

# جنة السكوة



## مقدمة:

هناك لجنة في الإنسان هي الطريق لجنة السماء

## الفصل الأول: الجنة الأرضية



هي قصة كتبها الروائي الروسي دوستويفسكي تحت عنوان حلم رجل مضحك.

تبدأ القصة مع رجل يتجول في شوارع سانت بطرسبرغ. إنه يفكر في سخافة حياته، أدرك مؤخرًا أن لا شيء يمه بعد الآن. وهذا قاده إلى فكرة الانتحار.

وهو يسير في الطريق وقد عزم على الانتحار يقابل طفلة صغيرة تمسكه من كوعه وتطلب منه المساعدة. لاحظ أنه على الرغم من البرد، إلا أنها ترتدي ملابس خفيفة ومبللة. على الرغم من عدم قدرته على فهم صوتها المرتعش، إلا أنه عرف أن شيئًا فظيئًا قد حدث لأم الفتاة. حاولت أن تجعله يتبعها لكنه يرفض، وعندما تصر بشدة، يضرب برجله ويصرخ عليها.

يعود إلى شقته، يضع البندقية على الطاولة بجانبه. يتردد في إطلاق النار على نفسه بسبب شعور مزعج بالشفقة والألم الداخلي الذي ابتلي به منذ أن تجنب الفتاة الصغيرة. لا يستطيع أن يفهم كيف يمكن أن يؤثر عليه ذلك الموقف وهو الذي قرر أنه لا شيء مهم وأنه سيطلق النار على نفسه قريبًا .

لكنه غفا بشكل غير متوقع. حلم بحلم جلي واضح. ففي الحلم يكون قد أطلق النار على قلبه. ويموت، لكنه لا يشعر بأي ألم من الطلقة ولا يزال على دراية بمحيطه. يفهم أن هناك جنازة وأنه هو الذي يدفن .

بعد فترة زمنية غير محددة في قبره البارد، تنسكب قطرات من الماء على جفنه الأيسر. يشعر بسخط عميق في قلبه ويشعر فجأة بالألم من الطلق الناري. وكل كيانه يصلي إلى "الذي يحكم كل شيء". قائلاً "أيا تكن، إذا كنت، وإذا كان هناك أي شيء أكثر عقلانية مما هو آت الآن، فامنح أن يحدث ذلك هنا أيضًا. لكن إذا كنت تنتقم مني بسبب انتحاري غير الحكيم، من خلال قبح وعبث هذه الحياة بعد الموت، فاعلم أنه لا يوجد عذاب يمكن مقارنته بالازدراء الذي سأشعر به دائمًا في صمت"

تم فتح قبره فجأة بواسطة شخصية غير معروفة. يسحبه هذا الشكل من قبره، ويخلق الاثنان في السماء وفي الفضاء. بعد التحليق في الفضاء لفترة طويلة، وصلوا إلى نجم يشبه شمس الأرض تمامًا. يشير الرفيق الغامض إلى كوكب صغير، وعندما يقتربون منه يكون منتشيًا ليرى أنه يشبه الأرض تمامًا .

إنه يتساءل عما إذا كانت تحتوي هذه الأرض على نفس المعاناة والجحود مثل الأرض التي تركها. يحط على ما يبدو أنه جزيرة يونانية شاعرية، حيث يشعر في الحال بجو من السلام والجمال غير الملوئين .

كان البحر أخضر مثل الزمرد، يتناثر بهدوء على الشاطئ ويقبله ويداعبه كأنه حب شبه واعى بذاته، الأشجار الجميلة والطويلة واقفة في شموخ، أزهارها وأوراقها كأنها تحييه ، في حفيفها الناعم تكاد تعبر عن كلمات من الحب، بدا العشب يلعب بأزهاره العطرة والطيور تخلق وتخط عليه بلا خوف تضرب بأجنحتها وتزقزق بأصوات جميلة.

يلقى ترحيباً حاراً من قبل أناس مبتهجين، كل واحد منهم لا يرغب إلا في أن يجبه ويحرره من المعاناة. يصفهم بهذه العبارة التي هي أهم عبارة في القصة وسبب ذكري لها. [أبناء الشمس إنهم أناس سعداء، بلا خوف ، بلا خطيئة يعيشون في وحدة مع الأشجار والنجوم وكل العالم الطبيعي] . وجد أن هناك "فقط حب بدا أنه يتكاثر إلى حد النشوة، ولكنها نشوة هادئة .

لم يرى مثل جبالهم، وهل بالإمكان ان يرى هذا الجمال إلا في الأطفال حديثي الولادة في الأرض التي أتى منها، عيون لامعة تشع نورا وضياء، في أصواتهم وكلماتهم سعادة طفولية، لقد عرف الآن أين هو. أنها نفس الأرض لكن قبل ان تلطخها خطيئة الإنسان.

لقد كانوا هادئين بلا رغبات، كانوا على تواصل مع الشجر وكأنهم يفهمون لغتها، لم تكن الحيوانات تهاجمهم ولم يكونوا يصطادونها، يكتفون بثمار الأشجار وعسل الغابات وحليب الحيوانات.

كانوا يعيشون الحب وكانوا ينجبون الأطفال لكن لم تكن عندهم تلك الشهوة القاسية التي يشعر بها أهل أرضنا، طفل أحدهم هو طفل الجميع صانعين بذلك أسرة واحدة، لا حسد لا خصومات، بل لم يعرفوا معنى هاتين الكلمتين، كانوا على تواصل مع الأموات منهم، حتى الموت لا يقطع وحدتهم الأرضية.

وفي الليل وقبل النوم كانوا يغنون مجتمعين مشكلين جوقة موسيقية متناغمة، تعبر موسيقاهم عن كافة مشاعرهم خلال اليوم. أحبوا تأليف الأغاني عن بعضهم البعض وعن كل ما حولهم من طبيعة وشجر وحيوانات. بل طوال حياتهم لم يفعلوا سوى التعبير عن إعجاب بعضهم لبعض، لقد رأوا في فرديتهم وسيلة لعشق بعضهم بعضا. كان شعورا شاملا وعالميا لم يستثنوا أحدا حتى الجمادات.

باختصار كانوا فقط كما هم، طبيعيين.

يمكنك قراءة تيمة القصة التي تنتهي نهاية كارثية فما كان من الرجل إلا أن أفسدهم ولوث طهارتهم كما تلوث قطرة الحبر الماء .

لقد علمهم عن طريق الخطأ الكذب. الكذب البريء او كذبة بيضاء. اظهار عكس ما تخفيه. فقط بغير قصد ايداء او شر. لكن الكذب ولد في نفوسهم كل الشرور. ظهرت الأنا وفقدت الوحدة. صاروا يتحدثون بملكاتي وشخصيتي. واذا ظهرت الانا ظهرت الحاجة والرغبة والتنافس والحسد والكراهة وأخيرا القتل .

المهم في القصة هي الحالة التي كانوا فيها قبل فسادهم. الوحدة الطبيعية. غياب الأنا. غياب الحاجة. السكون ولا شيء غير السكون. نفوس مطمئنة. تلك هي الجنة في الإنسان وأشهر من تكلم عنها ودعا إليها ونشرها هو ...

## الفصل الثاني: بوذا



بوذا أمير نيبالي واسمه سيدهارتا جواتاما، وهو من سأل السؤال التالي. لماذا يعاني الإنسان؟

توصل لهذا السؤال عندما انصدم بواقع الناس في مملكته فقد كان يعيش في ترف في قصره في غفلة عن قسوة الحياة وصعوباتها. ويوما ما قرر الخروج من قصره ليرى العالم الخارجي فمر بما يعرف بالمشاهدات الأربعة. شاهد رجلا مريضا فسأل ما باله يتصرف بغرابة. فقال له مساعده انه مريض. فسأل بوذا ما هو المرض فشرح له ان المرض خلل يصيب الجسم. ثم شاهد رجلا عجوزا فسأل لم لون شعره أبيض فقالوا له انه رجل هرم. فقال ما الهرم. قالوا انه يصيب الإنسان عندما يتقدم في العمر. وثالثا شاهدا جثة هادمة فعرف الموت. ورابعا رأى رجلا يتأمل فعرف ان التأمل هو الطريق لمعرفة الجواب. لماذا نعاني .

الخلاصة الإنسان يعاني لأن له ذاتا وحاجات. الذات الأنانية الانعزالية والحاجة الطماعة. ما دام الانسان يعيش ليرضي هاتين فسيعاني. لأنك تحتاج الصحة تعاني من المرض. لأنك تحتاج الشباب تعاني من الهرم. تحتاج الحياة فتخاف الموت. انت لا تحتاج الصحة لأنها لا تدوم ولا تحتاج الشباب ولا الحياة. كل هذا لا يدوم. ما هو الشيء الذي يدوم ولا يتغير ولا يتبدل ولا يزول .

أنه السكون.

## الفصل الثالث: حالة السكون



السكون ..

فقط كن

لا تشتت نفسك بأي شيء

لا تقلق نفسك بأي شيء

فقط كن

فرغ نفسك من كل شيء

اترك عنك رغباتك

اترك عنك حاجاتك

اترك احزانك

اترك مخاوفك

اترك أفكارك  
اترك شخصيتك  
لا تتخلص منها  
فقط أرحها عن اهتمامك  
فرغ نفسك من كل شيء

فقط كن

راقب نفسك  
راقب أفكارك  
لا تندمج معها  
لا تتأثر بها  
راقب فقط

فقط كن واسكن

ودع الحياة ترعى الحياة



## الفصل الرابع: المراقب

السكون يولد في داخلك عندما تكون المراقب فقط، كل ما تمر به سواء من فكرة او رغبة او احساس او موقف او تجربة ... الخ.  
كل هذا يتجلى أمامك، انت المراقب فقط.

عندما تشعر بالحزن انت لست حزين، انت تراقب شعور الحزن، عندما تعطي انتباهك وتركيزك لذلك الشعور يصبح حقيقة وواقع تعيشه، عندها تقول أنك حزين، لقد ولدت الحزن فيك، لكن المشاعر في حد ذاتها ليست حية وليست حقيقية هي مثل السحاب التي تسبح في السماء.

كن المراقب فقط، المشاعر مجرد زوار في وعيك. الأفكار تجري فيك كالسائحين، انت لست هذا ولا ذاك، انت المراقب فقط، لا تهتم بهذا، دع ما يتجلى يتجلى، دع ما يتمظهر يتمظهر، لا تبذر طاقتك في محاربتة او التخلص منه، لا تأبه لأنه يزول، ركز في الذي لا يزول

السكون ولا شيء غير السكون تلك هي الجنة في الإنسان، جنة الطمأنينة المذكورة في القرآن

{ يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ۖ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ۖ فَادْخُلِي فِي عِبَادِي ۖ وَادْخُلِي جَنَّاتِي }.

## فصل: الكل يبحث عن السكون



السكون هو مملكة الرب التي تحدث عنها المسيح

السكون هي النفس المطمئنة التي تحدث عنها النبي محمد

السكون هو النير فانا التي تحدث عنها بوذا

المتعبد في الغار

والمتأمل تحت الشجرة

والمتطهر بالماء

الكل يبحث عن السكون

الكل بشر بالسكون

## فصل: آدم و إبليس



رمزية قصة آدم وإبليس تشرح سبب المعاناة والبعد عن الله

لماذا كفر إبليس عندما أمره الله بالسجود

قال "أنا" خير منه. أول ما نطق به هو الأنا

الأنا والكبر السبب الأول للمعاناة

لماذا هبط آدم؟ وسوس له الشيطان بالأكل من الشجرة لأنها تهب له الخلود والملك مع أن الجنة كلها حلال له ولكنه طمع

الطمع و الحاجة هي السبب الثاني للمعاناة

جاء رجل لبوذا وقال له " أنا أريد السعادة "

فأجابه بوذا قائلا : اترك عنك "أنا" فهي مصدر الكبر والأنانية و اترك عنك "أريد" فهي مصدر الطمع والحاجة عندها تجد السعادة.

## زوائد

### فصل: الأصل الأصيل

حالة السكون هي الشيء الوحيد الذي يقف في وجه قسوة الحياة ومعاناتها، اتكلم من تجربة شخصية، كل الأفكار عن التغلب على التوتر والضغط والهموم حلول مؤقتة لا تدوم، وحده السكون يدوم، لماذا؟ لأنه الأصل الأصيل في هذا الوجود.

المهم والتوتر في هذه الدنيا فكرة نشعر بها فتخترع انت فكرة أخرى لتوقفها، لماذا لا تلغي الفكرتين وتبقى كما أنت.

### فصل : السكون لا يعدك شيئاً

السكون لا يعدك بالإيجابية والسعادة والفرح وكل ما هو جميل في هذه الحياة

السعي وراء الشيء معاناة، أنت لا تحتاج هذه الأمور لأنها لا تدوم، والتعلق بالمؤقتات معاناة

السكون يوقظك للحقيقة، يعرفك نفسك الحقيقية، يجعلك تستشعر جمال وبساطة الحياة بأن تعيش اللحظة

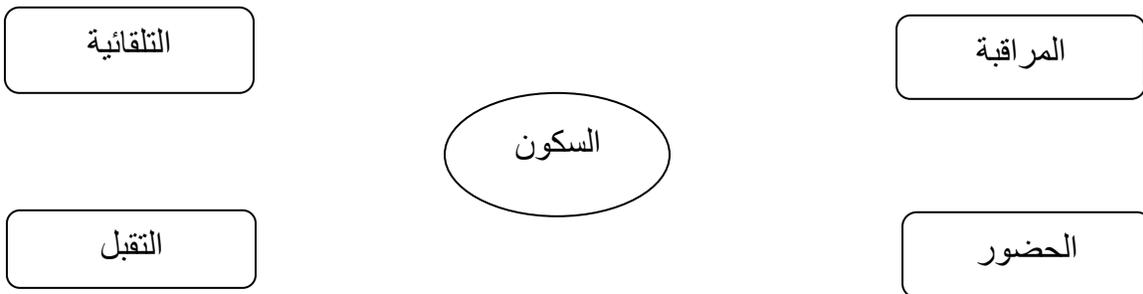
السكون يعطيك الرضا والتقبل

## فصل: التقبل لا الثقة

لا يوجد شخص واثق من نفسه بل متقبل لنفسه، التقبل هو السر، تقبل عيوبك، تقبل حياتك ، تقبل مصيرك ، تقبل ظروفك.

كلنا لدينا جوانب ظلامية سلبية، الإنسان ناقص ولا كامل إلا الله عز وجل، البعض يهرب من النقصان لأفكار يظن أنها تكمله، ولكن هذا يزيد المعاناة لأنه لا يدوم، انت ناقص بطبيعتك، انت محدود بطبيعتك، تقبل نفسك.

## فصل: أركان السكون الأربعة



**المراقبة:** وهي فصل نفسك عن أفكارك ومشاعرك وذكرياتك وحتى شخصيتك وتبقى كالمراقب الذي يراقب عن بعد ولا يتدخل

**التلقائية:** وهي ان تبقى كما انت. ولا تتصنع أو تخلق أي شيء

**الحضور:** وهو ان تكون متواجد في اللحظة ولا تبقى عالقا في الماضي ولا متوجسا من المستقبل

**التقبل:** وهي ان تتقبل ذاتك كما هي



## فصل : الروح والنفس

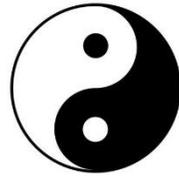
انت الروح. الروح التي نفخها الله في آدم. الروح المجردة من كل شيء.

والنفس هي وسيلة الروح في تجربة هذه الحياة الأرضية. هي كالبدلة أو الوسيلة.

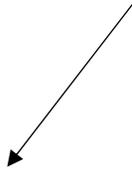
المشكلة تحدث عندما تظن انك النفس وتعرف ذاتك من خلال شخصيتك وافكارك ومشاعرك... الخ. ولأن النفس ليست مثالية ومليئة بالعيوب يدخل الناس في دوامة من المعاناة بغية اصلاحها وارضاء رغباتها. وحدثهم من ينفصلون عنها وبقون كروح مجردة يخرجون من دوامة المعاناة.

## فصل: النفس والتجربة

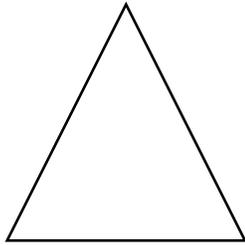
النفس



التجربة الأرضية



الأنا

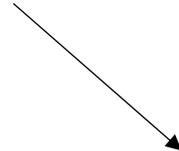


الكراهية

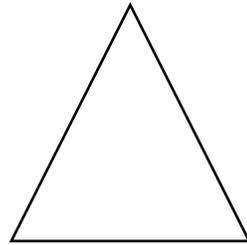
الحاجة



المعاناة والغفلة



المعرفة



الحب

الإيمان



الاستنارة والخلاص

للتواصل:

Twitter: @jackhack44\_0044

Email: abdulkhaliqaws@gmail.com