

معاربات الأفكار

حروب الفكر إما أن تأتي من الداخل. أو من الخارج

من الداخل. أي من القلب. من الشهوات. من الرغبات. إذ تكون الرغبة أو الشهوة مصدرًا لفكر. وعلاج هذا الأمر يحتاج إلي تنقية القلب. أو امتلاء القلب بمشاعر مقدسة. فلا يصدر عنها إلا كل فكر صالح نافع.

أما إن كانت المعاربات من الخارج: من الشيطان أو من البيئة المحيطة. حينئذ تكون النصيحة هي عدم قبول الفكر الخاطيء. بل طرده والتخلص منه. متذكرين ذلك المثل الصيني الرائع:

قد لا تستطيع أن تمنع الطير من أن يحوم حول رأسك.

ولكنك تستطيع أن تمنعه من أن يعيش في شعرك ...

من هنا نفهم وجوب التخلص من الأفكار الخاطئة وطردها ومقاومتها...

مقاومة الفكر

كل فكر خاطيء. يوجد أسلوب تقاومه به. فهناك فكر ترد عليه بأية أو بضع آيات من الكتاب. فيهرب منك. وفكر آخر ترد عليه بمعرفة ضرره. فتخشاه ولا تتجاوب معه. وفكر واضح الخطأ. تغلق أبواب عقلك أمامه فيمضي. وعلي أية الحالات لا تسمح لنفسك أن تتجاوب مع الفكر. بل اطرده..

كن حازماً في طرد الفكر الخاطيء. لان التباطؤ يجعله يقوي عليك

أن تماهلت مع الفكر - ولو إلي حين - يزحف إلي داخلك. فتضعف إرادتك أمامه. ويدرك الشيطان أنه مستعد للتفاوض معه. وأنت لست حريصاً علي نقاوتك.. يكون كمن يعرض رشوة علي شخص ما. أو يلمح بذلك. فإن وجده ليتنا معه. يأخذ في التفاوض وتتم العملية. أما إن كان حازماً. ويصده من البدء. فلا يجروء. هكذا ما الفكر الخاطيء. اطرده الفكر وهو في مرحلة طفولته. قبل أن يكبر ويقوي.. وعلي رأي المثل: ادبوا الأحداث قبل أن يؤدبوكم.

وهناك وسيلة للوقاية من الفكر قبل أن يجيء وهي انشغال الفكر.

انشغال الفكر

لذلك: اشغل عقلك. قبل أن يأتي الشيطان ويشغله

إن كنت منشغل الفكر. يعرف الشيطان أنك لست متفرغاً له. فيبعد عنك. ولو إلي حين.. وما دمت منشغلاً. يختار كيف يدخل إليك.. سواء كنت منشغلاً بفكر صالح. بشيء من التأملات أو القراءات الروحية. أو حتي إن كان عقلك منشغلاً بموضوعات علمية. أو مسائل خاصة بعملك. أو بأية أنشطة اجتماعية أو رياضية. أو بعمل يدوي.

لذلك فإن الطلبة المجتهدين. الذين يشغلون عقولهم دائماً بدراساتهم. يكونون غير متفرغين لأفكار الخطيئة. وهكذا يقول المثل:

عقل الكسلان معمل للشيطان

اذن اشغل عقلك دائماً بشيء مفيد. فتصبح في وضع وقائي من جهة معاربات أفكار الخطيئة.

أما إن كنت في فراغ. وعقلك في فراغ. ما أسهل أن يقول لك

الشيطان: اسمح لي أن أجلس معك واسليك!..!

اسمح لي أن أحكي لك حكاية. أقص عليك مغامرة. أقدم لك فكرة من عندي. ما دمت لا تجد شيئاً تفكر فيه..! وهكذا يسرح بك من موضوع إلي موضوع. حتي يدخلك بالتمام إلي مجاله. ويسيطر علي تفكيرك. أو علي الأقل يضيع وقتك في ما لا يفيد.

إن العقل لا يقف جامداً: فإما أن ينشغل بشيء صالح. أو بفكر ضار. أو أن ينشغل بأمور تافهة تضع الوقت عبثاً.

وعليك أن تقدم لك المادة التي ينشغل بها..

إن انشغل عقلنا بالله. فذلك يولد فينا محبة الله

وإن تعمقت محبة الله في قلوبنا. تصير طبيعتنا غير قابلة لأفكار العدو. مثل انسان قوي في صحته: إذا حاربه ميكروب لا يقوي عليه. بسبب قوة جهاز المناعة عنده.. أو شخص محصن ضد مرض معين. فذلك المرض لا يجد له مجالاً في جسده.. لانه لم يترك نفسه معرضاً للاصابة

بالمرض.
هكذا فإن الانسان الروحي يحصن نفسه ضد الأفكار الشريرة. بأن يملأ قلبه وعقله بمحبة الله
ومحبة الخير. فلا تجد أفكار الشر مجالاً لها فيه..
ان عقله مشغول بالخير. لا تستطيع أفكار الخطيئة ان تقترب اليه..
مثال ذلك: ان كان لانسان مسكن. وتركه فارغاً. قد يأتي أناس أشرار ويحتلون به ويسكنونه.
وأخراجهم منه ربما يحتاج إلي تعب وجهد. أما ان جعل في هذا المسكن نوراً وأثاثاً. وكراسي
مثلاً في شرفاته.. فانه لا يجرؤ أحد أن يدخله عنوة. إذ يخاف من ساكنيه. ويرى انه ان أقدم
علي ذلك سيتعرض للمخاطرة.

سيطرة الفكر

يتعب الانسان إذا أخذ كل الأمور بحساسية زائدة

أي انه يتأثر بكل شيء. وفي عمق هذه الحساسية تجعل كل ما يتأثر به. يترسب في داخله.
ويجلب له أفكاراً تضغط عليه وتتعبه.
وهنا يختلف طبع كل شخص عن الآخر. ويختلف فكره.
فإن صادقتك مشكلة. حاول ان تحلها وتنتهي منها. وان وجدت صعوبة في ذلك. اتركها إلي حين
ولا تنشغل بها. اعطها مدي زمنيّاً تحل فيه. تاركاً الأمر إلي الله خلال المشاكل.
**ولكن سيطرة الأفكار تضغط علي انسان يفكر بعمق. وبغير حل. أو أنه يفكر في
متاعب المشكلة. دون أن يفكر في حلها...**

وهذا هو السبب الذي يجعل البعض - ان صادفته مشكلة - تسيطر علي عقله ومشاعره
وأحاسيسه وانفعالاته. فلا يفكر إلا فيها. ولا يتكلم إلا عنها. هي معه في صحوه وفي نومه. في
تفكيره وفي أحاديثه. لقد أدخلها إلي أعماقه. ولم يعد قادراً علي الخروج من مجالها.

من سيطرة المشكلة علي عقله. صار عقله يسلمها إلي قلبه. وقلبه يسلمها إلي فكره. وفكره وقلبه يسلمانه إلي أعصابه..

وأعصابه تسلمها إلي انفعالاته وإلي لسانه أيضاً. فيظل يتحدث عنها مع كل شخص يقابله
ويتحدث معه. وقد يستمر معه التفكير في هذه المشكلة أياماً أو أسابيع. ينشغل بها نهاراً. وقد
يحلم بها ليلاً...!
وربما يجلب له هذا التفكير بعض الأمراض الجسدية: من ضغط دم. وسكر. وقرحة في المعدة.
وتعب في الأعصاب. بالاضافة إلي التعب النفسي.. كل ذلك لانه تعامل مع الفكر بحساسية.
فسيطر عليه الفكر.
أما الانسان الروحي السوي. فإنه يسيطر علي الفكر. ولا يجعل الفكر يسيطر عليه...

صرف الفكر

علي أن هناك نوعاً من الناس. لا يحب أن تسيطر عليه الأفكار. فيقول: الأفضل أن أصرف الفكر.
ولكنه للأسف يصرف الفكر بطريقة خاطئة! وكيف ذلك؟
فإن أساء إليهم انسان وغضب. وأتعبته الأفكار من جهة هذه الاساءة. يقول: لا أكبت أفكار الغضب
في قلبي. وانما لا بد من صرفها. وذلك بأن أرد علي هذا المسيء الكلمة بكلمتين. وأصفي
حسابي معه. لا بد ان أقول له "كذا".. وان قال.. أقول.. وهكذا يظل الفكر منشغلاً.. ولا يكون قد
تخلص من الفكر وصرفه. بل ان سيطرة الفكر قد زادت عليه.
حسن ان تصرف الفكر. ولكن بطريقة روحية وعملية. وبلا كبت.
وإن اشتعل الفكر داخلك. لا تلق عليه كل حين وقوداً
والطريقة المثلي لصرف الأفكار تأتي من الداخل. بأسلوب تعامل القلب معها. بالاضافة إلي
التخلص من الأسباب التي تجلبها من الخارج. كما ينبغي عدم التساهل مع الفكر. وعدم
اعطائه فرصة يأخذ فيها سلطاناً علي العقل.

سرحان الفكر

في العقل طبقتان: طبقة سطحية. وطبقة عميقة:

الأمور التي تأخذها بطريقة سطحية. أي لا تهتم بها اهتماماً كبيراً. هذه لا تتعمق في ذهنك.
وسرعان ما تنساها. مثلها مثل كثير من الأخبار والأحداث النافهة والعارضة في حياة الانسان
اليومية. انها لا تثبت في الذاكرة ولا في القلب والمشاعر. بل كبخار تظهر قليلاً ثم تضمحل..
أما الأمور التي تأخذها بعمق. سواء من الناحية الفكرية أو النفسية. وتظل تأخذ معها وتعطي
في فكرك. ويستمر عقلك يفكر فيها فترة طويلة.. فهذه تدخل إلي أعماقك. وترسب في عقلك

الباطن. وتلد لك أفكاراً أخرى. أو تظهر ثمارها في أحلام وظنون ومشاعر..
الأمر اذن يتوقف علي طريقتك في التفكير. ليس فيما يحدث لك أو معك. انما في تجاوبك مع
الفكر. أي في ال Response.

**فإذا كنت تفكر - ولكن ليس بعمق - يمكن ان تسرح. ويكون هناك
فكران في عقلك: أحدهما في المنطقة العميقة. وآخر في المنطقة السطحية..**
يحدث هذا أحياناً مع تلميذ يذاكر. أو شخص يصلي. أو في العمل..

قد ينشغل العقل ببعض أمور تهمة. أو ببعض مشاكل يريد حلاً. أو بعلاقات مع آخرين. ثم يحمل
كل هذه معه ويتقدم للصلاة. فيسرح عقله في بعض هذه الأمور.. وتصاحبه في صلاته.. وحينئذ
يكون في عقله فكران يتمشيان معاً: فكر الصلاة. وفكر السرحان.. وقد يتبادلان الموضوع. فيكون
احدهما في المنطقة السطحية. والآخر في المنطقة العميقة. حسب درجة محاولته للتركيز
في ألفاظ الصلاة ومعانيها. أو استسلامه لفكر السرحان.

ونحن ننصح كل انسان يريد أن يصلي أن يحاول تفرغ ذهنه من كافة الاهتمامات الأخرى. لكي
يتحدث مع الله بذهن مجتمع إلي ذاته. وبقلب متركز في الوجود مع الله. وما يلزم ذلك من
مشاعر الخشوع التي تليق بالصلاة. وحبذا لو يسبق صلاته تمهيد روحي.

**وقد يحدث السرحان بالنسبة إلي تلميذ يجلس لاستذكار دروسه.
ولكن ليس في عمق. أو انه يقرأ المعلومات بغير فهم..**

مثل هذا التلميذ يمكن ان يسرح. وأمامه كتبه. ولكنه لا يركز فيها تفكيره. وبعض رجال التربية
قالوا انه مما يساعد علي التركيز ان تشترك أكثر من حاسة لغرس المعلومات في الفكر.. كمن
يقرأ. وأمامه خريطة مثلاً. أو هو يرسم ما يساعده علي الفهم. أو كمن يدرس في معمل.. أو
طالب طب يدرس وأمامه أعضاء بشرية توضح له ما يدرسه. أو حتي نماذج معينة.
ان القراءة البعيدة عن السرحان. تكون أكثر عمقاً. وأكثر ثباتاً في الذاكرة.
ونفس الوضع نقوله عن الموظف في مكتبه. الذي يقرأ الورق المعروض عليه. بتركيز واهتمام
وبفكر لا يسرح في موضوع آخر.

إن العقل لا يستطيع ان يفكر في موضوعين في وقت واحد. بنفس العمق..
فان أعطيت عمق فكرك لشيء مفيد. سيطفو أي فكر آخر علي سطح عقلك. وينقشع بسرعة.
لأنك غير مهتم به. وغير متفرغ له.. لذلك ان أردت أن تقي نفسك من حروب الأفكار الخاطئة
عليك بالآتي.

قدم لعقلك طعاماً نافعاً. قبل أن يقدم له الشيطان طعاماً ردياً
فكر باستمرار في موضوع روحي أو ثقافي أو اجتماعي يشغل ذهنك.. أما ان كانت في عقلك
أفكار خاطئة مترسبة من زمن قديم. فحاول ان تطهر عقلك منها بعدم استعمالها. وباحلال
غيرها مكانها.. كذلك لا تشغل ذهنك بأفكار تافهة. لا هي خير ولا شر. ولكنها قد تتطور إلي
أفكار غير لائقة. ولا تستطيع ضبطها..!

**وحاول ان تنقي قلبك من الداخل. لان القلب النقي لا تخرج منه أفكار خاطئة...
وليكن الرب معك.**