

# تا ابد شاد بودن

آن‌ها برای امتحان ما سر راهمان به‌وجود آمده‌اند. در چنین مواقعی، به‌جای مخالفت با آن‌ها، باید پس از چند لحظه درنگ، به بررسی و آزمودن خود پردازیم و از این مشکلات، درس‌هایی بیاموزیم و منافی به‌دست آوریم؛ این قانون شگفت‌انگیزی در زندگی‌ست. به هنگام مشکلات و سختی‌ها، از خود بپرسید: «پیام این مشکل که برای من پیش آمده، چیست و چه منافی از آن، عاید من می‌شود؟» باید پس از برخورد با مسائل، عاقل‌تر و بالغ‌تر شوید.

هرچیز که در زندگی ما اتفاق می‌افتد، پیامی از خیر و نیکی به‌همراه دارد. با نگاهی گذرا به اتفاقات بد و ظالمانه، درمی‌یابیم که آن‌ها نیز از لطف بی‌پایان «پروردگار» نازل شده و با تشخیص صحیح و تفکر درست می‌توانیم آن را حس کنیم. به این دلیل است که افراد روشن‌فکر همیشه در هنگام بروز مشکلات و سختی‌ها، شکرگزار خداوند هستند و دشواری‌ها را امتحانی از جانب او در نظر می‌گیرند؛ آنان هیچ‌وقت از خداوند در این موارد شکایت نمی‌کنند، به‌سادگی در آن جریان می‌یابند، مشیت الهی را می‌پذیرند و از آن دوری نمی‌کنند.

به‌خاطر آورید جایگاهی که اکنون در آن قرار دارید با «مشیت الهی»، استحقاق آن را یافته‌اید. این مکان، برای کار و ایجاد تعادل در برخی امور در اختیار شما گذاشته شده است. اگر وظیفه‌ی فعلی را با موفقیت اجرا کنید، آن‌گاه به‌طور خودکار به مکان بالاتر بعدی انتقال می‌یابید.

«ار. ام. کی. گوینا»



مترجم: مهندس ماندانا دانش  
عضو هیأت علمی دانشگاه

## کاهش درگیری احساسی و آسان‌گرفتن کارها

علت اصلی درد و رنج کشیدن ما، درگیری احساسی هنگام برخورد با رویدادها، موقعیت‌ها و وضعیت‌های مختلف زندگی‌ست.

علت درگیری احساسی ما با امور دنیوی، این است که آن‌ها را خیلی جدی در نظر می‌گیریم. باید به یاد داشته باشیم که هیچ مشکلی همیشگی نیست؛ آن‌ها هم می‌گذرند. این یک قانون است که همه‌چیز در حالت حرکت دائم و تغییر است. هیچ‌چیز در این دنیا دائمی و ماندگار نیست. جدی‌گرفتن مسائل، منجر به ایجاد احساسات عمیق در «ضمیر ناخودآگاه» می‌شود که در نتیجه‌ی آن، تمایلات مختلف و تمایل با تنفر بی‌جهت به‌طور موافق یا علیه چیزها در ذهن شکل می‌گیرد. همچنین قابلیت آن‌ها برای مشاهده‌ی اهداف - آن‌طور که به‌راستی هستند - کاهش می‌یابد.

## خوشامدگویی به مشکلات زندگی

باتوجه به مسائل مختلف، در برابر دردها و ناراحتی‌هایی که در زندگی با آن‌ها مواجه می‌شویم، باید تلاش کنیم این منطق را بپذیریم که این مشکلات برای ترساندن ما بر ما نازل نشده‌اند، بلکه اتفاقاتی هستند که برای رشد بیش‌تر و یافتن قدرت به آن‌ها نیاز داریم.

