

# مهربان مثل خورشید

هستند که به هستی می‌فرستی. این انرژی‌ها در هستی می‌چرخند و به سمت خودت باز می‌گردند. می‌دانی که انرژی هرگز از بین نمی‌رود و از شکلی به شکل دیگر تبدیل می‌شود. انرژی می‌تواند خوب یا بد باشد. اگر کار بدی کنی، انرژی بد به هستی می‌فرستی. محیط را زشت و آلوده می‌کنی. و اگر کار خوبی کنی، انرژی خوب به هستی می‌فرستی و در نتیجه محیط را خوب و پاک می‌کنی.

و این محیطی که با انرژی‌های تو ساخته می‌شود، تأثیراتش را در زندگی تو نمایان می‌کند.

وقتی تو می‌گویی آدم مهربانی هستی و به دیگران مهربانی می‌کنی، اینها انرژی‌های مثبتی هستند که به محیط خود می‌فرستی و این محیط حتماً به تو پاسخ خواهد داد. محیط یا بهتر بگوییم هستی، خودش می‌داند چگونه از تو قدردانی کند. هستی دست و دل باز است، یکی بدهی ده تا و بلکه بیشتر می‌گیری، اما در وقت مناسب؛ چون هستی در انجام دادن کار خودش هیچ عجله‌ای ندارد و همه کارها را در وقت خودش انجام می‌دهد. پس تو فقط به مهربانی کردن ادامه بده و توقع خودت را از افراد کنار بگذار. اگر آنها قدردان نباشند، کار بدی کرده‌اند؛ یعنی انرژی منفی را به هستی داده‌اند و هستی همان چیزی را که از آنها گرفته است، پس می‌دهد.

حال ممکن است مطالبی را که در بالا گفتم ندانی. کمی به آنها فکر کن و به جای مهربانی کردن به دوستانت سعی کن آدم مهربانی باشی تا گرمی مهربانیت به همه برسد.


بعضی از مردم به دلایل مختلف دوست دارند در برابر کاری که برای دیگران انجام می‌دهند، چیزی دریافت کنند. فطرت انسان‌ها هم بر همین اساس ساخته شده است. تشکر و شکرگزاری یک کار کاملاً فطری است. همه می‌دانند که باید در برابر نیکی‌های دیگران، تشکر کنند. قدردانی کردن از زحمات‌ها و تلاش‌های دیگران هم همین طور است، اما این موضوع هم مثل بسیاری از رفتارهای فطری دیگر، گاه فراموش می‌شود. نیاز به قدردانی و تشکر هم همین طور است. همه در برابر کاری که برای دیگران انجام می‌دهند توقع دارند از آنها تشکر شود. اینها هرگز چیز بدی نیستند.

## اما چند نکته وجود دارد:

تمام نیکی‌هایی که مردم انجام می‌دهند، نتیجه‌های نیک دارد. روزی این نتایج نیک در زندگی آنها آشکار می‌شود، تمام بدی‌ها هم همین طور است. آدم‌های بدکار هم نتیجه رفتارهای بد خود را خواهند دید. این وعده خداوند است. وعده‌ای که حتماً انجام می‌شود، اما نکته این است که آیا این نتایج نیک یا بد را باید خودمان ایجاد کنیم یا بگذاریم به عهده خداوند.

به فرض اگر یک نفر به تو حرف بدی زد، آیا خودت باید این کار بد را تلافی کنی و تو هم یک حرف بد به او بزنی؟ یا اگر کار خوبی برای کسی انجام داده‌ای، باید به زور او را وادار کنی تا یک کار خوب برایت انجام بدهد؟

هر عملی که از تو سر می‌زند، حتی فکرهای تو انرژی‌هایی



بهتر است بگویم مثل خورشید باش، فقط بتاب. تا برایت  
فرقی نکند بر چه کسی می‌تابی.

از یک آدم مهرطلب به یک آدم مهرورز تبدیل شو.  
رفتارت نشان می‌دهد آدم مهرطلبی هستی؛ یعنی مهربانی  
می‌کنی تا دیگران تو را به عنوان آدم مهربان بشناسند. یا  
مهربانی می‌کنی تا توجه دیگران را به خودت جلب کنی.  
در حقیقت می‌خواهم بگویم دوست داری به تو مهربانی  
بشود و برای همین مهربانی کردن را پیشه خودت کرده‌ای.  
مهرطلبی ریشه‌ای فرهنگی و روانی دارد. بیشتر ما ایرانی‌ها  
آدم‌های مهرطلبی هستیم. تو در این زمینه تنها نیستی. راه  
چاره تمرین است. باید هم ذهن خودت را ورزش بدهی و  
هم در رفتارهای خودت تجدید نظر کنی.

باید مهربانی‌های خودت را نظم بدهی. لازم نیست برای  
کادوی تولد دوستت این همه زحمت بکشی. کافی است  
از صمیم دل برایش هدیه‌ای ساده بگیری و با همه محبتت  
به او بدهی. مطمئن باش انرژی محبت تو بیشتر از مقدار  
پولی که برای تهیه هدیه خرج کرده‌ای، در او اثر خواهد  
کرد. ارتباط با دوستانت را هم باید به همین شیوه مدیریت  
کنی. وقتی زیاد در دسترس باشی، دوستانت کم‌کم از تو  
خسته می‌شوند. باید کاری کنی که دوستانت برای دیدار با  
تو لحظه‌شماری کنند.