

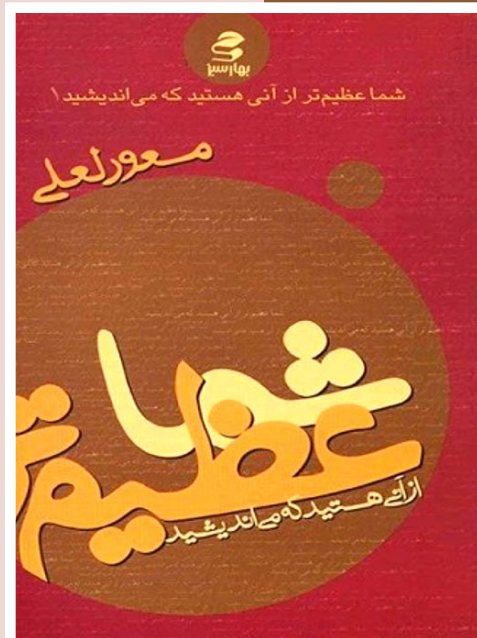
در کتاب «شما عظیم‌تر از آن هستید که می‌اندیشید» به این مطلب پرداخته شده که افرادی که نمی‌توانند نشاط را خلق کنند، باسواد محسوب نمی‌شوند. این افراد هیچ وظیفه‌ای را همچون شاد بودن حقیر و کوچک نشمرده‌اند. به این افراد باید گفت مسؤول زندگی خودتان باشید و اگر از کیفیت آن ناراضی هستید به جای مقصر شمردن سرنوشت و دیگران، تصمیم قاطع بگیرید و زندگی را آن‌طور که می‌خواهید، بسازید و از آن لذت ببرید. در دنیای بیرون هیچ عامل غم و شادی وجود ندارد هر چه هست در درون ما و معلول اندیشه‌ها و طرز تفکر ماست. به طور کلی مطالب این کتاب، شامل پنج بخش است: خودشناسی، احترام و اعتماد به نفس، دوستی با خدا، زندگی، عشق و موفقیت. از جایی که مطالب کتاب به شکل داستان‌وار ذکر شده است در این نوشتار به نکات آموزنده داستان‌ها اشاره می‌شود:

تصمیمات خداوند مرموزند اما همیشه به نفع ما هستند. تنها چیزی که خدا از ما می‌خواهد یک قلب آرام است؛ آرامش اولین نشانه اثبات حضور خداوند در درون ماست. افرادی که همیشه در حال جست‌وجوی خداوند هستند او را نمی‌یابند ولی آن‌هایی که به جای جست‌وجو، شروع به زندگی براساس آنچه خداوند خواسته است می‌کنند، خداوند را می‌یابند. (چون بندگانم از دوری و نزدیکی‌ام پرسش کنند به آن‌ها بگو من به شما نزدیکم؛ هر که مرا بخواند دعای او را اجابت می‌کنم. «بقره ۱۸۶»)

● فقط یک گوشه و نقطه از این جهان وجود دارد که ما می‌توانیم در آن از پیشرفت، مطمئن باشیم و آن نقطه، خود ما هستیم. «ما» همان گنجی هستیم که آن را می‌جوییم. به قول بیدل دهلوی:
 درون توست اگر خلوتی و انجمنی‌ست
 بیرون زخویش کجا می‌روی جهان خالی‌ست
 فاصله‌ای که بین خود و خدا حس می‌کنیم همان فاصله‌ای است که ما با خودمان داریم.

معرفی کتاب
«شما عظیم‌تر از آن هستید که می‌اندیشید»

زندگی، عشق و دیگر هیچ



زهرا محمدی

مریی مرکز آموزش بهورزی
 دانشگاه علوم پزشکی سبزوار

● شناخت حق به منزله شرکت در تشییع جنازه غم و اندوه است و اطمینان به جهانی که خدا خلق کرده عین آرامش است. این جهان نیست که باید نظم بگیرد، بلکه جهان عین نظم است. این ما هستیم که باید خود را هماهنگ با این نظم کنیم. حتی مرگ هم بخشی از نظم الهی است پس از آن نهراسید. مرگ وجود ندارد زندگی لایزال است. وقتی در این سو مردم می‌گویند کسی مرده است، آن سو گفته می‌شود کسی تولد یافته است؛ خورشیدی که در اینجا غروب می‌کند در آن سو طلوع می‌کند. (چیزی که برای کرم ابریشم پایان است برای پروانه آغاز کار است).

● پس به جای ترس یاد بگیریم ببخشیم و عشق بورزیم. درختان میوه خود را نمی‌خورند و ابرها باران را نمی‌بلعند، رودها آب خود را نمی‌خورند؛ چیزی که بزرگان دارند همیشه به نفع دیگران است. هرگز به تمام نیکی دست نیابید و به مقام نیکان نرسید مگر از آنچه دوست دارید و عزیزش می‌شمارید، ببخشید. (آل عمران ۹۲)

● متبرک کسانی هستند که مانند خورشید و ماه، هستی خود را به گناهکار و پرهیزگار یکسان می‌بخشند، این افراد مانند باغی بی‌حصار، خانه‌ای بدون صاحب، درختی پر بار و نهرهایی جاری منبع برکت برای همگان هستند. محبت یعنی دوست داشتن دیگران بیش از استحقاق آن‌ها. عشق خود را نثار کسانی کنید که با شما در تعارض و تخاصم هستند. عشق ورزیدن به کسانی که شیرین و نازنین و دوست داشتنی‌اند، کار آسانی است. برای این‌که عمق عشق را در قلب خود تجربه کنید ببینید که چقدر آنان را که تحمل‌شان برایتان دشوار است، دوست دارید. گذشته را حتی برای خودمان هم که شده باید فراموش کرد و همه را بخشید فقط در این صورت است که می‌توانید با خیالی آسوده و سبکبار به راه خود ادامه داد. به محض اینکه کاری در جهت منافع کسی انجام می‌دهید نه تنها او به شما فکر می‌کند بلکه خداوند نیز به شما فکر می‌کند. پس در جهت منافع دیگران، تغییر رویه بدهید.

● «اوشو» می‌گوید: هستی برای شما همان چیزی است که خود شما هستید؛ بزرگ‌ترین اکتشاف نسل من این

است که؛ انسان می‌تواند با تغییر باورهای خود، زندگی خود را تغییر دهد. چه بسیار باشد که در به دست آوردن و قبول چیزی اکره دارید و حال آن‌که به سود شماست و چه بسا چیزی را دوست داشته باشید در حالی که آن به ضرر و زیان شماست. با اعتماد به نسخه الهی، هر روز وضع من از هر جهت بهتر و بهتر می‌شود. نوشتن و تکرار اهداف عمده به شکل تلقینات مثبت یا جملات تأکیدی، دومین روش مهم پس از تخیل و تصویرسازی برای استفاده از نیروی شگفت‌انگیز مغزمان است. تلقین‌ها را با هیجان و باور زیاد همراه کنید. به کاری مشغول شوید که به آن علاقه دارید یا به آن‌چه که تاکنون مشغولید علاقه‌مند شوید. بعد از هدف‌گذاری مهم‌ترین اقدام، «اقدام» است. آنچه انسان‌های موفق را از دیگران متمایز می‌کند، جرأت آن‌ها برای برداشتن قدم‌های اولیه است.

همیشه برای دل‌سرد شدن، زود است، ادامه دادن را ادامه دهید. مأیوس نباشید زیرا ممکن است آخرین کلیدی که در جیب دارید، قفل را بگشاید. بهترین ابزار شیطان، ناامیدی و یأس است. هیچ چیز برای کسی که می‌خواهد ترقی کند، غیرممکن نیست. هرچه الهه دانش را بیشتر طلب کنی، الهه ثروت بیشتر تو را می‌جوید و به هر جا می‌روی تو را تعقیب می‌کند و هرگز نهایت نمی‌گذارد و آن ثروتی که آرزویش را داری برای همیشه از آن تو خواهد شد. با کسب مهارت‌های خودشناسی و خداشناسی می‌توان به عشق و موفقیت در زندگی دست یافت. از این رو باید برای شکوفایی خود و تکامل شخصیت، ضمن اعتماد به خدا، پله‌های رشد و تعالی را طی کنیم و وسیله‌ای باشیم برای صلح و آرامش در دنیای الهی و به گونه‌ای عمل کنیم که هر جا تنفر هست، بذر عشق بکاریم. هر جا آرزوگی هست ببخشاییم. هر جا شک هست ایمان، هر جا یأس هست امید، هر جا تاریکی است، روشنایی و هر جا غم جاری است، شادی نثار کنیم. بیش از طلب همدردی، همدردی کنیم. بیش از آن‌که دیگران ما را بفهمند، ما دیگران را درک کنیم. زیرا در عطا کردن است که می‌ستانیم، در بخشیدن است که بخشنده می‌شویم و در مردن است که حیات ابدی می‌یابیم.