

فقط برای امروز

۲۱ مهر

ایجاد تغییر

«کلمات نمی توانند احساس بیداری روحانی که هنگام بخشیدن چیزی هر چند کوچک به فرد دیگر به دست می آوریم، توصیف کنند.»

کتاب پایه



گاهی اوقات به نظر می رسد آنقدر در دنیا مشکل وجود دارد که شاید ما نیز تلاش برای ایجاد تغییر را فراموش کنیم. تصور می کنیم، «از این گذشته، چه کاری می توانم در دنیا انجام دهم؟ من فقط یک نفر هستم.» فرقی نمی کند که نگرانی های ما آنقدر عمیق باشد که به صلح جهانی تمایل داشته باشیم و یا آنقدر شخصی باشد که صرفاً مایل باشیم بهبودی در اختیار هر کسی که خواهان آن است، قرار گیرد، در هر حال انجام این کار طاقت فرسا به نظر می رسد. افسوس می خوریم، «کارهای زیادی برای انجام دادن هست، ولی وقت خیلی کم است» و گاهی اوقات از اینکه چگونه می توانیم کار مفیدی انجام دهیم، متحیر می شویم. جای تعجب است که کوچکترین کمک ها بزرگترین تغییرات را ایجاد می کنند. برای اینکه از زندگی چیزی بیشتر از یک حیات عادی ملالت آور نصیب ما شود، تنها باید کمی تلاش کنیم. وقتی موجب نشاط روح یک فرد می شویم، خود ما نیز در اثر احساس رضایت عمیقی که از این کار به ما دست می دهد، دگرگون می شویم. وقتی به فردی که اخم می کند، لبخند می زنیم، وقتی در اتوبان به فردی اجازه می دهیم از ما سبقت بگیرد، وقتی با تازه واردی تماس می گیریم تا فقط بگوییم برای او اهمیت قائل هستیم، وارد عالم چیزهای شگفت انگیز و جدید می شویم.

مایل به تغییر دنیا هستید؟ از معتادی که امشب در کنار شما می نشیند، شروع کنید و بعد تصور کنید که ابراز عشق شما چند برابر شده است. هر یک از ما در مواقعی تغییر ایجاد می کنیم.



فقط برای امروز: ابراز عشق برای من هزینه ای در بر ندارد، اما برای مخاطب من بسیار گران بهاست. امروز نسبت به فردی ابراز عشق می کنم.