



أوشو
OSHO

الفرح

السعادة النابعة من الداخل



OSHO



شركة المطبوعات للتوزيع والنشر



الفرح
السعادة النابعة من الداخل

«رؤية لحياة جديدة»



شركة المطبوعات للتوزيع والنشر

مكتبة الحبر الإلكتروني
مكتبة العرب الحصرية

Arabic Copyright © All Prints Distributors & Publishers s.a.l.

© جميع الحقوق محفوظة

لا يسمح بإعادة طبع هذا الكتاب أو أي جزء منه أو تخزينه في نطاق استعادة المعلومات أو نقله بأي وسيلة من الوسائل سواء التصويرية أم الإلكترونية أم الميكانيكية، بما في ذلك النسخ الفوتوغرافي والتسجيل على أشرطة أو سواها وحفظ المعلومات واسترجاعها دون إذن خطي من الناشر.

يُمنع تصوير و/أو تحميل و/أو توزيع الكتاب إلكترونياً أو التسهيل لذلك بأي شكل من الأشكال دون موافقة الناشر. يُرجى الاستحصال على النسخ الإلكترونية المصرح لها من قبل الناشر فقط، وعدم المشاركة في قرصنة المواد الإلكترونية المحمية بموجب حقوق النشر أو التشجيع لها. نقتر دعمكم لحقوق المؤلف.

القرصنة الإلكترونية جريمة يعاقب عليها القانون! لا تكن مجرماً.

إن الأراء الواردة في هذا الكتاب لا تعبر بالضرورة عن رأي شركة المطبوعات للتوزيع والنشر ش.م.ل.



شركة المطبوعات للتوزيع والنشر ش.م.ل.

ALL PRINTS DISTRIBUTORS & PUBLISHERS s.a.l.

الجنّاح، شارع زاهية سلمان

مبنى مجموعة تحسين الخياط

ص.ب.: ٨٣٧٥ - ١١ بيروت، لبنان

تلفون: +٩٦١ ١ ٨٣٠٦٠٨ فاكس: +٩٦١ ١ ٨٣٠٦٠٩

email: publishing@all-prints.com

tradebooks@all-prints.com

website: www.all-prints.com

الطبعة الأولى ٢٠٢١

ISBN: 978-6144-58-538-2

ISBN: 978-6144-58-791-1

Originally published as: Joy: The Happiness That Comes From Within.

Copyright © 2004 OSHO International Foundation, Switzerland.

www.osho.com/copyrights.

© 2021, All Prints Distributors & Publishers. All rights reserved.

OSHO is a registered trademark of Osho International Foundation. For further information please go to www.osho.com/trademark

The material in this book is selected from various talks by Osho given to a live audience. All of Osho's talks have been published in full as books, and are also available as original audio recordings. Audio recordings and the complete text archive can be found via the online OSHO Library at www.osho.com

ترجمة: أنطوان باسيل

تدقيق لغوي: علي حجازي

تصميم الغلاف: ريتا كلزي

OSHO International Foundation

الإخراج الفني: فدوى قطيش

المحتويات

7	توطئة
15	ما هي السعادة؟
15	إنها وقف عليك
19	من السطح إلى المركز
27	خلو الوفاض
33	في المسعى
33	الثنائية الأساسية
37	الوعي وليس الشخصية
40	ملاحقة الأوهام
49	جذور البؤس
57	من حال النزاع إلى حال النشوة
57	الفهم هو المفتاح
58	خبز وسيركات

60	النشوة متمردة
67	حقيقي أم رمزي؟
70	أن تكون وأن تصبح
77	فهم جذور البؤس
77	أجوبة عن أسئلة
157	عش بفرح
171	عن المؤلف

توطئة

يطيب لي أن أبدأ بسرد طرفة صغيرة:

«أصّر طبيبي على أن آتي إلى هنا وأراك»، بادر المريض الطبيب النفسي. «ولا أعرف ما السبب في ذلك - فأنا أحسُّ بسعادة كبيرة مع زوجتي، وبلاستقرار في عملي، ولديّ الكثير من الأصدقاء، وبالي خالٍ من الهموم...».

«همم»، أطلقها الطبيب النفسي وهو يتناول دفتر ملاحظاته، وسألني «منذ متى وأنت على هذه الحال؟».

لا أحد يصدّق أنك تشعر بالسعادة. كأنّ المرء لا يستطيع أن يعيشها. فلو أنك صرّحت بإصابتك باكتئاب، وبأنك حزين، وبأنس، لصدّق الجميع؛ لأن ذلك يبدو طبيعياً. أما أن تفاخر بشعورك بالسعادة، فهذا ما لن يصدّقه أحد - وهو يبدو غير طبيعي.

قضى سيغموند فرويد أربعين عاماً يبحث في خفايا ذهن البشري - عمل مع آلاف الأشخاص، وعابن آلاف الأذهان المضطربة - ليخرج بخلاصة مفادها بأن السعادة وهم: لا يستطيع الإنسان أن يسعد، بل يمكننا، في أفضل الحالات، أن نُضفي مزيداً من الراحة على الأمور، لا أكثر. فأقصى ما نقدر عليه، يتمثل في تخفيف التعاسة قليلاً. هذا كل شيء؛ لكن أن يسعد الإنسان؟ فهذا مستحيل.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر IKitab

تبدو هذه النظرة شديدة التشاؤم... لكن إن أقيتَ نظرة على الإنسانية، فستظهر لك الأمور على هذا النحو تماماً؛ في ما يبدو أنه الواقع الفعلي للبشر. وحدها الكائنات الإنسانية تعيسة. لا بد أن

خلاً ما قد حدث في عمق أعماقها.

أقول لكم من موقع يتيح لي ذلك: قد تكون الكائنات البشرية سعيدة، وأكثر سعادة من الطيور، والأشجار، والنجوم، لأنها تمتلك ما لا تملكه أيّ شجرة أو طائر أو نجم، ألا وهو الوعي.

لكنّ الوعي يرافقه خياران ممكنان: السعادة أو التعاسة؛ وعندئذٍ فالخيار لك. فالأشجار سعيدة لأنها لا تستطيع أن تكون تعيسة. سعادتها ليست خياراً اعتمدها؛ بل يتعيّن عليها ذلك. وهي لا تدرك كيف تكون تعيسة؛ ولا تملك أيّ بديل من ذلك. والطيور التي تترقّق في الأشجار سعيدة، ليس لأنها اختارت أن تكون هكذا، بل لأنها لا تعرف طريقة أخرى للحياة. سعادتها غير واعية؛ بل طبيعية وحسب.

قد تعرف الكائنات البشرية
السعادة العارمة والتعاسة
القصوى - وهي حرّة في
الاختيار. وهذه الحرّة محفوفة
بالمخاطر، وهي شديدة الخطورة
لأنها تضع المرء أمام
مسؤوليته.

قد تعرف الكائنات البشرية السعادة العارمة والتعاسة القصوى - وهي حرّة في الاختيار. وهذه الحرّة محفوفة بالمخاطر، وهي شديدة الخطورة لأنها تضع المرء أمام مسؤوليته. لكن الحرّة أصيبت بخلل ما. كما لو أنّ الإنسان يقف على رأسه.

يسعى الناس إلى التأمل. وأنت لا تحتاج إلى ذلك، إلّا لأنك لم تختار أن تكون سعيداً. ولو أنك اخترت أن تكون سعيداً، لما كنت بحاجة إلى أيّ تأمل. التأمل طبّي: إذا مرضت، فستحتاج إلى الطب.

وحالما تشرع في اختيار السعادة، وتقرّر أنك ستكون سعيداً، تنتفي الحاجة إلى التأمل. وعندئذٍ يبدأ التأمل بالحصول من تلقاء نفسه.

تنتشر الأديان بشكل كبير جداً، لأنّ عدداً كبيراً من الأشخاص تعساء: ولا يحتاج الإنسان السعيد إلى الدين؛ ولا المعبد ولا الكنيسة، لأنّ الكون بأسره هو معبد بالنسبة للإنسان السعيد، والوجود بأسره يصير كنيسة. ولا يمارس الإنسان

السعيد نشاطاً دينياً لأن حياته كلّها دينية. فكل ما تفعله بسعادة هو صلاة - ويصبح عمك عبادة؛ وتنفّسك بذاته يكتسب بهاءً شديداً وبركة.

لا يحتاج الإنسان السعيد إلى
الدين؛ ولا المعبد ولا
الكنيسة، لأنّ الكون بأسره
هو معبد بالنسبة للإنسان

السعيد، والوجود بأسره
يصير كنيسة.

تبدأ السعادة عندما تتوافق أنت مع حياتك، عندما تشعر بقدر كبير من الانسجام يصبح معه كل ما تفعله مصدر سعادة بالنسبة إليك. وتتوصل فجأة إلى إدراك أن التأمل يلحق بك. وإذا أحببت العمل الذي

تمارسه، وسعدت بأسلوبك في الحياة، فأنت متأمل. وعندئذ لا يلهيك شيء. أما عندما تلهيك الأشياء، فإن ذلك يُثبت فقط أنك لست مهتماً فعلاً بها.

يوصل المعلم مخاطبة تلامذته الصغار قائلاً: «انتبهوا إليّ! تيقظوا!» وهم متنبهون، لكن لشيء آخر. هناك طائر يغرد من أعماق قلبه خارج مبنى المدرسة، والولد يركّز انتباهه عليه. لا أحد يستطيع القول إنه غير متنبه، ولا إنه ليس في حالة تأمل، أو ليس في حالة من التركيز الشديد - إنه كذلك! وهو في الواقع قد غفل تماماً عن المعلم، وعن الحساب الذي يشرحه على اللوح. سها الولد تماماً عن ذلك كله، فالطائر وغناؤه امتلاكه كلياً. لكن المعلم يقول، «انتبه! ماذا تفعل؟ لا تفقد التركيز!».

المعلم هو في الواقع من يشتت ذهن الولد المنتبه، وذلك يحدث على نحو طبيعي. إنه سعيد باستماعه إلى الطائر. والمعلم يشتت ذهنه، عندما يقول، «أنت لست منتبهاً»، المعلم يكذب وحسب! فالولد كان منتبهاً. والطائر أكثر جاذبية له، فماذا في وسعه أن يفعل؟ الأستاذ ليس على هذا القدر من الجاذبية، وما من إغراء في الحساب!

لم تُخلق على هذه الأرض لنصبح علماء في الرياضيات. وهناك قلة من الأولاد الذين لا يهتمون للطائر؛ وسيبقى انتباههم مركّزاً على اللوح مهما علا غناء الطائر، ويصبح الحساب في هذه الحال لهم. ثم عندما يتعلّق الأمر بالرياضيات يصبحون في وضع من التأمل، في حالة تأملية طبيعية.

لقد تشتت انتباهنا في اتجاه اهتمامات غير طبيعية: المال، المكانة، السلطة. الاستماع إلى الطيور لن يمدّكم بالمال. كما لن يأتيكم بالسلطة وبالمكانة. مشاهدة الفراشة لن تساعدكم اقتصادياً وسياسياً واجتماعياً. هذه الأشياء ليست مربحة، لكنها تُسعدكم.

يتجرأ الكائن البشري الحقيقي على التحرك مع الأمور التي تسعده. وإذا بقي فقيراً، فإنه يكون قد بقي كذلك؛ لا يشتكي من وضعه، ولا يحمل أي ضغينة. يقول: «لقد اخترت طريقي، اخترت الطيور والفرشات والأزهار. ولا بأس إذا لم أستطع أن أصبح غنياً! فأنا غني لأنني سعيد». لكن الكائنات البشرية انقلبت رأساً على عقب.

كنت أقرأ:

مرّت ساعاتٌ وتيد العجوز جالس عند حافة النهر، لكنه لم يصطد أيّ سمكة. أصابه مزيج من بضع زجاجات جعة والشمس الحارقة بالنعاس، وأخذ كلياً على حين غرة عندما علقت سمكة حيّة في الصنارة وشدّت بالخيط وأيقظته. فوجئ وفقد توازنه ووجد نفسه في النهر، قبل أن يتمكّن من التعامل مع الأمر.

راقب ولد صغير ما يحدث باهتمام. وفيما كافح الرجل للخروج من الماء، استدار الولد صوب والده وسأله، «أبي، أهو من يصطاد السمكة أم أنّ السمكة تصطاده؟».

انقلب الإنسان كلياً رأساً على عقب. فالسمكة هي التي تصطادك وتجرّك؛ ولست أنت من يصطادها. وحيثما ترى المال، والسلطة والمكانة والاحترام، لن تعود أنت نفسك. على الفور تنسى كلّ شيء، تنسى القيم الذاتية لحياتك، وسعادتك، وفرحك، وبهجتك. وتختار دوماً أمراً من الخارج وتساوم عليه مع شيء من الداخل. تربح الخارجي وتخسر الداخلي.

حتى لو وضعت العالم بأسره عند قدميك وخسرت نفسك، وحتى لو استحوذت على كل ثروات العالم وخسرت كنزك الداخلي، فما الذي ستفعله بكل هذه الثروات؟

لكن ما الذي ستفعله؟ فحتى لو وضعت العالم بأسره عند قدميك وخسرت نفسك، وحتى لو استحوذت على كل ثروات العالم وخسرت كنزك الداخلي، فما الذي ستفعله بكل هذه الثروات؟ ذلك هو البؤس.

إذا كان لك أن تتعلّم شيئاً واحداً فقط، فليكن ضرورة أن تبقى متنبهاً ومتيقظاً حيال دوافعك الداخلية، وقدرك الداخلي. لا تفقد أبداً

هذه الرؤية،

وإلا فستكون تعيساً. يقول الناس عندما يجدونك تعيساً: «تأمل تسعد». و«صلّ تسعد؛ اقصد المعبد، كن متديناً، كن مسيحياً أو هندوسياً تسعد». هذا كلّه هراء. كن سعيداً، والتأمل يلي. كن سعيداً، والتدين يلي. «فالسعادة هي الشرط الأساسي».

لكنّ الناس لا يصيرون متديّنين إلا وهم تعساء - وعندئذ تكون ديانتهم زائفة. حاولوا أن تتركوا سبب تعاستكم. يأتيني كثيرون يقولون إنهم تعساء ويريدون مني أن أمدهم ببعض من تعاليم التأمل. فأقول لهم في البداية إن الأمر الأساسي يتمثل في فهم الأسباب الحقيقية لتعاستكم. وإذا لم تزيلوها، فلن يعود عليكم التأمل بالكثير من الفائدة، لأن الأسباب الحقيقية للتعاسة ستبقى قائمة.

قد تكون فتاة ما راقصة جميلة، لكنها تجلس في مكتب تكوّمت فيه الملفات. ولا مجال للرقص. وربما استمتع أحدهم بالرقص تحت النجوم، لكنه يكدّس الأرصدة المصرفية فقط. ويقول أمثال هذين الشخصين إنهما تعيسان: «أعطني بعض تمارين التأمل لأمارسها». يمكنني ذلك، لكن ما الذي سيحققه هذا التأمل؟ ما الذي يفترض به أن يفعله؟ سيستمر هؤلاء في كونهم الأشخاص أنفسهم، يكدّسون المال، ويتنافسون في السوق. وقد يساعد التأمل على إراحتهم بعض الشيء، فيفعلون هذا الهراء على نحو أفضل حتى.

يمكنكم ترداد تعويذة ما، وممارسة تأمل ما؛ فهذا قد يساعدكم بعض الشيء هنا وهناك، لكنه يستطيع فقط أن يبيدكم على ما أنتم عليه. وهذا ليس تحوّلاً.

الناس لا يمتلكون في الواقع أيّ شيء يخاطرون به؛ إلا سعادتهم وبؤسهم. لكنهم يتشبّثون حتى بذلك.

من هنا، فإن مقاربتني هي للذين يجرؤون بالفعل، للبسطاء المستعدّين لتغيير نمط حياتهم، المتحمسين للمخاطرة بكل شيء - الناس لا يمتلكون في الواقع أيّ شيء يخاطرون به؛ إلا سعادتهم وبؤسهم. لكنهم يتشبّثون حتى بذلك.

تناهى إلى مسامعي أنه:

في معسكر تدريب بعيد، عادت فرقة من الأغرار إلى المساكن بعد يوم من السير تحت الشمس الحارقة.

قال أحد الجنود الجدد: «يا لها من حياة! نحن على بعد أميال من أقرب مكان، مع رقيب يظن نفسه أتيلاهوني¹، بلا نساء، ولا خمرة، ولا مأذونيات. وفوق ذلك كله فإن حذائي أصغر بقياسين من قياس رجلي».

قال جاره «لست مجبراً على تحمّل ذلك، يا رفيق، لماذا لا تطالب بزوجين آخرين؟».

جاء الردّ «لا أعتقد أن هذه فكرة جيدة. فخلعهما هو اللذة الوحيدة التي أملكها!».

وما الأمر الآخر الذي تمتلكونه لتراهنوا عليه؟ إنه يؤسكم فقط. وتتمثّل لذتكم الوحيدة في التحدّث عنه. انظروا إلى أولئك الذين يتحدثون عن يؤسهم؛ كم أصبحوا سعداء، فهم يدفعون ثمن ذلك؛ يذهبون إلى المحلّ النفسي للتحدّث عن يؤسهم - ويدفعون كلفته! يسعدون جدّاً لأن هناك من يستمع إليهم بانتباه.

يكرّر الناس، المرّة تلو الأخرى، التحدّث عن يؤسهم. بل إنهم يببالغون فيه، فيجمّلونه، ويجعلونه يبدو أكبر من حجمه الطبيعي. لماذا؟ لأنه ليس لديهم سوى يؤسهم على المحكّ، لكنّ الناس يتمسّكون بما هو معروف، بالمألوف. والبؤس هو كل ما عرفوه؛ تلك حياتهم. ليس لديهم ما يخسرونه، لكنهم يخافون كثيراً من خسارته.

السعادة، بحسب نظرتي إليها، تأتي أولاً، والفرح كذلك، والفلسفة التي تؤكد قيمة الحياة تحتلّ الصدارة. استمتعوا! وإذا لم تستطيعوا الاستمتاع بعملكم، فبدّلوه. لا تنتظروا! فأنتم، طوال هذه الفترة، إنما تنتظرون غودو²، وغودو لن يأتي أبداً. فالمرء ينتظر فقط ويهدر حياته. فمن تنتظرون؟ أو ماذا؟

إذا فهمتم المقصد، وهو أنكم تعساء في نمط معيّن من الحياة، فإن التقاليد القديمة كلّها ستقول بالتالي إنكم مخطئون - أما أنا، فأودّ أن أقول إن النمط هو الخاطيء. حاولوا أن تدركوا الفارق في

التوكيد. أنتم لستم مخطئين، بل نمطكم فقط هو الخاطيء. الطريقة التي تعلمتم بها العيش خاطئة. والحوافز التي تعلمتموها وقبلتموها بوصفها لكم، ليست لكم، فهي لا تلبي قدركم، بل تسير على نحو معاكس لبذرتكم، وجوهركم.

تذكروا أن لا أحد يستطيع أن يقرر عنكم. فكل وصاياهم، وكل أوامره، وكل أخلاقياتهم تؤدي إلى عرقلة مسيرتكم. عليكم أن تقررروا عن أنفسكم، وأن تتحكموا في حياتكم. وإلا فستقزع الحياة بابكم ولن تجدكم أبداً. إنكم تحيون دوماً في مكان آخر.

إذا كنت ستصبح راقصاً، فستأتي الحياة من ذلك الباب، لأنها تعتقد أنه لا بد أنك عند هذا الحد قد أصبحت راقصاً. تفرع الحياة بابك، لكنك لست موجوداً - أنت مصرفي. وكيف يتوقع للحياة أن تعرف أنك ستصبح كذلك؟ الحياة تأتيك بما أرادتك طبيعتك أن تكون عليه؛ وهي لا تعرف إلا هذا العنوان - لكن لا يُعثر عليك أبداً في المكان، لأنك في مكان آخر، تختبئ خلف قناع شخص آخر، في جلبابه، وتحت اسمه. الوجود يواصل البحث عنك. وهو يعرف اسمك، لكنك نسيته. ويعرف عنوانك، لكنك لم تسكن يوماً فيه. سمحت للعالم بأن يشنت فكرك.

قال جو مخبراً آل: «حلمت في الليلة الماضية بأني ولد صغير، وحصلت على بطاقة مجانية لكل الألعاب المتوافرة في ديزني لاند. يا لروعة الوقت الذي قضيته! لم يتعين علي اختيار الألعاب التي أركب فيها، فقد ركبها كلها».

لاحظ صديقه: «هذا مثير للاهتمام، فقد شاهدتُ أنا أيضاً حلماً حياً في الليلة الماضية. حلمتُ بأن فتاة شقراء جميلة قرعت بابي واستحوذت علي برغبتها. ثم، عندما هممنا بالبدء، دخلت علينا سمراء مكنزة وأرادتني هي الأخرى!».

قاطعته جو: «واه، وددت لو أنني كنت هناك! لماذا لم تتصل بي؟».

أجاب آل: «فعلتُ ذلك، وأخبرتني والدتك أنك في ديزني لاند».

أمام قدرك طريقة واحدة فقط ليعثر عليك، وهي إزهارك الداخلي، كما شاءك الوجود أن تكون. وما لم تعثر على عفويتك، وجوهرك، فلن تكون مستعداً. وإذا لم تتل السعادة، فلن تنجح في التأمل.

لماذا تتولّد في عقول الناس فكرة أن التأمل يجلب السعادة؟ الواقع هو أنهم كلّما وجدوا شخصاً سعيداً كان ذهنه تأملياً، وأصبح الأمران مترابطين. وحيثما وجدوا بيئة جميلة محيطة بشخص ما، كان دائماً على قدر عظيم من السعادة، ينبض بالغبطة، متألقاً. فيرتبط الأمران أحدهما بالآخر. يعتقد الناس أن السعادة تأتي عندما تكون في حال من التأمل.

والأمر عكس ذلك تماماً. فالتأمل يأتي عندما تكون سعيداً. لكنّ بلوغ السعادة صعب، وتعلّم التأمل سهل. أن تكون سعيداً معناه إجراء تحوّل بالغ في أسلوب حياتك - تحوّل مفاجئ، لأنك لا تملك الوقت لإضاعته. تغيير مفاجئ، انقطاع عن الماضي، صاعقة مفاجئة تضربك فتموت النسخة السابقة منك، وتبدأ من جديد من الألفباء. تبدأ حياتك من جديد كما كنت ستفعل في غياب الأنماط التي يفرضها عليك أهلك ومجتمعك والدولة؛ وكما كنت ستفعل، وكما يتعيّن عليك أن تفعل، لو انتفى حضور من يشنّت ذهنك. لكنك تعرضت للتشتيت.

عليك أن تُسقط كل تلك الأنماط التي فُرِضت عليك، وأن تعثر على شعلتك الداخلية الخاصة.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر IKitab

ما هي السعادة؟

ليس للسعادة أيّ علاقة بالنجاح، ولا بالطموح، ولا بالمال والسلطة والمقام. السعادة لها علاقة بوعيك لا بشخصيتك.

إنها وقف عليك

ما هي السعادة؟ إنها تتوقّف عليك، على حالك الواعية أو اللاواعية، سواء كنت نائماً أو مستيقظاً. وهناك مثل ماثور من تلك الأمثال المنسوبة إلى مورفي مفاده أنّ الناس نوعان: واحد يقسم البشرية إلى فئتين، والآخر لا يقسمها على الإطلاق. وأنا أنتمي إلى النوع الأول: يمكن تقسيم البشرية إلى نوعين، النائمون والمستيقظون - وبينهما بالطبع مجموعة صغيرة.

تتوقّف السعادة على المكان الذي بلغته في وعيك. فإذا كنت نائماً تصير اللذة عندئذٍ هي السعادة. واللذة تعني الإحساس، محاولة تحقيق أمر من خلال الجسد يستحيل تحقيقه عبره، أي إجبار الجسد على تحقيق أمر يعجز عنه. ويحاول الناس، بكل الوسائل الممكنة، تحقيق السعادة من خلال الجسد.

قد يمدّك الجسد فقط بملذّات عابرة، ويوازن الألم كل لذة بالدرجة والكمّية نفسيهما. فكلّ لذة يعقبها ضدّها، لأنّ الجسد يحيا في عالم من الثنائية. تماماً كما يعقب الليل النهار، والموت تعقبه الحياة، التي يعقبها الموت: إنها حلقة مفرّغة. سيعقب الألم لذّتك، وتعقب اللذة ألمك. لكنك لن ترتاح أبداً. ستخاف، وأنت في حال اللذة، من أن تفقدها، وهذا الخوف سيصيبها بالتسمّم. وأنت، بالتأكيد، عندما تكابد ألماً ستعيش المعاناة، وتبذل كلّ جهد ممكن للتخلّص منها، فقط لتقع فيها مجدداً.

يسمّي بوذا ذلك عجلة الولادة والموت. نتحرّك مع العجلة، نتعلّق بها... وتستمر هي في الدوران. وأحياناً ينتج عن ذلك اللذة وأحياناً الألم، لكننا نُسحق بين هاتين الصخرتين.

أما الشخص النائم، فلا يعرف غير ذلك. يشعر فقط ببعض أحاسيس الجسد مثل الطعام، الجنس؛ هذا عالمه. ويمضي منتقلاً بينهما. إنها غايتاه: إذا كبت الجنس فسيدمن الطعام؛ الذي إذا كبتة مجدداً فسيدمن الجنس. وتواصل الطاقة تحركها الأشبه برقاص الساعة. وكل ما تسميه اللذة ليس، في أفضل الحالات، إلا تخفيفاً من حال توتر.

تتجمع الطاقة الجنسية وتتراكم؛ فتصبح متوتراً ومثقلاً وتريد تصريف ذلك. الجنس بالنسبة إلى الرجل النائم يشبه العطسة القوية. ولا يمده ذلك إلا بانفراج معين، التوتر الذي كان قائماً يزول. لكنه سيتراكم مجدداً. ولا يمنحك الطعام إلا بعضاً من التدوّق على اللسان؛ وليس ذلك بالكثير الذي يُعاش من أجله. لكنّ كثيراً من الأشخاص لا يعيشون إلا لتناول الطعام؛ وقلة قليلة هم من يقتاتون ليعيشوا.

قصة كولومبس مشهورة جداً. وهي كناية عن رحلة طويلة. لم يشاهد مرافقه، على مدى ثلاثة أشهر، شيئاً سوى الماء. ثم نظر كولومبس في أحد الأيام إلى الأفق وشاهد أشجاراً. وإذا كنتم تظنون أنه سعد لمراى الأشجار، فكان عليكم رؤية كلبه! هذا هو عالم اللذة. يمكن مسامحة الكلب، أما أنتم، فلا عذر لديكم.

بحث شاب عن سبل جديدة لقضاء وقت ممتع، فسأل من كانت ترافقه في موعدهما الأول إذا كانت تود الذهاب للعب البولينغ. أجابته بأنها لا تهتم بذلك. ثم اقترح عليها الذهاب إلى السينما، لكنها لم تكثرث للأمر. قدّم إليها سيجارة وهو يحاول التفكير في شيء ما، لكنها رفضت. فسألها عندئذٍ إذا كانت تود الذهاب إلى الديسكو الجديد لاحتساء مشروب ما والرقص. فأبدت عدم استعدادها مرّة أخرى قائلة إنها لا تهتم لهذه الأمور.

سألها، يائساً، أن ترافقه إلى شفته لقضاء ليلة من الجنس. ولدهشته وافقت بفرح وقبلته بشغف وقالت: «كما ترى، أنت لا تحتاج إلى أي من تلك الأمور الأخرى لقضاء وقت ممتع!».»

يتوقف ما نسميه «السعادة» على الشخص المعني. فالإحساس بالمتعة يمثل سعادة للشخص النائم، الذي يعيش متنقلاً من لذة إلى أخرى. فقط ينتقل مسرعاً من إحساس إلى آخر. يعيش من أجل الإثارة الصغيرة؛ وحياته سطحية جداً. لا يمتلك عمقاً ولا نوعيّة. يعيش في عالم من الكم.

ثم هناك الأشخاص الذين يقيمون بين المنزلتين، ليسوا نائمين ولا مستيقظين، بل يعيشون في المطهر فقط، نائمين شيئاً ما ومستيقظين شيئاً ما. أنت تعيش أحياناً تلك التجربة في الصباح الباكر، لا تزال نعساً، لكن لا تستطيع القول إنك نائم لأنك تسمع ضجيج المنزل، شريك حياتك يُعدّ الشاي، صوت الإبريق أو الأولاد وهم يستعدون للذهاب إلى المدرسة. تسمع تلك الأصوات، لكنك لا تزال غير مستيقظ بعد. وهي تبلغ مسامعك بغموض وخفوت كما لو أنّ مسافة كبيرة تفصل بينك وبين كل ما يجري من حولك. تشعر كأنّ ذلك لا يزال جزءاً من حلم. وهو ليس كذلك، لكنك أنت في منزلة بين المنزلتين.

يحدث الأمر نفسه عندما تبدأ بالتأمل. فغير المتأمل يغفو ويحلم؛ أمّا المتأمل، فيشرع في الابتعاد عن النوم في اتجاه اليقظة، وهو في حال انتقالية. وعندئذ تحمل السعادة معنى مختلفاً كلياً؛ تصبح أكثر نوعاً وأقلّ كمّاً؛ وهي نفسية أكثر منها فيزيولوجيّة. المتأمل يزيد استمتاعه بالموسيقى، والشعر، وهو يستمتع بإبداع شيء ما. ويستطيب هؤلاء الأشخاص الطبيعة وجمالها. يتنعمون بالصمت، ويستمتعون بما لم يُسعدهم يوماً، وهذا أكثر ديمومة بكثير. هناك ما يبقى عالقاً فيك حتى لو توقفت الموسيقى. وهي ليست انفراجاً. الفارق بين اللذة وهذه النوعية من السعادة يكمن في أنها ليست انفراجاً، بل إثراء. أنت تصبح أكثر امتلاءً، وتبدأ بالفيض. وعندما تستمع إلى الموسيقى الجيدة ينطلق أمر ما في كيائك، ويتولّد فيك تناغم، تصبح موسيقياً. أو أنك، وأنت ترقص تنسى جسدك؛ ويصبح بلا وزن. تفقد الجاذبية قبضتها عليك. وتصبح فجأة في مجال مختلف: ولا تعود الأنا على هذا القدر من المتانة، فيذوب الراقص في ما يفعله ويندمج فيه.

ذلك أكثر سمواً وأكثر عمقاً بكثير من المتعة التي تكتسبها من الطعام أو الجنس. هذا له عمق. لكنه لا يمثل أيضاً الذروة، التي لا تبلغها إلا وأنت مستيقظ تماماً، عندما تصبح بوذا، ويغادرك كل رقاد ويزول كلّ حلم، عندما يمتلئ كيائك كلّهُ بالنور، وتخفي كل ظلمة ومعها تتلاشى الأنا. ينتهي

الآن هو الزمن الوحيد وهنا هو

كل توتّر وغمّ وقلق. تصير في حالة من الرضى التام. تعيش في

المجال الأوحده. وفجأة تسقط
السماء بكليتها في داخلك. إنها
الطوبى. إنها السعادة الحقّة.

الحاضر؛ ولا تعود تحيا في الماضي أو في المستقبل. أنت هنا
تماماً. هذه اللحظة هي كل شيء. الآن هو الزمن الوحيد، وهنا هو
المجال الأوحده. وفجأة تسقط السماء بكليتها في داخلك. إنها
الطوبى. إنها السعادة الحقّة.

اطلب الطوبى؛ إنها حقك الطبيعي، ولا تبقَ تائهاً في أدغال اللذة؛ انظر قليلاً إلى ما هو
أسمى. ابلغ السعادة ومن بعدها الطوبى. فاللذة حيوانية والسعادة إنسانية، والطوبى إلهية. اللذة
توثقك، إنها عبودية، تقيّدك بالسلاسل. وتطيل لك السعادة الحبل بعض الشيء، تعطيك القدر اليسير
من الحرّية فقط. الطوبى هي الحرّية المطلقة. تبدأ في التحرك صعوداً؛ تعطيك أجنحة. ولا تعود
جزءاً من الأرض الشائنة؛ بل من السماء. تصبح نوراً، فرحاً.

تعتمد اللذة على الآخرين. فيما لا تعتمد السعادة على هذا الحدّ عليهم، وتبقى مع ذلك منفصلة
عناك. والطوبى ليست معتمدة على الآخرين كما أنها ليست منفصلة عنهم؛ إنها كينونتك بالذات،
طبيعتك.

من السطح إلى المركز

قال غوتام بوذا:

هناك لذة وطوبى أيضاً،

تخلّ عن الأولى تمتلك الثانية.

تأمّلوا في ذلك بأعمق ما تستطيعون، لأنه يحتوي على واحدة من الحقائق الأساسية. ويتعيّن
فهم الكلمات الأربع التالية، والتمعّن فيها: الأولى هي اللذة؛ والثانية السعادة؛ والثالثة الفرح؛ والرابعة
الطوبى.

اللذة ماديّة، فيزيولوجيّة، إنها أكثر أمور الحياة سطحيّة؛ هي دغدغة. قد تكون جنسية، أو
تتعلّق بحواسّ أخرى، وربّما تتحوّل إلى هوس بالطعام، لكنها متجذّرة في الجسد، الذي هو حدّك
الخارجي، محيطك؛ وهو ليس مركزك. والعيش عند الحد الخارجي يعني أن تكون خاضعاً لكل

الأمر التي تجري من حولك. والشخص الذي يسعى إلى اللذة يبقى أسير الحوادث. الأمر أشبه بأمواج المحيط التي تُحرّكها الرياح. عندما تهبّ الرياح القويّة، تظهر الأمواج؛ وعندما تهدأ، يختفي التلاطم. فهي لا تمتلك كياناً مستقلاً، بل هي اعتماديّة، وكل ما هو متعلق بشيء خارج نفسه، فهو عبده.

اللذة تعتمد على الآخر. فإذا أحببت امرأة، وكانت هي لذتك، فستصبح عندئذٍ سيّدتك. وإذا أحببت رجلاً وكانت تلك لذتكِ وشعرتِ بالتعاسة واليأس والحزن من دونه، فقد جعلتِ نفسك عبدة له. أوجدتِ سجناءً، ولم تعودِي حرّة. وإذا سعتِ وراء المال والسلطة، فستصبح بالتالي معتمداً عليهما. فالرجل الذي يواصل تكديس المال، وإذا تمثّلت لذته في الحصول على المزيد والمزيد منه، فسيصبح أكثر فأكثر تعاسة، لأنه كلّما حصل على المزيد، أراد أكثر، وكلّما امتلك أكثر زاد خوفه من فقده.

إنه سيف ذو حدّين: الرغبة في المزيد هي الحد الأول للسيف. فكّما طلبت أكثر ورغبت فيه، وجدت أنه ينقصك شيء، وبدوت أمام نفسك أجوف وفارغاً. والحد الثاني للسيف يتمثّل في أنك كلّما حصلت على أكثر خشيت من إمكان أن يؤخذ منك. قد يُسرق. أو يفلس المصرف، وقد يتغيّر الوضع السياسي في البلاد، قد تتحوّل إلى الشيوعية... هناك ألف أمر وأمر يتوقّف عليه مصير مالك. وهو لا يجعل منك سيّداً بل عبداً.

اللذة خارجية، وهي بالتالي خاضعة للظروف الخارجية. وهي ليست إلا دغدغة. ولو أن الطعام لذّة، فما الممتع في الحقيقة؟ المذاق فقط، لبرهة، وعندما يعبر الطعام حلّماً التذوّق على لسانك، تشعر بما تعدّه لذّة. إنه تفسيرك. قد يبدو اليوم لذّة، ولا يكون في الغد كذلك؛ وإذا تناولت الطعام نفسه يومياً، فإن حلّماً التذوّق تتوقف عن الاستجابة له. وسرعان ما ستسأمه.

هكذا يصبح الناس سئمين. أنت قد تطارد رجلاً أو امرأة، وفي اليوم التالي تحاول البحث عن طريقة للتخلّص منه أو منها. الشخص هو نفسه، ما من شيء تغيّر! فما الذي حدث في تلك الأثناء؟ لقد سئمت الآخر، لأن اللذة كلّها تمثّلت في استكشاف الجديد. وها إنه لم يعد كذلك؛ فأنت على إمام مجاله. ملّم بجسده، وبمعالمه، وبملامسه. وها هو ذهنك يتحرّق شوقاً إلى شيء جديد.

الذهن يتحرّق دوماً لما هو جديد. وهذه هي الطريقة التي يرتبطاً دوماً بما في

الذهن يتحرّق دوماً لما هو جديد. وهذه هي الطريقة التي يرتبطاً دوماً بما في المستقبل. يبيّك مترقباً، لكنه لا

المستقبل. يبقيك مترقباً، لكنه لا
يحقق النتائج.

يحقق النتائج، لا يستطيع. قد يخلق آمالاً جديدة فقط، رغبات.

تنمو الرغبات والآمال في الذهن تماماً كما تنمو الأوراق
على الأشجار. أردت منزلاً جديداً وها قد حصلت عليه، وأين اللذة؟
لقد وجدت للحظة فقط،

عندما حققت هدفك. وحالما فعلت ذلك لم يعد ذهنك يهتم به؛ وقد أخذ يغزل شبكات جديدة من
الرغبة. شرع بالفعل في التفكير في منازل أخرى أكبر. وهذا ينطبق على كل شيء.

تُبقيك اللذة في حال عصابية، متململاً وفي اضطراب دائم. فهناك الكثير جداً من الرغبات،
وكلّ منها لا ترتوي، وهي تظلّ تصرخ طالبة الانتباه. وتبقى أنت ضحية زحمة الرغبات المجنونة،
وهي كذلك لأنه لا يمكن تلبيتها. تأخذك إلى اتجاهات مختلفة. وأنت تعيش تناقضاً. تأخذك رغبة إلى
اليسار، فيما تتجه أخرى بك إلى اليمين، وتمضي أنت في تغذية الرغبتين في آن واحد. وتشعر من
ثم بانفصال، بأنك منقسم، ممزّق، وتتناثر أشلاء. ولا يتحمل أحد آخر المسؤولية: إن غياب الرغبة في
اللذة هو الذي يجعلك في هذا الوضع.

وهي ظاهرة معقدة. فأنت لست وحدك من ينشد اللذة؛ بل إن ملايين الأشخاص أمثالك
يسعون إلى الشعور بالمتع نفسها. ولذلك هناك كفاح عظيم وتنافس وعنف وحرب. صار الجميع
أعداء فيما بينهم لأنهم جميعاً ينشدون الهدف نفسه - ولا يستطيعون كلهم بلوغه. وبناءً عليه، فإنه
تعيّن أن يكون الكفاح شاملاً، وعليك المخاطرة بكل ما تملك - في سبيل لا شيء، لأنك عندما تربح
فإنك لا تحصل على أي نتيجة. وتهدر حياتك كلّها في هذا الكفاح. وتصبح الحياة التي كان يمكن أن
تكون احتفالاً، كفاحاً طويلاً، ممتداً لا لزوم له.

لن تستطيع أن تحب عندما تنهمك إلى هذا الحد في طلب اللذة، لأن الشخص الذي يطلب
المتعة يستخدم الآخر وسيلة. واستخدامه كذلك هو أكثر الأفعال غير الأخلاقية الممكنة، ولا تستطيع
فعل هذا لأن كل كائن غاية بحد ذاته. لكنك تضطر، في طلبك اللذة، إلى استخدام الآخر وسيلة.
ويصيرك مثل هذا الكفاح مكرراً. لأنك ستتعرض للخداع إذا لم تمكر، وعليك بالتالي أن تخدع
الآخرين قبل أن يفعلوا هم ذلك.

نصح مكيافيللي طالبي اللذة بأن أفضل وسيلة للدفاع هي الهجوم. لا تنتظر أبداً أن يهاجمك الآخر: وإلا فسيكون قد فات الأوان. هاجمه قبل أن يفعل هو! إنها الطريقة الفضلى للدفاع. ويتبع الناس ذلك، سواء عرفوا بشأن مكيافيللي أو لم يعرفوا.

وهذا غريب جداً: يعرف الناس عن المسيح، عن بوذا، عن محمد، عن كريشنا،

الناس لا يعرفون الكثير عن مكيافيللي، ومع ذلك يتبعونه، كما لو أنه قريب جداً إلى قلوبهم. وأنتم لا تحتاجون إلى قراءته لأنكم تتبعونه بالفعل.

لكن أحداً لا يتبعهم. الناس لا يعرفون الكثير عن مكيافيللي، ومع ذلك يتبعونه، كما لو أنه قريب جداً إلى قلوبهم. وأنتم لا تحتاجون إلى قراءته لأنكم تتبعونه بالفعل. فمجمعكم كله مبني على المبادئ المكيافيلية؛ وهذا فحوى اللعبة السياسية كلها. قبل أن ينتزع أحدهم أي شيء منك، افعل ذلك أنت؛ كن دوماً على أهبة الاستعداد. وأنت، بطبيعة الحال، ستكون، في هذه الحال، متوتراً ومضطرباً وقلقاً. فالجميع ضدك وأنت بدورك ضدهم.

وبالتالي ليست اللذة هدف الحياة ولا يمكن أن تكون.

الكلمة الثانية التي يتعين فهمها هي السعادة. اللذة جسدية، أما السعادة، فنفسية. السعادة أفضل بعض الشيء، أكثر رقياً قليلاً، وأسمى إلى حد ما... لكنها لا تختلف كثيراً عن اللذة. يمكنكم القول إن اللذة هي النوع الأدنى من السعادة، التي هي النوع الأرفع من اللذة - وجهان لعملة واحدة. اللذة بدائية قليلاً، حيوانية؛ والسعادة أكثر رقياً وأكثر إنسانية بعض الشيء، لكنها اللعبة نفسها تُمارس في عالم الذهن. فأنت لا تهتم إلى حد كبير بالأحاسيس الجسدية، بل بالنفسية. لكن الأمرين غير مختلفين في الأساس.

الفرح روحاني. يختلف، تماماً، عن اللذة أو السعادة. ليست له أي علاقة بالخارجي، بالآخر؛ إنه ظاهرة باطنية.

الثالثة هي الفرح وهو روحاني. يختلف، تماماً، عن اللذة أو السعادة. ليست له أي علاقة بالخارجي، بالآخر؛ إنه ظاهرة باطنية. لا يتوقف الفرح على الظروف؛ إنه ملك لك. وهو ليس دغدغة ناتجة من الأشياء؛ بل حال من السلام، من الصمت، حال تأملية. الفرح روحاني.

لكنّ بوذا لم يتحدّث أيضاً عن الفرحة، لأنه لا يزال هناك شيء يتجاوز الفرحة، وهو يسمّيه الطوبى، التي هي تامة. ليست الطوبى جسدية أو نفسية أو روحانية. فهي لا تعرف انقساماً، ولا تتجزأ. إنها، في شكل من الأشكال، كلية وتجاوزية بمعنى آخر. ويستخدم بوذا كلمتين فقط في هذا المجال. الأولى هي اللذة؛ وتتضمّن السعادة. والثانية هي الطوبى؛ وتتضمّن الفرحة.

تعني الطوبى أنك بلغت جوهر كيانك. وهي تخص عمق أعماقه حيث ينعدم حضور حتى الأنا، والصمت هو فقط السائد؛ فأنت اختفيت. تكون موجوداً قليلاً مع الفرحة، لكن وجودك يضمحلّ مع الطوبى. فالأنا تلاشت؛ إنها حال اللاشيء.

يسمّيها بوذا «النيرفانا». وهي تعني أنك توقّفت عن أن تكون موجوداً؛ وأنت مجرد فراغ لا متناه مثل السماء. وفي اللحظة التي تصبح فيها ذلك اللامتناهي، تمتلئ بالنجوم، وتبدأ حياة كاملة، تولد مجدّداً.

اللذة مؤقتة وتنتمي إلى الوقت، إنها «في الوقت الحاضر»؛ والطوبى غير زمنية، أبدية. للذة بداية ونهاية؛ والطوبى تمكث إلى الأبد. اللذة تأتي وتذهب؛ والطوبى لا تأتي أبداً ولا تذهب أيضاً، فهي متوافرة بالفعل في جوهر كيانك. يجب اختطاف اللذة من الآخر؛ فتصبح إما مستجدياً أو سارقاً. والطوبى تجعل منك سيّداً.

الطوبى ليست أمراً تخرعه، بل تكتشفه. الطوبى هي عمق أعماق طبيعتك. وهي ساكنة منذ البداية في الذات، وأنت فقط لم تبصرها. عدّتها أمراً مسلماً به. لم تنظر إلى الداخل.

هذا هو البؤس الوحيد للإنسان: أنه يواصل النظر إلى الخارج ساعياً وباحثاً. ولا يستطيع العثور عليها، لأنها ليست هناك.

أخذت رابعة، وهي متصوّفة شهيرة، تبحث في إحدى الأمسيات عن شيء في الشارع أمام كوخها الصغير. وقد شارفت الشمس على المغيب؛ والظلام يحلّ رويداً رويداً. تجمعت قلة من الأشخاص حولها وسألوها، «ما الذي تفعلينه؟ ماذا أضعت؟ ما الذي تبحثين عنه؟».

فأجابت: «أضعت إبرتي».

عندئذٍ قالوا: «ها هي الشمس بدأت بالمغيب وسيصعب كثيراً العثور عليها، لكننا سنساعدك. أين وقعت بالضبط؟ فالطريق واسعة وهي صغيرة جداً. وإذا عرفنا المكان بالتحديد، يصبح العثور عليها أسهل».

قالت رابعة: «من الأفضل ألا تطرحوا عليّ ذلك السؤال، فهي في الواقع لم تسقط على الطريق، بل في داخل بيتي».

شرع الناس في الضحك، وقالوا: «لطالما اعتقدنا أنك على بعض من الجنون! إن كانت الإبرة قد سقطت في داخل المنزل فلماذا إذاً تبحثين في الطريق؟».

قالت رابعة: «لسبب بسيط ومنطقي: ما من نور في المنزل، بينما لا يزال بعض من الضوء ينتشر في الخارج».

ضحك الناس وشرعوا في التفرّق. فنادت عليهم رابعة وقالت، «اسمعوا! ذلك هو ما تفعلونه تماماً؛ وأنا كنت أحذو حذوكم فقط. فأنتم تواصلون البحث عن الطوبى في العالم الخارجي، من دون أن تطرحوا السؤال الأول والأساسي: أين أضعتموها؟ وأقول لكم إنكم فقدتموها في الداخل. وأنتم تبحثون عنها في الخارج لسبب بسيط ومنطقي هو أن حواسكم تنفتح إلى الخارج، حيث يتوافر القليل من الضوء أكثر قليلاً. أعينكم تنظر إلى الخارج، آذانكم تستمع إليه، وأيديكم تمتد نحوه، وذلك هو سبب تفتيشكم هناك. وأقول لكم بخلاف ذلك إنكم لم تفقدوها خارجاً - وأنا أقول لكم هذا بوصفي مرجع ثقة. فأنا أيضاً بحثت في الخارج لحيوات كثيرة وكثيرة، وفوجئت في اليوم الذي تطلّعت فيه إلى الداخل. لم تكن هناك حاجة إلى السعي والتفتيش؛ فلطالما كانت متوافرة في الداخل».

الطوبى هي جوهرك. ولهذا فإنّ استجداء اللذة من الآخرين؛ يجعلك، بطبيعة الحال، تابعاً. والطوبى تجعل منك سيّداً، وهي ليست أمراً يحدث: إنها الحال القائمة بالفعل.

يقول بوذا: هناك اللذة وهناك الطوبى. انس أمر الأولى تمتلك الثانية. توقّف عن النظر إلى الخارج. أنظر إلى الداخل، انعطف نحوه. إشْرغ في السعي والبحث في مجالك الخاص، في ذاتيتك الخاصة. فالطوبى ليست غرضاً يُعثر عليه في أي مكان آخر؛ إنها في وعيك.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر IKitab

لطالما حدّدنا، في الشرق، الحقيقة المطلقة بوصفها «سات تشيت-أناند». وتعني سات الحقيقة، وتشيت الوعي، وأناند الطوبى. وهي ثلاثة أوجه للحقيقة نفسها. هذا هو الثالوث الحقيقي، لا الله الأب، والابن يسوع المسيح، والروح القدس: ذلك ليس هو الثالوث الحقيقي، الذي هو الحقيقة والوعي والطوبى. وهي ليست ظواهر منفصلة، بل طاقة واحدة يجري التعبير عنها بثلاث طرق، طاقة واحدة بأوجه ثلاثة. ولذلك نقول في الشرق إن الله هو «تريموتري»، لله ثلاثة أوجه. وتلك هي الأوجه الحقيقية، ليس براهما، فيشنو، وماهش، فهؤلاء للأولاد، لغير الناضجين روحانياً وما وراثياً. براهما، فيشنو، وماهش؛ الأب والابن والروح القدس، تلك أسماء للمبتدئين.

الحقيقة، الوعي، الطوبى، تلك هي الحقائق المطلقة. والحقيقة تأتي أولاً. وتدرك بدخولك واقعك الأبدي، سات، الحقيقة. وبولوجك إلى عمق أكبر في واقعك، في حقيقتك، تصبح مدركاً الوعي، الوعي العظيم. حيث كل شيء نور، ولا مكان للظلمة. فأنت مجرد شعلة من الوعي، حتى إنه ما من ظلّ للوعي في أي حيز. وعندما تواصل ولوجك إلى ما هو أكثر عمقاً، يغدو الجوهر المطلق طوبى - أناند.

يقول بوذا: انس أمر كل ما اعتقدت حتى الآن أنه مهمّ ونو مغزى. ضحّ بكل شيء لهذه الذروة لأنها الوحيدة التي ستجعلك قانعاً، وناجزاً، ستجلب الربيع إلى كيانك... وستنتفح إلى ألف زهرة وزهرة.

اللذة ستبقيك كخشبة طافية تجرفها المياه، تجعلك أكثر فأكثر مكرماً؛ وهي لن تمدك بالحكمة. إنها تحوّلك أكثر فأكثر إلى عبد؛ ولن تمنحك مملكة كينونتك. بل ستجعلك أكثر فأكثر احتساباً للأمر، وأكثر فأكثر استغلالاً. تجعلك شخصاً سياسياً، دبلوماسياً. فتشرع في استخدام الناس وسيلة؛ ذلك ما يجري فعله عادةً.

يقول الزوج لزوجته، «أحبك»، لكنه في الواقع يستغلّها فقط. وتقول الزوجة إنها تحب الزوج، لكنها في الواقع تستغله أيضاً. قد يستغلّها هو كأداة جنسيّة، وقد تستغله هي كضمانة مالية. اللذة تجعل الجميع مكرين، خادعين. ويعني المكر إضاعة نعمة أن تكون بريئاً، ونعمة أن تكون طفلاً.

احتاجت شركة لوكهيد إلى قطعة غيار لإحدى الطائرات، ووضِع إعلان في مختلف أنحاء العالم طلباً للعرض الأرخص. فجاء واحد من بولندا بثلاثة آلاف دولار. وعرضت إنكلترا صناعة القطعة بستة آلاف. أما السعر الذي طلبته إسرائيل، فبلغ تسعة آلاف. عندئذٍ قرر ريتشاردسون، المهندس المسؤول عن بناء الطائرة الجديدة، زيارة كل من هذه الدول لمعرفة سبب هذا التفاوت بين العروض.

قال المصنِّع في بولندا شارحاً، «ألف دولار للمواد اللازمة، وألف لليد العاملة، وألف للنفقات الإضافية، مع ربح ضئيل».

في إنكلترا، تفحص ريتشاردسون القطعة فتبيّن له أنها تكاد تكون بجودة القطعة البولندية. واستفسر المهندس: «لماذا تطلب ستة آلاف؟»، فشرح الإنكليزي، «ألفا دولار للمواد، ألفان لليد العاملة، وألفان للمصاريف، مع القليل من الربح».

تجوّل ممثل لوكهيد في الزقاق الخلفي لأحد المتاجر الصغيرة في إسرائيل، والتقى الرجل المتقدم في السن الذي قدّم عرض التسعة آلاف دولار. فسأله، «لماذا تطلب هذا القدر؟».

«حسناً»، قال اليهودي العجوز، «ثلاثة آلاف دولار لك، ثلاثة آلاف لي، وثلاثة آلاف للغبى الذي في بولندا!».

المال والسلطة والمكانة، كلّها أمورٌ تجعلك ماكراً. اطلب اللذة وستخسر براءتك، ما يعني خسارة كلّ شيء. يقول يسوع: إن لم تعودوا كالأطفال فلن تدخلوا ملكوت الله. وهو محقّ. طالب اللذة لا يستطيع أن يكون بريئاً كالطفل. لأنّ عليه أن يكون حاذقاً جداً وشديد المكر وسياسياً إلى حدّ كبير؛ عندئذٍ فقط يحالفه النجاح في المنافسة العاتية القائمة من حوله. فكلّ واحد يمسك بخناق الآخر، وأنت لا تعيش وسط أصدقاء. ولن يكون العالم ودّياً إلا إذ تخلّينا عن فكرة التنافس هذه.

لكننا نشرع، منذ البداية الأولى، في إفساد كل ولد بسمّ المنافسة. وبذلك يكون، في الوقت الذي يتخرّج فيه من الجامعة، قد تسمّم تماماً. لقد نوّمناه مغنطيسيّاً بفكرة أن عليه أن يقاتل الآخرين، وأن البقاء في الحياة هو للأقوى. لن تكون الحياة بعد ذلك أبداً احتفالاً.

أنت تسعد على حساب سعادة الإنسان الآخر... هكذا تستطيع تحقيق ذلك وما من طريقة أخرى. فإذا عثرت على امرأة جميلة وتمكّنت بطريقة ما من امتلاكها، فأنت انتزعتها من أيدي أخرى. نحاول أن نُظهر الأمور بالقدر الممكن من الجمال، لكنّ ذلك ليس إلا سطحيّاً. وها هم الذين خسروا في اللعبة سيغضبون ويحنقون. وسيتحيّون الفرصة للانتقام، وستحلّ تلك اللحظة عاجلاً أو آجلاً.

استخدم ما قد يكون في حوزتك في اللحظة، لكن لا تكن امتلاكياً. لا تحاول الادعاء بأنه لك. أنت لا تمتلك شيئاً، لأن كلّ الممتلكات للوجود.

مهما امتلكت في هذا العالم فأنت تمتلكه على حساب شخص آخر، على حساب لذة هذا الشخص. وما من طريقة أخرى. وإذا أردت فعلاً ألا تعادي أحداً في العالم، فعليك أن تتخلّى عن فكرة التملّك كلّها. استخدم ما قد يكون في حوزتك في اللحظة، لكن لا تكن امتلاكياً. لا تحاول الادعاء بأنه لك. أنت لا تمتلك شيئاً، لأن كلّ الممتلكات تعود للوجود.

خلق الوفاض

نأتي خالي الوفاض، وسنذهب كذلك، فما الفائدة إذاً، في هذه الأثناء، من المطالبة بهذا القدر؟ لكنّ هذا ما نعرفه، ما يقوله لنا العالم: امتلك، سيطر، احصل على أكثر مما يمتلكه الآخرون. قد يكون المال، أو الفضيلة: لا تهّم نوعيّة العملة التي تتعامل بها - قد تكون دنيوية، أو أُخرويّة. لكن عليك أن تتمتع بالكثير من الحداقة وإلا فستعرّض للاستغلال. استغلّ ولا تتعرّض للاستغلال - تلك هي الرسالة الضمنية التي تُعطى لك مع حليب أمك. كما أن فكرة المنافسة متجذّرة في كل مدرسة ومعهد وجامعة.

لن تعلّمك التربية الحقيقية أن تنافس؛ بل أن تتعاون. لن تعلّمك أن تقاوم وتحلّ في الطبيعة، بل أن تكون مبدعاً، محبباً، مغتبطاً، من دون أن تقارن نفسك بالآخرين. وهي لن تعلّمك أنك لا تستطيع أن تسعد إلا إذا حللت في الطبيعة، لأن هذا هراء محض. لن تسعد لمجرد أنك الأول، فأنت بمحاولتك أن تحلّ أولاً تمرّ بقدر كبير من البؤس، بحيث أنك في الوقت الذي تصبح فيه أولاً تكون قد اعتدت البؤس.

في الوقت الذي تصبح فيه رئيساً في بلد ما، أو تترأس حكومته، تكون قد خضت غمار قدر كبير من البؤس، الذي أصبح عند هذا الحدّ طبيعتك الثانية. ولا تعرف أي وسيلة أخرى غيره لتكون موجوداً؛ وتبقى بائساً. أصبح التوتر راسخاً؛ وصار القلق أسلوب حياتك. وأنت لا تعرف أيّ طريقة أخرى؛ فهذا أسلوب حياتك بالذات. وتبقى بالتالي، بالرغم من أنك صرت الأول، حذراً وقلقاً وخائفاً. ولا يغيّر ذلك على الإطلاق جودتك الباطنية.

لا تعلمك التربية الحقيقية أن تكون الأول، بل تطلب منك الاستمتاع بكل ما تفعله، ليس من أجل النتيجة، بل من أجل العمل نفسه. تماماً مثل الرسّام أو الراقص أو الموسيقي...

في وسعك الرسم بطريقتين، الأولى لمنافسة رسّامين آخرين: تريد أن تكون أعظم رسّام في العالم، بيكاسو أو فان غوغ. لكنّ رسمك سيكون عندئذٍ من الدرجة الثانية، لأنّ ذهنك غير مهتم بالرسم بحد ذاته؛ بل بأن تكون الرسّام الأول والأعظم في العالم. أنت لا تدخل إلى عمق فن الرسم. ولا تستمتع به. بل تستخدمه فقط كمنطلق. فأنت في رحلة الأنا، وتتمثّل المشكلة في أنّ عليك، لتكون فناناً بالفعل، التخلّي كلياً عن الأنا. عليك تنحيها جانباً لتكون بالفعل رسّاماً. وعندئذٍ فقط ينساب الوجود من خلاله، وتستطيع استخدام يديك وأصابعك وفرشاةك وسيلة؛ ويولد شيء ذو جمال رائع. لا يولد الجمال الحقيقي منك بل فقط من خلاله. الوجود ينساب؛ وأنت تصبح مجرد ممرّ. تسمح له بأن يحدث، هذا كل ما في الأمر؛ ولا تعرقله، هذا كلّ شيء.

لكنّ إذا اهتمت كثيراً بالنتيجة، النتيجة النهائية - بأنّ عليك أن تصبح مشهوراً، وأفضل رسّام في الأرض، وأن تهزم كلّ الرسّامين الآخرين حتى الآن - فإنّ اهتمامك ليس بالرسم؛ الذي يصبح ثانوياً. ولا تستطيع، بالطبع، مع الاهتمام الثانوي بالرسم، أن ترسم ما هو مبتكر؛ بل سيكون عادياً.

لن تستطيع الأنا جلب ما هو
استثنائي إلى العالم، فهو لا يأتي
إلا من خلال انتفائها.

لن تستطيع الأنا جلب ما هو استثنائي إلى العالم، فهو لا يأتي
إلا من خلال انتفائها. وهذه هي الحال أيضاً مع الموسيقيّ والشاعر
والراقص. وهي أيضاً مع الجميع.

يقول كريشنا في بهاغافاد غيتا: لا تفكروا أبداً في النتيجة. فالأمر كناية عن رسالة ذات جمال فائق ومغزى وحقيقة. لا تفكروا أبداً في النتيجة، بل افعلوا فقط ما تفعلونه بكليتكم. ضيعوا فيه، ضيعوا الفاعل بالفعل. دعوا طاقاتكم المبدعة تفيض بلا عراقيل، لا أن «تكونوا» فحسب. ولهذا قال لأرجونا: «لا تهرب من الحرب... لأنني لا أرى هذا الهروب سوى رحلة أنا. وتُظهر الطريقة التي تتحدث بها أنك تحسب الأمور فقط، تفكر في أنك بهروبك من الحرب ستصبح قديساً عظيماً. وأنت، بدلاً من الاستسلام للكل، تأخذ نفسك كثيراً على محمل الجد، كما لو أنه لن تحدث حرب إذا لم تكن أنت هناك».

قال كريشنا لأرجونا: «كن فقط في حال من ترك الأمور وشأنها. قل للوجود، 'استخدمني كيفما تريد. أنا متوافر، متوافر من دون أي قيد وشرط'. ومهما حدث، من خلالك بعدئذٍ، سيتمتع بأصالة كبيرة. سيمتلك شدة وعمقاً. سيحمل في طياته تأثير الأبدى».

يقول يسوع: تذكروا أن الأولين في هذا العالم سيكونون الآخرين في ملكوت الله، والآخرين الأولين. لقد أعطاكم القانون الأساسي، أعطاكم القانون الأبدي الذي لا يفنى: كفوا عن محاولة أن تكونوا أولين. لكن تذكروا أمراً واحداً، محتملاً كثيراً، أن الذهن ماكر جداً إلى حد يمكن معه تحوير كل حقيقة. تستطيعون الشروع في محاولة أن تكونوا الآخرين، لكنكم تضيعون عندئذٍ المقصد بأكمله. تبدأ حينذاك منافسة أخرى: «عليّ أن أكون الأخير»، وإذا قال شخص آخر «أنا الأخير»، يبدأ الكفاح والنزاع مجدداً.

تناهت إلى مسامعي حكاية رمزية صوفية:

شرع الإمبراطور العظيم نادر شاه يصلّي في الصباح الباكر: لم تكن الشمس قد أشرقت، والظلام لا يزال حالكاً. وهو على وشك أن يمضي لغزو بلاد جديدة، وكان بالطبع يصلّي إلى الله لينعم عليه بالنصر. أخذ يقول له: «أنا نكرة. أنا مجرد خادم، خادم لخدّامك. باركني. فأنا ماضٍ باسمك، وهذا انتصارك. لكن تذكر أنني نكرة. أنا فقط خادم لخدّامك».

كان بجانبه رجل دين يعاونه في صلاته، مؤدياً دور الوسيط بينه وبين الله. ثم سمعا فجأة صوتاً في الظلمة. أخذ أحد متسوّلي المدينة يصلّي هو الآخر، ويقول لله: «أنا

نكرة، خادم لخدّامك».

قال الملك: «أنظر إلى هذا المتسوّل! إنه يقول لله إنه نكرة! ضع حدّاً لهذا الهراء!
من أنت لتقول إنك كذلك؟ أنا النكرة ولا أحد آخر يستطيع ادعاء ذلك. أنا خادم خدّام
الله، من أنت لتقول إنك هكذا؟».

أتدركون هذا الآن؟ لا تزال المنافسة قائمة، المنافسة نفسها والغباء نفسه. لم يتغيّر أي شيء.
حساب الأمور نفسه: «عليّ أن أكون الأخير. ولا يمكن السماح لأحد آخر بأن يكون كذلك». وقد
يمضي الزمن في ممارسة هذه الحيل عليك إن لم تتمتع بقدر كبير من الإدراك، ومن الذكاء.

لا تحاول أبداً أن تسعد على حساب سعادة إنسان آخر. فذلك كريبه وغير إنساني. وذلك عنف
بكل ما للكلمة من معنى. وإذا اعتقدت أنك ستصبح قديساً بإدانة الآخرين ووصفهم بأنهم خطأ، فإن
قداستك ليست سوى رحلة جديدة للأننا. وإذا اعتقدت أنك مقدّس لأنك تحاول أن تثبت أن الآخرين
غير مقدّسين... فذلك ما يفعله أهل جماعتك المقدّسون. يواصلون التباهي في شأن قدسيّتهم،
وقداستهم. امضِ إلى قديسيك المزعومين وانظر في أعينهم. فهم يحملون لك القدر الكبير من الإدانة!
يقولون إنك ذاهب كلياً إلى الجحيم؛ يواصلون إدانة الجميع. استمع إلى عظاتهم؛ فهي كلّها تتضمن
الإدانة. وأنت طبعاً تستمع بصمت إلى إداناتهم لأنك تعرف أنك ارتكبت الكثير من الأغلط في
حياتك، ومن الأخطاء. وهم يدينون كل شيء، ويستحيل بالتالي أن تشعر بأنك تستطيع أن تكون
صالحاً. أنت تحب الطعام، إذاً أنت مخطئ، ولا تستيقظ في الصباح الباكر، فأنت مخطئ؛ لا تأوي
إلى السرير باكراً في المساء، فأنت مخطئ. لقد رتبوا كل شيء بطريقة يصعب عليك معها كثيراً ألا
تكون خاطئاً.

نعم، إنهم ليسوا خطأ. يأوون باكراً إلى السرير، وينهضون باكراً في الصباح... وليس لديهم
في الواقع أي أمر آخر يفعلونه! لا يرتكبون أبداً أي خطأ لأنهم لا يفعلون أي شيء. يكتفون بالجلوس
شبه أموات. لكنك، بالطبع، إذا فعلت شيئاً، فكيف تستطيع أن تكون قديساً؟ ولهذا يعمد القديس، منذ
قرون، إلى نبذ العالم والهروب منه، لأنه يبدو من المستحيل أن يكون فيه ويغدو قديساً.

نتمثّل مقاربتى بأكملها في أنه لا قيمة أبداً لقداستك إلا إذا كنت حاضراً في العالم. كن فيه
قديساً! وعلينا أن نحدّد القداسة بطريقة مختلفة تماماً. لا تعش على حساب لذات الآخرين، تلك قداسة.

لا تدمر سعادتهم، بل ساعدهم على أن يكونوا سعداء، تلك قداسة. أنشئ مناخاً يستطيع الجميع فيه امتلاك بعض الفرحة.

في المسعى

إذا عشتَ حالاً من السعي إلى السعادة فهناك أمر واحد مؤكّد: وهو أنّك لن تحصل عليها. السعادة دوماً حصيلة ثانوية، وليست نتيجة المسعى المباشر.

الثنائية الأساسية

السؤال الأهم بين كل الأسئلة هو: ما هي السعادة الحقيقية؟ وهل تحقيقها متاح؟ وهل هي ممكنة أصلاً، أم أنها كلّها عابرة؟ هل الحياة حلم فقط، أم فيها أيضاً ما هو جوهري؟ هل تبدأ بالولادة وتنتهي بالموت، أم أنّ هناك ما يتجاوز الولادة والموت؟ لأنه، من دون الأبدى، لا مجال للسعادة الحقيقية. السعادة مع المؤقت ستبقى عابرة: فهي في لحظة هنا، لتختفي في اللحظة الأخرى، وتتركك في حال من اليأس الكبير والظلمة.

هكذا هي الحياة العادية، حياة غير المستيقظ. هناك لحظات من الغبطة وأخرى من الشقاء؛ وكلّها مزيج وخليط. لن تستطيع الاحتفاظ بما يأتيك من لحظات السعادة تلك. فهي تأتي وحدها وتختفي وحدها؛ وأنت لست السيّد. لن تستطيع تحاشي لحظات الشقاء؛ فلها إصرارها أيضاً. تأتي وحدها وتذهب كذلك؛ وما أنت إلا الضحية. تتمزّق بين هذين الإثنين - السعادة والشقاء. ولا تُترك أبداً هادئ البال.

وإذ يجري تقطيع ذلك إلى كل أنواع الثنائيات... فإن ثنائية السعادة والشقاء هي الأكثر جوهرية، ومصحوبة أكثر ما يكون بالأعراض، إلا أنه تتوافر ألف ثنائية وثنائية: ثنائية الحب والكراهية، الحياة والموت، النهار والليل، الصيف والشتاء، الشباب والشيخوخة، وهلمّ جراً. إلا أن الثنائية الجوهرية، تلك التي تمثّل كلّ الثنائيات الأخرى، هي ثنائية السعادة والشقاء. فنتمزّق ويُشدّ بك في اتجاهات مختلفة ومتناقضة تماماً. ولا تستطيع أن تهدأ البال: فأنت في حال من اللا ارتياح.

الإنسان، بحسب بوذا، مَرَضٌ. فهل هذا المرض مطلق - أم أن تجاوزه متاح؟

وبناءً عليه يصبح السؤال الأكثر جوهرية وأساسية هو: ما هي السعادة الحقيقية؟ من المؤكد أن السعادة التي نعرفها ليست حقيقية؛ فهي من نوع الأحلام وتحوّل دوماً إلى نقيضها بالذات. فما يبدو في لحظة كأنه سعادة يتحوّل في اللحظة التالية إلى لا سعادة.

السعادة وقد تحوّلت إلى لا سعادة تُظهر ببساطة أن الإثنين لا ينفصلان، ربّما أنهما وجهان لعملة واحدة. وإذا بان عليك وجه من العملة يكون الوجه الآخر دوماً مختبئاً وراءه، في انتظار أن تسنح له الفرصة لفرض نفسه - وأنت تعرف ذلك. وعندما تشعر بالسعادة فإنّ في مكان ما في عمق أعماقك يسكن هذا الشعور المتربّص بأن ذلك لن يستمر، وأنه، عاجلاً أو آجلاً، سينتهي، وبأن الليل يهبط والظلمة ستغمرك في أي لحظة، وبأن هذا الضوء ليس إلا من بنات الخيال، لا يستطيع مساعدتك، ولا الانتقال بك إلى الضقة الأخرى.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر IKitab

سعادتك ليست سعادة حقاً، بل هي لا سعادة دفينّة فقط. وحبك ليس كذلك، بل إنه قناع لكراهيتك؟ ما تعاطفك إلا غضبك، المهذب، المحبّك، المتعلّم، المثقّف، الحضاري، لكنّه ليس إلا غضباً. وحساسيتك ليست حقيقية، بل مجرد تمرين فكريّ، موقف ما ومقاربة تمارس.

تربّت البشريّة كلّها على فكرة
أن المرء يستطيع تعلّم كيف
يكون سعيداً، وأنه في وسع
المرء أن يخلق شخصيّة ما
تجلب له السعادة. وذلك خاطئ
تماماً.

تذكّر: تربّت البشريّة كلّها على فكرة أنه يمكن ممارسة
الفضيلة، وممارسة الطيبة، وأنّ المرء يستطيع تعلّم كيف يكون سعيداً،
وتدبّر كيف يسعد، وأنه في وسع المرء أن يخلق شخصيّة ما تجلب له
السعادة. وذلك كلّه خاطئ، خاطئ تماماً.

الأمر الأول الذي يتعيّن إدراكه في شأن السعادة هو أنّ
ممارستها مستحيّلة، بل إنه يجب أن يُفتح لها

الباب للدخول، لأنها ليست شيئاً تخلقه. فأني شيء تُنشئهُ سيبقى أصغر منك، وأقلّ أيضاً. لن يكون ما تُنشئهُ أكبر منك. واللوحة لن تغدو أكبر من الفنان نفسه، كما أن الشعر لن يصبح أكبر من الشاعر. ولا بدّ لأغبيتك من أن تكون شيئاً أصغر منك.

إذا مارست السعادة، فستجد نفسك دائماً في الخلف، بكل غباواتك، ورحلات الأنا الخاصة بك، وجهلك، وكل فوضى ذهنك. ولن تستطيع بهذا الذهن الفوضوي أن تخلق كوناً، ولا نعمة. فالنعمة تهبط دوماً من الماوراء؛ ويجب تلقّيها كهديّة بثقة كبرى، واستسلام تام. السعادة الحقيقية تحدث في الحال التي تُترك فيها الأمور تأخذ مجراها.

لكن قيل لنا أن نحقق الإنجازات، ونكون طموحين. وقد هُذّب ذهننا ليكون ذهن من يحقق الإنجازات. وتعتمد تربيتنا وثقافتنا وديانتنا كلّها على الفكرة الأساسية المتمثلة في أن على الشخص أن يكون طموحاً؛ فوحده الإنسان الطموح يبلغ الإنجاز. وهو ما لا يحدث أبداً، ولن يحدث، لكن الجهل بلغ من العمق حدّاً نستمرّ معه في الاعتقاد بهذا الهراء.

لم يحظ أي إنسان طموح يوماً بالسعادة؛ وهو في الواقع الأشد شقاوةً في الأرض. ونستمر مع ذلك في تدريب الأولاد على الطموح:

الإنسان الطموح هو في الواقع الأشد شقاوةً في الأرض. ونستمر مع ذلك في تدريب الأولاد على الطموح: «كن الأول، كن في الطليعة، وستسعد!»

«كن الأول، كن في الطليعة، وستسعد!» هل سبق لك أن شاهدت شخصاً بلغ القمة وسعيداً في الوقت نفسه؟ هل كان الإسكندر الأكبر سعيداً عندما أصبح فاتحاً عالمياً؟ بل كان واحداً من أتعس الناس الذين عاشوا على هذه الأرض. أصابه الحسد وهو يشاهد غبطة ديوجينيس. أبحسّد متسولاً...؟

كان ديوجينيس متسولاً؛ لا يمتلك شيئاً، ولا حتى وعاء للتسوّل. فبوذا امتلك على الأقل وعاء لذلك وثلاثة أثواب. أما ديوجينيس، فكان عارياً ومن دون وعاء للتسوّل. سار في أحد الأيام إلى النهر ومعه الوعاء. أصابه عطش والطقس حار، أراد شرب الماء. ثم على الطريق، وحالما أصبح عند ضفة النهر، تجاوزه كلب راكضاً ولاهثاً وقفز إلى النهر وأخذ حمّاماً جيداً وشرب حتى ارتوى. وطلعت فكرة في ذهن ديوجينيس: «ذلك الكلب أكثر حرّية مني - لا يحتاج إلى حمل وعاء للتسوّل. وإذا استطاع هو تدبّر أمره، فلماذا لا أستطيع أنا فعل ذلك من دون الوعاء؟ وهو كلّ ما أملكه، وعليّ أن أبقى نظري عليه لأنه قد يُسرق منّي. بل إنه يتعيّن عليّ ليلاً أن أتحمسه مرّة أو اثنتين للتأكد من بقائه أو اختفائه». ورمى بوعاء التسوّل في النهر وانحنى للكلب وشكره على الرسالة العظيمة التي جلبها له من الوجود.

أثار هذا الرجل الذي لم يمتلك شيئاً الحسد في ذهن الإسكندر. فكم بلغ مدى شقائه! واعترف لديوجينيس: «إذا خلقتني الله أبداً مجدداً فساأطلب منه، أرجوك في هذه المرة ألا تجعلني الإسكندر - اجعلني ديوجينيس».

ضحك ديوجينيس بصخب، ونادى الكلب - لأنهما أصبحا، عند هذا الحد، صديقين وشرعا في العيش معاً - نادى الكلب وقال، «هاك، استمع إلى هذا الهراء الذي يطلقه! يريد في الحياة المقبلة أن يصبح ديوجينيس! لماذا في ذلك الوقت؟ لماذا التأجيل؟ من يعرف شيئاً عن الحياة المقبلة؟ فحتى الغد، واللحظة التالية غير مؤكدة فكيف بالحياة المقبلة! إذا أردت فعلاً أن تكون ديوجينيس فبإمكانك أن تصبح واحداً في هذه اللحظة بالذات. هنا والآن. ارم بثيابك في النهر، وانس كل ما له علاقة بفتح العالم! فذلك غياب محض، وأنت تعلم ذلك».

«وقد اعترفت بأنك بئس، وبأن ديوجينيس في حال أفضل وأكثر غبطة منك بكثير. فلماذا لا تصير ديوجينيس الآن بالذات؟ تمدد عند ضفة النهر حيث أخذ حمامي الشمسي! فهذه الضفة كبيرة كفاية لنا نحن الإثنين».

طبعاً، لم يستطع الإسكندر قبول هذه الدعوة. وقال، «أشكرك على ما قلته. لكنني لا أستطيع القبول الآن بالذات، لكن في الحياة المقبلة...».

وسأله ديوجينيس، «إلى أين تذهب؟ وما الذي ستفعله حتى ولو فتحت العالم؟»، فقال الإسكندر، «عندئذ سأرتاح».

قال ديوجينيس، «يبدو ذلك منافياً تماماً للعقل - لأنني مرتاح الآن بالذات!»

إذا لم يكن الإسكندر سعيداً، ولا أدولف هتلر، وإذا لم يسعد آل روكفلر وآل كارنيغي، إذا كان الأشخاص الذين يملكون كل أموال العالم وكل سلطة فيه

بالرغم من أنه قيل لكم إنه ما من شيء ينجح كالنجاح، فإنني أرى ألا شيء يفشل مثله. ليس للسعادة أي علاقة بالنجاح.

تعساء... فما عليكم إلا أن تراقبوا من نجحوا في العالم، وسنسقطون فكرة النجاح. فما من شيء يفشل مثله. وبالرغم من أنه قيل لكم إنه ما من شيء ينجح كالنجاح، فإنني أرى ألا شيء يفشل مثله.

ليس للسعادة أيّ علاقة بالنجاح. ولا بالطموح، ولا بالمال والسلطة والمكانة. إنها بعدُ مختلف تماماً. فللسعادة علاقة ما بوعيك لا بشخصيتك.

دعني أذكرك، الشخصية ليس أنت، بل هي أمر أنت صقلته. تستطيع أن تصبح قديساً وتبقى مع ذلك تعيساً إذا كانت قداستك ليست إلا للممارسة. وهكذا يتحول الناس إلى قديسين. كيف يصبح الكاثوليكيون والجاينيون والهندوس قديسين؟ يمارسون القداسة شبراً بشبر، بالتفصيل، متى ينهضون، متى يأكلون، متى لا يأكلون، متى يأوون إلى السرير...

الوعي وليس الشخصية

لا أومن بالشخصية على الإطلاق. وأضع ثقتي في الوعي. ومن الطبيعي أن تتبدل شخصية المرء إذا أصبح أكثر وعياً. لكنّ هذا التبدل مختلف كلياً: لا يديره الذهن - بل هو طبيعي، وتلقائي. وعندما تصير شخصيتك طبيعية وتلقائية فإنها تمتلك جمالاً خاصاً بها؛ وقد تستمر، بخلاف ذلك، في التبدل... قد تسقط غضبك، لكن أين؟ سيتعين عليك إسقاطه في داخل لاوعيك. تستطيع تغيير جانب من حياتك، لكنّ كل ما ترميه سيشرع في التعبير عن نفسه من زاوية ما أخرى. وحدث ذلك محتوم. يمكنك أن تسدّ جدولاً بصخرة؛ وسيبدأ في الجريان من مكان آخر - لا تستطيع تدميره. والغضب قائم لأنك غير واعٍ، والجشع كذلك. التملك والغيرة قائمان لأنك أيضاً غير واعٍ.

وأنا غير مهتمّ بالتالي بتغيير غضبك؛ إذ سيبدو الأمر أشبه بتشذيب أوراق الشجرة أملاً في أن تختفي هي نفسها في يوم من الأيام. وهو ما لن يحدث؛ بل على العكس، فكلما شذبت الشجرة ازدادت أوراقها كثافة.

وبالتالي، فإن قديسيك المزعومين هم أقل الناس قداسة في العالم، ومدعون وزائفون. صحيح، أنك إذا نظرت إليهم من الخارج يبدوون كثيري القداسة - قديسين أكثر من اللازم، أشبه بالسكّرين، شديدي الحلاوة، إلى حد مفرز ومثير للغثيان. ويمكنك فقط أن تمضي وتقدّم إليهم الاحترام وتهرب. لن تستطيع العيش مع قديسيك ولو لأربع وعشرين ساعة - سيُضجرونك حتى

الموت! وكلّما اقتربت منهم ازددت حيرة وارتباكاً وتشوّشاً، لأنك ستبدأ برؤية أنهم طردوا الغضب من جهة، لكنه دخل إلى حياتهم من جهة أخرى.

يغضب الناس العاديون مرّة في كل فترة، وغضبهم عابر جداً ومؤقت جداً. ثم يعاودون الضحك، ويستعيدون لطفهم؛ لا ينفكّون الجراح طويلاً جداً. لكنّ غضب قديسيك المزعومين يكاد يصبح مسألة دائمة. إنهم غاضبون فقط وليس من شيء بالتحديد. لديهم قدر كبير من الغضب المكبوت بحيث باتوا الآن غاضبين فقط، في حال من الغيظ. وسيبدو ذلك في أعينهم، وفي أنوفهم، وفي وجوههم، وسيظهر في أسلوب حياتهم بالذات.

اعتاد لو تينغ تناول الطعام في أحد المطاعم اليونانية لأن بابادوبولوس، صاحب المطعم، يصنع أرزاً محمّراً رائعاً. فيأتي في كل مساء ويطلب «الأرز المقلي» لكنه يلفظ الكلمتين بالإنكليزية بطريقة خاطئة كونه صينياً». وهو ما يدفع دوماً بابادوبولوس إلى الإغراق في الضحك. ويأتي أحياناً مع اثنين من أصدقائه أو ثلاثة يقفون على مقربة ليستمعوا فقط إلى لو تينغ وهو يتلفظ بالطلب.

وفي مآل الأمر بلغ جرح الصيني في كبريائه حدّاً أنه تلقى دروساً خاصة في اللفظ ليتمكن فقط من النطق على نحو صحيح بعبارة «الأرز المقلي».

وفي المرّة التالية التي قصد فيها المطعم، قال بوضوح، أريد «أرزاً مقلياً، من فضلك».

لم يصدّق بابادوبولوس أذنيه وسأل، «ماذا قلت؟»،

فصاح لو تينغ، «سمعت ما قلته أيها الإغريقي القذر!» ومرة أخرى لفظ الإغريقي القذر بطريقة خاطئة.

أنت لن تصنع فرقاً كبيراً - تحوّل الأمر من «الأرز المقلي» إلى «الإغريقي القذر»! فحالما تقفل باباً يفتح آخر على الفور. وهذه ليست الطريقة الفضلى للتحوّل.

يسهل تغيير شخصيتك؛ ويتمثل العمل الحقيقي في تغيير وعيك، في أن تصبح واعياً، أكثر وعياً، بوعي أكثر حدة وحماسة. يستحيل عليك الغضب وأنت واعٍ، ويستحيل كذلك الطمع، والحسد، والطموح.

عندما يختفي كل غضب وطمع
وحب امتلاك وشهوة، يُفَرِّج عن
الطاقة المتعلقة بذلك. وتصبح
هذه الطاقة الطوبى الخاصة بك.
لا يعود الأمر يأتي من الخارج؛
بل بات الآن يحدث في داخل
كيانك، في أعماق أعماق
فسحته.

وعندما يختفي كل غضب وطمع وحب امتلاك وشهوة، يُفَرِّج
عن الطاقة المتعلقة بذلك. وتصبح هذه الطاقة الطوبى الخاصة بك. لا
يعود الأمر يأتي من الخارج؛ بل بات الآن يحدث في داخل كيانك، في
أعمق أعماق فسحته.

وتصيرُ، عندما تتوافر الطاقة، حقلاً مستقبلاً، مغنطيسياً.
تجذب الماوراء - عندما تصبح كذلك، عندما تتجمع وتحتشد في
داخلك كل الطاقة التي أهدرتها من غير داعٍ في لاوعيك. وتشرع،
عندما تصبح بحيرة من الطاقة، في اجتذاب النجوم والماوراء، وتبدأ
في اجتذاب الجئة نفسها.

ويتمثل لقاء وعيك مع الماوراء نقطة الطوبى، السعادة الحقيقية التي لا تعرف للشقاء باباً،
فهي سعادة محض، ولا تعرف للموت باباً، فهي حياة محض. ولا تعرف شيئاً عن الظلمة، فهي نور
محض، ومعرفتها هي الهدف. وقد مضى البودا غوتاما بحثاً عنها وبلغها في أحد الأيام بعد ستة
أعوام من الكفاح.

وأنت أيضاً يمكنك بلوغها، لكن دعني أذكرك: بقولي إنك تستطيع ذلك، لا أخلق رغبة في
بلوغها. بل إنني أعلن واقعاً فقط: وهو أنها تحدث إذا أصبحت تجمعاً من الطاقة الهائلة، لا يلهيك أي
من الأمور الدنيوية. وهو أمر يحدث أكثر ممّا هو أمر يُصنع. ومن الأفضل تسميته الطوبى بدلاً من
السعادة، لأن سعادة تحملك على الاعتقاد بأنها مشابهة لما تعرفه على أنه سعادة. فما تسميه سعادة
ليس إلا حالاً نسبية.

قصد بنسون متجر كراننز للألبسة لشراء بذلة لنفسه. عثر بالضبط على الطراز الذي
أراده، فتناول السترة عن العالقة وجرب مقاسها.

جاءه كرانتر قائلاً: «نعم، يا سيدي. إنها تبدو رائعة عليك».

قال بنسون «ربما تبدو كذلك، لكنها غير ملائمة أبداً. فهي ضيقة عند الكتفين».

قال كرانتر «ارتدِ السروال، فهو ضيق جداً إلى حد أنك ستنسى معه أمر كتفك!».

ما تسميه السعادة ليس إلا مسألة نسبية. وهي برأي بوذا أمر مطلق. سعادتك ظاهرة نسبية. وما يصفه بوذا بالسعادة هو أمر مطلق، غير مرتبط بأي أحد آخر. لا يُقارَن بأي أحد آخر، وهو ببساطة لك، إنه باطني.

ملاحقة الأوهام

يتضمّن الدستور الأميركي فكرة شديدة الغباوة. يقول إن السعي إلى السعادة من الحقوق الطبيعية للإنسان. لم يمتلك واضعو هذا الدستور أي فكرة عما يكتبونه. إذا كان ذلك صحيحاً للجنس البشري، فماذا إذاً عن الشقاوة؟ حقّ مَنْ الطبيعي هو الشقاوة؟ لم يدرك هؤلاء الناس بالمرّة أنك إذا طلبت السعادة فإنك في الوقت نفسه تطلب الشقاوة: ولا يهم إذا عرفت ذلك أم لا.

أصف ذلك بالغباوة لأن أحداً لا يستطيع السعي إلى السعادة. وهناك أمر واحد

مؤكّد في حال سعيك إليها وهو: أنك لن تحصل عليها. السعادة دوماً حصيلة ثانوية. وهي ليست نتيجة مسعى مباشر. تحدث وأنت لا تفكر فيها، فكيف بالمسعى؟ إنها تحدث فجأة من حيث لا تدري، فيما أنت تفعل أمراً مختلفاً تماماً.

السعادة دوماً حصيلة ثانوية. وهي ليست نتيجة مسعى مباشر. تحدث وأنت لا تفكر فيها.

قد تكون تُقَطِّع الحطب، وهذا ليس بالتأكيد سعياً وراء السعادة، لكنه يحدث تحت شمس الصباح الباكر والطقس لا يزال بارداً وصوت فأسك التي تهوي على الحطب... وتتناثر قطع الخشب في المكان محدثة صوتاً يعقبه الصمت... تشرع في التعرّق، ويمدّك النسيم البارد بمزيد من الإحساس بالبرودة. وفجأة تحلّ السعادة، التي لا يمكن احتواؤها. لكنك كنت تقطّع الحطب فقط، ولم

يؤت في الدستور على ذكر ذلك بوصفه حقاً طبيعياً. لأنه كم سيكون عندئذٍ عدد الأشياء التي يتعين تضمينها فيه؟

لا يمكنني أن أنسى يوماً واحداً... أنّ هناك بضعة أمور لا منطوق فيها ولا صلة لها بالموضوع لكنها تبقى، بطريقة ما، عالقة في ذاكرتك. لا تفهم سبب وجودها لأن هناك ملايين الأمور التي حصلت وتفوقها أهمية بكثير، ولها معنى أكبر بكثير واختفت كلها. لكن بضعة أمور تافهة خلّفت وراءها أثراً؛ ولا تستطيع أن تجد أي سبب لذلك، لكنها بقيت.

أذكر واحداً من هذه الأمور. كنت عائداً من المدرسة - التي تقع على بُعد نحو ميل واحد من منزلي. وفي منتصف الطريق تماماً وُجدت شجرة «أثاب الهند» ضخمة. كنت أمر بها أقله أربع مرات يومياً: في ذهابي إلى المدرسة، ثم في طريق العودة إلى المنزل ظهراً لتناول الغداء، ثم عند الذهاب مجدداً إلى المدرسة ومن ثم العودة منها. وبالتالي مررت آلافاً عدّة من المرات بتلك الشجرة، لكنّ شيئاً حدث في أحد الأيام.

كان يوماً حاراً، وأخذت في التعرّق وأنا أقترّب منها. مررت من تحتها، وكان الجو منعشاً جداً فتوقّفت لبرهة من دون أي قصد، ومن دون أن أعرف السبب. ذهبت ببساطة إلى مقربة من جذع الشجرة، ولمسته. لا أستطيع أن أشرح ما حدث، لكنني شعرت بسعادة عارمة، كما لو أنّ شيئاً يرشح بيني وبينها. وما أمكن البرودة أن تكون السبب، لأنني عبرتها في مرات كثيرة وأنا أتعرّق. وسبق لي أيضاً أن توقّفت من قبل، لكن لم يسبق لي أبداً أن توجّهت إلى الشجرة ولمستها وجلست عندها كما لو أنني ألتقي صديقاً قديماً.

بقيت تلك اللحظة تلمع كالنجمة. وقد حدث الكثير من الأمور في حياتي، لكنني لا أرى تلك اللحظة تتضاءل بأي شكل من الأشكال؛ فهي باقية. وكلما نظرت إلى الوراء رأيت أنها قائمة. لم أدرك في ذلك النهار بوضوح ما جرى كما لا يمكنني قول ذلك اليوم - لكنّ شيئاً ما حدث. وبات لي منذ ذلك اليوم نوع من الارتباط بالشجرة لم أشعر به من قبل، ولا حتى مع أي كائن بشري. أصبحت علاقتي بها أكثر حميميّة من أي علاقة مع أي أحد آخر في العالم كلّه. وبات الأمر لديّ روتيناً: كلّما مررت بالشجرة جلست لبضع ثوانٍ أو بضع دقائق ولمستها فقط. ولا أزال أرى ذلك - هناك أمر نشأ في ما بيننا.

في اليوم الذي تركت فيه المدرسة وانتقلت إلى مدينة أخرى للالتحاق بالجامعة، ودّعت أبي وأمي وأعمامي وعائلي كلّها من دون بكاء. لم أكن يوماً ذلك النوع الذي يبكي بسهولة أو ينتحب، لكنني في ذلك النهار نفسه انتحيت وأنا أودّع الشجرة. وبقي المكان بقعة منورة جداً. تملّكني يقين مطلق وأنا أبكي بأن الدموع ملأت أيضاً عينيها، مع أنني لم أستطع أن أراها، لا هما ولا الدموع. إنّما شعرت بذلك. استطعت عندما لمست الشجرة أن أحسّ بالحزن، والبركة، والوداع. ذلك كان لقائي الأخير بالتأكيد، لأنني عندما عدت بعد ذلك بسنة وجدتُ أنّها قد قُطعت، وأزيلت لسبب غبي ما.

تَمثّل السبب الغبي في أنهم أرادوا إقامة نصب تذكاري صغير، والمكان هو البقعة الأجل في وسط المدينة. نصب لغبي على قدر كاف من الثراء مكّنه من أن يكسب كل الانتخابات، ويصبح رئيساً للجنة البلدية. وقد تولّى الرئاسة لما لا يقلّ عن خمسة وثلاثين عاماً، وهي المدة الأطول التي تولّى فيها أحدهم الرئاسة في المدينة. سعد الجميع برئاسته لأنه على قدر كبير من الغباوة، وباستطاعتك فعل ما يحلو لك من دون أي تدخّل منه. تستطيع أن تبني منزلك في وسط الشارع من دون أن يزعجك: كلّ ما عليك فعله هو أن تصوّت له. وهكذا سرّت المدينة كلها منه لأن الجميع امتلكوا هذا القدر الكبير من الحرّية. اللجنة البلديّة، الأعضاء، الموظّفون والمستكثبون، كلهم سرّوا منه. وأرادوا منه أن يبقى رئيساً إلى الأبد؛ لكنّ الموت، من حسن الحظ، يأخذ حتى الأغبياء. إلّا أن وفاته كانت مؤسفة لأنهم بحثوا عن مكان لإقامة نصبه التذكاري، وقضوا على شجرة «أثاب الهند». وها هو الحجر الرخامي ينتصب هناك مكان الشجرة الحيّة.

السعي وراء السعادة أمر مستحيل. إذا نظرت إلى تجربتك الخاصة وعثرت على أوقات كنت فيها سعيداً، وهي أوقات يتعيّن أن تكون نادرة جداً، [فستجد] أنك في حياة من سبعين عاماً ربّما هناك سبع هنيهات تعدّها سعادة. لكنك إذا حظيت ولو بلحظة واحدة منها، فهناك أمر واحد مؤكّد من دون استثناء: أنّها حدثت وأنت لا تبحث عنها.

حاول البحث عن السعادة ومن المؤكّد أنك ستفوّتها.

أختلف مع يسوع المسيح في نقاط متعدّدة، حتى في التي تبدو فيها على درجة كبيرة من البراءة، ويبدو الأمر كما لو أنني قاس. يقول يسوع: «اطلبوا تجدوا. اسألوا يُعطى لكم. اقرعوا يُفتح لكم». ولا يمكنني الموافقة على ذلك.

من المؤكّد أن الأغبياء الذين وضعوا الدستور الأميركي تأثّروا بيسوع المسيح، فجميعهم من المسيحيين. وعندما قالوا «السعي إلى السعادة»، فلا بدّ أنه كان في ذهنهم، عن وعي أو غير وعي، قول يسوع: «اطلبوا تجدوا». لكنني أقول لكم: اطلبوا السعادة وكونوا متأكّدين من أنكم لن تعثروا عليها أبداً. لا تطلبوها وستجدونها عندكم.

توقّفوا فقط عن الطلب، وستجدونها، لأن البحث يعني جهداً من الذهن، وعدم البحث يعني حالاً من الاسترخاء. والسعادة غير ممكنة إلا وأنت مسترخٍ.

الباحث ليس مسترخياً. وكيف يمكنه فعل ذلك؟ لا يستطيع تحمّل الاسترخاء. وسنُدّهب إذا نظرت إلى العالم من حولك: ستجد أناساً في الدول الفقيرة جدّاً أكثر فناعة من أولئك الذين يعيشون في الدول الغنيّة. نعم، فحتى في إثيوبيا حيث يموت الناس من الجوع، ستجد أناساً على وشك أن يموتوا لكنهم لا يعانون أو يعيشون حالاً من الغم. وستجد العدد الأكبر من الناس التّعساء في أميركا. وهذا غريب. فالسعي إلى السعادة حقّ طبيعيّ فيها. وهو غير مذكور في أيّ دستور آخر في العالم.

هذا الدستور الأميركي جنوني على نحو مطلق. «السعي إلى السعادة»؟ لم يسبق لأحد يوماً أن نجح في ذلك، والذين حاولوا أصبحوا تعساء جدّاً في حياتهم وبؤساء.

السعادة تحدث (في النصّ الإنكليزي هناك لعب على الكلام *happenshappiness* ولا يتوافر لذلك لفظ متجانس في اللغة العربية - المترجم). ولهذا تسمّيها «سعادة» - لأنها تحدث، لا يمكنك إدارتها، ولا صنعها، ولا تدبيرها. فالسعادة أمر يتجاوز مجهودك، ويتجاوزك. لكنها ستحضر وأنت تنبش فقط حفرة في حديقتك وتكون مستغرقاً فيها تماماً، إذا جرى نسيان العالم بأسره بما فيه أنت.

السعادة دوماً معك. وليس لها أيّ علاقة بالطقس، أو بتقطيع الحطب، ولا بنبش حفرة في حديقتك. لا علاقة للسعادة بأيّ شيء. بل هي مجرد حال غير متوقّعة، مسترخية، مستريحة لكنونتك مع الوجود. وهي هنا: لا تأتي وتذهب. فهي دوماً ترافقتك، كتنفّسك تماماً، وخفقان قلبك، والدم الذي يجري في عروقك.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر **IKitab**

السعادة حاضرة دائماً، لكنك إذا سعيت إليها، فستجد التعاسة. يبحثك عنها تضيعها - وتلك هي التعاسة، إضاعة السعادة. وللتعاسة نوع من العلاقة والشراكة مع السعي. إذا «سعيت» فستجدها، وأعطى الدستور الأميركي لكل الشعب فكرة أن عليه «السعي».

وأفراد الشعب الأميركي يسعون يائسين، وراء المال، السلطة، والدين، ويغدون في كل أنحاء العالم بحثاً عمّن يعلمهم كيفية إيجاد السعادة.

المطلوب فعله هو العودة فقط إلى المنزل ونسيان الأمر برمّته. افعل ما ليس له علاقة أبداً بالسعادة. ارسّم. ليس عليك أن تتعلّم الرسم؛ ألا يمكنك وضع الألوان على القماش؟ أيّ طفل يستطيع فعل ذلك. ما عليك إلا أن تضع الألوان عليها وقد تُفاجأ: أنت لست رسّاماً، لكنّ أمراً جميلاً يحدث. فقد أصبحت الألوان نفسها ممتزجة بطريقة ما، وخلقت أمراً لن تستطيع تسميته.

لا تحمل اللوحات المعاصرة عناوين، بل إن الكثير من الرسوم يخلو من الإطارات لأن الوجود ليس له إطار. تنظر من نافذتك، وترى السماء مؤطرة، لكن الإطار قائم في النافذة لا في السماء؛ السماء ليس لها إطار. وبالتالي يوجد حتى رسّامون لا يرسمون على القماش؛ بل على الجدران، على الأرضيات، على السقوف. أماكن غريبة، لكن أستطيع رؤية تصوّرهم. فهم لا يهتمون لصنع اللوحات بقدر اهتمامهم بانخراطهم في فعل الرسم نفسه. وهي ليست للبيع. فكيف بإمكانك بيع سقفك، ومن سيشتريه؟ وفيما هم في حال من الاستغراق يأخذ شيء من زاوية مجهولة ما في التسرّب إلى كيانه. ويخالجهم شعور بالفرح من دون أي سبب على الإطلاق.

ولهذا أنا أدين فكرة المسعى. ويمكنني القول بشأن كل من وضع كلمة المسعى هذه في الدستور، ومن دون معرفة اسمه أو أي شيء عنه، إنه كان لا بد إنساناً تعيساً إلى أقصى الحدود. ولم يعرف السعادة يوماً. فهو قد سعى إليها، حاول أن يمنح كل أميركي الحق الطبيعي ذاته الذي ادّعاه لنفسه. وهكذا لم ينتقد أحد، على مدى ثلاثمئة سنة، أمراً بسيطاً كهذا.

صحيح أنه من آن إلى آخر، يبلغ شاعر ما، أو مغنّ، أو راقص السعادة، ولكن هناك دوماً أمر يمثل جزءاً من ذلك: فكّما جاءت السعادة، وجدتهم غائبين. الساعي غير موجود، والمسعى كذلك.

نيجينسكي واحد من أهم الراقصين في العالم، في التاريخ كله... وهو برأيي أفضل راقص أنجبته الإنسانية على الإطلاق. كان معجزة وهو يرقص. ويؤدي بين الحين والآخر قفزة كبرى تتحدّى الجاذبية؛ وذلك صعب، ومن الناحية العلميّة مستحيل. فمثل هذه القفزة العملاقة المرتفعة مستحيلة تماماً بحسب قوانين الجاذبية. وحتى من يتنافسون في مباريات القفز الطويل في الألعاب الأولمبية لا يقارنون بنيجينسكي عندما يقفز. بل إن عودته إلى الهبوط هي الأكثر إعجازاً: يعود كالريشة، ببطء. ويمضي في ذلك حتى بعكس قوانين الجاذبية، لأن الجاذبيّة تسحب وزن جسم الإنسان على نحو فجائي، سريع. ستسقط بخبطة، بل قد تصاب أيضاً ببعض الكسور! لكنه اعتاد الهبوط أشبه تماماً بسقوط الورقة الميتة من الشجرة: ببطء، وتكاسل، من دون استعجال، لأنه ما من مكان تبلغه. بل من الأفضل تشبيهه بالريشة، لأن ورقة الشجرة أكثر سرعة في بلوغ الأرض. ريشة العصفور خفيفة، خفيفة جداً؛ تنزل راقصة. بالطريقة نفسها التي اعتاد بها نيجينسكي النزول على الأرض. ولم يصدر له صوت حتى لدى هبوطه على المسرح.

وسئل مراراً وتكراراً، «كيف تفعل ذلك؟».

فقال، «لا أفعله. حاولت ذلك، لكنه لم ينجح مهما حاولت. وكلّما أعدت الكرة اتضح لي أنه أمر لا أستطيع التمكن منه. وشرعت، رويداً رويداً، أدرك أنه يحدث عندما لا أحاول، عندما لا أفكر فيه حتى. وحتى عندما أكون غائباً أجد فجأة أنه قد حضر وأنه يحدث. وفي الوقت الذي أعود فيه لأفهم كيفية حدوثه، لا يعود قائماً ويختفى بالفعل، وأنا عدتُ إلى أرضية المسرح».

وها إنّ هذا الرجل يعرف أنه لا يمكن السعي وراء السعادة. ولو كان نيجينسكي شارك في هيئة وضع دستور أميركا لا اعتراض وقال إن السعي هو بالتأكيد العبارة الخاطئة. وما عليكم سوى القول إن السعادة حقّ طبيعي للجميع، لا السعي وراءها. فالأمر لا يشبه المطاردة التي يزاولها الصياد. وإلا فستقضي حياتك كلّها تركض وتطارد الظلال من دون أن تصل إلى أي مكان. وستمرّ حياتك كلّها مجرد هدر.

لكنّ الذهن الأميركي امتلك تلك الفكرة، وبالتالي شرع الأميركيون يسعون في كل مجال، السياسة، الأعمال، والدين. وهم في انشغال دائم، ويمضون بسرعة، لأنك عندما تفعل ذلك فما المانع من إنجاز الأمر سريعاً؟ ولا تسأل إلى أين تمضي، لأنه لا أحد يعرف ذلك. وهناك أمر وحيد مؤكّد،

وهو أنهم يمضون بأقصى سرعة، بالقدر الذي يمكنهم المحافظة عليه، بكل ما يتمكنون منه. فما هو المطلوب أكثر من ذلك؟ أنت تمضي بأقصى سرعة. أنت تمارس حقك الطبيعي.

وهكذا ينتقل الناس من امرأة، إلى أخرى، إلى الثالثة، فرابعة؛ من رجل، إلى آخر؛ من عمل، إلى غيره، من وظيفة، إلى أخرى، وكله سعياً وراء السعادة. ومن الغريب أنها تبدو كأنها قائمة وأن أحداً آخر يستمتع بها، فتبدأ في السعي إليها. وعندما تصل إلى حيث تعتقد أنك ذاهب، لا تجدها.

العشب في ما وراء سياجك أكثر خضرة على الدوام، لكن لا تقفز من فوقه للتأكد من ذلك. تمتع به! إذا كان أكثر خضرة في الجانب الآخر من أرضك، فتمتّع به. فلماذا تدمر الأشياء من خلال القفز من فوق السياج لاكتشاف أنه أسوأ من عشبك أنت؟

العشب في ما وراء سياجك أكثر خضرة على الدوام، لكن لا تقفز من فوقه للتأكد من ذلك. تمتع به! إذا كان أكثر خضرة في الجانب الآخر من أرضك، فتمتّع به.

لكنّ الناس يركضون وراء كلّ شيء، اعتقاداً منهم أن ذلك قد يمنحهم ما افتقروا إليه.

ما من شيء سيساعد. يمكنك العيش في قصر، لكنك ستبقى على القدر نفسه من الشقاء، ربّما أكثر مما كنت عليه في كوخ قديم، يتوافر فيه على الأقل العزاء بأنك بانس لأنك في مكان رديء. يوجد عذر؛ تستطيع أن تشرح سبب شحّك وبؤسك ومعاناتك. كما أنه يراودك أيضاً أمل في أنك ستتمكّن في يوم من الأيام من تدبير منزل أفضل، ليس قصرأ، لكنه على الأقل منزل جيّد، جميل وصغير خاص بك.

إنه الأمل الذي يبقي الناس أحياء، كما أن أعدارهم وتعليقاتهم هي التي تجعلهم يستمرّون في المحاولة المرّة تلو المرّة. وأضحت فلسفة أميركا تتمثّل في المحاولة، والمحاولة، ومن ثم المحاولة من جديد. لكنّ هناك بضعة أمور لا يمكن تحقيقها هكذا وهي لا تحدث إلا متى انتهيت كلياً من المحاولة. فتكتفي بالجلوس والقول، «طفح الكيل، ولن أحاول مجدداً».

هكذا حدث التنوير مع غوتام بوذا.

لا بدّ أنه كان الأميركي الأول، لأنه شرع يسعى إلى السعادة. تخلى بسبب هذا المسعى عن مملكته. وهو رائد في أمور كثيرة؛ وأول متخلّ. لم يتخلّ هيبوكم عن الكثير. وعليكم في البداية أن

تمتلكوا الشيء للتخلي عنه. وهو امتلاكه، وفعل أكثر مما استطاع أي إنسان من قبل أن يفعل. أحيط بوذا بجميع أولئك النسوة الجميلات في مملكته. وبالتالي لم تتبقّ لديه أي رغبة من دون أن تتحقق. حصل على أفضل أنواع الطعام، وعلى المئات من الخدم، وعلى الحدايق الضخمة.

قال بوذا، «إنني أتخلى عن ذلك كلّهُ. فأنا لم أجد السعادة هنا. سأبحث عنها. سأسعى إليها. سأفعل كل ما في وسعي للعثور عليها».

وفعل بوذا على مدى ست سنوات كل ما يستطيع أي شخص أن يفعله. قصد جميع أنواع الأساتذة والمعلمين والباحثين والعقلاء والحكماء والقديسين. الهند ملأى بمثل هؤلاء الأشخاص بحيث لا تدعوك الحاجة إلى البحث والتفتيش؛ وما عليك إلا الانتقال إلى أي مكان وستلقاهم. إنهم متوافرون في كل مكان؛ وإذا لم تسع إليهم فسيأتون هم إليك. وبلغ الأمر، بنوع خاص، ذروته حقاً في زمن بوذا. بيد أنه لم يحدث شيء بعد ستة أعوام من الجهد المضني - التقشّف، الصوم، وأوضاع اليوغا. وفي أحد الأيام...

نيرانجانا كناية عن نهر صغير، ليس عميقاً جداً. أخذ بوذا يصوم ويمارس التقشّف ويعدّب نفسه بكل الطرق، وبات على درجة كبيرة من الوهن الذي لم يتمكن معه من اجتياز النيرانجانا للاستحمام. النهر ضحل، لكنّ الوهن بلغ منه حدّاً لم يتمكن معه من تدبّر إبقاء نفسه فيه إلا بالتمسك بجذر شجرة تدلّى إلى جانب الضفة؛ لولا ذلك لجرفه النهر. وفيما هو يتمسكّ بالجذر خطرت له الفكرة: «يقول هؤلاء الحكماء إن الوجود أشبه بالمحيط. وإذا كان فعلاً كذلك فإن ما أفعله ليس صحيحاً، لأنني إذا عجزتُ عن اجتياز هذا النهر الضحل، نيرانجانا، فكيف سأجتاز محيط الوجود؟ وأنا، من خلال كل ما فعلته أهدرت وقتي وحياتي وطاقتي وجسمي». واستطاع بشكل من الأشكال الخروج من النهر وتخلّى عن بذل أي جهد، وجلس تحت الشجرة.

في تلك الأمسية وهي ليلة كان القمر فيها بدرأ، نام جيّداً للمرة الأولى في ستّة أعوام، لأنه ليس لديه ما يفعله في اليوم التالي، ولا مكان يقصده. لا ممارسة، لا تمرين... ولا حاجة به إلى النهوض في الصباح الباكر قبل شروق الشمس. ويمكنه النوم ما أراد. وشعر للمرّة الأولى بالحرية التامة من أي جهد وسعي وبحث ومتابعة.

رقد بالطبع هادئ البال جدًّا، وفتح عينيه في الصباح وقد أخذت آخر النجوم في الاختفاء. ويقال إن بوذا اختفى هو الآخر مع اختفاء آخر نجمة. بعد تلك الليلة كلّها من الراحة والسلام وانتفاء المستقبل والهدف وأي شيء يفعله... لم يعد للمرّة الأولى أميركيًّا. رأى فقط، وهو مستلقٍ وغير مستعجل على النهوض، أن كل تلك الأعوام الستة تبدو كأنها كابوس. لكنّ ذلك مضى. واختفت النجمة، واختفى سידارتا.

إنها تجربة الطوبى، أو الحقّ؛ إنها التجاوز، وكل ما سعيت إليه، لكنك أضعته لأنك فعلت ذلك. لم يتمكن حتى البوذيون من إدراك مغزى هذه القصة. وهي الأهمّ في حياة غوتام بوذا. ولا تُقارن بأي شيء آخر.

لكنك ستُفاجأ... فأنا لست بوذيًّا ولا أتفق مع بوذا على ألف أمر وأمر، لكنني، في سياق خمسة وعشرين قرنًا، وجدت أنّه الرجل الأول الذي شدّد على هذه القصة وجعلها محور التركيز، لأنه ما غابيتهم إذا رُويت هذه القصة؟ ماذا يفعلون؟ ماذا يعلمون، أيّ ممارسات، أيّ صلوات؟ من الطبيعي أنّك إذا رويتها، وقلت إنها حدثت عندما توقّف بوذا عن ممارسته كل هذا الهراء الديني، فسيردّ الناس قائلين، «لماذا تعلّموننا إذاً ممارسة الهراء الديني؟ هل لتتخلّوا عنه في يوم من الأيام؟ وإذا تعيّن علينا في النهاية التخلّي عنه، فلماذا نشرع فيه في المقام الأول؟

سيصعب إقناع رجال الدين؛ لأن ذلك سيُدمر عملهم كلّه ووظيفتهم كلّها.

تنهمر الطوبى بهذه الطريقة تمامًا. والحقيقة تنهمر على هذا النحو أيضاً. عليك أن تكتفي بالجلوس، لا تفعل شيئاً، وتنتظر - لا تنتظر غودو، بل افعل ذلك فقط؛ لا تنتظر شيئاً محدداً بل انتظر وحسب، ابقَ في حال من الانتظار، وسيحدث الأمر.

ولأنه يحدث، فمن المحقّ تماماً أن تسميه السعادة.

جذور البؤس

الإنسان بئس، وقد بقي على امتداد قرون في هذه الحالة. ومن النادر أن تتمكّن من العثور على كائن بشري ليس كذلك. نادر جدًّا إلى درجة أنه يكاد يبدو عصياً على التصديق. ولهذا لا يصدّق

الناس أنّ كائنًا بشريًا مثل بوذا قد وُجد على الإطلاق. لا يستطيع الناس تصديق الأمر - لا يستطيعون ذلك بسبب بؤسهم الخاص. ولا يرون، وقد بلغ البؤس حدًا كبيراً لديهم وهم واقعون إلى درجة كبيرة في شَرَكة، أي باب متوافر للخلاص منه.

يعتقد الناس أنه لا بدّ أن بوذا من صنع الخيال، وأن أشخاصاً مثل غوتام بوذا هم من أحلام البشريّة. ويقول سيغموند فرويد، أن الأشخاص أمثال بوذا كناية عن «تلبية للرجوة». نريد أن نكون كذلك، نريد الخروج من بؤسنا، نوَدّ الحصول على ذلك الصمت، ذلك السلام، تلك البركة، لكن هذا لم يحدث. ويقول فرويد إنه لا أمل يُرجى: لن يحدث لأن هذه هي طبيعة الأمور بالذات. لن يكون الإنسان سعيداً.

يجب الاستماع إلى فرويد بانتباه شديد وبعمق كبير: لا يمكن فقط رفضه على نحو قاطع. فهو واحد من العقول الثاقبة، وعندما يقول إن السعادة غير ممكنة، وعندما يقول إن الأمل بها هو الأمل بالمستحيل، فهو يعني ذلك. وهذا ليس استنتاج فيلسوف. فملاحظته الخاصة للبؤس البشري هي التي قادته إلى هذه الخلاصة. وفرويد ليس متشائماً، لكنه بعدما لاحظ آلاف الكائنات البشرية، وولج إلى عمق أكبر في داخل نفسيّاتهم، أدرك أن الإنسان خُلق بطريقة تحمل في طياتها عملية مدمجة تجعله يكون بانئساً. ويستطيع، في أفضل الحالات، أن يكون في وضع من الراحة، لكن ليس في وضع من النشوة على الإطلاق. ويمكنه، في أفضل الأوضاع، جعل الحياة أكثر ملاءمة، من خلال التكنولوجيا العلميّة، والتغيير الاجتماعي، واقتصاد أفضل، وغيرها من الأمور، لكن الإنسان سيبقى بانئساً على حدّ سواء. وكيف يستطيع فرويد تصديق أن شخصاً مثل بوذا قد وُجد على الإطلاق؟ يبدو مثل هذا الصفاء كأنه حلم فقط؛ فالإنسانيّة كانت تحلم بشأن بوذا.

تتكوّن هذه الفكرة لأن بوذا نادر جدًّا، واستثنائيّ جدًّا. ولا يمثّل القاعدة.

لماذا بقي الإنسان في مثل هذا البؤس؟ تتمثّل المعجزة في أن كلّ واحد يريد أن يكون سعيداً. لن تعثر على شخص واحد يريد أن يكون بانئساً، ومع ذلك يعيش الجميع في البؤس. يريد الجميع أن يكونوا سعداء، مغتبطين، مسالمين، صامتين. يريد الجميع أن يعيشوا الفرح، وأن يحتفلوا، لكنّ ذلك يبدو مستحيلاً. ولا بدّ أن لذلك سبباً عميقاً جدًّا، إلى درجة يعجز معها التحليل الفرويدي عن بلوغه، والمنطق لا يستطيع اختراقه.

يجب إدراك أمر أساسي واحد. يريد الإنسان السعادة؛ ولهذا فهو بائس. كلما ازدادت رغبتك في السعادة، صرت أكثر بؤساً. وها إن الأمر يبدو منافياً للعقل، لكن هذا هو السبب الجوهرى. وعندما تفهم العملية التي يشتغل بها ذهن الإنسان ستتمكن من إدراك ذلك.

يريد الإنسان أن يسعد؛ وبناءً عليه فإنه يخلق البؤس. وعليك، إذا أردت التخلص منه، أن تخرج عن رغبتك في السعادة، وعندئذ لا يستطيع أحد أن يجعلك بائساً. وذلك ما غاب عن فرويد. لم يستطع أن يفهم أن الرغبة بالذات في السعادة يمكن أن تمثل السبب في البؤس.

كيف يحدث ذلك؟ ولماذا ترغب بالسعادة في المقام الأول؟ وما الذي تفعله بك هذه الرغبة؟

في اللحظة التي ترغب فيها بالسعادة تكون قد ابتعدت عن الحاضر. ابتعدت عن الوجودي، وانتقلت بالفعل إلى المستقبل، غير الموجود في أي مكان، ولم يأت بعد. انتقلت إلى حلم. ولا تستطيع الأحلام أبداً أن تشبع الرغبة. ورغبتك في السعادة حلم، وهو غير حقيقي. ولن يبلغ أحد الحقيقي من خلال غير الحقيقي. فأنت ركبت القطار الخاطئ.

تُظهر الرغبة في السعادة ببساطة أنك لست سعيداً في هذه اللحظة بالذات، وأنت كائن بائس. ويتطلع البائس إلى المستقبل باعتبار أنه في وقت ما، في يوم ما، بطريقة ما سيصير سعيداً. تطلعك هذا ينبع من بؤسك؛ ويحمل معه بذور البؤس بالذات. فهو ينتج منك ولا يمكن أن يختلف عنك. إنه طفلك - وجهه سيثبهاك؛ وسيجري دمك في جسمه. وسيمثل استمراراً لك.

أنت تعيس اليوم، فتقدر أن الغد سيكون سعيداً، لكن الغد هو تقدير منك ينطلق مما أنت عليه اليوم. أنت تعيس، وسيولد الغد من هذه التعاسة وستصير أكثر تعاسة. ومن المزيد من التعاسة سترغب مجدداً بالطبع بالسعادة في المستقبل. وتعلق من ثم في حلقة مفرغة: كلما صرت أكثر تعاسة، رغبت أكثر في السعادة، وصرت أكثر تعاسة. وها إن الأمر أشبه بالكلب الذي يطارد ذيله.

توجد عبارة لذلك في مذهب الزن، وهي أن الأمر أشبه بضرب العربة بالسوط. لو أن أحصنتك لا تتحرك واستمرت في ضرب العربة به، فإن ذلك لن يساعد. أنت بائس، وبالتالي، فإن كل ما ستحلم به، وما ستخطط له، سيجلب لك المزيد من البؤس.

ويتمثل الأمر الأول بالتالي في ألا تحلم، وألا تخطط. الأمر الأول يكمن في وجودك هنا الآن، لذا ما عليك، مهما كان الأمر، إلا أن تكون هنا الآن، وستجد حياً عظيماً في انتظارك.

يتمثل الوحي في أن لا أحد يمكنه ألا يسعد هنا والآن.

هل سبق لك أن كنت تعيساً هنا والآن؟ هل من إمكانية في هذه اللحظة بالذات، لكونك تعيساً الآن بالذات؟ يمكنك أن تفكر في شأن الأمس وتصبح تعيساً. وفي الغد وتصير تعيساً. لكن هل يسعدك في هذه اللحظة بالذات، في هذه اللحظة المختلجة، النابضة والحقيقية، أن تكون تعيساً؟ من دون أي ماضٍ ولا مستقبل؟

يمكنك جلب البؤس من الماضي، من ذاكرتك. أهانك أحدهم بالأمس ويمكنك أن تستمر في حمل الجرح، والإساءة، ويمكنك أن تستمر في الشعور بالتعاسة في شأنه: لماذا حدث لك ذلك؟ لماذا أهانك الرجل؟ وأنت قدّمت إليه الكثير من الخير، وساعدته على الدوام، وكنت دوماً صديقاً له، ومع ذلك أهانك! أنت تفكر في أمر لم يعد له وجود. فالأمس قد انقضى.

أو أنه يمكنك أن تتعس بشأن الغد. فغداً ينفد ما معك من مال. أين ستقيم عندئذٍ؟ ماذا سنأكل؟ ينفد مالك، ثم تأتي التعاسة. وهي إما تأتي من الأمس أو الغد، لكنها ليست أبداً هنا والآن. تستحيل التعاسة في هذه اللحظة بالذات، في الآن.

إذا عرفت هذا القدر، يمكنك أن تصبح بوذا. وعندئذٍ لا أحد سيعرقل سبيلك. ويمكنك حينها أن تنسى أمر كل فرويد؛ ولا تصبح السعادة ممكنة فقط، بل إنها قد حدثت بالفعل. فهي أمامك تماماً وأنت تضيعها لأنك تنظر إلى جانبيك.

الفرح هو المادة بالذات التي يتألف منها الكون. إلا أنه عليك أن تنظر أمامك مباشرة، إلى الفوري. وإذا نظرت إلى جانبيك فقد تضيعها.

السعادة هي حيث أنت. قائمة أينما كنت. فهي تحيط بك، وهي ظاهرة طبيعية. إنها كالهواء تماماً، وكالسماء. لا يجوز السعي إلى السعادة، فهي المادة بالذات التي يتألف منها الكون. الفرحة هو المادة بالذات التي يتألف منها الكون. إلا أنه عليك أن تنظر أمامك مباشرة، إلى الفوري. وإذا نظرت إلى جانبيك فقد تضيعها.

تضيعها بسببك. بسبب مقاربتك الخاطئة.

لكنك عندما تُميت الماضي ولا تفكرّ أبداً في المستقبل، ثم تحاول أن تبتئس، فستفشل! لا يمكن أن تكون بائساً؛ وفشلك مؤكّد تماماً، ويمكن توقّعه. لا يمكنك أن تخلق، مهما كنت فاعلاً في كونك بائساً، وبلغ تمرّسك، البؤس في هذه اللحظة بالذات.

تساعدك الرغبة في السعادة على النظر إلى مكان آخر، فتضيق عندئذٍ السعادة لا تُخلق، بل إنه يجب فقط رؤيتها. فهي قائمة بالفعل. ويمكنك في هذه اللحظة بالذات أن تصير سعيداً، وسعيداً جداً.

هكذا حدث الأمر مع بوذا. وهو ابن ملك، امتلك كلّ شيء، لكنه لم يكن سعيداً. وأصبح أكثر فأكثر تعاسة، فبقدر ما تملك بقدر ما تزداد تعاستك. ذلك هو بؤس الغني. وذلك ما يحدث في أميركا اليوم: كلّما زاد ثراؤهم، ازدادت تعاستهم؛ واحتاروا تماماً في ما يتعيّن عليهم فعله.

الفقراء يتيقّنون دوماً من هذا: عليهم جني المال، وبناء منزل جيّد، وشراء سيّارة؛ عليهم أن يرسلوا أولادهم إلى الجامعة. ويوجد دوماً برنامج في انتظارهم. إنهم مشغولون. لديهم مستقبل، وأمل: «في يوم أو في آخر...». يبقون في حالة من البؤس، لكن مع وجود أمل.

الثري في بؤس وقد اختفى لديه الأمل أيضاً. بؤسه مضاعف. لا يمكنك أن تجد أفقر من الثري؛ فهو فقير على نحو مضاعف. يظل يتطلّع إلى المستقبل، وها إنه يعرف أنه لن يزوّده بشيء، لأنه يحظى بالفعل بكل ما يحتاج إليه. يصبح مضطرباً، وذهنه يزداد باطّراد قلقاً وجزعاً. يصيبه الكرب. وذلك ما حدث لبوذا.

كان ثرياً. امتلك كل ما يمكن امتلاكه. أصبح تعيساً جداً. هرب في أحد الأيام من قصره، وتخلّى عن كل الثروات وعن زوجته الجميلة وطفله المولود حديثاً، هرب. أصبح متسوّلاً. وأخذ يسعى وراء السعادة. وذهب إلى هذا المعلمّ وذاك المعلمّ؛ سأل الجميع عمّا يتعيّن عليه فعله لبلوغ السعادة، وكان هناك بالطبع ألف شخص وشخص على استعداد لنصحه، وتبع نصائح الجميع. وكلّما تبع نصائحهم صار أكثر ارتباكاً.

جرّب بوذا كلّ ما قيل له. قال أحدهم: «مارس الهاتا يوغا»؛ فأصبح هاتا يوغياً. مارس وضعيّات اليوغا، وقام بها حتى أقصى الحدود. ولم ينتج منها شيء. قد تحصل على جسم أفضل مع الهاتا يوغا، لكنك لن تصبح سعيداً. فمجرّد جسم أفضل، أكثر صحّة، لا يصنع فارقاً. ومع المزيد من

الطاقة يصبح في تصرفك المزيد منها لتصبح تعيساً، لكنك ستُضحى كذلك. فما الذي ستفعله بها؟ وبالمال إذا امتلكت المزيد منه؟ ستفعل ما تستطيعه، وإذا جعلك القليل من المال على هذا القدر من التعاسة، فإن المزيد منه سيجعلك تعيساً أكثر. إنها عملية حسابية بسيطة.

تخلّى بوذا عن كل اليوغا. ومضى إلى معلّمين آخرين، الرجا يوجي، الذين لا يعلمون الأوضاع الجسدية بل التعاويذ فقط، الترنيم، والتأملات. فعل ذلك أيضاً، ولم ينتج عنه شيء. كان فعلاً في حال من البحث. وعندما تبحث فقط فلن يساعدك شيء، ولا يتوافر بالتالي أيّ علاج.

يتوقّف الأناس العاديون في مكان ما على امتداد الطريق؛ وهم ليسوا بالساعين الحقيقيين. الساعي الحقيقي هو ذلك الذي يمضي حتى آخر عملية البحث، ويدرك أن كل البحث هراء. فهو في حدّ ذاته أسلوب من أساليب الرغبة، أدرك بوذا ذلك في أحد الأيام. وقد غادر قصره، وتخلّى عن ممتلكاته الدنيويّة؛ وفي أحد الأيام تخلّى عن كل بحث بعد سنّة أعوام من البحث الروحي. تخلّى من قبل عن البحث المادي، وها هو يتخلّى عن الروحي. تخلّى عن هذا العالم من قبل، وها هو يتخلّى عن العالم الآخر أيضاً.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر IKitab

تخلّص كلياً من الرغبة... وحدث الأمر في تلك اللحظة بالتحديد. حلّت البركة فيها بالذات. ألقى غوتام سيدارتا بكلّ رغبة، وألقى بكلّ أمل، جرى التخلّي عن كلّ أمل، ليصبح فجأة بوذا. وهو أمر كان دائماً معه إلا أنه كان ينظر إلى مكان آخر. كان ذلك قائماً، في الداخل، في الخارج، فهكذا صنّع الكون. إنه طوباوي، إنه حقّ، إنه إلهي.

من حال النزاع إلى حال النشوة

الفرح هو الدخول إلى ذاتك الخاصة. وهو في البداية صعب وشاق. عليك أولاً أن تواجه البؤس؛ الدرب وعرة جداً. لكنك كلما توغلت فيها كبرت المكافأة.

الفهم هو المفتاح

عليك أن تفهم أمراً واحداً: إن التنوّر ليس هروباً من الألم، بل إنه فهمٌ له، فهم لبؤسك، وليس تغطية له ولا بديلاً، بل رؤية عميقة ثابتة: «لماذا أنا بئس، ولماذا هذا القدر من القلق، ومن الكرب، وما هي الأسباب الكامنة في داخلي التي تولّد ذلك؟». تعني الرؤية الواضحة لتلك الأسباب التحرّر منها.

ومن شأن مجرد الرؤية الثابتة لبؤسك أن تجلب لك الحرّية منه. أمّا ما يتبقّى، فتنوّر. والتنوّر ليس بالأمر الذي يأتي إليك. بل إنه عندما يفهم الألم والبؤس والكرب والقلق تمام الفهم، تتبخّر جميعها لانتفاء سبب وجودها في داخلك، تلك الحال هي التنوّر. وسيجلب لك ذلك، وللمرة الأولى، الرضى الحقيقي والغبطة الحقيقية والنشوة الحقيقية. عندئذٍ فقط تستطيع المقارنة.

ما اعتدت تسميته «الرضى» في السابق لم يكن رضى. وما تعودت تسميته «السعادة» في السابق لم يكن سعادة أيضاً. لكنك لا تملك الآن بالذات ما تقارن الأمر به.

حالما يمنحك التنوّر طعم الحقيقي، ترى أن كلّ لذّاتك، وسعادتك، ليست إلا الأمور التي تتكوّن منها الأحلام: فهي غير حقيقية. وما حلّ اليوم إنما حلّ إلى الأبد.

هذا هو تعريف الحقيقي: إن الرضى الذي يحلّ ولا يعاود أبداً مغادرتك هو رضى حقيقي. والرضى الذي يأتي ثم يذهب ليس بالرضى، بل هو مجرد فجوة بين بؤسين، تماماً كما نطلق على

الفجوة بين حربين اسم «زمن السلم»، وهو ليس كذلك وإنما ببساطة الاستعداد لحرب أخرى. وإذا كانت الحرب موجبة، فإن الوقت الفاصل بين حربين هو حرب سلبية، باردة. تستمر في الخفاء، وأنت تستعد للحرب الحامية.

كلّ ما يأتي ويذهب هو حلم. فليكن هذا هو التعريف. وكل ما يأتي ولا يذهب أبداً هو حقيقة.

حاول أن تفهم بؤسك. عشه، واذهب إلى عمق أعماقه، اعثر على العلة وعلى سبب وجوده. وليكن فهمك هو تأملك.

حاول أن تفهم بؤسك. عشه، واذهب إلى عمق أعماقه، اعثر على العلة وعلى سبب وجوده. وليكن فهمك هو تأملك.

حاول أيضاً أن تفهم رضاك، وكذلك سعادتك وستكتشف سطحيّتهما. وحالما تعلم أن سعادتك سطحيّة وكربك عميق جداً - وذلك الفهم في متناول

يديك، تستطيع تغيير أسلوب وعيك بالكامل. ويمكن أن يصبح رضاك كينونتك بأكملها: فلا تُترك ولو فسحة صغيرة للتبرّم.

يصبح حبك حياتك بالذات. ويبقى. يمرّ الوقت، لكن ما أنجزته يواصل تعمّقه. وينتج منه المزيد والمزيد من الأزهار، ومن الأغاني. ذلك ما نسمّيه «التنوّر». والعبارة شرقية، لكن ليست للتجربة أيّ علاقة بشرق أو بغرب.

خبز وسيركات

ما نعتقد في العادة بأنه فرح، ليس كذلك، وهو في أفضل الحالات ترفيه.

ما نعتقد في العادة بأنه فرح، ليس كذلك؛ وهو في أفضل الحالات ترفيه. مجرد وسيلة ليتفادى المرء بها نفسه.

مجرد وسيلة ليتفادى المرء بها نفسه. وسيلة لتسميم ذاتك، لتغرق في أمر ينسبك بؤسك وهمك وكربك واضطراب القلق لديك.

وهكذا يُظنّ أن كلّ أنواع الترفيه فرح، وهي ليست كذلك! وكل ما يأتي من الخارج ليس فرحاً، ولا يمكنه أن يكون كذلك. وكل ما يتعلّق بأمر ما

ليس فرحاً، ولا يمكنه أن يكون كذلك. فالفرح ينبثق من عمق جوهرك، بالاستقلال عن أي ظرف خارجي. وهو ليس هروباً من الذات؛ بل إنه حقاً لقاء معها. الفرح لا ينبثق إلا بعودتك إلى الوطن.

وهكذا، فإن كل ما يُعرف بالفرح ليس إلا عكسه فقط، النقيض التام له، وهو ليس فرحاً. والواقع هو أنك تطلب الترفيه لأنك كئيب.

حدث أنّ أحد كبار الروائيين الروس، ماكسيم غوركي، زار أميركا. وعُرضت أمامه كل أنواع الأمور التي ابتكرها الأميركيون للترفيه عن أنفسهم، ليضيعوا فيها. وأمل الرجل الذي يتولّى تنظيم جولته أنه سيسعد كثيراً. لكن كلما أخذ ماكسيم غوركي في جولة ازداد الأخير تعاسة وحرناً.

سأله الدليل، «ما بك؟ ألا يمكنك الفهم؟».

فقال ماكسيم غوركي، «يمكنني الفهم، ولهذا أشعر بالحزن. لا بد أن هذه البلاد كئيبة؛ وإلا لما دعت الحاجة إلى هذا الكم الكبير من الترفيه».

وحده الشخص غير الفرح يحتاج إلى الترفيه. وكلما ازداد العالم انعداماً للفرح، احتجنا إلى التلفزيون والأفلام ومدن مثل هوليوود وألف شيء وشيء.

وحده الشخص غير الفرح يحتاج إلى الترفيه. وكلما ازداد العالم انعداماً للفرح، احتجنا إلى التلفزيون والأفلام ومدن مثل هوليوود وألف شيء وشيء. نريد المزيد والمزيد من الكحول، ونحتاج إلى المزيد والمزيد من العقاقير الجديدة، لمجرّد

تفادي البؤس الذي نحن فيه، لمجرّد ألا نواجه الكرب الذي نحن عليه، لمجرّد أن ننسى ذلك كلّه بطريقة أو بأخرى. لكن لن يتحقّق، بنسيان ذلك، أي شيء.

ويعني الفرح بالتالي أن تلج إلى داخل ذاتك. ذلك في البداية صعب وشاق. عليك في البداية أن تواجه البؤس؛ والدرب وعرة جداً. لكنك كلما ولجت أكثر إلى داخل ذاتك، ازداد الربح، وكبرت المكافأة.

حالما تتعلّم كيف تواجه بؤسك تبدأ بالتحوّل لتصبح فرحاً، لأن البؤس يشرع بالاختفاء في عملية المواجهة، وتصير أكثر فأكثر اندماجاً.

يأتيك البؤس في يوم ما وتواجهه، وفجأة يحدث الانقطاع: تتمكّن من رؤية البؤس بوصفه منفصلاً عنك وأنت منفصل عنه. كنتما دائماً على انفصال؛ وكان الأمر مجرد توهم، مجرد تعريف دخلت فيه. وها أنت تعرف الآن أنك لست ذلك، وتحدث عندئذٍ فورة من الفرح، انفجار منه.

النشوة متمردة

يولد كلّ طفل في حالة النشوة. وهذا طبيعيّ. وليس أمراً يحدث فقط لكبار الحكماء. إنه أمر نجلبه جميعنا معنا إلى هذا العالم: نأتي وهو يأتي معنا. إنه عمق أعماق جوهر الحياة. جزء من كون المرء حيّاً. فالحياة نشوة. وكل طفل يجلبها معه إلى العالم، لكنّ المجتمع يثب من ثمّ على الطفل ويشرع في تدمير إمكانيّة النشوة، ويبدأ في جعل الطفل بانساً، ويأخذ في تكييف الطفل.

المجتمع عُصابيّ ولا يمكنه السماح بوجود المنتشين فيه. فهم يمثّلون خطراً عليه. حاول أن تفهم الآليّة وستصبح الأمور عندئذٍ أكثر سهولة.

من المقدر للشخص المنتشي أن يكون حرّاً. والنشوة هي الحرّية. ولا يمكن، وأنت منتش، أن تتحوّل إلى عبد.

لا يسعك السيطرة على الشخص المنتشي، فذلك مستحيل. يمكنك فعل ذلك فقط مع البانس. من المقدر للشخص المنتشي أن يكون حرّاً. والنشوة هي الحرّية. ولا يمكن، وأنت منتش، أن تتحوّل إلى عبد.

لا يمكن تدميرك بمثل هذه السهولة؛ ولا إقناعك بالعيش في سجن. وستودّ الرقص تحت النجوم، والسير مع الريح، والتحدّث مع الشمس والقمر. ستحتاج إلى الرحب واللامنتهي والضخم والشاسع والواسع. لا يمكن إغواؤك بالعيش في زنزانة مظلمة. ولا تحويلك إلى عبد. ستعيش حياتك وتفعل أشياءك.

يصعب ذلك كثيراً على المجتمع. فلو وُجد الكثير من الأشخاص المنتشين فسيشعر المجتمع بأنه يتهاوى، ولن تصمد بنيته بعد الآن. المنتشون سيكونون متمردين. تذكر أنني لا أسمي الشخص المنتشي «ثورياً»؛ بل «متمرداً». فالثوريّ هو من يريد تبديل المجتمع بمجتمع آخر. والمتمرد هو من يريد العيش كفرد، ويودّ عدم سيطرة هيكلية اجتماعية جامدة على العالم. المتمرد هو الذي لا

يريد استبدال هذا المجتمع بآخر، لأن كل المجتمعات أثبتت أنها سواسية. فالرأسمالي والشيوعي والفاشي والاشتراكي جميعهم أبناء عمّ من الجيل نفسه؛ وهذا لا يصنع الكثير من الفارق. فالمجتمع مجتمع. وأثبتت المذاهب كلّها أنها نفسها، الهندوسية، المسيحية، المحمّدية. وحالما تصيح البنية قويّة لا تريد لأحد أن يكون منتشياً، لأن النشوة مناقضة للبنية.

استمع إلى الآتي وتأمّل فيه: النشوة مناقضة للبنية. النشوة متمرّدة، لا ثوريّة. الثوري يريد بنية أخرى، تتطابق مع رغبته، اليوطوبيا خاصته، لكنها بنية على حد سواء. يريد أن يصبح في السلطة، أن يكون الظالم لا المظلوم؛ والمستغلّ لا المستغلّ؛ يريد أن يحكّم لا أن يُحكّم.

المتمرّد هو من لا يريد أن يُحكّم أو أن يحكّم. المتمرّد هو من لا يريد أيّ حكم

لماذا يحتاج الإنسان إلى حكومة؟ لا بد من أن خللاً ما قد حدث. لماذا الإنسان على هذا القدر من العصابيّة بحيث لا يستطيع العيش من دون حكّام؟

في العالم. المتمرّد فوضوي. المتمرّد هو المرء الذي يثق بالطبيعة، لا بالبنى التي هي من صنع الإنسان، والذي يعتقد أنه إذا تُركت الطبيعة وشأنها فسيكون كل شيء جميلاً. وهو كذلك!

يستمرّ مثل هذا الكون الشاسع من دون أيّ حكومة. الحيوانات، الطيور، الأشجار، كلّ شيء يستمر من دونها. ولماذا يحتاج الإنسان إلى حكومة؟

لا بد من أن خللاً ما قد حدث. لماذا الإنسان على هذا القدر من العصابيّة بحيث لا يستطيع العيش من دون حكّام؟

تلك إذا حلقة مفرغة. يستطيع الإنسان العيش من دون حكّام، لكنه لم يُمنح أيّ فرصة. لن يمنحك الحكّام إياها. فمن يريد لهم البقاء حالما تعرف أنك تستطيع العيش من دونهم؟ من سيدعمهم؟ فأنت الآن بالذات تدعم أعداءك. تستمر في التصويت لهم. يتواجه عدوّان معاً في السباق إلى الرئاسة؛ وأنت تختار. وكلاهما سيّان. الأمر أشبه بمنحك حرّية اختيار أي سجن تدخل إليه. وتصوّت بسعادة: أود الذهاب إلى السجن «أ» أو «ب»، أو من بالسجن الجمهوري، أو من بالسجن الديمقراطي. لكنّ كلاهما سجن. وحالما تدعم سجناً يصبح له توظيفه الخاص به. ولن يُسمح لك عندئذٍ بتذوّق طعم الحرّية.

وهكذا لا يُسمح لك منذ طفولتك بالذات بتذوق طعم الحرية، لأننا حالما نعرف ماهيته لا نتنازل عنه ولا نساوم عليه، وعندئذٍ لن نكون على استعداد للعيش في أي زنزانة مظلمة. وسنفضل الموت على السماح لأي أحد بتحويلنا إلى العبودية. سنكون جازمين.

لن يهتم المتمرد بالطبع بالاستقواء على أناس آخرين. وتظهر علامات الغصائية عندما تهتم كثيراً بالاستقواء على الناس. ويظهر ذلك ببساطة أنك في عمق أعماقك عاجز وتخشى من أنك إذا لم تصبح قوياً فسيتغلب الآخرون عليك.

يقول مكيافيللي إن أفضل أنواع الدفاع هو الهجوم. وإن المبادرة بالهجوم هي الطريقة الفضلى لحماية نفسك. جميع أولئك السياسيين المزعومين في شتى أنحاء العالم، في الشرق وفي الغرب، هم في عمق أعماقهم أشخاص ضعفاء جداً، يعانون من النقص، ويخشون من أنهم إذا لم يصبحوا أقوى سياسياً، فسيعمد أحدهم إلى استغلالهم، ولماذا لا يكونون مستغلين بدلاً من أن يكونوا مستغلين؟ يبحر كلا المستغل والمستغل في القارب نفسه، وكلاهما يجذّف بالقارب ويبقيه طافياً.

عندما يعرف الطفل طعم الحرية لا يصبح أبداً جزءاً من أي مجتمع، أو مذهب، أو ناد، أو حزب سياسي. سيبقى فرداً، وحرّاً وسيخلق من حوله نبض الحرية. وتصبح كينونته بالذات باباً للحرية.

لا يُسمح للطفل بتذوق طعم الحرية. وإذا سأل والدته، «أيمكنني، يا أمي، الخروج؟ فالشمس جميلة والهواء نضر جداً، وأودّ أن أركض من حول مجموعة المنازل»، فعلى الفور، وعلى نحوٍ استحواذي ومتسلط، تقول الأم، «لا!» والطفل لم يطلب الكثير. أراد فقط الخروج في شمس الصباح إلى الهواء النضر، أراد الاستمتاع بنور الشمس والهواء وبرفقة الأشجار، لم يطلب أيّ شيء!، لكنّ الأم، من باب استحواذي معيّن، تقول لا. ويصعب جداً سماع أمّ وأب يقولان نعم. وحتى لو قالها فإنهما يفعلان ذلك على كثير من المضض، ويجعلان الطفل يشعر بالذنب، وبأنه يجبرهما على الأمر، ويرتكب أمراً خاطئاً.

كلّما شعر الطفل بالسعادة، مهما فعل، فمن المحتوم أن يأتي أحدهم أو غيره لإيقافه، «لا تفعل هذا!» ويفهم الطفل مع الوقت أن «كلّ ما شعرتُ بالسعادة حياله خاطئ». وهو طبعاً لا يشعر بالسعادة أبداً حيال ما يطلب منه الآخرون فعله، لأن ذلك ليس دافعاً عفويّاً لديه. وتوصّل بالتالي إلى

معرفة أنه من الصحيح أن يكون بانساً، ومن الخاطئ أن يكون سعيداً. ويصبح ذلك هو الترابط العميق.

إذا أراد فتح الساعة لرؤية ما في داخلها تفقر عليه العائلة كلها: «توقّف! ستخرّبها. هذا ليس جيداً». أراد فقط النظر إلى داخلها، من باب الفضول العلمي. أراد معرفة ما الذي يجعلها تدقّ. لا بأس بذلك أبداً. وليست الساعة قيّمة أكثر من فضوله، من عقله المستفسر. لا قيمة لها، فحتى لو تحطّمت فلن يتحطّم شيء، لكن حالما يتحطّم العقل المستفسر يتحطّم الكثير؛ ولن يتحرّى بعدئذٍ أبداً عن الحقيقة.

أو أنها ليلة جميلة والسماء مملأى بالنجوم ويريد الطفل الجلوس في الخارج. لكنه وقت النوم. وهو لا يشعر بالنعاس على الإطلاق؛ إنه مستيقظ تماماً، مستيقظ كثيراً جداً، جداً. تأخذ الحيرة به. ففي الصباح، وهو لا يزال يشعر بالنعاس، يلاحقه الجميع: «استفق!» عندما يستمتع بالأمر، ويكون من الجميل جداً البقاء في السرير، ويريد الاستدارة والنوم أطول قليلاً والحلم أكثر قليلاً، يلاحقونه: «انهض! إنه وقت النهوض». وها إنه الآن مستيقظ تماماً ويريد الاستمتاع بالنجوم. فهذه اللحظة شاعرية جداً، رومانسية جداً. يشعر بالبهجة. كيف يستطيع الذهاب إلى النوم في مثل هذه الحال؟ بلغت به الإثارة حدّاً يريد معه أن يغني ويرقص، وهم يجبرونه على الذهاب إلى النوم: «إنها التاسعة. حان وقت النوم». وها إنه سعيد لكونه مستيقظاً، لكنه يُجبر على الذهاب إلى النوم.

يُجبر، وهو يلعب، على المجيء إلى مائدة الطعام. وهو ليس بجائع. وعندما يجوع، تقول أمّه، «لم يحن الوقت بعد». ونمضي بهذه الطريقة في تدمير كل إمكان لحال النشوة، والسعادة والفرح والبهجة. يبدو ما يسعد به الطفل عفويّاً، خاطئاً، وما لا يشعر أبداً بالاهتمام به، صحيحاً.

في المدرسة يشرع طائر فجأة في الغناء خارج غرفة الصف، وبالطبع يكرّس الولد كل انتباهه له، لا لأستاذ الرياضيات الواقف عند اللوح بطبشورته القبيحة. لكن الأستاذ أكثر قوّة، سياسياً أشدّ قوّة من الطائر. ومن المؤكّد أن العصفور لا يمتلك القوّة، لكنه يتمتع بالجمال. يجتذب العصفور الولد من دون الطرق على رأسه: «كن منتبهاً! ركّز عليّ!» لا، يبدأ وعي الولد، ببساطة وعفويّة وطبيعيّة، في الانسياب إلى خارج النافذة. ويذهب إلى الطائر. قلبه هناك، لكن عليه أن ينظر إلى اللوح الأسود. لا يوجد ما ينظر إليه، لكن عليه أن يتظاهر.

السعادة خطأ. وأينما حلّت، فإنّ الولد يخشى من أن شيئاً سيسير على غير ما يرام. إذا داعب الولد جسمه، فهذا خطأ. وإذا لعب بأعضائه التناسلية، فهذا كذلك خطأ. وتلك واحدة من أكثر لحظات النشوة في حياة أيّ ولد. يستمتع بجسمه؛ فهو مثير. لكن يجب قطع كلّ إثارة، وتدمير كلّ فرح. وذلك عُصابيّ، لكنّ المجتمع كذلك.

حدث الأمر نفسه للأهل على أيدي آبائهم؛ وهم يفعلون الشيء نفسه مع أولادهم. وبهذه الطريقة يمضي جيل في تدمير الجيل الآخر. وننقل بهذه الطريقة عُصابيتنا من جيل إلى آخر. وأضحت الأرض كلّها مستشفى للمجانين. ولا يبدو أن أحداً يعرف ما هي النشوة. فقد ضاعت. واستُحدثت بعض الحواجز فوق بعض.

لاحظتُ أنه عندما يشرع الناس في التأمّل ويبدأون في الشعور باندفاع من الطاقة، عندما يأخذون في الشعور بالسعادة، يأتون إليّ على الفور ويقولون، «يحدث أمر غريب جداً. أشعر بالسعادة، لكنني أشعر أيضاً بالذنب من دون أي سبب على الإطلاق». الذنب؟ ويقعون أيضاً في حيرة. لماذا على المرء أن يشعر بالذنب؟ يعرفون أنهم لم يفعلوا أي شيء خاطئ. فمن أين ينبت هذا الذنب؟ يأتي من هذا التكييف المتجذّر جداً، ومفاده بأن الفرح خاطئ. لا بأس بالشعور بالحزن، لكن غير المسموح به هو الشعور بالسعادة.

عشت مرّة في مدينة كان مفوض الشرطة فيها صديقاً لي؛ كنا صديقين من أيام الجامعة. اعتاد المجيء إليّ والقول، «أنا بانس جداً، ساعدني على التخلّص من ذلك».

فأجيبه «تحدّث عن التخلّص منه، لكنني لا أرى أنك تريد حقاً ذلك. لماذا اخترت، في المقام الأول، العمل في قسم الشرطة هذا؟ لا بدّ أنّك بانس وتريد للأخرين أيضاً أن يكونوا مثلك».

طلبتُ في أحد الأيام من ثلاثة من أصدقائي أن يتجولوا حول المدينة وأن يرقصوا في أجزاء مختلفة منها ويكونوا سعداء. قلت، «اذهبوا فقط وافعلوا ذلك على سبيل التجربة». وطبعاً أوقفناهم الشرطة في غضون ساعة.

اتصلتُ بمفوض الشرطة؛ قلت، «لماذا أوقفت أصدقائي هؤلاء؟»،

قال، «يبدو كأن هؤلاء الناس مجانين».

سألته، «هل أقدموا على ارتكاب أي عمل خاطئ؟ هل آذوا أحداً؟»،

فقال، «لا، لا شيء. في الحقيقة لم يفعلوا أي أمر خاطئ».

«لماذا اعتقلتموهم إذًا؟»،

قال، «لكنهم كانوا يرقصون في الشوارع! ويضحكون».

«لكن إذا لم يفعلوا ما يضرّ بالآخرين فلماذا عليك أن تتدخل؟ لماذا توقفهم؟ لم يهاجموا أحداً، لم ينتهكوا حرمة ممتلكات أحد. كانوا يرقصون فقط. أشخاص أبرياء، يضحكون».

قال، «أنت محقّ، لكنّ ذلك خطر».

«ولماذا خطر؟ هل في سعادة المرء خطر؟ وهل في كونه منتشياً أيضاً خطر؟» استوعب الفكرة وأطلقهم على الفور. جاء إليّ مهرولاً؛ قال، «ربّما أنت على حقّ. لا أستطيع السماح لنفسني بأن أسعد، ولا أستطيع السماح لأحد آخر بأن يفعل».

هؤلاء هم سياسيوكم، هم مفوضو شرطتكم، قضاةكم، محفّوكم، قادتكم، قديسوكم المزعومون، كهنتكم، باباواتكم، هؤلاء هم السلطات. لديهم جميعهم استثمار كبير في بؤسكم. يعتمدون عليه. يسعدون به.

وحده الشخص البائس يذهب إلى المعبد ليصلّي. أيقصده الإنسان السعيد؟ ولماذا؟

سمعت أن أدولف هتلر كان يتحدّث إلى دبلوماسي بريطاني. وقفا في الطابق الثلاثين من إحدى ناطحات السحاب، وأراد هتلر إبهار الدبلوماسي فأمر جندياً ألمانياً بالقفز. فقفز ببساطة من دون تردّد، ومات بالطبع. لم يتمكّن الدبلوماسي البريطاني من تصديق الأمر؛ وهو فعلاً لا يُصدّق. ذُهل كثيراً. يا لها من خسارة؟ وبلا سبب على الإطلاق. وشاء هتلر أن يبهره أكثر، فأصدر أمره إلى جندي آخر، «اقفز!» فقفز. وليبهره أكثر أصدر أمره لجندي ثالث.

عند هذا الحد استعاد الدبلوماسي رشده. هرع إلى الجندي وأوقفه وقال، «ما الذي تفعله، أتدمّر حياتك من دون أي سبب على الإطلاق؟» أجابه، «من يريد العيش، يا سيّدي، في هذا البلد وتحت سلطة هذا المجنون؟ من يريد العيش مع أدولف هتلر هذا؟ الموت أفضل! إنه الحرّية».

عندما يبتئس الناس يبدو الموت كأنه الحرّية، ويمتلئون حنقاً و غضباً ويريدون القتل، حتى لو خاطروا بأنهم قد يُقتلون. السياسيون موجودون لأنكم بؤساء. ويمكن بالتالي لفيتنام الاستمرار ولبنغلادش والدول العربية. تستمر الحروب. تتواصل في مكان ما أو في آخر.

يجب فهم هذه الأوضاع، سبب وجودها وكيف تنسحب منها. وما لم تفعل، وتفهم الآلية برمتها: عملية التكييف، حال التنويم المغنطيسي التي تعيش فيها، وتمسك بزمامها، وتراقبها، وتخلّي عنها، فلن تصبح منتشياً أبداً، ولن تتمكن من أداء الأغنية التي جئت لتغنيها. وستموت من ثمّ من دون أداء أغنيتك، ومن دون أن ترقص رقصتك. تموت من ثمّ وأنت لم تعيش يوماً.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر IKitab

حقيقي أم رمزي؟

ما حياتك إلا أمل؛ لا حقيقة. يمكنها أن تكون حقيقة.

لهذا العُصاب الذي تسمّيه مجتمعاً، حضارة، ثقافة، تربية، له بنية ماكرة، وهي الآتي: تمدّك بأفكار رمزية بحيث تغشى الحقيقة مع الوقت، تصبح ضبابية، ولا يعود في استطاعتك رؤية الحقيقي، وتأخذ في التعلّق بالزائف. يطلب منك المجتمع، مثلاً، أن تكون طموحاً؛ يساعدك على أن تصير كذلك. ويعني الطموح العيش بالأمل، في الغد. ويعني أيضاً التضحية باليوم من أجل الغد.

واليوم هو كل ما هو قائم؛ الآن هو الوقت الوحيد الذي أنت فيه، والذي ستكون فيه أبداً. إذا أردت العيش فعلى ذلك أن يحدث الآن، وإلا فلن تعيش أبداً.

لكنّ المجتمع يجعلك طموحاً. تتعرّض للتسميم منذ طفولتك، عندما تذهب إلى المدرسة ويعلمونك الطموح: صر غنياً، قوياً، أحداً ما. ولا يخبرك أحد أنك تمتلك بالفعل القدرة على أن تكون سعيداً. يقول الجميع إنه لا يمكنك امتلاك القدرة على أن تكون سعيداً إلا إذا لبّيت شروطاً معينة، أن تمتلك ما يكفي من المال، ومنزلاً كبيراً، وسيارة كبيرة، وهذا وذاك من الأمور، وعندئذ فقط يمكنك أن تسعد.

لا علاقة للسعادة بهذه الأمور. هي ليست إنجازاً، إنها طبيعتك. الحيوانات سعيدة بلا أي مال. فهي ليست من آل روكفلر. ولا أحد من آل روكفلر سعيد كسعادة غزال أو كلب. لا تمتلك الحيوانات سلطة سياسيّة، وهي ليست رؤساء حكومات ورؤساء، لكنها سعيدة. الأشجار سعيدة؛ وإلا لتوقفت عن الإزهار. فهي لا تزال تفعل؛ والربيع لا يزال يأتي. لا تزال ترقص، تغني، وتسكب ذواتها عند أقدام الإلهي. صلواتها مستمرة، وعبادتها لا تتوقف أبداً. وهي لا تقصد أي كنيسة؛ فلا حاجة إلى ذلك. الله يأتي إليها، عبر الريح والمطر والشمس.

وحده الإنسان تعيس، لأنه يحيا في الطموح لا الواقع. الطموح خدعة. خدعة لتشتيت ذهنك. وقد استُبدلت الحياة الرمزية بالحياة الواقعية.

انتبه إلى ذلك في الحياة. لا تستطيع الأم أن تحب الولد بالقدر الذي يريد منها أن تحبه به، لأن رأس الأم منغلق. فحياتها لم تكن حياة تلبية. وحياتها الغرامية كناية عن كارثة. لم تتمكن من التفتح. عاشت في حال من الطموح. حاولت السيطرة على رجلها، امتلاكه. تملكها الغيرة. لم تكن امرأة محبة. وبما أنها كذلك فكيف يمكنها فجأة أن تكون محبة للطفل؟

قرأتُ للتو كتاباً من تأليف آر. دي. لاينغ. أرسله إليّ وهو بعنوان **(وقائع الحياة)**. ويشير فيه إلى تجربة سأل في خلالها محلل نفسي أمّهات كثيرات، «عندما أوشك طفلك أن يولد، هل كنتِ فعلاً في مزاج ترحيبي، مستعدة لقبوله؟» ووضع مجموعة من الأسئلة. وجاء في السؤال الأول: «هل هو طفل غير منتظر أم أنك رغبتِ فيه؟» فقال تسعون بالمئة من النساء، «حدث ذلك عرضاً، ولم نرغب فيه». ثم سألت، «هل ترددتِ عندما حدث الحمل؟ هل أردت الاحتفاظ بالطفل أم إجهاضه؟ هل اتضحت الأمور لديك في هذا الشأن؟»، فقالت الكثيرات منهن إنهن ترددن على مدى أسابيع في شأن الإجهاض أو الاحتفاظ بالطفل. ثم وُلد، ولم يستطعن اتخاذ قرار. ربما وُجدت اعتبارات أخرى، ربّما اعتبار ديني، فقد يرتكبن خطيئة، ربّما سيُلقى بهنّ في جهنّم. وربّما أنهن من الكاثوليك وفكرة أن في الإجهاض جريمة منعهن من الإقدام عليه. أو ربما هناك اعتبارات اجتماعيّة. أو أن الزوج أراد الطفل، أو أنهن أردن إنجابهم كاستمرار للأنا خاصتهم. لكنّ الطفل لم يُحبّ. وندر وجود والدة قالت، «نعم، أرحب بالطفل. كنت في انتظاره وأنا سعيدة».

وها قد وُلد طفل غير مُرحّب به، وقد ترددت الأم منذ البداية بالذات في شأن هل تنجبه أم لا. ولا بد من حدوث انعكاسات. ولا بد أنه يشعر بهذه التوتّرات. وبالأذى عندما تعمد الأم إلى التفكير

في إجهاضه. فهو جزء من جسمها؛ وكلّ شعور يصل إليه. أو عندما تفكّر وتتردّد وهي موجودة في حيرة قاتلة بشأن ما تفعله أو لا تفعله، سيُشعر هو أيضاً بالارتجاف والارتعاش، فهو معلق بين الموت والحياة. ثم، وبطريقة ما، يولد الطفل وتفكّر الأم في أن الأمر عرضي فقط، جُرّبت وسائل منع الحمل، جُرّب هذا وذاك، وفشل كلّ شيء وبات الطفل هنا، وعلى المرء بالتالي أن يتقبّل ذلك.

ذلك التقبّل ليس حباً. يفتقد الطفل إلى الحب من البداية بالذات. كذلك تشعر الأم بالذنب لأنها لا تمنح القدر الكافي من الحب الذي يُفترض بها أن تمنحه طبيعياً. وتأخذ عندئذٍ في اعتماد البدائل. تجبره على الإكثار من الطعام. لا تستطيع ملء روحه بالحب، فتحاول حشو جسمه بالطعام. إنه بديل. وفي وسعك أن تذهب وترى. فالأمهات على درجة كبيرة من الاستحواذ. يقول الطفل، «لستُ جائعاً»، وتواصل الأمهات الإكراه. ليس لديهن ما يفعله معه، لا يستمعن إليه. يعتمدن البدائل: لا يستطعن منح الحب، فيمنحن الطعام. ثم ينمو الطفل، لا يستطعن منحه الحب، فيعطينه المال، الذي يصبح بديلاً من الحب.

ويتعلّم الطفل كذلك أن المال أهم من الحب. ليس هناك ما تقلق في شأنه إذا لم تمتلك الحب، لكن عليك أن تمتلك المال. وسيصبح في الحياة جشعاً. سيسعى وراء المال كالمهووس. ولن يزعج نفسه في شأن الحب. سيقول، «الأهم قبل المهم. يجب أن أحصل بداية على رصيد كبير في البنك، على هذا الكمّ من المال؛ وعندئذٍ فقط أقدر على الحب».

لكنّ الحب لا يحتاج إلى المال؛ يمكنك أن تحب بالحالة التي أنت فيها. وإذا اعتقدت أن الحب يحتاج إلى المال وسعيت وراءه، فربما تحصل في يوم من الأيام على المال وتشعر فجأة بالفراغ، بسبب كل تلك السنوات التي أهدرتها في تكديسه. وهي ليست مهدورة فقط؛ بل إنها كانت بلا حب أيضاً، ولم تمارس بالتالي أي حب. وها إنك تملك المال لكنك لا تعرف كيف تحب. نسيت لغة المشاعر بالذات، لغة الحب، لغة النشوة.

نعم، يمكنك شراء امرأة جميلة، لكنّ هذا ليس حباً. يمكنك شراء أجمل امرأة في العالم، لكنّ ذلك ليس حباً. وستأتي إليك ليس لأنها تحبّك؛ ستأتي إليك بسبب رصيدك المصرفي.

المال رمز. وكذلك السلطة، السلطة السياسية، السلطة السياسية. هذه ليست حقائق؛ إنها إسقاطات بشرية.

المال رمز. وكذلك السلطة، السلطة السياسية. هذه ليست حقائق؛ إنها إسقاطات بشرية. ليست هذه بالأهداف؛ ولا تتمتع

بالموضوعية. لا وجود لها، وإنما هي مجرد أحلام يُسقطها ذهن
بائس.

عليك، إذا أردت أن تكون منتشياً، أن تتخلى عن الرمزي. والتحرر من الرمزي يعني
التحرر من المجتمع. ويعني أيضاً أن تصبح فرداً. وأنت، للتحرر من الرمزي، التقطت شجاعتك
للدخول في الحقيقي. وحده الحقيقي حقيقي - والرمزي ليس حقيقياً.

أن تكون وأن تصبح

ما هي النشوة؟ أهي أمر يجب أن تحققه؟ لا. يجب أن تستحقه؟ لا. أن تصبح

النشوة هي أن تكون. أما أن
تصبح فهو البؤس. إذا أردت أن
تصبح شيئاً ما، فستكون بانساً.
وإذا أردت أن تكون منتشياً - فعلى
ذلك أن يُنجز الآن. هنا الآن، في
هذه اللحظة بالذات.

عليه؟ لا. النشوة هي أن تكون، أما أن تصبح، فهو البؤس. إذا
أردت أن تصبح شيئاً، فستكون بانساً. فأن تصبح هو السبب
الجزري بالذات للبؤس. إذا أردت أن تصبح منتشياً، فعلى ذلك إذاً
ان يُنجز الآن، هنا والآن، في هذه اللحظة بالذات. يمكنك فيها، وما
من أحد يقطع عليك الطريق، أن تكون سعيداً. السعادة جلية جداً
وسهلة جداً. إنها طبيعتك. وأنت تحملها بالفعل. امنحها فقط
الفرصة لتزهر وتتفتح.

وتذكر، أن النشوة ليست من الرأس، بل من القلب. وهي لا تنبع من الأفكار؛ بل من الشعور.
وأنت حُرمت الشعور، صُرقت عنه. لا تعرف ما هو. حتى عندما تقول «أشعر»، فأنت تعتقد فقط
أنك كذلك. وعندما تقول، «أشعر بالسعادة»، فعليك أن تنتبه وتحلّل وستجد أنك تعتقد بأنك فعلاً
كذلك. فعلى الشعور حتى أن يمرّ من خلال التفكير. عليه أن يمرّ عبر رقيب التفكير. ولا يُسمح به
إلا عندما يوافق عليه التفكير. وإذا لم يفعل، فسيُرمى في اللاوعي، في قبو كيائك، ويُنسى أمره.

صر أكثر قلباً وأقل عقلاً. فالرأس ليس إلا جزءاً منك؛ أما القلب، بالمعنى الذي تستخدمه
فيه، فهو كيائك كلّهُ. القلب هو كليتك. وهكذا كلّما كنت كلياً في أي شيء، فأنت تعمل من الشعور.
وكّلما كنت جزئياً في أي شيء، فأنت تعمل من الرأس.

أنظر إلى رسام يرسم، وذلك هو الفارق بين الفنّان الحقيقي والتقني. ولو أن الرسّام مجرّد تقني يعرف تقنية الرسم، يمتلك الخبرة التقنية، ويعرف كل شيء عن الألوان والفراشي والأقمشة وتلقّى التدريب، فسيعمل من الرأس. سيكون تقنياً. ثم راقب الفنّان الحقيقي وهو ليس بتقني. فهو سيستغرق فيها، يسكر. ولن يرسم بيده فقط، ولا من رأسه فقط. سيرسم بكينونته كلّها؛ ستخترط أحشاؤه فيها، ورجلاه كذلك ودمه وعظامه ونخاعها، سينخرط كلّ شيء فيها. يمكنك مراقبة الأمر، يمكنك أن ترى وتشعر أنه بكليته فيها، ضائع فيها. ولا وجود لأي شيء آخر. إنه سكران. ولم يعد له في تلك اللحظة من وجود. وهو ليس بصانع. فالرأس هو الفاعل. وهو ليس، في لحظة الانغماس التام تلك، بصانع؛ بل هو ممرّ فقط، كما لو أن الكلّي هو الذي يرسم من خلاله.

عندما تصادف راقصاً، راقصاً حقيقياً، لا مجرّد مؤدّي، فسترى عندئذٍ أنه لا يرقص، لا. فشيء من الماوراء يفعل ذلك في داخله. وهو مستغرق تمام الاستغراق في الأمر.

عندما تكون غارقاً تماماً في أمر ما فأنت منتش. وحينما تكون غارقاً جزئياً فستبقى بانساً، لأن الجزء سيتحرّك منفصلاً عن الكل. ويحدث انقسام، انفصال، توتّر، واضطراب قلق.

إذا أحببت من الرأس، فلن يمدّك حبّك بتجربة النشوة. إذا تأملت من رأسك...

اعتدت الذهاب إلى أحد الأنهر للسباحة، وأحببت ذلك. واعتاد أحد الجيران، في كلّ مرّة أعود فيها من السباحة، أن يراقبني ويرى أنني منتش جداً. وسألني في أحد الأيام، «ما الذي يجري؟ أراك دوماً تذهب إلى النهر، حيث تبقى لساعات وأنت تسبح. سأتي أنا أيضاً بمعيتك لأنك تبدو على قدر كبير من السعادة».

قلت، «أرجوك ألا تأتي. لن تفهم المقصد، وسيحزن النهر كثيراً. لا، لا تأتي، لأن حافرك بالذات سيمتّل حاجزاً. يمكنك السباحة، لكنك ستترقّب متى سيحلّ بك ذلك الشعور بالسعادة. ولن يحدث أبداً، لأنه لا يتحقّق إلا عندما لا تكون مترقّباً إيّاه».

تصبح السباحة تأملاً، والركض كذلك، كلّ شيء قد يصبح هكذا إذا لم تكن تراقب. النشوة نابعة من القلب، ومن الكلّي. وأعني بكلمة القلب وحدتك العضويّة التامة.

وارقص اليوم لا في الغد. ولتكن الرقصة هنا والآن، دعها تأتي من كليتك. تتخلى عن ذاتك؛ تصبح سكيراً.

الفرح مجنون. ووحدهم الأشخاص المجانين يقدرّون عليه. الإنسان العادي السليم على درجة كبيرة من الحنكة والمكر والحساب بحيث لا يقدر على الفرح، لأنه لا يمكنك السيطرة عليه.

نعم، الفرح مجنون. ووحدهم الأشخاص المجانين يقدرّون عليه. الإنسان العادي السليم على درجة كبيرة من الحنكة والمكر والحساب بحيث لا يقدر على الفرح، لأنه لا يمكنك السيطرة عليه. وكما قلتُ تماماً إن المجتمع لا يستطيع السيطرة على الإنسان الفرح، دعني أقل لك الآتي: لا تستطيع السيطرة على فرحك، ولا نشوتك. وإذا أردت أن تبقى مسيطراً على الأمر، فلن تفرح أبداً: وعندئذ لا يسعك إلا أن تكون بائساً. وحده البؤس خاضع للسيطرة، من المجتمع أو حتى منك.

يأتيني كثير ويقولون إنهم يودّون الخروج من بؤسهم، لكنهم ليسوا على استعداد للانتقال إلى حال فقدان السيطرة. يريدون أيضاً السيطرة على الفرح. يريدون دوماً الاحتفاظ بالسيطرة، أن يبقوا السيّد، الرئيس. وذلك غير ممكن. يجب التخلّص من الرئيس. إذ لا يمكن الفرح أن يتفجّر في كيانك إلا بعد إزالة كلّ سيطرة. فالفرح لا يعرفها، إنه جامع.

النشوة جامحة، لا يمكنك السيطرة عليها. عليك التخلّص من كل سيطرة. ويجب أن تسقط فيها، في هوّتها بالذات، وهي بلا قعر، وأن تواصل السقوط من دون أن تبلغ القعر مطلقاً لأنه لا نهاية للفرح. إنه عملية لا تنتهي، إنه أزليّ. وهو ضخّم جداً، فكيف يمكنك أن تسيطر عليه؟ الفكرة في حدّ ذاتها غبيّة.

عندما ترقص بجنون، وتغني كذلك، وحينما تكون فرحاً من دون أي ضابط، من دون وجودك، وحين يكون الفرح تاماً، ويفيض، وتفيض معه وتتخلى عن أي سيطرة، فستشاهد عندئذ المعجزة. الموت والحياة يرقصان معاً، لأنه تختفي حينذاك كل ثنائيّة. لو أنك منقسم، لظهرت الثنائيّة. وإذا لم تكن منقسماً، فإنها تختفي.

عندما تنفصل، ينفصل العالم بأسره. فانفصالك نفسه هو الذي يُعرض على شاشة الكون. عندما تكون في حال عدم الانفصال، متكاملأً، واحداً، عضويّاً، منتشياً جنسياً، تختفي الثنائيّة تماماً.

ولا يعود الموت والحياة اثنين، ليسا نقيضين، بل متكاملان يرقصان معاً يداً بيد. وعندئذٍ لا يعود الشرّ والخير اثنين، إنهما يرقصان معاً يداً بيد. والمادة والوعي ليسا اثنين. هذا ما يحدث في داخلك: ترقص الروح مع الجسد: وهو يرقص معها. ليسا اثنين. هما واحد؛ إنهما واحد بكل ما في الكلمة من معنى، مُظَاهِرٌ للواحد. ما الجسد إلا الروح المرئية، وليست الروح إلا الجسد الخفي.

وليس الله في مكان ما في أعالي السماوات. إنه هنا الآن، في الأشجار، في الصخور، فيك، فيّ، في كلّ شيء. الله روح الوجود، الخفي، عمق أعماق الجوهر. يرقص الباطني مع الخارجي. والسامي مع الدنيس. والمقدّس مع غير المقدّس، والخاطئ يرقص مع القدّيس.

حالما تصير واحداً تختفي الثنائية فجأة.

الحكيم الحقيقي غبي أيضاً، عليه أن يكون كذلك، لأن الغباوة والحكمة ترقصان معاً. الرشيد الحقيقي، القدّيس الحقيقي، وغد أيضاً، عليه أن يكون هكذا، لا يمكن تفادي ذلك.

لهذا أقول إن الحكيم الحقيقي غبي أيضاً، عليه أن يكون كذلك، لأن الغباوة والحكمة ترقصان معاً. الرشيد الحقيقي، القدّيس الحقيقي، وغد أيضاً، عليه أن يكون هكذا، لا يمكن تفادي ذلك. الله والشيطان ليسا اثنين. أسبق أن فكّرت في كلمة شيطان devil؟ إنها مشتقة من الجذر نفسه لكلمة إلهي divine؛ ينتميان إلى الجذر نفسه. وكتاهما تشتقان من الجذر السنسكريتي، ديڤا diva؛ ومنه تُشتق ديڤا deva، ومنه تأتي كلمة إلهي divine، ومنه كلمة شيطاني devil.

الشجرة في عمق أعماقها واحدة. الغصون كثيرة، تتحرّك في أبعاد مختلفة واتجاهات؛ وأوراقها بالملايين. لكنك كلما تعمّقت، بلغت واحدة، شجرة واحدة.

عندما تنخرط في الرقص، يرقص كلّ شيء معك. نعم، المثل القديم صحيح: عندما تبكي، فإنك تبكي وحدك؛ وعندما تضحك، يضحك العالم كلّ معك. عندما تبتئس تكون منفصلاً.

البؤس يفصلك؛ والفصل يجعلك تعيساً. إنهما معاً، حزمة واحدة. وكلّما كنت تعيساً صرت فجأة منفصلاً. ولهذا لا قدرة للأنا على أن تسعد، لأنك إذا صرت سعيداً فلن تستطيع الأنا الوجود، وأنت لن تعود منفصلاً. لا قدرة للأنا على أن يكون منتشياً. كيف يقدر على أن يكون منتشياً؟ لأنه

لا وجود للأنا في النشوة. ذلك كثير جداً. وسيفضل المرء بالأحرى أن يبقى بانساً. سيخلق من حوله ألف بؤس وبؤس لمجرد مساعدة الأنا على البقاء.

هل راقبت الأمر؟ أنه عندما تكون سعيداً فعلاً تختفي الأنا خاصتك. ينتابك فجأة، وأنت سعيد فعلاً، شعور عميق بأنك واحد مع الكل. تريد وأنت بانس أن تكون وحدك؛ أما عندما تسعد، فتريد المشاركة.

عندما ابتأس بوذا، مضى إلى الغابة، هرب من العالم. وماذا حدث بعد ست سنوات؟ لمّا صار منتشياً عاد، عاد إلى الساحة. لأنه أراد مشاركة الغير في كل ما وصل إليه.

أنت في البؤس أشبه بحبّة الزرع. وفي النشوة تصير زهرة، ويجب بالطبع نشر أريجك في الرياح.

وتستطيع مشاهدة ذلك في حياتك أيضاً، وعلى نحو بسيط. عندما تتعس تقفل أبوابك، ولا تريد رؤية أصحابك. لا تريد الذهاب إلى أي مكان، أو المشاركة في أي شيء. تقول، «دعوني وشأني. أرجوكم أن تدعوني وشأني». عندما يصبح أحدهم تعيساً جداً، جداً، ينتحر. فما معنى ذلك؟ ما هو الانتحار؟ الانتحار هو مجرد جهد للذهاب بعيداً جداً من العالم، بحيث تكون العودة معه مستحيلة. إنه، وبما لا يقبل النقص، الانتقال المطلق إلى الوحدة على نحو لا تستطيع معه العودة. ذلك هو الانتحار.

هل سمعتم يوماً عن أي إنسان انتحر وهو سعيد، وهو منتش، وهو يرقص؟ لا. عندما تنطلق الرقصة، تندفع إلى الأمام، وتفتح أبوابك على مصاريعها، تدعو أصدقاءك، تتصل بجيرانك، وتقول، «تعالوا فإنني أقيم وليمة، لنرقص ونلهو بعض الشيء. لدي الكثير مما أشاركه معكم وأريد أن أعطيكم إياه». وتستقبل كل من يأتي بابك، وترحب بهم. الجميع مرحّب بهم في اللحظات التي تكون فيها سعيداً. وعندما تكون تعيساً فإن جميع الذين كانوا من المرحب بهم دوماً لا يعودون موضع ترحيب.

إذا رقصت يصير الوجود كله رقصة. وهو كذلك بالفعل. يقول الهندوس إنه راس ليليا، الله يرقص، ومن حوله ترقص النجوم والقمر والشمس والكواكب.

إنها الرقصة المستمرة بلا انقطاع، لكنك لن تعرفها إلا عندما تتعلم سبل الرقص، لغة النشوة.

كان، في الحرب العالمية الثانية، جندي يلقي ببندقيته في ساحة القتال ويهرع لالتقاط أي قصاصة صغيرة من الورق، ويتفحصها بلهفة، ثم يهز رأسه بأسى فيما تسقط الورقة مرفرفة على الأرض. أُدخل إلى المستشفى، لكنه بقي محتفظاً بالصمت، ودافعه الذي لا يُقاوم غامض ويتعذر علاجه. هام على وجهه على نحو يائس في جناح العلاج النفسي يللم قصاصات الورق، في كل مرة بأمل ملحوظ يتبعه اكتئاب محتوم. أُعلن أنه غير صالح للخدمة، وتلقى في أحد الأيام ورقة تسريحه من الجيش، ولدى تلقيه ورقة التسريح استعداد قدرته على النطق. «هذه هي!» صاح بنشوة، «هذه هي!».

النشوة هي الحرّية القصوى. وعندئذٍ يصيح الواحد ببساطة بفرح، «هذا هو! هذا هو! يوريكا! وجدته».

ومن سخرية الأمور أنك لا تحتاج إلى الذهاب لأي مكان لإيجاده. فهو موجود هنا بالفعل. إنه جوهرك بالذات، وكيّنونتك. إذا قررت العثور عليه، فإنك تستطيع ذلك في هذه اللحظة بالذات. ولا تحتاج إلى التأجيل ولو للحظة واحدة. ويمكن لعطش شديد أن يفتح الباب. ويمكن لحاجة ماسة كبرى أن تحرّرك الآن بالذات.

فهم جذور البؤس

أجوبة عن أسئلة

لماذا لا نتخلى عن بؤسنا وجهلنا وتعاستنا؟ كيف يستطيع الكائن البشري أن يسعد وبيتهج؟

يقدم إليك البؤس أموراً كثيرة لا تستطيع السعادة تقديمها. بل إنها تأخذ منك في الواقع الكثير من الأمور. تأخذ كل ما سبق لك أن امتلكته، وما كنت عليه يوماً، السعادة تدمرك. البؤس يغذي الأنا خاصتك، والسعادة في الأساس حال من غيابها. تلك هي المشكلة، جوهرها بالذات. ولذلك يجد الناس صعوبة كبرى في السعادة. وهي السبب في أنه على ملايين الأشخاص في العالم أن يعيشوا ببؤس... أو قرّروا أن يعيشوا في بؤس. ويمدك ذلك بأنا متحجرة جداً، جداً. أنت بائس. أنت لست سعيداً. في البؤس يحدث تحجر؛ وفي السعادة تصبح مستقيماً.

إذا تم فهم ذلك تُصبح الأمور عندئذٍ كثيرة الوضوح. البؤس يجعلك مميّزاً.

البؤس يجعلك مميّزاً. أما السعادة، فظاهرة عامة، ليس فيها شيء مميز.

أما السعادة، فظاهرة عامة، ليس فيها شيء مميز. الأشجار سعيدة والحيوانات والطيور كذلك. الوجود بكامله سعيد، باستثناء الإنسان. فهو، بكونه بائساً، يصبح مميّزاً جداً، استثنائياً.

يجعلك البؤس قادراً على اجتذاب انتباه الناس. تحظى، كلما ابتأست، بالرعاية والتعاطف والمحبة. ويشرع الجميع في الاعتناء بك. فمن يريد الأذى لشخص بائس؟ من يغار منه؟ من يريد معاداته؟ ففي ذلك خسارة تامة.

يحظى الشخص البائس بالرعاية والمحبة والعناية. فهناك استثمار كبير في البؤس. ولو أن الزوجة ليست بائسة لاتجه الزوج ببساطة إلى نسيانها. وليس في وسع الزوج، في حال بؤسها،

تحمل إهمالها. وإذا ابتأس الزوج تجمعت العائلة كلها، الزوجة والأولاد، من حوله وقد أصابهم القلق في شأنه؛ وفي ذلك عزاء كبير. يشعر المرء بأنه ليس وحده، وأن لديه عائلة وأصدقاء.

عندما تمرض أو تكتئب في البؤس، يأتي الأصدقاء لزيارتك، لمواساتك. وعندما تسعد يغار منك الأصدقاء أنفسهم. عندما تسعد فعلاً تجد العالم بأسره وقد انقلب ضدك.

ما من أحد يحب الشخص السعيد، لأنه يؤدي أنا الآخرين. فيشرعون في التفكير، «أصبحت إذا سعيداً، ونحن لا نزال نزحف في الظلمة والبؤس والجحيم. كيف تجرؤ على السعادة ونحن في مثل هذا البؤس؟»

يتكون العالم من أناس بؤساء، ولا يمتلك أحد ما يكفي من الشجاعة ليدع العالم كله يقف في مواجهته؛ فذلك جسيم جداً وبالغ الخطورة. ومن الأفضل التشبث بالبؤس لأنه يبيحك جزءاً من الجمهور. تسعد، فتصبح فرداً؛ تتعس، فأنت جزء من الجمهور - الهندوسي، المحمدي، المسيحي، الهندي، العربي، الياباني.

أسعد أنت؟ وهل تعرف ما هي السعادة؟ أهي هندوسية، مسيحية، محمدية؟ إنها ببساطة السعادة. ينتقل الشخص إلى عالم آخر. لا يعود المرء جزءاً من العالم الذي ابتدعه الذهن الإنساني، ولا من الماضي، من التاريخ البشع. ولا يعود على الإطلاق جزءاً من الزمان. عندما تكون سعيداً فعلاً، مغتبطاً، يختفي الزمان والمكان.

قال ألبرت أينشتاين إن العلماء اعتقدوا في الماضي بوجود حقيقتين - المكان والزمان. لكنه أضاف إنهما ليستا اثنتين - بل هما وجهان للحقيقة الواحدة نفسها. من هنا ابتكر عبارة من كلمة واحدة هي زمكان. وليس الوقت إلا البعد الرابع للمكان. وأينشتاين ليس متصوفاً وإلا لأتى بالحقيقة الثالثة أيضاً - اللامكان واللازمان التجاوزيان. ذلك موجود أيضاً وأسميه «الشاهد». وحالما يتوافر هؤلاء الثلاثة تحصل على الثالوث الكامل. تحصل على المفهوم التام لـ «تريمورتي»، الأوجه الثلاثة لله. وعندئذ تحصل على الأبعاد الأربعة كلها. الحقيقة رباعية الأبعاد: ثلاثة أبعاد مكانية، والبعد الرابع للزمان.

لكن هناك أمراً آخر، لا تجوز تسميته البعد الخامس، لأنه ليس كذلك بالفعل؛ إنه الكلي، التجاوزي. وعندما تصبح في حال الطوبى تبدأ في التحرك إلى التجاوزي. وهو ليس اجتماعياً، ولا

تقليدياً، ولا علاقة له بالذهن الإنساني على الإطلاق.

سؤالك: «ما هذا التعلّق بالبؤس؟» ذو مغزى.

هناك أسباب لذلك. أنظر فقط إلى بؤسك، راقب، وستتمكّن من إيجاد الأسباب. ثم أنظر إلى تلك اللحظات التي تسمح لنفسك فيها، بين الأونة والأخرى، بأن تفرح بكونك فرحاً، ثم انظر إلى الفوارق القائمة.

ستلاحظ بضعة أمور: تكون، وأنت بائس، ممثلاً conformist. يحب المجتمع ذلك، يحترمك الناس، تحظى بالقدر الكبير من الاحترام. ويمكنك حتى أن تصبح قديساً؛ ولذلك فإن جميع قديسيك بؤساء. البؤس مكتوب بالخط العريض على جباههم وفي عيونهم. ولأنهم كذلك يعارضون كل فرح. يدينونه بوصفه مذهب متعة؛ يحكمون على كل إمكانية للفرح بأنها خاطئة. إنهم بؤساء ويودّون رؤية العالم كلّه بائساً. والواقع هو أنه لا يمكن الاعتقاد بقديسيّتهم إلا في عالم بائس! لأنه يتعيّن، في العالم السعيد، إدخالهم إلى المستشفى، معالجتهم عقلياً. إنهم مرضى.

رأيت الكثير من القديسين، ونظرت في حياة قديسيكم السابقين. تسعة وتسعون بالمئة منهم ببساطة غير طبيعيين - عُصابيّون neurotic، بل وحتى ذهانيّون psychotic. لكنهم نالوا الاحترام - وتذكّر أنهم احترموا لبؤسهم. كلّما عاشوا ببؤس أكبر زاد الاحترام لهم. فهناك قديسون جلدوا أجسامهم بالسوط يومياً فيما تجمّع الناس لمشاهدة هذا التقشّف العظيم والنسك والكفارة. والأعظم من بينهم هو من تملأ الجروح أنحاء جسمه كلها - واعتقد أن هؤلاء الناس قديسون! وهناك قديسون اقتلعوا عيونهم اعتقاداً منهم بأن الأعين هي التي تبصر الجمال، فتتولد الشهوة. وحظوا بالاحترام لأنهم فعلوا ذلك. مُنحوا أعيناً لرؤية جمال الوجود، لكنهم قرروا أن يصيروا عمياناً. وهناك قديسون بتروا أعضاءهم التناسليّة، ونالوا الكثير جدّاً من الاحترام لا لسبب إلا لأنهم مارسوا التدمير والعنف الذاتيين. هؤلاء الناس مرضى نفسياً.

أنظر إلى بؤسك وسترى بعض الأمور الأساسيّة. فهو يمنحك الاحترام. يشعر الناس بالمزيد من المودّة تجاهك، والتعاطف. تحظى بالمزيد من الأصدقاء إذا كنت بائساً. إنه عالم غريب جدّاً، وهناك مشكلة أساسيّة فيه. ويجب ألا يكون على هذا المنوال، بل على الإنسان السعيد أن يحظى بالمزيد من الأصدقاء. لكن كن سعيداً وسيغار منك الناس، ويفقدون ودّهم لك. يشعرون بأنهم

مخدوعون؛ لديك شيء غير متوافر لهم. لماذا أنت سعيد؟ وهكذا تعلّمنا على مدى العصور آلية كبح السعادة والتعبير عن التعاسة. صار ذلك بمثابة طبيعة ثانية.

عليك أن تتخلّص من هذه الآلية. وتتعلم كيف تكون سعيداً، وأن تحترم الناس السعداء وتوليهم المزيد من الانتباه. وفي ذلك خدمة كبيرة للإنسانية. لا تتعاطف

لا تتعاطف أكثر من اللازم مع الناس التعساء. وإذا أصابت التعاسة أحدهم فساعدته، لكن لا تتعاطف معه. لا تعطه فكرة أن البؤس أمر ذو شأن.

أكثر من اللازم مع الناس التعساء. وإذا أصابت التعاسة أحدهم فساعدته، لكن لا تتعاطف معه. لا تعطه فكرة أن البؤس أمر ذو شأن. دعه يعرف تمام المعرفة أنك تساعده لكن «ليس من باب الاحترام، بل لمجرّد أنك بائس». وأنت لا تحاول إلا إخراج الرجل من حال بؤسه لأن البؤس شنيع. دع الشخص يشعر بهذا، وأن كونه بائساً ليس بالأمر الفاضل ولا يقدّم خدمة كبرى للإنسانية.

كن سعيداً، احترم السعادة، وساعد الناس على إدراك أنها هدف الحياة. وكلّما شاهدت شخصاً مغتبطاً احترمه، فهو مقدّس. وكلّما شعرت بجمع مغتبط، احتفالي، فكّر فيه بوصفه مكاناً مقدّساً.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر IKitab

علينا أن نتعلّم لغة جديدة تماماً، وعندئذٍ فقط يمكن تغيير هذه الإنسانية القديمة العفنة. علينا تعلّم لغة الصحّة والكمال والسعادة. وسيصعب ذلك لأن استثمارنا كبيرة.

إنه واحد من أكثر الأسئلة الجوهرية التي يستطيع المرء طرحها. وهو غريب أيضاً، لأنه يجب أن يسهل التخلّص من المعاناة والكرب والبؤس. يجب ألا يكون ذلك صعباً: أنت لا تريد أن تكون بائساً، ولا بدّ إذاً من أن يؤدي ذلك إلى بعض من التعقيد العميق. ويتمثّل التعقيد في أنه لم يُسمح لك، منذ طفولتك بالذات، بأن تسعد وتغتبط وتفرح.

أرغمت على أن تكون جدياً، وتنطوي الجديّة على الحزن. أُجبرت على فعل أمور لم تُرد يوماً فعلها. كنت عاجزاً، ضعيفاً، تعتمد على الناس؛ وعليك، بالطبع، أن تفعل ما يقولونه لك. فعلت تلك الأمور رغماً عنك، بصورة بائسة، بمقاومة عميقة. أُجبرت، رغماً عنك، على فعل الكثير جداً

بحيث أنه اتضح لك، مع الوقت، أمر واحد: أن كل ما هو ضدك صحيح، ومن المحتوم على كل ما ليس ضدك أن يكون خطأ. وكل هذه التنشئة ملأتك بانتظام بالحزن، وهذا ليس طبيعياً.

من الطبيعي أن تفرح، تماماً كما هو تمتعك بالصحة الجيدة. عندما تتمتع بالصحة لا تقصد الطبيب مستفسراً، «لماذا أنا بصحة جيدة؟» لا تدعو الحاجة إلى طرح أي سؤال عن صحتك. لكنك عندما تمرض تسأل على الفور، «لماذا أصبت بالمرض؟ ما هو سببه وعلته؟»

لو أنك اكتفيت بالابتسام من دون سبب على الإطلاق، فسيعتقد الناس أن هناك خللاً ما في رأسك: لماذا تبتسم؟ ولماذا تبدو على هذا القدر من السعادة؟

من المناسب تماماً أن تطرح السؤال لماذا أنت بائس. ومن غير المناسب أن تسأل لماذا أنت مبتهج. فقد ترعرعت في مجتمع معتوه يُعتقد فيه أنه من الجنون أن تبتهج من دون سبب. ولو أنك اكتفيت بالابتسام من دون سبب على الإطلاق، فسيعتقد الناس أن هناك خللاً ما في رأسك: لماذا تبتسم؟

ولماذا تبدو على هذا القدر من السعادة؟ وإذا قلت، «لا أدري، فأنا سعيد فقط»، لن يؤدي جوابك إلا إلى تعزيز فكرتهم بأنك تعاني من مشكلة.

لكنك إذا تعست فلن يسألك أحد عن السبب. من الطبيعي أن يكون المرء بائساً: فالجميع على هذه الحال. وليس في ذلك، بالنسبة إليك، أي أمر مميّز. فأنت لا تفعل شيئاً استثنائياً.

وتأخذ هذه الفكرة، على نحو غير واعٍ، بالاستيطان فيك وتتمثل في أن البؤس طبيعي والبهجة ليست كذلك. يجب إثبات حال البهجة. أما البؤس، فلا يحتاج إلى دليل. وتزداد [الفكرة] في الانغماس البطيء فيك، في دمك، في عظامك، في نخاعك، مع أنها طبيعياً ضدك. وهكذا فإنك تُكره على أن تصبح منفصم الشخصية؛ لقد أقحم فيك أمر مناهض لطبيعتك. شرّد ذهنك عن نفسك إلى شيء ليس أنت.

يولّد هذا بؤس الإنسانية كلّها، ويتمثل في أن الجميع موجودون، حيث يجب ألا يكونوا، وما يجب ألا يكونوا عليه. ويصير الشخص بائساً لأنه لا يستطيع أن يكون حيث يحتاج إلى أن يكون، المكان الذي هو حق من حقوقه الأساسية. وقد بقيت على هذه الحال من الابتعاد المتزايد عن ذاتك؛

ونسيتَ طريقَ العودة إلى المنزل. وهكذا تعتقد، أينما كنت، أنه منزلك، أصبح البؤس منزلك، وصار الكرب طبيعتك. وقُبلت المعاناة بوصفها صحّة لا مرضاً.

وعندما يقول أحدهم، «تخلّ عن هذه الحياة البائسة، اطرح هذه المعاناة التي تحملها بلا داع»، يُثار سؤال ذو مغزى: «هذا كل ما لدينا! وإذا تخلّينا عنه، فسنصير نكرة، سنخسر هويّتنا. فأنا الآن على الأقل أحد ما، بئس، حزين، يعاني. أمّا إذا تخلّيت عن هذا كلّهُ، فسُطرح السؤال، ما هي هويّتي؟ من أنا؟ وأنا لا أعرف طريق العودة إلى المنزل، وأنتَ قد انتزعتَ منّي الرياء، المنزل المزيّف الذي أوجده المجتمع».

ما من أحد يريد الوقوف في الشارع عارياً.

البؤس أفضل، فلديك أقله ما ترتديه ولو أنه بؤس... لكن لا ضرر في ذلك لأن الجميع يرتدون النوع نفسه من الملابس. والبؤس مكلف بالنسبة إلى من لهم قدرة على ذلك. ومن لا يمتلكون القدرة يصبح بؤسهم مزدوجاً - عليهم أن يعيشوا نوعاً فقيراً منه، وليس لديهم الكثير مما يتباهون به.

هناك إذاً بؤساء أغنياء وآخرون فقراء. ويبدّل البائسون الفقراء أقصى استطاعتهم للوصول بشكل ما إلى وضع البائسين الأغنياء. وهذان فقط هما النوعان المتوافران.

نُسي كلياً أمر النوع الثالث. فهذا هو حقيقتك، ولا بؤس في طبيّاته؛

تسألني لماذا لا يستطيع الإنسان التخلّي عن بؤسه؛ السبب بسيط وهو أنه كلّ ما لديه. أتريد أن تجعله أكثر فقراً حتى؟ إنه كذلك أصلاً. ثمة أناس أغنياء بؤساء؛ وهو لديه بؤس صغير، طفيف. لا يمكنه التباهي به. وأنت تطلب منه حتى أن يتخلّى عن هذا. ولن يعود عندئذٍ أحداً؛ بل يصير فارغاً؛ عدماً.

لقد ارتكبت الثقافات والمجتمعات والأديان كلّها جريمة ضد الإنسانية: خلقت الخوف من العدم والفراغ.

والحقيقة هي أن ذلك العدم هو الباب إلى الثراء، إلى الطوبى، وعلى الباب ألا يكون شيئاً. هناك جدار؛ ولا يمكنك دخوله لأنك ستضرب رأسك به فقط، وربما كسرت بعضاً من ضلوعك.

لماذا لا تستطيع دخول الجدار؟ لأنه لا وجود للفراغ فيه، فهو صلب، يعترض. ولذلك نسَمي الأمور «أشياء»: إنها موضوعية، لا تسمح لك بعبورها، تمنعك.

على الباب ألا يكون موضوعياً، بل فراغاً. الباب يعني أنه ما من شيء يقف حائلاً أمامك، ويمكنك الدخول.

ولأنك خضعت للتكييف، فإن ذلك الفراغ أمر سيئ، فالتكييف يمنعنا من طرح البؤس، ومن التخلي عن الكرب، وعن كل المعاناة ونكون لا شيء فقط.

في اللحظة التي تصير فيها لا شيء، تصبح باباً، إلى الإلهي، إلى ذاتك، يؤدي إلى منزلك، يعيد ربطك بطبيعتك الجوهرية. التي هي طوباوية.

والطوبى ليست أمراً يُنجز.

إنها قائمة بالفعل؛ تولد معنا.

لم نفقدها، بل ابتعدنا عنها فقط، مديرين ظهورنا لأنفسنا.

إنها وراءنا تماماً؛ استدارة بسيطة وثورة كبرى.

وليست المسألة بالنسبة إليّ نظرية. فأنا قد قبلت للتو اللاشيء بوصفه باباً، وهو ما أسميه التأمل، وما هو إلا اسم آخر للشيء. في اللحظة التي يحدث فيها اللاشيء تجد نفسك فجأة واقفاً وجهاً لوجه مع ذاتك، ويختفي كل بؤس.

وأول ما تفعله هو الضحك ببساطة من نفسك، من الغبي الذي كنته. ذلك البؤس لم يكن قائماً أبداً؛ فقد حاولت خلقه بيد كما حاولت تدميره باليد الأخرى، وكنت بطبيعة الحال في وضع من الانقسام والانقسام في الشخصية.

وذلك سهل جداً وبسيط.

فأسهل ما في الوجود هو أن تكون نفسك.

وهو لا يحتاج إلى جهد؛ فأنت كذلك بالفعل.

مجرّد ذكرى... مجرّد التخلّص من كلّ الأفكار الغيبية التي فرضها المجتمع عليك. وذلك سهل سهولة تملّص الأفعى من جلدها القديم من دون النظر أبداً إلى الوراء. فهو مجرّد جلد قديم.

إذا أدركت ذلك، فقد يحدث في هذه اللحظة بالذات.

لأنه يمكنك فيها أن ترى أنه لا وجود للبؤس، ولا للكرب.

أنت تقف صامتاً عند باب اللاشيء: وما عليك إلا أن تخطو مجرّد خطوة واحدة إلى الباطن لتعثر على أعظم كنز انتظرك على مدى آلاف من الحيوانات.

لماذا يصعب إلى هذا الحدّ الغفران، والتوقّف عن التشبّث بالألام التي عفى عليها الزمن؟

تقتات الأنا على البؤس، الذي كلما تزايد، ازداد اقتنيتها له. وفي لحظات الطوبى تختفي الأنا كلياً، والعكس بالعكس: إذا اختفت الأنا، تبدأ الطوبى في الانهيار عليك. إذا أردت الأنا، فلا يمكنك أن تسامح ولا يمكنك أن تنسى، وبخاصة الأذى والجراح والإهانات والمهانة والكوابيس. ولن تكفي بعدم المسامحة، بل ستمضي في المبالغة فيه، وستتشدّد عليه. وستنّجّه إلى نسيان كل جميل في حياتك، ولن تتذكّر الأوقات السعيدة التي لا نفع منها في ما يتعلّق بالأنا. فالسعادة أشبه بالسّم للأنا، والبؤس أشبه بالفيتامينات.

عليك أن تفهم كامل آلية الأنا. إذا حاولت أن تغفر، فذلك ليس غفراناً حقيقياً. فأنت بذلك الجهد لن تفعل سوى الكبح. لا يمكنك أن تغفر إلا عندما تدرك غباوة اللعبة الجارية في داخل ذهنك. ويجب رؤية عبثية ذلك كلّ من كل جوانبه، وإلا فستكبحه من جانب ليشرع في المجيء من آخر. ستكبحه في شكل من أشكاله، وسيؤكّد نفسه في شكل آخر، وأحياناً بطريقة خفية جداً إلى حدّ أنه يتعذّر التعرّف عليها بأنها البنية القديمة نفسها، وقد تجددت كثيراً وأعيد صقلها وتزويقها بحيث تكاد تبدو جديدة.

تعيش الأنا على السلبي، لأنها ظاهرة سلبية في الأساس: توجد عن طريق قول لا. فاللا هي روح الأنا. وكيف يمكن قول لا للطوبى؟ يمكنك قول ذلك للبؤس، ولكرب الحياة. لكن كيف تستطيع قول لا للأزهار والنجوم وغياب الشمس ولكل ما هو جميل وإلهي؟ والكون بأكمله مليء بها، مليء

بالورود، لكنك تمضي في قطف الأشواك؛ ولديك استثمار كبير فيها. تواصل من جهة القول، «لا، لا أريد هذا اليوس»، لتستمر من جهة أخرى في التشبث به. وقد طلب منك على مدى قرون أن تسامح.

في اللحظة التي تقبل فيها عاديّتك،
تصير استثنائياً. في اللحظة التي
تقبل فيها جهلك، يدخل الشعاع
الأول من النور إلى كيانك.

لكن الأنا تستطيع العيش من خلال المسامحة، يمكنها أن
تشرع في الحصول على غذاء جديد من خلال فكرة، «أنني
سامحتُ. بل إنني سامحتُ أعدائي حتى. فأنا لست بشخص عادي».
وتذكّر تماماً أن أحد أسس الحياة يتمثّل في أن الشخص العادي هو
الذي لا يعتقد أنه كذلك؛ والشخص

المتوسّط أيضاً. في اللحظة التي تقبل فيها عاديّتك، تصير استثنائياً. في اللحظة التي تقبل فيها
جهلك، يدخل الشعاع الأول من النور إلى كيانك، وتتفتح الزهرة الأولى. ولا يعود الربيع بعيداً.

يقول يسوع: اغفر لأعدائك، أحبهم. وهو محقّ، لأنه إذا أمكنك أن تغفر لهم فستحرر منهم،
وإلا فسيستمرّون في سكنائك. فالعداء نوع من العلاقة التي تذهب إلى ما هو أعمق من حبّك
المزعوم.

طرح أحدهم سؤالاً في وقت سابق من اليوم: «أوشو، لماذا تبدو علاقة الغرام المتناغمة
باهتة وتحتضر؟»، ذلك لسبب بسيط وهو أنها متناغمة! تفقد كل جاذب للأنا؛ تبدو كأنها ليست كذلك.
لأنها إذا تناغمت تماماً، فستنسى أمرها كلياً. تحتاج المسألة إلى بعض النزاع، وبعض الكفاح،
والعنف والحقّد. فالحب، حبّك المزعوم، لا يذهب عميقاً جدّاً؛ بل إنه لا يتجاوز الجلد، وربما ليس
هذا العمق حتى. لكنّ كرهك يذهب عميقاً جدّاً؛ يذهب إلى العمق الذي تبلغه الأنا خاصتك.

يسوع محقّ بقوله، «سامح»، لكن أسيء فهمه على مدى قرون. يقول بوذا الأمر نفسه. حُتم
على جميع المستيقظين قول هذا: قد تختلف لغاتهم بالطبع، عصور مختلفة وكذلك أزمنة، أشخاص
مختلفون، عليهم أن يتحدّثوا بلغات مختلفة، لكن لا يمكن للجوهر الأساسي أن يختلف. وإذا لم تستطع
المسامحة، فيعني ذلك أن عليك العيش مع أعدائك، مع جراحك، مع آلامك.

وهكذا، فإنك تريد من جهة أن تنسى وتسامح، لأن الطريقة الوحيدة للنسيان هي في
المسامحة. إذا لم تسامح، فلن تستطيع أن تنسى. لكن هناك من جهة أخرى تورطاً أكثر عمقاً. وما لم

تُبصره، فلن يساعدك لا المسيح ولا بوذا. ستتذكّر بيانتهما الجميلة، لكنها لن تصبح جزءاً من أسلوب حياتك، ولن تجري في دمك، في عظامك، في نخاعها. لن تصبح جزءاً من مناخك الروحي؛ ستبقى غريبة، شيئاً مفروضاً من الخارج؛ وهي جميلة، وذات إغراء فكري، لكنك ستستمر، من الناحية الوجودية، في العيش على الطريقة القديمة نفسها.

أول ما يجب أن تتذكّره هو أن الأنا هي الظاهرة الأكثر سلبية في الوجود. إنها أشبه بالظلمة، التي ليس لها حضور وضعي؛ إنما هي ببساطة غياب الضوء. وللضوء وجود إيجابي؛ ولهذا لا يمكن فعل أي شيء مباشرة مع الظلمة. وإذا امتلأت غرفتك بالظلام، فلا يمكنك إخراجه منها، لا يمكن الرمي به خارجاً، ولا يمكن تدميره مباشرة بأي وسيلة من الوسائل. وإذا حاولت التقاتل معه، فستعرض للهزيمة. لا

إذا لم ترغب بالظلمة، فجئ
بالضوء. وإذا أردت الظلمة
فأطفئه. لكن افعل شيئاً بالضوء،
لأنه لا يمكن فعل أي شيء
مباشرة بالظلمة.

يمكن هزم الظلمة بالقتال. قد تكون مصارعاً عظيماً لكنك ستفاجأ بمعرفة أنه لا يمكنك هزم الظلمة. يستحيل ذلك لسبب بسيط هو أنه لا وجود لها. إذا أردت فعل أي شيء حيالها، فعليك بذلك من خلال النور. إذا لم ترغب بالظلمة، فجئ بالضوء. وإذا أردت الظلمة فأطفئه. لكن افعل شيئاً بالضوء، لأنه لا يمكن فعل أي شيء مباشرة بالظلمة. السلبي غير موجود، وكذلك الأنا.

ولهذا لا أقترح عليك أن تغفر. لا أقول إن عليك أن تحبّ ولا تكره. ولا أن تتحلّى عن كل خطاياك وتصبح فاضلاً. فقد حاول الجنس البشري ذلك كلّه وفشل كلياً. عملي مختلف تماماً. أقول: اجلب النور إلى كيائك. ولا تنزعج من كل أجزاء الظلمة هذه.

فالأنا هي تماماً في قلب الظلمة. الأنا هي قلبها. وإذا جلبت النور، والطريقة هي التأمل، فستصير أكثر إدراكاً، أكثر يقظة. وإلا فإنك ستستمر في الكبح، وكلّ ما يُكبح يجب إعادة كبحه المرّة تلو الأخرى. وهذه ممارسة عبثية، عبثية مطلقة. وسيعاود المجيء من مكان آخر. سيجد نقطة أخرى أكثر ضعفاً فيك.

تسأل: «لماذا تصعب المسامحة إلى هذا الحد، والتوقف عن التشبّث بالآلام التي عفى عليها الزمن؟».

لسبب بسيط وهو أنها كل ما تملكه. وتواصل اللعب بجراحك القديمة لتحافظ على نضارتها في ذاكرتك. ولا تسمح لها أبداً بالشفاء.

جلس رجل في مقصورة قطار. وجلس قبالة كاهن وبجانبه سلّة نزهة. ولم يكن للرجل ما يفعله، فاكتفى بمراقبة الكاهن.

فتح الكاهن بعد فترة السلّة وأخرج منها فوطة اعتنى في وضعها على ركبتيه. ثم أخذ طاساً زجاجياً ووضع على الفوطة. وأخذ بعد ذلك سكيناً وتفاحة فجزأها ووضع قطعها في الطاس. وأمسك من بعدها به، وانحنى وأسقط التفاحة من النافذة.

ثم أخذ موزة، قشّرها، قطعها ووضعها في الطاس وأسقطها من النافذة. وفعل الأمر نفسه بإجاصة وبصفيحة صغيرة من الكرز وبحبة من الأناناس ويقدر من القشدة، وأسقطها كلّها من النافذة بعدما اعتنى بإعدادها. ثم نظّف الطاس، ونفض الفوطة وأعادهما إلى السلّة.

وأخيراً سأل الرجل الذي كان يراقب الكاهن بذهول، «اعذرنى، يا أبتى، لكن ما هذا الذي تفعله؟».

فأجابه الكاهن على ذلك ببرودة، «أعدّ سلطة الفاكهة».

فقال الرجل: «لكنك تسقطها كلّها من النافذة».

قال الكاهن: «نعم، فأنا أكره هذه السلطة».

يواصل الناس فعل أمور يكرهونها. يعيشون في كرههم. يواصلون تحسّس جراحهم حتى لا تُشفى؛ لا يسمحون لها بالشفاء، فحياتهم كلّها تتوقّف على ماضيهم.

ما لم تبدأ العيش في الحاضر،
فلن تتمكن من نسيان الماضي
أو من مسامحته.

ما لم تبدأ العيش في الحاضر، فلن تتمكن من نسيان الماضي أو من مسامحته. لا أقترح أنه عليك أن تنسى وتسامح كلّ ما قد حدث في

الماضي؛ تلك ليست مقاربتني. أقول: عش في الحاضر. هذه هي الطريقة الإيجابية لمقاربة الوجود. عش فيه. وتلك

طريقة أخرى للقول: كن أكثر تأملاً، أكثر إدراكاً، أشد يقظة لأنك عندما تكون يقظاً ومدركاً تكون في الحاضر.

لا يمكن حدوث الإدراك في الماضي، كما أنه لا يمكن في المستقبل. الإدراك لا يعرف إلا الحاضر، ولا يعرف ماضياً ولا مستقبلاً؛ وله صيغة واحدة هي الحاضر. كن مدركاً، وفيما تشرع في التمتع أكثر فأكثر بالحاضر وتشعر بغبطة كونك فيه،

أن تتحرّر من الماضي
والمستقبل يعني أن تتذوّق
الحرية للمرّة الأولى. ويصبح
المرء، بهذه التجربة، تاماً
وصحيحاً؛ وتلتئم الجراح كلّها.

ستتوقف عن فعل هذا الأمر الغبي الذي يواصله الجميع. ستتوقف عن الذهاب إلى الماضي. لن يكون عليك أن تنسى وتسامح، إذ سيتوقف ذلك ببساطة من تلقاء نفسه. وستُفاجأ: إلى أين ذهب؟ وحالما لا يعود للماضي وجود، يغيب المستقبل أيضاً لأنه ليس إلا إسقاطاً للماضي. أن تتحرّر من الماضي والمستقبل يعني أن تتذوّق الحرية للمرّة الأولى. ويصبح المرء، بهذه التجربة، تاماً وصحيحاً؛ وتلتئم

الجراح كلّها. وفجأة لا تعود هناك أي منها؛ تبدأ بالشعور بهناء عميق يتولّد فيك. وذلك الهناء هو بداية التحوّل.

لماذا نصنع من الأكوام الترابية جبالاً؟

الأنا لا تريد، حتى وهي مبتنسة، أن تبتنس على نحو عاديّ، بل على نحو استثنائي! يريد المرء ان يحتل المركز الأول سواء بهذه الطريقة أو بتلك. من هنا يمضي إلى جعل أكوام التراب جبالاً.

لأن الأنا لا تشعر بأنها بخير مع الأكوام الترابية، فهي تريد الجبال. وهي حتى لو كانت بؤساً، يجب ألا تكون كومة تراب، بل أن تكون [قمة] إفرست. فالأنا لا تريد، حتى وهي مبتنسة، أن تبتنس على نحو عاديّ، بل على نحو استثنائي! يريد المرء

أن يحتل المركز الأول سواء بهذه الطريقة أو بتلك. ومن هنا يمضي إلى جعل أكوام التراب جبالاً.

يسترسل الناس ويخلقون مشاكل كبرى من لا شيء. تحدّثتُ إلى آلاف الأشخاص عن مشاكلهم ولم أصادف بعد مشكلة حقيقية! كل المشاكل زائفة لأنك، من دونها، تشعر بالفراغ. وليس لديك ما تفعله، وما من شيء تقاقله، ولا مكان تذهب إليه. ينتقل الناس من مرشد إلى آخر، من معلّم إلى آخر، من محلّ نفسي إلى آخر، من مجموعة لقاء إلى أخرى، لأنهم إذا لم يذهبوا فسيشعرون بالفراغ، وفجأة بأنه لا معنى للحياة. تخلق لنفسك المشاكل لتشعر بأن الحياة عمل عظيم، نموّ، وبأن عليك أن تكافح بقوّة.

لا يمكن الأنا أن توجد إلا عندما تكافح وتندكّر. عندما تقاقل. وكلّما عظمت المشكلة وكبر التحديّ، ارتفعت الأنا خاصتك وحلّقت عالياً.

أنت تخلق المشاكل، وهي غير قائمة. والآن، إذا سمحت لي، فإنه لا وجود حتى لأكوام التراب. فتلك أيضاً خدعة من خدعك. تقول، «حسناً، قد لا توجد الجبال، لكن هناك أكوام التراب». لا، لا وجود حتى لها. إنها من بدعك. تخلق في البداية أكوام التراب من لا شيء، ثم تخلق الجبال منها.

ويسعد الكهنة والمحلّون النفسيّون والمرشدون لأن صنعهم كلّها قائمة بفضلك. فإذا لم تخلق أكوام التراب من لا شيء، ولم تحوّلها بعدنّذ إلى جبال، فما الفائدة من مساعدة المرشدين لك؟ عليك أولاً أن تكون في حالة تستدعي المساعدة.

أرجوك أن تنظر إلى ما تفعله، إلى الحماقة التي ترتكبها. تبدأ بخلق المشكلة

والحلّ قائم في البداية تماماً،
عندما تخلق المشكلة. ويتمثّل
في ألا تخلقها!

لتبحث من ثمّ عن الحلّ. راقب فقط سبب إيجادك لها. فالحلّ قائم في البداية تماماً، عندما تخلق المشكلة. ويتمثّل في ألا تخلقها! لكنّ ذلك لن يغيريك لأنك سترمى عندنّذ بطولك على ذاتك. أليس هناك ما تفعله؟ لا «ساتوري» (تنوير)، لا «سامادي»

(تأمّل)؟ وتحاول، وأنت مضطرب وفارغ، حشو نفسك بأي شيء مهما كان.

ليست لديك أيّ مشاكل. هذا هو المقدار الذي يجب فهمه وحسب.

يمكنك في هذه اللحظة بالذات أن تتخلّص من كل المشاكل لأنها من مصنوعاتك.

ألقِ، إذًا، نظرة أخرى على مشاكلك. فكّما تعمّقت في النظر إليها بدت أصغر. واصل ما تفعله وستبدأ شيئاً فشيئاً في الاختفاء. واصل التحديق وستجد فجأة أن هناك فراغاً. فراغاً جميلاً يحيط بك. ليس لديك ما تفعله، ولا ما تكونه، لأنك ذلك بالفعل.

ليس التنوّر بالأمر الذي يجري تحقيقه، بل يجب عيشه فقط. وعندما أقول إنني حققت التنوّر، أعني ببساطة أنني قرّرت عيشه. لقد طفح بي الكيل! وصرت من يومها أعيشه. وهو قرار يتمثّل في أنك لم تعد مهتمّاً الآن بخلق المشاكل. ذلك كلّ شيء. إنه قرار بأنك انتهيت الآن من كلّ هراء خلق المشاكل وإيجاد الحلول لها.

كلّ هذا الهراء كناية عن لعبة تلعبها مع نفسك. أنت بنفسك تختبئ وأنت نفسك تبحث. أنت الفريقان معاً. وتعرف ذلك! ولهذا تبتسم وتضحك عندما أقوله. تفهم أنني لا أتكلّم عن أي شيء سخيّف. فأنت تضحك على نفسك. راقب نفسك وأنت تضحك، أنظر فقط إلى ابتسامتك، تفهم ذلك. وهو ما يجب أن يكون لأنها لعبتك: أنت تختبئ وتنتظر أن تتمكن بنفسك من البحث عن ذاتك وإيجادها.

يمكنك العثور على ذاتك في هذه اللحظة لأنك أنت من يختبئ.

ولهذا يمضي معلّمو الزن في ضرب الناس. فكّما أتى أحدهم وقال، «أودّ أن أصبح بوذا»، استشاط المعلّم غضباً. الشخص يطلب ما لا معنى له، فهو بوذا. ما الذي يُفترض بي فعله لو جاءني بوذا يطلب منّي أن يكون كذلك؟ سأضربه على رأسه! «من تعتقد أنّك تخدع؟ فأنت بوذا».

لا تخلق المشاكل غير الضروريّة لنفسك. وسيحلّ عليك الإدراك إذا راقبت كيف أنك تكبّر هذه المشاكل مرة بعد مرة، وتلقّفها، وتساعد العجلة على التحرك أسرع فأسرع. وتبلغ فجأة قمة بؤسك وتحتاج إلى تعاطف العالم كلّه معك.

أنت صانع كبير للمشاكل... وما عليك إلا أن تفهم هذا فتختفي المشاكل على الفور. أنت في كامل لياقتك؛ وقد وُلدت كاملاً، تلك هي الرسالة كلّها. وُلدت كذلك، والكمال هو عمق أعماق

طبيعتك. ما عليك إلا أن تعيشه. قرّر، وعشه.

إذا لم يطفح كيلك بعد من اللعبة، فإنك تستطيع الاستمرار فيها، لكن لا تسأل عن السبب في ذلك. أنت تعرف. والسبب بسيط. لا يمكن الأنا الوجود في الفراغ، بل تحتاج إلى ما تقاّله. وسيُفي حتى شبح مخيلتك بالعرض، إلا أنك تحتاج إلى من تحاربه. فلا وجود للأنا إلا في النزاع. الأنا ليست كيّاناً، بل توتّر. وكلّما حدث نزاع ظهر التوتّر ونشأت الأنا؛ وفي غياب أي نزاع يزول التوتّر وتختفي الأنا. الأنا ليست شيئاً، وإنما هي مجرد توتّر.

ولا أحد يريد بالطبع توتّراً صغيراً، الجميع يريدون التوتّرات الكبيرة. وإذا لم تكفك مشاكلك الخاصة تشرع في التفكير في الإنسانيّة والعالم والمستقبل... الاشتراكيّة والشيوعيّة وكل تلك التفاهات. تشرع في التفكير في ذلك كما لو أن العالم كلّه يعتمد على نصحك. ثم تفكّر، «ما الذي سيحدث في إسرائيل؟ وفي أفريقيا؟» وتستمر في النصح، وتخلق المشاكل.

يتأثر الناس كثيراً. لا يستطيعون النوم لأن هناك حرباً ما تدور. يصبحون كثيري التأثير. فحياتهم عادية جداً إلى حدّ أنهم يحتاجون إلى الحصول على الاستثنائية من مصدر آخر ما. تواجه البلاد صعوبة فيتماثلون معها. الثقافة تواجه صعوبة، والمجتمع كذلك. وها إنه توجد مشاكل كبرى وتتماثل معها. أنت هندوسي والثقافة الهندوسية تواجه صعوبة؛ أنت مسيحي والكنيسة تواجه صعوبة. العالم كلّه على المحك. وها أنت تكبر من خلال مشكلتك.

تحتاج الأنا إلى بعض المشاكل.
وإذا فهمت هذا، فهذا الفهم
بذاته تعود الجبال لتصير أكواماً
من التراب، لتختفي هذه الأكوام
بدورها بعد ذلك.

تحتاج الأنا إلى بعض المشاكل. وإذا فهمت هذا، فهذا الفهم بذاته تعود الجبال لتصير أكواماً من التراب، لتختفي هذه الأكوام بدورها بعد ذلك. وفجأة يحدث الفراغ المحض من حولك. هذا هو التوتّر - الفهم العميق بأنه ما من مشكلة.

وما الذي تفعله، عندئذٍ، في غياب أي مشكلة تحتاج إلى حلّ؟ تبدأ على الفور في الحياة. ستأكل،

تنام، تحب، تدرّش، تغني، ترقص. وماذا يوجد غير ذلك لفعله؟ لقد صرت إليها، بدأت في الحياة.

هناك أمر واحد مؤكّد في حال وجود إله: لن يكون لديه أيّ مشاكل. ذلك ما هو مؤكّد. فماذا يفعل عندئذٍ بكل الوقت المتوافر له؟ لا مشاكل، لا محلّون نفسيّون يستشيرهم، لا مرشدون يذهب إليهم ويستسلم لهم... ما الذي يفعله الله؟ ما الذي سيفعله؟ لا بد أنه سيصاب بالجنون، ويدور في مكانه! لا، إنه يعيش؛ وحياته مملّاة بالحياة. يأكل، ينام، يرقص، يعيش قصة حب، لكن من دون أيّ مشاكل.

أبدأ بالحياة في هذه اللحظة بالذات وسترى أنّك كلّما حييت كانت المشاكل أقل. فلا حاجة إليها وفراغك يُزهر ويحيا. وعندما لا تحيا، تأخذ الطاقة نفسها في الاكفهرار. وهذه الطاقة نفسها التي كانت ستصبح زهرة، تصير عالقة. وتتحوّل، وقد مُنعت من التفتح، إلى شوكة في القلب. إنها الطاقة نفسها.

أرغم ولداً صغيراً على الجلوس في الزاوية واطلب منه أن يبقى جامداً كلياً، لا يتحرّك. وراقب ما يحدث... فقبل دقائق قليلة فقط كان هادئ البال تماماً، فياضاً؛ وسيحمرّ وجهه الآن لأنه سيضطر إلى إجهاد نفسه وضبطها. سيتصلّب جسمه كلّه وسيحاول بين الفينة والفينة أن يتلملّم ويقفز خارجاً من ذاته. فأنت أجبرت الطاقة على الجلوس جامدة. وها إنه لم يعد لديها هدف ومعنى ومجال للتحرّك ولا مكان لتزهر وتتفتح فيه؛ فهي عالقة، متصلبة، جامدة. ويعاني الولد من الموت، الموت المؤقت. وها إنه، إذا لم تسمح له بالركض مجدداً والتنقل في الحديقة واللعب، فسيبدأ في افتعال المشاكل. سيختيلها؛ سيخلقها في ذهنه ويشرع في مقاتلتها. سيشاهد كلباً كبيراً ويفزع، أو يرى شبحاً ويضطر إلى القتال والهرب منه. وها إنه يخلق المشاكل. الطاقة نفسها التي كانت، في لحظة سابقة، تفيض من حوله في كل الاتجاهات، قد علقت واكفهرت.

لو أمكن الناس الرقص أكثر
بعض الشيء، والغناء أكثر
أيضاً، والجنون أكثر قليلاً،
فستفيض طاقتهم أكثر وستخفي
مشاكلهم شيئاً فشيئاً.

ولو أمكن الناس الرقص أكثر بعض الشيء، والغناء أكثر
أيضاً، والجنون أكثر قليلاً، فستفيض طاقتهم أكثر وستخفي مشاكلهم
شيئاً فشيئاً.

وأنا لذلك أشدّد بهذا القدر الكبير على الرقص. أرقص حتى
النشوة الجنسية؛ دع الطاقة كلّها تتحوّل إلى رقص، وسترى فجأة أنّك
لم تعد تملك أي رأس. الطاقة المخزونة في الرأس تأخذ في التحرك
في

الجوار، خالقة أنماطاً جميلة، صوراً، حركة. وتأتي لحظة، وأنت ترقص، لا يعود فيها جسمك شيئاً صلباً، بل يصبح مرناً، فياضاً. عندما ترقص يأتي وقت لا تعود فيه حدودك واضحة؛ بل تذوب وتندمج بالكون، وتأخذ الحدود بالامتزاج.

راقب الراقص - وستلاحظ أنه أصبح ظاهرة من الطاقة، لم يعد شكلاً ثابتاً، لم يعد داخل الإطار. فهو يفيض من إطاره، من شكله، ويصبح أكثر حياة، أكثر فأكثر. لكنك لن تعرف ما حدث بالفعل إلا إذا رقصت بنفسك. يختفي الرأس في الداخل؛ ترجع طفلاً مجدداً. ولا تثير عندئذٍ أي مشاكل.

عش، ارقص، كل، نم، افعل الأمور بالقدر الممكن من الكلية. وتذكر المرة تلو الأخرى: كلما أمسكت بنفسك وأنت تخلق أي مشكلة انسحب منها على الفور. فحالما تدخل فيها يحتاج الأمر إلى حل. وحتى لو وجدته فسينتج مجدداً من ذلك الحل ألف مشكلة ومشكلة. وعندما تخفق في الخطوة الأولى تقع في الفخ.

كلما وجدت الآن أنك تنزلق إلى المشكلة، تماسك، اركض، اففز، ارقص، لكن لا تدخل فيها. افعل شيئاً على الفور بحيث تصبح الطاقة التي تخلق المشاكل سيالة غير مجمدة فتذوب وتعود إلى الكون.

ليس لدى الشعوب البدائية الكثير من المشاكل. وقد صادفتُ جماعات من البدائيين في الهند يقولون إنهم لا يحلمون على الإطلاق. لن يصدق فرويد أن ذلك ممكن. لا يحلمون، لكن إذا راود الحلم أحدهم أحياناً - وهي ظاهرة نادرة - تصوم القرية كلها وتصلّي إلى الله. توجد مشكلة ما، أمر خاطئ قد حدث... راودت الأحلام أحد الرجال. وهو أمر لا يحدث أبداً في قبيلتهم لأنهم يعيشون بكلية كبيرة إلى حد أنه لا يتبقى شيء في الرأس يجب إكماله في المنام.

على كل ما تتركه غير مكتمل أن يكتمل في أحلامك؛ وكل ما لم تعشه يبقى معلقاً ويتّم نفسه في الذهن. ذلك هو الحلم.

على كل ما تتركه غير مكتمل أن يكتمل في أحلامك؛ وكل ما لم تعشه يبقى معلقاً ويتّم نفسه في الذهن. ذلك هو الحلم. تقضي النهار كله مفكراً. ويظهر التفكير ببساطة أنك تمتلك من الطاقة أكثر مما تحتاجه للعيش؛ لديك طاقة أكثر مما تحتاجه حياتك المزعومة.

إنك تضيّع عليك الحياة الحقيقيّة. استخدم المزيد من الطاقة، وستأخذ الطاقات الجديدة في التدفق. فقط لا تكن بخيلاً. استخدمها اليوم، دع اليوم يكون تاماً؛ والغد سيعتني بنفسه، لا تقلق بشأنه. فالقلق والمشكلة واضطراب القلق كلّها تُظهر ببساطة أمراً واحداً: وهو أنك لا تعيش بطريقة صحيحة، وأن حياتك ليست بعد احتفالاً، رقصة، أعياداً. من هنا تنبع كل المشاكل.

إذا عشت، تختفي الأنا. الحياة لا تعرف أي أنا، بل تعرف فقط العيش والعيش والعيش. لا تعرف الحياة ذاتاً ولا مركزاً؛ لا تعرف انفصلاً. تتنفس، فتدخل إليك الحياة. تزفر، تدخل أنت فيها. ما من انفصال. تأكل، وتدخل فيك الأشجار من خلال الثمرة. ثم تموت في يوم من الأيام، وتُدفن في التراب وتمتصّك الأشجار وتصبح فاكهة. ويأكلك أولادك مجدداً. وقد سبق لك أن أكلت أجدادك بعدما حوّلتهم الأشجار إلى فاكهة. وتعتقد أنك نباتي؟ لا تخدعك المظاهر. فجميعنا من أكلة لحوم البشر.

الحياة واحدة وتستمر في الحركة. تأتي إليك؛ تمرّ عبرك. في الواقع، غير صحيح القول إن الحياة تأتي إليك، لأنه حينها يبدو كما لو أن الحياة تأتي إليك ومن ثم تخرج منك. لا وجود لك. وحده مجيء الحياة وذهابها موجود. أنت غير موجود. وحدها الحياة موجودة بأشكالها الهائلة، بطاقتها؛ بملايين مسرّاتها. حالما تفهم هذا، دع ذلك الفهم يصبح القانون الوحيد.

لِمَ أشعر دوماً بهذا القدر من اليأس؟ ألا يمكنك إزالة ذلك كلّهُ؟

الجواب متوافر في سؤالك. أنت لا تريد تحمّل المسؤولية عن كيانك الخاص، وعلى أحد آخر فعل ذلك. وهذا هو السبب الوحيد لليأس.

لا مجال لأن يبعد عنك أي أحد آخر بؤسك. ولا مجال له لأن يجعلك مغتبطاً. أما إذا أدركت أنك مسؤول عن كونك بانساً أو مغتبطاً، وأنه لا أحد يمكنه أن يفعل أي شيء...

بؤسك من صنعك؛ وغبطتك ستكون كذلك أيضاً.

لكن، أمن الصعب قبول - أن اليأس من صناعي؟

يشعر الجميع بأن الآخرين مسؤولون عن بؤسهم. يعتقد الزوج بأن الزوجة مسؤولة

أنت، كلّمَا حمّلت أحداً غيرك مسؤولية
بؤسك، جهلت أنك بتخلّيك عن
المسؤولية تخسر حرّيتك. فالمسؤولية
والحرّية وجهان لعملة واحدة.

عن بؤسهما، وتظن الزوجة أنه هو مسؤول عن بؤسها هي،
ويعتقد الأولاد أن الأهل مسؤولون عن بؤسهم. بات الأمر على
درجة كبرى من التعقيد. وأنت، كلّمَا حمّلت أحداً غيرك
مسؤولية بؤسك، جهلت أنك بتخلّيك عن المسؤولية تخسر
حرّيتك. فالمسؤولية والحرّية وجهان لعملة واحدة.

ولأنّك تعتقد أن الآخرين مسؤولون عن بؤسك، فإن هذا هو السبب في وجود المشعوذين،
المخلّصين المزعومين، المرسلين من الله، الأنبياء الذين يقولون لك، «ليس عليك أن تفعل شيئاً،
اتبعني وحسب. آمن بي وسأخلّصك. أنا راعيك، وأنت خروفي».

من الغريب أنه لم يقف شخص واحد في مواجهة أناس مثل يسوع المسيح ويقول، «من
أقصى الإهانة القول إنك الراعي ونحن الخراف، وإنك المخلّص ونحن رهن رحمتك فقط، وإن ديننا
كلّه يقضي فقط بالإيمان بك». لكننا، بسبب إقائنا المسؤولية عن بؤسنا على الآخرين، وافقنا على
اللازمة المنطقية بأن الطوبى ستأتي أيضاً منهم.

وطبيعيّ أنه، إذا جاء البؤس من الآخرين، فعلى الطوبى أن تأتي منهم أيضاً. لكن ما الذي
أنت فاعله عندئذٍ؟ فأنت لست مسؤولاً عن البؤس ولا عن الطوبى، فما هي وظيفتك إذناً؟ ما هو
غرضك؟ أهو أن تكون مجرد هدف لقلّة من الناس تجعلك بائساً، ولقلّة أخرى تنقذك وتمنحك
الطوبى؟ أنت مجرد ألعوبة خيوطها كلّها في أيدي الآخرين؟

أنت لا تحترم إنسانيتك؛ لا تحترم نفسك. ليست لديك أيّ محبة لكينونتك، لحرّيتك.

لو أنك تكنّ الاحترام لحياتك فسترفض جميع المخلّصين. ستقول لهم، «أغربوا عن وجهي!
خلّصوا أنفسكم فقط، يكفي ذلك. إنها حياتي وعليّ أن أحيها. إذا ارتكبت ما هو خاطئ، فسأعاني من
البؤس؛ سأقبل عواقب عملي الخاطئ من دون أيّ شكوى».

ربّما تلك هي الطريقة التي يتعلّم بها المرء، بسقوطه، يعاود النهوض؛ وعندما يضلّ، يعود
مجدّداً. ترتكب خطأ... لكن كلّ خطأ يجعلك أكثر ذكاء؛ ولن ترتكبه هو نفسه مجدّداً. وإذا ارتكبت
الخطأ نفسه مرّة أخرى، فيعني هذا أنّك لا تتعلّم. أنت لا تستخدم ذكاءك، وتتصرّف كالإنسان الآلي.

يتمثل جهدي كله في أن أعيد إلى كلّ إنسان احترام الذات العائد إليه الذي وهبه لمجرد أي كان. وتبدأ الغباوة كلها لأنك لست مستعداً لقبول أنّك المسؤول عن بؤسك.

فكّر فقط: لن تستطيع العثور على بؤس واحد لست أنت المسؤول عنه. قد يكون الغيرة، أو الغضب، وربما الطمع لكن لا بدّ أن شيئاً ما في داخلك يوّلد البؤس.

هل سبق لك أن رأيت أي شخص في العالم يجلب الطوبى إلى أي شخص آخر؟ فذلك أيضاً يعتمد عليك، على صمتك، محبتك، سلامك، وثقتك. والمعجزات تحدث ولا أحد يصنعها.

في التيبب رواية جميلة عن ماربا. قد لا تستند إلى وقائع، لكنها ذات مغزى هائل. وأنا لا أبالي كثيراً بالوقائع، بل أشدد على المغزى وعلى الحقيقة التي هي أمر مختلف تماماً.

سمع ماربا عن أحد المعلمين. بحث عنه ومضى إليه وخضع له، ووثق به كلياً. وسأل المعلم، «ما الذي يُفترض بي فعله الآن؟».

فقال المعلم، «الآن وقد خضعت لي، لا يُفترض بك فعل أي شيء. آمن بي فقط. واسمي يمثل التعويذة السرية الخاصة بك. ما عليك، كلّمنا واجهت صعوبة، إلا أن تتذكّر اسمي ويصير كلّ شيء على ما يرام».

لمس ماربا قدميه. وجرب الأمر على الفور، وهو رجل على قدر كبير من البساطة. مشى على النهر. لم يصدّق التلامذة الآخرون، الذين مضى عليهم مع المعلم سنوات كثيرة أنه يسير على الماء! ونقلوا الخبر إلى المعلم، «ذلك الرجل، لم تفهمه. ليس بالإنسان العادي، إنه يمشي على الماء!»،

قال المعلم، «ماذا؟»

ركضوا جميعهم صوب النهر، وكان ماربا يسير على الماء، ينشد الأغاني، يرقص. ولما جاء إلى الضفة، سأله المعلم، «ما هو السرّ؟»،

فقال، «ما هو السرّ؟ إنه السرّ نفسه الذي أعطيتني إياه اسمك. تذكّرتك. وقلت، 'أتخ لي يا معلّم أن أمشي على الماء؟' وحدث ذلك».

لم يتمكن المعلم من تصديق أن اسمه يمكنه فعل هذا. فهو نفسه لا يستطيع السير على الماء. لكن من يدري... فهو لم يجرب ذلك أبداً. إلا أنه فكر في أنه من الأفضل التحقق من بضعة أمور إضافية أخرى قبل أن يحاول، وقال لماربا، «أيمكنك القفز من ذلك الجرف؟».

فقال ماربا، «مهما تقل». وصعد إلى التلّة وقفز من على الجرف، ووقف الجميع في الوادي ينتظرون. لن يتبقى من ماربا سوى الأشلأء! وإذا أمكنهم حتى العثور عليها، فسيمثل ذلك معجزة كافية. فالتلّة مرتفعة جداً.

لكن ماربا هبط مبتسماً، جالساً في وضعيّة اللوتس. هبط مباشرة تحت شجرة وجلس. نظروا إليه، ولم يعثروا حتى على خدش واحد.

قال المعلم، «هذا شيء عظيم! هل استخدمت اسمي؟».

فأجاب، «كان اسمك».

قال المعلم، «يكفي، سأجرب بنفسي الآن»، وغرق مع خطوته الأولى في الماء.

لم يصدّق ماربا الأمر عندما غرق المعلم. وقفز تلاميذه في الماء وانتشلوه بطريقة ما؛ كان شبه ميت. سُحب الماء من رئتيه... ونجا في شكل من الأشكال.

سأل ماربا، «ما الأمر؟».

قال المعلم، «عليك أن تسامحني. أنا لست معلماً، أنا مجرد مدّع».

لكن ماربا قال، «إذا كنت مدّعيّاً، فكيف عمل اسمك؟».

قال المدّعي، «ليس اسمي الذي عمل، بل ثقتك. لا يهّم بمن تثق، إنها الثقة، المحبّة، كليّة الأمر. أنا لا أثق بنفسي. لا أثق بأحد. أخدع الجميع، فكيف يمكنني الثقة؟ وأخشى دوماً أن يخدعني الآخرون، لأنني أخدع. الثقة مستحيلة بالنسبة إليّ. وأنت رجل بريء، وثقت بي. وبسبب ثقتك حدثت المعجزات».

ولا يهم إن كانت الرواية صحيحة أم لا.

هناك أمر واحد مؤكّد، وهو أن بؤسك سببه أخطاؤك، وطوباك مردّها إلى ثقتك، ومحبتك.

عبوديتك من صنعك، والحرية هي إعلانك.

تسألني، «لماذا أنا بئس؟»، أنت كذلك لأنك لم تتحمّل المسؤولية عن الأمر. أنظر فقط إلى ماهية بؤسك، اكتشف السبب، وستجد أنه في داخلك. تخلّص منه يخبّ البؤس.

لكنّ الناس لا يريدون التخلّص من السبب، بل من البؤس. وذلك مستحيل، وغير علمي على الإطلاق.

ثم تطلب منّي أن أخلّصك، أن أساعدك. لا حاجة بك إلى أن تصبح متسوّلاً. ليس عليكم أن تصبّحوا متسوّلين. لستم خرافاً، أنتم أباطرة.

تحمل مسؤوليتك عن البؤس وستجد أنه يخبّي في داخلك كل أسباب الطوبى والحرية والتنوّ والخلود. ولا حاجة بك إلى مخلص.

تحمل مسؤوليتك عن البؤس وستجد أنه يخبّي في داخلك كل أسباب الطوبى والحرية والتنوّ والخلود. ولا حاجة بك إلى مخلص. ولم يكن هناك أبداً أيّ مخلص؛ جميع المخلصين مزيفون. عبّدوا لأنك أردت دوماً من يخلّصك. ظهروا على الدوام بفعل الطلب الدائم عليهم، وحيثما وُجد الطلب كان العرض حاضرًا.

حالما تعتمد على الآخرين تخسر روحك. وتنسى أنك تمتلك وعياً شاملاً كأني شخص آخر، وأن لديك وعياً عظيماً كأني غوتام بوذا، أنت لا تدرك ذلك فقط، لم تبحث عنه. ولم تنظر لأنك تنظر إلى آخرين، إلى شخص آخر يخلّصك، يساعدك. تواصل التسوّل من دون أن تعرف أن هذه المملكة كلّها لك.

يجب فهم هذا بوصفه واحداً من أهم المبادئ الأساسية، احترام الذات والحرية والمسؤولية.

لماذا يريد الجميع التظاهر بما ليسوا عليه؟ ما هو العامل النفسي وراء ذلك؟

هذا لأن كلّ واحد مُدان منذ طفولته بالذات. فما يفعله بنفسه، بإرادته الخاصة، غير مقبول. فلنّاس، للجمهور الذي على الطفل أن يترعرع بينهم، أفكارهم الخاصة ومثلهم. وعلى الطفل أن

ينسجم مع تلك الأفكار والمُثل. والطفل عاجز.

هل سبق لك أن فكّرت في ذلك؟ الطفل الإنساني هو أكثر طفل عاجز في كل مملكة الحيوان. تستطيع كل الحيوانات البقاء من دون مساعدة أهلها أو الجمهور، لكن الطفل الإنساني لا يمكنه البقاء وسيموت على الفور. إنه أعجز مخلوقات العالم، عرضة كثيراً للموت، وهشّ جداً. ومن الطبيعي أن يتمكّن من في السلطة من قولبة الطفل بالطريقة التي يشاؤونها.

وهكذا أصبح كلّ واحد على ما هو عليه، رغماً عنه. هذا هو العامل النفسي وراء واقع أن الجميع يريدون التظاهر بما ليسوا عليه.

الجميع في حال من انفصام الشخصية. لم يُسمح لهم يوماً بأن يكونوا أنفسهم، أُجبروا على أن يكونوا أحداً آخر لا تسمح لهم طبيعتهم بأن يسعدوا معه.

وهكذا، حالما ينمو المرء ويقف على قدميه، يشرع في التظاهر بكثير من الأمور التي يودّ في الحقيقة أن تكون جزءاً من كيانه. لكن صُرف انتباهه في هذا العالم المجنون. وحُوّل كل شخص من الأشخاص إلى واحد آخر؛ وهم ليسوا كذلك، ويعرفون ذلك. يعرف كلّ واحد أنه أُجبر، على أن يصبح طبيباً، مهندساً، سياسياً، مجرماً، متسوِّلاً. هناك كل أنواع القوى من حوله.

يعيش في بومباي، الهندية، أناس عملهم الوحيد هو سرقة الأولاد وتعويقهم، وإعماؤهم وجعلهم عرجاً وإجبارهم على التسوّل ليجلبوا في كل مساء كل ما جمعه من مال. ونعم، يُقدّم إليهم الطعام والمأوى. لكنهم يُستخدمون كسلع لا ككائنات بشريّة. وهذا هو الحدّ الأقصى، لكن الأمر نفسه حدث مع كلّ شخص بدرجات متفاوتة. وما من أحد مرتاح مع ذاته.

في هذا العالم سعادة واحدة فقط وهي في أن تكون نفسك. ولأنّه ما من أحد

يحاول الجميع بطريقة
ما أن يختبئ خلف
الأقنعة والادعاءات
والرياء. يخجلون مما
هم عليه.

هو نفسه، يحاول الجميع بطريقة ما أن يختبئ خلف الأقنعة والادعاءات والرياء. يخجلون مما هم عليه.

حوّلنا العالم إلى سوق لا إلى حديقة جميلة يُسمح فيها لكل واحد بجلب أزهاره. نُجبر زهرة المخمليّة على إعطاء الزهور لكن من أين للمخملية

أن تنتجها؟ تلك الزهور ستكون بلاستيكية، وستبكي المخملية في عمق أعماق قلبها وتشعر بالخلج «لأنني لم أتمتع بما يكفي من الشجاعة للتمرد على الجمهور. أجبروني بالأزهار البلاستيكية، وأنا لديّ أزهار حقيقية التي تناسب عصرتي من أجلها لكنني لا أستطيع إظهارها».

أنت تُعلم كل شيء، لكنك لا تُعلم أن تكون نفسك. وهذا أبشع الأشكال الممكنة للمجتمع لأنه يحوّل الجميع إلى بؤساء.

أن تكون ما لا تريد أن تكونه، ومع من لا تريد أن تكون معه، أن تفعل شيئاً لا تريد القيام به، هذه الأمور هي أساس كلّ بؤسك.

وتمكّن المجتمع، من جهة، من جعل الجميع بؤساء، ويتوقّع هذا المجتمع نفسه، من جهة أخرى، أنه ليس عليك أن تُظهر بؤسك أقله ليس في العلن وعلى المكشوف. إنه شأنك الخاص.

إنه من صنعهم، وهو في الحقيقة شأن عام لا خاص. يقول لكم الجمهور نفسه الذي أوجد كل أسباب بؤسكم: «بؤسكم لكم، لكنكم عندما تخرجون أخرجوا مبتسمين. لا تُظهروا للآخرين وجهكم البائس». هذا ما يسمّونه بقواعد السلوك، حسن التصرف، الثقافة. وهو في الأساس رياء.

عليك، عاجلاً أو آجلاً، أن تقرّر. عليك أن تقول، «أريد، مهما كان الثمن، أن أكون نفسي. ولو تعرّضتُ للإدانة والرفض وفقدان الاحترام، فلا بأس بذلك كلّه، لكن لم يعد في وسعي الادّعاء بأنني شخص آخر». هذا القرار وهذا الإعلان، إعلان الحرّية هذا، الحرّية من وزن الجمهور، يولدان كينونتك الطبيعية، شخصيتك الفرديّة.

وعندئذٍ لن تحتاج إلى أي قناع، ويمكنك فقط أن تكون نفسك، كما أنت عليه تماماً.

كيف يمكنني أن أكون نفسي؟

يجب على ذلك أن يكون أسهل الأمور في العالم، لكنه ليس هكذا. لا يحتاج المرء إلى فعل أي شيء ليكون نفسه؛ فهو كذلك بالفعل. وكيف يمكنك أن تكون غير ذلك؟ كيف يمكنك أن تكون أحداً

غيرك؟ لكن يمكنني فهم المشكلة، فهي تحدث لأن المجتمع يفسد الجميع. يفسد الذهن، الكيان. يفرض الأمور عليك وتفقد الاتصال بنفسك. يحاول أن يجعل منك شيئاً آخر تتمنى لو أنه مقدر لك أن تكونه. يُخرجك عن نقطة ارتكازك. يجرك بعيداً من نفسك. يعلمك أن تتشبه بالمسيح أو ببوذا، أو بهذا أو ذاك؛ ولا يقول لك أبداً أن تكون نفسك. لا يسمح لك أبداً بحرية فعل ذلك؛ يفرض على ذهنك صوراً خارجية غريبة.

وعندئذٍ تحدث المشكلة. يمكنك التظاهر، لكنك بذلك لا تحصل على الرضى أبداً. تريد دوماً أن تكون نفسك وذلك طبيعي لكن المجتمع لا يسمح بذلك. يريد منك أن تكون أحداً آخر، مزيفاً، لا حقيقياً، لأن الناس الحقيقيين خطرون؛ متمرّدون. لا يمكن السيطرة بهذا القدر من السهولة عليهم، ولا إخضاعهم لنسق موحد. سيعيشون حقيقتهم بطريقتهم الخاصة، يُنجزون الشيء المتعلق بهم؛ ولا يُتعبون أنفسهم بأشياء أخرى. لا يمكنك التضحية بهم باسم الدين، أو الدولة، والأمة، والعرق. ويستحيل إغراؤهم ببذل أي تضحية. الأشخاص الحقيقيون يعملون دوماً لسعادتهم، المطلقة: وليسوا على استعداد للتضحية بها من أجل أي شيء آخر. تلك هي المشكلة.

وهكذا، فإن المجتمع يشنّ ذهن كل طفل: يعلمه أن يكون أحداً آخر. وشيئاً فشيئاً يتلقن الطفل سبل التظاهر، والرياء. وفي أحد الأيام، وهذه سخريّة الأمر، يبدأ المجتمع نفسه في التحدّث إليك بهذه الطريقة، يأخذ في القول: ما الذي حدث لك؟ لماذا لست سعيداً؟ لماذا تبدو بائساً؟ لماذا أنت حزين؟ ثم يأتي الكهنة. يتولّون أولاً إفسادك، يشنّون ذهنك عن درب السعادة، لأن هناك سعادة واحدة ممكنة وهي أن تكون نفسك، ثم يأتون ويقولون لك: لماذا لست سعيداً؟ لماذا أنت تعيس؟ ثم يعلمونك سبل السعادة. يصيبونك في البداية بالعلّة، ثم يبيعونك الأدوية. إنها مؤامرة كبرى.

تتاهى إليّ أنّه...

جلست سيّدة يهوديّة متقدّمة في السن في الطائرة إلى جانب نروجي جسيم. وأخذت تحدّق به وتحّدق. واستدارت في النهاية إليه وقالت، «اعذرني، أيهوديّ أنت؟»،

فأجاب، «لا».

مرّت بضع دقائق، ثم نظرت إليه مجدّداً وسألت، «يمكنك أن تقول لي، أنت يهودي، أليس كذلك؟»، فأجابها، «قطعاً لا».

واصلت تفحصه وقالت مرة أخرى، «يمكنني القول إنك يهودي». وليتمكّن من إيقافها عن إزعاجه أجاب السيّد، «حسناً، أنا يهودي». تطلّعت إليه وهزّت رأسها إلى الأمام وإلى الراء، وقالت، «لا يبدو عليك ذلك».

ذلك ما هي عليه الأمور. تسأل، «كيف يمكنني أن أكون نفسي؟»، توقّف فقط عن التظاهر، تخلّ عن الحاجة الملحة لأن تكون أحداً آخر، عن هذه الرغبة في أن تشبه المسيح أو بوذا، في أن تشبه جارك. تخلّ عن المنافسة وعن المقارنة وستكون نفسك. المقارنة هي السمّ. تفكّر دوماً بعبارة كيف هو وضع الآخر. لديه منزل كبير وسيارة كبيرة وامرأة جميلة ويتسلّق سلّم السلطة والسياسة وأنت بائس. قارن وستقلّد. إذا قارنت نفسك بالأشخاص الأثرياء، فستبدأ في الجري بالاتجاه نفسه. إذا قارنتها بالعارفين، فستشرع في تكديس المعرفة. أمّا إذا قارنتها بالقدّيسين المزعومين، فستبدأ في تكويم الفضيلة، وستكون مقلّداً. ويعني أن تكون كذلك أن تخسر كل فرصة في أن تكون نفسك.

تخلّ عن المقارنة. فأنت فريد. ما من أحد آخر مثلك، لم يسبق لأحد آخر أبداً أن كان مثلك، ولن يصير كذلك. أنت ببساطة فريد. وتذكّر أنني عندما أقول إنك كذلك لا أعني بهذا أنك أفضل من الآخرين. إنما أقول فقط إنهم أيضاً فريدون.

أنت فريد ما دمت على قيد الحياة. وحدها الجثث تتشابه؛ أما الأشخاص الأحياء، ففريدون، وليسوا متشابهين أبداً. لا يمكنهم ذلك. فالحياة لا تتبع أبداً أي مسار متكرّر.

أن يكون المرء فريداً هو ميزة عادية لكل كائن. أن يكون هكذا ليس مقارنة، بل إن كونه كذلك أمر طبيعي كالتنفّس. كل امرؤ يتنّفّس هو فريد. أنت هكذا ما دمت على قيد الحياة. وحدها الجثث تتشابه؛ أما الأشخاص الأحياء، ففريدون، وليسوا متشابهين أبداً. لا يمكنهم ذلك. فالحياة لا تتبع أبداً أي مسار متكرّر. الوجود لا

يكرّر أبدأً: يواصل في كل يوم إنشاد أغنية جديدة، يرسم في كل يوم شيئاً جديداً.

احترم فرادتك، وتخلّ عن المقارنة، لأنها هي الجانية. حالما تقارن تصبح على المسار. لا تقارن بأحد. الشخص الآخر ليس أنت، وأنت لست هو. دع الآخرين وشأنهم، وستستريح في كيانك الذاتي. ابدأ بالتمتع بكل ما أنت عليه. ابتهج باللحظات المتوافرة لك.

المقارنة تُحضر المستقبل، تجلب الطموح، وتأتي بالعنف. أنت تشرع في القتال، في الكفاح، وتصير عدائياً.

الحياة ليست شيئاً يشبه السلعة. السعادة لا تشبه السلعة التي لا تستطيع امتلاكها إذا حصل عليها الآخرون. «إذا امتلكوها، فكيف يمكنني الحصول عليها؟». السعادة ليست سلعة على الإطلاق. ويمكنك الحصول على القدر الذي تريده منها. ذلك يتوقّف عليك فقط. ما من منافس فيها، لا أحد ينافسك؛ تماماً كجمال الحديقة. فكما يمكنك النظر إليها واستحسانها يمكن لشخص آخر فعل ذلك والتمتع بها أيضاً. وأنت لا تُقيّد لأن شخصاً آخر يستحسن الحديقة ويصفها بالجميلة؛ وهو لا يستعّلك. ولا تقلّ الحديقة شأناً لأن شخصاً آخر استحسناها؛ ليست الحديقة أقل شأناً لأنه أخذ بجمالها. والحديقة، في الحقيقة، أكثر جمالاً: لأن أحدهم استحسناها. أضاف ذلك الشخص بعداً جديداً إلى الحديقة.

الواقع هو أن الأشخاص السعداء يضيفون بعض النوعية إلى الوجود، يولّدون، بمجرد كونهم سعداء، ذبذبات من السعادة. وسيمكنك تقدير هذا العالم أكثر فأكثر إذا سعد عدد أكبر فأكثر من الناس. ولا تفكّر في الأمر من باب المنافسة. فليس الأمر أنهم إذا كانوا سعداء، أو شئت أن تعرف كيف تسعد أنت، فعليك أن تثب عليهم وتنتزع السعادة منهم، وعليك أن تنافسهم. تذكر أنه سيصعب عليك كثيراً أن تسعد إذا كان الناس تعساء. السعادة متوافرة للجميع. السعادة متوافرة دوماً لكل من يفتح قلبه.

ولا يتعلّق الأمر بأن أحدهم قد حقق شيئاً. لا يشبه الأمر المنصب السياسي. صحيح أنه إذا أصبح شخص واحد رئيساً للبلاد، فلا يمكن للجميع أن يصبحوا كذلك. لكن إذا أصبح شخص واحد متنوّراً، فلا يمثل ذلك حجر عثرة في طريق تنوّر أي شخص. بل إنه في الواقع يساعد. ولأن بوذا صار متنوّراً، بات من الأسهل عليك أن تصير مثله. ولأن المسيح صار متنوّراً، بات الأمر أكثر

سهولة عليك. سلك أحدهم الدرب؛ وصارت تحمل آثار الأقدام، فقد ترك لك ذلك الشخص تلميحات دقيقة. ويمكن أن تمضي بسهولة أكبر، بثقة أعمق، بتردد أقل. يمكن الأرض كلها أن تصبح متنوّرة. لكن لا يستطيع الجميع أن يصبحوا رئيساً.

يعيش في بلد معيّن مئات الملايين من الأشخاص. إلا أنه لا يمكن إلا لشخص واحد أن يصير رئيساً؛ وهذا بالطبع أمر تنافسي، لكن في وسع مئات ملايين الأشخاص أن يصيروا متنوّرين، وذلك ليس بمشكلة.

كل ما هو تجاوزي ليس تنافسيًا، وكيونتك تجاوزيّة. ما عليك إلا أن تلقي الضوء عليها. شوّش المجتمع رأسك؛ علّمك أسلوب الحياة التنافسي. المجتمع طموح؛ التأمل والإدراك ليسا طموحين. ولا يمكنك أن تكون نفسك إلا إذا صرت غير طموح. وهذا بسيط.

أشعر أحياناً، ليس كما يقول سارتر بأن «الجحيم هو الناس الآخرون»، بل بأن «الجحيم هو أنا».
أنا في الجحيم. يا للجحيم! هل عليّ أن أقبل الجحيم قبل عثوري على الطوبى؟ لا أفهم كيف.

لا، أنت لست في الجحيم. أنت الجحيم. الأنا بذاتها جحيم. حالما تختفي الأنا ينتفي الجحيم. تخلق الأنا من حولك بني تجعلك بانساً. الأنا تعمل كالجرح، فيبدأ عندئذ كل شيء بإيلامك. الأنا هي الجحيم.

الذات هي الجحيم، وغيابها هو الجنة. عدم الكينونة يعني الوجود فيها. أن تكون، يعني دوماً وجودك في الجحيم. «هل عليّ أن أقبل الجحيم قبل عثوري على الطوبى؟». عليك أن تفهم الجحيم، لأنك إذا لم تفهمه، فلن تتمكن أبداً من الخروج منه. والقبول شرط ضروري للفهم. لا يمكنك فهم أيّ شيء إذا واصلت إنكاره. وهو ما كنّا نفعله. نمضي في التبرؤ من أجزاء من كياننا. نواصل الإصرار على أن «هذا ليس أنا». يقول جان-بول سارتر إن الجحيم هو الناس الآخرون. عندما تنكر أمراً في نفسك، فإنك تسقطه على الآخر.

أنظر إلى آلية الإسقاط. كل ما تنكره في ذاتك تسقطه على الآخرين. عليك أن تضعه في مكان ما. وهو هناك، وأنت تعرف.

في الليلة السابقة تماماً، قالت لي امرأة إنها باتت تخشى كثيراً من أن زوجها سيقتلها. ولديها زوج بسيط جداً وجميل، رجل بسيط جداً ومن النادر أن تجد أناساً بسطاء إلى هذه الدرجة. وتكاد فكرة أنه سيقتلها تُنافي العقل. شرع الزوج في البكاء وهي تقول ذلك. الفكرة بذاتها منافية للعقل إلى حد أن الدموع أخذت تنهمر من عينيه. ويندر كثيراً رؤية رجل يبكي، لأن الرجال دُربوا على عدم البكاء. شعر بذلك، فما العمل؟ والمرأة تعتقد أنه سيعمد في أي لحظة إلى خنقها. تشعر بيديه على عنقها في الظلام. لكن، ما الذي يجري؟

ثم شيئاً فشيئاً أخذت تتحدّث عن أمور أخرى. ليس لديها ولد، وتتحرق شوقاً للحصول على واحد. قالت لي إنها تشعر، وهي تنظر إلى أولاد الآخرين، بأنها تودّ لو تقتلهم. وها قد اتضحت الأمور. ولم يعد هناك أي تعقيد. قالت إنها تودّ قتل أولاد الآخرين لأنه ليس لديها طفل، ولا تريد لأي امرأة أخرى أن تكون أمّاً. فالقاتلة موجودة فيها ولا تريد قبول ذلك. يجب إسقاط الأمر على أحد آخر. لا يمكنها قبول أنها تمتلك غريزة قاتلة؛ يجب إسقاط ذلك. يصعب عليك جداً قبول أنك قاتل، أو أنه تراودك أفكار بقتل أطفال.

وها هو الزوج الشخص الأقرب، الشخص الأكثر توافراً للإسقاط عليه، أشبه تقريباً بالشاشة. وها هو المسكين يبكي والمرأة تعتقد أنه سيقتلها. وربّما راودتها في عمق لاوعيتها أفكار بقتل زوجها، لأنه يجب أن تمتلك منطقاً معيّن في داخلها، لأن هذا الرجل لا يجعلها تحمل. ولربّما أصبحت أمّاً لو أنها مع رجل آخر. وهي لن تقبل ذلك في الظاهر، لكن لا بدّ أنها تشعر في عمق أعماقها بأنها لم تتمكن من أن تصبح أمّاً لأن هذا الرجل هو زوجها. يوجد في مكان ما في اللاوعي ظلّ فكرة متربّصة وتتمثّل في أنه إذا مات هذا الرجل، فستتمكّن من إيجاد رجل آخر، أو ما شابه. ثم هناك فكرة أن عليها قتل أولاد الآخرين... وهي تُسلّطها. وعندما تسلّط أفكارك على الآخرين تخاف منها. وها هو هذا الرجل يبدو لها كقاتل.

جميعنا نفعل هذا. إذا أنكرت جزءاً ما من كيائك، إذا تبرّأت منه، فأين تضعه؟ سيكون عليك أن تضعه في شخص آخر.

تواصلت الحروب، والنزاعات ستستمر وكذلك العنف إلا إذا توصل الإنسان إلى فهم أنه يجب ألا ينكر أي شيء في داخله بل أن يقبله. عاود استيعابه داخل وحدتك العضوية، لأن الجزء

الذي يجري إنكاره سيؤدّ لك الكثير من المشاكل. عليك وضع كل ما تتكره في مكان آخر. يصبح الجزء الذي جرى إنكاره إسقاطاً، والعيون التي تُسقط تعيش وهمياً. وهي بالتالي غير واقعية.

يقول جان بول سارتر إن «الجحيم هو الناس الآخرون». وهذا أمر يجب فهمه. أنت تفكر دوماً في تلك الطريقة. وهو يعبر ببساطة عن سوء فهم عام جداً، عن وهم عام جداً. تظنّ، إذا كنت بانساً، أن شخصاً آخر يجعلك كذلك. وإذا غضبت تعتقد أن شخصاً آخر يفعل هذا ولكنه دائماً شخص آخر.

إذا غضبت، فأنت غاضب. وإذا ابتأست، فأنت بائس. وما من أحد يجعلك كذلك. لا أحد يمكنه أن يغضبك ما لم تقرّر أنت أن تفعل. وعندئذٍ يستطيع الجميع أن يساعدوا، ويمكن من ثم استخدام الجميع شاشة يجري الإسقاط عليها. ما من أحد يستطيع جعلك بانساً ما لم تقرّر أنت أن تكون كذلك. وعندئذٍ يساعدك العالم كلّ على أن تكون هكذا.

الذات هي الجحيم لا الآخر. ففكرة «أنني منفصل عن العالم» بالذات جحيم. الانفصال جحيم. تخلّ عن الأنا تبصر فجأة. يختفي كل بؤس، ويختفي كلّ نزاع.

تسأل، «أيجب عليّ قبول الجحيم قبل أن أجد الطوبى؟»، طبعاً وبالتأكيد. سيتعيّن عليك أن تتقبّل وتفهم. وعندئذٍ سيُعاد استيعاب الجحيم في الوحدة. وسيبتدّد نزاعك وتوترك. وستصير أكثر اكتمالاً، وتماسكاً. وعندما تتماسك تختفي فكرة الأنا كلياً.

الأنا مرض. عندما تتمزّق، وتعيش بطريقة منفصلة، متحرّكاً في أبعاد متعدّدة واتجاهات تتعارض على نحو متزامن بعضها مع بعض، عندما تعيش في تناقض، عندئذٍ تظهر الأنا.

هل سبق لك يوماً أن أحسست برأسك من دون الألم فيه؟ عندما يأتي الألم تشعر بالرأس. ومع غياب الألم يغيب الرأس؛ لن تشعر أبداً بأنه موجود. عندما تسقم تشعر بالجسد. لا تشعر به وأنت معافى. الصّحة الممتازة هي في غياب الجسد؛ لا تشعر به على الإطلاق. ويمكنك نسيانه لأنه ما من شيء يشدّك لتتذكّره. الشخص الذي يتمتّع بصّحة تامة هو الغافل عن الجسد؛ لا يتذكّر أن لديه واحداً.

الطفل معافى تماماً؛ ليس له جسم. يمتلك الكبير في السن جسماً كبيراً؛ وكلّما تقدّم في العمر سكنته الأمراض والعلل والنزاع. وعندئذٍ لا يعمل الجسم كما يجب، لا يعود في حالة تناغم، ولا في حالة انسجام. وحينذاك يزداد شعور المرء بجسمه.

إذا فهمت هذه الظاهرة البسيطة، وهي أن ألم الرأس يجعلك مدركاً له، وأن المرض يجعلك مدركاً لجسمك، فلا بد أنه توجد علّة في روحك تجعلك مدركاً للذات. وإلا فإن الروح المعافاة تماماً لن تمتلك أي ذات. ذلك ما يقوله غوتام بوذا. لا وجود للذات. وحدها اللا ذات موجودة، وهذه هي الحال السماوية. أنت على قدر كبير من الصحة ومن التناغم بحيث لا تدعو الحاجة إلى تذكر الذات.

لكننا نواصل في العادة صقل الأنا. نحاول من جهة ألا نكون تعساء، ونستمر من جهة أخرى في صقل الأنا. مقارباتنا كلّها متناقضة.

سمعتُ أن:

سيّدة مجتمع متعجرفة توقّيت ووصلت إلى بوابة الجنّة. رحّب بها القديس بطرس قائلاً، «أهلاً، تفضّلي بالدخول».

فقالت بازدياء، «لن أفعل. إذا كنت تكتفي بالسماح لأي كان بالدخول من دون حجز، فهذه ليست فكرتي عن الجنّة».

إذا بلغ الأناي، ولو بالصدفة، بوابة الجنّة فلن يدخل. فهذه ليست فكرته عنها. أيرحّب بأي كان من دون حجز؟ وما الفائدة إذاً؟ يجب ألا يُسمح إلا لقلّة قليلة جداً من المختارين، من النادرين، بالدخول. عندئذٍ يمكن الأنا دخول الجنّة. والحقيقة هي أنه لا يمكنها دخولها، لا يمكنها إلا دخول الجحيم. ومن الأفضل القول إن الأنا تحمل جحيمها معها أينما ذهبت.

حدث أنه:

سقط الملاً نصر الدين في بالوعة أقدار في الريف ولم يتمكّن من الخروج منها. فوقف فيها وأخذ يصرخ، «حريق! حريق!»، وصل رجال الإطفاء أخيراً بعد نحو ساعتين.

«لا يوجد أي حريق هنا!» صاح الرئيس. «ولماذا تصرخ، حريق؟»،

«ماذا تريد مني أن أصرخ؟» سأل الملاً. «أغائط؟».

والأنا على هذا المنوال، فلن تعترف بذلك حتى وهي في الجحيم. تواصل تزيين نفسها.

تسأل، «هل عليّ قبول الجحيم قبل أن أجد الطوبى؟»، ما من طريقة أخرى. ليس عليك فقط أن تقبل، بل أيضاً أن تفهم وتلج. سيتعيّن عليك أن تعاني انقباضات وألم ذلك إذا أردت أن تدرك ماهيته تمام الإدراك. فقط عندما تعرف ماهيته ستدرك كيفية خلقه. وعندئذٍ سيتوقّف عليك أن تقرّ هل تريد بعدُ خلقه أم لا. الخيار عندئذٍ لك. تقول، «لا أفهم كيف». نعم، من الصعب قبول الجحيم. فجهدنا كلّه ينصب على إنكارها. ولذلك فأنت ربّما تبكي من الداخل، لكنك تواصل الابتسام في الظاهر. قد تكون حزيناَ إلا أنك تواصل الادعاء بأنك سعيد. من الصعب قبول أنك بانس. لكنك إذا ظللت تنكر ذلك، فسينفصل شيئاً فشيئاً عن إدراكك.

ذلك ما يحدث عندما نقول عن شيء إنه أصبح لا واعياً. ويعني ذلك أنه بات منفصلاً عن الوعي. أنكرته لفترة طويلة جداً بحيث تراجع إلى الجزء الظليل من حياتك، انتقل إلى القبو. وأنت لا تلتقيه أبداً، لكنه يواصل العمل من هناك، ويؤثر فيك ويسمّ كيائك.

إذا ابتأست يمكنك الابتسام، لكنّ ابتسامتك مصطنعة. إنها مجرد تمرين للشفتين. ولا علاقة لها البتة بكيائك. يمكنك الابتسام، وابتسامتك تستطيع حمل امرأة على الوقوع في حبّك. لكن تذكّر، أنها هي أيضاً تفعل الأمر نفسه. فهي تبسم وبأسة. وتتظاهر. وهكذا فإن ابتسامتين كاذبتين تولدان وضعاً نسّميه «الحب». لكن إلى متى تستطيع الاستمرار في الابتسام؟ سيتعيّن عليك أن تسترخي. عليك بعد بضع ساعات فعل ذلك.

إذا امتلكت عيناً ثاقبة فإنك تستطيع عندئذٍ أن ترى. وإذا عشت مع شخص على مدى ثلاثة شهور فستعرف حقيقته. لأن التظاهر، حتى لساعات ثلاث، أمر صعب جداً. كيف يسعك المضي في

الابتسام لهذه المدة إذا لم تتبع منك أي ابتسامة؟ ومرة تلو الأخرى ستنتسى وسيظهر ذلك على وجهك البائس.

في وسعك الخداع لبضع لحظات. هكذا نخدع بعضنا بعضاً. نتعهد أننا أشخاص سعداء جداً، لكننا لسنا كذلك. والشخص الآخر يفعل الأمر نفسه. وعندئذٍ تصبح كل علاقة حب وكل صداقة بؤساً.

لن تخرج من بؤسك عن طريق إخفائه،
بل ستخلق المزيد منه. ويتمثل أول
الأمور في أن تواجهه.

لن تخرج من بؤسك عن طريق إخفائه، بل ستخلق المزيد منه. ويتمثل أول الأمور في أن تواجهه. لا تتحرك أبداً قبل أن تواجه حقيقتك، ولا تتظاهر أبداً بأنك شخص آخر. فالسعادة لا تنشأ أبداً بهذه الطريقة.

كن نفسك فقط. وإذا ابتأست، فكن بائساً وحسب. لن يحدث أي ضرر. وستوفر على نفسك الكثير من المتاعب. ولن يقع أحد، طبعاً، في غرامك؛ حسناً، ستوفر على نفسك متاعب جمّة. ستبقى وحدك، ولا يوجد ما هو خاطئ في البقاء هكذا. واجه الأمر، تعمق فيه، أخرج، اقتلعه من اللاوعي واجلبه إلى الوعي. هذا عمل شاق، لكن المكافأة عظيمة. ويمكنك، حالما تراه، أن ترمي به بعيداً فقط. فوجوده غير مرئي، يكون فقط في اللاوعي، في الظلمة. وعندما تُخرجه إلى الضوء يشرع في الذبول.

أجلب ذهنك كاملاً إلى الضوء وسترى أنّ كل ما هو بائس سيبدأ في الزوال، وما هو جميل وطوباوي يشرع في التبرعم. وكل ما تبقى جميل في نور الوعي، وما يزول سيئ. ذلك هو تعريفي للخطيئة والفضيلة. فالأولى هي ما لا يمكن أن ينمو بالإدراك؛ فهو يحتاج إلى الجهل لينمو. وهذا واجب له. والفضيلة هي ما يمكنه أن ينمو بإدراك مطلق؛ ولا صعوبة في ذلك.

كلّما أصبْتُ في الحياة بنوبة من الشعور بالبؤس بسبب نهاية علاقة ما، أنت دوماً مرحلة ضحكت فيها فقط على نفسي، وشعرت بعودة الحرّية، ورأيت أن كل ما فعلته هو التوقّف عن محبّة نفسي. أهذا في أساس معاناة معظم الناس، أم أنها رحلتي أنا فقط؟

ليست رحلتك وحسب. إنها أساس معاناة معظم الناس أيضاً، لكن ليس بالمعنى الذي تعطيها إيّاه. فأنت لن تسقط في البؤس لمجرّد أنّك توقّفت عن محبّة نفسك. بل لأنك خلقت ذاتاً لا وجود لها على الإطلاق. لذا تعاني هذه الذات اللا حقيقية أحياناً من البؤس في محبّة الآخرين، لأن الحب مستحيل عندما يجد ركيزته في اللا حقيقية. ولا يحدث هذا من طرف واحد فقط: بل هناك لا حقيقتان تحاول إحداهما أن تحبّ الأخرى... وعاجلاً أو آجلاً سيفشل هذا التدبير. وعندئذٍ، تلجأ إلى نفسك. إذ ما من مكان آخر تذهب إليه. وتفكر، «لقد نسيْتُ أن أحبّ نفسي».

وهذا، في شكل من الأشكال، بمثابة انفراجة صغيرة، فبدلاً من اللا حقيقتين ها أنت تمتلك الآن لا حقيقة واحدة. لكن ما الذي ستحرزه عن طريق محبّة نفسك؟ وإلى أي مدى تستطيع الاستمرار في ذلك؟ هذا لا حقيقي؛ ولن يُسمح لك بالنظر إليه لفترة طويلة لأنه خطر: إذا فعلت ذلك، فإن هذه الذات المزعومة ستختفي. وسيمتثل ذلك تحرراً حقيقياً من البؤس. وسيبقى الحب، لكنه غير موجّه لا لشخص آخر ولا لنفسك. سيصير بلا عنوان لأن من يوجّه إليه، مفقود، وعندئذٍ توجد طوبى كبرى.

لكنّ هذه الذات اللا حقيقية لن تفسح لذلك بالكثير من الوقت. وسرعان ما ستقع من جديد في حب شخص آخر، لأن الذات اللا حقيقية تحتاج إلى الدعم من اللا حقائق الأخرى. لذا يقع الناس في الحبّ، ويتوقّفون عنه، ويقعون فيه، ويتوقّفون عنه، والظاهرة الغريبة في ذلك أنهم يفعلون ذلك عشرات المرّات ومع ذلك لا يفهمون المقصد منه. يبتئسون عندما يقعون في حبّ شخص آخر؛ وعندما يكونون وحدهم من دون حبّ ولو أنهم يشعرون ببعض من الانفراج، إلى حين.

عندما يموت شخص ما في الهند يضع الناس الجثة على محمل وينقلونها على أكتافهم إلى محرقة الدفن. لكنهم يعمدون، على مدّ الطريق، إلى نقل موقع المحمل. ينقلون ثقله من الكتف اليسرى إلى اليمنى. وبعد دقائق يعمدون مجدّداً إلى التغيير ويضعونه على الكتف اليسرى. ويبدو الأمر أشبه بالانفراجة عندما تنقله من كتف إلى أخرى. ولا يتغيّر شيء، الثقل لا يزال قائماً وملقى

عليك، لكن الكتف اليسرى شعرت ببعض من الراحة. وهذا مؤقت لأنه سرعان ما ستبدأ الكتف الأخرى بالشعور بالوجع، و عليك أن تغيّر الوضع مجدداً.

وهذا ما هي عليه حياتك. تواصل تغيير الآخر، معتقداً أنه ربما هذه المرأة، هذا الرجل، سيأتيك بالجنة التي لطالما تشوّقت إليها. لكنّ الجميع يجلبون الجحيم، لا محالة! ولا تجوز إدانة أحد على ذلك، لأنهم يفعلون تماماً ما أنت تفعله: يحملون ذاتاً غير حقيقية لا يمكن لشيء أن ينمو عليها. لا يمكنها أن تتفتح. فهي فارغة، مزينة، لكنها فارغة من الداخل وجوفاء.

وهكذا عندما تشاهد أحداً من بعيد، تراه، أو تراها، جذابة. وكلما اقتربت تراجع الجاذب. وعندما تلتقيان، لا يعود الأمر لقاء بل صداماً. وترى فجأة أن الشخص الآخر فارغ، وتشعر بأنك خدعت، تعرّضت للخيانة، لأنك لم تجد لديه ما كان مأمولاً. وينطبق الأمر نفسه عليه، هو الناظر إليك. تسقط كلّ الآمال وتصبحان جِماً بعضكما على بعض، وبؤساً وحرناً، ومدمرين لبعضكما بعضاً. تنفصلان. تشعر ببعض من الراحة، لكن لن تدعك اللا حقيقة التي هي في داخلك طويلاً في هذه الحال، وسرعان ما ستبحث عن امرأة أخرى، رجل آخر، وتقع في الفخ نفسه. وحدها الوجوه تختلف؛ أما الحقيقة الداخليّة، فهي نفسها، فارغة.

إذا أردت فعلاً التخلّص من البؤس والمعاناة، فعليك أن تفهم أنك لا تمتلك ذاتاً. عندئذٍ لن تحصل على راحة صغيرة فقط، بل على راحة عظيمة. وإذا لم تمتلك ذاتاً، فستنتقي الحاجة إلى الآخر. فتلك الحاجة إلى الذات اللا حقيقية كانت هي التي تواصل التغيّز من الآخر. وأنت لا تحتاج إليه.

عندما لا تحتاج إلى الآخر
تستطيع أن تحب، وذلك الحب
لن يجلب البؤس. وبالمضي
إلى ما هو أبعد من الحاجات،
المطالب، الرغبات، يصير
الحب تقاسماً لطيفاً جداً، فهماً
عظيماً.

واستمع بانتباه: عندما لا تحتاج إلى الآخر تستطيع أن تحب،
وذلك الحب لن يجلب البؤس. وبالمضيّ إلى ما هو أبعد من الحاجات،
المطالب، الرغبات، يصير الحب تقاسماً لطيفاً جداً، فهماً عظيماً. عندما
تفهم نفسك، تفهم في ذلك اليوم الإنسانيّة بأكملها. وعندئذٍ لا أحد يمكنه
أن يجعلك بائساً. تعرف أنهم يعانون من الذات اللا حقيقية، وأنهم
يُغرقون بؤسهم في كل من هو قريب منهم.

سيجعلك حبك قادراً على مساعدة من تحب على التخلص من
الذات.

أعرف هديّة واحدة لا غير: يمكن للحب أن يقدّم إليك شيئاً واحداً فقط، وهو إدراك أنك لست أنت، وأنّ «ذاتك» صورية فقط. هذا الإدراك بين شخصين يجعلهما فجأة واحداً، لأنه لا يمكن للاشيئين أن يكونا اثنين. يمكن لشيئين أن يكونا اثنين، لكن لا يمكن للاشيئين أن يكونا اثنين. اللاشيئان يشرعان في الذوبان والاندماج. حُتم عليهما أن يكونا واحداً.

لو أننا، على سبيل المثال، نجلس هنا، وكل واحد منا أنا، فسيكون لدينا عندئذٍ عدد كبير جداً من الأشخاص؛ ويمكن إحصاؤهم. لكن هناك أوقاتاً يحلّ فيها صمت تام؛ ولن تستطيع عندئذٍ إحصاء عدد من هم في المكان. هناك فقط وعي واحد، صمت، لا شيء واحد، وعدم إيثار واحد. وفي هذه الحال فقط بمقدور شخصين العيش في فرح أبدي. هنا فقط أي مجموعة يمكن أن تعيش الجمال الرائع؛ تستطيع الإنسانية بأسرها أن تعيش ببركة عظمى.

لكن حاول أن ترى «الذات» ولن تجدها. ولعدم العثور عليها أهميّة كبرى. وقد أُخبرْتُ مرّات كثيرة قصة بوديدارما ولقائه الإمبراطور الصيني وو. لقاء غريب جداً، ومثمر جداً. ربما كان الإمبراطور في ذلك الزمن أعظم حاكم في العالم؛ حكم الصين بأكملها ومنغوليا وكوريا وكامل آسيا باستثناء الهند. اقتنع بحقيقة تعاليم غوتام بوذا، لكنّ الأشخاص الذين جاؤوا برسالة بوذا كانوا من الفقهاء. ولا واحد منهم من المتصوّفة. ثم وصل الخبر بمجيء بوديدارما، وعمّ الترقّب كل أنحاء البلاد. فقد تأثر الإمبراطور بغوتام بوذا، وهذا يعني أن إمبراطوريّته كلّها تأثرت بالتعاليم نفسها. وها هو متصوّف حقيقيّ، بوذا، يأتي. إنه لفرح عظيم!

لم يسبق للإمبراطور وو أن ذهب إلى الحدود التي تلتقي فيها الهند والصين لاستقبال أحد. رحّب باحترام كبير ببوديدارما، وقال: «كنت أسأل جميع من يأتي من الرهبان والفقهاء، لكنني لم ألق المساعدة من أحد. لقد جرّبت كلّ شيء. كيف يمكن التخلص من هذه الذات؟ لأن بوذا يقول إنه ما لم تصبح لا ذاتاً، فلن ينتهي بؤسك».

كان صادقاً. نظر بوديدارما في عينيه وقال، «سأمكث عند جانب النهر في المعبد القريب من الجبل. لاقني غداً في تمام الرابعة فجراً وسأقضي على هذه الذات إلى الأبد. لكن تذكر أنه يجب ألا

تجلب معك أي سلاح، وألا تأتي بالحرّاس: عليك أن تحضر وحدك».

تملّك وو بعض من القلق، فهذا الرجل غريب! «كيف يمكنه أن يدمّر ذاتي بهذه السرعة؟ فقد قال الفقهاء إن ذلك يستغرق حيوات وحيوات من التأمل؛ وعندئذٍ فقط تختفي الذات. هذا الرجل غريب الأطوار! ويريد الاجتماع إليّ في الظلمة، في الرابعة من الصباح الباكر، وحدي، ومن دون حتى أيّ سيف، أو حرّاس، أو مرافق آخر؟ يبدو هذا الرجل غريباً. يمكنه فعل كلّ شيء. وماذا يعني بقوله إنه سيقضي على الذات إلى الأبد؟ في وسعه قتلي أنا، لكن كيف سيقتل الذات؟».

جافى النوم، طوال الليل، عينيّ الإمبراطور وو. وبدل رأيه المرّة تلو الأخرى. يذهب، أم لا يذهب؟ لكنّ بوديدار ما يملك شيئاً في عينيه، وأمرأ في صوته، وأحاطت به هالة من السلطة، فقال، «لاقني فقط في تمام الرابعة فجراً وسأقضي على هذه الذات إلى الأبد! ولا حاجة بك إلى القلق في هذا الشأن». بدا ما قاله منافياً للعقل، لكنّ الطريقة التي قاله بها ونظر فيها تتضمّن الكثير من الجزم: فهو يعرف ما يقول. وتوصّل وو في النهاية إلى أن عليه الذهاب. قرّر المخاطرة. «يمكنه في أقصى الحالات أن يقتلني. وماذا بعد؟ وقد جرّبْتُ كلّ شيء. لا يمكنني بلوغ اللا ذات، وما من نهاية للبوّس من دون ذلك».

قرع باب المعبد، وقال بوديدار ما، «عرفتُ أنّك سنأتي؛ كما عرفت أيضاً أنك ستستمر طوال الليل في تبديل رأيك. لكنّ ذلك لا يهم، فقد جئت. والآن اجلس في وضعيّة اللوتس، أغمض عينيك، وسأجلس قبالتك. وفي اللحظة التي تعثر فيها على ذاتك في الداخل أمسك بها لأتمكّن من قتلها. فقط أمسك بها بإحكام وأخبرني أنك قبضت عليها، وسأقتلها وينتهي أمرها. إنها مسألة دقائق».

أصيب وو ببعض من الخوف. بدا بوديدار ما أشبه برجل مجنون. صوّر بأنه هكذا مع أنه ليس كذلك. فالرسوم رمزيّة. وهذا هو الانطباع الذي لا بدّ أنه تركه لدى الناس. ذاك ليس وجهه الحقيقي، لكن لا بدّ أنه الوجه الذي تذكّره الناس. جلس ومعه عصاه الكبيرة قبالة وو وقال له، «لا تنتظر ولو ثانية واحدة. ففي اللحظة تماماً التي تقبض فيها عليها، ابحث في كل شقّ وزاوية، افتح عينيك وأخبرني أنك أمسكت بها. وسأقضي عليها».

ثم عمّ الصمت. مرّت ساعة، مرّت ساعتان. وأخذت الشمس في النهاية في الشروق، وبات وو شخصاً مختلفاً. بحث في تينك الساعتين في داخل نفسه، في كل شقّ وزاوية. كان عليه أن يبحث.

استطاع ذلك الرجل الجالس في المكان أن يضربه بالعصا على رأسه. وتوقع أي شيء، مهما كان، فيوديدارما لا يعمل وفق الإتيكيت، وآداب السلوك؛ فهو ليس من عداد بلاط وو. وكان على الإمبراطور بالتالي أن يبحث بانتباه، بتركيز. استرخى وهو يفتش... لأنها ليست في أي مكان! واختفت كل الأفكار وهو يفتش عنها. بلغ البحث من الحدة درجة انخرطت فيها طاقته كلها؛ لم يعد هناك ما يفكر فيه أو يرغبه، أو هذا أو ذلك.

شاهد بوديدارما مع شروق الشمس وجه وو؛ لم يعد الرجل نفسه. يا لهذا الصمت، هذا العمق. لقد اختفت الآن.

هزه بوديدارما وقال له، «افتح عينيك. إنها ليست هناك. ليس علي أن أقتلها. أنا رجل غير عنفي، ولا أقتل أي شيء! لكن هذه الذات غير موجودة. وهي تستمر حاضرة لأنك لم تبحث عنها يوماً. فهي ليست قائمة إلا في عدم بحثك عنها، في لا إدراكك. وها إنها قد رحلت.»

مرت ساعتان وشعر وو بسعادة عارمة. لم يسبق له مطلقاً أن تذوق مثل هذه الحلاوة، وهذه النضارة، وهذا التجدد، وهذا الجمال. وهو ليس هو. وفي بوديدارما بوعده. خضع له الإمبراطور وو ولمس قدميه وقال، «أرجوك أن تسامحني على تفكيري في أنك مجنون، واعتقادي بأنك لا تعرف أصول اللياقة، وظني أنك غريب الأطوار، واعتقادي أنك قد تكون خطراً. لم يسبق لي أن شاهدت إنساناً أكثر تعاطفاً منك ... وأنا راضٍ تماماً. ولم يعد في داخلي أي سؤال.»

وقال الإمبراطور وو إنه عندما يموت يجب أن يُحفر بالذهب على قبره بيان بوديدارما، بحيث يعرف الناس في القرون التي تلي... «أنه كان هناك رجل بدا مجنوناً، لكنه قادر على اجتراح المعجزات. ساعدني، من دون أن يفعل أي شيء، على أن أصير لا ذات. ومن ذلك الحين تغير كل شيء. بقي كل شيء على حاله، لكنني لم أعد كما كنت، وصارت الحياة مجرد أغنية صمت صافية.»

لماذا أشعر بهذا القدر الكبير من الألم في ترك الأشياء التي تتسبب لي بالتعاسة؟

لا بد أن الأشياء التي تتسبب لك بالتعاسة تمنحك بعضاً من اللذة أيضاً؛ وإلا لما طرح السؤال. ولو أنها بؤس خالص لتخلصت منها. لكن ما من شيء خالص في الحياة؛ كل شيء مختلط بنقيضه.

ويحمله في رحمه.

حلّ ما تسمّيه البؤس واخترقه وسترى أنه يعطيك شيئاً توّد الحصول عليه. ربّما أنه ليس حقيقياً بعد، قد يكون مجرد أمل، أو وعد للغد؛ لكنك ستنتمسك بالبؤس، وبالآلم، أملاً منك في أن الغد سيأتيك بأمر لطالما رغبت فيه واشتهيته. تعاني من البؤس أملاً بالمتعة. فلو أنه بؤس خالص لاستحال التمسك به.

راقب فقط، كن أكثر يقظة حيال بؤسك. أنت، مثلاً، تشعر بالغيرة. وهي تولّد بؤساً. لكن انظر من حولك. لا بد من توافر أمر إيجابي فيها. فهي تمدّك أيضاً ببعض من الأنا، بشعور ما بأنك منفصل عن الآخرين، بالتفوق. فغيرتك تدّعي على الأقل أنها حبّ. وتظنّ، إذا لم تشعر بها، أنك ربّما لم تعد تحبّ، وتتمسكّ بها لأنك تريد أن تتمسكّ بحبّك، أقله بفكرتك عن الحب. وإذا رحلت امرأتك، أو رجلك، مع آخر ولم تشعر بالغيرة على الإطلاق، فسيصيبك على الفور القلق من أنك لم تعد تحب. وبخلاف ذلك، فقد قيل لك على مدى قرون إن العاشقين غيرون. أصبحت الغيرة جزءاً أصيلاً من حبّك: حبّك، من دون غيرة، يموت؛ ولن تحيا حياتك الغراميّة المزعومة إلا بالغيرة. وعليك، إذا أردت حبّك، أن تقبل بغيرتك وما تولّده من بؤس.

وذهنك بالذات ماكر جداً وماهر أيضاً في إيجاد التبريرات المنطقيّة. سيقول، «من الطبيعي أن تشعر بالغيرة». لأن الآخرين جميعهم يفعلون هذا. سيقول ذهنك، «طبيعي أن تشعر بالآلم عندما يهجرك عشيقك، لأنك أحببته كثيراً! كيف تتفادى الآلم والجرح بعد أن يهجرك حبيبك؟»، وأنت في الواقع تستمتع بالجرح أيضاً، بطريقة خفيّة جداً ولا واعية. يوحي لك جرحك بفكرة أنك عاشق عظيم، وأنك أحببت كثيراً، وبعمق كبير. كان حبّك عميقاً جداً، وأنت محطّم لأن حبيبك هجرك. وحتى لو لم تتحطّم فستدّعي أنك كذلك، وستصدّق كذبتك. وستنصرّف كما لو أنك في بؤس شديد، وستبكي وتنتحب. قد لا تكون دموعك حقيقيّة على الإطلاق،

راقب فقط كلاً من أنواع البؤس:
فأما أن تتوافر فيه بعض المتعة
التي لست على استعداد لفقدانها، أو
بعض الأمل الذي يتدلّى أمامك
كالجزرة.

بل إنك ستبكي وتنتحب فقط لمواساة نفسك بأنك عاشق عظيم.
راقب فقط كلاً من أنواع البؤس: فأما أن تتوافر فيه بعض المتعة
التي لست على استعداد لفقدانها، أو بعض الأمل الذي يتدلّى
أمامك كالجزرة. وهو يبدو قريباً، عند الزاوية تماماً، وأنت

سافرت طويلاً جداً وبات الهدف الآن قريباً بهذا القدر، فلماذا تتخلى عنه؟ ستجد فيه بعضاً من التبرير المنطقي، ومن الرياء.

منذ أيام قليلة فقط كتبت إليّ امرأة أن رجلها هجرها وهي لا تشعر باليأس. أرادت أن تعرف ما المشكلة. كتبت لي، «لماذا لا أشعر باليأس؟ أنا متحجرة كالصخر؟ لا أشعر بأي بؤس». إنها بائسة لأنها لا تشعر بذلك! توقّعت أن تتحطّم. وكتبت، «وعلى العكس، يمكنني الاعتراف بأنني شعرت بالسعادة، وهو ما يحزنني جداً. أي نوع من الحبّ هو ذا؟ أشعر بالسعادة، وكأنّ حملاً نزل عني؛ عبئاً كبيراً قد أزيح عن كياني». وسألنتي، «أهذا طبيعي؟ هل أنا بخير أم أنني أعاني من مشكلة في الأساس؟»

لا عيب فيها، وهي محقّة تماماً. والواقع هو أنه عندما يهجر عاشقان بعضهما بعضاً، بعد حياة مشتركة طويلة وكلّ اليأس المحتوم حدوثه عندما يكونان معاً، يحدث فرج. لكنّ الاعتراف بأنه كذلك يتعارض مع الأنا. وستتحرّك، على مدى بضعة أيام على الأقل، بوجه حزين والدموع تنهمر من عينيك، زائفة، لكنها الفكرة التي سادت في العالم.

إذا توقّي أدهم ولم تشعر بالحزن، فستبدأ بالإحساس أنه لا بدّ أن فيك مشكلة. كيف تستطيع أن تتجنّب الحزن عند وفاة أحدهم؟ لأنه قيل لنا إنه أمر طبيعي، قياسي، ويريد الجميع أن يكونوا طبيعيين وقياسيين. وهو ليس كذلك، بل عاديّ فقط. وهو ليس طبيعياً، بل عادة مرعية قديمة فقط؛ وإلا لما وُجد شيء نبكي وننوح عليه. الموت لا يدمّر شيئاً. فالجسم تراب وإليه يعود، وأمام الوعي إمكانيّتان: إذا بقيت لديه رغبات، فسينتقل إلى رحم آخر، وإذا اختفت كلّ الرغبات، فسينتقل إلى رحم الوجود، إلى الأبدية. ما من شيء يُدمّر. يعود الجسد مجدداً جزءاً من الأرض، يدخل الراحة، وتنتقل الروح إلى الوعي الكوني أو إلى جسد آخر.

لكنّك تبكي وتنتحب وتحمل حزنك لأيام متعدّدة. وهذا مجرد إجراء شكلي، أو أنه إذا لم يكن كذلك فهناك احتمال كبير بأنك لم تحبّ يوماً الشخص الذي مات، وها أنت تشعر بالحسرة. لم تحبّ الشخص مُطلقاً، ولم يعد هناك المزيد من الوقت. ها هو الشخص قد رحل، لن يبقى متوافراً. ربّما تشاجرت مع زوجك ومات ليلاً في نومه، وها أنت تقولين إنك تبكين لأنّه مات، لكنّك في الواقع تبكين لأنك لم تتمكني حتى من طلب السماح منه، ولا وداعه. وسيبقى الشجار يلزّمك كالغيمة إلى الأبد.

لو أنك أحببته بكليتك، فلا جدال في الأمر. وإذا غادر الحبيب يوماً، فيعني ذلك ببساطة أن دربيننا يفترقان. يمكننا أن نقول وداعاً، وأن نكون شاكرين بعضنا بعضاً.

إذا عشت اللحظة بلحظتها كلياً، فلن يكون هناك أيّ ندم، أيّ ذنب. لو أنك أحببته بكليتك، فلا جدال في ذلك. وإذا غادر الحبيب يوماً، فيعني ذلك ببساطة أن دربيننا يفترقان. يمكننا أن نقول وداعاً، وأن نكون شاكرين لبعضنا بعضاً. تقاسمنا الكثير، وأحببنا جدّاً، وأثرينا حياة كلّ واحد منّا كثيراً، ما الذي نبكي أو ننتحب في شأنه، ولماذا نبتئس؟

لكنّ الناس واقعون جدّاً في شرك تعليقاتهم، إلى حدّ أنهم لا يرون ما هو أبعد منها. وهم يعلّلون كلّ شيء، إلى درجة أن كل الأمور الواضحة في بساطتها تصير كثيرة التعقيد.

تسألني، «لماذا أشعر بهذا القدر الكبير من التعاسة في ترك الأمور التي تتسبّب لي بها؟» أنت لست مقتنعاً بعد بأنها تتسبّب لك بذلك. أنا أقول إنّها تتسبّب لك بالتعاسة، لكنك غير مقتنع بعد. ولا تتعلّق المسألة بقولي ذلك. الأمر الأساسي هو أنّه عليك أن تفهم أنّ «هذه هي الأمور التي تتسبّب لي بالتعاسة». وسترى أنه توجد استثمارات في تعاستك. وإذا أردت هذه الاستثمارات، فعليك أن تتعلّم التعايش مع بؤسك؛ وإذا أردت التخلّص منه، فعليك أن تتخلّص أيضاً من تلك الاستثمارات.

هل لاحظت أنّك إذا حدثت الناس عن بؤسك فسيتعاطفون معك؟ الجميع يفعلون ذلك مع الشخص البائس. وها إنّك، إذا أحببت الحصول على التعاطف، لا تستطيع التخلّص من بؤسك: ذلك هو استثمارك.

يأتي الرجل البائس إلى المنزل، إلى زوجة محبّة ومتعاطفة. وكلّما ازداد بؤسه، راعاه أولاده ولاطفوه. يعتني به الجميع. وفي اللحظة التي تبدأ فيها سعادته يسترجعون، بالطبع، تعاطفهم. فالإنسان السعيد لا يحتاج إلى التعاطف. وكلّما ازداد سعادة وجد أنّ ما من أحد يبالي به. يبدو كما لو أن الجميع يصبحون فجأة قساة، جامدين. وكيف يمكنك، إذاً، التخلّص من بؤسك؟

عليك أن تتخلّص من رغبة شدّ الانتباه هذه، والحصول على التعاطف من الناس. والحقيقة هي أن من البشع جدّاً الرغبة في تعاطف الناس، فهي تجعلك متسوِّلاً. وتذكّر أن التعاطف ليس حبّاً؛ فهم يصنعون معك جميلاً، يتممون نوعاً من الواجب، وهذا ليس حبّاً. قد لا يستلطفونك، لكنهم سيتعاطفون معك. هذه لياقة، ثقافة، حضارة، التزام بالشكليات، لكنك تعيش على أمور زائفة. فبؤسك

حقيقي، لكنّ ما تجنيه من الصفة زائف. ومن المؤكّد أنك إذا صرت سعيداً، إذا تخلّيت عن بؤسك، فسيمثّل ذلك تغييراً جذرياً في أسلوب حياتك؛ وقد تبدأ الأمور بالتبدّل.

جاءتني مرّة امرأة، هي زوجة واحد من أكبر أثرياء الهند، وقالت لي، «أريد أن أتأمل، لكنّ زوجي يعارض ذلك».

سألته، «ولماذا يعارض زوجك الأمر؟».

أجابت، «يقول، أحبّك على ما أنت عليه. ولا أدري ماذا سيحدث بعد التأمّل. إذا شرعت فيه فمن المحتوم أن تتغيّري. ولن أعرف عندئذٍ هل سأتمكّن من حبّك أم لا، لأنّك ستكونين شخصاً آخر».

قلت للمرأة، «لدى زوجك وجهة نظر هنا. ستختلف الأمور بالتأكيد. ستصيرين أكثر حرّية، أكثر استقلالية. تصبحين أكثر فرحاً، وسيتمكّن على زوجك أن يتعلّم العيش مع امرأة جديدة. وقد لا يُحبّك بتلك الطريقة، ويبدأ بالشعور بأنه أدنى مستوى منك. وهو يشعر، الآن بالذات، بأنه متفوّق عليك».

أوضحت للمرأة، «زوجك محقّ؛ عليك أن تفكّري في الأمر قبل سلوكك طريق التأمّل، فهناك خطر ماثل».

لم تصغ إليّ؛ وشرعت في التأمّل. وتطلّقت. جاءت بعد بضع سنوات لرؤيتي وقالت، «كنت محقّاً. فكّلما ازددت صمتاً ازداد زوجي سخطاً عليّ. لم يلجأ إلى العنف يوماً. بدأ شيء غريب يحدث كلّما ازددت صمتاً وهدوءاً أخذ يصبح عدائياً». بات ذهنه المتعصّب الذكوري كلّ على المحك. أراد تدمير السلام والصمت الحاصلين لدى المرأة ليتمكّن من البقاء متفوّقاً. ولما لم تجر الأمور وفق إرادته، طلقها.

إذا أصبحت مسالماً، تتغيّر علاقاتك بالناس لكونك شخصاً مختلفاً. لأنّ علاقتك قد تختفي إذا كانت مرتبطة ببؤسك.

إنّه لعالم غريب جداً! فإذا أصبحت مسالماً، تتغيّر علاقاتك بالناس لكونك شخصاً مختلفاً. لأنّ علاقتك قد تختفي إذا كانت مرتبطة ببؤسك.

كان لي صديق، أستاذ في الجامعة نفسها التي علّمتُ فيها؛ وكان عاملاً اجتماعياً كبيراً. وقد كان مصير الأرامل في الهند لايزال يمثل مشكلة. لا أحد

يريد الزواج بهنّ، كما أنهنّ بدورهنّ لا يحبّذن الأمر؛ إذ يبدو ذلك أشبه بالخطيئة. وصمّم هذا البروفسور على الزواج بأرملة. لم يهّمه إذا وقع في حبها أو لا، فذلك ثانوي وخارج عن الموضوع. اهتّم فقط بأن تكون أرملة. وأقنع إحدى النساء، برويّة، حتى صارت على استعداد لذلك.

قلت للرجل، «فكّر في الموضوع ثلاثة أيام على الأقل قبل أن تغطس. اذهب في عزلة. أنت مغرم بالمرأة أم أنّك تؤدي خدمة اجتماعيّة كبرى؟». يُنظر في الهند إلى الزواج بأرملة بوصفه أمراً ثورياً، شيئاً جذرياً. «هل تحاول فقط إثبات أنّك ثوري؟ إذا كنت تحاول فعل ذلك فإنك تتجه إلى المشاكل، فهي، في اللحظة التي تتزوّجان فيها، لن تعود أرملة وسيزول اهتمامك بها».

لم يستمع إليّ. وتزوّج... وقال لي بعد سنّة أشهر، «كنت على حقّ». بكى. وقال، «لم أستطيع فهم المغزى: وقعتُ في حب ترمّلها لا في حبّها من أجلها، وها هي الآن لم تعد بالتأكيد أرملة».

فقلت له، «لديك أمر واحد تفعله. انتحر، اجعلها مجدداً أرملة، وأعط شخصاً آخر فرصة أن يكون ثورياً!» وماذا تستطيع أن تفعل غير ذلك؟

ذهن الإنسان غبي جداً، غير واعٍ أبداً. يغطّ في نوم عميق، في سبات، ويشخر.

لا تستطيع التخلّص من الأشياء التي تسبّب لك البؤس لأنك لم ترَ بعد الاستثمارات، لم تنظر إليها بعمق. لم ترَ أن هناك بعض اللذة المُستمدّة من بؤسك. عليك أن تتخلّص من كليهما. وعندئذٍ تنتفي المشكلة. ولا يمكن في الواقع التخلّص من البؤس واللذة إلا معاً. وما سيظهر حينذاك هو الطوبى.

الطوبى ليست متعة. ولا سعادة حتّى. فالسعادة مرتبطة دوماً بالتعاسة، واللذة ترتبط دوماً بالألم. عليك التخلّص من كليهما... أنت تريد أن تتخلّص من البؤس لتسعد. وهذه مقاربة خاطئة

تماماً. عليك التخلّص من كليهما. وعندما يرى المرء أنهما معاً يتخلّص منهما؛ لا يمكنك اختيار جزء دون الآخر.

لكلّ شيء في الحياة وحدة عضويّة. فالألم واللذّة ليسا شيئين منفصلين. وإذا أردنا فعلاً اعتماد لغة أكثر علميّة فسننتخلى عن هاتين الكلمتين، وسنوِّف كلمة واحدة: ألم-لذّة، سعادة-شقاء، نهار-ليل، حياة-موت. وكلّ منهما كلمة واحدة لأنهما لا تنفصلان. وأنت تريد اختيار جزء واحد: تريد فقط الحصول على الورد لا الأشواك، النهار فقط لا الليل، الحبّ فقط لا الكره. وهو ما لن يحصل. فالأمور ليست على هذا النحو. عليك التخلّي عن الاثنين معاً، وعندئذٍ يُشرق عالم جديد تماماً: عالم الطوبى.

الطوبى هي سلام مطلق لا يعكّره الألم ولا اللذّة.

أراد سيمور وروز الاحتفال بذكرى زواجهما الأربعين، فعادا إلى غرفة الطابق الثاني نفسها في الفندق الذي أمضيا فيه شهر العسل.

قال سيمور: «الآن، دعينا، كما فعلنا في تلك الليلة الأولى، نخلع ثيابنا، ونمضي إلى الزاويتين المتقابلتين من الغرفة، نطفئ النور ونهرع صوب بعضنا بعضاً. لكن إحساسهما بالاتجاه تبدّد بعد أربعين عاماً، فأخطأ سيمور روز وطار من النافذة. سقط مذهولاً على العشب الأخضر.

دقّ سيمور على نافذة الردهة للفت انتباه موظّف الاستقبال، وقال، «وقعت من الطابق العلوي. وأنا عارٍ وعليّ العودة إلى غرفتي».

قال الموظّف: «لا بأس، لن يراك أحد».

«هل جُننت؟ عليّ السير عبر الردهة وأنا عار تماماً».

كرّر الموظّف: «لن يتمكّن أحد من رؤيتك، فالجميع في الطابق العلوي يحاولون سحب سيّدة عجوز من مسكة الباب».

الناس أغبياء جداً! ليس الأصغر سنًا فيهم فقط، فكُلُّما تقدّمت في السن ازدادت غباوة. وكلّما ازدادت خبرة بدا أنك تراكم المزيد من الغباوة عبر الحياة. ويحصل على نحو نادر فعلاً أن يبدأ شخص في مراقبة حياته الخاصة وأنماطها وملاحظتها.

أنظر إلى ماهية بؤسك، وما هي الرغبات التي تتسبب به، ولماذا تتمسك بها. وهي ليست المرّة الأولى التي تتمسك فيها بها؛ فذلك كان نمط حياتك كلّها ولم تصل به إلى أي مكان. تستمر في الدوران في حلقات، ولا تحقّق أبداً أي نموّ حقيقي. تظلّ صبيانياً، غيبياً. أنت تولد ولديك ذكاء يمكنه أن يجعل منك بوذا، لكنك تهدره في أمور غير ضرورية.

اشترى مزارع يملك فقط ثورين عجوزين عاجزين، ثوراً جديداً، فتياً، قوياً. وشرع هذا الفحل على الفور في نكاح البقرة تلو الأخرى في المرعى. وبعدما راقب أحد الثورين العجوزين ذلك لمدة ساعة، شرع في ضرب الأرض بحافره والنخير.

سأله الآخر: «ما الأمر؟ أترادك أفكار شابة؟»،

قال الثور الأوّل، «لا، لا أريد لهذا الزميل الفتّي أن يظن أنني إحدى البقرات».

يستمرّ الناس، حتى لدى تقدّمهم في السن، في حمل الأنا خاصتهم. وعليهم أن يتظاهروا، ويتصنّعوا، وحياتهم كلّها ليست إلا كناية عن قصّة طويلة من البؤس. ومع ذلك يدافعون عنها. يعتمدون موقفاً دفاعياً جداً بدلاً من أن يكونوا على استعداد لتغييرها.

تخلّ عن كلّ دفاع، ارم بكل درع. واشرع في مراقبة كيف تعيش حياتك يوماً بيوم، لحظة بلحظة. وادخل، مهما كنت تفعل، في التفاصيل. أنت لا تحتاج إلى الذهاب إلى المحلّل النفسي، ففي وسعك تحليل كلّ نمط من أنماط حياتك بنفسك، وهي عمليّة بسيطة جداً! راقب فقط وستتمكّن من رؤية ما يحدث، ما كان يحدث. لجأت إلى الاختيار وتلك كانت المشكلة، اخترت جزءاً بدلاً من الآخر، وكلاهما معاً. لا تختز على الإطلاق. راقب فقط وكن حذراً من دون اختيار وستجد نفسك في النعيم.

أيجب على المرء أن يتصالح أولاً مع وحشته قبل الدخول في علاقة؟

نعم، عليك أن تتصالح مع وحشتك، إلى درجة تحوّلها إلى وحدة. عندئذٍ فقط تستطيع الانتقال إلى علاقة عميقة، مثرية. وحينذاك فقط تعرف الحب. وماذا أعني بقولي إن على المرء التصالح مع وحشته إلى درجة تحوّلها إلى وحدة؟

الوحشة حال ذهنيّة سلبية. أما الوحدة، فإيجابية، بصرف النظر عمّا تقوله القواميس. فالوحشة والوحدة في القواميس مرادفتان، وليستا كذلك في الحياة. الوحشة حال ذهنيّة تفتقد فيها باستمرار الآخر. أما الوحدة، فحال ذهنيّة تبتهج فيها باستمرار في نفسك. الوحشة بانسة. أما الوحدة، فطوباويّة. الوحشة قلقة دوماً، تفتقر إلى شيء، تتشوّق إليه، ترغب فيه. والوحدة هي اكتفاء عميق، عدم خروج، راضية جداً، سعيدة، محتفية. أنت في الوحشة خارج نقطة ارتكازك. وأنت في الوحدة مركز ومتجذّر. الوحدة جميلة. فيها أناقة وجمال ومناخ من الاكتفاء العظيم. الوحشة وضيفة؛ محاطة بالتسوّل ولا شيء غيره. لا جمال فيها، بل إنها في الواقع بشعة. الوحشة تبعيّة، والوحدة استقلال محض. يشعر المرء كما لو أنه عالم المرء كلّه، وجوده كله.

وهكذا، فإنك عندما تنتقل إلى العلاقة وأنت تشعر بالوحشة فستستغل الآخر. سيصبح الآخر وسيلة لإرضائك. ستستخدمه، ويستاء الجميع من تعرّضهم لذلك لأنه لم يُخلق أحد ليصبح وسيلة لأيّ أحد آخر. فكل كائن بشري هو غاية في ذاته، أو ذاتها. وما من أحد وُجد ليستخدم كالأداة، بل الجميع وُجدوا ليعبدوا كالمالك. ما من أحد وُجد لتلبية توقّعات غيره. وكلّ ما موجود ليكون نفسه، لتكون نفسها، فقط. وهكذا فإنك كلّما انتقلت إلى علاقة ما من باب الشعور بالوحشة، كانت تلك العلاقة قد أصبحت بالفعل على وشك أن تنهار، حتى قبل أن تبدأ. يكون الطفل ميّناً حتى قبل ولادته. وسيتسبّب لك ذلك بالمزيد من البؤس. وتذكّر أنّك عندما تنتقل وفق شعورك بالوحشة ستدخل في علاقة مع شخص يعيش المحنة نفسها، لأنه لن يجذب إليك فعلاً أحد يعيش، أو تعيش، وحدته. فأنت، إلى حد بعيد، دون مستواهم. ويمكنهم في أفضل الحالات التعاطف معك، لكنهم لن يحبوك. ولا يمكن لمن هو في ذروة الوحدة أن يجذب إلا إلى من هو فيها أيضاً. وهكذا فإنك كلّما تصرّفت وفقاً لشعورك بالوحشة وجدت شخصاً من النوع نفسه؛ وعثرت على انعكاسه لك أنت في مكان ما. المتسوّلان سيلتقيان، والشخصان البائسان كذلك. وتذكّر، عندما يلتقي شخصان لا تكون المسألة مجرد عمليّة

جمع، بل إنها عملية ضرب. سيولدان من اليأس لبعضهما بعضاً أكثر بكثير مما أمكنهما توليده في وحشتهما.

صر في البداية وحيداً. ابدأ أولاً بإمتاع نفسك، أحببها في البداية. صر أولاً سعيداً حقاً بأنه لا يهّم إذا لم يأت أحد. فأنت ممتلئ، وتفيض. ولا بأس أبداً إذا لم يقرع أحد بابك، فأنت لا تفوت أي شيء. أنت لا تنتظر من يأتي ويقرع بابك. أنت في منزلك. وإذا جاءك أحد فذلك جيد وجميل. وإذا لم يأت، فذلك أيضاً جيد وجميل. وانتقل بعدئذٍ إلى العلاقة. فأنت الآن تتحرك كالسيد لا كالمسؤول. أنت الآن تتحرك كالإمبراطور لا كالمسؤول.

والشخص الذي عاش وحدته سينجذب دوماً إلى الشخص الآخر، الذي يعيش هو أيضاً وحدته بطريقة جميلة، لأن المتشابه يجلب إليه المتشابه به. وعندما يلتقي سيدان، سيبدأ كينونتهما، ووحدتهما، لا تعود الوحدة مجرد عملية جمع، بل عملية ضرب. تصير ظاهرة عظيمة من الاحتفاء. وهما لا يستغلان، بل يتقاسمان. لا

الشخصان اللذان يعيشان
الوحشة يتواجهان دوماً،
يتجابهان. والشخصان اللذان
هما معاً وقد عرفا الوحدة
يواجهان أمراً أسى من
كليهما.

يستخدمان بعضهما بعضاً، بل على العكس يصبحان واحداً ويتمتعان
بالوجود المحيط بهما.

الشخصان اللذان يعيشان الوحشة يتواجهان دوماً، يتجابهان.
والشخصان اللذان هما معاً وقد عرفا الوحدة يواجهان أمراً أسى من
كليهما. وأنا أعطي دوماً المثال التالي: العاشقان العاديين المستوحشان
يتواجهان؛ أما العاشقان العاديين الحقيقيين، فلن

يتواجهان في ليلة القمراً فيها بدر. قد يمسك كل منهما بيد الآخر، لكنهما سيواجهان البدر المرتفع في السماء. لن يتواجهان بل سيكونان معاً في مواجهة شيء آخر. وسيستمعان معاً أحياناً إلى سيمفونية لموتسارت أو بيتهوفن أو فاغنر. وسيجلسان أحياناً قرب شجرة ويستمتعان بكينونتها العظمية تغلفهما. وقد يجلسان أحياناً عند شلال ماء ويستمتعان إلى الموسيقى الجامحة التي تتولد منه باستمرار. وسينظران معاً أحياناً، عند المحيط، إلى أبعد احتمال يمكن للعين أن تراه. وكلما التقى شخصان مستوحشان نظرا إلى بعضهما بعضاً لأنهما يبحثان على نحو مستمر عن طرق ووسائل لاستغلال الآخر، كيفية استخدامه، كيفية السعد من خلاله. لكن الشخصين الراضيين تماماً في

نفسيهما لا يحاولان استخدام بعضهما بعضاً. بل إنهما يصيران رفيقي سفر؛ ينتقلان إلى الحجّ. فالهدف سام، وبعيد جداً. واهتمامهما المشترك يجمعهما معاً.

قد يجمع الجنس شخصين على نحو عرضي وموقت وسطحي جداً. أما العاشقان الحقيقيان، فلهيما اهتمام مشترك أكثر عظمة.

يكون الجنس في العادة هو الاهتمام المشترك. وقد يجمع شخصين على نحو عرضي وموقت وسطحي جداً. أما العاشقان الحقيقيان، فلهيما اهتمام مشترك أكثر عظمة. ولا يعني هذا انتفاء العمليّة الجنسية؛ فهي قد تحدث، ولكن بوصفها جزءاً من تناغم أسمى. وهما باستماعهما إلى سيمفونيّة لموتسارت أو بيتهوفن قد يصبحان قريبين،

قريبين جداً، جداً إلى حدّ أنهما قد يمارسان الجنس معاً، لكنّ ذلك يحدث في التناغم الأكبر لسيمفونيّة بيتهوفن. فالسيمفونيّة هي الأمر الحقيقي؛ ويحدث الحب كجزء منها. وعندما ينشأ من تلقاء نفسه، من دون السعي إليه أو التفكير فيه، فهو يتولّد ببساطة كجزء من تناغم أسمى، ولديه نوعيّة مختلفة تماماً. إنّه إلهي، ولم يعد إنسانياً.

تشتقّ كلمة السعادة happiness من كلمة «هاب» hap الاسكندنافية. كما أن كلمة يحصل happening مشتقة أيضاً من الجذر نفسه. أي إن السعادة أمر يحدث. ولا يمكنك إنتاجها. لا تستطيع التحكم فيها، ولا فرضها. بل، في أفضل الحالات، قد تكون متاحاً لها. وتحدث متى تحدث.

العاشقان الحقيقيان متوافران دوماً للسعادة، لكنهما لا يفكران فيها، ولا يحاولان أبداً العثور عليها. وهما بالتالي لا يُحْبَطان أبداً، لأنها ستحدث عندما يحين أوانها. إنهما يخلقان الحال، فإذا كنت في الواقع سعيداً مع ذاتك، فأنت الحال بالفعل، وإذا سعد الآخر مع ذاته، أو ذاتها، فهي الحال أيضاً. ومع تقارب هاتين الحالين تنتج حال أكبر. ويحدث الكثير في تلك الحال الأكبر، ولا يُصنع شيء.

ليس على الإنسان فعل أي شيء ليسعد. عليه أن يفيض فقط ويترك الأمور تأخذ مجراها.

والسؤال، إذأ، هو التالي: «هل على المرء أن يتصالح أولاً مع وحشته قبل الدخول في علاقة؟» نعم، بالتأكيد نعم. يجب ذلك، وإلا فسُحْبَط، وستفعل شيئاً آخرأ باسم الحب ليس حباً على الإطلاق.

أهذا فعلاً كل ما في الأمر؟ تبدو حياتي إلى حد بعيد بلا معنى وفارغة. وأواصل التفكير في أنه لا بد من وجود ما هو أكثر. أريد ذلك.

هناك المزيد مما لا نهاية له، لكن طلبك ذلك يضع حاجزاً أمام بلوغك إياه. فالرغبة أشبه بجدار يحيط بك؛ وتصير اللارغبة باباً.

إنه واحد من أكثر قوانين الحياة مفارقة، ولكنه أساسي جداً: إرغب وستخسر، لا ترغب وهو لك.

يقول يسوع: اطلبوا تجدوا. ويقول بوذا: لا تطلبوا؛ وإلا فستخسرون. يقول يسوع: اسألوا يُعطى لكم. ويقول بوذا: لا تسألوا، وإلا فلن يُعطى لكم أبداً. يقول يسوع: اقرعوا يُفتح لكم. ويقول بوذا: تمهلوا... انظروا... فالأبواب غير مغلقة على الإطلاق. ولو أنكم قرعتم، فقرعكم بالذات يُظهر أنكم تقرعون في مكان آخر، على الجدار، لأن الأبواب مفتوحة دائماً.

ويسوع متتور شأنه شأن بوذا، لأنه لا مجال لأن يكون الواحد أكثر، أو أقل تنوراً. ولماذا هذا الفارق إذًا؟ يأتي الفارق من الناس الذين يخاطبهم يسوع. فهو يتحدث إلى أناس غير مطلعين، لا دراية لهم بأسرار الحياة. أما بوذا، فيتحدث إلى جماعة مختلفة تماماً، المطلعون، العالمون، أولئك الذين يستطيعون فهم المفارقة، وهي تعني الغامض.

تقول، «تبدو حياتي إلى حد بعيد بلا معنى وفارغة...». وهي تبدو كذلك لأنك تتوق دوماً إلى المزيد. تخلّ عن ذلك التوق، وستعبر عندئذ في تحوّل جذري. يختفي الفراغ على الفور عندما تكفّ عن طلب المزيد. الفراغ حصيلة ثانوية لطلب المزيد، إنه ظلّ يتبع الرغبة في المزيد. دع الرغبة تختفي والتفت. لم يعد هناك ظلّ.

طلب المزيد هو ما عليه ذهننا.
طلب مستمرّ له. ولا يمثل مقدار
ما تملكه أيّ فرق، فالذهن
سيواصل طلب المزيد.

وطلب المزيد هو ما عليه ذهننا. طلب مستمرّ له. ولا يمثل
مقدار ما تملكه أيّ فرق، لأنّ الذهن سيواصل طلب المزيد. ولأنه
يستمرّ في ذلك تواصل الشعور بأنك فارغ، تفتقر إلى الكثير. أترى

الفكرة؟ الفراغ ينشأ عن طلب المزيد. والفراغ ليس موجوداً، إنه مغالطة، لكنه سيبدو حقيقياً جداً عندما تعلق في شبكة الرغبة.

شاهد كيف أن الرغبة هي سبب فراغك. راقبها، وستختفي وأنت تراقب، ويختفي معها الفراغ. ثم يأتي الاكتفاء العميق. تشعر بأنك ممتلئ جداً إلى حد أنك تبدأ بالفيض. تمتلك الكثير جداً فتبدأ في المشاركة، تبدأ في العطاء، العطاء لمجرد الفرح بالعطاء لا لأي سبب آخر. تصير أشبه بالغيمة الحبلى بالمطر: عليها أن تنهمر في مكان ما. وستنهمر حتى على الصخور التي لن ينبت عليها شيء؛ ستنهمر بلا قيد أو شرط. ولن تسأل هل هو المكان الصحيح للانهمار أو لا. ولن تنقل كاهلها بمياه المطر الذي عليها أن تسقطه للتخفيف من عبئها.

عندما تختفي الرغبة، تمتلئ أنت إلى حد بعيد بالطوبى، وبالرضى، وبالامتلاء، إلى درجة أنك تبدأ بالمشاركة. وهذا يحدث من تلقاء نفسه. ثم يأتي الشعر والجمال والنعمة. وبعد ذلك الموسيقى، والتناغم، وتصير حياتك رقصة.

هذان الفراغ وانتفاء المعنى من صنعك، ويمكنك بالتالي أن تبطلهما. تقول، «أواصل التفكير في أنه لا بدّ من وجود ما هو أكثر». وذلك ما يُنتج المشكلة. وأنا لا أقول بعدم وجود المزيد، لأنه يتوافر، أكثر بكثير مما يمكنك تخيله. وقد رأيت. وسمعت. واختبرته. يوجد منه ما لا نهاية له! لكنك لن تتوصل إلى الاتصال به إذا استمرت الرغبة. فالرغبة جدار، وعدم الرغبة جسر. والطوبى هي حال من عدم الرغبة، فيما البؤس حال منها.

تقول، «أريد وجود ما هو أكثر». وكلما أردت أكثر زادت الخسارة. ويمكنك الاختيار. إذا أردت البقاء بائساً، وطلبت المزيد، المزيد والمزيد، فستفقد المزيد والمزيد. وتذكر أن هذا خيارك، وهذه مسؤوليتك. ما من أحد يجبرك. إذا شئت فعلاً رؤية ذلك الذي هو، فلا تتحرّق شوقاً إلى المستقبل، إلى المزيد. انتبه إلى ذلك الذي هو فقط.

الذهن يسأل باستمرار، يرغب، يطلب، ويولد الإحباط، لأنه يعيش في التوقعات. يعاني العالم كلّ من مشاعر اللا معنى، والسبب في ذلك هو أن الانسان بات يطلب أكثر مما طلبه في السابق. وللمرّة الأولى يرغب الإنسان أكثر مما كان يرغب في أي وقت مضى. فقد زوّده العلم بالكثير جداً من الأمل، بالدعم الكبير جداً للرغبة في المزيد. عمّ أنحاء العالم في بداية القرن العشرين تفاؤل

كبير، لأن العلم أخذ يفتح أبواباً جديدة، وشرع الجميع في التفكير في أن «العصر الذهبي قد حلّ»، وبات عند المنعطف تماماً. لقد بلغناه. وسنرى في حياتنا بالذات ذلك النعيم وقد نزل على الأرض». وأخذ الجميع، بطبيعة الحال، في الرغبة بالمزيد والمزيد فالمزيد.

لم ينزل النعيم على الأرض. بل صارت الأرض، بدلاً من ذلك، جحيماً. أفلت العلم الرغبة لديك، دعم رغباتك. عزّز آمالك في إمكان تحقيقها. والنتيجة هي في أن العالم بأسره يعيش في بؤس شديد. ولم يسبق له أن كان على هذه الحال من قبل. وهذا غريب جداً لأن الإنسان حصل، وللمرة الأولى، على ممتلكات أكثر مما فعل في السابق. وحاز مزيداً من الأمان، والأمن، والتقنيّة العلميّة، والرفاه أكثر مما حصل عليه من قبل. لكن هناك أيضاً المزيد من اللا معنى. لم يسبق للإنسان أن عاش مثل ذلك اليأس، وذلك الجهد اليائس للحصول على المزيد.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر IKitab

العلم يعطيك الرغبة؛ والتأمل يمنحك نظرة ثاقبة إلى داخل رغبتك. فتساعدك تلك النظرة على التخلّي عن الرغبة. وفجأة يصبح الأمر الذي بقي مخفياً حتى الآن ظاهراً. ينبع شيء في داخلك، ويتحقّق كل ما رغبت فيه يوماً... وأكثر. هناك ما يتوافر بأكثر مما أمكنك أن تتخيل، وأمكن سواك. تهبط عليك طوبى تفوق التصرّو. إلا أنه عليك أن تهَيّئ الأرضيّة، التربة الصالحة. وعدم الرغبة هو اسم تلك التربة.

كن فقط في مزاج متقبّل. أنت عدائي، تريد أكثر، وذلك عدوان خفيّ. كن متقبلاً، منفتحاً، متوافراً... وتستحقّ بعدئذ كل المعجزات الممكنة.

أشعر بأنني عالق. فالإحباط الذي يوئده الضجر يزداد فقط عندما أفكّر في أن كل ما قد أفعله ليس إلا جنوناً بلا معنى. ما هو الضجر بالتحديد؟

الضجر واحد من أهم الأمور في الحياة الإنسانيّة. وحده الإنسان قادر عليه؛ ولا قدرة لأي حيوان آخر على عيشه. وهو لا يحدث إلا عندما يبدأ الذهن في الاقتراب شيئاً فشيئاً من التنوّ. والضجر ليس إلا النقيض التام للتنوّ. ولا يمكن الحيوانات أن تصير متنوّرة، وبالتالي لا قدرة لها كذلك على الضجر.

يُظهر الضجر ببساطة أنك صرت مدركاً لعبئيّة الحياة، وعجلتها المتكرّرة باستمرار. فقد سبق لك أن فعلت كل تلك الأمور من قبل، ولا شيء يحدث. سبق لك أن قمت بكل تلك الرحلات، ولم ينتج منها شيء. الضجر هو المؤشّر الأول على أن إدراكاً كبيراً لعبئيّة الحياة ولا معناها وسبلها قد أخذ في الظهور عندك.

وبات يمكنك الاستجابة للضجر بطريقتين. تتمثل الطريقة الأولى في اتباع ما يفعله الناس في العادة: الهروب منه وتفاديه وعدم النظر إليه مباشرة وعدم مصادفته. اتركه وراءك واهرب؛ اركض نحو الأمور التي يمكن أن تشغلك، وتمسي استحواداً، وتأخذك بعيداً من وقائع الحياة حتى لا ترى الضجر يظهر أبداً مجدداً.

ولهذا ابتكر الناس الكحول والمخدّرات. هناك طرق للهروب من الضجر. لكنك فعلاً لا تستطيع ذلك؛ يمكنك فقط تفاديه لفترة. وسيأتي الضجر المرّة تلو الأخرى، ويمسي أيضاً وأيضاً أكثر فأكثر ضجيجاً. يمكنك الهروب من خلال الجنس، والإكثار من تناول الطعام المفرط، والموسيقى، وبألف طريقة وطريقة. لكنّ الضجر سيعاود الظهور المرّة تلو الأخرى. وهو ليس بالأمر الذي يمكن تفاديه؛ إنه جزء من النمو الإنساني. وتجب مواجهته.

تتمثل الاستجابة الأخرى في أن تواجهه، وتتأمل فيه، وتكون معه، وتكونه. ذلك ما فعله بوذا تحت شجرة أثاب الهند، وهذا كلّ ما انصرف أهل «الزن» إلى فعله عبر العصور.

ما هو التأمل بالتحديد؟ إن مواجهة الضجر تأمل. وما الذي يواصل المتأمل فعله؟ الجلوس بصمت ناظراً إلى سرّته، أو مراقباً تنفّسه، فهل تعتقد أن هذه الأمور تُسليّه؟ إنه ضجرٌ جداً! ولهذا ينتقل معلّم «الزن» والعصا بيده، لأن أولئك الناس الضجرين يتجهون إلى الإغفاء. وما من مهرب آخر، سوى واحد: يمكنهم الإغفاء على الأقل. لا يستطيعون الهروب. صاروا أنفسهم، بمحض إرادتهم، جزءاً من تدریب «الزن» ونظامه. لا يمكنهم الهروب. إلا أنه يتوافر مهرب دائماً: يمكنك الإغفاء، وعندئذ تنسى الأمر برمّته. ولهذا يغفو المرء في خلال التأمل.

كل الجهد في التأمل هو التالي: كن ضجراً، لكن لا تهرب منه؛ وابق متيقظاً، لأنك إذا غفوت تكون قد هربت. ابق متيقظاً! راقبه، اشهد عليه. وإذا وُجد يكون إذاً قد وُجد. يجب النظر فيه، في جوهره بالذات.

إذا واصلت النظر في الضجر من دون أن تهرب، فسيأتي الانفجار. وستخترق في أحد الأيام لا شيئيتك فجأة وأنت تنظر عميقاً إلى الضجر. والضجر ما هو إلا الغطاء فقط، المستوعب الذي احتوى لا شيئيتك الداخلية. إذا هربت من الضجر، فأنت تهرب منه. وإذا لم تهرب منه، وشرعت في التعايش معه، وأخذت تتقبله وترحب به... فإن ذلك هو كلّ ما يتعلّق به التأمل: الترحيب بالضجر، الولوج إليه من تلقاء نفسك؛ فلا تنتظر أن يأتي إليك بل يجب أن تذهب باحثاً عنه.

يصاب المرء بالضجر التام وهو جالس لساعات في وضعيّة اليوغا مكتفياً بمراقبة تنفّسه. فكل التدريب على التأمل هو من النوع الذي يساعد على الضجر. عليك، في دير «الزن» أن تستيقظ في الوقت نفسه من صباح كلّ يوم، سنةً بعد أخرى. ولا يهم إن كان الفصل صيفاً أو شتاء. عليك أن تنهض باكراً، عند الثالثة، وتأخذ حماماً. وأن تشرب الشاي نفسه، وتجلس... وهي الحركات نفسها التي تتبعها المرّة تلو أخرى. كما أن النهار بأكمله كناية عن روتين ثابت جدّاً: تتناول فطورك في وقت معيّن، ثم تتأمل من جديد، ثم تتناول طعامك في وقت معيّن. والطعام نفسه! وكلّ شيء يساعد على الضجر.

والثياب نفسها، الدير نفسه، والمعلّم نفسه، في كلّ يوم يجول في المكان ومعه عصاه. وعليك أن تمضي في مساء كلّ يوم إلى جلسة مع المعلّم. والمسائل التي تُطرح على التأمل مُضجرة إلى حدّ بعيد: «ما هو صوت يد واحدة تصفّق؟»، فكّر في ذلك فقط، وسيدفعك الأمر إلى الجنون! ما هو صوت يد واحدة تصفّق؟ ما من جواب عن هذا، وأنت تعرف؛ يعرف الجميع أنه ما من جواب. ويستمرّ المعلّم في الإصرار. «واصل التكرار. والتأمل فيه».

يُدار ذلك كلّهُ بطريقة جيّدة. يجب خلق الضجر، على نحو هائل وبما لا يُقاس. ويجب السماح بالضجر بكلّ ما أمكن من الكليّة، ومساعدته ودعمه من كل صوب. المساء نفسه، العمل نفسه، ترتيل التعويذة نفسها. وعليك، بالترداد نفسه، أن تمضي إلى النوم مجدّداً... وتواصل هذه العجلة الدوران. في غضون بضعة أيام يصيبك الضجر التام ولا يسعك الهروب، ولا الذهاب إلى السينما، ولا مشاهدة التلفاز. ويلقى بك في ذلك مراراً وتكراراً.

تتطلب مواجهة ذلك الكثير من الشجاعة. يكاد الأمر يشبه الموت؛ بل إنه في الواقع أصعب كثيراً منه لأن الموت يأتي عندما تفقد وعيك. وأنت تذكي نار كلّ أنواع الضجر. فماذا يحدث؟ هذا هو سرّ كلّ التأملات: إذا واصلت المراقبة، المراقبة، المراقبة، يصير الضجر أكبر فأكبر، وأكثر

فأكثر حدّة، ليلبغ بعد ذلك الذروة. لا شيء يمكن أن يستمر إلى ما لا نهاية. هناك حدّ تدور فيه العجلة. إذا أمكنك الاستمرار إلى الحدّ الأقصى، إلى الذروة بالذات، فسيحدث عندئذٍ التغيير، التحوّل، التّنوّر، «ساتوري» (في البوذية هي حال التّنوير المفاجئ)، أو مهما أطلقت عليه من أسماء. ثم وفي يوم من الأيام وفجأة يصبح الضجر مفرطاً. يخنقك ويكاد يقتلك. يحيط بك محيط من الضجر. يغمرك ولا يبدو أنه توجد وسيلة للهروب. وتدور العجلة جرّاء حدّته وشموليته بالذات. وفجأة يختفي الضجر ليحلّ الساتوري، «السامادي» (الجمع بالسنيسكريتية). وها أنت قد دخلت لا شيئتك.

وها إنه لن يعود هناك من ضجر بعد الآن. لقد أبصرت لا شيئّة الحياة بالذات. لقد اختفيت، فمن يمكنه أن يضجر؟ بماذا؟ أنت لم تعد موجوداً. لقد أفنيت.

تسأل: «ما هو الضجر بالتحديد؟».

إنه ظاهرة روحيّة عظمي. ولهذا لا تضجر الجواميس: تبدو سعيدة جداً وفرحة. وحده الإنسان يضجر. وعنده أيضاً، وحدهم الأشخاص الموهوبون جداً والأذكياء يضجرون. الأغبياء لا يفعلون. فهم يسعدون تماماً في القيام بأعمالهم، وكسب المال، وزيادة رصيدهم المصرفي، وتربية أولادهم، والتناسل، وتناول الطعام، والجلوس في دار السينما، والذهاب إلى المطعم، والمشاركة في هذا وذاك من الأمور. إنهم يتمتّعون! وليسوا ضجرين. إنهم أدنى الأنواع؛ وينتمون فعلاً إلى عالم الجواميس. لم يصبحوا بشراً بعد.

يصبح الإنسان بشرياً عندما يبدأ في الشعور بالضجر. يمكنك رؤية ذلك: الطفل الأكثر ذكاء سيكون الأكثر ضجراً، لأنه ما من شيء يشدّ انتباهه لفترة طويلة. سيصطدم، عاجلاً أم آجلاً، بالواقع ويسأل، «وماذا الآن؟ ماذا بعد؟ انتهى الأمر. سبق أن رأيت هذه الدمية، نظرت فيها، فتحتها، حلّتها، وقد انتهيت الآن، فما التالي؟» وحالما يصبح شاباً يكون قد ضجر بالفعل.

ضجر بوذا كثيراً. ترك مملكته في ذروة شبابه وهو لمّا يزل في التاسعة والعشرين. أصيب بالضجر التام، من النساء والخمر والثروة والمملكة وكلّ شيء. رأى كلّ ما هو متوافر بالطول وبالعرض. ضجر. وعليك أن تتذكّر أنه لم يتبرّأ من العالم لأنه خاطئ. يُقال تقليدياً إنه تخلى عنه لأنّ العالم سيّئ، وذلك هراء محض. أنكره لأنه ضجر منه كثيراً.

والمعالم ليس كذلك، كما أنه ليس صالحاً. إذا كنت ذكياً، فستصاب بالضجر. أما إذا كنت غيبياً، فإنك تستطيع الاستمرار. بعدئذٍ يصبح الأمر أرجوحة دوّارة، ثم تنتقل من إحساس إلى آخر. تهتمّ بتوافه الأمور، وتواصل التكرار وأنت غير واع بما يكفي لرؤية التكرار. لا يمكنك أن ترى أنك فعلت هذا في الأمس، وكذلك اليوم، وتخيّل القيام بالأمر نفسه في الغد. لا بد أنك فاقده فعلاً الذكاء. كيف يمكن لشخص ذكي تفادي الضجر؟ يستحيل ذلك. فالذكاء يعني رؤية الأمور كما هي.

ترك بوذا المعالم بسبب الضجر؛ هرب، وهو ضجر تماماً، من المعالم. وما الذي فعله إذاً بعد ست سنوات من الجلوس في تلك الغابات؟ أخذ يصبح أكثر فأكثر ضجراً. فما الذي يمكنك فعله وأنت جالس في غابة؟ تراقب تنفّسك، وتنظر إلى سرّتك يوماً بعد يوم وسنة بعد أخرى. خلق ذلك الضجر حتى ذروته القصوى، إلى أن اختفى في واحدة من الليالي. اختفى من تلقاء نفسه.

إذا بلغت الذروة... يأتي التحوّل. يأتي! ويأتي معه التحوّل في مسار الأمور، ويدخل النور إلى كيائك. تختفي، ولا يبقى إلا النور. ومعه يأتي الحبور. تمتلئ فرحاً، لا تعود [موجوداً]، بل تمتلئ فرحاً بلا سبب على الإطلاق. يفور الفرح فقط في كيائك.

يفرح الإنسان العادي لسبب ما، وقع في غرام امرأة جديدة، أو رجل جديد، وهو فرح. فرحه مؤقت. وغداً سيسأم من هذه المرأة ويبدأ في البحث عن أخرى. يفرح الإنسان العادي لحصوله على سيارة جديدة؛ وسيُضطرّ غداً إلى البحث عن أخرى. ويستمر ذلك... ولا يرى أبداً المغزى منه وهو أن المرء في النهاية يُصاب دائماً بالضجر. ومهما تفعل، فسينتهي بك الأمر ضجراً لأن كلّ عمل يجلب الضجر. يرى الشخص الذكي ذلك. وكلّما أبكرت في رؤيته أظهرت المزيد من الذكاء.

وماذا يتبقى بعد ذلك؟ الضجر وحده، وعلى المرء أن يتأمل فيه. فما من سبيل للهروب منه. ادخل عندئذٍ فيه وانظر إلى أين يؤدي. وإذا واصلت الدخول فيه، فستصل إلى التنوّر.

وحده الإنسان قادر على الضجر، ووحده قادر على التنوّر.

أيمنك قول شيء عن مشكلة المخدرات؟ ما الذي يدفع الناس إلى التورّط في تعاطي المخدرات؟

ليس في ذلك أي جديد، فهو قديم قدم الإنسان. ما من زمن لم يبحث فيه الإنسان عن مهرب. فالـ «ريغفيدا» هو أقدم كتاب في العالم، ومليء بتعاطي المخدرات. واسمه «سوما».

حاولت الديانات كلّها، منذ تلك الأزمنة القديمة، حمل الناس على عدم تعاطي المخدرات. ووقفت الحكومات كلّها ضدها. بيد أنها أثبتت أنها أقوى من الحكومات أو الأديان، لأنه لم ينظر أحد في النفسية الفعلية لمتعاطي المخدرات. فالإنسان بئس. يعيش في قلق وكره وإحباط. ويبدو أنه ما من مهرب من ذلك إلا بالمخدرات.

الطريقة الوحيدة لمنع استخدامها هي في جعل الناس فرحين وسعداء ومغتبطين.

أنا أيضاً ضدها لسبب بسيط هو أنها لا تسمح لك بنسيان بؤسك إلا لفترة. وهي لا تُعدّك لمحاربة البؤس والمعاناة؛ بل تؤدي بدلاً من ذلك إلى إضعافك.

إلا أن الأسباب التي تدفع بالأديان والحكومات إلى الوقوف ضد المخدرات، مختلفة كلياً عن أسبابي في الوقوف ضدها. فهي تريد للناس أن يبقوا تعساء ومحبطين، لأن من يعانون لا يتمردون أبداً؛ وهم يتعدّبون في كيانهم الخاص وينهارون. لا يستطيعون تصوّر مجتمع أفضل، وثقافة، وكائن إنساني أفضل. ويمكن أي شخص، بسبب هذا البؤس، أن يصير فريسة سهلة للكهنة، لأنهم سيواسونه ويقولون له، «طوبى للفقراء، طوبى للودعاء، وللمحزونين لأنهم سيرثون ملكوت الله».

كذلك فإن البشرية التي تعاني هي في قبضة السياسيين، لأنها تحتاج إلى بعض من الأمل، الأمل في مجتمع بلا طبقات في مكان ما في المستقبل، وفي مجتمع خالٍ من الفقر ومن الجوع ومن البؤس. وباختصار فإنه يمكن الناس أن يتدبّروا أمرهم ويصبروا على معاناتهم إذا تراءت لهم الدولة الفاضلة تماماً في الأفق. وعليك أن تلاحظ معنى كلمة *الدولة الفاضلة (اليوطوبيا)*، فهي تعني «ذلك الذي لا يحدث أبداً». أشبه تماماً بالأفق؛ فهو قريب جداً إلى حدّ أنك تعتقد أنه يمكنك أن تهرع وتبلغ المكان الذي تلتقي فيه الأرض والسماء. لكن يمكنك أن تواصل الركض طيلة حياتك ولا تبلغ المكان أبداً، لأنه لا وجود لمثل هذا المكان. إنّها هلوسة.

يعيش السياسي على الوعود، والكاهن أيضاً. وعلى مدى الأعوام العشرة آلاف الماضية لم يف أحد بما وعد به. والسبب في أنهم ضد المخدرات هو أنها تقضي على تجارتهم برمّتها. فلو شرع

الناس في تعاطي الأفيون، الحشيش، الـ «أل أس دي»، فلن يبالوا بشأن الشيوعية، وبما سيحدث في الغد؛ ولا بشأن الحياة بعد الموت، ولن يبالوا بالله وبالجنة. وسيشعرون بالاكْتفاء في اللحظة.

وهنا تختلف أسبابي. فأنا أيضاً ضد المخدرات، ليس لأنها تقطع جذور الأديان والسياسيين، بل لأنها تدمر نموّك الذاتي في اتجاه الروحانيّة. تمنعك من بلوغ أرض الميعاد. تبقى حائماً حول الهلوسات، فيما أنت قادر على بلوغ الحقيقي. فهي تمنحك دمية تلهو بها.

وبما أن المخدرات لن تختفي، فإنني أودّ من كلّ حكومة وكلّ مختبر علمي تنقيتها لجعلها أكثر صحّة من دون أيّ تأثيرات جانبية، الأمر الذي بات ممكناً الآن. نستطيع ابتداع مخدر مثل ذلك الذي سماه ألدوس هكسلي «سوما»، تخليداً لذكرى الـ «ريغفيدا»، - يخلو من العوارض السيئة، ولا يؤدي إلى الإدمان، وسيمثّل فرحاً، سعادة، رقصة، أغنية.

إذا لم نستطيع أن نجعل من الجميع غوتام بوذا، فلن نملك أيّ حقّ في منع الناس من أن يحصلوا أقلّه على لمحات سريعة عن الحال الجمالية التي لا بدّ أنّ غوتام بوذا قد تمتّع بها. وقد تؤدي هذه التجارب الصغيرة بالشخص إلى المزيد من الاستكشاف. وسيسام، عاجلاً أو آجلاً، من المخدر لأن المشهد نفسه سيتكرّر المرّة تلو الأخرى. ومهما بلغ المشهد من الجمال، فإن تكراره يجعله مضجراً.

إذا اعمدوا أولاً إلى تنقية المخدرات من التأثيرات السيئة. واتركوا ثانياً لمن يريد من الناس الاستمتاع أن يفعل. وسيسامون من ذلك. وعندئذٍ لا يبقى أمامهم من سبيل إلا السعي إلى أسلوب من أساليب التأمل للعثور على الطوبى المطلقة.

تتعلق القضية أساساً بالأشخاص الأصغر سناً. فالفجوة بين الأجيال هي آخر الظواهر العالمية؛ ولم يسبق لها يوماً أن وُجدت. في الماضي كان الأولاد يبدأون وهم في السادسة والسابعة باستخدام أيديهم وأذهانهم مع آبائهم في مهنتهم التقليديّة. ويصبحون بالفعل، مع بلوغهم الرابعة عشرة، حرفيين، عمالاً، متزوّجين وأصحاب مسؤوليّة. ويصبح لديهم، عندما يبلغون العشرين أو الرابعة والعشرين، أولادهم، وبذلك لم تحدث يوماً أيّ فجوة بين الأجيال. وتداخل كل جيل مع الجيل الآخر.

اليوم ظهرت الفجوة بين الأجيال للمرة الأولى في تاريخ الإنسانية. وهي ذات أهمية هائلة. وها إنك، وللمرة الأولى، لا تتحمل أيّ مسؤوليّة حتى تخرّجك من الجامعة في عمر الخامسة والعشرين أو السادسة العشرين. لا أولاد، لا هموم، ولديك العالم كلّه أمامك لتحلم به. كيف تحسنه، وتجعله أكثر ثراء، وتخلق عرقاً من العباقرة. تلك هي السنوات ما بين الرابعة عشرة والرابعة والعشرين، عندما يكون الواحد حالماً، لأن الغريزة الجنسيّة تنضج ومعها تنضج الأحلام. وتكبت المدارس والمعاهد غريزة المرء الجنسيّة، فتتوافر طاقة الشاب بكليتها للحلم. يصير شيوعياً، اشتراكياً، من أتباع الجمعيّة الفابيّة (Fabian)، وكلّ أنواع الأمور. وهذا هو الوقت الذي يبدأ بالشعور فيه بالإحباط بسبب الطريقة التي يعمل فيها العالم. البيروقراطيّة، الحكومة، السياسيّون، المجتمع، الدين... لا يبدو أنه سيتمكّن من تحويل أحلامه إلى واقع. يأتي إلى المنزل من الجامعة مفعماً بالأفكار، وسيسحق المجتمع كل واحدة منها. وسرعان ما ينسى أمر الكائن الإنساني الجديد والعصر الجديد. فهو لا يستطيع حتى أن يعثر على وظيفة، ولا أن يطعم نفسه. كيف يمكنه أن يفكر في مجتمع بلا طبقات لا مكان فيه للغني ولا للفقير؟

هذه هي اللحظة التي يتحوّل فيها إلى المخدّرات. فهي تمدّه بالراحة المؤقتة؛ لكنّه سرعان ما يكتشف أن عليه المضيّ في زيادة الجرعة. والمخدّرات، كما هي عليه اليوم، مدمرة للجسم وللدماغ؛ وسرعان ما سيصبح مغلوباً على أمره تماماً. لا يستطيع العيش من دونها، ولا مساحة له في الحياة معها.

لكنني لا أقول إن الشبان الأصغر سنّاً مسؤولون عن ذلك، وأطالب بمعاقتهم وزجّهم في السجن بغاوة تامة. فهم ليسوا مجرمين، بل ضحايا.

تتمثّل فكرتي في وجوب تقسيم التربية إلى جزئين: الأول ذهنيّ والآخر عمليّ. منذ البداية تماماً، يدخل الولد المدرسة لا ليتعلّم فقط القراءة والكتابة والحساب، بل ليتعلّم أيضاً خلق شيء، حرفة ما، مهارة ما. ويجب تكريس نصف الوقت لمسعاه الفكري على أن يخصّص النصف الثاني للضروريّات الحقيقيّة للحياة؛ ومن شأن ذلك حفظ التوازن. وفي الوقت الذي يتخرّج فيه من الجامعة لن يكون يوطوبياً، ولن يحتاج إلى الوظيفة من أحد. سيتمكّن من ابتكار الأمور بنفسه.

كما أنه يتحمّ منذ البداية تغيير الأمور بالنسبة إلى الطلاب الذين يشعرون بأي نوع من الإحباط. وإذا أحبطوا فإنهم ربّما لا يدرسون الأمور المناسبة. ربّما أرادوا أن يصبحوا نجارين وأنت

تريد أن تجعلهم أطباء؛ أو بستانيين وأنت تجعلهم مهندسين.

يحتاج الأمر إلى فهم كبير لعلم النفس ليُرسل كل ولد في الاتجاه الصحيح الذي سيتعلّم فيه شيئاً. ويجب في كل مدرسة وكل معهد وكل جامعة تخصيص ساعة تأمل إجباريّة واحدة على الأقل للجميع، بحيث كلّما شعر الواحد بأنه محبط أو مكتئب تتوافر له مساحة في داخله يمكنه الانتقال إليها، فيتخلّص على الفور من كل الاكتئاب والإحباط. لا يحتاج إلى اللجوء إلى المخدّرات. فالتأمل هو الجواب.

بيد أنه بدلاً من فعل كل هذه الأمور يواصل القائمون على السلطة القيام بأمور غبيّة: التحريم والقصاص. يعرفون أننا قمنا بالتحريم على مدى عشرة آلاف سنة ولم ننجح. إذا حرّمت الكحول، فسيصير المزيد من الناس مدمنين عليه، ويصبح نوع خطر منه متوافراً. ويموت آلاف الأشخاص مسّمين، ومن هو المسؤول؟

وها إنهم اليوم يعاقبون شباناً بسنوات في السجن من دون أن يدركوا أبداً أن الشخص الذي تناول المخدّر أو أدمن عليه يحتاج إلى العلاج، لا إلى القصاص. يجب أن يُرسل إلى مكان يحظى فيه بالعناية، يُعلّم فيه التأمل، ويُوَجّه، رويداً رويداً، بعيداً من المخدّرات ونحو شيء أفضل.

ويُفحّمونهم بدلاً من ذلك في السجون. سنوات فيها! فهم لا يقدّرون الحياة الإنسانيّة حق قدرها. إذا حكمت بالسجن عشر سنوات على شاب في العشرين، تكون قد أهدرت أثمان أوقاته، ومن دون أي فائدة لأن كلّ مخدّر متوافر بسهولة أكبر في السجن من أي مكان آخر. فالسجناء جميعهم من متعاطي المخدّرات المهرة الذين أصبحوا معلّمين لمن هم من الهواة. وسيخرج الشخص بعد عشر سنين وقد تلقّى تدريباً ممتازاً. فسجونكم تعلّم شيئاً واحداً فقط: كل ما تفعله ليس خطأ إلا إذا أمسك بك. لا تدعمهم يمسون بك. وهناك معلّمون يمكنهم أن يعلموك كيف لا يُمسك بك من جديد. وبالتالي فإن ذلك كلّه عبثي.

وأنا أيضاً ضد المخدّرات، لكن بطريقة مختلفة تماماً. وأعتقد أنه يمكنك فهم المقصد.

كيف يمكننا أن نهتمّ إلى هذا الحدّ بسعادتنا في الوقت الذي يواجه فيه الجنس البشري هذا القدر الكبير من المشاكل؟ الجوع، الفقر، ظروف الحياة البائسة، القدر القليل جداً من الفرص المتاحة

لمعظم الناس في تطوير قدراتهم ومواهبهم...

الواقع هو أنه، ما لم تنسَ كلّ مشاكلك الخاصة، فلن تستطيع حيازة المنظور الصحيح لفهم مشاكل العالم. منزلك في حال كبيرة من الفوضى، وعمق كيانتك في حال فوضى كبيرة أيضاً. فكيف يمكنك حيازة المنظور الضروري لفهم المشاكل الواسعة؟ فأنت لم تفهم نفسك حتى. ابدأ من هناك، لأنّ أي بداية أخرى ستكون خاطئة.

يأخذ الناس الذين يعيشون حالاً ذهنيّة مشوّشة جداً بمساعدة الآخرين،

يأخذ الناس الذين يعيشون حالاً ذهنيّة مشوّشة جداً بمساعدة الآخرين، ويشرعون في طرح الحلول. خلق هؤلاء الناس مشاكل في العالم أكثر مما حلّوا.

ويشرعون في طرح الحلول. خلق هؤلاء الناس مشاكل في العالم أكثر مما حلّوا. إنهم صانعو الأذى الحقيقيّون: السياسيّون، الاقتصاديّون، الموظّفون الرسميّون المزعمون، المرسلون. إنهم صانعو الأذى الحقيقيّون. لم يجدوا حلّاً بعد لعمق وجدانهم، وهم على استعداد للقفز على جميع من عداهم، وحلّ مشاكلهم. وهم، في الواقع، يتقادون بهذه الطريقة حقيقتهم. لا يريدون مواجهتها. يريدون البقاء

منخرطين في مكان آخر مع أحد آخر. وهو ما يوفّر لهم ما يفعلونه، وفي ذلك إلهاء جيّد.

تذكّر: أنت مشكلة العالم. أنت المشكلة، وما لم تُحلّ، فإن كل ما ستفعله سيؤدّي إلى مزيد من تعقيد الأمور. عليك أولاً ترتيب وضع منزلك، وخلق كونٍ فيه. لأنه في حال من الفوضى.

هناك أسطورة هندية، رواية قديمة جداً، لكنها ذات أهميّة كبرى:

اشتكى ملك عظيم لكن غبي من أن الأرض القاسية تؤلم قدميه، فأمر ببسط جلد البقر في المملكة كلّها حماية لقدميه. لكنّ بهلول القصر ضحك من الفكرة. وهو رجل حكيم وقال، «فكرة الملك سخيفة ببساطة».

غضب الملك كثيراً وقال لبهلول، «أظهر لي بديلاً أفضل، وإلا فسأحكم عليك بالموت».

أجابه بهلول، «مولاي، اقطع حشوة صغيرة من جلد البقر وغطّ بها قدميك».

وهكذا وُلدت الأحذية.

لا تدعو الحاجة إلى تغطية الأرض كلّها بجلد البقر؛ فمجرّد تغطية قدميك يغطّي الأرض كلّها. هذا رأس الحكمة.

صحيح أن هناك مشاكل، وأنا أتفق مع ذلك. توجد مشاكل كبرى. والحياة جحيم فعلاً. فيها البؤس والعنف وتطفو فيها كل أنواع الجنون، ذلك صحيح. بيد أنني لا أزال أصرّ على أن المشكلة تظهر في الروح الفرديّة. المشكلة قائمة لأن الأفراد في فوضى. وليست الفوضى العامة إلا ظاهرة مشتركة: أفرغنا فيها جميعنا فوضانا.

وما العالم إلا كناية عن علاقة؛ فنحن مرتبطون ببعضنا بعضاً. إذا كنتُ عُصابياً وأنت هكذا، فستصبح العلاقة كذلك فعلاً، مضاعفة مرات وليس مرة واحدة. والجميع عصائبيون، من هنا فإن العالم عُصابيٌّ. لا يولد أدولف هتلر على حين غرّة. نحن نخلقه. والحرب لا تولد على غير انتظار. نحن نخلقها. إنه قيحنا الذي يتكشف؛ وفوضانا التي تتحمّل العبء. على البداية أن تكون معك: أنت مشكلة العالم. فلا تنفادَ واقع عالمك الداخلي. هذا أول الأمور.

لا يمكنك، في وضعك الحالي، رؤية جذور المشكلة، بل إنك ترى الأعراض فقط. عليك أولاً أن تجد في داخلك مكن الأساس، وحاول جاهداً تغييره. الفقر ليس هو الأساس. بل الجشع، والفقر هو النتيجة. ولن يتحقّق شيء إذا مضيت للقتال مع الفقر. الجشع هو الأساس؛ ويجب اقتلعه من جذوره. والحرب ليست المشكلة، بل عدوانيّة الفرد. وما الحرب إلا المجموع الكلّي لعدوانيّته. ولن تتوقّف الحرب إذا واصلت الانخراط في المسيرات الاحتجاجيّة. وهناك أشخاص قليلون يجدون تسليّة في ذلك: يمكنك إيجادهم في أي مسيرة احتجاجيّة.

اعتاد ذلك أن يسأليني كثيراً في طفولتي. شاركت في كلّ مسيرة، إلى درجة أن القلق أخذ ينتاب حتّى شيوخ بلدي. قالوا، «أنت في كل مكان. سواء كانت مسيرة شيوعيّة أو اشتراكيّة أو

مناهضة للشيوعية... فأنت موجود فيها». قلت، «أتمتع بالتسلية. لا أهتم للفلسفة السياسيّة. إلّا أن في الصباح متعة كبيرة؛ وأنا أستمتع بالممارسة». يمكنك الاستمتاع؛ ولا يمثل ذلك فارقاً كبيراً، لأن الحرب تستمر. وإذا نظرت إلى المتظاهرين، فسترى أنهم أناس على درجة كبيرة من العدائيّة. لن تشاهد على محياهم السلام. فهم على أهبة القتال. ويمكن المسيرات السلميّة أن تتحوّل في أيّ لحظة إلى أعمال شغب. هؤلاء أناس عدائيّون. وباسم السلام يُظهرون عدائيّتهم. وهم على استعداد للقتال: ولو أنهم امتلكوا السلطة، وقبلة ذرية لرموا

بها لإحلال السلام. ذلك ما يقوله جميع السياسيّين. يقولون إنهم يقاتلون ليعمّ السلام.

الناس ليسوا مستريحين في داخلهم، من هنا توجد الحرب وإلا فسيصاب هؤلاء الناس بالجنون. وتدعو الحاجة إلى حرب في كل عقد لتحرير الإنسانيّة من عُصابتها.

الحرب ليست المشكلة، ومسيرات الاحتجاج لن تساعد. المشكلة هي في العدائية الداخليّة الراسخة في الأفراد. فالناس ليسوا مستريحين في داخلهم، من هنا توجد الحرب، وإلا فسيصاب هؤلاء الناس بالجنون. وتدعو الحاجة إلى حرب في كل عقد لتحرير الإنسانيّة من عُصابتها. وقد تُفاجأ لمعرفة أن

علماء النفس أصبحوا، في خلال الحرب العالميّة الأولى، على اطلاع على ظاهرة غريبة جداً، ومفادها أنه ما دامت الحرب مستمرة تنخفض نسبة الناس الذين جُثوا إلى العدم تقريباً. لم تحدث انتحارات ولم تُرتكب جرائم، إلى درجة أن الناس توقّفوا حتى عن الإصابة بالجنون. كان ذلك غريباً. فما علاقته بالحرب؟ ربّما لم تُرتكب جرائم القتل لأن المجرمين انخرطوا في الجيش، لكن ماذا حدث للأشخاص الذين ينتحرون؟ ربّما التحقوا هم أيضاً في الجيش؛ وماذا عن الناس الذين يُصابون بالجنون؟ هل إنهم توقّفوا حتى عن الإصابة بالجنون؟ ثم حدث الشيء نفسه أيضاً في الحرب العالميّة الثانية، وبنسبة أكبر. وعندئذٍ فهم الرابط والصلة. تواصل الإنسانيّة تكديس قدرٍ معيّن من العُصاب، من الجنون. وعليها في كلّ عقد أن تتخلّص منه. وهكذا فإنه عندما تقع الحرب. وهي تعني عندما تُصاب الإنسانيّة ككل بالجنون، تنتفي الحاجة إلى ذلك على نحو فرديّ. ما المغزى من ذلك؟ الجميع مصابون بالجنون. وما من فائدة إذاً من محاولة الإصابة الفرديّة به. وعندما تقتل أمةً أمةً أخرى، ويحدث قدر كبير من الانتحار والقتل، فما الفائدة إذاً من تنفيذ هذه الأمور بنفسك؟ يمكنك أن تكتفي بمشاهدة التلفاز والاستمتاع، يمكن قراءته في الصحف والشعور بالإثارة.

ليست الحرب هي المشكلة، بل الغُصاب الفردي.

غير الأساس. يحتاج الأمر إلى تحوّل جذري؛ الإصلاحات العادية لن تنفع. لكنك عندئذٍ قد لا تفهم. فأنا أوصل الحديث عن التأمل، لكنك لا تتمكن من رؤية العلاقة، وكيف أنه مرتبط بالحرب. أنا أرى العلاقة، وأنت لا تراها.

مفهومي هو الآتي: حتى لو أن واحداً بالمئة من الإنسانية أصبح تأملياً،

حتى لو أن واحداً بالمنة من الإنسانية أصبح تأملياً، فستختفي الحروب. وما من سبيل آخر.

فستختفي الحروب. وما من سبيل آخر. يجب إطلاق ذلك القدر من الطاقة التأملية. ولو أن واحداً من مئة شخص أصبح تأملياً، لبات للأمر نسق مختلف تماماً. سيتراجع الجشع؛ والفقر بطبيعة الحال. فالفقر ليس مستشرياً بسبب الشح في المواد؛ بل لأن الناس يكتنزون الأشياء، لأنهم جشعون. لو عشنا وقتنا

الحاضر فسيتوافر ما يكفيننا، لأنّ لدى الأرض وفرة تمدنا بها. لكننا نخطّط للمستقبل، ونكتنز. وعندئذٍ تظهر المشاكل.

فكر فقط في الطيور وهي تكتنز... عندئذٍ تصير بضعة طيور غنية وأخرى فقيرة؛ وتكون الأميركية منها هي الأكثر ثراءً، وسيعاني العالم بأسره. لكنها لا تكتنز، وبالتالي ينتفي الفقر. هل سبق لك أن رأيت عصفوراً فقيراً؟ وبين الحيوانات في الغابة ما من غني ولا فقير. وأنت في الواقع لا ترى حتى طيوراً سمينة وأخرى ضامرة وهزيلة. فكل الغربان تتشابه تقريباً؛ ولا يمكنك التفريق بينها. لماذا؟ لأنها تستمتع ولا تكتنز.

وأن تصبح سميناً يعني أنك تكتنز في داخل جسمك. وذلك ذهن بخيل. يصاب البخلاء بالإمساك؛ ولا يمكنهم حتى أن يرموا فضلاتهم. يكتنزون؛ يسيطرون حتى على خروجهم. يواصلون حتى اكتناز القمامة. الاكتناز لديهم عادة.

علينا العيش في اللحظة، في الحاضر، بحب، بصدقة، وأن نهتم... وعندئذٍ سيصير العالم مختلفاً تماماً. على الفرد أن يتغيّر، لأنّ العالم ليس إلا ظاهرة عليها إسقاطات روح الفرد.

وسيهتمّ حينذاك بمشاكل العالم، لكنّ اهتمامه سيّخذ بعداً مختلفاً. وقد لا تستطيع مع ذلك أن تفهمه. يأتيني الناس ويقولون، «ما الذي تفعله؟ هناك فقر، وبشاعة، وأنت تأخذ في التعليم عن التأمل. كفتّ عن ذلك. افعل شيئاً بشأن الفقر». لكنّ ليس في الإمكان فعل أيّ شيء مباشر بشأنه. فلن تدمر الشيوعيّة الفقر؛ وهي لم تقضِ عليه في أيّ مكان. أوجدتُ أنواعاً جديدة منه. أكبر وأكثر خطورة. والشيوعيّة أكثر فقراً بكثير لأنها فقدت روحها أيضاً. فالمرء لم يعد في الحقيقة فرداً على الإطلاق. فهو لا يمتلك حتى الحرّية في الصلاة وفي التأمل.

وهذا لن يساعد، بل إنه يدمّر الناس. إنهم من يريدون إصلاح الكون. فاجتنبهم.

وعندما يتأمّل المرء يبدأ في الإزهار. فإذا كان رسّاماً سيصير رسّاماً عظيماً. ولو أنه شاعر، فسينبعث فجأة من روحه شعر رائع. وإذا كان مغنّياً، فسيغنّي للمرّة الأولى أغنية قريبة من مشتهى قلبه.

عندما تكون صامتاً، متجذّراً في كيائك، مرّكزاً، تبدأ مواهبك تلقائياً في العمل. تشرع في العمل بالطريقة التي أراد منك الوجود دوماً أن تعمل بها، والتي وُلدت لتعمل بها، والتي يريد منك قدرك أن تعمل بها. تصير عفويّاً. تشرع في القيام بما عليك القيام به. ولا تهتمّ إذا كان لذلك مردود أم لا، أو هل يجعلك أكثر احتراماً أو لا. فهو يُسعدك، وهذا يكفي. يجعلك فرحاً جداً، وهذا أكثر من كافٍ.

بيد أن هناك من يودّون القيام بالأشياء بطريقة ملتوية. يرغبون في تغيير العالم كلّه أولاً، على أن يبدأوا بعد ذلك بأنفسهم. لكن دعني أقلّ لك، لن تتمكّن أبداً من الانصراف إلى نفسك إذا ذهبت إلى ذلك الحدّ البعيد.

تناهى إليّ... أن عجوزاً كان يجلس على مقربة من دلهي، ومرّ به رجل يقود سيّارة. فتوقّف وسأله، «كم تبعد دلهي؟» فقال العجوز، «إذا مضيت في الطريق الذي تسلكه، في الاتجاه الذي أنت فيه، فهي بعيدة جداً، جداً. سيتعيّن عليك أن تجول الأرض كلّها. لأنك تركت المدينة على مسافة ميلين وراءك».

إذا استدرت فهي ليست بعيدة جداً. مسألة بضع دقائق فقط. وإذا تابعت رحلة تغيير العالم كلّه ثمّ فكرت في أنّك ستغيّر نفسك، فلن تتمكّن أبداً من فعل ذلك؛ والعودة إلى الديار.

ابدأ حيث أنت. أنت جزء من هذا العالم البشع، وبتغييرك لنفسك تكون في صدد تغييره. ما أنت؟ أنت جزء من هذا العالم البشع. ولماذا تحاول تغيير جارك؟ ربّما لن يحبّ ذلك، وهو ربّما لا يهتمّ. وإذا أدركت أن العالم يحتاج إلى تغيير كبير، فأنت بالتالي العالم الأقرب إلى نفسك. ابدأ من هناك.

لماذا تراودني دوماً أحلام اليقظة في شأن المستقبل؟

يفعل الجميع ذلك. فالذهن الإنساني في حدّ ذاته ذو استعداد طبيعي لأحلام اليقظة. وما لم تتجاوز ذهنك فستستمرّ في أحلام اليقظة. فهو لا يمكنه الوجود في الحاضر. بل في الماضي أو المستقبل. ولا مجال للذهن للوجود في الحاضر. أن يعيش المرء الحاضر يعني أن يكون بلا ذهن.

جرّب ذلك. لو حصلت لحظة صمت لا تعبر فيها أيّ فكرة كيائك ووعيك، عندما لا تشوب شاشة وعيك أيّ شائبة على الإطلاق، تجد نفسك فجأة في الحاضر. تلك هي اللحظة، اللحظة الحقيقيّة، لحظة الواقع، والحقيقة. إلا أنه ينتقي عندئذٍ الماضي والمستقبل.

يُقسم الوقت في العادة إلى ثلاث صيغ: الماضي، الحاضر، المستقبل. وهذا التقسيم خاطئ في الأساس، غير علمي، لأن الحاضر ليس جزءاً من الوقت. وحدهما الماضي والمستقبل جزء منه. الحاضر خارج نطاقه. الحاضر أبدية.

الماضي هو الذي لم يعد قائماً،
والمستقبل هو الذي لم يحدث بعد.
وكلاهما غير وجوديين. والحاضر هو
الوجودي.

الماضي والمستقبل جزء من الوقت. الماضي هو الذي لم يعد قائماً، والمستقبل هو الذي لم يحدث بعد. وكلاهما غير وجوديين. والحاضر هو الوجودي. ولا يمكن الوجودي أن يكون جزءاً من اللاوجودي. لا يلتقيان أبداً ولا تتقاطع دروبهما مطلقاً.

والوقت ذهن؛ وما ذهنك إلا الماضي المتراكم.

ما هو ذهنك؟ حلّه، انظر فيه. ما هو؟ إنّه ليس إلا خبراتك الماضية وقد تراكمت وتكدّست. ما هو إلا غطاء، مظلة؛ يجمع فقط ماضيك بأكمله، وهو ليس غير ذلك. وإذا أخرجت ماضيك، شيئاً

فشيئاً، من الجراب، فسيختفي الجراب.

ولو أن الماضي هو الحقيقة الوحيدة بالنسبة إلى الذهن، فما الذي يمكنه فعله إذا؟ يتمثل أحد الاحتمالات في أن يواصل ويواصل، المرّة تلو الأخرى، اجترار الماضي. وذلك ما تُطلق عليه تسمية الذاكرة، الذكرى، الحنين. تسير مراراً وتكراراً إلى الوراء؛ والمرّة تلو الأخرى إلى الأوقات الماضية، الجميلة، والسعيدة. وهي قليلة ومتباعدة جداً، لكنك تتمسك بها. تنفادى اللحظات البشعة، والبائسة.

لكنك لا تستطيع فعل ذلك كلّ الوقت لأنه عقيم؛ ويبدو ذلك النشاط بلا معنى. ولهذا يبتدع الذهن نشاطاً «ذا مغزى». ذلك ما هي عليه أحلام اليقظة حول المستقبل.

يقول الذهن، «نعم، كان الماضي جيّداً، لكنه انتهى؛ ولا يمكن فعل شيء حياله. بل حيال المستقبل لأن عليه أن يأتي بعده». وهكذا تختار من تجاربك الماضية تلك التي تودّ تكرارها مجدداً، وترمي بالتي كانت بائسة جداً، موجهة، ولا تريد تكرارها في المستقبل. وما أحلام يقظة مستقبلك إلا الماضي معدّلاً، وقد أعيد ترتيبه بطريقة أفضل وتزيينه، وهو أكثر استحساناً، أقلّ إيلاماً، وأكثر متعة. هذا ما يواصل ذهنك فعله، وبهذه الطريقة تواصل إضاعة الواقع.

يعني التأمل ببساطة بضعة أوقات تغيب فيها عن الذهن، لحظات قليلة تتسلّل فيها من الذهن. تندسّ في الواقع، في ذلك الوجودي. وتلك اللحظات الوجوديّة مثيرة للنشوة إلى درجة أنه حالما تتدوّقها تتوقّف عن أحلام اليقظة.

يعني التأمل ببساطة بضعة أوقات تغيب فيها عن الذهن، لحظات قليلة تتسلّل فيها من الذهن. تندسّ في الواقع، في ذلك الوجودي.

ستستمرّ أحلام اليقظة ما لم تبدأ في تدوّق التأمل، وإذا لم تتغذّ عليه فستبقى جائعاً ومتحرّقاً لبعض الغذاء في المستقبل، الذي تعرف أنه لن يأتيك به، لأن اليوم كان هو المستقبل قبل يوم واحد فقط. أمس، كان اليوم هو المستقبل، وأنت حلمت به أحلام اليقظة. وها إنه بات هنا. فما الذي يحدث؟ أنت سعيد؟ والأمس كان أيضاً في المستقبل في وقت ما. والماضي أيضاً، الذي كان كلّه في وقت ما جزءاً من المستقبل، قد ولى، وسيولّي المستقبل أيضاً. أنت تخدع نفسك في أحلام يقظتك.

صرّ أكثر وعياً بعض الشيء، وحاول أن تجلب وعيك أكثر فأكثر إلى واقعيّة الوجود. أنظر إلى هذه الزهرة، ولا تفكّر في غيرها. استمع إلى هذه الكلمة التي أنطق بها، لا إلى تلك التي

سأقولها. أنظر الآن بالذات. ولو أنك أرجأت ذلك ولو لحظة واحدة، فستخطئ، ويصبح الأمر عندئذٍ عادة، متأصلةً جداً. وستخطئ غداً أيضاً، وبعده، لأنك ستبقى على حالك. ليس ذلك فقط، بل إن عادتك في أحلام اليقظة ستصبح أقوى.

كنت في الليلة السابقة أقرأ قصةً يابانية. وتوجد قصص مشابهة في كل الأساطير الشعبيّة في العالم. وهي قصة جميلة. استمع إليها.

كان في ما مضى رجل يقصب الحجارة من الصخر. عمله شاق جداً، وهو يجهد كثيراً فيه، لكنه يتقاضى أجوراً ضئيلة، ولم يكن راضياً.

من يشعر بالرضى؟ فحتّى الأباطرة ليسوا راضين، فما قولك بنحات حجارة؟ عمله شاق بالتأكيد، وتعويضه يكاد يكون لا شيء.

تنهّد لأن عمله شاق، وصرخ، «أه، أتمنّى لو أنني غنيّ لأستريح على الأريكة مع غطاء من الحرير». وجاء ملاك من السماء وقال، «أنت ما قلت إنك تتمنّى».

وحدث ذلك فعلاً، ليس فقط في الأساطير والروايات؛ بل أيضاً في الحياة الفعلية. فكل ما تفكّر فيه بشأن نفسك يبدأ بالحدوث. تخلق عالمك بأفكارك، تخلقه برغبتك. كلّ ما تصرّ عليه يبدأ بالحدوث. يأخذ الواقع في التعاون معك. وينتظر اللحظة، اليوم الذي تشرع فيه أنت في التعاون معه. ويستمرّ، حتى ذلك الوقت، في فعل ذلك.

وقال الملاك، «أنت صرت ما قلت إنك تتمنّى». وصار غنياً، واستراح على الأريكة، وكان الغطاء من حرير.

مرّ ملك البلاد والخيالة أمام عربته ووراءها أيضاً، ورُفعت مظلة ذهبية فوق رأسه. ولما رأى الغنيّ هذا تكدرّ لأنه لم تُرفع مظلة ذهبية فوق رأسه، ولم يرض. تنهّد وصرخ، «أتمنّى أن أصير ملكاً». وجاء الملاك من جديد وقال، «أنت صرت ما قلت إنك تتمنّى».

وصار عندئذٍ ملكاً وركب الكثير من الخيالة أمام عربته ووراءها أيضاً ورفعت مظلة ذهبية فوق رأسه، وأشرقَت الشمس بأشعة حامية أحرقَت الأرض وأذبلت العشب. واشتكى الملك من أن الشمس أحرقَت وجهه وقد فاقتَه قوّة ولم يكن راضياً. تنهّد وصرخ، «أتمنى أن أصير شمساً». وجاء الملاك وقال، «أنت صرت ما قلت إنك تتمنى». وصار الشمس ووجّه أشعته يميناً ويساراً، وفي كلّ مكان، وأحرق العشب على الأرض ووجوه الملوك الذين يعيشون عليها.

ثم حشرت سحابة نفسها بينه وبين الأرض، وارتدّت أشعة الشمس عنها، فاستشاط غضباً لأن قدرته تواجهه بالمقاومة. اشتكى من أن الغيمة فاقتَه قدرة ولم يكن راضياً. وتمنى أن يصير السحابة القادرة جداً. وجاء الملاك وقال، «أنت ما قلت إنك تتمنى».

وصار سحابة وحشر نفسه بين الشمس والأرض والنقط الأشعة ليتمكن العشب الأخضر من النمو. أمطرت السحابة قطرات كبيرة على الأرض وتسببت بانتفاخ الأنهر، وبالفيضانات التي جرفت المنازل، كما أنه دمّر الحقول بالكثير من الماء. وسقط على صخر لم يخضع، فاستشاط غضباً لأن الصخر لم يخضع لقدرته، وذهبت قوّة سيوله سدى، ولم يكن راضياً.

صرخ، «أعطي الصخر قدرة تفوق قدرتي. أتمنى أن أصير صخراً». وجاء الملاك وصار كذلك، لقد بات صخراً، ولم يتحرك عندما أشرقَت الشمس أو عندما هطل المطر.

ثم جاء رجل ومعه معول وإزميل ومطرقة ثقيلة، وقصّب الحجارة من الصخر، وقال الصخر، «كيف أمكن أن هذا الرجل يمتلك قدرة تفوق قدرتي ويقصب الصخور من حضني؟» ولم يكن راضياً.

وصرخ، «أنا أضعف منه. أتمنى أن أكون ذلك الرجل». وجاء الملاك من السماء قائلاً، «أنت صرت ما قلت إنك تتمنى». وعاد من جديد قصّاب حجر. وقصّب الحجارة من الصخر بعمل شاق، وعمل بجهد كبير لقاء أجر زهيد. وكان راضياً.

أنا لا أتفق مع الخاتمة. وهذا خلافي الوحيد مع القصة؛ وهي، في ما عدا ذلك، جميلة. لا أتفق مع الخاتمة لأنني أعرف الناس. لا يمكنهم أن يرضوا بتلك السهولة. اكتملت الدورة، وبلغت القصة،

في شكل من الأشكال، الخاتمة الطبيعية، لكن قصص الحياة الحقيقية لا تصل إلى أي نهاية طبيعية. وتبدأ العجلة مجدداً بالدوران.

ولهذا فإننا في الهند نسمي الحياة «العجلة». فهي تستمر في الحركة، وتواصل تكرار نفسها. وبقدر ما يمكنني أن أرى، فإنه ما لم يصبح قصاب الحجارة بوذا، فسيكون على القصة أن تتكرر مجدداً. وسيصاب، مرة أخرى، بعدم الرضى. سيحنّ إلى أريكة جميلة وغطاء من الحرير، ويبدأ الأمر نفسه. لكن لو أن قصاب الحجارة كان راضياً فعلاً، لقفز من عجلة الحياة والموت. ولصار بوذا.

ذلك ما يستمر في الحدوث لكلّ ذهن. تتوق إلى شيء، ويحدث، لكنك تجد، وقت حدوثه، أنك لا تزال غير راض. وهناك أمر آخر الآن يولد البؤس.

هذا أمر يجب فهمه. إذا لم تُشبع رغبتك فسُتُحبط أنت؛ وإذا أُشبعت فعندئذٍ سَتُحبط أيضاً. ذلك هو بؤس الرغبة. إذا أُشبعت، فأنت لا تشبع. وفجأة تبرز أمور كثيرة جديدة.

لم تفكر مطلقاً، وأنت ملك والخيالة من أمامك ومن ورائك، والمظلة الذهبية مرفوعة فوق رأسك، في أن الشمس قد تكون حارة جداً إلى حدّ أنها تستطيع أن تحرق وجهك. لم تفكر في ذلك أبداً. ثم حلمت بأن تصير شمساً، ولم تفكر في السحاب. وها إن السحابة باتت هنا وأثبتت عجزك. ويستمر ذلك مراراً وتكراراً كأموج المحيط، لا تنتهي أبداً، ما لم تفهم وتفقر فقط خارج العجلة.

يوصل الذهن القول لك، «افعل هذا، كن ذاك. امتلك هذا، امتلك ذاك... وإلا فكيف تسعد إذا لم تمتلك هذا؟ عليك أن تحصل على قصر، وعندئذٍ يمكنك أن تسعد». إذا اقترنت سعادتك بشرط، فستبقى غير سعيد، إذا لم تستطع أن تسعد كما أنت تماماً، قصاب صخر فقط... فاعرف أن العمل شاق، والأجرة زهيدة، والحياة كفاح، اعرف. لكن إذا لم تقدر، بالرغم من ذلك كله، أن تسعد بما أنت عليه، فلن تفعل أبداً. وما لم يسعد الشخص، ببساطة من دون سبب على الإطلاق، وما لم يكن ذلك الشخص على درجة كافية من الجنون ليسعد من دون أي سبب، فلن يفعل ذلك أبداً. ستجد دوماً ما يحطم سعادتك، شيئاً ناقصاً، غائباً. وذلك الناقص سيصبح من جديد حلم يقظتك.

ولا يمكنك تحقيق حال يتوافر فيها كل شيء، كل شيء. وحتى لو أمكن ذلك فأنت أيضاً لن تسعد. أنظر فقط إلى آلية الذهن: لو توافر كل شيء تريده، فستشعر فجأة بالضجر. والآن، ما العمل؟

سمعت، من مصدر أعتقد أنه ثقة، بأن الناس الذين بلغوا الجنّة مصابون بالضجر. وهذا من مصادر جديدة جداً بالثقة ويمكنك الاعتماد عليها. يجلسون تحت شجر تحقيق الأمان وهم ضجرون. لأنهم في اللحظة التي يقولون فيها شيئاً يظهر الملاك ويحقق رغبتهم. ولا توجد فسحة بين رغبتهم وتحقيقها. يريدون امرأة جميلة، كليوباترا، وها هي تحضر. والآن ما العمل مع واحدة مثلها؟ ذلك بلا معنى، ويصيبهم الضجر.

توجد في نصوص «البورانا» الهندية روايات كثيرة عن آلهات «الديفا» اللواتي أصابهن الضجر الكبير في الجنّة فاشتقن إلى الأرض. امتلكن كلّ شيء هناك. وكنّ، وهنّ على الأرض، يتحرّقن شوقاً إلى الجنّة. وربّما كنّ متصوّفات عظيمات، وربما تخلّين عن العالم والعلاقات وكل شيء لبلوغ الجنّة. وها قد بلغنها وهنّ يتحرّقن شوقاً إلى العالم.

سمعت:

أن ربّان طائرة نقّاة جديدة كان يحلق فوق جبال كاتسكيلز ودلّ مساعده إلى وادٍ جميل. وسأله، «أترى ذلك الموقع؟ اعتدتُ عندما كنت صبيّاً صغيراً حافي القدمين أن أجلس في قارب تجذيف مسطح القعر وأصطاد السمك. وأخذتُ، في كلّ مرة تحلّق فيها طائرة من فوق، أرفع نظري إليها وأحلم بأنني أقودها. وأنا الآن أنظر إلى تحت وأحلم بأنني أصطاد السمك».

هكذا تسير الأمور، وتستمر. تريد، وأنت غير مشهور، أن تصبح مشهوراً. تشعر بالاستياء الشديد لأن الناس لا يعرفونك. تمرّ في الشوارع فلا ينظر أحد إليك، ولا يتعرّف عليك أحد. تشعر كأنك تافه. وتعمل بكدّ لتصبح مشهوراً. وتصيب في أحد الأيام الشهرة. وها إنه لم يعد في وسعك أن تجوب الشارع. فالحشد ينظر إليك الآن. لم تعد تمتلك أيّ حرّية، وبات عليك ملازمة المنزل. لا يمكنك الخروج، وأنت سجين. وها إنك تأخذ في التفكير في تلك الأيام الجميلة عندما اعتدت أن تسير في الشوارع وعلى قدر كبير من الحرّية... كما لو أنك وحدك. وها أنت تتحرّق شوقاً لتلك الأيام. اسأل المشاهير.

كتب فولتير في مذكراته أنه عندما لم يكن شهيراً، وهو على غرار الجميع لم يكن في يوم من الأيام شهيراً، رغب ورغب وعمل جاهداً وأصبح واحداً من أكثر الرجال شهرة في فرنسا. وزادت شهرته كثيراً إلى حدّ بات من شبه المستحيل عليه الخروج من غرفته لأن الناس اعتقدوا في تلك الأيام المملأ بالخرافات أنه إذا استطعت الحصول على قطعة من ثياب رجل عظيم جدّاً، فستمثل حماية لك؛ ولها قيمة وقائية هائلة. فهي تحميك من الأشباح، ومن الحوادث السيئة ومن أمور كهذه.

وهكذا فإنه إذا اضطرّ إلى الخروج إلى العلن، يذهب بمواكبة من الشرطة وإلا لمزّق الناس ثيابه. وليس ذلك فقط، بل سيمزّق جلده وسيعود إلى المنزل مصاباً بالكدمات ونازفاً. وضاق ذرعاً كثيراً من شهرته، إذ لم يتمكّن حتى من الخروج من منزله؛ فالناس موجودون دائماً يتربّصون للقفز عليه كالذئاب. وأخذ يصلّي إلى الله، «كفى! عرفت هذا ولا أريده. صرت أشبه بالميت». وعندئذٍ جاء الملاك، لا بدّ أنه جاء، وقال، «حسناً». وشيئاً فشيئاً غابت شهرته.

تتبدّل آراء الناس بسهولة كبيرة؛ إذ ليست لديهم أيّ نزاهة. تتغيّر الأمور كالموضة تماماً. تكون يوماً في قمة شهرتك، وفي اليوم التالي ينسى الناس أمرك كلياً. تكون الرئيس في يوم؛ وتصير في اليوم التالي المواطن ريتشارد نيكسون. وما من أحد يهتم.

حدث أنّ أذهان الناس تغيّرت، وكذلك الرأي والمناخ، ونسي الناس كلياً أمر فولتير. يذهب إلى المحطة ويأمل وجود أحد على الأقل، شخص واحد، في انتظاره لاستقباله. فلا يأتي أحد، باستثناء كلبه.

وُجد لدى وفاته أربعة فقط يودّعون الوداع الأخير؛ ثلاثة أشخاص والرابع كلبه. لا بدّ أنه مات بائساً، يتحرّق من جديد شوقاً إلى الشهرة. ما العمل؟ هكذا تسير الأمور.

لن يسمح لك الذهن أبداً بأن تسعد. سيجد دوماً، بغضّ النظر عن الوضع، شيئاً يتعس في شأنه. دعني أُلّ لك ذلك بهذه الطريقة: الذهن آلية لخلق التعاسة، كل وظيفته هي خلق التعاسة.

الذهن آلية لخلق التعاسة، كل وظيفته هي خلق التعاسة.

وإذا ألقيت بالذهن، تصبح فجأة سعيداً، من دون أي سبب على الإطلاق.

وإذا ألقيت بالذهن، تصبح فجأة سعيداً، من دون أي سبب على الإطلاق. وتصبح السعادة من ثمّ طبيعياً فقط، كتتنفّسك. فأنت لا تحتاج حتى إلى أن تدرك أنك تتنّفّس. تواصل التنفّس.

فقط. تستمر فيه، سواء كنت واعياً أو غير واعٍ، مستيقظاً أو نائماً. وكذلك السعادة تماماً.

السعادة هي عمق أعماق طبيعتك. ولا تحتاج إلى أي ظروف خارجية؛ فهي موجودة فقط، إنها أنت. الطوبى هي حالك الطبيعية؛ وهي ليست إنجازاً. فإذا انسحبت فقط من آليّة الذهن تبدأ بالشعور بالطوبى.

ولهذا سترى أن المجانين أكثر سعادة من الأشخاص الأصحاء المزعومين. ما الذي يحدث لهم؟ ينسحبون هم أيضاً من الذهن، بطريقة خاطئة بالطبع، لكنهم يفعلون. المجنون هو الشخص الذي هبط إلى ما دون الذهن. إنه خارجه. ولهذا يمكنك أن ترى أن الكثير من المجانين سعداء لدرجة تكاد تشعر معها بالغيرة، بل وقد تحلم أيضاً في اليقظة متسائلاً، «متى ستحلّ عليّ هذه البركة؟»، المجنون محكوم لكنه سعيد.

ما الذي حدث للمجنون؟ لم يعد يفكر في الماضي ولا المستقبل. لقد خرج من الزمن. وبدأ يعيش في الأبدية.

يحدث الأمر بالطريقة نفسها للمتصوّف، لأنه يذهب إلى ما هو فوق الذهن. وأنا لا أطلب منك أن تصير مجنوناً، بل أقول بوجود تماثل بينه وبين المتصوّف. ولذلك يبدو كبار المتصوّفة مجانين بعض الشيء، وجميع الكبار منهم يبدوون أشبه بعض الشيء بالمتصوّفة.

راقب عيني المجنون وستجد أنهما كثيرتا التصوّف... بريق، نوع منه من عالم آخر كما لو أنّ لديه باباً داخلياً ما يمكنه من خلاله بلوغ جوهر الحياة بالذات. إنّه مستريح. ربّما لم يملك شيئاً لكنه سعيد فقط. ليست لديه رغبات، أو طموحات. ولن يذهب إلى أي مكان. إنه هنا فقط... يستمتع، ويبتهج.

نعم، يوجد أمر متماثل بين المجانين والمتصوّفة. وهو يحدث لأن كليهما خارج الذهن. سقط المجنون تحتته، ومضى المتصوّف إلى ما هو أبعد منه. وهو أيضاً مجنون صاحب طريقة؛ في جنونه طريقة. أما المجنون، فسقط إلى ما دون فقط.

أنا لا أطلب أن تصيروا مجانين. بل متصوّفين، فالمتصوّف سعيد كالمجنون وعاقل كالعاقل. المتصوّف عقلاني كالناس العقلانيين المزعومين. بل وأكثر عقلانية. وسعيد جداً أيضاً، تماماً كالمجانين. ولدى المتصوّف التوليفة الأجمّل. إنه في تناغم. لديه كلّ ما لدى الشخص العقلاني، الاثنان. إنه تام. إنه مكتمل.

تسأل، «لماذا تراودني دوماً أحلام اليقظة في شأن المستقبل؟». تُبصرها بشأن المستقبل لأنك لم تتذوّقه. ابدأ بتذوّقه. جدّ بضع لحظات تكون فيها مبتهجاً فقط. كن، وأنت تنظر إلى الأشجار، النظرة فقط. والأذن الصاغية فقط وأنت تنصت إلى الطيور. دعها تبلغ عمق أعماقك. دع تغريدها ينتشر في كل أنحاء كيانك. واكتف، وأنت جالس عند حافة الشاطئ، بالاستماع إلى هدير الموج الجامح، صرّ واحداً معه... لأنه ليس له لا ماض ولا مستقبل. إذا استطعت أن تتناغم نفسك معه، فستصبح أيضاً مثله. عانق شجرة واسترخ فيها. اشعر بقوامها الأخضر يهرع إلى داخل كيانك. استلق على الرمل، انس العالم، تناج مع الرمل، مع برودته؛ أشعر بها تتخملك. اذهب إلى النهر، اسبح، ودعه يسبح معك. طرّش من حولك وصر أنت الطرّشة. قم بكل ما تشعر أنه يمتعك، واستمتع به كلياً. وسيختفي في تلك اللحظات القليلة كل من الماضي والمستقبل، وستكون موجوداً هنا وفي الوقت الحاضر.

ليست البشارة في الإنجيل. بل هي في الأنهر وفي الهدير الجامح للمحيط وفي صمت النجوم. الأخبار السارة مكتوبة في كل الأرجاء. الكون بأسره رسالة. فكّ رموزها. تعلّم لغتها، التي هي لغة هنا، وفي الوقت الحاضر.

لغتك هي لغة الماضي والمستقبل. فإذا أخذت في التحدّث بلغة الذهن فلن تتناغم أبداً أو تتألف مع الوجود. وكيف يمكنك التوقّف عن أحلام اليقظة إذا لم تتذوّق ذلك التناغم؟ لأن هذا ما هي عليه حياتك.

الأمر أشبه بفقير يحمل كيساً من الحجارة العادية وهو يظنّ أنها ماسات رائعة، ويقوت وزمرد، وإذا قلت له، «ارمها. أنت أحمق. فما هي إلا حجارة عادية»، فلن يصدّقك. بل يعتقد أنك تخرجه. سيتمسك بها لأنها كلّ ما يملكه.

لن أطلبَ من ذلك الرجل ان يتخلّى عن كيسه، بل سأحاول أن أريه الياقوت الحقيقي والزمرد والماس. مجرد لمحة خاطفة إليها وسيرمي بالكيس بعيداً. ليس أنه سيتخلّى عنه، لأنه ليس هناك ما يجب التخلّي عنه؛ فهو مليء فقط بأحجار عاديّة. وأنت لا تتخلّى عنها.

سيدرك ببساطة أنه عاش في ظلّ وهم. أما وقد وُجدت الآن الماسات الحقيقيّة، فستبهت حجارتها فجأة، وتختفي. وسيُفرغ ببساطة كيسه على الفور من دون أن تطلب منه ذلك، لأنه بات لديه الآن شيء آخر يضعه في الكيس. سيلقي بالحجارة لأنه يحتاج إلى المجال.

لذا لا أطلب منك أن تتخلّى عن الذهاب إلى المستقبل، وتتخلّى عن العودة إلى الماضي. بل إنني أودّ أن أقول لك أن تُجري المزيد من الاتصالات بالحاضر.

عش بفرح

عش بفرح، بحبّ، حتى بين أولئك الذين يكرهون.
عش بفرح، بصحّة، حتى بين المفجوعين.
عش بفرح، بسلام، حتى بين المضطربين.
عش بفرح، بلا ممتلكات، مثل المشرقين.
الرابح يزرع الحقد لأن الخاسر يعاني.
تخلّ عن الربح والخسارة واعثر على الفرح.

تأمل في حِكْمِ غوتاما بوذا هذه. فهو واحد من أكثر الأشخاص فرحاً على الإطلاق. وستمنحك هذه الحكم لمحة هائلة عن قلب هذا الرجل النهضوي:

عش بفرح، بحبّ، حتى بين أولئك الذين يكرهون.

الفرح هي الكلمة المفتاح في هذه الأبيات. وهو ليس سعادة، لأن السعادة تمتزج دوماً بالتعاسة. ولا يمكن أبداً إيجادها في حال النقاوة، لأنّها دائمة التلوّث، وتجرّ وراءها دوماً ظلاً طويلاً من البؤس. وكما أن الليل يعقب النهار، كذلك يعقب البؤس السعادة.

ما هو الفرح إذاً؟ إنه حال من التجاوز، لا يكون المرء فيها سعيداً أو تعيساً بل هادئاً تماماً وساكناً وفي توازن مطلق، وعلى درجة كبرى من الصمت ومن الحياة بحيث أن صمته أغنية، وأغنيتة ما هي إلا صمته.

الفرح ينبع من الداخل، ولا علاقة له بالخارج. لا ينتج من الآخرين؛

الفرح يدوم إلى الأبد؛ أمّا السعادة، فموقّنة، ومصدرها الخارج، وبالتالي يمكن للخارج أن ينتزعها. عليك الاعتماد على

ولا من أي شيء أبداً. إنه الدفق
العفوي لطاقتك الخاصة.

الآخرين. وأي اعتماد بشع، وهو عبودية. الفرح ينبع من الداخل،
ولا علاقة له بالخارج. لا ينتج من الآخرين؛ ولا من أي شيء أبداً.
إنه الدفق العفوي لطاقتك الخاصة.

إذا كانت طاقتك ساكنة، فلا فرح. أمّا إذا صارت دفقاً، حركة، نهراً، فهناك فرح عظيم، لا
لعلة أخرى إلا لأنك صرت أكثر سيولة، ودفقاً، وحياة. وتولد في قلبك أغنية، وتنبع نشوة عظيمة.

وتُفاجأ عندما تتبع، لأنك لا تستطيع إيجاد أي علة لها. إنها التجربة الأكثر غموضاً في
الحياة: شيء لا علة له، يتجاوز قانون العلة والمعلول. ولا يحتاج إلى علة لأنه جوهر طبيعتك،
ويولد معك. إنه شيء خَلَقِي، إنه أنت بكليتك، وأنت تتدفق.

وأنت كلما أخذت في الدفق، تدفقت نحو المحيط. ذلك هو الفرح: رقصة النهر المنساب نحو
المحيط للقاء الحبيب المطلق. وعندما تكون حياتك حوضاً راكداً، فأنت تموت فقط. لا تتحرك إلى أي
مكان. فلا محيط، ولا أمل. لكنك عندما تتدفق، يصبح المحيط في كل لحظة أكثر قرباً، وكلما اقترب
النهر أكثر صار هناك رقص، ونشوة أكبر.

وعيك نهر. وقد أطلق عليه بوذا اسم الاستمرارية. إنه استمرار، استمرار أبدي، دفق أبدي.
لم يفكر بوذا فيك يوماً وفي كيائك بوصفكما شيئاً ساكناً. وكلمة كيان، في تصوّره، ليست صحيحة.
فالكيان ليس في رأيه إلا صيرورة. إنه ينكره، ويقبل الصيرورة، لأن الكيان يعطيك فكرة عن شيء
ساكن في داخلك، أشبه بالصخر. أما الصيرورة، فتمتدّك بفكرة مختلفة تماماً... أشبه بالنهر، بزهرة
اللوتس وهي تتفتح، بشروق الشمس. هناك أمر يحدث باستمرار. أنت لا تجلس في مكانك كالصخر،
بل تنمو.

بيدّل بوذا علم الغيبيات برمته: يستبدل الكيان بالصيرورة، والأشياء بالإجراءات، والأسماء
بالأفعال.

الحياة فرح... عش في عمق أعماق طبيعتك الخاصة، بقبول مطلق لكل ما أنت عليه. لا
تحاول التلاعب بنفسك وفقاً لأفكار الآخرين. كن نفسك فقط، طبيعتك الأصيلة، ومن المحتوم عندئذٍ
ظهور الفرح؛ إنه ينبع في داخلك. عندما يجري الاعتناء بالشجرة وتروى وتُرعى فمن الطبيعي أن
تزهر في يوم من الأيام. عندما يحل الربيع يحدث إزهار كبير. وكذلك الأمر مع الإنسان. اعتن

بنفسك. جد التربة الصالحة لكيوننتك، اعثر على المناخ المناسب، وغص عميقاً وعميقاً في داخل نفسك.

لا تستكشف العالم؛ بل طبيعتك. لأنك باستكشافك العالم قد تحصل على مقتنيات كثيرة، لكنك لن تكون سيّداً. بيد أنك باستكشاف نفسك قد لا تمتلك الكثير من المقتنيات، لكنك ستكون سيّداً. ومن الأفضل أن تكون سيّداً على نفسك من أن تكون سيّداً على العالم كلّه.

عش بفرح، بحبّ... ومن يعيش بفرح يعيش طبعاً بحبّ. فالحب عطر زهرة الفرح. يوجد في داخلك: فرح لا يمكنك احتواؤه. يوجد الكثير منه بحيث أنه لا يُحتمل. إذا حاولت التباخل به، فستشعر بالألم. يمكن أن يكون كثيراً جداً إلى درجة أنه يصبح معاناة، وألماً، إذا لم تشارك الآخرين فيه.

يجب تشارك الفرح؛ وأنت بذلك تتحرّر من الحمل، وتجد في تشاركه أن منابع

يجب تشارك الفرح؛ وأنت بذلك تتحرّر من الحمل، وتجد عندئذٍ أن منابع جديدة تتفجّر في داخلك، جداول، وعيون ماء جديدة. وذلك التشارك في فرحك هو حبّ.

تتفجّر في داخلك، جداول، وعيون ماء جديدة. وذلك التشارك في فرحك هو حبّ. لذا يجب تذكّر أمر واحد: لا يمكنك أن تحبّ إلا إذا بلغت الفرح. ويواصل الملايين من الناس فعل الآتي: يريدون الحبّ لكنهم لا يعرفون شيئاً عن ماهيته. ويكون حبّهم بالتالي أجوف، فارغاً، عقيماً. وعندئذٍ يجلب حبّهم اليأس والبؤس والكرب؛ يوّلّد الجحيم. ولا يمكنك أن تقع في الحب إلا إذا حظيت بالفرح.

ليس لديك ما تعطيه، وأنت نفسك متسوّل. تحتاج أولاً إلى أن تصبح ملكاً، وفرحك يجعلك كذلك.

عندما تشعّ فرحاً، ولا تعود أسرارك الدفينة أسراراً لكنّها تزهر في الريح وفي المطر وفي الشمس؛ عندما تتحرّر روعتك من سجنها، ويصبح لغزك ظاهرة مكشوفة، ويتردّد من حولك، وينبض. عندما يصبح في تنفّسك، في خفقان قلبك. عندئذٍ يمكنك أن تحبّ. وأن تمسك بالتراب فيتحوّل إلى إلهيّ. عندئذٍ يصبح كلّ ما تلمسه ذهباً. وتحوّل الحصى العادية في يدك إلى ماس وزمرد. الحجارة العادية... الناس الذين تلمسهم لا يعودون بعد ذلك عاديين.

يصير من بلغ الفرح مصدر تحوّل كبير لكثير من الناس. أُضيئت شعلته وبات في وسعه مساعدة الآخرين. وتستطيع الشعلة غير المضاءة أيضاً أن تضيء من جديد كلّما ازدادت اقتراباً من الشخص الذي اشتعل فرحاً. فكلّما زدت اقتراباً قفزت الشعلة إلى داخلك، ولا تعود بعد ذلك أبداً كما كنت عليه في السابق.

الحبّ ليس ممكناً إلاّ عندما تُضاء شعلتك. وأنت، بغير ذلك، قارة معتمة، وتدّعي إنارة الآخرين؟ الحب نور والحقد عتمة. داخلك معتم وتحاول إنارة الآخرين؟ ستنتج فقط في تزويدهم بالمزيد من العتمة، وهم فيها بالفعل. وأنت ستضاعفها، وتجعلهم أكثر بؤساً. لا تحاول فعل ذلك لأنه مستحيل، ولا يتطابق مع طبيعة الأشياء. لا يمكنه الحدوث. تستطيع أن تأمل، لكنّ أملك كلّه سيذهب سدى. عليك أولاً أن تمتلئ حباً.

عش بفرح، بحبّ، حتى بين أولئك الذين يكرهون. وعندئذٍ لا تعود تتعلّق بما يفعله الآخرون لك. ويمكنك حينذاك أن تحبّ حتى الذين يكرهونك. أن تعيش بحبّ وفرح حتى وسط الأعداء. ولا يتعلّق الأمر بمحبّة من يحبّونك. فهذا عادي جدّاً، عمليّ، مقايضة. الحبّ الحقيقي هو في أن تحبّ من يكرهونك. ومن غير الممكن لك، الآن بالذات، أن تحب حتى من يحبّونك، لأنك لا تعرف ما هو الفرح. لكنك عندما تعرفه تحدث المعجزة، السحر. وتصير عندئذٍ قادراً على أن تحبّ من يكرهونك. والواقع هو أنها لم تعد مسألة حبّ أحد ما، أو عدم حبّه، لأنك تصير حبّاً؛ ولا يتبقّى لديك أيّ شيء آخر.

هذا الكتاب الإلكتروني متاح لكم عبر IKitab

سمعت أنّ في القرآن آية تدعو إلى كره الشيطان. وأن متصوّفة كبيرة هي رابعة [العدويّة - المترجم] ألغت هذه الآية من قرآنها. وكان حسن، وهو متصوّف آخر، يقيم مع رابعة؛ وشاهدها تفعل ذلك، فقال، «ما الذي تفعلينه؟ لا يمكن تصحيح القرآن، ذلك تجديف. لا يمكنك اقتطاع أيّ آية منه؛ فهو تام بنفسه. لا إمكان لأيّ تحسين فيه. فما الذي تفعلينه؟»

قالت رابعة، «عليّ فعل ذلك، يا حسن! المسألة لا تتعلّق بالقرآن، إنها أمر مختلف تماماً: فأنا مذ عرفتُ الله لا يمكنني أن أكره. المسألة لا تتعلّق بالشيطان، فأنا لا يمكنني ببساطة أن أكره. فحتى

لو جاء الشيطان ووقف قبالي فسأحبه، لأنه لا يمكنني بعد الآن إلا أن أحب؛ أنا عاجزة عن الكره. لأنه قد اختفى. فإذا امتلأ المرء نوراً فلن يعطي سواه، ولا يهّم أصدقياً كنت أم عدوّاً».

وقالت رابعة، «من أين يمكنني أن آتي بظلمة أرمي بها الشيطان؟ وهي لم يعد لها أي وجود. فأنا نور. وسيشع نوري على الشيطان بالقدر نفسه الذي ينبعث فيه نحو الله. ولم يعد هناك الآن، بالنسبة إليّ من إله أو شيطان، ولا يمكنني حتى التفريق بينهما. فكينونتي كلّها تحوّلت إلى حب؛ ولم يتبقّ أي شيء آخر.

«أنا لا أصحّ القرآن. ومن أنا لأصحّحه؟. لكنّ هذه الآية لم تعد تناسبني. وهذه نسختي؛ وأنا لست في صدد تصحيح قرآن أيّ شخص آخر. ولديّ الحقّ في تصحيح نسختي وفقاً لنفسني. فهذه الآية تصدمني بقوة كلّما وقعت عليها. لا يمكنني فهم المنطق منها؛ لذلك فإنني أشطبها».

والأمر ليس بيد المرء الممتلئ فرحاً وحبّاً. يحبّ الواحد أصدقاءه. وأعداءه. والمسألة لا تتعلق بقرار؛ فقد صار الحبّ الآن أشبه بالتنفّس. هل تتوقّف عن التنفّس إذا جاء عدوّ لمقابلتك؟ هل تقول، «كيف يمكنني التنفّس قباليته؟»، هل تقول، «كيف أفعال ذلك وعدوّي يتنفّس هو الآخر، والهواء الذي مرّ عبر رئتيه قد يدخل في رئتي؟ لا يمكنني التنفّس». ستختنق وستموت. وذلك انتحار وغباوة تامة.

وفي الطريق، يأتي وقت يصبح فيه الحبّ تماماً كالتنفّس. تنفّس روحك. وتستمر في الحبّ.

ويمكن، في ضوء ذلك، فهم قول يسوع: أحبب عدوّك كنفسك. ولو سألت بوذا فسيقول: لا حاجة لفعل مثل هذا الأمر، لأنك لا تستطيع غير ذلك. عليك أن تحبّ. بل أنت في الواقع حبّ، ولا يهّم بالتالي أين تكون. في الزهور، في الأشواك، في الليلة الظلماء، في أوج الظهيرة، في اليأس الذي يزترّك كالمحيط، أو في النجاح الكبير. أنت تبقى حبّاً؛ وكل ما عدا ذلك لا يعود مهماً. يصبح حبّك شيئاً من الأزلي، يستمرّ. قد تقبله وقد لا تفعل، لكن لا تستطيع أن تكره؛ عليك أن تكون طبيعتك الحقيقيّة.

كلمتي تأملّي meditation
وطبّ medicine مُشتقتان
من الجذر نفسه. الطبّ يشفيك
جسدياً، والتأمّل يتولّى ذلك روحياً.

عش بفرح، بصحّة، حتى بين المفجوعين.

كلاهما عملية شفاء، وكلاهما
يجلب الصحة.

يعني بوذا بالصحة الكلية. الشخص المُشفى هو شخص
معافى، وهذا شخص كلي. ولا يعني بوذا بالصحة التحديد الطبي
العادي للمصطلح؛ معناه ليس طبيياً، بل تأملي، مع أنك ستدهش
لمعرفة أن كلمتي تأملي meditation وطبّ medicine مُشتقان
من الجذر نفسه. الطبّ يشفيك جسدياً، والتأمل يتولى ذلك روحياً.
كلاهما عملية شفاء، وكلاهما يجلب الصحة.

لكنّ بوذا لا يتحدّث عن صحة الجسد؛ بل يتكلّم عن صحة نفسك. كن كاملاً، وكلياً. لا تكن
مجزّأً. ولا مقسماً. كن، بالمعنى الحرفي، فرداً، لا يتجزّأ، قطعة واحدة.

الناس ليسوا قطعة واحدة؛ بل هم أجزاء كثيرة، تتماسك بطريقة من الطرق. ويمكن في أي
لحظة أن تتفكّك. جميعهم «هامبتي-دامبتي»، مجرد حُزم من أشياء كثيرة. أيّ موقف، خطر جديد،
وعدم شعور بالأمان يمكن أن يفكّكهم. تموت زوجتك، أو تصاب بالإفلاس، أو تصير عاطلاً من
العمل. أي شيء صغير قد يمثل القشة التي قصمت ظهر البعير. والفارق هو بالدرجة فقط. فهناك
من يبدأ بالغليان على 98 درجة، وآخر على 99؛ وربما آخر على 99,9 درجة، لكن الفارق هو
بالدرجة فقط وأي شيء صغير قد يغيّر الميزان. يمكنك في أي لحظة أن تفقد صوابك لأنك صرت
في داخلك مزدحماً بالفعل. بالكثير جداً من الرغبات، ومن الأحلام، والكثير جداً من الناس الذين
يقيمون في داخلك. وإذا راقبت بانتباه، فلن تجد شخصاً واحداً في الداخل بل وجوهاً كثيرة تتغيّر في
كلّ لحظة. وكأنك مجرد سوق تجارية يأتي إليها الكثير من الناس ويذهبون، وفيها الكثير من
الضجيج، ولا شيء فيها منطقي. وتواصل التكديس.

طفولتك هي الأقرب إلى الحال البوذية. ومع تقدّمك في العمر تزداد جنوناً. وتبتعد أكثر فأكثر
عن الحال البوذية. وهذه حال غريبة جداً بالفعل؛ ويجب ألا تكون كذلك. على المرء أن يتطوّر في
اتجاه البوذية، لكن الناس يتطوّرون في الاتجاه المعاكس تماماً.

يقول بوذا:

عش بفرح، بصحة، حتى بين المفجوعين.

وهذه حكمة مهمّة جداً يجب تذكّرها، من باب أولى لأنّ المسيحيين يبتدعون مقارنة خاطئة تماماً للحياة. يقولون: كيف يمكنك أن تفرح بوجود هذا القدر من البؤس في العالم. يأتون إليّ أحياناً ويقولون: «الناس جياع، فقراء. فكيف تعلّمهم أن يرقصوا ويغنّوا ويفرحوا؟ هناك أناس كثيرون مبتلون بالكثير من الأمراض، وتعلّمهم التأمل؟ هذه أنانيّة!».

لكنّ ذلك ما يقوله بوذا تماماً.

عش بفرح، بسلام، حتى بين المضطربين.

لا يسعك تغيير العالم كلّهُ. لديك فترة حياة قصيرة، وستنقضي قريباً. ولا يمكنك أن تشتت في سافرٍ فقط عندما يتغيّر العالم كلّهُ ويصبح الجميع سعداء». هذا ما لن يحدث أبداً كما أنه ليس في مقدورك فعله. لو أن الطريقة الوحيدة لتسعد هي في جعل الجميع سعداء، فإنّك لن تفعل أبداً. وبوذا يعلن حقيقة بسيطة. فهو لا يقول بعدم مساعدة الناس، بل بالأحرى بأنك لن تستطيع مساعدتهم إذا كنت أنت نفسك معتلاً.

لا يمكنك، بكونك أنت نفسك فقيراً، أن تساعد الفقراء، مع أنهم سيعبدونك لأنهم سيرون مدى عظمة قداسك. عبدوا المهاتما غاندي لمجرّد أنه حاول العيش كفقير. لكنك لن تساعدكم بمجرد عيشك مثلهم. ولو أن الطبيب أصاب نفسه بالمرض لمساعدة مرضاه، فهل تسمّيه قديساً؟ استدعوه فقط الغبي، لأن هذا هو الوقت الذي يحتاج فيه إلى كامل صحّته ليتمكّن من مساعدة الناس. هذا منطوق غريب، لكنه ساد على مدى قرون: كن فقيراً إذا أردت مساعدة الفقراء، عش حياة الفقر، عش مثلهم تماماً. وسيمنحونك بالطبع احتراماً كبيراً وشرفاً، لكنّ ذلك لن يساعدهم بل سيرضي الأنا خاصتك فقط. وأيّ ذات راضية ستخلق لك البؤس لا الفرح.

عش بفرح، بصحة، حتى بين المفجوعين. عش بفرح، بسلام، حتى بين المضطربين. إنها الطريقة الوحيدة للمساعدة، وللخدمة. كن في البداية أنانياً، حول نفسك أولاً. فحياتك في سلام وفرح وصحة يمكن أن تمثّل مصدراً كبيراً لتغذية الناس الجائعين إلى الغذاء الروحي.

الغنى المادي بسيط جداً: أكثر قليلاً فقط من التكنولوجيا، أكثر قليلاً من العلم، ويمكن للناس أن يصبحوا أغنياء.

لا يجوع الناس فعلاً إلى الأمور الماديّة. فالغنى الماديّ بسيط جداً: أكثر قليلاً فقط من التكنولوجيا، وأكثر قليلاً من العلم، ويمكن للناس أن يصبحوا أغنياء. المشكلة الحقيقيّة هي في كميّة

المشكلة الحقيقية هي في كيفية الإثراء داخلياً.

الإثراء داخلياً. وستُفاجأ عندما تصير غنياً من الداخل. تصبح للمرة الأولى مدركاً بشدة واهتمام أكبر فقرك الداخلي. ويختفي، للمرة الأولى، كل معنى في الحياة وأنت غني من الخارج لأنه يمكن، في

المقابل، رؤية فقرك الداخلي بوضوح أكبر. في الخارج ضوء يشع في الأرجاء، بينما أنت في الداخل كناية عن جزيرة معتمة.

يشعر الغني بفقره أكثر من الشخص الفقير لأنه ليس لدى الأخير نقيض. ففي الخارج عتمة وفي الداخل كذلك: يعرف أنها ما عليه الحياة. لكنك، مع وجود الضوء في الخارج، تصبح أكثر رغبة في ظاهرة جديدة: تشنق إلى الضوء الداخلي. ولماذا لا يمكنك أن تثري من الداخل عندما ترى أن الثراء ممكن في الخارج؟

عش بفرح، بلا مقتنيات، مثل المشرفين.

استمتع بالعالم، تمتع بالشمس، بالقمر، بالنجوم، بالأزهار، بالسماء وبالأرض. عش بالفرح والسلام من دون تملك. لا تمتلك. استخدم الأشياء، لكن لا تفتتها، لأن من يمتلك لا يستطيع الاستخدام. يصبح المالك فعلاً مملوكاً من مقتنياته الخاصة. ولذلك يصير الكثير من الأغنياء على قدر كبير من البؤس؛ فهم يعيشون حياة الفقر. لديهم كل أموال الأرض، لكنهم يعيشون بطريقة فقيرة.

كان أغنى رجل في الأرض، منذ بضعة عقود فقط، هو نظام الحيدر أبادي. كانت ثروته في الواقع كبيرة جداً بحيث لم يتمكن أحد أبداً من تقدير ما يمتلكه. امتلأت خزائنه بالماس؛ فكل شيء مصنوع منه. وحتى مثقلة الورق لديه كانت الماسة الأكبر في العالم؛ وما ماسة «كوهينور» إلا ثلث حجم منقال ورقه.

ولما مات عُثر على هذا المنقال في حذائه. ولم تُحص الماسات بسبب وجود الكثير منها. وُزنت لكن لم تُعدّ، الوزن بالكيلوغرام ولكن لا عملية إحصاء لعدد الماسات. فمن يمكنه العدّ؟ وكانت الماسات تُخرج في كل سنة من الأقبية. وقد امتلك أكبر قصر في الهند، ومع ذلك لم تكف سطوحه كلها، لأن الماسات كانت تُنشر على سطوح قصره لمجرد تعريضها في كل سنة لبعض من أشعة

الشمس. لكنّ الرجل عاش، وبما لا يمكنك تصديقه، حياة فيها الكثير من البؤس؛ فحتّى الشحاذون عاشوا أفضل منه.

اعتاد جمع السجائر التي سبق لغيره أن دخنّها ورماها. مجرد أعقابها. لم يكن يشتري السجائر لنفسه بل يجمعها ويدخنّها. يا للبخل! واستخدم طيلة خمسين عاماً قُبعة وحيدة. كانت متسخة جداً وكريهة الرائحة! ومات بها نفسها. لم يعتد يوماً بتبديل ثيابه. وقيل إنه كان يشتري ثيابه من سوق المستعمل، حيث تُباع الأشياء القديمة والبالية والمستعملة. لا بد أن حذاءه كان الأكثر اتساخاً في الأرض، لكنه لم يكن يشتري أحذية جديدة، بل يرسل تلك التي عنده مرّة كلّ فترة لإصلاحها.

وهكذا، فإن الرجل الأغنى في العالم عاش في مثل ذلك البؤس والتقتير. فما الذي حدث له؟ التملك! كان التملك مرضه، هوسه. أراد امتلاك كلّ شيء. كان يشتري الماس من كل أنحاء العالم؛ وأينما وُجد يذهب عميله لشرائه. لمجرد أن يحصل على المزيد والمزيد! لكن لا يمكنك أكل الماس. وكان يتناول أرخص أنواع الطعام. واستبدّ به الخوف إلى حدّ أنه كان يعجز تماماً عن النوم. كان ينتابه خوف دائم من أن يعمد أحدهم إلى سرقة.

وإليك كيف أن مثقلة الورق، أغلى ماسة امتلكها، وهي أثقل بثلاث مرّات من «الكوهينور»، وُجدت في حذائه. فقد خبأها، وهو ينازع، فيه حتى لا يسرقها أحد، وإلا لبقيت ظاهرة جداً للعيان، وموجودة تماماً أمام أعين الناس. قلق، حتّى وهو يموت، على الماسة أكثر من قلقه على حياته. لم يستطع يوماً إعطاء أي شيء لأي أحد.

هذا ما يحدث للأشخاص الذين يصبحون املاكيين: لا يستخدمون الأشياء، بل إنها هي التي تستخدمهم. وهم ليسوا أسياداً، بل خدم لأغراضهم الخاصة. يواصلون التكديس ويموتون من دون الاستمتاع بكل ما لديهم.

عش بفرح، بلا ممتلكات، مثل المُشرقين.

يجب استخدام العالم، لا امتلاكه. تأتي خالي الوفاض ونذهب كذلك، ولا جدوى بالتالي من امتلاك أي شيء.

عش مثل البوذيين الذين لا يملكون شيئاً، لكنهم يستخدمون كلّ شيء. يجب استخدام العالم، لا امتلاكه. تأتي خالي الوفاض ونذهب كذلك، ولا جدوى بالتالي من امتلاك أي شيء. من البشع أن تكون امتلاكياً. بل عليك أن تستخدم كلّ شيء! استخدم العالم وأنت حيّ؛

استمتع بكل ما يوفّره لك ثم ارحل من دون أن تنتظر إلى الوراء، من دون التمسك بالأشياء.

الشخص الذكي يستخدم الحياة بطريقة جميلة وجمالية وحساسة. ويحتفظ له العالم من ثم بالكثير من الكنوز. وهو لا يصبح أبداً متعلقاً بالأشياء، لأنك في اللحظة التي تصبح فيها متعلقاً تكون قد غفوت.

الرابح يزرع الحقد لأن الخاسرين يعانون.

تخلّ عن الربح والخسارة واعثر على الفرحة.

كيف تعثر على الفرحة؟ دع طموحك يختفي؛ لأنه هو العائق. الطموح يعني رحلة الأنا: «أريد أن أكون هذا، وذاك. المزيد من المال، والسلطة، والاعتبار». لكن تذكر أن الربح يزرع الحقد لأن الخاسر يعاني. لذا تخلّ عن الربح والخسارة واعثر على الفرحة. وإذا أردت العثور عليه، فانس أمر الربح والخسارة. الحياة لعبة، مباراة. العبها بجمال، وانس كل ما يتعلّق بالربح والخسارة.

روح الرياضي الحقيقي لا تتعلّق بالربح أو الخسارة. فهذا ليس شاغله الحقيقي. فهو يستمتع باللعب. ذلك هو اللاعب الحقيقي. وإذا لعبت لتربح، فستلعب بتوتر وقلق. فأنت غير مهتم بالعبة نفسها، بفرحها ولغزها؛ بل مشغول أكثر بالنتيجة. وهذه ليست الطريقة الصحيحة للعيش في هذا العالم.

عش فيه من دون أي فكرة عمّا سيحدث. ولا يهم إذا كنت ستربح أم ستخسر. فالموت ينتزع كلّ شيء. وسواء ربحت أو خسرت، فهذا ليس الجوهر. الأمر الوحيد الذي يهمّ، ولطالما كان على هذا النحو، هو كيف تلعب المباراة. هل استمتعت بها؟ بالمباراة نفسها؟ فكل لحظة إذاً هي لحظة فرحة.

أوشو OSHO

سلسلة «رؤية لحياة جديدة» الصادرة
عن شركة المطبوعات للتوزيع والنشر



عن المؤلف

يتحدى أوشو التصنيف. تتطرق آلاف الأحاديث التي ألقاها إلى كل شيء، بدءاً بالمسعى الفردي إلى المعنى، وصولاً إلى القضايا الاجتماعية والسياسية الضاغطة التي تواجه المجتمع اليوم.

مؤلفات أوشو لم تُكْتَب، بل نُقِلت من تسجيلات صوتية ومرئية لأحاديثه المرتجلة إلى الجمهور العالمي. وكما يقول هو: تذكر أنّ أياً يكن ما أقوله فهو ليس موجّهاً إليك وحدك... أنا أتكلم أيضاً إلى الأجيال القادمة.

وصفته صحيفة «الصنداي تايمز» اللندنية بأنه واحد من بين ألف شخصية صنعت القرن العشرين. أما الكاتب الأميركي توم روبنز، فعده «الرجل الأكثر خطورةً منذ يسوع المسيح». اختارته صحيفة «صنداي ميد داي» الهندية واحداً من عشرة أشخاص غيروا مصير الهند، إلى جانب غاندي ونهرو وبوذا.

وعن عمله يقول أوشو إنه يساعد على تكوين الشروط لولادة نوع جديد من البشر. وغالباً ما يصف هذا النوع الجديد بأنه زوربا بوذا، القادر على التمتع بالمباهج الدنيوية لزوربا اليوناني والصفاء الساكن لغوتاما بوذا معاً.

تهيمن على جوانب أحاديث أوشو وتأملاته رؤية تحيط، على حدّ سواء، بالحكمة الخالدة في كل العصور الغابرة، وما في علوم وتكنولوجيا اليوم والغد من طاقة كامنة في حدها الأقصى.

المعروف عن أوشو إسهامه الثوري في علم التحوّل الداخلي مع مقاربة تأملية تقرّ بالإيقاع السريع للحياة المعاصرة. وما تتفرّد به تأملاته الفعّالة مكوّن أولاً لتنفيس إجهادات الجسد والذهن المتراكمة، وبذلك يكون أسهل خوض تجربة سكون وارتخاء خالٍ من الإجهاد الفكري داخل الحياة اليومية.

لمزيد من المعلومات

www.OSHO.com موقع إلكتروني شامل، متعدد اللغات، يتضمن مجلةً وكتبَ أوشو وأحاديثه بشكليها الصوتي والمرئي وأرشيف المكتبة باللغتين الإنكليزية والهندية ومعلومات مكثفة عن تأملاته.

كما تجدون في الموقع جدول برنامج جامعة أوشو الكبيرة ومعلومات عن منتج أوشو العالمي للتأمل.

مواقع إلكترونية

<http://OSHO.com/resort>

<http://OSHO.com/magazine>

<http://OSHO.com/shop>

<http://www.youtube.com/OSHO>

<http://www.oshobytes.blogspot.com>

<http://www.Twitter.com/OSHOtimes>

<http://www.facebook.com/OSHO.International>

<http://www.flickr.com/photos/oshointernational>

للاتصال بمؤسسة أوشو الدولية:

www.osho.com/oshointernational,

oshointernational@oshointernational.com

منتج أوشو العالمي للتأمل

الموقع: يقع على مسافة مئة ميل أو مئة وستين كيلومتراً جنوب شرق مومباي في مدينة بون الحديثة المزدهرة في الهند. ويعتبر منتج أوشو العالمي للتأمل مكاناً متميزاً لقضاء العطلة. يمتد المنتج على مساحة 40 فدّاناً أو 168 ألف متر مربع من الحدائق الغناء في بقعة رائعة مسوّرة بالأشجار.

التميز: يستقبل منتج التأمل سنوياً آلاف الزوار من أكثر من مئة بلد. ويوفّر المجمع الفريد من نوعه فرصة لتجربة شخصية مباشرة لنمط حياة جديد، مع مزيد من الوعي والاسترخاء والبهجة والإبداع، ويقدم أصنافاً متنوعة من البرامج والخيارات على مدار الساعة والسنة، منها عدم القيام بأي عمل والاسترخاء فقط. البرامج كلها تركز في رؤية أوشو لزوربا بوذا، وهو نوع جديد من البشر قادر على الإسهام الإبداعي في الحياة اليومية والاسترخاء في جو الصمت والتأمل.

التأمل: برنامج يومي كامل من التأملات خاص بكل نوع من أنواع الأشخاص، ويتضمن طرائق سلبية وإيجابية وتقليدية وثورية ولاسيما طرائق أوشو التأملية الفعّالة. يجري التأمل في ما يُعتبر صالة التأمل الكبرى في العالم، وهي قاعة أوشو.

الجامعة الكبيرة: جلسات فردية، حلقات دراسية وورش عمل تتناول كل شيء، بدءاً بالفنون الإبداعية والصحة الشمولية والتحول الشخصي، مروراً بالعلاقات ومراحل الحياة الانتقالية والعمل باعتباره تأملاً، والعلوم الباطنية، وانتهاءً بمقاربة «الزّن» للرياضات والاستجمام. ويكمن سر نجاح الجامعة الكبيرة في حقيقة أن برامجها مُدمّجة بالتأمل ومعرّزة لنظرة فحواها أننا، نحن البشر، كمجموع، أهم وأبعد شأنًا من حالنا كأفراد.

حمام باشو المعدني: يوفر هذا الحمام الفاخر سباحة مترفة في الهواء الطلق في إطار من الأشجار والطبيعة الاستوائية. أما الجاكوزي الفسيح والمصمّم بشكل متميّز وحمامات البخار وصالة الألعاب الرياضية وملاعب كرة المضرب، فيزيد جاذبيتها محيطها الباهر الجمال.

الطعام: أماكن تناول الطعام متعددة ومتنوعة، وتقدم طعاماً نباتياً غريباً وآسيوياً وهندياً لذيذاً. معظم الأطعمة تُنتج عضوياً خصيصاً لمنتج التأمل. كما أن فرن المنتج الخاص يقدم أنواعاً مختلفة من الخبز والحلوى.

الحياة الليلية: هناك كثير من أنواع الأمسيات، وعلى رأسها الرقص إلى جانب نشاطات أخرى كالتأمل تحت النجوم في ليالٍ مقمرة، وعروض متنوعة وحفلات موسيقية وتأملات في الحياة اليومية. أو يمكنك الاكتفاء بمقابلة الناس في مقهى بلازا أو التنزه في هدأة الحدائق الليلية وسط بيئة ساحرة.

المرافق: يمكنك شراء حاجاتك الأساسية ولوازم النظافة والتجميل من المعرض. وفي المعرض المتعدد الوسائط تجد مروحة واسعة من منتجات أوشو الإعلامية. وهناك أيضاً مصرف ووكالة سفر ومقهى إنترنت داخل المجمع. أما الذين يهون التسوق فنتيح لهم مدينة بون كل الخيارات، بدءاً من المنتجات التقليدية والإثنية وصولاً إلى مخازن الماركات العالمية.

الإيواء: بإمكانك اختيار الإقامة في الغرف الأنيقة لمضافة أوشو. ولإقامة طويلة الأمد اختر واحداً من حزمة برامج السكن. علاوةً على ذلك تتوفر مجموعة متنوعة من الفنادق القريبة والشقق الفندقية.



ميتشيو كوشي

- الجريمة والانحراف السلوكي والغذاء - ميتشيو كوشي وآخرون - إعداد: د. يوسف البدر
- دليل الوصفات الطبيعية - إشراف: مريم نور
- علم الطاقات التسع - إعداد: د. يوسف البدر
- علم الفراسة والتشخيص - إعداد: د. يوسف البدر
- العلاج بالكف - ميتشيو كوشي وأوليفيا أوريدسون - إعداد: د. يوسف البدر
- موسوعة الغذاء الوافي من السرطان - ميتشيو كوشي وأليكس جاك - إعداد: د. يوسف البدر

أوشو

- الإبداع - إعداد: مريم نور
- الحدس - إعداد: مريم نور
- الحرّة
- الذكاء
- الشجاعة - إعداد: مريم نور
- العلاقة الحميمة - إعداد: مريم نور
- الفرح
- الفهم - إعداد: مريم نور
- النضج - إعداد: مريم نور

د. س. شارما

- صحتك... بمطبخك - د. سيد عزيز أحمد؛ د. س. شارما
- المداواة بالعصائر - د. سيد عزيز أحمد؛ د. س. شارما



- الاعتدال في الأدوية المفردة - أبو جعفر أحمد بن إبراهيم الجرار
- اكتشاف الطب التجانسي - إعداد: د. يوسف البدر
- الإنسان جسداً ونفساً - د. سليمان الدليمي
- الحقيقة الخفية لأمراض العصر - د. كيشي موريشيتا - إعداد: د. يوسف البدر
- الحمل والعناية بالطفل والحليب - إعداد: د. يوسف البدر
- دليل المرأة إلى صحة الرجل - أبراهام هارفي كريغر

الطب النسائي - د. روجيه خوري

- الحمل الطبيعي
- اضطرابات الحمل (القسم الأول)
- اضطرابات الحمل (القسم الثاني)
- اضطرابات الحمل (القسم الثالث)

أمراض الإنسان - د. غسان الزهيري

- الإصابات الأولية
- الأمراض الجلدية
- أمراض الجهاز البولي والتناسلي
- أمراض العظام والمفاصل
- أمراض الغدد
- أمراض القلب

أمراض النبات والحيوان

- إنفلونزا الطيور - مايك دايفيس
- أمراض المحاصيل البستانية وطرق مكافحتها - د. عبد النبي محمد أبو غنيمه
- الجمل العربي: تربية وأمراض الإبل - د. علي جواد الزبيدي

د. إفلين عون - د. ماجد خضر

- التكنولوجيا مع... د. ماجد خضر - د. ماجد خضر
- لسة شفاء (الجزء الأول) - د. إفلين عون
- لسة شفاء (الجزء الثاني) - د. إفلين عون - د. ماجد خضر

الأكاديمية الأميركية لطب الأطفال

- دليل الوالدين إلى البداية عند الأطفال - ساندر ج. هاسينك - إعداد: د. أمين بركات
- هكذا... تعنتين بطفلك منذ الولادة وحتى سن الخامسة - د. ستيفن ب. شلوف و د. روبرت أ. هنيمان - إعداد: د. أمين بركات

جورج أوشاوا

- دليل الميكروبيوتيك إلى الحياة السعيدة - إعداد: د. يوسف البدر
- زن ماكروبيوتيك - إعداد: د. يوسف البدر



- دليل صحة المرأة - غايل جاك - إشراف: مريم نور
- سر الشباب الدائم - د. إيلي غاريوس
- سر الوقاية من ترقق العظام - معصومة علامة
- السكري: أسرار العلاج السريع - فيكي منتي
- الطب البديل - غسان نعمان ماهر
- العزّ للرز - وندي أسكو - إشراف: مريم نور
- فنُّ الحياة - وليم هارت
- قول الصويا: الغذاء المعجزة! - ريبا البشارات
- القليل من الكربوهيدرات سر الصحة والرشاقة - جوني بودن
- قواعد الطبخ الماكروبيوتيك - جوليا فيريه - إعداد: د. يوسف البدر
- ١٠٠ سر للنجاح - نايجل كمبرلاند
- المعالجة عن طريق الوخز بالإبر - د. ميشال حتّي
- الموجز الإرشادي عن الباثولوجيا (جزءان) - د. أ. د. تومسون
- نظريات حديثة في الطب النفسي - د. فلافيو غيكوفات

Notes

[1←]

أتيلا الهوني: آخر حكام الهون، وأقواهم. والهون (Huns) هم أجداد الأتراك.

[2←]

في إشارة إلى مسرحية صاموئيل بيكيت «في انتظار غودو» - المترجم.