

# 1 الخرافة

«نعم، ولكنني لا أؤمن بالخرافات إطلاقاً»

هل أنت من أولئك الناس الذين :

- يَمْرُون تحت السلم عندما يشاهدونه في طريقهم؟
- أو لا يفعلون ذلك بتاتاً لأنه شؤم
- أو أنهم يتجنبونه، لأن ذلك أكثر ضماناً.

بغض النظر عن الخيار الذي اتخذته من هذه الحالات الثلاث، فأنت تؤمن بالخرافة. حتى ولو أنك بعيد كل البعد عن الخرافة لأنها لا تتماشى مع ثقافتنا. وعلى الرغم من ذلك ثمة نوع من الخرافة أصبح عندنا شكلاً من أشكال الثقافة. وحسبما يورده فولكس بركهاوس فإن الثقافة ليست مجرد مجمل مظاهر الحياة الفكرية والفنية بل هي «تربية البكتريا» «لكن، لكن» ربما ستقولون. وبهذا نكون منغمسين في وسط تربية البكتريا. لأن كلمة «لكن» هذه من المحتمل أن تكون أكثر البكتريا المنتشرة في وقتنا. ولا يوجد شخص لا يرهاها بعناية ولا يدعن لتقديس

نعم، ولكن...

«لكن» ويخدم عبارة «لكن» بانتظام سواء بشكل علني أو داخلي كذلك.

أو أنك لم تقل إطلاقاً:

«صحتي جيدة، لكن...»

«هذا صحيح، لكن...»

«أرغب بالقيام بذلك، لكن...»

«لا أريد أن أسبب لكم ألماً، لكن...»

«أعرف، لكن...»

لقد استقرت كلمة «لكن» في تفكيرنا وفي اعتقادنا المؤطر ثقافياً، في مجمل تعبيرات حياتنا الفكرية والفنية وتطوّرت إلى «فيروس» لوعينا الذي يعتره الشلل أو يصاب بالإقصاء، حالما تنشط كلمة «لكن» في فكرنا.

واعتدنا الوثوق بـ"لكن" بحيث لم نعد نفسح لأنفسنا الوقت للتأكد من جوهر الخطاب من غير أن نتقبل «لكن». ذلك أن ما نتقبله من «اعتقادنا بـ لكن» هو بالتأكيد شيء آخر. اصدقوني القول: ألم يخطر ببالكم: «لكنني لا أؤمن بالخرافات فعلاً» أو: «هذا محض هراء». وبدايةً ينبغي أن يكون بإمكانكم استيعاب أن الموضوع هنا لا يتعلق بالخرافة بل بكلمة «الاعتقاد بـ: لكن» وإن الأمر لا ينصب على الاعتقاد، وإني على إعادة صنع شيء لا يصدق، وبالتحديد مقدرتنا على قبول حقيقة لا

تستدعي الاعتقاد دون احتجاج أو نقد أو تحفظ. إنها المقدرة على وعي شعور حقيقي وآني، وأن يجري إدراكه من غير قيمة، بحيث نعطي لأنفسنا المجال في تخطي «لكن» من غير أن تأخذ مجراها.

والإيمان بالمقدرة على القناعة بالتوصل إلى الهدف كفيلاً بأن يزحزح الجبال. بينما تضع كلمة «لكن» هذه الجبال كعائق لا يمكن تجاوزه مباشرة أمام المرء وتسبب مزيداً من النحس والوبال، أكثر مما تمكن أن تمنعه الخرافة. وينتج عن ذلك إحباط وتقليل من قيمة الآخرين وسوء فهم وإخفاقات وفرص ضائعة. ونحن نتعرض يومياً لتجارب من هذا القبيل، بغض النظر عما إذا كنا نعي ذلك أو لا نعيه، لأن الاعتقاد بـ: «لكن» منتشر أكثر من أية خرافة.

لقد قال رجلٌ حكيم مرّةً: «إن كل ما يردُّ قبل كلمة «لكن» هو مجرد أكذوبة».

وكنت قد حاولتُ لسنوات كثيرة، بما أنني كنت أسمع كلمة «لكن» وأرددها، أن أدحض هذا التأكيد. غير أنني لم أنجح في ذلك إلى اليوم، ولا شيء يمكن أن نقوله ويكون حقيقياً قبل «لكن». ونحن لا نقبل ذلك بشكل حقيقي أو أننا لا نريد ولا نستطيع أن نصدق. إذ إن ما يأتي بعد «لكن» لا يعطي الحقيقة، كما نعتقد، دعماً إضافياً، بل يغطي عليها، ويحوّل إحساسنا الحقيقي أو وعينا الآني إلى أمر مخالف للحقيقة.

إنكم لا تصدقون هذا، ولا ينبغي عليكم ذلك، لأنه لا شيء جديداً يُصدق أو يُفكر به غير الاعتقاد بـ «لكن». وهذه الكلمة لا تستقي مصدرها الحقيقي من التفكير والاعتقاد وإنما من إحساس مشروع للغاية: إن «لكن» تنبثق من شعور غير واع، بأن ثمة شيئاً مفقوداً. لكن ما هو مفقود ليس ما يمكن أن نوردّه لاحقاً بـ: «لكن» إن الأمر غير المتوفر هنا هو الإدراك الواعي لما كان قد قيل قبل «لكن».

إن من لا يدرك بوعي ما هو مُقال قبل «لكن» لا يمكنه أن يعي إذا كان ما قاله يتطابق مع الحقيقة. وحتى لو كان ذلك صحيحاً، فإنه لن يدرك أن ذلك صحيح. هو يعرف الأمر ومن لا يعرف بصدق، يريد أن يعرف بطريقة أفضل على الأقل، لكي يتغلب على الوعي الذي ينقصه.

لكن، لا يمكن أن صدق حجة «لكن» أكثر ذكاء، مما لا ندرك. لأن العقل لا يمكن أن يعوّض عن الوعي، لأن التفكير، وأن يكون المرء واعياً لشيء هما أمران مختلفان تماماً، فالتفكير يحرك ذكاءنا الفكري. وعلى العكس من ذلك فأن يعي المرء شيئاً يعني تنشيط الذكاء العاطفي. وإنّ حواسنا تسمح لنا - وباستقلالية عما نفكر به أو نعتقد - ماذا علينا القيام به في هذه اللحظة حقيقة، أو ما نراه أو نسمعه أو نحسّ به.

وينتج عن «لكن» انقطاع تيار في وعينا. ومن شأن هذا أن يضعنا في منتصف الطريق بدلاً من الشعور بهذا في الحاضر

الواقعي، وفي الإدراك، وبذلك يقذفنا إلى الماضي التخيلي أو المستقبل. وبدلاً من أن يعيش المرء قبل نطقه بكلمة «لكن» كإحساس واع أو إحساس مدرك ننقل أنفسنا بكلمة «لكن» إلى العقل لكي نضع المقارنات التي نهرب من جرائها من أنفسنا بتوجيه من العقل. وأين يحطُّ بنا الرحال بـ: «لكن» لا صلة له مع أنفسنا ومع الآخرين وإنما يفصله مع أنفسنا ومعهم مساحة واسعة. ونظراً أننا نصل بالتفكير إلى الهدف بصورة أسرع وأسهل وأفضل عن الإحساس. بلى، نحن نصل أسرع، إنما الأسرع والأذكى والأفضل هو فقط عادتنا بالتفكير، بينما يبقى ذكاؤنا العاطفي في إدراك أحاسيسنا الآنية وواقعنا، بعيد المنال.

تجبرنا «لكن» أن نكتفي بالاعتقاد وأن نعرف وأن نحدّد أنفسنا بما نحسُّ به أو يحسُّ به الآخرون. لأننا في لحظات - «لكن» نكون منشغلين تماماً بماذا نفكر بالذي نقدم فيه بالمقارنة أو بمقاومته.

إن من يعتقد أنه يعرف أو أنه استوعب من غير أن يكون قد أحسَّ ذلك بوعي، لا يعرف حقاً، لأنه يكون مفتقداً إلى الشعور بإدراك الأمر بطريقة حقيقية. وإنه من قبيل الخلل في محاولته اليائسة لأن يقوم بالتعويض بـ: «لكن» ومن يُقَلُّ «لكن»، ليس كما يبدو، عارفاً بالأمور بطريقة أفضل بل هو شخص يريد أن يحسّن معرفته عن غير وعي.



وطالما أنك تحدّد نفسك بالتفكير بأنّ ما تقرأه في هذا

نعم، ولكن...

الكتاب، صحيح أو خطأ فستجد ألف «لكن». وإذا كنت على العكس من ذلك تجرب نفسك على ما تقرأ، فلن يكون عندك «لكن» بتاتاً، على الأقل ليس لما تقرأه هنا.

وسوف تعلم ما هو الحقيقي وما هو خلاف ذلك لأنك جربت بوعي أي بإدراك الأمر.

ولكي تتاح لك هذه الخبرة، تحتاج فقط إلى إكمال هذه التعبيرات المذكورة سابقاً أو جمل - لكن المألوفة لديك وتنطقها بوعي، مثال على ذلك:

«صحتي جيدة، لكن... هذا الطقس يزعجني بحيث لم تعد عندي رغبة بشيء».

أو «لا أريد أن أسبب لك الألم، لكن... ما تفكر فيه، أجده غير معقول. هكذا، لا ترافقني إلى هذا الاحتفال».

أو «أريد أن أقوم بذلك بكل ترحاب، لكن... تتكدس الأوراق على طاولة مكتبي. ولا أجد متسعاً من الوقت فعلاً ولا أعرف كيف سأستطيع أن أنجز ما عليّ من واجبات».

وبعد أن تكون قد نطقت بها بصوت عالٍ، تجيب عن الأسئلة التالية:

ما هو الجزء من الجملة الذي أعرته الاهتمام الأكبر، والكلمات الأكثر ذات الأهمية الخاصة؟ هل الخبر الذي كان قبل أو بعد «لكن»؟

وما هو الجزء الذي أثار إحساسك الحقيقي ووعيك؟ وما

الذي استحوذ على تفكيرك؟ وما الجزء الذي حدّد إحساسك وعملك.

وعن أيّ تلقّيت جواباً أو ردّ فعل؟ أكان ذلك الجواب أو ردّ الفعل عما تطابق مع إحساسك الآني ووعيك أو عن الذي أملاه عليك اعتقادك بـ«لكن»؟

نعم، لكن... «الآن ضع نقطة! - بعد كلمة نعم. تنفّس بعمق وخذ لنفسك متسعاً من الوقت: لماذا قلت نعم؟»

هل توفرت لديك الخبرة فعلاً، بأن ما يأتي بعد «لكن» يحظى بأهمية أكبر من الذي جاء قبل كلمة «لكن»؟

تصور أنك وضعت نقطة حسب مقولتك التي تأتي قبل «لكن»، إذا لكنت قلت:

«صحتي جيدة».

«سوف لن أتسبب لك بأي ألم».

«أريد أن أفعل ذلك برغبة».

نقطة. جرّب ذلك بنفسك. استغن عن الجمل التي تأتي بعد «لكن». تنفّس بدلاً من ذلك بضع مرّات بعمق ثم انطق بهذه الجمل بصوت عالٍ. ما هو صدى ذلك عليك؟

وإذا كان عندك الإحساس في اللحظة الأولى، أن شيئاً ما يعوزك، فإن ذلك إثبات، كم كنت قبل ذلك متعلقاً بخرافة لكن. تحمل مدّة أطول، تجاوز خط العادة وعود إلى وعي ما تحسّ به حقّاً وما قلته.

نعم، ولكن...

ما هو الشعور الذي يتولد، عندما يكون المرء بصحة جيدة؟ هل هذا الإحساس يستحق أن يُدرك لكي يُمسك بزمام الواقع؟

أليس هذا عجبياً، أنه لا رغبة لك في أي شيء، عندما تشعر بوعي، أن صحتك على ما يرام؟

وما هو يا ترى الشعور في أن يكون المرء حسّاساً وأن يعرف مسبقاً بالتحديد أن ما كنت تنوي قوله، سوف يتسبب بالألم للآخر؟ والآن تستطيع أن تستغني كلياً عما كنت تريد قوله، وأن تصيغه بطريقة لا تسبب الأذى للآخر. ويا له من شعور من أن يسمع المرء: «أريد أن أقوم بذلك بشوق». وليضع في نهاية الجملة نقطة أيضاً، ولتحمّل دون «الاعتقاد بلكن» ويدع الأمور تسير بدون ذلك. وأن يحسّ بأن ثمة ما يمكن القيام به فعلاً وبرغبة كبيرة.

هل يمكن الإحساس بضغط العادة القديمة، إنه من الأفضل البقاء مع «الاعتقاد بلكن»؟ إنه من الأفضل أن تلبّي حاجتك الحقيقية بشكّ تعتقد به وبهذا تعطي نفسك فرصة جديدة؟ أعط نفسك، من باب الدعابة، فرصة. فكّر بشيء كنت تريد القيام به منذ مدّة طويلة ولكنتك أخفقت بسبب اعتقادك بـ«لكن». وكم من الوقت سيستغرق ذلك حتى تسأل نفسك، ولم لا؟ أو حتى تخطر ببالك فكرة جديدة تماماً ولكي يمكنك وضعها على المحكّ، على الأقلّ أن تقدم بالخطوة الأولى في الاتجاه المرغوب؟

«هذا لا يمكن تصديقه» تنهّد أحد زبائني قائلاً، عندما قام بذلك لأول مرّة، وخطرت على باله بارقة لم تكن في حسبانها، ثم استطاع أن يحقق رغبة كانت تراوده منذ مدّة. نعم، لم يكن ذلك ما لا يُصدق. إنما الفكرة لم يكن لحينه مؤمناً بها - أي غير مصدق بها - لأنّ الخرافة قد سدّت عليه كلّ منفذ.

وأن تلغي كلمة «لكن» من مخزونك اللفظي لا يعني، أن يكون لك رأي آخر. بيد أنك حين تتوقف عن وضع كلمة «لكن» تجاه مقولاتك أو مقولات غيرك مباشرة، فإنك ستلاحظ بعد مدّة قريبة جداً أنك أصبحت تتعامل مع نفسك بشكل أكثر انتبهاً وبالتالي تصغي للتحديث بانتباه زائد. وستأكد بسرعة، أنّه ليس من الضروري أن تسفّه رأي الآخرين لكي يكون لرأيك الريادة.. ومن الثابت أن رؤيتين توصلان إلى هدف أسمى وبسرعة أكبر من رؤية واحدة.

لا يعرف الهنود الحمر، حيث أمضيت سنة بين ظهرانيهم كلمة «لكن». لا يعرفون إلّا كلمة «أيضاً». لقد تعلمت عندهم، أنّ من يؤمن بـ«لكن» ويقولها، يريد أن يفوز بشيء أو يتغلب على أحد ما. ومن يستخدم كلمة «أيضاً» ويؤمن بها فهو يريد أن يكسب شيئاً إضافياً.