

ملخص كتاب السماح بالرحيل pdf

[/https://mulakhaskitab.com](https://mulakhaskitab.com)

نقدم في ملخص كتاب السماح بالرحيل بعض الأفكار والمحاوّر المهمة التي أتى الكاتب بها في كتابه الشهير السماح بالرحيل، الذي صنّف على أنه من أهم الكتب في العالم المقدم في سبيل زيادة وعي الإنسان بما حوله ووعيه بنفسه وبمشاعره، فالكثير من لحظات السعادة تُفسدها ذكريات سابقة سيئة لا نستطيع طردها من ذاكرتنا بالرغم من مضي وقت كبير عليها، إلا أنها ما تزال قائمة ولها آثار سلبية على أنفسنا، يُعلمنا الكاتب كيف يكون التجاوز والتخطي للوصول للحظات صفاء ونقاء ذهني نحتاجها جميعاً.

نبذة عن كتاب السماح بالرحيل

السماح بالرحيل من أعظم الكتب التي مرت على تاريخ البشرية؛ لأنه يعلمك كيف تتخلص من المشاعر الخاطئة والسلبية التي لها آثار جسيمة على نفسك وعلى آلية تفكيرك وكل تحركاتك في المجتمع وتصرفاتك بشكل عام، يتيح لك التفكير بإيجابية مطلقة وواقعية عميقة والهرب من الخيال والبحث الذهني في أمور فائتة وليس وقتها.

قراءة هذا الكتاب يجعل لديك قدرة أكبر على الحب والعطاء والتسامح والاندماج مع الآخرين دون التفكير في أي شيء آخر أو بمواقف سابقة حدثت بينك وبينهم، سيجعلك متصالحا مع نفسك، ستكون منفتحاً وبمزاج جيد دائماً.

من هو مؤلف كتاب السماح بالرحيل؟

نشير في ملخص كتاب السماح بالرحيل إلى كاتبه وهو (ديفيد هوكينز) فيلسوف أمريكي وأستاذ جامعي، أستاذ في الطب والفلسفة أسهم في رفع نسب الوعي لدى الأفراد في كل المجتمعات، شخصية مؤثرة جداً أثره لم ينتهي برحيله بل استمر من خلال المؤلفات التي أبدعها.

تقييم الكتاب

تقييمنا للكتاب هو ٣ من ١٠ كما سيأتي

نقد كتاب السماح بالرحيل

كما لا يخفى أن الكاتب من الملاحظة الذين يؤمنون بأن هناك طاقة حول الإنسان وهي تتحكم بمجريات الحياة من جلب شيء أو دفعه، فهي كالب حقيفة لكن من يترجم هذه الكتب أو يتكلم عن مثل هذه الأمور من العرب يسعى كل السعي لأسلمت هذه الكتب أو العبارات فتجد يتعلق بكل ما يستطيع من النصوص الشرعية أو أدبية لتمرير هذه الاعتقادات البوذية، فمما يأمن هؤلاء أن للمشاعر تذبذبات وترددات هي التي تؤثر في حياتنا وتحضر لأجلنا ما نريد فنردد الحب عالي بزعمهم لذلك من يتصف بها ينجح لأن الحب ذو ترددات عالية تؤثر في الحياة وتجلب لنا ما نريد من النجاح والخ.

فمثل هذه العقائد تلغي دور الرب في الوجود بل تعطي القوة الكاملة والهيمنة التامة للجسد البشري بحيث كلما ارتقى بوعيه المزعم ارتقى قوة وتأثيرا حتى وصل الحال ببعضهم أنهم يربط الفقر والغنى بهذه الطاقة المزعومة ونسي هؤلاء أن الله عز وجل هو الغني الوهاب فهو المعطي والمانع وهو النافع الضار سبحانه وتعالى.

ولأسف قد راج هذا الأمر على كثير من المسلمين والمسلمات خاصة على النساء والفتيات الشابات بحيث اعتقدنا هذه العقائد البوذية بألفاظ عربية!

يقول د. أيمن العنقري:

أبرز المخالفات الكفرية في كتاب:(السماح بالرحيل) للملحدالروحاني/ديفيد هاوكينز:

١- يعتبر كتابه تطبيق لمقياس الوعي الروحاني عنده، وأن مبدأ الترقى في درجات الوعي يبلغ به مرتبة الإله، فيكون له القدرة على التصرف المطلق.

٢- طاقة الحب قادرة على شفاننا (شرك).

٣-الاتحاد ووحدة الوجود مليئة في الكتاب. انتهى كلامه من حسابه على تويتر.

[اقرأ أيضا: ملخص كتاب دماغك تحت تأثير الاباحية](#)

ملخص كتاب السماح بالرحيل

نستعرض معك في هذا الملخص بعض الأفكار الرئيسية التي أوردها الكاتب خلاله، سنوضح بعض المعلومات ونسلط الضوء عليها فيما يلي:

الفكرة الأولى من كتاب السماح بالرحيل

يشير الكاتب إلى أن هناك الكثير من المواقف المزعجة التي قد تورقنا وبلحظة ما تجدها مضحكة ولا تستدعي كل هذا الحزن والقلق الذي عشناه بسببها، فلم من البداية أخذنا الأمر على عاتقنا لدرجة منهكة للأعصاب والتفكير، فقد تكون سبب لأمراض وتزدي صحي ألم بنا، فالبؤس الذي تعيشه أحياناً بسبب تراكمات داخلية حتى لو لم تكن حاضرة في الوقت الحاضر على مخيلتك.

نؤكد على كلامه في ملخص كتاب السماح بالرحيل أن هناك ثلاثة طرق يمكن أن نتعامل فيها مع مشاعرنا:

أولها: القمع والكبت وهي سياسة مفادها إنكار تام لوجودها.

الثاني: التعبير عنها، يعني الإفصاح عن كل ما يختزن في داخلنا وفي هذا فائدة، هي التنفيس عن موجات الغضب.

والثالث: الهروب منها، تكون معترف بها ولكن لا توجد لديك القدرة الكافية على الاعتراف بها فتهرب عنها إلى أمور أخرى.

الفكرة الثانية من كتاب السماح بالرحيل

يؤكد الكاتب أن تجاهل مشاعر معينة يجعلها مستمرة لديك فترة أكبر، فهذا ليس حلاً للتخلص منها؛ لأنك بالمختصر تعمل على تنميتها، وإذا استخدمت كافة أساليب مقاومتها ولم تفلح في ذلك فاعلم أن وجودها في حياتك أصبح من المسلمات، لأنك أطلت فترة مكوثها لديك مما جعلها جزء لا ينفصل عنك.

الفكرة الثالثة من كتاب السماح بالرحيل

نشير في الملخص إلى جزئية مهمة تحدث عنها المؤلف وهي أن مراحل الوعي عند الإنسان ١٦، تبدأ بالعار وتنتهي بالسلام وقلة قليلة من البشر يستطيعون الوصول للأخيرة فهي تحتاج جهد كبير ومحاربة النفس وعيش مواقف مختلفة كثيرة وتجربة مشاعر متباينة.

من أهم مراحل الوعي التي قد تعيشها هي الحب والمرح والنفاؤل، لكن هل تعرف لما الغالبية لا يمكنهم الوصول لها؟ ببساطة لأنها تحتاج لطاقة جبارة للوصول لها فهي ليست بالأمر الهين على الرغم من أهميتها وحب الناس للوصول لها.

يعتقد الكاتب أن هناك ما يُسمى باللبلة المظلمة لكل فرد في العالم، يعيش فيها لحظات كثيرة يستعرض من خلالها حياته بكل مجرياتها، على الأغلب تكون في مرحلة بدء النضج والانفتاح على الحياة، والإنسان بعدها لن يعود كما كان سابقاً لأنه سيبدأ مرحلة جديدة من الوعي.

[كما يمكنك الاطلاع على: ملخص كتاب فن اللامبالاة](#)

الفكرة الرابعة من كتاب السماح بالرحيل

وضح خلال هذه الفكرة بعض الفوائد التي ستجدها عندما تسمح بالرحيل لبعض المشاعر والأفكار، أهمها ستصبح شخصاً حراً غير مقيد بذكريات معينة أو سلبية لا ضرورة لوجودها، لن تجد في حياتك أي معاناة بعدها، سيتحسن نمط حياتك، ستبدو شخصاً أكثر انتقائية، لديك القدرة على حل كل المشكلات التي تعيق تقدمك.

الفكرة الخامسة من كتاب السماح بالرحيل

تعلم تقنية السماح بالرحيل تؤدي لأن تكون إنساناً متألماً في مجاله المهني، تدري لم؟ لأنك ستتخلص من مشاعر الحسد للآخرين، ستنافس بشرافية عالية دون تلاعب، دون حقد على نجاح الآخرين، ستمضي قدماً في تحقيق أهدافك ولن يوقفك شيء، سيكون جلاً تركيزك منصباً على ما تفعله.

الفكرة السادسة من كتاب السماح بالرحيل

ملخص كتاب السماح بالرحيل استناداً لما أورده الكاتب يقر على ضرورة التعامل بأناقة في علاقاتنا مع الآخرين، يجب أن تراقب المشاعر والطرق التي تتعامل بها معهم، ولا تنس أن ما تكنه لهم يمكن قراءته بمنتهى الوضوح مع الاستمرارية في العلاقة، فإن كنت تحاول استغلالهم بشكل أو بآخر فهذا لن يكون مخفياً وربما ستجد مقاومة رهيبية منهم وإن كانوا بوضع الاستسلام فإن هذا يقتل العلاقة ويتسبب بإلغائها مع الوقت.

كتبنا لكم أيضا: ملخص كتاب دع القلق وابدأ الحياة

الفكرة السابعة من كتاب السماح بالرحيل

اسمح لمشاعرك السلبية والسينة والغير منطقية بالرحيل، تعلم ما أهمية هذا؟ من خلال قدرتك على مواجهتها ستكون طبيباً لنفسك، سيكون لديك القدرة على التماثل للشفاء من كثير من الأمراض.

الفكرة الثامنة من كتاب السماح بالرحيل

يقول الدكتور ديفيد أن الإشباع العاطفي أهم من المال نفسه، وقد يكون المال بالنسبة للبعض شكل من أشكال الإشباع لذا ترى العديد من الأشخاص في المجتمعات يعملون على جمع وتخزين المال ويخافون من خسارته حتى لا يكونون ضحايا للفقر.

رسالة قد تهتمك: ملخص كتاب العادات السبع للناس الأكثر فعالية

اقتباس من كتاب السماح بالرحيل

إليك ضمن ملخص كتاب السماح بالرحيل بعض الاقتباسات الواردة فيه نقلاً عن كاتبه:

- "أزمات الحياة هي فرص للنضج والتوسع والتجربة والتطور."
- "اسمح في رحيل رغبتك في مقاومة الشعور، فالمقاومة هي ما يجعل الشعور يستمر."
- "طاقة الخوف أعلى من طاقة اللامبالاة فالخوف على الأقل يحفزنا على التصرف، ومن خلاله يتم البعد عن الخوف."
- "نتعثر بالشوارع الجانبية المظلمة والطرق المسدودة، يتم استغلالنا والاحتيال علينا وتخيب آمالنا ونضيق ذرعاً ومع هذا نستمر بالمحاولة."
- "كل أزمة تحمل في طياتها بذرة تحول ونهضة وتوسع ونقل في الوعي، بالإضافة لسماح برحيل القديم وولادة الجديد."
- "كل شيء يمكن أن يؤخذ من الإنسان، ما عدا شيء واحد حرته في اتخاذ موقف محدد في ظروف معينة، حرته في اختيار طريقه الخاص."

- "كن في هذا العالم وليس منه."
- "الصمت أيضاً له صوت، لكنه بحاجة إلى روح تفهمها."
- "الخطوة الأولى أن تسمع لنفسك أن تشعر بالشعور دون مقاومته، أو الهروب منه، أو الخوف منه أو إدانته أو تهذيبه."
- "كلما تخلينا عن المشاعر السلبية نتحرر ويرتفع مستوى وعينا لنعيش غالباً مشاعر إيجابية."
- "كل تجربة في الحياة مهما كانت مأساوية تحمل في طياتها درساً خفياً."

ملخصات بديلة نافعة:

[ملخص كتاب علمتني سورة البقرة](#)

[ملخص كتاب فاتتني صلاة](#)

[ملخص كتاب لأنك الله](#)

[ملخص كتاب معجزة الصباح](#)

[ملخص كتاب ابقى قويا](#)