

" إن إتباع تلك الوسيلة لا يعد في واقع الأمر إتباعاً لوسيلة ...  
فما عليكم إلا أن تأتوا إلى هنا، وتدعوني أساعدكم على مساعدة  
أنفسكم. لم أت إلى هنا لأجعلكم تلاميذ لي...إنما جئت لمساعدتكم  
على أن تصبحوا معلمين . "

كبيرة المعلمات تشينج هاي

" الكل يعرف مقدماً كيف يتأمل، ولكنكم لا تتأملون الأمور  
الصحيحة بل يتأمل بعضهم الفتيات الحسنات، ويتأمل البعض  
الآخر في المال، أو الأعمال. وفي كل مرة تمعن النظر في شيء  
ما، من كل قلبك ، فذاك هو التأمل. وأنا أعتبر الاهتمام فقط للقدرة  
الداخلية، للحنان والحب والرحمة ولكافة الخصال الحميدة  
السامية . "

كبيرة المعلمات تشينج هاي

" إن بدء إتباع تلك الوسيلة معناه بدء حياة جديدة بنمط جديد مما  
يعني أن المعلم قد قبل دخولك في دائرة المستتيرين. عندها  
تتحول إلى مخلوق غير عادي ، لأنه يكون قد تم الارتقاء بك. في  
الماضي كانوا يدعون ذلك "إيجاد الملاذ في المعلم" . "

كبيرة المعلمات تشينج هاي

## تعلم طريقة كوان ين

تعلم كبيرة المعلمات تشينج هاي المخلصين التواقين لمعرفة الحقيقة، حسب طريقة كوان ين. والمفردتان الصينيتان "كوان" و "ين" تعنيان التمعن في نذبذبات أو اختلاجات الصوت. وتنطوي الطريقة على التأمل في النور والصوت الداخليين على السواء. وقد ورد منذ القدم وصف هذه الخبرات الداخلية في الأدب الروحي لجميع الديانات في العالم.

على سبيل المثال، يقول الإنجيل: \*،"في البدء كانت الكلمة، والكلمة كانت لدى الله، والكلمة كانت الله."\* (يوحنا 1:1) هذه الكلمة هي الصوت الداخلي. كذلك سميت باللوغوس، والشابد، والداو، جدول الصوت، نآم، أو الموسيقى الأسطورية. وتقول كبيرة المعلمات تشينج هاي في ذلك: "إنه يتذبذب في كل حياة، ويغذي الكون بأكمله. هذا النغم الداخلي قادر على شفاء كل الجروح، وإشباع كل الرغبات، وإطفاء كل العطش الدنيوي. إنه مفعم بالقدرة والمحبة. ولأننا خلقنا من هذا الصوت، فإن الاتصال به يمنحنا السلام والرضا. وبعد الإصغاء لهذا الصوت، يتغير كيانا برمته وتتجه نظرتنا في الحياة نحو الأفضل."

إن النور الداخلي، نور الله، هو نفس النور الذي يشار إليه في كلمة "التنوير". وقد تتراوح شدته ما بين بصيص لطيف وسطوع ملايين عديدة من الشمس. ومن خلال هذا النور وهذا الصوت الداخليين، نقترّب من معرفة الله.

إن تعلم طريقة كوان ين ليس طقساً خفياً أو شعائر بغرض دخول دين جديد. فخلال عملية التعلم، تعطى تعليمات محددة للتأمل في الصوت والنور الداخليين، بينما تمدك كبيرة المعلمات تشينج هاي "بالبث الروحاني". ومن

ثم ، فإنك تستشعر مذاق الحضور الإلهي الأول في صمت. وليس هناك حاجة لحضور لكبيرة المعلمات تشينج هاي بشخصها من أجل أن يفتح أمامك هذا الباب. فهذا البث جزء أساسي من الطريقة، والتقنيات بحد ذاتها لا تجدي بمعزل عن البركة التي تمنحها كبيرة المعلمات تشينج هاي.

قد تسمع أحياناً الصوت الداخلي وترى النور الداخلي بمجرد أن تخطو أولى خطواتك على طريق التعلم. وهذا ما ندعوه "الاستتارة الفجائية" أو "المباشرة".

والجدير بالذكر أن كبيرة المعلمات تشينج هاي تقبل تعليم الجميع، على اختلاف خلفياتهم ومذاهبهم الدينية. فلا يتعين عليك أن تتحول من ديانتك أو عقيدتك إلى أية ديانة أو عقيدة أخرى. ولن نطلب منك الانتماء لأية منظمة ، أو المشاركة بأية طريقة لا تتسجم مع أسلوب حياتك الحالي.

إلا أننا سنطلب منك أن تصبح نباتياً ، وهو شرط ينبغي الالتزام به مدى الحياة وعدم التفريط فيه ، فهو شرط لازم قبل بدء التعلم ، الذي تمنح خطواته بالمجان.

فالتأمل اليومي حسب طريقة كوان ين ، والالتزام بالتعاليم الخمس هو كل ما سنطلبه منكم بعد الشروع في التعلم. وتعد التعاليم الخمس بمثابة خطوط إرشادية تساعدك على عدم إيذاء نفسك أو إيذاء أي كائن حي. وستقوم هذه الممارسات بتعميق تجربتك الأولى على طريق الاستتارة وتقوية أواصرها ، حتى تصل في آخر الأمر إلى أرفع مستويات الصحة. وبمعزل عن الممارسة اليومية ، ستسعى بالتأكيد الاستتارة التي كنت قد وصلت إليها ، وستعود إلى المستوى العادية من الوعي.

إن هدف كبيرة المعلمات تشينج هاي هو تعليمنا الاكتفاء الذاتي. ولذلك فهي تعلمنا طريقة يمكن للجميع أن يمارسوها بأنفسهم، وبدون طقوس أو أدوات من أي نوع. إنها لا تبحث عن أتباع أو تلاميذ ، ولا تسعى إلى تأسيس منظمة يدفع أعضاؤها الاشتراكات. فهي لا تقبل النقود أو الهدايا.

فكل ما تقبله هو فقط إخلاصك في حياتك اليومية وفي تمارين التأمل التي تؤديها حتى تتقدم بنفسك نحو التنوير الكامل.

## التعاليم الخمسة

1. امتنع عن قتل الكائنات الحية\*.
2. امتنع عن التكلم بغير الحقيقة.
3. امتنع عن أخذ ما لا يقدم لك.
4. امتنع عن السلوك الجنسي غير القويم.
5. امتنع عن تعاطي المسكرات.

\* يقتضي الالتزام بهذا الفرض إتباع نظام غذائي نباتي صرف ، أو نباتي مع السماح بتناول منتجات الألبان.