****

تقرير حلقة بحث بعنوان :

تقديم الطالب: عمّار الأشقر

الصف: الأول الثانوي

تاريخ: 2014 / 2015

اشراف: الاستاذ شادي العمر.

Enlightenment

التنوير

الفهرس :

1. المقدمة.
2. التنوير.
* الوجود.
* العائق الاعظم له.
* العقل يسيطر على الانسان
* مراقبة العقل.
1. العلاقة بين التفكير و الوعي.
2. التنوير يسمو فوق التفكير.
3. فن الاصغاء.
4. النوم بدون حلم.
5. الصمت.
6. الفضاء.
7. الخاتمة.



مقدمة :

لأكثر من ثلاثين عاماً, اعتاد متسول الجلوس على جانب الطريق, و في أحد الأيام كان رجل غريب يتمشى قريباً منه, فاقترب المتسول منه عارضاً قبعته لكي يضع له فيها نقوداً وقال :"أعطني بعض النقود", رد الغريب :"لا أملك شيءاً أعطيك اياه", ثم سأل :"ما هضا الذي تجلس عليه ؟", رد المتسول :"لا شيء ... إنه مجرد صندوق قديم أجلس عليه منذ زمن طويل, فسأل الغريب :"هل نظرت يوماً الى ما بداخله ؟", رد المتسول :"لا .... ما قصدك من ذلك لا يوجد شيء بالداخل", ألح الغريب على المتسول ليفتح الصندوق ويلقي نظرة ما بداخله, و عندما فتح المتسول الصندوق فوجئ بما رآه .... كان الصندوق مليءاً بالذهب.

و هنا اعتبروا أنني ذلك الغريب الذي لا يملك شيءاً يعطيك إياه, و لكن الذي يقول لك أن تنظر ما بالداخل,

ولكن ليس داخل صندوق, بل الداخل هنا شيء أقرب اليك بكثير (داخل نفسك).

و بالتأكيد سترد علي "أنا لست متسولاً.

هؤلاء الذين لم يجدو غناهم الحقيقي, الذي هو الفرح الكبير و السكينة الثابتة التي تأتي معه, أولئك هم الفقراء, حتى لو ملكوا الثراء المادي العظيم, لأن مظهرهم الخارجي يبحث عن المتعة و الإشباع والأمان و الحب, بينما بدواخلهم يحملون كنز يعطيهم كل هذه الأشياء إصافة إلى ما هو أعظم ولا نهاية له من أي شيء في العالم يمكن أن يعطيه.

التنوير



تستحضر كلمة التنوير بعض الانجاز الإنساني, إنها حالة من الربط الراسخ بلا حدود, والشيء الذي له صفات ظاهرياً تقريباً, هو بشل أساسي أنت, بل حتى أعظم بكثير منك إنه يجد طبيعتك الحقيقة ما بعد الاسم و الهيئة.

و قد عرف بوذا ببساطة التنوير بـ"نهاية المعاناة". طبعا ً كتعريف ليس كاملاً, انه فقط يخبرك فقط أن التنوير يعني نهاية المعاناة أم لا. لكن ماذا يتبقى عندما لا تكون هنالك معاناة أكثر ؟ لقد سكت بوذا عن ذلك, و سكوته يفهم ضمنياً أنك ستكتشف ذلك بنفسك.

يستعمل بوذا التعريف السلبي لكي لا يجعل العقل يحوله الى إيمان و طاعة إنسانية, و هدف من المستحيل عليك ان تناله. و على الرغم من هذا الحذر, فأغلبية البوذيون يؤمنون بأن التنوير لبوذا وليس لهم, على الأقل ليس في هذه الحياة.

 ما هو الوجود ؟

الوجود : إن الوجود سرمدي, حاضر دائماً في حيات الفرد تحت أشكال لا تعد ولا تحصى للحياة الخاضعة للولادة و الموت. و الوجود على أي حال, ليس داخلنا فقظ و لكنه عميق أيضاً مع كل شكل أكثر سرمدية مثل الروح الخفية, غير المنظورة وغير القابلة للخراب و التلف. و هذا يعني سهولة الوصول إليك كما هو الحال هو الحال بالنسبة لأعماق ذاتك, و طبيعتك الحقيقة. و لكن لا تحاول أن تتمسك به في عقلك. ولا تحاول أن تفهمه. تستطيع ذلك فقط عندما يكون عقلك يقظاً دائماً. عندما تكون حاضراً, و عندما يكون انتباهك كاملاً وشديد في اللحظة, هناك ستشعر بالوجود الذي لا يمكن أن يفهم عقلياً. و لكي تسترد وعي (الوجود) و البقاء في تلك الحالة من الشعور بالإدراك. عندئذ سيكون التنوير.

و الوجود هو المفهوم المفتوح. و لا أحد يستطيع أن يدعي امتلاك حصري للوجود. إنه جوهرك الخاص, يصل إليك في الحال كشعور لحضورك الخاص.

ما العائق الأعظم لتجربة هذه الحقيقة ؟

إن المماثلة و التطابق مع ذهنك و التي تجعل الأفكار معقدة , و عدم القدرة على إيقاف التفكير هو بحد ذاته حزن رهيب, و لكننا لا ندرك ذلك لان الجميع يعانون منه, ولهذا يمكن اعتباره حالة طبيعية.

 هذا التشويش الذهني المستمر يمنعك من إيجاد ذلك العالم من السكون الروحي غير المنفصل عن الوجود. كما أنه يخلق أفكار ذهنية خاطئة تلقي بظلالها الخوف و المعاناة.

* لقد أصبح التفكير مرضاً. مرض يحدث عندما تخرج الأشياء عن الموازنة, مثلاً, ليس خطأ انقسام الخلايا ونموها داخل الجسم, لكن عندما يستمر الانقسام بمعدلات زائدة و ينمو جزء من الجسم بعدل غير مستقر عندئذ يحصل مرض.

ملاحظة : العقل هو أداة جليلة و رائعة إذا استخدم بطرية صحيحة, أما إذا استخدم بطريقة خطئة فسيصبح أداة هدامة. عادة أنت لا تستخدمه على الإطلاق بل هو الذي يستخدمك. و هذا هو المرض "أنك تعتقد أنك عقلك", و هذا هو الوهم بحد ذاته. و بذلك ستكون الأداة قد تغلبت عليك.

 هل تستطيع أن تتحرر من عقلك و توقف التفكير ؟

لا .... وربما لدقيقة أو دقيقتين, لان العقل هو الذي يستخدمك. وأنت تطابقه من دون وعي, حتى إنك لا تعرف أنك عبدا له. لقد تملك دون أن تعرف ذلك, وبهذا ستأخذ شخصك المملوك على أنه أنت, إن بداية الحرية أن تدرك أنك لست الشخصية المملوكة , ان معرفة ذلك يساعدك يساعدك لملاحظة الشخصية. في اللحظة التي تبد أبيها "مراقبة العقل" يصبح الحد الأعلى للوعي نشيطاً. بعدها ستدرك وجود عالم واسع من الذكاء وراء التفكير , هذا التفكير ما هو إلا واجهة صغيرة جدا للذكاء عندها ستبدأ بالاستيقظ.

 ما المقصود بمراقبة العقل ؟

كل واحد منا يسمع صوتاً, أو عدة أصوات في رأسه كل الوقت : التفكير اللا طوعي يستمر و يتقدم حتى إنك لا تدرك أنك تملك القوة لإيقافه.

من المحتمل أنك قد مررت بجنب بعض الناس المجانين و سمعتم يتمتمون كلمات ليست مناسبة مع الحالة التي هم فيها, و في الحقيقة أن جميع الناس يفعلون هذا الشيء, فقط أنهم لا يقومون بذلك خارج بيتهم و بصوت عالٍ. الصوت يعلق ,يتأمل, يحكم, يقارن , يشكو, يرغب , لا يرغب, وهكذا.

والصوت ليس بالضرورة أن يكون مناسبا من الحالة التي تجد نفسك فيها بالوقت ذاته , أنه قد ينعش الحاضر أو الماضي البعيد أو يصور لك و يؤهلك إلى حلات مستقبلية ممكنة. هذا يصور الاشياء على أنها في الطريق الخطأ أو نتاج سلبي, و هو ما يسمونه "القلق", وقد يرافق هذا التعب الصوت صورا مرئية أو فيلم سينمائي . و لهذا لا نستغرب أن الصوت هو العدو الاسوأ للفرد و الذي يمكن أن نسميه "الفاني" الذي يهاجمهم و يعاقبهم باستمرار و يستنزفهم , إنه السبب في التعاسة المكتومة, و كذلك الحال مع المرض.

العلاقة بين التفكير و الوعي

إن التفكير و الوعي غير مترادفان. فالتفكير, ما هو إلا مظهر صغير من الوعي. و الفكرة ل يمكن أن تتكون من دون الوعي, لكن الوعي لا يحتاج إلى تفكير.

التنوير يسمو فوق التفكير

التنوير غير متراجع تحت حد التفكير, هذا الحد الذي يميز الإنسان عن الحيوان و النبات. و في حالة التنوير, ستظل تستخدم عقلك المفكر عند الحاجة, و لكن بطريقة أكثر تركيزاً و تأثيراً من السابق. و على الأغلب سوف تستعمله لأغراض علمية, و لكنك ستكون خالياً من مخاطبة دواخلك اللا إرادية, و هناك ستجد السكون الروحي. عندما تقوم باستخدام عقلك, خاصة عند الحاجة إلى الحلول الإبداعية, ستوزع كل الدقائق القليلة بين التفكير و السكون, بين العقل و اللا عقل. اللا عقل هو الوعي من دون تفكير, فقط بتلك الطريقة يكن أن تفكر بإبداع, و بتلك فقط يكون للتفكير قوة حقيقية. التفكير وحده عندما لا يكون متصلاً مع العالم الواسع للوعي , سرعان ما يصبح عقيماً, وجنوني و مدمر.

فن الإصغاء

عندما تصغي الى شخص آخر, لا تصغ بعقلك فقط, بل أصغ بكامل جسدك. اشعر بحقل الطاقة لجسدك الداخلي و أنت تصغي. إن ذلك يأخذ الانتباه بعيداً عن التفكير و يخلق مجالاً ساكناً يجعلك قادراً على الاصغاء حقاً دون تدخل العقل. إنك تعطي الشخص الآخر مجالاً لأن يكون , إنها أفضل هدية ممكن تقديمها على الاطلاق.

معظم الناس لا يعرفون كيف يصغون لأن القسم الاعظم من انتباههم مشغول بالتفكير. إنهم يعيرون اهتماماً أكثر للانتباه إلى ذلك الذي يقوله الشخص الآخر, ولا أحد يهتم لما يحدث حقاً : إن ذات الشخص الآخر هي تحت الكلمات و العقل. و بالطبع, أنك لا تستطيع أ تشعر بذات أي شخص آخر إلا عبر ذاتك. هذه هي بداية إدراك الوحدانية , التي هي حب . عند أعمق مستوى للذات, إنك و واحد في كل ذلك.

النوم من دون حلم



كل ليلة تكون رحلتك الى غير المنظور عنما تكون في حالة من النوم العميق من دون حلم. إنك تندمج مع المنبع. و أنك تسحب منه الطاقة الحيوية التي تطيل بقاءك لفترة عندما تعود الى المنظور, العالم مختلف الأشكال. هذه الطاقة هي أكثر حيوية بكثير من الغذاء: (ليس بالخبز وحده يحيا الانسان). ولكن في النوم بلا حلم, فإنك لم تذهب اليه واعياً. على الرغم من أن الوظائف الجسمية لا تزال تعمل, "أنت" لم تعد باقياً في تلك الحالة بعد الآن.

هل تستطيع أن تتخيل ماذا يمكن أن يكون الذهاب إلى نوم بلا حلم بكامل وعي؟ من المستحيل تخيل ذلك , لأن تلك الحالة لا تملك أي محتوى. ولا تحاول البقاء واعياً في النوم من دون الحلم. لأنك لن تنجح , و في أعلى الاحتمالات قد تبقى واعياً خلال حالة الحلم. و لكن ليس وراء ذلك. و هذا ما يدعى بالحلم الواضح, الذي يمكن أن يكون مثير للاهتمام و الاعجاب, و لكنه ليس تحريراً.

الصمت

هل تسمع نباح الكلب صوت السيارة خارجاً ؟

إن كل صوت يولد في الصمت, يموت مرة أخرى في الصمت , و أثناء حياته يكون محاط بالصمت. "الصمت يمكن الصوت من الوجود". إنه جزء جوهري و لكنه غير ظاهري. في كل صوت في كل نغمة في كل كلمة. إن غير الظاهر حاضر في هذا العالم كالصمت , كل ما يجب أن تفعله هو دفع انتباهك له. حتى لو في أثناء المحادثة, اصبح واعياً للفجوات بين الكلمات, فالصمت القصير هو فترة فاصلة بين الجمل , و أنت تعلم ذلك, ينمو السكون ويزدهر داخلك بكل أبعاده.

الفضاء

كما أنه لا صوت من دون صمت, فلا يوجد شيء من دون لا شيء, من دون الفضاء الفارغ الذي يمكنه من الوجود. كل شيء مدرك بالحواس أو جسد طبيعي قد ظهر للعيان من لا شيء, محاط بلا شيء, و سيعود بالتأكيد غلى لا شيء. ليس ذلك فقط, بل داخل كل جسد طبيعي هناك "لا شيء" أكثر من "شيء ما".

علماء الطبيعيات يخبروننا أن صلابة المادة هي خداع. حتى ما يبدو لنا مادة صلبة, متضمناً جسدك هو تقريباً 100% فضاء فارغ – و هكذا المسافات بين الذرات نسبة إلى أحجامها. زد على ذلك, أنه حتى داخل كل ذرة غالباً هناك فضاء فارغ. ما تبقى أقرب ما يكون إلى الاهتزاز الترددي منه إلى جسيم من مادة صلبة, أشبه ما يكون بنغمة موسيقية. وقد عرف البوذيين ذلك قبل 2500 سنة. "الشكل هو الفراغ – و الفراغ هو الشكل" – "جوهر كل الأشياء هو الفراغ".

ما هذا اللا شيء ؟

أنت لا تستطيع ان تسال سؤالاً كهذا. لان عقلك يحاول أن يجعل اللا شيء "شيئاً ما", وهنا يحدث تناقض.

عندما يدرس العلماء الفضاء, فهم عادة ما يصنعون منه شيئاً, و بذلك يفقدون حقيقته الكاملة, و ليس مفاجئاً ما تخبرنا به النظرية الحديثة أن الفضاء ليس فارغاً تماماً, ذلك أنه مملوء ببعض المادة. "عندما يكون لديك نظرية, فليس صعباً أن تجد البرهان لتثبتها, على الأقل الى أن تأتي نظرية أخرى".



الخاتمة :

نرى أن التنوير هو أعظم شيء يحصل عليه الانسان, , والوجود خاص لكل انسان وهو يتعلق بكل الأشياء المحيطة به , والصوت مصدره الصمت الذي يحيط به, و الاصغاء لا يكون فقط بالعقل بل بالروح ايضاً, و العدم لا يمكن التفكير فيه.

المراجع :

1. كتاب "قوة الآن الدليل إلى التنوير الروحي" للفيلسوف "إيكاهارت تول".
2. كتاب "قوة التحكم بالذات من علم النفس" للكاتب "إبراهيم الفقي".
3. كتاب "السر الأعظم" تأليف "مكتبة الإبداع".