانیکه خودشان را یاری میدهند حاضر هستم، اما تو باید خود قدم اول را برداری.

اگر همه کارها را برایت انجام بدهند هیچوقت درسهایت را یاد نخواهی گرفت. تو نمی توانی بچه ای را بزرگ کنی اگر همه کارها را برایش انجام بدهی. باید اجازه بدهی که خودش کارهایش را پیش ببرد. مهم نیست اگر اعمالش کُند و یا پر از تردید باشند، تو باید بسیار صبور باشی و عقب بایستی.

من با صبری بینهایت و محبتی فراوان باید که عقب بایستم و مشاهده کنم که چطور کارت را پیش میبری و اشتباهاتی را انجام می دهی.

اما همیشه بخاطر داشته باش که تو از اشتباهاتت درس خواهی گرفت، هیچ چیزی بی دلیل انجام نمی شود. همواره تو درسهای جدیدی را فرا میگیری و در این راه معنوی پیش میروی.

هر قدم، هر چقدر هم کوچك، تو را به هدفت نزدیکتر میسازد : انجام یگانگی ات با من. تا جایی که بالاخره متوجه میشوی که جدایی وجود ندارد، که همه چیز یکی است، و تو جزئی از این زندگی یگانه و نورانی هستی.

آیا بعضی وقتها از خودت میپرسی که اینجا چکار میکنی و چرا اینجا هستی؟ آیا بعضی وقتها فکرت را تردیدهایی پر میکنند؟

در درون قلبت جستجو کن و آنگاه صادقانه به این پرسشها جواب بده. سپس اگر به نظرت رسید که مانند کسانیکه تا با چشم خود ندیده اند تردید داری، وقت بگذار تا آرام شوی و با روشنایی درونی ات جای درست خود را در این برنامه وسیع پیدا کنی.

من میتوانم به تو اطمینان بدهم که بی دلیل در جایی که هستی قرار نگرفته ای. ممکن است که زندگی سختی را گذرانده ای، ممکن است که امتحانات زیادی را گذرانده ای و حتی در آتش فرورفته باشی.

اما میتوانی مطمئن باشی که دلیلی برای همه اینها هست، و آن این است که تمام بیخود بسوزد و چیزی بجز طلای ناب نماند، یعنی چیزی بجز " من در درون هستم" نماند تا اینکه من بتوانم از طریق این " من هستم" عمل کنم تا شگفتی ها و شکوهم را به چشمان همگان نشان دهم.

۹ شهریور

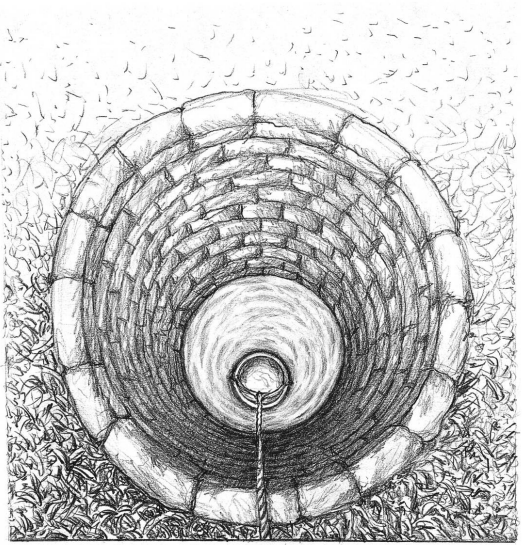
برای فراگیری قوانین خلقت، درسهای حیاتی مهمی وجود دارند : صبر و پشتکار.

تو باید فرمانبرداری ناگفته را یاد بگیری و انگیزه دنباله روی از راهنمایی های مرا داشته باشی، هر چقدر هم که به نظر دیوانه وار بیایند.

فقط وقتی که این قوانین را یاد گرفتی و در زندگی ات به اجرا گذاشتی است که شگفت انگیز ترین اتفاقات را در زندگیت خواهی دید و در واقع قوانین مرا مشاهده و زندگی خواهی کرد.

همیشه بخاطر داشته باش که تو باید کاری انجام بدهی، تو باید یك زندگی واقعی داشته باشی و نه تنها تمام وقتت را صرف دعا کردن بکنی با امید اینکه اتفاقی خواهد افتاد. دعا لازم است اما کافی نیست.

تو باید یاد بگیری که یك زندگی واقعی داشته باشی تا اینکه همه بتوانند آنرا ببینند. از ایمان صحبت کردن کافی نیست. تو باید طوری زندگی کنی تا تمام اطرافیانت ببیند که با ایمان زندگی کردن یعنی چه و برای این تو باید ایمان و تمام اطمینانت را در من، در خدایت، در خدای درونت قرار بدهی.



تصویر شهریور

چاهی عمیق و تاریك به من نشان داده شد. در بالای آن سطل و طنابی وجود داشت.

دیدم که سطل را با طناب پایین فرستادند و وقتی که آنرا بالا کشیدند و به روشنایی رسید، پر از آبی پاك و زلال بود.

شنیدم:

در عمق هر انسان، پاکی روح وجود دارد. وقت بگذار پیدایش کنی و آنگاه آنرا بیرون بیاور.

۱۰ شهریور

تو میتوانی در ارتفاعات بلند با قلبی پر از سرود و قدردانی در پرواز باشی؛ اما باید به مانند پرنده کوچکی از زمین بلند شوی، این سعی مخصوص را باید انجام بدهی. لزوماً کار سختی نیست و میتواند تلاشی شادمان با قلبی سبک باشد.

چرا بر روی زمین میخکوب باشی در حالیکه با عمل کردن میتوانی کاملاً زندگیت را عوض کنی ؟ اهدافت بلند پروازانه باشند! هر چه والاتر بهتر. در انتظار شگفت انگیزترین اتفاقات باش، نه در آینده، بلکه همین الآن.

با قدمهایی مساوی و محکم به پیش برو و درونـاً بدان و مطمئن باش که به هر هدفی که برای خودت تعیین کردی خواهی رسید. چرا که امروز چند عمل مثبت انجام ندهی ؟ چرا که شروع به چرخاندن چرخها نکنی ؟

وقتی که سهم خودت را انجام دادی، تمام کمکی را که بخواهی دریافت خواهی کرد، اما نه قبل از آن. به امکان خودت در انجام هر کاری اطمینان داشته باش چرا که وجودت را از من برداشت میکنی.

وقتی که ایمان و اطمینانت در من است هر کاری را میتوانی انجام دهی !

اگر میخواهی که صلح و هماهنگی را وارد دنیا کنی، شروع به پیدا کردن صلح و هماهنگی در قلب خودت کن.

از صلح حرف زدن وقت تلف کردن است.

تو باید این آگاهی صلح را که هیچکس و هیچ چیزی قادر به برهم زدن آن نیست، جستجو و پیدا کنی. در این حالت آگاهی، تو مفید خواهی بود و قادر به کمك کردن در آوردن صلح و هماهنگی در زندگی خیلی ها.

اول خود آگاهانه از وجود صلح و هماهنگی در زندگی خودت آگاه باش، و آنگاه مانند سنگی که در آب پرتاب شده باشد، موجهای آن گسترش می یابند، با زندگی خیلی ها تماس پیدا میکنند و آنها را تغییر میدهند.

آنچیزی را که کاشته ای دستگیرت میشود!

اگر که نفاق و ناهماهنگی کشت کنی، نفاق و ناهماهنگی محصولت خواهد بود، در صورتیکه اگر صلح و هماهنگی بکاری، آنگاه محصول بزرگی از صلح و هماهنگی خواهد داشت، و نه تنها برای خودت، بلکه برای تمام کسانیکه با آنها در تماس هستی.

۱۲ شهریور

هدیه بده و همچنان به هدیه دادن ادامه بده. هیچوقت سعی در نگه داشتن چیزی نکن. حواست باشد که هر چیزی همواره و آزادانه جاری باشد. هر آن چه که داری را از استعداد، عشق، پول یا دارایی، در جریان و حرکت بگذار. اگر اینکار را انجام بدهی خواهی دید که آنها هزار برابر افزایش می یابند. نیروی زندگی در بدنت نمی تواند نگه داشته شود، او باید همواره در حرکت باشد، و فقط در اینصورت است که نیروی زندگی جدیدتر، تازه تر و حتی بزرگتری میتواند وارد تو شود، و فقط در اینصورت است که تو میتوانی انسانی پر از زندگی شوی. برای همه چیز هم همینطور است، همه چیز را در حرکت بگذار و هیچوقت جریان را نگه ندار.

زندگی را ببین که چگونه برای تو بطور کامل شکوفا میشود. ببین که چگونه هر کدام از احتیاجاتت در زمان درست خود جواب میگیرند! در انتظار این باش و نگذار که هیچگونه تردیدی وارد آگاهیت شود. برای هر چیزی مثبت باش، هر چه که وضعیت ظاهری خارج باشد مهم نیست. احساس کن که فکرهای پست از بین میروند و با فکرهایی بزرگتر و زیباتری جایگزین می شوند.

ایمانی کامل داشته باش که همه چیز بسیار بسیار خوب است و هر چیزی به درستی پیش میرود چرا که همه چیز در دست من است!

همیشه جلوی دیدت منظره کمال، هماهنگی و زیبایی را نگه دار و آنها را در همه چیز و همه کس ببین.

بگذار که عشق مانند آب از تو لبریز باشد و بطور مساوی به طرف همه جاری باشد. در تو تبعیضی وجود نداشته باشد چرا که همه از من سر منشاء گرفته اند و تمام دنیا فقط یك خانواده است.

عشق همگانی در هر کسی شروع میشود و به بیرون راه پیدا میکند. اگر هر کسی متوجه این بشود و بگذارد که این عشق آزادانه جاری باشد، تغییرات بزرگی در دنیا بوجود خواهد آمد، چرا که عشق است که تمام تنفر، حسادت، حرص، و انتقاد را دگرگون میسازد. اینها دلایل جنگ، ویرانی و مرگ هستند.

عشق زندگی را بوجود میاورد، زندگی ابدی را، زندگی فراوان را. عشق با خود صلح، شادی و خوشحالی و رضایتی با دوام میاورد. و مهم تر از همه با خود یگانگی و هماهنگی میاورد.

پس اگر در بیراهه ها گشته ای و گم شده ای، بر روی راه عشقی که مستقیم به من میاید برگرد، آنگاه مرا پیدا خواهی کرد که در درون خودت منتظرت هستم.

اگر تصمیم بگیری که اراده مرا انجام بدهی و راه مرا به پیش بروی، باید که آنرا از صمیم قلب انجام بدهی، هر چه که نتیجه آن باشد.

باید سخت را همانند آسان قبول کنی وقتی که درس حیاتی اطاعت فوری اراده مرا فرا میگیری.

فقط وقتی که همه چیز را بدهی است که همه چیز را دریافت خواهی کرد. در این زندگی معنوی نمی توانی بهترین قسمتها را جدا کنی و بقیه را کنار بگذاری، یا همه چیز یا هیچ چیز. خیلی ها میخواهند قسمتهایی از این زندگی را که خوششان میآید انتخاب کنند و آن قسمتهایی را که هماهنگ خواسته های اصلی شان نیست نادیده بگیرند. اینطور عمل کردن یك زندگی معنوی داشتن نیست بلکه جدا کردن و انتخاب کارهایی است که میخواهی انجام بدهی و نه چیزی که من از تو میخواهم.

تو نمی توانی انتظار اینرا داشته باشی که همه چیز برایت روند خوبی داشته باشد اگر که چنین رفتاری داشته باشی. قبل از اینکه من بتوانم در تو و از طریق تو معجزه و شگفتی بیافرینم احتیاج به تسلیم کامل و وقف کامل تو دارم.

حالا که میدانی، چرا کاری در این راه انجام ندهی؟

۱۵ شهریور

هر روز را به نوبت زندگی کن، سعی نکن که با برنامه های بسیار برای فردا به جلو بشتابی، چرا که ممکن است هیچوقت فردا نیاید.

کاملاً از امروز لذت ببر و آنطور از آن استفاده کن مثل اینکه روز آخرتو است. تمام کارهای زیبایی را که به آنها فکر کرده ای انجام بده، نه با بی خیالی و حواس پرتی، بلکه با شادی واقعی. مانند بچه کوچکی باش که برنامه ای برای فردا ندارد و دیروز را فراموش کرده است، طوری زندگی کن مثل اینکه تنها زمان مهم همین الان است.

الان، شگفت انگیز ترین زمانی است که هیچوقت زندگی نکرده ای، پس ثانیه ای از آن را از دست نده.

با حواسی جمع زندگی کن، هر لحظه همه چیز میتواند اتفاق بیفتد! اگر اینطور زندگی کنی، نسبت به هر اتفاقی حاضر و باز خواهی بود. تغییرات خواهند آمد، و سریع خواهند آمد. و آنگاه که یکی پس از دیگری می آیند، قلبت را در قدردانی عمیق بالا ببر.

همواره بهترین را در هر تغییری که پیش می آید ببین.

۱۶ شهریور

دفعه دیگری که با کاری که خوش آیندت نیست برخورد کردی، قبل از اینکه حتی شروع کنی، وقت بگذار تا طرز دیدنت را نسبت به آن عوض کنی. فکر کن که آنرا برای من انجام می دهی، و اگر عشقت به من آنی باشد که میباید، شادی و لذتی واقعی در انجام هر کاری به نحو احسن خواهی داشت. و تازه متوجه خواهی شد که وقت زیادی برای انجام کاری که باید بشود را داری.

هیچوقت وقتت را برای متقاعد کردن خودت که وقت نداری، و زیادی سرت شلوغ است هدر نده. فقط به سادگی به پیش برو و کاری را که لازم است انجام بده. بگذار که زندگی بدون تصادف و عجله جاری باشد.

وقتی که روزت را به شکل درست شروع کنی، با قلبی پر از عشق و قدردانی و با احساس اینکه روزی شگفت خواهد بود و همه چیز به طرز عالی سر جای خود قرار خواهد گرفت، آنگاه همه اینها را به سوی خودت خواهی آورد.

۱۷ شهریور

اجازه بده که من در تو و از طریق تو عمل کنم. بگذار که عشق و نور من آزادانه در تو و از طریق تو تا درون دنیا جاری باشد.

متوجه شو که حال مانند شروع است، زمانیکه ما با هم میرفتیم و صحبت میکردیم، متوجه شو که تو چرخ کامل را طی کرده ای و باز هم برگشته ای تا با من، با معشوق یکی باشی.

خوابش را نبین! خواسته ات نباشد که اینطور باشد، فقط بدان که الان اینطور است و دیگر جدایی وجود ندارد.

دیگر لازم نیست که در صحرا گم و تنها سرگردان باشی و ندانی به کدام طرف رو گردانی.

ببین که هر کدام از قدمهایت بوسیله من راهنمایی میشود، و هر چقدر که از من و حضور الهی من آگاه تر میشوی، دیگر هیچوقت راهت را گم نخواهی کرد.

پس تا ابد شکر گزار باش و بگذار که قلبت آنقدر از شادی و قدردانی پر باشد که هر لحظه هر کدام از نفس هایت بگوید: "مرسی محبوب من"!

وقتی که کسی فکر اینرا دارد که حداکثر ممکن را از زندگی بگیرد بدون آنکه چیزی بدهد، او نخواهد توانست شادی و خوشحالی واقعی و ماندنی را بدست آورد، چرا که با فکر کردن به بقیه و با زندگی کردن برای بقیه است که میتوان شادی و رضایتی درونی و عمیق را پیدا کرد.

هیچکس نمی تواند برای خودش زندگی کند و شاد باشد.

هر وقتی که در زندگیت در خودت احساس ناراحتی و نارضایتی کردی، میتوانی مطمئن باشی که بخاطر این است که دیگر به دیگران فکر نمی کنی وبه شدت در خود خودت رفته ای. راه تغییر این است که شروع به فکر کردن به فرد دیگری کنی و کاری برای او انجام دهی بطوریکه خودت را کاملاً فراموش کنی.

آنقدر انسانها در احتیاج هستند که همیشه میشود کاری برای دیگری انجام داد. پس چرا چشمانت را باز نکنی، چرا قلبت را باز نکنی و اجازه ندهی که نور راه را به تو نشان بدهد و عشق اعمالت را راهنمایی کند؟

که عشق من پرت کند و در برت گیرد. کاملاً در صلح و آرامش باش!

وقتی که بذری را در زمین میکاری، ممکن است که شبیه به هر دانهٔ دیگر باشد، قهوه ای و خشك و به ظاهر بدون نیروی زندگی.

اما با این حال تو آنرا با اطمینان در زمین میگذاری و در زمان معین خود، او شروع به رشد میکند. او میداند که چه گیاهی خواهد شد.

تو فقط نسبت به نوشته روی کیسه میدانی که چه گیاهی است، اما اطمینان داری که گیاه مورد نظر از این دانه بیرون خواهد آمد، و همین هم خواهد شد. وقتی که تو فکرهای درست را در ذهن خود میکاری، باید کاملاً در اطمینان باشی و بدانی که فقط کمال از این فکرها بیرون خواهد آمد.

به مرور که اطمینانت قوی و ضد ضربه میشود، این فکرهای سازنده شروع به رشد و گسترش میکنند. به این ترتیب تو قادر به هر کاری هستی.

این قدرت درونی هر کسی است که کار را انجام میدهد. این "من هستم" درون تو است.

۲۰ شهریور

تا زمانیکه چیزهایی را که یاد میگیری به تجربه نگذاری، نخواهی فهمید که آیا اینها برای تو کاری است یا نه. ممکن است که برای بقیه کاری باشد، اما برای تو چطور ؟

به خاطر داشته باش که تو نمی توانی وارد تجربیات معنوی درونی فرد دیگری شوی. البته کمك کننده است که درباره آنها مطالبی بخوانی، بشنوی و صحبت کنی. اما بستگی به تو دارد که آنها را در زندگی خودت تجربه کنی، اگر که میخواهی از روان و از ایمان زندگی کنی.

هیچکس نمی تواند کاری کند که تو اینگونه زندگی کنی. هر کسی کاملاً آزاد است که خود انتخاب کند. چه انتخابی کرده ای؟ راحت تکیه بدهی و باقی عمرت را به گوش دادن تجربیات دیگران بگذرانی؟

یا اینکه از همین الان شروع به زندگی ای کاملاً وقف شده به من کنی و تمام درسهای شگفتی را که فرا گرفته ای به تجربه بگذاری تا ببینی که کارآیی آنها چگونه است؟

۲۱ شهریور

برای خیلی ها سخت است که ارتباط محبت خود را با تمام انسانها قبول کنند. این جدایی منشا تمام بدبختیها و جنگ های دنیا است.

جایی که باید شروع کرد تا چیزها را سر جای خود گذاشت در خود تو است، و در ارتباط های شخصی ات با تمام کسانیکه با آنها تماس داری.

از انتقاد کردن و متهم کردن کسانیکه با آنها در دنیا تفاهم نداری دست بردار. منزل خودت را نظم بده!

تو به اندازه کافی با خودت کار داری که لازم نیست همنوعانت را تکه تکه کنی و به دنبال تمام اشتباهات و گناهانشان بگردی.

وقتی که قبول کردی که خودت را رو در رو نگاه کنی و چیزهای درونت را در جای درست خود قرار دهی، آنگاه میتوانی تنها با الگو بودن به همنوعانت کمك کنی، و نه با انتقاد، نه بدون درک کردن و نه با سرزنش.

برادران همنوعت را همانطور که من تو را دوست دارم دوست داشته باش! کمکشان کن، تبرکشان بده، تشویقشان کن و بهترین را در آنها ببین.

با اطمینانی درونی بدان که من هیچوقت بیشتر از ظرفیتت به تو بار نخواهم داد و تو هیچوقت در حمل آن تنها نخواهی بود، چرا که من با تو هستم، همیشه. پس همه کار را با هم انجام بدهیم!

هر وقت که تو واقعاً از این پشتیبانی آگاهی یافتی، دیگر هیچوقت احساس زیادی مسئولیت را نخواهی کرد، هر چقدر هم که مسئولیتهایت بزرگ باشند.

من احتیاج به کسانی دارم که مسئولیت قبول کنند و در مقابل آنها فرار نکنند، چرا که من باید از طریق کسانی عمل کنم که کاملاً وقف شده اند و حاضر هستند که خودشان را در خدمت من و همنوعانشان فراموش کنند.

آیا تو آماده اینکار هستی؟

این زندگی احتیاج به محکم بودن و کاملاً فداکار بودن دارد. آیا در کارت برای من پشتکار داری؟ آیا از کوچکترین زمزمه من اطاعت میکنی ؟

حالا حتماً متوجه شده ای که تمام چیزها تنها وقتی به بهترین وجه جای میگیرند که تو مرا واقعاً دوست داشته باشی و در مرحله اول قرار بدهی.

در همه چیز تعادل باشد! سخت کار کن، اما یاد بگیر که "سخت" هم بازی کنی و کاری را که واقعاً دوست داری انجام بدهی، حال این کار هر چه که هست باشد. مهم نیست که لذت هایت ساده و یا عجیب باشند اگر در آنها شادی واقعی ای را پیدا میکنی. وقتی کاری را که دوست داری انجام می دهی، اگر هم کار سختی باشد، احساس خستگی نخواهی کرد بلکه سرزنده خواهی شد و بالاتر قرار خواهی گرفت.

کار، هیچوقت نباید برایت دشوار و سخت باشد، و اینطور نخواهد بود اگر که نسبت به آن رفتارت درست باشد و از کاری که انجام می دهی لذت ببری. زمانیکه در زندگی ات تعادل داشته باشی، کمال آنرا پیدا خواهی کرد و نه در کار و نه در تفریحت زیاده روی نخواهی کرد. هر کدام از این زیاده روی ها مضر است. هیچوقت لذت هایت را با لذت های فرد دیگری مقایسه نکن، چیزی که تو دوست داری ممکن است برای دیگران جالب نباشد.

کاری را که دوست داری انجام بده و بگذار که دیگران هم آنچه را که دوست دارند دنبال کنند.

زندگی کن و بگذار دیگران هم زندگی کنند !

۲٤ شهریور

همیشه بخاطر داشته باش: وقتی که چیزی را به اندازه کافی بخواهی میتوانی آنرا بوجود آوری. اگر یگانگی و همگانی را خواستار باشی، آنها میتوانند متعلق به تو گردند اگر که تو همه چیز را بدهی تا بیایند.

عشق تو و خواست عمیق تو برای یکی شدن با من همدیگر را مانند شب و روز دنبال میکنند، و هیچ چیزی نمی تواند جلوی آنرا بگیرد.

این چیزی است که در عمق روان هر کسی میگذرد، و یکبار که بذر این خواسته کاشته شد، رشد میکند و رشد میکند.

بزرگترین خواسته ات چیست؟ آیا میخواهی همه چیز را به من بدهی؟ آیا این خواسته را داری که تمام خواسته های کوچك شخصی ات را که میتوانند جدایی ایجاد کنند رها کنی؟

فقط به تو بستگی دارد که تصمیم خودت را بگیری و خواسته قلبت را بشناسی. بر روی هیچکس دیگری حساب نکن که به تو بگوید که آن چیست. این کاری است که خودت بدون هیچگونه کمك خارجی باید انجام بدهی.

من اینجا هستم که به تو کمك کنم. کمك مرا در هر لحظه بخواه !

۲۵ شهریور

زندگی پر و لبریز از تازگی است، اما برای اینکه این تازگی ها جای ورود داشته باشد لازم است که قدیمی جارو شود.

روند نظافت با خالی کردن میتواند خیلی دردناك باشد، چرا که وقتی از قدیمی خالی میشوی، ممکن است احساس کنی که هیچ چیزی نداری تا با آن خودت را نگه داری و تنها و بی چیز هستی.

ممکن است احساس کنی که زندگی خالی و مرده است و بدون معنی و بخواهی که از نا امیدی دستها را به آسمان دراز کنی.

متوجه باش که اگر در چنین مسیری هستی، یعنی اینکه در حال خالی شدن از قدیمی هستی تا اینکه بتوانی دوباره از جدید پر شوی.

هیچوقت امیدت را از دست نده، بلکه محکم باش تا اینکه کاملاً خالی و تمیز شوی. آنگاه میتوانی در تازگی روان و حقیقت دوباره شروع کنی.

آنگاه میتوانی مانند بچه کوچکی شوی و کاملاً از شگفتی این زندگی جدید که کم کم پرت میسازد لذت ببری.

۲۶ شهریور

من عشق هستم!

برای شناختن من باید در قلبت عشق داشته باشی و گرنه نمی توانی مرا بشناسی. همواره عشق را آزادانه جاری کن. یاد بگیر که کاری را که انجام می دهی محیطت را دوست داشته باشی، تمام اطرافیانت را دوست داشته باشی. دوست بدار و هیچوقت قیمت آنرا حساب نکن، هیچوقت در انتظار پاداش نباش. تو هیچوقت نمی توانی زیادی عشق بدهی، پس نترس و سعی نکن جلوی جریان عشق را بگیری حتی اگر دست رد به تو بزنند.

اگر چنین شود، آسان است که قلبت را ببندی و از ترس مجروح شدن کنار بگیری. اینکار را نکن. چرا که باعث سخت شدن و عبوس شدنت میشود و در این حالت هیچوقت قادر به کمك کردن به فرد دیگری نخواهی بود چون هیچکس بطرف شخصی با قلبی سخت و بدون عشق کشیده نمی شود.

خرد و فهم را با همکاری عشق استفاده کن و به اینصورت تعادل کامل را حفظ خواهی کرد. اولین درس زندگی فراگیری دوست داشتن است.

وقتت را تلف نکن و این درس را زود یاد بگیر.

آیا زندگی ات خوب پیش میرود؟ آیا از کاری که انجام می دهی راضی هستی؟ خودت را در دنیا در آرامش احساس میکنی یا اینکه زندگی ات پر از بالا و پایین است؟ آیا از طرز زندگی و از کارت ناراحتی؟ آیا برایت سخت است که با اطرافیانت هماهنگ باشی ؟ آیا اطرافیان و وضعیت را مقصر ناراحتی خود میدانی؟ آیا فکر میکنی که اگر جای دیگری بودی، همه چیز درست میبود و تو در آرامش میبودی؟

وقتی که کاملاً در درونت در آرامش باشی، مهم نخواهد بود که کجا هستی، با چه کسی هستی و چه کار معمولی یا پیش و پا افتاده ای را انجام می دهی. در اینصورت هیچ چیزی نمی تواند نگران و نامتعادلت کند، چرا که تو کاملاً در درونت در تعادل و هماهنگی هستی.

بجای جنگیدن با اتفاقات زندگی، یاد بگیر که با آنها همراه شوی و بدین صورت در درون خودت این صلح و درک عمیق را پیدا کنی.

من سرچشمه هر زندگی هستم! هر وقت که خودت را با من هماهنگ سازی همه چیز خوب پیش میرود.

خیلی ها از خودشان میپرسند که چرا زندگی پر از پایین و بالا است و خیلی چیزها بد میگذرد، و بلافاصله آماده اند تا همه چیز و همه کس را، بجز خودشان، سرزنش کنند.

اگر وقت بگذاری تا ببینی که چرا با زندگی ناهماهنگی، اکثراً متوجه خواهی شد که برای این است که چیزهای اساسی را اول قرار نمی دهی و وقتی برای پیدا کردن سکوت در صلح و آرامش اختصاص نمی دهی، در صورتیکه این چیزی است که من از تو انتظار دارم .

این احتیاج به زمان دارد، احتیاج به صبور بودن و ایمان و اعتقاد داشتن دارد. یعنی اینکه تو باید یاد بگیری که آرام باشی.

من میخواهم که یاد بگیری که جواب مشکلاتت را تنها با من جستجو کنی. من میخواهم که تو بتوانی کاملاً و برای هر چیز بر من تکیه کنی، تا متوجه شوی که نیرویت، خرد و فهمت همه از من میایند.

۲۹ شهریور

وقتی احساس کردی که به آخر خط رسیده ای و دیگر قدمی نمی توانی پیش ببری، یا وقتی که زندگی برایت بی معنی به نظر آمد، بهترین موقع برای شروعی دوباره است ! این کاری است که هر کس میتواند انجام بدهد اگر بخواهد و اگر بتواند قبول کند که زندگی اش شکستی بیش نیست زمانی که بخواهد آنرا خود به تنهایی در دست بگیرد. این کار را هر کسی میتواند انجام بدهد اگر به آن تمایل داشته باشد که زندگی اش را به من بدهد و بگذارد من آنرا هدایت کنم.

همواره برای این روز جدید، این راه جدید و این امکان جدید شروعی دوباره شکر گزار باش متوجه شو که من به تو احتیاج دارم اما وقتی که تو در حالتی منفی باشی خودت را از من دور کرده ای.

مرا صدا بزن و من به تو جواب خواهم داد.

من در سختی ها با تو خواهم بود. من تو را بلند خواهم کرد و قدمهایت را در راه درست خواهم گذاشت و هر کدام از قدمهایت را هدایت خواهم کرد.

من با تو هستم، همیشه.

۳۰ شهریور

برنامه من برای تو کامل است و دقیقاً در زمان درست خود جای خواهد گرفت. هیچوقت سعی نکن که مسائل را سریعتر سازی، بلکه مشاهده کن که چگونه شکوفا می شوند و پیشرفت میکنند.

اگر زندگی به نظرت خیلی آرام میچرخد، بی صبری نکن.

یاد بگیر که مرا در ایمان و اطمینانی کامل خدمت کنی و بدان که هر چیزی در زمان معین خود انجام میشود، چرا که حقیقتاً زمانی درست و فصلی درست برای هر چیزی وجود دارد.

بیاد بیاور که نمی توانی فصل های سال یا حرکت آسمان و دریا را تغییر دهی. کهکشان در دست من است و هیچ کس نمی تواند آسیبی به آن برساند.

در ایمان و اطمینانی کامل به پیش برو و بگذار که شگفتی ها و شکوه من گسترش یابند. از هیچ چیزی نترس بلکه قوی باش و شجاع.

وقتی که کاملاً در درونت در آرامش بودی، آنگاه میتوانی در مقابل کشمکش ها و تشنج های خارجی مقاومت کنی.

پس بگذار که صلح من و عشق من تورا پر کند و در برگیرند و کاملاً در آرامش باش زمانیکه اراده مرا انجام می دهی.

وقتت را برای فکر و حرفهای بیهوده تلف نکن. از هر لحظه برای فکر و گفتاری مهربان، مثبت و سازنده استفاده کن.

متوجه باش که افکاری که شکل می دهی میتوانند کمك کنند و یا خراب سازند، پس سوار فکرها و گفتارت باش و نه برده آنها.

چرا کاملاً از زندگی لذت نبری؟ تنها زمانی میتوانی کاملاً از زندگی لذت ببری که "بهترین" خودت را در زمان، در گفتار و در عمل بدهی.

چشمانت را باز کن، قلبت را باز کن، و "بهترین" را در همه کس و همه چیز، در اطرافت ببین و حس کن. اگر برای پیدا کردن بهترین مشکل داری، آنقدر به دنبال آن بگرد تا آنکه پیدایش کنی، او اینجا منتظرت است.

شگفتی های فراوانی در دنیا موجود است. چرا وقت نگذاری برای اینکه خودت را روی آنها متمرکز کنی و با آنها زندگیت را پر سازی تا چیزهایی که ناخوشایند و ناسازگار هستند جایی در آن پیدا نکنند؟

زندگی آن چیزی است که تو با آن انجام می دهی. تو با زندگی خودت چه میکنی؟

اول مهر

اگر فقط توپ و راکت را در دست بگیری و بی حرکت باشی نمی توانی تنیس بازی کنی. باید راکت را بلند کنی و به توپ ضربه بزنی. باید که عمل کنی.

ایمان هم همینطور است. باید کاری انجام بدهی تا به خودت ثابت کنی که با ایمان زندگی کردن عملی است.

هر چه بیشتر امتحان کنی و ببینی که کاری است، مطمئن تر میشوی، تا جایی که هر کاری را بدون تردید، با ایمان انجام بدهی، چرا که میدانی ما آن کار را با هم انجام میدهیم.

وقتی که حاضر به اینکار باشی هر چیزی ممکن است.

قبل از با اطمینان رفتن در آبهای عمیق می باید که به مهارت شناگری خودت ایمان داشته باشی وگرنه غرق خواهی شد. باید امکان زندگی با ایمان را باور داشته باشی قبل از اینکه بتوانی آنرا انجام بدهی.

ایمان، ایمان میاورد.

چطور میتوانی بگویی که میتوانی به من اطمینان کنی اگر که امتحان نکرده باشی تا ببینی که واقعاً اینطور است یا نه؟

دوران مهمی است و لازم است که هر کسی در جای خودش قرار داشته باشد. مانند" پازل" وسیعی است، هر قسمت کوچك در آن جای مشخصی دارد.

آیا تو در جای درست خود قرار داری ؟ فقط تو اینرا میدانی.

آیا احساس میکنی که کاملاً در همه چیز حل شده ای و هیچ گونه ناراحتی و ناهماهنگی بوجود نمی آوری ؟

صلح، هماهنگی و آرامش باید در تو باشند تا تو را بسازند و با چیزی که آماده جایگیری است همراه سازند. در نتیجه لازم است که تو آرام باشی و این صلح درونی را پیدا کنی تا هیچ چیز و هیچ کس نتواند آنرا بر هم زند.

مانند لنگری محکم و ثابت باش بطوریکه هیچگونه طوفانی ناراحتت نکند و نتواند جایت را عوض کند.

خودت را محکم نگهدار و بدان که همه چیز بسیار بسیار درست است و همه چیز طبق برنامه عالی من پیش میرود.

قلبت تردید نکند، تمام ایمان، تمام اطمینان و امنیت را در من قرار بده !

به همان صورتی که یاد میگیری که بدهی، دریافت خواهی کرد، قلبت را باز کن و هر چقدر که میتوانی از استعدادهایی که به تو داده شده است هدیه کن. عشقت را بده، خرد و فهمت را بده. مادی و معنوی بده، در واقع، بده، بده، و به دادن ادامه بده، بدون هیچگونه فکر برای خودت، بدون هیچ فکری برای چیزی که در عوض به دست خواهی آورد.

وقتی که می دهی، از صمیم قلب و شادمانه بده، آنگاه خواهی دید که همین دادن با خود شادی و خوشحالی ای ناگفته میاورد.

هر کسی چیزی برای دادن دارد، پس آنچه را که تو برای دادن داری پیدا کن و آنرا اهدا کن. هیچوقت فراموش نکن که در هدیه دادن مراحل مختلفی است. فقط آنچیزی را که آسان است نده، بلکه آنچه را که برایت سخت است را هم اهدا کن، و در این حال بزرگ و شکوفا شو چرا که فقط "بهترین" از آنچه که می دهی نتیجه خواهد داد.

آرام بگیر و بدان که برای هر چیزی فرصت هست.

هر کسی به همان اندازه وقت دارد، اما طرز استفاده از آن است که مهم است. آیا از آن کاملاً استفاده میکنی و از هر لحظه آن لذت میبری ؟ یا اینکه آنرا با نگذاشتن چیزهای مهم در سطح اول، هدر می دهی؟

از برده زمان بودن دست بردار. چرا آنرا به خدمت خودت درنیاوردی؟ بدین صورت او تو را در دست نخواهد داشت بلکه تو بر او سوار خواهی بود.

قبول کن که نمی توانی بیش از یك کار در آن واحد انجام بدهی، آن را خوب انجام بده و سپس سراغ بعدی برو.

هیچوقت سعی نکن که زیادی دور را نگاه کنی. در هر لحظه جای زندگی کردن فقط همان لحظه است.

اگر سعی کنی که مسائل را تا زمانهای خیلی دور برنامه ریزی کنی، ممکن است اگر آنطور که تصور میکردی پیش نرود خیلی مایوس شوی. تغییرات زیادی میتواند پیش آید و تو نمی توانی همه آنها را در برنامه خود پیش بینی کنی. بهتر است که کاملاً زمان حاضر را زندگی کنی و بگذاری که آینده کار خودش را انجام دهد.

۵ مهر

وقت و نیرویت را در حسرت جای دیگر بودن و کار دیگر کردن به هدر نده. وضعیتت را قبول کن و متوجه شو که جایی هستی و کاری را انجام می دهی که برای مقصود بخصوصی است.

متوجه شو که هیچ چیزی بی دلیل نیست، تو چیزهایی را باید یاد بگیری، و وضعیتی را که زندگی میکنی برای این به تو داده شده که این درسها را هر چه زودتر یادبگیری تا اینکه بتوانی در این راه معنوی به پیش و بالاتر بروی.

تو که حتماً نمی خواهی در رد چرخها بر روی جاده گیر کنی، هر چقدر هم که به نظر مطمئن و امن بیاید. فکر کن که چقدر زندگی بی مزه خواهد بود اگر که انتخابت این باشد.

زندگی پر از چیزهای جالب است وقتی که بخواهی بدون ترس در ناشناخته قدم بگذاری و قدم بعدی را با راهنمایی و همراهی من، با ایمان و اطمینانی کامل برداری.

نترس.

من همیشه با تو هستم.

همیشه بخاطر داشته باشد که با تغییر کامل قلب، فکر و روان، میتوانی کاری برای وضعیت دنیا انجام بدهی. وقتی که اینرا فهمیدی، مسئولیتهای خودت را قبول کردی و کاری در این راه انجام دادی، آنگاه تغییرات پیش خواهند آمد، اول کوچك شروع خواهند شد و گسترش خواهند یافت تا اینکه همه چیز را در بر گیرند.

ببین که چقدر شگفت انگیز و تشویق کننده است که بدانی تو میتوانی با تغییر درونی خودت و منعکس کردن این تغییر در بیرون از خودت وضعیت دنیا را بهبود بخشی.

متبرك هستند کسانیکه داوطلب راه درست هستند و باز هستند، کسانیکه احتیاج به تغییر را میبینند و کاری برای آن انجام میدهند! آنها مانند مایه ای هستند که به خمیر امکان نان شدن میدهند. بدون مایه، نان درست نمی شود. بدون تغییر، همه چیز بدون حرکت میماند، میگذرد و می میرد.

پس تغییر کن و با شادی و قدردانی ای واقعی شکوفا شو، و شکر گزار باش که امکان تغییر داری و همین الان عمل کن.

این حرف را بارها شنیده ای : "زندگی آن چیزی است که تو با آن انجام می دهی"، اما تو با آن چه کرده ای؟

نمی بینی که تو هستی که زندگی ات را کنترل میکنی، شادی ات، موفقیت، خوشحالی و ناراحتی ات را؟

زندگی میتواند شگفت انگیز، هیجان انگیز و بی نظیر باشد، اما فقط به تو بستگی دارد که آنرا با امید داشتن به "بهترین" اینگونه بسازی.

هر روز را به نوبت زندگی کن و آنرا کامل زندگی کن.

وقتت را در نگرانی فردا و اتفاقاتش تلف نکن، و از اینکه احساس میکنی که نمی توانی به همه چیز برسی مایوس نشو.

همواره طرف خوب زندگی را نگاه کن و در "حال همیشه حاضر" بر روی آن متمرکز شو. اینکه دیروز خوب نگذشت معنایش این نیست که امروز هم همان است. دیروز را پشت سر بگذار. از آن درس بگیر اما نگذار که امروزت را خراب کند.

امروز در مقابل تو است، پاك و بدون لك. چه کار با آن خواهی کرد؟

مهم است که در زندگی هدفی داشته باشی و همواره به سوی آن بروی. ببین که نقشه و برنامه ای واقعی در زندگی ات وجود دارد، حتی اگر آنرا همیشه به روشنی مشاهده نمی کنی.

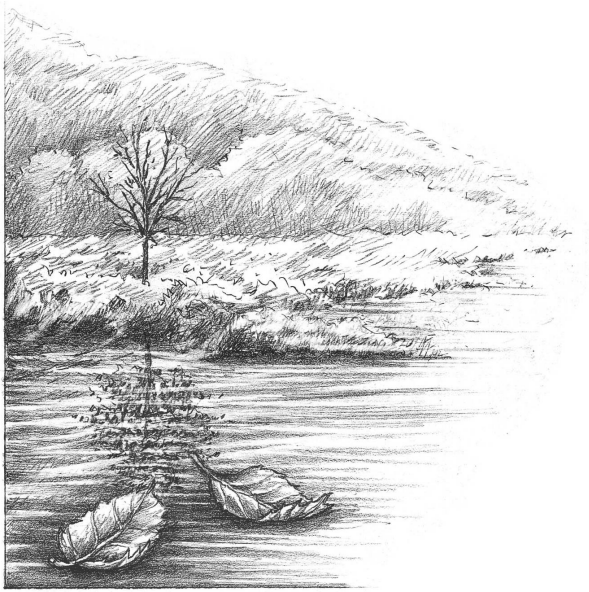
وقتی از کوه پایین میایی و یا وقتی که راه پر پیچ و خم است. همیشه نمی توانی تمام راه را ببینی.

خواهی دید که هر از گاهی تجربه ای معنوی زیبایی به تو داده خواهد شد که از قسمتهای سخت راه هر چه که باشد عبورت میدهد و به تو امکان ادامه راه را میدهد. بالا نشانه بگیر. هر چه بالاتر، بهتر!

در اینصورت می بایست که به پیشرفت کردن، بزرگ و شکوفا شدن ادامه بدهی تا به آن برسی. هیچوقت نمی توانی راحت بنشینی و از خودت راضی باشی، نمی توانی هیچوقت بدون حرکت بمانی.

همواره در تلاش برای بالاتر رفتن و به پله بعدی رسیدن در نردبان زندگی هستی و میدانی که هر پله تو را به هدفت، هر چه قدر هم که هدفی دور باشد، نزدیك میکند.

پس همواره ادامه بده و هیچوقت رها نکن !



تصویر مهر

ریزش پاییزی برگهای یك درخت، و سپس درختی بدون برگ به من نشان داده شد.

شنیدم:

نگران نباش. نیروی زندگی در درون است و این نیرو دوباره نمایان خواهد شد. بدان که قدیمی باید بمیرد تا جدید بتواند متولد شود.

یاد بگیر که کاملاً مثبت باشی و در هر کدام از کارهایت انتظار "بهترین" را داشته باش.

بدان که قادر آن هستی و آنرا به بهترین وجه انجام خواهی داد و هیچ چیز بی دلیل و بدون سلیقه در کارت و یا زندگی ات نخواهد بود. کارهایت را فقط برای من و شکوه من انجام بده تا همه آنها را با عشق، یعنی بطور عالی انجام داده باشی. این روش در مورد ظاهر و رفتارت هم صادق است.

وقتی که همه کارهایت را برای من انجام بدهی و بزرگترین خواسته ات بخاطر عشقت به من، انجام اراده من باشد، در اینصورت میخواهی که همه چیز را خوب انجام بدهی.

همیشه میخواهی که بهترین ظاهر را داشته باشی و بهترین خودت را عرضه کنی و هیچوقت به کمتر از این راضی نمی شوی.

لازم است که هر از گاهی وقت بگذاری تا ببینی که در چه چیزهایی احتیاج به تغییر داری، و آنگاه آماده انجام آن باشی.

عوض شدن را یاد بگیر و سریع عوض شو، و بدان که در واقع هر تغییری خوب است.

هر کسی چیزی برای تقسیم کردن دارد. استعدادها و دارایی های زیادی در رده های مختلفی وجود دارند.

ممکن است که تو دارایی های مادی نداشته باشی، اما میتوانی مطمئن باشی که استعدادهای دیگری، هر چه که باشد، را داری.

آنها را برای خودت نگه ندار، بلکه انگیزه آنرا داشته باش که آنها را در روشنایی بیاوری و نمایان کنی، سپس از آنها استفاده کن، نه برای خود نمایی بلکه برای شکوه و جلال من. مالك هیچ چیز نباش، بلکه از هر آنچه که داری کاملاً استفاده کن و لذت ببر. تو چه چیزی برای دادن داری؟

اگر نمی دانی، وقت بگذار تا آنرا پیدا کنی.

از صمیم قلب و با شادی بده، و شکر گزار باش که چیزی، هر چه هست، برای دادن داری. وقتی که تصمیم گرفتی اینطور زندگی کنی، یعنی کاملاً وقف شده به من و کار من، دیگر نخواهی توانست به هیچ چیزی وابسته باشی.

بدان که هر چه داری متعلق به من است، و در نتیجه اینجا است که با تمام تقسیم شود.

۱۱ مهر

تو مسئولیت بزرگی در دست داری زیرا که من بر تو تمام خوبیهایم را جاری میکنم.

قدمهایت در راه عصر جدید قرار داده شده اند و تو همواره بیشتر و بیشتر وارد آن میشوی و کم کم جزئی از آن میگردی.

دیگر اگر کاری را که باید انجام بدهی پشت گوش اندازی، نمی توانی بهانه ندانستن و متوجه نبودن را بیاوری، چرا که تو مسئول هر کدام از اعمالت هستی. تو میدانی چگونه فکرها و اعمالت را مهار کنی، پس اینکار را انجام بده!

هیچوقت سعی نکن در پشت نادانی خودت را پنهان کنی، بلکه بدان که تو در درونت تمام خرد، دانش و فهم را داری و کافی است که هر زمان از این مخزن بی نهایت بهره بگیری.

همواره شکر گزار باش که حقیقت را میدانی و اینکه این حقیقت است که به تو امکان انجام چیزی را که از تو خواسته شده است میدهد.

کاملاً در آرامش باش!

چطور میتوانی انتظار داشته باشی که یك زندگی معنوی عمیق را تجربه کنی اگر که حاضر نباشی تلاشی در این راه انجام بدهی؟

تو که نمی توانی از طریق تجربیات، شکوه و پیروزیهای دیگران، از طریق یگانگی دیگران با من، زندگی کنی. این چیزی است که باید خودت جستجو و پیدا کنی.

از همین الان شروع کن به اینکه خودت فکر کنی، و روی پاهای خودت بایستی و دیگر بر فرد دیگری متکی نباشی.

اگر کسی مدتی در زندگی خود بر عصایی متکی باشد و انگیزه آنرا نداشته باشد که عصا را رها کند و سعی کند که بدون آن راه برود، آنگاه تمام زندگی عصا به دست خواهد ماند و امکان استفاده از پاهای خودش را از دست میدهد.

برای همین است که برای تو حیاتی است که در زندگی معنوی ات بر روی پاهای خودت بایستی و الهامت را از درون خودت دریافت کنی، نه از خارج.

هر کسی آنرا بطور مختلفی دریافت خواهد کرد. مدلی پیش ساخته وجود ندارد. طرز دریافت خودت را پیدا کن و از همین الان آنرا زندگی کن.

با زندگیت چه میکنی؟ آیا از سرگردان بودن خوشحالی ؟ آیا از اینکه هر کاری که میخواهی انجام می دهی، آنطوریکه میخواهی زندگی میکنی و هیچ فکری برای هیچکس بجز خودت نداری راضی هستی؟

البته که آزادی اینطور زندگی کنی. تعداد خیلی زیادی از مردم اینطور زندگی میکنند و از خودشان میپرسند که چرا بدبخت و ناراضی هستند.

فقط زمانیکه یاد بگیری خودت را فراموش کنی و برای بقیه زندگی کنی است که آرامش اصلی قلب و شادی حقیقی را خواهی یافت.

من اینجا هستم که راه را به تو نشان بدهم، اما به تو بستگی دارد که این راه را بروی یا نه. هیچکس دیگری این راه را نمی تواند برای تو طی کند، هیچکس دیگری نمی تواند زندگی تو را برایت زندگی کند. یاد بگیر که بدهی و نه اینکه فقط همواره بگیری. چرا در یك سطح ندهی و در سطح دیگر دریافت نکنی؟

زندگی دو راهی است، همواره در آن دادن و دریافت کردن وجود دارد. تو نمی توانی منزوی زندگی کنی و شادی و رضایتی واقعی در زندگی پیدا کنی. برای "تمام" زندگی کن، به تمام بده و تمام باش.

تو میتوانی از امروز آنچه را که میخواهی بسازی. در همان لحظه ای که بیدار میشوی میتوانی تصمیم بگیری که چه روزی این روز برای تو خواهد بود. میتواند شگفت انگیزترین و پر الهام ترین روزی باشد که میتوانی مجسم کنی، اما به تو بستگی دارد. تو آزادی که انتخاب خودت را انجام دهی.

پس چرا برای باز کردن قلبت شروع به قدردانی نکنی؟ هر چقدر بیشتر قدردان باشی بیشتر نسبت به اتفاقات شگفت انگیزی که این روز میتواند برایت بیاورد باز هستی.

عشق، سرود و قدردانی درها را بزرگ باز میکنند و به نور امکان سرازیر شدن و نمایان کردن هر چه که در زندگی بهترین است را میدهند.

مصمم باش که امروز تا حداکثر مثبت باشی، در انتظار بهترین باشی و آنرا به خودت جذب کنی. ایمان و اطمینانی کامل داشته باش که میتوانی اینرا انجام بدهی، و خواهی کرد.

در امکانت به انجام اینکار تردیدی نداشته باش. فقط بدان که با من همه چیز ممکن است و بدان که تو همه کار را با من انجام می دهی.

انگیزه انجام اراده مرا داری، یا اینکه هنوز میترسی که قیمت آن زیاد باشد؟ به خاطر داشته باش که من واقعاً همه چیز را میخواهم، در نتیجه هیچ چیزی را نمی توانی نگه داری.

فقط وقتی که همه چیز را آزادانه و با عشق بدهی است که همه چیز به تو پس داده خواهد شد.

آیا این فداکاری به نظرت زیادی بزرگ میاید؟

وقتی که چیزی با عشق داده میشود دیگر حرفی از فداکاری نیست بلکه حرف شادی، خوشحالی و لذت واقعی است.

چرا تردید کنی؟ وقتی که همه چیز آزادانه داده شود و هیچ مالکیتی نداشته باشی، آنگاه همه چیز مال تو است. هیچ چیزی برای از دست دادن نداری و همه چیز را برای بدست آوردن داری و تمام دنیا پیش پایت است. میدانی که هر چیزی را که داری از من، سرچشمه همه چیز، میاید، و همه چیز اینجاست تا زمان لازم از آن بهره برداری شود.

در نتیجه تو میتوانی از انبار ثروت فراوان و بینهایت من بهره برداری کنی، آنها وجود دارند برای تمام کسانیکه مرا دوست دارند و در سطح اول قرار میدهند.

يك نگاه بيشتر نداشته باش و خودت را كامل و مانند و مشابه من مجسم كن. هيچوقت خودت را كوچك نشمار و به مصيبت براى خودت فكر نكن.

فكرهايت را بالا ببر و بسيار در مورد خودت مثبت باش. اگر اشتباه كردى، ياد بگير كه خودت را ببخشى و سپس به پيش و به بالا بروى.

من هيچ احتياجى ندارم كه تو خودت را تنبيه كنى يا اينكه پر از نگرانى و سرافكندگى و سرگردان باشى. نمى بينى كه وقتى كه در اين حالت هستى به من پشت كرده اى و من نمى توانم از تو استفاده كنم؟

باز باش، از اشتباهاتت درس بگير. كاملاً خودت را در عشق و خدمت به همنوعانت فراموش كن. تا شروع به فكر كردن به بقيه كنى، خودت را فراموش خواهى كرد.

خدمت، شفا دهنده، متعادل كننده و ثبات دهنده بزرگى است. پس بهترين چيزى را كه دارى پيدا كن، كارى را كه در آن خبره هستى پيدا كن، و وقتى كه آنرا پيدا كردى به پيش برو و آنرا از صميم قلب هديه كن.

هميشه به پيش برو، هيچوقت به عقب برنگرد.

۱۷ مهر

هر کسی به دنبال بهترین در زندگی است!

بهترین اینجا در انتظار تو است، وقتی که آماده قبول کردن آن باشی.

اما باید بخواهی آنرا از صمیم قلب و با شادی واقعی قبول کنی، و هیچگونه احساس نکنی که شایسته آن نیستی یا اینکه آمادگی آنرا نداری. اگر چنین رفتاری داشته باشی جلوی میراث واقعی ات را میگیری و نمی گذاری که به سوی تو جاری شود. پس حواست باشد که هیچ چیزی در تو مانع آن نشود. من زندگی را هدیه میکنم، زندگی فراوان را. من زیبایی، هماهنگی، صلح و عشق را هدیه میکنم.

راههای روان مال تو هستند. آنها را دنبال کن، در کمال هماهنگی با قوانین من زندگی کن و ببین که همه چیز به کمال جای میگیرد.

که در تو تشنج و فشار نباشد!

فقط به سادگی آنچه را که متعلق به تو است با قلبی لبریز و قدردان قبول کن و هیچوقت فراموش نکن که عشق و قدردانی ات را برای تمام چیزهایی که به تو داده میشود به زبان بیاوری.

آنچیزی که در درون تو است به بیرون منعکس میشود.

وقتی که در تو نظم، هماهنگی، زیبایی و صلح باشد، آنها در تمام چیزهایی که انجام می دهی، میگویی و فکر میکنی منعکس می شوند.

اگر هم در تو هرج و مرج، بی نظمی و ناهماهنگی باشد، آنها را نمی توانی پنهان کنی و در هر صورت آنها در تمام زندگی ات و طرز زندگی کردنت منعکس خواهند شد.

وقتی که تغییری بوجود میاید، باید که از درون بیاید و به بیرون برود. در این حالت این تغییر دوام خواهد داشت و هیچ چیزی آنرا نامتعادل نخواهد کرد.

آسوده ننشین به انتظار اینکه زندگی ات عوض شود، بلکه شروع به فعالیت کن و کاری در این راه انجام بده.

میتوانی از همین الان بر روی حالت درونی خودت کار کنی. احتیاجی نیست که صبر کنی تا فرد دیگری عوض شود، تو میتوانی تغییر خودت را بدون تامل ایجاد کنی. همواره شکر گزار باش که امکان اینرا داری که بدون هیچ مانعی اینکار را انجام بدهی. اگر چیزی مانع تو شود، بدان که این مانع در درون تو است و تو کسی هستی که میتوانی آنرا از سر راه برداری.

میوه روان شادی است. پس در زندگی ات بیشتر شادی، بازی و خنده باشد. خیلی مهم است که تعادل و اندازه درست در هر چیز باشد تا بتوانی کاملاً از زندگی استفاده کنی.

ممکن است که کاری را که انجام می دهی دوست داشته باشی و فکر کنی که احتیاج به تغییر نداری، اما، هر از گاهی، تو احتیاج داری که این روند را قطع کنی و کاری کاملاً متفاوت انجام بدهی تا چرخش زندگی ات را عوض کنی.

خواهی دید که اگر اینکار را انجام بدهی، میتوانی کاملاً تازه و با نیرو ولذتی دوباره به کاری که لازم است برگردی.

زندگی هیچوقت نباید یك بار سنگین باشد! تو اینجا نیستی که زیر سنگینی دنیا خمیده شوی، تو اینجا هستی که تا حداکثر از زندگی بهره بگیری و هر لحظه آنرا دوست بداری، چرا که زندگی ای متعادل داری و همواره در دادن و دریافت کردن هستی.

۲۰ مهر

آیا میتوانی حقیقتاً دوست داشته باشی اگر که همواره در مشکلات و امتحان باشی و فکر کنی که همه چیز و همه کس بر ضد تو هستند؟

وقتی که همه چیز خوب پیش میرود، دوست داشتن کار راحتی است.

زمانیکه در گرفتاری هستی میخواهی قلبت را ببندی و جریان عشق را قطع کنی، اما این زمانی است که احتیاج به عشق باز هم بیشتر است.

وقتی که میتوانی حتی در زمان گرفتاریها باز هم دوست داشته باشی، مطمئن باش که این عشق الهی من است که در تو و از طریق تو جریان دارد، و مطمئن باش که این عشق باور نکردنی، پیروز خواهد شد.

عشق لطیف است، اما قوی و با پشتکار نیز هست. مانند آب در سخت ترین قلب ها برای خود راه باز میکند. پس هیچوقت یك "نه" را بعنوان جواب قبول نکن!

دوست داشته باش، به دوست داشتن ادامه بده و ببین که راه باز میشود!

همواره برای هدیه های خوب و کاملی که من بر تو واریز میکنم شکر گزار باش. متوجه شو که تو همیشه و هر وقت چیزی را که احتیاج داری به دست میاوری. من قبل از اینکه حتی تو از آن صحبت کنی تمام احتیاجاتت را می شناسم.

تو برای تمام چیزهایی که من به تو میدهم مدیر عاملی هستی، پس مدیر عامل خوبی باش! سعی در مالکیت هیچ چیزی نداشته باش، اما از هر چه که داری خردمندانه و با فهم فراوان استفاده کن.

تو بدون هیچ وارد این دنیا شده ای و بدون هیچ چیزی هم از این دنیا خواهی رفت. هر چه را که داری من برای آن به تو داده ام که تا زمانیکه در این دنیا هستی از آنها کاملاً استفاده کنی.

چرا از هر چیزی لذت نبری و برای تمام چیزها شکر نکنی؟ ولی سعی در به بند کشیدن آنها نداشته باش!

هر چیزی آزادانه به تو داده شده، تو هم آزادانه آنرا به اطرافیانت بده! هر آنچه را که داری با دیگران تقسیم کن تا به این ترتیب باز هم چیزهای بیشتری به دستت برسند.

بدان که تمام احتیاجاتت بطور زیبایی جواب میگیرند زمانیکه طبق قوانین من زندگی کنی !

۲۲ مهر

امکان حساب کردن بر روی کسی اصل مسئولیت است. یعنی اینکه تو همیشه در زمان درست در جای درست قرار داری و کاری را که میدانی باید انجام شود انجام می دهی. و هیچوقت کاری را که میدانی باید امروز انجام شود برای فردا نمی گذاری.

وقتی که کاری را شروع میکنی، هرقدر موانع سر راهت باشد، آن را تا به آخر میرسانی. هیچوقت از موانع مایوس نمی شوی بلکه آنها را مانند قدمهایی به جلو و مانند امتحاناتی میبینی.

تو مانند صخره ای ثبات داری، چرا که امنیت و ثباتت در تو هستند، و محیط و اتفاقات خارجی اثری بر تو نمی گذارد. هر چه که پیش آید، یکروز حالت خوب و فردا بد حال نیستی.

اینها خصوصیات کسی است که کاملاً قابل اطمینان است، کسی که میتوان بر روی او حساب کرد، و کسی که قوی و شجاع است.

همینطور که بیشتر و بیشتر مسئولیت قبول میکنی و قابل اطمینان هستی، قویتر و قویتر میشوی تا جایی که هیچ چیزی از عهده ات خارج نخواهد بود.

۲۳ مهر

زندگی و کار کن، اما فراموش نکن که تفریح کنی و خوش باشی و از زندگی لذت ببری. در هر چیزی احتیاج به تعادل است.

کار زیاد و کمبود تفریح زندگی را نامتعادل میکند و تو را بی رنگ و پوچ میسازد. در جستجوی تعادل کامل در همه کارهایت باش و خواهی دید که زندگی واقعاً شاد است.

زندگی احتیاج به تغییر دارد، پس چرا تغییر نکنی و چیز کاملاً متفاوتی را امتحان نکنی؟ نه به خاطر اینکه کار فعلی ات حوصله ات را سر میبرد و یا اینکه میخواهی فرار کنی، بلکه برای اینکه متوجه شده ای که احتیاج به تغییر داری.

وقتی که توانستی این کار را بدون هیچگونه احساس گناه انجام بدهی، خواهی دید که قادر هستی تمام کارهایت را با دید دیگری انجام بدهی و بعلاوه این کارها را با لذتی واقعی انجام بدهی.

زندگی به چه درد میخورد اگر که از آن لذت نبری و در هر کارت، شغل یا تفریحت شاد نباشی؟

عشق و مهرت را به همه گسترش بده. نه فقط به کسانیکه دوستت دارند بلکه به آنهایی که از تو تنفر دارند و با اهانت از تو استفاده میکنند.

اگر خودآگاهت را بالا ببری و در سطح بالایی بمانی، همه چیز را از بُعد دیگری خواهی دید و متوجه خواهی شد که هیچ دشمنی نداری.

پس قلبت را سخت نساز و انگیزه "جواب بدی ر باا بدی دادن" نداشته باش وقتی که زندگی به ظاهر بر علیه تو است. فقط بدان و قبول کن که من با تو هستم و هدایت و راهنمایی ات میکنم و همه چیز بسیار درست است.

آنگاه بگذار که همه چیز روند خودش را طی کند و فقط بهترین را ببین که در هر وضعیتی نتیجه میدهد.

فقط وقتی که بخواهی این کار را انجام بدهی است که میتوانی شاهده نمایان شدن شکوه و جلال من شوی، و میتوانی بدون هیچ تردیدی بفهمی که تنها با نیروی خودت قادر به انجام چنین شگفتی هایی نیستی.

در نتیجه قلبت را بالا ببر و شکر و شکوه را از آن من بدان.

۲۵ مهر

همه چیز جزئی از کمال "تمام" است، همانطور که هر چه که تو انجام می دهی، میگویی، فکر میکنی و احساس میکنی جزء آن است. پس هیچگونه خودت را محدود نکن بلکه احساس کن که همواره گسترش می یابی و بیشتر و بیشتر چیزهای جدید را میفهمی.

هیچوقت به آخر خط نخواهی رسید چون حدی وجود ندارد. زندگی بینهایت است و تو جزئی از این بینهایت هستی. بدون وقفه خودآگاهت را گسترش بده!

آن طرز فکر ماجراجویانه که به تو امکان آنرا میدهد که بدون ترس و با هیجان و انتظار وارد ناشناخته بشوی، در تو کجا است؟

اگر بر اساس عادت هر روزت پیش بروی به هیچ کجا نخواهی رسید، و نمی توانی انتظار داشته باشی که بطور معنوی رشد کنی.

تو باید بخواهی که به پیش بروی، و آنگاه که این تصمیم را خودت گرفتی از همه طرف کمك دریافت خواهی کرد.

پس بیهوده وقت تلف نکن، بلکه قدم اول را به جلو بردار و پیش آمدن معجزه پشت معجزه را در زندگیت نگاه کن !

من پناهگاه و قدرت تو هستم، کمکی بسیار آماده در زمانهای ناراحتی و مشکل. یاد بگیر که مرا صدا بزنی، بر من تکیه کنی، از من برداشت کنی و تمام ایمان و اطمینانت را بر من بنا کنی، و اگر اینطور عمل کنی هر سختی و مشکلی کاملاً حل خواهد شد.

جوابی کامل برای هر مشکل وجود دارد. آن را جستجو کن و پیدایش خواهی کرد. وقت را در ناله کردن بر روی مشکلاتت هدر نده، بلکه خودت را از آنها بیرون بیاور !

شکر کن که جواب اینجاست، نزدیك است، اگر که خود آگاهت را گسترش بدهی و ایمان داشته باشی که آن جواب واقعاً اینجاست، آماده اینکه بکار آید زمانیکه تو بتوانی فکرت را آرام کنی.

"با نو آوری تفکرت دگرگون شو."

تو میتوانی هر مشکلی را حل کنی فقط با دانستن اینکه جواب اینجاست وقتی که آرام شوی و وقت برای جستجو و پیدا کردن آن بگذاری.

از بیهوده چرخیدن دست بردار. مرا صدا بزن!

اگر راهت را گم کرده ای، باز هم سریع ترین و ساده ترین راه این است که خودت را آرام کنی و در صلح و آرامش به دنبال جهت خود بگردی. آیا میخواهی وقت بگذاری و در درون خودت جستجو کنی؟ یا اینکه فکر میکنی که اینکار وقت تلف کردن است و بهتر است به پیش بروی و هر کاری را که لازم است انجام دهی؟

هر کسی احتیاج به دانستن جهت درست را دارد، چرا که بدون آن کاملاً ممکن است در هرج و مرج زندگی گم شوی.

پس چرا هر روز وقت کوتاهی را با من نگذرانی تا جهت خودت را مشخص کنی؟ اگر یاد بگیری اینکار را انجام بدهی، احتیاج عمیقی را در خودت برای هر چه بیشتر با من بودن در این حالت را خواهی یافت.

پس به هوش باش و به این احتیاجات عمیق درونت جواب بده و هیچوقت آنها را با بیحوصلگی و به خیال اینکه وقتش را نداری رد نکن.

من به تو میگویم که برای همه چیز وقت هست !

مگر تو جزئی از "تمام" نیستی ؟ پس چرا خودت را با زندگی ای بی نظم و شلوغ از آن جدا میکنی ؟

با پر کردن روانت با فکرهای زیبا، با گفتن حرفهای زیبا و با انجام دادن کارهای زیبا، تو با تمام این شگفتی که کهکشان من است یکی میشوی، و همه چیز بطور کاملی جا می افتد.

همانطور که هر کسی آرامش و هماهنگی درونی را جستجو و پیدا خواهد کرد، همانطور صلح و هماهنگی در دنیا پیروز می شوند.

باید از جایی شروع شود، چرا در تو شروع نشود ؟ متوجه شو که با انجام نقش خودت تو میتوانی به آوردن صلح و هماهنگی در دنیا کمك کنی.

هر قطره کوچك آب است که اقیانوس نیرومند را میسازد و هر دانه ماسه است که ساحل را تشکیل میدهد.

در نتیجه هر کسی که درونـاً در صلح باشد میتواند صلح را در جهان وارد کند. پس چرا سهم خودت را الان انجام ندهی؟

قلبت را بالا ببر و همیشه قدر دان باش که میدانی نقشی برای بازی کردن داری و آنگاه برو و آنرا انجام بده !

خودآگاهت را گسترش بده و بدان که من همه چیز موجود هستم. آنگاه به گسترش دادن خود آگاهت همینطور ادامه بده و ببین که همه چیز در "من هستم" موجود است.

احساس کن که بزرگ میشوی و تمام بندهایی را که زندانی و خفه ات کرده بودند و جلوی رشد و گسترشت را گرفته بودند پاره میکنی. درست مانند بذر کوچکی که در زمین کاشته شده و پوست محافظ خود را پاره میکند و شروع به رشد میکند و تبدیل به آنچه که هست میشود، تو هم اجازه بده که "من" واقعی تو رشد کند و شکوفا گردد و تبدیل به آنچه که واقعاً هستی شود، و شگفتی همه اینها را مشاهده کن !

همینطور که اینرا انجام می دهی، بدان که تو با هر زندگی، حالا و برای همیشه، یکی هستی و دیگر هیچوقت ممکن نخواهد بود از آن جدا شوی، و بدان که من در تو هستم و تو در "من هستم" هستی. تو قادر به هر کاری خواهی بود و خواهی فهمید که هیچ چیز غیر ممکنی وجود ندارد چرا که این "من هستم" در تو و از طریق تو کار میکند.

وقتی که "من هستم" شناخته و قبول شود همه چیز ممکن است.

۳۰ مهر

يك لحظه كاری را كه داری انجام می دهی متوقف كن و ببين كه چه چيزی را در اول قرار می دهی. كارت است؟ زندگی كردن است؟ خواسته هايت هستند؟ هوس هايت هستند؟

اول به دنبال ملكوت من باش. تماس مستقيم را با من برقرار كن و بقيه چيزها به علاوه آن به تو داده خواهند شد.

نمی بينی كه يگانگی ات با من بيشتر از هر چيز ديگر معنی دارد؟ چرا كه از اين تماس است كه هر چيز ديگری ناشی ميشود.

سهم خودت را انجام بده و چيزهای اساسی را اول قرار بده !

تو نمی توانی از چاه آب برداشت كنی، اگر اول به دنبال سطلی نگردی و آنرا در چاه پايين نبری، پرش نكنی و بالايش نياوری. تو بايد كاری انجام بدهی، تو بايد تلاشی كنی و نقش خودت را بازی كنی.

بالای چاه ايستادن و آب را نگاه كردن باعث بالا آمدن آن نمی شود. در زندگی معنوی هم همينطور است، دور آن چرخيدن و مشاهده اينكه ديگران يگانگی خودشان را با من پيدا ميكنند برای تو هم اين اثر را نخواهد داشت. هر كسی بايد جستجوی خودش را انجام بدهد و كشف درون خود را انجام بدهد.

اول آبان

همیشه، اگر بخواهی، میتوانی چاره ای برای شرایطی که برایت سخت و ناخوش آیند است پیدا کنی، برای اینکار می باید وارد سکوت شوی و مرا جستجو کنی، و من هر وضعیت را با نور حقیقت روشن خواهم کرد.

من به تو خواهم گفت که چرا در جایی که هستی قرار داری و چرا کاری را که مشغول آن هستی را انجام می دهی.

میتوانی مطمئن باشی که دلیل بسیار درستی برای آن هست و درسهای حیاتی ای را باید یاد بگیری.

تا زمانیکه رفتارت را عوض نکنی و یاد نگیری که محیطت را، اطرافیانت را و کاری را که انجام می دهی را دوست داشته باشی، باید در این وضعیت بمانی.

وقتی که این درسها را یاد گرفتی و واقعاً کاری را که انجام می دهی دوست داشتی و آنرا واقعاً برای من و راه من، از صمیم قلب انجام دادی، آنگاه وضعیتت عوض خواهد شد.

نگاه کن که عشق تمام درها را برایت باز میکند !

اگر چیزی دیروز درست بود، دلیل بر آن نیست که امروز هم درست است. برای همین است که تو باید هر روز را برای خودش زندگی کنی و در "زمان شگفت انگیز حال حاضر" زندگی کنی، چرا که وقتی برایت اینکار بدون هیچ نگرانی و پیش داوری ممکن شود، آنگاه میتوانی بدون مقاومت تغییر را قبول کنی و زندگی به راحتی و لطافت جاری خواهد بود.

گفتنش از انجام دادن آن خیلی راحت تر است، مخصوصاً زمانیکه احساس میکنی که همه چیز خوب است و در وضعیت فعلی ات در امنیت هستی و در آن ریشه دوانده ای.

امنیت در من باشد و نه در شرایطی، نقشه ای، شخصی یا چیزی، چون چیزی که امروز اینجاست، ممکن است فردا ناپدید گردد.

اما من تا ابد اینجا هستم. پس مرا جستجو کن و مرا پیدا کن و از هیچ چیزی نترس. بگذار که تغییرات انجام گیرند و بدان که هر کدام از آنها برای "بهترین" هستند و برای رشد و گسترش "تمام" لازم میباشند.

هر چقدر خواست ها و اهدافت والاتر باشند بهتر است. هیچوقت هیچگونه خودت را محدود نکن. فقط بدان که میتوانی هر کاری را که تصمیم می گیری انجام بدهی چون کمك و نیرویت را از من میگیری و هیچگونه شکستی وجود ندارد.

هر چیزی که مُهر مرا دارد طبیعتاً موفق میشود و تنها بهترین نتایج را خواهد داد. در نتیجه روانت را والا نگهدار، با هر زندیگی خودت را هماهنگ کن و بهترین نتایج را مشاهده کن !

تو نمی توانی بر روی این نتایج حساب کنی اگر که با بهترین خودت هماهنگ نباشی و نتوانی اجازه بدهی که آزادانه با هر اتفاقی از میان هر مانعی عبور داده شوی.

چیزهای زیادی در زندگی میتوانند مانع رسیدنت به هدف شوند. همه آنها را کنار بزن و شکست را، حتی یك ثانیه هم، قبول نکن.

فقط بدان که میتوانی موفق بشوی و موفق خواهی شد، و در هر کاری که پیش می گیری پیروزی را بدست میاوری.

يك راه درست نيست و بقيه اشتباه. كوهنوردان راه مستقيم به قله را انتخاب ميكنند و يا به دنبال راهی ساده تر ميگردند. بستگی به خودشان دارد.

تو هستی كه تصميم ميگيری كدام راه معنوی برای تو خوب است، و آنگاه آنرا با تمام قلب دنبال كن.

كسانی هستند كه جستجو گرند و هنوز راه مخصوص خود را در اين زندگی پيدا نكرده اند. آنها راهی را انتخاب ميكنند، مدتی آنرا دنبال ميكنند و سپس متوجه می شوند كه اين راه برای آنها نيست و راه ديگری را در پيش ميگيرند.

آنها همينطور ادامه ميدهند تا اينكه راه خود را پيدا كنند. و آنرا پيدا خواهند كرد اگر كه جستجوهای خودشان را مدام ادامه بدهند و هيچوقت دست برندارند. تو اگر راه درست خودت را پيدا كرده ای، همواره به پيش برو و وقتت را برای به عقب نگاه كردن و يا انتقاد از كسانيكه هنوز در جستجو هستند تلف نكن.

یك طرز فکر جدید مانند بذری است که در گرمای خانه ات کاشته شده. تا زمانیکه این بذر به اندازه کافی قوی نشده باشد، نمی توان آنرا در بیرون جایی که باید نسبت به محیط خارج مقاوم باشد، کاشت.

یك طرز فکر جدید هم همینطور است، نمی توان آنرا مانند خرگوشی از کلاه جادویی درآورد. برای اینکه این طرز فکر جان بگیرد و شکل پیدا کند احتیاج به زمان است. اول باید بر روی تعدادی محدود امتحان شود و سپس به همه داده شود.

برای این هم احتیاج به عشق و صبر بزرگی است و همچنین به وقف بودن و فداکاری کردن.

این چیزی است که در حال حاضر با عصر جدید در انجام است. جدید است. ایده ها و طرز فکرهای زیادی در حال به دنیا آمدن هستند و هر کدام از آنها باید امتحان شوند، فهمیده شوند و دوست داشته شوند.

اگر تو یکی از پیشگامان عصر جدید هستی، باید آماده باشی بدون ترس به پیش بروی و آماده امتحان کردن تازه ترین تازه ها باشی.

همه چیز با تجربه کردن پیشرفت میکند و بهبود می یابد. هر چه بیشتر یاد میگیری که یك زندگی واقعی داشته باشی، بیشتر او جزئی از تو میگردد و بیشتر تو میتوانی زندگی کنی. هیجان داشته باشی و وجودت در آن باشد.

تو نمی توانی در جا بزنی، پس قبول کن که آزادانه و با شادی رشد کنی و شکوفا شوی. بندهایی که تو را در گذشته نگه میدارند پاره کن. از تمام ترسهایی که جلوی شکوفایی ات را گرفته اند و چشمانت را بسته اند بطوریکه نمی توانستی به روشنی منظره شگفت روبرویت را ببینی، بگذر.

نشان بده که ایمان برای تو چه معنی دارد و منتظر باش آنچه که به ظاهر غیر ممکن است ممکن شود.

ملکوت را بر روی زمین پایین بیاور و یاد بگیر که اراده مرا انجام بدهی و در راه من قدم بگذاری.

مهم نیست اگر قدمهای اولت ضعیف و با تردید باشند، در هر صورت باید انجام بگیرند. مهم نیست چند دفعه به زمین بیفتی. فقط به سادگی بلند شو و باز هم و باز هم دوباره سعی کن.

همیشه به دنبال بهترین باش، همیشه انتظار بهتر را داشته باش و هیچوقت به کمتر راضی نشو. ممکن است که برایت سخت باشد، مخصوصاً وقتی فکر میکنی که به ته خط رسیده ای. در اینطور مواقع، خود آگاهت را بالا ببر و هیچوقت، حتی یك ثانیه، به کمبود فکر نکن، بلکه به فراوانی فکر کن.

فراوانی را ببین و برای تمام نعمتهای بینهایت و جاودان من شکر گزار باش. چرا به دست دوم راضی باشی در حالیکه بهترین در انتظار این است که تو او را انتخاب کنی و او تو را تبرك کند؟

وقتی موفق شوی بزرگ فکر کنی، تمام زندگی و طرز زندگیت در تو و در اطرافت شکوفا خواهند شد. به خاطر بیاور که همه چیز در درون و با تو شروع میشود.

از همین الان شروع به تصحیح طرز فکرت کن. از درون جهت خودت را تصحیح کن و بگذار که این در تو به تدریج کار خود را ، مانند مایه در خمیر، انجام بدهد.

همیشه دست مرا در همه چیز بشناس و همواره قدردان باش.

هیچ چیزی را از آن خودت ندان، اما ببین که تا چه اندازه متبرك هستی.

یاد بگیر هر چه را که داری آزادانه بدهی. و همچنین یاد بگیر که آزادانه هر چه را که به تو داده میشود قبول کنی و از آن خردمندانه برای شکوفایی و بهبود تمام استفاده کنی.

وقتی که می دهی، آزادانه بده و قیمت آنرا حساب نکن !

چیزی که با طرز فکر درست، با تمام قلب و با عشقی پاك داده میشود، شادی و برکتهای بزرگی را برای همه ارمغان میاورد و زیاد شده و بزرگ میگردد.

همیشه به خاطر بیاور چیزی را که می دهی با خیال راحت بدهی. هدیه کن و آنگاه فراموش کن.

وقتی که کاری انجام می دهی، آن را با عشق انجام بده و شکر گزار باش که استعداد و امکان انجام آن را داری. آن را عالی انجام بده اما نه هیچوقت برای چیزی که از آن ممکن است دستگیرت شود.

وقتی یاد گرفتی که همه کارها را برای شکوه و جلال من انجام بدهی، آنگاه دادن واقعی را یاد گرفته ای.

بزرگترین شادی را در هر چه که می دهی پیدا خواهی کرد و تمام رفتار و طرز دیدت درست خواهند بود.

۹ آبان

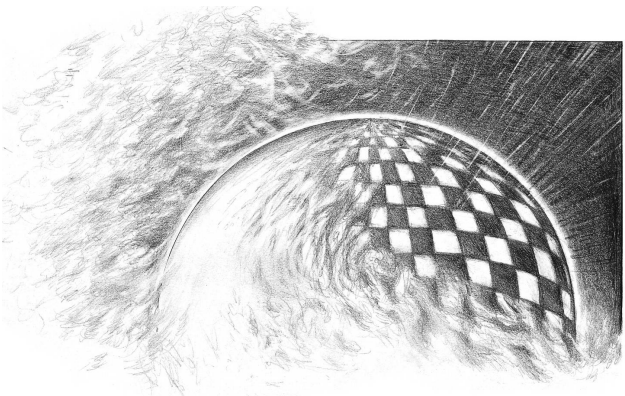
ایمان بیشتر از این معنی میدهد که به راحتی بنشینی و همه چیز را به دست من بسپاری. تو نقش خودت را برای بازی کردن داری، چرا که "به اندازه ایمانت به تو داده خواهد شد". اگر تمام ایمان و اطمینانت در من باشد آنگاه همه چیز ممکن است. از ایمان زندگی کن و قوانین مرا به چمشم همگان ثابت کن. در کار یکی باشیم، در زندگی یکی باشیم، یکی باشیم ! من در تو، و تو در من.

وقتی کاملاً بفهمی که من هر کاری را می توانم انجام بدهم، آنگاه میدانی که تو هم هر کاری را میتوانی انجام بدهی، چرا که من در تو و از طریق تو کار میکنم.

هیچ چیزی انجام نخواهد شد مگر اینکه قبول کنی به راه بیفتی. من در تو هستم و تو دستها و پاهای من هستی. این دستها و پاها را وقف خدمت من کن تا اینکه هیچ چیزی مانع کار نشود و همه چیز به خوبی انجام گیرد.

حواست باشد که انجام کارت در هماهنگی و روند کامل با قوانین من باشد، و به وقوع پیوستن شگفتی پشت شگفتی را مشاهده کن!

و همواره برای همه چیز شکر گزار باش!



تصویر آبان

زمین که به مانند صفحه شطرنجی با مربع های سیاه و سفید نقاشی شده بود به من نشان داده شد. همینطور که باران میامد، رنگ سیاه با رنگ سفید در هم آمیخته شد و همه چیز تبدیل به خاکستری کثیفی شد.

سپس باران قویتری شروع شد و همه را شست و تبدیل به سفیدی پاك کرد.

شنیدم:

ایمان داشته باش! محکم باش و بدان که تمام کره زمین و ساکنانش در حال گذشتن از یك روند بزرگ شستشو هستند.

همه چیز بسیار بسیار درست است، چرا که همه چیز طبق برنامه من پیش میرود.

کاملاً در آرامش باش!

در طبیعت تلاش و تشنجی وجود ندارد! یك بذر از طریق روند کامل خود رشد میکند، او احتیاج به انجام کاری ندارد و فقط کافی است اجازه بدهد که روند طبیعی رشدش انجام شود.

تنها کاری که تو باید انجام بدهی این است که بگذاری کارها انجام شوند. چرا به خودت اجازه ندهی که تبدیل به یك پروانه شگفت انگیز شوی؟ از لاك خود بیرون بیا، از این محدوده تنگ خارج شو، موانع فکری انسانی ات را کنار بزن!

وقتی که ماری پوست عوض میکند، خودش را به آرامی از پوست قدیمی اش بیرون میکشد و آنرا پشت سرش رها میکند تا خشك و خاك شود.

خرچنگ با بزرگ شدن یك لاك بزرگتر و زیباتر برای خود درست میکند. پرنده تخم خودش را میشکند و کاملاً دگرگون از آن خارج میشود. او دیگر آزاد آزاد است و این چیزی است که در انتظار تو است. یك آزادی جدید، یك شادمانی جدید، و یك دنیای تازه در انتظار باز شدن به تو است وقتی که بخواهی طرز زندگی و فکرهای قدیمی و محدود کننده ات را رها کنی و قبول کنی که دگرگون شوی.

وقتی که چیز جدیدی را یاد می گیری ، مثلاً رانندگی ، یا شنا کردن ، یا موزیك نواختن ، تو بسیار مواظب هر حرکتت هستی و خودت را آنقدر تصحیح میکنی و به امتحان ادامه می دهی تا اینکه این درس جدید را خوب یاد بگیری .

و یکروز متوجه میشوی که دیگر احتیاجی به احتیاط کردن نداری و بطور خودکار کارهای لازم را انجام می دهی ، در کارت روان هستی و از آن لذت می بری چون دیگر برایت مشکل نیست .

در این زندگی معنوی هم همینطور است . وقتی این معنویت شروع می کند که جزئی از تو شود، دیگر احتیاجی نیست که به تو یادآوری کنند که مرا و حضور مرا آگاهانه بشناسی چرا که دیگر از آن آگاهی.

دیگر برایت به مانند نفس کشیدن طبیعی است.

در این حالت تو میدانی که من در تو هستم، تو در من هستی و ما یکی هستیم .

۱۲ آبان

این روز را با قلبی لبریز از عشق ، شادی و شکر شروع کن ، برای خوشحالی زنده بودن ، کاری را که انجام می دهی انجام دادن و جایی که هستی قرار داشتن ؛ و نهایت کمال را مشاهده کن که از این روز نمایان میشود .

متبرك هستند کسانیکه می توانند زیبایی ، شادی و هماهنگی را در اطراف خود ببینند و کاملاً از آنها لذت ببرند، و همچنین کسانی که مرا در همه چیز و در همه کس می شناسند و برای همه چیز شکرگزار هستند .

شادی مانند سنگی است که در وسط محوطه ای از آب انداخته میشود ، موج های کوچك آن گسترده و گسترده تر می شوند ، به آخر محوطه آب می رسند و به وسط آن بر می گردند ، و در راه خود شادی را به هر چه با آن تماس دارند ارمغان می دهند .

عشق مانند دارویی است که تمام زخم ها ، زجرها و ناراحتی ها را شفا می دهد . پس با عشق الهی من دوست داشته باش ! آن کسی را که میتوان دوست داشت، دوست داشته باش ؛ و آن کسی را هم که به ظاهر دوست داشتنی نیست، دوست داشته باش . کسانی که معنی عشق را نمی دانند دوست داشته باش. آنهایی را که دشمن خودت میدانی دوست داشته باش . وقتی که قلبت پر از عشق باشد دیگر دشمنی نخواهی شناخت .

چشمانت را باز نگهدار و همیشه حواس جمع باش . دست مرا در همه چیز ببین و همواره و تا ابد شکرگزار باش. اگر مواظب نباشی به راحتی میتوانی از کنار چیزی که روبروی تو و حتی در خود تو است بگذری . خیلی ها زندگی را نابینا به شگفتی های اطراف خود و نابینا به معجزات طبیعت طی می کنند، و به اینصورت معجزات زندگی را از دست می دهند .

وقتی که به زیبایی، هماهنگی، صلح و آرامش چیزهای کوچك اطراف خود توجه کنی، آنگاه خواهی دید که این "آگاهی" بزرگ خواهد شد تا جایی که تمام زندگی تبدیل به دنیای شگفت انگیزی می شود و تو آن را مانند یك بچه با چشمان باز و کنجکاو به هر اتفاقی، طی می کنی . انتظار خواهی داشت که زیباترین اتفاقات روی دهند و به اینصورت به تحقیق آنها کمك خواهی کرد.

هیچ وقت در زندگیت لحظه ای پوچ نخواهد بود. هیچ چیزی را مانند حق خود بر نخواهی داشت بلکه برای هر چیزی تشکر خواهی کرد.

قدردانی در را برای اینکه بیشتر و بیشتر شگفتی وارد زندگی ات شود بیشتر باز نگه میدارد، پس هیچ وقت، هیچ وقت فراموش نکن که تشکر کنی !

قبول کن که با هر زندگی یکی باشی ! قبول کن که با من یکی باشی ! با شرم از آن فرار نکن چون فکر می کنی که لیاقت قبول کردن یگانگی مان را نداری .

این احساس لایق نبودن چیزی است که انسان ها را از من، از خالقشان، جدا می کند .

مدت خیلی زیادی است که به مردم می گویند که آنها گناهکاران پستی بیشتر نیستند و لیاقت راه رفتن و حرف زدن با من را ندارند. مدت خیلی زیادی است که آنقدر از من جدا شده اند تا جایی که دیگر مرا نمی شناسند و دیگر متوجه نمی شوند که من در آنها هستم. برای همیشه این فکرهای اشتباه را در مورد من، طرد کن.

من عشق هستم. من در تو هستم. با شادی و شگفتی یگانگی امان را قبول کن مانند، بچه کوچکی آن را قبول کن و وقت و نیرویت را برای فهمیدن آن هدر نده .

اگر سعی کنی با تفکر به این زندگی نزدیك شوی وقت زیادی را از دست می دهی و از سادگی آن غافل میمانی.

راه های من ساده هستند ، دیگر آنها را برای خودت مشکل نکن !

۱۵ آبان

ایـن دوره ، دوره ای معمـولی نیسـت. گسـترش برنـامه وسـیع و شگفت مرا مشاهده کن ! زمانِ زیباترین تغییرات است، پس هر لحظه آماده هر اتفاقی باش.

هیچ چیز اتفاقی در این گرد همایی هایی که به وجود می آیند نیست، آنها آماده انجام کار بزرگی که در پیش است می شوند . برنامه کاملاً مشخصی در حال شکوفایی است، توهم با آن شکوفا شو !

از هیچ چیزی نترس، هر گونه ترسی را طرد کن. دست مرا در هر چیز بشناس ، کمال همه این چیزها را ببین و همیشه برای آن شـکرگزار بـاش ! آمـاده بـاش و اراده ایـن را داشـته بـاش کـه مسئولیتهایت را قبول کنی. این زندگی برای تنبل ها و کسانی که از مسئولیت می ترسند نیست.

عصر جدید قدرت، شجاعت و فداکاری می خواهد و همچنین ایمان و باوری به سختی صخره. ماجرای شگفتی است و برای همین هم برای وارد آن شدن و با آن همراهی کردن احتیاج به ماجراجو بودن است.

با هر اتفاقی که در پیش است پیش برو، با خیالی راحت و آسوده و بدون نگرانی، چرا که همه چیز بسیار، بسیار درست است.

آیا پیدا کردی که چگونه می توانی با "تمام" همکاری کنی ؟ آیا می توانی احساس کنی که در آن حل میشوی ؟ یا اینکه احساس می کنی که خارج از آن تماشاچی هستی و از خودت می پرسی که جایت کجاست ؟

چرا مستقیم وارد آن نشوی و جای مخصوص خودت را پیدا نکنی ؟ يك بار که احساس کردی که جزئی از این کل هستی ، می خواهی که بهترین خودت را بدهی.

من این روند را مانند ساعتی با تمام جزئیاتش تشبیه می کنم. هر قسمت آن لازم است تا ساعت وقت درست را نشان بدهد. فقط وقتی که هر قسمت در جای خودش قرار دارد و کار مخصوص خودش را انجام می دهد است که وقت درست بدست میاید .

هر کسی می خواهد که او را بخواهند و به او احتیاج داشته باشند. وقتی که احساس می کنی که به تو احتیاج است آن گاه بزرگ و شکوفا میشوی ، رونق پیدا می کنی و بهترین خودت را عرضه می کنی.

همیشه به خاطر داشته باش که من به تو احتیاج دارم . هر روز دوباره خودت را به من تقدیم کن تا که من بتوانم آن طوری که می خواهم از تو استفاده کنم. و در قدرت و چهارچوب بزرگ شو.

۱۷ آبان

چرا در زندگیت محدودیت قبول کنی؟ خودآگاهانه احساس کن که روز به روز بزرگتر میشوی. انتظار داشته باش که جدید در تو و در روبروی تو گسترده شود، و اگر لازم است تغییر کنی، اراده آنرا داشته باش که بدون تردید اینکار را انجام بدهی!

وقتی که میخواهی موج رادیو را عوض کنی، باید آنقدر دکمه آنرا بچرخانی تا ایستگاه جدید را پیدا کنی. و آنگاه آنرا تنظیم کنی تا صدا را خوب دریافت کنی. وقتی که خواستت برای خارج شدن از قدیمی به اندازه کافی قوی باشد، زمین و آسمان را تکان خواهی داد تا به آن برسی. هر دکمه را آنقدر خواهی چرخاند تا اینکه جدید را خوب و صاف دریافت کنی.

وقتی که موج را خوب و صاف دریافت کردی، میباید آرام باشی و گوش بدهی و آنگاه که چیزی را که دریافت کردی فهمیدی، میباید دست به کار شوی و کاری را انجام بدهی.

چرا یك روز دیگر صبر کنی؟ همین الان خودت را وصل کن!

ایمانت قوی و بدون لغزش باشد! ایمان باید زندگی شود و نشان داده شود، در مورد آن صحبت کردن کافی نیست. هر چه که بیشتر استفاده شود، قویتر میگردد.

ایمان چیزی نیست که هر از گاهی از داخل کشو بیرون بیاورند و استفاده کنند تا دفعه بعد. با یادگیری زندگی کردن با ایمان، یاد خواهی گرفت که مرا در هر فردی و در هر کاری که انجام میگیرد ببینی و متوجه شوی که هیچ جایی نیست که من نباشم.

ایمان، آگاهی به این است که بهترین زندگی در درون زاده میشود. وقتی متوجه شوی که تو همه چیز را در خود داری، آنگاه دست از این جستجوی همیشگی برمیداری. دیگر در جنگ، و در دست و پا زدن برای رسیدن به ناممکن نخواهی بود و آرام و با اطمینان، این انبار لبریز از ثروتهای بیشمار را پیدا خواهی کرد.

الان است که باید با ایمان زندگی کرد، نه فردا، و نه موقعی که خودت را قویتر و با اطمینان تر احساس کنی!

از همین الان اینرا به عمل بگذار و ببین که به چه شگفتی کارگر است!

۱۹ آبان

هر روز جدید متوجه تغییراتی در خودت و در اطرافت میشوی. با تعجب متوجه میشوی که تفکرات و طرز دیدهای جدیدی را در برگرفته ای. خوآگاهت شکوفا میشود و قادر به قبول کردن چیزهای بیشتر و بیشتری میگردد. بعضی ها از دیگران سریع تر یاد میگیرند. برای همین هم ورود به عصر جدید برای همه یکسان نخواهد بود.

بعضی ها قادرند که در آن بپرند. بعضی دیگر آهسته وارد آن می شوند و هر قدمشان را امتحان میکنند. بعضی دیگر هم سینه خیز وارد آن میگردند. و هر قدم برایشان دردناك خواهد بود چرا که در مقابل تغییرات مقاومت میکنند.

این فکرها و طرز رفتارهای جدید برایشان ناخوشایند است و میخواهند که به آنها امکان داده شود که طبق عادت خود زندگی کنند و فکر میکنند چیزی که برای پدر و مادرشان خوب بوده برای آنها هم خوب است.

جواب این رفتار این است که از جدال بر ضد آن دست بکشی و هماهنگ شوی و بگذاری که زندگی حملت کند.

زمان عوض میشود، سریع هم عوض میشود، و تو اگر با آن عوض نشوی در جا خواهی ماند.

۲۰ آبان

هر آنچه را که احتیاج داری در درون خودت موجود است ؛ منتظر آنکه شناخته شود، گسترش داده شود و خارج شود. یك بذر درخت در خود درختی تنومند را دارا است. تو در درون خودت استعداد خیلی زیادی داری. و همانطور که بذر باید کاشته شود و باید به آن رسیدگی شود تا تبدیل به درختی تنومند گردد، آنچیزی که در تو هست هم باید شناخته شود تا بتواد جوانه بزند و کاملاً استفاده شود.

در غیر این صورت در حالت خوابیده در تو خواهد ماند. این اتفاقی است که برای خیلی ها می افتد و این استعداد بسیار بزرگ در این زندگی هیچوقت گسترش نمی یابد و به زندگی دیگری منتقل میشود.

این روند کاملاً بیهوده است.

الان زمان آن است که آنچه را که در خود داری بیرون آوری و از آن استفاده کنی.

بدان که تو قادر به هر کاری هستی چون من اینجا هستم و هر حرکتت و تصمیمت را قدرت میدهم و راهنمایی میکنم تا جایی که مانند آن بذر محدودیت های خودت را بشکنی و آزاد باشی تا مانند درختی تنومند رشد کنی.

۲۱ آبان

وقتت را هیچوقت برای گفتن اینکه راه زیادی را باید در این زندگی معنوی طی کنی، تلف نکن. بلکه با توجه به راهی که تاکنون طی کرده ای، قویتر و شجاع تر شو و همیشه به خاطر آن شکر گزار باش. متوجه تمام چیزهایی که باید برای آنها قدردان باشی شو.

اطرافت را با فکرهای زیبا، چیزهای زیبا و انسانهای زیبا پر کن. نور درونت را با قدرت بدرخشان. بدان که هیچ چیز خارجی نمی تواند آنرا خاموش کند، فقط منفی گرایی خودت است که میتواند آنرا خاموش کند. پس همواره مثبت باش.

همیشه راه روشنایی را انتخاب کن و توجهی به تاریکی نداشته باش و به این ترتیب به آن نیرویی نده.

بیشتر و بیشتر به روشنایی احتیاج است چرا که درخواست غذای معنوی در دنیا بیشتر میشود، پس همواره روشنایی ات را بدرخشان.

نور باش و بگذار که از تو نور بدرخشد و تاریکی ها را پس بزند. عشق باش و بگذار که عشق آزادانه از تو جاری باشد و به این ترتیب کمکی باش در جواب دادن به این احتیاج فراوانی که در دنیا موجود است.

۲۲ آبان

اگر در زندگی در انتظار "بهترین" باشی، آن را به خودت جذب خواهی کرد، پس از همین الان شروع کن که در همه چیز و همه کس در انتظار بهترین باشی، و آمدن بهترین را مشاهده کن.

انتظار داشته باش که تمام احتیاجاتت حل شوند. انتظار داشته باش که راه حل هر مشکل را پیدا کنی. انتظار برکت را در تمام مراحل داشته باش، انتظار رشد معنوی را داشته باش !

هیچگونه محدودیتی را در زندگیت قبول نکن، فقط بدان و قبول کن که تمام موهبتهای خوب و کامل من مال تو هستند، اگر یاد بگیری ارزشهایت را تنظیم کنی و اگر چیزهای اساسی را در زندگیت اول قرار بدهی.

انتظار داشته باش که در چهارچوب و زیبایی، در خرد و فهم رشد کنی، انتظار داشته باش که مانند راهی برای جریان عشق الهی من و نور الهی من استفاده شوی.

قبول کن که من تو را برای انجام کار خودم استفاده کنم.

همه کاری را در ایمان و اطمینانی کامل انجام بده، و با قدردانی آمدن شگفتی ها و شکوه مرا مشاهده کن، نه فقط یکبار یا هر از گاهی بلکه همواره، تا اینکه تمام زندگی ات واقعاً تبدیل به سرودی از شادی و شکر شود.

۲۳ آبان

تا به حال چند دفعه به تو گفته ام که برای تمام کارهایی که باید انجام شوند من به توی آزاد احتیاج دارم ؟ کی یاد خواهی گرفت که دست برداری و آزاد باشی؟

تو هیچوقت معنای آزادی را نخواهی فهمید مگر اینکه اراده دست برداشتن را داشته باشی، اطمینان داشته باشی که میتوانی اینکار را انجام بدهی و چند قدم سخت اول آنرا برداری.

فقط تو میتوانی اینکار را انجام بدهی، هیچکس نمی تواند آنرا برای تو انجام بدهد. آیا از اتفاقی که ممکن است رخ بدهد میترسی؟ آیا از آنچه که آینده برایت در نظر گرفته است میترسی؟

چرا یاد نگیری که کاملاً و با شکوه در "لحظه همیشه حاضر" زندگی کنی و بگذاری که من آینده ات را برایت ترسیم کنم؟

من چیزهای شگفتی برایت دارم که در انتظارت هستند وقتی که آزاد باشی و از دست آویختن، از ترس همه چیز را از دست دادن، به چیزهایی که فعلاً داری دست برداری.

انگیزه از دست دادن همه چیز به خاطر بدست آوردن چیزی به مراتب بزرگتر را داشته باش. همه چیز در دست من است و همه چیز بسیار بسیار خوب است.

۲٤ آبان

زندگی آسان است. چرا آنرا برای خودت مشکل کنی؟ چرا راه بیراهه را انتخاب کنی در صورتیکه راه مستقیم روبرویت است؟

بگذار که زندگی برایت گسترده شود، و سعی در گسترده کردن آن بزور را نداشته باش. تو نمی توانی شکوفا شدن یك گل را اجبار کنی چرا که زیبایی و کمال آنرا با بی صبری ات از بین خواهی برد.

زمانی درست برای هر چیزی وجود دارد، پس چرا خودت را با زندگی هماهنگ نکنی، نگذاری که او تو را حمل کند وبا قدردانی گسترش شگفتی ها و شکوه مرا مشاهده نکنی؟

وقتی که کاری بیموقع انجام شود برعکس فکری که ممکن است بکنی، مانع خیلی چیزها میشود بجای اینکه آنها را سرعت بخشد.

درنتیجه مرا در آرامش و اطمینان خدمت کن و هیچوقت برای انجام کاری بیموقع عجله نکن، ولی در عین حال وقت گرانبها را هم از دست نده.

متوجه شو که برنامه و نقشه ای شگفت درهر کاری که انجام می دهی وجود دارد، و همیشه شکر گزار باش.

۲۵ آبان

اولین درس برای فراگیری در زندگی دوست داشتن است. عشق آنقدر قوی است که شکسته نمی شود و در عین حال ناملموس است.میتوانی آنرا بشناسی، آن را احساس کنی، اما نمی توانی آنرا نگهداری چون در اولین تلاش مانند جیوه از دستت فرار میکند.

عشق را نمی توان مالك شد، عشق مانند باد آزاد است و جایی که میخواهد میرود. عشق هیچگونه محدودیت و مانع را قبول ندارد.

ترس است که انسان را به بند میکشد و محدود میسازد، عشق است که آزاد میسازد و تمام زنجیرها را پاره میکند.

عشق تمام درها را باز میکند، زندگی ها را عوض میکند و سخت ترین قلبها را آب میکند. عشق سازنده است، او بزرگ میکند وزیبایی، هماهنگی و یگانیگی میافریند. او برای هر چیزی و نه بر ضد کسی کار میکند . عشق چنان شادی میاورد که نمی توان آنرا خفه کرد. او در زندگی میرقصد و آواز میخواند.

آیا در قلبت عشق هست؟ عشق برای همه؟

او در تو شروع میشود و نزدیك به نزدیك به پیش میرود.

آیا احساس میکنی که جزئی از جدید هستی؟ آیا احساس میکنی که در کل، با هماهنگی کامل حل میشوی یا اینکه خودت را ناراحت احساس میکنی؟ اگر اینطور است، به مراتب بهتر است که از آن خارج شوی و راه دیگری را پیدا کنی.

تنها کسانی که با جدید هماهنگ هستند، و حاضر هستند که قدیمی را بدون دلتنگی پشت سر رها کنند، و طرز فکری ماجرا جویانه دارند، برای جدید آماده هستند و قادر خواهند بود آزادانه وارد آن شوند.

اگر هنوز میخواهی آویزان طرز فکرها و رفتارهای قدیمی و عادتی بمانی و از شکستن چهار چوبهای قدیمی میترسی، هنوز برای جدید آماده نیستی. اینکار شجاعت، قدرت، مصمم بودن و دانشی عمیق و درونی به اینکه کاری که انجام می دهی درست است، دارد.

وقتی که تمام ایمان و اطمینانت را در من گذاشتی و فهمیدی که من هدایت و راهنماییت میکنم، آنگاه میتوانی هر کاری را که باید با عشق و شادی ای عمیق انجام بدهی.

۲۷ آبان

از هر آنچه که داری به سود تمام عالم استفاده کن! سعی در انباشته کردن نکن، بلکه با بقیه تقسیم کن چرا که هر چه بیشتر تقسیم کنی، بیشتر بزرگ خواهد شد. اما اگر سعی در مالکیت کسی یا چیزی داشته باشی، آن را حتماً از دست خواهی داد.

این قانون است، و اگر این قانون را زندگی کنی، شاهد انجام آن در تمام اطرافت خواهی بود.

اگر کیسه های بذر داشته باشی و آنها را در انباری جای بدهی و فراموششان کنی، هیچ اتفاقی نخواهد افتاد و آنها سر جای خود خواهند ماند.

اما اگر آنها را برداری و در زمین بکاری و به آنها رسیدگی کنی، نه تنها رشد خواهند کرد بلکه افزایش خواهند یافت و بیشتر و بیشتر محصول خواهند داد.

هر چیز دیگری هم که داری همینطور است، هیچوقت سعی نکن که به آن آویزان شوی بلکه با شادی آنرا تقسیم کن و شاهد افزایش مادی و کیفی آن باش. اگر رفتارت درست باشد، میدانی که تمام احتیاجاتت به طرز شگفتی جواب میگیرند و هر چه که دارم مال تو است.

تو احتیاج نداری که تنهایی سعی کنی تا مسائل را در زندگی خوب انجام بدهی و وضعیت را تحت کنترل داشته باشی. تنها کاری را که باید انجام بدهی این است که در آرامش و با اطمینان بسیار راهنمایی های مرا که در سکوت و آرامش دریافت میکنی دنبال کنی.

بعضی ها صدای مرا به روشنی خواهند شنید، بعضی دیگر حسی کار انجام خواهند داد و بعضی دیگر در ضمن انجام کار هدایت می شوند.

من به شیوه های مختلفی کار میکنم، اما همه میدانند چه زمانی من فرمان را در دست دارم چرا که آن زمان مُهر عشق و حقیقت بر همه چیز خواهد بود. اگر راهنمایی های مرا دنبال کنی، شگفتی پشت شگفتی خواهی دید و دست مرا در همه چیز خواهی دید. خواهی فهمید که تو به تنهایی قادر به انجام این شگفتی ها نیستی و این من هستم که در واقع در تو عمل میکنم و همیشه شکوه، جلال و شکر را از آن من خواهی دانست.

هر لحظه بشناس که خرد، عشق و فهم و خود زندگی از کجا میایند. من کُل "کُل" هستم و زندگی تو در من نهان است.

ما یکی هستیم.

۲۹ آبان

"در آرامش باش و در عشق من آرام بگیر!"

این حرفها را بارها شنیده ای و از خودت میپرسی که چرا باید آنهارا تکرار کرد. آنها مانند آب هستند، بسیار آرام و بی صدا، قدیمی را از بین میبرند و راه جدیدی را پیدا میکنند. همواره ادامه میدهند و به تدریج عمیق تر در تو فرو میروند تا جایی که آنها را مانند جزئی از خودت ببینی .

آنها دیگر کلمه نیستند، بلکه زنده هستند و زندگی میکنند و وجودشان در تو است و متوجه میشوی که آنها را زندگی میکنی و در عشق من در صلحی کامل آرام گرفته ای.

هیچوقت از تکرار رنجیده نشو، بلکه تا ابد قدردان باش که عشق من آنقدر بزگ است که من میخواهم صبورانه و با پشتکار ادامه بدهم و هیچوقت رهایت نخواهم کرد.

من دستم را بر روی تو گرفته ام و به تو احتیاج دارم.

تو جایی بسیار مخصوص در برنامه وسیع من داری و منتظر هستم که آنرا برایت زمانیکه آماده بودی نمایان سازم.

۳۰ آبان

هیچوقت نخواهی فهمید که چیزی کار میکند یا نه اگر آنرا امتحان نکنی. نخواهی فهمید که آیا برق هست یا نه اگر که برای روشن کردن چراغ بر روی کلید فشار وارد نکنی.

تو باید کاری انجام بدهی تا نشان دهی که کارگر است.

ایمان هم همینطور است. به هیچ دردی نمی خورد که بنشینی و در مورد آن صحبت کنی اگر که آنرا زندگی نکنی و اگر هیچکس نتواند ببیند کهه معنایی برای تو دارد.

به هیچ دردی نمی خورد که در مورد با ایمان زندگی کردن صحبت کنی در صورتیکه امنیتت در حساب بانکی ات باشد و بدانی که میتوانی بر روی آن حساب کنی. زمانیکه هیچ چیزی نداری و میتوانی خودت را به آب بزنی و کاری را که به ظاهر غیر ممکن است انجام بدهی چون که ایمان و امنیتت در من ریشه دارند است، که میتوانی از زندگی با ایمان صحبت کنی و یك مثال زنده آن باشی.

به پیش برو، ایمانت را به امتحان بگذار و ببین که چه پیش می آید!

اول آذر

همیشه سمت خوب زندگی را نگاه کن! در انتظار بهترین باش و آنرا ببین که پیش می آید!

هیچوقت فرد دیگری را مقصر وضعیت منفی خودت ندان. تو رئیس خودت هستی و فقط به تو بستگی دارد که تابلو را برگردانی و ببینی که در آن طرف آن چه چیزی است.

اگر تصمیم بگیری که سمت تاریك زندگی را ببینی، انتظار نداشته باش کسانیرا که شادی و آزادی واقعی را میشناسند در اطراف خودت جذب کنی، چرا که همانند ها با هم جمع می شوند.

تو فقط کسانیرا به خود جذب میکنی که در همان حالت تو هستند. وقتی که تو سر حال باشی و عشق آزادانه از تو جاری باشد، آنگاه همه چیز رابه خود جذب خواهی کرد چرا که همه از یك انسان شاد لذت میبرند.

یاد بگیر که دیگران و یا وضعیت ها را بالا ببری و نگذار که هیچوقت در اعماق ناامیدیها به خاطر رفتار فرد دیگری فرو بروی. تو اینجا هستی که صلح، هماهنگی، زیبایی، کمال و بهترین زندگی را بوجود آوری، پس شروع کن و کاری در این راه انجام بده!

۲ آذر

وقتی که من به تو میگویم "همدیگر را دوست داشته باشید". منظورم این نیست که بقیه را تحمل کنی و یا بسیار سعی کنی دوستشان بداری.

اما خواهی دید وقتی که قلبت را باز میکنی و میتوانی آنرا از فکرهای پرمهر و زیبا پر کنی، آنگاه میخواهی هر کسی را که با او برخورد میکنی دوست بداری، هر کسی که باشد مهم نیست.

این جریان آزاد عشق جهانی من است که تبعیض نمی شناسد و تصمیم نمی گیرد که چه کسی دوست داشته شود و چه کسی نه. عشق من برای همه همان است. حا تول چقدر حاضر هستی که اینرا قبول کنی به خودت بستگی دارد.

از نشان دادن این عشق نترس! آن فرای شخصیت است و والاترین چیزی است که وجود دارد.

یاد بگیر که قلبی نمایان داشته باشی و هیچوقت از نشان دادن عشقت به دیگران شرمنده نشو.

عشق بزرگترین یگانه کننده جهان است، پس دوست داشته باش، دوست داشته باش و دوست داشته باش.

۳ آذر

آنها را از عملکردشان خواهی شناخت، از نتیجهٔ کارهایشان خواهی فهمید که با من هستند یا بر ضد من، از روشنایی هستند یا از تاریکی.

چشمانت را باز کن و بدون هیچ تردیدی خواهی دانست. در خودت برو و قلبت به تو خواهد گفت. خودت حساب کن و حرفهایی را که دیگران میزنند گوش نده چرا که اگر حرفهای فراوانی را که دیگران میزنند گوش بدهی در چنان شلوغی میفتی که دیگر نمی فهمی حقیقت کدام است و راه خودت را گم میکنی.

هر کسی میتواند حقیقت را در درون خود پیدا کند، اما برای این باید وقت بگذاری و به درون بروی. باید خودت فکر کنی و خودت راه خودت را پیدا کنی، اما خیلی ها برای اینکار زیادی تنبل هستند. آنها ترجیح می دهند حرفهای دیگران را گوش بدهند و بدون درون روی این حرفها را قبول کنند.

خودت را در آرامش نگهدار تا حقیقت را بیابی و آنگاه حقیقت آزادت خواهد کرد.

زجر کشیدن در عصر جدید الزامی ندارد. برای کسانیکه وارد جدید می شوند دیگر زجری نخواهد بود. اگر تو هنوز خیال فکر که زجر کشیدن لازم است یعنی اینکه در جدید نیستی و سخت در قدیمی گیر کرده ای.

در آنجا خواهی ماند و زجر را به خودت جذب خواهی کرد تا جایی که با آزادی اختیار خودت به پیش بروی و قبول کنی که دیگر اینطور نباشد.

بر روی شگفتی ها و شادی های این زندگی متمرکز شو و بهترین را که میراث واقعی تو است قبول کن.

منظور مانند کبك پنهان شدن نیست، بلکه دیدن حقیقت این زندگی نورانی ای است که مال تو است و با اینکار آنرا نمایان کردن.

هر چه که آنرا روشن تر ببینی، سریع تر خواهد رسید.

منظره آسمان جدید و زمین جدید را قبول کن و آنرا همواره در خود آگاهت نگهدار چرا که این خوابی دوردست نیست.

حقیقتی است و تو جزئی از آن هستی.

۵ آذر

احتیاج بسیاری به کسانی است که بشود بر روی آنها حساب کرد. کسانیکه همیشه در جای درست در زمان درست هستند و کاری را که باید انجام میدهند.

احتیاج به کسانی است که طوری زندگی میکنند که هیچ چیزی آنها را ناآرام نمی کند چرا که کاملاً هر اتفاقی را تحت کنترل دارند و از مرکز درونی صلح و آرامش خود زندگی و عمل میکنند. امنیتشان در من است و برای همین هم هست که هیچ چیزی نمی تواند تعادلشان را بر هم زند.

آنها میدانند که چه میکنند و چرا آنرا انجام میدهند و یك حس مسئولیت واقعی دارند، میتوان کاملاً بر روی آنها برای انجام هر کاری به نحو احسن حساب کرد.

در قلب خودت جستجو کن ! آیا تو لایق اطمینان هستی؟ آیا چنان حس مسئولیتی را داری که کاری را تا سر انجام آن برسانی؟ آیا همیشه در زمان درست و در مکان درست قرار داری؟

مهم است که وقت بگذاری تا ببینی کمبودهایت کجا هستند و آنگاه ببینی که چه کاری برای آنها میتوانی انجام بدهی.

٦ آذر

بـه همـديگر عشـق و اطمينـان داشـته باشـيد، چـرا كـه عشـق و اطمينان داشتن به كسی به او امكان شكوفايی و گسترش ميدهد تـا بتواند مسئوليت قبول كند و نيرومند تر و بزرگتر شود.

تو نمی توانی انتظار داشته باشی كه بچه ای بزرگ شود اگر كـه همه كارها را برای او انجام بدهی. بايد بـه او يـاد داد كـه خودش فكر كند، خودش تصـميم بگيرد و انتظـار نداشته باشد كـه پدر و مادرش به جای او فكر كنند.

ديدن اشتباه كردن كسانی كه آنها را دوست داريم آسان نيست، اما بعضـی وقتها بايد رهايشان كرد تا درسهايی را ياد بگيرند.

درسها ميتوانند از راه آسان ياد گرفته شوند، اما معمولاً وقتـی كـه از راه سخت ياد گرفته می شوند هيچوقت فراموش نخواهند شد.

پس هيچگاه بيش از اندازه از كسانيكه به تو بستگی دارند، كوچك يا بزرگ، حمايت نكن.

به آنها اجازه بده كـه مسئوليتهای خودشـان را قبـول كنند، و حتی از اين خوشحال باشند و به همديگر كمك كنند كه بزرگ شوند.

۷ آذر

امروز روز جدیدی است و کاری که تو با آن انجام بدهی بستگی به خودت دارد. اولین فکرهایت در موقع بیدار شدن میتوانند تمام روزت را رنگ بدهند. آنها میتوانند فکرهایی شاد و مثبت باشند و یا غمگین و منفی. هیچوقت تحت تاثیر وضعیت خارجی مانند آب و هوا قرار نگیر .

ممکن است سیل بیاید، اما اگر قلبت پر از عشق و قدردانی باشد، تمام رفتارت از آفتاب و آسمانی آبی پر میشود. آیا می بینی که چه مسئولیت بزرگی بر دوشت است؟

زندگی آن چیزی است که تو با آن انجام می دهی، پس هیچکس دیگر را برای وضعیتت متهم نکن و بدان که خود تو مسئول آن هستی.

رفتارت را عوض کن تا بتوانی تمام طرز دیدت را عوض کنی. یك رفتار سازنده را نسبت به زندگی انتخاب کن.

بهترین را با چیزهایی که در اطراف خودت میبینی بساز و بقیه را نادیده بگیر تا در این صورت به آن نیروی زندگی ندهی تا آنکه از بین برود.

امروز در آرامش و اطمینان در انتظار من باش و بدان که امروز موهبتهای من را دارد.

۸ آذر

ارزشهایت در زندگی کدامها هستند؟

اگر تنها ارزشهای مادی باشند که امروز اینجا هستند و فردا از بین رفته اند مانند سموری در قفس تمام زندگی ات را دور خود خواهی چرخید و به جایی نخواهی رسید.

اما اگر به دنبال راههای روان هستی، باید که در درون آنها را جستجو کنی و اینکار تنها در صورتی ممکن است که در آرامش باشی و ثروتهای با ارزشی که در درون تو هستند را نمایان کنی. تو آنها را در خارج پیدا نخواهی کرد، چرا که تو در خودت هر چه را که در زندگی باارزش است، داری.

تو آزاد هستی که آزادانه چیزهایی را که ارزش دارند انتخاب کنی. هیچ کس سعی در تحت تاثیر گذاشتن تو نخواهد کرد چرا که هر کسی آزادی انتخاب دارد.

به تو بستگی دارد که از زندگیت یك پیروزی و یا یك شکست بسازی. روشنایی اینجا است، چرا آنرا دنبال نکنی؟ عشق اینجا است، چرا آنرا قبول نکنی؟

هیچ چیزی از تو دریغ نخواهد شد وقتی که آنرا با تمام قلبت، هوشت، روانت و نیرویت جستجو کنی.

۹ آذر

تو نمی توانی کارهای بزرگتری را شروع کنی تا زمانیکه روابطت را روشن نکرده باشی، و در عشق، صلح و هماهنگی با دیگران راه نروی و در خودت هیچگونه دلخوری و بدجنسی را نگه نداری.

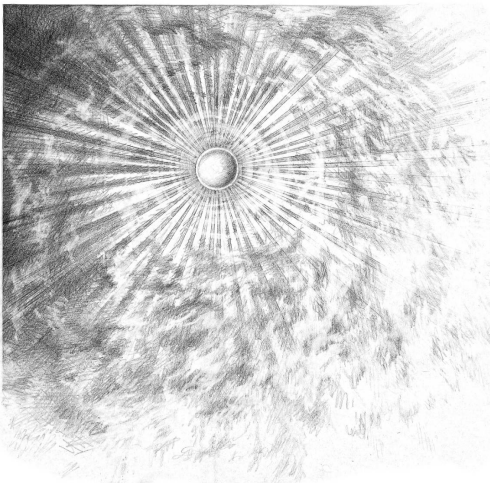
علف های هرز باید از زمین کنده شوند قبل از اینکه گیاهان دیگر را خفه کنند. از همین الان علف های هرز زندگی ات را بکن قبل از اینکه محکم جا بیفتند و گیاهان زیبایی را که در درون تو رشد میکنند خفه کنند.

تو نمی توانی در معنویت رشد کنی و شکوفا شوی اگر که در قلبت تنفر، حسادت، دلخوری، بی تحملی و یا نفهمی را نگهداری.

مشکلاتت را به سرعت روشن کن و بگذار که عشق جاری شود. هیچوقت صبر نکن که دیگری قدم اول را بردارد. تو همیشه میتوانی در این راه کاری انجام بدهی، چرا از همین الان شروع نکنی؟

هیچوقت کاری را که میتوان امروز انجام داد به فردا نینداز.

چیزهای زیادی در انتظار گسترش هستند، اما باید در محیط درست شکوفا شوند، در محیط عشق، عشق و باز هم عشق.



تصویر آذر

تـوپی از نـور بـه مـن نشـان داده شـد. از آن شـعاع هـای نـورانی درخشنده خارج میشد و شعاعهای کدری به آن برمیگشت.

شنیدم:

زمانیکه روند کامل را طـی کـردی، بـه مـن، منشـا هر زنـدگی بـر خـواهی گشـت و بـا مـن یکـی خـواهی شـد، همـانطوریکه در اول بودی.

۱۰ آذر

دیروز را پشت سر بگذار و با شتاب وارد این روز جدید شگفت انگیز شو، بدان که فقط بهترین را برای تو در بردارد و انتظار داشته باش که نتیجه آن فقط بهترین باشد.

دست مرا در همه چیز ببین و تولد آسمان جدید و زمین جدید را مشاهده کن ! نترس چرا که این خواسته من است که ملکوت را به تو بدهم، نه فردا یا یك روزی، بلکه امروز.

آیا میتوانی قبول کنی که امروز هر اتفاقی ممکن است انجام بگیرد؟

آیا آماده این هستی که شگفت انگیز ترین اتفاقات انجام بگیرند؟

این امکان میدهد که همه چیز سرعت بگیرد و اینکه فقط بهترین را نتیجه دهد. در واقع چون تو به دنبال بهترین نتیجه از هر اتفاق هستی به آن کمك میکنی که نمایان شود.

با این عمل بسیار مثبت تو شرایط مناسب و محیط مناسب را برای شکوفایی جدید بوجود میاوری.

تو مانند پرستاری میشوی که آماده هر گونه همراهی است تا جدید نمایان شود.

۱۱ آذر

همیشه احتیاج به پیشگام هست، به کسانیکه نیرو و شجاعت پیشروی در جدید را دارند. آنها کسانی هستند که تصویری زیبا در سر دارند و آنرا همواره در پیش خود نگهمیدارند و گسترش آنرا مشاده میکنند.

اما هر کسی شخصیتی است و در نتیجه نمی شود همه را در یك قالب گرفت. تو باید آزاد باشی که رشد کنی، گسترده شوی و از درونت که وجود اصلی ات را جان و حرکت میدهد، الهام بگیری.

طبق روان زندگی کن، طبق الهامات روان عمل کن، اهمیتی ندارد که چقدر آنها به نظرت دیوانه وار باشند!

البته راحت تر است که عقب بمانی و منتظر شوی که فرد دیگری قدم اول را در ناشناخته بردارد.

اینکار احتیاج به ایمان و شجاعت دارد و اگر تو شجاعت و ایمان انجام آنرا نداری سعی در نگهداشتن پیشگامانی را که این صفات را دارند، نداشته باش!

باکه همیشه قدردان باش چرا که بدون آنها، آسمان جدید من و زمین جدید من هیچوقت امکان جا افتادن نخواهند داشت.

۱۲ آذر

تو جزئی از "تمام" هستی و هر کسی نقشی برای انجام دادن دراین کل دارد.

پس نسبت به دیگران منتقد و بی تحمل نباش و متوجه شو که حتی دو نفر از شماها مانند هم نیستید و اجزاء مختلفی برای ساختن يك كل كامل لازم است.

آیا تا به حال يك ساعت تکه تکه دیده ای؟ تعداد بیشماری قسمتهای مختلف دارد و با دیدن آنها از خودت میپرسی که چگونه میتوانند دستگاهی مناسب برای حساب کردن زمان را تشکیل بدهند.

اما وقتی که ساعت سازی هر کدام ازا این قسمتها را بر جای مناسب خود قرار میدهد نه تنها ساعت به کار می افتد بلکه زمان درست را هم نشان میدهد.

تا زماینکه هر کدام از این قسمتها در جای خود هستند و کار مشخص خود را انجام میدهند همه چیز به خوبی پیش میرود.

حال میفهمی که چرا همواره به تو میگویم که جای خودت را در این نظم وسیع زندگی پیدا کنی و آنگاه بهترین خودت را عرضه کنی.

۱۳ آذر

یاد بگیر قدر هر چیزی را که به تو داده شده بدانی و از آن خوب مراقبت کنی. اما اینکار را زمانی انجام خواهی داد که متوجه شوی که هر چه داری از من میاید.

وقتی که واقعاً آن کسی را که هدیه کننده است دوست داشته باشی، هدیه برایت ارزشمند خواهد بود.

وقتی که رسیدگی به برکات مرا پشت گوش میندازی، در واقع رفتارت را نسبت به من نشان می دهی.

عشق کلید است. وقتی که معنای عشق را شناختی، هیچوقت دوست داشتن و رسیدگی به هر آنچه که به تو داده میشود را فراموش نمی کنی. تو به بچه ای که ارزش آنرا نمی داند چیز گرانبهایی برای بازی کردن نمی دهی چرا که او به آن توجهی نخواهد کرد و ممکن است که آنرا از بین ببرد. من نمیتوانم تمام آن چیزهایی را که در انتظارت هستند به تو بدهم تا زمانی که یاد نگرفته باشی از آنها درست، یعنی با عشق و توجه، استفاده کنی.

برای همین است که باید صبر کنم تا تو آماده شوی تا بتوانم بیشتر و بیشتر برکاتم را به تو بدهم.

۱۴ آذر

چرا با چشمان بسته و فکری محدود حرکت کنی و اینگونه از شناختن میراث واقعی ات بگذری؟

متوجه شو که لازم نیست در خارج بدنبال فهم، شناخت و درک بگردی، همه چیز در تو آماده است.

وقتی که متوجه این شدی دیگر احساس نخواهی کرد که کسی از دیگری باهوش تر است. خواهی فهمید که اگر انسانها متوجه شوند که همه چیز را در درون خود دارند، میتوانند هر کاری را انجام بدهند و هر چیزی را بفهمند، و در واقع دنیای جدید برایشان باز میشود.

تو خودت دنیایی هستی، دنیایی که تمام روشنایی، عشق، فهم و درک را دارد و در انتظار این است که نمایان شود. پس دست از جستجو در خارج بردار. وقت بگذار تا آرام باشی و آنرا در درون خودت پیدا کنی!

یاد بگیر که خودت را بفهمی و در اینصورت شروع به فهمیدن دیگران، به فهمیدن زندگی و به فهمیدن من خواهی کرد.

۱۵ آذر

نه به غرور فکری، نـه بـه قضـاوتهای پیشـاپیش و نـه بـه فکرها و نظرهای معمول اجازه بده که راهت را ببندند.

حقیقتی را کـه از مسیرهای غیر معمول مـی آید رد نکن. تـو در حال وارد شدن در جدید هستی و در نتیجه باید آماده برخوردها و شیوه های جدید باشی.

در مدرسه، بچه ای که به کلاس بالاتر میرود، باید یاد بگیـرد کـه تمام درسهای جدید را قبول کند و در خود جذب کند.

وارد عصر جدید شدن هم همینطور است. تو باید انگیزه جرأت کردن و امتحان کردن تجربیات جدید را داشته باشی و بخـواهی که با دلی باز وارد ناشناخته شوی. تـو حـتی بایـد خواستار اشتباه کردن هم باشی چرا کـه میدانی کـه در اینصـورت هم درسـی فرا میگیری و همواره خردمندتر، داناتر و با فهم تر میشوی.

نگران نباش، الزامی ندارد که چند کلاس را یکی کنی.

قدم به قدم راه برایت نمایان خواهد شد و به تدریـج تـو را بـه پیش خواهیم برد.

۱۶ آذر

اگر با نظم دنیا ناهماهنگ باشی، به خودت ناهماهنگی و جدایی را جذب میکنی. بیهوده برعکس جریان پارو خواهی زد و خودت را خسته خواهی کرد.

چرا در مسیر جریان نباشی، با آن جاری نباشی و خودت را با اتفاقی که در حال است هماهنگ نکنی؟ اگر یاد بگیری که اینکار را انجام بدهی خودت را با همه چیز همه اطرافیانت هماهنگ خواهی یافت.

دیگر خودت را منزوی احساس نخواهی کرد و کاملاً در اطرافیانت و محیطت حل خواهی شد. خواهی دید که با خودت هماهنگ هستی، و این هماهنگی درونی به بیرون هم منعکس میشود.

زندگی بدون تصادف پیش خواهد رفت. و همه چیز در جای درست خود جای خواهد گرفت. همواره شاهد اتفاقاتی معجزه مانند خواهی بود.

این طرز زندگی برایت طرز زندگی معمولی ای خواهد شد چرا که با من هماهنگ خواهی بود و من خواهم توانست در تو و از طریق تو عمل کنم تا شگفتی ها و شکوهم را نمایان سازم.

۱۷ آذر

چند دفعه در روز کاملاً از من آگاه هستی؟ چند دفعه در روز دست مرا در اتفاقات میبینی و مرا شکر میکنی؟

امروز وقت بگذار و سعی کن تماس را همواره با من نگهداری. در شروع برایت آسان نخواهد بود و متوجه خواهی شد که مدتها در راههای زندگی سردرگمی و حتی یك فکر هم برای من نداری.

برای شروع باید یاد بگیری که خودآگاهت را به سوی من بیاوری و نگذاری که بدون هدف سرگردان باشد.

و اگر پشتکار داشته باشی، کم کم مرا آگاهانه تر خواهی شناخت.

یاد خواهی گرفت که زندگی کنی، حرکت کنی و جوهرت در من باشد، و معنی یگانگی امان را خواهی شناخت.

جدایی وجود ندارد. من در تو هستم و تو در من، و ما یکی هستیم.

۱۸ آذر

برای اینکه به روزت رنگ بدهی، باید یاد بگیری که آرام باشی و صبح موقع بیدار شدن قبل از اینکه فکرت با اتفاقات روزمره شلوغ شود وقتی برای هماهنگی به خودت بدهی.

زندگیت مانند تابلویی پاك و بدون لك است. سعی کن که اولین نقشهای قلمت بر روی این تابلو روشن و دقیق باشد! پر از عشق، الهام و انتظار بهترین برای این روز جدیدی که روبروی تو است!

در موقع بیدار شدن تو در حالتی بسیار آرام، گیرا و باز هستی، در این حالت میتوانی فعالیت فکری ات را به راهی والا که در نظرت هست هدایت کنی.

آماده به اینکه "بهترین" در هر کاری که پیش میگیری نمایان شود، وارد این روز جدید شو.

قدم به قدم گسترش برنامه کامل را برای این روز و همچنین برای خودت را مشاهده کن.

دیروز پشت سر تو است، یك روز درخشان جدید پیش روی تو است و تو با تمام زندگی هماهنگ هستی.

۱۹ آذر

وقت و نیرویت را برای متهم کردن دیگران به خاطر وضعیتی که در آن هستی هدر نده. فقط بدان که همه چیز در دست خودت است ! در نتیجه تو خودت میتوانیهمه چیزا را به تنهایی تصحیح کنی، در صورتیکه وقت بگذاری تا صلح و آرامش درونی را پیدا کنی و مرا خدمت کنی.

هیچ چیزی برتو پنهان نخواهد ماند اگر که به دنبال آن باشی و همه چیز را به من واگذار کنی و فقط در جستجوی انجام اراده من باشی.

و فقط زمانی خواهی فهمید که اراده من چیست که آرام باشی.

با تمام قدرت سعی نکن، بلکه آرام و آسوده باش، و آن آرامش قلبی و روحی را که تمام درها را باز میکند و روشنایی حقیقت را نمایان میسازد پیدا کن.

خواهی دید که کارهای بیشتری انجام خواهی داد وقتی که بتوانی آسوده باشی و همه چیز را به من واگذار کنی.

و آنگاه، با خیال راحت، مرا خدمت کن و بگذار که همه چیز آزادانه و بطور طبیعی و بدون هیچ کوششی از جانب تو جاری باشند، و به این ترتیب در کمال شکوفا شو.

۲۰ آذر

بهترین راه افزودن عشق و فراوانی در زندگی ات این است که هر چیزی را که به تو میرسد تبرك کنی و شکر گزار باشی مانند اینکه برکتی از من برای تو است.

با فراگیری تبرك کردن و قدردانی برای هر چیز، در واقع تو یکی از بزرگترین قوانین فراوانی و ثروت را تجربه میکنی چرا که با عشق و تبرك همه چیز افزون میگردد.

تو دیده ای که بچه ها شکوفا می شوند و در زیبایی و خرد رشد میکنند وقتی که عشق و تبرك بر آنها جاری باشد. تو دیده ای که گیاهان و حیوانات به عشق و تبرك جواب میدهند. خودت هم حس کرده ای که به عشق و تبرك جواب می دهی.

حالا برو و همین کار را با تمام کسانی که با آنها برخورد میکنی انجام بده. خواهی دید که هر چه بیشتر اینکار را انجام بدهی، برایت آسانتر خواهد بود و بیشتر قادر خواهی بود که قلبت را باز کنی تا جایی که عشق و تبرك از تو جاری باشد و شادی واقعی زندگی از تو به دنیا لبریز گردد.

۲۱ آذر

اگر ساعتهای تمرینی را که یك پیانیست خوب باید هر روزانجام بدهد تا یك کنسرت خوب ارائه بدهد بشماری، آنگاه کم کم میفهمی که چرا باید همواره به هوش باشی تا آنطوریکه باید یك زندگی معنوی داشته باشی.

معنایش این نیست که باید خودت را مجبور کنی، اما باید همواره به هوش باشی و به اتفاقات اطرافت توجه داشته باشی، مخصوصاً در شروع.

مانند پیانیستی که برای نزدیك شدن به کمال یك قطعه مشکل آنرا بارها و بارها تمرین میکند تا به رضایت برسد، تو هم باید بارها همان راه را طی کنی تا جایی که درسهایی که فرا می گیری جزئی از تو شوند و در تو ریشه بدوانند.

به خاطر داشته باش که هیچکس دیگری نمی تواند اینرا برای تو زندگی کند و هیچکس دیگری نمی تواند به جای تو تمرین کند.

فقط تو میتوانی .

پس چرا از همین الان شروع نکنی؟

۲۲ آذر

فقط زمانیکه من بتوانم در او از طریق کانالهای باز و داوطلب عمل کنم است که اتفاقات عجیبی میتوانند پیش آیند.

تمام کسانیکه آنها را میبینند میتوانند دست مرا در آنها بشناسند و متوجه شوند که خودشان به تنهایی قادر به انجام چنین کاری نیستند.

آنها میدانند که حقیقتاً این من هستم که در آنها و از طریق آنها عمل میکنم، و به این ترتیب مرا میشناسند و دوست میدارند. پس هیچوقت فراموش نکن که برای اتفاقات زندگی خود شکر گزار باشی.

قلبت را باز نگهدار و فکرت را از تفکرات منفی خالی کن تا مجبور نشوی که برای خلاص شدن از طرز فکرهای قدیمی که مانع پیشرفت جدید می شوند وقت تلف کنی.

همیشه به خاطر داشته باش که سادگی مُهر من است. در نتیجه هر وقت زندگی برایت زیای پیچیده شد، میتوانی مطمئن باشی که در راه درستی نیستی و محتاجی که فوراً به آن برگردی.

مانند بچه کوچکی ساده باش و کاملا از زندگی لذت ببر.

۲۳ آذر

به خاطر داشته باش که خوبی نتیجه هر چیزی خواهد بود، و هر امتحانی که به تو داده میشود برای کمك به رُشد و شکوفایی تو است.

متوجه شو که بدون تجربیات شخصی خودت قادر به فهمیدن همنوعانت نخواهی بود و از آنها کناره خواهی گرفت و حتی آنها را محکوم خواهی کرد.

تجربیات، هر چقدر هم که عجیب و یا سخت باشند به خاطر هدفی به تو داده شده اند، پس وقت بگذار تا این هدف را پیدا کنی.

سعی کن دست مرا در هر چیزی ببینی و متوجه شوی که هیچ چیزی بیهوده نیست و همینطوری پیش نمیآید. متوجه شو که تو به خودت بهترین و یا بدترین زندگی را جذب میکنی.

یا صلح، آرامش و راحتی و یا هرج و مرج و شلوغی. این نتیجه درونی تو است، نتیجه طرز تفکرت است، پس اطرافیانت را متهم نکن.

یك حلزون همه چیز را، حتی خانه اش را با خود حمل میکند. تو هم همه چیز را در خودت حمل میکنی، و این به بیرون منعکس میشود.

۲٤ آذر

جرقه الهی در هر کسی هست، اما در خیلی ها باید آن را نمایان و شعله ور کرد. از خواب بیدار شو، جرقه درونت را بشناس، آن را تغذیه کن و به او اجازه بده که رشد کند و شکوفا شود!

یك بذر برای رشد کردن باید در زمین کاشته شود. او خود تمامی گیاه را در بر دارد، اما برای اینکه بتواند رشد کند احتیاج به شرایطی درست دارد.

تو در خودت ملکوت آسمانی را داری، اما اگر به این حقیقت بیدار نشوی و آنرا جستجو نکنی، آن را پیدا نخواهی کرد و او در جای خود در همین حالت خواهد ماند.

انسانهای زیادی در این زندگی به این حقیقت بیدار نخواهند شد، آنها مانند بذرهایی هستند که در کیسه انبار شده اند.

تو باید بخواهی که بندهایت را پاره کنی تا آزاد باشی. اگر این خواسته را داشته باشی به شیوه های مختلف کمك دریافت خواهی کرد.

اما باید که اول این انگیزه را داشته باشی.

۲۵ آذر

"با تازه شدن فکرتان دگرگون شوید."

این کلمات خیلی مهم هستند! آنها را تا به حال شنیده ای ولی با آنها چه انجام داده ای؟ برای تو چه معنائی دارند؟

وقت بگذار که به آنها فکر کنی تا اینکه در زندگیت تبدیل به کلماتی زنده شوند و واقعاً احساس کنی که با تازه شدن تفکرت تغییر میکنی.

تو از صلح و هماهنگی، از آسمان جدید و زمین جدید، از انجام اراده من، از عشق و نور در دنیا صحبت میکنی، اما واقعاً در این راه چه انجام می دهی؟ آیا طوری زندگی میکنی که سهمی در تشکیل آن داشته باشی ؟

قبول نکن که همانند یک طوطی کلماتی را که برای تو معنی ای ندارند تکرار کنی. همواره برای فهمی روشن تر و عمیق تر دعا کن، شکر کن و فراتر برو.

و مهمتر از همه واقعاً زندگی کن و بگذار که اتفاقات برای دگرگونی زندگی ات انجام گیرند.

وقتی که با من در تماس باشی و بزرگترین خواسته ات انجام اراده من باشد، آنگاه خواهی دید که هر عملت نه برای خودت بلکه برای خوبی تمام باید باشد.

این زندگی تنها برای انسانهایی است که خودشان را وقف کرده اند و میخواهند که خودشان را فراموش کنند و جزئی از تمام گردند.

برای اکثر بشریت آسان نیست چرا که خیلی ها نمی خواهند شخصیت خودشان را از دست بدهند.

آنها میخواهند "حق" خودشان را داشته باشند و دقیقاً کاری را که میخواهند انجام بدهند و هیچگونه توجهی به فرد دیگری نداشته باشند.

در نتیجه، اگر زمانی احساس کردی که زندگی آنطوری که دوست داری نیست و تو با "تمام" ناهماهنگ هستی، وقت بگذار تا ببینی که چه چیزی در تو باعث ناهماهنگی میشود و هیچوقت به دنبال مقصری برای متهم کردن نباش.

وقتی کشف کنی که چیزی در تو است که دلیل این ناهماهنگی است، آنگاه میتوانی بدون تامل آنرا درست کنی.

۲۷ آذر

برای چیزها سختی نکش، بلکه بگذار که خودشان به سادگی گسترش پیدا کنند. به نگرانی اجازه نده که به بندت بکشد و کورت سازد، بلکه یاد بگیر که تمام سختی هایت را به من واگذار کنی تا آزاد باشی که اراده مرا انجام دهی و در راههای من قدم بگذاری.

تا وقتی که درگیر خودت باشی و یك درخت مانع دیدن جنگل برایت باشد، من نخواهم توانست از تو استفاده کنم، پس آسوده بگیر و نگران نباش!

آرام باش و به شگفتی های طبیعت توجه کن.

فکرت در من باشد! چشمانت را باز کن و مرا در هر چیز ببین و همواره شکر گزار باش!

وقتی که بتوانی مرا در همه چیز ببینی، قلبت آنقدر پر خواهد بود از عشق و قدردانی که نخواهی توانست آنرا پنهان کنی چرا که به چشمان همه نمایان است. وقتی که در حالت شادی و شکر گزاری باشی همه را به خودت جذب میکنی، همه کسی را که لبریز از عشق است دوست دارند چرا که عشق، عشق، را جذب میکند.

۲۸ آذر

این زندگی یك زندگی عمل و تغییر است. زیاد از خودت راضی نباش چرا که ممکن است به سادگی در جویی بیفتی و در آن گیر کنی.

تو باید کار معنوی شخصی ات را انجام بدهی. تو باید که جستجوی شخصی ات را به صورتی که مایل هستی انجام بدهی.

ببین کجا احتیاج به تغییر کردن داری و سپس کارهای لازم را برای آن انجام بده. اگر تغییرات سخت باشند، هر قدر زودتر انجام بگیرند ساده تر خواهد بود. اگر چسب زخم را سریع بکنی دردش کمتر است تا آرام آرام آنرا برداری. پس کاری را که میدانی باید انجام شود بدون اینکه وقت فکر کردن برای آن تلف کنی انجام بده.

با تغییر، زندگی می آید، یك زندگی پر و نورانی، این به تو هدیه است. آن را بگیر و همواره شکر گزار باش.

۲۹ آذر

اول به دنبال ملکوت باش، مرا اول از هر چیز قرار بده و بقیه چیزها اضافه بر آن به تو داده خواهند شد. این کلمات را میشناسی، اما با آنها چه انجام داده ای ؟

آیا آنها را زندگی میکنی؟ آیا راههای روان قبل از هر چیز در زندگیت قرار دارند؟ آیا وقتی را که تنها با من میگذرانی بیشتر از هر چیزی برایت ارزشمند است؟ آیا دوست داری آرام باشی یا اینکه در آرامش ناراحت هستی؟ آیا همواره در حال مشغول کردن خودت هستی و برایت خیلی مشکل است که بدن و روانت را آرام کنی؟

میلیون ها انسان در دنیا نمی توانند سکوت را تحمل کنند. آنها همواره به دنبال عمل و صدا در اطراف خود هستند. آنها کسانی هستند که نمیدانند که اول به دنبال ملکوت من بودن و مرا در زندگیشان اول قرار دادن یعنی چه. آنها در درون و بیرون ناآرام هستند.

من به تو میگویم که لحظات صلح و آرامش، لحظاتی که ما با هم هستیم، خیلی با ارزش هستند در این دنیای شلوغ.

در جستجوی آرامش و آسودگی باش، پیدایش کن و در این حالت بمان!

۳۰ آذر

یاد بگیر که فراتر از خودت و نیرو و توانت زندگی کنی. تا که اطرافیانت مستقیماً ببینند که این من هستم که در تو و از طریق تو عمل میکنم.

به این ترتیب کسانیکه ایمان ندارند مرا نه از طریق زیاد حرف زدن بلکه از طریق زندگی ای مستقیم و نمایان خواهند شناخت، اگر اینگونه زندگی نکنی قبول نکرده ای که من راهنما و همراه تو هستم و تو کاملاً زندگی ات را به من و خدمت من وقف کرده ای.

تو باید از جایی که پایت می رسد دور شوی و در دور دست های ناشناخته شنا کنی و ایمان و اطمینانی کامل داشته باشی که هیچ آسیبی به تو نخواهد رسید چرا که من با تو هستم.

اما هیچوقت نخواهی فهمید که واقعاً همینطور است اگر که کاری برای آن انجام ندهی.

از بازی کردن بدون ریسك دست بردار، اجازه بده که به تو نشان بدهم که چه اتفاقاتی می تواند بیفتد وقتی که آسوده میگیری و اجازه می دهی که من افسارت را به دست گیرم و آنطوریکه می خواهم از تو استفاده کنم.

اول دی

همانطوریکه می دهی دریافت خواهی کرد!

این حرف نیست، قانون است. اگر آنها را زندگی کنی و به کار بگیری خواهی دید که به چه شگفتی عمل میکند.

خواهی دید همانطوریکه آنچه را که داری می دهی، همانطور بیشتر و بیشتر به تو داده خواهد شد.

از هیچ چیزی نترس، هیچ چیزی را نگه ندار، فقط به سادگی هدیه بده و به هدیه دادن ادامه بده. قلبی باز و بی دریغ به خودش بهترین را جذب میکند. قلبت باز و بی دریغ باشد تا هیچ چیزی را نگه ندارد و بگذار که روح بخشش همواره حاضر باشد.

ببین که چه چیزی برای هدیه دادن داری و آنرا ببخش. مهم نیست که چیست چرا که هر هدیه ای به کمال "تمام" کمك می کند. صبر نکن که دیگری چیزهایی را که برای اهدا کردن داری از تو بخواهد بلکه داوطلبانه خودت آنچه را که داری بده.

با انجام این کار خواهی دید که در "تمام" جای میگیرد، مانند تکه ای از پازل که وقتی در جای خود قرار داده می شود منظره را کامل میسازد.

به من امکان عمل کردن در درون تو و از طریق تو را بده تا شگفتی ها و شکوهم را نمایان سازم!

همواره جلوی دیدت منظره عشق بی نهایت من، فراوانی بی نهایت من و شگفتی ها و شکوهم را داشته باش.

منظرهٔ آسمان جدید و زمین جدید، منظره اراده من که در حال شکل گیری است، صلح و هماهنگی بر روی زمین، و خوبی نسبت به همه را نگاه دار.

منظره شهرهای بزرگ نورانی را که در آنها صلح و عشق حکم فرما است و در تمام دنیا شکل می گیرند را نگه دار.

هیچوقت، در هیچ وضعیتی این منظره را گم نکن چرا که با نگهداری محکم و روشن آن است که این شگفتی ها از دنیای نامرئی بر روی زمین نمایان می شوند تا همه بتوانند آنرا مشاهده کنند.

هر چه تجسمت روشنتر باشد، سریعتر نمایان خواهد شد.

همواره شکر گزار باش که چشمانت باز شده اند و میدانی که چه کار کنی. حال برو و انجامش بده و دیگر فکر نکن!

از سرعتی که تغییرات ممکن است نمایان شوند متعجب خواهی شد. تو برای این تغییرات مدتهاست که آماده شده ای.

طی قرنها، روز به روز، ماه به ماه و سال به سال، من با صبر فراوان صحنه را آماده کرده ام تا این تغییرات جای بگیرند.

به تو تمام امکانات برای هماهنگی و آمادگیت داده شده است، پس باید بتوانی بدون مشکل به پیش بروی.

این موضوع خود آگاه است، یعنی اینکه قادر باشی خودآگاهت را بالا ببری و با اتفاقاتی که رخ میدهند هماهنگ شوی.

کسانیکه "خورشید درون" را میشناسند در حال حاضر همگی مانند آهن به آهنربا کشیده می شوند. ممکن است که همه آنها همواره آگاه به این موضوع نباشند، اما برایشان در زمانهایی که در پیش است کاملاً روشن خواهد شد.

این خود آگاه است که بیشتر و بیشتر انسانها را به خود جذب میکند تا اینکه همه شماها بتوانید از خدای درون آگاه شوید، و همواره برای این آگاهی شکر گزار باشید.

روز به روز تو بیشتر و بیشتر آغشته و پر از آگاهی "خورشید درون" میشوی. تو قادر هستی که در روشنایی راه بروی و با نور یکی شوی تا اینکه دیگر هیچ تاریکی در تو نباشد، و در عین حال تو نور بیشتری به دنیا میاوری. تو باید متوجه شوی که همه چیز در تو شروع می شود.

تو باید اول منزل خودت را منظم کنی، و باید ایمان و اطمینان داشته باشی که آن چیزی که در تو است که به خارج منعکس میشود.

چیزی نیست که باید برای آن جنگید، چیزی است که خودش پیش میاید اگر که به آن اجازه بدهی و قلب و فکرت را پر از عشق و درک کردن سازی.

این طرز روان والا در هوایی است که تو تنفس می کنی. آن را عمیقاً تنفس کن و بگذار که تمام وجودت از آن پر شود.

آنقدر بزرگ است که نمی توانی آنرا در خودت جا بدهی، پس آنرا با تنفست بیرون بده و به همین ترتیب آنرا در حرکت و گسترش نگهدار.

از زندگی چه انتظاری داری؟ انتظار بهترین را، یا اینکه از آنهایی هستی که همیشه میترسند که بدترین پیش بیاید و چیزها بد بگذرد؟

اگر اینطور است، پس آنچه که به سوی تو میاید حقت است، چرا که تو آنچه را که دوست داری و یا آنچه را که از آن تنفر داری و ازآن می ترسی به خودت جذب میکنی.

اگر خود آگاهت منفی باشد، مانند آهنربا بدی ها را به خودت جذب میکنی و با کسانی جمع خواهی شد که همانند تو هستند. زیرا آنهایی که شبیه هم هستند با هم جمع می شوند.

وقتی که خودآگاهت عشق شود، وقتی که لبریز از شادیهای زندگی باشی و قلبت پر از قدردانی برای همه کس و همه چیز باشد، آنگاه با تعجب خواهی دید که انسانهای شاد و خوشحال و درخشان از شادی و عشق را در هر جایی که باشند به خودت جذب میکنی.

زندگی ات از بهترین هدایای زندگی پر خواهد شد.

چرا بهترین را در هر وضعیتی نبینی؟ بهترین را مجسم کن که اکنون به تو جذب میشود.

خیلی وقتها فقط ایمانت تو را به پیش خواهد برد، بدون اینکه بتوانی تمام دلایل عملت را ببینی، اما وقتی که در درون خودت میدانی که عملت درست است تردید نکن.

برای قدم برداشتن در ناشناخته باید ایمان داشته باشی وگرنه ممکن است که جریانات خارجی تا حد پاره شدن تو را به هر سو بکشند. اینجاست که باید یاد بگیری در درون خودت بروی و با اطمینانی کامل بدانی هر کاری که انجام می دهی به وسیله من راهنمایی میشود و کاملاً به درستی انجام خواهد شد.

برای خارج شدن از صف، و گوش دادن به راهنمایی های درونی خود، احتیاج به ایمان و شجاعتی بسیار است، مخصوصاً وقتی عملی که انجام می دهی به چشمان دیگران دیوانگی بیاید.

برای همین است که بدون ایمان و اطمینان درونی و کامل، موفق به انجام آن نخواهی شد.

انتخاب همیشه در دستهای خودت است، پس دستت را محکم در دست من بگیر و خوب انتخاب کن.

من هیچوقت جواب رد به تو نخواهم داد و رهایت نخواهم کرد و هر کدام از قدمهایت را راهنمایی خواهم کرد!

راه های فراوانی را که همه به مرکز، به من، میرسند نگاه کن. همه آنها متفاوت هستند و با این حال همگی به یك سمت راهنمایی میکنند.

هرچه بیشتر به مرکز نزدیك می شوند، تا جایی که همه با من یکی شوند و دیگر اختلافی نباشد و یگانگی کامل شود.

تو شاهد هر چه بیشتر این خواهی بود با مراکز روشنایی ای که در تمام دنیا وجود دارند.

همینطور که وضعیت دنیا تاریك تر و خرابتر میشود، این مراکز نورانی تر می شوند تا جایی که نور بر تمام تاریکی ها غلبه کند.

خوب است که دیدی وسیع تر از اتفاقی که در پیش است داشته باشی، اما خیلی هم مهم است که متوجه شوی که همه چیز در تو شروع میشود.

متوجه شو چیزی که در هر انسان اتفاق می افتد در دنیا حادث می شود و در وضعیت دنیا انعکاس پیدا میکند.

برای همین است که صلح و آرامش قلب و روح آنقدر برای تو واجب است و برای همین است که هماهنگی، تفاهم و عشق عمیق باید بین تو و دیگران جاری باشد.

قلبت را باز کن و تمامی هدایای خوب و کامل مرا قبول کن! آنها در انتظار تو هستند اما خیلی ها فراموش میکنند که قلبشان را باز کنند و دستانشان را برای قبول کردن میراث واقعی دراز کنند.

یا از اینکار میترسند، و یا فکر میکنند که لیاقت آنرا ندارند و یا حتی قبول ندارند که اینجاست و بنابراین چیزی را که در انتظار درخواست آنها است رد میکنند.

اگر تو در بانك پول داشته باشی اما وجودش را قبول نکنی و از آن به خاطر ناباوریت برداشت نکنی، از کمبود رنج خواهی برد.

انبار های من لبریز هستند و هر چه دارم مال تو است، اما تو باید به خاطر آن کاری انجام بدهی، باید آنچه را که مال تو است درخواست کنی.

تو نمی توانی یك زندگی معنوی داشته باشی اگر که باور نداشته باشی که مال تو است و آنرا نخواهی.

آسمان جدید و زمین الآن اینجا هستند.

تو دستها و پاهای من هستی! من برای نمایان کردن شگفتی ها و شکوهم باید در تو و از طریق تو عمل کنم.

من باید از تو استفاده کنم تا ملکوتم را بر زمین بیاورم و آسمان جدید و زمین جدید را نمایان سازم.

تا زمانیکه متوجه نشوی که من به تو احتیاج دارم، بارها از این آسمان و زمین جدید و شگفت خواهی شنید، اما هیچوقت آنها را نخواهی دید و در آنها زندگی نخواهی کرد و آنها در تو و در اطراف تو عمل نخواهند کرد.

یك خواب دور از دسترس به چه دردی میخورد؟ باید اجرا گردد، اما فقط در صورتی می تواند حقیقت یابد که شروع کنی به آنگونه زندگی کردن و حرف زدن در موردش را بس کنی.

وقتی میبینی که کسی در حال غرق شدن است، فایده‌ای ندارد که از ساحل او را نصیحت کنی. باید در آب بپری و برای نجاتش کاری انجام بدهی. به همین ترتیب چندان مفید نیست که در مورد به وجود آوردن آسمان جدید و زمین جدید چیزی بخوانی و یا در این مورد چیزهایی یاد بگیری.

برای نمایان کردنشان تو باید که از همین الآن آنها را زندگی کنی!

یکبار که قدمی در ایمان برداشتی، دیگر به عقب نگاه نکن و غصه آنچه را که پشت سر گذاشتی نخور. فقط انتظار شگفت ترین آینده ها را داشته باش و آنرا مجسم کن. تمامی گذشته را پشت سر بگذار، او دیگر تمام شده است.

برای درسها و تجربیات گذشته ات که تمامی به تو برای بزرگ شدن کمك کرده اند و به تو درکی بزرگتر داده اند، قدردان باش، اما هیچوقت سعی نکن که به آنها آویزان شوی.

چیزی که در انتظارت است خوب است، خیلی شگفت انگیزتر از آنچه که پشت سر گذاشته ای.

اگر که زندگی ات را به دست رهبری و راهنمایی مستقیم من گذاشته ای، چگونه چیزی می تواند به بدی بیانجامد؟

اگر بعد از قدم برداشتنت، از خودت بپرسی که کارت درست بوده یا نه، آنگاه به تردیدها و ترسها اجازه ورود می دهی و چیزها به تو هجوم میاورند و خودت را زیر بار تصمیمت خم شده می یابی.

در نتیجه دست بردار، گذشته را رها کن و با قلبی پر از عشق و قدردانی به پیش برو!

DU MÊME AUTEUR

- L'ENVOL VERS LA LIBERTÉ
  Editions Fortuna

- LA PETITE VOIX
  Editions Le Souffle d'Or

- PAROLES DE VIE
  Editions Fortuna

FORTUNA
Editions

Découvrez sur le site des **Editions Fortuna**, un large catalogue allant du Bien-être, de la connaissance de soi, de la spiritualité, de l'ésotérisme, de l'histoire jusqu'aux sujets de sociétés, en passant par des romans.

Profitez du catalogue « ebooks » à prix numérique, de la collection ***John Edward Tang*** dit JET, des vidéos de conférences et de l'actualité des auteurs.

Soyez informé, abonnez-vous à la newsletter !

Recevez gratuitement, régulièrement,

en avant-première nos parutions,

nos actualités,

et les rendez-vous avec les auteurs.

www.editionsfortuna.net

برای سفارش کتاب

Editions Fortuna
Rue de Cordes, N°4
7500 TOURNAI – Belgique

یا بر روی سایت

www.editionsfortuna.net