

قاعدة الفكر الذهبي



عيش الحياة مسترشداً بقاعدة الفكر الذهبي

قاعدة الفكر الذهبي
عيش الحياة مسترشداً بقاعدة الفكر الذهبي

حقوق الطبع والنشر © ٢٠٢٤ بواسطة كريج كلاين. جميع الحقوق محفوظة.
يحتفظ كريج كلاين بحقوق الطبع والنشر وجميع الحقوق المتعلقة بأي شكل من أشكال الكتيب، سواء كان رقمياً أو مطبوعاً أو غير ذلك. كما يحتفظ بجميع الحقوق المتعلقة بأي اسم نطاق مرتبط بالفكر الذهبي، وأي شعارات حالية أو مستقبلية ترتبط به.
هذا الكتيب متوفر أيضاً باللغة الإسبانية.

صورة الغلاف: كوكب الأرض كما رآه طاقم أبولو ٧١ خلال رحلتهم إلى القمر في ٧ ديسمبر ٢٧٩١، بإذن من مركز ناسا جونسون الفضائي.

تصميم الغلاف: تايلر كونغسلي.

التمثيل القانوني: مجموعة دوبيوف القانونية، بورتلاند، أوريغون.

تم طباعة هذا الكتاب بشكل مسؤول بيئياً، دون استخدام أوراق مستخرجة من الغابات القديمة المهددة، أو الغابات ذات القيمة الحفظية العالية، أو حوض الأمازون.

لا يجوز استخدام أي جزء من هذا الكتاب أو إعادة إنتاجه بأي طريقة كانت دون إذن كتابي مسبق، باستثناء الاقتباسات الموجزة في المقالات النقدية والمراجعات، لمزيد من المعلومات، يُرجى إرسال جميع الاستفسارات إلى: info@mindstirmedia.com



MINDSTIR MEDIA

نشر بواسطة: MindStir Media, LLC

USA | ٢٦٨٣٠ North Hampton, NH | ١٨١ Suite | Lafayette Rd ٥٤

www.mindstirmedia.com | ١٣٥٠.٧٦٧.٠٠٨.١

٢-٥٧-٨٥٤٧٦٩-١-٨٧٩: ٣١- ISBN

رقم التحكم في مكتبة الكونغرس: ٠٤٨٩٠٩٥٢٠٢

كريج كلاين يعمل لصالح البشرية، وجميع الكائنات الحية على كوكب الأرض.

كتب كريج العديد من المقالات التي نشرت في مجالات متنوعة. وقد أعد هذا الكتيب بمساعدة زوجته المحررة شيري، بعنوان: الفكر الذهبي: العيش وفقاً لمبادئ الفكر الذهبي.

يدعم كلاين وزوجته شيري مجموعة متنوعة من المنظمات غير الربحية، وخاصة تلك الموجودة في مجتمعهم المحلي. يعتقدون أن علينا جميعاً أن نفعل ما بوسعنا لضمان نجاح "منظمتنا" في تحقيق أهدافها الإنسانية.

يقترح كريج أنه من خلال تبني المبادئ الرئيسيين للفكر الذهبي، يمكننا جميعاً المساهمة في "تحريك مؤشر الإنسانية نحو الإنسانية الحقيقية".

مطلوب منا جميعاً أن نعمل بجد لدفع ذلك المؤشر نحو الأفضل.

رسالة من كريج



هذا الكتاب القصير موجه لجميع البشر، أبناء الأرض. وهو مخصص لأطفالنا، لكنه ليس كتابًا للأطفال.

إذا وجدت في هذا الكتاب قيمة، أرجو أن تنظر في تقديم تبرع شخصي لمنظمة خيرية غير ربحية من اختيارك. هذه المنظمات المجتمعية المفيدة بحاجة إلى دعمنا وتستحقه. فلنقدم لها هذا الدعم.

أنوي التبرع بأي أرباح صافية من المبيعات، بعد تغطية تكاليف الإنتاج والتوزيع والبريد والنفقات الأخرى المرتبطة بالكتاب، إلى مثل هذه المنظمات.

لنشر قيم الفكر الذهبي حول العالم، نحن بصدد إنشاء مؤسسة الفكر الذهبي، التي ستركز على "فعل الخير"، وخاصة لصالح الأطفال والحيوانات والطبيعة. لمزيد من المعلومات حول ما نقوم به، يُرجى زيارة موقع فريق الفكر الذهبي: <https://goldenruleismcan.org>

أدعوكم أيضًا لزيارة موقع "ميثاق الرحمة"، وهي منظمة دولية تدعم العديد من البلدان والمدن الرحيمة حول العالم: <https://charterforcompassion.org>. لقد بنى ميثاق الرحمة الفكر الذهبي في بيان "من نحن".

أرجو أن تنشر الكلمة وتنقلها لمن حولك—لعائلتك، وأصدقائك، وكل من يقع ضمن دائرة تأثيرك—للتعريف بالعمل الرائع الذي يقدمه فريق **قاعدة الفكر الذهبي** ودور ميثاق التعاطف.

أشعر بامتنان لا يُقدَّر لكل من ساهم في تشكيل حياتي، وعلى وجه الخصوص زوجتي شيري. شكري العميق لكم جميعاً.

في عام ٩٩٩١، وعدتُ مايك سنايدر بأن أذكر اسمه في كتابي. لم يصبح كتاباً، بل كتيباً، لكنني أوفيت بوعدتي، مايك!

كريج كلاين / رجل قاعدة الفكر الذهبي



وصف الفكر الذهبي



أغلب الناس على دراية بالمبدأ الأخلاقي المعروف باسم "الفكر الذهبي"، وهو منظور عالمي يتبناه مليارات البشر. توجد أشكال متعددة من "القاعدة رقم واحد للبشرية" في جميع الأديان الرئيسية في العالم. ومع ذلك، ليس من الضروري أن يكون الشخص متديناً أو روحانياً ليطبق أخلاقيات الفكر الذهبي. الفكر الذهبي يطبق على الجميع، في كل مكان.

لكن، على الرغم من قيمته، فإن أي تجسيد للقاعدة الأصلية لم يعد كافياً في عصرنا الحديث. لقد حان الوقت منذ زمن طويل لتحديث الفكر الذهبي ليصبح نسخة موسعة منه. الآن، لدينا تلك النسخة التي ترفع من شأن القاعدة الأصلية، واسمها هو الفكر الذهبي.

ببساطة، يعمل الفكر الذهبي على توسيع نطاق الأخلاقيات الأصلية، مما يتيح لنا تطبيق القاعدة رقم واحد بطرق أكثر فعالية وتوسعية. الفكر الذهبي يخدم الجميع. من خلال تبني هذه الأخلاق الشاملة، سنتخذ جميعاً خطوات قوية وإيجابية "لتحريك الإنسانية نحو الإنسانية الحقيقية". سيقدّر عشاق الحيوانات في جميع أنحاء العالم فضائل الفكر الذهبي.

مبادئ الفكر الذهبي الرئيسية:

يجمع الفكر الذهبي بيننا من خلال مبادئ رئيسيين: جملتان بسيطتان يسهل فهمهما وتذكرهما وتطبيقهما في حياتنا:

١. "قدّم للآخرين، سواء بصورة مباشرة أو غير مباشرة، ما تحب أن يُقدّم لك."

٢. "تجنب أن تفعل لأي شخص، سواء بصورة مباشرة أو غير مباشرة، ما لا تحب أن يُفعل لك."

كما قال فيكتو هوغو: "لا شيء أقوى من فكرة حان وقتها." الفكر الذهبي هو الفكرة الحديثة التي حان وقتها. الرسالة الملهمة لهذا الكتاب يمكن قراءتها في دقائق، لكنها تقدم قيمًا تستمر مدى الحياة.

استكشف التطبيقات الغنية للفكر الذهبي. شارك رسالته مع عائلتك وأصدقائك وكل من تهتم لأمره في حياتك. كما ورد في التعليقات، "هذا الكتاب موجه للأطفالنا، لكنه ليس كتابًا للأطفال."

نحن، شعوب العالم، بحاجة إلى الفكر الذهبي في حياتنا. عشها، أحبها، شاركها.

التوصيات للفكر الذهبي



الدعوة إلى فهم وإعادة تقدير القاعدة الأخلاقية الأساسية في المسيحية وجميع الأديان العالمية، يقدم الفكر الذهبي طريقاً عملياً لتوجيه البشرية نحو عالم أكثر انسجاماً ورحمة. يمكن للجميع الاستفادة من احترام متجدد للقاعدة الذهبية، وكلما طبقنا هذه التعاليم الحكيمة القديمة في جميع علاقاتنا، كلما وجدنا قلوبنا وعقولنا تتفتح على حقيقة الشفاء والتواصل بين جميع أشكال الحياة. بالفعل، الفكر الذهبي هو الفكرة التي حان وقتها، خصوصاً في الصياغة الشاملة التي يقدمها كريج كلاين. إنها بمثابة ضوء مرشد ثابت للبشرية في هذه الأوقات الصعبة.

—د. ويل توتل

مؤلف الكتاب الأكثر مبيعاً "حمية السلام العالمي"، وحاصل على جائزة الشجاعة في الضمير، والمؤسس المشارك لدائرة الرحمة، وعازف بيانو وملحن مشهور.

تعليقات أخرى

نجد أن مجتمعاتنا غالباً ما تكون منقسمة بعمق بسبب الإيديولوجيات المتعارضة. إذا كانت المعايير الأخلاقية تُحدّد وفقاً لأي جانب يمتلك القوة الأكبر، فإن الظلم تجاه الجانب الأضعف يصبح محتملاً. لقد أرشد الفكر الذهبي تقريباً كل دين ونظام أخلاقي عبر آلاف السنين وقدمت أرضية مشتركة يمكننا

من خلالها بناء مجتمعات عادلة وصالحة. ومع ذلك، لكي تكون ذات مغزى وذات صلة، لا يمكنها استبعاد أي شخص بشكل تعسفي. على سبيل المثال، الذين يستبعدون غير البشر من المجال الأخلاقي يمكنهم بسهولة استبعاد البشر الذين لا يحبونهم على أساس أنهم "أقل من البشر". أشيد وأشجع مشروع الفكر الذهبي.

—الدكتور ستيفن ر. كوفمان

رئيس جمعية النباتيين المسيحية، ومؤلف كتاب "الاسترشاد بإيمان المسيح: البحث عن وقف العنف والتضحية."

اختياراتنا اليومية تضر بالمناخ والكائنات وبعضنا البعض. كوكب الأرض هو بيتنا الوحيد، ومع ذلك فإن الفكر الذهبي، الذي يسهل قراءته، يعيد إحياء الحكمة القديمة داخل كل واحد منا ويشجعنا على تطبيق هذا النهج في حياتنا اليومية، سواء على مستوى المنظمات أو المجتمعات أو على المستوى الشخصي.

لقد حان الوقت لاتخاذ هذا المسار وشفاء العالم. لدينا التزام بمزامنة اختياراتنا مع تعاطفنا تجاه الحيوانات، أطفال اليوم، أطفال المستقبل، وكوكب الأرض. كما قالت أليس ووكر الشهيرة: "انظر عن كثب إلى الحاضر الذي تبنيه: يجب أن يبدو وكأنه المستقبل الذي تحلم به." إذا كنت ملتزمًا بالمستقبل الذي تحلم به، طبق ببساطة الفكر الذهبي في أفعالك اليومية. اقرأ هذا الكتيب الآن وغير العالم!

—تيمز نيكولسون

المديرة التنفيذية لمنظمة All-Creatures.org

من كريج كلاين

إذا لم يُقدِّم أيُّ منا شيئاً للآخرين مما لا نرغب أن يُقدِّم لنا؟ وإذا عاملنا الآخرين فقط كما نحب أن يعاملونا؟ يبدو ذلك بسيطاً، منطقيّاً، وفي مصلحة الجميع. الفكر الذهبي يذكّرنا أن ننظر إلى العالم وإلى الآخرين بعين عطوفة وبوضوح، وكأننا ننظر في مرآة صافية. وإذا لم يعجبك ما تراه، فإن لديك القدرة على تغييره بسهولة نسبية. كل ما يتطلبه الأمر هو تقدير واع ومستمر للأشياء التي تهّم حقاً. ورغم أنك قد لا تتفق مع كل المسارات التي يسلكها كريج كلاين، فإنك ستجد فرصاً كثيرة لاستكشاف أفكار ستأخذك في طرق مثيرة. وستكافأ حتماً بمزيج غني من الغذاء الفكري والنصائح العملية التي ستساعد في جعل عالِمنا مكاناً أفضل وأكثر عناية واهتماماً.

—كلير أكسلراد

بعد مسيرة مهنية في مجال تطوير المؤسسات التي نالت فيها جائزة "أفضل محترف لجمع التبرعات للعام" من رابطة جمع التبرعات، تركت كلير هذا المجال لتبدأ ممارستها الخاصة بالتدريب والتعليم. تُدير كلير "مدرسة الإيضاح"، وهي معروفة بأنها "أفضل صفقة في مجال جمع التبرعات!" بالإضافة إلى ذلك، تشرف على نشرة إخبارية مجانية نصف شهرية غير ربحية، تقدم موارد مجانية.

"قدّم للآخرين ما تحب أن يُقدِّم لك"

كانت هذه هي النسخة البسيطة من الفكر الذهبي منذ طفولتي المبكرة، وكطفل قمت بتضمين الحيوانات في مفهوم "الآخرين" في عالمي بشكل طبيعي

كما يفعل معظم الأطفال. أحب أن كريج قد أدرج هذه الرحمة الفطرية في الرؤية الشاملة التي شاركها.

تلك الانطباعات الأولى عن البشر والحيوانات، ومعرفة أن الحيوانات لديها مشاعر أيضاً، وأن لا أحد يريد أن يتأذى، للأسف تتحول بواسطة الأعراف والتوقعات المجتمعية، وسهولة استغلال الحيوانات لتحقيق الأرباح. كما يقول كريج هنا: "ببساطة، عندما نختار أن نعيش حياتنا وفقاً للقاعدة الذهبية، فإننا نتبنى مجموعات من الأخلاقيات والمبادئ التي توجهنا. تتعلق بما نعتبره 'صحيحاً' و'خاطئاً' في السلوك."

عندما كنت في سن المراهقة، أدركت أننا كبشر لدينا الخيار، وهذا أثر على قراري بتبني نمط حياة نباتي وتجنب أي منتج أو نشاط يتسبب في إيذاء الحيوانات، إلى الحد الممكن والعملي. كما يوضح كريج في كتابه الفكر الذهني، يكتب: "الآخرون غير البشر مثلنا. لا أحد يريد أن يعانى. لا أحد يريد أن يكون ضحية للظلم."

الشعور بالظلم

هذا الشعور بالظلم قادني إلى تطوير أسلوب حياتي ليصبح مستثمراً وفاعل خير، دعماً للحتمية بأن المستقبل المشترك للحياة على الأرض يشمل بشكل متأصل كل من البشر والحيوانات وكل ما هو غير بشري. ولهذا السبب، فإن مؤسستنا تشن حملات لرفع قضية الحيوانات المستغلة ودجها بشكل صريح في أهداف الأمم المتحدة.

يتحدث كريج عن كيفية أن "الفكر الذهني يوجهنا إلى التصرف، بأفضل ما يمكننا، لحل المعاناة التي تؤثر على الكثيرين"، سواء كانوا بشريين أو غير بشريين، وهو ما يتماشى مع حملتنا، حيث إن استغلال الحيوانات يضر بالبشر وبقائهم، وليس فقط بالحيوانات نفسها.

الاعتراف بالرحمة تجاه الآخرين، بما في ذلك الحيوانات، كما يفهمه حتى الطفل، هو أساس مهمتنا، ولهذا ليس لدينا أي تردد في تأييد الفكر الذهبي.

—كلير سميث، مؤسسة منصة الاستثمار الإنساني Beyond Investing، نباتية وناشطة بيئية بخبرة ٨٢ عامًا في مجال التمويل والاستثمار في البنوك الكبرى والمؤسسات الاستثمارية. بجانب إدارة برامج الاستثمار النباتي، أنشأت أيضًا مؤسسة Beyond Cruelty لدعم الحيوانات.

الفكر الذهبي

يملك الفكر الذهبي القدرة على بدء المحادثات - والقوة لتوليد "الخير" للأفراد، وللمجتمعات، وللعالم.

تقدم الممارسات والمفاهيم في هذا الكتيب الصغير فلسفة للحياة ومسارًا نحو مجتمع أفضل. عندما نمارسها على المستوى الشخصي، ستحدث المبادئ الأساسية للفكر الذهبي التغييرات الإيجابية التي يرغب معظمنا برؤيتها في مجتمعنا.

لقد تم تحفيزي وتشجيعي على تطبيق الحكمة البسيطة للقاعدة الذهبية في جميع العلاقات في حياتي. تأخذ أخلاقيات الفكر الذهبي القاعدة الأصلية إلى مستوى أعلى وأكثر فائدة. أشجع أي شخص على تطبيق دليل الفكر الذهبي في حياته الشخصية.

—القس دي جي فنسنت

القس فنسنت حاصل على ماجستير في اللاهوت من معهد بورتلاند. بدأ عمله مع كنيسة "Church-at-the-Park" في عام ٢٠٠٢ ويعمل حاليًا

كراعي ومدير للكنيسة. تعمل الكنيسة على توظيف مفهوم قرى الملاجئ الصغيرة لمساعدة الناس على الهروب من "حياة الشوارع"، وتشجع على تطوير القوى العاملة لجلب الثقة والشرف والشفاء لأولئك الذين تخدمهم.

استعادة الحكمة

لقد تعلمناها كأطفال، ولكننا نسيناها ككبار.

إن تذكر الفكر الذهبي قد يكون أقوى شيء يمكننا القيام به لجعل هذا العالم مكاناً أفضل لجميع سكانه.

—الدكتور نيل دي. بارنارد

اللجنة الطبية للطب المسؤول

نهج مدروس

يقدم الفكر الذهبي نهجاً مدروساً يقربنا من عالم أكثر رحمة وعناية لجميع الكائنات.

يقوم كريج بتمديد الفكر الذهبي خطوة إلى الأمام لتشمل ليس فقط الأفعال المباشرة، ولكن أيضاً الأفعال غير المباشرة التي نقوم بها يومياً، مع التأكيد على أن الأفعال الصغيرة منا تحدث فرقاً. الفكر الذهبي مكتوب للجميع – رسالة بسيطة ومفهومة ولكنها عميقة.

—إليز بومان، المديرة التنفيذية لمنظمة Salem Harvest، وهي منظمة غير ربحية تسعى لإطعام العائلات الجائعة من خلال جمع الطعام الذي كان سيُهدر.

التأثير على المجتمعات

نحن في مركز الأمل والسلامة قد تشرفنا بالعمل مع كريج وشيري كلاين، حيث إنهما يطبقان فعلاً الكلمات الموجودة في كتيب الفكر الذهبي.

الفكر الذهبي مليء بالمبادئ التوجيهية التي تتحدث مباشرة إلى العمل الذي نقوم به في المركز، حيث نعمل مع ضحايا العنف المنزلي، والاعتداء الجنسي، والمطاردة، والاتجار بالبشر. إذا تمكنت كل المجتمعات من تبني المشاعر الموجودة في الفكر الذهبي، لكننا نعيش في عالم أفضل للجميع.

—جين داونينغ، المديرة التنفيذية، مركز الأمل والسلامة

تأييد المبادئ

“نحن، التحالف النباتي متعدد الأديان، نؤيد مبادئ الفكر الذهبي.

ندعم بالكامل الجهود التي تشجع الناس على العيش وفقاً للقاعدة الذهبية وتوسيع هذه القيم الرحيمة لتشمل الحيوانات غير البشرية. يقدم الفكر الذهبي للجميع فرصة للتحرك نحو قيم الرحمة النباتية والابتعاد عن استغلال الحيوانات.”

—ليزا ليفنسون

مديرة الحملات في منظمة "In Defense of Animals"، مؤسسة "الروحانية النباتية"، والمؤسسة المشاركة للتحالف النباتي متعدد الأديان.

قيمة الفكر الذهبي

لقد قُدِّر الفكر الذهبي من قبل كل تقليد ديني وأخلاقي تقريبًا منذ آلاف السنين.

من الواضح أن هناك شوقًا في قلوب البشر ليعيشوا جميعًا وفقًا لهذه القيمة العليا. ومع ذلك، في هذه الأوقات المضطربة، يبدو أننا نستمر في الإخفاق في تحقيق هدفنا للعيش في عالم من اللطف وعدم العنف. من خلال مشاركة الفكر الذهبي معنا الآن، يوضح لنا كريج كلاين السبب. ببساطة، لم ندرك أن هذا هو نمط حياة ينطبق على جميع أشكال الحياة، وليس فقط على البشر. تُقتل الحيوانات بشكل "غير مباشر" بالمليارات عندما ندفع لتناول أجزاء من أجسادها وندفع للآخرين لإيذاءها في حدائق الحيوان والسيرك والروديو والأحواض المائية والمختبرات. هذا الكتاب المهم هو نداء إلى قلوبنا لتطبيق الفكر الذهبي على أفكارنا، وصلواتنا، وأفعالنا، وجلب السلام إلى العالم لأطفالنا وأطفال كل من يشاركنا هذا الكوكب الثمين.

—جودي مكوي كارمان، حاصلة على درجة الماجستير، مؤلفة كتاب "الإنسان اللاعنف: من نحن حقًا وكيف سننقذ العالم"، وكتاب "السلام لجميع الكائنات: حساء الحضار لروح الدجاج"، وحاصلة على جائزة هنري سيرا للناشطين في مجال حقوق الحيوان. وهي مؤسسة مشاركة لمجموعة "دائرة الرحمة" و"مشروع علم السلام للحيوانات". موقعها على الإنترنت.

[www.peacetoallbeings.com]

رسالة من توماس هاردي

<https://heritage.humanists.uk/object/letter-from-thomashardy/>

“قليل من الناس يدركون تمامًا أن النتيجة الأخلاقية الأكثر تأثيرًا لاكتشاف الأصل المشترك لجميع الأنواع هي الأخلاق؛ لأنها تتطلب إعادة تنظيم للأخلاق الإيثارية، من خلال توسيع نطاق تطبيق ما يسمى بالفكر الذهبي من نطاق البشرية فقط إلى نطاق المملكة الحيوانية بالكامل. ربما لم يدرك داروين ذلك تمامًا.”

نادرًا ما أسمح لشخص آخر بالتحدث نيابة عني، ولكن نيابةً عن فلسفة الفكر الذهبي، أترك الأمر للكاتب الإنجليزي العظيم توماس هاردي (١٨٠٩-١٨٨١). كان هاردي، الذي كتبت أطروحتي عن سبعة من رواياته الكبرى، أول كاتب فيكتوريا أدرك في أعماله فكرة الوحدة بين جميع أشكال الحياة والتبعات الأخلاقية لذلك، وهو ما يمكن أن نطلق عليه بحق الفكر الذهبي.

—كارين ديفيس، دكتوراه، رئيسة ومؤسسة “رعاية الدواجن المتحدة”، وهي منظمة غير ربحية تعزز المعاملة الرحيمة والمحترمة للدواجن المحلية بما في ذلك ملاذ للدجاج في ولاية فيرجينيا. تم إدخالها في “قاعة مشاهير حقوق الحيوان” لتقديم إسهامات بارزة في تحرير الحيوانات. كارين هي مؤلفة العديد من الكتب والمقالات والحملات. كتبها الأخير بعنوان “لأجل الطيور — من الاستغلال إلى التحرر: مقالات عن الدجاج والديك الرومي والدواجن الأخرى.”

رؤية عالمية

يمثل الفكر الذهبي النوع من الرؤية العالمية التي نسعى جميعًا إليها في هذا الوقت من تاريخ البشرية والكوكب.

إنه بوصلة أخلاقية شاملة، إن جاز التعبير، للأجيال الحالية والمستقبلية لتبنيها وتجسيدها والعيش وفقًا لها. أحب تضمينه القوي لـ "الكل للجميع" كدليل عالمي قابل للتطبيق. يقدم لنا الفكر الذهبي نظرة جديدة على الحكمة القديمة، ويعزز إحساسنا بالرحمة الحقيقية تجاه بعضنا البعض، وأطفالنا، وكوكبنا الأم الفريدة.

Go Raibh Míle Maith Agat (شكرًا جزيلاً لك باللغة الأيرلندية).

—شين أوكونور، قائد فريق الفكر الذهبي لميثاق الرحمة، ناشط، أستاذ، ومؤسس مشارك لإيرلندا الأصلية.

البساطة والعمق

إنه بسيط مثل قول مرحبًا، فتح الباب لشخص ما، أو السؤال عن كيفية تقديم المساعدة عند تقديم فكرة جذابة.

قد تفكر في هذه الأفعال على أنها مرتبطة بحكمة كونفوشيوس "افعل للآخرين كما تحب أن يفعل الآخرون لك." الآن ضع في اعتبارك هذا: الفكر الذهبي: "

افعل للآخرين، سواء بشكل مباشر أو غير مباشر، ما تحب أن يُفعل لك. لا تفعل لأي شخص، سواء بشكل مباشر أو غير مباشر، ما لا تحب أن يُفعل لك." قد يبدو الأمر أكثر تعقيدًا بعض الشيء من الفكر الذهبي التي نعرفها. ومع ذلك، فإن الفكر الذهبي لا يحتوي فقط على كلمات إضافية، بل إن معناه يتعمق في فهمنا لأنفسنا وكيف يجب أن تتفاعل مع الآخرين ومع

أنفسنا. اقرأ الكلمات مرة أخرى، ثم تأمل فيها. الفكر الذهبي يحافظ على القيم والمبادئ الأخلاقية والإنسانية التي تشكل جوهراً كبشر.

في الحقيقة، يمثل الفكر الذهبي تحدياً للعيش بإنصاف وصدق، ويشمل جميع الآخرين، وليس فقط البشر، بل كل الكائنات الحية وكوكبنا. حان الوقت لإعادة تركيز جهودنا والتصرف على هذا الأساس. لا يمكننا الانتظار. جميع الكائنات الحية. الوقت قد حان. لا يمكننا الانتظار.

—مارلين توركوفيتش، المديرة التنفيذية لميثاق الرحمة.

مؤسسة الفكر الذهبي



بسيط – شامل – مفيد – قوي – عالمي

ينبع الفكر الذهبي من تطبيق موسع للمبدأ الأخلاقي الأكثر انتشارًا والأوسع قبولًا بين غالبية البشر. يعرفه الكثيرون منا باسم الفكر الذهبي.

على الرغم من أن الفكر الذهبي عادة ما تكون متأصلة في الأديان الكبرى في العالم، إلا أن أي شخص يمكنه أن يختار العيش وفقًا لها. قاعدتنا الأولى عالمية التطبيق.

ببساطة، عندما نختار أن نعيش حياتنا وفقًا لنوايا الفكر الذهبي، فإننا نتبنى مجموعات من الأخلاق والمبادئ التي توجهننا. تتعلق بما نعتبره "صحيحًا" و"خاطئًا" في السلوك.

أشجعك على استكشاف تعريفات الأخلاق والمبادئ بنفسك. من أجل المناقشة هنا، سأشير إلى أن الأخلاق ذاتية، بينما المبادئ موضوعية.

إنهما مرتبطان، ولكنهما مختلفان. للنجاح كمجتمع، نحتاج إلى دمج الحضور الدائم لكلتا الكلمتين في أفكارنا وأفعالنا.

لأنها متجذرة في مبادئ الأخلاق والإنسانية، فإن الفكر الذهبي توجهننا إلى إظهار التعاطف والرحمة تجاه الآخرين – للتصرف بنية حسنة.

عبارة بسيطة—مع أسئلة وأجوبة بسيطة



“عش حياتك بشغف نحو الرحمة، والتعاطف، والأخلاق، والمبادئ.”

هذه العبارة تجسد جوهر المبادئ الرئيسية للفكر الذهني. نحن ببساطة نطبقها كل يوم – حتى نعيش حياة مسترشدة بالفكر الذهني.

س: من الذي يجب أن يعيش بهذه الطريقة؟
ج: جميع البشر.

س: ما الذي يمكننا من العيش بهذه الطريقة؟
ج: نحن نتبنى الفكر الذهني ونطبقه في حياتنا اليومية.

س: متى يجب أن نعيش بهذه الطريقة؟
ج: اليوم، وكل يوم.

س: أين يجب أن نعيش بهذه الطريقة؟
ج: في أي مكان نكون فيه.

س: لماذا يجب أن نعيش وفقاً للفكر الذهني؟
ج: لأنها الطريقة الصحيحة للعيش.

ماذا يوجد فيه لي؟

أنا/أنت/نحن سنكون أفضل البشر الذين يمكننا أن نكونهم. من المحتمل أن نحصل على شعور بالسعادة الشخصية، وربما حتى بالفرح، لأننا اخترنا أن نمارس الفكر الذهبي.

ماذا يوجد فيه للآخرين؟

يشمل الفكر الذهبي المبادئ الأساسية ويوسع تطبيقها ليشمل الجميع - جميع الكائنات الحية، البشر وغير البشر على حد سواء.

كل كائن، كل فرد، يدخل تحت مظلة الرحمة والتعاطف.

ماذا يوجد فيه للأديان؟

سيكون الفكر الذهبي مفيدًا للأديان العالمية وللروحانيات. يأخذ النموذج الأكثر اعترافًا وقبولًا للسلوك الأخلاقي إلى مستوى أعلى.

الفكر الذهبي جيد - فهو من الأديان بشكل عام ولل بشرية بشكل خاص.

ماذا لو لم تكن شخصاً متديناً أو روحانياً؟



الفكر الذهبي صديق للأديان ولكنه ليس معتمداً عليها. يمكن لأي شخص أن يتبناه ويعيشه، بغض النظر عما إذا كان يمارس شكلاً معيناً من الأديان أو الروحانية.

الفكر الذهبي هو لصالحنا جميعاً.

لماذا تحتوي عبارتا الفكر الذهبي الرئيسيتان على كلمتي "بشكل مباشر" و "بشكل غير مباشر"؟



أدعوكم لاستكشاف هذا الموضوع بأنفسكم ومع عائلاتكم وأصدقائكم، لاكتشاف أمثلة تطبيق الفكر الذهبي التي يمكنكم التوصل إليها. هناك الكثير منها.

إليكُم مثلاً واحداً: فكر في معاناة شخص يعاني من الجوع أو بدون مأوى أو كليهما.

يمكننا، بشكل مباشر، أن نقدم لهذا الشخص طعاماً و/أو مأوى. ولكن إذا، لأي سبب كان، اخترنا عدم التصرف بشكل مباشر، يمكننا بدلاً من ذلك أن نتصرف بشكل غير مباشر.

على سبيل المثال، يمكننا أن مُنح وقتنا أو أموالنا، أو كليهما، لدعم المنظمات غير الربحية التي تعمل على القضاء على انعدام الأمن الغذائي أو التشرد.

تطلب الأخلاقيات الشاملة للفكر الذهبي منا ببساطة أن نفعل شيئاً يُظهر تعاطفاً ورحمة تجاه الآخرين.

تذكر أن عدم اتخاذ إجراء هو في الواقع إجراء. العمل الذي يتماشى مع الفكر الذهبي هو اتخاذ إجراء محدد - بشكل مباشر أو غير مباشر، أو كليهما.

البشر الآخرون – والآخرون غير البشر



يوجهنا الفكر الذهبي إلى التصرف، بأفضل ما يمكننا، لحل معاناة العديد من البشر الآخرين في عالمنا.

وبالمثل، يجب علينا أيضاً أن نتصرف للمساعدة في حل معاناة العديد من الكائنات غير البشرية الأخرى في عالمنا أيضاً.

الكائنات غير البشرية هي، مثلنا، كائنات حية بحاجة ماسة إلى قدرتنا البشرية على إظهار التعاطف والرحمة.

نميل إلى تسمية هذه الكائنات غير البشرية "حيوانات"، لتمييزها عن البشر. ولكن هل تعلم أن الحيوان يُعرّف بأنه أي كائن ينتمي إلى مملكة الحيوان؟

في الحقيقة، كلنا حيوانات - سواء كنا بشراً أو غير بشر. لذلك، يجب أن نتعامل مع جميع الحيوانات كما يوجهنا الفكر الذهبي.

لا أحد يريد أن يعاني. لا أحد يريد أن يكون ضحية للظلم.

نحن الذين "تحدث اللغة البشرية" يجب أن نرفع أصواتنا للاعتراض على المعاناة والظلم. أولئك الذين لا يستطيعون التحدث بالبشرية - الكائنات غير البشرية - لديهم صوت أيضاً.

هم ليسوا بلا صوت. ومع ذلك، غالباً ما نفشل في الاستماع إليهم.

يجب أن نستمع إلى ما نعلم أنهم سيقولونه إذا استطاعوا التحدث باللغة البشرية. سيطلبون جميعًا ألا يُجبروا على المعاناة أو الموت بأيدي البشر.

إن سماح الكثير منا بهذه المعاناة أو الموت على نطاق عالمي يمثل ظلمًا كبيرًا ضدهم.

تواطؤنا يمثل وصمة مظلمة على "إنسانيتنا". لقد حان الوقت، بأفضل ما نستطيع، لإنهاء دورنا الشخصي في الظلم الذي يعانون منه.

هل هناك كلمة محددة لهذا النوع من الظلم؟



في كلمة واحدة، يُطلق على الظلم ضد الكائنات غير البشرية "التمييز بين الأنواع" أو "سييسيزم". الكلمة تُستخدم بشكل أساسي لتصوير المعتقد والممارسة المهيمنة بأن البشر "أكثر أهمية" من أي نوع آخر.

تعرف إحدى القواميس التمييز بين الأنواع بأنه "التمييز ضد أو استغلال الحيوانات بناءً على افتراض أن البشر يتفوقون عليها وأكثر أهمية منها."

لن أُطيل في الحديث عن المعاناة والظلم الواضحين اللذين ينبعان من التمييز بين الأنواع. أطلب منك ببساطة أن تكون على دراية بذلك - وأطلب منك، بأفضل ما تستطيع، أن تفعل شيئاً حيال ذلك.

الوعي بالشعور



إليك خطوة إيجابية يمكنك اتخاذها على الفور. تعرف على الوعي بالشعور، وهو رؤية عالمية تركز على التعاطف والعدالة لجميع الكائنات الحية.

إنه يتماشى جيدًا مع الفكر الذهني - لأنه يمنح اعتبارًا أخلاقيًا للجميع - ويسعى لتقليل معاناة أي شخص.

يمكن للناس حول العالم التواصل بسهولة مع بعضهم البعض في مجتمع الوعي بالشعور العالمي.



التمييز بين الأنواع



لنستخدم "التمييز بين الأنواع" كمثال على العديد من المصطلحات الضارة اجتماعيًا التي يجب أن نتحد معًا لتقليلها والقضاء عليها.

بشكل عام، تمثل هذه المصطلحات فعلًا أو ممارسة أو عملية أو سببًا أو حالة أو عقيدة أو نظرية أو نظامًا أو مبدأ.

إليك قائمة ببعض المصطلحات الأخرى التي يعارضها مبدأ "الفكر الذهبي" بسبب ما تمثله:

- التمييز ضد ذوي الاحتياجات الخاصة (Ableism)
- الشر (Malism)
- التمييز على أساس العمر (Ageism)
- العسكرية (Militarism)
- اللاأخلاقية (Amoralism)
- المونيزم (Monism)
- الفوضوية (Anarchism)
- العدمية (Nihilism)
- الأنثروبوسنتريزم (Anthropocentrism)
- التشاؤم (Pejorism)
- الفكرة ضد القوانين (Antinomianism)
- التشاؤم (Pessimism)

- النظام الطبقي (Casteism) • القدرية الدينية (Predestinarianism)
- التمييز الطبقي (Classism) • الشك الفلسفي (Pyrrhonism)
- الاستعمارية (Colonialism) • العنصرية (Racism)
- الأنانية (Egocentrism) • التمييز الجنسي (Sexism)
- الأنانية الذاتية (Egoism) • التمييز بين الأنواع (Speciesism)
- القدرية (Fatalism) • الإرهاب (Terrorism)
- الجهل (Ignorantism) • النصرانية المفرطة (Triumphalism)
- اللاأخلاقية (Immoralism)

كيف سيوحدنا مبدأ "الفكر الذهبي"؟



سوف تكون لدينا بعض القيم والصفات والأهداف المشتركة. فيما يلي قائمة موجزة بما سنسعى لتحقيقه كأشخاص يلتزمون بمبدأ "الفكر الذهبي":

- | | |
|--------------------------|------------------|
| • النزاهة | • الرعاية |
| • القيادة بالمثال | • الشخصية |
| • الاستماع | • الالتزام |
| • التفاؤل | • التعاطف |
| • الصبر | • التعاون |
| • المثابرة | • الشجاعة |
| • الاحترام | • المجاملة |
| • المسؤولية | • الاعتمادية |
| • اتخاذ القرارات الصحيحة | • التصميم |
| • الخدمة | • التنوع |
| • المشاركة | • الصداقة |
| • القوة | • الامتنان |
| • التسامح | • مساعدة الآخرين |
| • الوحدة | • الأمانة |
| • الرؤية | • الأمل |
| | • التواضع |

كيف سيساعدنا مبدأ "الفكر الذهبي"؟



سيكون مبدأ الفكر الذهبي الأساس الذي يلهمنا لبناء حركة عالمية من أجل العدالة.

سينضم الناس من جميع أنحاء العالم ليتحدوا لإنهاء المعاناة غير المبررة والظلم بجميع أشكاله البغيضة.

سنفعل للآخرين ما ينبغي أن نفعله، ولن نفعل للآخرين ما لا ينبغي أن نفعله.

سيكون مبدأ الفكر الذهبي رابطنا المشترك - دليلنا للعمل الفردي والجماعي.

كيف نصل إلى هناك؟



لدينا الآن فهم واضح لما نقف من أجله وما نقف ضده. نرى ما يجب علينا فعله، ونرى ما لا يجب علينا فعله. ولكن كيف نتقل من الرؤية إلى الإنجاز؟

تبدأ حركة العدالة المجتمعية من أفعالنا كأفراد. أول فعل بسيط: نتعهد شخصيًا بالعيش وفقًا لمبدأ "الفكر الذهبي".

لنبدأ بذلك.

تعهدك الشخصي



أكد تعهدًا شخصيًا بممارسة مبدأ "الفكر الذهني".

على سبيل المثال، يمكنك أن تبدأ كل يوم بقول عبارة مثل: "أتعهد، بأفضل ما أستطيع، بأن أكون موجّهًا بمبدأ الفكر الذهني اليوم."

تعهد عائلتك



يمكنك أيضاً توسيع نطاق تأثير مبدأ الفكر الذهبي من خلال تشجيع أفراد العائلة والأصدقاء على التعهد بمثل هذا التعهد.

على سبيل المثال، يمكن لأفراد عائلتك أن يبدأوا يومهم بقول: "تعهد، بأفضل ما نستطيع، بأن نكون موجّهين بمبدأ الفكر الذهبي اليوم."

يبدو أن توحيد العائلات حول هذا الرابط المشترك سيكون خطوة إيجابية لهم ومعهم.

أخلاق مجتمعك



على الرغم من أن المجتمع لا يمكنه بسهولة ترديد تعهد مثل الأفراد، فإنه يمكن أن يستفيد من إنشاء أخلاقياته المجتمعية الخاصة.

ستكون الأخلاق المجتمعية مشتركة في المجتمع، ومثل ما يختار الناس في المجتمع أن يقفوا من أجله وما يختارون الوقوف ضده.

يمكن أن يكون مبدأ الفكر الذهبي الأساس الذي تُبنى عليه الأخلاق المجتمعية، والتي يمكن من خلالها بناء مجتمع رحيم.

هرمية الاحتياجات ودور المجتمع



المجتمعات في كل مكان قادرة على تحقيق تقدم حقيقي إذا جعلت "هرمية الاحتياجات" لأبراهام ماسلو محوراً رئيسياً لقضاياها الاجتماعية.

هذا المفهوم موثق بشكل واسع، لذا لن نخوض في تفاصيله هنا، بل سنكتفي بمثال واحد يوضح مدى أهميته:

في قاعدة هذه الهرمية، تأتي (الحاجة الأساسية للطعام)، وهي ضرورة حيوية للجميع، لكنها تصبح أكثر إلحاحاً عندما يتعلق الأمر بالأطفال.

عندما يسمح أي مجتمع لأطفاله بالجوع أو بانعدام الأمن الغذائي، فإنه لا يرتكب خطأ فادحاً فحسب، بل يساهم في (ظلم ومعاناة لا تُغتفر) حرمان الأطفال من الغذاء ليس مجرد إهمال، بل (عار أخلاقي) يلطخ صورة المجتمع بأسره.

لذا، يجب أن يتبنى كل مجتمع ميثاقاً أخلاقياً يضع حداً لهذه الأزمة، مثل:

"نحن، أبناء هذا المجتمع، لن نسمح أبداً بأن يعاني أطفالنا من الجوع أو انعدام الأمن الغذائي. هذا الأمر غير مقبول بيننا، ولن نقف مكتوفي الأيدي أمامه."

الأخلاق العالمية



عندما نعيش كأفراد وعائلات وأصدقاء ومجتمعات في كل مكان وفقًا لأخلاق مبدأ "الفكر الذهبي"، فإننا نبني بشكل مباشر وغير مباشر النوع من الأخلاق العالمية التي نحتاج إليها.

من منظور عالمي، سنصل إلى نقطة يصبح فيها فعل الخير أكثر مما نفعله الآن، والشر أقل مما نفعله الآن. سنكون أفضل مما نحن عليه الآن.

الأفعال الصغيرة مهمة



إظهار اهتمامنا بالآخرين له قيمة لا تُقدَّر بثمن. يجب أن نبحث عن الخير – ونكافئه عندما نراه.

دائمًا خصص بعض الوقت لشكر شخص ما شخصيًا على "فعل الصواب" – في الحال إذا أمكن، أو عبر ملاحظة مكتوبة، مكالمات هاتفية، رسالة نصية، أو بريد إلكتروني.

قوة الاهتمام وصناعة مجتمع أكثر إنسانية

إظهار اهتمامنا بالآخرين ليس مجرد لفظة طيبة، بل هو قيمة لا تُقدَّر بثمن. علينا أن نبحث عن الخير في الناس، ونحتفي به عندما نراه.

خصص دائمًا وقتًا، ولو قليلًا، لإجراء مكالمات هاتفية أو، والأفضل من ذلك، إرسال رسالة شخصية تُعبّر فيها عن تقديرك لشخص أبدى سلوكًا نبيلًا أو قام بعمل يستحق الشناء.

وفي اللحظات التي تستدعي ذلك، كن شجاعًا بما يكفي لتطلب من شخص أن يتوقف عن تصرف غير لائق أو فعل خاطئ.

هذه المبادرات البسيطة ليست مجرد أفعال عابرة، بل هي خطوات تُسهم في بناء عالم أكثر إنسانية، وتجعلنا جميعًا نسير نحو الأفضل.

اجعل "YOUUniversal" قاعدة الفكر الذهبي GoldenRuleism "مبدأً شخصيًا لك، وطبقه في حياتك، ليكون مصدر إلهام للآخرين.

احتفظ بذكرات مستوحاة من مبدأ قاعدة الفكر



قد تكتشف، كما اكتشفتُ أنا، أن الاحتفاظ بذكرات يومية مستوحاة من قاعدة الفكر الذهبي ليس مجرد عادة، بل تجربة ثرية تمنحك متعة وقيمة حقيقية.

تدوين تفاصيل يومك لا يساعدك فقط على تتبع مسار حياتك وحياة من حولك، بل يمنحك أيضاً فرصة للتأمل والنمو الشخصي. ومع مرور الأيام، ستصبح مراجعة مذكراتك عند نهاية كل عام تجربة ملهمة—خاصة إذا حرصت على تضمين إشارات تعكس التزامك بمبادئ قاعدة الفكر الذهبي.

لن تكون هذه اليوميات مجرد وسيلة للتعبير عن نفسك، بل ستصبح سجلاً ثميناً يوثق أفكارك وأفعالك، مما يمنحك رؤية أعمق لرحلتك في الحياة.

وربما يأتي يوم يقرأ فيه أحباؤك ما كتبت، فيستلهمون منه ويتأملون في تجربتك. لذا، اجعل هذه المذكرات إراثاً شخصياً تهديه لنفسك وللمن سيأتي بعدك.

ابدأ الآن



لا يمكننا أن نفترض أننا سنعيش يومًا ما حياة موجهة بمبدأ "الفكر الذهبي".
لا ضمان لدينا بشأن مدة حياتنا. الوقت لا ينتظر أحدًا.

ما نعلمه يقينًا هو أننا نملك حياة واحدة فقط.

أفلا يجدر بنا أن نعيشها بأقصى ما نستطيع — اليوم، وكل يوم

فكرة أخيرة



مع كل بداية جديدة، لنضع هذا السؤال في صميم أفعالنا واختياراتنا—فهو صالح لمعظم مواقف الحياة اليومية:

**"كيف سيتصرف شخص يسترشد بمبدأ قاعدة
الفكر الذهبي؟"**

أطيب التمنيات لك ولأحبائك



آمل أن تكون الكلمات في هذا النص ذات قيمة شخصية لك خلال وقتك على الأرض.

أطيب تمنياتي لك، لعائلتك، ولأمننا الأرض العزيرة وكل ما يجعلها العجيبة الفريدة التي هي عليها.



كريغ كلاين / الرجل الذي ينادي بمبدأ الفكر الذهبي

[illegible]

قاعدة الفكر الذهبي



عبر العالم

ISBN 978-1-967458-75-2

US \$7.99

50799 >



9 781967 458752