

فصل چهاردهم

انتخاب مربیان

"ریچارد، افراد بسیار زیادی هستند که یکی از حیاتی ترین قسمتهای زندگی، یعنی معنویت را در زندگیهای خود نمی پذیرند. من در مشاهداتم متوجه شده ام افرادی معمولاً این کار را می کنند که نصایح اشخاصی را می پذیرند که هیچ ادراک عملی معنوی برای زندگی خود ندارند و تنها آشنایی کمی با کاربرد کلماتی دارند که آموزگاران واقعی که با تجربه عشق، زندگیهای ما را لمس کرده اند از آنها استفاده می کنند. سالها مطالعه و کسب دانش عقلانی و ذهنی درباره اصول حکمیت یا دین الزاماً به این معنی نیست که هر شخصی تجربه واقعی معنویت را به دست آورده است، یا از نظر فیزیولوژیکی حضور فعال عشق را تجربه کرده، همان چیزی که معلمان واقعی توصیه می کنند.

من گفتم: "ترجمه تعلیمات آرامی امروزه خیلی تحریف شده اند. اغلب فکر می کنم آنها را عمداً تحریف کرده اند. و از این بابت بسیار نگران و ناراحت هستم." این ترجمه ها به ظاهر درست هستند، اما در واقعیت به اندازه کافی برای پوشیده و مخفی کردن مطالب خردمندانانه ای که در زبان اصلی آمده است تلاش شده است. خطابه ای پر سر و صدا پر از استدلال در مورد خدا که تجربه اندکی از عشق در آنها به چشم می خورد."

"تصور کن تو بهترین مترجم زبان روسی به انگلیسی و برعکس هستی. شخصی بود که یک روز به جلسات روانشناسی من آمد، کسی که فقط می توانست روسی صحبت کند و می خواست یک مترجم داشته باشد و تو موافقت کردی مترجم او باشی - همه از حضور فوق العاده او لذت می بردند و بعد از نه روز جلسه فشرده، وقتی که این جا را ترک می کرد من از تو خواستم به او بگویی او واقعا مرد جالبی است.

تو به سمت او برگشتی و به او گفתי دمای بدن تو بسیار پایین است. اگر چه تو بدون اشتباه و بی عیب کلمات مرا ترجمه کردی، اما آیا توانستی معنی آن چه را که به تو گفتم انتقال دهی؟

ریچارد با فریاد گفت: "آیا منظورت این است که سطح فهم مترجم به زبان یونانی هم تا این حد بوده؟

"زبان آرامی پر از اصطلاحات است، و تو باید معنی اصطلاحات آن را بدانی، همانطور که من در مثال بالا گفتم میتوانی کلمه ای را معنی کنی و متوجه معنی اصطلاحی آن نباشی. معنی آدم جالب و جذاب به عنوان یک اصطلاح هیچ ارتباطی با درجه حرارت بدن ندارد. همیشه از افرادی که تعلیمات آرامی، ترجمه های تعلیمات، را مطالعه کرده اند و هیچ علاقه ای به معنی آنچه که آموخته اند ندارند تعجب می کردم. به خاطر می آورم، پانزده سال پیش، در لانسینگ میشیگان، من به عنوان سخنران، سخنرانی می کردم. مردی آن جا بود که برای پانزده سال از انجیل برای مردم موعظه می کرد. زمانی که من در مورد کلمات یوشع به زبان آرامی گفتم، او واقعا به من گفت: "من

هیچ توجهی نمی‌کنم که یوشع چه گفته است." واقعا شوکه شده بودم.

"بدون دسترسی به معنای واقعی، که تنها از طریق چارچوبهای فکری یک ذهن آرامی می‌توان به آن فهم رسید، استفاده از ابزاری که در زبان مادری به آنها آموخته شده است بسیار مشکل است. به نظر این تعلیمات آن گاه دیگر قابل دسترس و کاربردی نباشند و تبدیل به ابزار زمینی می‌شوند که نه قابل استفاده اند و نه به دست آوردنی. در نتیجه، مردم شانس فهمیدن منفعت درمان از طریق این تجربه و آسایشی که از طریق آموختن این تعلیمات اصلی به دست می‌آورند را از دست می‌دهند.

اندیشه کلیدی:

به نظر این تعلیمات آن گاه دیگر قابل دسترس و کاربردی نباشند و تبدیل به ابزار زمینی می‌شوند که نه قابل استفاده اند و نه به دست آوردنی. در نتیجه، مردم شانس فهمیدن منفعت درمان از طریق این تجربه و آسایشی که از طریق آموختن این تعلیمات اصلی به دست می‌آورند را از دست می‌دهند.

ریچارد پرسید، "چرا این تعلیمات باید تحریف شوند؟"

"سه احتمال در این مورد وجود دارد. اول اینکه به دلیل توانایی محدود زبانی که این تعلیمات به آن ترجمه شده است، این عقاید به خوبی فهمانده نشده اند. آن موجود دو بعدی را که قبلاً توضیح دادم، که هیچ کلمه ای برای توصیف دنیای سه بعدی نداشت را به خاطر می‌آوری؟ یک زبان تنها قادر به ابراز آنچه است که کلماتش را دارد." "احتمال دوم سطح فهم مترجمان است. اگر فرهنگ آنها بر مبنای بحث بوده (که از کلمات خرد کردن و داغان کردن) می‌آید، استدلالهای عقلانی، یا موعظه‌های پر از خشم و تهدید، عشق مفهوم بیگانه ای برای آنها بوده است و برای رسیدن به آن تقلا می‌کنند و رفتار بر آن اساس را هیچ گاه تجربه نمی‌کنند. اخیراً در مکانی مذهبی حضور یافته بودم که مبلغ دینی آن در طول مراسم موعظه با عصبانیت مدام فریاد می‌کشید، آنجا پسری، حدوداً چهارده ساله بود، که لبه صندلی اش نشسته بود، وحشت زده تمام این مدت به او نگاه می‌کرد. مثل این بود که روحانی خشمگین هر لحظه می‌خواست پائین سراغ او برود! او داخل یک «مکان مذهبی» بود اما من مطمئنم او هیچ عشقی درون خود احساس نمی‌کرد.

اندیشه کلیدی:

کسی که اندکی یا هیچ تجربه واقعی عشقی را با حضور نیروی دگرگون کننده فعال واقعی عشق تجربه نکرده است نمی‌تواند آن را به دیگران منتقل کند و بنابراین قبلاً هم نمی‌توانسته.

کسی که اندکی یا هیچ تجربه واقعی عشقی را با حضور نیروی دگرگون کننده فعال واقعی عشق تجربه نکرده است نمی‌تواند آن را به دیگران منتقل کند و بنابراین قبلاً هم نمی‌توانسته. بدون فهمیدن این مطلب، افراد بسیاری این حکمت کهن قدیمی را با ظرفیت محدود خودشان کم رنگ می‌کنند - آیا تو احتمالاً می‌توانی مطلبی را که بیشتر از

قدرت فهمت است ترجمه کنی؟"

"مایکل، مطمئن نیستم که چه می گویی."

"بیا یک مثال بزنم، آیا از تو می خواهند تا به یک آزمایشگاه شیمی بروی و یک آزمایش پیچیده و خطرناک را بر اساس دستور ساخت یک دانشجوی سال اول شیمی که حتی سواد شیمی عالی هم ندارد انجام دهی؟"
او با تاکید گفت: "البته که نه- من از یک متخصص ذی صلاح که تجربه کاری مرتبط داشته باشد می خواهم که این کار را برایم انجام دهد. من حداقل به تجربه کسی که قبلاً این آزمایش را انجام داده باشد و آن جواب داده باشد نیاز دارم."

"آیا عاقلانه است از چنین فردی خواسته مشابهی را برای کمک در امور معنوی داشته باشی، او را انتخاب کنی و با او همراه شوی؟ من هنوز فردی را ملاقات نکرده ام که در این مورد کامل باشد، اما انتخاب معلمی که حداقل قانون اول، قانون عشق را با تجربه معنویت واقعی و توانایی برانگیختن آن در دیگران داشته باشد را می پذیرم. آیا همچنین عاقلانه است که فردی که می خواهد به تو در راه رسیدن به نتیجه گیری اینکه آیا اصلاً معنویت وجود دارد یا نه کمک کند این صلاحیت را داشته باشد؟ هرگز مهمترین انتخاب تشخیص داده نخواهد شد."

"من شخصاً، کسی را می خواهم که در فضایی آرام، با حضور عشق تعلیمات دینی را به من بیاموزد، نه دانشی ظاهری که خالی از هر عشقی است، نه یک شیر خشمناک که به او آموخته شده فریاد کشیدن با خشم نشان می دهد او «آتشی از جانب خداست»."

"صداهایی از روی دشمنی و ترس، بیشتر توسط افراد خشمناک در دنیا فریاد زده می شوند که زندگی معنوی وجود ندارد! تمام مذاهب حقه هستند! آنها معمولاً افرادی هستند که در اماکن مذهبی، مبلغین دینی خشمگین آنها را موعظه کرده اند. "وقتی که می بینیم تعداد زیادی از مردم بدون تعمق و تفکر توصیه این افراد در مورد تجربیاتی که از دین دارند را در پیش می گیرند، بسیار تعجب می کنم. متأسفانه، افرادی با خشم و ترس خود از دیگران به نام خالق سوء استفاده می کنند، در حالی که هیچ ارتباطی با خدا ندارند و این تنها خواسته سوء استفاده کننده گان است."

"اگر در این باره تصمیمی گرفته ای حداقل کسی را پیدا کن که برای کمک به تو عشق را تجربه کرده باشد. آیا تاکنون از خود پرسیده اید که شخصی بدون تجربه معنویت چگونه می تواند در این مورد به شما پند دهد؟ من متوجه این حقیقت شده ام، زمانی که مردم به حرفهای آنها گوش می دهند شوکه می شوند زیرا بسیاری از آن روحانیون موعظه کننده به دلیل درد فقدان معنویت خود فریاد می کشند که تصور میکنند آنها را نا خودآگاهانه ادا می کنند. افراد بسیاری تمایل دارند به این صداها فکر کنند، برای سالهای متمادی، و وقتی کلمات این اشخاص بدون صلاحیت در سر آنها انعکاس پیدا می کند، آنها اشتباهاً فکر می کنند این همان افکار آنهاست."

"من هیچ گاه نشنیده ام کسی که تعلیمات دینی واقعی را تجربه کرده باشد آنها را «حقه و کلک» بنامد و یا بگوید هیچ زندگی معنوی وجود ندارد! و هزاران فرد محترم، چنین چیزهایی به زبان آورده اند اما وقتی معنویت واقعی را در زندگی خود تجربه کردند، خیلی سریع ذهنیتهای خود را تغییر دادند.

اندیشه کلیدی: من هیچ گاه نشنیده ام کسی که تعلیمات دینی واقعی را تجربه کرده باشد آنها را «حقه و کلک» بنامد و یا بگوید هیچ زندگی معنوی وجود ندارد! جایی که شما برای این نصایح می روید بسیار مهم است!

"هوم م م م ، مایکل زمانی که در مورد دلایل تحریفات صحبت می کردی سومین دلیلی که در ذهنت داشتی چه بود؟"

"سومین احتمالی که من فهمیده ام این است که این تعلیمات عمداً برای گمراه کردن و کنترل مردم تحریف شده اند."

"حالا می فهمم چرا بین گروه های دینی، مبارزه، درگیری و تعارض وجود دارد. به نظر می رسد هر کدام از ما تک تک باید مسئولیت قبول این پروسه ها در خود، پاک کردن ذهن و انتخاب معلم و راهنما را هوشیارانه به عهده بگیریم." به نظر، اکنون ریچارد احساس امنیت بیشتری برای جستجوی معنویت در خود احساس می کرد". به عنوان یک مرد جوان تمام مسائلی که بوی معنویت می داد را به دلیل تربیت مذهبی ام از ذهنم پاک کرده بودم. مبلغ دینی من مثل همانی که تو قبلاً توصیف کردی یک ظالم بی رحم بود! او وقتی که واقعاً احساس ناراحتی میکرد می خواست به ما از نظر جسمی هم صدمه بزند. (ما آن روزها به این به عنوان یک آزار فکر نمی کردیم). حالا من می توانم به چیزهای فکر کنم که مرا خوشحال می کند. حالا متوجه شدم که مهم نیست در حال حاضر مالک چه چیزهایی هستم و یا اصلاً بوده ام. اگر من با آن افکاری که در سرم می گذرد نتوانم کنار بیایم، دارائیهام باعث رضایت و احساس آرامش من نمی شوند.

من با او موافق بودم. "مالکیت بعضی چیزها قشنگ است. آنها می توانند برای ما آسایش و راحتی به همراه بیاورند، اما راحتی به معنی درمان پیدا کردن نیست. من گفتم: تنها با استفاده از ابزاری که به این کار اختصاص داده شده اند، ما می توانیم درد درون خودمان را درمان کنیم."

"به نظر می رسد تلاش برای جستجوی ابزار واقعی مهمترین کاری است که ما باید انجام دهیم. معنویت همیشه تنها جایی است که ابزار درمان هم پیدا می شود. جنبشهای دینی بر اساس تجربیات معنوی دیگران، گاهی اوقات بر اساس اهداف آنها جلو می رود و بیشتر اوقات به دلیل منافع آن افراد، در جهت عکس برای کنترل دیگران با نگره داشتن آنها در ترس و تحمیل کردن درد به آنها به جای درمان آنها عمل می کند. جایی که شما برای دریافت توصیه های معنوی می روید بسیار مهم است."

"جالب است بدانیم مردمی که تنها توصیه های بهترین وکلا را می پذیرند، کل دنیا را در جستجوی بهترین پزشکان هستند، به دنبال بهترین مشاوران مالی هستند، زمانی که پای موضوعات معنوی به میان می آید توصیه های افراد با کمترین یا هیچ تجربه ای را می پذیرند. آیا زمانی که اتخاذ این تصمیمها عواقبی تا پایان عمر برای تو دارد این کار عاقلانه ای است؟"

ریچارد موافق بود که مسائل معنوی بسیار گیج کننده شده اند. "مایکل من کجا می توانم یاد بگیرم چگونه باید در این موارد تصمیم گیری کنم؟"

موارد زیر به ساختن بعضی از سلولهای مغزی تو برای آموختن بعضی از تعالیم دینی کمک می کند. من فکر کنم این موارد باعث شود پروسه انتخاب برای تو واضح تر شود.

اینها دو نوع معلم معنویات هستند:

الف- معلمان واقعی معنوی. همانطور که قبلاً صحبت کردیم، مبلغین مذهبی واقعی، از تعلیمات معنوی استفاده می کنند تا مردم را از درد و عاداتهای شخصی شان که باعث ایجاد درد و آزار می شود آزاد کنند. در این روش تعلیمات این افراد با استفاده از مثال به دیگران انگیزه و الهام می دهند.

آنها تجربیات معنوی دارند و در این حوزه استاد شده اند. ثمره و نتیجه کار این آموزگاران تغییر از دیوانگی، دشمنی، تنفر و مواردی که من آنها را خشونت‌های کوچک در دنیا می نامم به صلح، عشق و توانگری است. از آنجایی که این معلمان کامل نیستند، همزمان روی خودشان هم کار می کنند. دستان آنها همیشه برای کمک به دیگران باز است. با مهربانی و دلسوزی به کمک آنها می شتابند که به کمک آنها نیاز دارند و کمک هر کسی که بخواهد به آنها کمک کند را می پذیرند.

ب- "معلمان دروغی. کسی که حرفه اش مبلغ مذهبی و روحانی بودن است. از تعلیمات معنوی به مکر و حيله گرانه استفاده می کنند. آنها زیر ماسک وعده نجات دادن یا آزاد کردن مردم از دردها و آزارهای امروزی و آینده، از تاکتیکهای ارعاب و تهدید برای بیشتر کشیدن افراد به سمت آسیبهای روحی و روانی استفاده می کنند. این معلمان در مورد عشق به خالق با کلمات خودشان صحبت می کنند، اما عشق و محبت از قلب آنها فاصله بسیار دارد. در این تعلیمات تسلسل وار، رنج بردن و آسیب دیدن ترویج داده می شود. اغلب اوقات رنج کشیدن به عنوان روشی که خوب و لازم است ترویج داده می شود و قول آزادی به نحوی به زندگی بعد از دنیا تعلق دارد که نه می توان آن را پذیرفت و نه رد کرد. این «مربیان» همچنین گروه هایی را با خودشان و یا سازمانهای دیگر تشکیل می دهند و از بعضی از اشکال تاکتیکهای تهدید و ترس برای کنترل کردن افراد استفاده می کنند. آنها هزار گاهی هم کارهای خوبی می کنند اما کلمات و تن صدایشان الهام دهنده ترس و وحشت است، نه عشق."

مبلغان مذهبی دروغین (کشیشان یا روحانیون مذاهب دیگر) افرادی هستند که مردم را به انجام جنگ های مقدس با

این استدلال متقاعد می‌کنند و به نام خدا افراد را به قتل می‌رسانند. این برای آن دسته از افرادی که خود را مذهبیون خوبی می‌دانند یک شوک بزرگ است. اما کشتن و فرستادن جوانان، مردان و زنان جوان جامعه خود برای کشتن «دشمن» بزرگترین سفسطه است. آن هم در حالیکه عقیده کسی را اعلان می‌کنند که علناً اظهار داشته "آن کس که از شما متنفر است را دوست بدارید، به افرادی که از شما سوء استفاده کرده اند خوبی کنید." همانطور که او آنها را پیش بینی کرده است: "آنها با زبان مرا تصدیق می‌کنند اما قلبهایشان بسیار از من فاصله دارد."

"با سفسطه هایی که آنها برای پوشش فریب ها و حيله هاي خود استفاده مي‌کنند به راحتی به هر کس که درک و فهم کمی داشته باشد حمله می‌کنند! من واقعا مردی بودم که تصور می‌کردم یک شخص کاملاً «مذهبی» هستم و یک مسیحی واقعی. کسی که می‌گفت برای انجام تعلیمات استاد دروغی اش دنیا بسیار "آشفته و هرج و مرج شده". این زندگی بر اساس آموخته های استادی است که ادعای استادی می‌کند.

"این ذهن، حضور نیروی دگرگون کننده فعال واقعی عشق را تجربه نکرده است. هنوز نیاموخته عشق واقعی چیست. (تنها از کلماتی استفاده می‌کنند که بخواهند خود را به شما نزدیک نشان دهند، در حالیکه قلبهای آنها بسیار فاصله دارد.) عشق واقعی بسیار قویتر و نیرومندتر از ترس و تنفر است. برای همین است که بین انرژی تنفر و عشق، همیشه انرژی حکمفرما بوده است و باعث تغییر شکل و درمان می‌شده است."

"معلمان دروغی از این برای کسب منافع سیاسی، مالی و کنترل رفتاری مردم استفاده می‌کنند. انگیزه افراد ضعیف و نامطمئن برای تبعیت از چنین دستورات مذهبی و پیوستن به فرقه های این معلمان دروغین بسیار واضح است. تقسیم نامتناسب دارائیه‌ها، قدرت، لذات جنسی و پولی که صاحبان قدرتی که آنها را کنترل می‌کنند، برای افزایش قدرت کنترل کردن و مدیریت خود به آنها می‌دهند.

اندیشه کلیدی:

ارتعاشی که به عنوان عشق شناخته می‌شود بسیار قدرتمند تر از تنفر است.

ریچارد با لحن سرزنش آمیزی گفت: "مایکل تو به سختی آنها را محکوم می‌کنی. من تصور می‌کردم تو فکر مثبتی داری. نمی‌دانم می‌خواهم به شنیدن این بحث ادامه بدهم یا نه."

"ریچارد، می‌دانم چه می‌خواهی بگویی. من از مطالبی صحبت می‌کنم که برای یک انتخاب صحیح و آگاهانه لازم است، ریچارد. اینها واقعی است که در دنیای ما اتفاق می‌افتد و این تصمیم ماست که آیا این سفسطه هایی را که به اسم معنویت مدام به خورد ما می‌دهند را باور کنیم یا نه. آیا اگر تو در یک زندان بودی، آن را نمی‌شناختی؟ نباید برای پیدا کردن راهی برای بیرون آمدن از آن به ساختار آن پی می‌بردی؟ اگر تو در زندان بین دیوار اتاقها محبوس شده بودی، به من می‌گفتی: مایکل من مثبت فکر می‌کنم؟! بلکه می‌گفتی، به من نگو من در زندان هستم یا چگونه وارد آن شده ام، فقط راه خروج را به من نشان بده. آیا احمقانه نیست من تو را به سمت بلند

ترین دیوار هدایت کنم، با علم به اینکه تو بدون نردبان آنجا گیر می افتی یک نردبان برای تو نگذارم؟! " اگر به من اجازه دهی در یک فرصت در مورد بلند ترین دیواری که پیش روی داری به تو اطلاعات بدهم و تو را از آن مطلع کنم، تو از قبل نردبان را از زیر زمین برای خودت پیدا می کردی. دانستن آنچه که ما درگیر آن هستیم ما را برای آنچه که پیش روی داریم آماده می کند و به ما کمک می کند. برنامه ریزی از قبل و آماده شدن برای آنچه که ما با آن مواجه خواهیم شد گاهی اوقات بسیار مهمتر از مثبت اندیشی است که همه دنیا تو را به آن توصیه می کنند.

"نشان دادن دیوار بدون یک نردبان، زندگی کردن به سخت ترین و دشوار ترین روش ممکن است. در این حالت، اطلاعات صحیح، اگر چه ممکن است به نظر «زیبا» نیاید مثل همان نردبانی است که تو برای مواجه شدن موفقیت آمیز با مشکلاتت به آن نیاز داری. من اینجا هستم تا به تو در آسوده زندگی کردن و داشتن یک زندگی پر از لذت و خوشی کمک کنم. با مشکلات مواجه شو و از ابزارهای عملی و سودمند و دانشی که به آن برای داشتن چنین زندگی نیاز داری استفاده کن. من از تو در رویارویی با موانع و مشکلات زندگی با نردبان در دست حمایت می کنم. همینگونه است زندگی کردن، زندگی از موضع قدرتمندی."

ریچار با اطمینان گفت: "من هم به حمایت تو و داشتن یک زندگی آسوده تر نیاز دارم. فقط نمی فهمم این چه ربطی به مثبت اندیشی دارد. همیشه به من گفته شده که باید بیشتر مثبت باشم و من همیشه روی این مسئله کار می کردم. من گفتم: "این جلسه ربطی به مثبت اندیشی ندارد، مثبت اندیشی در این مورد باعث ایجاد مشکلات بسیار زیادی می شود!"

"مایکل، تو در چه موردی صحبت می کنی؟! دوستم، کسی که اصرار داشت با تو تماس بگیرم، گفت تمام آن کاری که تو می کنی بسط دادن مثبت اندیشیدن در همه ابعاد زندگی است!"

"ریچارد، این کار در مورد صداقت داشتن و فکر کردن به روش صحیح است. اختلالی است که من آن را «مثبت اندیشی زود رس» می نامم. اگر زیر بنای تو بر اساس موارد منفی شکل گرفته باشد و تو نخواهی با آن روبرو شوی، مثبت اندیشی بسیار جذاب است اما باز هم راه دیگری برای ندیدن واقعیات است. یک منفعت در مثبت اندیشیدن است، آن بهبود زندگی است.

اندیشه کلیدی:

این کار در مورد صداقت داشتن و فکر کردن به روش صحیح است. اختلالی است که من آن را «مثبت اندیشی زود رس» می نامم. اگر پی و زیر بنای تو بر اساس موارد منفی شکل گرفته باشد و تو نخواهی با آن روبرو شوی، مثبت اندیشی بسیار جذاب است اما باز هم راه دیگری برای ندیدن واقعیات است.

" تا آن جایی که من متوجه شده ام، مشکل این است که مثبت اندیش زود رس باید همیشه همه چیز را تحت کنترل

خودش داشته باشد. اگر بخواهیم با نگرش مثبت موارد منفی زندگیمان را نادیده بگیریم حتی یک دقیقه هم آسایش نخواهیم داشت. افرادی که طرز تفکرشان مثبت اندیشی زود رس است نهایتاً افرادی با تیپ شخصیتی A خواهند شد. آن نهایتاً خسته و ناتوان خواهند شد و چنانچه شما برای یک لحظه اجازه ندهی مثبت فکر کند، تمام زندگیش در هم خواهد شکست، دیگر مزایا ناپدید می شوند و شما باید دوباره همه چیز را از ابتدا شروع کنید. این راه مشکلی برای زندگی کردن است."

"مثبت اندیشی زود رس همچنین باعث بروز نا آرامیهای می شود. هر چیزی را که ما از خودمان پنهان کنیم، یک محرک آزار دهنده محسوب می شود چرا که ما آن را درون خودمان مخفی کرده ایم.

فکر کردن صحیح و صادقانه هدف نهایی ماست. تنها درمان و تنها پروسه های اعاده کننده ما آنهایی هستند که اجازه می دهند فکرهای منفی ظاهر شده، با عشق مواجه گشته و مورد بخشش قرار گیرند. تمام انرژیهای متخلف باید هنگام درمان برای وقوع و آماده شدن شما برای تجربه عشق از بدن شما حذف شوند. عشق نمی تواند در فردی که مملو از خاطرات دردناک است خود را کاملاً نشان دهد و یا کنترل آن را به دست بگیرد. معنویت، عهده دار کارهای درونی است. قلبی که هنوز آماده نشده، نمی تواند معنویت را تجربه کند. کسی که کارهای مقدماتی لازم درونی را انجام نداده باشد، آن را تجربه نخواهد کرد!

اندیشه کلیدی: عشق نمی تواند در فردی که مملو از خاطرات دردناک است، خود را کاملاً نشان دهد و یا کنترل آن را در دست بگیرد.

"بیا بحث در مورد ساختن چهار چوب مثبت اندیشی روی پایه و اساس منفی را رها کنیم. همینطور که تو ظرفیت را با زندگی طبیعی و خوشایند بر اساس افکار مثبت افزایش می دهی، ابزار لازم را به دست بیاور و با موارد منفی روبرو شو. در این سیستم، هیچ استرسی به دلیل «تلاش» برای مواجه کردن اشتباهات وجود ندارد. هیچ تفکری بر اساس ادعا نیست چرا که هر فکری به جز فکر مثبت خود را نشان داده، بخشیده شده و درمان می شود. آنچه که به تو پیشنهاد می کنم، در یک مدت کوتاه، احتیاج به کار زیاد و تعهد دارد، اما در نهایت آن منجر به زندگی بسیار راحت تر از قبل خواهد شد."

"با استفاده از این ابزار، بدن، از شر آن بارهای اضافی رها می شود و می تواند از آن قدرتهای بهبودی بخش خود برای احیای قدرتش استفاده کند. نا آرامی، طبیعی نیست. سلامتی، حالت طبیعی بدن ماست و زمانی که تداخل رفع شود شما همیشه بدن سالمی خواهید داشت. سالم بودن واقعی با وجود نا هماهنگی غیر ممکن است، وقتی که ما موضوعاتی را از خودمان مخفی می کنیم، خواه از طریق مثبت اندیشی یا فقط انکار ساده. پی بردن به این مطلب، اساس درمان صحیح و سلامتی هر سیستمی است. بدون این درک عمیق، درمان هر سیستمی محدود به سیستم

«مراقبت از آن بیماری» می شود که نهایتاً باعث از بین بردن آسایش و سعادت ما به نحو چشمگیری می شود. " ریچارد همین طور که صحبت می کرد به من مات و مبهوت نگاه می کرد، " این را من فهمیدم، در مورد من این مسئله مصداق دارد. اما هنوز مطمئن نیستم! دوست داشتن افراد و محکوم نکردن آنها مثبت اندیشی نیست. به نظر من تو می گویی اینگونه فکر نکنم - اما اگر من این کار را نکنم، افکار منفی دوباره به سراغم می آیند، خشمگین می شوم و دیگران را سرزنش می کنم. "

"بیا دوباره به مثال زندان برگردیم تا من نکته خودم را در مورد سرزنش کردن و محکومیت شفاف کنم. برای آگاه کردن تو از ساختار زندان، لازم نیست من زندان را سرزنش یا محکوم کنم یا بگویم: "اینجا گودالهایی است و جایی که نگهبانان هستند، و پائین ترین قسمت حفاظ همین جاست. برای مواجه شدن با چنین موقعیتی تو تنها به یک نردبان، کمی اعتماد به نفس و آنچه که با آن روبرو شوی نیاز داری تا بتوانی به خوبی از پس آن بر آیی. "

"من می توانم نقش سازنده داشته باشم و بگویم، مراقب باش؛ ویژگیهای معلمین و اساتید دروغین اینها هستند. و خصوصیات آنها را بشناس. " من می توانم رفتارهایی را برایت توضیح دهم که باعث می شود تو به بالاترین و بهترین مرتبه نرسی. من می توانم به تو هشدار دهم، "مراقب باش اگر خودت یا دیگری این موارد را به زبان آوردید و خواستید آن رفتارها را تصحیح کنید می توانید بدون محکوم کردن، این کار را انجام دهید. حتی اگر مکالمه های درونی تو، تو را به دلیل سرزنش کردن محکوم کند، شاید تو باید آن مواردی که گوش می کنی را درمان کنی و خود را از شر آن چیزهای ناخوشایندی که در زندگی جواب نمی دهد خلاص کنی. در صورتی امنیت و درمان را تجربه می کنی که همه چیز را ببینی. "

"ریچارد، اینجا دو موضوع کاملاً متفاوت وجود دارد. یکی محکوم کردن و دیگری تشخیص دادن است. اگر نتوانی هرگز بین این دو، تمایز و تشخیصی قائل شوی، ممکن است به راحتی با هر کدام از آنها درگیری پیدا کنی، یا با حقه های معلمان دروغین و یا سفسطه گران (روحانیون و مبلغان دینی) گمراه شوی و در هنگام درگیری، توان خود را برای رویارویی با اینها از دست می دهی. زمانی که از رفتاری مخرب در دنیا حمایت می کنیم، خود را درگیر انرژیهای ویران کننده می کنیم، علیرغم راه منطقی که می توانیم انتخاب کنیم. و یا صاحبان قدرت سعی می کنند دلیل تراشی خود را که نیازی برای رفتارهایشان است به ما بفروشند. "

"آموزگاران دروغین در دین، تجارت، دولت، رسانه ها، تحصیلات (تعلیم و تربیت) و خانواده ها نظرات خود را اعمال می کنند. آنها می توانند هر جا حضور پیدا کنند. همانطور که ما سلولهای مغزی خودمان را با این آموزشها آماده می کنیم، آنها به ما هشدار می دهند که چه تاکتیکهایی مورد استفاده قرار می گیرند و آن هنگام ما می توانیم متوجه دلیل رفتار آنها بشویم. اگر مسئولیت آن محکومیت را قبول کنیم، آن را درمان کنیم و معلمان دروغین را متوجه اشتباهشان کرده و باعث درمان آنها شویم، آن زمان، دیگر همکاری با آنها و حمایت از استادان دروغی را

متوقف می‌کنیم؛ کسانی که عامل بیشترین رنج و آزار ما در دنیا هستند. راه حل دیگر نپذیرفتن واقعیتی است که اتفاق افتاده و پی‌نبردن به اینکه چرا ناراحت هستیم، خشمگین می‌شویم و یا آزار می‌بینیم. ما حتی ممکن است این دروغ را بپذیریم که زندگی همین است، اگر ما آن را قبول کنیم، سفسطه‌گران ما را فریب داده‌اند."

"این باعث حیرت ماست که می‌بینیم چه تعدادی از مردم مدام عصبانی هستند. تومی دانی آن دسته از افرادی که در را با شدت به هم می‌کوبند، به گربه لگد می‌زنند، کودکان خود را کتک می‌زنند، دلیل خشمشان را تشخیص نمی‌دهند. خشم بیشتر آنها ناشی از بیچارگی‌شان است. آنها در چنگ معلمان دروغین گیر افتاده‌اند و نمی‌دانند چگونه باید قدرت را به خودشان باز گردانند. امتناع از آموختن و زندگی کردن در هارمونی با حقیقت، منجر به رفتارهای ویرانگرانه و مخرب می‌شود. افراد گمراه شده، منحرف‌کنندگانی می‌شوند که ضعیفان را گمراه می‌کنند و به دلیل نداشتن تسلط روی زندگی خود، قدرتشان را به آن سفسطه‌گران منتقل کرده و به خدمت آنها در می‌آیند. این جریمه‌ای است برای احساس عدم امنیتشان و ماسک قدرتی که به جای ضعفشان به چهره دارند.

اندیشه کلیدی:

امتناع از آموختن و زندگی کردن در هارمونی با حقیقت، منجر به رفتارهای ویرانگرانه و مخرب می‌شود. افراد گمراه شده، منحرف‌کنندگانی می‌شوند که ضعیفان را گمراه می‌کنند و به دلیل نداشتن تسلط روی زندگی خود، قدرتشان را به آن سفسطه‌گران منتقل کرده و به خدمت آنها در می‌آیند. این جریمه‌ای است برای احساس عدم امنیتشان و ماسک قدرتی که به جای ضعفشان به چهره دارند.

"مایکل، من بیشتر عمرم را احساس درماندگی و بیچارگی کرده‌ام. احساس می‌کنم همیشه ترس در طول این سالها مرا کنترل می‌کرده، و من همیشه با خشم جواب آن را می‌دادم. احساس می‌کنم به من انرژی دادی."

"ریچارد، این تقریباً داستانی جهانی است. چنین مواردی احتمالاً در مورد نود درصد مردم دنیا صادق است. ترس باعث سکوت و مخالفت می‌شود و ذهنهای خالی از عشق مسلط بر افراد می‌شوند. در چنین اوضاعی دشمنی و ترس بین افراد حکمفرما می‌شود. ترس ترویج داده می‌شود و مبلغان مذهبی که روحانیت و سفسطه‌بازی شغلشان است، به دلیل اینکه تنها این مسئله به ادامه داد و ستد آنها کمک می‌کند آن را همه جا رواج می‌دهند."

"بسیاری از انسانها معمولاً برای دستیابی به احساس امنیت، اینگونه با ساختار واقعیت آشنا می‌شوند(به دلیل ترسی که دارند آن را اینگونه تعبیر می‌کنند)، درگیر آن می‌شوند، حمایتش می‌کنند؛ و یا رفتارهای گمراه‌کننده، کنترل آنها را به دست می‌گیرند و آنها ناآگاهانه طراوت و سرزندگی خود را به این دلیل از دست می‌دهند. با آگاهی به آنچه که ما را هدایت می‌کند و ابزاری که باعث درمان ما می‌شود، می‌توانیم خود را از این جوابهای

الگو شده رها کنیم. این مهم است که شما تشخیص بدهید هوش، سرمایه و زمان خود را برای کمک به چه اشخاصی صرف می کنید. زندگی صحیح به این معنی است که شما عملی برای حمایت از انرژیهای منفی در دنیا انجام ندهید و زمان، هوش، پول و انرژی خود را تنها صرف حمایت از هوشیاری، زندگی و به عبارت کلی زنده بودن و زندگی کردن بکنید!"

"صحبت در مورد آن نوزاد را به خاطر می آوری؟ هر انسانی موافق است که وجود یک بچه، پر از عشق است. چه چیز باعث می شود آن تبدیل به فردی بالغ و خشمگین شود که فکر می کند هر چیزی را که بخواهد می تواند با ترساندن افراد، خشم خود، به قتل رساندن، کشتن یا شکنجه دادن خود و دیگران برای تفریح و سرگرمی به دست آورد؟"

"نیاز به سرزنش رفتارهای منفی یا افرادی که مرتکب آن شده اند نیز می تواند درمان شود. این باید خواسته واقعی خود فرد باشد. دانش، قدرت است. غفلت، منجر به درمان نیافتن نمی شود. آن باعث می شود پشت دیوارهای ذهنیت باقی بمانی، رنج بکشی و وانمود کنی که هیچ راهی به بیرون نداری. نمونه یک قربانی که خود را در سکوت دیوانگی فاحشش تدفین کرده است. درمان، نیازمند شجاعت است."

"با اطلاعات، فهمیدن و فداکاری، این امکان پیش می آید که هر کس که درگیر رفتارهای منفی است درمان پیدا کند. این شامل خودمان و هر کسی که از دیگری استفاده می برد نیز می شود. با فهمیدن این مطالب ما همینطور می توانیم به درمان افرادی کمک کنیم که خود را به دست دیگران سپرده اند و گمراه شده اند. هر کدام از بازیکنان این موقعیت، برای بوجود آمدن تغییر کلی باید درمان شوند. درمان شدن همچنین به این معنی است که هر فردی که ناخودآگاه و اتوماتیک وار درگیر این پروسه می شود، به تجربه زنده بودن و آگاهی از هدف واقعی خلقتش نزدیکتر می شود و راحت تر در مسیر کمالش هدایت می شود."

"پی بردن به این فعالیت درمان درونی، بسیار گرانها و با ارزش است چرا که ما قدرت انتخاب را برای انجام آنچه که باید انجام بدهیم یا ندهیم را به دست می آوریم. فهم این مطلب به تو این اجازه را نمی دهد که افراد را برای انجام آنچه انجام داده اند یا باید انجام می دادند مورد ارزیابی قرار دهی؛ این به خود آن شخص مربوط می شود، نه به ما. گرچه، اگر متوجه شوی رفتاری که انجام می دهی اشتباه است، می توانی درون خودت با آن روبرو شوی، بدون قضاوت یا محکوم کردن و فقط آن رفتار را متوقف کنی. البته داشتن یک دانش و فهم عمیق به ما کمک می کند زمانی که درگیر «انرژیهای اشتباهی و گناه» می شویم جوابگو و مسئول خود باشیم."

"این ما را متوجه عقیده دیگری که توسط مبلغین دروغین ترویج داده میشود می کند که می گویند: «چنانچه در این بازی که من به راه انداخته ام مرا بگیري و یا سعی کنی مرا مسئول نشان دهی، تو شخص بدی هستی و اشتباه کرده ای». مردمی هستند که از روی درد و رنج خود عمل می کنند، افرادی هستند که به دلیل ناراحتی خود، شما

را گمراه کرده و درگیر اعمالی می‌کنند که شما می‌خواهید از انجام آنها خود داری کنید. اعمال آنها و داستان‌هایی که می‌سازند بسیار ماهرانه و زیرکانه است. بعضی از آنها حتی تمام زندگی خود را صرف ساختن مخفیگاهی برای انحراف و گمراهیشان کرده‌اند."

"این بسیار مهم است. خصوصاً از آن‌جا که بیشتر ما در دنیای گمراه‌کننده به دنیا آمده‌ایم، مثل ماهی که به دلیل نزدیک بودن آب نمی‌تواند آب را ببیند، ما هم نمی‌توانیم متوجه حیل‌های این تحریفات شویم. بعضی از اشکال رفتارهای منحرف‌کننده عجیب‌جامعه شده‌اند و تغییر آنها بسیار سخت است. آنها نامرئی هستند. من اغلب دیده‌ام شخصی که گمراه شده فکر می‌کند رفتار او طبیعی است و سر زدن چنین عملی از جانب او بسیار طبیعی است." "وقتی با فردی که بد زبان و فحاش است روبرو می‌شوی، پاسخ آنها معمولاً این است: این بد رفتاری نیست، رفتاری صحیح است. ریچارد آیا آن پیشخدمت را به خاطر می‌آوری؟ تو تشخیص دادی که او خرابکار است آن هم به دلیل داشتن سلولهای مغزی که آن‌گونه که می‌خواست آن را تعبیر می‌کرد. تو فکر می‌کردی رفتارت درست بوده است. به خاطر می‌آوری؟ تو فقط از خودت محافظت می‌کردی. آن «حفاظت» از خود، منحرف کردن خود است. چرا که ماهرانه خود را فریب داده‌ای و باعث شده‌ای فکر کنی رفتار صحیحی انجام داده‌ای. توانایی تشخیص رفتار به همان دلیلی که انجام شده است، برای قطع کردن چرخه تکرار اتوماتیک و از آن رفتار، بسیار مهم است."

"زمانی که با اشخاصی مواجه می‌شوی که روزانه فردی باید به نحوی از آنها سوءاستفاده کند و به حقوق آنها تجاوز کند، جوابی که معمولاً از آنها می‌شنوی بسیار برایت آشنا است، "من فکر می‌کردم باید اینگونه باشد." وقتی که این افراد با فرد گمراه‌کننده مواجه می‌شوند، بسیار فکر می‌کنند که باید احساس گناه کنند. کسی که برای مدت طولانی توانسته دیگران را گمراه کند، آنها را شستشوی مغزی داده و به آنها می‌قبولاند که آنها لیاقت بد رفتاری را دارند و در صورتی که با مقامات ارشد خود بد رفتاری کنند، افراد بد و گناهکاری هستند."

ریچارد به دقت گوش می‌کرد و به نظر می‌رسید به شدت جذب این عقاید شده است. "این اطلاعات بسیار تکان‌دهنده است. آن قسمتی که من به سختی می‌توانم آن را باور کنم این است که چگونه من تمام عمرم این همه بی‌توجه بوده‌ام. فکر کنم تو می‌توانی بگویی من درست مثل شخصی هستم که در زندان بوده و فکر می‌کرده زندگی همین است."

"همه ما تا حدی در این دنیا با ترس آموزش داده شده‌ایم. هر کدام از ما، تا حدی درگیر رفتارهای گمراه‌کننده شده‌ایم، گمراه شده و فریفته شده‌ایم. شاید به همین دلیل بیشتر مردم نه حرفی از ترساندن دیگران می‌زنند، و نه این مسئله را تصدیق می‌کنند. همینطور که تو الان از مواجه شدن با خودت وحشت زده هستی، آنها هم از مواجه شدن با خودشان وحشت زده می‌شوند."

احساسات ریچارد در حال ظاهر شدن بودند، اما نه کاملاً. همانطور که نگاه پر از درد او را احساس می کردم اضافه کردم: "جرات و تمایل تو را برای شنیدن اطلاعات جدید تحسین می کنم. خصوصاً زمانی که ما به اشتباهات خود و آنهایی که دوستشان داریم پی می بریم، این مسئله می تواند مشکل باشد؛ و حتی زمانی سخت تر می شود که باید آن قسمتهایی از ما که نیاز به درمان شدن و درمان یافتن دارد را در خود از بین ببریم.