ماذا أنت فاعل بحياتك؟

الباب الأول

ذاتك وحياتك

ما أنت؟

ما هو الذهن؟ ينقسم الذهن إلى الوعي واللاّوعي، أو السطحي والخفي منه، منذ الطفولة يحملوننا على إعتناق أفكار معينة ويشرطوننا بالعقائد والمعتقدات والنظريات، وبهذه الأذهان المشروطة علينا أن نواجه الحياة التي هي في حركة مستمرة، سريعة التغيير، وتتطلب نهجاً جديداً كل يوم، لذلك عندما نواجه الحياة يحتدم نزاع دائم بين هذا العقل الساكن المشروط، وبين الحياة التي هي في حركة مستمرة ، فالمشكلة هنا ليست بكيفية مواجهة الحياة بل كيف نستطيع تحرير أذهاننا من كل الشروط والمعتقدات والعقائد،لذلك من المهم جداً أن نفهم الطريقة التي تشتغل بها أذهاننا؟ بالتالي معرفة الذات سيرورة، أنت لا تكتشف نفسك في الاعتزال أو الانسحاب لكن في العلاقة: العلاقة مع المجتمع، ومع زوجتك أو زوجك أو شقيقك ، ومع البشر. ولكن اكتشاف كيفية ردِّ فعلك وماهية استجاباتك يتطلب وعياً ذهنياً غير عادي، وفطنة في الإدراك.

كما تكون كذلك يكون العالم

ما أنت عليه، وما تفكر فيه وتشعر به، وما تفعله في حياتك اليومية، يُسقط خارجياً، وذاك يكون العالم، فإذا كنا من الداخل بائسين وفوضويين، فإن ذلك يُسقط فيصبح العالم والمجتمع، لأن العلاقة بينك وبيني، وبيني وبين الآخرين هي المجتمع فالمجتمع هو نتاج علاقاتنا، فإذا كانت علاقاتنا مبلبلة أنانية وضيقة ومحدودة، فإننا نُسقط ذلك ونجلب الفوضى إلى العالم، ليس بمقدور المرء أن يباشر بتغييروضع العالم دون أن يفهم نفسه، ومعرفة الذات ليست تراكماً لمعلومات قيلاً عن قال، كما أنها ليس واردة في وصايا المعلميين الدينيين، بل من خلال العلاقة مع الآخر ، التي هي بمثابة الوحي والكشف وسيرورة متواصلة للوعي واكتشاف الذات، يتحقق تحوّل العالم عن طريق تحوّل الذات ، ومن دون معرفة ما أنت إيّاه، لا يوجد أساس للفكر السليم ، ومن دون معرفة ذاتك ، لا يمكن أن يحدث تحوّل.

فما مبررالتغيير الآن؟ لا يوجد فارق جوهري بين كبار السن والشباب لأن كلا الفريقين عبيد لرغباتهم وملذاتهم، النضج ليس قضية عمر ، إنه يأتي مع الفهم، وتلعب المدرسة هنا دوراً فعالاً عندما تساعد شبابها على اكتشاف دعواتهم ومسؤلياتهم، وليس مصدراً لحشو أذهانهم بالوقائع والمعرفة التقنية، فالمدرسة يجب أن تكون التربة التي يمكن لهم أن ينمو فيها دون خوف نمواً سعيداً ومتكاملاً.

لا يمكن للفكر أن يحل مشكلة الذات، كلما زاد تفكيرنا في مشكلة ما، وكلما تقصينا عنها وحللناها وناقشناها، ازدادت تعقيداً، وبالتالي لا يمكن حل المشكلة إلا إذا نظرنا إليها ككل وليست كأنها مجزأة أو مقسمة وهذا يتم عندما نوقف سيرورة التفكير التي تستمد منبعها من " الأنا" من خلفية الموروث، والإشراط، والحكم المسبق، والأمل واليأس.

الذات مشكلة لا يمكن للفكر حلها، لا بد من وجود وعي ليس منشؤه الفكر، أي أن تعي دون إدانة أو تبرير، مجرد أن تعي وحسب- أمر كاف.

ماذا تبتغي؟

ما الذي يبتغيه كلّ منا ؟ إذا كنا واضحين بشأن ذلك الأمر،فلن يتعين علينا الذهاب إلى أي مكان مخصوص، ولا أي معلم أو كنيسة أو تنظيم، فالصعوبة تكمن في أن نكون واضحين مع أنفسنا وفي نيتنا، وهل يأتي هذا الوضوح عندما نقول إن تنظيماً بعينه، أو معلماً بعينه، أو كتاباً بعينه يرضينا، نظنُّ أننا قد وجدنا كل ما يرضينا في ذلك، فنلبث فيه متبلورين ومسوّرين، أكثرنا يبحث عن شيء دائم، شيء نستطيع التشبث به، شيء يمنحنا ضمانة وأملاً وحماسة تدوم، ويقيناً يدوم، للأننا في أنفسنا في ريبة مهولة.

فما هو الشيء الذي نسميه " دائما" ؟ نحن نطلب السعادة الباقية، الترضية الباقية، اليقين الباقي، نحن نبتغي شيء يستمر إلى الأبد، شيئاً يرضينا، إذا نحن نريد دوام اللذة.

و لكن السعي في طلب السعادة أمر محال، يقصد البعض بالسعادة هو حصولك على ما تريد: الإنجاز أو النجاح، أو حصولك على شيء تريده، ما دمت تريد أمراً وبمقدورك الحصول عليه، أنت تشعر بالسعادة التامة ولست محبطاً، ولكن السعادة ليست أمراً يسعى في طلبه، إنها تأتي، فهي حالة وعي، لكنك إذا سعيت في طلبها، فسوف تفلت منك.

اللذة و الاستمتاع ينقلبان إلى اتكالية وخوف من الفقد كيف ذلك ؟ نحن لا نستمتع حقاً بأي شيء، نحن ننظر إليه، ونعجب به ونستثار استثارة سطحية، فنحصل على إحساس نسميه، فرحاً، لكن المتعة شيء أعمق بكثير، فأنت عندما ترى شيئاً جميلاً جداً، تراك تبتغي امتلاكه والاستئثار به واستملاكه، إنها شجرتي ، منزلي،زوجي، زوجتي، وترانا نريد الاحتفاظ به، وهذا الاحتفاظ يولد اتكالاً وخوفاً من الفقد، فالشيء الذي منحك الفرح و شعوراً بجمال داخلي، قد يختفي، فتنغلق عليك الحياة.... لكن لمعرفة الفرح الحقيقي على المرء أن يمضي أعمق بكثير.

فالفرح هو غياب " الأنا" الذي يريد، ذهننا يطلب السعادة الدائمة، فهو يطلب أمر يبقى ويستمر، وهذه الرغبة في الاستمرار هي بحد ذاتها فساد، لأنها سعادة غير حقيقية وراءها ألماً وخوفاً، وعندما يتحرر الذهن من " الأنا" الراصد، المفكر،يجد السعادة في كل لحظة، تأتي من دون السعي في طلبها، ولا تحتاج إلى تخزين وادخارلأنها موجودة من لحظة لأخرى.