

الاستبصار

الرؤية البعيدة & الإدراك الغيبي



علاء الحليبي



دار السلام

- ♦ الاستبصار - الرؤية البعيدة & الإدراك الغيبي.
- ترجمة وإعداد: علاء الحلبي.
- سنة الطباعة: 2019.

قناة محبي الكتب على تيليجرام.

جميع العمليات الفنية والطباعة تمت في:
دار مؤسسة رسلان للطباعة والنشر والتوزيع



جميع الحقوق محفوظة لدار مؤسسة رسلان

يطلب الكتاب على العنوان التالي:

دار مؤسسة رسلان للطباعة والنشر والتوزيع

سوريا - دمشق - جرمانا

هاتف: 00963 11 5627060

فاكس: 00963 11 5632860

darrislansyria@gmail.com

ص. ب: 259 جرمانا

قناة محبي الكتب على تيليجرام.

الاستبصار

الرؤية البعيدة والإدراك الغيبي

لقد استخدم الإنسان عبر التاريخ وسائط وأساليب عديدة ليسخر من خلالها قواه الإدراكية الكامنة بحيث يتسنى له استكشاف عالم الغيب الغامض واللامحدود. استخدموا أدوات ووسائط مختلفة تؤدي دور وسائل استشارة وقد عمل بها العرافون لغاية واحدة هي إزالة الحجاب عن عالم الغيب وسبر أسرارهِ. القدرة الأكثر شيوعاً التي لجأ إليها القدماء هي تلك المعروفة بشكل عام بـ "الاستبصار" أو "الجلء البصري" أو "الرؤية البعيدة"، والأداة الأكثر شيوعاً التي استعانوا بها هي "البلورة" أو "الكرة الكريستالية" أو ما يُعرف بـ "المرآة السحرية". رغم تعدد مكوناتها وأشكالها وطرق استخدامها، إلا أن المبدأ واحد والنتيجة واحدة. المستلزم الأساسي لممارسة هذا النوع من القدرات العقلية يتمثل في أي سطح مصقول لدرجة اللامعان بحيث يمكن للمستبصر أن يحدّق إليه بامعان، كالمرآة العادية مثلاً، أو كرة من الرصاص أو الحديد المصقول، أو كرة زجاجية مفرغة مملوءة بالزئبق أو الحبر، وهناك من يحدّق إلى سطح الماء الساكن أو بقعة من الحبر، وجميعها أثبتت جدواها بنفس درجة الكرة الكريستالية الشائعة الاستخدام.

لقد نُشر الكثير من الكتب حول هذا الموضوع، لكنني لم ألقى حتى الآن في أي من التي قرأتها فائدة عملية من أي نوع. بالتالي من المفيد فعلاً التركيز في كامل التفاصيل النظرية والعملية لمجال الاستبصار وبأكبر قدر ممكن من الوضوح.

بشكل عام، الاستبصار يعني الرؤية الباطنية كما هو مألوف شعبياً، أو قوة الرؤية دون عيون، رؤية أحداث وأشياء بعيدة مكانياً وزمانياً، رؤية الماضي والحاضر

والمستقبل، رؤية كل ما هو خفي أو باطني. القليل من الكتاب وصفوا هذه القدرة من وجهة نظر نفسانية أو أي وجهة نظر أخرى، ولهذا السبب وجب أن تكون مهمتنا التالية دراسة ظاهرة الاستبصار بامعان وبالتفصيل. أولاً سوف يدرك المرید بأن هناك أنواع عديدة ومتنوعة من الاستبصار:

النوع الرئيسي هو القدرة الفطرية على الاستبصار والتي تولد مع الشخص بشكل طبيعي وبكامل حلتها. هذا النوع هو الأفضل، لكن القليل من الناس يحوزونها. هذه القدرة تولد مع الشخص جاهزة للاستخدام بحيث يستطيع ممارستها مباشرة دون حاجة لبذل أي مجهود.

النوع الثاني من الاستبصار هو ذلك الذي يحصل فجأة وتلقائياً في حياة الشخص وبالتالي يجب اعتباره نوعاً من العارض المرضي. أي صدمة خلال حصول مرض شديد يمكنها أن تستنهض قدرة استبصارية تلقائية. عادة ما تحصل هذه الحالة مع الأشخاص الذين يفقدون توازنهم نتيجة سكتة دماغية أو انهيار عصبي أو بعد صدمة نفسية أو جسدية بحيث يتجلى نوع من القدرة الاستبصارية بهيئة واضحة أكثر أو أقل بصفاتها عارض مرافق للصدمة الصحية التي اختبرها الشخص. هذا النوع من الاستبصار غير مرغوب به طبيعياً للممارس، لأنه آجلاً أم عاجلاً سوف يقود إلى انهيار كامل، ويرافقه أيضاً فقدان هذه القدرة بالكامل، وكذلك فإن ممارستها هو ضار بالصحة وقد يقود أحياناً إلى الموت المبكر. المستبصرين من هذا النوع هم مثيرون للشفقة فعلاً، حتى لو كان نجاحهم يشير إلى غير ذلك. هناك قدرة استبصارية تعود لأولئك الأشخاص الذين، بسبب حوزتهم على قدرات وسيطية، تم إقناعهم من قبل كائنات خفية وهمية بممارسة الاستبصار. هذا النوع أيضاً غير مستحب بالنسبة إلى المرید، لأن أشخاص كهؤلاء غالباً ما ينتهي بهم الأمر في المصح العقلي. عدد كبير من الأشخاص الذين تم إدخالهم المصحات العقلية والذين كانوا يتداولون بعلوم أرواحية (تتعامل مع عالم الأرواح

والجن) دون وجود مرشد مسؤول عنهم يمكنهم أن يحقلوا المسؤولية عن وضعهم المزري إلى المجال الأرواحي الذي تداولوا به، بغض النظر عن إن كانت دوافعهم تنبع من نوايا سليمة أو مجرد فضول أو غيرها من أسباب دفعتهم إلى الانخراط في هذا المجال الماورائي.

هناك نوع آخر من الاستبصار والذي ينتمي إلى هذه المجموعة وهو الإنتاج القسري لهذه القدرة بمساعدة المواد المخدرة مثل الأفيون والحشيش والبايوت والسوما وغيرها، هذه الطريقة خارجة تماماً عن مجال اهتمام المرید، لأن معظم الممارسين وفق هذه الطريقة يقعون ضحايا الإدمان على هذه المواد المخدرة الخطيرة، والتي تعمل على شلل الملكات الأخلاقية والعقلية وكذلك قوة الإرادة وأخيراً الجهاز العصبي، وهذا يجعلها مضرّة بالصحة بشكل كبير وتمثل أيضاً عقبة كبيرة في مسيرة النمو التجاوزي لدى المرید. من المؤكّد أن الممارس الحديث في هذا المضمار قد يقنع نفسه بوجود قدرة استبصارية وقدرات عقلية كثيرة أخرى، وبسبب عدم بلوغه الروحي وحماسه ولهفته الشديديتين للوصول إلى غايته بسرعة، غالباً ما يقع ضحية لإحدى العادات والطرق السيئة التي تساعد على استنهاض بعض القدرات فيصبح كما في حالة أولئك الضحايا المساكين الذين ذكرتهم سابقاً. لهذا السبب سوف لن أوصف أي طريقة في هذا الكتاب والتي تغري المرید لكي يختبر هكذا طرق شاذة أو غير سوية أو خطيرة، لكن سوف أشير فقط إلى طرق غير مؤذية والتي تسمح لقدرة الاستبصار أن تتجلّى تلقائياً وبتناغم مع البلوغ الروحي وبالتوافق مع أعلى مستويات العمل التجاوزي النبيل.

عدي لقناة محيي الكتب على التليجرام



الاستبصار هو قدرة طبيعية يمكنها أن تتجلى لدى كل إنسان، لكن سهولة تجليها تعتمد على نوعية هذا الإنسان من حيث طبيعة تركيبته النفسية وتكوينه البيولوجي ومستوى ارتقائه التجاوزي، وهذه العوامل هي التي تحدد سهولة أو صعوبة عملية استنهاض القدرة الاستبصارية.

وهناك أيضاً نوع آخر من الاستبصار وهو الذي يتجلى نتيجة التسبب بالفقدان المؤقت لحاسة البصر في العيون، وهذه طريقة مألوفة جيداً في الكتب المنشورة عن هذا الموضوع والتي تعلم القارئ كيف يحدّق إلى أشياء مثل الكرة الكريستالية أو حجر كريم أو مرآة أو سائل من الحبر الطبيعي أو غيرها من الوسائط. التحديق إلى هكذا أشياء

لبعض الوقت يومياً قد يستنهض قدرة الاستبصار لدى البعض لكن هؤلاء نادرون جداً وبالتالي هذه الطريقة غير مجدية للجميع. هذه الوسائط المذكورة سابقاً والتي تساعد على تنمية الاستبصار تكون مفيدة فقط بالنسبة للأشخاص المدربين جيداً وبالغين تجاورياً، واستخدامها لن يكون في هذه الحالة من أجل تحريض العصب البصري. هي موجودة فقط من أجل استخدامها كمساعد للعين التي تم تدريبها مسبقاً وبطريقة مدروسة. من وجهة نظر تجاوزية، لا تستطيع أي حيلة أو وسيلة أو أداة، مهما كانت محمودة أو متبعة بدقة، أن تنتج حاسة الاستبصار. هذه القدرة تعتمد على موهبة الفرد وتكوينه النفسي والجسدي النامي. والبالغ تجاورياً عبر التدريب.



الكرة الكريستالية هي أكثر الوسائط شيوعاً بين المستبصرين.

لقد اقترب المفكر والفيلسوف ابن خلدون من الحقيقة حين ذكرها في أحد أعماله واصفاً الظاهرة المرفقة مع عملية الاستبصار عبر التحديق إلى "المرآة السحرية". فكتب يقول:

".. البعض يعتقد بأن الصورة المدركة بهذه الطريقة تتخذ لنفسها شكلاً على سطح المرآة، لكنهم مخطئون. البصّار ينظر إلى هذا السطح بامعان حتى يختفي السطح تماماً من مجال نظره، فيظهر محله ستاراً ضبابياً وكأنه يتوسط بين المرآة وبين البصّار. وفوق هذا الستار الضبابي تظهر الأشكال التي يرغب في رؤيتها، وهذا يسمح له بتقديم دلالات، إما بالإيجاب أو السلب، فيما يتعلّق بالمسألة التي سئل عنها. ثم يوصف الرؤيا التي تلقاها كما تتجلى له. خلال وجود البصّارين في هذه الحالة، هم لا يرون ما وجب رؤيته عبر المرآة، إنها نوع آخر من الرؤية وتولد معهم بالفطرة، وهي لا تدرك بالعين بل عبر الروح..".



مجموعة من الكرات الكريستالية المخصصة للاستبصار في اليابان.



كرة كريستالية على شكل تحفة فنية يابانية
مخصصة للاستبصار.

يبدو أن ممارسة الاستبصار كانت شائعة بشكل واسع في العصور السابقة لدرجة أنها ساهمت في انتعاش مهنة قائمة بذاتها متخصصة في صنع الكرات الكريستالية الخاصة لممارسة الاستبصار. والصورتين التاليتين، الأخوذتان من مرجع يتحدث عن التاريخ العريق لهذه الممارسة، تعبران عن هذه الحالة.

الوسيلة التي كانت مألوفة في كل من ألمانيا وفرنسا لصقل أحجار الكريستال وتحويلها إلى كرات دائرية وشفافة وغيرها من ميزات مطلوبة تناسب المستبصرين.



الوسيلة التي كانت شائعة في كل من الصين واليابان
لصناعة الكرات الكريستالية مع شذبتها وتلميعها.



قناة محبي الكتب على التليجرام



تحفة صينية من البرونز على شكل تنين وموضوع
على قممها كرة كريستالية مخصصة للاستبصار. إن
المبالغة في الاهتمام بزيينة الكرة يشير بوضوح إلى
مدى أهمية هذه الممارسة والجدية في استخدامها
وفعالية نتائجها.

قناة محبي الكتب على التليجرام



كرة من الكهرمان الأسود (على اليمين) مُلبَّسة بقطع معدنية. وكرة من الزجاج (على اليسار) مُحاطة بطوق معدني. كل منهما كانت تُستخدم للاستبصار في العصور الوسطى، ويعود تاريخهما إلى القرن العاشر الميلادي.

مرآة سحرية من حجر السبج المصقول، شاع استخدامها بين المستبصرين لدى شعب الأزتك في المكسيك. موجودة الآن في المتحف البريطاني، وكانت بحوزة الأمير الروسي "ألكسي سولتيكوف".



الكرة الكريستالية التي أُجرى عليها عالم الفلك والخيميائي تجاربه المثيرة على John Dee الشهير "جون دي" ظاهرة الاستبصار في القرن الخامس عشر في إنكلترا. هذه الكرة مصنوعة من البلور المدخن، ومعرضة في

المتحف البريطاني منذ العام 1700م



قناة محبي الكتب على التليجرام



أما بالنسبة لمن يجهل هذه الشخصية التاريخية
المثيرة للجدل، السيد "جون دي"، فبالإضافة إلى
كونه كان مثقفاً بشكل واسع ويملك أكبر مكتبة في
إنكلترا بتلك الفترة، عمل في البلاط الملكي بصفته
المستبصر الخاص للملكة "إليزابيث" الأولى. وليس
هذا فحسب، بل هو أول من وضع الأسس الأولية
لأول جهاز استخبارات عالي التنظيم ومتكامل
الأداء، لخدمة أهداف صاحبة الجلالة.



كرة مصقولة مصنوعة من حجر البلور المعرق،
استخدمت للاستبصار
لدى سكان جزيرة مدغشقر.

كرات كريستالية، إحداها بيضوية الشكل، جُلبت من
روسيا القيصرية، وأصبحت من بين مجموعة مقتنيات
السير "تشارلز ريد" بريطانيا.



لا زلنا ننظر إلى ظاهرة الاستبصار بالاعتماد على
الخرافات والحكايا أو حتى على ممارسات شعبية مألوفة
في مجتمعنا اليوم، أي من منظور "الصورة الصغرى"

للموضوع، ولم نتناول هذه الظاهرة بذاتها وبأبهى حلّتها وفق "الصورة الكبرى".

مثلاً، إذا نظرت للأمر من منظور أوسع وأشمل، أوّل ما تكتشفه هو أن الاستبصار ليس مرتبطاً بالضرورة بالكرة الكريستالية أو المرآة السحرية أو غيرها من وسائط، حيث هناك أنواع وأشكال مختلفة من الممارسات الشعبية التي تجسّد هذه القدرة على الرؤية فوق الطبيعية: فمعروف بين المجتمعات العربية مفهوم "المندل" مثلاً، وهو شكل من أشكال التنويم المغناطيسي الذي غالباً ما يُمارس على الأطفال، وغالباً ما يدخل في العملية التعامل مع أرواح وكائنات غيبية، لكن جميعها في النهاية تنتمي بطريقة أو بأخرى إلى ظاهرة "الاستبصار" رغم غرق هذه الأخيرة تحت قشرة سميكة من التقاليد الشعبية ومفاهيم الثقافة المحلية. وعندما نقول ثقافة محلية هذا يعني أننا نتكلّم عن "صورة صغرى" مع تجاهل كامل للصورة الأكبر وما تنصف به من روعة وعظمة.

جميع السحرة الممارسين لهذا النوع أو ذاك من "الاستبصار" لا يفقهون أصلاً ما الذي يجري خلال العملية وكيف يجري ولماذا يجري، بل يركزون جلّ اهتمامهم على الطقس والتقليد السحري الذي يمكنهم من تجسيد ظاهرة الاستبصار.

إذن لقد اهتم السحرة فقط بالطقوس السحرية السخيفة والخطيرة صحياً والمقرّزة بدرجة كبيرة. إن ممارسات مثل قراءة الأقسام، وإشعال البخور، ورسم الطلاسّم والأختام وتحضير الجن.. وغيرها من أعمال يعولون عليها نجاحهم هي في الحقيقة ليست ضرورية أصلاً. لا يزال هؤلاء الحمقى يتجاهلون بالمطلق العناصر المهمة والأساسية التي ساهمت في تجسيد هذه الظاهرة. وجميعها تتمحور حول الإنسان وطريقة تفكيره ومدى اجتهاده في تفعيل آليات ووظائف كامنة لديه تساعد على استنهاض هذه القدرة الرائعة.

وهذه الحالة التي تعاني منها "ظاهرة الاستبصار"

المتجلية بأشكال مختلفة بين المجتمعات المختلفة تشكل
مثلاً واضحاً على مدى التأثير الذي تسببه المعوقات
والحواجز التي تفرضها الصور الصغرى لتعزل الفرد عن
إدراك "الصورة الكبرى".

قناة مصري
الغريب على
التليجرام

الاستبصار في التعاليم الهندية القديمة

إحدى أقدم المصادر المشيرة لقدرة الرؤية البعيدة (الاستبصار) موجودة في تعاليم اليوغا المنحدرة من حضارات الهند القديمة، ولا يزال صداها يصدح في أرجاء الشرق الأقصى. يمكن أيضاً إيجاد عناصر مماثلة في معظم الثقافات القديمة، ابتداءً من إفريقيا الدنيا، مصر، الحضارة البابلية، اسكندنافيا، الهنود الحمر، سكان أستراليا الأصليين، الحضارة اليونانية، الشامانيين في سيبيريا وبلاد فارس، حتى أن نصل إلى سكان الجزر البولينية بما فيها هاواي، .. وهكذا إلى آخره. وهناك دلائل على انتشار حرفة الاستبصار في أوروبا ما قبل العصور الوسطى، والتي عادت إلى البروز بقوة في القرن الثامن عشر كنتيجة مباشرة لتأثير عصر التنوير والتحرر الكبير من سطوة الكنيسة.

الفرضية التي يجب أخذها بعين الاعتبار هي التالية: إذا كانت أساسيات "الرؤية الاستبصارية" موجودة في "القرص الصلب" (الكمبيوتر البيولوجي) للعقل الكلي لفصيلتنا البشرية، فهذا يعني أنه من المتوقع حتماً أن تتجسد عناصره لدى الكائن البشري. وبالفعل، فقد تجسدت هكذا عناصر (وبأشكال مختلفة) في الماضي، الحاضر، وسوف تستمر في التجسيد في المستقبل. قد تختلف أشكال التجسيد، لكن الطبيعة الجوهرية تبقى ذاتها. أي قد تتجسد القدرة الاستبصارية خلال طقوس سحرية أو جلسات تنويم مغناطيسي أو جلسات التأمل أو في الأحلام.. إلى آخره.. المهم أن ما يتجسد هو قدرة استبصارية.

المصطلحات والأسماء التي استخدمتها الثقافات

والحضارات القديمة للإشارة إلى هذه القدرة هي كثيرة ومتنوعة. لكن المصطلح العام الذي تألفه لغتنا العربية هو "الاستبصار". وهذا مصطلح معبر وبسيط وليس صعباً التعامل معه. لكن في الحقيقة، إذا أردنا إخضاع هذه القدرة للبحث العلمي فهذا الاسم المبسط لا يفي بالغرض. حيث هناك عناصر كثيرة وجب إضافتها لهذا المفهوم لكي يتخذ طابع قابل للفهم والاستيعاب، مثل "الوعي الديناميكي" dynamic-awareness، أو "اليقظة الديناميكية"، وغالباً ما أكتفي باستخدام كلمة "انتباه" للإشارة إلى هذا العنصر (توجيه الانتباه إلى شيء معين يعني أنك وجهت إليه جزءاً من مجال الطاقة المنبعثة منك). إذا لم يتم إدخال مفهوم "الوعي الديناميكي" إلى سياق الشرح المتناول لعملية "الاستبصار" فهذا سيمنع الفرد من استيعاب الأمر وبالتالي تبقى أساسيات هذه القدرة كامنة ومستترة داخل "القرص الصلب" لعقله الشخصي.

الخلفية التاريخية لوجود القدرة الاستبصارية هي غنية وواسعة الانتشار. لكن معظم الأدبيات التي تناولتها تعرّضت للتنقيح والشطب من الكتب التاريخية العصرية التي تستخدمها المدارس والأكاديميات الرسمية. وهذا جعل عامة الناس تجهل حقيقة أن للاستبصار تاريخ حافل ومهم.

في معظم الثقافات حول العالم، كانت الأدبيات المتناولة للاستبصار تنتقل من جيل إلى جيل شفهيّاً وليس بالكتابة. لكن نصوص اليوغا القديمة تختلف بهذا الخصوص. حيث هناك دلائل على وجود مناهج تدريبية لاستنهاض هذه القدرة الذهنية منذ حوالي أربعة آلاف سنة، أو حتى قبل ذلك. من كان أولئك الناس الذين اهتموا بهذا المجال يبقى لغزاً تاريخياً مربكاً لكن المهم أنهم لم يكونوا الهندوس القدامى الذين جاؤوا فيما بعد.

النصوص الأصلية قد فقدت طبعاً، لكن بعض الفتات المنسوخ منها بقي محفوظاً لبعض الوقت قبل أن يضيع هو

أيضاً مخلفاً وراءه نسخاً مختصرة وربما تكون مشوّهة، وذلك في القرن السادس قبل الميلاد. في هذه النصوص المنسوخة أخيراً، يُعدّ "الاستبصار" من بين "السيدھيات" Sidhis العديدة التي اهتمت بها الروحانيات الهندية القديمة.

والمصطلح "سیدھی" Sidhi صعب الترجمة والتفسير إذا أردنا شرح معناه الحقيقي باللغة العربية أو أي لغة أخرى. فلا يكفي القول إن الـ"سیدھی" هي قدرة روحية خارقة مثلاً، لأن المفاهيم العصرية المتناولة للمصطلح "روحي" هي غير لائقة ولا دقيقة بما يكفي لإصابة المعنى بعينه.

النصوص اليوغية الهندوسية القديمة والتي تتناول "السیدھی" مكتوبة باللغة السنسكريتية Sanskrit. وهذه اللغة العريقة تُعدّ لغة غنية وأنيقة بشكل كبير وتتجاوز أي لغة أخرى عندما يتعلّق الأمر بالرومانسيات والروحانيات وكذلك احتوائها على عدد كبير من المصطلحات التي تتناول قدرات وآليات العقل العديدة. وفي الحقيقة، وخلال ترجمة نصوص هذه اللغة إلى لغة أخرى، غالباً ما يتطلّب الأمر كتابة فقرة طويلة من أجل ترجمة وتفسير كلمة سنسكريتية واحدة.

معظم النصوص السنسكريتية القديمة المُترجمة قد تُرجمت إلى اللغة الإنكليزية. وهذه الترجمات تتراوح جودتها بين الفظيع وغير المجدي وغير الكفؤ. وهذا طبعاً ليس ذنب المترجمين، بل بسبب غياب المرادفات المناسبة في اللغة الإنكليزية. وهناك مشكلتان إضافيتان وهي أنه حتى المتكلمين الحاليين باللغة السنسكريتية يعجزون عن استيعاب معنى "السیدھيات" Sidhis بشكل عام. وبطبيعة الحال، المترجمين الإنكليز أيضاً يجهلون تماماً الفكرة الحقيقية لهذا المصطلح. وبالتالي ما فعله هؤلاء المترجمون هو انتقاء مرادف قريب لهذا المصطلح فاختاروا مصطلح "القوى الروحية" psychic powers. لكن يوجد مشكلة هنا أيضاً، حيث المصطلح "روحي"

psychic ليس له معنى مستقر أو ثابت باللغة الإنكليزية. وحتى في اللغة العربية نلاحظ الحالة الزئبقية لهذه الكلمة. فمثلاً، هناك فرق كبير في المعنى بين "القوى الروحية" و"المشروبات الروحية"! وبالإضافة إلى عبارات كثيرة تستخدم نفس الكلمة للإشارة إلى معاني مختلفة.

من أجل استيعاب آلية عمل القوى الاستبصارية الكامنة داخلنا وخاصة الجانب التقني منها، وجب علينا إعادة النظر في ما القصد الحقيقي من المصطلح "سيدهي" Sidhi، خاصة تلك المتعلقة بالقدرة على الرؤية البعيدة، ومن ثم نعيد صياغة المعنى المقصود بالطريقة الصحيحة.

صحيح أن إعادة صياغة المعنى الحقيقي لهذه الكلمة قد يثير الجدل لأسباب كثيرة.. أحدها هو أن العلماء الأدبيين والعلميين يميلون للجدال حول كل شيء (فقط من أجل الجدل) وهذه سمة ظاهرة بوضوح لديهم. مهما كانت تعنيه "السيدهييات" في الماضي البعيد، فلم تعد تمثل ما كانت تمثل، بل أصبحت عبر الزمن تتخذ منزلة خرافية أو أسطورية أكثر من كونها واقعاً ملموساً تجسد بالفعل على أرض الواقع. لهذا السبب يتعامل العلماء معها على أنها أسطورية وليست عناصر فعلية تدخل في عملية تفعيل ظاهرة "الوعي الديناميكي" المتعلقة بشكل وثيق بالقوى الاستبصارية الكامنة في الشخص.

هناك سمة بارزة للـ "سيدهييات" والتي يتقبلها الفقهاء بالاعتماد على الأوصاف الواردة في النصوص اليوغية، وهي أن "السيدهي" ليست مجرد تجسيد تلقائي لقدرة عقلية خارقة، وهذا يجعلها تحتل منزلة خاصة. وقد تم استنتاج هذا الأمر من حقيقة أن النصوص اليوغية ذكرت حالات ظهور تلقائي لقدرات عقلية خارقة ولم تصنفها على أنها "سيدهي". والسبب واضح طبعاً، حيث إنها ظهرت بشكل عفوي ودون أي سابق إدراك أو إرادة. فبالتالي لا يمكن المساواة بين "السيدهييات" وبين القدرات الخارقة التي تتجسد تلقائياً وبشكل عشوائي في أوقات غير محسوبة، أي كتلك الظواهر المؤقتة التي تخضع للبحث

والدراسة من قبل جمعية الأبحاث الروحية أو الباراسيكولوجيا.

كافة الدلائل تشير بوضوح إلى أن "السيدھيات" كانت تمثل قدرات خارقة قابلة للسيطرة والتفعيل حسب الرغبة والطلب، وليس هذا فحسب، بل مكوناتها وعناصر تفعيلها كامنة في الكائن البشري على مستوى الفصيلة البشرية وليس فقط أشخاص فرديين موهوبون بقوى خاصة. في جميع الأحوال، يجب علينا التمييز بين القوى "الكامنة" potential ability والتي يمكنها البروز تلقائياً وبشكل مؤقت في أوقات غير محسوبة، وبين القدرات "المطورة" developed ability التي يمكن استنهاضها حين الطلب والتحكم بها حسب الإرادة والرغبة.

يبدو من الممكن أن الحكماء اليوغيون اكتشفوا حقيقة أن كوامن القدرات الخارقة هي سمات فطرية أساسية متجسدة في "القرص الصلب" لكامل الفصيلة البشرية والذي ذكرته سابقاً. ومن الممكن أيضاً أن الشعوب السنسكريتية القديمة (الذين كتبوا هذه النصوص الضاربة في القدم) نظروا إلى التجسيّدات التلقائية للقدرات العقلية الخارقة كأساس متين لبناء منهج تدريبي كامل متكامل وعالي التنظيم عليه يمكنهم بعدها من تطوير هذه القدرات لدرجة أنها تبرز حسب الرغبة وحين الطلب. وعند الانتهاء من هذا المنهج التدريبي الصارم، ما نتج منه هو ما أشاروا إليها بـ "سیدھيات" Sidhis. أي بمعنى آخر: القدرات الخارقة التي كانت تتجسّد تلقائياً دون سابق معرفة أو إرادة أصبحت (بعد خوض النظام التدريبي) في حالة تجعلها تخضع للإرادة والتحكم حسب الرغبة.

في التقاليد الهندية القديمة، تنتمي أساسيات تفعيل "السیدھيات" إلى الفصيلة البشرية ككل ومن المفروض أن نجد عناصرها الفطرية مزروعة في جوهر كل إنسان. ليس من الواضح إذا كان اليوغيون القدامى يفصلون بين "العقل" و"الجسد"، فالأمر يزداد غموضاً كلما تعمقنا أكثر في تلك الأدبيات اليوغية. الفصل النهائي الذي جرى بين

"العقل" و"الجسد" واعتبارهما شيئان منفصلان لم يحصل بشكل حاسم قبل عام 1850م.

نستطيع الكلام بشكل عام عن "السيدھیات" بصفقتها قدرات خارقة تنتمي للجسد/العقل والتي تم تنشيطها وتوسيعها لتتجاوز الحدود الطبيعية للحواس الجسدية (المألوفة)، لكن الأمر المثير هو أن "الحواس" في الأدبيات اليوغية هي كثيرة ومتنوعة ولا تتوقف عند حدود الحواس الخمس المألوفة اليوم. والمسألة هنا تكمن في أن التقاليد اليوغية تناولت هذه الحواس بشكل منفصل عن "السيدھیات"، حيث اعتبرت أن هذه الحواس أيضاً يمكن أن تنشط ويتوسع مدى تأثيرها إذا ضُقلت بطريقة صحيحة.

من المهم معرفة أن التقاليد اليوغية لم تميز بين الوظائف "العقلية" و"الجسدية" و"القدرات الخارقة" بنفس الطريقة التي يتبعها المنطق الغربي العصري. وفي الحقيقة فإن طريقة تمييزهم بينها ليس واضحاً. لكن التقاليد اليوغية تشدد على التوحيد بينها جميعاً بدلاً من تجزئتها وتصنيفها إلى أقسام ووظائف متفرعة، حيث إن تجزئتها سيجلب عدم التوازن للكيان ككل.

إذن، في التقاليد اليوغية، لم تُجزأ هذه الفئات الثلاثة ("العقلية" و"الجسدية" و"القدرات الخارقة")، مع التشديد على عدم تجزئتها وتقسيمها. جميعها مثلت أجزاء مكملّة لبعضها في الكيان البشري الذي يبدو ظاهرياً أنه يحتويها على شكل أجزاء مستقلة.

المفهوم العلمي العصري الذي لا يزال راسخاً بقوة اليوم يصرّ على أن الكيان البشري يحوز فقط على خمسة حواس محدودة، وأن ما ندركه من معلومات حسية مقيداً ضمن حدود تلك الحواس. والسؤال المهم الآن هو إذا كان هناك حواس أخرى يتجاوز عددها الحواس الخمس التقليدية. من أجل توفير الوقت والمساحة هنا، فقد تحدثت عن هذا الموضوع بإسهاب أكثر من مرة في إصدارات سابقة (كتاب العقل الكوني ج2، وكتاب البندول الكاشف والمعلومات

الغيبية). وقد اقتبس هذا الموضوع من كتاب مهم جداً بعنوان "فك تشفير الحواس: العالم المتوسع للإدراك البشري" Deciphering the Senses: The Expanding World of Human Perception للمؤلفين "روبرت ريفلن" Robert Rivlin و"كارن غرافيل" Karen Gravelle (صدر عام 1984م). هذا الكتاب يتحدث عن سبعة عشر حاسة إضافية في المنظومة العضوية للكيان البشري، حيث تم فصلها وتمييزها من قبل متخصصين في علم العصبية الحيوية bio-neurologists وذلك في السبعينيات من القرن الماضي. واعتبر المؤلفان، في الفصل الأخير من الكتاب، أن ما نسميه "الإدراك الخارج عن الحواس" Extrasensory perception هو ليس قدرة روحية خارقة أو فوق طبيعية أو غيرها من تصنيفات ماورائية، بل مجرد امتداد طبيعي لمنظومة مستقبلات حسية كامنة في الجسد العضوي للإنسان.

تشير الدلائل التاريخية بوضوح إلى أن اليوغيين القدامى علموا بأنه يمكن للحواس العديدة (أكثر من خمسة طبعاً) أن تُصقل وتُطوّر لحدّ الكمال، عبر التدريب، بحيث ينتج من ذلك بروز المئات من الحواس المخصصة لأغراض ووظائف مختلفة. وهنا يضيق الفارق بين الحواس المتنوعة التي تم تطويرها لحدّ الكمال وبين "السيدھيات" التي تمثل قدرات خارقة مختلفة. وسبب اقتراب المسافة بين الفئتين هو أن حاسة متطورة لحدّ الكمال قد تُعتبر "سیدھی" قائمة بذاتها. كافة الأشخاص المحترفون في مجال فنون القتال الشرقية سوف يستوعبون جيداً ما أقصده هنا.

في التقاليد اليوغية القديمة، تُعدّ "السيدھيات" جزءاً لا يتجزأ من الكيان العضوي البشري بما فيه حواسه المتنوعة والقابلة للتطوير لحدّ الكمال. لكن إذا أخذنا بعين الاعتبار حقيقة أن اليوغيون علموا وفق منهج "شمولية العقل العضوي" Biomind holism (أي تطوير العقل ككل وليس وفق أقسام منفصلة)، فهذا سيثير فضولنا حول معرفة

السبب وراء تناولهم "السيدهيئات" كموضوع منفصل تماماً. هناك ما بين 7 و 20 "سيدهي" منفصلة، ويختلف عددها حسب المصدر الذي يتناولها، وطبعاً فالرؤية البعيدة (الاستبصار) مذكورة دائماً بينها مهما اختلف المصدر. تعلق النصوص السنسكريتية على حواس عضوية معينة بأنه يمكن شحذها وتطويرها لحد الكمال بحيث تتحول في النهاية إلى "حواس بعيدة المدى" distant senses، ومثال على ذلك هو القدرة على تحديد جهة الأهداف البعيدة (تحدثت عنها في كتاب "البحث البايوراداري")، أو تحديد موقع مصادر انبعاث إشعاعات خفية (المغناطيسية مثلاً). قد نظن بأن هذه القدرة تُعدّ خارقة بامتياز لكن النصوص السنسكريتية لم تعدّها من بين "السيدهيئات".

قد يكون هناك تفسيرات عديدة للسبب الذي جعل الحكماء اليوغيون يميّزون "السيدهيئات" عن الحواس البعيدة المدى (نتيجة تطويرها لحد الكمال). لكن أحد هذه التفسيرات هو أن "السيدهيئات" لم تُميّز خلال الحديث عنها بشكل منفصل، إلا إذا كان هناك فرق جوهري يتعلق بها وبحاجة لأن يُستوعب بشكل صحيح.

يبدو أننا عدنا إلى البداية حيث السؤال الأول: ما هي "السيدهي"؟ الجواب معقد بعض الشيء حيث اختلفت حوله الآراء عبر العصور، إن كان بين الفقهاء، أو حتى بين أسياد اليوغا ذاتهم. حسب مستوى فهمي للموضوع، أعتقد بأن الـ "سيدهي" لا تمثل شيء قائم بذاته بحيث يمكن الانطلاق منه، لكن من خلال الصقل والتدريب والتطوير سوف تتحول في النهاية إلى شيء قائم بذاته.

عليك الاطلاع في الصفحات اللاحقة على موضوعي "المحولات الحسية" sensory transducers و"المنظومة المعلوماتية الذهنية" mental information grids، ثم العودة إلى النقطة التالية لكي تكون محضراً جيداً لتستوعب الموضوع.

جوهرياً، الـ "سيدهي" هو شيء بحاجة لأن يندمج مع "الوعي الديناميكي" dynamic-awareness من أجل

تكوين هوية منفصلة بذاتها. بمعنى آخر، قد تكون أسس "الرؤية البعيدة" مثلاً موجودة داخل القرص الصلب للفصيلة البشرية ككل والدليل الواضح على ذلك هو ظهور هذه القدرة تلقائياً في بعض الأحيان عند بعض الأشخاص، لكن في هذه الحالة الطبيعية (الفطرية الخام) تعمل في غياب "الوعي الديناميكي الإرادي" -cognitive dynamic awareness. أي أنه عند ظهورها تلقائياً فيكون هذا الظهور "أوتوماتيكي"، حيث الشخص لا يدرك متى وكيف ولماذا تظهر، وحتى إنه لا يعلم ما هو "الوعي الديناميكي" أصلاً. وفق هذا المنطلق، يمكننا القول إن القوة الخارقة (الكامنة فطرياً في القرص الصلب للفصيلة البشرية) تعمل أوتوماتيكياً، لكن التحكم الإرادي بها هو غائب تماماً. أو يمكننا القول إن هذه القدرة الخارقة قابلة للتجسد بشكل عفوي، لكن القدرة الإرادية لاستنهاضها والتحكم بها لم يتم تطويرها بعد.

يبدو أن "التحكم المباشر للإرادة الواعية" هو ما كان يقصده اليوغيون القدامى عندما تحدثوا عن "السيدھیات". وإذا كان الأمر كذلك، فالـ"سیدھی" إذن هي مختلفة تماماً عن الحواس البعيدة المدى (المطوّرة) التي تستند على أسس فيزيائية ملموسة، حيث لها مستقبلات حسية خاصة في الجسد البشري وهي داخلة في مكونات المنظومة الجينية للإنسان.

قبل السير قدماً في موضوعنا، أعتقد أن هناك فكرة مهمة وجب توضيحها. لقد ورد سابقاً خلال سياق الكلام مصطلحي "الوعي الديناميكي" -dynamic-awareness و"الوعي الديناميكي الإرادي" -cognitive dynamic awareness، وربما يتطلّبان بعض التوضيح لكي يسهل على القارئ استيعاب الفكرة جيداً. سوف أقوم بتعريف سريع لهذه المصطلحات فيما يلي:

يمكن اعتبار حالة "الوعي الديناميكي" -dynamic awareness أنها عملية وجدانية، أي تتعلق بالشعور أكثر من كونها عملية فكرية. يمكن وصفها بشكل أولي بأنها

حالة "الشعور بالجسد" body awareness بشكل شامل، وطبعاً لا يمكنك الإحساس بهذا الشعور سوى بعد تهدئة النفس، ومن ثم إجراء عملية "تحسس ذهني" للجسد. ثم تتطور العملية إلى حالة توجيه هذا الشعور الكلي بالجسد بحيث يتركز في نقطة واحدة في الجسد، في القدم اليمنى مثلاً، ثم الانتقال من تركيز الشعور على القدم إلى تركيزه على نقطة أخرى في الجسم... وهكذا. في حالة الانتقال في التركيز من منطقة إلى أخرى، أصبح لدينا ليس فقط "شعور بالجسد"، بل "شعور ديناميكي" أي "يقظة ديناميكية" قابلة للتنقل والتركيز في أي نقطة نريدها (وليس داخل الجسد فحسب، بل حتى خارج الجسد). وطبعاً، "الوعي الديناميكي الإرادي" cognitive dynamic-awareness هي عملية التحكم الإرادي بعملية انتقال هذا "الشعور الديناميكي" داخل وخارج الجسد. هذا أقرب ما يمكن الوصول إليه في تعريف هذين المصطلحين بشكل مختصر وبسيط، وسوف أتناول الموضوع بالتفصيل ومن خلال التطبيقات العملية في إصدار خاص.

بالعودة إلى الموضوع، يمكننا الاستنتاج بأن "السيدھیات" هي حالات تنتج من عملية تنظيم مُتقن وعالي المستوى للقوى الجسدية/العقلية الكامنة. هذا التنظيم يشمل الوعي الشامل والمباشر للوظائف البيولوجية والذهنية، بما في ذلك المعرفة الشاملة للأقسام الخفية للعقل والتي يشير إليها علماء النفس الأكاديميين بالعقل الباطن واللاوعي.

بالنسبة لليوغيين، خُلق الكائن البشري مجهّزاً بعقل حيوي يحوز على قوى كامنة. لكنه خُلق بحالة بدائية (خام)، أي يبقى هذا العقل في حالة عدم تنظيم إلى أن يخضع لعملية تنظيم صحيحة ومدروسة بشكل جيّد. والقصد هنا من عبارة "عملية تنظيم صحيح" هو أنها تشبه عملية تزويد جهاز الكمبيوتر لديك ببرنامج محدد. فالعقل هو الكمبيوتر والبرنامج هو المعلومات المناسبة التي توفر الشروط المناسبة لاستنهاض القدرات العقلية الخارقة

بشكل صحيح. ومن هنا يأتي دور "المنظومة المعلوماتية الذهنية" mental information grids وقد أصبح ضرورياً تعريف هذا المفهوم لتوضيح الفكرة بشكل جيد.

إذن، فقد أصبح واضح جداً بخصوص "السيدھیات" أن الأمر يتعلق بضرورة وجود "منظومات معلوماتية" صحيحة. وهي "المنظومة المعلوماتية" التي تسمح بالتعرف على، ومن ثم الاندماج مع، الطيف الواسع من الملكات العقلية/الجسدية الكامنة في فصيلتنا البشرية ككل.

من المؤكد أن تحميل "برنامج معلوماتي صحيح" سيساهم في "تنظيم" العقل الحيوي بحيث يجعله يرتقي إلى مستويات رفيعة من منهجية التفكير الفعّال. بينما على الجانب الآخر، تحميل "برنامج معلوماتي خاطئ" سوف يفعل العكس تماماً.

وبالفعل، فقد عرّف اليوغيون، ومنذ تلك الأزمنة الغابرة، بأن العقل قابل لأن يلعب دور الكمبيوتر الذي نعرفه اليوم، أي يمكننا تحميله ببرنامج فيه "منظومة معلوماتية" خاطئة أو غير صحيحة أو مزورة، والمحصل الناتج هو مجموعة من الأوهام التي يتخبط فيها العقل وصاحبه. وها نحن نعود للحكمة الهندية القديمة التي طالما تحدثت عن "الوهم" illusion الذي يسود عقول البشر، وهذا مفهوم أساسي في معظم الفلسفات الشرقية. فخوض الحياة من خلال عقل مزوّد بمنظومة معلومات وهمية سيجلب لصاحبه القربك الكثير من الألم والبؤس.

وبالفعل، فالهروب أو النجاة من "الوهم" يُعدّ موضوعاً رئيسياً في اليوغا القديمة. ويُقصد بـ"الهروب" هنا أن "يتخلّص" الفرد من "المنظومة المعلوماتية الذهنية الخاطئة" التي جرّده من العناصر الأساسية التي تمكنه من عيش الواقع الحقيقي بسعادة وهناء.

بالإضافة إلى ذلك، علّم اليوغيون بأن "السيدھیات" لا يمكن تطويرها وتشذيبها في حضور "منظومة معلومات" خاطئة مغروسة في عقل الممارس، حتى لو، كما قالوا،

كانت تبرز لدى الفرد قدرات خارقة تلقائية بين الحين والآخر. لكن هذا سيؤدي إلى بروز سؤال كبير يتعلق بالظهور التلقائي لقدرات خارقة غير متوقعة.

يبدو أن اليوغيين كانوا يتحدثون عن ثلاثة أشياء رئيسية:

1- عن برنامج أولي موجود أصلاً وبشكل طبيعي في القرص الصلب للفصيلة البشرية ككل ويمثل الوظائف الفطرية للمنظومة العقلية/الجسدية للكائن البشري.

2- عن حقيقة أنه يمكن تحميل برامج معلوماتية مختلفة، خاطئة أو صحيحة، للاندماج والتفاعل مع هذا البرنامج الأولي الموجود سابقاً وبشكل فطري.

3- تحدثوا عن الفرق بين "الواقع الوهمي" و"الواقع الحقيقي" والدور الرئيسي للبرامج المعلوماتية التي يُحقل بها العقل البشري في تجسيد كل من الحالتين.

من خلال استخدام مثال الكمبيوتر وآلية عمله خلال وصفنا للعقل البشري، أعتقد بأن الأمر أصبح سهل الاستيعاب. يبدو أن اليوغيون كانوا يتحدثون عن كيان عقلي/جسدي خلق وهو مزود أصلاً بقرص صلب Hard Drive يحتوي على معلومات ووظائف فطرية، لكن هناك برامج معلوماتية يمكن تحميلها للمنظومة الذهنية للفرد (أي التزود بمعلومات عبر الخبرة اليومية، التعليم، التلقين، التدريب، غسيل الدماغ،... إلى آخره) وهي التي تحدد إمكانية عمل العقل بشكل صحيح أو إرباكه بحيث يعمل بشكل خاطئ.. أو دعونا نقول: يعمل بشكل موجه نحو اهتمامات ووظائف محددة.

وإذا أبقينا على استخدام مثال الكمبيوتر، يمكننا إضافة استعارة أخرى وهي متمثلة بـ "الفيروس" virus الذي يمكنه لخبطة أو التسبب بشلل أو تحريف أو تعطيل كافة البرامج المعلوماتية المُحملة حديثاً أو الموجودة أصلاً في العقل. بمعنى آخر، يمكن لفكرة خاطئة مغروسة في ذهن الشخص أن تؤدي دور الفيروس من حيث خطورتها

بالنسبة إلى كافة المنظومات التي يحتويها العقل البشري ويعتمد عليها لإتمام وظائفه بشكل صحيح.

تم تطوير أنواع عديدة ومختلفة من مناهج التدريب اليوغية من أجل تصحيح أنواع مختلفة من الأنظمة الذهنية الوهمية / الخاطئة في العقل، ومن ثم تحميل (أو إيقاظ) أنظمة ذهنية تساهم في تنشيط وتفعيل ما نسميها بالقوى الكامنة.

كان هناك شعار أساسي تحدثت عنه فلسفات ومناهج تدريب يوغية مختلفة: "...إن الطريقة الصحيحة لعيش الحياة هي الطريقة التي تتجنب الأوهام، ومحاولة الانسجام الدائم مع مبادئ الحياة الأساسية والمكتشفة ذاتياً. ليس فقط المبادئ المتعلقة بالفسيلة البشرية، بل ما يتعلق بالكون ككل..".

بالنسبة إلى اليوغيين القدامى، أو معظمهم على الأقل، كل إنسان مزود بمنظومة فطرية للتتميم ذاتي self-perfecting unit، وفي داخلها تقبع بنية تحتية أو ملكات مسؤولة عن قوى عقلية/جسدية هائلة بشكل مخيف. ويمكن تحديد موقع هذه القوى، ثم تطويرها وتعزيزها. لكن هذا الأمر لا يتحقق إذا لم يهيا العقل والجسد بشكل صحيح، وذلك عن طريق تزويد الفرد بمنظومة معلوماتية تساعد على إدراك أو الوعي بوجود هذه القوى الكامنة في كيانه.

لقد أشاروا إلى هذه العملية (تهيئة الفرد) مستخدمين استعارات كثيرة مثل "تفتح زهرة اللوتس"، وهي زهرة تنمو خارجة من تحت الماء (الممثل للوعي الباطن) وتفتح بأبهى حلتها فوق سطح الماء (الممثل للحالة الواعية). وهناك استعارة مشهورة أخرى، وهي المفضلة بشكل خاص لدى البوذيين اللاحقين والذين شبهوا العملية بـ "إتمام الوعي الماسي".

يبدو أنه تم الإشارة إلى "السيدهيئات" بشكل خاص ربما لأنها تتطلب المزيد من العناصر العقلية المأشوبة لاستنهاضها أو استعراضها بشكل فعلي. كما أنه من المهم

معرفة أن "السيدھيات" لم تُفصل عن الحواس الجسدية، ولا اعتُبرت ذات طبيعة عقلية بحتة. وبالأحرى، يبدو أن "السيدھيات" تمثل امتدادات للحواس الجسدية التي تتطلب عملية إدماج وتوحيد عدد كبير من الملكات العقلية والجسدية.

لكن هذه الملكات لا يمكنها أن تعمل جيداً بانسجام، إلا إذا تم إدماجها بشكل اختياري من قبل العقل الإدراكي لـ "منظومة التتميم ذاتي" self-perfecting unit الكامنة في جوهر الإنسان.

لقد علّم الحكماء الهنود القدامى أيضاً أنه بينما يمكن لبعض الملكات الكامنة أن تنشط بشكل عفوي، فهناك البعض الآخر يتطلب عملية إدماج متعمّدة لكي تحقّق مستوى أعلى من الكمال وتستعرض إنجازات أكثر فعالية.

من هذا المنطلق، يبدو واضحاً أن "السيدھيات" لا تحتوي على ملكة منفردة موجودة مسبقاً وبشكل فطري في الكيان العقلي/الجسدي، بل تتطلب عملية هندسية مقصودة داخل الوعي، وتتمثل بدمج عدد من الملكات مع بعضها ضمن نطاق اليقظة الديناميكية.

إذا كان الأمر كذلك، أصبح من الطبيعي اصطفاء "السيدھيات" بذكر خاص ومعاملة خاصة، بعكس باقي الملكات والحواس الموجودة فطرياً في كيان الشخص، حيث عدد كبير من إجراءاتنا الحسيّة والعضوية (بما في ذلك نوازعنا ومحفزاتنا) تعمل بشكل أوتوماتيكي (تلقائي) أو أوتونوماتيكي (تحفيز عصبي). بينما على "السيدھيات" أن يتم هندستها لكي تتجسّد ضمن نطاق اليقظة الديناميكية ومن ثم البلوغ بها حدّ الكمال، حيث يتم السيطرة عليها حسب الرغبة.

لكن السؤال هو: ما هو ذلك الشيء الذي وجب هندسته اصطناعياً ضمن نطاق الوعي الإرادي للعقل من أجل، مثلاً، تجسيد "السيدھی" المسؤولة عن الاستبصار (الرؤية عن بُعد)؟

في هذا المضمار بالذات، هناك مفهوم واحد فقط يمكنه المساعدة في تحقيق العملية. هذا المفهوم معروف جيداً في مجال العلوم الفيزيائية العصرية وكذلك مجال التكنولوجيا. لكنه لم يُستخدم في سياق الحديث في مجال الأبحاث الروحية أو كل ما يتعلق بأمور تتناول المنظومة العقلية / الجسدية للإنسان.

إنه مفهوم "المحوّل" Transducer، وهو وحدة كهربائية تحوّل الطاقة من شكل إلى شكل آخر. ليس من الصعب تطبيق هذا المفهوم في مجال المعدات التقنية، مثل الهواتف والتلفزيونات والرادارات... إلى آخره. كافة هذه المعدات تستخدم المحولات لكي تحوّل أشكال معينة من الطاقات أو الإشارات إلى أشكال أخرى. فالهاتف مثلاً مجهّز بمحولات تعمل على تحويل الذبذبات الكهربائية إلى أصوات مفهومة، والتلفزيون مجهّز بمحولات خاصة تعمل على تحويل الإشارة اللاسلكية إلى صوت وصورة... وهكذا إلى آخره.

لكنه من الصعب تطبيق مفهوم المحوّل في مجال يتحدّث عن المنبهات العصبية ووظائف عقلية ديناميكية مختلفة. الصعوبة لا تكمن في شرح المسألة، بل في عدم اعتياد الناس على الحقائق العظيمة التي كشفها عدد كبير من عجائب الجسد البشري في المختبرات العلمية. فمثلاً، كم ممّا يعلم أنه تم إثبات حقيقة أن كل خلية وكل وحدة عصبية في منظومتنا الجسدية/العقلية تمثّل محوّلًا حسيّاً sensory transducer قائم بذاته؟ ومن ناحية أخرى، كم ممّا تعرّف على تلك الحقيقة العجيبة التي أثبتتها العلماء منذ الخمسينيات من القرن الماضي والمتمثلة بحصول تواصل معيّن بين الشخص والشيء الذي يستهدفه بتفكيره، حتى لو كان ذلك الشيء بعيداً عن موقع الشخص آلاف الكيلومترات؟! (تحدّث عن هذا الموضوع في كتاب "طاقة الأورغون").

إذن، وفق هذا الواقع الجديد، بما أن شكلاً من أشكال التواصل يتجسّد بين الشخص والشيء الذي يستهدفه

بتفكيره، مهما كانت المسافة الفاصلة، هذا يعني أن السبب الذي يجعل الشخص عاجزاً عن إدراك أو الشعور بهذا التواصل الخفي بينه وبين الشيء المستهدف يعود إلى انعدام تفعيل "المحوّل" الذي يعمل على تحويل الطاقة المتشكّلة بين الطرفين إلى معلومات قابلة للإدراك أو الفهم والاستيعاب.

فبالتالي، بدلاً من النظر إلى قدرة "الاستبصار" أو "الرؤية عن بُعد" على أنها موهبة روحية (ذات طابع ماورائي)، أصبحت أقرب إلى أن نعتبرها منظومة متسلسلة من "المحوّلات الحسيّة" sensory transducers التي تسمح باندماج الملكات الكامنة فطرياً في القرص الصلب للعقل، وبطريقة محدّدة، فينتج من ذلك ما نعرفها بالقدرة على الرؤية البعيدة القابلة للتحكم والتوجيه حسب الرغبة. وهكذا فقدرة "الرؤية عن بُعد" لا تمثّل شيئاً قائماً بذاته، لكنها ستصبح شيئاً قائماً بذاته (سيدهي) بعد إجراء عملية تحديد ودمج للمحوّلات الحسيّة المخصّصة لهذا الغرض، وذلك طبعاً لا يحصل سوى من خلال الخوض في نظام تدريبي صارم ومدروس.

لكن السؤال هو: هل يمكن، في هذا العصر العلماني الحديث (ذو النزعة المادية البحتة)، ابتكار منهج تدريبي صارم ومدروس يمكن الفرد من استنهاض القدرة على الرؤية البعيدة؟.. الجواب هو نعم! وهذا بالضبط ما تم تحقيقه في السبعينيات من القرن الماضي في معهد "ستانفورد" للأبحاث Stanford Research Institute، الولايات المتحدة.

وهناك معلومات موثّقة عن انخراط دول أخرى، خصوصاً الصين وروسيا، في برامج تدريب مماثلة لكن السريّة المطلقة المفروضة على هكذا برامج (ذات الطبيعة الأمنية) جعلته من الصعب المقارنة ومن ثمّ التحديد أي من هذه البرامج التدريبية هي أكثر فعالية. (تحدثت عن الموضوع في هذا الكتاب).

تبين من خلال إجراء هذه البرامج التدريبية في الدول

المعنية، أنه من الممكن رفع مستوى "الرؤية البعيدة" من مجرد قدرة "عقلية" عفوية التجسيد إلى مستوى يمكن فيه تدريب الأفراد على إيصالها لحدّ الكمال، حيث يتم استنهاضها حسب الطلب والتحكم بها حسب الرغبة. وهذا أضفى على النصوص الهندية القديمة مصداقية كبرى، حيث من الممكن فعلاً استنهاض إحدى القدرات الخارقة لدى الشخص من خلال نظام تدريبي خاص، فيرتفع مستوى هذه القدرة لديه من مجرد "قدرة عشوائية وعفوية التجسيد" إلى "قدرة خاضعة للسيطرة والتحكم بحيث تتجلى حين الرغبة والطلب"، وحينها يمكن اعتبارها "سيدهي" Sidhi كاملة وقائمة بذاتها.

لقد تم بنجاح إنجاز برنامج "الرؤية البعيدة الموجهة" controlled remote viewing في معهد ستانفورد للأبحاث، بفضل البرنامج التدريبي الخاص الذي وضعه المستبصر الموهوب "إنغو سوان"، والذي مكن المتدرب من إدماج المحولات الحسية المطلوبة في كيانه، فوفرت الظروف المناسبة لتحميل البرنامج المعلوماتي المناسب لتجسيد هذه القدرة بأبهى حلتها. وهذا بالضبط ما عناه الحكماء اليوغيون في نصوصهم. فقد تبين بأن هناك فرق كبير بين "الرؤية البعيدة العشوائية" spontaneous remote viewing التي يتمتع بها كافة المستبصرين الموهوبين بالفطرة، وبين "الرؤية البعيدة الموجهة" controlled remote viewing ذات النتائج الدقيقة دائماً، وهي تمثل شكل من أشكال "التأمل الموجه إرادياً".

في الصفحات التالية سوف أذكر الطريقة المألوفة عموماً في التدريب على ممارسة الاستبصار، وهي الطريقة التي تستخدم فيها البلورة الكروية والتي غالباً ما تكون مصنوعة من الكريستال أو الزجاج أو أنواع مختلفة من الأحجار شبه الكريمة. لكن رغم تعدد مكونات هذه الأداة وأشكالها وطرق استخدامها بين الشعوب والثقافات المختلفة إلا أن المبدأ واحد والنتيجة ذاتها. هذه هي الأداة

الأشهر التي يستخدمها المستبصرون حول العالم. سوف أذكر هذا الموضوع، لأنه أصبح أساسياً في مجال الاستبصار.

يجب العلم بأن هذا نموذج هو من تلك الإرشادات المنتشرة بشكل واسع في كتب مختلفة والتي يُزعم جدواها العملية. سوف أذكرها هنا من باب الأمانة المعرفية فحسب. لكن لا أعتقد بأنها مناسبة للجميع، بل فقط الموهوبين بهذه الحاسة منذ الولادة. لأنه في الحقيقة، استنهاض هذه الحاسة بشكل سليم يحتاج إلى مجموعة تمارين تحضيرية لتجعل كيان الفرد محضراً لاستنهاض هذه الحاسة بشكل سليم.

فيما يلي دورة مختصرة تعلمنا على ممارسة الاستبصار بطريقته الشائعة، وذلك من خلال استخدام البلورة. شعرت بأنه ضروري ذكرها هنا لإضافة خيار آخر إضافي للقارئ ربما يجده أنسب له بالمقارنة مع ما سيرد لاحقاً من طرق ووسائل أخرى لممارسة الاستبصار.

قناة محبي الكتب على التليجرام

دورة تدريب بسيطة لاستنهاض حاسة الاستبصار

أول ما يجب معرفته هو أن موهبة الاستبصار هي قدرة قابلة للتعلّم وليست قدرة موروثّة أو موهبة يتمتع بها أشخاص مميزون. هذه الفكرة الخاطئة كانت وما زالت سائدة منذ القدم. تعتمد هذه القدرة على حاسة طبيعية موجودة عند جميع الكائنات. أما الإنسان فقد تراجع عنها عنده منذ زمن طويل وعبر فترات التاريخ



المتتالية، لأسباب كثيرة لا يمكن حصرها في سطور قليلة. ومع ذلك، شهدنا الكثير من الحالات الاستثنائية التي برزت عبر التاريخ، حيث ظهر أشخاص تميّزوا بهذه الموهبة واحترفوها واستخدموها بأشكال مختلفة ولأهداف مختلفة، رغم جهلهم التام عن مصدرها وآلية عملها الحقيقية.

تبين من خلال التجارب الفردية المتعددة بالإضافة إلى الدراسات المخبرية، أن هذه القدرة هي ليست موهبة إلهية محصورة على أفراد معيّنين، بل هي حاسة طبيعية يمكن

استنهاضها والتحكم بها وإتقانها كما أي حرفة أو موهبة أخرى. التدريب على استنهاضها هو كما التدريب على ركوب الدراجة أو تعلم السباحة أو العزف على آلة موسيقية أو غيرها من حرف وقدرات يتقنها الإنسان من خلال الممارسة، حيث يعتاد كيانه الجسدي (العقلي - العصبي - العضلي) على اتخاذ وضعيات معينة أو القيام بآليات محدّدة من أجل إتمام المهمة المنشودة. وبما أن لكل حرفة يوجد لها تعليماتها الخاصة التي تمكّننا من إتقانها، فحاسة الاستبصار لها تعليمات خاصة محدّدة وجب اتباعها من أجل استنهاضها ومن ثم التحكم بها.

الأداة الأكثر شهرة لممارسة الاستبصار هي الكرة البلورية. ذكرت سابقاً أنه رغم تعدّد مكونات هذه الأداة وأشكالها وطرق استخدامها، إلا أن المبدأ واحد والنتيجة واحدة. المستلزم الأساسي لممارسة هذه القدرة يتمثل في أي سطح مصقول لدرجة اللمعان بحيث يمكن للمستبصر أن يحدّق إليه بامعان، كالمرآة العادية مثلاً، أو كرة من الرصاص أو الحديد المصقول، أو كرة زجاجية مفرغة مملوءة بالزئبق أو الحبر، وهناك من يحدّق إلى سطح الماء الساكن أو بقعة من الحبر، وجميعها أثبتت جدواها بنفس درجة الكرة الكريستالية الشائعة الاستخدام.

خيار آخر بدلاً من البلورة الكريستالية

ربما الوضع المادي قد يمنع الممارس من حيازة كرة كريستالية لاستخدامها في هذه التجربة، لكن هناك الكثير من الخيارات الأخرى التي يستطيع اللجوء إليها ويمكنها التعويض عن الكرة الكريستالية، وسوف أذكر هنا إحدى تلك الخيارات. تأتي بقلادة أو حوالة من النوع الذي يستخدم في المختبرات الكيميائية. أي تلك التي تكون دائرية تماماً في الأسفل ولها عنق طويل (كما في الشكل التالي).



نقوم بقص الرقبة الطويلة للقارورة، تاركين مسافة ما بين (5) و(10) سم من الرقبة موصولاً بالقارورة.



نملأ القارورة بالحبر الأسود. يُفضّل أن يكون حبر طبيعي، ونشير إليه بالحبر الصيني. ثم نغلق الفوهة بواسطة فليئة أو قطعة مطاطية، ونستخدم السيليكون الحامي كمادة لاصقة. مع ملاحظة أنه يجب عدم ترك أي فراغ هوائي مع الحبر المحبوس داخل القارورة.



نصنع قاعدة خشبية، دائرية أو مربعة، وفيها ثقب عريض بحيث يسمح لعنق القارورة بالدخول عبرها. نقوم بعملية اللصق مستخدمين السيليكون الحامي.



من خلال اتباع الطريقة السابقة نكون قد حصلنا على كرة دائرية تحتوي على مادة فعالة لتحفيز ظاهرة الاستبصار. وهي جاهزة للاستخدام في تجربتنا التي سنقوم بها لاحقاً. يجب أن تحضر قطعة من القماش الأسود لتغطية هذه البلورة وإبقائها دائماً في الظلام التام حين لا تستخدمها.

شروط أساسية

لكي تتم التجربة بنجاح، على المريد تجاوز بعض العقبات التي تعمل على تشويش التركيز لكن يمكن تجاوزها مع الوقت من خلال الممارسة المستمرة. ويمكن اختصار هذه العقبات بالتالي:

1- التشويش الجسدي: وهي تمثل الآلام الجسدية المختلفة التي تنتج من اتخاذ وضعية معينة لفترة طويلة من الزمن. لكن يمكن تجاوزها مع الوقت بعد اعتياد الجسم على ذلك.

2- التشويش الخارجي: يتمثل بالأصوات المزعجة التي يمكن أن تعطل عملية التركيز، تصدر من البيئة المحيطة بالشخص كتلك التي يصدرها الشارع أو أشخاص آخريين يسكنون في نفس المكان أو غيرها من مصادر أخرى. لكن يمكن تجنب هذا العامل بواسطة اتخاذ مكان هادئ بعيد عن هذه العوامل المزعجة.

3- التشويش الفكري: يتمثل بالثرثرة التي تجري داخل الذهن كالخواطر والأفكار المختلفة التي تمنع الشخص من التركيز على فكرة أو موضوع واحد. لكن هذه العقبة

المهمة لا بد من أن المريد تجاوزها من خلال ممارسة التمارين الواردة في الجزء السابق.

من الضروري تجاوز هذه العقبات السابقة في البداية، وذلك في سبيل النجاح في استنهاض القدرة الاستبصارية. لكن مع مرور الوقت سوف يتمكن المريد من استنهاض الحاسة الاستبصارية بشكل تلقائي بغض النظر عن أي تأثيرات خارجية.

التحديق إلى البلورة

يجب على المتدرب أن يجري تدريبه في مكان هادئ و ذو حرارة معتدلة ومعزول عن جميع التأثيرات المزعجة كالأصوات بجميع أشكالها بالإضافة إلى عوامل أخرى يمكنها أن تلهي المتدرب أو تصرف انتباهه حيث يفقد تركيزه.

ويجب أن يخلو مجال نظر المتدرب (خلال تحديقه على البلورة) من الأشياء اللامعة أو الألوان البراقة أو أي شيء آخر يعمل على صرف انتباهه.

والإنارة يجب أن تكون خافتة دائماً خلال جلسة التحديق. (يفضل أن يستعين المريد بنور شمعة عادية خلال فترة التحديق، ويكون موقع الشمعة خلف المريد بحيث لا ينعكس ضوءها على البلورة). بعد أن يحترف المريد عملية التحديق في البلورة يمكنه أن يستخدمها في أي ظرف يشاء بالإضافة إلى الوقت الذي يناسبه، لكن في البداية عليه الالتزام بالشروط الواردة هنا.

لا تعرّض البلورة إلى أشعة الشمس المباشرة، حيث إن للضوء تأثير سلبي على تكوينها الطاقوي. ويجب لقها بقطعة من القماش الأسود ووضعها في مكان مظلم، وعند استخدامها يجب أن لا تتعرّض للضوء المباشر.

الوقت المناسب للقيام بالتدريب هو الفترة التي تسبق غياب الشمس بقليل. لكن بعد احتراف ممارسة الاستبصار يصبح بإمكان المريد القيام بذلك متى شاء.

يجب عدم التحديق إلى البلورة مباشرة بعد تناول وجبة طعام. فالمعدة الممتلئة تعمل على تعطيل عملية الاستبصار.

وضعية الجلوس أمام البلورة

بما أنك ستقوم بالتحديق إلى البلورة لفترات طويلة من الزمن خلال جلسات متعددة، وجب بالتالي أن تتخذ لنفسك وضعية مريحة للجلوس. ومع مرور الوقت ستعتاد على الجلوس بنفس الوضعية لفترات طويلة من الوقت دون أن تعاني منها. (الوضعية غير المريحة تعمل على تعطيل التركيز).

يمكنك الجلوس على الكرسي وتضع البلورة على الطاولة أمامك. أو يمكنك الجلوس على الأرض، لكن في كلا الحالتين يجب أن تكون البلورة في موقع لا تقل مسافته عن 30 سم ولا تزيد عن 50 سم. أما خط النظر فيجب أن يكون على زاوية 45 درجة من البلورة.

كيفية التحديق إلى البلورة

بعد اتخاذ الوضعية المناسبة أمام البلورة، خذ نفساً طويلاً لمرات عدة، ثم أغمض عينيك بهدوء وابقى على هذه الحال لمدة دقيقة تقريباً. خلال إغماض العينين يجب عليك تصوّر بعض الألوان حتى تفعل الخيال لديك ويتسنى لك أن تدخل في حالة وعي مناسبة. وتجري عملية التصوّر على الشكل التالي:

بعد إغماض العينين حاول أن تخلي ذهنك من الخواطر والأفكار. كل ما يمكنك رؤيته هو شاشة كبيرة سوداء. حاول أن تبقي هذه الشاشة خالية تماماً، أي جرّدها من أي لون أو أي شيء أو غيرها من أمور.

بعد أن تتكوّن هذه الشاشة السوداء بوضوح في ذهنك، قم بتصوّر الرقم (7) ذو اللون الأحمر. تأمل هذا الرقم الملون جيداً وحاول أن تجعله يتجلّى بوضوح أمامك على

الشاشة السوداء. ويجب أن يكون هذا الرقم هو الشيء الوحيد الذي تحتويه الشاشة السوداء. بعد تأمل هذا الرقم جيداً اجعله يختفي بهدوء وبنفس الوقت تصوّر ظهور الرقم (6) ذو اللون البرتقالي. بعد أن يتضح الرقم (6) تماماً ويصبح هو الشيء الوحيد الذي تراه على الشاشة السوداء، ابدأ بتأمله وحافظ على صفائه ووضوحه. (إن العمل على إبقاء الرقم الملون واضحاً وجلياً داخل الشاشة السوداء يمثل عملية صعبة في البداية لكنها عملية مهمة جداً، حيث تعمل على إخلاء جميع الخواطر المزعجة الموجودة في الذهن والتي تعدّ السبب الرئيسي في التشويش الذهني، والذي يؤدي بدوره إلى تعطيل حاسة الاستبصار).

بعد تأمل الرقم (6) جيداً اجعله يختفي بهدوء، لكن بنفس الوقت، يظهر الرقم (5) ذو اللون الأصفر. بعد تأمل هذا الرقم لفترة معينة، اجعله يختفي مع ظهور الرقم (4) ذو اللون الأخضر، ثم الرقم (3) ذو اللون الأزرق، ثم الرقم (2) ذو اللون الأرجواني، ثم الرقم (1) ذو اللون البنفسجي. قم بتصور ظهور واختفاء هذه الأرقام بالتسلسل وبنفس الطريقة التي شرحتها. أما المدة الزمنية التي يجب البقاء فيها في كل رقم فلا تتعدى (3) أو (5) ثوان لكل رقم. لكن في البداية سوف تواجه صعوبة في الإبقاء على صفاوة ووضوح الرقم في الشاشة السوداء، فيفضل أن تبقى عند ذات الرقم إلى أن يتوضح تماماً دون الالتزام بأي مدة معينة، وعندما يصبح الرقم لديك واضحاً يمكنك حينها الانتقال إلى الرقم التالي، وهكذا.

بعد الانتهاء من تصوّر الأرقام الملونة بالطريقة المذكورة أعلاه، افتح عينيك بهدوء وابدأ بالنظر إلى البلورة. وقم بالتالي:

تصوّر بأنك تنظر إلى البلورة من خلال حاجز زجاجي ذو اللون الأحمر (أي أنك ترى من خلاله كل شيء مصبوغ باللون الأحمر). أبقِ على هذه الحال لثوان عدة. بعد أن تنتهي من النظر من خلال الحاجز الأحمر، انتقل بشكل تدريجي إلى النظر من خلال حاجز زجاجي ذو اللون

البرتقالي. أبقى على هذه الحال لثوان عدة. ثم انتقل إلى النظر من خلال حاجز ذو اللون الأصفر، ثم الأخضر، ثم الأزرق، ثم الأرجواني، ثم البنفسجي. بعد الانتهاء من اللون الأخير، ابدأ بالتحديق على البلورة بهدوء واهتمام. لا تفعل شيء أو تفكر بشيء، كل ما تفعله هو التحديق إلى البلورة فقط.

يجب أن لا تتجاوز مدة التحديق إلى البلورة في الجلسة الأولى أكثر من عشر دقائق. ويمكنك زيادة خمس دقائق في كل جلسة متتالية إلى أن تصبح المدة تتجاوز ساعة أو أكثر. وعليك أن تلتزم بهذه التعليمات حتى تتجنب التأثيرات السلبية الناتجة من المجهود العصبي الذي ينتج من تجاوز طاقة التحمل. نحن غير معتادين على هذه الوضعية العصبية والفكرية من قبل. لذلك علينا تدريب أجهزة الجسم المختلفة على هذا الوضع الجديد، وهذا يتطلب الوقت الكافي والتمرين المستمر. لا تضغط على نفسك في الجلسات الأولى والتزم بالمدة التي حددتها فقط، أي عشر دقائق في الجلسة الأولى، ثم قم بزيادة خمس دقائق لكل جلسة على التوالي على أن تصبح قادراً على المكوث في هذه الوضعية لأكثر من ساعة دون أن تعاني من أي تأثير جانبي.

أما من ناحية فترة التدريب بشكل عام، فلا تلتزم بفترة زمنية محددة حتى تنمي هذه الحاسة الجديدة. لا تضغط على نفسك. وتذكر أن هذه الحاسة هي طبيعية وموجودة في كل كائن بشري، لكنها خامدة ولكي نستنهضها يجب أن يكون ذلك بواسطة التمرين المستمر والمثابرة والوقت الكافي، دون الالتزام بمدة معينة. قم بما عليك فعله في التمارين، ودع هذه الحاسة تتجلى بشكل تلقائي. لا تنتظر ظهورها، فقط مارس التمارين، وستلاحظ أنه في يوم من الأيام ستظهر بشكل مفاجئ وبقوة وجلاء. تختلف مدة تجليها عند الأشخاص حسب اختلاف طبيعتهم الفطرية، حيث بعض الأشخاص ينجحون في استنهاض قدرة استبصارية بعد عدة أيام بينما البعض الآخر بحاجة إلى

عدة شهور. لكن المهم أنها سوف تتجلى في النهاية عند الجميع دون استثناء.

ما نشاهده في البلورة خلال جلسات التحديق ربما يمرّ وقت طويل من المحاولات العديدة ولا يرى فيها الشخص أي شيء سوى البلورة التي يحدّق إليها باستمرار. لكن يجب المثابرة والصبر، حيث إن الأجهزة الحسية والعصبية تعمل في الخفاء على التأقلم مع هذا الوضع الجديد، وسوف تنهض فجأة في أي وقت. سيعاني الشخص خلال تحديقه إلى البلورة من مشكلة تسمى بازدواجية النظر، أي أنه يرى البلورة على أنها أصبحت بلورتين، ثم تعود لتصبح بلورة واحدة. هذه المشكلة سوف تزول مع الوقت. ثابر وتحلّى بالمزيد من الصبر وانتظر.

قد يعاني الشخص من ألم في عينيه نتيجة الجهد الذي يبذله في التحديق إلى نقطة واحدة (البلورة) ولفترة طويلة. لكن عندما يحصل هذا الألم، أبعد نظرك عن البلورة للحظات، ثم عد للنظر إليها ثانية وتابع التحديق. يمكنك أن ترمش جفونك بشكل طبيعي، كما في الأحوال العادية. قد تلاحظ أحياناً أن العيون قد أصبحت شبه مغلقة (أي نصف مفتوحة). لا تكثر بهذا الأمر، فسبب ذلك هو ارتخاء الأعصاب فقط. وتذكر أن الاستبصار لا يعتمد على العيون الجسدية، لكننا نستخدم حاسة النظر من أجل التركيز فقط على نقطة واحدة حيث إن هذا يساعد على توجيه الانتباه وتركيزه على هذه النقطة.

بعد مرور فترة من الجهد المتواصل دون أن تلمس أي نتيجة مجدية سوف يأتي وقت، ربما بعد يوم أو يومين أو قد يمرّ شهر (حسب قوة القدرة الفطرية الكامنة لديك)، ستظهر غيمة بيضاء متحركة ببطء على سطح البلورة. وتكون حركتها عشوائية. وبعد قليل يظهر ضباب رقيق ويكون لونه أحمر أو أخضر، ثم يتحوّل اللون إلى رمادي أو

أسود. ثم تلاحظ ظهور ذرات صغيرة مضيئة تصدر من البلورة وتتراقص بشكل عشوائي ولولبي أحياناً. حينها يبدأ الشخص بالشعور بحالة توتر غير مألوف في جميع أنحاء جسمه (رعدة خفيفة)، لكن عليه أن يبقى بارد الأعصاب ويتابع في التحديق بتأني وهدوء، وبثقة ومثابرة، لأنه قد أصبح الآن على أعتاب عالم الاستبصار.

تذكر أنه أي شعور بالخوف أو المفاجئة سوف يعيدك إلى حالة وعيك العادية. لذلك عليك أن تسيطر على مخاوفك وتابع التحديق.

بعد ظهور الغيوم الملونة بالأخضر والأحمر، يمكن للشخص بعدها أن يطرح سؤال عن شيء يريد معرفته، وليس بالضرورة أن يطرحه بصوت عالي. تذكر أن تطرحه بشكل وجداني، أي قم بالتفكير بالهدف بشكل وجداني وعميق.

إن عملية تلاوة السؤال هي عامل أساسي حتى تكشف لك البلورة عن الرؤيا المرغوبة. فالسؤال هو الحافز الذي يساعد على تجلي الموضوع المستهدف.

بعد تلاوة السؤال، أبقى على هدوء أعصابك وستلاحظ بعد لحظات أن البلورة قد اختفت تماماً وظهر في ذهنك شاشة كبيرة ذات اللون الأزرق السماوي الجميل جداً. وفي داخل هذه الشاشة التي ملأت مجال رؤيتك بالكامل سوف ترى الجواب بوضوح. قد تكون على شكل صور واضحة أو هيئات رمزية تكشف لك عن الجواب، لكن مهما كانت حالة ما تراه غامضة، إلا أنك سوف تفهمه وتستوعبه بشكل بديهي ودون أي صعوبة.

في هذا الوقت بالذات تكون قد أصبحت غير واعي بمحيطك، وجميع تركيزك هو منصب على البلورة أمامك. لكن أي شعور بالرعب أو المفاجأة سوف يعيدك إلى حالتك الطبيعية، أي اليقظة الكاملة. وإن حصل ذلك لا تحاول العودة إلى استخدام البلورة. قم بتأجيل هذه العملية لليوم التالي، وسوف لن تجد أي صعوبة في الحصول على الرؤية من جديد.

بعد التدريب والمثابرة والخبرة التي ستكتسبها خلال
الممارسة المستمرة، سوف يصبح لديك القدرة على
استنهاض رؤيا بعد النظر إلى البلورة مباشرة، دون إضاعة
أي وقت في ذلك. ويمكنك البقاء في هذه الحالة من الوعي
الخاص لفترات طويلة دون أي تأثير سلبي عليك.

انتهت الدورة التدريبية

فنانة محبي الخشب على الشليجرام

ملاحظة:

رغم انتشار هكذا دورات تدريبية طوال عقود من الزمن، وحتى منذ قرن ونصف، إلا أنه نادراً ما كان لها نتائج إيجابية لها تأثير واسع. السبب ليس في طريقة التدريب، بل يكمن في مكان آخر مختلف تماماً. نحن نفتقد إلى الكثير من المعلومات المتعلقة بنا ككائنات بشرية وبطبيعة الكون المحيط بنا. حتى إن ظاهرة الاستبصار ما زالت غامضة بالنسبة إلينا ودرجة أن معظمنا لا يؤمن بوجودها أصلاً. المواضيع التالية سوف تعالج الكثير من المسائل المتعلقة بهذا الموضوع.

فنانه محبب
الكتاب على التليجرام

السّر يكمن في طريقة تعريف الذات

كما رأينا، فإن القدرة على الاستبصار تتجسد بأشكال متنوعة حسب اختلاف الثقافة أو حتى المنهج السحري المتبع. فهناك من يستخدم أنواع مختلفة من البخور أو يتلو أقسام ودعوات وتعاويذ مختلفة، أو يتناول مواد مخدرة، أو يدخل في حالات وعي بديلة، أو غيرها من إجراءات يعتقد بأنها ضرورية لاستنهاض هذه الظاهرة. لكن لا أحد يفتن إلى أنها مجرد طقوس مختلفة تتمحور حول استنهاض قدرة واحدة، جوهر واحد، وهو الاستبصار.

يبدو واضحاً أن هذه الظاهرة ليست مقتصرة على مجموعة أو ثقافة أو شريحة بشرية معينة ولا على منطقة أو فترة تاريخية محددة، لكن الاختلاف الوحيد يكمن في شكل وطريقة تجسيد هذه الظاهرة الاستثنائية والصيغة التي نُظر وفقها إليها.

إن سبب الاختلاف والتنوع الكبير الذي تبديه هذه الظاهرة لا يعود إلى أنها صُفّت خصيصاً لاتخاذ الأشكال التي تجسدت بها، بل يعود سببه إلى الاختلاف الكبير والمتنوع في نظرة الناس لها حسب اختلاف الثقافة التي تجسدت وسطها. وليس هذا فحسب، بل يبدو أنها تتجسد بصيغة أو هيئة تتناغم مع المعتقد العام الذي يسود في المجتمع، أي العامل الأهم يتمثل بالقناعات الخاصة للوسيط ذاته الذي جسدها، وهذه نقطة مهمة توفر لنا الخيوط الأولية إلى مكمن السر.

الأمثلة المتنوعة المذكورة سابقاً بخصوص صيغ تجلي ظاهرة الاستبصار، والتي تشير إلى مدى الإرباك الذي يمكن أن يترتب نتيجة تناولها بسبب التعدد الكبير في طرق

النظر إليها، هي التي تجعلنا عاجزين عن تفسيرها أو حتى استيعابها.

وهنا تدخل أهمية موضوع "الصور الصغرى" (تعدّد وجهات النظر تجاه الإنسان وقدراته) و"الصورة الكبرى" (الطبيعة الأصيلة للكائن البشري).

كلنا طبعاً نتعامل مع الواقع ونتفاعل معه وفق الصور الصغرى وبالاعتماد عليها (حسب منطق المجتمع المحلي الذي ننتمي إليه). هذه الصور الصغرى مغروسة في وجداننا بعمق وما من عيب في الاعتراف بذلك. لكن الأمر المهم هو معرفة أن محاولة فهم واستيعاب أي من الظواهر أو القدرات الخارقة انطلاقاً من مفاهيم تستند إلى "صور صغرى" قد لا تساعد إطلاقاً.

لكن يبدو أن المسألة لا تقف عند هذا الحد، حيث تبين أن النظر إلى هذه الظاهرة بالاستناد إلى "صور صغرى" هو العامل الأساسي في إعاقه ظهورها لدى معظم الناس. فهذه الظاهرة تستند إلى منظور أوسع للكائن البشري، أي "الصورة الكبرى"، وجميعنا نعلم أن النظرة للإنسان تختلف بشكل كبير بين مجموعة بشرية وأخرى. ورغم هذا الاختلاف الكبير في تعريف الإنسان، لم تتمكن أي جهة من الخروج بصورة واضحة وشاملة عن هذا الكائن العجيب، لأن التعريفات المحلية لكل مجموعة تمثّل بكل بساطة "صوراً صغرى".

إذن، يمكن اعتبار عناصر "الصورة الكبرى" بأنها تمثّل كل ما يمكنه الإشارة إلى العوامل والسمات المشتركة التي تتمتع بها الفصيلة البشرية ككل. بينما حالات "الصور الصغرى" تمثّل ما هو محلي (غير معمم على مستوى الفصيلة البشرية) حيث هي سمات مقتصرة على التعريفات المختلفة للإنسان لدى مجموعات بشرية مختلفة، وتلك التعريفات تمثّل أجزاء مجزأة من الفصيلة البشرية ككل، أي أنها صور جزئية للصورة الكبرى.

والأمر الذي أصبح واضحاً هو أن القدرات الخارقة تمثّل سمة معمة على كامل الفصيلة البشرية. وهذه الحقيقة

مدعومة بعدد لامتناهي من الدلائل الثابتة التي تكشف عن تجسيد الظواهر الخارقة بشكل تلقائي في كافة الحضارات والأعراق البشرية، وعبر العصور التاريخية الطويلة، وبين كافة الأجيال. مما يجعلنا نستنتج ونجزم بأنها لا تستطيع التجسد في كل هذه الحالات المذكورة إن لم تكن داخلية في الموروثات الأساسية لفصيلتنا البشرية والتي تشمل كل البشر. والدليل الآخر هو قابلية استنهاضها عبر التدريب.

الفكرة الرئيسية هنا هي أنه إذا كانت القدرات الخارقة تنتمي إلى مقام "الصورة الكبرى"، فبالتالي تؤدي "الصور الصغرى" دور الحواجز المعوقة لتفعيلها في الفرد، لأن الأرضية العقلية لديه أخضعت لأفكار ومعتقدات وخرافات محلية تعمل كمعوقات وحتى مثبطات لعملية استنهاض القوى الكامنة لديه. وإذا كانت هكذا الحال، فبالنسبة إلى العقول التي نشأت ضمن حدود "الصور الصغرى" الأمر يتطلب إدخال عناصر (أفكار) جديدة من سياق "الصورة الكبرى" (معلومات جديدة عن طبيعة الفصيلة البشرية ككل) من أجل توفير تربة مناسبة لنمو "البذور" (التعاليم) التي تساهم في تفعيل القدرات الخارقة لدى الفرد.

أهم الحقائق التي يجب التعرف عليها بخصوص طبيعتنا ككائنات بشرية هي أننا نمثل أنظمة بيولوجية مفتوحة. مجرد التسليم بهذه الحقيقة يفتح الأبواب على مصراعيها أمام الإجابات الوافية والشفافية على الكثير من التساؤلات التي مثلت الألغاز عصية عن التفسير، أهمها هي قدرة التواصل (أو التأثير) الذي يتجسد بين كائنين يفصل بينهما مسافة بعيدة.

قناة محبي الكتب على التليجرام



نحن محكومون بمنطق علمي يقول بأن الإنسان يمثل منظومة بيولوجية مُقفلة مما يجعله معزول عن الكون الذي يحضنه. هذا المنطق العلمي متجذر بعمق في وجداننا لدرجة أنه حتى خبراء علم النفس (وبعض خبراء العلوم الماورائية)، عندما يتحدثوا عن المستويات الخفية للعقل البشري، يستندون على فرضية أن الإنسان يمثل منظومة مُقفلة معزولة عن الوسط الأثيري المحيط به، كما مُعبر عنه في الشكل.

بينما في الحقيقة، فالإنسان يمثل منظومة بيولوجية مفتوحة، أي هو على تواصل كامل ومستمر مع هذا الوسط الأثيري الذي يغمره. حتى إنه يمثل جزء من هذا الوسط الأثيري لكن محدودية إدراكه تمنعه من ملاحظة هذه الحقيقة. إنه في حالة تبادل مستمر للمعلومات والطاقات المختلفة مع البيئة المحيطة به، كما مُعبر عنه في الشكل التالي:



الكائن الحي يمثل منظومة بيولوجية مفتوحة، وعلى تواصل كامل ومستمر مع البيئة الأثيرية التي تحضنه. بعد أن نستوعب هذه الحقيقة، حينها سنستوعب السحر بمفهومه المبسط.

الإنسان يمثل نظام مفتوح وليس مقفل. والسبب الذي جعلنا نعجز عن استنتاج ذلك هو كثرة المفاهيم الخاطئة التي غرست في عقولنا مما يجعلنا نصاب بالحيرة والإرباك في النظر إلى ظواهر ماثلة أمامنا مثل الاستبصار.

لم يعد هناك شك بحقيقة أن عقل الإنسان هو مجرد جزء صغير من مجال عقلي كبير، والإدراك هو ليس سوى عملية تبادل المعلومات مع ذلك المجال المعلوماتي العملاق. بعد أن تعرفنا على حقيقة وجود عقل جماعي (أو مجال شامل من الوعي) يشمل كل العقول ويوصلها ببعضها، فبالتالي لم تعد فكرة التواصل اللحظي بين الأشخاص (مهما كانت المسافة الفاصلة) مستبعدة. وإحدى مظاهر هذه الحقيقة هو حصول رنين متناغم (تخاطر) بين شخصين مجرد ما قام أحدهما باستهداف الآخر بتفكيره. والرنين هو ظاهرة طبيعية تمثل إحدى الخصائص الأساسية لهذا الكون الهولوجرافي العجيب (الذي يتسم باللامكانية) ولولاها لما كان ممكناً لأي جهاز راديو أن يستقبل المحطات الإذاعية.

نحن نمثل أجزاء من كون هولوجرافي متعدد الأبعاد، ومجرد أن سلّمنا بهذه الفكرة، أصبح من السهل علينا استيعاب ظاهرة الاستبصار أو القدرة على التنبؤ بالمستقبل أو الحصول على معلومات غيبية بشكل عام.

تصوّر مدى أهمية هذا العامل. فمجرد التعرّف على مجموعة صغيرة من الحقائق وسلّمنا بها، تغيّرت نظرتنا للموضوع بالكامل. فبالتالي، المفاهيم والمصطلحات تؤدي دوراً أساسياً في هذه المسألة. وبما يخصّ عملية تفعيل ملكات القوى الخارقة، فإن القاعدة الأساسية التي تتمحور حولها هذه العملية ليست موجودة خارج الفرد بل داخله. بمعنى آخر، الهدف الرئيسي في عملية تفعيل ملكات القوى الخارقة يتمثل في "تنشيط" أو "استنهاض" الملكات التي هي موجودة أصلاً في العالم الداخلي لديه، لكنها تقبع كامنة أو خامدة ومجهولة أصلاً، وبالتالي فهي خارج هوامش الصحوّة (نظرة الفرد الخاصة للعالم) لديه مما يجعله محروماً من اختبارها أو استخدامها. كيف يمكنه استخدام شيء، أو يحاول تفعيله، بينما يجهل أنه موجود أصلاً؟



إن ضيق أفق التفكير يولد لدى الشخص هامش صحوّة محدود، مما يمنع المعلومات الفطرية من التفاعل مع الملكات الكامنة لديه، فبالتالي تعجز المنظومة المخصصة

لهذا الغرض من التكامل ومن ثم التفعيل.
تبقى تلك الملكات كامنة أو خامدة، لأن الحدود
الخارجية لوعي الفرد ونظيرته الخاصة للواقع، وكذلك عالمه
الداخلي، هي مبنية ومهيأة بطريقة تمنعه من التواصل
الإدراكي معها. وطالما بقي هذا البناء الحاجز قائماً، فسوف
لن تخدم التعاليم المنظمة لاستنهاض القدرات الخارقة في
شيء، مهما كانت مكثفة وغزيرة.



إن الإدراك المحدود (أو الموجه) للواقع يؤدي إلى
تضييق هامش الصحو لدى الفرد، وهذا يعيق
عملية تفعيل القدرات الخارقة مهما كانت التعاليم
كثيفة وفعالة.

إذا كان على أحدنا أن يستوعب أي نوع من التعاليم أو
المناهج التدريبية المتعلقة بتفعيل ملكات القوى الخارقة،
يجب عليه الأخذ بعين الاعتبار منذ البداية بأن العملية
ستشمل إجراء "تغييرات في النظر للواقع" التي تفرضها
عليه الصورة الصغرى التي نشأ عليها في بيئته المحلية،
وذلك من أجل توسيع هامش الصحو لديه.

الخطوة الأولى التي يجب اتخاذها، وهي الطريقة الأكثر
فعالية في مساهمتها بتفعيل ملكات القوى الخارقة،

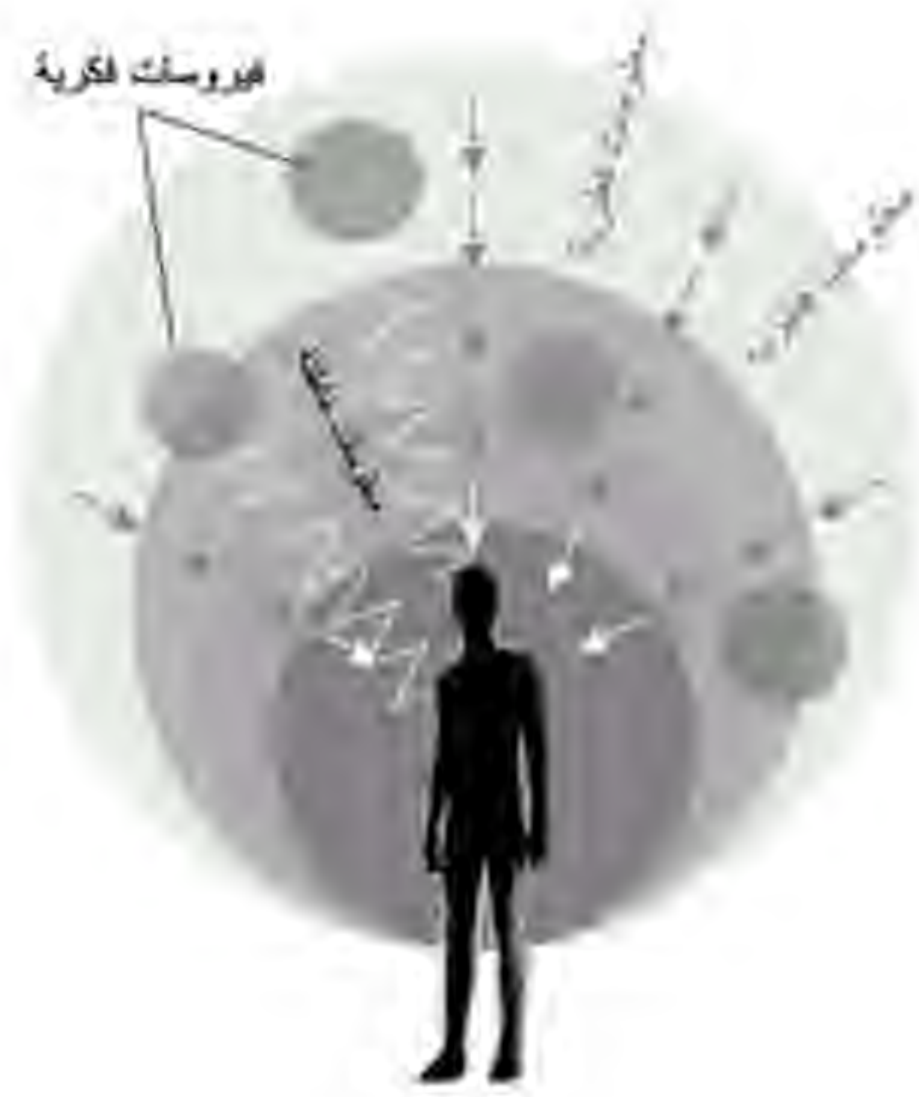
وتتمثل بدراسة الطبيعة الفعلية لتلك الملكات على مستوى
الفصيلة البشرية ككل وليس على المستوى الفردي أو على
مستوى اجتماعي معين أو وفق مفهوم ثقافة معينة.

أما الخطوة الثانية، فهي تحديد عناصر "الصور الصغرى"
التي تعمل كمعوقات، ومن ثم التخلص منها مباشرة. لكن
هذه العملية قد تشابه الصراع مع الطواحين إذا لم يكن
الفرد ملماً بالمعايير البنيوية للصور الصغرى. أي التعرف
على ما الذي يجعل "الصور الصغرى" صوراً صغرى.

بعد إجراء البحوث والدراسات اللازمة، تبين بوضوح أن
نسبة كبيرة من العوامل المعيقة هي اجتماعية في الأصل.
فمثلاً، إحدى مظاهر هذه العوامل المعوقة تكمن في
"المنطق العام" الذي يحكم طريقة تفكير المجتمعات
ويحدد خصائص ومقومات البيئة الاجتماعية التي نشأ
ضمنها الأفراد واعتادوا عليها. بما أن "المنطق العام" الذي
يسود اليوم هو منطق علماني "مادي" لا يؤمن سوى بكل
ما هو مرئي وملموس، أو منطق ديني لا يتسامح مع أي
شيء ماورائي سوى الماورائيات الدينية، ربما أصبح لدينا
فكرة عن نوع المعوقات التي تثبط العملية.

يمكن اعتبار أن معظم العوامل المعوقة تمثل ما يمكن
وصفه بفيروسات تنخر في منظومة معالجة المعلومات
الكامنة في جوهر أفراد مجتمع معين، أو مجموعة بشرية
معينة، وبالتالي تعمل على تحريف أو تشويه أو إبطال
عملية معالجة المعلومات الذهنية لدى كل فرد.

في كافة الأحوال، إنه من المنطقي والعقلاني أن نفترض
بأنه عندما يتم إبطال مفعول الفيروسات المعلوماتية في
أي منظومة معالجة معلوماتية، سوف تتوقع حصول شيء
ما في أداء هذه المنظومة المعالجة للمعلومات. وطبعاً
الأداء سوف يتحسن بشكل جذري، لأن المنظومة عادت
للعمل بشكلها الطبيعي الذي كان مشوهاً سابقاً بفعل وجود
الفيروسات.



الفيروسات الفكرية (التي هي عبارة عن مفاهيم وتصورات خاطئة) تنخر في منظومة معالجة المعلومات الكامنة في جوهر الفرد، وبالتالي تعمل على تحريف أو تشويه أو إبطال عملية معالجة المعلومات الذهنية لديه.

ومن ناحية أخرى، فإن الضوابط الاجتماعية التي لا تتساهل مع استعراض القدرات الخارقة ليست فقط مسؤولة عن قمع تواتر تجسيد هذه القدرات، بل مسؤولة أيضاً عن إحداث حالة تشويش وخلط وإرباك في الشؤون المتعلقة بالعملية بحيث يصبح التفعيل الإرادي لهذه القدرات صعباً أو حتى مستحيلاً. وأهم العناصر المسؤولة عن هذا التشويش هي المفاهيم والتصورات المُستخدمة للنظر إلى الظواهر والقدرات الخارقة.

وبالفعل، نستطيع بسهولة إدراك حقيقة أن القوى المسيطرة التي تعمل على صياغة وتعديل المفاهيم العامة للشعوب (المؤسسات الدينية والعلمية مثلاً) تعمل ليس على تقليل المعرفة الوظيفية للقدرات الخارقة فحسب، بل تعمل أيضاً على حرمانها حقاً شرعياً كسمة مميزة تتمتع بها فصيلتنا البشرية.

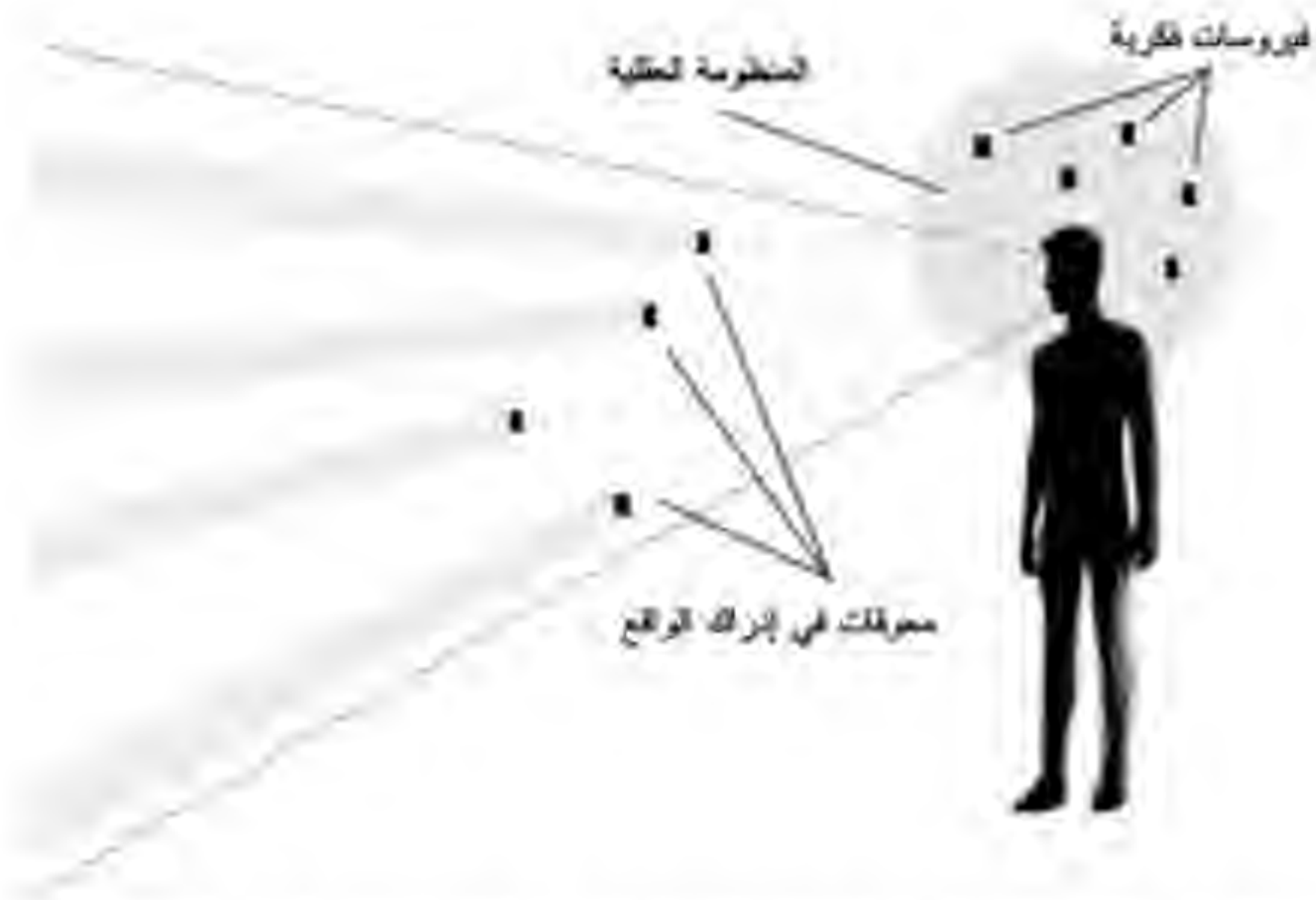
أحد العناصر الجوهرية التي يمكنها التحول إلى

فيروسات هي: المفهوم أو التصور conceptualization وهو صيغة يستخدمها الناس كأساس لأدائهم الفكري، وتستخدم أيضاً لتفسير والحكم على الأشياء. مع العلم أن كل مجتمع أو حضارة أو ثقافة لديها صيغتها الخاصة للنظر إلى الأشياء. وعندما يتعلق الأمر بالقدرات الخارقة، فهي تتجسد وفقاً للصيغة الخاصة المألوفة في المجتمع. أي، التصورات والمفاهيم المختلفة التي يُنظر من خلالها إلى هذا المجال تؤدي إلى تجسيد مظاهر مختلفة ونتائج مختلفة.

نستنتج من ذلك حقيقة أن مجموعات مختلفة من فصيلتنا البشرية، والتي تأقلمت مع تصورات ومفاهيم مختلفة، تعمل على فهم وتفسير وتقدير والحكم على ظاهرة خارقة معينة بطرق مختلفة تماماً. وهذا يجعله من الصعب جداً إيجاد صلات وصل أو تشابهات بين الصيغ المختلفة التي تستخدمها مجموعات بشرية مختلفة خلال نظرها لظاهرة واحدة.

وبالتالي، إذا سعينا للنظر إلى ملكات القدرات الخارقة من خلال الصيغ والمفاهيم المصنوعة محلياً، فسوف نحقق ما تسمح به هذه المفاهيم فقط. ومهما كان هذا الشيء الذي تسمح به، فربما لا يتوافق مع الصيغ والمفاهيم المصنوعة في مكان آخر. ما أحاول قوله هو إن المفاهيم الفردية والاجتماعية تتحكم بالعدسات البصرية العقلية التي نحكم من خلالها على ما يتجسد أمام أنظارنا من هذه الظواهر الخارقة.

قناة محبي الكتب على التليجرام

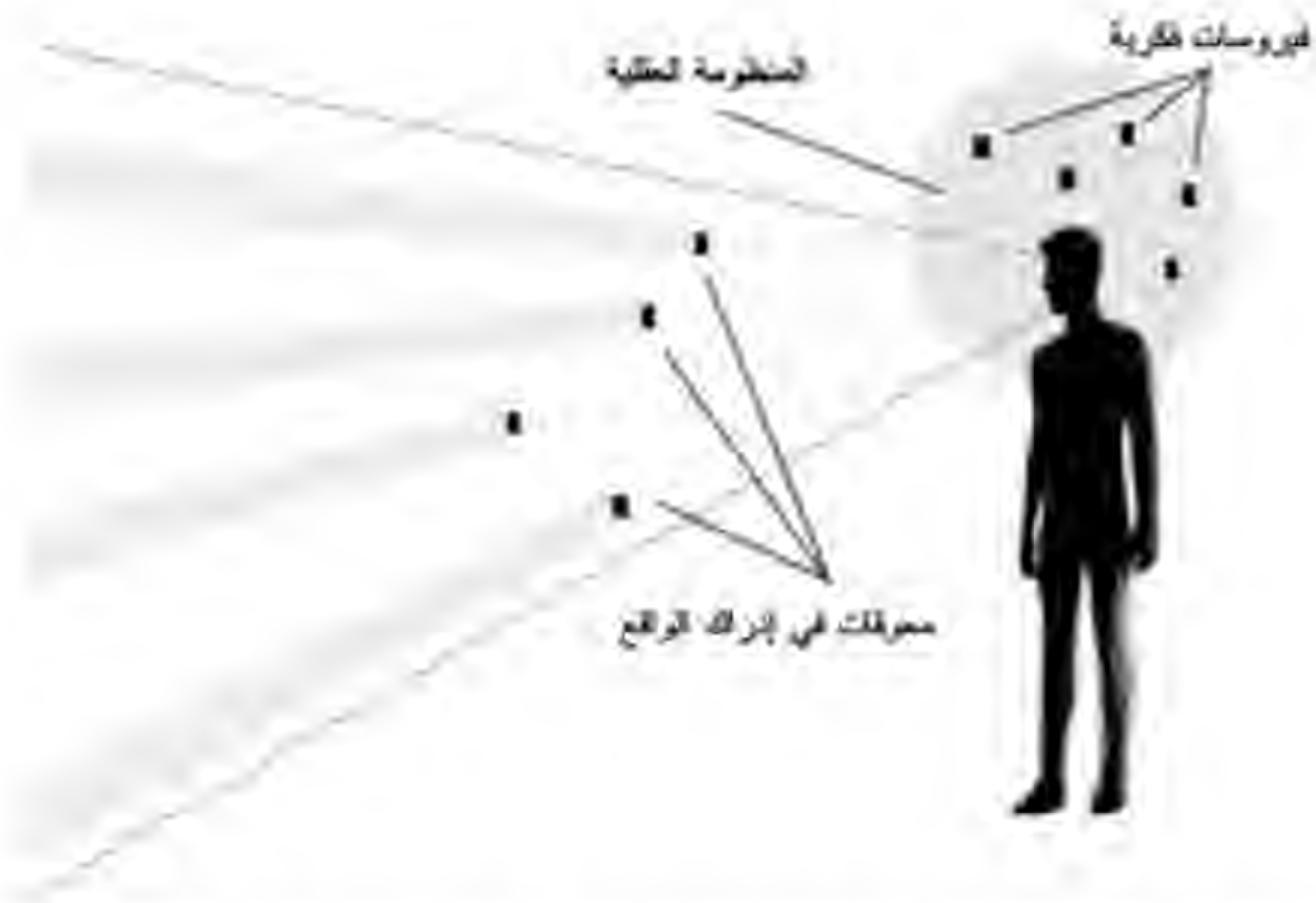


يمكن للمفاهيم والمصطلحات (الفيروسات الفكرية) الخاطئة أن تمنعنا من رؤية المواضيع التي تمثلها بشكل واضح وجلي، أي أنها قد تساهم في تشويش الصورة أكثر من توضيحها.

كما رأينا سابقاً، يُعدّ عامل "المفاهيم" مهم جداً في عملية تفعيل القدرات الخارقة. إنه يمثل تحدي حقيقي، خاصة بعد يقيننا بأن هكذا قدرات موجودة بالفعل، لكنها تمتنع عن النهوض والتجلي.. وكل هذا بسبب استخدام مفاهيم خاطئة خلال محاولات تفعيلها.

كل هذا وفي الوقت ذاته، نجد أن التاريخ البشري الطويل شهد تجسيدات تلقائية لأنواع مختلفة من هذه القدرات الاستثنائية. الكثير من الظواهر الموثقة التي تعود للوراء 6 آلاف سنة على الأقل. والكثير من المناهج التدريبية الهادفة لتطوير هذه القدرات برزت واندثرت عبر توالي القرون. لكن النتيجة النهائية والواضحة هي أن فصيلتنا البشرية، رغم امتلاكها لهذه الملكات، ما زالت اليوم محرومة منها بصيغتها المفعله.

خلق الكائن البشري مؤلفاً من منظومة عقلية/جسدية متكاملة مجهزة بمعلومات ووظائف فطرية (نسميها الغريزة). من أجل استيعاب الفكرة بشكل جيّد، وبسبب التشابه المدهش بينهما، يمكننا استخدام مثال جهاز



يمكن للمفاهيم والمصطلحات (الفيروسات الفكرية) الخاطئة أن تمنعنا من رؤية المواضيع التي تمثلها بشكل واضح وجلي، أي أنها قد تساهم في تشويش الصورة أكثر من توضيحها.

كما رأينا سابقاً، يُعدّ عامل "المفاهيم" مهم جداً في عملية تفعيل القدرات الخارقة. إنه يمثل تحدي حقيقي، خاصة بعد يقيننا بأن هكذا قدرات موجودة بالفعل، لكنها تمتنع عن النهوض والتجلي.. وكل هذا بسبب استخدام مفاهيم خاطئة خلال محاولات تفعيلها.

كل هذا وفي الوقت ذاته، نجد أن التاريخ البشري الطويل شهد تجسيدات تلقائية لأنواع مختلفة من هذه القدرات الاستثنائية. الكثير من الظواهر الموثقة التي تعود للوراء 6 آلاف سنة على الأقل. والكثير من المناهج التدريبية الهادفة لتطوير هذه القدرات برزت واندثرت عبر توالي القرون. لكن النتيجة النهائية والواضحة هي أن فصيلتنا البشرية، رغم امتلاكها لهذه الملكات، ما زالت اليوم محرومة منها بصيغتها المفعله.

خلق الكائن البشري مؤلفاً من منظومة عقلية/جسدية متكاملة مجهزة بمعلومات ووظائف فطرية (نسميها الغريزة). من أجل استيعاب الفكرة بشكل جيّد، وبسبب التشابه المدهش بينهما، يمكننا استخدام مثال جهاز

الكمبيوتر وآلية عمله خلال وصفنا لهذه المنظومة العقلية/الجسدية للكائن البشري.

فكما جهاز الكمبيوتر، خُلق هذا الكيان العقلي/الجسدي وهو مزود أصلاً بقرص صلب Hard Drive يحتوي على معلومات ووظائف أولية (فطرية)، أي خُلق بحالة بدائية (خام). لكن هناك برامج معلوماتية يمكن تحميلها للمنظومة الذهنية للفرد (أي التزود بمعلومات عبر الخبرة اليومية، التعليم، التلقين، التدريب، غسيل الدماغ،... إلى آخره) وهي التي تحدّد إمكانية عمل العقل بشكل صحيح أو إرباكه بحيث يعمل بشكل خاطئ.. أو دعونا نقول: يعمل بشكل موجه نحو اهتمامات ووظائف محدّدة.

إذاً، نحن نتكلّم عن برنامج أولي موجود أصلاً وبشكل طبيعي في القرص الصلب للفصيلة البشرية ككل ويمثّل الوظائف الفطرية للمنظومة العقلية/الجسدية للكائن البشري. وثانياً، عن حقيقة أنه يمكن تحميل برامج معلوماتية مختلفة، خاطئة أو صحيحة، للاندماج والتفاعل مع هذا البرنامج الأولي الموجود سابقاً وبشكل فطري. وبكل تأكيد، فإن تحميل "برنامج معلوماتي صحيح" سيساهم في "تنظيم" العقل الحيوي بحيث يجعله يرتقي إلى مستويات رفيعة من منهجية التفكير الفعّال. بينما على الجانب الآخر، فتحميل "برنامج معلوماتي خاطئ" سوف يفعل العكس تماماً.

وهكذا، فقد أصبح واضح جداً بخصوص "القدرات الخارقة" أن الأمر يتعلق بضرورة وجود "منظومات معلوماتية" صحيحة. وهي "المنظومة المعلوماتية" التي تسمح بالتعرف على، ومن ثم الاندماج مع، الطيف الواسع من الملكات العقلية/الجسدية الكامنة في فصيلتنا البشرية ككل. وإلا، فلا يمكن تطويرها وتشذيبها في حضور "منظومة معلومات" خاطئة مغروسة في عقل الممارس، حتى لو كانت تبرز لدى الفرد قدرات تلقائية بين الحين والآخر.

وإذا أبقينا على استخدام مثال الكمبيوتر، يمكننا إضافة

استعارة أخرى وهي متمثلة بـ "الفيروس" الذي يمكنه لخبطة أو التسبب بشلل أو تحريف أو تعطيل كافة البرامج المعلوماتية المُحملة حديثاً أو الموجودة أصلاً في العقل. بمعنى آخر، يمكن لفكرة خاطئة مغروسة في ذهن الشخص أن تؤدي دور الفيروس من حيث خطورتها بالنسبة إلى كافة المنظومات التي يحتويها العقل البشري ويعتمد عليها لإتمام وظائفه بشكل صحيح.

لذلك يجب أن يخضع العقل لعملية تنظيم صحيحة ومدروسة بشكل جيد. والقصد هنا من عبارة "عملية تنظيم صحيحة" هو أنها تشبه عملية تزويد جهاز الكمبيوتر لديك ببرنامج محدد. وهذا البرنامج (التعاليم) يحتوي على المعلومات المناسبة التي توفر الشروط المناسبة لاستنهاض القدرات العقلية الخارقة بشكل صحيح. ومن هنا يأتي دور "المنظومة المعلوماتية الذهنية" mental information grids وقد أصبح ضرورياً توضيح هذه الفكرة بشكل جيد:

كل إنسان مزود بمنظومة فطرية للتتميم ذاتي self-perfecting unit، وفي داخلها تقبع بنية تحتية أو ملكات مسؤولة عن قوى عقلية/جسدية هائلة بشكل مخيف. ويمكن تحديد موقع هذه القوى، ثم تطويرها وتعزيزها. لكن هذا الأمر لا يتحقق إذا لم يُهيأ العقل والجسد بشكل صحيح، وذلك عن طريق تزويد الفرد بمنظومة معلوماتية تساعد على إدراك أو الوعي بوجود هذه القوى الكامنة في كيانه أصلاً. لكن هذه الملكات لا يمكنها أن تعمل جيداً بانسجام إلا إذا تم إدماجها بشكل اختياري من قبل العقل الإدراكي لـ "منظومة التتميم ذاتي" الكامنة في جوهر الإنسان. وهذا لا يتم سوى بالتدريب العملي.

إذا رغب الفرد في الانخراط في تدريب خاص ليستنهض قدرة تجاوزية مثل حاسة الاستبصار، ولا يزال تفكيره محكوم بمنطق علمي يجعل أصوله منحدره من القروود وأنه كائن ضعيف ومحدود القدرات وخلق في الوجود بالصدفة، جاء عند ولادته من العدم وعندما يموت سيعود

إلى العدم مرة أخرى، فمن المؤكد أن هذا الفرد لن يصل إلى مكان في تدريباته. المسألة تكمن إذن في المنطق الذي يحكم تفكيره، أي البرنامج المعلوماتي الذي هو مزود به والمملوء بالفيروسات الفكرية التي تنخر منظومته الذهنية وتمنعها من العمل بشكل سليم.

إذن، أصبحت الفكرة واضحة. نحن بحاجة إلى المزيد من المعلومات عن أنفسنا. كلما تعرّفنا على المزيد عن أنفسنا، تجسّد فينا بشكل فعلي وملموس، لأن هامش الصحة سيتوسّع تلقائياً، وهذا سيؤدي حتماً إلى تفعيل المزيد من الملكات الكامنة في جوهريّنا، وسوف نشعر بالنتيجة فعلياً مع مرور الأيام.

قناة محبي الكتب على التليجرام

طريقة التفكير في الزمن القديم المبدأ الشمسي ومفهوم العناصر الأربعة

في الزمن القديم جداً، قبل انهيار الحضارات العظيمة وزوال العالم المجيد الذي كان قائماً، وقبل انحطاط الإنسان إلى المستوى الوضيع الذي لا يزال يعاني منه حتى الآن، كانت النظرة إلى الإنسان في ذلك الزمن مختلفة كلياً. لم يكن تعريف الإنسان يقول إنه كائن دنيوي منحدر من قرود كما تزعمه المعرفة الرسمية اليوم، بل هو كائن ينحدر من أصول مجيدة. الإنسان ليس في حالة تطوّر تدريجي من مستوى متدني وضيع، بل منحدر من مستوى إلهي سامي. هكذا كانت نظرة القدماء تجاه الإنسان. هذه المعلومة وحدها تكفي لتفعيل الكثير من الكوامن الباطنية لدينا. فما بالك سيحصل بعد تعرّفنا على مجموعة من المعلومات الأخرى التي لا تقل روعة بخصوص الإنسان. طبعاً، هذا المنطق الذي أخذ به القدماء لم ينشأ مستنداً على أساطير أو تفسيرات خرافية كما الاعتقاد السائد اليوم، بل يستند على مفهوم علمي له قواعده ومبادئه الراسخة. في توجههم العلمي، كانوا يعتمدون على مفهوم المبدأ الشمسي. شرحت هذا المبدأ بإسهاب في الجزء العاشر من مجموعة من نحن (بعنوان "شمس الشموس"). ليس توجههم العلمي فحسب، بل معتقداتهم بخصوص الوجود عموماً وتعاليمهم الدينية تتمحور حول المبدأ الشمسي. لهذا السبب نرى أن عبادة الشمس كانت سائدة في كافة الحضارات والثقافات القديمة. نحن نظن اليوم بأن أولئك القدماء لم يتمتعوا بما يكفي من حكمة والتنوّع مما جعلهم يعبدون الشمس القابعة في السماء، لكن هذا خطأ كبير. كيف يمكننا أن نسلّم بفرضية أن بناء الأهرامات وغيرها من صروح عظيمة حول العالم، لا يزال العلم اليوم

عاجزاً عن تفسير آلية تشييدها، بأنهم مجردون من الحكمة والتنوير؟! نحن الذين أخطأنا في تقييمهم. هم لم يكونوا يعبدون الشمس القابعة في السماء وبالطريقة المبتذلة التي يصورونها لنا اليوم، بل المبدأ الشمسي القابع ما وراء الوجود المادي، ويرمزون إلى هذا المبدأ بالشمس التي نراها في السماء.

فيما يلي، سأقدم فكرة مختصرة عن هذا المبدأ الشمسي الذي أخذوا به كقاعدة علمية ودينية راسخة، واستندوا عليه في تفسير وشرح كافة ظواهر الوجود المادي، بما في ذلك آلية خلق الإنسان (وكافة الكائنات الأخرى) بصيغته المادية الملموسة.

قناة محبي الكتب على التليجرام

المبدأ الشمسي

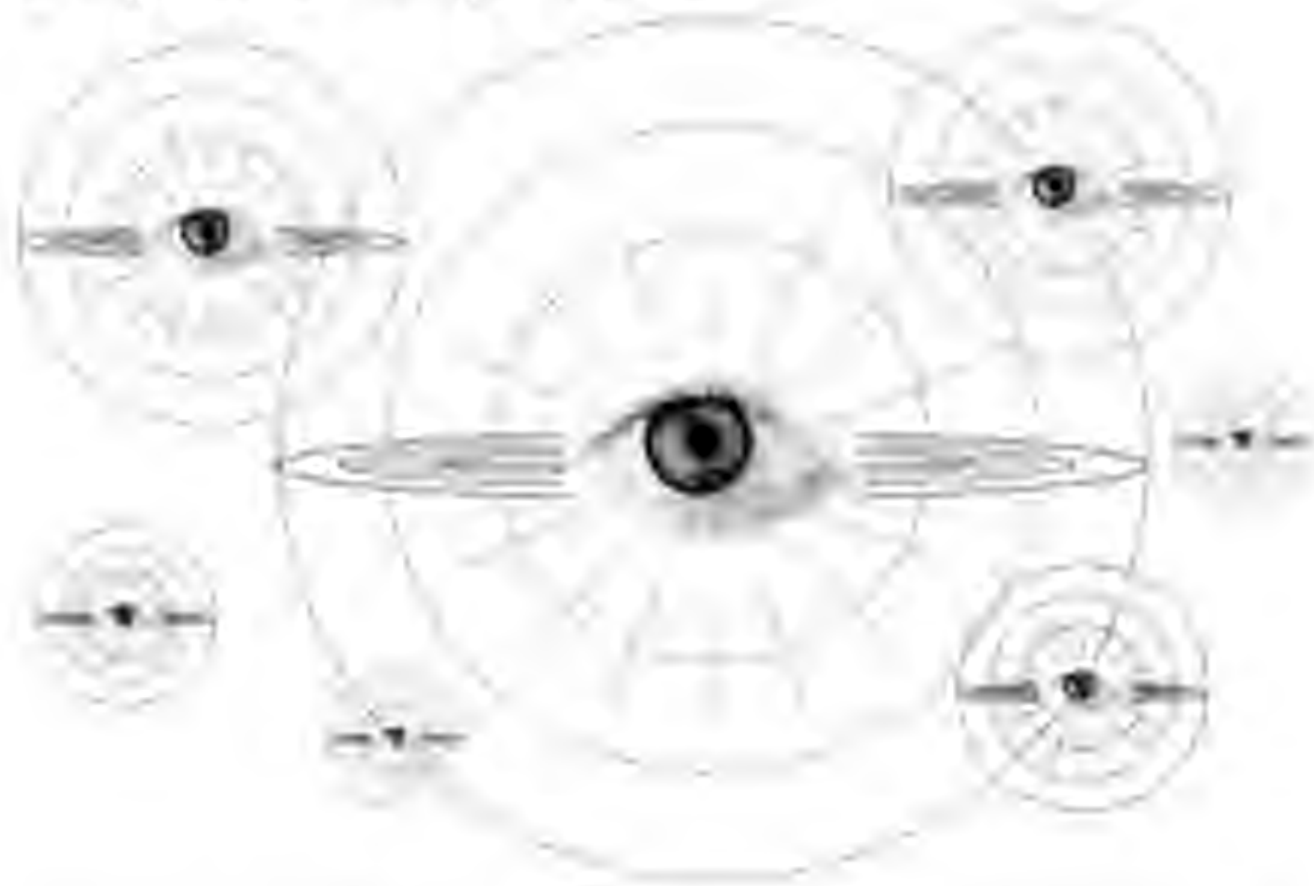
معظم الأدبيات التجاوزية حول العالم كانت في الزمن القديم تتحدث عن ثلاثة أقسام رئيسية للإنسان أو أي كائن آخر موجود مادياً، وهي (الجسد، النفس، والروح). لكن قبل السير قدماً في الموضوع علينا أولاً شرح المبدأ الذي يعتمد عليه هذا التقسيم الثلاثي. في الجزء العاشر من مجموعة "من نحن" (وهو بعنوان "شمس الشموس") تحدثت بالتفصيل عن المبدأ الشمسي وكيف نشأ وتجلّى في كل مكان في الوجود، على كل من المستوى الظاهري والباطني، لكن هنا سوف أورد بعض الأفكار التي تفيدنا عن مسألة المستويات الثلاثة للإنسان وكل كائن آخر في العالم المادي.

المشكلة مع المراجع القديمة التي انحدرت إلينا من الماضي هو أنه تم ترجمتها وتفسيرها بشكل خاطئ، حيث راح الفقهاء المزعومين يفسّرونها على هواهم ووفق مستواهم الفكري المتواضع وبالاعتماد على معرفتهم المحدودة مما أدى إلى حصول انحراف كبير عن الحقيقة.

وفقاً للمبدأ الشمسي الذي أخذ به الحكماء القدامى، كل نقطة في الكون المتجلّي تمثل شمس مركزية قائمة بذاتها. وهذا يعني بالتالي أن كل نقطة في الكون المتجلّي تمثل مركز للوعي. أينما يوجد مركز تكاثف للمحتوى الكوني لا بدّ من وجود وعي. وقد رأينا كيف أن الوعي الذي يقصده الحكماء هو مبدأ الشمس (المُمثلة برمز العين).

بالتالي، فإن كافة أشكال الحياة "الفردانية" هي عبارة عن "شموس" (مراكز انبعاث للوعي) بحيث تمثّل انعكاسات مختلفة للشمس الكونية المركزية. بالتالي، عندما يتحدث القدماء عن الشمس ويشرحون مظاهرها وقواها المختلفة فالأمر لا يقتصر على الشمس الكونية المركزية،

أو تلك التي تقع وسط نظامنا الشمسي، بل يشمل كل الشموس في الوجود، أي كافة الكائنات الفردية في الكون، وهذا لا يستثني الجسيمات الذرية الدقيقة، تعتبر انبعاثات من شمس باطنية. ما ينطبق على الشمس الكونية ينطبق على باقي الشموس في الوجود.



كافة الكائنات الفردية في الكون، وهذا لا يستثني الجسيمات الذرية الدقيقة، تعتبر انبعاثات من شمس باطنية. ما ينطبق على الشمس الكونية ينطبق على باقي الشموس في الوجود.

إذن، وفقاً للفكرة التي تتحدث عن الطبيعة التراكبية للكون بحيث كل نقطة في رحابه تمثل بؤرة مركزية تتمحور حولها كافة المبادئ التي ولدت في اللامكان واللازمان، نجد أن أهم مظاهر المبدأ الشمسي المتجلي هو الفقاعة دائرية الشكل التي تمثل الوعاء الذي يحوي نشاطات النواة الشمسية. بما أن عملية التكاثف في العالم التجاوزي حصلت داخل مساحة كروية الشكل (سماها الحكماء البيضة الكونية) فهذا بالتالي يجعل كل نشاط شمسي في العالم المتجلي يحصل ضمن إطار دائري الشكل وقد سميتها فقاعة ومن هنا جئت بمفهوم الفقاعة الشمسية، ذلك تماهياً مع نموذج البيضة الكونية القابعة في العالم التجاوزي.



النبضة الشمسية المستمرة تشكل تكاثف للمحتوى العقلي على جدار الفقاعة الشمسية، وبما أن النبضة الشمسية تشمل محتوى عقلي فهذا يجعلها طاقة واعية. وهذا بالتالي يجعل تكاثف المحتوى العقلي عند جدار الفقاعة يخلق حالة صحوة معينة على محيط الفقاعة الشمسية.

وفقاً للشرح السابق نستنتج أنه داخل كل فقاعة شمسية يوجد نواة شمسية نابضة. هي نابضة على الدوام وبوتيرة مستقرة وإيقاع ثابت. توصف التعاليم الصوفية هذه العملية بالتنفس المستمر داخلاً وخارجاً. هذا هو نفس "براهما" الذي تحدث عنه الهندوس. جميع التعاليم الباطنية حول العالم أشاروا إليه بـ "تنفس الإله الأعلى" (شهيق وزفير) أو "نبضات القلب الكوني". أما الفيزياء الحديثة فتسمي هذا التنفس الإلهي طاقة كهرومغناطيسية، وهي طاقة متذبذبة (+/-)، وجميعنا طبعاً نعلم بأن الطاقة الكهرومغناطيسية تمثل حجر بناء كل شيء في الكون المادي، بما في ذلك الضوء والصوت والمادة الملموسة.

من خلال شرح هذا النموذج الشمسي سوف نتعرف على الآلية الفعلية للتجسيد المادي الذي تسببه النواة الشمسية

النابضة على الدوام. المادة الصلبة تنشأ أساساً نتيجة النبض الشمسي الذي يدفع بالمحتوى الأثيري ليتكاثف على محيط الفقاعة الشمسية. هذا التناقض هو الذي يجعل الذرة تتناوب بين حالة طاقة وحالة مادية، أي حالة اختفاء وظهور متناوب على مسرح الوجود.

كان القدماء يعلمون بأن المادة هي عبارة عن محتوى أثيري متبلور مادياً، أي هي تبدو صلبة لكنها غير ذلك. المادة هي منتوج تناقض نفحة شمسية مستمرة، نفس إلهي (زفير/شهيق)، نبضة قلبية كونية، حركة متناوبة صعوداً/نزولاً.. تجلي/اختفاء.. إلى آخره. بالإضافة إلى ذلك، المادة تمثل أيضاً الطور الرابع لمسيرة التجسيد (دفع، تسارع، عطالة، توقف).

دفع	تسارع	عطالة	توقف
الشمس	المادة		

المبادئ الأربعة متجلية بوضوح في مسيرة النبضة الشمسية نحو التجسيد المادي. تندفع النبضة من الشمس، فتتسارع نحو المحيط، لكن ما تلبث أن تتباطأ (عطالة) بسبب تكاثف المحتوى عند جدار الفقاعة، فتتوقف النبضة عند جدار الفقاعة جاعلة المحتوى المتكاثف يتبلور مادياً.

المحتوى الأثيري داخل الفقاعة الشمسية (البيضة الكونية) قد تجمع بفعل قوة الدفع المنبعثة من المذبذب المركزي (أي الشمس) فنشأ ما يمكن اعتباره تدرج متكاثف للمحتوى الأثيري على محيط الفقاعة. هذا المحتوى المتكاثف هو نابض بطبيعته وذلك تجاوباً مع النبضة الشمسية. من هنا جاء المفهوم القائل

إن المادة هي محتوى أثيري متذبذب أصبح في درجة معينة من الصلابة.

هذا المخطط للتجسيد المادي ينطبق على كافة الشمس

في الوجود، بكل تجلياتها ومظاهرها ومستوياتها. تنطبق على المستوى الذري كما على مستوى المجزآت.. في الجانب الظاهري كما في الجانب الباطني.. المبدأ ذاته متجلي في كل مكان وزمان.

الشكل التالي يبين تدرج لوني بين قطبين رئيسيين يمثلان الشمس المركزية (أبيض) والتجسيد المادي (أسود) ويمتد بينهما تدرج متكاثف للمحتوى الأثيري الذي تعرّض للضغط نتيجة الدفع الدائم والمستمر لنبض الشمس المركزية.



مقطع عرضي للنواة الشمسية والنفحة الشمسية وتدرجات المحتوى الأثيري للفقاعة الشمسية.

إن ما نراه في حياتنا اليومية من هذا التدرج المنطلق من النواة الشمسية هو المحتوى المتبلور مادياً فقط، أما باقي أقسام هذا التدرج فهي غائبة كلياً عن مجال إدراكنا، حتى إننا نسلّم بعدم وجودها أصلاً، وتجسيدنا المادي يمثل كامل كينونتنا الوجودية.

منشأ مفهوم العناصر الأربعة

معظم الفلسفات والمعتقدات القديمة تنظر إلى كل شيء في الوجود بأنه مؤلف من عناصر أربعة يُعتقد بأنها تمثل المكونات أو المبادئ أو القوى الأساسية لكل شيء. وقد اعتبرت هذه العناصر الأربعة بأنها تمثل أطوار تشكّل المادة. يعيد المؤرخون أصل النظريات العصرية حول العناصر الكيماوية وكذلك المكونات والأخلاق الكيماوية للمواد الطبيعية إلى النظريات الإسلامية والإغريقية بخصوص العناصر الأربعة.

وفق التفكير القديم، يرد ذكر العناصر الأربعة [النار، الهواء، الماء، التراب] مع عنصر خامس يسميه الإغريق "الإيثر" ومعروف في الهند باسم "أكاشا". شكّل مفهوم العناصر الخمسة أساس التحليل المنطقي في العالم القديم. وفقاً للعلماء القدامى، كل شيء تم خلقه، إن كان على المستوى الكوني أو المستوى الذري، في العالم الكبير (الكون) وكذلك الصغير (الإنسان)، حصل بفعل العناصر الأربعة.

وفقاً لوصف العلماء القدامى، في البداية كان الإيثر (أو أكاشا)، ثم ظهر عنصر النار، ثم الهواء، ثم الماء، ثم التراب. هذا هو التسلسل الفعلي للعناصر. يمكننا إثبات ذلك منطقياً من خلال النظر إلى ترتيب الأطوار في مبدأ الحركة، أو قانون الحركة وفق الفيزياء العصرية. قانون الحركة متجلى في كل مكان في الطبيعة، ويسمونه في علم الفيزياء بـ "ثالث الحركة" والذي ينتهي بمرحلة رابعة هي التوقف، أي: [1] المحرك الأول prime mover، [2] الحركة motion (الزخم)، [3] العطالة inertia، وأخيراً [4] التوقف. يمكن توضيح مراحل الحركة عبر مثال يفضله علم الفيزياء العصري، وهو مثال العجلة الدوّارة حول

محور. إذا دفعت العجلة بيدك فسوف تبدأ بالدوران، ستستمر بحالة دوران تلقائي لفترة من الوقت (زخم)، ثم تبدأ بالتباطؤ التدريجي (عطالة)، إلى أن تتوقف تماماً.

إذا ركلت كرة قدم، سوف تنطلق مدفوعة باتجاه معين.. ثم تسير متسارعة لمسافة معينة محافظة على توجهها.. ثم ما تلبث أن تبدأ بالتباطؤ تدريجياً بفعل قانون العطالة، إلى أن تتوقف تماماً. إذن، يمكن استخلاص الحالات التي مرّت بها الكرة على الشكل التالي: [1] الركلة تمثل قوة الدفع أو المحرك الأول، وهذا وضع الكرة في [حالة انطلاق]. [2] سير الكرة متسارعة لمسافة معينة بفعل قوة الزخم وضعها في [حالة حركة]. [3] تباطؤ الكرة بفعل قوة العطالة وضعها في [حالة كبح] أو تباطؤ أو تقييد نشاط. وأخيراً تنتهي الحركة بمرحلة التوقف الكامل.

إذن، الحركة بكل مظاهرها وهيئاتها تمرّ عبر ثلاثة مراحل حركية قبل أن تتوقف. هذه الظاهرة تجسّد قانون الحركة الفيزيائي. إذا اعتبرنا بأن الكرة تمثل المحتوى العقلي المنبعث من النواة الشمسية، سوف نجده مستحوذاً من قبل أربع حالات مختلفة بالتسلسل. بعد انطلاقه ثم تحرّكه تصاعدياً ثم كبح جماحه، يوجد مرحلة يتوقف فيها المحتوى العقلي تماماً، الشكل التالي يوضح الفكرة جيداً.





نار

طور الاندفاع الخاطف والعنيف

هواء

طور الحركة الثابتة والمتسارعة

ماء

طور العطالة وتباطؤ الحركة

تراب

طور التوقف والتكتل والجمود

إن الشرح المصوّر السابق هو مشابه تماماً لمراحل التدرّج القائمة بين النواة الشمسية والمادة، وإذا وزعنا العناصر الأربعة على هذا التدرّج فسوف يبدو على الشكل التالي:

نار	هواء	ماء	تراب
الشمس	44	44	المادة

لقد تنبه القدماء إلى أن المحتوى العقلي المنتشر في الكون ليس له علاقة بأي من العناصر الأربعة بل يشملها جميعاً، حيث هذه الأخيرة تمثل الأطوار الأربعة لنشاط المحتوى العقلي، ولهذا السبب رمزوا لتلك الحالات بالعناصر الأربعة (النار، الهواء، الماء، التراب) بينما رمزوا للمحتوى العقلي بالعنصر الخامس أو الإيثر أو أكاشا، وهو عنصر منفعل يتأثر بكافة العناصر الأربعة السابقة.

إذا مثلنا المحتوى الكوني (أو الوعي عموماً) بكل من هذه العناصر على حدة، سوف نكتشف بأنه يتقمّص حالة فريدة تختلف عن الحالات الثلاثة الأخرى. دعونا نتعرف

سريعاً على هذه الحالات الأربعة التي يتقمصها الوعي خلال مروره عبر الأطوار الأربعة للحركة:

[1] حالة اندفاع:

انطلاق، إرادة، تحفيز، هيمنة.. إلى آخره.. يمثلها عنصر النار.

[2] حالة حركة:

نشاط، ثبات في التوجه، استقلالية، حيوية.. إلى آخره.. يمثلها عنصر الهواء.

[3] حالة عطالة:

انخفاض شدة الزخم نتيجة تشتت قوة الدفع. كبح جماح الحركة. يمثل هذه الحالة عنصر الماء الذي يحتوى قوة الدفع ويشتملها بعد تلقيها واحتضانها.

[4] حالة السكون:

التوقف، الجمود، الركون، التكتل، الثقل،.. إلى آخره. يمثل هذه الحالة عنصر التراب، وهو يشكل مجموع العناصر السابقة.

بهذه الطريقة نشأ مفهوم العناصر الأربعة، ويبدو أن هذا مفهوم منطقي وسليم عملياً. (يمكن التعرف على المزيد بخصوص هذا الموضوع عبر الاطلاع على الجزء الثامن والتاسع والعاشر من مجموعة "من نحن").

في الحقيقة فإن مصطلح "عناصر" لا يناسب هذه الحالات دائماً، حيث لا يمكن أن تتجلى على شكل عناصر سوى في العالم المادي، بينما في المستويات العليا تتخذ أشكال وهيئات أخرى مختلفة. لذلك سوف أشير إلى هذه الحالات التي ولدتها الأطوار الأربعة لحركة المحتوى العقلي خلال عملية الخلق بمصطلح "مبادئ"، حيث هذه الكلمة الأخير تليق بكل الحالات والمستويات والهيئات

التي تتواجد فيها.

فخانة محبي الخشب على التليجرام

المبادئ الأربعة

مبدأ النار

وفقاً للتعاليم السرية، وكما استنتجنا سابقاً بالبرهان المشروح، المبدأ الأول الذي ولد من رحم المحتوى العقلي خلال عملية الخلق هو مبدأ النار (طور الدفع). هذا المبدأ، كما المبادئ الثلاثة الأخرى، يجسد تأثيراته ليس فقط في العالم المادي، بل في كل شيء مخلوق وفي كافة المستويات الوجودية. الخواص الأساسية لمبدأ النار هي الإشعاع والتوسع الحراري. هاتين الخاصيتين تدلان على أنه في بداية الخلق ولد النار والنور معاً، وبالتالي نجد أن النور يعود أصله إلى النار. كما أن لهذا المبدأ طبيعتين رئيسيتين: الحماوة والجفاف. كل مبدأ من المبادئ الأربعة له قطبين: الفاعل والمفعول، أو السالب والموجب. الموجب يمثل دائماً التأثيرات البناءة والخلاقة والمنتجة، بينما السالب يمثل التأثيرات المدمرة والمفككة. يوجد دائماً قطبين أساسيين وجب تمييزهما في كل مبدأ. لطالما اعتبرت الأديان بأن الخاصيات الإيجابية خيرة والخاصيات السلبية بأنها شريرة، لكن في الحقيقة، ليس هناك أشياء شريرة وأشياء خيرة، فهذه التصنيفات هي مجرد تصورات بشرية. ليس هناك خير وشر في الكون، بل كل شيء خلق وفقاً لقوانين محددة وثابتة، وهذه القوانين تعكس المبدأ الإلهي، وفقط عبر معرفة هذه القوانين نستطيع الاقتراب من الإله الأعلى [جلّ جلاله]. مبدأ النار كامن وفاعل في كل الأشياء المخلوقة، لأنه يمثل أحد المبادئ الأساسية الذي خلق الكون بكامله، وبالتالي كما في الأعلى كذلك في الأسفل.. كل ما يحصل على المستوى الكوني لا بد من أنه يحصل في كل ذرة وجزيء وفي كل مادة مرئية ولا مرئية في الكون.

مبدأ الماء

في الفقرة السابقة درسنا أصل وخواص مبدأ النار الذي يمثل القطب الفاعل في الأشياء. الآن جاء دور المبدأ المعاكس، أو القطب المنفعل الكامن في الأشياء، وهو مبدأ الماء. هذا المبدأ أيضاً ولد من رحم المحتوى العقلي (الإيثر) خلال عملية الخلق. لكن بالمقارنة مع مبدأ النار، نجد أن مبدأ الماء يحوز على خواص معاكسة تماماً. أي يحوز مبدأ الماء على خاصيتين: البرودة والرطوبة. وله قطبين: قطب موجب فَعَال وهو القطب البناء والمحْيي والمغْذِي والحافظ، وقطب سالب مفعول وهو القطب المدمر والمفكك والمجزئ والمخمر.

مبدئي النار والماء يفعلان فعلهما في كافة العوالم. وفقاً لقوانين الخلق، لا يستطيع مبدأ النار أن يحافظ على وجوده لوحده دون حضور قطبه المعاكس الذي يمثل مبدأ الماء. هذان المبدآن، النار والماء، يمثلان العناصر الأساسية في الوجود. وبناء على هذه الحقيقة علينا الاعتماد كلياً على هذين العنصرين خلال دراسة الطبيعة، خصوصاً من زاوية السيولة المغناطيسية والكهربائية اللتان تمثلان الأقطاب الرئيسية لكل شيء مخلوق.

مبدأ الهواء

هذا المبدأ أيضاً ولد من رحم المحتوى العقلي (أكاشا) خلال عملية الخلق (طور الحركة)، لكن المعلمون الأوائل لم يعتبروه يمثل عنصر فعلي، بل منحوه دور الوسيط بين مبدأي النار والماء، أي أن مبدأ الهواء يمثل بطريقة معينة الموازن الحيادي، إذ يعمل كوسيط بين النشاطات الفاعلة والمنفصلة للنار والماء. عبر التفاعل المستمر بين النار الفاعل والماء المنفعل أصبح الخلق في حالة حركة مستدامة.

خلال لعبه دور الوسيط بين مبدأي النار والماء انتحل مبدأ الهواء طبيعة حماوة من النار والرطوبة من الماء.

مبدأ الماء

في الفقرة السابقة درسنا أصل وخواص مبدأ النار الذي يمثل القطب الفاعل في الأشياء. الآن جاء دور المبدأ المعاكس، أو القطب المنفعل الكامن في الأشياء، وهو مبدأ الماء. هذا المبدأ أيضاً ولد من رحم المحتوى العقلي (الإيثر) خلال عملية الخلق. لكن بالمقارنة مع مبدأ النار، نجد أن مبدأ الماء يحوز على خواص معاكسة تماماً. أي يحوز مبدأ الماء على خاصيتين: البرودة والارطوبة. وله قطبين: قطب موجب فَعَال وهو القطب البناء والمحْيي والمغذّي والحافظ، وقطب سالب مفعول وهو القطب المدمر والمفكك والمجزئ والمخمر.

مبدئي النار والماء يفعلان فعلهما في كافة العوالم. وفقاً لقوانين الخلق، لا يستطيع مبدأ النار أن يحافظ على وجوده لوحده دون حضور قطبه المعاكس الذي يمثل مبدأ الماء. هذان المبدآن، النار والماء، يمثلان العناصر الأساسية في الوجود. وبناء على هذه الحقيقة علينا الاعتماد كلياً على هذين العنصرين خلال دراسة الطبيعة، خصوصاً من زاوية السيولة المغناطيسية والكهربائية اللتان تمثلان الأقطاب الرئيسية لكل شيء مخلوق.

مبدأ الهواء

هذا المبدأ أيضاً ولد من رحم المحتوى العقلي (أكاشا) خلال عملية الخلق (طور الحركة)، لكن المعلمون الأوائل لم يعتبروه يمثل عنصر فعلي، بل منحوه دور الوسيط بين مبدأي النار والماء، أي أن مبدأ الهواء يمثل بطريقة معينة الموازن الحيادي، إذ يعمل كوسيط بين النشاطات الفاعلة والمنفعله للنار والماء. عبر التفاعل المستمر بين النار الفاعل والماء المنفعل أصبح الخلق في حالة حركة مستدامة.

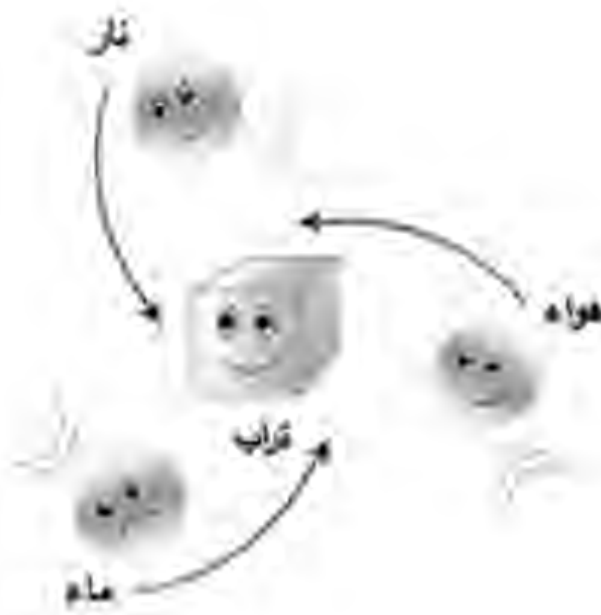
خلال لعبه دور الوسيط بين مبدأي النار والماء انتحل مبدأ الهواء طبيعة حماوة من النار والارطوبة من الماء.

دون هاتين الخاصيتين لا يمكن تصوّر وجود أي حياة. كما أن لمبدأ الهواء قطبين: الأول إيجابي مانح للحياة والثاني سلبي مدّمر للحياة.

مبدأ التراب

كما حالة مبدأ الهواء الذي لا يمثّل عنصر فعلي، الأمر ذاته ينطبق على مبدأ التراب. فهذا المبدأ الأخير ولد نتيجة تفاعل المبادئ الثلاثة السابقة وأصبح له خصائصه التي تميّزه عنها. له طبيعتين رئيسيتين: الجفاف والبرودة. الخاصية التي تُسبب لمبدأ التراب هي الصلابة. هذه الخاصية هي التي منحت شكل مادي صلب للمبادئ الثلاثة السابقة. لكن بنفس الوقت، بهذه الحالة تكون المبادئ الثلاثة قد تقيّدت بمحدوديات مكانية وزمانية بحيث أصبحت قابلة للقياس والوزن. كافة مظاهر الحياة يمكن تفسيرها وفق حقيقة أن كل العناصر تعبّر عن نفسها عبر العنصر الرابع فحسب، أي عنصر التراب.

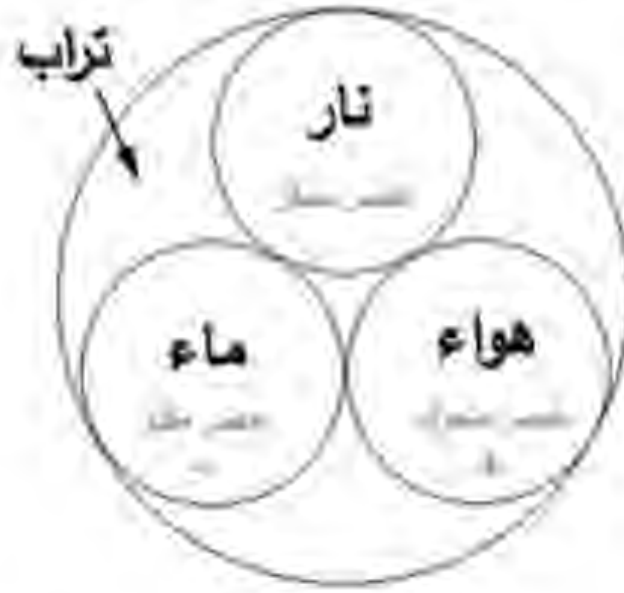
عنصر التراب هو الوحيد الذي يتجلّى بصيغة مادية، لأنه محكوم بعاملَي المكان والزمان، بينما العناصر الثلاثة الأخرى تقبع في الخفاء، واختلاف معاييرها وشدة تفاعلها هو الذي يحدّد المظهر النهائي لعنصر التراب (المادة المعنوية).



يجب عدم اعتبار المبادئ الأربعة أنها تمثّل النار والماء والهواء والتراب بشكل فعلي، أي كما ندركها بمظهرها المتجلّي في حياتنا الأرضية، بل هي قوى كونية تشمل كل

الوجود التجاوزي والمادي معاً لكن تم الرمز إليها بهذه الأشياء الأرضية، لأنها قريبة الشبه وفق مفهومنا الأرضي.

كل شيء بصيغته المادية الملموسة هو مؤلف من ثلاثة مكونات رئيسية، وهي ذاتها العناصر الثلاثة التي تجتمع لتشكّل العنصر الرابع. كما في الشكل المقابل. طريقة تفاعل هذه المكونات الثلاثة مع بعضها تحدّد شكل وهيئة وخاصة المادة المعنية.



وصفت التعاليم القديمة الكثير من التفاصيل حول تأثيرات المبادئ الأربعة في المستويات الوجودية المختلفة وكذلك في العوالم المختلفة في الطبيعة، مثل عالم الحيوان وعالم النبات وعالم المعادن وبشكل أخص عالم الإنسان. لقد تم البحث في تفاصيل كثيرة بحيث يستطيع الفرد بعدها تكوين صورة شاملة عن آلية عمل هذه المبادئ في الكون.

قناة محبي الكتب على التليجرام

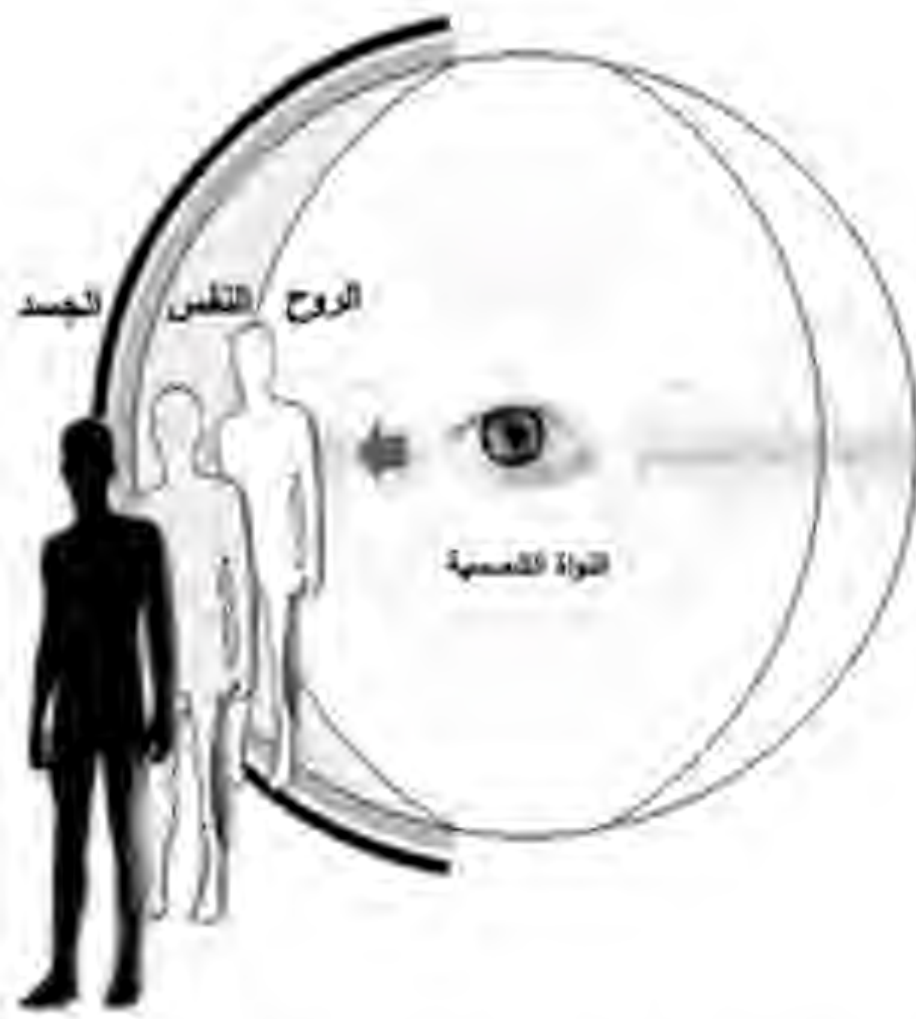
المستويات الثلاثة للإنسان

وفقاً للنموذج الشمسي لشرح آلية التجسيد المادي، التناقض المستمر للنواة الشمسية يدفع بالمحتوى ليتكاثف على محيط الفقاعة الشمسية. المادة الصلبة تنشأ أساساً نتيجة النبض الشمسي الذي يدفع بالمحتوى الأثيري ليتكاثف على محيط الفقاعة الشمسية. المادة هي عبارة عن محتوى أثيري متبلور مادياً، أي هي تبدو صلبة لكنها غير ذلك في الحقيقة.

بناءً على الشرح السابق يمكننا الاستنتاج بأن الفقاعة الشمسية التي انبعث منها الإنسان (أو أي مخلوق آخر) مؤلفة من نواة شمسية ونفحة شمسية (روح) ثم محتوى متكاثف (نفس) ينتهي بتجسيد مادي (جسد).



الجسد المادي للإنسان ينشأ أساساً نتيجة النبض الشمسي الذي يدفع بالمحتوى الأثيري ليتكاثف ثم يتبلور مادياً.



من هذه العملية نشأ مفهوم الأجسام الثلاثة التي تتألف منها الكينونة البشرية، لكن المراجع المنحدرة عبر التاريخ أساءت فهم هذا المبدأ فشرحته بطريقة خاطئة.



وفقاً لهذا المبدأ الشمسي، يمكننا تصنيف الأجسام الثلاثة وفق مفهوم العناصر كما هو مبين في الشكل. مع العلم أن الجسمين الروحي والنفسي لا يتخذان هذا الشكل في الحقيقة، لكن تم تصويرهما كذا لسهولة الفهم. هذه الآلية للتجسيد المادي لا تتعلق فقط بالإنسان، بل

هي تشمل كل الوجود المادي وما فيه من كائنات ومخلوقات مختلفة. المهم أن المبدأ الأساسي الذي جاءت منه فكرة الأجسام الثلاثة لا بد من أنه أصبح واضحاً الآن بالنسبة للقارئ الكريم.

ملاحظة:

الشرح السابق هو مجرد تبسيط للشرح المستفيض بخصوص المبدأ الشمسي وآلية التجسيد، لكن يمكنك التعرف على الموضوع بالتفصيل من خلال قراءة الجزء العاشر من مجموعة "من نحن" وهو بعنوان "شمس الشمس".

بالعودة إلى موضوع المستويات الثلاثة للإنسان، أعتقد بأنه صار سهلاً علينا الآن فهم واستيعاب الشرح الذي يتناوله. سوف نبدأ من الجسد المادي الذي يعيش وينشط من خلاله الإنسان:

1- بخصوص الجسد المادي:

الإنسان وكافة المخلوقات الأخرى يتشابهون مع الكون بنفس المبادئ والقوانين التي أدت إلى تجليهم في الوجود. كل شيء موجود ويحصل على مستوى كوني هو منعكس، بدرجة أصغر طبعاً، على مستوى الإنسان. لهذا السبب يشير الحكماء القدماء إلى الإنسان على أنه يمثل العالم الأصغر والكون هو العالم الأكبر. إنها حقيقة راسخة أن الطبيعة بكاملها مع كل قواها ونشاطاتها متجسدة في الإنسان.

أنا لا أنوي وصف المجريات العضوية المألوفة في الجسد، حيث كل فرد يستطيع إيجاد معلومات وافرة عنها في الكتب المنشورة في كل مكان. ما سوف أعلمه عن الإنسان هو من وجهة النظر القديمة، وسوف أنور الأفراد المهتمين بهذا المجال عن كيفية استخدام تأثير العناصر الأربعة بالطريقة الصحيحة. صحيح أن الإنسان تجلّى عبر أربعة مراحل، والتي نشير إليها وفق مفهوم العناصر

الأربعة، لكن كل مرحلة من تجليّه، أو كل قسم من أقسامه هو مؤلف أيضاً من العناصر الأربعة، وهذه العناصر تتجلى وتعمل بطريقة مختلفة في كل قسم من أقسامه.

هناك مقولة معروفة تقول: "العقل السليم في الجسم السليم.."، والحقيقة الفعلية لهذه المقولة تثبت نفسها مباشرة أمام كل من يتناول مسألة الإنسان. أول سؤال يمكن أن يخطر لك هو عن ماهية الصحة من وجهة نظر الحكمة القديمة. تعدّ الصحة بالنسبة إلى القدماء بأنها حالة تناغم كامل لكافة القوى النشطة في الجسم، لكن أهم جوانب هذا التناغم هو ذلك الذي يشمل الخصائص الأساسية للعناصر الأربعة. ويجب عدم حصول اختلال كبير في توازن العناصر بحيث يؤدي إلى نشوء تأثير مرئي وملحوس وهو الذي نسميه مرض. الخلل الذي يؤدي إلى نشوء المرض ينتج من اضطراب في آلية عمل العناصر العاملة داخل الجسم. الشرط الأساسي بالنسبة للمبتدئ في هذا المجال هو أن يركز اهتمامه بالكامل على الجسد لديه. على الانطباع الخارجي للجسد أن يشبه الثوب الجميل، هذا الجمال بكل مظاهره يمثل جانباً من الجمال الطبيعي الرباني. أنا لا أقصد ذلك الجمال الذي يمتع رغباتنا أو يتناغم مع ذوقنا، لأن التناغم أو التنافر يعتمدان على التفاعل المتبادل للعناصر. الصحة السليمة هي شرط أساسي لنمونا الروحي. إذا كنا نرغب في العيش في الجمال، علينا أولاً جعل منزلنا أو جسمنا جميلاً وذلك عن طريق اكتساب صحة جيدة من خلال موازنة العناصر في الجسم فنجعله متناغماً.

وفقاً للقانون الكوني، على العناصر أن تقوم بوظائف معينة داخل أجسامنا. غالباً ما تشمل هذه الوظائف: بناء الجسم، المحافظة على إحيائه، ومن ثم تفكيكه وانهلاله. القسم المحقّز في الجسم، أي المسؤول عن عملية بنائه، هو من عمل الجانب الإيجابي أو النشط من العناصر. القسم الحافظ هو من عمل الجانب الموصل أو الرابط من العناصر. بينما القسم المدمر أو المفكّك في الجسم هو من

عمل الخصائص السلبية للعناصر.

من الواضح أن المبدأ الناري بشكله النشط سوف يمارس تأثيره الفاعل والمتمدد والبناء. بينما الحالة المعاكسة سوف تتجلى خلال وجوده بشكله السلبي. أما المبدأ المائي، فبشكله النشط سوف يمارس تأثيره البناء والإحيائي، بينما بشكله السلبي سوف ينتج نشاط مفكك وانحلالي لكافة السوائل في الجسم. أما المبدأ الهوائي، فعليه مهمة إدارة التأثير الإيجابي للنار والتأثير الإيجابي للماء داخل الجسم، محافظاً على توازنهما. لهذا السبب تم الإشارة إلى مبدأ الهواء بأنه عنصر وسيط أو محايد. أما مبدأ التراب، فقد قيل عنه بأن وظيفته داخل الجسم هي المحافظة على اجتماع وتعاضد التأثيرات التابعة للعناصر الثلاثة الأخرى. في الشكل النشط لمبدأ التراب يكون لديه تأثير إحيائي ومنشط ومنعش. بينما في شكله السلبي يكون العكس صحيح. مبدأ التراب هو المسؤول عن ازدهار الجسد وتقدمه في السن. أستطيع ذكر عدد كبير من الأمثلة بخصوص تأثير العناصر داخل الجسم، لكن أعتقد بأن الشرح السابق كافٍ لتوضيح الفكرة.

الفقهاء المتمرسون في هذا المجال، والذين عاشوا في كل العصور الماضية، لم يوصفوا تأثيرات العناصر على وجه التحديد، ربما لتجنب سوء استخدام هذه المعرفة، لكنهم كانوا على معرفة جيدة بها. قاموا بتقسيم جسم الإنسان إلى ثلاثة مفاهيم أساسية، نسبوا الرأس إلى المبدأ الناري، والبطن إلى المبدأ المائي، والصدر إلى المبدأ الهوائي بصفته المبدأ الوسيط بين النار والماء. كم كانوا محققين بهذا التقسيم الذي يبدو جلياً من النظرة الأولى، حيث كل ما هو ناري يحصل في الرأس. بينما في البطن لا بد من أن يحصل أمر معاكس والذي له طبيعة مائية، حيث الإفرازات وعمل العصارات المختلفة إلى آخره. الصدر متعلق بالهواء وله وظيفة وسيطية، حيث تحصل عملية التنفس بشكل ميكانيكي. أما المبدأ الترابي مع قوته في التماسك أو قدرته على التجميع، فهو يمثل كامل الجسم بما يشمله من

عظم ولحم.



أحد التقسيمات التي تم إجراؤها لجسم الإنسان وفق مفهوم العناصر الأربعة. الرأس يمثل المبدأ الناري، والصدر يمثل المبدأ الهوائي، والبطن يمثل المبدأ المائي، وكامل الجسم يمثل المبدأ الترابي.

2- بخصوص الجسم النفسي (الجسم النجمي Astral):

يشيرون إليه عموماً باسم الجسم النجمي astral body، وهذه التسمية رغم انتشارها ورسوخها بين العاملين بمجال الماورائيات لعدة قرون، إلا أنها لا تستند على أي معنى مجدي أو أساس منطقي. لقد استخدموا هذا الاسم في بدايات العصور الوسطى في أوروبا للإشارة إلى المستوى الذي تعلو المستوى المادي، وبما أن الطبقة السماوية التي تعلو كوكب الأرض هي بنظرهم طبقة النجوم، فما كان عليهم سوى إنساب اسم نجمي للطبقة التي تعلو المستوى المادي. بعد التقدم العلمي والمعرفي الذي يشهده عصرنا لا أعتقد بأن هذه التسمية تبقى صالحة اليوم. لقد شرحت في بداية هذا البحث كيف تأصل التقسيم الثلاثي للإنسان (وباقى المخلوقات) وبالتالي لا بد من أن الصورة قد توضحت بخصوص هذا المستوى الوجودي والذي أشرت إليه باسم "النفس".

بنفس الطريقة التي تعمل بها العناصر في الجسم المادي، نجد أن النفس (الجسم النجمي) تعمل. المبدأ الناري يجسد

في النفس كل ما هو بناء، بينما المبدأ المائي يجسد كل ما هو إحيائي. مبدأ الهواء هو الموازن. ومبدأ التراب يجسد كل ما هو مزدهر ومركب وحافظ في النفس. نستنتج بالتالي أن الجسم النفسي يمارس نفس الوظائف التي يمارسها الجسم المادي.

الإنسان مجهز بخمس حواس، وتستخدمها النفس (الجسم النجمي) بمساعدة الحواس الجسدية، فتستعملها لاستقبال الإدراكات المختلفة من العالم المادي. الروح الأزلية لدينا تدرك هذا الاستقبال عبر الحواس الخمس من خلال النفس والجسم المادي. من دون وجود نشاط للروح داخل النفس فسوف تكون هذه الأخيرة خالية من الحياة وسوف تفكك نفسها إلى أجزاء متناثرة.

بما أن الروح لا تستطيع العمل إلا عبر النفس فهذا يجعل هذه الأخيرة مقعداً لكافة الخصائص التي تحوزها الروح الأزلية. يتجلى تأثير الروح في النفس بهيئة أربعة أنواع من الأطباع، وهي متوافقة مع مفهوم العناصر الأربعة. وفقاً للعناصر الطاغية في تركيبة النفس، يمكننا التمييز بين كل من الأطباع التالية: الطبع النزق choleric (ناري)، الطبع المتفائل sanguine (هوائي)، الطبع البارد phlegmatic (مائي)، الطبع السوداوي melancholic (ترابي). إن قوة وشدة ذبذبة العنصر المرتبط بخصائص محددة هي التي تحدد مدى قوة ونشاط وتمدد ذبذبة السيولة المرتبطة به. كل من هذه العناصر الأربعة، والتي تحدد طبع الإنسان، يكون لها خصائص جيدة عندما تكون فاعلة إيجابية، لكن في الحالة المنفعلة السلبية يكون لها خصائص سيئة. لا أريد الاستفاضة في شرح تأثيرات العناصر هنا، لكنه من المفيد للمريد المهتم أن يكتشف بنفسه هذه التأثيرات من خلال تأملاته الخاصة. هذه الطريقة في اكتشاف المعلومات لها أهمية كبيرة خلال تقدم المريد في الدرب إلى حيازة الحكمة. فيما يلي سوف أذكر بعض التأثيرات التي تعود لكل طبع على حداه:

1- الطبع النزق choleric في جانبه الإيجابي له السمات

الجيدة التالية: الاندفاع، النشاط، الحماس، الإصرار، التصميم، الشجاعة، الإنتاجية،... إلى آخره. وفي جانبه السلبي له السمات السيئة التالية: الغيرة، الشراهة، فورة الغضب، حدة طبع، نفاذ الصبر، ميول تدميرية،... إلى آخره.

2- الطبع المتفائل sanguine في جانبه الإيجابي له السمات الجيدة التالية: القدرة على النفاذ والتخلل، الاجتهاد، المرح، البراعة، اللطف، الوضوح، قليل الحزن، الابتهاج، التفاؤل، اللهفة، الاستقلالية، الألفة، الحنكة،... إلى آخره. وفي جانبه السلبي له السمات السيئة التالية: الشعور الدائم التحدي، ازدراء، نزعة طبيعية للثرثرة ونقل الكلام، عدم الثبات، دهاء، خبث، عدم الأمانة، تقلب،... إلى آخره.

3- الطبع البارد القابل للتأثر phlegmatic في جانبه الإيجابي له السمات الجيدة التالية: اللياقة، الاحترام، التحقل، مراعاة الآخرين، تصميم، ثبات، جدية، دقة، تركيز، رزانة، ضبط المواعيد، عصمة، موضوعية، مسؤولية، جدير بالثقة، حيطة، مقاومة، ثقة بالنفس،... إلى آخره. وفي جانبه السلبي له السمات السيئة التالية: تفاهة، انعدام الضمير، بغض الآخرين، بلادة، فتور، تباطؤ، كسل، عدم الموثوقية، إيجاز في الكلام،... إلى آخره.

4- الطبع السوداوي melancholic في جانبه الإيجابي له السمات الجيدة التالية: الاحترام، التواضع، شفقة، إخلاص، تفاني، جدية، سلاسة، دقة، مودة، القدرة على الاستيعاب، تفكر، هدوء، سريع الموثوقية، التسامح، رقة القلب،... إلى آخره. وفي جانبه السلبي له السمات السيئة التالية: لامبالاة، اكتئاب، فتور الشعور، خجل، كسل،... إلى آخره.

هذه الطبائع الأربعة، بجوانبها الإيجابية والسلبية، تتجلى في الفرد بدرجات متباينة فتشكل خلطات فريدة عند كل فرد وتمثل المكونات الأساسية لشخصيته. التأثير الإجمالي لخلطة الطبائع ينتج انبعاث من الطاقة يشيرون إليه عموماً بـ"الهالة" أو الأورا aura. الهالة هي انبعاث ناتج من تفاعل العناصر مع الخصائص المختلفة في النفس والتي تكون إما فاعلة أو منفعة حسب الحالة. هذا الانبعاث من النفس، أو

الهالة، ينتجذب ذبذبة معينة تتوافق مع لون معين.

3- بخصوص الجسم الروحي (أو الجسم العقلي):

لقد جعلته واضحاً في فقرة سابقة، كيف أن الجسد المادي والنفس يخدمان كتوب أو كساء خارجي للروح. الروح هي القسم الخالد في كيان الإنسان، وبالتالي هي تمثل الصورة الفعلية لله [تعالى] في الإنسان. إنه ليس سهلاً وصف وتعريف شيء مقدس وتجاوزي وخالد وغير قابل للزوال.

النموذج الأولي الأرقى منزلة، المصدر الرئيسي لكل المخلوقات، أطلق من ذاته ما نسميها الروح، ومن ثم نشأت في حالة الإنسان الفردي ما يمكن تسميتها الروح الذاتية مصحوبة مع الخصائص المحددة للعناصر الأربعة التي تعود للروح الأزلية التي هي فعلاً بصورة الله [تعالى]. أي بمعنى آخر، يمكن وصف الكيان الروحي عبر أربع خصائص مختلفة يتسم بها وهي تتوافق مع المبادئ الأربعة:

1- مبدأ النار يمثل الجانب المندفع، وهو يتجلى على شكل إرادة.

2- مبدأ الهواء يمثل الجانب العقلي، وهو يتجلى على شكل فكر.

3- مبدأ الماء يمثل المحتوى الأثيري، وهو يتجلى على شكل شعور.

4- مبدأ التراب يمثل اجتماع المبادئ الثلاثة السابقة فتجلى على شكل صحوّة الأنا.

كافة الخواص والمميزات الأخرى التي تتسم بها الروح الفردية مندرجة ضمن هذه المبادئ الرئيسية الأربعة. كل من هذه المبادئ الأربعة المذكورة سابقاً لديها مظاهر كثيرة أخرى ومقسومة إلى قطبي السالب والموجب. جميعها معاً تشكل ما نسميه وفق المفهوم العام بـ "الروح". لهذا السبب يمكن اعتبار مبدأ النار مسؤولاً عن العزم والقوة والانفعال، ومبدأ الهواء مسؤولاً عن قوة التمييز والمقارنة والحكم

السليم، ومبدأ الماء مسؤولاً عن الوجدان والضمير والحدس، ومبدأ التراب مسؤولاً عن الفردانية والغرائز ونزعة الحفاظ على الذات والتناسل. هذه مجرد أمثلة وعينات من قائمة الخصائص الطويلة التي تتسم بها الروح.

الفصول الثلاثة السابقة المتعلقة بالأجسام الثلاثة: المادي والنفسي والروحي، قدمت الإنسان بهيئته الأكثر كمالاً. لا بد من أن توصل الفرد الآن إلى إدراك مدى أهمية أن يعرف كيانه المركب، خصوصاً وأنه مقبل على التعرف إلى تمارين تدريبية وتطبيقات عملية لا يمكنها أن تتم بنجاح إذا تم إهمال هذه المعلومات النظرية عن كيانه، والتي ما زالت في معظمها تعتبر أسرار يحتكرها الأنانيون. وفي الحقيقة، هذه الصبغة السرية جعلت الكثير من الباحثين في هذا المجال يجهلون هذا القسم النظري بالكامل، فما كان عليهم سوى حذفه كلياً من أعمالهم الكتابية رغم أهميته الكبرى بحيث يمثل أساس متين للمعرفة التجاوزية الصحيحة.

قناة محبي الكتب على التليجرام

ملاحظات بخصوص المستويات الثلاثة المادي، والنفسي (النجمي)، والروحي (العقلي)

هذه الطريقة الثلاثية في تقسيم العوالم أو المستويات الثلاثة للوجود هي، كما حالة العناصر الأربعة، ابتكار بشري ويهدف إلى وصف الظاهرة الكونية. لكن هذا لا يعني أن هذه الطريقة غير مجدية أو غير صحيحة. شرحت سابقاً كيف تدرجت هذه المستويات الثلاثة وفق المفهوم القائل: إن المادة هي محتوى أثيري متذبذب أصبح في درجة معينة من الصلابة. وفقاً للمبدأ الشمسي، فإن المادة الصلبة تنشأ أساساً نتيجة النبض الشمسي الذي يدفع بالمحتوى الأثيري ليتكاثف على محيط الفقاعة الشمسية. المادة هي عبارة عن محتوى أثيري متبلور مادياً، أي هي تبدو صلبة لكنها غير ذلك في الحقيقة.

بناءً على المبدأ الشمسي، يمكننا الاستنتاج بأن الفقاعة الشمسية مؤلفة من نواة شمسية ونفحة شمسية (روح) ثم محتوى متكاثف (نفس) ينتهي بتجسيد مادي (جسد)



لكن الخطأ الكبير الذي وقع فيه الباحثون أو العاملون في مجال شرح هذا الموضوع هو أنهم وصفوا هذا التدرج الثلاثي بحيث جعلوه يبدو على شكل ثلاثة عوالم منفصلة وتفصل بينها حدود واضحة. مع أنه في الحقيقة، الكون هو وحدة متكاملة بحيث ليس هناك أي نقطة يتوقف عندها العالم المادي ليبدأ العالم النفسي (النجمي)، ولا هناك نقطة ينتهي عندها العالم النفسي ليبدأ العالم الروحي. بل الواقع هو أن جميع هذه العوالم أو المستويات متداخلة ببعضها. أعتقد بأن الشروح المصورة التالية سوف توضح الفكرة جيداً:

توصف الشروحات ثلاثة مستويات فوق بعضها، وبالكاد تتداخل مع بعضها عند الحدود. هذه هي الطريقة التي توصفها الشروحات من أجل توضيح الفكرة، لكنها لا تمثل الواقع الحقيقي.



النموذج الأقرب إلى الواقع هو الذي يصور العوالم الثلاثة متداخلة ببعضها كما الثالوث اللوني، حيث ينتج من اختلاطها في الوسط لون رابع. هذه هي الطريقة الواقعية لتجلي العوالم الثلاثة، إذ تتداخل مع بعضها وتعمل معاً وبنفس الوقت.



لقد قام الحكماء الأوائل بتقسيم الكون إلى ثلاثة أقسام أو مستويات منفصلة، لأنها الطريقة الأسهل والأيسر والأكثر جدوى لاستيعاب كليته وشموليته. هذه الطريقة في تشريح الكون أو الوجود عموماً هي من أجل توفير إمكانية العملية للفرد لكي يتعامل بسهولة مع القوى الكونية المختلفة. لكن رغم ذلك كله، وجب أن نتذكر في النهاية حقيقة مهمة جداً. من أجل أن يوجد الشيء بصيغته المادية، وجب أن يكون له وجود على المستوى النفسي والروحي. العالم النفسي (النجمي) موجود بفعل نزول العالم الروحي (العقلي) باتجاه العالم المادي. لذلك نجد العالم النفسي يمثل مرحلة وسيطة، المحتوى النفسي قابل للتحويل بسرعة إلى تجسيد مادي وهو سهل التحكم من قبل القوة العقلية.

من جانب الإنسان، الجسم الروحي هو نظير للوعي الذي يتخلل كل من الجسم النفسي والمادي لكي يتجلى خارجاً على شكل تفكير. أما الجسم النفسي، فهو نظير للعاطفة التي تتخلل الجسم المادي لكي تتجلى خارجاً على شكل شعور. الصحو لدينا إذن مؤلفة من فكر وشعور.

الإدراك لدينا هو عملية مركبة

عندما ننظر إلى شيء ما أمامنا، فنحن بهذه العملية نفعل جانبين من الإدراك: الإدراك الفكري (التحليل العقلي) والإدراك العاطفي (الحس والشعور). الإدراك لدينا هو عملية مركبة بحيث تتألف من جانبين مختلفين. التجربة البسيطة التالية توضح هذه الحقيقة.

ضع شيء أمامك، حجر صغير أو علبة كبريت.. أو أي شيء آخر، والآن انظر إليه بحيث تفكر في وزنه أو شكله أو أي من خواصه مستخدماً الأرقام مثلاً لوصف الوزن أو الحجم أو الأبعاد. هذه الطريقة في الإدراك هي الطريقة الفكرية. والآن انظر إلى ذات الشيء أمامك، ومن ثم ابدأ بالشعور به، محاولاً تحسس واستشعار خامته الخارجية أو استشعر الثقل الذي يتسم به أو درجة حرارته أو غيرها من خواص شعورية أخرى، المهم أن تستخدم الشعور فقط وليس الفكر. هذه الطريقة في الإدراك هي الطريقة العاطفية.

عندما تدرك الشيء عاطفياً، أي عبر الحس والشعور، فهذا يعني أن الكيان العاطفي (النفسي) هو الذي يقوم بالإدراك. وعندما تدرك الشيء فكرياً، أي عبر التحليل والحساب، فهذا يعني أن الكيان العقلي هو الذي يقوم بالإدراك. نحن في الحقيقة لا نعلم بأننا نجري عملية الإدراك تلقائياً عبر الجانبين معاً: العاطفي والفكري.

من جانب آخر، هذه الطريقة المشروحة سابقاً هي مجدية بالنسبة إلى من يمارس الخروج عن الجسد، حيث طريقة إدراك الأشياء هي التي تحدّد نوع العالم الذي انتقل إليه الفرد خلال خروجه عن جسده، أي إن كان العالم النفسي (النجمي) أو العالم الروحي (العقلي). فخلال السفر في العالم النفسي، يستطيع الفرد تحسس خامّة المواد وكذلك الشعور بالحرارة والبرودة... إلى آخره، كما باستطاعته سماع الأصوات وشم الروائح وتذوّق النكهات... إلى آخره. بينما خلال السفر في العالم الروحي، لا يوجد أي من هذه الأحاسيس السابقة تجاه الأشياء المادية، كل شيء هو فكري مجرّد ويصعب التعبير عنه بكلمات.

قناة محبي الكتب على التليجرام

صياغة منهج تدريبي بناء على المعلومات الجديدة بخصوص الإنسان

بناء على المعلومات التي تعرفنا عليها بخصوص الإنسان في الصفحات السابقة، لم يعد مجدياً الاعتماد على المناهج التدريبية التي نألفها سابقاً، لأنها تعتمد على تعريفات منقوصة أو حتى خاطئة تماماً بخصوص الإنسان. وبالتالي، علينا صياغة منهج تدريبي يستند على التعريف المبني على المعلومات الجديدة بخصوص الإنسان والوجود بشكل عام.

كل منهج تدريبي لا بد من أن له سبب أو غاية أو هدف ينشد تحقيقه أو إنجازه أو إدراكه. أما المنهج التدريبي المذكور لاحقاً في هذا الكتاب فهو ينشد غاية واحدة وهي تحضير الذات لكي تتمكن من استنهاض حاسة الاستبصار بشكل مجدي وسليم. وبالتالي، كما باقي المناهج التدريبية التي تستهدف غايات مختلفة مثل تعليم الموسيقى أو تقوية القدرات الحسابية والرياضياتية أو كمال الأجسام... أو غيرها من غايات مختلفة، فإن هذا المنهج التدريبي يستند على أسس وقواعد محدّدة وجب أخذها بعين الاعتبار والسير بالتوافق معها لكي ندرك الغاية المنشودة.

لكي ننجح في تحقيق غايتنا المنشودة علينا التعرّف على المفهوم الأساسي الذي تعتمد عليه أسس وقواعد هذا المنهج التدريبي. هذا المفهوم الأساسي يقول إن الإنسان، وكل مخلوق آخر بصيغته المادية، إن كان عضوي أو غير عضوي، هو عبارة عن انبعاث خارجي يصدر من نبضة نواة باطنية أشرت إليها باسم "الشمس الباطنية". تحدثت عن هذه الشمس الباطنية بالتفصيل في الجزء العاشر من مجموعة "من نحن"، والتي هي بعنوان "شمس الشموس".

هذه الشمس الباطنية هي ذاتها التي أشار إليها الباحثون والكتاب بأسماء مختلفة خلال تشريحهم للكينونة البشرية، مثل "النفس العليا" أو "الانا العليا" أو "النفس الخفية" أو "النفس الكلية" أو غيرها من أسماء مختلفة تشير بنفس المعنى إلى ذات الكيان الخفي الكامن في داخل الإنسان لكنه لا يشعر بوجوده. لكن تبين أنه هو الكيان ذاته الذي قصده عبدة الشمس في الحضارات القديمة، وكانوا يقصدون عبادة الشمس الباطنية ولكن يبدو أن هذه العبادة تشوّهت في فترة من الفترات وانحدر مستواها إلى مجرد عبادة وثنية للشمس التي نراها في السماء. لقد شرحت كامل التفاصيل المتعلقة بهذا المفهوم في الجزء العاشر من مجموعة "من نحن"، والتي هي بعنوان "شمس الشموس". في الصفحات التالية سوف أشرح الغاية التي ينشدها هذا المنهج التدريبي وفقاً لهذا المبدأ الشمسي. وسوف نتعرف على الخطة التي ينتهجها هذا المنهج التدريبي وفقاً لتشريح الكينونة البشرية بالاعتماد على مفهوم المبدأ الشمسي.

ذكرت سابقاً بأن كينونة الإنسان مؤلفة من ثلاثة أقسام رئيسية:

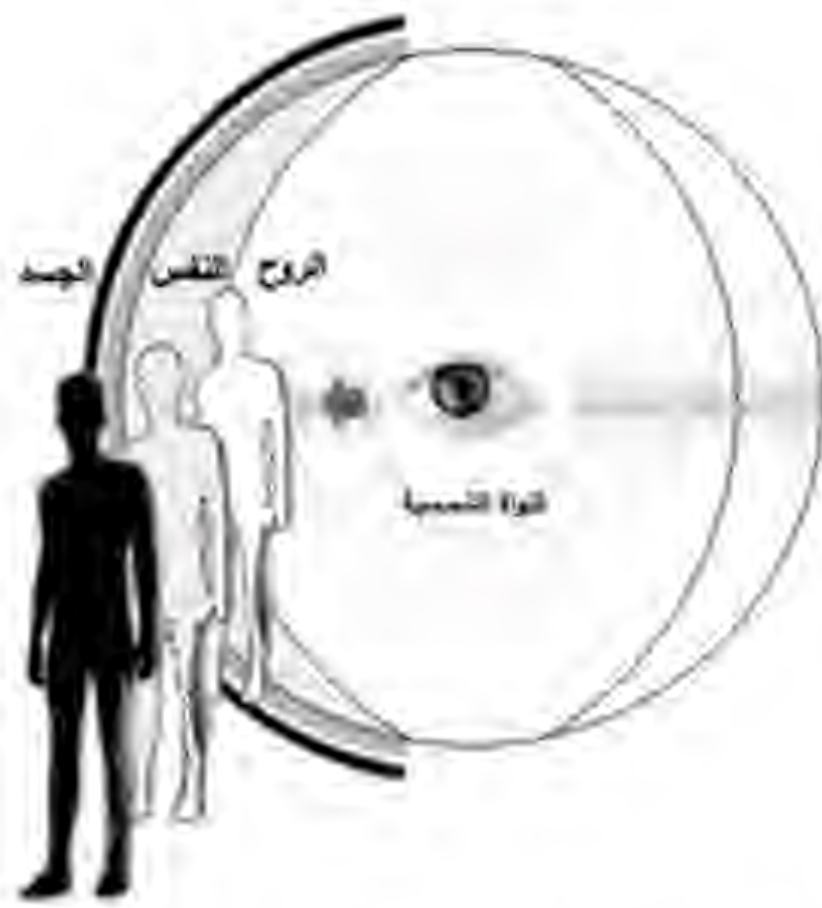
[1] القسم الروحي،

[2] القسم النفسي،

[3] القسم الجسدي المادي.

وقد صوّرت هذا التقسيم وفق الشرح المصوّر التالي:

قناة محبي الكتب على التليجرام



وفقاً لمبدأ الشمس الباطنية، يمكننا الاستنتاج أن الفقاعة الشمسية مؤلفة من نواة شمسية وثقبة شمسية (روح)، ثم محتوى متكاثف (نفس) ينتهي بتجسيد مادي (جسد). إذن، الجسد المادي للإنسان ينشأ أساساً نتيجة النبض الشمسي الذي يدفع بالمحتوى الأثيري ليتكاثف، ثم يتبلور مادياً. من هذه العملية نشأ مفهوم الأجسام الثلاثة التي تتألف منها الكينونة البشرية، لكن المراجع المنحدرة عبر التاريخ أساءت فهم هذا المبدأ فشرحته بطريقة خاطئة.

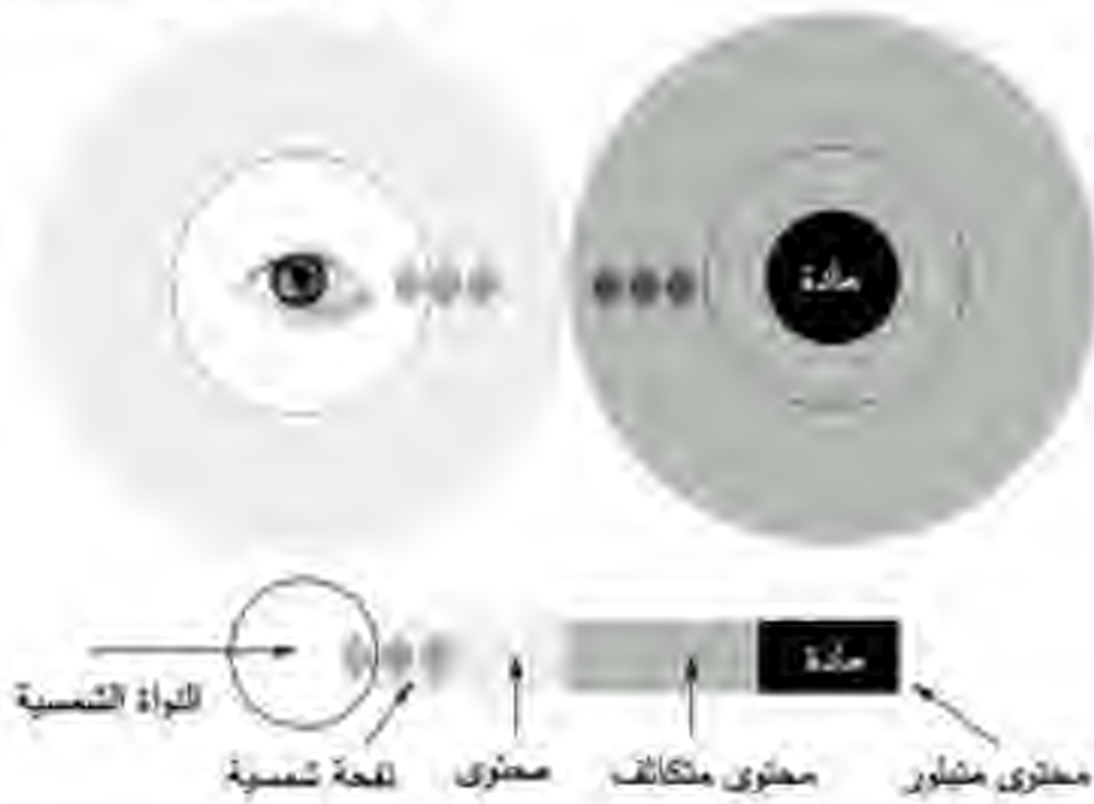
لكن إذا أردنا الدخول في تفاصيل هذا المبدأ الشمسي سوف نكتشف أمور تفصيلية كثيرة لها أهمية كبيرة في موضوعنا الحالي. الشرح المصوّر التالي يكشفها لنا بوضوح:

الشكل التالي يبين تدرّج لوني بين قطبين رئيسيين يمثلان الشمس المركزية (أبيض) والتجسيد المادي (أسود) ويمتدّ بينهما تدرّج متكاثف للمحتوى الأثيري الذي تعرّض للضغط نتيجة الدفع الدائم والمستمر لنبض النواة الشمسية.



مقطع عرضي للنواة الشمسية والنقطة الشمسية
وتدرجات
المحتوى الأثيري للفقاعة الشمسية.

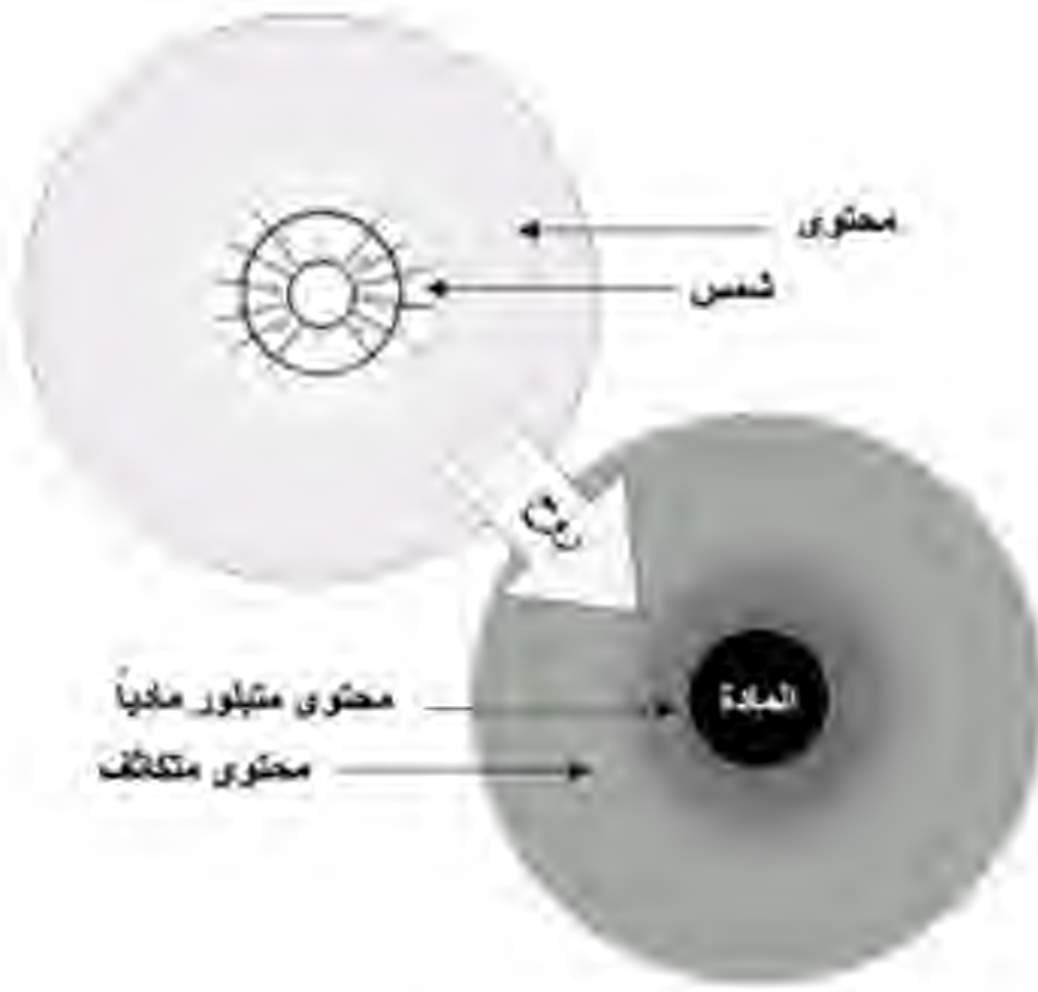
ذكرت في الجزء العاشر من مجموعة "من نحن" (شمس الشموس)، بأنه لكي تتوضح فكرة المبدأ الشمسي علينا تصوّر وجود فقاعتين بدلاً من واحدة. الأولى تتمحور حول الشمس المركزية وهي غير مرئية أو ملموسة، والثانية تتمحور حول المادة الصلبة وهي مرئية وملموسة. أي كما هو مبين في الشكل التالي:



بدلاً من تسلسل خطي واحد لتدرّج المحتوى بين الشمس والمادة نجد أن هذا التدرّج انقسم إلى قسمين. أي بدلاً من امتداد متدرّج لكيان واحد أصبح لدينا كيانين، أي فقاعتين، الأولى تتمحور حول الشمس المركزية والثانية تتمحور حول المادة الملموسة.

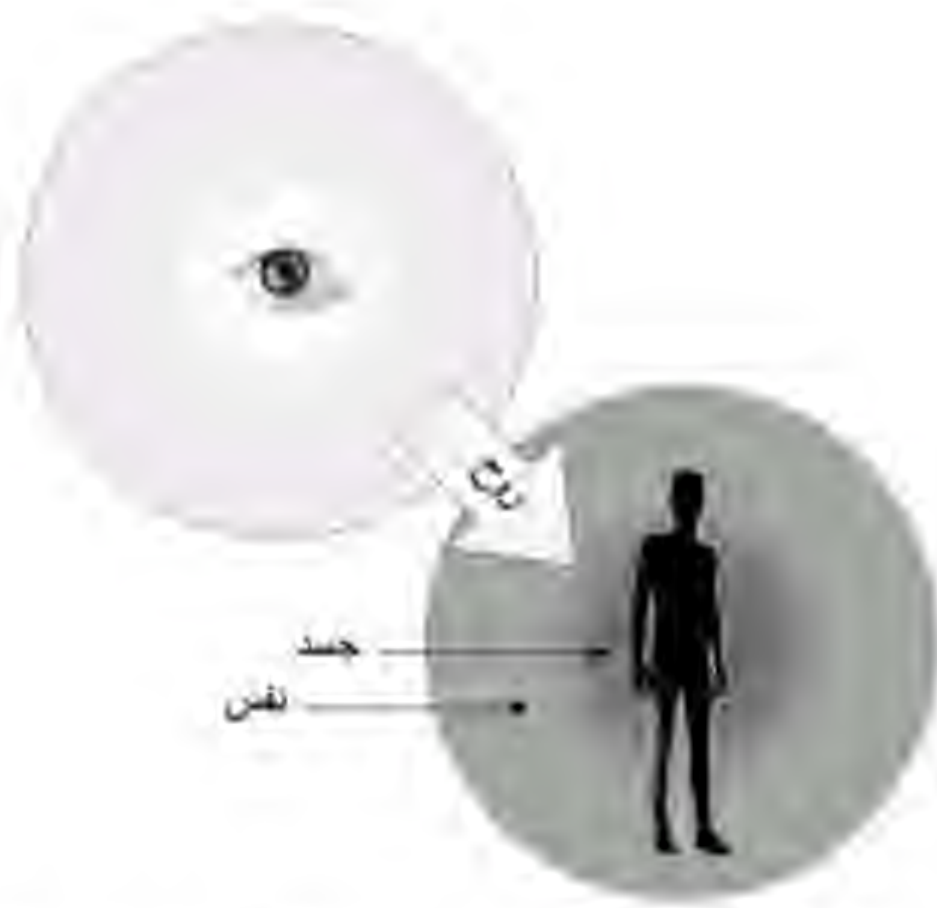
إذن، أصبح لدينا عالمين: عالم علوي وعالم دنيوي. كل مخلوق في هذا الكون هو مؤلف من هذين العالمين. العالم الدنيوي هو الذي يشمل المخلوقات بصيغتها المادية والتي

هي محكمة بعاملي المكان والزمان، بينما العالم العلوي حيث تقبع الشمس الباطنية، أو النفس العليا، هو ماورائي، أي متجاوز للمكان والزمان، ويكون في حالة من الكمال التام.



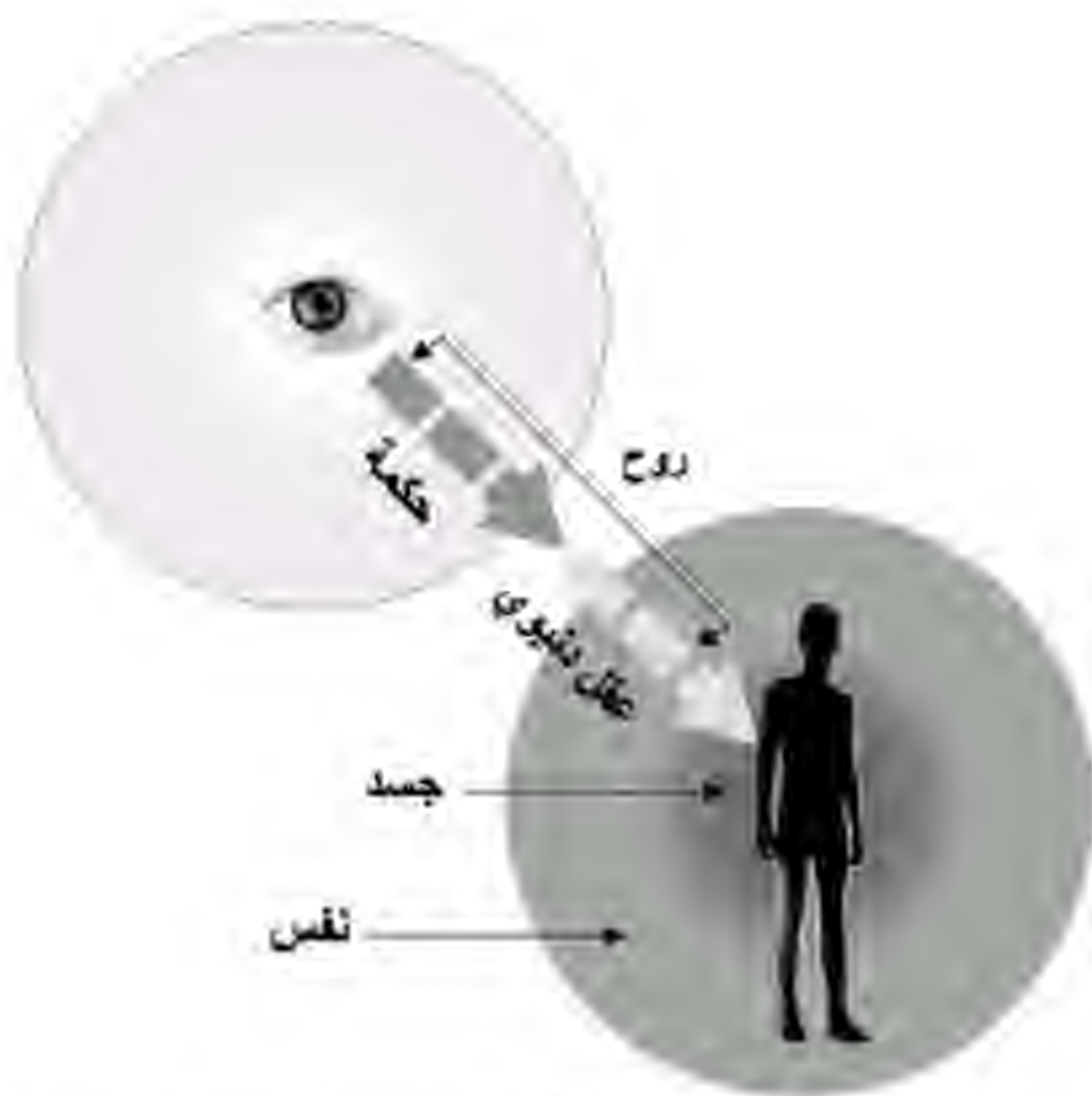
دون هذه الطريقة في تشرح الفقاعة الشمسية لا يستطيع المرید فهم واستيعاب الشرح المتعلق بآلية عمل وأداء الشمس الباطنية وكيفية حصول التجسيد المادي وغيرها من مجريات وأحداث وصفتها التعاليم المتعلقة بالجانبين الباطني والظاهري.

وفقاً لهذا التشرح النهائي للمبدأ الشمسي، يمكننا استنتاج مواقع كل من الروح والنفس والجسد، والتي يقصد هذا المنهج التدريبي معالجتها، كما يلي:



الروح والنفس والجسد، وفقاً لتشريح المبدأ الشمسي. هذه العناصر تنتمي للقسم الدنيوي من كيان الإنسان. هذا القسم الدنيوي هو هدف المنهج التدريبي المشروح في هذا الكتاب.

غالباً ما يحصل التباس في المراجع التجاوزية والباطنية بين الجانب الروحي والجانب العقلي، أي يشيرون إلى الروح إلى أنها تمثل الجانب العقلي، والعكس صحيح، حيث يشيرون إلى الجانب العقلي إلى أنه الروح. والبعض يفرقون بين الكيانين بحيث يجعلون كل واحد منهما منفصل عن الآخر. لكن الحقيقة هي أن الروح المنبعثة من النواة الشمسية الكامنة في العالم العلوي تشمل في طياتها المحتوى العقلي. وهذا المحتوى العقلي يكون خلال وجوده ضمن حدود العالم العلوي على شكل حكمة، لكن عند دخوله العالم الدنيوي يصبح على شكل عقل دنيوي. كما هو مبين في الشكل التالي. خلال الشروحات الواردة في هذا الكتاب، أشرت إلى هذا الجانب باسم الروح وليس العقل، لكن هذا لا يمنعه من امتلاك خصائص وسمات عقلية، وهذا ما سوف نلاحظه خلال شرح التمارين.



تشمل الروح في طياتها محتوى عقلي. وهذا المحتوى العقلي يكون خلال وجوده ضمن حدود العالم العلوي على شكل حكمة، لكن عند دخوله العالم الدنيوي يصبح على شكل عقل دنيوي.

لا بد من أن الصورة أصبحت واضحة بخصوص الأقسام الثلاثة لكيثونة الإنسان والتي غالباً ما يرمزون إليها كما الصيغة المبينة في الشكل المقابل. هذه الأقسام الثلاثة هي التي يستهدفها المنهج التدريبي الموصوف في هذا الكتاب. هي تنتمي للقسم الدنيوي من الكيثونة. من بين تجليات الروح في هذا القسم الأدنى هو عقل دنيوي.



قلنا إن هذا المنهج التدريبي يشمل كامل الأقسام الثلاثة

للكينونة الدنيوية للإنسان. أما الجوانب المراد تطويرها في كل قسم من هذه الأقسام فيمكن الإشارة إليها بسرعة على الشكل التالي:

1- في القسم الروحي (العقلي):

هذا القسم هو متجاوز لعاملي الزمان والمكان. أحد تجلياته في الجانب الدنيوي هو العقل الدنيوي، أي الفكر والذكاء. بما أن الكيان الروحي متجاوز للزمان والمكان فهذا يجعل العقل الدنيوي يحوز على هذه الخاصية التجاوزية أيضاً. لكن في حالته الطبيعية التي نألفها حالياً نجده غير مؤهل لاستعراض هذه الخاصية. بما أن الكيان العقلي يمثل أحد جوانب الروح التي هي متجاوزة للمكان والزمان، فهذا يجعل الوعي الديناميكي ممثلاً لأحد جوانبها أيضاً. ذكرت في الجزء الخامس من مجموعة "من نحن" بأن الوعي الديناميكي هو مجال طاقة يمثل قطعة من الوعي المركزي للفرد ويتشكل في أي موقع زماني/مكاني يستهدفه الفرد بتفكيره.

"الوعي الديناميكي" هو المسؤول عن كافة الظواهر الماورائية التي يصنعها الإنسان، إن كان في موقع وجوده أو بعيد عنه آلاف الكيلومترات.



خلال النظر إلى ذلك الطيف الواسع من الظواهر

والقدرات العقلية الخارقة التي استعرضها الإنسان في كل مكان وزمان لطالما تساءلنا: كيف تتم العملية؟ ما هي الآلية التي تعتمد عليها؟ وكلما كثرت الظواهر وتنوعت زاد الأمر تعقيداً بحيث نظن أن كل ظاهرة لها آليتها الخاصة وبالتالي لها منهجها الخاص وإجراءاتها العقلية/الجسدية الخاصة، فنسلم في النهاية بأن المسألة أكثر تعقيداً من مستوى استيعابنا. لكن الأمر ليس كذلك في الواقع. جميع هذه الظواهر تستند إلى مبدأ واحد، آلية واحدة، قانون واحد.. وجميعها تتمحور حول ظاهرة واحدة: "الوعي الديناميكي"، لكن نادراً ما يؤتى على ذكره أو وصفه في أي من التعاليم والفلسفات القديمة. أو ربما ذكر في بعضها لكن أسيء ترجمتها فكوّنت صورة خاطئة تماماً بخصوصه.

أصبح لدينا مظهر جديد للعملية الذهنية التي نجريها في حياتنا اليومية، ويتمثل بحقيقة أن التفكير بشيء معين يحدث حالة رنين متناغم معه، مهما كانت المسافة، الزمانية أو المكانية. بالإضافة إلى حالة الرنين هذه، يتجسد عند الشيء المستهدف فكراً مجال كثيف من الطاقة، وتزداد كثافة هذا المجال كلما تعمقنا في التركيز. نستنتج من ذلك أن الفرد يستطيع خلق مجال طاقة في أي شيء يستهدفه بتفكيره. هذه الطاقة تتشكل نتيجة توجيه الانتباه. وتبين أن الانتباه له مظهرين مختلفين:

[1] المظهر الإشعاعي:

ويتمثل بتوجيه الانتباه مباشرة نحو الشيء المستهدف فكراً، أي على شكل ضوء المصباح. وهذا هو المظهر الذي نألفه عموماً.



[2] المظهر الرنيني:

يتمثل بحصول رنين متناغم بين الفرد وبين الشيء الذي يستهدفه فكرياً، أينما كان موقعه ومهما كانت المسافة الفاصلة بينهما.



لكن في الحالة العادية، فإن الوعي الديناميكي المتشكّل عند الشيء المستهدف فكرياً يكون مشتّت وواهن وغير ثابت، أي ليس له أثر عليه، أي كما في الشكل التالي:



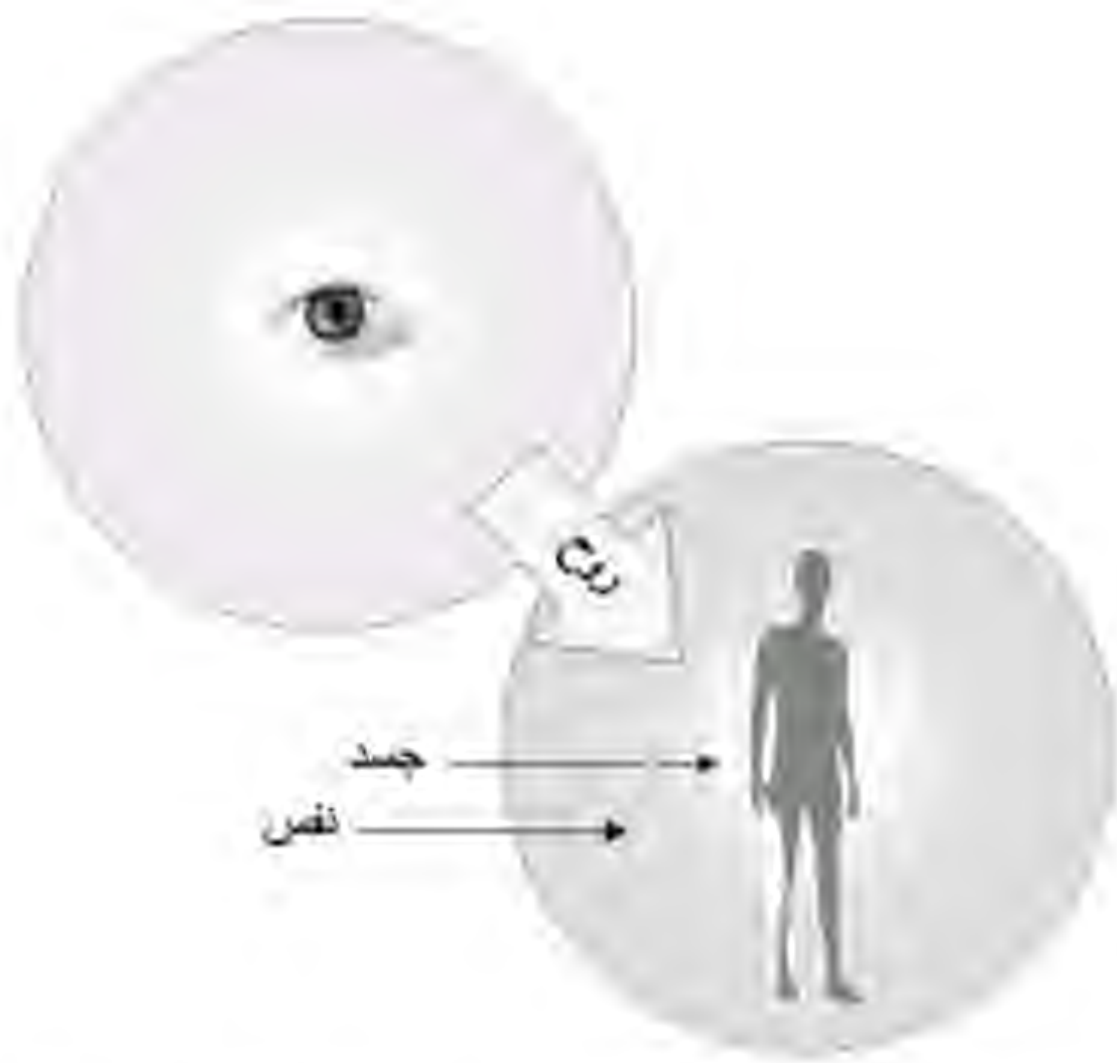
تشتت الأفكار خلال توجيه الانتباه نحو الهدف يؤدي إلى خلق مجال طاقة واهن ومشتت وغير ثابت عند الهدف، مما يعني استحالة التأثير عليه بأي طريقة من الطرق بواسطة الوعي الديناميكي.

الهدف الأول للمنهج التدريبي هو تصحيح هذا القصور الذي يعاني منه الوعي الديناميكي لدينا. وبعد أن ينشط ويصبح شديداً يمكنه حينها تحقيق كل ما يمكننا تصوّره من إنجازات ماورائية.

2- في القسم النفسي (النجمي):

هذا القسم من الكيان محكوم بعامل المكان في قسمه الدنيوي، لكنه بنفس الوقت ليس كيان قائم بذاته، بل يمثل امتداد لقسم علوي تجاوزي متجاوز للمكان والزمان. لهذا السبب، فإن الغاية الأساسية للتدريب تتمثل في السعي إلى تنقية هذا الامتداد الدنيوي من الشوائب والملوثات الدنيوية بحيث يقترب نقاءه إلى التشابه مع نقاوة قسمه العلوي، حينها يبدأ باكتساب ميزات وخصائص ذلك القسم العلوي الجليل. النفس الدنيوية هي مقعد المشاعر والعواطف والمحفزات والاستثارات بكل أنواعها وبقطبيتها السلبية والإيجابية. وبالتالي، عندما نسعى إلى تنقية النفس الدنيوية لكي تتشابه بأكبر قدر ممكن مع النفس العليا فهذا يعني العمل على العواطف والمشاعر والميول الأخلاقية لدينا ومعالجتها بطريقة معينة تتناسب مع الغاية المنشودة.

هدف منهجنا التدريبي إذن يتعلق بمكونات القسم الدنيوي من كينونة الإنسان. نحن في الحالة العادية لا نلمس وجود أي قوة أو طاقة أو قدرة تجاوزية، لأن محتويات الجانب الدنيوي لدينا تكون مشوهة ومنحرفة نتيجة تلوثها بشوائب العالم الدنيوي، وبالتالي وجب تصحيحها وإصلاحها قبل أن تتجلى عبرها تلك القوى والطاقات التي ننشدها. ولكي يكون الجانب الدنيوي مناسباً لتجلي تلك القوى والطاقات، وجب أن يكون بأكبر درجة من التشابه، شكلاً ومضموناً، مع محتويات العالم العلوي. كما هو معبر عنه في الشكل التالي:



كلما اقترب الجانب الدنيوي من التطابق مع الجانب العلوي، شكلاً ومضموناً، تجلّى في الجانب الدنيوي المزيد من القوى والطاقات التجاوزية العلوية.

يجدر الملاحظة أن السعي إلى تقريب الجانب الدنيوي من كيان الإنسان إلى التشابه مع الجانب العلوي هو الغاية التي تنشدّها المذاهب الصوفية أيضاً، لكن طريقتها في تحقيق ذلك، رغم اختلافها بين المذاهب الصوفية المختلفة، لا تشمل السعي لتنمية القدرات الخارقة، بل يمكننا القول إن غايتها عبادية فحسب. بينما المنهج الذي نحن بصدده يختلف عنها في هذا الجانب، حيث غايته تنمية إحدى القدرات الخارقة (الاستبصار) وتحضير العقل للتعامل معها بشكل مجدي وسليم. أما كيفية تحقيق هذه الغاية، فهي مشروحة بالتفصيل في المنهج التدريبي الموصوف في هذا الكتاب.

يمكن تصوّر النفس الدنيوية بأنها كتلة معلوماتية هائلة تؤدي دوراً أساسياً في خلق وتكوين وتسيير وإدارة الجانب المادي بكامل تفاصيله وفي أدق جزئياته. وفي قسمها الأعلى تكون متصلة مع القسم العلوي الجليل من الكيان.



كما هو مبين في الشكل، الجمل المعلوماتية الفاتحة تمثل المكونات السليمة للنفس، بينما الجمل المعلوماتية السوداء تمثل المكونات المختلة أو الخاطئة أو المنحرفة والتي تعمل كمعوقات وشوائب وملوثات دنيوية وجب إزالتها قبل أن تتجلى النفس بهيئتها النقية القريبة من نقاوة النفس العلوية.



القسم الجسدي هو القسم المحكوم تماماً بعوامل المكان والزمان. هو مقعد الأحاسيس والأعضاء الحسية التي تمكنه من التواصل مع العالم المحيط به. غاية التدريب في هذا الجانب هي مساعدته على التخلص من سلوكيات معينة تعيق تقدمه في هذا المضمار، وبنفس الوقت تعويده على طريقة حياة وطريقة سلوك تتناسب مع الغاية التي يهدف المنهج التدريبي إلى تحقيقها.



بعد هذا التعريف المقتضب للكينونة البشرية وفقاً للمبدأ الشمسي الذي أخذ به القدماء، أصبح بإمكاننا الآن الانتقال إلى قسم التمارين التي تساهم في تنشيط بعض الجوانب من كياننا بحيث نصبح مؤهلين لاستنهاض حاسة الاستبصار بشكل مباشر وسليم.

قناة محبي الكتب على التليجرام

الجوانب الجسدية التي تعلّمناها في دروس التشريح في المدرسة. المسألة لا تتعلق بالجهاز العضلي ولا العظمي ولا العصبي، بل بمنظومة خفية تماماً عن إدراكنا المرئي والملموس رغم وجودها فعلياً وتؤدي دوراً جوهرياً للمحافظة على بقائنا. وبسبب طبيعتها الخفية تجاهلها العلم المنهجي تماماً خلال تناول موضوع تشريح جسم الإنسان. نحن نتكلم عن منظومة الطاقة الحيوية التي لها مساراتها وتياراتها ومراكزها الخاصة، مثلها مثل أي جهاز آخر في الجسم. إنها تمثل دائرة طاقة قائمة بذاتها ومنتشرة في كافة أنحاء الجسم كما تنتشر العروق العصبية والأوردة الدموية. هذه الحقيقة لم تعد تعتمد على مزاعم الماورائيين وغيرهم من متصوفي الحضارات الغابرة فحسب، بل أثبتت علمياً وأصبح لها مصطلحات علمية خاصة تشير إليها. هذا الجانب أصبح معروفاً اليوم "باسم" الجسم الطاقوي الحيوي.

الأمر الآخر المهم بخصوص هذا الجسم الطاقوي هو أنه مرتبط بشكل جوهري ووثيق بالتصوّر والخيال، وهنا يدخل عامل جديد ومفهوم جديد إلى هذا المجال. وبالتالي، كما الأدوات الرياضية التي يستخدمها الرياضيون للتدريب الجسدي، نجد أن التصوّر هو الأداة التدريبية الرئيسية التي يستخدمها التجاوزيون في تنمية مكوّنهم الطاقوي والروحي.

الخيال والتصوّر

كافة أنظمة التدريب التجاوزي، بمختلف أنواعها، تشدد على أهمية الخيال والتصوّر كعامل أساسي لمساعدتنا على استنهاض ملكاتنا وقوانا التجاوزية المختلفة. لذلك فإن معظم التمارين التي تستند عليها تلك المنظومات التدريبية المختلفة تتمحور حول عملية التخيّل والتصوّر بصفقتها مهمة وجوهرية ولها أثر كبير في تطوير قدرة الشخص على القيام بأعمال روحية مختلفة.

أداة التدريب الرئيسية في هذا المنهج

إن التدريب على أي ممارسة تجاوزية يشبه تلك الرياضة الجسدية المألوفة اليوم، والمعروفة برياضة "بناء الأجسام". فهذه الأخيرة تحضّر جسم الممارس لكي يناسب الرياضات الجسدية الثقيلة مثل المصارعة ورفع الأثقال والملاكمة... إلى آخره. بالإضافة إلى أنه لا يمكن النجاح بهذا النوع من المناهج التدريبية دون معرفة تفصيلية عن النظام العضلي/العصبي في الجسم.



الفرق بين الرياضة "التجاوزية" ورياضة بناء الأجسام هو أن الأخيرة تتعامل بشكل أساسي مع الجانب العضلي/العصبي من الجسم بما يشمله من تمارين خاصة ومنظومة غذائية خاصة ومفاهيم مختلفة بخصوص الجسم عموماً.

منهج التدريب التجاوزي متشابه من حيث المبدأ رغم اختلافه من حيث الموضوع والغاية. هو يهدف أولاً إلى تنشيط ذلك الجانب من الجسم المتعلق بتعزيز العناصر المسؤولة عن آليات القدرات الخارقة أو التعامل مع العالم التجاوزي عموماً، وهذا الجانب ليس له علاقة بأي من تلك

لأن التصور يؤدي دوراً رئيسياً في أنظمة التدريب هذه، نجده يمثل السبب الرئيسي الذي يجعل عدد كبير من الناس يفشلون في الاستمرار مع تلك الأنظمة التدريبية إلى النهاية، أو يتابعون التزامهم إلى النهاية لكن دون أن يخرجوا بأي نتيجة مجدية. هذه بالتالي تعدّ مسألة مهمة وجب تناولها باهتمام والتعرف على مكن المشكلة ومن ثم حلها بطريقة سليمة. هذا عمل ضروري، لأن كامل التمارين في هذا الكتاب الحالي تعتمد على التصور وبالتالي لا يمكننا التوصل إلى أي نتيجة مجدية دون توضيح هذا الموضوع بشكل جيّد.

المشكلة هي أن 99% من الناس يظنون أنهم لا يستطيعون التصور، وهذا اعتقاد خاطئ لا أساس له. في الحقيقة، فإن 100% من الناس يستطيعون التصور بشكل جيد، حتى إنهم يفعلون ذلك كل الوقت، لكنهم لا يعرفون أنهم يفعلون ذلك. هذا الإرباك الكبير الحاصل بخصوص الموضوع يعود سببه إلى أن التصور لم يُشرح ويُعلّم بشكل صحيح. التصور هو سهل جداً ولا يتطلب أي وقت أو جهد لكي نتعلّمه، لأنه يمثل قدرة طبيعية تولد معنا فطرياً والجميع يستخدمه دائماً لكنه يجهل ذلك. وهنا بالذات تكمن العقبة التي تمنع الكثيرين من النجاح في التدريبات التجاوزية. أي المشكلة لا تكمن في قدرتنا على التصور، بل في جهلنا أننا نتصور دائماً، لأننا لم نحدّد ما هو التصور بالضبط، والفرق بين الحالتين كبير جداً.

لكي لا نستنزف الكثير من الوقت على الشرح النظري لتعريف التصور، دعونا نجري تمرين بسيط. اقرأ التوصيف التالي بتأني، ثم حاول تصور كل خطوة تقرأها:

تخيّل وجود برتقالة.. هذه البرتقالة موضوعة على صحن لونه أزرق وأنت تريد أكلها.. اغرس أظفرك في قشرتها وابدأ بتقشيرها.. استمر في تقشيرها إلى أن تنتهي منها.. والآن أصبحت القشور متراكمة على الصحن والبرتقالة موضوعة فوقها.. الآن قسّم البرتقالة إلى بروج، وكلما انتهيت من تقسيم برج ضعه على الصحن.. بعد الانتهاء من

فصل جميع البروج قم بأكل واحد منها..

إذا لم يسيل لعابك نتيجة عملية التصوّر هذه، وإذا لم تحسّ بالعصير المنبثق من قطعة البرتقالة، وإذا عجزت عن شمّ رائحة البرتقال المميزة خلال عملية التصوّر، هذا يعني أنك لا تجيد عملية التصوّر وأنت بحاجة إلى تدريب. حاول القيام بهذا التمرين ثائية، وجب على الألوان أن تكون ساطعة وجليّة، والأشكال والمجسمات التي تتخيّلها وجب أن تكون واضحة جداً كما في الحقيقة.

ذكرت سابقاً بأن التفكير لدينا مؤلف من قسمين: فكري والعاطفي. معظمنا يجهل هذه الحقيقة، ونسبة كبيرة من الناس لا يستخدمون الاثنين معاً. الأغلبية تستخدم الجانب الفكري فقط خلال عملية التصوّر. التعريف الأولي للتصوّر هو عيش الحالة كأنها حقيقية، وهذا يعني ليس عن طريق الفكر فحسب، بل عن طريق الشعور أيضاً. الأغلبية إذن يفكّرون بالحالة خلال تصوّرها، لكنهم لا يعيشونها، أي لم يستخدموا الشعور، وهنا تكمن المشكلة.

دعونا نجري التمرين البسيط التالي لكي نفعل الشعور لدينا خلال التصوّر، ثم نرى ما ينتج من ذلك. تصوّر بأنك جالس في معمل لصهر الحديد الصلب، وتكون موجود في موقع قريب جداً من فرن الصهر بحيث تبلغ المسافة عدة أمتار فقط. في الحالة العادية سوف تفكّر بحرارة المكان. لكن هذه ليست الطريقة السليمة، حيث عليك أن تشعر بحرارة المكان. عليك أن تستغرق بهذا التصوّر حتى تعيش الحالة وكأنك موجود فعلياً أمام فرن الصهر. عندما تبدأ بالشعور بالحرارة المرتفعة، حتى تتصبّب عرقاً على الأغلب، فهذا يعني أنك أجريت عملية التصوّر بشكل سليم.

التصوّر الذي نتحدث عنه المنظومات التدريبية هو ليس أمر يتعلق بالحاسة البصرية فقط. ليس عليك التركيز على رؤية ما تتصوّره، بل عليك أن تعيش ما تتصوّره، وهذا يعني تفعيل مجموعة الحواس بالكامل، بالإضافة إلى المشاعر والعواطف. نحن لم نمنح هذا الجانب من الموضوع أي اهتمام، لأننا نظن بأنه أمر غير مهم أصلاً.

وعدم منحنا له أي أهمية يعود سببه إلى التعريف العلمي الرسمي لموضوع التصوّر، وليس هذا فحسب، بل التعريف العلمي للإنسان عموماً. وجميعها في الحقيقة تعريفات ناقصة إن لم نقل خاطئة بالكامل.

العلم المنهجي لا يزال يفصل بين العقل والجسد، حيث يصرّ على أنه ما من تأثير للفكر على الجسم، مع أن هذه الفكرة خاطئة تماماً. وبناءً على هذا التعريف العلمي، استنتج الناس بأن التصوّر ليس له أهمية كبيرة كما تزعم التعاليم التجاوزية والروحية المختلفة.

فيما يلي مجموعة من التمارين التي يُنصح المريد بممارستها قبل الانخراط في السعي لاستنهاض القدرة الاستبصارية لديه، لأن ممارسة هذه التمارين يؤدي إلى تنشيط الجانب التجاوزي للشخص بدرجة كبيرة. هذه التمارين تتألف من خمسة خطوات، وكل خطوة تشمل الجانب الروحي (العقلي) والنفسي (النجمي) والجسدي، فتعمل على تحضير هذه الجوانب الثلاثة بحيث تتناسب مع ممارسة الاستبصار بطريقة سليمة وصحيحة وميسرة. بالإضافة إلى أمر مهم جداً، وهو أن النجاح في خوض هذه التمارين، ولو استغرق الأمر وقت طويل، سوف يضمن الصحة التلقائية للقدرة الاستبصارية لدى الفرد دون أي انعكاسات سلبية من أي نوع. لذلك أرجو أن يمتحها القارئ ما تستحقّه من الأهمية والاهتمام.

قناة محبي الكتب على التليجرام

الخطوة [1] التدريب الروحي

ضبط وإخضاع الأفكار والخواطر
اجلس على كرسي مريح أو استلقي على أريكة. ارخي
كامل الجسم، أغمض عينيك وراقب سلسلة أفكارك لمدة
خمس دقائق، محاولاً حفظها خلال جريانها بذهنك. في
البداية سوف تلاحظ بأن ما يجري في ذهنك هو أفكار
وخواطر تتعلق بشؤونك اليومية، هموم العمل مثلاً وغيرها
من مواضيع. تصرف كما لو أنك مراقب صامت لجريان
هذه الأفكار المتسلسلة، كما لو أنك مستقل عنها ومتحرر
منها. سوف يكون هذا التمرين سهلاً أو صعباً بالنسبة إليك،
هذا يعتمد على الحالة العقلية التي تكون فيها حين
ممارسة التمرين. النقطة الأساسية هي أن لا تنسى نفسك،
وأن لا تفقد سلسلة الأفكار، بل أن تلاحقها بانتباه وبيقظة.
احذر من الوقوع في النوم خلال ممارسة هذا التمرين. إذا
بدأت الشعور بالتعب، توقف فوراً وقم بتأجيل التمرين إلى
وقت آخر، حيث لن تكون في حالة تجعلك تستسلم للتعب
أو النوم. يقوم الممارسون الهنود برش بعض الماء البارد
على وجوههم أو فرك الماء على الجانب الأعلى من
أجسادهم لكي يبقوا في حالة نشاط ثم يستمروا بتمارينهم
الخاصة لكي لا يضيعوا وقتهم الثمين. قم بالتنفس العميق
عدة مرات قبل البدء بالتمرين، فهذا يمنع التعب أو النعاس.
مع مرور الوقت، كل مريد سوف يجد بعض الحلول الآتية
لوحده. هذا التمرين الذي يهدف إلى التحكم بمجرى الأفكار
وجب ممارسته في الصباح وكذلك في الليل. بعد أن تبدأ
بمدة (5) دقائق للتمرين، وجب تمديد فترة التمرين دقيقة
واحدة كل يوم، وذلك لكي يسمح لسلسلة الأفكار أن تلاحق
ومن ثم التحكم بها دون أي تقطع أو انحراف لمدة (10)

دقائق على الأقل خلال مرور أسبوع من بدء التمرين.

لقد تم وضع هذه المدة للتمرين بحيث يتناسب الشخص العادي أو المتوسط. لكن إذا لم يكن كافياً بالنسبة إلى البعض فيمكنهم تمديده وفقاً ما يرونه مناسباً لهم. لكن في جميع الأحوال، من الأفضل أن يتقدم المريد بحرص وحذر، لأنه ما من فائدة في الاستعجال. النمو هو أمر شخصي لدى الناس، وإذا كان تقدمك بطيء فما من مشكلة في الأمر. عليك أن لا تنتقل إلى التمارين التالية قبل أن يكون التمرين الحالي تحت السيطرة بالكامل.

عند بدء التمرين، سوف يلاحظ المريد النبيه كيف أنه في البداية تتدفق الأفكار في ذهنه بسرعة بحيث يواجه صعوبة في تذكر الكثير من هذه الأفكار المتنوعة. لكن مع تكرار التمرين، من الأول إلى التالي وإلى التالي... وهكذا، سوف يلاحظ بأن الأفكار بدأت تنضبط وتصبح أقل عشوائية، وتعتدل رويداً رويداً، حتى في النهاية يلاحظ بأنه فقط القليل من الأفكار تظهر في ذهنه، وكأنها تأتي من مسافة بعيدة، ثم تذهب ليأتي غيرها، وهكذا.

وجب منح هذا العمل الهادف للتحكم بالأفكار انتباه شديد واهتمام كبير. إنه عمل مهم جداً للنمو التجاوزي، وهذه حقيقة سوف تكتشفها بنفسك في وقت لاحق.

تمرين

بعد أن تم ممارسة التمرين السابق بشكل متكرر وأصبح المريد قادر على تنفيذه بنجاح، سوف ننتقل إلى التدريب الحقيقي للمستوى الروحي. إلى الآن تعلمنا كيف نتحكم بأفكارنا. التمرين التالي يهدف إلى عدم السماح في ذهن لأي أفكار غير مرغوبة تتطفل بعناد وتفرض نفسها تلقائياً. مثلاً، وجب أن نستطيع عدم إشغال أنفسنا بهومنا اليومية في العمل أو العلاقات الشخصية بعد أن نعود إلى المنزل

حيث دائرة خصوصيتنا. كافة الأفكار التي لا تتعلق بخصوصيتنا وجب أن ننحيتها جانباً، علينا أن نحاول أن نصبح شخصية مختلفة تماماً وعلى الفور. وبطريقة معاكسة، علينا في مكان العمل أن نركّز كل اهتمامنا على العمل بحيث لا نسمح لها أن تشرّد بعيداً نحو المنزل أو العلاقات الخاصة أو أي مكان آخر. وجب ممارسة هذا الأمر بشكل متكرّر حتى تتحوّل مع الوقت إلى عادة. أكثر من ذلك كله، وجب على المريد أن يعود نفسه على إنجاز أي عمل يقوم به ويكون متمتعاً بوعي وانتباه كامل في ذلك العمل. هذا الأمر ينطبق على العمل الذي يقوم به في مكان عمله، أو أي عمل خاص آخر. مهما كان نوع العمل أو مدى تفاهته أو أهميته. وجب المحافظة على ممارسة هذا التمرين على مدى الحياة، لأنه يجعل العقل والفكر أكثر حدة، كما أنه يقوي شدة كل من الوعي والذاكرة.

تمرين

بعد أن احترّف هذا التمرين السابق بدرجة معينة، يمكن للمريد أن ينتقل إلى التمرين التالي. الغاية من هذا التمرين التالي هو التمسك بفكرة أو خاطر واحد وحيد في الذهن لأكبر وقت ممكن، وذلك مع قمع أي فكرة أو خاطر آخر يحاول فرض نفسه بالقوة على مسرح الذهن. لهذه الغاية، قم باختيار أي سلسلة أفكار أو خواطر أو صورة فكرية مناسبة لذوقك الشخصي. ارفض بقوة كافة الأفكار والخواطر الأخرى والتي ليس لها علاقة بالفكرة التي تتصوّرها في ذهنك. ربما في البداية يمكنك النجاح لثوان عدة فقط، لكنك سوف تتمكن من تنفيذ المهمة بنجاح لمدة دقائق. عليك أن تتمكن من التركيز بثبات على فكرة واحدة وحيدة لمدة (10) دقائق على الأقل.

تمرين

إذا نجحت في تنفيذ التمرين السابق بشكل متكرر دون أي هفوة أو خطأ، أصبح بإمكانك الآن الانتقال إلى التمرين

التالي. سوف نتعلم الآن كيف نخلق فراغ كامل في الذهن. استلقي بشكل مريح على السرير أو الأريكة، أو اجلس بشكل مريح على كرسي وقم بإرخاء كامل جسمك. أغمض عينيك. قم بما لديك من همة ونشاط ذهني باستبعاد أي فكرة أو خاطر يحاول الظهور في الذهن. وجب أن لا يحصل شيء إطلاقاً في ذهنك. وجب أن يسود فراغ فكري كامل. والآن حافظ على هذا الفراغ الفكري دون أن تستطرد أو تنسى نفسك. في البداية، سوف تتمكن من النجاح في هذه المهمة لمدة ثواني فقط، لكن من خلال التمرين المستمر والمتكرر سوف تتحسن حالتك كثيراً في هذا المضمار. سوف تتحقق الغاية من هذا التمرين إذا حافظت على فراغ الذهن لمدة (10) دقائق دون فقدان السيطرة على نفسك أو حتى النوم.

احتفظ بدفتر ملاحظات وقم بتدوين كل ما تختبره من نجاح وفشل وكذلك مدة التمارين بالإضافة إلى ملاحظات أخرى تتعلق بمعيقات أو عقبات أو غيرها. هذا الدفتر سوف يكون مفيداً، حيث تقوم بالاطلاع على مسار تقدمك خلال مسيرة التدريب الطويلة. كلما كنت دقيقاً في تسجيل الملاحظات زادت سهولة تنفيذ التمارين الباقية. حضر جدول عمل لليوم التالي أو الأسبوع التالي، وأهم من ذلك كله هو أن تنخرط في عملية انتقاد الذات. حاول استكشاف نفسك بصدق، لأن هذا له فائدة كبيرة لك.

قناة محبي الكتب على التليجرام

الخطوة [1] التدريب النفسي

الفحص والإصلاح الذاتي

جسم الإنسان (وكل كائن حي) يحوز على هالة بايومغناطيسية تتجلى بانبعاثات مختلفة، وهي ذاتها الطاقة الحيوية التي تحدث عنها المراجع الطبية والروحية والماورائية وأشارت إليها بأسماء مختلفة مثل المغناطيسية الحيوانية أو الطاقة الأودية أو حقل الطاقة الإنساني أو غيرها من أسماء. معظم المناهج التدريبية في المدارس الروحية تهدف إلى تنشيط هذه الطاقة الحيوية في الجسم لأسباب صحية وبيولوجية وروحية. وكما علمنا سابقاً، فإن شدة انبعاث هذه الهالة البايومغناطيسية تعتمد على استطاعة أو فعالية العناصر الأربعة في الجسم. كلما كان أداؤها متوازناً وسليماً كلما زادت شدة انبعاث الطاقة الحيوية.

بناء على هذه الحقيقة المهمة اتخذ المعلمون القدامى إجراءات مناسبة ممثلة بتمارين وسلوكيات محددة تعمل على موازنة العناصر الأربعة في كينونة المريد مما يؤدي في النهاية إلى تنشيط الطاقة الحيوية بشكل كبير، وذلك عبر المحافظة على توازن التركيبة النفسية والذهنية للفرد في حياته اليومية إذ تحتاج إلى تغيير كامل في طريقة التفكير وتغيير طريقة النظر إلى الأشياء، وهذا يتطلب فلسفة خاصة توجه الفرد نحو هذا المسار وتحثه على التغيير بقناعة تامة.

المهمة الأولى التي يتوكلها المريد هي معرفة نفسه. من هنا جاءت المقولة الفلسفية: "اعرف نفسك". كل منظومة فلسفية، مهما كان نوعها أو منهجها، تضع هذا الشرط الأساسي في المقام الأول. دون معرفة الذات سوف لن

يكون أي تقدم من أي نوع خلال مسيرة النمو التجاوزي. الطريقة المجدية التي وضعها القدماء في سبيل سبر الذات ومعرفتها تتمحور حول مفهوم العناصر الأربعة. على المرید أن يفحص نفسه بصدق لكي يجري التحول العقلي المناسب لتحقيق التوازن المطلوب في نفسه.

على المرید أن يبدأ التدريب النفسي من خلال ممارسة فعلية لفحص الذات أو معرفة الذات. حضر دفتر ملاحظات وأدخل فيه كافة الجوانب السيئة من نفسك. دفتر الملاحظات هذا هو لاستخدامك الشخصي فحسب، وبالتالي وجب أن لا يراه أحد. هو يمثل السجل الرقابي بالنسبة إليك.

على المرید النظر جيداً في مدى سيطرته على عاداته ونزواته وغرائزه وعيوبه وغيرها من سمات سيئة في كيانه. وجب عليه أن يكون صارماً مع نفسه ولا يتسامح أو يسعى إلى تبرير أي منها. على المرید أن يسبر نفسه بتأني وخلال جلسات تأمل عميقة. عليه العودة إلى الماضي وتذكر نفسه يخوض ظروف ومواقف متنوعة ويرى كيف تصرف وما هي الأخطاء التي ارتكبها وأين فشل. عليه تدوين الملاحظات حول كل العيوب التي أدت إلى ضعفه وفشله واقتترافه الأخطاء. وكلما ازداد اكتشافه لعيوبه مع مرور الوقت كان الأمر أفضل له. وجب أن لا يبقى شيئاً مخفياً ولا محجوباً، مهما كان سخيلاً أو تافهاً. عليه أن يسبر نفسه بالكامل، يفصلها تماماً من أي غبار أو رسوبيات. يعدّ هذا الإجراء من أهم الخطوات المتبوعة في المناهج التدريبية، رغم أن الكثير من المدارس الفلسفية أو الروحية تجاهلته بالكامل وهذا ما جعلها عاجزة عن تحقيق نتائج مجدية. هذا الإجراء ضروري جداً لتحقيق التوازن النفسي، حيث دون هذه الحالة الأخيرة لا يمكن حصول أي تطوّر من أي نوع.

لذلك على المرید أن يكرّس بعض الدقائق من الوقت لانتقاد الذات في الصباح وفي الليل. إذا سنحت لك فرصة بعض اللحظات وسط النهار قم ببعض التفكير في ذاتك،

ربما لا يزال يوجد بعض العيوب المخفية في مكان ما بداخلك، وإذا اكتشفتها قم بتسجيلها فوراً ولا تنسى أي منها. متى ما وجدت سيئة أو عيب معين لا تتوانى عن تسجيله على الفور.

إذا مرَّ أسبوع ولم تنجح في اكتشاف كامل عيوبك، أمضي الأسبوع التالي على هذه المهمة حتى تتمكن في النهاية من تشكيل قائمة كاملة. بعد أن تتمكن من تحقيق هذه المهمة خلال أسبوع أو اثنين، تكون قد توصلت إلى نقطة تنطلق من خلالها في تمرين آخر.

الأمر الذي يهمنا بخصوص هذا المنهج هو محاولة المريد تقسيم العيوب والنواقص التي يكتشفها في نفسه إلى أربعة أصناف، أي إدراجها في أربع خانات وكل منها منسوبة لأحد العناصر الأربعة. قد يصاب المريد بالإرباك خلال تصنيف هذه العيوب، حيث يحتار إلى أي عنصر ينسب عيب معين، لكنه سينجح مع مرور الوقت في العملية إذ بعد تقدمه في التعاليم النظرية المرافقة للعملية لم يعد يجد بعدها مشكلة في ذلك.

مثلاً، تحت عنوان عنصر النار يمكنه إدراج عيوب مثل: الكره، الغيرة، الانتقام، النزق، والغضب... إلى آخره. وتحت عنوان عنصر الهواء يدرج عيوب مثل: الطيش، الوقاحة، الإسراف، والثرثرة... إلى آخره. وتحت عنوان عنصر الماء يدرج عيوب مثل: اللامبالاة، الكسل، البرودة، الانقياد، الإهمال، الخجل، التقلب،... إلى آخره. وتحت عنوان عنصر التراب يدرج عيوب مثل: الكسل، عدم الإحساس، الكآبة، الشذوذ، البلادة... إلى آخره.

في الأسبوع التالي على المريد أن يتأمل في كل عنصر على حدة في جدول العناصر. ثم يقوم بتقسيم قائمة كل عنصر إلى ثلاثة مجموعات (أي تقسيم قائمة العنصر الواحد إلى ثلاثة أقسام). يقوم في المجموعة الأولى بإدخال العيوب الأكبر، خصوصاً تلك التي تؤثر عليه بشكل أقوى أو تحصل دائماً وفي كل فرصة. المجموعة الثانية تشمل العيوب التي تحصل بشكل أقل وهي أدنى في درجة

ظهورها. وفي المجموعة الثالثة يدخل تلك العيوب التي تحصل بين الحين والآخر. على المرید أن يقوم بنفس العمل مع العيوب التافهة وغير المهمة أيضاً. عليه العمل بهذا الجانب بهمة وحماس وفي كل الأوقات. الأمر يستحق هذا الجهد.

الآن جاء دور الخصائص الحسنة، وهذه أيضاً يتم توزيعها على أربع جداول منسوبة للعناصر. مع عدم تجاهل تقسيمها إلى مجموعات ثلاث. مثلاً، تحت عنوان عنصر النار يدرج ميزات مثل: النشاط، الحماس، الثبات، الشجاعة، والإقدام... إلى آخره. وتحت عنوان عنصر الهواء يدرج ميزات مثل: المثابرة، الاجتهاد، المرح، البراعة، الكرم، اللهفة، والتفاؤل... إلى آخره. وتحت عنوان عنصر الماء يدرج ميزات مثل: التواضع، الاحتشام، الزهد، صدق الشعور، شفقة، هدوء، رقة، وتسامح... إلى آخره. وتحت عنوان عنصر التراب يدرج ميزات مثل: الاحترام، التحمل، إخلاص في العمل، إتقان، رزانة، دقة المواعيد، ومسؤولية... إلى آخره.

القائمتين البيضاء والسوداء لسّمات النفس

بعد الانتهاء من سبر نفسه وتصنيف الخصائص السيئة والجيدة يصبح لديه لاثحتين: لائحة سوداء تحتوي السمات السيئة والأخرى بيضاء تحتوي السمات الجيدة. هاتين اللائحتين تمثلان مرأتين خفيتين للمرید، وبالتالي لا يحق لأحد الاطلاع عليهما غير صاحبهما. على صاحب هاتين اللائحتين أن يعمل عليهما باستمرار حتى يتوسع بمحتوياتهما ويجعلهما دقيقتان بأكبر قدر ممكن. إذا تذكر إحدى الصفات، السيئة أو الحسنة، خلال مسار تدريبه لاحقاً عليه العودة إلى هاتين اللائحتين ويضيف الصفة الجديدة في المكان الذي يناسبها في الجدول. هاتين اللائحتين، أو المرأتين، تساعدان المرید على التمييز بدقة أي من العناصر الأربعة هو المهيمن في اللائحة السوداء أو البيضاء. هذا التمييز هو ضروري لكي يحرز المرید حالة

توازن تجاوزي، والنمو المستقبلي يعتمد على هذه الحالة بشكل كبير. أما طريقة معالجة العيوب والسيئات فسوف أتناولها بالتفصيل لاحقاً.

قائمة محبي الخشب على الانترنت

الخطوة [1] التدريب الجسدي

1- الاهتمام بالجسد المادي

كما أكدت أكثر من مرة سابقاً، يجب أن تتوازي مسيرة إنماء الروح والنفس مع الجسد أيضاً. ويجب أن لا يتأخر أو يُهمل أي قسم من كيان المريد خلال مسيرة التدريب. منذ الصباح الباكر، بعد الصحوّة من النوم، عليك أن تفرك جسمك بواسطة فرشاة طرية حتى يتحوّل لون الجلد إلى لون أحمر فاتح. من خلال فعل ذلك، سوف تفتح المسامات الجلدية بحيث تستطيع حينها التنفس بحرية. بالإضافة إلى أن الكليتين لديك سوف تزيل عبء كبير عن كاهلها، لأن فتح المسامات تسمح بالمزيد من التعرّق.

بعدها قم بغسل الجسم بالكامل، أو القسم الأعلى على الأقل، مستخدماً ماء باردة، ثم تفرك جسمك مستخدماً منشفة خشنة حتى تشعر بالدفء. يمكن للأشخاص الحساسين أن يستخدموا ماء فاترة (معتدلة السخونة)، خصوصاً في فصل الشتاء. ويجب أن يتحوّل هذا الإجراء إلى روتين يومي بحيث يتم ممارسته على مدى العمر. هذه العملية منعشة جداً وتزيل التعب والإرهاق.

بالإضافة إلى ذلك، عليك ممارسة بعض التمارين الصباحية (التمارين السويدية مثلاً)، لبعض الدقائق على الأقل يومياً، وذلك لإبقاء الجسم مرناً. سوف لن أضع برنامج محدد لهذه الرياضة الصباحية ولا أحد نوع هذه الرياضة، لكن يمكنك اختيار الحركات الرياضية التي ترغبها والتي تناسب السن والجنس والحالة الجسدية. الأمر الأهم هو المحافظة على مرونة الجسم.

2- سرّ التنفّس

يجب منح التنفس اهتماماً واعتباراً كبيرين. في الحالة العادية كل مخلوق حي يقوم بالتنفس. لا يوجد حياة بالمطلق من دون تنفس. من الواضح أنه على المرید معرفة أكثر من كون التنفس هو عبارة عن استنشاق الأوكسجين والنيتروجين والتي تمتصهما الرئتين، ثم تزفرهما بصيغة ثاني أكسيد الكربون ونيتروجين. لا يمكن للرئتين الوجود دون عملية التنفس والغذاء. كل ما نحتاجه لكي نحيا، وما يحافظ على حياتنا، هو الفكر والتنفس والطعام، وهذه العملية هي رباعية القطبية، أي تشمل العناصر الأربعة زائد العنصر الخامس الذي هو العنصر الحيوي أو المبدأ الأثيري (أكاشا) كما شرحت سابقاً في موضوع العناصر. الهواء الذي نتنفسه لديه درجة من الكثافة أكثر رقة من الكثافة التي يحوزها الطعام. لكن وفقاً للقوانين الكونية، كلاهما يحوزان على نفس الطبيعة، وهي طبيعة رباعية الأقطاب وتخدم في إبقاء الجسد حياً.

بالعودة إلى عملية التنفس، نجد أن النيتروجين يمثل عنصر النار، والأوكسجين يمثل عنصر الهواء، والهيدروجين يمثل عنصر الماء، والكربون يمثل عنصر التراب. نلاحظ أن العنصر الهوائي (الأوكسجين) هو العنصر الوسيط في العملية، بينما العنصر الترابي (الكربون) هو الذي يربط بين الأوكسجين والنيتروجين. أما العنصر الخامس، أي العنصر الأثيري، فهو المبدأ السببي أو المبدأ الإلهي في التركيبة. أي كما هي الحالة على مستوى الطبيعة الكونية. من خلال التنفس الطبيعي أو اللاإرادي، يتم تزويد الجسم بالكمية الكافية من محتوى العناصر التي تساهم في المحافظة على بقاءه الطبيعي. هنا أيضاً يعتمد التزويد على مدى استهلاك محتوى العناصر. الأمر مختلف عن عملية التنفس الإرادي أو الواعي.

إذا زرعنا في الهواء الذي نتنفسه فكرة أو خاطر أو صورة ذهنية، إن كانت مجردة أو واقعية، فسوف ينطبع في هذا الهواء المبدأ السببي الذي ينقله إلى محتوى الهواء. هذا الهواء المُخَصَّب سوف يؤدي دوراً مزدوجاً عندما

يتنقل إلى الرئتين عبر الأوردة الدموية. في المقام الأول، الجزيئات المادية للعناصر سوف تساهم في المحافظة على الجسم. وفي المقام الثاني، السيولة الكهرومغناطيسية المشحونة بالفكرة أو الصورة المعنية سوف تقود الهواء الكهرومغناطيسي الملون بالفكرة المعنية من مجرى الدم عبر المصفوفة النفسية ثم إلى الجسم النفسي، ومن هناك إلى الكيان الروحي الخالد عبر المصفوفة الروحية (العقلية).

هذه هي الآلية التي يكشفها "سر التنفس" في أدبيات التعاليم التجاوزية. الكثير من الأنظمة الدينية تستخدم عملية التنفس الإرادي لغايات بناءة، كما هي الحال مع منظومة هاثا يوغا، لكنها في الحقيقة لا تعرف الطريقة الصحيحة لإجراء هذه العملية. الكثير من الممارسين في هذه المنظومة عانوا من أضرار خطيرة في صحتهم، وذلك بسبب تمارين التنفس الشاقة والمبالغ بها والتي تفرضها تلك المنظومة التدريبية. خصوصاً عند ممارستها بشكل مستقل، أي في غياب إرشادات معلم متخصص (غورو). في معظم الحالات، كان يتم إغراء القارئ غير الخبير بممارسة تلك التمارين الشاقة، لأنها تؤدي إلى الحياة السريعة على القدرات الخارقة. لكن هذه الوعود هي واهية، حيث يوجد شروط كثيرة غائبة تماماً في ذلك المنهج التدريبي والتي يجب أن تحضر قبل الحصول على نتائج مجدية. إن قارئ هذا الكتاب الذي بين يديه الآن، سوف يتمكن من تحقيق الكثير من النتائج المجدية، لأن هذا الكتاب يتبع منظومة تدريب أصيلة وتعود إلى ذلك الزمن المجيد الذي سادت فيه المدارس المهيبة والرائعة التي تعرف ماذا تفعل ولماذا تفعل ما تفعله، وما الغاية النهائية لما تفعله. سوف يجد القارئ في هذا الكتاب كل ما يلزم ليساعده إلى التوصل للنهاية المرجوة بأمان وسلام. المهم أن يلتزم بالتمارين المشروحة وبالتدريج، خطوة خطوة.

أصبح واضحاً في النهاية أنه ليس كمية الهواء

المستنشق هي الأهم، بل جودة هذا الهواء والتي تحددها الفكرة أو الصورة الذهنية المزروعة في محتوى هذا الهواء. بالتالي ليس ضرورياً، ولا ينصح به، ضخ الرئتين بالهواء حتى تمتلآن كلياً، حيث هذا العمل يحملهما عبء إضافي وغير ضروري. عليك بالتالي ممارسة تمرين التنفس ببطء وهدوء، دون أي تسرع أو عجلة.

التمرين

اجلس مرتاحاً ومسترخياً، ارخي كامل الجسم، وتنفس من خلال الأنف. تخيل بأنه مع الهواء الذي تستنشقه، يتجلى الصلة الجيدة والهدوء والاطمئنان والنجاح.. وكل شيء آخر تتمناه وتبتغيه، سوف يدخل مع الهواء إلى جسمك عبر الرئتين والدم. ويجب أن تكون الصورة الذهنية للفكرة التي تبتغيها واضحة جداً وقوية جداً لدرجة أن الهواء الذي تخصبه بالفكرة المرجوة يصبح مشبعاً بشدة بالفكرة لدرجة أن ما تتمناه أصبح حقيقة واقعية. ويجب أن لا يكون لديك أي شك بمصادقية أو واقعية ما تفعله. لكي نتجنب الإحباط، يكفي أن نبدأ التمرين بالقيام بـ(7) استنشاقات في الصباح و(7) أخرى في الليل قبل النوم. بعدها، قم بزيادة عدد الاستنشاقات تدريجياً بحيث تزيد استنشاقاً واحدة في كل مرة. لا تستعجل أو تبالغ في ممارسة التمرين، كل شيء بحاجة إلى وقت حتى ينضج ويستوي. لا تنتقل إلى تخيل فكرة جديدة كل مرة أو كل عدة مرات. استمر في التركيز على فكرة واحدة حتى تتحقق. إذا كان المرید موهوب بقدرات فطرية من المستوى العالي، يمكن للنجاح أن يتجلى بسرعة، ربما بعد أسبوع، لكن كل هذا يعتمد على درجة الخيال والقابلية والجدارة. البعض الآخر ربما يحتاج إلى أسابيع عديدة أو حتى شهور قبل تحقيق الفكرة المرجوة. لأن نوعية الفكرة المرغوبة تؤدي دوراً مهماً في العملية. لذلك من الأفضل عدم اختيار آمنيات أنانية وغير منطقية. يُفضل الالتزام بمستوى الأمنيات المذكورة سابقاً، مثل

السلام والصحة والأمان والنجاح. بعد زيادة عدد الاستنشاقات للهواء مع مرور الوقت، يُنصح بأن لا تجعل مدتها في النهاية تزيد على نصف ساعة. المدة الأفضل لهذا التمرين هي (10) دقائق، لأنها كافية ومناسبة لك.

3- تناول الوعي للطعام

ما شرحته سابقاً بخصوص التنفّس ينطبق بنفس الطريقة على تناول الغذاء. هنا أيضاً تجري عملية العناصر كما في حالة تنشق الهواء، لكن في هذا الحالة يكون تأثير العناصر أقوى وأكثر مادية. الرغبات المطبوعة في الغذاء لها تأثير كبير على المستوى المادي، حيث تكون معرضة للانبعاثات الأكثر مادية للعناصر. لذلك على المريد أن يولي هذا الجانب اعتبار كبير إذا أراد تحقيق أي شيء بخصوص جسده أو رغبات مادية أخرى.

اجلس أمام طبق الطعام الذي تريد أكله، وبالتخيّل الأكثر شدة ممكنة، ركّز على الرغبة التي اخترتها وكأنها متجسدة فعلياً في الطعام ويكون تأثيرها قوياً كما لو أنها حصلت فعلاً. إذا كنت وحيداً، بحيث لن يقاطعك أحد أو يشاهدك أحد، مد يديك فوق الطعام بطريقة المباركة خلال تصوّر رغبتك. إذا لم تتوفر لك هذه الفرصة، قم على الأقل بطبع رغبتك على الطعام الذي تتناوله. ثم ابدأ بتناول الطعام ببطء وبوعي كامل، مع القناعة فعلية بأن رغبتك تدخل مع الطعام إلى جسمك ومن ثم تتسرّب إلى أدق الشرايين والشعيرات العصبية. يجب أن يُعتبر تناول الطعام دائماً عملاً مقدّساً بالنسبة إليك. لا يُنصح بتناول الطعام بسرعة، فهذا ما يفرضه دستور المجال التجاوزي الذي ينخرط فيه المريد. كافة أنواع الطعام والشراب هي مناسبة لعملية طبع الرغبات. لكن بشرط أن يتم تناول الطعام والشراب المصبوغ بالرغبة كاملاً دون ترك بقايا منها. حاول في البداية أن تبقي الرغبات المطبوعة في الطعام متعلقة فقط بالأمور الصحية والسلام الداخلي. لا تبالغ في الرغبات التي تنشدها.

الأمر الأهم الذي يجب الالتزام به هو عدم القراءة أو مشاهدة التلفاز أو سماع الراديو خلال تناول الطعام. لسوء الحظ، معظم سكان العالم أصبحوا منخرطين في هذه العادة. حتى إقامة حوار أو نقاش خلال تناول الطعام هو غير مستحب وفقاً للشرعية التجاوزية. ويجب على الفرد أن يأكل مع التركيز فقط على ما يرغبه، حيث ينطبع في الطعام الذي يتناوله. مع الملاحظة أنه لا يجوز ربط الرغبة المرجوة مع رغبة أخرى بنفس الوقت. مثلاً، إذا كنت تنشد الصحة في رغبتك خلال تخصيص الهواء الذي تتنفسه، عليك أن لا تنشد شيء آخر، كالنجاح مثلاً، خلال طبع رغبتك في الطعام الذي تتناوله. إنه من الملائم والمفيد أن توحد رغبتك في كل من عملية التنفس وتناول الطعام، وذلك لتجنب حصول أي تناقض في الذبذبات أو الانبعاثات الحاصلة في جسمك. تذكر المثل الشهير: "الذي يلاحق أرنبين بنفس الوقت لن يصطاد أي منهما".

4- سحر الماء

يحتل الماء أهم جانب في حياتنا اليومية والعامة، هو ضروري للشراب وتحضير الطعام والغسيل والأعمال الصناعية وغيرها من استخدامات لا محدودة. لكن له أهمية كبيرة أيضاً في مجال تنميتنا التجاوزية، حيث العنصر المائي قد يثبت بأنه عامل عظيم. كما ذكرت سابقاً، عنصر الماء يحكم القوة الجاذبة، وهذه الخاصية بالذات هي التي سوف نستثمرها في عملية تطوير ملكاتنا. كافة الكتب التي تتناول موضوع المغناطيسية الحيوانية أو انبعاثات طاقة الأود od، وغيرها من مواضيع مشابهة، أشارت إلى حقيقة أن الماء قابل للمغنطة أو "الأوددة" od-ized، لكن المشكلة مع جميع تلك الكتب هي أن معلوماتها قليلة وغير كافية حول كيفية تضخيم هذه الخاصية للماء واستخدامها بطريقة مختلفة تماماً. ليس فقط الماء، بل جميع أنواع السوائل لديها خاصية الجذب، مهما كانت التأثيرات التي تجذبها وتحفظها، جيدة أو سيئة. بالتالي

يمكننا اعتبار عنصر الماء، خصوصاً النوع المتجلي مادياً، بأنه نوع من المراكز، أي يمكنه تخزين الطاقات المختلفة كما تفعل البطارية. كلما كانت درجة حرارة الماء أكثر برودة كلما زادت استطاعتها الاستيعابية. وتكون أكثر تجاوباً عندما تكون في درجة حرارة [C 4]. كلما زادت حرارة الماء تتناقص تدريجياً قدرتها الاستيعابية. وعندما تصبح درجة حرارتها [C 37-36] تصبح غير قابلة للمغنطة الحيوية أو تخزين المعلومات.

لكن ما يهمنا يتعلق بخاصية القوة الجاذبة وقيمتها العملية بخصوص المغناطيسية التي تنتج من تفاعل العناصر وهذه حقيقة لا يمكن إنكارها. إن عملية تخصيب الرغبة (عبر مبدأ "أكاشا" الحاضر في كل مادة وبالتالي هو حاضر في الماء) يمكن أن تتم في أي شيء وفي أي درجة حرارة مهما كانت. إن قطعة خبز أو حساء ساخن أو فنجان قهوة أو شاي، يمكن شحنها تجاورياً. لكن هذا الشحن لا يعتمد على الاستطاعة التخزينية لعنصر الماء بل يحصل عبر المستوى السببي للقوة الخامسة للعناصر. إنه لأمر مهم جداً الانتباه لهذا الفرق لكي نتجنب الأخطاء. مثلاً، إنه مستحيل مغنطة طبق من الحساء لأن القوة التخزينية لعنصر الماء قد ضعفت بسبب ارتفاع الحرارة. لكن يمكن تخصيب الحساء بنفس الرغبة عبر المستوى السببي للقوة الخامسة للعناصر.

دعونا الآن نتناول سحر الماء من الجانب العملي. في كل مرة تغسل فيها يديك، فكر بشدة أنه عبر عملية الغسيل، أنت لا تزيل الأوساخ عن جسمك، بل تزيل أيضاً الرجس وعدم الطهارة من النفس لديك. تصوّر بأن الفشل والمشاكل والإحباط والمرض وغيرها بأنها تنجلي عنك مع الماء خلال عملية الغسيل. افعل الأمر نفسه عند الاستحمام، تصوّر بأن العيوب المذكورة سابقاً تنجلي عنك وتجري بعيداً مع الماء. يمكنك أيضاً تغطيس يديك في ماء باردة لفترة قصيرة، ثم تركّز على القوة المغناطيسية/النفسية وهي تسحب كل العيوب والسيئات من جسمك ومن نفسك. حافظ على

قناعتك الكاملة بأن كامل السيئات والعيوب تنجرف منك نحو الماء. سوف تتفاجأ من النجاح الذي تحصده خلال وقت قصير بعد إجراء هذا التمرين البسيط إذا عرفت كيف تمارسه بشكل صحيح. الماء الذي أجريت عليه هكذا تمارين يجب التخلص منه فوراً. هذا التمرين له تأثير هائل إذا أجريته وأنت تغطس في وادي أو نهر جاري، حيث يكون كامل الجسم (ما عدا الرأس) مغمور تحت الماء.

يمكنك ممارسة هذا التمرين بطريقة أخرى. يمكنك مغنطة الماء الذي سوف تستخدمه، أو تخصيصه بالرغبة المرجوة، بينما لا يزال الماء في الطشت. حاول المحافظة على قناعة تامة وشديدة بأنه عبر الغسيل بهذا الماء سوف تنتقل القوة المخزنة فيه إلى جسمك ومن ثم تتجلى الرغبة المرجوة. بالنسبة إلى المريعات الإناث، يوجد طريقة ثالثة لممارسة هذا التمرين. يمكنهن تركيز مغنطتهن على فكرة أن الماء يجعل الوجه والجلد يبدوان أصغر سناً وأكثر مرونة وأكثر جاذبية. لذلك يُنصح بأن لا يُغسل الوجه بالطريقة العادية، بل تغطيسه بالكامل في الماء المشحونة لثوان معدودة. ويجب تكرار عملية التغطيس (7) مرات على الأقل في كل مرة.

يوجد فرصة أخرى جيدة بالنسبة للمريد والتي يجب عدم تجاهلها. أقصد هنا عملية غسيل العين. يقوم المريد في الصباح بتغطيس وجهه في ماء تم غليه في اليوم السابق وموضوع في طشت صغير، وبعد تغطيس وجهه يقوم بفتح عينيه داخل الماء. بعد فتح عينيه يقوم بتحريك البؤبؤ يميناً وشمالاً وإلى فوق وتحت. ويجب أن يكون عدد الغطسات (7) في كل مرة. في البداية سوف يصاب بحالة تحسس ويعاني من وخز خفيف في عينيه، لكن هذه الحالة سوف تزول مع تكرار العملية إذ تتأقلم العينان مع التمرين لاحقاً وتكسب مناعة. لا تنسى أن تمغنط الماء الذي سوف تستخدمه لهذه الغاية، ومن ثم تخصيصه بالرغبة التي ترجوها. في الحقيقة فإن هذا التمرين هو مفيد جداً للأشخاص الذين يتدربون على

الاستبصار، حيث تطوّر هذه العملية القدرة الاستبصارية بشكل كبير، خصوصاً إذا قمت بتخصيب الماء بهذه الرغبة تحديداً.

قناة محبي الخشب على التليجرام

الخطوة [2] التدريب الروحي

في الخطوة الأولى من التدريب الروحي، تعلّمنا كيف نسيطر على أفكارنا والتحكم بها. دعونا الآن نتعلّم كيف نرفع من شدة التركيز الفكري من أجل تنشيط قوة الإرادة وكذلك تنمية وتقوية الوعي الديناميكي لدينا.

ضع بعض الأشياء أمامك، مثل سكين وقارورة وعلبة كبريت وقلم، ثم ثبّت عينيك على هذه الأشياء لبعض الوقت. حاول أن تتذكر أشكالها وألوانها بالضبط. ثم أغمض عينيك وحاول أن تتصوّر أحد هذه الأشياء بشكل واضح في مخيلتك، وكأنه يمثل واقع حقيقي. إذا اختفى هذا الشيء من مخيلتك خلال تصوّره حاول أن تسترجعه مرة أخرى إلى مخيلتك. في البداية سوف تنجح في هذه التجربة لمدة لا تتعدى ثواني، لكن مع الممارسة المستمرة سوف يظهر الشيء بشكل أوضح في المخيلة وسوف يطول بقاءه ويقل اختفائه من مسرح المخيلة. لا تستسلم للإحباط إذا تكرر الفشل لفترة طويلة، وإذا شعرت بالتعب ما عليك سوى تحويل انتباهك إلى شيء آخر أمامك ومارس هذا التمرين عليه. في البداية حاول أن لا تتجاوز مدة التمرين (10) دقائق، لكن بعد فترة يمكنك تمديد فترة التمرين تدريجياً حتى تصل المدة (30) دقيقة. يمكن اعتبار غاية التمرين تحققت عندما تصبح قادراً على تصوّر أحد الأشياء في خيالك بشكل واضح لمدة (5) دقائق دون أي تشويش أو تعطيل.

إذا نجحت في ممارسة التمرين السابق بشكل سليم، سوف تحاول الآن أن تتصوّر الشيء المعني لكن بعيون مفتوحة. يجب أن تتصوّر الشيء وهو معلق في الهواء ومائل أمامك بشكل واضح وجلي وكأنه حقيقي. وجب

عدم رؤية أو ملاحظة شيء آخر باستثناء الشيء الذي تتصوره وأنت مفتوح العينين. إذا نجحت في تصور الشيء معلق بوضوح في الهواء أمام ناظريك ولمدة (5) دقائق دون أي تعطيل أو تشويش، تكون قد حققت الغاية من هذا التمرين بنجاح.

بعد تمرين التركيز البصري، دعونا الآن ننتقل إلى ممارسة تمرين التركيز السماعي. في البداية، يجب أن يؤدي الخيال الخلاق دوراً معيناً. مثلاً، يستحيل علينا القول: "تخيل تكتكة الساعة"، أو شيء آخر من هذا القبيل، لأن مفهوم التخيل يشمل عموماً عرض تصويري، وهذا لا يتناسب مع التمرين السماعي. لكن من أجل فهم أفضل للموضوع علينا القول: "تخيل أنك تسمع تكتكة الساعة". بالتالي علينا استخدام هذا التعبير الأخير. الآن تصور أنك تسمع تكتكة ساعة معلقة على الجدار. سوف تنجح في ذلك بالبداية لكن لمدة ثوان معدودة، كما هي الحالة مع التمارين السابقة. لكن إصرارك المستمر في تكرار هذا التمرين سوف تتمكن من سماع صوت التكتكة بشكل أفضل وأفضل مع مرور الأيام، ودون أي عقبات أو معيقات. بعدها، حاول أن تستمع في مخيلتك إلى تكتكة ساعة يد، أو مجموعة أجراس صغيرة وتكون مختلفة الأصوات. يمكنك أيضاً ممارسة هذا التمرين على أصوات مختلفة أخرى، مثل صوت ناقوس (طبق نحاسي كبير) أو صوت مطرقة، أو صوت خربشة، أو خرفشة أو قصف الرعد أو صلصلة (خشخشة) أو هبوب الريح، أو أنغام آلة كمان أو بيانو أو غيرهما من آلات موسيقية. عندما تمارس هذا النوع من التمارين، حاول جاهداً أن تبقى ضمن حدود التركيز السماعي دون السماح لظهور أي صورة ذهنية من أي نوع، هذه نقطة مهمة ويجب الالتزام بها. إذا ظهرت صورة ذهنية في مخيلتك، قم بإزالتها فوراً. رنة الجرس التي تتصور أنك تسمعها، يجب أن لا تستنهض أي صورة ذهنية للجرس. يمكن اعتبار هذا التمرين مكتمل وناجح فقط بعدما تتمكن من المحافظة على التخيل الصوتي لمدة (5)

دقائق.

بعد التمرين السماعي سوف ننتقل إلى التمرين الحسي. حاول أن تستنهض شعور بالبرد أو الدفء أو الجاذبية أو الخفة أو الجوع أو العطش أو التعب أو غيرها. حاول أن تبقى على هذا الإحساس لمدة (5) دقائق على الأقل، دون استنهاض أي صورة ذهنية أو تخيل سماعي من أي نوع. إذا اكتسبت قدرة التركيز إلى درجة تمكنك من خلق شعور اخترته، ومن ثم حافظت عليه في مخيلتك طوال المدة المذكورة سابقاً، تكون قد نجحت في اختبار هذا التمرين وتصبح مخول للانتقال إلى التمرين التالي.

دعونا الآن نتناول تمرين التركيز على حاسة الشم. تخيل بأنك تقوم بشم رائحة مجموعة ورود متنوعة مثل الورد والليلك والبنفسج وغيرها من ورود، ثم قم بالثبات على هذا التخيل دون السماح أي صورة ذهنية تظهر تلك الورد. حاول ممارسة هذا التمرين مستخدماً روائح كريهة من أنواع مختلفة. استمر في ممارسة هذا التمرين التركيزي حتى تصبح قادراً على تخيل أي رائحة وتحافظ على تخيلها لمدة (5) دقائق. بعدها انتقل إلى التمرين التالي.

التمرين الأخير في هذا الفصل يتعلق بالتركيز على حاسة الذوق. دون التفكير بأي طعام أو شراب أو تصور أي منها ذهنياً، عليك التركيز على الطعم فحسب. اختر في تمرينك الأول مذاق قوي مثل طعم حلو أو مر أو مالح أو حامض. بعدها يمكنك أن تنتقل إلى مذاق البهارات المختلفة مثلاً. إذا نجحت في خلق إحساس بأي من المذاقات السابقة وحافظت عليه لمدة (5) دقائق، تكون الغاية من التمرين قد تحققت.

قد يواجه بعض المتدربين خلال ممارسة هذه التمارين مشاكل صغيرة أو كبيرة حسب الحالة. هذا يعني أن الوظيفة الدماغية المتعلقة بالحواس المعني قد تعرضت للإهمال وعدم الاستخدام لفترة طويلة مما أعاق نموها. لكن هذه ليست مشكلة كبيرة بل فقط تحتاج للمزيد من

الوقت في ممارسة التمرين المتعلق بالحاسة المعنية وبعدها تزول المشكلة. معظم الأنظمة التدريبية الأخرى تهتم فقط بحاسة أو اثنين أو ثلاثة حواس بالحد الأقصى. لكن هذه طريقة خاطئة للتدريب، حيث ممارسة تمارين التركيز باستخدام الحواس الخمسة بالكامل سوف تساعد على تقوية الجانب العقلي (الوعي الديناميكي) وكذلك تنشيط الإرادة، بالإضافة إلى أنك لا تتعلم فقط كيف تتحكم بكامل الحواس، بل أيضاً تنميتها إلى حد الكمال. يجب أن تكون حواس المريد نامية تماماً وبشكل متوازي مع بعضها، بالإضافة إلى أنه قادر على التحكم بها جميعاً. هذه التمارين هي ذات أهمية كبرى بالنسبة إلى النمو التجاوزي، وبالتالي يجب عدم إهمالها أو تجاهلها.

قناة محبي الكتب على التليجرام

الخطوة [2] التدريب النفسي

في الخطوة الأولى من التدريب النفسي، تعلم المريد كيف يمارس عملية الفحص الذاتي. لا بد من أنه قام الآن بتسجيل خصائصه الجيدة والسيئة، المندرجة وفق العناصر الأربعة، وقام بتقسيمها إلى ثلاثة مجموعات كما أسلفت شرحه في فصل الخطوة الأولى للتدريب النفسي. بهذه الطريقة يكون قد صنع مرأتين نفسييتين، الأولى بيضاء (جيدة)، والثانية سوداء (سيئة). هاتين المرأتين النفسييتين تمثلان شخصيته النفسية الخاصة. علينا الآن أن نكتشف في هذه السجلات أي من قوى العناصر هي السائدة بداخله في جانبيه الجيد والسيئ، ثم نحاول بعدها إنشاء حالة توازن بين قوى العناصر مهما كانت الحالة. في غياب حالة التوازن هذه في الجسم النفسي، لن يكون هناك أي تقدم أو نمو تجاوزي لدى المريد. بالتالي علينا في هذه الخطوة الحالية إنشاء حالة توازن نفسي. إذا كان المريد يحوز على كمية كافية من قوة الإرادة، سوف ينجح في السيطرة على انفعالاته أو سلبياته التي لها التأثير الأكبر عليه. لكن إذا كانت إرادته غير قوية بشكل كافٍ، يمكنه أن يبدأ من الجانب المعاكس، أي من خلال العمل على موازنة النواقص الصغيرة، ثم ينتقل إلى مصارعة النواقص الأقوى شيئاً فشيئاً حتى يخضعها أخيراً إلى سيطرته. تم توفير ثلاثة إمكانيات للمريد لتساعده في السيطرة على انفعالاته ونواقصه المختلفة:

1- الاستخدام المنهجي للإيحاء الذاتي.

2- تحويل الانفعالات إلى خصائص معاكسة، وذلك من خلال الإيحاء الذاتي أو عبر التأمل المتكرر في التأكيد المستمر على الخصائص الجيدة.

3- الانتباه الدائم وقوة الإرادة. من خلال استخدام هذه الطريقة، عليك أن لا تسمح بأي فورة أو هيجان أو تكشف لأي انفعال سلبي، حيث تقوم بمصارعته وقمعه في مكانه. هذه الطريقة هي الأصعب وهي تناسب الأشخاص الذين يملكون إرادة قوية، أو إصرار قوي على محاربة انفعالاتهم.

إذا كان يتوفر لدى المرید وقت كافٍ ويتمنى أن يتقدم في هذا المجال بأسرع ما يمكن، يمكنه أن يستخدم كامل الطرق الثلاثة المذكورة سابقاً. والوسيلة المثمرة أكثر هي أن يوجه كافة الطرق الأخرى المذكورة في الكتاب والتي يستخدمها نحو غاية واحدة، مثل طريقة التناول الواعي للطعام، وسحر الماء، ... وهكذا. حينها لن يكون النجاح بعيداً عن المرید.

الغاية النهائية من هذه الخطوة هي موازنة العناصر الأربعة في النفس. بالتالي على المرید أن يحاول بسرعة وبإصرار أن يتخلص من تلك الانفعالات التي تعيقه بشكل كبير عن النجاح في العمل التجاوزي. مهما كانت الظروف، عليه أن لا ينتقل إلى التمارين التالية قبل أن ينجح بالكامل في موازنة العناصر في نفسه. إن عملية تحسين الشخصية وتهذيبها هي مهمة جداً، وبالتالي يجب أن تجري دائماً، قبل وخلال وبعد هذه الدورة التدريبية بكاملها. لكن هنا في هذه المرحلة المبكرة من الدورة التدريبية، فإن إزالة الخصائص السلبية تعتبر عملية أساسية، لأنها تعمل على إعاقة عملية النمو الجارية بداخلنا مع تقدّمنا في مسار التدريب.

قناة محبي الكتب على التليجرام

الخطوة [2] التدريب الجسدي

الفروض التي أعطيت للمريد في الخطوة الأولى من التدريب الجسدي يجب أن يستمر في تنفيذها وأن تصبح واجبات يومية أو حتى عادة يومية دائمة. فروض مثل الغسيل بماء باردة، وفرك الجسم بقطعة قماش خشنة، والتمارين الرياضية الصباحية، وسحر الماء، والتنفس الواعي،.. إلى آخره. أما الخطوة الثانية من التدريب الجسدي، فتفرض علينا إجراء تغيير في ممارسة تمرين التنفس. في الخطوة الماضية، تعلمنا كيف نتنفس بوعي وننقل الرغبة المرجوة مع الهواء المستنشق إلى مجرى الدم عبر الرئتين. في هذه الفقرة سوف أوصف عملية التنفس الواعي عبر المسامات الجلدية.

الجلد لدينا له وظيفة مزدوجة، التنفس والإفراز، بالتالي يمكننا اعتبار الجلد قسم مكمل للرئتين وكذلك قسم مكمل للكليتين في الجسم. لا بد من أن الجميع أصبح يستوعب الآن ما هو السبب المهم الذي جعلني أوصي بعملية فرك الجلد وغسله بماء باردة وغيرها من أعمال مذكورة في الخطوة الأولى من التدريب الجسدي. أولاً، تلك الأعمال المذكورة سابقاً تهدف إلى إعفاء الرئتين بالكامل والكليتين جزئياً. وثانياً، تحفيز المسامات الجلدية لتصبح أكثر نشاطاً. لا أعتقد أنه من الضروري تفسير مدى الفائدة التي نكتسبها بالنسبة إلى الصحة. لكن من وجهة نظر تجاوزية، فإن التنفس الواعي عبر المسامات يعتبر ذو أهمية كبرى بالنسبة لنا، وبالتالي علينا أن ننتقل فوراً إلى ممارسة التمرين المتعلق به.

اجلس مرتاحاً ومسترخياً على الكرسي، أو استلقي على الأريكة أو الأرض، وقم بإرخاء كامل عضلاتك. حاول أن تشعر وتفكر بأنه، مع كل شهيق للهواء، ليس فقط الرئتين تفعّلان ذلك، بل كامل الجسد أيضاً. كن على قناعة تامة بأنه، بالترافق مع الرئتين، كل مسامة من مسامات الجلد تتلقى القوة الحيوية وتنقلها إلى داخل الجسم. عليك أن تشعر بأنك عبارة عن إسفنجة جافة والتي، عندما يتم تغطيسها في الماء، تمتص الماء بنهم (كما في الشكل التالي). عليك أن تشعر بنفس الطريقة عندما تشهق الهواء خلال التنفّس عبر مسامات الجلد. بهذه الطريقة سوف تمرّ القوة الحيوية من المبدأ الأثيري المحيط بك إلى داخلك. وفقاً لطبيعة شخصيته، كل فرد سوف يشعر بهذا الدخول للقوة الحيوية عبر مساماته الجلدية بطريقة مختلفة.



تصوّر وكأن جسمك عبارة عن إسفنجة جافة والتي عندما يتم تغطيسها في الماء تمتصه بنهم. هكذا يفعل الجسم عند امتصاصه للهواء المحيط خلال عملية التنفّس عبر المسامات الجلدية.

بعد فترة من الوقت وعبر تكرار التمرين باستمرار، وتكون قد احترفت عملية التنفس عبر الرئتين والمسامات الجلدية معاً، قم بدمج عملية التنفس هذه بتمرين تنفس الرغبات والموصوف سابقاً، أي تنفس الصحة والنجاح والسلام أو غيرها من مواضيع أخرى تختارها. حينها سوف تعبر عن الرغبات والأمنيات ليس فقط عبر الرئتين ومجرى الدم، بل عبر مسامات كامل الجسم.

إذا أحرزت درجة معينة من الاحتراف في ممارسة هذا التمرين السابق، يمكنك أن تؤثر أيضاً على عملية الزفير في عملية التنفس، وذلك من خلال التصور بأنه، من خلال كل زفير للهواء خارجاً، أنت تتخلص من القطب المعاكس للرجبة التي تبتغيها، أي أنك تطرد من داخلك أشياء مثل الضعف والوهن وال فشل والمشاكل وغيرها. إذا نجحت في تمرين الشهيق والزفير عبر الرئتين وكذلك عبر المسامات الجلدية لكامل الجسم، يكون هذا التمرين قد حقق غايته وأصبحت حاضراً للانتقال للتمرين التالي.



زفير الهواء خارجاً خلال عملية التنفس عبر المسامات الجلدية.

التمرين

التمرين التالي يتعلّق بموضوع السيطرة على الجسم.

الأمر يتطلب حرفة كبيرة أن تجلس ساكناً ومرتاحاً لفترة طويلة، وبالتالي من الضروري أن نتعلم كيف نفعل ذلك. اجلس على كرسي، بطريقة تجعل العمود الفقري لديك يبقى مستقيماً. في البداية، مسموح لك أن تسند ظهرك إلى الوركاء على مسند الكرسي. اجعل القدمين ملتصقتين ودعهما يشكلان زاوية قائمة مع الركبتين. اجلس مسترخياً، دون استثارة أي من العضلات، وكلا اليدين مرتاحتين على الفخذين. قم بتوقيت ساعة المنبه بحيث يطلق الصوت بعد (5) دقائق. والآن أغمض عينيك وراقب جسمك بالحس والشعور. في البداية سوف تلاحظ بأن العضلات أصبحت تتلمل نتيجة الاستثارة العصبية. أجبر نفسك، بقدر ما تستطيع، على المواظبة في الجلوس ساكناً بنفس الوضعية. مهما بدى هذا التمرين سهلاً، إلا أنه في الحقيقة صعب التنفيذ العملي بالنسبة إلى المبتدئ. إذا نزحت الركبتين الملتصقتين إلى الانفصال عن بعضهما بشكل مستمر، قم بربطهما بخيط كحل للمسألة. إذا استطعت أن تحافظ على هذه الوضعية دون تأرجح أو اهتزاز أو تحرك من أي نوع، ولمدة (5) دقائق، قم بزيادة مدة الجلسة التالية دقيقة واحدة، واستمر في زيادة دقيقة إضافية في كل جلسة تالية حتى تصل المدة إلى (30) دقيقة. إذا أصبح بإمكانك أن تجلس ساكناً دون حراك لمدة (30) دقيقة تكون الغاية من هذا التمرين قد تحققت. عندما تصل إلى هذه النقطة الأخيرة سوف تصرّح بأنه ما من وضعية أفضل من هذه الوضعية لراحة الجسم واسترخاءه.

إذا رغب أحدهم في استخدام هذا النوع من التمارين المتعلقة بقوة التحمل الجسدي لهدف تنمية قوة الإرادة، يمكنه صياغة عدد متنوع من الوضعيات الجسدية وفقاً لاختياره الخاص، بشرط أن يوفر شرط الجلوس مرتاحاً ومسترخي دون أي معيقات لمدة ساعة كاملة. أتباع منظومة اليوغا الهندية يوصفون وضعيات جسدية كثيرة (يسمونها أسانا Asana) ويزعمون أن الفرد سوف يكسب

العديد من القوى الخفية من خلال اتقان تلك الوضعيات. أنا شخصياً لا أعتقد بأن الوضعيات وحدها يمكنها أن تمنح الفرد قوى خفية، بل ربما قوة الإرادة والتصميم والإصرار التي ينميها الفرد من هذه التمارين قد تؤدي دوراً رئيسياً. بالعودة إلى موضوعنا الرئيسي، نحن في هذا المنهج التدريبي الحالي نحتاج إلى وضعية واحدة فقط، مهما كانت هذه الوضعية، والوضعية الأسهل والأكثر بساطة هي تلك التي وصفناها سابقاً. الهدف منها هو إراحة الجسم وتنشيط قوة الإرادة. النقطة الرئيسية هي تلبية حاجة كل من الروح والنفس لفعل جسدي ثابت وهادئ ومريح. وهذه مسألة سوف نناقشها لاحقاً مع تقدّمنا في التمارين. بالنسبة للمريدين الذين شعروا بالتعب، عقلياً وجسدياً، خلال ممارسة التمارين التابعة للخطوة الأولى والثانية، وكانوا يغطون في النوم بشكل مستمر خلال تمارين التركيز والتأمل، سوف يمارسونها بشكل أفضل إذا اتخذوا الوضعية المذكورة هنا.

على المبتدئ أن يمارس هذا النوع من تمارين السيطرة على الجسم في حياته اليومية. سوف يجد فرصة عظيمة من خلال مراقباته وملاحظاته. مثلاً، إذا كنت تشعر بالتعب، أجبر نفسك لفعل شيء آخر، بغض النظر عن تعبك، مهما كان هذا الشيء الآخر الذي ستفعله إن كان هواية معينة أو رحلة مشي قصيرة في الخارج. إذا كنت تشعر بالجوع، قم بتأجيل وجبة الطعام لمدة نصف ساعة. إذا كنت تشعر بالعطش، لا تشرب فوراً بل انتظر لفترة من الوقت. إذا كنت معتاد على العجلة دائماً وباستمرار، قم بنشاطاتك ببطء. والعكس بالعكس، حيث على البطيء أن يستعجل في أعماله. المهم أن يجتهد المريد في السيطرة على الجسم والأعصاب، وإجبارهما وإدارتهما بواسطة قوة الإرادة.

الخطوة [3] التدريب الروحي

في الخطوة الثانية من التدريب الروحي، تعلّمنا كيف نمارس تركيز الحواس عبر تمرين كل حاسة على حدة. في الخطوة الحالية سوف نقوم بتوسيع قدرتنا على التركيز، بحيث نتوسع من استخدام حاسة واحدة إلى حاستين أو ثلاثة بنفس الوقت. سوف أذكر بعض الأمثلة هنا، لكن المريد الماهر يستطيع تدبير أمثله الخاصة.

تمرين

تخيّل وجود ساعة معلقة على الجدار وبندولها يتحرك يميناً ويساراً. ويجب أن يكون تصوّر كمالاً وبناءً وكأنه حقيقي وواقعي، أي كأن الساعة معلقة على الجدار أمامك. تمسك بهذا التصرّ الذي يشمل حاستين معاً، البصري والسماعي، لمدة (5) دقائق. سوف تنجح في البداية لثوان معدودة فقط، لكن مع الممارسة المستمرة سوف تتمكن لاحقاً من الثبات والمحافظة على تصوّر هذا المشهد لفترة أطول. تذكر أن الممارسة المستمرة هي الطريق إلى الكمال. قم بتكرار هذه التجربة مستخدماً شيئاً آخر تتصوّره بدلاً من ساعة جدارية، مثل جدول ماء صغير وتسمع بنفس الوقت صوت خرير الماء، أو حقل من نبات الذرة أو القمح ويحركه الريح وأنت تستمع إلى هسهسة الهواء وهو يمرّ عبر الأعشاب. حاول أن تبحث بنفسك عن سيناريوهات ومشاهد أخرى، رتبها بحيث يمكن استخدام حاستين أو ثلاث لإدراكها خلال عملية التخيّل. يمكن إقامة تمارين أخرى تتألف من تصوّرات بصرية وسماعية مع إدخال حاسة ثالثة، مثل حاسة اللمس. ويجب أن تعمل على تنشيط وتدريب كافة الحواس على التركيز. هذا شرط

أساسي وضروري من أجل التّقدّم في العمل التجاوزي. لا أستطيع التشديد أكثر على أهمية هذه التمارين بالنسبة إلى نمو الفرد إلى مرتبة السيد التجاوزي. قم بممارسة هذه التمارين على أنواعها بحذر وتأنٍ وبشكل يومي. عندما يصبح بإمكانك التركيز بحاستين أو ثلاثة بنفس الوقت ولمدة (5) دقائق على الأقل، تكون مهمتك قد أنجزت. إذا شعرت بالتعب خلال قيامك بتمرين التركيز، توقف وامتنع عن إكمال التمرين، قم بتأجيل التمرين إلى وقت آخر يكون مناسب، حيث تكون أنت جاهز عقلياً وجسدياً. احذر من النوم خلال ممارسة التمرين. تشير الخبر إلى أن ساعات الصباح الأولى هي الأنسب للأعمال المتعلقة بالتركيز الذهني.

مجرد أن اكتسبت مهارة معينة في تمارين التركيز السابقة، وإذا أصبحت قادر على التعامل مع حاستين أو ثلاث بنفس الوقت خلال التركيز ولمدة (5) دقائق على الأقل، أصبح بإمكانك الانتقال إلى التمارين اللاحقة.

تمرين

اختر وضعية مريحة، وهذا أمر ضروري جداً لكافة أعمال التركيز. أغمض عينيك وكوّن صورة ذهنية واضحة جداً لموقع تعرفه مسبقاً في أحد الأرياف. يمكن أن تكون صورة ذهنية لمنزل أو حديقة أو مرج أو أرض بور أو حرش أو غابة.. إلى آخره. حافظ على هذه الصورة في ذهنك. ويجب أن تحسب حساب كل تفصيل في الصورة مثل الألوان والأضواء والأشكال وغيرها. كل ما تتصوره يجب أن يكون حقيقياً بحيث بإمكانك لمسه بيديك، كأنك حاضر في الموقع فعلياً. ويجب أن لا يُستثنى أي شيء من المشهد. إذا صارت هذه الصورة الذهنية ضبابية أو تكاد أن تختفي، استرجعها مرة أخرى وبشكل أوضح. إذا استطعت أن تحافظ على استمرارية هذه الصورة الذهنية بشكل واضح لمدة (5) دقائق تكون المهمة قد أنجزت بنجاح.

في الخطوة التالية من هذا التمرين سوف ندخل التركيز

السماعي إلى نفس الصورة الذهنية سابقة. ربما كنت تتصور غابة رائعة، في هذه الحالة قم بالتركيز على سماع تغريد العصافير المختلفة، وخرخرة الغدير، وخشخشة النسيم، وندنين النحل... وهكذا. عندما تنجح في هذا التصور، حاول أن تتخيل صورة ذهنية أخرى. هذا التمرين سيعتبر ناجحاً مجرد أن أصبحت قادراً على تصور أي منطقة أو مكان أو موقع تختاره وقمت باستخدام ثلاث حواس على الأقل، وذلك لمدة (5) دقائق.

إذا توصلت إلى هذه الدرجة من التركيز، حاول أن تمارس التمرين ذاته لكن مع الإبقاء على عينيك مفتوحتين. يمكنك تثبيت نظرك نحو نقطة واحدة على الجدار مثلاً، أو التحديق إلى الفراغ. هذا بالتالي يجعل الأشياء المادية المحيطة بك تختفي تماماً أمام ناظريك، وبدلاً منها يظهر المشهد الذي تتخيله وهو يطوف أمام عينيك مثل السراب. عندما تصبح قادراً على الاحتفاظ بهذا التصور لمدة (5) دقائق يمكنك الانتقال إلى تصور آخر تختاره بنفسك.

يمكن اعتبار التمرن مكتملاً بنجاح عندما تصبح قادراً على خلق أي تصور ذهني تختاره مع ترك العينين مفتوحتين، والمحافظة على تركيز عدة حواس بنفس الوقت لمدة (5) دقائق. في كافة تمارين التركيز القادمة، عليك القيام بنفس الطريقة المذكورة هنا في هذا الفصل.

تمرين

تعلمنا سابقاً كيف نتصور أماكن ومواقع نعرفها مسبقاً حيث رأيناها من قبل. دعونا الآن نحاول تصور مواقع لم نراها من قبل في حياتنا. في البداية علينا تجري العملية من خلال إغماض العينين، وبعد أن ننجح في إجراء التمرين مستخدمين حاستين أو ثلاث بنفس الوقت، حينها يمكننا إجراء العملية وعينينا مفتوحتين. سوف يُعتبر التمرين مُنجز بنجاح إذا تمكنا فعلياً من المحافظة على هذا التصور لمدة (5) دقائق مع عينين مفتوحتين.

تمرين

دعونا الآن ننتقل من الأشياء الجامدة إلى الكائنات الحية. علينا في البداية تصوّر حيوانات مختلفة مثل الكلاب والقطط والطيور والأحصنة والبقر والدجاج.. إلى آخره. علينا تصوّرها بحيث تظهر في الذهن بشكل واضح وجلي كما فعلنا في تمارين التركيز السابقة. قم في البداية بممارسة التمرين وعينيك مغمضتين، واجعل مدة التمرين (5) دقائق، ثم بعد النجاح في إنجاز التمرين قم بممارسته مع عينين مفتوحتين. حاول أن تحترف هذا التمرين بشكل جيد. تصوّر حركات الحيوانات، مثل القطّة تنظف نفسها أو تلتقط فأرة أو تلعق الحليب، أو تصوّر الكلب وهو ينبح، أو الطير وهو يطير، ... وهكذا. يستطيع المريد أن يختار مشاهد مشابهة وفقاً لرغبته، لكن عليه ممارسة التمرين في البداية وعينيه مغمضتين، ثم يمارسها لاحقاً وعينيه مفتوحتين. إذا استطعت تنفيذ التمرين بنجاح لمدة (5) دقائق دون أي اضطراب أو إعاقة من أي نوع، تكون الغاية من التمرين قد تحققت ويمكنك حينها الانتقال إلى التمرين التالي.

تمرين

عليك الآن التركيز على أشخاص بنفس الطريقة المشروحة سابقاً. ابدأ أولاً في تصوّر أشخاص تعرفهم، مثل الأصدقاء أو الأقارب أو المعارف عموماً. ثم انتقل بعدها إلى تصوّر أشخاص متوفين (أموات)، ثم انتقل إلى تصوّر أشخاص غرباء تماماً بحيث لم تراهم من قبل في حياتك (سأتناولهم في التمرين التالي). تصوّر في البداية ملامح الفرد، ثم الرأس بالكامل، وأخيراً تصوّر جسده بالكامل مع ثيابه. ابدأ دائماً بعينين مغمضتين، ثم افتحهما في تمرين لاحق. عليك أن تحافظ على الصورة الذهنية لمدة (5) دقائق قبل أن تنتقل إلى التمرين التالي. خلال تصوّر الأشخاص لا تنسى أن تصوّر حركاتهم، مثلاً، خلال المشي

أو العمل أو الحديث أو غيرها. إذا حققت نجاح باستخدام حاسة واحدة، البصري مثلاً، قم بإضافة حاسة أخرى، السماعي مثلاً، بحيث تستطيع سماع الشخص وهو يتكلم وتتخيل خلالها نبرة صوته. حاول دائماً أن تدمج الخيال مع الواقع، مثل، نبرة الصوت أو طريقة الكلام إن كانت سريعة أو بطيئة، تصوّر الشخص بشكل دقيق، أي كما هو عليه في الواقع. مارس التمرين في البداية وعينيك مغمضتين، ثم افتحهما لاحقاً في تمرين تالي.

تمرين

إذا نجحت بتصور أشخاص تعرفهم في التمرين السابق، قم بتركيز خيالك على أشخاص غرباء تماماً، متصوراً ملامحهم وأصواتهم المختلفة. يمكن أن يكونوا من الجنسين وفي مختلف الأعمار. بعد ذلك، تصوّر أشخاص من أعراق مختلفة، نساء ورجال وأطفال، من عرق إفريقي وهندي وصيني وأوروبي... إلى آخره. بعد النجاح في هذا التمرين، أي بعد استطاعتك المحافظة على الصورة الذهنية لمدة (5) دقائق، مع عينين مغمضتين ومن ثم مفتوحتين، تكون الغاية من التمرين قد تحققت.

كل هذه التمارين السابقة تتطلب مثابرة وتحمل وإصرار وصلابة لكي تتمكن من التعامل مع صعوباتها الكبيرة. لكن الذين يبرعون بها سوف يكونوا راضين جداً بالقوى التي يكسبونها من خلال هذه التمارين المختلفة على التركيز. الوعي الديناميكي لدى المريد سوف يصبح قوي جداً وجاهز للعمل وتحقيق كامل رغبات صاحبه. هكذا تمارين على التركيز لا تكتفي بتنشيط قوة الإرادة وملكة التركيز، بل أيضاً كافة القوى الفكرية والعقلية، حيث ترفع القدرة التجاوزية لدى العقل إلى مستوى أعلى. بالتالي عليك

تسخير كامل جهودك لممارسة التمارين السابقة وإنجازها
بنجاح.

فائزة مصطفى الخنيز علي التليجي

الخطوة [3] التدريب النفسي

قبل البدء في التدريب بهذه الخطوة، يجب أن يكون قد تم إنشاء حالة توازن للعناصر في الكيان النفسي، وذلك من خلال الفحص النفسي والتحكم بالنفس كما وصفتهما في الخطوات السابقة للتدريب النفسي. إذا لم يحصل حالة توازن وأردت مع ذلك الاستمرار في التقدم متجاهلاً هذه المرحلة فسوف لن تصل إلى أي مكان. إذا أصبحت واثق تماماً بأن العناصر متوازنة بحيث لا يغطي أي عنصر على الآخر، عليك الاستمرار بالعمل على تنقية الشخصية لديك طوال فترة التدريب. لكن بالإضافة إلى ذلك، يمكنك أيضاً التعامل مع العناصر في الكيان النفسي، وهذا ما سوف أشرحه في هذه الخطوة من التدريب النفسي.

الغاية من هذه الخطوة هي الحياة على الخصائص الأساسية للعناصر، عبر خلقها واستحضارها، ثم إزالتها وصرفها في الجسم وفقاً للإرادة. تعرفنا سابقاً على مفعول العناصر بشكل نظري، أما الآن فسوف نتعامل مع الجانب العملي.

عنصر النار

هذا العنصر، مع طبيعته التوسعية والتمدد إلى كافة الاتجاهات يحوز على خاصية الحرارة. دعونا في البداية نحصل على هذه الخاصية بحيث ننتجها وفق إرادتنا في الجسم وفي النفس. في التمارين التي تناولت التحكم بالجسد اتخذنا وضعية جلوس معينة تسمح لنا بأن نبقى في حالة مريحة ومتحررة من أي تعطيل أو إزعاج. الهنود يسمون هذه الوضعية أسانا Asana. من أجل سهولة فهم الفكرة، سوف أستخدم نفس الاسم خلال شرح التمارين

الأخرى في هذا الكتاب. اتخذ وضعية "أسانا" مناسبة لك، ثم تصوّر نفسك في مركز عنصر النار، والذي هو على شكل كرة كبيرة تغطي كامل الكون. تصوّر بأن كل شيء حولك، حتى الكون ذاته، هو ذو طبيعة نارية. الآن، قم باستنشاق عنصر النار بواسطة الأنف، وبنفس الوقت، بواسطة مسامات الجسم بالكامل (التنفس عبر المسامات). قم باستنشاق أنفاس عميقة ومنتظمة، دون ضغط الهواء المستنشق أو إنهاك الرئتين. ويجب أن تتصوّر الجسم المادي وكذلك النفسي بأنهما يشبهان الوعاء الفارغ، وإليه يُملأ أو يُسحب عنصر النار مع كل نفس تشهقه. ويجب أن تزداد شدة الحرارة التي تسحبها تدريجياً مع كل نفس تشهقه. ويجب أن تتزايد مع الحرارة قوة التمدد التي يتميز بها عنصر النار. ويجب أن يعلو ضغط النار أكثر وأكثر حتى تشعر في النهاية أنك تشبه الجمرة الحمراء الساخنة جداً.



بالإضافة إلى استنشاق العنصر بواسطة الأنف خلال شهيق الهواء، يتم سحبه بواسطة مسامات الجسم بالكامل عبر التصوّر وتركيز الانتباه.

كامل هذه العملية المتمثلة بشهيق العنصر الناري إلى الجسم هي بالطبع عملية خيالية، لكن يجب أن تمارس هذا التمرين بحيث يكون تخيلك لسحب عنصر النار كأنه واقع حقيقي، مع أنك سوف تشعر بحصول هذه العملية فعلياً.

ابدأ التمرين من خلال القيام باستنشاق العنصر الناري (7) مرات فقط، ثم قم بزيادتها مرة واحدة مع كل تمرين تالي، حتى يصبح عدد المرات (20) أو (30) حيث هذا يكفي. فقط الأشخاص الأقوياء جسدياً وشديدو الإرادة يُسمح لهم بتجاوز هذا العدد لكن مع تعقل وحذر أيضاً. استخدم المسبحة خلال تعداد مرات الشهيق، وذلك من خلال زياحة حبة من جنب إلى جنب مع كل عملية شهيق واحدة. في البداية يمكن إدراك الحرارة المتصورة على المستوى النفسي فحسب، لكن مع تكرار هذا التمرين، سوف تتجلى الحرارة على المستوى النفسي والجسدي بحيث يمكنك الشعور بها بوضوح. لكن عليك الحذر، حيث من حالة ارتفاع لحرارة الجسم (حيث يبدأ التعرق) يمكن أن تتطور إلى حالة مرضية. لكن إذا أحرز المريد حالة توازن كامل في النفس (كما وصفتها في تمارين سابقة) لن يصاب بأي أذى من مراكمة العناصر في كيانه.

بعد الانتهاء من تمرين المراكمة التخيلية لعنصر النار، سوف تشعر، عبر التخيل، حرارة النار وانتشارها. والآن بإمكانك البدء بالتمرين المعاكس، أي استنشاق نفس عادي من الأنف، ثم زفير النفس من الفم مصحوباً مع عنصر النار المتراكم في الجسم. هذه العملية مصحوبة أيضاً مع التنفس عبر المسامات، أي خلال زفير النار عبر الفم، عليك أيضاً زفيره عبر المسامات الجلدية لكامل الجسم، فيخرج منه عنصر النار ليتلاشى في الكون مرة أخرى. بالإضافة إلى ملاحظة مهمة، يجب أن يكون عدد الزفير متساوي مع عدد الشهيق الذي قمنا به في التمرين السابق خلال مراكمة العنصر في الجسم. مثلاً، إذا بدأت بسبعة جولات شهيق لعنصر النار، عليك أن تقوم بسبعة جولات زفير عند إخراج العنصر من الجسم. هذه أمر مهم جداً، لأنه بعد الانتهاء من تمرين الإخراج يجب أن يتكوّن انطباع لدى المريد أنه لم يبق أي جزئية مهما كانت صغيرة لعنصر النار في داخله. كما أن الشعور بالحرارة الذي نشأ سابقاً يجب أن يختفي تماماً. لذلك، خلال ممارسة هذا التمرين والذي سبقه،

يُفضّل استخدام المسبحة لتساعد في تعداد عدد جولات الشهيق وعدد جولات الزفير. في البداية، قم بممارسة التمارين وعينيك مغمضتين، ثم مارسها لاحقاً مع عيون مفتوحة.

لا يزال يوجد اليوم في الشرق الأقصى خبراء متمرسين يقومون بممارسة هذا التمرين لمدة سنوات ويستطيعون تكثيف عنصر النار بداخلهم إلى درجة تمكنهم من المشي عراة وحفاة القدمين في الشتاء القارص دون أن يتأثروا بالبرد الشديد.

يستطيعون مثلاً أن يجففوا، خلال دقائق، الألبسة القماشية التي يلفونها حول أجسادهم. من خلال مراكمة عنصر النار، يستطيعون التأثير حتى على البيئة المحيطة بهم، فيستطيعون مثلاً إذابة الثلج والجليد، ليس فقط في محيطهم المباشر، بل في مواقع تبعد عنهم مسافات طويلة جداً تعد بالكيلومترات. أما عملية إشعال النار في الموقد أو تسخين الطعام في أوعية فخارية



مع زفير الهواء من الفم مصحوباً مع العنصر، يتم زفيره عبر المسامات الجلدية لكامل الجسم، فيخرج منه العنصر ليتلاشى في الكون مرة أخرى أو معدنية، فهذه تعتبر إنجازات بديهية لا تستحق الذكر حتى. يمكن خلق هذه الظواهر وغيرها الكثير من قبل أي فرد تعلم كيف يصنعها واجتهد في تطبيق ما تعلمه بشكل عملي. الأمر يتطلب الوقت والمجهود والصبر الكافي لتحقيق النتيجة المرجوة.

من أجل أن نتقدم في تدريبنا التجاوزي، علينا أن نهتم ليس فقط بتطوير التعامل مع عنصر واحد فحسب، بل بالعناصر الأخرى كافة أيضاً. هذه حقيقة صحيحة وسليمة من وجهة نظر العلم التجاوزي.

عنصر الهواء

دعونا الآن ننتقل إلى التمارين المتعلقة بعنصر الهواء. ما شرحته سابقاً بخصوص عنصر النار ينطبق بنفس الطريقة على عنصر الهواء، لكن هناك اختلاف في التصور الحسي يجب أخذه بعين الاعتبار. اتخذ وضعية جلوس مريحة، أغمض عينيك، تصور نفسك قابع وسط كتلة هوائية تملأ الكون بكامله. عليك أن لا تدرك أي شيء في محيطك، ويجب أن لا يوجد شيء سوى الفراغ المملوء بالهواء ويغطي كامل الكون. أنت الآن تستنشق عنصر الهواء إلى الوعاء الفارغة للنفس والجسد، وذلك عبر التنفس الكامل (أي عبر الرئتين والمسامات الجلدية لكامل الجسم). كل نفس تشهقه يملأ كامل الجسم إلى أقصى الحدود بالمزيد والمزيد من الهواء. عليك أن تحافظ بثبات على تصور جسمك وهو يملأ بالهواء عبر كل نفس تشهقه وبطريقة مشابهة لنفخ بالون. ادمج هذا التصور بتصور آخر يجعل الجسم لديك يصبح أكثر خفة، خفيفاً بنفس خفة الهواء ذاته. ويجب أن يكون الشعور بخفة الوزن شديد جداً إلى درجة لم تعد تشعر بجسمك إطلاقاً.

بنفس الطريقة التي مارستها في التمرين على عنصر

النار، ابدأ هذا التمرين الحالي بـ(7) شهقات للملء بالهواء، ثم انهي التمرين بـ(7) زفرات للتفريغ من الهواء. بعد الانتهاء من التمرين، يجب أن يكون لديك شعوراً إيجابياً بعدم وجود أي جزئية متبقية من عنصر الهواء داخل جسمك، وبالتالي أصبحت تشعر بحالة طبيعية كما في السابق. لكي تتجنب التعداد بنفسك، استخدم المسبحة كما في التمرين السابق. قم بزيادة عدد الشهيق والزفير مرة واحدة مع توالي التمارين، لكن أحذر من زيادة عدد المرات أكثر من (40) مرة.

من خلال الممارسة المستمرة لهذا التمرين، سوف ينجح المريد في إنتاج ظاهرة الاسترفاع أو المشي على سطح الماء أو الطوف في الهواء أو حتى انتقال الجسم من مكان إلى آخر بشكل لحظي... وغيرها من ظواهر أخرى مختلفة تتعلق بعنصر الهواء. لكن من أجل تحقيق هذه الظواهر، على المريد أن يتخصص في تدريباته المستمرة على عنصر الماء فقط. لكن السيد التجاوزي لا يرضى بإنتاج ظواهر أحادية الجانب، أي التخصص في عنصر واحد فحسب، لأن هذا لا يتوافق مع غاياته الحقيقية. هو يريد الاختراق إلى أعماق أكثر حيث المعرفة والسيادة، ومن ثم يتمكن من تحقيق المزيد.

عنصر الماء

الآن يأتي وصف ممارسة التمارين المتعلقة بعنصر الماء. اتخذ الوضعية المريحة التي اعتدت عليها الآن، أغمض عينيك، وانسى وجود كل ما يحيط بك. تصوّر بأن الكون بكامله هو عبارة عن محيط هائل من الماء، وأنت تقبع في مركزه. املاً الجسم لديك بعنصر الماء عبر عملية التنفس الكاملة (أي عبر الرئتين والمسامات الجلدية لكامل الجسم). عليك أن تشعر ببرودة الماء الذي يملأ كامل جسمك. إذا ملأت كامل الجسم بعنصر الماء عبر (7) جولات شهيق، عليك بالتالي إفراغه عبر (7) جولات زفير. عند انتهاءك من آخر جولة زفير، يجب أن لا يبقى أي

جزء متبقي من هذا العنصر في الجسم. هنا أيضاً سوف تساعدك المسبحة كثيراً في عملية التعداد. إذا بدأت التمرين الأول بـ(7) جولات تنفس، قم بزيادتها جولة واحدة مع كل تمرين جديد. كلما استمررت بممارسة هذا التمرين أصبحت تشعر بالخواص الباردة لعنصر الماء الذي يملأ جسمك. سوف تصل إلى مرحلة بحيث تشعر بوجود قطعة جليد في داخلك. على كل من هذه التمارين أن لا تتجاوز (20) دقيقة. مع مرور الوقت، سوف تتمكن من الإبقاء على جسمك بارداً كما الثلج حتى في أكثر الأجواء حرارة.

المتمرسين الأسياء، والذين يحترفون التعامل مع هذا العنصر المائي، يستطيعون استعراض الظواهر الأكثر عجباً وبسرعة كبيرة. مثلاً، يستطيعون جلب الأمطار حتى في المواسم الأكثر جفافاً، كما يستطيعون توقيفها متى شاؤوا ذلك. يستطيعون منع العواصف الرعدية، أو تهدئة المحيط الهائج، أو التحكم بالكائنات المائية، ... وهكذا. هذه الظواهر لا تعدّ عجائب ومعجزات بالنسبة للسيد الحقيقي والذي يفهم آلية عملها جيداً.

عنصر التراب

تبقى لنا العنصر الأخير لكي نصفه وهو عنصر التراب. اجلس في الوضعية المريحة التي اخترتها في التمارين السابقة. هذه المرة، تصوّر بأن الكون بكامله مملوء بالتراب وأنت تجلس في مركزه. لكن لا تتصوّر التراب بأنه قطعة فخارية واحدة، بل مادة ترابية كثيفة. الخواص المحددة لهذه المادة الترابية هي الكثافة والجاذبية. الآن عليك أن تملأ جسمك بهذه المادة الثقيلة. ابدأ مرة أخرى بـ(7) جولات من التنفس مع زيادة جولة واحدة مع كل تمرين جديد. عليك أن تراكم أكبر قدر من المادة الترابية في داخل نفسك حتى يبدو جسمك ثقيلًا ككتلة الرصاص ويصبح مشلولاً بفعل الوزن. أما طريقة زفير هذه المادة خارجاً فهي مشابهة لما ذكرته في التمارين السابقة. ويجب

أن يكون عدد الزفرات متساوٍ مع عدد الشهقات. في نهاية هذا التمرين عليك أن تشعر بحالة طبيعية كما كنت قبل التمرين. على أقصى مدة للتمرين أن لا تتجاوز (20) دقيقة.

يستطيع الخبير المتمرس استعراض أنواع مختلفة من الظواهر عبر التحكم بعنصر التراب، أشهرها هي المناعة التي يكتسبها ضد السيوف وغيرها من أشياء حادة بحيث لا تؤثر على جسمه ولو تم غرسها فيه. يمكن للمريد التأمل في الموضوع ومن ثم الخروج بالكثير من الظواهر الأخرى التي يمكن استعراضها من خلال عنصر التراب. إن السيادة على العناصر تنتمي إلى الفصول السرية للعلم التجاوزي ولم يكشف عنها إلا القليل جداً عبر التاريخ، هذا لأن السر الأعظم محجوب بين طيات المعرفة بالعناصر الأربعة. هذه المعرفة تمثل القسم الأهم من العلم التجاوزي، ومن لا يحوز السيادة على العناصر لن يتقدم أبداً في هذا العلم.

إن ألوان العناصر المختلفة قد تخدم كعامل مفيد في عملية التصور. بخصوص عنصر النار فلوئه أحمر، والهواء لونه أزرق، والماء لونه أخضر مائل للأزرق، والتراب لونه الشائع بين المدارس هو أصفر، أو يمكن أن يكون رمادي أو أسود. تصور الألوان هو اختيار فردي لكنه ليس ضرورياً. إذا شعر المريد بأن تصور اللون يفيد في عمله فيمكنه فعل ذلك. ما يهمنا فعلياً خلال ممارسة التمارين هو التصور الحسي. بعد فترة طويلة من ممارسة التمارين، يصبح بإمكان الجميع مثلاً خلق الحرارة بواسطة عنصر النار بحيث يمكن استعراض تأثيرها على ميزان حرارة الذي يرتفع مؤشره بشكل ملحوظ. هذه التمارين الأولية للسيادة على العناصر هي مهمة جداً وبالتالي يجب منحها درجة كبيرة من الاهتمام.

الخطوة [3] التدريب الجسدي

لا بدّ من أن إجراءات الخطوة [1] من التدريب الجسدي أصبحت الآن تمثل عادة يومية لدى المريد. دعونا بالتالي ندخل في تفاصيل أكثر هنا. ويجب أن يكون المريد قد أصبح قادراً على اتخاذ وضعية جلوس مريحة ويستطيع الثبات فيها لمدة نصف ساعة على الأقل. بالإضافة إلى أنه قد أتقن الآن عملية التنفس عبر المسامات الجلدية لكامل الجسم.

تمرين

هذا التمرين يتعلّق بمراكمة القوة الحيوية. تعلّمنا سابقاً كيف نجري عملية الشهيق والزفير للقوة الحيوية من خلال التنفس عبر المسامات لكامل الجسم. الآن سوف ننتقل إلى موضوع مراكمة القوة الحيوية في الجسم، وتجري كما يلي: اجلس في وضعيتك المعهودة وابدأ باستنشاق القوة الحيوية من الكون المحيط إلى جسمك، عبر الرئتين والمسامات الجلدية لكامل الجسم. لكن في هذه المرة لا تقوم بزفير القوة الحيوية عند استنشاقها إلى الجسم بل راكمه فيه. أي عند قيامك بالزفير، لا تفكر بشيء على الإطلاق، بل فقط أطلق الهواء المستهلك بشكل منتظم ومتوازن. مع دخول كل نفس جديد تشعر أنك تستنشق المزيد والمزيد من القوة الحيوية، تراكمها وتخزنها في جسمك.

عليك أن تشعر بضغط القوة الحيوية كما البخار المضغوط بداخلك، وتصور بأن القوة الحيوية المضغوطة تخرج من جسّدك كما الموجات الحرارية. أينما وجهت الانتباه لديك سوف تنطلق موجات القوة الحيوية لتصيب

الهدف. هي تنطلق منك طبعاً بعد أن تأمرها بذلك. المهم أنه مع كل نفس تأخذه إلى جسمك مصحوباً مع القوة الحيوية من الكون، تزداد شدة الضغط بداخلك وتزيد كذلك شدة الإشعاع الحيوي الذي ينبعث منك وينتشر حولك بحيث يبلغ قطر انتشاره عدة أمتار (كما في الشكل التالي). بعد التمارين المتكررة يصبح بإمكانك بعث هذه القوة الشديدة لمسافة كيلومترات. عليك أن تشعر فعلياً بضغط وتوغل الإشعاعات المنبعثة منك. الممارسة تصنع الكمال. ابدأ من خلال الاستنشاق (7) مرات، ثم قم بزيادتها مرة واحدة يومياً. ويجب أن لا يتجاوز كل تمرين (20) دقيقة كحد أقصى. ممارسة هذه التمارين

ضرورية في مهمات وتجارب تتطلب مصروف كبير وكثيف من القوة الحيوية، مثل علاج المرضى أو التخاطر أو مغنطة الأشياء أو غيرها من أعمال مشابهة. إذا لم تعد القوة الحيوية مرغوبة بهذه الهيئة التراكمية في الجسم، يجب حينها إعادة الجسم إلى حالته الطبيعية، أي تفريغه بالكامل من القوة الحيوية المخزنة فيه، لأنه لا يُنصح بعيش الحياة اليومية بينما يكون

قناة محبي الكتب على التليجرام



انبعاث الطاقة المشعة من الجسم بالتزامن مع
مراكمة القوة الحيوية فيه.

الشخص مراكماً بداخله ضغط حيوي متجاوز للحد
الطبيعي، لأن هذا يرهق الأعصاب ويسبب تهيج عصبي
وإجهاد وغيرها من تأثيرات سلبية أخرى.

يتم إلغاء العملية من خلال إعادة القوة الحيوية المخزنة
في الجسم إلى الكون، وذلك عبر تصوّر خروجها أثناء
الزفير. تجري العملية من خلال استنشاق الهواء النقي، أي
دون تصوّر دخول القوة الحيوية معه. ثم تطلق القوة
الحيوية المخزنة خارجاً أثناء الزفير، وتستمر في عملية
التفريغ هذه حتى تشعر حصول حالة توازن بداخلك. بعد
مدة طويلة من الممارسة المستمرة، يصبح بإمكان الممارس
إطلاق القوة الحيوية إلى خارج جسمه مرة واحدة، أي كما
حالة انفجار دولا ب مطاطي والذي يخرج منه الهواء مرة
واحدة. لكن يجب عدم ممارسة هذا التفريغ الفوري قبل أن

يكتسب الجسم قوّة مقاومة بدرجة عالية. بعد اكتساب درجة معينة من المهارة في هذه العملية، يمكنك الانتقال إلى تطبيق نفس التمرين لكن على أجزاء وأعضاء منفردة في الجسم. أجري التمارين ببطء وخطوة خطوة.

المريد الذي وصل إلى هذه المرحلة من النمو التجاوزي سوف يلاحظ بوضوح حالة عامة من التحوّل في شخصيته. ملكاته التجاوزية تكون قد زادت في المستويات كافة. في مستواه الروحي (العقلي)، يكون قد حاز قوة إرادة شديدة، مقاومة عظيمة، ذاكرة أفضل، قوة ملاحظة دقيقة، وأخيراً ذهن واضح وجلي. أما في المستوى النفسي (النجمي)، فسوف يلاحظ بأنه أصبح أكثر هدوءاً واستقراراً، ووفقاً لاستعداداته الخاصة سوف يسعى قدماً نحو إنماء المزيد من الملكات التي ما زالت نائمة بداخله. أما في المستوى المادي، فسوف يبحث نفسه على الاقتناع بأنه أصبح متجّداً ويشعر بصحة ولياقة جسدية أفضل. قوته الحيوية تسبق بدرجات كبيرة تلك العائدة للآخرين، وسوف يحقق الكثير في حياته اليومية بواسطة قوته المنبعثة منه.

قناة محبي الكتب على التليجرام

الخطوة [4]

التدريب الروحي

سوف أوصف الآن كيف ننقل الوعي لدينا لنزرعه خارج أنفسنا. علينا أن نفهم كيف ننقل الوعي ونزرعه وفق اختيارنا في أي جماد أو حيوان أو كائن بشري.

كما فعلنا في تمرين التركيز على الأشياء، ضع أمامك بعض الأشياء التي تستخدمها يومياً. بعد الجلوس في وضعيتك المعهودة، ثبّت عينيك على أحد هذه الأشياء لفترة قصيرة، قم بحفظ شكل ولون وحجم هذا الشيء في ذهنك بشكل ثابت. والآن تصوّر نفسك بأنك انتقلت إلى ذلك الشيء. بطريقة ما، عليك أن تشعر بأنك تمثل ذلك الشيء وتبنى كامل خصائصه. عليك أن تتيقّن بأنك مربوط بالكامل مع ذلك الشيء التي وضعت نفسك فيه، عاجز تماماً عن مغادرته إلا بتأثير خارجي لا يخلصك. حتى أنه عليك، من خلال التركيز المكثف، أن تعتبر الأشياء المحيطة بك من زاوية وجودك في ذلك الشيء وأن تستوعب علاقته مع الأشياء الأخرى المحيطة. مثلاً، لنفترض بأن الشيء الذي تتقمصه موجود على الطاولة، عليك بالتالي أن تشعر بالعلاقة بين الشيء والطاولة، وكذلك باقي الأشياء الأخرى الموجودة على الطاولة، بما في ذلك كامل الحجرة التي يوجد فيها الشيء. بعد نجاحك في هذا التمرين متقمصاً أحد الأشياء، يمكنك بعدها الانتقال إلى أشياء أخرى لتتقمصها. تتحقق الغاية من هذا التمرين إذا تمكنت من وصل الأشياء التي اخترتها بالوعي لديك، بحيث تتبنى شكلها وحجمها وخاصيتها، وأن تبقى متقمصاً لها لمدة (5) دقائق على الأقل ودون أي انقطاع أو تعطيل. ويجب أن تتمكن من أن تغفل أو تنسى جسمك بالكامل.

بعد أن تنجح في المهمة التي يفرضها هذا التمرين السابق، يمكنك بعدها اختيار كائنات حية متدنية مثل الورود والنباتات والشجيرات والأشجار... إلى آخره، ومارس عليها عملية انتقال الوعي عبر التركيز. تذكر أن الوعي هو امتداد للروح لدينا (أو أحد جوانبها) وبالتالي هو غير محدود بعاملي المكان والزمان. بالتالي يمكنك زرعه في أي شيء مهما كان حجمه صغيراً أو كبيراً. عليك أن لا تتردد أو تثبط نتيجة هذا النوع غير العادي من التمارين، ولا تُصاب بالإحباط من الفشل المتكرر في تنفيذها في بداية الأمر. تذكر دائماً أن الصبر والمثابرة والعناد سوف تؤدي حتماً إلى النجاح المرغوب.

بعد أن أصبح المرید قادراً على تحقيق انتقال الوعي لديه إلى أشياء جامدة ونباتات، سوف يتبع الآن التمارين المتعلقة بالكائنات الحية. ذكرت سابقاً بأن الوعي غير محكوم بعاملي المكان والزمان، وبالتالي ليس ضرورياً ممارسة التمارين المتعلقة بالكائنات الحية أثناء وجود الكائن في نفس المكان مع المرید. عبر سلسلة التمارين السابقة، لا بد من أن المرید أصبح الآن قادراً على تصوّر أي كائن يريده بخياله. بالتالي ما عليه سوى نقل الوعي لديه إلى الحيوان الذي يتصوّره في خياله، مثل القط والكلب والحصان والبقرة والمعزاة... إلى آخره. لا يهم نوع الحيوان أو الكائن الحي، حيث قد يكون مجرد نملة أو صرصور أو حتى عصفور أو فيل. على المرید في البداية أن يتصوّر الحيوان في حالة ثابتة غير متحركة، ثم يتصوّره لاحقاً وهو يتحرك، أي وهو يمشي أو يجري أو يزحف أو يطير أو يسبح، وذلك حسب نوع الحيوان المراد تصوّره. لكي يعتبر نفسه ناجحاً في تحقيق الغاية من هذا التمرين، على المرید أن يصبح قادراً على تحويل الوعي لديه نحو أي شكل يريده دون أي عقبة أو تعطيل. الممارسين الأسياذ الذين مارسوا هذا التمرين لفترات طويلة أصبح لديهم قدرة كبيرة على فهم واستيعاب أي حيوان بحيث يمكنهم التعامل معه كما يشاؤون بفعل قوة

الإرادة.

إذا تمكن المريد من ممارسة التمرين بنجاح بحيث أصبح قادراً على نقل الوعي لديه إلى أي حيوان وتقمص طبيعته بشكل كامل وذلك لمدة (5) دقائق دون أي عقبة أو تعطيل، أصبح بإمكانه بعدها ممارسة هذا التمرين على الكائنات البشرية. عندما تباشر بهذا التمرين، ابدأ بممارسته على أشخاص تعرفهم، مثل الأصدقاء وأفراد العائلة والذين تستطيع حفظ صورهم في ذهنك. لا حاجة للتفريق بين الجنسين أو التمييز بين الأعمار. يجب على المريد أن يكون واثقاً بخصوص كيفية نقل الوعي إلى جسم الآخر بحيث يشعر ويفكر وكأنه يمثل الشخص الآخر فعلياً. بعد الانتهاء من ممارسة هذا التمرين على المعارف، حان الوقت لممارسته على أشخاص غرباء بحيث لم يرههم المريد من قبل. هذا يعني أنه عليه تصوّرهم في خياله. يمكنه اختيار أشخاص من أعراق مختلفة لإجراء الاختبار عليهم. يمكن اعتبار التمرين بأنه حقق غايته إذا تمكن المريد أن ينقل الوعي لديه إلى الشخص الوهمي الذي تصوّره، وتقمص شخصيته لمدة (5) دقائق على الأقل. كلما طالت مدة ممارسة هذا التمرين زادت الفوائد التي يحصدها المريد لاحقاً خلال التطبيقات العملية.

هذا التمرين بالذات يمنح المريد القدرة على وصل نفسه مع كل كائن بشري، ليس فقط لغاية معرفة أفكاره ومشاعره، ولا معرفة ماضيه ومستقبله، ولا معرفة طريقة تفكيره وسلوكه، بل يمكن السيطرة عليه وفق الرغبة والإرادة، لكن عليك أن تتذكر المقولة الشهيرة: "ما يزرعه الإنسان سوف يحصده". لذلك على الممارس التجاوزي أن لا يستخدم هذه القدرة على التأثير لأي غاية شريرة، خصوصاً إجبار الناس على فعل أشياء مناقضة لإرادتهم. عليه أن يستخدم كافة القوى التي منحتها إياها التمارين الواردة في هذا الكتاب لفعل الخير فحسب، والمباركة الإلهية التي تأتي من ذلك هي عظيمة جداً.

على المريد أن يفطن من خلال الاطلاع على المعلومات

التي يوحىها هذا التمرين إلى السبب الذي يجعل المتدرب في الشرق الأقصى يتوجه إلى سيده المعلم بتبجيل كبير يشبه العبادة. فمن خلال عبادة سيده المعلم، يوصل نفسه فطرياً مع وعي سيده فيتأثر به بشكل غير مباشر، وهذا يجعل تقدمه في التدريب أكثر يسراً وسرعة ورسوخاً. الآن أصبحنا نعلم لماذا أنظمة التدريب في الهند تعتبر السيّد (الغورو) عامل ضروري لنمو المتدرب. وكذلك الحال في التبت، حيث يسود التقليد ذاته (الأنخور) لكن بطريقة معاكسة، حيث يوصل السيّد نفسه مع وعي المتدربين وينقل إليهم القوة والتنور. والأمر ذاته يسود عند المتصوفين، حيث يُعرف ما يسمى "نقل الروح" أو "نقل النفس".

قناة محيي الكتب على التليجرام

الخطوة [4] التدريب النفسي

في هذا الفصل سوف نوسع العمل المتعلق بالعناصر. تعلمنا كيف نُسحب العنصر من خلال التنفس عبر الرئتين والمسامات، وأن نجعلها تتجلى بخصائص محددة في كامل الجسم. الآن علينا أن نشحن أجزاء منفردة من الجسم بأي عنصر نرغبه، ويمكن فعل ذلك وفق طريقتين وعلى المريد أن يتعلمهما ويتقنهما.

الطريقة الأولى هي كما يلي:

بنفس الطريقة الموصوفة في التدريب النفسي للخطوة [3]، عبر الاستنشاق بالرئتين والمسامات، أنت تتنفس العنصر ليدخل وينتشر في كامل الجسم ويتراكم هناك. هذا يعني أنك تتنفس خارجاً (زفير) دون استخدام أي تصور. خلال الاستنشاق، أوصل تصوّرك للمشاعر المرتبطة بالميزات المخصصة للعنصر المعني، أي مثلاً، عنصر النار يخلق شعور بالحرارة، عنصر الماء يخلق شعور بالبرودة، عنصر الهواء يخلق شعور بخفة الوزن، عنصر التراب يخلق شعور بالجاذبية (ثقل الوزن). الآن ابدأ التمرين عبر الاستنشاق (7) مرات. لكن بدلاً من إزالة العنصر المتراكم في الجسم من خلال إعادته إلى الكون، قم بتوجيهه نحو الجزء الذي اخترته في الجسم، وراكمه هناك مع الخاصية المنسوبة له (أي إذا كان العنصر نار فخاصيته الحرارة... وهكذا). عليك أن تشعر بالعنصر المضغوط وكذلك خاصيته في ذلك الجزء من الجسم أكثر من كامل الجسم. كما حالة البخار الذي يُنتج ضغطاً عالياً عند ضغطه، يجب أن يتغلغل العنصر في كامل الجزء من الجسم بما فيه من لحم وعظم وجلد. في النهاية، إذا بدأت تشعر بالخاصية المنسوبة للعنصر المعني (الحرارة مثلاً) وهي تتنامى وتتضخم بشكل

كبير في ذلك الجزء من الجسم، اجعل العنصر يتلاشى بمساعدة التصوّر في كامل الجسم، ومن خلال التنفس خارجاً (أي الزفير عبر الرئة والمسامات كما وصفته في الخطوة [3]) اجعل العنصر ينطلق خارجاً ليندمج مع الكون مرة أخرى. ويجب ممارسة هذا التمرين مع كل عنصر من العناصر الأربعة، كل عنصر لوحده، ويتم ذلك مع كل عضو خارجي أو داخلي في الجسم، باستثناء الدماغ والقلب. لتجنب أي عطب أو ضرر، إياك أن تراكم أي من العناصر في هذين العضوين. فقط السيّد المتمرّس والذي هو خبير متكامل في إدارة العناصر يمكن أن يسمح لنفسه مراكمة معينة في القلب والدماغ دون تدمير نفسه. هو يعرف جسمه جيداً وبالتالي يعرف كيف يتعامل معه. كل عضو من أعضاء الجسم، بما في ذلك القلب والدماغ، هو مصمم لاستيعاب إمدادات من العناصر وخصائصها، لكن هذا يحصل طبيعياً ودون حاجة للمراكمة الاصطناعية التي وصفناها في التمارين.

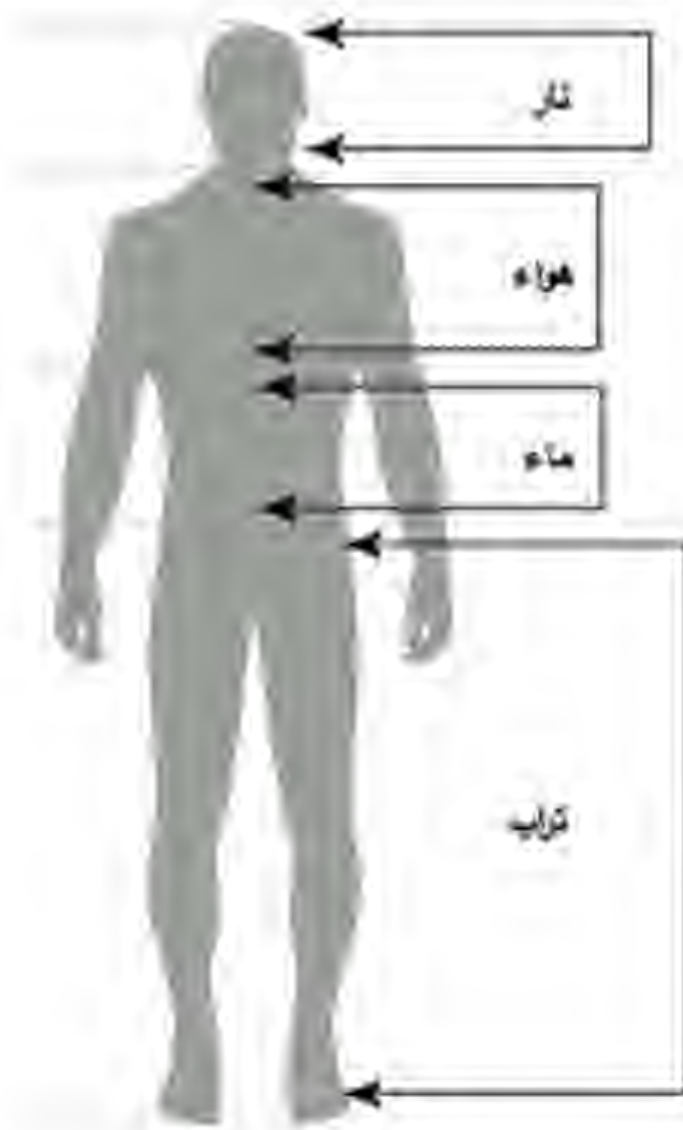
على المبتدئ أن يتجنّب دائماً مراكمة العناصر أو القوة الحيوية في القلب والدماغ، خصوصاً إذا لم يكن قادراً على رؤية وظائف الأعضاء المختلفة بمساعدة الاستبصار. من خلال القيام بمراكمة العناصر أو القوة الحيوية في كامل الجسم، يميل كل من القلب والدماغ إلى الاعتياد على هذه المراكمة العامة، لأنه في هذه الحالة فإن الضغط ليس متعلق بعضو واحد فحسب، بل ينتشر في كامل الجسم. لكن الأمر المهم جداً هو احتراف عملية مراكمة العناصر والقوة الحيوية في اليدين والقدمين، لأن هذا سيكون له فائدة كبيرة خلال الممارسة الفعلية للعمل التجاوزي. كما أنه يجب منح انتباه كبير للأصابع.

هناك إمكانية أخرى لتفريغ العنصر من العضو الجسدي، وذلك ليس من خلال مروره عبر الجسم ومن ثم إطلاقه للكون عبر التنفّس الرئوي والمسامي، بل من خلال إطلاقه من العضو إلى الكون مباشرة عبر المسامات، وذلك بمساعدة التصوّر. هذا الإجراء هو أسرع، ويجب على

الممارس أن يتقن الطريقتين معاً وعليه أن يفهم كيف يتعامل معهما وفق إرادته.

أما الطريقة الثانية لمراكمة العناصر في أي جزء من الجسم فتتمثل بنقل الوعي إلى ذلك الجزء من الجسم، أي نتصور بأن الوعي مع الشخصية انتقلت إلى ذلك الجزء وراحت تعمل من هناك (وصفت عملية انتقال الوعي سابقاً)، فيبدأ الممارس بإجراء عملية التنفس من ذلك الجزء تحديداً، يتنفس داخلاً وخارجاً عبر المسامات في ذلك الجزء. العنصر الذي يتم استنشاقه مع كل نفس، يبقى هناك عند الزفير. فيتراكم في ذلك الجزء مع تكرار عملية التنفس داخلاً وخارجاً. مجرّد أن شعرت بأن الكمية أصبحت كافية من ذلك العنصر الذي تراكمه في الجزء المعني من الجسم، قم بتحريره مرة أخرى من خلال التنفس خارجاً (زفير). قم بإعادته للكون بنفس الطريقة التي سحبته فيها. العملية هي بسيطة وسريعة، لكنها تتطلب انتقال ناجح للوعي إلى الجزء المعني في الجسم. من ناحية أخرى، يجب إدارة عملية مراكمة القوة الحيوية في جزء معيّن من الجسم ببراعة واثقان. عندما تصبح هذه العملية مألوفة لديك، يصبح بإمكانك الانتقال إلى الخطوة التالية.

جميعنا أصبحنا نعلم بأن جسم الإنسان مقسوم إلى أربعة مناطق منسوبة للعناصر الأربعة. لكن من أجل التأكيد على استيعابها جيداً، دعونا نتذكرها: المنطقة الممتدة من القدمين إلى الفخذين، وكذلك عظمة الورك والأعضاء التناسلية، منسوبة لعنصر التراب. منطقة البطن بكل ما تحويه من أعضاء مثل الأمعاء والصفراء والكبد والمعدة وغيرها، منسوبة إلى عنصر الماء. منطقة الصدر وصولاً إلى الرقبة، وما يحويه من أعضاء مثل الرئة والقلب، منسوبة إلى عنصر الهواء. منطقة الرأس، بكل ما يحويه من أعضاء، منسوبة إلى عنصر النار. (الشكل التالي)



المناطق الأربعة في الجسم والمنسوبة للعناصر الأربعة. مع العلم أن الهيكل العظمي لكامل الجسم منسوب لعنصر التراب أيضاً. وحتى إن الجسم بكامله في تجليه المادي يمثل عنصر التراب، لكن هذا موضوع آخر مختلف.

مهمتنا في التمرين التالي هي شحن المناطق الأربعة في الجسم بالعنصر المتوافق معها. والطريقة هي كما يلي:

اتخذ وضعيتك المفضلة (أسانا). خلال التنفس عبر الرئتين والمسامات، استنشق عنصر التراب مع ميزته الخاصة (الجازبية)، ثم راكمه في المنطقة المتوافقة مع عنصر التراب، أي المنطقة الممتدة من أسفل القدمين عبر منطقة العضو التناسلي وصولاً إلى عظمة الردف. قم باستنشاق عنصر التراب (7) مرات، دون أن تطلق العنصر خارجاً خلال الزفير، هذا بالتالي يجعل هذا العنصر يملأ المنطقة المتوافقة معه ويؤثر عليه بخصائصه. ابقى عنصر التراب في تلك المنطقة ثم انتقل إلى عنصر الماء، فاستنشقه بنفس الطريقة الموصوفة سابقاً، (7) مرات، واملأ المنطقة المتوافقة مع عنصر الماء، أي البطن، وراكم

العنصر هناك دون إطلاقه مع الزفير. ثم انتقل إلى العنصر التالي، أي عنصر الهواء، واملأ منطقة الصدر بهذا العنصر بنفس الطريقة، (7) مرات، واترك هذا العنصر مخزناً في هذه المنطقة المتوافقة معه. وأخيراً جاء دور منطقة الرأس وعنصر النار. ابدأ بملء هذه المنطقة بعنصر النار بنفس الطريقة الموصوفة سابقاً، (7) مرات. استنشق عنصر النار خلال الشهيق وامتنع عن إطلاقه خلال الزفير. اتركه مخزناً في منطقة الرأس. أصبحت كامل المناطق الآن محملة بمخزون العناصر المتوافقة معها. ابقى على هذه الحالة لمدة (2) دقيقة، ثم ابدأ بعدها بتفريغ العناصر. ابدأ من حيث انتهيت، أي من منطقة الرأس وعنصر النار. افعل ذلك من خلال استنشاق النفس الخالي من العنصر (7) مرات، ثم أطلق العنصر مع النفس خلال الزفير (7) مرات ليتلاشى في الكون. بعد تفريغ منطقة الرأس من عنصر النار، انتقل إلى المنطقة التالية، أي منطقة الصدر وعنصر الهواء. بعد التفريغ وفق الإجراء الموصوف سابقاً، انتقل إلى المنطقة التالية، أي منطقة البطن وعنصر الماء. ونصل أخيراً إلى المنطقة الأخيرة وعنصر التراب. الآن أصبح كامل الجسم مفرغاً من العناصر المراكمة فيه.

إذا أحرزت مهارة معينة في ممارسة هذا التمرين، يمكنك بعدها القيام بتمرين مشابه، لكن هذه المرة، بدلاً من مراكمة العناصر في مناطقها الموافقة لها، قم بمراكمة العناصر الأربعة في كل منطقة بعينها، أي راكم العناصر الأربعة في المنطقة المنسوبة للتراب، وراكمها أيضاً في المناطق الباقية. ابدأ أولاً بمراكمة عنصر التراب لتنتهي بمراكمة عنصر النار. وطريقة المراكمة والتفريغ هي ذاتها الموصوفة في الفقرة السابقة.

إن لهذه التمارين أهمية كبرى، لأنها تقيم حالة تناغم بين المستوى المادي والنفسي وبين القاعدة الكونية للعناصر الأربعة. إذا حصل وأصاب الممارس التجاوزي حالة خلل أو عدم تناغم في كيانه بسبب ظروف معينة، كل ما عليه فعله هو ممارسة هذه التمارين وسوف يستعيد حالة

التوازن والتناغم. سوف يختبر التأثير المريح للتناغم الكوني بكامله، وهذا ليس لمدة ساعات، بل لأيام عديدة. هذا التأثير يخلق بداخله شعور بالسلام والسعادة.

إن تناغم وتوافق العناصر في الجسم يوفر لنا الكثير من الفوائد، لكن سوف أذكر بعضها فحسب. أولاً، سيكون المريـد محمي من التأثيرات الضارة والمؤذية للجوانب السلبية للعناصر. في اللحظة التي يحرز فيها المريـد حالة توازن تجاوزية، يكون بذلك قد وقف في مركز الأحداث كافة، وسيكون مدركاً بكافة القوانين، ويعلم أيضاً بكافة اللحظات الأساسية والإجراءات الحاصلة في الكون، وتكون من وجهة نظر صحيحة. بالإضافة إلى ذلك، سوف يكون المريـد متحرراً من أمراض وعلل كثيرة، لأنه خلق تأثير متوازن على الكارما لديه وبالتالي على قدره بالكامل، وهذا يعني أنه أصبح أكثر مقاومة ضد أي تأثير خطير. بهذا التمرين الموصوف سابقاً، يعمل على تنظيف وتنقية الهالة (الأورا) الروحية والنفسية معاً، كما يعمل على تنشيط مصفوفته الروحية والنفسية، ويعمل أيضاً على إعادة إيقاظ ملكاته التجاوزية (الخارقة) من سباتها العميق، كما أن البديهة لديه تتخذ لنفسها خاصية كونية. حواسه النفسية سوف تتنقى وقدراته الفكرية سوف تنشط.

قناة محبي الكتب على التليجرام

الخطوة [5]

التدريب الروحي

مع انخراطه بكافة التمارين السابقة لا بدّ من أن المرید حقق قدرة معينة على التركيز وأنه تعلم كيف يحوّل الوعي لديه وفق إرادته بحيث يجعله يتوافق مع أي شكل أو كائن، وسوف يكون قادراً على الرؤية بشكل أبعد وأعمق. تعليمات الخطوة [5] سوف تستعرض لنا كيف ننقل الوعي لدينا إلى مركز (قلب) أي شكل أو كائن، انطلاقاً من أصغر ذرّة وصولاً إلى أكبر كون في الوجود. بهذه الطريقة، المرید لا يتعلّم فقط كيف يفهم ويترجم كل كائن من مركزه، بل يتعلّم أيضاً كيف يسيطر عليه من الداخل. الملكات التي سوف نكتسبها من التمارين التالية هي مهمة جداً. خصوصاً التوازن العقلي الذي هو من الخصوصية الجوهرية للمبدأ السببي (أكاشا) للعقل. دعونا بالتالي ننتقل فوراً إلى التمارين العملية.

اجلس بوضعيتك المعهودة. ضع بعض الأشياء الكبيرة أمامك، ويفضل أن تكون الأشياء في البداية صلبة وغير مفرغة من داخلها. أشياء مثل كرة صلبة أو مكعب أو حجر أو غيره. ثبت نظرك لفترة قصيرة إلى أحد هذه الأشياء، ثم أغمض عينيك وانقل الوعي لديك إلى نقطة العمق لهذا الشيء، أي إلى مركزه. ويجب أن تكون عملية انتقال الوعي لديك مركزة جداً إلى درجة تجعلك تنسى جسدك بالكامل. هذا التمرين صعب جداً، لكن الممارسة المستمرة تصنع الكمال. يجب أن لا يخاف أحد من الفشل مهما طال أمدّه في البداية، بل عليه أن يستمر في تكرار التمرين باجتهاد ومثابرة حتى ينجح في النهاية. لأن الإنسان معتاد على الأبعاد الثلاثة فحسب، لا بدّ من أن يواجه الصعوبات في البداية، لكن هذه الصعوبات سوف تزول تدريجياً مع

الخطوة [4] التدريب الجسدي

يجب أن تكون الآن تمارين التدريب الجسدي في الخطوة [1] قد أصبحت عادة يومية. وتلك التي للتدريب الجسدي في الخطوة [2] يجب تعزيزها وترسيخها وفقاً لما يسمح الوقت والفرصة. ويجب أن يتحلى المريد بالمقدرة التي تمكنه من الالتزام بحزم وثبات بأي نوع من الزهد أو تقشف قد يلزم نفسه به، دون حاجة لمصارعة الإغراءات أو حتى الخضوع لأي منها. كما يجب التعمق أكثر بخصوص تمارين التدريب الجسدي في الخطوة [3]. ويجب على الفرد أن يروض نفسه لوضعية الجسد بحيث يصبح قادراً على تحمّل وضعية الجلوس التي اختارها (أسانا) لمدة ساعات دون أي شعور بالاضطراب أو العصبية أو التوتر أو التشنّج.

ملاحظة:

لم يعد هناك أي تمرينات إضافية بخصوص التدريب الجسدي بعد الآن.

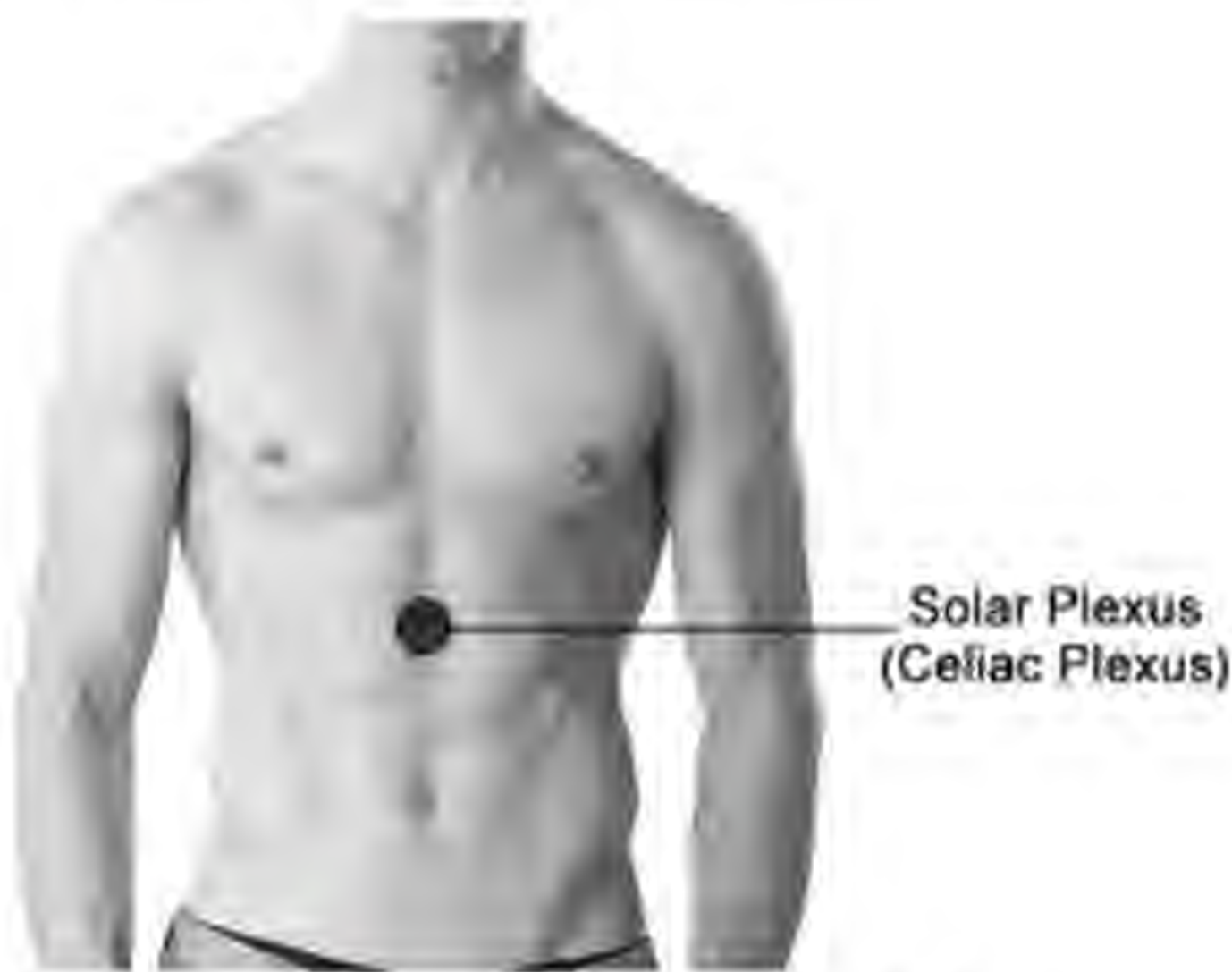
قناة محبي الكتب على التليجرام

تكرار التمرين حتى يصبح معتاد على التركيز في أن يكون في نقطة العمق لأي شيء. إذا نجحت في البقاء على هذه الحالة لمدة (5) دقائق مع وجود الوعي لديك في مركز الشيء الذي اخترته، يمكنك الانتقال إلى التركيز على شيء آخر. وبعد تحقيق نفس النتيجة الناجحة، اختر شيء آخر للتمرّن عليه، لكن هذه المرة ليكون الشيء غير متناظر في شكله. عليك في كل مرة تنقل فيها الوعي لديك إلى مركز الشيء أن تشعر بأنك صغير بقدر حجم البذرة النباتية الصغيرة جداً، أو حتى الذرة. إذا استطعت فعل ذلك دون أي انقطاع أو تعطيل، انتقل إلى التمرين التالي، الذي تقوم فيه بالتحكم بأبعاد الشيء وشكله من خلال نقطة العمق التي تكون قابع فيها. كلما شعرت بأنك أصغر حجماً والوعي لديك يتقلّص، بدي قطر الشيء وعرضه أضخم بالنسبة إليك. من وجهة نظرك، الشيء الذي تتمرّن عليه سوف يمثل الكون يكامله، وعليك التمسك بهذا الشعور لأطول مدة ممكنة. مجرّد أن استطعت ممارسة هذا التمرين دون أي تعطيل على شيء متناظر الشكل و شيء آخر غير متناظر، يمكنك الانتقال إلى شيء آخر. يمكن اعتبار أنك أنجزت هذا التمرين بنجاح إذا أصبحت تستطيع ممارسته على أي شيء مهما كان نوعه. بعد عدد كبير من التمارين على انتقال الوعي إلى نقطة العمق لأشياء متعددة، سوف تكسب قدرة على النظر في أي شيء وتدرّك بديهياً التكوين المادي والعقلي لذلك الشيء. تعلّمنا سابقاً، في الخطوة [4]، كيف نتغلّب على هذه المسألة عبر مراكمة القوة الحيوية، من الخارج إلى الداخل، وهذه الخطوة الحالية سوف تعلمنا كيف نفعل ذات الشيء لكن بطريقة أكثر إثارة، من الداخل إلى الخارج.

الوعي لا يعرف الحدود إطلاقاً، بالتالي يستطيع الممارس أن ينقل الوعي لديه إلى أبعد المسافات. مجرّد أن وصل المرید إلى هذه النقطة، يمكنه بعدها أن ينقل الوعي لديه إلى البعد الرابع لكيانه الخاص، أي إلى مستوى المبدأ الأثيري (أكاشا) في كيانه. أما طريقة ممارسة التمرين فهو

كما يلي:

اجلس في وضعيتك المعهودة وأغمض عينيك. قم بنقل الوعي لديك إلى منتصف الجسم بالضبط، أي إلى وهدة المعدة، أي عند الصفيرة الشمسية (الشكل التالي). عليك أن تشعر بأنك مجرد نقطة، أو أنك ذرة صغيرة قابضة في الوسط بين العمود الفقري ووهدة المعدة. هذا الوسط هو مركز الجاذبية لجسمك. حاول أن تبقى هناك مع وعيك لمدة (5) دقائق على الأقل. يمكنك استخدام ساعة منبه لكي تدرك التوقيت. قم بإدراك جسمك انطلاقاً من هذه النقطة. كلما تخيلت نفسك صغير جداً، كلما كان إدراكك للجسم بأنه أكبر حجماً، بحيث يبدو لك بأنه كون كبير. عند هذه النقطة، قم بالتأمل على الشكل التالي: "أنا أمثل مركز الجسم لدي، بالتالي أنا القوة المقررة فيه".



موقع الصفيرة الشمسية في الجسم

يجب أن لا يُحبط المريء من الصعوبات التي يواجهها في البداية. حتى لو تمكن من المحافظة على الحالة لشوان معدودة في البداية، لكن هذه الثواني سوف تتحول إلى دقائق من خلال التمرين المستمر. المدة المقبولة للبقاء في نقطة العمق هي (5) دقائق. من خلال العمل بهذه الخطوة

يجب أن يستطيع المرید نقل نفسه في أي لحظة أو موقف إلى نقطة العمق هذه، أي إلى رحاب المبدأ الأثيري (أكاشا)، ومن هناك يمكنه إدراك والسيطرة على كل شيء يتعلق بكيانه. هذا الانتقال للوعي إلى المبدأ الأثيري يمثل الحالة الأصلية للوعي البديل أو الغيبوبة التجاوزية وتمثل المرحلة الأولية للتواصل مع الوعي الكوني.

يجب عدم الخلط بين هذه الغيبوبة التجاوزية الأصلية وبين تلك الحالة التي يدخلها الوسطاء الأرواحيين، هذا إذا كانوا أصيلين وغير مخادعين. غالباً ما يحصل التزوير والخداع في هذا المجال لتضليل الأشخاص الساذجين. العاملين في المجال الأرواحي يدخلون في غيبوبة أو شبه غيبوبة بمساعدة دعاء أو ترتيلة أو حالات تأملية مختلفة، فيحفزون على إحداث تغيير للوعي أو استبداله بوعي آخر تماماً. في هذه الحالة تتجلى أنواع كثيرة من الكائنات الخفية التي تتوافق مع معتقداتهم، كأرواح الموتى أو الجن أو غيرها من كائنات تتوافق مع الثقافة العامة للمجتمع المحلي للوسيط الأرواحي. لكن وجهة النظر التجاوزية الأصلية، هكذا ممارسات تعتبر نوع من الهوس أو الهاجس الذي يستحوذ على المرء، حتى لو حصلت تجليات مرئية وملموسة ولو كانت الكائنات الخفية خيرة بطبيعتها، إلا أنها مجرد أوهام تتجلى بفضل قدرة الإنسان على خلق وتجسيد كل ما يؤمن بوجوده. الممارس التجاوزي الأصيل لا يشك بمصادقية هكذا أعمال أرواحية، لكنه يشعر بالشفقة فعلياً على أولئك الوسطاء الشعبيين الجهلاء.

قناة محبي الكتب على التليجرام

الخطوة [5] التدريب النفسي

الإرشادات التطبيقية التي وردت في التدريب النفسي من الخطوة الرابعة علمتنا كيف نسحب العناصر الأربعة من الكون إلى جسمنا، وكذلك تعلّمنا كيف نراكم هذه العناصر أولاً في الجسم بالكامل وثنائياً في أجزاء منفردة منه، وهذه المراكمة خلقت ضغط من العناصر تُسمى لدى المراجع المختصة بكلمة "ديناميد". خلال تكرار التمارين بصيغها المختلفة، أصبح الجسم أكثر مرونة بالنسبة إلى ضغط العناصر كما أصبح أكثر قدرة على المقاومة ضد تأثير الضغط. الدرس الحالي سوف يجعلنا نتقدم إلى أمام، خطوة خطوة، ويعلمنا كيف نطلق العناصر ونديرها خارجاً، لأنه دون الإطلاق العناصر خارجاً لا يمكن حصول أي عمل تجاوزي من أي نوع. لذلك علينا أن نمنح اهتمام كبير للممارسة العملية لهذا الدرس.

اجلس بوضعتك المعهودة. استنشق عبر الرئتين والمسامات، وبمساعدة التصوّر، اضغط عنصر النار إلى جسمك عبر المراكمة المستمرة. أنت تستنشق عنصر النار مصحوباً مع خاصية الحرارة، وبنفس الوقت يكون الزفير مجرّد نفس عادي. إذا صارت الحماوة داخل جسمك شديدة، إي إذا كان هناك مراكمة كافية لعنصر النار في الجسم، دع العنصر يتسرب عبر الصغيرة الشمسية، مستخدماً التصوّر، واملأ الغرفة التي تتواجد فيها بالكامل بعنصر التراب. بينما تقوم بتفريغ العنصر من جسمك، يجب أن يتكون لديك شعور بأن جسمك يتخلّص بالكامل من العنصر، وهذا الأخير قد انتشر في كامل الغرفة، أي بنفس الطريقة التي اتبعتها خلال إشباع الغرفة بالقوة الحيوية. قم بتكرار كل من عملية المراكمة ومن ثم التفريغ عدة

مرات، وبعد كل عملية تفريغ تكون قد أضفت المزيد إلى عنصر النار الموجود سابقاً. مجرد أن فرغت العنصر وتحذرت منه، عليك أن تشعر به وهو يتراكم في الغرفة من حولك، حاول الإحساس بأن الغرفة تزداد حرارتها. بعد تكرار هذا التمرين عدة مرات سوف تصبح الحرارة واقعاً ملموساً في الغرفة بحيث أي شخص آخر يدخل الغرفة يستطيع الشعور بحرارتها. يمكن استخدام ميزان حرارة لكي يكشف لنا كم نستطيع تكثيف تصوّرنا ليتحول إلى حرارة بحيث يمكن تجسيد حرارة فعلية في الغرفة. نجاح هذا التمرين يعتمد كلياً على قوة الإرادة وملكة التصرّف لدينا. ليس ضرورياً بالمطلق في هذه الخطوة أن نتمكن من خلق كمية كبيرة من الحرارة المادية بحيث يمكن قياسها بميزان الحرارة. لكن لنفترض أن المريد أراد أن يتخصص بهذا الموضوع بالذات فيمكنه فعل ذلك بواسطة التعليمات السابقة، وهذا يتطلب كمية إضافية من الجهد والمثابرة. لكن المريد النبيه لا يكتفي بهكذا ظواهر غير مهمة، ويفضل الاستمرار في تنمية نفسه أكثر، لأنه مقتنع بأنه يستطيع اكتساب أكثر بكثير من هذه القدرة مع مرور الوقت.

الغاية من التمرين تكون قد تحققت مجرد أن يستطيع الممارس الشعور بالحرارة في جو الغرفة. في حال توصل إلى هذه النقطة، عليه أن يحذر جسمه من العنصر المتراكم بداخله، فيطلق عنصر النار خارجاً إلى الكون مرة أخرى، حيث يتلاشى في كل الاتجاهات.

بنفس الطريقة التي أجرى بها الممارس تمرينه مع عنصر النار، عليه أن يجري التمارين المتعلقة بالعناصر الباقية. بعد عنصر النار، عليه التعامل مع عنصر الهواء، بعدها يتعامل مع عنصر الماء، وأخيراً يتعامل مع عنصر التراب. طريقة إكمال التمارين تعتمد على وقت الممارس وفرصه المتاحة. يمكنه أن يتعامل مع عنصر واحد في اليوم الأول، ثم مع الثاني في اليوم التالي،... وهكذا، أو يمكنه مراكمة عنصر واحد في الصباح، والثاني عند الظهر، والثالث في المساء، والرابع في صباح اليوم التالي.

المريدون الذين لديهم الكثير من وقت الفراغ بالإضافة إلى قوة إرادة يستطيعون إجراء كافة التمارين الأربعة بالترتيب. هؤلاء المريدون سوف يحققون تقدماً كبيراً في السيادة على العناصر. المريد الذي ينجح في التحكم بأربعة عناصر بالطريقة الموصوفة في التمرين السابق يمكنه الانتقال إلى التمرين التالي.

تمرين

علم التمرين السابق المريد كيف يراكم العنصر المستنشق عبر الصغيرة الشمسية ومن ثم إطلاقها خارجاً في الفضاء المحيط. في التمرين التالي سوف نتعلم كيف نبعث عنصر مراكم إلى الفضاء المحيط لكن ليس عبر الصغيرة الشمسية فحسب، بل عبر التنفس من خلال مسامات الجسم بالكامل، فننتج بذلك مراكمة للعنصر في الفضاء المحيط. ويجب ممارسة هذا التمرين مع كامل العناصر الأربعة. أما عملية التلاشي والبعثرة في الكون، فيجب ممارستها كما تم وصفها بالضبط في التمرين السابق. مجرد أن برع المريد في ممارسة هذا التمرين أيضاً، سوف ينتقل إلى تمرين آخر يمارس فيه التمرين الحالي لكن لا يجعل الاثبعات من كامل الجسم، بل من أجزاء متفرقة منه. أي كل جزء على حدة. مع العلم أن الأيدي والأصابع كثيرة الاستخدام في الأعمال التجاوزية، لذلك على المريد أن يكرس اهتمامه الكامل لها. عليه أن يراكم العنصر عبر التنفس من المسامات في يد واحدة، أو اليدين معاً، بطريقة تمكنه لاحقاً أن يبعث العنصر إلى المكان المستهدف من مجرد حركة بسيطة لليد، فيشبع المكان فوراً بالعنصر المعني. هنا أيضاً ينطبق القول: الممارسة المتكررة تصنع الكمال. على المريد أن يمارس هذا التمرين على العناصر الأربعة كافة ويبرع بها، ثم يمكنه الانتقال إلى التمرين التالي.

تمرين

اجلس في وضعيتك المعهودة. استنشق عنصر النار عبر الرئتين ومسامات كامل الجسم، ثم راكمه هناك في الجسم حتى يراودك الشعور بالحرارة. والآن تصوّر عنصر النار الفراكم في الجسم بأنه يشكّل كرة من النار يبلغ قطرها بين (10) و(20) سنتيمتراً عند الصغيرة الشمسية. على هذه الكرة المضغوطة أن تكون نارية ومشعة بحيث تشبه الشمس. والآن تصوّر بأن هذه الكرة تتحرّك خارجة من الصغيرة الشمسية ومن ثم توقفت لتحلّق في الهواء أمامك. قلنا إنه على هذه الكرة أن تشبه الشمس، أي يجب أن نتصوّرّها بيضاء حارة جداً وتنبعث منها الحرارة. حافظ على هذا التصوّر لأطول فترة ممكنة. إذا اقتربت يديك منها بينما تحلّق أمامك سوف تشعر بالحرارة المنبعثة منها. قم بإنهاء هذا التمرين من خلال تصوّر الكرة تتلاشى تدريجياً في الفضاء الكوني، أو من خلال تفجيرها فجأة إلى العدم. ويجب أن تألف الطريقتين معاً. عليك أن تتعامل بالطريقة نفسها مع كل من عنصر الهواء والماء والتراب. ومن أجل توفير بعض المساعدات، عندما تتعامل مع عنصر الهواء تصوّر بأن لونه أزرق سماوي عندما تضغط. أما بخصوص عنصر الماء، فعليك تصوّره في البداية، عند ضغطه، على شكل قطعة جليد كروية الشكل. أما عنصر التراب، فعليك تصوّره بعد الضغط بهيئة كتلة من الطين ولونها بني أو فخاري.

بعد ممارسة هذا التمرين مع كامل العناصر، جاعلها كرات كما وصفتها، وبرعت في ممارسة العملية جيداً، انتقل إلى خلق أشكال مختلفة للعناصر غير الكرة، ووفق الطريقة ذاتها. اختر في البداية أشكال بسيطة مثل المكعبات والأهرامات والمخاريط... إلى آخره. يمكن اعتبار التمرين أنه حقق غايته بعد أن تتمكن من تكثيف أي عنصر راكمته في جسمك وجعلته يتخذ أي شكل من الأشكال ثم أطلقته خارجاً ليحلق أمامك.

لا يمكن العمل بالتمرين الحالي إلا إذا تم تطبيق التمرين السابق بنجاح وبراعة. التمرين الحالي يتعامل مع تجلي العناصر عبر إسقاطها مباشرة من الكون. وتتم العملية كما يلي:

اجلس في وضعيتك المعهودة وتنفس بهدوء دون بذل أي مجهود في ذلك. تصوّر بأنك تسحب عنصر النار من الفضاء اللامحدود، أو الكون، واملأ الغرفة التي تجلس فيها بهذا العنصر. تصوّر بأن الكون المحيط بك على شكل كرة عملاقة ومنها أنت تسحب عنصر النار، أي من الجهات المحيطة بك كافة، ومن ثم تنشر العنصر في الغرفة. تذكر أن عنصر النار القادم من المصدر الرئيسي هو أكثر إثيرية ورقة، وكلما سحبته باتجاهك صار أكثر كثافة ومادية وحرارة. سوف تشعر بالحرارة على جسمك خلال ممارسة هذا التمرين. كلما زاد ضغط العنصر وتراكمه وتكاثفه في الغرفة، زادت شدة الحرارة. من المفروض أن يتنامى لديك الشعور بأنك جالس في فرن شواء. عندما تتوصل إلى هذه النقطة، قم بإزالة العنصر بحيث يتلاشى إلى فراغ اللامحدود، مستخدماً التصوّر وقوة الإرادة.

كرّر الإجراء ذاته مع عنصر الهواء، ساحباً إياه من الكون الذي جعلته على شكل كرة عملاقة وأنت في مركزها، فينزل عنصر الهواء عليك من كافة الاتجاهات، فيملأ الغرفة ويتكاثف فيها. بعد الانتهاء من هذا الإجراء سوف يمتلك الإحساس أنك تطوف وسط محيط لا محدود من الهواء، متحرراً من الجاذبية والقوة الجاذبة. في غرفة مملوءة بعنصر الهواء، عليك أن تشعر بأنك خفيف كما بالون. يمكنك بعدها إزالة عنصر الهواء المتكاثف وجعله يتلاشى إلى مادته الأولية بنفس الطريقة الموصوفة مع عنصر النار سابقاً.

افعل الأمر ذاته مع عنصر الماء. تصوّر بأنك تسحب هذا العنصر إليك نزولاً من محيط لا متناهي، يكون في البداية على شكل بخار بارد، وكلما اقترب نزولاً نحوك يبدأ بالتكاثف رويداً رويداً. املأ كامل الغرفة بهذا البخار البارد

وتخيّل نفسك في وسط هذا العنصر المائي. عليك أن تشعر ببرودة جليدية. في اللحظة التي تشعر فيها بالبرد، قم بإزالة عنصر الماء مرة أخرى ودعه يتلاشى إلى حالته الأولية جاعلاً إياه يجري بعيداً إلى العدم. بهذه الطريقة، يكون المريد قادر على تبريد وإنعاش غرفته خلال لحظات، حتى في أيام الصيف الحارة.

الآن قم بإجراء نفس التمرين على عنصر التراب. اسحب من الكون المحيط بك كتلة رمادية أو بنية اللون، مماثلة للطين أو الفخار، وكلما اقتربت نحوك يتحول لونها إلى بني أغمق. املأ الغرفة بهذه الكتلة الثقيلة. من خلال فعل ذلك يجب أن تشعر بالثقل وقوة التماسك وكذلك ضغطها على جسمك. بعد أن سيطرت على عنصر التراب، قم بإزالته مرة أخرى عبر جعله يتلاشى إلى مادته الأولية كما فعلت مع العناصر الأخرى.

أصبح الآن واضحاً أن سحب العناصر وتجسيدها يحصل أينما ركزنا بالضبط، دون أن يمرّ العنصر عبر الجسم. أي أن كل شيء يحصل خارج الجسم. على المريد أن يتقن كلا الطريقتين بشكل جيّد، لأن بعض المهمات التجاوزية تحتاج إلى العنصر الذي يمرّ عبر الجسم مثل الحالات العلاجية. بعد أن يبرع المريد في هذا التمرين يمكنه أن ينتقل إلى التمرين التالي.

تمرين

مهمة هذا التمرين هي سحب العنصر من الكون لكن ليس من أجل ملء المكان كما وصفته سابقاً، بل من أجل تكثيف شكل معيّن، مشابه لما وصفته في تمرين سابق عندما تحدثت عن كرات ومكعبات ومخاريط، لكن في ذلك التمرين قمنا بتكوين هذه الأشكال عند الصفيرة الشمسية قبل أن ننقلها إلى خارج الجسم لتحلق في الهواء أمامنا. الفرق مع هذا التمرين الحالي هو أن تكوين الأشكال لن يحصل داخل الجسم، بل مباشرة خلال تحليقها في الهواء بعد سحبها من الكون المحيط. في نهاية المطاف، على

الممارس أن يعرف كيف ينتج كرة نارية وكرة هوائية وكرة مائية وكرة ترابية. أعتقد أن هذه المهمة لم تعد صعبة بعد أن برع الممارس في عملية التصور. بعد أن يحقق هذه المهمة دون أي عيوب أو تعطيلات، ينتقل إلى صنع أشكال أخرى مختلفة من العنصر الذي يطوف أمامه في الهواء. بعد صنعها وجعلها تطوف لفترة معينة بشكلها الجديد، قم بإزالتها ودعها تتلاشى مرة أخرى في الكون. عليه دائماً أن يشعر بالخواص المتعلقة بالعنصر الذي يتعامل معه، عليه أن يستطيع مع الوقت أن يجعل شخص عادي حاضر في المكان أن يتمكن من الشعور بالخواص التابعة للعناصر. هذه إنجازات رفيعة بالفعل، وهي ناتجة من مجهود كبير يُبذل في هذا المجال. باختصار نقول، خلال مجرى هذه التمارين، يجب على المريد أن يكون قد تعلم كيف يكاثف كل عنصر من العناصر من الكون ويفهم كيف يضغطه ويحوّله إلى أي شكل يختاره.

قناة محبي الكتب على التليجرام

نهاية التمارين التحضيرية

بعد انتهاء المريد من ممارسة مجموعة التمارين السابقة، عليه أن ينظر إلى الوراء بيقظة وانتباه والتأكد من أنه حقق إنجاز إيجابي لكل ما تعلمه حتى الآن. إذا لم تكن هكذا الحالة، عليه أن يحاول إصلاح وتسوية كل ما خلفه وراءه من فجوات ونواقص إذ عليه الذهاب إلى أبعد مدى في تنمية كل جانب من كيانه بشكل كامل. أي نوع من العجلة أو التسرع بخصوص تنمية ملكاته وقواه هو عديم الجدوى، حيث سوف يعمل لاحقاً على نحو مربك وشاذ خلال تطبيق أعماله التجاوزية المختلفة. لتجنب خيبات الأمل، يُنصح المريد أن يأخذ كل الوقت الذي يحتاجه للعمل على نفسه بثبات وانتظام. إذا كان هناك فجوات في تعليمه لن يتمكن المريد أبداً من التحكم بالقوى العليا. ليس مهماً إطلاقاً إذا كان سينتهي من تدريبه خلال عدة شهور أو قبل أو بعد ذلك. النقطة الأساسية هي أن يحافظ دائماً على الهدف وأن يتقدم نحو هذا الهدف بثبات، وهذا الهدف يتمثل بمعرفة الخالق عز وجل، ومعرفة ما وهبه من قوى وقدرات وملكات لم ينتبه إلى وجودها من قبل.

من خلال النظر للوراء إلى مسيرة نموه الفعلي، سوف يدرك المريد بأنه قطع مسافة كبيرة على الدرب نحو كماله، حتى أكثر مما يُفترض عليه إنجازه، لكن عليه أن يعلم بأن كل هذا هو مجرد حافة رفيعة من كامل الوجود. لن يكون هناك غرور أو طموح أو تكبر بعد الآن، هذا ولم نقل شيء عن السمات السيئة التي تعشعش في القلب، حيث كلما تعمق المريد أكثر في ورشة الإله الأعلى أصبح أكثر تواضعاً وتقبلاً.

معظم الناس محكومون بالنموذج المادي للحياة، وإلى درجة تجعلهم عاجزين عن فهم أي شيء أسمى وألطف من

العالم المادي الكثيف، فما بالك يدركونه فعلياً. لكن الأمر مختلف كلياً بالنسبة إلى الممارس التجاوزي الذي طوّر حواسّه مما يمكنه من الرؤية والإدراك أبعد من المستوى المادي بكثير، لذلك هو مقتنع بوجود قوى وعوالم وكائنات أسمى وأرقى. بالتالي هدفنا الرئيسي من التدريب هو أن نصبح مؤهلين لأن ندرك ونرى، ليس في العالم المادي فحسب، بل العوالم الأسمى على حدّ سواء. لكن دعونا نلتزم بالممارسة التدريبية ونتأمل خيراً ينتظرنا في نهاية هذا الدرب. بعد أن مارس التمارين المذكورة سابقاً، أصبح المريد مؤهلاً إلى خوض المرحلة التالية من التدريب العملي، وهي تلك المتعلقة بالاستبصار وآلية استنهاضه بطريقة سليمة وصحيحة.

قناة محبي الكتب على التليجرام

الرؤية التجاوزية

سوف نتناول هنا موضوع خاص يتعلّق بتنمية الحواس النفسية، والتي يُشار إليها عموماً بالحواس النجمية، وذلك وفق مفهوم العناصر الأربعة. بالتالي من المفيد ذكر تمارين تمكن المريد من تنمية الحواس النفسية بشكل أسرع ودون أي صعوبات. سوف أتناول الآن أحد أكثر المسائل فتنة وأسرة للقلوب، وتتمثل بموضوع الاستبصار. لقد نُشر الكثير من الكتب حول هذا الموضوع، لكنني لم ألقى حتى الآن في أي من التي قرأتها فائدة عملية من أي نوع. بالتالي من المفيد فعلاً التركيز في اجتهادي على مجال الاستبصار وبأكبر قدر ممكن.

سوف أذكر في إحدى الفصول التالية بعض الوصفات التي كانت مألوفة في الزمن القديم والتي ترشد الممارس إلى كيفية صنع ما تسمى "مكثفات سيولية" بالإضافة إلى تعليمات حول كيفية صناعة ما تسمى "مرايا سحرية" بطريقة بسيطة، وهذه الأدوات الأخيرة تساعد الممارس على استنهاض القدرة الاستبصارية لديه من خلال التحديق إليها. على المريد أن لا ينسى حقيقة أن الأساليب والتطبيقات المذكورة في الفصول السابقة هي ليست سوى وسائل وحيل واهية وردية وبالتالي هي لا تمثل العامل الحقيقي الذي يقف وراء استنهاض القدرة الاستبصارية الأصيلة.

ما يرد في الصفحات التالية من هذا الكتاب هو طريقة تجاوزية سرية والتي لم تُذكر أبداً في أي كتاب آخر حتى الآن، لكنها طريقة مفيدة جداً من وجهة النظر التجاوزية، كما أنها متوافقة مع قوانين العناصر الأربعة. في الصفحات التالية سوف أذكر كيفية ممارسة تنمية وتطوير أهم الحواس النفسية، وهي حاسة الاستبصار أو "الرؤية

التجاوزية". الرؤية التجاوزية هي ذاتها حاسة الاستبصار. قبل أن أوصف التمرين الصحيح والحقيقي لاستنهاض هذه القدرة، وجب أن أذكر بأنه علينا هنا التعامل مع مظهر النور. والنور هو أحد مظاهر عنصر النار، وبالتالي هو مقرون بالإرادة وكذلك بالعيون. نستنتج بالتالي أن النقطة المحورية لهذه التجربة هي التشديد على تصوّر النور، أي أن نتصور النور بصرياً وإلى درجة تمكننا من النجاح في تحقيق الغاية من هذا التمرين.

تمرين

اتخذ وضعية الجلوس (أسانا) التي تألفها وتصور أنك تستنشق النور الكوني، ويكون هذا النور مشابه في شكله ووهجه لنور الشمس. استنشقها من خلال المسامات أو الرئتين أو يمكنك الاكتفاء بتصور العملية في خيالك. اعتبر جسدك بأنه عضو مجوف أو مفرغ من الداخل لكنه مملوء بالكامل بهذا النور الكوني الأبيض الساطع. والآن قم بتركيز خاصية الاستبصار في هذا النور الذي يملأ الجسم. أي تصوّر بأن هذا النور يخترق وينفذ عبر كل شيء، ويرى كل شيء وينظر إلى كل شيء. عاملاً الزمان والمكان لا يمثلان أي عتبة لهذا النور النافذ والمتغلغل. ويجب أن تكون قناعتك بخصوص هذه السمات التي تتصورها لهذا النور ثابتة وراسخة كما الصخرة، وممنوع السماح لبروز أي شك بهذه الحقيقة التي تتصورها. إذا كنت شخصاً متديناً، وجب أن يكون سهلاً بالنسبة إليك الاعتقاد بأن هذا النور الكوني يمثل جزء من الله الذي يحوز فعلياً على كافة الخصائص الموصوفة هنا. مجرد أن قمت بامتصاص النور إلى داخل جسمك وفق الطريقة الموصوفة هنا، ويكون النور مصحوباً مع الخصائص المذكورة، وإذا استطعت الشعور بوتيرتها وقوة نفاذها بداخلك، قم الآن بمراكمة النور بمساعدة التخيل بدءاً من القدمين واليدين باتجاه الرأس، اضغط النور في الرأس إلى درجة تجعله يملأ مقلة كل عين. إذا كان مناسباً لك، يمكنك أن تملأ المقلة الأولى

بالكامل، ثم تملأ مقلة العين الثانية بالنور المراكم بالطريقة الموصوفة سابقاً. مجرّد أن راكمت النور في مقلتي العينين، تصوّر بأن عينيك اكتسبتا القدرات والخصائص كافة التي ركزتها في محتوى هذا النور المتكاثف فيهما. حافظ على هذه الحالة الأخيرة لمدة (10) دقائق على الأقل. وإذا تيقنت تماماً بأن عينيك، اللتين ملأتهما بهذا النور عبر التصوّر، قد تقبلتا الخصائص التي يحوزها هذا النور، قم بعدها بجعل النور يتبدد ويتشتت مرة أخرى بمساعدة التصوّر، إما مباشرة من العينين إلى المحيط الكوني المنير، أو إعادتهما إلى الجسم ومنه يخرج متبعثراً إلى المحيط الكوني. كلا الطريقتين الموصوفتين هنا جيّدتان بشكل متساوي، والنتيجة هي ذاتها. النقطة المهمة هي أن العينين تصبحان مستقبلتان للبصر بشكل طبيعي مجرّد تحريرهما من النور المتراكم فيهما.

هذا التمرين ضروري لسبب بسيط وهو أن العيون النفسية (النجمية) للمريد، عندما يتم إنمائها بهذه الطريقة، لن تصبح بالغة الحساسية بحيث لم تعد تستطيع التمييز بين ما تراه العيون العادية والعيون المستبصرة. لنفترض أن المريد فشل في إزالة النور المركز في عيونه، ربما تبقى عيونه في حالة استبصار وبالتالي يعجز عن التمييز بين الأمور المادية والروحية التي يراها. بالتالي يُفضّل أن تكون قدرة الاستبصار لديه تحت السيطرة بشكل جيّد ويسمح لها أن تصبح فعالة فقط عندما يريدّها أن تكون كذلك. من خلال التكرار المستمر لهذا التمرين السابق، سوف يحرز المريد مهارة تجعله قادر على السماح لعيونه المستبصرة لتتفعل خلال لحظات معدودة. العيون المحضرة بهذه الطريقة تستطيع، إن كانت مقفلة أو مفتوحة، رؤية أي شيء يريد المريد رؤيته، وإن كان ذلك عبر كرة كريستالية أو مرآة سحرية، تستطيع عيونه المستبصرة أن ترى كل شيء. ونوعية وجودة إدراكه الاستبصاري تعتمد حصراً على نقاوة شخصيته.

غسول خاص للعين

هناك علاج ممتاز يساهم في تسريع النجاح وله تأثير إيجابي كبير على العيون، حيث يمكن للأشخاص الذين يعانون من سوء البصر أو مصابون بعلّة صحية في العينين الاستفادة بشكل كبير، ليس فقط من وجهة نظر تجاوزية بل من ناحية جسدية أيضاً، إذ يمكن استخدام هذا المحلول كغسول فعال للعين. لطالما وصفه الأسياد القدماء لتلامذتهم ومريديهم بسبب فوائده التجاوزية وكذلك الجسدية فيما يخصّ العينين. يمكن تحضير هذا الغسول العيني بسهولة. أنت بحاجة إلى المكونات التالية:

- 1- قارورة كبيرة من الماء المقطر.
 - 2- زهور البابونج Chamomile (جافة أو حديثة القطف).
 - 3- نبتة العرقون Eyebright (جافة أو حديثة القطف).
 - 4- سبعة أو تسعة أعواد من شجر الصفصاف أو البندق. انزع عنها الأوراق، ثم جفّف الأعواد في نور الشمس.
 - 5- ورق ترشيح (مصفاة تكون من ورق أو قطن أو ما شابه ذلك لتمنع الشوائب من المرور مع الماء).
 - 6- قمع صغير (لتعبئة المحلول في قارورة).
- طريقة التحضير:

يتم تحضير هذا الغسول العيني على الشكل التالي: صب ربع لتر من الماء المقطر في وعاء نظيف، ثم قم بغلي الماء، ثم أضف مقدار ملعقتان صغيرتان من زهور البابونج وملعقة صغيرة واحدة من نبتة العرقون. دع هذه المحتويات تغلي في الماء لثوان عدة فقط، ثم ارفع الوعاء بالكامل عن النار وضعه جانباً وغطيه لمدة عشر دقائق. قم بعدها بتصفية محتوى الوعاء (باستخدام ورق ترشيح أو ما شابه) خلال نقله إلى وعاء آخر نظيف. بعد أن يبرد المحلول تماماً، خذ رزمة أعواد الصفصاف أو البندق، ثم قم بإشعال أحد أطراف الرزمة بالنار، ودعها تحترق قليلاً. قم بعدها بتغطيس الطرف المحترق للرزمة في المحلول. من

خلال فعل ذلك يكون عنصر النار قد انتقل إلى المحلول،
وحينها يمكنك اعتبار المحلول نوع من أنواع المكثفات
السيولية. سوف أشرح هذا الأخير بالتفصيل في فصل
لاحق. قم بعدها بتصفية المحلول مرة أخرى إلى وعاء
نظيف آخر. التصفية هي عملية مهمة جداً، لأنها تمنع
الشوائب والرماد الناتج من تغطيس الأعواد المحترقة من
البقاء في سائل المحلول. قم بعدها بصب المحلول الناتج
في وعاء زجاجي وضعه أمامك.

الآن عليك شحن هذا المحلول بعنصر النار، وتفعل ذلك
كما يلي: أنت جالس الآن أمام الوعاء الزجاجي المحتوي
على المحلول الذي صنعته. قم باستنشاق عنصر النار عبر
الرئتين أو المسامات، أو الاثنين معاً بنفس الوقت، واملاً
جسمك بالكامل بهذا العنصر. خلال قيامك بهذه العملية لا
تغير انتباهك لشدة الحرارة التي هي من خصائص عنصر
النار، حيث سوف تشعر بهذه الحرارة في جميع الأحوال،
لكن الأمر الأهم هو أن لا تنسى أنه على عنصر النار أن
يحمل رغبتك التي سوف تنقلها إليه عبر التصور أثناء
تراكمه في الجسم. الرغبة هي تنشيط عينيك الجسدية
وتنمية عينيك النفسية. بعد نقل الرغبة إلى عنصر النار
المتراكم في جسمك، قم بإبعائه إلى المحلول الذي أمامك،
إما عن طريق الصغيرة الشمسية، أو عن طريق إحدى
اليدين، أو عن طريق النفس المنطلق خلال النفخ في
المحلول. إذا شعرت أن عملية إطلاق عنصر النار إلى
المحلول غير مضبوط أو غير سليم، قم بتكرار العملية عدة
مرات أخرى، لكن ليس أكثر من (7) أو (9) مرات.

بهذه الطريقة سوف يتحول هذا المحلول إلى محلول
جوهري قوي والذي لا يكون له تأثير جيد على البصر
فحسب، بل يقوم أيضاً بتنشيط وإحياء وإنماء الحواس
النفسية (النجمية). قم بعدها بسكب المحلول إلى قارورة
نظيفة واحفظها في مكان بارد. يمكن استخدام هذا
الغسل العيني إما لتقوية البصر أو لغايات تجاوزية. في
حالة ضعف البصر، يمكن للشخص تقطير هذا المحلول في

العينين دون تردد، لأن العشبتيين الداخلتين في مكوناته هما مضادات للتحسس ويعتبران مقوي للعين، يمكنك الاطلاع على هذه المعلومة في المراجع القديمة لطب الأعشاب. أما بالنسبة للغايات التجاوزية، مثل إنماء الحواس النفسية (النجمية)، لا يمكن تقطير المحلول في العين، بل نستخدم كمادات من القطن أو الصوف وتكون هذه الأخيرة مبللة بالمحلول، فنضع كمادة على كل عين ثم نلف فوقها شريط قماش حول الرأس (كما في الشكل التالي).



[1]

نضع الكمادات المبلولة بالمحلول على العينين.

[2]

ثم نثبتها في مكانها عبر لف شريط قماش فوقها حول الرأس.

ملاحظة:

أما الفترة الوحيدة التي علينا فيها وضع هذه الكمادات المبلولة بالمحلول على العينين فهي خلال ممارسة التمرين الذي نقوم فيه بمراكمة النور في بؤبؤ العينين، والذي أوردته سابقاً.

عندما أقول كمادات مبلولة، أعني بذلك ترطيبها بالمحلول بشكل معتدل، وليس المبالغة في إروائها بالسائل حتى يسيل منها. سبق وذكرت بأنه يجب تثبيت الكمادات على العينين ومنعها من السقوط وذلك عبر لف شريط من القماش حول الرأس (كما هو مبين في الشكل السابق). ويجب ممارسة هذه العملية، أي ممارسة التمرين مع وضع الكمادات على العيون، دون حضور أحد آخر في المكان. يمكن استخدام الكمادات المبلولة أكثر من مرة، أي نستخدمها ذاتها دون تغيير خلال الممارسة المتكررة للتمرين، لأن المحلول الذي في الكمادات لا يزول تأثيره رغم جفافه من الكمادات. بالتالي ليس هناك ضرورة لتجديد الكمادات في كل مرة نمارس فيها التمرين. والأهم من ذلك كله هو عدم السماح لأي فرصة وقوع هذه الكمادات في أيدي أشخاص غير كفؤة، ولا حتى من أعضاء الأسرة. هذه الكمادات هي لاستخدامك الشخصي فقط. كلما انتهيت من التمرين قم بوضع الكمادات في كيس من النايلون واحفظها جانباً حتى يأتي موعد التمرين مرة أخرى.

مجرد أن أحرزت تقدماً بالتمرين الذي تستخدم خلاله الكمادات، ويحصل نمو جيد للعيون النفسية (النجمية)، يمكنك حينها الاستغناء عن استخدام الكمادات المبلولة بالمحلول، ويصبح كافياً أن تمارس تمرين مراكمة النور في بؤبؤ العينين لوحده دون حاجة لكمادات. بعد التكرار المستمر لهذا التمرين المراكز للنور في بؤبؤ العينين، وتكون العيون الجسدية قد نمت ونشطت بفضل هذا

التمرين، يمكن للممارس حينها أن يوجه انتباهه للعيون النفسية مصحوباً مع رغبة في القدرة على الرؤية الاستبصارية، فتتفعل القدرة مباشرة. سوف أشرح طريقة ممارسة عملية الاستبصار بالتفصيل لاحقاً.

إذا اجتهد المريد في ممارسة التمارين السابقة بنجاح، سوف ينمي عيونه بحيث تكون محضرة للاستبصار وبطريقة سليمة وغير مؤذية إطلاقاً، وسوف يحقق الغاية المنشودة خلال شهور عدة، وقد يصبح موهوباً بهذه القدرة خلال أسابيع عدة، الأمر يعتمد على تكوينه الفطري. لكن المهم هو أن الوسيلة الموصوفة هنا سوف تمكن أي شخص يلتزم بخطواتها أن يحوز على قدرة استبصارية بكل تأكيد، وسوف يحقق كافة المهمات والعمليات التي تنتظره لاحقاً في مجال العلم التجاوزي. يستحيل ذكر كافة أنواع النجاح التي يحرزها الفرد مع الأساليب المختلفة للاستبصار والواردة هنا، لأن عددها كبير جداً، لكن الأمر في النهاية يعتمد على المريد ذاته وكم تقدم في مسيرة تدريب عيونه النفسية (النجمية). لكن في جميع الأحوال، عليه أن يحذر من عدم التباهي بالقدرات التي اكتسبها، والأسوأ من ذلك هو سوء استخدام هذه القدرات بهدف أذية أخيه الإنسان. عليه أن يستخدم هذه القدرات لهدف واحد فحسب وهو خدمة ومنفعة أخيه الإنسان. في مجال الاستبصار لا يمثل عاملي المكان والزمان أي عقبة، ولا شيء يبقى محجوب عن الممارس فيما يتعلق بعيونه المستبصرة.

قناة محبي الكتب على التليجرام

المكثفات السيولية

ما هي المكثفات السيولية؟ من المؤكد أن هذا السؤال راح يراود القارئ الكريم منذ بدأ هذا المصطلح يرد قبل عدة فصول سابقة. دعونا نبدأ أولاً بتعريف كلمة "سيولة"، وهي الشكل أو الهيئة التي تتخذها الطاقة أو القوة التي يراكمها الممارس في جسمه أو في مكان آخر يستهدفه بتفكيره. إذا كان يشحن الماء أو قطعة ورق أو حجر أو معدن مثلاً، فإن القوة التي تخرج منه لتتراكم في هذه الأشياء لها طبيعة سيولية. وهذه السيولة تحمل نوع القوة أو الطاقة التي يرسلها الممارس باتجاه الشيء المستهدف بتفكيره. لذلك يكون لدينا أنواع كثيرة من السيولات، كالسيولة الحيوية والسيولة العقلية المبرمجة والسيولة الثارية والسيولة المائية... وهكذا إلى آخره. السيولة تكون مخصّبة بالرغبة أو الأمنية التي زرعتها عن طريق التصوّر. بالتالي يمكننا القول إن السيولة هي محتوى عقلي ينطلق من الممارس باتجاه موقع أو شخص يستهدفه بتفكيره.

أي شيء يمكنه أن يتأثر بهذه السيولة مهما كان نوعها، والتي تنطلق من الممارس بفعل الإرادة وتحمل في طياتها قوة أو طاقة معيّنة بفعل التصوّر. لكن وفقاً لقوانين التشابه وقياس التمثيل، وكذلك الخبرة الطويلة في هذا المجال، اكتشف الخبراء القدامى بأنه ليس كل شيء، جامد أو سائل، يكون مناسباً لتخزين هذه السيولة المتراكمة فيها لمدة طويلة أو حتى إنها غير مناسبة لتخزينها إطلاقاً. الأمر مشابه تماماً للتيار الكهربائي الذي نجد له نواقل جيدة وأنصاف نواقل وعوازل تمنع مروره كلياً. الأمر ذاته ينطبق على هذه السيولة ذات المحتوى العقلي والتي يوجد مواد قادرة على استيعابها وتخزينها ومواد أخرى غير قادرة على ذلك. كما حالة التيار الكهربائي، فإن لهذه السيولة نواقل جيّدة ولها قدرة تخزين هائلة بحيث يمكنها

الاحتفاظ بالقوة السيولية لمدة طويلة من الزمن بحيث يمكن استرجاعها منها وفق الإرادة. أي كما نستطيع اليوم تخزين المعلومات الرقمية في قرص مدمج (CD) أو شريط تسجيل. في العلم الهرمزي يشيرون لهذه المواد الحائزة على قدرة تخزينية باسم "المكثفات السيولية". ويوجد ثلاث مجموعات رئيسية من هذه المكثفات السيولية: [1] المكثفات السيولية الصلبة، و[2] المكثفات السيولية السائلة، و[3] المكثفات السيولية الغازية أو البخارية.

المجموعة الأولى التي تمثل المكثفات السيولية الصلبة تشمل بشكل رئيسي على أنواع مختلفة من الراتينج والمعادن والبلورات، أو الكريستالات، والأحجار الكريمة. بالنسبة إلى المعادن، فإن الذهب يحتل المركز الأرفع. إن ذرات صغيرة جداً، وحتى جزيئات ذرية دقيقة، من الذهب يمنح كمية هائلة من قدرة التكثيف لأي سائل. لهذا السبب يُضاف الذهب بمقادير قليلة جداً لأي مكثف سيولي. هناك المزيد عن هذا الموضوع لاحقاً.

المجموعة الثانية التي تمثل المكثفات السيولية السائلة تشمل الزيوت وأنواع مختلفة من الورنيش ومستخلصات وأصباغ مأخوذة من مواد صمغية مستخلصة من نباتات معينة. كما الذهب يحتل المركز الأول بين المواد الصلبة، وهو نظير لطبيعة الشمس من حيث القوة والنور، فإن المادة الأولى في المواد السائلة هي دم الإنسان وسائله المنوي، والليذان يلعبان دور الذهب بين المواد السائلة. وفي بعض الأحيان يمكنهما أن يحتلا مكان الذهب بالكامل، لأن جزيئات دقيقة من الدم أو السائل المنوي والمضافة إلى سائل معين سوف يمنحانه قدرة تخزينية هائلة.

المجموعة الثالثة التي تمثل المكثفات السيولية الغازية تشمل كافة أنواع البخور والبهارات والمياه ذات الرائحة ومواد بخارية أخرى، لكنني لن أتكلم عنها بالتفصيل، لأنها الأقل أهمية للعمل التجاوزي. فضلاً عن ذلك، سوف أتناول المكثفات السيولية الأكثر قيمة والتي هي أساسية في هذه

الممارسة.

في الحقيقة، إذا أردت ذكر كافة أنواع المواد الصلبة والسائلة والغازية، وكيفية استخلاصها أو تجميعها وطريقة استخدامها، هذا ولم نتحدث عن الأنواع الكثيرة جداً من البخور والأحجار الكريمة ونصف الكريمة والكريستالات... إلى آخره، سوف يتطلب ذلك كتاباً كاملاً ومن الحجم الكبير. هذا ولم نتكلم عن الأسعار الباهظة التي تتطلبها حيازة بعض هذه المواد، وهذا سبب آخر لانعدام الجدوى من ذكرها هنا. لهذا السبب سوف نعتمد بدرجة أكبر على المكثفات السيولية السائلة والتي يمكننا استخلاصها من الأعشاب، لأنها سهلة المنال ورخيصة والأهم من ذلك كله هو المدى الكبير لفعاليتها وجدواها العملية.

هناك طريقتان لتحضير هذه المكثفات السيولية. يوجد النوع البسيط المؤلف من مادة واحدة أو نبتة واحدة والتي هي مجدية للاستخدامات كافة. أما النوع الثاني فيتألف من مجموعة مكثفات سيولية والمحضرة من مجموعة مواد ونباتات مختلفة تحوز على خواص تخزينية هائلة. بما أنه من الضروري إضافة كمية صغيرة من الذهب لأي مكثف سيولي مهما كان نوعه، وليس بمقدور معظم الممارسين الحصول على الذهب بهيئته الطبيعية، يمكن بالتالي استبداله من خلال استخدام كلوريد الذهب القابل للانحلال. إن غرام واحد من كلوريد الذهب والمخفف في (20) غراماً من الماء المقطر ينتج صبغة الذهب المطلوبة. (5) إلى (10) قطرات من هذه الصبغة تكفي لما كميته (100) غرام من المكثف السيولي.

الأشخاص الضليعون في العمل المخبري يستطيعون إنتاج صبغة الذهب بواسطة التحليل الكهربائي (الكهارة). الأدوية المثلية Homeopathic مثل كل من دواء الـ [aurum chloratum] وكذلك دواء الـ [aurum muriaticum] تعتبر كلوريد الذهب.

لنفترض أنه ليس لديك أي فرصة للحيازة على صبغة الذهب بأي طريقة من الطرق الموصوفة سابقاً، يمكنك

بالتالي إنتاجها بنفسك وبنفس الطريقة التي اتبعتها الكيميائيون القدامى. خذ قطعة من الذهب ذات الجودة العالية (14 قراط على الأقل). اعلم أن هذه القطعة الذهبية لن تتضرر من الإجراءات التي سوف نقوم بها. حضر كمية من الماء المقطر وتساوي عشر مرات لوزن قطعة الذهب. قم بتسخين قطعة الذهب على النار حتى الاحمرار، ثم قم فجأة برميها في كمية الماء المقطرة. احذر أن لا تلمس الماء الأداة التي تمسك بها قطعة الذهب. دع الماء وقطعة الذهب يبردان تماماً، ثم كرر هذه العملية (7) أو (10) مرات. أضف المزيد من الماء المقطر إلى كمية الماء السابقة للتعويض عن الكمية التي تبخرت نتيجة عملية تبريد قطعة الذهب. في كل مرة يتم فيها تسقيط قطعة الذهب الساخنة في كمية الماء، تتحرر منها جزيئات غروانية من الذهب، وبالتالي سوف تصبح كمية الماء المقطرة مشبعة بالذهب.

كان الكيميائيون القدامى يسمون هذه الطريقة لإشباع الماء أو أي مزيج عشبي، عبر إطفاء الذهب الساخن فيه، باسم: "استخلاص جوهر الذهب بالطريقة الساخنة"، وكانوا يستخدمون هذا الجوهر كمزيج مع تحضيرات كيميائية أخرى مختلفة. لكننا هنا سوف نستخدمه لصنع المكثفات السيولية. يجب تصفية الماء المشبع بالذهب الناتج من العملية وحفظه جيداً في وعاء زجاجي مغلق. يُضاف منه (5) إلى (10) قطرات إلى كمية مقاديرها حوالي (100) غرام من المكثف السيولي. قطعة الذهب التي استخدمتها لن تتضرر من هذه العملية إطلاقاً، وكل ما عليك فعله هو مسحها جيداً فتعود إلى حالتها السابقة.

المكثف السيولي المركب العمومي

من أجل إنجاز تراكمات قوية جيداً من القوة أو تحقيق مهمات مقدر لها إنتاج، ليس فقط تأثيرات على المستوى العقلي والنفسي، بل المادي أيضاً، مثل خلق كائنات عنصرية وغيرها من ظواهر تجسدية، علينا أن نستخدم المكثف السيولي المركب العمومي، والذي يحتوي على المستخلصات العشبية التالية:

حشيشة الملاك angelica، الميرمية sage، زهر شجرة الزيزفون، قشر الخيار، بذر البطيخ، زهر أو ورق الخرنوب acacia، زهر البابونج، زهر أو ورق أو جذور الزنبق، زهر أو لحاء القرفة، ورق القراص nettle، ورق النعناع الفلفلي peppermint، ورق شجرة الحور، ورق أو زهر البنفسج، ورق أو لحاء الصفصاف، تبغ أخضر أو مجفف tobacco.

يوجد ثلاث طرق مختلفة للتحضير يجب معرفتها. الطريقة الأولى والتي هي الأكثر بساطة هي أن تضع أجزاء متساوية من الأعشاب المذكورة في قدر كبير، اسكب الماء فوقها حتى تغطيها بالكامل، ثم اغليها على نار هادئة لمدة (30) دقيقة. بعدها اتركها لتبرد ثم صفيها، ثم قم بغلي الماء المصفى حتى يصبح سائل مركز وسميك. ثم قم بعدها بإضافة ما يعادل حجمها من الكحول الطبي (سبيرتو)، ثم قم بإضافة قطرات عدة من صبغة الذهب. خض المحلول جيداً، ثم قم بتصفيته مرة أخرى إلى قارورة معتمة، اغلقها جيداً واحفظها في مكان مظلم وبارد.

الطريقة الثانية تجري كما يلي: ضع الأعشاب بأجزاء متساوية في وعاء زجاجي (مرطبان كبير)، ثم قم بإضافة الكحول الطبي حتى يغمرها بالكامل، ثم أغلق الوعاء واتركها تستخلص لمدة (28) يوماً في مكان دافئ. قم

بعدها بتصفية المحلول وأضف عدة قطرات من صبغة الذهب، ثم قم بتعبئتها في قارورة أو مجموعة قوارير حسب الكمية، واحفظها في مكان بارد ومعتم.

أحد أفضل الطرق للتحضير هي معاملة الأعشاب بطريقة منفردة، أي كل واحدة على حدة، إن كان في عملية الغلي في الماء أو التخمير في الكحول الطبي. بعد استخلاص المحلول من كل منها، اجمعها ببعضها، ثم أضف صبغة الذهب، ثم احفظها في مكان بارد ومظلم.

من وجهة نظر الشخص العادي، فإن الوصفات المذكورة في الصفحات السابقة هي فوضوية وعشوائية وحتى فضيحة وكريهة، ومن وجهة النظر الصيدلانية سوف تبدو كلام فارغ ومجرد من المنطق. لكن المسألة هنا لا تتعلق بالعلم الصيدلاني، بل بالتأثير التجاوزي والفرق بينهما كبير جداً. إن عيون الممارسين الخبراء والذين يعرفون المعنى الخفي للنباتات، والذي هو غامض جداً، سوف تلاحظ صلة الوصل الحقيقية من خلال التأمل العميق. كافة الوصفات المذكورة هنا تأصلت من الممارسة والتجربة العملية وجميعها أثبتت جدواها.

قناة محبي الكتب على التليجرام

المكثف السيولي الصلب

بما أنني سوف أقوم في الخطوة التالية بوصف الطريقة الأصلية لاستخدام المرأة التجاوزية (المشهورة باسم المرأة السحرية)، أي الممارسة العملية للمرأة التجاوزية، سوف أشرح للممارس التجاوزي كيف يبني لنفسه مرآة تجاوزية. لكن لكي نحقق ذلك نحن بحاجة إلى مكثف سيولي من النوع الصلب، والذي يحتوي على سبعة معادن مختلفة. محتويات المكثف السيولي الصلب هي التالية:

المادة

الكمية

1

رصاص

1 جزء

2

قصدير

1 جزء

3

حديد

1 جزء

4

ذهب

1 جزء

5

ثعالب أحمر

1 جزء

6

نحاس أصفر

1 جزء

7

فضة

1 جزء

8

راتنج الألوة (الصبار)

1 جزء

9

فحم حيواني

3 أجزاء

10

فحم حجري

3 أجزاء

يتم تكييف المواد بالحجم وليس بالوزن. ويجب أن تكون المواد كافة على شكل مسحوق. يُستخدم المبرد لتحويل المعادن إلى مسحوق. ضع كل المحتويات مع بعضها وأخلطها جيداً لكي تحصل في النهاية على مكثف سيولي صلب فعلي.

كان الكيميائيون القدامى يصنعون خلطة معدنية مميزة لصناعة مكثفهما لسيولي العجيب. هذه الخلطة مؤلفة من المعادن التالية:

المعدن

الوزن

1

ذهب

30 غراماً

2

فضة

30 غراماً

3

نحاس أحمر

15 غراماً

4

قصدير

6 غرامات

5

رصاص

5 غرامات

6

حديد

3 غرامات

7

زئبق

15 غراماً

كما تلاحظ، الخلطة السابقة التي استخدمها الخيميائيون القدامى تحتوي على المعادن المنسوبة إلى الكواكب السبعة، ومن هذه السبيكة التي كانوا ينتجونها بطريقتهم الخاصة، كانوا يصنعون المرايا السحرية والأجراس وغيرها من أدوات خاصة أخرى يستخدمها الممارسون التجاوزيون. المكثفات السيولية الصلبة التي وصفتها هنا هي جيدة وعملية وأثبتت جدواها بالتجربة العملية.

صناعة المرايا السحرية

يوجد نوعين مختلفين من هذه المرايا السحرية: [1] المرايا المقعرة (المنحنية إلى الداخل)، و[2] المرايا المسطحة. المرايا العادية تتناسب مع النوعين السابقين، لكن يجب دهنها بملغم فضي (زئبق ممزوج بمعدن آخر) أو الورنيش الأسود، أو مدهون بمكثف سيولي سائل أو صلب. لكن من أجل غايتنا التجاوزية، فإن النوعين المذكورين في بداية الفقرة لهما قيمة خاصة، وسوف أوصف طريقة تصنيع هذه المرايا بالاعتماد على بعض النماذج الواردة في الأمثلة التالية:

1- من أجل صنع مرايا بأبسط طريقة، مع استخدام مكثف سيولي، يمكن لأي مرآة عادية أو حتى وعاء زجاجي أن يكون مناسب للعملية. كل ما في الأمر هو دهنها بمكثف سيولي سائل أو صلب.

2- قص شكل دائري من طبق كرتون أو ورق مقوى، ويكون قطر الدائرة وفقاً لما تراه مناسباً لك، أي يمكن للقطر أن يتراوح بين 20 سم و50 سم، حسب ما ترغبه. قم بعدها بقص قرص بنفس القطر من ورق ترشيح، ثم قم بعدها بدهن هذه الورقة الأخيرة مرات عدة متكررة حتى تصبح مشبعة بمكثف سيولي سائل، مستخدماً فرشاة دهان أو قطعة قطن، ثم دعها تجف. قم بعدها بلصق الورقة على قرص الكرتون، وانتظر حتى يجف الصمغ، وبعدها يصبح لديك مرآة جاهزة للاستخدام. الجميع يستطيعون صنع مرآة كهذه. ربما البعض لا يحبون الشكل الدائري، يمكنهم بدلاً من ذلك اختيار شكل مربع أو بيضوي. يمكنك تثبيت هذه المرآة ضمن إطار إذا رغبت ذلك. تذكر أن الجانب الأمامي للمرآة هو ذلك الذي لُصقت عليه الورقة المشبعة بالمكثف السيولي.

3- إجراءات الطريقة الثالثة هي مماثلة للطريقة السابقة، لكن مع فرق بسيط وهو أن عليك هنا أن تطلي سطح ورق الترشيح، المشبع بالمكثف السيولي السائل، بطبقة رقيقة من الورنيش الشفاف، أي عديم اللون، ثم تنثر على كامل سطحها، قبل أن يجف الورنيش، المحتويات المعدنية للمكثف السيولي الصلب والتي تكون على شكل برادة. يمكنك استخدام مصفاة صغيرة لتعمل كما الغربال، حيث تضع فيها محتويات المكثف السيولي الصلب (برادة المعادن المختلفة) وتبدأ بهزها كما الغربال فوق سطح الورقة المطلية بالورنيش. هذه المرآة سوف تكون عملية جداً لأنها تحتوي على نوعين مختلفين من المكثفات السيولية، الصلب والسائل.

4- إن تحضير مرآة مقعرة ليست معقدة كما نظن. يمكنك إيجاد زجاجة دائرية ومقعرة كتلك الموجودة في ساعات الجدار الكبيرة. حتى الأوعية الزجاجية الدائرية المقعرة قد تفي بالغرض. قم بدهن الجانب الأمامي للقطعة الزجاجية المقعرة بالورنيش الأسود سريع الجفاف. ادهن هذا الجانب مرات عدة بالورنيش حتى يصبح قاتماً بشكل واضح. ثم قم بدهن القسم الخلفي بطبقة رقيقة من الورنيش الشفاف وانثر فوقه محتويات المكثف السيولي الصلب (برادة المعادن المختلفة) بنفس الطريقة الموصوفة في الفقرة السابقة. ثم اتركها حتى يجف الورنيش الشفاف. ثم قم بتثبيت قطعة الزجاج المطلية في إطار صندوقي من الخشب المطلي بالأسود (الشكل التالي).



تثبيت قطعة الزجاج المطلية في إطار صندوقي من الخشب المطلي بالأسود.

5- إذا أردت صنع مرآة سحرية مقعرة ولم يتوفر لديك زجاج مقعر، فما عليك سوى اللجوء إلى حفر قطعة من الخشب لتتخذ شكل مقعر، أو قطعة من الكرتون أو الورق المقوى وتجعلها تتخذ شكل مقعر بعد ترطيبها، أو قم بصنع شكل دائري مقعر من الجص (الجبصين). إذا قررت استخدام الجص فعليك أن تستخدم مكثف سيولي سائل بدلاً من الماء خلال جبلة في البداية قبل وضعه في القالب المقعر (الشكل التالي).



1

2

بعد وضع جبلة الجص في القالب دعه يجف ببطء بحيث لا يتشكل شقوق. لكن إذا حصل تشققات، قم بتعبئتها وتمليسها مستخدماً جبلة جديدة من الجص، ثم اتركها لكي تجف. قم بعدها بصقل وجه المرآة عبر فركها بورق سنفرة (ورق مرملة). قم بعدها بدهن الوجه المقعر بطبقة من الورنيش الشفاف، وانثر فوقه محتويات المكثف السيولي الصلب (برادة المعادن المختلفة)، ثم اتركها حتى يجف الورنيش الشفاف. يمكنك طلاء الحواف الجانبية والخلفية بورنيش أسود. بعد أن تجف المرآة تصبح جاهزة للاستخدام.

في الحقيقة، فإن هكذا مرآة مصنوعة منزلياً تكون أكثر فعالية من تلك المصنوعة من الزجاج، لأنها تحتوي على نوعين مؤثرين من المكثفات السيولية، السائل والصلب.

العيب الوحيد فيها هو أنها سهلة الكسر، لذلك كن حذراً
واتخذ إجراءات الوقاية اللازمة.

ملاحظة: حسب التجربة العملية، أفضل طريقة لصنع
المرآة هي تلك التي يجبل فيها المكثف السيولي السائل
مع الجبصين، أو أي مادة مشابهة قابلة للاختلاط مع
السائل خلال جبلها. بالإضافة إلى نقطة مهمة وهي أنه
ليس ضرورياً في البداية أن تجعل شكل المرآة مقعراً، لأنها
تمثل عملية صعبة ومعقدة بالنسبة إلى المبتدئ، لذلك فإن
صنع مرآة مستطيلة الشكل (لسهولة صنع القالب) هو أمر
ممكن ويتمتع بنفس القوة التجاوزية.

قناة محبي الكتب على التليجرام

تحذير

بما أننا نتناول موضوع الاستبصار بالتفصيل، لا بد أن نـشـمـل أيضاً بعض التحذيرات المهمة والتي يجب أخذها على محمل الجد. الإرشادات المختلفة التي تم نشرها حتى الآن بهدف تنمية هذه القدرة لم تأتي بأي نتيجة إيجابية لأحد. حتى إن الأشخاص الموهوبين بقدرة طبيعية لم يحرزوا سوى نجاح جزئي والذي لم يدم طويلاً. لكن حتى أشخاص كهؤلاء الذين نجحوا جزئياً أصيبوا بعـلـل مـعـيـنة خصوصاً ضعف العينين أو اضطرابات عصبية أو غيرها. السبب الرئيسي الذي أدى إلى هذه الحالة الصحية السلبية يكمن في حقيقة أن ملكة الاستبصار لم تُستنهض نتيجة التنمية النفسية والعقلية (كما فعلنا في هذا الكتاب)، بل تم استنهاضها بالقوة، وهذا يجعلها بالتالي تتجلى بشكل سقيم وأحادي الجانب. إن اتباع إرشادات غير مدروسة، كتلك الواردة في الكتب التجارية المشورة في الأسواق، سوف يقود حتماً إلى حالة إبطال لمفعول أحد العناصر مما ينتج حساسية زائدة لإحدى الأعضاء الحسية. ونتيجة لذلك، لم يعد ممكناً استقبال إدراكات حسية من العالمين العقلي والنفسي، وهذا كله يعتمد على مدى النمو الروحي للشخص المتدرب وقدره عموماً. إن حالة تعطيل مفعول أحد العناصر مؤلف من أربعة أنواع:

1- تعطيل مبدأ النار: هذا النوع من التعطيل يحصل عموماً نتيجة التمارين على الاستبصار والتي يتم ممارستها من خلال التحديق الطويل للبصر، مثل التحديق إلى البلورة، أو التحديق إلى نقطة واحدة لفترة طويلة، مثل سطح لامع أو حبر أسود أو مرآة... إلى آخره.

2- تعطيل مبدأ الهواء: هذا النوع من التعطيل يحصل عموماً نتيجة التمارين على الاستبصار والتي يتم خلال

ممارستها إشعال البخور أو استنشاق الأبخرة المخدرة أو الغازات،... إلى آخره.

3- تعطيل مبدأ الماء: هذا النوع من التعطيل يحصل عموماً نتيجة التمارين على الاستبصار والتي يتم خلال ممارستها تناول أنواع مختلفة من الأعشاب المخدرة، مثل الأفيون أو الحشيش أو السوما أو البيوتي، والتي تدخل إلى مجرى الدم عبر المنظومة الهضمية.

4- تعطيل مبدأ التراب: هذا النوع من التعطيل يحصل عموماً نتيجة التمارين على الاستبصار والتي يتم خلالها أي نوع من الممارسات تهدف إلى استنهاض حالة وعي بديلة، مثل الرقص والتمايل، أو هز الرأس، أو غيرها من حركات جسدية مرهقة.

يمكن الحديث مطولاً حول هذه الحالات المتنوعة وأخطارها وسلبياتها. لكن هذه التوصيفات المختصرة السابقة كافية بالنسبة للمتدرب الفطين. من الواضح أن تعطيل أي مبدأ عنصري لا يؤدي فقط إلى حصول ضرر في الصحة، بل يعطل النمو الروحي أيضاً، خصوصاً إذا كانت الممارسات السلبية الموصوفة سابقاً تتم لمدة طويلة من الزمن حتى تحولت إلى عادة تكرارية. بالاعتماد على هذه الأنواع الأربعة من الممارسات السلبية، قد يظن الفرد أنه يتعامل مع قوى ماورائية عليا، لكن بما أنه يفتقد إلى السيادة على نفسه وعلى العناصر، فهذا سيوقعه حتماً تحت تأثير إغراءات القوى الدنيا. ومجرد أن استسلم لهذه القوى الدنيوية الوضيعة، سوف يواجه صعوبة كبيرة في الارتقاء مرة أخرى.

فقط الممارس المتدرب جيداً، والذي يحوز على إرادة قوية وسيادة كاملة على العناصر في كيانه، والذي نجح في إنماء حواسه النفسية عبر التمارين المذكورة في هذا الكتاب، يستطيع تحمّل حالة تعطيل أو إلغاء مؤقت لأي مبدأ عنصري دون حصول أي ضرر في جسمه أو نفسه أو روحه. الممارس التجاوزي الحقيقي سوف يستعيد توازن العناصر لديه بمساعدة التمارين التي اعتاد على ممارستها.

إن النتائج التي يحصل عليها خلال ممارسة الاستبصار هي مرضية لأنه لا يختبر أي من الحالات السلبية السابقة، بل يعمل على تفعيل ملكاته الباطنية التي نقاها عبر التدريب، والتي هي متلازمة مع نموه النفسي والروحي.

فضيلة محبي الخشب على التليجرام

الاستبصار عبر استخدام المرآة السحرية

يوجد نوعين من المرايا السحرية:

1- المرايا العادية التي نستخدمها في حياتنا اليومية، لكنها مصنوعة إما من زجاج مسطح أو زجاج مقعر، والمطلية على أحد جوانبها بالملغم الفضي أو الورنيش الأسود. الكرة البلورية، أو الكريستالية، تنتمي لهذا النوع من المرايا، وكذلك الحال مع المرايا المعدنية المسطحة أو المقعرة، والمطلية وجوهها بسائل ملون أو أسود. حتى سطح مستنقع من الماء أو بقعة الحبر الأسود يمكن أن تلعب دور المرآة.

2- أما النوع الثاني من المرايا السحرية فتتنتمي إليه تلك التي وصفتها في الفصل السابق والتي يدخل في تكوينها المكثفات السيولية.

في البداية، على الممارس أن يعلم بأنه ليست المرآة هي التي تمنح النجاح، بل الملكات النفسية والعقلية التي قام بتنميتها عبر التمارين السابقة في هذا الكتاب. وبالتالي على الممارس أن يعتبر أي من تلك المرايا السحرية مجرد أداة أو وسيلة. هذا لا يعني أنه لا يستطيع ممارسة الاستبصار دون وجود مرآة، لكن بسبب التطبيقات العديدة التي تمنحها المرآة، يفضل الممارس التجاوزي استخدامها خلال ممارسته الاستبصار.

إن كل من عمل جاهداً في ممارسة التمارين الواردة في هذا الكتاب سوف لن يكتفي بالجلوس أمام المرآة ويجهد أعصابه البصرية دون جدوى. سوف يعمل بطريقة مختلفة كلياً وهي الطريقة الصحيحة من الناحية التجاوزية.

تمرين تمهيدي

القصد من هذا التطبيق هو استنهاض القدرة على رؤية

ما تتخيله في ذهنك وهو متجلى أمامك على المرآة. وهذا التطبيق يجب أن يمثل تمرين عملي عليك أن تلتزم بممارسته لكي تقوم بتفعيل هذه الملكة الاستبصارية. اجلس في الوضعية المريحة بالنسبة إليك (أسانا) بحيث تكون المرآة أمامك على بعد متر أو متر ونصف. الإنارة هنا لا تؤدي أي دور مهم. ابدأ بعدها بتمارين التخيل، وذلك من خلال تصوّر أشياء على سطح المرآة، الواحد تلو الآخر، وعليك أن تراها من خلال عينيك المفتوحتين كما لو أنها حقيقية. مع اعتبار أنك أصبحت محترفاً في مجال التصوّر من خلال التدريب، لا أعتقد بأن هذا التمرين الأولي يمثل أي صعوبة بالنسبة إليك. عندما تتصوّر شيء معين، اثبت عليه لبعض الدقائق، ثم قم بإزالته من خيالك بعدها وبمساعدة التصوّر أيضاً. لنفترض بأنك ما زلت تواجه صعوبات في تصوّر الأشياء، ابدأ تمرينك بتصوّر الألوان قبل الانتقال إلى تصوّر الأشياء. كما ذكرت سابقاً، ملكة التخيل البصري هي منسوبة لعنصر النار، والممارسون الذين يحترفون التعامل مع هذا العنصر بشكل جيّد سوف يلاقون النجاح الأفضل في التعامل مع المرآة السحرية وحاسة الاستبصار عموماً.

بعد تصوّر الأشياء، يمكنك الانتقال إلى تصوّر الحيوانات المختلفة، ثم تنتقل إلى تصوّر كائنات بشرية، ابدأ أولاً في محاولة تصوّر ملامح وجوه الأصدقاء، ثم انتقل إلى تصوّر وجوه الغرباء، من مختلف الأعراق. قم الآن بتوسيع مجال تصوّر ليشمل كامل الجسم. مجرد أن استطعت تصوّر كائن بشري، معروف أو مجهول، ذكر أم أنثى، على وجه المرآة، استمر في عملية التصوّر ليشمل منازل ومناطق وأماكن مختلفة... إلى آخره، حتى تكون قد حققت مهارة كبيرة في هذا المجال. الآن فقط أصبحت محضراً من الناحية التجاوزية لممارسة الاستبصار مستخدماً المرآة السحرية بالطريقة الصحيحة.

هذا التمرين التمهيدي مهم جداً، لأنه يجب على كل من العيون العقلية والنفسية والجسدية أن تألف عملية إدراك

حجم وثقاوة الانطباعات المتشكلة على سطح المرأة، بمساعدة تمارين التصور المذكورة في الفقرة السابقة. وإلا لن يدرك الممارس سوى صور مشوهة وغير سليمة. خلال ممارسة هذا التمرين التحضيري، يجب أن لا يسمح الممارس بظهور تلقائي لصورة أخرى، والتي يمكنها أن تتجلى بسهولة مع الأشخاص الموهوبين بالفطرة. بالتالي على الممارس رفض كل الصور غير المتوقعة أن تظهر على سطح المرأة، مهما كانت جميلة وساحرة، لأن أي شيء غير مرغوب يراه الممارس على سطح المرأة ينتمي إلى عالم الهلوسة، أي عبارة عن انعكاسات ذهنية قادمة من العقل الباطن والتي تعمل على خداع الممارس وتمنعه من العمل بشكل سليم. من خلال ممارسة هذا التمرين الأخير، سوف يلاحظ الممارس بأن عمله التصوري يصبح أكثر سهولة كلما كان حجم المرأة أكبر.

رؤية الأحداث والأشخاص البعيدين

نستطيع من خلال المرأة السحرية رؤية أحداث ووقائع تحصل مع أشخاص، معروفين أو غير معروفين، عبر مسافات بعيدة. استنهض حالة وعي بديلة مع أكاشا (راجع الغيبوبة التجاوزية في التدريب الروحي من الخطوة [5])، وركّز على الشخص الذي تريد رؤية أفعاله أو أحواله. فكّر بالمرأة على أنها تلسكوب كبير والذي يمكنك عبره رؤية كل شيء مهما كانت المسافة الفاصلة بينك وبينه. سوف يتمكن الممارس من رؤية الشخص المطلوب مباشرة وكذلك مشاهدة محيطه كما لو في الفيلم السينمائي. في البداية قد تبدو الصور مشوشة قليلاً، لكن بعد الممارسة المستمرة سوف تصبح واضحة جداً وسوف يكون هناك شعور باللحظية والاقتراب تجاه الشخص المطلوب بحيث يكون المشهد أكثر واقعية، تقريباً كما لو أنك تقف بجانبه. حتى لو كانت المسافة الفاصلة بينك وبين الشخص المستهدف بعيدة، فهذا لم يعد أمر ذو أهمية.

لكي تتأكد وتكون واثقاً تماماً بأن كل شيء تراه في

المرأة يتوافق مع الواقع، حاول أن تتصور فعل مختلف يقوم به نفس الشخص. إذا استطعت فعل ذلك، أي تكوين صورة واضحة، فهذا يعني أن ما نراه في المرأة هو خداع وهمي، وبالتالي يجب تكرار التمرين حتى تنقي ملكة التمييز بن الحقائق الفعلية والهلوسات والخدع الوهمية.

إذا لم تكن مهتماً كثيراً بالأحداث والوقائع التي تراها على المستوى المادي، بل اهتمامك موجه إلى العالم النفسي، أي شخصية الإنسان ومشاعره، لا تركّز تفكيرك على الجسد المادي للفرد المستهدف، بل تصور جسمه النفسي فقط. بعدها بلحظات سوف ترى الهالة المحيطة بجسمه وخصائص هذا الفرد المعبر عنها بأطياف لونية متنوعة، وبناء عليها تتوصل إلى استنتاجات منطقية متعلقة بشخصيته وملكاته، وهذا وفقاً إلى قواعد التشبيه بين الألوان والصفات الشخصية.

لكن إذا أردت أن ترى في المرأة الجسم الروحي للفرد فحسب، كل ما عليك فعله هو التصور بأن الجسمين المادي والنفسي غير موجودان لدى الفرد. هنا أيضاً تستجيب حاسة الاستبصار لديك بشكل فوري، بحيث لا ترى في المرأة سوى الصور المنسوبة للروح، وبهذه الطريقة سوف تتمكن من تتبع سلسلة أفكار الفرد المعني حتى لو كنت على مسافة بعيدة. كما يمكن للقارئ أن يلاحظ من خلال المثال المذكور هنا، إن ملكة قراءة أفكار شخص آخر وعبر مسافة بعيدة قابلة للتحقيق دون مواجهة أي صعوبة، وتعتمد كلياً على قوة الإرادة وإلى أي مدى تريد تنمية هذه القدرة.

البحث في الماضي والحاضر والمستقبل

خلال العمل مع المرأة، أحد أكثر المهمات صعوبة هي البحث في الماضي والحاضر والمستقبل للأشخاص الآخرين. إنه قابل للاستيعاب حقيقة أن الممارس يستطيع إدراك ماضيه وحاضره ومستقبله في المرأة كما لو أنه يشاهد فيلم سينمائي، لكن عليه بكل تأكيد أن يتجنب هذا

العمل. إذا كان متحمساً لإرضاء فضوله في معرفة مستقبله، لن يكون الأمر صعباً بالنسبة إليه أن يركز في هذه المسألة ويتعرف على كامل التفاصيل. لكن المشكلة تكمن في ما يلي: في اللحظة التي يتطلع فيها على مستقبله في المرأة، يجرد نفسه بعدها من إرادته الحرة. سوف يتحول بعدها إلى شخص ينتظر ما عليه تلقيه من مصيره دون أي إمكانية لتجنب ما ينتظره. سوف تختلف المسألة تماماً إذا جاءنا تحذير من العناية الإلهية خلال التحديق إلى المرأة، ربما ضد خطر مستقبلي معين، دون أن نكون على علم مسبق بما هو قادم. حينها يجب أن نكون على انتباه كامل لمثل هكذا تحذيرات دون استثناء، لأن تجاهلها سوف يسبب لنا أذى كبير.

تعد المرأة السحرية مساعداً رائعاً في فحص الأشخاص الآخرين والذين يريد الممارس النظر في ماضيهم وحاضرهم ومستقبلهم. كافة الخواطر والأفكار والإدراكات والمشاعر والتصرفات وغيرها من نشاطات تخلف وراءها آثار دائمة في المحتوى الأثيري، ويسمونه في الفلسفة الهندية بـ"سجل أكاشا". وهذه الحقيقة تمكن الممارس من القراءة وسط هذا العالم المعلوماتي اللامحدود كما يقرأ في كتاب مفتوح. كل ذلك بواسطة مرآته السحرية أو بشكل مباشر خلال دخوله في حالة وعي بديلة. كل ما عليه فعله هو التركيز على ما يريد معرفته بواسطة التصور.

في البداية، عندما يكون الممارس لا يزال حديثاً في هذا المجال، سوف تظهر الصور والمشاهد مشوشة ومتشعبة. لكن من خلال المتابعة المستمرة لممارسة الاستبصار سوف تظهر الصور والمشاهد بشكل منتظم ومتسلسل على وجه المرأة وبوضوح تام وكأن الممارس يشارك بالأحداث فعلياً. يستطيع الممارس أن يتصفح أو يتقلب المشاهد إلى الأمام أو الخلف وفقاً لإرادته.

لنفترض بأن الممارس يريد معرفة شيء عن مستقبل أحد الأشخاص ولسبب مهم جداً، كل ما يحتاجه هو

التحديق إلى المرأة مع رغبة في فعل ذلك، وينتظر قليلاً حتى تتفعل الحاسة الاستبصارية لديه، وبعدها يبدأ برؤية المشاهد بصفاتها إجابات على تساؤلاته. مجرد أن احترف هذه الممارسة، عبر التجربة المستمرة، سوف لن يعد شيء خافي عليه، لأنه ليس هناك أي حدود زمانية أو مكانية للوعي الديناميكي الذي ينبعث منه باتجاه أي نقطة يستهدفها بتفكيره.

فكره مصري الخبير على التليجرام

في النهاية

قد يظن المريد بأن ممارسة الاستبصار هي عملية معقدة ويصعب استنهاضها، خصوصاً بعد اطلاعه على كل تلك التمارين وكذلك التعليمات التي يجب أن يلتزم بها خلال ممارسة الاستبصار. أطمئن القارئ الكريم أن كل هذه الإرشادات والتعليمات الواردة في الكتاب هي ضرورية وأساسية بالنسبة إليه. صحيح أنه سيعاني من صعوبات في البداية، لكن ما إن يتقن هذه الممارسة مع مرور الوقت، سوف تزول الصعوبات والتعقيدات وسيأتي وقت بحيث ينمي المريد قدرة على استحضار رؤية في المرآة بعد لحظات من بدء تحديقه إليها. كما أنه يستطيع التحكم بالرؤية التي تظهر في المرآة بحيث يتصفح المشاهد ويدقق في تفاصيلها ويتفحصها بدقة. بالإضافة إلى أنه يستطيع أن يمضي ساعات طويلة في جلسة واحدة دون أن يصاب بتعب أو إرهاق. هذه النتائج الرائعة تستحق الجهد والمعاناة اللذان يعانیهما المريد في البداية خلال التدريب. لن يعد يتأثر بحضور أشخاص آخرين في المكان، ويستطيع أن يخبرهم عن ما يشاهده في المرآة والإجابة على أي سؤال يطرحونه عليه. رغم أنه في البداية، خلال فترة التدريب وممارسة التمارين، يجب أن يكون المريد وحيداً دون أي إزعاج يعكّر صفو خلوته.

أولئك الذين يميلون إلى الإحباط وتشبیط الهمة أو الاكتئاب أو التشاؤم، لأنهم في البداية لا يحضون برؤية من أي نوع، ربما بعد محاولات عديدة، وجب أن يذكروا أنفسهم بأن الإيمان والصبر اللامحدودين هما عاملين أساسيين وضروريان من أجل استنهاض هذه الملكة الكامنة من سباتها طويل الأمد. يوجد القليل من الناس الذين هم مجردون تماماً من الحساسية تجاه العوالم التجاوزية، وهم غالباً من النوعية المتدنية من الإنسانية،

رغم أنهم قد يكونوا حائزين على أرفع الشهادات الأكاديمية ونشؤوا وسط ثقافة متقدمة، لكن هذه الميزات الأخيرة ليست مقياس إذ تعتمد على عامل الحظ وحده، لكن على الجانب الآخر، فإن هذه الميزات لن تمنع الفرد من أن يكون من المستوى المتدني في النمو الروحي والأخلاقي وعادة ما يكون بهيمي بطبيعته وكذلك محدود الخيال وقاسي وميوله دنيوية بالكامل.

من المؤكد أن بعض الأشخاص يشاهدون رؤية بسهولة ووضوح أكثر من الآخرين، بينما البعض الآخر يشاهد الرؤية أسرع وأيسر، لأن ملكاتهم النفسية في وضعية تساعد على ذلك. لكن في جميع الأحوال، فإن جودة ومدى قيمة الرؤية تتناسب مع درجة الإيمان ونقاوة الفكر والنية التي نتوجه عبرها إلى علم الاستبصار. بينما المتشككين وأولئك الذين تكون أفكارهم ودوافعهم غير سليمة سوف لن يحصلوا على رؤية واضحة ونقية، بل مجرد شذرات متفرقة من الصور المشوشة وعديمة المعنى.

هناك مرحلة متقدمة قد يحرزها الممارس في مجال الاستبصار بحيث يتلقى أحاسيس غير بصرية بطبيعتها، حيث يشعر بالموقع الذي يراه، وكأنه أصبح موجود في الموقعين معاً: مكانه الأول الذي هو فيه فعلياً وكذلك المكان الذي يراه في المرآة. على أولئك الذين يسعون إلى إحراز هذا المستوى المتقدم من الاستبصار أن يجتهدوا دائماً إلى عيش حياة نظيفة وصحية بقدر ما يمكن. إن الصحة السيئة والعرضة للأمراض والشراسة والشهوانية والميول المادية والدنيوية عموماً، جميع هذه الصفات غير متوافقة أبداً مع ملكة الاستبصار والارتقاء الروحي الذي يجب أن يكون الهدف الأسمى للمريد. لذلك، على المريد أن يعتني بصحته وغذائه وطريقة حياته عموماً. الهواء النقي والطعام الجيد (لكن ليس الكثير منه) والتمارين الرياضية، وتأمل الطبيعة...، جميعها مساعدات قوية نحو إحراز القوى والقدرات التجاوزية حيث تمثل أرضية خصبة

لنموها وتطورها. لهذا السبب، يجب الانخراط في رحلات طويلة من سير على الأقدام في المناطق الريفية، حيث تتجلى الطبيعة. وغيرها من نشاطات مشابهة.

ويجب الاعتدال في كل شيء، خصوصاً في الطعام والشراب والتعبير عن العواطف. يُفضل أن لا يقوم الممارس باستخدام المرأة مباشرة بعد تناول وجبة طعام كبيرة. المعدة المليئة والضغط المرتفع لا يتوافقان مع أي عمل تجاوزي، خصوصاً الاستبصار. الأمر ذاته ينطبق على تناول الكحول. صحيح أن الامتناع الكامل عنه هو الأمر الأفضل، لكن الاعتدال في تناوله كاف. لكن الأهم من هذا كله هو المجهود الذي يجب بذله دون تردد باتجاه تهذيب النفس والأخذ بالأفكار السامية ونقاوة الكلام والتصرف. إن التعامل مع العالم التجاوزي والتعاون مع المطلق ليس من نصيب أولئك الذين تكون أفكارهم ملطخة بالشهوات والانفعالات الدنيوية، هذا النفس المادي الرديء الذي ينتشر في العالم الدنيوي كالوباء كريبه الرائحة. فقط أولئك الذين يدركون اللامحدود في أرواحهم يأملون ويسعون إلى تحقيق الاندماج معه في اتحاد أبدي.

* * *

انتهى

قناة محبي الكتب على التليجرام

الفهرس

الاستبصار الرؤية البعيدة والإدراك الغيبي

5

الاستبصار في التعاليم الهندية القديمة

19

دورة تدريب بسيطة لاستنهاض حاسة الاستبصار

37

السزّ يكمن في طريقة تعريف الذات

49

طريقة التفكير في الزمن القديم المبدأ الشمسي ومفهوم
العناصر الأربعة

63

المبدأ الشمسي

65

منشأ مفهوم العناصر الأربعة

71

المبادئ الأربعة

75

المستويات الثلاثة للإنسان

79

ملاحظات بخصوص المستويات الثلاثة

89

صياغة منهج تدريبي بناء على المعلومات الجديدة
بخصوص الإنسان

93

أداة التدريب الرئيسية في هذا المنهج

107

الخيال والتصور

109

الخطوة [1] التدريب الروحي

الخطوة [1] التدريب النفسي	113
الخطوة [1] التدريب الجسدي	117
الخطوة [2] التدريب الروحي	122
الخطوة [2] التدريب النفسي	131
الخطوة [2] التدريب الجسدي	135
الخطوة [3] التدريب الروحي	137
الخطوة [3] التدريب النفسي	142
الخطوة [3] التدريب الجسدي	148
الخطوة [4] التدريب الروحي	156
الخطوة [4] التدريب النفسي	159
الخطوة [4] التدريب الجسدي	163
الخطوة [5] التدريب الروحي	169
الخطوة [5] التدريب النفسي	170
نهاية التمارين التحضيرية	174
الرؤية التجاوزية	181
المكثفات السيولية	183
المكثف السيولي المركب العمومي	191

المكثف السيولي الصلب	195
صناعة المرايا السحرية	197
تحذير	199
الاستبصار عبر استخدام المرآة السحرية	203
في النهاية	205
	211

نقطة محورية الخشب على التليجرام