

نویسنده: جیمز آلن

ترجمه: گیتی خوشدل

اندیشه و منش

- این سخن که « هر کس آنچنان است که در دل خود فکر می کند» (عهد عتیق، امثال سلیمان) نه تنها همه هستی را دربرمی گیرد، بلکه چنان جامع است که بیرون می رود و بر همه اوضاع و شرایط زندگی دست می نهد. به راستی که آدمی همان است که می اندیشد، و منش او حاصل جمع تمامی اندیشه های اوست.

- همان گونه که گیاهی که جوانه می زند، نمی تواند بی بذر باشد، هر عملی که از آدمی سر می زند از بذرهاى اندیشه نشأت می گیرد و بدون آن بذرها نمی تواند پدیدار شود.

- کنش: شکوفه اندیشه است، نه مخلوق تصادف. منشی نجیب و خداگونه، لطف و تصادف نیست. ثمره طبیعی تلاش مدام برای درست اندیشیدن است؛ حاصل همنشینی طویل و ارج نهاده با اندیشه های خداگونه.

منشی نانجیب و جانورخو نیز به همین ترتیب، حاصل در سر پروراندن اندیشه های حقیرانه است.

- آدمی استاد اندیشه است، سازنده منش، و آفریننده و شکل دهنده وضعیت و محیط و تقدیر.

اثر اندیشه بر اوضاع و شرایط

- ذهن آدمی را می توان به باغی تشبیه کرد که می تواند هوشمندانه کاشته شود یا وحشیانه رشد کند. اگر بذری سودمند در آن کاشته نشده باشد، انبوهی از علف های هرز در آن می روید و امثال خود را تولید خواهد کرد.

- همانگونه که باغبان باغش را می درود و از علف های هرز پاک می کند و در آن گل ها و میوه های مورد نظر را می کارد،

آدمی نیز باید مراقب باغ ذهنش باشد و آن را از اندیشه های ناپاک و نادرست بیالاید، و گل ها و میوه ها و اندیشه های پاک و درست و سودمند را در آن پروراند.

- آدمی به حکم قانون وجودش، و به حکم اندیشه هایی که با آن ها منش خویش را ساخته، در جایی است که هست. در ترتیب زندگی ذره یی از عنصر تصادف نیست، همه حاصل قانونی است که خطا نمی ورزد.

- آدمی به عنوان موجودی پیشرونده و تکامل یابنده هر جا که هست، هست تا بیاموزد که بیالد، و به محض اینکه از هر وضعیتی درس معنوی خود را بیاموزد، آن وضعیت کنار می رود تا برای اوضاع و شرایط تازه جا بگشاید.

- جان همان را به خود جذب می کند که در نهان به آن می اندیشد، آن را که دوست می دارد، و همچنین چیزی را که از آن می هراسد؛ به اوج آرزوهای ارج نهاده اش می رسد و به سطح آرزوهای نانجیبانه اش سقوط می کند، و اوضاع و شرایط

وسایلی هستند که جان توسط آن ها همجنس خویش را می ستاند.

- آدمی از روی استبداد سرنوشت به محبس یا دارالمساکین نمی آید؛ اندیشه هایی که در سر می پروراند، و آرزوهای حقیرانه اش او را به این اماکن می آورد. اوضاع و شرایط آدمی را نمی سازد، او را بر خودش آشکار می کند.

- آدمی به عنوان خداوندگار و ارباب اندیشه، سازنده و آفریننده خویش و شکل دهنده به محیط است. حتی در لحظه تولد، جان به سراغ همجنس خود می رود و از طریق هر گام سفر زمینی خویش، آمیزه هایی از اوضاع و شرایطی را جذب می کند

که بازتاب پاکى و ناپاکی، و نیرو و سستی اوست.

- آدمیان نه آنچه را که آرزومندند، بلکه آنچه را که سزاوارند جذب می کنند. هوس ها و خیال ها و آرزوهایشان در هر گام خنثی می شود، اما درونترین اندیشه ها و آرزوهایشان - خواه پاک و خواه ناپاک- از خوراک خودشان پرورنده می شود.

آدمی تنها توسط خودش به زنجیر کشیده می شود. اندیشه و کردار، زندانیان سرنوشت است. اگر خوار باشند به زندان می افکنند. اگر نجیب باشند همچون فرشتگان آزادی می رهند.

- آدمی نه آنچه را که آرزو یا دعا می کند، بلکه آنچه را حق اوست به دست می آورد. فقط زمانی آرزوها و دهانش مستجاب می شوند که با اندیشه ها و اعمالش هماهنگ باشند.

- در پرتو این حقیقت، مفهوم « پیکار با اوضاع و شرایط» چیست؟ مفهومش این است که آدمی پیوسته بر ضد معلولی بیرونی برمی خیزد، حال آن که مدام در دلش به علت آن خوراک می رساند.

- رنج همواره حاصل اندیشه نادرست در مسیری است. نشانه آن که فرد با خودش - و با قانون وجودش - در هماهنگی نیست. تنها استفاده و یگانه کاربرد رنج، پاک گردانیدن است و سوزاندن هر آنچه که بیهوده و ناپاک است. رنج پاکان باز می ایستد. سوزاندن طلا پس از خالص شدن معنا ندارد؛ و موجودی کاملاً پاک و دل آگاه نمی تواند رنج بکشد.

- قانون، نه اغتشاش، اصل حاکم بر کائنات است. عدالت، نه بیعدالتی، جان و جوهر حیات است. تقوی، نه فساد، نیروی شکل دهنده و برانگیزاننده حکومت معنوی جهان است. به این ترتیب آدمی باید تنها خودش را درست کند تا دریابد که کائنات درست است. و در فرآیند درست کردن خویش درمی یابد که چون اندیشه هایش را نسبت به امور و سایر مردم درست کند،

امور و سایر مردم نیز نسبت به او تغییر می کنند.

اثر اندیشه بر سلامت و تن

- تن خادم ذهن است. از محتوای ذهن - خواه سنجیده برگزیده شوند و خواه سهواً به خاطر آیند- اطاعت می کند. اگر اوامر ذهن نامشروع باشد، تن به سرعت بیمار و فرسوده می شود. اگر اندیشه ها شادمانه و زیبا باشند، تن نیز شاداب و زیبا می شوند.

- بیماری و تندرستی - مانند اوضاع و شرایط - در اندیشه ریشه دارند. مردمانی که با ترس از بیماری زندگی می کنند، مردمانی هستند که بیمار می شوند. اضطراب به سرعت تن را ضعیف و آماده ورود هر گونه بیماری می کند. اندیشه های ناپاک - حتی اگر به تن صدمه نزنند- به زودی سلسله اعصاب را در هم فرو می پاشند.  
- اندیشه، سرچشمه عمل و زندگی و تجلی است. منشأ را پاک کنید تا همه چیز باشد.  
- اگر می خواهید جسمتان را بی نقص کنید، مراقب ذهنتان باشید. اگر می خواهید جسمتان تجدید حیات یابد، ذهنتان را زیبا کنید. اندیشه های کینه توزی و رشک و نومیدی و حزن و اندوه، سلامت و زیبایی و شکوهمندی جسم را می ربایند. سیمای ترشرو تصادفی نیست، حاصل اندیشه های تلخ است. چین و چروک حاصل حماقت و شهوت و غرور است.  
- برای از میان برداشتن بیماری جسم، پزشکی چون اندیشه شادمانه وجود ندارد. و برای زدودن سایه های غم و اندوه، تسکین دهنده بی در قیاس با خیرخواهی.

اندیشه و قصد

- مادامی که اندیشه به قصد نپیوسته باشد، هیچ توفیق هوشمندانه بی به دست نمی آید. اکثریت مردم اجازه می دهند که پیوسته اندیشه بر اقیانوس زندگی شناور باشد. بی هدفی شرارت است، و آن کس که خواهان فاجعه نیست، نباید بی مقصد پیش براند.

- کنار گذاشتن بی هدفی و سستی، و آغاز اندیشیدن با هدف، یعنی ورود به دسته نیرومندی که شکست را تنها یکی از راه های توفیق می انگارند، همه اوضاع و شرایط را وامی دارند تا خادم آن ها باشند، و نیرومندان می اندیشند و بی باکانه دست به عمل می زنند و ماهرانه به مقصود می رسند.  
- اراده به انجام رساندن، از این آگاهی برمی خیزد که می توانیم به انجام برسانیم. ترس و تردید دشمنان بزرگ آگاهی اند، و کسی که آن ها را بپروراند، آن ها را به هلاکت نمی رساند، خود را هلاک می کند.

اثر عامل اندیشه در توفیق

- همه توفیق ها و همه شکست های آدمی حاصل مستقیم اندیشه های خود اوست. در کائناتی کاملاً منظم که عدم توازن به معنای نابودی تام است، مسئولیت فرد باید مطلق باشد. سستی و نیرو و پاکی و ناپاکی آدمی به خودش متعلق است، نه به انسانی دیگر. خودش مسبب آن هاست نه دیگری. و تنها خودش می تواند آن ها را دگرگون سازد، نه یک نفر دیگر. اوضاع و شرایطش نیز از آن خودش است، نه از آن کسان دیگر. رنج و شادمانی اش نیز از درون اوست. هرگونه بیندیشید، خود نیز همانگونه است. مادامی که همین گونه بیندیشید، همین گونه به جا خواهند ماند.

- آدمی تنها با استعداد اندیشه هایش می تواند برخیزد و غلبه کند و توفیق یابد.

- توفیق های عقلی ثمره اندیشه متمرکز برای جستجوی دانش، و زیبایی و حقیقت در زندگی و طبیعت بوده اند.

- توفیق های معنوی نتیجه آرزوهای مقدس اند. کسی که پیوسته اندیشه های پاک و عاری از خودخواهی را در سر می پروراند صاحب منشی خردمند و نجیب خواهد شد، و به جایگاه نفوذ و تیرک برخواهد خواست.

- پیروزی های حاصل اندیشه درست را تنها با مراقبت می توان به دست آورد. بسیاری به محض تضمین کامیابی، خراب می شوند و به سرعت به شکست و ناکامی باز می گردند.

- کسی که توفیق اندک به دست می آورد، باید فداکاری اندک کرده باشد. و کسی که به توفیقی عظیم دست یافته است، فداکاری بسیار. کسی که خواهان توفیق والاست، باید به ایثار عظیم دست یازد.

رؤیاهای و آرمان ها

- رؤیایان و آرمان هایان را گرامی بدارید. آن موسیقی که دلتان را می انگیزاند، آن زیبایی که در ذهنتان شکل می گیرد، و آن لطافتی که پاکترین اندیشه هایان را می آراید، گرامی بدارید. زیرا همه اوضاع و شرایط وجد آمیز، و هرچه محیط بهشت آسا، زاپیده آن هاست. اگر نسبت به آن ها صادق بمانید، سرانجام جهانتان بنا خواهد شد.

- آرزو یعنی حصول. طلب یعنی یافتن. آیا حقیرترین آرزوهای آدمی به حد اعلی ارضا خواهد شد، و پاکترین آرزوهایش به علت عدم امکانات از گرسنگی هلاک خواهد گشت؟ قانون چنین نیست. شرط و شروط امور چنین نمی باشد: « بطلبید که

خواهید یافت.»

- با رؤیایان متعالی باد. زیرا رؤیایان هرگونه که باشد، به همان سیمای درخواهد آمد. رؤیایان وعده سیمایی است که روزی چنان خواهد شد. آرمانتان؛ پیشگویی آنچه که سرانجام آشکار خواهید ساخت.

- به حقارت آرزویی خواهید شد که حکمران شماسست، و به عظمت آرزویی که بر آن حکمرانید. رؤیایی که در ذهنتان تجلی می کنید، و آرمانی که بر تاج و تخت دلتان می نشانید، بنا کننده زندگیتان است؛ چنان خواهید شد.

آرامش

- اندیشه درست یعنی تسلط. آرامش یعنی اقتدار. به دلتان بگویید: «آرام، ساکن باش!»