

تعاليم بها جاوان سري ساتيا ساي بابا

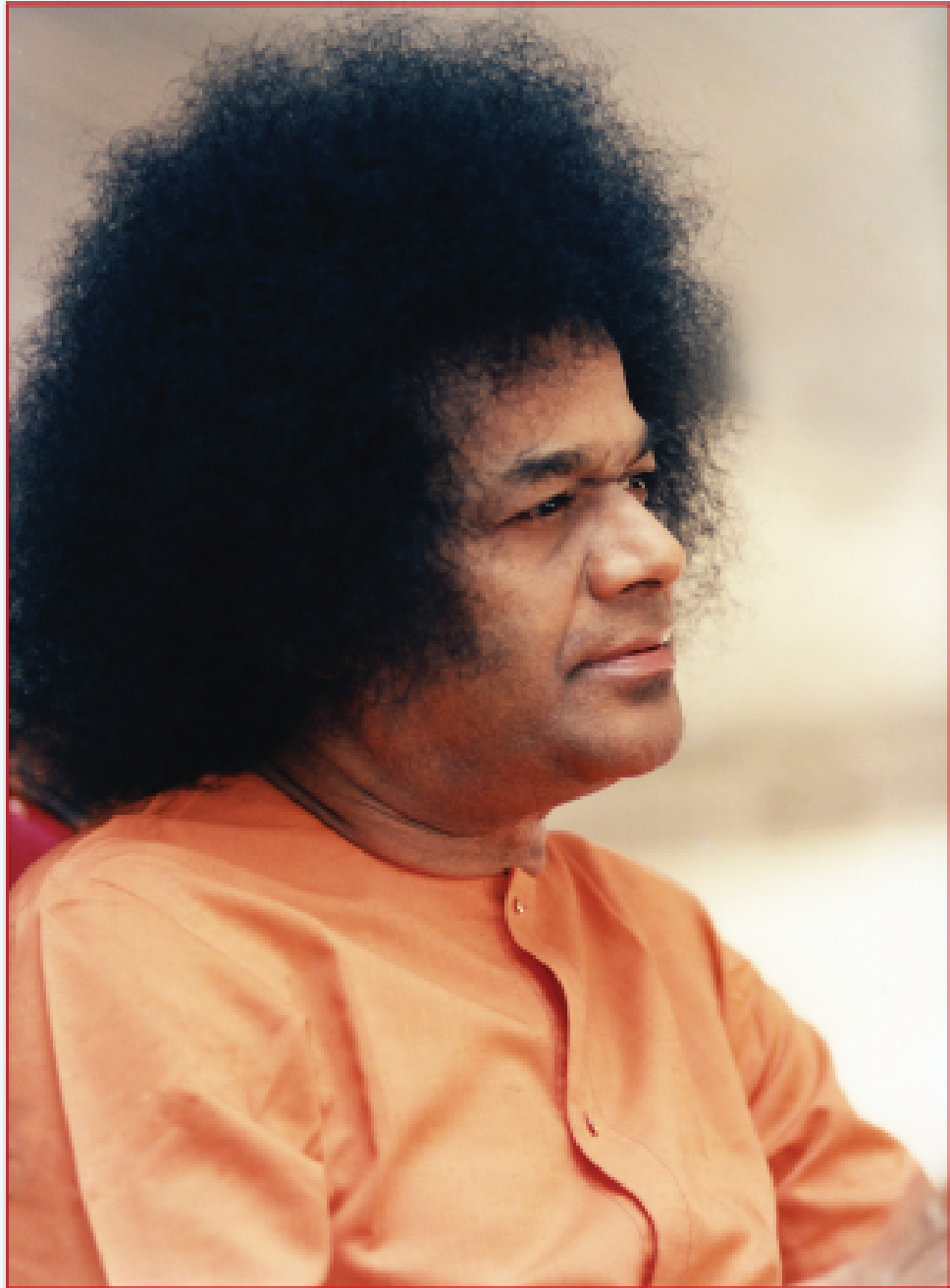
2



الصمت

لا يمكنك دائماً أن تُرضي،

لكن يمكنك دائماً أن تتحدث بلطف.



Dedicated with love and reverence to

Bhagawan Sri Sathya Sai Baba



©2013 Sri Sathya Sai World Foundation

publications@ssswf.org

الصمت

صوت الله لا يُسمَع إلَّا في أعماق الصمت
الصمت هو كلام الساعي الروحي
لا يمكنك أن تختبر النعيم الإلهي إلَّا في صمتٍ تام

لا يمكنك دائمًا أن تُرضي،
لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف.

تكلم بالمحبة،
قل كلامًا طيبًا،
وتحدث دائمًا بابتسامة.

الصمت ينمي المحبة

تحدث بلطف دون غضب

اجعل المكان الذي أنت فيه حصنًا للصمت

ابتعد عن رفقة السوء

الاتصال بالمعلم

الطيبة يجب أن تُنمَى في الصمت

الرجل الصامت لا أعداء له

ردّد اسم الله في صمت القلب

الزم الصمت إذا كان قول الحق يسبب الحزن أو الألم

كل الفرح في داخلك

تجنّب التورط في شؤون الآخرين

تحدث إلى الآخرين همسًا

الصمت يعزز ضبط النفس

الممارسة الروحية تُؤدى في الصمت

حافظ على الصمت في أعماق القلب

نمّ الصمت الداخلي

على العقل أن يمتنع عن الشرود

مارس الصمت لحفظ الطاقة

الطهارة الثلاثية التي تُرضي الرب

التحفّظ في الكلام ينمي مرونة العقل

وظيفة اللسان

اسلك الطريق الإلهي في الحياة

إرشادات لضبط الغضب

أنواع الصمت الثلاثة

الطاقة عطية إلهية

الأذى الناجم عن التلفاز

الصمت يساعد على اختبار الإلهي

تأمل في تعاليم سوامي أثناء الصمت

25	كن صامتًا وأوجد الصمت في الآخرين
26	الصمت يضمن راحة البال
26	الصمت يعيد قوة الذاكرة
27	قل الحق
27	على كل إنسان أن يتحمل نتائج أفعاله
28	الصمت يُنمي الطهارة
28	الألوهية لا يُدركها إلا النقي القلب
29	تحدث أقل واعمل أكثر
29	مارس ضبط اللسان بشكل صحيح
30	الآثما ذاته حاضر في الجميع
30	تحدث دائمًا بطريقة مُرضية
31	أرض ضميرك
31	ذاك الذي يرى لا يتكلم – وذاك الذي يتكلم لا يرى
32	الخصام لا ينشأ من الصمت
33	اختبر الألوهية الكامنة من خلال الصمت التام
33	ابتهل إلى الله من أعماق قلبك وبالمحبة
34	ابق هادئًا وامتزناً
34	لا تنغمسوا في الكلام الزائد
35	حافظوا على الصمت أثناء الأكل والشرب
35	العزلة تعني أن تكون في تواصل مع الله
37	لا يمكنك أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف
37	الكلام يعزز الصداقة كما يثير الخلافات
38	الجرح الذي تحدثه اللسان لا يلتئم أبدًا
38	لا تروا الشر، بل انظروا إلى ما هو خير
39	الرؤية الصحيحة والاستماع الصحيح يقودان إلى الكلام الصحيح
40	قدّسوا حواسكم
40	تحدث بالمحبة
41	أظهر الإنسانية في أفعالك
41	قولوا كلامًا طيبًا

42	اجعلوا جميع الناس سعداء
43	التزم الصمت عندما تكون غاضبًا
43	تحدث أقل، واعمل أكثر
44	طبّقوا ما تسمعون
44	تحدثوا بلطف وحلاوة
45	ما هي أفضل طريقة لمحبة الله؟
45	طهّروا عقولكم واملأوها بالمشاعر الإيجابية
46	تحدثوا دائمًا وابتسامة على شفاهكم
47	لا تُبددوا هذه الحياة
47	اللسان وُهب لكي يُسعد الآخرين
48	الحواس مسؤولة عن الفضيلة كما عن الخطيئة
49	الإنسانية الحقيقية تكمن في فهم الوحدة في التعددية
49	كما تفكر، كذلك تصبح
50	ما هي التربية الحقيقية؟
50	عشوا حياة الإنسان الحق
51	الكلام المفرط يضعف الذاكرة
51	كثرة التفكير قد تؤدي إلى الضرر
52	النظرات السيئة تشجع الأفكار السيئة
53	كونوا دائمًا غارقين في المشاعر الإلهية
53	شاركوا الآخرين بما لديكم
54	كما تزرع، كذلك تحصد
55	احترموا النساء تُحترموا
55	القوة المدمرة للغضب
56	لكل عضو من الجسد غاية
57	استعملوا التمييز لإغناء الشخصية
57	نمّوا المحبة للطلاب وشكّلوا شخصياتهم
58	لا تُظهروا الغضب تجاه الأطفال
59	كل النفوس النبيلة علّمت أمورًا مقدسة
59	كلما أحببت الآخرين أكثر، ازدادت فرحًا

الصمت

الصمت ينمي المحبة

الصمت يُنمّي الحب

الصمت هو اللغة الوحيدة للمتحمقين. مارس الاعتدال في الكلام. فهذا سيساعدك بطرق عديدة. سيُنمّي الحب، لأن معظم سوء الفهم والانقسامات تنشأ عن الكلمات المنطوقة بلا مبالاة. عندما يزلق القدم، يمكن شفاء الجرح؛ لكن عندما يزلق اللسان، فإن الجرح الذي يُسببه في قلب الآخر سيستمر طوال الحياة.

اللسان مسؤول عن أربعة أخطاء كبيرة: قول الكذب، النميّة، انتقاد الآخرين، والإفراط في الكلام. يجب تجنب هذه الأخطاء إذا أراد الفرد أن ينعم بالسلام وكذلك المجتمع. ستتقوى رابطة الأخوة إذا تحدث الناس أقل وتحدثوا بلطف. ولهذا السبب، وُصف الصمت كقسم للطالب الروحي في الكتب المقدسة. أنتم جميعاً طلاب روحانيون في مراحل مختلفة من الطريق، ولذلك هذه الانضباط ذو قيمة لكم أيضاً.

سائيا ساي يتحدث، المجلد الأول، الفصل 10: التمييز والزهد.

تحدث بلطف دون غضب

الخطوة الأولى في الانضباط الروحي هي تطهير الكلام. تحدّث بلطف دون غضب. لا تتفاخر بعلمك أو بإنجازاتك. كن متواضعاً، حريصاً على الخدمة؛ واضبط كلامك. مارس الصمت، فهو سيقيك من الخصومات، والأفكار العابرة، والانقسامات.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني،

الفصل السادس: خطوات في السادهاانا.

اجعل المكان الذي أنت فيه حصنًا للصمت

لست بحاجة إلى الهروب إلى الغابة كي تنال الصمت وفرصة الممارسة الروحية المتواصلة. يمكنك أن تجعل المكان الذي أنت فيه حصنًا من الصمت؛ أغلق منافذ الحواس، ولا تدعها تجري خلف الأشياء. يصبح بيتك عندها hermitage (مقامًا للعبادة)، وتستمر ممارساتك الروحية بلا أي عائق.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني،

الفصل السادس: خطوات في السادهاانا.

ابتعد عن رفقة السوء

أعلم أنك تجد الوقت، على الرغم من العمل الشاق طوال اليوم، لحضور دور السينما، وللثثرة على قارعة الطريق، ولإثارة الخصومات والمشاحنات، والانغماس في الكثير من الملهيات التي تزيد من همومك. من الأفضل أن تبتعد عن الصحبة التي تجرك إلى مثل هذه الملهيات التي تضعفك وتقلقك. اقضِ بضع دقائق كل صباح ومساء في صمت مزارك أو منزلك؛ اقضها مع أسمى قوة تعرفها. عش في صحبته الرفيعة والملهمة؛ اعبده ذهنيًا؛ وقدم له كل عمل تقوم به؛ وستخرج من الصمت أنبل وأقوى مما كنت حين دخلت.

الاتصال بالمعلم

فكر قليلاً – هل تخرج من قاعة السينما أكثر سلاماً، أو أكثر بطولة، أو أكثر طهارة ونبلاً مما كنت حين دخلت؟ كلا؛ بل تثار شهواتك، وتغذى غرائزك الحيوانية، ويشتبع جانبك الأدنى. لا شيء آخر يمنحك الثمار الغنية التي يمنحها الصمت والصلاة والاتصال بالمعلم. لا رصيد مصرفي لائق، ولا سلسلة شهادات، ولا عضلات مصارع يمكن أن تمنحك ذلك.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث،

الفصل الثامن والثلاثون: موقع المشروع، موقع العبادة.

الطيبة يجب أن تُنمى في الصمت

إحدى أعظم الإغراءات للعقول الضعيفة هذه الأيام هي حب الظهور. حتى التبرع بخمسة روبيات لإحدى الجمعيات الخيرية يُعلن في عناوين عريضة! وهكذا يُشجّع الغرور، وينزلق الإنسان إلى التفاخر الزائف. الطيبة يجب أن تُنمى في صمت الفكر.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع،

الفصل الثاني والخمسون: أنا وأمريثا.

الرجل الصامت لا أعداء له

اللسان هو درع القلب؛ يحرس حياة الإنسان. الكلام المرتفع، والكلام الطويل، والكلام الفوضوي، والكلام المليء بالغضب والكراهية – كلها تؤثر في صحة الإنسان. فهي تثير الغضب والكراهية في الآخرين؛ وتجرح، وتستفز، وتغضب، وتفرّق. لماذا يُقال إن الصمت من ذهب؟ لأن الرجل الصامت لا أعداء له، حتى وإن لم يكن له أصدقاء. لديه فسحة وفرصة ليغوص في أعماقه ويتأمل عيوبه وأخطائه، فلا يعود لديه ميل للبحث عنها في الآخرين. إذا انزلت قدمك تعاني من كسر؛ وإذا انزلق لسانك تكسر إيمان أحدهم أو فرحته. وذلك الكسر لا يُجبر أبدًا، وتلك الجراحة تتقرّح إلى الأبد. لذلك استعمل لسانك بحذر شديد. كلما كان كلامك أليّن، وأقل، وأعذب، كان ذلك أفضل لك وللعالم.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس،

الفصل الحادي والعشرون: الفرصة النادرة.

الصمت أفضل الممارسات لحماية الإيمان

الصمت هو أفضل ممارسة روحية لحماية الإيمان؛ ولهذا أؤكد على الصمت هنا أيضًا، كخطوة أولى في ممارستك الروحية.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس،

الفصل الثاني والأربعون: ادفع الثمن.

ردّد اسم الله في صمت القلب

المغناطيس لا يستطيع أن يجذب قطعة الحديد إذا كانت مغطاة بالصدأ والغبار. كذلك لا يمكنك أن تشتاق إلى الله حين يكون عقلك مثقلاً بصدأ الرغبات المادية، وحين يجثم عليه غبار الشهوات الحسية. أزل الصدأ، واعرف مجد الله، وردّد اسمه في صمت القلب. يمكنك اختيار أي اسم من أسمائه الدالة عليه. لا تُصغِ إلى من يروّجون لاسم معيّن ويعيبون غيره.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد السابع،

الفصل الخامس والأربعون: الكنز تحت قدميك.

الزم الصمت إذا كان قول الحق يسبب الحزن أو الألم

إذا أردت أن تعرف الطريقة التي عليك أن تلتزم بها في قول الحقيقة، فاقراً البهاغافاد غيتا. فهي تقول لك إن أفضل الكلام هو الكلام الذي لا يُسبب الألم أو الغضب أو الحزن للآخرين. وتقول النصوص المقدسة أيضاً: "قل الحق وقل ما هو لطيف. لا تقل الحق إن لم يكن لطيفاً. وإذا كان قول الحق سيُسبب حزناً أو ألماً، فالزم الصمت."

ساتيا ساي يتحدث، المجلد السابع،

الفصل السادس والأربعون: الحقيقة والمحبة.

صوت الله لا يُسمع إلا في عمق الصمت

فقط في عمق الصمت يُسمع صوت الله. تكلم بأخفض صوت ممكن، وأقل قدر ممكن، وبأعذب أسلوب ممكن.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثامن،

الفصل الثالث والثلاثون: الساق النامية والشجرة.

كل الفرخ في داخلك

كل الفرخ الذي تتوق إليه موجود في داخلك. لكنك مثل رجل يملك ثروة عظيمة في صندوق حديدي، ولا يعرف أين المفتاح. لذلك يعاني. استمع جيدًا إلى التعليمات، تأملها في صمت التأمل، وطبّق ما توضّح فيها؛ عندها تجد المفتاح، وتفتح الصندوق، وتغتني بالفرخ.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع،

الفصل الثالث: مهاشيفاراتري.

تجنّب التورط في شؤون الآخرين

التحرر هو الخطوة الأولى في الممارسة الروحية. الصمت يساعدك على تجنّب التورط في شؤون الآخرين؛ ولهذا يُشجّع كتمهيد.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع،

الفصل التاسع عشر: نصيحة للمختارين.

تحدث إلى الآخرين همسًا

أحد أوائل مبادئ العيش المستقيم هو – ممارسة الصمت. فـصوت الله لا يُسمع في منطقة القلب إلا عندما يهدأ اللسان، وتهدأ العاصفة، وتسكن الأمواج. ولن يكون هناك إغراء للآخرين ليرفعوا أصواتهم حين تتحدث إليهم همسًا. ضع مستوى الصوت بنفسك – منخفضًا قدر الإمكان، ومرتفعًا بالقدر اللازم ليصل إلى أبعد حدود الدائرة التي تخاطبها.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد العاشر،

الفصل الرابع: نسمة الحياة.

الصمت يعزز ضبط النفس

الصمت. هذه هي الخطوة الأولى في الممارسة الروحية؛ فهو يجعل الخطوات الأخرى سهلة. يعزز ضبط النفس؛ ويقلل من فرص الغضب، والكراهية، والحقد، والطمع، والكبرياء. إضافةً إلى ذلك، لا يمكنك سماع خطواته إلا عندما يسود الصمت في العقل.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد العاشر،

الفصل السادس عشر: الألقاب افتراءات.

الممارسة الروحية تُؤدى في الصمت

هناك كثيرون يجوبون البلاد، يعظون الناس عن ترديد اسم الله والتأمل، مدّعين أنهم خبراء متقدمون. يتظاهرون بأنهم معلمون كي يجذبوا جماهير ضخمة ويستعرضوا مهاراتهم. لكن مثل هذا الاستعراض للمواهب ليس علامة على الإنجاز الروحي. فالإنجازات الروحية تنأى بنفسها عن الدعاية. الممارسة الروحية يجب أن تتم في صمت، بعيدًا عن أعين الناس. فقد وصفت "ميرا" اسم الله وصورته بأنهما "جواهر ثمينة"؛ والجواهر الثمينة لا تُعرض كبضاعة في السوق؛ إنما تُعرض الخضروات هكذا أمام الجميع. لذا يجب أن لا تشجع وحدات منظماتنا على التفاخر أو المظاهر، لأنها غريبة عن الطريق الروحي.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد العاشر،

الفصل الثالث والثلاثون: العيوب والإخفاقات.

حافظ على الصمت في أعماق القلب

الله موجود في كل مكان. لذلك، لا تتصرف بشكل مختلف عندما تكون بعيدًا عن حضوري. كن دائمًا وفي كل مكان واعيًا بحضوره. كن يقظًا حتى أثناء قيامك بالمهام الصغيرة. حافظ على الصمت في أعماق القلب، وكذلك في الخارج.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع عشر،

الفصل التاسع والخمسون: البحث عن الاكتمال.

نمّ الصمت الداخلي

أول ممارسة روحية يجب على المرء أن يتبناها هي تنمية الصمت الداخلي، لوضع حد للحوار المستمر مع العقل. دع العقل يستريح قليلًا. لا تُسقط على العقل تفاصيل غير ضرورية وتلوّثه بأبخرة الحسد والجشع. فكل فكرة نحتضنها، سواء كانت جيدة أو سيئة، تُطبع في العقل كما تُطبع على ورق الكربون. وهكذا يدخل عنصر من الضعف وعدم الثبات إلى العقل. أبقِ العقل هادئًا وصافيًا. لا تهيجه في كل لحظة بحوار لا ينقطع.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس عشر،

الفصل الثاني والأربعون: الطهارة الثلاثية.

على العقل أن يمتنع عن الشرود

الكلام يُنتج بسهولة، لكنه ذو قيمة عظيمة. يمكنه أن يرفع الإنسان كما يمكنه أن يضعه. فبكلمة قد يصير الصفر بطلًا، وقد ينهار البطل إلى صفر. الكلام قد يُلهم، أو قد يزرع اليأس. يجب أن يكون الكلام صادقًا وعذبًا، لا كاذبًا ولطيفًا في الظاهر. على الإنسان أن يسعى لامتلاك كلام يخلو من الخداع، وأطراف تخلو من القسوة، وأيدٍ خالية من العنف، وأفكار نقية من روح الانتقام. لا بد من ضبط نوبات الهياج والتعصب والعواصف الغاضبة، فهي تقود إلى كوارث يتعذر حساب مداها. وبالتدرّب المستمر يمكن السيطرة عليها، والالتجاء إلى نذر الصمت. كذلك يجب أن يمتنع العقل عن الشرود عندما يمتنع اللسان عن الكلام؛ وإلا فلن يكون النذر مثمرًا. تذكّر أن كل كلمة نقولها أو نسمعها ستترك أثرًا في وعينا وتثير ردود فعل قد تكون نافعة وقد لا تكون. ولهذا السبب ينبغي التماس صحبة الله والأتقياء.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس عشر،

مارس الصمت لحفظ الطاقة

يجب الحفاظ على الطاقة الروحية بكل الوسائل الممكنة. لقد مارس الحكماء الصمت ليحفظوا الطاقة التي تُفقد من خلال الكلام.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد السابع عشر،

الفصل السادس: الطلاب والسادهانا.

الطهارة الثلاثية التي تُرضي الرب

هناك ثلاثة أمور تُسعد الرب غاية السعادة: لسان لا ينغمس في الكذب، جسد لا يتلوث بإلحاق الأذى بالآخرين، وعقل خالٍ من التعلق والكراهية. هذه الثلاثة تُشكّل الطهارة الثلاثية. ابتعد عن قول الكذب، وعن إيذاء الآخرين، وعن تغذية سوء النية تجاههم. مارس الصمت كوسيلة لحماية اللسان من الابتعاد عن الحقيقة. لقد مارس الحكماء الأقدمون الصمت ووعظوا به لهذا الغرض.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والعشرون،

الفصل التاسع: من الطعام إلى السعادة (أنام إلى آناندا).

التحفّظ في الكلام ينمّي مرونة العقل

أُجريت في جامعة كولومبيا دراسة عن تأثير كثرة الكلام على سلوك الناس وقدراتهم العقلية. أُجريت التجربة في مدرسة ابتدائية لمدة خمسة وعشرين عامًا. جُمع الطلاب في مجموعات من عشرة، وكان الطلاب الذين يتكلمون أقل يُمنحون جوائز. وأُجريت اختبارات على الطلاب كثيري الكلام، والطلاب الذين التزموا الصمت أو التحفّظ. وقد وُجد عبر السنوات أن القدرات الفكرية للطلاب الذين مارسوا التحفّظ في الكلام كانت عالية المستوى. كان في كلامهم نقاء. امتلكوا نظرة واسعة. طوروا عقولاً متسائلة. وتمتعوا بدرجة عالية من التمييز.

أما الطلاب الذين انغمسوا في الكلام الزائد، فقد تبيّن أن ذاكرتهم ضعيفة، وأفقهم ضيق، وافتقروا إلى قوة التمييز. لقد أثبتت نتيجة التجربة حكمة الحكماء الأقدمين الذين كانوا يذهبون إلى الغابة للتأمل الصامت. كل ممارسة من ممارسات الحكماء الأقدمين كانت تهدف إلى الارتقاء بالإنسان إلى أعلى المراتب. تذكّر أنه من خلال التحفّظ في الكلام يمكنك تنمية مرونة العقل.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والعشرون،

الفصل العاشر: فيديا وسَمسكارا (التربية والبصمة الروحية).

وظيفة اللسان

يجب أن يكون ضبط الحواس أحد الأهداف الأساسية للطلاب. فالحواس الإدراكية أقوى من الأعضاء الحسية ذاتها، وهذه الحواس هي: الصوت، واللمس، والشكل، والطعم، والرائحة. ومن بين الأعضاء الحسية يُعدّ الفم (أو اللسان) أهمها، لما يملكه من قوة الكلام. فإذا استطاع الإنسان أن يغلب لسانه، صار سيّدًا على جميع الحواس الأخرى.

للسان وظيفتان: الكلام والأكل. ومن يقدر على ضبط هاتين الوظيفتين يستطيع أن يرفع نفسه إلى مستوى الألوهية. عندما يسكت اللسان، يبدأ العقل بالكلام. ولضبط حديث العقل، لا بد من إيقاظ البُدهي (**buddhi**: العقل/الذكاء). ثم يجب السعي لتوجيه العقل أو الذكاء نحو الـ **آتْمَا (Atma: الذات الإلهية)**.

إن السعي الروحي الحق يتجلى في توجيه اللسان نحو العقل، والعقل نحو الذكاء، والذكاء نحو الآتما. ومع أن هذا الطريق الملكي متاح للإنسان، إلا أنه يختار أن يغرق في الملذات الدنيوية، فيغدو غارقاً في الحزن.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والعشرون،

الفصل الثالث عشر: الطريق الملكي إلى التحقق.

اسلك الطريق الإلهي في الحياة

للتخلص من الأنا (Ego) هناك طريق واحد فقط – وهو أن تسلك الطريق الإلهي في الحياة. عندما تنتفخ بأنفاس الأنا، اجلس بصمت في ركن ما، وتأمل ما يقوله لك تنفسك. فهو يعلن: "سو-هام" ("سو" أثناء الشهيق و"هام" أثناء الزفير). يتكوّن "سو-هام" من كلمتين: "سَه" (**Sah**) وتعني "هو" أي "براهمان"، و"أهام" (**Aham**) وتعني "أنا". ومن هنا يجيء القول: "أهام براهاماسمي" (**Aham Brahmasmi**: أنا براهمان). إذا جرى التأمل في هذا باستمرار، وكبر هذا الوعي في داخلك، فإن "الأنا" لن تعود مصدر إزعاج. لقد وُصفت هذه المانترا (Mantra: مقطع أو كلمة مقدسة يكررها الإنسان ليبلغ التحرر) في اصطلاح الفيدانتا بأنها "هامسا غاياتري" (**Hamsa Gayatri**).

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والعشرون،

الفصل السادس عشر: البُدهي والآتما.

إرشادات لضبط الغضب

لا ينبغي لك أن تصبح ضحية لمشاعر الغضب أو الكراهية أو الأنا أو الكبرياء حين تظهر في داخلك. عندما تراودك هذه المشاعر، اجلس بصمت لبضع دقائق. ولا تفرّغ غضبك في شتم الآخرين أو ضربهم كما تشاء. كيف تطبّق هذا عملياً؟ عندما تغضب، غادر المكان فوراً واخرج إلى الهواء الطلق، وامشِ بهدوء لمسافة مئتي متر. حينها يزول غضبك.

وهناك طريقة أسهل: قف أمام المرآة، وانظر إلى وجهك الغاضب. ستشتمئز من ملامحك، وتنظر إليها بنفور. ثم حاول أن تضحك من قلبك، وسرعان ما يغادرك الغضب. وإن وجدت صعوبة حتى في هذا، فادخل إلى حمامك وافتح صنوبر الماء. ومع نغمة صوت الماء الجاري، ابدأ بغناء أنشودة طيبة؛ عندها سيزول غضبك. أو اشرب كأس ماء بارد. هكذا ينبغي أن تبحث عن وسائل تستعيد بها هدوءك وسلامك الداخلي. أمّا إذا تركت غضبك ينمو، فإن القلق سينمو معه، ليحرّمك من راحة البال. إياك أن ترد الصاع صاعين أو الكلمة بكلمة.

كلما قلّ كلامك، ازدادت قوتك العقلية. ومع نمو قدرتك الذهنية، ستزداد قوة التمييز لديك أيضاً. ونتيجة لذلك، ستتخلّى عن "التمييز الفردي" وتلجأ إلى "التمييز الجوهري". ومن ثم ستبدأ في التفكير بخير العالم أجمع بدلاً من مصلحتك الفردية. عليك أن تغرس مثل هذه المشاعر الواسعة منذ صغرك.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس والعشرون،

الفصل الخامس عشر: الارتقاء من الحيوانية إلى الألوهية.

أنواع الصمت الثلاثة

لقد مارس القدماء ثلاثة أنواع من الصمت. الأول هو صمت اللسان، والثاني هو صمت العقل، والثالث هو الصمت الأسمى.

الصمت في الكلام يعني حصر الحديث ضمن حدود الحاجة والمناسبة. وبهذا الانضباط تجنّبوا الإفراط في الكلام، فحفظت طاقة الكلام لديهم، بل وتعززت. كما أدى ضبط الكلام إلى قول الحق. وقول الحق ساعد على تطهير أفكارهم. وبهذا نالوا الحكمة العليا. لذلك، فإن نقاء الكلام أمر أساسي، ويُكتسب من خلال التحفظ في الكلام.

أما صمت العقل، فالعقل هو حزمة من الأفكار والأوهام. يجب أن تُخفّض هذه الأفكار تدريجيًا. وعندما يقل عدد الأفكار، يخضع العقل تلقائيًا للسيطرة، كساعة توقفت عندما تُفكّك. وعندما يقل نشاط العقل، يتجلّى نور الآتما (Atma: الذات الإلهية). ونتيجة لذلك، يصبح الذكاء أكثر نشاطًا من الحواس.

وعندما يتحقق ضبط الكلام وضبط العقل، يسهل بلوغ حالة الصمت الأسمى. على الطلاب أن يسعوا لبلوغ المرحلة الثالثة من خلال انضباط المرحلتين الأولى والثانية.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد السابع والعشرون،

الفصل السابع: تشربوا مبادئ بهارات.

الطاقة عطية إلهية

الممارسة الروحية تقوم على قول الطيب، والتفكير الطيب، ورؤية الطيب، وسماع الطيب، وفعل الطيب. ويجب أيضًا تجنّب كثرة الكلام، لأنه هدر للطاقة. فعندما يضعف المرء بسبب تبديد طاقته، يصبح عرضة للغضب وتنامي الكراهية. لذلك عليك أن تستخدم طاقتك الممنوحة من الله في الأغراض الصالحة. الطاقة عطية إلهية. ومن خلال تقليل الكلام غير الضروري وحفظ الصمت، يمكنك صون الطاقة. "تحدث أقل واعمل أكثر" هو القانون الذهبي الذي يجب اتباعه.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد السابع والعشرون،

الفصل العاشر: غدّوا المحبة وتجنبوا الكراهية.

الأذى الناجم عن التلفاز

أجهزة التلفاز نُصبت في كل غرفة من بيوت الأغنياء. ومنذ ظهور التلفاز، تلوث عقل الإنسان. قبل مجيء التلفاز لم تكن عقول الناس ملوثة بهذا القدر، ولم تكن أعمال العنف منتشرة كما هي اليوم. أما الآن فقد وُجد التلفاز حتى في الأكواخ. الناس يشاهدون التلفاز حتى أثناء تناول الطعام. والنتيجة أن كل ما هو فاسد يُعرض على الشاشة يتلقاه المشاهد ويستهلكه. تركيز الانتباه على التلفاز يؤثر على نظرة الإنسان للعالم. فالمشاهد والأفكار والأفعال التي تُعرض على التلفاز تملأ عقول المشاهدين. ومن حيث لا يشعرون، تتسرب القلق والمشاعر السلبية إلى عقولهم، ثم تتجذر وتنمو بمرور الوقت.

لذلك، أثناء تناول الطعام، يجب ألا تُناقش أحداث مروعة، وألا يُفتح مجال لموضوعات تُثير العقل. يجب أن يسود الصمت عند الأكل. حتى الموجات الصوتية تدخل فينا وتؤثر في عقولنا. لهذا السبب، على الناس أن يتجنبوا مشاهدة التلفاز أثناء تناول الطعام.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع والعشرون،

الفصل الثالث: التحول الثلاثي – نداء سنكرانتي.

الصمت يساعد على اختبار الإلهي

من الضروري تحديد الرغبات وضبط الحواس. فهذا هو السبيل الوحيد إلى السعادة الحقيقية. وأهم عضو يجب ضبطه هو اللسان، الذي يتميز عن بقية الحواس – العينين والأذنين والأنف – بوظيفتين: الكلام والطعم. لقد مارس الحكماء

الأقدمون الصمت لأسباب عديدة. فالصمت يحفظ الطاقة، ويحسن الذاكرة، ويتيح اختبار الإلهي. كما أن التحفظ في الكلام، وتجنب الثثرة والغيبة، فضائل جديدة بالثناء.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع والعشرون،

الفصل العاشر: الخلق والرؤية (شريشتي ودهريشتي).

تأمل في تعاليم سوامي أثناء الصمت

انشروا المحبة في قلوبكم، وشاركوها مع الآخرين. فهذا هو أفضل أشكال العبادة. المحبة هي الثروة الوحيدة لساي. حياتي هي المحبة. هذا ما أقدمه للجميع بلا توقف. لكن إلى أي مدى تطبقون تعاليم سوامي؟ مارسوا الصمت لمدة عشر دقائق على الأقل في اليوم. في ذلك الوقت تأملوا في تعاليم سوامي. وأدركوا أن في هذا العالم الزائل يقيم الأبدي. تمسكوا بالله. ذوقوا سعادة الاتحاد مع الإلهي. اجعلوا المحبة أنفاس حياتكم. فبمحبة الله في قلوبهم استطاع الحكماء الأقدمون أن يروّضوا حتى الحيوانات الوحشية في الغابات.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع والعشرون،

الفصل الحادي عشر: التحول الثلاثي.

كن صامتًا وأوجد الصمت في الآخرين

كن صامتًا أنت أولاً؛ فهذا سيحدث الصمت في الآخرين. لا تقع في عادة الصراخ، أو الإطالة في الكلام ورفع. قلل من الاتصالات إلى الحد الأدنى. واحمل معك جوًا من التأمل الهادئ أينما كنت.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع والعشرون،

الفصل الحادي والعشرون: أهمية الانضباط.

الصمت يضمن راحة البال

عليك أن تجعل من عادة حياتك أن تلتزم الصمت لساعة واحدة على الأقل يوميًا. فهذا يحفظ طاقتك الكونية ويضمن راحة البال. كما يجب أن تنمي الانضباط في أسلوب العيش البسيط والتفكير السامي.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثلاثون،

الفصل السابع عشر: زكوا الخلق، وقودوا حياة مثالية.

الصمت يعيد قوة الذاكرة

لقد مارس الحكماء الهنود القدماء الصمت كرياضة روحية، لأنهم أدركوا المنافع الكثيرة المترتبة عليه. وقد تعلم سوامي فيفيكاناندا درسًا قيمًا حين وجد أنه بعد عشرة أيام من الكلام المستمر نسي جميع الأبيات التي كان قد حفظها عن ظهر قلب. لكنه باستمراره في صمت كامل مدة أسبوعين، استعاد قوة ذاكرته. ينبغي للناس أن يدركوا أن نعمة الله تُنال من خلال الاستخدام المقدس للحواس التي منحها الإله للإنسان.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثلاثون،

الفصل الخامس والعشرون: الاستخدام المقدس للإنديرياس (Indriyas: الحواس).

قل الحق

في هذه الأيام يلجأ الناس إلى الكذب، خوفاً من أن يقعوا في المشكلات إن هم صدقوا. ولكن لماذا الخوف من قول الحق؟ لا يجب أن تخاف إلا إذا ارتكبت أخطاء. واليوم، يسود الخوف في كل مكان. الحياة غارقة في الخوف! مارسوا الحق والبر. إذا التزمتم بهما، فلن تخافوا. وإن لم تتمكنوا من قول الحقيقة، فالأجدر بكم أن تصمتوا.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والثلاثون،

الفصل الثاني عشر: الإنسان، الحق، المحبة، والله.

على كل إنسان أن يتحمل نتائج أفعاله

على طريق التعبد هناك عقبات كثيرة. بعض الناس يلومون الله، أو ينتقدونه، أو يعيبونه في أوقات الشدائد. لكن كل إنسان عليه أن يتحمل عواقب أفعاله. أما الله فيبقى غير متأثر. الله طاهر، منزّه، ومقدس. فليقل الناس ما شاؤوا؛ كن هادئاً وبارد الأعصاب. لا تدخل في جدالات غير ضرورية معهم، فهي لا تجلب سوى العداوة. تحدّث برفق وحلاوة، وبوجه مبتسم. عندها سيلتزم الناقد الصمت. فالابتسامة هي أفضل ردّ على النقد.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والثلاثون،

الفصل السادس والأربعون: التضحية تؤدي إلى الخلود.

الصمت يُنمّي الطهارة

إنما الصالحون هم الذين يلتزمون الصمت. فالصمت يُنمّي الطهارة. لذلك التزموا الصمت في كل الأوقات. إنه مضيعة للوقت أن تنقلوا الأحاديث عن الآخرين. لماذا جئتم إلى هنا؟ الثروة الباطلة تضر بالكثيرين. فامتنعوا عن الانغماس فيها.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والثلاثون، الجزء الثاني،

الفصل الثامن: انمّوا الانضباط والمحبة.

الألوهية لا يُدركها إلا النقيّ القلب

إن كنت تطمح إلى نتائج صالحة، فلتقدم لله مشاعر صالحة فقط. يجب أن يسود الانسجام التام بين فكرك وكلمتك وعملك. عظيم هو ذلك الذي ينسجم فكره وكلمته وعمله انسجامًا كاملاً. لا تبغض أحدًا. ففي الرابع والعشرين من تشرين الثاني/نوفمبر 1926، كسر سري أوروبندو (Sri Aurobindo) صمته الطويل ليعلن فقط أن الله قد تجسد في اليوم السابق. وبعد هذا التصريح البالغ الأهمية، واصل نذره بالصمت. الألوهية لا يُدركها إلا النقيّ القلوب.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والثلاثون، الجزء الثاني،

الفصل الحادي عشر: التعبّد – اليَجنا الأسمى.

تحدث أقل واعمل أكثر

لا تُهدر الطاقة! الطاقة هي الله. في هذا الزمان، يبدد الطلاب الكثير من الطاقة عبر الرؤية غير المقدسة، والأفكار السيئة، والسماع الرديء، وكثرة الكلام. يمكن أن يُشبَّه الجسد بجهاز الراديو. فعندما يُترك الراديو يعمل باستمرار، تُفرغ البطاريات سريعاً. وبالمثل، إذا انغمست في الكلام الزائد، ستفقد الكثير من طاقتك. ولهذا كان الحكماء والقديسون في الماضي يلتزمون الصمت. إذن، احفظ طاقتك من خلال الصمت ليوم واحد على الأقل في الأسبوع.

أقول للطلاب دائماً: تحدثوا أقل واعملوا أكثر. عندها فقط تنمو طاقتكم الكامنة. هذا كان الهدف الوحيد للحكماء والقديسين في ممارسة مختلف التمرينات الروحية. وعندما تنمو الطاقة الكامنة، ستزداد قوة الذاكرة، وكذلك قوة التركيز. بعض الطلاب يعجزون عن الأداء الجيد في الامتحانات لأنهم لا يستطيعون التركيز حتى لحظة واحدة. تجدهم دائماً منهمكين في الاستماع إلى نشرات الأخبار أو تعليقات مباريات الكريكت، بينما الكتاب في أيديهم! مع مثل هذه الملهيّات، كيف لهم أن يركزوا أو يحتفظوا بالذاكرة؟

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والثلاثون، الجزء الثاني،

الفصل الرابع عشر: ابحث عن الله في داخلك.

مارس ضبط اللسان بشكل صحيح

بينما تقوم كل الحواس الأخرى بوظيفة واحدة فقط، يمتلك اللسان وحده القدرة على أداء وظيفتين: التذوق والكلام. لذلك على الإنسان أن يمارس ضبطاً صحيحاً للسانه لئلا ينغمس في آثام مثل الغيبة أو الإساءة للآخرين. في لحظات الغضب، الزم الصمت. لقد علّمنا القدماء: تحدث أقل، واعمل أكثر. فكلما قلّ كلامك، بقي قلبك أنقى.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الرابع: ثَبَّتَ إيمانك بالآثما.

الآثما ذاته حاضر في الجميع

رجل ظل صامثًا رغم أن الناس كانوا ينتقدونه. وعندما أراد صديقه أن يجعله يرد، أجاب: "الآثما نفسه موجود في داخلي كما هو في داخل من ينتقدي. فلماذا أنزعج إذا، وهو في الحقيقة ينتقد نفسه؟"

إن بحثًا عميقًا في الحقيقة يكشف أن محبتك أو كراهيتك للآخرين ما هي إلا محبتك أو كراهيتك لذاتك. في الواقع، لا وجود "لآخرين". إنك تعتبر نفسك مختلفًا عن الآخرين بسبب تعلقك بالجسد. وحين تتخلى عن هذا التعلق، ستدرك أنه لا وجود للآخرين، وأن الجميع لك. تلك هي الرؤية الحقيقية للآثما. الآثما لا يملك شكلاً محددًا.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الثاني عشر: الميلاد البشري لتجربة سعادة الآثما.

تحدث دائمًا بطريقة مُرضية

لماذا وهبك الله لسانًا؟ هل فقط لتتناول الطعام اللذيذ؟ لا، ليس لهذا فحسب. لقد أعطي اللسان ليردد اسم الله وليتكلم بلطف ورفق. لا تتحدث كما يحلو لك، بما قد يجرح مشاعر الآخرين. قد لا يصغي إليك البعض إذا تحدثت بلطف ورفق. هذا نصيبهم. قد يستمعون أو لا يستمعون، لكن عليك دائمًا أن تتحدث بطريقة مُرضية. وإن لم يكن ذلك ممكنًا، فالزم

الصمت. عندما تصمت، لن يكون هناك نزاع. إنما الذين لا يعترفون بالألوهية هم الذين يتصرفون بحماقة. في الحقيقة، الإنسان نفسه إلهي. حينها فقط يصبح إنساناً كاملاً. مهما فعلت، فافعله بإتقان.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الثامن عشر: مبادئ حياة الإنسان.

أرض ضميرك

المحبة هي أئمن ما تملك. نَمَّ المحبة، وتحدث دائماً بالحق. الحق يبدو مرّاً، بينما يرضى الناس بسهولة بالكذب. لا يستسيغون الحليب الذي يُقدَّم إلى باب منازلهم، لكنهم مستعدون لقطع أميال طويلة للحصول على زجاجة خمر. لقد صار الكذب سائداً هذه الأيام. الكذب قد يُرضي الآخرين، لكنه لا يُرضي ضميرك. اجتهد أن تُرضي ضميرك قبل أن تُرضي الآخرين. وفي كل الأحوال، اتبع طريق الحق. وإن كان قول الحق سيؤدي إلى خطر ما، فالزم الصمت.

ذاك الذي يرى لا يتكلم – وذاك الذي يتكلم لا يرى

كان ناسك متعمقاً في تأمل الله، وقد أخذ على نفسه نذراً بأن "يقول الحق دائماً". أراد الرب إيشوارا أن يختبره، فتجسّد في هيئة صياد وبدأ بمطاردة غزال. خائفاً، اختبأ الغزال في شجيرة قريبة من hermitage (مقام العبادة). وقد رأى الناسك ذلك.

وعندما سأله الصياد عن مكان الغزال، وقع الناسك في حيرة. لم يستطع أن يدّعي الجهل ويقول إنه لم يرَ الغزال، فذلك سيكون كذبًا. وفي الوقت نفسه لم يستطع أن يكشف عن مكانه، لئلا يقتله الصياد، فيصبح شريكًا في الجريمة. فابتهل الناسك إلى الرب إيشوارا بصدق أن يرشده إلى مخرج.

وبنعمة الله، لمع في عقله خاطر نير. فالله دائمًا معك، فيك، حولك، فوقك، هاديًا وحاميًا لك. فلماذا الخوف إذا كان هو قريب؟ أجاب الناسك: "أيها الصياد، ذاك الذي يرى لا يتكلم، وذاك الذي يتكلم لا يرى." وبهذا الجواب الحكيم، لم يحافظ الناسك فقط على التزامه بالحق، بل حمى أيضًا حياة الغزال. عندها تجلّى الرب إيشوارا في هيئته الحقيقية وقال: "إن مثل هذه الحكمة التي تحفظ مصالحك كما تحفظ مصالح الآخرين هي اليوغا الحقيقية (Yoga: الاتحاد بالله)."

لذلك قيل: الحق هو حياة اللسان، والبرّ هو حياة اليدين، واللاعنف هو حياة القلب. ويحتفل بشيفاراتري لتعليم الإنسان معنى هذه القيم.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس والثلاثون،

الفصل الرابع: الأصنام دلائل على الألوهية.

الخصام لا ينشأ من الصمت

ما هو الصمت؟ هو ألا تتحدث بالسوء عن الآخرين أبدًا. فالخصام لا ينشأ من الصمت. حيّ مَنْ يُسيء إليك. لا تُعدّ الإساءة بمثلها. إذا تصرفت كما يتصرف خصمك، فكيف تكون أعظم منه؟ وأنت تقول إن الآخر يتصرف خطأً، فهل تكون محقًا إذا فعلت مثله؟ لا تفعل هذا أبدًا. دَع مَنْ يرتكب الإساءة يستمر في سلوكه المسيء. لا تتفاعل. تَمَنَّ الخير للجميع.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس والثلاثون،

الفصل الرابع: الأصنام دلائل على الألوهية.

اختبر الألوهية الكامنة من خلال الصمت التام

وحيث إن الله كليّ الوجود، فما الحاجة إلى البحث عنه خارجيًا؟ عليك أن تبذل الجهد لتختبر ألوهيتك الكامنة بممارسة الصمت التام وتوجيه بصيرتك إلى الداخل. يمكنك اختبار النعيم الإلهي فقط في الصمت المطلق. ولهذا قيل: "الصمت من ذهب."

ساتيا ساي يتحدث، المجلد السابع والثلاثون،

الفصل العشرون: اختبر الألوهية في الداخل عبر الصمت التام.

ابتهل إلى الله من أعماق قلبك وبالمحبة

أي عمل عظيم يمكن إنجازه بالصلاة. لذلك صلّ لله في صمت. ولا تُصلّ لتحقيق رغبات صغيرة. تخلّ عن كل الرغبات، وابتهل إلى الله من أعماق قلبك وبالمحبة. وستجد حتمًا الاكتمال في حياتك. لا يمكنك أن تفهم وتختبر الألوهية إلا عبر المحبة. فلا شيء يُنال بدون محبة. بالمحبة تُكَلِّل جميع أعمالك بالنجاح.

وبعض الناس يشكون قائلين: "سوامي، نحن نرفع صلوات حارة، لكنها لا تُستجاب." فأقول لهم: "الخطأ في صلواتكم، لا في الله." فإذا كانت صلواتكم صادقة، فسوف تُستجاب حتمًا. فلا شيء يعجز الله عن إنجازه.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد السابع والثلاثون،

الفصل الثاني والعشرون: قوتي هي قوة المحبة.

ابق هادئًا ومنتزًا

تحدثوا دائمًا بالحق. وإلى جانب قول الحق، ينبغي لكم أن تبقوا هادئين ومتزنين في مواجهة النقد. عندها فقط يسود السلام. لقد كان الحكماء الأقدمون يلتزمون الصمت كجزء من ممارساتهم الروحية. فالصمت يساعدكم على التقدم في الطريق الروحي. وعندما تمارسون الصمت، يمكنكم اختبار راحة البال بسهولة. ومن السلام تتجلى المحبة. وحين تملأ المحبة قلوبكم، فلن يكون لكم أعداء. لذلك عيشوا حياتكم بالمحبة. فبالمحبة وحدها يمكن أن نُقيم السلام في العالم.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والأربعون،

الفصل الثالث عشر: المحبة هي الحق؛ والحق هو المحبة. عيشوا في المحبة.

لا تنغمسوا في الكلام الزائد

الإفراط في الكلام أمر سيئ للغاية. لا تنغمسوا في الكلام الزائد. حاولوا إصلاح طباعكم. التزموا الصمت قدر الإمكان وابقوا هادئين. تحدثوا بقدر الحاجة فقط. أجبوا بإيجاز على قدر السؤال. فإذا تحدثتم أكثر، وُصِفتم بالثرثرة. والكلام الزائد مضر حتى من الناحية الصحية. وهذا أمر بالغ الأهمية، خصوصًا للأطفال. عليكم أن تُعوّدوا عقولكم الثبات منذ الصغر. المهم ليس دراسة الكتب المدرسية، بل تثبيت العقل. أما الكتب فيمكن دراستها في الصف أو في السكن أو في أي مكان.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والأربعون،

الفصل الخامس: أحبوا الله وتأملوا فيه.

حافظوا على الصمت أثناء الأكل والشرب

يجب ألا نتحدث أبدًا أثناء الشرب أو الأكل. ففي الأزمنة القديمة، كان الحكماء العظماء يحافظون على الصمت أثناء الأكل أو الشرب. فإذا تحدثتم أثناء الأكل، فسيتضرر جهاز الهضم. وإذا تضرر جهاز الهضم، واجهتم أمراضًا عديدة. صلّوا لله بصمت، وأعينكم مغمضة، ثم تناولوا طعامكم.

أغلب الأطفال لا يعرفون هذه القاعدة. تناولوا طعامكم في صمت، في جو هادئ. لا تصرخوا، ولا تتحدثوا، ولا تثرثروا. لا تضحكوا ولا تبكوا أثناء الأكل. ولا تسمحوا لأي قلق أن يشغلكم قبل الطعام أو أثناءه. هذه بعض الاحتياطات التي يجب مراعاتها لتعيشوا حياة يومية سعيدة.

خطاب إلهي في برشانتني نيلايام، 12 أكتوبر 2002:

"سوهام – السادهاانا الصحيحة."

العزلة تعني أن تكون في تواصل مع الله

الله هو تجسيد الحق. والحق هو الله. لذلك يجب أن تعتمدوا على الحق. في الحقيقة، أنتم أنفسكم تجسيد الحق. إنه ليس شيئًا جديدًا يُكتشف من الخارج. فالحق يتجلى فيكم إذا جلستم في صمت عميق وعزلة.

ما معنى كلمة "العزلة"؟ لدى الناس مفاهيم خاطئة عنها، ويسئون تفسيرها بطرق مختلفة. فبعضهم يظن أن الجلوس وحيداً في غرفة مغلقة الأبواب والنوافذ هو عزلة. هذه ليست عزلة، بل وحدة. ويظن آخرون أن الجلوس تحت شجرة في غابة أو في كهف جبلي هو العزلة. وهذا أيضاً ليس المعنى الحقيقي للعزلة.

العزلة تعني أن تكون في تواصل مع الله أينما كنت – في السوق، أو في اجتماع، أو في وسط حشد كبير من الناس. حيثما كنت، يجب أن يتركز عقلك على الله من دون أن يتشتت بالهموم الدنيوية أو العائلية. العزلة هي تواصل تام بينك وبين الله. فلا شيء يجب أن يصرف انتباهك عن الله. هذا هو المعنى الحقيقي للعزلة.

ومهما كنت تفعل، أو حتى عندما تسافر في حافلة أو قطار أو طائرة، أبقِ عقلك ثابتاً على الله. وأثناء التأمل أو التفكير في الله، لا تسمح لأي انشغال آخر أن يشتت عقلك. عندها فقط يمكنك أن تختبر نور الله.

سنانتانا ساراثي، أيلول/سبتمبر 2011:

غياب القيم هو سبب العنف في العالم.

لا يمكنك أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف

تحدث بالمحبة.

قل الكلام الطيب.

تكلم دائمًا بابتسامة.

الكلام يعزز الصداقة كما يثير الخلافات

في هذا العالم، للكلام قيمة تفوق قيمة ورقة النقد. ففي الأزمنة القديمة، كان الناس يعطون للكلام قيمة عظيمة. وبمساعدة الكلام تمكنوا من أن يصبحوا أغنياء ومزدهرين؛ بل استطاعوا أن يكسبوا الممالك. يصبح الإنسان فاضلاً عندما يكون كلامه طيباً؛ ويصبح شريراً عندما يكون كلامه سيئاً.

الكلام يعزز الصداقة. كما يمكن أن يثير الخلافات بين الأصدقاء. الكلام يقوي الروابط بين الأقارب، كما يمكن أن يخلق الشقاق. وأثر الكلام لا يقتصر على الأمور العابرة والدنيوية فقط؛ بل إن الكلام يؤثر أيضاً في تقدمنا الروحي. فالكلام قد يسبب الموت، كما يمكنه أن ينقذ الحياة. الكلام العذب يمنحك الاسم والشهرة.

ولأن الإنسان اليوم فقد حديثه الطيب وطبعه الحسن، فقد أصبح عرضةً للابتلاءات والمعاناة الكثيرة. لهذا السبب أقول للطلاب بين حين وآخر: لا يمكنك أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف. فعندما يكون الكلام طيباً، يصبح الإنسان بطلاً. أما إذا لم يكن كلامه طيباً، فيصبح لا شيء.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والثلاثون، الجزء الأول،

الفصل الحادي عشر: الزائل والمتعالي.

الجُرح الذي تُحدثه اللسان لا يلتئم أبدًا

لا تستعملوا الكلمات الجارحة أبدًا. قد لا تستطيعون دائمًا أن تُرضوا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف. الجروح الجسدية تُشفى بواسطة الأدوية. أما الجروح التي يُحدثها اللسان فلا يمكن أن تلتئم أبدًا. لذلك أكرر لكم دائمًا: ازرعوا المحبة وتحدثوا بالمحبة. أنا لا أستعمل الكلمات القاسية حتى عندما أبدو غاضبًا. فأنا دائمًا أتحدث بمحبة. وأنتم أيضًا ستصبحون إلهيين عندما تنمّون مثل هذه المحبة الإلهية.

ازرعوا الأفكار الطيبة. فالأفكار الطيبة تقود إلى الأعمال الطيبة. والأعمال الطيبة تقود إلى الصحة الطيبة. ازرعوا المحبة. فكل شيء قائم على المحبة وحدها. يولد الإنسان في المحبة، ويُحفظ بالمحبة، وفي النهاية يذوب في المحبة. المحبة هي أساس الحياة الإنسانية. لكنكم تنسون هذه المحبة الحقيقية، وتنصرفون وراء المحبة الدنيوية والجسدية، التي ليست محبة بالمعنى الحق.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والثلاثون،

الفصل التاسع عشر: الله يتجسد ليقدم البشرية.

لا تروا الشر، بل انظروا إلى ما هو خير

إن صورة كل ما يرى تُطبع في العقل. لذلك أول ما ينبغي على الإنسان أن يمتلكه هو الرؤية الصحيحة. والرؤية الصحيحة هي التي لا تشوبها تأثيرات المشاعر الشريرة والأفكار السيئة والأعمال الخاطئة. لا تروا الشر، بل انظروا إلى ما هو خير. فذاك الذي يُنمّي بصيرتكم لفهم ما هو خير وأبدي وحق هو الرؤية الصحيحة.

يلي ذلك **الاستماع الصحيح**. عليكم أن تُصغوا فقط إلى الكلام الطيب. ولا ينبغي لكم في أي حال أن تُصغوا إلى الحديث الرديء. ولهذا يجب أن تستمعوا إلى النصوص المقدسة، والأناشيد التعبدية، والأحاديث عن الأعمال الطاهرة.

كل شيء في هذا العالم زائل. تقول الفيدا: "كل ما يُرى محكوم عليه بالفناء." كل ما ترونه سيختفي يومًا ما. وفي طريق التعبد ذي الفروع التسعة، يبدأ الطريق بالاستماع الصحيح: الاستماع، إنشاد أمجاد الرب، التذكر المستمر لاسم فيشنو، خدمة قدمي الرب، العبادة، السجود، الخدمة، الصداقة، والتسليم الكامل. فالخطوة الأولى نحو التسليم الكامل هي الاستماع. والكتب المقدسة القديمة إنما وصلت إلينا عن طريق الاستماع.

الرؤية الصحيحة والاستماع الصحيح يقودان إلى الكلام الصحيح

والفضيلة التالية هي **الكلام الصحيح**. فالرؤية الصحيحة والاستماع الصحيح يقودان إلى الكلام الصحيح. يجب أن يكون كلامكم طيبًا. لا تنطقوا بكلمات قاسية أبدًا. تحدثوا برفق وبحلاوة. ولهذا أقول لكم كثيرًا: "قد لا تستطيعون دائمًا أن ترضوا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف." قولوا ما يجب أن يُقال من دون قسوة. تحدثوا بصوت منخفض بحيث يسمعكم فقط من يُوجّه إليه الكلام. فالكلام اللطيف الحلو هو ما يجب أن نطوره.

الرؤية الصحيحة، والاستماع الصحيح، والكلام الصحيح، تقود كلها إلى الأفكار الصحيحة. "كما تكون أفكارك، تكون النتائج." فالأفكار الصحيحة تقود إلى الأعمال الصحيحة. ومن دون الأفكار الصحيحة لا يمكن إنجاز الأعمال الصحيحة.

لقد مارس بوذا رياضات شاقة لسنوات عديدة كي يضع حواسه الخمس على الطريق المقدس. أما المعرفة الكتابية وحدها فلا قيمة لها؛ فهي في الحقيقة اصطناعية. فلا مجرد دراسة النصوص تقودك إلى الرؤية الصحيحة، ولا مجرد الإصغاء لشروح المعلمين يجعل السمع مقدسًا. ولا تُكتسب الأفكار الصحيحة بمجرد قراءة الكتب أو الاستماع إلى

المعلم. بل بالجهد الذاتي يجب أن تضع حواس السمع واللمس والرؤية والطعم والشم في الاستخدام الصحيح. فهذا وحده ما يقودك إلى الممارسة الروحية السليمة.

قدّسوا حواسكم

عندما تضع حواسك في الاتجاه الصحيح، تدخل حياتك هي الأخرى الطريق الصحيح. فالمشكلة في سلوك الإنسان اليوم سببها الحواس. وكلما فسدت الحواس، فسدت معها الحياة كلها وصارت دنيوية وغير مقدسة. فإذا أردت أن تجعل حياتك مقدسة، فعليك أولاً أن تُقدّس حواسك. ولهذا أدرك بوذا، بعد رياضات استمرت سنوات طويلة، أن جميع الطقوس الشكلية لا فائدة منها. فأعلن أن الرؤية الصحيحة، والاستماع الصحيح، والكلام الصحيح، والأفكار الصحيحة، والأعمال الصحيحة، هي المبادئ الخمسة الأساسية لهداية الإنسان.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والثلاثون، الجزء الأول،

الفصل الثالث عشر: طبيعة الذات.

تحدث بالمحبة

الطعام الذي تأكله ملوّث. الهواء الذي تتنفسه ملوّث. كل شيء ملوّث. فكيف إذا تهرب من المرض؟ إن لم تُرد المرض، فكل طعاماً نقيّاً، وتنفس هواءً نقيّاً، واشرب ماءً نقيّاً، وكن نقيّاً. لكن حيثما تنظر لا ترى إلا التلوث. وعندما تكون محاطاً بالتلوث، فكيف تنال الطهارة؟ عندما تتجلى الطهارة من الداخل، يمكنك أن تختبر انعكاسها واستجابتها وصداها في العالم الخارجي. وأول ما يجب هو أن تزرع الطهارة في المجتمع. ومع أي شخص تتحدث، تحدث بعذوبة، لا ببغض أو

غضب أو غيرة. هذه أول ما يجب أن تتعلمه. قد لا تستطيع دائمًا أن تُرضي، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف. تحدث بالمحبة.

أظهر الإنسانية في أفعالك

من الرأس حتى القدم، امتلأ الإنسان اليوم غضبًا. لقد صار شبيهًا بالحيوان. بل إن الحيوان أفضل من الإنسان؛ فالحيوان له سبب وله موسم، أما الإنسان اليوم فلا سبب له ولا موسم. إذا تصرفت على هذا النحو، فكيف تسمي نفسك إنسانًا؟ لا يكفي أن تملك جسدًا بشريًا لتكون إنسانًا. فالجسد البشري ينال قيمته فقط عندما تُنمي القيم الإنسانية: الحق، والبر، والسلام، والمحبة، واللاعنف. فما فائدة الميلاد البشري إن غابت القيم الإنسانية؟ أظهروا الإنسانية أولًا. نمّوا المحبة. وعندها يصبح الجميع أصدقاء لكم. أي أصدقاء؟ أولئك المملوءون بالمحبة. وصدقكم الحقيقي هو الله وحده، فالله تجسيد المحبة. إنه مفعم بالمحبة.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل العاشر: نمّوا المحبة وكونوا إلهيين.

قولوا كلامًا طيبًا

عليكم أن تساعدوا الناس حتى لو اضطررتم لتحمل بعض الصعوبات. لا تنغمسوا أبدًا في شتم الآخرين، لأن الاتّما نفسه يسري في كل كائن حي. فإذا أسأتم إلى الآخرين، فذلك يعني أنكم أسأتم إلى أنفسكم. وإن لم تحبّوهم، ابتعدوا عنهم، ولكن لا تسيئوا إليهم. فأَي مقدار من العمل الصالح لن ينفع إن لم تتخلوا عن الصفات الرديئة.

إن لم تستطيعوا أن تعملوا خيرًا للآخرين، فقولوا لهم كلامًا طيبًا على الأقل. قد لا تستطيعون دائمًا أن ترضوا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف. إذا وجدتم إنسانًا يعاني، فحاولوا مساعدته. فاليوم هو دوره، وغدًا قد يكون دوركم. ضعوا هذا دائمًا في أذهانكم. لا أحد يستطيع أن يهرب من الألم والمعاناة. صلّوا دائمًا من أجل خير الجميع. وفي هذا السياق تأتي الصلاة العالمية: "ليكن جميع الناس في العالم سعداء!"

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس والثلاثون،

الفصل الثالث والعشرون: المحبة والأخلاق – الحاجة الملحة.

اجعلوا جميع الناس سعداء

تعلموا أن تقولوا الكلام الطيب. لا تؤذوا أحدًا بكلمات قاسية. تحدثوا برفق وحلاوة لتجعلوا جميع الناس سعداء. يا تجسيدات المحبة! الكلمات الطيبة تجلب الأعمال الطيبة. قد لا تستطيعون دائمًا أن ترضوا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف. وعندما تتحدثون بلطف، فكم ترتفع مكانتكم! عندها يحترمكم المجتمع.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس والثلاثون،

الفصل الحادي والعشرون: أفضل طرق محبة الله هي أن تحبوا الجميع وتخدموا الجميع.

التزم الصمت عندما تكون غاضبًا

عندما تتحاور مع الآخرين، افعل ذلك باحترام. لا تستعمل كلمات قاسية. "إن لم تستطع أن تُرضي، فتحدث بلطف" – هذا هو القانون الذهبي الذي عليك أن تتبعه. عندما تُسلم على الآخرين، فإن ذلك يذهب إلى الله. وعندما تنتقد أو تسيء إلى شخص آخر، فإن ذلك أيضًا يذهب إلى الله. لذلك عليك أن تمنع وتضبط بروز الصفات السيئة. وعندما تكون في حالة مزاجية سيئة أو غاضبة، الزم الصمت. لا تدخل في تبادل الكلام، لأنه يزيد الغضب اشتعالًا. ولهذا نقول: "أوم شانتي، شانتي، شانتي" في نهاية جلسة الترتيل التعبدية. ولماذا ثلاث مرات وليس أربع؟ لأنها تغطي الكيانات الثلاثة: الجسد، والعقل، والآثما. يجب أن يسود شانتي (السلام) في المستويات الثلاثة.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والثلاثون،

الفصل العشرون: اجعلوا الألوهية في القلب.

تحدث أقل، واعمل أكثر

أيها الطلاب! اجعلوا كلماتكم مقدسة. "قد لا تستطيع أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف." هذا يكفي. حاولوا أن تتحدثوا برفق وبهدوء. لقد قلت لكم مرارًا: "تحدثوا أقل، واعملوا أكثر." فالذي يتحدث بإفراط لا يستطيع أن يعمل. والذي يعمل لا يتحدث كثيرًا. وما سبب عدم تذكركم لكل ما تقرأون؟ إنه الكلام الزائد. فبالنحو أقل، ستزداد قوة ذاكرتكم. وليس هذا فحسب، بل إن قوتكم الروحية (الآثمية) ستنمو أيضًا.

طَبِّقُوا مَا تَسْمَعُونَ

كل ما تسمعون، حاولوا أن تستعيدوه، ثم ضعوه موضع التطبيق. الاستماع، والتأمل، والممارسة – هذه الثلاثة ضرورية جدًا. فالاستماع يمكن تشبيهه بالطهي في المطبخ. والتأمل يمكن تشبيهه بجلب الطعام إلى قاعة الطعام وتقديمه. أما الممارسة، فهي كعملية الأكل نفسها. وعندما تتوحد هذه الثلاثة، تنالون الصحة والسعادة.

لذلك، إذا أردتم أن تعيشوا حياة قانعة، تأملوا وطبقوا كل ما تعلمتموه. واليوم نجد المعرفة الكتابية في كل مكان، لكنها ليست سوى معرفة سطحية. وهذه المعرفة السطحية لا فائدة منها. عليكم أن تكونوا راسخين في المعرفة العملية.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والثلاثون،

الفصل الثلاثون: المعرفة بلا ممارسة بلا معنى.

تحدثوا بلطف وبحلاوة

المحبة دائمًا تعطي ولا تأخذ. مثل هذه المحبة غير الأنانية لا يملكها إلا الله. أنتم اجتمعتم هنا لتختبروا هذه المحبة. لم يرسل لكم أحد دعوة. إنما المحبة وحدها هي التي جاءت بكم. وماذا أعطاكم أنا؟ حين أسألكم ببساطة: "متى جئتم؟" تمتلئون فرحًا. ففي كلماتي وحدها حلاوة عظيمة.

وعليكم أنتم أيضًا أن تتعلموا التحدث بلطف وبحلاوة. "قد لا تستطيع أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف." الكلمات القاسية مثل القنابل الذرية. فإذا زارك أحد في بيتك، ولم تُقدِّم له شيئًا يأكله، فعلى الأقل كلمه بلطف وبحلاوة. فهذا يمكن أن يخفف من جوعه. أما إذا كلمته بخشونة، فلن يزيد ذلك من جوعه فقط، بل سيصيبه بالإحباط أيضًا.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والثلاثون،

الفصل الثالث والثلاثون: أطيعوا أوامر الله.

ما هي أفضل طريقة لمحبة الله؟

أيها الطلاب! لستم بحاجة إلى أن تقاتلوا من أجل الحقوق. أدّوا واجباتكم، والحقوق ستأتي تبعًا لها. قوموا بواجبكم. **الواجب هو الله؛ والعمل هو عبادة.** وما هو حقكم؟ حقكم أن تُسعدوا الجميع. اخدموا الجميع، وأدخلوا السعادة على قلوب الجميع من دون توقع مقابل. **الخدمة هي الله.** وأفضل طريقة لمحبة الله هي أن تحبوا الجميع وتخدموا الجميع. تحدثوا برفق وبحلاوة. **قد لا تستطيعون أن ترضوا دائمًا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف.** هذه هي خلاصة ثقافة الهند.

التعليم لا يعني "Twinkle, twinkle, little star, how I wonder what you are". فكل هذا تعليم مصطنع. أما الثقافة الحقيقية للهند فهي تلك التي تُنمي الروحانية والقيم الإنسانية.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والثلاثون،

الفصل الثالث والأربعون: امزجوا الروحانية بالتعليم.

طهّروا عقولكم واملأوها بالمشاعر الإيجابية

يقول بعض الناس إنهم لم ينالوا أي فائدة رغم أنهم ردّدوا الاسم الإلهي مدة عشرين أو ثلاثين سنة. ولكن لا تتحقق أي فائدة من ترديد الاسم الإلهي إذا كان العقل مليئًا بالشوائب. أولاً طهّروا عقولكم، واملأوها بالمشاعر الإيجابية. عندها

فقط يمكنكم أن تختبروا فائدة ترديد الاسم الإلهي. الأفكار السيئة والمشاعر السيئة لن تفيدكم أبدًا. وحتى إن صادفتم شيئًا سيئًا، فلا تدعوه يدخل عقولكم.

عمل الله لا يفشل أبدًا. لذلك، كل عمل يؤدي بروح إلهية لا يمكن أن يلقى الفشل. وإذا فشلت في مسعاكم، فهذا يعني أنكم لم تحملوا المشاعر الإلهية. ستنجحون دائمًا إذا كانت مشاعركم طاهرة وإلهية. على الأقل ابتداءً من اليوم، ازرعوا مشاعر نبيلة. تحدثوا بلطف وبحلاوة. قد لا تستطيعون أن ترضوا دائمًا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والثلاثون، الجزء الأول،
الفصل التاسع: مارسوا السادهانا بمشاعر طاهرة.

تحدثوا دائمًا وابتسامة على شفاهكم

الخدمة هي أسهل طريق لنيل نعمة الله. قدّموا الخدمة، وتناولون محبة الله. فالمحبة والخدمة هما كجناحين يرتقي بهما الإنسان إلى مستويات أسمى من الوعي. فإذا حملتم روح المحبة والخدمة، ستتبعكم نعمة الله كالظل أينما كنتم – في الغابة أو في السماء، في القرية أو في المدينة، عند النهر أو على قمة الجبل.

لقد خلق الله الإنسان على صورته، حتى يكون سلوكه منسجمًا مع أمره. فلا تؤذوا أحدًا، لأن الله موجود في الجميع. تحدثوا دائمًا بابتسامة على شفاهكم. قد لا تستطيعون أن ترضوا دائمًا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والثلاثون، الجزء الثاني،
الفصل التاسع: القيم الإنسانية والخدمة.

لا تُبددوا هذه الحياة

اليوم، الاضطراب والعنف يسيطران على العالم، لأن الحق والبرّ تراجعاً في قلوب الناس. فكل ما ترونه في الخارج ليس سوى انعكاس واستجابة وصدى لمشاعركم الداخلية. إن الحياة البشرية مقدسة جداً، ثمينة جداً، وإلهية جداً. فلا تُبددوا هذه الحياة بالانغماس في أنشطة غير مقدسة. بل يجب أن تُعاش بطريقة سليمة عبر ضبط الحواس العشر. تحدثوا بلطف وبحلاوة. قد لا تستطيعون أن تُرضوا دائماً، لكن يمكنكم دائماً أن تتحدثوا بلطف. صلّوا من أجل خير الجميع. ليكن جميع العوالم سعيدة! قدّسوا حواسكم بخدمة الجميع. فإذا ضبطتم حواسكم، استطعتم أن تحققوا أي شيء في الحياة. وإذا لم يكن الله راضياً عنكم، فسوف يحتقركم كل الناس.

قد تظنون أنكم قدمتم عشرة أكياس من الأرز صدقة، ووزعتم ثياباً على خمسمئة شخص. مثل هذه الحسابات تُقدّم إلى دائرة الضرائب، لا إلى الله. الله لا يهتم بالكمية؛ إنه ينظر إلى الشعور الكامن وراء أفعالكم. لذلك، أي عمل خيري تقومون به، أنجزوه بروح المحبة والتضحية.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والثلاثون،

الفصل الثاني عشر: أزهار لا تذبل أبداً.

اللسان وُهب لكي يُسعد الآخرين

من يسمي نفسه قائداً يجب أن يتحدث دائماً بعذوبة ومحبة. ولا ينبغي له أن ينغمس في النقد. فالتنقد ليس سوى انعكاس وصدى وردّ فعل لصفات الإنسان الرديئة. فالصفات السيئة التي تراها في الآخرين ليست سوى انعكاس لمشاعرك الداخلية. لا يملك أحد الحق في البحث عن العيوب في الآخرين. وأعظم الخطأ هو من ينغمس في انتقاد الآخرين.

لقد وُهب اللسان لكي يُسعد الآخرين، ولكي ينشد أمجاد الرب. قد لا تستطيع أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف. لقد وُهبَت اليَدان لا لتؤذيا الآخرين، بل لتكسبا الرزق وتؤديا أعمال الخير. وأُعطيت الأذنان لا لسماع الثرثرة الباطلة، بل لسماع القصص المقدسة عن الرب. بهذه الطريقة، ينبغي للإنسان أن يضع كل عضو من أعضائه في الاستخدام الصحيح ويقَدِّس حياته.

اليوم تقدمت العلوم، لكن الحواس فسدت. فما فائدة التعليم الذي لا يمنح السيطرة على الحواس؟

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والثلاثون،

الفصل الرابع عشر: استأصلوا الفساد الأخلاقي لتناولوا الخلود.

الحواس مسؤولة عن الفضيلة كما عن الخطيئة

وجّه عقلك نحو الله بدلاً من توجيهه نحو الحواس. كما أشرت أمس، فإن الحواس مسؤولة عن الفضيلة والخطيئة معًا. فإذا أسيء استخدامها جلبت الخطيئة، وإذا استعملت بشكل صحيح جلبت الفضيلة. تحدثوا برفق وحلاوة، ونمّوا عقلاً صالحًا. عندها فقط تناولون احترام الآخرين. قد لا تستطيعون أن تُرضوا دائمًا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف.

نمّوا الرؤية الصحيحة. فالنظرات الشريرة تجلب الخطر. لقد ألقى "كيشكا" (Keechaka) نظراته الشريرة على "دروبدي" (Draupadi)، فكانت نهايته على يد "بيما" (Bhima). لا تُصغوا إلى الكلام الرديء.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الرابع: ثبّتوا إيمانكم بالآثما.

الإنسانية الحقيقية تكمن في فهم الوحدة في التعددية

تُعلن الفيدانتا (الأوبانيشاد التي تُعلّم معرفة الذات) أن المبدأ الآثمي هو الوحدة الكامنة وراء التنوع. فالمصاييح كثيرة، لكن التيار الكهربائي نفسه يجري في جميعها. وبالمثل، يوجد المبدأ الآثمي في الجميع. إن عجز الإنسان عن فهم هذا المبدأ في الوحدة هو سبب جهله. فالإنسانية الحقيقية تكمن في فهم الوحدة في التعددية.

عليكم أن تطوّروا الرؤية الصحيحة حتى تطوّروا الوحدة. وهذا كان أول تعليم للبوزا. ثم شدّد على ضرورة **الكلام المقدس**. فعلى الإنسان أن يقول فقط الكلمات التي لا تسبب إزعاجًا للآخرين، والتي تكون صادقة، لطيفة، ومفيدة. ومهما تكلمتم، فلا ينبغي أن يسبب كلامكم اضطرابًا للآخرين. يجب أن يكون الكلام صادقًا ولطيفًا في الوقت نفسه. قد لا تستطيعون أن تُرضوا دائمًا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف. فالكلام المقدس هو تجلٍ للألوهية.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل التاسع: انالوا نعمة الله من خلال التضحية والمحبة.

كما تفكر، كذلك تصبح

لكي تُقدّس حواسك، عليك أن تستعملها في خدمة الآخرين. كما تفكر، كذلك تصبح. فإذا نظرت نظرة شريرة، أو أصغيت إلى كلام رديء، أو انغمست في أفعال سيئة، فسُتدمّر نفسك في النهاية. وإن لم تستطع أن تقوم بأي عمل من أعمال الخدمة، فتحدث على الأقل برفق وحلاوة. قد لا تستطيع دائمًا أن تُرضي، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف. اليوم يتحدث الإنسان بكلمات قاسية تجرح مشاعر الآخرين. إنه يسيء استعمال حواسه. فكيف يتوقع أن يكون سعيدًا وصحيًا؟ لكي تنعم بصحة تامة، اجعل لحواسك استعمالاً مقدسًا. قد تكون فقيرًا أو غنيًا، قد تملك مالا أو لا، لكن الله أعطى لكل واحد منكم خمس حواس. فاستخدموها بشكل سليم، وقدّسوا حياتكم.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس والثلاثون،

الفصل الثاني: أوقدوا مصباح الأخلاق في قلوبكم.

ما هي التربية الحقيقية؟

عندما يزورك أحد في بيتك، يجب أن تستقبله باحترام ومحبة. في هذه الأيام، لم يعد يُرى مثل هذا السلوك المهذب.

ولهذا أقول لكم مرارًا: "قد لا تستطيع دائمًا أن تُرضي، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف."

أما تعليم اليوم فقد جعل الأطفال شياطين بحق. فلا تواضع فيهم ولا مودة. يحفظون ما في الكتب عن ظهر قلب، ثم يذهبون إلى قاعة الامتحان، ويفرغون ما في رؤوسهم على أوراق الإجابة، ثم يعودون إلى بيوتهم برؤوس فارغة. هل هذه هي التربية؟ أبدًا. إن التربية الحقيقية هي ما يُطبع في قلب المتعلم. التربية الحقيقية هي التي تبقى ثابتة لا تتغير مع مرور السنين. أما المشاعر المقدسة، فلم تعد تُرى في طلاب اليوم.

عشوا حياة الإنسان الحق

الجميع يتظاهرون بالتعبّد دون أثر حقيقي للتعبّد. فما جدوى هذا التمثيل؟ الناس يتعلمون هذه القيم الزائفة من السينما والتلفاز وغيرها، وهي تُفسدهم، وخصوصًا الأطفال. إن العالم اليوم يبدو سعيدًا بالتلفاز والسينما، لكن سوامي لا يرضى عنها. فهل تساعد السينما والتلفاز على خلاص البشرية؟

على كل إنسان أن ينمي القيم الإنسانية ويعيش حياة الإنسان الحق. لكن قلّما نجد مثل هؤلاء الناس. هناك، بالطبع، بعض الآباء الذين يربّون أبناءهم بمحبة وحنان عظيمين، ويضعونهم على الطريق القويم. هؤلاء وحدهم يُسمّون "آباء مثاليين". وأبناؤهم يكبرون ليكونوا مثاليين ونبلًا.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس والثلاثون،

الفصل التاسع: الأم هي إلهك الأول.

الكلام المفرط يضعف الذاكرة

لا تنزلقوا إلى عادات الكسل فور مغادرتكم المعهد. يجب تجنب الكسل بأي ثمن. الكسل هو صدأ وغبار، أما التحقق فهو الأفضل والراحة! التحقق يجب أن يكون هدف حياتكم، والكسل يجعل هذا الهدف بعيد المنال.

ويجب أيضًا تجنب الكلام المفرط. فالكلام الكثير يضعف الذاكرة ويُلدِّد الذكاء. لذلك لا تكثرُوا من الكلام. قد يحاول الآخرون أن يجزّوكم إلى أحاديث فارغة، لكن تخلصوا منها بمهارة. قد لا تستطيع دائمًا أن تُرضي، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف! تحدثوا فقط عندما يكون ذلك ضروريًا، وتحدثوا بلطف حين تفعلون، وكونوا دائمًا مهذبين، ولا تفشلوا أبدًا في احترام والديكم.

فقط عندما تسلكون هذا السلوك، وتجعلون أعمالكم قائمة على المحبة، يمكن أن تُسمّوا بحق أشخاصًا متعلمين.

أمطار الصيف في بريندافان 2000،

الفصل الأول: اطلبوا التربية (Educare) بدلًا من مجرد التعليم.

كثرة التفكير قد تؤدي إلى الضرر

لا ينبغي لك أن تُصغي إلى كل ما يُقال. وبالمثل، يجب أن تُضبط الأفكار ضبطًا محكمًا. على الأفكار أن تتمحور حول أمور مناسبة. فالأسئلة: متى، وأين، وفي ماذا تفكر – كلها مهمة. فالإفراط في التفكير قد يقود إلى الضرر.

إن الإفراط في التفكير (التدبير بالمكائد) هو ما فعله الكورافاس (Kauravas)، وقد دفعوا الثمن غاليًا في النهاية. كانوا دائمًا غارقين في الأفكار الشريرة، يقضون الليل كله في اختراع الطرق الدنيئة والمؤذية للإضرار بالباندافاس (Pandavas) النبلاء، الذين كانوا تجسيدًا للاستقامة. لقد هلك الكورافاس لأنهم كانوا يحملون باستمرار أفكارًا سيئة ضد الباندافاس. لذلك، تجنبوا دائمًا النظرات السيئة، وسماع الكلام السيئ، وكذلك الأفكار الرديئة. لا تنطقوا أبدًا بكلمات غير لائقة. قولوا دائمًا الكلام الطيب، وتحدثوا بعذوبة. قد لا تستطيعون دائمًا أن ترضوا، لكن يمكنكم دائمًا أن تحدثوا بلطف! على الطلاب أن ينموا مثل هذه الصفات الطيبة، فهي الزينة الحقيقية لهم.

النظرات السيئة تشجع الأفكار السيئة

أيها الطلاب – فتيةً وفتيات! في هذه المرحلة من الحياة، هناك الكثير من الفضائل التي يجب أن تكتسبوها؛ ولاحقًا، عليكم أن تحسنوا استعمالها بنشاط. فكما أنه لا يمكن إنفاق المال لاحقًا إن لم يكن هناك ادخار الآن، فكذلك الفضائل؛ إن لم تُنم الآن، فماذا تفعلون لاحقًا؟ لذلك عليكم أن تعزموا بصلابة على تطوير العقل السليم، والعادات الحسنة، والكلام الطيب منذ الآن.

لقد شدّد بوذا مرارًا على ضرورة الرؤية الصحيحة، ولم يسمح بأي مخالفة لهذه القاعدة من قبل تلاميذه. فالنظرات السيئة تشجع الأفكار السيئة، التي تقود في النهاية إلى الهلاك. لذلك يجب ضبط النظر ضبطًا صارمًا.

أمطار الصيف في بريندافان 2000،

الفصل الرابع: الجسد البشري وأهميته.

كونوا دائماً غارقين في المشاعر الإلهية

كونوا مؤدبين، مهذبين، ومتواضعين عند الحديث مع الكبار. لا تكونوا خشنيين أو فظين. تواضعكم يُرضي الكبير الذي تخاطبونه. قد لا تتمكنون أحياناً من تنفيذ ما يُطلب منكم، لكن يمكنكم أن تكونوا مهذبين حتى في الرفض. كما يقول سوامي كثيرًا: "قد لا تستطيعون دائماً أن تُرضوا، لكن يمكنكم دائماً أن تتحدثوا بلطف." اجعلوا من هذه الممارسة عادة لكم.

كونوا دائماً غارقين في المشاعر الإلهية. فإذا صادفتم شخصاً شريراً، لا تفكروا مباشرة فيه على أنه شرير. فالأفعال السيئة صادرة عن الجسد، لكن داخل ذلك الشخص يوجد نفس الآثما الذي فيكم. هذه الوحدة، هذا المبدأ الآثمي، هو ما يجب أن تركزوا عليه. عاملوه بشعور أن الذات فيكم موجودة فيه أيضاً. هذه هي الطريقة لتطوير المحبة نحو جميع الكائنات. كذلك، لا تحملوا أي عداة تجاه أي بلد، بل كونوا متساوين مع الجميع. لا تنتقدوا ثقافة البلدان الأخرى. أحبوا ثقافتكم كما تحبون أمكم، تماماً كما يحب أهل البلدان الأخرى ثقافتهم.

أمطار الصيف في بريندافان 2000،

الفصل الخامس عشر: الطالب المثالي.

شاركوا الآخرين بما لديكم

إن الهند أرض مقدسة، أرض تضحية وروحانية. لكنها تحوّل إلى أرض لذات مادية. إن روح التضحية أمر أساسي. شاركوا الآخرين بما لديكم. فالقليل من الطعام يكفي لإشباع جوعكم. فلماذا تطمعون في نهر الغانغا بأكمله بينما يكفي كأس ماء صغير لإطفاء عطشكم؟ لا تُغذّوا الطمع والصفات الشريرة، لئلا تلقوا المصير نفسه الذي لقيه "دوريودانا" (Duryodhana) وقومه. املأوا قلوبكم محبة.

أيها الطلاب! تحدثوا برفق وحلاوة. قد لا تستطيعون دائمًا أن تُرضوا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف. أنتم جميعًا شباب. فابدلوا الجهد لتشكيل مستقبلكم بالطريقة الصحيحة. نمّوا روح المحبة والتضحية. شاركوا محبتكم مع أصدقائكم.

على سبيل المثال، إذا كان لديكم قلمان، أعطوا أحدهما لمن يحتاجه. وإذا اعترض والداكم على هذا الفعل من العطاء، أقنعوهم بالقول: "ما فائدة قلم إضافي؟ من الأفضل أن يُعطى لشخص يحتاج إليه." وهذا سيجعلهم سعداء حقًا.

أمطار الصيف في بريندافان 2000،

الفصل العشرون: الجسد البشري وأهميته.

كما تزرع، كذلك تحصد

لا ثروة أعظم من المحبة. احترموا والديكم وقدّسوهم كأنهم الله. قدموا لهم التحية عند استيقاظكم صباحًا، قبل ذهابكم إلى المدرسة، وعند نومكم ليلاً. لا تجادلوهم أبدًا، بل حاولوا إقناعهم بالمحبة. تذكروا: كما تزرع، كذلك تحصد. فكل ما تفعلونه مع والديكم، سيفعله أبناؤكم معكم. لا تتحدثوا معهم بفظاظة. كونوا طائعين.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والثلاثون،

الفصل التاسع: إيشواراما – تجسيد المحبة والتضحية.

احترموا النساء تُحترموا

اليوم يُمنح الناس ألقابًا متنوعة مثل "بادماشري" و"بادما فيبهوشان" (تكريمات تُمنح للخدمات المتميزة والإنجازات). لكن الألقاب التي تُمنح للنساء مثل: "غريهلاكشمي" (بركة البيت)، "إلالو" (سيدة البيت)، "دارما-بثني" (رفيقة الحياة المستقيمة)، "أردهانغيني" (النصف الأفضل) – هي ألقاب سامية ومقدسة. فكيف تُعتبر النساء، اللواتي يحملن مثل هذه الألقاب السامية، أدنى من الرجال؟ لكن، للأسف، بسبب تأثير زمن "كالي يوغا" (عصر الحديد)، صار الرجال يستهينون بالنساء ويعاملونهن كخادمات. وهذا خطأ جسيم. فكلما احترمت النساء، زاد احترامك.

ينبغي أن تحرصوا على ألا تذرف المرأة الدموع. وإلا واجهت العائلة المصاعب. فالشوكة يمكن أن تُنزع من القدم، لكن الكلمة القاسية التي تجرح القلب لا يمكن استردادها. لذلك، لا تستعملوا الكلمات الجارحة أبدًا. تحدثوا بلطف وعذوبة. للرجل الحق في أن يشير إلى أخطاء زوجته، لكنه لا يملك الحق في أن يستعمل كلمات قاسية تجرح مشاعرها. قد لا تستطيع أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف. ستنعّم العائلة بالسلام والازدهار عندما تلتزمون بهذه المبادئ.

القوة المدمرة للغضب

عادةً ما يكون عنصر الغضب موجودًا في الرجال أكثر من النساء. فإذا غضبت مرة واحدة، ضاعت منك الطاقة التي اكتسبتها من الطعام طوال ثلاثة أشهر. وليس هذا فقط، بل إن دمك يغلي، ويستغرق نحو ثلاثة أشهر ليبرد من جديد. فإذا فقدت أعصابك مرارًا، فتخيّل ما سيكون مصيرك.

وقصة "جاراساندها" خير شاهد على ذلك. فقد تحدّاه كريشنا للقتال مرارًا. لكن عندما كان جاراساندها يدخل ساحة المعركة بالغضب العارم، كان كريشنا ينسحب منها. ولما تكرر الأمر كثيرًا، سُئل كريشنا عن سبب هذا السلوك الغريب.

فأجاب: "لا تظنوا أنني أنسحب خوفًا. أستطيع أن أقتله في أي لحظة، لكن هذا ليس الوقت المناسب. بإثارة غضبه مرارًا، أنا أستنزف كل قوته." ومع مرور الوقت، فقد جارا ساندتها قوته كلها، وفي النهاية هلك.

لم يَر كَريشنا في انسحابه من المعركة إهانة، لأنه كان يتصرف وفق خطته الكبرى. وقد اتبع هذه الطريقة ليعلم درسًا مهمًا: أن كل خطط الله هي دائمًا من أجل خير الآخرين. فالله لا يفعل شيئًا لنفسه. الله لا يفعل إلا الخير، حتى وإن بدا لبعض الناس أنه شر. والخطأ في رؤيتهم، لا في خلق الله. فكل ما يفعله الله هو دائمًا لمساعدتكم وتنمية قدسيّتكم.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والثلاثون،

الفصل الحادي عشر: النساء تجسيد النبل والفضيلة.

لكل عضو من الجسد غاية

كثير من الناس يقولون: "سوامي، لقد بدأت أفقد أسناني، فما الفائدة بعد أن أفقدها كلها؟" فيقول سوامي: "قد تفقد أسنانك، لكن لسانك ما زال موجودًا." جميع الأسنان قوية، والأشياء القوية هي التي تذهب أولاً. أما اللسان، وهو لين، فيبقى. وعندما ترحل، فإن لسانك يرحل معك دائمًا. لذلك يجب أن يُحفظ اللسان. ولهذا قيل: "قد لا تستطيع أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف."

تحدثوا برفق وحلاوة. قولوا الحق. اتبعوا الاستقامة. ردّدوا اسم الرب، واجعلوا الآخرين يصغون إليه. أتدرون لماذا وُهب اللسان؟ هل فقط لتأكلوا كل شيء؟ أتدرون لماذا وُهب الأقدام؟ هل فقط لتسيروا في الطرقات؟ لكل عضو في الجسد غايته. عليكم أن تقوموا بأعمال صالحة وكاملة. لقد مُنح الجسد لأداء أنشطة مقدسة. فلا تكونوا يومًا غير مستقيمين، ولا تنطقوا بالكذب. دَعُوا أجسادكم تسلك طريق الاستقامة. سوامي يتوقع منكم أن تكتسبوا سمعة طيبة.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل السادس عشر: فينايكا - سيد النجاح والعقل.

استعملوا التمييز لإغناء الشخصية

شخصياتنا تنعكس في كلماتنا، وسلوكنا، وتصرفاتنا في الحياة اليومية. لذلك يجب أن نتحدث بلطف، وألا نؤذي الآخرين بكلمات قاسية. صحيح أنه قد لا نستطيع دائمًا أن نرضي، لكن يمكننا دائمًا أن نتحدث بلطف.

أثناء الطهي، تختار النساء الأواني المناسبة بحسب كمية الأرز المطلوب طبخه. فلا معنى أن يُستخدم وعاء ضخم لطهي كمية قليلة من الأرز. التمييز يجب أن يُستخدم لاختيار الوعاء المناسب وشدة النار المناسبة. وبالمثل، يجب أن يُستخدم التمييز لإغناء شخصية الإنسان.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل العشرون: "التربية القلبية Educare" هي التعليم الحق.

نمّوا المحبة للطلاب وشكّلوا شخصياتهم

هناك رباط من المحبة النقية بين المعلمين والطلاب. فالطلاب يستطيعون أن يكسبوا قلوب معلميهم، والمعلم يستطيع أن يكسب قلوب طلابه. وإذا أردتم أن تُحبّوا، فعليكم أن تحبوا الآخرين أولاً. وأول ما يجب أن نطمح إليه هو الحق. إن أساس الثقافة الهندية هو: "قل الحق، وامارس السلوك المستقيم." كنت دائمًا متواضعًا، وما زلت أعلم الطلاب الشيء نفسه. قد لا نستطيع دائمًا أن نرضي، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف! لكن أحيانًا يكون من الضروري أن تكون

صارمًا. وهذا ما أفعله. أستطيع أن أكون أصلب من الألباس عندما تتطلب المواقف ذلك، وإلا فأنا أليّن من الزبدة. وقد فهم المعلمون طبيعتي هذه.

أيها المعلمون! إذا أردتم أن تكسبوا ثقة الطلاب، فعليكم أن تتعاملوا معهم بالمحبة. عليكم أن تشيروا إلى أخطائهم وتقودوهم إلى الطريق القويم. عندها فقط سيسلكون الطريق الصحيح ويعترفون بأخطائهم. ومن أجل تقدم الأمة وازدهارها، يجب على المعلمين أن يُنمّوا المحبة للطلاب ويشكّلوا شخصياتهم. عندها سيحصل المجتمع على العديد من المواطنين الصالحين.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الحادي والعشرون: باري براشنا – الأجوبة الإلهية.

لا تُظهروا الغضب تجاه الأطفال

ليس كافيًا أن تنشئوا مؤسسة تعليمية. فالطلاب يجب أن يُربّوا بالطريقة الصحيحة. تحدثوا بلطف. لا تُظهروا الغضب تجاه الأطفال أبدًا. قد لا تستطيع دائمًا أن تُرضي، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف. خاطبوا الأطفال برقة وحلاوة. ويجب أن يكون الحوار بين المعلمين أيضًا لطيفًا. عندها سيُشجع الأطفال باقتدائهم بهم. ويجب تعليم الأطفال كل شيء، بأفضل ما تستطيعون. عندها فقط سيتعلمون بحماس.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والثلاثون،

الفصل الخامس عشر: يجب أن يُنمّي التعليم القيم.

كل النفوس النبيلة علّمت أمورًا مقدسة

أنتم تنسبون أسماء وأشكالًا مختلفة إلى الله من أجل إرضاء أنفسكم، لكن الله في جوهره واحد. سواء كان راما أو كريشنا أو الله أو يسوع، فجميع تعاليمهم وُجّهت من أجل خلاص الإنسان. لا دين يعلم العنف أو إيذاء أحد. إنما بعض أصحاب العقول الشريرة يسيئون تفسير التعاليم المقدسة وينغمسون في أفعال دنيئة.

كل النفوس النبيلة علّمت أمورًا مقدسة. قالوا: "أحبّوا الجميع." لم يعلموا البغض. الله لا يأمر أحدًا بقتل الآخرين. ولا أحد يملك الحق في قتل إنسان آخر، لأنّ الأثما نفسه حاضر في الجميع.

باسم الله، يرتكب الناس جرائم بشعة، وهذا لا خير فيه لأحد. أحبّوا الجميع، اخدموا الجميع. قد لا تستطيع أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف. لا إله أعظم من المحبة. المحبة هي الله، الله هو المحبة. عيشوا في المحبة. دمّروا الصفات الشريرة. فذوو العقول الدنيئة يحاولون أن ينسبوا دناءتهم إلى الله، وذلك علامة جهل. لا تُصغوا لهؤلاء الناس. ضعوا إيمانكم في ذاتكم؛ وإلا فلن تستطيعوا أن تحبوا الله. وبسبب عيوب نظام التعليم الحديث، تقلّ المحبة في قلوب الناس يومًا بعد يوم، فيما يزداد البغض.

كلما أحببت الآخرين أكثر، ازدادت فرحًا

لقد نسي الإنسان الحقيقة، وبذلك عرض نفسه للخطر. لقد نسي إنسانيته حين طوّر ميولًا حيوانية. أما الروحانية الحقيقية فتكمن في تدمير الميول الحيوانية وتحويل الإنسانية إلى ألوهية. ولا يمكن بلوغ الألوهية من دون التخلّي عن الحيوانية. واليوم يتصرف الإنسان كالبهيمة بسبب محبته الأنانية. مثل هذا الشخص لا يمكنه أن ينعم بالسعادة؛ بل سيفرق دائمًا في البؤس. فكلما أحببت الآخرين أكثر، ازدادت فرحًا. وكلما نمت الكراهية، ازداد بؤسك.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الرابع والعشرون: الله لا يترك مُحِبِّه أبدًا.

الله وحده صديقك الحقيقي

يجب على الطلاب أن ينموا الأفكار الطيبة قبل كل شيء. قللوا من الكلام الزائد. لا تُبالغوا في عقد الصداقات. ما معنى الصداقة؟ ومن هو الصديق الحقيقي؟ هؤلاء الأصدقاء الدنيويون ليسوا أصدقاء حقيقيين. فطالما أنكم غارقون في المال والجاه والسلطة، تراهم يلتفون حولكم قائلين: "مرحبًا! مرحبًا!" وطالما أن المال في جيوبكم، يقولون: "هيا نذهب إلى السينما." لكن عندما تفقدون المال والجاه والسلطة تدريجيًا، لا تجدون أحدًا حتى ليقول لكم "وداعًا!" بل يحاولون جاهدين أن يتجنبوكم. هؤلاء ليسوا أصدقاءكم. الله وحده هو صديقكم الحقيقي. فأينما ذهبتم، فهو الصديق الذي لا يترككم أبدًا.

قد تكونون في الغابات أو في السماء؛
قد تكونون في المدينة أو في القرية؛
قد تكونون على التل أو في السهل أدناه؛
لمن لا يرون وجهة لحياتهم،
الله هو العون الوحيد.

أصداؤكم الأرضيون سيتركونكم حين تفقدون كل شيء. فطالما أن الماء في البركة، تنعق الضفادع. لكن ما إن يجف الماء، لا تبقى ضفدعة واحدة. هكذا هي الصداقات والعلاقات الأرضية. أنتم تختبرون ذلك يوميًا. كم من مثل هذه الصداقات عقدتم في حياتكم؟ وأين هم كل هؤلاء الأصدقاء اليوم؟

طالما أنكم في الكلية لعامين أو ثلاثة، ينتقلون معكم قائلين: "مرحبًا!" لكن بعد انتهاء الدراسة، يتفرقون في اتجاهات شتى: واحد في الشرق، وآخر في الغرب. فإذا أرادوا اللقاء، فإن الشمال والجنوب يقفان حاجزًا بينهم! هذه ليست الصداقة التي ينبغي تطويرها. بالطبع، يجب أن تتحدثوا بلطف مع الجميع وتعاملوهم بودٍّ، لكن لا ترتبطوا ولا تُبالغوا في التعلق بهم. قد لا تستطيع أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الرابع والثلاثون: الله لا يترك مُحبيه أبدًا.

الرب دائمًا خلفك

لا تُنمّوا الكراهية؛ وفي الوقت نفسه، لا تُبالغوا في الصداقة. كونوا قريبين بقدر ما هو مطلوب، ولا أكثر. الصداقة يجب أن تبقى ضمن حدود. وأما الصداقة التي تتجاوز الحدود، فيجب أن تكون مع الله وحده، لأنه لا يترككم أبدًا.

كل العلاقات البشرية لا تصل إلا إلى عتبة الباب؛

أما اسم الرب، فهو المخلص الوحيد الذي لا يفارقكم.

أيّما ذهبتم، فإن الرب دائمًا خلفكم. فلا صديق على الأرض يستطيع أن يلازمكم على هذا النحو.

أمطار الصيف في بريندافان 1996،

الفصل الثاني عشر: ساتيا ودارما – سمات الإنسانية.

مارسوا الرحمة والأخلاق

مصيركم ليس في بلوغ أعظم الذات، بل في تسلّق قمة السعادة الحقيقية. الرحمة والأخلاق هما ما يرفعكم أعلى فأعلى حتى تصلوا إلى القمة. لذلك، مارسوا هاتين الصفتين حتى في أصغر أفعالكم، بأقصى ما تستطيعون.

"قد لا تستطيع أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف." اللسان له قوة إضافية على الإيذاء والجرح،
ولذلك يجب أن تضبطوه بضبط أكبر. لا تُسبِّبوا الألم لأحد بكلماتكم؛ انشروا المحبة؛ وامتثلوا بالمحبة. فإذا لم تستطيعوا
أن تحبوا الإنسان، فكيف تأملون أن تحبوا الله؟

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي عشر،

الفصل الرابع والعشرون: أنتم جميعًا أنا.

ترجم الكتاب بدقة وأمانة كما هو