الرّوحاني الأخير

فن البقاء في حالة بهجة والوصول إلى السلام الداخلي

مهدي الموسوي

M
صدانك

الروحاني الأخير

فن البقاء في حالة بهجة والوصول إلى السلام الداخلي

الكتاب: الروحاني الأخير

المؤلف: مهدي الموسوي

التصنيف: تطوير ذات

الناشر: دار مدارك للنشر

الطبعة الأولى: نوفمبر (تشرين الثاني) 2020

الرقم الدولي المتسلسل للكتاب: 7 - 795 - 429 -
614 - 978 :ISBN

جميع حقوق الطبع وإعادة الطبع والنشر والتوزيع محفوظة لـ مدارك. لا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب أو أي جزء منه أو تخزينه في نطاق استعادة المعلومات أو نقله بأي شكل من الأشكال دون إذن خطي من مدارك.

Madarek مدارك
Madarek Publishing House دار مدارك للنشر

8470 طريق عثمان بن عفان، حي التعاون، الرياض، المملكة العربية السعودية
8470 Othman Bin Affan St, Al Taawun Dist, Riyadh, Saudi Arabia
Zip Code: 3844 - 12478 Riyadh, Saudi Arabia Tel: +966 114541148

mdrek.com | read@mdrek.com | DarMadarek

مهدي الموسوي

الروحاني الأخير

المحتويات

الإهداء ١١

عن الكتاب ١٥

(١) الاستيقاظ ٢١

(٢) حكاية نبهان ٢٢

(٣) حديث الروح ٢٤

(٤) البدايات ٢٦

(٥) الإنسانية القصوى ٢٩

(٦) المحاولات الروحية ٣١

(٧) نشوة الروح ٣٣

(٨) في سوق الخيّاطين ٣٥

(٩) سرّ السعادة ٣٧

(١٠) إنسان جديد ٣٩

(١١) الانطلاق ٤١

(١٢) تعليم القلب على الحياة ٤٣

(١٣) عالم اليوم ٤٥

(١٤) زكاة الحكمة ٤٨

(١٥) الرحلة الروحية ٥٠

(١٦) نهر الحياة ٥٣

(١٧) اكتشاف الأسرار ٥٥

(١٨) رحلة الى كشمير ٥٧

(١٩) صفقة رابحة ٥٨

(٢٠) أن تعيش حياة البساطة ٦٠

(٢١) الورقة الخضراء ٦٢

(٢٢) حكمة الحياة ٦٤

(٢٣) مشاركة البهجة ٦٥

(٢٤) الطريق إلى الحياة الطيبة ٦٧

(٢٥) ضياء الأرواح ٧٠

(٢٦) الرحلة المفتوحة ٧٢

(٢٧) مأدبة الحياة ٧٤

(٢٨) البحث عن الفراشات ٧٦

(٢٩) حالة التنوير ٧٨

(٣٠) رقصة الدراويش ٨٠

(٣١) من علامات الروحاني ٨٢

(٣٢) الكارما ٨٤

(٣٣) الصحو من النوم ٨٦

(٣٤) في لحظة إشراق ٨٨

(٣٥) كتاب التنوير ٩٠

(٣٦) القدرة على التجديد ٩٢

(٣٧) عالم سهراب ٩٥

(٣٨) القداسة لله وحده ٩٨

(٣٩) روح الأسد ١٠١

(٤٠) الغضب حرب صغيرة ١٠٣

(٤١) الرقص مع الحياة بطريقة روحانية ١٠٥

(٤٢) البحث عن الإيكيغاي ١٠٧

(٤٣) قوة العمل ١٠٩

(٤٤) ستكون روحانيًّا! ١١١

(٤٥) اللّعب مع الأيام ١١٣

(٤٦) توقير الحياة ١١٥

(٤٧) تكفي أشياء بسيطة ١١٨

(٤٨) انشروا السلام ١٢١

(٤٩) محنة الروحاني ١٢٣

(٥٠) الحب شفاء ١٢٦

(٥١) الحياة العميقة ١٢٨

(٥٢) يوم استنارَ قلبي ١٣٠

(٥٣) اليقظة الدائمة ١٣٢

(٥٤) استراحة روح ١٣٤

(٥٥) يوم الجُمّار ١٣٦

(٥٦) صفة الصفوة ١٣٨

(٥٧) قوة الأشياء الصغيرة ١٤٠

(٥٨) الانضباط الداخلي ١٤٢

(٥٩) روح الدين ١٤٤

(٦٠) حجرة إياز ١٤٦

(٦١) العطف ١٤٨

(٦٢) قليل من الضوء ١٥١

(٦٣) ترنيمة اللؤلؤة ١٥٤

(٦٤) أداء الواجب ١٥٦

(٦٥) الثبات ١٥٨

(٦٦) إعادة فهم الحياة ١٦٠

(٦٧) لماذا يغرّدُ الطائرُ الحبيس؟ ١٦٢

(٦٨) التجربة الروحانية ١٦٤

(٦٩) الحياة السائلة ١٦٦

(٧٠) الجوهر المشترك ١٦٨

(٧١) النوايا المُحبة للعالم ١٧٠

(٧٢) حديث العشق ١٧٢

(٧٣) أن نصبح روحًا حرّة ١٧٤

(٧٤) قوّة الروحاني ١٧٧

(٧٥)
الحب هو الجوهر المحرك للعالم
١٧٩

(٧٦) حكمة الصمت ١٨٢

(٧٧) وحدة الكون ١٨٥

(٧٨) العبور الكريم ١٨٧

(٧٩) أجنحة العشق ١٩٠

(٨٠) الهروب من بلد العميان ١٩٣

(٨١) البحث عن معنى ١٩٥

(٨٢) المشاعر الدافئة ١٩٨

(٨٣) اليوم الأخير ٢٠١

الخلاصة ٢٠٥

شكر .. ٢١١

دعاء ٢١٣

المؤلف ٢١٧

الإهداء

إلى الناس البسطاء من عتّالين وبائعي خردة.. أولئك الذين يفرشون حاجاتهم ويبيعونها على الأرصفة، أهل القلوب المفتوحة والأمتعة المكشوفة، الذين قلّما يتحدثون خوفًا من أن يخطئوا،

إلى عمّال النظافة الراضين عن أقدارهم وهم يعملـون بصـمت وحرقـة، الأسـخياء فـي أوقـات الرخاء، والصابرين مثل الأمهات في أوقات البلاء،

إلى المهمشين في المناطق الشعبية ممن لا ينتبه لـهم أحـد، والمشـدوهين فـي الشـوارع الخلفيـة، التائهين في الأزقة العتيقة،

إلى الشرفاء الذين يفتقرون إلى المكر والدهاء، الخائفين من السلطان رغم أنهم لم يرتكبوا أي ذنب، والذين يستحون من رؤية الغرباء خجلًا من فقرهم،

إلـــى المنكســرة قلوبــهم، والــذين لا يبــوحون بـــهمومهم، ويـــداوون بأنفســـهم جـــروحَهم، والمعتادين على الهزائم كخبز يومي دون أن يفقدوا الأمل.

إليهم... أهدي كتابي.

أيقظَني وقال لي:

أيها الكاتب،

من قبل أن تكتب شيئًا

توضّأ بالمحبة،

ثم انظر إلى قلبك مليًّا

أَصْلِحه، امسحِ الغبار عنه

حتى يصفو كالمرآة.

ثم اكتب بحب ودفء من كل روحك،

اكتب وكأنك تعزف على أوتار قلبك.

انثرْ عطرًا وجمالًا في السماء

وحرّضِ العصافير على الغناء!

اجعل العالم مدارًا لقلبك،

أمسِك اللحظات النورانية التي تمر على الخاطر،

لا تبحث عن القصص الكبيرة،

تكفي الحكايات الإنسانية الصغيرة،

تلك التي توقظ الضمير

وتبهج روح ذي القلب الكسير!

تعالوا إليّ أيها الأحباب

وأنتم أيها الحزانى والأغراب

تعالوا إليَّ جميعًا

لنَسْكرَ من خمر المحبة.

فها هو كأسي

قد أصبح الآن ملآن،

وأنا في ملكوت الله

سكران نشوان

كأني أسبح بين الأكوان!

وهذا خيط نوراني

مددْتَهُ لكم من كل قلبي

فأمسكوه

كي تقاسموني

نشوتي وبهجتي!

(النسور لا تخون عهد جبالها،

الطيور تحب أن تطير في وجه الريح،

والسمكة الجيدة تسبح ضد التيار،

والشاعر الحقيقي يثور حينما يأمره قلبه!)

الشاعر الداغستاني رسول حمزاتوف

عن الكتاب

يتناول هذا الكتاب حكايات إنسانٍ قد استفاد من خلاصة الخبرات الروحانية على مرّ التاريخ في رحلة للاقتراب من الكمال، ويحكي عن تحولاته، آلامه، تأوهاته، وحالات ضعفه وقوته. هو رحلة في أعماق الذات البشرية بأسلوبٍ وجدانيٍّ فيه ذوق وإحساس وتجربة روحية متوهجة، مستلهمًا خيال الشاعر والفنان، بعيدًا من الدليل والبرهان. فالكتاب نداءٌ للاستيقاظ يروي حكاية قلب أصابه السقَمُ من هذا العالم واشتاق إلى عالمٍ أكثرَ نورانية.

لكني لا أعدك أيها القارئ العزيز بأنك ستصل إلى التنوّر عن طريق هذا الكتاب، بل يمكن أن أقول لك بأنك لو قرأت كل كتب الدنيا بما فيها الكتب المقدسة لن تفلح في الوصول إلى التنور! إن الكتب تفتح بعض الأبواب، وتبيّن سُبُلَ الوصول، لكن لا بد من العمل والمغامرة وشيء من المخاطرة. وهذا الكتاب أحاديث عن رؤية الكاتب للإنسان الكامل، عن الأحلام الروحية التي يكافح لتحقيقها، وعن النجوم الموجودة في قلبه والمحجوبة عنه. إنها جرعات روحية لاستعادة الصفاء، فيها حكايات وإشراقات، ممزوجة بأناشيد وتأملات، تلامس أماكن عميقة في الإنسان.

لا تخف أبدًا! فقد يكون لك خير صديق، فقط أمسك خيط النور واتبع الطريق، فكلٌّ منّا يرحل ويغامر بطريقته الخاصة، لا يهم من تكون وكيف تكون، لا يهم كم عمرك، فقط احملْ معك أشياءك الصغيرة، وعدّتك الشخصية، وذوقك الخاص بالجمال، وحلّق طائرًا حرًّا للخلاص مؤقتًا من هذا العالم!

الروحانية ليست مذهبًا جديدًا، بل أسلوبٌ تفكير ونمط حياة يمارسه المؤمن وغير المؤمن، هو العيش في حالة من الصفاء مع النفس ومع الخلق، وتحرير الإنسان من ظلمة (الأنا) ومن كل فكر متعصب يحتكر الحقيقة. قد يكون الروحاني إنسانًا أمّيًّا على الفطرة أو عالماً في الذرة. والروحانية كلّها أخلاق، وأكثر الناس روحانيةً أحسنهم أخلاقًا. وهي ليست لبس الصوف ولا دروشة ولا اعتزال الناس ولا بطالة بل كَدّ في عمل شريف، وممارسةٌ للحياة بشكل كامل دون أن نكون عبيدًا لها. والروحانية طريقة لحل مشاكل إنسان هذا العصر المضطرب بما لا ينافي العقل والقوانين الكونية ويتوافق مع الفطرة الإنسانية ويراعي الرغبات البشرية المعتدلة.

***

سأحكي لك عن أشخاص روحانيين بالفطرة، لا تقارن أحوالك بأحوالهم أبدًا، فقط تمَثّلْ بهم، حتى لا تصاب بالضيق من شدة مثاليّتهم، سأرحل بك بعيدًا، إلى عوالم بعضها متخيّل، وبعضها عن أشخاص وجدتهم في دروب حياتي، ومنهم حكماء ومصلحون، مشرّدون أو حتى مجانين لا يأبه بهم أحد، بعضهم ماتوا منذ مئات السنين بعد أن أضاؤوا صفحات التاريخ وكانوا أعمدةً يستند إليها الناس، فيهم من صفات الرحمة والطيبة ما لا تجده في غير الأنبياء! ومن رقّة إحساسهم أنهم يعيشون آلام الآخرين حقيقةً فترى أثر ذلك في أجسادهم النحيفة. وقد صفت أرواحهم حتى جعلتهم يبصرون الشعلة الإلهية في كل شيء في الكون، عملاقًا كان أو متناهيًا في الصغر، ساكنًا كان أو متحرّكًا، ولهم نور يهتدون به، فيتناغمون مع حركة الكون، وتتوافق إرادتهم مع ما يريده الخالق، يعرفون القيمة الحقيقية للأشياء، ويعرفون الطيبين من الأشرار.

وإن سألتني أنا كاتب هذا الكتاب: هل أنت أحد أولئك المثاليّين الذين تتحدث عنهم؟ فسأقول لك: لا لستُ منهم، فما أفقر حالي مقارنةً بأحوالهم، وما أبعد نقصي من كمال أرواحهم، وما أنا إلّا بَشريّ غارق في الطين، وأسعى جاهدًا للوصول إلى التنوّر. لستُ دومًا من أهل الصفاء، فأنا مثلك

إنسان أرتكب الهفوات والأخطاء، وقد تأتي عليّ أوقاتٌ أفقد فيها الإيمان بكل شيء وقد ينضَب الحب في قلبي، وما هي إلّا أحاديث أرويها عن حال أهل الكمال، أولئك الذين نادرًا ما يتحدّثون عن أحزانهم رغم أن الحياة مليئة بالأحزان. ستجد في بعض النصوص كثيراً من الخيال مع وصفٍ مبالغٍ في المثالية عن بعض الروحانيين، وإن المقارنة بيننا وبينهم تصبح مؤلمة ومحرجة، فقط أطلب منك التفّهمَ والتأمل، وشيئًا من التأسّي بهم، فربما يمسّنا بعضٌ من عبيرهم!

***

سأقول لك الآن شيئًا مهمًّا:

ضعْ هذا الكتاب جانبًا، واذهب إلى غابة قريبة، وحالما تصل إليها، افتح قلبك بالكامل، لاحظ كلَّ ما تراه وكأنك تبصر الأشياء لأول مرة، حتى لو كنتَ رأيتها عشرات المرات، اقتربْ لأقصى ما يمكن من الطبيعة، كأنك تريد أن تولد من جديد، سيصيبك الارتباك والتيه في البدء، ولكن بعد وقت قصير، ستذوب وتتلاشى أمام جمال الوجود، حتى تصبح في غاية الخفة، متحرّرًا من قيد الفكر والعقل. إنه الهروب الكبير إلى البدايات النقية المليئة بالجمال الفطري بلا رتوش، بعيدًا من سطحية الحياة

المعاصرة وصخبها. فمن الصعب جدًا أن نعيش سعداء في هذه الأيام، فنحن في عالم سريع، مفرط في سرعته، ولا تسألني إن كان هذا العالم الـذي نعيشـه يعـرف وجـهته، إنـها حيـاة صـعبة تجلب القلق. ثم هناك التوتر الذي يخرج إليك من كـل الجـهات، يعلـن عـن نفسـه فـي الزوايـا والمنعطفات. إننا نعيش الآن في عصر رقمي جديد مثير للأذهان، ولم يسبق أن عاشته البشرية من قبل، يجعل النفوس دائمة الاضطراب والتشوش بفعل الأحداث المتبدلة والمفاجئة التي تصلنا في كل لحظة فتجعل من أفكار الإنسان مثل كوب مليء بالوحل، يتطلب أن نتركه بعض الوقت كيما يصفو. إننا بحاجة في كل يوم إلى فنون جديدة لتهدئة النفس، إلى ساعة نعود بها إلى حالة صفاء نهرب فيها بأرواحنا من هذا العالم!

***

سأحدثك عن رحلة الروحاني اليومية التي تهدف للوصول الى أقصى درجة من الصفاء والبهجة التي يمكن للنفس البشرية أن تصلها، عن طريق رفع درجـة الوعـي وممارسـة الرياضـات الروحيـة والسلوكية، وذلك بالتخلص التدريجي من العلاقة بعـالم الظواهـر والنفـاذ إلـى عـالم المعنـى والـروح، والرؤيـة القلبيـة للأشـياء، والعمـل على

التوحد مع الكائنات، وربط النفس بالكون الكلي، مع رفع درجة التحسس بمخلوقات الله، هذه الرحلة هي سباحة روحية بلا زمان أو مكان، تارةً إلى الآفاق البعيدة، وتارة أخرى صوب أعماق النفس، من أجل الاستماع إلى موسيقى الكون الخفية وفك شيفرة اللغة الإلهية لاكتشاف مقاصد الله من خلق الكون، للتنعّم بما خلق الله من آيات وأحيانًا للبحث عن طوق نجاة، وقد يتخلل المسار رعدٌ وعواصف، ينكشف يومًا ثم يختفي أيامًا، فإذ بإشارةٍ جديدةٍ تفاجئُك على شكل بريق أو ربما حريق، أو قد يتوارى كلُّ شيء عن الأنظار حتى تحسب أنك في تيهٍ وعمًى.

لا توجد طريقةٌ محددة إلى التنوّرٍ، بل عدة طرائق، ورغم أن أرواحنا شقائق لكنها لا تشبه بعضها البعض. قال نجم الدين كبرى: «الطريق إلى الخالق على عدد أنفاس الخلائق». والرحلة الروحية أسلوب حياة ونظام معيشة شاملة خارج رتابة الحياة، وانفلات من القيود، وحنين إلى حياة غير هذه الحياة، وقفز فوق الأسوار المرسومة وتحليق خارج الزمان والمكان، وحتى ممارسة بعض الأشياء التي قد تبدو للآخرين أنها خارج المألوف. إنها مهارة تحويل المعاناة والأشياء المؤلمة إلى حزمة ضوء تذهب بعيدًا جدًا إلى ثقوبٍ ليست سوداء، وإنما بيضاء في أقاصي السماء!

(١) الاستيقاظ

كلّ الكتب التي قرأتُها لم تعلمني مثلما علمني طفلٌ في الثامنة من عمره؛ لقد كنت معروفًا بين أهل قريتي بالخطب الرنّانة التي تحث على التكافل والتآزر، واعتبار الناس ملَّةً واحدةً يستوي فيها الأمير والخفير، وكنت ألقي عليهم الأحاديث العظيمةَ المعاني مثل: أحبب لأخيك ما تحب لنفسك، أو خيركم خيركم لأهله وجاره، وخير الناس من شارك الناس بما أنعم الله عليه، وغير ذلك من عيون الكلام. وفي يوم من الأيام وبينما كنت قاصدًا السوق لأداء بعض المهام، فإذ بمنادٍ يصيح: هبّوا لدوركم فقد أكلتها النيران! فركضت مثل لمح البصر وطفقت أحثّ الناس لنجدتي وإعانتي في إطفاء النار، كأن النيران قد التهمت داري فقط وليس الحيّ بأكمله. فلما علمت أن داري قد سلمتْ من النار سجدت لله شكرًا، فاستنكر صبيٌّ حادُّ اللسان ما رآه، وقال: أراك انشغلت بنجاة دارك ونسيت دور الآخرين، وأنت الذي طالما كنت توصينا بالإثرة والإيثار ونجدة الجار؟ فأيقظني من غفلتي، وأُصبت بالدهشة والذهول من نفسي التي كانت تحيا في كذب ونفاق، فاستعذت بالله وأقسمت أن لا أتحدث عن مكارم الأخلاق حتى تستقيم صفاتي، ويستوي سرّي وعلانيتي!

(٢) حكاية نبهان

ولدت على قارعة الطريق وأنا أشبه بالميّت من شدة الهزال، تبنّاني زوجان وحيدان وغريبان، وكنا نكافح الجوع والغربة معًا، وقد أسمَوْني (نبهان) آملين أن أحيا كإنسان منتبه وليس غافلًا، حرًّا لا عبدًا مملوكًا، ولقد حلمت يومًا وأنا في لحظة ولادتي وقد سحبتني القابلة سحبًا كي أخرج إلى الحياة، فدخلت بقدمي اليسرى إلى الدنيا بينما تشبّثتْ أصابع القدم الثانية برحم أمي راغبةً بالبقاء. وعندما بلغتُ العاشرة، كانت تسكن أمام دارنا امرأةٌ عجوز وحيدة ناهزت الثمانين، وكنت أشفق على حالها وأهتم بها، وكلما قضيت لها حاجة، كانت تقول لي بلغتها الفارسية: پير نشي! وفي أحد الأيام سألتُ أمي عن معنى تلك الكلمة، فقالت لي: إنها تدعو الله أن لا تصبح عجوزًا وتصل إلى أرذل العمر وتعاني من البؤس والوحشة مثلها، وظلت تلك الكلمة ترنّ في أذني. ومنذ ذلك الوقت وأنا أتساءل هل بالإمكان أن يطول عمر الإنسان، وفي الوقت نفسه يكبر في الحكمة ويشرق من الداخل بالروحانية، فيظهر ذلك على ملامحه. هل تسعفه خبرته ومخزون معارفه على تنقية قلبه، وتسوية ملفاته القديمة، وغلق جروحه المفتوحة، وإنقاذ نفسه من نفسه، ساحبًا روحه من

جسده بخفةِ خبيرٍ فنان، لينطلق بيُسْر صوب الأكوان؟

(٣) حديث الروح

بعد ليلة مليئة بالكوابيس، استفاق من النوم، فوجد نفسه يحمل هموم العالم على قلبه، وأن الحياة أصبحت لا معنى لها، وليس فيها ما يستحق العيش. وكانت تلك انتكاسة روحية، فرجع يتدثر بأغطيته من جديد وتكوّرَ على نفسه مثل طفل في بطن أمه يرفض الخروج إلى الدنيا! تأملَ حاله جيدًا، فعرف أن طريقه في الحياة قد وصلت إلى نقطة النهاية، ولا بد من التغيير، وانتابته رغبةٌ عميقةٌ في اكتساب حالة من الاستنارة ليعيش الحياة بطريقة جديدة. بدأ يشعر بأن هناك شيئًا ما يريد أن يخرج من داخله، من أعماق نفسه لا يمكن تفسيره، حالة ولادة، أو كأنه شعور قديم بالذنب ارتكبه تجاه روحه وقد حان وقت تصفية الحساب، أو مثل ثوب قديم آن أوان رميه، أو ربما عذاب ضمير بعدم أدائه الأمانة المقدسة التي كلفه الله بها بإنصاف كل مخلوقات الله من بشر وشجر وحجر، لعيش حياةٍ طيبةٍ وعدم الظلم والأذية لأي شيء في الكون وأولهم نفسه. سحب جسده بصعوبة من السرير، زحف إلى خارج الغرفة، نظر في المرآة ففزع مما رأى، فإذ به يرى نفسه كأنه شخص آخر، شخص غريب يسكن في داخله، فانتبه وعلم أنه في خطر، فعقد العزم على اكتشاف المعارف

التي تجعل من بعض الناس، وهم بيننا ويعانون مثلنا لكنهم يحيون في عالم روحي موازٍ لعالمنا، في حالة دائمة من البهجة والسرور كأنّ في داخلهم نبعًا من نور، وأقسمَ إن ظَفَر بتلك المعارف فإنه سيمسكها بكلتا يديه، يحفظها عن ظهر قلب، ويرددها كل يوم مع نفسه كحديث الروح للروح!

(أيها اللاشيء الثقيل،

من أخبرك أن صدري متين،

وأن ظهري جدار لا يُهَدُّ ولا يلين؟

من أخبرك أن روحي لا يتعكر لونها،

وأن قلبي لا يُكسَرُ كجرّة طين؟)

جلال الدين الرومي

(٤) البدايات

كنت مشرّدًا محرومًا، وقد مرّت عليّ أوقاتٌ لا يعلم إلّا الله شدتها على قلبي، وكنت أحترق من الداخل قهرًا كلّ يوم، دون أن يتغير لوني أو يظهر مني دخان. كنت أحد المنسيين الذين لا يسأل عنهم أحد، التائهين في دروب الحياة، المصدومين من كثرة النكبات، لكني بقيت رغم ذلك من أشد الناس حذراً من كسر الخواطر، أو من مسّ قلوب رقيقة، إذا انكسرت، لا يجبرُها جابر. وكِدْتُ أسقط في الخطيئة، فطلبت من الله أن لا يتركني لحظة وأن يُبقي قلبي كما كنت يوم خلقني بريئًا نقيًّا، وبدأت أقضي الوقت في رعاية الكلاب السائبة وإطعام القطط الهزيلة. لقد عانيت في البدايات، فقد كنت أنسى وأتيهُ في دوّامة الأحداث اليومية وصراعاتها التي لا تنتهي، ولطالما أصابني اليأس وفقدان الإيمان. وأخذ ذلك الجهد مني سنين عديدة تخلّلها ما لا يحصى من الخيبات، لكن بالتدريب والممارسة بدأتُ أتقدم في رحلتي الروحية بشكل بطيء، فأزلت العقد المخزونة في قلبي، وفي الوقت ذاته بدأت بالتخلص من الأشياء الزائدة في بيتي ووهبتها إلى أصحاب الحاجات، وقرّرت أن أكتفي بأشياء صغيرة بدلًا من الأشياء الكثيرة التي

تحجب البصيرة، والاستغناء عما يمكن الاستغناء عنه، فالزائد عن الحاجة يجلب العناء. ولكي أعتمد على نفسي بدأت بصنع طعامي بيدي ما استطعت إلى ذلك سبيلاً، وفي رحلتي كنت أراوح مثل البندول بين خطأ وصواب، أتقدم ثم أتراجع، وعندما كنت أتقدم نحو الأمام لم يكن يهمني طول الخطوة بل أن أكون على أرضٍ صلبةٍ ويكون مسيري صوب الهدف. وكانت تأتي عليّ أوقاتٌ أشعر فيها بأني غريب، وأن قلبي يمتلئ بالوحشة والخوف، لكني لم أفقد أبدًا ثباتي وسلامي الداخلي، لأني أعلم تمامًا أنها جزءٌ من عملية النضوج والبناء الداخلي. حتى جاء يوم دخل فيه إلى قلبي نورٌ لا أعرف مصدره، فإذ بالحرب التي كانت تشتعل في داخلي قد انطفأت، وأصبح العالم مسالمًا، وأصبحتُ مطمئنًا ساكنًا مثل الليل، كأني أسمع هاتفًا يهمس لي: أبشِرْ، فإن حفلة العطاء الرباني قد بدأت. فبدأت أشعر بالحياة بطريقة لم أعهدها من قبل، أصبحت بعدها ممتنًّا لكل يوم جديد أعيشه، وأحس بالنعم الإلهية المحيطة بي ببهجةٍ وحساسية فائقة. ثم وجدت أن قلبي أصبح أرحب، وبدأت أستشعر الرحمة والعطف للمخلوقات كافة، وأتقبل ما بيني وبين الآخرين من خلافات. لقد كانت العملية بالنسبة لي تضميدًا للنفس التي تهرأت بفعل الزمن، وبلسمًا

للجروح التي تعمقت بفعل الحوادث. ويومًا بعد يوم، غدوت كمن فتح عينه فجأة على الحياة، ووجدت نفسي أبصر الأشياء بطريقه أفضل، وبدأت الحوادث واضحة ومفهومة، فالروح غدت شفافة في استيعاب الاختلافات بين البشر، والقلب أكثر رهافةً في تذوق الجمال، وكأني في رحلة مرحٍ وصحبة محبة مع الحياة!

ولا تخفْ إذا حلّت عليك الظلمة،

فعنـد السـواد الشـديد يبـدأ تفـاعل فـي أعمـاق العتمة،

ليقلب القديم ويزهر الجديد!

ولا بأس إذا انكسر قلبك،

فبعض الأزهار تظهر من بين الأطمار

وينهض الكبار بعد أوقات الانكسار!

وإنّ بعـــض الكنـــوز العظيمـة تتخـفّى تحـت بقايا الأنقاض القديمة!

(٥) الإنسانية القصوى

الروحانيّ هو إنسان متصافٍ مع نفسه، متصالحٌ مع المخلوقات كافة من بشر أو حجر، ومع الأقدار وحـوادث الأيـام، ويتصـرف فـي حياتـه اليوميـة وفـق سـلافة حكمـة العـالم وخلاصـة حكمـة الروحانيين الربانيين من الأديان كافة منذ الأزل وحتى الآن، ممزوجة مع مكارم الأخلاق والقيم الإنسانية النبيلة. فالروحاني يسلك طريقا روحيًّا في حياته ليغدو ربّانيًّا في أخلاقه مع الكائنات المحيطة به بغضّ النظر عمّا إذا كانوا أُناسًا أخيارًا، أو أشرارًا فجّارًا، فالله يرزق ويحنو على البرّ والفاجر! لذا فهو يعيش بأقصى إنسانية ممكنة، وإن أول مبادئه هـو عـدم التسبّب بـالأذى لأي شيء علـى وجـه الأرض، وهو صاحب قلب كبير، ويحيا في حالة من التغـافل الخـلّاق للتعـايش مـع عقـول الخلق. والروحاني يعدّ نفسه لكي تشرق بالنور عبر عملٍ حياتيّ متكامل. يبدأ بتخلية القلب من كل ما يكدّر صفوه من بغضٍ وحسدٍ وجشع، ثم تَحليته بمكارم الصفات الإنسانية، وتوجيه النية الصادقة لاستيعاب كل شيء في الكون، ونكران الهويات التي تميز البشر بعضهم عن بعض، والمزج ما بين اكتساب المعرفة من جهة والرياضات الروحية والجسدية من جهة ثانية، فتنصهر ذات الانسان في

العـالم الكلـي، ويمـتزج داخـل الإنسـان بمحيطـه الخارجي، والانفتاح على عالم السماوات والمجرات مثلما على عالم الجزيئيات والذرات، ويصبح الكون كله وما خلق الله من مخلوقات حية أو جامدة مدرسة للإنسان الروحاني المنفتح على الله الحق وعلى عبيده الخلق، يتعلم منهم كل يوم معارف جديدة يفتح بها قلبه وينعش روحه ويخفف من معاناته اليومية، حتى يصل إلى مستوىً من المعرفة ويصبح العالم مرآة الإنسان ذاته، فاللّه وحده هو الواحد، وكلُّ ما عداه بشرٌ ذوو عقائد، فلا بد من استيعاب الأفكار كافة. ولا يجوز تخطئة أحد في ظنـه أو معتقـده، وإنمـا التخطئـة فـي الـحَجْر والتضييق على الأفكار، فطرق الوصول الى الله لا يحدها حدّ وليس لها حصر أو عدّ. الروحاني هو من وجد أن العالم الذي نحيا فيه قد أصبح أكثر تعقيدًا واضطرابًا من ذي قبل، وأنه لا سبيل لعبور مآسيه إلا بانتـهاج روحانيـة جـديدة، إنسـانية وأخلاقيـة، روحانية لا يكون فيها الإنسان باحثًا عن الكرامات، بل إنها تمزج بين تصفية القلب، والعيش بشكل واقعي، مع زهد إيجابي خلاق يسعى لإعمار الكون والحياة!

(وقال لي: من لم يرني من وراء الضدَّين رؤية واحدة ما رآني،

ولا يكون المنتهى حتى تراني من وراء كل شيء)

النفري

(٦) المحاولات الروحية

قال لي سأسرّك بشيء فاحفظه عني:

إذا أنت ملكت زمام النفس

تكون قد ملكت كل شيء!

فعندما تكون في حالة جيدة مع نفسك

ستصبح الحياة جيدة في كل مكان!

إن حياتنا مزدحمة بأشياء كثيرة تسبب التوتر والدوار، وطالما نعاني من تبدّل حالاتنا وتقلّب مزاجنا، وتأتي علينا أوقات نشعر فيها كما لو كنّا نزحف لعبور الساعات والأيام المرّة بقلوب مسحوقة وأنين يملأ الصدر. لذا فإنّ الالتزام التام بالفضيلة في الكلام والأفعال صعبٌ جدًّا، وإنّ الحديث عن أشياء مثالية مثل تحرير الروح من الجسد وخلق المرح في القلب يبدو ساذجًا في تلك الأوقات، والحل الذهبي هو الاعتدال في كل شيء؛ إذ إن الله قد وهب لنا الغرائز البشرية لاستخدامها وليس لتعطيلها، إنّما باتزان، وإلّا سيكون هناك اضطراب وفقدان للسلام الداخلي. فإنْ تعطّل جزء من الجسد فذلك يؤثر على باقي الأعضاء ويربك حياة الانسان. يجب علينا القيام بتجارب ومحاولات روحية تبدأ بأشياء بسيطة

ثم نواصل بهدوء، لكن بعزم وقوة، مسيرة البناء الروحي، ونبدأ بتوليد رغبة تنبع من الذات للقيام بالأفعال الطيبة، رغبة غير مشوبة بشيء سوى المحبة، معبّرين بشكل واضح شفاف عن العواطف الإنسانية لمن يحتاجها من الخلق. فالكائنات البشرية هشّة وسريعة العطب، وقد تجرحها كلمة أو حتى نظرة، وربما تنتشي بابتسامة أو تَرْبيتةٍ خفيفة على الكتف! قالت لي إحداهنّ: مرّ عليّ يوم كنت فيه وحيدة ومهمومة، ذهبت إلى مقهى، فلما رأتني النادلة على تلك الحال قالت لي: أراك حزينة! فلم أقدر على الإجابة لكن طفرتْ من عيني دمعة، فأحسّت النادلة بألم قلبي ولم أكن أعرفها من قبل، فاحتضنتني، ولم أكن في حاجة لأكثر من ذلك، كنت في حاجة لأن يتعاطف معي أحدٌ ما يملك روحًا!

(٧) نشوة الروح

الحزن هو الألم الروحي الذي نشعر به عندما نبتعد عن الله، أو نبتعد عن أرواحنا أو ننسى أنفسنا، أو عندما نغفل، ونتكاسل عن أداء مهامّنا العميقة في الحياة. لكن بعض الأحزان تأتي من تحولات كيمياوية في الجسد ليس لنا فيها حيلة، وربما هي حالة من الكآبة. وأقول: عندما كنت أعاني من تلك الحالة كنت أنسى كل ما تعلمته عن الرياضات الروحية. كان حينها يصعب عليّ حتى أن أُظهر وجهي ولو لثوانٍ أمام الغرباء فضلا عن الابتسام. أوقات تتّكئ أجزاءٌ وجهي بعضها على بعض، كأنها تسقط من شدة ثقلها، فأغرس أصابعي العشرة فيها، أسحبها إلى الجانبين كي أصنع ابتسامةً صفراء تختفي بعد لحظات. ومن أجل أن أتفادى ما يملأ صدري من غمّ وقنوط، كنت أحمل عدّتي في تصليح المجاري وأبحث في أرجاء مدينتي العتيقة عن أي شيء يحتاج إلى التسليك ليعود يجري كما كان، فأنا أجيد تصليح المجاري لأني أصلاً أحب الأشياء الجارية.فإذا رأيتُ نهرًا يعاني من العوائق، نزلتُ إليه وأزحتُ عن طريقه الأخشاب والصخور ليعود جاريًا كما كان، أو إذا صادفتُ حُطامًا من الرخام. كان لقرون مضت نافورة رائعة في الشارع ترقص حولها العصافير، ثم سُرِقتْ

صنابيرها وأصبحت جافة. أقبلتُ عليها بهمّة، وقمت بتصليحها وتسليك أنابيبها لتنتشي روحها وربما تنتشي روحي معها. أليست الروحانية هي أن تجعل جزءًا من العالم يعود إلى الحياة ويضحك من جديد؟

(٨) في سوق الخيّاطين

لا تقف محتارًا، تحرك وافعل شيئًا. اجرِ مثل الأنهار،

هاجر، قاوم، كن أحدَ الثوار.

كن شيئًا ما، لا تغادر الحياة سدًى.

كن ولو قطرة ندى على ورق الأشجار!

عندما يفيق الروحاني عند الصباح فإنه يخاطب نفسه قائلًا: وهذا يوم جديد قد أطلّ عليّ كنعمة من الله وسأجعله طيبًا، سأتوضأ قلبيًا من بقايا مخلفات الأمس. وهكذا يبدأ رحلته بروح جديدة كل يوم، فيبدأ باستنشاق الهواء بشهيّة كأنه يتزوّد بأصفى أريج في الكون. ثم يقوم بمراقبة ذاته، وتكون نقطة الانطلاق بتقوية ضميره، ومراقبة رهافة الشعور الإنساني في داخله، عن طريق رفعٍ تدريجي لدرجة التحسس من التسبب بالأذى لأي من الكائنات، ليس فقط العاقلة منها، بل يصل شيئًا فشيئًا إلى عدم التسبب بالأذى والظلم حتى للكائنات الأصغر والأدق إلى حد أن يدرك حتى الجمادات، فيقوم بتوقيرها باعتبارها جزءًا من السلسلة الكونية التي تربط الجميع بعضهم ببعض!

عملـت سـبع سـنين فـي سـوق الخـيّاطين، حتـى أصبحت دقيقًا بارعًا في خياطة الثياب. وفي يوم من الأيام وجدت نفسي كلما غرست الإبرة في الثـوب نفـذت منـه إلـى يـدي وأدمـت إصـبعي، فتعجبت من حالي وبحثت طويلًا عن السبب لعلّي فعلت شيئًا معيبًا، فوجدت أنني قد استعرْتُ الأبرة من جاري الخياط من دون استئذان!

(٩) سرّ السعادة

(تأمل الصعب من خلال السهل،

باشر العمل الكبير من خلال العمل الصغير!

إنّ أصعب المهام في العالم تبدأ بالخطوات السهلة،

وأكبر الأشياء لا بد أن تبدأ بأصغرها!)

لاوتزو

لو سألت روحانيًّا عن سرّ سعادته لأجابك قائلًا: إنيّ أعتمد على مصادر البهجة في حياتي على داخلي، وأن تكون نفسي مركز ثقلي، لأن كل منابع السعادة التي تأتي من الخارج عرضة للزوال. إنيّ أعتمد على مواهب كامنة في نفسي طورتها ونمّيتها، فهي معي أينما ذهبت ورهن إشارتي متى شئت. وذلك يجعلني أستمتع بوقتي وأجيد صحبة ذاتي في أوقات وحدتي. وإني أقوم بتسلية نفسي بنفسي بخيال مبدع ونافع لتفادي الضجر والملل، فربما ترى سجينًا يمتلك خيالًا يسرح به في عوالم جميلة، هوَ أسعد حالًا من رجلٍ حرٍّ يسكن قصرًا لكنه يعيش أسير أفكاره وخياله العليل. إني في حالة كفاح يومي متواصل من أجل الحفاظ على الحركة والحيوية الداخلية التي تتوالد من نفسها باستمرار مما يبقيني

فـي مزاج حسـن وروح طيبـة. لقـد دأبـت على الحفـاظ علـى عقـلٍ نشـطٍ وروحٍ تواقـة لمعـاني الأشياء، وأُغني وجودي بالأفكار المفيدة والمشاعر الإنسانية، وأسعى لملء فراغ روحي وبناء عقلي من الداخل، وأمضي الوقت مع متع فكرية تغني روحي وتجعـل الحيـاة ذات هـدف، بعيـدًا مـن الحيـاة السـطحية المكرسـة للراحـة وتحقـيق الـلّذّات الشخصية التي لا تنتهي. فقد وجدت أن من يعاني من فقرٍ داخليٍّ يعوّض عنه بالمظاهر الخارجية، حتى عندما يشيخ تنتابُهُ الكآبة لأنه لم يعد يستمتع بها. إني أمتلك القدرة على خلق فيضٍ معتدلٍ ومتواصلٍ من المسرات البسيطة وتحويل الحدث العابر إلى شيء رائع جميل، وأفتح نوافذ قلبي لأي فرصة تحمل بهجة عابرة. ثم إني ممن يستغني بسهولة عن الأشياء الفائضة عن الحاجة، فالسعادة بالأشياء المعنوية هي التي تدوم وليس في اللهاث المضني خلف ركام من الذهب يتخاصم عليه الوارثون فيما بعد. وإنيّ أتجنّب دومًا كلّ أشكال الإفراط والتصلّب، وكلّ أنواع العنف والضغوط، ولا أميّز نفسي عن أي مخلوق فكلّ البشر قد خُلِقوا من نفسٍ واحدةّ. وبينما أسعى إلى أقصى حد ممكن لتحسين نظرتي عن نفسي، فإني لا أهتم لرأي الناس عني. ثم إني أقوم بتطبيق الحِكَمْ التي تعلمتها على معيشتي اليومية، فحكمة واحدة

تنفعني الآن أفضل من ألف حكمة أحفظها عن ظهر قلب!

(١٠) إنسان جديد

(ومن الآن، سأمضي وأحتفل بكل ما أراه أو أكون

وأغني وأضحك ولا أنكر شيئًا!)

والت وايتمان

كنت فيما مضى إنسانًا بالاسم فقط ، وفي الحقيقة كنت كائنًا لا يطاق. كنت أغضب بسهولة مثلما أتنفس الهواء، وأرمي على الناس أسوأ الكلمات، وأنفجر عندما يحاول أحدٌ ما أن يجرحني. كان الحقد يملأ قلبي، وكلُّ غريب أراه عدوًّا لي. لقد كنت أعيش في حروب داخلية مع نفسي، وإن خمدت ساعة فسرعان ما تشبُّ نارها من جديد، كنت أمقت جاري القريب أكثر من جاري البعيد، وأكره أهلي وأقربائي أكثر من الغرباء. وعندما اسْوَدَّ قلبي تمامًا، ووصلت الى أسوأ حال يمكن أن يصله كائنٌ بشري، إذ بي أجدني في لحظة واحدة وقد انقلب حالي، وأن نورًا قد ملأ قلبي، حتى كأن الله قال: كن فيكون! فقلت مع نفسي: أي ربّ! ليتني أكون، أي شيء سوى نفسي. فإذ بي قد أمسيت في هدوءٍ وصمتٍ مطبق، وحلّتْ على قلبي حالة من السكينة لا يمكن وصفها، وصرتُ كأني أتذوق طعم الحياة لأول مرة، ثم أصبحت قادرًا أن أحب أي شيء أجده أمامي، بمن

فيهم أعدائي، ثم حصلت أروع الأحداث في حياتي حتى قال لي أحدهم، وكان من أكثر الناس شرًّا: إن كنت أنت بالرغم من سوء الحال الذي كنت عليه قد تغيّرتَ وأصبحتَ إنسانًا صالحًا، فأنا قادر أن أتغير مثلك! ثم تغيّر فعلًا، وكان ذلك بالنسبة لي أعجوبة غير قابلة للتصديق. والآن وبعد أن صرتُ إنسانًا جديدًا تمامًا، فإني أرفض أن أبدّل السلام الذي يغمرني بأي شيء في العالم!

(١١) الانطلاق

لما أردت شراء دار سألت مالكه إن كان في الجوار أُناسٌ أخيار؟ فقال لي:

سيكونون من الأخيار إن كنت أنت كذلك!

وسألته: إن كانت الشمس تشرق على الدار فتُضيئه، فقال لي:

الشمس تشرق عندما يشرق قلبك!

الروحاني يعيش في قلب العالم وكأنه يعيش خارجه، لأن مأواه الحقيقي هو دائمًا نفسه ذاتها. ففي الوقت الذي يسعده تغريد العصافير، يتناسى الصخب الصادر من الجيران، وبينما يفرح لهبوب النسيم البارد فإنه لا ينزعج من تبدّلات المناخ، وهو وإن كان وحيدًا فإنه لا يشعر بالوحدة لأنه ممتلئ بنفسه، ولو تواجد في وسط الجموع فإنه يتعايش معهم وكأنه أحدهم لكنه في الوقت ذاته يعيش مع نفسه، وأينما تواجد في هذا العالم فبوسعه أن يكيّف أفكاره حتى يشعر بالراحة والاستجمام وكأنه في بيته، وفي كل صباح يقوم بتحضير نفسه للحياة، فيحرص على سلامة قلبه من الكراهية، مقبلًا على يومه بقلب مليء بالمحبة والرحمة وحب الخدمة، ومشفقًا على كل

الخلق، ثم يبدأ بالامتنان من أي شيء مهما كان صغيراً، ويقرر أن يتقبل ما سيحدث له في ذلك اليوم، وأن يتعايش بعقل هادئ مع الصدمات. ولكي تكتمل عدته، فإنه يقرّر مع نفسه أن يكون كنزه في داخله وليس في أي مكان آخر على وجه الأرض، لـــذا فإنـــه يحـــدّث نفســـه عـــن الحـــب، ويســـتحضر فـــي قلبـــه حالـــة الشـــعور بالحب، ولأن الحب العميق هو عمل، يبدأ يومه بالعمل، عمل شيءٍ ما فيه حب تجاه روح أو شجر أو حتى حجر، وبذلك يكون قد أكمل عدّته، ثم ينطلق للحياة!

(١٢) تعليم القلب على الحياة

ومن نعمائه عليك، أن تملك شوقًا عارمًا لقضاء كل يوم جديد كشوق المسافر إلى أرض يحلم دومًا برؤيتها، وقدرة فنية على اختطاف كل لحظة من لحظات السعادة التي بالإمكان اقتناصها، وفي تقدير الكمال الذي خلقه الله وعدم تحويله إلى نقائص وحروب وتسلط. فنحن نرنو بأبصارنا دائمًا إلى السماء مبهورين بالنجوم وأشكال الغيوم وانعكاس الشمس عليها، وتدرّج الألوان من الأبيض الثلجي إلى الأصفر ثم البرتقالي ثم الأرجواني. فلا شيء على الأرض يملأ أعيننا. فمن صور تقدير النعم التمتع الكافي بجمال المناظر الطبيعية لإملاء القلب بالامتنان، وإن أكبر خطأ نرتكبه عندما ننسى الأرض وما عليها وننشغل بأخبار السماء، لأننا إن فعلنا ذلك فما فائدة وجودنا في الحياة وهل سينتفع الناس بنا؟

عندما أكمل صاحبي بناء بيته، زرع أمامه وردة، ووضع بقربها صخرة، فالوردة رمزٌ للّطف والسماحة في تعامله مع العالمين، ونثر الفرح والجمال على الكون. والصخرة تذكير له بضرورة امتلاك الصلابة الداخلية، والصبر والثبات أمام صروف الدهر، فضلاً عن أنها رمزٌ للاكتفاء بالنفس والتحرر من الاحتياج لشيء. وبعد ذلك اشترى كلبًا،

وعندما سألته عن سبب تفضيل صحبة الكلاب على البشر رغم أنهم أرقى الكائنات، أجاب: إن الكلاب لا تفكر، فقط تشعر. إنها كتلة من الأحاسيس، أما البشر فإنهم يفكرون كثيراً، وغالباً ما يقودهم تفكيرهم إلى السقوط في الأنانية

أحياناً تحتاج الى شخصٍ ما،

أكبرَ منك عمرًا، أكثر خبرةً وأكثر حكمة،

يشدّ قلبك للحياة،

يملك موهبة خاصة في الفؤاد،

شخصٍ يطفئ نارًا فيك مستعرة

ويشعل مكانها نورًا يضيء القلب،

يعلمك الأسرار الكبرى في الحياة،

شخصٍ يؤكد لك بأنك لست مجنونًا

وإنما هم أولئك الذين في الخارج،

شخصٍ تشعر معه بأنك لست أنت

وأنك لم تعد بعد الآن كما كنت!

(١٣) عالم اليوم

هل تعلم ماذا يميز عالم اليوم؟ سأقول لك: نحن نعيش في عصر سريع الإيقاع والتبدّلات المفاجئة، مما يجعل الناس في حالة من الالتباس والتشتيت، مع شعور دائم بالنقص والحاجة إلى أشياء جديدة لا تنتهي. مسؤوليات متعددة صغيره وقرارات كثيرة يتطلب اتخاذها من قبل الإنسان كلّ يوم، مع مغريات تزداد، وخوف معقد مُتشعّبِ الأسباب وقلق غامض يلفّ الجميع، وقد صاحبَ ذلك ارتفاع في نسبة الكآبة بين البشر بدرجة لم يسبق لها مثيل. الثقافة أصبحت سطحية، سريعة مرئية بعد أن كانت في السابق تحليلاً وتأمّلًا! وأمسى هناك إمكانية لتصنيع كل شيء بالمال: نجوم يشتهرون بسرعة في الميديا بلا استحقاق، والأسوأ من ذلك صناعة الأحداث، بل صناعة الخوف وإيهام الناس به، من أجل ترويج بضائع الشركات الكبرى. لقد انشغلنا في تعليم عقولنا ونسينا تعليم قلوبنا على الحياة. فالتكنولوجيا الحديثة خلقت مشكلات مستعصية وضعتنا في قفص، والحركة السريعة الصاخبة للحياة جعلت الإنسان بلا حول ولا قوة. أصبح الناس يتصفون بالقابليّة الفائقة للعطب، يغضبون لأتفه الأسباب، تنتشر الكراهية بسرعة البرق، وأصبح الإنسان مدمنًا على

القلق. نحيا الآن في عصر استيقاظ الغرائز الوحشية المدفونة في اللاوعي، حتى بدا الإنسان عارياً مكشوفًا أمامها، أكثر شهوانية وأقلّ إنسانية، وأمست عواطف الإنسان تجاه أخيه الإنسان تتغير مثل الطقس والرياح. أصبحت الأهداف المرفوعة شعارات، تبدو إنسانية لكنها مزيفة، ولم يتصرف قادة الأرض مع جموع البشر بنُبلٍ. الدول والشركات العملاقة استولت بشكل صامت على حياة الناس. بدت الشركات كأنها تجمعنا كالسمك في شِباك الصياد بيد أكثر الناس حمقًا وقسوة. الديمقراطية أصبحت صورية، والانتخابات أمست بيد الأغنياء. هذا زمن التعالي في الأرض، وإشغال الدول الفقيرة بالحروب فيما بينها، وانعكس اضطراب العالم على البشر فأصبح هو أيضا متقلب المزاج، وأدّى تقلب المزاج إلى فقدان الأمان؛ إنسان اليوم ينشد الحكمة بين كمٍّ متشابك من الخيارات والمعلومات، كمَن ينقِّبُ عن الذهب بين أطنان المعادن الصفراء!

يذكر الفيلسوف الكندي «ألان دونو» في كتابه «نظام التفاهة»، ما خلاصته أنّ الكاتب ينعى الحياة الحالية بعد أن حسم التافهون المعركة وسيطروا على عالمنا وباتوا يحكمونه. أصبح حفنة من الأثرياء والسياسيين يمسكون بمواقع القرار في العالم في كل شيء، وجعلوا الشعوب تستسلم لإراداتهم

كأنهم يملكون تفويضًا من السماء. تلاشت منظومة القـيم والمبـادئ والمفـاهيم وصـارت المصـلحة العامة تتبع المصالح الخاصة للأفراد، وأصبحت الدولة وكأنها شركة خاصة، وصار السياسي هو من يجيد اللعب والمناورة لمصلحة أحزاب كبرى تباع وتشترى من قبل أصحاب المال، النجاح فيها أن تلعـب اللعبـة. صـارت التفاهـة نظـامًا كـاملًا علـى مستوى العالم. المهنة تحولت إلى وظيفة للبقاء على قيد الحياة بدلًا من أن تكون عشقًا وشغفًا. صار كل شيء لإرضاء حاجات السوق، صارت الشركات تموِّلُ الجامعات ثم تستفيد من عقول خرّيجيها لتزداد ثراءً، حتى أصبح ١٪ من الأثرياء يملكون نصف ثروات العالم.

(١٤) زكاة الحكمة

لطالما تعثرتُ بأرواح مسحوقة وهي تدفع عن نفسها الألم، تكافح للعيش بأدنى الاحتياجات الممكنة للبقاء على قيد الحياة. ويحيط بنا من كل جانب أنواع من الناس الخطائين، منهم من يطرق بابك وأنت متعب ويلقي عليك بأثقاله، ومنهم الغضوب الذي لا يجيد السيطرة على نفسه، وذلك الذي يجرح ولا يشعر بذلك، وهناك الجاهل الذي يعتقد أنه عليم بالأمور. وأي نظرة لهم تخلو من الشفقة والتعاطف فإن ذلك يخدش صفاء أرواحنا إن كنّا ممن يراقبون صدق قلوبهم، فذلك زكاة لمن وهبه الله الحكمة وقوة التحمل.

إن أصعب الأوقات التي كانت تمرّ على الأنبياء هي أنهم في الوقت الذي يتواصلون فيه مع ربّ السماء بكل كماله وجماله كانوا في الوقت ذاته يتحملون تفاهة الناس ويتجرعون مراراتهم، ويتعايشون مع الحالات البشرية السافلة، بل ويحبونهم لأنهم مخلوقات فيها أثرٌ من روح الخالق. يقول الصينيون: «تتعرض الأشجار المستقيمة إلى القطعِ قبل غيرها، وتنضب آبار المياه العذبة قبل غيرها»، ورغم ذلك فلن تتخلى الشجرة المستقيمة عن استقامتها ولا المياه العذبة عن عذوبتها إن كان ذلك في مقدورها، فإنما ذلك مصدر افتخارها!

(١٥) الرحلة الروحية

وُجِدتِ الكلمات التالية محفورة على حوض الاستحمام الخاص بالملك تشينج ثانج:

«جدّد نفسَك كليةً كل يوم، جدّدها مرة أخرى، وأخرى، جدّدها الى الأبد!»

ذات ربيع يحلو فيه التيه بين أحضان الطبيعة، عزمتُ السفرَ مع صاحبي في رحلة روحية عبر طريق متنوع التضاريس ما بين سهل وجبل لكي نرى آيات الله في الآفاق، نتحرر من قيود النفس ونقترب من ذواتنا الحقيقية والفطرة السليمة ونتعرّف على أسرار الوجود وحكمة الحياة، وستكون فرصة لاختبار صبرنا وتهذيب أخلاقنا. وفي يوم السفر ارتدينا ملابس مناسبة وحملنا زجاجة ماء وبعض الأشياء الخفيفة وانطلقنا. كنّا نبدأ بالسلام على كل من نراه في الطريق، نبتسم له، وقد نتنحّى جانبًا اذا وجدنا أننا نضايقه أو ربما نتحدث معه بودٍّ ولطف، وأحيانًا يكون الحديث مع فلاح فقير أكثر متعةً من الحديث مع عالم في الفيزياء لأن كلماته بسيطة وأكثر دفئًا. وكنّا بين الحين والآخر نخلق المرح في نفوسنا من لا شيء، وربما نضحك من أنفسنا عندما نتذكر هفواتنا، أو نكتشف مدى سذاجتنا من أشياء يعرفها

حتى الصغار ولم نعرفها حتى وصلنا إلى تلك السنّ. وعندما نجوع كنّا نأكل بعض الحبوب والخضار والأشياء الخفيفة، ولم نكن نختلف أو نتخاصم فيما بيننا، بل حتى لم نتجادل لأي سبب. كان هدفنا معنويًّا يكمن في الرحلة نفسها بدون هدف الوصول إلى مكان ما. لم نكن نتقيد بالزمان، نسير باعتدال ونرتاح من حين لآخر، وعندما يحين وقت النوم، ننام تحت ظل شجرة أو في باحة مسجدٍ أو مبنىً مهجورٍ في الطريق. وان رأينا زهرة قد ضحكت لنا أثناء المسير فربما قضينا ساعة من الزمن ونحن نتمعّن في جمالها، نقلّب أوراقها، نشمّ عبيرها ونتأمل ألوانها. وكنّا إذا شعرنا بالسعادة من منظر أدخل في قلبنا السكينة، تسمّرنا في مكاننا لساعات عديدة أو حتى ليوم كامل، فالطبيعة تلهمك أن تعيش بطريقة بسيطة وأن تعبرّ عن الفكرة العظيمة بكلمات معدودة، وتجعلك تدرك مغزى الحياة بشكل عميق. وهي، شأنها شأن الفنون الجميلة كالرسم والموسيقى ونظم الشعر، تفعل فعل السحر في تهدئة الروح، وإن السير في تضاريس الأرض المتنوعة الأشكال والجمال لهي فرصة للتوحد معها والتعلم منها والتخلّق بأخلاقها. فالنهر مثلاً يعطيك درسًا في الحياة لتحذو حذوَهُ؛ فتجدهُ يسير بسرعة أثناء عبور المنحدرات الصعبة

رغبةً في تجاوز الأمر بأقصر وقت ممكن، وعندما يمرّ على المزارع يبطّئ من سرعته ليستمتع بعبير الورود، وإذا ما صادف الصخور يتفادى الاصطدام بها فيلتفّ حولها، وبذلك يعلمك أن سرَّ الحيوية هو في المرونة ومواصلة الجرَيان، وأن كل شيء يسير ويمضي في الحياة بما فيها الأحزان والمسرات. ثم إن السهول المنخفضة التي تتجمع حولها الروابي والأشجار وأنواع الأزهار تُخبرك إن غدوتَ سهلًا متواضعًا سيحبك الناس ويجتمعون من حولك. وهكذا كانت تجري رحلتنا مع كتاب الطبيعة المفتوح التي لا تنتهي عجائبها. وكانت فرصة لاختفاء الأفكار الدنيوية من أذهاننا، تلك الأفكارِ التي كانت تنهش عقولنا في الأوقات العادية!

(١٦) نهر الحياة

تقول الفكرة البوذية: إن حبّة القمح وجبل الهملايا متساويان في الحجم.

كنت كلما ما شعرت بالزهو، أذهب الى جبلٍ عالٍ يطل على المدينة، أنظرُ الى السماء لأرى صِغَرَ حجمي نسبةً إلى هذا الكون المترامي الأطراف، وصِغَرَ عمري مع عمر الكواكب والمجرات. ثم أحوّل بصري صوب الأرض فأرى هناك الأحجام الحقيقية للبشر، وضآلة أبعاد البيوت والممتلكات التي قد نفني أعمارنا في بنائها أو حمايتها. وبذلك تهدأ نفسي وأعرف حجمي الحقيقي وأعود إلى صوابي، وأرجع من جديد إلى الشعور الطبيعي بأنني جزء من الكائنات، وامتداد للكون وموجة تسري ضمن نهر الحياة، بل أتذكر النِعمَ العظيمة المحيطة بي التي لا أشعر بها.

حكى صاحبٌ لي أنه زار صديقه يومًا في المستشفى، فوجد شخصًا يسحب الأوراق النقدية من جيبه ويرميها على الناس في الردهات وهو يتنفس بصعوبة ويلهث ويقول: أريد هواء، سأختنق، من يعطيني بعض الهواء مقابل أموالي؟

(ستكون محظوظًا إذا لم ترغب في شيء،

وستكون محظوظًا أيضًا إذا رغبت في القليل.

إن عدم رغبة المرء في شيء يجعله لا يقهر!)

ديوجين

(١٧) اكتشاف الأسرار

يبدأ الروحاني في رحلة معرفية، ويكون ذلك بالتوازي مع رياضات روحية يمارسها، مع تطبيق ما يتعلمه على نفسه في حياته. وبعد جهد وعناء، يكون قد وجد الأسرار الواحد تلو الآخر، واستوعب مضامينها العميقة، فيقوم بترديدها مع نفسه وهو في كامل وعيه، مستيقظًا بكلّيته، فاتحًا بصيرته لأقصى مدى، كمَن صحا من سبات طويل. إنه يلقّن بها روحه الداخلية، ويعزفها على مسامعه بانتباه وحضور قلبي كامل مثل رسالة إنقاذ خطيرة ينجد بها نفسه من تَلَفٍ محقق. ثم يصبح حاله مع الأسرار كأنه يملك في داخله ماكنة سحرية تطلق كل يوم سرًّا من أسرارها، تأخذ مدارها، وتكرر مسارها داخل النفس بشكل دائم مثل دوران الدم في الجسد!

وتصبح تلك المعارف معزوفته اليومية المقدسة التي يردّدها على نفسه من أعماق قلبه كأنها جزء من نفسه، يتمازج ما يقوله مع روحه، يرددها في كل لحظة وعي، يسحب نفسه من زمنه حتى أثناء ممارسته لعمله أو أثناء حياته اليومية، فتنتعش روحه من جديد، ويشعر كأنه قد ألقى عبئًا هائلًا يثقل قلبه إلى الخارج، وأن جسده قد تحرّر من أسْرٍ قديم، فينطلق خارجًا من نفسه

نحو فضاءٍ ساحرٍ لا حدّ له. وربما يلمح شيئًا من النور في قلبه، ويذوق لحظاتٍ من البهجة كبرقٍ لا يمكن وصفها، تسري في روحه، وهنا يكون قد انتقل لحالة معنوية لم يشعر بها من قبل، وقد أصبح أخيراً على الطريق!

(١٨) رحلة الى كشمير

أتذكر مرة أني سافرت إلى كشمير، وتعبت كثيراً أثناء الرحلة، ورأيت فيها أشياء مرعبة. وفي أحد الأيام وبينما كنت أتسلق الجبال تهت في الطريق، وبقيت لوحدي عدة ساعات. خفت كثيراً وأوشكت على الهلاك، وقد هاجمتني ثلاثة كلاب شرسة كأنها لم تَرَ بشرًا من قبل، فكانت على وشك تمزيقي، لكنّ الله أنقذني منها. وحدثت أشياء جميلة وأخرى مؤلمة، وعشت أوقاتًا حلوة وأخرى مُرّةً. لكنّي عندما رجعت وسألني أصحابي عن رحلتي، أخبرتهم أني قد كنت في أجمل بقعة من الهند، وتحدثت عن سحر كشمير وجمالها، وكيف تسلقت المرتفعات الخلابة ورأيت حشدًا من الحسناوات بملابسهن الزاهية. وبينما أنا سارح في وصف تلك الرحلة لهم، تعجبت كيف أني قد نسيت كل ما عانيت أثناءها، نسيت حتى الكلاب المتوحشة، ولم يبقَ في ذاكرتي سوى سحر الرحلة وفتنتها، كأني -أنا المتحدث- لم أكن أنا يومَ رأيت ما رأيت من الصعاب.

هذا هو سحر الرحلات الخارجية، ولا تسألني عن سحر الرحلة الداخلية، عندما تهرب من العالم السطحي المبتذل وتسرح في عوالم نفسك وآفاقها العجيبة!

(١٩) صفقة رابحة

يعتبر الروحاني أن العالم كله يدخل في صميم ذاته وأنه جزءٌ لا يتجزأ منه، فيقوم بكشف محاسن الناس من حوله، التي لا يبصرونها في أنفسهم، ويسلّط الضوء على أشياء عميقة فيهم لا ينتبهون لها. فبعض الأشخاص لا يثقون بأنفسهم حتى يثق بهم شخص آخر. وهو يذكّر الناس بالأشياء الجميلة في الحياة ليس من أجل تبييض صفحتها، بل كي يتماسكوا من الداخل ويحتملوا المرارات التي تفاجؤهم كلّ يوم، كي لا تبقى الحياة فقط ذهابًا وإيابًا، ولهاثًا خلف سراب. وهو، إن فعلَ جميلاً للناس، يقول لنفسه: لست سوى كوّة في صخرة يسري الماء من خلالي، والفضل للماء وليس لي!

والروحاني يكون بصره عابرًا للغيوم، يرنو إلى السماء، يبحث عن معاني الأشياء، ويحيا في حالة عشق دائم لمخلوقات الله. وإنَّ ذلك يجعله في حالة من الانبهار، يحيا كأن أيامه كلها هدايا إلهية، وكأن السماء قد أرسلته لكي ينعش أرواح الناس، ويمطر عليهم حبًّا ورحمة. وبينما كل إنسان يبحث أثناء معيشته عن صفقة رابحة، فإن الروحاني يبحث عن صفقات من نوع آخر!

قال صاحبي: حوصرت في مكانٍ ضيقٍ مع رجلٍ

وامرأته وخمسة من عياله الصغار وهم في حالة من الصخب والهياج، فأُصيب الرجل من ذلك بإحراج شديد تجاهي، فأشرت إلى أذني لأفهمه بأني لا أسمع صراخهم وإني رجل أصمّ، فاستراح الرجل وذهب عنه الارتباك، فاستضاء قلبي وقلت لنفسي: صفقة رابحة!

(٢٠) أن تعيش حياة البساطة

(هذا الربيع في كوخي لا شي على الإطلاق، كل شيء على الاطلاق!) قصيده يابانية لكوباياشي إيسا

لو سألتني ما الذي يجعلني أكثر روحانية؟ لأجبتك: أنك كلما تحرّرتَ من الأشياء الزائدة، خفّت حمولتك. تعلّمْ كيف تعيش بأبسط الحاجيات، كيف تلغي بلطف، لكن بحزم، بعض المقتنيات الثانوية لتصبح حياتك أكثر بساطةً وأقلّ تعقيدًا. تخلّصْ من الأشياء التي نادرًا ما تستخدمها، فالبيت المثالي يحوي على أثاثٍ خفيفٍ وقليل، مع أقل ما يمكن من الحاجة للترتيب، فالغرفه قليلة الأثاث تجعل أبسط شيء فيها تحفة فنية، وتمنح فسحة للروح وتجذب النور والهدوء وتحقق حرية الحركة، وتحقق للإنسان السيطرة على وجوده والسيادة على نفسه وعالمه فيحسّ بالراحة والرضا أكثر. أي شيء لا يعمل بسهولة أو يكون مصدرًا لعدم الراحة فهو عبء. يجب أن تكون كل ممتلكاتك مصدرًا للحيوية. إن الراحة تتعلق غالبا بالفراغ، وتحتاج إلى حالة ذهنية رائقة. الراحة تفضل الفراغ على الكثرة، والهدوء على تنافر الأصوات. الخزانة المليئة تجلب التوتر. ابحثْ عما يناسبك وعما يفيد جسمك ويغذي روحك. لا تقتنْ أشياء تجعلك حزينًا لو فقدتها، أشياء تخاف عليها من الكسر والسرقة. اقتنِ الأشياء

وفقًا لمنفعتها العملية وليس لقيمتها المادية. اقتنِ الأشياء الطبيعية ذات الاستخدام اليومي التي لا تشيخ، ولا تقتنْ إلّا ما تحبه ويلازمه الجمال، فالروح تنتشي بالجمال والنظام، وإن الفوضى تعيق راحة الروح!

كانوا يصفون الفيلسوف اليوناني ديوجين الذي عاش في أثينا خلال القرن الثالث قبل الميلاد بالجنون، لكنه لم يكن كذلك. كان يرى أن السعادة هي المقدرة على الاستغناء عن كل ما هو زائد عن الحاجة، وقد سُجن وعُذِّب وبيعَ مرة للقراصنة في سوق العبيد فتهكّمَ من بائعيه قائلًا لهم: خذوني أيها العبيد فأنتم بحاجة لسيّد! لم يكن يملك أي شيء، وكان معتادًا على ضبط النفس والتقشف الصارم. فكان يرتدي عباءة خشنة ويحمل عصا ومحفظةً صغيرة، وعُرِف بازدرائه للغنى وذمّه لمظاهر الترف والإسراف والتبذير. عاب على المنجمين أنهم يتكلمون عن الكواكب وهم لا يعرفون حقيقة ما تحت أقدامهم. كان ينعى على تقاليد قومه وينكر عاداتهم، ويسخر من الذين يقدمون القرابين للآلهة ويتطيرون من الأحلام لكنهم ينسون ما يعانونه من آلام اليقظة. كان ديوجين يوقد مصباحًا في وضح النهار ويمشي في شوارع أثينا باحثًا عن الإنسان المتنور الذي لم يكن موجودًا بين سكان المدينة. كانت الحكمة قد سكنت

في قلبه فيرى ما لا يرون. كان يفعل ذلك لعل الناس من غفلتهم يفيقون!

(٢١) الورقة الخضراء

دعني أحدثك عن أحدهم كان روحانيًّا عظيمًا لا يكلّ من العطاء، مرّةً يكون حبًّا دافئًا ينبع من روحه، أو هدايا يمنحها من صنع يديه، أو ضحكة صافية تنبع من قلبه. كان لطيفَ الروح وعلى استعداد دائم لمواساة الآخرين ومنحهم الأمان من قلبٍ يملؤه الاطمئنان. لا يشكو مطلقًا ولا يتمرد على القدر، لا يُسعده شيء قدر أن يكون الناس من حوله سعداء، وتصل درجة استنارته إلى حدٍّ لا يستمتع فيه بالفرح والنشوة حقًّا إن لم يشارك بها أحدًا، وعندها يشعّ من قلبه نور يصبح مجرد النظر إلى وجهه يفتح القلب. لكنه، مثل أي إنسان، قد ينتابه في بعض الأوقات شيء من الضيق وفقدان الأمان. مع ذلك، يستعيد بهجته من أشياء صغيرة، فيتسلّل بهدوء إلى الطبيعة، يمسك بورقة خضراء تزهو من على شجرة ويمسح عنها الغبار، يتأملها مليًّا، يتبع خطوط عروقها وتدرّجَ اخضرارها، تدهشه شبكة الخلايا المتداخلة فيها، فإذ به يشعر بالارتياح، ويستعيد هدوءه، ويبتسم قلبه للحياة من جديد!

كتب العالم «هوليو تاشينغ» في رسالة إلى صديقه يشرح له حال الدنيا: «ستنتهي مسرحية الحياة وسيذهب كل منّا إلى حال سبيله. وكم هم حمقى أولئك الذين يصدّقون تلك اللعبة ويتشبثون

بأدوارهم التمثيلية، رافضين ترك المسرح، دون أن يدركوا أنهم كانوا مجرد ممثلين».

اُنظرْ دائماً بقلبك

وستجد آلاف الأشياء التي تستدعي الدهشة،

والدهشة أولى بوابات الحكمة!

(٢٢) حكمة الحياة

فكرت يومًا مع نفسي كيف يمكن أن أصل إلى حالة معنوية عالية، كيف أروي عطش الروح وأُشبِع الحاجات الإنسانية العميقة في داخلي. فالحياة تمسي صعبة وثقيلة إن لم نهتم بالجانب الروحي فيها. وكل من عاش على هذه الأرض يكابد همومًا مصطنعة لا داعي لها، ومخاوفَ صغيرة متكررة تأكل يومه، وانشغالًا بمتع تافهة لن توصله إلى مكان، وسيعرف في النهاية كم كان في أغلب سِنِيّ عمره شديد الحمق. لقد كان أجمل ما رأيت هو ذلك الرجل السبعيني، الذي ما إن وصل إلى ذلك العمر حتى أصبح الهدوء يملأ كيانه، وفي قلبه رضى عميقٌ عن حياته. يتحدث عن الحياة بصوت واثق بعد أن فهم أسرارها جيدًا من كثرة الجسور التي عبرها في حياته، وبدا أكثر لطفًا مع الناس لأنه رأى الكثير من الأسى الإنساني. ومن جمال روحه ترى في عينه بريقًا يضيء الوجه، وقد نجح في كبح جماح نفسه الطائشة وفي تبسيط الأمور المعقدة في الحياة. لم يعش كشخص غرٍّ مغفّل، بل عاش مثل حكيم يتغافلُ إن رأى الحدث الجسيم ولم يمتلك الحل، يتسامى على الحياة، يتناسى ويتشاغل. لقد تعلّم الحكمة وتدرّب على تطبيقها

لحلّ مشاكل حياته اليومية، فليس بحكيمٍ من لم تنفعه حكمته في إسعاد نفسه وتجميل ما يمكن تجميله من الحياة!

(٢٣) مشاركة البهجة

فـي أثنـاء رحلتنـا الروحيـة، يجـب مواصـلة إيقـاد الشعلة الإنسانية في داخلنا وذلك بتطوير ملَكَة التحسّس بأوجاع الآخرين، وتحرير أنفسنا من (الأنا) كي نحيا في اتحاد روحي مع المخلوقات. وإذا ما وصـلنا إلـى حالـة التنـوّر نـرفض الابتـهاج لوحـدنا بل نمدّ أيدينا لمن ما زالوا يتألمون لتخفيف آلامهم وإشـــراكهم معنـــا فيمـــا نحـــن فيـــه مـــن حالـــة البهجة. وكلما فهمنا الأشياء وأدركنا أسرارها أصبحنا أكثر قدرة على التعاطف والتسامح حتى نصل إلى درجة ننظر فيها بإنسانية لكل شيء بما في ذلك الموت، سننظر إليه على أنه فرصة لإنسان آخر بدلاً عنّا يمارس فيها الحياة، مثل زهر أغنى الوجود بالسحر والجمال، فلما ذوى أمسى سماداً لزهر جديد.

(صعد ثلاثة أصدقاء إلى أعلى سور حديقة غنّاء وارفة الظلال ليروا ما بها من جمال، فاندهش الأول من جمالها ورمى نفسه فيها ينشد السعادة بين أحضانها، وفعل الثاني مثلما فعل الأول، أما الثالث فقد رجع إلى قريته يحدث الناس بما رآه من فتنة، راغبًا أن يشرك كل الناس في ما شاهده من روعة وجمال)

راما كريشنا

افعلْ ما بدا لك.

ضع على رأسك خوذة أو ريشة،

البس الثوب الذي يعجبك،

فكر كيفما تشاء،

فذلك من شأنك.

لكن خَفِّفِ الآلام عن جارك

كي تمحو عن العالم بعض القبح!

أو أسعِدْ من هو بقربك

فتضيف للعالم بعض الجمال!

(٢٤) الطريق إلى الحياة الطيبة

في اللحظة التي تبدأ برؤية حياتك على أنها مرح، كل العبء الذي على قلبك ينتهي! -أوشو

الغاية الكبرى من الحياة هي أن يقضي الإنسان أوقاتًا طيبة. لذا فإن الحكيم يبدأ بالنظر إلى الأشياء بحب طفولي، ويواجه الأحداث المؤسفة بمزيج من الحكمة واللامبالاة، ويقابل التفاهات من حوله بشيء من المرح والاستخفاف، ولا يدع سعادته تحتاج إلى اشتراطات، إلى دوافع أو مبررات. حتى التناقضات في الحياة تصبح فرصًا للدعابة، وكل ثنائية أو ازدواجية، كل تنوّع وتبدّل، هي فرص للابتسام والاندهاش. وعندما يكبر في السنّ لا يتوقف عن العمل، بل يختار أعمالًا مناسبة، يحرّر نفسه من مغريات الشهرة وتحقيق الإنجازات، ويتفادى الاستغراق في الأعمال الفكرية المُرْهِقَة لأنها مضيعةٌ للحياة وهدرٌ للوقت والأعصاب. إنه يعمل بطريقة ذكية تتّسمُ بجدية أقل ومرح أكثر، وفيها الكثير من المشاعر الدافئة والحسّ الإنساني. والحكيم إنسان واقعي جدًا، قد يهرب من واقعه فيلعب ألعابًا عقلية، يلعبها بطريقة فنية كي لا ينفصل تمامًا عن

الـواقع، وهـو يعـيش بـأمنيات محـدودة كـي لا يصاب بخيبة الأمل. إنّ كل أحلامه تنصبّ في أن يعيش الواقع بشكل أفضل. والحكيم يمزج عقله الواقعي مع روحه الشاعرية لتخفيف سرعة الحياة، ويهدّئ الرغبة المحمومة لإنجاز مهام تخلو من الروح، متفاديًا النظرة المفرطة بالجدّية التي تجفّف الحياة. الحكيم يقضي أوقاته بوعي وانتباه مثل النجار الحاذق الذي يقطع أخشابه بحذر، لأن أخشابه هي كل رأسماله، ويسعى للبقاء على مزاج طـــيب لأطـول وقـت ممكـن لأن سـعادة الإنسان هشّة تذبل بسرعة مثل أوراق الورد. وعندما يلحقـه حزن وشـعور بالـهزيمة فإنـه سـرعان مـا يستيقظ، وغالبًا ما يضحك من كل قلبه على غفلة نفسه، ويقوم بشكل حثيث في بناء موقفٍ هادئٍ وقـوي لتقـبّل الحيـاة علـى علّاتـها، حتـى تصـبح لديه قدرة فذّة أشبه بالملَكَة الفطرية على قبول كل ما يحدث له. وعندما تأتي النهايات، تنساب روحه فَرِحة إلى خالقها، مثل جدول ماء يجري مرَحًا إلى البحـر، وفـي قلبـه رضـىً يفـوق الوصـف بعـد أن اجتـاز قنطـرة الحيـاة بـهدوء، فـاتحًا قلبـه للقـدر القادم، مسلّمًا مبتسمًا، وقد سكَنتْ روحه وحلّ عليها السلام!

الأمر لا يتعلق بالأحداث، بل كيف تراها!

ولا بقيمة الأشياء، بل إن كنت بحاجة إليها!

ولا يتعلق الأمر بالأسماء والأشكال والأحجام... بل بالجوهر والمعنى!

فاعرِفْ كيف تفكر!

(٢٥) ضياء الأرواح

(انظر من حولك بتمعن وانظر إلى ضياء الأرواح،

قم اجلس مع أولئك الذين يجذبونك للضياء)

الرومي

كان هناك رجلٌ في قريتنا الصغيرة يملك ثروة كبيرة من اللطف تملأ كل زوايا قلبه، كأن في داخله مصدرَ فرح عميق لا نعرف سرّه، فكان مصدر الضوء الأساسي في القرية. لم يصادف أن صافح أحدًا وسحب يده قبله. كان يجري مسرعًا لتوصيل الأخبار المفرحة إلى أصحابها كي يُسْعِدهم في أقرب وقت ممكن، وإذا بكى تأثّرًا بآلام الآخرين تبسّم أثناء البكاء كي لا يشعروا به ويتألموا أكثر. وكان إذا غضبَ هربَ من مكانه وهام لوحده حتى يهدأ. وعندما يحلّ علينا المساء، كان يحكي لنا حكايات جميلة تُسِرُّ القلب عن أناسٍ طيبين كان قد قابلهم في الصباح كي نستبشر بأن الدنيا ما زالت بخير. وقال عنه أحد أصحابه إنّه، وبعد أن مرّ عليه يومان من الصوم في صيف قائظ لم يفطر خلالهما على شيء معتبر، رأى وهو في تلك الحال فاكهةً يسيل لها اللعاب مرمية على الطريق، لكنه تركها

خوفًا من أن يكون هناك من هو أحوج إليها منه!

وقد ذكرت ذلك لأننا قد نصادف أمثاله في أحيان نادرة، رغم أنّ من الصعب جدًا أن نصل إلى ما وصل إليه من حالة معنوية راقية!

(٢٦) الرحلة المفتوحة

(لا بد من السفر كي نستجلب العبر.

المؤمن في سفر دائم،

والوجود كله سفر في سفر.

ألا يعلم من ترك السفر سكَن،

ومن سكَنَ عاد إلى العدم؟!)

محي الدين بن عربي

الروحاني في رحلة يومية إلى مكان ما، وسائحٌ أبديّ في رحاب نفسه. ولأن قلبَه دائمُ التبدل والتغير فإنه يعيد باستمرار تشكيل صورة الله في قلبه كي تعكس حقيقة الله وجوهره النقي. والسفر عنده هو التحرر من الذات ومغادرة هوى النفس واللذات، وانفتاح على حكمة العالم وعلى كل جميل فيه، والرغبة في أن يشهد التجليات الإلهية في الكون. وإن رحلاته لاكتشاف خفايا روحه من الداخل لا تقلُّ عن رحلاته لاكتشاف العالم في الخارج. والترحال بالنسبة إليه هاجس داخلي لا يهدأ ولا يستقر وحركة دؤوبة من أجل اكتشاف أسرار الحياة. إنّ رحلته مفتوحة النهايات، وهي بمثابة محاكاة للحركة الدائبة للكون. وأثناء عبوره يرمي ببصره إلى أبعد

نقطة ممكنة في السماء، حالماً بالجمال، ليخفف عن نفسه مشقة الطريق، ودائماً تسبقه روحه، تقفز من جسده، لبلوغ ذروة الأشياء مثل زهرة وليدة تتعجل فتح أوراقها للشمس!

إشراقة:

كان يجوب العالم حاملاً معه عدّتَهُ

وكانت ذاتُه عدّتَهُ!

وهمّتُه كانت عِتادَه،

وقلبه مصدر مسرّاتِهْ!

(٢٧) مأدبة الحياة

جلس التلميذ وهو ينصت لسؤالٍ وجّهه له معلمه الحكيم قائلًا:

أين هو الجحيم؟ فأجاب: إنه في السماء!

فقال له: لا، إنه هنا! وأشار إلى رأسه، فانتبه التلميذ بعد أن كان غافلًا.

وأردف المعلم قائلاً: اسألْ نفسَك دائمًا: هل الحياة الطيبة التي كنت أحلم بها دومًا هي نفس الحياة التي أعيشها الآن؟ فإذا لم تكن كذلك، عدّدِ الأمورَ التي تقع ضمن مدار تحكّمك وتلك التي لا يمكن السيطرة عليها. فمن العبث أن تُضيّع الوقت في أمور لا يمكن التحكم بها، كردود أفعال الأشخاص ومعظم أحداث الحياة. فالأشياء التي يجب أن تشغل الفكر حقًّا هي قليلة.

دعْكَ من الخارج، اشتغل على الداخل، قم بتقوية مـلَكَةِ التحكـم بـالنفس، وراقـبْ مـدى انضـباطك الــداخلي، ومــا يجــري بــداخلك مــن عمليــات فكرية. أدرِك المشكلة التي تجابهك، استوعبها، بدلًا من أن تعيشها بعقلك، وتعايش معها إن لم تكن لك سلطة عليها!

اُنظرْ إلى حياتك كما لو أنها سفينة تدور في البحار،

وأنت فيها بين يومين،

يومٍ تنعم فيه برؤية زوجين من الدلافين يرقصان- استمتع أقصى ما أمكن-

ويومٍ تفوتك فيه رؤية جزيرة ساحرة - لا تهتم!

تلك هي نصيحتي لك باختصار!

قال «إبكتيتوس» قبل ما يقارب من ألفي عام:

«تذّكرْ أن تتعامل مع الحياة كما لو كنت تجلس في مأدبة،

فعندما يدور صنف من الطعام حول المائدة ويصل إليك، مُدّ يدك لتأخذ ما يكفيك منه،

وإذا مرّ من دون أن يقف، لا توقفهُ،

وإذا لم يصل إليك، لا تتحرّقْ شوقًا لوصوله إليك!».

(٢٨) البحث عن الفراشات

الحرية بالدرجة الأولى هي القدرة على أن يمسك أحـدُنا روحَه ويطير بـها بعيـدًا مـن العـالم متـى أراد، حتى لو كان بين حشدٍ من الناس. هي القدرة على أن يفعل ذلك مرة أو مرتين كل يوم. الحرية هي حرية الطيران والتحليق في أي وقت نشاء بلا قيد داخلي أو شرط خارجي. وأن يكون أحدُنا حرًّا لا يعني أن يفكر فقط كالأحرار بل أن يعيش حريته يومًا بيوم، من دون أن يحجر على حرية أحد. فقد تمر علينا بعض الأوقات التي نتعب فيها من واقع الحياة اليومية التي تجرّنا بشكل قسري إلى العالم السفلي، إلى عالم الصور، إلى العيش مع عدد كبير من البشر ممن يفكرون بطريقة سطحية، يهذرون بالكلام الذي لا معنى له، أشخاص لديهم إهمال لمشاعر الآخرين، مع سلبية ولامبالاة ناتجة من فراغ روحي. في تلك الأوقات ابدأ برسم عالم سحري في خيالك، فيه أشياؤك الممتعة البسيطة. وربما لا تملك إلّا تجاهُلَ تلك الدنيا المُتعِبة فتُغرِقُ نفسك في الأحلام كي تحظى بشيء من السلام!

واجمع السعادات

كطفل يلهو في الحقل باحثًا عن فراشات!

كن ممن يشيخ وهو في شغلٍ يبحث عن ضحكة

جديدة هنا وهناك!

ممـن يحيـا بفـرح لآخـر لحظـة وإن عـرف بقـرب الممات!

(٢٩) حالة التنوير

سألت روحانيًّا: هل بلغتَ حالة التنوير؟

فقال لي: كلّا، نحن فقط نواصل المسير، فالكون كله يسير. أمواجٌ تأتي وأخرى تذهب، ولن نفكر في الوصـول إلى حالـة التنويـر. نعـيش اللحظـات، ونتفـادى العقبـات، ونشكر الله إن صادفَنا جمال!

ونعرف أننا على طريق النور ما دمنا اليوم أكثر سعادةً واطمئنانًا مما كنّا عليه بالأمس!

لا يستر عيوبنا ولا يمحو خطايانا سوى المحبة. وإن لـم يكـن بوسـعنا أن نحـب، فـلا نحقد، لنتفادى الثلاثية المدمرة للروح:

الغضب، الخوف، الكراهية، ونسامح كلما أمكننا ذلـك، نصـطفّ مع أصحاب القلوب الحساسة والمشاعر المرهفة، وإن امتلكنا بعض قوةٍ، نخاف منها ونرتاب، ثم نردد مع أنفسنا: اللهم إني أعوذ بك من قوة بلا روح طيبة تحرسها! وكلما رأينا أحدًا، تخيّلنا أنّنا نعرفه منذ وقت طويل كأنه صديق شفيق، فنُقبِل عليه بمودّة، لتنهار الحواجز بيننا، وعندما نفعل كل ذلك، سيفتَحُ اللهُ لنا الأبواب ويزيح عن طريقنا العثرات، ثم يأتي علينا يوم من أيام الله، نشعر فيه برهافة حسّ عالية كأنما أصابتنا

لمسة روحانية مقدسة، يحضر شيء أشبه بالسحر، يصعب وصفه، نشوة داخلية تجول في القلب، ضوء لا تعرف مصدره، تشعر أنه سيبقى معك ولن يخبو أبدًا!

يُحكى أن رجلًا كان يسير مع أحد الروحانيين فرأى جماعة يشربون ويغنون مع الغانيات غير آبهين بعُرفٍ أو ذوق، فقال له: يا سيدي، ألا تدعو على هؤلاء المجاهرين بالمنكر، فرفع الروحاني كلتا يديه نحو السماء قائلًا: اللهم كما فرّحتهم في الدنيا، ففرّحهم في الآخرة! ولم تمضِ عليهم مدة طويلة حتى اهتدوا وأصبحوا من أهل الخير والصلاح!

(٣٠) رقصة الدراويش

إن الروحاني صاحب روحٍ حساسة تحيا في جسدٍ كثير الطلبات، فتعاني من الغربة كجذعٍ مقطوعٍ من شجرة، وكأنّ في داخله شيئًا منفصلًا يريد أن يتصل بالأصل، بالروح الكونية، كغريق يريد أن يخترق الماء صعودًا كي يصل إلى الهواء. ولكي يبدّد الظلامَ الذي يكتنف أحيانًا روحه فإنه يستحضر في قلبه أنه كان في الأصل روحًا، كان جوهرًا وليس مظهرًا.

الروحاني يستوحش من نفسه ويتقطّع قلبه من الأنين، شوقًا وحنينًا، من أجل العودة لحياته الأولى قبل أن يسكن في جسده، للعودة إلى الزمن الذي كان فيه روحًا حرةً صافية!

في رقصة الدراويش التي ابتدعها الشاعر جلال الدين الرومي، تكون هي حركة الدوران حول النفس من أجل الوصول إلى مرحلة الكمال الروحي، لأن الدوران هو المبدأ الأساس للوجود، فكل شيء في الكون يتحرك ويدور. وتبدأ رقصة الدراويش بنقرات على الدف وعزف على الناي تمثّل قوله تعالى: كُنْ، فتكون النفخة الإلهية التي أنشأت الكون، ووهبت الحياة للكائنات. ثم يقوم الدرويش بخلع عباءته السوداء التي ترمز إلى الجسد الذي سيذهب يومًا

الى التراب، مرتديًا تنورته البيضاء الطويلة كرمزٍ للموت والفناء، والعودة إلى الخالق بقلب أبيض، بسلام وصفاء. ثم يقوم بالدوران، فيفتح يديه كأجنحة تتهيأ للطيران صوب النور، فيدور عكس عقارب الساعة إشارةً إلى تحرره من قيود الزمن. وأثناء دورانه وارتقائه تكون يده اليمنى ممدودة نحو الأعلى تستقبل الحب والنور من الله، ويده اليسرى ممدودة نحو الأرض تنشر ما استقبله من فيض إلهي على الخلق. وفي خضم هذه الغِبطة يتغلّب الإنسان على رغباته وذاته، ويقوم الدرويش بتكرار السلام عدة مرات، وكل سلام هو درجة على سلم الارتقاء نحو السماء. فالسلام الأول هو إدراك الإنسان لذاته وخالقِه العظيم، والسلام الثاني هو الاستسلام الكامل لقوى الحضرة الإلهية، والسلام الثالث هو الموت قبل الموت، أي موت القلب من الرغبات، ليختمها بالسلام الرابع الذي يمثل اكتمال رحلة الإنسان الروحية عائدًا ليكون في خدمة أخيه الإنسان!

(ما إن تتذوق طعم الطيران، ستسير دومًا على الأرض، فيما عيناك معلقتان في السماء! حيث أنك كنت هناك، وإلى هناك ستتوق إلى العودة دومًا!)
ليوناردو دافنشي

(٣١) من علامات الروحاني

(تقودني ثلاثة مشاعر بسيطة، لكنها قوية وغامرة:

التَوْق إلى الحب

البحث عن المعرفة

الشفقة التي لا تطاق لمعاناة الإنسان)

برتراند رسل

من علامات الروحاني أنه لو وجد نفسه يومًا في غابة من الأشواك فإنه يبحث في طرقاتها عن زهرة، وإن أفاض الله عليه ووهبه درجة مرتفعة من الوعي فإنه يفتح نافذة لأخيه الإنسان الذي يعاني من مشاكل يومية ويعيش حياةً بائسة، ثم يخبره بأن هناك عوالم جميلة لا يراها. وهو، وإن كان بمفرده، يشعر أنه كثير، كأنه جيش كبير، وربما يمسك بيد أحدهم وهو يوشك على الغرق وإن كان يعاني من هشاشة يديه. ومن علاماته الشعور الداخلي بالابتهاج والفرح من دون سبب، والاحتفال بالنِّعمِ البسيطة التي لا تكاد تُرى بالعين، والانتباه إلى ألاعيب النفس البشرية التي تلتفّ على الإنسان وتأخذه على حين غفلة صوب الباطل. وإذا كان الناس يجمعون الأحجار ليبنوا عروشهم فتزداد حُجُبهم، فإنه يجمع الحكايات عن الحكمة ليعمّرَ

بها مملكة قلبه. ومن علاماته أنه يقول أشياء مخبّأة في دواخلنا لا نقدر على البوح بها، ويكشف البقع المضيئة في قلوبنا، ليفتح فيها كوّة تطلّ على ضوء الشمس، ليخرجنا من متاهاتنا البشرية!

إنكم تعيشون في عالم بلا روح!

وأثناء انغماسكم في الحياة فربما تنسون أنفسكم،

لـذا ابنـوا مـن الآن خـطًّا روحـيًّا عمـيقًا مـدرّعًا في داخلكم

ليكبر ويتعمق كلما مرّ الزمان.

حتى إذا كبرتم في العمر،

تنسحبون بهدوء من عالمكم المادي

وتَلِجون إلى العالم الروحي الذي بنيتموه،

وبذلك تكملون رحلة الحياة بسلام!

(٣٢) الكارما

كـان يـرى نفسـه فـوق قـدرها، فـيزهو باعتـداد كأنه قد أصبح محطّ أنظار العالم، وأن الناس في حاجة إلى خبراته الفذّة بعد أن عرف كل شيء عن الحياة واكتملت لديه دائرة المعلومات. كان عندما يرنّ الهاتف يتوقع أنها مكالمة من إحدى الجهات الرئاسية تطلب منه تولّي منصبٍ كبيرٍ في الدولة، أو أنّ الملك أو الأمير يطلب منه المشورة في أمر خطير! وكان قد تربّى في بيئة مرفّهة، فنشأ لا يفكر إلّا بنفسه، معتبراً أن من واجب الناس أن يكونوا في خـدمته، فكـان يحصـد منـهم بـالمقابل النبـذ والهجران. وعندما أصبح وحيدًا بائسًا طلب مني النصيحة، فقلت له: مفتاح السعادة هو أن تساعد شخصًا كلّ يوم، فقال لي: إني أفعل ذلك منذ صغري لكن الناس لا يساعدونني (ولم يكن صادقًا في كلامه)، فقلت له: دعك من الناس، فإن لم يفعلوا ذلك سيلقون جزاء عملهم. عليك بنفسك يا أخي، إنه قانون الكارما: كل ما تفعله من خير أو شر سيعود إليك!

كنت أسير يومًا فوق جبلٍ عالٍ، فانزلقت قدماي وسـقطتُ فـي وادٍ عميق. سألت عـن اسـم ذلـك الوادي، فقالوا لي إنه «وادي أصحاب العاهات»، وإن كل من في هذا الوادي كانت لديه فيما مضى

خطيئة فعاقبه الله عليها بعاهة. فالذي كان منهم مَجْدوع الأنــف فلأنــه كــان يــدسُّ أنفــه فيمـا لا يعنيه، والرجل الأعرج كان يترك أرض الله الواسعة ويسير في طرقات وعرة، طرقات فيها شبُهات، والأخرس فلأنه لم يكن يملك لسانه، أما الذي تراه أعمى فقد كان فيما سبقَ أعمى القلب، فكان ينظر إلى الناس شَزرًا وقسوة، فعوقب بالعمى، وقال آخرون بل لأنه كان يطيل النظر إلى ما ليس له. وأغرب من رأيتهم في الوادي كان ذلك الرجل الذي يذوي يومًا بعد يوم من شدة الهزال، ولم يكن يشتهي شيئًا، وعوقب على ذلك لأنه لم يكن يكتفي بما يكفيه بل يشتهي كل شيء يراه وإن كان عنه في غنىً، ولا يحتاجه يومًا من الأيام!

(كلُ ساقٍ سيُسقى بما سَقى) شمس تبريز

(٣٣) الصحو من النوم

(حين تعثر على الجمال في قلبك،

ستعثر عليه في كل قلب) - الرومي

تدور حياة الروحاني بين رحلتين، الأولى رؤية آيات الله في الآفاق من خلال السياحة والاطلاع على المعارف، والثانية من خلال استبصار آيات الله في النفس، عن طريق التفكر والانتباه والتركيز، كأنه يقوم بتوسيع حدقة العين لرؤية ما لا يرى، بما يشبه الصحو من النوم مرات عدة في اليوم، ومراقبة تأثير تلك اليقظة على تحسن شعوره وسلوكه. وعندما يعتاد على ذلك ينتقل من العالم المادي الضيق إلى عوالم روحية أرحب، ومن طبقات الظلام إلى النور الواحد، ويبدأ بامتلاك الذوق السليم والقدرة على تمييز الأصيل من المزيف، والوقتي من الدائم. ثم يكتشف أن الحقائق الكونية الكبرى بسيطة، والطبيعة أكثر وضوحًا وشفافية من قبل، وأنه قد أمسى أعمق إحساسًا بالحب والجمال، بل ولا يعود ينساق للمؤثرات الصوتية والمظاهر الصورية عند الحكم على الأشياء، ويعيش بشكل أكثر انسجامًا مع ما ترميه الأقدار على دربه!

إشراقة:

لا تلُمني يا أخي،

فأنتم تبحثون عما يُرى.

وأنا أغلق عيني

لأبصر ما لا يُرى!

(٣٤) في لحظة إشراق

ويومًا بعد يوم تعلّمك الحياة دروسها العميقة، فينغمر قلبك في لحظات من الإشراق، فتقوم بترك الألعاب الطفولية التي كنت تمارسها في السابق مثل الجدال مع الحمقى، وتتوقف عن التقاط هفوات الآخرين وتتفنّن في إيجاد الأعذار لهم. ثم تتكيّف بشكلٍ فوريّ عندما تحصل لك أحداثٌ مؤلمة، وتتفاعل بشكل إيجابي مع أي مطبّ تجده أمامك. ثم تستنير أكثر، فينشأ لديك تواضع قلبي عميق لكل المخلوقات، فتخفي ميزاتك وتقلّل من شأن إنجازاتك حتى ترى نفسك أهون من حبة رمل في الصحراء، وتتخطّى الحساسيات من الأحداث أو الأشخاص أو تصنيف البشر أو حتى تفضيل الأشياء بعضها عن بعض. ثم لا تعودُ تنتشي عند الإطراء أو تكتئب عند التجريح، وتقوم بنزع الأقنعة التي كنت ترتديها أمام الآخرين فتصبح أكثر عفوية، ويزداد انضباطك الداخلي، وتتقبل عدم كمال الآخرين وتتحسن قدرتك للتعايش معهم. ثم تتعلم فن مراقصة الهموم، ومقاومة الانسحاب من الحياة في الأوقات الصعبة. وبينما تتوقع الأسوأ من الحياة، تتصرف كإنسان متفائل، وتتعهد يوميًا بالكفاح من أجل إبقاء القلب دافئًا حيويًا!

ستدرك بعد حين

عندما تقترب يومًا من درجة العارفين

أن القلب هو مدار الكون

فلم يعد يهمك قوة جسدك

بل شدة النور الذي يضيء قلبك

وأن الأفضل أن تكون أميراً على قلبك

من أن تكون أميراً على الناس

وتدرك أنه لم يعد يهمك اتساع مسكنك

بل مدى اتساع صدرك!

(٣٥) كتاب التنوير

ليبقَ قلبك مع أهل الأرض

مهما ارتقيت روحيًا صوب السماء!

ولا تزهونَّ على فقير!

ليستوِ عندك الأمير والخفير

فالله لا يفرّق بين كائناته، ذَرّةً كانت أو مَجرّة

فرغم صِغَر الذرات،

فإنها تحمل نفس أسرار المجرّات.

إنّ أي كتاب في التنوير لن يكون نافعًا إن لم يكن بوسعك العمل بما فيه. فحكمة واحدة تنفعك هذا اليوم، أفضل من ألف حكمة تحفظها عن ظهر قلب. والتنوّر هو سلوك يومي، تَنقل به نفسك من عالم الى آخر. تستوعب أولًا فكرة أن وجودك مؤقت في هذه الحياة، وأنك لا تمثّل إلّا جزءًا ضئيلًا من حجم هذا الكون العظيم. ثم تقوم كلّ يوم بحلّ بعض العُقد النفسية المخفيّة، تمحو جزءًا من بقايا روحك القديمة، تنتقل من الزهو الفارغ، بسبب توهّم الانتماء إلى فئة بشرية مميزة، إلى التواضع، تنتقل من العنصرية والطبقية إلى الإنسانية، فتتخلص من الهويات، فقد خلقنا الله

من نفس واحدة، وهوية المتنوّر أنّه إنسانٌ فحسب! وكـل الـهويات الأخـرى محـض وهـم، قوميـة أو عشائرية أو دينية. فالهويات باب جهنمي لصراعات تبدأ ولا تنتهي، صراعات لا علاقة لها بالسماء، بل من أجل النفوذ والمال!

إشراقة:

وعندما يأتي المساء

يودّع الأرض وأبناء الفناء،

ويرتقي كغيمة تسرح في السماء،

يبصر من عليائه الأشياء!

(٣٦) القدرة على التجديد

الروحاني يجد في كل مرحلة من مراحل حياته هدفًا معنويًّا واضحًا يجعله يعرف تمامًا ماذا يريد من نفسه، وما هي الأشياء التي تهمّه حقًا في الحياة. وهو على اتصال حميم بشيء يكمن في داخله، شيء نوراني خالد، يجدد روحه ويخلق فيه الحياة، شيء أشبه بصوتٍ صافٍ عميقٍ يأتي من ذاته. وهو ليس مجرد إنسان، بل هو مرآة تعكس كل الأكوان، ورغم تواضعه لكنه يعظّم جوهره، فبين جوانحه قلبٌ إن أراد أن يتّسع، فبوسعه أن يسع العالم. والروحاني مثل فلكٍ سيّار في السماء، يجول في الفضاء متى شاء، يفتح ذراعه للكون بالحركة الدؤوبة مع الحفاظ على قلبٍ ساكنٍ من الاضطراب، فالحركة وسيلته لتنمية روحه من الداخل. وما الحياة إلا تكامل بين الداخل والخارج؟ فكل حركة خارجية كالرياضة الجسدية أو التواصل مع الآخرين ستفضي إلى انفتاح على عالم الداخل، إلى صحة داخلية روحية!

إذا ضَعُفَ الجسد، أشرِعْ نوافذكَ كي تتقوّى الروح.

إذا ضعف البصر، انتبه للبصيرة.

إن حدّة المزاج انسدادٌ لمجرى سريان الطاقة الكونية إلى داخلك.

التقدم في السن يضعف كل شيء تقريبًا،

حتى تشعر أنك على وشك أن تخسر كلّ شيء، إلّا نورًا في قلبك، دعهُ يكبر.

كن مثل الطبيعة، فهي كلما فقَدتْ شيئًا، يولد فيها شيءٌ يماثله بالظهور.

وبينما ترى نبتةً قلعتها الريح من الجذور، فإذ بفلاح يبدأ في رمي البذور.

وإن أبصرت نجومًا تهوي، فهناك أخرى تستعدّ للظهور.

وقد تصبح الحياة صعبة الهضم لا تطاق،

وعند ذاك لا بدّ من عمل شيءٍ ما، كأن نقوم بتطوير مهارة تحسّس الأشياء الجميلة من حولنا،

ولا بدّ في بعض الأحيان من تنويم أنفسنا بأنفسنا ببعض الخيال المريح والألعاب الفكرية حتى تمرّ.

وعندما تنكسر بعضُ أجزائنا، فلا نغادر الحياة قبل أن نرمي ما بحوزتنا من الكرات الملونة.

نبيع كل شيء، ونشتري أنفسنا.

نجمع بقايانا المكسورة،

نتدرّعُ من الداخل،

ونبدأ من جديد!

(٣٧) عالم سهراب

يحكى عن الشاعر الروحاني والرسام «سهراب سپهري» هذه الحكاية؛ فقد وجّه إليه أحد النقاد المعروفين نقدًا لاذعًا قائلًا: بينما تقوم أمريكا بقصف فيتنام وتقتل البشر بالنابالم، تُعبّرُ أنتَ عن قلقك بشأن عدم سقي الماء للحمامة، فردّ عليه سهراب: يا صديقي العزيز، إن أصل القضية هو هنا، فمن لا يقلق على سقي الحمامة، لن يهتم بموت البشر في فيتنام!

يمتلك سپهري ثقافة كونية، وقد غسل عينيه بأشعار جلال الدين الرومي وسعدي وحافظ الشيرازي، وشيّدَ في أشعاره الجسور بين روحانية الشرق والتصوف الإسلامي والزن البوذي. كان إنسانًا مؤدّبًا، ودودًا، متواضعًا، ومثالًا للإنسان المسالم الذي يعتقد أن جميع الناس مخلصون وصادقون، فيثق بهم ولا يرفض طلبًا لأحدهم. كان يلقي السلام على الجميع، الصغير والكبير. وبالرغم من شهرته العالمية وإجادته لعدة لغات، الفرنسية والإسبانية والعربية والإنكليزية واليابانية، فقد عاش في قرية چنار في صحارى كاشان بعيدًا من تعقيدات الحياة المدنية. ولم يكن يملك وسائل ترفيهية، فحجرته يتوسطها بساط، مع مصباح على الرفّ يعمل بالغاز وصندوق خشبي، ووسادتين

صغيرتين يتكّئ عليهما، مع مكتبة خشبية صغيرة مليئة بالكتب. وكان مثل أهل تلك القرية يعشق البساطة في التعامل، في ارتداء الملابس، في الطعام وفي الكلام. عاش حياة النسّاك في صمت وعزلة ليبهرنا بأشعار رائعة تحوي على فضائل إنسانية لم يعد لها وجود، يرثي بها تفاهة حال البشر في هذا العصر المخيّب للآمال والمتميّز بالانحدار التدريجيّ للقيم. كان يملك قلبًا دافئًا وروحًا صافية، وكان يتأثر بسرعة من حال الفقراء فيمنحهم ما يملك مكتفيًا بما يلزمه من احتياجات بسيطة تخلو من مظاهر الترف. وقد رفض عمل فيلمٍ سينمائيٍّ عن حياته كي لا يسقط في فخ الشهرة.

كان لدى سبهرى توحّدٌ داخليٌّ عميقٌ مع كل الكائنات، فتنتشر روحه اللطيفة في كلّ الأرجاء، حتى تغدو حاضرةً فى كلّ الأشياء. أراد في قصائده أن يتوحد مع العالم وبالقدر نفسه أن يبتعد عنه، أن يكون وديعًا ومشاكسًا، مع العزلة ومع الناس على حد سواء، أن يخترق الظلمة ويلامس التراب بقدر ما يقارب السماء. كان يملك إحساسًا دافئًا لإيقاع كلّ خفقة حياة تسري في عروق الكائنات، وذا قدرة فذّة على رؤية اللحظات المليئة بالمعجزات التي تحدث فى كل آن ومع كل نفَس! عمل فترة في أحد المصانع، وعندما حان الصيف، هجم النمل

على مدينتهم وأتلف محاصيلهم، فكلّفوه بمكافحة النمل في إحدى القرى، فقرّر أن لا يقتل نملة واحدة، وبرّر ذلك بأن النمل إنما يأكل المحاصيل، لأنه جائع!

كتبت أخته على شاهد قبره:

لو جئتموني هنا

فامشوا بلطفٍ وهُوَيْنا

خوف حدوث الكسور،

فإنني وحيدٌ رقيقٌ كالبلّور!

(٣٨) القداسة لله وحده

الروحاني يتواصل مع الله بدون وساطة أحد، فلا توجد هوة تفصل بين الله وأحد، وإنما هي جدران وهمية وضعها لنا أناس يعكسون عقدهم على الدين، وخلقوا محاكم سماوية لمحاسبة الآخرين والتدخل في شؤون حياتهم اليومية. وبسبب هؤلاء المتحدثين باسمه أصبح الدين عاجزًا عن جلب السلام إلى القلوب، وقد أنزل الله الأديان رحمة للبشر لتخليصهم من عذاباتهم. فالله رحيم بعباده ويريد توصيلهم إلى السعادة العميقة بطريقة بسيطة بلا إثبات سلطة فوقية أو ترهيب، واعتبر أن سكينة الإنسان تتحقق بالإيمان والفناء الكامل فيه، وأن الإيمان هو تأمل وتفكير وممارسة تتجدد على الدوام على ضوء متغيرات ظروف الحياة. وقد اعتبر الله أن الحرية هي إحدى الخصوصيات الجوهرية للكائن البشري، وأنزل على الناس أحكامًا خالدة مثل تحقيق العدل والإنصاف من دون الدخول في تفاصيل الحياة، وتكون مهمة العلماء والحكماء في كل عصر هي إحكام العقل وحلّ مشاكل الإنسان بحسب الأدوات المتيسّرة.

وقد نزلت الأديان السماوية في البدء صافية عميقة ثم تلوثت عند مرورها عبر المتحدثين باسم الدين،

فكانت مثل نهرٍ بدأ صافيًا عند منبعه ثم عندما جرى عبر الوديان حمل في جوفه كلّ العاهات والعلّات التي صادفها في مسيره. وقد شرّع الله العبادات لغرض تحسين المعاملات بين الناس، لكن العبادات أصبحت غاية في حد ذاتها، ودخلت سلوكيات غريبة على روح الدين. وكلما تبلّد العقل ازداد عدد المقدسات واتسعت دائرتها وزحفت على كل أرجاء الحياة، وبدلًا من تقديس حق الإنسان في الحرية والكرامة، تتقدّس الأماكن والأشخاص، بل تتقدّس حتى المناسبات، وبدلًا من توظيف الدين في بناءِ الحياة الروحية، يصبح الدين ممارسات شكلية ومهرجانًا من الشعائر الصورية، يستغلّه بعض السياسيين للحصول على السمعة والرصيد الاجتماعي بين أوساط العامة لتغطية سرقاتهم وفسادهم!

اللهم اجعلنا نمارس التدين بمحبة وحرية،

نمارسه بطريقة فطرية بسيطة

شاعرية وليست شعائرية،

وبما يجعلنا خفافًا

خفة النسمة على قلوب الناس،

خفة الريشة على سطح الأرض!

إنما الدين محبة بين الخالق والنَّاس،

إنه إحساس في القلوب ولا يحتاج إلى حرّاس!

والمتدين الحق لا يراقب الآخرين،

ويعتبر أن بينه وبين الخالق وثيقة أخلاقية

لجعل العالم مكانًا أفضل،

وأنه قد قطع على نفسه عهدًا بعدم إيذاء الخلق،

وأن في ذمته وعدًا بأن يكون في خدمة الناس

ما استطاع إلى ذلك سبيلا!

(٣٩) روح الأسد

إشراقة:

العطار يطحن العشب والأوراد

ليعيد الحياة للأجساد!

والروحاني يمزج رحيق الأفكار بموسيقى قلبه

ليعيد الحياة للأرواح!

ما إن يصحو الروحاني عند الصباح، حتى يفتح عينيه على وسعها، يستنشق الهواء من كل قلبه، ثم تنفجر روحه على الحياة مثل الألعاب النارية، تَتوقُ لعمل أشياء طيبة. وبينما الحياة من بين أصابع يديه تسري، فإنه يعيش واعيًا لما يجري حوله. ولطالما يمر بأوقات صعبة وقد تُطفِئُه الحياة حتى يقترب من الانهيار، لكنه سرعان ما يستردّ روح الأسد في داخله، ويكفيه ضوء شمعةٍ لإيقادِ نارٍ كبيرة في داخله، تجلب النور إلى قلبه الغارق في العتمة، إلى ليل روحه عندما يُظلِم، فينطلق من جديد، وعلى طريقة الأنبياء والحكماء يسلك طريق الاعتدال في كل المسارات، ويعمّرُ كل ما يصادفه على الأرض، ويزرع هنا وهناك محبات صغيرة، ويساهم في تجميل الأرض من النفايات، ومن كل ما يخلّفه الأشقياء من القبح

والمرارات! وفي أيامه السيئة فإن الإيمان والتفاؤل لا يفارقان قلبه، وأقلّ ما يفعله لنفسه أنه يخاطبها قائلًا: هذا يوم آخر قد انقضى وقد نجوتُ من الموت بأعجوبة، سأكون على قيد المحبة في كل الأحوال!

سألَني: كيف أُبقي روحي في حال توهّجٍ دائم، وأَقيها من الانطفاء؟

فأجبت: تعلّم كيف تتعامل مع وجودك المؤقت في هذه الحياة بوعي وعمق،

تساءل عن رسالة روحك على هذه الأرض!

فسيأتي عليك يومٌ تأسف فيه على أيامٍ أرّقتك من أجل أحداث لا قيمة لها!

وستنظر للأشياء حسب قيمتها وليس لأنها تعجب الناس،

وستعرف حينها أن الكمائن الزَلِقة موجودة في الأشياء السهلة،

والوعود البرّاقة سرعان ما تتبخر،

وأن الأعمال الأصيلة تأخذ وقتًا طويلًا حتى تنضج!

(٤٠) الغضب حرب صغيرة

أن نغضب، هيهات،

نحن الغافرين الذنب من لمسة قلب،

نصفح من كلمة،

وننسى الأسى من بسمة!

الروحاني يتفادى الغضب لأي سبب، فالغضب حربٌ صغيرة تنشب في داخله ولا تحرق إلا جوانحه. وكلما سيطَرَ على انفعالاته زادت قوته الداخلية، وأصبح أكثر سكينةً، وازدادت بصيرته شدةً وأصبح أكثر قدرة على التحسّس بالأشياء الإيجابية، وقلّ تحسّسه للأشياء السلبية. ثم إذا تقدم خطوةً، تغيرت نظرته للأمور، والتقط الإيجابيات بشكل أسرع، واستشعرَ السلبيات بدرجةٍ أبطأ، وقلّ تأثّره بالأحداث والأشخاص، وازداد بالمقابل تأثيره هو على الأشخاص، وأصبح صانعًا للأحداث، وأمسى كجوهرة صَلبة يصدر منها الإشعاع. فقد يتلعثم الكاذب أحيانًا أمامه أثناء كذبه، وربما يتعثر بحضوره بعضٌ ممن يمشي في طريق الرذيلة، بل يصبح الناس من حوله أكثر انسجامًا فيما بينهم، وتصبح الأشياء التي كانت في السابق عادية أكثر نورانية. وهو يدرك أن الشمس

الخالدة تشرق في القلب لا في السماء، حتى تأتي عليه أوقات يضحك فيها من نفسه قائلًا:

يا إلهي، كيف كنت أرى الأمور في السابق؟

رأيت يومًا خزّافًا نظيف القلب يملك نظرة،

يبصر بها من بين أكوام الطين جمال الجرّة!

وعندما يحين موعد جرد أفعاله اليومية،

كان يراقب ما يحمله من صفاء النيّة،

ويختبر ما في داخله من روحانية!

فتتبدل لديه المقاييس،

وتستيقظ في قلبه لطائف الأحاسيس.

فإذ به يذوق الحلاوة في المرارة،

ويشعر بالعزّ حتى عند الشقاء،

وينتشي من كل الأشياء،

من رشفة ماء

أو من نسمة هواء!

(٤١) الرقص مع الحياة بطريقة روحانية

استوقفني أحدهم وقال لي: من أنت؟ فقلت له:

إني مجرد إنسان عادي لكن يفكر بشكل جديد، أبني كل يوم جسوراً أعْبر بها من نفسي البشرية إلى نفسي العميقة. ليس لي صفة ولا لقب. أنا لا شيء، واللاشيء يجعلني أقوى، قلبي مرهف شفاف كأنه مصنوع من ماء ممزوج بأضواء، كغيمة خفيفة تسرح في السماء، تحدّق روحي كل يوم في الصمت والفراغ في حالة انتشاء، فأنسى أسماء الأشياء. يتلاشى في قلبي الإحساس بالزمن والأحداث،

وربما أرى الخلود في أشياء بسيطة كالاستماع إلى لحنٍ عذبٍ أو الاندماج مع فعلِ خيرٍ نابعٍ من القلب.

أفرح لأبسط الأسباب ولا أحزن إلا عند الحادث الجسيم، وأحب عند أول فرصة ولا أكره حتى للسبب العظيم!

سألت يومًا أحد السالكين على طريق التنوّر عن أحواله، فقال: والله لا أدري إن كنت على خير أم لا. فقد أصبحتُ أتقلّبُ كلّ ساعة ما بين المحبة

والكراهية. قد أذوب حبًّا في أحدهم إن لمسْتُ شدة صفائه، أو أستوحش منه إن أحسسْتُ ببشرّيته وشممتُ تُرابَه، فقلت له: إنك لم تزل في بداية الطريق. التنوّر هو الخروج من نفسك حتى تفقد حساسيتك البشرية من كل شيء، عدا حاسة الحب لكلّ شيء!

إشراقة:

كُنْ مع الله لا شيء،

ينجذب لك كل شيء!

اخرُجْ من نفسك،

يكشف كلُّ جميل لك عن نفسه!

(٤٢) البحث عن الإيكيغاي

كن كالشجرة المتجذرة في ذاتها،

واعتصر السعادة من داخلك.

لا تسكن في الخارج،

أُسكنْ داخل نفسك!

(كنْ أنت قصركَ أو يَكونُ العالمُ سجنَك)

جون دون

السعادة هي فنّ الاعتدال حتى في أوقات المسرة، والتوقف عن الاستزادة من أي شيء عند الاكتفاء. فالرغبات ليست لها نهايات، إنها حالة من العبودية، تمنح الإنسان لذّة وقتية، ثم تغريه برغبة أخرى تكون أقل إسعاداً له وأكثر دونيّةً من سابقتها. يطلق اليابانيون على السعادة (إيكيغاي)، وهي فنّ الاستمتاع بالأشياء الصغيرة، تطوير القابلية على رؤية القيمة بين ثنايا الأشياء البسيطة، اكتشاف العظمة المخبأة خلف الأعمال العادية، وتعويد النفس على اختبار الأشياء الجديدة. في (الإيكيغاي) يتم التعامل مع الحياة بأسلوب خاص ومفهوم مغاير لما هو سائد، ويتوجب على كل إنسان أن يبحث عن (الإيكيغاي) الخاص به في أي موقف يمرّ

به، جيدًا كان أو سيئًا، وأن يتقبل نفسه بغضّ النظر عن الميزات السلبية التي وُلد عليها، وأن يأخذ كل شيء في الحياة مهما كان صغيراً بمحبة واهتمام!

الجمالُ مخبوءٌ في كل مكان،

في غياهب الأرض

أو في أقاصي الأكوان!

الجمالُ يظهر في كل الأوقات،

في بهجة الأرواح وقت الأفراح

أو في رِقّة القلوب عند الأحزان.

الجمال يبحث عمن في قلبه ضوء!

(٤٣) قوة العمل

إشراقة:

اليد في العمل،

والجسد مع الخلائق،

والقلب بعيد هائم

في رحاب الخالق!

سألتُ صاحبي: ما أخطر الأهوال التي تعيق السير نحو التنوّر؟

فقال لي: أن تبقى بلا عمل. فالطريق إلى التنوّر مفروش بالعمل لا بالجدل، والروحاني لا يعتاش على روحانيته، بل إن فكره مشغول بالعمل على تحسين العالم، عملاً معنويًّا نافعًا وعميقًا يعمل فيه بتروٍّ وصبر لسنين طويلة، وربما يقوم بتكريس العمر كلّه لإنتاج شيء واحد فقط، يندمج فيه كليةً، يتقنه ويستمتع به حتى يفقد الشعور بالزمن، وكأن الله قد خلقه فقط لأداء تلك المهمة من دون انتظار نتائجَ فورية أو الحصول على الشهرة أو المال، ويكون مقياسُ نجاحِه بمدى البهجة والأثر الذي يتركه العمل في قلبه لا بالإنجازات الملموسة. إن اندماجه بعمله يؤدي إلى

تدفّق طاقة تتوالد باستمرار تبقيه في حالةٍ من الحيوية، فيشعر بنشوةٍ روحيّةٍ تجعله يعيش كطفل وُلِدَ هذا الصباح، أو كثلجٍ نقيّ تساقط لتوّهِ على الأرض. تلك النشوة تجعله يعيش في عالمٍ من الجمال الحسّي الراقي، تجعله يحب الحياة حتى دون أن يدرك سبب ذلك، ثم يقوم بإدامة الحالة الروحية اللطيفة التي يشعر بها، بل ونقلِها للآخرين!

يُحكى أنه احتكم فلاحٌ وكاهنٌ عند حكيم القرية، وادعى كلٌّ منهما أنه أقرب مقامًا عند الله، فقال الفلاح: إني أحرث الأرض وأزرعها لتنتج الثمار، ولولا عملي لمات الناس من الجوع. وقال الكاهن: نحن الأمناء على أحكام السماء، والمبلغين لما أراده الأنبياء، ولولا قداستنا لذهب الناس إلى النار. فذهب الحكيم إلى السوق وانتقى حمارًا أجرب وصاح بصوت عالٍ: هلمّوا أيها الناس، هذا الحمار من سلالة الحمار الذي كان يركبه السيد المسيح (ع). فالتفّ الناس حوله وألبسوه الديباج والحرير، هذا يتبرك به وذاك يعظّمه. ثم قاد الحمار محاطًا بالجموع بكل عزّ وتكريم إلى الكاهن قائلاً له: أيها الكاهن! لا مقدّس إلّا العمل النافع، وعدا ذلك، فحتى هذا الحمار يمكن أن ينال التقديس، ولن يزيحه أحدٌ من عرشه حتى يوم الدين!

(٤٤) ستكون روحانيًّا!

أيها الإنسان،

حلّق فوق المكان،

وانسَ الوقت والزمان.

ثم اخرج من رؤية نفسك

كي تدخل إلى عالم النور!

ستكون روحانيًّا عندما لا تأخذ الأشياء العابرة في الحياة على محمل الجدّ بالرغم من قوّتها وكِبَر حجمها وشدة الأضواء المحيطة بها، إلّا ما ستتركه من أثر مهما طال بها العمر. فإنما نحن مخلوقات عابرةٌ للحياة، وكذا الأزهار والحشرات والكواكب والمجرّات، وسننطفئ يومًا ما!

ستكون روحانيًّا عندما تدرك أنك مجرّد فرد من مليارات مخلوقات الله في هذا العالم، فتنتبه لقوة الروح في الأشخاص العاديين الذين يؤدون مهام يومية بسيطة في الأسواق، وتدرك أنك لا تتميز عنهم بشيء. فدوران الإلكترونات حول نواة حبة الرمل لا تقل أهمية من دوران الأقمار حول الشمس. وإنّ في داخلنا العميق حركة جوهرية واحدة نشترك فيها جميعًا، وإنما نحن مرتبطون بعائلة عملاقة هي

الكون، بوشائج لامرئية، لكن قوية.

ستكون روحانيًّا عندما لا ترى الناس ما بين أمير ومأمور، وإن كنت من بينهم أميراً، وعندما لا ترى الحياة ما بين غالب ومغلوب، وإن كنت في تلك اللحظة غالبًا، وعندما لا تعبرّ عن سعادتك عند الفوز تواضعًا لمشاعر خصمك المحبطة، بل تعمل على تلاشي الحدود بينك وبينه مثل مصارع نبيل!

في اللحظة التي تلي الانتصار، خذ حذرك من الافتخار!

لا تبالغ في الاحتفال ولا تشمت بخصمك،

فالحياة تنقلب سريعًا على أهل الزهو!

إن كنت من الأحرار فلا تستَعْبِدْ أحدًا من الخلق،

فنفسُك من أنفُسِ الخلائق،

وكلّ ما في الكون من صنع الخالق.

قَبِّلِ الأرض تواضعًا، كي لا تنسى أنك سترجع يومًا إلى التراب!

(٤٥) اللّعب مع الأيام

الروحاني يملك قلبًا ذا طبقتين، الطبقة الخارجية مع الخلق والطبقة العميقة مع الخالق. وما دام قلبه في عالم آخر فلن يرهقه طول المسير، بل ربما يسلتذّ بالصعب العسير. فبعض الكنوز النادرة تحتاج إلى الحفر العميق كي تَظهر وتَبينَ. وإن بدا للآخرين كمعّلم، فإنه لا يرى نفسه كذلك، إنه متعلّم من أجل النجاة والوصول إلى السكينة والطمأنينة. ولأن الاعتياد على أمر من الأمور والتآلف مع الأشياء هو فخ من الفخاخ المنصوبة لمن يسلك طريق التنوّر، فقد كان غالبًا ما يخرج عن المعتاد والمألوف، يخرج عن الطريق المصفوف. فربما تهتزّ مشاعره من منظرٍ أو حدثٍ لا ينتبه له الآخرون، فيهيم على وجهه ليالي وأيامًا في الفلوات، متأمّلاً كنوز المعارف والأسرار في أعماق الذات. والروحاني يتعايش مع أحداث حياته المملّة التي تفتقر إلى الإثارة، فيختلق لنفسه مُتعًا بسيطة يلعب بها مع الأيام، ويعتز بنفسه وإن كان يحيا على هامش الحياة وفي شوارعها الخلفية. هو لا يضيره إن عاش حياةً لا قيمة لها بنظر الناس، أو إن لم يجلب انتباه الخلق، ويستوي لديه إن اهتمّ به أو لم يأبه به أحدٌ من العالمين، لأن افتخاره هو بجوهره وما هو كامن في داخله. إنه يغرف

سعادته الروحية بكلتا يديه من معينٍ في هذا الكون لا يراه الناظرون!

(أريد أن أذهب إلى حيث لا يعرفني أحد،

حيث لا تُتَحدَّثُ لغتي، حيث لا يسمّيني أحد.

أتمنى بيتًا دون حائطٍ، دون باب،

لا يقترب منه جارٌ، لا يحرسه بواب،

وإذا مرضتُ لا يراعيني أحد

وحيثما متّ لا يصرخ عليّ أحد)

الشاعر الروحاني ميرزا أسد الله غالب

(٤٦) توقير الحياة

هي روحي،

إن خَفَتَ ضياؤها يومًا تركتُ الناس وانْزوَيت،

وإن فرِحتْ واستنارتْ كسرتُ عزلتي وخرجت

لأضيء العالمين!

سألت أحدهم: ما معنى أن تكون روحانيًّا؟ فأجابني: أن تكون أحسن الناس خُلُقًا، جميلَ الحضور، قليلَ الاعتراض، سخيًّا، دؤوبًا على نشر البذار، قابلًا للأعذار، أن تتحمل أذى الخلائق، بَرِّهم وفاجرِهم، بل وتشفق عليهم، وأن تخاطب الناس على قدر استيعابهم وقدراتهم، فتصبر عليهم، تتغافل، وتُظهر لهم بعض السذاجة أو تتشاغل، حتى ينضجوا! وأن لا تبتعد عن أي أحد وتستعذب العيش وحيدًا، بسبب ازدياد وعيك ورغبتك في التحليق مع معارفك العميقة، لكن عليك أن تتذكّر حدودك وتعود إلى الأرض حيث الناس بانتظار أن تفيض عليهم مما أفاض الله عليك من إشراق ونور. صمت قليلًا، ثم أردف قائلاً: لقد سالت مني دموعٌ كثيرة حتى اكتسبت قوة إبصار رائد الفضاء، وكأني أُبصر من أعالي السماء، كيف أن الأرض وما عليها ليست إلّا كرة

صغيرة يتداخل فيها البرّ والبحر، وتختفي الحدود بين البلدان، فيهون عندي ما يحدث بين البشر، أبتسم إن حدثت صراعات، إذ تصبح كلها في نظري تفاهات.

إن الروحانية ليست دروشة ولا بطالة ولا انقطاعًا عن الناس بل منهجُ حياة مختلفٌ، إنها تدور حول الإنسان، فهو مركز الكون، وهو الوسيلة والهدف. إنها دعوة واقعية وعملية لا تتعارض مع العقل والتقدم، وهي أقرب إلى قلب إنسان هذا العصر وحاجة من حاجاته، بعد أن فشلت حياته المادية في تحقيق السعادة المنشودة له، ووصل إلى طريق مسدود. إن التجربة الروحية في جوهرها هي فهم الحياة بإحساس عميق وانفتاح الأنا على الوجود كله، ثم التشارك والتمازج مع الكون والكائنات. قد يكتشف الإنسان بعض الحقائق عن الحياة بالتأمل معتزلًا في كهفٍ أو جبل، لكنّ الحقائق الكبرى لن يعرفها إن لم يعِشْ بين الناس ويعاشر أخلاقهم في الأسواق. إن الروحاني عندما يردد الحديث المأثور: (موتوا قبل أن تموتوا) فإنه لا يعني بذلك أن يموت ولم يزل على قيد الحياة، بل أن يقتل في قلبه الرغبات. إن الروحانية كلها حياة، لكنها حياة راقية المعاني، وإلا فلماذا خلق الله الإنسان وهذه الأكوان؟! إن كلّ ما تفعله رسالات السماء هو بثّ

الحياة في روح الإنسان ودفعه لإعمار الأرض من الخارج وإعمار النفس من الداخل وأن يضحك الإنسان بوجه الشمس، فالدنيا تحب من يحبها!

إشراقة:

تظهر على قلوبنا القسوة،

عندما نشعر بأننا عن بعضنا البعض منفصلون.

وتزهر في قلوبنا الرحمة،

عندما نشعر بأننا، بطريقة ما، ببعضنا موصولون!

(٤٧) تكفي أشياء بسيطة

(من يبيعني فكرًا جميلًا بقنطارٍ من ذهب؟

من يأخذ قبضة من الجواهر بدقيقة محبة؟

من يعطيني عينًا ترى الجمال ويأخذ خزائني؟!)

جبران خليل جبران

أفَقْتُ هـذا الصـباح وفـي قلبـي حزنٌ لا أعـرف مصدره، فأنا أحد الخطائين من أبناء الأرض. عشت فترةً من الزمن كانت فيها روحي معتمة مثل الليل، ضائعًا وحيدًا في مواجهة شياطين في داخلي لا أعـــرف مـــن أيـــن تـــأتيني. أرتكـــب الـــذنوب وأجرح الناس ولا أشعر بتأنيب الضمير. كان كلُّ دنيء من الناس قادرًا أن يسحبني بسهولة إلى مستنقعه. أما عن قلبي فكان أسود اللون لا تنيره حتى الشمس الساطعة، ففي كل إنسان جانبٌ همجيٌّ أشد شراسةً من الحيوانات المفترسة، وكذا فيه جانبٌ روحاني لا تطاله حتى الملائكة. كنت أرى في كل حادث صغير حدثًا مصيريًّا كبيراً. كنت إنسانًا ضـعيفًا، لأني قـد اعتـدت على حيـاة الرفاهيـة. كانت حاجاتي عديدة وأفكر في ما لا أملك.

ذات يوم، وبينما كنت أسير في أحد الشوارع، رأيت مشرّدًا باسمًا منتشيًا بالرغم من سوء حاله البادي

من أسماله الرثّة، فسألته عن سبب سروره ، فقال لي: لقد وجدت ليرة مرميّة على الأرض في مكان تجمُّعِنا نحن المشردين، فاستبشرت بالخير ووضعت الليرة في جيبي، ولما كنت قد تناولت طعامي فقد راجعتْ نفسي قائلًا لها: ربما يكون هناك مشرّدٌ أحوجُ إليها مني، فأضفت عليها ليرة أخرى كانت عندي ليصبحَ هناك ليرتان، ووضعتهما على الأرض في المكان نفسه، كي يلتقطها أحد المشردين لتكون سببًا لإسعاده بوجبة طعام شهية! وعندما أنهى المشرد كلامه، صُدِمتْ حتى كأني سقطت من شاهقٍ على رأسي، لقد استعدت رشدي وبدأت أتأمل حالي من جديد إلى أن أدركت

أن الفقر هو عندما تشعر بالأسى رغم غناك، والغنى أن تشعر بالرضى رغم فقرك،

وأنك فقير ولو ملكت الدنيا ما لم تشعر بالاكتفاء!

أدركت أن القلوب الغنية تشبعها أشياء بسيطة!

لا تسعَ لأن تصبح غنيًا، بل اسعَ لئلّا تمسي فقيراً!

تعلّم أن تغتني لِتتّقي الفقر، فالفقر موتٌ على قيد الحياة!

telegram @tea_sugar

لكن لا تتعلق بما تملكه وامتلك ما لا يحزنك فقدانه!

المال إن زاد عن حدّ الكفاف أصبح مثل ساحرة

شريرة تجذبك إليها،

فإن وقعتَ في أسرها نفثتْ فيك السموم حتى تُفقدِكَ الحركة!

يقول ديفيد هنري ثورو: «تستطيع الثروة شراء الكثير من الأشياء الزائدة،

لكنها لا تستطيع شراء ضرورة واحدة من ضروريات الروح».

(٤٨) انشروا السلام

في أوقات حروبكم لا تنسوا قلوبكم.

ومن يتخلى عن قلبه سيخسر ولو بعد حين!

فالقوة مهزومة إن كانت بلا قلب!

في غابة الأشواك ابحثوا عن زهرة،

وفي أوقاتِ الكراهيةِ انشروا السلام!

قال لي صديقٌ حكيم: وبينما تصارعُ أمواج الحياة المتقلبة، ثم نجوتَ بأعجوبة من تجربة مريرة وحلّتْ عليك السكينة، لا تستبدلْ سلامَ قلبك بأي شيء في العالم! كنْ معتزًا بقلبك لا بقوّتك، فالقوة ملعونة إن كانت بلا قلب. حرّر نفسك من نفسك، وكن قائدًا لها في الأوقات الصعبة، وابتعد عن الحروب ما استطعت، فلن تنجو من الخدوش في كل حرب تخوضها مع أحد من الخلق. الروحاني لا يحارب إلا عند الاضطرار دفاعًا عن النفس، لأن الحروب إذا أشعلها الكبار فسيحذو حَذوَهم آلاف الصغار. المعارك والكراهيات شديدة العدوى وسريعة الانتشار، والحروب مفتاح الشرور، الرابح فيها خسران، توقظ الشياطين النائمة وتجذبهم من كل مكان، وتفتح الأحزان والجروح القديمة.

الحروب تخبّئ فتنًا سوداء تغْري البشر بوَهْمٍ وسراب وتُخرِجُ أسوأ ما فيهم. الحرب طريق الجبارين، والسلم خيار الأنبياء والمصلحين. الصغار يتخاصمون والكبار يتصالحون، الضِّعاف يحاربون والأبطال يسالمون. كل الحروب ملعونة وأسوأها مع الأهل والأقارب لأنها تورث الضغينة للأجيال. الحرب مغرية في البدايات لكنها مجهولة النهايات. الفقراء لا يشعلون الحروب فهم يناضلون من أجل البقاء، بل غالبًا ما يشعلها الأغنياء ويتركون مهمّة إطفائها لأبناء الفقراء!

يُحكى أنّ ساحرًا ذهب إلى قريةٍ عانت من ويلات الحرب، ليخفف عن أيتامها شيئًا من أحزانهم، وكعادة السحرة كان يُخرج من قبعته أشياءَ تُبهج الصغار، بالونًا تارةً، وأرنبًا تارةً أخرى. فإذ بأحد الأيتام يطلب منه ببراءة أن يُخرج له من قبعته أمَّه التي ماتت في الحرب، فبَهَت الساحر وترك مهنة السحر إلى الأبد!

(٤٩) محنة الروحاني

رَوى صاحبٌ لي عن محنة أحد الروحانيين، فقال إنه قد لجأ إلى الزواج في وقت متأخر من حياته على اعتبار أنه سُنّة إلهية، وكذلك تلبيةً لحاجته الإنسانية. لكنه واجه الواقع بعد وقت قصير، فالزوجة تريد منه رعاية واهتمامًا، وأن تَلِدَ منه بضعة أولاد حالها حال العباد. هي تريده لنفسها، وهو يريد نفسه لله، هي تجزع من روحانيته وهو لا يطيق بشريتها، هي تريده أن يبقى معها في قفص الزوجية ويستمع إلى أحاديثها، وهو يريد أن يطير إلى سابع سماءٍ ليستمع إلى موسيقى الوجود!

إن أروع تصوير لورطة الروحاني في الحياة هو ما ورد عن الشاعر جلال الدين الرومي، إذ يصف كيف أن الروح كانت في العالم السماوي نقية، إلى أن نزلت على الأرض ولبست الجسد وانشغلت بحاجاته الدنيوية وغرقَتْ في الذنوب، فأمستْ تحِنُّ للرجوع إلى منزلها الأول في السماء. لقد شبّهَ الإنسان بالناي، فقد كان في البدء قصبًا من خشب الغاب ثم قلعوهُ وقطّعوا أوصالَه، وقاموا بتثقيبه حتى أصبح نايًا، ثم أبعدوه من دياره في الغابة فأصبح روحًا غريبة، فبينما هو يصدر الألحان ويبدو للناس مسرورًا جذلان لكنه في داخله يَئِنُّ وينوح من ألم الفراق:

أنصت إلى الناي يحكي حكايته

ومن ألم الفراق يبث شكايته:

مذ قُطِعتُ من الغاب، والرجال والنساء لأنيني يبكون.

أريد صدرًا مَزَّقَهُ الفراق لأبوح له بألم الاشتياق.

فكل من قُطع عن أصله دائمًا يحنّ إلى زمان وصله.

وهكذا غدوت مطربًا في المحافل،

أشدو للسعداء، وأنوح للبائسين،

وكلٌّ يظن أنني له رفيق،

لكنّ أيًّا منهم لم يدرك حقيقة ما أنا فيه!

لم يكن سِرّي بعيدًا عن أنيني ولكن أين هي الأذن الواعية، والعين المبصرة؟!

فالجسم مشتبك بالروح، والروح متغلغلة في الجسم،

ولكن أنّى لإنسانٍ أن يبصر تلك الروح؟

أنين الناي هو نار لا هواء،

فلم يحيَ من لم تضطرب في قلبه النار.

نار الناي هي سَورة الخمر، وحُميّا العشق.

الناي صديق كل من أُبعِدَ عن الحبيب،

وأنغامه مزّقت الحُجُبَ التي تمنعنا من الرؤية.

فمن رأى مثل الناي سمًّا وترياقًا؟

ومن رأى مثل الناي خليلًا مشتاقًا؟

(٥٠) الحب شفاء

تعلّمْ كيف تحبّ

وسيتكفل الحبّ بالأشياء الأخرى.

سيحرسك، يقودك، ويفتح لك الطرقات،

سوف يجعلك تتوهّج بالحياة!

الحياة موت بطيء إن خَلت من العشق.

الحب هو سرّ الكون كلِّه

والمفتاح السحري لفتح الأبواب العصيّة!

والحب انفتاح،

وفتح ثغرة في الجدران الوهمية بين الأرواح!

والحب حركة لامرئية

تصنع أمواجًا هائلة مخفية

تنعش روح العالم!

وإن سألتَ الله شيئًا

فاطلب منه ألّا تمرَّ عليك ساعةٌ بلا حبّ.

وإن أردت أن تطهّر عينيك

فانظرْ إلى مخلوقات الله بمحبة!

اسأله أن يملأ قلبك بالمحبة كي تعيش حياةً كاملة!

واعلم فديتك: إن ساءت حالُ القلب ساءت حالُ العالم!

كنتُ فيما مضى أحب الصيد من باب التسلية، وعندما بدأت أسير على طريق التنوّر، شعرتُ أن هناك خطأً ما في حبّ الصيد من أجل المتعة ولكن لم أكن قادرًا على منع نفسي من ذلك. وبينما كنت يومًا أسير في الغابة، رأيت طيراً مكسور الجناح وقد سقط على الأرض، فحاولت الإمساك به، لكني فوجئت بأنثى ذلك الطير وقد حلّقت حولي وهبطتْ إليه بسرعة وهي تصفّر في حالة من الهياج. ثم فرَدَتْ عليه جناحيها كي تحميه منّي، فآلمتني حالُها، وتركت الطير على الأرض، وجلستُ ساكنًا بقربه أُمَسّدُ رأسه، ثم جلبتُ له كسرة من الخبز وبعض الماء فسكَنَت أنثاه وخفّ هياجها، وكأنها قرأت ما في قلبي وشعرَتْ بنِيّتي فاطمأنّت أن معشوقها سيكون في أيدٍ أمينة!

إن ذلك الحب الذي أبدته أنثى الطائر قد شفاني من حبّ الصيد، فتركته إلى الأبد.

من قال إنّ الحب لا يشفي؟!

(٥١) الحياة العميقة

في بحثي الدؤوب عن الاستنارة، لم أنتفع بشيء مثلما انتفعت من عطارٍ فقير يعيش حياةً عاديةً لكنه مرح الروح، مسرور في كل الأحوال، مستبشر بالخير حتى لو أخذ الله منه كل شيء. كان مبهوراً بمخلوقات الله مهما كانت، صغيرةً أو كبيرةً، ناطقةً أو صامتةً، ولا ينظر إلى أي شيء في الحياة نظرةً دونية مهما كان، فكلّ شيء له قيمة ويؤدي مهمةً ما. كان يُجَدّدُ نفسه كلّ صباح كأنه يولدُ كلّ يومٍ من جديد، وكان على بساطته يتحسس إنسانيته كلّ يوم خوفًا من أن تضمر وتضعف، وكان يميّزُ الأشياء المعنوية من الأشياء الشكلية، والأشياء الأكثر روحانية من تلك الأقل روحانية، ويسلط الضوء على الجزء الإلهي في الحياة.

كان يحيا بيننا كأنه يروي لنا

حكاية انتصار الروح على الجسد!

يداهُ قد طهّرها العمل،

وقلبُهُ مملوء بالأمل،

قليلُ الكلام، محبٌّ للسلام،

حديثه هامس،

ويشكر الله على كسرة الخبز اليابس!

وكلما قطع شوطًا من الطريق،

راقبَ درجة امتلائه الذاتي من الأشياء البسيطة،

وتأكّد من قلة احتياجاته ورغباته

حتى يكون بوسعه أن يعددها بأصابع يديه.

فمصـادر السـعادة الحقـة تسـرح مـن حولـه فـي الأجواء.

إنها كامنة في الأمور الصغيرة وليس في الأشياء الكبيرة.

(٥٢) يوم استنارَ قلبي

اسمعوا مني هذه القصة القصيرة جدًا التي سمعتها من أحدهم، إذ قال: عندما كنت طفلًا صغيراً، كنت لا أُطاق، وكانوا يصفونني بالمهرج والمُشَعْوِذ كأني أحد القرود. سافرت إلى أربعين بلدًا، سمعت حديث مئات الحكماء، وقرأت آلاف الصفحات، حتى وجدت أن الطريق الروحي هو ما يبقيني على قيد الحياة الطيبة. لكن بين ليلة وضحاها، وجدت نفسي ألبس الجبة والعمامة، وقد منحني ذلك هالة من الهيبة المزيفة، وبدأ الناس يعاملونني بتوقير وتقدير، كأن حلّتي الجديدة جعلتني أفهم كل شيء عن الحياة. فإذ بالناس يسألونني أسئلة عجيبة ويتوقعون مني حلًّا لمشاكلهم المستعصية حتى في الأمور الطبية التي لا أفهم فيها شيئًا. فشعرت بأني قد وقعت في الفخ، فالناس منذ الأزل يحبون تقديس الأشخاص ويبحثون عمن يتوسط بينهم وبين الله. لقد فهمت من قراءاتي أن على الروحاني أن يكون قليل الكلام، كثير التأمل، دائم العمل، لا يحب إلقاء المواعظ الأخلاقية بل يقوم بدلًا عن ذلك بفعلٍ من أفعال المحبة. وفي يوم من الأيام وبينما كنت أسير في الطرقات، رأيت جمعًا من أهل الله يبنون دارًا للأيتام، وكانت قلوبهم تضيء بالنور، وتعكس ما فيها من

سرور، فقلت مع نفسي: هؤلاء هم الثابتون عندما يهرب الجميع، المطفئون الحرائق التي يفتعلها الأشقياء، هم جمر القلوب التي تأتي منها الأنوار، وأعمدة الرب المغروسة في الأرض كي لا تنهار. وفي تلك اللحظة عرفت دربي، واستنار قلبي وانكشف لي الطريق، وعرفتُ أن هؤلاء هم صحبي، فنزعت الجبّة والعمامة، وتركت الإفتاء، وإبداء الآراء، فيما أعرف أو لا أعرف!

(٥٣) اليقظة الدائمة

في البذرة زهرة

لا يبصرها

إلّا من عنده قلب!

وبينما الناس في أغلب الأحيان لا يُدركون حركة الحياة، ولا يَعونَ ما يجري فيها، بل في حالة من الغياب الجماعي عن الوعي، فإن الروحاني ينتبه لما لا ينتبه له الآخرون: الانبثاق العفوي لتويج الوردة! ويستمع لأشدّ الهمسات خفوتًا مثل تقاسيم الصوت المتلاشي لجدول ماءٍ رائق! بل تصبح أذنه حساسة للاهتزاز الرهيف للأشياء الجامدة! وهو يملك إدراكًا عميقًا بأن كل شيء في الحياة له نكهة روحانية، فكلّ عشقٍ بشري يمكن أن يسمو إلى عِشقٍ للإله، والكائنات التي تبدو ساكنة فإنها ترقص مع نفسها ومع العالم تعبيراً عن الشكر والامتنان لوجودها، وكل مكان للفجور يمكن أن يتحول إلى مسجد للصلاة. والروحاني مثلما يُشْقيهِ الواقع السطحي المتقلب الذي يعيشه، يُسْعِدهُ السفَرُ بخياله إلى عوالم بعيدة، ليختبر نشوة الخروج من النفس وارتفاع الروح فوق الجسد محلّقةً إلى السماء السابعة. إنه يشاغل الحمقى من الناس ويرقص مع الحياة تارةً على طريقة زوربا اليوناني

التي تتدفق حيوية، أو حسب مسيرة بوذا المفعمة بالروحانية. وبين هذا وذاك يقتنص فرص الاستمتاع بالجمال والمتع البريئة متى حانت، وينتبه لما حوله ليشاهد لطف الله الخفيّ في كلّ شيء. وفوق ذلك، فهو لا يكره العالم الذي هو فيه مهما جرتِ الأمور كي لا يفقد سلامه الداخلي!

وعندما يستنير قلبك،

تدرك الحياة بطريقة مغايرة لما هو سائد،

يصبح كلّ مكان في الأرض معبدًا!

وكل جمال في الكون يصبح انعكاسًا لجمال الله،

ويغدو كل ما في الكون ذا معنى.

الزهرة التي تبسُطُ بتلاتها صوب السماء،

فإنما هي تشكر الله

مثل ناسكٍ يرفع يديه بالدعاء!

وتفهم سرّ دوران الكواكب والمجرّات،

فهي بالنسبة لها صلاة!

وتدرك أن الوجود كله يرقص،

لكنّ العشاق وحدهم يسمعون إيقاعه!

(٥٤) استراحة روح

في هذا العالم توجد أشياء كثيرة ليست على ما يرام. ولو لم تكن لي في اليوم ساعة أسرح بها مع نفسي في صمتٍ منصتًا بقلبي لموسيقى الكون كي تأخذني بعيدًا من هذا العالم الثرثار المزعج لقلت لكم: اقرأوا على الدنيا السلام! فالناس منذ لحظة مولدهم يجيدون بامتياز تغطية أجسادهم، ويغفلون بامتياز أكبر عن تغطية سوءات أرواحهم. وفي هذا العصر الذي يتيه فيه الإنسان بسرعة البرق، لا بد لنا في كل يوم من فسحةٍ، نخرج فيها من أنفسنا، نطير، نحلّق، نصبح شبحًا، نسرح مع شيءٍ بعيد، كي نستعيد التوازن ونحفظ أنفسنا من الانسحاق. لا بدّ من مساحة آمنة لكل منّا وسط المخاوف والتهديدات التي تأتي من كل مكان. لا بد أن نجعل لأنفسنا حِسًّا كونيًّا، إيقاعًا روحيًّا خاصًّا مربوطًا مع إيقاع الكون الواسع البعيد عن الأرض والبشر كي لا نشعر بالكآبة والضياع. إن أعظم أوقاتنا عندما نستغرق في حالة الوعي الداخلي واليقظة مع النفس.

أقول لكم: ليس كل قلب يقدر على الكلام، أو يقدر على التعبير عن الآلام، قد لا نكون في حالة اكتئاب، لكن نحتاج كل يوم لاستراحة روح، نخلو

فيـــــــها مـــــــع ذواتنـــــــا، ونـــــــراجع أنفسنا، نحتاج لساعة صفاء، كي لا نَتيهَ في دروب الأشقياء، وما أكثرهم!

(٥٥) يوم الجُمّار

(ينبغـــي للصـــوفي أن يكـــون ســخيًّا كســخاء المحيط، شفيقًا كشفقة الشمس، متواضعًا كتواضع الأرض!)

أبو يزيد البسطامي

يوم أمس وبعد انتهاء نزهتي اليومية، جلست في أحد المقاهي لاحتساء القهوة، لكنّ النادل طلب مني مغادرة المكان بطريقة فظة بحجّة أن القهوة وحدها لا تكفي ولا بد معها من تدخين الشيشة، فشعرتُ بأني لست أهلًا للمكان فتألمت. وكنت قد تعلمـت منـذ زمـن أن لا أجـادل أحـدًا، فـالرابح فـي الجـدال خسـران، وكـذلك أن لا أغضـب، فالغضـب نـارٌ تحـرق القلـب. ولكـن فـي تلـك اللحظـة تصـاعد عنـدي الإحسـاس بـ (الأنـا) شاعرًا بالإهانة، وقلت لنفسي: هذا يوم المهانة؟ ثم بعد مضي بعض الوقت انتبهت لنفسي كي لا تنزلق في بؤسها وتحدثت معها قائلًا: هي فرصة للتواضع، وتفهّم حال الملايين من الناس الذين يتعرضون للإهانات في كل مكان، فذهبتُ إلى السوق واشتريت كمية كبيرة من أحبّ الفواكه عنـدي: الـجُمّار أو (الحيب) وهـو لـبّ النخيـل، ووزعتها على جمعٍ حزين من العمال الذين يعملون

بالأجر اليومي لقرب انتهاء يومهم ولم يستأجرهم أحد، فسعدوا كثيراً لأنهم لم يكونوا قد ذاقوا الجمّار لغلاء سعره، فسررتُ لما فعلت، واستبدلت اسم ذلك اليوم، وأسميته: يوم الجمّار!

يقول الفيلسوف الصيني لاوتزو:

«إن خيرة سائقي العربات لا يسرعون في سيرهم،

كما أن خيرة المحاربين لا يظهرون غضبهم الجامح.

ويكسب أعظم الفاتحين الانتصارات دون أن يخوضوا المعارك،

كما أن أفضل الناس استخدامًا للآخرين يتظاهرون أنهم دونهم!

أما رأيت كيف تمكنت الأنهار والبحار العظيمة

من تحقيق سيطرتها على مئات الجداول الصغيرة؟

إنها تمكنت من ذلك بفضل وقوعها

في مكان أشدّ انخفاضًا من تلك الجداول!».

(٥٦) صفة الصفوة

النفس إن صفت، أبصرت!

الروحاني يملك أملَ الصياد الذي يبكّر في خروجه للصيد رغم العواصف، وهمّة الحطّاب الذي يعمل في يوم مطير. في روحه غنىً داخليّ يجعله يزدري الرفاهية الفارغة التي تشغل الفكر وتبدد الصفاء وتجلب المتاعب والصداع، ويحيا بإيمان واثقًا بذهاب الأحزان، ويعيش حياةً نافعة ذات معنى لا تسبب لأحدٍ أذىً، يتصرف بالفطرة ولا يركن إلى الحياة الرسمية، ويتجنّب التفكير في أشياء لا طائل منها. وقد يراه الآخرون إنسانًا فقيراً لكنه يشعر في قلبه كأنه أمير، يبصر الجمال في أشياء تبدو عادية للناظرين، ويرى اليسر وإن كان في قلب العسر، له مقدرة على تحويل البرود واللامبالاة إلى شعلة من الاهتمام. والروحاني لا يخاف من الحياة وإن كان في بيئة عدائية، بل يتجمّل، ويجَمِّل الأشياء من حوله كي يحيا بسلام قدر الإمكان. ثم إنه يعيش بكل حواسه ويتعايش مع أي وضع يضعهُ الله فيه، ويملك روحًا حيويةً تحب التجوال والفضول للتعرف على مختلف العلوم الإنسانية، وينظر في نهاية عمره باعتزاز وحنين حتى لنكساته وتجاربه الفاشلة، فكل يوم له قيمته لأنّه إن مضى فلن يعود أبدًا!

يذكر «تشيخوف» في رسالة لأخيه نيكولاي عام ١٨٨٦ بعض صفات الصفوة، فكان مما قال عنهم:

إنهم لا يتشاجرون بسبب مطرقة أو قطعة مفقودة، يتعاطفون، ليس فقط مع المتسوِّلين والقطط. إنهم يسهرون الليل لمساعدة شخص ما، ولدفع نفقات الأخوة في الجامعة، ولشراء الملابس لأمهاتهم. لا يكذبون ولو في الأشياء الصغيرة. لا يتغيَّر سلوكهم في الشارع عنه في المنزل، ولا يتعمّدون الاستعراض أمام رفاقهم الأقل منهم منزلة. يميلون إلى الصمت أكثر من الكلام، ولا يأنفون من مصافحة السكّير. يُنمّون الحسّ الجمالي بداخلهم. كلّ ساعة هي ثمينة بالنسبة لهم!

(٥٧) قوة الأشياء الصغيرة

قال لي أحد الدراويش:

إذا عزمت السير على طريق التنور،

فابدأ بعملٍ صالحٍ صغيرٍ نابعٍ من القلب،

وعندها تفتح في قلبك ثغرة تدخل منها نقطة ضوء،

فإذا واصلت العمل دون أن تفتخر به،

سيظهر ضوء آخر يقوّي ذلك الضوء.

فإذا ارتقى بك الحال فخرجتَ من ذاتك،

يصبح الضوء مثل السيل يملأ القلب في توهج أبدي،

ثم تتعلم أعظم العلوم،

ترى ما لا يُرى، ترى ما خلف الغيوم،

وتسمع أنغام الكون وأحاديث النجوم!

إن بعض البشر غارقون في الظلام لا يعرفون روعة النور، لأنهم لم يروا النور من قبل.

يشرح السهروردي في فلسفتة الإشراقية: ان الله

الذي هو (جوهر النور الأول)، يفيض على الكون إشراقًا متواصلًا، يأتي بجميع الأشياء إلى الوجود باعثًا فيها الحياة، وكل شيء في العالم مشتق من نور ذاته، كل الجمال والكمال من فضله، ويبلغ الإنسان السلامة عندما يصل إليه ذلك الإشراق. وكلما ابتعد الإنسان عن مصدر النور ازدادت حجبه وفسد قلبه! ثم يورد هذه الحكاية:

(تخاصمت سحلية مع خفاش، فسجنته في مكان مظلم يحجب عنه نور الشمس، ظنًّا منها أن ذلك أفضل عقوبة له، معتقدةً أن الخفاش مثلها يكره الظلام. لكنّ الخفّاش لم يتأثر بذلك لأنه اعتاد على الظلام ولا يعرف معنى النور!)

(٥٨) الانضباط الداخلي

يـدرّب الروحـاني نفسـه علـى التَّمـاسّ مـع كيانـه الداخلي والسيطرة على نفسه وبذلك يكتسب قوةً داخليةً تبقيه هادئًا في أوقات الأزمات، وتجعله أكثر ثقةً بنفسه، ويصبح تقبّلهُ للأمور الصعبة أسهل من ذي قبل، حتى أنه يصبح أكثر لطفًا وتهذيبًا مع الآخرين.

منذ عشرين عامًا وحتى الآن لم أنسَ يوم فقدتُ زمام نفسي، وكنتُ قد خرجت يومًا وأنا على موعد مـهم، فوجـدت أحـدَهم قـد ركـنَ سيارته أمـام سيارتي، مما منعني من إخراجها. انتظرته طويلًا كي يأتي ويفتح لي الطريق لكن بلا جدوى. فانتابني غضبٌ شديد، وأخذت قطعة حديدية وكشطتُ بها باب تلك السيارة لأشفي غيظي. لكنّي إلى الآن، كلّما تذكرت ذلك اليوم، أشعر بالألم مما فعلت.

منذ ألفي عام، تحدّث حكماء اليونان عن الفضائل الأربع العظيمة التي على الإنسان أن يتحلّى بها وهي: الحكمة وهي جوهرة الكون وهدف الإنسان منذ سحيق الأزمان، ثم الشجاعة: وهي قوة القلب وكرمه وهمّة الإقدام على كل شيء نافع من دون تهور، والعدالة: وهي أن تحب لأخيك ما تحب لنفسك، ثم الانضباط الداخلي: وهو أن تكون قويًا

على نفسك مكتفيًا بذاتك!

في رواية ستيفن بريسفيلد عن الإسكندر الأكبر، يذكر أنه عندما وصل الإسكندر إلى معبر على أحد الأنهار، واجه فيلسوفًا يأبى أن يتحرك، فنهره أحد رجال الإسكندر قائلًا: لقد غزا هذا الرجل العالم، فما الذي فعلته أنت؟ فردّ الفيلسوف بكل ثقة: لقد قهرتُ الرغبة في غزو العالم!

كان الفيلسوف أكثر قوة من أقوى رجل في العالم، فقد أراد أن يكون سيد نفسه، قادراً على السيطرة عليها، أن يكون صاحب قوةٍ حقيقيةٍ دائمة!

ويأخذ الانضباط أحد أفضل أشكاله عند القدرة على الصمت، ولطالما كان الصمت أفضل طريقة للكلام. فبينما ترى الأحمق كثير الكلام فإن الحكيم لا يتحدث إلا إذا كان الصمت معيبًا، ثم إنه كثير التأمل ويشدّه المعنى المخبّأ بين الكلام، يصمت كي يستمع إلى موسيقى الكون الأقل صخبًا والأكثر طربًا. إنه يغسل روحه بالصمت ليستنير قلبه.

يقول رسول حمزاتوف: «المرء يحتاج إلى عامين ليتعلم الكلام وإلى ستين عامًا ليتعلم الصمت».

(٥٩) روح الدين

الروحانية الجديدة التي ندعو لها، هي لب الدين بوجهه الناصع، المرهف المسالم، المستوعب للكل، والمبشّر بأن هناك طرائق لامحدودة للوصول إلى الحق والخير والجمال. وهي فهم متقدم للدين على اعتبار أنه خادم للإنسان، الهادف إلى سعادته وحريته ورفاهيته. هي الدين عندما يكون في أزهى حالاته وفي قمة هرمه الأخلاقي. إن هدف الروحانية هو الإنسان أولًّا وأخيراً، لذا فإنها تفهم النصوص السماوية على أنها نصوص متحركة قادرة على استيعاب حالة الإنسان المتحوّلة. فإذا ما تطورت معارف الإنسان وعلومه فيجب أن يرافق ذلك تطور فهمه للنصوص الدينية حتى يبقى النص كما أراده الله، عالميًّا، كونيًّا وأزليًّا، واقعيًّا وعمليًّا وابن يومه، كي يحلّ مشاكل الإنسان الروحية العميقة في أي زمان ومكان، وذلك لأن خالق النص وخالق الإنسان واحد، وإلّا فَبِمرور الزمن تنطفئ الحاسة الجمالية العميقة لدى الإنسان، فتزداد معاناته، ويفقد بوصلته ويقع في التيه، وتزداد الصراعات والحروب بين الإنسان ونفسه من جهة وبينه وبين العالم الخارجي من جهة أخرى.

مرّت عليّ أوقاتٌ شككت بنفسي فيما إذا كنت لم أزلْ أسير على طريق التنوّر، أم أنني فقدت بوصلتي

وأضَعْتُ الطـــــريق؟ وبينمـــا أنـــا علـــى تلـــك الحـــال، تـــذكرت أن اللـــه جميـل يحـب الجمـال. فأصبحت مؤخرًا إن مررت على بستان فيه زهر، أسير ببطء، أتأمل أنواع الأزهار، أشمّ عبيرها، وأطير من الفرح لتدرج ألوانها، وذلك ما لم أكن أفعلـه مـن قبـل. فقـد أمسـيْتُ الآن أكثـر تحـسّسًا للجمـال، فحمـدت اللـه وشـكرته، وقلـت لنفسي: ليطمئنَّ قلبي، إني لم أَزَلْ على طريق التنوّر!

(٦٠) حجرة إياز

يعتبر الروحاني أن التقدّم في الحالة الروحية هبة ربانية عظيمة لكنها تحمل في طياتها فخ السقوط في مستنقع الزهو، فيخاطب نفسه العميقة قائلاً لها: الحذر الحذر! لقد بدأت تلعبين الآن بالبيض والحجر، احذري وتدرّعي بالامتنان والتواضع! فالإنسان يميل في أفعاله وسلوكه اليومي وبشكل خفيّ إلى إثبات ذاته وهويته ليثبت تميُّزَه عن باقي الناس، وكأنه يقول لهم: ها أنذا، انظروا إليّ بإعجاب فإن لي شأنًا وقيمة. أما الروحاني فإنه ينتبه لتلك اللعبة فلا يبرز نفسه بل يتعذر من بين الناس فَرْزهُ، ويوقف أناه ويستعيد توازنه ويذكّرُ نفسه أنه لا يختلف شيئًا عن باقي المخلوقات!

من حكايات المثنوي لمولانا جلال الدين الرومي:

كان (إياز) يعيش في السابق منقطعًا في الصحراء يعاني من قسوة الحياة مع والدته العجوز، وفي أحد الأيام وبينما كان السلطان محمود الغزنوي في رحلة صيدٍ ضَلَّ طريقه، فلجأ إلى خيمةٍ وجدها في الصحراء كانت لإياز. ويبدو أنه قد أحسن التصرف مع السلطان فأُعجِب به وقرّبه إليه، ونقله من العيش المرير إلى

حياةٍ هانئةٍ في قصرٍ منيف، وقد بلغ مكانةً كبيرة عند السلطان لم يبلغها أحدٌ من أتباعه.

لكن إياز اعتاد أن يفعل شيئًا غريبًا، إذ اتخذ لنفسه حجرةً في إحدى زوايا القصر يأوي إليها في كل أمسية، فارتاب وزراء السلطان الحاسدون بسرّ خلوته الليلية وظنّوا أنه يخفي في حجرته النفائس الغالية وقد سرقها من خزانة القصر. ثم أوهموا السلطان بذلك فأمر بتفتيش حجرة إياز، فنقّبوا بالفؤوس كلّ زوايا الحجرة ولم يجدوا شيئًا عدا أمتعةٍ قديمةٍ، صندلٍ مرقّعٍ وثيابٍ باليةٍ وممزّقة. فاعتذر منه السلطان وازداد شأنُه ومقامُه وطلبَ أن يخبره عن سرّ خلوته في تلك الحجرة، وعن حكاية تلك الأمتعة البالية الموجودة فيها، فقال إياز: أيها السلطان، كنتُ فقيراً وأصبحتُ بفضلك غنيًا، وكنت خاملًا وأصبحت معروفًا، لقد ملكتَ قلبي، فما قيمة الجواهر أمام فضلك، وتلك بقايا أشيائي، صندلي وثيابي القديمة، أتأمّلُها كلّ يوم، أناجي نفسي، أعظها، متذكّرًا ما كنتُ عليه في الماضي كي لا أنسى نعمتي الحاضرة فلا يأخذني الزهو والغرور!

(٦١) العطف

أيها الإنسان!

إن كنت ذا قلبٍ عطوف

فإن عطفك يصبح لقلبك مصفاة،

ينقيه من الشوائب،

وينجيك عند الملمات.

وإن كنت ممن يحب الخير للغير مثلما تحبه لنفسك،

فاعلم أن الله قد منّ عليك بأعظم هباته،

واصطفاك وليًّا من بين مخلوقاته!

وكي تخفف على نفسك المعاناة،

إذهب إلى من هو أشدّ منك بؤسًا

وتحدّث معه لتُشْعِرَه أنك بقربه،

وأنه ليس وحده يواجه قسوة الحياة!

أيها الأحباب! سأحكي لكم حكايتي، وأبوح لكم عن مكنونات فؤادي، كنت فجًّا يابسًا لعشرات السنين، وأخذتِ الأمورُ وقتًا طويلًا حتى نضجتُ، فأخذتُ

على عاتقي إنقاذ النفوس البائسة وترطيب القلوب اليابسة وإسعاف الأرواح الجريحة المُتعبة من عالم البشر، وإزاحة الحُجُبِ عما تبقّى من الجمال داخل الإنسان، فبدأتُ بقراءة جديدة للحياة والتمرّد على ما هو معتاد.

وأخذ يتدفق نهرٌ من داخلي ويجلب الحياة لغيره، ويسعى لنجدة الأرواح التائهة. وبينما كنت أَجِدُّ في سياحتي الروحية في رحاب كائنات الله، فلم أكن أفوّت الفرصة لأستضيء بكل نورٍ أصادفه في الطريق، وكانت الأشياء المشرقة تأتي عليَّ تباعًا، الواحدة تلو الأخرى، كنت أبحث عن الله في القلوب المكسورة، وكلّما أعطيتُ أكثر من روحي، أشرقَ قلبي، وبدأت أقرأ ما خلف السطور، فليس كل من يبدو عليه السرور مسرورًا، فبعض السرور البادي على البعض تختبئ خلفه روحٌ متألمة!

لقد منح الله الإنسانَ عمرًا قصيراً على الأرض لينتبه لضَعْفِهِ ومحدوديته، وبالتالي يتواضع ويتعاطف مع المهزومين وأصحاب القلوب الموجوعة والنفوس المكسورة، ويسعى لتخفيف المآسي التي يتعرض لها البشر كالجوع والاحتقار. إن أقرب الناس إلى الخالق هو من يجلب الدفءَ إلى قلوب الخلائق!

(الإنسان العظيم تظهر عظمته بالطريقة التي

يعامل بها البسطاء)

توماس كارليل

(٦٢) قليل من الضوء

(الكُرُوبُ بُسُطٌ مملوءةٌ بالرحمة)

ابن عطاء السكندري

الروحاني يملك قلبًا كأنّه قصرٌ ذو ألف باب، لا يبقي نفسه أسيرًا تحت رحمة الأقدار، وقد تطول العتمة ويمرّ بأوقاتٍ صعبة يفقد الحليم فيها صبرَه، أو قد يفقد ممتلكاته، أو يتعرض للخطر حتى تسقط الأشياء من بين يديه من شدة الذهول، لكنه كان يخفي مرارات قلبه، وقد يفتعل ابتسامةً لينشر بها الفرح على الناس من حوله، وقد يحتاج إلى قليلٍ من الضوء كي يغلق ثغرات عميقة في داخل نفسه، تلك التي تُسبّبُ حزنًا أسودَ يصعُبُ وصفه. لكنه يتعلّم يومًا بعد يوم كيف يصنع بنفسه جنّاتٍ صغرى على الأرض. وعندما يفعل ذلك، فإذ بجميع الأشياء تعمل من أجله من كل صنفٍ وجنس. إنّ طريق الاستنارة الحقة تمرّ عبره هو لا عبرَ أحدٍ غيره، وخلاصَهُ الأبديَّ يأتي من بين يديه!

كنت أعيشُ حياةً بلا نفعٍ أو فائدة، وأشعر بالتفاهة والضياع. وذات يوم ذهبت إلى مطعم وأنا في غاية الحزن والاكتئاب، وعند المغادرة كنتُ قد نسيتُ محفظتي، ولما رجعت للبحث عنها، أشار لي رجل

أخرس بصوت عالٍ غير مفهوم كيف أنه كان يحرس محفظتي طوال غيابي، فأخذتُها وشكرته على ذلك، لكنه أعاد عليَّ متمتمًا كلامه مرات ومرات كيف أنه كان يحرس محفظتي. وفي كل مرة وبرغم إعيائي من تكراره لنفس الكلام غير المفهوم كنت أراعي مشاعره وأبتسم له وأعيد له شكري على صنيعه، فإذ برجلٍ كان يراقب حوارنا قد جاءني قائلًا: لقد غيّرتَ لي يومي، إن هذا الرجل الأخرس يأتي إلى هنا كل يوم، ولم يكن يستمع إليه أحدٌ قطّ، وإن صبرك الكبير في الاستماع إليه طوال ذلك الوقت قد أضاء روحي. وعندما سمعت حديث ذلك الرجل نسيت حزني وذهب غمّي، حتى شعرتُ أخيرًا أني قد عملت شيئًا ذا جدوى!

لا تحزن أيها القلب،

فما دمت بشريًّا من طين فقد تمتلئ بالهمّ،

قد يخبو مصباحُك أو يطفئه الآخرون،

لكن الله يرى هشاشة روحك.

فبينما أنت في عزّ العتمة وقد ضاقت بك الأمور

وخرجَتْ منك آهةٌ تُحرق الصدور

وناديتَ من كل قلبك: هذه ليست حياة،

فتح الله ثغرة أتى منها نور!

فإذ بأحدهم يشع بالجمال الداخلي

قد بعثه الله لك من أقصى الأرض

ليضيء دربك ويمحوَ الهمّ من قلبك!

ويُنبّهك بنعمة ربّانية

من شدة قربها منك كِدْتَ تنساها!

ويعلّمك كيف تعيش على قيد الفرح!

ثم يقول لك:

لا تشكونَّ الزمان لأيٍّ كان

ولا حتى لنفسك

كي لا تعتاد!

الله لا يغلق الأبواب،

أنت الذي يفعل ذلك.

قد تسقط أحيانًا كي ترتفع

إلى أعلى ممّا كنتَ عليه،

فافهم وانتبه!

(٦٣) ترنيمة اللؤلؤة

كُتِبَتْ قصيدة ترنيمة اللؤلؤة في القرن الثاني الميلادي، وهي خريطة لرحلة الروح، أو هجرة الإنسان من داخل نفسه المحكوم بالخوف والحاجة للسيطرة إلى خارجها المستنير بالحب (الخروج من الذات المزيفة إلى الذات المستنيرة). بطل الحكاية أمير شاب هو مصدر الفخر والسعادة لوالديه ملكِ الشرق وملكةِ الفجر، وقد تم تجهيز الأمير بالمؤن وأرسل في رحلة إلى مصر من أجل إنجاز مهمة عظيمة وهي إيجاد اللؤلؤة الوحيدة التي تقع في البحر قرب ثعبان مرعب، فإن عاد باللؤلؤة سيرث مملكة والديه ويقودها بالمحبة والحكمة. قام الأمير الشاب برحلته إلى مصر واستقر قرب مخبأ الثعبان آملًا أن يلتقط اللؤلؤة عندما ينام. وفي غضون ذلك انشغل الأمير مع السكان المحليين باللّهو وتناول الطعام حتى استغرق في نومٍ عميقٍ ساهيًا عن هدف رحلته العظيم. وفي أثناء ذلك شعر والداه بما يجري، فكتبا رسالة سحرية وصلت إليه على هيئة نسر لإيقاظه من نومه العميق، فاستيقظ الأمير وانتزع اللؤلؤة النفيسة من الثعبان (وهي طبيعته الإلهية الفريدة) وبذلك أصبح جاهزًا ليكون القائد الحكيم للمملكة!

تقترح ترنيمة اللؤلؤة أن نستيقظ كل يوم مرات

ومرات من النوم، من سكرة الحياة، ونعود إلى البيت، إلى أنفسنا الحقيقية بدلًا من الأراضي الغريبة التي نتيه فيها، لأن من يستوطن نفسه، لن يُخْذَلَ أبدًا!

(٦٤) أداء الواجب

يَرِفُّ قلبي

على كل من يتعامل مع الحياة بقلبه!

الروحاني يمتلك روح الفنان المستنير، يتقدمُ الجميعَ ويؤسسُ لعالمٍ جديد، وهو في كل وقت في حالة ولادة لشيءٍ ما نافع للبشرية. إنه صاحب رسالةٍ للناس مفادُها أنّ بالإمكان إعادة تنظيم أمورنا وتغيير بنائنا الأخلاقي والعيش بشكل أفضل! لقد خُلِقَ الانسان بانجذابٍ فطريٍّ عامٍّ نحو الخير والفضيلة، مثل جداول من الأنهار تجري بلا وعي صوب البحار، وإلا لم يكن للجنس البشري أن يستمر منذ آلاف السنين.

وفي أغلب الأوقات يرى الروحاني الأشياء بوضوحٍ شديد؛ يرى أن لكل شيء سببًا، وأن وجوده في الحياة له مغزى. بل أبعد من ذلك، فكل ثانيةٍ من وقته تحمل معنىً وهدفًا. ومن ثم فإنّ عليه واجبًا يترتب أداؤه تجاه نفسِه ومجتمعِه والكونِ كلّه. وإن ما يجعل لحياته قيمة هو الأثر الذي يخلّفه. وإن كان واقعه تعيسًا ومزريًا ومصنوعًا بطريقةٍ رديئةٍ فإن الروحاني يتحرك بقلبه إلى الأمام، صوب أحلامٍ، ليصنع في خياله واقعًا جديدًا. فالكون مليءٌ بالكنوز المتناثرة وفرص

الارتقـــاء؛ فـــالحزن فرصـــة لممارســـة الصـــبر عليه، والتجريح فرصة لممارسة التسامح، والانهيار فرصة للبدء بشكل أفضل، وكل حالة خمود وانطفاء هي دافعٌ للكفاح، للعيش بطريقة أذكى لإنعاش الروح من الداخل!

إن الأشياء الأرضية كلها تسير إلى الفناء، مثل ثيابٍ مرقّعةٍ قد تبدو للناظر ملونة، لكنها بالية تحمل في داخلـها عناصـر فنائـها، وفـي هـذه الأثنـاء تجـد الروحاني مشغولاً في مسيره صوب أعالي السماء، مثل فراشة يثير خيالها نور الشمعة، تنبهر بشدة ألقها، فيهفو لها قلبُها، وأثناء سعيها للوصول إلى النور تنسى نفسها، حتى يحترق جناحاها، فتَفنى فـــي ســـبيل العشـــق، ففـــي موتـــها مـــن أجـــل الحبيب حياة، إنما حياة سماوية تخلو من المعاناة!

ليكنْ قلبُك دارَك

واجعل العالمَ كلَّه مدىً لأنظارك

والمَحْ من الجمال لمحًا

وارشف من الزاد ما يعينك

وامنح للناس من عطف قلبك ما استطعت

ولا تستقر في مكان وارحل كلما تيسر الرحيل!

(٦٥) الثبات

يبدأ السير على طريق الروحانية بأن نعقد النية في البحث عن المعرفة، والعزم على ذلك بالعمل الـــدؤوب. ويكـــون البـــدء بـــالإبحار فـــي مملكتنـا الـداخلية فـي تـأمل عمـيق ومراجعـة هادئـة للمعتقـدات الراسـخة والأحكـام المسبقة، وموروثـاتنا السـقيمة وتحـرير أنفسـنا مـن أنفسـنا القـديمة. فالـذكريات الماضـية تطبـع أثرهـا علـى الأحداث الجديدة، وتشوّه نظرة الإنسان المعتدلة إلى العالم، فيتغير تقييمه للأحداث، ويفقد دوره كشـاهد، كمـراقب محايـد، فيبـدأ بـالتفاعل مـع الأحداث الخارجية، ومع ما يمر في داخله من أفكار، فيشتهي أشياء وينفر من أشياء، وتبدأ رحلة الصراع مع نفسه ومع العالم من حوله، وتبدأ معه دورة المعاناة التي لا تنتهي. كنْ ثابتًا راسخًا ولا تغفل لحظة، وإلّا ستصبح مثل كرة تتقاذفها تارةً نفسك التي تأخذك إلى عوالم مجهولة وتارةً الناس من حولك وهم يسحبونك إلى متاهاتهم، أهوائهم ورغباتـهم وعقـدهم. إنـك تحتـاج إلـى الكثير من النباهة والدهاء عند التعامل مع أحداث الحياة المليئة بالمفاجآت كي تعيش بسلام. إن مشاكل الإنسان تأتي من داخل نفسه، فيختلق الضجيج داخل عقله لأبسط سبب، يتنقل بفكره من مكان إلى

مكان!

يقال إنّ رجلًا فقيراً وجد قطعةً ذهبيةً، وكان جائعًا جدًا لم يشبع من طعام منذ زمن، وقد تأمل القطعة الذهبية جيدًا حتى تأكد تمامًا أنها قطعةٌ ذهبية، لكنه ارتاب، فلم يلمس ذهبًا في حياته، فقال لنفسه: لا بد أن هناك خطأً في مكان ما، فتفحصّها بدقّة وطرقها بقوة، فوجد أنها ذهبية حقًّا. لكن الشك والتفكير عاد إليه، فقال: إن كانت كذلك فلماذا لم يرَها المارّة؟ فوضع القطعة على الأرض ليتأكد إذا ما كانت تلفت انتباه أحدٍ ما. فمرّ رجلٌ غريب ورأى القطعة الذهبية فالتقطها، وانطلق في لمح البصر!

أقول لك أيها الحبيب:

لن ينجّي الإنسان من مآسيه سوى نفسه،

فقد ذهب زمن الأنبياء والقديسين،

هو من يخلّص نفسه من نفسه،

هو مسيح ذاته.

ليترك العنان لقلبه ما استطاع،

فلطالما عمل التفكير السلبي على تشويه الجمال الفطري للأشياء!

(٦٦) إعادة فهم الحياة

يقوم الروحاني بإعادة فهم الأشياء بطريقة جديدة، يصبح كلُّ شيء في حياته ذا بُعدٍ روحي وإنساني. فمفهوم الرجولة لا يعني القسوة بل السيطرة على النفس، ومفهوم العبودية يعني أن نعبده حبًّا لا خوفًا ولا طمعًا، والفقر يعني فقر القلب والغنى غنى النفس، والجمال هو جمال الروح، والتدين هو سلوك وأخلاق، وإن النصوص المقدسة لا تفسَّر بظاهرها بل بفهم روحها ومعرفة معانيها الخفيّة وإدراك وسعها اللامتناهي!

روى صاحبٌ لي هذه الحكاية: كانت هناك مومس تسكن بالقرب منّي، وكنت أحاربها لترحل من الحيّ رغم توبتها. وفي أحد الأيام حصل حريق في بيتي، فكانت هي أول الواصلين، صَرخَتْ وقادت الناس لاقتحام الدار رغم كبر سنها، وأنقذَت أطفالي من موتٍ محقق، فتعلّمت أن لا أحاكم أي إنسان، كائنًا من كان، فهذا ليس شأني وإنما شأن الله!

(إن بدا شخصًا شريرًا، لا تحاول أن تبعده

حاول أن توقظه بكلماتك، وأن ترفعه بأفعالك

وأن ترجعه إلى الصواب بلطفك.

لا تبعده هو، ولكن حاول أن تبعد الشر الموجود

داخله!

أنعم الأشياء الموجودة في العالم تتغلب على أصعب الأشياء.

اللطف في الكلام يخلق الثقة،

اللطف في التفكير يخلق العمق،

اللطف في العطاء يخلق الحب) - لاوتزو

(٦٧) لماذا يغرّدُ الطائرُ الحبيس؟

حدث مرّة أن اعتزلت الناس لمدة أسبوع، كنت أمشي وحدي بلا هدىً في أرض الله الواسعة، وعندما أجوع أفتح كيسًا من النايلون أحمله معي وآكلُ بقايا طعام اليوم السابق، وإذا غلبني النوم ألتصق بأقرب حائط وأنام. وكنت فيما مضى أرى المتسولين والبائسين كأنهم غرباء وأشخاصٌ قادمون من الفضاء. ولكن جاء اليوم الذي أصبحت فيه مثلهم، واحدًا منهم، إذ وصلتُ إلى حدٍّ كنتُ لا أتحدث فيه مع أي بشريّ على الإطلاق. وفي أحد الأوقات وصلت إلى ساحل البحر وكتبت على الكثبان الرملية اسمي، ثم جلست أراقب أمواج البحر، ببسمة ممزوجة بالعطف والأسى على نفسي، وهي تمْحو اسمي حرفًا حرفًا، أشهد فنائي وتلاشي وجودي، أراقب الأمواج وهي تمحو حياةً مرّتْ بلا معنى. وفي لحظة من غياب الوعي، سمعت صوتًا يقول لي: يا من تعيش لوحدك في عزلة، لا بد أنك عانيت كثيراً من الناس، سأخبرك شيئًا: لن تحبّ الناس أبدًا بل ستكرههم إن نظرت إليهم على الحقيقة، فانظر إليهم نظرة رحمة، فالحقيقة مؤلمة، نحن البشر شئنا أم أبينا مربوطون مع بعضنا البعض، كلّ منّا يسكن في الآخر، انسَ العزلة، لا يوجد طير يذهب

من تلقاء نفسه إلى القفص، هل تعرف لماذا يغرد الطائر الحبيس؟ لأنه يريد أن يخبرك أن العزلة مثل الدخول إلى القفص، وأن الفكاك منها صعب جدًا، يريد أن يخبرك أن لا تجمع على نفسك غربتين، تكفيك غربة الروح الساكنة في الجسد الطيني!

عليك أن تُوائِمَ ما تريده أنت مع ما يريده خالق الكون،

وتختار المسايرة الذكية مع الحياة من دون التخلّي عن المُثلِ العليا،

أن تكفّ عن السيطرة على محيطك وتتقبّل الأحداث، بما فيها المؤلمة،

وأن لا تتوقع أن تأتي الأقدار بما تتمنى

بل تتكيّف وتتفاهم مع الحياة في كل حالاتها وتبدّلاتها،

أن تُناغِمَ وتُعايِش وتُسالِم!

(٦٨) التجربة الروحانية

الروحانية رؤية مغايرة للكون والحياة لما هو سائد، تستجيب لحاجات أساسية عميقة داخل الإنسان، أساسها الرجوع إلى ينابيع الوجدان وأغوار النفس البشرية. هي إعلانٌ مفاده أن بالإمكان قيام علاقة مباشرة مع الله لجعل الإنسان يشعر بالأمان، لأنه مرتبط بشكل مباشر مع مركز طاقة الكون الكلية بلا حاجة لأي وسيط. إن قيم الروحانية الأخلاقية الفريدة علاجٌ شافٍ لأمراض الحياة المعاصرة. فالأخلاق هي جوهر الروحانية. وإن أزمة عصرنا الحاضر أزمة أخلاقية في الصميم وإحدى سماتها: الكراهية والخوف من الآخر. والروحانية تعالج تلك الأمراض، لما فيها من أبعاد إنسانية سامية، فتدعو إلى البديل، إلى الحب الشامل لكل شيء، وتهدف إلى نشر المحبة بين الناس على اختلاف ألوانهم وأوطانهم وأديانهم. وهي تكريس لفكرة القبول والتعايش والتسامح مع الآخر، بل هي دعوة للانتقال إلى فكرة أعمق من ذلك، إلى محبة الآخر المختلف ورحمته والإحسان إليه ونفي أي شعور بالتفوق عليه. ومن شأن هذا التصور تحويل العلاقة بين البشر من التباغض والاحتراب إلى التحابب والتسالم. والمحبّة عند الروحاني هي روح الكون، فالوجود عنده ما هو إلا عشق في

عشق، وإن كل الأشياء في العالم ترتبط مع بعضها البعض بموجات من العشق، والتجربة الروحانية تجعل الإنسان في حالة من التيقن بزوال كل شيء، الحزن والألم، والبهجة والسرور، وذلك ما يدعوه إلى الزهد، والزهد ليس بمعنى الاعتزال، أو الكسل وترك الكفاح والعمل، وإنما عدم التعلق بأي شيء زائل. فلا شيء ينعش قلب الروحاني غير علاقة تربطه بالخالق تسمو على ما سواها من علائق الدنيا ومباهجها، ساعيًا في سلوكٍ يوميٍّ حثيثٍ لتنقية روحه، وتحريرها كلما أمكن من جسد مقيّدٍ بحاجاتٍ لا تنتهي!

قال ناسك حكيم لتلاميذه في صباح يوم دراسي جديد: اليوم ستشهدون درسًا مهمًّا، ثم أخذهم في رحلة إلى أعالي الجبل، لكي يُريهُمْ أجمل منظر في الكون، فساروا بهمّة متلهّفين لرؤية ما وعدهم الناسك حتى وصلوا إلى أحد المرتفعات العالية فظنّوا أنهم سيجدون ذلك المنظر الجميل لكنهم لم يروا شيئًا. وبينما كان الناسك يواصل السير بهم كان يخيب ظنهم كلما وصلوا إلى مرتفعٍ جديد، فلما وصلوا إلى قمة الجبل لم يجدوا من حولهم سوى أرضٍ خالية جرداء، فنظروا بدهشة إلى الناسك قائلين له: إننا لا نرى هنا شيئًا! فقال لهم: هذا ما أردت منكم أن تعرفوه، إنكم لن تصلوا إلى مكان حقيقي بأجسادكم مهما بذلتم من

(٦٩) الحياة السائلة

يعرّف «زيجمونت باومان» الحياةَ التي نعيشها الآن بالحياة السّائلة!

لقد تخلخلت الحياة، وأصبح الإنسان كائنًا رخوًا سريع العطب، يعاني من فراغات وثقوب داخل روحه، وأصبحت حياته سائلةً تفتقر للصلابة، وتتسم بالاضطراب واللايقين، ويخشى من انتهاء صلاحيته يومًا ما مثل سلعةٍ استهلاكية.

صار الفرد فيها محاصرًا، وأصبح الخوف ملازمًا لوجوده، فيستغله القادة من أجل التحكم فيه وتستثمره الشركات لمضاعفة أرباحها، مما جعله يعيش في قلق دائم على وجوده، ومن عدم القدرة على إشباع حاجاته الإنسانية الأساسية. وهذه السيولة في الفرد تحطم احتفاظ المجتمع بشكله واستقراره، وتجعله سائلًا مائعًا متحلّلًا في الوظائف والعلاقات الزوجية والصداقات، ويخلق حواجز بين الناس وحالة من عدم الاطمئنان والخوف من المستقبل. إن الحياة المتسارعة التي نعيشها الآن أوجدت القلق في صميم ذات الإنسان، جعلته يجري كل يوم في سباقٍ محمومٍ يرافقه شعور بالخوف من الفشل وعدم اللحاق بركب السائرين. هي سلسلة لا تنتهي من البدايات الجديدةوالنهايات

المتشابكة، وسهولة إنهاء العلاقات والتحلل من العلاقات الراسخة، وتقديس الجسد ورغباته، ومنح أحـلام زائفـة بالسـعادة، ووعودبحرّيـات تخفـي عبوديات، ومحاصرة الإنسان بإعلانات لمنتجات تتبدل كل يوم باعتبار أنها من أسباب الحضارة، مع إغراق الأسواق بالمنتجات الاستهلاكية ليؤدي إلى إدمان الاستهلاك، ثم فراغ لا يمكن إشباعه. وتلك الحياة السائلة جعلت الإنسان في غاية التعاسة ويعيش في صراعات يومية متواصلة، مما يتطلب إعادة بناء الروابط الرخوة بين الإنسان ونفسه، وبينـه وبـين النـاس على أسـس جـديدة، صـلبة ومسـتديمة، وفـي هـذه الحالـة بالـذات تظـهر الروحانية الإنسانية والأخلاقية لتعمل على تقويم المسار!

(٧٠) الجوهر المشترك

يا من وضعت في القطرة

كل أسرار البحار،

هب لي من لدنك قطرتين:

قطرة من لطفك

أعيش بها مع الأحرار

وقطرة من صبرك

أتحمّل بها الأشرار!

الروحاني يختبر قدرته على الاندماج الوجداني مع أي إنسان على الإطلاق، حتى يصل إلى مرحلة لا يستوحش فيها أحدًا على وجه الأرض. فالنّاس كلهم أحبابه حتّى لو لم يعرفهم من قبل، لأن هناك جوهرًا روحيًّا مشتركًا لدى جميع البشر. وهو نادرًا ما يلجأ إلى صراع مع الآخرين. وإذا ما اضطر إلى ذلك فإن صراعه ليس إلا دفاعًا وباستخدام أقلّ ردع ممكن، لأن كل صراع مع الأشخاص أو الأحداث يتحول جزءٌ منه إلى الداخل، إلى توتر وصراع مع نفسه، ثم إنه يتفادى الشعور بالكراهية تجاه أي شيء، واذا ما انتابه ذلك الشعور فإنه يتخلص منه بسرعة!

الروحاني يتفادى العنف بكل وسيلة ممكنة وخاصة العنـف الـذي يتخـفّى تحـت ألـف ثـوب. فـالعنف المنظور يوجِعُ الجسد وغير المنظور يوجع القلب. وأشكال العنف ليس لها عدّ، فنحن نمارس العنف عندما يعلو صوتنا في النقاش ونفرض رأينا على الآخر، أو عندما نصادر حق الناس في العبور فنكسر إشارة المرور، والعنف ضَعفٌ ويستدعي عنفًا آخر ليحتمي به.

تروي «ألِف شافاق» عن تجربة روحيّة قوية مرّتْ بها وألهمتها لكتابة مذكراتها في كتاب «حليب أسود»، وذلك أنها في أثناء زلزال ضرب اسطنبول كانت تعرف شيخًا لا يتكلم عادة مع السكارى والشواذ. لكن أثناء الزلزال،

رأته جالسًا مذهولًا على دكّةٍ، يشارك متحولًا جنسيًّا سيكارته. ورغم أن التجربة التي مرّتْ بها الكاتبة مدّتها لحظات، لكنها كانت عميقة الأثر غزيرة المعاني. ففي أثناء الأزمات، وفي لحظة، يبرز الجوهر المشترك للبشر واضحًا للعيان كنورٍ ساطعٍ، فيشعر البشر بالترّابط مهما كانت اختلافاتهم، يميلون لبعضهم البعض، يتواصلون، يتقاربون بلا شعور!

(٧١) النوايا المُحبة للعالم

تَفَقّد اثنين: نيّتَك وقلبَك

فالطريق إلى الله يبدأ بالنيّة الطيبة وصفاء القلب!

يعـيش الروحـاني حيـاةً شـابّةً قويـةً ذات غـرضٍ ومعنىً، ولآخر مدى حتى أقصى عمر ممكن، متلهفًا لإنجاز هدفٍ أو عملٍ نبيلٍ يصنع به فارقًا لحياة أحدٍ ما، ويُقبِلُ على الناس بقلبٍ مليءٍ بالنية الطيبة ويبدأ بالنظر إلى الناس من خلال نيّتهم بدلًا من سلوكهم، ويصبحُ قلبُه سراجَه في أوقات العتمة. وإن فعلَ كلّما بوسعه فِعلهُ ثم جاءت الأمور بالضد فيستقبل الأمر كرغبةٍ إلهية، وقد تنكشف له الحكمة من وراء ذلك يومًا ما. الروحاني يشاهد في كل شيء حكاية مدهشة تدعو للتأمل، وهو في كل الأوقات سعيد، إن كان بين صحبه، أو كان يحيا وحيدًا، لأنه يحمـل سـعادته فـي قلبـه، التـي هـي سـرّ أسـراره ومصدر استنارته. وإن ذلك يمنحه شرارةً من طاقة الحياة تنبع من الداخل تجعله يقفز من السرير فور صَحْوه من النوم، مع إحساس بالخفّة والرغبة بالطيران وشعور عميق بأن الدنيا ما زالت بخير، وأنه جزءٌ من الأشياء المحيطة به، وموصولٌ جيداً بجوهر الكون، متصالحًا مع نفسه متناغمًا مع الحياة، فتبدأ السعادة تتبعه، تلهث خلفه. ثم إنه

يعرف جيدًا أولوياته، ويملك نظرةً متفائلة في تعاملاته، ويمتلك القدرة على فهم واستيعاب الصورة الكلية للحياة وليس أجزاءها المنفصلة، وهو ينتبه للتحولات التي تحدث داخل نفسه، ويبصر ما يحدث في تفكيره، وهو يعتبر أن أولى الخطوات نحو الروحانية هي تغيير طريقة التفكير، فيقوم بممارسة حياته على اعتبار أن العالم واسعٌ يمتلئ بالخير الوفير بدلًا من التفكير في أنه صغيرٌ محدودُ الموارد، وبذلك يطفئ في داخله الحرص والجشع والاستئثار بالخيرات!

شمعة:

لا تنصحهم، كن مثالًا لهم!

لا تنتقد ضَعْفَهمْ، امنح القوة لهم!

لا تتحدث عن المحبة، أظهِر المحبة لهم!

(٧٢) حديث العشق

كلُّ شيءٍ في الكون يحكي قصةَ عاشقٍ ومعشوق!

فالأرض تعشق السماوات، وتعشق الكواكبُ المجرا
ت.

والعشق يجري حتى بين دقائق الذرات!

وكي تبقى في مدار الله،

كن عاشقاً أو افعل شيئًا ما لتصبح معشوقًا!

الروحاني إن عَشِقَ إحدى النساء، تتغير حاله، يتبدل حتى لونه، يصبح أشبه بالمجنون من شدة صدقه وإخلاصه، يبصر كل جمال العالم فيها،

يتجـلّى حتـى رب الـعزة فيـها. والروحـاني يحتمـي بالمحبة، يكبر بها، فهي تحرسه من نفسه، تحميه من ضَعْفِه، كي لا يتيه بين الدروب. فالمحبة أعظمُ حارسٍ من تقلبات الزمان، والروحاني في النهاية إنسان، فإذا استراح في مكانٍ ما قلبُه أَنزَلَ ركابه! ومن قبل أن يقع الروحاني صريعًا في العشق فإنه يكون قد توضأ قلبيًا ثم أقبل كليًّا على معشوقته، فإذا أبصر إحداهن ووجد فيها بقية روحه، فكأنه لم يكن قد رأى نساءً من قبل، وكأن كل من عرفهنّ كنّ أشباه النساء، وكأنه يشعر لأول مرة بطعم المرأة،

مثل محرومٍ من كل شيء، ثم فاجأتهُ حسناءُ بقُبلةٍ فيها كل شيء، فيها كل جمال العالم الذي لم يذق طعمه أبدًا من قبل!

يُحكى أن قيس بن الملوّح رأى يومًا كلب معشوقته ليلى، فأسرع خلفه لعلّهُ يُدلّه على مكانها، فمرّ في طريقه على قوم يصلّون، ولما رجع، عاتبوه قائلين: قد مررت بنا ولم تصلِّ معنا، فقال لهم: والله لم أكن أرى إلا ليلى، وأنتم لو كان قلبكم مع الله لما رأيتموني، فأعيدوا صلاتكم يرحمكم الله!

شمعة:

إن القدرةَ على المحبة

نعمةٌ عظيمة من الرب.

هي شمعةٌ مقدسةٌ في القلب

فاحرسها من الانطفاء!

(٧٣) أن نصبح روحًا حرّة

كنّا فيما مضى نعيش مثل الأطفال بصدق ومحبة، ثـم تعقـدت الحيـاة، وأصـبحت مثـل كـرة خـيط متشـابكة، تـداخلت الأمـور واضـطربت النفـوس، وتشوشت الأفكار. لقد انكسرت أشياء عميقة فينا، فبدأنا نبحث عن هوية، عن طائفة، عن عشيرة تحمينا، حتى نسينا هدفنا من الحياة. ولا خلاص لنا إلا أن نترك كلَّ شيء ونذهب بعيدًا، نرحل، نتأمل، نصفو لنبصر الحقيقة، ونبتعد عن أنفسنا القديمة كأننا لم نكن نعرفها من قبل، ثم نقترب من أنفسنا مرة أخرى لنكتشفها من جديد.

ولكي نعرف أين نحن، والى أين نمضي، وكيف هي النهاية، لا خلاص لنا إلّا أن نبقى في حالة يقظة لأقصى وقت ممكن، أن نقبل الحياة كما هي دون السعي لتفسير كلّ شيء وتحليله، أن نقدر على التفكير في الشيء كأنه لا شيء، أن نصل إلى نقطة الصفر من النشاط الذهني المهدور في ما لا ينفع، أن نتخلص من الأفكار التي لا تتوقف من العبور خلال عقولنا، أن ندرب أنفسنا على ما ينبغي أن نؤديـه الآن، ومعرفـة مـاذا ينبغـي أن نعمـل فـي اللحظة التالية!

أن نمنح كل يوم ساعة لأنفسنا، نصبح فيها روحًا

حرّة غير قابلة للإمساك، سائحةً في أرض الله الواسعة، تهيم في الآفاق، كغيمةٍ في الأعالي، كطائرٍ في السماء، أن نصل إلى الإشراق الذاتي والإحساس بالرضا من دون الحاجة لسبب، أن نخلق حالةً من البهجة في القلب حتى في الظروف القاسية، أن نحب لأبسط الأسباب بدلًا من الكُرهِ لأتفه الأسباب، أن نكون أبسط، أهدأ، مدرّعين من الداخل. ألا يستحق الوصول إلى تلك الحالة الروحية أن نبذل كل ما يمكن لتحقيقها!

رأيتُ يومًا أحد الروحانيين

وسألته عما فعَلَت به رحلة التنور،

فقال لي:

كنت غارقًا في أديم الأرض

وأصبحت طيراً محلقًا في السماء.

بدأت أنتبه لأصوات العصافير والأطيار

وجمال وقت الغروب وأشكال الأزهار

وتدرّجات اخضرار ورق الأشجار!

أصبح لكل شيء سببان ظاهرٌ وباطن.

الأحداث بدت مترابطة أكثر من ذي قبل،

والأشياء أمست متناسقة أكثر مما كنت أظن،

وأصبحتُ أكثر انسجامًا مع الناس من حولي

وبدأت أتقبل صروف الدهر بامتنان!

لقد اكتشفتُ مسرّاتٍ جديدةً في داخلي،

فازدادت عندي أسبابُ البهجة،

وغدوت أحب الأشياء البسيطة

وأفرحُ للأسباب الخفيفة!

بدأتُ أحب بسرعة وأكره نادرًا،

وأصبح للصمت صوتٌ داخلي غاية في الجمال،

وللفراغ معنىً كامنٌ عميقُ الدلالة!

أصبحت أكثر تحسّسًا للأشياء،

وبدأت أقرأ ما بين السطور

وأرى ما وراء الأحداث

وأكتشف الحقيقي من الزائف،

وما زال الطريق أمامي طويلًا!

(٧٤) قوّة الروحاني

مع أن الروحاني رفيق رقيق لا يمسُّ أحدًا بسوء،

لكنه قوي صلد كصخرة صماء، وكلّما ازدادت قوته الداخلية أمسى أكثر قدرةً على تحمّل الألم في المـواقف المحزنـة، وخـفّتْ معاناتـه مـن أحـداث الحياة. وليست العظمة عنده هي السيطرة على الناس والتحّكم بهم، بل التمكن من ضبط النفس والتحكم بها. وهو لا يتدخل في حركة الأشياء واتجاهات سيرها، بل يدع

الأمور في الحياة تأخذ مجراها الطبيعي، وربما يتدخل بلطيف العبارة، أو باللمحة والإشارة. ومن شدة لطفه تحسبه أشبه بالماء أو كأنه نسمة هواء. ومن جميل صفاته أنه يحوّل الكلمات التي ينطق بها إلى أفعال ملموسة، ويمارس في حياته اليومية كل حكمة ينصح بها الآخرين. ومع أنه هو حرّ ومستقلّ لكنه في الوقت ذاته مرهف الإحساس، منغمس في إعمار الأرض مع الناس. وما إن ينهض من بعد الانكسار، فإنه يذهب في لحظة، لإعانة أولئك الذين ما زالوا مكسورين. ثم إنه لا يخاصم، وإذا خاصـم فـبِنُبْل، ويطـرق للصـلح كـل السـبل، ولا يشمت بالخصوم، ولا يخلط بين القناعة والخمول، ويكافح كي يبقى على طبيعته ويخفّف ما أمكن من

احتياجاته، فكلما قلّت حاجاته ازدادت قوته، لأن كثرتها مأساة تجلب الفقر والنكبات، وتجعل حركة الانسان في الحياة صعبة جداً وتدلّ على وجود فراغٍ داخليّ عميق.

الروحاني يخاطب نفسه بصوت عالٍ كل يوم:

أيتها النفس المسكينة!

إن لم تملكي شيئًا، تَخيّلي أنك تملكين كل شيء، فقط تخيّلي،

لعلّك تعتادين!

(٧٥)

الحب هو الجوهر المحرك للعالم

(أيها الأحبة،

اعلموا أن العشق حالٌ وأمانة،

أهداها الله لأعظم مخلوقاته: الإنسان.

إنه مقامٌ عالٍ يحصل عليه بالإلهام والإشراق،

معرفةٌ هي غير تلك المعرفة التي يظفر بها عن طريق كسب العلم والحكمة،

ومن أجل نَيْلها يجب التحرّر من النفس والفناء.

العشق بعيد عن (نحن) و(أنا)، بعيد عن التعصب والعناد). جلال الدين الرومي

يؤمن الروحاني أن الحب هو الجوهر المحرك للعالم، وهو الذي يوازن خط سير الإنسان من الانحراف، وأن علاقة الأشياء ببعضها البعض في الكون هي علاقة محبة ومودة وإلا لما استمرت الحياة. فعلاقة البذرة مع التربة هي علاقة عاشق ومعشوق وإلا لما أثمرت تلك العلاقة عن زهرة، ولطالما كنت أسأل نفسي سؤالين:

الأول- كيف أستعيد التوازن الروحي فيما لو

انحدرتِ النفس إلى حالة من الكراهية لشخصٍ ما أو للحياة؟

والثاني- إذا شعرتُ بحالة من الحب والبهجة،

فكيف أُبْقي عليها لأطول فترة ممكنة؟

وقد نحتاج إلى القراءة والتدريب في رحلة تستغرق العمر كلّه لمعرفة الجواب على ذلك!

يقول المفكر فلاديمير جيكارنتسيف: «المحبة هي التحـرر مـن الأشـياء التـي نكرهـها والتـي تلاحقنـا وتشغل تفكيرنا: الناس والأشياء والماضي والظروف.

إذا كان لديك شيءٌ في حياتك، لا تستطيع التحرر منه، حاول أن تحب أو تتقبّل هذا الشيء على ما هو عليه وسيغادر حياتك إلى الأبد.

لقد أتينا إلى هذا العالم لنتعلم المحبة، وذلك يعني أن كل ما يحدث معنا هو يحصل لسبب كي يعلمنا المحبة، لنحب الناس الذين لا نتقبلهم كروح، كمخلوقات، نتقبّل ما حدث كجزء من نمونا وتطورنا، المحبة

هي التحرر من الاستعباد».

يذكر الشاعر فريد الدين العطار، حكاية رمزية عن الشيخ الصالح (صنعان)، ذلك العاشق الهيمان.

فبعد أن كان عابدًا زاهدًا ذا مقام واعتبار، وقع بين عشيةٍ وضحاها مشدوهًا في العشق، واضطرمت النيران في قلبه بعد أن ذاب حبًّا في فتاة نصرانية، فترك التدريس وأهمل أمور دينه وقام يرعى خنازير محبوبته. ولما كان التلاميذ والِهين في حبه، فقد تفهمّوا حالته، وعذروه ولم يتركوه، وبفضل الدعاء المتواصل منهم أنجاه الله مما كان فيه، فرجع إلى ما كان عليه، وقد تأثرت معشوقته بفعل قوّة حبّه أيمّا تأثّر، حتى أنها قبلت بالإسلام دينًا!

(٧٦) حكمة الصمت

تدور التجربة الروحية حول البحث عن الكمال والوصول إلى تخومه لأقصى ما يمكن. إنه يبحث عن أشياء تلهمه وتضيء قلبه كي لا يبقى في العتمة، فربما يلمحها في سرب أوز يأخذ بالألباب،

أو ربما تكون في كتاب. وأثناء البحث صعودًا أو تراجعًا أحيانًا يصادف أشكالًا لا حصر لها من الجمال،

ويواجه أحداثًا جسامًا. لكنه يواجه تلك الأحداث بصمت ويستقبل الأحزان بهدوء نبيل، وإن ذلك لا يعني أن الإحساس عنده قد مات، بل لأن مشاعره أمست عميقة فأخذت شكل الصمت ففقد صوته وقدرته على التعبير. والصمت رافدٌ عظيمٌ يصب على درب الحكمة، وفرصة استراحة لاستعادة القوة، ثم الخروج بكل عزم لمواجهة العالم من جديد، بأقصى لطف ممكن. يقال إن الحكماء لا يتحدثون إلّا بعد أن تتمكن كلماتهم من اجتياز ثلاث بوابات:

عند البوابة الأولى يسألون أنفسهم: هل تلك الكلمات صادقة؟

وعند البوابة الثانية يسألون: هل تلك الكلمات

ضرورية؟

وعند الثالثة يسألون: هل تلك الكلمات طيبة؟

إن جحيم كل إنسان هو حواسه الخمس، وعندما يسمو فوق حواسه، سيشعر بالخفة، ويصل الى أحاسيس جديدة، قوية ومكثفة، أولها الرغبة بالصمت المطبق وسينتشي بموسيقى الوجود، وهي تعزف له أنغامًا لم يسمعها من قبل، فيشعر كما لو أنه على اتصال بالنجوم يستدعي ضوءَها متى شاء،

يعتليها ويرحل معها صوب الأفلاك. الروحاني لا يتحدث إلى من ينصت إليه بقلبه، يتحدث فقط عندما يُعاب عليه أن يبقى في صمت!

(أن تتحدث قليلًا فهذا طبيعي،

فهطول المطر لا يدوم كلّ صباح

والرياح العنيفة لا تضرب كلّ يوم.

في قلة الكلام تناغم مع الطبيعة،

الطبيعة لا تعبرّ عن نفسها بالكلمات.

أولئك الذين يعرفون لا يتكلمون،

أولئك الذين يتحدثون لا يعرفون.

الحكيم يعمل من دون كلام

ويُعَلّم من دون كلمات

ويحقق ما ينبغي أن يحققه

دون الخوض في ما يفعل.

الحكيم هو من لا يحاول إظهار معرفته)

لاوتزو

(٧٧) وحدة الكون

لا تستوحش أيها الوحيد،

فكل ذرة في الصحراء مربوطة بخيوط لا ترى

مع ذلك النجم البعيد!

الروحاني لا ينظر بازدراء إلى الجسد، فهو آلته وسفينته العظيمة لخوض بحر الحياة واكتشاف عجائبها. فالعمليات التي تدور فيها من الولادة حتى النضوج ثم الفناء تدعو إلى الاحترام والإعجاب. كل جزء من الجسد يؤدي مهامه بدقة وإعجاز، وتتعاون الأعضاء مع باقي الأعضاء بإدراك وعبقرية فذّة من أجل البقاء، ترمم نفسها بنفسها عند الجروح والكسور، وكل ذلك يتم بصمت مطبق لا كضجيج المكائن، بل بتناسق كفرقة موسيقية. وإن احترامه لجسده وما يجري في داخله من عجائب هو جزءمن التوقير والامتنان للخالق الذي أوجد الحيـاة. الروحـاني الحقـيقي كلمـا ازدادت عيوبـه الجسدية قلّتْ عيوبه الروحية، وكلما اقترب جسده من الأرض اقتربت روحه من السماء، وهو يرى أن الحياة تكاملٌ وتفاعلٌ بين حياته الداخلية والكون الخارجي، وأن وجودَه هو قيمةٌ مضافةٌ للحياة، والوجود الخارجي هو قيمة مضافة له. إنه يعانق كلَّ ما في الوجود ويتعاطف مع أجزاء الكون فلا يرى

فيها نقصًا ولا قبحًا، ثم هو يتقبل كلَّ شيء ويرى أن الحياة خير وليست مصيبة،

وأن الممات خيرٌ وليس كارثة، وكل الثنائيات في الحياة لها جوهر واحد،

المرأة والرجل، الخير والشر، النور والظلام، فما الحياة إلّا وحدة واحدة. لقد أثبت العلماء أن الخلايا الحية تتعامل فيما بينهما مثل البشر، في صفاتها النفسية كالطمع والتحايل وغيرها، كما أثبتوا أن المادة تمتلك أيضًا روحًا ولها خصائصها النفسية والعقلية، أي أنها تملك وعيًا كامنًا.

فالمادة والروح تتكاملان مع بعض، في المادة شيء من الروح وفي الروح شيءٌ من المادة، مما يثبت وحدة الكائنات وارتباطها وتأثرها ببعضها البعض. إنها تتعامل وتتكامل كمنظومة ضمن جوهر واحد. كلُّ شيء على سطح الأرض أو في السماء إنسان أو ذرة هواء،

شجرة أو حبّة رمل لها شكل ولون وحتى رائحة وتركيبة متفرّدة لكن جوهرها واحد، بل إن التركيبة الموجودة في تويج الزهرة تشبه تلك التي تكمن في المجرّة،

الماء نفس الماء، لأن الله وحده السَقّاء!

(٧٨) العبور الكريم

كلنا عابرون، هل بقينا نحن على حالنا؟ أو هل بقيت مثلما كانت أشياؤنا،

أظافرنا، جلودنا أو مخزون ذاكرتنا، أو حتى الأشياء الراسخة في قلوبنا؟ أم أنها قد تغيرت؟ حتى النِعَم، فإنها مستودعةٌ عابرةٌ إن حلّتْ يومًا بفنائنا، فلا بد من إكرامها بالشكر والعمل.

هناك قصة عن معلم روحاني فاز بكأس في غاية الجمال،

ولأنه يعلم أن كلَّ شيء في الحياة لا يدوم، بل هشٌّ قابلٌ للكسر، لم يتعلق بالكأس بل اعتبر أنّ تلك الكأس مكسورة، وتصرف معها دائمًا على أنها مكسورة، فكان يراها في ذهنه على ذلك الأساس. وذات يوم، إذ بالكأس قد انكسرت فعلًا، فلم يحزن بل قال لنفسه: نعم هي كانت كذلك منذ أمدٍ بعيد!

الروحاني يحبّ، لكن لا يتعلق، فالحبُّ هو الرغبة في منح السعادة للآخر،

والتعلّق هو استعباد الآخر بحجة حمايته، وعبودية للنفس مخفية تحت ستار المحبة. الحب هو جعل الآخر يشعر بالحرية بينما التعلق هو العيش في

المعاناة خشية الفقدان. والعبودية الحقّة للخالق تتحقق عند التحرر من علائق النفس ومن الاحتياج للخلائق، فكلما ازدادت العلائق،

ستواجه في القلب حرائق. تعلّقْ فقط بالحافات الخارجية للحياة واعبر عبورًا كريمًا على أطرافها، فالعلائق ورطة وهزائم لا تنتهي!

إن كل خلية من الجسد تنشأ وتموت عدة مرات في اللحظـه الواحـدة، وتحصـل تغـييرات كيمياويـة مستمرة تؤثر على كل شيء في الإنسان. فنحن لسنا (نحن) بعد لحظة. ما من جوهر ثابت لا يتغير.

لا توجد (أنا) و(لي) و(ملكي) فكل شيء متغير وزائـل فـي داخلنـا وفـي العـالم الخـارجي، كـل الكائنات وهمية وعابرة، بعيدة عن السيطرة، ونحن لسنا أحرارًا ولا نملك أنفسنا.

والتعلق بالأشياء وهمٌ يجلب المعاناة،

يجب أن نراقب أحساسينا بتجرد، بلا تفاعل أو تعلّق،

كي لا نشعر بانفعال يقودنا إلى

الشعور بالودّ والاشتهاء أو الكره والنفور.

راقب الأحاسيس التي تطرأ عليك حتى تزول،

دعها تمر مثلما جاءت. ليس ثمّ إحساس سيّئ أو جيد،

فالجيد أن يظل المرء متزنًا والسيّئ أن يفقد اتزانه!

نستأصل الشهوة عندما نراقب الأحاسيس المبهجة دون التفاعل معها،

نستأصل النفور عندما نراقب الأحاسيس المزعجة دون التفاعل معها.

يقول جبران خليل جبران:

«أحبوا بعضكم بعضًا ولكن لا تحيلوا الحب إلى قيد،

بل أتيحوا له بالأحرى أن يكون بحرًا يموج بين شطآن أرواحكم. ليملأ الواحد كأس الآخر، لكن لا تشربوا من كأس واحدة. وليعطِ الآخر من خبزه،

لكن لا تأكلوا من نفس الرغيف. غنوا وارقصوا معًا، وافرحوا، لكن ليبق كل واحد منكم وحيدًا، مثلما تبقى أوتار القيثارة وحدها، رغم أنها ترتعش بنفس الموسيقى».

(٧٩) أجنحة العشق

كي تُشفى من حزنك

اترك كلَّ شيء خلفك.

تجرّد من جاهك واعتبارك

إلّا من قلبك،

ليكن لك دليلًا

ليكن لك مثل قنديل.

لا تبقَ بلا عشق،

فالشفاء مخبوء بين أجنحة العشق.

اعشق أيًّا من المخلوقات،

فالعشق جناح.

هل رأيت طائرًا بلا جناح؟

ابحث عن الجمال المخبوء،

عن ورودٍ سحرية هنا وهناك.

زهرة ذات عبير

أو فراشة تطير

فالعشق بحد ذاته شفاء!

(أن يحبك شخصٌ ما بعمق

فإن هذا يعطيك القوة،

وأن تحب شخصًا ما

فهذا يمنحك شجاعة،

ولو أرادت السماء إنقاذ إنسان

أرسلت له الحب!)

لاوتزو

تبدأ رحلة الروحاني اليومية بالحب وتنتهي بالحب، مارًّا أيضًا بمحطات ليس لها عَدّ من الحب، فالحب غسيل قلبه اليومي الذي لا يتوقف، ومعراجه للوصول إلى الله. هو يعرف قدر روحه وعظمة ما يكمن فيها من كنوز وأسرار. هو يعرف أن في داخله إنسانًا وليس كومة من الأطيان!

فالتقدم في الحالة الروحية هو التقدم في القدرة على المحبة، هو أن تحب المكان الذي أنت فيه، وتحب النّاس الذين يعيشون حولك، وأن تحب وقتك بأفضل ما تستطيع.

يقول القديس أوغسطين: المرء يستطيع أن يفهم

(٨٠) الهروب من بلد العميان

كتب «هربرت جورج ويلز» رواية اسمها: بلد العميان، تحكي عن مجموعة من المهاجرين من البيرو فرّوا من طغيان الإسبان. وأثناء هروبهم حدثت انهيارات صخرية في جبال الإنديز، فانعزلوا على إثرها في وادٍ سحيق، وانتشرت بينهم حمّى غامضة أصابتهم جميعًا بالعمى. وجيلًا بعد جيل ورّثوا أبناءهم العمى، وكان هناك شخصٌ اسمه (نيونز). وبينما هو يتسلق الجبال انزلقت قدمه فسقط في ذلك الوادي، وعندما وجده العميان راحوا يتحسسون وجهه ويغرسون أصابعهم في عينه التي بدت لهم عضوًا غريبًا، أدرك أنهم أناسٌ عميان يعيشون في ظلام دامس، فقرّر أن يريهم أهمية البصر وراح يحكي لهم عن جمال الجبال والغروب والشمس وهم يصغون له باسمين ولا يصدقون قوله، حتى ظنّ أنه سيسود القوم ويكون ملكًا عليهم. ويومًا بعد يوم استهجنوا حديثه وقاموابمعاداته، فهرب منهم واعتزلهم حتى كاد أن يهلك من البرد والجوع، ومن أجل أن يعيش اضطر أن يقول لهم إنّ البصر كذبة ابتدعها من خياله. ثم بعد فترة أحبّ فتاةً جميلة كانت تعيش بينهم ولم يكن العميان يحبونها لأن أهدابها طويلة، وذلك ما يخالف فكرتهم عن الجمال،

وعندما طلب يدها، لم يقبله أبوها لأنه كان يعتبره أقل من مستواهم بسبب عينيه، ذلكما الشيئين العجيبين في أعلى رأسه مع جفنين يتحركان عليهما، تعلوهما أهداب، ذلكما الشيئين اللذين أتلفا عقله فأصبح يتوهم ويقول أشياء عجيبة. واشترط عليه سكان الوادي كي يتزوج الفتاة أن يقلع عينيه ليكون إنسانًا طبيعيًا مثلهم على اعتبار أن البصر شيء لا قيمة له، وما إن حانت أقرب فرصة للهرب، تسلق (نيونز) الجبل وانطلق مغادرًا بلد العميان إلى الأبد. نزفت كفاه وتمزقت ثيابه لكن قلبه كان يبتسم من جديد بعد أن تخلص من أولئك الذين لا يعرفون شيئًا عن نعمة الإبصار!

(٨١) البحث عن معنى

القدرة على الاستنارة هي بذرة كامنة قابلة للنمو مزروعة في داخل كلّ إنسان، وكل إنسان يخوض تجربته للوصول الى الله بطريقته الخاصة. وتختلف الطرق والمسالك حسب ما حظيَ به كل إنسان من وعي ومواهب وقوة روحية، والنبيه من لا يفرض على الآخرين أسلوبه في المسير أو منهجه في السلوك، ورحلة الروحاني الحقيقي متعددة الاتجاهات، ولا يوجد طريق مرسوم لخط سيره نحو التنوّر، بل يعيش بروحانيةٍ يومًا بيوم منفتحًا على الحكمة والجمال أينما كانا في الكون.

وهو في حالة من القراءة الدائمة في كتاب الوجود، لا يطلب علوًّا في الأرض، ولا ينتظر كرامةً من السماء، ولا يصرف نظره عن العالم، بل إنه يصرف نظره نحو العالم. ثم إنه لا يستضعف كائنًا من الكائنات أو يستصغر شيئًا من الموجودات، فكلّ موجود له دور وهدف، ويعتبر أن من كماله وجود النقص فيه!

يقول «سوامي فيفنكنندا»: «هناك مثل هندي يقول: (يأتي النحل لغرض امتصاص العسل، لكن أقدامه تعلَقُ فيه)». إننا سنتحاشى مصير النحل إذا ما اعتبرنا حياتنا بحثًا دائمًا عن معنى،

وتدريبًا على التمييز بين الحقيقي وغير الحقيقي.

بهذه الروح، سوف نرحب بكل خبرة، سارة كانت أو أليمة، وهذا لن يؤذينا، لأن هناك حكمة مخبأة في كل مكان، في كل خبرة، وفي كل موضوع في الكون، وكلّ شيء يحدث لنا يقدم لنا إشارة قد تقودنا صوب معرفة روحية أوسع!

في رحلة سياحية إلى مرتفعات جبال الهملايا، تعطّلت حافلتنا في منطقة جبليةشديدة الانحدار مقطوعة عن العالم، وكنّا نحن الركّاب خليطًا من البشر ما بين سائح ميسور ومومس عجوز وهندي فقير وفيلسوف لامع وآخرين غيرهم من عوالم مختلفة لا يجمعهم شيء. لكن جمعتنا في تلك الليلة أشياء كثيرة كانت مخفيّة، بتنا جميعًا في البرد، وتشاركنا لحظات الجوع والرعب. وحّدتنا المحنة فاقتربنا من بعض، شعرنا بمشتركات تربط بيننا وجمعَنا شيء عميق مجهول.

وبينما كانت الرحلة في الظاهر خارجية، لكني نفذت خلالها إلى زوايا عميقة في ذاتي، واكتشفت أسرارًا مخفيةً عن نفسي لم أكن أعرفها لولا تلك الليلة الصعبة.

فسبحان الذي أضاء القلب بعد العتمة وأخرج الشمس بعد طول ظلام!

وأنت أيها الإنسان،

هل نسيت أن أكثر مشاعرك صدقًا ودفئًا جاءت وقت الأحزان لا أثناء الأفراح!

وكتبتَ أجمل كلماتك عندما عاشرتَ أسوأ الناس خُلُقًا وليس أكثر الناس لطفًا!

واكتسبتَ أعظم خبراتك في الحياة لمّا كنتَ في أشد حالات المعاناة!

فاعتبر من نفسك ولا تجزع من شيء!

(٨٢) المشاعر الدافئة

يمتلك الإنسان السيّار نحو الروحانية مشاعر دافئة تجاه المخلوقات مع قدرة فطرية على الإحساس بالآخرين والتعاطف معهم. هو يعمل على تنمية إحساسه بالمسؤولية تجاه العالم، لأن أرقى اللحظات الإنسانية هي حيث يشعر الناس بتداخل أرواحهم واشتراكهم بالألفة ووحدة المصير، ويشعر أن إحدى مهامه في الحياة هي مساعدة أخيه الإنسان في اكتشاف نوره الخاص كي يُخْرِجَ نفسهُ بنفسه من حالة الظلمة. إنه منقذ غير مباشر لمن يحتاج إلى المساعدة من دون طلب مقابل،

هو لا يسترزق من روحانيته للحصول على غنائم

مادية ومعنوية كالحظوة والجاه، بل كلما تقدّمَ في الحالة الروحية أصبح أكثرَ عطفًا ورقّةً،

فكل خير يأتيك من السماء، إن لم تجعله لغيرك دواء، سيكون لك داء!

وإذا لم تشارك الآخرين بهجة معارفك،

فإن ذلك يصبح عبئًا يخدش صفاء قلبك.

الروحاني يبتعد عن ذاته ليقترب من الله، ويغتنم أية فرصة كي يهرب بروحه من أي مكانٍ يجد فيه الناس غارقين في ذواتهم وجاعلين حياتهم ترتكز على أنفسهم. إنه يسعى لتحرير روحه من بشريتها كلما أمكنه ذلك!

إنه يخفي عبادته عن الأنظار تواضعًا، لكي لا يجذب إليه النظّار، ولا يرضى عن نفسه مهما فعل من خير، ولا يفتخر على أحدٍ بروحانيته لأن الله خلقنا مختلفين في القدرة والمهارات، وليس من شأنه تصنيف البشر، مؤمنين وكافرين، فهذا شأن الله!

أن تعرف أسرار الحياة، أن تصبح حكيمًا وتستنير، فإن تلك مسؤولية!

يقال إنّ «بورخيس» وبعد أن فقد بصره كان يبكي بينما هو يصغي إلى ما

تقرأ له أمه، ولما كانت تسأله: لماذا تبكي؟ كان يجيب: أبكي لأني أفهم!

(الحكيم يعمل ولا ينتظر العرفان،

ينجز العمل وينسى،

ولذلك أثره لا يفنى.

الحكيم مثل السماء والأرض،

بالنسبة له لا أحد عزيز،

ولا يعادي أي شخص.

يعطي دون أي قيد أو شرط

ويقدم كنوزه للجميع)

لاوتزو

(٨٣) اليوم الأخير

(يخيل إليك أنه لم يعد بوسعك مواصلة الحياة

يخيل إليك أنّ نور روحك قد انطفأ، وأنّك ستعيش في الظلام إلى الأبد.

لكن عندما يبتلعك الظلام الدامس، عندما تُطبق عيناك على العالم،

تُفتح عينٌ ثالثة في قلبك)

جلال الدين الرومي

يدرك الروحاني أنه ليس وحده يسعى نحو الموت، وإنما الكون كلّهُ بكل

كائناته الصغيرة والعملاقة تسير كموكب هائل في رحلة إلى الفناء، وأنه لا حلّ لمعضلة الموت إلا بمشاغلة الموت بالحياة، الموت بطريقة حكيمة،

الموت وهو على قيد الاستعداد للحياة من جديد كل يوم، وكل ذلك يمنحه الشجاعة ويبعد عنه الخوف ويخفف عنه الشعور بالوحشة. وبينما يشعر بعض الناس أنه بعد ساعة من موتهم سينتهي كل شيء، سيصبحون لا شيء وكأنهم لم يكونوا، وسينشغل الناس عنهم ويسرعون في نسيانهم، فإن الروحاني يدرك أن حكايته الكبيرة ستبدأ بعد الموت، وأن الحياة لم تكن سوى حلمٍ مضنٍ صغير!

في قصيدة من التراث الياباني عن فتاة جميلة من ناغارا، نقرأ :

(مثل ندى الخريف الذي لا يمكث سوى لحظه على أطراف العشب النابت،

كذلك أنا، أعرف أني سأذبل لا بدّ، وأرحل عن هذا

العالم الزائل)

إنّ ما يعزّي الندى، هو أنّه رغم قِصَرِ عمره، فقد أضفى في حياته جمالًا ملموسًا على العالم، وعندما آن الأوان ليرحل من أوراق الأزهار ، رجع بخفة ليسقي عروق الأشجار !.

الروحاني يراقص الحياة، يعزِفُ على أوتارها، يصنع من أحداثها فرصًا وضحكات،

يلاطفها كقطة صغيرة، يتقافز معها،

كي لا تخرق له ثوبًا أو تعمل في قلبه ثقبًا،

أو ربما يفعل مثلما كانت تفعل شهرزاد لمّا كانت تشاغل شهريار، كي ينسى سيّافه!

الموت عند الروحاني قدس أقداس الحياة واقتراب من قلب الكون.

تسابق روحه جسده كلما اقترب من الموت

ليودع الأرض وما فيها ويحلّقَ راقصًا صوب العلا.

قد كان كريما مع أهل الأرض وسيكون عزيزًا بين أهل السماء!

إن الموت والحياة صنوان يتوالدان من بعضهما البعض

وإنهما عاشقان لا يرتويان إلّا من بعضهما البعض!

وإنهما في اللحظة آلاف المرات يتعانقان،

لكنك لا تبصر عناقهما!

الروحاني يحيا دومًا في قلب الحياة،

فإن حان وقت الموت فإنه لا يخاف، بل يستبشر!

يعتلي شعاع الضوء ويحلّق حرّ القلب من طين الأرض، يتحرر،

فليس الموت سوى يقظة كبرى!

(اذهب إلى مكان راحتك الأخير برشاقة، مثلما تسقط ثمرة الزيتون اليانعة،

مُشيدة بالتربة التي غَذّتها ومُمتنّة للشجرة التي حَملتها)

ماركوس أوريليوس

الخلاصة

يشعر حكماء العالم أن التقدم التكنولوجي الحالي ليس له ضمير،

وأن الحياة المادية قد أوصلت الإنسان إلى طريق مسدود، وسيبقى العالم في بؤس إن لم يواكب ذلك تقدمٌ موازٍ له في المجال الروحي.

فإنسان هذا اليوم يعاني من القلق والخوف من القادم ومن الشعور بالتفاهة. إن قيادات العالم من السياسيّين ورجال المال يقودون البشر إلى الفقر والتوحش،

ورغم أن العالم يمتلئ بالمعارف والمعلومات، لكن المعرفة وحدها لا تكفي. إنها ترينا الجانب الأجرد من الجبل وليس سفحه الأخضر.

توصلنا إلى عتبة الحياة وليس إلى قلبها الحقيقي، وقد تصبح المعرفة حجابًا يشغلنا عن العالم الأكبر. فالحضارة الحديثة تروّج للناس مغريات تزهو بالألوان لكنها تخفي مصائب يراها الخبير البصير ويغفل عنها الغَرّ الساذج. لقد أصبح هذا العالم قاسيًا جدًا

على أهل القلوب المرهفة!

ما العمل وكيف يمكننا الخلاص؟

يجب أن نسأل أنفسنا أولًا الأسئلة الصحيحة:

ما صفات الحياة الطيبة التي نودّ أن نعيشها؟

ما السبيل لاكتساب السكينة والسلام؟

كيف نعيد التوازن إلى هذا العالم؟

والحل، من وجهة نظري، هو بانتهاج طريق الروحانية،

ليست الروحانية القديمة الجامدة، وإنما نمط جديد من الروحانية،

إنسانية وأخلاقية، أن نتقدم على الصعيد الروحي لكي نوازن التقدم الحالي العديم القلب.

لا بد من العودة الى البدايات، إلى بعض الروحانيات التي تحملنا إلى ما وراء هذا العالم المرئي، إلى المفاهيم البريئة التي تلوّثت فحوّلت الحياة غابةً مرعبة،

وأن نعيد الاعتبار لمكارم الأخلاق التي بدأت تتلاشى بفعل عصر مادي يساعد جدًا على ذلك، مع الشك والكثير من الانتباه، وبعض المشاكسة لما تطرحه وسائل الإعلام لأنها أصبحت تجارية وبعيدة من الإنسانية.

علينا أن لا ننسى أننا مخلوقون لهدفٍ أسمى، وأن ننظر بعين الريبة لما تروّجه لنا هذه الحضارة ذات البعد الواحد. لا بد من الانتباه والصحو من هذا التخدير، وأن نحافظ على روح المقاومة.

لا بد من استعادة زمام النفس وإعادة الارتباط من جديد بالكون.

نحتاج إلى إشراقة جديدة على الروح أوّلًا،

وعلى الكون ثانيًا، لكشف ما يجري من حولنا وفضح التسطيح الذي يجري لحياتنا، إلى تفكيك صناعة الخوف الذي عمّ العالم، تفكيك الإحساس الدائم بالقلق من أشياء لا عدّ لها أغلبها مجهولة.

نحتاج الى صناعة الأمان، إلى شيء نورانيّ شفّاف ينقلنا إلى عصر أكثر حكمةً، إلى ومضة مقدسة تكشف لنا الطريق وتبعدنا عن المتاهات، لتبسيط حياتنا المعقدة، وفك خيوطها المتشابكة!

إن جوهر الروحانية هو التواصل مع الجزء الإلهي فينا على حساب الجزء البشري، عن طريق الانتباه وزيادة لحظات اليقظة في إبقاء الصلة الحية بالله، والتركيز اليومي في رؤية الله في كل شيء.

فالله (أو الحقيقة الكونية الواحدة الشاملة) هو الجوهر الحقيقي للوجود،

وكل شيء عداه ما هو إلا مظاهر وانعكاسات لتجلّي نوره،

مثل الشمس التي يتجلّى ضوؤها في نور القمر،

فالله كما يعتقد الروحانيون هو حقيقةُ كلّ شيء، وليس فى الوجود إلا الله!

والروحاني يمارس التأمل بشكل يومي لكي يكتشف نوره الداخلي وخبايا نفسه، ويدرك أن المعرفة الحقة تأتي بالإحساس المرهف ليس فقط عن طريق الأدلة العقلية. يشاهد الكون بعين القلب فيرتقي بالحياة في أشكالها المادية والحسية متفاديًا النزعة المادية والمظهرية. إنه يعيش حالةً من التدفق الفطري الطبيعي مع تيار الحياة، يقيم في كينونته المتصلة بالعالم، ويكون سعيدًا أينما كان، ولا يبالي أين يقيم،

في سهلٍ أم في جبل، في قريةٍ صغيرة أو مدينة عظيمة. هو يشعر أنه أقرب من نفسه هذا اليوم وأكثر قدرةً على التواصل الحرّ مع الناس مقارنة بيوم أمس، يتقرب ولا يتغرّب من نفسه،

ويتآلف ولا يستوحش من الناس، يعيش في نظام وانتظام من الداخل،

فلا يضيع في زحمة الحياة ولا يتيه في دروبها،

واقعي عملي، لا يعيش في خيال الماضي، ولا يتوهم أنه سيحيا في مدينة فاضلة، فذلك ما لن يراه يومًا على الإطلاق!

والروحاني يدرك أن الفن والجمال حاجات إنسانية حيوية لدى كل إنسان،

ويحيا في حالة من الدهشة والانبهار الدائم من الجمال الإلهي الذي يظهر في كل شيء،

فيشعر بالتواضع وبتفاهة ذاته وضآلة وجوده نسبةً إلى الكون الشاسع.

وهو يدرك أن القسوة قناعٌ يخفي نقاطَ ضعفٍ دفينة، والرحمة شعاع يكشف عن قوة كمينة. فبينما هو ناعم أمام المكسورة قلوبهم والمهمشين يكون قويًّا أمام الظالمين!

وإننا لن نحظى بالخبز إن لم نطحن الشعير ونحرق العجين بالنار!

ولن نصل إلى وادي الأزهار إن لم نفارق الأحباب ونعبر الجبال والقفار!

وإن سر البهجة التي تضيء وجوه البعض هو كونهم لا يكرهون شيئًا في هذا العالم!

وإن الأسرار الكبرى تكمن في أشياء صغرى في

الحياة!

إن الروحاني لا يدع العشق يبارح قلبه، يعشق كل ما أمكنه ذلك.

ومن يغدو يومًا عاشقًا، ستهفو إليه قلوب الخلائق، سيخدمه الجنّ والأنس،

سينجذب إليه كلّ جميل رائق.

يُقال إنّ لكل عاشقٍ نجمة في السماء تنير قلبه عند الصباح وتنير دربه وقت المساء، وإن للعشق سحرًا يجذب الأنهار للبحار،

ويسخّر التربة والهواء للبذار،

والعشق هو من يمسك العالم كي لا ينهار!

شكر ..

أقدم الشكر والتقدير الى الأديبة سهيلة الجوراني، عمود إنساني من الرخام النادر الأصيل، قامت بتدقيق وتنقيح هذا الكتاب وكتبي السابقة بكل همّة وإخلاص، وقد عاشت حياتها وهي تحمل هموم الناس وتدخل السكينة والأمان الى قلوبهم،

عملت في مجال الأغاثة الأنسانية بكل تفانٍ، كانت سـريعة الخطـى للخـير ورمزاً للعطـاء الصـامت الخفّي، تداوي النفوس المتعبه وتسقي أغصان من تشرف حديقته على الذبول في الأيام الصعبة، أقدم لها، لمن طالما أستضائت كلماتي من روحها الطيبة كل الإمتنان والشكر العميق.

مهدي الموسوي

دعاء

إلهي طهّر روحي من شوائبها البشرية، واجعلني على موعد مع المحبة في كل يوم، واجعل المحبة في قلبي مثل سماواتك في امتداد وتوسع، ولا تدعني،

إذا أذنبت ذنبًا أحيا هانئ البال، وألهمني التوبة والاعتذار في الحال،

واجعلني من الراضين، إذا انقلبت عليّ الأحوال!

اللهم، ألهمني أن أُبصر من بين الركام معاني الأشياء ودقائق المسرات والأسرار الخافيات، وهب لي البصيرة على رؤية خيط النور من بين السيل الجارف من الخواطر المجهولة المصدر، وحرّرني من راسخات الأفكار الموروثة بلا سند!

اللهم اجعل عبورنا سهلًا على أرضك، وإن اجتزنا دروبًا صعبة، ضعْ في

طريقنا أحدًا من خيار خلقك ممن يملك قلبًا مستنيراً ، حتى إذا رأيناه شعرنا أن الدنيا ما زالت بخير، ونسألك إذا ما تَقَدّمْنا في العمر،

تَقَدّمْنا في الاستنارة، واذا ما غَرُبتْ شمس حياتنا، أشرَقَتْ مكانها شمس في داخلنا!

إلهي بحق كل إحساس يصعب وصفه بالكلمات من شدة رهافته،

اجعلني مبتسمًا ولطيفًا مع كل إنسان، وخبّئ لمسة محبة بين سلوكي وأفعالي، وجمّل بشيء من رقة القلب صمتي وأقوالي!

اللـهم هـب لي جمـال الـروح قبـل كـل جمـال، واجعلني على قيد المحبة ليس فقط

على قيد الحياة!

إلهي بحق كلمة حق مكبوتة في الصدر إن قيلت قُتلتْ! قوِّ إيماني،

واجعلني أتقبّل أحزاني، وأَرِني في نفسي كل جمال رأيته وأُعْجبت به في روح غيري.

وأَنزِلْ حنانًا منك عليّ حنان الغريب على أهله وأكثر.

اللّهم ومهما كنت أنا عنك بعيدًا، فأنت أقرب إليّ من حبل الوريد، فأمسك بيدي عند ضعفي، ونادني كلما ابتعدتُ عنك، وشدّ عليّ كلما لمستَ فيّ ارتخاءً عن العطاء!

يا رب، يا خالق اللحظات الحلوة، هب لي لحظة صفاء، وارزقني حبًّا يقرّبني إليك؛ حبًّا أحلّق به صوبك، وارزقني من يحبني من كل قلبه،

مَن يشعر بآلامي قبل أن أشتكي، من يجد ألف سبب كي يسامحني،

ومن يكافح ليزرع في قلبي السرور!

اللّهم لا حول ولا قوة لقلوبنا إلا بك، فأسألك دربًا موصولاً بالسماء، قلبًا مفتوحًا على المساكين، يواسي الجميع ولا يتعب.

اللهم أبعد عنّي كلَّ من يجيد خدش الإحساس،

واجعلني في هذا اليوم روحًا جميلة تشعّ ضياءً على درب أحدهم،

واجعل كلماتي تغسل القلوب!

المؤلف

- مـهندس اسـتشاري ، مؤسـس ومـدير مكتـب استشارات هندسية لمدة ٢٥ عامًا في دولة الإمارات العربية المتحدة

- بكالوريوس هندسة بناء وإنشاءات من الجامعة التكنولوجية بغداد ١٩٧٦

- دكتوراه من جامعة ماك كوينز تكنولوجي الكندية

- دكتوراه فخرية في علوم الإنسان من جامعة ويسترن ريزرف

- عضو مميز في معهد أبحاث الطب البديل(AMRI)

- أسس مركز إشراقات للنشاطات الإنسانية في العراق عام ٢٠٠٤

- متفرغ للكتابة، مؤلفاته: الرقص مع الحياة، أسرار الحياة الطيبة، الإنسان النوراني، أريد أن أعيش، مثل طير حر، نقيًّا كأنه روح.

- يعيش في كندا مع أولاده الستّة

Email: mahdi.almosawi@gmail.com

Facebook: Mahdi Almosawi

Instagram: mahdialmosawi.writer

Twitter: @mahdialmosawi1