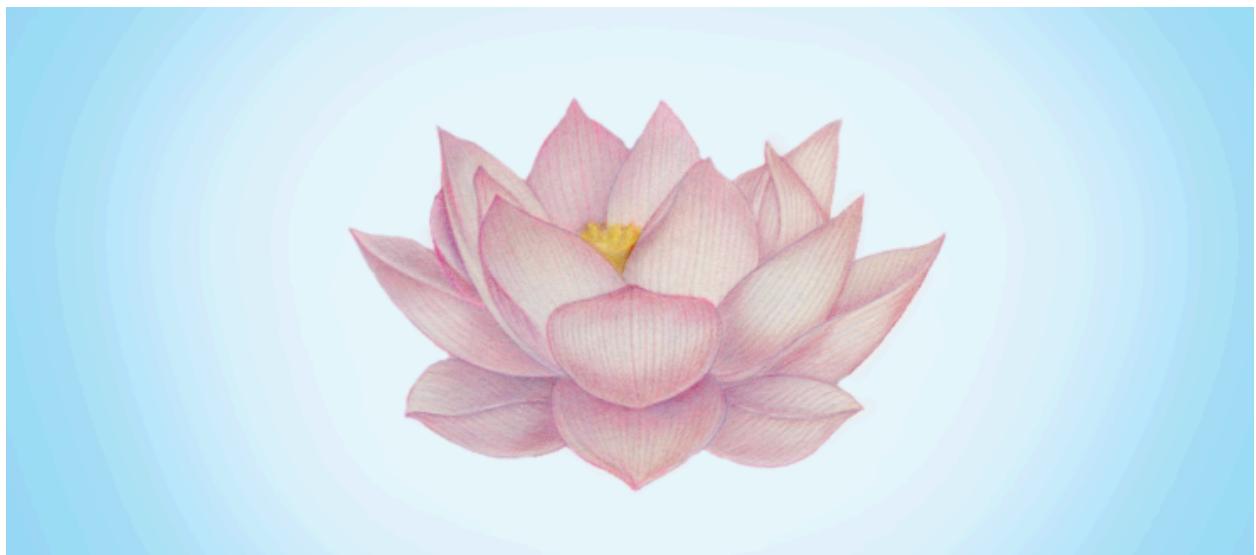


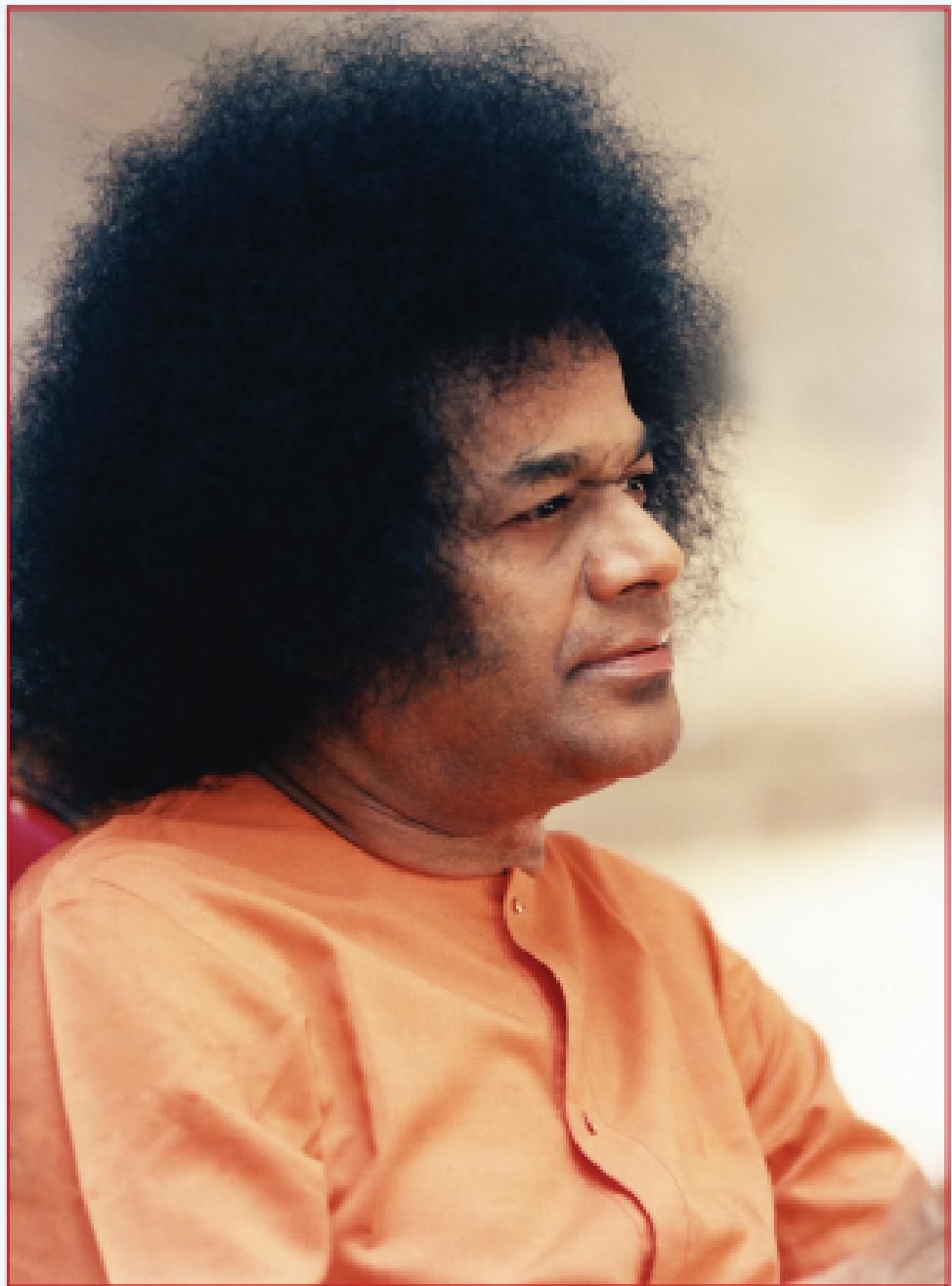
تعالیم بهاجوان سری ساتیا سای بابا

2



الصمت

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



Dedicated with love and reverence to

Bhagavan Sri Sathya Sai Baba



©2013 Sri Sathya Sai World Foundation

publications@ssswf.org

الصمت

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

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

تكلّم بالمحبّة،
قل كلامًا طيبًا،
وتحدث دائمًا بابتسامة.

الصمت

- 9 الصمت ينمي المحبة
- 9 تحدث بلطف دون غضب
- 10 أجعل المكان الذي أنت فيه حصناً للصمت
- 11 ابتعد عن رفقة السوء
- 11 الاتصال بالمعلم
- 12 الطيبة يجب أن تُنْمَى في الصمت
- 12 الرجل الصامت لا أعداء له
- 13 ردد اسم الله في صمت القلب
- 14 الزم الصمت إذا كان قول الحق يسبب الحزن أو الألم
- 14 كل الفرح في داخلك
- 15 تجنب التورط في شؤون الآخرين
- 15 تحدث إلى الآخرين همساً
- 16 الصمت يعزز ضبط النفس
- 16 الممارسة الروحية تؤدي في الصمت
- 17 حافظ على الصمت في أعماق القلب
- 17 نِّ الصمت الداخلي
- 18 على العقل أن يتمتع عن الشروود
- 18 مارس الصمت لحفظ الطاقة
- 19 الطهارة الثلاثية التي ترضي الرب
- 19 التحفظ في الكلام ينمي مرونة العقل
- 20 وظيفتا اللسان
- 21 اسلك الطريق الإلهي في الحياة
- 21 إرشادات لضبط الغضب
- 22 أنواع الصمت الثلاثة
- 23 الطاقة عطية إلهية
- 23 الأذى الناجم عن التلفاز
- 24 الصمت يساعد على اختبار الإلهي
- 25 تأمل في تعاليم سوامي أثناء الصمت

25	كن صامتاً وأوجد الصمت في الآخرين
26	الصمت يضمن راحة البال
26	الصمت يعيد قوة الذاكرة
27	قل الحق
27	على كل إنسان أن يتتحمل نتائج أفعاله
28	الصمت يُنفي الطهارة
28	الألوهية لا يُدركها إلا النقيّ القلب
29	تحدث أقل واعمل أكثر
29	مارس ضبط اللسان بشكل صحيح
30	الاتّما 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	اختر الألوهية الكامنة من خلال الصمت التام
33	ابتهل إلى الله من أعماق قلبك وبالمحبة
34	ابق هادئاً ومترزاً
34	لا تنفسوا في الكلام الزائد
35	حافظوا على الصمت أثناء الأكل والشرب
35	العزلة تعني أن تكون في تواصل مع الله
37	لا يمكنك أن ترضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف
37	الكلام يعزز الصداقة كما يثير الخلافات
38	الجُرح الذي تحدثه اللسان لا يلتئم أبداً
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 كلاماً طيباً

- اجعلوا جميع الناس سعداء
التزم الصمت عندما تكون غاضبًا
تحدث أقل، واعمل أكثر
طبقوا ما تسمعون
تحدثوا بلطف وحلاوة
ما هي أفضل طريقة لمحبة الله؟
طهروا عقولكم وأملأوها بالمشاعر الإيجابية
تحدثوا دائمًا وابتسموا على شفاهكم
لا ثيبدوا هذه الحياة
اللسان وُهب لكم يُسعد الآخرين
الحواس مسؤولة عن الفضيلة كما عن الخطيئة
الإنسانية الحقيقية تكمن في فهم الوحدة في التعددية
كما تفكرون، كذلك تصبح
ما هي التربية الحقيقية؟
عشوا حياة الإنسان الحق
الكلام المفرط يضعف الذاكرة
كثرة التفكير قد تؤدي إلى الضرر
النظارات السيئة تشجع الأفكار السيئة
كونوا دائمًا غارقين في المشاعر الإلهية
شاركوا الآخرين بما لديكم
كما تزرع، كذلك تحصد
احترموا النساء ثحترموا
القوة المدمرة للغضب
لكل عضو من الجسد غاية
استعملوا التمييز لإغناء الشخصية
نموا المحبة للطلاب وشكّلوا شخصياتهم
لا تُظهرو الغضب تجاه الأطفال
كل النقوس النبيلة علمت أمورًا مقدسة
كلما أحببت الآخرين أكثر، ازدادت فرحة

الصمت

الصمت ينمي المحبة

الصمت يُنمي الحب

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

اللسان مسؤول عن أربعة أخطاء كبيرة: قول الكذب، النميمة، 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، وصف 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. تحدث بلطف دون غضب. لا تتفاخر بعلمك أو بإنجازاتك. كن متواضعاً، حريضاً على الخدمة؛ واضبط كلامك. مارس الصمت، فهو سيقيك من الخصومات، والأفكار العابرة، والانقسامات.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني،

الفصل السادس: خطوات في السادهانا.

اجعل المكان الذي أنت فيه حصنًا للصمت

لست بحاجة إلى الهروب إلى الغابة كي تناول 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 (مقامًا للعبادة)، وتستمر ممارساتك الروحية بلا أي عائق.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني،

الفصل السادس: خطوات في السادهانا.

ابتعد عن رفقة السوء

أعلم أنك تجد الوقت، على الرغم من العمل الشاق طوال اليوم، لحضور دور السينما، وللثرة على قارعة الطريق، وإثارة الخصومات والمشاحنات، والانغماض في الكثير من الملهيّات التي تزيد من همومك. من الأفضل أن تبتعد عن الصحبة التي تجرك إلى مثل هذه الملهيّات التي تضعفك وتقلّبك. اقض بضع دقائق كل صباح ومساء في صمت مزارك أو منزلك؛ اقضها مع أسمى قوة تعرفها. عش في صحبته الرفيعة والملهمة؛ اعبده ذهنياً؛ وقدم له كل عمل تقوم به؛ وستخرج من الصمت أبل 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 ثمار شهواتك، وثغذى غرائزك الحيوانية، ويُشبع جانبك الأدنى. لا شيء آخر يمنحك التمار الغنية التي يمنحها الصمت والصلة 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 تُنمّى في الصمت

إحدى أعظم الإغراءات للعقول الضعيفة هذه الأيام هي حب الظهور. حتى التبرع بخمسة روبيات لإحدى الجمعيات الخيرية يُعلن في عناوين عريضة! وهكذا يُشجع الغرور، وينزلق الإنسان إلى التفاخر الزائف. الطيبة يجب أن تُنمّى 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 والكرابحية - كلها تؤثر في صحة الإنسان. فهي تثير الغضب والكرابحية في الآخرين؛ وتجرح، وتستفز، وتغضب، وتفرق.

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 انزلقت قدمك تعاني من كسر؛ وإذا انزلق لسانك تكسر إيمان أحدهم أو فرحته. وذلك الكسر لا يُجبر أبداً، وتلك الجراحة تتقرّح إلى الأبد. لذلك استعمل لسانك بحذر شديد. كلما كان كلامك ألين، 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 أيضاً، خطوة أولى في ممارستك الروحية.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس،

الفصل الثاني والأربعون: ادفع الثمن.

ردد اسم الله في صمت القلب

المغناطيس لا يستطيع أن يجذب قطعة الحديد إذا كانت مغطاً بالصدأ والغبار. كذلك لا يمكنك أن تشتاق إلى الله حين يكون عقلك مثقلًا بصدأ الرغبات المادية، وحين يحتم عليه غبار الشهوات الحسية. أزل الصدأ، واعرف مجد الله، وردد اسمه في صمت القلب. يمكنك اختيار أي اسم من أسمائه الدالة عليه. لا تُصْغِ إلى من يروّجون لاسم معين ويعيّبون 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، فاقرأ البهاغافاد غيتا. فهي تقول لك إن أفضل الكلام هو الكلام الذي لا يسبب الألم أو الغضب أو الحزن للآخرين. وتقول النصوص المقدسة أيضًا: "قل الحق وقل ما هو لطيف. لا تقل الحق إن لم يكن لطيفاً. وإذا كان قول الحق سيسبب حزناً أو ألمًا، 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. تكلّم بأخفض صوت ممكن، وأقل قدر ممكن، وبأعذب أسلوب ممكن.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثامن،

الفصل الثالث والثلاثون: الساق النامية والشجرة.

كل الفرح في داخلك

كل الفرح الذي تتوق إليه موجود في داخلك. لكنك مثل رجل يملك ثروة عظيمة في صندوق حديدي، ولا يعرف أين المفتاح. لذلك يعاني. استمع جيداً إلى التعليمات، تأملها في صمت التأمل، وطبق ما توضح فيها؛ عندها تجد المفتاح، وتفتح الصندوق، وتغتنى بالفرح.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع،

الفصل الثالث: مهاشيفاراتري.

تجنب التورط في شؤون الآخرين

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع،

الفصل التاسع عشر: نصيحة للمختارين.

تحدث إلى الآخرين همساً

أحد أوائل مبادئ العيش المستقيم هو - ممارسة الصمت. فصوت الله لا يُسمع في منطقة القلب إلا عندما يهدأ اللسان، وتهدا العاصفة، وتسكن الأمواج. ولن يكون هناك إغراء للآخرين ليرفعوا أصواتهم حين تتحدث إليهم همساً. ضع مستوى الصوت بنفسك - منخفضاً قدر الإمكان، ومرتفعاً بالقدر اللازم ليصل إلى أبعد حدود الدائرة التي تناط بها.

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، والحقن، والطمع، والكرياء. إضافةً إلى ذلك، لا يمكنك سماع خطوه إلا عندما يسود الصمت في العقل.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد العاشر،
الفصل السادس عشر: الألقاب افتراءات.

الممارسة الروحية تؤدي في الصمت

هناك كثيرون يجوبون البلاد، يعطون الناس عن تردید 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 تأتي بنفسها عن الدعاية. الممارسة الروحية يجب أن تتم في صمت، بعيداً 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 منظمتنا 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 بعيداً عن حضوري. كن دائماً وفي كل مكان واعياً بحضوره. كن يقطأ 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.

نِمْ الصمت الداخلي

أول ممارسة روحية يجب على المرء أن يتبعها هي تربية الصمت الداخلي، لوضع حد للحوار المستمر مع العقل. دع العقل يستريح قليلاً. لا تسقط على العقل تفاصيل غير ضرورية وتلوثه بأبخرة الحسد والجشع. فكل فكرة نحتضنها، سواء كانت جيدة أو سيئة، تطبع في العقل كما تطبع على ورق الكربون. وهكذا يدخل عنصر من الضعف وعدم الثبات إلى العقل. أبق العقل هادئاً وصافياً. 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. بكلمة قد يصير الصفر بطلاً وقد ينهار البطل إلى صفر. الكلام قد يلهم، أو قد يزرع اليأس. يجب أن يكون الكلام صادقاً وعديناً، لا كاذباً ولطيفاً في الظاهر. على الإنسان أن يسعى لامتلاكه كلام يخلو من الخداع، وأطراف تخلي من القسوة، وأيدٍ خالية من العنف، وأفكار نقية من روح الانتقام. لا بد من ضبط نوبات الهياج والتتعصب والعواصف الغاضبة، فهي تقود إلى كوارث يتذرع حساب مدها. وبالتدريب المستمر يمكن السيطرة عليها، والالتجاء إلى نذر الصمت. كذلك يجب أن يمتنع العقل عن الشرود عندما يمتنع اللسان عن الكلام؛ وإنما فلن يكون النذر مثمناً. تذكر أن كل كلمة نقولها أو نسمعها ستترك أثراً في وعينا وتشير ردود فعل قد تكون نافعة وقد لا تكون. ولهذا السبب ينبغي التماس صحبة الله والأتقياء.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس عشر

الفصل الثاني والأربعون: الطهارة الثلاثية.

مارس الصمت لحفظ الطاقة

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد السابع عشر،
الفصل السادس: الطلاب والصادقان.

الطهارة الثلاثية التي ترضي الرب

هناك ثلاثة أمور تُسعد الرب غاية السعادة: لسان لا ينغمض في الكذب، جسد لا يتلوي بالحق الأذى بالآخرين، وعقل خالي من التعلق والكرابية. هذه الثلاثة تشكل 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 وواعظوا به لهذا الغرض.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والعشرون،

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

التحفظ في الكلام ينفي مرونة العقل

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

أما الطلاب الذين انغمسو في الكلام الزائد، فقد تبيّن أن ذاكرتهم ضعيفة، وأفقيهم ضيق، وافتقرروا 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. تذَكَّر أنه من خلال التحفظ في الكلام يمكنك تنمية مرونة العقل.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والعشرون،

الفصل العاشر: فيديا وسمسكارا (التربية وال بصمة الروحية).

وظيفتا 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 يُعد الفم (أو اللسان) أهمها، لما يملكه من قوة الكلام. فإذا استطاع الإنسان أن يغلب لسانه، صار سيداً 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 البدّهي (**buddhi**: العقل/الذكاء). ثم يجب السعي لتوجيه العقل أو الذكاء نحو الـ **آثما** (**Atma**: الذات الإلهية).

إن السعي الروحي الحق يتجلّى في توجيهه اللسان نحو العقل، والعقل نحو الذكاء، والذكاء نحو الآثما. ومع أن هذا الطريق الملكي متاح للإنسان، إلا أنه يختار أن يغرق في المللزات 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 الأنّا (Ego) هناك طريق واحد فقط – وهو أن تسلك الطريق الإلهي في الحياة. عندما تنتفخ بأنفاس الأنّا، اجلس بصمت في ركن ما، وتأمل ما يقوله لك تنفسك. فهو يعلن: "سو-هام" ("سو" أثناء الشهيق و"هام" أثناء الزفير). يتكون "سو-هام" من كلمتين: "**سَه**" (**Sah**) وتعني "هو" أي "براهمان"، و**"**أهام**" (**Aham**) وتعني "أنّا". ومن هنا يجيء القول: "**أهام براهماسمي**" (**Aham Brahmasmi**): أنا براهمان). إذا جرى التأمل في هذا باستمرار، وكبر هذا الوعي في داخلك، فإن "الأنّا" لن تعود مصدر إزعاج. لقد وصفت هذه المانтра (**Mantra**): مقطع أو كلمة مقدسة يكررها الإنسان ليبلغ التحرر) في اصطلاح الفيدانتا بأنّها "**هامسا غایاتري**" (**Hamsa Gayatri**).

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والعشرون،
الفصل السادس عشر: البدّهي والآثما.

إرشادات لضبط الغضب

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

وهناك طريقة أسهل: قف أمام المرأة، وانظر إلى وجهك الغاضب. ستشمئز من ملامحك، وتتنظر إليها بنفور. ثم حاول أن تصبح من قلبك، وسرعان ما يغادرك الغضب. وإن وجدت صعوبة حتى في هذا، فادخل إلى حمامك وافتح صنبور 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. أما إذا تركت غضبك ينمو، فإن القلق سينمو معه، ليحرِّمك من راحة البال. إياك أن ترد الصاع صاعين أو الكلمة بكلمة.

كلما قلَّ كلامك، ازدادت قوتك العقلية. ومع نمو قدرتك الذهنية، ستزداد قوة التمييز لديك أيضاً. ونتيجة لذلك، ستتخلى 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 تجنبوا 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، ويكتسب من خلال التحفظ في الكلام.

أما صمت العقل، فالعقل هو حزمة من الأفكار والأوهام. يجب أن تخفف هذه الأفكار تدريجياً. وعندما يقل عدد الأفكار، يخضع العقل تلقائياً للسيطرة، كنوع توقف عندما تفكك. وعندما يقل نشاط العقل، يتجلّ نور الاتما (الذات الإلهية). ونتيجة لذلك، يصبح الذكاء أكثر نشاطاً 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، ورؤيه الطيب، وسماع الطيب، و فعل الطيب. ويجب أيضاً تجنب كثرة الكلام، لأنها هدر للطاقة. فعندما يضعف المرء بسبب تبذيد طاقته، يصبح عرضة للغضب وتنامي الكراهية. لذلك عليك أن تستخدم طاقتكم 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: غدووا 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 وجد 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. فالشاهد والأفكار والأفعال التي تُعرض على التلفاز تملأ عقول المشاهدين. ومن حيث لا يشعرون، تتسلل القلق والمشاعر السلبية إلى عقولهم، ثم تتجذر وتنمو بمرور الوقت.

لذلك، أثناء تناول الطعام، يجب ألا تُناقش أحداث مريرة، وألا يفتح مجال لموضوعات تثير العقل. يجب أن يسود الصمت عند الأكل. حتى الموجات الصوتية تدخل فينا وتؤثر في عقولنا. لهذا السبب، على الناس أن يتجنّبوا 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 يتميّز عن بقية الحواس – العينين والأذنين والأنف – بوظيفتين: الكلام والطعم. لقد مارس الحكماء

الأقدمون الصمت لأسباب عديدة. فالصمت يحفظ الطاقة، ويحسن الذاكرة، ويتبيح اختبار الإلهي. كما أن التحفظ في الكلام، وتجنب الترثرة والغيبة، فضائل جديرة بالثناء.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع والعشرون،

الفصل العاشر: الخلق والرؤية (شريشتى ودهريشتى).

تأمل في تعاليم سوامي أثناء الصمت

انشروا المحبة في قلوبكم، وشاركوناها 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؟ مارسو الصمت لمدة عشر دقائق على الأقل في اليوم. في ذلك الوقت تأملوا في تعاليم سوامي. وأدركوا أن في هذا العالم الزائف يقيم الأبدى. تمسكوا بالله. ذوقوا سعادة الاتحاد مع الإلهي. أجعلوا المحبة أنفاس حياتكم. فبمحبة الله في قلوبهم استطاع الحكماء الأقدمون أن يرّوضوا حتى الحيوانات الوحشية في الغابات.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد التاسع والعشرون،

الفصل الحادى عشر: التحول الثلاثي.

كن صامتاً وأوجد الصمت في الآخرين

كن صامتاً أنت أولاً؛ فهذا سيحدث الصمت في الآخرين. لا تقع في عادة الصراخ، أو الإطالة في الكلام ورفعه. قلل من الاتصالات إلى الحد الأدنى. واحمل معك جواً 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 يومياً. فهذا يحفظ طاقتك الكونية ويضمن راحة البال. كما يجب أن تنمو الانضباط في أسلوب العيش البسيط والتفكير السامي.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثلاثون،

الفصل السابع عشر: زَكُوا الْخُلُقَ، وَقُودُوا حِيَاةً مَثَالِيَّةً.

الصمت يعيد قوة الذاكرة

لقد مارس الحكماء الهنود القدماء الصمت كرياضة روحية، لأنهم أدركوا المنافع الكثيرة المترتبة عليه. وقد تعلم سوامي فيفيكاناندا درساً قيماً 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 يدركون أن نعمة الله تُثال من خلال الاستخدام المقدس للحواس التي منحها الإله للإنسان.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثلاثون،

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

قل الحق

في هذه الأيام يلجم 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 العبودي هناك عقبات كثيرة. بعض الناس يلومون الله، أو ينتقدونه، أو يعيبونه في أوقات الشدائـد. لكن كل إنسان عليه أن يتحمل عواقب أفعاله. أما الله فيبقى غير متأثر. الله ظاهر، منزه، ومقدس. فليقل الناس ما شاؤوا؛ كن هادئاً وبارد الأعصاب. لا تدخل في جدلات غير ضرورية معهم، فهي لا تجلب سوى العداوة. تحدث برفق وحلوـة، وبوجه مبتسـم. عندها سيلتزم الناقد الصمت. فالابتسامة هي أفضل رد على النقد.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والثلاثون،

الفصل السادس والأربعون: التضحية تؤدي إلى الخلود.

الصمت يُنمّي الطهارة

إنما الصالحون هم الذين يتزمون الصمت. فالصمت يُنمّي الطهارة. لذلك التزموا الصمت في كل الأوقات. إنه مضيعة للوقت أن تنقلوا الأحاديث عن الآخرين. لماذا جئتم إلى هنا؟ الشريعة الباطلة تضر بالكثيرين. فامتنعوا عن الانغماض 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 وكلماتك وعملك. عظيم هو ذلك الذي ينسجم فكره وكلمته وعمله انسجاماً كاملاً. لا تبغض أحداً. وفي الرابع والعشرين من تشرين الثاني/نوفمبر 1926، كسر سري أوروبيندو (**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: التعبد - اليجنا الأسمى.

تحدث أقل واعمل أكثر

لا تُهدر الطاقة! الطاقة هي الله. في هذا الزمان، يبَدِّد الطالب الكثير من الطاقة عبر الرؤية غير المقدسة، والأفكار السيئة، والسماع الرديء، وكثرة الكلام. يمكن أن يُشَبِّهُ الجسم بجهاز الراديو. فعندما يُترك الراديو يعمل باستمرار، ثُفرَغ البطاريات سريعاً. وبالمثل، إذا انغمست في الكلام الزائد، ست فقد الكثير من طاقتكم. ولهذا كان الحكماء والقديسون في الماضي يلتزمون الصمت. إذن، احفظ طاقتكم من خلال الصمت ليوم واحد على الأقل في الأسبوع.

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والثلاثون، الجزء الثاني،
الفصل الرابع عشر: أبحث 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 علمنا القدماء: تحدث أقل، واعمل أكثر. فكلما قلَّ كلامك، بقي قلبك أنقى.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الرابع: ثبت إيمانك بالآثما.

الآثما ذاته حاضر في الجميع

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

إن بحثاً عميقاً في الحقيقة يكشف أن محبتك أو كراهيتك للآخرين ما هي إلا محبتك أو كراهيتك لذاتك. في الواقع، لا وجود "لآخرين". إنك تعتبر نفسك مختلفاً عن الآخرين بسبب تعلقك بالجسد. وحين تتخلى عن هذا التعلق، ستدرك أنه لا وجود للآخرين، وأن الجميع لك. تلك هي الرؤية الحقيقة للآثما. الآثما لا يملك شكلًا محدداً.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الثاني عشر: الميلاد البشري لتجربة سعادة الآثما.

تحدث دائمًا بطريقة مرضية

لماذا وهب الله لساناً؟ هل فقط لتناول الطعام الذي؟ لا، ليس لهذا فحسب. لقد أعطي اللسان ليجدد 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 نصيبيهم. قد يستمعون أو لا يستمعون، لكن عليك دائمًا أن تتحدث بطريقة مرضية. وإن لم يكن ذلك ممكناً، فالزم

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،
الفصل الثامن عشر: مبادئ حياة الإنسان.

أرضِ ضميرك

المحبة هي أثمن ما تملك. نم المحبة، وتحتَّد دائمًا بالحق. الحق يبدو مُرًّا، بينما يرضي الناس بسهولة بالكذب. لا يستسيغون الحليب الذي يُقدم إلى باب منازلهم، لكنهم مستعدون لقطع أميال طويلة للحصول على زجاجة خمر. لقد صار الكذب سائداً هذه الأيام. الكذب قد يرضي الآخرين، لكنه لا يرضي ضميرك. اجتهد أن ترضي 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 دائمًا". أراد الله إيشواراً أن يختبره، فتجسد في هيئة صياد وبدأ بمطاردة غزال. خائفًا، 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 ير الغزال، فذلك سيكون كذباً. وفي الوقت نفسه لم يستطع أن يكشف عن مكانه، لئلا يقتله الصياد، فيصبح شريكاً في الجريمة. فابتله الناسك إلى الرب إيشوارا بصدق أن يرشده إلى مخرج.

وبنعمة الله، لمع في عقله خاطر نير. فالله دائمًا معك، فيك، حولك، فوقك، هادياً وحامياً 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 الحقيقة وقال: "إن مثل هذه الحكمة التي تحفظ مصالحك كما تحفظ مصالح الآخرين هي اليوغا الحقيقية (Yoga: الاتحاد بالله)".

لذلك قيل: الحق هو حياة اللسان، والبُرّ هو حياة اليدين، واللاغُونف هو حياة القلب. ويُحتفل 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 أبداً. فالخصام لا ينشأ من الصمت. حيٌّ مَنْ يُسِيءُ إِلَيْكَ. لا تُعد الإساءة بمنتها. إذا تصرفت كما يتصرف خصمك، فكيف تكون أعظم منه؟ وأنت تقول إن الآخر يتصرف خطأً، فهل تكون محقاً إذا فعلت مثله؟ لا تفعل هذا أبداً. دع مَنْ يرتكب الإساءة يستمر في سلوكه المسيء. لا تتفاعل. ثَمَّ الخير للجميع.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس والثلاثون،

الفصل الرابع: الأصنام دلائل على الألوهية.

اختبار الألوهية الكامنة من خلال الصمت التام

وحيث إن الله كلي الوجود، فما الحاجة إلى البحث عنه خارجيا؟ عليك أن تبذل الجهد لختبر 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 بالصلاحة. لذلك صل لله في صمت. ولا تُصل لتحقيق رغبات صغيرة. تخل عن كل الرغبات، وابتهل إلى الله من أعماق قلبك وبالمحبة. وستجد حتما الاكمال في حياتك. لا يمكنك أن تفهم وختبر الألوهية إلا عبر المحبة. فلا شيء يُنال بدون محبة. بالمحبة تكُل جميع أعمالك بالنجاح.

وبعض الناس يشكرون قائلين: "سومي، نحن نرفع صلوات حارة، لكنها لا تستجاب." فأقول لهم: "الخطأ في صلاتكم، لا في الله." فإذا كانت صلواتكم صادقة، فسوف تستجاب حتما. فلا شيء يعجز الله عن إنجازه.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد السابع والثلاثون،

الفصل الثاني والعشرون: قوتي هي قوة المحبة.

ابق هادئاً ومتزناً

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والأربعون،

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

لا تنغمسو في الكلام الزائد

الإفراط في الكلام أمر سيئ للغاية. لا تنغمسو في الكلام الزائد. حاولوا إصلاح طباعكم. التزموا الصمت قدر الإمكان وابقوا هادئين. تحذوا بقدر الحاجة فقط. أجيروا بإيجاز على قدر السؤال. فإذا تحدثتم أكثر، وصفتم بالثرثرة. والكلام الزائد مضر حتى من الناحية الصحية. وهذا أمر بالغ الأهمية، خصوصاً للأطفال. عليكم أن تعودوا 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 أبداً أثناء الشرب أو الأكل. ففي الأزمنة القديمة، كان الحكماء العظام يحافظون على الصمت أثناء الأكل أو الشرب. فإذا تحدثتم أثناء الأكل، فسيتضرر جهاز الهضم. وإذا تضرر جهاز الهضم، واجهتم أمراضًا عديدة. صلوا 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 تشرروا. لا تضحكوا ولا تبكون 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 برشانتي نيليانام، 12 أكتوبر 2002:

"سوهام - السادهانا 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 شيئاً جديداً يُكتشف من الخارج. فالحق يتجلّ فيكم إذا جلستم في صمت عميق وعزلة.

ما معنى كلمة "العزلة"؟ لدى الناس مفاهيم خاطئة عنها، ويسيئون 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. حينما 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 انتباحك 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. وأنباء التأمل أو التفكير في الله، لا تسمح لأي انشغال آخر أن يشتت عقلك. عندها فقط يمكنك أن تختبر نور الله.

سنانثانا ساراني، أيلول/سبتمبر 2011:

غياب القيم هو سبب العنف في العالم.

لا يمكنك أن ترضي 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 تمكنا من أن يصبحوا أغنياء ومزدهرين؛ بل استطاعوا أن يكسبوا المالك. يصبح الإنسان فاضلًا عندما يكون كلامه طيباً؛ ويصبح شريفاً عندما يكون كلامه سيئاً.

الكلام يعزز الصداقة. كما يمكن أن يثير الخلافات بين الأصدقاء. الكلام يقوى 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 ترضي 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 والمتغالي.

الجُرح الذي تُحدّثه اللسان لا يلتئم أبداً

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

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والثلاثون،
الفصل التاسع عشر: الله يتجسد ليخدم البشرية.

لا تروا الشر، بل انظروا إلى ما هو خير

إن صورة كل ما يُرى 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 يُنمي بصيرتكم لفهم ما هو خير وأبدي وحق هو الرؤية الصحيحة.

يلي ذلك الاستماع الصحيح. عليكم أن تصغوا فقط إلى الكلام الطيب. ولا ينبغي لكم في أي حال أن تصغوا 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 ترونـه سيختفي يوماً ما. وفي طريق التعبـد ذي الفروع التسعة، يبدأ الطريق بالاستماع الصحيح: الاستماع، إنشاد أمجاد الرب، التذكر المستمر لاسم فيشنـو، خدمة قدمـي الـرب، العبادة، السجـود، الخـدمة، الصـدقة، والتسلـيم الكامل. فالخطوة الأولى نحو التسلـيم الكامل هي الاستماع. والكتب المقدـسة القديمة إنما وصلـت إلينـا عن طريق الاستماع.

الرؤـية الصـحـيـحة وـالـاسـتـمـاع الصـحـيـحـ يـقـوـدـان إـلـى الـكـلام الصـحـيـحـ

والفضـيلة التـالـية هي الـكـلام الصـحـيـحـ. فالـرؤـية الصـحـيـحة وـالـاسـتـمـاع الصـحـيـحـ يـقـوـدـان إـلـى الـكـلام الصـحـيـحـ. يجب أن يكون كلامـكم طـيـباـ. لا تنـطقـوا بـكلـمـات قـاسـيـة أـبـداـ. تـحدـثـوا بـرـفـق وـبـحـلاـوة. ولـهـذا أـقـول لـكـم كـثـيرـاـ: "قد لا تستـطـيعـونـ دائمـاـ أن تـرـضـوا، لكن يـمـكـنـكم دائمـاـ أن تـتـحدـثـوا بـلـطـفـ." قولـوا ما يـجـبـ أن يـقـالـ من دون قـسوـةـ. تـحدـثـوا بـصـوتـ منـخـفـضـ بـحـيـثـ يـسـمـعـكـمـ فـقـطـ منـ يـوـجـهـ إـلـيـهـ الـكـلامـ. فالـكـلامـ الـلـطـيفـ الـحـلـوـ هوـ ماـ يـجـبـ أنـ نـظـورـهـ.

الـرؤـية الصـحـيـحةـ، وـالـاسـتـمـاع الصـحـيـحـ، وـالـكـلامـ الصـحـيـحـ، تـقـوـدـ كـلـهاـ إـلـىـ الـأـفـكـارـ الصـحـيـحةـ. "كـماـ تـكـوـنـ أـفـكـارـكـ، تـكـوـنـ النـتـائـجـ." فـالـأـفـكـارـ الصـحـيـحةـ تـقـوـدـ إـلـىـ الـأـعـمـالـ الصـحـيـحةـ. ومنـ دونـ الـأـفـكـارـ الصـحـيـحةـ لاـ يـمـكـنـ إـجـازـ الـأـعـمـالـ الصـحـيـحةـ.

لـقـدـ مـارـسـ بـوـذـاـ رـيـاضـاتـ شـاقـةـ لـسـنـوـاتـ عـدـيـدةـ كـيـ يـضـعـ حـوـاسـهـ الـخـمـسـ عـلـىـ الـطـرـيقـ المـقـدـسـ. أـمـاـ الـمـعـرـفـةـ الـكـتـابـيـةـ وـحـدـهـاـ فـلـاـ قـيـمةـ لـهـ؛ فـهـيـ فـيـ الـحـقـيـقـةـ اـصـطـنـاعـيـةـ. فـلـاـ مـجـرـدـ درـاسـةـ النـصـوصـ تـقـوـدـكـ إـلـىـ الـرـؤـيةـ الصـحـيـحةـ، وـلـاـ مجـرـدـ الإـصـغـاءـ لـشـروحـ الـمـعـلـمـينـ يـجـعـلـ السـمـعـ مـقـدـسـاـ. وـلـاـ تـكـتـسـبـ الـأـفـكـارـ الصـحـيـحةـ بـمـجـرـدـ قـرـاءـةـ الـكـتبـ أوـ الـاسـتـمـاعـ إـلـىـ

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 تقدس 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 لهدایة الإنسان.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثاني والثلاثون، الجزء الأول،

الفصل الثالث عشر: طبيعة الذات.

تحدى بالمحبة

الطعام الذي تأكله ملوث. الهواء الذي تتنفسه ملوث. كل شيء ملوث. فكيف إذا تهرب من المرض؟ إن لم تُرِد المرض، فكل طعاماً نقياً، وتنفس هواءً نقياً، واسشرب ماءً نقياً، وكن نقياً. لكن حيثما تنظر لا ترى إلا التلوث. وعندما تكون محاطاً بالتلويث، فكيف تناول 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 تتحدى، تحدث بعنودية، لا ببغض أو

غضب أو غيرة. هذه أول ما يجب أن تتعلمه. قد لا تستطيع دائمًا أن تتحدى بطف، تحدث بالمحبة.

أظهر الإنسانية في أفعالك

من الرأس حتى القدم، امتدأ 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 تسمى نفسك إنسانًا؟ لا يكفي أن تملك جسدًا بشريًّا لتكون إنسانًا. فالجسد البشري ينال قيمته فقط عندما تُنمّي القيم الإنسانية: الحق، والبر، والسلام، والمحبة، واللاغنة. فما فائدة الميلاد البشري إن غابت القيم الإنسانية؟ أظهروا الإنسانية أولاً. نمو المحبة. وعندما يصبح الجميع أصدقاء لكم، أي أصدقاء؟ أولئك المملوكون بالمحبة. وصديقكم الحقيقي هو الله وحده، فالله تجسيد المحبة. إنه مفعوم بالمحبة.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،
الفصل العاشر: نمو المحبة وكونوا إلهيين.

قولوا كلامًا طيبًا

عليكم أن تساعدوا الناس حتى لو اضطربتم لتحمل بعض الصعوبات. لا تنغمسو أبدًا في شتم الآخرين، لأن الآثما نفسه يسري في كل كائن حي. فإذا أساءتم إلى الآخرين، فذلك يعني أنكم أساءتم إلى أنفسكم. وإن لم تحبوهم، ابتعدوا عنهم، ولكن لا تسيئوا إليهم. فأي مقدار من العمل الصالح لن ينفع إن لم تتخلىوا عن الصفات الرديئة.

إن لم تستطعوا أن تعملوا خيراً للآخرين، فقولوا لهم كلاماً طيباً على الأقل. قد لا تستطعون دائمًا أن ترضوا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف. إذا وجدتم إنساناً يعاني، فحاولوا مساعدته. فالاليوم هو دوره، وغداً قد يكون دوركم. ضعوا هذا دائمًا في أذهانكم. لا أحد يستطيع أن يهرب من الألم والمعاناة. صلوا 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 أحداً بكلمات قاسية. تحدثوا برفق وحلاوة لتجعلوا جميع الناس سعداء. يا تجسيدات المحبة! الكلمات الطيبة تجلب الأعمال الطيبة. قد لا تستطعون 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 ترضي، فتحدث بلهف" -
هذا هو القانون الذهبي الذي عليك أن تتبعه. عندما تسلّم 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 اشتعالاً.
ولهذا نقول: "أوم شانتي، شانتي، شانتي" في نهاية جلسة الترتيل التعبدية. ولماذا ثلاث مرات وليس أربع؟ لأنها
تغطي الكيانات الثلاثة: الجسد، والعقل، والآئمـا. يجب أن يسود شانتي (**السلام**) في المستويات الثلاثة.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والثلاثون،
الفصل العشرون: أجعلوا الألوهية في القلب.

تحدث أقل، واعمل أكثر

أيها الطلاب! أجعلوا كلماتكم مقدسة. "قد لا تستطيع أن ترضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلهف." هذا يكفي.
حاولوا أن تتحدثوا برفق وبهدوء. لقد قلت لكم مراراً: "تحدثوا أقل، واعملوا أكثر." فالذي يتحدث بإفراط لا يستطيع
أن يعمل. والذي يعمل لا يتحدث كثيراً. وما سبب عدم تذركم لكل ما تقرأون؟ إنه الكلام الزائد. فبالتحدث أقل، ستزداد
قوه ذاكرتكم. وليس هذا فحسب، بل إن قوتك الروحية (الآثمـية) ستنمو أيضًا.

طبقوا ما تسمعون

كل ما تسمعونه، حاولوا أن تستعيدهوه، ثم ضعوه موضع التطبيق. الاستماع، والتأمل، والممارسة – هذه الثلاثة ضرورية جداً. 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 تعلموه. 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 وحلوة

المحبة دائماً تعطي ولا تأخذ. مثل هذه المحبة غير الأنانية لا يملكها إلا الله. أنتم اجتمعتم هنا لتخبروا هذه المحبة. لم يرسل لكم أحد دعوة. إنما المحبة وحدها هي التي جاءت بكم. وماذا أعطيكم أنا؟ حين أسألكم ببساطة: "متى جئت؟" تملئون فرحاً. ففي كلماتي وحدها حلوة عظيمة.

وعليكم أنتم أيضاً أن تتعلموا التحدث بلطف وبحلاوة. "قد لا تستطيع أن ترضي دائماً، لكن يمكنك دائماً أن تتحدث بلطف." الكلمات القاسية مثل القنابل الذرية. فإذا زارك أحد في بيتك، ولم تقدم له شيئاً يأكله، فعلى الأقل كلامه بلطف وبحلوه. وهذا يمكن أن يخفف من جوعه. أما إذا كلمته بخشونة، فلن يزيد ذلك من جوعه فقط، بل سيصيبه بالإحباط أيضاً.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي والثلاثون،
الفصل الثالث والثلاثون: أطيعواوا أمر الله.

ما هي أفضل طريقة لمحبة الله؟

أيها الطالب! لستم بحاجة إلى أن تقاتلوا من أجل الحقوق. أدوا واجباتكم، والحقوق ستأتي تبعاً لها. قوموا بواجبكم. الواجب هو الله؛ والعمل هو عبادة. وما هو حكم؟ حكم 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 وبحلوّة. قد لا تستطعون أن تُرضوا دائمًا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلهفة. 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: امزعوا الروحانية بالتعليم.

طهروا عقولكم وأملأوها بالمشاعر الإيجابية

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

فقط يمكنكم أن تختبروا فائدة ترديد الاسم الإلهي. الأفكار السيئة والمشاعر السيئة لن تفيدهم أبداً. وحتى إن صادفتم شيئاً سيئاً، فلا تدعوه يدخل عقولكم.

عمل الله لا يفشل أبداً. لذلك، كل عمل يؤدي بروح إلهية لا يمكن أن يلقي الفشل. وإذا فشلتكم في مسعاكم، فهذا يعني أنكم لم تحملوا المشاعر الإلهية. ستنتجون دائمًا إذا كانت مشاعركم طاهرة وإلهية. على الأقل ابتداءً من اليوم، ازرعوا مشاعر نبيلة. تحدثوا بلطف وبحلوّة. قد لا تستطعون أن ترضوا دائمًا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف.

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

تحدثوا دائمًا وابتسامة على شفاهكم

الخدمة هي أسهل طريق لنيل نعمة الله. قدموا الخدمة، وتنالون محبة الله. فالمحبة والخدمة هما كجناحين يرتفق 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 تستطعون أن ترضوا دائمًا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف.

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

لا تُبدوا هذه الحياة

اليوم، الاضطراب والعنف يسيطران على العالم، لأن الحق والبر تراجعا في قلوب الناس. فكل ما ترونـه في الخارج ليس سوى انعكاس واستجابة وصدى لمشاعركم الداخلية. إن الحياة البشرية مقدسة جداً، ثمـينة جداً، وإلهـية جداً. فلا تُبدوا هذه الحياة بالانغماس في أنشطة غير مقدسة. بل يجب أن تعيش بطريقة سليمة عبر ضبط حواسـك العـشر.

تحـدثـوا بـلطف وبـحلـوة. قد لا تستـطـيـعونـ أن تـرـضـوا دائمـاً، لكنـ يـمـكـنـكمـ دائمـاً أن تـتـحدـثـوا بـلـطفـ. صـلـوا منـ أجلـ خـيرـ الجميعـ. ليـكـنـ جـمـيعـ العـوـالـمـ سـعـيـدةـ! قدـسـوا حـوـاسـكـ بـخـدـمـةـ الجـمـيعـ. فإذا ضـبـطـتمـ حـوـاسـكـ، استـطـعـتـمـ أن تـحـقـقـواـ أيـ شيءـ فيـ الحـيـاةـ. وإذا لمـ يـكـنـ اللهـ رـاضـيـاـ عـنـكـمـ، فـسـوـفـ يـحـتـقـرـكـمـ كـلـ النـاسـ.

قد تـظـنـونـ أنـكـمـ قـدـمـتـمـ عـشـرـ أـكـيـاسـ منـ الأـرـزـ صـدـقةـ، وـوـزـعـتـمـ ثـيـابـاـ عـلـىـ خـمـسـمـائـةـ شـخـصـ. مـثـلـ هـذـهـ الحـسـابـاتـ تـقـدـمـ إـلـىـ دـائـرـةـ الـضـرـائـبـ، لـإـلـىـ اللـهـ. اللـهـ لـأـيـهـتـمـ بـالـكـمـيـةـ؛ إـنـهـ يـنـظـرـ إـلـىـ الشـعـورـ الـكـامـنـ وـرـاءـ أـفـعـالـكـمـ. لـذـلـكـ، أـيـ عـمـلـ خـيـريـ تـقـومـونـ بـهـ، أـنـجـزوـهـ بـرـوحـ المـحـبـةـ وـالتـضـحـيـةـ.

سـاتـياـ سـايـ يـتـحدـثـ، المـجـلـدـ الثـالـثـ وـالـثـلـاثـونـ،
الفـصـلـ الثـانـيـ عـشـرـ: أـزـهـارـ لـأـتـذـبـلـ أـبـدـاـ.

اللسان وُهب لكِ يُسعد الآخرين

من يـسـمـيـ نـفـسـهـ قـائـداـ يـجـبـ أنـ يـتـحدـثـ دائمـاـ بـعـذـوبـةـ وـمـحـبـةـ. ولاـ يـنـبـغـيـ لـهـ أـنـ يـنـغـمـسـ فـيـ النـقـدـ. فالـنـقـدـ لـيـسـ سـوـيـ انـعـكـاسـ وـصـدـىـ وـرـدـ فعلـ لـصـفـاتـ الإـنـسـانـ الرـدـيـةـ. فالـصـفـاتـ السـيـئـةـ التـيـ تـراـهاـ فـيـ الآـخـرـينـ لـيـسـ سـوـيـ انـعـكـاسـ لـمـشـاعـرـكـ الدـاخـلـيـةـ. لـأـيـمـلـكـ أـحـدـ الـحـقـ فـيـ الـبـحـثـ عـنـ عـيـوبـ فـيـ الآـخـرـينـ. وـأـعـظـمـ الخـطـأـةـ هـوـ مـنـ يـنـغـمـسـ فـيـ اـنـتـقادـ الآـخـرـينـ.

لقد وُهب اللسان لكي يُسعد الآخرين، ولكي ينشد أمجاد الرب. قد لا تستطيع أن تُرضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف. لقد وُهبت اليدان لا لتهذيب الآخرين، بل لتكسبا الرزق وتؤديها أعمال الخير. وأعطيت الأذنان لا لسماع الثرثرة الباطلة، بل لسماع القصص المقدسة عن الرب. بهذه الطريقة، ينبغي للإنسان أن يضع كل عضو من أعضائه في الاستخدام الصحيح ويقدس حياته.

اليوم تقدمت العلوم، لكن الحواس فسّرت. 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

وَجْه عقلك نحو الله بدلاً من توجيهه نحو الحواس. كما أشرت أمس، فإن الحواس مسؤولة عن الفضيلة والخطيئة معاً. فإذا أسيء استخدامها جلبت الخطيئة، وإذا استعملت بشكل صحيح جلبت الفضيلة. تحدثوا برفق وحلاوة، ونمّوا عقولاً صالحة. عندها فقط تنالون احترام الآخرين. قد لا تستطعون أن تُرضوا دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدثوا بلطف.

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،
الفصل الرابع: ثبّتوا إيمانكم بالآثما.

الإنسانية الحقيقة تكمن في فهم الوحدة في التعددية

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

عليكم أن تطوروا الرؤية الصحيحة حتى تطوروا الوحدة. وهذا كان أول تعليم للبودا. ثم شدّ على ضرورة الكلام المقدس. فعلى الإنسان أن يقول فقط الكلمات التي لا تسبب إزعاجاً للآخرين، والتي تكون صادقة، لطيفة، ومفيدة. ومهما تكلمتم، فلا ينبغي أن يسبب كلامكم اضطراباً للآخرين. يجب أن يكون الكلام صادقاً ولطيفاً في الوقت نفسه. قد لا تستطيعون أن ترضوا دائماً، لكن يمكنكم دائماً أن تتحدثوا بلطف. فالكلام المقدس هو تجلٍ للألوهية.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،
الفصل التاسع: انالوا نعمة الله من خلال التضحية والمحبة.

كما تفكّر، كذلك تصبح

لكي تقدّس حواسك، عليك أن تستعملها في خدمة الآخرين. كما تفكّر، كذلك تصبح. فإذا نظرت نظرة شريرة، أو أصغيت إلى كلام رديء، أو انغمست في أفعال سيئة، فستُدمر نفسك في النهاية. وإن لم تستطع أن تقوم بأي عمل من أعمال الخدمة، فتححدث على الأقل برفق وحلوة. قد لا تستطيع دائماً أن ترضي، لكن يمكنك دائماً أن تتحدث بلطف.

اليوم يتحدث الإنسان بكلمات قاسية تجرح مشاعر الآخرين. إنه يسيء استعمال حواسه. فكيف يتوقع أن يكون سعيداً وصحيّاً؟ لكي تنعم بصحة تامة، اجعل لحواسك استعمالاً مقدساً. قد تكون فقيراً أو غنياً، قد تملك مالاً أو لا، لكن الله أعطى لكل واحد منكم خمس حواس. فاستخدموها بشكل سليم، وقدسوا حياتكم.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الخامس والثلاثون،

الفصل الثاني: أودوا مصباح الأخلاق في قلوبكم.

ما هي التربية الحقيقة؟

عندما يزورك أحد في بيتك، يجب أن تستقبله باحترام ومحبة. في هذه الأيام، لم يعد يُرى مثل هذا السلوك المهدّب. ولهذا أقول لكم ماراً: "قد لا تستطيع دائمًا أن ترضي، 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؟ أبداً. إن التربية الحقيقة هي ما يطبع في قلب المتعلم. التربية الحقيقة هي التي تبقى ثابتة لا تتغير مع مرور السنين. أما المشاعر المقدسة، فلم تعد تُرى في طلاب اليوم.

عشوا حياة الإنسان الحق

الجميع يتظاهرون بالتعبد دون أثر حقيقي للتعبد. فما جدوى هذا التمثيل؟ الناس يتعلمون هذه القيم الزائفة من السينما والتلفاز وغيرها، وهي تفسدهم، وخصوصاً الأطفال. إن العالم اليوم يبدو سعيداً 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 قلما 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 ونبلاع.

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 التتحقق فهو الأفضل والراحة! التتحقق يجب أن يكون هدف حياتكم، والكسل يجعل هذا الهدف بعيد المنال.

ويجب أيضًا تجنب الكلام المفرط. فالكلام الكثير يضعف الذاكرة ويبلي الذكاء. لذلك لا تكتروا من الكلام. قد يحاول الآخرون أن يجرؤكم إلى أحاديث فارغة، لكن تخلصوا منها بمهارة. قد لا تستطيع دائمًا أن ترضي، لكن يمكنك دائمًا أن تحدث 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 تسموا بحق أشخاصًا المتعلمين.

أمطار الصيف في برليندافتان 2000،

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

كثرة التفكير قد تؤدي إلى الضرر

لا ينبغي لك أن تصغي إلى كل ما يقال. وبالمثل، يجب أن تضبط الأفكار ضبطاً محكماً. 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 (التدبر بالمكان) هو ما فعله الكورافاس (Kauravas)، وقد دفعوا الثمن غالياً في النهاية. كانوا دائمًا غارقين في الأفكار الشريرة، يقضون الليل كله في اختراع الطرق الدنيئة والمؤذية للإضرار بالباندافاس (Pandavas) (البلاء، الذين كانوا تجسيداً للاستقامة. لقد هلك الكورافاس لأنهم كانوا يحملون باستمرار أفكاراً سيئة ضد الباندافاس. لذلك، تجنبوا دائمًا النظرات السيئة، وسماع الكلام السيئ، وكذلك الأفكار الرديئة. لا تنتظروا أبداً بكلمات غير لائقة. قولوا دائمًا الكلام الطيب، وتحذّلوا بعذوبة. قد لا تستطرون دائمًا أن ترضوا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدثوا بلطف! على الطلاب أن ينموا مثل هذه الصفات الطيبة، فهي الزينة الحقيقية لهم.

النظرات السيئة تشجع الأفكار السيئة

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

لقد شدد 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 ضبطاً صارماً.

أمطار الصيف في برينداavan 2000

الفصل الرابع: الجسم البشري وأهميته.

كونوا دائمًا غارقين في المشاعر الإلهية

كونوا مؤذين، مهذبين، ومتواضعين عند الحديث مع الكبار. لا تكونوا خشنين 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 تستطرون دائمًا أن تُرضوا، لكن يمكنكم دائمًا أن تتحدون بلطف." اجعلوا من هذه الممارسة عادة لكم.

كونوا دائمًا 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 الآثم، هو ما يجب أن تركزوا عليه. عاملوه بشعور أن الذات فيكم موجودة فيه أيضًا. هذه هي الطريقة لتطوير المحبة نحو جميع الكائنات. كذلك، لا تحملوا أي عداء تجاه أي بلد، بل كونوا متساوين مع الجميع. لا تنتقدوا ثقافة البلدان الأخرى. أحبوا ثقافتكم كما تحبون أهلكم، تماماً كما يحب أهل البلدان الأخرى ثقافتهم.

أمطار الصيف في برينداavan 2000

الفصل الخامس عشر: الطالب المثالى.

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 عطشك؟ لا تغدو الطمع والصفات الشريرة، ثلاثة تلقوا المصير نفسه الذي لقيه "دوربيودانا" (Duryodhana) وقومه. املأوا قلوبكم محبة.

أيها الطلاب! تحدثوا برفق وحلوة، قد لا تستطرون دائماً أن ترضاها، لكن يمكنكم دائماً أن تتحدثوا بلطف. انتم جميعاً شباب. فابذلوا الجهد لتشكيل مستقبلكم بالطريقة الصحيحة. نموا روح المحبة والتضحيه. شاركوا محبتكم مع أصدقائكم.

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

أمطار الصيف في برينداfan 2000

الفصل العشرون: الجسد البشري وأهميته.

كما تزرع، كذلك تحصد

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والثلاثون،
الفصل التاسع: إيشواراما - تجسيد المحبة والتضحيه.

احترموا النساء تُحترِّمُوا

اليوم يُمنَح الناس ألقاباً متنوعة مثل "بادماشري" و"بادما فيبيهوشان" (تكريمات تُمنَح للخدمات المتميزة والإنجازات). لكن الألقاب التي تُمنَح للنساء مثل: "غريهلاكشي" (بركة البيت)، "إلالو" (سيدة البيت)، "دارما-بَثْني" (رفقة 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 كخدمات. وهذا خطأ جسيم. فكلما احترمت النساء، زاد احترامك.

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

القوة المدمرة للغضب

عادةً ما يكون عنصر الغضب موجوداً 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 مراراً، فتخيل ما سيكون مصيرك.

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

فأجاب: "لا تظنو أني أنسحب خوفاً. أستطيع أن أقتله في أي لحظة، لكن هذا ليس الوقت المناسب. بإثارة غضبه مراً، أنا أستنزف كل قوته." ومع مرور الوقت، فقد جاراساندها قوته كلها، وفي النهاية هلك.

لم يرَ كريشنا في انسحابه من المعركة إهانة، لأنَّه كان يتصرف وفق خطته الكبُرى. وقد اتبع هذه الطريقة ليعلم درساً مهمَا: أنَّ كل خطط الله هي دائمًا من أجل خير الآخرين. فالله لا يفعل شيئاً 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 قدسيتكم.

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 أسنانِي، فما الفائدة بعد أن أفقدتها كلها؟" فيقول سوامي: "قد تفقد أسنانك، لكن لسانك ما زال موجوداً". 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 ترضي دائمًا، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطافة."

تحذوا برُفق وحلوة. قولوا الحق. اتبعوا الاستقامة. ردوا اسمَ الرب، واجعلوا الآخرين يصفون إليه. أتدرون لماذا وُهَبَ اللسان؟ هل فقط لتأكلوا كل شيء؟ أتدرون لماذا وُهَبَت الأقدام؟ هل فقط لتسيروا في الطرقات؟ لكل عضو في الجسد غايتها. عليكم أن تقوموا بأعمال صالحة وكاملة. لقد مُنحَ الجسد لأداء أنشطة مقدسة. فلا تكونوا يوماً غير مستقيمين، ولا تنطقوا بالكذب. دعوا أجسادكم تسلك طريق الاستقامة. سوامي يتوقع منكم أن تكتسبوا سمعة طيبة.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل السادس عشر: فينایاكا – سيد النجاح والعقل.

استعملوا التمييز لإغناء الشخصية

شخصياتنا تعكس في كلماتنا، وسلوكتنا، وتصرفاتنا في الحياة اليومية. لذلك يجب أن نتحدث بلطف، وألا نؤذ 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 يستخدموعاء ضخم لطهي كمية قليلة من الأرز. التمييز يجب أن يستخدم لاختيار الوعاء المناسب وشدة النار المناسبة. وبالمثل، يجب أن يستخدم 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 يكسروا قلوب معلميهم، والمعلم يستطيع أن يكسب قلوب طلابه. وإذا أردتم أن تُحباوا، 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 متواضعاً، وما زلت أعلم الطلاب الشيء نفسه. قد لا تستطيع دائمًا أن ترضي، لكن يمكنك دائمًا أن تتحدث بلطف! لكن أحياناً يكون من الضروري أن تكون

صارماً. وهذا ما أفعله. أستطيع أن أكون أصلب من الألماس عندما تتطلب المواقف ذلك، وإن أنا ألين 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 ويعرفون بأخطائهم. ومن أجل تقدم الأمة وازدهارها، يجب على المعلمين أن ينموا المحبة للطلاب ويشغلوا 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 كافياً أن تنشئوا مؤسسة تعليمية. فالطلاب يجب أن يربوا بالطريقة الصحيحة. تحدثوا بلطف. لا تُظهروا الغضب تجاه الأطفال أبداً. قد لا تستطيع دائماً أن ترضي، لكن يمكنك دائماً أن تتحدث بلطف. خاطبوا الأطفال برقة وحلوة. ويجب أن يكون الحوار بين المعلمين أيضاً لطيفاً. عندها سيشجع الأطفال باقتدائهم بهم. ويجب تعليم الأطفال كل شيء، بأفضل ما تستطعون. عندها فقط سيتعلمون بحماس.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الثالث والثلاثون،
الفصل الخامس عشر: يجب أن ينمي التعليم القيم.

كل النفوس النبيلة علمت أموراً مقدسة

أنتم تنسبون أسماءً وأشكالاً 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 وينغمدون في أفعال دنيئة.

أحد يملك الحق في قتل إنسان آخر، لأن الآثما نفسه حاضر في الجميع.

باسم الله، يرتكب الناس جرائم بشعه، وهذا لا خير فيه لأحد. أحبوا 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. دمروا الصفات الشريرة. فذوو العقول الدينية يحاولون أن ينسبوا دناءتهم إلى الله، وذلك علامة جهل. لا تصغوا لهؤلاء الناس. ضعوا إيمانكم في ذاتكم؛ وإلا فلن تستطعوا أن تحبوا الله. وبسبب عيوب نظام التعليم الحديث، تقل المحبة في قلوب الناس يوماً بعد يوم، فيما يزداد البغض.

كلما أحببت الآخرين أكثر، ازدادت فرحاً

لقد نسي الإنسان الحقيقة، وبذلك عرّض نفسه للخطر. لقد نسي إنسانيته حين طور ميولاً حيوانية. أما الروحانية الحقيقية فتكتمن 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 سيغرق دائمًا في البؤس. فكلما أحببت الآخرين أكثر، ازدادت فرحةً. وكلما نميت الكراهة، ازداد بؤسًا.

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الرابع والعشرون: الله لا يترك محبّيه أبداً.

الله وحده صديقك الحقيقي

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

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.

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

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الرابع والثلاثون،

الفصل الرابع والثلاثون: الله لا يترك محبّيه أبداً.

الرب دائمًا خلفك

لا تُنمّوا الكراهية؛ وفي الوقت نفسه، لا تُبالغوا في الصداقة. كونوا قريينين 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 أبداً.

كل العلاقات البشرية لا تصل إلا إلى عتبة الباب؛

أما اسم الرب، فهو المخلص الوحيد الذي لا يفارقكم.

أينما ذهبتם، فإن الرب دائمًا خلفكم. فلا صديق على الأرض يستطيع أن يلازمكم على هذا النحو.

أمطار الصيف في برينداfan 1996،

الفصل الثاني عشر: ساتيا ودارما – سمات الإنسانية.

مارسووا الرحمة والأخلاق

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

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

ساتيا ساي يتحدث، المجلد الحادي عشر،

الفصل الرابع والعشرون: أنتم جميـعاً أنا.

ترجم الكتاب بدقة وأمانة كما هو