

یافتن وقار در فرآیند

بیداری روحانی یک فرآیند است. شاید هم هدف کلی این فرآیند باشد. ما روح در حال بیداری خود را تقویت می‌کنیم و درک می‌کنیم که بالاخره آزاد هستیم تا با وقار، درستی و خوبی زندگی کنیم.

پاک زیستن، فصل ۳، "اعمال خلاقانه روح"

با مصرف مواد مخدر، همانطور که بیماری ما گسترش می‌یافت، روح ما هم به تدریج تحلیل می‌رفت. ما باورهای خود را به مصالحه می‌گذاشتیم و هر کسی که سر راه نقشه‌های خودسرانه ما قرار می‌گرفت را از سر باز می‌کردیم. سفر ما از ناامیدی تا بیداری روحانی، مسیری طولانی است که برای هر یک از ما داستان‌هایی دارد.

ممکن است ابرهای صورتی برای مدتی از ما در برابر ناملايمات دردناک زندگی، بدانگونه که هست محافظت کنند، اما واقعیت دیر یا زود خود را به ما نشان خواهد داد. بالاخره ما با مرگ کسانی که به ما نزدیک هستند روبرو می‌شویم و یا با داشتن سال‌ها پاکی در بحران یک جدایی دردناک قرار می‌گیریم. هر یک از ما، به شیوه‌ای متفاوت با درد فقدان، برخورد می‌کنیم. اولین واکنش ما می‌تواند انکار درد باشد و آرامش را در غذا خوردن، رابطه گذاشتن و یا بازی‌های مختلف جستجو کنیم. بعد از مدتی، ما یاد می‌گیریم تا به نیروی برتر از خود و یا گروه حمایتی‌مان تکیه کنیم تا ما را از میان احساسات خردکننده عبور دهند. هنگامی که رها می‌کنیم و تسلیم این فرآیند می‌شویم، روح ما برای بیداری آزاد می‌شود.

وقار به ما می‌آموزد تا اجازه دهیم مسائل به طور طبیعی روند خود را طی کنند و ما از توهم کنترل رها باشیم. ما باید کمتر روی نتایج سرمایه‌گذاری کرده و در عوض سعی کنیم تا اراده خود را در راستای نیت‌خیر قرار دهیم. ما افکار خود را بر روی امکانات موجود باز نگه می‌داریم و به فرصت‌ها توجه می‌کنیم و در عین حال متوجه درهای بسته هم هستیم. ما در لحظه زندگی می‌کنیم و از آزادی که نتیجه وقار است لذت می‌بریم.

من توقعات خود را رها می‌کنم و از روشنی لحظه حال لذت

می‌برم. من به خودم اجازه خواهم داد

تا برای ارتقاء سفر روحانی خود در لحظه باشم و از فیض

زندگی فقط برای امروز لذت ببرم.

وقار