

عندما تتوصل الشخصية إلى خدمة طاقة
روحها بشكل تام، تتولد فيها القوة الحقيقية

تقديم أوبرا وينفري و مايا أنجلو

سنة 201

غاري زوكاش

موطن الروح

ترجمة: أمال ن. حابي



غارى زوكاف
موطن الروح

الكتاب: موطن الروح
تأليف: غاري زوكاف
ترجمة: آمال ن. حليبي
عدد الصفحات: 336 صفحة
الطبعة الأولى: 2016
الترقيم الدولي: 978-977-6483-84-2
رقم الإيداع: 2016/20342

الناشر دار التنوير للطباعة والنشر

ManshouratAlraml is an imprint of Dar Altanweer

هذه ترجمة مرخصة لكتاب:

The Seat of the Soul: 25th Anniversary Edition by Gary Zukav


Copyright © 1989 by Gary Zukav

Foreword copyright © 2014 by Gary Zukav

Preface copyright © 2014 by Harpo, Inc.

Preface copyright © 2014 by Maya Angelou

الناشر

دار التنوير للطباعة والنشر 

غاري زوكاف

موطن الروح

مع مقدمتين

بقلم أوبرا وينفري، ومايا آنجلو

ترجمة

آمال ن. حلبي

للمزيد والجديد من الكتب والروايات زوروا صفحتنا على فيسبوك

مكتبة الرمحي أحمد



مقدمة بقلم أوبرا وينفري

قرأت كتاب «موطن الروح» لأول مرة عام 1989، وكما في كل مرة تقع يدي على كتاب يثير اهتمامي، اشتريت عددًا من النسخ الإضافية لكي يتسنى لأصدقائي وزملائي مطالعة هذا الكتاب بالتزامن معي. ولكنني انتهيت من قراءته قبلهم ولم أجد بالتالي من يناقشني حوله. وهكذا، وجدت نفسي أفتش في دليل الهاتف الخاص بسكان منطقة جبل شاستا في كاليفورنيا، وتكلّمت مع غاري.

- «تحياتي سيد غاري! اسمي «أوبرا» وأودّ التحدث إليك حول كتابك، وأرغب في استقبالك في برنامجي التلفزيوني لكي تشارك الجمهور...

- «عفوًا، ما هو اسمك مرة أخرى؟».

- «أوبرا».

فقال: «رجاءً، هل يمكنك تهجئته؟».

وبتأنٍ، قمت بتهجئة اسمي، وأخبرته بأني أقدم برنامجًا حواريًا في محطة تلفزيونية، وكان عليّ أن أشرح له ماذا يعني «برنامجًا حواريًا»، لأنه، كما أخبرني، لم يقتنِ تلفزيونًا في بيته منذ سنوات. وبالطبع، فقد زاد هذا الأمر من حماسي لاستقباله، وسؤاله حول كيفية توصّله إلى المعرفة التي يقدمها في كتابه، والتي تركت أصداءها العميقة في نفسي. شعرت بأنه يتكلّم عن أمور حقيقية بالفعل، ولكن أين يكمن مصدر هذا اليقين؟

غير كتاب «موطن الروح» طريقتي في النظر إلى نفسي، وفي النظر إلى العالم. وغير بعمق أسلوبه في التعاطي مع الآخرين على الصعيد الشخصي، كما في مجال عملي.

جاءني هذا الكتاب في التوقيت الصحيح - في وقت كنت على أتم الاستعداد لتلقّي هذه الأفكار، وحاضرة للمزيد. للمزيد من التواصل؛ وللمزيد من الانسجام؛ وللمزيد من السلام؛ وللمزيد من الفرح. كنت أحس بأن في الوجود ما هو أبعد من التجارب اليومية التي نعيشها، ومن شروط العمل والعلاقات بين الناس؛ كنت أشعر بأن في الحياة ما يتعدّى قدرة حواسنا الخمس على استيعابه.

لقد حوّل كتاب «موطن الروح» إلى كلمات ما كانت روعي تعرفه من قبل، ولطالما حاولت أن أستوضحه منها. شعرت بابتهاج الصحوة عندما فتحت عينيّ لأقرأ سطورًا تؤكّد ما لم أكن قد توصّلت إلى اكتشاف لغة التعبير عنه بنفسه. وعندما قرأت عبارة «الادراك الموسّع» لأول مرة، شعرت بأن غاري أصاب المرمى. وأحسست بأن الكتاب برّمته بشكل انفجاريّ إدراكيًا ضخمًا. بعد قراءته، وكيفما التفتت، بتّ أحيًا وأرى الأمور حولي تحت ضوءٍ جديد.

عشت مع كتاب غاري سلسلة من لحظات الرهبة المتتابعة، وفي كل لحظة منها كنت أشعر بتحوّل أكبر في اتجاه «البوصلة» في حياتي، نحو الاتجاه الطبيعي الصحيح. ومن بين المعاني والعبارات الملفتة والأحب إلى قلبي عبارة تقول: «عندما تتوصّل الشخصية إلى خدمة طاقة روحها بشكل تام، تتولّد فيها القوّة الحقيقية».

لا أفشي سرّاً لو قلت إنني أتمتّع بشخصية قوية؛ ولقد وظفتها في خدمة مصالحها منذ كنت في الصف الابتدائي الثالث. إنما توظيفها في خدمة روحي - والتيقّن من أن الاثنتين تتراصّفان في خطّ واحد - فقد غير طريقة تعاملها مع جميع الأمور. وحدث مرّة أن تذكّرت فجأةً جميع تلك الحالات حيث كنت أترك العنان لأهواء شخصيتي وأبتعد عن الطريق السليم. ولاحظت للتوّ ارتباط نسبة شعوري بالكآبة، أو بعدم الارتياح، أو باليأس، بنسبة انحرافي وابتعادي عن موطن روحي.

أكثر ما هزّني في هذا الكتاب كان الفصل الذي يطرح فيه الكاتب موضوع «النيات». أما الكلمات التي باتت رسالتي في الحياة، فتقول: «كلّ عمل، وكلّ فكرة، وكلّ شعور، إنما هو نابع من النية. والنية هي وحدة من عنصرين متلازمين: السبب والنتيجة؛ أي إننا إذا شاركنا في توفير السبب، فسوف نشارك حتماً في تلقّي النتيجة. من هنا، ومن هذا المنطلق العميق، نحن مسؤولون عن كل عمل نقوم به، وعن كل فكرة تخطر لنا، وعن كل شعور يتابنا، أي إننا مسؤولون عن كل نية نضمّرها». لقد غيرت تلك الكلمات حياتي.

قبل قراءتي لكتاب «موطن الروح» كنت أعاني من أمر أشبه ما يكون بالعلّة المرضية، وهو حاجتي إلى إرضاء الغير. كنت، وعلى غرار الملايين من البشر، ومعظمهم من النساء، مرتبهة لحاجات وطلبات

ورغبات الآخرين. كنت أجيب بـ«نعم» عندما أريد حقًا أن أقول «كلا». كنت أقدم أجزاء كبيرة من وقتي، ومن طاقتي، وأقدم مالا وهدايا - وكل ما يطلب مني - لسبب بسيط وهو تفادي إغضاب أحدهم.

حدث مرّة أن ركبت الطائرة من شيكاغو إلى إسبانيا لمجرد الظهور على المسرح لمدة تقلّ عن 45 ثانية في إحدى الحفلات الخيرية التي نظّمها أحد أصدقائي، لأعود فورًا وأركب الطائرة مباشرة إلى مكان عملي في شيكاغو من أجل تقديم برنامجي، وكل هذا بسبب عدم تمكّني من الاعتذار والإجابة بكلمة «كلا». والغريب في الأمر هو أنني لا زلت أجهل حتى اليوم إلى من كان يعود ريع ذلك الاحتفال.

غالبًا ما تورّطت بمثل تلك الأمور. إذ كنت أعيش في دوامة مستمرة من الالتزام بالظهور في المناسبات، وإلقاء الكلمات، بناءً على طلب كل من كان يسألني ذلك تقريبًا. كنت أريد أن يحبّني الناس، وأظن أنهم فعلوا طالما كنت ألبي طلباتهم.

غير أن التغيير في حياتي حدث عندما اتّضح لي أن نيّتي، التي هي أن أكون محبوبة، كانت تجرّ عليّ كل تلك الطلبات. كانت نيّتي هذه السبب والنتيجة في آن. إن كانت نيّتك تقضي بتنفيذ ما يطلبه منك الآخرون، فسوف يستمرّون بطلباتهم. كانت تلك لحظة اكتشاف مذهشة! وعندما تحوّلت نيّتي نحو القيام بما أريده، وبما أشعر بأنه يستحق بالفعل أن أخصّص له وقتي، تغيّرت النتيجة تلقائيًا.

أما اليوم، وبعد مضي خمسة وعشرين عاماً على قراءتي الأولى لكتاب «موطن الروح»، أصبح التصرّف على ضوء وعي النيّة التي في قلبي أمرًا طبيعيًا وبمتهى السهولة. غير مبدأ «النيّة» لدى غاري زوكاف كل عمل أقوم به، حتى إنه غير وجهة الوعي التي يقوم عليها برنامج أوبرا وينفري الحوارية. عندما بدأنا البرنامج المذكور، كان المنتجون يتبادلون

الأفكار في اجتماع أسبوعي. ولكنني، وبعد اطلاعي على أفكار غاري في كتاب «موطن الروح»، ابتكرت سياسة جديدة ورحت أتوجه إلى جميع المنتجين بالقول: «أفصحوا عن نيتكم من وراء هذا البرنامج أولاً. لماذا تريدون إنتاجه؟ وأي نتيجة تودون إحرازها عبره؟»

والمنتجون - الذين كان عليهم تأمين المادة لمتي حلقة من البرنامج سنويًا - راحوا في بعض الأحيان يصطنعون وعيهم لنياتهم من أجل إرضائي فحسب. غير أنني كنت أجيب باصرار: «كلا، لا أجد هذه الحجّة مقنعة بدرجة كافية!». وحتى حينما كانت النتيجة المرجوة من الحلقة لا تتعدى تسلية الناس وحصد درجة مشاهدة عالية لدى الجمهور، كنت أشجع كلاً منا على أن يكون واضحًا بشأن ذلك. كن واضحًا حول نيتك وهدفك في كل موقف وعمل، لكي تأتي النتيجة مطابقة لهما.

عندما ظهر غاري زوكاف للمرة الأولى في برنامجي عام 1998، دار الحديث بيننا حول طبيعة الروح. ومنذ ذلك الحين، وضعت تلك المقابلة برنامجي على سكة جديدة. أن تطرح مواضيع روحانية في برنامج تلفزيوني نهاري كان سابقة غير مألوفة. ولم تكن مواضيع مثل: الوعي والمسؤولية والنية، وقانون السبب والنتيجة، جاذبًا أكيدًا لرفع نسبة المشاهدة التلفزيونية. ولكنني قلت لنفسني: إن لم أفعل هذا الأمر الآن، متى أفعله؟ وأقول بصراحة إنني لو لم أصبح أنا نفسي منتجة البرنامج ومديرته، لما كان ظهور غاري فيه 36 مرة على مرّ السنوات ممكنًا. كان منتجو برنامجي مقتنعين في بادئ الأمر أن التلفزيون لا يزال غير جاهزٍ لطرح مواضيع تتناول الروح.

غير أن الطريق التي سلكتها كانت مفيدة جدًا لي، ولا زلت أستكشف أبعاد الحياة الروحية في محطتي التلفزيونية الخاصة. وأقول بمتهى

الصراحة أيضًا، إنني لم أكن لأحلم بأن يكون لي مثل هذه المحطة أبدًا لو لم أقرأ كتاب «موطن الروح».

أعطيت دروسًا في القدرات القيادية في أكاديمية أوبرا وينفري للقيادة - للبنات، مستندةً إلى كتاب «موطن الروح». ارتكزت إلى مبادئه في تعليم التلامذة في المدارس الابتدائية، وفي المدارس الثانوية، وحتى في صفوف شهادة الماجستير في الأعمال في Kellog School of Management (كلية كيللوج لإدارة الأعمال). تجتاحني موجة من الارتياح في كل مرة يقرأ أحدهم هذا الكتاب ويشعر بالبهجة التي شعرت بها منذ خمس وعشرين سنة. إن كنت جاهزًا للرؤية العالم بصورة جديدة، وجاهزًا للانفتاح والتغيير في حياتك، وإن كنت جاهزًا للصحة الرائعة، فسوف تشعر بها مثلي.

مقدمة بقلم د. مايا آنجلو

الشجاعة هي أعلى الفضائل إذ لا يمكن للانسان من دونها المثابرة على ممارسة أيّ فضيلة. يمكننا أحياناً أن نتحلّى باللطف، أو نمارس الكرم، أو العدل، أو اللياقة، أو الرحمة، ولكن الالتزام الدائم بهذه الفضائل يتطلب مبلغاً عظيماً من الشجاعة. تعلّمنا منذ الصغر أن القلب، والفكر، والشخصية، والنفس، والروح، قدموا معاً إلى الحياة وشغلوا مكاناً واحداً وسوف يذهب جميعهم إلى الموت معاً.

إلى أن جاء الكاتب الجريء غاري زوكاف Gary ZuKav ليدخل عبر كتابه «موطن الروح» مفهوماً جديداً إلى عقلي؛ أو بالأحرى، مفهوماً كنت أظلمه في طفولتي عبر مجموعة الأناشيد الروحانية الزنجرية «Negro Spirituals» وأجده مربكاً. كانت الأناشيد تقول إن الألم والفرح، والبكاء والضحك، كانوا معاً في استقبال الموت وذهبوا معاً إليه.

غير أن الأنشودة، التي غالباً ما تشير إلى الله بلفظة «الروح»، تخبر

الناس بأن الروح لا تموت أبدًا، وأنها تستمرّ وتعيد إلى الحياة شخصيةً أخرى، وفكرًا آخر، وكذلك أفرًاحًا وأحزانًا أخرى، إلى أن يأتي الموت مجددًا ويريح كل هذه العناصر من المسؤولية. وعندما تموت جميعها، تبقى الروح لأنها لا تموت.

يشرح المفكر زوكاف للقارئ في كتاب «موطن الروح» كيف تتم عملية التطور في الجنس البشري عن طريق استمرار الروح، وكيف يمكن لشخصية أن تموت، ولأخرى أن تولد على صورة أفضل بقليل من سابقتها، وأقوى بقليل، وأشجع بقليل.

لا أعلم، ربما يكون ذلك الشاعر في قلب زوكاف هو الذي أخذه من يده، وجعله يتكلّم على هذه الحقائق الجافة بسهولة وخفة تمايل أغصان الصفصاف على ضفاف الجدول. هناك من يختار كتبًا يقرأها لتمضية الوقت في فصل الصيف أو للتسلية في العطلات. أما من يختار كتاب «موطن الروح» فيجب أن يحتفظ به على رفٍّ، أو طاولة مزوّدة بقنديل كبير إلى جانب سريره.

من جهتي، أحتفظ بنسخة ثانية من الكتاب على طاولة المطبخ، ولكنني غلّفتها بقميص بلاستيك حتى لا يتمزّق غلافها نتيجة الاستخدام المتواصل على مرّ السنين، ولا تصيبها قطرات زيت الزيتون المتناثرة أحيانًا من صحن سلطة حديث التحضير.

قرأت كتاب زوكاف عشر مرّات، ولا زلت أجده مفرطًا في الخيال. تعود الآن إلى ذاكرتي مسرحية كتبها تحت عنوان: «ولا زلت أحيًا». تدور المسرحية حول شخصيتين (رجل وامرأة) تموتان وتجدان نفسيهما في مكان حسبه أولًا غرفة انتظار. ثم يظهر أمامهما مخلوق غريب يشبه الغول. فيبادره الرجل ويدعى «زبيديا» قائلاً: «أعلم من تكون. إنك حارس الباب، وسوف تأخذنا إلى المكان الذي يجب أن نذهب إليه - إما الجنة أو النار».

وتضيف المرأة وتدعى «آنايل»: «أعلم أنني لم أنجح، ولكنني حاولت جاهدة أن أعيش حياةً جيدة ونظيفة، وأن أكون طيبةً وعادلة».

يضحك المخلوق الغريب قليلاً ثم يطلق قهقهات عالية. وبعد إمعان النظر في الشخصيتين اللتين توحيان بالشفقة، يقول: «يصيبني دائماً الذهول، وحتى الإجفال، من واقع الخيال البشري. ويضيف: «أنتما، زيديا وآنابل، تظنان بأن أمامكما اتجاهين فحسب، الجنة والنار! ولكن في مستقبل كل منكما وحده ثمانمائة اتجاهٍ ممكن».

في هذا المشهد، تكون الشخصيتان جالستين منفصلتين؛ ولكن ما يلبث واحدهما أن يبدأ في الاقتراب من الآخر بصورة تلقائية وكأنه غير واع؛ حتى يصبح الاثنان متقاربين جداً وإلى درجة قد تمكّنهما من العناق، فيتعانقان.

تقول كلمات الأنشودة الزنجية المتسلّلة إلينا من القرن التاسع عشر ما يلي:

«قريباً سأنتهي من قلق العالم،

من قلق العالم،

من قلق العالم،

إنني عائد إلى موطني لأقابل ربي.

حيث لا دموع، ولا أنين،

ولا ضحك، ولا رقص،

ولا نأوه، ولا بكاء،

إنني عائد إلى موطني لأقابل ربي».

لعل رأي الشاعر في هذه الأنشودة واضح بأن الحياة اليومية بتفاصيلها تشغل فضاءً معيناً، وأن روحه الحقيقية تعيش في فضاءٍ آخر يدعوه الله. أقترح على القارئ الجديد لكتاب زوكاف أن يشترك في قراءة هذا الكتاب مع قارئٍ آخر ذي قدرة احتمال عالية، وميل كبير إلى المرح. إذ عندما تتوقف عن الشعور بالتحدي أمام أفكار هذا الكتاب، سوف تضحك من كل قلبك، وتفرح فرح المغامر الذي استيقظ فجأة على اكتشاف قارة جديدة.

«لا دموع ولا أنين.

لا دموع ولا أنين.

إنني عائد إلى موطني لأقابل روعي».

توطئة لكتاب «موطن الروح»

تملأني الطبعة الخاصة بعيد كتاب «موطن الروح» الخامس والعشرين بمشاعر الامتان والفرح. ففي اليوم الذي انتهت فيه من الكتابة، أي منذ خمس وعشرين سنة، جلست مع هذا الكتاب متسائلًا إذا كان سيجد قارئًا له؛ وإن وُجد قراؤه فهل سيُفهم مضمونه. وإذا، وفي سحابة هذه الأفكار، تظالعتني فكرة أخرى أقوى وأوضح، لتقول: «لا تقلق، فسوف يصيب هذا السهم هدفه». وبالفعل، لقد وصل كتاب «موطن الروح» إلى قلوب الملايين، ولا يزال منطلقًا.

أثناء انشغالي بإعداد كتابي الأول «*The Dancing Wu Li Masters*: An overview of the New Physics» حيث تكلمت عن الاكتشافات الحديثة في عالم الفيزياء، اكتشفت - وفاجأني ذلك إلى حد كبير - إلهامًا قادمًا من خارج فكري، وموجات ذكية لا مادية لم أكن قادرًا على تفسيرها كلاميًا، وطاقة عليا تدفعني إلى العمل الواعي من أجل غايات بناءة. لم أكن قد اختبرت مثل هذه الأمور من قبل. أحببت هذه التجربة، ولكن غابت عن بالي معظم تفاصيلها بعد انتهائي من تأليف الكتاب.

قدمني كتاب *Wu Li Masters* - الذي حاز على الجائزة الأميركية

لكتب العلوم - إلى الناس ككاتب مبسّط للعلوم الحديثة. وعضواً عن تلبية توقعات القراء بكتاب لاحق يكمل ما جاء في الكتاب الأول، ويضيف إليه ما هو جديد وساطع في حقول الاكتشاف العلمي، عوضاً عن ذلك، جاء كتابي الثاني متحدثاً عن التطور والتقمص، وعن قانون كارما، وعن الروح. جاء لي طرح موضوع الوعي العاطفي والخيار المسؤول والإلهام؛ وليدور حول التحوّل غير المسبوق للوعي البشري وحول بروز قوة جديدة - القوة الحقيقية. وخلاصة القول، جاء الكتاب الجديد ليتكلّم عن نوع جديد من البشر بقدراتهم الجديدة، وبالقدرات الموجودة لديهم بالقوة.

هذا الكتاب هو «موطن الروح» والحق يقال إنه فاجأني أكثر مما فاجأ الآخرين. فكلّ الأمور الملفتة التي كانت قد أدخلت ومضات من النور إلى نفسي أثناء إعدادي الكتاب الأول «*The Dancing Wu Li Masters*» عادت إلى وعيي بثبات ووضوح وبما لا يقبل الرّد. اكتشفت الحقيقة غير المادية؛ ولا زلت أنمو في هذه الحقيقة. يحتاج المبدعون من الناس - وهذا يعني كلّهم - إلى الالتزام، وإلى الوقت والشجاعة للنمو في ما تلهمهم إليه بصائرهم. فالمعرفة القائمة على الإلهام هي شيء، وأما العمل بها فشيء آخر. تقول لي صديقتي مايا أنجلو إنه عندما يقول لها أحد الناس: «أنا مسيحي» تجيب: «حقاً! وبهذه السرعة! بلغت العقد الثامن من عمري ولا زلت أحاول!». وأنا، كما هو حال مايا، لا زلت أتعلّم وأناضل من أجل تطبيق أهمّ ما تلهمني إليه بصيرتي، ولا زلت أتغيّر وأتقدّم نحو الأفضل.

قراءتي لكتاب «موطن الروح» بعد مرور خمس وعشرين سنة على تأليفه فاجأتني ومنحتني شعوراً عميقاً بالرضى. بدا الكتاب في نظري مكتملاً ووجدت لكل جملة فيه معانيها في نفسي. ورحت أضع خطأ

تحت كل جملة تعجبني حتى أصبح معظم الكتاب مخطّطاً. شعرت بالظماً إلى هذه الكلمات التي سرعان ما روت قلبي كما تروي الأمطار التربة العطشى؛ فحضنتني وأثلجت قلبي. وشعرت بأن السعادة التي كانت تلفني عندما كنت أسطرها قد عادت إليّ مضاعفةً وأكثر؛ فامتلات غبطة. كنت أظن أنني عرفت كل ما في الوجود. طبعت الكلمات بعد أن قمت بمراجعتها وتنقيحها، وناقشت معانيها مع الآخرين طويلاً. ولكني، وفي العودة إلى قراءة الكتاب مجدّداً، وجدت أموراً عليّ أن أتذكرها، وأخرى كثيرة عليّ تطبيقها، وأنه يترتب عليّ تعلّم المزيد.

كتاب «موطن الروح» عرفني إلى عددٍ من الأشخاص المتميّزين حقاً، ومن بينهم خصوصاً امرأتان تركتا أثراً عميقاً في حياتي، وأعمق مما كان بإمكانني تصوره؛ وكلاهما ما زالتا تدعمانني بطرق تهزني وتذهلني.

أولاهما تدعى ليندا فرنسيس. لا أتذكر لقاءنا الأول مع أنها تتذكره. حتى كان لقاءنا الثاني بعد مرور سنة، وكان ذلك في إطار برنامج عزلة مخصصة للرياضة الروحية كنت المتكلّم فيها. أذكر كل تفاصيل ذلك اللقاء. كنت محاطاً حينذاك بمجموعة من الأشخاص المحبّين، ولكني وجدت نفسي محاولاً الابتعاد عن أحدهم وهي ليندا. لم أكن راغباً بالمعانقات التي كانت توزّعها بحرية. ربّما شعرت بأنها تشكّل تحدياً لنواح من شخصيتي، مع أنني لم أع حقيقة هذا الأمر في ذلك الوقت. لم أتمكن من الابتعاد عن ليندا أثناء ذلك النشاط - ومثلاً على ذلك، حجز لي أحد الأصدقاء مقعداً لحضور الحفلة الموسيقية؛ وحجز صديق آخر مقعداً لها. فإذا بالمقعدين المحجوزين متجاوزين. من هنا أطلعتها على السؤال الذي كان يثير فضولي، وهو: «لماذا كنت أحاول إيعادها وحدها دون الآخرين عني؟». وأطلعتها حول عزمي ألا أدع هذا الشعور بالرفض يسيطر عليّ. فقلت لها: «لن أرفض حبك» - لم يكن الحب الرومنطقي هو المقصود،

بل الحب الذي كان واضحًا أنها شعرت به نحو أصدقائها المشاركين في برنامج العزلة، والذي شعرت به نحوي أيضًا. أما حين دعاني بعض الأصدقاء المشاركين للسباحة معهم عند مصبّ أحد الشلالات قبيل موعد انتهاء العزلة، واقترحوا عليّ دعوة ليندا أيضًا، فقد شعرت بالتوتر.

ليندا! ليندا! ألا يمكنني أن أقوم بشيء في إطار هذا البرنامج من غير ليندا؟ ما حقيقة الأمر بشأن هذه المرأة؟ ولكن عندما اتصلت بي ليندا بعد شهر تقريبًا لتعلمني بانتقالها للسكن في جبل شاستا في ولاية كاليفورنيا حيث أعيش - بناءً على قرار اتخذته قبل لقائنا في العزلة - شعرت بالخوف، وبالفضول مجددًا. إلا أنني فوجئت عندما اكتشفت لدى استقبالها مع أصدقائي في مكان سكنها الجديد، كم كنت متشوقًا لوصولها! كنت مسرورًا وأشعر بالاسترخاء والارتياح والانفتاح. وبدأنا بتبادل الزيارات. كنت أستمع ببعض ما كان يدور بيننا من أحاديث، وأتوق إلى جميعها. إلى أن تنبّهت بعد مرور أشهر على ذلك إلى أن علاقة خاصة باتت تربطني بليندا. لم تكن علاقتنا من النوع العاطفي إنما من نوع مختلف؛ ولم تبدأ كما كانت تبدأ معظم علاقاتي السابقة أي بالتواصل الجنسي؛ إذ إن نوعًا آخر وجديدًا من التواصل بدأ يجري بيننا. وكانت تلك بداية تجربتي مع علاقة قوية وعميقة تهدف إلى النمو الروحي - والشراكة الروحية. وبعد مرور ستة أشهر، أي منذ نحو عشرين سنة، انتقلت ليندا إلى العيش معي تحت سقف واحد، وما زالت رحلتنا معًا مستمرة إلى اليوم.

ليس الحبّ الذي أشعر به نحو ليندا في حياتنا معًا وحده الذي يدهشني - نظرًا إلى أنني لم أكن أتصوّر إمكان حدوثه، بل ما يدهشني هو «أنني أحبّ أن أحبّها». إنه الأمر الذي يحيرني، وما زال قويًا في داخلي الآن كما كان حين اكتشفته. أين يكمن إذاً مصدر هذا الأمر؟

المرأة الثانية هي أوبرا وينفري. إنها الواسطة التي اختارها الكون لتطلقني خارج الريف، و«تفجّرني» في العالم الواسع. أتصوّر أن لا أحد غير وينفري كان بإمكانه أن يفعل ما فعلته. احتضنتني في قلبها، وفي رياض إبداعها، وفي البرنامج الشهير: برنامج أوبرا وينفري الحوارية *The Oprah Winfrey Show*، قبل مشاركتي في هذا البرنامج كنت ناسكًا في الجبل، وبعدها بأشهر معدودة، صرت أتكلم إلى عشرة ملايين إنسان شهريًا. ورحت أكتشف مزيدًا من الأصدقاء أينما ذهبت في العالم؛ فمنهم من يشكرني على إحدى الحلقات، وآخر يتسم لي من بعيد. لم أقتنع بأن حياتي في العزلة قد انتهت حقًا، ولم أتقبل هذا الأمر، سوى بعد وقتٍ طويل.

خلال كل حلقة من البرنامج، كنت أجلس مع أوبرا أمام جمهور عريض من الناس التواقين إلى سماع ما سنقوله، وبصحبة العديد من الأصدقاء المشاهدين حول العالم. كانت تبدأ بعرض الموضوع، ثم تطرح عليّ بضعة أسئلة وبعد ذلك، وبحركة من يدها، أو إمارة من وجهها، توجه انتباه ملايين البشر نحوي. كان ذلك مروّعًا ورائعًا في آن. بل كان «مقدّسًا» و«رهيبًا» إذا جاز التعبير. وعندما اتصلت بي إحدى المجلات المعروفة في البلاد ودعتني لأنشر مقالًا على صفحاتها، عبّرت لي أوبرا عن رأيها قائلة: «ليس هذا سوى فقاعات من الصابون يا غاري؛ ليس سوى سكرٍ مندوفٍ». وهل من عبارة أفضل من هذه لوصف «القوة الخارجية»؟ قال لي صديقي من سكان أميركا الأصليين فيليب لاين الأب مرّة، بعد أن شاهد برنامجًا كنت قد قدّمته مع أوبرا: «رأيتك يا بنيّ تتحدّث إلى الناس كما لو كنت طاعنًا في السنّ». ولطالما ملأتني كلماته هذه بالقوّة والامتنان.

في السنوات التي تلت مشاركتي مع أوبرا، أنشأت مع ليندا مؤسسة «موطن الروح»، وقمنا بسلسلة من النشاطات، وألّفنا كتبًا، وبرامج معمّقة

وطويلة الأمد مخصصة لمجموعات صغيرة من الناس. أما الآن، وشغفنا بتقديم الدعم للآخرين وبناء شراكة روحية معهم يتعاضم أكثر من أي وقت مضى، لم يعد السفر سهلاً بالنسبة لنا، ولذلك لجأنا إلى الوسائل الرقمية وإلى طرائق مبتكرة في استخدام الانترنت، فابتكرنا برامج دعم مستمرة، وحلقات تعليمية ورسائل إخبارية إلكترونية، وعروض فيديو حية، وأطر تؤلفها جماعات معينة من الناس الذين يتمتعون بشراكة روحية في ما بينهم ويتواصلون عبر الانترنت. يمكن للقارئ أن يجد كل هذا وأكثر على الصفحة الالكترونية [Seat of the Soul. com](http://SeatoftheSoul.com). إضافة إلى أن ليندا وأنا، لا زلنا نستمتع بإقامة نشاطات حية عندما نتمكن من ذلك، وخصوصاً تلك المفضلة لدينا وهي برنامج العزلة الذي ندعو إليه في كل صيف تحت عنوان: الرحلة إلى الروح (*The Journey of the Soul summer retreat*). أرجو أن ألتقي بكم شخصياً في إحدى هذه النشاطات.

الانترنت هو انعكاس حسي لزيادة وعينا حول حقيقة العلاقة التي تجمعنا. لا يمكن للانترنت خلق هذه العلاقة، ولا الإضافة إليها. لا يمكن أن نصبح أكثر أو أقل تواصلًا مما نحن عليه في ما بيننا، وبيننا وبين الحياة. هل يمكن للزهرة أن تكون أكثر أو أقل علاقة بلونها؟ لنفرح معاً بهذا الانعكاس الجميل للحقيقة.

إن أصعب التجارب التي عشتها، وأكثرها إثارة ومكافأة، بعد نشر كتاب «موطن الروح»، كانت تجربة الشعور بالقوة الحقيقية، وبخلق القوة الحقيقية. إن الشراكة الروحية، والغنى في الابداع المشترك، والابتهاج بروعة الحياة حلت تدريجاً في مكان الشعور بالناس وكأنهم أشياء، ومكان نوبات الاضطراب والغضب، والغيرة، واليأس، والشعور بعدم الجدوى. لا زلت حتى الآن أعاني أحياناً من جوانب في شخصيتي

تحمل غضبًا، أو غيرةً، أو خوفًا، أو مشاعر فوقية ودونية، ولكني أجد فيها فرصًا للاختيار مجددًا ولبلوغ القوّة الحقيقية. إذا كان بوسعي أن أفعل هذا، فلا بدّ أن بوسعك فعله أيضًا. وأعلم أنك ستفعله عاجلاً أم آجلاً. إن التحوّل الذي يشهده الوعي الانساني والذي يوسّع نطاق رؤيتنا إلى ما هو أبعد من الحواس الخمس، والذي يعيد النظر في معنى القوّة، ويعرّفنا إلى الانسانية الكونية التي سننعم بها، فإنه جارٍ باندفاع وعزم كبيرين.

كل خيار نقوم به على أساس الخوف وما يجزّه الخوف من حالات الغضب، أو حالات الغيرة، أو حبّ الانتقام، يكون خيارًا يحملنا على غير وعي منّا إلى نتائج مؤلمة وهدامة. وكلّ خيار على أساس الحبّ وما يحمله الحبّ من الامتنان، والصبر، والتقدير، يكون خيارًا للتقدّم بوعي نحو نتائج الحبّ السليمة والبناءة.

لِمَ لا تختار إذاً طريق الوعي، أي طريق السعادة؟ ولِمَ لا تذهب بوعيك إلى موطن روحك - حيث تتمكّن من تحويل الطاقة إلى واقع بفعل النيات التي في نفسك - فتملاً عالمك بالحب وتعيش في رغبته؟ وكل الدروب تسير بنا إلى الهدف.

غارى زوكاف

توطئة الطبعة الأولى

طوال السنوات التي أمضيتها في إعداد كتابي الأول (*The Dancing Wu Li Masters*) وبعدها، كانت تجذبني باستمرار كتابات ويليام جايمس (William James)، وكارل يونغ (Carl Jung)، وبنجامين لي ورف (Benjamin Lee Whorf)، ونيلز بوهر (Niels Bohr)، وألبرت آينشتاين (Albert Einstein). كانت كتاباتهم تشدني لأعود إليها تكررًا لأمرٍ خاص بها لم أتميّز كنهه سوى لاحقًا عندما اكتشفت أن هؤلاء توصلوا إلى معرفة تفوق بعظمتها قدرتهم على التعبير عنها مباشرة في أعمالهم. لقد رأوا ببصيرتهم أكثر مما يمكنهم التعبير عنه بلغة علم النفس، أو اللسانيات، أو الفيزياء، وتوخّوا مشاركة الآخرين في ما رأوا. إن تلك المعرفة التي أرادوا مشاركة الآخرين بها عبر أعمالهم هي سرّ انجذابي إليهم.

إنهم صوفيون. هكذا يمكنني وصفهم. ولكنهم ابتعدوا عن هذا النوع من التسمية مع علمهم بصحتها لخوفهم من التأثير السلبي على سمعتهم كعلماء في ما لو نُسبوا إلى مجموعة من الناس لا تلتزم في أعمالها بالمعايير العلمية. ولكن وجد كل واحد منهم في أعماق فكره ما هو أعظم بكثير مما يمكن أن يقيده ضمن حدود حواسه الخمس ولم يتقيّد.

لا تسهم أعمال هؤلاء في تطوّر علوم النفس واللّسانيات والفيزياء فحسب، بل في تطوّر الأشخاص الذين يقرأونها. إنهم يتمتّعون بقدرات تتغيّر من يتأثر بهم بطرائق لا يمكن أيضًا تفسيرها مباشرةً عبر علوم النفس واللّسانيات والفيزياء.

وكما توصلت بالعودة إلى الوراثة إلى فهم سرّ التأثير المغناطيسي الذي تركته تلك الأعمال في نفسي، علمت أن الدافع الذي كان وراء إبداع هؤلاء لم يكن المكافآت الأرضية، ولا اكتساب تقدير زملائهم، ولكنهم وضعوا أرواحهم وفكرهم في اتجاهٍ معيّن، فتوصلوا إلى مكان عظيم حيث لم تكن المعارف التي انكشفت أمامهم من صنف المعلومات التي كانوا يسعون إليها، بل انتقلوا إلى فضاء الوحي فنشطت مصادر إلهامهم وانفتحت، فعرفوا أن في الوجود أكثر من الزمان والمكان والمادّة، وأكثر من الحياة الجسدية. عرفوا ذلك، ولكن لم يتمكنوا من التعبير عنه بوضوح ربّما لقلّة جهوزيتهم في هذا المضمار؛ غير أنهم شعروا به، وظهر عبر كتاباتهم.

وبكلام آخر، فهمت أن الدافع وراء إبداع هؤلاء الأشخاص، وكثير غيرهم، كان بالفعل من نوع الرؤية العظيمة الآتية من خارج الشخصية الانسانية. وفي هذه المرحلة، يشعر كلّ منا بهذه الرؤية بطريقة أو بأخرى. إنها أكثر من رؤية، إنها قوّة صاعدة. إنها الخطوة التالية في رحلة تطوّرنا. والانسانية الآن - النوع البشري - تتوق إلى ملاسة هذه القوّة، وإلى التخلص من العوائق التي تقف دون بلورة هذا الاتصال. ويكمن جزء كبير من صعوبة تحقيق ذلك في أن المفردات التي نحتاجها من أجل التعبير عن هذه القوّة الجديدة، والتي هي في الحقيقة القوّة الأزلية، لم تولد بعد. في هذه اللحظة من التطوّر الانساني، نشعر بالتوق إلى توليد تلك المفردات والسبل الملائمة من أجل الكلام على تلك الأمور التي

تتخطى المسائل الروحانية والدينية وتمكّنا من إنجاز القوّة الحقيقية. نحتاج إلى إعطاء تلك الأمور التي نختبر كمخلوقات بشرية ملامستها للمرّة الأولى عن وعي؛ نحتاج إلى إعطائها مفردات لغوية غير غامضة، لكي نتمكّن من التعرف إلى دورها في الأعمال والأحكام التي يعيشها الجنس الانساني؛ ومن رؤيتها بصفاء، وليس مستترة خلف حجب من السرية والباطنية؛ إنما وببساطة، من منطلق كونها القوة الحقيقية التي تحرك حقول الطاقة في كوكبنا الأرض.

اخترت من أجل سهولة الاشارة إلى الإدراك الانساني في حالتنا الحاضرة، في مقابل الإدراك الانساني في الحالة التي نتحوّل إليها، عبارتي: «الإدراك المقيّد بالحواس الخمس» في مقابل «الإدراك الموسّع». هذا لا يعني أن الإدراك الموسّع أفضل من الإدراك المرتكز إلى الحواس الخمس، ولكنه أصبح أكثر ملاءمة في هذا الوقت. ومن حيث إن نظاماً معيناً في التجربة الانسانية قد بدأ بالتراجع لصالح نظام آخر أكثر تقدماً أخذاً في الظهور، قد يُقال من باب المقارنة إن النظام السابق يعاني من النقص؛ غير أن المقارنة من المنظور الكوني لا تتحدّث من منطلق أن أحد النظامين أفضل من الآخر، بل من منطلق القيد الذي يفرض القصور في مقابل الفرصة التي تتيح الانفتاح.

تتخطى تجارب الانسان ذي الإدراك الموسّع بنوعيتها وأشكالها تجارب غيره من ذوي الإدراك المقيّد بالحواس الخمس. فإنها تتيح له فرصاً أكبر للنمو والتطور؛ وفرصاً أكبر لتفادي الصعوبات التي يمكن تفاديها. لجأت في كلّ مناسبة سانحة إلى مقابلة تجارب ذوي الادراك الموسّع مع تجارب ذوي الادراك المقيّد من أجل بلورة اختلافاتها قدر الامكان. ولكن ذلك لا يعني أن مرحلة الادراك المقيّد بحدود الحواس في تطوّرنا، وهي المرحلة التي نحن في صدد الخروج منها، هي مرحلة

سلبية بالنسبة إلى المرحلة الجديدة، أي مرحلة الإدراك الموسع التي نحن في صدد ولوجها. ولكن يمكن القول ببساطة إن الأولى لم تعد ملائمة في الزمن الحالي، مثلما أصبح استخدام الشموع غير ملائم بعد اكتشاف الكهرباء، غير أن اكتشاف الكهرباء لم يجعل قوّة الشموع سلبية بنظرنا.

من منا يحمل صفة الخبير في موضوع التجربة الإنسانية؟ كل ما لدينا هو نعمة القدرة على المشاركة ببصيرتنا التي نأمل أن تكون عوناً للآخرين في رحلتهم. ليس هناك من يمكنه أن يكون خبيراً في التجربة الإنسانية. التجربة الإنسانية هي تجربة في الحركة والفكرة والشكل، وهي في بعض الحالات اختبار في الحركة والفكرة والشكل. كل ما يمكننا فعله هو إبداء رأينا حول الحركة والفكرة والشكل. ولكن تكتسب آراؤنا قيمة كبرى إذا ساهمت في تعليم الناس على التقدّم في الحركة الراقية، والتفكير الواضح، وفي القدرة على إعطاء الشكل الذي يريدونه حقاً لحياتهم.

نعيش في زمن التغيير العميق. وستمكن من التحرك بسهولة أكبر عبر هذا التغيير إذا استطعنا ملاحظة الدرب الذي نتبعه في هذه الرحلة، ونتبين الهدف الذي نسعى إليه، ونتأمل في ما هو متغيّر ومتحرّك في عالمنا. أقدم محتوى هذا الكتاب كنافذة توصلت إلى رؤية الحياة عبرها. أقدم هذه النافذة إليكم ولا أقول إن عليكم القبول بها. المسالك المؤدية إلى الحكمة وإلى القلب عديدة جداً، وهنا تكمن ثروتنا التي تعزز سعادتي.

أماننا الكثير لنقوم به معاً.

فلنعمل ذلك بحكمة وحبّ وسعادة.

ولنصنع هكذا التجربة الإنسانية.

غاري زوكاف

مدخل

الفصل الأول التطور

تعلمنا في المدرسة أن التطور هو تطور الشكل الجسدي. تعلمنا مثلاً أن المخلوقات الحيّة الأحادية الخلية التي تعيش في المحيطات هي السلف الأول لجميع أشكال الحياة الأخرى الأكثر تعقيداً. السمكة أكثر تعقيداً من الاسفنجية وهي بالتالي أكثر تطوراً؛ والحصان أكثر تعقيداً من الحيّة وهو بالتالي أكثر تطوراً منها؛ والقرود أكثر تعقيداً من الحصان، وبالتالي أكثر تطوراً منه، وهكذا نتابع صعوداً على سلم التطور إلى أن نصل إلى الانسان الذي هو أكثر المخلوقات تعقيداً وبالتالي أكثر أشكال الحياة تطوراً على وجه الأرض. وبكلام آخر، تعلمنا أن التطور هو التقدم التدريجي في «التعقيد التنظيمي» (organizational complexity).

هذا النوع من التعريف يعبر عن الفكرة القائلة بأن الكيان الأكثر قدرة على السيطرة على محيطه، كما وعلى جميع الكيانات الأخرى الموجودة في محيطه، هو الأكثر تطوراً. وعبارة «البقاء للأقوى» تعني أن الكيان الأكثر تطوراً في بيئة معينة هو ذلك الذي يحتل الحلقة الأعلى في السلسلة الغذائية في هذه البيئة. من هنا وبحسب هذا التعريف، فإن

الكيان الأعلى قدرة على تأمين بقاءه، أي الأعلى قدرة على المحافظة على نوعه، هو الأكثر تطوُّراً.

طالما عرفنا أن هذا التعريف لمفهوم التطوُّر ليس مطابقاً للحقيقة من غير أن نتبيّن لماذا. عندما يدخل شخصان في نزاع، يكون كلاهما على درجة متساوية من التعقيد التنظيمي، وعلى درجة متساوية من التطور. إذا كان الاثنان يتمتعان بمستوى واحد من الذكاء، ولكن أحدهما ضيق الرؤيا وخبيث وأنانِي؛ وكان الآخر رحب الصدر ومحبباً لغيره، نقول إن صاحب الصدر الرّحب والمنفتح على الغير هو الأكثر تطوُّراً بينهما. إن أقدم أحد الناس متعمداً على التضحية بحياته من أجل سلامة الآخرين، كأن يرمي بنفسه أمام سيارة مسرعة، أو في خطّ النار لكي يحمي بجسده شخصاً آخر، نقول إن هذا الشخص الذي ضحّى بسلامته لانقاذ الآخرين هو من الناس الأكثر تطوُّراً بيننا. إننا نعلم حقيقة هذه الأمور، ولكنها تختلف عن مفهوم التطوُّر الذي نعتّمه.

قيل لنا إن المسيح علم مسبقاً بالمؤامرة التي كانت ستؤدي إلى موته، حتى إنه استشرف بالتفصيل ما سيقوم به رفاقه من فعل وردّ فعل. ومع ذلك لم يحاول الهرب من المصير الذي استشرفه. الانسانية بكلّيتها تأثرت تأثيراً مبرماً بقوة ومحبة ذلك الذي أعطى حياته للآخرين. كلّ الذين يجلبون المسيح، وكل من لا يربطهم به سوى معرفتهم بقصة حياته، يتفقون على أنه كان أحد الأشخاص الأكثر تطوُّراً في الجنس البشري.

أما لو تعمّقنا بالفهم فسوف نكتشف أن الانسان المتطوُّر حقاً هو الذي يقدر الآخرين أكثر مما يقدر ذاته؛ ويقدر فضيلة المحبة أكثر مما يقدر العالم المادي وما فيه. يترتب علينا الآن العمل على رفع فهمنا الحاضر لمعنى التطوُّر ليتراصف في خطّ واحد مع فهمنا الأعمق له. من المهم أن نفعل هذا لأن فهمنا الحاضر للتطوُّر يعكس مرحلة التطوُّر التي

نحن في صدد الخروج منها. سوف نتمكن عبر تفحصنا لهذا الفهم من معرفة كيف حدث تطوّرنّا حتى الآن، وما الذي نحن في صدد مغادرته. وبالتفكير في مفهوم جديد وموسّع للتطوّر، مفهوم يقدر أعماق وجوه حقيقتنا، نرى التطوّر الذي سوف نؤول إليه، وكيف سترجم في التجربة الحياتية، وفي سلوكنا، وعلى مستوى القيم التي نجلّها.

إن فهمنا الحاضر للتطوّر هو نتيجة تطوّرنّا الذي يحدث حتى الآن على قاعدة استكشافنا للحقيقة المادية عبر حواسنا الخمس. حتى الآن، نحن بشر ذوو إدراك مقيد بحدود الحواس الخمس. لقد سمحت لنا هذه المرحلة من التطوّر بأن نتعرّف إلى مبادئ الكون الأساسية بطرائق ملموسة. نرى عبر حواسنا الخمس أن كلّ فعل هو سبب وله نتيجة، وأن كل نتيجة لها سبب. إننا نلمس نتائج نيّاتنا. نرى أن الغضب يقتل من حيث إنه يسبب انقطاع النفس التي هي قوّة الحياة، ويسبب إهراق الدماء التي تحافظ بجريانها في عروقنا على استمرار حياتنا. نرى أن دماء الخلق ترعى وتدعم. ونرى ونشعر بتأثير الابتسامة في مقابل العبوس.

نلمس قدرتنا على تحليل المعرفة وتطويرها. نرى مثلاً أن العصا هي أداة يمكن استخدامها بطرائق مختلفة. يمكن للعصا ذاتها التي تقتل أن تحثّ الحية للدخول إلى وكرها. والحربة التي قد تخترق القلب وتزهق الروح، يمكنها أن تتحوّل إلى مخلّ يسهّل بعض الأشغال الصعبة. والسكين التي تجرح قد تستخدم في قصّ القماش. والأيدي التي تصنع القنابل يمكن توظيفها في بناء المدارس. والأدمغة التي تنسّق أعمال العنف يمكن أن تنسّق أنشطة التعاون.

نجد أن الأنشطة الحياتية تكتسب نبلاً في المعنى والهدف عندما تمتزج بالتهيب. وفي المقابل نجد أن افتقارها إلى التهيب ينتج ظلماً وعنفاً وشعوراً بالوحدة. يشكّل المحيط المادي ميداناً رائعاً لتلقي

الدروس. إنه مدرسة نتوصل بفضلها، وعبر التجربة، إلى فهم أيّ الأسباب تجعلنا نتوسّع، وأيها تجعلنا نتقلّص؛ وأيها تساعدنا على النموّ، وتلك التي تتسبب في تراجعنا؛ وأيها تغذّي أرواحنا، وأيها تؤدي إلى ذواتها؛ أيّ الأسباب تفيدنا وأيها تضرّنا.

عندما يُنظر إلى المحيط المادي من المنظور الحسيّ الخماسي فحسب، يبدو البقاء المادي وكأنه المعيار الأساسي للتطور، وذلك لانعدام القدرة على تمييز أي نوع آخر من التطور. ولذلك، يظهر مفهوم «البقاء للأقوى» وكأنه مرادف لمفهوم التطور؛ وتظهر السيطرة المادية وكأنها شرط ملازم للتطور المتقدّم.

عندما نحصر إدراكنا للعالم المادي ضمن إطار ما تملّيه علينا الحواس الخمس، يصبح الخوف بالنسبة إلينا قاعدة الحياة في هذا العالم. وتصبح قوة السيطرة على المحيط وعلى من يعيشون في هذا المحيط ضرورة أساسية.

ويترتب على الحاجة إلى تحقيق السيطرة المادية نوع من المنافسة يصيب كل جانب في حياتنا. إنه يصيب العلاقات بين المحبين كما يصيب العلاقات بين الدول الكبرى؛ والعلاقات بين الأخوة، كما بين الأعراق؛ وبين الطبقات الاجتماعية، كما بين الجنسين. إنها تضعف الميل الطبيعي إلى التناغم بين الأمم كما بين الأصدقاء. الطاقة ذاتها التي دفعت في اتجاه إرسال الطيران الحربي إلى الخليج العربي، قضت بإرسال الجيوش إلى فيتنام، وإرسال الصليبيين إلى فلسطين. والطاقة ذاتها التي فرّقت ما بين عائلة روميو وعائلة جوليت، تفرّق عرقياً بين عائلة الزوج الأسود وعائلة زوجته البيضاء. والطاقة ذاتها التي وضعت لي هارفي أوزوالد (Lee Harvey Oswald) ضدّ جون كينيدي، دفعت قايين إلى معاداة هابيل. والسبب الذي يدفع الأخوة والأخوات إلى

النزاع في ما بينهم، ويدفع الشركات الكبرى إلى النزاع واحدًا، ألا وهو: السعي إلى السيطرة.

قوة السيطرة على المحيط ومن فيه، هي القوة التي تمارسها على ما يمكن أن نشعر به، ونشمّه، ونتذوقه، ونسمعه، ونراه. وهذا النوع من القوة خارجي. يمكن الاستحواذ على القوة الخارجية أو خسارتها كما يحدث في سوق البورصة أو في معركة انتخابية. كما يمكن شراؤها، أو سرقتها، أو تحويلها، أو انتقالها وراثته. إنها من الأمور التي يمكنك الاستحواذ عليها من شخص آخر أو من مكان آخر. وبالتالي فإن الكسب الذي يحققه طرف معيّن في مجال القوة الخارجية يكون خسارة لطرف آخر. أما نتيجة هذا التصوّر للقوة، أي نتيجة اعتبار القوة «خارجية»، فهي العنف والدمار. ولعلّ كافة مؤسساتنا الاجتماعية والاقتصادية والسياسية تعكس فهمنا للقوة على أنها خارجية.

يسود العائلات والثقافات في العالم نظام من اثنين، الأبوي أو الأمومي، ما يعني أن أحد الأبوين في العائلة يمسك بزمام السلطة. ونرى أن الأولاد ينطبعون منذ طفولتهم المبكرة بهذا الواقع الذي يسهم في تحديد شكل حياتهم.

الشرطة والجيش هما نتاج تصوّرنا للقوة على أنها خارجية. الشارات الخاصة والجزمات والرتب وأجهزة اللاسلكي والبزات النظامية والسلاح والعتاد، كلّها رموز تسبب الخوف. والذين يرتدونها أيضًا يخافون؛ يخافون من مواجهة العالم من غير أدوات دفاعية. والناس الذين تطالعهم هذه الرموز يخافون. يخافون من القوة التي يمثلها هؤلاء؛ أو يخافون من الذين يتصدّى لهم هؤلاء؛ أو يخافون الاثنين معًا. ليست الشرطة ولا الجيش، كما وليست الثقافات، ولا العائلات التي تتبع النظام الأبوي أو الأمومي، وراء اعتبار أن القوة هي أمر خارجي. بل

إنها انعكاس للصورة التي توصلنا نحن كمخلوقات بشرية وكأشخاص إلى رسمها بشأن مصدر القوّة.

اعتبار أن القوّة هي أمر خارجي يحدّد شكل اقتصادنا. نجد أن قدرة السيطرة على اقتصاد المجتمعات والبلدان، و قدرة السيطرة على العلاقات الاقتصادية الخارجية بينها، محصورة في أيدي قلة قليلة من البشر. ومن أجل حماية العمال من هذه القلّة تألفت النقابات. ومن أجل حماية المستهلك، تمّ تكليف مراجع حكومية متخصصة. ومن أجل حماية الفقراء، استنبطنا برامج المساعدة الاجتماعية. أليس هذا انعكاس واضح لأسلوبنا في النظر إلى القوّة - إنها ملك للقلّة فيما الغالبية تسعى إلى خدمتها من موقعها كضحية.

المال رمز للقوة الخارجية، ومن يملك الكمّ الأكبر منه يملك القسط الأكبر من قدرة السيطرة على محيطه وعلى من فيه. ومن يملك الكمّ الأقل منه، يملك القسط الأقل من قدرة السيطرة على محيطه وعلى من فيه. يمكن كسب المال أو خسارته، أو سرقته، أو النزاع من أجله، أو وراثته. إذا كان المستوى العلمي الذي وصلنا إليه، أو المركز الاجتماعي الذي ننعّم به، أو الشهرة التي أحرزناها، أو الأشياء التي نملكها، عناصر تدعم شعورنا بالأمان، فإنها بالتالي رموز للقوّة الخارجية. أي شيء نخاف أن نخسره - منزل، أو سيارة، أو قامة رشيقة، أو ذكاء متّقد، أو عقيدة قويّة - ما هو سوى بعض رموز القوّة الخارجية. ما نخافه يزيد في تعرّضنا للسقوط في الضعف. وهذا لأننا نعتبر أن القوّة خارجية.

عندما يُنظر إلى القوّة على أنها خارجية، يبدو التسلسل الهرمي في البنى الاجتماعية والسياسية، وحتى التسلسل الهرمي في الكون، دليلاً على من يمتلك قوّة ومن لا يمتلكها. فيبدو المترّبعون على قمة الهرم أنهم يملكون القوّة العظمى وهم بالتالي الأعلى قيمة والأقل

تعرّضاً للسقوط في الضعف. ويبدو الذين في أسفل الهرم أنهم الأقل قوّة وبالتالي الأقل قيمة والأكثر عرضة للسقوط في الضعف. من هذا المنطلق، يكون القائد أكثر قيمةً من الجندي؛ والمدير التنفيذي أكثر قيمةً من موظف الاستقبال؛ والأبوان أكثر قيمةً من الطفل؛ والإله أكثر قيمةً من المتعبّد. نخاف أن نتخطّى أبوينا، ومديرننا، وقائدنا. وهكذا تأتي النظرة التي تسمح بالقول إن هناك تفاوت في القيمة الشخصية بين قيمة مرتفعة وأخرى متدنية، تأتي من النظر إلى القوّة على أنها خارجية.

والتنافس من أجل الاستحواذ على القوّة الخارجية يكمن وراء كلّ أشكال العنف. وهو ما يختبئ وراء كل النزاعات الأيديولوجية مثل الصراع بين الرأسمالية والشيوعية؛ والصراع الديني بين الكاثوليك والبروتستانت في إيرلندا؛ والصراع الجغرافي بين العرب واسرائيل، والنزاع العائلي، والنزاع بين الزوجين. إنما الهدف غير المعلن من كل أشكال النزاع هو الاستحواذ على القوّة الخارجية.

تصوّرنا أن القوّة هي خارجية يؤدي إلى التصدّع النفسي على كافّة الصعد، إن كان على الصعيد الفردي، أو الاجتماعي، أو الوطني، أو العالمي. ليس هناك فارق بين الإصابة الحادة بالفصام الشخصي، وبين العالم في حالة الحرب. وليس من فارق بين عذاب روح متصدّعة، وعذاب أمة متصدّعة. وعندما يتنافس زوجان على حيازة القوّة يستخدمان ديناميّة مطابقة لتلك التي تستخدمها مجموعة عرقية معينة من البشر في خوفها من مجموعة تنتمي إلى عرقٍ مختلف.

وعلى أساس هذه الديناميات تشكّل فهمنا الحاضر للتطوّر على أنه عملية قائمة ترنو إلى اكتساب مزيد من القوّة الرامية إلى إحراز السيطرة على المحيط وعلى الآخرين. وهذا التعريف يعكس واقع الحدود الضيقة التي تفرضها النظرة إلى العالم المادي عبر الحواس الخمس

فقط. كما يعكس واقع أن الخوف هو في أصل المنافسة على حيازة القوة الخارجية.

بعد ألفيات طويلة من الحياة البشرية المملأ بالأعمال الوحشية التي تمارس بين الأفراد، وبين المجموعات، بات من الواضح الآن أن الإحساس بعدم الأمان الذي يقع في أصل تصوّرنا للقوة على أنها خارجية لا يمكن التغلّب عليه بالسعي إلى بناء متراكم من القوة الخارجية. لا بدّ لكل منا أن يتيقّن ليس عبر ما يسمعه ويشاهده في كل نشرة أخبار، وكل جريدة مسائية فحسب، بل عبر كل ما نقاسيه من آلام كأشخاص وكمجموعات، أن تصوّرنا الحاضر للقوة على أنها خارجية لا يأتينا سوى بالألم والعنف والدمار. هكذا كان مسار تطوّرنا حتى الآن، وهذا الذي سوف نتحوّل عنه ونتركه وراءنا.

يحملنا فهمنا الأعمق للتطوّر إلى نوع آخر من القوة؛ إلى قوة تحبّ الحياة في جميع وجوهها. قوة لا تحاكم كل ما تواجهه؛ قوة تبصر غاية ومعنى حتى في أبسط التفاصيل التي تطالعها على وجه الأرض. هذه هي القوة الحقيقية. عندما نجعل أفكارنا وعواطفنا وأعمالنا مترافقة مع الجزء الأرقى في شخصيتنا، نمتلئ حماسة، ويصبح لحياتنا غاية ومعنى.

تنبثق القوة الحقيقية من أعمق منابع وجودنا. لا يمكن شراء القوة الحقيقية ولا وراثتها ولا ادخارها. لا يمكن لمن يتمتّع بالقوة الحقيقية أن يحوّل أحد الناس أو الأشياء إلى ضحية. من ينعم بالقوة الحقيقية إنسان عالي القدرات والقوة إلى درجة أن فكرة استخدام القوة ضدّ الآخر ليست جزءاً من وعيه.

لا يكون فهم التطوّر صحيحاً إن لم يعتمد في صلبه القناعة بأننا في رحلة نحو القوة الحقيقية، وأن التوصل إلى القوة الحقيقية هو هدف عملية تطوّرنا وغاية وجودنا. إننا نتطوّر من مخلوقات تسعى إلى اكتساب

القوة الخارجية إلى مخلوقات تسعى إلى اكتساب القوة الحقيقية؛ وفكرة أن اكتشاف العالم المادي هو سبيلنا الوحيد إلى التطور باتت وراءنا. لم يعد اعتماد هذا السبيل، ولا الوعي المقيّد بمعطيات الحواس الخمس فحسب، ملائمين لما يجب أن نكون عليه.

إننا نتطور من مخلوقات بشرية مقيّدة بمعطيات حواسها الخمس إلى مخلوقات بشرية ذات إدراك موسّع ومتعدّد المصادر. تؤلف حواسنا الخمس معاً نظاماً حسيّاً معدّاً للتعرف إلى الواقع المادي؛ في حين أن الإدراك الموسّع يذهب إلى ما هو أبعد من الواقع المادي نحو الأنظمة الدينامية الأوسع والتي يشكّل واقعنا المادي جزءاً منها. يمكن لذوي الإدراك الموسّع أن يدركوا ويقدرّوا الدور الذي يملأه واقعنا المادي في مشهد التطور الأوسع، والدينامية التي هي في أساس ولادة واقعنا المادي واستمراره. غير أن هذا العالم يبقى في حيز المجهول وغير المنظور بالنسبة إلى من كان إدراكه مقيّداً بحواسه الخمس.

في هذا العالم غير المنظور توجد مصادر قيّمة الأشدّ عمقاً. ومن منظوره يمكن فهم الدوافع التي تحرك هؤلاء الذين يضحّون بحياتهم للوصول بوعي منهم إلى تحقيق غايات سامية. ويمكن من هذا المنظور تفسير القوة التي تمتع بها غاندي؛ وفهم الرحمة التي اكتست بها أعمال المسيح فهماً شاملاً غير متاح لمن كان مقيّداً بقيود حواسه الخمس.

المعلمون العظماء في تاريخ الإنسانية هم أناس تمتعوا بسعة الإدراك. لقد تحدّثوا ويتحدّثون إلينا، وفعلوا ويفعلون وفق قيم ومدارك تعكس الوعي الأشمل الذي يميّز به الإنسان من ذوي الإدراك الموسّع، فأيقظت بالتالي كلماتهم وأعمالهم في داخلنا معرفة بالحقيقة.

يرى الإنسان المقيّد بحواسه الخمس أننا وحدنا في هذا الكون، وأن الكون مادي محض. فيما يرى الإنسان ذو الإدراك الموسّع بأننا لسنا

وحدنا قطّ، وأن الكون حيّ، واع، وذكي، ورحيم. ويرى الانسان المقيّد بحواسه الخمس أن العالم المادي معطى غير قابل للتعليل، ووجودنا فيه غير قابل للتعليل أيضًا، وأنا نكافح من أجل السيطرة عليه لضمان بقائنا. ليس العالم المادي في نظر الانسان ذي الإدراك الموسّع سوى بيئة تعليمية عملت الأرواح التي تعيش فيه معًا إلى إيجادها، وكلّ ما يحدث في نطاق هذا العالم يهدف إلى تعليمها. لا يرى المقيّد بحواسه الخمس أن للنيات تأثير على سير الأمور، ويجد أن تأثير سلوكنا يبقى ماديًا محضاً، وأنا لا نتأثر، نحن أو الآخرون، بكلّ ما يحدث من أفعال. أما بالنسبة إلى ذوي الادراك الموسّع فإن النية التي تقف وراء العمل تحدّد تأثيره، وكلّ نية نضمّرها تؤثر علينا وعلى الآخرين؛ ويمتدّ تأثير النيات إلى خارج حدود العالم المادي.

ماذا نعني بقولنا إنه يوجد عالم غير منظور وفيه مصادر معرفتنا الأشدّ عمقاً؟ وماذا يتضمّن اعتبار أن في الوجود عالمًا لا يمكن تبيّنه عبر الحواس الخمس، ولكن يمكن معرفته، واكتشافه، وفهمه عبر قدرات إنسانية أخرى؟

عندما يطرح أحدهم سؤالاً لا يمكن الإجابة عليه عبر المراجع المعرفية السائدة، قد يصر إلى اعتباره تافهًا، وغير ملائم، ثمّ التخلي عنه؛ أو قد يلجأ السائل إلى توسيع وعيه لكي يتمكن من الإحاطة بمرجع يقدّم له الإجابة على سؤاله. يمثل التصرفان، الأول والثاني، الحلّ الأسهل للخروج من أزمة الوقوف أمام سؤال قد يبدو تافهًا أو غير ملائم. ولكن القاصد الجدّي أو العالم الحقيقي، فسوف يترك لنفسه حرية التوسّع بإدراكه إلى المراجع التي تمكّنه من فهم الإجابات التي يسعى إليها.

ما برح الجنس البشري، منذ أن تسنّت له ملكة السؤال، يطرح الأسئلة التالية: «هل في الوجود خالق؟»، و«هل في الوجود قدرة إلهية ذكية؟»،

و«هل هناك غاية من الحياة؟». لقد حان الآن وقت التوسع في أطر مرجعية تسمح بالإجابة عن هذه الأسئلة.

يتيح الإطار المرجعي الأوسع لذوي الإدراك الموسع فهم الاختلاف الفعلي القائم بين الشخصية والروح. شخصيتك، هي ذلك الجانب منك الذي ولد ويعيش وسوف يموت في إطار زمني معين؛ أن تكون بشرياً، وأن يكون لك شخصية، أمران متطابقان. فشخصيتك هي مركبة تطوّر كما هو جسدك.

القرارات التي تتخذها، والأعمال التي تقوم بها على الأرض هي سبل تطوّر. في كل لحظة تختار فيها النيات التي سوف ترسم شكل تجاربك، وتختار الأمور التي ستركّز عليها انتباهك، تؤثر خياراتك هذه في عملية تطوّر. وينطبق هذا الأمر على كل كائن بشري. فلو اخترت بغير وعي، فسوف تتطوّر تطوّرًا غير واعٍ. وإن اخترت بوعي، فإن تتطوّر سيكون واعياً.

العواطف النابعة من الخوف والتي تحمل العنف، عواطف اتصف بها الوجود الانساني والشخصية وحدها تعيش تجربتها. الشخصية وحدها تشعر بالغضب، والخوف، والكرهية، والرغبة في الانتقام، والحزن، والخجل، والندم، وعدم الاكتراث، والاحباط، والسخرية، والوحدة. الشخصية وحدها تميل إلى إصدار الأحكام وإلى المناورة والابتزاز. الشخصية وحدها تسعى إلى الاستحواذ على القوّة الخارجية. ويمكن أيضاً للشخصية أن تكون محبّة، ورحيمة، وحكيمة في علاقاتها مع الآخرين. ولكن المحبة والرحمة والحكمة لا تأتي من الشخصية. إنها تجارب الروح.

الروح هي ذلك الجزء منك الذي لا يموت. لكلّ منا روحه، ولكن الشخصية المقيّدة بحدود الحواس الخمس، لا تعي وجود روحها،

ولا تتمكن بالتالي من التعرّف إلى تأثيرها. عندما تتوسّع الشخصية في إدراكها، يصبح الالهام الذي تختبره - الشعور الحدسي، والمشاعر الباطنية الخفية - مهمًّا لديها. إنها تتوصّل إلى فهم الأمور المرتبطة بذاتها، وبغيرها، وبالأوضاع التي تحيط بها، فهمًا لا تبرّره المعطيات المتوفرة عبر الحواس الخمس. يصبح بإمكانها التعرّف إلى النيات والتعاطي معها، عوضًا عن الردّ على الأعمال والألفاظ التي تواجهها. يمكنها مثلًا التعرّف إلى قلب حنون في عمق سلوك غاضب وقاسٍ؛ وإلى قلب جليدي وراء ألفاظ لطيفة ومنمّقة.

عندما تنظر شخصية ذات إدراك موسّع إلى داخلها، تلاحظ عددًا من النزعات المختلفة. فتتعلم بفضل التجربة التمييز بين هذه النزعات والتنبه إلى التأثير العاطفي والنفسي والجسدي لكل منها. تتعلم مثلًا أيّ النزعات تنتج غضبًا، وأيها تنتج أفكارًا تقسيمية، وأيها تنتج أعمالًا مدمّرة. كما تلمس النزعات التي تنتج محبةً، وأفكارًا شافيةً، وأعمالًا بناءة. وتتعلّم مع مرور الوقت حسن تقدير النزعات التي تنتج حبًّا وإبداعًا وشفاءً وتؤالفها؛ وتقف في وجه النزعات السلبية والتي تولّد عدم الانسجام والعنف وتتخلى عنها. وبهذا الأسلوب، تتوصّل الشخصية إلى اختبار طاقة الروح والعيش بها.

ليست روحك ذلك الكيان النظري السلبي الذي يحتل مكانًا شاغورًا في قفصك الصدري. إنها قوة إيجابية دافعة وهادفة وموجودة في صميم كيانك. إنها ذلك الجانب منك الذي يفهم الطبيعة اللاشخصية لدينامية الطاقة المحيطة بك، والتي تحبّ من غير شروط، وتستقبل من غير أحكام.

إن رغبت في التعرّف إلى روحك، فإن الخطوة الأولى هي الإقرار بوجودها. والخطوة التالية هي إعطاء نفسك فرصة التأمل في المسائل

التالية: «إن كنت أملك روحًا، ماذا تكون روحي؟ ماذا تريد روحي؟ ما العلاقة التي تربطني بروحي؟ كيف تؤثر روحي في حياتي؟».

عندما نتنبه إلى وجود طاقة الروح، ونقرّ بها، ونقدّرُها، فإن تأثيرها سيبدأ بالبروز في مجرى حياة الشخصية. وعندما تتمكّن الشخصية من خدمة طاقة روحها بشكل تامّ، تكتسب القوّة الحقيقية. هذا هو الهدف من عملية التطوّر التي نعيشها، وهذا هو مبرّر وجودنا. كل تجربة تمرّ بها على الأرض تشجّع على تراصف شخصيتك مع روحك. وكلّ حالة تمرّ بها تفتح أمامك فرصة اختيار هذه الطريق، وتسمح لروحك بأن تشعّ من خلاله، وأن تجسّد عبرك احترام الحياة وحبّها اللامتناهين في اتساعهما وعمقهما.

يتقّصّى هذا الكتاب موضوع القوّة الحقيقية - تراصف الشخصية مع الروح. ما هي الأمور المرتبطة بهذا التراصف؟ كيف يحدث، وماذا يتولد منه. فهم هذا الموضوع يستوجب فهم بعض الأمور غير المألوفة بالنسبة إلى الإنسان المقيّد في حواسه الخمس، والتي تصبح عادية بعد فهم عملية التطوّر - أيّ إن الإدراك الذي نتوصّل إليه عبر الحواس الخمس هو الطريق إلى الإدراك الموسّع - وإنك لم تكن لتبقى مقيّدًا أبدًا بما تقدّمه لك حواسك الخمس فحسب⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل، ولتعميق تجربتك، انظر الدليل التعليمي، الفصل الأول.

الفصل الثاني

كارما

تعود معظمنا الاعتقاد بأن مساهمتنا في عملية التطور الانساني لا تتخطى حدود الفترة الزمنية التي نعيشها، وهذا يعكس نظرة الشخصية المقيّدة بالحواس الخمس. فمن وجهة نظر هذه الشخصية، لا شيء من ذاتها يبقى بعد انتهاء عمرها؛ ولا شيء من تجربتها الحياتية يخرج عن حدودها. في المقابل، ترى الشخصية ذات الإدراك الموسّع أن لا شيء منها يبقى بعد انقضاء عمرها، ولكنها تعي أيضًا أن روحها خالدة.

العمر الذي تعيشه شخصيتك هو تجربة واحدة من تجارب الروح التي لا تحصى. إن منظور الروح واسع جدًا وإدراكها لا يتقيّد بحدود الشخصية. والأرواح التي اختارت تجربة الحياة الجسدية سبيلًا إلى التطور، دفعت بطاقتها إلى التقمّص مرارًا في أشكال عدة نفسية وجسدية. وفي كلّ تقمّصٍ آخر تبدع الروح لنفسها شخصية وجسدًا. والشخصية والجسد اللذان يمثلان بالنسبة للانسان المقيّد بحواسه الخمس، وجوده الكلّي؛ هما بالنسبة إلى روحه الوسائل المتميّزة والملائمة تمامًا لكل تقمّص.

تساهم كل شخصية بطريقتها الخاصة وبقدراتها الخاصة، وبالدروس

التي تتعلّمها بوعي أو بغير وعي، في تطوّر روحها. فحياة الأم أو المحارب أو الابنة أو الكاهن، وتجارب الحبّ والضعف والخوف والفقدان ورقّة الإحساس، والمعاناة في حالات الغضب والتحدّي والفرغ والغيرة - كل ذلك يساهم في تطوّر الروح. كلّ المواصفات الجسدية، والعاطفية، والنفسية التي تؤلّف الشخصية وتؤلّف جسدها - ذراعان قويتان أو هزيلتان، قدرات ذهنية ثاقبة أو بليدة، طباع مرحة أو سوداوية، بشرة سوداء أو صفراء، وحتى لون العينين - كلّها تلائم تمامًا غاية الروح.

لا تعي الشخصية المقيّدة ضمن حدود حواسها الخمس حالات التقمّص العديدة التي مرّت بها روحها. ولكن قد تعي الشخصية ذات الإدراك الموسّع هذه الحالات، أو تعيشها من حيث كونها مراحل من ماضيها أو من مستقبلها. تشكّل حالات التقمّص هذه بالنسبة إلى الشخصية مجموعة «حيوات» تخصّها، ولكن لم تعشها بالفعل. إنها التجارب التي تمرّ بها روحها.

من منظار الروح، تكون جميع حالات تقمصها متزامنة. وجميع شخصياتها موجودة في آنٍ واحد. وبالتالي، فإنّ التخلّي عن النزعات السلبية من قبل إحدى شخصياتها، يعود بالفائدة ليس على تلك الشخصية وحدها، بل على جميع الشخصيات التي تتقمّص فيها هذه الروح. وبما أن الروح ليست مقيّدة بالزمن، فإنّ التخلّص مثلاً من تيارات الخوف والشكّ، يعزّز ماضي الشخصية ومستقبلها. سوف نرى لاحقاً أن تخلّص شخصية معينة من نزعتها السلبية يفيد عددًا كبيراً من ديناميات الوعي الأخرى. يمكن للشخصية المقيّدة بحواسها الخمس أن تلاحظ بعض هذه الفائدة، من غير أن تدرك اتصالها بديناميات الوعي، ولا علاقتها بما يحدث في داخل ذاتها من وعي وتطوّر في إطار الجنس، والعرق، والوطن، والثقافة. وبعض هذه الفائدة لا يمكن لمن كان مقيّداً

بحدود حواسه الخمس إدراكه قَطّ. ولذلك، فإن الحياة الواعية ثروة لا تقدر بثمن.

الشخصية وجسدها هما في مكانة أوجه مستعارة للروح. وفي نهاية كلّ حالة تقمّص، عندما تنتهي الشخصية من أداء دورها، تلجأ الروح إلى التخلّص منهما. تنتهي الشخصية وجسدها، ولا تنتهي الروح. بعد التقمّص، تعود الروح إلى حالتها الخالدة غير المقيدة بالزمن. وتعود مجدداً إلى حالتها الطبيعية، حالة الرحمة، والصفاء، والمحبة غير المحدودة.

في هذا الإطار يجري تطوّرنّا: التقمص المتكرّر لطاقة روحنا في العالم المادي، أو مدرستنا الأرضية.

لماذا يحدث هذا الأمر؟ ومن أين تأتي ضرورة الكلام على الشخصيات والأرواح؟

تقمّص الروح هو عملية حصر ضخمة لقوّة الروح بما يناسب معايير الشكل المادي. إنه حصر لنظام حياة أبدية ضمن إطار زمني، وعلى امتداد عدد معيّن من السنوات. إنه حصر لنظام إدراكي يرشّح في وقت واحد عبر التجربة المباشرة في عدد لا يُحصى من «الحيوات»، بعضها جسدي وبعضها غير جسدي، إلى الحواس الخمس الجسدية. والروح تختار إرادياً الدخول في هذه التجربة بهدف الشفاء.

والشخصية هي مجموع تلك الأجزاء من الروح التي تحتاج إلى الشفاء، إضافة إلى أجزاء أخرى، مثل الرحمة والحب التي تقدّمها الروح لتكون مصدر عون للشخصية في عملية الشفاء القائمة في حياتها. والجوانب المتصدّعة من الروح، تلك التي تتطلّب الشفاء، تحتاج إلى التفاعل مع المادّة من أجل أن تلتئم وتصبح وحدة مكتملة. يمكن القول

إذا إن الشخصية تشبه مركب المندالة⁽¹⁾ الهندي من حيث إنها تتألف من كل تلك الأجزاء المتصدّعة بالاضافة إلى الأجزاء السليمة. وهي تتألف بشكل مباشر من الأجزاء التي اختارت الروح علاجها في هذه الحياة، والتي تحتاج إلى التجربة المادية من أجل الشفاء؛ ومن تلك الأجزاء التي قدّمتها الروح لتساعد الشخصية في عملية الشفاء. من هنا فإنك تلمس عبر شخصية أحد الأشخاص مظاهر التصدّع التي تعذبها، بالإضافة إلى مظاهر الحبّ النابع من الجمال الذي اكتسبته روحها.

تأمل عظّمة القوّة التي تتمتع بها الروح التي تستطيع أن تختبر المحبة العارمة في جزء منها، والخوف في جزء آخر، وربّما تكون في جزء ثالث منها محايدة، وفي جزء رابع مصابة بفصام نفسي، وفي جزء سادس رسول أخاء ورحمة. عندما يكون أي جزء من هذه الأجزاء غير مكتمل، تكون الشخصية غير منسجمة. الشخصية المنسجمة هي تلك التي تتدفق فيها الروح بسهولة، وعبر ذلك الجزء منها المتصل بقميصها الجسدي.

الروح موجودة. ليس لها بداية ولا نهاية بل تتدفق نحو الاكتمال. والشخصية تظهر إلى الوجود كقوّة طبيعية تنبثق عن الروح. إنها أداة من الطاقة تتخذها الروح لتتحرك بها في العالم المادي. ولكل شخصية مواصفاتها الفريدة وذلك يعود إلى فردانية الطاقة التي شكلتها. إنها الوجه الذي يمثل الروح في التعاطي مع المادة.

تشكل شخصيتك بفعل الذبذبات التي تؤلف اسمك، والذبذبات في علاقتك بالكواكب لحظة تقمصك، وبتأثير ذبذبات الطاقة المحيطة بك، إضافةً إلى فعل الجوانب المتصدّعة من روحك التي تحتاج للتفاعل في العالم المادي لكي تحقّق كمالها.

(1) دائرة تطوّق مربعاً وهي رمز الكون عند الهندوس والبوذيين.

لا تعمل الشخصية بمعزل عن روحها. وهي تتلطف بفضل طاقة الوعي التي تعني بجوهرها، إلى حدّ قد يصبح الانسان عنده قادرًا على ملامسة الأعماق الروحانية.

تبدو الشخصية أحيانًا وكأنها قوّة هائمة في العالم غير مرتبطة بطاقة روحها. وقد تؤدي مثل هذه الحالة إلى أن يصبح الانسان شريرًا، أو مريضًا بالفصام النفسي. وهي تحدث نتيجة عدم تمكن الشخصية من إيجاد مرجعيتها، أو حبل ارتباطها، أو ملاذها الأصلي، أي الروح. الاضطرابات التي يعاني منها الانسان في حياته ترتبط مباشرة بنسبة انفصال طاقة شخصيته عن روحها؛ ونسبة عدم التزامها بالمسؤولية الابداعية، كما سنرى لاحقًا. عندما تنعم الشخصية بالتوازن التام، تقترب من روحها اقترابًا شديدًا حتى يصبح من الصعب على المراقب أن يعلم أين تنتهي الشخصية وأين تبدأ الروح. وهنا يكون الانسان متكاملًا.

ما هي الأمور المرتبطة بشفاء الروح؟

تعود معظمنا على فكرة أننا مسؤولون عن بعض أعمالنا وليس عن جميعها. مثلاً، نرى أنفسنا مسؤولين عن العمل الجيد الذي قرب ما بيننا وجيراننا؛ أو عن تجاوزنا الايجابي مع هذا العمل. ولا نرى أنفسنا مسؤولين عن خلاف بيننا وجيراننا أو عن موقفنا السلبي في التعاطي معهم. نعتبر أنفسنا مسؤولين عن سلامة رحلتنا إذا قمنا بواجبنا وتفحصنا حالة السيارة قبل الانطلاق؛ إنما لو قدنا السيارة بسرعة كبيرة لكي نتخطى سيارة أخرى، وكدنا أن نتسبب بحادث سير مريع، فلا نعتبر أنفسنا مسؤولين عن ذلك بل نعتبر سائق السيارة الأخرى مسؤولاً. إذا كسبنا رزقنا عبر تجارتنا الجيدة، نعتبر الفضل عائداً إلينا. أما لو كسبنا رزقنا عبر السرقة فنلقي اللوم بذلك على طفولتنا البائسة.

كثيرون منا يرون أن الفاعل لا يكون مسؤولاً عن فعله، إلا إذا عُرف أنه الفاعل. أخبرني صديق تعود زيارة وطنه الأم إيطاليا في كل عام أنه ذات مرّة، بعد الانتهاء من تناول العشاء مع عائلته في أحد المطاعم، طلب والده الفاتورة وتفحصها. بعد التمعّن في إشارة غامضة في ذيلها، وجد أنها تقول: «إن لم ينكشف الأمر، فلا بأس». وعندما نادى الناذل وسأله، تمتم هذا الأخير: «انكشف الأمر». يظن كثيرون منا مثلاً أنه لو أخطأ أحد موظفي الصندوق في أحد المتاجر وردّ لنا فائضاً من النقود أكبر من المبلغ المستحقّ، وقبلنا المبلغ من غير اعتراض، أن لا شيء يتغيّر في حياتنا سوى أننا ربحتنا بعض المال الإضافي. ولكن كل عمل نقوم به يؤثر علينا تأثيراً بعيد المرمى.

وراء كل عمل ووراء كل فكرة وشعور توجد النية. والنية هي وحدة من أمرين متلازمين: السبب والنتيجة. إن كنا مشتركين في السبب، فمن غير الممكن ألا نشترك في النتيجة. من هنا، ومن هذا المنطلق العميق، نحن مسؤولون عن كل عمل، وعن كل فكرة، وكل شعور يترتب على كل نية لدينا. ونحن، أنفسنا، سوف نشترك في تذوق ثمرة كل نية لدينا. ولذلك فإنه من الحكمة أن نعي حقيقة نياتنا التي تنتج تجاربنا، وأن نميّز بين النيات بحسب نتائجها، وأن نختار تلك التي تعطي النتائج التي نريدها.

هكذا تعلّمنا حقيقة العالم المادي في طفولتنا، وهكذا تتعرّز معرفتنا به في سنوات نضجنا. تعلّمنا نتيجة البكاء عند الشعور بالجوع؛ وكنا نكرّر السبب الذي يعطينا النتيجة المرجوة. تعلّمنا نتيجة وضع الإصبع في المقبس الكهربائي، ولم نعد الكرة مرّة ثانية خوفاً من النتيجة التي يجرّها هذا السبب.

وكذلك نتعلّم عن النيات عبر تجاربنا في العالم المادي. ولكن، ولكي

نتعلّم بأن لكل نيّة نتيجتها، ولنتعلّم حول طبيعة هذه النتيجة، فسوف يستغرق ذلك وقتًا طويلًا إذا ما توخينا استقاء الدروس عبر كثافة العالم المادي فحسب. مثلاً، يسبّب الغضب بعدًا وجفاءً بين الناس؛ ولو اكتفينا بالاعتماد على تجربتنا الحسية وحدها، فقد يحتاج أحدنا إلى عدد كبير من التجارب التي يمكن أن تكون عشرة، أو مئة حادثة تتسبب بجفاء في تعاطي الآخرين معه، أو في ابتعادهم عنه، قبل أن يعي أن توجيهه المبني على الغضب، وعلى نيات الكراهية التي يضمورها في أعماقه، هي السبب المؤدّي إلى تلك النتائج، وليس هذا العمل أو تلك الحادثة بالذات.

تعكس العلاقة بين السبب والنتيجة في أمور المادة وظواهرها ديناميّة غير محصورة في إطار الحقيقة المادية. إنها ديناميّة كارما. كلّ ما هو موجود في العالم المادي، بما فيه كل واحد منّا، هو جزء صغير من ديناميات واسعة جدًّا، أوسع مما يمكن للانسان المقيد بحواسه الخمس إدراكه. مشاعر الحب التي تشعر بها مثلاً، ومشاعر الخوف، والرحمة، والغضب التي تختبرها، ليست سوى جزءًا يسيرًا من الحب، والخوف، والرحمة، والغضب، في نظام طاقة واسع لا تلاحظه.

في العالم المادي، نجد قانونًا في علم الفيزياء يعكس ديناميّة كارما، وهو قانون الحركة الثالث والقائل: «في مقابل كلّ فعل، يوجد ردّ فعل معادل ومعاكس». وبكلام آخر، فإن قانون كارما العظيم الذي يحكم عملية توازن الطاقة في نظام تطوّرنّا، نجده ماثلاً في عالم الأشياء والظواهر المادية عبر القانون الأخير من القوانين الثلاثة التي تحكم الحركة، والتي تحكم توازن الطاقة في العالم المادي.

قانون كارما هو ديناميّة من الطاقة اللاشخصية. ولكن عندما يصبح تأثيرها شخصيًا، أي عندما تختبرها الشخصية الانسانية، فإن اتجاهها يكون انعكاسيًا، أي إنها تعود على الانسان بقدر الطاقة الصادرة عن

نياته. بهذه الطريقة تختبر الشخصية الدينامية الطاقة اللاشخصية التي يصفها قانون الحركة الثالث، المذكور أعلاه، على أنها: «رد فعل معادل ومعاكس». الانسان الذي يحمل في نيته كراهية للآخرين، يعيش تجربة الكراهية عبر نيات الآخرين نحوه. والانسان الذي يحمل في نيته حب الآخرين، يعيش تجربة الحب عبر نيات الآخرين نحوه، وهكذا دواليك. أما القاعدة الذهبية فهي دليل السلوك المبني على دينامية كارما. وإن كان من تصريح يتوجه شخصياً من كارما إلى كل منا، فلا بد أن يقول: «إنك تستقبل من العالم ما تعطي للعالم».

ليست دينامية كارما دينامية أخلاقية. مفهوم الأخلاق هو ابتكار إنساني. والكون لا يحاكم الناس. أما قانون كارما فيحكم عملية حفظ توازن الطاقة في نظامك الأخلاقي وفي نظام جيرانك الأخلاقي. إنه يساعد الانسانية كمعلم لا شخصي وكوني في موضوع المسؤولية.

كل سبب لم تظهر نتيجته بعد، هو حدث لم يكتمل بعد. إنه حالة عدم توازن في الطاقة تسير في طريقها إلى التوازن. وقد لا يحدث هذا التوازن دائماً في غضون حياة واحدة. ولذلك لا يمكن دائماً للشخصية غير المتبتهة إلى حقيقة روحها، وحقيقة التقمص، وإلى طاقة كارما، أن تفهم أهمية أو مغزى الحوادث التي تمرّ بها، أو أن تفهم نتائج ردّها عليها.

ومثالاً على ذلك، فإن الشخصية التي تستغل الآخرين، تتسبب في عدم توازن في الطاقة يستلزم التصحيح عن طريق تجربة تمرّ بها هذه الشخصية حيث يحدث استغلالها من جانب الآخرين. وإن لم يتسنّ تمام هذا الأمر في غضون حياة هذه الشخصية، فإن شخصيات أخرى تتقمصها روح هذه الشخصية سوف تمرّ في تجربة استغلال الآخرين لها. وإن لم تتمكن هذه الشخصية من فهم أن ما تمرّ به من استغلال الآخرين لها، هو نتيجة لسبب سابق؛ وأن هذه التجربة هي تنمة لعملية لم تكتمل بعد، تسعى

إلى ردّ فعل من منظورها الشخصي وليس من منظور روحها، فتصاب بالغضب مثلاً، أو بالميل إلى الثأر، أو تصاب بالإحباط. وربما تلجأ إلى استخدام العنف، أو إلى التشاؤم والسخرية؛ أو إلى الحزن والانزواء. يولد كل من هذه التصرفات مزيداً من عدم التوازن في الطاقة الذي سيولد بدوره حاجة إلى التصحيح. في هذه الحالة، وإن جاز التشبيه، يكون قد تمّ استيفاء بعض الدّين من جانب كارما، ولكن مزيداً من الديون يتراكم.

لو مات ولد في سن مبكرة، لا يمكننا أن نعلم أي اتفاقية تمّت بين روح هذا الطفل وروح كل من والديه؛ أو أي شفاء تمّ عن طريق هذه التجربة. ولكننا، وعلى الرغم من أننا نشارك الوالدين حزنهما، لا يمكننا الحكم على مثل هذه الحادثة. إن لم يفهم الوالدان، أو لم نفهم نحن، طبيعة الدينامية اللاشخصية وراء هذه الحادثة، لأبدنا ربما ردّاً غاضباً ضدّ الكون، أو ضدّ بعضنا البعض؛ أو قمنا بتأنيب الذات إذا اعتبرنا أن بعض أعمالنا لم تكن ملائمة. كل ردّ فعل من هذا النوع يولد مزيداً من طاقة كارما السلبية، ومزيداً من الدروس التي يتوجّب على أرواحنا تلقّيها - ومزيداً من ديون كارما التي تنتظر الاستيفاء.

يترتّب على الروح من أجل تحقيق اكتمالها أن تحقّق توازن طاقتها، ويترتّب عليها أن تتحمّل النتائج التي كانت سبباً لها. وعدم التوازن في طاقة الروح يتمثّل في تلك الأجزاء غير المكتملة منها التي تؤلّف الشخصية. والشخصيات في تفاعلها ليست سوى أرواح تسعى إلى الشفاء. أن يؤدّي التفاعل بين الشخصيات إلى الشفاء هو أمرٌ يتوقّف على قدرتها على النظر إلى ما هو أبعد من وجودها المادي، أي النظر إلى التفاعل الذي يجري بين أرواحها. ومن شأن مثل هذا الإدراك أن يولد تلقائياً الرحمة بينها. كل تجربة وكل تفاعل بينك وبين محيطك يقدّم لك فرصة اختيار التعاطي من منظور روحك، أو من منظور شخصيتك.

ماذا يعني هذا الأمر باللغة العملية؟ كيف تبدأ الشخصية النظر إلى ما هو أبعد منها، وكيف ترى روحها تتفاعل مع أرواح الآخرين؟

من حيث عدم إمكاننا الاطلاع على الأمور التي يتم شفاؤها عبر كل حدث أو حالة معينة - وأي ديون لطاقة كارما قد تم استيفاؤها - لا يمكننا إطلاق الأحكام على ما نشهده. إذا رأينا على سبيل المثال إنساناً ينام في الزقاق في فصل الشتاء، لا نعلم نوع المقاضاة الجارية بالنسبة لروحه. لا نعلم ما إذا كانت هذه الروح قد تورّطت بارتكاب عمل ظالم في حياة أخرى، واختارت الآن المرور بتجربة متّصلة بالدينامية عينها، ولكن من زاوية مختلفة كلياً، كمتسوّل من غير مأوى مثلاً. من الملائم أن نقابل مثل هذه الحالة بالرحمة، ولكنه من غير الملائم اعتبارها غير عادلة. لأنها ليست كذلك.

من الناس من يتسم بالانانية والعدائية والسلبية، ولكن ليس باستطاعتنا حتى في مثل هذه الحالات معرفة الأسباب تمامًا، فهي محجوبة عنا. يمكننا ملاحظة المواصفات السلبية، ولكن ليس بإمكاننا الحكم عليها. إذ إن أمر الحكم لا يعود إلينا. إذا تدخلنا لفضّ خلاف، أو حلّ نزاع بين شخصين أو أكثر، ليس من الملائم أن نلقي الأحكام على الفرقاء. ولكن يمكننا التيقن من أمر واحد وهو: إن من يتورّط في العنف يتألّم في أعماقه؛ إذ لا يمكن للروح التي تنعم بالصحة والتوازن أن تلحق الأذى بأحد.

عندما نطلق الأحكام، نوّلد طاقة كارما سلبية. ومسألة إطلاق الأحكام تتصل بالشخصية. عند قولنا عن روح أخرى: «إنها تستحق»، أو «إنها لا تستحق»، نوّلد طاقة كارما سلبية. وعندما نتكلم على فعل معين، فنقول: «هذا صواب»، أو «هذا خطأ»، نوّلد طاقة كارما سلبية. وهذا لا يعني أنه يجب ألا نتصرّف بالطريقة الملائمة في الحالات التي تواجهنا.

إذا صدمت سيارةٌ أخرى سيارتنا مثلاً، وكان سائق السيارة الأخرى مثلاً، من الملائم أن يتحمّل السائق الآخر مسؤولية الحادث أمام المحكمة وأن يلتزم بالتعويض عن الأضرار. ومن الملائم أن يُمنع هذا السائق، رجلاً كان أم امرأة، عن القيادة إذا كان هو، أو هي، في حالة السكر. ولكنه من غير الملائم أن نترك العنان لمشاعر السخط، أو للدوافع الأخلاقية، أو للرغبة في استغلال الوضع، أن تؤثر على موقفنا. هذه المشاعر هي نتيجة الأحكام التي نصنعها في ما يتعلّق بنفسنا وبالأخر. وهي نتيجة النظرة التي توحى إلينا بأننا متفوقون على الآخر.

إن بنينا سلوكنا على قاعدة هذه المشاعر، لا يزيد ذلك في التزامات روحنا نحو طاقة كارما فحسب، بل يعيق ولوجنا إلى تلك المشاعر والتعلّم منها. المشاعر، كما سنرى لاحقاً، هي الوسيلة التي تمكّننا من تمييز تلك الأجزاء من الروح التي تسعى إلى الشفاء؛ وهي الوسيلة التي نتوصّل عبرها إلى رؤية عمل الروح متجسّداً في المادة. الطريق إلى روحك يمرّ عبر قلبك.

إن أردنا سلوك طريق الروح يلزمنا التوقف عن إصدار الأحكام حتى في ما يخصّ حوادث تبدو غير مفهومة البتة، مثل تحقيقات تعسّفية لا تقيم اعتباراً للحرية الفردية، أو مجزرة جماعية بحق الإنسانية، أو موت طفل رضيع، أو صراع مضمّن وطويل مع السرطان، أو حياة في أسر السرير. لا نعلم ما هي الأمور التي يتمّ شفاؤها عبر هذه الآلام، أو تفاصيل المناسبات التي تمخّضت عنها تلك الطاقة التي تسعى إلى التوازن عبرها. من الملائم أن نسمح لمشاعر الرحمة أن تملأ قلوبنا كما هو طبيعي إزاء هذه الحالات، وأن نتصرّف بناء عليها، ولكن لو تركنا العنان لأنفسنا في إطلاق الأحكام حول هذه الحوادث، وحول المشتركين بها، نوّلد إذ ذاك طاقة كارما سلبية ستتطلب التوازن، وقد

تصبح أنت نفسك بين الأرواح التي تختار الاشتراك في مناسبات صعبة
وضرورية لتحقيق هذا التوازن.

ولكن كيف للعدالة أن تتحقق إن لم نطلق الأحكام؟

تعرّض غاندي للضرب عدة مرّات في حياته. ولكنه، وعلى الرغم من
أنه شارف على الموت مرّتين، رفض إدانة معذبيه لأنه رأى أنهم «فعلوا
ما اعتقدوا أنه صواب». موقف غاندي الراض لإطلاق الأحكام يعدّ
محوريًا في حياته. رفض المسيح إطلاق أحكامه حتى على الذين عذبوه
من غير رحمة وأهانوه وبصقوا في وجهه. طلب المغفرة لمعذبيه وليس
الثأر منهم. هل كان المسيح أو غاندي غافلين عن معنى العدالة؟
لقد عرفوا معنى إقامة العدالة من غير إطلاق الأحكام.

ما هي العدالة التي لا تطلق الأحكام؟

العدالة التي لا تطلق الأحكام هي منظور يتيح لك رؤية كل ما يجري
في الحياة من غير أن تشارك فيه بعواطف سلبية. العدالة التي لا تطلق
الأحكام تحرّرك من دور القاضي، أو الحَكَم التي قد تسنده إلى نفسك،
لأنك تعلم أن لا شيء في الحياة خافٍ - لا شيء يخفى على طاقة كارما
- ومن شأن هذا الأمر أن يحمل إليك مشاعر التفهّم والرحمة. العدالة
التي لا تطلق الأحكام هي الحرية في أن ترى ما ترى، وأن تعيش ما تعيشه
من التجارب من غير التفاعل معه بردّ فعل سلبي. إنها تخوّلك أن تختبر
مباشرة تدفّق ذكاء الكون وإشعاعه وحبّه تدفّقًا لا يعيقه عائق، هذا الكون
الذي تشكل حقيقتنا الجسدية جزءًا منه. العدالة التي لا تطلق الأحكام
تنبثق بصورة طبيعية من ملكة فهم الروح وفهم كيفية تطوّرها.

هذا هو إذاً الإطار الذي يحيط بعملية تطوّرنا: التقمّص، وتكرار

التقمّص للروح في المادة بهدف تحقيق شفائها وتوازن طاقتها بحسب قانون كارما. إننا نتطوّر كنوع بشري وكأشخاص ضمن هذا الإطار، وفي دورة تحملنا من نقطة عدم القوّة إلى نقطة القوّة. ولكن التجارب التي نمّر بها في هذه العملية ليست بالضرورة من نوع التجارب التي كنّا قد مررنا بها حتى الآن⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل الثاني.

الفصل الثالث

التهيب

نظام كارما ونظام التقمّص اللذان نتطوّر في إطارهما حياديّان. والأفعال وردود الفعل التي تحدث في حلبة العالم المادي تحفّز حركة الطاقة وتصنع تجاربنا، فتبرز الدروس التي ما زالت الروح بحاجة إلى تعلّمها. عندما تكون أفعالنا سبباً في اضطراب أحد الأشخاص، سوف نشعر باضطراب مماثل في حياتنا الحاضرة، أو في غيرها. ومن المنطلق عينه، لو كانت أفعالنا سبباً للانسجام وللشعور بالقوّة لدى شخص آخر، فسوف نشعر بالانسجام ذاته وبالقوّة عينها. هذا الأمر يتيح لنا اختبار النتائج التي كنا سبباً لتولدها، ومن ثمّ أن نتعلّم المسؤولية في ما نكون سبباً لتولده.

الإطار الذي يحكم عمل كارما ونظام التقمّص حياديّان، وهو يوفر لكل روح في مقابل الأعمال التي تقوم بها شخصياتها، التجارب التي تحتاجها في عملية تطوّرها. من هنا فإن التوجّه، أو الموقف، الذي تتعاطى الشخصية من خلاله مع عملية التطور، يحدّد طبيعة التجارب المطلوبة من أجل تطوّر روحها. مثلاً، تواجه الشخصية الغاضبة الصعوبات التي تعترض حياتها بغضب، وتجرّ بالتالي على نفسها ضرورة اختبار نتائج

الغضب؛ والشخصية الحزينة التي تواجه الحياة بالحزن تجرّ على نفسها ضرورة اختبار نتائج الحزن، وهكذا دواليك.

من تغلب عليه سمات الغضب ولكنه يتهيب الحياة، يواجه صعوبات الحياة بأسلوب مختلف جدًّا عن الأسلوب الذي يعتمده إنسان غاضب آخر لا يتهيبها. من لا يتهيب الحياة قد لا يتردد في فورة غضبه عن التعدي عليها. العنف المتولد في عملية قتل إنسان آخر، أو أي مخلوق آخر، أشدّ بكثير من العنف الذي يتولد جرّاء التلفّظ بكلمات ساخطة. المتوجّبات لطاقة كارما - مقدار اختلال توازن الطاقة - المتولّدة بفعل القتل، لا يتمّ استيفاؤها ولا تستعيد الطاقة توازنها سوى بفعل عنفيّ مساوٍ له. من هنا، وبصورة تلقائية، لا يتعرّض من يتهيب الحياة إلى العواقب القاسية التي تفرّضها طاقة كارما، وسيلقاها من لم يكن متهيّبًا.

ولكن، حتى ولو تهيبّ الحياة جميع البشر، فهذا لا ينهي حاجتنا إلى متابعة المسير في عملية التطوّر؛ إنما يغيّر ذلك في نوعية الدروس التي نحتاجها في هذه العملية. وبكلام آخر، إذا أصبحنا متهيّبين للحياة اليوم فذلك لن يغنينا عن موجبات تطوّرنا، غير أن نوعية التجارب تكون مختلفة. لا نلحق الأذى بالحياة. نتابع تعلّم الدروس ولا نسعى أثناء ذلك إلى الأذى أو الدمار. تستمرّ رحلتنا من نقطة عدم القوّة إلى نقطة القوّة مع تغيّر في طبيعة التجارب. لن نواجه نوع التجارب التي تتمخض عن موقف من العالم خالٍ من التهيبّ.

قد ننظر إلى الحياة ونصوّر أنها رخيصة فتخترق هذه النظرة جميع تصوّراتنا الأخرى. فإذا تأملنا مثلًا في عالم الحيوان، يبدو لنا أن ما يجري في أرجائه يؤكّد نظرتنا السلبية. نلاحظ أن الوحوش تتقاتل في ما بينها، ويفترس بعضها بعضها الآخر، فنستنتج أن سبب وجود الكائنات الأضعف ليس سوى لتأمين الغذاء للكائنات الأقوى. وهكذا نبرّر

استغلالنا للحياة على أساس ما نتصور أنه شرعة الطبيعة. نشوّه ونقتل. نتسبّب في خلق حالات تؤدي إلى موت ملايين البشر جوعاً، فيما نخزّن الحبوب في العنابر ونهرق الحليب في مصارف المياه. ننظر إلى الآخر كفريسة نحتاجها لسدّ جوعنا العاطفي والمادي. نقول: إنه عالم يأكل فيه الكبير الصغير؛ ومن أجل ضمان بقائنا علينا استغلال الآخر قبل أن يتسنى للآخر استغلالنا. ننظر إلى الحياة وكأنها سباق ينتج عنه الراحون والخاسرون، ولا نجد في ذواتنا ما يشيننا عن بعض الأعمال عندما نخاف أن تهدّد حاجات بعض الأفراد أو الجماعات مصالحنا.

ترسم نظرتنا إلى الحياة التي تفتقر إلى التهيّب سلوكنا وقِيمنا إلى حدّ أننا نجهل معنى أن يكون المرء متهيّباً. إننا نبتعد عن التهيّب عندما نشتم أحد منافسينا، أو نسعى إلى إضعاف أحد الأشخاص. عندما نعمل بهدف الأخذ وليس بهدف العطاء، فإن عملنا يفتقد إلى التهيّب. عندما نناضل من أجل تأمين سلامتنا على حساب سلامة الآخرين، نحرم أنفسنا من نعمة التهيّب. نبتعد عن تهيّب الحياة إذا ما أطلقنا الحكم على أحدٍ بقولنا إنه الأعلى شأنًا، فيما نصف الآخر بأنه الأدنى. كما ونفعل الأمر عينه لو أطلقنا الأحكام على ذاتنا. ممارسة الأعمال، أو السياسة، أو التعليم، أو الجنس، أو تربية الأطفال، أو العلاقات الشخصية من غير تهيّب، كلّ ذلك يؤدي إلى نتيجة واحدة وهي: كائنات بشرية تستخدم كائنات بشرية أخرى.

أصابنا الغرور، فبتنا نحن البشر نتصور أن الأرض ملكًا لنا فنعبث بها كيفما شئنا. نلوّث يابستها ومحيطاتها وفضاءها من أجل إشباع حاجاتنا من غير الأخذ في الاعتبار أشكال الحياة الأخرى التي تعيش عليها أو حاجاتها. نعتقد أننا مخلوقات واعية وننفي أن يكون الكون واعياً. نفكر ونتصرّف وكأن وجودنا كقوى حيّة في الكون ينتهي بانتهاء حياتنا الحاضرة، وأنا غير مسؤولين أمام الكون ولا أمام الآخرين.

لا يمكن لإنسان تهيّب الحياة استغلال أحد أصدقائه أو صديقاته، أو استغلال زملائه، أو مدينته، أو شعبه، أو كوكبه. لا يمكن لمخلوقات حيّة تهيّب الحياة إقامة أنظمة عنصرية، واستخدام عمالة الأطفال، وصناعة الغازات السامة والأسلحة النووية. وبالتالي فمن غير الممكن لمن تهيّب الحياة أن يجمع ذلك النوع والكمّ من طاقة كارما السلبية الذي يتولّد نتيجة هذه السلوكات.

لماذا؟ وما هو؟

التهيّب هو ملامسة الحياة في العمق، هو اختراق الشكل الخارجي وسبر أعماق الجوهر. التهيّب هو ملامسة جوهر كل شيء، وجوهر كل إنسان، وجوهر كل أشكال النبات والطيور والحيوان. ويكفي، إن لم تكن قادرًا على معرفة هذا الجوهر، أن تعلم أن الشكل ليس سوى غطاء خارجي، وأن وراءه تكمن القوّة الحقيقية، ويسطع الجوهر الذي يحمل هويّة هذا الانسان، أو هذا الشيء. وهذا الجوهر هو ما تقوم بتكريمه عندما تهيّب الحياة.

وبالتهيّب أيضًا تقارب وتجلّ عملية تفتح الحياة فيك ونضوجها، وعملية نموّ واكتمال قوتك الحقيقية.

وبالتهيّب أيضًا تقارب الدورات الحياتية التي ما زالت مستمرّة منذ ملايين السنين. إنها تحمل أنفاس روح غايا (Gaia) ضمير الأرض في تموج حقول قوتها التي تسيّر كل شيء. لو تهيّبنا كلّ هذا، فكيف ستمكّن بعد النظر إلى روعة بيئتنا الأرضية من القيام بأي عمل من شأنه أن يعرّض توازن نظامها للخطر؟

والتهيّب هو سلوك من يكرّم الحياة. ليس شرطًا أن تكون قد توصلت إلى القوّة الحقيقية لكي تتمكّن من أن تكون لطيفًا مع الحياة أو أن

تحبها. كثيرون لم يتوصلوا للقوة الحقيقية ولكنهم شديداً التهيب. إنهم يحجمون عن إلحاق الأذى بأي شيء. وغالباً ما يكون العذاب المرير الذي يقاسيه بعضهم سبباً لكي يصبحوا الأكثر رحمة والأكثر حباً للآخرين.

أن يكون الانسان مهيباً، أو أن لا يكون كذلك، يتوقف في الأصل على ما إذا كان يقبل بمبدأ قداسة الحياة، مهما كان فهمه وتحديدته لمعنى القداسة.

والتهيب هو تجربة من يقبل بالمبدأ القائل إن أشكال الحياة كلها ذات قيمة في ذاتها وفي ما يتصل بها.

التهيب ليس الاحترام. الاحترام نوع من الأحكام. إنه الاستجابة إلى نظرنا إلى الصفات التي نعجب بها، أو تلك التي تعلمنا الاعجاب بها. والصفات التي تحظى بالاعجاب وسط ثقافة معينة، قد لا تحظى به وسط ثقافة أخرى، أو وسط ثقافة تفرّعت عن الثقافة الأم، أو وسط جيل جديد في حضن الثقافة ذاتها. من هنا، فإن ما قد يستحق الاحترام من وجهة نظر أحدهم قد لا يستحقه من وجهة نظر أخرى. يمكنك إذاً أن تحترم إنساناً ولا تحترم آخر، ولكن من غير الممكن أن تهيب إنساناً من دون أن تهيب كل إنسان.

التهيب هو نظرة، ولكنها نظرة قدسية لا نستخدمها غالباً. فنحن ننظر بقدسية إلى الدين؛ ولكن ليس إلى عملية التطور، أو إلى عملية التعلم التي تمرّ بها الحياة البشرية. وهكذا فإننا لا نقارب حاجتنا إلى التعلم، وبالتالي إلى مجمل التجارب التعليمية التي نمرّ بها من منطلق هدفها السامي وعلى خلفية تطوّرنا الروحي. النظر من هذا المنطلق هو تهيب حقيقي لأنه يتيح لك رؤية ما تمرّ به في إطار تطوّر روحك واكتمالها. إنه تهيب حقيقي لأنه يسمح لك النظر إلى كافة عمليات التطوّر التي تحدث

بالتزامن مع تطوّركَ في مختلف أوساط المخلوقات الحيّة، وتقدير مظاهر حدوثها، أو على الأقل، رؤيتها بصورة جدّ مختلفة.

ليس سوى عندما ننظر من غير تهيبٍ نرى مثلاً أن عملية افتراس حيوان لآخر هي جزء من نظام ظالم، عوضاً عن رؤية ذلك من منطلق كونه نظاماً تتعلّم أنواع الحيوان عبره لزوم الأخذ والعطاء في ما بينها، وقاعدة تبادل الطاقة بين الممالك الحيوانية المختلفة. إنه نظام السلامة البيئية الذي يقوم على إعادة توزيع الطاقة الطبيعية بين هذه الممالك.

مملكتنا البشرية وحدها تعمد إلى استهلاك الطاقة بأكثر مما تحتاجه منها بكثير، ثمّ تعمد إلى تخزين ما لا تحتاجه ليكون ذلك سبباً في اختلال توازن الدورة الحياتية اختلالاً ملحوظاً وكبيراً. إن حاول كلّ منا الاكتفاء بأخذ ما يحتاجه يومياً، فسوف تستوي الأمور. لا تذهب الحيوانات إلى التخزين كما نفعل، باستثناء الأنواع التي تثبت في فصل الشتاء.

نظرة التهيب وحدها تسمح لنا برؤية نظام التوافق بين أنواع الحيوانات برحمة وشمولية. إنها تسمح لنا بالتعرّف إلى معنى وجود كل من المخلوقات، ومعنى تجاربها، وقيمتها من منظور الحركة الكونية. ولهذه النظرة فضلها في تفادينا لردود الفعل العنيفة والمدمّرة في مواجهة تجاربنا، إذ إنها تذكّرنا في كلّ لحظة بقيمة الحياة.

لا يفرض عليك تهيب الحياة ألا تكون قوياً، وإنما لا يسمح لك بأن تكون ظالماً. وعبر كل خطوة تتقدّم بها في اتجاه التهيب، تقلّ لديك الميول التي قد تدفعك إلى إيذاء الآخرين من البشر أو غيرهم من سائر أشكال الحياة. وفيما ينمو حسّ التهيب لديك، تنمو قدراتك على التفكير بعمق في قيمة الحياة قبل أن تحوّل طاقتك إلى فعل. عندما يكتمل فيك حسّ التهيب، لن تتمكن من الإساءة إلى الحياة حتى ولو خسرت قوتك. يمكن لخسارة القوّة في غياب التهيب أن تؤدي إلى ممارسة الظلم،

وذلك من حيث إن من لا يشعر بالقوة قد يقع فريسة الخوف. والخائف الذي لا يتهيّب الحياة إلى الآخرين قد يسيء وقد يندفع إلى القتل من غير اكتراث.

التهيّب حماية وإجلال لعملية التقدّم في مسيرة الحياة؛ من حيث إن الانسان الذي ينمو يتقدّم نحو الماضي في رحلته إلى القوة الحقيقية، وعبر هذه الرحلة، لا يلحق الأذى بشيء ولا بأحد. عندما نبتعد عن حسّ التهيّب، قد نمّر غالبًا في رحلتنا إلى القوّة الحقيقية بتجارب التعديّ على الحياة، ويكون هناك جلاّدون وضحايا. مقارنة الحياة بدرجة عالية من التهيّب يمنع استمرارنا في تدمير الحياة فيما نلتمس تعلّم حكمتها وأسرارها، أو يساعد على الأقل إلى إنجاز تغيير كبير في هذا السلوك الذي درجنا عليه في رحلة تطورنا.

عدم تهيّبنا للحياة، وعدم إيماننا القوي بقدسيّتها، يؤدّي بنا إلى تدميرها وتعذيبها وتجويعها وتشويهها خلال رحلتنا من حالة عدم القوّة إلى حالة القوّة. لو لازم حسّ التهيّب عملية تطوّرنا وانتقالنا، كأفراد وكنوع بشري، من حالة عدم القوّة إلى حالة القوّة، لما تعرّضنا في مسيرة التعلّم التي نقطعها لهذا الكمّ من الخوف والعنف الذي نتعرّض له حاليًا.

لو كان مبدأ التهيّب أكثر حضورًا في نفوس البشر، ولو كان لدى كل منّا الادراك الكافي حول أن انخراطنا في عمليات التطوّر التي تتطلّب مزيدًا من الدروس الشخصية لا يخوّلنا تدمير الحياة إبان تعلّمنا أو بسببه، لتوقّف ربّما تدمير الحياة الانسانية والنباتية والحيوانية، ولتوقّف تدمير كوكبنا أو انخفضت نسبته بدرجة عالية على الأقل، ولما كانت لدينا طاقة كارما التي تدمر بل الطاقة التي تعلّمنا فحسب. على الرغم من أن التدمير يساهم أيضًا في تعلّمنا، إلا أن نتائج كارما المترتبة على مشاركتنا في العنف والدمار تشكّل أثمانًا باهظة ندفعها مقابل هذا التعلّم.

وبكلام آخر، ليس محتومًا علينا أن نتعلّم ما نحتاج إلى تعلّمه في مقابل أن يخسر أحد الناس حياته. وليس محتومًا أن يكلف التقدّم والعيش في أجواء التقدّم إلحاق الأذى بالطبيعة وتدميرها. ليس ذلك محتومًا ولا مطلوبًا بالطبع! ولكن من أين لمن لا يتهيّب الحياة أن يوليها عنايته؟ الحياة من غير تهيّب تتحوّل إلى سلعة رخيصة جدًّا. وهذا ما يحدث على سطح كوكبنا الآن حيث تتمّ مقارنة عملية تطوّرنا بكليتها وبقدسيّتها من غير اعتبار ولا تقبّل ولا إجلال.

لو نظرنا إلى الحياة بتهيّب وفهمنا عملية تطوّرنا، لشعرنا بروعة وجودنا المادي ومشينا على الأرض بحسّ عميق من الامتنان. ملايين من البشر حولنا يأسفون لوجودهم على الأرض، فهم يقاسون الألم واليأس والإحباط والكآبة والجوع والمرض. إنها أمور متصلة بكوكبنا، ولكن معظمها ناتج عن واقع أن جزءًا كبيرًا من البشرية يفتقر إلى التهيّب.

والتهيّب يعود إلى الروح لأنه الشخصية فقط يمكن أن ترى الحياة من غير تهيّب. والتهيّب جانب طبيعي من القوّة الحقيقية، إذ إن الروح تتهيّب كل أوجه الحياة. من هنا، لا بدّ للشخصية التي تراصف في خطّ واحد مع روحها من النظر إلى الحياة بتهيّب. مقارنة الحياة بتهيّب لا يفيد فحسب في حماية الروح من طاقة كارما السلبية التي تسبب الشخصيات التي لا تجلّ الحياة في تراكمها، بل تساعد الشخصية في تحقيق تراصفها مع روحها لكونها تخرج بعض ميزات الروح إلى العالم المادي.

ماذا يعني قرار مقارنة الحياة بتهيّب من الناحية العمليّة؟

إنه يعني تحدّي رؤية وقيّم العالم المقيّد بحدود الحواس الخمس، والذي يفتقد إلى التهيّب. وهذا ليس بالأمر السهل، خصوصًا بالنسبة إلى الذكور الذين تلقنوا دائمًا القيم المحفّزة على تكديس عناصر القوة

الخارجية. لا يشعر من توصل إلى القوة الحقيقية من الذكور بالإحراج أو بتراجع صفاته الذكورية إن أظهر اهتمامًا أكبر بقيمة الحياة، وبمجملة المخلوقات التي تعيش على سطح الأرض. إنها طاقة التهيّب. من هنا، فإن اتخاذ القرار بمقاربة الحياة بتهيّب يحتاج غالبًا إلى الشجاعة، ليس من جانب الذكور وحسب، بل إلى شجاعة الإناث أيضًا ممّن كنّ قد تلقين تلك القيم.

اتخاذ القرار بأن تهيّب الحياة يعني في الجوهر أن تصبح روحانيًا. لا وجود حاليًا لحسّ التهيّب في العلوم، ولا في السياسة، ولا في الأعمال، ولا في المجالات الأكاديمية. يرى من كان مقيدًا بحدود حواسه الخمس، ومفتقرًا لحسّ التهيّب، إن مقاربة الحياة وجميع مظاهرها بتهيّب يحرم رجل الأعمال، أو سيدة الأعمال، من بعض فرص المنافسة. لأن نشاطه، أو نشاطها، التجاري يراعي شروطًا لا يراعيها غيره. كما يبدو له أن التهيّب لا يفيد رجل السياسة الذي قد يظهر عاجزًا عن الامساك بزمام القيادة في عالم لا يعطي وزنًا سوى للقوة الخارجية. ولكن بالنسبة إلى من كان غير مقيد بحدود حواسه الخمس، فإن تهيّب الحياة يبيث طاقة جديدة في أساس النموذج التجاري وينقله من دينامية تتحرك وتسعى إلى جني الأرباح عبر استغلال الآخرين، إلى دينامية تتحرّك بهدف خدمة الآخرين في المرتبة الأولى، وهذا ما يمنحه طاقة الاستمرار في العمل. أما السياسي الذي يتهيّب الحياة فهو يتحدّى مفهوم القوة الخارجية، ويحمل إلى السياسة مسائل تهتمّ القلب. وبالتالي فإن قرار مقاربة الحياة بتهيّب يعني التصرّف والتفكير بروحانية في عالم لا يعترف بوجود الروح؛ كما يعني التقدّم بوعي نحو رؤية الكون بإحساس غير مقيد بالحواس الخمس.

أن تحيا بتهيّب يعني أن تكون مستعدًا للقول: «هذه هي الحياة،

وواجبنا عدم الإساءة إليها»، والقول: «هؤلاء هم أخوتنا في الانسانية، ويقضي واجبنا بعدم السعي إلى تدميرهم»، وأن تعمل بما تقول. وهذا يعني أيضًا إعادة النظر بأسلوب تعاملنا مع مملكة الحيوان؛ تلك الكائنات التي تخدمنا بأقصى درجات الصبر. وهذا يعني أيضًا الاعتراف بحقوق الأرض؛ لأن فكرة أن يكون للأرض حقوق لا تزال غائبة عن مفاهيم جنسنا البشري حتى الآن.

جوّ التهيب هو البيئة التي تتطور فيها الشخصية ذات الإدراك الموسّع. إنه شعور بالغنى والاكتفاء، وبالانسجام مع الذات. وهو الجوّ المؤاتي لتولد الرحمة، وللقيام بالأعمال الخيرة. أما فقدان التهيب، وعدم التبصر في قدسية الأمور، فيؤديان إلى الشعور بأن العالم بارد وفارغ وآلي، ومحكوم بمحض المصادفة من غير ضوابط. ومن شأن هذا كله أن يجرّ على الانسان الاحساس بالغرابة، ومن ثمّ إمكان قيامه بأعمال عنف. من غير الطبيعي أن نحيا من دون تهيب، لأن ذلك يفصلنا عن الطاقة الأساسية للروح.

بالتهيب يتولد الصبر تلقائيًا. ونفاد الصبر يعني الرغبة في أن يصار إلى تلبية حاجاتك أولًا. ولكن إذا تمّت تلبية حاجاتك، هلا يكون لديك صبرٌ كافٍ لتلبية حاجات الآخرين؟ يجلّ من تهيب الحياة كافة أشكالها وأنواع نشاطها. وهو لا يفكر من ضمن الشروط التي قد تؤدي إلى نفاد الصبر.

يسمح التهيب بممارسة العدالة من غير إطلاق الأحكام. فالروح لا تطلق الأحكام، وعندما تقارب الشخصية الحياة بتهيب فإنها تختار أن تحمل إلى العالم المادي ميزات إضافية من مزايا روحها. لا يمكن لمن كان متهيبًا أن يرى نفسه أعلى شأنًا من غيره من الناس أو من أشكال الحياة الأخرى، لأنه يرى الخالق حاضرًا في جميع أشكال الحياة فيواجهها بإجلال.

يساعد تهيب الحياة في تسهيل الانتقال من مستوى المنطق والفهم الذي يتميز به من كان مقيّدًا بحواسه الخمس، إلى مستوى المنطق والفهم الأعلى الذي يتحلّى به أصحاب الادراك الموسّع، وذلك، وكما سنرى لاحقًا، أن هذا المستوى الأرفع من المنطق والفهم يبدأ في القلب. من غير تهيب، تصطبغ تجاربنا بألوان الوحشية وحب الدمار. وبالتهيب، تغتني حياتنا بالرحمة والعناية. سوف نتحوّل إلى إجلال الحياة عاجلاً أم آجلاً. إنما يبقى اختيار التوقيت في يدنا، وكذلك، خيار تحديد نوعية التجارب التي سنمرّ بها في رحلة التعلّم⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل الثالث.

الفصل الرابع

القلب

المنطق الفكري البشري الذي واكب اكتشافنا للعالم المادي بواسطة الحواس الخمس لا يستطيع فهم عملية التطور خارج إطار الوقت، أو خارج التأثير المتبادل بين مفهومي الحاضر والماضي. لا يمكن لهذا المنطق أن يتمثل بطريقة مفهومة وجود الروح، أو وجود تلك الدينامية الموازنة للطاقة التي تنبثق عنها حيوات عدة، وترتبط في ما بينها. وهو لا يعكس تجربة من خارج المراجع المتصلة بالحواس الخمس. ولذلك، فإن الوقت قد حان لكي يكون لدينا نظام أرفع في المنطق والفهم.

يبدأ الفهم والمنطق لدى الشخصية المقيّدة بحواسها الخمس في الذهن؛ ذلك أنهما نتاج الفكر. أما النظام الأرفع في المنطق والفهم، القادر على بلورة صورة الروح، فمصدره القلب. وبالتالي، فمن أجل تولّد هذا النظام الأرفع في المنطق والفهم، ينبغي توجيه أشدّ الانتباه إلى المشاعر.

الدور المحوري يكون للقلب في النظام الأعلى للمنطق والفهم لدى

الشخصية ذات الإدراك الموسّع، ورهافة هذه الشخصية في تحسّس ومراقبة مشاعرها، ميزات قد تبدو غريبة في نظر الشخصية المقيدة بحواسها الخمس لأنها ميزات لا تخدم غاية الحصول على القوّة الخارجية. ومن منطلق سعيها المقصود والبارع في الاستحواذ على القوة الخارجية، بتنا ننظر إلى المشاعر وكأنها متاع إضافي غير ذي فائدة أو قيمة، وما أشبهها، في نظرنا، بلورّتيّ الحلق من منطلق أنهما عديمتي الفائدة. ولكنهما قادرتان على إيلائنا وتعطيل عملنا. من هنا فإن البحث عن القوّة الخارجية كان دافعاً قوياً إلى كبت المشاعر. وهذا ينطبق علينا كأفراد وكنوعٍ بشري في آن معاً.

وصفة التفاهة أو عدم الأهمية التي ننسبها للمشاعر تطبع تفكيرنا وقيمتنا. فقد يحظى بإعجابنا رجل الأعمال المتعجرف الذي يطرد موظفيه حفاظاً على كسب أكبر من القوّة الخارجية. ونكافئ ضابطاً في الجيش يدفع بنفسه وبجنوده إلى الحرب والموت من أجل القوّة الخارجية. ونجل رجل الدولة الذي لا يأبه لأهمية الرحمة.

عندما نغلق الباب على مشاعرنا، نغلق الباب على التيارات الحيّة التي تبث الطاقة والنشاط في أفكارنا وأعمالنا. لا يمكننا البدء في عملية فهم تأثير مشاعرنا علينا وعلى محيطنا وعلى غيرنا، كما لا يمكننا البدء في فهم تأثير مشاعر الآخرين عليهم وعلى محيطهم وعلينا، إذا لم ندرك حقيقة مشاعرنا. لن نتمكّن، من غير إدراك ووعي للمشاعر، أن نكتشف أسباب ما ينتابنا أو ينتاب غيرنا، من غضب أو كآبة أو حزن أو فرح؛ كما ولن نتمكّن من التمييز بين ما هو عائد فينا إلى الشخصية، وما هو عائد إلى الروح، من غير هذا الوعي. لا يمكننا اختبار الرحمة إن لم نع مشاعرنا. وكيف لنا أن نشارك الآخرين في آلامهم ومسراتهم إن لم نختر نحن آلامنا ومسراتنا؟

إن لم نلاحظ مشاعرنا عن قرب وبحميمية، سوف لن نتمكن من إدراك الدينامية التي تحركها، ولا كيفية عمل هذه الدينامية والأهداف التي تسير نحوها. المشاعر هي تيارات من الطاقة التي تخترقنا. ووعي هذه التيارات يشكّل الخطوة الأولى نحو معرفة كيفية تولّد تجاربنا وأسباب تولّدها.

المشاعر هي انعكاس للنيات؛ وبالتالي، فإن وعي المشاعر يؤدي إلى وعي النيات. وكلّ تعارض أو تناقض بين ما تعيه من نياتك والمشاعر التي ترافقها يشير مباشرة إلى جانب من الذات مصاب بالتصدّع ويحتاج إلى الشفاء. إذا كنت، مثلاً، عاقداً نيتك على الزواج ولكنك تشعر بالألم عوضاً عن الفرح، فإن سبر أغوار هذا الألم يرشدك إلى نيات في داخلك كنت لا تعي وجودها. وإن كانت نيتك في التقدّم في عملك تولّد لديك شعوراً بالحزن وليس بالرضى، فإن اكتشاف أعماق هذا الحزن يرشدك إلى نيات في داخلك كنت تجهلها.

لن يكون قادراً على تهيبّ الحياة من لم يكن واعياً لمشاعره. التهيبّ ليس شعوراً، إنما أسلوب في الحياة، أما الطريق إليه فتمرّ عبر قلبك؛ وقلبك لا يفتح ما لم تع مشاعرك.

يكشف النظام الأعلى في المنطق والفهم لدى الشخصية ذات الإدراك الموسّع عن روابط ومعاني غير ظاهرة للشخصية الأخرى. لا تتمكن الشخصية المقيّدة بحواسها الخمس من استيعاب المعلومات التي تستقطبها حواسها استيعاباً كاملاً. فرؤيتها للواقع مجزأة وتجربتها الكونية مشرذمة.

يمكن للشخصية المقيّدة بحواسها الخمس أن تلاحظ تأثير ما يدور في داخلها على كيفية إدراكها لما حولها، وقد تذهب إلى التعبير عنه بعبارات جامدة ومتناقلة مثل: «كن جميلاً ترى الوجود جميلاً».

كما يمكنها اكتشاف نظامًا ثابتة في الطبيعة، فتضعها في إطار القوانين الفيزيائية مثل: «الجسم الخاضع لحركة واحدة منتظمة يبقى كذلك إلى أن يتعرض إلى قوة تغير حركته». ولكن، لا تتمكن الشخصية المقيّدة بالحواس الخمس من تحسّس العلاقة التي تربط بين جوانب تجاربها المتنوّعة، ولا تتمكن بالتالي من استطلاع حقيقة جانب معيّن عبر التأمل في جانب آخر، ولا تحسّس الغنى الموجود في جميع الجوانب بالمقدار ذاته.

العلم مثلاً هو انعكاس للحافز الإلهي الذي يدفع الانسان إلى وعي العلاقات التي تربط ظاهرياً بين الجوانب المتنوّعة في تجربته. والعلم هو الانجاز الأهمّ للشخصية المقيّدة بحواسها الخمس، ولكن عندما يبقى استيعاب ثماره مقتصرًا على نظام المنطق والفهم المقيّد بالحواس الخمس، فإن الديناميات الإنسانية الداخلية من مشاعر ونيات تبدو منفصلة تمام الانفصال عن العالم المادي. ولا تبدو أي الظواهر الملفتة المكتشفة في الكون من حقيقة سوبرنوفّا - النجوم التي يزداد ضوءها فجأة وبمقدار هائل - إلى نسبة الانحلال ما دون الذري، مرتبطة من قريب أو بعيد بما يشعر به أو يفكر به الانسان.

عندما يتلقّف نظام المنطق والفهم لدى أصحاب الادراك الموسّع ثمرات الاكتشاف العلمي، فإن علاقات ارتباط حميمة تتبلور لديهم بين الديناميات الإنسانية الداخلية والانتظامية التي تحكم الظواهر الفيزيائية. فمن وجهة نظر ذوي الإدراك الموسّع، إن قانون الفيزياء القائل: «الجسم الذي يتحرّك وفق حركة متماثلة ومنتظمة، يبقى كذلك إلى أن يتعرض إلى قوة تغير حركته». لا يقتصر على تمثيل دينامية فاعلة في العالم الزمني والجغرافي والمادي فحسب، بل يمثل أيضًا دينامية عميقة وفاعلة في أطر عالم لا مادّي.

كان أحد أصدقائي في المدرسة الحربية شابًا طويل القامة، وسيم المحيا، ودمت الخلق اسمه هانك، وكان من ولاية كنتاكي. بدأت صداقتنا منذ التقينا في المدرسة الحربية واستمرت. وكنا نتعاون في بعض الأمور فأستعين مثلًا بقدراته الجسدية عندما تثقل أغراضي، وأقدم له مساعدتي الذهنية في عمليات حسابية مطلوبة في دراسة الآليات والأسلحة. كبرت صداقتنا، واستمتعتنا بعدد من المغامرات التي قمنا بها معًا.

بعد التخرج، جرى تعييننا في مؤسستين مختلفتين في الجيش. فانقطعت أخبار هانك عني إلى أن التقينا مجددًا في سايغون. كان قد أصيب في إحدى المعارك، ولكنه وبفضل صداقة تربطه بأحد الجنرالات، عيّن في قسم كنت أتردد عليه من حينٍ إلى آخر. في سايغون، كان هانك قد تعرّف إلى مذيعة جميلة ومعروفة تعمل في إحدى محطات الراديو المشهورة، وارتبط الاثنان بقصد الزواج، وبدالي ارتباطهما متكافئًا جدًا.

ولكنني عدت وانقطعت عن هانك إلى أن التقينا مجددًا بعد انتهاء خدمتي في الجيش. وكان ذلك عندما اتصل بي وأخبرني أن زوجته سوف تقدّم عملاً إذاعياً في منتجع سياحي قريب من منزلي، وطلب مني ملاقاته إلى هناك. وكان صاحبي قد انتهى من الخدمة العسكرية أيضًا، ولكنه بدا لي مضطربًا ومفتقدًا لعفويته المعهودة. قال إنه غير اسمه إلى «هال»، واعتذر أن زوجته لن تتمكن من ملاقاتنا، وعندما سألتها عمّا يفعل وكيف يمضي وقته، قال: «أحاول أن أجد مكاني تحت الشمس».

بعد ذلك، وصلني خبر أن هانك/ هال قضى منتحرًا. وعندما قابلت زوجته لاحقًا، أخبرتني عن المتاعب الزوجية التي مرّ بها، وعن الكآبة التي سيطرت على هانك، وعن عملية انتحاره. كانت نسبة حوادث الانتحار المسجلة بين قدامى الضباط والجنود المشتركين في حرب

فيتنام أعلى كثيرًا من الحوادث المماثلة المسجلة في صفوف غيرهم. من الواضح أن هانك كان قد عانى على غرار الكثيرين من قدماء المحاربين من ذيول مشاركته في هذه الحرب. ولكن، كانت هناك دينامية أخرى سائدة قد فعلت فعلها في حياة صديقي.

لم يكن هانك من الأشخاص الذين يطرحون على أنفسهم أسئلة عميقة في ما يخصّ الحياة. لم يطرح على ذاته أسئلة عميقة حول معنى وجوده على الأرض، لأن ذلك كان سيدفعه إلى تغيير وجهة حياته، ولم يكن يرغب في ذلك. عاش هانك حياته من غير تفكير كبير إلى أن أفاق يوماً على شعور مفرغ بالفراغ والضعف.

ولكن، ما العلاقة التي تربط حياة صديقي بقانون الحركة الأول الذي جئنا على ذكره أعلاه؟ «الجسم الذي يتحرّك وفق حركة متماثلة ومنتظمة، يبقى كذلك إلى أن يتعرّض إلى قوّة تغيّر حركته». ماذا تعني عبارة «حركة متماثلة ومنتظمة» في حياة الانسان، وما هي القوّة التي تغيّر هذه الحركة؟

لم تكن الحركة الخارجية في حياة هانك منتظمة ومتماثلة أبدًا؛ فقد ترعرع في مزرعة في منطقة كنتكي، ثم أصبح ضابطاً في الجيش، وقطع آلاف الأميال بعيداً عن مسقط رأسه، ثم تزوج من امرأة مشهورة، وبعد ذلك أنهى حياته بيده. ولكن حركته الحياتية الداخلية على مستوى اللاوعي كانت منتظمة ومتماثلة. لم تنجح تجارب هانك في طفولته، ولا في خدمته العسكرية، ولا في زواجه، في حمله على التأمل جدّياً في معنى وجوده. ولم تتمكّن الآلام التي مرّ بها، ولا المسرّات التي عاشها، من إيقاف وعيه حول من يكون، وإلى أين يذهب.

لم يتح هانك لنفسه فرصة البحث في عمق تجاربه ليصل إلى جذورها. بل خاف من خوض مثل هذا البحث. وهكذا فإن حياته استمرت وفق

وتيرة منتظمة ومتماثلة في حالة من عدم التيقظ وغياب الوعي منذ لحظة تَقَمَّصها إلى لحظة انعقادها من المادّة. مرّ هانك بالتجارب اللازمة من أجل توازن طاقة روحه، غير أنه تفاعل معها بالطباع التي اكتسبها نتيجة تأثير طاقة كارما على روحه، وبما اكتسبه من المحيط الذي ولد فيه؛ غير أنه تسبّب لنفسه وبصورة غير واعية في تولّد المزيد من طاقة كارما السلبية مع كل تجربة مرّ بها.

لا شكّ بأن بعض أعمال الرحمة التي قدّمها هانك إلى محيطه ساعدت عددًا كبيرًا من الناس ومن بينهم أنا، ولكنه لم يسمح للرحمة بأن تكون نقطة الارتكاز في حياته. لم يبذل هانك جهدًا لكي يتقرّب من روحه، بل أمضى حياته محاولاً تلبية متطلّبات شخصيته؛ وأصبح شديد التعلّق بهذه المتطلّبات إلى درجة الخوف من فكرة تغييرها. من هنا، فإن حياة هانك كانت مثل «الجسم الذي يتحرّك وفق حركة منتظمة ومتماثلة»، والتي لم تتعرّض لتلك القوة اللازمة لتغييرها.

ما هي تلك القوة التي لم تتعرّض لها حياة هانك؟

غريغوري رجل أبيض من شمال شرقي الولايات المتحدة، متعلّم وينتمي إلى الطبقة المتوسطة. عانى هذا الرجل من طفولة صعبة من الناحية العاطفية، الأمر الذي جعل منه إنسانًا غاضبًا، لا تفارقه المرارة، ومرارًا في تعامله مع الآخرين. كان من الصعب على غريغوري أن يبني علاقات مودّة مع الناس، الذين غالبًا ما ابتعدوا عنه بسبب طباعه العنيفة والمشاكسة. ساهم ابتعاد الناس عنه في ازدياد شعوره بالكراهية نحوهم ونحو الحياة؛ ولكنه غالبًا ما سأل نفسه عن الدور الذي يساهم به شخصيًا في كل ما يحدث له.

وعندما حدث أخيرًا أن انفصلت عنه صديقه بسبب جلافة طباعه،

وجد غريغوري نفسه في بؤرة من الحزن واليأس، ليس بسبب انفصال صديقته عنه وحسب، بل لأنه لاحظ عبر هذه الخسارة الأخيرة نمطًا يتكرّر في حياته منذ زمن طويل، حيث يجد نفسه في كل مرة عرضة لرفض الناس له. هنا، قرّر أن يضع حدًا لعذابه، ولهذا النمط المتكرّر في حياته. فكان أن خطّط لعطلة انفرادية يخلو فيها إلى نفسه لكي يبحث في داخله عن الأسباب العميقة المسبّبة لتعاسته.

خرج غريغوري من عزلته بعد أسابيع وقد تغيّرت نظرتّه إلى الحياة وتغيّرت قيمه. فبدت طباعه أكثر دماثة، وتغيّرت عاداته تدريجًا، وتحوّل خلال السنوات التالية إلى التعاطي مع الناس بأسلوب رقيق ومستحبّ. ترك وراءه الشكّ والسخرية، وتخلص من غضبه وأصبح للآخرين مكان مهمّ في حياته. إنه الآن رجل منتج يستمدّ قوّته من المساعدات التي يقدّمها للآخرين. لم يتوصّل غريغوري إلى هذا التغيير في حياته بسهولة. وانتقاله من رجل غاضب وجلف الطباع ومراوغ إلى رجل متعاون ومحبّ كان رحلة مؤلمة وشاقّة لم يكن لينجح في إتمامها لولا شجاعته. ولكنّ التزامه القيام بهذه الرحلة غيرّ حياته. إن الحركة المنتظمة والمتماثلة في حياة غريغوري تعرّضت على مستوى الوعي إلى قوّة أحدثت فيها تغييرًا كبيرًا، وهذه القوة تمثّلت في القرار الذي اتخذه في مواجهة أسباب عذابه، بالإضافة إلى تعمّده النظر إلى الحياة بأسلوب مختلف، وحرصه على تنمية قدراته الجديدة. «القوة» التي غيرت تلك «الحركة المتماثلة والمنتظمة» في حياته كانت قرار سلوك سبيل الوعي في النظر إلى حياته. لولا هذا القرار من جانبه لاستمرّت حياة غريغوري، كما فعلت حياة هانك، سائرة في دوامة اللاوعي، وعبر التجارب التي كانت ستولّد أمامه بفعل طاقة كارما السلبية وبفعل ردود فعله عليها.

هل من الملائم تفسير قانون الحركة الأول - قانون الفيزياء الذي

يخلص إلى وصف حركة الأشياء في العالم المادي - بهذا الأسلوب؟ هل تفسير هذا القانون بهذا الأسلوب لا يعدو كونه تشبيهاً مجازياً يخدم غرض شرح دينامية لا مادية؟ الجواب هو أنه في الواقع أبعد من ذلك، إذ يمثل هذا القانون الصورة المنعكسة في عالم المادة - في عالم الظواهر والأشياء المادية - لدينامية أوسع وناشطة في العالم اللامادي. إنه علم فيزياء الروح. عندما تفهم العلوم واكتشافاتها على ضوء نظام المنطق والفهم الأعلى الذي يتمتع به الانسان ذو الإدراك الموسع، فإنها تكشف القناع عن الغنى عينه الذي تعطيه الحياة ذاتها في كل مكان ومن غير انقطاع.

رؤية من تخطى حدود الحواس الخمس ليست مجزأة. فإنه، على وجه المثال، يرى أن النماذج الكبرى التي تؤلف في تواريخ العلوم تعكس في الآن عينه تاريخ إدراكنا لعلاقتنا كجنس بشري مع الكون. علم الفلك مع بطليموس كان انعكاساً لنظرة الجنس البشري إلى نفسه في تلك المرحلة على أنه مركز الكون؛ أما علم الفلك مع كوبرنيك فيعكس نظرة للبشرية أكثر صقلاً وتوافقاً حيث كانت ترى ذاتها جزءاً من حركة الكون. أما علم الفيزياء مع نيوتن، فقد عكس صورة جنس بشري واثق من قدرته على فهم ديناميات العالم المادي بفضل قدراته الذهنية؛ ثم جاءت نظرية النسبية لتكشف أن الجنس البشري بات يعي حقيقة قصور العلاقة بين المطلق والإدراك الشخصي له. ثم جاء علم الفيزياء الكمي (Quantum physics) ليعكس صورة جنس بشري يتيقظ لنوع العلاقة التي تربط بين وعيه والعالم المادي.

الاكتشافات العلمية، من وجهة نظر ذوي الإدراك الموسع، تضيء على تجاربنا الخارجية والداخلية، وعلى الديناميات المادية وغير المادية معاً. وُجد أحد الاكتشافات الرئيسية في علم البصريات أن الأبيض والأسود لا يعدان من الألوان كما هو الأحمر والأزرق والأخضر إلخ.

بل إن الأبيض هو اجتماع جميع ألوان الضوء المنظورة، والأسود هو غياب جميع هذه الألوان. الأبيض إذاً هو تكامل جميع أشكال الإشعاع المنظورة، والأسود هو غياب الإشعاع.

كيف يضيء هذا الاكتشاف على ديناميات لا مادية؟ وعلى أيها يلقي ضوءاً بالتحديد؟

يذكر الأبيض بحسب الثقافة الأوروبية بالطهارة والخير والحق. إنه رمز الطاقة الراحية والإيجابية. نرى تمثيلاً للأبطال من رجال ونساء في أثواب بيض؛ كما نتصور الجنة ورسل الله بالأبيض؛ ورسوم الملائكة بالأبيض. أما الأسود فيذكر بالشر. نرسم صور الأشرار بالأسود. الأسود هو رمز الدمار؛ وعندما نتذكر يوماً حلّت به المصائب، نقول إنه كان يوماً أسود. يرمز الأسود إلى مشاعر القنوط والغيط والغضب، والتي تمثل غياب الحب، والرحمة، والتسامح. ونقول في وصف مزاج من تتابه مثل هذه المشاعر بأنه مكفهّر وأسود.

نشير بعبارة «العصور المظلمة» في أوروبا إلى أزمنة غاب عنها «نور العقل». ويشار إلى حالة النفس التي تقاسي آلام التصدّع وغياب الإشعاع بعبارة «ليل الروح المظلم». أما الشيطان فيسمى أمير الظلام. وجهنم، كما يقال، هو المكان الذي لا يصله نور الله.

بالتالي هل رؤية الأبيض على أنه اجتماع وتكامل ورؤية الأسود على أنه نقص وغياب، تقتصر على الظواهر المادية فحسب؟ كلا، فإن اللغة والميثولوجيا والدين والعلم في الغرب، كلّها ترى في الأبيض تمثيلاً للتكامل أو الكمال، وترى في الأسود تمثيلاً لغياب هذه الحالات. والانسان ذو الادراك الموسع يرى أن كلّ هذه الطرق المتنوعة في الفهم تشير إلى شيء واحد، أي إلى الأمر عينه.

ليس باستطاعة من كان مقيدًا بحواسه الخمس أن يرى بهذه الطريقة، وبالتالي، فإن نظام منطقته وفهمه ليس على هذه الدرجة من الشمولية. لا يمكن تمييز طبيعة الاكتمال ونقصه، وتأثير كل منهما عبر دراسة الظواهر المادية، لمن كان غير قادرٍ على رؤية أن هاتين الظاهرتين في العالم المادي، والعلاقة بينهما، أجزاء وانعكاسات لنماذج حياتية أوسع.

الشخصية غير المتكاملة تعيش في حالة من التصدّع، كما هو ممثّل في تعدّد الألوان وفي أشكال تمازجها. والشخصية غير المتصدّعة تعيش في حالة من التكامل، مثل حالة الضوء الأبيض. والشخصية التي تفقد قدرتها على التواصل مع روحها، أي التي تفقد مصدر نورها، تصبح معرّضة لما نسمّيه الشرّ، الذي يمثّله السواد.

ما نطلق عليه تسمية «شر» هو في جميع الحالات غياب النور وغياب الحبّ. عندما نتكلّم بلغة شاعرية، نتكلّم على النور في التعبير عن الطهارة، والبصيرة، والالهام الالهي. ولكن سوف نرى في الصفحات التالية أن هذا النوع ليس شعرًا فحسب، بل حقيقة.

قد تجد الروح صعوبة في اجتياز الطريق إلى النور في غضون حياة واحدة. وقد تجد أن مسألة تعلّم العيش في النور ليست سهلة. وهي تساهم في تراكم طاقة كارما السلبية عبر الخيارات التي تقوم بها في تقمّصها على الأرض؛ كأن تختار الغضب مثلاً عوضاً عن التسامح، والإدانة عوضاً عن التفهّم. وعندما تغادر الروح الجسد، تبقى محاطة بذلك النوع من النور الذي اكتسبته بفعل خياراتها على الأرض. وعندما تعود الروح لتتولّد في شخصية جديدة، يترتب عليها التولّد في شخصية تستقي مواصفاتها من ذلك النور ذاته. من هنا فإنها تولّد شخصية محكومة بقيود أو قصور أكبر.

تجد الشخصية المحكومة بقصور في الوعي ما نسميه شرًا أكثر

جاذبية من ما قد تجده شخصية أخرى ذات وعي أوسع. وتكون قوة الإغواء التي تدفعها للسير في تلك الطريق أكبر. الأرواح كلّها تتعرض للأغواء، ولكن يميل من كان وعيه محدودًا أكثر من غيره للسير في طريق الخوف الجاذبة لأنه لا يرى الخوف على حقيقته. ربّما يقبل به لظنّه بأنه أمر آخر، أمرٌ طبيعي في الحياة.

من الأهمية بمكان أن نفهم ما هو الشرّ. علينا أن نفهم الشرّ على حقيقته، أيّ إنه دينامية غياب النور. وهو ليس أمرًا يتحمّ علينا مصارعته، أو الهروب منه، أو مطاردته. إن فهمنا للشرّ من باب أنه غياب النور، يتطلّب منّا تلقائيًا الوصول إلى ذلك الشيء الذي هو النور.

النور الواعي يساوي الألوهية، ويساوي الذكاء الإلهي. والمكان الذي يغيب عنه الذكاء الإلهي، يتفشّى فيه الظلام. وبساطة نقول إن هناك ظلامًا، ونحن نتعثّر في الظلام. لكن الوجود في الظلام لا يدوم. إذ سوف تصل كل روح في النهاية إلى الاستنارة الكلية. ولا بدّ للروح غير المستنيرة من التعرّف إلى النور، لأن مزيدًا من المساعدة متوفر لكل روح في جميع الأوقات. هناك فيض من النور الذي يحيط بمثل هذه الروح، كما سنرى، ولكنه قد لا يتمكّن من الدخول إليها مباشرة. وهناك مزيد من المساعدة المتوفرة لتلك الأرواح التي تصرّ على العيش في الظلام. والتحفيز إلى تحويل حتى واحدة من أفكارها من الظلمة إلى النور يبقى متوقّرًا. وفي النهاية، تتحوّل جميعها نحو النور.

فهمنا أن الشرّ هو غياب النور لا يعني أنه من غير الملائم مواجهته.

ما الطريقة الملائمة لمواجهة الشرّ؟ مكتبة الرمحي أحمد

دواء الغياب هو الحضور. والشرّ غياب لا يمكن علاجه بغياب مثله. وإن ذهبنا في علاج الشرّ إلى كراهيته، أو كراهية من ينخرط به، نساهم

في غياب النور وليس في حضوره. إن كراهية الشرّ لا تقلل من حجمه بل تزيده حجمًا.

يتسبب غياب النور بعذاب الشخصية. ولا بدّ من الشعور بالألم. عندما تشعر بالكراهية تجذب إلى ذاتك شعورًا بالألم. كراهية الشرّ أو الشرير تصيب الذي يشعر بالكراهية نفسه؛ ما يجعل منه، أو منها، شخصًا معرّضًا لكراهية الآخرين؛ وإنسانًا غيّب ذاته عن النور.

ولكن فهمنا أن الشرّ هو غياب النور لا يتطلّب منا مواقف غير فاعلة. وهو لا يتطلّب منا إبداء عدم الاكتراث إزاء الأعمال أو المواقف الشريرة. إن شاهدت، على وجه المثال، طفلًا يتعرّض للاعتداء، أو شعبًا يتعرّض للقهر، فمن الملائم أن تعمل ما بوسعك لحماية الطفل، ولإعانة الشعب؛ ولكن، إن لم يكن في قلبك رحمة بالمعتدي وبالظالم - رحمة بمن ليس في قلبهم رحمة - ألن تصبح بهذا مشابهًا لهم؟ الرحمة هي أن تتحرّك بوحى القلب فعلاً وغايةً نحو طاقة الحب وبها. إذا اندفعت في مواجهة الظلمة من غير رحمة، فإنك بهذا دافع بذاتك إلى الظلمة.

فهمنا أن الشرّ هو غياب النور يتحدّى رؤية القوّة على أنها خارجية. هل يمكن التغلّب على الغياب؟ يمكن إلقاء القبض على الشرير، ولكن هل يمكن إلقاء القبض على الشرّ؟ يمكن سجن جماعة شريرة، ولكن هل يمكن سجن الشرّ؟ يمكن لقلب رحيم أن يكون ذا فعالية ضدّ الشرّ أكثر من جيش. يمكن لجيش معيّن الاشتباك مع جيش آخر، ولكن هل يمكنه الاشتباك مع الشرّ؟ يمكن للقلب الرحيم أن يحارب الشرّ مباشرة، وذلك لكونه يستطيع أن يجلب النور إلى حيث كان النور غائبًا.

فهم الشرّ على أنه غياب للنور يتطلّب منك تفحص الخيارات التي تعتمدها في كلّ مرّة ما إذا كانت تسير بك نحو النور أو تبعدك عنه. هذا الفهم يتيح لك أن تنظر برحمة إلى هؤلاء الذين ينخرطون في أعمال

شريرة حتى عندما تقف في وجه هذه الأعمال؛ ومن ثم فإنه يحميك من تبعات تولّد طاقة كارما سلبية. إنها تتيح لك معرفة أن المكان الذي تبدأ فيه مهمة القضاء على الشرّ هو داخل ذاتك. وهذه هي الطريقة الملائمة في مواجهة الشرّ.

النظام الأرفع في المنطق والفهم الذي يميّز الانسان من ذوي الإدراك الموسّع يسمح له بالتعلّم بسرعة تفوق سرعة تعلّم من كان مقيّدًا بحواسه ويقتصر في تعلّمه على ما تقدّم له حواسه الخمس، وعلى ما يحلّل فكره منها. قطعنا مسيرة التطوّر حتى الآن وتوسعت آفاقنا بقدر ما توسّع فكرنا. بحثنا في العالم الحسي وسبرنا أعماقه واكتشفنا قصور القوة الخارجية. سوف تأخذنا المرحلة القادمة في رحلة تطوّرنا إلى تجارب الإدراك الموسّع، وتعرّفنا إلى طبيعة القوّة الحقيقية. وهذا يحتاج إلى القلب⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل الرابع.

الخلق

الفصل الخامس

الوحي

يرتكز وعي الانسان ذو الإدراك الموسّع إلى معرفة محورية وهي أنه ليس وحيداً. لا يحتاج هذا الانسان إلى الاسترشاد بمعطيات حواسه الخمس وحدها وثمرات تحليله الفكري لها، لأنه في تواصل واع مع مصادر معرفة أخرى أكثر تقدماً. هذا لا يعني أن هذا الانسان قد ارتاح من مهمة اختيار المواقف والتوجهات في حياته، بل يعني أنه واع لإمكان حصوله على مساعدة رحيمة وحيادية في عملية تحليل الخيارات التي أمامه، ونتائجها المحتملة؛ وفي اكتشاف خبايا نفسه.

أيضاً، ليس الإنسان المقيّد بحواسه الخمس وحيداً، ولكنه غير متيقّظ للمساعدة التي تعطى له بشكل دائم، ولذلك لا يتمكّن من الاعتماد على هذه المساعدة والإفادة منها بصورة واعية. يعتمد هذا الانسان مبدئياً في تعلّمه على تجاربه المادية. وهذا التعلّم يستغرق مزيداً من الوقت لأنه لا يصل إلى متلقفه سوى عبر كثافة المادة. لو احتاج هذا الانسان إلى تعلّم درساً في الثقة مثلاً، فإنه يمرّ في تجربة انعدام ثقة الآخرين به. وانعدام الثقة يولّد سوء تفاهم متكرّر، ويجرّ بالتالي مواقف بغيضة يسود

فيها التوتّر. يستمرّ من كان مقيّدًا بحواسه الخمس بالتعرّض لمثل هذه التجارب البغيضة التي تترتب على انعدام الثقة إلى أن يتوصّل في حياته الحاضرة، أو في حياة مقبلة، إلى التنبّه عبر التعاطي مع الآخرين إلى مصدر هذه البغضاء، وإلى اتخاذ الخطوات الضرورية لتغييرها.

إن لم يكن الإنسان قادرًا على التعاطي مع الآخرين بثقة، فإنه يفهم أقوالهم ويحلّل أعمالهم بطريقة خاطئة. مثلاً، لو أن امرأة عاملة أخبرت زوجها عن لزوم أن تذهب لحضور اجتماع عمل مع أنها كانت تفضّل البقاء معه، وكان زوجها ميّالاً إلى عدم الثقة، فإنه يفهم من كلامها أنها تنبذه، وأنها تفضل الوجود في عملها على وجودها معه. يعود سوء الفهم هذا إلى عدم قدرته على القبول بما قالت، وإلى عدم ثقته بها. ونتيجة تكرّر مثل هذه المواقف من سوء الفهم، أخذت الزوجة تشعر بالاستغراب والامتعاض والحزن والقنوط، وأخيراً شعرت بميل إلى نبذ زوجها، وهو الميل الذي اعتقد الزوج بوجوده في البداية وكان مخطئاً. وهكذا وعبر دينامية عدم الثقة، تسبّب الزوج في توليد ما كان يمثل خوفه الأكبر.

إن خسارة الشريك، أو الصديق، أو الزميل بسبب انعدام الثقة ليست عقاباً، بل نتيجة عدم القبول بإلقاء نظرة واعية إلى الذات بشأن هذا الموضوع. إنها التجربة المترتبة على الاختيار المتكرّر لعدم الثقة في مكان الثقة. يستمرّ من تعود عدم الثقة في خلق مواقف بغيضة ومؤلمة إلى أن تحمله هذه المواقف أخيراً إلى مواجهة موضوع الثقة. قد يستوجب هذا الأمر المرور بخمس تجارب مؤلمة، أو خمس حيوات ملأى بتجارب مؤلمة، أو خمسين حياة، ولكن لا بدّ أن يؤدي هذا الطريق في نهاية المطاف إلى الأمثلة الكبرى، أمثلة الثقة.

والدينامية ذاتها تنطبق على كلّ ميزة لا تعبّر عن معاني الرحمة

والانسجام من بين ميزات الشخصية الانسانية. تستمر الشخصية الغاضبة في خلق مواقف بغیضة ومأساوية أحياناً، إلى أن تتمكن من مواجهة غضبها وإزالته، وإتاحة المجال لتدفق المحبة والرحمة وطاقة الروح. والأمر عينه ينطبق على الشخصية الجشعة، وعلى الشخصية الأنانية، وعلى الشخصية المراوغة، وعلى غيرها. هكذا حدث تطوّرنّا حتى الآن.

يتعلّم من كان غير مقيّد بحدود حواسه الخمس، أي صاحب الإدراك الموسّع، بسرعة أكبر. لأنه قادر بفضل المساعدة المتوفّرة لديه أن يفهم بسرعة أكبر معنى تجاربه، وكيفية حدوثها، وإلامّ تشير، ودوره الشخصي في تولدها. لا يحتاج هذا الانسان إلى عشر أو عشرين أو مئتي تجربة مؤلمة لكي يتعلّم أهمية الثقة، أو التواضع أو المسؤولية. إذًا، فإن هذا لا يعني ضرورة أن الشخصية ذات الادراك الموسّع لا تمرّ بتجارب صعبة، بل إن سرعة قدرتها على التعلّم تفوق سرعة تعلّم الشخصية المقيّدة ضمن حدود حواسها الخمس. وبالتالي، فإنها أكثر سرعة في اتخاذ القرار حول الخيارات الأكثر حكمة والأكثر رحمة.

ليس ضروريًا من أجل الاسترشاد بمصادر المساعدة المحيطة بنا أن نتمكن من التواصل معها بالطريقة الصوتية. الطريقة الصوتية متاحة للشخصية ذات الادراك الموسّع والتي قطعت شوطاً كبيراً في التطور؛ ولكن الطريق إلى هذه القدرة مليئة بالبهجة وهي تبدأ بالتيقّظ إلى أن مصادر إرشاد وحكمة ورحمة تحيط بك ومتاحة لك، وإنك تستمرّ في تعلّم القدرة على إدخالها بوعي إلى حياتك.

ترى الشخصية المقيّدة بحواسها الخمس أن كل إحساس، أو تبصّر، تختبره يعود إليها، أي يكون صادرًا عن نفسها. أما الشخصية الأخرى فتعلم أن هذا الأمر ليس صحيحًا في جميع الحالات. فومضات الوحي والتبصّر والحدس المفاجئ أو الحدس الخفي رافقتنا على طريق التطور

منذ بداية وجودنا كجنس بشري. أما سبب أننا لم نر الإرشاد الذي وصل إلينا بهذه الطريقة على حقيقته، فيعود إلى رؤيتنا للحقيقة عبر حواسنا الخمس فحسب. فمن وجهة نظر الإنسان المقيّد بحواسه، الحدس والتبصّر لا يصلان إلينا إلا عن طريقها.

أما ومن وجهة نظر صاحب الإدراك الموسّع فإن الحسّ الباطني، والوحي، والحدس، والإلهام، كلّها رسائل تصل إلينا من الروح، أو من مصادر ذكيّة تساعد الروح في رحلة تطوّرها. من هنا، فإن صاحب الإدراك الموسّع يجلّ الوحي بطريقة لا يجاربه فيها الإنسان المقيّد بحواسه. فبالنسبة إلى المقيّد بحواسه الخمس يرى بالوحي أمرًا مثيرًا للفضول؛ فيما يراه الآخر كتواصل مع الوجود الأشمل والأرحم وتذكير به وتلقين منه.

ترى الشخصية المقيّدة بحواسها أنه لا يمكن الاعتماد على الحدس والوحي لأنهما يحدثان بطريقة غير منتظمة أو متوقعة. أما بالنسبة إلى الشخصية الأخرى فإن الحدس هو معرفة موجودة في وعيها، وتسجلها مصادر الإرشاد المُحبّة والمتوفرة دائمًا لتساعد في تطوّرها. من هنا تجتهد الشخصية موسّعة الإدراك لكي تنمّي تيقظها في استقبال هذا الإرشاد.

تبدأ بالخطوة الأولى، وهي التنبّه لما تشعر به. ثمّ تعمل على تتبّع هذا الشعور لكي تصل إلى مصدره. ولا تصل سوى عبر عواطفك إلى مكان القوة في روحك. إنها الطريق الوحيدة وهي طريق الإنسانية.

وبالعودة إلى قصّة الزوج الذي لم يكن قادرًا على الوثوق بزوجته مثلًا. ربّما شعر هذا الزوج بالغضب، أو بالامتعاض، أو بالخجل، أو بالفطور تجاه زوجته عندما أخبرته عن اجتماع العمل. ولكنه لو تمكّن من مراقبة المشاعر التي كانت تخالجه بوعي، ونظر إليها بموضوعية على

أنها تيارات من الطاقة تخترق كيانه، كان سيتمكن من طرح هذا السؤال على نفسه: «لماذا أثر بي خبر هذا الاجتماع بهذه الطريقة؟» وعندها يتمكن من اكتشاف أن ما شعر به كان يعكس إحساسًا شخصيًا بأن زوجته تنبذ، أو بأنه أقل أهمية بالنسبة إليها من اجتماع العمل.

لو استعاد في تلك الساعة كلمات زوجته، لتنبه إلى قولها بأنها كانت تفضل البقاء معه لولا لزوم حضورها ذلك الاجتماع. وكان هذا سيسمح له بمساءلة نفسه: «لماذا إذا استمر شعوري بالانزعاج؟»، ولكأن سؤاله الأخير أوصله إلى الجواب: «لأنني لا أتق بأنها تفضل حقًا البقاء معي». بهذه الطريقة، كان وعيه لمشاعره بدل أن يجسدها بصورة غير واعية في المواقف والأعمال، سيؤدي به إلى مواجهة مشكلته مع موضوع الثقة.

عندما يتوصل الزوج إلى هذا الحد في اكتشاف أعماقه، قد يطرح على نفسه السؤال الآتي: «هل تجاربي مع زوجتي تبرر شكّي بصدق أقوالها؟». لو كان جوابه: «كلا، لا تشير تجاربي معها سوى على أنها امرأة صادقة». من هنا، كان الزوج سيتنبه إلى أن دينامية المشاعر التي تجتاحه لا علاقة لها بزوجته، مع أنها تحركت بفعل أقوالها. كان سيرى بوضوح نيات زوجته، وبالتالي كانت مشاعره نحوها ستصبح أكثر طراوة. أما الزوجة فسوف تظهر مزيدًا من حرارة عواطفها نحو زوجها المحب، عوضًا عن الشعور بالألم بسبب زوج يبادل حميميتها نحوه بالإساءة والنفور.

لو اختار الزوج السير في هذه الطريق، لما كان سيخرب على نفسه صفاء ذلك اليوم، ولما كان سيقوّض في النهاية استقرار حياته الزوجية. كان سيتعلم من مشاعره ومن طرح أسئلته حولها، الأمثلة ذاتها التي تعلمها في النهاية جرّاء تكرار تجاربه الصعبة الناتجة عن ضعف ثقته. كان سيكتشف في إطار تجربة واحدة تأثير انعدام الثقة، في مقابل تأثير الثقة.

كل مرة يطرح الإنسان على نفسه سؤالاً على مثال ما ذكرنا: «لماذا تأثرت بخبر هذا الاجتماع بهذه الطريقة؟»، أو «لماذا أشعر بهذا القدر من الانزعاج؟»، أو «هل أرى في تجاربي مبرراً لهذا الشك؟»، فإنه يطلب الارشاد. وكل مرة تطلب الارشاد تجده. وفي كل مرة تطرح على نفسك السؤال التالي: «ما الدوافع التي حملتني على هذا الأمر؟»، أو تسأل الكون: «ساعدني لكي أرى...»، يأتيك الجواب. قد لا تتمكن دائماً من سماع الإجابة حينما تطرح السؤال، وقد لا تأتي الإجابة بالطريقة التي تتوقعها، ولكنها تأتي دائماً. قد تأتيك الإجابة أحياناً على شكل شعور - كأن تشعر شعوراً يقول لك «نعم»، أو يقول «كلا»، وقد تأتي الإجابة على شكل فكرة، أو ذكرى، وقد تبدو لك عشوائية، أو ربما تراها في الحلم، وأحياناً على شكل حقيقة تنقش أمامك فجأة بفعل تجربة معينة تصادفك في اليوم التالي.

جميع الأسئلة تُسمع، وجميعها تلقى الإجابات عليها. والقاعدة هي كالتالي: «أطلب وستجد»، ولكن عليك أن تتعلم كيف تطلب وكيف تجد.

الهدف من وجود الفكر توسيع المدارك؛ إنه يساعد في تنمية قوتك الإدراكية وإغنائها، ولكن ليس من أهدافه إلحاق الأذى. التجارب الفكرية هي تجارب معرفية. والمعرفة قوة، ولكل مستوى من المعرفة، مستوى مقابل من المسؤولية حول كيفية استخدامها. والمعرفة التي تتولد في كيانك، ولا تتعرض بأي شكل أو طريقة إلى التطوير، ولا تستخدم من أجل خدمة الآخرين، يمكن أن تترك نتائج مؤذية جداً على الجسم. متوجبات طاقة كارما المتولدة نتيجة سوء استخدام متعمد للمعرفة، أي نتيجة تعمد إلحاق الأذى بالآخرين، أو التسبب عمداً في اضطرابهم، لهي أشد صعوبة من تلك المتولدة نتيجة الجهل.

في هذا العالم الذي يتصوّر أن القوّة خارجية، أي أن مصدر القوّة خارج عن الذات، يعمل الفكر غالبًا من غير المواكبة الرحيمة التي تنبع من القلب. وهذا من شأنه أن يجرّ إلى حالات تستخدم فيها القوّة الفكرية كسلاح ضدّ الآخرين، وإلى تحقيق الإرادة من غير حنوٍّ وعطف. كأن يُستخدم الفكر مثلًا في تصميم الأسلحة أو تطويرها أو إنتاجها. أو في تصميم أو بناء أو تشغيل مصنع لا يأخذ في الاعتبار تأثيره السلبي على الأرض، أو على الحياة الانسانية، أو على البيئة. وعندما تخطّط لجني الأرباح على حساب أشخاص آخرين، فإنك لا تستخدم فكرك بالشكل المقصود من وجوده.

في هذا العالم الذي يعتبر أن القوّة خارجية، لا يعتبر المعرفة الموحى بها معرفة، وبالتالي لا يتمّ تحليلها وتطويرها. وهي لا توضع تحت مجهر الفكر، فلا تُدرس، ولا يُصار إلى توسيعها، أو إلى تنظيمها، أو إلى استخدامها بتقنية. وكما تعلّمنا كيف ننمي ونوظف معارفنا المُدرّكة - أن نفسرها ونحلّلها، كذلك يمكن أن نتعلّم كيف ننمي ونوظف المعارف الموحى بها إلينا - أن نطلب الارشاد ونتلقاه. وكما أن هنالك تقنيات تساعد في تنظيم الفكر، مثل التفكير التحليلي، والدراسة، والإعادة واحترام آلية عمل الفكر، كذلك هناك تقنيات تساعد في عملية تلقي وفهم المعرفة الموحى بها، وتنظيمها.

التقنيّة الأولى تقضي باحترام وجوب تنظيف المشاعر في كلّ وقت. إن كنت تشعر بجمود شعوري، ولست تعلم ما تشعر به، أو لست قادرًا على تفحصه. إن تعمّدت أن تضع سدًّا في وجه مشاعرك، ونجحت في ذلك إلى درجة أنك أصبحت خاليًا من المشاعر، فسوف تصبح إنسانًا سلبياً، إضافةً إلى أنك تتسبّب في اعتلال صحتك الجسدية. أما لو نظرت إلى مشاعرك بصراحة ووضوح فسوف تكون خاليًا من السلبية العاطفية،

وسوف تشعر وكأنك تتخلص من الأثقال وتصبح أكثر خفة. هذا من شأنه أن يفتح مجرى الوحي إليك، لأنه يمنحك إحساسًا أكثر صفاءً بالمحبة. إنه يقربك أكثر من المحبة غير المقيّدة بشروط، ويجعلك غير قادر على الإساءة. إنها تجعل موجات التقاطك أكثر حساسية، إذا جاز التشبيه، ومن ثم فإنك تستقبل الارشاد بوضوح، ومن غير الاصطدام بعوائق من جهتك.

هذا يتطلب منك أولاً التخلص في كل يوم من تأثير الضغوط على مشاعرك. مثلما تعمل على تخليص جسمك يوميًا من الأوساخ والسموم، يمكنك التخلص أيضًا من الأوساخ والسموم التي تلحق بمشاعرك، وذلك بإيجاد الحلول للمسائل ذات الذبول العاطفية التي تزعجك، وبعدم الذهاب إلى النوم وأنت في حالة غضب، وبالابتعاد عن كل ما يمكنه إفساد صحة مشاعرك، وتعلّم احترام تيارات الطاقة العاطفية التي تشعر بها، والتفاعل والانسجام معها.

ثانيًا، عليك تنظيف برنامجك الغذائي. فالسموم التي قد تدخل إلى نظام غذائنا تعيق قدرتنا على استقبال الوحي.

وتقضي التقنية الثالثة بوجوب إجلال الإرشاد الذي تلقاه. يؤدي الصفاء العاطفي والجسدي إلى التنبه إلى الوحي الذي يؤدي بدوره إلى تعلّم كيفية التجاوب معه. عليك أن تكون مستعدًا إلى سماع ما يقول وحيك والعمل بموجبه. كثيرون من الناس لا يرغبون في الاستماع إلى ما يمكن سماعه بسهولة، وينفون بالتالي سماعهم لأي شيء من هذا القبيل.

رابعًا، ينبغي أن يكون لدى الانسان توجه منفتح على الحياة وعلى الكون، وأن يقارب شؤون الحياة بإيمان وثقة بأن لا شيء في الكون يحدث اعتباطيًا، بل هناك سبب مبرر لكل أمر، وهذا السبب يحمل في قلبه خيرًا ورحمة. وهذه القناعة جوهرية، وشرط أساسي من أجل تفعيل وتنمية الوحي.

ما هو الوحي وكيف يعمل؟

الوحي هو إدراك يتخطى الحواس الخمس وهو موجود بهدف مساعدتك. إنه ذلك النظام الإدراكي الذي يعمل من خارج معطيات الحواس الخمس. ونظام وحيك هو جزء من تقمّمك الحالي. ما يعني أنك عندما تغادر جسدك، تغادر في الوقت عينه شخصيتك، وتغادر نظام الوحي الذي صُمّم لك، لأنه لم يعد ضرورياً.

الوحي يخدم غايات عدة؛ وأولها غاية البقاء. إنك تتنبّه مثلاً إلى وجوب القيام بشيء ما، من غير أن يكون سبب القيام به واضحاً أمامك، والغاية من هذا الشعور هي حفظ بقائك في هذا العالم. ينبّهك حسك الباطني مثلاً إلى وجود خطر معين، فتعلم أي الأمور آمن، وأيّها يشكل خطراً على حياتك؛ أيّ الشوارع آمن وأيها خطر. أو ينبّهك إلى ضرورة فتح غطاء المحرك في سيارتك قبل الانطلاق فتكتشف عطلاً أو أمراً غير عادي كان سيشكل خطراً على سلامتك.

والوحي يخدم الابداع. إنه يدلك مثلاً على الكتاب الذي يغني موضوع بحثك، وأين ستلتقي بزميلك الذي تحتاج إلى لقائه، وأي الأفكار في حقل معين تتكامل مع الأفكار التي تناقشها في حقل آخر. إنه الحس الذي يوحي إليك باختيار اللون الرمادي في رسم هذه اللوحة، والأرجواني في اللوحة الأخرى. إنه الحدس الذي يدلك إلى أن فكرة معينة قد تنجح مع أنها جديدة وغير مجرّبة قط.

الوحي يخدم الإلهام. إنه الجواب الذي يصلك فجأة على سؤال طرحته. إنه المعنى الذي يتوضّح أمامك فجأة خارجاً من ضباب التشوش. إنه النور الذي يعمّ ويكشع الظلمة. إنه الوجود الإلهي. يمكن أن نشبه الوحي بشبكة اتصالات تربطنا بمصادر متعدّدة.

وإحدى هذه المصادر هي الروح. الوحي هو مثل جهاز اتصال محمول يصل بين الشخصية والروح؛ ويحدث عبر الذات العليا.

الذات العليا هي حلقة التواصل التي تتكلم الروح عبرها إلى الشخصية. إنها الحوار بين الشخصية وذاتها الأبدية. التواصل الشخصي - الروحي هو أرفع تجارب الذات. ولكن لا تتواصل الشخصية مع كليات روحها.

لا تتقمص الروح بكل طاقتها في الشخصية. ومن أجل تقمّصها، تشكّل الروح الشخصية من تلك الأجزاء التي تحتاج إلى الشفاء في العالم المادي؛ كما تودع الشخصية أجزاء إضافية منها تساعد في عملية الشفاء المطلوبة في غضون المدّة الحياتية لهذه الشخصية على الأرض.

لا يمكن لطاقة الروح بقوتها الضخمة أن تدخل في الشكل المادي من غير أن تسبب في تفجيره بكل ما للكلمة تفجير من معنى. لذلك، تلجأ الروح في عملية التقمّص إلى حصر أجزاء منها بما يتناسب مع معايير التجربة الانسانية. ذاتك العليا هي ذلك الجانب من روحك الذي يسكن في داخلك، ولكنها ليست روحك بكليتها. إنها روح ذاتك الصغرى. من هنا، فإن تعبير «الذات العليا» هو تسمية أخرى للروح؛ ولكن الروح أوسع من الذات العليا.

تخيّل أن هناك كوبًا، وإبريقًا، وخزان مياه. خزان المياه هو الروح. بعض جوانب الروح تصبح إبريقًا. هذا الإبريق هو الروح، ولكنه ليس الروح بكليتها. إنه ذلك الجزء من الروح الذي ذهب في مهمّة، إذا جاز التعبير. والشخصية هي الكوب. الكوب يلامس الإبريق، الذي هو الذات العليا، ولكنه لا يلامس خزان المياه بكليته.

التواصل بين الشخصية وروحها هي عملية وحي داخلية. إنها عملية تتصل عضوياً بكيانك الداخلي. عملية اتخاذ القرارات مثلاً، هي عملية

تقوم بها أنت، وقد يدخل إليها الوحي وإنما تستند إلى معطيات فكري، وقلبك، وإرشاد ذاتك العليا. وكل مصدر من هذه المصادر هو جزء من نظام طاقتك. شخصيتك وذاتك العليا، كلاهما نابع من روحك.

قد يسمح الوحي أيضًا للشخصية عبر ذاتها العليا أن تتلقف معرفة من أرواح أخرى غير روحها. يمكن لمصادر إرشاد أخرى غير ذاتك العليا أن تصلك عبر «محطات الالتقاط» الخاصة بك، إذا جاز التعبير. تختلف هذه العملية عن عملية الوحي الداخلية التي وصفنا كيفية حدوثها أعلاه، لأن تلقي الإرشاد يحدث عبر قنوات الوحي.

تلقي الإرشاد عبر قنوات الوحي يختلف اختلافًا كليًا عن تلقيه عبر عملية الوحي الداخلية؛ ولو قمنا من أجل التفسير، بتشبيه هذه الأمور إلى أمور من الحياة اليومية، مثل تناول الطعام المعد في البيت في مقابل طلب وجبة جاهزة من المطعم، فإن عملية الوحي الداخلية تكون كمن يتناول وجبة طعام أعدت في بيته، والإرشاد عبر قنوات الوحي، في المقابل، يكون كمن يطلب وجبة طعام من الخارج.

الإرشاد الذي يتلقاه الانسان ذو الادراك الموسع عبر عملية الوحي الداخلية، أو عبر قنوات الوحي، لا يقل أهمية في الحفاظ على سعادته وحسن نموه عن نور الشمس والهواء النظيف. لأنه يتمكن عبر هذا الوحي من فهم الحقيقة واختبارها بوعي.

ما هي الحقيقة؟

الحقيقة تعطيك قوة ولا يمكن أن تسيء إليك. وهناك بالتالي درجات من الحقيقة، ولا يمكن أن تكون الحقيقة مؤذية.

التواصل بين ذاتك العليا والمعلمين اللاماديين يُنتج ويظهر مستويات من الحقيقة التي لا تنطبق عليك فحسب، بل على كل من يكون في

دائرتها. إن حذف كل ما يتعلّق بك شخصياً من الارشاد الذي يصل إليك عبر قنوات الوحي، فستبقى نواة الحقيقة التي تنطبق على الآخرين، أو على الأقل، سيبقى الحبّ غير المشروط، فيما أن معظم المعلومات التي تتلقاها عبر عملية الوحي الداخلية لا تنطبق سوى عليك. وهذا هو الفرق بين الحقيقة الشخصية والحقيقة اللاشخصية. كلاهما حقيقة، إلا أن الحقيقة الشخصية تخصّك وحدك، والأخرى تخصّ جميع الخلق، وتخص كل إنسان. نحتاج للحقيقة في نموّنا مثلما نحتاج إلى الحبّ والعطف والفيتامينات.

يتكّد أحياناً صفاء الحقيقة التي تتلقاها عبر قنوات الوحي أو عبر وحيك الداخلي بعوامل الخوف التي في نفسك. وهنا يأتي دور فكرك. وبكلام آخر، قد تظن أن الحقيقة التي تلقيتها عبر الوحي صافية، إنما حين تنظر إليها بعين عقلك وتحللها، قد تكتشف أنك تراها عبر شعور لديك بعدم بالأمان، تماماً كما يتيح منظار العقل للزوج، عندما يسأل: «هل تبرّر تجربتي مع زوجتي مشاعر الشك التي تتابني؟». أن يرى أن شكّه ناتج بالأحرى عن إحساسه العميق بعدم الأمان، وليس عن دينامية العلاقة بينه وبين زوجته. قد تحمل إليك الإجابة التي تصلك عبر قنوات الوحي، أو عبر وحيك الداخلي أحياناً تحدياً يناقض ما تفضل القيام به. أما شخصيتك فلا تتحدّى خياراتك بل تعتمد على التحليل الفكري.

من الطبيعي أن تتمكّن من الارتقاء إلى مستوى يخوّلك التمييز بين المصادر المختلفة للارشاد الذي تتلقاه. أما فكرة الاهتداء بالحقيقة التي تصلك عبر الوحي فتبدو غير مألوفة من جانب من لا زال مقيّداً بحواسه الخمس. وعلم النفس، الذي بني على أساس تجارب الشخصية المقيّدة بالحواس الخمس، لا يتعرّف إلى الوحي بالطريقة التي يتعرّف بها إلى الإدراك الحسي المادي، وإلى التفاعل العاطفي والذهني مع المدركات

الحسية. في المقابل، وبالنسبة إلى ذوي الادراك الموسّع، فمن الطبيعي أن يستنبروا في حياتهم بالحقيقة التي تصلهم من ذواتهم العليا، وعبرها من جانب الأرواح الأكثر تقدّمًا.

لا تفصل الشخصية مطلقًا عن روحها، والروح وشخصياتها تتلقّى بشكل دائم رسائل المساعدة والإرشاد الرحيمة والحكيمة. وهذا ينطبق على الشخصية ذات الادراك الموسّع كما على الشخصية المقيّدة بحواسها، إلا أن الأخيرة غير متيقظة إلى روحها، ولا إلى الإرشاد الذي تتلقاه من ذاتها العليا، أو من الأرواح الأكثر تقدّمًا. الشخصية ذات الادراك الموسّع متيقظة لروحها - تسعى إلى الترافف في خط واحد مع روحها، وإلى التمكن من تجسيد ذاتها العليا - وهي تستمرّ بطلب وتلقّي الإرشاد المحبّ من روحها ومن الأرواح التي تساعد روحها⁽¹⁾.

(1) لكي تتعلّم كيفية تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل ولتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي للفصل الخامس.

الفصل السادس

النور

الروح ليست من المادّة ومع ذلك، فهي حقل القوّة في كيانك. والذات العليا ليست مادية ومع ذلك، فإنها النموذج الحياتي للإنسان المتطور، هي الشخصية المتيقظة تمامًا. لا يمكن تفسير تجربة الوحي ضمن معايير الحواس الخمس، لأنه صوت العالم اللامادّي. من هنا لا يمكنك التوصل إلى فهم روحك، وإلى فهم ذاتك العليا، وفهم حقيقة الوحي من غير الاقتناع بوجود الحقيقة اللامادية.

المعرفة القائمة على أساس الإدراك المادي وحسب، لا تستطيع إثبات وجود الحقيقة اللامادية مثلما لا تستطيع إثبات وجود الله. البرهان على وجود الحقيقة اللامادية غير موجود ضمن نطاق المعقول في عملية البحث الفكري. ولذلك، لو طرح من منظار الانسان المقيّد بحواسه السؤال التالي: «هل الحقيقة اللامادية موجودة؟». فكأنك تتحدث عمّ هو غير مقبول عنده. في الحقيقة طرح المسألة كالتالي: «لو لم أتمكن من إثبات وجود الحقيقة اللامادية، فهل أقرّر أنّها فكرة تافهة، أو أستسلم

إلى عدم وجود الجواب؟ أم أحاول التوسع والارتقاء إلى المستوى الذي يمكنني من إيجاد الجواب على سؤالي؟».

طالما كان التوسع في السعي إلى اكتشاف الحقيقة أسلوب العلماء في مواجهة مسائل البحث بشأن كل مجهول. عندما وقفنا عند أبواب إحدى محطات تطوّرتنا المعرفي الرئيسية مثلاً، وطرح السؤال: «هل هناك وجود لكائنات حيّة أصغر مما يستطيع النظر رؤيته؟»؛ وكان الجواب «كلّا» من المنظور الإدراكي الحسيّ. لم يلقَ هذا الجواب قبولاً من جانب أحد الأشخاص، ولذا حدث بالتالي اختراع المجهر أو جهاز الميكروسكوب. ثمّ جاء السؤال: «هل هناك وجود لأجزاء من الطبيعة أصغر مما يمكن للميكروسكوب إظهاره؟». وكان أيضاً الجواب الصادر عن الرؤية المقيّدة بالحواس الخمس «كلّا». إلّا أن الانسانية تابعت في سعيها إلى الاكتشاف ولم تتوقّف حتى توصلنا إلى معرفة متطورة حول الذرّة وحول الظواهر الموجودة في عالم ما دون الذرة.

وهكذا، بمساعدة الأدوات التي تمّ اختراعها، فإن بعض الأمور التي لم تكن تعتبر موجودة، أصبحت موجودة. ولكن كان علينا التوسع أولاً. التحديّ، والمهمّة التي تنتظر العقول المتقدّمة والمتوسّعة، هما التوسع إلى مستوى يسمح بالاجابة على أسئلة كان من غير الممكن الاجابة عنها ضمن الأطر المعرفية السابقة والمألوفة.

ما الحقيقة اللامادية؟

الحقيقة اللامادية هي موطنك. إنها المصدر الذي انبثقت عنه، والموئل الذي سوف تعود إليه؛ والجانب الأكبر منك يسكن حالياً ويتطوّر في الحقيقة اللامادية. ينطبق هذا الواقع على ملايين البشر على سطح هذا الكوكب. من هنا، فإن القسم الأعظم من تواصلك مع

الآخرين يحدث عبر الحقيقة اللامادية. ومثلاً على ذلك، عندما تفكر بمحبة بشأن أحد الناس الذين ترتبط بهم عاطفياً، كأحد أفراد عائلتك مثلاً، فإن حركة هذا الوعي الإيجابي سوف تصلهم وتدعم نظام طاقتهم.

لو حدث أن إحدى الفتيات التي كانت على علاقة غير جيدة بالدها مثلاً، أن توصلت إلى فهم أعمق بشأن علاقتها به، كأن تكون قد توصلت إلى فهم الدور الذي لعبه في تحسين طاقتها «الكارمية»، من حيث إنه بعث في داخلها أمثلة رئيسية في الحب، أو في المسؤولية؛ وإن تعمقت نية هذه الفتاة في شفاء نفسها، وفي ترميم العلاقة بينها وبين والدها، فلا تستبعد لحظة فكرة أن والدها تنبه لهذا التغيير حتى ولو لم تتكلم إليه. قد لا يكون واعياً لحقيقة ما يحدث من جانب ابنته، ولكن شعوراً بهذا التحوّل يعمّ كيانه. وقد تلمع في ذهنه الوعي فجأة ومضات من العطف نحوها يفكر في أمور لم تخطر في باله من قبل، أو ربما يقرّر فجأة النظر إلى صور من طفولة ابنته فيعتصر قلبه، مع أنه لا يعي السبب وراء مشاعره وأفكاره المفاجئة ووراء سلوكه.

إنك تساهم في هذا النوع من «مصرف التداول بالمعلومات»، إذا جاز لنا مثل هذا التشبيه، مع جميع الأرواح القريبة منك، وإلى حدّ معين، مع جميع الأرواح التي لها دور في حياتك. وأيّ تغيير تحدثه في «مضمون مصرفك»، وفي المعلومات التي ترسلها إلى روح معينة، يدخل على الفور إلى نظام كيان وطاقة هذه الأخيرة. من هذا المنطلق، وعلى هذا المستوى، تؤثر وحدة السبب والنتيجة في نياتك، ويؤثر الشكل الذي تختاره لطاقتك على الآخرين.

كيف يحدث هذا؟

أنت نظام من النور شأنك شأن جميع المخلوقات. وتواتر موجات

نورك يرتبط بوعيك. عندما تقوم بأي تغيير على مستوى وعيك، تغير بذلك مستوى التواتر في نورك. إن اخترت مثلاً المغفرة لشخصٍ أخطأ التصرف معك بدلاً من أن تكن له البغضاء، فإنك تغير بهذا في تواتر نورك. وإذا اخترت أن يكون بينك وبين شخصٍ آخر محبةً وتقارب، عوضاً عن الفتور، فعليك أن تغير في تواتر موجات نورك.

ليست العواطف سوى تيارات من الطاقة المتدفقة وفق مستويات متنوعة من التواتر. والعواطف التي تعتبر سلبية مثل الكراهية والحسد والازدراء والخوف، فإنها أدنى تواتراً وأقل طاقةً من العواطف التي نعتبرها إيجابية مثل العطف والفرح والحبّ والرحمة والتسامح.. وعندما تختار أن تستبدل تياراً من الطاقة ذا تواتر متدنٍ كما في حالة الغضب، بتيارٍ أعلى تواتراً كالتسامح، فإنك ترفع إذ ذاك من مستوى التواتر في نورك. وعندما تختار السماح لتيارات من الطاقة ذات تواتر عالٍ بالمرور في كيانك، فسوف تلاحظ نشاطاً وازدياداً في طاقتك. عندما يعيش أحد الناس حالة من القنوط والقلق، فسوف يشعر أنه منهك القوى، لكونه تمازج مع تيارٍ من الطاقة ذي تواتر متدنٍ. يشعر الإنسان في هذه الحالة بتثاقل في الحركة وتلبّد في الحسّ، في حين يشعر الإنسان المسرور بتدفق طاقته ونشاطه لأن تياراً من الطاقة ذا تواتر مرتفع يسير في كيانه.

الأفكار المختلفة تولّد عواطف مختلفة. فأفكار الثأر والعنف والجشع، والأفكار المؤدية إلى استغلال الآخرين، تولّد عواطف الغضب، والكراهية، والحسد، والخوف، وهذه كلّها تيارات من الطاقة ذات تواتر متدنٍ، ومن شأنها بالتالي أن تخفّض مستوى التواتر في نورك، أو في وعيك. أما الأفكار الخلاقة والمحبة والمتعاطفة، فإنها تستحضر عواطف عالية التواتر مثل التقدير والتسامح والفرح وتحدث ارتفاعاً في

تواتر الطاقة في كيانك. إذا كانت أفكارك من النوع الذي يجذب إليك طاقة ذات تواتر منخفض، فسوف تعاني من تراجع على المستويين الجسدي، والعاطفي، وقد يجرّ عليك اعتلالاً على الصعيد النفسي أو الجسدي. فيما تعزّز الأفكار الجاذبة لتيارات الطاقة ذات التواتر المرتفع صحتك الجسدية والنفسية.

تعمل أنظمة الطاقة ذات التواتر المتدني على امتصاص الطاقة من الأنظمة ذات التواتر المرتفع. وإن لم تكن متيقظاً لعواطفك وأفكارك، فإن مستوى التواتر لديك يتعرّض للانخفاض جرّاء نظام ذي تواتر أدنى من تواتر نظامك. نقول مثلاً إن شخصاً مصاباً بالاحباط «يستنزف قواك»، أو «يمتص طاقتك». يعطيك النظام المدعوم بتواتر كافٍ من الطاقة شعوراً بالراحة، أو بالهدوء، أو يشعرك بالانتعاش بفضل تأثير ميزات نوره على نظامك. ويسمى هذا نظاماً «مشعاً».

إنك، وبطريقة اختيار أفكارك، واختيار التيارات العاطفية التي تودّ الاستغناء عنها، والأخرى التي تودّ تدعيمها، تتخذ القرار حول مستوى النور الذي تريده لنفسك. وتحدّد تأثيرك على الآخرين وطبيعة تجاربك في الحياة.

النور يمثل الوعي. عندما لا تتوصّل إلى فهم أحد الأمور نقول: «علينا أن نلقي عليه مزيداً من الضوء». وإن وقعنا في حالة من اللتباس، نقول: «إن العملية تحتاج إلى مزيد من الاستنارة». وعندما تلمع في بالنا فكرة تساعد في ترتيب أفكارنا» نقول: «وفجأة ظهر النور وتوضحت الأمور». ومن أجل الدلالة على شخص متكامل الوعي نقول إنه «مستنير» أو أنها «مستنيرة». وعندما تتخلّى عن فكرة سلبية، أو عن شعور سلبي، فإنك وبالمعنى الحرفي لهذا الكلام، تساعد في ارتفاع تواتر وعيك.

ليس من باب المجاز أن نتطرّق إلى التفكير بشأن الكون بالكلام على

النور وتواتره، وتيارات الطاقة ذات مستويات التواتر المتفاوتة، وكلها عناصر بات ذكرها مألوفاً في الدراسات المتقدمة لعنصر النور في العالم المادي. إنه الأسلوب القوي والطبيعي في التفكير بالكون، لأن النور المادي ليس سوى انعكاسٍ للنور اللامادي.

النور المادي ليس نور روحك. يقطع النور المادي المسافات وفق سرعة معروفة لا يمكنه تجاوزها. أما نور روحك فهو فوري. لا مهلة زمنية فاصلة بين تولّد النيات المحبّة في قلب الفتاة نحو والدها، وتفاعل روح أبيها مع هذه النيات وفهمها. صفة «الفورية» إذاً موجودة في صميم وجودنا. في الحقيقة اللامادية، تتمتع الخيارات التي تتخذها في كيفية استخدام طاقتك بتأثير فوري. فهي تشكّل وحدة معك، أي مع مَنْ تكون وما أنت عليه.

الطاقات النابعة من الروح تتميز بالفورية. أما الطاقات النابعة من الشخصية فتتبع مسلك النور المادي. الخوف، مثلاً، هو بعض تجارب الشخصية. يمكن للروح أن تصاب بالإرباك وأن تبتعد عن النور، ولكنها لا تختبر الخوف. عندما تعاني الروح من غياب النور عن بعض جوانبها، تختبر الشخصية هذا الغياب للنور بالخوف. الخوف إذا يرتبط بالشخصية، وبالتالي بالزمان والمكان. أما الحبّ غير المشروط فيرتبط بالروح وله صفة الفورية، وصفة الكونية، ولا يمكن حدّه.

وكما أن النور المنظور هو جزء من سلسلة متصلة لعدد من أشكال الطاقة ذات مستويات التواتر التدرّجي التي تمتدّ إلى أعلى وإلى أدنى مما يمكن للعين أن ترى. هكذا فإن سلسلة النور اللامادي المتصلة تمتدّ إلى أعلى وإلى أدنى، إن جاز القول، من نطاق التواتر الذي يوجد فيه الإنسان. والتجربة الانسانية تقع في نطاق تواتر معيّن من سلسلة التواتر المتصلة للنور اللامادي، مثلما يشكّل النور المنظور نطاقاً تواترياً معيناً في سلسلة النور المادي المتصلة.

تشغل أشكال أخرى من الوجود الذكي «نطاقات» تواترية أخرى. وهذه الأشكال من الحياة ليست موجودة في مكان آخر غير مكاننا. وكما شأن ضوء الموجات تحت الحمراء، وضوء الموجات فوق البنفسجية، وضوء الموجات الكهرومغناطيسية (microwave Light) وشأن العديد من أنواع التواتر ونطاقاته الأخرى، التي تتواجد مع النور المنظور في المكان ذاته مع أنها غير منظورة بالنسبة إلينا، كذلك تتواجد معنا أشكال الحياة المتميزة عنا من حيث نطاق تواتر نورها اللامادي، من غير أن تكون منظورة منّا. في المكان الذي تجلس فيه الآن يوجد كيانات أخرى متعدّدة، أو مجموعات من الكيانات الأخرى، وكلّ منها ينشط ويتطوّر في نطاق حقيقته وبالطريقة الخاصّة به. وهذه الأنواع من الحقيقة تتمازج مع حقيقتك، كما هو شأن النور الكهرومغناطيسي الذي يجاور النور المنظور من غير أن يكون منظورًا مثله بالنسبة لعين الانسان.

يتطور الجنس البشري من نطاق تواتر معيّن إلى نطاق من التواتر الأعلى في سلسلة النور اللامادي المتصلة. إنه تطوّر الشخصية من حالة الخضوع لقيود الحواس الخمس، إلى حالة الإدراك الموسّع. وفي الحالة الثانية تكون الشخصية أكثر إشعاعًا وأعلى طاقة منها في الحالة السابقة. فهي واعية إلى نور روحها، وقادرة على ملاحظة وجود أشكال الحياة الأخرى غير المنظورة من جانب الشخصية السابقة، وقادرة على التواصل معها.

والكون تراتب هرمي من غير رأس ولا قاعدة. وهناك بين المستويات المختلفة تفاهم يسمح بمساهمة قوى الإدراك العليا في تجارب النفوس التي تجتهد من أجل توسيع وعيها في العوالم الدنيا. وهكذا، فإن المساعدة متوفرة لنا من المستويات العليا؛ وكلّ منّا منخرط في مثل هذا النشاط على الرغم من عدم وعي الشخصية له، خصوصًا وأنه يجري على مستوى الروح.

عديدة هي الأمور التي تبقى خارج وعي الشخصية المقيدة بحدود حواسها الخمس. وعديدة أيضًا الأمور التي لا تتذكرها حتى الشخصية ذات الإدراك الموسع والقوة قبل أن تصل حياتها إلى نهايتها وتعود إلى الحقيقة اللامادية. إنك مثلًا لا تعي الحيات العديدة للشخصيات الماضية والمقبلة التي تمرّ بها روحك. ولكن السمات القوية التي تطبع بعض جوانب حياتك الحاضرة تصل إليك مباشرة من تلك الحيات، وكذلك شأن بعض علاقاتك. وإن ظهرت إحدى ميزات كيانك وتجسدت في عملك، مثل ميزة المعلم فيك، أو ميزة المحارب مثلًا، يكون هنالك بالتالي جوانب دينامية لا مادية متصلة بك، وتساهم معك في التعليم، أو في الحرب، ومصدرها العالم اللامادي الذي تشكل أنت جزءًا وثيقًا منه. إن الجانب الذي يبرز من ذاتك في أي لحظة مادية يعكس قوة أكبر وأكثر تعقيدًا منه بأضعاف.

تأتي المساعدة اللامادية إلينا من نطاقات لا مادية من النور متفوقة من حيث تواتر طاقتها علينا. وأشكال الوجود الذكي الذي يساعدنا ويرشدنا بصورة غير واعية في حالة الشخصية المقيدة بحواسها، وبصور واعية في حالة الشخصية غير المقيدة، تنتمي إلى مرتبة في الخلق متفوقة علينا، وهي قادرة بالتالي أن تقدّم لنا نوعًا متميزًا من المساعدة والارشاد لا نجده لدى بعضنا البعض.

تنظر الشخصية المقيدة بحواسها إلى التراتبية الهرمية على أنها تعكس تراتبية في القيمة. وتتصوّر أن من كان أدنى مرتبة يكون أقل قيمة، وأقل قدرة على السيطرة على غيره، وأكثر تعرّضًا للأذى. ولكن جميع مراتب الخلق تتساوى من وجهة النظر الكونية من حيث قيمتها، وكلّها ثمين. وعندما تنظر إلى الأمر من وجهة نظر من تعرّف إلى القوة الحقيقية، فسترى أن من كان في مرتبة عالية من مراتب الخلق يرى الأمور واضحة

من غير حُجُب، ويحيا بمحبةً وحكمة، ويرغب في مساعدة الآخرين على التطوّر مثله نحو الحياة في المحبة والنور، ويتمكّن من ذلك.

تتمتع كل روح بشرية بوجود مرشدين، ومعلمين لها. والمرشد غير المعلم. المرشد هو مثل الخبير في حقل معيّن، تستدعيه من أجل استشارته. إن كنت في معرض تأليف كتاب، أو تأسيس مشروع، أو تنظيم حدث معيّن، وترغب في مساعدة مرشدٍ يتميّز بالاهتمام المحبّ، وبالقدرة الخلاقة، وبالنظرة الثاقبة إلى الأمور، فسوف يتوفّر لك ذلك.

يعمل المعلمون من منطلق أقرب وشخصي، إذا جاز القول، مع أنهم طاقات لا شخصية، ولكننا نسبغ عليهم الصفة الشخصية ونشعر بعلاقة تربطنا بهم. المعلم اللامادي يقربك إلى روحك بشدّة. ويلفت انتباهك إلى المسار العمودي، وإلى الفرق بينه وبين المسار الأفقي.

المسار العمودي هو مسار اليقظة. إنه مسار الوعي ومسار الاختيار الواعي. يتّخذ المسار العمودي من يختار التقدّم في نموّه الروحي، ومن يختار إنعاش وعيه لذاته العليا. والمسار العمودي هو مسار الاستنارة. اختبار التفاعل مع معلمك اللامادي، وإمكان توصلك إلى الاستنارة أمران يمثلان الشيء عينه.

والمسار الأفقي هو المسار الذي يرضي الشخصية. رجال أو سيدات الأعمال الذي يندرون عمرهم لجمع المال يتبعون المسار الأفقي. كيفما تنوّعت نتائج نشاطهم، فإنها متطابقة من حيث الجوهر. إذ إنهم لو نجحوا في جمع المال ينجحون في إسعاد شخصياتهم، ولو فشلوا بذلك يتسبّبون في إتعاسها، ولكنهم في الحالتين لا يفيدون ذاتهم العليا. ولا يخدمون نموّه الروحي.

الإنسان الذي يسعى إلى إقامة علاقة مع الآخر من أجل تلبية حاجات

شخصية فحسب، مثل حاجات عاطفية أو جنسية، سوف يجد أن كل العلاقات التي يقيمها متطابقة في الجوهر، وأنه من السهل استبدال أحد هؤلاء الناس بالآخر، وأن التجارب الذي اختبرها مع الشريك الأول تنطبق في جوهرها مع تلك التي اختبرها مع الثاني. التجربة الجديدة ليست جديدة حقاً، إنها بالأحرى مشابهة للتجربة السابقة إلى حد كبير! إنه المسار الأفقي. الدخول في علاقة غنية وعميقة يحتم مقارنة العلاقة والدخول إليها بوعي واهتمام بالشريك. وهذا هو المسار العمودي.

وهذا لا يعني أن التعلّم لا يحدث في جميع الحالات، ولا يعني أنه عندما يصبح المسار الأفقي غير ملائم في مسيرة تعلّم الروح فإن هذه الروح لا تتخلّى عنه. عاجلاً أو آجلاً سوف تتخذ كل روح وجهة القوة الحقيقية. ما من حالة وجدت سوى من أجل هذه الغاية، وكل روح سوف تبلغها. والمسار العمودي يبدأ عندما يُتخذ القرار الواعي بشأن الوصول إليها.

المرشدون والمعلمون يساعدون الروح في سائر مراحل تطورها. وعدد المرشدين والمعلمين المتوفرين للروح يتوقف على المستوى الذي تسعى الروح إلى بلوغه، وعلى مستوى وعيها. والأرواح التي تسعى إلى إنجاز أعظم، تجذب إليها دعماً أكبر.

والروح تعرف مرشديها ومعلميها، وعلى حكمتهم ومحبتهم تعتمد في تصميم التقمّص الذي أصبح أنت. وهذا الجزء من روحك الذي هو أنت سوف يعود إلى حضنهم الذي ينتظرك عندما ينتهي هذا التقمّص - سوف يعود إلى موطنه. إنك تتلقى المساعدة والارشاد المحبّ في كل لحظة. وفي كل لحظة تتلقى الدعوة والتشجيع للانتقال إلى النور.

القرار قرارك. والمعلّم اللامادّي لا يتمكّن من أن يقوم مقامك في الحياة، ولا يسعى إلى ذلك. إنه يقدّم إليك المساعدة عبر ما تمرّ به من

تجارب ودروس في حياتك. أما الاجابات التي يمكن أن يقدمها لك فتوقف على الأسئلة التي تطرحها - عندما تطرح السؤال على نفسك حول دوافعك الذاتية، وعندما تصلي أو تتأمل وتبقى منفتحاً لتلقي الجواب، أو عندما تطرح الأسئلة مباشرة، كما في حالة الانسان غير المقيّد ذي الإدراك الموسّع، والذي استطاع أن ينمي ويطوّر قدرته على فعل ذلك. عندما تطرح نوعاً من الأسئلة، يُفتح أمامك نوع من الأبواب؛ وعندما تطرح نوعاً آخر من الأسئلة، يفتح أمامك نوع آخر من الأبواب.

وفي كلّ مرّة تتلقى من معلّمك أو معلّميك هدايةً تكون غير منحازة، وواضحة، ورحيمة؛ إنها تساعدك على تفحص النتائج المحتملة لكلّ خيار تقوم به، وتلامس مشاعرك بطرائق تجعلك تتنبّه إلى بعض جوانبها التي تحتاج إلى الشفاء، وتجب على أسئلتك التي يتوقف عليك أو لا أمر طرحها، وبالتالي أمر توجيه طاقتك في الاتجاه الملائم. إنها تهديك إلى تبيّن النهاية التي تؤدي إليها كل طريق، وتستمر في إسداء النصح إليك بحكمة ورحمة مهما كانت خياراتك.

لا يمكن للمعلّم أن يولّد طاقة كارما خاصّتك، ولا أن يلغيها. لا يمكن لأيّ كيان، حتى ولا للمعلّم لا مادي أن يتحمّل مسؤولية حياتك، أو مسؤولية الطريقة التي تختارها في استخدام طاقتك، ولكن بإمكان المعلّم اللامادي مساعدتك على فهم ما تمثله خياراتك وتجاربك. فهو يزوّدك بالمعرفة التي تخوّلك الاختيار بمسؤولية وبحكمة. من هنا، فإن قدرتك على الاستفادة الواعية مما يتوفّر لك من الإرشاد والمساعدة اللامادية، وقدرتك على التواصل الواعي مع معلّم لا مادي، هي ثروة تتعدّى حدود الوصف، ثروة تتخطى بقيمتها كل تقدير.

كل قرار تتخذه يدفعك في اتجاه من اثنين، إما في اتجاه شخصيتك، أو في اتجاه روحك. وكل قرار تتخذه يمثل الجواب على سؤال واحد

وهو: «ما الطريق التي تختارها من أجل تعلّم المحبّة؟»؛ أي طريق تختار لاكتساب القوة الحقيقية - هل تكون عبر الشكّ والخوف، أو عبر الحكمة؟ وهنا يكمن جوهر حكاية «جنة الفردوس». لسان حال شجرة الحقيقة، التي أعطيت إلى كلّ الجنس البشري، الذي يقول: «تعلّم! أي طريقة تريد أن تختار لكي تتعلّم؟».

إنه البند الأول والأساسي في موضوع الارادة الحرّة التي أعطيت إلى الانسان: كيف تريد أن تتعلّم؟ والسؤال ذاته يتردّد في كل حالة حياتية. إنه السؤال الأبدي. إنه الاستعراض الأطول على مسرح العالم، إذا جاز القول. في كل حالة، وفي كل لحظة، يستمرّ السؤال الذي طرح في جنة الفردوس، ويستمرّ، ويستمرّ. والفرصة المتاحة في كل مناسبة يمكن تلخيصها على الشكل التالي: «هل تختار طريق الشكّ والخوف، أو تختار شجرة الحكمة؟»

شجرة الحياة، أو المعرفة، أو الحقيقة، أو الحكمة هي فرصة متاحة، والسؤال حولها سؤال نموذجي شامل. آدم وحواء، وهما ذكر وأنثى، الشخصيتان الرئيسيتان في جنة الفردوس أخذتا التفاحة، ويرمز فعلهما هذا إلى الإساءة في استخدام المعرفة. وخيارهما الإساءة في استخدام المعرفة تسبّب في تولّد العار. ولم يكن هذا الأمر موجودًا في تصميم الحياة الانسانية حتى ذلك الوقت. وقد تسبّب سوء استخدام المعرفة والحقيقة والحكمة في تولّد الإرباك والعار. ثم نتج عن ذلك الشعور بالذنب، ومن ثمّ تولّد الشعور بالخوف، وهكذا بدأت عملية تطوّر الجنس البشري.

كان القرار بأخذ التفاحة قرارًا يعود إلى النظام الأعلى في عملية التطوّر، وهو نظام لا يمكننا الإحاطة به، ولا حتى محاولة فهمه، كما يمكن أن نفعل في إطار القرارات التي تصدر عن الانسان. الحديث

عن اتخاذ القرارات في إطار حياة الفرد، أو في إطار حياة مجموعة من الأفراد، شديد الاختلاف عن الحديث عن كيف بدأت عملية التطور والتعلم منذ ملايين السنين في الجنس البشري.

قرار أخذ التفاحة في قصة جنة الفردوس لا يشير إلى قرار واحد اتخذه رجل وامرأة كانا موجودين حقيقةً في مثل هذا المكان. فهو ليس قراراً مثل الذي قد تتخذه أنت، أو أنا، نتيجة المقارنة بين خيار محتمل أو آخر. تصف قصة جنة الفردوس نقطة انطلاق التجربة الانسانية على الأرض. وهي تشير إلى مبادئ الطاقة التي تحكم الهيكليات الكبرى في الوعي الجماعي الذي اختبر الضغوط، والطاقات التكوينية، وطاقات الخلق. وإبان عملية تكوّن النقاط الاستقطابية الكبرى في هذه المبادئ، النقاط الاستقطابية التي ستصبح في صلب التجربة البشرية، ظهر الشكّ والخوف كنقطتين استقطابيتين مناقضتين للثقة والنور، فكان إذ ذاك أن وُجِدَا.

ليس من غير الملائم بالطبع أن نفهم قصة جنة الفردوس من منطلق عمليات الخيار الانساني ما بين الشكّ والخوف من جهة، والحكمة من جهة أخرى، لأن خيار التعلم عبر الشكّ والخوف في مقابل التعلم عبر الحكمة، يشكل في الواقع جزءاً من كل تحدّي يواجهه كل إنسان في كل دقيقة، وكل يوم. وهذا التحدي يعكس في الحقيقة ديناميات وجدت على مستويات التطور العليا لكي تحكم مسار تطوّرنَا.

ومن هنا ننتقل إلى العلاقة بين الاختيار، والنور، والحقيقة المادية⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلمته في هذا الفصل ومن أجل تعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي للفصل السادس.

الفصل السابع

النية (1)

الشكل ليس دائماً من المادّة. فالفكرة هي شكل. ولكن، مما تشكّل الفكرة؟

الفكرة هي طاقة، أو نور اكتسب شكلاً بفعل الوعي. لا وجود لمطلق شكل من غير وعي. هناك النور، وهناك عملية تشكّل النور بفعل الوعي. وهذا هو الخلق.

والطاقة تتدفق عبرك بشكل متواصل، وهي تدخل من أعلى رأسك وتنحدر منتشرة في أنحاء جسدك. أنت لست نظاماً جامداً. أنت كائن ديناميكي من نور تعطي في كل لحظة معلوماتك للطاقة المتدفقة عبرك. إنك تفعل هذا الأمر مع كل فكرة، ومع كل نية.

والنور الذي يتدفق فيك هو طاقة كونية. وهو نور الكون. كيف تشعر، وكيف تفكر، وكيف تتصرّف، وما هي قيّمك، وأسلوب عيشك؛ كلّها يعكس طريقتك في تشكيل النور المتدفق عبرك. إنها الأشكال الفكرية، والأشكال الشعورية، والأشكال العملية التي أعطيتها للنور. وهي انعكاس لمواصفات شخصيتك، أي كيانتك الزمني والمكاني.

بتغيير وعيك تغيير طريقتك في تشكيل النور الذي يتدفق عبرك. إنك تفعل هذا الأمر مثلاً، عندما تتحدّى الأنماط السلبية التي تعتمد عليها مثل الغضب، وتختار بوعي استبدال الغضب بالرحمة. أو تختار بوعي استبدال قلة الصبر بفهمك وتقديرك لحاجات الآخرين؛ ومن شأن هذا التغيير أن يخلق تغييراً في أشكال أفكارك، ومشاعرك، وأعمالك. إنه كفيل بتغيير تجربتك الحياتية.

كل تجربة تعيشها، وكل تغيير في تجربتك يعكس نيّة معيّنة. والنيّة ليست ميّلاً، أو رغبة فحسب، بل إنها استخدام إرادتك. إن كنت غير راضية على علاقتك بزوجك مثلاً وتودّين لو كانت مختلفة، فهذه الرغبة وحدها لا تؤدي إلى تغيير العلاقة. إن كنتِ ترغبين حقاً في تغيير هذه العلاقة، فالتغيير يبدأ بنبّتك تغييرها. وكيفية تغييرها يتوقّف على النيّة التي تعقدونها.

إن كان في نيتك أن تصبح علاقتك بالشريك منسجمة ومحبة، فستفتح هذه النيّة أمامك مناظير جديدة. وسوف تسمح لك بتبيّن الحبّ الذي يعبر لك عنه شريكك بطريقته، أو بطريقتها الخاصة، إذا كان هناك بالفعل وجود لهذا الحبّ. أما لو لم يكن من وجود لهذا الحبّ، فسوف تسمح لك نيتك برؤية ذلك أيضاً. سوف تضعك في اتجاه الحبّ والانسجام لكي ترى بوضوح من منظارهما ما يمكن تغييره في هذه العلاقة وإذا كان تغييره ممكناً.

أما لو كانت نيتك معقودة على إنهاء هذه العلاقة، فنهاية هذه الأخيرة تبدأ من النية في إنهاؤها. ونيتك هذه تولّد لديك حالة من التملّص، وتشعر أكثر فأكثر بعدم الاكتفاء. وتشعر بنوع من الانفتاح على الآخرين لم تكن تشعر به من قبل. هكذا تكون ذاتك العليا قد باشرت التفتيش عن شريك آخر. وعندما يظهر الشريك الآخر، ويلاقي قبولاً لديك، وهذا

أيضًا يتوقّف على النية التي تعقدها حول ذلك، فسترى إذ ذاك نفسك منجذبًا إليه، وتفتح أمامك طريق جديدة.

أما لو كانت نياتك متناقضة في ما بينها، فسوف تكون ممزقًا بين ديناميتين متحركتين ومتعاكستين. وإن لم تكن واعيًا إلى جميع نياتك، فسيكون النصر للأقوى بينها. قد يكون لديك نية واعية في اتجاه تحسين زواجك مثلاً، وبالتزامن مع ذلك، لديك نية غير واعية في اتجاه إنهائه. لو كانت النية غير الواعية في اتجاه إنهائه أقوى من النية الواعية في اتجاه تحسينه، فسوف تتفوق أخيرًا دينامية عدم الرضى، والقلق، والخ. على الدينامية التي تدفع في اتجاه الحبّ والانسجام، ويصل زواجك إلى نهايته. إذا كانت نيتك الواعية إلى تحسين زواجك أقوى من نيتك إلى إنهائه، وكان زوجك، أو زوجتك، داعماً في هذا الاتجاه، فقد تتوصلان إلى النجاح، ولكن دينامية النيات المعاكسة في داخلك قد تولد لديك، وربما لدى كليكما، مشاعر من الاربك والقلق والميل إلى البحث عن شريك آخر، بالتزامن مع انفتاحك على آفاق جديدة من الحبّ والانسجام الزوجي.

هذا مثال على التجربة التي تعيشها الشخصية المتصدّعة. إنها تعيش نزاعاً مع ذاتها لأن رؤيتها وقيمها وسلوكها غير متكاملة. الشخصية المتصدّعة لا تعي جميع جوانب ذاتها، وهي تعاني من الخوف. إنها تخاف من جوانب في ذاتها تهدد ما تسعى إليه وما حققته من إنجاز.

تجد الشخصية المتصدّعة أنها تمرّ بتجارب حياتية صعبة تفوق قدراتها على الاحتمال. والشخصية المتصدّعة التي تملك نية واعية من أجل تحسين حياتها الزوجية، ونية أقوى وغير واعية من أجل وضع حدّ لها، مثلاً، تشعر بعد فشل زواجها أنه وعلى الرغم من الجهود القصوى التي بذلتها، لم تسر الأمور كما كانت تنوي وتتوخّى. ولكن الأمر لم

يكن كذلك. لأن الأمور سارت حقًا في اتجاه النيات الأقوى. ولكن وجود النيات المتناقضة في داخلها أدى إلى اضطراب كبير في عملية انسياب النور عبر هذه الشخصية.

إذا كانت النيات المتناقضة متساوية تقريبًا من حيث قوتها، ولم تقصد الشخصية أن تعي مناهضة جانب واحد، أو عدة جوانب، من شخصيتها لنياتها الواعية، أو لم تتمكن من بلوغ هذا الوعي، فإنها ستصاب بقدر كبير من الضغط والألم العاطفي نتيجة ذلك. وقد يجزّ هذا الأمر عليها أشكالا من الفصام النفسي، والمرض الجسدي. وحتى في الحالات الأقل صعوبة، تعاني الشخصية كربًا مبرحًا.

الشخصية المتصدّعة هي الشخصية التي تحتاج إلى الشفاء. وفيما تتقدّم على درب الوعي والتكامل تتمكّن الشخصية من شفاء تلك الأجزاء من روحها التي تقمّصت بغية الشفاء. يتميز النور الذي يتدفق في الشخصية المتكاملة بكونه مركّزًا وفق شعاع واحدٍ وصابٍ. أما النيات فتكون قوية وفاعلة. إنها تتحوّل إلى شعاع ليزر (Laser) أي إلى شعاع من نور متماسك في تردّاته؛ وبالتحديد، إلى نور تدعم كل موجة منه كلّ موجة أخرى.

ليست الشخصية المتكاملة مثل شعاع ليزر. ولكن شعاع ليزر هو مثل الشخصية المتكاملة. تمثّل أشعة ليزر انعكاسًا في عالم الحقيقة المادية لدينامية من الطاقة لم تكن حتى الماضي القريب جدًّا محورية في التجربة الانسانية. والتطوّر الذي حدث في اكتشاف واستخدام أشعة لايزر في منتصف القرن العشرين يعكس في محيط الإطار المادي صورة لدينامية مركزية يتطوّر الجنس البشري نحوها.

يتطوّر البشر في اتجاه التحوّل إلى شخصيات متكاملة. إنهم يتطوّرون في اتجاه وعي وجودهم ككيانات من نور تعمل على تشكيل

نورها بوعي، وبحكمة، وبرحمة. من هنا خرجت ظاهرة النور المادي ذي التردد المتماusk، النور الذي، إذا جاز التعبير، لا يصارع ذاته. إنه ظاهرة جديدة في التجربة الانسانية، وهو يعكس الدينامية الجديدة لطاقة الانسان المتكامل. وخلاصة القول هو أن إنجازات العلم لا تعكس قدرات الأمم أو الأشخاص في المختبرات، بل تعكس قدرات جنسنا البشري الروحية.

يتعدى تأثير النيات موضوع العلاقات الانسانية، إذ تحرك النيات عمليات لها تأثيرها على كل جانب من جوانب الحياة. إن رغبت في تغيير وظيفتك مثلاً، يبدأ هذا التغيير مع نيتك القيام بذلك. وفيما تدخل هذه النية مجال الوعي، يبدأ انفتاحك على إمكان أن تعمل في مكان آخر أو في حقلٍ آخر. من هنا يبدأ شعورك بعدم الارتياح بشأن ما تقوم به، وتبدأ ذاتك العليا عملية البحث عن وظيفتك المقبلة.

وما إن تظهر الفرصة المناسبة أمامك حتى تكون جاهزاً إلى اغتنامها. قد تحتاج إلى بعض الوقت الاضافي لكي تتبنى عن وعي الوضع الجديد، فمقاومة التغيير أمر طبيعي بالنسبة إلى بني البشر. أما لو قبلت به، فسرعان ما سوف تتجلى نيتك هذه وتتخذ شكلاً مادياً.

ولكن لا تقتصر أنواع القرارات التي تحتاج إلى اتخاذها في الحياة على قرارك بشأن مكان عملك، أو مكان إقامتك، أو بشأن اختيار شريكك، وليس هذا هو نوع القرارات الأكثر تأثيراً على حياتك. أنت تتخذ في كل لحظة قرارات بشأن مواقفك إزاء الكون، وإزاء الآخرين، وإزاء ذاتك. إنك تستمر في اتخاذ مثل هذه القرارات، وتتولد في كل لحظة تجربتك الحياتية منها. إنك كائن يقرر.

إن خياراً تتخذه بشأن تحدي غضبك واستبداله بالفهم، لا يحدث تغييراً فورياً في مواقفك، إنما ينقله عبر مشاعرك إلى وعيك؛ هكذا

تنعكس صورة القرارات التي تتخذها عن وعي وحكمة ومسؤولية على موافقك. وأخيرًا، فإن عمليات اتخاذ القرارات الأعمق في داخلك - تلك التي تغيّر من لحظة إلى أخرى شكل النور الذي يتدفق عبرك - تصبح متراففة مع ما تختاره عن وعي؛ تمامًا كما كانت تتراصف مع ما لم تختره عن وعي قبل تنبّهك إلى هذا الواقع.

نياتك تصنع حقيقتك.

كيف يتم ذلك؟

النيات تصنع شكل النور وتحركه. كل نية مثل الغضب، أو الجشع، أو الحسد، أو الرحمة، أو التفهّم، تحرك الطاقة؛ إنها تدفع أنماطًا من النور إلى الحركة. والمادة هي مستوى النور الأكثر كثافة.

ليست الحقيقة المادية مكانًا ميتًا وفارغًا تتطور على سطحه الحياة؛ بل كلّ شكل مادي، كما كلّ شكل لا مادي هو نور تشكّل بفعل الوعي. لا وجود لمطلق شكل بمعزل عن الوعي. ولا يخلو كوكب في الكون من مقدار فاعل من الوعي، حتى ولو لم يكن وعيه مطابقًا لمعنى الوعي المألوف لدينا.

والحقيقة المادية وما يتخلّلها من أشكال وكيانات، هي أنظمة من النور داخل أنظمة من النور. وهذا النور ذاته هو نور روحك. وكل واحد من أنظمة النور هذه يتشكّل بفعل الوعي. والحقيقة المادية لمدرسة الأرض تتشكّل بفعل القرارات التي يتخذها سكان الأرض.

ولكن ما هي علاقة الحقيقة المادية بالقرارات التي تتخذها في حياتك؟ الحقيقة المادية هي كيان متعدّد الطبقات. ولا تطابق لحقيقة شخص مع حقيقة شخص آخر.

الطبقة الأولى في حقيقتك هي حقيقتك الشخصية. إنها حياتك الشخصية، دائرة التفاعل الأولى حولك. هنا، في نطاق هذه الدائرة تؤثر القرارات التي تتخذها بصورة مباشرة وأشدّ فاعلية. فإن اخترت مثلاً أن تكون متعاطفاً مع الآخرين وليس بارد الشعور، يتغيّر نمط التواتر في وعيك فتتغيّر بالتالي تجاربك. باستطاعتك، ضمن إطار حقيقتك الشخصية، أن تكون معطاءً أو أنانياً؛ وأن تنظر إلى الآخرين وإلى نفسك بقسوة أو برحمة؛ أن تسعى إلى خدمة مصالحك الشخصية فحسب، أو إلى خدمة الآخرين والأرض أيضاً. قراراتك هذه تحدّد شكل النور المتدفق عبرك، وتصنع الحقيقة التي في داخلك، والتي تتدفق منك وتلامس حقيقة الأشخاص المحيطين بك.

عائلتك تؤلّف الطبقة الثانية من حقيقتك. عندما تجتمع عدة أرواح إنسانية فإنهم يؤلفون معاً حقلاً جماعياً من الطاقة؛ أي اندماجاً للطاقة الروحية في نطاق المجموعة. القرارات التي تتخذها في دائرة حقيقتك الشخصية مثل القرار بأن تكون معطاءً أو أنانياً، أو القرار بأن تكون غاضباً أو متفهّماً، تساهم بالتالي في تشكيل الحقيقة التي تشترك بها مع عائلتك. وهذا الأمر ينطبق على كل فرد من عائلتك. والدك مثلاً، بشخصيته المسؤولة أو العكس، يساهم في تشكيل هذه الدائرة من حقيقتك؛ وكذلك تفعل والدتك في ما لو كانت امرأة خجولة أو واثقة بنفسها؛ وكذلك أختك، في ما لو كانت تغار منك أو تدعمك، إلخ. وهكذا ففي خروجك إلى هذه الدائرة في حقيقتك، تخرج إلى مكان ينضمّ فيه آخرون إلى حياتك. وفيما لا تزال في الأجواء الشخصية، فقد بدأت في اتجاه الخروج من دائرة حقيقتك الشخصية الحميمة.

والطبقة التالية في حقيقتك تتمثل في مدرستك، أو في مكان عملك. تشترك أيضاً في هذه الحقيقة مع الآخرين، ولكنها أقلّ شخصية من

الحقيقة التي تشترك بها مع عائلتك. والمدركات التي قد تتمتع بأهمية مركزية في دائرة حقيقتك الشخصية قد لا تتمتع بالأهمية ذاتها في نطاق هذه الحقيقة. لو اكتشفت مثلاً فعالية الصلاة في تحقيق رغباتك، فإن إدراكك هذا ليس ضرورياً من أجل سير أعمال الجامعة، أو سير أعمال الشركة التي تعمل فيها. وقد لا يكون ملائماً أن تخبر الطالب الذي يجلس إلى جانبك في قاعة المحاضرات في الجامعة، أو موظفة الاستقبال في الشركة حول هذا الأمر.

والدائرة التالية في حقيقتك تتضمن الأشخاص الذين قد تصادفهم في حياتك اليومية، مثل الموظف الذي تشتري منه بطاقات سفر، أو الذين تلتقيهم في مخزن المواد الغذائية، أو سائقي سيارات الأجرة، وأصحاب المحلات التجارية في بلدتك. هنا أيضاً، وعلى مستوى هذه الدائرة من الحقيقة، ومستوى الدوائر التالية التي تبعد أكثر فأكثر عن الدائرة الشخصية، تحتفظ بمعتقدات وثوابت قد لا تكون على قدر متساوٍ في الحميمية والشخصية كالتي تحتفظ بها في دائرة حقيقتك الشخصية. على هذا المستوى من الحقيقة تطلع غيرك على معتقداتك الشخصية التي تتراصف مع الخطوط والمعتقدات الأوسع انتشاراً على مستوى الكرة الأرضية.

وبكلام آخر، إنك وفيما تخرج من دائرة إلى أخرى أوسع من سابقتها، وأكثر ابتعاداً عن دائرتك الشخصية، تخرج بموجات الطاقة التي تشترك بها مع أعداد متزايدة من الأشخاص الذين يشابهونك إلى حد كبير في ترددات طاقتهم. مثلاً، يفهم معظم الناس معنى «مدينة»، أو معنى «المنطقة المدنية»، ومعظمهم يفهم مدلول كلمة «أوروبا» و«الولايات المتحدة». هذه مدركات منتشرة إلى حد كبير بين البشر، ولكنها أقل انتشاراً من المدلول الكوني لكلمتي «ماء» و«هواء».

لا يعلم جميع سكان الأرض بالضرورة أن هناك مكانًا في العالم يدعى «أوروبا». مدلول هذا الاسم هو مدرك واسع الانتشار على الأرض، ولكنه ليس مدركًا كونيًا مثل «الهواء». فكرة أنك تعي تلقّيك للأجوبة على أسئلتك عبر الصلاة، لا تتبناها غالبية البشر في العالم. لذلك، وعلى الرغم من أنك تملك الحرية بأن تخبر الناس في مخزن المواد الغذائية عن تلقّيك إجابات على أسئلتك عبر الصلاة، فقد تفضّل عدم التطرّق إلى مثل هذا الأمر خوفًا على سلامتك الشخصية لأنك تعلم أن وعيهم قد لا يتمكن من استيعابه أو القبول به.

مدينتك أو بلدتك تأتي في الطبقة التالية من حقيقتك. وتاليًا تأتي المنطقة أو المقاطعة التي تسكنها، ثمّ الثقافة أو الأمة التي تنتمي إليها. الأمة هي أحد جوانب شخصية غايا (Gaia)، روح الأرض الساعية بدورها إلى تطوير شخصيتها وروحها. الدينامية الجماعية المتمثلة في الولايات المتحدة هي أحد جوانب شخصية غايا، مثلما هي الدينامية الجماعية المتمثلة بكندا، وبغرينلاندا، وبكلّ أمة في العالم. والأرواح الإنسانية الفردية التي تشترك في تطوير هذه الجوانب من روح الأرض أو غايا، تؤلّف ديناميات الطاقة الجماعية التي ذكرنا، كما وأنها تنعم في مسار تطوّرها الشخصي بميزات طاقة كارما الخاصة بهذه الأمم.

لنأخذ على سبيل المثال الولايات المتحدة الأميركية ونعتبرها ببساطة وحدة من الطاقة التي تتطوّر في حالة معيّنة من الوعي. تعمل الأرواح الفردية التي تمرّ عبر هذا الوعي الجماعي على توسيعه، وعلى خلق أفعال، وأفكار، وأشكال، وأسباب ونتائج؛ وكل ذلك يتسبّب في تراكم طاقة كارما. والعلاقة التي تربط هذه الأرواح بأممها هي مثل علاقة الخلايا بالجسم. وعيك يؤثّر على كل خلية في جسمك، وكل خلية في جسمك تؤثّر على وعيك. هناك تبادل في الاتجاهين. يمكننا اعتبار كل

فرد في هذا الوعي الجماعي المدعو «الولايات المتحدة» في مقام خلية في هذه الأمة وهو في حالة من الحوار الدائم معه.

الأرض ومدرسة الأرض ليسا واحداً. الأرض هي كوكب موجود بوجود الجنس البشري أو من دونه. وللأرض هدف مضاعف إذا صحّ التعبير. هدف تحقيق تطورها الذاتي، وضمن هذا التطور يمثل كونها مسكناً للبشر. وافقت الأرض على التفاعل مع الجنس البشري، وعلى إدماج التطور الحياتي البشري في وعيها. هناك إذاً ما يشبه الاتفاق بأن الإبداع المشترك (بين الأرض والانسان) للمادة على سطح الأرض يتم بوعي الأرض. إذ منذ أن أصبح سكانها قادرين على الإبداع، تجاوزت الأرض مع طاقتهم. من هنا فإن الجنس البشري والأرض يؤلفان نظاماً تفاعلياً بينهما. والطبيعة خير تمثيل للمشاركة الإبداعية بين الأرض والانسان.

وفيما تتابع اختراق طبقات حقيقتك نحو الخارج، تدخل في مدارات أقل التصاقاً بالشخصية. العرق يمثل الطبقة التالية من حقيقتك. إن كنت رجلاً أسود فذلك يعني أن روحك اختارت المساهمة في تطور تلك الحالة، حيث يكون الإنسان من العرق الأسود. أما تجاربك في السعادة، أو الغضب، أو الحكمة، أو الرفق، فتساعد في صياغة دينامية هذه الطاقة اللاشخصية.

والطبقة التالية هي الجنس. إن كنتِ أنثى مثلاً، فقد اخترت المساهمة في تطور الأنوثة في الجنس البشري.

لو نظرتَ إلى هذا البنيان وكأنه هرمٌ مقلوبٌ، وحقيقتك الشخصية في أسفله، والطبقة التي تلي طبقتك صعوداً أقل التصاقاً بشخصيتك، وأكثر شمولية، فإن الطبقة الأعلى قاطبة هي الأشمل، والأبعد عن الصفة الشخصية؛ هي الانسانية أو تجربة كونك إنساناً.

بالتلازم مع وجودك كفرد أنت تساهم في تجارب جماعية. فمع كونك رجلاً، قد تكون أيضاً أباً، وزوجاً؛ أو تكونين أمّاً وزوجة إلى جانب كونك امرأة. إنها تجارب متلازمة، غير أن بعضها فرديّ، وبعضها جماعي. قد تعيش تجربة فردية كبأب، وتكون في الآن ذاته لاعب كرة في فريق، حيث تشترك في نظام من الطاقة الجماعية.

إنك تساهم في خلق وتطوير كل مستوى من مستويات الوعي الجماعي التي تشترك بها. إن كان الانسان فرنسيّاً، فإنه يساهم في تطوّر الوعي الجماعي الفرنسي. ولو كان الانسان كاثوليكيّاً، فإنه يساهم في تطوير الوعي الجماعي الكاثوليكي.

خلاصة القول هي أن دينامية خلق الحقيقة تعمل على أكثر من مستوى. وهذا يعني أنك، ومن حيث أنت موجود، تساهم في الآن عينه في خلق حقيقة شخصية، وحقيقة لا شخصية. فمثلما يمكنك المساهمة في تشييد بناء سوف يبقى إلى ما بعد موتك بزمان طويل، كذلك تساهم في تطوير ديناميات طاقات جماعية ستبقى طويلاً بعد رحيلك.

يقوم تشييد البناء على جهد جماعي؛ أي إن عددًا من الأرواح اشترك في خلق هذه الحقيقة. تُشيد البناء بالطاقة الجماعية وليس بالطاقة الفردية، ولذلك فإن وجوده مستقل عن وجود كل من الأشخاص الذين اشتركوا في تشييده. ومن المنطلق نفسه نقول إنك تساهم مثلاً في تطوّر الولايات المتحدة غير أنها ستستمر في الوجود حتى بعد رحيلك.

إنك ترتبط بتجربتك على مستويات عدّة. وفيما تنطلق من دائرة تجربتك الفردية إلى الدائرة التالية التي هي عائلتك والتي تشكّل أنت جزءاً منها، ومنها إلى الدوائر التالية، فإنك تنتقل إلى ديناميات الطاقة الجماعية. والدينامية الجماعية العائلية هي جزء من دينامية أكبر هي دينامية البلدة أو المدينة، والتي تشكّل بدورها جزءاً من دينامية كبرى

هي دينامية البلاد بأكملها. وتتقدّم الديناميات الجماعية وتتسع عبر هذا النظام، النظام الشامل - الهرم المقلوب - الذي هو روح البشرية.

يطلق أحيانًا على روح البشرية تعبير «اللاوعي الجماعي»، ولكن الروح البشرية ليست كذلك. روحك هي نموذج مصغّر عن روح البشرية. إنها الجزء من الكلّ. وهي تحتوي على قدرٍ مساوٍ من الطاقة ومن القوّة. وأنت، ومن حيث كونك جزءًا من كلّ، لديك مجمل قوة الكلّ في عيارٍ فردي ذي تواترات معيّنة. إنك تشترك في تشكيل الطاقات الجماعية التي، وعلى الرغم من أنها ليست بذاتها أرواحًا، ولا تملك أرواحًا، تساعد الكلّ على التطوّر. وبين الجزء والكلّ، هناك التجارب المتنوعة التي أعطت الروح الإنسانية الفردية فرصة التعلّم وسط مجموعة، وفرصة المساهمة في تطوّر المجموعة، مثل تطوّر البلاد، أو الدين، وهناك أيضًا التجارب الفردية الشخصية التي تحوي التجربة الإنسانية.

ولو اتخذت طريق النزول من الطبقة الأوسع عند سطح الهرم المقلوب إلى الطبقة التي تليها، ينحسر حجم تجربتك من كونها جزءًا من التطوّر الانساني ككلّ، إلى كونها جزءًا من تطوّر الطاقة البشرية الذكورية أو الانثوية، وفي الطبقة التالية نزولًا، تظهر كجزء من تطوّر العرق البشري الأبيض، أو الأسود، أو الأصفر. وفي الطبقة التي تلي، تكون تجربتك جزءًا من تطوّر حقل الطاقة في بلادك. وفي الطبقة التالية نزولًا، أنت جزء في تطوّر شخص تتضمن تجاربه جوانب تساهم في تطوّر الجيش، أو في تطوّر التعليم، أو في تطوّر الأبوة، وإلخ. هكذا، وعبر الطبقات المتعدّدة تظهر حقيقة كل فرد منّا.

انطلاقًا من الطبقة العليا التي تمثّل الإنسانية جمعاء، ومع كل طبقة انحداريًا، تتحدّد أكثر فأكثر معالمك وخصائصك الفردية. وعي

الجنس البشري، الوعي الأقل التصاقًا بالشخصية الفردية، يتمثل على مستوى الطبقة العليا. ثم يبدأ هذا الوعي باتخاذ مواصفات شخصية. من معالم الشخصية أن تكون أميركيًا، أو أن تكون رجلًا أبيض من الولايات المتحدة، أو امرأة أميركية سوداء. هذه المواصفات هي أجزاء من معالمك، ومن تجربتك الشخصية التي تساهم في تطوّر الكل.

الجامعة مثلًا هي دينامية جماعية. وكل كلية فيها - كلية الطبّ، الآداب، الحقوق - هي أيضًا نظام طاقة جماعية يتضمن عددًا من الأرواح في مسار التطوّر، ولكنها أقل شمولية من الجامعة ككل. تأثير الأمور التي تحدث في داخل كل كلية يلحق الجامعة بأسرها. وفي داخل الكلية ذاتها هناك عدد من الصفوف، وتتمتع تجربة كل منها بطابع أكثر شخصية، ثم تأتي تجربة كل طالب أو طالبة لتكون شخصية وحميمة.

تشكّل حقيقة كل شخص بفعل نيته، وبفعل نيات غيره. وما ننظر إليه على أنه حقيقة مادية مشتركة بيننا، هو تمازج، وتشكّل، وتراكم لعدد ضخم من طبقات الحقيقة. إنه وعي شامل ومرن، لكل منا بداخله وجود مستقل عن الآخر، ونشترك في الآن عينه في وجود مترابط وتواقفي في ما بيننا.

أما الأمر الذي توصلنا إلى التنبّه إليه كجنس بشري وكأشخاص، فهو تأثير الوعي على حركة هذا الوجود⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل السابع.

الفصل الثامن

النية (2)

إنك نتاج طاقة كارما خاصة بروحك. وكل ما ولدت به من سمات وقدرات ومزاج يخدم هدف تعلّمها. وفيما تتقدّم روحك في مسار الدروس التي تحتاج إلى تعلّمها لكي تحقّق توازن طاقتها، تصبح الميزات التي ولدت بها غير لازمة وتُستبدل بأخرى. عندما تتوصل إلى القناعة بأن الغضب لا يجني فائدة، يبدأ ميلك إلى الغضب بالتراجع إلى أن يختفي، ويصبح لديك توجّهًا أكثر نضجًا وتكاملاً في التعاطي مع الأمور. والأمر الذي كان يشير غضبك في السابق بات يلقي لديك ردّ فعل مختلف.

الشرط الأساسي الذي يسمح لك بالتخلّص من الغضب يكمن في وعيك لنتائجه. وإن حان وقت عودة روحك إلى موطنها قبل أن تتمكن من بلوغ هذا الوعي، فسوف تحتاج روحك إلى مزيد من التعلّم عبر تجارب جديدة في حياة أخرى. تتقمّص عندئذ روحك في شخصية جديدة ذات ميزات مماثلة لميزات شخصيتك. وما لا تُكَمِّل تعلمه في حياتك الحاضرة، تحمله معك إلى حيوات أخرى مع دروس إضافية

يترتب على الروح تعلّمها نتيجة مستحقّات جديدة إلى طاقة كارما، وذلك بسبب كيفية تعاطي شخصيتك مع بعض الحالات التي واجهتها. والروح تحمل معها أيضًا الدروس التي أنجزتها في حيوات أخرى، وهكذا يتمّ تطوُّرها. الشخصية تنضج في غضون الوقت، والروح تتطوّر عبر الأبدية.

سماتك الشخصية وقدراتك ومزاجك تنعكس في نياتك. إن كنت ميّالاً إلى الغضب وإلى الخوف وإلى الحقد أو الثأر، فلا بدّ من أن تدفعك نيّتك إلى إبعاد الآخرين عنك. يمكن للعواطف الانسانية كلّها أن تندرج تحت عنوانين أساسيين: الحبّ، والخوف. يعبر الانسان عن خوفه بالغضب أو بالحقد أو بالثأر، كما قد يعبر عنه بالشعور بالذنب أو بالندم أو بالارتباك أو بالخجل أو بالأسى. تمثّل هذه العواطف تيارات طاقة ذات تواتر منخفض، وهي تتسبّب بنفاد الحيوية أو بالضعف وبغياب القدرة على التعاطي مع الصعوبات وبالإرهاق. أما الحبّ فيولّد لديك طاقة عالية التواتر ويزودك بالحيوية، وبالإشعاع، وبخفّة الحركة، وبالفرح.

نياتك ترسم خطوط الحقيقة التي تعيشها. وسوف يستمرّ حدوث ذلك على مستوى اللاوعي حتى تتيقظ إلى هذا الواقع وتعي جيّدًا ما يحدث. إذا كن متنبّها لما يتولّد عنك؛ لكي تخطو خطوتك الأولى في اتجاه القوّة الحقيقية.

ربّما تبحث عن رفيق وعن شعور دافئ مثلاً، ولكن إذا كانت نيّتك اللاواعية هي إبعاد الآخرين عنك، فسوف تتكرّر تجربة الانفصال والألم مرارًا وتكرارًا إلى أن تكتشف وتفهم حقًا أن سببها ينبع من داخلك أنت. وأخيرًا سوف تختار أن تكون منبعًا للحبّ والانسجام. وستختار أن تجذب إليك تيارات الطاقة الأعلى تواترًا في كل مناسبة. أخيرًا سوف تكتشف أن الحبّ كفيّل بشفاء كل العلل، وأنه الأهمّ في الوجود.

قد تستغرق هذه الرحلة عددًا من الحيوانات، ولكنك سوف تصل إلى كمالها. ومن المستحيل أن لا تصل إلى كمالها. السؤال لا يطرح حول إمكان ذلك، بل حول توقيته. كل حالة تشترك في تولدها تسير في هذا الاتجاه، وكل تجربة تواجهها تخدم هذا الهدف.

رحلة الشفاء التي تقطعها الروح عبر تقمصها مرّات عديدة في العالم المادي تسير وفق دورات من الخلق كالآتي:

كارما ← شخصية ← نيات + طاقة ← تجارب ← ردود فعل ← كارما ← إلخ.

تحدّد كارما ميزات الشخصية. وهي تحدّد المواصفات المادية والعاطفية والنفسية والروحية للمولود الجديد. وتحدّد أيضًا السبل التي يمكن للشخصية أن تفهم بها تجاربها. وتحدّد أيضًا النيات التي ستوجّه الشخصية في أسلوب رسم حقيقتها. هذه النيات التي تصنع الحقيقة التي تزوّد الروح في كلّ لحظة بالتجارب الضرورية لتحقيق توازن طاقتها، والتي تزوّد الشخصية بفرصة الخيار الواضح جدًّا بين التعلّم عبر الحكمة، أو التعلّم عبر الشكّ والخوف. بهذه النيات تعطي الشخصية أشكالًا للنور الذي يتدفق عبرها إلى الحقيقة التي تلعب دورًا رئيسيًا في نموّها وتطوّر روحها.

ردود فعل الشخصية على التجارب التي تسببت في خلقها، تولّد مزيدًا من طاقة كارما. وردود الفعل تعبّر عن النيات. وهي تحدّد التجارب التي ستولّد تاليًا، وردود فعل الشخصية على هذه التجارب يولّد مزيدًا من كارما، وهكذا تستمر دورة الأمور إلى أن تأتي الساعة التي تتخلّى فيها الروح عن تلك الشخصية وعن جسدها.

عندما تعود الروح إلى موطنها، يتمّ تقويم ما تراكم لديها في تلك

الحياة بمساعدة ومحبة معلّميها ومرشديها. وتظهر الدروس الجديدة التي يجب على الروح تعلّمها للوصول إلى طاقة كارما. وتجري عملية مراجعة وتفهم شامل لتجارب الحياة التي مرّت. وينكشف النقاب عن كل الخفايا، وينتفي الغموض. وتظهر أسباب ومبررات كل التجارب، ومساهماتها في تطوّر الروح، وفي تطوّر الأرواح التي اشتركت معها في هذه الحياة. كل ما حققته الروح من توازن في طاقتها وكل ما تعلّمته من دروس يقربها أكثر وأكثر من الشفاء ومن تحقيق كمالها.

ولو وجدت الروح أنها تحتاج إلى التقمّص مرّة أخرى من أجل اكتمال شفائها، فستختار شخصية جديدة بمساعدة وإرشاد معلّميها ومرشديها. إنها تجذب إليها المعلمين والمرشدين الملائمين لهدف تطورها؛ كما وتستشير أرواحًا أخرى يحتاج تطورها إلى التفاعل في المحيط المادي. ثمّ تشرع مجدّدًا في عملية الحصر الكبير والإرادي لطاقتها فتبثّها في المادة وفق معيار وتواتر ملائمين. أي إنها تشرع في عملية تقمّص جديدة في هذا المحيط التعليمي في مدرسة الأرض، وكل شيء يبدأ من جديد.

بُني العالم الذي نعرفه من غير وعيٍ للروح، بل بوعيٍ للشخصية. كل شيء في عالمنا يعكس طاقة الشخصية. إذ غالبًا ما نعتقد أن العالم محصور ضمن حدود ما يمكننا رؤيته ولمسه وشمّه وتذوقه. ونعتقد أننا غير مسؤولين عن نتائج أعمالنا. ونتصرّف وكأننا لا نتأثر بنتائج أسلوبنا الذي يعتمد على الأخذ، ثمّ الأخذ، ثمّ الأخذ...، نكافح من أجل حيازة القوة الخارجية، وإبان هذا الكفاح نتسبّب في خلق أنواع من المنافسة المدمّرة.

عندما يدخل الوعي إلى عملية الخلق الدورية التي تتطوّر الروح عبرها، فإن ذلك يسمح بخلق عالم مبني على وعي الروح؛ عالم يعكس

قيم ومدركات وتجارب الروح. إنه يسمح لك أن تنقل بوعي طاقة روحك إلى العالم المادي. ويسمح لوعي القداسة بالاندماج في المادة. خلق الجنس البشري عالمه من غير وعي وبنيات غير واعية. فكل نية لديك تحرك طاقتك سواء كنت تعي وجودها أو لم تكن. إنك تقوم بعملية خلق في كل لحظة. كل كلمة تتفوه بها تحمل في ذاتها وعياً - وحتى إنها تحمل كياناً ذكياً - وبالتالي، فإنها نية تعطي النور شكلاً.

عندما تتكلم على الزواج مثلاً، فإنك تستحضر وعياً معيناً، وطاقة معينة. عندما يتزوج رجل وامرأة، يصبح الرجل «زوجاً»، والمرأة «زوجة». وكلمة الزوج توحى بالمعنى المتعارف عليه «سيد البيت» ومديره. والزوجة في هذا السياق هي المرأة التي ارتبطت بهذا الرجل عبر الزواج وهي المضيئة في البيت الزوجي. وكلمة زوجة بالانكليزية (wife) قد توحى مثلاً بمعنى «امرأة من طبقة اجتماعية متواضعة». العلاقة بين الزوجين ليست متكافئة. عندما يتزوج اثنان ويتكلمان على نفسيهما بأنهما «زوج وزوجته»، فإنهما يدخلان في هذا الوعي، ويستحضران هذا الكيان الذكي.

وبكلام آخر، يمكن تصوّر النموذج البدئي للزواج (the archetype) وكأنه كوكب. عندما يتزوج اثنان يدخلان إلى مدار هذا الكوكب، أو حقل جاذبيته، وبالتالي، وعلى الرغم من ميولهما التي قد تكون مغايرة، يكتسبان المواصفات المعروفة لهذا الكوكب المدعو «زواج»، ويصبحان جزءاً من تطوره من خلال زواجهما.

والنموذج البدئي هو فكرة إنسانية جماعية. وجد النموذج البدئي للزواج بهدف البقاء المادي. عندما يتزوج شخصان، يساهمان في دينامية من الطاقة حيث يدمج كل منهما حياته في حياة الآخر من أجل التعاون في تحقيق البقاء الجسدي لكليهما. لم يعد النموذج البدئي

للزواج فاعلاً، ولقد بدأ بالتراجع ليحلّ مكانه نموذجٌ جديدٌ صمّم من أجل المساعدة في تحقيق النمو الروحي. هذا هو النموذج البدئي للشراكة الروحية، أو المقدّسة.

والقاعدة الأساسية في بناء الشراكة الروحية هي التزام مقدّس بين الشريكين يقضي بأن يساعد أحدهما الآخر في نموّه الروحي. يعي الفريقان في الشراكة الروحية أنهما متساويان. والشريكان الروحيان قادران على التمييز بين الشخصية والروح، وقادران من ثمّ على مناقشة الدينامية بينهما، ومناقشة تفاعلها على قاعدة أقلّ التصاقاً بالسمات العاطفية للأزواج. لا يتضمّن الوعي في نموذج الزواج البدئي مثل هذه القاعدة، بل توجد في وعي الشراكة الروحية وذلك لأن الشريكين الروحيين قادرين على التبيّن بأن هناك سبباً أعمق لوجودهما معاً، وأن هذا السبب يرتبط إلى حدّ كبير بتطوّر روحيتهما.

ولأن الشريكين الروحيين، أو المقدّسين، قادران على الرؤية من هذا المنظور، فإنهما يدخلان في دينامية مختلفة جدّاً عن دينامية الحياة الزوجية. لا يشكّل تطوّر الروح الواعي جزءاً من الدينامية الهيكلية للزواج؛ وسبب عدم وجوده يعود إلى أنه عندما وُجد الزواج كنموذج بدئي تطوّري للبشر، فإن دينامية التطوّر الروحي الواعي كان مفهومًا أكثر تقدّمًا من حيث إمكان أن يكون جزءاً منه. أما الأساس في تكوين الشراكة الروحية، أو المقدّسة، فهو في فهم الشريكين أن روحيهما تلتزمان بهذه الشراكة ولكن ليس بهدف تحقيق الأمان المادي بل لأنهما، وفي وجودهما المادي معاً، يمثلان وعياً روحياً.

والرابط بين الشريكين الروحيين حقيقي كما في الزواج، ولكن أسبابه مختلفة جدّاً. ليس الشريكان الروحيان معاً من أجل تلطيف مخاوف كل منهما المالية، أو من أجل شراء بيتٍ في ضاحية المدينة، وما إلى هنالك

من مفاهيم في هذا الإطار. الفهم، أو الوعي الذي يحمله الشريكان الروحاني إلى التزامهما بالحياة معًا. مختلف، وبالتالي فإن دينامية التزامهما مختلفة. التزام الشريكين الروحانيين موجّه نحو المساعدة في النموّ الروحي لكلّ منهما، انطلاقًا من علمهما بالهدف من وجود كل منهما على الأرض ومعرفتهما بأن كل شيء يسير في اتجاهه ويخدمه.

يفهم الشريكان الروحاني أنّهما معًا لأنه من الملائم لروحيهما النموّ معًا. وهما يدركان أن هذا النموّ قد يبقيهما معًا حتى نهاية أيامهما في هذا التقمّص، وحتى إلى ما بعده، أو قد يبقيهما معًا لمدة ستة أشهر فقط. لا يمكنهما القول إنّهما سوف يستمرّان أبدًا معًا. استمرار مدّة شراكتيهما يتحدّد بمدى ملاءمة هذه الشراكة لتطوّرهما. وكلّ أنواع العهود التي يمكن للإنسان أن يأخذها على نفسه، لا تقف أمام إمكان تصدّع هذا المسلك الروحي إن توجّب على الروح الخروج من هذا الالتزام ومتابعة طريقها. يبقى وجود الشريكين الروحانيين معًا ملائمًا، طالما بقي ملائمًا لنموّهما الروحي.

دينامية الشراكة الروحية أوسع حرية، وذات دقة روحية أعلى من الزواج، لأن الشريكين الروحانيين يجتمعان معًا انطلاقًا من موقف يتعلّق بالروح والوعي. كيف يدمج الشريكان مفهومهما للشراكة الروحية وكيف يتقدّمان به، يبقى خيارًا حرًّا لهما. ولكن تيقّظ الشريكين إلى تأثير نتائج الخيارات التي يقومان بها على العلاقة، ومعرفتهما الوافية بكل ما يترتّب على هذه الخيارات، هي العوامل التي تؤثر على أجواء هذه الشراكة وتحدّد وجهتها.

يلتزم الشريكان الروحاني بدينامية النموّ. والتزامهما يمثل وعدًا صادقًا تجاه نموّهما، وتجاه استمرار وتحسين بقائهما الروحي، وليس بقائهما المادي.

النموذج البدئي للشراكة الروحية لا يزال جديدًا على التجربة الانسانية. وبسبب عدم وجود عُرف اجتماعي بشأن الالتزام بالشراكة الروحية بعد، قد يختار الشركاء الروحيون مؤسسة الزواج، بعد تطوير كيفية فهم معانيها بما يتلاءم مع حاجتهما، لكي تكون الإطار المادي الأفضل للتعبير عن ارتباطهما. تساهم هذه الأرواح في بثّ طاقة الشراكة الروحية في النموذج الزوجي البدئي، كما قد يفعل زوجان أحيانًا عندما يكتشفان في وجودهما معًا أن الرابط بينهما هو في الواقع التزام لنموهما الروحي المشترك أكثر من كونه سبيلًا إلى تحقيق هدف الراحة والأمان والبقاء المادي.

كما سبق ورأينا بشأن عدم ملاءمة مفهوم السعي إلى القوّة الخارجية في مسار التطور، فإن نموذج الزواج البدئي لم يعد أيضًا ملائمًا في هذا المسار. لا نعني بهذا القول إن مؤسسة الزواج سوف تختفي بين ليلة وضحاها، بل ستستمر في الوجود، ولكن نجاح الارتباط الزوجي سيتوقف إلى حدّ كبير على الشراكة الروحية الواعية بين الزوجين. وسوف يساهم المتزوجون من خلال المؤسسة الزوجية في إنماء نموذج الشراكة الروحية البدئي.

عندما تحمل وعيك الروحي إلى عملية بناء نياتك، وعندما تختار وضع ذاتك في خطّ متراصف مع روحك وليس مع شخصيتك، فإنك تخلق حقيقةً تعكس صورة روحك وليس صورة شخصيتك. وعندما تنظر إلى تجارب حياتك من منظور أنها من ضرورات كارما، وعندما تتجاوب مع تجاربك على أنها نتاج دينامية طاقة غير شخصية، عوضًا عن اعتبارها نتاج تفاعلات معيّنة، تجلب حكمة روحك إلى حقيقتك. عندما تختار الاستجابة إلى صعوبات الحياة مزودًا بالرحمة والمحبة، وليس بالخوف والشك، فإنك تخلق «جنة على الأرض» - إذ تحمل جوانب حقيقة أكثر توازنًا وأكثر انسجامًا إلى العالم المادي.

إدخال الوعي إلى عمليات الخلق الدورية على مستوى النيات، وعلى مستوى ردّ الفعل، يسمح بحرية الاختيار. إنه يسمح باستعراض البدائل، ويجلب الوعي إلى عملية التطور. نيتك وانتباهك يرسمان تجاربك. ما تنطوي عليه نياتك يصبح حقيقتك عبر كثافة المادة، وعبر مستوى النور الأشد كثافة. وهكذا حيث يذهب انتباهك، تذهب.

إن وجهت اهتمامك إلى الجوانب السلبية في الحياة، واخترت التركيز على مواطن الضعف عند الآخرين، وعلى أخطائهم وهفواتهم، فإنك تجذب إلى نفسك تيارات الطاقة الأقل تواترًا والتي تترجم بالازدراء والغضب والبغضاء. ومن ثمّ فإنك تجعل مسافة بينك وبين الآخرين وتخلق عوائق لمحببتك. هذا الأمر الذي يؤدي إلى البطء في حركة طاقتك وفي تأثيرها في عالمك الداخلي الشخصي، وفي عالم المادة والمكان والزمان الذي تعيش وسطه. وإن وظفت طاقتك باتجاه انتقاد الآخرين بنية إضعافهم فإنك تتسبب في خلق طاقة كارما سلبية.

أما لو اخترت تركيز انتباهك على جوانب القوّة في الآخرين وعلى الفضائل التي يتحلّون بها، وعلى تلك الأجزاء منهم التي تكافح من أجل الأفضل، فإنك تحرك في ذاتك أعلى تيارات الطاقة تواترًا والتي تترجم بمواقف التقدير والقبول والحبّ. وتشعّ طاقتك وتأثيرها فورًا من روح إلى أخرى. وتصبح أداة فاعلة في التغيير البناء. ولو كانت نيتك موجهة إلى وضع شخصيتك في خطّ متراصف واحد مع روحك، ولو ركّزت انتباهك دائمًا على تلك المدارك التي تنشّط تيارات طاقتك ذات التواتر الأعلى، فإنك تتقدّم في اتجاه القوّة الحقيقية.

وفيما تتقدّم في معرفة قوّة وعيك، أي في معرفة أن القوّة التي تختبئ وراء عينيك، إن جاز التعبير، أشدّ من تلك التي تظهر أمامها، تتغيّر مداركك الداخلية والخارجية. لا يمكنك أن تكون رحيماً مع نفسك

إن لم تكن رحيماً مع الآخرين. وعندما تصبح رحيماً مع نفسك ومع الآخرين، يصبح عالمك رحيماً. إنك تجذب حينئذٍ إلى نفسك أرواحاً ذات تواتر طاقة مشابه لتواتر طاقتك، فتشتركون معاً، بفعل نياتكم وأعمالكم وتفاعلكم، في خلق عالم رحيماً.

وفيما تسعى إلى رؤية مكان النبل والقوة والفضيلة لدى الآخرين وتجدها، فإنك تبدأ بالسعي إلى رؤيتها في ذاتك أيضاً وتجدها. وفيما تجذب إليك في كل حالة تيارات الطاقة الأعلى تواتراً، تصبح مصدرًا لتواترات الوعي الذي يشع من داخلك وينعكس على الحالة التي أمامك ويغيرها. وتصبح أكثر فأكثر وعياً لوجودك ككيانٍ من نور.

أن تصبح يقظاً بشأن العلاقة بين وعيك والحقيقة المادية، يعني أن تتيقظ إلى وجود قانون كارما وإلى تأثيره الفعلي على الواقع. ما تنوي إليه، هو ما تصبح عليه. إن كان ما تنوي إليه هو أن تأخذ من الحياة ومن الآخرين كل ما تجد إليه سبيلاً، وإن كانت وجهة أفكارك الأخذ وليس العطاء، فإنك تصنع لنفسك حقيقة تعكس هذه النيات. إنك تجذب إلى نفسك أرواحاً ذات تواترات مشابهة وتصنع معهم حقيقة تعتمد على الأخذ. تجاربك في الحياة إذاً تعكس توجهاتك الشخصية وتؤديها. إنك ترى الناس حولك شخصيات تعتمد الأخذ وليس العطاء في الحياة. ولذلك، فإنك لا تثق بهم، ولا يثقون بك.

الدينامية الخلاقة للنيات، والعلاقة بين النية والتجربة الحياتية هي في خلفية الفيزياء الكمي (Quantum physics)، وهو المحاولة العلمية الأعمق لجنسنا البشري في اتجاه فهم الظواهر الفيزيائية من منظور الشخصية المقيّدة بالحواس الخمس. ولد الفيزياء الكمي نتيجة جهود جدية ومترابطة لفهم طبيعة النور المادي.

باستطاعة العلماء صنع آلة تبين طبيعة النور من الجانب الذي يشابه

به الموج، والذي يسمح للنور بأن يولد ظاهرة لا تُرى سوى في الموج. ومن الممكن أيضًا صنع آلة تُظهر أجزاء من النور وكأنها حبيبات متناهية في الصغر وقياس قوة الصدم لكل منها. ولكن لا يمكن في الوقت عينه رؤية صفة النور الموجية وجزئياته. وبكلام آخر، فإنه من غير الممكن وصف طبيعة النور - شكل النور المادي - من خارج الآلة الاختبارية التي اختيرت لمشاهدة إحدى هاتين الظاهرتين بالتحديد، واختيار نوعها يتوقف على نية الباحث من الاختبار.

الانجازات العلمية التي يحرزها البشر تعكس تيقظهم لوجود ديناميات لا مادية من خلال ما يظهر لهم من تأثيرها في المادة والزمن، أي في عالم الشخصية المقيّدة بالحواس الخمس. يعكس توقف شكل النور المادي على نية الباحث بنسبة محدودة إنما دقيقة، توقف شكل النور اللامادي على نيات الروح التي ترسم شكله، مثلما تعكس طبيعة النور المادي عينه، بنسبة محدودة إنما دقيقة، طبيعة النور الكوني.

عملية تولّد الحقيقة المادية من النيات، وعملية اتخاذ النور شكلًا، وتحول الطاقة إلى مادة، كل ذلك يعبر عن المعنى عينه. المسافة نفسها التي تفصل بينك وبين فهمك لحقيقة تولّد المادة من الطاقة، تفصل بين الوعي في شخصيتك وطاقة روحك. دينامية الروح والشخصية هي دينامية الطاقة المتحوّلة إلى مادة. إنه النظام الواحد عينه. جسمك هو المادة الواعية التي تخصّك. وشخصيتك هي طاقة روحك المتحوّلة إلى مادة. إن لم تكن شخصيتك واعية، يكون التصدّع سيّد الموقف. أما لو كانت واعية فهذا يعني أنك بدأت طريقك إلى الاكتمال.

تشكّل دينامية تدفق الروح في الشخصية، وتدفق الطاقة في المادة، محور أسطورة خلقنا، أسطورة جنة الفردوس. ألسنا نعيش مجازيًا في «حديقة عدن» التي توازي، إذا صحّ التعبير، حقيقتنا الخلاقة، حيث

نختار في كل يوم كيفية خلق حقيقتنا مع مبدأ آدم وحواء، أي مبدأ الذكورة والأنوثة في داخلنا، ومع وجود الشجرة التي تمثل نظام طاقتنا الشخصية وهو حبل المعرفة الخاص بكل منا؟ كيف ستستخدم قوتك؟ هل ستخلق الجنة، أو ستكون خارجاً أو تمرّداً عليها كما في السابق؟

الخلق هو التحدي الذي يواجهه كل إنسان.

هل ستكون خلاقاً بتهيّب أو بإهمال؟⁽¹⁾

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل، وتعميق تجاربك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل الثامن.

المسؤولية

الفصل التاسع الاختيار

القدرة على الاختيار هي مركز عملية التطور. والاختيار هو محرّك تطوّرنّا. وكل خيار تقوم به هو خيار نابع من النيات. قد يختار أحد الأشخاص أن يبقى صامتاً في حالة معينة مثلاً، وقد يخدم هذا الصمت نيّةً لديه إلى المحاسبة، أو إلى المواساة، أو إلى التخلّص من حبّ الانتقام، أو نيّته إلى التجلّد والصبر، أو نيّته إلى التعاطي بمحبّة. وربما يختار الكلام بشدّة، وقد يخدم هذا العمل أي نيّة من هذه النيات أيضاً. ما تختاره مع كل عمل أو مع كل فكرة هو نيّتك، أو نوع الوعي الذي تضعه في كل عمل وفي كل فكرة.

لدى الشخصية المتصدّعة جوانب متعدّدة. قد يكون بعض جوانبها محبّ وصبور، وبعضها ميّال إلى الثأر، وقد يكون لديها جانب محسن، وآخر أناني. ولكل من هذه الجوانب قيّمه وغاياته. إن لم تكن واعياً لكل هذه الجوانب من شخصيتك، فإن الجانب الأقوى منها يفوز على الجوانب الأخرى. والشخصية تختار النيّة العائدة إلى هذا الجانب القوي في خلق حقيقتها. قد يختار الجانب المحسن فيك مثلاً إعطاء

اللص الذي ضبط في بيتك فرصة العودة عن الخطأ وإصلاح سلوكه، إنما لو كان الجانب المحبّ للثأر هو الأقوى لديك، فسوف تتأبك مشاعر مختلطة ربّما، وتضغط في النهاية في اتجاه توقيفه.

لا يمكنك اختيار نياتك بوعي قبل أن تتنبّه إلى الجوانب المختلفة في شخصيتك. وإن لم تكن واعياً إلى كلّ جانب في شخصيتك، فقد تقع في تجارب مثل أن تكون راغباً في قول شيء، أو عاقداً النية على فعل شيء، ثم تجد نفسك تقول، أو تفعل شيئاً آخر. قد تريد أن تسير حياتك في اتجاه، ثم تجد أنك سائر في اتجاه آخر. وقد ترغب في التخلص من نمط مؤلم معيّن في تجاربك، إلا أنك تجد نفسك سجين هذا النمط من جديد.

ليس سهلاً على الشخصية المتصدّعة السير في طريق الاكتمال، لأن جوانب منها من دون الأخرى تسعى إلى الاكتمال. أما الجوانب المعاكسة، ولأسباب مثل انخفاض مستوى حسّها بالمسؤولية أو بالرحمة عن مستوى الأخرى، فإنها تدفع في الاتجاه المعاكس لوجهة الاكتمال. تسعى الجوانب المعاكسة إلى خلق الحقيقة التي ترضيها والتي تعودت عليها. وهي عادة ما تكون قويّة ومتجذّرة، لذلك يترتب دائماً على الشخصية المتصدّعة الاختيار بين أجزاء متضاربة من ذاتها. وإلى هذه النقطة يركز العمود الفقري لتطوّرننا. إنها نقطة الأساس - نقطة الاختيار.

اختيار النية هو أيضاً اختيار المسار «الكارمي». إن تكلمت أو تصرّفت من منطلق الغضب مثلاً، فإنك تولّد كارما الغضب. وإن تكلمت أو تصرّفت على قاعدة الرحمة، فإنك تولّد كارما الرحمة وطريق جديدة تفتح أمامك. وهذا يحدث فيما لو كنت متيقّظاً للجوانب المختلفة في شخصيتك أو لم تكن، وحتى فيما لو كنت متنبّهاً إلى الخيارات التي تقوم بها في كل لحظة أم لا. التطوّر اللاواعي عبر كثافة المادة، وعبر التجارب

التي تولدت بطريقة لا واعية بفعل نيات لا واعية، هذه كانت طريق جنسنا البشري حتى الآن. إنها الطريق اللاواعية نحو القوّة الحقيقية.

والتطوّر الواعي عبر الاختيار الواعي هي طريق التطوّر السريع التي تتبّعها الشخصية ذات الادراك الموسّع، وتتبعها أيضًا الشخصية المقيدة بحواسها التي تسير نحو التحرّر من قيودها وفي اتجاه التوسّع. الاختيار المسؤول هو الطريق الواعية نحو القوّة الحقيقية.

ما هو الاختيار المسؤول؟

عندما تسير أغوار مشاعرك، تتنبّه إلى الجوانب المختلفة في ذاتك، وإلى الأمور المختلفة التي تريدها ولا يمكنك الحصول عليها كلها في الآن عينه، لأن جزءًا كبيرًا منها يتضارب مع الآخر. جانبك الذي يريد مزيدًا من المال ومنزلاً أكبر، يتضارب مع الجانب الذي يشعر مع الفقراء والجائعين. والجزء منك الذي يتواصل برحمة مع الآخرين ويكتشف مواطن الجمال لديهم، يصطدم بالجزء الذي يسعى إلى استغلال الآخرين لجني الربح والمكافأة الشخصية. عندما ترضي جانبًا من ذاتك تكتشف عدم رضى جانب آخر. إشباع رغبات جزء من شخصيتك يولّد كربًا لدى جزء أو أجزاء أخرى، فتشعر بما يشبه التمزق.

وكما رأينا أنه لا يمكن لعالم الفيزياء الكمومية، أن يختبر صفة التموج في النور المادي، وصفة التجزؤ في آن معًا، وعليه أن يختار أيًا من التتيجتين أو الشكلين يريد، هكذا يترتب عليك أنت، في ما تقوم برسم شكل النور اللامادي، أن تختار أي الأشكال تريد.

وفيما تصبح واعيًا لمختلف الجوانب في شخصيتك، تصبح قادرًا على التحسّس الواعي للقوى التي تتنافس في داخلك من أجل التعبير عن ذاتها، فتكون مسؤولًا في كل لحظة عن كل نيّة لديك وعن رسم

حقيقتك. عندما تلج هذه الديناميات بوعي، تولد لنفسك قدرة الاختيار بين هذه القوى، واختيار أين وكيف سوف تركز طاقتك.

أما أن تختار عدم الاختيار فهو الخيار في أن تبقى غير واع، وبالتالي فإنه خيار استخدام القوة بصورة غير مسؤولة. التيقظ إلى مسألة تصدع الشخصية وإلى حاجتها إلى الاكتمال، يحمل معه الحاجة إلى الاختيار الواعي. ومع كل قرار تتخذه، تحتاج إلى أن تختار أي الجوانب في شخصيتك تريد دعمها ورعايتها، وأي الجوانب تريد الاستغناء عنها.

الخيار المسؤول هو الذي يستعرض ويأخذ في حسابه نتائج كل من الخيارات المحتملة. ومن أجل القيام بخيار مسؤول عليك أن تسأل نفسك بشأن كل خيار أمامك: «ماذا سينتج عن هذا؟ هل حقاً أريد هذه النتيجة؟ هل أنا مستعد لقبول جميع نتائج هذا الخيار؟». تخيل ذاتك في الحالة المحتملة بعد كل من الخيارات التي قد تتخذها. افعل ذلك بتجرد وكأنك تتحسس حرارة المياه قبل أن تغطس في حوض السباحة. تأمل في ما تشعر به. واسأل نفسك: «هل أريد ذلك حقاً؟»، ثم اتخذ القرار، عندما تستعرض نتائج خياراتك وتأخذها في الاعتبار قبل اتخاذ القرار، وعندما تختار أن تتسلح دائماً بالوعي، تكون قادراً على القيام بالخيارات المسؤولة.

وعبر الاختيار المسؤول فحسب، يمكنك أن تختار بوعي أن تنمي وترعى حاجات روحك، ويمكنك مواجهة وتحدي متطلبات شخصيتك والاستغناء عنها. وهذا هو خيار الوضوح والحكمة، وخيار التحوّل الواعي. إنه خيار تيارات الطاقة ذات التواترات العالية في الحب، والتسامح، والرحمة. إنه خيار الاستماع إلى صوت ذاتك العليا، صوت روحك. إنه قرار انفتاحك على استقبال مساعدة وإرشاد معلميك ومرشديك. إنه المسار الذي يهديك بالوعي إلى القوة الحقيقية.

قد تكون متنبّها إلى أن استخدام أسلوب الكذب لا يتراصف مع الروح، ومع ذلك، تستخدمه من أجل تحقيق ربح معيّن أو من أجل الاحتفاظ بعلاقة لا زلت غير مهياً للخروج منها. قد تعلم أن مسار الرحمة يقضي بأن تشترك مع الآخرين بأفكارك وأعمالك، ولكنك تقرّر الامتناع عن ذلك لأنك تظن أنه يكلفك قسطاً من مالك أو من شعورك بالأمان. عندما تختار طاقة روحك - عندما تختار الخلق بنيات المحبّة، والتواضع، والوضوح - فإنك تكتسب قوّة. عندما تختار التعلّم في جوّ الحكمة، تكتسب قوّة. وعندما تختار الخلق بطاقة من شخصيتك قد تكون نابعة من الغضب والحسد والخوف - عندما تختار أن تتعلّم عبر الخوف والشك - تتراجع قوتك. من هنا، فإنك تكتسب من القوّة أو تخسر منها تبعاً لخياراتك.

تهتمّ الشخصية بميولها وتختار دروب الانفعال والتشويق إذا صحّ القول. أما المحبّة، وحسّ المسؤولية، والاهتمام بالآخر فليست بعض سماتها الضرورية. والروح التي هي طاقة الحبّ الكوني وطاقة الحكمة والرحمة، تبدع بهذه الطاقات. والشخصية التي تفهم معنى القوة على أنها خارجية، تعتمد معايير الخطر والمنافسة والربح والخسارة في مقارنتها مع قوّة الآخرين. عندما تتراصف مع شخصيتك، تعطي القوّة إلى عالم الحواس الخمس، وإلى الظروف والأشياء الخارجية، وتخسر قوتك. وعندما يتعزّز وعيك لمصدرك وذاتك الروحانيّين، ولصفاتك الأبدية، وترسم خياراتك وتعيش بما يتلاءم مع هذه الجهة في الدرجة الأولى، ومع الجهة المادية في الدرجة الثانية، تنجح في سدّ الفجوة بين الشخصية والروح، وتشعر بالقوة الحقيقية.

عندما تتفاعل مع الآخرين وفق مدركات الشخصية والحواس

الخمس، تفوتك رؤية بعض الأمور على حقيقتها، وما تراه في الواقع يكون وهمًا. عندما يقع خلاف بين صديقين مثلاً، فهو في الحقيقة ليس خلافًا بقدر ما هو ظهور لجوانب تحتاج إلى الشفاء في شخصية كل منهما. لو كان هناك خلاف بين روجيهما لما كانا معًا. لو أراد والدٌ مثلاً حضور ولادة طفله ولكن الظروف حملته على الذهاب إلى مكان آخر، فإن وجوده في مكان آخر لدى ولادة طفله ليس سوى مجرد وهم. إنه مع طفله. عندما تسير الشخصية في اتجاه الاكتمال والقوة، تصبح مطمئنة وتسمح للوهم بأن يلعب دوره.

هذا ما يتولّد عن دينامية الروح، بحيث إنه كيفما يكون الوضع المحيط بها، فإنها قادرة على خلق الأفضل على الاطلاق بفضل القوّة التي توظفها في معالجة الوضع. لا يمكن من وجهة نظر الشخصية رؤية ما يقوم به هؤلاء الأشخاص بوضوح؛ هؤلاء الذين يبدوون لها وكأنهم يتخذون قرارات تافهة، أو يبدوون غير متبهيّن إلى ما يحيط بهم، في حين أنهم في الحقيقة ينعمون بتدوّق الشهد من محيطهم، ولا يعبأون بالوهم، بل يطمئنون إلى أن يلعب دوره.

يغيب الاطمئنان عن الشخصية المتصدّعة. إذ إن الاطمئنان الذي تشعر به في لحظة معينة، لا يلبث أن ينحسر لتحلّ مكانه مشاعر الغضب أو الغيرة عندما تعود الجوانب المتناقضة في داخلها إلى التصارع في ما بينها. وطريقة تعاطيك مع هذه الصراعات تحدّد كيفية تطوّرك. هل تتعاطى معها بوعي، أو من غير وعي؟ وعبر تجارب طاقة كارما الايجابية أو السلبية؟ عبر الخوف والشك أو عبر الحكمة؟ الصراعات ذاتها لا تولّد طاقة كارما، ولا تحدّد كيفية تطوّرك، إنما أسلوب تعاطيك معها يفعل ويحدّد ذلك.

إذا كان صراعك مع الجوانب المتناقضة من شخصيتك واعياً،

يمكنك أن تختار بوعي طريقة التعاطي التي تولد طاقة كارما التي ترغب بها. ستمكّن قبل صنع قراراتك من التنبّه إلى الدوافع التي تقف وراء كلّ اختيار، وإلى النتائج التي سترتبّ عليه، ومن ثمّ الاختيار على ضوء ذلك. عندما تدخل إلى دينامية اتخاذ قراراتك بوعي، فإنك تشترك بإرادة واعية في دورة الخلق التي تتطور روحك عبرها.

هذا يتطلّب منك جهدًا بلا شكّ. ولكن، هل يكون بذل هذا الجهد أصعب من العيش وسط نتائج القرارات التي قد تتخذها على خلفيات الغضب أو الأنانية أو الخوف؟ خصوصًا وأنت تعلم أن كل قرار تتخذه من غير رحمة، سوف تقطف ثماره أنت شخصيًا عندما تنتابك حالات الاضطراب والخوف والكآبة التي تسببت بها للآخرين. أليس مجددًا أن تصوّر نفسك وسط النتائج المحتملة التي سترتبّ على كل عمل، وعلى كل خيار، وأن ترى كيف ستشعر في كل حالة، وتأمّل في درجة ارتياحك إلى كل نتيجة، وما إذا كان هذا الخيار أو ذاك سيّيح لك حصادًا من الحب والرحمة، ومن القوّة الحقيقية.

كل جهد توظفه في القرارات التي تساعد في تراصف شخصيتك مع روحك تحصد لك مكافآت مضاعفة. قد لا يكون هذا الجانب من شخصيتك الذي يسعى إلى النور هو الأقوى بين جوانب شخصيتك الأخرى، في الوقت الذي تختار فيه السير بوعي في اتجاه القوّة الحقيقية، أي في المسار العمودي، ولكنه حتمًا الجانب الذي يتلقى الدعم الكوني.

عندما يتطلّب العلاج الجسدي والعاطفي لشخص ما مثلًا أن يغيّر في عادات طعامه، كأن يتخلّى عن كلّ أنواع المأكولات التي تعود تناولها، ويستبدلها بأنواع أخرى أكثر حيويّة. قد يتلكأ تسعون في المئة من العناصر الفاعلة في شخصيته عن التغيير المطلوب، إلا أنّ العناصر القليلة المتبقية منها والتي تريد السير في طريق الصحة والاكتمال، ستكون الراححة في النهاية بفضل دعم الكون لها.

فكر بأهمية القرارات التي تتخذها من منطلق الاختيار المسؤول وحاول تحفيز كل جوانب شخصيتك على الترافف معها، وفيما تتحرك في اتجاه شفاء ذاتك وفي المسار الواعي تجاه ما تريده، تذكر وتأكد أن الكون يدعم ذلك الجانب منك الأصفى والأوضح نيةً.

تلقى الإرشاد والمساعدة باستمرار من مرشديك ومعلميك اللاماديين، ومن الكون ذاته. وعندما تختار بوعي التحرك في اتجاه طاقة روحك، فإنك تدعو الإرشاد إليك. وعندما تدعو الكون إلى مباركة جهودك في سبيل تحقيق تراصفك مع روحك، فإنك تفتح قناة تواصل بينك وبين معلميك ومرشديك، إنك تدعم الجهد الذي يبذلونه لمساعدتك. إنك تناجي قوة العالم اللامادي. وكل النعم ومعاني البركة تتدفق من هذه الطريق المفتوحة بينك وبين العالم اللامادي.

والشخصية التي تعي واقع تصدعها، وتصارع بوعي من أجل الاكتمال، لا تحتاج إلى خلق كارما سلبية لكي تتطور ولكي تتعلم المسؤولية وتكتسب القوة الحقيقية. عندما تصارع بوعي لكي تختار بين ما تريده شخصيتك وما تحتاجه روحك، تدخل في دينامية تسمح لك بالتطور من غير أن تؤدي تجربتك إلى تولد كارما سلبية. إنها دينامية الإغواء.

ما هو الإغواء؟

الإغواء هو الأسلوب الرحيم الذي يمنحك الكون عبره فرصة الاطلاع على ما يمكن أن يولد كارما سلبية مؤذية لو أتيح له أن يظهر بالفعل إلى عالم المادة. هي الطاقة التي تعطي روحك فرصة المرور بما يشبه التجربة الافتراضية والتعلم منها من غير التعرض لاقتراف الخطأ. إنها الطاقة الكريمة التي تقدم إلى روحك فرصة تعلم أمثلة في الحياة من غير دفع ثمنها في المقابل. إنها فرصة تخيل أو تقصي لوضع معين

قد تتمكّن من إغائه لو استطعت رؤيته بوضوح، وقد تستطيع الشفاء من تداعياته عبر تجربة تبقى محصورة في عالم طاقتك الداخلية الخاصة من غير أن تتسرّب إلى حقل طاقة أوسع يطال أرواحًا أخرى. الإغواء هو «بروفه» لتجربة قد تحمل تداعيات كارما سلبية.

دينامية الإغواء بمجملها هي طريقة رحيمة تسمح لك برؤية المطبّات المحتملة التي قد تقع فيها، وتسمح لك بتنظيف طويتك قبل أن تكون سببًا في أذية الآخرين. إنه نوع من الطعم، أو الشرك، الذي يسهم في إخراج السلبية منك بأسلوب رحيم إن استطعت أن تعي الأمر قبل تولّد مزيد من طاقة كارما السلبية. إن تنبّهت إلى حقيقة هذا الطعم فإنك تتخلّص من الملوّثات بفعل وعيك، وتنجو من المرور في التجربة الحقيقية. إنك تتخلّص من الملوّثات «تنظف ذاتك» من غير أن تتفاعل مع أرواح أخرى، ومن غير توليد متوجّبات «كارمية» إضافية. الإغواء هو طاقة رائعة حقًا، لأنها تعمل وكأنها جاذب مغناطيسي يجذب انتباهك إلى أمر كان سيولّد طاقة كارما سلبية لو أتيح له البقاء خارج نطاق وعيك.

وبكلام آخر، فإن الإغواء هو شكل من الأفكار التي جرى تصميمها بهدف إخراج سلبيات محتملة من نظام الطاقة لدى الإنسان من دون إلحاق الأذى بالآخرين. والروح تفهم هذا الأمر. وإن تركت دينامية الإغواء على طبيعتها فإنها تتحرّك بكليتها داخل نظام الطاقة الشخصي من غير أن تتسرّب إلى الخارج وتلوّث الوعي الجماعي.

الإغواء ليس فحًا. كل حالة إغواء هي فرصة تتمكّن الروح عبرها من التعلّم من دون أن تولّد استحقاقات جديدة إلى كارما؛ وفرصة تتمكّن الروح عبرها من التطوّر عبر الخيار الواعي. يمكن القول إن دينامية الإغواء هي الطاقة في ما يمكن تشبيهه بنوع من دينامية التحدي في التجربة الإنسانية، أو إلى مبدأ لوسيفر (Lucifer Principle). إنها تدعم هدف تطوّر القوّة.

وكلمة لوسيفر تعني «حامل النور». والإغواء، أو مبدأ لوسيفر، هو الدينامية التي تُعطى الروح عبرها فرصة تحدّي أجزاءها التي تتمنّع عن استقبال النور. وفي قصة جنة عدن، تمثّل الحيّة دور طاقة لوسيفر، وهي فكرة وجود غير إنساني يعتمد الإغواء، ولكنه لا يتمكّن من السيطرة على الانسان. تحاول طاقة لوسيفر إغواءك، وتحاول ذلك على مستوى الانسانية الفاني، وهو مستوى الحواس الخمس، ولكن لا يمكن للحيّة التغلّب على الروح. قد تتمكّن من تهديد جانبك الذي أصبح شديد الاتصال بالمادة. الحيّة من الأرض. وعندما تكون شديد القرب من الأرض، وعندما تجد نفسك مبهجلاً آلهة الأرض، وجاعلاً من الأرض سيّدك وإلهك، عندئذٍ، وهكذا سوف تطالك لدغة الحيّة.

طاقة «حامل النور»، طاقة لوسيفر، التي أغوت يسوع الناصري الانسان الذي أصبح المسيح، والتي أغوت سيدارتا غوتاما الانسان الذي أصبح بوذا، هي الطاقة ذاتها التي تغويك. إنها تغوي المحاسب للسرقة، وتغوي الطالب للغش في الامتحان، وتغوي الزوج للخيانة، وتغوي الإنسان عامة للسعي وراء القوة الخارجية. إنها تضع نور وروح الأبدية في مواجهة مع نور شخصيتك المادي. وتفتح أمامك المسارين العمودي والأفقي. وحول السؤال عن طبيعة التحوّل، يمكن القول إنها تقوم على الطريقة الرحيمة في الإغواء.

الإغواء يمنح كل فرد، رجلاً كان أم امرأة، فرصة التعرّف إلى قوته، أو إلى قوتها. عندما تهدّدك الظروف الخارجية أو تجذبك إليها، فإنك تخسر من قوتك أمامها، وتزداد سيطرتها عليك. ولكنك تزداد قوة مع كل خيار تقوم به لتتصاف مع طاقة وروحك. هذه هي الطريق إلى اكتساب القوة الحقيقية. يجري بناؤها خطوة بعد خطوة، وخياراً بعد خيار. لا يمكن الحصول عليها بالتأمل أو بالصلاة، إنما تُكتسب بالوعي وحسن الاختيار.

عندما تختار التخلص من الغضب الذي تختزنه في داخلك مثلاً، فإنك تولد نمطاً من الطاقة تتشكل حوله تجاربك. ويجذب نمط الطاقة هذا الغضب الغارق في أعماقك إلى السطح لكي يتسنى لك التخلص منه. عندما تختار أن تتحدّى وأن تتخلص من جانب سلبي في ذاتك، فإن هذا الجانب يصبح في متناول وعيك، ويظهر واضحاً أمامك. ويسير كل شيء في طريق مساعدتك إلى بلوغ الهدف. وتبدأ أحلامك في إظهار الدينامية النموذجية لغضبك، فترى ذاتك دائماً في حالات تثير غضبك، وترى حياتك مشوّهة بالغضب؛ وذلك لأنك اخترت تحدي هذا الجانب من ذاتك، فيتجاوب الكون مع خيارك برحمة.

عندما تتمنى النمو الروحي وتطلبه بوعي، وعندما تطلب الحكمة بوعي، فإنك تطلب واعياً من هذه الجوانب من ذاتك التي لم تكتمل بعد التقدّم إلى الصف الأمامي في حياتك. ومع كل عودة لمشاعر الغضب، أو الغيرة، أو الخوف، يكون لديك خيار مواجهتها بتحدّي، أو الاستسلام. وفي كلّ مرة تواجهها بتحدّي، تخسر من قوّتها، وتكتسب أنت في المقابل قوّة. وفي كلّ مرّة يغويك الانجراف في الغضب، أو في الغيرة، أو الاستسلام للخوف، وتتحدّى هذه المشاعر، فإنك تكتسب قوّة إضافية. لن تزداد وتتراكم القوّة في داخلك إن لم تقم الخيارات التي تتخذها على الوضوح في النية والانضباط.

أما لو قلت إنك عاجز عن التغلب على إغواء معيّن، فإنك تؤذّن لنفسك بأن تكون غير مسؤول. والرغبات والميول التي تشعر بأنك عاجز عن مقاومتها، أو لا تملك قوّة السيطرة عليها، تكون إدماناً. الإدمان هو ما تريده أجزاء من الشخصية ويتمتع بقوّة ومقاومة شديدتين ضدّ طاقة الروح. إنه ذلك الجانب من شخصيتك، من هذا التقمص لروحك، الأشدّ حاجة إلى الشفاء. إنه الجانب الأقلّ أهليّة والأكثر ضعفاً لديك.

قد تكون مدمناً على الكحول، أو على أنواع معينة من المأكولات، أو على الغضب، أو على الجنس. وقد تعاني من أكثر من نوع واحد من الإدمان. وفي كل حالة منها، لن تتمكن من التخلص من إدمانك إن لم تفهم الدينامية التي تقف وراءها. وراء كل إدمان نظرة إلى القوّة على أنها خارجية؛ وعلى أنها قوة السيطرة على المحيط واستخدامه، والقدرة على استغلال الآخرين. وراء كل إدمان تقف مسألة القوّة.

تبدأ رحلة الانسان في اتجاه روحه عندما يفهم أن الجنس البشري ينجذب تلقائياً إلى حياة القوة. وكلّ إنسان يختبر أسباب ونتائج خياراته، ويسعى إلى تحقيق رغباته لكي يملأ جوانب مقفرة ومفتقرة إلى القوة في نفسه. ويمكن القول إن مصدر هذه الدينامية يكمن في الشعور الإنساني بعدم الأمان، وهو أمر بديهي وواضح. أما ما يحدث بالفعل فهو البحث عن الطريق المؤدية إلى اكتساب القوة الحقيقية.

ولهذا يتصارع كل كائن بشري مع القوّة: نقصها، وحيازتها، وحقيقتها، وكيفيتها. ووراء كل أزمة عاطفية أو روحية أو نفسية تكمن مسألة القوّة. وبحسب العين التي تعتمدها في النظر إلى أسباب الأزمة التي تعاني منها، فإنك تخطو خطوة تقربك أكثر إلى روحك، أو خطوة تقربك أكثر إلى الأرض.

الرحلة إلى الاكتمال تتطلب منك أن تنظر بصدق وانفتاح وشجاعة أكبر إلى داخل ذاتك، إلى الدينامية التي تقف وراء مشاعرك، ونظرتك إلى الأمور، وقيّمك، وسلوكك. إنها رحلة تخترق حدودك الدفاعية وتتخطاها لكي تتمكن من أن تختبر بوعي طبيعة شخصيتك، وتواجه تأثيرها على حياتك، وتختار أن تغيّر في ذلك⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل التاسع.

الفصل العاشر

الإدمان

لا يمكنك البدء في عملية التخلص من إدمان معين قبل الاقرار بأنك مدمن. وليس ممكناً التخفيف من قوة الإدمان قبل التعرف إلى وجوده. والشخصية تلجأ إلى اختلاق أسباب منطقية لكي تبرر إدمانها. فتقدمه إلى ذاتها وإلى الآخرين بأثواب وأشكال تبدو مفيدة وجذابة. فيذهب مثلاً مدمن على تناول الكحول إلى القول لذاته وللآخرين بأن الشمالة تساعد في الاسترخاء بعد يوم عمل مرهق، وتسمح بالتسلية والمرح، وبالتالي فهي مفيدة وبنّاءة. وقد يقول مدمن على الجنس إن اللقاءات الجنسية العشوائية هي تعبير عن الحب بين البشر وهي دليل تحرر وانفتاح، وبالتالي فهي أمر محبّب.

يتطلب تعرّف الشخص إلى مشكلة إدمانه جهداً داخلياً. إنه يتطلب أن ينظر الانسان بوضوح إلى مكامن الضعف في حياته، وإلى حيث يكون مرتهاً لجهات وظروف خارجة عن ذاته. ويتطلب منه اختراق خطوط دفاعه. إذ حتى ولو كانت هناك محاولة جدية للتعاطي مع المشكلة بوضوح، أو حتى لو حدث ما يؤكّد وجود الإدمان - مثل الإصابة جرّاء

قيادة السيارة في حالة السكر، أو انهيار الزواج بسبب ممارسة الجنس خارج الإطار الزوجي - فقد تصرّ الشخصية بدايةً على النظر إلى الأمر على أنه مجرد مشكلة صغيرة، ثم على أنه مشكلة تستحق التوقف عندها، وبعد ذلك تنتهي إلى الاقتناع بأن هناك مشكلة ذات أهمية كبرى.

لماذا تقاوم الشخصية التعرف إلى مشكلة الإدمان؟

التعرف إلى مشكلة الإدمان، والقبول بوجودها، هو التعرف إلى حقيقة أنك لا تملك السيطرة على بعض الجوانب من ذاتك. تقاوم الشخصية التعرف إلى مشكلة إدمانها لأن ذلك يدفعها إلى الاختيار بين حلّين، فإما أن تترك جزءاً منها ليقبى خارج نطاق سيطرتها، أو أن تسعى إلى فعل ما يلزم بشأنها. عندما تعترف بإدمانك لا يمكنك الاستمرار في تجاهله، كما ولا يمكنك التخلص منه من دون إجراء تغيير على حياتك، ومن دون تغيير صورتك في عين ذاتك، ولا من غير إجراء تغيير يشمل مداركك ومفاهيمك. ومن حيث إن الإنسان بطبيعته يقاوم التغيير، فإنه يقاوم الاعتراف بحقيقة إدمانه.

ليس الإدمان مجرد انجذابك إلى فعل، أو أمر معين. من الطبيعي مثلاً أن يكون هناك إعجاب متبادل بين الرجال والنساء، وأن تنشأ جاذبية ومشاعر دافئة في ما بينهم. ولكن الإدمان يتخطى ذلك، إذ يحكمه جاذب مغناطيسي وشعور بالخوف. ويكون هناك الانجذاب إضافة إلى الخوف، ودفعة من الطاقة غير عادية. الانجذاب أمر جميل في حياتنا، ويمكن التجاوب مع حالة انجذاب معينة ثم تخطي أمرها. أما الإدمان فغير ذلك.

لا يمكن إشباع الإدمان. فالإدمان على الجنس مثلاً، لا يمكن إشباعه باللقاءات الجنسية. وهذا هو الدليل الأول الذي يشجعنا على القول إن

الدينامية الفاعلة في ما يبدو أنه إدمان جنسي ليست دينامية جنسية؛ بل إن التجارب في الانجذاب الإدماني إلى الجنس، أو النفور منه، تأتي في سياق دينامية أخرى.

ويمكن للإدمان أن يمرّ في مرحلة من الوجود غير الظاهر وكأنه في حالة من الخدر. فقد يعمد صاحبه من باب المحافظة على شعوره بالأمان في كنف الحياة الزوجية، إلى كبتة، فيبقى في حالة من السكون والسبات. ولكن لا يمكن شفاؤه من غير الاعتراف بوجوده، ومن غير فهم الدينامية التي تقف وراءه. أما لو لم يحدث هذا، فإن الإدمان يستيقظ فجأة عند شعور الشخصية بقدر كبير من عدم الأمان والخوف، ويشعر صاحبه بالانجذاب إلى أشخاص خارج الزواج، فتتعرض حياته الزوجية إلى هزة قد تؤدي بها.

والإدمان الجنسي هو الأوسع انتشارًا في نسيج جنسنا البشري، لأن مسائل القوة ترتبط مباشرة بالتعلم على ممارسة الجنس ضمن هيكلية الحياة البشرية. الجنس والقوة في الطبيعة البشرية مسألتان متكاملتان. ولذلك فإن كل كائن بشري لا يملك السيطرة على سلوكه الجنسي يعاني في الواقع من أزمة في موضوع قوته الشخصية، إذ تنقصه السيطرة على جوانب منها. والمسألتان في الجوهر متطابقتان. لا يمكن لشخص أن يكون مسيطرًا على مراكز قوته ويعاني من عدم القدرة على التحكم بأهوائه الجنسية. لا يمكن لهذين الجانبين التواجد معًا.

ما الدينامية التي تتحكم بالإدمان الجنسي؟

يشير الوقوع في تجربة جنسية مرتبطة بالإدمان الجنسي إلى أن المدمن كان في تلك اللحظة في حالة من نقص القوة، ومن الحاجة إلى سلب القوة من روح خارجية أضعف منه يتمكن من السيطرة

عليها. هذه هي الدينامية التي تقف وراء كل أنواع الإدمان؛ هي الرغبة في الانقضااض على روح تكون أكثر تصدّعًا من الذات. التأمّل في هذا الواقع من الخارج لا يقل بشاعة عن اختباره، ولكنه محور القوى السلبية في الجنس البشري.

الجنس من غير تهيب، كما ممارسة الأعمال، أو السياسة، أو مطلق نشاط آخر من غير تهيب، يعكس صورة روح تفترس روحًا أضعف منها. والسبيل إذاً لأجل الخروج من الإدمان الجنسي هو أن تذكّر نفسك عندما تشعر بذلك النوع من الانجذاب بأنك في تلك اللحظة روحٌ ضعيفة تحاول امتصاص القوة من روح أضعف منها.

وبكلام آخر، عندما يتتابك شعور الانجراف في سبيل الإدمان الجنسي، تذكّر فوراً أنك في حالة من نقص القوّة الذي يولّد لديك رغبة في استغلال الآخرين. وهذه الرغبة تعطي شعوراً بالانجذاب الجنسي. ذكر نفسك بوضوح بحقيقة الشعور الذي يتقد في داخلك. وهذا لا يعني أنك جسدياً لا تشعر بوجود ميل أو جاذبية نحو الشخص الآخر، بل إن السبب الحقيقي وراء هذا السلوك ليس سوى دينامية مختلفة، هي دينامية نقص القوّة.

اسمح لهذا الوعي بالدخول إلى أعماقك، حتى إذا ما وجدت نفسك على وشك الاندفاع وراء إدمانك، فسوف تحتاج إلى اختراق حقيقتك.

ماذا يعني هذا الأمر؟

إن كنت متزوجاً، أو في علاقة لا تسمح بأكثر من شريك واحد، تذكّر أن الاستجابة إلى اندفاعك الإدماني قد يكلفك زواجك، أو علاقتك بشريكك. ثمّ اسأل نفسك هل يستحق منك ما تريد الاقدام عليه هذا الثمن. وإن كنت تتمتع بصحة جيّدة، فقد يكلفك التجاوب مع اندفاعك

الإدماني صحتك؛ فالاندفاع يجعلك لا تعلم حقًا إذا كان الشريك الذي اخترته لتلبية حاجتك الإدمانية صحيح الجسم، أو مصابًا بمرض مثل مرض الأيدز (Aids)، وأسأل نفسك إن كان ما تريد فعله يستحق منك التعرّض لمثل هذا الخطر.

تذكّر أن الشريك الذي تشعر بالانجذاب إليه قد يكون، وباحتمال كبير، منجذبًا بالطريقة ذاتها إلى أشخاص آخرين، وتذكّر أن مشاعره نحوك لا تقلّ سطحيةً عن مشاعرك نحوه. كن أكيدًا من هذا الأمر لأن الانجذاب الجنسي الذي شعرت به نحو هذا الشخص ليس سوى تجاوبك مع نتيجة العملية التي يقوم بها، إذا جاز القول، جهازك الموجه إلى اكتشاف مواطن الضعف في محيطك، والذي تستخدمه لتقصّي قوة أو ضعف المحيطين بك. وعندما يقع جهازك على من كان على مستوى كافٍ من الضعف يتيح لك جذبه، عندئذ يتحرّك لديك الشعور بالانجذاب الجنسي نحوه. هل يساهم استغلالك لضعف هذه المرأة، أو لضعف هذا الرجل، في تعزيز رجولتك أو أنوثتك؟ هل يؤمّن ذلك لك الربح الذي تسعى إليه؟

تذكّر أن كلاكما اخترتما التواصل جنسيًا بطريقة خالية من المشاعر العاطفية، لأنه لو حدث وتيقظت مشاعرك، فسوف تكتشف أن هذا الشريك الذي انجذبت إليه هو بارد العاطفة نحوك تمامًا مثلما أنت نحوه. أن تعلم أنك غير مرتبط عاطفيًا بالشريك الذي تقيم معه علاقة جنسية، هو أمر، وأن تواجه حقيقة أن شريكك لا يشعر مثلك بأي عاطفة خاصّة نحوك، أمر آخر.

أنظر عن قرب إلى الدينامية التي تنخرط بها، وسوف ترى أنه عندما تبحث روح عن روح أضعف منها لكي تستغلّها، والروح الأضعف تستجيب، تكون الروحان في مستوى أضعف، أي على مستوى متساوٍ

من الضعف. من يستغلّ من؟ ربّما لا يتمكّن منطق الشخصية المقيدة بالحواس الخمس من الإحاطة بهذه الحقيقة. ولكن يمكن لنظام المنطق الأعلى، نظام القلب، رؤيتها بوضوح. هل هناك فارق حقيقي بينهما، وكل منهما منخرط في دينامية تهدف إلى تحقيق توازنه، ولكن كلاهما يفتقران إلى الشيء ذاته؟ الحاجة ذاتها التي تدفع أحدهما إلى السيطرة، تدفع الآخر إلى الاستسلام. الفرق بينهما لا يتعدّى شكل الدور الذي تختار الروح تأديته في هاتين الحالتين المتطابقتين.

ادخل إلى واقع الخوف الذي يلازمك، ادخل إلى الشعور الذي يدفعك إلى معاقرة الخمرة، أو إلى ممارسة الجنس مع شريك آخر. واطلب من نفسك أن تستعيد بجديّة كل تلك المرّات في حياتك عندما طرقت باب هذه الأمور من أجل أن تجني فائدة وفيرة، وواجه حقيقة ما جنيته.

توقّف عند فكرة أنّك صانع تجاربك. خوفك يأتي من معرفتك بأن جانباً منك يصنع حقيقتك بإرادتك أو بغير إرادتك، ويأتي من شعورك بعدم امتلاك القوة لمنع استمرار هذا الواقع؛ غير أن الحقيقة مختلفة. ولعلّ فهم هذا الأمر يستوجب عنصر الدقّة: إدمانك ليس أقوى منك. إنه ليس أقوى ممّن تريد أن تكون. ومع أنه قد يبدو كذلك، فإنه لا يستطيع الفوز إن لم تدعه يفوز. وهو، شأنه شأن كل أنواع الضعف، ليس أقوى من الروح أو من قوة الإرادة. وقوته ليست سوى إشارة إلى مقدار الجهد الذي يتطلبه تحقيق التحوّل، ومقدار الجهد الذي تحتاجه لكي تتكامل في ذلك الجانب من حياتك.

تنبّه إلى أن الذي تفعله عندما تخاف من الوقوع في الإغواء، وعندما تخاف من عدم قدرتك على مقاومة الإغواء. تنبّه إلى أن ذلك يولّد حالة تدفعك إلى السلوك غير المسؤول. هل يصطنع أحد لنفسه امتحاناً لا

يمكنه النجاح فيه؟ الجواب على هذا السؤال هو «نعم». تجربتك المتعمّدة في خلق حالة من الإغواء من أجل امتحان ذاتك، هو فعل اختلاق فرصة مؤاتية لكي تتصرّف تصرّفًا غير مسؤول، ثمّ لتقول لذاتك: «على كلّ حال، كنت أعلم أنني لن أنجح في ذلك»، ومن ثمّ تستسلم مجددًا لإدمانك. وكنه السبب الذي يدفعك إلى خلق حالة الإغواء التي تتخطّى قدرتك على المقاومة، هو رغبتك في الهروب من مسؤولية الخيارات التي تقوم بها.

وكلّما عظمت رغبة روحك في شفاء إدمانك، كلّما عظم ثمن عدم الالتزام بها، وثمر تحقيقها. إن اخترت - اختارت روحك - شفاء إدمانك الآن، تكتشف أنك لو لم تتمسك بهذا الاختيار فسوف يكلفك ذلك أغلى ما لديك. لو كانت زوجتك هي أغلى ما لديك في الحياة، فإن وجودها معك سيكون في كفة الميزان المقابلة لكفة إدمانك. ولو كانت مهنتك هي الأغلى عندك، فسوف تكون في كفة الميزان مقابل إدمانك.

ولا يفسّر هذا بأن الكون ظالم، أو بأن الله لا يحبّ الإنسان، بل إنه استجابة رحيمة لرغبتك بالشفاء ولتوقك إلى الاكتمال. إنه الكون الرحيم الذي يقول لك إن انحرافك عن طريق الاكتمال فادح وعميق، وإن لا شيء كفيّل بدفعك إلى تصحيح مسارك سوى خطر فقدان كبير يوازي حجم انحرافك. إنها ذاتها الدينامية التي يعبر عنها قانون الحركة الثاني في ما يتصل بالمكان والزمان والمادة، والذي يقول: «يتغيّر زخم حركة جسم معين (أيّ وزنه، اتجاه حركته، وسرعته) بنسبة ترتبط مباشرة بنسبة القوّة التي تؤثر عليه، وتتغيّر وجهته تبعًا لاتجاه هذه القوّة». وبمقياس ضخامة الثمن الذي تدفعه مقابل إدمانك، يمكنك قياس أهمية شفائك منه بالنسبة إلى روحك، وقياس قوّة نيتك الداخلية التي تريد تحقيق هذا الشفاء.

حاول أن تستوعب، وتستوعب حقًا، أن سلوكك طريق جديدة في حياتك

يتوقف على أن تختار بمسؤولية. عندما تعاني من الخوف يُعمى تفكيرك عن ضخامة قوة الاختيار التي تملكها. تعرّف إلى قوّة قدرتك على الاختيار واقنع بها. إرادتك ليست رهينة انحرافك. ويجب أن تنبع النية التي تدفع قوّتك وتغذيها من مكان في ذاتك يقول إنك قادر حقًا على القيام بخيارات مسؤولة تمنحك قوّة، وليس خيارات تتسبّب في إضعافك. وتقول إنك قادر على القيام بأعمال تقربك من الاكتمال. امتحن قوّة الاختيار لديك، واكتشف كيف أن كل اختيار واع تقوم به يضعف من قوّة إيمانك أكثر فأكثر، ويضعف من قوّتك الشخصية أكثر فأكثر.

وفيما تجتهد من أجل التخلّص من مواطن ضعفك، وتشعر بالانجذاب الإدماني أحيانًا، اطرح على نفسك الأسئلة الروحية المهمة التالية: «هل استجابتك لهذه المشاعر ترفع مستوى استنارتك؟»، «هل تشعرك بالقوة الحقيقية؟»، «هل تجعل منك إنسانًا محببًا للآخرين بنسبة أكبر؟»، «هل تقربك من الاكتمال؟». اطرح على ذاتك هذه الأسئلة.

هذه هي طريق التخلّص من الإدمان: سر فيها وادخل إلى حقيقتك خطوة بعد خطوة. وتنبّه إلى النتائج التي تترتب على القرارات التي تتخذها، وقم بخياراتك على ضوئها. عندما تشعر بالانجذاب الإدماني إلى الجنس، أو إلى الكحول، أو إلى المخدرات، أو إلى أي أمر آخر، تذكر هذه الكلمات: إنك تقف بين عالمين، عالم ذاتك الناقصة وعالم ذاتك المكتملة. يغريك بشدّة عالم ذاتك الناقصة لأنها لا تتمتع بقدر كبير من حسّ المسؤولية، ولا من الحبّ، ولا من النظام، ولذلك تناديك. أما جانبك الآخر فمتمكّل، وأرفع مسؤولية، وأشدّ قوّة، وأوسع رعاية، ولكنه يطالبك بسلوك طريق الروح المستنيرة: طريق الحياة الواعية. الحياة الواعية في مقابل الخيار الآخر وهو الإذن غير الواعي الذي يتيح لك التصرف من غير وعي. وقد يكون ذلك مغرّبًا.

إن اتخذت قرار الاكتمال، فتمسك بهذا القرار. لن تكون عرضة للإغواء أو للخوف كما تظن. تمسك به وتذكر دائماً ومجدّداً: إنك تقف بين ذاتك الناقصة من جهة، وذاتك المكتملة من جهة أخرى. واختر بحكمة لأن القوة الآن بكليتها بين يديك. ولا تقلّ من حسن تقدير قوّة الوعي. وفيما تستمر في الحياة، وفي اعتماد الخيارات الواعية في كل ساعة وكل يوم، فإنك تزداد قوّة، وتنحسر ذاتك الناقصة وتلاشى.

وفيما تختار طريق القوة، تجد أن ذلك الجانب من ذاتك الذي ترفع التحديّ ضده، وذلك الإغواء الذي تريد التخلص منه، لا يتوقّف عن العودة إلى الواجهة مجدّداً مرّة بعد مرّة. غير أنك، وفي كل تحدّ تواجههما به، تكتسب قدرًا إضافيًا من القوّة، وذلك الجانب من ذاتك يخسر من قوّته. إن كنت تتحدّى إدمانك على الكحول مثلاً، ووجدت نفسك مشدودًا عشر مرات في ذلك اليوم إلى تناوله، تحدّى في كل مرّة الطاقة التي تشدّك إليه. إذا نظرت إلى عودة هذا الإغواء وكأنه إشارة إلى إخفاقك، أو دليل إلى عدم جدوى نيتك في التغيير، فإنك بذلك تختار التعلّم عبر الخوف والشك. أما لو نظرت إلى عودة الإغواء إليك على أنه فرصة تتاح لك بالتجاوب مع نيتك لكي تتخلّص من ضعفك، وتحقّق مستوى أعلى من القوّة، فإنك تختار التعلّم عبر الحكمة. وهذه هي الطريق.

قد لا تشعر بأنك حققت إنجازًا في المرّة الأولى التي تتحدّى فيها إدمانك، ولا في المرّة الثانية والثالثة. ولكن هل تظن أن اكتساب القوّة الحقيقية يتمّ بهذه السهولة؟ إنما استمرارك في التمسكك بنيتك، واختيارك مرّة بعد مرّة، وبعد مرّة، لدرب الاكتمال، يؤدي إلى تراكم قوتك. والإدمان الذي ظننته لا يُغلب، يخسر قوّته في السيطرة عليك.

عندما تتحدّى إدمانك وتختار الاكتمال، تقف في خطّ متراصف مع مصادر المساعدة اللّامادية. مسؤولية القيام بالعمل تقع على كاهلك، ولكن المساعدة متوفرة لك دائماً. العالم اللّامادي، وعون مرشديك ومعلميك يصلك، ويرعاك بطرائق عدة - إنها تلك الفكرة التي تبعث فيك القوّة، والذاكرة التي تعيد إلى فكريك أمراً معيّنًا، والحدث الذي يفاجئك ويدعم جهودك. الفرح الذي يقدمه العالم اللّامادي وفير جدًا ويصبح في المتناول عندما تتخلص الروح من معظم سلبيتها، ويتحوّل وعيها إلى تواترات عليا من النور. من هنا، لا لزوم لأن تتعذب في وحدتك، لأنك لست وحيدًا.

انظر إلى نفسك كشخص يسعى إلى الشفاء، وانظر إلى الأمر المعقّد لديك والذي يحتاج إلى الشفاء. لا تظن أنك تعاني وحيدًا وليس هناك آخرون مثلك، وبمثل ما لديك من أمور معقّدة. محور الوجود الانساني هو الرحلة نحو الاكتمال. من هنا، يمكنك التيقّن من أن جميع البشر لم يبلغوا هذه الغاية العليا بعد. وأنهم لو فعلوا لما وجدوا بالشكل المادي في عالمنا. وبكلام آخر، لست وحدك في هذه الرحلة وإنما بصحبة الملايين من البشر.

لا تنسى بعد العناء أن تخصص بعض الوقت في حسن تقدير ما قمت به. لا تنظر دائماً إلى المسافة التي ما زال أمامك اجتيازها. انضم إلى معلميك ومرشديك اللّاماديين في التصفيق لما أنجزته. وهذا لا يعني الوقوع مجدّداً في هوّة الادمان. بل أن تعطي لنفسك فرصة الراحة عندما تحتاج إليها، وأن تعلم عندما تشعر بالإرهاق أن كل إنسان مهما كان قوياً، هو معرّض للشعور بالتعب.

إن فهم الدينامية التي تتحكم بإدمانك شيء، والعمل على الجانب العاطفي لديك من أجل التخلص من شعور الحاجة إليه شيء مختلف.

إدمانك ليس أمرًا عصيًا على التراجع، وليس أصعب من القدرات التي تملكها من أجل التغلب عليه. أما لو كان لا يزال على هذه الدرجة من الصعوبة في نظرك، فلأنك، وفي أعماق قلبك، لا تجد ذاتك قادرًا على التخلي عن إدمانك حتى ولو كنت تفهم الأسباب التي تشدك إليه. إن طال الزمن ولم تتمكن من التخلص من إدمانك، إسأل نفسك إن كنت ترغب حقًا في التخلص منه، لأنك لا تكون على مستوى قلبك راغبًا في ذلك.

لن تتمكن من التخلص من الإدمان إن لم تتمكن من سدّ كل الثغرات في نفسك. ومن أجل التخلص من إدمانك، عليك الدخول إلى هذه الثغرات، والاعتراف بأنها حقيقية، وعليك تفحصها على ضوء الوعي من أجل شفائها. من الضروري النظر بعمق إلى تلك الجوانب التي تمارس هذه القوّة الكبرى عليك، والنظر بوضوح إلى عمق تجذرها في داخلك، وبأعلى قدر ممكن من الصدق. ربّما يكون هذا الإدمان مصدر إحدى أحبّ الملذات إلى قلبك. ولكن، ما هو الأهم بالنسبة إليك، هل كمال ذاتك وحرّيتك، أو اللذة التي تجنيها من إشباع إدمانك؟

وعندما تفهم أن إدمانك هو نتيجة ثغرة في نفسك، يتغيّر السؤال ليصبح كالتالي: «كيف يكون ردّك على وجود هذه الثغرة - هل بتناول كأس أخرى من الكحول، أو في السعي إلى لقاء جنسي آخر، أو في السعي داخل ذاتك إلى سدّ هذه الثغرة وتحقيق خطوات إلى الأمام في اتجاه الاكتمال؟». تمعّن في حجم قوّة إدمانك، وفي عمق شعورك بالانجذاب إليه، واسأل ذاتك إن كان الوقت ملائمًا بالفعل بالنسبة إليك للتخلّص من هذا النوع الصعب من التجربة التعليمية. وإليك يعود طرح السؤال والإجابة عليه. قد تشعر بحسّ إرشادي من جانب معلّمك الّلاماديين، ويتبيّن لك إمكان أن تختار السير في درب الحكمة العليا،

ولكنك تجد في الآن عينه أنك غير جاهز لسلوك مثل هذه الدرب. ربّما تقرر أن الوقت غير مناسب، وأنك لا تملك القوّة الكافية بعد لكي تعيش بطريقة معيّنة. وسيكون عليك مواجهة هذه الحقيقة.

في النهاية، وفي مطلق الأحوال، سوف تسير على درب الحكمة العليا، ولكنك لو اخترت تأجيل رحلتك على هذه الدرب يوماً، أو شهراً، أو سبع حيوات، فلا بأس في ذلك. ينظر معلموك اللاماديون إلى رحلة تطوّرك من منظور يخلو من عنصر الوقت. إنّما رأس الحكمة أن تعلم أنك سوف تسير في جميع الأحوال على درب الوعي. وإن كان هذا هو المسار الذي سوف تتخذه في النهاية، فلماذا الانتظار؟ ولكنه من الحكمة الانتظار في بعض الأحيان ريثما تصبح بقية جوانب ذاتك جاهزة للرحلة. ولا يشوب اتخاذ مثل هذا القرار أي شائبة.

الكون لا يحاكم. وسوف تصل في نهاية المطاف إلى القوّة الحقيقية. سوف تتعرّف إلى قوّة التسامح والتواضع والصفاء والحب. سوف تتطوّر إلى ما هو أبعد من التجربة الانسانية، وإلى ما هو أبعد من مدرسة الأرض، وأبعد من العالم التعليمي ومعايير المكان والزمان والمادة فيه. لا يمكنك عدم التطوّر. كل ما في الكون يتطوّر. والسؤال هو أي سبل التعلّم تختار في عملية تطوّرك. يعود هذا الأمر دائماً إلى خيارك الشخصي. ولكن، هناك دائماً دور للحكمة في كل خيار.

عندما تعود إلى موطنك، تاركاً وراءك شخصيتك وجسدك، تترك معها ثغراتك، ومخاوفك، ودواعي غضبك وغيرتك. لا وجود لتلك الأمور في عالم الروح، ولا إمكان لوجودها فيه، لأنها تجارب تعود إلى الشخصية والزمان والمادة. سوف تدخل مجدّداً إلى وجودك بكيّته. وستستعرض بفهم ورحمة تجارب روحك في هذه الحياة، بما فيها تلك التي كانت تبدو أنها تسيّر. وسترى الأهداف التي وجدت. هذه

التجارب من أجلها، وتبيّن الدروس التي تعلّمتها والتي سوف تفيدك في التقمّص الآتي.

إذا وقع اختيارك على متابعة طريق الإدمان، فإنك ستواجه مزيداً من سلبيات طاقة كارما، وتختار الابتعاد عن الرحمة، والعيش في غياب الوعي. وتختار أن تتعلّم عبر التجارب التي تولّدها نياتك غير الواعية؛ وتختار التعلّم عبر الخوف والشكّ، لأنك تخاف إدمانك، وتشكّ في قدرتك على مواجهته بنجاح.

إذا وقع اختيارك على رفع التحديّ في وجه إدمانك، وعلى التقدّم بوعي نحو هدف الاكتمال، تختار التعلّم عبر الحكمة. وتختار خلق تجاربك بوعي، ومرافقة مدارك شخصيتك وطاقتها مع روك. تختار أن تصنع من خلال الحقيقة المادية الحقيقة التي ترغب روك في خلقها. تختار السماح لروك بالتحرك في داخلك وعبرك. تختار الألوهية لكي تصمّم أشكال عالمك.

عندما تصارع إدمانك، تتعاطى مباشرة مع مسألة شفاء روك، وتتعاطى مباشرة مع مسألة حياتك. إنه العمل المطلوب. وفيما تخوض أعمق جولات صراعك، تلامس أعلى أهدافك. وفيما تستخرج إلى النور وتشفي أعمق التيارات السلبية في داخلك، وتسمح لطاقة روك بأن تنتقل مباشرة إلى تجاربك، وأن ترسم شكل حوادث حقيقتك المادية، وبالتالي، أن تنجز من غير عوائق مهمّاتها على الأرض.

إنه العمل من أجل التطوّر، العمل الذي خلقت من أجل القيام به⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل العاشر.

الفصل الحادي عشر العلاقات

في إطار دينامية العلاقة والارتباط تنمو ديناميات معينة لا تنمو خارجها. فمن غير ارتباط لن تتعلم الاهتمام بأمر شخص آخر أكثر مما تهتم بنفسك. ولا تتعلم حسن تقدير نموّ القوّة والصفاء في روح أخرى ما قد يشكّل تهديدًا لما تريده شخصيتك. عندما تتخلى عن أمور تريدها شخصيتك من أجل تسهيل وتشجيع نموّ شخص آخر فإنك تساعد في تناغم روحك مع روحه. من دون التزام، لا تستطيع رؤية الآخرين من منظور روحك؛ كأرواح جميلة وقوية من نور.

يبدأ النموذج البدئي للشراكة الروحية - الشراكة بين أشخاص متساوين بهدف النمو الروحي - بالظهور وسط جنسنا البشري. ويختلف هذا النموذج عن النموذج البدئي للزواج الذي صمّم بهدف المساعدة على البقاء في الوجود المادي، وحيث لا يرى الشريكان نفسيهما متساويين بالضرورة. عندما يدخل شخصان إلى بيت الزوجية، تتحسن قدرة كلّ منهما على البقاء المادي - كأن يصبح من الأسهل عليهما معًا تأمين المسكن والتدفئة والغذاء والماء، ويصبح من الأسهل

عليهما الدفاع عن نفسيهما، ممّا لو بقي كل بمفرده. من هنا، فإن نموذج الزواج البدئي يعكس تصوّر القوة على أنها خارجية.

أما النموذج البدئي للشراكة الروحية فيمثل الرحلة الواعية التي يسير فيها ذوو الإدراك الموسّع نحو اكتساب القوّة الحقيقية. يعترف الشركاء الروحيون بوجود الروح ويسعون بوعي إلى دعم تطوّرها. ويعترفون بالديناميات اللّامادية الفاعلة في عالم الزمان والمادة. ويرون المادة أشكّالاً من النور إنما أكثر وزناً وكثافة، وأنها في تغيّر وتحوّل مستمرّين. بفعل تأثير الأرواح التي تتفاعل فوق سطح هذا الكوكب بهدف التعلّم. وبوعي، يصنع الشركاء الروحيون تجاربهم مع بعضهم، ومع الأرض الحيّة التي تعشق الحياة، ومع الكون الرحيم.

والأمم والمجتمعات والثقافات، كلها بنيت على قاعدة تصوّرات وقيم الشخصية الانسانية المقيّدة بحواسها الخمس، وهي القيم التي يعكسها النموذج البدئي للزواج؛ وكل منها بدوره صمّم من أجل المحافظة على البقاء المادي لجنسنا البشري، وهي تعكس أيضاً قرار جنسنا بالتعلّم عبر الخوف والشك.

بني عالمنا بأسره بفعل طاقة الشخصية المقيّدة بالحواس الخمس والتي اختارت التعلّم عبر الخوف والشك. أممٌ تخاف من أمم، وأعراق تخاف من أعراق، وجنس يخاف من الجنس الآخر. كان في وسع البشر أن يبحثوا في الحقيقة المادية التي تمثّل القوّة الخارجية بروح تعاونٍ مع الأرض واحترام لها. ولكننا، وعوداً عن ذلك، اخترنا البحث بدافع حبّ السيطرة والاستغلال. وهذه هي طريق التعلّم عبر الخوف والشك؛ خوفنا من المحيط المادي، والشك في انتمائنا الطبيعي إليه.

يعكس عالمنا شكل الفكرة الرئيسية القائلة بعدم وجود حياة بعد الموت، وبأن مصدر القوة الأوحده في هذه الحياة هو ما يمكننا ربحه

وامتلاكه. نتكلم في بعض الأحيان على وجود حياة أخرى بعد حياتنا على الأرض، ولكننا لا نؤمن حقًا بأننا سنكون في الحياة الأخرى مسؤولين عن الخيارات التي قمنا بها على الأرض، وإلا لا اخترنا بطرائق مختلفة.

فقدَ جنسنا البشري التواضع، وغاب عنه واجب التهيب. بات مغرورًا بما حققه من قدرات في التكنولوجيا، وهو يضلّل ذاته بأوهام مثل قدرته المطلقة على السيطرة، فيخلق الفوضى، ومع ذلك يصرّ على عدم استحالة تحقيق السيطرة التي يدّعيها. نأخذ من الأرض ومن بعضنا. ندمّر الغابات والمحيطات والفضاء؛ ويستعبد واحدنا الآخر، فيعذّبه ويضربه ويحقّره ويقتله.

عندما يظهر النموذج البدئي للشراكة الروحية - الشراكة بين أشخاص متساوين بهدف النمو الروحي - على مستوى المجتمع، فإنه يخلق قيمًا وإدراكًا على هذا المستوى يعكس قيم وإدراك الشخصية غير المقيّدة بالحواس الخمس. وتامًا، كما يفعل الشريكان الروحيان عندما يتّحدان ويختاران التعبير عن ارتباطهما عبر الزواج، ويبثّان طاقة الزواج الروحي في نموذج الزواج البدئي المعروف، فيولدان قيمًا وسلوكيات جديدة في نطاق الزواج؛ يفعل الشركاء الروحيون على مستوى المؤسسة، والمدينة، والأمة، والعرق، والجنس في بثّ طاقة الشراكة الروحية في الوعي الجماعي على هذه المستويات وفي خلق قيم وسلوكيات جديدة فيها.

العملية التطورية التي تحدث على المستوى الفردي، تحدث بالطريقة عينها على كل مستويات التعاطي بين الأفراد. عندما يستنير أحد الأشخاص بطاقة الشراكة الروحية، لا تفيد هذه الطاقة علاقته بشريكه المباشر فحسب، بل تعمّ فائدتها على مجتمعه، وبلاده، والقرية العالمية.

القرار الذي تتخذه في اتجاه التطور الواعي، وعبر الخيار الواعي، لا يساعد في تطوّر الشخصى فحسب، بل في تطوّر كل تلك المستويات من الحقيقة الإنسانية التي تساهم في خلقها. والقرارات التي تتخذها لا تؤثر على تطوّر وحدك، بل على تطوّر الإنسانية جمعاء.

إن كنت ترغب في انتشار الحب والرحمة على مستوى العالم، فلتكن أنت محبًا ورحيمًا. وإن كنت ترغب في انخفاض مستوى الخوف في العالم، أخفض من مستوى خوفك. هذه هدايا يمكنك المساهمة بها. الخوف السائد في العلاقات بين الأمم ليس سوى انعكاس ضخم للخوف الذي يسود العلاقات بين الناس. والتصوّر للقوة على أنها خارجية والذي يفرّق بين الشعوب، يفرّق بين الأشخاص. والحب، والوضوح، والرحمة التي تظهر عند ذلك الانسان الذي يختار وضع شخصيته على خطّ متراصف مع روجه، هي التي تستطيع جمع الرجال والنساء، والجيران، والأعراق، والأمم معًا في حالة من الانسجام. إنه السبيل الأفضل والأوحد. ومع أن الإنسان مسؤول عن مواصفات حياته الشخصية، فإن مسؤوليته تتوسّع فورًا إلى العالم الكبير.

خطر الدمار الشامل جرّاء استخدام السلاح النووي، مثلاً، يطال الكرة الأرضية وما عليها، ولكنه يحتاج إلى التطوّر التام على الصعيد الفردي لكي يتلاشى. إذ طالما ما زال العاملون على تحسين العلاقات العالمية، وعلى بثّ روح الانسجام بين الدول، يحملون في ذواتهم (أي على المستوى الأصغر)، مشاعر الغضب والعنف التي يطلبون معالجتها وشفاءها على الصعيد الدولي، فإن سعيهم إلى تحقيق الانسجام على المستوى الأكبر لن يثمر. كل ما هو موجود في الجزء، يوجد في الكلّ. وبالتالي، فإن كل روح مسؤولة عن العالم كله.

عندما تلتزم بشراكة روحية مع إنسان آخر، فإنك تحمل طاقة النموذج

البدئي للشراكة الروحية إلى العالم المادي، وتشرع في بناء وتطبيق القيم والآراء والأعمال التي تعكس المساواة بينكما وتعكس التزامك بتطوره ويتطور ذاتك الروحي. وعندما تشرع في عدم الاستجابة إلى متطلبات شخصيتك لكي تتمكن من تلبية الحاجات الداعمة لنمو شريكك الروحي، تساعد بذلك أيضًا في نمو روحك. هكذا تستمر وتعزز الشراكة الروحية.

ثم يتبين لك أن ما هو ضروري لصحة شراكتكما الروحية، مطابق لما هو ضروري لأجل نموّك الروحي، وأن كلاً منكما يملك الجزء الذي يفتقده الآخر. إن شعرت بالغيرة مثلاً، فسترى أن غيرتك تساعد في إظهار جانب من الشريك يحتاج إلى الشفاء، وأن لهذا الجانب تأثيره عليك، ومن هنا تبدأ بتقدير الدور الذي يساهم به شريكك في تطورك. وترى كيف أن آراءه وملاحظاته تساعد وتلعب دوراً مركزياً في تطورك، وكيف أن أحاديثكما تساهم في الاضائة على نواح مظلمة من أعماقكما. وتتعلم حول دور الحب والالتزام والثقة في حسن سير شراكتكما. وتتعلم أن الحب وحده لا يكفي، وأنكما لن تتمكننا، من غير توفر الثقة، من تبادل الحب الذي يضمه كل منكما للآخر. تتعلم عبر الشراكة الروحية وجوب ترجمة التزامك إلى شكل يرضي حاجات كل منكما. وتتعلم حسن تقدير ما يحتاجه شريكك بالطريقة التي تحسن بها تقدير حاجاتك، لأن الشراكة التي تطمحان إليها تتطلب وجود شريكين يتمتعان بالسلامة النفسية والأمان الداخلي.

لا يتعلم واحدكما الوثوق بالآخر فحسب، بل يتعلم أيضًا الوثوق بقدرات كليكما على النمو معاً. تتعلم أن أكثر ما يعرض شراكتكما للخطر يكمن في التهرب من الأمور التي تخاف الإفصاح عنها. ليس من السهل التعبير عما يختبئ في صدرك، وخصوصاً الأمور التي تشعرك

بالضعف، أو بالألم، أو بالغضب، أو بالاضطراب. يمكن لهذه المشاعر أن تتجسد بكلمات قد تكون الأكثر تدميرًا، أو الأكثر شفاءً. تتعلم أن التعبير لشريكك عما يشغلك بصورة لائقة وبنية الشفاء، وثقتك بصواب هذه العملية، هي الطريق الملائم الوحيد لسلامة العلاقة. عندما تقارب حاجات ذاتك بشجاعة وليس بخوف فإنك توفد شعلة الثقة. لا تنطوي الحقيقة الانسانية في شكلها الأكمل على الأسرار. إنها لا تختبئ بل تظهر واضحة في الحب.

مكتبة الرمحي أحمد

في الشراكة الروحية تتعلم ألا تقوم بتصرفات غيبية ولا مبالية بوجود الشريك. وتعلم أن الرغبة في تحقيق ما تريدان من أمور ليست كافية لتحقيقه، بل على الشريكين أن يريدوا ذلك في العمق، وأن يسعيا إلى تحقيقها والمحافظة عليها بوعي وقوة نياتهما. وفيما يرتقي ووعي كل منكما إلى مستوى أعلى من الشفافية، تتعزز الشراكة بينكما.

وتعلم أهمية حسن تقدير موقف الشريك عندما تضع نفسك كلياً في مكانه، فتعرف عن قرب إلى مخاوفه، ثم تعود إلى ذاتك، وتتطرق إلى الحديث معه متخطياً الأطر الشخصية، لكي تتم معالجة الوضع من المنظور اللاشخصي. هكذا تتعاونان معاً كرفيقين روحين على شفاء الجوانب التي تحتاج إلى الشفاء لدى كل منكما. وحتى في أصعب لحظات التعاطي مع مشكلة الإحساس بعدم الأمان، تتمكنان من المحافظة على الشفافية، وتذكران أنكما روحان اتخذتا قرار المرور في التجربة المادية، وأنكما في الحقيقة أقوى بكثير مما تشعران به في تلك اللحظة من الضعف.

ما ينتظر من الشخص تعلمه في الاتحاد الروحي مع شخص آخر، ينتظر من المجموعات والمجتمعات والأمم تعلمه عندما يسعون إلى اتحاد روحي مع غيرهم من المجموعات والمجتمعات والأمم. والخيار

يمثل في كل مرة بين التعلّم عبر طريق الخوف والشك، أو عبر طريق الحكمة؛ وبين طاقة الشخصية ذات التواتر المنخفض، أو طاقة الروح ذات التواتر العالي. وإذ يهدّد الغضب العلاقة بين شخصية وأخرى ويولّد الابتعاد والجفاء والمواقف الدفاعية، فالغضب بين دولة وأخرى، أو دين وآخر، أو جنس وآخر، يولّد نتائج مماثلة. وإذ يولّد اهتمام الشخصية بالأخرى تقاربًا وتقديرًا واحترامًا متبادلًا، فإن اهتمام دولة بأخرى، ودين بأخر، ومجتمع بأخر يولّد النتائج عينها. وذلك لأن الدينامية في جميع هذه الحالات واحدة.

تربطك علاقة بكل شكل من أشكال الحياة الموجودة على هذه الأرض، والموجودة وراءها. وكلّما تطوّرت روحك، يزداد وعيك لطبيعة هذه العلاقة، وطبيعة المسؤولية التي تقع على عاتقك.

وهناك في جنسنا البشري درجات متفاوتة من الوعي الروحي. وتطوّر المسؤولية يعني أن كل إنسان يتقدّم عبر مستويات من المسؤولية في طريقه إلى الاكتمال. وبكلام آخر، فإن الروح التي تختار أن تتعلّم أمثلة المسؤولية، تجد ذاتها تتقمّص حيث يمكنها أن تترك أثرًا أكبر على جنسها. ولكن من المهمّ أن تتوافق الشخصية مع الروح حول هذا الأمر. فإنك لا تجد نفسك في مواقع تسمح لك بالتأثير على نطاق واسع إن لم يكن وعيك حاضرًا، وذلك حفاظًا من الكون على روحك.

أما الأرواح التي انتقلت مؤخرًا إلى التجربة الانسانية، أي الأرواح التي تطوّرت مؤخرًا من عالم الحيوان، وبدأت رحلة تطوورها في عالم الانسان، وعلى الرغم من قلة عديدها في هذه الحقبة، فإنها تبدأ رحلتها في نطاق تواتر معين وتتقمّص بداية داخل محيط حياة إنسانية محدودة. ربّما تتقمّص في منطقة نائية حيث الحياة بسيطة، وحيث يمكنها التعود تدريجيًا على التجربة الانسانية المادية. وكلّما أصبحت أكثر إحاطة

بنظام الحواس الانساني، والذكاء الانساني، والعلاقة بين الروح وطاقة الجسد، وأكثر معرفة بما ينتظر من كل تَمَمَّص إنساني، تزداد قدرتها على الانتقال لتتَمَمَّص في مراكز نشاط أكثر مسؤولية. وعبرة «مركز نشاط» لا تعني أماكن توجد فيها جامعة أو مدينة، إنما نشاط كبير من وجهة النظر «الكارمية».

وبكلام آخر، فإن الانسان الذي يعيش في منطقة نائية، حيث دواعي الإغواء أقل وأكثر بساطة، ومعاني الخير والشر أكثر وضوحًا، فهو ليس موجودًا في مركز نشاط «كارمي» مماثل لذلك الذي توجد فيه روح اختارت أن تكون في موقع مؤثر على محيطها العائلي، أو مجتمعها، أو وطنها. إن مركز نشاط الروح يشير إلى درجة اتساع دائرة تأثيرها «الكارمي»، وتأثير طاقتها. تحتاج الروح لأن تكون أكثر تقدمًا لكي تتمكن من التعاطي مع ما قد يترتب على توسع طاقتها وتداعيات ذلك «الكارمية». وهنا يكمن معنى تطوّر المسؤولية.

عندما تختار أرواح المساهمة بوعي على مستويات تفاعلية أشمل، فإنها لا تحمل مسؤولية تحوّلها فحسب، بل مسؤولية تحوّل آخرين في نطاق المجموعات الكبرى التي تساهم فيها. تصوّر وعيك وكأنه شعاع من نور مادي. إنه يشعّ ويضيء، ولكن يمكن لشعاع أقوى أن يضيء دائرة أوسع، فيما يضيء شعاعٌ أقل منه دائرة أصغر. اتساع الدائرة التي يصل إليها نورك يمثل أبعاد تأثيرك الكارمي. لو كنت نورًا رئيسيًا، فإنك تشعّ على الكرة الأرضية كلّها. وإن كنت أقلّ من نور رئيسي ولكنك تتقدّم لكي تصبح كذلك، فإنك تشعّ في نطاق دائرة معينة تتحمّل مسؤوليتها «الكارمية»، ولكن قدراتك الممكنة على رفع جودة وعيك، ورفع جودة وعي الآخرين تساوى مع قدرات النور الرئيسي بعظمة حجمها.

وفي نطاق دائرة الممكن والمحتمل، تبرز فرص عديدة أمام الروح

بما فيها إمكان أن تختار مثلاً مسار نموّها الأقصى، أو الأكثر ابتعاداً عن المسار الطبيعي أو العادي لطاقتها، إذا جاز التعبير. إن تقدّمت الروح بإيمانها، وشجاعته، ومشاعرها نحو ما فيه خير لوجودها الانساني، وقرّرت في خصوصية خياراتها الروحية أن تفتح باباً يمنحها مزيداً من الوعي، ومزيداً من المسؤولية ومن التأثير «الكارمي»، فسيكون ذلك ممكناً بالنسبة إليها. وفي حين أن هذا الإمكان كان قليل الاحتمال عند التقمّص - واحتمال أن يفتح هذا الباب أمام الروح يتوقف على ظروف معيّنة - فقد تتوفر هذه الظروف وتجد الروح حقاً طريقها إلى هذا المسار.

لكل روح، ولكل وعي جزئي تأثيره على الوعي الكلّي بدرجات ترتبط بنوعية النور، وبمستوى تواتر الوعي. والروح التي توافق على التقمّص في حياة أرضية تمتلك فيها قدرة التأثير على عدد كبير من الناس، وعلى نطاق واسع، فهي روح عظيمة. والقوّة التي تتحلّى بها هذه الروح تكون بلا شكّ سامية ويشمل تأثيرها الكرة الأرضية. وفي حين تكون قدرة تأثيرها على حياة الملايين، بل على حياة مئات الملايين، من البشر عظيمة وحقيقية جداً، تتعاضد في المقابل ديونها «الكارمية» لو لم تؤدّ مهمتها وتنجح في مساعدة الانسانية على التقدّم. وهي بذلك تحمل على عاتقها المسؤولية «الكارمية» لمئات ملايين الأرواح.

يترتّب على الأرواح العظيمة الموجودة على كوكبنا، كما يترتّب على كل روح، اتخاذ القرارات بشكل دائم، ولحظة بلحظة. أنظر إلى الأرواح العظيمة التي تقف في مواقع المسؤولية الكبرى في عالمنا وتتحكّم بمصير مئات، أو ملايين، أو مئات الملايين من الناس وحاول التمييز بين أرواح هؤلاء وشخصياتهم. تجد أنه وعلى الرغم من قدرة هذه الأرواح على التأثير على حياة مئات ملايين البشر، أو حياة الانسانية جمعاء، فقد تقع شخصياتها في شرك الإغواء أحياناً.

عندما واجه يسوع - الشخصية - مبدأ لوسيفر (Lucifer principle) أو مبدأ التحدي والإغواء الذي يواجه الجنس البشري، وعندما قدمت له فرصة السيطرة على العالم بأكمله، وفرصة الحصول على كل ما يمكن تصوّره، هل شعر بالإغواء؟ نعم، شعر بالإغواء. لو لم يشعر يسوع بالإغواء، لما كان لخياره مثل هذه القوّة. لو لم يكن في الكفّة المقابلة لمسار المجد الروحي الذي اختاره يسوع، خيار آخر ذو قوّة جذب مماثلة، لما استمدّ من خياره كل تلك القوّة. لا يمكن كسب القوّة الحقيقية عبر خيارات لا تتطلّب منك أن تتخطّى ذاتك.

عندما تختار الروح المسار العمودي، وتختار التطوّر بوعي عبر الخيار المسؤول، تصبح قادرة على التحرّر من سلبياتها الذاتية، وتسعى إلى القوّة الحقيقية. وتواجه وتتحدي سلبياتها، والنيات غير الواعية التي تعود إلى الجوانب المتصدّعة من شخصيتها. وفيما تصبح الشخصية واعية، وتتطوّر لكي تتحرّر من قيود الحواس الخمس، وتصبح متناغمة مع ذاتها، يعلو مستوى التواتر في وعيها وتصبح متكاملة. وفيما تتلاشى المستويات السلبية لديها، يصبح وعيها على مستوى أعلى من الشفافية. ويصبح باستطاعتها أن ترى ذاتها وترى المحيطين بها بحسّ من الرحمة والوضوح، والحكمة النابعة من روحها.

عندما تختار الروح المساهمة الواعية على مستويات من التفاعل أكثر شمولية، تصبح قادرة على المساهمة مباشرة في تحرير عائلتها، ومجتمعها، وأمتها من التيارات السلبية الموجودة والناشطة فيها. ولكنها تتعرّض أيضًا لخطر التلوّث بهذه التيارات. وبكلام آخر، فإن الروح التي تسعى إلى خلق وعي أفضل على مستويات أشمل من التفاعل الانساني تتعرّض لخطر التلوّث بالخوف، والغضب، والأنانية على هذه المستويات.

وتتعرّض الأرواح العظيمة، كروح غاندي مثلاً، لخطر التلوّث بشدّة. وعلى مستوى التواصل بين الأرواح، لا تعالج الروح العظيمة خوفها الذاتي فحسب، بل تأخذ على عاتقها مسؤولية تطوّر الخوف الجماعي في الجنس البشري. غير أن تعرّض الروح للتلوّث على هذا المستوى الكبير يتيح لها في المقابل إمكان التخلّص من الخوف على هذا المستوى الجماعي أيضاً.

يرمز وعي الروح العظيمة إلى الوعي الأوسع، الوعي الكلي (macroconsciousness) الذي يحمل أسباب الخوف والقيّم والذنوب ذاتها. وذلك الوعي الكلي قد يكون الوعي الجماعي للولايات المتحدة، أو لروسيا، أو لإثيوبيا. والأرواح التي تؤلف هذا الوعي الجماعي تكون في حوار مستمرّ معه. والروح العظيمة هي ذلك الانسان الذي أخذ على عاتقه مهمّة التغيير. لو استطاع هذا الانسان تخطّي الخوف والتصرّف بشجاعة، تعمّ فائدة ما يفعله على الجماعة بأسرها، فيشعر كل الناس فجأة بقسط أوفر من الشجاعة في حياته، على الرغم من عدم معرفته لماذا، ومن أين يأتي هذا الشعور.

لا تنجز جميع الأرواح المهمّات التي أرادت إنجازها. وإن تنظر إلى من هم في مواقع التأثير الكبرى على كوكبنا، يمكنك ملاحظة مدى نجاحهم أو فشلهم في مساعدة الإنسانية على التقدّم عبر الخيارات التي اتخذوها. بعضهم اختار الاصطفاف كالتماثيل في خطّ واحد مع الوعي المحتضّر للإنسان المقيّد بحواسه الخمس، والذي طالما كان جزءاً من الوعي الجماعي لسائر الشعوب. لقد اختاروا تمثيل نظام في طور الانحلال، وهكذا فإن أنظمتهم تتعرّض للانحلال أمام أعينهم. والفساد يعمّ زملاءهم ومعاونيهم، ويعمّ حكوماتهم.

تمثّل هذه الأرواح شكلاً من القوّة لم يعد فاعلاً، ولكنهم يحجمون

عن فهم هذا الواقع. فتراهم يجذبون نحوهم أصحاب الوعي المتراصف رمزياً مع وعيهم من مناظير العقائد المشتركة بينهم. لقد اختاروا السير بحسب أنماط الخوف والأناية. وتبرز عبر مواقفهم وسلوكياتهم أزمات جنون العظمة وجنون الشك والارتياب، فتجذب إليه حكوماتهم، وأفراد جيشهم المصابين مثلهم بجنون الرغبة الدافعة إلى تدمير الحياة، وكأن تدمير الحياة هو الطريق إلى خلاص العالم، وهو ليس كذلك بالطبع.

وعبر القرارات التي اتخذتها، رفضت هذه الأرواح الاعتراف بأن الأشكال السابقة للقوة، وتصوّر القوة على أنها خارجية، هي مسلمات بالية لم يعد مقبولاً بها على الأرض. ومع ذلك، فإن التطور من القوة الخارجية إلى القوة الحقيقية يحدث حالياً وبزخم عظيم. ولذلك فإن القرارات التي يتخذونها لا تؤثر سوى على أشكال وكيفية حدوث هذا الانتقال. ولقد اختاروا مسار الخوف والشك، والرعب والألم.

والفارق بين الروح العظيمة التي تتراصف مع قيم الانفتاح والنمو والتوافق، والتي تتفوق على الخوف في وعي ذاتها وفي وعي مجتمعها، والروح التي لا تفعل، هو أن تلك التي تختار الانفتاح تتمتع بمستوى أكبر من الشجاعة الفاعلة، ومن بُعد النظر والحكمة، فيما تعاني الأخرى من الضعف المتزايد تحت تأثير الخوف الجماعي. وهكذا، في خيار بعد خيار، وبعد خيار، وفي مواقف سلبية بعد أخرى، تولد إلى الوجود شخصية مثل هتلر. روح هتلر كانت تتمتع أيضاً بإمكانيات القوة العظيمة.

كل روح تأخذ على عاتقها بوعي مهمّة أن تحمل إلى مستوى التفاعل الانساني الحب والرحمة والحكمة التي اكتسبتها، فإنها تحاول عبر طاقتها الخاصة تحدي أنماط الخوف التي تعاني منها الجماعة. هذا هو النموذج البدئي الذي أرسى المعلم يسوع قواعده للبشرية. إنه النموذج الذي جسده يسوع في حياته وفي أسلوب عيشه. لقد خلص اللاوعي

الجماعي من الأنماط «الكارمية» السلبية المتراكمة حتى ذلك الزمن. كل روح عظيمة تتخذ لذاتها مثل هذا النمط - نمط أن تأخذ على عاتقها وعبر قوّة وعيها مهمّة إجراء التحوّل في الجماعة.

عندما تسعى الروح إلى القوّة الحقيقية، وتختار بوعي مهمّة أن تحمل هذه القوّة إلى محيط التفاعل الذي تتحرّك في نطاقه مع أرواح أخرى، فإنها تدخل في هذه الدينامية. إنها تحفّز نظام الطاقة الجماعية على وعي القوّة الحقيقية، وتشرع من خلال هذه القوّة في تحقيق عملية التحوّل.

من هنا، لا يقتصر تأثير تطوّرك في اتجاه القوّة الحقيقية عليك وحدك. فكّلما ارتفع تواتر نور وعيك، وكلّما استطاع وعيك أن يكون مرآة لوضوح القوّة الحقيقية وتواضعها وتسامحها وحبّها، كلّما اتسعت دوائر تأثيره على من حولك. وكلّما ازداد حجم الإغواء الذي يواجهك، كلّما ازدادت قدرتك على تحقيق خيارات مسؤولة. وكلّما انتشر نورك، وتضاعفت قوتك بفضل الخيارات المسؤولة، كلّما ازداد النور وتضاعفت القوّة في العالم⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل الحادي عشر.

الفصل الثاني عشر

الأرواح

لكل إنسان روحه. والرحلة إلى موطن الروح الفردية هي ميزة تميّز بها مملكة الانسان عن مملكة الحيوان وعن مملكة المعادن. والإنسان وحده يمرّ بتجربة الروح الفردية، ولهذا يتمتع بقدرات خلاقية كبرى.

تمر الأرواح بدرجات من الوعي. الحيوانات مثلاً لا تتمتع بأرواح فردية بل بأرواح جماعية. يشكّل كل حيوان جزءاً من روح جماعية. كل حصان هو جزء من روح الحصان الجماعية، وكل هرة هي جزء من روح الهرّ الجماعية. والروح الجماعية تختلف عن الروح الفردية.

فكّر مثلاً بروح الجاموس الجماعية. هناك روح جماعية ذات قوة لا شخصية ضخمة تدعى «جاموس». ووعي «الجاموس» نطاق ضخم وتمدّد من طاقة لا شخصية وموجود ببساطة على مستوى دينامية الطاقة، وليس على مستوى ذاتي فردي. هذه الطاقة تتحرّك باستمرار، أما لو ارتفع مستوى تواترها فقد يصل بعضها إلى المستوى التالي الأعلى في عالم الحيوان، كما وقد تستقبل تواتراً يأتي إليها من المستوى الأدنى،

بحيث إن روح الجاموس الجماعية تستمر في الوجود. إنها روح جماعية وليست فردية. لا توجد أرواح جواميس فردية في الكلّ الجماعي. هناك نظام طاقة روح واحدة فقط، ولا وجود للذاتية الفردية. والسلوك في الروح الجماعية غرائزي بحت.

تخيّل مثلاً مصبّ نحر المسيسيبي. وتخيّل أنك تسير صعودًا فيما يضيق مجرى النهر تدريجًا إلى أن تصل إلى نقطة واحدة فحسب، وهي نقطة القوة، أو النبع. مصبّ النهر الواسع والمفتوح يشبه الروح الجماعية. هكذا هي طبيعة الروح في مملكة المعادن ومملكة النبات ومملكة الحيوان. وبكلام آخر عندما تقول «هرّة» فكأنك تقول «روح هرّة»، وإن قلت «دلفين» فإنك تقول «روح دلفين»، وإلخ.

وفي داخل مملكة الحيوان هناك سلّم لدرجات الذكاء والوعي. ذكاء الحصان يختلف عن ذكاء الدلفين، ويختلف ذكاء هذا الأخير عن ذكاء الكلب. ووعي الدلفين يقترب من وعي القرد، ويقترب أيضًا من وعي الكلب، أما وعي الحصان فأدنى مستوى. هناك إمكان أن تتولّد روح إنسانية عبر تطوّر مملكة الحيوان كطاقة جماعية نابغة من الروح الحيوانية.

كيف يحدث هذا الأمر؟

تتطوّر روح الدلفين مثلاً عبر كل دلفين بمفرده. والتقدّم الذي يحرزه دلفين معيّن يساهم في تقدّم روح الدلفين الجماعية. وتقدّم الجماعة يعتمد على تقدّم الدلافين الفردية. والآلية عينها تحدث في مملكة الانسان. كل تقدّم يحرزه أحدنا يساهم في تطوّر الروح الإنسانية الجماعية - ما نسّميه اللاوعي الجماعي. وبهذه الطريقة يتمّ التطوّر في جنس الدلفين مثلما يتمّ في سائر الأجناس.

لنقل على سبيل المثال إن وعي روح الكلب يقلّ بنسبة عشرين في المئة عن وعي روح الدلفين؛ أو إن ذكاء الكلب يقل بنسبة عشرين في المئة عن ذكاء الدلفين. لو أنتجت روح الكلب الجماعية نور وعي عالي التواتر من حيث تموجاته، يصبح هناك إمكان أن يرتفع هذا الوعي من وعي روح الكلب الجماعية ليتقدّم ويدخل إلى روح الدلفين، وبالطريقة ذاتها يمكن لأرواح الناس أن تصدر عن الطاقة المتقدّمة لروح الدلفين الجماعية، أو روح القرد الجماعية، لتبدأ عملية تطوّرها في مسار الروح الإنسانية.

كلّ بشري يملك روح فردية. إنك نظام طاقة فردية، وجزء من الكل (micro of a macro). ومن حيث كونك جزءاً من الكلّ، فإنك تملك مجمل قوّة الكلّ بمعيار يناسب شكل الطاقة الفردية. ليس الحيوان جزءاً من كلّ. لا تملك الهرة مثلاً أرواحاً فردية، أو طاقة الذات. إنها المظاهر المادّية لنظام كلّيّ ضخّم وليس أكثر. أما أن بعض الهرة يغلب عليها الخوف فيما يميل بعضها الآخر إلى المداعبة، فذلك يعود إلى أن مئات ملايين التواترات المختلفة تتقاطع في روح الهرة الجماعية.

لا تتطوّر الحيوانات عبر الخيار المسؤول كما نفعل نحن البشر. إنما تعلق تواترات نور وعيها مع قوّة تطوّر روحها الجماعية. وهذا لا ينفي قدرة الحيوان على القيام بأعمال تنمّ عن محبّة. لناخذ مثلاً حادثة يضحّي فيها الحيوان بروحه من أجل حماية الانسان. إنه عمل تضحية بالحياة لا يقلّ اعتباره عن عمل تضحية بالحياة من أجل هدفٍ سام قد يقوم به الانسان، وذلك لأن الحيوان يعي في تلك اللحظة أنه يتخلّى إرادياً عن حياته، وهذا يشكّل بالنسبة إلى الحيوان ارتقاء أو تدرّجاً قد يصل به إلى التجربة الإنسانية، أو إلى المستوى الأعلى التالي.

يمكننا ملاحظة طبيعة روح جماعية من خلال مظاهرها. تعبّر الدلافين

مثلاً عن طبيعة روح الدلفين. والأمر سواء بالنسبة إلى الجنس البشري،
فطبيعة الروح البشرية تبدو من خلال طبيعة البشر.

يشارف جنس الدلفين على الانقراض، وتشارف روح الدلفين على
مغادرة الأرض. والدلافين تمارس عملية القضاء على ذاتها، إذ تسبّب
في حدوث أمراض تنفّسي في ما بينها. هذه طريقتها في رفض استمرار
حياتها على الأرض. تغادر الدلافين الأرض بسبب شعورها بالعجز عن
تحقيق الهدف من وجودها. لا يعدّ موت الدلافين انتحاراً لأنه لا يحدث
بسبب الخوف، بل بسبب الإفلاس والإنهاك.

وطبيعة روح الدلفين تظهر عبر الدلافين التي تتولّد لكي تبثّ الحب
والحيوية والإبداع في المحيطات. ولكي تمدّ عبر حركتها جسوراً من
الفرح والحب والذكاء ما بين العالم المائي وعالم الانسان. ولكنها لا
تفلح في إنجاز هذا الأمر. والانسان يتعاطى مع روح الدلفين بوحشية.

كم تتعذّب روح الدلفين! حريّ بالانسان أن يشعر بالأسى إزاء هذا
الأمر. وحريّ بنا في هذا الوقت أن ننظر بجديّة وعمق إلى أنماط السلوك
والقيم التي تترتّب على تصوّرنا للقوّة على أنها خارجية. لقد حان الوقت
لكي نشارك روح الدلفين حزنه، ونحاول التخفيف عنه.

إن كنت ترغب في التخفيف عن روح الدلفين، تصوّر أنك تتحرّك
بوعي الدلفين في أعماق المحيط، وفي أحضان المياه اللطيفة الدافئة.
وما أن تشعر كأنك أصبحت جزءاً من المملكة المائية، باشر إلى إرسال
أفكارك في اتجاه تلك المخلوقات الصديقة التي تسكن في أعماق
كوكبنا. تصوّر أنك ترسل إليها حبّك فيما هي تتابع طريق التطوّر وتغادر
مدرسة الأرض؛ تصوّر أنك تشاركها حزنها، مع أنك تعلم أنها مثلك لا
تموت وستبقى في الوجود. أرسل إلى الدلافين هذه الأفكار ودعها تعلم
أنها ليست ذاهبة من دون أن تحظى بفهم الانسان لها. دعها تسمعك
تقول: «أنا أفهمك.»

لأن القيام به قد يسبغ على هذه الرحلة الحزينة قيمة معينة. تتشكل الأرواح الفردية بطرائق متعددة، ومنها طريقة التقدم من مملكة إلى مملكة أخرى عبر سلسلة التطور في قريتنا العالمية. ولكن لو اختارت روح لم تكن سابقاً على كوكبنا الدخول في التجربة الإنسانية، لن يكون إلزامياً عليها المرور في سلسلة التطور عبر ممالك المخلوقات. بل يمكنها اختيار الحالة الأكثر ملاءمة لها في العالم المادي.

ربّ أرواح لم تمرّ قطّ في التجربة الإنسانية. عندما نتحدّث عن أرواح تدخل إلى العالم المادي لكي تحقّق الشفاء، ولكي توازن طاقتها وتسدّد الديون المستحقة عليها بفعل قانون كارما، نتحدّث عن تطوّر الحياة كما نعرفها على الأرض. ولكننا لا نتحدّث في هذا الاطار عن مجرّات أخرى، أو عن أشكال أخرى للحياة غير الأشكال المادية التي نعرفها. تجربة اتخاذ الشكل المادي ليست دائماً لزومية من أجل تحقيق بعض أشكال التقدّم؛ ولكنها تلقى تشجيعاً في حال لزومها.

عندما تصل الروح إلى حيث لا تعد التجربة المادية مفيدة لتقدّم وعيها، فإنها تختار بالتالي التعلّم في العالم اللامادي. قد تختار مثلاً التعلّم عبر تأدية دور المرشد اللامادي. تتشكّل كل روح إنسانية فردية جزءاً من الكلّ الذي هو الروح البشرية. ولكن الروح البشرية ليست جزءاً من كلّ. وبكلام آخر ليس هناك وجود روحي إنساني أوسع من الروح البشرية. بعد الروح البشرية، تأتي التجربة العليا. إنها تجربة التقدّم نحو مستويات من النور لا تتعلّق بالجنس البشري.

المعلمون اللاماديون الذين نعلم باهتمامهم يتمون إلى هذه المستويات من النور. وبالتالي، فإنه من غير الملائم تصوّر وجودهم

كديناميات شخصية. بل من الملائم اعتبارهم حالات من الوعي غير الشخصي، لأنهم كذلك، ولأنهم من عالم لا يمكن فهمه انطلاقاً من المعطيات الإنسانية. فإنهم على وجه المثال لا يعانون من التصدّع في الشخصية مثلنا، وليس لديهم جوانب من ذاتهم في الظلّ، إذا جاز التعبير. هل لدى الملاك روح؟ الملاك هو روحه. إنه كمال روحه.

وهذا هو الفرق بين الوجود المتكامل، وبين من يسعى وينمو في اتجاهه. والثائية موجودة على مستويات معيّنة وليس على مستويات أخرى. والثائية هي دينامية تفيد هدف التعلّم. إنها تنبع من إيقاعه ومن ضغوطه، وليست موجودة على مستوى آخر يتخطى مستوى التعلّم والنمو. أنت تعيش في ثنائية، ولكن هذا الأمر لا ينطبق على معلمك اللاماديين. الأرض ليست موطنهم؛ إنهم المعلمون في فلك عالمنا ولكنهم ليسوا من عالمنا. لا ينتقل معلمك اللامادي إلى هذا العالم، أو يصبح جزءاً منه، عندما يوحى إليك بتوجيهاته، مثلما لا يحتاج الأهل لكي يتحوّلوا إلى أطفال بغية أن يتمكنوا من تعليم أطفالهم. ليس هذا الأمر ضرورياً. ولكن هذه المرحلة من التطوّر في حياة الطفل تجري تحت منظار الأهل، وهي ببساطة الدينامية الطبيعية للتطوّر.

مصيرنا أن نتطوّر ونتخطى الطبيعة الثنائية. الثنائية موجودة في نطاق المكان والزمان. وعندما يتطوّر الانسان إلى خارج هذا النطاق، ويغادر الجسد المادي ويعود إلى موطنه، إلى عالم حقيقته اللامادية، لن يكون موجوداً في حالة الثنائية. ومشاعر الغضب أو الحزن أو الخوف التي قد ترافقه على الأرض تتلاشى حينذاك. لا قوّة أو دور لمثل هذه المشاعر في العالم الذي يخلو من الثنائية حيث الكمال في كل شيء. عندما تغادر شكلك اللامادي، تصبح في الحقيقة اللامادية الملائمة لمستوى تواتر النور الذي تكون عليه في الوقت الذي تغادر فيه جسدك.

توجد أشكال عدة من الحياة المتقدمة على حياتنا. وهناك بالمعنى الحرفي للكلمة ملايين من الخيارات. وهناك أشكال من الحياة في عدد كبير من المجرات، وملايين أو مئات الملايين من الكواكب الأخرى المأوى بالحياة. ولا يخلو كوكب بينها من مستوى معين من الوعي الناشط الذي يشبه شكل الوعي الإنساني أحياناً، ويختلف عنه كثيراً في أحيان أخرى، ولكنه الوعي الذي يحمل المعنى المقصود بهذه اللفظة.

ويوجد العالم الذي يشار إليه بلغة الغرب الدينية بتعبير «موطن الملائكة». إنه عالم كائنات تختلف من حيث مستويات تواتر نورها، وصفات وعيها، ويتفاعل العديد منها مع سكان الأرض ويساهم في إرشادهم. لا يمكن فهم هذا العالم من منظور الحياة الإنسانية، ولكن لا بدّ من وجود قوى تساعد في حفظ توازنه. ويستمرّ التطور على هذا المستوى على الرغم من تصوّرنا بأن الملائكة تنعم بالاكتمال والانسجام. قد نذهب إلى القول إن الملاك هو قوّة وعي تطوّرت لتصبح في مستوى تعليمي ملائم لمخاطبة سكان الأرض، وربما كانت جزءاً من التطور الذي يجري على الأرض، أو في كواكب وأشكال أخرى من الحياة.

موطن الملائكة، إن جاز التعبير، هو ذلك النطاق من أشكال الحياة اللامادية الموجودة داخل، وتحت، وفوق مستوى تواترات النور الملائكية. تتابع الملائكة طريقها في مسار التطور، وكذلك يفعل آخرون في ذلك العالم، وكذلك أيضاً تفعل مستويات الوعي العليا التي ينتمي إليها المعلمون، ومنهم هؤلاء الذين حملت بعض الأديان الأرضية أسماءهم. التطور يستمرّ في ذلك العالم ولكن في جوّ من الكمال الذي يخلو من تجربة اندماج الوعي في المادة كما هي الحال في مدرسة الأرض.

هل ينطبق قانون كارما على الكيانات اللامادية؟

يتسم قانون كارما بسمه الكونية بمعنى أن كل أشكال الحياة الموجودة في الكون مسؤولة بطريقة أو بأخرى عن تولّد هذه الطاقة. ولكن لا يمكن فهم قانون كارما في العالم اللامادي بمقاييس العالم الإنساني. لا تواجه الملائكة العوائق التي نواجهها. الفارق بينها وبيننا هو وجود العائق. لذلك، تبيّن الملائكة أمورًا لا نبيّنها؛ ولا تتسبّب في تولّد طاقة كارما التي نولّدها. فالملاك يتمتع بمستوى من الرؤية والمعرفة يؤدي إلى تفادي حدوث بعض الأمور بفضل عمق علمه المرتبط بدرجةه في سلّم الخلق.

قد ينطبق قانون كارما العظيم على عالم الملائكة لأن الملاك يملك ما ندعوه «الإرادة». غير أن الملاك لا يعاني من القيود التي تكبل التجربة الإنسانية؛ فهو لا يخاف الموت لأن وجوده غير جسدي. ولا تقتصر ميزاته على عدم خوفه من الموت، بل تتضمن كل ما يرافق ذلك؛ إنه لا يقع في الشك، ويرى ويعيش في النور. ولذلك فإن العناصر التي تشترك في أسباب تولّد طاقة كارما في التجربة الإنسانية ليست جزءًا من حقيقته الشخصية. الملاك يملك إرادة، ولكن لا يمكن وصف الأسباب التي قد تؤدي إلى توجيه إرادته في اتجاه خاطئ، لو افترضنا وجود مثل هذه الأمر في عالم الملائكة، أو في اتجاه سلبي. من ناحية معينة، يمكن القول إن الملائكة قطعت في تطورها المرحلة التي تستوجب تعرّضها للامتحان؛ وبالتالي، نستنتج أن قانون كارما لا ينطبق على الملائكة.

وهناك أيضًا وجود لمستويات أخرى، وهي الأرواح التي تغادر جسدها وإنما تبقى مشدودة إليه، وتبقى في محيط قريب جدًا من الأرض. لا تسلك هذه الأرواح رحلة العودة إلى ذاتها العليا، بل تبقى معلقة في حالتها اللامادية الفردية، في موضع قريب من الأرض.

تخيّل أن شخصيتك، ومواصفاتك، وجزءًا من ذاتك اللامادية، ترغب في البقاء على ما هي عليه ولا ترغب في متابعة مسار التطور بعد الموت. يشكّل هذا الأمر عائقًا دون عملية تخلّص الروح من جوانب وأوجه الشخصية، فيؤدّي إلى الاحتقان والاهتياج الشديد في نظام الطاقة. هذا ما يحدث عادة عندما لا تتمكّن الروح من القبول بوجوب الانتقال والتخلّي عن تقمّص معين. تتمسّك الروح بالشخصية في بعض الأحيان لأنها تتمسّك بقوة هذه الشخصية، وبالنجاح الذي حققته في حياتها.

والاحتقان الذي يحدث في مثل هذا المسار من التطور يولّد الظاهرات التي نشير إليها بعبارات «النفوس الشريرة، أو الأرواح، أو الحلول في جسد آخر». تختار هذه النفوس التعلّق بالأرض والبقاء في حقل من الطاقة قريب منها. هل تلك النفوس شريرة؟ إنها سلبية بالطبع، ولكن مسألة الشرّ تبقى مختلفة. هل تشجع هذه النفوس الميول السلبية؟ نعم، وذلك بسبب قانون الجذب المعروف؛ تنجذب طاقة هذه النفوس إلى قوى الطاقة التي تشبهها، أو إلى قوى الضعف التي تشبهها. في هذا النطاق، يمكن لهذه النفوس أن تولّد كارما سلبية إضافية لذاتها عن طريق تزكية الأحقاد والضغينة لدى الآخرين.

يمكن القول بإمكان الاستمرار في التطور خارج إطار قانون كارما، كما يقول البوذيون. ولكنهم يقصدون باللفظة «طاقة كارما الأرضية»، حيث نحظى دائمًا بفرصة الاختيار: «كيف نودّ أن نتعلّم؟»، و«أي مسار نريد؟». يشير البوذيون في كلامهم إلى الحياة على الأرض، وإلى التجربة الإنسانية القائمة على الخيار الإرادي الحرّ بين اليقين والشك، وبين الخير والشرّ، وبين الخيارات والثنائيات التي أبدعها جنسنا البشري. هذه هي طاقة كارما التي يشيرون إليها، وليست الأنماط «الكارمية» التي

تختفي من الوجود عندما لا تعود تحتاج، أنت كروح، إلى التعلم من خلال هذا العالم، عالم الثنائيات. وعلى الرغم من أن الملائكة تملك إرادة فإنها لا تتسبب في تولّد طاقة كارما التي نعرفها لأن هذه الطاقة ليست جزءاً من عالمها. قانون كارما الذي نعرفه ينطبق على حالة اندماج الروح مع المادة، وليس على الروح خارج المادة.

العوالم اللامادية عديدة وليست كلّها ملائكية. فبالإضافة إلى عالم الأرواح الإنسانية التي غادرت أجسادها ولا تزال معلقة في محيط قريب من الأرض، هناك مثلاً الوجود الروحي اللامادي الموازي لممالك الطبيعة الأرضية. وهناك عوالم عديدة جداً من أشكال الحياة اللامادية. وفوق عالم الملائكة توجد عوالم تليها عوالم، وتليها عوالم أسمى من الذكاء التي قد ندعوها الله.

داخل الجنس البشري توجد درجات متفاوتة من وعي الروح. لا يتساوى الناس في ما بينهم من حيث وعيهم لأرواحهم. من هنا نطرح السؤال التالي: «هل يملك جميع الناس الإمكانية أو القدرات الكامنة عينها؟».

نعم وكلا. إنه سؤال معقد. لا يمكن الإجابة عنه من منطلق أنه من بين الأرواح الموجودة في نطاق واحد من التواتر، مثل مدرسة الأرض مثلاً، يتمتّعون بنوعية مشتركة من الوعي، ولكنهم لا يتساوون من حيث سعة وعيهم. لا يتساوى، بمعنى المساواة الذي نفهمه، من يتحلّى بنور الوعي ونفاذ البصيرة بغيره ممّن ليسوا كذلك. نعم هناك لا مساواة على هذا الصعيد. ولكن هذه اللامساواة لا تبقى على حالها. إنها تشير فحسب إلى مستوى موقت من الزخم والنشاط في مسار التطور.

نقول أحياناً إن ليس للروح بداية ولا نهاية، ونقول في المقابل إنّ هناك أرواحاً أقدم من غيرها. والقولان صحيحان. جميع الأرواح تأتي

مباشرة من قلب الله، ومع ذلك لا نفقه كيف يمكن أن تأتي كل روح إلى الوجود بمفردها. من الصعب جدًا أن نتوصل إلى الحل لهذه الإشكالية لو تمسكنا بالمنحى الفكري القائل بوجود «نقطة البداية».

كل ما هو في الوجود يمكن أن يتشكّل في قطرات فردية من الوعي. وبما أنك تشكل جزءًا من الكلّ، فإنك موجود منذ الأزل، ولكن كانت هناك تلك اللحظة التي شهدت تشكّل تيار الطاقة الفردية الذي هو أنت. تصوّر أن المحيط هو الله، الموجود منذ الأزل. وتصور أنك تمدّ يدك وتملأ كوبًا من هذا المحيط. في هذه اللحظة، يكتسب الكوب صفته الفردية، ولكنه في الوجود منذ الأزل. وهذه هي حال روحك. كانت هناك لحظة أصبحت فيها كوبًا من الطاقة، ولكنك من ذلك الكيان الأبدي السرمدي.

إنك موجود منذ الأزل لأن حقيقتك هي الله، أو الذكاء الإلهي. غير أن الله يتخذ أشكالًا فردية، ويحصر قوته في قطرات، أو في أجزاء صغيرة جدًا من الوعي الفردي. إنها عملية حصر ضخمة لحجم القوة ومع ذلك تبقى مواصفاتها مطابقة في الجزء لما هي في الكلّ. فهي تبقى أبدية، ومبدعة، ومعبرة بالقدر ذاته؛ ولكن طاقتها فمصغرة لتناسب قالبها الصغير. وكلّما ازداد هذا القالب قوّة، ووعيًا لذاته، توسّع وشابه الله أكثر فأكثر إلى أن تتحقّق ذاته الإلهية في الله.

هذه العملية توازي العملية التي تقوم بها شخصيتك، المنبثقة عن روحك، عندما تتوسّع في ذاتك العليا، ومن ثمّ تكتسب قوّة الروح التي في داخلك. وتوازي أيضًا العملية التي تقوم بها شخصيتك بذاتك العليا عندما تعود إلى الاندماج في كليّة وقوّة روحها بعد مغادرة الجسد. ومن حيث إنك روح فردية، تبقى روحًا فردية. إنك في الآن عينه، وجود فردي، ووحدة متّحدة في الوجود الكلّي.

الوحدة الفردية في التطور هي الروح. قد تكون هذه النظرة جديدة بالنسبة إلينا كجنس بشري، لأننا لم نكن نعي وجود الروح من قبل. نتحدث في أفكارنا الدينية عن وجود الروح، ولكننا لم ننظر حتى الآن بجديّة إلى دور الروح في تجربتنا اليومية وفي أفراحنا وآلامنا وأحزاننا وفي كل ما نفعله وبصنع حياتنا.

لم نلتفت إلى حاجات الروح. لم ننظر في ما تتطلبه الروح لتنعم بالسلامة. لم ندرس طبيعة الروح ولم نسعَ لكي تتمكن من تحقيق التطور والتوازن السليمين. ومن منطلق ارتباطنا سابقاً بقيود الحواس الخمس، كان اهتمامنا مركّزاً على محوري الجسد والشخصية. لقد حققنا كمّاً واسعاً من المعرفة المتعلقة بالجهاز المادي الذي تتقمّص فيه الروح عندما تبدأ رحلة جديدة على الأرض. وبتنا نعلم الكثير حول الحوامض الأمينية، وعن الموصلات العصبية، وعن الكروموزومات، والإنزيمات، ولكننا لا نعرف الكثير عن الروح. لا نعلم كيف تفيد هذه الوظائف الجسدية الروح، أو كيف تتأثر بها.

نسعى إلى معالجة اعتلال الجسد عن طريق التحكم بالأجواء المحيطة به على مستوى الخلايا. وبكلام آخر، فإن طريقتنا في علاج الجسد تنطلق من تصوّرنا للقوّة على أنها خارجية. يمكن لهذه الطريقة أن تساعد في علاج الجسد، ولكنها لا تعالج، ولا تتمكن من تقديم العلاج على مستوى الروح.

تأمل في أن الأطباء الذين تدرّبوا على العلاج بهذه الطريقة تعودوا استخراج علوم الحياة من المادّة الميتة. يتوخّون المعرفة بشأن الحياة عبر تشريح الجثث. كيف يمكنهم رؤية الروح عبر تلك المادّة الخالية منها. وعندما يتطلّع الباحثون في دراسة هذه المجرّة الواسعة، ولا يجدون حياةً عليها، فذلك لأنهم مقتنعون بأن المجرّة بأسرها لا تتضمن

حياة، ولأنهم يفتشون بالتحديد على شكل الحياة الذي يعرفونه وليس سواه. وهكذا سوف يستمر جهلنا لأشكال الحياة الأخرى، ويبقى وجود أخوتنا وأخواتنا في سائر المجرات خافيًا علينا إلى أن نتوصل إلى القناعة بأن الحياة موجودة في كل ما هو موجود، وإلى أن يتبنى العلم مبدأ أن الوجود والحياة مرادفان. حيثنذ ننتقل في البحث عن فيزياء الروح. وندرس الحياة عبر الحياة وليس عبر المادة الميتة. ولا نحاول أن نبث في الحياة ذكاءً ومعاني عبر دراسة أشلاء إنسانية وحيوانية في المختبرات. سوف تبدو طريقة التعلّم هذه بدائية جدًا ذات يوم لأنها تفتقر إلى الوعي.

الجسد آلة الروح. ولو كان عازف البيانو مريضًا هل يساعد في الأمر إصلاح البيانو؟ الألحان التي تصدر عن الآلة الموسيقية لا تتوقّف فحسب على حالة الآلة بل أيضًا على حالة العازف. إن أراد العازف أن يلعب موسيقى حزينة، أو أن يلعب قطعة تضحّج فرحًا تكون آتته طوع يده. حتى ولو كانت الآلة مدوزنة ومصقولة فإنها لا تصدر ألحانًا سعيدة لو عزف الموسيقي عليها ألحانًا حزينة. وفي حالة روحك وجسدك، فإن روحك هي العازف، وجسدك يفرح أو يحزن بحسب ما تريده روحك. أما لو تغلب الغضب أو الحزن على الموسيقي تفكّك آتته وتنهار. ربّما يكون إصلاح الآلة ممكنًا ولكن الإصلاح على هذا المستوى لا يفيد في معالجة السبب الذي أدى إلى تفكّكها في بادئ الأمر.

بعد سنين عدة من حياتها مع زوجها العنيد والمتصلّب، شعرت سيدة أعرفها بأن حياتها الزوجية تكاد أن تخنقها، إذ تمنعها عن التعبير عن أعمق رغباتها، وتحّد من قدراتها الإبداعية. وفي صباح يوم ممطر، انحلت فرامل سيارة زوجها، وهي ضخمة من نوع «جيب» كانت مركونة على رأس منحدر حادّ قرب منزلهما، وصدمتها فتحطمت منطقة حوضها

وأوراها. نجحت الجراحة والأدوية الكيميائية في شفاء الكسور وتخفيف الآلام الجسدية، ولكن هل يمكن للجراحة معالجة الضرر الشديد الذي لحق بقدرات هذه المرأة الإبداعية - والمتمثلة هنا بجهازها التناسلي، أي الرمز المادي لقدرات الإبداع الأنثوي - التي تحطمت بفعل المظاهر الذكورية غير المضبوطة لدى زوجها - والمتمثلة هنا بسيارته الضخمة التي انزلت فوق جسد زوجته؟ هل يمكن للأدوية تخفيف آلام روح معذبة؟

هل من قبيل المصادفة أن يصاب أحد الناس بمرض في القلب، فيما يصاب آخر بالسرطان؟ وعلى الرغم من علاقة الحالة المرضية بعوامل عدة، مثل النظام الغذائي، والرياضة، وأسلوب الحياة، والاستعداد الوراثي، لا يمكن لهذه العوامل إخفاء حقيقة أن حياة بعض الأشخاص تنوء تحت ثقل شعورهم الدائم بالحسرة، فيما يسمح آخرون لتجاربهم السلبية أن تسيطر عليهم، وتنهش أجسادهم كفرائس حية. هل في إمكان الجراحة أو العلاج الكيميائي شفاء ذلك؟

ألا يشير تعدد مظاهر الاعتلال الجسدي إلى معانٍ أساسية؟ فالصحة بالنسبة إلى بعض الناس تتعلق بالقلب، أما بالنسبة لغيرهم، فتتعلق بما يمكنهم هضمه والتخلص من بقاياها في معرض حياتهم؛ وهي مسألة تختص بالرأس في نظر آخرين، أو بقدرتهم على السمع، أو على الرؤية، أو على التحرك بسهولة، أو على الوقوف، وباختصار، على قدرة الإنسان على التعاطي مع متطلبات عيشه. إنها المسائل التي تطرح وتؤخذ في الاعتبار بشكل مباشر وصادق في مواضيع الرعاية الصحية.

هذا لا يعني أنه من غير المقبول الاهتمام بالجسم وزيارة الطبيب في حالة المرض. ومع أن الأمور المادية لا تتساوى مع غيرها اللامادية من حيث درجة حقيقتها، فإنها انعكاس منخفض وكثيف للأمور الروحية،

وهي بالتالي جديرة بالاحترام. يحتاج الجسم إلى الراحة والرعاية، ولكن وراء كل جانب من الصحة الجسدية أو من المرض، هناك الدور الفاعل لطاقة الروح.

صحة الروح هي الهدف الحقيقي للتجربة الإنسانية.
وكل الأمور تسير في خدمة هذا الهدف⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل الثاني عشر.

القوّة

الفصل الثالث عشر

علم النفس

علم النفس أو علم السيكولوجيا تشير إلى معرفة الروح. وهو يعني دراسة النفس ولكنه لم يكن يوماً كذلك. علم النفس هو دراسة المدارك الذهنية والحسية وتأثيراتها. إنه في الواقع دراسة الشخصية.

ومن حيث إن علم النفس يركز على مدارك الشخصية المقيدة بالحواس الخمس، فهو غير قادر على التعرف إلى الروح. وهو لا يتمكن من فهم الديناميات التي تقف وراء قيم وسلوك الشخصية. وتاماً مثلما يسعى الطب إلى شفاء الجسد من غير أن يقرّ بطاقة الروح التي تقف وراء صحة الجسد أو اعتلاله ولا يتمكن بالتالي من علاج الروح، يسعى علم النفس إلى شفاء الشخصية من غير أن يقرّ بقوة الروح التي تقف وراء هيكلية الشخصية وتجاربها، فيخفق أيضاً في العلاج على مستوى الروح.

من أجل أن تعتني بفكرك وبجسدك، يترتب عليك أولاً الاعتراف بأن لديك فكراً وجسداً. ومن أجل الشفاء مباشرة على مستوى الروح، يترتب عليك أولاً الاعتراف بأن لديك روحاً. إن كان لديك روح، فهل هي ذلك

الفراغ الذي يحتلّ قفصك الصدري بحسب الميثولوجيا القديمة؟ إن كان جوابك كلا، وإن كانت روحك حقيقية وحيّة وذات قوّة وكيان، فما هو هدفها؟

من أجل أن تنعم بفكر منظم وسليم، وبقوّة ذهنية قادرة على الاستعانة بمجمل طاقتها عند اللزوم، فذلك يتطلّب منك أكثر من مجرد الإقرار بوجود الفكر. إنه يتطلّب منك أن تفهم كيف يعمل فكرك، وما الأمور التي يحتاجها، كيف يكتسب قوّة، وكيف يصاب بالوهن، ومن ثمّ تطبيق هذه المعرفة. كذلك، لا يمكن تقديم مساعدة واعية للروح في تطوّرها بمجرد الاعتراف بوجودها. من الضروري إذاً أن تفهم طباع الروح، وتتعلم ما يمكنها القبول به، وما لا يتلاءم مع حاجاتها، والأمر التي تدعم صحتها، وتلك التي تتسبّب في اعتلالها. من الضروري التأمّل في جميع هذه الأمور.

إلا أنه لم يتمّ بعد تطوير الوسائل التي تساعد في تحقيق هذا الأمر. لم نتوصّل حتى الآن إلى فهم منظم ومنهجي للروح. لا نعلم كيف تؤثر أنواع نشاطنا وسلوكنا عليها. وعندما نلاحظ خللاً في وظائف الشخصية، لا نفكّر إلى ماذا قد يشير ذلك في ما يخصّ الروح. ولكن الشخصية تمثّل جوانب من الروح محصورة في قالب مادي، وبالتالي لا يمكننا فهم أسباب الخلل الذي قد يطرأ على صحّة الشخصية من دون فهم الروح.

لا يمكن فهم مظاهر الخوف والغضب والغيرة التي تشوّه الشخصية من خارج الظروف «الكارمية» التي أوجبت وجودها. عندما تفهم حقّ الفهم بأن التجارب التي تمرّ بها لزوميّة من أجل توازن طاقة روحك، تصبح قادرًا على اختيار عدم التفاعل معها من منطلق شخصي، لكي تمنع تولّد كارما سلبية إضافية تثقل بها روحك.

الشعور بالألم من خارج فهم الهدف منه يبقى مجرد «شعور بالألم». ولكن أن تفهم أن شعورك بالألم يخدم هدفاً أكبر وذا قيمة، عندئذ يمكن أن تسمي الألم عذاباً. ولفظة «عذاب» تحمل كمّاً نوعاً من المعاني. يمكن أن تتحمّل العذاب لأنه وجد لأسباب معيّنة تستحقّ الجهد. وهل من شيء يستحقّ جهدك أكثر من تطوّر روحك؟

وهذا لا يعني أن تتحوّل إلى شهيد. عندما تفهم أنك وعبر الخدمة الواعية لتطوّر روحك تساهم بأفضل ما لديك في سبيل تطوّر عالمك، وتكون مساهماً واعياً في التحسّن والتطوّر الروحي لإخوتك الذين يشتركون معك في تجربة التعلّم الإنسانية. إن لم تكن رؤوفاً بذاتك، لا تكون رؤوفاً بغيرك، وإن كنت مهملاً لنفسك، تكون مهملاً لغيرك. أما الرحمة بنفسك، فهي وحدها تسمح بأن تكون رحيماً مع الآخرين.

إن كنت عاجزاً عن محبة ذاتك، لا يمكنك محبة الآخرين ولا يمكنك احتمال أن يتلقّى الآخرون الحب من أي مصدر كان. إن لم تتمكن من التعاطي مع ذات نفسك برأفة، ترفض هذا النوع من التعاطي إذا لاحظته لدى الآخرين. إن كنت تعجز عن حبّ ذاتك، يكون حبك للآخرين عمل شاقّ عليك، تخترقه بعض لحظات الارتياح القليلة أحياناً. وبكلام آخر، فإن حبك للآخرين، أو كيفية رعايتك لذاتك، هي الجرعة الدوائية التي تصنعها أنت وتقدّمها لنفسك وللآخرين في الآن عينه.

الأشخاص الذي يشعرون بأنهم يقدّمون كلّ ما لديهم للآخرين، ويشعرون وكأنهم يستشهدون في سبيل إسعاد الآخرين، قد يرون في عملهم شكلاً من أشكال الحب، ولكن الحب الذي يقدّمونه ليس نقيّاً لأنه ملوّث بالأسف الذي يشعرون به تجاه أنفسهم. شعورهم بالذنب وبخسارة القوّة يقف دون صفاء طاقة قلبهم ولذلك، وعندما تدرك عاطفتهم الشخص المتلقي، لا يشعر هذا الأخير بالارتياح، بل بعاطفة

مثقلة بمشاعر الحاجة التي لم يتمّ التعبير عنها؛ وهكذا يكون وقع حبّ هؤلاء على الطرف الآخر مكثلاً وثقيلًا.

إن كنت رؤوفًا ومتعاونًا مع ذاتك، وتعلم معنى أن تكون محبًا لذاتك، تنظر إلى الآخرين الذين يحتاجون إلى حبّك وتشعر بالسعادة عندما يتلقّونه. ولا يكون شعورك إذ ذاك شعور من يفضل على الآخر ويرأف به، بل شعور سعادة حقيقية. هذه طاقة الروح. إنها الإدراك الروحي. عندما تغيب الرحمة، وعندما تبرز مشاعر الغضب والذنب والندم والأسى، تبرز أيضًا الفرصة لشفاء الروح. ما علاقة هذه التجارب بصحة الروح، أو بغياب صحتها؟ كيف تتمتع الروح بصحة جيّدة؟

وجود علم النفس الروحي ضروري من أجل الإجابة على هذه الأسئلة. هذا العلم المتخصّص بالروح والذي يركّز فعليًا على روح الإنسان. التطوّر الإنساني وتطوّر الروح في المادة لهو من نوع خاص جدًا. وهو ليس وليد المصادفة ولا عشوائيًا، بل شديد الخصوصية. عندما لا تلقى بعض العمليات الضرورية لتمام وحدة الروح والمادة الاحترام الذي تستحقّه، ينتج عن ذلك انهيار الروح. حاول علماء النفس تفسير انهيار الروح على ضوء علم النفس. يمكننا الاستمرار في استخدام علم النفس. ولكن جدير بهذا العلم أن يتوسّع لكي يستوعب لغة الروح. ولا بدّ من أن تصبح لغة الروح لسانه الأصلي، إذا جاز التعبير. عندئذٍ يجري وصف أشكال الاضطرابات النفسية من منطلق كونها أشكال من التهشم الروحي.

التقمّص ودور طاقة كارما في نموّ الروح يحتلان مكانًا محوريًا في علم النفس الروحي. لا يمكن تقدير ميزات الشخصية، ولا الصفات التي تؤلّف اختلافًا بين شخصية وأخرى، من دون فهم طاقة كارما التي خلقت هذه الميزات. لا يمكن دائمًا فهم هذه الميزات على ضوء تاريخ

الشخصية بسبب إمكان أن تكون انعكاسًا لتجارب سبقت وجود هذه الشخصية بقرون عديدة في بعض الحالات. والمسألة إذاً لا تتعلق بتأثير الغضب، والغيرة، والمرارة، والأسى إلخ. على الشخصية، بل على الروح.

ليس فهم كل من الشخصيات والحيوات التي مرّت بها الروح لزومياً. الحيوانات العديدة جداً التي تحياها الروح لا تؤثر بدرجة متساوية على تطوّر كل شخصية من شخصياتها. ولكن إن لم تع تلك التجارب التي مررت بها في هذه الحيوانات، والتي تبرز من خلال الصعوبات التي تواجهها شخصيتك، لا يمكنك فهم أهمية ما تمّ شفاؤه عبر تجاربك، أو تلك الجوانب التي ما زالت تبحث عن الشفاء. لو كانت روحك مثلاً روح محارب روماني، أو روح متسوّل هندي، أو أمّ مكسيكية، أو صبيّ غجري، أو راهبة في القرون الوسطى، هذا من بين العديد من التقمّصات الأخرى، وكانت أنماط كارما التي أثرت على حيواتك السابقة ما زالت تؤثر على حياتك الحاضرة، لن تتوصل إلى فهم نزعاتك واهتماماتك، وسبلك في التعاطي مع الأوضاع المختلفة، إن لم تتوصّل إلى وعي تجاربك في تلك الحيوانات.

ربّما كانت الراهبة التي عاشت في القرون الوسطى قد طوّرت قدراتها الروحية وتوصلت إلى رؤية الملائكة، وفي ذلك إنجاز روحي عظيم. ثمّ يزورك معلّمك اللامادي عبر ذلك المستوى عينه من تواتر النور المرتفع، وتتلقّى ثمار حياة تلك الراهبة الملائى بالتأمل والكفاح والألم والشجاعة. ولعلّ ذلك المحارب الروماني في روحك لم يمت وقد تنتقل طاقته إلى جسمك فجأة وينمو لديك فضول يدفعك إلى تفحص آليات وقطع من الأسلحة العصرية.

هل تشعر بالنفور تجاه بعض الناس؟ هل كنت تشعر بميل إلى مهنة

الطبيب في طفولتك؟ هل تخاف من الأماكن الضيقة؟ لا يمكن دائماً تفسير مواقف سلوكية مثل هذه على ضوء التجارب التي مررت بها في حياتك. تقوم القوّة الشفائية في علم النفس على قوّة الوعي؛ وهي تتوسّل البحث، والمواجهة الشجاعة، واستخراج خبايا اللاوعي إلى نور الوعي الذي يفرض قوّته على الشخصية. لو بقي ذلك الجانب الذي يحتاج لأن يصبح واعياً، غير معترف بوجوده - مثل تجارب الحيوانات السابقة التي عاشتها الروح في أزمنة مختلفة وأماكن مختلفة - لن يكون الشفاء ممكناً.

هل انفصلت عن زوجك أو عن شريكك؟ هل قرّر زوجك أو شريكك الانفصال عنك؟ من المحتمل أن رويكما قد توافقنا على قاعدة من الرحمة والامتنان لكي تعيشا في هذه الحياة حالة مماثلة لحالة سبق وعاشتها في حياة، أو حيوات أخرى؛ حالة ما زالت تحمل إمكانية الشفاء لكليكما. من المحتمل أن تكون رويكما قد توافقنا على تحقيق التوازن المتبادل في الطاقة، بحيث أن يمرّ واحدكما بالتجربة ذاتها، أي تجربة الشعور بالخسارة التي فرضها على الآخر في حياة أخرى. من هنا، فإن الألم الذي يترتب على مثل هذه التجارب له مبرراته. ولا يخلو أمر أو حدث واحد في هذا الكون من الرحمة.

والداك هما الروحان الأقرب إليك في حياتك، وتأثيرهما عليك هو الأشدّ. تنطبق هذه الحقيقة حتى على بعض الحالات حيث الأمور قد لا تبدو كذلك، مثل أن تكون قد انفصلت عن أحد والديك، أو عن كليهما، ساعة ولادتك. توافقت روحك مع روحي والديك بشأن هذه العلاقة من أجل توازن الطاقة الذي يحتاجه كل منكم، ولكي تتولّد بينكم الدينامية المطلوبة لتلقي بعض الدروس التي يحتاجها كل منكم. لا يمكنك، إن لم تنتبه إلى التفاعلات «الكارمية»، وإلى تجارب الحيوانات الأخرى التي

عاشتها روحك، أن تفهم عمق الوعي الذي يمكنه أن يتحقق من خلال تفاعلك مع أبيك أو مع أمك، أو مع أختك أو أخيك.

البحث في موضوع الوحي وفهمه يشكّلان مركزاً محورياً في علم النفس الروحي. الوحي هو صوت العالم اللامادي. إنه نظام التواصل الذي يسمح للشخصية المقيّدة بحدود حواسها الخمس أن تتحرّر من قيودها، وتحوّل إلى شخصية غير مقيّدة بهذه الحدود. إنه خطّ الاتصال القائم بين الشخصية وذاتها العليا، ومرشديها ومعلميها.

لا يعير علم النفس اهتمامه إلى موضوع الوحي سوى من باب الفضول. وبالتالي فإنه لا يقرّ بالمعرفة التي تصل عبر الوحي ولا يتمّ تحليل هذه المعرفة فكرياً. الشخصية المقيّدة بحواسها الخمس لا تحلّل سوى المعرفة التي تجمعها وتثبت من وجودها عبر حواسها. فيما تكتسب الشخصية ذات الإدراك الموسّع المعرفة عن طريق الوحي الذي تتلقاه، وتتقدّم عبر تحليل هذه المعرفة تدريجاً لتصبح على خطّ منسجم ومتراصّف مع روحها. تتطلّب طريق الوعي المؤدية إلى القوّة الحقيقية الإقرار بالأبعاد اللامادية للإنسان وللروح، كما يحتاج إلى معرفة متنامية دوماً حول طبيعة الروح وحول الغاية التي تصبو إليها.

تكون الروحانية في صلب علم النفس الروحي، وفي مركز توجهاته. وتجري مقارنة أزمت العذاب الروحي بجديّة وموضوعية. ويفهم علم النفس الروحي ويتقصّى نشاط العلاقات الوظيفية بين طاقة كارما، والتقمّص، والوحي، والروحانية.

والروحانية هي ما يتّصل بوجودنا الأبدي وتطوّره. إنك مثلاً على تماس مع وحيك، ولكن روحانيتك لا تقف عند حدود شخصيتك أو عند نظام الوحي فيها. تحيط روحانيتك بكلية مسارك الروحي، فيما أن وحيك هو الطريقة التي تتواصل بها روحك مع شخصيتك لكي تقدّم

لها مثلاً المساعدة في وقت الشدة من أجل المحافظة على البقاء، أو الإلهام في الأعمال واللحظات الخلاقة. وحيك هو الطريق التي تسلكها عبر ذاتك العليا لكي تطلب أو تتلقى الدعم والارشاد من أرواح أخرى، ومن معلميك ومرشديك. وروحانيتك تتعلق بكل ما هو أبدي فيك. أما وحيك فيتعلق بشخصيتك، وعندما تفارق هذه الحياة فإنك تفارق نظام وحيك أيضاً لأن بقاءه يصبح غير ذي فائدة بعد موتك.

علم النفس الروحي هو دراسة منظمة ومنهجية لما من شأنه المحافظة على صحة روحك. وهي تحدّد تلك الأنواع من السلوك التي تتعارض مع الانسجام، ومع السعي إلى التكامل، وتكبّل طاقة روحك. وتراقب العوامل السلبية واسعة الانتشار والتأثير، وتعرّف إلى عددها وإلى فعلها في روحك.

أي أمر يسبّب انفصلاً داخل الانسان يهشم الروح ويفقدها بعض قوتها، ولكن يجب عدم الخلط بين هذا الأمر وبين مسألة أن الروح لا تموت (انفصال الروح عن الجسد بعد انتهاء حياة الشخصية لا يؤدي الروح). عندما تنحصر الروح لتمكّن من التقمّص في المادة، تبقى محافظة على طابعها المقدّس الأصلي. وهو نمط روحي وموجود في نظامها الوراثي الجيني، إذا جاز التعبير، يولد مع الانسان ويبقى حاضراً في حياته. ولكن ابتعاد سلوك الشخصية عن نمطها الموروث المقدّس يؤدي إلى الخلل في حياتها.

يضىء علم النفس الروحي على هذه الحالات التي تسبب تهشّم الروح. الأعمال الوحشية مثلاً تؤدي إلى تهشيم الروح الإنسانية. الروح لا تتحمّل الوحشية. ولا يمكنها تحمّل كم كبير من الألم واللاعقلانية. وهي لا تتحمّل الكذب - تأمل في ما يدور على الأرض من هذا القبيل - ولا تتحمّل عدم التسامح، ولا الغيرة والأحقاد. لهذه الأمور فعل الملوثات والسموم عليها.

عندما تنخرط الشخصية في هذه الأنواع من السلوك، تكون مثل من يعطي جسده جرعات متتالية ومستمرّة من السمّ القاتل. والأمر يبدو مطابقاً لذلك، إذ تعمل هذه الأنواع من السلوك على تشويه وتلويث وتهشيم قوّة الروح بالطريقة ذاتها. هذا التشويه هو الأسلوب الذي يحدث عبر الشخصية، وهي الوجود المادي والمنحصر للروح، وغايته تنظيف الروح ودعوة الأرواح الأخرى إلى الانتباه لما يجري وتقديم المساعدة.

يقع فهم هذه الدينامية في مركز علم النفس الروحي. إنه القاعدة التي يبنى عليها علم النفس الروحي من حيث إنه يدفعنا إلى عدم التعاطي مع الألم بالمحاسبة وإطلاق الأحكام، أو برّد فعل قد يكون قبيحاً. بل بالنظر إليه على أنه حالة من التهشم الروحي. بهذه الطريقة، نقبل بالأحرى على المساعدة من أجل الشفاء؛ ونتفادى نزعتنا إلى الهروب من مشهد قد يكون منقرّاً الروح مهشّمة!

لا تكون شخصية الروح المهشّمة واعية لما يحدث. هناك تفاعل مستمر بين شخصيتك وروحك. ولكن السؤال الذي يطرح هو: «هل أنت واع لوجود هذا التفاعل أم لا؟». إن لم تكن واعياً لوجوده، تراه يحدث بأسلوب غير مباشر. والأسلوب غير المباشر يعني أن تيارات التفاعل تجري عبر كثافة اللاوعي وعبر كثافة الشكّ. إن كنت واعياً للإرشاد الصادر عن ذاتك العليا، وأحسنت تلقيه، فإن استعدادك الحسن لتلقيه يسهل تدفقه بشكل فوري ومباشر.

إن كنت غير واع، وتنفي وجود مستويات عليا من الحكمة والإرشاد التي من شأنها تنوير حياتك، فإن الإرشاد لا يصل إليك سوى عبر كثافة الحوادث المادية.

يدخل الوعي إلى الشخصية غير الواعية غالباً تحت وطأة الأزمات.

عندما لا تكون الشخصية مشدودة إلى طاقة الروح النقية، وتكون منفصلة عنها، تنجذب إلى مغريات الحياة المادية. وهذا ما ينتهي دائماً بالشخصية إلى الوقوع في الأزمات، وذلك لأن تدفق القوة والإرشاد الضروريين لحياتها انقطع عنها. لا يمكن للشخصية غير الواعية لوجود مصادر الحكمة العليا في ذاتها، أو لتلك التي تنفي وجود هذه المصادر الاستعانة بالإرشاد المخصص لها، أو بالوحي، ولا بأي الآليات الارشادية المتوفرة لمساعدة البشرية. وبالتالي تكون أرضها خصبة لتفاقم الأزمات.

هل وجود الأزمات محوري من أجل تحقيق نموّنا؟ كلا. لقد تطوّر هذا النمط عبر الخيارات التي قام بها جنسنا البشري. لم يكن لزومياً أن يتضمّن مسار تطوّرنا نمط الأزمات. لم يكن لزومياً أن يتضمّن تجارب الألم وتبعاته، ولا تجارب العنف العاطفي أو الممارسات الجسدية الوحشية لكي ينمو. من معطيات النظام الإلهي أن يتوصّل جنسنا إلى الاكتمال عند مرحلة معيّنة من تطوره. أما كيفية تحرّكه وتعلّمه خلال مسار التطوّر، وكيفية استخدام الطاقة المتوفرة في مدرسة الأرض فقد ترك الخيار فيها للبشر. اختار البشر الشكّ لكي يكون معلّمهم الرئيسي، ودفَعوا بالتالي أنماط طاقة كارما السلبية إلى الحركة والتولّد.

وإذ قطع جنسنا مراحل من التطوّر، وإذ مرّ في كل تجارب الخوف والرغبة، واختبر جميع أشكال التعلّق بالمادة، أخذت خيارات معيّنة على الصعيدين الفردي والجماعي تبرز وترسم شكل المسار الذي سصبح مألوفاً جداً بالنسبة إلينا. وأصبح التيقّظ إلى حاجتنا إلى ملامسة ما هو أعظم، وإلى ملامسة نظام طاقتنا الروحية، طريقاً يسلكه كثيرون منا بعد المرور بتجربة الشعور بعجز القوة المادية عن الإحاطة بمعرفة هيكلية مدرسة الأرض، وقبل توصّل الروح إلى اكتساب القوة الحقيقية.

وبكلام آخر، فإن تيقّظ الشخصية لوجود الروح ولقوتها استوجب

أزمات مثل خسارة الشريك، أو موت الابن أو الابنة، أو الإفلاس في التجارة، أو أي وضع آخر يجعل الفرد يشعر بذهاب قوته. وما لا شك فيه أن مثل هذه المواقف تشكل أزمات كبرى بالنسبة إلى الإنسان المقيّد بحدود حواسه الخمس.

يهتم علم النفس الروحي بهذه الحالة عن طريق المقاربة المباشرة لمسألة القوة الحقيقية. ولقد حان الوقت لذلك، خصوصاً وأن البشرية تمر الآن في طور الانتقال إلى ما هو أبعد من الشخصية المقيّدة بالحواس الخمس، وإلى ما يتخطى التعلّم عبر معطيات الحواس الخمس عن العالم المادي الذي يمثل القوة الخارجية، وإلى الدخول في تجربة الإنسان الواسع الإدراك والمتحرّر من قيود حواسه، وفي تجارب العالم اللامادي، وفي الرحلة الواعية نحو اكتساب القوة الحقيقية عبر القيام بالخيارات المسؤولة بمساعدة المرشدين والمعلّمين اللاماديين.

والشخصية، حتى تلك المقيّدة بحواسها الخمس، ليست إيجابية ولا سلبية. إنها أداة للروح وجزء طبيعي من عملية التقمّص. تطوّر اكتشافات الحواس الخمس كان مفيداً في توسع القوى الذهنية، وملائماً لتحسين قدرة الجنس البشري على التعلّم عبر المادّة. أما السعي إلى حيازة القوة الخارجية فتمخّض عن الشعور بعدم الأمان، ولم يكن ذلك بسبب قصور الشخصية المقيّدة بالحواس الخمس، بل بسبب اختيار جنسنا سبيل التعلّم عبر الخوف والشك بدلاً من التعلّم عبر الحكمة.

الفرصة تُعطى الآن مجدّداً إلى جنسنا لاختيار كيفية تعلّمه وكيفية تطوره. إنه الوقت المناسب لنا كجنس بشري وكأفراد لكي نختار مجدّداً. إنها فرصتنا لنختار بطريقة مختلفة، ولنختار الحكمة هذه المرّة سبيلاً لتطورنا، ولتتبع المسار العمودي مسار الوضوح، ومسار النمو الواعي والحياة الواعية.

نقرب من نهاية طور من التطور خطّط له قبل بداية وجودنا بزمن طويل. عندما صمّمت مراحل تعلّمنا وتطوّرنا، جرى تصميمها من أجل إكمال دورات عظيمة في الكون؛ دورات عظيمة تعمل في داخل مجرتنا وفي غيرها. تجري هذه الدورات بأشكال مادية وبدرجات من السرعة لتحقيق غايات معيّنة ومنها توازن الطاقات.

والدورة التي نحن بصدد بلوغ نهايتها، ومن ثمّ بدايتها من جديد، تأتي في لحظة تنتهي فيه ثلاث دورات وتبدأ من جديد. تسير كل من هذه الدورات في داخل دورة أخرى. تمامًا كما يدور القمر حول الأرض وهي تدور حول الشمس، هكذا تجري دورات في داخل دورات. إننا مقبلون على نهاية دورة كبرى فلكيًا استغرقت ألفي عام، وحتى على نهاية دورة أكبر، حيث تلتقي نهاية دورة استغرقت خمسًا وعشرين ألف عام مع نهاية دورة استغرقت مئة وخمسة وعشرين ألف عام. لذلك نشهد الآن حدوث هذه الأمور في هذه اللحظة من تاريخ تطوّرنا. إنها تحدث بحسب الوقت الذي صمّم لحدوثها.

يجري الآن جمع كل ما هو سلبي في دورة الألفي عام المنتهية تقريبًا لكي يتمّ التخلص منه وتحويله، من أجل أن تبدأ دورة الألفي عام التالية، والتي ستزامن بدايتها مع بداية دورة الخمس وعشرين ألف عام التالية، ومع بداية دورة المئة وخمس وعشرين ألف عام التالية أيضًا، ومن أجل أن تبدأ هذه الدورات الثلاث معًا، بحلّة جديدة.

هذا هو كنه الحالة أو اللّحظة الحاضرة على أرضنا: ولادة فرص شديدة الاختلاف، فرص للتخلّي عن أنماط لم تعد لزومية. وكلّما كان أحدنا أكثر استنارة، وبالمعنى الحرفي، أكثر نورًا، كلّما اختار سبلاً مختلفة وجديدة.

يدعم علم النفس الروحي خيار التعلّم عبر الحكمة، وخيار التخلّي

عن الأنماط السلبية، وعن أنماط الخوف والشكّ التي لم تعد ملائمة لما نحن عليه الآن، ولما سنصبح عليه. يوضح علم النفس الروحي العلاقة بين الروح والشخصية، وأوجه الاختلاف بينهما وكيفية التعرّف إليها. إنه يبيّن التأثيرات التي يولّدها التفاعل بين الشخصيات من منظور ديناميات الطاقة اللاشخصية التي يحركها، ويشير إلى كيفية استخدام هذه الديناميات من أجل الشفاء.⁽¹⁾

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل الثالث عشر.

الفصل الرابع عشر

الوهم

كل تفاعل بينك وبين شخص آخر يشكل جزءًا من دينامية تعليمية مستمرة. في كل تفاعل بين شخصين يشكل الوهم جزءًا من دينامية التعلم. يسمح الوهم لكل روح أن ترى ما تحتاج إلى فهمه بغية تحقيق شفافها. وهو يبتكر الظروف والحالات الحياتية الضرورية لاكتمال جوانب الروح التي تحتاج إلى الشفاء، بطريقة أشبه ما تكون بالعرض السينمائي الحيّ.

والوهم جوّ تعليمي متصل بشخصيتك لأن روحك تتخلّى عنه بعد موتك وعودتك إلى موطنك الأصلي. ولكن الشخصية التي تعيش في الحب والنور، والتي تنظر بعينيّ روحها، إذا جاز التعبير، ترى الوهم ولا تدخل إليه. وهذه حال الشخصية ذات القوة الحقيقية.

والوهم شديد الالتصاق بحاجات الروح. وكل حالة حياتية تلبية حاجات كل الأشخاص المتفاعلة ضمنها. ليس من حالة تعيشها، أو لحظة واحدة، لا تخدم مباشرة وفورًا حاجة روحك إلى الشفاء وإلى

التقدّم نحو الاكتمال. والوهم الذي تعيشه روحك يتولّد من نياتها. وبالتالي فإن الوهم حيّ في كل لحظة لكي يتيح لك المرور بالتجارب الأكثر ملاءمة من أجل شفاء روحك.

والوهم طيّع ومرن. ولا يُقصد بهذا الوصف أن ما يتولّد داخل الوهم بمشاركة عدد من الأشخاص لا يتمتّع بوجود مستقلّ عن كل واحد منهم. بل المقصود هو أنه ليس من تصوّر لا يمكن علاجه، مثلما لا وجود لنية لا يمكن تغييرها أو استبدالها بنية أخرى. إن فهم كيفية تولّد الوهم، وكيفية عمله، والديناميات التي تحرّكه، ودوره في تطوّر الروح، يقع في صميم علم النفس الروحي.

يسمح علم النفس الروحي للشخصية أن تفصل ذاتها عن الوهم، وأن تنظر إليه من موقع المعرفة وتلاحظ كيفية عمله. وكما قد يتمكّن إنسان محيط بمعارف الطب الحديث من العيش في أوروبا في زمن استفحال وباء الطاعون من غير أن يصاب به، كذلك تتمكّن الشخصية العالمة في ما يخص الوهم وكيفية عمله، من العيش وسطه من غير التأثير به.

تنتقل عدوى الطاعون عبر البراغيث التي تعيش على أجسام القوارض. هذا الأمر الذي بات واضحًا لدينا في هذه الأيام لم يكن كذلك في ذلك الزمن. إلا أنه كان ممكنًا لمثل ذلك الإنسان المستشرف للمعارف الطبية الحديثة أن ينظف محيط بيته من كل ما يجذب القوارض إليه، وأن يحافظ على نظافته الشخصية، فيدرب بالتالي شرّ الطاعون ويبعده عن نفسه وعن غيره. عندما نختر الخوف، أو الغضب، أو الغيرة، نعيش في وهم صمّم خصيصًا من أجل استخراج تلك الجوانب من روحنا التي تحتاج إلى الشفاء إلى منصّة الوعي. والخوف والغضب والغيرة أمور لا وجود لها في الحقيقة. ولذلك فإن العمل بموجبها لا يكسب الانسان قوّة. لا وجود حقيقيًا بين الأرواح سوى للحبّ. عندما نفهم

الشخصية هذا الأمر تتمكّن من البقاء متيقظة في وسط الوهم، وتتقبّل بوعي فرص الشفاء التي يقدّمها، وتساعد الآخرين على الشفاء أيضًا. ولعلّ قوّة المعرفة في درء خطر الطاعون، وقوّة الوعي في درء أخطار الوهم متطابقتان.

يشدّ الوهم قبضته عليك عندما لا تتذكّر أنك روح قويّة دخلت في التجربة المادية بهدف أن تتعلّم. وتزداد سيطرته عليك عندما تنحني أمام القيم والنزوات والحاجات التي تحدّدتها شخصيتك. وهو يحكم قبضته عليك عندما تخاف وتكره وتأسى وتنفجر غضبًا وعنفًا. لا يسيطر الوهم عليك عندما تحبّ، وعندما تفتح قلبك بالرحمة للآخرين، وعندما يتدفّق إبداعك بسعادة ومن غير عوائق ليملاً اللحظة الحاضرة. ومختصر القول هو أن الوهم لا يسيطر على الشخصية المتراففة مع روحها.

والوهم محكوم بديناميات طاقة لا شخصية؛ ويكتسب شكله بداية من طاقة كارما. والمواصفات، والنيات اللاواعية التي تولد بها الشخصية هي من تصميم طاقة كارما الخاصة بروحها. وهذه النيات ترسم الوهم الذي تعيشه الشخصية، أي حقيقة هذه الشخصية في مدرسة الأرض، إلى أن تستبدل بنيات أخرى، واعية أو لا واعية. إن تولدت من ردود فعل الشخصية على التجارب التي تمرّ بها طاقة كارما إضافية لروحها، وإن لم تتمكّن الشخصية من تحقيق توازن هذه الطاقة في غضون حياتها الحاضرة، فسوف تساهم طاقة كارما هذه في تحديد مواصفات شخصية أخرى، ومن ثمّ فإن نيات هذه الشخصية الجديدة تولّد وهمها، أي حقيقتها على الأرض، وهكذا دواليك.

وحتى إذ ما تيقّظت الشخصية لحقيقة الوهم الذي تعيش فيه، وصحّحت نياتها بما يتناسب مع هذا الوعي، لا بدّ لها من تأدية ما كان قد استحق عليها من ديون لمصلحة طاقة كارما. كارما هي كارما؛ والطاقة

هي الطاقة. والشخصية التي استيقظت على الوعي تعلم هذا الأمر، ولذلك فهي لا تردّ على الحوادث والتجارب التي تمرّ بها بمواقف يحكمها الغضب، أو الخوف، أو الأسى، أو الغيرة، والتي من شأنها أن تولّد طاقة كارما سلبية إضافية لروحها، بل تردّ بمواقف تعمّمها الرحمة والثقة بأن الكون يرعى في كلّ لحظة كل حاجات روحها. ومن شأن هذا الوعي أن يجذب نحو الشخصية تلك الأرواح المماثلة لها، أي تلك التي تتمتع بمستويات مماثلة من الوعي.

كل شخصية تجذب إليها شخصيات تشبهها من حيث ارتفاع تواتر وعيها أو انخفاضه وضعفه. تواتر الغضب يجذب الغضب، وتواتر الجشع يجذب الجشع، وهكذا دواليك. إنه قانون الجاذبية. السلبية تجذب السلبية، تمامًا مثلما يجذب الحبّ الحبّ. ومن هنا، فإن عالم الإنسان الغاضب يمتلئ بالغاضبين، وعالم الانسان الجشع يمتلئ بالجشعين، ويعيش الانسان المحبّ في عالم يمتلئ بالمحبّين.

قانون الجاذبية يخلق ما يشبه شرنقة كبرى حول الشخصية تمتلئ بطاقات مماثلة لطاقتها، والهدف من ذلك أنه فيما تسعى الشخصية إلى الشفاء من الغضب، أو من الخوف، أو من الغيرة، فإن عملية التحوّل إلى حالة الاكتمال تصبح أكثر تركيزًا وسرعة، وتحت ضوء الوعي. لا تلاحظ الشخصية في هذه الحالة خوفها أو غضبها الكامن في داخل ذاتها فحسب، بل تراه في كل مكان حولها أيضًا. عندما تختار الشخصية طريق الوعي من أجل شفاء ذاتها من الغضب أو الخوف، يتجاوب الكون برحمته مع رغبتها إلى الشفاء، فتخال كل ما تصادفه في طريقها وحولها مثيرًا للغضب أو للخوف.

وبقدر ما تعلو مستويات الغضب أو الخوف في داخلها، ترى الشخصية ذلك الغضب أو الخوف في كل ما يدور حولها، إلى أن

توصّل في النهاية إلى اكتشاف أنها المصدر الذي يولّد هذه التجارب والتصورات، وأن الغضب الذي كانت تراه محققاً، أو الخوف الذي وجدته مبرّراً، إنما ينبعان من ذاتها، ويمكن استبدالهما بتصورات وتجارب أخرى بفعل قوّتها الذاتية.

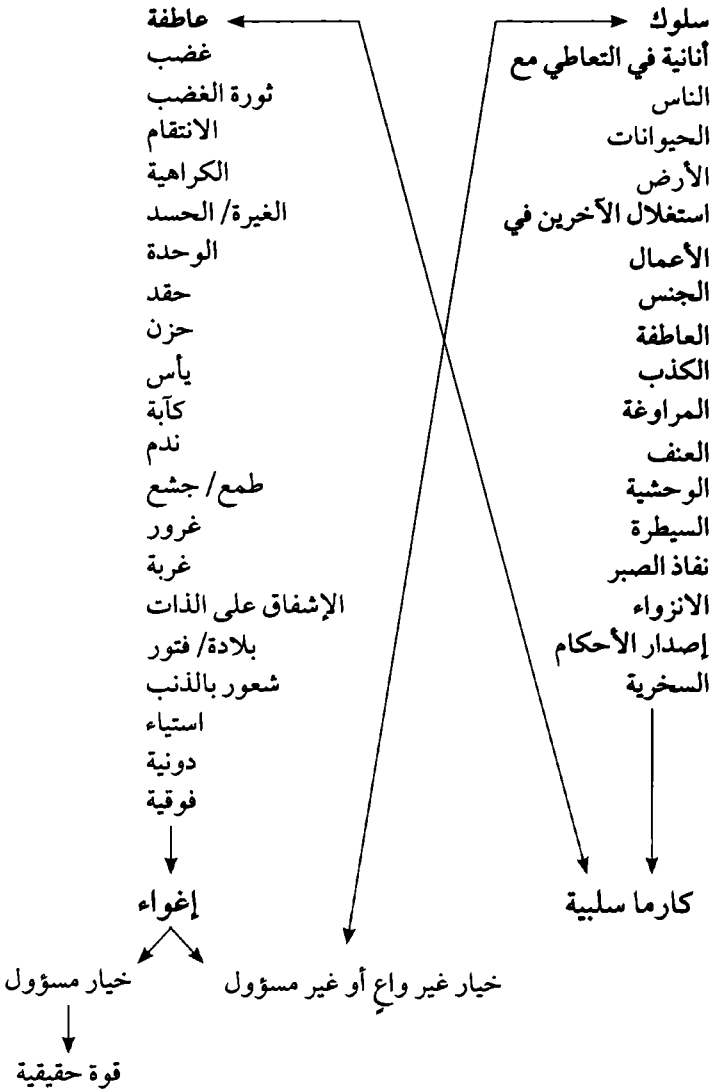
وكما أن تواتر الغضب يجلب تواتراً مماثلاً في وعي المحيطين بالشخصية الغاضبة، كذلك يوقظ تواتر الحبّ ردوداً مماثلة. النية تحدّد ردّ الفعل. إن افتقر ما تقدّمه إلى الآخرين إلى الرأفة والدعم، وإن ساهم في إضعافهم وليس في تعزيز قوّتهم، فسوف يلاقي مقاومة، وهذه المقاومة تكون الوجه الآخر لطاقتك، وجهها الذي يسعى إلى إضعاف الآخرين وإلى السيطرة. وكما دائماً، تواجه الانفصال والابتعاد نتيجة سعيك إلى القوة الخارجية.

وضمن هذا الإطار تنشط ديناميات الإغواء والخيار المسؤول.

يمكن اعتبار النظام الإنساني العاطفي مؤلفاً من عنصرين رئيسيين: الخوف والحبّ. يعود الحبّ إلى الروح، أما الخوف فالى الشخصية. يتولّد الوهم الذي تعيشه الشخصية ويستمرّ بفعل العواطف التي تترتّب على الخوف، مثل الغضب، وحبّ الانتقام، والبغضاء، والغيرة، والحسد، والانطوائية، والحقد، والأسى واليأس، والحزن، والندم، والجشع، والشهوة، والغرور، والأسف على الذات، البلادة، الإثم، الاستياء، ومركبّ الدونية، ومركبّ الفوقية. مثل هذه العواطف تؤدي إلى أنواع مقابلة من السلوك، مثل الأنانية - تجاه الناس، والحيوانات، والأرض، وممالكها، وإلى استغلال الآخرين بسبل الاستغلال العديدة المعروفة من البشر - تجارياً، وجنسياً، وعاطفياً - وبطريقة الكذب، والمراوغة، والعنف، والوحشية، وقلة الصبر، والسخرية، والمحاسبة وإطلاق الأحكام.

خسارة القوة

(الخوف)



عندما لا تكون الشخصية واعية، يجرّ الخوف، وما يلحق به من عواطف، أنواعًا من السلوك السلبي أي السلوك الذي يحتمل الروح أوزارًا إضافية من طاقة كارما السلبية. كل واحدة من العواطف التي تترتب على الخوف يمكنها أن تسبّب أحد أشكال السلوك القائمة عليه. يمكن للغيرة مثلًا أن تجرّ الكذب، أو السخرية، وكلاهما يقومان على الميل إلى التلاعب بالآخرين، كما يمكن للغيرة أن تؤدي إلى العنف. ويمكن للجشع أن يؤدي إلى نفاق الصبر، وهو أحد أشكال الأنانية، أو إلى محاسبة الغير والحكم عليهم اعتباريًا، أو إلى استغلالهم.

لو كنت غير واع لذلك الجانب الغاضب من ذاتك مثلًا، وغير متيقّظ لحالة التصدّع في شخصيتك، فسوف تعبر عن ذلك الجانب من ذاتك وتحوّله إلى سلوك وأفعال بتلقائية ومن غير تفكير؛ فتفجر غيظًا، أو تعتكف، أو تلجأ إلى الهزاء والسخرية، أو إلى أي طريقة تعبر بها عن غضبك. سوف يخرج غضبك من دائرة طاقتك الخاصة ويلوّث دائرة الطاقة الجماعية التي يشترك فيها الذين حولك، ويتسبّب في ولادة كارما سلبية. وفيما تواجه نتائج غضبك التي تعود إليك حتمًا بموجب قانوني كارما والجاذبية، تتعلّم روحك في نهاية الأمر عبر شخصيتك الحاضرة، أو عبر إحدى الشخصيات الأخرى التي تتقمّصها، أن تصنع حقيقتها بطريقة مختلفة. وهذا ينطبق على سائر العواطف السلبية الأخرى النابعة من الخوف.

أما وراء الخوف فيقع الشعور بنقص القوّة. وفيما تتطلّع إلى الخارج بهدف ملء الزوايا الفارغة من القوّة في نفسك، تتعلّم مرّة بعد أخرى أن الثغرات لا تمتلئ بهذه الطريقة. وفي النهاية، إن في هذه الحياة، أو في حيوات لاحقة وبعيدة، لا بدّ من أن تجد سبيلك إلى القوّة الحقيقية. إنها الطريقة اللاواعية في التعلّم. وهو التعلّم عبر التجارب التي تصنعها الجوانب اللاواعية في الشخصية، وعبر ردود الفعل اللاواعية على هذه التجارب.

عندما تعي الشخصية حالة التصدّع في ذاتها، وعندما لا تعي فحسب جانبها الغاضب الذي يريد الثأر مثلاً، بل تعي أيضاً ذلك الجانب منها الذي يتحلّى بالفهم والرحمة، يمكنها الإفادة من دينامية الإغواء. يمكن لهذه الشخصية أن تستشرف نتائج الانجراف في تيار طاقة الغضب الذي يخترق كيائها، وأن تنظر إليها نظرة شاملة قبل أن تعيشها، وأن تتخذ القرار حول ما إذا كان غضبها يوازي حجم تلك النتائج. وهكذا تتمكّن عبر اختيار طريقة الاستشراف من أن تتأمل في تبعات التعبير عن غضبها في تلك اللحظة على ذاتها وعلى من حولها، وكذلك استشراف النتائج التي تتولّد عن تعابير التفهّم والرحمة.

لا تتنبّه الشخصية اللاواعية في لحظة غضبها إلى أن هناك جوانب من ذاتها كانت تفضّل الرّدّ بالرحمة والفهم، مع أنها كانت ستبيّن ذلك لو تمكّنت من الرؤية بوضوح في تلك اللحظة. وماذا عن تلك الجوانب من ذاتها التي تعاني من عذاب الانفصال أو العزلة نتيجة الكلام أو السلوك الغاضب، تلك الجوانب التي تصبو إلى الصحبة والدفء، وإلى العلاقات الطيبة والتمينة التي تصبح بعيدة المنال بالنسبة إلى الذين يعيشون في دوامة الغضب أو الخوف أو الغيرة؟

إذا اختارت الشخصية التي تواجه الإغواء سبيل الحبّ والوضوح، والفهم، والرحمة، تعزّز قوتها، وتتغلّب على ميلها الجارف إلى الاستياء، أو إلى الغضب، أو إلى الانتقام. وهكذا، وخطوة بعد خطوة، وقراراً واعياً بعد قرارٍ واعٍ، تصبح قويّة بالفعل. أما لو قرّرت البقاء في حالة اللاوعي، والهروب من مسؤوليتها إزاء أعمالها، فهي تسمح لتيارات الطاقة السلبية أن تشكّل مفرداتها وتصمّم أفعالها. وبالنتيجة، يؤدّي ذلك إلى السلوك السلبي، وإلى طاقة كارما السلبية.

ماذا يعني ذلك في إطار مفهوم الوهم؟

يولد السلوك السلبي لدى صاحبه ولدى الآخرين عواطف سلبية، وبالتالي فإنه يولد فرص اختيار إضافية لاكتساب القوة عبر الخيار المسؤول، أو لخلق المزيد من طاقة كارما السلبية. وطاقة كارما السلبية تعني أن هذه الشخصية التي تختار السلوك السلبي، أو أي من تلك الشخصيات التي تتقمصها روحها، سوف تواجه سلوكًا سلبيًا مماثلًا ضدها من جانب شخصية أخرى، وسوف تعطى مجددًا فرصةً تتيح لها إما التخلي عن هذه الطريقة في التعلّم، أو المضي فيها.

وهنا يكمن الوهم. إنه وهم، لأنك والأرواح الأخرى التي تشترك معك في هذه التجارب توافقتم بالرحمة والحكمة على المساهمة في ديناميات هذه التجارب في إطار مدرسة الأرض من أجل الشفاء. إنه وهم، إذ لا وجود في الحقيقة اللامادية لمفاهيم المكان والزمان والغضب والغيرة والخوف. إنه وهم، لأن وجوده ينتهي في اللحظة التي تفارق بها جسدك الحاضر وتعود إلى موطن الروح.

من هنا، كيف يمكنك أن تحكم على روح اتخذت قرار الانخراط في رحلة التعلّم هذه؟ كيف يمكنك أن تعزل هذه الخطوة، أو تلك الخطوة، من مسار هذه الرحلة لتحكم عليها بقولك: «هنا كان تصرف فلان جيدًا»، أو «سلوك فلانة لا يستحق التقدير»، كما لا يمكنك تقييم خطوات التعلّم التي تقوم بها الروح بناء على ما تولده، أو لا تولده، من طاقة كارما السلبية. وبكلام آخر، تمتلك الروح القدرة على تفحص ذاتها في غضون الرحلة. مثل أن تطرح على نفسك السؤال التالي: «لم أشعر بالغضب، من أين يأتي مصدر غضبي؟». وتكتشف أنه ينبع من ديناميات عدة، انطلق بعضها منذ قرون بعيدة، وأصبح الآن جاهزًا للبروز والشفاء. إنه تيار من الطاقة في داخلك تسعى إلى التخلص منه لكي تشفي روحك

وتوازن طاقتها «الكارمية». ولذلك، لا يمكنك الحكم على شخص آخر، وكأنك قاضٍ في المحكمة جرّاء تجربة غاضبة مرّ بها. إنما حرّيّ بك أن تنظر بجلاء إلى أنك شريك وشاهد في رحلة تعلّم تجري وتتكشّف أمامك، ولا تنسى أن تأخذ في الاعتبار أيضًا دور طاقة كارما.

يمكنك أن ترى أن الروح منخرطة في عملية تهدف إلى الشفاء بناءً على قرار اتخذته بملء إرادتها، وهي تقطع مراحل في التطور، كما تفعل أنت، وكما هو شأن الكون بأكمله. هذه هي العدالة الفاعلة والخالية من الأحكام المسبقة. إنها عدالة لا تحكم على عملية تطوّر الروح، بل تتعرّف بحبّ إلى حقيقة أن الروح تسعى إلى الحبّ.

ليس من طبيعة الكون تقييم الأمور وفق معايير الصواب والخطأ، والفشل والنجاح. كيف لك أن تعرف ما هو النجاح؟ هل تستطيع رؤية الصورة التامة للأسباب والنتائج في وجودك، وأفعالك وألفاظك؟ إذا من أين لك أن تعلم ما هو النجاح، أو حتى ما هو الفشل؟ هل الفشل أكثر من سبب ونتيجة؟ ما ندعوه فشلًا هو ببساطة حلقة في عملية تولّد الأسباب والنتائج الجارية على قدم وساق. من الحكمة ان ننظر إلى الديناميات التي تصوّر أنها «نجاح» أو «فشل» على أنها غير موجودة بالفعل. لا وجود لمقاييس تسمح بالحكم على وجود النجاح أو الفشل؛ ولكن ذلك لا ينفي وجودهما في الحقيقة المطلقة.

كيف يمكنك القول إن أمرًا وسط هذا الوهم مجدّد أو لا؟ تطلق حكم «اللاجدوى» على أمرٍ لم تكتمل مواصفاته ولم يحقّق الهدف من وجوده. ولكن عندما تنظر حولك، هل ترى الكمال يتحقّق في كل إنسان، سوى أن الهدف من وجود كلّ منا في مساره الخاصّ مجدّد ومكتمل؟ الجدوى والكمال يميّزان مسار التطوّر في كل لحظة، وإننا في ذلك نقوم بالمهمّة على أكمل وجه.

كيف يمكننا وسط الوهم أن نحدّد ما نسعى إليه وما نتجنّبهِ؟

اسأل نفسك عن الفرق بين حاجاتك الجوهرية وحاجاتك المستعارة أو المصطنعة؟ ما هي حاجاتك الحقيقية، وما هي الحاجات التي ابتدعتها لأسباب عدة مثل فرض سيطرتك، أو التلاعب بالآخرين أو كسب انتباههم؟ ميّز بفكرك بين كل هذه الأمور. تعرّف إلى ذاتك بعمق ووضوح لكي تتمكّن من التمييز بين ما تحتاجه حقاً كإنسان، وما يحتاجه جانبك الذي ابتدع حاجات لأسباب عدة - مثل حاجتك لكسب الاهتمام، أو لكسب الهيبة، أو لتصبح متميّزاً عن الآخرين. تعلّم كيف تميّز بين هذه الحاجات واخترّ التي تريد العيش بها.

مثلاً، هل انزعاجك من الضجة التي يصدرها جيرانك ناتج عن حاجة حقيقية في نفسك، أو عن حاجة مصطنعة؟ هل انزعاجك من الضجة التي تحدثها شاحنة النفايات، أو رغبتك في أن يعاملك الموظّف في مخزن المواد الغذائية بتهذيب، نابع من حاجة جوهرية أو مصطنعة؟ تعلّم تمييز حاجاتك الحقيقية، أي الأمور التي تحتاجها حقاً من موقعك كإنسان وكروح، عن الحاجات التي تبنيها، والتي تقوم على قاعدة السعي إلى القوّة الخارجية، ولا تنشأ عن حاجات روحك. عندما تصبح هذه الصورة واضحة لديك يمكنك البدء بالانفصال عن ذاتك المصطنعة، وتصبح في موقع يسمح لك أن تختار بوضوح الردّ الذي تريده، وكيفية تحمّلك للمسؤولية عندما تضع حاجاتك المصطنعة في موقع القيادة.

الحاجات الحقيقية تنشأ عن الروح. فإنك مثلاً تحتاج لأن تحبّ ولأن تكون محبوباً. وتحتاج إلى التعبير عن جانبك الخلاق، أكان ذلك في بناء العائلة، أو في قيادة البلاد. وتحتاج إلى تثقيف وتنمية نفسك، وإلى العمل الواعي من أجل تراصف شخصيتك مع روحك في خطّ منسجم واحد. تحتاج إلى مشورة معلميك ومرشديك اللاماديين وإلى حكمتهم اللاشخصية. هذه بعض حاجات روحك.

الحاجات المصطنعة تنشأ عن الشخصية. إنها ما تتبناه في حياتك المادية من أجل التحكم بموقعك على الأرض. الحاجات المصطنعة هي تلك التي تعرّض صاحبها إلى تبعات طاقة كارما السلبية. لأنك وفيما تسعى إلى إشباع هذه الحاجات واستخدامها، تتمسك بها وقد تسلك في سبيلها طرقاً قد تكون ملتوية، وتجرب بالتالي على ذاتك مقداراً كبيراً من طاقة كارما السلبية.

لا يحتاج الأفراد أو الشعوب إلى كل ما في حوزتهم. والحاجات المصطنعة حواجز شكّلت بهدف مراكمة القوّة الخارجية. أما الربح الثانوي الذي يجنى عبر إشباع الحاجات المصطنعة فهو القوّة المصطنعة أو المستعارة. أنظر جيّداً وسوف تراها في كل مكان - في البيوت الزوجية، وفي العلاقات الدولية، وفي كل نزاع.

ليس من الممكن أن تعي حقيقة روحك فيما تحجز حاجاتك المصطنعة صفاء رؤيتك. كل ما تراه في مثل هذه الحالة هي تلك الحاجات، وتراها على قدر رفيع من الأهمية في حياتك. ولكن هل ما تراه صحيحاً؟ تأمل في حاجاتك غير الحقيقية بنسبة كبيرة، ولاحظ كم تستنفد من طاقتك؟ طالما تحتلّ تلك الحاجات الصادرة عن ذاتك الدنيا المركز الأولي في حياتك، لن تتمكن من ملامسة ذاتك العليا بطريقة مباشرة.

الكون هو المصدر الذي يلهمك إلى حاجاتك الطبيعية وهو الذي يساعدك دائماً على تليتها. فإنك تعطى مثلاً فرصاً لكي تحبّ وتكسب الحبّ، ولكن اسأل ذاتك كم من مرّة في حياتك تسببت بتبديد هذه الفرص.

عندما تتعلّم كيف تستجيب إلى حاجاتك الحقيقية، وكيف تدفع حاجاتك المصطنعة جانباً لكونها آلية غير مفيدة لبلوغ القوّة، تصبح أكثر انفتاحاً وفهمًا ورحمةً في التعاطي مع الآخرين. توجد عملية أخذ وعطاء طبيعية في حياة كل إنسان. لكل إنسان منا حاجاته الحقيقية والمصطنعة،

وهي حجر الرحي الذي يدفع تدفق العلاقات في ما بيننا في المحيط الذي نعيش فيه. تتعلم أن تأخذ وتعطي عندما تبدأ في فهم حاجاتك الحقيقية، فتتعلم العطاء والتسامي والتنازل في ما يخص الحاجات الصادرة عن تلك الجوانب غير الحقيقية من ذاتك، أو تلك التي لا تساهم في تطورك.

إن تمعنت جيدًا في حاجاتك الحقيقية، تجد أن ما يهددك ويدفعك إلى الاحساس بحاجة مصطنعة هو الخوف من فقدان قوتك. وبالتالي، و عوضًا عن مواجهة هذا التهديد بشكل مباشر، تلجأ إلى اصطناع حاجات لكي تحمي نفسك بها. تعلم مواجهة خوفك الحقيقي أو حاجتك الحقيقية مباشرة، لكي لا تحمّل نفسك عبء أنماط من السلوك لا تنسجم مع طبيعتك، وتحجب رؤيتك، وتفرض عليك شخصية اصطناعية تجد نفسك مجبرًا على العيش بها.

ابدأ بمراقبة حاجاتك عندما تشعر بها وتسعى إلى تليتها - أين تبدو لك حقيقية وأين لا تبدو كذلك. وتوقع الشعور بعاطفة سلبية. حاول أن تفصل عن هذا الشعور خطوة واحدة بحيث تتنبه لوجوده وتمكّن من رؤيته. ابتعد خطوة عنه، ودعه يبدأ طريق الانتشار في داخلك من دون الدخول إلى أعماقك كعادته، ومن دون أن يدفعك إلى القيام بأعمال معينة، أو إلى التفكير السلبي، أو إلى الانكماش النفسي، وإلى كل ما قد يولده من ردود فعل في داخلك. عندما تتبعد عنه خطوة واحدة، تفصل عنه خطوة، ثم خطوات أكثر في كل مرة تمكّن من تبيين وجوده.

وهكذا تصبح قادرًا على مراقبة حركة الوهم عن بعد، وهذه أحد وجوه القوّة الحقيقية.⁽¹⁾

(1) من أجل تطبيق ما تعلمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل الرابع عشر.

الفصل الخامس عشر

القوة

ما هي طبيعة القوة؟ وماذا يعني أن تكون إنساناً قوياً بالفعل؟

القوة ليست قدرتك في أن تفرض إرادتك على الآخر. إذ يخلو هذا النوع من القوة من الشعور بالأمان الداخلي. وهو مرتبط بالوقت، والوقت متغير. وفيما يتغير الوقت تتغير هذه القدرة أيضاً. هل تملك جسداً قوياً يخشى الآخرون مواجهته؟ ولكن جسدك عرضة للتغير مع مرور الوقت. ماذا ستفعل بعدئذٍ؟ هل لديك قدرًا عاليًا من الجمال الخارجي يمكنك استخدامه في التأثير على الآخرين؟ ولكن لا بد للجمال من أن يزوي مع تقدم العمر، فماذا ستفعل بعد ذلك؟ هل لديك من الدهاء ما يمكنك استخدامه في استغلال الآخرين؟ ماذا تفعل لو أصابك إرهاق شديد يمنعك من اللجوء إليه، أو عندما تفوتك فرصة استخدامه؟

عندما لا تكون مرتاحاً مع نفسك في هذا العالم تعاني من هواجس تمنعك من الراحة ومن الاستمتاع بالحياة. هل تدعو هذا قوة؟ لا وجود للقوة في الخوف، ولا في أي عمل يتولد منه. لا قوة في فكرة تنطوي

على الخوف ولو حضرت إلى دعمها جيوش العالم. اختفت جيوش الرومان منذ أكثر من ألف عام، ولكن قوّة حياة إنسان واحد، حكم عليه الرومان بالموت، ما زالت ترسم طريق التطوّر في حياة البشرية.

قوتك لا تتعدى قوة الأمر الذي تناضل من أجله. هل تناضل من أجل الحصول على رصيد أعلى في المصرف؟ أو من أجل شراء بيت كبير؟ هل تناضل لكي ترتبط بامرأة جميلة؟ هل تناضل لكي تفرض توجهاتك الفكرية على الآخرين؟ هذه أهداف تسعى إليها الشخصية التي تريد إرضاء رغباتها. هل تناضل من أجل رؤية الكمال، والجمال والرحمة في جميع الأرواح؟ هل تناضل لترى قوّة الحب ووضوح الحكمة في كل مكان؟ هل تناضل من أجل التسامح والتواضع؟ هذه مساعي الشخصية التي تعيش في انسجام مع روحها. وهي مواقف الشخصية التي تتمتع بالقوّة الحقيقية.

القوّة هي الطاقة التي تتشكّل بنيات الروح. إنها النور الذي يتكوّن بنيات الحبّ والرحمة، وبارشاد الحكمة. إنها الطاقة التي تتركّز وتتوجّه إلى إتمام مهمّات الروح على الأرض، وإلى تطوير الشخصية التي تمثل أداة الروح المادية الملائمة لتلك المهمّات. إنها القوّة التي ترسم الوهم بناء على صور الأرواح الذي صنعته وليس على صور شخصياتها.

ما معنى ذلك؟

هناك تداول مستمرّ للطاقة بين الأرواح. ويصاب هذا التداول بالتصدّع عندما تعاني الشخصية من التصدّع. تغادر الطاقة، أو القوّة، شخصيتها المتصدّعة عبر أجزائها المختلفة. لو شعرت بالخوف في إحدى جوانب شخصيتك من خطر فقدان وظيفتك، أو لو شعرت في جانب آخر بالخوف من فقدان علاقتك العاطفية، وتوجّس جانب آخر

منك من تبعات المواجهة مع أحد زملائك غير المتفهمين في مركز العمل، تغادرك القوّة من غير أن تعي ذلك. هكذا تتحرّك ديناميات الطاقة في الشخصية المفتقرة إلى القوّة.

عندما تغادرك الطاقة بسبب الخوف أو نقص الثقة، يجرّ ذلك عليك القلق والألم. وعندما تخرج الطاقة منك بسبب الخوف أو نقص الثقة، تشعر بعدم الارتياح والألم في جزء من جسدك يرتبط بشكل الطاقة التي تخسرها. عندما تخاف من عدم قدرتك على تأمين الحماية والرعاية لنفسك في هذه الدنيا؛ وعندما تخاف من عدم قدرتك على دفع إيجار بيتك، أو من قصورك عن حماية نفسك من الأذى الجسدي والعاطفي - عندما تنظر إلى القوّة على أنّها خارجية، وتجد أنك لا تمتلك كمًّا كافيًا منها لكي تؤمّن سلامتك وكرامة عيشك - تشعر بالانزعاج في منطقة المعدة، وهي منطقة الشبكة العصبية الشمسية (solar plexus). حالة «الحصر النفسي\anxiety» هو تجربة مغادرة القوّة من مركز الطاقة الموجود في هذه المنطقة من الجسم. والمرور بأزمة من هذا النوع يشير إلى مغادرة حجم كبير من القوّة عبر ذلك المركز العصبي. خسارة القوّة تؤثر على محيط المركز الذي تخرج منه؛ فالخسارة التي تجري عبر هذا المركز مثلاً قد تشعر المرء بعسر الهضم. وإذا كان حدوثها مزمن وكثيف، فقد تسبّب قرحة في المعدة.

عندما تخاف من احتمال خسارة قدرتك على أن تحبّ أو على أن تستقبل الحبّ؛ وعندما تخاف مثلاً من التعبير عن حبّك، أو من تلقي الحبّ من شخص آخر، تشعر بضيق أو ألم في منطقة الصدر، على مقربة من القلب. ما نشعر به وندعوه حسرة في القلب إنما هو، وكما تشير إليه العبارة بالضبط، خروج القوّة بسبب الخوف ونقص الثقة عبر هذا المركز. هل مررت بتجربة خسارة زوجك، أو ولدك، أو شخص آخر عزيز جدًّا عليك؟ استعد تلك التجربة في مخيلتك وحاول أن تحدّد

ما شعرت به. سوف تكتشف أنك أحسست بتوعك جسدي، وأن الألم تركّز في منطقة الصدر. إنها تجربة خروج القوة عبر مركز الطاقة هذا. وهذا ما ندعوه حسرة في القلب، إنه خروج الطاقة من مركز القلب. والخسارة الكثيفة والمزمنة للطاقة عبر مركز القلب يتسبب بأزمة قلبية. ولذلك فهناك أسباب أخرى تؤدي إلى الذبحة القلبية عدا ارتفاع ضغط الدم ونسبة الكوليسترول فيه، وعدا غير ذلك من الأحوال الجسدية.

كل نكسة صحية، وكل خلل في وظائف الجسم، وكل مرض، يمكن فهمه من منظار أنه خروج القوّة من مركز معيّن من مراكز الطاقة في الجسم جرّاء أمر، أو وضع خارجي. تخسر من قوتك عندما تستشيط غضبًا ضدّ حالة من الظلم. تخسر من قوتك عندما تواجه تهديدًا صادرًا عن شخص آخر أو شعبٍ آخر. تخسر من قوتك عندما تبتعد عن الناس بسبب شعورك بالاستياء، أو بالمرارة، أو بالخيبة، أو باللّاجدوى، أو بالفوقية. تخسر من قوتك عندما تشتاق إلى شخص أو إلى وضع معيّن؛ وكذلك عندما تحزن، وعندما تغار من أحدهم. ووراء كل ذلك يكمن الخوف. الخوف من أن تصبح ضعيفًا، ومن عدم قدرتك على الاستمرار في الحياة من دون ذلك الشخص أو ذلك الوضع الذي خسرتَه؛ والخوف بأنك لا تحظى بما يحظى به غيرك. تخسر من قوتك في كل مرّة تشعر بالخوف. هذه هي خسارة القوّة.

لا تتوقّف خسارتك لقوتك عندما ترفض الاعتراف بخوفك، وعندما تخدّر ذاتك تجاه ما تشعر به. الطريق إلى القوّة الحقيقية لا يمرّ سوى عبر مشاعرك، وعبر قلبك. طريق القلب هو طريق الرحمة والإدراك العاطفي. ولذلك، فمن غير الملائم أبدًا كبت شعورك، أو تجاهله. إن لم تتعرّف إلى شعورك، لن تتمكن من التعرّف إلى الطبيعة المتصدّعة لشخصيتك، ومن مواجهة تلك الجوانب والطاقات التي لا تخدم تطوّرك.

عندما تحافظ على قوتك لا تتحول إلى نظام طاقة جامد، أي إلى نظام يحتفظ بالطاقة لنفسه، بل تصبح نظام طاقة مستقرّة قادرة على الوعي والتركيز في النيات والأعمال. وتصبح قطبًا يجذب إليه المستثمرون والراغبون في الاستنارة. تكمن الأهمية في طريقة خروج الطاقة منك. عندما تترك الطاقة بطريقة غير طريقة القوّة والثقة، لا يمكن أن تجلب عليك في المقابل سوى الألم والانزعاج. وبالتالي فإن الانسان القوي حقًا هو ذلك الذي لا يصرف طاقته سوى عبر الحب والثقة.

ما مواصفات الانسان الذي يتمتع بالقوّة الحقيقية؟

يتميّز الإنسان ذو القوة الحقيقية بالتواضع. ولا نعني بهذه الكلمة التواضع المزيف الذي يدّعيه أحدهم عندما ينحني ليجاري أشخاصًا أقلّ منه. إنه الموقف الشمولي الذي يتخذه الانسان عندما يتجاوب مع جمال كل روح، والذي يرى في كل شخصية، وفي أعمال كل شخصية، تقمّص الروح على الأرض. هو الإنسان غير المؤذي الذي يثمن ويجلّ ويتهيّب الحياة في كل أشكالها. هل تهتمّ سلامة الأرض؟ الإنسان المتواضع هو من لا يلحق أذية بالأرض قطّ.

ماذا يعني أن يكون المرء غير مؤذٍ؟

يعني ذلك أن تكون على مستوى عالٍ من القوّة بحيث إنك لا تحتاج إلى إيذاء أي مخلوق. وهذا يعني التالي: أنت على قدرٍ عالٍ من القوّة بحيث إن فكرة إبراز قوتك عبر إلحاق الأذى بالآخرين لا تمتّ إلى وعيك بصلة. لا يمكنك أن تكون على هذا القدر من القوّة إن لم يكن لديك التواضع الحقيقي؛ لأن القوّة تغادرك تلقائيًا عندما تشعر أن ما يحيط بك من ظروف وأشخاص لا تستحقّ احترامك.

النفس المتواضعة لا تشعر بغربة عن عالمها. إنها لا ترى الناس

غرباء عنها، بل رفاق لها على الأرض. لا تطلب النفس المتواضعة الحصول على أكثر مما تحتاج إليه، والكون يلبي حاجاتها. تكتفي النفس المتواضعة بإشباع حاجاتها الحقيقية ولا تعبأ بالحاجات المصطنعة.

تشعر النفوس المتواضعة بالحرية في أن تحبّ، وفي أن تعيش على طبيعتها. وهي لا تسعى إلى العيش بأسلوب غريب عنها. ورموز القوّة الخارجية لا تجذبها. وهي لا تنافس الآخرين من أجل نيل القوّة الخارجية. ولكن ذلك لا يعني أنها لا تفخر بما تجيد القيام به، كما ولا يعني أنها لا تبذل أقصى جهدها لكي تقدّم أفضل ما لديها؛ أو إنها لا تفرح بتشجيع المحيطين بها في المناسبات الملائمة.

المنافسة تعني الاجتهاد ضمن مجموعة من الناس من أجل تحقيق أمر معيّن. إذا كان الهدف الذي تسعى إليه هو التألّق وجذب الانتباه، أو الحصول على الميدالية الذهبية وليس على الميدالية البرونزية، فإنك تدخل في هذه المنافسة بدافع من شخصيتك. إنك تسعى إلى اكتساب القوّة على حساب الآخرين، وإلى تأكيد تفوّقك على الآخرين. إنك تجتهد في سبيل القوّة الخارجية. عندما تجتهد في سبيل هذه المكافأة أو تلك، فإنك بذلك تطلب من العالم أن يثمن ويقرّ بقدرك الكبير قبل أن تثمن أنت قدر ذاتك. إنك تجعل إحساسك بقيمتك رهناً بتقدير الآخرين لك. وهكذا فإنك تفتقر إلى القوّة حتى ولو فزت بكل ميداليات الأرض الذهبية.

إذا كان ما تصبو إليه هو فرح العطاء من غير تحفّظ، العطاء الهادف والسعيد والواعي لما تشترك في خلقه وتحقيقه مع مجموعة من الأرواح الأخرى، فإن اشتراكك في المنافسة يكون نابعاً من روحك. عندما تقدّر جهود الذي جاء في نهاية السباق بالطريقة ذاتها التي تقدّر بها جهود الفائز الأول؛ عندما يكون الاحترام موجّهاً إلى ميزات الروح الخالدة وغير

المقيّدة بالزمن، وليس إلى ميزات الشخصية الزمنية والجسد الفاني، عندما لا يقف عائق الخوف من الخسارة في طريق عطائك، وعندما لا تولي أهمية إلى حجم أو شكل أو لون المكافأة التي ستلقاها، أو التي لن تتلقاها، عندئذ تتعرّف إلى قوّة النفس المتواضعة.

الشخصية ذات القوّة الحقيقية هي تلك التي تسامح. والتسامح ليس مسألة أخلاقية، إنما هو طاقة دينامية. عندما يتسامح الناس مع الآخرين، فإن معظمهم يرغب في ألا ينسى هؤلاء فضلهم وتسامحهم. ليس هذا النوع من التسامح سوى أسلوب يهدف إلى التلاعب بالآخر. وهو ليس تسامحًا، إنما وسيلة إلى كسب القوّة الخارجية على حساب الآخر.

التسامح يعني ألا تستمر بجرّ أثقال تجربة مررت بها. عندما تختار عدم التسامح فإن التجربة التي لا تريد التسامح بشأنها تبقى لصيقة بك. عندما تختار عدم التسامح تكون كالذي يختار إبقاء النظارات الداكنة والكئيبة على عينيه، والتي تشوّه شكل كل ما ينظر إليه. وفي النهاية، تكون قد اخترت لنفسك النظر دائمًا عبر هذه العدسات المشوّهة، لأنك اخترت عدم التخلّي عنها. وترغب في أن ينظر الجميع إلى العالم بهذه الطريقة، لأنك ترغب في رؤيته بهذه الطريقة، وهو في الحقيقة العالم الذي تراه أنت وحدك دون سواك. إنك تنظر عبر عدسات الحبّ المشوّه التي تتمسك بها.

والتسامح يعني ألا تحمّل الآخرين مسؤولية تجاربك. إن لم تحاسب نفسك على تجاربك فسوف تحاسب الآخرين عليها، وإن لم تكن راضيًا بشأنها فستعمل على تغيير الوضع عبر التأثير على هؤلاء الذين تحمّلهم مسؤوليتها. والشكوى بالتحديد هي هذه الدينامية، أي عندما تسعى إلى إلقاء تبعات تجربتك على الآخرين وعندما تطلب من الآخرين تصحيحها.

والشكوى هي نوع من المناورة أو التلاعب بالآخرين، ولكن يمكنك تخطي الوقوع في ذلك، والارتقاء بالشكوى خطوة إلى الأعلى لكي تصبح تصرفاً إدراكياً ومشاركة. والنية هي العنصر الأهم في المشاركة. عندما تسعى إلى الشكوى عوضاً عن المشاركة، فإنك تعبر للآخر عن عدم رضاك بطريقة سلبية. المهم إذاً هو النية التي تحدّد نوع تلك المشاركة والهدف منها. إسأل ذاتك قبل كل شيء: «ماذا أريد من مشاركة شعوري بعدم الرضى معه، أو معها؟ أي نوع من الرد أنتظر؟». استخدم هذه الطريقة من أجل وعي وتحديد موقفك قبل أن تحوّل طاقتك إلى كلمات. عندما تتحمّل مسؤولية التجربة التي تمرّ بها، وتطلع الفريق الآخر على تجربتك من باب المشاركة فحسب، يكون ما تقوم به في مكانة التسامح.

عندما تتحمّل شخصاً آخر مسؤولية التجربة التي تمرّ بها تخسر من قوتك. لا يمكن لأحدنا أن يتوقّع ماذا سيصدر عن الآخرين تحديداً. وبالتالي، فإنك عندما توكل إلى الآخر أمر التجارب التي ترى أنها مسائل رئيسية في حياتك وهناك عيشك، تبقى خائفاً وقلقاً حول نوع ومستوى أدائه. القول إن الآخر مسؤول عما تمرّ به، يحمل في طياته الاعتقاد بأن التسامح هو أمر يقدمه إنسان إلى إنسان آخر. كيف يمكنك التسامح مع أحد الناس حول كونك اتخذت قرار التخلّي عن مسؤوليتك وعن قوتك.

عندما تسامح تتخلّى عن إدانة ذاتك وإدانة غيرك؛ وتخفف من ثقل الأعباء التي تحملها. كما وأنك لا تبقى متمسكاً بتجارب سلبية كانت قد نتجت عن قرارات اتخذتها فيما كنت تتعلّم. وهذا يدعى «الندم». والندم هو السلبية المضاعفة الناتجة عن الالتصاق بالسلبية. عندما تندم تخسر من قوتك. عندما يحزن إنسان بسبب تجاربه فيما يضحك إنسان آخر، من يحمل العبء الأخفّ بينهما؟ ومن منهما معرّض لإلحاق الأذى

بالغير؟ القلب الذي لا يضحك ينوء بثقل الهموم. والقلب البريء هو الراقص فرحًا؛ وهو العاجز عن الأذية.

وهذا لا يعني ألا تتعلم من تجاربك السابقة وتطبق ما تعلمته في كل لحظة تتخذ فيها قرارًا. هذا ما نسميه الخيار المسؤول. إن كنت تقوم بكل ما تستطيع القيام به وعلى أفضل وجه، فذلك كل ما ينتظر من الروح.

الإنسان الذي يتمتع بالقوة الحقيقية يكون واضحًا في رؤيته وتفكيره. والوضوح إحدى سمات الحكمة. وهذا يعني النظر إلى الأمور بحكمة. وهو القدرة على أن تنظر إلى الوهم، وتفهم حقيقته، وتراقب فعله وصوره. هو القدرة على النظر إلى ما هو أبعد من حركة الشخصية أي إلى قوة الروح الأبدية. إنه القدرة على فهم ذلك الذي يسعى حثيثًا لكي يتحقق، ألا وهو صحة الشخصية وتكاملها، وتطور الروح. إنه قدرة التعرف إلى الديناميات اللامادية فيما تتخذ أشكالًا في عالم الزمان والمكان. إنه فهم قانون كارما، وقانون الجاذبية، وفهم علاقتها بالتجارب التي تمرّ بها. هو قدرة التعرف إلى أهمية الخيار المسؤول ونتائجه والاختيار بموجه في كل لحظة.

الوضوح هو القدرة على رؤية الروح ونشاطها في العالم المادي وينتج عن سلوك درب الحكمة في التعلم عوضًا عن درب الشك والخوف. يتيح الوضوح لك التعاطي مع إخوتك في الإنسانية بالرحمة وليس بالمحاسبة والإدانة. ألا ترى ما جلبه شخص آخر على نفسه من طاقة كارما جرّاء اختياره ركوب تيارات الغضب والجشع؟ ألم تقم يومًا بخيارات مماثلة أنت أيضًا؟ ألم تشعر بأنك مهدد بخطر معين؟ ألم تهاجم الآخرين؟ يجلب الوضوح رحمة حقيقية، ويسمح لطاقة القلب بالتدفق والانتشار.

يساعد الوضوح في رفع مرتبة الألم فيتحوّل إلى ما ندعوه العذاب في

سبيل هدف سام. إنه يتيح رؤية دينامية الألم التي تسببها الشخصية، وفهم علاقة تلك الدينامية وتجربة الألم بتطور روحه. الوضوح هو أن تدرك في كل لحظة أن كل ما يجري صمّم من أجل غاية التكامل والكمال، ويقدم في كل جانب من جوانبه درسًا رائعًا في مسار التعلم. الشخصية التي تتمتع بالقوة الحقيقية ترى الكمال في كل حالة، وفي كل تجربة، وذلك من وجهة نظر فائدها في سبيل تطور كل الشخصيات والأرواح المنخرطة بها. إنها ترى الكمال في أبسط التفاصيل، وفي كل مكان، وترى وجه الله أينما نظرت.

والوضوح يكشف ضباب الخوف. وهو يسمح لك باختيار المسار العمودي والبقاء عليه. ويتيح لك اكتشاف الديناميات التي تحرك أشكال إدمانك - ما الغرض منه وكيف يعمل - ويتيح لك الخيارات التي تدعم قوتك وتضعفه. ويتيح لك رفع التحدي ليس فحسب في وجه تلك القوى التي قد يتعسر عليك فهمها مثل قوة الانجذاب إلى تناول الكحول، أو إلى المخدرات، أو إلى ممارسة الجنس عشوائيًا، بل في وجه الديناميات المتصلة بها والتي تفهم أسبابها ونتائجها. يسمح الوضوح لك أن تختار بوعي، وأن تتأمل في نتائج اختيارك فيما تقوم بعملية الاختيار.

بالوضوح ترى العالم على حقيقته، أي من حيث إنه مكان صنعته نيات الأرواح التي تتقاسم العيش فيه. من هنا فهو يسمح لك بالتعرف إلى تأثير النيات على حقيقة الإنسان الشخصية والفاعلة في صناعة الحقيقة المشتركة بين البشر. ويسمح لك أن ترى مدى تأثير طاقة الشخصية في رسم العلاقات القائمة بين الشعوب، ومدى تأثير طاقة الروح، فتلاحظ غيابًا كبيرًا لطاقة الروح على هذا المستوى، وعلى معظم المستويات الأخرى.

يسمح الوضوح لك رؤية أن عملية صنع القرار في داخل الوجود

البشري يتعلّق بتطوّر الآخرين، وكيفية ذلك. يسمح لك رؤية أنك تساهم في تطوّر ديناميات الطاقة المشتركة كالنماذج البدئية - الأفكار الإنسانية الجماعية - للشراكة المقدّسة، أو للرجل، أو المرأة، أو الزوجة، أو الكاهن، إلخ، عبر القرارات الشخصية التي تتخذها. يسمح الوضوح لك رؤية أن مساهمتك في تطوّر روحك تتجسّد بالتحديد بالقرارات التي تتخذها في كل لحظة، وأن هذه القرارات تتجسّد في الحقيقة المادية التي نشترك بها مع إخوتنا في الإنسانية.

يحيا الانسان ذو القوّة الحقيقية في الحبّ. الحبّ هو طاقة الروح وبه يتمّ شفاء الشخصية. ليس هناك ما لا يمكن شفاؤه بالحبّ. ليس هناك سوى الحبّ.

والحبّ ليس حالة وجود غير فاعل. إنه قوّة فاعلة. إنه قوّة الروح. وفعل الحبّ يتعدّى كونه يحمل السلام إلى حيث يوجد نزاع. إنه يحمل حالة وجود مختلفة إلى العالم. الحبّ يحمل الانسجام والاهتمام الفاعل بسلامة الآخرين وبهناء عيشتهم. إنه يحمل المشاركة والرعاية. وهو يحمل النور. إنه يخلّص الشخصية من همومها. ولا وجود وسط نور الحبّ سوى للحبّ.

هناك علاقة بين الحب والقوّة وبين التحوّل في نوع التجارب التي تحدث ضمن نطاق مدرسة الأرض كلّها. نوع القوّة التي تسعى إلى تغييره في ذاتك، هو نوع القوّة عينه الذي نحتاج إلى تغييره بشكل عام على الأرض. أعداد ضخمة من البشر تنجذب إلى العنف وأشكاله. والسبب يعود في معظم الأحوال إلى شعور بالضعف على المستوى الشخصي، كأن يشعر الشخص بأنه ضحية واقع ظالم، فيبحث عن فرصة تتيح له الشعور بقوّة السيطرة على شخص آخر ولو لمُدّة وجيزة. ولكن لا جدوى حقيقية من البحث عن القوّة بهذه الطريقة.

لا سبيل إلى الابتعاد عن الأحاسيس الذاتية السلبية وإلى شفاء نفسك من الميول العنيفة سوى عبر المساهمة في تطوّر وعيك، وعبر التركيز أكثر فأكثر على الخيارات المستندة إلى القوّة الحقيقية. الشفاء من العنف يتطلب وجود الحبّ.

والحبّ هو طاقة الروح وبالتالي فإن إعطاء الحبّ واستقباله، والاستنارة بمبدأ الحبّ في الحياة، يرضي الشخصية التي تسعى إليه الشخصية باستمرار. ولكن السعي إلى الحبّ بطريقة غير واعية قد يولد الغضب والخوف. وهذا يحدث عندما لا ترى الشخصية بوضوح الهدف الذي تسعى إليه، كما في حالة الإدمان.

عندما تسعى إلى إشباع إدمانك الجنسي عبر علاقة معيّنة مثلاً، فإنك تسعى إلى الحبّ. إلا أن الوهم يوحي إليك بأن ما تسعى إليه هو ذلك الهدف الذكوري أو الأنثوي بامتياز. إن ما تطلبه في الحقيقة هو الحبّ، ولكنك لا تقرّ بذلك أمام نفسك ولا تفكّر به. ومن هنا يعمّ الغضب كيانتك، إذ إن نوعاً معيّناً من الطاقة والعاطفة التي تصبو إلى تحقيق ذاتها على مستوى وعيك ولا تجد إلى ذلك سبيلاً.

من المستحيل عاطفياً وروحياً أن تقيم علاقة جنسية مع أحد الأشخاص من غير أن يوقد ذلك شعلة، أو أنماطاً عاطفية معيّنة. غير أن تلك الأنماط تبقى سجيناً طريق مسدودة عندما لا يترافق الفعل الجنسي مع مشاعر عاطفية صادقة أو ارتباط يغذيه. وبالتالي، فإن أجواء الكبت والقسوة الوحشية التي ترافق مثل هذا الفعل تؤدي في نهاية المطاف إلى الاعتلال والانهايار الجسدي والنفسي، والسبب يعود إلى أن نمطاً حياتياً أساسياً جرى ابتزازه وتشويهه. وتذكّر أنك تحصل على ما تطلب الحصول عليه.

عندما تطلب الحبّ، فإنك تطلب طاقة الروح التي تحمل معها حبّ

الاهتمام الصادق بالشخص الآخر. لا يمكنك استغلال إنسان آخر فيما يهتم قلبك بسلامته وهنائه.

عندما تحاول السيطرة بذكائك على الآخر أو فرض آرائك عليه، فإنك تسعى إلى الحبّ، ولكنك ترسم طريقك إليه عبر متطلبات شخصيتك. إنك بذلك تطلب القوّة الخارجية، ولكن سوف يطالعك الفراغ. عندما ترغب في السيطرة على شخص آخر فإنك لا تجني شيئاً بل تخسر من قوتك الشخصية. وكلّما ازداد إحساسك بالضعف، كلّما شعرت بحاجة إلى السيطرة على ما هو خارجي. والشخصية المحبّة لا تسعى إلى السيطرة على الآخر بل تسعى إلى دعمه وإمداده بالقوّة. الحبّ هو غنى روحك وكمالها الذي ينساب عبرك.

التواضع والتسامح والوضوح والحبّ هي ديناميات الحرية. وهي الدعائم التي تقوم عليها القوّة الحقيقية.⁽¹⁾

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل الخامس عشر.

الفصل السادس عشر

الثقة

كل روح تحمل إلى الأرض عطاءاتها. وهدف الروح من تكمّصها لا يقتصر على الشفاء وتوازن الطاقة، وتسديد ما لطاقة كارما عليها من متوجّبات، ولكن للمساهمة في نواح معيّنة بما لديها من ميزات. تأتي كل روح بما تشكّلت به من قوّة الحياة لتلبّي به بعض حاجات مدرسة الأرض. وهي تفعل ذلك بنية وهدف واضحين.

وقبل التكمّص توافق كل روح على إتمام مهمّات معيّنة على الأرض. إنها تدخل في اتفاقية مقدّسة مع الكون من أجل تحقيق أهداف محدّدة. وهي تلتزم القيام بمهمتها على أفضل وجه. ولهذا، عندما تنجح روح في إتمام مهمتها وفي تحقيق ما التزمت به، تتميز حياة شخصيتها بملامح خاصة وغنية تلقى الإجلال والتقدير من الأرواح الأخرى في العالمين المادي واللامادي.

وكل روح تلتزم بمهمّة معيّنة. قد تكون مهمّتها إنشاء عائلة سعيدة، أو نقل الأفكار إلى الآخرين عبر الكتابة، أو إحراز تغيير في مستوى الوعي

لدى مجتمع معيّن، كالمجتمع التجاري مثلاً. وقد يكون إيقاظ الوعي لقوّة الحبّ على مستوى الشعوب، أو المساهمة مباشرة في تطوّر الوعي على مستوى الكرة الأرضية. مهما كانت المهمّة التي التزمت روحك بتنفيذها، والاتفاقية التي أبرمتها مع الكون، فإن مجمل التجارب في حياتك تعمل على تحفيز ذاكرتك لكي تتذكّر تلك الاتفاقية، وعلى تحضيرك من أجل إتمام المهمّة المنتظرة منك.

لا يمكن لشخصية تفتقر إلى القوّة الحقيقية إتمام مهمّة روحها فتراها قابعة في حالة من الضجر والشعور بالفراغ. وهي تلجأ إلى ملء ذاتها بالقوّة الخارجية ولكنها تبقى غير راضية. غير أن هذا الإحساس بالفراغ، وبأن شيئاً ما برح ناقصاً، وأن هناك خطأ معيّنًا في مكان ما، لا يمكن علاجه عن طريق إرضاء رغبات شخصيتك. والحاجات التي تقوم على الشعور بالخوف لا تساعدك في بلوغ المنتهى الذي تسعى إليه روحك. مهما نجحت الشخصية في إرضاء أهدافها، لن تكون هذه الأهداف كافية. ولا يمكن لجوعها أن يهدأ سوى عندما تهتدي إلى المسار الذي اختارته روحها.

القوّة الحقيقية وإتمام مهمّة الروح على الأرض هما بالتالي ديناميتان غير منفصلتين. القوّة الحقيقية، كما رأينا، ضرورية من أجل إتمام مهمّة الروح على أكمل وجه. وإنك، وفيما تتقدّم نحو اكتساب القوّة الحقيقية، تتقدّم في عملية تنفيذ اتفاقية روحك مع الكون، وفيما تتقدّم نحو تنفيذها - فيما تتقدّم بوعي نحو طاقة روحك - تكتسب القوّة الحقيقية. أنت وعمل روحك على الأرض تتوسّعان معاً. وكلّما نما وتطوّر أحدكما، نما الآخر وتطوّر.

عندما تتقمّص الروح، يصبح ما تتذكره حول اتفاقيتها مع الكون أقلّ إلحاحًا بالنسبة إليها، وقد يبقى هذا الوضع في حالة من السبات ريثما

تحرّك التجارب. وليست هذه التجارب بالضرورة من اختيار الشخصية. ولكنها لزومية من أجل التيقظ إلى تنشيط قوّة ومهمّة الروح في وعي الشخصية وإلى تحضير هذه الأخيرة لإتمام هذه المهمّة.

كيف تشعر عندما تتذكّر مهمّة روحك؟

عندما تشعر بأن دوافع النشاط الذي تقوم به تنبع من أعماقك، وعندما تصبح تحرّكاتك وأعمالك مصدرًا لرضاك وسعادتك، وعندما يؤدي ما تقوم به إلى خيرك وخير الآخرين. وعندما لا يصيبك القنوط، بل تشعر عبر ما تقوم به بمتعة الحياة والعمل، فإنك إذ ذاك تؤدي المهمّة التي خلقت لتأديتها. تمتلئ الشخصية المنخرطة في عمل روحها بالحيوية، ولا تثقلها المشاعر السلبية. وهي تعيش من غير خوف، وتغتبط بمعنى الحياة وقيمتها. وتستمتع بعملها وبالآخرين، وتشعر بالاكتماء الذاتي وتساعد الآخرين على بلوغ هذا الاكتماء أيضًا.

تفاعلك مع والديك، ومع الذين اخترت مشاركتهم في أمورك الحميمة، ومع هؤلاء الذين - من بين ملايين سكان الأرض - تشترك معهم في بعض جوانب حياتك، هذا التفاعل يؤدي إلى تنبيهك إلى من تكون، وإلى ما جئت لكي تقوم به على الأرض. الآلام التي تقاسيها حينًا، ومشاعر الوحدة التي تتابك أحيانًا، والتجارب التي ترتدّ عليك بخيبات الأمل أو بمشاعر الاحباط، والوقوع في الإدمان وفي ما يشبهه من الزلاّت، كلّ منها يفتح أمامك أبواب اليقظة والوعي. وكلّ منها يقدم لك فرصة النظر إلى ما هو أبعد من حدود الوهم الذي يخدم هدف توازن روحك ونموها.

لديك عبر كل تجربة سلبية ومؤلمة تمرّ بها فرصة أن تتحدّى الرؤية التي تقف وراءها، ووراء الخوف الذي يغذيها، وفرصة أن تختار طريق التعلم بالحكمة.

لن يتلاشى الخوف بصورة فورية، ولكنه يتراجع فيما تعمل لكي تتغلب عليه بشجاعة. عندما تضع حدًا للهواجس المرعبة التي تراودك، لا يمكن للخوف أن يستمر. وعندما تختار أن تتعلم عبر الحكمة، وتختار التطور الواعي، تطفو مخاوفك إلى سطح وعيك، مرةً بعد أخرى، لكي تتمكن من التخلص منها بقوة إيمانك الداخلي. إنك بذلك تطرد الشياطين التي تختبئ في زوايا كيائك.

معلموك ومرشدوك يمنحونك النور باستمرار. وهم يشجعونك لكي تبلغ تطورك التام، ومع ذلك لا يمكنهم منعك من التعلم والنمو عبر المرور في التجارب والتأثر بها. والأمر يبقى كذلك حتى ولو كنت قادرًا على الاتصال بهم مباشرة وبحالة الوعي. تدفعك التجارب التي تمر بها في أيما اتجاه، وربما تدفعك يمينًا أو يسارًا، وقد تطرح هذا السؤال، أو ذلك السؤال، على معلمك اللامادي. وإن ذهبت في اتجاه اليمين يكون سؤالك مختلفًا عن السؤال الذي قد تطرحه لو ذهبت في الاتجاه المعاكس، والحقيقة التي تدق بابها بهذا السؤال تختلف كليًا عن الحقيقة الأخرى.

ليس هناك ما يمكن القول إنه المسار المطلق والأمثل للروح. بل هناك مسارات مثلى عدة. ومع كل خيار تقوم به، ترتسم أمامك فورًا مسارات عديدة محتملة، يكون أحدها المسار الأمثل. وبكلام آخر، إن المسار الأمثل لروحك هو خيار الوعي، وهو المسار العمودي. وبعد أن تقوم بهذا الخيار تفتح أمامك الطرائق العديدة لتفعيله.

بأي طريقة إذا تنعم بفائدة الارشاد اللامادي؟

إنها الشراكة التي تحفزك إلى بلوغ أقصى أبعاد القوة الحقيقية والخيار المسؤول. وهي لا تنتظر منك بأن تترك لغيرك مهمة توجيهك بطريقة

خارجة عن إرادتك. إنها تريد منك استقبال الدعم الذي يساعدك على تبين طريقك إلى بلوغ أعلى مستويات القوّة التي لديك، وتلقّي الإرشاد حول كيفية استخدامها.

عندما تولي كلياً إلى شخصيتك أمر تحديد ما هو الأفضل لك، ربّما تقف عائقاً دون حصولك على مصادر غنى قد تكون في انتظارك. كيف تعلم بما يعده لك الكون فيما لو تتخلّى عن التزامك بالقيود التي تضعها لنفسك؟ إن اتخذت قرارك في أن ترى حياتك تتجلى بمظهر معين دون غيره - إن اخترت تركيز إبداعك على وسائل جمع المال مثلاً - فتأكد أنك تبني كلّ حقيقتك حول هذا الأمر فحسب. لن يتمكن الكون من مساعدتك كما لو كنت تثق به، لأنه لا يستطيع إغفال الخيار الذي اعتمده، ولا اختراقه. ماذا لو كان لما تقوم به تقدير أكبر على الصعيد الاجتماعي منه على الصعيد الاقتصادي. أي وبكلام آخر، ماذا لو كان المشروع الذي تودّ إنشاءه سبيلاً من شأنه أن يفتح أمامك طريقاً لم تتعرّف إليها من قبل؟ وهذه الطريق ما زالت مسدودة الآن لأنك تصرّ على فتح باب غير بابها، باب طريق لا تؤدي سوى إلى الفراغ؟

هل ترى ذلك؟

تخلّى عن كل ما ترى فيه معنى المكافأة وحسب. كن مرناً وتسلّح بالثقة. وكن خلاقاً، وعش منسجماً مع طبيعتك. ودع الأمور تجري بحسب إرادة معلّمك ومرشدك الروحيين وإرادة الكون.

إرفع يديك عن المقود. وكن قادراً على أن تقول للكون: «لتكن مشيئتك!»، وازرع ما تقوله في نياتك. فكّر بهذه الجملة ملياً. فكّر بمعنى قولك «لتكن مشيئتك!»، واجعل حياتك بين يدي الكون كلياً. يتمثل الجزء الأخير من عملية السعي إلى القوّة الحقيقية في أن تتخلّى عن ما تمتلكه من القوّة أمام مستويات أسمى من الحكمة.

قبل أن نتوصّل كجنس بشري، وبردح طويل من الزمن، إلى وعي وجود العالم الذي يضمّ المعلمين والمرشدين اللّاماديين، كان كل إنسان يحظى ويتمتع بإرشاد عدد كبير من المعلمين اللّاماديين. وعلى الرغم من عدم قدرتنا على رؤيتهم، كان هذا النوع من الارشاد يحدث بمواصفات تامّة من الكمال والتوازن. والأمر عينه يحدث الآن. ولكننا، وفيما نمّر في مرحلة التحوّل إلى جنس بشري غير مقيّد بحدود حواسه الخمس، بتنا نعي للمرّة الأولى وجود هذا العالم، وبتنا قادرين على الاشارة إلى هؤلاء المعلمين اللّاماديين، وعلى الاحساس بوجود علاقة شخصية تربطنا بهم. ولكن ما نمّر به من تجارب يبقى دومًا ملائمًا ومساعدًا في بلوغنا الحكمة الكبرى من تقدّمنا وإرشادنا.

تذكّر أنك تتمتع دائمًا بالدعم، وأنتك لست وحيدًا في رحلتك الأرضية. عش حياتك بصحبة معلميك ومرشديك اللّاماديين. لا تفرّق في ما يمكنك طلبه منهم والتحدّث بشأنه إليهم. آمن بهذه العلاقة وتمتّع بجمالها. ولا تخف من فكرة التبعية أو التوكّل. ما الخطأ في أن تكون تابعًا للكون، أكان لمعلميك اللّاماديين، أو للذكاء الإلهي؟ إفعل ما تريده لنفسك، والكون ومعلّموك ومرشدوك اللّاماديون موجودون لمساعدتك. لن يقوموا بالعمل في مكانك قطّ، وليس في إمكانهم فعل ذلك. ولكن تمتّع بتبعيتك لهم، واسمح لهم بالاقتراب منك أكثر. عندما تطلب الإرشاد والمساعدة، ثق أنّها ستدّفق عليك في الحال. قد يكون عليك العمل قليلاً على تحضير فكري ليصبح في حالة من الهدوء تسهّل الاستقبال والاصغاء. ربما تحتاج إلى تناول وجبة الغداء، أو إلى قيادة السيارة في نزهة قصيرة بين شوارع المدينة، أو إلى القيام بأي أمر يريح فكري ويجعلك حاضرًا ومنصتًا لما قد تشعر به، أو تسمعه. ولكن لتكن لديك ثقة تامّة بأن الإرشاد الذي تطلبه يتدّفق عليك فورًا، وفي لحظة الطلب عينها.

حاول النظر إلى الحياة من منظار أنها ديناميّة رائعة التنظيم. ثق بالكون. والثقة تعني الإيمان بأن المناسبة التي تمرّ بها تعمل من أجل الغاية الأفضل والأكثر ملاءمة لك. ليس هناك «متى؟»، وليس هناك لفظة «إذا» بل «يكون». تخلّي عن الشروط والتفاصيل وقل للكون: «أهدني إلى حيث أحتاج أن أكون». أرسل طلبك إلى الكون وكن واثقًا أن الكون سيلبّي. استرخ ولا تثقل قلبك بالهموم، واسمح لذاتك العليا القيام بمهمّتها.

إعطِ ذاتك فرصة الصلاة. وتامًا، كما في كلّ مرّة يكون حجم الألم أو الأذى أكبر من قدرة الإنسان الشخصية على الاحتمال أو التسامح، تكون الصلاة كافية من أجل تلقّي الرحمة والإدراك، والنور السامي الذي يتيح له القدرة على الاحتمال أو على التسامح.

لا يمكن لك أن تكمل الدرب إلى اكتساب القوّة من غير صلاة. ليس كافيًا أن تريد، أو أن تنوي، أو أن تتأمل. عليك أن تصلّي. وعليك أن تتكلّم. وعليك أن تطلب. وعليك أن تؤمن. هذه هي الشراكة.

فكّر في طبيعة ما تقوم به عندما تدخل في شراكة مع الذكاء الإلهي. الشراكة التي تبوح عبرها عن مشاغلِكَ فيما تثق بأن هناك جهة ذكية تتجاوب مع ما تقوله، وتساعدك على أن تخلق في حدود محيطك الخاص المؤلف من المادّة والطاقة أفضل الديناميات قدرة على مساعدتك في التوصل إلى الاكتمال. لا تفكّر أنّك وحدك في عملية الخلق هذه، لأنك تتلقّى الارشاد الأقوى الذي يساعدك عبر عملية خلق مشتركة على إيجاد أنجع السبل من أجل شفاء روحك وتنفيذ اتفاقيتها.

اعتبر نياتك وتأملاتك بعض جوانب صلاتك. وكن قادرًا على القول في صميم نياتك، وفي تأملاتك «وإني أطلب الارشاد والمساعدة»، وتوقّع أن تنال طلبك. توقّع نيل ما تطلبه. عدا عن مستوى اختيارك المسؤول للطاقة وكيف تجسّد ذلك في المادّة، تساعدك الصلاة على

مناجاة النعمة وجذبها نحوك. الصلاة تكون هي الوجود في علاقة شخصية مع الذكاء الإلهي.

من المستحيل أن تكون هناك صلاة من غير قوّة. ومن المستحيل أن تمرّ في بالك فكرة وتكون سرّاً، لأن الطاقة مسموعة. عندما تصلي تناجي النعمة وتجذبها إليك. والنعمة هي نور واع ونقي. وهو إلهي. الصلاة تجذب النعمة والنعمة تطمئنك. هكذا تسير الأمور. النعمة تهدي الروح. والنعمة تصطحب معها المعرفة بأن كل ما تختبره ضروري. إنها تهديك بحسّ المعرفة.

إسترخ في اللحظة الحاضرة. قم بما تريد القيام به في اللحظة الحاضرة. ليس عليك القلق حول ما ندعوه مستقبلاً. وهذا لا يعني عدم اهتمامك بما ينتج عن كل واحد من خياراتك. أن تأخذ في اعتبارك نتائج كل قرار تتخذه هو الخيار المسؤول. بل يعني ذلك أن تبدع بقوّة في اللحظة الحاضرة، وألا تخسر من قوتك عبر التفكير في «ماذا لو؟»، أي في الأمور التي قد تطرأ على حياتك. الاحتمالات عديدة جداً ولا يمكن أن تحدّ أو تحصى. ركّز قوتك على الوقت الحاضر. احتفظ بقوتك في اليوم الذي تعيش فيه على هذه الأرض، ولا تحاول التأثير على الغد.

استخدم جميع طرائق الاتصال المتاحة لك في عالمك الأرضي، ولكن ليس من باب الذعر أو الخوف. وقم من موقعك بما عليك القيام به. لديك الخيار في معرفة الوقت الملائم للاتصال، وفي وضوح الدوافع إلى إجرائه، وفي التحلّي بالثقة. دع إلهامك يرشدك إلى الوقت الملائم. ركّز على ما يجول في داخلك وراقب شعورك، وتابع تقدّمك. اسمح لنفسك أن تتعرّف تدريجاً، وخطوة بعد خطوة، على شعور الحرية في عدم التقيّد بما ستؤول إليه النتيجة، وفي التحرك انطلاقاً من قلب تدعّمه القوّة الحقيقية.

لا تتوقّع من الكون أن يعمل وفق الشروط الإنسانية، لأن الأمر ليس كذلك. ولا تؤكّد على فكرة أن الكون يمثل إلى أسلوبك في فهمه. ولكن تمسّك بالأحرى بفكرة أن كل ما هو موجود على الأرض هو وجود ذو قيمة، وأنه من المستحيل أن يخلو أي شكل من أشكال الحياة من القيمة. وبالتالي، فمن المستحيل أن يكون هناك عمل من غير قيمة. قد لا تتمكّن من الاقتناع بهذه الحقيقة ولكن ذلك لا يغيّر شيئاً في صحتّها. عش واثقاً بأن أجزاء المشهد ستكتمل، وأن الرؤية ستتوضّح أمامك في الوقت الملائم.

الثقة تمنحك القدرة على النظر إلى جوانبك السلبية، والقدرة على معالجتها وشفائها. إنها تتيح لك تتبّع مشاعرك، والتغلّب على الموانع التي قد تحول دون التعرّف إلى منابعها، وتتيح لك أن تخرج إلى النور تلك الجوانب منها التي تعيش في الخوف وتقاوم اكتمالك. الرحلة إلى اكتساب القوّة الحقيقية تتطلب منك وعي كل ما تشعر به. عملية نبش الخبايا السلبية ومعالجتها وشفائها قد تبدو طويلة ولا تنتهي، ولكنها ليست كذلك. إن هواجسك وجوانب ضعفك وخوفك لا تختلف عن تلك التي يعاني منها بقية البشر. لا تيأس فإن إنسانيتك في طور الصحوة. تحسّس نياتك بقلبك. ولا تشعر بما يقوله فكرك بل انصت إلى قلبك. وعضّاً عن طاعة آلهة فكرك المزيفين، أطع قلبك، الإله الحقيقي. لن تجد الله في فكرك؛ فإن موقع الذكاء الإلهي هو القلب.

افتح صدرك إلى إخوانك في الإنسانية. اسمح لنفسك اختبار مشاعرك نحوهم، وتعرّف إلى مشاعرهم. تفاعل معهم بشكل قاعدة نموّك. عندما تخاف مما قد تجده في نفسك، أو مما قد تجده في الآخرين، وعندما لا تتيح لنفسك سماع ما يرغب الآخرون في قوله، فإنك تدير ظهرك للفرص التي يقدمها الكون لك من أجل اكتشاف القوّة التي في

قلبك، قوّة الرحمة. ولا سبيل أمامك للنموّ سوى بعد التفاعل بشجاعة في علاقاتك مع الآخرين.

الرحمة هي الرحمة المتبادلة بين الناس. ينعم جسد الإنسان بالهدوء والنشاط بفضل الطاقة المنبعثة من القلب، ويعاني من طاقة ذات تواتر منخفض عبر تيارات الغضب والغیظ والخوف والعنف. عندما تتعاطى مع الشخص الآخر بقسوة وتبتعد عن قلبك، أنت من يتعذّب وليس الآخر وحده، وعندما تتعاطى مع الآخر برحمة، فإنك تتعاطى مع ذاتك برحمة في الوقت عينه. كلّما توسّع وعيك، وكلّما تنبّهت إلى ما تشعر به، تنبّه إلى هذا التأثير الثنائي في حالتی وجود الرحمة وغيابها؛ وتعي مدى الإساءة التي تلحقها أنت بجسمك عندما تغيب الرحمة عن مشاعرك وسلوكك.

تحدّى الخوف. الخوف مثلاً من التقدّم في السنّ، ومن التغيّر في الشكل، يدفعك إلى الرغبة في الانتقال من حالتك الحاضرة إلى حالة أخرى. عندما تعيش وسط نمط من الرغبة في ما لست تملكه عوضاً عن الرغبة في ما تملكه، أي أن ترى دائماً العشب في غير مرجك أكثر اخضراراً من العشب الذي في مرجك، فحريّ بك أن تتحدّى هذا النمط وتذكّر نفسك في كل مرّة أنك لا تعيش اللحظة الحاضرة، ولا تتفاعل مع دينامية الطاقة الحاضرة لديك، بل وعلى العكس، فإنك تخسر من قوتك لأنها تنساب إلى خارجك نحو مستقبل غير موجود.

وفي كلّ مرّة تشعر بسيطرة الأحاسيس السلبية عليك، توقف لحظة، وتنبّه إلى ما تشعر به، وحاول التخلّص منه بصورة واعية. اسأل نفسك عمّا تشعر به، وما السبب وراءه أو ما هي جذوره. اذهب إلى تلك الجذور للتوّ، وفيما تعمل على اقتلاعها، انظر في اللحظة عينها إلى الجانب الإيجابي وتذكّر الحقيقة الكبرى وهي أن حياتك ليست وليدة

المصادفة، وأنتك في صدد عملية روحية عميقة، وفي صدد اتفاقية مع الكون التزمت روحك بتنفيذها.

تنبه إلى ألفاظك، وإلى الأعمال التي تقوم بها. تنبه إلى من أنت وكيف تستخدم قوتك. وبكلام آخر، عندما تقول ما تقول، وفيما ترتبط بالتزامات ووعود، وفيما تمضي إلى بناء قوتك في الحياة، حاول أن تتأكد دائماً أن كلماتك تشير حقاً إلى من أنت، وأنتك تدعم أقوالك بما لديك من قوة. أما لو لم تكن واعياً للنية التي تحركك، وانتابك الشك بأنك تتصرف على غير ما تريد، اسأل ذاتك: «ما الذي يجري بالفعل؟»، راجع دوافعك. وبمجرد قيامك بهذه المراجعة تتلقى الإرشاد الذي تحتاجه ولا تكون وحيداً في عملية التقويم هذه.

الثقة تسمح لك بالعطاء. والعطاء زاخر. وكما تعطي، هكذا سيعطى لك. إن اتسم عطاؤك بالقصور والتقتير وترافق مع إطلاق الأحكام على المتلقي، هذا ما ستلاقيه في حياتك، أي القصور والتقتير والأحكام. ما تقوله للآخرين، سوف يحدث لك بالتحديد. وكيفية مساعدتك وحبك للآخرين ستجد مثلها في المقابل؛ إنه قانون كارما. إن كنت تشعّ حباً ورحمة، سوف يعود ذلك عليك بالحبّ والرحمة. وإن كنت تشعّ خوفاً وارتياباً وميلاً إلى إبقاء الآخرين على مسافة منك، فإنك تجذب إلى نفسك الأمور السلبية وهذا ما تطلبه.

والثقة تسمح بالهناء. عندما تثق بأن الكون يغدق عليك في كل لحظة بما تحتاج إليه روحك، وأن الإرشاد والمساعدة من جهة مرشديك ومعلميك اللاماديين تتوفر إليك دائماً، تشعر بالحرية في تعاطيك مع الآخرين وتبتعد عن ثقل الشعور بضرورة المراوغة والمداورة من أجل الوقاية من الأذى. الوعي حاله من الهناء وليس من الألم. إنه منتهى السعادة؛ وهو تامّ التوازن والانسجام المحبّ. وهو كل هذا وأكثر. الصفاء يطالعنا في المسار العمودي وليس الألم.

والثقة تسمح لك بالضحك. يمكنك أن تبقى ضاحكًا ومرحًا فيما تتقدّم على دروب الحياة وليس بالضرورة أن تصبح جدّيًا ومتعبًا. ينظر الشريك الروحيّان إلى الأمور من المنظور اللّاشخصي ويساعد أحدهما الآخر على فهم معاني تجاربهما من خلال هذا المنظور. ومن هنا، يمكنهما الابتسام أمام غنى الكون وجماله ومزاجه اللّعوب في بعض الأحيان. ويستمتعان بوجودهما معًا؛ وينظران إلى ما تجرّه رغبات الشخصية من متاعب وضغوط على أنها دروس للروح، ودروس عظيمة في بعض الأحيان.

كل ما تقوم به يوميًا يؤدي إلى خلق ما هو ملائم ومتكامل. والثقة هي في أن تنظر بعين الوعي إلى هذه العملية. وعلى الرغم من أن كل ما تلاقيه وتفعله في كل لحظة ملائم ومتكامل مع ما تحتاج إليه الروح في تطوّرها، فإن خيارتك هي التي تحدّد شكل تجاربك. أنت الذي تختار أن تبقى في حالة من الاستياء والرفض، أو أن تنهك نفسك بالغضب، أو بالحزن، أو أن تتخلّى عن كل تيارات الطاقة السلبية هذه. كل خيار تقوم به، كأن تبقى غارقًا في السلبية أو أن تثق في ما تقدّمه لك الحياة، يخدم تمامًا تطوّر روحك. فإن كل الدروب توصلك إلى الهدف المنشود.

إن اخترت الغضب، أو الحزن، أو الاستياء، أو الغيرة، فسوف تتعلّم أمثلة الحبّ. ولكنك ستتعلمها عبر مشاعر الألم والصدمة والخسارة. ولن تتوقّف عن التطوّر، لأنك تسير في الطريق إلى القوّة الحقيقية والتوقّف عن التطوّر مستحيل. لا يمكنك التراجع عن السير في هذه الطريق. والخيار الأوحده أمامك هو في السير على هذه الطريق واعيًا، أو غير واع. يمكنك اختيار مواجهة صعوبات الحياة بكل ما تحمله روحك من قوّة. إنه خيار الوعي في السير على طريق القوّة الحقيقية.

إن كنت ستتطوّر في جميع الأحوال إلى ما هو أبعد من مدرسة

الأرض، وإلى ما هو أسمى من متطلّبات الشخصية والجسم والوهم الذي يوحى بأسباب الخوف والغضب وعدم الأمان، فلم تختار إذاً المسار العمودي؟

الخيار بهذا الشأن يعود إليك. فإن الطريق الذي تسلكه حالياً ليس مجهولاً بالنسبة إلى الكون. ويمكن اعتبار تجارب الألم والحزن والعنف التي تمرّ بها بمكانة الشارات على الطريق التي اخترتها. لو اخترت مسار التعلّم عبر الغيرة مثلاً، فسوف تختبر القلق والخوف من خسارة ما تظنّ أنك لا تستطيع العيش من دونه، لأن هذه التجارب هي أجزاء من مسار التعلّم عبر الغيرة. ويمكن القول إن تلك الطريق تبدو كذلك بين هذه الشارة وتلك. أما لو تختار مسار التعلّم عبر الغضب، فإنك تختبر الرفض والعنف؛ وإن اخترت مسار الحبّ، فتختبر حبّ الآخرين لك، والخ. لأن اختيار مسار معيّن هو في الآن عينه اختيار أنواع معيّنة من التجارب. ومهما كان اختيارك، فلن يكون جديداً من وجهة نظر الكون.

إذا تابعت طريق البحث عن القوّة الخارجية التي لا تفيدك الآن في شيء، أو قرّرت بناء القوّة الحقيقية في داخل كيانك ووضع نفسك على خطّ واحد ومتراصّف مع مسار التطوّر الذي يسير عليه جنسنا البشري في الزمن الحاضر، فإن خيارك يحدّد التجارب التي ستساهم بها في تطوّر روحك، وفي تطوّر الروح البشرية. إنك تساهم بما يلائم وفي غاية تطوّر وتطوّر الآخرين كيفما كان الخيار الذي تعتمده. هذه هي الحقيقة؛ ولكن، لمَ اختيار التعلّم من غير وعي؟ هل ستحظى بالأمان والرضى والطمأنينة التي تسعى إليها بهذه الطريقة؟

ما تريد اختباره والمساهمة به من موقعك كإنسان، أو كجنس بشري، يصنع خطوات التحوّل الثوري من رؤية الكون عبر الحواس الخمس، إلى رؤيته بإدراك موسّع؛ ومن التطوّر عبر البحث في زوايا

العالم المادي، إلى التطور عبر الخيار المسؤول والدعم والارشاد من المرشدين والمعلمين اللاماديين. هل تتراح إلى فكرة أن الكون غريب عنك وميت، وأنه ينتهي عند حدود ما تتمكن حواسك الخمس من اكتشافه؟ كيف يتجاوب قلبك مع فكرة أن العالم حيّ ورحيم، وأنك بمساعدته، وبمساعدة أرواح أخرى ذات قوة كبرى ونور عظيم، تتعلم من خلال عملية الخلق المشترك كنه الحقيقة التي تعيشها.

أنظر إلى المشاهد المحتملة لمستقبل عالما عندما يبنى بفعل طاقة الشخصية؛ وإلى المشاهد المحتملة لمستقبل هذا العالم إذا بني على ركائز طاقة الروح. أي المشاهد تختار؟

اسمح لنفسك أن تكون واعياً لما تشعر به. اعطِ لذاتك الإذن إلى اختيار السلوك الأكثر إيجابية في كل لحظة. وفيما تتخلص بوعي من الطاقة السلبية، وتدعم نياتك بما يشير به قلبك، وفيما تتحدّى مخاوفك وتتخلّى عنها وتختار الشفاء، فإنك تضع شخصيتك في خطّ متراصّف مع روحك، وتتقدّم لكي تصبح كياناً من نور، متكامل الجوانب، والقوة، والإحساس بالأمان الداخلي. التواضع والتسامح والوضوح والحبّ وكل نعم الروح تتجذّر فيك وتزهر، فتجذب نحوك أعظم هدايا الكون وهي: أناساً مثلك وشبهونك بقلوبهم المنفتحة.

وعوضاً عن أن تكون روحاً داخل جسد، كن جسداً داخل روح. تابع التواصل مع روحك. وحاول الذهاب إلى أبعد من ذلك. إلى هناك، حيث بزوغ حافز الخلق والقوة الحقيقية - عند نقطة الصفر بين المادة والطاقة؛ إلى هناك حيث موطن الروح. تُرى ماذا يعني أن تلبس هذا المكان؟ من المثير حقاً بلوغ سنّ النضج الروحي⁽¹⁾.

(1) من أجل تطبيق ما تعلّمته في هذا الفصل وتعميق تجربتك، أنظر الدليل التعليمي، الفصل السادس عشر

دعوة

صديقي العزيز،

إن كنت تهتمّ بخلق قوّة حقيقية وشراكة روحية في حياتك، فإنني أدعوك إلى ملاقاتي على العنوان الإلكتروني: SeatoftheSoul.com. سوف تجد في هذا الموقع بحرًا من المعلومات والمراجع والنصائح والتمارين التطبيقية الرامية إلى مساندتك في خلق حياة مفعمة بالفرح، وبالسلام الداخلي، وبالعلاقات العميقة والمثرية.

هذه الصفحة الإلكترونية هي خير مرافق لكتاب موطن الروح وهي تساعدك لبلوغ أقصى آفاقك وإلى العطاء الذي خلقت من أجله.

أتشوّق إلى لقاءكم الكترونياً على الصفحة SeatoftheSoul.com.

مع محبّتي،

غاربي زوكاف

موطن الروح الدليل التعليمي

يشرح كتاب «موطن الروح» بأقصى ما يمكن من الشمولية تحوّل الجنس البشري من مستوى الإدراك المحدود واعتماد العنف سبيلاً لتطوّره، إلى مستوى الإدراك الموسّع واعتماد وعيه لعظمة ذاته وعالمه، ولنموّه الروحي سبيلاً لتطوره.

يساعدك الدليل التعليمي على اختبار حدوث هذا التحوّل في تجاربك اليومية وفي حياتك الخاصة. كما تساعدك التمارين التي يقترحها في النظر إلى ذاتك، وإلى تجاربك، وإلى الآخرين تحت ضوء جديد. وتقترح عليك اختبارات تسانديك في تعميق فهمك وتطبيق ما تعلّمته عملياً. إنه يشجعك لكي تكون أنت ذاتك السلطة والمرجعية التي تعود إليها في حياتك، ولكي تتمكن بنفسك من اكتشاف كيفية خلق حياة تسودها روح الانسجام والتعاون والمشاركة وتهيب الحياة.

يمكنك الاستفاضة في البحث حول أي مسألة، أو الاستمرار في تطبيق مطلق تمرين، بالقدر الذي تريده. ويمكنك أيضاً العودة إلى أي

جزء من الكتاب من أجل المزيد من التعمق في معانيه. إنني أتابع البحث في مسار نموّي الروحي منذ خمسة وعشرين عامًا تقريبًا، وما زال فهمي لطروحات كتاب «موطن الروح» يتعمق في كل عام، وفي كل أسبوعٍ أحيانًا. وكلّما أتحت لنفسك فرصة الذهاب إلى فهم أعمق لنفسك وللآخرين، كلّما ازداد نموّك، وازدادت مساهمتك التي تقوم على الوعي، وعلى اعتماد القلب في تطوّر الشخصيّة، وتطوّر بني جنسك.

عندما تقرأ كتاب «موطن الروح»، استعن بدفتر تدوّن فيه المعاني والأفكار التي تخطر لك. وقد تجد في كل مرة تعود فيها إلى الكتاب أفكارًا ومعاني أبعد وأعمق. دوّن تلك المعاني والأفكار في دفتر لك لا تنساها ولكي تتمكن مع مرور الوقت من ملاحظة التغيير الذي أنجزته.

يمكنك استخدام الدليل التعليمي منفردًا، أو بالاشتراك مع آخرين. وإن كنت تستخدمه مع الآخرين، أقترح عليك إطلاع الآخرين على إجاباتك على الأسئلة المطروحة، وعلى نتائج الاختبارات التي تقوم بها، إن لم يشكّل هذا الأمر إحراجًا بالنسبة إليك. الأشخاص الذين تشترك معهم في هذه التمارين قد يتمكنون من أن يصبحوا شركاءك الروحيين. الإدراك الجديد والقيم الجديدة سوف تحملك بالطبع إلى الدخول في مرحلة جديدة من الخلق المشترك والبناء مع الآخرين. وعلى الرغم من أنه ليس بإمكان أحد أن يعمل من أجل تطوّرك بدلًا عنك، فإن زمن الراهب الذي يعزل ذاته في صومعة، وزمن الناسك الذي ينفرد بذاته عن العالم سعيًا إلى الاستنارة، قد ولى. كان مسار تطوّرنا حتى زمن متأخر يتقدّم ببطء، أما الآن فيتقدّم بسرعة البرق. وبعد مرور أجيال قليلة من اليوم، سوف يختبر كل إنسان على الأرض التوسّع الإدراكي الذي بدأت بواكيره لدى الملايين منّا في الزمن الحالي. لا يساعدك هذا الدليل التعليمي في التعرّف إلى التوسّع الإدراكي في داخلك فحسب،

بل يساعدك في استخدامه بوعي من أجل نقل إمكاناته العظيمة - القوّة الحقيقية- إلى حياتك الشخصية.

إن كنت تقرأ النسخة الورقية من هذا الكتاب، أو النسخة الالكترونية منه، فبإمكانك الاستعانة بالدليل التعليمي الالكتروني الموسع الذي يتضمن أفلام فيديو وتأملات عبر دخولك إلى العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg

كما ويمكنك الحصول على مزيد من الدعم والمشاركة عبر التواصل على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com

ويسعدني أن أكون طالبًا على مقاعد مدرسة الأرض إلى جانبكم.

غاري زوكاف

الفصل الأول

يتناول كتاب موطن الروح موضوع ولادة إنسانية جديدة. وهذه الولادة سهلة في بعض جوانبها وتواجه كمًّا من التحدّيات في جوانب أخرى. وهي سهلة من حيث توسّع الإدراك الانساني الذي أصبح يتخطّى حدود ما نرى، وما نسمع، وما نلمس، وما نشمّ، وما نتذوّق؛ والذي يحدث في ما لو سعينا في طلبه أو لم نسع. وحتى إن هناك من الناس من يقاوم هذه الولادة لأنه لا يرغب في رؤية ما يشاهد. والإدراك الواسع يحمل معه إمكانات جديدة، وأهمّها إمكان بلوغ القوّة الحقيقية. والقوّة الحقيقية هي في تراصف الشخصية على خطّ واحد مع الروح. وهو وعلى عكس الإدراك، لا يحدث تلقائيًا، بل على كلّ منا السعي إلى خلقه من أجل خير ذاته. يتطلب خلق القوّة الحقيقية أن نختبر في داخلنا الفرق بين الحبّ والخوف، وأن نختار الحبّ، مهما كانت المشاعر التي تتصارع في داخلنا مثل الغضب، أو الغيرة، أو الحقد، ومهما كانت الأحداث المحيطة بنا، مثل العنف، أو المرض، أو فقدان طفل. هنا يكمن جانب التحدّي. يشرح لك كتاب موطن الروح ما هي القوّة الحقيقية، وأهميتها، وكيفية خلقها.

عندما يُنظر إلى المحيط المادّي من منظار الحواس الخمس فحسب، فإن البقاء المادّي يظهر وكأنه المعيار الأساسي في عملية التطوّر، ويصبح عنصر الخوف اللّاعب الأساسي داخل هذه الحلقة. ثم تبدو قوّة السيطرة على المحيط وعلى كل ما فيه حاجة أساسية. وهذا من شأنه أن يخلق أنواعًا من المنافسة التي تؤثر على معظم جوانب حياتنا. قوّة السيطرة على كل ما يمكننا الشعور به، ولمسه، وسماعه، وتذوّقه، وشمّه هي قوّة خارجية. وكل تقييم شخصي للأمر التي قد نجدها ذات قيمة عالية أو متدنية، فإنما ينتج عن نظرنا إلى القوّة على أنها خارجية. والقوّة الخارجية تكمن وراء كل مظاهر العنف. فهنا الأعمق للوجود يكسبنا نوعًا آخر من القوّة، القوّة التي تحبّ الحياة في كل مظهر من مظاهرها، وهي لا تطلق الأحكام وتجد معنى وغاية في أبسط التفاصيل الموجودة على سطح الأرض. إنها القوّة الحقيقية. والقوّة الحقيقية تنبع من عمق كيّاننا. لا يمكن شراؤها ولا وراثتها ولا إعارتها. يتطوّر الجنس البشري في هذه المرحلة من جنس يسعى إلى القوّة الخارجية إلى آخر يسعى إلى القوّة الحقيقية. ولا يمكننا فهم عملية التطوّر فهمًا صحيحًا إذا لم نفهم أننا في رحلة غايتها الوصول إلى القوّة الحقيقية، وأن القوّة الحقيقية هي غاية تطوّرنا وغاية وجودنا.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الإلكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسّعة من هذا الدليل التعليمي عبر العنوان الإلكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg1

أسئلة

نقترح هنا عددًا من الأسئلة التي يمكنك طرحها على نفسك. كن منفتحًا لتستقبل الإجابات التي تطرأ على بالك، ومنفتحًا أيضًا أمام

الأفكار الأخرى التي قد تراودك. ليس هناك ما يمكن القول إنه إجابة صحيحة أو غير ذلك. صمّمت هذه الأسئلة من أجل مساعدتك على اكتشاف ذاتك وعلى فهم تجاربك. يستمرّ توارد الإجابات إلى ذهنك أحياناً، اترك لها العنان واطلع الآخرين في المجموعة التي تشترك معها في هذه القراءة إذا أحببت. واستمرّ في طرح هذه الأسئلة على نفسك عندما تترك المجموعة. دوّن إجاباتك حتى تتذكرها لاحقاً؛ فإنها ستحفّزك على طرح مزيد من الأسئلة في المستقبل والإجابة عليها.

1 - هل تعتقد أن الإنسان المحبّ أكثر تطوّراً من الانسان اللئيم؟
لماذا؟

2 - هل سبق وعشت تجربة الإدراك الموسّع غير المقيد بالحواس الخمس، أو تظن أنك ربّما عشت مثل هذه التجربة، وإنما لست متأكّداً من ذلك؟

3 - هل تشعر بأن لديك مواهب، أو أن يكون لديك مواهب، يمكنك تقديمها إلى الإنسانية وتريد أن تعرف ما هي؟

4 - ما هو الأمر الذي يجعل من الانسان القوي قوياً؟ من يؤثر بشكل أقوى على حياتك؟ هل هو الانسان الذي يخيفك ويرعبك؟ أم هو الانسان الذي يحيطك باهتمام صادق؟

5 - اكتب أمثلة عن القوّة الخارجية. هل مررت بتجربة أو بتجارب اختبرت بها القوّة الحقيقية؟ تكلم عن ذلك كتابةً.

6 - هل شعرت يوماً بأن حقيقتك تتعدّى ما كنت تظن؟ أي إنها تتعدّى كونك جسداً وفكراً؟

تمرين

هل أنعم بإدراك واسع؟
ضع لائحة بالأمر التي تساعدك على التعرّف إلى نفسك من حيث سعة مداركك. مثلاً:

- أرى في داخلي القرارات التي عليّ اتخاذها.
- أشعر بالحدس:
- أولي أهمية إلى ما تشير إليه بصيرتي.
- أعلم أحياناً ما لا يمكنني رؤيته في الواقع.

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

دروس في الحياة

قد يفاجئك كم أصبح الإدراك الموسّع جزءاً من حياتك. والهدف الآن هو التعرّف إليه، واحترامه، واختباره في الحياة العملية. والتجارب الناتجة عن الإدراك الموسّع قد تكون أموراً طبيعية في حياتك أكثر مما تتوقع. والإدراك الموسّع هو قدرتك على إدراك ما لا تشير به إليك حواسك الخمس.

صمّم نيتك في كل يوم من الأسبوع القادم على أن تجد معنى يهّمك شخصياً في كل تجربة تمرّ بها. وكن منفتحاً على إيجاد معانٍ لم تكن تراها سابقاً، وتعرّف إلى ما تشير به إليك بصيرتك من حيث إنه تجربة قيمة تتولّد من إدراكك الموسّع. دوّن الملاحظات في كل ليلة حول ما شهدته من إدراكك الموسّع.

واكتب في نهاية الأسبوع إجاباتك على الأسئلة التالية:

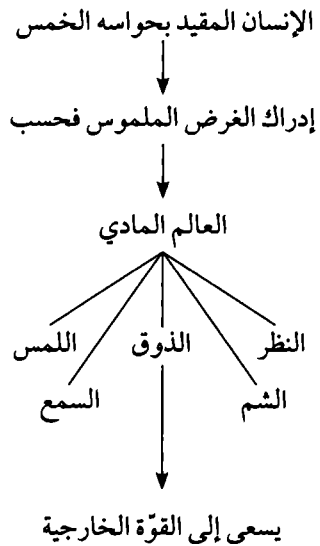
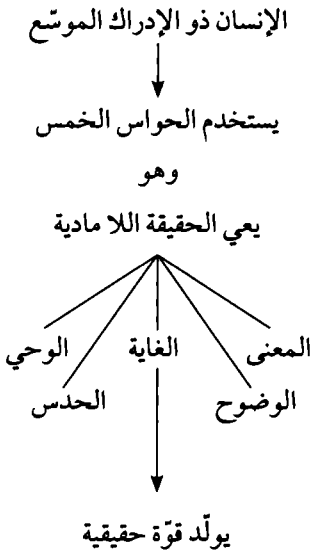
- أي التجارب تدلّ أكثر من غيرها على أنها وليدة الإدراك الموسّع؟ ماذا تعلّمت من هذه التجربة؟
- كيف أثرت نيتك إلى إيجاد معنى في تجاربك اليومية على سير هذه التجارب؟ كن دقيقاً في الإجابة.
- كيف يؤثر ما اكتشفته على نظرتك إلى نفسك وإلى الآخرين؟ اعطِ أمثلة.

ثم استمر في الأمر أسبوعاً آخر واعقد النية ذاتها في كل يوم. دوّن

ملاحظاتك في كل ليلة واحتفظ بها حول ما رأيته من منظور إدراك الموسّع.

- وفي نهاية هذه المرحلة، دوّن إجاباتك على الأسئلة التالية:
- ماذا اكتشفت بشأن ذاتك في انفتاحك على إدراك الموسّع؟ كن دقيقاً في الإجابة.
- أي التجارب الناجمة عن الإدراك الموسّع كانت التجربة الأولى التي تعرّفت إليها من حيث هي كذلك؟
- أي التجارب الناجمة عن الإدراك الموسّع هي الأهم في حياتك؟

رسم بياني مساعد



الفصل الثاني

يدور هذا الفصل حول موضوع ذهنك وحواسك وهما متصلان. تزود حواسك الخمس ذهنك بالمعلومات - ماذا ترى، وتسمع، وتتذوق، وتلمس، وتشم. ويقارن ذهنك هذه المعلومات ويحللها، ويستدل بها، ويستنتج منها حول بعض الأمور ويفيدك حول كيفية البقاء حيًا وفي وضع مريح. لا يمكن لذهنك فهم معلومات غير صادرة في الأصل عن حواسك الخمس. إنها المعلومات التي لا يجد ذهنك إلى فهمها طريقًا، ويضعها بكل بساطة في خانة الأمور المبهمة، أو حتى التافهة والمنافية للمنطق. ولكنها نوع المعلومات الذي يفهمه إدراكك الموسع. ومن هذه المعلومات مثلًا ما يمتّ بصلة إلى تجارب الشخصيات التي تقمّصت فيها روحك في أماكن مختلفة وأزمنة مختلفة قد تكون أزمنة ماضية من منظار شخصيتك. ولكن هذا النوع من المعلومات هو ما نحتاجه بالضبط من أجل خلق حيوات صحية وقوية وبناءة. لا يمكن للذهن حتى أن يتخيّل هذه المعطيات الجديدة. وهذه بالذات المعطيات التي يدور حولها هذا الفصل. وهو في الشرق يدعى «كارما» وفي الغرب يدعى «القاعدة الذهبية».

خلق القوّة الحقيقية يتطلّب منك أن تكون مسؤولاً عن كل ما تسبب في خلقه. وقانون السبب والنتيجة الكوني يريك كيف أنك مسؤول بالفعل عن كل ما تسبّب في خلقه، ومعرفتك بهذا الأمر تشكّل حافزاً قوياً لك لكي تسبب عبر خياراتك في خلق تجارب سليمة وبناءة. إنه قانون كارما. وهو يعني أن التجربة التي تسبّب في خلقها لشخص آخر، سوف تمرّ بها أنت أو شخصية أخرى من الشخصيات التي تتقمّص فيها روحك. كما وأن أي تجربة قد تسبّب إحدى شخصيات روحك في خلقها للآخرين قد تمرّ بها أنت. كارما هي معلّم المسؤولية الكوني وللشخصي. وعندما تفهم أن تجاربك هي ضرورات «كارمية» فإنك قد لا تتجاوب معها بطريقة شخصية - كأن لا تردّ عليها بالغضب، أو بشعور من انتهكت كرامته، أو بإطلاق الأحكام وإلخ. وهذا يعني أنك بذلك لا تسبّب في خلق تجارب إضافية مؤلمة، بل تجارب أكثر فرحاً لنفسك وللشخصيات الأخرى التي تتقمّصها روحك. عندما تختار بحكمة ومسؤولية على الرغم من مشاعر الغضب أو اللوم، إلخ. التي تجتاحك، فإنك تدخل بوعي في مرحلة تطوّر ذاتك (وتخلق القوّة الحقيقية).

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي عبر العنوان الالكتروني:
www.seatofthesoul.com/sg2

أسئلة

هنا بعض الأسئلة الاضافية التي نقترح أن تطرحها على نفسك. إن شعرت بردّ فعل على أيّ منها (مثل أن تكون رافضاً، أو محاسباً، أو مقدّراً، أو معجباً، أو أكثر تيقناً) فنرجو أن تدوّن ردّ الفعل هذا. إن كنت ضمن مجموعة، أطلع الآخرين على إجاباتك واستمع بانفتاح إلى

تجارب الأرواح الأخرى المشاركة. دوّن إجاباتك لكي تتذكرها. فقد تلاحظ أن بعضها يتغيّر مع مرور الوقت.

1 - كم مرة خلال الأسبوع الماضي شعرت بأنك غاضب، أو حاقد، أو مخدوع، أو متفوّق، أو وضيع، أو إلخ. وتصرّف من منطلق هذا الشعور؟

2 - هل سألت نفسك مرّة: لماذا أنا دون جميع الناس؟ ماذا فعلت لكي أستحق هذا؟ دوّن بعض الأمثلة.

3 - كم مرّة شعرت بأن الأذى ينالك، وأحسست برغبة ردّ الأذى لمن شعرت بأنه السبب.

4 - هل كنت ستتصرّف بالطريقة ذاتها لو كنت تعلم أن سبب الأذى التي تعاني منها قد يعود إلى قرون عدة قبل ولادتك؟

5 - كيف تشعر حول إمكان أن تخلق بوعي تجارب سعيدة لنفسك وللشخصيات الأخرى التي تتقمّصها روحك؟ تخيل كيف يمكنك أن تفعل هذا. دوّن كل ما يخطر في بالك وعد إلى قراءته غالبًا. اختر أي التجارب تريد في حياتك.

تمارين

أسبوع من الدمائه واللفظ

حاول طيلة هذا الأسبوع أن تكون لطيفًا ودمت الأخلاق مع كل الذين تلتقيهم. وافعل الأمر عينه مع الذين تتواصل معهم هاتفيًا، وكتابيًا، أو إلكترونيًا. ثم لاحظ كيف تشعر، وإذا ترك ذلك تأثيرًا على حياتك. أطلع الآخرين على تجربتك، وادعهم إلى تطبيق هذا التمرين أيضًا وتبادل معهم نتائج التجربة.

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

تذكر مرة عندما شعرت بالسعادة على أثر حادث لم تكن تتوقعه كأن تكون قد تلقيت هدية مفاجئة أو تصرّفًا لطيفًا من أحد الأشخاص نحوك. اسأل نفسك: «هل سبق أن فاجأت أحدًا بهديّة أو بتصرّف لطيف بالطريقة ذاتها؟».

تذكر مرة عندما شعرت بالصدمة والأذية لأن أحد الأشخاص فجّر غضبه في وجهك، أو خدعك.

اسأل نفسك: «هل تسببت أنا مرة بأذية أحد الناس بالطريقة ذاتها؟». هل فكّرت مرة أن التجارب التي تمرّ بها، السعيدة منها والحزينة هي نتائج خيارات قمت بها، أو قامت بها إحدى شخصيات روحك؟ التفكير في هذه الأسئلة من شأنه تعميق تواصلك وعلاقاتك مع محيطك.

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

تجربة «كارمية»

تذكر مرة تبنّيت فيها أنك تمرّ بتجربة «كارمية»...، تجربة شعرت أو فكّرت بأنها متصلة بمتوجّبات عليك إلى قانون كارما، تسببت بها أنت شخصيًا، أو شخصية أخرى من شخصيات روحك. كيف أثرت هذه التجربة على حياتك؟ ربّما شعرت بأن لتلك التجربة أبعادًا أخرى، وأن ما يحدث يتعدّى ما يمكنك التعبير عنه.

ابحث في هذا الأمر مع ذاتك ومع الآخرين. واسأل إلهامك كيف يمكن لهذه التجارب أن تساعد في نموّك الروحي.

إن لم تكن قد اختبرت مثل هذه التجربة، تخيل أنك لو اختبرتها ماذا كنت ستشعر حيالها؟

الفصل الثالث

كانت لفظه «تهيب» تعني سابقاً أنك تعتبر وتضع وجوداً مثل «الوجود الالهي»، أو كياناً مثل قديس من القديسين، في مرتبة أسمى من مراتب التجربة الإنسانية. أما الآن فبتنا نحس بوجودنا وبوجود الآخرين بأسلوب لا يمكننا تمييزه بعينينا، أو بأذنيننا، أو بأنفنا، أو بحاستي الذوق واللمس لدينا. لا يمكننا الالتباس بين ما تحدثنا به حواسنا الخمس عن الشخص الذي أمامنا - مثل جنسه أو لون بشرته - وبين جوهره. لا يمكن لمن يهتدي بحواسه الخمس الخلط بين الثياب التي يرتديها الشخص الذي أمامه - بزة رسمية أو فستان سهرة أو سروال جينز - وبين الشخص نفسه. وبالطريقة ذاتها، لا يمكن لمن يتمتع بالإدراك الموسع أن يخلط بين البزة الأرضية التي ترتديها الروح - أكان فناً أميركياً أبيض، أم راهبة من الطاو من العرق الأصفر، أو معلّم أسود من أفريقيا - وبين الروح التي ترتدي هذه البزة. كما وينظر الذين يتمتعون بالإدراك الموسع إلى المحيطات والغابات والبادي والجبال بطرائق لا يسلكها المرتبط بحدود حواسه الخمس. التواصل مع جوهر الانسان أو الشيء هو تجربة تخصّ ذوي الإدراك الموسع من الناس. إنه التهيب. والتهيب غير الاحترام. يمكنك احترام أحد الأشخاص وعدم احترام آخر، ولكن لا يمكنك تهيب شخص واحد من غير أن تهيب كل البشر.

التهيب هو أن تخترق حدود الغلاف الظاهري لكي ترى الجوهر. التهيب هو التواصل مع القوة الحقيقية للانسان أو للشيء والتفاعل مع جوهره. إنه إدراك مقدس. إنه الاقرار بأن الشخصيات ليست سوى بزات أرضية وتحويل الاهتمام إلى من يرتديها، أي إلى الروح. التهيب هو القبول بأن الحياة بكل ما فيها وما ينبثق عنها مقدسة. الانسان في غياب التهيب يصبح ظالمًا ومدمّرًا، ويجرّ على نفسه مزيدًا من ديون كارما المؤلمة. يتفادى الانسان المتهيب تلقائيًا نتائج كارما القاسية التي تتولد على أثر السلوك غير المتهيب، وكل سلوك متهيب يكون في مكانة خطوة إلى الأمام نحو تراصف ذاته في خطّ واحد مع روحه. والروح تتهيب كل ما يتصل بالحياة. والإنسان المتهيب يرى ويجلّ الألوهية في كل مظاهرها. والعيش في التهيب يقضي بمواجهة القيم والرؤى التي يعتمدها عالم لا يقتر سوى بحدود الحواس الخمس ولا يعطي قيمة للحياة. أن تصبح متهيبًا هو أولًا أن تصبح إنسانًا روحياً.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي عبر العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg3

أسئلة

استفد من هذه الأسئلة لكي تتنبّه إلى تجاربك التي تقوم على التهيب. واسمح لها أن تحفزك نحو آفاق جديدة في الإدراك والتفكير.

1 - كم من المرّات تحكم على الناس المحيطين بك تبعًا للون بشرتهم، أو مظهرهم، أو ثيابهم، أو معتقداتهم، أو أعمالهم، أو ممتلكاتهم؟ (قد تكون الاجابة عن هذا السؤال صعبة أحيانًا لأن

جوانب شخصيتك التي تميل إلى الحكم على الآخرين هي أليفة جدًا بالنسبة إليك بحيث إن أحكامها لا تبدو لك أحكامًا، بل وصفًا للواقع. ولذلك، راقب نفسك طيلة يوم كامل على الأقل لكي ترى كم تميل غالبًا إلى الحكم على الناس أو على ذاتك، ووصف أحكامك كتابة عندما تنتبه إليها).

2 - هل تنتبه عندما يحكم عليك الناس بالطريقة ذاتها وللأسباب ذاتها التي تحاكمهم على أساسها. دوّن ملاحظتك، وشارك بها الآخرين.

3 - هل يمكن للناس كسب تهيبك لهم، بالطريقة التي يمكنهم كسب احترامك لهم؟ لاحظ ما تشعر به في حالة التهيب، وما تشعر به في حالة الاحترام. دوّن ما تلاحظه وأطلع الآخرين عليه إن تمكنت من ذلك.

4 - هل ترى الألوهية في كل أشكال الحياة؟

5 - هل ترغب في ذلك؟ حاول خلال يوم أو يومين أن ترى ما إذا كنت تستطيع رؤية الألوهية كيفما نظرت حولك.

تمرين

هل يمكنك أن ترى الأمور بصورة مختلفة؟

(إن كنت في صحبة أشخاص آخرين، اقرأ أحدكم التمرين فيما يغمض الآخرون عيونهم).

● تذكر شخصًا عرفته منذ زمن طويل ولكنك لا تشعر بأنك قريب منه مع أنك ترغب في أن تكون كذلك. هل تشعر بالدونية إزاءه أو بالغيرة منه؟ أو ربما بالفوقية وبالميل إلى انتقاده؟ لماذا تشعر أنك بعيد عن هذا الإنسان؟

- هل كنت دائماً تنظر إلى البزّة الأرضية لهذا الإنسان فحسب؟
- هل تركّز دائماً اهتمامك على ماذا يفعل وماذا يرتدي؟
- هل تشعر أنكما لا تتمكّنان من حسن التواصل بسبب سوء تفاهم، أو صدام حدث بينكما؟
- هل تشعر بأن سبب ابتعادك عنه يعود إلى ظروف حياتك التي دفعتك في اتجاه آخر؟

انفتح الآن على إمكان أن ترى هذا الانسان بصورة مختلفة. صمّم نيتك على أن ترى أبعد من مظاهر بزّته الأرضية. واصرف على الأقل خمس عشرة دقيقة على هذا التمرين.

انظر في خيالك إلى صورة هذا الانسان، وتذكّر أنك لا تعرف كل ما يجري في حياته... الصعوبات التي يواجهها، مخاوفه، مصادر سعادته، الأسباب التي ترعبه.

تذكّر أنك روح وأنه مثلك.

إن كانت عيناك مغلقتين، افتحهما ولاحظ ماذا تشعر بشأن هذا الإنسان الآن. هل تشعر بالرأفة؟ وإن لم تشعر كذلك، استمر في استعادة هذا التمرين أكثر من مرّة حتى تشعر بالتحوّل من حالة الانكماش إلى حالة الانفتاح، ومن رؤية هذا الانسان على أنه مجرد شخصية إلى رؤيته من حيث إنه روح في بزّة أرضية. أتح لنفسك فرصة الشعور بتلك اللحظة عندما يختفي الخوف والنفور وحبّ الانتقاد، ويظهر التهيّب. قم بهذا التمرين يومياً واعطه من الوقت ما تريد، واختر أناساً آخرين في حياتك من الذين تودّ أن تغيّر نظرتك إليهم من النظرة الحاكمة إلى النظرة المتهبّية.

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

صمّم نيتك هذا الأسبوع لكي تنظر بتهيّب إلى كل شيء، وإلى كل مخلوق، بما في ذلك علاقاتك مع الناس المقربين منك، ومع أصدقائك، ومع أشخاص تلتقي بهم في لقاءات عابرة، ومع أولئك الذين تعرفهم منذ زمن وتشعر بوجود مسافة تفصل بينك وبينهم، إلخ. ضع نصب عينيك هذه النية في كل صباح، أو كلّمًا تذكرت هذا الأمر خلال النهار.

دوّن في نهاية الأسبوع إجاباتك على الأسئلة التالية:

● ماذا اكتشفت في هذا الأسبوع عبر النظر إلى الأمور بتهيّب؟ أعط أمثلة.

● ما الذي تسبّب في خلقه عبر الالتزام بهذه النية؟ كن دقيقًا في الإجابة.

تمارين وأسئلة

1 - استفد من هذه الأسئلة لكي تهيّب الحياة في جميع أشكالها، وبما فيها أنت. هل تهيّب نفسك؟

2 - ما معنى أن تهيّب نفسك؟

3 - هل يكون تهيّب الذات نوعًا من النرجسية؟ قد تشعر بعض جوانب نفسك بالنرجسية. من المهم أن تتنبّه لها لكي تبيّن الفرق بين تهيّب الذات والنرجسية. اكتب حول ما تكتشفه أو شارك الآخرين به.

4 - ما معنى «أن تهيّب شخصًا آخر»؟

5 - إذا كان التهيّب يعني أن تتعرّف وتقرّ بجوهر الشخص الآخر، فكيف يمكنك ألا تهيّب وتقرّ بجوهر ذاتك؟

6 - إن نظرت بتهيّب إلى كل ما في الوجود، كيف تتغيّر حياتك؟

الفصل الرابع

عواطفك على درجة عالية جدًا من الأهمية. ليس بوسعك أن تنمو روحياً من دون أن تعي عواطفك. من شأن هذه الحقيقة أن تجعل أسلوب معظمنا في النظر إلى العواطف ينقلب رأساً على عقب. وهذا لأن معظمنا يظنّ بأن العواطف ليست ذات فائدة، مثل حال الزائدة الدودية في جسم الانسان؛ أي إنها قد تكون مؤلمة جداً ولا نخسر شيئاً عندما نتخلص منها. غير أننا نخسر ثروة رائعة إن تخلصنا من عواطفنا. العواطف هي رسائل من الروح تحمل إليك معلومات لا تقدّر بثمن. أما لو لم تكن منفتحاً على تلقي هذه الرسائل، فسوف تبعث إليك بها مجدداً مرّات ومرّات. والمعلومات المهمة لا تصلك عبر العواطف السعيدة فحسب، بل عبر العواطف المؤلمة جداً أيضاً. وخلاصة القول هي أن الطريق إلى النمو الروحي يمرّ في قلبك.

ولا يمكنك أن تختبر حقل القوة الخاص بروحك سوى عبر عواطفك، وعبر عواطفك وحدها. عواطفك تدلّك إلى تلك الجوانب المحبّة من شخصيتك التي تمنحك نتائج مفرحة لو عملت بتوجيهاتها، كما تدلّك إلى الجوانب التي يسيطر عليها الخوف والتي تمنحك نتائج

مؤلمة لو عملت بتوجيهاتها. وفيما تتقدّم في نموّك الروحي، تصبح أكثر ارتكازًا إلى قلبك. كثيرون يشعرون بأن الارتكاز على القلب يعني أن يكون الإنسان عاطفيًا وليّن العود، ولكن تلك المواصفات هي في الواقع عكس مواصفات المرتكز على قلبه. أن تكون مرتكزًا على قلبك يعني أن تختار العمل انطلاقًا من الجوانب المحبّة في شخصيتك عوضًا عن العمل انطلاقًا من جوانب الخوف فيها. وخلاصة القول، إن انتقالك من حالة الخضوع من غير وعي لعواطف الخوف، إلى حالة الوعي في اختيار السلوك على قاعدة العواطف المحبّة، يخوّلك تغيير حياتك، وتغيير المستقبل، وتغيير العالم.

- القلب -

منطقنا المعرفي الذي سمح لنا بالتطوّر كمخلوقات يعتمد على معطيات حواسنا الخمس فحسب، لا يمكنه الإحاطة بوجود الروح وتفسيره، والقبول بإمكان التطوّر خارج الزمن، ولا الدينامية اللامادية لطاقة كارما التي تتسبّب في توالي الحيات واتصالها. ومن هنا، فإن الوقت قد حان ليكون لدينا نظامٌ أعلى من الفهم والمنطق. وخلق هذا النظام الأعلى يتطلّب متابعة دقيقة للعواطف، وهذا يتطلّب العودة إلى القلب. عواطفك تدلّك إلى تلك الأجزاء من شخصيتك التي تتراصف في خطّ واحد مع روحك، وإلى تلك التي لا تتراصف. ليس بإمكانك، من غير وعي عواطفك، أن تبيّن الديناميات التي تقف وراءها، أو الأهداف من هذه الديناميات. القلب الرحيم وحده قادر على مواجهة الشرّ مباشرة. الشرّ هو حالة غياب النور، وغياب الألوهية، وغياب الذكاء الإلهي. وعلاج الغياب هو بالحضور. والقلب وحده قادر على جلب النور إلى حيث كان النور غائبًا. وبالتالي فإن القلب وحده قادر على محاربة الشرّ بالنور مباشرة. وفهم الشرّ من حيث هو غياب للنور

يتيح لك معرفة أن المكان الوحيد الذي تبدأ فيه معركتك على الشرّ هو ذاتك.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي عبر العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg4

أسئلة

أن تعي عواطفك وتستعين بها لكي تنال القوّة الحقيقية لا يعني أن تتوقّف عن استخدام ذهنك. ولكن، وعلى عكس ذلك، فإنك تستخدمه بوعي أكبر في خدمة القلب - في خدمة الحبّ - عوضًا عن استخدامه بشكل غير واعي في خدمة الخوف.

1. هل فكّرت يومًا أن لعواطفك هدفًا أبعد من هدف إنذارك بوجود خطر على حياتك وبضرورة الهرب؟ أيّ من عواطفك يقوم على الخوف؟ وأيّ منها يقوم على الحبّ؟

2. ماذا يعني بالنسبة إليك «نظام المنطق والفهم الأعلى العائد إلى القلب»؟ دوّن أفكارك بحيث تتمكن من العودة إليها لاحقًا.

3. هل اعتبرت يومًا أن الشرّ هو غياب الحبّ؟ لو كان هذا الأمر صحيحًا، ماذا قد يعني بالنسبة إليك؟ أكتب ما يجول في بالك وفي قلبك حول هذا الأمر وناقشه مع أصدقائك المنفتحين.

4. هل خطرت لك يومًا فكرة أن المكان الذي تبدأ منه عملية إلغاء الشرّ في العالم يقع في داخلك؟ دوّن الأفكار والبصيرة التي تراودك حول هذا الموضوع. لو كان هذا الأمر صحيحًا، أي الأساليب تعتمد من أجل إلغاء الشرّ في ذاتك؟

استعن بقلبك في اختيار نياتك.

أمام كل خيار تقوم به غدًا، أو طيلة الأسبوع القادم، توقّف برهة واسأل نفسك: «لماذا أريد الكلام بهذه الطريقة، أو القيام بهذا العمل؟»:

● هل أريد خلق جوّ من الانسجام؟

● هل أفعل أو أقول ما يرتاح إليه قلبي؟

● هل أفعل أو أقول ما يشير به عقلي؟

دوّن إجاباتك في دفترك. بعد ذلك، أطلب من الآخرين القيام بالتمرين ذاته وتبادل معهم الإجابات والأفكار.

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

افتح قلبك

تذكّر مرّة شعرت بالانفتاح والحبّ - نحو ولدك، أو حفيدك، أو شريكك، أو صديقك، أو نحو شخص غريب في مناسبة خاصّة. تذكّر الحالة وكيف كنت تشعر في محيط قلبك.

عندما تمرّ بحالة الشعور وكأن قلبك مطبق (تشعر بانقباض في صدرك)، راقب هذا الشعور، وخذ نفسًا عميقًا حتى ولو أحسست بالألم، وفي الوقت عينه تذكّر حالة الشعور بالانفتاح والحبّ. استمرّ في محاولة فتح صدرك وقلبك بالتنفس العميق حتى تشعر بأنك بدأت بالاسترخاء، حتى ولو قليلًا. اطلب من إلهامك أن يرشدك إلى فتح قلبك. طبّق هذا التمرين لكي تواجه ذلك الجزء من شخصيتك الذي يقوم على الخوف، والذي يؤدي إلى انغلاق قلبك من دون ذاتك ومن دون الآخرين.

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

عندما تنبثق نيتك من قلبك، فإنها تحمل طاقة قلبك إلى أفعالك وتصنع التجارب التي تمرّ بها. وعندما لا تنبثق من قلبك، فإنها تحمل الخوف إلى أفعالك وتصنع تجاربك. عليك أن تكون واعياً لأفكارك ولمشاعرك لكي تلاحظ هذا الفرق. قلبك منفتح وخلاق ومتيقن. وهو يعطيك شعوراً بالثقة والارتياح. أما الخوف فيؤدّي إلى قلة الصبر وإلى المحاسبة والانغلاق، ويضعك في حالة دفاعية مستمرّة. ولذلك فإنه يؤدّي بك إلى القلق وعدم قبول الآخر المختلف عنك. القلب واسع الشمل، والخوف يؤدّي إلى النفور والرفض. قلبك يحافظ على اتصالك بالكلّ. والكلّ هو الحياة. والقلب منارة أسفارك على هذه الأرض ومن غيره تصبح تجاربك مظلمة ومخيفة.

هنا قائمة قصيرة يمكنك العودة إليها لتتذكّر ما إذا كان قلبك منفتحاً أو مغلقاً:

القلب المنفتح	القلب المغلق
واضح وواثق	حساس وانفعالي
متّسع وشامل	حصري ومنكمش

الفصل الخامس

التواصل مع وحيك سهل ويوازي سهولته سهولة أن تطرح على نفسك أسئلة مثل: «ما هو سبب شعوري بالاستياء إلى هذا الحد؟»، «لماذا أترى ذلك اللقاء بهذه الطريقة؟»، أو «ماذا يمكنني أن أتعلّم حول نفسي من هذه التجربة؟». اطلب الإرشاد دائماً ولا بدّ للإرشاد من أن يصل إليك. كيف يحدث هذا الأمر؟ لا يمكن لفكرك ولحواسك الخمس تفسير الوحي أو إيصاله إليك، ومع ذلك تتلقاه. إنه مصدر بصيرتك الذي يساعدك على البقاء في مدرسة الأرض، والذي يساعدك في عمليات الابداع وهو مصدر وحيك. وهو يتيح لك فرصة الاستفادة من الرحمة والحكمة التي تتخطى ما يمكن أن نقدهم للآخرين، أو ما يمكن أن نتلقاه منهم. الوحي هو نبع الحقيقة الشخصية واللاشخصية. من الطبيعي أن نرغب في تلقي الوحي والاستمتاع به. لا يؤمن الأشخاص المقيّدون بحدود حواسهم الخمس أن الوحي يستحق دراسة جدية. أحياناً يشعر بعض ذوي الإدراك الموسّع أنهم متفوّقون لقدرتهم على الاستفادة من وحيهم؛ ولكنهم بذلك يستخدمونه بقلب منغلق. فيما يعتمد ذوو الإدراك الموسّع الساعون إلى تحقيق القوّة الحقيقية على ملكة الوحي في سعيهم، ويعتبرونها الملكة الأساسية في اتخاذ القرارات.

الوحي هو إدراك ما هو أبعد من الحواس الخمس وهو متوفر من أجل مساعدة الإنسان. وهو الذي يجعل الإدراك الموسع موسعًا. أصحاب الإدراك الموسع يتمتعون بتواصل واع مع مراجع الذكاء المتقدم. إنهم يتمتعون بمساعدة رحيمة وغير منحازة. يرى ذوو الإدراك الموسع البصيرة، والوحي، والحدس، والإلهام، أنها توجيهات آتية من عوالم إدراكية أعمق فهمًا وأعظم رحمة من عالمهم. ويستفيد هؤلاء من هذا النوع من الإرشاد في بناء قوتهم الحقيقية. وذاتك العليا هي جانب الروح في شخصيتك. والتواصل مع روحك عبر ذاتك العليا يكشف النقاب عن حقيقة تخصك شخصيًا - حقيقة تؤثر غالبًا بك من دون غيرك. إنه وحي داخلي أو «محلي». التواصل عبر ذاتك العليا مع أرواح متقدمة على روحك يكشف النقاب عن حقيقة لا شخصية - حقيقة تنطبق على كل من تلامسه. إنه تلقي المعرفة عبر قنوات الوحي. تستند الشخصيات ذات الإدراك الموسع إلى المعرفة التي يتلقونها من جانب ذواتهم العليا، وعبر ذواتهم العليا؛ أي من أرواحهم، ومن أرواح أكثر تقدمًا على أرواحهم.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، إفتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي عبر العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg5

أسئلة

عد إلى ذاكرتك أو إلى ملكاتك الإبداعية في الإجابة عن هذه الأسئلة. وإن كنت مشاركًا في مجموعة، أطلع شركاءك الروحيين على إجاباتك وتعلم المزيد حول ذاتك عبر مشاركتهم وآرائهم.

- هل شعرت مرّةً بحدس مفاجئ بتوقيته ومضمونه؟ هل تصرّفت على قاعدة هذا الحدس؟ أي أمر مهمّ حدث نتيجة تصرّفك هذا؟ إن لم تتصرّف على أساس حدسك، فما السبب الذي منعك من ذلك؟

- هل شعرت بوحى مفاجئ بفضل فكرة معينة، أو مشروع كان على قدر من الأهمية بالنسبة إليك، أو أصبح كذلك؟

- هل شعرت مرّةً وبصورة مفاجئة بالرحمة نحو شخص سبق وأساء إليك أو إلى الآخرين، مع أنك لا تزال غير راضٍ عما فعله؟

- هل فكّرت مرّةً أن لديك مصدر مساعدة يمكنك الاستفادة من وجوده مع أنك لا تراه؟

- هل فكرة أن الانسان ليس وحيدًا في هذا الكون، وأن بإمكانه الاستناد إلى مصادر إرشاد تصل إليه عبر الوحي والإلهام، تلاقي قبولًا لديك؟

تمرين

تطبيق يومي في استشارة ملكات الوحي

في حالات ردّ الفعل التالية:

- عندما تشعر بنفاد قدرتك على احتمال المزيد بسبب (وطأة الأعمال، قصر المهلة المعطاة، إلخ.).

- تشعر بالحزن (تشعر بأنك يائس، متوتر، غير قادر على الصبر، إلخ.).

- تشعر بالكراهية نحو مديرِك (بسبب خسارة وظيفتك).

- تشعر بخيبة أمل عميقة (بسبب خيانته لي، أو خيانتها لي، إلخ).
- تشعر بأنك أقل من الآخرين قدرًا أو قيمة، إلخ.
- تبدي استياءك لأن سيارتك تعطلت فجأة، أو ألغيت رحلتك، إلخ.
- تشعر بأنك تستحق أكثر من غيرك (تشعر بأنك متفوق على غيرك وأفضل منه، إلخ).

اسأل نفسك:

- ماذا يعلمني ردّ الفعل هذا حول نفسي؟
- كيف أتخلص من سيطرة هذا الجانب من شخصيتي الذي يبدي ردّ الفعل هذا؟
- كيف أتغيّر من إنسان خائف إلى إنسان محبّ؟
- اصغ إلى الإجابة. إنها آتية.

أمثلة في الحياة

في كل صباح من هذا الأسبوع، صمّم نيتك من أجل الانفتاح على استقبال المساعدة من وحيك. هذه المساعدة المتوفرة دائمًا لك. اطرح على نفسك أسئلة تحتاج إلى الإجابة عنها. ثم اصغ إلى الإجابة. فقد تصلك فورًا، أو تستغرق بعض الوقت. ولكنها ستأتي.

بعض الأمثلة على أسئلة قد تحتاج إلى طرحها:

- كيف يمكنني التواصل بصورة أفضل مع ابني، أو ابنتي؟
- كيف يمكنني التعرّف باكراً إلى تلك الجوانب من شخصيتي التي تعاني من الخوف؟

- كيف يمكنني التحلّي باكراً بالتصرّف المسؤول عندما أعاني من أزمة صراع في القوّة؟

- ما هي الطريقة الفضلى لإنجاز هذا المشروع الذي يربكني؟

- كيف يمكنني شفاء ذلك الجانب من شخصيتي الذي يعاني من الشعور بعدم الأمان المادي؟

- ما هو الأسلوب الأفضل لكي أتحدّث مع حماتي (أو مع ابني، أو زوجي، أو مديري، صديقي، أو جاري، إلخ؟).

- ماذا يمكنني أن أتعلّم من تجاربي عندما أعاني من ضغط الأعمال، أو من شدّة الغضب، أو من الغيرة، أو التخمّة، إلخ؟.

دوّن أسئلتك، وفكّر بها. وانتظر الإجابات. لاحظ كيف يصلك الوحي محمّلاً بالفهم والحلول، وكن منفتحاً لاستقبال الوحي بأساليب قد تكون متنوّعة. اصغِ إلى أقوالك عندما تتكلّم، واصغِ إلى أقوال الآخرين. تذكّر أحلامك وفكّر بها.

دوّن في نهاية الأسبوع إجاباتك عن هذه الأسئلة.

- هل تشعر بأن أمثلة الحياة هذه ساعدتك في تطوير قدرتك على استخدام وحيك؟ إذا كان الأمر كذلك، تحدّث عنه. وإن لم يكن كذلك، اسأل إلهامك حول كيفية تطوير قدرتك على استخدام الوحي. كن صبوراً وسوف تأتيك الإجابة.

- أي الأسئلة طرحتها على إلهامك؟ أي الإجابات تلقّيت؟ كيف يساعدك هذا الأمر؟

- سجّل الأمر الأكثر أهمية الذي تعلّمته حول نفسك وحول قدرتك في التواصل مع إلهامك هذا الأسبوع.

- اسمح لشخص آخر يرغب في الانفتاح على إرشاد وحيه الذاتي الاطلاع على ما كتبت.

أمثلة في الحياة

خصّص يومين في هذا الأسبوع من أجل الإصغاء إلى وحيك. أما لو صعب عليك تخصيص يوم كامل، فيمكنك تخصيص بعض الوقت في يوم واحد أو أكثر لهذه الغاية. حدّد هذا الوقت (حدّد مواعيد مع وحيك).

دوّن تجاربك في ذلك اليوم، وأجب عن الأسئلة التالية وسجّلها في دفتر الخاص.

- متى اتّبعت إرشاد وحيك؟ ومتى قاومته؟ لتكن إجاباتك محدّدة ودقيقة.

- هل فاجأك وحيك ببعض الأمور؟

- ماذا اكتشفت حول ذاتك نتيجة الإصغاء إلى وحيك؟ ما هي الأمور الأهم التي اختبرتها نتيجة طاعة وحيك؟

الفصل السادس

معظم الناس يعتبرون أنهم، مثل الآخرين، مجرد كتل من مواد مختلفة مثل العضلات والخلايا العصبية والأعضاء والدماغ واليدين والقدمين. وهذا الاتجاه في التفكير ليس سوى نتيجة الإدراك المقيّد بالحواس الخمس التي لا تتعرّف سوى لما يمكن للإنسان رؤيته، أو سماعه، أو لمسه، أو تذوّقه أو شمّه. غير أنّ دائرة الإدراك البشري تتجه نحو التوسّع من مستوى من التواتر في عالم النور اللامادي، إلى مستوى أعلى من التواتر. وهذه هي بداية ظهور الإدراك الموسّع. وفيما يتوسّع إدراكنا نكتشف أننا وكل شيء في الوجود أشكال من النور. النور، والوعي، والحب، والحياة، والذكاء الالهي، كلّها ألفاظ تحمل معنى واحداً، وتشير إلى حقيقتنا، وإلى من نحن. معظمكم موجود في الحقيقة اللامادية وبالتالي، فإن معظم عمليات تفاعلكم تحدث في العالم اللامادي. وتأثيركم يتخطّى ما هو أبعد بكثير من نطاق الحواس الخمس، وهو فوري. ونتائج الخيارات التي تصنعونها، والعواطف التي تختبرونها تؤثر في الآخرين حيثما كانوا. أما أشكال الطاقة المنبثقة عن الشخصية، مثل تلك النابعة من جوانب الخوف لديها، فإنها تتبع مسار النور المادي. وهي ليست فورية. أما الحبّ غير المقيّد بشروط والمنبثق

عن الروح فهو فوري، وكوني، وغير محدود. وعبر تراصف شخصيتك مع روحك، تحمل الحبّ غير المقيد بشروط والمنبثق عن روحك إلى مدرسة الأرض.

- النور -

إنك كيان من نور، ومستوى تواتر نورك مرتبط بوعيك. عندما يتغيّر وعيك، يتغيّر تواتر نورك. والعواطف تيارات من الطاقة ذات توترات مختلفة. وأفكار الثأر، والعنف، والجشع، واستغلال الآخرين، تولّد تيارات من الطاقة ذات تواتر منخفض مثل الغضب، والكرهية، والغيرة والخوف. وأفكار الحبّ والرعاية والإبداع تولّد تيارات من الطاقة ذات تواتر مرتفع مثل حسن التقدير، والتسامح، والشكر. والأفكار التي تختارها تحدّد التيارات العاطفية التي تدعمها أو التي تتخلّى عنها. وتغيير أفكارك يغيّر في الآن عينه ميزة نورك، وطبيعة تجاربك، وتأثيرك على الآخرين. ينتقل البشر في زمننا الحاضر إلى نطاق من النور ذي تواتر مرتفع، وهذا يعني توسّعاً في حدود إدراكنا وانفلاتاً من قيود الحواس الخمس. إننا الآن نعي نور أرواحنا وقادرين على التواصل مع كيانات من نور لم نكن ندركها سابقاً، مثل المعلمين اللاماديين. يساند المعلمون اللاماديون تطوّرنا في كل مرحلة ولكنهم لا يتخذوا القرارات عنك، ولا يغيّرون شيئاً في ما يخصّ قانون كارما.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sq6

اطرح على نفسك أسئلة تساعد في زيادة وعيك بشأن تجاربك الجسدية وبشأن نتائج السلوك الذي يبنى على قاعدتها. الخوف طاقة تؤلم جسدك، وهي من التجارب القائمة على تيارات الطاقة ذات التواتر المنخفض، والتصرف على قاعدتها يجزّ نتائج مدمرة. أما طاقة الحب فتجلب شعورًا بالسعادة، وهي من التجارب القائمة على تيارات الطاقة ذات التواتر المرتفع، والتصرف على قاعدتها يولّد نتائج بناءة.

- هل تشعر بارتياح جسدي أو بالألم في حالات الغضب، أو الغيرة، أو عندما يجتاحك الميل إلى الثأر؟

- كيف كانت نتائج سلوكك على قاعدة هذه العواطف؟

- هل تشعر بارتياح جسدي أو بالألم عندما يمتلئ قلبك بالرّضى والشكر والتقدير؟

- كيف كانت نتائج سلوكك على قاعدة هذه العواطف؟

- أيّ النتائج تفضّل؟

تمرين

كل عاطفة تحمل رسالة

إن كنت تشترك في مطالعة هذا الكتاب مع شريك واحد أو أكثر، اقرأ هذا التمرين على مسمعهم. وإن كنت تطالعه منفردًا، اقرأه وراجع معانيه جيدًا؛ وسوف تفاجئك الدقة التي تتذكّر بها كل ما جاء فيه.

تذكّر مرّة اختبرت فيها مشاعر حادة، مثل الغضب أو الحسد أو الحقد. أغمض عينيك وعد إلى تلك التجربة.

قم خلال بضع دقائق باستعادة الشعور الذي انتابك في ذلك الوقت، كيف كان وقعه على جسدك، وكيف تحسّ به حاليًا؟ على أي منطقة من جسدك ينصبّ هذا الشعور؟ هل تشعر به في صدرك، أو في معدتك، أو في عنقك، أو في حوضك أو في حنجرتك؟

تذكّر الأفكار التي راودتك عندما اختبرت تلك المشاعر. مثلًا، إن كنت في ذلك الوقت غاضبًا، هل ألقىت اللوم على نفسك أو على شخصٍ آخر، أو على الوضع الذي كان قائمًا؟ كيف تصرّفت؟

تذكّر ماذا قلت عندما اجتاحك ذلك الشعور؟ عندما كنت حاقداً مثلًا، هل تفوّت بكلمات مؤذية؟

ما الذي كان بإمكانك فعله عوضًا عن ذلك؟

أي الأمور يمكنك الآن أن تتعلّمها عن نفسك بفعل هذه التجربة، ولم تكن قادرًا على تعلّمها حينذاك؟

تقول صديقتي مايا أنجلو: «عندما تزداد معرفة، تتصرّف بشكلٍ أفضل».

تأملات مفيدة

عواطفني نتاج عملية تحوّل الطاقة لديّ
وليست نتاج تفاعلي مع الناس، أو مع الأشياء.
كل عاطفة تحمل رسالة إليّ.
تحمل رسالة من روحي.

وإني أتجاهل تلك الرسائل عندما أنطلق منها

لألقي اللّوم على نفسي، أو على الآخرين، أو على الكون.
وطالما لا أتقبّل هذه الرسائل فإنها ستعود إليّ.

تمرين

مدرسك الروحي

تصوّر أن مدرسك الروحي هو من يرسل العواطف إليك. العواطف التي تولّد لديك إحساسًا بالألم تدلّك إلى تأثير تيارات النور ذات التواتر المنخفض لكي تتفادى التصرّف على قاعدتها، وبالتالي تفادي نتائجها المدمّرة. والعواطف التي تولّد لديك إحساسًا بالارتياح، تدلّك إلى تأثير تيارات النور ذات التواتر المرتفع لكي تقبل على التصرّف على قاعدتها وعلى جني نتائجها البناءة. استمع إلى مدرسك الروحي طيلة اليوم، ودوّن ما تكتشفه.

اطلع الآخرين ممّن يشتركون معك في هذا التمرين على تجربتك.

الفصل السابع

هل فكّرت مرّة أن تجاربك هي وليدة قانون السبب والنتيجة؟ يحكم قانون السبب والنتيجة المادي الأسباب والنتائج المادية، مثل تلك المتعلقة بعملية إطلاق صاروخ إلى القمر. ويحكم قانون السبب والنتيجة الكوني النتائج المادية واللامادية التي تقوم على قاعدة أسباب لا مادية. وفي حالة عدم وعيك لقانون السبب والنتيجة الكوني ولكيفية عمله، فسوف تستمرّ في عملية خلق تجاربك، ولكنك لن تتمكن من خلق التجارب التي تريدها. وهذه المسألة هي إحدى أهم المسائل في حياتك. ويمكنك عبر التجربة التأكد من صحّة هذا الأمر. يتيح لك اختبار صحّة هذا الأمر في حياتك حرية الخلق بطريقة جديدة ومختلفة. وهذا يتطلّب أن تكون واعياً في كل لحظة لحقيقة نياتك، وأن تراقب علاقتها بالتجارب التي تمرّ بها. وكلّما ازداد وعيك لحقيقة نياتك، وكلّما تنبّهت إلى واقع تجاربك وتنبّهت إلى الرابط بين نياتك وتجاربك، كلّما ازدادت قدرتك على الاختيار الواعي للتجارب التي تريدها لنفسك. من هنا تصبح صاحب القرار في حياتك. من هنا تنطلق قوتك الحقيقية.

هناك النور، وهناك شكل النور الذي ترسمه بنفسك. إنها عملية الخلق. أنت كيان ناشط من نور وتقوم عبر كل نية في تحديد معطيات النور الذي يتدفق عبرك. والنية هي السبب الدافع إلى الفعل. إنها استخدام إرادتك. تدفع النيات عجلة الحركة لكل ما من شأنه التأثير على كل جانب من حياتك. والحقيقة المادية وكل ما فيها، هي أنظمة من نور داخل أنظمة من نور، وهذا النور هو مثل نور روحك عينه. المادة هي مستوى النور الأشد كثافة. إننا نطوّر لنصبح مخلوقات تعي أنها كيانات من نور وتعي عملية تشكيل نورها بالحكمة والرحمة. بنياتك تصنع حقيقتك. وهي عملية خلق تتم على مستويات أو طبقات عدة مثل: الشخصية، والعائلة، والعمل/المدرسة، والأشخاص الذين تلتقيهم في حياتك، والبلدة/المدينة، والمقاطعة/المنطقة، والثقافة، والوطن، والعرق، والجنس، والروح الإنسانية. لا تتطابق حقيقة أحد منا مع حقيقة شخص آخر. وكلما خرجت من دائرة شخصيتك في اتجاه الدوائر أو المستويات الأخرى من حقيقتك، كلما أصبحت هذه الأخيرة أقل التصاقاً بشخصيتك. والحقيقة المادية المشتركة بيننا في مدرسة الأرض تؤلف كياناً هائلاً من الوعي يعيش كل منا في بحره مستقلاً عن الآخرين ومرتبطاً بهم في الآن عينه.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg7

أسئلة

- ما الفرق بين النية والرغبة؟

- هل أنت واعٍ لنياتك بشكل عام؟

- لو عرفت أن تجاربتك وليدة نياتك، هل تولي اهتمامًا أكبر إلى نياتك؟

- هل تعتقد بأن أحدًا غيرك يعلم النية التي تضمها في اللحظة التي تتكلم فيها أو تقوم بعمل معين؟

- أي شعور يتولد لديك عندما تفكر أنك وكل شكل مادي تعرفه تتألفان من نور هو نور روحك عينه؟

تمارين

التطبيق الأساسي

قبل البدء بعمل ليس الدافع إلى القيام به واضحًا بالنسبة إليك، اسأل نفسك:

«ما هي نيتي من القيام بهذا العمل؟».

وانتظر الجواب.

افعل هذا الأمر لعدة أيام، وسوف ترى كيف أن تجاربتك تتغير. دوّن ما تكتشفه. اجعل هذا التمرين جزءًا من روتين يومي إن وجدته مفيدًا لك.

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

دروس في الحياة

استمر طيلة الأسبوع التالي، وكلما أبدت ردّ فعل على مسألة معينة، في طرح السؤال على نفسك: «ما هي النية التي تدفعني؟»، إن أتصف ردّ

فعلك بعدم الأناة، أو كان تصرفًا دفاعيًا، أو غاضبًا، أو شعرت بأنك في مشادة للتمكن من السيطرة، توقّف برهة واسأل نفسك: «ما هي نيتي من هذا التصرف؟». لا تفتش عن النية التي تظن أنها نيتك، بل النية الحقيقية التي تقف وراء قلة صبرك، ووراء موقفك الدفاعي وغضبك، أو وراء خوفك من خسارة قوتك. تنبه إلى أحاسيسك الجسدية وخصوصًا في نقاط تحوّل الطاقة. وفيما تفعل ذلك، فكّر في ما ستقوله أو ستفعله في الخطوة التالية. واسأل نفسك: «أي خيار هو الأصحّ بالنسبة إليّ الآن؟».

خذ مفكرة في جيبك أو في حقيبتك ودوّن عليها ما تكتشفه.

إن كنت تشترك في مطالعة هذا الكتاب مع شخص آخر أو مع مجموعة، اطلع شركاءك الروحيين على ما تتعلمه حول النيات، واطرح ما لديك من أسئلة حول الموضوع.

وبعد مرور أسبوع، اكتب في المفكرة إجاباتك على الأسئلة التالية:

- ماذا اكتشفت حتى الآن؟

- ما هي بعض الخيارات السليمة التي قمت بها عوضًا عن التصرف المنطلق من جوانب الخوف في شخصيتك؟

- ماذا اكتشفت عندما توقفت عن إبداء ردّ فعلك، وعندما بحثت عن النية التي تدفعك إليه؟ اعطِ بعض الأمثلة الواضحة.

- كيف كان الأسلوب الذي اعتمده عادة في ردود فعلك؟ وبكلام آخر، أي مظاهر الخوف في شخصيتك كانت تتحرّك لديك في معظم الأحيان؟

- إن كنت تشترك في هذه التمارين مع أشخاص آخرين، ماذا تعلمت من هذه المشاركة الروحية؟

تأمل خلال الأسبوع الثاني في الخيارات التي اتخذتها حتى الآن، وحاول التمييز بين نيتك أو نياتك الظاهرة (هدف مادي مثلاً)، ونيّتك الأكثر عمقاً (لماذا تسعى إلى فعل هذا الأمر مثلاً). ولا تنسى، في كل مرّة تجد نفسك على وشك الانجراف في ردّ فعل معيّن، التوقف لحظة وطرح السؤال على نفسك: «ما هي نيتي؟»، و«ما هو الخيار الأصحّ بالنسبة إليّ الآن؟».

وإن كنت وسط مجموعة، استمرّ في إطلاع شركائك على ما تعلّمته وعلى أسئلتك بشأن النية.

وبعد مرور الأسبوع الثاني، أكتب في مفكّرتك إجاباتك على الأسئلة التالية:

- هل استطعت التمييز بين نياتك الظاهرة ونياتك الأعمق التي تشكّل حجر الأساس في سلوكك؟ اعطِ أمثلة على ذلك.

- ماذا كان الأمر الأهم الذي اكتشفته هذا الأسبوع بشأن ذاتك، وبشأن نياتك؟

- ماذا تعلّمت بشأن نياتك من خلال تعاطيك مع الآخرين؟

الفصل الثامن

اختيارك لنيّتك يحدّد شكل تجاربك. وعندما تواجه التجارب التي حدّدتها خياراتك، فسوف تكون مسؤولاً عن اختيار نيّاتك مجدّداً. إنها عملية مستمرة إلى أن يحين موعدك لمغادرة مدرسة الأرض. اختيارك للنيّات ذاتها يؤدّي إلى النتائج ذاتها. وهذا ما يدعى «كارما» في الشرق، و«القاعدة الذهبية» في الغرب. عندما تختار نيّات مختلفة تولّد كارما مختلفة. وباختيارك نيّات نابعة من الحبّ، عوضاً عن أخرى نابعة من الخوف، تولّد كارما سعيدة وليس كارما مؤلمة. يعلّمك قانون كارما أنك مسؤول عن النيّات التي تختارها، إلا أنك تتعلّم هذه الأمثلة بالسرعة التي تختارها. استمرارك في صنع تجارب مؤلمة لنفسك يتوقّف على استمرارك في اختيار النيّات النابعة من الخوف. الخيار يعود إليك والنيّة التي تقف وراء كل خيار تولّد مزيداً من التجارب. كل كلمة تتفوّه بها تحمل طاقة ذكية، وبالتالي فإنها نيّة ترسم شكل النور. عندما تختار أن تضع ذاتك في خطّ متراصّف مع روحك وليس مع شخصيتك، تولّد حقيقة تعكس روحك وليس شخصيتك. عندما تواجه صعوبات الحياة بنيّات تستند إلى الحبّ وليس إلى الخوف، فإنك تصنع «جنّة على الأرض».

تحمل الروح معها إلى حياتها الجديدة ما لم تنجز تعلّمه في حياتها السابقة، فيُضاف إلى ما سيترتب عليها من دروس جديدة نتيجة تجاربها الجديدة. هكذا تتطوّر الروح. تحدّد طاقة كارما خاصّة الروح ميزات الشخصية ونياتها عند الولادة. ونيات الشخصية عند الولادة ترسم شكل النور الذي يتدفّق عبرها ويرسم شكل الحقيقة التي ستلعب أهمية أساسية في رحلة تطوّر روحها. ردود فعل الشخصية على نتائج نياتها تولّد للروح كارما إضافية. ويستمرّ هذا الأمر بنمط معيّن لا يتغيّر سوى بتغيّر نياتها. ومثل هذا التغيير يتطلّب وعياً. دخول الوعي إلى دورة الخلق خاصّتك يتيح لك فرصة تغيير قاعدة نياتك من الخوف إلى الحبّ، ويغيّر في كارما روحك، ويدخل الوعي المقدّس إلى محيطك المادي. تعتمد الشراكة الروحية على شركاء متساوين، وهدفها خلق القوّة الحقيقية. يعي الشركاء الروحيون وجودهم الروحي ويلتزمون بهذا الوعي في عملية اختيار نياتهم، ويساعد واحداهم الآخر على ذلك.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg8

أسئلة

هل تبدو هذه الأسئلة جديدة بالنسبة إليك؟ ما الجديد فيها؟ وما هو الأمر الأكثر فائدة بشأنها بالنسبة إليك؟

- هل فكّرت مرّة أن طاقة كارما التي تولّدها بفعل نياتك هي خاصّة روحك؟

- هل فكرت مرّة أن التجارب التي تمرّ بها ضرورية من أجل تحقيق توازن طاقة روحك؟

- لو كانت التجارب التي تمرّ بها في حياتك حقاً لزومية من منطلق قانون كارما، هل تسمح لجوانب الخوف في شخصيتك أن تتولّى الرّد عليها (وأن تولّد بالتالي نتائج «كارمية» مؤلمة ومدمّرة)؟
- أي نوع من طاقة كارما تريد لنفسك - الطاقة السعيدة أو المؤلمة؟
- أي الأمور تحتاج إلى تغييرها في ذاتك من أجل تحقيق ذلك؟

تأملات مفيدة

الشجرة بحسب ثمارها

يمكنك دائماً التعرّف إلى نوع الشجرة عبر ثمارها؛
كما يمكنك دائماً التعرّف إلى نياتك عبر تجاربك.

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

أي نوع من الناس ينجذب إليك؟

فكر قليلاً بالأشخاص الموجودين في حياتك. وقل بشكل عام إلى أي نوع من الناس ينتمون.

- هل هم من الذين يسعون إلى إرضاء الآخرين من أجل الشعور بالرضى الذاتي؟

- هل يستمتعون بالثرثرة حول شؤون الآخرين؟

- هل يحبّون الحياة؟

- هل يثقون بالحكمة الكونية؟

- هل إنهم لا يفهمون أسباب التجارب التي يواجهونها؟

- هل يسعون إلى الثأر؟

- هل يعيشون حالة غضب ولا يعبرون عنه؟

- هل يعطون بسخاء؟

أمثلة في الحياة

هذه الأمثلة هي حول غاياتك المخبأة - ما هي، وكيف تتعرف إليها، وماذا تخبرك عن ذاتك؟ اكتشاف غاياتك المخبأة، التي لا تتنبه إلى وجودها، يطابق إلى حدّ كبير اكتشافك لجوانب الخوف في شخصيتك. قد تظن أن نيتك شيء، فيما نيّة الجانب الخائف في شخصيتك شيء آخر، ولكنّ هذه الأخيرة ليست سوى غايتك المخبأة، وستبقى خفية عليك طالما تبقى غير متنبّه لذلك الجانب الخائف في شخصيتك الذي يراها.

قد تنطوي الغايات المخبأة على محاولة ترك انطباع قوي لدى أحد الأشخاص، أو محاولة السيطرة عليه، أو تعليمه أمرًا معينًا بغية أن تشعر، أنت المعلم، بالرّضى الذاتي، وإلخ. قد تعتقد مثلًا أن نيتك هي مساعدة الشخص الآخر على فهم القوّة الحقيقية، فيما لا تتنبه إلى شعورك الفوقي عندما تقوم بدور المعلم.

لتكن نيتك في هذا الأسبوع رفع الغطاء عن أي غايات مخبأة لديك. عندما تكتشف أن لديك غايات مخبأة من وراء أسلوب تعاطيك مع الآخرين، كن سعيدًا إزاء هذا الاكتشاف على الرغم من بعض الأحاسيس الجسدية المؤلمة التي ترافقه. من الطبيعي ألا يكون مثل هذا الاكتشاف مدعاة إلى السعادة، ولكن التعرّف إلى الجوانب الخائفة من شخصيتك

وعدم الاستسلام إليها هو كذلك. قد يكون من المفرح جدًا مثلًا أن تشعر بالميل الشديد إلى الهروب، أو إلى الانطلاق في موقف دفاعي، أو إلى الغضب، وأن لا ترضخ إلى هذه المشاعر أو تنجرف وراءها.

دوّن في نهاية الأسبوع إجاباتك عن الأسئلة التالية:

- أيّ ثمار جنيتها في هذا الأسبوع من عملية التفتيش عن الغايات المخبأة في نفسك؟

- أيّ غايات مخبأة اكتشفتها في ذاتك؟

- أيّ جزء من هذه الأمثلة كان الأصعب بالنسبة إليك؟

- أيّ اكتشافات حول نفسك كانت الأهم؟

الفصل التاسع

تتطوّر الشخصيات التي تتمتع بالإدراك الموسّع، وتلك التي تسير في طريقها إليه، بفضل الخيارات الواعية التي تقوم بها. وهذه مرحلة تحمل تغييرًا ضخمًا في تاريخ تطوّر الجنس البشري الذي سلك حتى الآن سبيل التطوّر اللاواعي والقائم على تجارب تولدت بصورة غير واعية بفعل نيات غير واعية. كلّما أصبحت قادرًا على وعي الجوانب المختلفة في شخصيتك، تتحمّس بوعي وجود القوى المختلفة في داخلك والمتنافسة من أجل التعبير عن ذاتها عبر تلك النية الواحدة التي ستكون نيتك في كل لحظة، والتي ستساهم في رسم حقيقتك. لا يعير المقيّدون بحواسهم الخمس أهمية لعملية اختيار شكل النية التي تقف وراء سلوكهم، ولكن أصحاب الإدراك الموسّع يجدونها بطولية. وإنك، وبحسب الخيارات التي تصنعها، تقترب في اتجاه روحك، أو في اتجاه شخصيتك. تميل طاقة الشخصية إلى الانكماش والخوف والعنف، فيما تتسم طاقة الروح بالانفتاح والفرح والعطاء. أي الطاقتين تختار؟ هل من خيار أهمّ من هذا الخيار؟

تحتلّ عملية الاختيار مكانة المحرّك في مسار تطوّرنّا. وكلّ خيار إنما هو اختيار للنّية. والنّية هي مستوى الوعي التي تزوّد به أفكارك أو أعمالك. والاختيار المسؤول هو الذي يأخذ في الحسبان النتائج التي يؤدّي إليها. اسأل نفسك: «هل أقبل بمجمل نتائج هذا الاختيار؟»، و«هل هذا ما أريده بالفعل؟». ولكي تكون قادرًا على صنع الخيارات المسؤولة، عليك أن تتنبّه إلى الجوانب المختلفة في شخصيتك. والخيار المسؤول هو الخطّ الأسرع على طريق تطوّر الشخصيات ذات الإدراك الموسّع. عندما تتدخل بوعي في دينامية صنع قراراتك، تتدخل بوعي في عملية تطوّر ذاتك. وفي كلّ مرّة تبعد حقيقة بناء على نيات الروح - التسامح، التواضع، الوضوح، المحبة - تكتسب قوّة. هذه هي الطريق إلى بناء القوّة الحقيقية - خطوة بعد خطوة، خيارًا بعد خيار. يجذب الإغواء انتباهك إلى الجوانب السلبية التي لديك والتي تجرّ عليك تجارب «كارمية» مؤلمة إذا أتيح لها البقاء في حيّز اللاوعي. والإغواء يعطي الروح فرصة التطوّر المباشر من خلال القيام بخيارات واعية تتفادى تولّد كارما سلبية. وبذلك تكون قادرًا على تنظيف ذاتك من السلبية من غير أن تتحمّل عبء المرور بالتجارب الفعلية المتصلة بها.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg9

أسئلة

لا تدور هذه الأسئلة حول ما تختزنه من معلومات، بل حول درجة الوعي التي أنت عليها. إن لم تكن واعيًا إلى الديناميات التي تتفاعل في

داخلك لتولّد تجاربك، فإن التجارب التي تولّدها ستبقى بالنسبة إليك مفاجئة ومؤلمة وستدفعك دومًا إلى طرح السؤال: «لماذا أنا من يقع في هذه التجارب وليس غيري؟».

- هل سألت نفسك مرّة قبل القيام بعمل، أو قبل التفوّه بجملة: «ماذا سيترتب غالبًا على ذلك؟».

- إن كان جوابك «نعم»، هل تابعت وطرحت على ذاتك السؤال التالي: «هل هذه هي النتيجة التي أريدها حقًا - أو هذا ما أريده الآن فحسب؟».

- لو علمت أنك تستطيع التأثير على مسار تطوّر روحك وعلى مجرى حياتك، عبر طرحك مثل هذه الأسئلة في كلّ مرّة تقبل فيها على عمل أو حديث، هل ستفعل ذلك؟

- هل مرّ في بالك مرّة أن يكون الإغواء دينامية إيجابية؟

- ما رأيك في الفكرة القائلة إن الإغواء هو تمثيل خيالي لتجربة «كارمية» سلبية؟

تمرين

اختيار جديد

تذكّر حالة تعاودك في حياتك وتدفعك إلى التصرف دائمًا بالطريقة عينها - سوء تفاهم مع زوجك، تفاعل صعب مع والديك، أو مع أولادك، أو نفاذ صبرك في التعامل مع زملائك في العمل، أو بشأن أمور تحتاج إلى الضبط والتصحيح، أو ردّ فعلك على رعونة بعض السائقين على الطريق السريع. فكّر بأمر قد ترغب في تغييره. إن كنت تطبّق هذا التمرين مع شخص آخر أو أكثر، فليقرأ أحد المشاركين النص، وليغلق

الآخرون عيونهم. ثم يجري تبادل الأدوار. أما لو كنت تقوم بالتمرين منفردًا اقرأ النص وتذكره عندما تغلق عينيك.

أغلق عينيك. تذكر هذه الحالة وتخيل أنك تعيشها. افترض أنك تواجه تلك الصعوبة عينها، لكي تتعلم التعاطي معها بأسلوب مختلف، أي بأسلوب واع وبناء.

وفيما تعيش مجددًا تلك الحالة في مخيلتك، تذكر تفاصيلها وأحداثها إلى أن تصل إلى الأمر الذي كنت تفضل لو لم تفعله. عند هذه النقطة اختر رد فعل أفضل من جهتك، رد فعل قادر على صنع نتائج كنت تفضلها. تذكر أن اختيار رد فعل أصح يحتاج إلى الشجاعة من جانبك. أتج إلى نفسك فرصة تخيل النتائج المختلفة التي كنت ستالها. دون ما تكتشفه، واطلع شريكك أو شركائك عليه إن كنت تطبق هذا التمرين مع مجموعة.

امثلة

حاول خلال الأسبوع التالي أن تقوم بخيارات واعية. صمم نيتك في كل صباح على أن تكون خياراتك واعية. افعل ذلك مرارًا خلال النهار. قل لنفسك في كل مرة تنبّه أنك على وشك القيام بخيار معين: «إني مسؤول عن الخيارات التي أقوم بها وعن النتائج التي تترتب عليها». عندما تختلط عليك الأمور ولا تستطيع رؤية الخيار الصحيح، اسأل نفسك: «تري، ما هو الخيار الأسلم في هذا الموقف؟» اكتساب القوة الحقيقية تعني أن تقوم بالاختيار الأسلم المتاح في موقف معين - الخيار الذي يمنحك فرصًا أوسع ويزيدك قوة. مثلًا، أن تختار عدم تناول طعام معين عندما تعلم أن جسمك لا يحتاجه؛ أن لا تصرخ عندما تكون غاضبًا؛ أن لا تشكو عندما تشعر أنك بحاجة إلى الشكوى واللوم؛ أن تمتنع عن

النميمة عندما تشعر بميل جارف للثرثرة بشأن أحد الأشخاص؛ أن ترفض القيام بأمر تعلم أنه لا يناسب صحتك أو قيمك ولو طلب منك أحدهم القيام به، وإلخ.

في نهاية الأسبوع أكتب إجاباتك على الأسئلة التالية:

- كيف أن تذكير نفسك بأنك مسؤول عن الخيارات التي تقوم بها، وعن النتائج التي تترتب عليها، أثر على خياراتك؟
- ما هو أبرز أمر اكتشفته حول نفسك هذا الأسبوع؟

تأملات مفيدة

المسؤولية هي لفظة مقدّسة.

إنها تعني القدرة على الردّ بالحبّ

عوضاً عن الردّ التلقائي النابع من الخوف.

وبالمسؤولية تنمو القوّة الحقيقية.

الفصل العاشر

هل طرحت على نفسك مرّة السؤال: «لماذا الإدمان صعب؟». الإدمان بأنواعه يمثل جوانب الخوف الأقوى في شخصيتك. وكلّما كانت رغبة الروح في شفاء الإدمان أكبر، كلّما كان ثمن البقاء عليه أعلى. إنها حكمة الكون الرحيم الذي يريد منك أن تعلم أن انحرافك شديد جدًّا لدرجة أنه يحتاج إلى قوّة مضادّة مساوية لقوّته، أو متفوّقة عليها، لكي تتمكّن من إثنائك عن الاستمرار به. يتطلّب الشفاء من الإدمان أن تتفحص قوّة خيارائك لكي تكتشف بنفسك أنّ النية الوحيدة التي تزوّدك بالقوّة المطلوبة يجب أن تنبع من مكان في داخلك يقول لك إنك قادر حقًّا على القيام بخيارات مسؤولة وعلى استمداد القوّة منها. في كل مرّة تتخذ قرار المواجهة ضدّ إدمانك، تتخلّص من ضغط قوّته، وتشدّد أكثر فأكثر بقوّتك الشخصية. وبذلك تُخرج إلى الضوء وتشفى أعماق التيارات السلبية التي في داخلك وتتخلّص منها. عندما تواجه التحديات الأقوى في مسألة إدمانك، فإنك تتعاطى مباشرة مع عملية شفاء روحك. وهي المهمة التي وجدت من أجل إتمامها.

لا يمكنك ولوج عملية الشفاء من الإدمان قبل أن تسلّم بحقيقة أنك مدمن. إن الاعتراف بوجود الإدمان هو الاعتراف بأن جزءاً منك لا يخضع لسيطرتك. عندما يتم الاعتراف بوجود الإدمان يصبح من الصعب تجاهل وجود المشكلة، غير أن الشفاء يستدعي إجراء تغيير تام في حياة المدمن. من غير الممكن إشباع جوع الإدمان. لا يمكن إشباع الإدمان الجنسي بالجنس، ولا الإدمان الكحولي بالكحول، ولا الإدمان على الطعام بتناول المزيد منه. الإدمان دليل على أجزاء خائفة ومرتبعة في شخصيتك وهي تخضع كلياً لسيطرة الظروف الخارجية. وهي جوانبك الأكثر ضعفاً. أما الإدمان الجنسي فهو الأكثر انتشاراً في العالم بسبب الارتباط المباشر بين المشاكل المتعلقة بالقوة ومسألة الجنس. لا يمكن للإنسان أن يكون قوياً وتحت سيطرة الإدمان الجنسي في الآن عينه. عندما تواجه الإدمان، تقف على خط فاصل بين وجه شخصيتك الأدنى من جهة، ووجه شخصيتك الأعلى من جهة أخرى - أي بين إذن القيام بتصرفات لا واعية أعطيته لنفسك بصورة لا واعية، وبين العيش بوعي. وفي كل مرة تواجه نوعاً من الإدمان، تزود نفسك بمقدار من القوة الحقيقية وتساهم مباشرة في تطوّر روحك.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسّعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg10

أسئلة

كل منا يعاني من إدمان معين. أما لو كنت تشعر أنك غير مقيد مطلقاً بأي نوع من أنواع الإدمان، اختبر هذا الأمر عبر مقارنة هذه الأسئلة بفكر وقلب منفتحين.

- هل تعترف بأن بعض جوانب سلوكك قد يخرج أحيانًا عن سيطرتك - الأكل، تناول الكحول، التدخين، المقامرة، الجنس، مشاهدة الأفلام الخلاعية؟

- هل حدث وساعدك إرضاء هذا الجانب من شخصيتك في تعزيز سيطرتك عليها؟

- هل تتعرّف إلى بعض جوانب شخصيتك التي قد تكون خارجة عن نطاق سيطرتك - هل أنت واثق مثلاً من قدرتك على التوقف عن شرب كوب من النبيذ مع وجبة العشاء يوميًا، أو من قدرتك على التوقف للشراء من متجر تقرأ على واجهته إعلانيًا عن حسم بنسبة 75% على جميع الأسعار، أو من قدرتك على حذف الحلويات من نظام غذائك؟

- كيف تشعر أمام احتمال أن يكون جزء من شخصيتك خارج نطاق سيطرتك؟

- ما هي النقاط الأضعف لديك، أو التي قد تكون كذلك لو كنت متنبهاً لوجودها؟

التمارين

شغف أو إدمان

اكتب قائمة بنشاطاتك اليومية بما فيها النشاطات المسلية. اسأل نفسك الأسئلة التالية بشأن كل نشاط منها واكتب إجاباتك عنها:

- هل أقوم بهذا النشاط في وقته الطبيعي أم إنني أستعجله؟

- هل يفتح هذا النشاط أمامي الباب للقيام بأمور جديدة، أو يغلقه؟

- هل يفتح أمامي آفاقًا جديدة في المعرفة والإدراك أو يغلقها؟
- هل أحاول تفادي عواطفني عندما أقوم بهذا النشاط، أم أستقبلها
برحابة صبر؟

- هل هذا النشاط تعبير عن فرح أم تعبير عن خوف؟
- هل إنني أهتم بمصالحي الشخصية فحسب، أم أعتبر خير الآخرين
وخير الأرض جزءًا من اهتمامي؟

- هل ما أقوم به شغف، أو أمر آخر تحت قناع الشغف؟

(من كتاب «قلب الروح» لمؤلفيه غاري
زوكاف وليندا فرنسيس).

معلومات مفيدة

كشف الغطاء عن إدمان جنسي

المرحلة الأولى - الإنكار

«كل ما في الأمر هو أنني إنسان محبّ».

«قد يكون هناك أمر غير واضح في سلوكي ومن الأفضل تفحصه».

«لا يشكل هذا الأمر مشكلة، ولكنني سأنزل عند رغبتك وأتفحصه».

المرحلة الثانية - القبول

«هناك أمر غير واضح يستحق الاهتمام».

«يبدو وكأنني أعاني من مشكلة معينة».

«نعم. ربّما هناك مشكلة».

«نعم. هناك مشكلة».

«إنها مشكلة كبيرة».

المرحلة الثالثة - الانفتاح أمام فكرة الشفاء

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

أمثلة في الحياة

إبحث/ إبحثي داخل ذاتك خلال هذا الاسبوع عن مطلق نوع من الإدمان قد يكون لديك، حتى ولو كانت فكرة الإدمان بعيدة الاحتمال بالنسبة إليك. تذكر أن الإدمان يشير إلى جانب قوي جدًا وشديد الخوف في شخصيتك، ولدى كل منا جوانب خوف شخصية. تنبه إلى قصتك بشأن هذا السلوك. وقصتك هذه هي ما تخبر ذاتك وغيرك في تفسير أسباب ما أنت عليه، وشرح السبب الذي لا يسمح لك بالتغيير. مثلًا: «كان أبي مدمنًا على الكحول»، أو «تعرضت للاعتداء الجنسي في طفولتي»، أو «انفصل والداي عندما كنت يافعًا، إلخ».

إن كنت لا تعتقد/ تعتقدين أن لديك أي نوع من الإدمان، تذكر/ تذكرني جانبًا من شخصيتك يكون أحيانًا خارج سيطرتك، مثل المبالغة في تناول الطعام، أو في مشاهدة التلفزيون، أو في لعب الورق، أو في شرب النبيذ مع وجبة العشاء، إلخ.

عندما تتعرّف إلى وجود ذلك الجانب من شخصيتك، اكتب القصة التي تخبرها لذاتك حول أسباب ما تقوم به، وأنت كنت تفضل أن تتصرّف بطريقة أخرى؛ أو كيف أن حياتك لا تسير بالطريقة التي تريدها. لا تهمل في كلامك اعتبار أن هناك جانبًا من شخصيتك يدفعك إلى هذا السلوك أو تلك العادة، مثلًا: «هناك جانب خائف من شخصيتي يريد العمل باستمرار، أو يريد القراءة باستمرار، أو لعب الورق، أو مشاهدة التلفزيون». أو «لديّ جانب خائف من شخصيتي يشعر بأن لديه الحق بعدم القيام بأي عمل، أو يشعر بالذنب لدى عدم القيام بأي عمل، إلخ».

صمّم نيتك في كل صباح من أجل رؤية فرص لاكتساب القوة الحقيقية كانت قد أتحت لك سابقاً ولم تعتبرها أو تتعرّف إليها. كن رحيماً مع ذاتك، وتذكّر أن كل ما تكتشفه هو جزء من برنامجك التعليمي في مدرسة الأرض.

عند نهاية الاسبوع دوّن إجاباتك على الأسئلة التالية:

- هل هناك أوجه اختلاف يمكنك ملاحظتها بين طريقتك في سرد قصتك في بداية الأسبوع وطريقتك في النظر إليها الآن؟ ما هي أوجه الاختلاف؟
- هل أمكنك التعرف إلى سلوك جوانب خائفة من شخصيتك لم تكن تعتبرها سابقاً نوعاً من الإدمان؟
- هل هناك نوع من الإدمان كنت متنبّها إليه سابقاً، إلا أنك تعتبره الآن جانباً خائفاً من شخصيتك. كيف يؤثر هذا على نظرتك إلى نفسك؟

الفصل الحادي عشر

لا يمكن لبعض ديناميات النموّ أن تعمل سوى من داخل دينامية الارتباط. ولا يمكن لأحدنا أن يتعلّم كيف يهتمّ بشخص آخر أكثر من اهتمامه بنفسه سوى في إطار من الارتباط. تشكّل النموذج البدئي للشراكة الروحية بهدف مساندة أصحاب الإدراك الموسّع في رحلتهم الواعية نحو بلوغ القوّة الحقيقية. وهو يختلف عن النموذج البدئي للزواج الذي رسم من أجل مساعدة البشر على البقاء الجسدي وحيث لا يرى الشريكان نفسيهما متساويين بالضرورة. عندما ترتبط ضمن إطار شراكة روحية بشريك أو شركاء، تبدأ بثمين المساهمة التي يقدمها إليك الشريك، أو الشركاء في عملية تطوّرك، وتجد أن ملاحظاتهم تلعب بالفعل دورًا مركزيًا في عملية نموّك، وأن الأحاديث التي تدور بينكم تساعد في نبش أمور كانت ترقد كالمياه الآسنة في ظلمة الأعماق. تتعلّم من خلال الشراكة الروحية أن تثق بالشريك، وأن تثق أيضًا بقدرتكما على النمو معًا. إنك مرتبط بعلاقة مع كل أشكال الحياة على سطح هذه الأرض، وما يتخطاها. وباختيارك المساهمة الواعية في التفاعل على مستويات أكثر شمولًا، لا تساهم فحسب في تحوّلك الشخصي، بل أيضًا في التحوّل الذي تنجزه المجموعات الكبرى التي تعيش وسطها. إذًا، فإن تطوّرك نحو بلوغ القوّة الحقيقية لا يفيدك أنت فحسب.

لا تستطيع من غير الارتباط أن تتعلم رؤية الآخرين كما تراهم روحك - كأرواح جميلة من نور. الشراكة الروحية هي شراكة بين أشخاص متساوين اجتمعوا بغية تعزيز نموهم الروحي. يسلم الشركاء الروحيون بوجود الروح ويسعون بوعي إلى دعم تطورها. وهم يقدمون ما يحتاجه شريكهم في رحلة تطوره الروحي على ما قد تصبو إليه شخصيتهم. هكذا تعمل الشراكة الروحية. والشركاء الروحيون الناشطون على مستوى المؤسسة، والمدينة، والوطن، والعرق، والجنس، يصنعون قيمًا جديدة وأنماطًا جديدة من السلوك على هذه المستويات. والخيار قائم دومًا بين طاقات الشخصية ذات التواتر المنخفض (الخوف والشك)، وطاقات الروح ذات التواتر المرتفع (الحب والثقة). والقوة الخارجية التي تفرق الشعوب هي التي تفرق الأشخاص أيضًا. والأشخاص الذين يتراصفون مع أرواحهم يساهمون في خلق الانسجام بين الجنسين، وبين الأعراق، وبين الشعوب وبين الجيران. والقرارات التي تتخذها لا تساهم في تطورك كفرد فحسب، بل تساهم في تطور الإنسانية جمعاء. ما هو موجود في الوحدة موجود في الكل، وبالتالي، فإن كل منا مسؤول في النهاية عن الكون بكليته.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg11

أسئلة

فكر في مدى الاختلاف القائم بين الشراكة الروحية وكل أشكال الشراكة الأخرى. بما أنك تطالع هذا الكتاب فقد تكون ميالاً لفكرة

الشراكة الروحية، أو منخرطاً في تجارب مشابهة حتى ولو لم تصنفها تحت هذا العنوان. أجب عن الأسئلة التالية، وتأمل في إمكان أن تصبح شريكاً روحياً:

- ما هي الناحية التي تجذبك أكثر من غيرها في موضوع الشراكة الروحية؟

- هل من صعوبة توقعها من فكرة الشراكة الروحية؟

- كيف تشعر حول أن تكون متساوياً مع الآخرين؟ إن لم تتذكر تجربة مررت بها حيث شعرت بأنك متساوٍ مع الآخرين (وهذا شائع)، تخيل هذا الشعور؟

- كيف ترى أن العالم سيكون مختلفاً لو وقف الإنسان أمام كل اختيار، واعياً أنه اختيار بين الخوف والحب؟

- أي اختلاف سيطرأ على عالمك لو فكرت قبل القيام بأي خيار أنك في الحقيقة تختار بين الخوف والحب؟

تمرين

افعل عكس ما تفعله عادة في موقف مشادة مع شخص آخر. كيف هو دورك عادة في علاقة معينة، فوقيًا أو دونياً؟ إن كنت تشترك بهذا التمرين مع آخرين، اطلب من أحدهم أن يقوم معك بمشهد تمثيلي تلعب فيه أنت الدور المعاكس لدورك عادةً (إن كان دورك عادةً دونياً، مثل دوراً فوقيًا، والعكس). تخيل أنك مررت بهذه المشادة مراراً (وهذا صحيح)، ولكنك الآن سوف تغير ما تفعله عادةً. إن كنت تجادل بحدة وبصوت مرتفع عادة، حاول التزام الهدوء والتراجع؛ وإن كنت ممن يتراجعون ويلوذون بالصمت عادة، فكن دفاعياً وناقش بحدة.

تخيّل هذه المرّة أنك تدخل في المشادّة عينها، ولكنك ستتمرس الآن على استخدام توجيهات القوّة الحقيقية (يمكنك الاطلاع عليها على الصفحة الالكترونية (www.seatofthesoul.com). ومثّل مع شريكك كيف تكون المشادّة والتعاطي مختلفين باتباع توجيهات القوّة الحقيقية. تخيّل كيف يمكنك التعاطي في داخلك مع هذه المشادّة، وتكلّم وتصرف منطلقاً من الجوانب الأسلم في شخصيتك، وبقدر ما تجد إلى ذلك سبيلاً في هذه اللحظة.

دوّن بعض الملاحظات في مفكرتك لكي تتذكّر كل مرّة تدخل في مشادّة، أو مواجهة، أن تتصرف بوعي، وخصوصاً عندما تشعر بأن جوانب الخوف في شخصيتك قد نشطت.

أمثلة في الحياة

كن على استعداد لتعزيز الجوانب المحبّة في شخصيتك. صمّم نيتك كل يوم في هذا الأسبوع لكي تختار الحبّ في التعاطي مع كل شخص تلتقيه. انتبه خلال تعاطيك المحبّ مع الآخرين إلى تجاربك، ولاحظ الفرق بين تجربتك حين تنشط جوانب الحبّ في شخصيتك، وتجربتك حين تنشط جوانب الخوف.

لو كنت تعاني من عدم قدرتك على الشعور بالمساواة مع الآخرين، لا تقسو على نفسك. صمّم نيتك مجدّداً على تعزيز الجوانب المحبّة في شخصيتك (وهي تشعر دائماً بالمساواة مع الآخرين)، وتحديّ جوانب الخوف فيها (وهي تشعر دائماً بالفوقية. أو بالدونية).

واكتب في نهاية الاسبوع إجاباتك على هذه الأسئلة. إن كنت تطالع هذا الدليل مع مجموعة، أطلع الآخرين على إجاباتك:

- تكلّم عن موقفين حيث اخترت بوعي أن تتعاطى مع الآخرين

منطلقًا من الجوانب المحبّة في شخصيتك، وشعرت بالمساواة معهم.

- تكلم عن نياتك وأفكارك في هذين الموقفين.

- كيف كانت أحاسيسك الجسدية آنذاك؟

- دون نتيجة واحدة على الأقل ترتبت على خيارك في التعاطي انطلاقًا من جانب الحبّ في شخصيتك.

- ماذا علمتكم هذه الأمثلة في الحياة عن نفسك؟

تمرين

الشريك الروحي المحتمل

اختر شخصًا ترغب في أن تكون علاقتك به أكثر عمقًا ومعنى، مثلًا، صديقًا، أو أخًا، أو زوجًا، أو زميلًا في العمل. وليكن أحدًا تتقبّل منه مساعدتك في ملاحظة سلوكك. ثمّ فكّر في بعض جوانب الخوف في شخصيتك والتي تودّ من هذا الشخص أن ينبّهك إليها عندما تظهر في سلوكك، مثلًا ذلك الجانب الذي يدفعك إلى الغضب والصراخ، أو إلى التصرف بفوقية فتلمي على الآخرين رأيك وإرادتك، أو التصرف بدونية فتسعى إلى إرضاء الآخرين بأي ثمن. اطلب من هذا الشريك أن يلفت نظرك إلى ما تقوم به لكي تضع حدًا له قبل أن تحصد نتائج غير المرضية أو المؤلمة.

تكلم عن تلك المواقف في مفكرتك وصف ما تعلّمته من كلّ منها.

الفصل الثاني عشر

وعينا لوجود الروح فينا يقع في أساس وجود القوّة الحقيقية وفي أساس حاجتنا إلى بلوغها. ومنذ بدايتنا كجنس بشري، اخترنا وجودنا كشخصيات محدودة وخائفة - محصورة في الزمن الفاصل بين لحظة ولادتها وآوان موتها. تتكلم الأديان عن الروح، غير أن قلة من المتديّنين يتصرّفون من منطلق الروح. أما التغيير فقائم حالياً بفضل توسّع الإدراك الانساني. والخيار بين الشخصية والخوف من جهة، والروح والحبّ من جهة أخرى يشكّل محور تطوّرننا، والتراصف في خطّ واحد مع روحك في كل خيار تقوم به شرط أساسي لضمان تطورك. ومع كل خيار تقوم به، تقترب إما إلى شخصيتك وإلى الأرض، وإما إلى روحك بحبّها العميق اللامتناهي. يتطلّب التطور الانساني من الآن أن نأخذ في حسابنا صحّة أرواحنا وتطوّرها؛ وهذه مرحلة جديدة بكلّيّتها.

الأرواح

روحك هي جوهر كيانك. وهي المركز القوي والرحب والامتامي في وجودك. وفيما نتقدّم ويتوسّع إدراكنا، يصبح بإمكاننا النظر إلى أرواحنا بأسلوب حقيقي وعملي، واكتشاف علاقتها بتجاربنا، والبحث

لاكتشاف الطرائق التي تخوّلنا تعزيز معرفتنا بها من أجل بناء حيوات مثمرة، ومساعدتها في رحلات تطوّرها. والفكرة القائلة إن الروح هي كيان تامّ وجامد، ليست سوى محاولة غير مجدية لتفسير وصف أفلاطون بأنها «الشكل المثالي». الكون وكل ما فيه يتطوّر في اتجاه مستويات أعلى من الوعي والحرية. وروحك جزء من الكون، أو من الذكاء الإلهي. والذكاء الإلهي يتخذ لنفسه أشكالاً فردية، يمكن تشبيهها بقطرات متناهية في الصغر؛ إنه يحصر قوّته في أجزاء صغيرة ذات وعي فردي. والقوّة الموجودة في الجزء متكاملة وأبدية ومبدعة ومعبرة كما هي في الكلّ. وتتقلّص الطاقة وتدخل في الجزء بحسب معيارٍ يناسبه. ويقدر ما ينمو ذلك الجزء الصغير من حيث قوّته ووعي ذاته، يتوسّع ويقترّب من الألوهية؛ ثمّ يصبح ذكاءً إلهياً. روحك هي هذا الجزء.

وعملية التطوّر والتحوّل هذه تسير في خطّ متوازٍ مع العملية التي تتوسّع بها شخصيتك، المنبثقة في الأصل عن روحك، لكي تتطابق مع ذاتك العليا، حيث القوّة القصوى لهذه الشخصية التي تقمّصتها روحك. وهي تسير أيضاً في خطّ متوازٍ مع عودة شخصيتك وذاتك العليا إلى روحك الكلية عند مغادرة الأرض. لا يمكنك تقدير عظمة من تكون، ولا عظمة العمليات التي تساهم بها ما لم تنتبه إلى روحك وتأخذها في حسابك.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg12

أسئلة

فكّر ملياً بهذه الأسئلة واكتب الأفكار التي تجول في بالك. عد إليها أكثر من مرّة ولاحظ إن طرأ على إجاباتك أي تغيير.

- هل فكّرت مرّة حقًا بالروح؟ هل فكّرت بروحك؟
- قل لنفسك: لو كان لديّ روح، ما هي روحي؟
- اسأل نفسك: ماذا تريد روحي؟
- ثم اسأل نفسك أيضًا: ما هي العلاقة التي تربطني بروحي؟
- واسأل نفسك أيضًا: كيف تؤثر روحي على حياتي؟

فكرة مفيدة

الغاية من مدرسة الأرض هي مساعدتك على أن تتعلّم كيفية خلق القوّة الحقيقية.

ولكي تسكن الأرض بالإدراك والقيم وبأهداف روحك. وهي الانسجام والتعاون والمشاركة وتهيب الحياة.

تمارين

انظر ماذا يحدث

اختر إحدى نيات الروح التي تشعر بأنها أكثر ما تحتاج إليه من بين هذه النيات، أي اختر الانسجام، أو التعاون، أو المشاركة، أو تهيب الحياة. ولتكن هذه نيّتك في كل ما تقوم به كل يوم طيلة الشهر القادم. راجع أعمالك وأقوالك في كل مساء من هذا الشهر، واكتشف مع ذاتك أين حافظت على اختيارك لهذه النيّة، وأين لم تفعل. ماذا حدث عندما اخترتها، وماذا حدث عندما لم تفعل؟

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

فكر بأحد الأشخاص الذين عرفتهم منذ زمن طويل، وإنما لا تشعر بأنك قريب منهم مع أنك ترغب في ذلك. هل تشعر بأنك دون هذا الإنسان منزلةً، أو تشعر بالغيرة منه؟ أو ربّما تشعر بالتفوق عليه ولديك ملاحظات ضدّه؟ لماذا تشعر أنك بعيد عن هذا الشخص؟

- هل كنت تحكم عليه أو عليها قياسًا لبزّته أو لبزّتها الأرضية؟

- هل كنت تركز على أعماله، أو على ثيابها؟

- هل حدث بينكما سوء تفاهم أو شجار؟

- هل إن الحياة هي التي أخذت كل منكما في اتجاه مختلف؟

انفتح أمام إمكان أن ترى هذا الانسان بصورة مختلفة. ثم اغلق عينيك وتخيّل صورته. صمّم نيتك على النظر إليه إلى أبعد من بزّته الأرضية.

تذكر أنك لا تعلم حول كل ما يدور في حياته، أو حياتها - تحديات أو مخاوف، أسباب للفرح أو للربح. تذكر أنك روح وكذلك هو هذا الانسان.

لاحظ كيف تشعر بشأن هذا الانسان الآن. هل تشعر بالرحمة؟ إن لم يكن كذلك، طبّق هذا التمرين مجددًا ومرة بعد أخرى، إلى أن تشعر بتحوّل من الانغلاق إلى الانفتاح، ومن رؤية هذا الانسان كمجرد شخصية إلى رؤيته، أو رؤيتها، كروح تلبس بزّة أرضية. اسمح لنفسك أن تلاحظ اللحظة التي يختفي فيها الخوف، والميل إلى المحاسبة، والنفور، ويظهر التهيّب.

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

أخبرني أخي الروحي فيليب لاين الابن من سكان القارة الأميركية الأصليين هذه القصة، فقال: «سألني سيدة مسنة مرّة: «يا بني، هل تعلم أي الاحتفالات الطقسية هي الأكثر قدسية على الاطلاق؟». فكّر أخي ملياً وأجاب: «لا بدّ أنها إحدى طقوس الأميركيين الأصليين الثلاثة: طقس البحث عن الحارس الروحي، أو طقس التعرّق في الكوخ الضيق من أجل الارتقاء الروحي، أو طقس الصوم والرقص في العراء وتعذيب النفس من أجل خلاص الجماعة. «نعم» قالت السيدة، كل هذه الطقوس مقدّسة، ولكن الطقس الأشدّ قداسة هو طقس الاحتفال بولادة الطفل. ثمّ نظرت في عينيه وقالت: «ماذا تستتج من ذلك حول من تكون أنت كإنسان؟»

الفصل الثالث عشر

الآن وفيما يتوسّع إدراكنا، بتنا بحاجة إلى علم نفس جديد، إنه علم النفس الروحي. الشخصية هي تلك الجوانب من الروح التي تَمَّصت في الشكل المادي. وبالتالي، لا يمكن فهم الخلل الذي يلحق بوظائف الشخصية من غير فهم الروح. يصبو علم النفس إلى شفاء الشخصية من غير التعرّف إلى قوّة الروح التي تكمن وراء مواصفات وتجارب الشخصية، ومن ثمّ فإنه غير قادر على العلاج والشفاء على مستوى الروح. لا يمكن التوصل دائماً إلى فهم ميزات الشخصية على ضوء تاريخها، فقد تعكس هذه الميزات تجارب سابقة لتاريخ ولادة هذه الشخصية بعدة قرون أحياناً.

القوّة الشفائية في صلب علم النفس هي قوّة الوعي. والشفاء يتحقّق عن طريق البحث عن أسباب الخلل، ثمّ المواجهة الشجاعة واستخراج الأمور التي تقبع في ظلمة اللاوعي إلى ضوء الوعي، وبالتالي إلى مركز قوّة يعلو على قوّة الشخصية. عندما لا يجري الاعتراف بوجود ذلك الجانب الذي يجب استخراجه إلى ضوء الوعي، مثل تجارب من حيوات سابقة وفي أماكن مختلفة، تتعدّر عملية الشفاء بهذا الأسلوب. يضيء علم النفس الروحي على العلاقة القائمة بين الشخصية والروح، ويبرز تأثير التفاعلات بين مختلف شخصيات الروح وفعل ديناميات

الطاقة الناشطة بينها. ويظهر علم النفس الروحي كيفية استخدام هذه الديناميات في سبيل الشفاء.

علم النفس

تشير عبارة «Psychology»، وبالعربية «علم النفس» أو «سيكولوجيا»، إلى العلم الذي يتناول المواضيع المتعلقة بالروح. ولكن علم النفس الذي يعتمد على معطيات الحواس الخمس فحسب لا يتعرّف إلى وجود الروح، ولذلك، فهو لا يتمكّن من فهم مزاج الروح، وما تستطيع احتماله وما لا تستطيع احتماله، أو ما يعزّز صحتها وما قد يقضي في المقابل على سلامتها. الحسد والغيرة والمخاوف ونوبات الغضب التي تعبت بالشخصية وتشوّهها، لا يمكن فهمها خارج الظروف «الكارمية» التي تقضي بحدوثها. ومن غير أن تعي التجارب التي عاشتها روحك في حيوات سابقة، لا يمكنك أن تقدّر قيمة التنبّهات وفرص التعلّم والتطوّر التي تطالعك من خلال تفاعلك مع الآخرين. ليست التجارب التي تمرّ بها سوى ضرورات «كارمية»، وإطلاعك على هذه الحقيقة يساعدك على اختيار عدم التفاعل معها من موقع شخصي. عندما تتعاطى مع الآخرين بطرائق عنيفة، وأساليب تجرّ عليك وعليهم نتائج مؤلمة، وعندما تتجاهل خيار التسامح وتختار الكذب والحسد والبغضاء فإنك تتسبب في إضعاف قوّة روحك، من غير أن يؤثر هذا بالطبع على أبديتها. بلوغ القوّة الحقيقية يتطلّب منك التعرّف إلى وجود روحك وتنمية معرفتك بها، وبمن هي، وماذا تريد. وعلم النفس الروحي يقدّم دراسة منظمة وممنهجة حول هذه الأمور.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg13

يمكنك المساهمة في خلق علم النفس الروحي حتى ولو لم تكن متخصصًا في علم النفس. الأسئلة التالية تساعدك على تعلّم المزيد حول روحك وحول علاقتك بها. ما هي الأسئلة الأخرى التي يمكنك طرحها على نفسك؟

- هل فكّرت جدّيًا بوجود روحك؟

- هل فكّرت يومًا في اتجاه بذل الجهد الواعي من أجل تطوّر روحك؟

- إن آمنت حقًا بأن العواطف والمواقف التي يسودها العنف، والتسبب بالألم العميق، والسلوك الأرعن، وعدم التسامح، والحسد، والبغضاء، والكذب، تمنعك من دعم تطوّر روحك، هل تتعوّد التوقّف برهةً للتفكير في هذه الأمور قبل أن تترك لنفسك العنان في الاندفاع إليها.

- لو كانت تجاربك حقًا مقتضيات «كارمية»، ما هي النتيجة التي تجنيها من التصادم مع الناس الذين يساهمون في حملك إليها؟

- كيف تشعر حول فكرة أن تعيش حياتك بوعي لروحك، ولما يلائمها؟

تأملات مفيدة

هل حدثت وقرّرت الانفصال عن زوج أو شريك؟ هل تخلى عنك زوجك أو شريكك؟ تأمل احتمال وجود اتفاق نبيل ورحيم بين رويكما يسمح بتفعيل حالة حدثت لكليكما كزوجين في حياة، أو حيوات سابقة، وتسمح بتبادل الأدوار وبالتالي بفرص شفائية لكليكما.

ربّما اتفقت روحاكما على عملية تساعد في إعادة توازن الطاقة لدى كليكما، بحيث أن يمرّ أحدكما بالتجربة الأليمة التي فرضها على الآخر سابقًا. لا ترمي هذه التجارب إلى خلق ألم لمجرّد الألم، إذ لا يحدث مطلق أمر في الكون ما لم تكن غايته الرحمة.

تمرين

الحاجات الحقيقية

عندما تجتهد لتلبّي حاجة مصطنعة، فإنك تسعى لبلوغ القوّة الخارجية. أي إنك تحت سيطرة الخوف في شخصيتك، واجتهادك هو من أجل الشعور بالأمان والرضى عن ذاتك. والحاجات المصطنعة تشدّك بقوّة إلى تلبّيها.

في المقابل، عندما تجتهد من أجل تلبية حاجاتك الحقيقية، فإنك تصنع قوّة حقيقية. إنك تتمسّك بخيارات نابعة من جوانب الحبّ في شخصيتك التي تتراصف مع روحك، وتكون القوّة الحقيقية غايتك. والكون يلبّي حاجاتك الحقيقية، مثل حاجتك إلى النمو روحياً، وإلى الابداع من أجل الخير العام، وإلى تلقي الحبّ وإغداقه على الآخرين، وإلى أن تكون مفيداً ومعطاءً في الحياة.

من السهولة بمكان أن تقع في شباك جوانب الخوف في شخصيتك، وفي شباك حاجاتها المصطنعة. ولعلّك متعوّداً جدّاً عليها لدرجة أنه من الصعب عليك رؤيتها على حقيقتها إن لم تقصد التنبّه إلى ذلك.

- ركّز نيتك كل يوم على التمييز بين حاجاتك الحقيقية وحاجاتك المصطنعة. الحاجات النابعة من جوانب الخوف في شخصيتك هي حاجات مصطنعة - إنها أساليب للمناورة والسيطرة. أما حاجاتك الحقيقية فهي لكي تحبّ وتحبّ. لكي تعطي من الهدايا

التي ترغب روحك في إعطائها، ولكي تبلغ القوّة الحقيقية وغير ذلك من الأمور.

- ضع قائمة لحاجاتك في هذا الأسبوع. واستند إلى إلهامك ليساعدك في التمييز بين حاجاتك الحقيقية والأخرى المصطنعة.
- اكتب في نهاية الأسبوع حول ما اكتشفته بشأن حاجاتك المصطنعة والحقيقية، واعطِ الأمثلة.
- أي الأمور التي اكتشفتها حول نفسك، وحول هذه الحاجات، فاجأتك أكثر من غيرها؟

الفصل الرابع عشر

تتكلم بعض التقاليد على الحياة من باب أنها «وهم»، ولكن حوادث مثل أن تصدمك شاحنة، أو أن تقع فريسة للمرض، أو تخسر بيتك نتيجة الرهن، لا يمكن أن تجدها سوى حقائق واقعية ومؤلمة. كيف يمكننا الكلام على أمور ملموسة مثل هذه من باب أنها «أوهام»؟ كل تفاعل بين شخص وآخر، وبينه وبين الظروف والتجارب التي يواجهها، هي أجزاء من دينامية تعليمية مستمرة. ومن شأن هذه الدينامية أن تقدم لكل إنسان في كل لحظة فرصة مناسبة لنموه الروحي. يولد كل تفاعل في نفس كل منا عاطفة معينة، قد تكون تجربة حبّ أو خوف. غير أننا نكتشف عاجلاً أو آجلاً - ربّما بعد جِوَات عدة - أن الاستجابة إلى حافز الخوف، بالغضب مثلاً، أو بالحقّد، أو بالغيرة والحسد، تولّد نتائج مؤلمة بحسب «قانون السبب والنتيجة»، وتجذب إلينا أشخاصاً يحملون مثل هذه العواطف كما يؤكّد «قانون الجذب». ونكتشف أننا عندما نتصرف بالحبّ، أي بالامتنان والتقدير والصبر والرأفة، نحصد نتائج سعيدة ونجذب إلينا طاقات مماثلة لطاقتنا. وفي النهاية، سوف نخلص إلى تفضيل الحب على الخوف بغضّ النظر عمّا قد يواجهنا من حوادث، أو مرض، أو خسارة، وبغضّ النظر عمّا قد يخالجننا من مشاعر الغضب، أو الحقّد، أو الغيرة. في النهاية، سوف نجد في جميع الأمور

الفرصة المناسبة لكي نتصرّف انطلاقةً من الحبّ وليس من الخوف. وهذا ما ندعوه النمو الروحي. يولّد الخوف لدينا وهمًا بأن ما حدث لنا كان يجب ألا يحدث، وأن التجارب المؤلمة حتمًا سلبية، أما الحبّ فينفي ما يوحي به مثل هذا الوهم. والوعي في استخدام الوهم من أجل النمو الروحي يعني عملية خلق القوّة الحقيقية.

الوهم

يتيح الوهم لكل روح فرصة إدراك ما تحتاج إلى إدراكه من أجل الشفاء. والروح تعيش وسط الوهم الذي تخلقه نياتها. ويمكن للشخصية التي تتمتع بالحب والنور أن ترى الوهم ولا تنجذب إليه. وكل تجربة في الخوف والغضب والغيرة هي وهم وجد من أجل شدّ انتباهك إلى جوانب من شخصيتك تحتاج إلى الشفاء. لا قوّة للوهم عليك عندما تتراصف كليًا مع روحك. وكل شخصية تجذب إليها الشخصيات الأخرى التي تشبهها من حيث درجة الوعي. إنه قانون الجذب - الغضب يجذب إليه الغضب، والطمع يجذب الطمع، والرحمة تجذب الرحمة. يمكن تصنيف العواطف الإنسانية تحت عنوانين: الحبّ والخوف. والأوهام التي تعيشها الشخصية تنبع من جوانب الخوف لديها. والشخصية التي تسير بحسب ما يملي به خوفها تختار سلوكًا سلبيًا، وتتلقّى سلوكًا مماثلاً من شخصٍ آخر، تبعًا لقانون كارما، ولكنها تتمتع دائمًا بالفرصة السانحة لكي تتخلّى عن سلبيتها. إنه الأسلوب الذي يعمل به الوهم.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسّعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg14

أسئلة

تساعدك هذه الأسئلة لكي تشرع في تناول الوهم بطريقة مختلفة. خذ وقتك في الإجابة عليها، وعد إليها تكررًا.

- عندما تشعر بالغضب، اسأل نفسك إذا كان الأمر يستحق بالفعل غضبك، وإلى أي درجة؟
- عندما تتابك الغيرة، هل تجدها مؤلمة، ولأي حد؟
- هل فكرت مرّة أن عواطفك المؤلمة قد تساعدك على اكتشاف جوانب من شخصيتك تحتاج إلى الشفاء؟
- كيف تتخيّل أن تكون حياتك لولا سيطرة تلك الجوانب الخائفة من شخصيتك عليها؟
- أي نوع من الناس قد تجذب إليك إذا ما تخلّصت من الخوف؟

تمارين

أوهام الفوقية والدونية

تذكر إنسانًا تشعر عادةً بالدونية إزاءه. قد يكون زميلًا، أو صديقًا حميمًا، أو جازًا، أو أحد أفراد العائلة، أو أي شخص آخر. تذكر مناسبة معينة شعرت في حينها بأنك أقل منزلة من هذا الإنسان. وانتبه إلى الأحاسيس الجسدية في مراكز طاقتك، ولاحظ أفكارك، وانطباعاتك. حاول أن ترى النية التي تضمها بشأن هذا الإنسان.

أما الآن، تذكر إنسانًا تشعر عادةً بالفوقية إزاءه. قد يكون أحد أفراد عائلتك، أو صديقك، أو جارك، أو مطلق شخص آخر. تذكر مناسبة معينة شعرت حينها بالفوقية إزاءه. لاحظ الأحاسيس الجسدية في مراكز طاقتك، ولاحظ أفكارك وانطباعاتك. حاول أن تكتشف النية التي تضمها حيال هذا الإنسان.

دوّن في مفكرتك ما تكتشفه. إن كنت تطالع هذا التمرين مع شخص آخر، فليشارك أحدكما الآخر في ما تعلّمه.

قبل أن تتكلم، أو قبل أن تتصرف، تنبّه إلى شعورك، وإلى مكان هذا الشعور في جسمك. مثلاً، إن شعرت بأنك تسعى إلى إرضاء أحد، ركّز انتباهك على محيط صدرك، وحنجرتك، ومراكز الشبكات العصبية في جسمك. لاحظ ما إذا كانت تتابك مشاعر مؤلمة في محيط أحد مراكز العصبية. قم بهذا الأمر خلال دقيقة أو دقيقتين.

فكّر الآن بمناسبة شعرت حينها بحبّ لا حدود له من أحد الناس إليك. قد يكون حبّ قريب لك، أو صديق، أو حبّ أحد والديك، أو حبّ الكون. قم بذلك خلال دقيقة أو دقيقتين من الوقت. ركّز اهتمامك حول محيط صدرك وحنجرتك، ومراكز الشبكات العصبية في جسمك. لاحظ ما إذا كانت لديك أحاسيس مريحة في محيط أحد مراكز الطاقة في جسمك.

ثمّ اسأل نفسك: «أي كلام مختلف قد أقوله، أو أي أمر مختلف قد أفعله لو كنت أفضل وأجدر مما أنا عليه؟».

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

لنرى كل الأمور على أنها فرص، تمرّس على رؤية كل الأمور من باب أنها فرص لكي تنتج وتعطي بالحب عوضاً عن الخوف، حتى الأمور المزعجة جداً أو المأسوية، مثل أن ترى فريقك الرياضي المفضّل يخسر المباراة، أو تكتشف فجأة أن دولاب سيارتك مخروم، أو أن طفلك يواجه مشكلات سلوكية أو تعليمية، وإلخ. تذكّر في كل مرة أن ردّك العاطفي الحادّ هو جزء من الوهم الذي يتيح لك فرصة أن تتصرّف انطلاقاً من الحبّ عوضاً عن الخوف - وأن تضاعف سرعة نموّك الروحي.

الفصل الخامس عشر

يقطع الجنس البشري حاليًا مرحلة تحوّل من حالة الجنس المحصور ضمن حدود حواسه الخمس، والذي يتطوّر عبر وسيلة الصراع من أجل البقاء، إلى حالة الإنسان ذي الإدراك الموسّع الذي يتخطى حدود الحواس الخمس ويتطوّر بالنموّ الروحي؛ أما أساس هذا التحوّل فيقوم على فهم جديد لمعنى القوّة. القوّة بالمعنى السابق هي القدرة على التأثير والسيطرة؛ والقوّة بالمعنى الجديد هي القدرة على جعل الشخصية في خطّ متراصّف واحد مع الروح. لا يمكن أن نفصل بين الإدراك الموسّع والفهم الجديد للقوّة. ينمو الإدراك الموسّع في داخلنا لو سعينا إليه أو لم نسع. أما القوّة الحقيقية فهي هدفنا الوجودي الجديد وعلى كل منا السعي إلى بلوغه بنفسه. ومن لا يفعل هذا، فسوف يستمرّ من غير وعي في المناورة ومحاولة السيطرة على محيطه، ويتسبّب من غير وعي أيضًا في صنع نتائج عنيفة ومدمّرة.

هذه هي خريطة الطريق الجديدة وكل ما عداها أصبح باليًا وغير صالح. إننا نتقدّم الآن على أرض جديدة، ونجمنا الهادي هو الروح ونياتها - الانسجام، والتعاون، والمشاركة، وتهيّب الحياة. أما أدواتنا،

فهي الوعي العواطفية، والخيار الواعي، والإلهام. والمتطلبات الجديدة اللازمة من أجل تطوّرنّا هو الالتزام (من أجل النمو روحياً) والشجاعة (من أجل ولوج الحياة الواعية)، والرحمة (بذاتنا وبالآخرين)، والأساليب الواعية في التواصل والعمل التي تعزّز تقدّمنا وتقدّم الآخرين الروحي. لم يسبق أن حدث تغيير في الوعي الإنساني من قبل. ما حدث حتى الآن هو التغيير في مضمون الوعي الذي هو تاريخنا. ولكن تاريخنا الآن، وعلى غرار نهر عظيم، قد شقّ لذاته فجأة مجرىً جديداً، بمعانٍ جديدة وأعماق مذهلة، وثروات لا تقدّر بثمن، واكتفاء ليس بعده اكتفاء. لقد حان الوقت الآن لكي نخوض غمار هذا النهر العظيم بوعي، عوضاً عن أن نترك لمياهه أمر حملنا على غير وعي منا كيفما اتفق عبر الحياة. بات بإمكاننا الآن أن ننظر حولنا ونرى السابحين معنا في هذا النهر العظيم ونحتفي معهم بالحياة.

القوّة

القوّة الحقيقية هي الطاقة التي ترسمها نيات الروح. إنها نور يتشكّل بالحب والرحمة ويسترشد بالحكمة. لا وجود للقوّة في الخوف ولا في أي نشاط يتولّد منه. عندما تغادرك الطاقة بسبب الخوف أو انعدام الثقة، تختبر ألمًا جسدياً في محيط مراكز الطاقة التي تخسر القوّة. مثلاً، عندما تشعر بأنك غير قادر على حماية نفسك ورعايتها، تشعر بالانزعاج أو بالألم في محيط معدتك. وعندما تشعر بعدم القدرة على إعطاء الحب أو استقباله، تشعر بالألم في محيط صدرك. يمكن فهم كل خلل وظيفي في الجسم على أنه خسارة في القوة لمصلحة حالة خارجية أو عنصر خارجي، عبر واحد من سبعة مراكز للطاقة في الجسم. إن الطاقة التي تغادر جسمك بكافة الطرق، باستثناء طريق الثقة والقوّة، تترك مكانها شعوراً بالانزعاج والألم. ولا يصرف من يتمتّع بالقوّة الحقيقية طاقته

سوى بالحبّ والثقة. أما ميزات الشخصية ذات القوّة الحقيقية فهي التواضع والتسامح والوضوح والحبّ.

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg15

أسئلة

تساعدك هذه الأسئلة على رؤية «القوّة» بمنظار جديد. طالعها تكرارًا، وطالما تشعر بأن الإجابة عليها تفيدك.

- هل فكّرت مرّة بالقوّة من منطلقات الحب والرحمة والحكمة؟
- هل اعتبرت مرّة أن تكون بعض الأحاسيس الجسدية المؤلمة، مثل أوجاع القلب وغيرها، تجارب تنتج عن خسارة القوّة؟
- فكّر ببعض الأشخاص الذين تعرفهم والتميّزين بقوّتهم. هل ترى بأن لديهم خصال التواضع والتسامح وبأنهم يتميّزون بالحكمة والحبّ؟

- كيف يؤثر ذلك على طريقة تفكيرك بشأن القوّة؟

- هل أنت قوي؟

تمرين

أريد أن أتعلّم هذه الطريقة...

تذكّر حدثًا معيّنًا كان ردّ فعلك عليه شديد القوّة. ربّما كنت مستاء جدًّا وغاضبًا، أو أحسست بخسارة كبيرة أو بالصدمة. هل بكيت، أو

صرخت، أو أحسست بالضياح، أو ابتعدت وشعرت بإحباط شديد؟
تذكر كيف تصرّفت؟ كيف كانت أحاسيسك الجسدية وأين تركّزت؟
هل في محيط الحنجرة، أو الصدر، أو مراكز الشبكات العصبية؟

أغمض عينيك، وعد بذاكرتك إلى تلك التجربة. ولكن، وقبل أن
تتصرّف، تحسّس ما تشعر به في جسدك؟ وقل لذاتك: «أنوي أن أتعلّم
الدروس التي تريد روعي أن أتعلّمها من هذه التجربة». انفتح نفسيًا،
وكن صبورًا. امنح لنفسك الوقت ولا تتوقع أن تلاحظ حالًا الأمر الذي
يجب أن تتعلّمه؛ وقد يكون ذلك ممكنًا.

افتح عينيك واكتب ما تكتشفه.

من كتاب «فكر الروح»

مكتبة الرمحي أحمد

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

بيان مفيد

خلق القوّة الحقيقية يغيّر حياتك

من إلى

تجربة اختبار

ضحية مبدع

نظريات حياة هادفة

من كتاب «فكر الروح»

تأليف غاري زوكاف وليندا فرانسيس

تمرين

استرجع في ذاكرتك حادثة أبدت حيالها ردّ فعل شديدًا. مثلًا،

مرّة شعرت فيها بالاستياء الشديد فانفردت بنفسك وبكيت، أو فجّرت غضبك في وجه من شعرت أنهم أخطأوا، أو شعرت بالصدمة فتراجعت وأنت في حال من الارتباك، وبقيت على هذه الحال بضعة أيام، أو شعرت بخسارة كبيرة ووقعت فريسة إجابات نفسي طيلة أسابيع. استرجع كيف تصرّفت وكيف كانت أحاسيسك الجسدية؛ مثلاً: ماذا شعرت في محيط حنجرتك، أو في صدرك، أو في مراكز شبكاتك العصبية.

استعد هذه الحادثة في خيالك، وقل لنفسك إنك سوف تختار ردّ فعل مختلف هذه المرّة، وسوف تستعين بإرادتك لكي تتحدّى ذلك الجانب من شخصيتك الذي يردّ عادة بمثل هذه الطريقة. وفيما تسترجع هذه الحادثة، اختبر في ذهنك أشكال الخيار التالية:

- أن تمتنع عن إبداء أي ردّ فعل عندما تشعر بمثل تلك الأحاسيس الجسدية المؤلمة.

- أن تتصرّف انطلاقاً من إحدى نيات روحك فيما تشعر بالأحاسيس المؤلمة في جسمك.

الفصل السادس عشر

يتمّ إنماء الثقة تدريجًا وخطوة بعد خطوة. والثقة تتطلب انفتاحًا على أفكار جديدة وعلى أساليب جديدة في النظر إلى الأمور، وطرائق جديدة في التفكير. لو حلّ التعصّب الأعمى لعقيدة معينة في مكان الانفتاح لتولدت الأصولية عوضًا عن الثقة. والأصولية تتصف بالجمود، وشدة المحاسبة، وبالتهويل، والإكراه. الثقافات والمؤسسات والزمرة المتعصّبة ترفض اكتشاف التنوع الغني واللامحدود في الحياة، وترفض فكرة التفاعل بالحب مع الذات ومع الآخرين. لا بل فإن بعض تلك المجموعات والثقافات التي تعظ بوجوب سلوك درب المحبة بين الناس تتحوّل، هي ذاتها، إلى معاقل تنشر الخوف. الثقة بحكمة الكون وبرحمته تبدأ بالتواضع وبالوضوح وبالتسامح وبالحب، وهي الصفات التي تلازم كل شخصية تتمتع بالقوة الحقيقية. الإدراك الموسّع هو مفصل التحوّل الأكبر في الجنس البشري حيث تتحوّل الثقة في حكمة الكون ورحمته إلى إدراك ورؤية واختبار. عندما تصبح حتى أشدّ الصعوبات، مثل العذاب، والمرض، والفقر، والظلم، والاستغلال، والعنف، بنظرنا فرصًا لتنمية الوعي العاطفي والخيار المسؤول، ولأجل اختيار الحب عوضًا عن الخوف، وفرصًا للنمو في فضاء الفرح والحرية، ومن أجل

بناء القوّة الحقيقية. مع الإدراك الموسّع، تظهر كل هدايا الكون واضحة أمامنا - ولعل بعض أهمّها وجود الأشخاص المحبّين والمنفتحين في حياتنا. هناك عالم من الحبّ والانسجام والتعاون وتهيب الحياة في انتظارنا. ونحن وُلدنا لكي نحقق وجوده.

الثقة

تدخل كل روح في اتفاقية مقدّسة مع الكون قبل تقمّمها. والقوّة الحقيقية عنصر ضروري في تنفيذ هذه الاتفاقية. أما الشعور بالرضى والاكتفاء الذاتي فلا يمكن بلوغه قبل البدء بتنفيذ هذه الاتفاقية. وكل التجارب التي تمرّ بها تساعد على إيقاظ وعيك بشأنها؛ ولكنها ليست دائماً وبالضرورة تجارب محبّبة لديك. أما وجود المعلمين الروحانيين فهو من أجل دعمك باستمرار، فافرح بارتباطك بهم وبالتوكّل عليهم. انظر إلى حياتك من حيث كونها دينامية بديعة التنظيم. ركّز قوّتك واحصرها في ما أنت عليه وفي ما تفعله في اللحظة الحاضرة. تحدّى مخاوفك. راجع نياتك وحدّها. افتح قلبك إلى إخوتك في الإنسانية. ولا تنس الصلاة. الصلاة تحملك إلى علاقة شخصية مع الذكاء الإلهي. قل للكون: «لتكن مشيئتك»، وارفح يديك عن عجلة القيادة. اسمح لحياتك أن تكون بين يدي الكون كلياً. أما الخطوة النهائية في خلق القوّة الحقيقية فهي في تسليم زمامها للحكمة العليا. ثق بالكون. كل خيار من خياراتك يخدم هدف تطوّرك بشكل تامّ. كل الدروب تحملنا إلى موئلنا. والثقة تسمح لنا بالفرح والسعادة، فلما لا نختار درب الثقة؟

إن كنت تقرأ الكتاب بنسخته الالكترونية أو الورقية، افتح النسخة الموسعة من هذا الدليل التعليمي على العنوان الالكتروني:

www.seatofthesoul.com/sg16

- بماذا تثق في حياتك؟
- إن كنت غير متأكد من ثقتك بالكون، ما هي الخطوة الأولى التي قد تتخذها في هذا الاتجاه؟
- إن كنت تثق بالكون، ما هو المثل الأهم على ثقتك؟ أما إن كنت لا تثق، ما هو المثل الأهم الذي سمعت به من الآخرين حول الثقة بالكون؟
- هل تعلم شيئاً حول اتفاقتك المقدسة؟ ماذا تشعر بأنك تعرف عنها؟ ماذا تشعر بأنها قد تكون؟
- هل أنت متنبه بشأن الدعم الذي تتلقاه من معلميك اللاماديين؟ أي مثل ملفت على ذلك يمكنك تقديمه؟ إن كنت غير متنبه لدعم تتلقاه من معلمين لا ماديين، هل أنت منفتح لتلقيه؟

أمثلة في الحياة

- تصرّف طيلة الأسبوع القادم كأنك تثق بأن الكون حكيم ورحيم. وفي كل مرة تجد نفسك في موقف صعب، انتبه إلى الأحاسيس الجسدية التي تشعر بها وإلى الأفكار التي تمرّ في بالك. ثمّ اسأل نفسك:
- لو كنت واثقاً بالكون، كيف كان ذلك سيساعدني على أن أرى وأتعلّم حول نفسي؟
- أو تطرح على نفسك السؤال التالي:
- لو كنت واثقاً بالكون، أي أشكال القوّة والوضوح كانت ستكون لديّ نتيجة ذلك؟

أو السؤال التالي:

- لو وثقت بالكون، كيف ستكون رؤيتي لهذا الموقف؟

إطرح السؤال الذي يستميلك أكثر من غيره، ويمكنك طرح جميعها على نفسك. أو إطرح سؤالاً قد يمرّ في بالك حول التغيير الذي يطرأ على حياتك لو وضعت ثقتك بالكون، وما قد يكون ذلك التغيير وكيفيته؟ ثم اصغِ إلى الإجابة أو الإجابات.

دوّن في نهاية الأسبوع الإجابات التي تلقيتها.

أمثلة في الحياة

تخيّل أن ما جاء في كتاب «موطن الروح» حقيقة مؤكّدة، وأنت تنوي أن تعيشه في حياتك بكل أبعاده وأعماقه الممكنة. اقرأ الكتاب أكثر من مرّة، أو استعد قراءة الفقرات التي تشدّك أكثر من غيرها، وانفتح للمعاني وحاول التفكير بها واستيعابها بعمق، ودوّن الأفكار التي تهّمك، والأسئلة التي تخطر في بالك. دع إلهامك يبدّلك إلى مجمل المعاني فيما تتابع القراءة وتستعيد بعض الأفكار. صمّم نيّتك فيما تقرّأ على أن ترى كيف ستكون خطواتك المقبلة وكيف ستمكّن من إحراز التغيير بأساليب بناءة، وكيف أن أعرق المعاني في كتاب «موطن الروح» ستكتسب روحاً في داخلك وتنتقل إلى حياتك بالفعل.

أصرف بعض الوقت يومياً في إعادة القراءة. وقرأ مع غيرك بصوت عالٍ إذا كان ذلك ممكناً. وبعد أن تنتهي من قراءة الكتاب مجدّداً، استعن بما تعلّمته لكي تحسن تقدير كل ما أنجزته من تحدّ وتغيير في شخصك، وتقدير كل جوانب القوّة التي نمت وتطوّرت لديك منذ أن بدأت تتعلّم حول القوّة الحقيقية.

وأخيرًا، دع هذه التطلعات الجديدة تدعمك في خلق قوتك الحقيقية في كل يوم من أيام حياتك. استنر بهذا السؤال طالما كان مفيدًا لك: ما هي الخطوات التي عليّ اتخاذها لكي أنجز تغييرًا في حياتي، لو كان ما جاء في كتاب «موطن الروح» حقيقة بالفعل؟

الفهرس

5	مقدّمة بقلم أوبرا وينفري
11	مقدّمة بقلم د. مايا آنجلو
15	توطئة لكتاب «موطن الروح»
23	توطئة الطبعة الأولى
27	مدخل
29	الفصل الأول: التطوّر
42	الفصل الثاني: كارما
55	الفصل الثالث: التهيّب
66	الفصل الرابع: القلب
81	الخلق
83	الفصل الخامس: الوحي
96	الفصل السادس: النور

109	الفصل السابع: النية (1)
122	الفصل الثامن: النية (2)
135	المسؤولية
137	الفصل التاسع: الاختيار
149	الفصل العاشر: الإدمان
162	الفصل الحادي عشر: العلاقات
175	الفصل الثاني عشر: الأرواح
191	القوة
193	الفصل الثالث عشر: علم النفس
206	الفصل الرابع عشر: الوهم
219	الفصل الخامس عشر: القوة
232	الفصل السادس عشر: الثقة
247	دعوة
249	موطن الروح: الدليل التعليمي