

مصالحة الفكر

تحولت أدمغتنا إلى جراح نازفة؛ أصبحت أفكارنا ثقوباً سرطانية و لم يعد العقل عندنا مركزاً سليماً و متوازناً لذلك توجه كامل تركيزنا و اهتمامنا إليه... من المؤكد أنك مدرك لحقيقة أنه عندما يعتل عضو من جسد أحدنا فإن كامل اهتمامه ينصب على ذلك العضو.

يتوجه اهتمام أحدنا نحو ساقه عندما يشعر بألم فيها و إلا فهو ينسى بأن في جسده ساق، يشعر أحدنا بأن له يداً فقط عندما تجرح تلك اليد و قبل ذلك كأنه لا وجود لمثل تلك اليد... و الآن، لماذا يتركز كامل اهتمامنا و لأربع و عشرين ساعة يومياً على الدماغ؟ و الجواب لأنه معتل و مريض تماماً.

كلما أصبح الجسد أكثر صحة قل شعورنا به... لا يشعر الإنسان إلا بالعضو المصاب من جسده، و لا نشعر الآن كإنسانية إلا بالدماغ الذي لا يستطيع وعينا الدوران حول شيء سواه و لا يستطيع رؤية و تمييز سواه... ظهر جرح دام في أدمغتنا و ما لم نستطع التحرر منه؛ ما لم نستطع التحرر من هذه الحالة الفكرية الشاذة لا يمكن لأي منا الاقتراب من مركز الحياة.

علينا في البداية إذاً أن نلم بوضوح و جلاء بحالة عقلنا... في عزلة تامة حاول و لعشر دقائق أن تسجل بكل أمانة وموضوعية على ورقة كل ما يراودك من أفكار، كن واثقاً أنك لن تكون قادراً على إظهار تلك الورقة حتى أمام أقرب أصدقائك المقربين... لا يمكنك و لا يمكن لأي كان أن يتوقع منك ما كتبت لأنك ستجد في صحيفتك من تبعثر و حماقات تناقضات تجعلك تتهم نفسك بالجنون.

ستصاب بالدهشة إذا أنت دونت لعشر دقائق بدقة و موضوعية كل ما يحدث في فكرك، و ستبدأ بالتساؤل فيما إذا كنت لا تزال سليماً أو أصبت بالجنون... لم نعتد على إلقاء نظرة ولو خاطفة مدة عشر دقائق لنعلم ما الذي يدور في أفكارنا أو أننا لا ننظر هناك لأننا نعلم ما الذي يجري في تلك الأعماق.

ربما يكون الخوف هو السبب... يخشى بعضنا الوحدة و تراه في بحث دائم عن التجمعات -يريد لقاء الأصدقاء؛ يذهب إلى الأندية أو أي شيء آخر، وإلا ستراه يستمع للراديو أو يشاهد التلفاز أو يقرأ الصحف أو غير ذلك من الخرافات المهم ألا يكون وحيداً... في اللحظة التي نصبح فيها وحيدين نبدأ بالتعرف على حالتنا الحقيقية.

عندما يتواجد الآخر نمضي بعلاقتنا معه و لا نعلم عن أنفسنا شيئاً، و ما البحث عن الآخر إلا بحث عن الفرصة المناسبة للهروب من أنفسنا... السبب الوحيد الذي يجعلنا نستمتع و نهتم بصحبة الآخرين هو خوفنا من أنفسنا و معرفتنا اليقينية بأننا عندما نتعرف على تلك الأنفس تمام المعرفة لن نستتج سوى أننا مجانين بالفعل لذلك ترانا في بحث دائم عن شركاء، أصدقاء أو تجمعات و مجتمع.

يخشى الإنسان الوحدة لأنه في الوحدة فقط يرى انعكاساً لحالته الحقيقية؛ يرى الإنسان في الوحدة وجهه الحقيقي وهنا الرعب و الخوف... لذلك تراه من الصباح حتى المساء لا يدع طريقة إلا و يتبعها للهروب من نفسه التي لا يريد مواجهتها... يخشى الإنسان فعلاً أن يرى وجهه الحقيقي.

و تحقيقاً للهروب أفضل من تلك الحقيقة بدأ الإنسان باختراع وسائل مساعدة... كلما أصبحت حالة أفكارنا أسوأ أسرعنا بابتكار وسائل أكثر للهروب من أنفسنا، فقد ازداد ابتداء الإنسان للخرافات في القرن الأخير أكثر مما كان عليه في أية مرحلة تاريخية سابقة و ما دور السينما ومحطات الإذاعة والتلفزيون إلا أمثلة عن ذلك... يزداد إنساننا تدريجياً اضطراباً و قلقاً و يزداد بحثه عن التسلية و الترفيه و التي هي في الحقيقة

مضيعة للوقت؛ يزداد و عبر العالم بالتزامن مع ما ندعوه حضارة إنتاج و استخدام العقاقير الطبية و لاسيما في كل من أمريكا و أوروبا؛ إن الجهود لابتداع أدوية جديدة هي في ذروتها و السباق لابتداع وسائل ناجعة لتخليص الإنسان من حقيقته مستمر و لولا ذلك لكنا في ورطة حقيقية.

ما هو السبب الحقيقي الكامن وراء كل هذا ؟ لماذا نريد أن ننسى أنفسنا و لم نحن توافقون للفرار من الحقيقة ؟ أحذرك من الوقوع بخطأ الاعتقاد بأن من يذهب إلى دور السينما ويشاهد التلفزيون وغيره هو وحده من يحاول الهروب من نفسه بل أن له قريناً حميماً في ذلك وهم رواد المعابد الذين يذهبون إلى هناك للسبب نفسه، الفرق الوحيد بين السينما و المعبد هو أن المعبد سينما قديمة وطريقة قديمة للهروب من النفس أما السينما فمعبد حديث و طريقة حديثة؛ لا فرق بين من يدندن ، يقرأ ويصلي في المعابد و بين من يجلس لسماع أو رؤية ما ينسيه ذاته. كل ما نبذله للانخراط في أي شيء خارجي سواء أكان عبادة أم سينما أم...؛ كل ما نبذله لنكون جزءاً من تجمع ما لا يساوي في الأبعاد العميقة سوى محاولة الهروب من الذات... نشترك جميعاً في هدف واحد و هو محاولة الهروب من حقيقتنا بطريقة أو بأخرى... و هذا يؤكد أن حالتنا الداخلية تصبح

أسوأ و نفتقد الجرأة و الشجاعة اللازمتين للنظر إليها...
أصبحنا نخشى النظر في هذا الاتجاه؛ أصبحنا كالنعامة في
الصحراء و التي ترى عدوها... عندما يكون العدو مرئياً
يمكن فعل شيء إزاءه، أما عندما يكون مختفياً في الداخل
فلا نجد سوى الهروب منه و نظنه بذلك قد اختفى و نظن أننا
المنتصرون !!!

نريد أن ننسى كل شيء عن حالتنا الداخلية؛ لا نريد أن ننظر
لما هو هناك... من الممكن أن نقنع أفكارنا بأن غير المرئي غير
موجود ولكن من المستحيل أن يعنى هذا أنه قد اختفى... لا
توجد أية علاقة و ارتباط بين غير المرئي و غير الموجود، يمكن
فعل شيء ما تجاه الشيء المرئي و تغييره بينما لا يمكن تغيير
غير المرئي الذي يستمر بالنمو و التصاعد داخلياً كالجرح أو
المرض الخفي الذي نرفض النظر إليه و الاعتراف بوجوده.

أصبح الدماغ معتلاً و جريحاً... فلو قدر لألة الكشف الكامل
عما يدور في دماغ كل منا أن ترى النور فمن المحتمل أن يبادر
الكثير منا الانتحار الفوري ! لا يمكن لأحدنا أن يسمح لآخر
بالاطلاع على ما يجول داخله، ولكن عاجلاً أم آجلاً لا بد أن
يمكن ذلك أما الآن فنحن في غاية السعادة لعدم وجود نوافذ
لرؤوسنا تسمح برؤية ما هو داخلها..

يختلف تماماً كل ما نظره خارجاً عن كل ما تخفيه داخلياً؛
كل ما نراه على الوجوه مختلف تماماً عما تخفيه القلوب، فمن
الممكن أن نتحدث عن الحب و لا نملك غير الكره في داخلنا...

قد تصادف أحدهم ذات صباح فيقول لك « صباح سعيد، أنا
في غاية السرور للقائك هذا الصباح، » لكنه يقول داخلياً « لما
توجب علي أن أفتتح صباحي برؤية هذا الغبي ؟ »

لو فتحت نوافذ الرؤوس سنكون في ورطة حقيقية و ستصبح
الحياة صعبة بالفعل، ربما نبدي بعض الصداقة تجاه أحدهم
ولسان حالنا الداخلي يقول « متى سيموت هذا ؟ » هناك شيء
على السطح و شيء آخر تماماً في الأعماق لكننا لا نجرؤ على
النظر نحوه لرؤيته و إدراكه.

كانت سيدة تعيش مع ابنتها الشابة و قد اعتادت كلتاهما
على السير أثناء النوم، نهضت الوالدة ذات ليلة قرابة الساعة
الثالثة فجراً و ذهبت إلى الحديقة خلف المنزل، و بعد لحظات
نهضت الابنة و سارت أيضاً

نحو الحديقة، عند رؤيتها للفتاة صرخت الأم « أيتها العاهرة،
أنت من سلب شبابي، منذ ولادتك بدأت أصبح مسنة... لو لم
تولدي لكنت ما زلت شابة. »

أما الفتاة فقد صرخت عند رؤية الوالدة «يا لك من امرأة شريرة، أصبحت حياتي بسببك عبودية صعبة؛ أنت حجر عثرة في طريقي؛ أنت قيد ثقيل في حياتي.»

صاح الديك في تلك اللحظة فاستفاقت كلاتهما، قالت الأم عند رؤية ابنتها «لم صحت مبكراً يا عزيزتي، الحديقة باردة فهيا بنا إلى الداخل.»

جرباً على عادة صباحية أسرع الفتاة لملاطفة قدمي الوالدة وقالت «صحت مبكراً يا والدتي و صحتك ليست على ما يرام... تعالي و استريحي.»

انظر إلى الفرق بين كلام النوم و كلام الصحوة !!
كلام النوم أكثر مصداقية من كلام الصحوة لأنه قادم من أعماق أبعاد؛ إن ما تظهر به في أحلامك أكثر حقانية مما تبديه في العمل أو في المجتمع فالوجه الخارجي مصطنع ومعدل، في الأعماق أنت شخص مختلف تماماً فقد تضطر أحياناً لتلفيق بعض الأفكار الجيدة في الخارج لكن نيران الأفكار الداخلية مستعرة في الداخل، قد تبدو في الظاهر متمتعاً بكامل الصحة و السكينة و يملؤك المرض والاضطراب في الداخل؛ قد تبدو مبتسماً في الظاهر لكن بسمتك تلك ما هي في الحقيقة إلا غطاء لنهر من الدموع... ربما

تكون قد اصطنعت البسمة لتغطي بها دموعك... هذا ما نفعه في العادة.

سؤال Nietzsche ذات مرة « أنت في ضحك دائم ؛ أنت في فرح دائم فهل أنت كذلك في الحقيقة ؟ »

فأجاب السائل « ما دمت سألت فسأخبرك الحقيقة، أضحك كي لا ينفجر بكائي الداخلي؛ أكتب بكائي قبل أن يبدأ بالضحك؛ أحتفظ ببكائي داخلياً... يجب أن ينع ضحكي الآخرين بأنني سعيد ... أضحك لأنني حزين و علي أجد في ذلك بعض العزاء و السلوى .»

لم يرى أحد المسيح يضحك؛ لم يرى أحد بوذا يضحك... لم يرى أحد المشاهير يضحك، ما هو السبب في ذلك ؟ ربما لا يكون هناك دموع في الداخل فلا حاجة لتغطيتها بالضحك؛ ربما لم يتبقى أي أحزان لتغطيتها بالابتسامة، فأى اهتزاز داخلي سيظهر من فوره على الوجه و لا داعي لتكديس ورود الضحك عليه .

يجب على صاحب الجسد النتن أن يرش عليه المعطرات، ربما يحتاج صاحب الجسد القبيح لبذل الجهود ليحمله يبدو جميلاً... يجب أن يتعلم الحزين داخلياً الضحك و يجب أن يتعلم المملوء

بالدموع داخلياً الابتسام... يجب أن يتعلم من تملأ للأشواك
داخله تكديس الورود في الخارج .

الإنسان مختلف تماماً عما يبدو؛ إنه معاكس لظاهره... إنه
شيء في الداخل و شيء مختلف تماماً في الخارج، فإذا انخدع
الآخرون بما نكدسه على خارجنا فهذا جيد، لكن المشكلة
أننا بدأنا ننخدع نحن بما نفعله و نحسبه حقيقة... لا يعد
مفاجئاً أن ينخدع الآخرون بمظهرنا الخارجي لأنهم عادة ما
ينظرون إلى الخارج، لكننا أصبحنا نظن صورتنا الحقيقية
هي تلك التي يراها الآخرون ... ننظر لأنفسنا بأعين الآخرين ولا
ننظر بأعيننا مباشرة لنرى كيف نبدو بالأصل.

خدعتنا الصورة التي تلقطها أعين الآخرين و أصبحنا خائفين
من النظر إلى داخلنا... نريد أن نرى صورتنا التي اصطنعها
الآخرون لنا ... ماذا يقول الآخرون ؟ إنه هاجس يشغلنا و فضول
أجوف لا غير ذلك الذي يقوله الآخرون عنا، نعتقد أنه
بمقدورنا التعرف على أنفسنا عبر عيونهم... مدهش حقاً وغريب
أن نتنظر بعين سواك لترى نفسك.

يخشى أحدنا أن يذكره الآخرون بسوء و يشعر بالسعادة عندما
يذكرونه بالفضيلة لأن معرفته لنفسه تعتمد على آرائهم... لا
نمتلك معرفة حالية عن أنفسنا و لا نمتلك أي اختبار لمعرفة تلك

النفس، هذا الاختبار ممكن لكنه لا يحدث و السبب ببساطة أننا نحاول الهروب منه.

لمواجهة الفكر و التعامل معه يجب في البداية عدم الاكتراث لما يقوله الآخرون عنك و كيف تبدو بأعينهم بل عليك مواجهة حقيقتك الفعلية... على أحدنا أن يواجه في وحدة تامة فكره و يمحص مكنوناته كاملة... و يا لها من شجاعة؛ إنها شجاعة هائلة أن تقرر الدخول إلى جحيمك الداخلي؛ إنها شجاعة عظيمة إن تواجه نفسك وحيداً عارياً... نحن بحاجة لهذه الدرجة من الشجاعة .

اعتاد أحد الأباطرة قضاء خلوة يومية في غرفة انفرادية صممت في وسط قصره، أثار هذا السلوك انتباه و حيرة المحيطين به من أسرة، وزراء و أصدقاء فقد كان يحتفظ بمفتاح الغرفة بجيبه وعند الدخول يقفل بابها الوحيد من الداخل... كان يكرر هذا يوماً لساعة على الأقل.

كان الملك متحفظاً و لم يخبر أحداً عما يجري في الغرفة الموصدة، حتى نساؤه لم تعلم أي منهن شيئاً، وكان يكتفي بالابتسام و الصمت عندما يسأل عن الموضوع... يوماً بعد يوم تزايدت حيرة المحيطين و فضولهم: ما الذي يفعله هذا الإنسان في غرفة بباب واحد موصد و دون نوافذ لساعة كل يوم ثم

يخرج صامتاً!!! لم يعلم أحد... و أخيراً بلغ فضول أهل القصر ذروته و لم يعد بمقدورهم الصبر أكثر فعقدوا مؤامرة هدفها كشف السر، كان الجميع مشتركاً -الأصدقاء، الوزراء، الزوجات و الأبناء و البنات.

في إحدى الليالي فتح المتآمرون ثقباً في جدار الغرفة مما سيمكنهم من رؤية ما سيفعل الملك عند دخوله القادم... في اليوم التالي دخل الإمبراطور غرفته فبدأ الأصدقاء النظر إليه عبر الثقب بالتتابع، كلما نظر أحدهم ابتعد من فوره و تساءل « ماذا يفعل ؟ ماذا يفعل ؟ » لكن لم يستطع أي منهم معرفة ذلك. دخل الملك الغرفة فخلع ملابسه كاملة ثم بسط يديه إلى السماء وقال « إلهي، أنا لست ذلك الإنسان الذي كان يرتدي ملابساً، إنها ليست حقيقتي... ها هي الحقيقة. » ثم بدأ يقفز بفرح، يشتم و يلعب كالمجانين.

كلما نظر أحدهم من الثقب ابتعد و قال مصدوماً « ما الذي يفعله، كنا نظنه يتأمل أو يصلي ولكن ما هذا الذي يفعله ؟ » ثم قال الملك لله « إن الشخص الهادئ المطمئن ذا الملابس و الذي كان ماثلاً بين يديك هو شخص مزيف و مصطنعو أنا من بذل الجهود لاصطناعه، هذه هي حقيقتي؛ هذا هو عريي و جنوني، إذا قبلت حقيقتي فهذا رائع... يمكنني أن أخدع

الناس و لكن كيف لي أن أخدعك، يمكنني أن أبدو للناس
لست عاريا بارتدائي ملابس لكنك تعلم يقيناً حقيقة عريي...
كيف لي أن أخدعك، أستطيع أن أبدو للعالم مطمئناً و فرحاً
لكنك تعلم حقيقة أعماقي... كيف لي أن أخدعك... أنا بين
يديك لست سوى مجنون.

أمام الله نبذو كمجانين بالفعل، دع الله جانباً و دعنا ننظر إلى
داخل أنفسنا، حتى بعينك المجردة لن تبدو أكثر من مجنون...
أصبحت عقولنا متعبة ومشوشة تماماً لكننا لم نكتث لهذه
المشكلة و لم نحاول بالتالي إيجاد وسائل مناسبة للتعامل معها.
علينا في البداية أن نتصالح مع أفكارنا ولكن قبل ذلك هناك
بعض ما يجب فهمه لنصبح قادرين على التفكير بكيفية تغيير
الفكر.

في بداية المصالة و المواجهة المباشرة مع الفكر علينا التغلب
على كامل مخاوفنا حول التعرف على حقيقتنا... و لماذا يخاف
أحدنا من معرفة حقيقته؟ نخشى أن نكون أناساً سيئين، بعد
أن نكون قد تصورنا و تيقنا بأننا أناس جيدون قد نحصل على
نتائج معاكسة؛ نبدو لأنفسنا في غاية الكمال -شرفاء،
أتقياء، على صواب دائم... و يأتي الخوف من إمكانية
اكتشافنا أننا داخلياً غير كذلك، فقد نستنتج أننا غير

متدينين مثلاً أو أننا معقدون و مخادعون... يأتي الخوف الحقيقي إذاً من إمكانية انهيار الصورة التي رسمناها لأنفسنا. لا يمكن لمن يقع فريسة لهذا النوع من الخوف أن يواجه فكره، من السهل للغاية اقتحام الغابات؛ من السهل للغاية الدخول و السير في الظلمة ومن السهل أن تواجه حيواناً مفترساً بهدوء و جسارة لكن لصعب بالفعل هو مواجهة ذلك الإنسان المتوحش السكن في داخلك... لا يعتبر الوقوف تحت أشعة الشمس المحرقة غاية في المشقة فيمكن لأي غبي أن يفعل ذلك؛ لا يعتبر الوقوف على الرأس بالغ الصعوبة فيمكن لأي أحمق أن يتدرب على ألعاب السرك هذه و ليس مدهشاً أن يستلقي أحدنا على الأشواك فالجلد قابلة التأقلم مع الوضع الجديد، لكن المشقة الفعلية إن وجدت هي في امتلاك شجاعة المعرفة الفورية عن كيفية ما نحن في الداخل، أسيئون نحن أم نحن مجانين ؟ كيف تبدو وما هي حقيقتنا ؟

إذاً علينا أولاً التخلي عن الخوف من حقيقتنا و الاستعداد لرؤية أنفسنا بشجاعة و من لا يمتلك مثل تلك الشجاعة فهو في مشكلة حقيقية... جميعنا نريد معرفة الروح و الوصول إليها ومعرفة حقيقتها؛ جميعنا يريد و يحب معرفة الوجود و أسراره لكننا لا نمتلك شجاعة المواجهة المباشرة مع ذواتنا، الروح

والوجود بعيدان و بعيدان جداً من هنا و الحقيقة الأولى هي أفكارنا و عقولنا؛ الحقيقة الأولى و التي علينا التعرف عليها هي عقولنا - مراكز أفكارنا و التي نحن على علاقة دائمة معها... علينا أن نتعرف عليها؛ أن ننظر باتجاهها أولاً.

في البداية يجب العمل على التعرف على أفكارنا في الوحدة دون خوف، امنح نفسك فترة وحدة لا تقل عن نصف ساعة يومياً كما فعل الملك و اطلق العنان لفكرك ليعبر عن نفسه كما هو، خاطبه قائلاً « فليكن كل ما تريد و كل ما تفكر به؛ أسمح لك بأي شيء تريد » ثم تجاهل كل أشكال المراقبة التي تمنعك من التعبير عن نفسك امنح فكرك الحرية الكاملة ليسمح بظهور كل ما يجول به ... لا توقف و لا تكبت شيئاً... أنت الآن مستعد لمعرفة جوهرك.

عليك أيضاً ألا تحكم على شيء بأنه جيد أم سيء لأن الحكم بداية الكبت، عندما تقول مثلاً « هذا سيء أو هذا خطأ » سيبدأ الفكر بكبت هذا الشيء و بالعكس عندما تقول « هذا جيد أو هذا صحيح » سيبدأ الفكر باستخدامه... كن مستعداً لمواجهة أي شيء في فكرك مهما كان و كيف كان.

إذا أنت منحت فكرك الحرية المطلقة بالتفكير و بالشعور
كيفما يشاء ستشعر بالرعب و تتساءل أنت عاقل فعلاً أم
مجنون، ولكن من الضروري أن تعرف ما بداخلك لتتحرر
منه... المعرفة و الإدراك هما أولى مراحل التحرر من شيء ما،
فنحن مثلاً لا نستطيع مواجهة عدو نجهل عنه كل شيء...
العدو المختبئ أخطر كثيراً من ذلك الذي يواجهك.
يجب السماح للفكر بالتحرر لأن القيود و الموانع التي فرضناها
عليه من كل الجهات منعتنا من التعبير عن نفسه بفضوية... لقد
كبتنا عفويته كاملة.

أصبح كل شيء مزيفاً و فاقداً لطبيعته، سترنا حقيقتنا
بحجاب و ارتدينا أقنعة مزيفة و لم نسمح للأفكار بالتعبير عن
نفسها بحرية و بساطة، إذاً و على الأقل اسمح للأفكار
بالتعبير عن نفسها أمامك لتتمكن من اكتشاف ما هو
مكبوت فيك... كبت جزء كبير من أفكارنا في الظلمة و لم
نتعب أنفسنا بإيقاد أية مصابيح هناك، نحن كمن يعيش على
شرفة منزله و لا يعرف ما الذي تخفيه الظلمة في الداخل؛ لا
يعرف كم يوجد من الحشرات و العناكب و كم يوجد من
الأفاعي و العقارب، في الظلمة يمكن لكل هذه الأشياء
بالتجمع و نخشى نحن النظر إلى الداخل لا بل لا نريد التفكير

بحالة منازلنا... أما بالنسبة للمتأمل و مريد التأمل فلا بد من التغلب على هذا الخوف.

لإحداث ثورة في عقولنا و أفكارنا لا بد في البداية من إسقاط الخوف من معرفة الذات و الاستعداد لذلك بشجاعة، ثم في المرحلة التالية التخلص من كل القيود و الموانع التي فرضناها عليها، لا تتوهم و تعتقد بأنك لم تفرض على فكرك أية أعباء فهناك الكثير منها -ثقافتنا، أدياننا، أخلاقنا، مواعد شيوخوا و حضارتنا كل ذلك أثقل أفكارنا بالقيود « لا تفكر بهذا - قيد أول، تجنب هذا النوع من الأفكار فهو سيء - قيد ثان، لا تزن - قيد ثالث...» عندما نكتب ما نراه سيئاً فنخطئ إذا اعتقدنا أنه اختفى، لكن الصحيح أنه يتجذر أعمق في لا وعينا ثم يظهر هناك و نعتقد بأنه قادم من الخارج.

تذكر دائماً... كل ما تجده في أفكارك قادم من الداخل و لا يوجد ما هو قادم من الخارج... في الجبل ينبوع ماء و نظن أنه نشأ منه، للتخلص من هذا الينبوع نقوم بإغلاق فتحته بالحجارة فنظن أننا نجحنا، لكن الماء في الحقيقة سيغور أعمق و يبحث لنفسه عن منفذ آخر ليخرج من الجبل، إن الذي كان ينبوعاً واحداً دون كبت ربما يصبح بعده عشرة ينابيع و عند استمرار الكبت قد تتحول الينابيع العشرة إلى مئة.

كل شيء من الداخل و لا يوجد شيء واحد من الخارج،
وكلما ازداد كبتنا ازداد المكبوت قباحة و شذوذاً و سيبدأ
عندها بالبحث عن وسائل جديدة للظهور، و كيف يظهر يا
تري ؟ يظهر باختلاق عقد جديدة لكننا نتابع الكبت أكثر
و أكثر، حيث تقوم ثقافتنا منذ البداية على فكرة قمع ما
نراه خاطئاً، و بالطبع ستتجذر الفكرة المكبوتة في لا وعينا
وكلما تمادينا في الكبت تمادت هي في إحكام قبضتها
علينا. الغضب خطأً لذلك نقوم بكبته فينتشر على الفور تيار
من الغضب في داخلنا، و كذلك الجنس و الطمع و غيره
الكثير... نكبت كل ما نراه خطأً و في النهاية نجد أننا
أصبحنا أسرى في قبضته... إلى متى سنتمكن من حجز تلك
الينابيع بإغلاق فتحاتها ؟ و هكذا الفكر... يتركز حول أي
شيء مكبوت أو أي شيء نحاول الفرار منه؛ يتحول كل شيء
نحاول الفرار منه إلى انجذاب و يبدأ الفكر بالدوران حوله...
حاول أن تتهرب من فكرة ما و ستلاحظ فوراً أن الفكر بدأ
بملاحقتها و الدوران حولها.

جاء شاب إلى Milarepa و هو أحد صوفيي التيب و قال له
«أريد الحصول على بعض الطاقات و القدرات فاعطني تعويذة
تفيد في ذلك.»

فأجابه « نحن صوفيون و ليس لدينا أية تعاويد، إنها اختصاص
السحرة و المشعوذين فاذهب إليهم... لم علينا الحصول على
القدرات؛ لا حاجة بنا لها. »

كلما ازداد رفض الصوفيّ ازداد الشاب إصراراً و اعتقد أن
هناك ما يخفيه الصوفيّ، و إلا لم كل هذا الرفض... فأخذ
الشاب يكرر عودته و يعيد طلبه.

عادة ما يتجمهر الناس بحشود ضخمة حول العرافين الذين
يعمدون لإبعادهم بالعصي أو برمي الحجارة عليهم... يعتقد
هؤلاء بأن لدى هذا المشعوذ شيئاً مميزاً و إلا لم يعمد لإبعاد
الجموع بهذه الطريقة و غيرها ! لكننا لسنا مدركين بأن رمي
الحجارة و الجذب بالإعلانات الصحفية خدعة واحدة لكن
الأولى منهما ممارسة يدوية و فيها خداع أكبر... إنها طريقة
بارعة للجذب و لا يعلم الناس أنهم وقعوا ضحية الإغواء عن
طريق إبعادهم و تفريقهم برمي الحجارة عليهم.

و هكذا اعتقد الشاب بأن لدى الصوفيّ ما ليريا ما يخفيه لذلك
واظب على القدوم يومياً... أصيب ماليريا بالضرر أخيراً فكتب
له تعويذة على ورقة وقال « خذ هذه... الليلة ليلة لا قمر فيها
فاقرأ هذه التعويذة خمس مرات متتالية و ستحصل بعدها على
القدرات التي تريد؛ ستصبح قادراً على ما تريد.. انصرف الآن »

انتزع الشاب الورقة من يد كاتبها و انصرف راكضاً...
بالكاد يهبط درج المعبد حتى ناداه ماليربا قائلاً « أيها الصديق
نسيت أن أخبرك شيئاً مهماً: يجب ألا يكون في فكرك أية
فكرة مهما كانت عن القروود و أنت تقرأ التعويذة .

فأجاب الشاب « لا تقلق ... لم أفكر بالقروود طيلة حياتي... لم
أفكر بالقروود طيلة حياتي فلا داعي للتفكير بها الليلة ، كل
ما علي قراءة هذه الرقية خمس مرات متتالية و لا مشكلة في
هذا.»

بالكاد وصل الشاب إلى أسفل الدرج حتى هاجمت القروود
أفكاره مما أشعره بالخوف، أغلق عينيه فلم يرى سوى قروود
في الداخل، أما في الخارج فرغم عدم وجود قروود لكن ظلمة
الليل جعلت كل حركة في كل شجرة تبدو قرووداً... بدأ يشعر
بالخوف و القلق عند وصوله إلى البيت، لا داعي للتفكير
بالقروود هنا فالبيت هادئ...

دخل للاستحمام و لكن أثناء ذلك رافقته القروود أيضاً بل
سيطرت على كامل فكره - و نعلم حقائق العري في مثل
هذه المواقف - بعد ذلك أخذ ورقته و جلس ليقراً تعويذته،
لكنه أغمض عينيه فلم يكن هناك سوى قطيع من القردة
تلاحقه، ارتعب لكنه صبر و تجاسر طيلة الليلة دون جدوى،

حاول و جرب مختلف وضعيات الجلوس دون جدوى؛ حاول بوضعيات اليوغا دون جدوى؛ صلى و بكى لمن يساعده في التخلص من تلك القرود دون جدوى.

لم يأت الصباح حتى امتلأ الشاب رعباً و أدرك بأنه لا يمكن الحصول على قوة هذه التعويذة بتلك السهولة... و أدرك أيضاً -حسب اعتقاده - أن ماليريا كان حكيماً لذلك وضع شرطاً صعباً لنجاح التعويذة... في الحقيقة أخطأ ماليريا بطريقته هذه لأنه لو كانت هناك صعوبة بفعل القرود لما توجب عليه ذكرها و عندها ربما تعطي التعويذة مفعولها.

في تلك الصبيحة عاد الشاب إلى الصوفى و قال « خذ تعويذتك فقد ارتكبت خطأً جسيماً، لو كانت القرود عقبة لما توجب عليك ذكرها... لم يسبق لي أن فكرت بالقردة لكنها لم تكف عن مطاردتي طيلة الليلة الماضية... سيتوجب علي الآن الانتظار حتى الحياة القادمة لأحصل على قدرات هذه التعويذة لأنها مقترنة بالقرود منذ اليوم.»

كيف ارتبطت تلك القرودة بالتعويذة ؟ أصر فكر الشاب على جبرية حتمية عدم وجود أية قرود مما تسبب بقدموها، و كلما حاول الفكر الفرار منها لا يظهر سواها... أن تحرم معناه أن تجذب؛ أن ترفض معناه أن تدعو أن تمنع معناه أن تغري و تغوي.

حقيقة بسيطة لكننا لم نفهمها و النتيجة هي وقوعنا في الاعتلال الفكري... لا نريد أن نغضب فيأتي الغضب كالقروود؛ لا نريد أن نكون جنسانيين فيأتي الجنس كالقروود ليلقي بقبضته علينا وبالمثل نتفادى الطمع و الغرور واذ بهما يأتيان... ولكن، ماذا عما نريد: الروحانية، الدين والاستتارة و غير ذلك الكثير... كل ذلك لا يبدو و كأنه في طريقه للقدوم... كل ما نريد لا يأتي و يأتي كل ما لا نريد، تأتي هذه الانحرافات لسبب واحد هو أننا لم نفهم هذه الخاصة من خواص الفكر.

الشيء الثاني الذي علينا تذكره هو وجوب عدم الإفراط في الإلحاح جول ما يجب أن يكون و يجب أن لا يكون في الفكر، علينا أن نكون مستعدين لمواجهة ما يظهر في أفكارنا دون انتخاب أو اشتراط و نتمكن بهذا من الانطلاق لرؤية حقيقة الفكر... فهم العاملون في الدعاية و الإعلان هذه الطبيعة المتناقضة للفكر بينما لا يزال قادة و رجالات الدين في جهالة تامة حولها؛ استوعب الدعاة و عبر العالم هذه الحقيقة أما المعلمون الاجتماعيون فلا زالوا مثل إخوتهم الدينيين... عندما يقرأ الأطفال على مدخل معبد السينما « للبالغين فقط » فتراهم يدخلون بشارب صناعي ملتصق على الوجوه، وهذا في

الحقيقة حيلة احتال بها المعلنون لجذب الأطفال... هناك مجلات يكتب عليها « للنساء فقط » و لا يقرؤها سوى الرجال، يقول مسوقو هذا النوع من المجلات « أحياناً تقرأ النساء مجلات للنساء فقط » ولكن غالباً ما يقرآن مجلات « للرجال فقط ». فهم المعلنون غاية الفهم ما الذي يؤثر في الفكر الإنساني ويجذبه، أما معلمو الدين و الأخلاق فلا زالوا على طريقتهم الغبية بالوعظ و النهي « لا تغضب، واجه غضبك إن من يصارع غضبه و يحاول الفرار منه شخص مسكون بالغضب و تتابه هواجسه طيلة حياته و لن يستطيع التحرر منه، للتحرر من الغضب يجب مواجهته وجهاً لوجه مع الإقبال على التعرف على أسبابه و ليس مصارعته .

علينا إذاً التخلي عن جميع مشاعر الصراعات و النزاعات مع أي حالة فكرية و لذلك علينا محاولة اختلاق حالة من حب التعرف و الفهم كأن يقول أحدنا لنفسه « علي أن أعرف ما هو فكري »... علينا ألا ندخل في هذا النوع من المشاعر.

الشيء الثالث و الأخير هو عدم الحكم على أية فكرة تظهر في الفكر، فلا يجوز الحكم على شيء بأنه جيد أو بأنه سيء؛ بأنه صحيح أو بأنه خاطئ... الكياسة و السوء وجهان

لعملة واحدة فحيث يوجد سوء تجد كياسة في الجهة المقابلة،
و بالعكس أينما وجدت كياسة تجد سوءاً في الجهة المقابلة.
يوجد إنسان سيء داخل كل إنسان جيد و يوجد إنسان جيد
داخل كل إنسان سيء... في الجيد منهما تكون الكياسة هي
الوجه الظاهر من قطعه النقدية أما السوء فهو على الجهة
الداخلية، و عليه إذا تحول الإنسان الجيد إلى آخر سيء فهو
يثبت بذلك أنه أسوأ من الإنسان الأسوأ، أما إذا تحول الإنسان
السيء إلى آخر جيد فسيبدو الجيد القديم ضعيفاً و واهناً
بكياسته أمامه... تختبئ الكياسة تماماً داخل الإنسان السيء
و يظهر السوء فقط فإذا تغير هذا السيء و أصبح حسناً فإن
غيره من الجيدين سيبدون مقارنة به عاديين جداً فقد أشرقت
منه و للتو قوة كامنة فتية من الكياسة.
لا يختلف الإنسان الحسن عن السيء بشيء فهما وجهان لعملة
واحدة، لكن الحكيم هو المختلف و هو صنف ثالث من
البشر فلا يختبئ بداخله سوء و لا كياسة بل يختفي كلاهما
تماماً... الحكيم ليس إنساناً جيداً و لا قديساً ففي كل قديس
شيطان أما الحكيم فمختلف تماماً؛ إنه في أعماق كل منهما
و لا علاقة له بأي منهما... لقد دخل الجحيم بأبعاد مختلفة
تماماً حيث لا معنى للجيد أو للسيء.

عاش راهب شاب في إحدى القرى اليابانية، كان رجلاً مشهوراً و حسن السمعة و متمعاً باحترام أهل قريته... فجأة وفي أحد الأيام تبدل كل شيء فقد حدث و حملت فتاة شابة في القرية ثم وضعت مولودها، قالت لعائلتها عندما سألتها عن والد هذا الطفل بأنه الراهب الشاب .

كم من الوقت يحتاج المعجبون ليتحولوا إلى أعداء ؟ كم برأيك ؟

القليل القليل دون شك لأن في أعماق كل معجب مدين و منتقد ينتظر الفرصة المناسبة لينهي بها إعجابه و يبدأ إدانته و عداوته... يمكن أن يتغير من بيدي لك إعجاباً و احتراماً خلال دقيقة واحدة إلى النقيض تماماً؛ يمكن لمن اعتاد مسح الأقدام حياً أن يتحول إلى قاطع لرأس الإنسان نفسه في دقيقة واحدة فقط... لا فرق بين محرم و غير محترم فكلاهما وجه مختلف لعملة واحدة.

تغير كل شيء الآن بالنسبة للراهب الشاب فقد هاجم أهل القرية الذين اعتادوا احترامه لوقت طويل كوخه، وجد غضبهم المكبوت فرصته للانفجار فتحولوا خلال دقيقة من معجبين إلى أعداء فهاجموا الكوخ و أحرقوه ثم رموا بالوليد الصغير إلى الراهب.

فسأل الراهب « ما الأمر ؟ »

فصرخ أهل القرية « أوتسأل عن الأمر، هذا الوليد هو ابنك...
أيجب أن نخبرك ما الأمر أيضاً ؟ انظر إلى منزلك يحترق؛ انظر
في قلبك؛ انظر إلى الطفل و انظر إلى الفتاة، فهل من حاجة
لنخبرك ما الأمر.»

قال الراهب « أهو كذلك ؟ أهذا الطفل ابني حقاً ؟ ». .
بدأ الطفل بالبكاء فغنى له ليصمت، غادر أهل القرية
تاركين الراهب مع الطفل و الكوخ الذي يحترق... في المساء
ذهب الراهب كعادته ليستعطي أهل القرية، ولكن من
سيقدم له طعاماً اليوم ؟ فقد أغلق بوجهه كل باب وقف
أمامه، تجمع اليوم حشد من الناس و الأطفال و بدؤوا
يلاحقونه و يرمونه بالحجارة... وصل أخيراً إلى منزل الفتاة أم
الطفل وقال « ربما لن أحصل على طعام لي و لكن أريد بعض
الحليب لهذا الوليد، ربما أكون مخطئاً و لكن ما ذنب هذا
الطفل المسكين ؟ »

كان الطفل يبكي و لا زال الجمع محتشداً ينتظر، لم يعد
الأمر قابلاً للاهتمام بالنسبة للفتاة فانحنت أمام والدها و قالت
« اعذرني يا والدي فقد كذبت بادعائي أبوة هذا الراهب

للطفل، استخدمت اسمه لإخفاء الوالد الحقيقي، لا بل لا أعلم عنه شيئاً.»

شعر الوالد بالغضب و بالذنب تجاه الراهب فخرج من المنزل فانحنى أمامه و حاول أخذ الطفل من يده.

فسأل الراهب « ما الأمر ؟ »

أجاب الأب « عذراً أيها الراهب، لقد أخطأنا و الطفل ليس ابنك. »

عاد الراهب و أجاب « أهو كذلك ؟ إنه ليس ابني إذاً. »

و عندها قال أهل القرية « أنت أحمق بالفعل ! لما لم تذكر هذا في الصباح ؟ »

أجاب الراهب « ما الذي كان سيختلف ؟ يجب أن يكون الطفل ولداً لأحدهم، لقد حرقتم كوخ أحدهم و من الممكن أن تحرقوا كوخاً آخر، لقد أفرغتم غضبكم بالافتراء على أحدهم و من الممكن أن تفتروا على آخر... ما الذي كان سيختلف ؟ يجب أن يكون الطفل ولداً لأحدهم و من الممكن أن يكون ابني، ما المشكلة و ما الذي كان سيختلف ؟ ».

فقال أهل القرية « ألم تضع بالحسبان أن الجميع قد أذلك وأهانك ؟ ».

فأجاب « إذا أنا اكثرث لإهانتكم سأخشي احترامكم أيضاً، أفعل ما أراه صحيحاً و تفعلون ما ترونه صحيحاً... حتى الأمس كنتم ترون من الصواب احترامي و هذا ما فعلتم، أما اليوم فرأيتم من الصواب عدم احترامي و هذا ما فعلتم، أما أنا فلا أبالي سواءً احترمتوني أم لم تفعلوا. »
فقال أهل القرية « أيها العزيز: عليك أن تعلم أنك بهذا تفقد سمعتك الحسنة. »

لست حسناً و لا جيداً، أنا نفسي و حسب، لقد تجاوزت فكرة كوني جيداً أو سيئاً، تجاوزت فكرة أن أكون جيداً لأنني كلما حاولت أن أكون كذلك أجد نفسي أصبحت سيئاً أكثر، كلما حاولت أن أهرب من السوء أجد الكياسة هي التي تختفي... تجاوزت المبدأ بكامله فأنا معتدل و حيادي... في اليوم الذي أصبحت فيه حيادياً اختفى من داخلي كل من الكياسة و السوء و ولد شيء جديد تماماً هو أفضل من الكياسة و لا توجد ظلال للسوء حوله. »

الحكيم صنف ثالث من البشر... لا تنتهي رحلة المتأمل بأن يصبح جيداً بل يجب أن توصله ليكون حكيماً.
المبدأ الثالث و الأخير لا تقرر فيما إذا كانت الفكرة التي تظهر في فكري جيدة أم سيئة... تجنب الإهانة و تفادي

الإفراط في الإعجاب... اجلس ببساطة على ضفة نهر الأفكار
وكن كالجالس على ضفة النهر و يراقب جريانه بحياد... المياه
تتدفق؛ الحجارة تتدفق؛ أوراق الأشجار و الأخشاب تتدفق...
كل شيء يتدفق و أنت جالس على الضفة تراقب بصمت
وهدوء.