

د. ديفيد ر. هاوكينز

# تجاوز مستويات الوعي

الطريق مباشر وضيق...

ترجمة: محمد مشكاف



تمهيد

لقد تم شرح البحث الأساسي حول طبيعة الوعي ومستوياته في أعمال سابقة، وتم نشر البحث الأول على شكل أطروحةٍ بعنوان «التحليل الكمي والنوعي وتقييم مستويات الوعي الإنساني 9519»

Qualitative and)

Quantitative Analysis and Calibration

،(of the Levels of Human Consciousness, 1995

Power) وتبعه بحثٌ بعنوان «القوة مقابل الإكراه»

(vs. Force

أيضاً في العام 1995، وتضمّنت هذه الأعمال شروحاتٍ وتفصيلاتٍ، كما تم تكريس كلٍّ من الكتابين: «عين

الأنا»

،(The Eye of the I, 2001)

و«الأنا: الواقعية والذاتية» (I:

Reality and Subjectivity,

2003) للحقيقة الروحية والتنوير وكل هذه

الكتب صادرة بالعربية عن دار الخيال - لبنان.

في حين تم تخصيص الكتابين الأخيرين للتنوير الشخصي، فإن كتاب «الحقيقة

Truth vs. Falsehood) مقابل الزيف»

(2005

يعمل على التحقق من توزيع مستويات الوعي وتطوّرها في الحياة العامة والمجتمع وكذلك عند الأفراد، وكان الاتجاه العام لتلك الدراسة هو الدلالة على طريق

للسلام والاستقامة أملاً في التقليل من احتمالية الحرب عن طريق توفير العلم السريري العملي الذي يسهّل الوصول إلى الحقيقة.

هذا الكتاب هو حصيلةً للتركيز على الأفراد، ودراسة مجموعاتٍ من الخبرات الذاتية للنهوض بالوعي الذي يقود إلى الإدراك الروحي التدريجي وصولاً إلى مستوياتٍ أعلى من الوعي الذي يمهد لحالات متقدّمة مثل التنوير بحد ذاته، كما تم جمع مادته من مصادر متعددة شملت خمسين عاماً من الخبرة في ممارسة الطب النفسي والتحليل النفسي، وخمسةً وعشرين عاماً من الأبحاث ضمن طبيعة الوعي، والخبرات الروحية الذاتية التحويلية التي تم شرحها في مواطن أخرى.

في هذا الكتاب كما في سابقاته من الكتب تم تضمين مستويات التقييم التي تم توصيفها في مواطن أخرى، مع الانتباه إلى أنه نظراً للاكتشافات الحديثة في مجال أبحاث تطوير الوعي فقد تمت مراجعة التعليمات المتعلقة بالقيام باختبارات العضلات وتحديثها (انظر الملحق B).

الإهداء

الإهداء

هذا العمل مكرّس لتحرير الروح الإنسانية

من عبودية الشدائد والقيود التي تكبّل العقل البشري

من الداخل والخارج على حدّ سواء.

تصدير

لقد كان الهدف من الأعمال السابقة استكشاف وشرح تقنيات البحث الجديدة

التي تستند إلى الوعي وتطبيقاته على كافة مناحي الحياة، بما في ذلك الخبرات والمنجزات الروحية الذاتية. وقد أظهر التطوُّر العملي للعلم السريري للحقيقة إمكانية استخدامه كبوصلةٍ لتوجيه المساعي الإنسانيَّة اللامتناهية للوصول إلى الحقيقة. كما تبين الدراسات السابقة بمقتضى تركيبتها الواقعية، بأن العقل البشري غير قادرٍ على تمييز الحقيقة من الزيف، وذلك هو الواقع المؤلم الذي يدركه الإنسان، ولقد أصبح ثمن هذا الجهل والقصور فادحاً. ولم تقتصر المعاناة على الأفراد بل تحطتها إلى معاناة حضاراتٍ بأكملها من صنوف هائلة من العذاب والآلام والموت.

سيتم اختبار مستويات الوعي على وجه التخصيص بما يخدم مصلحة الطلاب الروحانيين والأشخاص المتحمسين والمهتمين بتطوير الذات بعينها. ومن خلال تحليل العقبات المتنوعة والمستويات التي يجب تجاوزها تبرز المبادئ المحددة التي تدعم التطور الروحي من تلقاء نفسها.

ولهذه الأسباب يُعد هذا الكتاب مرجعاً عملياً أكثر من كونه تحليلاً شاملاً كالذي تم تقديمه في كتبٍ سابقة (كالقسم الأول من كتاب الحقيقة في مقابل الزيف 2005 على سبيل المثال)، وعلى الرغم من أنه يلمح إلى عملٍ سابق، فسوف نعمل على تغطية المبادئ الأساسيَّة مرةً أخرى. كما عملنا على توفير المواضيع التي يبحث عنها الأشخاص المحبطين النهمين لقراءة كل ما يتوفر أمامهم مهما تنوعت مصادره، والمهتمين بحضور جميع ورش العمل على اختلاف أنواعها، مع احتفاظهم بتعنتهم (أي أن عقلهم تشرب كل المعلومات كالإسفنجة، ولكنهم لا يزالون على عقليتهم دون أي تغيير!)

بما أن المستويات الدنيا من الوعي هي الأكثر إيلاماً وصعوبةً لتحملها، يبدو بأنه من الأفضل لنا أن نبدأ بارتقاء سلم الوعي بدءاً من المستويات الدنيا للغاية والأشد إيلاماً، والتي لا يعني بأن تجاوزها يعتبر غايةً في الصعوبة لمجرد كونها الأكثر

إيلاماً، بل على العكس من ذلك فإن الألم الشديد الذي تتسبب به هذه المستويات الدنيا يعمل على حث الشخص قدماً سعياً وراء الراحة.

عند تجاوز مستويات الوعي يتم التركيز على «الإرادة» (will) الإنسانية كونها تُعدّ الأكثر أهميةً من جميع الوظائف في العمل الروحي. وقد تم إيلاء بعض الاهتمام بالإرادة بما يتناسب مع أهميتها القصوى، لأن الإرادة هي الدعوة للتدخل الإلهي.

## مقدمة

إن مجال الطاقة الكونية الواسع الانتشار المسمى بالوعي يتكون هو ذو قوة وأبعاد لا نهائية ما وراء الزمن ومركبٌ بصورةٍ غير خطية. إنه «نور العالم» الذي ينبعث من الخفاء إلى الوجود ومن احتماليته غير الخطية اللامتناهية إلى تعابيره الخطية كالكشف عن الخلق (النطاق المادي الملموس والمحدود).

قوة المجال اللامتناهي للوعي واحتمالاتها غير المحدودة تبرز على شكل مادة، وفيما بعد فإن الملاءمة ما بين النور الإلهي كمجال للوعي في لقائه مع المادة يقود إلى ظهور نوعيةٍ فريدة وطاقة الحياة بحد ذاتها. وعلى الرغم من أن المادة تنطوي على احتمالات كبيرة فإنها تفتقر إلى الصفة الفطرية أو القوة للارتقاء إلى مجال الوجود المسمى بـ «الحياة». بإضافة المادة إلى التطور ينتج بعد «الزمن»، ومن ثم يمكن التعبير عن إضافة المادة إلى الزمن بالـ «فضاء»، ونتيجةً لأن الزمن والفضاء والمادة يمكن تمييزها عن طريق الذكاء يأتي الجانب الإلهي الذي يُعبّر عنه بـ «الحياة». وهذه الحياة تنبثق كلياً كنتيجة لكون الألوهية قد تم تثبيتها عند مستوى الوعي 1000 وهو المستوى المطلق.

من الممكن التعرف إلى الخلق فقط بمقتضى وجود الوعي الذي هو أصل الوجود ذاته. وهكذا فالوعي بصورةٍ غير قابلة للتبسيط هو الحقيقة البديهية التي من

خلالها يتم الإحساس بالخطي عن طريق الإدراك الشخصي لغير الخطي.

ويتطور الوعي بعد ذلك عبر مستويات تدريجية للطاقة يمكن أن يتم تدريجها تبعاً لشدة نسبية، مثلما يتم القيام بذلك باستخدام مقياس الضوء أو أية مقاييس أخرى لأموج الطاقة، سواءً منها ذات المكونات الحركية أو الراديوية أو المغناطيسية من الطبقات الشهيرة التي تدعى باللطيف الكهرو مغناطيسي.

في العام 1970 ظهرت العلوم السريرية معتمدةً على استخدام الطاقة الحيوية وتفاعلاتها مع المجال غير المحدود من الوعي بحد ذاته، وتمخض ذلك كله في المستويات المعيارية لمخطط الوعي التي أصبحت فيما بعد معروفة في جميع أرجاء العالم جزاء

عرضها ضمن سلسلة من الكتب بلغاتٍ عديدةٍ وضمن محاضراتٍ عديدةٍ في كل من الولايات المتحدة وكندا وأوروبا.

حيث تم تصنيف المستويات التي تم تخصيصها في طبقات بما يتوافق مع مستوياتها الطاقية المتدرجة عددياً تبعاً لمقياس لوغاريتمي يتدرج من المستوى 1 (الذي يشير إلى وجودها) وصولاً إلى المستوى 1000 الذي يمثل المستوى الأعلى الممكن للطاقة ضمن النطاق البشري، والذي تم إحرازه من قبل بعض الشخصيات عبر التاريخ، والذين تتم الإشارة إليهم بشكلٍ تقليديٍّ بالرسل العظام Great Avatars (وهم مؤسسو الأديان العظيمة في العالم كالسيد المسيح Jesus Christ، وبوذا Buddha، وزرادشت Zoroaster، وكريشنا Krishna)، الذين كانوا متنوّرين بالوجود الإلهي الذي يستعيب عن العقل البشري الخطي المحدود بالذات Self التي تدل على الوجود الإلهي بشكلٍ جوهريٍّ والتي تتم الإشارة إليها في الأدب الكلاسيكي بالعقل الكوني Universal

## .Mind

ويتم إحلال الذات غير الأنانية محل الذات الأنانية من خلال الارتقاء (انظر

هاوكينز

.(Hawkins 1995،2001،2003)

تم الاصطلاح على تسمية هذه الظاهرة بالتنوير

.«Enlightenment»

لقد تم شرح ظهور العلوم السريرية للحقيقة في أعمال سابقة، ولعل إحدى العبارات المهمة حول المجال اللامتناهي للوعي هي أنه يمثل المطلق الذي يمكن من خلاله تقييم كل شيءٍ آخر بدرجاتٍ يتم نسبها إليه، وتمثل هذه الآلية العلوم الحيّة السريريّة لاختبار العضلات التي تستخدم الجهاز العصبي عند الإنسان وطاقته الحياة التي يتم التعبير عنها من خلال نظام طاقة الوخز بالإبر كأداة أساسية لقياس الحساسيّة الحيويّة. (التقنية التي لا يمكن تكرارها عن طريق الأدوات العلمية غير الحية). بحضور الحقيقة يصبح الجهاز العضلي للإنسان «قويّاً»، بينما يغدو «ضعيفاً» في الحالة المناقضة عندما يواجه الباطل (والذي يمثّل غياب الحقيقة وليس الحالة المعاكسة). وهذه هي الاستجابة السريعة والعابرة التي سرعان ما تظهر درجة الحقيقة للمحفزات التي يتم تقديمها.

يمكن تشبيه مجال الوعي اللامتناهي القوي والسرمدى الحضور بالمجال الكهروستاتيكي الذي يبقى ساكناً ما لم يتم قذفه بشحنة كهربائية تعمل بعد ذلك على تنشيط المجال الكهروستاتيكي، الذي يستجيب بتوليد شحنةٍ مساوية لها تماماً بالقيمة ومعاكسة لها بالقطبية، فالمجال الكهروستاتيكي بحد ذاته لا يقوم بأي فعل سوى الاستجابة والتسجيل فقط.

وخلافاً للمجال الكهروستاتيكي فإن المجال السرمدى للوعي مستمر، وبذلك فهو يسجل كل ما يحدث أو كل ما هو موجود مع تقدم الزمن والمكان. والمجال في

حد ذاته يندرج خارج إطار الزمان أو المكان أو أية أبعاد معروفة أخرى، وبدلاً من ذلك فهو يضم كل الأبعاد من دون أن يتغير من خلالها، ويكون المجال اللامتناهي كليّ الوجود وكلي القدرة وكلي العلم ويتطابق على نحو فريد مع المطلق بأن جميع التطورات أو المكونات قابلة للمقارنة.

كل شيء في الكون بما في ذلك الخواطر يتم تسجيلها إلى الأبد ضمن المجال السرمدي للوعي الحاضر بالتساوي في كل مكان.

وكل ما يحدث سواءً كان مادياً أو بالنوايا متوفرٌ بالتساوي لأن المجال يقع خارج إطار الزمان والمكان. لا وجود للـ «هنا» و«هناك»

ولا وجود للـ «الآن» أو «بعدئذٍ». الحصييلة الكليّة حاضرةٌ دائماً وبشكلٍ متساوٍ في كل مكان.

ولذلك فإن مخطط الوعي هو دليلٌ عمليٌّ وواقعيٌّ للغاية من أجل فهم المستويات التطورية للوعي كي يتم تجاوزها سعياً لتحقيق التقدّم الروحيّ أو التنوير أو التقدم الذاتي، كما يقدم أيضاً مخططاً واقعياً عن العوائق التي يجب التغلب عليها لتحقيق مستويات أفضل من الوعي. والتقييمات لا ترسي الحقيقة ولكنها تعمل فقط على تعزيزها مع تدعيمها بإثباتات إضافية.

النظرة للآلة	النظرة للحياة	المستوى	↑	القياس	المشاعر	العميقة
الذات	كأنته	تنوير	↑	1000-700	لنفوق الوصف	وعس خالص
كل شيء	مثالية	سلام	↑	600	نعمة وبركة	تنوير
واحد	كاملة	فرح	↑	540	سكينة	خول
محب	كرمة	حب	↑	500	إجلال	رأية
حكيم	هادفة	عقل	↑	400	إدراك	استخلاص
رحيم	متناغمة	قبول	↑	350	تسامح	جكور
مليوم	واحدة	استعداد	↑	310	تفاؤل	عزلة
فاجر	مُرضية	حياد	↑	250	ثقة	خبر
غفور	سكينة	شجاعة	↕	200	إثبات	ثقوية
غير مكتوث	متطلبية	فخر	↓	175	استحقاق	انتفاخ
ثاري	معادية	غضب	↓	150	كره	عدائية
منكر	صعوبة للكمال	رغبة	↓	125	تعطش	استعداد
عشاري	مشرقة	خوف	↓	100	خلق	انسحاب
مجهل	مأساوية	أسى	↓	75	نهم	جزع
كثير	مستحيلة	لاإمكانة	↓	50	فجوة	نفاق
معتد	فاسدة	شعور بالذنب	↓	30	نوم	إملاكة
مزيه	نعيسة	عار	↓	20	عزى	إقصاء

خريطة سلم الوعي

القسم الأول: مستويات التقييم الأدنى من 200 الأنا

نظرة عامة: تطور الوعي

لفهم المستويات التدريجية للوعي من المفيد أن نوجز مراحل نشوء الوعي على كوكبنا وتطوره من خلال مملكة الحيوانات وصولاً إلى هيئته عند البشر، وأول ما

سنركز عليه الاهتمام هو تطور الأنا بحدودها الفطرية. يأخذ مصطلح الـ «أنا» ego معنى مختلفاً في العمل الروحي عمّا يمثله في علم النفس وطريقة التحليل النفسي والنظريات التي وضعها كارل جنغ Carl Jung أو سيغموند فرويد Sigmund Freud، وسنعمل على توضيح الاختلافات بينهما لاحقاً.

لا يمكن التغلب على الأنا بالنظر إليها على أنها عدوّ، فهي تشكّل الإرث البيولوجي للشخص، والتي لولاها لما عاش أحدٌ ليندب قيودها. ومن خلال فهم أصل الأنا وأهميتها الجوهرية من أجل البقاء يمكن النظر إليها على أنها على قدرٍ هائلٍ من الفائدة، إلا أنها عرضةٌ لأن تصبح جامحةً وتتسبّب في مشاكل عاطفيةٍ ونفسيةٍ وروحيةٍ ما لم يتم العمل على حلّها أو تجاوزها.

من الخفيّ إلى الجليّ تفاعلت طاقة الوعي ذاتها مع المادة وكتعبيرٍ عن الألوهية نشأت الحياة من خلال ذلك التفاعل. كانت تعابير الحيوانات عن الحياة في أشكالها الأولية غايةً في البدائية، ولم تكن تحتوي على مصدرٍ داخليّ فطريّ للطاقة، ولذلك فإن البقاء

على قيد الحياة كان يتوقف على اكتساب الطاقة من الخارج. لم يكن الأمر معضلةً فـي مملكة النباتات نظراً لكون اليخضور (الكلوروفيل) يعمل تلقائياً على تحويل الطاقة الشمسية إلى العمليات الكيميائية اللازمة، في حين أنه كان يترتب على الحياة الحيوانية الحصول على ما يلزمها من بيئتها، وقد عمل هذا المبدأ على التأسيس فيما بعد للجوهر الأساسي للـ أنا، والذي لا يزال بشكلٍ رئيسيٍّ محتويٍّ ضمن المصلحة الشخصية والكسب والانتزاع والتنافس مع الكائنات الحية الأخرى في سبيل البقاء، ومع ذلك وعلى نحو من الأهمية فإن للـ أنا أيضاً خصائص كالفضول والبحث وبالتالي التعلّم.

مع تطور النمو أصبحت آليات البقاء أكثر تعقيداً نظراً لتعقيد نوعية الذكاء الذي

يتم بواسطته الحصول على المعلومات وتخزينها ومعالجتها ومقارنتها ومكاملتها وترابطها مع بعضها ومراكمتها على شكل طبقات، وهذه الملاحظة هي أساس نظرية «التصميم الذكي» «Intelligent Design» التي لا تتطلب أيّة فرضيّة عن الألوهية أو الخالق، فهي تؤكد على أن الخاصة الفطرية لطاقة الحياة تأتي من خلال الخبرة، حيث يتم الحصول على المعلومات، ويكون لديها القدرة على معالجتها بعملية متكاملة مستمرة وبمطابقة للتعقيدات المتزايدة.

تطورت الحياة بعد ذلك واتخذت أشكالاً أكثر رقيّاً وأكثر تطوّراً، وعندما يتم تمثيل هذا التطور بمخطط ملحميّ تبعاً للزمن ستصبح تعابيره في مملكة الحيوان جليةً.

(الشكل التالي مقتبس من كتاب «الحقيقة في مقابل الزيف» للتوضيح

من الملاحظ بأنه يمكن وصف الحياة بالافتراس عند مستويات الوعي الأدنى من المستوى 200 (باستثناء معظم الطيور)، حيث يتم اكتساب الطاقة على حساب الآخرين، وبما أن البقاء يعتمد على المكتسبات فسيتم النظر إلى الآخرين على أنهم منافسون وخصومٌ وأعداء. ونظراً لاعتبار الآخرين أعداءً محتملين يطلق عليهم في اللغة الحديثة تسميات مثل التمكك والتنافسية والخصومة وبتعابير قاسية وعدوانية ووحشية.

عند مستوى الوعي 200 يحدث تحولٌ إلى الأكثر اعتدالاً وذلك بسبب ظهور آكلات العشب أيضاً بالإضافة إلى آكلات اللحوم.

وابتداءً من المستوى 200 للوعي وما فوقه تصبح طبيعة الحياة أكثر تناغمًا، وتظهر عناية الأم، جنباً إلى جنب مع الاهتمام بالآخرين وكسب الولاء والاندماج مع الآخرين، وتظهر بدايات ما أُطلق عليه فيما بعد في الطبيعة البشرية بالقرابة والتنشئة الاجتماعية واللعب والعائلة والرابطة الزوجية وتعاون المجموعة من أجل أهدافٍ مشتركة كالبقاء من خلال أداء الأنشطة المجتمعية.

مملكة الحيوانات

1	البيكتيريا
2	الأوليات
3	الفطريات
6	الحشرات
7	العناكب
17	البرمائيات
20	الأسماك
20	الأحطبوط
24	أسماك القرش
35	الأفاعي
40	تنين كومودو
40	الزواحف
40	الثدييات العفترسة (الضبع، الأسد، النمر)
45	الثعابين
45	التماسيح
60	الدبناصورات
85	الحفان
95	الدلافين
105	الطيور المهاجرة
105	الطيور الحارجه
105	الفواض
105	وحيد القرن
105	فردة البانون
125	الطيور المفردة
145	الجمائم
160	الدب القطبي
160	الدب الأشهب
175	جاموس الماء
180	الدب الأسود
185	ابن آوى والتعالب

190	الدثاب
190	فرنس نهر
195	الحنازير السكارية
200	آكلات العشب (الحمار الوحش، العرال، الزرافة)
205	الغزال
205	البنسون (الثور الأمريكي)
205	الخنزير الداخن
210	الأيل
210	بقرة حلوب
210	خروف
210	قطعان الماشية
210	الفيلة
210	الغردة
240	خيول المزرعة
240	القطط
240	بغاة رمادي أفريقي
245	قط الأسرة
245	أحصنة السباق
245	الكلاب
250	خنزير الأسرة
250	الغراب الأسود
275	الغوريلا
305	الضمامزي
	الاستثناءات
401	أليكس، البغاة الأفريقي الشدّيب
405	كوكو (الغوريلا المتدربة)
500	أغنية الطيور المعردة
500	ارتجاج القطه
500	اهتزاز ذيل الكلب

ومع استمرار التطور ظهرت الحيوانات ذوات القدمين مع وجود طرفين لا تحتاج إليهما في تنقلها، وقد أدى وقوفها منتصباً إلى تطور الطرفين الحرين بمهارة التدريب البسيط، مثلما ساهم تطوُّر إبهام اليد في تطوير حرف صناعة الأدوات.

كان التعقيد المتزايد الناتج عن بروز مقدمة الدماغ والفص قبل الجبهي بمثابة حجر الأساس في الذكاء الإنساني، وبالرغم من ذلك وبسبب غلبة الغرائز الحيوانية فإن الذكاء يعمل بشكل أساسي كغريزة بدائية، وهكذا أصبح الفص قبل الجبهي تابعاً لمحفظات البقاء الحيواني. وكما يتضح حتى من الملاحظة العرضية فإن التطوُّر يمثل الخلق، والخاصة الأساسية للخلق هي التطوُّر لأنهما يمثلان الشيء ذاته.

ظهر الإنسان البدائي كبرعمٍ من براعم شجرة التطوُّر بدءاً بـ «لوسي» Lucy قبل ثلاثة ملايين عام بحسب الفرضية، ثم تبع ذلك بفترة طويلة إنسان «نيانديرتال» المنتصب Neanderthal و«كروماغنون» Cro-Magnon و«هومو» Homo، وغيرهم. ويتراوح مستوى الوعي عندهم جميعه بين 80 و85 تقريباً، وخلال فترة الـ 600.000 سنة الماضية، ظهر في أفريقيا السلف المحتمل للإنسان الحديث أو «الإنسان العاقل الأول» Homo sapiens idelta مع مستوى وعي تراوح أيضاً ما بين 80 و85.

يشار إلى استمرار الأنا البدائية في الإنسان على اعتبارها جوهر النرجسية بـ «الأناية»، والتي تدل في مستويات التقييم الأقل من 200 على استمرار بدائية المصلحة الذاتية، والاستخفاف بحقوق الآخرين، والنظر للآخرين على أنهم أعداء ومنافسون وليس كحلفاء. يتكفل البشر ضمن مجموعات لدواعي السلامة ويكتشفون فوائد التعاون والتبادل الذي كان مرة أخرى النتيجة الطبيعية لتشكيل المجموعات والجماعات وعائلات الحيوانات في مملكة الثدييات ومملكة الطيور.

تطورت مستويات تقييم الوعي عند البشر ببطء، ففي الزمن الذي ولد فيه بوذا كان الوعي الجمعيّ للجنس البشريّ بأجمعه يقع عند مستوى التقييم 90، ثم ارتفع بعد ذلك إلى الـ 100 عند ولادة السيد المسيح، وتطور تدريجياً وبشكلٍ بطيء خلال الألفية الثانية ليصل إلى المستوى 190، حيث استقر عند هذا المستوى لعدة قرون حتى نهايات عام 1980. وبعد ذلك خلال فترة التقارب التوافقي Harmonic Convergence في نهايات عام 1980 قفز هذا المستوى من 190 إلى ما بين 204-205، حيث بقي عند هذا المستوى حتى شهر تشرين الثاني لعام 2003 ليقفز بشكلٍ فجائيّ من 205 إلى مستواه الحالي عند 207. وفي الوقت الحاضر يندرج قرابة ثمانية وسبعون بالمئة من البشرية كلها تحت مستوى الوعي 200، وعلى الرغم من أن ذلك يشكّل تسعة وأربعين بالمئة فقط في أمريكا، فإن الأهمية تكمن في أن مستوى الوعي لما يقارب ثمانين بالمئة من سكان العالم ما يزال دون المستوى 200، ولذلك فهم يقعون تحت سيطرة الغرائز الحيوانية البدائية والدوافع والسلوكيات (وذلك ما توافينا به نشرات الأخبار المسائية).

من الدلالات الرئيسية على مقياس تدرج الوعي (المبين أدناه) هو أن المستوى الحرج 200 هو الذي يميّز ما بين الحق والباطل،

ولهذا السبب فإن المستويات الواقعة فوق مستوى التقييم 200 والتي تتقدم لوغاريتمياً تدل على مستويات السلطة، في حين أن المستويات الواقعة تحت المستوى 200 تدل على الاعتماد على القوة سواء العاطفية منها، أو المادية، أو الاجتماعية، أو أيّاً كان شكلها، ويمكن الدلالة على هذا التمايز بالقول المأثور: بأن القلم (أي الأيديولوجيا) أشدُّ تأثيراً من السيف (أي القوة).

وعلى نحوٍ كبير من الأهمية أن فيزيولوجيا الدماغ تتغير أيضاً بشكلٍ دراماتيكي عند مستوى الوعي 200، والذي يشكل المستوى الذي تتغير عنده طبيعة الحياة،

ليس عند البشر وحسب بل في مملكة الحيوانات أيضاً من المفترس إلى الأليف، وهو ما يتم التعبير عنه ببروز الاهتمام برفاهية الآخرين وبقائهم وسعادتهم بشكل أكبر من الاهتمام بذات الشخص. ويبين المخطط التالي بوضوح فوائد تطور النمو الروحي والاهتمام.

الاهتمام بالآخرين	الاهتمام بالذات	الاهتمام بالذات والآخرين
100	700-1,000	التنوير
100	600	السلام
99	570	الفرح
96	540	الحب غير المشروط
89	500	الحب
79	400	السبب
71	350	القبول
68	310	التأهب
60	250	الحياد
200	55	الشجاعة

الفخر	175	22
الغضب	150	12
الرغبة	125	10
الخوف	100	10
الحزن	75	9
اللامبالاة والكراهية	50	5
الإثم	30	4
العار	20	1

وسيتم التحقق من ديناميات الأنا في كل فصل من الفصول التالية من خلال تطابقها مع مستوى معين، وبالتالي توضيح هذا الموضوع بمزيد من التفصيل.

### الفصل الأول: العار: اليأس

(مستويات التقييم ٢٠ وما دون)

#### مقدمة

هذا المستوى يقارب على نحوٍ خطير الموت الذي يمكن اختياره كمحاولة انتحارٍ مُتعمَّد، أو بدقّةٍ أكثر يتم اختياره نظراً للفشل في اتخاذ خطواتٍ لإطالة أمد الحياة. والموت الناجم عن التقصير أو اللامبالاة أو الإهمال أو نتيجة حادثٍ هو أمرٌ شائعٌ عند هذا المستوى. جميعنا ندرك الألم الذي يخلفه «فقدان ماء الوجه»، أو تشويه السمعة، أو الظهور بمظهر المغفل. العار يجعل الناس يطأطئون رؤوسهم وينسلُّون مبتعدين عن الآخرين متمنين لو أنهم كانوا غير مرئيين للناس. الإقصاء

هو الملازم التقليدي للعار،

وفي المجتمعات البدائية التي تعتبر أصول النوع البشري يعد الإقصاء مكافئاً للموت، وهو أساس الخوف من النبذ أو الرفض أو الفشل.

تقود التجارب الحياتية الأولى كالإهمال أو إساءة المعاملة سواءً الجسدية أو العاطفية أو الجنسية إلى العار وانحراف الشخصية مدى الحياة ما لم يتم حل هذه القضايا في وقت لاحق. وكما يرى فرويد فإن العار يولد العُصاب. والعار مدمرٌ للصحة العاطفية والنفسية نتيجةً لتدني احترام الذات مما يجعل الشخص عرضةً للإصابة بمرضٍ جسدي. والشخصية المفزوحه هي شخصية حجولة ومنعزلة وانطوائية منتقصة لذاتها.

ويستخدم العار كوسيلة للقسوة وغالباً ما يصبح ضحاياه قساة، والأطفال الذين يعانون من العار يعاملون الحيوانات بقسوة بالإضافة إلى التعامل مع بعضهم بقسوة أيضاً. الأشخاص الذين يقع وعيهم عند المستوى 20 فقط هم أشخاصٌ خطرون، ويكونون عرضةً للهلوسات المنطوية على طبيعةٍ ظنيّة، بالإضافة إلى جنون العظمة، ويصبح البعض منهم مصاباً بالذهان أو قد يرتكبون جرائم الشذوذ.

بعض الأشخاص الذين نال منهم العار يعوّضون عن ذلك بالكمالية والتعنت ويصبحون متعصبين ومن الممكن قيادتهم. ومن الأمثلة الشهيرة على ذلك المتشددون أخلاقياً الذين يشكّلون جماعات الأمن الأهلية، ويلقون بعارهم الذاتي اللاواعي على الآخرين مما يجعلهم يشعرون لاحقاً بما يسوّغ لهم مشروعية مهاجمتهم. وغالباً ما يرتكب السفاحون أفعالهم انطلاقاً من العار والكراهية والأخلاقيات الجنسية تحت ذريعة معاقبة النساء «السيئات». وبما أن العار يسقط مستوى الشخصية بالكامل فهو يتسبب بظهور الحساسية للمشاعر

السلبية الأخرى، ولذلك غالباً ما يبرز الفخر والغضب والشعور بالذنب بشكل زائف.

### سريرياً

الاكتئاب الشديد هو مستوى خطير من الوعي الذي يمكن أن يتسبب بالشلل ويهدد الحياة، ولا يقتصر حدوث ذلك على مستوى الأفراد وحسب بل يحدث أيضاً ضمن مجموعات كبيرة من الناس الذين يموتون بسبب لامبالاتهم أو حتى بالانتحار.

يتميز اليأس بالعجز وفقدان الأمل ولذلك يتم وصفه بأنه حالة إحباطٍ وجحيماً لا يمكن تحمُّله، وبالرغم من فقدان الرغبة في الحياة إلا أن الإقدام على الانتحار غير ممكن حتى في قرارة النفس نظراً لعدم وجود الطاقة. ويحدث الانتحار المنفعل من خلال العجز عن تناول الطعام أو التزود بالاحتياجات المادية، وعلى النقيض من ذلك عندما يخرج الشخص من حالة اللامبالاة الشديدة للكآبة، ويكسب المزيد من الطاقة يصبح حينها قادراً على الإقدام على الانتحار، وهو ما يوضح المفارقة السريرية الغامضة التي ربما تشكل مضاداً للكآبة، والتي هي «سبب» الانتحار وخصوصاً عند الأطفال والمراهقين. كانت هذه الظاهرة معروفة سريرياً لفترة زمنية طويلة سبقت توفر مضادات الاكتئاب. عندما تبدأ حالة الكآبة واللامبالاة بالتطوُّر، تنشأ مرحلة انخفاض الهيجان التي تتشكل فيها الطاقة اللازمة للانتحار. قبل عدة سنوات سبقت ظهور مضادات الاكتئاب كان يتم وضع المرضى تحت رقابة شديدة خلال الفترات التي كانت «تتطور» فيها حالتهم من اللامبالاة إلى الهيجان (هاوكينز 2005، (Hawkins، 2005)).

العار أيضاً هو انعكاسٌ لكراهية الذات، والتي يمكن أن ينتج عنها عدوانية شديدة أو حتى قاتلة عندما يتم توجيه تلك الكراهية للخارج، وجديراً بالذكر بأن نسبة

مئوية كبيرة من القتل فاقد الوعي الذين قاموا بارتكاب جرائمهم ضد زملائهم في المدارس كانوا من المدرجين على قائمة الذين يتعاطون مضادات الاكتئاب.

يترافق الاكتئاب بتغيرات رئيسية في فيزيولوجيا الدماغ مع مستويات منخفضة من السوائل العصبية الحرجة كالـ نوربينفرين والـ سيروتونين. والميل الطبيعي للاكتئاب يتضمن عوامل جينية وقدرية قوية وفي أغلب الأحيان تكون عائلية، كما يرتبط أيضا بقابلية الإدمان على الكحول، وقد تم التوصل إلى أن ثلث المراهقين على الأقل يكون لديهم درجات خطيرة أو متوسطة الشدة من الاكتئاب في بعض فترات حياتهم.

من الناحية السريرية يستدعي الاكتئاب عادةً تقديم المساعدة الاحترافية، وبشكل أكثر تعقيداً فإنه من الصعب التفريق ما بين الانتحار الحقيقي وبوادر الانتحار الأكثر تواتراً بشكل نسبياً، أو التهديدات الناشئة عن مشاكل مختلفة تنطوي عادةً على العلاقات ما بين الأشخاص وما ينتج عنها من ضغائن.

ويمكن مصادفة حالات الاكتئاب ذات الدرجات الخطيرة في ظروف خاصة، ولكن تلك الحالات تشير بشكل فعلي إلى الحاجة لمساعدة الطبيب النفسي، أو المساعدة السريرية الاحترافية فضلاً عن توفير الحماية والدعم. وكثيراً ما تترافق حالة الاكتئاب عند الأشخاص الوحيدين الذين يعيشون حالة من العزلة بحالات فقدان الأمل والرغبة في الحياة، ويحدث الأمر ذاته مع كبار السن ومع الناس العاديين الذين مروا بفترات من التوتّر الشديد التي أدت إلى استنزافهم نفسياً، كالطلاق مثلاً أو التعرض لكوارث مالية،

أو فقد بعض الأحبة، أو حالات الأسى بحد ذاتها. والانتحار هو السبب الرئيسي للموت بين المراهقين.

تشتمل المشاكل العاطفية الأساسية على مكونات مادية وعقلية وعاطفية حالها في

ذلك حال الأمراض الأخرى، وقد تكون هناك عوامل شخصية واجتماعية إضافية. أيضاً، فضلاً عن المؤثرات القدرية، والتي يتطلب التعافي منها معالجة بعض هذه العوامل أو جميعها. وقد يكون للمشاكل الجسدية التي تبدو في ظاهرها بسيطةً كإنخفاض سكر الدم غير المشخص إسهامها الرئيسي. (لقد تعافى العديد من مرضى الاكتئاب ببساطة عن طريق تجنب السكر). ويرجع الفشل في البحث عن المساعدة المناسبة أو قبولها في كثيرٍ من الحالات إلى الغرور (من الناحية الروحية) والإنكار (من الناحية النفسية)، أو ببساطة بسبب الجهل (من الناحية القدرية). ثم تؤثر تقلبات المزاج على العلاقات التي تربط ما بين الأشخاص وحتى الموظفين منهم (على سبيل المثال المشاحنات والجرائم المرتكبة في مواقع العمل). بالتواضع يمكن تفحص جميع العوامل المساهمة والتعافي من جميع الحالات الخطيرة وشبه القاتلة، كما يتبين من المجموعات المتعافية اعتماداً على الجانب الروحي.

## جاذبية الموت

على الرغم من الافتراض الشائع بأن جميع الناس يخشون الموت وينفرون منه، فإنه وللمفارقة ينظر للموت أيضاً في بعض الحالات على أنه عاملٌ مغرٍ (لإنهاء المعاناة)، أو كعملٍ ختاميٍّ للانتقام أو التضحية والبطولة، أو كتمثيلٍ مبالغٍ فيه للشفقة على الذات. وهناك أيضاً «رومانسية الموت» الذي يتم الاحتفال به نظراً لجوهره الدرامي (كالأساطير والأوبرا والخيال، مثل روميو وجوليت).

إثارة الموت تعمُ جنبات المدرج الروماني من خلال المبارزة، ومضمار السباق، والأعمال الحربية. كما يعد «العبث بالموت» أيضاً عامل جذبٍ يتطلب المجازفة الشديدة (على سبيل المثال، سترات سائقي الدراجات النارية، والوشم المكون من جمجمةٍ تحتها عظمتين متصلبتين).

ويمكن أن يكون الموت شعائرياً أيضاً (هاري-كاري) ويتم الاحتفال به رسمياً في جنازاتٍ مهيبَةٍ يُجْرُ فيها التابوت ببطءٍ بواسطة الخيول في مواكب جنائزيةٍ رسمية.

يفترض فرويد بأن غريزة الموت الجوهريّة التي تسمى اصطلاحاً «ثاناتوس»  
Thanatos (وهي على النقيض من «إيروس» eros

التي تمثل غريزة الحياة)، والتي تكون دفينَةً في أعماق اللاوعي الفطري، حيث تمارس التأثير المحتمل الذي يمكن أن يتم تعزيره عن طريق الترسخ العقائدي (مثل الطيارين الكاميكاز، والانتحاريين، وطقس الانتحار الجماعي). وفي الوقت الحالي هناك قائمة انتظارٍ طويلةٍ من المتطوعين المتحمسين ضمن صفوف المتطرفين الإسلاميين (كما قال أسامة بن لادن: «نحن نقدر الموت لا الحياة»). وبناءً على ما تقدّم ظهر ما يُعرف بـ «عبادة الموت» التي يتم تعظيمها من قبل الشباب السدّج سريعي التأثير الذين يتم استدراجهم ليس للانتحار وحسب، بل ولارتكاب جرائم القتل الجماعي بحق الأبرياء أيضاً، كما كان هناك العديد من المتطوعين الكاميكاز خلال الحرب العالميّة الثانية. وهكذا، يكون للمخرج الدراماتيكي جاذبيّةٌ فريدةٌ من نوعها وبريق الدراما، وفي الحالات الأكثر شيوعاً يحدث الانتحار بفعل اليأس وتراكمه الذي يؤدي إلى فقدان الثقة أو الأمل.

### روحياً: ليل الروح المظلم

إن حالة شعور المرء بتخلي الله عنه والخنوع إلى اليأس ينتج عنهما شعورٌ عامٌّ بالاكتئاب، وقد يتضمن تحولاً لاختبار الزمن يماثل اختبار المستويات الدنيا للبحيم التي وصفها دانتي (Dante) بقوله: «لا أمل لكم أيها الداخلون هنا». قد تكون هذه الحالة أيضاً مرحلةً انتقاليةً كنتيجةً للعمل الروحي الداخليّ المجهّد، وبشكلٍ خاص لدى المناصرين الذين يلقون بحذرهم كله أدرج الرياح ويستكشفون أكثر مستويات الوعي عمقاً، ذلك الوعي الذي يشعر المناصر عنده

أنه من الضروري التخلي عن الأنا وإزالة جميع الشكوك. وهكذا، فقد تمثل هذه الحالة الحاجة للوصول إلى الفاعلية الداخلية للحقيقة الروحية قبل التخلي الكامل عن الأنا نفسها.

والغريب في الأمر أن هذه الطريق يمكن أن تكون هي ذاتها الطريق التي يسلكها الملحد المكرّس الذي يثبت ما إذا كان عدم وجود الله صحيحاً، أو حتى أنه لديه القدرة على البقاء حياً. الاكتئاب الروحي الشديد يمكن أن يمثل موطئ القدم الأخير للـ أنا في نضالها من أجل البقاء على قيد الحياة. الوهم الأساسي للـ أنا هو أن الموت واقعٌ بوجود الله أو دون وجوده، وهكذا فإن ما يوصف بأنه «الليل المظلم للروح» هو في الواقع الليل المظلم للـ أنا.

قد تكون المواجهة مع جوهر الـ أنا غير متوقعة وكنتيجةٍ لتخليها عن تعلُّقها مع أوهام الـ أنا والاعتزاز بالمعتقدات الدينية أو الروحية الزائفة والتصورات عن الله. على سبيل المثال يستجيب الله للتوسُّل أو التضرُّع الشديدين (طرق أبواب السماء): «يا رب،

انظر كم أعاني في سبيلك».

وبشكلٍ متناقض فإن الليل المظلم للروح غالباً ما يشكّل دلالةً على التقدم الروحيّ الكبير، وذلك لأنه غير صحيح بأن الروح (الذات العليا) في الظلمة بل هي الـ أنا، ويمكن تحقيق القليل من الراحة عن طريق تدكُّر أقوالٍ روحانيةٍ تجعل المرء يحلّق عالياً رغم بساطتها، أو تدكُّر أن جثمان السيد المسيح يتعرق دماً، أو بأن بوذا قد ذكر بأنه يشعر كما لو أن عظامه كانت تتكسر إثر تعرضه لهجومٍ من الشياطين.

في فجوات يأس الروح وظلمة فقدان الأمل فإن ما يجب إدراكه واتباعه هو أن الخوف بمجمله من الجانب الروحي يعتبر وهماً،

والسبب في ذلك هو أنه من الأمن التحرر من كل ما تحب، تماشياً مع الاعتقاد

بأن الجوهر الداخلي للـ أنا هو المصدر الحقيقي للحياة ذاتها، لأنه ليس المصدر مهما بدت التجربة حادة. والعائق الأخير الذي يجب تخطيه واللجوء إلى الله هو الأساس غير القابل للانتقاص ظاهرياً لجوهر الوجود ذاته، والسبب في أن القيام بذلك آمن هو أن ذلك غير صحيح.

إذا سلّمنا بما يبدو بأنه المصدر الحقيقي والجوهر غير القابل للانتقاص وصميم حياة الشخص، يتأرجح الباب منفتحاً بحسب الضرورة القدرية ويشعُّ الحضور الإلهي بإشراقه، وتذوب الـ «أنا» الشخصية إلى جانب العقل ضمن الـ «أنا» اللانهائية للأبدية بسلامها العميق وبحالة من الوجدانية عبر كل الأزمان، وهذه الحالة ليست نتيجة للعقل أو الأنا، ولكنها بالأحرى البديل عنهما عندما يتوقفان عن العمل، والخطوات النهائية تقتضي الشجاعة والإيمان والتسليم بمنتهى العمق. والأمر هنا هو أن الحقيقة تكون على هيئة متذبذبة وهالة المعلم الحقيقي تقدم أقصى درجات المساعدة («نعمة المعلم الروحي» التاريخية)، كما يطلق على أحد الأساتذة المختارين لقب المخلص أو الحقيقة الروحية القصوى، والذي قد يتمثل بـ بوذا أو يسوع أو كريشما أو الله بشكل مباشر.

شـ كلٌّ آخر من أشـ كال الـ المظلم للروح يظهر كنتيجة للانحدار بشـ كل تجرّبيٍّ من مرتبة عالية (مثل الابتهاج التعبُّدي أو الصوفي)، كما تم وصفه جيداً في حياة القديسين المسيحيين. والأمر يبدو كما لو أن أحداً «هجره الحبيب» (انظر حياة القديسين لبتلرز). ويمكن أن تنشأ هذه الحالة عندما «يستنفذ المرء قدرته الجيدة» نتيجة لما تبقى من ارتباطاتٍ قَدْرِيَّةٍ وميولٍ سطحية بحاجة للتعاطي معها والتسليم لله. وهناك بعض الحالات الغامضة كالحقد الذاتي والاستياء من الله، والمعتقدات العالقة في الذهن والتي غالباً ما ترتبط بمعتقدات تتعلق بالمعاناة بحد ذاتها (كونها ستستفيد من فضل الله على سبيل المثال وغير ذلك).

في الليل المظلم للروح، يُعد الإيمان في بعض المعتقدات المحرّض على مجابهة الواقع الفعلي. جميع المعتقدات عن الله هي معلوماتٌ تم استهلاكها مستمدّة من الآخرين ومنزلة، وبذلك يتم التسليم بها كلها. ويمكن العثور على تعليلٍ لذلك بالمحيص قياساً بحقيقة أن القط فقط يعرف حقيقة ما يعني كونه قطعاً بمقتضى كونه قطعاً، وهو لا يعرف «حول» كونه قطعاً وليس لديه نظم عقائدية. ولذلك فإن جميع المعتقدات الخاطئة عن الله خارجة عن نطاق الواقع التجريبي. والطريق للتنوير يكون عبر الاستقامة الراسخة للجهل.

إن تجربة اللاهوت ضمناً على أنها الذات Self أو جوهر الله هي أمرٌ مختلفٌ تماماً عن الاعتقاد بتعالى الله، ولهذا السبب اعترض بوذا على جميع أوصاف الله أو تسمياته لأن التنوير هو وضعٌ أو حالةٌ تكون فيها معرفة الذات متطابقة، والوصف الأفضل لهذا الوضع أو لهذه الحالة هو سطوع الذات، وفي تلك الحالة يكون التعرفُ حقيقتها الخاصة. (سيتم التطرق للموضوع في فصول لاحقة).

على الرغم من عدم استخدام الديانات الغربية على وجه التحديد لمصطلح «الكارما» karma، إلا أنه رغم ذلك يعد حقيقةً أساسيةً على اعتباره المساءلة الروحية التي تحدد مصير الروح بعد الموت، ويتضمن المصطلح أيضاً المشاكل الروحية الملازمة لبني البشر، بما في ذلك حقيقة أن الجنس البشري يتميز بفهمٍ روحيٍّ محدودٍ «جهل»، ولذلك فإن الغاية من حياة الإنسان هي التغلب على هذه القيود الموروثة وتجاوزها عن طريق الحقيقة الروحية التي يبينها لنا المعلمون الروحيون الأتقياء الكبار.

غالباً ما يتم في الذهن الغربي الخلط فيما بين «الكارما» والانبعاث أو التقمص أو تعدد فترات حياة الإنسان. وعلى العموم تشير الكارما فقط إلى حقيقة أن الروح تطوريةً من حيث المنشأ والمصير في آنٍ معاً ومن حيث المسؤولية عن قراراتها.

لكل شخصٍ مستوىً معياريّ محدّدٌ من الوعي أثناء ولادته، وبشكلٍ فعليّ فإن ما يطرأ على هذه الحالة من تعديلٍ غير مرتبطٍ بذلك. تقدم الأديان على تنوعها بالإضافة إلى الأبحاث التي تتناول الوعي تفسيراتٍ مختلفةً لذلك، ومهما كانت الأسباب فإنه ينبغي على كل فردٍ أن ينطلق من المكان الذي يجد نفسه فيه ضمن العمليّة التطوريّة، وبدون توفّر فهمٍ للكارما فإن الظروف بحد ذاتها ستبدو عرضيّةً أو مزاجيّةً، وبذلك فهي لا تتفق مع نتائج أبحاث الوعي التي تثبت بأن الخلق بمجمله هو انعكاسٌ للانسجام الإلهي وللعادلة والتوازن.

### اليأس القَدري

غالباً ما يتم المرور بحالة اليأس الكارمي أثناء الأحداث المأساوية أو الكارثية، وهناك أيضاً كارما المجموعات الإنسانية المشتركة التي تنتج من مجرد كونهم بشر، والتي يمكن أن يتم التعبير عنها أيضاً بمجموعةٍ من الحالات التي من الممكن أن تكون إثنيّةً أو دينيّةً أو جغرافيّةً أو قد تأخذ أشكالاً أخرى من الانحياز تبعاً لأفعالٍ أو اتفاقياتٍ وقعت في الماضي. والكارما خطيّةٌ وتنتقل عن طريق الروح ويتم توارثها كنتيجةٍ لأفعالٍ مهمّةٍ للإرادة، ويمكن استخلاص احتمال حدوث مثل هذه العواقب السلبية بسهولةٍ من تاريخ البشرية الذي يتضمّن باس-تمرارٍ وبش-كلٍ متكررٍ معازر لا طائل منها تطال الأبرياء، بالإضافة إلى الانتهاكات المتعمّدة والوحشية (أي الكارما السليّة).

ويحدث احتواء كل ما يبدو عواقب سلبيةٍ للكارما كنتيجةٍ لكل من التوافق أو المشاركة المسبقين أو لكليهما معاً، وبذلك فإن الهتاف عند موت مصارع الثيران مهمٌّ بحسب الكارما لأنه يعمل على إشباع الرغبة من الألم والمعاناة أو من موت الآخرين، أما الهتاف عند تنفيذ حكم الإعدام بالمقصلة فهو انخراطٌ بنتائج الكارما للموقف. إن تطبيق العدالة على يد أحدهم يتم تحت كارما المجازفة «العدل خاصيتي، يقول الرب». يصعب القبول بالإيمان بأن الله يضمن العدالة المطلقة في

عالمٍ ظاهره الظلم، ومن الأفضل الثقة بالعدالة المطلقة للرب و«لا تدينوا، كي لا تدانوا»، لأنه من المفيد أن نتذكر بأن «ومن كان منكم بلا خطيئة، فليرمها بأول حجر».

من التشبيهات المفيدة للعدالة الإلهية (أو قوانين الكارما) إدراك أن المجال اللامتناهي الكلّي الوجود والكلّي العلم بكل شيءٍ للوعي هو ذاته الإشعاع الإلهي الذي يسجل الأحداث التي تجري مهما بلغت تفاهتها. منذ الولادة يترافق كل شخصٍ بشكلٍ تلقائيٍ بالمجال الكلّي للكارما نظراً لنوعية ذلك المجال الخطي في المجال اللامتناهي للوعي ذاته، ومن ثمّ فمن خلال الأفعال الإرادية فقط يمكن للكيان أن يستتبع مصيره الذاتي. يتأثر تقييم الوعي لأحد الأشخاص نحو الأفضل أو نحو الأسوأ بالقرار الداخلي وبفعل الإرادة، وبالنتيجة يتم توجيه الكيان نحو المستوى المناسب له من الوعي الذي يحكمه «المجال الجذاب» (انظر القوة مقابل الإكراه 1995 Power vs. Force)، وهكذا فإن مستوى الوعي للشخص يمثل موروثه من الكارما.

انطلاقاً من الفهم الكلّي لطبيعة الوعي يمكن أن نلاحظ بأن العدالة (الكارما) هي بشكلٍ تلقائيٍ نتيجةً لتفاعل ترددات الروح ضمن المجال الكلّي اللامتناهي للوعي. تؤكد علوم الحقيقة بالإضافة إلى أبحاث تقييم الوعي النص الإنجيلي: «أما أنتم فحتى شعور رؤوسكم جميعها محصاة» (أي معدودة). كلُّ شيءٍ معروفٍ للمجال اللامتناهي للألوهية الذي تسود العدالة تلقائياً بفضلها، والأوهام البشرية هي إسقاطاتٌ من اللاوعي عن إلهٍ يحمل صفات الإنسان المنتقم والحسود، والساحط وهو «السبب» المزعوم للكوارث،

على الرغم من أنه من الواضح بأن النسبة الكبيرة للكوارث الطبيعية التي حدثت في تاريخ البشرية وقعت في معظمها قبل وجود النوع البشري على الأرض، والتي يُعتقد في الحقيقة بأنها كانت السبب الذي أدى إلى إنهاء عصر الديناصورات.

ويمكن أن نخلص إلى القول كما هو معروف للعموم بأن الكارما (القدر الروحي) تأتي كنتيجة لقرارات الإرادة، وتحدّد مصير الروح بعد موت الجسد (المستويات السماوية والجحيم والحاجز الفاصل ما بين الجنة والنار، أو ما يدعى بالـ (bardos)، وتشمل أيضاً خيار التقمّص في النطاق المادي للإنسان والذي يمكن أن يتم بحسب أبحاث مقاييس الوعي من خلال التوافق مع الإرادة الفردية، وهكذا يكون جميع البشر قد اختاروا هذا المسار بالاتفاق، بالإضافة إلى أن أبحاث الوعي تؤكد على أن جميع الناس يولدون تحت الشروط المثلى للتطور الروحي، وذلك مهما اختلفت مظاهرهم.

الكارما في الواقع تعني المحاسبة وكما ورد في الدراسات الروحيّة السابقة فإن كل كائنٍ مسؤولٌ أمام الكون، وكما هو معروف أيضاً بأن الكارما الإيجابية (كأعمال الخير والصلاة والإيثار والأعمال الخيرية وهلم جرا) يمكنها أن تعوّض عن الكارما السلبية «السيئة» وتبطلها. وفي هذه العملية يتم إحقاق «الفضيلة» التي يمكن وضعها في بعض الأحيان حتى في موضع مجابهة التغيرات. ويتبع التقدم الروحي تلقائياً حسن النوايا، والتسامح، والمحبة كأسلوب للوجود في هذا العالم ككل بدلاً من اعتباره صفقة لتحقيق المكاسب من خلالها.

التعامل من خلال «كارما» الشخص لا يشمل فترة عمره الحاليّة فحسب، بل ويتضمن المظاهر التطوريّة التاريخية التي طواها النسيان أيضاً. وقد يطرح العمل الروحيّ قضايا المواقف والأفكار المكبوتة، أو المعتقدات المستمّدة من اللاوعي الشخصي، فضلاً عن جوانب اللاوعي الجمعي الإنساني التي تتماشى بشكلٍ فعّال مع نظام شاكرا (chakra) للنماذج البدائيّة لليونغ (كقلب الطفل على سبيل المثال، وطحال المحارب، وسداحة المراهق، الخ). نظراً لطبيعة التطور البشري فإنه حتى الشخص الناضج الذكي الراشد ما يزال مكبوتاً أو منسياً، إلا أنه ما يبقى فاعلاً، حيث تخرج الطفولية والصبيانية تلك العملية خارج الإدراك. ومن

المواضيع الأكثر شيوعاً التوازن غير المدرك بين «الأنا الجيد» (good me) و«الأنا السيء» (bad me). (هذه هي منطقة الانقسام واضطرابات الشخصية لـ «جيكِل وهَايد» (Jekyll-and-Hyde). ويمكن أن يكون الانقسام الجيد/السيء مصدر مشكلاتٍ نفسيةٍ عديدة، حيث يكون إسقاط «الأنا السيء» على الآخرين هو الأكثر شيوعاً.

### المجموعات: الكارثية والإقليمية والظرفية

الفقر الشديد والحرمان والمجاعة أمراضٌ تستوطن أقاليم جغرافية بأكملها وثقافاتٍ ومناطق رئيسية في العالم، وهو ما تم توضيحه وتصويره بالرسوم البيانية في عملٍ سابق (الحقيقة مقابل الزيْف، الفصل 14). وتتميز تلك الأقاليم بارتفاع معدّل الولادات ومعدّل وفيات الرُضّع وانخفاض معدل العمر، وارتفاع معدلات المرض والاضطرابات المدنية والحروب القبلية والوحشية والمذابح الجماعية. تُؤكّد أبحاث الوعي أن الفقر المستشري إقليمياً هو من أصلٍ كارميّ جماعيّ ويقدم نفسه بعلاقة متبادلة مع الانتقال جينياً.

الأشكال البدائية من الكائنات الشبيهة بالإنسان (Hominids) (مستوى تقييمها 80-95) قد وجدت وانقرضت، والإنسان العاقل (Homo sapiens) من وجهة نظرٍ تطوريّةٍ ليس سوى انبثاقٍ حديثٍ للغاية من شجرة التطور. في الحقيقة تقع الغالبية العظمى من البشر في الوقت الحالي (ثمانية وسبعون في المئة منهم) تحت مستوى التقييم 200، وبذلك يبدأ استقطاب الخبرات بما يتوافق مع ذلك المستوى.

ويدل كل مستوى من مستويات تقييم الوعي على التقدم متجاوزاً المستويات الأدنى منه، ويمكن أن يمثل أيضاً المستوى الذي هبطت إليه مستويات أعلى كنتيجةٍ لخياراتٍ إرادية، ويتم توثيق هذا المستوى الهابط بشكلٍ جيدٍ في حالات

القادة السياسيين الشهيرين جداً الذين يبدوون بنزاهةٍ ومثاليةٍ ضمن نطاق المستوى 400، ثم ينحدرون فيما بعد نتيجةً لتفاقم جنون العظمة إلى أرقامٍ متدنيةٍ كثيراً (ل نابليون وهتلر، وآخرين). تحدث الظاهرة ذاتها في الأفراد العاديين وكذلك في المجموعات كما هو الحال في جزيرة إيستر (Easter Island) والمجتمعات الأخرى التي كانت حاضرةً وبادت.

وتتم الإشارة إلى ما يعرف عادةً بـ الكارما السلبية أحياناً بالـ «الدَّين» وكمثالٍ على ذلك «اغفر لنا ذوبنا كما نحن نغفر لمن أساء

إلينا» وعلى الرغم من أن لقرارات الإرادة تبعات كارمية، فهي قابلةٌ للاسترداد بالتقرب الروحي والإخلاص.

أثناء التطور الروحي التدريجي للناس يكون لكل مستوى يتم الارتقاء إليه اختباره أو مغرباته اللازمة التي يمكن أن يقع فيها الغافلون، ومن تلك المغريات الأكثر شهرةً بالطبع الثروة والسلطة والهيبة (كالغطرسة التي تسبق السقوط وفساد السلطة، السلطة المطلقة الفاسدة ستسقط حتماً...)، وهذا ما يوصف سريراً بـ «الإغواءات الشيطانية» «Lucerific Temptation» للسلطة بحد ذاتها أو نتيجةً لممارستها على الآخرين، وينسب مصدر الخطأ مصدر السلطة إلى الأنا «I» بدلاً من نسبها إلى الله. ويتم عرض مثل هذه الحالات من السقوط في الأوساط العلمانية حيث يبدو المدراء التنفيديون CEOs مجردين من أي إحساسٍ بالواقعية منساقين خلف جشع السلطة اللامحدود. والعار هو أيضاً نتيجةً لإساءة استخدام الحالة الروحية أو الدينية والتأثير، وهو الأمر الذي نصادفه في كوارث سقوط زعماء الطوائف الدينيّة الذين كانوا ذائعي الصيت وعظيمي الثروة يوماً.

يتضمن الأدب العالمي في غالبية أساطير مثل آلهة الإغريق

والجرمان، بالإضافة إلى الأساطير المذكورة في العهد القديم والأديان الأخرى التي تم استبدالها في وقت لاحق مع تطور ديانات التوحيد. ويمكن الاستدلال على هذا العمل الروحي الذي قد يكون مجهداً من خلال التاريخ المدون للقديسين المسيحيين، الذين تم وصف العديد منها بشكل مناسب كما هو الحال في إغواءات القديس أنتوني (Temptation of St. Anthony) واعترافات القديس أوغسطين (Confessions of St. Augustine)، كما وصف بوذا أيضاً كيف كان عرضةً لهجوم من الطاقات الوهمية والسلبية «الشيطنانية» لـ مارا (Mara) (الوهمية).

تدلنا الدراسات السابقة على أن جميع الناس يولدون في حالاتٍ مثاليةٍ من فرص الكارما، ولذلك فمن الحكمة ألا نحكم على أن ما يبدو لنا بائساً أو كارثياً يمكن أن يعتبر باباً للتحرر بالنسبة لأشخاصٍ لديهم كارما سلبية ويريدون التخلص منها. وهكذا قد تكون الأحداث المساوية عناصر أساسيةً وضروريةً لتطور الروح.

## التجاوز Transcendence

في قمة اليأس يحدث استنزاف للطاقة وحتى للرغبة في البقاء على قيد الحياة، وفي أغلب الحالات قد يكون من الممكن التخلي عن الأنا فقط في حالات اليأس التام والجحيم الشديد، وقد يصل الأمر حتى إلى درجة الموت الجسدي الوشيك، وفي العذاب الأبدي الشديد قد تتوسل الروح: «إن كان هناك إله، فأنا أسأله العون»، ويحدث تحولٌ عظيم، وهذا يؤكد حقيقة تعاليم زين Zen

«الجنة والنار تشكل عُشر البوصة». الغريب في ذلك هو أن الأنا قد تبلغ هذه النقطة كمحاولة لجعل الرب يخطئ حتى إذا أدى ذلك إلى الموت الفيزيائي للشخص (الأنا ستعلق بأية قشة)، وهكذا تصارع الأنا حتى اللحظة الأخيرة

لإثبات أن الموت حقيقة وأن الله ليس كذلك.

## ازدواجية العار

العار هو نتيجةً لإنكار حقائق كلٍّ من الذات الشخصية self والذات الإلهية Self وهو حالةٌ عابرةٌ في الحياة العادية، ولكنه يدل على عقباتٍ رئيسيةٍ كبيرة تعة التطور الروحي كمستوىٍ سائد للوعي، وعندما يكون شديداً فإنه يتهدد بقاء الكيان.

ازدواجية العار الذات العقابية

الذنب	التقوى
الذات العقابية	الذات العفوية
الكآبة	اختيار الحياة
حكيم	التسليم لرحمة الله
السلبية	ترك الموقع
الانكماش، الاختفاء	يكون مرئياً
الذات لا قيمة لها	يثبت هديه الحياة
النظرة الفاسدة للنفس	المصحح، المرن
الإدانة	المسامحة
إماتة الجسد	اختيار قيمة الذات لكآبة
تنشوية السمعة	الذات التزيهية
كره الذات الإلهية	الذات الغفوية
التشديد	الرحيم
عدم التوازن	رؤية كلا الجانبين
النفس اللوامية	تجاهل الأنا اللوامية
المغالاة في الأغلاط	تجاوز الضبود
نظرة انتقائية منحرفة	نظرة كلثة متوازنة
الذات كعاسر	الذات كمصحح
نهاية الطريق	بداية الجديد
غير محبب	مكانته كابن الرب
خطأ غير مغفور	خطأ كدرس
توجيه العناية	التركيز على الآخرين
يخدم النفس	يخدم الحياة
تقدير ذاتي متسامح	ينطلق من موقع الأناية
الذات الإلهية كمركز للحياة	الذات الإلهية كمشارك في الحياة
التركيز على الذات	التركيز على الآخرين
يحب	لم يكن قادراً حينئذ

## الفصل الثاني: الشعور بالذنب والكراهية التي تقود إلى الانتقام

(مستوى التقييم ٣٠)

### مقدمة

الشعور بالذنب الذي يشيع استخدامه كثيراً على شكل إلقاء اللوم من قبل مجتمعنا بغية التلاعب والعقاب، يتجلى في تعابير متنوعة كالندم وتوجيه الملامة للذات والمازوشية مع مجموعة كاملة من الأعراض التي تبدو على الضحية. الشعور بالذنب في اللاوعي يظهر على شكل أمراض نفسية مع التعرض لحوادث وسلوكيات الانتحار، ويعيش معظم الناس في صراع مع الشعور بالذنب طيلة حياتهم، بينما يحاول البعض الآخر محاولات يائسة للخلاص منه بالتبرؤ من الشعور بالذنب بصورة لا أخلاقية بكل معنى الكلمة.

تتسبب هيمنة الشعور بالذنب في الانغماس بـ «خطيئة» ودي موقف عاطفي قاسٍ، وغالباً ما يتم استغلاله من قبل بعض الغوغائيين المتدينين الذين يستخدمونه كورقة للضغط والسيطرة، ويتصرف تجار «الخطيئة والخلاص» الذين تتناهم هواجس العقاب بدافع من شعورهم الذاتي بالذنب أو بدافع إلقاء التهمة على الآخرين.

الثقافات الفرعية التي يظهر فيها شذوذ جلد الذات غالباً ما تظهر فيها أشكال مرضية مستوطنة أخرى من القسوة مثل شعائر القتل الجماعي للحيوانات، ويثير الشعور بالذنب الغضب الذي يتم التعبير عنه بالقتل في أغلب الحالات، وعقوبة الإعدام هي مثال عن كيفية إرضاء القتل للعامة الغاضبين الذين يعانون من الشعور بالذنب، رغم أن هذه العقوبة لم تثبت مطلقاً أية قيمة رادعة أو تصحيحية، ولكنها بدلاً من ذلك ترضي الحاجة العاطفية للانتقام «فقط».

هذا هو المستوى الخطير للشعور بالذنب وإدانة الذات بالسوء والشر والنظر إلى الله نظرة المعاقب وكذلك المنتقم، والشعور بالذنب هو شعورٌ مكتسبٌ بكل مكوناته النفسيّة الأساسيّة، حيث يساهم فيه كل من المجتمع والأهل والدين، بالإضافة إلى البرمجة السلبيّة التي تقدمها البرامج الاجتماعيّة. وبالتالي فقد يهيمن العار مع الحكم الذاتي عليه بأنه تافهٌ ولا قيمة له وغير محبذٍ ودودةٌ لا قيمة لها، مبعوضٌ من الله ولا يستحق النجاة أو المغفرة. وهذا المستوى هو مستوى الحكم على الذات بعدم الغفران وخارج نطاق الأمل أو الخلاص.

يأخذ الشعور بالذنب شكل التوبة وكرهية الذات والعقاب الذاتي النفسي والجسدي والانتحار والتنسك الذاتي وإدمان التكاثر الذاتي. وتصبح العبارة «يا رب انظر مدى معاناتي» محاولة بالغة الرقة للتأثير في الله.

إحدى الطرق التي تعالج فيها الأنا الشعور بالذنب هي الإسقاط، وذلك لأن الدوافع والعواطف ليست ملكاً لصاحبها وينظر إليها على أنها «خارجه» ولهذا السبب فإنها مقصدٌ لتبرير الكراهيّة ونزعة الانتقام. والمفارقة الروحية تتمثل بالتعاليم الدينية لـ «بغض الخطيئة» التي تعبر بكل بساطة عن الشيء الفعلي والمسامحة والانتباه إلى محدودية البشر والأفراد وجهلهم، وبأنهم حقاً لا يعرفون أو لا يفهمون ما الذي يفعلونه أو لا يدركون السبب الذي يدفعهم للقيام بذلك الفعل.

الجهل هو نتيجة ثانويّة تلقائيّة للآلية الذهنية الداخلية الموروثة للأنا، والتي تمت دراستها وتوضيحها من وجهة نظرٍ تطوريّةٍ في القسم الأول من كتاب «الحق بمواجهة الباطل». كما يمكن أيضاً تصحيح الشعور بالذنب بالتعرف على حقيقة

مقولة سقراط:

«جميع البشر يسعون إلى ما يرون أنه جيد»، ولكن لسوء الحظ بسبب القيود المفروضة على الإدراك لا يمكن تمييز الحق من الباطل، ولا الشكل الجيد حقاً من الأمور التي ينظر إليها على أنها مرغوب فيها (كالثروة والنجاح والتملك والسلطة، على الآخرين،

الخ).

والشعور بالذنب ينجم عن ذكريات الندم على أفعالٍ سابقة حين يتم تذكرها، ويمكن تجاوز هذه الأفعال فقط عن طريق إعادة سياقها، والأخطاء هي النتائج الطبيعية غير الشخصية للتعليم والتطوير ولذلك لا يمكن تجنبها.

مع زيادة التقدم نشأت مدارك التعليم التي تدعى «الذكاء» كنتيجةٍ للمحاولات والأخطاء والتي تعد عمليةً لا غنى عنها من الناحية العملية من أجل الديمومة. تتراكم بعد ذلك المحاولات والأخطاء على شكل بياناتٍ وذكريات، وتتكدس تماشياً مع تسلسل أوقات الاختبار التي تعمل على تصنيف الأحداث إلى «الحالي» و«التالي». الحالة الآنية «يكون» والحالة السابقة «كان»، وفي الحقيقة فإن الذي «كان» لن يكون مماًثلاً لما «يكون». الندم والشعور بالذنب ينتجان عن مساواة الحالة الآنية التي «تكون» مع الحالة السابقة التي «كانت»، ولكن فعلياً وعلى المدى البعيد فالحالتان ليستا الحالة ذاتها.

الشعور بالذنب يمكن أن يكون عاطفةً تثقيفيةً تنشأ كتحذيرٍ لعدم تكرار الخطأ ذاته. لا يمكن إعادة كتابة الماضي ولكن يمكن إعادة سياقه بحيث يكون مصدراً للتعلّم البناء، كما يمكن التخفيف من الندم على أحداثٍ أو قراراتٍ اتخذت في الماضي بملاحظة أنها كانت «تبدو أفكاراً بناءةً في ذلك الوقت».

نظراً لتخلف العقل البشري وعدم إحاطته بكلّ شيء فإن الشعور بالذنب والندم

ينشأ عن الجهل والمحدودية في تمثيل المراحل التطورية، وترجع أخطاء الماضي إلى المحدودية وترتبط بنقاط محددة في الخط الزمني للتطور، ليس على الصعيد الشخصي فحسب، بل وعلى جميع الأصعدة أيضاً، فما كان مقبولاً في الماضي لن يبقى في حالة القبول لفترة طويلة. ويرجع الجهل إلى المغالطة في التصور أو التفسير، ولهذا السبب مهما كان مضمون الندم فهو فعلياً يمثل العيب نفسه إلا أنه يظهر في مناسبات مختلفة. التعريف الكامل والحرفي لكلمة «الخطيئة» هو «الخطأ» الذي يتفاقم ويتعاضم بحسب المذاهب الدينية وتعقيداتها وتصنيفاتها، وتبعاً للدرجات المزعومة من الخطورة والملازمة.

من الناحية العملية هناك «خطيئة» واحدة متكررة، تنتج عن الخطأ أو الجهل أو التصور الخاطيء أو الغلط أو سوء التقدير، فهي تنتج عن محدودية الوعي الإنساني، ويعمل التصالح مع الذات والتواضع والقبول على تسهيل القبول بهذه المحدودية. وبشكل واقعي عادةً ما يكون من الأنسب «الاعتذار اللائق» كما صرح بيل ويلسون Bill W. المؤسس الشهير لتجمع مدمني الكحول المجهولين. الشعور الزائد بالذنب والندم هي أشكال مقنعة للانانية التي تصبح فيها الذات متفاخرة ومتكبرة وبطلاً للمأساة، أي السلبية التي تغذي الأنا. ولذلك يتطلب التحرر من الشعور بالذنب الخضوع لهذه الذات الأساسية لأن الأنا تعيد إنعاش ذاتها من خلال السلبية.

موقف أناني آخر «كان ينبغي عليّ أن أكون على علم أفضل» الذي يطلق دائماً الفرضية المضللة (جميع المواقف الظنية يتم تقييمها على أنها خاطئة). التخبط في الشعور الذنب يعمل على تغذية الأنا والإفراط في ذلك، ولذلك يجب أن تتوفر الرغبة للتخلي عنه.

في المصطلحات النفسية اصطلح على تسمية مصدر الشعور بالذنب وفق مصطلحات التحليل النفسي بالأنا الأعلى بحسب فرويد،

وهو يشكل الجزء من العقل الذي يتضمن المحاكمات العقلية المغروسة ووجهات النظر والمحتوى الذي يتم تعلمه. وقد يشكّل تعاضم الأنا الأعلى مصدراً لتزايد الشعور بالذنب أو الوسواس، أو يمكن إسقاطه على الآخرين الأمر الذي يعزز النزعة في الانتقام بأشكالها الحديثة كالتأثر من العدو «الشرير»، وتقديم المسوّغ بقتل الآخرين كونهم «يستحقون» الموت، والذي تدعمه من ناحية أخرى الدعاية التي يتم نشرها بشـكل تثقيفي وغسل الأدمغة بأسلوب ديني من قبل الشخصيات ذات النفوذ (كالإرهابيين المتطرفين دينياً). وتكون مسـتويات الوعي متدنية على نحوٍ خطير عن الأشـخاص الذين يقعون ضـحايـا لاجتماع الأخطاء

الشرطانية (كالغرور وتحريف الحقيقة) والأخطاء الجهنمية (كالوحشية والهمجية)، وعلى هذا الأساس فإن أسوأ الأهوال التي يرتكبها البشر غالباً ما يتم ارتكابها باسم الله (التضاد الشيطاني التقليدي القائم ما بين الخير والشر). من وجهة نظرٍ تطويرية تكشف عن حدود الأنا يمكن النظر إلى مرتكبي الجرائم الوحشية بحذاتهم ضحايا للمستويات البدائية للوعي.

من تحليل أصوله وديناميكيته يمكن أن نخلص إلى القول بأن الشعور بالذنب ما هو إلا شكلٌ آخر من أشكال الأنانية التي يتم فيها تضخيم الخطأ بدلا من التخلي عنه لسلطة أعلى. الرب ليس سادياً ولذلك فإن إهانة النفس أو معاقبتها وإذلالها لا يعود بالفائدة على الله ولا على أحدٍ من أتباعه من البشر.

الجانب «القوطي» Gothic للمسيحية التاريخية كان يميل إلى تمجيد قماش الخيش والرماد والمعاناة كتكفيرٍ عن الخطايا. وعند فهم الأنا وآليتها بشكلٍ أكبر، يمكننا أن نرى أن هذه الآلية تعمل على خدمة مصالح ذاتية بصورةٍ مهذبة، وقد تؤدي إلى التطرف في الزهد أو الاضطهاد (وكمثالٍ على ذلك محاكم التفتيش).

في علم النفس، تدعى إحدى عمليات التخفيف من الشعور بالذنب «التراجع عنه»، والتي يتوجب القيام بها بتقديم الأنا الأعلى العقابية (الضمير) إلى نظرة أكثر واقعية من الحياة والتعويض عن الخطأ حتى يصبح أكثر اعتدالاً وأخف حكماً وعقاباً.

في التطور المثالي لسن الطفولة لا تكون الشخصيات المغروسة للأهل (أو المطابقة لهم) كالمعلمين على سبيل المثال قاسية بل مساندة ومحبة، كما يمكن أيضاً أن يتم إسقاط الأنا الأعلى العقابية خارجياً كحالة سياسية عدوانية متطرفة تنتشر عن طريق «جوهر» البغض السياسي. وهناك تعبيرٌ آخر عن هذا الخطأ يتمثل في نموذج الجاني/الضحية السائد اجتماعياً الذي يمكن فرضه على أي حالة اجتماعية، وفي التحليل النفسي تدعى مثل هذه الممارسة بالإسقاط وذلك بغية الحفاظ على ضغط الصراع بدلاً من التنبه لها وتحمل مسؤوليتها.

في المصطلحات الفرويدية الكلاسيكية هناك فهمٌ للـ «أنا» ضمن سياقٍ مختلفٍ تماماً عما تعنيه ضمن المصطلحات الروحية. الأنا الفرويدية هي ذلك الجانب من العقل الذي يتوجب عليه التعامل مع الواقع الخارجي فضلاً عن التوازن وحسم الصراعات الداخلية بين الـ «هوية» (الغرائز البدائية) والضمير. وهكذا فإن الصحة النفسية تتوازن بوجود شخصيةٍ سليمةٍ وواقعيةٍ ومتوازنة.

عندما تتحسن الأنا الأعلى الخبيثة لتصبح حميدةً يكون لها صلاحية الحماية ودورها التعليمي. وبذلك لن يكون هناك حاجةٌ كي يتم إسقاطها على العالم الخارجي أو التحول ضد الذات.

## الشعور بالذنب والذاكرة

كما سبق وأوضحنا فإن التركيبة المزدوجة للأنا ينتج عنها الإدراك الخاطئ للواقع (البرنامج الخطي المحرر)، (على سبيل المثال،

النسبة المئوية للخطأ في شهادة شهود العيان المسجلة في المحاكم هي خمسين في المئة). الذاكرة والتذكّر ليسا من الواقع ولكنهما تصورات الشخص عن زمن ما (للمزيد من المعلومات راجع القسم الأول من كتاب الحقيقة في مواجهة الباطل)، وبالرغم من أنه من الممكن تذكّر الحقائق التاريخية بحرفيّتها بشكل صحيح فإن معانيها تكون غير مفهومة، لأنه إذا ما استمر الشعور بالذنب قائماً فعندئذٍ تكون الأحداث غير مفهومة في سياق الواقع الأكبر.

## التحوّل

بالرغم من أن التفسيرات النفسية/الاجتماعية مفيدة إلا أنها لا تقدم تفسيراً للتعافي الحقيقي الذي يحدث عندما يتم تجاوز مستويات الوعي الدنيا تلك. عن طريق المواءمة الروحية يتم إعادة الظروف السابقة الكامنة وراء الشعور بالذنب إلى السياق تحت تأثير الطاقة الروحية، وتنجم هذه العملية عن طريق تمرين الإرادة الروحية التي تعمل من خلال النية والتوسل والصلاة والتصريح على البدء بعملية ليست من الأنا ولكن من الذات Self غير الخطية، وقد تم شرح هذه العملية بشكلٍ موسّع في كتاب منهج في المعجزات (مستوى التقييم 600) *A Course in Miracles (cal.*

600)، والتجربة ذاتيةً خارقة وتحولية وتؤدي إلى الشعور بالسلام والشفاء. ما يسهل هذه الظاهرة هو المشاركة في جماعاتٍ روحيّة، حيث يجري تضخيم الطاقة الروحية الفردية عن طريق الهمّة، ودعم المجال الروحي (على سبيل المثال يصنف التقييم AA عند المستوى 540 وهو مستوى الحب غير المشروط).

وبشهادة عدة آلافٍ من الناس فإنه من الممكن استبدال التصورات السلبية والشعور بالذنب بالفهم الإيجابي والتحول في الفهم والذاكرة، وهذا هو أساس العبارة «أرى الأشياء بصورة مختلفة الآن» التي يشيع استخدامها في مجموعاتٍ

كهنده، وعن طريق هذا التحول يمكن أن نغفر لأشخاص كانوا مكروهين سابقاً، كما يمكن أن يصبح الخوف السابق سلاماً، وقد تستبدل الضغينة بالموّدة بسبب ضعف الإنسان. بالرغم من أن التحول يتم بدعوةٍ من الذات الشخصية، فإنه قد نجم من خلال استدعاء قوة الإرادة الروحية التي يصبح معها ما كان يبدو مستحيلاً ليس ممكناً فحسب وإنما يغدو واقعاً عملياً.

## فهم آليات الأنا للسيطرة

الوهم هو النتيجة التلقائية الثانوية للمواقف، وما يحدث في التحولات الخارقة هو أن الموقف يتبدد فاتحاً المجال لسياقاتٍ أكبر خارج حدود الزمان والمكان، والتي يتم بها استبدال المحتوى الخطي بغير الخطي (السياق). الدعامة الأساسية للاستمرار في السلبية هي جزاء سرية الأنا من السلبية «الجوهر»، وهذا الجزاء السري هو المصدر الوحيد لطاقة الأنا، لذلك فهي تعتبر المغفرة وكذلك الرحمة «عدوّاً». (في القوات المسلحة الشمولية، لا يسمح بتعابير الخير أو التعاطف أو الشفقة لأنها تعتبر علامات على الضعف وتكون محظورةً بشدة).

في العالم الروحي هناك قولٌ ماثورٌ هو: «لا يوجد استياءٌ مبرر»، وتمتق الأنا هذا التصريح لتقول: «آه نعم»، «ولكن ماذا عن كذا وكذا؟»، ثم تمضي بسرد قائمةٍ منوّعة من الأشياء، وسلسلةٍ من ابتهالات الرهبة، وانتهاكات «الحقوق»، والظلم، والحجج الظنية،

من «الأدبيات» و«الأخلاقيات»، الخ. التي يكون كل مستشارٍ أو راعٍ أو مهنيٍّ على درايةٍ بمثل هذه القراءات. وللتعافي من هذه الحالة يبرز أمام المرء سؤالٌ حول ما إذا كان يرغب في التمسك بها (وبالتالي أخذ «جوهرها») أو التخلي عنها، ونقطة القرار هذه هي التي لا يمكن بدونها أن يتم التعافي.

القرار الذي يتخذ عند هذا المنعطف له عواقبٌ فعليةٌ في فيزيولوجيا الدماغ وقدرته

حتى على فهم الحكمة من اختيار المغفرة بدلاً من الكراهية. (انظر الرسم البياني لوظائف الدماغ في الفصل 9).

للمساعدة في قبول هذه الخطوة الضرورية يمكن الاستعانة بمثالٍ قويٍّ ليكون مفيداً وداعماً، وربما يكون من الأمثلة الكبرى والأكثر دلالةً على ذلك تجربة قدامى المحاربين في الحرب العالمية الثانية، والتي كان فيها للمجموعات المقاتلة بالإضافة إلى المقاتلين كأفراد تجربةً مروعةً إلى حدٍّ كبير، فبعد انتهاء الحرب قامت الغالبية العظمى من المقاتلين الذين كانوا أعداء سابقين بسرعةٍ كبيرةٍ للغاية بمساحة بعضهم بعضاً، لدرجة أنهم قاموا بتأدية التحية بشكلٍ رسميٍّ لبعضهم البعض احتفاءً بنهاية الصراع،

كما تصافحوا مجددين الاحترام المتبادل فيما بينهم. في تلك الحرب قام الطيارون الكاميكاو بقصف إحدى سفنهم وقتلوا أحد رفاقهم في السلاح، وخلصوا العديد من الجرحى الذين أصبحوا معاقين، وعلى الجانب الآخر قام الأمريكيان بإلقاء القنابل الذرية التي قتلت الآلاف من المدنيين، وبعد أن تم وقف الأعمال العدائية، حصل ما هو غريبٌ وكأنه تم القبول فيما يشبه الغطاء بأن كل شيءٍ قد انتهى، وأن ذلك كله «كان فقط شأن الحرب»، وحتى أن المتحاربين سابقاً قد أصبحوا يرتبطون بصداقاتٍ شخصيةٍ وثيقةٍ ويتبادلون الزيارات العائلية فيما بينهم بشكلٍ دوريٍّ، ولا يزال من بقي منهم على قيد الحياة يُحيون ذكريات معاركهم العظيمة مع بعضهم البعض.

إن الامتناع عن المسامحة لا ينجم عن عدم الاستعداد للتخلي عن جوهر الأنا من الإحساس بالظلم فحسب، بل وينتج أيضاً عن توهم أن الآخرين لا «يستحقونها». في الواقع إن المستفيد من المسامحة بشكلٍ أكبر هو الذي يغفر ويسامح وليس المغفور له،

والغرض من هذا المثال هو إثبات أنه من الممكن تجاوز حتى أشد الظروف قسوةً، إذا ما توفر الفعل والاستعداد للتخلي عن احتضان الكراهية والانتقام.

قد يتساءل المرء كيف يمكن لمثل هذا التحول المقدس حتى أن يكون ممكناً، نظراً للظروف المرّوعة على كلا الجانبين، بما في ذلك السجن في معسكرات أسرى الحرب POW والتجويع والتعذيب الجسدي والقسوة الجسيمة والمذابح. في واقع الأمر ومن الناحية النفسية، حقاً لا يمكن أن يتم ذلك عن طريق الأنا/العقل على الإطلاق، لأنها تفتقر إلى القوة اللازمة عندما يتم إحكامها في مجال طاقة الكراهية الذي يقع عند المستوى 30 فقط. ولذلك فإن المصدر المتحول للسلطة لا يمكن أن ينشأ من العقل أو من الشخصية المسماة بالـ «الأنا» الشخصية. تكمن القوة اللازمة في النوعية غير الخطية للوعي التي تدعى بـ «الإرادة»، والتي يمكنها لوحدها أن تفتح بوابات القوة اللازمة لإلغاء موقف الأنا.

عند مناشدة الروح القدس فإنه يقوم بتحويل الفهم بحكم وجود قوة الشفاء للنعمة الإلهية، وما لا تستطيع الأنا أن ترفعه بكل ما أوتيت من قوة هو كالريشة أمام نعمة الله. ونتيجةً لعملية التحول لا يتم تحويل وجهات نظر الآخرين من المكروه إلى الحميد وحسب، ولكن يتم تحويل رؤية الذات أيضاً.

يكون للثقافات التي يعصف بها الشعور بالذنب عادةً وجهة نظرٍ سلبيةٍ عن الله على أنه الحاكم والحاقد والغاضب والمعاقب عن طريق الكوارث الطبيعية، والتي تأتي ضمن سياق عقوباتٍ من الله بسبب الشرّ. ويستند الحكم الشخصي على التصوّر الذي تعزّزه العقيدة والبرمجة المسبقة التي تتوافر جميعها عند التخلص من الطاقات السلبية للأنا. الأنا فقط «تحب» المعاناة من «الخطأ»،

وأن تكون الشهيد، وأن يُساء فهمها، والوقوع ضحيةً أبديةً لتقلّبات الحياة. وبذلك يتم التخلص بشكلٍ كبير ليس فقط من المواقف ذاتها، ولكن أيضاً من

التعاطف والشفقة على الذات والاستحقاقات والأهمية أو أن تتبوءاً «مركز الصدارة» التي تكون فيها الذات هي بطل أو بطلة الميلودراما. تختزن الأنا «الازدراء» والإهانات وحصانة «المشاعر المتأذية»، وتعمل على اختزان المظالم في هذه الميلودراما الداخلية من الظلم المتراكم. ولهذا الغاية فإن الأنا الجمعية تستنزف «الحقوق» التي يمكن استدعاؤها وتبريرها لأي موقفٍ أو أية وجهة نظرٍ متطرفة. المعركة من أجل «الحقوق» هي الاتجاه السائد في وسائل الإعلام والصراع الاجتماعي للجدل الذي يطلق عليه مصطلح «السياسة»، حيث يتم التضحية بالحقيقة طواعيةً لتحقيق المكاسب ومن أجل تضحيات الملايين.

الفحص الداخلي والصدق الذاتي يكشفان سر ابتهاج الأنا الذي يأتي من رعاية هذه التبريرات والاحتجاجات. ويكون وهم الأنا هو أن هذه العملية هو رعاية الذات، بينما هو في الواقع ذو أثرٍ معاكسٍ تماماً.

للتحرر من هذه الحلقة المفرغة من المفيد النظر إلى مجمل المعاناة الإنسانية وإعادة وضع الأحداث من مستوى التعاطف ضمن سياقها. كما أشار بوذا إلى أن كونك إنساناً فذلك يستتبع تلقائياً المعاناة، وهذا ما جعل الإنسان يتعلم السعي للتنوير من أجل الحيلولة دون تلك المعاناة القدرية الحتمية. عندما يترك المرء بإرادته مرتكب الجريمة «حراً طليقاً» بالعفو عنه، فليس ذلك الشخص هو الذي نجح من القبضة بل المرء نفسه، كما قال بوذا أيضاً بأنه ليس هناك من ضرورة للعقاب أو حتى الانتقام من الآخرين لأنهم سوف يوقعون أنفسهم بأيديهم.

غالباً ما يعبر الجمهور عن قلقه من أن يفلت أحد المذنبين من العقاب، ويدرك أي شخصٍ مطلعٍ على واقع الوعي والحقيقة الروحية أنه ليس هناك شيءٌ ممكنٌ من هذا القبيل، فالجميع مسؤولٌ أمام الكون ويخضع للعدالة الإلهية عن طريق الديناميكية الكبيرة للكون نفسه. وكل روحٍ هي كسدادةٍ من الفلين تطفو في البحر على مستوى الطفو الخاص بها، وذلك لا يتعلق بعملٍ تعسفيٍّ ما من قبل

البحر. لا يوجد يدٌ على الفلاح سوى يده بمفردها، وهي الحرية الكاملة الممنوحة للحياة من الله. لا يقع رجلٌ إلا من يده.

وحتى الحادث «العَرَضي» المفترض هو مجرد إحساس. لا توجد أي حوادث في الكون، ولا حتى مجرد احتمال. ما يعنيه ذلك بحق هو أنها لا يمكن التنبؤ بها أو أنها غير مفهومة بالنسبة إلى الأنا الخطية وتقييدها بنموذج نيوتن بين السبب والتأثير (مستوى التقييم 450).

جاء في عناوين الصحف قبل عشرين عامٍ مثالٌ عما ذكرنا بأن طائرةً كانت تحلّق على ارتفاع عالٍ عندما طار جزءٌ من جسم الطائرة وتأذى شخصٌ واحدٌ فقط من أصل مئاتٍ من الركاب الذين كانوا على متنها. يتجمّع الناس ضمن مجموعاتٍ لأنهم يقعون ضمن مجال الجذب ذاته. فالأسماك في قاع البحر تسبح ضمن مجموعاتٍ وكذلك الطيور تطير في أسراب، وكلٌّ في محيطه ليس نتيجةً لتوافقه مع الآخرين ولكن لأنهم جميعاً متناغمون تماماً ضمن مجال الجذب ذاته. كل واحدٍ بمفرده يتبع قوةً مغناطيسية تشبه الحقل الذي يخضع بدوره للمجال الجذاب الأعلى الذي يليه، وهكذا وصولاً إلى المستوى الإلهي. (الفقرة السابقة تقع عند المستوى 995).

### سياسة الأنا/الكراهية

التركيبية الازدواجية - للأنا - تقدم نفسها بموقع يميل لرؤية الأشياء وفق مصطلح الجاني/الضحية (مؤيدي النظرية النسبية الكلاسيكيون لخطأ كارل ماركس)، وبحكم وجود المواقف التعسفية تنقسم الأحداث إلى أضعاف، وما يترتب على ذلك من اللوم الذي يحدث قد يكون موجهاً داخلياً كالشعور بالذنب، أو يتم إسقاطه خارجياً مثل الكراهية وجنون العظمة، وهكذا تكون الأنا حكماً وبشكلٍ عفويٍّ الضحية الخاصة بهذا اللوم، فعندما تكره ينتابها شعورٌ غير واعٍ

بالذنب لمخالفتها للحقيقة وقد تقمع الشعور بالذنب المتراكم مما يضيف المزيد من الطاقة للكراهية التي تم تسليطها، وسيؤدي ذلك أيضاً إلى مستوى الخوف كما سنناقش في فصلٍ لاحق، لأن ما تقوم الأنا بإسقاطه تتوقع عودته في اللاوعي. بصرف النظر عن ذرائعها لا تستطيع الأنا أن تفلت من العواقب سواءً كانت تحوّل الهجوم داخلياً أو خارجياً. المغالطة الموروثة لحالة الأنا هي أن من يشعر بالذنب أو بالكراهية بشكل فعليّ ليس الشخص الحقيقي بل هي الأنا بعينها وحسب. والذات Self الحقيقية لا تتأثر لأن الحقيقة محصّنة ضد الزيف. وهكذا فإن لعبة الكراهية/الشعور بالذنب بشكل عملي هي سياسات داخلية تسعى فيها أصوات مختلفة للسيطرة وكسب ولاء أحد الأشخاص.

الأنا حسودة فهي تحسد كل ما يدها حدسها على أنه يفوق محدوديتها وعلى هذا الأساس فهي تكره بسهولة وتشجب ما لا تستطيع فهمه، ويكون لها مصلحةٌ أساسيةٌ في صنع الخطأ أو تشويه سمعة ما لا يمكنها فهمه واستيعابه. وهكذا فإن الأشخاص الشكوكين يكرهون بشكلٍ مهذبٍ الحقيقة الروحية أو الوعي العالي وقيمها (الحب والحقيقة والألوهية والجمال). ويتم التعبير عن الكراهية للقاء أو علم الجمال بالفحش والابتذال الرخيص، فضلاً عن التدنيس (كتخريب) تمثال العذراء المنتحبة «بيتا» (Pieta)

وتدنيس الأنوثة والنيل من سعة المعرفة وتشويه سمعة الاستقامة، وما إلى ذلك). تكاد أغلب الانتقادات المزعومة (المتخفية تحت عنوان «حرية التعبير») تكون مكشوفةً، وتترافق كراهية الحسد بالتريرات المسوّغة للتخفيف من الشعور بالذنب. الكراهية الأيديولوجية توقد النقاشات العامة حول جميع المواضيع أو القضايا الحالية في المجتمع، والتي تستمد منها الأنا ما تعتبره مكاسب في شكلٍ من الاهتمام. غالباً ما تأخذ الكراهية شكل إسقاط الشعور بالذنب عن طريق اللوم.

وبشكل مماثل فإن لسياسات الأنا نظيراتها في المجتمع المنشغل كثيراً باللوم، وبينما يلعب الأفراد دوراً جزئياً في ذلك فإن الأحداث المؤسفة غالباً ما تمثل الفشل في العملية الاجتماعية التحتية بحد ذاتها نتيجةً لسياساتٍ مغلوطَةً بالفطرة. وفي الوقت الذي تكون فيه معاقبة الجناة المذنبين مرضيةً للجمهور فإنها عادةً ما تخدع المجتمع، نظراً لأن القرار يتخذ من خلال التدقيق في العملية التحتية بحد ذاتها.

يمكن التغلب على الشعور بالذنب الذي ينشأ عن شيءٍ من سوء الحكم في الماضي عن طريق التعويض والاعتراف وإعادة التكريس الأخلاقي، فضلاً عن التعويض بالأعمال الصالحة (عملية «التراجع»)، ويساعد التواضع على استعادة الانتعاش مع الاعتراف بأن جزءاً من الشعور بالذنب نابغٌ من الفخر، وعلى سبيل المثال «ينبغي ألا أرتكب ذلك الخطأ».

هناك خطأ في كلمة «ينبغي» يمثل الفرضية، والفرضية ليست حقيقيةً أبداً بل هي في الواقع فكرة مجردة مثالية وبالتالي فالافتراضية تمثل الخيال.

يمثل التاريخ الشخصي السابق أفضل ما كان بإمكان الشخص القيام به بشكلٍ فعليٍّ في ظلّ ظروفٍ معينة تتضمن تصوّرات الشخص وحالاته الفكرية والعاطفية في ذلك الحين، ويمكن للأخطاء أن تترك أثراً إيجابياً لأنها تفيد في الحفاظ على التواضع الحقيقي، والأنا هي البوصلة التالفة التي غالباً ما تعطينا دلالاتٍ خاطئة عن الاتجاهات، وعندما يأخذ المرء بالحسبان درجة حدودها فسيكون مثيراً للدهشة بأن أيّ فردٍ يعيش حياةً طويلةً ليرتكب الأخطاء فقط.

دراسة تاريخ الحضارة يكشف سريعاً بأن الغالبية العظمى من البشر وليس بعض الأفراد قد سقطوا وماتوا كنتيجةٍ مباشرةٍ لعدم قدرة العقل البشري على التمييز ما بين الحق والباطل. وقد لقي الملايين من البشر وكذلك بلدانٌ بأكملها إضافةً لأجيالٍ من السكان الهلاك مراراً وتكراراً بسبب المعتقدات الخاطئة والأوهام

والتضليل والفشل في اختيار القادة غير المخلصين. وهذا ما جعل الكتاب الشهير لـ «ماكي» Mackey «الأوهام الشعبية الاستثنائية وجنون الحشود»  
Extraordinary Popular Delusions and the

(Madness of Crowds) لا يزال يطبع منذ  
عام 1841.

نظراً لتطوّر كلٍّ من الوعي الفردي والجماعي فإنه يبدو أن مقارنة الماضي بالحاضر على سبيل المثال قد تبدو وخيمةً، ويمكن تعلّم الدروس فقط من الخبرة التي يتم اكتسابها مع استمرار الزمن، وهكذا فإن هناك دائماً ما هو أكثر من المعرفة النظرية. في الواقع لا يمكن للإنسان أن يعرف في سن الخامسة والعشرين المعلومات التي تتراكم عنده في عمر الخمسين، ويعتقد كل شخص بأنه «لو كان يعرف ذلك الأمر فقط لقام بأدائه على نحوٍ مختلف». وهكذا بالتواضع يمكن ملاحظة أن لكل لحظة قيودها، فما كنا عليه بالأمس ليس ما هو نحن فيه الآن. والأخطاء هي مسألة جوهريّة في عملية التعلم والتي تعد ذاتها قدر حياة الإنسان، ونظراً لمحدودية إدراك الإنسان فهو يعوّض عن ذلك بالفرضيات البديلة (على أساس عقلائيّ)، ولذلك بشكل عملي تستند الخيارات والقرارات على ما يبدو بأنه الخيار الأفضل كما صرّح سقراط في مقولته.

الشعور بالذنب الروحي يأتي نتيجةً للفضيلة والأخلاق والنظم العقائدية الدينية، والتي بالرغم من أنها تسهم في الشعور بالذنب،

فهي تتضمن أيضاً عمليات تقديس القِدَم من أجل التخفيف من الشعور بالذنب والرجوع عنه كالاقرار والغرغان والتكفير عن الذنب والتجديد وتكريس الولاء للمبادئ الروحية، فضلاً عن أعمال الخير والتفاني في الخدمات والجهود المحبة للخير العام.

ويمكن توظيف الشعور بالذنب ضمن سياق جيدٍ كمحفزٍ على التغيير نحو الأفضل. الشعور العقلاني بالذنب هو أيضاً دليلٌ على أن للمرء ضميرٌ وبالتالي فهو قابلٌ للتصحيح. والمختلون عقلياً يفتقرون إلى مثل هذه الملكات، ولذلك يعضون كالعميان ويقعون في الأخطاء نفسها مراراً وتكراراً، وبالتالي ينحدرون شيئاً فشيئاً نحو مستويات أدنى. وبالتالي يمكن للشخص الموجه روحياً أن يشعر بالامتنان والشكر لامتلاكه معايير للعيش يمكنه الرجوع إليها كأدلة داخلية واقعية للسلوك.

### «المثل الأعلى له الأنا»

هناك تركيبٌ آخر للأنا النفسية قام فرويد بتسميتها «الأنا القدوة» (على نقيض الـ هو التي تمثل الغرائز الحيوانية المكبوتة والأنا العليا أو الضمير)، وتتركب هذه الآلية الأخلاقية من المعايير والأهداف والهوية المثالية المحترمة والمأمولة والمرغوب فيها، وهي ما يخطط له المرء ويأمل بتحقيقه، والشخصيات المثالية تصبغ مغروسة كنماذج وبذلك تؤدي بشكل إيجابي الطموحات والتخطيط للحياة.

تحقيق هذه المثل يجلب زيادة الثقة بالنفس والارتياح، ولكن من جانب آخر فإن عدم الارتقاء إلى مستوى التوقعات يمكن أن يؤدي أيضاً إلى الشعور بالذنب. وبالتالي فإنه يجب النظر في التوقعات الذاتية غير الواقعية بشكلٍ دوريٍّ بحيث لا تصبح قمعيةً.

إن وضع هدفٍ في الذهن يعدّ أمراً ملهماً ومفيداً بالفعل نظراً لما له من إنجازات، لأن ما يوضع في العقل يتجه إلى التحقيق. ومع ذلك، فإنه من الخطأ مهاجمة الذات بالشعور بالذنب لعدم تحقيق المثالية، وعند التثبت كثيراً ما يتم اكتشاف أن ما تم تحقيقه لم يكن هو حقاً الهدف المنشود، بل ما ترافق معه من ارتياح.

كل لحظة تتضمن خياراتٍ وقيوداً معاً في نفس الوقت وهذا ما يجمع مجمل النتائج لعوامل الكارما التي يعبر عنها إجمالاً بحصيلة ظروف حياة الشخص الموروثة ومواقفها. الأنا/الذات مسألةٌ خطية، وبالتالي فهي تخضع لقيود وعراقيل، والإقرار بهذه المعضلة الإنسانية يمكن أن يؤدي إلى اختيار الأهداف الروحية بدلاً من الأهداف المادية. «لا يمكنك أن تأخذ شاحنة تحمل كل أمتعتك إلى الجنة»، ومن المفيد أن نتذكر القول المأثور «خزّن كنوزاً في الجنة أكثر مما تخزنه على الأرض». على المدى البعيد إن مجرد كونك لطيفاً مع الآخرين، ستكون له عواقبه التي ستجعل الحياة كلها ذات آثارٍ إيجابية بصورة أفضل بكثير من النجاح الدنيوي الذي يعتبر آنيّاً ويزول في نهاية المطاف، ومن المفيد إعادة تقييم الأهداف والتساؤل عما إذا كانت مهمةً حقاً أو أنها مجرد نتيجة للأنانية، والنجاح في أي مشروع هو ببساطة نتيجة تلقائية لكون المرء في أفضل ما يمكن أن يكون عليه كأسلوب حياة، دون النظر لتحقيق مكاسب.

تعتبر الصلاة وإعادة تكريس القيم الروحية مفيدةً للغاية للتعافي من الشعور بالذنب، نظراً للإدراك الحسي بأن الحالة الإنسانية صعبةٌ في أحسن الأحوال بالنسبة للجميع بصرف النظر عن المظاهر.

مشاكل العمل من خلال الشعور بالذنب أو العيوب الأخلاقية

الشعور بالذنب هو من وظائف الأنا العليا العادية أو الضمير، وهو آلية لضبط النفس في مواجهة الغرائز الحيوانية والدوافع التي وصفها فرويد بالـ «هو»، والتي تتكون من الغرائز البدائية المكبوتة للغاية، بما في ذلك دوافع القاتل.

في حين أن الشعور الزائد بالذنب يستوجب اتخاذ إجراءاتٍ لتصحيحه، فإن غيابه من جانبٍ آخر يعتبر أكثر خطورةً، وعلى العموم فإنه نتيجة لحالة مرضية خلقية تؤدي إلى أشكال مختلفة من الإجرام والأمراض النفسية، كما تظهر سجلات

السّاقحين والشخصيات التي تعاني من مشاكل نفسية، أو في السياسة مثل  
الترجسية المسيحية الخبيثة.

لدى الناس العاديين هناك آلياتٌ عاديةٌ للشعور بالذنب الذي يعمل كمانعٍ  
للأنانية والقسوة أو النزوات الوحشيّة. تتضمن الجوانب المفيدة للشعور بالذنب  
الندم والكبت والنقد الإصلاحي للذات والتي تكون جميع مكوناتها ذات مسؤوليةٍ  
أخلاقيةٍ وأدبيّة، وتعمل جوانب الضمير هذه على موازنة الدرجة القصوى من  
الأنانية التي تبديها الشخصيات المريضة نفسياً/المجرمين، ومع انعدام الضوابط يطلق  
العنان للقيود الاعتيادية والنزوات البدائية للكراهية في المجتمع ويصبح هناك القتل  
والمغتصبين ومرتكبي جرائم القتل المتسلسل والقتل الجماعي. جميع هذه الحالات  
تقع عند مستويات الوعي المقاربة للمستوى 30 أو حتى ما دون ذلك. ونظراً  
لغرابة السلوكيات المصرح عنها تتم الإشارة إلى أشخاصٍ كهؤلاء بشكلٍ تقليديّ  
على أنّهم «ممسوسون» (ونعني بذلك المس الشيطاني)، ولذلك فهم تحت سيطرةٍ  
مستوياتٍ من الوعي تم نعتها بالـ «النجمية المنخفضة».

غالباً ما يمكن تشخيص هذه الاضطرابات بشكلٍ مبكرٍ في سن الثالثة من خلال  
خاصية عدم القدرة على تأخير إشباع الرغبة أو التعلم من التجارب أو توقّع  
العواقب. ولذلك فقد تم البرهان على أنه ليس هناك من أملٍ في علاج هذه  
الاضطرابات، وبأن مسارها السريري هو أحد أشكال النكوص والإجرام المزمّن  
كأسلوب حياة. وإذا ما ترافق الاضطراب أيضاً بقدرٍ كافٍ من الفطنة فقد يأخذ  
شكل الاحتيال أو حتى التشويّهات المرضيّة للذّين التي يمكن استخدامها بعدئذٍ  
كتمويهٍ للضراوة، ويبرز هذا في الطقوس الغريبة أو التشوهات الشاذة للديانات  
التقليدية، والتي تصبح طقوساً بحكم طبيعتها وقد تؤدي حتى إلى الانتحار الفردي  
والجماعي أيضاً أو قتل الأبرياء باسم الرب.

ويظهر متغير آخر في انفصام الشخصية المتحيّز يتم من خلاله إظهار الجانب

الطبيعيّ للمجتمع، بينما يعمل الجانب المفترس الخفيّ في اتجاهٍ آخر كعميلٍ مزدوجٍ أو وكيلٍ للتجسس أو مخبرٍ للخونة. وينظر إلى الاضطراب بتعبيرٍ سياسيةٍ أيضاً كجنون العظمة النرجسي المسيحي، الذي يعمد إلى قتل أعدادٍ كبيرةٍ من أبناء بلده عندما يهدد وجوده خطرٌ شديد (مثل نيرو، هتلر، صدام حسين، ستالين، وآخرون).

## توازن الشعور بالذنب

كما تبين لنا مما سبق بأن غياب الشعور بالذنب هو حالةٌ أكثر حدةً من حالة الشعور المفرط بالذنب المناقضة، فغيابه يؤدي إلى شكلٍ من أشكال الاضطراب العقلي الذي كان يطلق عليه «البلاهة الأخلاقية» قبل قرنٍ من الزمان. في المقابل يترافق الضمير المتضخم مع اضطراب الوسواس أو الوسواس القهري، حيث يعيش الشخص في خوفٍ من الشعور بالذنب حتى من الأمور الثانوية التافهة مثل مجرد ارتكاب خطأ عادي.

في التطور الروحي يتم إعادة الشعور بالذنب إلى سياقٍ يؤدي إلى الاستفادة منه، ويتطلب ذلك إعادة وضعه في إطارٍ من الحيطة واعتباره ضماناً ضد هيمنة النزوات المدمرة. وذلك ما يتم تمثيله فيما بعد كحكمة النضج وهو التوازن الأخلاقي المتمركز على الذات. وهكذا فإن تجاوز الشعور بالذنب عندما تتم إعادته إلى السياق الصحيح وجعله متناغماً ومتوازناً مع المسؤولية وفقاً لما يملئ به الضمير والأخلاق المنضوية عليه، ويمكن عندها قبول الشعور بالذنب عندما يتم إعادة وضعه في سياق الحماية والإجراءات الوقائية وكأليةٍ للتعليم.

الشعور بالذنب أمرٌ بغيبض لأنه يترافق مع فقدان الحب وشجب الشخصيات التي تحمل السمة الأبوية، تماشياً مع فقدان احترام الذات، وغالباً ما يستخدم كأداةٍ

للسيطرة على الآخرين «المتاجرون بالشعور بالذنب». وهو دلالة رمزية أيضاً على الرفض والخزي وفقدان المكانة. من الناحية الدينية يرتبط الشعور بالذنب بشكل وثيق مع الخطيئة والخوف من الله الذي ألقى آدم وحواء من جنة عدن، والذي يعرف بالحدث الذي يحدّد بداية الأصول التاريخية للكارما من مجرد كونه إنساناً، وهذا ما يجعله عرضةً للوقوع في الخطأ وتحدي الإرادة الإلهية. وعند الامتحان يبدو الخطأ شكلاً من الفضول الطفولي غير المنضبط، ولذلك نجحت الحية بإغواء الفضول الداخلي للطفل الساذج والبسيط.

يمكن تفسير الشعور بالذنب واستخدامه بصورة ناعمة تتجلى في فني احترام المعايير والحدود، وبذلك يرتقي الشعور بالذنب والخوف وينضج ليأخذ شكل الحيلة والحكمة، مما يؤدي إلى احترام المبادئ الأخلاقية والحدود التي تحل محل الشعور بالذنب وتبرز كصفات شخصية تدعم البقاء والنجاح والسعادة.

الأنا أيضاً تكره أولئك الذين يجعلونها تشعر بالذنب، الأمر الذي يسهم في الكراهية غير الناضجة لكل سلطةٍ يساء فهمها على أنها تعسفية واستبدادية وقمعية بدلاً من كونها تمثل الحماية الرقيقة. وبما أنه ينظر للشعور بالذنب على أنه شعور مؤلم، فهناك آلية أخرى لتجنبه عن طريق الإنكار وإلقاء المسؤولية على الآخرين عبر اللوم، مما يؤدي إلى التقليل من آلام الضمير بالإضافة إلى تبرير الكراهية التي من الممكن أن تكون قد استخدمت لمهاجمة الذات. ولذلك يحرص المجتمع على إلقاء التهم وتوجيه اللوم،

ويبحث على الدوام عن المتهمين الذي يشعرون بالذنب والذين يمكن إلقاء اللوم والكراهية عليهم ببراءة (على سبيل المثال، في مفارقة «كره الخطيئة»).

## الشعور اللاواعي بالذنب

يتسبب الانحراف عن الحق والصدق عند الأشخاص العاديين في تراكم الشعور

بالذنب الذي يتم كبحه عندئذٍ بسبب طبيعته البغيضة والمؤلمة، وهكذا مع مرور الوقت يتراكم مخزونٌ كبيرٌ من الشعور بالذنب الذي لا يلقي له انتباهاً أو إدراكاً ما لم يتم اكتشافه من خلال المراجعة الجريئة بشكلٍ دوريٍّ، وهذه حالةٌ شائعةٌ كثيراً تسهم في الشقاق الاجتماعي والخلافات، وغالباً ما يتم الاعتذار عن الهفوات الأخلاقية/الأدبية بتقديم المبررات، ولكن العقل اللاواعي لا يمكن تضليله بالخداع ويعرف بالفطرة متى يتم الكذب عليه من قبل الذات أو من قبل الآخرين.

هناك مصدرٌ اجتماعيٌّ عام ينشأ عن الميل السائد للتسييس المقنّع لجميع جوانب المجتمع الذي يتطلب بعدئذٍ مبررات العقلنة، مما يؤدي إلى تشويه الأدلة التي من شأنها أن تضعف الموقف، ومثالٌ على ذلك النقاشات ضد أيّة إشارةٍ إلى الدين أو الألوهية بشكلٍ عام، والنقاشات «ضد» الاستشهاد بدستورية «عدم سن أي قانون يحترم تأسيس دين»، ولكن بعد ذلك تعمد عدم إنهاء الجملة التي يتم الاستشهاد بها والتي تتابع القول «أو يحظر حرية ممارسته». والقانون الأساسي هو الألوهية ولكن ليس التوحيد، هناك فرقٌ كبير.

إن تقديم أنصاف الحقائق من أجل الفوز بمنصبٍ ما هو أمرٌ مشروعٌ يقمع الشعور بالذنب، والأمثلة كثيرةٌ فيما يخصّ معارضة البرامج الاجتماعية التي تواجه الفشل الواضح في التصريح على أنّها ذات أساسٍ طوعيٍّ بحت، أو دعم حقوق مرتكبي الجرائم التي تتجاهل حقوق الضحايا. يبرز تراكم الشعور بالذنب اجتماعياً على شكل اتهاماتٍ موجهةٍ بشكلٍ علنيٍّ أو تشويهٍ للسمعة التي تتطلب المزيد من التبرير المعززٍ بمزيدٍ من التحريفات الطفيفة الأخرى وإتقان البلاغة.

يتم تصحيح الشعور بالذنب والكرهية بقبول القيود المفروضة على الأنا/العقل بهيكلها الملازم لها والعيوب العمليّاتية، وبدلاً من الكراهية يصبح من المخزن رؤية الناس يدمرون حياتهم الخاصة بالإضافة إلى تدميرهم لحياة الآخرين، ومن الواضح تماماً أيضاً عدم وجود أية فائدة من كراهيتهم. والقدرة على الصّبح تنشأ من

قبول القيود الملازمة لحالة الإنسان ذاته وذلك بتواضع صادقٍ،

والذي يعد في نهاية الأمر مجرد منحٍ للتعلم من تطور وعيه. في السنوات العشرين الماضية تجاوز مستوى الوعي العام للبشرية مستوى الحقيقة 200، ولا يزال ثمانية وسبعون بالمئة من سكان العالم يندرجون عند مستوى أقل من المستوى 200 (تسعة وأربعون بالمئة منهم في أمريكا).

### الشعور بالذنب وعملية التطور الروحي

غالباً ما يسأل الأشخاص ذوي الطموح الروحي عن الموضوع الذي سيبدؤون منه العمل الداخلي وكيف سيكملون مسيرتهم. ولأولئك نقول أولاً: هنالك عادة فترة لاكتساب المعرفة الروحية من خلال الدراسة، عن طريق زيارة المجموعات الروحية، أو حضور المحاضرات والاجتماعات، أو العزلة، ومن ثم يبدأ التركيز على الرحلة الداخلية للاستكشاف الذاتي التي يشترط لنجاحها أن يكون هناك بعض التوجهات العامة، بدلاً من الشروع في نوبات متقطعة والبدء في كل ما يتسبب غالباً بالإحباط أو التخلي عن المشروع برمته.

الأهم من ذلك هو أنه قبل القيام بمجرد أخلاقي داخلي من الضروري الاطلاع على الضمير الشخصي للمرء وكيفية عمله. الذي من المهم أن يصبح حميداً ويستخدم بشكل بناء، لأنه إذا لم يتم إعادة وضعه ضمن سياقه فسيؤول به الأمر إلى الانتهاء بلوم النفس أو بزيادة الشعور بالذنب والعار أو في فقدان الثقة بالنفس. ويجب أن يبدو بوضوح أن جميع العيوب الجوهرية في بنية الأنا نفسها، والتي تعد ساذجة وغير قادرة على تمييز المظهر من الجوهر، وهي في الواقع غير قادرة على معرفة الحق من الباطل عن العالم أو عن الذات الشخصية.

من الأفضل التحدث إلى الضمير الداخلي وإلزامه بأن يصبح حليفاً ومعلماً مفيداً بدلاً من اقتراح الجرائم السادية الذاتية، ومن المهم ضمان كون الهدف تعليمياً

بشكلٍ حاسم. لا بد للمرء من اتخاذ قرارٍ بأن الضمير الناضج هو وسيلةٌ مفيدةٌ ودليلٌ نافعٌ مع ما يتوافق مع خيار الإرادة الخاصة بالمرء، ومن خلال ممارسة الإرادة يمكن حينئذٍ ذلك منع الضمير من أن يصبح متساهلاً مع الذات،

منغمساً في الشعور بذنبٍ آخر، متمرعاً في الشعور بالذنب، على نقيض الجاني الأناي.

من المفيد أن تدرك أن ارتداء قماش الخيش والرماد قد يكون شيئاً ميلودرامياً، ولكن ذلك لا طائل منه للعالم أو للسلامة الروحية وهو في الواقع غفرانٌ ذاتيٌ خبيث. يمكن استبدال الشعور بالذنب فقط بالندم اللائق على اعتباره قصوراً إنسانياً متوارثاً، وعلى النقيض من كون الكمال حالةً مثاليةً غير واقعيةً أيضاً. من الممكن التخفيف من الشعور بالذنب بقبول الحد الذي هو بدوره نتيجة إيجابية للتواضع، وبالتالي يمكن رفض الشعور بالذنب لمجرد كونه شكلاً آخر من أشكال الفجران الذاتي.

يتطلب الصدق مع الذات الشجاعة والتواضع والصبر والتعاطف مع الجوانب غير الناضجة للضمير، الذي هو في المحصلة نتاج مرحلة الطفولة، ولذلك يكون لديه ميلٌ نحو المغالاة، أو ربما للنبد عندما يقف أمام الاندفاع. والمهمة هي أن نعرف بصدق بالعيوب الداخلية أو الأخطاء الشخصية دون إثارة هجمات الشعور بالذنب لكراهية الذات والغضب أو الاستياء من الذات أو الآخرين.

الأنا/العقل هو مجموعة من السلوكيات المكتسبة بالتعلم، والهدف النهائي لذلك هو تجاوز برمجته ووظيفته بمقتضى قوة تألق الذات الإلهية Self التي تعيد وضع الحياة ضمن السياق الكريم. تتم مواجهة وجود الذات بالتعاطف مع جميع أشكال الحياة في كل تعابيرها، بما في ذلك تطورها باعتبارها الذات الشخصية للمرء. ونتيجةً لذلك يحلُّ الصفح محل الإدانة، والذي يعتبر علامة على أنها أصبحت

الآن آمنةً للتقدم في عمق المخزون الداخلي الخطير دون إجهادٍ لا مبرر له.

وتمثل العملية المذكورة أعلاه الحكمة الجمعيّة لمجمل مجموعات المساعدة الذاتية ذات الخطوات الاثنتا عشرة الناجحة جداً حالها حال غيرها أيضاً، كما تمثل أيضاً الفرضية الأساسية المتبعة في التحليل في العمق مثل التحليل النفسي، حيث القاعدة الأساسية هي الاقتراب دوماً من استكشاف الصراعات داخل النفس أولاً من جانب الأنا الأعلى، ومن المفيد أيضاً ألا ننسى بأن العالم يستفيد من الحكمة وليس من الكراهية واللوم أو الشعور بالذنب. أثناء رحلة اكتشاف الداخل يمر المرء عبر ذكريات وأحداث تستحق الندم وتؤدي ببساطة إلى اتخاذ قرار للقيام بالأفضل.

هناك وسيلةٌ أخرى مفيدةٌ جداً في العمل الروحي والعلاجي هي روح الدعابة لإزاحة التأثير السلبي لمسرح الدنيا من عبثٍ وتبعاته وسهامه الشنيعة. والدعابة تنتج عن النظر من خلال رؤية المفارقات.

على الرغم من أن المعلمين الكبار قد علّمونا بأن الجهل هو العلة الأساسية لدى الإنسان، فمن المفيد لنا أن ننظر بشكلٍ أكبر إلى محدودية البشر على أنها سذاجة، وهي قصورٌ في المقام الأول. عندما يتم الاستعداد بشكلٍ مناسب يمكن القيام بالعمل الداخلي والصدق الذاتي الدقيق بأمان دون الوقوع في العار أو اليأس أو القنوط أو إدانة الذات أو الاكتئاب أو فقدان الثقة بالنفس. كما يعلّق المحتال عندما يتم ضبطه بالجرم المشهود: «لا يوجد أحدٌ كامل، أليس كذلك؟».

بالرغم من أن أديان العالم لديها فترات رسمية للتوبة عن الذنب ومراجعة الذات، فإن ذلك يجعلها تميل إلى كونها مقسّمةً وينظر إليها أيضاً على أنها بائسة وغير محبذة. يؤدي العمل الروحي الناضج إلى مكافأة النمو والتعليم الذي يقود إلى مزيدٍ من السعادة والفرح، وتميل التوبة إلى أن تكون عرضيةً، أما النمو الروحي فهو

دائم.

## اللاهوت والشعور بالذنب

الجنس البشري نوعٌ متطورٌ تدريجياً عن أصولٍ بدائيةٍ وجاهلةٍ للواقع، انبثقت المعتقدات اللاهوتية للحضارات القديمة من أساطير خيال الجاهلين التي كانت تشتمل على رجحان السلبية بما يتوافق مع المستويات المنخفضة السائدة للوعي. الحكاية الرمزية «آدم وحواء» تقع عند المستوى 70، وفكرة أن الإنسان «مولودٌ من الخطيئة» تقع عند مستوى الحقيقة 30 فقط، وكان ينظر إلى الألوهية على أنها قمعيةٌ ومخيفةٌ.

وهناك وجهة نظرٍ بديلةٌ تبرز من أبحاث الوعي مفادها أن البشر ينشؤون بشكلٍ أساسي أبرياء ولكن جاهلين بما يوافق المستوى 200، وبالمقابل هناك وجهة نظرٍ عن الإنسان عبر عنها سقراط بأن كل الناس أبرياء في جوهرهم لأنهم يستطيعون اختيار أن يفعلوا ما يرون أنه جيد، إلا أنهم غير قادرين على التمييز بين الخير الحقيقي والأوهام الكاذبة للعالم. (تصريح سقراط يقع عند المستوى 700). تؤكد كلٌّ من الأبحاث المتعمقة بالإضافة إلى الخبرة السريرية والروحية والتاريخ والاستقصاء حقيقة سقراط تماماً.

نظراً لافتقار الإنسان للقدرة على تمييز الحق من الباطل، نشأ نظام الخير والشر، والذي كان واقعياً وذو قيمةٍ اجتماعيةٍ للأطفال ولشريحةٍ كبيرةٍ من البشر الذين يندرجون تحت المستوى 200. بما أن عدم التطور أو عدم النضج يفتقران إلى الإحساس بالمعايير الروحية أو الأدبية أو الأخلاقية، لذلك يتم توجيهها بوساطة «قواعد الخير والشر». في المستويات الأدنى من مستوى الوعي 200

ليس هناك أي اهتمامٍ بالآخرين، وبالتالي فإن مقولة «الخير والشر» تقوم مقام نقص الإدراك، وما يحث على عدم الاستقامة لن يتم حتى التفكير فيه كخيارٍ من

قبل الأشخاص الأكثر تطوراً (لقتل أناسٍ من أجل أموالهم، وما إلى ذلك على سبيل المثال). ترتبط الجريمة بشكلٍ مباشرٍ بمستوى الوعي الشخصي (فنزلاء السجن يندرجون عند معدّل 50). وبالتالي فإن الشعور بالذنب يعمل كوظيفةٍ للتقييم الجماعي حيث يكون مناسباً كعامل موازنةٍ اجتماعي للعمل خارج نطاق الغرائز البدائية.

هناك قيمةٌ مماثلةٌ للشعور بالذنب الجيد أو السيء عند الأطفال الذين ينقصهم الإحساس بالواقع (على سبيل المثال: من «السيء»

عصر صغار القطط المولودة حديثاً)، في هذه الحالة يكون للشعور بالذنب جانبه الإيجابي باعتباره موازنةً تشييط لعفوية الدوافع الغريزية البدائية لأننا غير المتطورة «الهمجية».

لدى الأشخاص الأكثر نضجاً يمكن للدوافع البدائية الغريزية أن تخترق الدفاعات بصورةٍ فجائيةٍ على شكل اندفاع يتم الندم عليه في وقتٍ لاحقٍ، أو يتم النظر إليها على أنها حماقةٌ ارتكبت وهي بالتالي تحذيرٌ مفيدٌ لتكون أكثر إدراكاً للاتجاه الذي يؤدي إلى الأخطاء في الحكم.

النضج هو عمليةٌ مستمرةٌ مدى الحياة كما يقول المثل القديم: «اشتعل الرأس شيباً». ولا مفرّ لنا من الندم والأسف على أخطاء

الماضي، والمساهمة في تطوير الإحساس بالذات والآخرين. التماس العذر للخطأ البشري هو مؤشر على الضمير الحي والأكثر واقعيةً.

### ازدواجية الشعور بالذنب والكراهية

نظراً لما لها من عواقب يمكن أن تكون واسعة النطاق على الذات وعلى الآخرين، فإن الشعور بالذنب والكراهية يتطلب اهتماماً جدياً سواءً كانا موجّهين داخلياً

أو تم إلقاؤهما على الآخرين. وفي المقابل، فإن مكافآت اختبار الدرجات المتزايدة للسعادة تكون مرضيةً ومعادلةً للجهد المبذول. يُعد التخلي عن الشعور بالذنب والكراهية ذا فائدةٍ كبيرةٍ على جميع مستويات الحياة وذلك باعتبار أن هذه المواقف للأنا مزعجةٌ للذات وللآخرين، وتنبع المقاومة من السرور السري الذي تستمده الأنا من السلبية.

ازدواجية الشعور بالذنب والكراهية

بفور	جاذبية
إصدار الحكم	تسليم الحكم إلى الله
معاينة النفس أو الآخرين	مسامحة النفس أو الآخرين
رفض الرحمة	تقبل الرحمة والصفقة
تبرير السلبيّة	استسلام السرور السري
مساغر المنشروع	تحمل المسؤولية
اختيار التصور	اختيار الجوهر
الصلابة، والنظرة الصيفة مرنة،	انظر كلا الحاسين
التكفير عن الذنب»	الانغماس الذاتي خدمة للآخرين
التمسك بالوضع	طلب المعجزات من الله
تبرير اللين	تحديد الخيارات
العمل	التجاوز
الاستماع بالدعاء	الاستماع بأن يكون كريماً مع ذاته ومع الآخرين
العمل ضد الذات والآخرين	العمل على مساعدة الذات والآخرين
اختيار السلبية	اختيار الإيجابية
يكون «محقاً»	يكون مخطئاً
فأفد الأمل، يلبد	مرن، ويسمو
داعم	متجاوز
متشبت في الماضي	يعيش الحاضر
خيبت، فاسي	لطيف، رحيم
بحيل	كريم
القاء المسؤولية	يختار أن يكون المبدع
حاقذ	رحيم
يكون صغيراً	يختار «الأكبر من ذلك»
الجنسيع	العطاء

## الفصل الثالث: اللامبالاة

(مستوى التقييم ٥٠)

يتميز مستوى اللامبالاة بالإهمال وعدم الاكتراث والفقر، كما يتصف باليأس والقنوط عند درجاتٍ أكثر حدةً، حيث يبدو العالم والمستقبل قاتميين، وتكون الشفقة هي السمة العامة للحياة. إنه حالةٌ من العجز وضحاياها معدمين في كلِّ شيء، ولا يفتقرون إلى الموارد فحسب للاستفادة من كل ما هو متاح بل وإلى الطاقة أيضاً، وإذا لم يتم توفير الطاقة الخارجية من قبل مقدمي الرعاية يمكن أن ينتهي بهم الأمر إلى الموت انتحاراً. عند عدم توفر الإرادة في الحياة يحدق اليأس دون اكتراثٍ مهملاً الاستجابة للمؤثرات، وتتوقف العيون عن تتبّع ما حولها، ويبقى هناك القليل من الطاقة التي بالكاد تكفي لابتلاع الطعام الذي يتم تقديمه.

يمثل هذا المستوى مستوى من لا مأوى لهم والمنبوذين من المجتمع، وهو كذلك مصير الكثير من كبار السن وغيرهم ممن أصبحوا في عزلةٍ بسبب الإدمان أو الأمراض المزمنة. واللامبالون عالّةٌ على الآخرين، فهم «ثقلاء» ويشعرون بأنهم عبءٌ على من حولهم.

وهم يمثلون التعبير الإنساني للتاماس *tamas* من (خصائص) الهندوسية الكلاسيكية *gunas* ثلاثية ال- تاماس (القصور الذاتي،

والمقاومة) وال- راجاس *rajas* (الطاقة العالية) وال- ساتفا *sattva* (السلام) والتي هي فطريةٌ بالنسبة للعالم.

غالباً ما يفتقر المجتمع للتحفيز الكافي كي يقدم أي شكلٍ من أشكال المساعدة الحقيقية للثقافات أو للأفراد عند هذا المستوى مع النظر إليها على أنها استنزافٌ للموارد، وهو مستوى شوارع كالكوستا التي لا يوجد فيها سوى القديسين، كالأم

تيريزا وأتباعها الذين تجرأوا على الاقتراب منها. هذا هو مستوى خذلان الأمل والقليل هم من يمتلكون الشجاعة للنظر حقاً في وجهه.

## سريرياً

اللامبالاة غير المكتشفة والتي تأخذ هيئة الكسل تدخل في صميم العديد من المشاكل الاجتماعية وكذلك الشخصية، وفشل الوكالات البيروقراطية/الحكومية في تقديم «الرعاية» وتحمل المسؤولية يمكن أن يؤدي أيضاً إلى نكباتٍ جماعية، والأمثلة عن الفشل في العمل أو الوظيفة كثيرة، كعدم الجاهزية المسبقة لقاعدة بيرل هاربور Pearl Harbor، و«المصدومين» في الحرب الكورية، والتحذيرات التي سبقت الحادي عشر من أيلول والهجمات الأخرى للقاعدة، وعدم القيام بعمل بعد تفجير المدمرة كول USS Cole وعدم استعداد الجيش للحرب العراقية، والاستجابة المتأخرة للإعصار كاترينا، وغيرها من الأمثلة.

تشير اللامبالاة إلى التوافر الشديد الانخفاض للطاقة والاهتمام، وقد تكون من الأمراض المزمنة التي تصيب ثقافاتٍ وأقاليم،

وتشمل المناطق الحضرية والفقيرة. ويمكن للتسيب وعدم الاكتراث أن يحمل ثقافياً معانٍ مهذبة، ومن المواقف السارية السؤال «ما الفائدة؟».

يعتبر الكسل واحداً من بين الخطايا السبع المميتة لأنه رفضٌ للحياة التي وهبنا الله إياها، وهو التسامح الذاتي دون الحب، وفي هذه الحالة لا يتم الاهتمام برفاهية الآخرين أو حتى الاهتمام المناسب بنوعية حياة المرء الخاصة، ويتم عندئذٍ إسقاط الموقف نفسه على الله الذي ينظر إليه على أنه رافضٌ وغير متوفرٍ وغير مكثرٍ. وتؤدي خسارة حياة المرء إلى تكوين مفهوم عن الله المحايد والعقابي وعدم الفائدة، وهذا ما يقود إلى اليأس والتشاؤم.

تشكل اللامبالاة في كثيرٍ من الأحيان أساساً للسلبية وإدانة الذات مما يؤدي إلى تدني احترام الذات وصورتها، ويعزز الشعور بالتفاهة المواقف الاجتماعية والسلوكيات السلبية التي تؤدي إلى الفقر وتدني نوعية الحياة. يقود اليأس إلى مزيدٍ من الانحدار الذي يستخدم بعد ذلك على اعتباره تسويغاً لحفظ ماء الوجه. وجوهر الأمر هو رفض المسؤولية والاستعاضة عنها بعقلية الضحية المزمّنة التي تسعى إلى تجنب القضايا الحقيقية من خلال إبراز المصدر المفترض للعالم الخارجي الذي يتم توجيه اللوم له عندئذٍ على أنه «السبب». ويتعزز انقسام ثنائية الضحية/الجاني بشكل أكبر عن طريق النظريات الاجتماعية النسبوية الحالية لـ «ما بعد الحداثة» التي تركز الوهم.

الأبوة والأمومة البائسة تؤثر نسبياً في ترسيخ أنماط سلوكيات الحياة البدائية التي فيها افتقارٌ للحب وللعوامل العادية لتحفيز السلوك، ويؤدي ذلك إلى عدم أهلية نظام المكافأة الداخلي وتدني احترام الذات، وإحباط تفاقم المشكلة. على الرغم من أن «الأنا المثالية» يمكن أن تتطور وقد تنال الشخصيات البطولية إعجابها، إلا أن القناعة الداخلية هي أنه لا يمكن الوصول إلى الحالة المثالية بسبب اليأس والشك. يتلقى الشخص العادي بعض التقدير لجهوده المبذولة في المحاولة حتى وإن بآءت بالفشل،

والشخص اليائس لا يرى جدوى حتى من محاولة العمل على مستوى أعلى.

مجال الطاقة الجاذب للامبالاة يلفت الانتباه إلى عباراتٍ أخرى في مجال الطاقة المنخفضة ذاته (المبدأ الشهير بالـ «النافذة المكسورة») والذي يؤدي إلى تخفيض الاكتئاب العام في الوسط الاجتماعي التي تعشش فيها الجريمة والفقر.

وتدل حالة اللامبالاة على الضعف الذي يؤدي إلى اللجوء إلى الأعداء لحفظ ماء الوجه، وقد يؤدي أيضاً إلى الوسواس والعجز المزمّن والشخصية الأنانية التي تكون

سلبيةً وغير فعّالةٍ وتطمح لإقامة العلاقات المشروطة. يمكن للراحة الناجمة عن تعاطي المخدرات أن توفر مهراً أيضاً من العقم الداخلي، وعندما تخف حدة النشوة المؤقتة الناجمة عن المخدرات، يصبح الرجوع عن الأثر السلبي أمراً لا يطاق، وبالتالي فإن الاعتماد على المخدرات ليس مجرد إدمان ولكنه أسلوب حياة أيضاً. قد تؤدي دوامة الهبوط الذاتية الدائمة إلى محاولاتٍ يائسةٍ للبقاء على قيد الحياة، بما في ذلك التشبث بعلاقاتٍ مؤذيةٍ جسدياً. ويتم إلقاء الإدانة الذاتية على الله وعلى المجتمع الذين يُلقى عليهم اللوم في هذه الحالة.

يتميز جوهر الاضطراب بعدم القدرة على تحمّل المسؤولية الشخصية أو رفض تحملها، مما يؤدي إلى الشعور بالذنب والعار،

وانخفاض الطاقة الذي قد ينتهي بهم إلى التشرّد والتبعية الاجتماعية. الافتقار إلى المهارات الحياتية يؤدي إلى الوقوع في اكتئابٍ حاد الذي قد يفضي إلى الانتحار.

### تجاوز اللامبالاة

من الممكن أن يمر معظم الناس في لحظاتٍ معينةٍ أو حتى خلال فتراتٍ من حياتهم بشيءٍ من اللامبالاة بصورةٍ مؤقتةٍ تترافق بفتراتٍ من «الهبوط» ومشاعر الإحباط، ويصبح نمط الحياة نفسه إنكار قيمة الحياة والألوهية كمصدرٍ لها.

السبيل الوحيد للخروج من هذا المأزق هو عن طريق الإرادة التي تملك وحدها السلطة المحتملة للتعويض عن نقص الطاقة داخل النفس. ويجب عدم الخلط بين الإرادة التي هي روحيةٌ بالطبيعة والأصل، وبين «قوة الإرادة» التي هي عقليةٌ ونفسيةٌ تماماً، وفي حالة اللامبالاة تكون الإرادة الشخصية ضعيفةً وغير فعّالة، ويمكن تجاوز ذلك فقط من خلال التوسل للإرادة الإلهية، التي تقع عند المستوى 850 ولديها القدرة على التجدد. على الرغم من أن الأنا/الذات تأخذ بصورةٍ رواٍ مصداقيتها من أجل البقاء، فإن مصدرها الحقيقي هو وجود الألوهية كالذات.

وبسبب الذات وحدها فقط يمكن له الأنا أن تبقى قادرة على الثبات بذاتها، فهي ليست سوى متلقٍ لطاقة الحياة وليست أصلاً لها كما يُعتقد.

من الممكن أن يؤدي التوسل للرب إلى الحصول على النتيجة المرجوة وقد لا يؤدي إلى ذلك، لأنه بالنسبة للذات الإلهية قد تكون الشدائد أو حتى الموت الجسدي هو السبيل الوحيد لهزيمة الأنا. بالنسبة للذات الإلهية قد يكون التخلي عن العالم الشخصي أو الجسم المادي هو شرط للتحويل من الروح. وهكذا، فإن هزيمة كيان الأنا/العقل/الجسم في هذا التناقض الظاهري، هي في الواقع تضحية مؤقتة لـ (تطور النفس) الدائم، وبالتالي كسب كارميّ.

في حين أن الإرادة الشخصية تقع عند مستوى التقييم ذاته للشخص (ضعيفة للغاية في حالة اللامبالاة، في ما يقرب من 30)، فإن الإرادة تقع عند مستوى قويّ جداً. وإليك الشروط التي توضح القوى الديناميكية التي تقف وراء حقيقة أن «مصيبة الإنسان هي فرصة الله».

يتم عرض الدعوة إلى الله على سبيل المثال بشكل جيد من خلال مجموعة الخطوات الاثنتا عشرة التي (تم اقتباس) خطواتها الأولية ومنها «نحن نعترف بأننا كنا عاجزين قبل حياتنا، وكان الله وحده هو الذي يمكنه أن يخلصنا من حماقتنا». وعند الإقرار بالعجز الشخصي والابتعاد عن الأنا، يكون قد تم اتخاذ القرار بتحويل حياة المرء إلى الله. ويتبع ذلك المخزون الأخلاقي الجريء

ثم طلب الهداية عبر الصلاة وإنشاء النمط اليومي للحياة الروحية (الخطوات الاثنتا عشرة والتقاليد الاثنا عشر، Twelve 1996

.(Steps and Twelve Traditions

وقد تم البرمان على أن العملية المذكورة أعلاه تحقق التعافي من سلسلة كاملة من المشاكل الإنسانية الشديدة الصعوبة والميؤوس منها، والتي يعاني

منها الملايين من الناس في جميع أنحاء العالم لعدّة عقود. وغالباً ما يتم وصف التحولات التي تحصل بالمعجزة نظراً لما لها من قوة. لقد انطلق هذا البرنامج البسيط بشكلٍ أساسيٍّ في أوكسفورد في إنجلترا، ثم تم جلبه إلى الولايات المتحدة من قبل رولاند Rowland المريض الميؤوس من حالته للمحلل النفسي السويسري الشهير كارل يونغ Carl Jung

الذي ساعد صدقه رولاند على ضرب الضعف عندما قال له: «يا للأسف! لا يمكن لي أو لفني أن يساعدوك، والأمل الوحيد لك هو أن تسلم نفسك بكل إخلاص لبرنامجٍ روحي، لأن التاريخ يذكر بأنه قد تم التعافي من حالاتٍ كهذه رغم ندرتها تحت هذه الظروف».

وفيما بعد أصبح التعافي المثير لـ رولاند نموذجاً لما يسمى اليوم بحركة الخطوات الاثنتا عشرة العملية، فضلاً عن غيرها من البرامج الدينية، حتى أنها أثبتت فعاليتها في خمسةٍ وثلاثين في المئة من حالات المجرمين المزمّنة للغاية.

تعد اللامبالاة السبب الجوهريّ للعديد من الحالات التي تبدو ميؤوسة والتي تتخطى قدرة الإرادة الإنسانية أو المجتمعية على حلّها. ويتم تعزيز التعافي من جميع هذه الحالات من اللامبالاة من خلال المشاركة في المجموعات الروحية لأن مستوى الطاقة الإجمالي لها يقع عند 540، ومستوى الحب غير المشروط الذي يعتبر نادراً في مجمل العدد الكلي للسكان (0.4 في المئة).

هناك برنامجٌ آخر غير روحيٍّ ولكنه قويٌّ مكرّسٌ للتعافي وتحسين حياة المرء من خلال قبول المسؤولية بدقة تم عرضه من قبل منظمة «Erhard Seminars» (est)

(Training) عند مستوى التقييم 400، وكان الأسلوب

شكلاً من أشكال المواجهة المستمرة مع عدم المسؤولية وإلغاء جميع الأعدار

والمسوغات والتهرب منها.

ضمن ما يمكن اعتباره شكلاً من أشكال اللامبالاة هناك في الواقع مقاومةً داخليةً قويةً كالفخر المقنّع بمهارة والأناية التي يعبر عنها بـ «لا أستطيع» أو «أنا لا أريد». إن ثبات الأنا قوياً للغاية بحيث أنه يتسبب بكارثةٍ جماعيةٍ في كثير من الأحيان، كالحرب أو وقوع زلزالٍ من أجل مواجهته إلى درجة الاستعداد للاستسلام. وهكذا من خلال الكارما الجمعيّة، يتم جذب مجموعاتٍ بأكملها إلى حالاتٍ معينة قد تبدو كارثيةً بالرغم من فوائدها الكارمية الحفية.

## الأحداث

المجال اللامتناهي للوعي هو كل الحضور وكل القوة ويشمل الوجود كله، وهكذا فإنه لا يمكن أن يحدث أي شيء خارج نطاقه اللامحدود لأنه مصدر الوجود، وضمن هذا المجال اللامحدود من السلطة هناك مستويات متناقضة من حقول الطاقة، وبما أنه يتم التعبير عنها باستمرار بشكلٍ (خطي)، فإن قوتها النسبية تنخفض باستمرار نزولاً لتصل إلى الفرد. ويمكن تشبيه هذا الحقل الضخم بحقل كهروستاتيكيّ كبيرٍ يمثل الأفراد فيه الجسيمات المشحونة، والتي يتم انحيازها تلقائياً ضمن الحقل وفقاً لـ «شحنتها»

الذاتية، وذلك بفضل القوة اللاهائية للحقل. يتم تعيين شحنة الجسد الروحية الكارمية بالنية والقرار والانحياز بالنية، ويبدو من السداجة الاعتقاد بأن ما هو غير قابل للتفسير ذهنياً يميل إلى أن يكون «عَرَضِيّاً»، وخصوصاً عندما يكون الحدث غير قابل للتنبؤ

به. وبما أن المجال اللاهائي للوعي غير محدود البعد، فلا يمكن لشيءٍ أن يحدث خارجه، وكل ما يحدث ضمنه يخضع لنفوذ،

وبالتالي فإن أي شيء «عَرَضِيٌّ» غير ممكنٍ في الواقع.

### اللامبالاة عند الفرد العادي

تتكرر في حياة معظم الناس فتراتٌ من اللامبالاة كظاهرةٍ مؤقتةٍ وعابرة. بالنسبة للتوجه الروحي يؤدي البحث الذاتي عن جوهر الظاهرة إلى فهم منشئها الذي يؤدي إلى نتائج إيجابية. اللامبالاة عند الفرد العادي تنطبق عادةً على جوانب معينة من الحياة التي يتم إهمالها أو مقاومتها أو المواقف التي يتم رفض تحمل المسؤولية عنها، وهي ما يتم التعبير عنها أيضاً بعوامل التناظر والتجاذب التي تتحول بناءً على التحقق منها إلى أنها قائمة على أوهام. تقريباً، أيّة مقاومةٍ أو نفورٍ أو ومٍ يمكن حلها بالاستسلام الكامل والتام والاستعداد للتخلي عن أهداف وهمية، ومن الناحية العملية يمكن وصف ذلك بأنه استسلامٌ للـ (الأنا)

الخطيئة إلى (الربانية) غير الخطيئة.

### الانقسام السلي/العدواني

العار واللامبالاة والشعور بالذنب، جميعها أشكالٌ للعدوان على الذات عن طريق مهاجمتها بكرهية الذات والاتهام والتحكيم السلي. وتستخدم الجوانب البديلة لهذه الآليات في مناورة دفاعية للكرهية واللوم المدبّر والمسوَّغ، واللامبالاة هي أيضاً شكل من أشكال المقاومة لعملية النضج، وهي وسيلةٌ للإنكار والرفض، أي إخفاء العناد.

بوجود هذه الآليات يتم نفي المسؤولية الشخصية مرةً أخرى، ومن ناحيةٍ أخرى فإنه على ما يبدو أن الأشخاص العاديين قد يتبادلون العدوانية الشديدة بشكلٍ دوريٍّ تجاه الآخرين. عندما يتحول التملُّص من كراهية الذات من موقع مهاجمة

الذات ليتم توجيهه خارجياً، يتم الإعراب عنه بالتوبيخ والحقد والضغينة والقذف ويصل حتى إلى تشويه سمعة الناس بصورة قد تكون شديدة.

يتم تقييم كراهية الذات الموجهة خارجياً بمسئولية متدنية للغاية لأنها إنكاراً للحقيقة على مستوى عميق، ومدمرة للمجتمع ومعاييره بشكل ثائبي. ويلقى هذا العدوان الموجه خارجياً اسـ تحساناً اجتماعياً، ولذلك يتم التعبير عنه بالحرب، والإجرام الجماعي، والإرهاب، وتدمير البيئة، والعنف الجماعي، ومنظمات كـو كل وكس كلان Ku Klux Klan وغيرهما. ولا يمكن لهذه الإسقاطات أن تكون ممكنة إلا عندما يكون الضمير غائباً، كما هو الحال مع المصابين بالأمراض النفسانية، أو مُشبعاً بالتبريرات (مثل أنصار تبرير الانتقام، والحروب «المقدسة» أو السياسية، وما إلى ذلك).

ويتم رفض الحاجة إلى التبرير باحتواء الضغائن والتفسيرات المشوهة للمجتمع، وتجميع «الظلم». عندما تعمل هذه الآلية النفسية في قائد ذي شخصية مهيبية يموت الآلاف أو حتى الملايين من الناس بشكل مستمر. ويطلق على هذه المتلازمة «الرجسية التبشيرية الخبيثة» والتي تم التحدث عنها بالتفصيل في كتاب «الحقيقة مقابل الزيف» (انظر الفصل 15). تظهر الحالة المرضية الشديدة لهؤلاء القادة من خلال استعدادهم لارتكاب المجازر بحق مواطنيهم الذين يمتثلونهم ويعتبرونهم «كلاباً» أو وقوداً للحرب، أو يعتبرون بأنهم «يستحقون الموت». تلك الشخصيات المشوهة تحتقر الحب (وبالتالي النساء)، وتراه ضعفاً وتظهر قابلية الخوف من الضعف الداخلي. عندما لا يمكن لهذه الآليات التي يتم إسقاطها أن تعمل، تتولد صراعات داخلية في الوعي،

وفي كثير من الأحيان تنتهي حياة مثل هؤلاء القادة الـ Messianic بالانتحار.

تعمل هذه الآليات نفسها بشكلٍ غير واعٍ، ولكن بدرجةٍ أضعف وأكثر محدوديةً، وبحثاً عن الشهرة تعمد الشخصيات العدائية إلى إطلاق تصريحاتٍ علنيةٍ خطيرةٍ، والافتراء على الشخصيات العامة من خلال توجيه الاتهامات الباطلة لها وتشويه الأحداث.

في مصطلحات التحليل النفسي يتم التبرؤ من السلبية الشديدة عن طريق الإسقاط من أجل الحفاظ على وهم good me «أنا البريء» على الرغم من شفافية التمويه للجحيم. وغالباً ما تؤدي عدم الأمانة إلى الغطرسة ويرى المرء نفسه متفوقاً على الآخرين. تقوم الأنا أيضاً بدمج الصور والمفاهيم الروحية لتحسين دفاعاتها التي تصبح مشوهةً لأضدادها الدقيقة، وذلك لتبرير ذبح الكفار وغير المؤمنين والزنادقة، الخ.. الذين يستحقون الموت بناءً عليه. تم تمثيل إسقاط احتقار الذات للضعف الداخلي الملموس بشكلٍ دراماتيكي من قبل اليابانيين مع الأسرى الأميركيين وفي منشوريا والصين عندما أعدموا دون محاكمة جنود العدو الذين استسلموا.

يمكن تبرير مجالات الطاقة الشديدة الانخفاض بالعقل الذي يرى التحريف الدينيّ الزائف على أنه حقيقة، مع الإشادة بالاستشهاد والانتحار بشكلٍ غريب. هاري-كاري هو مثالٌ تقليديٌّ لتسوية التصرف المبرر وتجسيم ما يمكن قمعه كصراعٍ مبطنٍ عند الناس العاديين الأصحاء.

القمع الداخلي النفس من الدوافع والصراعات غير المقبولة يستنزف الطاقة النفسية غير المتوفرة لعمليات التكيف العادية، ويؤدي ذلك إلى اللامبالاة التي يتم التعبير عنها بالإرهاق والشعور بالتعب والهبوط دون المتوسط، والافتقار لوجود المتعة في العيش (انعدام التلذُّذ) anhedonia.

يمكن التعويض عن نقص المتعة عبر الوسائل الطبيعية بشكلٍ اصطناعي من خلال

أشكالٍ مختلفةٍ من الإدمان. عندما يكون الهروب من الواقع محظوراً أو غير ممكن يعود الاكتئاب الداخلي، مما قد يؤدي إلى التصرف واتخاذ التدابير اليائسة للتهرب.

يختار الكثيرون في الواقع الموت بدلاً من مواجهة الصراعات الداخلية وتحمل مسؤولية الصراع بحد ذاته أو طلباً للمساعدة والتصميم.

وفي كثيرٍ من الأحيان يؤدي الهبوط الحاد التدريجي في نهاية المطاف إلى أزمة مواجهة اجتماعية، كالاغتيال والطلاق وفقدان الوظيفة والإفلاس والإقامة في المستشفى للعلاج والتشرد، ولذلك فإن المواجهة هي واحدةٌ من النتائج الإيجابية التي تنشأ من المصائب الظاهرة التي كثيراً ما تكون منقذةً للحياة والإنقاذ المقنع.

إحصائياً، أكثر القرارات الناجحة للتعافي من هذه الأنواع من نماذج الحياة المرضية تكون من خلال الجماعات الدينية، على اعتبار أن الأمانة مع الذات هي مسألةٌ صعبةٌ إن لم تكن مستحيلةً بالنسبة لمعظم الناس ما لم يتم الحض عليها بشدة. يتطلب التعافي الدعم القوي بالإضافة إلى الخبرة في معرفة كيفية القيام بذلك، ونموذج الأعضاء المتعافين يميل إلى تثبيط الإنكار مثلما يفعل الإصرار على النزاهة الأخلاقية، وقبول عيوب شخصية دون التخبط في الشعور بالذنب. وبالإضافة إلى أن مساعدة الآخرين مفيدةٌ وتزيد من احترام الذات.

وعلى الرغم من حتمية أن التدابير النفسية قد تكون أحياناً مفيدةً بشكلٍ مؤقت، فإن هذه الاضطرابات عادةً ما تكون مزمنةً،

ويتطلب التعافي منها وجود البرامج ذات الطبيعة الروحية في جوهرها، كونها تتناول جوهر القضية وتتعاوى مع المشاكل النفسية والسلوكية على أنها قضايا ثانوية. كراهية الذات المضمرة والعميقة الجذور تتطلب العلاج عند مستوى عالٍ جداً من الوعي، مثل الحب غير المشروط الذي يحتل مستوى التقييم 540.

التدابير النفسية التي يتم تقييمها عند المستوى 400 لا تملك القوة الكافية لإحداث الشفاء الداخلي، وتتطلب عملية الشفاء وجود مرشدٍ أو راعٍ أو مستشارٍ لتقديم الإرشاد، وليكون مثلاً يحتذى للاطلاع عليه وحبّه واحترامه. من خلال تجربةٍ امتدت لعقود طويلةٍ مع مجموعات كهذه، تبين لنا أن العضو المتعافي فقط هو من يمتلك السلطة اللازمة التي تغرس في نفسه الاحترام وبالتالي نقل العلاج أو تحديد الهوية. من خلال هذه الآلية يعود الحب في شكلٍ مقبول، وتعمل الواقعية والتواضع الروحي على تسهيل قبوله.

يجب عدم الخلط بين التواضع الروحي وتفسيره اجتماعياً بـ«الإذلال»، ومن المفارقات التي تذكر بأن الشخص المتواضع روحياً لا يمكن أن يكون ذليلاً، وبالتالي يمكن قبول الأخطاء دون فقدان احترام الذات، واحتواء العيوب الداخلية الخاصة يسمح بالاحترام غير التحكمي للآخرين، ويفتح الباب أمام التراحم بين البشرية كلها.

### اللامبالاة مقابل التحفيز

يمكن أن تنتج سلوكيات الإنسان من الدوافع الفطرية أو بشكلٍ مغاير من الانجذاب نحو أهدافٍ إيجابيةٍ مثاليةٍ أو التحفيز عليها.

«الأنا المثالي» عن د. فرويد هي التطبُّع بصفاتٍ أو إنجازاتٍ تعد محطَّ إعجابٍ أو بشخصياتٍ بطوليةٍ كمصدرٍ للإلهام وتمثل احتمالات النمو والتطوُّر. ويتم اختيار الشخصيات التي هي محط الإعجاب بما يتفق مع المستوى السائد لوعي الفرد، بحيث يميل كل مستوىٍّ بصورةٍ مميزةٍ لأن يكون لديه قاداته الملهمين بما يتناسب معه. وعدم وجود مثل هذا الشخص المقبول يمكن أن ينتج من ضعف أو غياب تربية الأهل، أو عدم احترام الذات أو الشعور بالقيمة الشخصية التي تؤدي إلى توقُّع الفشل والتشاؤم،

و«متلازمة amotivational».

يتم بناء الثقة بالنفس عادةً بأفضل صورةٍ بخطوةٍ حكيمةٍ مع إضافاتٍ صغيرةٍ مدعومةً بالتشجيع المحفز. قد تتفاقم الصورة السلبية للذات بسبب إخفاقات الماضي أو الانتقادات الموجهة من قبل الأقران أو الأهل، وتؤدي إلى مواقف مثل «أنا لا أستطيع»

أو «أنا لا أستحق ذلك»، ولا يلقي القول المأثور القديم: «إذا لم تنجح في البداية فكرر المحاولة مرةً تلو مرةً» له آذاناً صاغيةً لأن اللامبالاة تتمتع بحماية بالكثير من الأعذار والتبريرات تجنباً للعار. في بعض التعابير قد تكون اللامبالاة ناتجةً عن الاكتئاب السريري الذي يعود لكيمياء المخ الخاطئة التي تتطلب مضادات الاكتئاب لتصحيح الخلل بشكلٍ مؤقتٍ على الأقل، من أجل إعادة تنظيم النفس.

المعادل التقليدي للامبالاة والصورة الذاتية السلبية هو «الإيمان والأمل والإحسان»، وتتجلى الفائدة من مساعدة الآخرين بشكلٍ جيدٍ للغاية في جميع أنحاء المجتمع، سواءً جاءت عن طريق الاختيار أو الإلهام أو حتى بالإكراه. في كثيرٍ من الأحيان يمكن أن تمثل حتى العناية بالحيوانات بالنسبة لبعض الأشخاص الذين انحدروا لمستوياتٍ وضيعةٍ بدايةً جيدةً للغاية، كما يتضح من خلال برامج رؤية عين الكلب التدريبية التي لاقت نجاحاً كبيراً لدى أناسٍ مثل نزلاء السجون مرتكبي الجرائم بشكلٍ متكرر، الذين يختار البعض منهم حتى البقاء في الماضي الذي سبق تاريخ إطلاق سراحهم لاستكمال عملهم مع الكلاب المخصصة لهم. المرضى المسنين الزاهدين يبتهجون عندما تقدم لهم دار العلاج الكلاب الأليفة. وتشير الأبحاث الحديثة إلى أن مجرد امتلاك حيوانٍ أليفٍ يقلل من مستويات الاكتئاب وارتفاع ضغط الدم، ويكون له تأثيرٌ إيجابيٌّ على الصحة بشكلٍ عام. لذلك فإن العناية بالكائنات الحيّة الأخرى له خصائص علاجيةٍ كما

يذكر المدمنون على الكحول اليائسون عن دمايب. دؤون بمس اعدة القادمين الجدد والرياضيين المكتئبين على التعافي من المواقف الانهزامية عن طريق الفعل الهائل لتشجيع أعضاء الفريق الآخرين.

في العمل الروحي أيضاً تعمل المشاركة في مجموعة على إعادة التحفيز كنتيجة للطاقة الروحية الجوهرية للمجموعة، وهكذا فالمنظمات الكهنوتية تخدم غرضاً كبيراً كما يفعل الموجهون والمدربون والمتحدثون المحفزون والمنظمات الإنسانية ورجال الدين والمعلمون الملهمون. ويكون لدى الشخص العادي بعض اللامبالاة في مواطن محددة عادةً، وعلى الأقل لفتراتٍ من الزمن،

والتي تشكل فترات الإهمال بسبب الاقتصاد من الوقت والطاقة أو الاهتمام.

اللامبالاة الروحية هي حالةٌ شائعةٌ أيضاً كتعبيرٍ عن تجنب مواجهة الصراعات الداخلية وعدم الرغبة في مواجهتها، مما يجعلها عائقاً أمام التقدم والتطور، ويمكن توقع هذه المعوقات وتجاوزها أيضاً بالصلاة والإلهام الفطري للجماعات الروحية النشطة. ساعد الحافز في جميع المساعي البشرية تقريباً وعمل على تعزيزها من خلال وجود ناصحٍ مقرب، أو صديقٍ موثوقٍ به. غالباً ما تكون اللامبالاة نتيجةً للعزلة ويتم علاجها عن طريق الانخراط في علاقاتٍ إيجابيةٍ توفر مصدراً للاهتمام، واللامبالاة دليل على عدم وجود الحب، الذي هو الترياق الأكثر قوةً، وقد يكون هذا تبعاً للظرف أو نتيجةً لرفض الحب بسبب مركزية الذات أو التديني الشديد لاحترام الذات الناجم عن عدم وجود الحب والعطف في بداية الحياة.

إن اختيار محبة الله ينشط حب الله بالصلاة والعبادة، ولذلك فقد يكون اليأس هو المثير الفعلي الذي يفتح الباب أمام ظهور الفائدة الروحية والتقدم، وقد اكتشف الكثيرون الله فقط في حالات اليأس والقنوط. الأنا قويةٌ للغاية لأن «ضرب القاعدة» الشديد في بعض الأحيان يعد حافزاً قوياً بما يكفي لتنشيط الرغبة في

تسليم الولاء لهيمنة الأنا، وعندما يتم تنشيطها يتم تجديد الروح ضمنها، واستبدال اللامبالاة بالأمل، ويمكن لـ «المواظبة على الصلاة» أن تكون الخيار الوحيد المتاح للعمل ضمن بعض الفترات القاسية أو المديدة من الإثم الكارمي، وهي ما يشار إليه أحياناً بـ «اختبار الإيمان» الذي يتم اجتيازه بأفضل صورةٍ بالإيمان الراسخ بأن «هذا أيضاً يجب أن ينجح»، و«أنه كذلك يساعد الذين يقفون وينتظرون».

اللامبالاة تماثل أية عقبةٍ أخرى تقف في مسار التطور، ويتم حلها عن طريق القبول بدلاً من الإنكار، ويمكن تقديم المساعدة للخلاص من اللامبالاة الروحية بإعادة المواجهة مع الحقائق الروحية الأساسية، كتلك التي يقدمها الكتاب المقدس أو الأدب الروحي. التفكير والتأمل في الآيات كتلك الآية التي جاءت في المزمور الواحد والتسعين أو غيرها من المقاطع المفضلة غالباً ما يعيد تنشيط الإلهام بسبب التقييم الفطري لها عند مستوى عالٍ من الوعي، واستعادة الإلهام كثيراً ما تنتج أيضاً من تكرار صلوات أو ترانيل مفضلة، أو من عزف الموسيقى الكلاسيكية في محيطٍ جميل.

تمثل الموسيقى بشكلٍ مباشرٍ مجال الطاقة ذات التقييم العالي الذي يتخطى العقل والتفكير السلي. للموسيقى التي يتم تقييمها فوق المستوى 500 (والمدرجة في الفصل 9 من كتاب الحقيقة مقابل الباطل) تأثير النهضة ويمكن أن تتنوع ما بين مستوى ريف-ردانس Riverdance ومس-توى الموسيقى الكلاسيكية، أو بين إثارة موسيقى القرية لفرقة بلاك ووتش الإسكوتلندية Bee Gees، أو حتى موسيقى Scottish Black Watch، التي لا تقاوم.

قد تدل اللامبالاة العابرة على المقاومة لمواجهة شيء من الخلل الشخصي الداخلي، الذي يتم التغلب عليه بسرعةٍ عن طريق الاعتراف المباشر به وقبوله، وهذا يعيد تنشيط الحركة الروحية بدلاً من تسخيفها. كما يمكن مواجهة التفادي

بالقبول بحقيقة فعاليته حالياً (تجنّب الحرمان بالحرمان). يمكن للمرء أن يختار تجنب قضية بوعي بدلاً من الوقوع تحت تأثيرها، ويجعل هذا البديل الخيار مفتوحاً لعدم التعامل مع هذه القضية حالياً واختيار تأجيلها بدلاً من ذلك، عبر ما يمكن أن يتم اعتباره «هروباً من المعالجة» مثل الذهاب إلى السينما، وقضاء إجازة، والذهاب في رحلة قصيرة، الخ.

القبول بخيار الوعي له عواقب تختلف عن الحرمان اللاواعي. والرعاية الذاتية هي النية الصادقة عندما يتم القيام بها بوعي،

وهي ممارسة في تطوير حب الذات، لا سيما إذا تم تخصيصها لله. ومن الضروري في بعض الأحيان الراحة والتعافي من أجل استعادة الشباب، وهذه هي إحدى وظائف اللعب والترفيه التي تخدم التقشف بدلاً من مجرد التساهل الذاتي.

### ازدواجية اللامبالاة

كما هو الحال مع المستويات الأخرى تعبر الحالات عن ثنائيات من الجذب والنفور التي يجب أن يتم العمل من خلالها، بمساعدة من الصلاة وغالباً ما تكون بمساعدة من الآخرين.

الحذب	النقور
إلقاء اللوم، « السبب »	المسؤولية، الملكية
« لا أستطيع »	« لا أريد »
عدم الاكترات	الاهتمام
انهزامي	متفائل
يبرر، يسوّغ، يعتذر	يقوم بأفعال
يرى نفسه عاجزاً	يرى نفسه قادراً
فاقد الأمل	يملك الأمل
يلغي قيمة الذات	يعتبر قيمة الذات هدبة من الله
يرى ذاته ضعيفاً	يرى ذاته قوياً
يرفض الحلول	مستعد، موافق
تراخي، كسل	طاقة العمل
تشاؤم، ساخر	تقة، إخلاص، أمل
يرى نفسه عديم القيمة	يقبل قيمة الحياة
المستقبل يبدو كئيباً	المستقبل يحمل الفرص
يرى نفسه عاجزاً	يرى نفسه مستعداً للتعلم
صلب، غير مرن	مطواع، فادر على النمو
منفعل	فَعَال، يضع الجهد أولاً
يرفض المساعدة	يقبل المساعدة
الذات الرحيمه	عطوف ثم يمضي قدماً
يتعلق بالوضع	النسليم بالوضعيه
الذات العفورة	يمضي متجاوزاً
يعذر	الذات النزيهه
ينحدر للأسفل	يتطور، ينطلق
يخضع	يقاوم، يرفض، ينبذ

## الفصل الرابع: الأسى

(مستوى التقييم ٧٥)

### مقدمة

هذا المستوى هو مستوى الحزن والخسارة والجزع، وقد عانى منه معظم الناس لفتراتٍ من الزمن، ولكن الأشخاص الذين يبقون عند هذا المستوى يعيشون حياة الندم المستمر والاكتئاب. هذا المستوى هو مستوى الحداد والفجيرة والندم على الماضي، وهو أيضاً مستوى الأشخاص المعتادين على الخسارة، وأولئك المدمنين على القمار الذين يقبلون بالفشل كجزءٍ من نمط حياتهم، وغالبا ما يؤدي إلى خسارة الوظائف، والأصدقاء، والأسرة، والفرص، وكذلك المال والصحة.

الخسائر الكبيرة التي يتعرض لها المرء في وقتٍ مبكر من حياته تجعله فيما بعد عرضةً للقبول السلبي بالأسى، كما لو أن الحزن هو ثمن الحياة. في مستوى الأسى يرى المرء الحزن في كل مكان، الحزن من الأطفال الصغار، ومن الظروف العالمية، وحتى الحزن من الحياة نفسها. هذا المستوى يلوّن الرؤية الكاملة للمرء عن الوجود، والشعور بعدم القدرة على تعويض ما تم فقده أو ما يرمز له هو جزءٌ من متلازمة الخسارة، ويمكن تعميم الحالة الخاصة بحيث تتم مساواة فقدان أحد الأحبة بفقدان الحب ذاته،

ويمكن لهذه الخسائر العاطفية عند هذا المستوى أن تؤدي إلى الاكتئاب الحاد أو حتى إلى الموت.

على الرغم من أن الأسى هو مقبرة الحياة، فإنه لا يزال لديه المزيد من الطاقة التي تفوق ما لدى اللامبالاة، ولذلك عندما يبدأ المرضى اللامباليين المصدومين بالبكاء، سوف نعلم بأنهم يتحسنون مجرد شروعهم بالبكاء، فهم سوف يأكلون

مرةً أخرى.

سريراً

الأسى تجربة إنسانية عالمية يصعب رؤيتها أو المرور بها بسبب القواسم المشتركة والانفعالية المألوفة كثيراً بالنسبة إلى الناس،

وعندما يكون بدرجاتٍ طفيفة يمكن التعبير عنه بالندم، ولكن عندما يكون أكبر يمكن أن يصبح تعجيزياً وساحقاً.

وترجع عملية التجربة إلى تكوين الأنا وطبيعتها التي تسيء إدراك مصدر السعادة على اعتباره خارجياً أو عاطفياً وتتشربه مع الخصوصية. بشكلٍ واقعي المصدر الوحيد للسعادة هو من الداخل، وهو ذو آليةٍ ذاتيةٍ داخل النفس، وعندما يتم الحصول على الغرض المطلوب أو الموقف أو العلاقة، فإن الآلية الداخلية تدخل ضمن عملية مع الرضا بتلك الرغبة لأنه تم إضفاء صفاتٍ خاصة على الغرض أو الشخص أو الحالة، ولا تأتي أهمية الغرض المطلوب أو الشخص المحدد من الغرض بحد ذاته، بل من قيمة هذا الغرض أو الشخص في نظر من يطلبهما أو من يدرك أهميتهما، لذلك يرتبط الأسى بالرغبة وكذلك بالملكية.

المجتمع برمّته يفترض وجود ظروفٍ معينة أو أغراضٍ أو صفاتٍ قيّمة، ويؤثر هذا التوافق في الاختيار الشخصي. ويكون لدى الشخص المتطور روحياً الذي لديه بضع حاجاتٍ أو ارتباطات بعض المناعة نسبياً ضد الأسى، على اعتبار أن تجربة مصدر السعادة تنشأ داخلياً ولا تعتمد على الظواهر. إذا تم الحصول على مصدر السعادة من خلال آليات الأنا، فهي تقوم على التصوّر والمعتقدات وتوقع القيم بدلاً من التركيز على الواقع المطلق بحد ذاته، والذي تتعدّد خسارته، وتتم المبالغة في الأشياء أو الصفات أو العلاقات بموجب آلية الارتباط والإسقاط التالي للقيمة، وكلما كان هناك المزيد من الخصوصية التي يتم إسقاطها على العلاقة مع

الشيء أو الشخص المطلوب، كلما ازدادت احتمالية الأذى والخسارة، والخوف من الخسارة يفضي إلى ارتباطٍ مشروطٍ بالإضافة إلى سمات ماديّةٍ أو اجتماعيةٍ مثل المال والشهرة.

السعادة هي المكافأة النفسية الداخلية لتحقيق أهدافٍ خارجيةٍ، مثل نظام مكافأة الذات، والخطأ يكمن في الاعتقاد بأن مصدر السعادة يرجع إلى «أسبابٍ خارجيةٍ» بدلاً من نشوئها من الداخل. النموذج البدئي هو التهيئة التي تقوم بها عملية التطور نفسها.

في الحياة البدائية وكذلك في الحياة التي تلتها لم تكن أشكال الحياة الحيوانية ذاتية النشاط، بل كانت تعتمد على مصادر خارجيةٍ للطاقة التي يمكن العثور عليها من خلال البحث والتجربة والخطأ، وهكذا تم تعيين الآلية البيولوجية على النحو التالي:

الحاجة-البحث-المحاولة وكذلك: الخطأ-الاكتشاف-المكافأة.

يسري النمط ذاته عند البشر عندهم مس-تويات الوعي الأدنى من المستوى 200 (انظر مخطط وظائف الدماغ في الفصل 9).

الأس-تحوذ أساساً هو غريزةٌ حيوانيةٌ للبقاء على قيد الحياة، وتقوم على «الحصول على» الرفيق والغذاء والأرض والمأوى والهيمنة والسيطرة، وهكذا تمت برمجة مصدر السعادة بالنسبة للغرائز الحيوانية على أنها صادرةٌ من «الخارج»، ولذلك فهي «مكتسبة» مما يعني أنها قد تكون عرضةً للخسارة. ويمتد ذلك بالتزاوج وتربط الحيوان إلى زملائه وأعضاء المجموعة، ويمكن رؤية الأذى على مستوى الحيوان من خلال ردود الأفعال لقطع الذئب، ومجموعات الفيلة، والقردة، ومستعمرات الغوريلا التي تعاني من عملية الأذى.

إن التبرير بوجود عوامل خارجية لمصادر ملموسة من السعادة يقود إلى الارتباطات

وظهور السيطرة كآليةٍ أساسيةٍ للبقاء على قيد الحياة، تماشياً مع الرغبة في الحالة ورموزها الأمنية، وبالتالي المادية.

## التوجيه الروحي

ليس من الغريب أن نعلم بأن الخسارة الكبرى تتسبب في الإقبال على الدين والروحانية للمساعدة وإيجاد الأجوبة، حيث يجد الناس من الناحية العاطفية عزاءً لهم من دعم المتعاطفين معهم ومن الصلاة ومن الرجوع إلى الممارسات الدينية، ولذلك فإن الخسارة توفر فرصةً للنية المتزايدة لإعادة تقييم المبادئ الروحية ووضعها موضع التطبيق الفعلي بدلاً من التقدير الفكري فقط.

الخسارة هي في البداية حدثٌ غير مرغوبٍ فيه لأنه يشكّل اضطراباً وتطفلاً عاطفياً، والاستجابة الأولية لذلك تتجلى بالصدمة والاستياء، أو حتى بالكفر ربما، وتتطلب العاصفة العاطفية وجود الطاقة والاهتمام في الوقت الذي تكون الطاقة فيه منخفضة مما يؤدي إلى الغضب. يمكن المساعدة على معالجة الأزمة بالتركيز على بعض الحقائق الداخلية وتجاوز القيود الملازمة لها.

هناك غضبٌ واستياءٌ فضلاً عن الخوف الناشئ عن فقدان السيطرة عندما يكون هذا الفقد غير طوعيٍّ وغير متوقع، ويخلق تعطل الحياة من خلال ما هو غير متوقع أيضاً القلق في التأقلم القسري، الأمر الذي قد يتطلب اتخاذ قرارٍ أساسيٍّ. فمن الجيد أن نعرف أن البحث الروحي يشير إلى أن كل المعاناة والآلام العاطفية تنتج عن المقاومة، وعلاجها يكون عن طريق الاستسلام والقبول اللذين يخففان من الألم.

وخلال هذه العملية سيكون من الملاحظ أن الألم العاطفي الذي تسببه الخسارة غير ثابتٍ أو غير مستمر، ولكنه يأتي على شكل موجاتٍ يمكن تخفيفها بعدم المقاومة بثبات، والتسليم إلى الله باستمرار. في حين أن الوهم في أن المرء يستسلم

لخسارة أمور قد تبدو له ضروريةً سواءً كانت الخسارة شخصاً أو شيئاً أو رغبةً أو هدفاً أو منزلةً، فإنه في الواقع يعالج الآلام الناجمة عن انقطاع المودة، والـ «ماذا» التي يسـتسلم لها المرء هـي فـدي الـواقع لـيسـت سـوى المـودة ذاتـها. والحقيقة الأساسية التي تجدر ملاحظتها في العملية هي عدم وجود أي احتمال لأن يكون المصدر الفعلي للسعادة من خارج الذات. الخسارة حقاً تبرز إلى الواجهة أو مأملاً طويلة المدى، جنباً إلى جنب مع فرص للتخفيف من هيمنتها فـدي النـفس. تتعلـق الأنا بـالكثير مـن المـعتقدات والشـعارات، والأشياء، والناس، والعناوين، والمال، ووسائل الراحة والترفيه، والمفروشات، والرموز العاطفية، والذكريات عن كل ما سبق. تعزز الأنا/العقل بما هو مؤقتٌ وعابر بسبب تقديرها له أنه «خاص»، وبالتالي فهي ترى بأنه «مصدر» للسعادة.

ومن المفارقات بأن الخسارة تمثل الحرية والانفتاح على خياراتٍ جديدةٍ في آنٍ معاً، فالخسارة تقدم خدمات التكيف الداخلي والصفات الداخلية التي تمثل فرصاً للنمو. في وقتٍ واحد، يندم العقل ويفضل التراجع عن التغيير والعودة إلى الراحة التي كانت في الظروف السابقة، ولكن النمو التنموي التطوري هو أمرٌ ملحٌ، ولذلك فإن الاستياء يكمن في الحاجة إلى التغيير. قد يكون التغيير مصـدرًا لـلسـرور المـرتقب إذا تم احتيـاره ومـصـدرًا لـلاستياء إذا ما تممت مقاومته، ويكـون التـعلق بالحـاضر والمسـتقبل المـرتقب، فضلاً عن التـشبث بالمـاضي. كل هذه الحالات تعتبر وهميةً لأنه لا يوجد أبداً وقتٌ آخر سوى اللحظة الراهنة، ولا أحد يستطيع أن يجرب الماضي أو المستقبل سوى في التصورات والذكريات، والمصدر الوحيد للسعادة التي تستند إلى الواقعية هو الوقت الحاضر، ويجب عدم خسارة ما هو في الوقت الحاضر.

جميع أشكال الخسائر هي مواجهةٌ للأنا وآليات بقائها، وبما أن جميع جوانب حياة الإنسان عابرةٌ فإن التمسك بأي جانبٍ منها سيـجلب الأسي والخسارة في

نهاية المطاف، وعلى كل حال فإن كل حادثةٍ هي فرصةٌ للبحث من خلالها عن مصدر الحياة،

الحاضرة دائماً ولا تتغير وليست شيئاً نخسره أو ويلاتاً من الزمن.

الأسى أو الخسارة مثل أي حالةٍ ضاغطةٍ في الحياة يمكن أن يُنظر إليها على أنها فرصةٌ قيّمةٌ للنمو، وفترةٌ لإعادة تقييم القيم والأهداف، وعندما يتم اتباع هذا الأسلوب سيكون من الممكن في نهاية المطاف التخلي عن جميع الارتباطات، بما في ذلك النظم العقائدية، وتجربة مصدر السعادة التي تنبع من الداخل.

### التعلّق

التعلّق هو العملية التي تتسبب بالمعاناة من فقدان، بغض النظر عن ماهية التعلّق أو ما يخصّه، سواء كان داخلياً أو خارجياً،

وسواءً كان التعلّق بشيءٍ أو بعلاقةٍ أو بمنزلةٍ اجتماعيةٍ أو بجوانبٍ من الحياة المادية. تعطي الأنا لنفسها الديمومة من خلال شبكةٍ معقدةٍ من القيم والمعتقدات والبرامج، وهكذا تنشأ الاحتياجات من كسب المزيد من الطاقة لأنها أصبحت منمّقة ومحكمة،

وتصل أحياناً إلى درجة من التعلّق. والنظام العقائدي ذاته ليس مصدر الألم ولكنّ الألم ينتج من تعلّق المرء به والتضخيم في قيمته التخيلية، وتتوقف المعالجة الداخلية للتعلّق على ممارسة الإرادة التي لها وحدها القدرة على التراجع عن آلية التعلّق عن طريق عملية الاستسلام، وهذا ما يمكن تجربته بشكلٍ شخصيٍّ أو وضعه ضمن سياق التضحية على الرغم من أنها في الواقع تحررية، والألم العاطفيّ الناجم عن فقدان ينشأ من التعلّق بحد ذاته وليس «مما» تم فقده.

من الصعب في البداية التخلي عن الروابط والنظم العقائدية التي تم تعزيزها

اجتماعياً بالاتفاق، كالشروة، والنجاح، والشهرة،

والجمال، وغيرها، وكلها تمثل المفهوم ذاته من حيث أن بعض «الإضافة» إلى «ما هو موجود» من شأنه أن يجلب المزيد من السعادة، وبصرف النظر عن التعلّق فإن الحالة الأخرى المصاحبة لآلية الأنا هو إيمانها بالـ «التملّك».

تظهر أبحاث الوعي أن الدرجات المعلنة من السعادة متطابقة مع مستويات تم تقييمها من الوعي بشكل أكبر من مطابقتها للعوامل الخارجية، وتتطابق المستويات المعلنة للسعادة مئة بالمئة مع مستوى الوعي 540.

## وهم الحيازة: «التملك» و«الملكية»

الأسى ينجم عن خسارة، والخسارة تدل ضمناً على وجود ملكية سابقة وعلاقة خاصة سابقة. تدل فكرة «خاصتي» أو «لي» على سياقٍ فريدٍ وتعني بأن نتاج العمل الفكري لأسلوب الأنا الثنائي التي من خلالها يتم توثيق الـ «أنا» المستقلة (في الخيال) بشكل ساحرٍ إلى «هي It» أو «أنت»، وبالتالي إلى خاصيةٍ ما أو حيازةٍ لشيءٍ أو شخص. على سبيل المثال ساعة اليد ليست سوى مجرد شيء، ولكن عند المطالبة بالملكية تصبح متشربةً بقيمةٍ خاصةٍ فريدةٍ من نوعها تدعى «الملكية»، ويصبح ما كان مجرد ساعةٍ الآن «ساعتي» وبذلك حدث تحوُّلٌ سحري، وعندما يتم التأكيد على ذلك فهي تصبح «ساعتي المفضلة»، ومن خلال هذه العملية تمت إضافة التعلق والسيطرة والخوف من الخسارة والوجدان إلى تركيبة النوعية الفريدة للخصوصية المميزة. يمكن للمرء حقاً أن يرى بأنه قد يتم وصف المرحلة هنا بالمأساة التي تحدث إذا كان الشخص يعتقد بأنه قد فقد «ساعته» بشكلٍ أكبر من فقدانه مجرد «ساعة»، ويصبح من الواضح تقديم لحظة الحيازة، وفكرة «الملكية» وتنشأ العبودية.

يمكن التخفيف من الشحنة العاطفية بإدراك أن كل شيءٍ في الواقع هو ملك لله، وأن للبشر حق ممارسة الإشراف عليه فقط،

والملكية في العالم هي حيازة متنقلة تكمن قيمتها واستحقاقها فقط في الإدراك والتصور والشرعية.

المقتنيات المرفقة هي روابط أخرى للأنا مثل الكبرياء والشعور بالأمن، والمتعة الحسية. يبدأ الشعور بالسعادة بالرضا بالحاجة الداخلية الذي يحرر الناقلات العصبية في الدماغ مثل السيروتونين والإندورفين التي هي نتيجةٌ للسعادة وملازمة لها، ولكنها ليست مصدراً لتجربة السعادة نفسها. تؤكد جميع

الدراسات النفسية/الاجتماعية عن السعادة بشأن الأشخاص خاص المتدينين أو الموجهين روحياً يكونون عموماً أكثر سعادةً من غيرهم في جميع الأوقات ومهما كانت الظروف. (Wells، 2005)

## التخلص من المشاعر السلبية

عند الخسارة تكون العملية الروحية لعدم المقاومة والاستسلام فعّالة (ومع ذلك فإنها ليست عملية مناسبة لتلك الحالات العاطفية التي يتم تقييمها تحت المستوى 75، مثل الاكتئاب والشعور بالذنب واللامبالاة). والشخص الموجه روحياً يقيم خبرات الحياة ويرى في كل شخص فرصة للتطور روحياً. تتضمن تقنية التخلص من المشاعر السلبية خطوات بسيطة للغاية تعتمد فقط على الإرادة والقدرة على الاستسلام.

- 1 - البقاء مع الشعور والاستمرار في التركيز عليه بثبات. لاحظ بأن كل الألم يرجع إلى المقاومة، وبأن المعاناة من فقدان تنبع من التعلق والخصوصية.
- 2 - الاستعداد للانغماس في المشاعر والاستسلام لها دون تفاديها. لاحظ أنها تأثر على شكل موجات وبأن الاستسلام للموجات الأكثر شدةً يميل إلى التخفيض من شداتها العاطفية.
- 3 - طلب المساعدة من الله وتسليم الإرادة الشخصية إلى الله. (من المفيد قراءة المزمور الحادي والتسعين أو غيره من المقاطع الروحية المفضلة).
- 4 - الاستعداد لتحمل والتخلص من المعاناة من هذه العملية، وعندما لا تتم مقاومتها فسوف تقوم بمعالجة نفسها بنفسها وتصل إلى نهايتها.

على الرغم من أن المعاناة من الخسارة تنتج عن حدث معين، فإن المشاعر المؤلمة من التعلق تنشأ بشكل فعلي من مصادر متعددة على مر الزمن، ويمكن أن يكون

هناك المزيد من المشاعر غير الظاهرة بشكل أكبر من تلك التي تم الاشتباه بها أولاً. وهكذا، فإن أي خسارة تمثل في الواقع خسارةً فادحةً، لأن التجربة هي الخسارة نفسها وليس مجرد حدثٍ معينٍ معروضٍ للإدراك.

وهناك مصدرٌ مفيدٌ للقوة أثناء التخلص من المشاعر المؤلمة هو التماثل مع جميع البشر، وإدراك أن المعاناة حالة عامةٌ وملازمةٌ لظاهرة كوننا بشراً ولتطور الأنا.

### عدم التعلق مقابل الانفصال

الأمر هنا هو علامةٌ فارقةٌ مهمةٌ والفشل في فهمها يمكن أن يؤدي إلى خطأً روحيً خطير. «الانفصال» هو عمليةٌ مستمرةٌ ويمكن أن تؤدي لسوء الحظ إلى اللامبالاة والترابة العاطفية وعدم التورط وعدم الاكتراث، ويمكن أن تؤدي أيضاً إلى السلبية وفقدان الرغبة في الحياة. هناك سوء فهمٍ للقيم الروحية التي تعلمنا بأن الحب أيضاً هو تعلق، وهو اعتقادٌ خاطئٌ لأن الحب هي مظهرٌ من مظاهر الله، بينما التملك هو جانبٌ من جوانب الأنا.

يمكن أن يؤدي الفهم غير الصحيح لسبيل الإنكار إلى العقم من «الفراغ» أو «العدم»، فبالرغم من أن الفراغ هو تجربةٌ روحية مؤثرة (مس.توى التقييم 850)، فإنها ليست الحالة النهائية للكون بشكلٍ صحيح. وذلك ناشئٌ -سوء الفهم لتعاليم بودا، فال «الفراغ» يعني اللاخطية وعدم وجود «الواقعية» أو الخطية. ما وراء الفضاء هو الواقع المطلق غير الخطي الشامل للكون.

التجربة الشخصية للفراغ وعلى الرغم من كونها مؤثرةً جداً، إلا أنها تختلف بشكلٍ كبير عن واقع حالة وجود الله على أنه الكون،

بما يتضمنه من نوعيةٍ عظيمةٍ من الحب المطلق نفسها (انظر الفصل 18).

## التحليل

يمكن التخفيف من الألم الناجم عن فقدان الشخصي بالقبول العاطفي /  
الفلسفي والإدراك الشامل لواقعية الحالة الإنسانية نفسها المشتركة بين الجميع:

- 1 - كل شيء في المجال الإنساني مؤقت وانتقالي وتطوري.
- 2 - لا يمكن لشيء أن يكون حقاً «مملوكاً» أو «ملكياً» لأحد، وجميع العلاقات مؤقتة واعتباطية، والشرعية تمنح حقوق السيطرة فقط.
- 3 - كل شيء لله، وبالتالي فإن كل ما يتم التعبير عنه بـ «ملكيتي» و«ملكيتك» تعود لي» هي حالة مؤقتة بما في ذلك جسد الإنسان ذاته، والهيمنة هي السيطرة فقط؛ والسلطان هو الذي يسود.
- 4 - النظر إلى جميع الملكيات والعلاقات كوكيل السفن فقط، والالتزام هو المسؤولية عن الضبط بدلاً من التعلق أو المشاركة.
- 5 - التشبث بالمبادئ بدلاً من الأشخاص والأشياء والشروط والحالات الانتقالية. تشير مستويات تقييم الوعي إلى المبادئ التي ترتبط بمستوى ما وتحده، وكذلك إلى مجالها العام الجذاب للوعي الذي يتم وفقه ضبط كل شيء وتأثيره.
- 6 - التصميم على العيش بشجاعة وكرامة، فهذا الموقف يستجمع القدرة الغيبية التي بفضلها نبقى على قيد الحياة، والقبول بأن الحداد هو عملية طبيعية بدلاً من مقاومته.
- 7 - القبول بأن جميع الكائنات الحية تحيا بالإيمان، على الرغم من الادعاءات الساذجة والزنازة فهي على العكس من ذلك تماماً، حيث أن جميع الناس يعيشون فقط بمبدأ الإيمان، والسؤال الذي يطرح نفسه هو

الإيمان «بماذا؟»، وهنا نجيب بأن الإيمان قد يكون بالقوى الوهمية، أو بالفكر، أو بالعقل أو بالعلم أو بالتقدم أو بالقوة السياسية والدينيوية، أو بإرضاء الأنا، أو بالسرور، أو بالثروة، أو بالأمل (بالـ «الغد» مثلاً).

وتستند ضروب الإيمان تلك كلها إلى افتراضات يمكن نقضها في أي لحظة لأنها معتقدات هشة. حتى حياة الأشخاص القائمة على افتراض «عدم الإيمان» أو المشككين بالإيمان في فكرهم الخاص والذي يمثل «الواقع» بالنسبة لذلك الشخص. عند الوجود الفعلي للواقعية اللامتناهية تتبخر كل هذه الادعاءات، كما تفعل جميع حالات الإيمان «هذه» (ذاتها) بـ «ذلك» (الاعتقاد). الواقع هو تأكيد الذات بحكم كونها الهوية، والتي تتهاوى من خلالها الطبيعة الثنائية لجميع المعتقدات.

### تحليل الأسي (والرغبة أيضاً)

تعكس قيمة الرغبات أو أهميتها ما تمثله هذه الرغبات بشكل رمزي أو كمكانة. النظر من خلال الخصوصيات إلى (المحسوس جوهر الوسائل الانسحاب) للتعلق وبالتالي ينشر كلاً من شدة الطلب وأهمية الخسارة. كل ما يفترض على أنه مهم سواءً كان «شيء» أو شخص أو عنصر، يتم تقييم أهميته فقط بحكم ما يمثله من منزلة خاصة. ولذلك فالأسي عند الخسارة لا يعود إلى الخصوصية، ولكن إلى المجال الجذاب للوعي الذي يعد تمثيلاً رمزياً. كل «شيء» يعكس خصائص مجردة يمكن تصنيفها في مستويات متقدمة من التجريد:

المخصص	الصف	التحريدي
«فرسان قديم»	«كليّة»	مصاحبة
مال	أصل	النجاة
الثروة	تعني	الأهميّة والمكانة والراحة
العاشق	علاقة	جنس، فخر، أمن، مصاحبة
نسبي	عائلة، قبيلة	انتماء لمجموعة
تلقائي	حيازة	نقل، راحة، حالة عملية
عنوان	البقاء	فخر، حالة
منزل	موطن	ملاءمة، ديمومة، أمن
رفاهية	حيازة	راحة، فخر، حالة
عمل	اقتصاد	ديمومة، حالة، مهارات
شباب	فرصة، تعليم	مستقبل مفتوح، تأثير، حب
أب/أم	علاقة	الانتماء لأسرة/مجموعة، الماضي
ولد	علاقة	حب، مستقبل محتمل، دور أبوي
صحة	بدنيّ/حياة	النجاة كجسد
«أشياء قيّمة»	حيازة	وجدان، «خاصتي»، ألفة
«ضرورات»	حيازة	ملازمة

ومما يسهّل من التخلي عن التعلّق تقدير أن تلك «القيمة» هي تركيبٌ يعتمد على أهميّة مجرّدة وعلى ما يمثله الشيء أو السمة من رمزية، وبالتالي سنجد أنه من

الممكن التعويض عن خسارة محددة أو كسبٍ محدد باستبدالها بما يعادلها في نفس السويّة أو من سويّة أعلى منها.

تقع بعض أشكال الأذى نتيجةً لخسارةٍ وهميّةٍ أو حقيقيةٍ للسمات الشخصية كالشباب، أو القوة البدنية، أو الصحة، أو حتى خسارة الفرص، والندم على الجهود غير المثمرة، أو على إخفاقات الماضي، أو على الاختيارات السيئة. ويمكن التخلص من الأذى على أخطاء الماضي أو على القرارات غير المنصفة عن طريق إعادة وضع ما يسمى «الكائن البشري» ضمن السياق كجزءٍ من عملية التعلم. الندم أيضاً هو نتيجةٌ لاستبدال الواقع بالحالة الافتراضية، كأن تقول على سبيل المثال «يجب عليّ أن»، أو «كان بإمكانني»، أو «لو أنني فقط أخذت خياراً مختلفاً»، وما شابه ذلك. ويشمل ذلك أيضاً التوهم بأن القرار «الأفضل» كما هو مفترض كان من الممكن أن يحقق قدراً أكبر من الفائدة والمنفعة والسعادة. تتجاهل هذه الافتراضات أيضاً أن التطور هو على منحى التعلم وأن هناك تأثيراتٍ قدريةً مجهولةً على الخيارات سلبيةً وإيجابيةً. هناك مغالطةٌ متأصلةٌ ما بين افتراض أنه «كان بمقدوري»

أو «ينبغي عليّ»، لأنه في الواقع إذا كان «بمقدور» أحد القيام بفعلٍ حقاً فمن الواضح أن «يفعل ذلك» عندما تكون جميع الظروف مواتيةً لخيارٍ أفضل.

يفضي كلٌّ من الإشفاق على النفس بالإضافة إلى طبيعة الحياة الإنسانية إلى عملية التعافي. ينبع الأذى من التمسك بتصورات سابقة، وهناك فائدةٌ كبيرةٌ من اتخاذ القرار لإعادة تكريس المرء نفسه للحاضر والتركيز عليه، وذلك دون إصدار أحكامٍ ذات قيمةٍ أو إطلاق افتراضاتٍ متشائمةٍ عن المستقبل. عندما لا تكون هناك عوائق أمام النفس البشرية فإنها خلاقَةٌ ومبدعةٌ. لكل مستوى من مستويات الوعي مشكلاته الفطرية الخاصة به، ولكنه يحتوي أيضاً على الحلول الملائمة لها. الرغبة في التراجع إلى الماضي مفهومةٌ إلا أنها غير مجديةٍ وتعمي المرء عن الفرص

المتاحة أمامه في الحاضر، كما أن القيود في جانبٍ من جوانب الحياة هي في الوقت ذاته انفتاحٌ على فرصٍ وخياراتٍ في مجالاتٍ أخرى منها، وتعمل الخسارة في كثيرٍ من الأحيان على تحويل اهتمام الشخص من النظر إلى عدم تحقيق السعادة نحو إعادة تقييم الأصول والخيارات التي تم تجاوزها سابقاً، وهكذا يمكن للخسارة أن تتحول إلى ربح كحافزٍ للنمو والتطور الروحي، وفكرةُ أن الخسارة يمكن أن تكون «نعمةً مقنّعة» تستغرق وقتاً طويلاً لتنضج ويتم اكتشافها. ويؤدي رفض الفرص إلى المرار والمحطاط القيمة الجوهرية للحياة، كما يؤدي قبول تقلبات الحياة البشرية إلى مزيد من التفهّم والرحمة.

الحب هو الفرصة لتسليم الإرادة الشخصية إلى الله، ولمراجعة الغاية العامة من الحياة التي وهبت للإنسان.

### ازدواجية الأسي

في حين أن بعض درجات الأسي هي أمرٌ حتميٌّ ضمن مسار حياة الإنسان، فإن الأسي المزمن يتطلب التخلي عن الازدواجية في المواقف التي يستند إليها كموقفٍ على المدى البعيد، أو كحالةٍ سائدةٍ من الوعي.

### ازدواجية الأسي

نفور	جذب
التخلّي عنه	التعلق بشيء
يعيش الحاضر	يعيش في الماضي
يقبل	يتراجع
يقبل العيود- كارما	يساوم الله
يستسلم بتوسل	بأمل التغيير
يرى الفرصة للاستمرار	يرى الخسارة
يستمر بالعمل	يرفض، ينكر
يقول	غضب، استياء
يقبل المحدودية	يلوم الذات الإلهية
يستبدل بقم جديدة	يشعر بالفراغ
يكافئ	يقبل
يرى السعادة من الداخل	يعادل «الأثر» أو «الشيء» كمصدر للسعادة
يعتمد على ذاته	متكلّ على الآخرين
متجاوز	مقاوم
آمل	قنوطاً
يمضي مذمناً نحو الخيارات	يرجع بالزمن إلى الوراء
يحفّض	معمّم بالمشاعر
الاكتفاء الذاتي	يسعى للانسجام
يقبل، يمضي في العمل	يتجنب، يتحكم
يرى الخسارة مؤقتة	يرى الخسارة دائمة
يرى مصدر السعادة داخلياً	يرى مصدر السعادة خارجياً
المستقبل واعد	لا يبدل له
الحياة ملأى بالحلول	الحياة ملأى بالمشاكل
إخلاص وأمل	إدود

## الفصل الخامس: الخوف

(مستوى التقييم ١٠٠)

### مقدمة

عند المستوى 100 يتوفر المزيد من طاقة الحياة. الخوف من الخطر يسيطر على معظم العالم، مثيراً لنشاطٍ لا نهاية له، كالخوف من الأعداء أو من الشيخوخة أو من الموت، ويعد الرفض جنباً إلى جنب مع العديد من المخاوف الاجتماعية الدافع الأساسي في حياة معظم الناس.

من وجهة نظر هذا المستوى، يبدو العالم خطراً ومليئاً بالفخاخ والتهديدات. الخوف هو الوسيلة الرسمية المفضلة للسيطرة من قبل الوكالات الشمولية القمعية. وانتشار المخاوف هو أمرٌ لا حدود له حاله في ذلك حال الخيال الإنساني، وبمجرد أن يركز المرء

على الخوف فإن الأحداث العالمية المخيفة التي لا نهاية لها تعمل على تغذيته، وقد يتحوّل الخوف ويأخذ أشكلاً كثيرة كخوف من فقدان العلاقة على سبيل المثال الذي يؤدي إلى الغيرة وإلى مستوى مرتفع من التوتر. ويمكن للتفكير بالخوف أن ينتفخ متحولاً إلى جنون العظمة أو توليد هياكل دفاعية عصبية، ونظراً لكونه معدّ فقد يصبح اتجاهاً اجتماعياً مسيطراً.

يحد الخوف من نمو الشخصية ويؤدي إلى تثبيطها، لأنه يستهلك الطاقة للارتقاء فوقه، ويعجز المظلومون عن بلوغ مستوى أعلى دون الحصول على المساعدة، ولذلك يبحث الخائفون عن القادة الأقوياء الذين يبدو عليهم التغلب على خوفهم وذلك من أجل إخراجهم من عبوديته.

الخوف هو إحساس ولكنه محدود الانتشار كأسلوب حياة، والخوف الواقعي (أي

الحذر) يساعد على البقاء في منأى من المخاوف غير المنطقية، والتي يشير وجودها إلى مشاكل نفسية داخلية. من الناحية الاجتماعية الخوف المفيد هو أمرٌ مقبولٌ ومرافقٌ طبيعيٌ لجميع أشكال الحياة البشرية، ويتم التعبير عن انتشاره في كل مجالٍ من مجالات الحياة تقريباً، كالخوف من الأبواب المقفلة ومن أجهزة الإنذار من الحريق، والخوف على الصحة وعادات الأكل والبنية المالية للمجتمع بأكملها. وبالإضافة إلى ذلك،

فإنه التركيز بشكلٍ كبيرٍ على وسائل الإعلام التي تلعب دوراً رئيسياً في الشؤون الإنسانية، وخاصةً في البقاء.

من وجهة نظرٍ تطورية نشأ الخوف كضرورةٍ لديمومة الحياة الحيوانية، وتطورها عند الإنسان من خلال القدرة على الإدراك إلى تعابير ذات معانٍ، بما في ذلك التعابير التجريدية.

القدرة على تحليل وتجرید تصوّر الوقت ومفهومه للمستقبل توفر مجموعةً غير منتهيةٍ من الظروف الحقيقية أو المتخيّلة تماشياً مع تلك التي يمكن إسقاط الخوف عليها. وهكذا فإن تعدّد المخاوف ينتشر بشكلٍ غير متناهٍ عن طريق آلية الخيال والفتنات، وفي حين أن الشعور بالذنب والعار والندم يمثل الماضي، فإن الخوف هو ترقّبٌ يركّز على المستقبل.

بما أن الآلية الأساسية للخوف ذات منشأ حيواني وشروط أساسية من شروط البقاء، فقد بُنيت على الشكل ذاته لهيكل وبيولوجيا الدماغ البشري (انظر مخطط وظائف الدماغ، الفصل 9). ويتبع الخوف أيضاً أعراضاً نفسيةً وبيولوجيةً من الخوف نفسه. ويمكن أن يتسبب ذلك في اكتساب مهارات التكيف، ولكنها عندما تخرج عن نطاق السيطرة فمن الممكن أن ترتفع حدتها إلى درجة الرهبة والرعب والهلع الذي يتسبب بالشلل.

على الرغم من أن الخوف يضيف إجراءات الوقاية المتشابكة مع في جميع جوانب الحياة العادية، فإن تقلباته العاملة يتم قبولها على أنها عادية، أما الخوف كمنط من السلوك السائد هو أمرٌ غير مريح وعائقٌ يحد من اختبار الواقع، مما يؤدي إلى انخفاض في مستوى الوعي.

ويصبح الخوف بوصفه المستوى المهيمن للوعي عند مستوى التقييم 100 حالة ذاتيةً سائدةً محدودةً واعتيادية متوقعة، يمكن حينئذٍ إسقاطها على أي جانبٍ من جوانب الحياة تقريباً، وهذا يؤدي إلى الإثارة المفرطة لآليات ديمومة الدماغ، مما يتسبب في مستوى أعلى من التنبيه تؤهب «نظام التفعيل الشبكي المنتشر» الذي يحرص على إفراز هرمونات الإجهاد التي تعرف بتوازن الأدرينالين/الكورتيزون جنباً إلى جنب مع غيرها من الناقلات العصبية. المخاوف التي تتعلق بالمضادات الوقائية التي تدعم البقاء،

ومع ذلك فإن هناك مخاوف غير واقعية يمكن أن تصبح تعجزيةً.

من وجهة نظرٍ تطوريّة، يمكن أن نعتبر بأن حياة الإنسان تبدأ مع الرضيع الذي عانى من الخوف بشكلٍ مسبق (نتيجةً لإهماله أو لفقده شخصياً الأم)، ويستمر الخوف مدى الحياة وينتهي بالخوف من الموت ذاته بالتوازي مع الخوف من المجهول. في الحياة العادية يمكن التخفيف من الخوف بمناورات تحصينٍ لا تعد ولا تحصى، وبالضمانات التي تجعل الحياة مقبولةً أو حتى جميلةً،

ورغم ذلك فإن الاختباء في الظلال هو من المخاوف التي يتعذر تفسيرها، بما في ذلك من أحداثٍ عرضيةٍ أو كارثية.

تشير الدراسات الأدبية إلى أن التلازم الديني/الروحي مع الإيمان من شأنه أن يخفض المستويات العامة للخوف، حيث تعمل الطاقة الروحية على تحويل سيطرة الدماغ إلى نظام أكثر اعتدالاً تتم معالجته بأسرّ بدلاً

هرمونات الإجهاد بالإندورفين ومستويات من السيروتونين وغيرها من الناقلات العصبية.

## الخوف السريري/المرضي

يتم التعبير عن الدرجات السريرية للخوف باضطرابات القلق، بما في ذلك الرهاب، واضطرابات ما بعد الصدمة PTSD، والموانع، أو تجاوزات الآليات التعويضية مثل الانسحاب، والاتكالية أو إدمان المخدرات. ويبرز الاستخدام الواسع الانتشار للمهدئات والكحول مشكلة عدم الارتياح والقلق المفرط، والذي يتضمن أيضاً عوامل وراثية وغيرها من كل من الميراث الفردي والجماعي. وبرزت مجموعة متنوعة من طرائق العلاج كاستجابة للحاجة إليها، بما في ذلك عدم التأقلم، والإرشاد الفردي والجماعي، والعلاجات النفسية المتنوعة، بما في ذلك التحليل النفسي. كما يكمن الخوف المرضي وراء مشاكل نفسية أخرى، مثل اضطرابات الوسواس القهري والتوهم المرضي، والهستيريا.

## تجاوز الخوف

عملية التخلص من المشاعر السلبية مماثلة لحالة التعافي من المواقف والحالات السلبية الأخرى. في هذه العملية يتم السماح للمخاوف بأن تنشأ دون مقاومتها، ويتم إخضاع طاقتها العاطفية عند بروزها. هناك تقنية بسيطة تسمى «وماذا بعدئذٍ؟» وفي هذه العملية يبدأ المرء بالخوف ثم التسليم للعواقب عندما يحدث مثل هذا الخوف. فمثلاً:

«أخشى أن أفقد عملي».

«ثم ماذا بعدئذٍ؟».

«عندها لن يكون لدي أي مال».

«وماذا بعد ذلك؟».

«بعد ذلك سوف يتم طردنا من المنزل».

«وماذا بعد ذلك؟».

«بعد ذلك سنصبح بلا مأوى».

«وماذا بعد ذلك؟».

«بعد ذلك لن يكون لدينا أية نقود لشراء الطعام، وقد نموت جوعاً».

«وماذا بعد ذلك؟».

«بعد ذلك سوف نمرض ونموت»، وهكذا.

بما أن عاقبة كل خوف هي التسليم به (يمكن أن يحصل الشيء ذاته تماماً مع أغلب الناس)، فإن موكب المخاوف ينقضي دائماً وينتهي مع الخوف من الموت الجسدي ذاته. ومن المثير للاهتمام أن تجربة «الموت القريب» تلغي بعد حدوثها جميع المخاوف من الموت (أيضاً صحيحٌ بالخبرة من حياة المؤلف نفسه). تقريباً كل أشكال الخوف الاجتماعي والنفسي والبدني هي في اللاوعي مجرد تفاصيل من الخوف من الموت الذي يعتبر منشأً لها كلها، وقد يستغرق الأمر بعض الوقت أو قد يتطلب ساعاتٍ أو أياماً أو حتى فترةً أطول للمرور بقائمة الأهوال بأكملها، وفي النهاية عندما يتم قبول الموت والتسليم إلى الله، يسقط جوهر المخاوف.

هذا الاستسلام العلاجي النهائي يطرح بشكلٍ جليٍّ مسألة موقع المرء ضمن السياق الإلهي، وتسليم الحياة المادية إلى الله وبعد ذلك طرح مسألة المخاوف المتجمعة أخيراً من المخاوف المتعلقة بالقضاء والقدر كالمخوف من الرب المعاقب ووصف الله بتصوراتٍ وأساطير. ومن المفيد أن نتذكر بأنه لو لم يكن

الله بمنتهى الرحمة فلربما لم نكن اليوم على قيد الحياة.

حتى النظم العقائدية البدائية للآلهة العقابية والغيورة والمنقمة والغاضبة يمكن أيضاً أن تصدر قراراتٍ تمنح من خلالها العفو والخلاص، ويشمل ذلك ضمن العوالم العقلانية والعملية الغفران عن طريق الاعتراف والتوبة وقبول المخلص، والقيام بتغييرٍ كبير في السلوك والصلاة والتوسُّل، وبشكلٍ أساسيٍّ تسليم إرادة المرء إلى الله.

ومن المفيد أن ندرك أن الحياة كلها من لحظةٍ إلى أخرى تقوم على أساس الإيمان بأيّ شيءٍ مهما كانت تسميته، وحتى الملحدون يتمسكون بنظام عقائدي انطلاقاً من الإيمان بصحة المعتقدات وشرعيتها، والأبحاث التي تناولت مستويات تقييم الوعي تثبت صحة الأديان الرئيسية في العالم، والنظم العقائدية الروحية (الحقيقة مقابل الباطل 2005).

يمكن أن يكون السلام نتيجةً للاستسلام لحتميات الحياة، ويمكن للمشككين الدينيين/الروحانيين أن يتطلعوا داخلهم ليلاحظوا بأن القيمة الداخلية الجوهرية للحياة والتي لا يمكن انتقاصها هي قدرة الإدراك والوعي والركيزة الذاتية. عندما لا يتوفر الوعي لن «يعرف» الفرد، أو حتى «يعرف» أنه «يعرف»، ولذلك فإن الوعي هو إدراك بديهي للوجود، بصرف النظر عن محتوى هذا الوجود.

وهكذا، يمكن قبول الوعي ذاته على أنه حقيقةٌ واضحة، دون تفاصيل الكينونة الإلهية (وفقاً لتوصيات بوذا). مسألة «يكون» هي شيء، ولكن أن نعرف أن أحداً «يكون» تتطلب بشكلٍ واضحٍ خاصيةً أكثر تسامياً.

كل الخوف هو نتاج الأنا باعتبارها مرحلةً تطويريةً، بشكلٍ مصاحبٍ للمادية. تستمر الحياة العديمة الحسّ عن طريق تصميم وتجسيد الآليات التي تعمل انطلاقاً من المجال الجذاب السائد، مثل مستعمرات الشعاب المرجانية على سبيل المثال،

ولكن مع الإدراك التطوري لوجود المرء تنشأ «لي» «me» على أنها منفصلة عن فئة الحيوان، وهكذا ينشأ الخوف مصحوباً بالاختيار وإدراك العواقب. ينتشر الخوف لدى الفرد عن طريق المقاومة، ويتراجع مع القبول بأنه من الممكن أن يتم تبسيطه، بإعادة هيكلة الخوف حتى ينظر إليه على أنه مصدرٌ للقوة.

عند تفحص الخوف فإنه يُخشى منه وبصرف النظر عن مضمونه يجد ذاته لأنه ردُّ فعلٍ فيزيولوجيٍّ عاطفيٍّ بغضبٍ مجرّب، وهذا هو المبدأ الأساسي للاقتباس الشهير للرئيس روزفلت: «ليس لدينا ما نخاف منه سوى الخوف نفسه». ولذلك فإنه عند التخلص من الخوف يجب القبول بالتلازم المادي من خلال عدم المقاومة، وبهذه الوسيلة تُحمد الأحاسيس ذاتها (كشعور الغثيان في المعدة، والارتعاش العضلي، والتعرق، والنبض المتسارع، وما إلى ذلك)، وهكذا يمكن تخفيض الخوف إلى الحالة البدنية ذاتها.

سريرياً يمكن تجاوز المخاوف بسهولةٍ إلى حدّ ما في حالة التنويم. إن إحدى الوسائل العلاجية هي تعليم المصاب التنويم الذاتي،

وهي تقنيةٌ بسيطةٌ نسبياً يمكن تعلّمها بسهولةٍ في جلسةٍ واحدة. التنويم الذاتي هو أيضاً أداةٌ لاسترجاع الحياة الماضية وتذكّرها،

ويبقى التشكيك قائماً حتى تبدأ تجربة الحياة الماضية الفعلية بإعادة نفسها، مما يتيح للقضايا الأساسية أن تصبح واضحةً،

ويؤدي ذلك إلى الارتياح الشديد. يمكن تحويل المخاوف إلى توقعاتٍ وحساباتٍ عقلانيةٍ تؤدي إلى الحفاظ على الحياة دون اللجوء إلى الانفعالية من الخوف نفسه. وأخيراً يمكن أن يحدث الإدمان على إثارة الخوف والميلودراما التخيلية المصاحبة لذلك.

تظهر أبحاث الوعي أنه يتم تعيين توقيت الموت الجسدي بدقةٍ في لحظة الولادة

ذاتها، ليس من حيث «كيفية» حدوثه بل من حيث «زمانه». (يتم تقييمه على أنه «صحيح»). ومن المفيد أن ندرك أن الفرد هو حالة خطية ولذلك فهو محدود، في حين أن النفس غير خطية وغير محدودة. ومن المفيد أيضاً أن ندرك بأن الموت الحقيقي الفعلي غير ممكن، لأن الحياة يمكن أن تتحول فقط من أحد الأبعاد إلى بعدٍ آخر ولكنها لا يمكن أن تنطفئ، وذلك لأن ما يمثله الـ (نموذج) الخطي هو وعاءٌ للحياة ولكنه ليس مصدرها، وبما أن الحياة ومصدر الحياة غير خطيين وبالتالي فهما لا يتبعان للزمن أو البعد.

القضاء على الخوف يتطلب تدجين الخيال الذي ينشأ في مرحلة الطفولة عندما لا يكون التفريق بين الواقع والخيال قد تطور بعد. الصور العاطفية المخيفة غير محدودة في الخيال وليست موضوعاً يمكن تقييده، ويمكن تفصيلها إلى صورٍ خرافيةٍ ومخيفة يتم تعزيزها بحكايات الجن وتأثير الوسائط البرمجية. تحتوي الرسوم المتحركة للأطفال عادةً صوراً مخيفةً وتعقيداتٍ رسومية لا حصر لها، ولذلك فهي مصدرٌ دائمٌ لمخاوف الأطفال. وعلى قدرٍ من الأهمية تشير أبحاث الدماغ إلى أن دماغ الطفل لا يستطيع أن يميّز ما بين العنف الحقيقي والعنف المتلفز (لوهمان 2004). يستمتع البالغون بأفلام الرعب لأنهم يتعاملون مع المخاوف من الجانب للمشاهد، ويمكن استخدام هذه القدرة التخيلية للعقل البشري علاجياً في برامج إزالة الحساسية عن طريق تقنيات «افتراضية».

يميل الخوف إلى أن يكون ذاتي التعزيز وهو تقييد لتطور مهارات التكيف. الخوف من الفشل يتسبب في تثبيت تنمية الثقة الاجتماعية والاستخفاف بها، ويمكن أن يؤدي إنكار الخوف إلى إظهاره معاكساً في التعويض المفرط بالتظاهر بالشجاعة والقيام بسلوكيات مجازفة لا لزوم لها.

## الخوف والتطور الروحي

قال يسوع المسيح بأن الخوف هو العائق الأخير الذي يجب التغلب عليه. الخوف كله من وجهة نظر أبحاث الوعي وتطورها هو نتاج لإصرار الأنا وفشلها في التخلي عن سيادتها للإرادة الإلهية. التسليم الفعّال لمشيئة الله هو أمرٌ اختياريٌّ وهو قرارٌ للإرادة،

ولذلك فهو مختلفٌ تماماً عن السلبية أو اللامبالاة أو الاستسلام. اختيار المواءمة بشكلٍ واعٍ مع اللاهوت والحقيقة هو إعادة تمكين وتحويل الهوية من الذات self إلى الذات الإلهية Self، مما يؤدي إلى تزايدٍ في الثقة والشجاعة والكرامة الشخصية بدلا من احتقار الذات أو تشويه سمعة الذات. الاستسلام الكامل يجلب السلام؛ بينما يجلب الاستسلام الجزئيّ أو المشروط الشك الدائم.

عندما يتم استسلام الأنا/الذات تدريجياً، فهي تذوب ضمن الذات الإلهية Self التي تحل محلها، وهي صالحةٌ لكل زمانٍ ومتألقة ذاتياً لطمس الشك كله إلى الأبد. يحدث التحقيق ذاته في الناس الذين يعانون من تجربة الاقتراب من الموت أو أولئك الذين لديهم وعي متقدم وبمضون من خلال إنجازاتهم التحويلية. تؤكد أبحاث الوعي أن الموت ليس شيئاً ممكناً، والحياة نفسها مدعومةٌ بالمصدر الأبدي الذي لا يمكن فصله عنها. وذلك لأن ما هو خطيٌّ، ومقيّدٌ، ومحدودٌ بالزمن يأتي إلى حيز الوجود بسبب ما هو أبديٌّ وغير خطيٍّ (يتم تقييمه عند المستوى 1000).

## الخوف والدين

تنشأ المخاوف من إدراك العواقب المستقبلية للتجاوزات والأخطاء والهفوات الأخلاقية التي قد تكون مؤقتةً أو ربما تمتد حتى على المدى الطويل. هناك خوفٌ من الحكم الإلهي ناهيك عن المخاوف من تصوير الإله على هيئة الإنسان الغاضب أو حتى المنتقم، وكلما كانت النظرة للرب أكثر بدائيةً أصبحت الصورة

مخيفةً أكثر، وتترافق المخاوف مع الشعور بالذنب وتوقُّع العقوبة أو الجحيم نفسه، وتتزايد هذه المخاوف من خلال الأنظمة العقائدية الأسطورية التي تصبح تثقيفية.

كلما ارتفع مستوى الوعي قلَّ الخوف من الله. وكما هو متعارفٍ عليه يتم تصوير الإنسان بالبريء على نحوٍ غامضٍ بسبب الجهل «إنه لا يعلم ما يفعل»، فضلاً عن إدانته بأنه محكومٌ بالغرائز الحيوانية للأنا. الجهل متأصلٌ في بنية ثنائية الأنا/العقل وقيودها،

الأمر الذي يجعله عاجزاً عن التمييز ما بين المظهر والجوهر عن طريق التطور التدريجي المحدود، وهكذا دون وجود المخلص أو الرسول أو المعلم الكبير سيكون الإنسان في هذا العالم في مأزقٍ خطي، وحتى الأديان نفسها تميل إلى الدخول في الصراع، الذي يستثنى منه مبدأ التوحيد. وهكذا، فإن الإنسان ضمن هذا الصراع هو في خطرٍ من الناحية العملية، ومحاطٌ بالمغريات من الداخل والخارج معاً.

تقدم الديانات اليهودية والمسيحية والإسلامية حلول الخلاص والفداء، في حين أن البوذية والهندوسية تؤكدان على التطور الروحي من القيود المفروضة على الأنا الخطية إلى مستوياتٍ غير خطيةٍ أعلى من التطابق الروحي. ومع ذلك يتم وضع عواقب الخطيئة/الخطأ/المحدودية/الجهل ضمن سياق التوازن عبر الرحمة الإلهية، والحب، والتسامح.

انطلاقاً من أبحاث الوعي يتَّضح لنا بشكلٍ مؤكد أن مصير روح المرء هي نتيجةٌ للخيارات والقرارات الخاصة به التي يتخذها بدلا من اعتبارها انتقاماً من إلهٍ ساخط. وهكذا تحدّد كل روح موقعها التطوري الخاص بها ضمن السياق غير الخطيِّ لمجال الوعي الشامل اللامتناهي، بشكلٍ مماثلٍ لسدادة فلين تطفو على ماء البحر لترتفع إلى الدرجة الطبيعية الخاصة بها من قابلية الطفو، أو كبرادة الحديد التي تتحرك تلقائياً ضمن حقلٍ كهرومغناطيسي عالمي.

العدالة الإلهية فطريةً وتمتع بالاستقلالية كنتيجةً للخلق ذاته، وبالإضافة إلى ذلك فإن كلفة الوجود الكوني تشمل دائماً الخيارات الحالية من أجل النجاة، ولذلك فإن عدالة الله تامةٌ لأنها تمنحنا الحرية التامة أيضاً بالإضافة إلى الفرصة لتطوير الوعي والإدراك الروحي. (ويتم تقييم ما ذكر أعلاه عند المستوى 945، وفي المقابل فإن تصوير الله في شكلٍ إنسانيّ يقع عند المستوى 75).

## ثنائيات الخوف

الخوف هو آلية أساسية للبقاء على قيد الحياة، وهي جوهرية لتطور الأنا انطلاقاً من أشكال الحياة الحيوانية الأكثر بدائيةً. هناك خوفٌ واقعيٌّ على المدى القصير على النقيض من الخوف باعتباره مستوىً مهيمناً وسائداً للوعي. وللمخاوف بدايةً مبكرةً عند الأطفال الصغار وتتنامي في جميع مراحل الحياة ما لم تتم مجابقتها بشعورٍ عامٍ بالأمن. ويتطلب الشعور بالقبول في الاستجابة للحياة التغلب على المخاوف غير العقلانية التي تنشأ كنتيجةً للعديد من حالات الأنا.

## ازدواجية الخوف

جذب	نغور
إثارة من العطار	يبقى «هادئاً»
هلج، ردة فعل «بالغ فيها»	سيطرة الذات الإلهية
يجعله دراما	يعالج بهدوء
يشدّد	ينقّس
جذب الانتباه، لمساعدة	الذات الوائقة
يجو	الزفة، باللم
يصون	يفقد، يخسر
يتحكم	يستسلم
انفعاليّة	التفكير بوصوح
يعالى	يحفص
تحيل	يبقى منطقياً
مشروع للمستقبل	نعيش الحاضر
محلف	يقمع الخيال
يرى الأعداء	يرى الأمان
يقاوم، يذافع، يتجنب	يقبل
يتطوّر، يصاعد	يطلل الإدراك
ملاذ	يمضي في العطل
سرر	يرى بواقعة
يلقى بالأسباب	يتحمل المسؤولية
الموت	يرى الحياة خالدة
التركيز على الجسد	التركيز على الروح
يرى الحياة مادية	يرى الروح واقعاً
فقدان الشباب، لمال، الممتلكات	يرى مصدر استعادة جوهرياً
فقدان حب الآخرين	يرى الذات الإلهية مصدرراً
يعتمد على النفس	ينق بالله، والذات الإلهية

## الفصل السادس: الرغبة

(مستوى التقييم ١٢٥)

### مقدمة

هناك المزيد من الطاقة المتوفرة عند مستوى الرغبة، والتي تعمل على تحفيز مجالات واسعة من النشاط البشري بما في ذلك الاقتصاد. يتلاعب المعلنون على الرغبات لبرمجتنا بالاحتياجات المرتبطة بدوافع غريزية، وتدفعنا الرغبة إلى بذل جهد كبير لتحقيق أهدافٍ معيّنة أو للحصول على مكافآت. الرغبة في المال أو الهيبة أو القوة تقود حياة الكثيرين من الأشخاص الذين ارتقوا فوق الخوف كمحفزٍ سائدٍ في حياتهم.

الرغبة أيضاً هي مستوى الإدمان، حيث تصبح الرغبة تعطشاً أكثر أهمية من الحياة نفسها، وقد لا يكون لدى ضحايا الرغبة في الواقع إدراكٌ لأساس دوافعهم. يصبح بعض الناس مدمنين على الرغبة في الاهتمام ودفعة الآخرين بعيداً بمطالبهم المستمرة، وقد أدت الرغبة للقبول الجنسي إلى إنتاجٍ ضخمٍ في عالم مستحضرات التحميل ومجال الموضة التي تزيد من الفتنة والجاذبية.

يجب أن تُلبى الرغبة بالاكْتساب والتراكم، والتي غالباً ما تكون نَهْمَةً لأنها مجال طاقةٍ مستمرة. ويتم استبدال إشباع إحدى الرغبات فقط بالرغبة في شيءٍ آخر، وعلى سبيل المثال غالباً ما يبقى المليونير الكبير مهووساً بالحصول على المزيد والمزيد من المال.

مما لا شك فيه بأن الرغبة هي حالةٌ أعلى بكثيرٍ من اللامبالاة أو الأسى، ومن أجل «الحصول» عليها يتوجب على المرء أن يكون لديه الطاقة لـ «الطلب». لقد كان للتلفاز أثرٌ كبيرٌ على كثيرٍ من الناس المظلومين، حيث عمل على غرس

الحاجات في أذهانهم وزيادة رغبتهم إلى الدرجة التي تجعلهم يتخلون عن اللامبالاة، ويبدؤون في البحث عن حياة أفضل. وكما أن «الحاجة» يمكن أن تضعنا على طريق الإنجاز، وبذلك يمكن للرغبة أن تصبح نقطة انطلاق نحو مستويات أعلى من الإدراك.

### سريرياً

الرغبة البناءة تؤدي إلى تحقيق الرضا عن الخيارات المفضلة على أساس إتمامها في ضوء موارد الدافع متبوعاً بفعل الإرادة والتي بدورها تؤثر على المستوى العام للوعي. وهكذا يمكن استبدال الطلب والرغبة بالاختيار والقرار.

يُعبّر عن الجانب السلبي للرغبة بنوعيته الإلزامية، والتي يمكن أن تؤدي إلى التعطش والانسحاق وراءها، وعندما تتسع عن طريق الانفعالية يمكن أن يتم اعتبارها «احتياجات». ونتيجة حياة المطاردة والقلق المستمرين لكسب المبررات والمصادر الاصطناعية للرضا يزيد التعرض للخوف من الخسارة.

يرجع الأصل التطوري لنموذج الطلب ودافعه إلى الشكل البدائي للحياة الحيوانية، التي تفتقر إلى المصدر الداخلي للطاقة مما يستدعي تأمينها من الوسط الخارجي عن طريق التجربة والخطأ، وعلى هذا الأساس ارتبطت الحاجات والمتطلبات بالبقاء

والخوف. عند الإنسان يتم تفصيل الرغبات والمتطلبات بالتعبير الاجتماعية والمجردة وتؤدي إلى الملاحقة الإلزامية أو حتى اللجوء إلى السلوكيات عالية المخاطر.

من الممكن أن يبقى التعطش مستمراً بسبب فشل آلية الإرضاء الداخلية التي من خلالها يبدو عدم الاكتفاء، ويصبح الاكتساب أسلوب حياة من الملاحقة

اللامتناهية. الطلب هو فرعٌ من الدافع الأساسي للجوع/العطش، والذي يمكن أن يكون نمط سلوك مدفوع ذاتياً من الإحباط المزمّن. في المصطلحات الفنية الكلاسيكية المقتصرة على فئة محدودة يتواجد الطلب والرغبة بشكل فعّال في شاكر الضفيرة الشمسية، مما يؤدي حسب طريقة التعبير إلى أن الأشخاص «مدفوعون بصفائهم الشمسية». الأشكال المرضية للطلب المزمّن معروفة في المجتمع بالدافع اللاهوائي للعلاقات والجنس والأمور المادية والادخار والإدمان وأمور كثيرة أخرى. الرغبة المستمرة في الحصول على القبول تؤدي إلى سلوكيات «إرضاء الناس» والخنوع والتذلل. ويعبّد التعطش الاجتماعي في كثير من الأحيان معوّضاً للشك الذاتي وانخفاض تقدير الذات، وبالحاجة إلى توفير مصائد خارجية للمتعة باستمرار.

وقد ترتبط التعبيرات الاجتماعية للحاجة والطلب بمفاهيم خارجية ومواقف سياسية، وبالحاجة إلى السيطرة على الآخرين التماساً لمشاعر الأهمية وكسب اهتمام الرأي العام. وهكذا فإن الطلب والحاجة هي نرجسية مفرطة وإن كانت تبدو في ظاهرها تعابير ومواقف اجتماعية غيرية. تعبر الحاجة الاجتماعية أيضاً عن السمات الشخصية للتلاعب والمنافسة والبحث عن حالة.

## الرغبة والأنا

تعمل الأنا بسبب نشأتها التطورية على تطوير وظيفة الاستحواذ لـ «الحصول على» ما تريد، وهو أمر ضروري من الناحية البيولوجية للبقاء على قيد الحياة، ولذلك فإن مصدر الرضا موجود «خارجاً»، في حين أن المصدر الحقيقي للمتعة في حد ذاته هو آلية داخلية في الدماغ تتم إثارتها بمجرد الاستحواذ على «الطلب»، وفي تعبيراتها الأكثر اعتدالاً فإن طلباتها واحتياجاتها هي ذات طبيعة اجتماعية وعاطفية، كتلك الاحتياجات التي توفرها الأسرة أو القبيلة أو المجموعة. تتسبب التنشئة الاجتماعية في الدوافع لتحقيق الهيمنة والسيطرة والقدرة

على الجذب، وعند الإنسان يتم التعبير عن التفاصيل اجتماعياً في السعي وراء  
المنزلة والمكانة والتملك ونمط الحياة التنافسية التي تؤدي إلى الغيرة والحسد.

المشكلة الأساسية مع هذا المستوى من الوعي هو الشعور الداخلي بالنقص الذي  
يترتب عليه عدم الرضا المزمّن والشعور بالنقص وسلوكيات السعي المستمر. وتأتي  
حساسية طلبات الأنا من الافتراض بأن تلبيتها تعتمد على الحصول عليها من  
مصادر خارجية،

وتتسبب الحاجة المبالغ فيها في المغالاة في تقدير المظاهر الخارجية والتضخيم غير  
الواقعي تبعاً لأهميتها، وهكذا فإن الطلب يؤدي إلى الجشع والإحباط والقلق،  
وكذلك الطمع، والجشع، والحرص المزمّن على الكسب.

وترتبط مشكلة الرغبة في نزعة الأنا بإسقاط الخصوصية على الأشياء المدركة أو  
الأشخاص أو الصفات، وبناءً على ذلك يتم تضخيم الغرض المنشود سواءً كان  
شخصاً أو سمةً أو ممتلكات، وجعلها رومانسية ومتألقة بسماتٍ سحريةٍ مبالغٍ  
فيها، كما هو موضح في الكتاب الكلاسيكي، (الإغراء: مشكلة العالم بايلي،

Glamour: A World (1950

Problem Bailey،

1950. وهكذا تصبح الأنا

مفتونةً بإسقاطاتها الخاصة بها، التي يتم تسهيلها بالطاقة المحددة للإغراء نفسه.  
وهذا ما يضيف على الكائن أو الشخص أو الصفة المرغوب فيها جاذبيةً سحريةً  
وبريقاً مغريباً يكتشف معظم الناس بأنه وهمٌ مع الأسف (على سبيل المثال الولع  
الرومانسي لدى المراهقين).

ثم تصبح الرغبة المتضخّمة المبالغ فيها تعطّشاً وانسياقاً يتحدى العقلانية.، وعندما  
تتبدد الوعود الساحرة الوهمية على أرض الواقع يظهر شعورٌ بالمرارة أو فقدان

والتفجّع. تتخصص وسائل الإعلام في إضفاء البريق على المنتجات بالإضافة للشخصيات ليتم «تقديمها» بشكل أكثر أهمية من الواقع القائم، وبذلك فإن الدعاية الإعلامية هي صناعة رئيسية ومؤثرة «أية دعاية هي أفضل من عدمها على الإطلاق»، والنتيجة هي التعطش اللامتناهي والرغبة في البقاء في دائرة الضوء كـ «لفتٍ للانتباه» التي هي واحدة من مغريات الأنا. الأنا هي البطل الرئيسي / البطلة الرئيسية في الشريط الداخلي لحياة المرء. القلق الداخلي للأنا حول تحقيق احتياجاتها المتوقعة يؤدي إلى جشعهم للسلطة والسيطرة على الآخرين، الذين يندمجون ضمن الشكل الأكثر توسعاً لها كالديكتاتوريات وجنون العظمة النرجسي والفخامة، وكلها تسعى للهيمنة على العالم بأسره. وقد أدى إحباط الرغبات الأنانية إلى الغضب العارم والانتقام وقتل الملايين من الناس الأبرياء على مر التاريخ، وهذه هي نتيجة جشع الأنانية التي تؤدي إلى الهمجية والتطرف الشمولي. ويطلق على هذه الحالة «النرجسية التبشيرية الخبيثة» لأن جوهر الأنا غير المتطورة تحسد الله وتكرهه في الخفاء، وترى في الألوهية منافساً لها، والأنا الذكيّة تعبّر عن عظمتها الداخلية من خلال السعي لاستبدال الألوهية بإعلان نفسها إلهاً (مثل نieron وقيصر، وهلمّ جرّاً)، أو بادعاء السلطة الإلهية الخاصة من خلال الإعلان بأن هذه الشخصيات قد تم تنصيبها بأمر إلهي، وبذلك فقد تم تفويضهم السلطة.

ينظر إلى اغتصاب السلطة الإلهية من قبل شخصيات عامّة مستبدّة تظهر صورة «القائد العظيم»، وما إلى ذلك من الشخصيات التي تتوقّع أن تُعبّد بلا ريب، ويفرض العاهل على رعيته الانحناء له والركوع في حضرته وإطلاق لقب «سيدي» عليه. حكم الملوك شعوبهم بـ «الحق الإلهي» من على كرسيّ العرش الذي كان دائماً يعلو مقاعد الجميع، ويرمز كرسيّ العرش ذاته إلى المطالبة بالسيادة والسلطة غير المحدودة و«الحق الإلهي للملوك».

تكمن المفارقة في المطالبات التبشيرية لقادة العالم على مر الزمن، في أن القليل منهم يحافظ على مستوى تقييم مرتفع بما يكفي للإشارة إلى قوته الذاتية الفعلية، وبدلاً من ذلك فهم يعولون على قوة (الذخائر والشرطة السريّة والجيش والإرهاب).

### التأثير السلبي للـرغبة: الإحباط والحسد والغيرة

الشعور بالنقص الداخلي والدافع للتعويض عنه من المحيط الخارجي يؤدي في تعبيره الاجتماعي إلى الإكراه والرغبة في بلوغ رموز الأهمية والهيبة والرتبة و«أن يصبح محط الاهتمام» وتحقيق الشعبية وغيرها. تقود هذه الدوافع إلى التنافس، والبحث عن الحالة، والتسلق الاجتماعي، والرغبات اللامتناهية في التملك والتي يصبح المال فيها هدفاً في حد ذاته. والرغبة في «أن يكون المرء شخصاً ما» هي ضمن سياق الخصوصية المميزة والتفوق ضمنياً الذي من شأنه أن يضفي جاذبيةً على أي شيء يرمز لذلك.

يمكن التماس سبل أخرى من خلال سلوكيات متطرفة لتصدّر عناوين الصحف ووسائل الإعلام. ومن المصادر الواضحة في الرغبة بحالة ما تنشأ من التنافس بين الإخوة في سنوات الدراسة التي يتم فيها التنافس ومكافأة الناجحين. الحافز لأن يصبح المرء

«شخصاً يحسب له حساب» مهما بلغ الثمن هو الحافز الأساسي المعترف به من قبل القتلة المشهورين (كالقاتل جون لينون على سبيل المثال).

يمكن لاضطراب عدم تلبية الطلب أن يأخذ أبعاداً متطرفةً ومرضيةً، كالحالات التي نراها عند المجرمين المدمنين على الإجرام أو المناضلين السياسيين المتطرفين الذين لا يكتفون بالانتظار لـ «المطالبة بالمصادقية» على أعمال التطرف العنيفة، والمروعة،

وأفعال السلوك الغريبة التي تتطلب الاعتراف العلني بها، والسعي لوضعها موضع الاهتمام عبر وسائل الإعلام، وهناك حالةٌ أخرى تتمثل في القاتل عن طريق التسلسل الذي يترك بصمته ويهين السلطات من خلال تحقيق الشهرة وإحباط محاولات الاعتقال معاً.

الحاجة المفرطة للحصول على الاستحسان تمتد إلى كلِّ من الصُّورة العامّة والذاتية ويمكن أن تعبر عن نفسها بالكمال أو الطموح المفرط.

### الرغبة كعبودية

تنبع السعادة والرضا من استيفاء الخيارات، بينما تتسبب المتطلبات بالقلق والتوتر. ويتم التعلُّق بالسعي وراء الإحساس الداخلي لنظام المكافأة من قبل الدماغ ذاته، والذي كان مرتبطاً بالحواس منذ فترةٍ مبكرةٍ في التطور. الإدمان والطلب الإلزامي هي التفاصيل الإنسانية لوسائل إثارة الاستجابة المأمولة من الدماغ (كالأنشطة والأفكار وما إلى ذلك)، ولذلك قال بوذا بأن العبودية الأساسية الأولى هي للحواس.

تم إدراج الشـرامة ضـمن قائمة الخطايا السبع المهلكة Seven

Deadly Sins بسبب استعبادها للجسد وملذاتها التي

يصبح بموجبها الطعام أو الجنس أكثر أشكال الإدمان شيوعاً، ومع تقدم

الحضارة توسّع الإدمان ليشمل الكحول والمخدرات لإثارة نظام المكافأة في الدماغ بشكل مصطنع.

### الرغبة كإدمان

الرضا المتكرر لدورة إشباع الرغبة يقود إلى التعمُّد الذي قد يتصاعد لدى

الأشخاص سريعى التأثير للتعطُّش والإدمان. التصعيد هو بنفس مستوى الدوافع

الغريزية، وربما يصبح له الأولوية حتى على غريزة البقاء العادية، وعندما يسيطر إرضاء التعطش يغدو التشبيط بالأسباب عقيمًا وغير فعّال، كما هو الحال في ملاحقة المحازفات العالية الخطورة التي تحفل بسجل من معدلات الوفيات العالية (على سبيل المثال: تسلق قمة إيفرست، أو الركوب ضمن برمبل في شلالات نياجارا، أو السعي لتسجيل رقم قياسي في الغوص في أعماق البحار، وما إلى ذلك)، كما يكون احتمال الوفاة بسبب الحمم البركانية، أو حتى الاختناق في انهيار جليدي غير كافيين للسيطرة على الانسياق وراء التعطش النهيم ورعشة الغزل مع الموت كما تتم ملاحظتها أيضاً في أقصى حدود الإجرام (بوني وكلايد Bonnie and Clyde).

الإدمان يلغي العقل والحفاظ على الذات بصرف النظر حتى عن نتائجه الخطيرة. الإكراه يعود بسرعة عندما تعود الفرصة للرضا كما هو الحال في لعب القمار المزم، والاعتداء الجنسي على الأطفال والإدمان على المخدرات والكحول والإجرام وهوس السرقة والنشاط الجنسي والحرق المتعمد للممتلكات وسلوكيات الاضطراب العقلي واضطرابات الأكل والتسوق القهري والتدهويل،

بالإضافة إلى البذخ غير العقلاني والادخار وأمور كثيرة أخرى.

لقد أظهرت الأبحاث في الكيمياء العصبية للدماغ الآليات العصبية الوراثية في الإدمان التي تستجيب للتدخلات الدوائية، بأن جميع أشكال الإدمان بشكل عام متشابهة عملياً في أنها تحث الدماغ على تحرير الناقلات العصبية المرتبطة بالمتعة، وجميع أشكال الإدمان هي بشكل أساسي نتيجة للإدمان على الاستجابة للمتعة ذاتها بأية وسيلة كانت. وأظهرت الاكتشافات السريرية الحديثة بأنه حتى الأدوية المضادة لداء باركنسون (الشلل الرعاشي) قد تؤدي إلى سلوكيات قهرية، مثل القمار، أو الجنس، أو التسوق. (تانر Tanner 2005).

وقد تتراوح هذه السلوكيات ما بين الخطط المالية الجشعة لملياردير للاغتصاب والاعتصاب المتسلسل للأطفال والقتل، ولكن مع بقاء الآلية الأساسية ذاتها. ويتفق النوع الخاص من السلوك المحدد مع العوامل الوراثية والثقافية المتأثرة بالكارما التي ينتج عنها مستوى وعي الفرد. لا يمكن القضاء على حالات الإدمان من خلال التداعيات السلبية، بغض النظر عن مدى فداحتها، ولذلك فهي غير مفهومةٍ بالنسبة للشخص العادي الذي يتوقع بأن عقوبة السجن من شأنها أن تردع الجريمة، فمعظم المجرمين الذين يكرّرون ارتكاب جريمة ينتكسون في الجريمة بعد مرورٍ أيامٍ قليلة فقط على خروجهم من السجن بسبب انسياقهم للإكراه، كما يلاحظ بشكلٍ مميزٍ في صغار الحيوانات المفترسة.

### الأنا باعتبارها إدماناً

من خلال فهم الإدمان تصبح الطريق مفتوحةً لاستيعاب عناد الأنا. تسعى النفس طلباً للمتعة وتصبح مدمنةً على المتعة التي تتلقاها من مواضع محددة، ثم تتعزز دورة الاستجابة هذه بعدئذٍ بالاعتیاد، مما يؤدي إلى نمط الدماغ السائد الذي لا يزال قائماً على الرغم من الآثار السلبية التي يخلفها على الذات أو على الآخرين. كما أن الرضا عن السلبية يرجع في المقام الأول إلى الإدمان، وهذا ما يفسر الطبيعة الممتدة زمنياً لعلم الأمراض الاجتماعية/الروحية/العاطفية التي سادت حضاراتٍ بأكملها لعدة قرون، وما زالت هذه الأمراض إلى يومنا تهيمن على ثمانيةٍ وسبعين في المئة من سكان العالم، لأن التحلّي عن السلوكيات والعواطف السلبية سيعتبر خسارةً للمتعة والارتياح.

إن عاقبة الغرور واضحة، وثمرّة الجشع والاستحواذ والغطرسة ظاهرةٌ بنفس القدر. يتمسك الناس بالكراهية وبالسعي اللامتناهي لتسويغها لعدة قرون. يكثر جامعو الظلم حال الشهداء ودعاة الكراهية والساديون والمازوشيون والخاسرون، وكذلك الديماغوجيون، والطغاة من كل الأصناف. الكراهية الناجمة عن العنف

تفقد المرء صوابه، وقتلة الأبرياء هم المهللون. الصراعات السياسية والدينية والفلسفية تتسم بالإدمان الشديد، لأن ثقافات ومجتمعاتُ بأكملها تمضي نحو انهيارها بسبب المتعة الكبيرة لكونها «على حق»، وحتى للحصول على هذا الحق.

في حين أن ما سبق هي أمثلةٌ على النقيضين، فإن الآلية ذاتها الكامنة وراء سر عواقب المتعة تنشأ من العناد والاستياء وتبادل الاتهامات الذاتية بالذنب، كما يمكن للأشياء الغريبة أن تبدو للوهلة الأولى ضمن المعاناة نفسها، وهناك أشكالٌ أخرى هي الشعور المزمّن بالذنب والمخاوف اللانهائية والهواجس والدوافع والمخاوف اللامتناهية من الحياة العادية التي تدعى «القلق». وقد تكون الهزيمة والخسارة ممتعةً بشكلٍ متناقضٍ كعقابٍ أو كدليلٍ على قسوة القدر. تتميز المواقف الأنانيّة بالترؤّ من المسؤولية وإلقاء

اللوم «بعيداً»، وفي نهاية المطاف فإن ثمرة الأنا هي الطاقة التي تضمن استمراريتها، لأنها تفتقر إلى متعة مدخلات الطاقة الروحية. ثمرة الأنا هي استبدالها بالألوهية، ولذلك فإنها تعمل على صيانة سيادتها وقناعتها في الاعتقاد الصامت السري لأن هذا هو مصدر حياة المرء نفسه، وأعني بذلك الله.

### التعافي من الإدمان على الأنا

الأنا في حد ذاتها غير قادرة على تجاوز التواءاتها الخاصّة بها، فهي الفخ الملتوي لمنزل مرايا الوهم، ومن جانبها فإن الأنا لن تسعى مطلقاً إلى الخلاص، ولا يمكن أن يتم تجاوز مستويات الوعي تلك سوى باستنهاض الطاقة الروحية، وتكون آلية الخلاص بالإرادة التي تدعو للتدخل الإلهي.

أصـيحت الأنا هي المسيطرة بسبب منشئها الرجعي القديم كونها ضرورية للديمومة البدائية، فبالنسبة إلى الأنا، يتم تفسير «الطلب» على أنه «حاجة» و«ملكيتة» يجب امتلاكها»، وهكذا يمكن أن يصبح السعي إليها

محموماً، مع الضرب بالحذر كله عرض الحائط. وبهذه الطريقة تتصاعد الرغبات لدرجةٍ مفرطاً وتتطلب بذل التضحيات، حتى ولو تسبب ذلك في موت الملايين من الناس الآخرين، إذ يجب أن تحصل على ما تطلبه مهما كان الثمن، وسوف تجد الكثير من الأعذار لتبرير صنيعها، وتتخلص من الأسباب بخطابٍ ذكيٍّ مدعوماً باللوم وتشويه سمعة الآخرين، حيث يتوجب على الأنا الفوز بأيّ ثمنٍ لأنها ربما كانت قد ماتت عبر ملايين السنين من التطور، لو لم يتم تلبية طلباتها واحتياجاتها، فالأنا لديها ذاكرةٌ طويلةٌ جداً تعززها ملايين السنين.

### تجاوز الرغبة

نظراً لكون المشكلة داخليةً أكثر من كونها خارجية فإن محاولات السيطرة على التعطّش القهري بـ «قوة الإرادة» (الأنا) نادراً ما يكتب لها النجاح، ولا بإشباع الرغبات التي لا تنتهي والتي تؤدي إلى الراحة المؤقتة فقط. وكما هو معروف جيداً تستجيب الأشكال الأكثر تدميراً للدوافع القهريّة بشكلٍ أفضل لبرامج العلاج القائم على الإيمان وعلى المجموعات التي تتبع بركيّتها الأساسية المثل الناجح الذي تم وضعه من قبل مجموعات الخطوات الاثنتا عشرة، وتؤكد جميع هذه المنظمات على المفاهيم الأساسية ذاتها للتواضع والصدق الداخلي والمسؤولية والاستسلام لقوة أكبر تفوق قوة المرء ذاته. والفشل في الاستجابة لبرامج كهذه يرجع إلى عدم الإرادة في إسقاط المقاومة التي تنبع من صميم الأنا نفسها، والتي يكون الاستسلام لها لعنةً ما لم يصل الألم من الاضطراب إلى نسبٍ لا تُحتمل.

يمكن تجاوز الدرجات المزعجة والأقل حدةً من الانسياق عن طريق استبدال تفضيلات المطالب وتسليم جميع النزوات إلى الله عند ظهورها، وهناك ممارسةٌ أخرى تتمثل في العملية الروحية «وماذا بعد ذلك؟» التي يتم فيها تسليم كل العواقب المرّوعة والمرتبقة إلى الله. في البداية تبدو هذه العملية مستحيلةً، ولكن عند التحقق منها يتحول «المستحيل» إلى مجرد عدم الرغبة،

وهكذا فالاستسلام يعتمد على «الرغبة في» شيء بدلاً من «عدم الاستطاعة». إليك مثال آخر على عملية «ماذا بعد ذلك؟»: «إذا أقلعت عن كذا وكذا، فسوف أشعر بالملل وبعدم السعادة والعزلة وأصبح نكرة ومن المحرومين»، وهكذا تستمر قائمة من الظروف المفترضة التي لا تطاق والتي يتبين بعد دراستها أن أيّاً منها لا يطاق، ويرجع عدم القدرة على الاحتمال فقط إلى المقاومة نفسها وليس إلى الحالة (على سبيل المثال، إذا كانت قائمة على أساس الواقع، فلن يكون أحدٌ سعيداً ما لم يكن من الأثرياء والمشاهير).

يأخذ عدم امتلاك الإرادة والمقاومة في كثيرٍ من الأحيان النموذج «لا أستطيع» كذريعةٍ من أجل تجنب المسؤولية والاستسلام لدافع الأنا، ويمكن الكشف عن هذا بالقول: «إذا أمسك أحدهم بندقيةً ملقمةً وصوّبها نحو رأسك ليطلق النار عليك فإذا كنت لن تسـتسلم فـهل كنت لتفعل ذلك؟» والجواب هو بالطبع إنك تسـتطيع، وبالتالي فإن المشـكلة هي في «الإرادة» وليس في «الاستطاعة». لاحظ بأن نمط الحياة «البدائية» bare bones المتقشفة ذاته يكون مقبولاً إذا ما تم اختياره وانتقاؤه، وهناك العديد من المجتمعات الروحية التي تتخلى عن الأمور الدنيوية أو تتبع مبادئ «الأقل هو الأكثر»، فالبساطة كخيارٍ تعد مقبولةً إلا أنّها تولد الاستياء إذا ما تم فرضها.

كلما تطور مستوى الوعي لدى الشخص انخفضت وطأة الاحتياجات لديه، فمع التطور الكبير تحتفي الطلبات والاحتياجات لأن الرضا لا ينشأ مما يملك المرء بل من تحقيق المصدر الخاص لوجود المرء، والذي لا يعتمد على أي ظواهر أو على فيزيولوجيا الدماغ التي يتم تغييرها بشكلٍ اصطناعي، والشخص المتطور يحتبر متعة الشعور بالحرية الداخلية.

عند تتبع سلسلةٍ من «وماذا بعد ذلك» في نهاية المطاف الخوف السفلي الذي

يقوم بتحريض سلسلة كاملةٍ يتحول ليصبح خوفاً من الموت نفسه. هذا الخوف المكبوت وغير الواعي من الموت يقف وراء المخاوف التي لا حصر لها التي يتعرض لها الإنسان. عند الاستسلام للحياة نفسها وتحسباً للإرادة الإلهية، يشعُّ الإشراق الداخلي للذات الإلهية، وتكون نجاة المرء بالتسليم إلى الله مع بزوغ الفرح. ومن الشروط الأساسية للنجاح في التخلص من الخوف من الموت هو الاستسلام لله بعمقٍ كبيرٍ والصلاة معاً من أجل النعمة الإلهية.

الخروج من الحدود المقيدة يمر عبر خطوات كلاس يكية من «التملك» إلى «القيام بفعل» إلى «الكينونة». إن صيرورة إتمام الإمكانيات الروحية للمرء يلغي كل الاحتياجات أو الطلبات، لأن مصدر السعادة يكمن في الداخل حيث يكون دائماً، ومصادر سعادة الأنا آنية ومؤقتة وعابرةٌ ووهمية، وذلك واقعٌ لا يمكن أن يتم التحقق منه إلا بشكل تجريبي. الذات الإلهية لا تطلب شيئاً لفطرتها الكلية تماماً كما لو أنه المصدر الأساسي لكل ما هو موجود.

وهكذا وبصرف النظر عن الاحتياجات المادية الأساسية للبقاء على قيد الحياة فإن «العوز» هو إدراك حسي، ويتمثل التحدي الروحي باكتشاف مصدر السعادة. يعترف الكثير من الناس الأثرياء الناجحين بصراحة بأنه باستثناء وسائل الراحة المادية، فهم في الأساس ليسوا أكثر سعادةً مما كان عليه حالهم عندما كانوا طلاباً مفلسين، ولذلك كان الجذب الدائم والشعبية الدائمة للأوبرا «البوهيمية» (بوتشيني، 1896) (La Bohème Puccini, 1896).

ويُعتقد من قبل الأنا/الذات بأن السعادة الشخصية مشروطةٌ مما يستدعي الخوف. إن «عدم طلب شيء» هو أمرٌ متحررٌ من الخوف، وبالتالي فهي حالة الشجاعة المنية، وفي نهاية المطاف حتى الرغبة في «امتلاك» جسم تخفي وتبدو كأنها عبءٌ على الرغم من فائدتها لاستكشاف المجال الخطي.

بشكلٍ عمليّ يمكن النظر إلى الجسد على أنه «سبْرٌ فضائيّ» للبعد الخطي الذي يساعد التطور الروحي في العملية. ويستند التعلق به على وهم التماهي معه على اعتباره «الذات» وكمصدرٍ ومستقرٍ للحياة. من وجهة نظر الحالات الأرقى للوعي قد يبدو الجسم كمصدرٍ إزعاجٍ ومحدوديّة، وكذلك للتسلية. والذي يتوجب عليه بعد ذلك أيضاً أن يستسلم. وفي نهاية الأمر يختفي التماهي مع الجسم يختفي بشكلٍ عفويٍ باعتباره «هو» بدلاً من «لي».

### استبدال الرغبة

يعتقد العقل بأن الرغبة والطلب هي حوافزٌ ضروريّةٌ لتحقيق الأهداف، وينبع هذا الاعتقاد من نظام مكافأة تعطّش الحيوانات القديم التطوري. يتم الوصول إلى الأهداف فوق المستوى 200 للوعي ليس عن طريق الطلب، ولكن بدلاً من ذلك عن طريق القرار والالتزام والاختيار كعملٍ من أعمال الإرادة، فيصبح الهدف عندئذٍ ملهماً، مما يؤدي إلى المواءمة بين الأولويات التي تنشأ كما هو الحال في العمل الروحي بتفانٍ وبالاستغناء عن المقاومة. تضيف القرارات قيمةً إلى عملية الجهد اللازم لتحقيق الهدف، وليس من الضروري «التعطش» لها ولكن لمجرد أن تقرر اتباع العمليات اللازمة لتحقيقها.

ويتم تسهيل ذلك بالتخلي عن المقاومة التي قد تنشأ إذا قام الأنا/العقل بتصويرها على أنها «تضحيات».

### حالات الرغبة

يرتبط كل مستوى من مستويات الوعي مع افتراضاتٍ تعزّز مفاهيم ذلك المستوى وتتسبب في المقاومة، وتأخذ هذه التخصصيّة شكل أزواجٍ ثنائيةٍ من الجذب والنفور.

ازدواجية الرغبة

جذب	نفور
خاص	عام
فوز، كسب	خسارة
فقر	غنى
سيطرة	إذعان
ينال	يفقد
تنشوق	يحبط
قوة	ضعف
استحسان	انتقاد
نجاح	فشل
شهرة	إغفال
عند	لن الطبع
عدوانية	طاعة
يقاوم	يتغير
يدافع	يستسلم
اكتساب	اقتنار
شعبية	غير ملاحظ
يجب عليه	يفتقل
مهم	عادي
يشعر بالعظمة	عادي تماماً
استثنائي	معتدل
ملحوظ	مهمل
إنارة	سأم
رائع	اعتيادي
تعبير العالم	تعبير النفس
امتلاك	سذاجة
عرض	نافه
خارق	اعتيادي

هذه هي الدوافع التي يمكن تمييزها والتي تترافق بشكلٍ كلاسيكي مع ضفيرة شاكرا الشمسية. وهي تلقى قبولاً ودعمًا اجتماعياً على نطاقٍ واسع، وفي المجمل فإنها تتجلى على شكل مواقف ودوافع يجب التخلي عنها كارتباطات. والعمليات الضرورية هي الاستعداد والتأمل والتفكير والتدبُّر، ولكن المكافأة الناتجة عظيمة وتفتح الباب للعديد من الفوائد غير المتوقعة التي تعيد وضع الخصائص الذاتية ضمن سياق الحياة.

## الفصل السابع: الغضب

(مستوى التقييم ١٥٠)

### مقدمة

يمكن للغضب أن يؤدي إلى أعمالٍ بناءةٍ أو إلى أعمالٍ هدامة. وعندما يتخلى الناس عن اللامبالاة والأسى للتغلب على الخوف كأسلوبٍ للعيش، فسيدؤون بالطلب. تؤدي الرغبة إلى الإحباط الذي يقود بدوره إلى الغضب، وهكذا، يمكن للغضب أن يشكّل نقطة ارتكاز لاندفاع المظلومين في نهاية المطاف نحو الحرية، وقد عمل الغضب من الظلم الاجتماعي والإيذاء وعدم المساواة على تنشيط حركاتٍ عظيمةٍ أدت إلى تغييراتٍ كبيرةٍ في بنية المجتمع. لاحظ بأن الحركات هي التي أسفرت عن الفوائد البناءة وليس الغضب بحد ذاته.

ومع ذلك فالغضب يقدم نفسه في معظم الأحيان كما لو كان استياءً أو كأسلوب حياةٍ عند الناس الذين يمتازون بحدة الطبع وسرعة الانفعال والذين لديهم حساسيةٌ مفرطةٌ للازدراء، ويصبحون «جامعي الظلم» فضلاً عن المشاكسة أو الجدل أو المحاربة أو المناخسة.

ويستند الغضب الذي ينبع من الحاجة المحبطة على مجال الطاقة الذي يقع تحته (أي الرغبة). ينتج الإحباط من المبالغة في أهمية الرغبات، ويمكن للشخص الغاضب أن يصبح مغتاضاً كالطفل المحبط، ويؤدي الغضب بسهولة إلى الكراهية، والذي يكون له تأثير الحث في جميع مجالات حياة الشخص.

الغضب بوصفه انفعالاً يسود في المجتمع كردّ فعلٍ عابر، ولكن الغضب كمستوى من مستويات الوعي هو مؤشرٌ على هيمنة حقل الطاقة السلبية المتعارف عليهِ والذي يعكس التصوّرات المشوّهة للأنا. أحد الجوانب الأساسية للتشويه هو النظرة العالمية الموجهة نرجسياً والتوقعات بأن العالم ينبغي أن يراعي ويتوافق مع رغبات المرء وتصوراتهِ، وبما أن العالم غير مرتكزٍ أو غير معنيّ بفرديٍّ محددٍ في حد ذاته ستكون النتيجة هي الإحباط والاستياء المزمّن.

الأنا النرجسيّة تنافسيّة وهي عرضةٌ للشعور بالإهانة والشتيمة حتى عند الحد الأدنى من الاستفزاز، بما أن جوهر الأنا يعتبر نفسه السيادة التي تفترض الأولويّة والاتفاق أو التوافق مع توقعاتها، فضلاً عن إرضاء طلباتها أو ميولها، وهذا ما يؤدي إلى الاستياء

المزمّن والغضب المستشيط الكامن تحت السطح تماماً ويتم التعبير عنه بالتجهم والعبوس أو بمواقف الامتعاض «الحصرم»

«sour grapes»، أو «حمل الغل» «chip on the

shoulder» أو «القدرة الضعيفة على

التحمل» «hair trigger».

يمكن للغضب أيضاً أن يتخذ مواقف اجتماعيّة أكثر إقناعاً وتعقيداً تؤدي إلى التصرف انطلاقاً من دور المحتجّ بشكلٍ متواصل، وتنصيب الذات ناقداً يهاجم بغضب الأعداء المتصوّرين. وبشكلٍ دوريّ يظهر الغضب المكبوت كعدائيّة علنيّة

في السلوك أو حتى بالاعتداء  
الجسدي،

فضلاً عن عباراتٍ مثل البلطجة وأعمال الشغب العامّة، ومع تراكم مشاعر الاستياء يمكن أن تنشأ نوبات الغضب الدوريّة أو المحتدّة، والتي تظهر عادةً في العلاقات كالإساءات الزوجيّة أو الاعتداء على الأطفال، وغالباً ما ينتج عن الغضب المزمن شخصيةً مفرطة في العدائيّة تحاول إجبار الآخرين على الطاعة عن طريق التّهديد والهيمنة، ويوصف أسلوب الحياة الناجم عن ذلك بشكلٍ مميّز باسم «العاصف».

## آليات الأنا للغضب

بنية الأنا ثنائيّة وهي تقسم وحدة الواقع إلى أزواج متناقضة وأضداد ظاهريّة هي بالتالي نتاج ومضمون التصرّور الذي يتكون من التقديرات، وهذه علّةٌ أساسيّةٌ للعقل من وجهة نظر ديكرارت الذي أوضح بأن العقل يخلط ما بين عملياته العقلية الخاصة (احتياط الباطنة *res interna*، القرار *res cogitans*) مع الواقعيّة الخارجيّة للطبيعة على أنّها (*res extensa/externa*). (تمت تغطية هذه العلّة الأساسيّة على نطاقٍ واسعٍ في القسم الأول من كتاب الحقيقة مقابل الباطل). ولذلك فإن الذات الشخصية عملياً هي ضحيّة مداركها الخاصة الثنائية الإسقاط. ويعتبر هذا التقييد هو الغالب تحت مستوى التقييم 200 حيث يكون العقل غير قادرٍ على التفريق فيما بين تصوراته العاطفية (الآراء) والعالم الخارجي على صورته الواقعيّة. يؤثر هذا النقص في ثمانيةٍ وسبعين في المئة من سكان العالم وفي تسعةٍ وأربعين في المئة من سكان أميركا.

يرى الشخص الغاضب بأن كل ما لا يخدم الأنا هو عدوٌّ، ولذلك فالشخص الغاضب دائماً هو في موقفٍ دفاعيٍّ وهو عرضةٌ للإثارة العاطفيّة التي تنتشر

بواسطة تنشيط آليات الجانب الأيسر للدماغ الحيواني في المقام الأول (انظر مخطط وظائف الدماغ،

الفصل 9). حلقة سوء القدرة على الفهم يتبعها الغضب والاسْتِيَاء، ثم تنبّه الجهاز العصبي الودي العام في الجسم، وتثير استجابات المواجهة أو الفرار (كانون 1929 Cannon) مع زيادة في الأدرينالين والكورتيزون. وهكذا تتم تهيئة الجهاز العصبي العام للشخص الغاضب لرد فعل التنبيه الكلاسيكي والاستجابة للضغط النفسي (سيلي 1978 Selye) بزيادة معدّل ضربات القلب،

واحتباس الصوديوم، وارتفاع ضغط الدم. ويتم إشباع الأنا بدفع المشاعر السلبية، والتمسك بالسلبية للبقاء على قيد الحياة. في حين أن رَوْحنة الدماغ تكون مدعّمة بالطاقة الروحية، فإن الدماغ الأيسر الحيوانيّ الموجه بالأنا يعتمد على مصادر الطاقة الحيوانية أثناء مسيرته التطورية.

الأنا ذات المكانة تخشى الاعتراف بالأخطاء وتتجنب مسؤولية تفادي احتباس الغضب. والدفاع الرئيسي للأنا هو إسقاط الضمير العقابي («الأنا الأعلى» له) على العالم الخارجي، ومن ثم العيش في الخوف منه على شكل مخاوف من الانتقام، وهكذا فإن الأنا الغاضبة تخشى الحقيقة والصدق والتوازن الذي من شأنه أن يقلّل من هيمنتها، ولذلك فهي تفكر في الصفع أو تنظر لبراءة الآخرين على أنّها لعنة. أنا الشخص الغاضب ترى العلاقات كساحة حربٍ من أجل تحقيق الهيمنة والسيطرة، والمواقف والأفعال البدائية. ومقاومة التخلي عن مواقف الازدراء لأن الأنا بشكلٍ شخصيٍ تنتزع المتعة من السلبية، والتي تعمل على الترويج للشخصيات التي يتم تقييمها تحت مستوى الوعي 200 وتحفيزها.

على نقيض ذلك فالناس الذين هم فوق المستوى 200 يكرهون الغضب سواءً في

أنفسهم أو في الآخرين ويبدون عدم الارتياح له،

ومن الناحية الاجتماعية يعتبر الغضب مضرّاً بالأسرة وبنطاق العمل والعلاقات الأخرى، فضلاً عن أضراره على الصّحة الشخصية.

بالنسبة للأشخاص الذين يشعرون بالضعف داخلياً وبأنهم عرضةٌ للانتقاد يبدو الغضب لهم قوةً، في حين أنه بالنسبة للناس الأقوياء يُعتبر الغضب على أنه ضعفٌ بدائيٌّ مبتذل غير محبّد، كما يُنظر إليه على أنه نقصٌ في النضج وانحدارٌ في «المستوى»

وحركةٌ صبيانيّةٌ غير ناضجة، وبأنه من «طبقةٍ منحطّة»، وزلّةٌ صبيانيّةٌ اجتماعيّةٌ مخجلة.

الغضب في حد ذاته هو مجرد عاطفةٍ ذاتيّةٍ لا يمكنها إنجاز أيّ شيءٍ في العالم بشكلٍ فعليٍّ من تلقاء ذاتها ما لم يتم استخدام العقل وضبط النفس. يستخدم الغضب من قبل الأنا كبديلٍ للشجاعة، الأمر الذي لا يتطلب في الواقع سوى الحزم أو التصميم أو الالتزام.

الأنا مثل الحيوانات البدائيّة، تنفخ بغضبٍ وتسعى في اللاوعي لإظهار نفسها قويةً وجبّارة. موقف الأنا هو الذي يروج لنفسه لأن دفع سرّيّتها المأمولة هو العاطفة نفسها. ويتم تعزيز آلية الترويج الذاتية هذه كثيراً من خلال التثبث بالماضي لتبرير الضغائن ورعايتها وإبطال الشعور بالذنب الذي ينشأ من ناحيةٍ أخرى من الصدق الذاتي للدوافع الحقيقيّة للمرء. يُشار إلى مغالطة استدرار الماضي بمستوى تقييمها المنخفض، والذي يرجع إلى حقيقة أن الماضي في واقع الأمر لم يعد موجوداً. يمكن للمرء فعليّاً أن «يعرف» الحاضر فقط، وفي أحسن الأحوال هذا التصوّر هو مجرد تصوّرٍ عابر لأن الحقيقة ليست حصيلة المحتوى الخطي فحسب، بل هي أيضاً حصيلة السياق.

الغضب المتأصل غالباً ما يؤدي إلى عواقب اجتماعية مدمرة كالتخالفات الزوجية أو الطلاق. كما يتسبب الانفجار بالغضب الذي يحصل في نطاق العمل في س.جلّ وظيفي متفاوت الأداء، وينصح بتقديم المشورة في كثير من الأحيان، وغالباً ما تطالب المحكمة بالعلاج كشرط من لاختبار ارتكاب المخالفات القانونية، وخاصةً عندما يتم اعتبار الغضب جريمة. وتظهر الأبحاث أن هذا النمط عادةً واضح في مرحلة الطفولة المبكرة، ويؤدي إلى مشاكل مع الأشقاء ومع زملاء الدراسة. وتؤدي العدوانية المزمنة إلى الرفض من قبل المجتمع، الأمر الذي يزيد بدوره من مشاعر الاستياء والغضب المزمن ويبرر حتى وقوع جريمة قتل.

وينظر إلى مجموعة متنوعة من أنماط الحياة في التعبير السريري باسم «اضطراب الشخصية الانفعالية»، وكذلك «اضطراب الشخصية الحدي» حيث يمكن إثارة الغيظ لأمر تبدو تافهة. وهناك تعبير آخر عن الغضب السريري يظهر في «اضطراب الشخصية العدائية السلبية»، التي تكون السلبية فيها شكل مقنع من العدائية على شكل مقاومة، مع هيجانٍ دوري في هيئة غضب علني. ترجع نشأة المقاومة العدائية إلى سن الثانية من عمر الطفولة حيث يتضح بأنه «الرقم» الكلاسيكي لعمر السنتين. عدائية الخصومة العلنية هي سمة من سمات الشخصيات السيكوباتية التي يسمح لها غياب الضمير بالتصرف العلني انطلاقاً من عدائيتها البدائية، ويؤدي إلى ضعف القدرة على ضبط النفس وعدم تحمّل التأخير. وهناك أيضاً عدم القدرة على تقييم النتائج المترتبة على الأفعال الخاصة للمرء أو لتحمل المسؤولية تجاهها.

غالباً ما تصبح اضطرابات الشخصية الشديدة أسوأ عندما لا يتم تحقيق التوقعات أو المطالب بسرعة، ومن المفارقات بأن تحقيق التوقعات يميل إلى تضخيم الأنا إلى حدٍ ينهي معاناة الأشخاص الصبورين والغاضبين والشخصيات السيكوباتية من

تدني احترام الذات كما يعتقد عادةً، ولكنها بشكلٍ معاكسٍ تعمل على تضخيم الأنا. التحقيق التدريجي لهذه العظمة الداخلية له عواقب وخيمة كبرى على المجتمع، والتي يعتبر الطاغية المسيحي النرجسيّ المثال الأكثر وضوحاً عليها. إن إرضاء النرجسيّة وتوقعات الأنايّة لا يرضي المطالب أو يجمعها ولكنه يصعد من العدائيّة، وهكذا فالاسترضاء لا يوقف العدائيّة ولكنه بدلاً من ذلك يعمل على تغذيتها.

جشع الأنا لا يمكن إشباعه، وشعورها بالإحباط يمكن أن يؤدي إلى الموت التعسفيّ عديم الرحمة للملايين من المواطنين العاديين الأبرياء، فضلاً عن جيوشٍ وشعوبٍ بأكملها.

تحت غطاء الأنا المعادية الغاضبة الهائجة تم سفك الدماء من قبل «الهائجين» عديمي الرحمة في العصور القديمة، وكذلك من قبل «المحاربين» الهمجيين في عصرنا الحالي، والجذور العميقة لهذا الغضب/الكره وسفك الدماء هي أتافيزمية رجعية (الـ «هو»)

وغريزة ثاناتوس لـ فرويد «Id» Freud's

(and instinct of Thanatos). الأنا المنتفخة

مجرّدة من اختبار الواقع وكذلك من التحسن من خلال الأسباب أو المنطق أو العقلانية.

القائد المسيحي ذو الحضور الأسر بارعٌ في الإشباع من سفك الدماء بالدعاية، والتفسير النفسي للنشر هو إقرار السلطة أو المجتمع الذي تكون فيه الأنا العليا الكلاسيكية (الضـمير) حسب فرويد مغمورةً بموافقة الحشود. ويتجلى ذلك تاريخياً في المجلد الروماني باستخدام المقصلة أثناء مجزرة للمدنيين في منشوريا، أو في حلبة مصارعة الثيران. أو في الحقد الهائل الذي أبداه

بول بوت Pol Pot، ورئيس ماو، وأدولف هتلر، وغيرهم. إن موقع الدكتاتور ينتزع جنون العظمة الناشئ من جوانب اللاوعي البدائية للأنا من اللاوعي، وجوهر الأنا هو اعتقادها الوهمي بأنها هي الله (نيرون، قيصر، القائد العظيم)، والمفارقة هي أنه في حين أن حقيقة الألوهية هي الرحمة اللامتناهية فإن اغتصاب سطلتها بالتحايل يتسبب في القسوة الهائلة والموت ونقيض الرحمة. يتطلب الغضب المزمن وجود المبررات، وبالتالي فالتعبير الشائع للشخصية الغاضبة ينظر إليه في جامع الظلم الكلاسيكي الذي يعمل على رعاية المظالم، ويعمل من خلال توسع جنون العظمة على جمع المظالم لتبرير العدا.

ومن الجدير بالذكر أنه في مجموعات الاستشفاء القائمة على الإيمان، مثل برامج الخطوات الاثنتا عشرة، هناك مقولة أساسية مفادها عدم وجود شيء يمكن تسميته «الغيظ المبرر»، وتحب الأنا أيضاً أن تذكر تحريفات زائفة من التاريخ لتبرير تطرفها.

هناك مقولة بسيطة بأن المدارك تجد مبتغاها (على سبيل المثال، محركات البحث على الإنترنت)، وهكذا فإن الإعلان المتأني ونشر المسوغ التاريخي يبقى المنقذ الذاتي على مر العصور على حساب حياة الشعوب وحرّياتها. وهذه هي سمة الكراهية الدينية المستمرة لآلاف السنين. كما لوحظ من قبل المهاتما غاندي بأن مبدأ العين بالعين يجعل العالم بأكمله أعمى، وهكذا فإن السلطة السياسية للقيادة المتطرفين تقوم على استمرار نشر الكراهية والغضب والاسْتِيَاء، وتجمّع المظالم، وبالنسبة لهذه الحركات المسيّسة يُعتبر السلام بشكل واضح التهديد الأكبر المحتمل لها (مراقبة مهمة ياسر عرفات التي انطلقت عند مستوى التقييم 440

وانتهت عند مستوى التقييم 65). نشر الآراء المعارضة والكراهية بشكلٍ مدروس هو استغلالٌ للجانب السلبي وتخريبٌ لحرية التعبير (على سبيل المثال، اللعب بورقة

العرق، أو الجنس، أو الطبقة الاجتماعية أو العمر، وما إلى ذلك).

## تجاوز الغضب

يعتبر الغضب مضرّةً بالنسبة للشخص العادي، وهو إزعاجٌ مؤقتٌ وينظر إليه على أنه هدّام، والترياق الواضح للغضب هو الرأفة والقبول والحب والاستعداد للمغفرة، ويتطلب تجاوز الغضب الاستعداد للتسليم بالمواقف الأساسية التالية:

1 - احتواء حالات الاستياء المزمنة واستنزاف «الظلم».

2 - التوقعات غير الواقعية للعالم، والعلاقات التي تشمل توقعات الراحة والاتفاق والاستحسان والامتثال، وغيرها.

3 - التسليم بالأنانيّة الذاتية كأسلوب حياة، والتركيز على تغيير الذات بدلاً من تغيير العالم.

4 - الرغبة في الاستسلام للتوقعات الطفولية المتبقية (من عمر الثانية) عن النفس والآخريين وعن العالم المدرك بشكل غير مكتمل، على سبيل المثال، «مَنَحني الله السكينة لقبول الأشياء التي باستطاعتي تغييرها، والشجاعة لتغيير الأشياء التي يمكنني تغييرها، والحكمة لمعرفة الفرق فيما بينها» (وفقاً لبرنامج 12 خطوة).

5 - تحمل المسؤولية لاستحضار مواقف طفولية داخلية وإخضاعها للنضج وبشك جوهرّي للمزيد من العمليات التي تثلج الصدر،

كالسبب والتوازن والاهتمام بالآخرين.

6 - ملاحظة أن الاستياء أو الغضب ليس حول ما «يكون» عليه الآخرون، ولكن حول ما «لا يكونون» عليه (أي: «ليسوا» كرماء

بدلاً من بخلاء، و«ليسوا» غير أنانيين بل أنانيين، و«ليس» حذراً، بل أرعن، الخ).

7 - القبول بمحدودية البشر وإمكانية الوقوع في الخطأ الذي يرجع عند نسبةٍ كبير من الناس إلى عجزٍ خلقيٍّ عن تمتعهم بالصدق الذاتي.

تتطلب عملية التخلي عن الغضب الصدق الداخلي والاستعداد للتخلي عما لا يتمتع بالنزاهة، وغير قابلٍ للتطبيق في الأساس واس-تبدالها بالثقة بالنفس. وهنالك عمليةٌ أخرى هي الاستفادة من عملية «وماذا بعد ذلك؟» والتي تمثل تنازل المرء عن السيناريوهات التي تبدو مستحيلةً إلى الله. المواقف التعويضية التي تعدُّ أقوى بكثير من الغضب هي التفاني والصواب والتواضع والامتنان والتَّحُمُّل والتسامح. ومن المفيد أيضاً ملاحظة أن الأنا الداخلية أصبحت مدمنةً على الغضب «العارم» المصطنع، مع خصائص حيوانية كالنفخ، وبشكلٍ تربويٍّ أيضاً يمكن للمرء اختيار نمط دور ناجح ونموذجي بما يتفق مع تلك الصفات، مثل التصميم والالتزام والمهارة والنزاهة. المرء لا يكون ناجحاً بالحسد والدُّم بل بمحاكاة النجاح. وبالتالي، فإنه يتوجب على الشخص الغاضب أن يرجع إلى الماضي لتعويض ما تم فقده خلال فترة تعلمه ونموه.

### اعتراض

كما هو الحال مع المستويات الأخرى فإن الحالات تؤدي إلى ازدواجياتٍ متناقضة تتطلب التنازل عن المتعة العابرة للانغماس في الجذب ومقاومة المنقرات. الاستعداد يُمكن من التنازل عن الانغماس الذاتي القصير المدى لصالح النمو الروحي على المدى الطويل.

ثنائيات الغضب

إثارة، «زيادة احتياج	البقاء هادئاً»
يشحن عاطفياً	يفكر
يجعله درامياً	ينجاهل
يعبّر	يكنم
يثبت الذات	يعزل
يكون على صواب	يكون على خطأ
يطوّع الدعم	يلتزم نفسه
ممتلئ العضلات	يبدو ضعيفاً
بهزّ، يظهر أنيابه	يبقى هادئاً
زمجرة	عقل
يهدد	يعمل تسوية
التحكيم	القبول

## الفصل الثامن: الفخر

(مستوى التقييم ١٧٥)

### مقدمة

يشعر الناس بالمزيد من الإيجابية عند بلوغهم هذا المستوى، وزيادة الثقة بالنفس هي البلمس الشافي لجميع الآلام التي تتم المعاناة منها في المستويات الأدنى من الوعي. والفخر إلى حدٍ كبير متحررٌ بما فيه الكفاية من العار أو من الشعور بالذنب أو الخوف وذلك لأن الارتقاء من اليأس يعتبر قفزة هائلة، والفخر

على هذا النحو وعموماً ذو سمعةٍ جيّدة ويحظى بالتشجيع اجتماعياً، إلا أنه كما تبين لنا خريطة مقياس الوعي سلبياً بما يكفي لبقائه دون المستوى 200 الحرج، وهكذا فالفخر وحده الذي يبدو جيداً على نقيض المستويات الدنيا.

بما أن «الفخر يحدث قبل السقوط»، فهو دفاعيٌّ وعرضةٌ للانتقاد كونه يعتمد على ظروفٍ خارجيةٍ يمكن أن ينحدر بدونها بشكل مفاجئٍ إلى مستوياتٍ أدنى. كما تكون الأنا المنتفخة عرضةً للهجوم، ويبقى الفخر ضعيفاً لأنه يمكن إسقاطه من أساسه إلى العار،

وهذا هو التهديد الذي يشعل الخوف من فقدان الفخر.

يتسبب الفخر بالشقاق والانقسام وإثارة الطائفية، مؤدياً إلى عواقب وخيمة، ويموت الإنسان بشكلٍ اعتيادي من أجل الفخر الذي لأجله تفني الجيوش بعضها البعض بشكلٍ منتظم، وليست الحروب الدينية والإرهاب السياسي والتعصّب والتاريخ المروّع لمنطقة الشرق الأوسط ووسط أوروبا إلا ثمناً للفخر والكراهية التي يتم دفع المجتمع برمته إليها.

الجانب السلبيّ للفخر هو الغطرسة والإنكار، وهي خصائصٌ تقيّد النمو، ففي حالة الفخر يكون التعافي من الإدمان مستحيلاً لأن المشاكل العاطفية أو العيوب الشخصية تكون مرفوضة، ومشكلة الإنكار برمّتها هي بسبب الفخر، وهكذا فإن الفخر هو كتلةٌ كبيرة جداً من الاستحواذ على السلطة الحقيقية التي تزيح الفخر مع المكانة الحقيقية والاعتبارية.

## نقاش

كلما ارتفع مستوى الوعي يرتفع معه عيش تجربة السعادة. يشعر قرابة اثنا عشر في المئة من الناس بالسعادة في حياتهم عند مستوى الغضب، ولكن على مستوى

الفخر ترتفع هذه النسبة إلى اثنين وعشرين في المئة، ومع ذلك يبقى الفخر في موقفٍ دفاعي حاله في ذلك حال الغضب والخوف، وذلك ناجمً عن حساسيته الجوهرية التي تتطلب حماية مواقفه والدفاع عنها. يمكن للفخر إشباع الكتلة للانتقال إلى أرضية صلبة من الشجاعة التي تقف وراء الخوف بسبب مناعتها. انتفاخ الأنا الناجم عن الفخر هو جوهر ممانعتها في أن الأنا تغالي في تقدير أهميتها، وذلك يخطئ في حساب قيمتها كدليل للعمل والبقاء والتفاعل مع الآخرين.

يعتمد غرور الفخر على آراءٍ مضخمةٍ ومبالغٍ فيها وليس على الواقع. وهكذا، فإن الأنا تبحث عن التمكين الذي يركز على آراءٍ ذات فرضياتٍ غير مستقرة.

الفخر بشكلٍ عمليٍّ يقدم خدمة المكافأة الذاتية العابرة على الإنجاز الناجح، وبذلك فهو استجابةٌ عاديةٌ تمّ تعلمها في مرحلة الطفولة من خلال استحسان الوالدين وتقديمهم المكافآت لقاء السلوك الحسن، وهكذا انطلاقاً من كونه نظام مكافأة فهو يسهّل النضج وتبادل الثقافات، ويقع الخطأ عندما يفترض الأنا بأن الذي تمت مكافأته هو «الأنا» بدلاً من مكافأة السلوك نفسه، وهذا يؤدي إلى السعي لمكافأة الإعجاب الذي يجعل الأفعال وفقاً له تابعةً لهدف الحصول على الاستحسان. يؤثر نمط التحفيز في معظم البالغين بدرجاتٍ متفاوتة، ويصيح هذا النمط مقبولاً مع النضج التدريجي وتوقع مكافأة الذات بمقتضى سيطرة الأمل والمعايير المنضوية عليها، ومع تزايد النضج يتم التقليل من أهمية آراء الآخرين أو قبولهم ويحل محلها الاستحسان الذاتي، وعند ذلك يحيا المرء الحياة وفقاً للمعايير الداخلية. في المستويات الأكثر نضجاً على الرغم من اعتبار استحسان الآخرين أمراً لطيفاً،

فهو ليس من السلوكيات الجبرية، كما ورد في المقولة الشائعة «يجب عليّ العيش مع نفسي».

## الفخر الاجتماعي

غالباً ما يعتمد الفخر على الصورة الاجتماعية وتعايرها عن طريق التملك والشعبيّة والألقاب والثروة، وما إلى هناك. تعمل الحالة الاجتماعية ورموزها على تحفيز الثقافات الفرعية التي لديها خصائصها الذاتية الخاصة بما للنجاح، وقد يشمل هذا كلّ شيء

ابتداءً من أسلوب اللغة واللباس «للأشخاص الذين تعرفهم» بالإضافة إلى عنوان الإقامة وحجم المنزل والسيارات، وما يتبع ذلك من أملاك.

على الرغم من أن أمريكا والديمقراطيات الأخرى هي نظرياً مجتمعات لا طبقية إلا أن الطبقة الاجتماعية في الممارسة العملية هي واقعٌ قويّ، وهي أحد الأمور التي يلاحظها الناس في بعضهم البعض بشكلٍ أكبر من العمر والجنس. كل ثقافةٍ فرعيةٍ لها نظامها التصانيفي الخاص من «المداخلات ins» و«المخرجات outs» والمطابقات، ومذا ما يظهر من الفروق الدقيقة في الأدوار والامتية فضلاً عن المسؤوليات والتوقعات، مع المكافآت والالتزامات المترتبة عنها كنتيجةٍ لمحفزات النظام المعقّد. يمكن أن تنشأ القيم بشكلٍ تلقائيٍّ عن بعض الأنشطة والمميزات، مثل التعليم والسّمات الشخصية، وأنماطٍ من السلوك والحديث، وما يمكن تصنيفه ضمن الثقافات الفرعية هو كل ما لديه أيضاً رموزه الضمنية الخاصة المقبولة.

الضغط الاجتماعي للثقافات الفرعية شديدٌ للغاية، وغالباً ما يحدد مضمون الأنماط السلوكية المنضوية تحتها والتي تحدد النجاح أو الفشل وتؤثر على الفخر واحترام الذات والقيم الاجتماعية المدركة. وقد يكون النمط السلوكي ذاته الذي يلاقي القبول أو النجاح في إحدى الثقافات الفرعية سبباً في الفشل والرفض في ثقافةٍ أخرى، وهكذا فإنه من الملائم أن نأخذ الحكمة من القول المأثور: «عندما

تكون في روما، افعَل كما يفعل الرومان». ومن المفارقات أن هناك ثقافات فرعية تشدّد على الامتثال لخصائصها المميّزة غير المنسجمة مع الآخرين.

لكل ثقافة فرعية فلسفتها الجوهرية الذاتية غير المكتوبة التي تتشابك مع المواقف والنظم العقائدية التي يتم وصفها بأنها موجّهة نحو قيم وأهداف مفترضة وضمن مجال من الخيارات. ويتم وضع كل هذا ضمن سياق محدد يتم التعبير عنه وتقييمه كمستوى متطور من الوعي الذي يكون فيه المجال الكلي تحت هيمنة مجال من الطاقة الجذابة غير المرئية ولكن القوية التي يصبح فيها الوعي الفردي مجروراً ومهيمناً عليه. ويتم التعرف على وجود الحقل وملاحظته عن طريق إشارات خفية، كما يتم التعبير عن ذلك بالمواقف السلوكية والعاطفية والنفسيّة التي تصبح معجماً مرئياً وواضحاً من الافتراضات والتوقعات، وهكذا تظهر المواقف كعبارات محتزلة واضحة لمستويات محددة من الوعي.

في حين أن التفاخر على النقيض من احترام الذات والثقة يعتبر مصدراً للقوة في بعض الثقافات الفرعية، فإنه بشكل عام يشكّل عائقاً اجتماعياً في المجتمع على نطاق كبير. يتم التعبير عن الفخر بالتكبر ويميل التفوق الشخصي إلى أن يكون حالة اجتماعية عدائية بسبب اعتبارها على أنها غرور بتفوقها الضمني التافه، (أقصد «التصحيح سياسياً» أو «النخبة»).

الفخر هو الإعجاب بالنفس وهو ما يعني بأن الآخرين على سبيل المقارنة، هم أقل شأنًا أو أقل قيمة أو مرتبة. شفافية هذا المظهر الخداع سرعان ما يتم اكتشافها من قبل الناس الأكثر نضجاً الذين يعتبرونه سمة محرّجة وسيئة اجتماعياً. الفخر الأناني مثل «الخصوصية المميّزة» يثير الاستياء في الآخرين وفي المجتمع بشكل عام. وفي المقابل يتم قبول الناس الناجحين حقاً لأن النجاح الناضج يتصاحب مع التواضع والامتنان بدلاً من سيادة جو من التفوق.

الفخر مصونٌ نظراً لكونه عرضةً للانتقاد وكذلك لشدة وضوحه، والجانب السليبي له هو الحسد والتنافس والغيرة، وما لها من عواقب من الكراهية والحقد والانتقام. هشاشة الفخر تنبع من جوهرها النرجسي الذي يرى في أهمية الحقيقة تهديداً وفقدانا ضمناً للمكانة، وهكذا يتسبب الغرور في الحساسية للإهمال أو المقارنات التي تؤدي إلى الخوف من التهجم وجنون العظمة الاجتماعي مع العداء الناشئ عنه والذي سرعان ما يصبح علنياً. يتم التعبير عن الميل اجتماعياً في متلازمة «كره القائد» أو في كراهية النجاح، كما هو الحال في متلازمة «كره أمريكا».

ويتم التعبير عن هذا الجانب السليبي من النرجسية عند الأطفال في حسدهم ومعادتهم للفائزين في صفهم، ويظهر في السخرية من الأداء المتميز من قبل الطلاب الذين يتبعونهم في الترتيب. ويجدد عداء النرجسية تعابير ثقافية مفيدة يمكن أن يتم استغلالها لتحقيق مكاسب سياسية أو مالية ولفت الانتباه، والمفارقة هي أن عداء مناهضة المشاهير ينشأ من الدوافع الداخلية الذاتية للسعي للشهرة.

وعاقبة الأهمية الذاتية المبنية على الفخر هي حاجته إلى التغذية المستمرة، ودعمه لتعويض الشك الداخلي وعجز الكلية والكمال الذي يترتب على الوفاء بمتطلبات النزاهة. الفخر موضوع «حساس» وتنافسي يشعر بالتهديد وتلهبه الغيرة العدائية التي تتراكم على الأوضاع الاجتماعية أو الاهتمام بالآخرين، ولذلك فالتفاخر هو الدافع للاستخدام الساخر المحدد ذاتياً للتهكم والاستهزاء

والهجاء المفترض، والصناعة الكاملة لمهاجمة الشخصيات العامة والنيل من سمعة القادة الشهيرين.

أصبحت شبكة الإنترنت بشكل واضح للغاية مجالاً لمحاكات التشكيك في النزاهة، وهو ما يمثل انتفاخ النرجسية المعبر عنه باسم «الرأي». نظراً لعدم انخياز

الأنا النرجسية إلى الحقيقة التامة، فإن أشكالها التعبيرية تكون حادةً ومضللة ولذلك فهي تقع عند مستوى تقييمٍ منخفضٍ للغاية.

الأنا البدائية الفخورة جشعة، وكعب أخيل الشفافة تجذب في النهاية عواقب الغطرسة، التي تعدُّ سمةً للعديد من الكلاسيكيات الكبرى في التاريخ، وذلك «الفخر الذي يحدث قبيل السقوط» هو نعتٌ يرثى له للمجتمع لأسباب الاختيال، كما يشهد التاريخ.

ونظراً لانتشار الفخر كتعبيرٍ عن الأنا البشرية، فإن بعض أشكال الفخر تنسجم مع القبول الاجتماعي أو حتى مع الاستحسان والقبول بشـ كلٍ اعتيادي، وأبرزها هي حالة الرأي الشخصي بتعبيرها المتعددة على أنها «حرية التعبير»، ويبرر هذا العنوان الفضفاض من القبول الضمني كل شيء ابتداءً بالمرآعة الجسيمة وانتهاءً بأشكالٍ مختلفةٍ من الافتراء، وعندما يتم تفحصُ الرأي بوصفه وظيفةً للأنا فإنه يكشف عن نفسه بأنه ليس أكثر من مجرد فكرةٍ أضيفت إليها أهميةٌ ذاتيةٌ لأنها «رأيي». الرأي هو فكرةٍ اكتسبت رونقاً من أهميتها الذاتية ولذلك يصبح أكثر جاذبيةً من كونه مجرد سببٍ أو منطلقٍ أو وقائع.

وغالبا ما يتم تسويغ الرأي بالخطابات من أجل تبرير الموقف الذي يتم تمثيله بالشك (مستوى التقييم 160)، والذي يشجب المجال غير الخطي لأنه غير قادرٍ على فهمه. تحول نرجسية الأنا الفخورة الفطرية دون القدرة على فهم الأمور المجردة، لذلك فالمنطق عند هذا المستوى يقتصر على الاختزال الخطي المادي الذي ينفي حقيقة مستويات الوعي اعتباراً من المستوى 500 وما يزيد عنه، وهذه نتيجة محدودة علم وظائف الدماغ (كما في الرسم البياني، القسم 2 لمحة عامة).

يفشل الشك في محاولته لتشويه أهدافه لأنه يتعيّن عليه من أجل القيام بذلك أن يفهم الموضوع الذي هو موضع الانتقادات،

ولذلك لا يمكن دحض ميكانيكا الكم أو النظرية النسبية بواسطة قوانين الفيزياء التي وضعها نيوتن، فالتشكيك والتهمُّم يفتقران إلى سعة الاطلاع التي من شأنها أن تمنح الشرعيَّة للجدل.

التواضع هو الترياق لمعظم أخطاء خداع الذات. يحول الفخر دون إدراك الأهمية الكبيرة للسياق، وخصوصاً للنموذج، ولذلك يتم الاستهزاء بكل تقدُّم كبير في المعرفة الإنسانيَّة، كما ثبت تاريخياً (على سبيل المثال الأخوان رايت في كيتي هوك، والجراثيم كسبب للإصابة بالمرض بدلاً من الجو الخانق، وما إلى ذلك).

نظراً للتركيبية الفطريَّة للأننا، فإنها غير قادرةٍ على التمييز بشكلٍ جوهريٍّ ما بين الحقيقة والزيف، وهي تخلط بين التصوُّر والواقع،

ولذلك فالأننا هي ضحيَّة قيودها الخاصة بها، وما «يبدو على أنه فكرةٌ جيدةٌ في وقتٍ من الأوقات» قد يكون في كثيرٍ من الأحيان مصدراً للندم في وقتٍ لاحقٍ، كما يعلم الجميع. وهكذا، فإن قيمة تقييم الوعي هي أن الحقيقة النسبيَّة والفعليَّة للبيان يمكن أن يتم استنباطها عن طريق نظامٍ يعمل على تقييم الحقيقة بمقياسٍ مطلق الصلاحيَّة.

المجتمع الحر الذي يطلق العنان لسلسلةٍ كاملةٍ من حقوق التعبير ابتداءً من المغالطات الصارخة وانتهاءً بالحكمة المتقدمة يأمل في الواقع بأنه مع مرور الوقت سوف تطغى الحكمة والحس العام على المبالغات والخطابات. عند الإسهاب في الانتفاخ رغم الزيف، فإن الآثار المترتبة على الزيف قد تمتد لعقودٍ أو حتى لقرونٍ من المعاناة قبل أن يتم كشف الزيف.

## ديناميكيَّة الأننا

المصدر الحقيقي للفخر هو الطاقة النرجسية للأننا التي يتم عن طريقها الترويج

الذاتي من خلال الصور والرموز عبر نموذج تعزيز ذاتي غير مباشر. الأهمية هي قيمة عاطفية ذات مجموعة معقدة من المكونات التي تدل على قيمتها أو أهميتها التي تكون نسبية دائماً، وبذلك فهي عرضة للخطأ وكذلك للتناقضات. تخشى الأنا الانكماش عن طريق النفي ولذلك فهي تسعى باستمرار للتحصن عن طريق الاستحسان والقبول وكذلك التقدير. وهذا ما يعبر عنه بشكل علني عن طريق الاستغلال اللاتحائي لوسائل الإعلام التي يتم عبرها قلب الصورة واستبدال الواقع بخلق بديل افتراضي ظاهري مغرٍ جذاب مشوّه، ويتجنب العاقل العروض القائمة على المبالغة كونها في كثير من الأحيان مدعاة للحسد والغيرة بدلاً من الإعجاب.

الفخر هشٌّ مما يجعل دفاعاته غالباً جامدةً ومتطرفةً إلى حدّ جنون العظمة، وما يتم نفخه يكون عرضةً للانكماش الذي يؤدي إلى العار سريعاً، وهكذا يُساء تفسير التواضع من قبل الأنا باعتباره مرادفاً للدُّل، في حين أن التواضع في واقع الأمر يشكّل الضمانة الأقوى لمواجهة الدُّل أو الضعف، وهذه هي الحكمة التكتيكية الأساسية في فنون الدفاع عن النفس، حيث أن أخذ الوضعية يعد الخلل الذي يؤدي إلى الهزيمة، لأن الموقف الثابت هو الذي يعطي الخصم الفرصة للهجوم.

في ديناميكية الأنا تتسبب مجموعة صلبة من التوقعات في كسر احترام الذات. وبما أن تركيبة الفخر خطيئة فهي ضعيفة، بينما الذات الإلهية غير خطيئة ولذلك فهي ليست عرضة لهجوم خطي.

رغم أن الأنا متكيفة فإن الذات لا تخضع لشروط، لأنها تتحقق ذاتياً دون حصر أو تحديد أو خصوصية وهي ما وراء الصفات.

ويستند التقييم الذاتي للأنا على المطالبات والآراء، في حين يبرز احترام الذات

الصحيح بحكم طاقة النزاهة والحقيقة. الذات مكتملةٌ بحكم إنجازاتها وتحدياتها بالـ «كينونة» غير المشروطة.

### تجاوز الفخر

الفخر عبءٌ لا حاجة له ودعامَةٌ هشةٌ معرّضةٌ ليس للانكماش وحسب، ولكنها أيضاً وللمفارقة تعدُّ محرّضاً وجاذباً للتهجم، ويقوم الفخر على افتراضٍ زائفٍ مفاده أن القيمة الجوهرية للمرء هي متغيّرٌ يمكن تحديده. القبول الذاتي ينتج عن التخلي عن الشك الذاتي، وكل ما هو موجودٌ هو في حد ذاته متساوٍ بحكم تكوينه ومصدر ذلك التكوين نفسه. يستند الاستحقاق أو القيمة إلى أحكام القيمة الخطيئة، التي هي ككلها مجرد صفاتٍ تعسّفية. جميع الـ «إضافات» هي افتراضاتٍ من الممكن أن تكون رموزاً اجتماعيةً أو جوائزَ عامّة وهي زائلةٌ وعابرة، ومحاولاتٌ إثبات القيمة الذاتية أو المطالبة بها هي خسارتها.

نمط الضعف ينشأ في مرحلة الطفولة من عجز الطفولة، نظراً إلى أن احترام الذات يتوقف على رأي الآخرين ورضاهم عما يريدون، وهكذا ينشأ الوهم ذو السلطة والقيمة المؤقتة. في التطور الطبيعي يتم سحب الاعتماد على المصادر الخارجية، للإشباع وبدلاً منها قبول الاستحسان الذاتي. وهذا متاحٌ بالضمير الحيّ، والتوقّعات في تأدية وتحقيق الأهداف والمعايير الواقعية.

ينشأ احترام الذات الواقعيّ من تحقيق مبادئ الأمانة بحيث تصبح النيّة عاملاً مهماً، وهو في حد ذاته أضعف من النتائج المثالية.

يتلقى الرضع حباً غير مشروط على الرغم من التصوّر بأن فخر القبول قد يكون مشروطاً، ويجلب عدم كفاية القبول في مرحلة الطفولة انعدام الأمن في وقتٍ لاحق.

يتطلب التحليّ عن دعائم الفخر إلى الشجاعة في التواضع، وقبول الواقع الداخلي للمرء، والذي هو من مصدرٍ ليس عرضةً للخطر.

ويتطلب قبول النواة الداخلية لوجود المرء كواقع موجود الذات التحلي عن أيّ تعريفٍ للذات بوصفه «من»، وبدلاً من ذلك النظر للنفس بوصفها «ما».

ترياق الفخر هو اختيار التواضع والنزاهة بدلاً من المكانة التي قد تعطي الأهمية أو «الحق» والتملك حتى، والانغماس في اللوم،

أو السعي للحصول على الإعجاب، ويرجع كل الفضل في الإنجازات إلى الله مثل الوجود الإلهي كبديلٍ عن الأنا، وبالتالي فالإنجاز يتسبب في الامتنان والفرح بدلاً من التفاخر الضعيف.

الخطأ الكامن وراء الفخر الروحي هو افتراض الأنا وادعائها السيادة كالمؤلف ووكالة الأداء ونتائج العمل، ومطالبتها بالاعتراف مماثلةً لمطالبة ضمان مصباح الإضاءة للضوء، في حين أن مصدر قوته هو من الطاقة المجردة للكهرباء نفسها.

### معالجة الفخر

كل شيءٍ موجود بمقتضى أمرٍ إلهيّ، وعلى هذا الأساس يكون كل فردٍ بحكم مصدر الخلق هو ابن الله. الفخر هو استبدالٌ للواقع بالوهم، والمساواة بين كل ما هو موجود هي نتيجةٌ لهبة الوجود نفسها. ولذلك فمن الضروري فقط أن «تكون»، والتي هي منحة بشكلٍ مسبق، ويحلُّ الامتنان محلَّ الفخر بسهولة، وهو بمثابة مكافأة النفس ويتفوق على جميع الأحكام من الداخل والخارج.

السلام الداخلي هو نتيجة التواضع والقبول بالموروث القدي للمرء، بهباته الجوهرية وكذلك بقيوده. ومن المفيد للغاية أن نعرف بأنه حتى الوجود الإنساني للمرء هو نتيجةٌ للموافقة من قبل الإرادة. ومن تعاليم بوذا «من النادر ولادة

إنسان، ومن الندرة له أن يسمع بالتنوير، والأكثر ندرةً هو مواصلة التنوير».

في أيِّ موقفٍ محدودٍ للأنا ليس الموقف نفسه هو الذي يتطلب التنازل، بل الإفراغ العاطفي أو الطاقة التي يستوعبها ذلك الموقف الذي يتم تزويده للأنا. وملاحظة أن الفخر محدودٌ يُعتبر سلفاً خطوةً كبيرةً في حدِّ ذاته.

جديرٌ بالذكر أن الفخر جوهره تعبيرٌ عن النَّقص، ولذلك فهو بشكلٍ دائمٍ في حالة عوزٍ تسعى لأن يتم تغذيتها وإسنادها للتعويض عن قصورها، كما يُلاحظ أيضاً أنه كلما تم تغذيتها بشكلٍ أكبر ازدادت شراحتها أكثر، لتصبح في نهاية المطاف نهمَةً لا تعرف الشبع.

الإحباط من الفخر يؤدي بسهولةٍ إلى الغضب، ومن هنا برز القول المأثور بضرورة الحذر من المتفاخرين بسبب إمكانية تحولهم إلى حاقدين أو منتقمين.

الحكيم روحياً يرفض إغراء انتفاخ الأنا بـ التملُّق والألقاب والنجاح الدنيوي والأُبَّهة والثروة والسلطة الدنيوية، وغيرها من المغريات الوهميَّة. وأخيراً هناك إغراءٌ خفيٌّ متناقضٌ للفخر في تواضع المرء أو ما يسمى بالأنا الروحي حيث يمكن حتى للتقوى أو التواضع أن تكون مجرد مظهر.

ويمكن أيضاً لادِّعاء الفقر أن يكون شكلاً من أشكال التباهي الذي يمكن ارتداؤه كدلالةٍ على الفخر الروحي، والزهد الحقيقي هو مسألة الاقتصاد في الجُهد أو القيمة المتوقَّعة، وهو لا يمثل الممتلكات بحدِّ ذاتها، ولكنه يمثل الأهميَّة المرتبطة بها، وبذلك يمكن للمرء أن يكون ثرياً ولكن دون تعلُّقه بالثروة ذاتها وهذه هي مسألة عدم الاكتراث، و«ارتداء العالم كتوبٍ فضفاض» كما تم اقتراحه من قبل القديس فرنسيس الأسيزي على سبيل المثال. القدرة على السعادة لا تعتمد على وجود الممتلكات مجرد تلبية الاحتياجات المادية الأساسية للفرد، وترتبط معدَّلات السَّعادة بشكلٍ واضحٍ بمستويات تقييم الوعي (كما في الرسم البياني).

وكلما أصبحت «المتطلبات» أقل تزايد الإحساس بالحرية، ومع تقدم مستوى الوعي للمرء يمكن لممتلكاته أن تشكل عبئاً عليه.

يعيش الأثرياء في كثيرٍ من الأحيان حياةً بسيطةً للغاية ضمن غرفتين أو ثلاث غرفٍ فقط من مبانٍ ضخمةٍ، ولا يرتادون الأقسام الأخرى من قصورهم لسنواتٍ عديدة.

وبشكلٍ مماثلٍ لما هو الحال عليه مع مستويات الوعي الأخرى هناك قرائنٌ ووضعيّاتٌ متطابقة من شأنها أن تعزّز انتشارها كنتيجة للأزواج الشائئة لعوامل الجذب والنفور، والتي يكون لكلٍ منها مكافآته المتوقّعة ومخاوفه من الخسائر.

يعمل الوضع العام الشامل كالتواضع على تسهيل العمل الروحيّ الداخلي، ويتم تجاهله عموماً لأن العقل يركّز على مضمون القضايا السائدة بدلاً من التركيز على السياق العام الذي يتم فيه ملاحقة المسار الروحي. التواضع ليس مجرد موقف بل هو أيضاً واقعٌ يستند إلى الحقائق. مع الصدق الداخلي يحتاج النصير لتمييز القيود المتأصلة في كونه مجرد إنسان. لا يعرف «الأشخاص»

حقاً «من» هم أو «ماذا» يمثلون أو من أين أتوا، أو ما هو مصيرهم، وهم لا يدركون العديد من العوامل الكارميّة، سواءً الفردية منها والجماعيّة.

العقل غير مدركٍ لجوانب متعدّدة للنفس ولتأثير طاقاتٍ خفيّةٍ متعدّدة لمجالات التفاعل الجاذبة للوعي، ولذلك لن يكون باستطاعة العقل دون توفر المساعدة أن يعرف حقيقةً فيما إذا كان ما هو مرغوبٌ سيتحول إلى نعمةٍ أو نقمة.

إن المقولة «أنا من تلقاء نفسي لا أعرف أيّ شيء حقاً» هي مقولةٌ واقعيّة، لأنه في أحسن الأحوال يكون للعقل انطباعات وافتراسات. الحياة «تصنع الإحساس» فقط في استعادة أحداث الماضي وتأمّله، وتوفر

الممارسات الروحية المترافقة بالإخلاص قوةً إضافيةً وتحشد دعماً خفياً، وهكذا يكون الإيمان والثقة بالإضافة إلى الإرادة والنية أدلةً عريقةً في قدسيتها. وهي في عالمنا الحالي تطميناتٌ تضاف إلى تصديق الحقيقة الروحية والوقائع عن طريق تقييم الوعي، وتتعزز الحقيقة أيضاً بشهادة أولئك الذين قد بدأوا بوطء مسارهم، والذي يمكن أيضاً التحقق منه بالخبرة وتقييم الوعي.

نفور	جذب
تواضع، ذليل	عقيم، فخور
يكون أدنى	يكون أكثر
نكرة	مهم
يتطلع للأدنى	معجب
عادي، شائع	مكانة خاصة
نجاهل	انتباه
اعتيادي	خاص
نفس الشيء	أفضل من
وضع	خارق
بليد	جذاب، أنيق
يكون على خطأ	يكون على حق
صامت	متشيت بالرأي
بليد، ماشياً	رعشة
مستبعد	مطلع بعمق
يفشل	ينجح

ازدواجية الفخر

التنازل عما ورد في اللائحة أعلاه يتسبب في توسعٍ كبيرٍ للحرية الداخلية والتحرر

من العديد من المخاوف والموانع. ومن المفارقات بأن «الخسارة» المفترضة لعوامل الجذب تتسبب بمكاسب عظيمة ليست عرضةً للخسارة وتواجهها مستقلٌّ عن العالم أو عن الأحداث العارضة، ويمكن فهم ذلك على أنه نتيجةٌ للسبب وتؤثر كنتيجةٍ ثانويةٍ للـ «الفعل»، مع التسليم بالـ «الكسب» أو «الخسارة» المدركة والاحتمالات القدرية المنجزة بالإقرار كنتيجةٍ لما أصبح عليه الشخص. عند تطور الشخص فإن ما ينال إعجاب العالم قد يعتبر عبثاً، وما يراه العالم خسارةً هي الحرية الروحية. السلام الداخلي ينتج من التخلي عن كلِّ من الجاذبية والتنافر.

القسم الثاني: مستويات التقييم 200-500 العقل الخطي

نظرة عامة: فيزيولوجيا الحقيقة: الانتقال من العقل الأدنى إلى العقل الأعلى

مقدمة

في مستويات الوعي الدنيا، يسيطر الأنا على الحياة معتمداً بشكلٍ أساسيٍّ على تقنيات وعواطف الحيوانات التي لا تزال على قيد الحياة والتي تتماشى مع السرور والافتراس، والكسب. ومع تطور الوعي على مر الزمن ارتقت بعض أنواع الحيوانات، بالإضافة إلى أجزاء من الجنس البشري إلى مستوى الوعي 200 الذي يشكّل الحد الفاصل الذي يرحّب بالاعتماد على الطاقة بدلاً من القوة.

في الوعي الإنساني يعكس هذا التحول التأثير المتزايد للطاقة الروحية، التي تعد تحويلية، ويكون تأثيرها مترافقاً بالإدراك المتدرج والتجاوب مع طاقة الحب، ونتيجةً لذلك فإن السلوكيات والحالات الانفعالية، والذهنية تصبح رقيقةً على نحو متزايد.

وتتماشى طاقة الحب مع الإدراك المتقدم للحقيقة والواقعية الكامنة التي تنشأ عنها الوجود والخلق تظهر كتطورٍ لكلِّ من الناحيتين المادية والروحانية.

في حين أن الجانب المادي والقوة يمثلان التطور بتعايره الخطية، فإن الطاقة الروحية بالإضافة إلى الطاقة الأساسية للحياة نفسها هي غير خطية وتظهر التناقض بين الشكل والجوهر، وتبرز القدرة على التمييز بين هذه الصفات المتناقضة على هيئة الإدراك الروحي والقدرة على تمييز الواقع الروحي كحقيقة.

وقد تم تسهيل القدرة على البقاء على قيد الحياة بواسطة الذكاء، الذي يشكل خاصية وعي الحياة القادرة على الفهم الأولي للمجال الخطي، ومع تقدمها تصبح قادرة على فهم المبادئ المجردة. في الكائنات الشبيهة بالإنسان، تم تمكين التقدم التطوري لهذه القدرات من خلال ظهور الدماغ الأمامي الذي أصبح له السيطرة مع تطور الكائنات التي تمشي على قدمين، وهذا الذكاء

العقلي الناشئ من الإدراك كان في المقام الأول مفيداً تحت مستوى الوعي 200 في خدمة الغرائز الحيوانية للبقاء على قيد الحياة والعدوانية والهيمنة، ولذلك فقد كان نافعاً للخطية المحدودة للشكل. ومع تطور الوعي فوق المستوى 200، أصبحت طاقة الحياة والإدراك منحازةً تدريجياً إلى الوقائع غير الخطية للحب والخير، والبحث عن الحقيقة الروحية. عند المستوى 200 فقط تصبح القيمة الحقيقية لـ «الآخرين» حقيقة واقعة.

فيزيولوجيا الدماغ ووظيفة الحقيقة

تتوافق القدرة على إدراك الحقيقة وفهمها مع مستويات الوعي، كما يتجلى ليس فقط في تطور تشريح الدماغ، ولكن بشكل أكثر أهمية أيضاً من خلال التغييرات فسيولوجية وظائف الدماغ البشري والأنماط السائدة لمعالجة المعلومات، والتي تعتمد بدورها على مجالات الطاقة الروحية الغيبية الأساسية. عند البشر تحدث تغييرات هامة وعميقة فسيولوجيا الدماغ وأنماط معالجة المعلومات عند مستوى الوعي 200، يمكن تلخيصها على النحو التالي:

## دون مستوى الوعي 200:

الدماغ الأيسر (في الناس اليمينيين) هو المسيطر على معالجة المعلومات (الدماغ الأيمن في الناس العُسر). تتم معالجة المدخلات مباشرةً عن طريق مراكز الترحيل (المهاد) إلى المراكز العاطفية/الغريزية (اللوزة amygdala) عن طريق مسارٍ سريع، ومتأخرٍ فقط عن قشرة الفص الجبهي عبر مسارٍ أبطأ، وهكذا فإن ردود الفعل العاطفية التي تحدث قبل الذكاء والإدراك يكون لديها الفرصة لتعديل الاستجابة.

يتم تخزين ذاكرة الحدث في منطقة الحصين hippocampus في الدماغ للتعلّم والتذكير، وعملية الدماغ الأيسر هذه شبيهة بوظيفة دماغ الحيوان من كونها موجهةً نحو البقاء الشخصي، وهكذا فإنها تساعد الأنا عند الإنسان، ومن هذا التوجه يُنظر إلى «الآخرين»، بمن فيهم الأسرة أو أفراد (عناصر) القبيلة في المقام الأول على أنهم كائناتٌ أو وسائل للبقاء الشخصي على قيد الحياة. وعلى درجةٍ كبيرةٍ من الأهمية أيضاً أن المعلومات التي يتم تقديمها عن طريق المدخل المؤخر للذكاء من قشرة الفص الجبهي ليست فقط أبطأ للوصول إلى مركز الاستجابة، ولكنها بهذا الفعل تكون تابعةً للاستجابة العاطفية المثارة مسبقاً. وهكذا،

فإن العقل يصبح في المقام الأول أداةً للدوافع الحيوانية ولأهداف خدمة الذات، ولذلك تكون الاستجابات الناتجة بدائيةً وموجهةً نحو البقاء وتمر من خلال أنماط المواجهة أو الفرار مع عواقبها الهرمونية العصبية، مثل تحرير الكورتيزون أو الأدرينالين التي تعمل بدورها على الضغط على فيزيولوجيا أنظمة الوخز بالإبر والجهاز المناعي.

ويترافق نظام الاستجابة المتمركز ذاتياً في الدماغ الأيسر بالضعف المؤقت لعضلات الجسم والاستجابة العضلية السلبية أو الضعيفة، ومن ناحيةٍ أخرى سرعان ما

يتعافى نظام الطاقة في الجسم ويستعيد توازن الوخز بالإبر، وبذلك يتوازن النظام الشامل للطاقة مرةً أخرى لدورة استجابة التحفيز التالية. لقد تم وصف أنماط رد الفعل على التوتر من قبل (هانز سيلبي، 1956 - 1974)

(Hans Selye 1956 - 1974) على النحو التالي:

1. رد فعل الإنذار.

2. مرحلة المقاومة.

3. مرحلة الإرهاق والضعف الفيزيولوجي (التقويضي).

تنعكس سيطرة الدماغ الأيسر أيضاً عن طريق الإدراك الروحي المحدود أو حتى غير الموجود نظراً لأنه مبرمجٌ من أجل بقاء

الحيوان، ويتم تخزين ذكريات هذا التسلسل للأحداث في منطقة الحُصين في الدماغ. وهكذا يعمل التذكُّر فيما بعد على إيقاظ الذاكرة المتسلسلة على اعتبار أنها قد وضعت ضمن السياق عن طريق أهداف وتقنيات البقاء البدائية للأنا. ولذلك يتم شحن الذكريات بشكلٍ سلبيٍّ وتخزينها، جنباً إلى جنب مع الخوف والقلق والغضب والاستياء، أو مع متعة الربح.

## فوق مستوى الوعي 200:

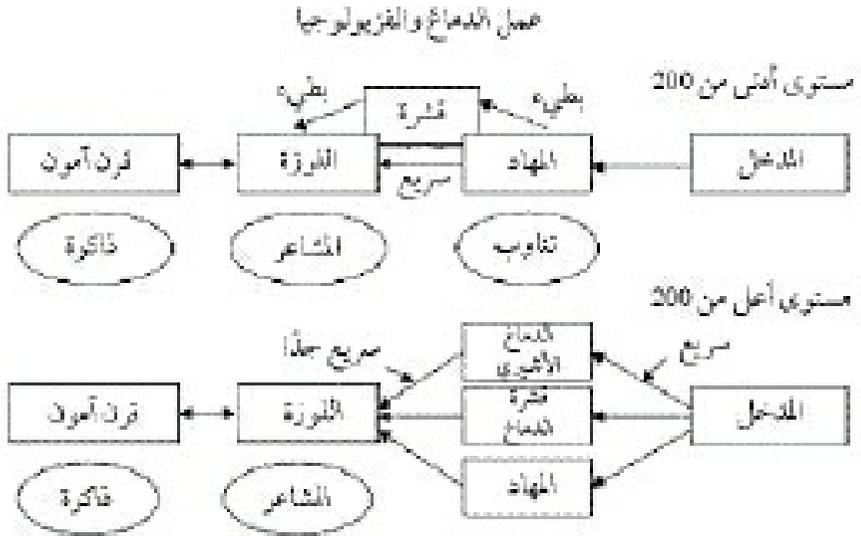
يصبح الدماغ الأيمن في الناس اليمينيين (الدماغ الأيسر في الناس العُسر) هو المسيطر فوق مستوى الوعي 200. يتم نقل المدخلات بسرعة عن طريق مركز الترحيل إلى قشرة الفص الجبهي، ومن ثمَّ إلى المركز العاطفي (كما سنرى لاحقاً) فإن هذا يحدث بسرعة أكبر من خلال منطقة الفص الجبهي للدماغ الأثيري)، وبعد ذلك يتم تعديل الإدراك من قبل الذكاء ويتم وضع المعنى الإجمالي للحدث وفقاً لمستوى الوعي السائد. عموماً التذكُّر هو حدثٌ أكثر اعتدالاً مما قد يتم تسجيله من قبل الاستجابة الدقيقة للدماغ الأيسر. عندما يعمل الدماغ الأيمن على المعالجة الروحية للدماغ وفيزيائيته روحياً تصبح الاستجابة الهرمونية العصبية نشطة، وتعمل على تحرير الإندورفين وموازنة نظام الوخز بالإبر. كما يتم أيضاً تحرير الأوكسيتوسين والفاسوبريسين إلى الأميغدالا (المركز العاطفي) التي تتعلق بغرائز الأمومة والسلوك الأبوي وتلازم الزوج والقدرة الاجتماعية عن طريق «الدماغ الاجتماعي» (موران 2004 Moran) للثدييات.

وتكون استجابة العضلات في الوقت نفسه قويةً وإيجابيةً، وتتأثر النزعة الطبيعية لمعالجة المعلومات عبر مساراتٍ أكثر صحة من خلال التدريب في وقتٍ مبكرٍ من الحياة والتعرض للموسيقى الكلاسيكية، وعلم الجمال، والانتماء الديني، وكلها تؤثر في الوتيرة العصبية والاتصالات.

تظهر أبحاث الدماغ بأن نصف الكرة الدماغية غير المسيطر يتم تحفيزه بواسطة الفن والطبيعة والموسيقى والجماليات مما يؤدي إلى تزايد الإيثار والهدوء الداخلي والمستويات الأعلى للوعي (ماتيويز 2001 Matthews). كما أظهرت المزيد من الأبحاث حول رهبان البوذية التبتية Tibetan Buddhist «اللدونة العصبية» للدماغ والتغيرات الفيزيولوجية كنتيجةٍ للتأمل (بيغلي Begley

.(2004)

ويمكن تلخيص هذه الاختلافات الرئيسية والمهمة على شكل رسم بياني (أعيدت طباعته لتلائم الحقيقة مقابل الباطل) على النحو التالي:



مستوى أدنى من 200	مستوى أعلى من 200
سيطرة الدماغ الأيسر	سيطرة الدماغ الأيمن
تشكل خطّي	عبر خطّي
توتّر - أدربالين	سلام - إندرومين
إما المواجهة أو الهروب	عاطفه إيجابيه
إنذار - مقاومة - إعباء (نظرية سيلبي وكانون «المواجهة/ الهرب»)	دعم العدة الذرقية
الخلايا القاتله والمناعه	الخلايا القاتله
توتّر العدة الذرقية	مناعه
فصيح علاج الوخر بالابر	شفاء
مرض	استقرار حالة العلاج بالوخر بالابر
استجابة سلبية للعضلات	استجابة إيجابيه للعضلات
الناقلات العصبية - السيروتونين	
يتبع العواطف بسرعة أكثر بمرتين من سرعة الفص الجبهي الخاص بالعواطف	يتبع العواطف بسرعة أقل من سرعة الفص الجبهي والمنتشرة الأثرية
تمدد الثريد	انقباض الثريد

## الأهمية:

المسعى الروحي والنّية الرّوحيةّ تعملان على تغيير وظيفة الدماغ وتقوم فيزيولوجيا الجسم بإنشاء منطقة محدّدة للمعلومات الرّوحيةّ في قشرة الفص الجبهي للدماغ الأيمن، مع (طاقة) الدماغ الأثرية المطابقة لها.

## التغيرات العقلية عند مستوى الوعي 200

تتماشى مستويات الوعي مع مجالات الطاقة القابلة للتقييم، والتي يصطلح على تسميتها في الآليات غير الخطية بـ «المجالات الجاذبة»، التي تسيطر على مستوى خاص من مجال الطاقة الموافق والمتوافق بمستوى محدد من الوعي والدرجات المؤثّرة للذكاء. ويطلق على المجال الجذاب الذي يتماشى في المقام الأول مع البقاء بال-

«العقل الأدنى» الذي يكون عند مستوى التقييم 155، والذي يهتم ببقاء البدن والمتعة العاطفية وتحقيق المكاسب الشخصية، وفي ذلك دلالة على كونه يتمشى مع المصلحة الذاتية.

ومع استمرار تطور الوعي يصبح إدراكاً بأهمية الآخرين على نحو متزايد، مع القدرة المتعاضمة على التمييز التي تصل في نهاية المطاف إلى المستوى 275، الذي يعرف بالـ «العقل الأعلى» الذي لديه القدرة على التعامل مع المجرّدات غير الخطية والجوهر.

ولذلك فهي أكثر إدراكاً للمبادئ والخصائص الخفيّة للجوهر.

## المواقف

تعكس المواقف الدرجة التي يتأثر بها التصوّر والعاطفة والأمر الفكرية والعقلانية عند مستويات مختلفة للوعي. يتم اختبار العالم من العقل الأعلى والنظر إليه بشكل مختلف تماماً عند مستوى الوعي 275 على النقيض من العقل الأدنى عند المستوى 155.

تؤثر هذه المس-تويات بعمق في جميع جوانب الحياة، وتكون درجة الاختلاف معادلة تقريباً لوصف حضارتين مختلفتين متناقضتين بمس-تويات مختلفة من نوعيّة العلاقات الشخصية والسرور والسعادة في الحياة، والنجاح الدنيوي والفلسفات والسياسة، والأهم من ذلك مستوى الإدراك الروحي وتطابقه.

كما هو واضح، يركز العقل الأدنى على تفاصيل خطية للموقف ويراها من حيث المصلحة الذاتية، وفي المقابل، يتضمن العقل الأعلى السياق العام ويدرك معنى الخطية المجرّدة، بما في ذلك الأهمية الروحية وبالتالي.

ومن أجل التوضيح تم اختيار المواضيع التالية من أبحاثٍ ومحاضراتٍ تم نشرها سابقاً.

الجدول رقم (1): وظيفة العقل - السلوكيات

الاستيفاء بالمحتمل	المتعة والرضا
--------------------	---------------

العقل الأعلى (مستوى التقييم 275)	العقل الأدنى (مستوى التقييم 155)
نمو	مراكمه
يستمتع	بحرير
يذكر	بعكس
يحافظ	بتطور
يفكر	بعالج
دلاله	استنتاج
الوقت=التفيد	الوقت=الفرصه
التركيز على الحاضر/الماضي	التركيز على الحاضر/المستقبل
محكوم بالعواطف/المتطلبات	محكوم بالعقل/الإلهام
بلوم	تحميل المسؤولية
سهل	منصعب
اطمئنان (مخصص)	اطمئنان مضاف للمجال (مشروط)
متناسك، حرقى	بحريري، واسع الخيال
محدود، زمان، مكان	غير محدود
شخصي	غير شخصي
شكى	أهمته
التركيز على الخصوصيات	العمومات
أمثله حصريه	التصنيف إلى أصناف-شامل
تفاعلي	مستقل
صنعل/عدواني	وفازي
استدعاء الحوادث	الأهميه ضمن السياق
بخطط	بخلق
التحديد	الجوهر، المعنى
بخصص	بعمم
متنل	متناسمي
التحير	إيهام
معنوي	خُلُقِيّ
أمثله	مبادئ
البقاء المادي والعاطفي	التطور العقلي

جميع التدرجات الموجودة بين الأزواج المتناقضة تعكس الشدّة، فعلى سبيل المثال هناك فرقٌ بين التعطُّش والطلب، وبين الرغبة و«وجوب التملُّك»، وبين المطالبة في مقابل خيارات التفضيل أو الطموح أو التمني أو الاختيار أو التفضيل أو القبول. والفرق في هذه الخاصية الوحيدة بمفردها فقط يمكن أن يوضِّح الفرق بين القتل والغیظ، والاكتئاب والبؤس، في مقابل الرضا والاسترخاء،

والتساهل في توقعات المرء.

إن كلاً من علم النفس والطب النفسي والأبحاث الحالية في كيمياء الدماغ تعبر اهتماماً كبيراً لدراسة المواقف، مما يبيِّن مدى أهميتها لتحقيق سعادة الإنسان ورضاه ونجاحه (Szegedy-Maszak، 2004؛ Moran، 2005؛ Arehart-Treichel، 2004؛ Moran، 2004)

(وآخرون). يمكن تعريف «الموقف» بأنه العقلية المعتادة التي تربط إدراك الذات بإدراك العالم والآخرين. في مجتمعنا تتم دراسة المواقف ضمن مجالٍ يسمى «تطوير الذات» وذلك من خلال ورش العمل والأدب الوافر النتاج. التجربة الجماعية المشتركة هي بأن توقعات الذات والآخرين يطرأ عليها التعديل بشكلٍ تدريجيٍّ مع النمو والنضج الذي يتماشى مع التطور الروحي. وهكذا، فإن المجال الثقافي للنمو يجذب الشريحة المتقدمة في المجتمع التي يطلق عليها حديثاً «الإبداعات الثقافية» (راي وأندرسون 2000)

(Ray and Anderson).

وكتمرين بسيط، إن مجرد إلقاء نظرة بسيطة على اللوائح المتناقضة، كالثالثة التالية سيكون له تأثيره الطوعيُّ كونه يجلب للإدراك خياراتٍ مختلفةً كان قد تم تجاهلها.

الجدول رقم (2): وظيفة العقل - السلوكيات

ميكروبي	نهائي
يشعر مع	يتعاطف
ينقن	يقدر
يختار	يريد
يوافق ويوافق	يتجنب
ناصح	سخيف
يتجنب	يهاجم
متسامح	ناقد
راضي	شكوك

(155 ٢٢٢٢٢٢٢ ٢٢٢٢٢) ٢٢٢٢٢٢ ٢٢٢٢٢	(275 ٢٢٢٢٢٢٢ ٢٢٢٢٢) ٢٢٢٢٢٢ ٢٢٢٢٢
نافذ الصبر	حليم
مطالب	مفضل
الرحمة	القيمة
مضطرب، متوتر	هادئ، متأن
مسيطر	متحلي، مستسلم
استخدام نفعي	بري، المحتمل
واقعي	خديسي
موجه بالذات الأناثي	موجه بالأناثي وكذلك بالآخرين
الوفاء الشخصي والعائلي	النجاح من الآخرين
متحفظ	صریح
منجرح، خائف	بخمى، يخشع
تصميم	فن
منافسة	معاون
جميل، جذاب	جماليه
ساذج، سريع التأثر	معتد، مطلق
شعور بالذنب	حسرة
عديم الخبرة	عميق التفكير
متشائم	متفائل
إفراط	توازن
قوة	طاقه
بارع، ذكي	فطن
يستغل الحياء	يخدم الحياء
فاسد القلب	رحيم
متبذ	حساس
يسرد تفاصيل	يسرد السياق
تصريح	فرصية
انغلاق	انفتاح

يكشف الجدول 2 مزيداً من الخيارات والاحتمالات التي تفيد الوعي الذاتي، وقد تمت تسمية المواقف المحدودة بالـ «عيوب الشخصية»، وقد لاحظت المجموعات التي تدعم النمو الروحي بأن هذه العيوب تبدأ بفقدان أهميتها بمجرد أن يتم التعرف عليها واحتوائها.

إن الفائدة من قبول عيوب الآخرين بدلاً من إنكارها تعد زيادةً في الشعور الداخلي بالصدق الذاتي والأمن والتقدير الأعلى للذات،

مصحوباً بتقليصٍ كبيرٍ لـ «الحساسية» الدفاعية والعصبية لـ «الإهانات» المحسوسة، والإنسان النزيه لا يتعرض للآخرين بإيذاء

مشاعرهم أو لـ «وجود ما قاموا به وأدى لانزعاجه منهم». إن لتبصُّر النزاهة مصلحةً مباشرةً في الحد من الألم العاطفي الفعلي وكذلك المحتمل، ويكون الشخص عرضةً للألم العاطفي في العلاقة الدقيقة لدرجة الوعي الذاتي والقبول الذاتي. عندما يعترف الناس بسلبياتهم لن يتمكن الآخرون من مهاجمتهم فيما يقرون به، ونتيجةً لذلك يشعر المرء عاطفياً بقليلٍ من الضعف وبالمزيد من الأمان والأمن.

تنبع معظم الحجج الداخليّة من رفض الاعتراف بالعيوب الشخصية البسيطة أو تحمُّل المسؤولية عنها، مثل نسيان الرسائل الشفهيّة أو بعض التفاهات التي تثير غالبية النزاعات بين الأشخاص بشكلٍ غريب. وتتمثل معظم المشاحنات بتبادل الاتهامات التي لا تنتهي حول تفاهاتٍ تفتقر إلى النزاهة والنضج العاطفي في المقام الأول. قضايا الزوجات المعنّفات والقتل الزوجي تبدأ من خلال قضايا حياتيّة بسيطة، لتتصاعد بعد ذلك من خلال إثارة تحرير الأنا النرجسية إلى «كونها محقّة» بشكلٍ مدهشٍ أكثر أهميةً حتى من الحياة نفسها.

إن مفتاح النمو دون ألم هو التواضع، والذي قد يصل إلى حد مجرد إسقاط

التفاخر والتظاهر وقبول إمكانية وقوع الذات أو الآخرين في الأخطاء كإحدى الخصائص الطبيعية للإنسان. يرى العقل الأدنى العلاقات تنافسيةً، بينما يراها العقل الأعلى تعاونيةً،

العقل الأدنى يتورط مع الآخرين أما العقل الأعلى فينحاز إليهم، وعبارة «أنا آسف» البسيطة تحمد آلام معظم النيران. الفوز في الحياة يعني التنحلي عن هاجس «من المخطئ». الحفاوة أكثر قوةً من العدا، ومن الأفضل أن تنجح بدلاً من أن «تفوز».

الجدول رقم (3): وظيفة العقل - السلوكيات

العقل الأعلى (مستوى التقييم 275)	العقل الأدنى (مستوى التقييم 155)
ودي، خيري	حماية
متفائل، أمل	ساحر
موتوثق	مربى
مراخ لمشاعر الآخرين	أناني
كريم	شحوح
مخطما	حاسب
مباشر	ملتوي
سهل الإرضاء	دقيق، اشغاني
موافق للاحتياجات	القليل من المال
يطلب	يلج
توازن	إفراط
مؤدب، مهذب	فظ
وسطى	حذى
«يواطب على الحركة»	مندفع، متسرع
المال ليس كل شيء	جشع للمال
رغبة	نون
شكور	جاحد
إنشاده	انحدار
يستنكر	بذس
إنسان متحفظ	جنسي
منقدم	سخيف
يهم بالآخرين والعالم	التركيز على النفس
يلتم خطة الحياة	انتهازي
الذات المطورة	رامي
مكبوت، لطيف	متبدل، بذىء
نزبه، صادق	مراوغ
امتنان، احترام	حسد
حساس، حالي من الهموم	متجهم، ثقيل

القوة لتبني المواقف الإيجابية بدلاً من المواقف السلبية متاحة بشكل مسبق ضمن ميدان الإرادة، والتوسل للرب طلباً لتقديم العون تتسبب في عملية تحويلية تصبح أكثر قوةً بالممارسة، بسبب انحياز الشخصية هنا إلى الحقل الجذاب الإيجابي القوي بدلاً من انحيازها إلى الأنا الخطية الضعيفة، وما قد يبدو زائفاً أو مصطنعاً عند بداية الممارسة العملية يغدو فيما بعد طبيعياً وسهلاً بشكلٍ مدهشٍ كونه يتمشى مع الواقع وبدعمٍ منه. تصارع الأنا/الذات الخطية من أجل النجاة ولكن القوة الروحية للذات الإلهية مدعومةٌ بالجمال اللانهائي الذي تتطور وفقه الحياة وتبقى. الحب يستدعي الدعم، في حين أن الغضب يصده. عند التخلص من الأوزان الثقيلة للمقاومة، يرتفع الفلين تلقائياً إلى سطح المحيط كنتيجةٍ لقابليته للطفو.

### الصفات الشخصية: تكوين الشخصية

التعلم من المواقف البناءة والأكثر نضجاً والتكيف معها ينتج عنه شخصيةً أكثر دماثةً تنسجم برضا كبيرٍ مع ذاتها ومع الآخرين.

معدّل السعادة الشخصية عند المستوى 155 هو خمسة عشر بالمئة فقط، ولكن هذا المعدّل يتضاعف عند مستوى الوعي 275

(العقل الأعلى) بمقدار أربعة أضعاف ليبلغ ستين بالمئة.

سنكتشف بأن الأنا تتكون من كتل البناء المتشابكة وبأن تحريك أيٍّ منها يؤدي إلى زعزعة المجموعة بأكملها، لتبدأ بعد ذلك بالانحيار تحت تأثير ثقلها الخاص. إن ما قد يبدو جهداً صغيراً يمكن أن يكون له آثاراً كبيرةً جداً، ويكتشف المرء بأن مجرد ابتسامته بسطة يمكن أن تغير حياة شخصٍ برمتها، ويؤكد آلاف من الناس الذين يتبعون أساليب تطوير الذات والمسارات الروحية على حقيقة هذا الاكتشاف.

وفيما يلي قائمة من مواقف «الفائزين»، والتي يعتبر اختيارها بسيطاً للغاية ولكن فوائدها عظيمةً على المدى الطويل (مقتبس من الحقيقة مقابل الباطل). الحياة التي تُعاش في مجال الطاقة الموافق لمستوى التقييم الأعلى من 200 تختلف تماماً عن الحياة التي نعيشها عند مستوىٍ أخفض من هذا المستوى.

سمات الشخصية الإيجابية - القسم الأول

265	منوقر
305	منوارن
225	معتدل
250	هادئ
295	اعتباري
255	مطمئن
255	وڈي
295	أريب
250	مونوق
210	مجتهد
240	دبلوماسي
210	صريح البال
365	عادل
305	أخلاقي
305	معتدل
365	مخلص
245	نايت
245	صون
280	وڈي
255	أصيل
335	مستعرب
395	سعيد
200	نشيط
360	صحي

يكشف الجدول أعلاه عن الخصائص التي تعتبر قيمةً ومدعومةً من جميع المجتمعات الناجحة في الأوقات التي يقع فيها مستوى التقييم فوق المستوى 200. الطريق إلى الوعي الروحي مدعومٌ بحقيقة أن الدوافع يتم تعزيزها بالطاقات ا تعكس القوة، أما المواقف الأنانية فهي ضعيفةٌ ومحدودة ومضنية. وكما تتضافر الصفات السلبية تماماً مع بعضها البعض، فإن الصفات الإيجابية تأخذ المنحى ذاته أيضاً، ولذلك فإن التقدم في أحد المجالات يجلب تحسيناتٍ مثيرة للدهشة في مجالاتٍ أخرى لم يكن قد تم التطرق إليها بوعي حتى.

تظهر لنا أبحاث الوعي بأن تبني موقفٍ إيجابيٍ يستدعي حالاً المجال الجذاب من مجال الوعي بأكمله، والذي يبدأ بعد ذلك بشكل عفويٍّ بتغيير الشخصية بما يعود بالفائدة على حياة المرء الخاصة وكذلك على حياة الآخرين.

سمات الشخصية الإيجابية - القسم الثاني

220	مفيد
200	نزيه
255	جدير بالاحترام
260	إنساني
270	نواضع
295	مثالي
220	لطيف
255	طريف
300	عادي
240	منفتح
300	مرتب
255	مريض
210	منابر
220	ساق
275	مرضي
245	هؤول
225	ايجابي
265	حام
405	عقلاني
290	موتوق
250	مهذب
305	محترم
290	مسؤول
240	«ملح الأرض»
300	متعقل
345	حسن الذعاية
240	حساس
255	نابت

245	داعم
225	عميق التفكير
245	متسامح
205	دافئ
385	حكمة

يتسبب الانتقال من العقل الأدنى إلى العقل الأعلى في انخفاض البطالة من ما يقرب من خمسين في المئة إلى ثمانية في المئة فقط، كما ينخفض معدل الفقر أيضاً من 22 في المئة إلى 1.5 في المئة، وبشكلٍ مثير يهبط معدل الإجرام من 50 في المئة إلى 9

في المئة فقط. كما أن هناك فوائد كبيرةً مماثلةً تنعكس على جميع المجالات الأخرى المهمة في الحياة، بما في ذلك المستوى التعليمي، والدخل، والنجاح في الحياة الزوجية، والسمعة، والمظهر الشخصي، والقبول الاجتماعي، والانطباع الأولي، والأسلوب اللغوي، والآراء السياسية والاجتماعية. تعكس جميع هذه القضايا فرضية المسؤولية الشخصية، وهذا ما يؤدي إلى تغييرٍ كبيرٍ في نسبة المخالفات المرورية، والتصنيف الائتماني، والنسبة المئوية لتملك المنازل، والصحة البدنية، وطول العمر، والأهم من ذلك الارتياح الشخصي.

عل الرغم من أن هذه المزايا واضحةٌ وجليلةٌ للغاية على المستوى الشخصي، فإنها تصبح أكثر وضوحاً عندما يتم التعبير عنها بشكلٍ جماعيٍّ. يتميز المجتمع الذي يقع عند مستوى التقييم 155 بغلبة خصائص الحرمان كالتنمية الاقتصادية السيئة، وانخفاض معدل الإلمام بالقراءة والكتابة، وارتفاع معدل الولادات ومعدل وفيات الرضع، ومعدلات البطالة. ويبرز ذلك أيضاً من خلال الاستغلال وقمع الحقوق المدنية، وتفشي الفساد، والتطرف الإجمالي في توزيع الثروة. يظهر في هذه

المجتمعات انتشار الفقر،

وانعدام الحريات المدنيّة، وانتشار العنف والاضطهاد، وتوصف بشكلٍ إجماليٍّ بالمتخلفة أو حتى البدائيّة للغاية.

### «الواقع» التجريبي

يفترض الأنا/العقل بقناعةٍ بأن التصورات والتفسيرات عن تجارب الحياة هي الشيء «الحقيقي» ولذلك فهي «صحيحة». ويُعتقَد أيضاً بالإسقاط على الآخرين بأنهم يفكرون ويشعرون بنفس طريقة تفكيرنا وشعورنا، وإذا لم يكونوا كذلك فهم مخطئون، وهكذا ينشأ الخطأ. وبذلك يحكم التصور قبضته ويعززها بالأدوات والقرائن.

وكما تقدم من وصف فإن كل مستوى من مستويات الوعي يتوافق مع مجالٍ سائدٍ جذابٍ من الوعي ويشكّل انعكاساً له، ويتم من خلاله وضع المعنى والقيمة ضمن سياقٍ محدّد، وهكذا فإن كل شخصٍ يعيش في عالمٍ صنعه بيديه ويعمل على تعزيزه بالسعي إلى القبول بمجموعةٍ متنوّعةٍ من المسوّغات، حيث يتم التعويض عن التباين بالإيجابية بالتعاطف والحنان والقبول، وبحكمة النضج، وبالمقابل فإن الموقف السّلبى يرى الاختلافات كمصادر للغضب والاستياء والمشاعر السّلبية الأخرى.

السؤال الذي يطرح نفسه حول ما إذا كانت الفروق التجريبية تقتصر فقط على (الإدراك) الداخلي الوضوعي، أو أنها ترجع لاختلافاتٍ خارجيةٍ في التجارب بحد ذاتها. وُجد من خلال الملاحظة السريرية بأنه لا يكون للناس مداركٍ شديدة التباين تبعاً لمستويات وعيهم وحسب، ولكنهم في الواقع يعيشون تجارب لأحداثٍ مختلفةٍ تماماً. بالنسبة للأشخاص غير الودودين غالباً ما يبدو الآخرون لهم بداردين وغير ودودين، أما بالنسبة للأشخاص العاطفيين

المحبدين فس تبدو لهم البيئة وديّة وداعمةً تماماً.

وبالتالي فنحن بمقتضى حالنا نؤثر بمهارةٍ على الأحداث من حولنا، ونتيجةً للموقف المعتدل يجذب الناس العطوفين الأحداث الإيجابية، والعكس صحيحٌ أيضاً (مع وجود اختلافات ذات تأثيرٍ قدرّي). حتى الحيوانات بإمكانها أن تستشعر النيّة والبشر يستدلّون عن طريق إشارات نصف واعيةٍ تعكس النيّة، والموقف، ومستويات الوعي، وضمن حدود معينة نحن نميل إلى تجربة الانعكاس الذي أصبحنا عليه.

المرتاب هو الذي يساوره الشك بصحة الحقائق الروحيّة لأنه لا يملك خبراتٍ مثل المعجزات ولذلك فهو ينفي حقيقة الأبعاد العليا التي تحدث ضمنها. يرى العقل الديناميكي تماماً جميع هذه الظواهر (كظاهرة سيدهيز siddhis، وما إلى ذلك) على أنها «توسّل»

في أحسن الأحوال، أو حتى خياليّة، ولا يستطيع أن يدرك القدرة على فهم الجوهر. وهكذا فإن كل مستوى من مستويات الوعي يميل إلى أن يكون ذاتي المصدقية وذلك لكونه يوضح السبب الذي يظهر تطور الوعي بطيئاً.

### الخلاصة

من كل ما سبق، بات من الواضح أن تجاوز مستوى الوعي 200 هو أمرٌ بالغ الأهمية وحاسمٌ في كل مجال من مجالات الحياة،

سواءً على المستوى الفردي والجماعي. من وجهة نظرٍ روحيّةٍ وبشكل حاسمٍ يشير المستوى 200 إلى الانتقال من تحت هيمنة الباطل ليصبح متماشياً مع الحقيقة. وكما ذكرنا سابقاً على نحوٍ كبيرٍ من الأهمية بأن ثمانيةً وسبعين في المئة من سكان العالم لا يزالون دون مستوى الوعي 200 (يتواجد تسعةً وأربعون في المئة منهم هم

في الولايات المتحدة). ونظراً للزيادة الهائلة في القوّة للمساتويات الواقعة فوق  
المستوى 200 (التقدم لوغاريتمي)، فالناس الملتزمون بالاسـتقامة يعملون  
على موازنة سلبية الغالبية من السكان في جميع أنحاء العالم. وهكذا،  
فالحضارات تبقى من أجل مواصلة التطور.

## الفصل التاسع: الشجاعة

(مستوى التقييم ٢٠٠)

### مقدمة

عند مستوى الشجاعة تغير الطاقة الروحية بعمق التجربة الذاتية وتجارب الآخرين،  
ولذلك فهو يعد مستوى بداية التقوية، وهذه المنطقة هي منطقة الاستكشاف  
والإنجازات والثبات والتصميم. في المستويات الدنيا، يبدو العالم ميؤوساً منه أو  
حزيناً أو مخيفاً أو مغرياً أو محبطاً، أما عند مستوى الشجاعة فينظر إلى الحياة على  
أنها مثيرة ومتحدية ومحفزة.

الشجاعة تقتضي ضمناً الاستعداد لتجربة أشياء جديدة والتعامل مع تقلبات  
الحياة. عند هذا المستوى من التمكين، يكون المرء

قادراً على التصدي لفرص الحياة والتعامل معها بفعالية، فعند المستوى 200 على  
سبيل المثال تتواجد الطاقة لتعلم مهارات عمل جديدة، ويصبح النمو والتعليم  
أهدافاً يمكن تحقيقها، وتكون هناك القدرة على مواجهة المخاوف أو العيوب  
الشخصية والتغلب عليها، ولا يعطلّ القلق المساعي بالطريقة التي يؤثر فيها في  
المراحل الدنيا من التطور. العقبات التي تهزم الأشخاص الذين ينخفض لديهم  
مستوى الوعي إلى ما دون 200 تعمل كمحفزات لأولئك الذين تطوروا إلى  
المستوى الأول للقوة الحقيقية.

ويعيد الناس عنده هذا المس توى إلى العالم نفس القدر من الطاقة التي يأخذوها منه، بينما يعمل أفراداً وكذلك شعوباً عن المستويات الأدنى على استنزاف طاقة أفراد آخرين ومجتمع آخر دون تردد. ونظراً لما ينتج عن الإنجاز من ردود إيجابية، فإن مكافأة الذات والثقة بالنفس تتعزز ذاتياً بشكل تدريجي، ومن هنا تبدأ الإنتاجية.

إن تخطي المستوى 200 هو الخطوة الأكثر أهمية في تطور الوعي الإنساني وخصائصه المتوافقة في كل من الحياة الداخلية والخارجية. تطوير القدرة لتماشى مع الحقيقة المدركة بدلاً من تحقيق المكاسب الشخصية هو ما يفصل بوضوح ما بين الحق والباطل، والخيار الحاسم للقيام بهذه الخطوة هو قبول المرء بتحمل المسؤولية والخضوع للمساءلة عن القرارات أو التصرفات،

ويدل هذا أيضاً على التحول من سيطرة العواطف البدائية، التي يتم تخفيفها بالذكاء وصلاحية التحقق منها بدلاً من الانفعالية لخدمة المصالح الذاتية التي تؤدي إلى المغالطة والتفكير المشوّه. وهكذا تمثل الشجاعة التغلب على الخوف من فقدان المكتسبات إضافة للاستعاضة عنها بمكافآت من الواقع على المدى الطويل.

عند المستوى 200 هناك قبولٌ بديهيٌ لحقيقة المساءلة كواقعٍ روحيٍّ واجتماعيٍّ، ويتوافق ذلك بظهور الإدراك للمسؤولية عن مصير روح المرء وليس فقط عن الجسد وإرضاءً للأننا، وينظر إلى الحقيقة هنا كحليفٍ بدلاً من اعتبارها عدوًّا، والانحياز إلى الحقيقة بشكل أكبر من الربح يجلب القوة، واحترام الذات، والتمكين الصحيح بدلاً من انتفاخ الأننا. ولقد أصبح القول المأثور:

«ماذا يكسب الإنسان إذا فاز بالعالم ولكنه خسر روحه؟» بديهيةً توجّه القرارات وانتقاء الخيارات.

الشجاعة تجلب الثقة الداخلية والشعور الكبير بقوة الشخصية، لأنها لا تعتمد على العوامل أو النتائج الخارجية، والتزام النزاهة والصدق الذاتي هو مكافأة للذات وتعزيرٌ لها. هناك شعور عظيمٌ بالحرية الداخلية يرجع إلى التخفيف من الشعور بالذنب والخوف الذي يصاحب بشدة جميع انتهاكات الحقيقة، لأن الروح عند مستوى اللاوعي تعرف متى تكذب الأنا وتنتهك الأماكن التي تعمل خارج الإدراك الواعي. هذا ينبع من الحالة الأصلية للاوعي الجماعي، كما وصفها المحلل النفسي السويسري كارل يونغ Carl Jung

(مستوى التقييم 520). ويعمل تراكم الآثام الروحية غير الواعية (الكارما) بشكلٍ تدريجيٍّ على خفض مستوى تقييم الوعي للأشخاص الذين ينتهكون الحقيقة، ويترتب عليهم عندها التعويض عن ذلك عن طريق الوقاية بالفخر والغضب والشعور بالذنب والعار، والخوف من العقاب الإلهي في نهاية المطاف.

ويتسبب الأداء المتميز بالثبات والأمانة في تحقيق الرضا الداخلي الذي تراكم من الاستيفاء المرضي للمعايير الداخلية. عند هذا المستوى، ما يهمنا هو الجهد والنية، وليس مجرد النتيجة. «امتلاك الذات الخاصة الحقيقية» يسيطر تدريجياً على الخيارات والقرارات وظهور الشعور الداخلي بالشرف، ويصبح الهدف من الحياة على المدى الطويل تطوير الإمكانيات الداخلية كالقوة بدلا من اكتساب العوامل الخارجية.

على الرغم من أن المجتمع يميّز الشجاعة ويثمنها، فإن القبول الاجتماعي يكون أمراً ثانوياً بالنسبة للأشخاص الأمينين الذي يدركون أنه من الممكن للمرء خداع العالم ولكنه غير قادرٍ على خداع نفسه. ونظراً للإدراك المتزايد الذي يحدث عند المستوى 200، فإنه يتم تمييز الإغراءات لانتهاك الأمانة من أجل تحقيق المكاسب ورفضها، في حين أنها تكون مبررةً في المستويات الأدنى من 200 نظراً لما تحققه من مكاسب دون أخذ أيّ اعتبارٍ للعواقب.

من خلال أبحاث تقييم الوعي، تم التثبت من أن جميع الناس يعرفون بشكلٍ غير واعٍ متى يتم الكذب عليهم، وهو ما تم اكتشافه بسرعةٍ عن طريق اختبار العضلات الذي يميز على الفور الحق من الباطل. ويشير هذا الضعف في استجابة عضلات الجسم والتغيرات في تدفق الطاقة من خلال نظام الوخز بالإبر إلى أن إدراك الفرق بين الحق والباطل هو أمرٌ جوهريٌّ لطاقة الحياة، وينعكس في استجابة الجسم حتى إذا كان العقل ينفى ذلك.

تتماشى طاقة الوعي عند المستوى 200 مع سلامة العقل، ولذلك فإنه يتم رفض الخطابات الخادعة المشوّهة كونها ضعيفة وخاطئة، ومع هذه الخطوة نحو التطور يوجد انخفاضٌ كبيرٌ للانفعالية والخيال الحالم. وبذلك تصبح الحياة أقل دراميّةً، وتفقد التعويضات العابرة للمواقف السلبية لأننا جاذبيتها بسبب خلوّها من المكافأة، وفي المقابل، هناك قدرٌ أكبر من الاتزان والشعور العام بالأمن الذي يمكن إحرازه فقط من خلال الالتزام بالصدق الداخلي. عن طريق التجربة والخطأ اكتشف بأن تكلفة التسوية لا تستحق المجازفة بالثقة التي تصبح الأمانة معتادةً عليها.

### تعايير اجتماعية

يبرز الاهتمام بالآخرين والقدرة على تحمّل المسؤولية الاجتماعية فوق المستوى 200. ويفسّر وجود ثمانية وسبعين في المئة من سكان العالم تحت مستوى الوعي 1 (تسعةٌ وأربعون في المئة منهم في أمريكا) وضع العالم بصورته الحالية بما فيه من نزاعات وحروبٍ وفقرٍ وجريمةٍ وهلمّ جرا بشكلٍ لا متناهٍ، وتشير الأبحاث إلى أن مصدر هذه المشاكل داخليٌّ أكثر من كونه خارجياً.

الصدق الذاتي يجلب الارتياح من المشاعر السلبية لمجالات الطاقة الأدنى، ويقلل القلق والخوف وانعدام الأمن والشعور بالذنب من الاستياء والغضب بشكلٍ مماثل

للإخفاق، وتصبح المشاعر السلبية هنا ليست موضع ترحيبٍ وغير سارةٍ لدى كلِّ من الذات والآخرين، ولا تبقى الجدالات والصراعات والخلافات جذابةً بسبب فقدانها لانتفاخ الأنا الخاصة بهم، وتصبح الصعوبات المؤقتة للواقع الاجتماعي جوانب مقبولة لحياة الإنسان بدلاً من اعتبارها إهاناتٍ شخصيَّةً، كما يكون هناك نفورٌ تدريجيٌّ من العنف، ومن التطرف السياسي والأيدولوجي المفتعل، على اعتبار أن الارتياح بسبب استتباب الهدوء الداخلي هو أفضل من إثارة الأدرينالين.

مع النضج يحدث تطورٌ لروح الدعاية الذي يحلُّ محلَّ الهجمات والاهتياجات العدائية، ويعتبر السلام والهدوء اللذان يبدوان مضجرين في المستويات الأدنى من الوعي مفضلين عند هذا المستوى كفتراتٍ من الهدوء التي يمكن من خلالها التفكير والتأمل،

ويصبح الانعكاس هنا أكثر أهميةً من التفاعل العاطفي، وتصبح الرغبات أقلُّ تطلباً ويحلُّ الصبر محل الانسياق والتعصب من أجل تأخير الإشباع. عند المستوى 200 تصبح الحياة أكثر تعقُّلاً ويقلُّ الاندفاع، وتغدو السعادة الشخصية هدفاً ممتدداً التحقيق، ويحل الامتنان محل الاستياء والشفقة على الذات محل إلقاء اللوم على الآخرين. تتغير التجربة الشخصية للعالم نحو الأفضل، ويبدو الناس أكثر مضيافين وأكثر ودًا، ويتلاشى بريق جاذبيَّة الخصوصيَّة المميزة، ويتم استبدال التجاوزات بالتوازن. تقود الشجاعة إلى الاستكشاف والتطوير الذاتي، كما تسهِّل نمو الشخصية وتطور الوعي.

المفتاح الحاسم للتحويل إلى قوة الشجاعة هو قبول المسؤولية الشخصية والمسائلة، ويتطلب هذا الانتقال الكبير التحلي عن مغالطة ازدواجية الضحية/الجاني التي تقوِّض السلامة اجتماعياً عبر اللوم والأعذار بناءً على ازدواجية مغالطات نسبية اجتماعية وأخلاقية ونظرياتٍ يحلُّ من خلالها «السبب» أو

الوضع الاجتماعي محل الاستقلال الشخصي والصدق الذاتي. وهكذا فالشجاعة تتضمن أيضاً التعالي على التبريرات التي تميّز النظم العقائدية الاجتماعية التي تقع دون المستوى 200 وتستند إلى فرضيات اللوم والأعذار. حتى إذا كان هناك «سبب» خارجي فإنه لا يزال يتعين على الفرد أن يرتقي فوقه، والمجتمع حافلٌ بأمثلة ذائعة الشهرة عن التماس كهذا للشجاعة، حتى في مواجهة الكوارث الشديدة (مثل ماكين، 2005). ومن خلال الخبرة يتضح لنا بأن التحدي الأكثر شيوعاً للشجاعة هو الخوف، بالإضافة إلى تلازم الشك بالنفس والخوف من الفشل. والشجاعة لا تعني انعدام الخوف بل هي الرغبة في التغلب عليه، والتي تعكس عند تحقيقها قوةً خفيةً وقدرةً على الثبات. ويتقلص الخوف من الفشل من خلال الإدراك بأن الفرد مسؤولٌ عن النيّة وبذل الجهد وليس عن النتيجة، وذلك يستند إلى العديد من الظروف والعوامل غير الشخصية الأخرى.

ويمكن للعزيمة القوية بالإضافة إلى التفاني المدعّمان بالإلهام أن يحققا النجاح على الرغم من الإخفاقات السابقة، ويكشف ذلك عن القدرة الداخلية للشجاعة والثبات الذي يزيد إلى حدٍّ كبيرٍ من احترام الذات والثقة بالنفس. الكثير من متاعب الحياة يمكن اجتيازها فقط من خلال «الانكباب الجيد عليه» الذي يبيّن الثقة بالنفس.

### ديناميكية (حيوية) الأنا

يميل المستوى 200 إلى كونه ذاتي التدعيم ويعود ذلك إلى التوازن الداخلي، والانحياز إلى النزاهة والحقيقة والعمل الناجح.

ومقولته الداخلية المأثورة هي «البقاء على المسار»، وبشكلٍ مماثلٍ للسفينة، يتم تصويب النفس من التأثيرات المؤقتة لأموج الحياة. تظل العواطف الأدنى مندفعَةً بشكلٍ دوريٍّ وتحتاج للتصحيح، لكنها ليست موضع ترحيبٍ هنا أكثر من كونها

منشودةً أو قيِّمة.

مستوى الوعي الذي يتم تقييمه هو نتيجةً للانحياز إلى المبادئ الروحيَّة، لأنه يوجِّه مصير المرء وهو مماثلٌ لضبط بوصلة السفينة. عندما يتم الالتزام بالأمانة يكون هناك قبولٌ للعيوب الشخصية التي ينظر إليها على أنها تحدياتٌ لتحسين الذات بدلاً من الأعذار الناتجة عن اللوم أو الإشفاق على الذات أو الاستياء. عند المستوى 200 يتم الاندفاع نحو الأهداف بأهمية، وتحقيقها ممكنٌ وواقعيٌّ في آن معاً.

وظيفة الأنا النفسيَّة من وجهة نظر التحليل النفسي هي مطابقة الشخصية مع الواقع الاجتماعي للعالم الخارجي، وفي الوقت ذاته تحقيق توازن المكوّن الشخصي للضمير (الأنا الأعلى لـ فرويد) مع «الأنا المثالي» (المعايير المنضوية) ضد الدوافع الحيوانية الغريزية البدائية (الـ «هو»). الافتقار للنجاح في هذه الوظيفة المطلوبة يؤدي إلى حالاتٍ وسماتٍ مرضيَّة، مثل إسقاط الرفض الداخلي أو الخوف أو الغرائز البدائية على الآخرين في العالم الخارجي (كاللوم أو جنون العظمة على سبيل المثال). الفشل في السيطرة على الغرائز يؤدي إلى فوراتٍ من الهيجان المكبوت، فضلاً عن الخوف والاكْتئاب، ويمكن أن يتم أيضاً إسقاط الأنا الأعلى المفرطة أو السّادية على الآخرين، ويؤدي إلى سماتٍ شخصيَّة صلبة، وكراهية الذات، والشعور بالذنب العقابي للذات. ومن المهم معرفة هذه الآليات التي تدم تفصّلها من قبل آنا فرويد Anna Freud في كتاب The Ego and (1971) الدفاعات والآليات

## .Mechanisms of Defense

يتطلب تحقيق الذات الناجح تقييماً واقعياً لمحددات التنمية البشرية والتسامح مع كلّ من الغموض والحياة الطبيعية لكونها أقل من الكمال. ومع التزايد الداخلي

للقوة الروحية، يتم رفض التعويض عن مواقف الأنا الأدنى من أجل المتعة الملازمة للاستعاضة عنها بالصدق والنزاهة. والاتزان بحد ذاته قد وجد للإرضاء والإمتاع في آنٍ معاً، وكذلك لزيادة الثقة بالنفس.

انطلاقاً من المستوى 200 وما فوقه تصبح العلاقات الاجتماعية الموثوق بها ممكنةً، في حين أن المستويات العاطفية الأدنى تؤدي إلى المشاركة مع الآخرين عند المستوى 200، وتتحول النوايا هنا إلى التوافق مع الآخرين، وإلى مبدأ المكافأة التبادلية بدلا من الأناانية.

بدون تدخل التشوهات النرجسية، تحل القدرة على اختبار الواقع محل أوهام الإدراك الحسي وذرائعه، وبدون التدخل المستمر للتضارب هناك ظهورٌ للانسجام بوصفه مبدأ التشغيل الذي يمكن من البقاء جنباً إلى جنب مع الآخرين وتنسيق الأنشطة. والنتيجة هي زيادة في التوافق الاجتماعي والقبول، ويعمل كلٌّ بدوره على تعزيز أهداف الأمانة والدوافع، كما يتم تقبل القلق والشكوك على أنها عاديةٌ ومرافقةٌ للنمو (عمل جديد، علاقة جديدة، وما إلى ذلك).

ونظراً للانحياز إلى الحقيقة عند المستوى 200 تكون هناك قدرةٌ متطورةٌ لتمييز الحقيقة من الزيف، ويتقدم الفكر بشكلٍ ملحوظ،

مطوّراً القدرة على كشف البديل للخطاب العاطفي لصالحه ولسوءه ثباته. ولذلك تكون هناك الإمكانيّة للكشف عن التظاهر والأوهام التي يحل فيها المنطق والتوازن محل الخيال، لأنه في المستويات الأدنى من 200 يتم التضحية بالحقيقة مقابل تحقيق المكاسب، مع عدم وجود القدرة على تمييز الحق من الباطل، وتُقبل المغالطات دون التمحيص بأنها مقنعة. وبالتالي فإنه في المستويات الأدنى من 200 هناك في الحقيقة خسارةٌ كبيرةٌ في اختبار الواقعيّة وكذلك القدرة الفكرية (تحت مستوى التقييم 200

يكون الناس غير قادرين على استخدام اختبار العضلات من أجل الحقيقة ويحصلون على نتائج خاطئة).

على الرغم من أنه في المستويات الأدنى من المستوى 200 هناك القدرة على معالجة (خطية) «الحقائق» إلا أنه ليس هناك حتى القدرة على تمييز الحقيقة، التي هي غير خطية وتعتمد على القدرة على التفكير المجرد. يستخدم العقل الأدنى الحقائق لدعم الحالة في حين أن العقل الأعلى يحترم التوازن والمعنى وتوافق المستويات المجردة. وبالتالي، وبشكلٍ تدريجيٍّ يتماشى المعنى مع الانحياز مع مستويات الحقيقة كنتيجةٍ للقواعد المنضبطة للمنطق والعقل بدلاً من التفكير الرغبي.

في المستويات الواقعة دون المستوى 200 يتم تجميع الحقائق دون احترام الفئات المتساوية في القيمة، ويتم تجاهل الأدلة المتناقضة أو إقصائها. وهكذا، فالعقل الأعلى يخضع لإجراءات تأديبية قوانين الديالكتيك، ومتطلبات النزاهة الفكرية.

ولذلك فإن استبصار الحقيقة يعتمد على الاعتراف بالقرينة، والتي تؤثر بشكلٍ عميق وتعمل على تصنيف المعنى والدلالة. وفي الوقت الذي يتم فيه تجميع الحقائق بشكلٍ منطقيٍّ يصبح من الممكن الاستشهاد بها كـ «برهان»، فإن الحقيقة هي من مستوى مختلف من التجريد ويمكن إثباتها عبر وسائل أخرى من الأدلة. حتى في أحسن الأحوال، فالعقل البشري في حد ذاته، غير قادر جوهرياً على تمييز «الحقيقة» من الحقيقة والحقيقة من الزيف، ويكون استبصار الحقيقة مدعوماً بالتواضع وروح الاستعلام المتوازن والنزيه. والمثال الكلاسيكي هو أن الأخوين رايت اللذين كانا مثاراً للسخرية بسبب «حقيقة» أن الطائرة هي أثقل من الهواء وبذلك فهي لا يمكن أن تطير. وتلك الحقائق المحددة التي يمكن أن تؤدي إلى استنتاجاتٍ خاطئةٍ جداً تصبح مضرباً للمثل بشكلٍ جيد لحجج المشككين.

## تجاوز المستوى 200

النظرة إلى الله في المستوى 200 بأنه الثقة والعدالة والتوازن مع السلطة، وتوفير آلياتٍ للتعويض عن نقص الكمال من خلال الخلاص، ولقبول تحمُّل المسؤولية عن العيوب، والسعي للأخلاق. هذه النظرة الأكثر اعتدالاً عن الألوهية تحل محل المستويات الدنيا لـ الأنتروبولوجيا، للصور المسقطه عن الله على أنها عرضة للضعف الإنساني الشديد مثل الفخر والقسوة والاحتكام والانتقام والغضب والتحيز، والغيرة من الظهور بمظهر التمييز العرقي والجغرافي.

عند المستوى 200 يتم احترام الدين وينظر إليه على أنه خيارٌ وليس تهديداً. المبادئ الأساسية هي تجنب الخطيئة، وتقبُّل المسؤولية الروحية، ورفض المغريات (على سبيل المثال، كما هو الحال في الصلاة الربانية «Lord's Prayer»). وينظر للصلاة على أنها عبادةٌ وتأكيدٌ على إرادة الله على حدٍّ سواء، وطلب الهداية هو نتيجةٌ طبيعيةٌ للتواضع والقبول بالعيوب الشخصية. وهكذا،

تميل الأخلاقيات إلى أن تكون محط التركيز الرئيسي الذي غالباً ما يعكس نفسه في مواقف المسؤولية اجتماعياً واحترام القيم التقليدية. وعلى الرغم من أنه لا يزال هناك خوفٌ من الحكم الإلهي، فإنه يمكن التخفيف منه بالإيمان بالله والإنصاف، والرحمة،

والمغفرة رداً على الندم والوعد بالخلاص.

التفاني في العصمة والنزاهة يضع عيوب الشخصية ضمن الإدراك، مما يؤدي إلى التواضع الروحي والإدراك بأنه من الصعب التغلب على الأنا وقيودها دون عون الله، أو قد يبدو ذلك مستحيلاً في بعض الأحيان. وعلى الرغم من كون الخوف من الخطيئة غير ساحق، فهو لا يزال يشكّل اعتباراً جدياً، وهذا ما يقود إلى الانتماء الديني والشعائر الدينية التي ينظر إليها على أنها عقلانية بالإضافة إلى

كونها مريحةً. وينتج عن احترام المرجعية قبول المفاهيم الدينية/الروحية والامثال لها،  
تماشياً مع فهم ضرورة الإيمان.

الشجاعة هي نتيجةً لفعل الإرادة التي يتم من خلالها اتخاذ القرار لقبول الصدق  
الداخلي والنزاهة الداخلية كمبادئٍ بديهيةٍ للحياة التي ينبغي اتباعها على الرغم  
من كل أشكال المقاومة والإغراءات والعقبات. ويتسبب الواجب نحو الذات  
والآخرين في التوافق مع المبادئ الروحية والشجاعة للتغلب على تلك العقبات  
والمعوقات. عند توفر النية والممارسة الناجحة، فإن تقلبات الحياة على الصعيدين  
الداخلي والخارجي تتحول إلى فرصٍ لزيادة القوة، هذا هو أساس الثقة بالنفس  
وبالله وبالحقيقة الروحية، وبالحياة ذاتها والتي يتم إنشاؤها كأساس صلبٍ  
كالصخور.

## الفصل العاشر: الحياء

(مستوى التقييم ٢٥٠)

### مقدمة

تصبح الطاقة شديدة الإيجابية عند المستوى المسمى بالحياء بسبب التحرر من  
حالاتٍ من المستويات الأدنى، حيث يميل الوعي في المستويات الأدنى من  
المستوى 200 لرؤية الانقسامات واتخاذ مواقف متصلة تشكّل عوائق في عالمٍ  
معقّدٍ ومتعدد العوامل أكثر من كونه بالأبيض والأسود والأبيض.

اتخاذ المواقف المزدوجة يخلق الاستقطاب الذي يخلق بعدئذٍ المعارضة والانقسام.  
كما هو الحال في فنون الدفاع عن النفس،

ويصبح الوضع المتصلّب نقطة الضعف التي لا تلتوي عرضةً للكسر. تخطي  
الحواجز أو المعارضات التي تبدد طاقات الفرد، وحالة الحياء التي تتيح للمرونة

والتقييم الواقعي وغير المحتكم للمشاكل. أن تكون محايداً يعني ألا تكون مرتبطاً  
بالتائج بشكلٍ نسبي،

وعند عدم عثور المرء على طريقه سيصيبه شعورٌ بالهزيمة أو الخوف أو الإحباط إلى  
حدّ ما.

عند مستوى الحياد يمكن للشخص أن يقول: «حسنٌ، إذا لم أحصل على هذا  
العمل، فسأحصل على غيره»، وهذه هي البداية للثقة الداخلية. عندما يحس المرء  
بالسلطة، فلن يكون بالإمكان تخويفه بسهولةٍ أو دفعه لإثبات أيّ شيء، ومن  
المتوقع أن الحياة بنجاحاتها وإخفاقاتها، ستكون على ما يرام بشكلٍ أساسيٍّ عندما  
يكون باستطاعة المرء الالتفاف مع اللكمات وهو موقف من المستوى 250.

الناس في حالة الحياد لديهم شعورٌ بالرفاه؛ ودلالة هذا المستوى هي القدرة الواثقة  
على العيش في العالم. إنه مستوى السلامة،

والناس عند مستوى الحياد من السهل عليهم الانسجام والتزامن بثقةٍ لعدم  
اهتمامهم في الصراع أو المنافسة أو الشعور بالذنب،

وتكون تلك العلاقات مريحةً وتخلو من الهدوء العاطفي بشكلٍ أساسيٍّ. هذا  
الموقف هو غير تحكمي ولا يؤدي إلى أي حاجة للسيطرة على سلوكيات  
الآخرين، وفي المقابل، فإن مستوى النتائج المحايدة سينتج عنه المزيد من الحرية  
للنفس والآخرين.

## النقاش

تمتلك الشجاعة الحافز والطاقة والقوة للتغلب على المعوقات، ومواجهة التحديات،  
والعمل من خلالها بثباتٍ وتصميم، وهذا بدوره يعزز القدرة على تفعيل القرارات.  
الشجاعة مطلوبة لأن مستوى الشجاعة دائماً يرى المشاكل أو الصعوبات التي

تتطلب بذل الجهد والتصميم للعمل من خلالها. وبالتالي، فقد تكون العقبات الظاهرية حقاً توقعاتٌ لعقباتٍ بالرغم من أنها لا تنشأ من الواقع بل من حالاتٍ متخلفة. فالشجاعة يمكنها توقع الصعوبات التي يجب التعامل معها، مثل عدم الراحة، أو التردد، أو الشك، أو القلق.

في المقابل، فإن مستوى الحياد لا يعكس التصورات الازدواجية لأنه يسقط حالاتٍ، مثل العقبات التي تعوق الشجاعة والتي تنشأ عن الشك أو قلق الترقُّب أو الجهل. الحرية تأتي كنتيجةٍ لعدم امتلاك التوظيف العاطفي في النتائج أو الإصرار على أهداف نرجسيّة، مثل اعتبارها «طريقي». الحياد لا يهتم بالفوز بأنانيّة أو بالسيطرة على الآخرين أو بتحقيق المكاسب. وهو يرضي الجذب بدلاً من الترويح، والحياد حالةٌ حميدةٌ لا تنزع إلى الإرشاد أو لتعظيم رونق الأهمية، كما أنها لا تقلل من شأن ذاتها ولا تحطُّ منه بالتواضع الزائف، وهي لا تكترث بالإقناع أو الإكراه أو الترهيب أو التهديد. في الحياد يصبح المرء معفىً من محاولة «إثبات» أيّ شيءٍ عن نفسه. وبالإضافة إلى عدم الانجذاب إلى الأسباب للترويح أو للدفاع، وبالتالي فالحياد حالةٌ سلميّةٌ تثمّن الطمأنينة والهدوء، وهي أيضاً تمثل المستوى الذي يخلو من المطالب أو الضغوط أو الاحتياجات النرجسيّة.

وهناك موقفٌ عامٌّ من هذا المستوى يتمثل بكونه مهتمٌّ ولكنه غير مشمولٍ عاطفياً، مما يتيح المجال للمواقف السليمة والمستساغة لعدم وجود شيءٍ «على المحك» بشكلٍ فعليّ. وبتجرُّده من الحاجة إلى «الفوز» أو «الكسب» فالحياد نسبياً مكتفٍ ذاتياً وقانعٌ بحاله. «خذه أو اتركه» هو موقفٌ للثقة وقيّمته الجوهرية تأتي من عدم حاجته لأيّ شيءٍ من الآخرين.

مستوى الحياد مريحٌ وخالٍ نسبياً من القلق، لأنه لا يضع قيمةً للبقاء على نتائج مسبقة، وبالتالي فإن مصدر السعادة لا ينعكس خارجياً على الآخرين أو على العالم الخارجي، الذي يجلب الأمن الداخلي والحرية الداخلية المتحرران من

الصراعات بشكلٍ نسبيّ.

والحياد أيضاً خالٍ بشكلٍ معقولٍ من القلق الاجتماعي من الشعور بالتهديد وهو بذلك مجرّدٌ من جنون العظمة. موقف سياسة عدم التدخل يفسح المجال للمودّة المريحة بسبب عدم وجود شيءٍ يعتبر محطّ رهانٍ يتطلب الموافقة عليه من قبل الآخرين. حرّيّة الحياد تأتي كنتيجةٍ للسماح للمواقف والحالات والتوقعات بأن تمضي لشأنها، ونظراً لعدم هيمنة المطالب النرجسيّة والاحتياجات الأنانيّة، فإن مستويات الحياد لا تعاني من نقصٍ كما أنها لا تكون مدفوعةً بالرغبة أو بالإرادة أو بالإكراه على «فعل» شيءٍ، أو اتخاذ الجانبين في القضايا الاجتماعية. وبذلك فهي تشتمل على المرونة.

في الحياد هناك ثقةٌ في الله بأنه رحيمٌ وغير متسلطٍ في حكمه، الأمر الذي ينتج عنه الاتكال على الحكمة الإلهيّة التي تفرض القيود على الإنسان، وهكذا فإن الله هو حقاً مصدر الحرية لأن الألوهية لم تعد تبدو تهديداً مخيفاً أو مكروهاً لكي يتم رفضه.

التعبيرات الاجتماعية لهذا المستوى من الوعي هي التعايش الهادئ، فالحياد لا يهتم بالصراعات أو بالمشاركة في الحركات الثورية والاحتجاجات، أو بالنزاعات، وقد يتم تفسير ذلك بالسلبية، في حين أنه في واقع الأمر استقرارٌ لا يشجع على التغيير ولا يقاومه.

ولذلك فإن اتزان الحياد يوفر موازنةً لتجاوزات التغيير الاجتماعي وملجأً من الانفعالية التي تسمح بالتفكير وتقييم الهدوء.

### ديناميكيات الأنا للحياد

تتسبب المواقف في التصورات الازدواجيّة التي هي نتيجةٌ لتشوهات الأنانية والقيود الفطريّة لقدرة الأنا على التفكير الدقيق.

يتم الخلط بين التصوّرات المتوقّعة مع الواقع والتشديد على المعطى عن طريق الكسب أو الخسارة الخيالية. وبالمقابل، فالحياد هو نتيجة لعدم التعلّق ولذلك فهو مجردٌ نسبياً من تشوّهات القيم والآراء المتراكبة المتوقّعة، الخ.

من المهم لنا أن نفرّق بين عدم التعلّق والعزلة، فالعزلة تدل على الانسحاب بالإضافة إلى النفي، مما يؤدي إلى عدم الاكتراث، وهو في حد ذاته دفاعٌ ضدّ الخوف من التعلّق. العزلة المتقدمة تؤدي إلى الملل والرتابة وانخفاض الحيويّة والفرح من الحياة. وإذا ما تم اتّباع العزلة باستمرار كأسلوبٍ للإنكار، سيؤدي ذلك في نهاية المطاف إلى الفراغ الذي غالباً ما يساء فهمه لتمثيل التنوير أو لوصف حالة الـ anatta لدى بوذا من السنسكريتية. في حين أن الفراغ هو حالةٌ مؤثّرةٌ للغاية، فإن الكليّة Allness في المقابل هي الحالة النهائيّة. الفراغ غير خطيٍّ وهو ما يعدُّ مؤثراً إلا أنه يخلو من الحب الإلهي، الذي هو أيضاً غير خطيٍّ. الظروف الحقيقية للكليّة Allness بمقابل العدميّة هي بشكلٍ تجريبيٍّ مختلفةٌ كثيراً جداً. (ستتم مناقشة ذلك في الفصل 18).

الطريق إلى حالة التنوير يكون عن طريق عدم التعلّق بدلاً من الإنكار. ولفهم هذا، من المهم أن ندرك أن الطاقة غير الخطية للوعي هي بحد ذاتها في جوهرها ضمن الخطيّة، وبأن عدم التعلّق يعني عدم الاتكاليّة على النموذج. عدم التعلّق يعني لا الجاذبية ولا النفور، بينما العزلة في المقابل غالباً ما تؤدي إلى النفور والاجتناب، وكذلك الهبوط. عدم التعلّق يقرُّ بالتححرر من جاذبية القيم والتوقعات التي يتم إسقاطها مثل الكسب. دون الخوف من أيّ جاذبيّةٍ أو نفورٍ يتيح الحياد المشاركة والتمتع بالحياة، لأن الحياة مع الخبرة تصبح أشبه باللعب بدلاً من كونها مشاركةً عالية الرهانات، وهذا يتفق مع تعاليم التاو Tao في أن مسيرة الحياة لا يتم السعي إليها ولا يمكن مقاومتها، وبالتالي تصبح الحياة هيئَةً ويغدو الوجود بحد ذاته ممتعاً دون شروطٍ وسلساً كحركة سداة الفلين في البحر. وهي «ترتدي العالم

كثوبٍ فضفاضٍ»، كما أوصى القديس فرنسيس الأسيزي

.St. Francis of Assisi

بالخبرة تغدو الحياة اليومية تسلياً لا يتركز فيها أيُّ شيءٍ ذو أهميةٍ أو قيمةٍ كبيرة على النتائج، ومع عدم وجود الرهانات، لا يبقى هناك خوفٌ من فقدان أو انتفاخ الأنا أو التظاهر بالربح.

في حين أن الشجاعة تنظر للتحديات، فإن الحياد يرى المبادئ والأدلة بدلاً من المطالب أو القواعد الصارمة. في الحياد لا بأس في قبول أحد الخيارات أو رفضه، وذلك لعدم وجود شيءٍ لإثباته، وعدم وجود شيءٍ لكسبه، وعدم وجود ما تخسره. ونتيجةً لذلك فالحياد يقرُّ بالمرونة والتحرُّر من العواقب التحكيميّة أو الاستباقية.

من وجهة نظر التحليل النفسي، على مستوى الحياد، تكون الجوانب الإيجابية لوظائف الأنا الصحيّة العادية ناجحةً في تحقيق التوازن بين كلٍّ من الوظائف الداخلية والخارجيّة. ويتم التعرّف على الدوافع البدائية ورفضها كخياراتٍ غير مواتية. الفكر متحرر من الانفعاليّة المشوهة، مما يسمح بنشوء اختبار الواقع الصحي والتكيف الاجتماعي. يتم إضعاف الضمير (الأنا الأعلى) بحيث يكون من غير الضروري إسقاط المواقف الداخلية على الآخرين، ومن المسلّم به أن الطبيعة البشرية، بما تحتويه من دوافع حيوانية لها، يتم القبول بها بشكلٍ اعتيادي، ولذلك فهي ليست بحاجةٍ للرفض أو للقمع أو للنفي أو الإنكار على الآخرين. وهكذا،

فالحياد لا يصدر الأحكام حول الجانب السلبي من الحياة المادية والعاطفية والاجتماعية.

ويتزافق مستوى الحياد بمشاعر الأمن والسلامة كنتيجةٍ لعدم الدفاع وعدم اتخاذ

موقف، مع الحرية الناتجة عن الخوف، أو الشعور بالذنب، أو التحكم. وهناك أيضاً تخفيف من المطالب المستمرة من الاحتياجات الترجسية أو الضرورية. الحياد ليست سخرية ولا تشاؤماً، كما أنه من ناحية أخرى ليس توجيهاً نحو أهداف متفائلة، وهو يقبل تقدّم الوعي وتغيّره وتطوّره دون مقاومة أو توقعات، بل بالسباحة على طول نهر الحياة بإصرارٍ وقبول وليس عن طريق ما يمكن إدراكه بشكلٍ خاطئٍ كالسلبية أو عدم الاكتراث.

## تجاوز الحياد

يعد سلام الحياد وهدوءه موضع ترحيبٍ للأشخاص الذين تجاوزوا المستويات الدنيا ونجوا من معاناتهم الداخليّة، ويمكن اعتبار هذا المستوى على أنه مستوى تعافي الروح/الحيوية التي ناضلت للخروج من مستنقع الإحباط والكآبة والأسى والشعور بالذنب والخوف والبحث المحموم لتحقيق الكسب والاستحسان والغنى الدنيوي، من أجل تحويلها إلى رماذٍ فقط. بدلاً من الحسرة، ينظر الحياد إلى الماضي على أنه إعلاميٌّ وتثقيفيٌّ. يختار الكثير من الناس قضاء حياتهم على هذا المستوى من النقاهاة والشفاء

## الداخلي.

الحياد بشكلٍ شخصيٍّ هو حالةٌ مواتيةٌ للغاية إذا ما قورن بالمستويات الأدنى منه، فإنه لا يعتبر تعبيراً عن الفرح والإشراق الإلهي أو الحب أو التعاطف باعتباره رقيّاً في الحياة. والشخص المحايد ليس مدمراً للحياة وغير مقاوم لها، ولكنه لا يكون أبداً مساهماً فعلاً فيها، وذلك يخدم الحياة عن طريق المشاركة غير المقاومة ورفض كونها رادعاً. هذا المستوى صامتٌ بشكلٍ جوهريٍّ ولا يضيف إلى بانوراما الحياة شيئاً كما أنه لا ينقص منها شيء.

في الحياد، يشعر المرء بالامتنان للإفلات من البيت الداخلي للمرايا من خلال

عملية الاستغناء والاستسلام. هناك تحرُّرٌ من الانسياق وراء الواجب، فلا يعود من الضروري أن يكون «فائزاً» أو «ناجحاً»، أو حاصلاً على الاستحسان أو القبول، وليس من الضروري أن يكون «محققاً»، ولا أن يشعر المرء بأنه مرغم على «القيام بشيءٍ» بما يخص مشاكل العالم، ومع ذلك في نهاية المطاف، بسبب توافق الوعي مع المبادئ الروحية فإنه يتطور مرةً أخرى بمقتضى الإلهام، الذي يسعى للاتفاق عن طريق الإرادة.

ثم ينتقل التوازن الداخلي بعد ذلك من المحايد إلى الجانب الأكثر إيجابيةً للمقياس كنتيجةً لنيّة أنه مدعّم بالإيمان ورفع شأن الغرض الإيجابي.

نظراً لعدم المقاومة تعمل الطاقة الروحية للحب على استثارة الروح مرةً أخرى، والتي تسعى الآن حتى إلى مستوياتٍ أعلى من الإدراك والتعبير. تجذب إمكانيّة تطوير الحب غير المشروط والمشاعر إعجاباً متزايداً بالجمال والتقدم الروحي كنتيجةً للعبادة والصلاة، وهكذا، مع عدم وجود المقاومة يصبح الباب مفتوحاً للطاقة الإلهية التي تدفع تطور الوعي الذي تصبح من خلاله الإرادة الشخصية إيجابيةً ويتوجه إلى الألوهية من خلال الجذب والدفء الداخلي التدريجي لتألق الحب الإلهي نفسه. ويأتي تفعيل الإمكانيات الروحية كنتيجةً لعدم المقاومة، الأمر الذي يشبه الزهرة التي تتفتح مستجيبةً لدفء الشمس بحكم صفاتها الجوهرية المشبعة بها من قبل الخلق ذاته.

## الفصل الحادي عشر: الاستعداد

(مستوى التقييم ٣١٠)

### مقدمة

يمكن النظر إلى هذا المستوى الإيجابي للغاية من الطاقة كبوابةٍ إلى مستوياتٍ أعلى

من الإدراك. وفي حين أنه يتم تنفيذ الأعمال كما ينبغي عند مستوى الحياض على سبيل المثال، فإنه على مستوى الاستعداد يتم إنجاز العمل بشكل جيد والنجاح هو الحالة الشائعة في جميع المساعي. ويكون النمو سريعاً هنا وذلك ما يختاره الناس من أجل التقدم. يدل الاستعداد ضمناً على أن المرء

قد تغلب على المقاومة الداخلية للحياة، مع الالتزام بالمشاركة. عند المستوى الأدنى من 200 يميل الناس إلى أن يكونوا منغلقي الذهن، ولكن عند المستوى 310 يحدث الانفتاح الكبير. عند هذا المستوى يكون الناس ودودين حقاً، ويتبع تلقائياً النجاحات الاجتماعية والاقتصادية، والمستعدون لا تربكهم حالة البطالة لأنهم سيعملون بأية وظيفة عندما يتوجب عليهم ذلك، أو يبتكرون مهنةً أو يعملون كموظفين لصالح أنفسهم، وهم لا يشعرون بالذل من وظائف الخدمة أو من البدء من «من أدنى المستويات»، كما أنهم مفيدون للآخرين، ولديهم ميلٌ للتطوُّع، والمساهمة بما فيهم خير المجتمع، وكذلك فهم على استعداد لمواجهة القضايا الداخلية وليس لديهم عوائق أساسية للتعلم.

عند هذا المستوى تكون الثقة بالنفس عاليةً ويتم تعزيزها من خلال ردود الفعل الإيجابية من المجتمع بصيغٍ مثل التقدير والإعجاب والمكافأة. الاستعداد ملائم لمزاج المرء ويستجيب لاحتياجات الآخرين، والناس المستعدون هم بناءً ومساهمون في المجتمع، ومع قدرتهم على استعادة توازنهم من الشدائد والتعلم من التجارب فإنهم يميلون إلى امتلاك القدرة على التصحيح الذاتي، وبتخليهم عن الفخر يكونون على استعدادٍ للنظر في عيوبهم والتعلم من الآخرين. وعلى صعيد الاستعداد يصح الأشخاص طلباً متفوقين ويمثلون مصدراً مهماً للطاقة بالنسبة للمجتمع.

نقاش

التفاني الروحي والجهد يحققان مكاسب غير متوقعة تؤكد فعالية الالتزام. والتضحيات الظاهرية تتحول إلى أمرٍ يستحق الجهد المبذول، والإشباع الروحي هو مصدرٌ للمتعة لا يمكن تجاوزه كونه يجلب إحساساً أكبر بالرفاهية، والذي هو نتيجةٌ للزيادة في انسياب الطاقة الروحية. هناك شعورٌ متزايدٌ بالحيوية وتقديرٌ للحياة على اعتبار أن نوعيته تتحسن تدريجياً. التجربة شخصيةٌ وغير خطيةٌ وبارعةٌ ولكنّها شديدة الانتشار. تحل الثقة والتفـاؤل محل الشك وانعدام الثقة والمقاومة، والسخرية، كما يتم استبدال النضال بالاسترخاء، وتصبح الحياة بحد ذاتها جذابةً وممتعةً بالفطرة.

عند التخلي عن المقاومة سيتطلب الأمر جهداً أقل لأداء الوظائف في العالم، وتصبح المكافآت الجوهرية للنمو الروحي هي الدافع لتنشيط الذات التي تتطور إلى حماسٍ نتيجةً للنظرة الأكثر إيجابيةً للنفس والحياة، ويصبح هناك انجذابٌ للمشاركة الإيجابية في الأنشطة التي تكون بناءةً، كما يتم التمتع بالحياة بدلاً من مقاومتها وتكون مترافقةً بالتوقُّعات الإيجابية. وينشأ الدافع عن الإلهام بدلاً من الرغبة في الكسب، ويتبيّن أن التنازل عن التعويضات السلبية للمواقف الأنانية والأهداف تتسبب في المزيد من المكافآت الداخلية الأكبر من ذلك بكثير.

الاستعداد هو بجهةٍ ومنفعةٌ وطواعيةٌ، ولديه الطاقة الزائدة التي من جانبٍ آخر تتم إضاعتها على المقاومة والتأخر والشكاية.

يعمل الاستعداد على تنشيط تلبية احتياجات الآخرين، ولذلك فإن تعاييره الاجتماعيّة خيرةٌ وإنسانيةً، وهو أيضاً موقف «السامري الصالح» وكذلك الثقة الاجتماعيّة، والتي تتغير في التعابير الاجتماعيّة من عقدٍ إلى آخر.

طاقة الاستعداد أيضاً هي بمستوى القاعدة الذهبية: «عامل الآخرين كما تحب أن يعاملوك». في العلاقات الناجحة، يؤدي ذلك إلى تبادلية الشركاء كمساعدين

ورفاق، وتكون هذا المبادلة نتيجةً للتوافق مع مصالح الآخرين بدلاً من كونها مجرد زيادة مشاركة عاطفية بدوافع حيوانية والتي غالباً ما يكون لها جانبٌ سلبيٌّ ذميم. مع التبادلية يمضي الشركاء قدماً جنباً إلى جنب، في حين أنه في التشاركية يتم وصف العلاقة بالشكل الأفضل بالـ «التشابك»، مع الانجرار في اتجاهاتٍ مختلفةٍ من أجل السيطرة.

الاستعداد داعمٌ لتحقيق المكاسب أو الهيمنة بدلاً من كونه تنافسياً، وتشمل العلاقات خدمةً لنمو الجانبين وأهداف كل منهما بدلاً من مصلحة المرء الخاصة، ولذلك فالاستعداد متناغمٌ ويعبر عنه على أنه «الفوز-الفوز» بدلاً من المستويات الأقل شأناً التي تظهر الحياة على أنها «فوز-خسارة».

إن المساهمة في تحقيق الرفاه والسعادة للآخرين هي أمرٌ سارٌّ، ويؤدي إلى اكتشاف أن الكرم هو مكافأته الخاصة. بعض الناس محدودين للغاية لأنهم لا يواجهون هذه الظاهرة سوى مع حيواناتهم الأليفة المفضلة، ولكنها بدايةً على الأقل. الكرم الحقيقي لا يتوقع أي مكافأةٍ لعدم وجود قيودٍ أو شروط. إن القدرة على الاستعداد تكون كامنةً لدى معظم الناس، وتبرز بشكلٍ خفي كاستجابةٍ للكوارث الكبيرة. النزعة الحقيقية لفعل الخير الحقيقي لا تبحث عن مصداقيةٍ كما أنها غير مندفعةٍ بدافع انتفاخ الأنا.

والكثير من أهل الخير يرون أنه لشرفٌ كبيرٌ لهم بأن يتم السماح لهم لخدمة الآخرين، ولا يدركون بأنه في الوقت ذاته يعمل على تسهيل تراكم الاستحقاق الكارمي.

الاستعداد يجذب الردود الوافرة والداعمة له ليس كنتيجةٍ للسعي ولكن رداً على ما يكون بسبب «المثيل يذهب إلى مثيله». الشكر هو نتيجةً لموقف العطاء الذي يضاف إلى الجاذبية.

القصة الحقيقية للحياة لإحدى معارفي التي تدعى غريتا Greta تجسّد كل ما سبق. فقد قدمت إلى الولايات المتحدة من إيرلندا مع شهادة التعليم الابتدائي فقط دون أي مهاراتٍ، ولذلك كان عليها السعي للعمل كخادمة، وعثرت على وظيفة كخادمة في الطابق العلوي لمنزلٍ كبيرٍ يعود لعائلةٍ ثريّةٍ جداً وبارزةٍ اجتماعياً، وأدى استعدادها المرح وتفانيها في رعاية الأسرة إلى ترقيتها تدريجياً إلى مديرةٍ للمنزل تُعنى بجميع احتياجات الأسرة والسفر برفقتهم إلى جميع أنحاء العالم وفق نمط حياتهم الفاخرة.

وكان لرب الأسرة العديد من الاستثمارات، فكان بين الفينة والأخرى يعطي لـ غريتا «تلميحاً» عن سوق الأسهم في وقت العشاء،

وكانت أسهم غريتا في ارتفاعٍ مستمرٍ بشكلٍ مميّزٍ للغاية. ومع مرور الوقت، أدت توصياته المتقطعة إلى تزايد مكانة غريتا، مع الانقسامات في الأسهم المتكررة نسبياً.

وفي نهاية المطاف، قامت بتداول كتلةٍ من الأسهم لبعض العقارات في مانهاتن (نيويورك)، وأصبحت فيما بعد مليونيرةً بمجهودها الشخصي. وعلى الرغم من ثروتها الكبرى الآن، واصلت غريتا تفانيها مع الأسرة بعد أن كبروا وأصبح لديهم حفلاتهم «الخارجية»

وتزوجوا، الخ.

في أحد الأيام تلقت مكالمةً هاتفيةً من عمها البعيد الذي كان جاء من إيرلندا ليزورها، واتصل برقم أحد أفراد الأسرة ليقابله في مدينة نيويورك، التي كانت جزءاً من رحلته، ولكن غريتا كانت الوحيدة التي وافقت على لقائه. التقت به لتناول طعام الغداء، ثم عاد بعدها إلى إيرلندا، وبعد بضع سنواتٍ توفي الرجل مخلفاً وراءه تركةً هائلة (تعادل قيمتها عدة ملايين من الدولارات) لـ غريتا عرفاناً منه بالجميل

والامتنان لودّها.

استمرت غريتا في عملها كمديرة منزلٍ للعائلة وكانت من أصحاب الملايين لمراتٍ عديدة إلى أن توفيت أخيراً، وحضر جنازتها عدة مئاتٍ من الأشخاص الذين كانت قد صادقتهم على مر السنين. في وصيتها تبرعت بمبالغ كبيرة للجمعيات الخيرية، بالإضافة إلى ما يكفي لجعل كل من أولادها وأقاربها أثرياء للغاية أيضاً. في ما يتعلق بقصة غريتا كان هناك مؤخراً ملاحظةً من قبل أحد معارفها الذي قال: «كما تعلمون فإن مليون دولار فقط لم تعد كافية».

الاستعداد (مستوى التقييم 310) يقف على النقيض من «do-gooderism» (مستوى التقييم 190)، الذي يسعى للسيطرة وفرض قيم افترا الآخرين.

### ديناميات الأنا للاستعداد

بالمواءمة الروحية والتفاني يرتفع مستوى الطاقة الروحية ويعمل بقوة على تنشيط كيمياء وفيزيولوجيا الدماغ الأيمن (كما يظهر الرسم البياني لوظيفة الدماغ). يغير هذا التصور ويحرر الناقلات العصبية والإندورفين في الدماغ، ولذلك يبدو العالم على أنه أكثر لطفاً ووديةً ودعماً. ويسهل تحقيق الأهداف بحكم استيعابها بدلاً من إسقاطها على الظروف الخارجية. وهكذا، يتم استيعاب الكسب وتقييمه كنموٍ داخليٍّ ناجحٍ والرضا ببلوغ الأهداف التنموية.

النّيّة الحسنة تعمل على تحفيز الإجراءات والقرارات التي تؤدي إلى اختيار الخيارات الإيجابية. سلامة النّيّة تتطابق مع الضمير الحيّ وينتج عنهما الاس-تحسان الذاتي واحترام الذات السليم، والتدي تكون مس-تقلّة عن آراء الآخرين أو تحقيق المكاسب الخارجية. ويتسبب هذا في الاستقلال الذاتي والإشباع الذي يحدث من خلال تحقيق الإمكانيات الداخلية.

ملازمة الحياء الروحي هو الحافظ الداخلي للنمو والسعي إلى الكمال، والذي يصبح وسيلةً داخليةً للحياة. الكمال الروحي يصبح «الأنا المثالي» التي تتأثر بالجذب بدلاً من التنمية.

ونتيجةً للتخلي عن الأنا النرجسية يحدث انخفاضٌ في تشوهات الإدراك التي تنتج عن حالات البحث عن الذات. فمن السهل تقبُّل العيوب الإنسانيَّة، والتي قد يتم التعامل معها عند مستوى الفخر بالغضب أو الإنكار أو الشعور بالذنب، أو بإلقائها خارجياً. عند وجود الضمير الحيّ يمكن الاعتراف بالأخطاء والأغلاط وتصحيحها دون الدفاع عنها أو فقدان الثقة بالنفس، ويصاحب ذلك تزايدٌ في القدرة على الفكاهة والقدرة على الضحك على الذات وعلى نقاط الضعف الإنساني (أي، «الإنسان هو من يخطئ والمغفرة من الله»).

مستوى الاستعداد فعَّال في العالم بسبب عدم عرقلته من قبل المقاومة، وعندما يقترب مع التفاني يصبح قادراً على اختراق الحواجز الداخلية لنظام الاعتقاد بـ «لا أستطيع» لتصبح «أستطيع» وشعاراتٌ أخرى «فقط اخفض رأسك للأسفل، وثابر على المضي إلى ما تريد»، أو «عندما يصبح الذهاب صعباً، تذهب الصعوبة»، أو «تقدم إلى الأمام مباشرةً نحو هدفك أيّاً كان»، أو «فلتخلق فرصك الخاصة بك بنفسك». إن جوهر جميع هذه الشعارات والفلسفات الكثيرة هي الاستعداد لقبول المسؤولية الشخصية والمساءلة، ورفض إلقاء اللوم أو المسؤولية خارجياً.

### تجاوز مستوى الاستعداد

النجاح عند المستوى 310 ينتج عنه القناعة الداخلية بالقدرة والجدارة التي تؤكد قيمتها الشخصية. يشجع التفاؤل الناتج على المزيد من النمو والمصادقة على

القيمة العملية وكذلك القيمة الذاتية للاصطفاف مع السعي وراء الحقيقة الروحية ومبادئها. زيادة القوة الداخلية تؤكد الواقع العملي للمعتقدات الروحية التي تتكشف حقائقها من خلال ثمارها. المواقف والإجراءات الفعّالة هي ذاتية المكافأة والتعزيز. تتجاوز القيود السابقة بنجاح تشجّع على المزيد من الاستكشاف الروحي وتعزيز المبادئ الأساسية.

قيود هذا المستوى هي التركيز على الشخصية والهوية معه على أنها الذات self، في حين أن النمو في الواقع يرجع إلى إشعاع الذات الإلهية Self. وبمقتضى التنوير المتقدم للذات الإلهية Self يتم تنشيط الاستعداد لتقييد الاستسلام. والوهم هو أن شخصية الـ «أنا» ترجع للمصادقية. وهكذا، فإن الاعتقاد بأن الحقيقة الأساسية هي أن الذات الشخصية لا تزال بحاجة لكي يتم تجاوزها،

ومع ذلك فإن الزخم الإيجابي للاستعداد يفضي بسهولة نسبية لتجاوزها. الاستعداد يرى عقائدها وقناعاتها المبدئية كقوة دافعة كما لو أن المصدر يقع ضمنها، وهكذا يعتقد بأن الذات الشخصية هي سبب النجاح.

التقييد الأساسي هو تطابق مصدر حياة المرء كشخصية منفصلة يتم التعريف بها على أنها المشيئة ذاتها. فإن الفهم لا يزال يلاحظ على أن كل شيء يحدث كنتيجة لوضوح الإمكانية كما في الواقع عندما تتوفر الظروف المواتية، وأن الإرادة والنية هي المحرّض ولكنها ليست السبب الرئيسي لهذه المرحلة التطورية.

ويطلق على هذه الممارسة الروحية للخدمة المتفانية بشـ كل كلاس يكي تسمية «كارما يوغا» «karma yoga»، والتي تصبح تحويلية عند اجتماعها مع الصلاة والإخلاص. وكانت هذه الطريقة هي طريقة المهاتما غاندي Mahatma Gandhi.

الاستعداد يدعم النية ويسهل عملية التطهير للتطور الروحي، والتي غالباً ما

تتطلب الاستعداد لمواجهة القلق الداخلي بغية بلوغ هدفٍ أسمى. الاستعداد يستجمع إياباً الطاقة الإضافية المطلوبة لجهد التغلب على العقبات والمقاومة، كما يتطلب الالتزام بفترات التحمل للوصول إلى هدفٍ أسمى، ويشمل موقفاً إيجابياً تجاه عملية التعلم نفسها واكتساب المعلومات الروحية والالتزام الضروريين. الاستعداد هو موقفٌ إيجابيٌ على اعتباره يتناقض مع موقف التعمد، الذي هو شكلٌ من أشكال المقاومة. التنازل عن المواقف هو نتيجةٌ للاستعداد ولذلك فهو نوعيَّةٌ مهمَّةٌ للجهد الروحي الداخلي الجدي.

## الفصل الثاني عشر: القبول

(مستوى التقييم ٣٥٠)

### مقدمة

في هذا المستوى من الإدراك يحدث تحولٌ كبيرٌ في فهم أن المرء ذاته هو مصدر تجربة حياته وخالقها. ويعد تحمل مثل هذه المسؤولية عند هذه الدرجة من التطور أمراً مميزاً، يتميز بالقدرة على العيش بتناغمٍ مع قوى الحياة.

في المستويات الأدنى من مستوى الوعي 200، هناك ميل لرؤية النفس على أنها ضحيةٌ تحت رحمة الحياة، وينبع هذا من الاعتقاد بأن مصدر سعادة المرء أو سبب مشاكله «خارجي». القفزة الهائلة لاسترجاع السلطة الخاصة بالمرء تكتمل عند هذا المستوى مع إدراك أن مصدر السعادة هو من داخل النفس. في هذه المرحلة الأكثر تطوراً، ليس هناك شيءٌ «خارجيٌّ» لديه القدرة على جعل المرء سعيداً، والحب ليس شيئاً يُعطى أو يتم انتزاعه من قبل البعض ولكنه ينبع من داخلنا. وينبغي عدم الخلط ما بين القبول والسلبية التي هي واحدةٌ من أعراض اللامبالاة. هذا الشكل من القبول يسمح بالانخراط في الحياة ضمن شروط الحياة الخاصة،

دون محاولة جعلها تلتزم بأجندة محدّدة. مع القبول يسود الهدوء العاطفيّ، وتوسّع المدارك على اعتبار أنه يتم تجاوز نكران الذات، ويرى المرء الأمور أقل تشويهاً أو سوءاً في التفسير، ويتم توسيع سياق التجربة حتى يصبح المرء قادراً على «مشاهدة الصورة كاملة». يترتب على القبول بشكلٍ أساسي العمل بتوازنٍ وتناسبٍ وملاءمة.

الفرد عند مستوى القبول يصبح أقل اهتماماً في التحكيم وبدلاً من ذلك فهو مكرّسٌ لحل القضايا ومعرفة ما يجب عليه القيام به حيال المشاكل. الأعمال الصعبة لا تسبب عدم الارتياح أو الفزع. ويكون للأهداف طويلة الأمد الأسبقية على تلك الأهداف ذات المدى القصير. ويبرز الانضباط الذاتي والإتقان بشكلٍ جليّ.

مستوى القبول غير مستقطبٍ من قبل النزاعات أو المعارضة، ويظهر بأن الآخرين متساوون بالحقوق ولذلك فهم متساوون بالامتيازات. في الوقت الذي تمتاز فيه المستويات الدنيا بالصّرامة، فإن الأغلبية الاجتماعية عند هذا المستوى تبدأ في الظهور كشكل من أشكال حل المشاكل. وبالتالي، فإن هذا المستوى يخلو من تطرف التمييز أو التعصّب، وهناك إدراكٌ بأن المساواة لا تعيق التنوّع. ويتضمن القبول أموراً أكثر من الرفض.

## النقاش

تعكس مستويات الوعي الواقعة دون المستوى 350 هيمنة الإدراك الحسيّ من خلال المواقف العاطفيّة والقيم المفترضة. في المستويات الأدنى من المستوى 200 تكون المشاعر قاسيةً ومدمّرةً ومتناقضة، وبذلك تكون عرضةً للصراع والنزاع. عند المستوى 200، تتعد الحالة الانفعاليّة عن السلبية إلى نظرةٍ أكثر إيجابيةً عن العالم والذات وتصبح داعمةً للحياة. عند المستوى 310 تكون الحالة الانفعالية

والمشيئة في الغالب إيجابية ولكنها تبقى تمثل الدوافع العاطفية. عند المستوى 350 من خلال القبول تحل الطمأنينة محل المشاعر المزعجة بحيث يتلاشى التداخل الانفعالي ضمن الخلفية بدلاً من تحديد المشاعر.

عند المستوى 350 يتم إسكات مطالب الأنا النرجسية بالسيطرة على الآخرين بحكم وقف التحكمية المدفوعة بالقيمة والرغبة الفطرية في إعلان وجهات نظرها. ينخفض العمل الفكري المزدوج كما تفعل الأحكام المبنية على المدارك الحسية على أساس الانقسام إلى الخير والشر. يقدم الاختيار نفسه كحرية في الخيارات بدلاً من معارضة فئات أخلاقية.

على المستوى العالمي للوعي، اختيارنا الفانيليا يعني أن نرى الشوكولا كمنافس أو كعدو أو كنوعية مكروهة. عند المستوى 350

هناك حرية للتأكد من أنها ليست سوى خياراتٍ بديلة، ويمكن للمرء أن يختار إحدى النكهات دون تشويه صورة الأخرى. وبالتالي،

هناك تحرُّر من الإكراه الذي ينشأ من خيارات التسمية كدرجةٍ شديدةٍ من الرغبة أو النفور.

النقطة الحرجة في هذا المستوى هي الاستفادة من القدرات التي تم تحقيقها مسبقاً من أجل الاستعداد (والتي تم الحصول عليها عند المستوى 310). ويستند نجاح المستوى 350 على الاستعداد لتطبيق مبدأ التسامح من أجل موازنة الأخلاق والتحكيم.

وبالتالي، يتم استبدال الانتقام بالرحمة، والتي تسمح بتناغمٍ داخليٍّ أكبر وكذلك التناغم بين الأشخاص والتناغم الاجتماعي والرفاه. ويظهر الخطأ بأنه في حاجة إلى التصحيح والتسامح، والتعاطف بدلاً من التبرير للمواقف أو اتخاذ الإجراءات العقابية بحقه.

تتم مقاومة الاستسلام للتحكمية عن طريق الأهمية الذاتية المتضخمة لأننا المكتسبة بإظهار نفسها على أنها من الصالحين والحكم السيادة للقيمة الأخلاقية. القبول لا يتطلب الإنكار بل يتم استبداله بالإدراك الواقعي والاعتراف بحدوده الفطرية. فهو لا يشعر بالإجبار على «اتخاذ موقف» حول ما يتم إدراكه أو القيام بفعلٍ والشعور بالإجبار على «إصلاحه». لذلك، فالقبول يستطيع رؤية القيود المفروضة على الحياة الإنسانية وقبولها وعالم التشوهات دون فقدان التوازن والالتزان.

القبول هو نتيجة للحكمة وكذلك التسليم بالمواقف في أنه يقبل بأن تعبيرات الحياة المتنوعة تكون على اتفاق مع الإرادة الإلهية،

وبأن الخلق بتلك الطريقة وافرٌ في تعبيراته كتطور. القبول لا يتدخل في ثنائيات «إما-أو» للاختيار ما بين «الأبيض والأسود»

ولديه القدرة على تجاوز إجراءات التحكمية. يرى القبول بأن الصفات المدركة حسيّاً هي صفات فطرية لحالة الإنسان وهي انعكاس للفرد وكذلك مجموعة الكارما والفطرية إلى الصفات الموروثة للإنسان العاقل. يضم المجتمع خليطاً من مس تويات مختلفة في تطور نشوئها بما في ذلك بانوراما من الخيارات وطرقاً بديلةً للدخول في «بيت المرايا» الوجودي.

القبول عند المستوى 350 غير مؤذٍ لأنه لا يسعى إلى التحكم أو السيطرة على الآخرين أو تغييرهم أو الهيمنة عليهم. فهو لا يهدف إلى «إنقاذ العالم»، أو لإدانة ذلك في تعابيره التي لا تُعد ولا تُحصى. عن طريق الاستسلام للرغبة في التغيير أو السيطرة على الآخرين، هناك حرية متبادلة في عدم الوقوع تحت السيطرة من قبل آراء الآخرين وقيمهم، مع عدم وجود الرغبة أو الحاجة للحصول على استحسانهم. مع التحرر من الحاجة إلى للحصول على استحسان الآخرين، يكون

هناك تحرُّرٌ من الإكراه للسعي والتعطش للاتفاق الاجتماعي. وهذا من ناحيةٍ أخرى على نقيض السلبية وعدم الاكتراث ومخالفٌ لها، والذي يقلل من قيمة الآخرين بالفطرة كمناورَةٍ وقائيَّة.

## ديناميات الأنا للقبول

يطبَّقُ القبول على العالم الداخلي إضافةً إلى العالم الخارجي. مع التربية الروحية، يصبح من الواضح أن الأنا تكون بحكم بنيتها الفطرية عرضةً لخطأ الإدراك الحسي، وبأنه من خلال الاستعداد للتنازل عن موقف، يتم تجاوز هذه التشوهات في الإدراك.

ويشمل نضح القبول القدرة على التقبل الهادئ للقيود على حدٍّ سواء منها الشخصية والإنسانية دون فقدان احترام الذات لأحكام قيمية قد فقدت صلاحيتها، وأصبحت تبدو خياراتٍ شخصيَّةً تعسفيَّةً في المقام الأول. وبهذه الطريقة تصبح الآراء الشخصية مخلوعةً وتفقد ميلها للسيطرة عن طريق الضغط النفسي الهائل.

الضمير (الأنا الأعلى) يصبح عندئذٍ حياً على اعتبار أنه «مشوش»، وبالتالي فإنه لا يعود من الضروري إنكار ذلك أو الخوف منه أو إلقاءه على العالم. بالقبول بدلاً من الإنكار المعنوي كالقمع، يتم قبول الدوافع الحيوانية فقط لكونها جزءاً من الطبيعة التي يجب أن تتم موازنتها بالخصائص الإنسانية الإيجابية. عن طريق تجاوز التحكمية، يجب ألا تكون الدوافع الغريزية الأكثر بدائيةً مجزأة أو بشكلٍ آخر مشوَّهةً أو منسوبةً إلى الآخرين. وفي نفس الوقت تبقى الدوافع البدائية موجودةً ومعترفٌ بها ولكنها غير فعَّالة.

القبول يمنع التظاهر ويسمح بالموضوعيَّة الواقعيَّة.

عند هذا المستوى تحل النباهة غير العاطفية محل التحكيم، والتي تكون عادةً انفعاليةً للغاية بالغضب أو السخط أو الاتهام التشهيري والتهجّم. على الرغم أنه من الواضح أن هناك الكثير من العناصر والقوى في العالم التي تسبب الضرر لحياة الإنسان وسعادته، فليس من الضروري كراهيتها أو تشويه صورتها ولكن بدلاً من ذلك يمكن فقط اتخاذ الاحتياطات المناسبة لتجنبها.

وهكذا، فإن ما كان يبدو تجريحاً في السابق يصبح هنا شبيهاً بالطقس السيء، أو موجة المد والجزر، أو قوة من قوى الطبيعة التي يحسب حسابها لكن دون كراهيتها، فالحياة تستمر ليس بكره البرق ولكن باجتناّب الأماكن التي يُتَحمَل أن يصيبها.

التخلي عن التحكيم يتسبب في التحرر من مشاعر الازدراء والبغض، والتي في حد ذاتها تستدعي الشعور بالذنب الواعي أو غير الواعي أو المخاوف اللاشعورية من الانتقام وجنون العظمة. التواضع يتجنب انتفاخ الأنا التي يرى صميم النرجسية للأنا من خلالها الآخرين بأنهم «مخطئين» وينظر للنفس على أنها «محقّقة» ولذلك فهي متفوّقة.

يتسبب التواضع في التسليم بالأهمية الذاتية للأنا والمكاسب النرجسية التي تنشأ من التحكيم. ويتيح رفض دور الحكم الأخلاقي بالاستسلام لوظيفة الرب («الحكم لي» يقول الرب) ويتسبب في الابتعاد عن النقاشات التي لا نهاية لها في العالم عن الحالات المعنوية والأخلاقية والقانونية والسياسية والدينية والعرقية والقضائية والاجتماعية، في حين أن الأنا ترغب في اعتبار أن وضع «سنتين لمن يستحقهما» هو احتفالٌ مجيدٌ لحقوق حرية التعبير، الخ.

ويعترف التواضع بأن البشرية قد تمكنت من البقاء على قيد الحياة طوال هذه المدة دون الآراء والنصائح الشخصية.

الاستقامة الذاتية تتطلب تفحص الدوافع الخفية للأنا التي تتعلق بصورة المختال التي يتم التعبير عنها بالحجة والإقناع. يكشف التواضع أن حال العالم على ما هو عليه، على الرغم من الملايين من الذين نصّبوا أنفسهم خبراء فيه، وهناك عادةً مقاومة لهذا الإدراك المتواضع لأن الأنا يجب أن يتبوأ المنبر.

فهل يعني القبول إذاً بأن حياة المرء الشخصية قليلة القيمة أو الأهمية؟ على العكس من ذلك، لأنها بالتواضع تفقد القيمة الزائفة وتقبل بقوّتها ووظيفتها الحقيقية التي تزيد من الطاقة والسلطة الروحية وبالمحصلة التأثير على العالم، لا سيما من خلال الوعي الجمعي للبشرية. القوة الروحية والسلامة لكل فرد تثير البحر وجميع السفن التي عليه. تؤدي هذه الموعظة الأخلاقية إلى نقيضها كقوة مضادة، في حين أن سلامة التواضع تشع القوّة إلى حيث لا يوجد أي عكس لها.

عند التنازل عن أنانية الأنا، من الضروري أيضاً أن ندرك أن الفشل في الإدانة ليس مثل التغاضي، والإدانة ليست واجباً أخلاقياً.

الجميع يعلم أن الجريمة «خاطئة»، الأمر الذي أدى بصعوبة إلى وقفها.

## تجاوز المستوى 350

عند التحلي عن التحكيم العاطفي تصبح الطريق واضحةً للدخول في الانسجام والسكينة كنتيجة لانخفاض ضغط الانفعالية.

التسامح والرحمة يأخذان بعين الاعتبار التفكير التأملي وظهور ميزان التمييز والفهم. المقاومة للوضوح الخالي من العاطفة هي نتيجة لإحجام الأنا عن التحلي عن دورها النرجسي لأهمية الذات كقاضٍ وحكّم من القيم والأخلاق. الأنا تتظاهر بالزهّد وتتغذى سراً على موقف «أقدس منك»، والذي يمثل الطاقة والجوائز التي تكسبها. وتخشى من التقليل من شأنها وقيمتها وإذا ما سلمت الحال

وأصبحت بذلك مجرد خادمٍ لله، بدلاً من أن يكون الله ضمن اعتباراتها السريّة الخاصّة بها. وهكذا، فإن جوهر المقاومة هو الوهم المخبأ بعناية الأنا ومطالبة السلطنة المطلقة والألوهية.

الأنا تخشى فقدان سيادتها الوهمية والتي هي في الواقع مجرد العظمة. وعلى قدرٍ أكثر أهميةً من الغطرسة تأتي الحكمة البصيرة والملاحظة الذكية والتحليل، والتي هي ملكات الفكر والذكاء والتي لا تتأثر بالانفعالية والتحيز. العواطف تحجب القدرة على الفهم والأهمية والمعنى، والتي يمكن أن تنطلق بشكلٍ كاملٍ فقط وتتطور على مستوى أعلى من الوعي الذي يخلو من الانفعالية والموضوعية. وهكذا، فإن مستوى القبول يمهّد الطريق للخطوة التطورية التالية نحو العقل والمنطق.

الأنا النرجسية مزاجية وتكشف عن طبيعتها الحقيقية عن طريق «حساسيتها» وخصائصها العصبية الأخرى، فهي تفتقر إلى القدرة على الضحك على الذات ونقاط الضعف والتناقضات في الحياة الإنسانية. وهكذا، فإن تطوير روح الدعاية يساعد على تطور الوعي من خلال تنفيس الصورة الذاتية المنتفخة للأنا التي يتم من خلالها إشباع تعنتها وغرورها العاطفي. التواضع يحول دون خداع النفس أو الاستعراض للفت الأنظار أو مراقبة الآخرين عن طريق الصراخ المنمّق والإيماء. القبول يرفض الدراما ويسمح بالتعددية الهادئة دون أن يتم التهميش بالنفخ من قبل الحالات التي يتم تضخيمها والتي قد تجذب بانتفاخها الشديد الحجة والهجوم. القبول يجلب السلام بالاحتواء بدلاً من الرفض أو النقص، مما يوفر الأمن اللازم لتطوير العقلانية والفكر.

## الفصل الثالث عشر: العقل

(مستوى التقييم ٤٠٠)

مقدمة

يبرز الذكاء والعقلانية إلى الواجهة عندما يتم تجاوز انفعاليّة المستويات الدنيا. العقل قادرٌ على التعامل مع كمياتٍ كبيرة ومعقدة من البيانات واتخاذ القرارات السريعة الصحيحة، وذلك بإدراك تعقيدات العلاقات والتسلسل والفروق الدقيقة، وبالتلاعب الخبير بالرموز كمفاهيم مجردة ذات أهمية متزايدة. هذا المستوى هو مستوى العلوم والطب، وعلى وجه العموم زيادة القدرة على العقلانية والمفاهيم والفهم، ولذلك تعتبر المعرفة والثقافة هنا ذات قيمة عالية. فهم المعلومات والمنطق هي الأدوات الرئيسية للإنجاز والتي تعتبر السمة المميزة للمستوى 400. هذا المستوى هو مستوى الحائزين على جائزة نوبل، ورجال الدولة العظماء،

وقضاة المحكمة العليا، وآينشتاين وفرويد، والعديد من الشخصيات الأخرى المهمّة في تاريخ الفكر كما أشارت إلى ذلك الكتب العظيمة للعالم الغربي

The Great Books of the Western

World (الذي أعيدت طباعته

للملاءمة من كتاب الحقيقة مقابل الباطل).

مواطن القصور في هذا المستوى هي الفشل في تمييز الفرق بين الرموز بوضوح (أي القرار *res cogitans*) وما تمثله (الدقة *res*

،*externa*)،

والخلط بين العالمين الموضوعي والذاتي التي تحد من إدراك السببيّة. عند هذا المستوى يكون من السهل أن نغفل عن منظر الغابة بسبب الأشجار، ونغرق في المفاهيم والنظريات، وينتهي بنا الأمر بفقدان النقطة الجوهرية.

تقييم الكتب العظمى للعالم الغربي

فارادای 415	إسخیلوس 425
أبولونیوس 420	مارکس 130
میلفیل 460	فیلدینگ 440
فوریه 405	أکویناس، توماس 460
میل جی.إس 465	فروید 499
أرحمیدس 455	میلتون 470
مونتن 440	جالینوس 450
غالیلیو 485	أریستوفانیس 445
أرسطو 498	موننسکیو 435
نیوتن 499	جیون 445
جیلبرت 450	أوغسطين 503
أوریلیوس، مارکوس 445	نیفوماخس الحاراسینی 435
هارفی 470	غوته 465
أفلاطون 485	باسکال 465
هیغل 470	فرنسیس 485
أفلوطين 503	هیروودوت 440
بیرکلی 470	بلوتارخ 460
بطلیموس 435	أنقراط 485
هویز 435	بوزویل 460
سرفانتس 430	رابلیه 435
روسو 465	هومبروس 455

هېوم 445	تشوسر 480
کورنيکوس 455	شکسبير 465
سميټ، آدم 455	هېغنز 465
جيمس وليام	دانتي 505
داروين 450	سوفوکليس 465
ديکارت 490	سبينوزا 480
ستيرن 430	کانط 460
کيلر 470	دوستويفسکي 465
انجلز 200	سويفت 445
تاسيتوس 420	افوازيه 425
لوك 470	أبکتيتوس 430
اقليدس 440	ثيوسيديدز 420
تولستوي 420	کريتيوس 420
مکيافيلي 440	يوربيدس 470
	فيرجيل 445

قد يصبح الفكر في حد ذاته غايةً (مثل «النسبية» وتأثيرها السلبي على الأوساط الأكاديمية على سبيل المثال). العقل محدود في أنه لا يحمل القدرة على التمييز من حيث الجوهر أو «النقطة الحرجة» لقضية معقدة.

العقل منضبط بجدليّة المنطق كضرورةٍ لتمييز الحقيقة الخطيئة من الحقائق المثبتة، وهو ينتج كميات هائلة من المعلومات والوثائق، ولكنه يفتقر إلى القدرة على حل التناقضات في البيانات والاستنتاجات. كل الحجج الفلسفية تبدو مقنعة من تلقاء

ذاتها، على الرغم من أن للعقل فعاليّة كبيرة في عالم التقنية حيث تكون السيطرة لمنهجيات المنطق، فإن العقل نفسه وللمفارقة يشكّل العقبة الرئيسية أمام الوصول إلى مستويات أعلى من الوعي، لأنه يجذب تحقيق الذات كراي. تجاوز هذا المستوى غير شائع نسبياً في مجتمعنا (أربعة بالمئة فقط يفعلون ذلك)، كما أنه يتطلب تحول النموذج من الوصفي إلى الموضوعي والتجريبي،

لأن التحول من نموذج يعدّ ضرورياً لفهم المستويات الأعلى من الوعي والواقع الروحي ليس مثلما تم التعرف عليه حتى الآن من قبل مجالات دراسة كهذه على أنه «العلم والوعي» أو «العلم واللاهوت» التي تسعى لإثبات الحقائق الروحيّة (غير الخطية، التي تبدأ من التقييم عند المستوى 500 وما يعلوه) في النطاق الخطي المحدود بالمستوى 400.

## نقاش

مستويات الوعي ضمن نطاق الـ 400 تمثل ظهور القدرة على تركيب المجردات والرموز الخطيئة ذات التعقيد الشديد، والاستفادة منها لاستخلاص الأهمية والمعنى وكذلك التحقق التنبؤي. يحتوي الذكاء على مجالات هرميّة من رتب تنظيميّة ويميّز قيمتها حسب موثوقيتها أو قيمتها الضمنيّة أو أهميتها، وبطابق تحديد الأولويات

عبر تسلسل لأنظمة التصنيف التي تكون مماثلة لنموذج ونطاقٍ وفئةٍ وطبقةٍ ونوعٍ بيولوجيٍّ وجنسٍ، ثم مثالٍ محدّدٍ أخيراً. هذه المهمة المعقدة تشبه نظام التصنيف السريع والذي يملك في الوقت نفسه القدرة على التكامل والاختيار. على الرغم من أن المحتوى خطي، فإن اتجاهه العام ومصدر العمل غير خطيين، وسيطرته الشاملة تتوافق مع سلطة مستوى الوعي للمجال نفسه.

بالإضافة إلى القدرة الهائلة المذكورة أعلاه، فإن وظائف المعالجة المعقدة تعطي تلقائياً وفي الوقت ذاته وزناً متغيراً لكل قطعة من البيانات بدرجاتٍ تنسب إلى المصدقية والأهمية والمعقولة، والاستحقاق والقيمة، ولذلك فهي تعتمد على بنك من البيانات الهائلة، سواء الفردية منها والجماعية، والتي أنشأها الإنسانية على مر العصور.

ولدت القدرة على التفكير والعقل في المجالات الأكاديمية كالعلوم وعلم النفس والفلسفة، والميتافيزيقيا، والتحليل النفسي،

وكذلك علم النفس الروحي الخاص. تمت إضافة كلمة «حيوي» dynamic لجوانبٍ من جميع هذه المجالات لزيادة التأكيد على أهمية الوظيفة. ومع تشابكها سابقاً كانت نظرية التعلم، والسلوكية، والتكثيف الفعال، وأنظمة التغذية العكسية والملكافاة،

والتسهيلات والكبت. من خلال الأبحاث تم تفصيل العلم أيضاً لشرح وربط الأنماط الوظيفية مع التشريح العصبي، والكيمياء

العصبية، وضبط الاستقلال الذاتي للجهاز العصبي (الودّي/نظير الودّي) وهورمونات الدماغ، والناقلات العصبية، وتعديلاتها من خلال الخبرة في مجال علم الوراثة.

رغم أن كل ما تقدّم يمثّل كتلة هائلة من المعلومات، يبقى السؤال الأساسي

الذي كان عبر التاريخ هو نفسه: ماذا «يعني» كل ذلك (أي علم التأويل)؟ شغلت قضية التأمل في الدقائق الضمنية للمعاني أعظم العقول في التاريخ، وأنتجت الثروة الفلسفية الكبيرة وقضاياها المركزية، مثل نظرية المعرفة، واللاهوت، والميتافيزيقيا، والتي تناولت المشكلة بشكل مباشر مثلما فعلت الأنطولوجيا (علم الوجود).

مع تطور الوعي يتم تنشيط العقل والمنطق والذهن من خلال الانحياز للالتزام بالحقيقة، الذي هو في الواقع مظهرٌ من المظاهر الإلهية والمصدر غير المرئي لقوة مجال العقل نفسه. هدية الانحياز إلى الحقيقة تنسب في فهم وتراكم الحكمة وحدة الذكاء في ممارسة وتطبيق وظيفه العقل. وبالتالي، فإنه لا تزال حتى إرادة الفرد لاختيار الدرجة التي تحظى بأولوية العقل في ما يتعلق الانفعالية، فالفرد حرٌّ في تجاهل العقل أو لتتبع إملاءاته وتفسيراته للواقع وجهاً لوجه مع التصوُّر أو التمني أو الخيال أو مع الخيارات العاطفية ودرجاتها في التعبير.

وهكذا، فالتفكير والاستنتاج يحدث في مجالٍ شاملٍ لنبرة عاطفيةٍ تقييميةٍ والتي قد تكون تسهياً أو تقييداً. النبرة العاطفية الكلية تعكس أيضاً المدخل الاجتماعي الجماعي، وتختلف من ثقافةٍ إلى أخرى، ويتم توزيعها ضمن كل ثقافةٍ في مجموعات فرعيةٍ متنوعة تشدد على قيمة العقل والفكر أو تنتقص منها. بشكلٍ عام، إن للتعليم العالي قيمة وضع اجتماعي متراكمٍ على استحقاقه الفطري والجوهري، وصلت إلى أعلى تقديرٍ لها في العصر الذهبي لليونان القديمة في حوالي 300-500 ق.م، وتلقت بعد ذلك إسهاماتٍ قيِّمةً على مدى قرونٍ في أوروبا. تراجع خلال القرن الماضي في الأوساط الأكاديمية في كل من أوروبا وأمريكا عبر التسييس والملاحقات الفلسفية/الأخلاقية النسبية (كما تم توضيحه في كتاب الحقيقة مقابل الباطل).

الثقافة الناضجة تؤيد الثقافة والتعلم كأنماطٍ داعمةٍ للحياة بشكلٍ إيجابيٍّ وإقامة

الدليل على ذلك من شعبية انتشار حركة تحسين الذات. حركة «الإبداعات الثقافية» هي مثالٌ على ذلك (أندرسون وراي، 2000 Anderson and Ray) والتي لها التأثير الإيجابي الشامل في المجتمع بشكل عام. مستوى تقييم الوعي للولايات المتحدة في الوقت الحالي هو عند 421، والذي يعدُّ دليلاً على التأثير الكبير والأهمية الكبيرة لمستوى وعي الفكر. وجدَّيرٌ بالأهمية أن نذكر أنه في مستوى العقل يكون مستوى تقييم «السعادة» بما يقارب الثمانين في المئة، والتي هي في تناقضٍ ملحوظٍ مع نسبها المثوية المنخفضة إلى ما دون المستوى 200 (من واحدٍ إلى اثنين وعشرين بالمئة).

الجهود الإنسانية لمساعدة المحرومين تؤكد على التعليم باعتباره الوسيلة الأكثر فعاليةً للخروج من الفقر، فكلما ارتفع المستوى التعليمي انخفض معدل المواليد ومعدل وفيات الرُّضَع والمرضى، وغيرها من المرافقات من الحرمان. ويتجلى هذا بشكلٍ كبير بالظهور الأخير لـ «النمر السلتي» Celtic Tiger الاقتصادي، فبعد قرونٍ من الفقر المدقع ارتفع الاقتصاد الإيرلندي ليصبح الاقتصاد الرائد في أوروبا في الوقت الحالي نتيجةً لتطبيق مجانبية التعليم العالي والإصلاحات الاقتصادية والسياسية/القانونية التقدمية المصاحبة.

### ديناميات الأنا للعقل

إن اندماج العقل والمنطق والثقافة هو توازنٌ قويٌّ للتعويض عن الضغوط الأساسية النرجسية البدائية للأنا التي تشعر بأنها مهددة من قبل القيم العليا للسلامة الشخصية والاجتماعية. عدو العقلانية هو الخدمة الذاتية للنرجسية نفسها، التي تحجب العقل وتشوِّهه لتسهيل تحقيق أغراضها الخاصة. في المستويات الأدنى من الوعي يستخدم العقل فقط كسلاحٍ آخر لفرض حالاتٍ، والسيطرة على الآخرين، والسَّماح للتصرف بدافعٍ من الغرائز الحيوانية الواعية.

ويمكن أن يتم تحريف مبرر الفكر بشكلٍ منمَّقٍ لخدمة أهدافٍ عاطفيَّةٍ وأنائيَّةٍ بدلاً من تلك الأهداف الملتزمة (على سبيل المثال، الفلسفات النسبية «مستوى التقييم 180»، أو الماركسية «مستوى التقييم 130»). تشويه الحقيقة خدمةً لأجنداتٍ موضعيَّةٍ تتميز بعقل (الأنا) الأدنى بدلاً من العقل الأعلى (راجع نظرة عامة، القسم الثاني).

العقل الأدنى يجل محل الاستذهان النرجسي للجدليَّة المنضبطة للحقيقة المنطقية، والمثال الأفضل على ذلك هو الانخفاض في المستوى الأكاديمي المترتب على الهجمات المزعجة للـ «النسبية الأخلاقية» الذي يوصف بإيجازٍ في الاقتباس التالي من فيلادلفيا ترومبيت Philadelphia Trumpet (يونيو 2005):

### النسبية الأخلاقية

النسبية الأخلاقية هي الاعتقاد بأن تحديد الصواب والخطأ هو اختيارٌ فرديٌّ وشخصيٌّ نافياً وجود القانون المطلق، وتدلنا هذه الأيديولوجيا أن كلَّ قرارٍ هو مسألة شعورٍ شخصيٍّ.

النسبية الأخلاقية تعني أن الزنا على سبيل المثال ليس خطأً بصورةٍ موضوعيَّة. فبينما يكون لديَّ اعتقادٌ بأن الزنا خطأً، وأنه يدمر الزواج، قد تكون أنت مؤهلاً للاعتقاد بأن الأمر صوابٌ وبأنه يقوِّم الزواج، وينطبق المنطق ذاته على جرائم القتل والسرقة والاعتداء الجنسي على الأطفال، وعلى جميع الجوانب الأخرى من حياة الإنسان، فمع هذه الأيديولوجيا لا يوجد تعريفٌ مطلق للصواب والخطأ، سوى ما تدركه فقط على أنه صحيحٌ وخاطئ.

وقد تسبب هذا المبدأ المشوَّه باعتداءاتٍ جسيمةٍ في جامعاتنا. والنسبية الأخلاقية التي أوجدها العلمانيون هي نتاجٌ لنظرية النسوء، التي هي نفسها تتخلل ثقافة الجامعة وخاصة العلوم، من خلال إنكار وجود الله، وتشر نظرية التطور بدور

النسبية الأخلاقية عن طريق إنكار وجود الله، ففي حال عدم وجود إله، كما يحاول العلمانيون الإقناع بالحجة، فلن يكون هناك وجودٌ لأي قانونٍ مطلق. باستخدام النسبية الأخلاقية كسلاح، يستطيع العلمانيون الليبراليون نسف أي قانونٍ مطلقٍ يريدونه، كما يمكنهم تدمير حتى القوانين التي تحكم المجتمع. معظم الناس يدركون أن القانون والأيدولوجية والأخلاق الأمريكية تخضع بشكلٍ أساسيٍّ للاعتقاد اليهودي-المسيحي في الوصايا العشر. وانطلاقاً من عدم وجود الله وفقاً للعلمانيين، فإن كل ما لدينا هي عشرة مقترحاتٍ، فليس هناك قانون، ومع عدم وجود قوانين مطلقة يصبح تحديد الصواب والخطأ مسألةً شخصيةً بحتة.

هذا هو السبب الذي دفع وارد تشرشل Ward Churchill، وهاريس ميركين Harris Mirkin، وغيرهم من أعضاء هيئة التدريس العلمانيين إلى تبني مثل هذه الأيدولوجيات المعادية للـ «أمركة» والاعتداء الجنسي على الأطفال. إذا كان الشخص لا يؤمن بالقانون المطلق فعندها لن يكون مطالباً بالاعتقاد بأن ممارسة الجنس مع الأطفال هو أمرٌ خاطئ، والنسبية الأخلاقية تدمر القانون الذي يحدد الصواب والخطأ، والأخلاقي وغير الأخلاقي.

وهذه بعض الأمثلة على الفجور والنسبية الأخلاقية التي تسود جامعاتنا، وترسخ فكرة أنه يقع على عاتق الفرد أن يحدد الصواب والخطأ اعتقاداً راسخاً في عقول طلاب الجامعات اليوم.

ومن الملاحظ أيضاً أن البابا الحالي لدى توليه منصبه كان قد أعلن أن المشكلة الأولى التي تهدد العالم تنتج عن أن النسبية الأخلاقية تحل محل اللاهوت بإعلان سيادة الأنا النرجسية. وقد لوحظ تأثير ذلك على المجتمع من خلال العديد من المعلقين الاجتماعيين الحاليين (مثل بروس 2003 Bruce).

مستويات الوعي الواقعة في النطاق 400 تدل على أنه على الرغم من أن المشاعر

لا تزال موجودةً وتأخذ بالحسبان أنها لم تعد تسيطر أو تستبدل المنطق والعقل. «التفكير» هو مجرد عمل فكري عشوائي، في حين يتم تقييد العقل بالجدلية والانضباط والقيود المفروضة على قواعد المنطق، والتي يتم تمثيلها بشكل جيد عن طريق الرياضيات.

العقل الأدنى أقل تطوراً ويتميز بخصائص طفولية وبعدم النضج، والافتقار إلى التعليم. يفيد العمل الفكري في حالته البدائية الحالات الانفعالية والاحتياجات والمطالب الشخصية وهكذا، فالعقل الأدنى يفيد في التواصل في الحالات أو الآراء الشخصية،

والتي ليست في نفس فئة البنية العقلية للعقل الأعلى التي تهدف إلى تمثيل أكثر موضوعيةً، والبيانات التي يتم التحقق منها بذلك تتطلب مستوى أعلى من الصحة أو الإثبات. وهكذا، فالعقل الأدنى محكومٌ بالـ «المطالب»، والعقل الأعلى يكون منضبطاً بالمساءلة التي تتطلب الالتزام بمعايير الحقيقة، مع ما يصاحب ذلك من متطلبات الأخلاق والمسؤولية. تقديم الزيف كحقيقة مزعومة هي أمر مبررٌ لدى الأطفال، إلا أنه قد يكون له تبعات هائلة الكبيرة في حياة الكبار. فلاسفة «ما بعد الحداثة» (ماركيز،

تشومسكي، وآخرون، كما ورد في كتاب الحقيقة مقابل الباطل، الصفحة 209) يقعون ما بين مستوى التقييم 135 و185 لأنها محاولات لتشويه العقل في محاولة لتبرير الباطل وإعطائه الشرعية على أنه الحقيقة والتظاهر بأنها متكافئة الصلاحية. وهكذا فإن الجانب السلبي للفكر هو أنه يخضع لتشوهات ناتجة عن التفكير الساذج والنتائج عن الرغبة والذي يفسد معنى النرجسية (على سبيل المثال، «الكلمة تعني تماماً ما اخترت لها أن تعنيه»، كما يقول Humpty Dumpty في كتاب كارول من خلال المرأة «Through the Looking-Glass» Carroll).

تزييف العقل دليلٌ على عدم الاستقامة وهو أيضاً سمةٌ أساسيةٌ من سمات الشخصية السيكوباتية. كذب الشخصيات العامة يشكّل محوراً رئيسياً لوسائل الإعلام في الوقت الحالي، والتي تنمو بقوةٍ على الفضيحة. الأنا العليا أو الضمير أيضاً يحدان من الفكر،

ولذلك فإن العقل المتزن والمنطق هو نتيجةٌ للفضيلة والأخلاق التي تعكس السياق وليس فقط المحتوى. العقل الأدنى يتجاهل بشكلٍ مميزٍ سياق الكلام لأن من شأنه أن يفرض قيوداً على التشوّهات العاطفية للحقيقة (حيلةٌ غالباً ما يلجأ إليها في الخطاب السياسي).

كما بات واضحاً فإن تشويه الحقيقة يمكن أن ينتج أيضاً عن التحريف المتعمّد لمعاني الكلمات بمقتضى نظريات التسييس والنظريات الاجتماعية التي يقع تقييمها دون المستوى 200 (على سبيل المثال، «الفكر الجديد» ولغة الشرطة، والنخبة السياسية،

وما إلى ذلك). يتقيد العقل المنضبط والمنطق بمعاني الكلمات كما وردت في القاموس تماماً.

التمسك بالعقل والحقيقة المنطقية كميّارٍ اجتماعيٍّ تم رفضه في السلطة القضائية وفي الخطاب العام نتيجةً لاستغلال مفهوم «حرية التعبير» على أنها تعني أن أي شخص يمكن أن يقول أي شيءٍ يرغب في قوله دون أن يكون لذلك أي تبعات، وتلك الإجراءات والسلوكيات هي «خطاب رمزي». بإضفاء الشرعية على جميع السلوكيات على أنها «صحيحة»، يتم تمهيد الطريق إلى الفوضى والتمزق الاجتماعيّ الموصوم بالانحلال، ولقد ساهم ذلك عبر التاريخ في تقويض الإمبراطوريات العظيمة من الداخل بسبب الانحلال الأخلاقي. في الواقع، التعديل الأول يحظر على الحكومة فقط فرض الرقابة على الكلام، وفي الميدان الاجتماعي

لم يعد التمسك بالحقيقة شرطاً، مما يعطي قدرة أكبر على التعبير عن مقدمات منطقية غير قانونية لها قيمة إعلامية استغلالية تفوق قيمتها الحقيقية.

مثلما يحل الخيال محل الحقيقة، فإن مستويات تقييم الوعي التي يعكسها التواصل تفقد قيمتها على الرغم من أن البعض قد عارضوا هذا الاتجاه والذي للمفارقة أصبح مثار انتقادهم الآن بدلاً من كونه موضع احترامهم (انظر الحقيقة مقابل الباطل، الفصل 9).

العملية الفكرية هي معالجة الرموز بصورة عشوائية، والفكر الخطي يكون عرضةً للخطأ على اعتبار أنه يتعامل مع المحتوى،

والمحتوى معروفٌ بحكم نوعيّة الوعي الذي يعتبر المجال الجذّاب للوعي الذي يحدث ضمن سياقه. المحتوى يفكر، المجال يعرف، في المقابل النفس تكون.

تشويه العقل المترن خدمةً لأهدافٍ أنائية هو المصدر الرئيسي للصراع الاجتماعي، والخلاف الأخلاقي، والمعاناة الإنسانية. إنكار العقل بقوته الحقيقية يسمح بإطلاق النزعات الرجعية للغرائز الحيوانية بالانحدار إلى المظاهر البدائية للأنا، التي تعتبر المنطق والأدلة والعقلانية كمثبطات لنواياها. العواقب الكثيرة لتشويه المنطق والعقل واضحةٌ ليس فقط على مر التاريخ ولكن أيضاً في عالمنا اليوم، ونظراً لأن الحقيقة تنحاز للبقاء، فإن الزيف يفسّر وفاة عشرات الملايين من الأرواح في القرن الماضي لوحده فقط.

مع النضح، يتم دمج العقل بالمشاعر الإيجابية التي تضي عليه القيمة والمحفّزات كمتعة الإنجاز على سبيل المثال. الانحياز الروحي يتسبب في تحديد أولويات المبادئ الروحية التي يمكن من خلالها حل النزاعات، وفي هذه الحالة فهو يصل بالعقل إلى قمة تطوره، والالتزام بمسعى تقديم الأفضل يعني إخضاع ذلك لمشئته الله.

تصورات «الجيّد» أو «السيئ» كما لاحظ سقراط غالباً ما تكون فني المقام الأول نتيجة الرغبة أو الوهم بدلاً من أي واقع موضوعي، فعندما ترغب بحالة أو بأمرٍ فسيبدو لك «جيداً»، وإن لم تتوفر لديك تلك الرغبة فسترفضه وسيبدو لك «سيئاً». وهكذا فالعقل يوازن التشويه العاطفي، على اعتبار أن نيته تبيان الحقيقة بدلاً من ترشيد المغالطة. وغالباً ما تمنح المبادئ الروحية تفضيلاتٍ على عملياتٍ فكريةٍ أكثر محدوديةً يحلُّ من خلالها الإيمان بالعقل بدلاً من الإيمان بالله.

يعتبر العقل والمنطق (أي العلم) ذوي قيمةٍ كبيرةٍ ضمن نماذجها المناسبة. عند المستوى 500، وعن طريق المواءمة الروحية،

تصبح الذاتية وكذلك الارتقاء محوراً رئيسياً للخبرة التي تؤكد على قيم التسامح والرحمة والحب والإخلاص، وتضيف فهما مختلفاً للمعنى والقيمة وبذلك فهو يؤثر على تحديد الخيارات والبدائل عن طريق العقل.

### تجاوز حدود العقل

يعمل العقل على مراكمة المعلومات الروحية والدينية وفرزها ومعالجتها واستيعابها. وفي ذات الوقت من المفارقات بأن ما يتطلب تجاوز العقل يمكن أن يشكّل قيلاً على التطور إلى مستوى أعلى من مستويات الوعي. وتتجلى محدودية العقل بتكوينه من حيث أن الأنا الوظيفية خطية وثنائية ومسيطرٌ عليها بواسطه نموذج نيوتن للسببية التي تعزز وهم الـ «أنا» الشخصي المستقل كعاملٍ مسبب لتجسيد الذات.

الانتقال من نطاق مستوى الوعي 400 إلى نطاق المستوى 500 يعدُّ قفزةً نموذجيةً من العالم العقلي للرموز الخطية إلى الحالة الذاتية غير الخطية. يكفي العقل باكتساب المعرفة ولكنه بعد ذلك يكتشف بأنها لم تكن كافية بمفردها

لإحداث التحول، الأمر الذي يتطلب خطوةً أخرى لتحويل البيانات إلى واقع تجريبي داخلي.

يتم استخدام العقل ليكون مكتفياً بالسمع «حول» موضوع ما ويمكن أن يستنتج بسذاجة أن المعلومات نفسها ينبغي أن تكون كافية. وفي حين أن هذا هو الصحيح جزئياً. ففي أغلب الأحوال، فإنها في أحيانٍ أخرى يحصل الانتقال من الحصول على المعلومات إلى التجربة الذاتية، عن طريق الممارسة الروحية، والتأمل، والتفكير، والإخلاص مدعومةً بالصلاة.

من خلال رفض الأنانية وعن طريق التصريح الروحي والممارسة، والالتزام، تتدفق الطاقة الروحية ضمن نظام الطاقة على اعتبارها المحبّة بدلاً من الحب الشخصي الذي يقتصر على العلاقات الشخصية. يتم تقييم مجالات الطاقة التحويلية من المستوى 500 وما يعلوه بأنّها غير خطية، وذاتية السطوع، والإشعاع وتقع ما وراء التعريف العلمي الذي يمكن التحقق منه بشكل موضوعي.

تنتج العوائق من التمسك بالقيود لتحقيق المكاسب الشخصية، مثل الفخر في الاكتساب الفكري للمعلومات بحد ذاتها. على الرغم من أن التحول من الحالة العقلية إلى الحالة الروحية الفعلية هو أمرٌ إراديٌّ ويكتمل بالقبول، فإنه ليس من الممكن السيطرة عليه كما كان الحصول على المادة الفكرية والمعلومات. يوصف التحوُّل بالشكل الأفضل كما في المقطع الكلاسيكي من «يجب أن تفعل» إلى أن «تكون» ويتم تسهيل ذلك عن طريق الانقياد إلى المحاولة للسيطرة على العملية. إن الأهم هو أن تضع الإيمان والثقة في النيّة الروحية والاستسلام للألوهية التي من خلالها تتحول الإمكانيّة إلى واقع عندما تسمح الظروف بذلك.

وهكذا فالاستسلام يعد ضرورةً وغالباً ما يكون موقفاً ثابتاً يتم التمهيد له بالتواضع العميق. والمقاومة التي غالباً ما لا يعترف بها ترتبط بالمألوف بما يمكن أن

يسمى «الولاء للنموذج». على سبيل المثال يتم عرض هذا القيد كما ذكرنا سابقاً، من خلال المؤتمرات والمطبوعات المخصصة لمجالات «العلم والدين» أو «العلم والوعي» التي تعتبر أكاديمية، ولذلك يتم تقييمها في منتصف المستوى 400. وهي على نحوٍ مميز تحول دون الاعتراف بالأهمية الأوليّة للذاتية، أو عالم الذات، التي فقط يتم عن طريقها الاعتراف بالحقائق الروحية التي يتم تقييمها وفهمها عند المستوى 500 أو أكثر.

محدودية العلوم الأكاديمية هي الأكثر وضوحاً لدرجةٍ كبيرة في تناقضها وانعدام الثقة في الإثبات التجريبي والمعلومات للشخص الأول (غينسبورغ 2005 Ginsburg). الاستذهان العلمي حول «واقع» التجربة الشخصية يعكس التردد عن الاحترام والمصادقة الأكاديمية (من نموذج نيوتن) للتجربة الإنسانية. وبالتالي يتم استبعاد الواقع الروحي الحقيقي من الدراسة وإن كان يعدُّ الهدف المفترض لمثل هذه المشاريع. وهذا يبدو مثل البحث عن مفاتيح السيارة المفقودة في الليل تحت عمود إنارة «لأن الضوء أفضل هناك» أو البحث عن الأشباح باستخدام عداد جيجر.

من الأهمية الشديدة الوضوح هو أنه، بحكم الجهل في النموذج، فقد تم استبعاد المصدر الرئيسي العالمي للمعلومات الروحية-

السجل التاريخي للمعلمين الروحيين الصوفيين والمستنيرين الكبار في العالم (بما يتضمنه من تجسد الآلهة في عظمتها) - فالعلم خطيُّ أما الواقع الروحي فهو غير خطي، وهو ما يعتقد المرء بأنه أمر واضح للغاية.

بالنيّة الروحية، يمكن تقديس الذهن بحيث يصبح نقطة الانطلاق والطريق إلى فهم الواقع الروحي بدلاً من الطرق المسدودة أو الحواجز. الدراسة الروحية تستخدم الذهن لتكشف عن أنه لا بد من نقل الذهن ذاته من حالة «الاطلاع» إلى حالة

«التحقيق» التي يتم إنجازها من خلال الممارسة الروحية، والانضباط، والتفاني.

## التأمل: التفكير

العائق الكبير الذي يعترض التطور الروحيّ وتجاوز التعرف على الذات بالعقل هو معالجة البيانات والرموز والكلمات عبر تفكير عشوائي يفترض بأن يكون هو «التفكير». أثناء التأمل تكون هذه الثثرة العقلية محبطة وتصبح مصدراً للقلق. إن محاولة إسكات العقل عن طريق قوة الإرادة هي أمرٌ غير مجدٍ والنتائج تكون محدودةً وقصيرة الأمد. من خلال فهم مصدر انسياب التأمل فإنه يمكن تجاوزها وكشف الصمت الذي ينشأ عنه التفكير.

التأمل من أصلٍ أنانيٍّ ووظيفته الأساسية هي التعليق. والفكر هو الغرور ما لم يكن مطلوباً، ويتم من خلال سلسلة غير متناهية من الآراء والعقلنة ومعاودة المعالجة والتقييم والمحاكمة الدقيقة، التي يتم من خلالها إعطاء الأفكار قيمةً أو أهميةً من خلال أهمية يفترض بأنها «خاصة». الأنا متيّم بقصة حياته وبشخصيته المركّبة.

ومن التحديات التي تعترض الغرور الحقيقي للأنا هي القبول بأن تأملاتها غير مجدية وليس لها أي قيمة جوهرية أو فائدة ما لم يطلب حل المشاكل. وهكذا فإن «الأهمية» هي غرورٌ مزعجٌ ذاتياً، والأنا يفترض بالانتفاخ أن لديه «الحق» ويملك الأهلية للتطفل على السلام والصمت بثرثرة وتمتمة صيبانية لا تنتهي. العقل لديه جمهور تخيّلِي ويواصل تأدية مونولوج التملق الذاتي والأهمية المفترضة. العقل غير المنضبط لديه تعليقٌ بملاحظة أو لديه رأيٌ في كل شيء، من يهتم به؟ من يطلبه؟ أفكاره غالباً ما تكون متكرّرة، ووضيعة، ورتيبة، ودنيوية.

من المريح أن ندع العقل صامتاً و«يكون» مع محيطه فقط. فيسود السلام، ويعمُّ التقدير والهدوء. ومن أجل إدراك أن التعليق المتواصل ليس ضرورياً أو حتى

مسموحٌ به، فإن الإرادة تعطي للعقل الإذن بأن يكون صامتاً. عندما يتم التقليل من قيمته والتخفيض من شأنه فإن أساس الغرور للتفكير ينهار، وعند ذلك يكتشف المرء فرحة الصمت الداخلي، الذي يشكّل في الواقع تسعة وتسعين في المئة من العقل. ويبقى واحدٌ بالمئة فقط بشكلٍ فعليٍّ ثرثرةً.

العقل المنضبط بشكلٍ جيد ينبغي عليه أن يتكلم فقط عندما يُطلب منه تنفيذ إحدى المهام. وبدون التدريب يصبح العقل مؤدّباً جامحاً ومصدراً للإزعاج «على خشبة المسرح». تحتاج النفس لتعلم احترام الذات وصمت الوجود. من خلال مراقبة العقل، يصبح من الواضح أنه يمثّل حالة الطفل العاثر المتمرد الذي يسعى باستمرار للفت الاهتمام.

وعادةً ما يكون من غير المثمر محاولة لجم الفكر أو إجبار العقل على البقاء دون إزالة دوافعه والتخلي عنها. جذوره التحفيزية يمكن تحديدها والاستسلام لها. وعندئذٍ سيكون من الممكن على نحوٍ مفاجئٍ اتخاذ القرار: فقط عدم التفكير في أي شيء. ومن الممكن فعل ذلك عن طريق الانحياز إلى الصمت اللانهائي الذي من خلاله ينشأ التفكير. وهو موجود ليس بين ظهور الأفكار وحسب، بل قبلها.

وهناك تقنية مفيدة لتجنب التأمل تتجلى في التصوّر الخلاق الذي يتم فيه تصوّر الهدف المنشود مع الاحتفاظ به في العقل بشكلٍ دوريٍّ. وتميل الإمكانيات إلى الظهور عندما تصبح الظروف مواتية، وتأتي النيّة (بالإضافة للنزعات الكارمية) هو تأثير السياقية. في العمليات العقلية العادية، وفي الحالات الطبيعية يُنظر إلى العمل الفكري والمنطق والتسلسل على أنها سببيّة وأيضاً ضروريّة للجهد. والتصوّر يؤثر على النتيجة بآلياتٍ مختلفة تماماً (وأكثر سهولةً).

القسم الثالث: مستويات التقييم 500-599 الواقع الروحي

## نظرة عامة : تجاوز الازدواجية الخطية

### مقدمة

في حين أن الانتقال من مستوى الوعي 200 يشكل العقبة الرئيسية أمام معظم البشر (ما يقرب من 80 بالمئة في جميع أنحاء

العالم و50 بالمئة في الولايات المتحدة)، فإن تجاوز هيمنة العقل الخطي عند مستوى الوعي 500 هو أمرٌ نادرٌ نسبياً (4 بالمئة فقط من سكان العالم)، وتطوُّر الوعي إلى الحب غير المشروط عند المستوى 540 ما يزال أمراً نادراً (بنسبة 0.4 بالمئة).

يكون الإدراك محكوماً بعواطف سلبية في مستويات الوعي الأدنى من المستوى 200، ولكن المشاعر تصبح إيجابية بشكل تدريجي بين المستويين 200 و400، وبعد ذلك يتغلب المنطق والعقل على العاطفة، هناك قفزة نموذجية كبيرة أخرى عند مستوى الوعي 500 من المحتوى الخطي المفاهيمي إلى غلبة السياق غير الخطي. المجالات الأقوى من مستوى الوعي 500 وما فوقه تعيد ترتيب أولويات المعنى والأهمية والقيمة، ويكون الانتقال مما يعتبره العالم «موضوعياً» إلى التجريبي الذاتي على اعتبار أنها النوعية السائدة لتجربة الإدراك.

التحوُّل هو شكلٌ من أشكال تغيير تركيز الاهتمام من الخواص الوصفية لما يتم مراقبته إلى صفات مهارة المراقب. هذا الذاتية تعيد وضع الملاحظات ضمن السياق بمصطلحاتٍ مثل المتعة والرضا والأهمية ودرجة الأولوية. يؤثر التحوُّل بشكل عميق على القرار والاختيار، وكذلك على الأهداف الطويلة الأمد التي تؤثر على العلاقات، والخيارات الوظيفية، والقرارات التي لا حصر لها في الحياة.

### تحوُّل النموذج

يشير المستوى 500 بشكلٍ مهمٍ إلى أن الحالة الذاتية المسماة بالحب قد أصبحت الآن ليست كبيرةً وحسب بل مهيمنةً أيضاً،

وليست مجرد شعورٍ وعاطفة بل مبدأً توجيهياً. في حين أنه قد يتم التركيز على طاقة الحب كنتيجةٍ للاهتمام أو الدافع، فإنه يمثل التخلص من القيود والحد من المصلحة الذاتية. الحب يقدم النفع في حين تسعى الأنا لتحقيق النفع في سعيها للحصول على المكاسب. بالحب يجلُّ الرِّضا والسُّرور للعطاء محل إرضاء الأنا القصيرة الأمد والسريعة الزوال، لتحقيق المكاسب.

طاقة الحب ذات خصائص فريدةٍ من نوعها وخالدة، تتمتع بإمكانياتٍ مذهلةٍ يصعب وصفها بشكلٍ منطقيٍّ. وعلى اعتبار أن الحب يصبح روحانياً بشكلٍ تدريجي، فهو يبرز كمواءةٍ مع الألوهية التي هي المصدر الأساسي للحب وعالمه، ولذلك يُنظر إليه على أنه مقدّس، وله حرمة وبأنه جوهر التفاني، والإيمان الديني، والإدراك الصوفي.

انطلاقاً من المستوى 500 للوعي وما فوقه من المستويات تتزايد أهمية جاذبية الجمال والسلام والسكينة الداخلية بشكلٍ كبير،

وتندمج المبادئ الروحية للمعلمين الكبار ضمن حياة المرء لتصبح هي المسيطرة في نهاية المطاف، وتنشأ الصراعات ليس حول ماهية وجود التسامح أو الحب أو التراحم ولكن حول الكيفية التي يمكن من خلالها تأسيسها وتحقيقها بالشكل الأفضل. وهكذا،

تكون الخصوصية الخطيئة ومضمون الإجراءات قد أصبحت تحت هيمنة قوة المجال العام للسياق. في نهاية المطاف، لاهوت الحياة نفسه يصبح كاشفاً عن النفس، وتصبح الحياة برمتها موضع التقدير.

يتميز تقدم النموذج بالتحول من الاعتماد على الإدراك والتعقل إلى التمييز من

حيث الجوهر. وهذا التحول هو نتيجةً وتوافق مع ما اصطلح على تسميته تقليدياً «فتح العين الثالثة للجسد البوذي» الذي يمثل ظهور الرؤية الروحية.

بينما يركز التصوُّر على الخطيئة، فإن الرؤية الروحية تمثل القدرة على تمييز الواقع الداخلي الذي يعكس المجال الكلي. ومثيلها التجريبي المطابق لها في الحياة العادية يشار إليه دوماً على أنها الحدس، وهو ما يعني بأنها ليست نتيجةً للمعالجة الخطيئة المنطقية.

أجسام الطاقة الروحية الأثيرية تظهر تدريجياً وبصورة متزامنة مع تقدم مستويات الوعي من «العقلية الدنيا» إلى «العقلية العليا»، ثم إلى «السببية» وبشكل تدريجيٍّ إلى أجساد بوذا Buddhist، والمسيح Christ و Atmic. وتركيز الطاقة ضمن كل جسم مماثل لنظام شاكرا chakra، وهي ترتبط عند أعلى المستويات مع وعي المسيح، وأخيراً في منطقة تاج شاكرا للجسم Atmic، مع هيمنة مطلقة للوعي الإلهي من التنوير عبر التماهي مع الألوهية الفطرية مثل الذات الإلهية Self. وعند هذا المستوى من الوعي يتم تمييز أن الله متعال والله جوهرى يتم التعرف على أنه الكل الشامل التي ينشأ عنها الوجود/الإدراك/الخلق، والإدراك الذي ينتج من وقوع الذاتية والإدراك.

### مستوى تقييم الوعي

تم تعيين طاقة كل مستوى من المستويات السائدة من الوعي بالمشيئة الروحية التي يبرز عندها الانحياز. كما ذكرنا سابقاً،

فالحالة مماثلة لوضع بوصلة السفينة، بحيث يصبح المصير (أي «المستقبل») تحت السيطرة ويؤثر على قرارات الحاضر بحكم النية الكامنة وراءها.

التقلبات الدورية للعواطف تشبه الأمواج المتقلبة في عرض البحر، والدعوة

للتصحيح فقط لا تعني أن الوجهة قد تأثرت أو تغيرت، والتي يتم إنجازها من خلال الإرادة فقط. ويجب توقع فترات من الصعوبات العارضة التي قد تبدو مثل «النكسات»

ولكنها تعني فقط بأن بعض التوجهات (غالباً عند فاقد الوعي في المقام الأول) قد ظهرت للاعتراف بها من أجل معالجتها.

ويمكن أن تحدث فترات زمنية مماثلة في أيّة عملية كشف داخلية، مثل التحليل النفسي أو تحليل العمق الداخلي نتيجة لأي تحقيقٍ للذات، كالخطوة الرابعة في برنامج الاثنتي عشرة خطوة «إجراء مسح أخلاقي داخلي». النزاهة الذاتية الناشئة من شرط الفحص الذاتي لـ «تعرف نفسك» لا يتطلب الشجاعة فقط ولكنه يتطلب أيضاً الاستعداد للتخلي عن الحكم الذاتي والاستسلام لله.

كانت التجربة الإنسانية العامة عبر الزمن قد أكدت على أن النزاهة الداخلية الذاتية الحقيقية بمعناها العميق غير ممكنة إلا بعون الله لأسبابٍ معروفةٍ، من المستبعد أن تكون الأنا وحدها متعاونةً مع زوالها وانقراضها على أنها القوة المسيطرة المثيرة للمشاعر في حياة المرء.

في البداية يجب القيام بالعمل الروحيّ بتجاوزٍ للانفعاليّة والحالات الحسيّة التي تعتبر شخصيّةً في المقام الأول، ولكن عند المستويات العليا، تصبح القيود بذلك السياق والنموذج. وقد تبدو مجرّدةً عندما وصفها، ولكنها من الناحية العملية تقف عوائق حتى في وجه الإدراك العالي. وبالتالي فهي تتعلق بمجالات الارتباك الكلية التي تنشأ عادةً من الإدراك والتي يمكن أن تبدو أكاديمياً كما لو أنها تنتمي إلى عوالم اللاهوت، أو الماورائيات، أو نظرية المعرفة، أو علم الوجود وإدراك طبيعة الوجود/الكيونة نفسها.

وغالباً ما يتم تأطير نماذج من الإدراك الشخصي بافتراضاتٍ غير واعية تكون عادةً

ما وراء التصورات أو حتى محاولات الوصف.

ويصبح هذا أكثر تعقيداً عند المستوى السريع الزوال والفائق الوصف، والذي يعتبر أساسياً للصفات التجريبيّة الأساسيّة للوجود بوصفها انعكاساً للوعي في المقام الأول.

وتبرز أسئلة كمصدرٍ للقدرة حتى على إدراك الوجود أو الكينونة، وما إذا كانت مثل هذه الصفات فطريّةً أو أنها متراكبةً من افتراضات النموذج الصامتة، ويتساءل المرء عن النوعية التي يصبح معها حتى المجرّد واضحاً، والمعرفة بحد ذاتها فقط ليست مجرّد مس-توى أعلى من التجريدي؟ مرةً أخرى، على الرغم من أن ذلك قد يبدو أكاديمياً بالنسبة للذهن، فإنها بالخبرة أولويّة وتحويليّة بشكل عميق على ضوء مستويات الوعي. وهي عند أعلى المستويات تمثّل الغيوم الأخيرة التي تخفي إشراقة الشمس الإلهيّة.

في حين أن مستوى الوعي 600 يرمز رسمياً إلى بداية الحالة المشار إليها بشكل كلاسيكي باسم الإشراقة/التنوير، فإن تحقيق الذات هو سمة من سمات مستوى الوعي 700. وفي منتصف النطاق 800 هناك عقبة الوهم من الفراغ التي يجب تجاوزها، وبعد ذلك مع الانعدام الفعلي لقيود السياق، تنفجر عظمة التنوير. إنه المجد لله في العلا ويحقّق وعد الرمزية الكبرى في العالم.

## الفصل الرابع عشر: الحب

(مستوى التقييم ٥٠٠)

### مقدمة

يتميز المستوى 500 بتطوّر مجال الطاقة الذي يكون بشكلٍ تدريجيٍّ غير مشروطٍ، ومستقرٍّ ومستمر، كما أنه غير متقلبٍ لأن مصدره داخل الشخص الذي يجب

لا يتوقف على عوامل خارجية. المحبّة هي وسيلة لإقامة علاقةٍ مع العالم أو للارتباط بالعالم بتسامحٍ ورعايةٍ ودعم. الحب ليس حالةً فكريّةً ولا ينبثق من العقل بل ينبع من القلب، ويملك القدرة على الارتقاء بالآخرين وتحقيق مآثر عظيمةٍ نظراً لظهور دافعه.

عند هذا المستوى من التطوُّر يصبح جوهر القدرة على التمييز هو الحالة السائدة، ويصبح جوهر القضية محطّ التركيز، ونظراً لتجاوز العقل تبرز القدرة على الاعتراف الفوري بمحمل المشكلة والتوسع الكبير للسياق. يتعامل العقل مع التفاصيل بينما يتعامل الحب مع الكل. وهذه القدرة التي غالباً ما تُعزى إلى الحدس، هي القدرة على الفهم الفوري دون اللجوء إلى معالجة الرموز المتسلسلة، وهذه الظاهرة التي تبدو مجرّدة هي في الواقع ملموسةٌ للغاية وتترافق مع تحرير الأندروفين في الدماغ بشكل قياسي.

ليس للحب موضعٌ وبذلك فهو عالميٌّ، يتخطى تباعد المواقع، وبذلك يكون من الممكن لشخصٍ أن يكون «مع شخصٍ آخر» على اعتبار أنه لم يعد هناك أيّ حواجز. ولذلك فإن الحب شموليٌّ ويوسّع الشعور بالذات بشكلٍ تدريجيٍّ. يركّز الحب على جمال الحياة في جميع تعابيره ومبالغاته وذلك ما يجعله إيجابياً، كما يبدّد السلبية بوضعها ضمن سياقها بدلاً من مهاجمتها. وبما أنه لطيفٌ، وداعمٌ، وحاضنٌ للحياة فهو بذلك يُعدُّ مستوى السعادة الحقيقية.

## النقاش

بحسب مصطلحات تطور الوعي، يعكس هذا المستوى تجاوز المطابقة مع النطاق الخطي المحدود ومواقفه من الإدراك الذاتي على أنه الحالة الأساسية التي تتركز عليها جميع التجارب. وهكذا، فإن الإحساس بالواقع ينتقل مما يتم إدراكه إلى الحالة أو الملكة التي تم اختباره فيها.

في حين أن الأنا تركز على المضمون، فإن الروح تقيم القرائن. الأنا تثمن الكم، وعلى النقيض فإن الروح تثمن النوع. وعند مستوى الوعي 500 يعتبر قرابة تسعين في المئة من الناس بأن السعادة هي الميزة الأساسية للحياة. العوائق التي تعترض الحب والتي تنشأ من الغرائز الحيوانية لا تتم السيطرة عليها بمزيد من الضغط، ولا يغلب عليها جوهر نرجسية الأنا، وهي تُعدُّ نتيجةً للتواضع والتخلي عن الأنانية. وهكذا، فإن المصلحة الذاتية الشخصية لا تبقى لها الهيمنة مثل الأنانية أو العوز. والنظرة إلى الذات هي الاكتفاء المعتدل والانحياز مع الحب باعتباره هدفاً أساسياً وأسلوب حياة.

بجال طاقة الحب يبعث على الارتياح بالفطرة في خصوصية نوعيته. ولقد اكتشف بأن الحب موجوداً في كل مكان وبأن المحبة تتسبب في عودة الحب. على الرغم من أن الحب قد يبدأ مشروطاً، فإنه يغدو مع النية الروحية أسلوباً للحياة وطريقة للتعلق بالحياة بكافة أشكالها. وعندما يستمر الحب، فإنه لا ينشد العودة أو المكاسب لأنه ذاتي المكافأة بحكم اكتماله على اعتبار أنه ليس لديه احتياجات. تنمو القدرة على الحب بحيث يصبح المرء أكثر قدرةً على الحب كلما أحب أكثر دون أن يكون له حد أو نقطة نهاية. وبالإضافة إلى ذلك، فقد تم اكتشاف بأنك عندما تحب فستكون محبوباً أيضاً.

ما يتم الإحساس به كحب في المستويات الأدنى من الوعي يكون مشروطاً، ومحددًا بالتملك والعاطفة، والرومنسية، والرغبة،

والتي يتم إسقاطها على الأشخاص أو الأشياء لمنحها الخصوصية المميزة والتألق، والتي تميل إلى التلاشي بعد نيل المكافأة أو تحقيق العلاقة. وعندما يتلاشى الاستحواذ، وكذلك الإغراء المفرط، ويميل الوله إلى أن يكون محموماً، مع الخوف من فقدان الذي يؤدي إلى اليأس. تداخل المقتنيات يمكن أن يؤدي إلى ردود فعل عاطفية حادة للغاية مثل الغضب والغيرة، أو حتى الإجرام والانتحار.

وبالتالي، فقد يكون هناك دوافع الامتلاك أو الغيرة التي قد تكون غير متوازنة ومفرطة، مما يؤدي إلى هاجسٍ يرجع إلى الصورة العاطفية المتوقعة المبالغ فيها والمنتفخة. يميل المجتمع إلى اعتبار مثل هذه التجاوزات على أنها جنونٌ مؤقتٌ «الجنون في الحب»، مع الخسارة العابرة ولكن المكثفة لاختبار الواقع، جنباً إلى جنب مع الحصانة للتدخل العقلاني أو الحذر.

الحالة الانفعالية للافتتان تحرّر الأدرينالين والهرمونات الجنسية، والظاهرة الأكثر شهرةً تقع بشكلٍ مثيرٍ للدهشة عند مستوى التقييم 145 فقط، وهو ما يكشف أن أصلها في المقام الأول هو غريزة التزاوج ذات الطبيعة الحيوانية. وفي المقابل يتوافق مستوى الوعي للحب بتحرير الأندورفين. الطبيعة الهائجة لغريزة التزاوج هي انعكاسٌ للطريقة الطبيعية الطبيعية في نشر الأنواع، وفي أغلب الأحيان يفترق الزوجان بعد التزاوج المؤقت، على الرغم من أن بعض الأنواع مثل البجع تتزاوج مدى الحياة. ويظهر الحب أيضاً في مملكة الحيوان مترافقاً بجزء ذيل الكلب وخرخرة الهرّ ويعبر أيضاً عن الحب كحب الأمهات في طبيعة القربان الذاتي.

نظراً لأن شروط الحب والرغبة العاطفية غالباً ما تكون مضطربة، فقد يكون الرسم البياني التالي مفيداً في التشخيص التفاضلي،

والذي غالباً ما يربك المشاركين والمراقبين. وكما يبدو واضحاً التباين بين تعقيدات الأنا (الذات) مقابل الانحياز التوافقي الذاتي الذي يشير إلى تبادل العواطف للنوايا الأعلى لخدمة العلاقة بدلاً من مجرد الإرادة الذاتية للأنا الشخصية أو التعطُّش.

التشخيص التفاضلي: الوله مقابل الحب

العاطفة	الحادية/العاطفة (المستوى 145)	الحب (المستوى +500)
الموقع	الذات، الأنا	الروح/الذات
الأصل	العزيرة الحيوانية	الحالة الروحية
العملية الذهنية	اختيار حقيقة الصغف	الارتقاء
الثقة	الزواج، التملك	التعهد، المتعه
المدة	مؤقتة	دائمة
الهورمون/داخلي الإفراز	الأندالين/الهورمونات الجنسية	الأندروفين
المشاعر	إفراط/خلل	رضنة/ متوازنة
قيرونولوجيا الدماغ	الدماغ الأيسر- فيزيائياً	الدماغ الأيمن- الأثيري
الاستقرار	قنوطا/ مفرط	مدغم
عاطفي	جنوبي، مخيف، مؤلم	تحقيق الذات
وظائف الجسم	ضعف، فقدان الشهية للأكل والرتبة في النوم	مطوّرة
الوصف	إدمان، تعطُّس	إنمام، اطمئنان
الأمراض	انتحار، مضادة، قنوطا، كآبة	سعادة
المحاكمة العقلية	ضعيفة	مطوّرة
الملاحظة	مبالغة، الزهو	منزور
الثقة	امتنان، حيازة، سيطرة، ملكية	يكون مع
عاطفي	إحباط، قلق	امتنان، رضا
الإنتاجية	معطل	مدغم
صورة الذات الإلهية	منسحق	إيجابي
الفقدان	كآبة، غبطا، كره، لوم	أسى، ندم، شوق
التوازن	غربت الأطوار، شدة التحفيز	مستقر
الصورة الاجتماعية	منسحق	مدغم
الوظيفة الفكرية	رومانتيكي، العقل الأدنى	واقعى، العقل الأعلى
مستوى الوعي	ندى	ارتقاء
النمط	توريط	انحياز
النموذج	فرداني	توافق
الرابط	منطلَب، محدود	متناغم، صريح
الخير	رضى، خاصته	محقق، كامل

## ديناميات الأنا للحب

تتعاضم القدرة على الحب عند التحلي عن القيود المفروضة على الحالات الحسيّة للأنا النرجسيّة. وتتم مرافقة ذلك ودعمه بالتزايد في الطاقة الروحيّة التي تنبع من الذات الإلهية، على النقيض من الرغبة التي تنبع من الذات self. الحب يظهر كنتيجة للتوافق الروحي والانسجام مع المبادئ والممارسات الروحيّة ويترافق مع زيادة الطاقة الروحية، ويتم استبدال التصور بالرؤية التي تسمح بإدراك القيمة الجوهرية لكل ما هو موجود.

الحب هو خاصيّة رابنيّة وعلى هذا النحو ينير جوهر الآخرين وكذلك محبتهم. بين مستوى التقييم 500 إلى 539 يبقى الحب خاضعاً لشروطٍ وتحيزاتٍ على أساس الاعتبارات والقيم النوعية، فضلاً عن تأثير النظم العقائدية.

قد تكون القيود محبطةً لذوي الطموح الروحي الذين يحاولون «النظر في ماضي السلوكيات والحب لأحد الأشخاص» نظراً لسهولة القول مقارنةً بالفعل، وقد تنضوي القيود على تجارب غير سارّة من الماضي، وكذلك على التأثيرات الكارمية، كما تتأثر أيضاً بالبرمجة الاجتماعية ونظم المعتقدات، والتي ربما يكون بعضها خارج الإدراك ويعمل دون وعي.

الإقلاع عن التحكيم يزيد كثيراً من قدرة الحب، مثل التنازل عن الرغبة في أيّ شيء من الآخرين، وعلى هذا الأساس لا يُنظر إلى الناس وفقاً لما لديهم أو بحسب ما يقومون به، بل بتقدير حقيقتهم الفعلية وكيف أصبح حالهم.

الحب هو تحقيقٌ للذات وهو بذلك لا يسعى لتحقيق مكسبٍ أو لتعويض عن نقص. لأنه لا يحتاج للـ «الحصول على شيء»

وبالتالي فهو حرٌّ في أن «يكون مع» أحدٍ بسلام وأن يُعجب به إعجاباً عظيماً. عندما تحب، يغدو العالم أكثر لطفاً ويبدو الناس أكثر ودّاً وتعاوناً، ويسود شعورٌ

متزايداً بالأمان والتوافق مع جميع البشر بشكلٍ عام، مع الحرص على رفاهية الآخرين وسعادتهم.

ويتزاق مجال الطاقة بهالة مشعة يكون لها بحد ذاتها تأثيرٌ على الآخرين الذين يميلون بأنفسهم عندئذٍ إلى أن يصبحوا أكثر لطفاً حالهم في ذلك حال نظراتهم. ولجبال الطاقة هذا تأثيره على الحياة كلها، التي تعرف بالبدية بأمان الحب من خلال تأثير هذا المجال. مزايا هذا المستوى هي «العدوبة» الملحوظة للشخصية، والكلام، والمواقف، ونمط الحياة التي تنشأ داخلياً.

### تجاوز المستوى 500 للوعي

عند مستوى الوعي 500 يسيطر الحب كعاطفةٍ إيجابيةٍ مستمرةٍ وكتأثيرٍ في المجتمع، فضلاً عن مساهمته في رفع مستوى الوعي الجماعي للجنس البشري بمجمله. تتطلب مواصلة التقدم التخلي عن قيود الحب المشروط إلى الحالة غير المشروطة، وهذا يتطلب التسليم بالحب كرابطٍ إيجابيٍّ بحيث يمكن أن يصبح السياق العام مع إمكانية مواءمته الحياة كوسيلةٍ للشخصية في العالم بدلاً من كونه عاطفةً محصورةً بين أفرادٍ منفصلين. وفي المحصلة يصبح الحب ليس عاطفةً كميةً وإنما تعبيراً عن الجوهر الذي بواسطته يصبح الحبُّ محبةً، وبالتحديد يصبح في نهاية المطاف ما «يكون» المرء. الحبُّ كوسيلةٍ للوجود لا يتطلب وجود «الآخرين» كغاياتٍ للتحقيق أو التعبير، وهو خاصيةٌ مستقلةٌ عن الفاعل أو المفعول به أو الفعل أو الصفة وذلك غير خطيٍّ وغير محدود.

القيود المفروضة على الحب تُوضع بخصائص واختلافات محسوسة، ويتم الكشف عن مواطن هذه القيود بواسطة الأمانة الذاتية الداخلية والتفحص، والتي تكون عادةً بقايا أحكامٍ أو تأثيراتٍ من تجربةٍ سابقة. والمفتاح لجعل الحب غير مشروطٍ هو الاستعداد للغفران من أجل التراجع عن تحفظاتٍ وتجاربٍ سابقة، وعن النظر

إلى الناس على أنهم غير محبوبين. من خلال استعداد المرء

للمساحة والتنازل عن أحاسيسه، التي من الممكن أن يكون قد أُعيد وضعها ضمن السياق، ويُنظر الآن إليها ببساطة على أنها محدودة أو أنها تتأثر بالبرمجة على أنها محرومةٌ روحياً وتعكس نزعة الأنا لحجبها بالزيف. وعن طريق النوايا من الممكن تغيير الإدراك من ازدواجية الإدراك الحسي جيد/سيء لتشهد «المرغوب فيه» مقابل «الأقل رغبةً»، أو حتى المفضّل أو الأقل تفضيلاً.

الغفران ينشأ كنتيجةٍ للاستعداد للتواضع ولتسليم العالم وأحداثه إلى الله. التغيير في المظهر الذي هو نتيجةٌ للاستسلام العميق هو محور ما يعرف بمنهج المعجزات *A Course in Miracles*، حيث المعجزة هي نتيجةٌ لإعادة وضع القيد ضمن سياق الكشف عن البراءة الداخليّة والقداسة الفطريّة للآخرين والحياة. هذا هو التحوّل الشخصي الذي لا يكون تحت السيطرة الإراديّة. الآلية التحويليّة هي التخلي عن الإيمان بصحة أفكار المرء والتفكّر فيها ذاتها واعتبارها مجرد صورٍ من الماضي، مع فقدانها لصلاحيتها الحاليّة أو الواقعيّة.

بالاستسلام، فإن التماس المعجزة من الروح القدس يشكل بهذه الطريقة الاستعداد لاستسلام حالات المداك الحسية للشخص ومكاسبها الأنانيّة لكشف الحقيقة. وغالباً ما تكون هذه الظاهرة مصحوبةً بإعادة سياق الزمان والمكان، والنية، وهي ظاهرة موضوعيّةٌ تجريبيّةٌ تعدُّ تحويليّةً في حد ذاتها.

تبدو الصعوبات التي تواجه هذا العالم نتيجةً لجميع المستويات المختلفة للتنمية التطورية التي تُزج معاً في نفس الوقت، مما يؤدي إلى الاضطراب الاجتماعي. ففي الوقت ذاتها ومن ناحيةٍ ثانية فإن توفر حزمةٍ واسعةٍ لهذه الفرصة بأكبر فرصةٍ للنمو والتراجع عن «الكارما السيئة»، ومراكمة ميزة «الكارما الجيدة» بشكلٍ كفيّ. وهكذا فإن هذا المجال هو أحد الفرص الروحيّة

القصوى مع مجموعةٍ واسعةٍ من الخيارات والبدائل التي توفر الإمكانيات القصوى لتطور الوعي حول تحديد ما يمكن أن يجعل المرء ممتناً بدلاً من شعوره بالاستياء. وبحسب تعاليم بوذا، «نادراً ما يولد كائنٌ بشريٌّ، وأكثر ندرةً أنه ما زال يسمع عن التنوير،

والأكثر ندرةً بأنه لا يزال يسعى إليه».

## الفصل الخامس عشر: الحب والفرح والابتهاج غير المشروط

(مستوى التقييم 540-599)

### مقدمة

عندما يصبح الحب غير مشروط على نحوٍ متزايد، يتم الإحساس فيه كفرحٍ داخليٍّ، وهو ليس الفرح المفاجئ الناتج عن التحول الممتع للأحداث، بل هو المرافق الدائم لجميع الأنشطة. يظهر الفرح من داخل كل لحظةٍ للكينونة بشكلٍ أكبر من ظهوره من أي مصدرٍ خارجيٍّ. المستوى 540 هو أيضاً مستوى التعافي ومستوى مجموعات المساعدة الذاتية القائمة على الروحانيّة.

المستوى 540 وما يعلوه هو نطاق القديسين، والمعالجين الروحانيين، والطلاب الروحيين المتقدمين. وسمة هذا المجال من الطاقة هي القدرة على الصبر الهائل والمثابرة على الموقف الإيجابي في مواجهة الشدائد الطويلة الأمد. السمة المميّزة لهذه الحالة هي الشفقة، والناس الذين يبلغون هذا المستوى يتكون أثراً ملحوظاً على الآخرين، فهم لديهم القدرة على استخدام البصيرة المفتوحة بشكلٍ مستدام والذي يؤدي إلى حالة من الحب والسلام.

عند المستوى 500 العالي يكون العالم الذي نراه مشرقاً بالجمال الخلاب وكمال الخلق. كل شيءٍ يحدث دون عناءٍ عن طريق التزامن، ويرى المرء العالم وكل ما فيه

كتعبيرٍ عن الحب والألوهية، وتندمج الإرادة الفردية بالإرادة الإلهية، ويشعر المرء بقوة الوجود التي تسهل الظاهرة خارج التوقعات التقليدية للواقع، والتي يطلق عليها «الخوارق» من قبل المراقب العادي. وتمثل هذه الظاهرة قوة مجال الطاقة التي ليست من الفرد.

إحساس المرء بالمسؤولية تجاه الآخرين عند هذا المستوى هو من نوعية مختلفة عن تلك التي تظهر في المستويات الدنيا.

ويكون هناك رغبةً لاستخدام حالة الوعي للمرء لصالح الحياة نفسها وليس لأشخاصٍ معينين، وهذه القدرة على حب الكثير من الناس في وقتٍ واحد يرافقه اكتشاف أنه كلما أحبَّ المرء أكثر ازدادت قدرته على الحب بشكلٍ أكبر. تجارب الاقتراب من الموت،

ذات التحول المميز في تأثيرها قد أتاحت للناس كثيراً بتجربة مستوى الطاقة الواقع بين 540 و600.

### المناقشة

الحب غير المشروط هو هدف معظم الناس الملتزمين روحياً وخصوصاً المتعصبين روحياً وذوي الطموح الجادين، وهو أيضاً الحالة المثالية للديانة المسيحية وكذلك للديانات الأخرى. إن نسبة 0.4 بالمئة من التعداد الكلي للسكان في العالم يصلون المستوى 540، ومع ذلك، فإن الحب غير المشروط هو هدف عمليٍّ يمكن بلوغه، وليس مجرد حالة مثالية من التميُّ لأولئك الذين يختارونه على محمل الجدّ كهدفٍ تعبديٍّ منزَّل.

مستوى تقييم الوعي هو دلالة على مرحلة ضمن سلم تطوُّر الوعي الذي لا يعكس التقدم الذي يتم إحرازه خلال حياة المرء هذه فحسب، ولكنه أيضاً نتيجة

للكارما السابقة. من وجهة نظرٍ روحيةٍ شاملة يمكن اعتبار هذه الحياة الدنيوية كمحطة انطلاق انتقالية توفرّ مزايا كارمية قصوى، كما لاحظ بودا.

في المجموعات المنضبطة روحياً وذات التحفيز العالي، يصل ما يقرب من خمسين إلى خمسة وخمسين في المئة من الأشخاص في المجموعة إلى الهدف من الحب غير المشروط (على سبيل المثال، مجموعة الاثني عشرة خطوة، وأنصار أشرم الروحيين/الدينين، والطامحين للرهبانية، وأعضاء الجماعات الروحية مثل الأديرة Zen، وما إلى هناك...).

ومما يسهّل حدوث الحالات المتقدمة أيضاً المتابعة الحثيثة لتعاليم المعلم الأساسي المتقدمة جداً أو التوافق مع التجسّد العظيم.

ويتم جني المنفعة اللاشفهية الصامتة من كون المرء حاضراً بشكلٍ فعليٍّ مع هذا المعلم عن طريق الانتقال الصامت للطاقة عالية التردد لهالة المعلم («التعليم الصامت»، أو «النقل اللاعقلي (العقل المتحرر من أي قيد)»، أو «فضل المعلم»، أو «التبريك»).

ويستفيد الطالب الروحي الجاد أيضاً من خلال البحث في الأدب وتعاليم التحقق من التقييم العالي وتجنّب الانحراف المريب عن المسار، والتي هي بالفطرة مجرد تسلية ذات أصلٍ نجمي. ومن الجيّد أيضاً تجنّب الادعاءات الروحية الخيالية التي هي مجرد رواياتٍ في الواقع، وعلى الرغم من شعبيتها فهي تقع دون مستوى التقييم 200.

يمكن الوصول إلى الهدف من الحب غير المشروط عن طريق وسائل بسيطة جداً، ولكن لتحقيق النتائج يجب أن تعاش باستمرار على أساس يوميّ. الحب غير المشروط هو الحالة والميزة التي يكون فيها المرء مع نفسه في العالم الذي ينشأ بحكم الالتزام الجدّي بالمبادئ الروحية للاستعداد للاستسلام للعقبات وجميع القيود أو

المواقف والتنازلات (غير الواعية في كثيرٍ من الأحيان).

عند هذا المستوى ما هو واضحٌ قد تم الاعتراف به سلفاً على أنه «حق» أو «كسب» أو «فوز» أو «مثيرٌ للإعجاب»، وما إلى ذلك.

في وضع هذه القيود الواضحة، تظهر قيودٌ أكثر منها دقةً، مثل الفرضيات العقلية مثل «أنا أعرف»، أو «أنا أعرف كل ذلك».

ومعرفة شيءٍ ليست هي نفسها أن «تكون» ذلك الشيء.

ميزة اختبار المجموعات أو الصحبة الروحية الناضجة الحقيقية تكمن في قيمة الأمثلة والأفكار والمعلومات التي تتم مشاركتها وفي الإلهام الذي يحدث عن طريق التلاقح الفكري. وإلى حدٍّ ما يتم تقديم مستوياتٍ عليا من الوعي أيضاً من قبل المنظمات غير الملتزمة روحياً بشكلٍ رسميٍّ ولكنها تعمل عند مستوى الرحمة غير المشروطة، مثل منظمة أطباء بلا حدود (مستوى التقييم 500)

الذين يقدمون المساعدة دون النظر إلى انتماء الجندي الذي تتم معالجته إلى جانبٍ من جانبي الصراع.

### ديناميكية الأنا للحب غير المشروط

بالانحياز إلى الحب كهدفٍ أساسي، جنباً إلى جنب مع التفاني الروحي، يتم دعم تطوُّر الوعي وتسهيله عن طريق ضخ الطاقة الروحية القويّة التي تنبعث من الذات الإلهية Self. ويبدأ تدفق هذه الطاقة الفريدة عند مستوى التقييم 200 ثم يتزايد تدريجياً،

وتأثيرها الملحوظ هو التغيير في فيزيولوجيا الدماغ (كما في مخطط وظائف الدماغ) من هيمنة الدماغ الأيسر البهيمي إلى الدماغ الأيمن الموجّه روحياً.

ويتم تسهيل تسريع الطاقة الروحية بالتخلي عن النرجسية والمصالح الذاتية الأنانية، مثل السعي لتحقيق مكاسب شخصية، كما يتم تسهيل الطاقة عن طريق النية والتوفيق بين التواضع والرحمة والعطف والتفاني من أجل التخفيف من معاناة الآخرين بصيغ كالإحسان، والرحمة، والعطف.

تقوم الطاقة الروحيّة بتحفيز التحول من النظرة الموضوعيّة الخطيئة إلى سياقٍ أكبر من الشمولية غير الخطية التي تتجاوز حدود الزمان والمكان والتتالي، أو حد التصوّر والإيمان بالمبدأ المؤثر للسبب والتأثير. وهكذا يتم وصف الكشف عما يترتب على ذلك بجدارة بالـ «معجزة» والتحويلية.

ينبعث مصدر الفرح من التجربة الداخلية الذاتية للمصدر الفطري لوجود المرء نفسه، دون أن يعترض سبيله قيود تعجرف الذات الشخصية لتكون وكيلاً عارضاً أو أساسياً. بالتواضع وتقديم التنازلات يتم التخلي عن السيطرة الخياليّة إلى الله والإرادة الإلهية،

وهذا ما يؤدي في كثيرٍ من الأحيان إلى ما يشار إليهم عالمياً بالقدسين (مستوى التقييم 555) والمواقف والسلوكيات الإيثاريّة.

مع استمرار تقدم الوعي الكمال الفطري والجمال المذهل لكل ذلك التألق الموجود كالإشعاع المضيء، تصبح الحياة كلّها أكثر جمالاً عندما يكشف التنوير الفطري ألوهية الخالق. ويتم الإحساس بالتجربة الشخصية لتدفق الطاقة الروحية كالحلاوة الرائعة،

ويتم الشعور بها كما لو أنها تتدفق إلى أعلى الظهر وضمن الدماغ نفسه، بالإضافة إلى تدفقها عبر منطقة القلب، حيث أنها قد تتدفق بشكلٍ عفويٍّ من الخارج وحتى لمسافةٍ محدّدة للتأثير على الأحداث الخارجية. كما تؤثر الطاقة في الحالة الشخصية للآخرين الذين يضمّمهم المجال، والتي لها تأثير الارتقاء (النعمة

الإلهية التقليديّة للمعلم).

الطاقة الروحية «الكونداليني» تقوِّي التحوُّل من الإدراك الحسِّي إلى الرؤية، ومن الطبيعة الخطيئة المحدودة إلى الطبيعة غير الخطيئة وغير المحدودة للوجود، وهذا هو تعبيرٌ عن الحقيقة الأساسيَّة التي تدخل كلها ضمن حيِّز الوجود بحكم تحوُّل الإمكانية إلى واقع عندما تصبح الظروف مواتيةً (بما في ذلك الكارما). ويتم تسهيل هذا التأكيد أيضاً بالنِّية والمواءمة الروحية. وهكذا فليس هناك «شخصٌ» يصنع المعجزات، فهي نتيجةٌ موضوعيَّةٌ لجمال الطّاقة الرُّوحية نفسها التي تعمل كمحفِّز، وكذلك تشع الطاقة من هالات المعلِّمين المتقدِّمين التي تحفِّز النوايا الروحيَّة للطالب الروحي.

بما أن العمل بفعاليَّة في العالم لا يزال ممكناً، فقد يتطلب المستوى 500 مغادرة العالم الاعتيادي للمساعي والتجارة وانصراف المرء عن العالم الاجتماعي والمراكز التي شغلها مسبقاً. عن طريق المواءمة والممارسة الروحيَّة المستمرة، قد تستمر الطاقة الروحية في التدفق والتزايد وصولاً إلى مستوى النشوة (مستوى التقييم 575)، الذي يصبح عاجزاً أمام الوظيفة الدنيوية العادية،

وبذلك يتطلب التراجع عن عالم المساعي المألوفة. فمن الأفضل أن يكون مستعداً لحقيقة أن العالم لديه فهمٌ بسيطٌ أو معدوم لمثل هذه الحالة أو الضرورة الفعلية لمثل هذا التحول الذي قد يشعر الآخرون بالاستياء منه أو بالارتباك.

بخلاف الطمأنينة الساكنة التي تعود مرةً أخرى عند المستوى 600 بشكلٍ ذاتيٍّ، حالة النشوة هي حالة ذات طاقةٍ عاليةٍ جداً والقدرة التي لا تتعب. جمال الخلق رائع الإشعاع، والفطرة الإلهية والكمال لجميع الخلق يشعُّ بكثافةٍ رائعةٍ وغامرة. وقد تم اختبار قوتها بشكلٍ فاعلٍ ولذلك فإن الطاقة وقوة الأداء الحركي لا تنضب. ليس هناك من تعبٍ ولا يحتاج المرء للتوقف عن تناول الطعام أو حتى عن

أداء الوظائف الفيزيولوجية الأساسية، وبدلاً من ذلك يمكن للمرء على سبيل المثال أن يرقص دون توقف لساعاتٍ طويلةٍ دون طعامٍ أو راحةٍ أو تمهّل. لا يمكن للعالم أن يعرف ما إذا كانت الحالة مرضيّة أو أنّها شكلٌ من أشكال «النشوة الإلهيّة» دون وجود تقييمٍ للوعي. (يتم تضمين التشخيص تفريق الحالات الروحيّة من الحالات المرضيّة كمرجعيّة)

الحالة المرضية	الحالة الروحية الموثوقة
كانالوني	السمادي
الهوس (التدين المتشعب ثنائي القطبية)	النشوة الدينية
العظمة	الاستنارة
وهم التدين	التفوير
الوسواس	التقوى
التخيل	الإلهام
الهلوسة	الرؤيا
المعلم الروحي المرثف، المنحل الصفة، ممثل الموقف السلبي الروحي	المعلم الروحي الموثوق
التعصب، التدين المتشعب	التعاني
تنابه الهواجس، غسل الأذنه عن طريق العبادة، الضحية	الالتزام
الكتابة المرضية	الليل المظلم للروح
الانسحاب، عدم الاكترات	العزلة
السلبيّة	عدم التعليق، القبول
الأبكم	حالة التجاوز
السادج	الثقة
الذهان، النرجسية	الحالة المتقدمة
النشوة (المزاج)	بهج
الاحترام المتدني للذات	التواضع
الإرشاد	المشاركة الروحية
التدين	الأمانة
يسوع	ملهم
الخلل الفصامي	الصدمة الإلهية
حالة الهوس، الإدمان على المخدرات	النشوة الروحية
السياسي الروحي، قائد الطائفة الدينية	الفائد الروحي الحقيقي
السيكوباتي	الحر
الضبط	التعليم

على الرغم من أن حالة النشوة تلاحظ في المجتمعات المتطورة روحياً ويتم وصف التجربة الشخصية بما يعرف جي.دا. بالمتصوفين مثل راماكريشنا Ramakrishna، فإنها غير معروفة للعالم بأسره لكونها مبهمه حقاً.

## الظواهر الروحية: الـ Siddhis

اعتباراً من مستوى الوعي 540 وصولاً إلى المستوى 500، تحدث الظواهر بشكل عفوي لا يمكن تفسيره بالعقل أو بالمفهوم المتعارف عليه للمنطق أو بالعقل والتأثير، وذلك مرافقاً للهيمنة التدريجية للطاقة الروحية (كونداليني) ويكون حدوثها نتيجة لسياق المجال وليس بالإرادة. وهي مُراقبةٌ ويُنظر إليها على أنها تحدث من تلقاء نفسها، وقد اصطلح على تسميتها سيدهي siddhis في (السنسكريتية)، وهي دلالةٌ على «ما وراء الطبيعة» أو «القوى الغامضة/ الخارقة» نظراً لعدم إمكانية نفسيرها بالمنطق.

قد تكون متقطعةً في المراحل المبكرة لظهورها، ولكنها مع تطوّر الوعي تصبح متكررةً ومستمرّةً في بعض الأحيان، وهي تنشأ من غير قصدٍ ومن تلقاء نفسها، وتشمل مَلَكَاتٍ مثل المشاهدة عن بعد، وبعد النظر، والفراسة، ورهافة السمع، والإدراك اللاشعوري،

والقياس النفسي، bilocation، وحدث المعجزات، بما في ذلك الشفاء والتحويلات التلقائية، وهناك أيضاً تسهيلاتٌ فريدةٌ تفوق التوقّعات أو التفسيرات المحتملة.

القدرات أو الظواهر لا تقع تحت السيطرة الشخصية ليست نتيجةً لـ «السبب والتأثير»، ولذلك يُحذّر الطلاب بعدم المطالبة بها شخصياً على اعتبار أن حدوثها يتم بشكلٍ مستقلٍّ عن «الأنا» أو الذات الشخصية، وهكذا، كما قلنا فيما سبق، ليس هناك «شخص»

يصنع المعجزات لأنها هي ناتجة عن الروح وحدها. ثمة ما يمنع الانتفاخ الروحي  
للأنا عن طريق النزاهة والتواضع، والذي ينتج عند إغراء استغلاله لتحقيق  
المكاسب.

تنشأ الظواهر وتصبح قويّة لفتراتٍ متغيّرة من السنين، ويبدو أن بعضها يتلاشى  
وتصبح أقل سيطرةً، بينما يستمر البعض الآخر بشكلٍ دائم.

تدفق الطاقة الكونداليني هو في حد ذاته أمرٌ شخصيٌّ استثنائي، ويمكن فقط  
وصف الإحساس على أنه رائع نظراً لكونه يتدفق صاعداً الظهر إلى داخل  
الدماغ، ويظهر وكأنه من خلال شاكر القلب، ثم يستمر في الخروج إلى العالم  
حيث يسهّل وجودها في نشر الأمور الخارقة بواقعية. تُشاهد الحوادث عند  
حدوثها من دون قصد، وهي بالرغم من كونها صفاتٍ إلهيّة تتجلى في مظهر عن  
طريق العوالم العليا التي تتجاوز العالم المادي الدنيوي.

في نهاية المطاف يصبح «الاستثنائي» الظاهر واقعاً جديداً كما لو أن أحداً يعيش  
الآن في بعدٍ مختلف يظهر فيه دون عناءٍ ما كان يبدو مستحيلًا كما لو أنه  
مدبّر. تسهّل قوة المجال بشكلٍ مستقلٍ ظهور إمكانيات الكارما على أرض الواقع  
الذي يتجلى في الانبساط المتناغم. الآليات غير خطيةٍ ولذلك فهي غير مفهومةٍ  
للعقل، حيث يفترض بأن القيود المفروضة على نموذج نيوتن الخطي للسببية غير  
قادرة على تصور ظهور النظام الإلهي أو الوئام.

## تجاوز الفرح والنشوة

التخلي عن جميع المعتقدات والمواقف والشكوك والارتباطات المحددة يسمح للطاقة  
الروحيّة بالتدفق وهي ما يمثّل ملازمة الإخلاص (مستوى التقييم 555).  
الإخلاص المستمر للحقيقة الروحيّة والحب يسمحان بإنهاء المقاومة. ويتطلب  
التجاوز التخلي عن جميع المرفقات، حتى تلك التي تتميز بالذات والمجتمع مثل

«المسؤوليات». وهكذا يتم التخلي عن العلاقات والمواقف،

والألقاب، والأدوار الاجتماعية في نهاية المطاف، والالتزام بتحقيق الذات أو الوصول إلى حالة من التنوير. المتحمسون المعارضون الذين يتمسكون بالشك ويسألون بسذاجة، ولكن ماذا عن؟ والحل هو بالتخلي عن جميع هذه التساؤلات إلى الله والعناية الإلهية.

يتطلب التحول الكبير أيضاً مسؤولية الآخرين من خلال إجراء التعديلات الضرورية والواقعية ومساعدة الآخرين على قبول التغييرات المطلوبة، ولذلك فإن هذا التحول قد يتطلب قدراً كبيراً من الشجاعة والصبر وكذلك الإقناع، لأنه يبرز الشكوك المتبقية،

والملاحقات، والشعور بالذنب، وما شابه ذلك.

ونادراً ما تُؤخذ القفزة الكبيرة في الوعي بعين الاعتبار على أنها إمكانية جدية، ناهيك عن الإمكانيات المتوفرة بين معظم الطامحين الذين قد لا يكونون قد وضعوا خطاً استباقية ما لم يتم تحذيرهم. لذلك ينبغي إبلاغ الطلاب الجادّين بالإضافة إلى امتلاك التحالفات الروحية أو العلاقات التي تكون قادرة على تمييز الحالات المتقدمة من الوعي.

الحالة الداخلية هي الحالة المهيمنة تدريجياً عندما يتم الانتقاص من قيمة الذات الشخصية self بتفوق الذات الإلهية Self،

والتغييرات المترتبة على ذلك، على حدّ سواء الداخلية منها والخارجية تصبح أكثر أهمية مما كان متوقعاً.

ظهور المستويات الأعلى من الوعي بشكلٍ تدريجي يتطلب فتراتٍ من التكيف، مثل ذلك الوقت اللازم للتأقلم مع النظارة الجديدة،

وهكذا فقد يتم إضعاف الوظيفة الدنيوية بشكلٍ دوريٍّ تبعاً لتحول التوجهات. وفي إعادة التوجيه هذه يتم اكتشاف أن هذه الظواهر تحدث عفويّاً من تلقاء نفسها بشكلٍ أكبر من حدوثها عن طريق فرضية المفترض المعتاد وإدراك السبب والنتيجة. لا يعتبر السرور إلى حدٍ بعيد شيئاً يمكن للمرء أن يكتسبه، ولكنه نتيجةٌ فطريّةٌ لقوة المجال وليس عبر بعض الإجراءات أو القرارات الشخصية، كما اكتُشف تدريجياً عدم وجود «منقذ» فعليٍّ للأفعال، ويشهد المرء التجلي المستقل لإمكانات الكارما من نموذج جديد للحقيقة التي ما وراء المبدأ الثنائي المفترض للشيئية. وهكذا تصبح الحياة سلسلةً ولا تنتهي من الكشف عن سحرٍ جوهري وبهجةٍ تبدو مذهلةً في بداية الأمر، ثم يأتي إدراك أن ما يبدو إعجازاً هو مجرد الكشف المستمر عن إمكانات تطور الخلق التي يتم من خلالها إلغاء التجربة الشخصية للوقت واستبدالها بالتعرّف على الكينونة كلها. وبالمثل، يتم استبدال مفهوم «التغيير»

بالظهور التدريجي لاستمرار الخلق كونه يصبح إنجازاً لتحقيق الإمكانية بشكلٍ ظاهر.

عندما لا يكون هناك وجودٌ للماضي أو المستقبل، فلن يكون هناك وجود للـ «الحاضر»، ومن المفهوم بأن الماضي أو الحاضر أو المستقبل جميعها نتائج تصوّراتٍ وهميّةٍ لحدود النموذج. ومع التسليم بجميع النظم العقائديّة والمواقف، فإن تجلّي الخلق يكشف ذاتياً. وقد تؤدي عملية التجلي إلى إثارة الأفكار أو الارتياح أو الشكوك العابرة التي يجب التحلي عنها أمام الإيمان والإخلاص على اعتبار أنه نادراً ما يكون هناك معلمٌ روحيٌّ راقٍ حقاً يمكن استشارته. في هذه الحالات تكون المعرفة فيها متأصلةً كالتردد الاهتزازي ضمن مجال الوعي نفسه، يتوضّح ويتكشف واقع النموذج الناشئ. بمقتضى تألّق الذات الإلهية Self يكون السطوع الظاهر صامتاً، ثم يصبح العالم إحياءً بالجواهر وليس بالمظهر.

ويتم إدراك الإيحاء الذاتي والتعرف عليه تدريجياً على أنه إلهي. ولا يمكن توقع التحول الرئيسي لنموذج أو حتى تصوّره حقاً،

ويوصف في بدايته أحياناً بغموض بأنه «صدمة الله». والنتيجة هي رهبة عميقة يدخل من خلالها العقل في صمتٍ للحضور الربّاني ويختفي عند المستوى 600. ومن هنا وصاعداً يبدو كل شيء فقط بمثابة التجلّي المستمر الذي يكشف عن نفسه على أنه بلا بداياتٍ ولا نهاياتٍ وبدون فواصل مثل «ثم» أو «الآن» أو «المستقبل». ولا يحصل التحقّق كنتيجةٍ للتأمّل والتفكير، أو عن طريق وكلاء للذات الشخصية لأنها غير موجودة.

الالتزام بالمبادئ الروحية الأساسية هو شيءٌ أساسيٌّ لتحوّل كبير، ويعدّ الإيمان والإخلاص والاستسلام من الطرائق الأساسية لهذه المبادئ. فيكفي فقط التخلّي عن جميع النظم العقائديّة وفهم أن الخوف كله هو الوهم بسبب مجرّد التمسك بالمواقف وتصوراتها، بما في ذلك إخلاص المرء والإيمان بالنموذج المعتاد المؤلف للـ «الواقع». ليس هناك بشكلٍ فعليّ طريقةٌ تحس بها الأنا نظراً لأن البعد الخطّي هو افتراضيّ فقط، والبعد غير الخطي المطلق هو نموذجٌ شديد الاختلاف يعمل على مبادئ مختلفة كلياً،

ذاتية التجلّي أكثر من كونها تفاهات متتابعة أو شاملة.

في الواقع «الوجود» هو معناها والمماثل لها. ليس هناك أيّ موضوع أو مُسند أو فعل، والفهم يكون ما وراء اللغة. كما يمكن أن يكون في أفضلّ تعيين له فإن «معنى» الشيء هو ما «يكون». والتحديد هو معناه. يصبح من الواضح أن جميع التحديدات والتعريفات هي ازدواجيّة استخلاص وتعقّل والتي تجسّد تعريفها الأصلي بصورةٍ غير مباشرة. الحقيقة مستقلةً بشكلٍ بديهي بحكم وجودها كحالة عموميّة. دون تصنّع الفصل الثنائي المفترض بين الذاتي والموضوعي، والوحدانية

الشاملة للوجود هي تعريفه ومعناه الخاص. وهكذا، فإن القطة تعرف بأنها قطة بحكم كونها قطة وبذلك لا ينفصل بشكلٍ ثنائيٍّ عن واقعها الخاص. العليم والمعلوم هما الحالة والهويّة ذاتها.

تجاوز النشوة الروحية والفرح يعتمد على الاستعداد لتسليم كل شيءٍ إلى الله مهما كان، بما في ذلك حالة النشوة الرائعة التي هي ذات بعدٍ يفوق الوصف. والحالة ذاتها هي الآن مغرية، ويمكن أن تؤخر التطوُّر إلى حالة التنوير. في البداية، هناك تردُّد وتخوُّف من تسليم مثل هذه الحالة المجيدة إلى الله، ومع ذلك تبرز هناك معرفةٌ بأنه يجب التحرر حتى من هذه الدهشة أيضاً.

الاكتئاب والتردُّد في اتخاذ الخطوة يكشف بأن التعلُّق بالحالة والدهشة منها قد حدثت مسبقاً. بعد ذلك وبسبب الالتزام والنوايا هناك قناعةٌ بأنه من الصحيح أن هذا أيضاً يجب التسليم به «إليك، يا رب»، ومع الاستسلام يسود سلامٌ لا نهائيٌّ لما هو أبعد من كل فهمٍ أو تصوُّر عند المستوى 600. تكشف الحالة عن نفسها لتكون حقيقة السلام من الله.

القسم الرابع: مستويات التقييم 600-1000 حالات التنوير والمتنورين

نظرة عامة - التجاوز

يدل كلُّ من التَّنُور وإدراك الذات الإلهية Self والتنوير على الحالة الإلهية التي ثبت تاريخياً بأنها أعلى مستويات الوعي. وتمثل هذه الحالات تجاوز القيود المفروضة على خطية الأنا وإشراق الحقيقة اللاهائية ومصدر الوجود.

من الناحية التقنية تظهر الحالات المتنورة عند مستوى الوعي 600، الذي يمثّل السلام اللامتناهي والنعمة التي يتم تنويرها بنور إشعاع الذات الإلهية Self. تجلّي

الله راسخٌ كالذات Self يحول في كثيرٍ من الأحيان دون استمرار الأنشطة البشرية العادية ويتسبب في الانقطاع عن العالم أو قد يؤدي حتى إلى مغادرته جسدياً، وهو الخيار الذي يتم تناوله من قبل خمسين بالمئة من أولئك الذين وصلوا إليه. حالة النعيم هي الحصيلة الكليّة وتتميز باختفاء المتطلبات، والاحتياجات، والرغبات، أو التنافر، بما في ذلك الحالة الماديّة.

المستويات الواقعة ما بين مستويات الوعي 700 إلى 850 نادرةٌ للغاية، وقد يُشار إليها على أنها حالات إدراك الذات التي تميز المعلمين المتقدمين جداً الذين غالباً ما يميلون إلى البقاء عند مستوى معيّن طيلة فترة حياتهم. تفرّد هذه المستويات يجذب الأتباع والمريدين الذين يقومون بعد ذلك بنسخ ذكرى التعاليم في شكلٍ مختصر للأجيال القادمة.

وقد وقعت حالاتٌ من الإدراك الروحي المتقدّم جداً خلال فتراتٍ متقطّعة في التاريخ في ثقافاتٍ دينيّةٍ وحضاراتٍ مختلفة. على الرغم من أن الحالات المتقدمة من الوعي (ساتوري satori)، قد تحدث بشكلٍ مؤقتٍ لدى الأنصار الروحيين المتقدمين للغاية، ومن النادر للحالة أن تصبح دائمة ولذلك فهي تنتج في معلّمٍ مخضرمٍ تماماً. حين يحدث هذا، يصبح هذه التعاليم ذات قيمةٍ عظيمةٍ لعدة قرون، وتتم ترجمتها إلى لغاتٍ عديدةٍ، وبالتالي يشير ذلك إلى قيمتها المميّزة للإنسانية.

التعاليم الدقيقة تقع على نحوٍ مميّزٍ عند مستوى التقييم نفسه كما هو الحال لدى المعلمين؛ لذا، يشار إلى التفسيرات أو الترجمات الخاطئة بالانحراف بين الحالتين، ويعد هذا الأمر مهماً لأن سوء الفهم هو أمرٌ شائعٌ كثيراً، كما تسود الانحرافات والأخطاء حتى في بعض الأديان، والتي لهذا السبب تقع عند مستوى تقييم أدنى من التعليم الأصلي.

والأكثر ندرةً عبر التاريخ هو تواجد مستوياتٍ للوعي تقع ما وراء المستوى 850،

والتي تمثل الإدراك التام للألوهية مهما اختلفت مسمياتها. وهنا مجدداً تحدث تفسيرات خاطئة في كثير من الأحيان، نظراً لعدم وجود فهم للحقيقة، والذي يصبح بالتالي سوء

فهم بسبب القيود المفروضة على قدرة الأنا/العقل على فهم التعليم. لذلك يكون من المهم كثيراً المصادقة على التعاليم الأسمى للحكماء العظماء الذين كانوا أنفسهم على درجة شديدة التقدم من الوعي.

لقد كان للمعلمين الروحيين المتنورين على الرغم من ندرتهم عبر التاريخ تأثير كبير على الحضارة، كما كان لتعاليمهم أثراً بالغاً على جميع المستويات في المجتمع، سواءً تم الاعتراف بها بشكل علني أو لا. على سبيل المثال، في العالم الحالي، ظهر نمط من مأسسة واستيعاب فوائد الحقيقة الروحية ضمن البنى الأساسية للمجتمع وبعد ذلك التنصل من الاعتراف بمصادر هذا الإلهام أو الضرب به عرض الحائط من خلال عملية «العلمنة».

ينبغي على كل شخص أن يختار لنفسه ما يعتقد بأنه الحقيقة المطلقة التي يعيش بها، ويتم إثبات هذا أيضاً حتى من قبل الملحدون المتشددون. يمكن تحديد التفريق ما بين الخير الخادع والخير الحقيقي في عالمنا الحالي بسهولة هنا عن طريق ظهور علم الوعي الذي يميز أوهام الأنا ومداركها من الجوهر المثبت للحقيقة، مثلما عمل ظهور علم المعادن على تمكين التمييز بين الذهب المزيف والمعدن الحقيقي، وكما أن اختبار الحمض النووي DNA قد مكن من تأكيد الهوية. على الرغم من أن العقل البشري نفسه هو عرضة للخطأ، فإنه مع ذلك يثمن ويتبع ما يبدو كأنه الحقيقة والوسيلة لاكتشافها. ويتم إثبات الطريق ذاته عن طريق الإخلاص للعالم المادي المتشدد والذي بذلك يتم تكريسه للذهن على أنه العالم الوحيد للحقيقة.

بالإضافة إلى تعليم الحقيقة نفسها، يبتّ المعلمون المستنبرون المجال القوي للإلهام، والتفاني، والرحمة، والتي تكون شاملة وترتقي ضمن مجال الطاقة للبشرية. ودون ظهور هذه الطاقة الروحية الإلهية القويّة، فإن تطور الوعي البشري كان سيتوقف عند المستوى 200، ويحول دون المزيد من التطور الذي تمثل عنده حالة التنوير الإمكانية النهائية والاحتمالية القابلة للتحقيق. وهكذا،

أعلن يسوع المسيح أنه كان «ابن الإنسان» و«ابن الله» في آنٍ معاً بحكم التجسّد الإلهي. كريشنا تمثل حقيقة المعلم الكبير، وقد علّم بوذا أن الحالة النهائية كانت وراء كل التسميات.

هذه الحقائق مثبتة في عالم اليوم عن طريق الاستفادة من تقييم مستويات وعيه، والتي تؤكد على أن تجسّدات الآلهة عند مستوى الوعي 1000 تمثل أعلى مستوى ممكن الوصول إليه ضمن النطاق البشري. ولذلك فإن التبجيل الذي يحظى به معلّمو التاريخ العظماء يستند إلى حقيقة مثبتة وليس مجرد أسطورة، وحتى طريقة تقييم الوعي نفسها برزت كنتيجة لتفاني البشرية في السعي وراء الحقيقة وتوفير وسائل لقوة التمييز التي ما وراء قدرة الذهن الأكثر تعلّماً (على سبيل المثال تقع قدرة الذهن عند نيوتن وفرويد وآينشتاين عند مستوى التقييم 499).

## الفصل السادس عشر: السلام والنعمة والتنوير

(مستوى التقييم ٦٠٠)

### مقدمة

تظهر حالات التنوير عند مستوى الوعي 600 نتيجةً لاستبدال الخطي بغير الخطي. ويترافق مجال الطاقة هذا مع التجربة المعينة بمصطلحاتٍ مثل التجاوز،

والتنوير، والنعمة، والوعي الإلهي. وعندما يتم الوصول إلى هذه الحالة، يختفي التمايز بين الذاتي والموضوعي، ولا يبقى هناك نقطة مركزية محددة للإدراك. وكثيراً ما يغادر الأفراد في هذا المستوى العالم لأن حالة النعمة والبركة تعوق النشاط العادي. وعلى الرغم من ذلك فإن البعض يثابرون ويصبحون معلمين روحيين، ويعمل آخرون بشكلٍ خفيٍّ من أجل تحسين أحوال البشر، بينما يعود البعض إلى العالم ليصبحوا عباقرةً بارزين ضمن مجالات تخصصاتهم، وليقدموا إسهاماتهم الكبيرة في المجتمع. ويمكن لأولئك الذين يبقون ضمن إطار الدين أن يتم تكريسهم بشكلٍ رسميٍّ في نهاية المطاف كقديسين،

على الرغم من أنه في هذا المستوى يتم تجاوز الدين الرسمي عادةً، والاستعاضة عنه بالروحانية الخالصة التي منها كانت نشأة جميع الأديان. يوجد حالياً ستة أشخاصٍ (مجهولين) على هذا الكوكب يقع وعيهم عند المستوى 600 أو أكثر؛ ثلاثةٌ منهم ما بين المستويين 600-700، وواحدٌ بين المستويين 700-800، وواحدٌ بين المستويين 800-900، وواحدٌ بين المستويين 900-1000.

يتم إدراك العمل عند المستوى 600 وما فوقه كحدثٍ بطيء الحركة متعلقٌ بالزمان والمكان. يكون كل شيءٍ مفعماً بالحياة متألّقاً، ويتدفق باستمرار، وينتشر في رقصٍ تطوريٍّ منسّقٍ بشكلٍ رائعٍ تكون فيه الدلالة والمصدر غامرين. ويحصل هذا الإيجاء

الرهيب دون اهتمامٍ أو إدراكٍ بحيث يكون هناك صمتٌ مطلقٌ في العقل يوقف التصورات، لأن من يشاهد وما تتم مشاهدته لهما الهوية ذاتها. فالمشاهد يتلاشى ويصبح المشهد ذاته، كل شيءٍ مرتبطٌ بجميع الأشياء الأخرى ومتّحدٌ بالحضور ذي السلطة اللامتناهية مع بقائه لطيفاً للغاية.

يمكن للأعمال الفنية والموسيقية والمعمارية العظيمة التي تقع بين مستويات التقييم

600 و700 أن تنقلنا بشكلٍ مؤقتٍ إلى مستوياتٍ أعلى من الوعي تُعرف عالمياً بالإلهام والخلود.

## المناقشة

الارتقاء من النطاقات الخطية للوعي إلى غير الخطية منها، ينتج عنه تحولٌ كبيرٌ للنموذج. وعند هذا المستوى ليس هناك من «شخص» مسـتقلٍ يشهد الانتقال بسبب احتوائه من الذات، كما أن «العلم» و«المعلوم» متمثلان. هناك حالةٌ من السلام اللامتناهي الذي يكون جلياً مثل وجود الله، الذي له أبعادٌ مختلفةٌ تفوق السلام العاطفي أو النفسي أو الأمان.

في حالة السكون يحدث كل شيء من تلقاء نفسه بشكلٍ ذاتيٍّ وعفويٍّ. فالصوت ليس له أيُّ أثرٍ على الصمت الذي يبقى قائماً حتى من الصوت، وتتم الإشارة إلى الحالة بشـكلٍ تقليديٍّ وتاريخيٍّ بالحالة الهندوسية sat-chit-ananda الحقيقة-الوعي-النعيم

(النعيم الصامت). وقد تصل الوظائف الفيزيولوجية إلى التوقف، مع عدم وجود الرغبة في الحركة أو الكلام، ويكون الصمت الداخلي أبكماً كما لو أنه معلق في الخلود.

وسواءً استمر الجسد ونجا أو لم يحصل ذلك، فذلك أمرٌ رتيبٌ ولا معنى له بشكلٍ فعليٍّ، فهي مسألة عدم اهتمامٍ وترقى إلى الكون للتوجيه. فإذا توافقت النزعات الكارمية مع الاستمرار المادي يبقى الجسد على قيد الحياة، وإن لم يكن الأمر كذلك، يتم التخلي عن الجسد ببساطة، لأنه من الأرض جاء وإليها يعود بعد أن يكون قد حقق الغاية للروح.

عندما يتحقق هذا المستوى من الوعي، سيتم التخلي عن الجسد عند قرابة خمسين

بالمئة من الحالات. وإن لم يكن الحال كذلك،

فإن الاستمرار المادي يتوافق مع استجابة العالم التي من الممكن أن تحت على ضرورة الأكل أو الشرب، أما من الداخل فلا يكون هناك ميلٌ لذلك بطريقةٍ أو بأخرى، وليس هناك من حاجةٍ للتواصل أو الكلام.

الحضور يتحقق ذاتياً وبشكلٍ كاملٍ وبتفردٍ رائعٍ في رقةٍ الإتقان وقوته في نفس الوقت، ويعمُّ جوهره كل التجليات كمصدر للوجود، ويبدو كل شيءٍ ناشئاً من الخفاء ليتجلى كخلقٍ من مصدرٍ فطريٍّ، وكل الحاضر، وما وراء المشيئة.

في حالة الوحدة والوحدانية، يكون كل شيءٍ جوهرياً لكل شيءٍ آخر في نفس الوقت، ولكن ليس بحكم كونه إما «مماثلاً» أو «مغايراً». ضمن سياق الكلية التي لا حصر لها يتم تنشيط الاحتمالية بالقانون الإلهي، المعروف باسم إرادة الله. ومصطلح «الإرادة»

مضللٌ إلى حدٍّ ما من حيث أنه يتضمن المشيئة، وينظر إلى الخلق على أنه الكشف عن ظهور احتمالاتٍ لانتهائية كالخلق، وهكذا فليس هناك ازدواجية في «هذا» (الخالق) الذي خلق «ذاك» (الخلق) لأن الخالق والخلق هما الشيء نفسه، والخلق ذو سطوعٍ ذاتيٍّ.

كل ما هو كائنٌ مثاليٌّ وكامل، والخلق لا ينتقل من النقص إلى الكمال كما هو مُشاهدٌ من قبل الأنا، بل ينتقل من الكمال إلى الكمال بدلاً من ذلك. ووهم الانتقال من النقص إلى الكمال هو عمليةٌ ذهنيةٌ، فبرغم الورد على سبيل المثال ليس وردةً ناقصةً ولكنه برعم وردٍ كامل، وعندما يكون نصف متفتّح فإنه زهرةٌ تتفتّح بالكامل، وعندما يتفتح تماماً فإنه يصبح زهرةً كاملة التفتّح. وعندما يذبل يصبح زهرةً ذابلةً تماماً، وبعد ذلك يصبح نباتاً ذابلاً بالكامل، والذي يصبح بعد ذلك ساكناً بالكامل. ولذلك فإن كل حالةٍ كاملة في توسُّع هيئتها كما في



جزء من الثانية. هذا التأخير الزمني جومريّ لجميع تجارب الأنا للحيّة الاعتيادية التي لا يختبر العقل بها الواقع بل الاسترجاع اللحظي المتأخر زمنياً عبر شاشة المدارك الحسيّة. عند المستوى 600

يختفي هذا التأخير الزمني ومعه الانخداع بـ «هذا» أو بـ «ذاك»، لأنه مع عدم وجود التأخير الزمني يندمج الـ «هذا» والـ «ذاك» في وحدة غير منفصلة بشكل مصطنع. بدون الموقع الداخلي لأداة العرض للأنا يتم اختبار الظواهر مباشرة وليس عن طريق خداع المشاهد.

يؤدي كونك مع الظواهر بدلاً من الانفصال عنها في تجريب العيش وكيّة الوجود التي يعبر عنها بكل ما هو كائن. وكل ما له ديمومة ليس «هناك» بشكل سلبيّ فقط، بل على ما يبدو بأنه يقدم نفسه للإدراك كخاصيّة لديمومته بدلاً من نية طوعيّة. ولذلك يبدو الكون كهديّة من الجمال والكمال الساحر التي تتألق بالإشعاع الرباني الحقيقي.

بشكل ظاهريّ يمكن وصف المشاهدة على أنها أخاظة على اعتبار أن جميع الحركات تتم مشاهدتها كما لو أنها بالحركة البطيئة.

الظاهرة والحركة والفعل التي تم وصفها فيما سبق للأنا/النفس أصبحت ينظر إليها الآن على أنها مستقلة، دون تركيز محدد على المنشأ أكثر بقليل من الـ «أنا» أو الـ «هو»، وبدلاً من ذلك فإن الإحساس بالـ «أنايّة» يتمدد بشكل شامل إلى مستوى أكثر بدائيّة واتساعاً وفطرياً وجوهرياً بدلاً من تشابه منفصل. وفي النتيجة يختفي هذا الإحساس بالعلاقة أيضاً لأنه بنية فكريّة ترجع إلى الإحساس بالانفصال، الذي يستبدل بالإدراك الشمولي غير الخطي. وهكذا عند عدم توضيح فهم الاستقلالية تصبح فكرة العلاقة بدون معنى وغير قابلة للتطبيق. الذات الإلهيّة ليس لديها «علاقة» مع العالم لأن الوجود هو جوهرها الذي لا

يتجزأ. (وبصورة مماثلة فقد اكتشف العلم عدم وجود «مركزٍ» متمايزٍ للكون). بالرغم من أن بنك الذاكرة يبقى متوفراً، فإن قيمته هي في القدرة على التمييز التصويري الذي يسمح باستمرارية الوظيفة الجسدية عندما يكون ذلك الخيار الكارمي. ويبدو الجسد حينها عاملاً على مبدأ قاسٍ مقارنةً مع القوة الدافعة. كما تم وصفه في أعمالٍ سابقة فهو مثل «لعبة الإنهاء الكارمي» التي تقود طريقها ككله بنفسها.

التحوُّل عند المستوى 600 وما فوقه ينتج عن تلاشي صميم نرجسية الأنا التي تفترض ذاتها بشكلٍ تحيُّليٍّ صاحبة السيادة وبالتالي العامل السببي الأولي والمبدع للاختيار، وهذا الاستنتاج محتوئاً ضمن معنى مصطلح «الأنايَّة». ولذلك فإن لب الأنا هو افتراضها الأساسي الذي تعرّف نفسها من خلاله على أنه المصدر الرئيسي للوجود والفعل والقرار وبذلك تستولي على السلطة الإلهية، وتظهر هذه الفرضية البدائية بشكلٍ علنيٍّ في الحالة المرضية التي تدعى بـ «النرجسية المسيحية الخبيثة» التي يتم فيها عبادة لب الأنا، وعبر التاريخ تم التعبير عن هذا التأليه للذات بشكلٍ جهوريٍّ منذ أيام الأباطرة الرومان الذين أعلنوا أنفسهم أرباباً على الملائك، وحتى في وقتنا الحاضر الذي يستعرض فيه القادة انتفاخ الأنا الجليلة المهيبة. (تناذر النرجسية المسيحية الخبيثة (مستوى التقييم 30) قد تم شرحه بالتفصيل في الفصل 15 من كتاب الحقيقة في مواجهة الزيف).

## تجاوز المستوى 600

بالنسبة للتصورات والثقافة العادية سيبدو بأن حالة النعمة والبركة هي الحالة القصوى، وبالنظر إليها من وجهة نظر الأنا نفسها فإن زوالها على وجه الدقة يعني القلق والترقب والندم والانجذاب والتوق. والزوال أيضاً هو قواعد وغايات وأهداف وعمليات وحالات يجب أن يتم تحقيقها أو إكمالها أو مشاركتها إلى أن يتم

لعبها. عند هذا المستوى ليس هناك شخصٌ أو نفسٌ أو أحدٌ آخر للتنافس معه، والكل يحدث بعمّةٍ وعفويّةٍ ويقدم نفسه فقط كما هو وبتشددٍ. على نحوٍ مماثلٍ تختفي «الخصائص» التي هي مداركٌ وصفيّةٌ. كل شيءٍ يكون كما هو ببساطة، بدون صفات، والعقل ساكنٌ لأنه بدون موضوع أو غرض وبدون وجود الممثل ل «هذا» يفعل «ذلك» لن يكون هناك حاجةٌ للأفعال. وبدون وجود الأهليّة لا حاجة للصفات، وبالإضافة لذلك هناك احتفاءٌ للإرادة نظراً لعدم وجود قراراتٍ يتم اتخاذها، وكل شيءٍ يتطوّر بعفويّةٍ واستقلاليّةٍ كتعبيرٍ عن تطوّر الخلق.

وما يبقى بعد انحلال هذه الوظائف للأنا هو الإدراك/المشاهدة، ولكن ما يتبقى بشكلٍ فعليٍّ دون وجود الشاهد هو الوعي ذاته،

وبما أنه ليس هناك من ضرورةٍ للتقدم على اعتبار أن الخيارات غير مستقلةٍ كثيراً بالخصائص الخطيّة المتراكبة، فلذلك ليس هناك ضرورةٌ لاختيار العباقرة أو التفكير بهم ملياً. عملياً المعلومات كافيةٌ بحد ذاتها وبذلك يكون الفعل مستقلاً. ليس هناك من ضرورة لاتخاذ القرار لأن الاتفاق يحل محل العلاقة أو الخيارات. وكذلك فإنه لا «يحدث» أي شيءٍ دون «فاعل»، التجربة التي تتطلب إسقاط وجهة نظرٍ لنقطةٍ محدّدةٍ مترافقةً بالعملية العقلية.

عند الابتعاد عن اختبار الزمن يختفي التعاقب، وبذلك لا يعود هناك «قبل» أو «بعد». ويصبح تناغم الوحدة للانسجام تطوريّاً لأن القوة الكامنة تعبّر عن نفسها بوضوح ولكن دونما قصد. والتشبيه الأفضل هو حركات الكون المتوافقة بشكلٍ متناغمٍ مع الحالة الكلية. وهكذا فالجاذبيّة مسألةٌ جوهريةٌ للخلق ومجالها «ملازمٌ» بدلاً من كونه «سببياً» أو «تبعياً» وهي مصطلحاتٌ تمثل تراكمٍ فكريّةٍ قائمةٌ على فرضيّةٍ استكشافيةٍ. التوافق هو تعبيرٌ عن الوحدانيّة والتناغم الإلهي الذي يصبح جليّاً عند تجاوز التقسيم الثنائي لـ Descartes للـ res interna.

العالم) (cogitans) and res externa/extensa

كما هو). في حالة الوجدانية ليس هناك «هذا» منفصلة تتسبب في «ذلك» منفصلة.

يتطلب تجاوز المستوى 600 إسقاط تحقيق الشخصية مع الخصائص المشاهدة/ الملاحظة التي هي فعلياً خصائص مستقلة بذاتها وملازمة للوعي ذاته. بالتفكير العميق تم الاكتشاف بأن تلك الخصائص قد تم تعريفها بشكل غير واع، مما يتطلب التخلي عن الوهم أو بالانصراف عن الوقوف موقف المشاهد أو المراقب. الركيزة الأساسية للانتقال نحو مستويات أكثر تقدماً من التنوير هي الرضا والسرور والارتباط غير المتعمد بحالة النعمة ذاتها،

بالإضافة إلى الإحساس بها على أنها الاكتمال والشمولية. ثم حتى أن إظهار المعرفة هذا يكون بالروعة التي يمكن أن يكون عليها هو استسلام للرب. وباستسلامه يظهر نموذجاً ممتداً لا يمكن تحيئه.

للمراجعة

مستويات التقييم لبعض المعلمين والمؤلفات ضمن نطاق الـ 600

655	أبينا فاجويتا	Abhinavagupta
605	أوروبيندو	Aurobindo
630	كارماتا	Karmapa
695	كاسيابا	Kasyapa
640	ماجديبيرغ	Magdeburg
655	موكتاناندا	Muktananda
605	ساتشيداناندا	Satchidananda
640	تولز، ج	J. Towles
610	نزو، لاو	Tzu? Lao
610	فيفاكاناندا	Vivekananda

#### كتابات

655	أبينا فاجويتا
600	منهج في المعجزات (كتاب عملي)
645	أعادا
660	سفر التكوين (الكتاب المقدس)
699	إنجيل القديس لوقا
660	إنجيل القديس توماس
605	كابالا
610	تعاليم لاو نزو
665	ميدراش
665	ميشنه
640	العهد الجديد (الملك جيمس)
650	مزامير (الكتاب المقدس)
635	(فيجانا بهيرافا)

## الفصل السابع عشر: إدراك الذات

(مستوى التقييم ٧٠٠-٨٤٩)

### مقدمة

هذا المستوى هو مستوى الحكماء، والمعلمين العظام لـ أهدافنا أو فيدانتا الذين وصفوا الحقائق الروحية لإدراك الذات، وهو مستوى الإلهام القوي حيث أن هؤلاء الحكماء المتنوّرين قد قاموا بتعيين مجالات الطاقة الجاذبة في مكانها الذي يؤثر على البشرية بأكملها. عند هذا المستوى لا تبقى الخبرة الشخصية الفردية مستقلة عن الآخرين؛ وبدلاً من ذلك هناك تحديدٌ للذات الإلهية مع الوعي والألوهية. ويتم إدراك رسوخ الألوهية كالذات ما وراء العقل. هذا المستوى يقع قرب ذروة تطور الوعي في عالم الإنسان.

التعاليم الكبيرة ترتقي بالجماهير وترفع مستوى الإدراك للبشرية جميعها. ويدعى امتلاك رؤية كهذه بالنعمة، والهدية التي تجلبها هي السلام اللامتناهي الذي يفوق الوصف ويكون ما وراء الكلمات، وعند هذا المستوى من الإدراك يتجاوز الإحساس بوجود المرء

كل الوقت وكل الأفراد. لم يعد هناك أي تطابق مع الجسم المادي على اعتباره «لي»، وبالتالي فمصيره لا يثير القلق. وينظر إلى الجسم على أنه مجرد أداة للوعي من خلال تدخل العقل، مع قيمته الأولية الكائنة في الاتصالات. الذات تعيد اندماجها مرةً أخرى ضمن الذات الإلهية، وهذا المستوى هو مستوى عدم الازدواجية، أو الوحدانية كاملة. لا يوجد تركزٌ للوعي، والإدراك حاضرٌ أيضاً في كل مكان.

الأعمال الفنية العظيمة التي تصور الأشخاص الذين وصلوا إلى مستوى التنوير

غالباً ما تظهر المعلم مع موضع محددٍ لليد يسمى ميردا بالهندوسية murda، حيث تشعُّ البركة من راحة اليد بشكلٍ رمزيٍّ، وهذا هو فعل انتقال هذا المجال من الطاقة إلى وعي البشرية الذي يتم تصويره بحالةٍ أيضاً. هذا هو مستوى النعمة الإلهية الذي يمكن أن يتطور إلى المستوى 1000، وهو أعلى مستوى حققه أيُّ شخصٍ عاش في التاريخ المدوّن، مثل الرسل العظام الذين يستحقون لقب «الرب» مثل: الرب كريشنا، الرب بوذا، الرب يسوع المسيح، وزرادشت.

### المناقشة

ما وراء النعمة والبركة تاتي مس-تويات الص-وفيين العظماء حيث تكون المعرفة نتيجةً للوجود الإلهي كالذات الإلهية (الله الجومري). إن منزلة الله الجومرية مقابل تعاليه هي المنزلة الإلهية الفكرية التخيلية. وجود الذات الإلهية يش-كل ال-بيروشا الكلاسيكية perusha، أو إشعاع الذات الإلهية باعتبارها المصدر. الذات الإلهية «تعلم» بمقتضى تطابقها مع الألوهية نفسها، وهو ما يشكل إدراكها الخاص بها، وبوجودها فهي تجعل نفسها «معروفة» بال-«العارف». وهكذا فهي لا تعرف «حول» سوى إتمام جوهرها الخاص.

وقد يسمح تسامي النعمة باستئناف العمل المحدود الذي يمكن من خلاله العودة مرةً أخرى إلى العالم. ومع ذلك فإن هذا هو الآن ظهورٌ ضمن النطاق غير الخطي بدلاً من اتخاذ قرار، على الرغم من ظهوره الخارجي، فإنه ينظر إليه عن طريق الخطأ على أنه اختياري. في الواقع لا يوجد «مقرّر» له «يقرر»، كما أنه ليس هناك «خيارات» من شأنها أن تستلزم الاختيار أو القرار. تصبح الحياة مستقلةً ظاهرياً كتعبيرٍ عن تطور الخلق ومجال الوعي ذاته الكليّ الوجود والذي هو أيضاً بشكلٍ جوهرى متقنٌ بحكم نوعية مكنونه.

يطلق على مستويات الوعي التي يتم تقييمها عند الـ 600 وما فوقها كلاسيكياً بمستويات الـ «لا عقل» لأن التفكير المتتالي يتوقف ليأخذ مكانه الإدراك اللاخطي للوعي نفسه، والتي غالباً ما يشار إليها بالعقل في الأدب العالمي. وبحكم الألوهية يصبح الخفي المحتمل جلياً على أرض الواقع. الصوفي المتنور يصبح المترجم لتفسير الفطرية إلى الوصف الذي يعبر عنه لكي يغدو معروفاً للعالم. من الناحية الموضوعية الوجود هو من الوعي نفسه الذي من خصائصه أن الحقيقة هي تعبيرٌ عن الحب وبالمثل فالحب هو بريقٌ للحقيقة.

تصنف مستويات الوعي ضمن النطاق 700 تاريخياً على أنها مستويات إدراك الذات أو مستويات الصوفيين المتقدمين، مثل أولئك الذين تم تمثيلهم في الوقت الحالي بـ رامانا ماهارشي Ramana Maharshi، ونيزارغاداتا مهراج Nisargadatta Maharaj،

وسـري أوروبينـدو Sri Aurobindo، والمهاتما غانـدي Mahatma Gandhi، وبتاتانجالي Patanjali. والكتابات المألوفة في هذه المستويات هي تعاليم زن Zen من بوديهارما Bodhidharma. سحابة الجاهل Cloud of Unknowing، وجواهر الماس Diamond،

والقلب Heart، واللوتس Lotus، والقرآن Koran؛ والعهد الجديد New Testament (بدون سفر الرؤيا)؛ وجوهرة اليوغا لـ باتانجالي،

فضلاً عن ريج فيدا Rig Veda (ولزيد من التوضيح تم إضافة قائمة تمثيلية في نهاية الفصل).

ومن الجدير بالملاحظة أن العديد من المعلمين الأكثر شهرةً حديثون نسبياً، وقد حظي البعض منهم باعتراف المجتمع بأسره.

ويكون تأثيرهم على المجتمع على مستويين من حيث أنهم ينشرون تعاليم محددة، وفي الوقت ذاته يرسلون بصمتٍ مجالاً للطاقة من هالاتهم ضمن الوعي الجمعي للبشريّة، ويتكوّن تأثير ذلك الإشعاع من شقين: الأول هو موازنة السليبيّة في العالم،

والثاني هو الإسهام في رفع التطور الشامل لوعي البشرية بشكلٍ عام ولدى المناصرين على وجه الخصوص.

كما ذكرنا سابقاً بأن مستوى الوعي الجماعي كان 90 عند ولادة بوذا، وأصبح عند المستوى 100 في زمن يسوع المسيح، ومن ثمّ ارتفع إلى المستوى 190 ليبقى عنده لقرونٍ عديدة. في أواخر الثمانينيات، قفز مستوى الوعي بشكلٍ فجائيٍّ إلى 205 وتطوّر مرة أخرى في نوفمبر/ تشرين الثاني لعام 2003 إلى مستواه الحالي عند 207.

في الأدب الروحيّ التقليديّ هناك أوصافٌ وتصنيفاتٌ لمستوياتٍ متقدمةٍ مختلفةٍ من الوعي توصف بحالات السمادي Samadhi،

التي تتوافق بشكلٍ موصوفٍ في كثيرٍ من الأحيان مع حالات التأمل الناتج عن تجاوز تقييدات الأنا، التي يكون بعضها عابراً مثل مختلف الحالات التي يطلق عليها ساتوري أو التنبيه، والتي غالباً ما تعتمد على الحالة التأملية نفسها. في البداية تتطلب حالة ساتوري البقاء في حالة سكون مع إغلاق العينين، وعند التقدم تستمر الحالة حتى مع العيون المفتوحة، وعند تقدمها بشكلٍ أكبر فإنها تبقى حتى مع فتح العينين، ويتحول المرء مستأنفاً نشاطه. كما في لوحة قطع الثيران لـ زن Zen التي يعود منشؤها إلى المستوى 1500، تصوّر التقدّم لتحديد ومطابقة الأنا (الثور) أولاً، ثم ترويضه، ثم التغلب عليه، ثم مغادرة العالم، وبعد ذلك يختفي العالم، ومن ثمّ كحكيمٍ محنّكٍ، العودة إلى العالم. عند هذه

النقطة يتم تصوير العالم على أنه مجرد انعكاس على الماء (للوعي ذاته).

ويبدو أنه مع تطور الوعي بأنه يبقى عند مستوى معين لفترات زمنية متفاوتة  
توصف بأنها فترات «النضج»، وإعادة التنظيم،

وإعادة التكيف من خلال مجال الطاقة الأكثر تقدماً. هناك إعادة تنظيمٍ ضرورية  
لوظائف الجسد وموضعه ولاستئناف الوظائف الفيزيولوجية، فضلاً عن القدرة على  
الكلام والتواصل. فعلى سبيل المثال بقي رامانا ماهارشي بعد التنوير المفاجئ وغير  
المتوقع في حالة صمتٍ لمدة عامين حتى تم تشجيعه ليتكلم، ولم يكن مبالياً بجسده  
على الإطلاق، وقد تحول نيزارغاداتا مهراج سيرا على الأقدام إلى جبال الهيمالايا  
وكان لا بد من إعادته إلى بومباي.

التجربة الذاتية لهذه العودة هي أنها استجابةٌ تلقائيةٌ للحب أو الإغراء أو  
الاستجداء أو تأثير الآخرين في البيئة. من الداخل يكون العقل صامتاً مع عدم  
وجود ميل «شخصي» للتحدث أو للحاجة إلى التواصل، وليس هناك حتى أية  
ضرورةٍ لمواصلة الحياة في الجسم ذاته.

كل مستوى متقدم من مستويات الوعي يعد كاملاً بحد ذاته، وقد بقي معظم  
الحكماء عند مستوى معين طيلة حياتهم، بينما تمكن آخرون من العودة إلى العمل  
في العالم ضمن مناطق محدودة. وتتطلب العودة إلى العمل في العالم إعادة صياغة  
ما يصعب وصفه. الناس في العالم يعتبرون الحكيم شخصاً منعزلاً. بدايةً يعد هذا  
الأمر مثيراً للدهشة إلى حد ما لعدم وجود شخصٍ منفردٍ ليتم التحدث إليه. وما  
يتطور هو تحسين التكيف مع العالم فيما يعرف بالـ «شخصية»، في أفضل  
وصفٍ له، وهي لا تمثل الواقع الداخلي ولكنها تلي توقعات العالم التي ترى  
الذات الإلهية على أنها موجودة كجسدٍ منفردٍ منفصلٍ وبهويةٍ مستقلة تمثل الـ  
«شخصية». وإن جاز التعبير فإن هذه التوقعات من العالم لا تخلو من المزاجية

بأقل التقديرات من أجل إزالة التعليقات، وذلك لأن التعاملات ذات أبعادٍ أكبر مما يدركه العالم.

هناك صعوبةٌ أخرى تتطلب التكيّف هي التفاهم في التواصل الشفهي مع الآخرين، فعلى الرغم من الاستماع إليهم بإمعان، هناك تأخيراً طفيفاً تكشف من خلاله بعض عمليات الترجمة الداخليّة ما يقصده المتكلم من الكلمات التي يقولها. وهكذا تبدو الشخصية كواجهةٍ تفاعليّةٍ وتنميتها مستقلة، وقد يكون هناك تأخيراً يمتد لسنواتٍ قبل حدوث مثل هذه الظاهرة. بعض الحكماء لم يتركوا مواقعهم الأصليّة، فقد بقي رامانا ماهرشي في جبل أراناكولا طيلة حياته، كما بقيت الأشرم نشطةً بعد وفاته ولا تزال هناك. بعد أن عاد نيسارغاداتا مهراج مرةً أخرى من تجواله في جبال الهيمالايا مكث في عليّته الكائنة فوق متجرٍ في بومباي. تعكس أنماط الحياة هذه أيضاً التكيّف مع التقاليد الثقافيّة.

الحكيم المتنوّر حقاً لا يبدي اهتماماً في تطوير «الأتباع»، أو السيطرة على حياة المريدين، أو بناء الصروح، أو العروض المسرحيّة،

أو الممتلكات الدنيويّة. مع عدم وجود احتياجاتٍ أو رغباتٍ يجب الوفاء بها، وهي أقل بكثيرٍ من الرغبة في السيطرة على الآخرين. ومن الممكن أيضاً النظر إلى ملاحظات المعلم على أنها غامضةٌ لأنها مختصرةٌ تماماً إلى الحد الذي لا حاجة معه إلى قول المزيد.

مصطلح «التخطّي» هو في الحقيقة نمطٌ لغويٌّ، لأنه ضمن المجال غير الخطّي توجد أبعاداً متقدمةً أكثر من المستويات الفعليّة،

وبدلاً من ذلك يمكن تشبيه الانتقال بشكلٍ أكثر دقّةً بأشعة الشمس التي تنشأ نتيجةً لتبخّر الغيوم. على هذه المستويات يمكن لشروط الوعي أو حالته أن تتطور أو قد تبقى دون تطوّر خلال مدة هذه الحياة، وذلك اعتماداً على الإمكانيات

الكارمية والإرادة الإلهية. والتنازل عن التطابق مع كل حالةٍ يجررها، بما في ذلك التحلي عن أي ارتباطٍ بمعرفتها، ويتطور الوعي كما لو أنه تم جذبه للعودة إلى مصدره، ويعمل كل تقدم على توسيع نموذج الإدراك الذي يكون لديه شعورٌ محدد بالـ «وطن».

إن معظم الحكماء بمجرد وصولهم إلى المستوى 700 يبقون عنده لبقية حياتهم. ولكن في بعض الأحيان، تستمر العملية بشكل عفوي عندما يتاح لها ذلك. كل مستوىٍّ يمثل إكمالاً للتطور الذي سبقه، وهو كذلك أيضاً المدخل الذي يفضي إلى المستوى التالي.

وبصورةٍ ذاتيةٍ فإن الانتقال أشبه بالظهور أو التجلي الذي هو عالم الإدراك نفسه، حيث لا توجد عمليةٌ عقليةٌ لأن هذه الحالات هي حالات الـ «لا عقل» (وللمفارقة فهو يسمى «العقل» أيضاً).

انطلاقاً من المستوى 700 وما فوقه من المستويات يجب أن يتم داخل المعلم تجاوز العقبات التي تكمن في الوعي الجمعي للبشرية، وهذا مريحٌ جسدياً للشخص حتى يصل إلى مستوى الوعي المقارب للمستوى 800، حيث تظهر الأعراض الجسدية المؤلمة ويشعر الجهاز العصبي بأنه يحمل المزيد من الكهرباء مما يؤدي إلى الشعور بالاحتراق، وفي كل مرةٍ يظهر فيها شيءٌ من الوعي الجمعي يجب أن تتم معالجته. (يسوع المسيح الذي يرشح دماً

Jesus Christ sweat blood، وملاحظة بوذا بأن

عظامه كانت تشعر بأنها كانت تتكسر، وقد تم الحديث عن العديد من الظواهر في هذه الكتابات السابقة ومن قبل العديد من الصوفيين على مر التاريخ).

خلافاً للأعراض الجسدية العادية أو الآلام التي يمكن التعامل معها بعدم مقاومتها، تستمر هذه الأحاسيس الكهربائية بالاحتراق حتى يتم تحديد الخطأ

المحدد في اللاوعي الجمعي والاستسلام له طوعاً وتطهيره. وفي حين أن العمل ضمن نطاق المستوى 700 ممكن نظرياً (مثل الأم تيريزا)، هنالك تأخيرات زمنية في هذا المستوى لمعالجة الظواهر الناشئة داخلياً. ولتسهيل هذا التحول، فإنه من المفيد امتلاك المعرفة حول أنظمة شاكر ومختلف نماذج اليونغ في اللاوعي الجمعي. ويتم تمثيلها من قبل مختلف المجموعات الفرعية الاجتماعية/الثقافية والمواقف والحالات المستوطنة التي يمكن إدراكها بالحدس أو تشخيصها من خلال تقنية تقييم الوعي.

الاستسلام في عمقٍ متزايدٍ عن أيِّ وقتٍ مضى يصبح داعياً إلى تطور الوعي/ الإدراك ويحدث هذا يحدث على مستوى يتجاوز النية لأن العملية ذاتية التطور.

يمكن تشبيه موقف الدعوة إلى الاستسلام لجلسة «بين» الواعية للغاية، والتي يمكن أيضاً أن يتم تشبيهها جسدياً بـ مودرا (وضع اليد الكلاسيكية). وهكذا، فإن الموقف العام للوعي هو أحد «السماحيات» (التي يتم تلقيها) بدلاً من موقف «يانغ» المناقض والمتعمد (للحصول على شيء). من خلال التأقلم مع الاستسلام كسبيلٍ لإرادة الله، تتحول حياة المرء بذلك إلى الصلاة التي يكون المرء من خلالها ذاك المتوسل.

يمكن مراجعة

مستويات تقييم بعض المعلمين والكتابات ضمن نطاق المستوى 700

		????????
بودا 795		Bodhidharma
نشاييرا، ادي سانكرا 740		Charya? Adi Shankara
دي ليون، موسى، من غراناڤا 720		de Leon? Moses? of Granada
دوغن 740		Dogen
[كهارت، ميستر 705		Fi Khart? Meister
غاندي، مهاتما 760		Gandhi? Mahatma
مهراجا، نيزاغادانا 720		Maharaj? Nisargadatta
مهارشى، رامانا 720		Maharshi? Ramana
پاتانجالى 715		Patanjali
پولتيوس 730		Plotinus
شانكارا 710		Shankara
تيريزا، قديسة أفيلا 715		Teresa? St. of Avila
الكتابات Writings		
البوذية، تعاليم زين 795		Bodhidharma? Zen Teachings
سحابه الجهل 705		Cloud of Unknowing
Diamond Sutra 700		
Exact Sutra 760		
Louis Sutra 760		
العهد الجديد (الملك جيمس، الوحي الناقص) 790		(New Testament (King James? minus Revelation
ريغ فيدا 705		Rig Veda
يوغا سوترا، باتانجالى 740		Yoga Sutra? Patanjali
رامانا 810		Ramavana
الأم تيريزا 710		Teresa? Mother

(بالانتباه إلى بلوتينوس نجد بأن كتاباته كما وردت في الكتب العظيمة للعالم الغربي تقع عند مستوى التقييم 503، أما بلوتينوس في نهاية حياته فقد كان تقييمه عند 730).

## الفصل الثامن عشر: التنوير الكامل

(مستوى التقييم +٨٥٠)

### مقدمة

في حين أن مستويات الوعي التي تقع فوق المستوى 600 تعد إحصائياً شديدة الندرة، فإن المستويات الواقعة فوق 850 أكثر ندرةً. خلال السنوات الألف الماضية، وبنسبة خمسين في المئة من الزمن لم يكن هناك أحدٌ في المستوى 850، وفي عشرين بالمئة من ذلك الوقت لم يكن هناك أحدٌ عند مستوى التقييم 600. تقوم ترددات الطاقة العالية جداً للتنوير بإرسال اهتزازٍ إلى مجال الوعي الجمعي للبشرية بشكلٍ عام، وتصبح مدرجةً في المجالات الذهبية (أجساد الطاقة الأثيرية الروحية) للناس المصنفين روحياً بالـ «الإرسال الصامت». يبقى اهتزاز التردد لهذه الطاقة داخل الجسم الأثيري الروحي لفتراتٍ طويلةٍ جداً من الزمن ويمكن (بتقوية من أبحاث تقييم الوعي) أن تستمر في التجسّد لمدة خمسة وعشرين عاماً وقد تصل حتى ألف سنة، حيث تقع منتظرة أحقيتها.

القوة الفريدة من نوعها في مجال المستويات العالية للغاية تعمل أيضاً على موازنة الطاقات السلبية التي تسود في غالبية سكان العالم، الذين - كما سبق وذكرنا - يقع ثمانية وسبعون بالمئة منهم في وقتنا الراهن تحت مستوى التقييم 200 (تسعة وأربعين في المئة فـي الولايات المتحدة). والخدمة الأخرى التي تقدمها المستويات المتقدمة للوعي هي المعلومات التي هي ذات قيمة تحويلية وعادة

ما يتم بثها عبر العصور لصالح الطلاب الروحيين (كما تبين اللوائح المعروضة في نهاية كل فصل). العديد من تعاليم هذا التقييم العالي كانت بشكلٍ أساسيٍّ من أصلٍ قديمٍ جداً وصدّرت من خلال الفيذا القديمة، مثل الأوبنشاد وبهاغافاد غيتا، فضلاً عن العهد الجديد، وزوهار، وغيرها. في بعض الحالات يكون المؤلفون الفعليون غير معروفين ولكن التعاليم الإلهية أو تعاليم الرسل العظام تقع عند مستوى التقييم 1000 (كالمسيح وبوذا وكريشنا وزرادشت).

قام المعلمون العظماء بأنفسهم بتعليم الحقيقة في المقام الأول فقط على أعلى المستويات. تم تأسيس الديانات العالمية المختلفة في وقتٍ لاحقٍ من قبل الأتباع، وأحياناً بعد مضيّ قرونٍ عديدة، مما أفسح المجال للوقوع في الأخطاء من غير قصدٍ،

كما هو معروفٌ جيّداً للباحثين في الكتاب المقدس، ولذلك يكون تقييم تعاليم الأديان نفسها في حد ذاتها أقل من تقييم المؤسسين الأصليين لها. فمن غير المعتاد تاريخياً ومن النادر بالنسبة للمعلمين العظماء بأن يكونوا المؤلفين الفعليين لنصوص تعاليمهم. في بعض الأحيان يكون التفاوت والخطأ كبيراً جداً، مثل إدراج كتاب سفر الرؤيا (مستوى التقييم 70) ضمن العهد الجديد، وإذا ما تمت إزالته يرتقي مستوى تقييم العهد الجديد من 640 إلى 880 (ترجمة لامزا Lamsa للكتاب المقدس).

كان الحكماء المتنورون في المقام الأول صوفيون قد أدركوا الذات الإلهية أو متلقين للتجسّد الإلهي، مثل يسوع المسيح. أقدم المصادر عن الحقيقة الروحية الأعلى جاءت تاريخياً من الحكماء الآريين العظماء من الهند القديمة (أي: فيدا، أوبنشاد)، ونشأ ذلك حوالي 5000 قبل الميلاد. (عاش بوذا في فترة 563 قبل الميلاد). أصبح الحكماء الذين بلغوا المستوى 850 أو ما فوقه المعلمين الأساسيين المؤثرين، وأصبحت تعاليمهم تشكل جوهر المدارس المهمة والتقاليد

الروحية المبحّلة. وهكذا احتفظ التعليم الرئيسي بقيمته الجوهرية على مدى قرونٍ عديدة. وقد تم التحقق اليوم من أصالة وشرعية المعلمين وتعاليمهم بظهور علم الوعي وقدرته على تقييم مستوياتٍ مؤكّدةٍ من الحقيقة.

في الوقت الذي تم فيه تقييد الأعداد الفعلية للحكماء المنتوّرين المتطورين جداً الذين يؤثرون على البشرية خلال العصور، فإن تعاليمهم كانت نفسها في الأساس، على الرغم من أنها نشأت بشكلٍ مستقلٍ في أجزاءٍ مختلفةٍ من العالم وفي ثقافاتٍ مختلفةٍ وفي أليّاتٍ مختلفةٍ. وهكذا يمكن القول بأن الحقيقة صحيحة دائماً لأن هناك حقيقةً واحدةً فقط يمكن اكتشافها. ينشر المعلمون العظيمون وتعاليمهم مجالاتٍ من الطاقة العالية التردد والقوية للغاية ضمن الوعي الجمعي للبشرية، والتي من الممكن أن يببداوا أنفسهم دونها (يتم تقييمها على أنها «صحيحة»).

## ديناميات التنوير

عند المستويات العالية جداً لا تبقى التجربة الذاتية للوجود محدودةً بسبب الأنا النرجسية أو العقبات النفسية للمواقع. هذا الشرط هو نتيجةٌ للخضوع التدريجي والعميق لجميع القيود وأنظمة المعتقدات، والشرط الأساسي هو المعالجة المتواصلة «إحدى درجات العقل» للآثار العاطفية/العقلية المتبقية من مستويات الوعي الأدنى والخضوع لجميع أنظمة المعتقدات العقلية والتطابق الذاتي. يتم تقديم المساعدة والدعم لهذه العملية عن طريق التدفق غير المعرقل للطاقة الكوندالينية الروحية إلى الأجساد الروحية الأثيرية فوق تاج شاكرا.

تدفق الطاقة الكوندالينية هو استجابةٌ لتسليم الإرادة الشخصية بشكلٍ مباشرٍ إلى المعلم الإلهي أو الرسول أو الحكيم أو الربويّة مهما كان الاسم الذي يتم التضرع به (على سبيل المثال كما في المزمور الحادي والتسعين، أو أقوال كريشنا، أو

يسوع المسيح بأن «كل من يدعوني بأبي اسم هو خاصتي وعزير عليّ».

إن محبة الله بالعبادة أو الإخلاص أو الالتزام أو الإعلان أو بالإيثار هي الدافع والدعوة الرسمية للشفاعة الإلهية عن طريق قوة المجال اللاخطي للوعي نفسه، الذي هو كلي العلم وكلي الوجود وكلي القدرة. ويصبح هذا المجال اللاخطي القوي من خلال الاستسلام لجميع المقاومات المهين تدريجياً، ليكون في نهاية المطاف الشامل الوجود.

## تجاوز المستوى 850

من وجهة نظر الفكر، فإن إشكالية الأزواجية التي تتم مواجهتها عند مستوى الوعي 850 قد تبدو أكاديميةً إلى حد ما، وبالتالي فهي ميدان الماورائيات والإلهيات أو علم الوجود، ولكن عندما يتم الوصول إلى المستوى بشكل تجريبي فإنه أكثر من ذلك بكثير.

إنها خطوة كبيرة جداً مع وجود اختلافات كبيرة جداً في النتيجة لأن الأنصار الروحيين الذين يصلون إلى هذا المستوى كثيراً ما يتأثرون بتفسيرات خاطئة لتعاليم بوذا التي تسيء تعريف معنى «الفراغ» ويعتقدون بأن العدم/الفراغ هو حالة نهائية والتي هي لا بلا ريب، كما تبين كل من بحوث تقييم الوعي والتجربة الذاتية.

في الرواية الروحية التقليدية، يكون لكل مستوى من هذه المستويات المتقدمة «محمياً» من قبل «تئين» الأزواجية. وهذا صحيح بشكل خاص في المستوى 850 حيث يعدّ التقييد الحالي الذي يجب تجاوزه هو معضلة البدائل/النقائص الظاهرة عما إذا كان الواقع النهائي مقابل العدم، أو إن الوجود مقابل عدم الوجود.

إلغاء العدم يكون تقييمه عند المستوى 850 وهو نقطة النهاية لمسار الوعي الذي

ينكر حقيقة كل شيءٍ أو أيّ شيءٍ (أي النموذج الخطّي أو «الواقعيّة» كمرفق). والخطأ الذي يتبع ذلك هو افتراض أن تجاوز جميع الأشكال هو المنزلة الفريدة للبوديّة. ومن السهل الوقوع في هذا الخطأ لأن حالة الفراغ مثيرةٌ للإعجاب إلى حدّ كبير. وعندما يتكشف، فإنه يفوق الوصف، ويكون غير منتهٍ،

وخالداً، وواحدٌ، ومحيطٌ، وباقٍ، وثابتٌ، وشاملٌ بشكلٍ غريبٍ للـ «الإدراك من عدم الإدراك» الذي يحول حتى دون الكينونة أو الوجود. هذه الحالة تحديداً وبالتجربة بلا شك تقف وراء الازدواجيّة. ليس هناك موضوع ولا غاية، وليس هناك ما يتم التنازل عنه ولا من يتم الاستسلام له؛ وبالتالي، فإنه يبدو في الواقع الحالة النهائية للتنوير ذاته. وهناك صعوبةٌ أخرى عند هذا المستوى هي عدم وجود معلمين للتشاور معهم أو لمشاركتهم أو لتمثّل توصياتهم، وتعليماتٍ أقل بكثير لأن الحالة عجيبةٌ حقاً، ولا يبدو بأن الحاجة إلى مثل هذا التوجه ضروريةٌ أو موجودةٌ بذاتها للتأكيد.

إذا كانت حالة الفراغ (العدم) هي الواقع النهائي، فإنها تصبح شرطاً دائماً، ولن يكون هناك كيان للحديث عنه. ومع ذلك فإن المرء

عاجلاً أو آجلاً يترك الفراغ ويعود إلى الوجود الواعي. وبعد ذلك تحدث الظاهرة التجريبية الذاتية من الظهور الفجائي إلى الوجود من النسيان للفراغ. (في هذا العمر، كان الحدوث في سن الثالثة، كما تم توضيحه في مكانٍ آخر. فجأةً، من العدم وعدم عدم الإدراك كانت الصدمة ليس من الوجود وحسب، ولكن من اكتشاف الماديّة أيضاً وبأن الجسم مصحوبٌ بالعودة من العدم إلى الكينونة. وهكذا، ففي هذا العمر كانت المعضلة عند مستوى التقييم 850 تبدو قويةً في الحياة البدائية، وتتكرر في وقتٍ لاحق،

حيث يتم رفضها وتجاوزها (استغرق الأمر ثمانيةً وثلاثين عاماً لحلها).

المعرفة المطلوبة لتجاوز هذا المستوى هي أن الحب الإلهي هو كذلك غير خطي وبدون موضوع أو غاية أو شكل أو شروط أو موقع. يتم الوصول إلى حدود (عدم اكتمال) الفراغ نتيجةً للتفاني الشديد لمسار الإنكار، ومع ذلك، فالافتقاد هو الإدراك بأن الحب هو خاصية أساسية للربوبية وهو غير خطي أيضاً، وأن الحب الروحي ليس مودّة. خطأ مسار النفي هو سوء التوافق ورفض الحب لأنه على وجه العموم تجربة إنسانية عادية، وهو تقييد وتوافق (بين «الأنا» والـ «أنت» أو الـ «هي»).

في المقابل، الحب الإلهي هو المسيطر والقوي والغامر والنوعية الأساسية أو جوهر الوجود، فهو عميق وغير مشروط، ودون موضوع أو غاية. إنه ليس حالة عاطفية بل هو حالة أو شرطاً للتحرر بدلاً من المحدودية. الفراغ (مستوى التقييم 850) مماثل للفضاء اللامتناهي والفراغ والواعي الفضاء. في المقابل، الحضور الربّاني هو مثل قلب الشمس. لا يوجد أي خطأ في الحب لأنه يتم تمييزه على أنه صميم ومصدر الذات الأساسية للمرء.

## توضيح مشاكل الفراغ

الجدوى التي تقدمها أبحاث تقييم الوعي بالإضافة إلى التجربة الذاتية، وسوء الفهم لموضوع الفراغ يمكن توضيحه بشكل أفضل. ينشأ الالتباس من خلال الإنكار وكذلك من المصطلحات المنسوبة إلى التصريحات المزعومة من قبل بوذا (الذي نصح بعدم استخدام مصطلح «الله» بسبب المعلومات المضلّة الواسعة النطاق حول الطبيعة الحقيقية للربوبية). وللمساعدة على الفهم تعتبر التقييمات التالية مفيدة جداً:

مستوى التقييم	
الواقع كمشاهد/كمراقب	600
أرھات Arhat	800
النظر ضمن «الطبيعة الذاتية» للمرء	845
الفراغ	850
الوحدانيّة	850
العدم	850
الواقع كوعي	850
الواقع كإدراك	850
الكليّ العلم	850
الكليّ الحضور	850
الكليّ القدرة	850
الكلية	855
البوذيّة 1,000	1000
الخالق	لانهايي
الألوهيّة	لانهاية
الله	لانهايي

كما يتضح مما سبق أعلاه، يظهر مستوى التقييم 850 التطابق مع السمات أو المواصفات أو الخصائص المميزة للربوبية ولكن ليس مع الربوبية بحد ذاتها. وهكذا فالشموليّة وكيّّة الوجود واللاخطيّة والوحدانية وما إلى ذلك هي صفاتٌ للألوهية إلا أنّها لا تزال تفتقر إلى الهوية الأساسية، وهو الإدراك الواعي لله على أنه الإله وبالتالي فهو خالق ما نراه وما هو غير مرئيّ بالنسبة لنا (الخطي وغير الخطي)، ومصدر الحب والوعي/الإدراك. وقد صيغت تعاليم بوذا ظاهرياً لتجنب التصوّرات المسبقة عن مصطلح «الله»،

ولكن نظراً لتقييم بوذا عند المستوى 1000 فقد كان ينظر إليه بشكلٍ فعليّ كرتب.

الانتقال من مستوى التقييم 850 إلى المستوى 1000 هو نتيجة لرفض الفراغ كواقع نهائيّ والتأكيد على أن الإدراك بأن مصدر حالات التنوير هي الربوبية على اعتبار أن الله يشتمل على جميع الصفات التي يقع تقييمها عند المستوى 850، بالإضافة إلى اعتبار أن الله هو الحب اللامتناهي. التنوير الكامل يدرك الو- على أنه الله ويفهم الألوهية كمصدرٍ وجوهرٍ للحياة والخلق والوعي/الإدراك، والكينونة. ولذلك يوصف الله بالكليّ القدرة والكليّ العلم والموجود في كل مكان، وهو الراسخ والمتسامح،

إضافةً لكونه الظاهر والباطن(الألوهيّة). مستوى التقييم 1000 هو الحالة النهائيّة الممكنة ضمن النطاق البشري (الذي يتم تقييمه على أنه «صحيح»).

## تجاوز الفراغ

في الوقت الذي قد يعتبر الطلاب الروحيّون بأن المشكلة الملازمة لمشكلة تجاوز الفراغ المتقدمة للغاية على أعلى المستويات لا يحتمل أن تمثّل تحدياً في هذه الحياة، فإنهم مخطئون تماماً باعتقادهم هذا، لأن أيّ طالبٍ يمكن أن يجد نفسه فجأةً في

مستوى مرتفع للغاية دون سابق إنذار. ولذلك يجب أن يتم توجيه جميع الطلاب في وقت مبكر لكيفية التعامل مع حالات متقدمة جداً من الوعي. والعبارة التي تقول بأن اللجنة والجحيم تفصل بينهما مسافة جزء من عشرة من البوصة ليست مجرد عبارة جذابة. وفي الواقع، يمكن للمرء أن يذهب من أعماق الجحيم إلى الحالات الأكثر تقدماً (كما هو موضح في تجربة ذاتية للمؤلف في الأعمال السابقة).

أحد أسباب العراقيل التي تبدو غير منتهية في الطريق إلى التنوير هو الشك، الذي ينبغي التسليم به كمقاومة. من المهم أن نعرف أنه من النادر جداً أن يكون الإنسان ملتزماً بالحقيقة الروحية لدرجة السعي بجدية إلى التنوير، وبأن أولئك الذين يقومون بهذا الالتزام إنما يفعلون ذلك لأنهم قد حسموا أمرهم بالتوجه للتنوير بشكلٍ فعليّ.

حالياً التطور الروحي يسير بوتيرة مبهجة دائماً، وقد أصبح من الممكن الوصول بسهولة إلى المعلومات الروحية التي لم تكن متاحة فيما مضى. ولقد تسارع تطوّر الطالب الروحي اليوم وحظي بالحصول على المعلومات الروحية التي كانت تقتصر في الماضي على عددٍ قليلٍ جداً.

التقدم الروحي لا يتبع خطواتٍ تقدميةً مريحةً يمكن تحديدها، كما يوصف هنا في تجاوز مستويات الوعي فيما يبدو ضمناً.

وعلى العكس من ذلك يمكن أن تحدث قفزاتٍ كبيرةً غير متوقعة بشكلٍ جيدٍ جداً في أي وقت، وينبغي أن يتحلى جميع الطلاب بامتلاك المعلومات اللازمة عما يجب عليهم معرفته عند مراحل معينة من مسيرتهم. والمعرفة المطلوبة «في النهاية» ضرورة حقا منذ «البداية».

إن معرفة ما هو ضروريّ معرفته من أجل الوصول إلى الحالة الإلهية يسرّع التقدم؛

والتي بدونها سيكون هناك مقاومة غير واعية تُعزى للخوف الناتج عن الجهل. ويتم التغلب على هذا الخوف من خلال اكتساب الفهم اللازم؛ وبذلك لا يبقى هناك ما يستدعي الخوف، ويصبح الخوف كل شيء وهم - والعلم مطلوب أيضاً عن درجات متقدمة للغاية، وأي طالب جاد في المواءمة الروحية والإخلاص لله، وللحب، وللحقيقة، ولاتباع الإنسانية أو للتخفيف من المعاناة الإنسانية أو من معاناة جميع الكائنات التي تملك الحس، هو بالفعل طالب متقدم جداً.

التطبيق المتسق لأبي مبدأ روحي يمكن أن يؤدي بشكل غير متوقع إلى قفزة كبيرة ومفاجئة جداً إلى مستويات غير متوقعة. وعند تلك المرحلة، قد لا تكون الذاكرة متاحة حتى، وبدلاً من ذلك تقدم معرفة الحقيقة الروحية نفسها بصمت. يجب على الطلاب الروحيين أن يقبلوا حقيقة أنهم موهوبون بالفعل. القارئ الجاد لكتاب مثل هذا الكتاب بالكاد يكون خلاف ذلك. الربوبية تعرف نفسها، وبالتالي فإن القبول بأن الحقيقة هي الشعور المسبق الفرح، وعدم تجربة الفرح من خلال فهم هذا يعني بأنه قد تمت مقاومته. ويتم تعزيز هذا الإدراك بفهم أنه خلافاً لنموذج نيوتن المزدوج للواقع، فإن المرء ليس مجرد نتيجة للماضي، وعلى العكس من ذلك فإن الموقف الحالي يرجع إلى جذب الإمكانيات، لأن الماضي والمستقبل كلاهما وهم. لذلك، يصبح الالتزام بالتنوير الآن بمثابة مغناطيس يجذب المرء نحوه، ومعدّل التطور يرجع إلى استعداد الفرد للتنازل عن المقاومات.

التنوير ليس شرطاً يمكن الحصول عليه، بل هو مجرد يقين نستسلم له، لأن الذات الإلهية بشكل مسبق هي واقع المرء. إنه الذات الإلهية التي تجذب المرء إلى المعلومات الروحية.

الاستسلام النهائي

في مستويات الوعي السابقة، تم التنازل عن أوهام الإدراك، نظراً لامتلاك تفسيراتٍ  
«المعنى» والقيمة والأهمية المتراكمة. وهذا يؤدي إلى فقدان التطابق مع  
الانفعالية أو الخطية. في صيغة العمل العقلي وسحب استغلال الأهمية  
التي من خلالها يكون الانتقال، بما في ذلك الجسم المادي والظواهر  
الدنيوية.

في نهاية المطاف حتى الوهم من المشاهدين/المراقبين/المتفرجين يتلاشى ضمن  
الإدراك/الوعي نفسه، والذي اكتشف بأنه غير شخصي ومستقل. ولا يعود هناك  
قيود من «السبب والنتيجة» أو «التغيير». كما يتلاشى الوهم من «الوقت»  
أيضاً ضمن التوافق الإلهي الكلي، مع عدم وجود جاذبية ولا نفور حتى للكينونة  
نفسها لأنه يُنظر للظاهر على أنه نتيجة للتبصر من خلال الوعي كمفهوم.

وقد تم تسليم الكل إلى الله، وعندئذ يبقى ما تبقى آثار الذات كمصدر ظاهري  
للحياة - جوهر الأنا نفسها، مع الاقتناع بأنه المبدع والمصدر الأساسي لحياة المرء  
ووجوده. عندما يتجلى هذا كما في حالة المعرفة أيضاً أنه «حتى هذا أيضاً» يجب  
أن يتم تسليمه إلى الله. وتتم الإشارة إلى هذا الحاجز الأخير من خلال انفجار  
مفاجئ لما تبقى من الخوف السابق، بشكل قوي جداً وشديد-

الخوف الأساسي من الموت، ثم تتجلى المعرفة التي كانت ناشئة في الهالة الروحية  
بأن «كل الخوف هو وهم» و«الموت ليس احتمالاً»، ومن ثم كنتيجة للإيمان  
والتفاني يتم الاستسلام للوهم الأخير ويظهر بعد ذلك الإحساس بالخوف البسيط  
والفعلي من الموت - عذاب لفترة وجيزة ولكنه شديد جداً لأنه على عكس الموت  
الجسدي، لم تتم تجربته من قبل. هذا هو «الموت» الوحيد والنهائي المحتمل.  
عندما ينقضي العذاب يتجلى المجد اللانهائي للألوهية، وتختفي آخر بقايا الأنا/  
العقل في صمت الوجود.

الكمال المذهل والجمال الكلي للخلق كألوهية يشع بها، وكلها تبقى وراء كل العصور. المجد لله في العلا هي الحالة نفسها.

للمراجعة المفيدة

910 محبة غيتا
850 هاغ بو - زن
880 لامزا الكتاب المقدس (مسنثى منه الرؤيا، العهد القديم باستثناء سفر التكوين، المزامير والأمثال)
895 عقيدة «نقية»
970 الأونشاد
970 الفيدا
905 الزوهار

ملاحظة: تعاليم زن لـ هوانغ بو إشكالية لأنها تصف طريق النفي وتعلن بشكلٍ مغلوٍ عن حالة الفراغ (مستوى التقييم 850) على أنها الشرط النهائي للبوذية (المستوى 1000). بعد موعظته الكلاسيكية عن الفراغ تجاوز بنفسه الحد ووصل في نهاية المطاف مستوى الوعي 960 في وقتٍ لاحقٍ من الحياة. لذلك ينفي الخطيئة فقط ولكن لا ينفي الواقع غير الخطي للحب. ينفي فقط الارتباطات الشخصية المحدودة التي هي انفعاليةٌ محدودة. الحب الإلهي هو خاصيةٌ عالميةٌ وسياقٌ غير خطي يكون فطرياً مثل إشعاع السياق العام.

الملاحق

الملحق A: خريطة مقياس الوعي

العملية	المشاعر	المقياس	المستوى	النظرة للحياة	النظرة للإله
وعي خالص	تفوق الوصف	700-1000	تنوير	كائنة	الذات
تنوير	نعمة وبركة	600	سلام	منالية	كل شيء
نحول	سكينة	540	فرح	كاملة	واحد
رؤيا	إجلال	500	حب	كريمة	محب
استخلاص	إدراك	400	عقل	هادفة	حكيم
تجاوز	تسامح	350	قبول	متناغمة	رحيم
عزيمة	تفاؤل	310	استعداد	واعدة	ملهم
تحرير	ثقة	250	حياد	مرضية	فادر
تقوية	إثبات	200	شجاعة	ممكنة	غفور
تقوية	إثبات	175	فخر	متطلبة	غير مكترث
عدائية	كره	150	غضب	معادية	ثأري
استعباد	تعطش	125	رغبة	مخيبة للأمال	منكر
انسحاب	قلق	100	خوف	مفرعة	عقابي
جزع	ندم	75	أسى	مأساوية	مهمل
تنازل	قنوط	50	لا ميالة	مستحيلة	مُدين
إهلاك	لوم	30	شعور بالذنب	فاسدة	منتقم
إفصاء	خزي	20	عار	نعيسة	مزدبر

## الملحق B: كيفية تقييم مستويات الوعي

### معلومات عامة:

مجال طاقة الوعي لا متناهي البعد. ترتبط مستويات محددة بالوعي الإنساني وقد تم تقييمها بين «1» و«1000» (انظر الملحق ب: خريطة مقياس الوعي)، وتعكس مجالات الطاقة هذه الوعي البشري وتهمين عليه.

كل شيء في الكون يصدر إشعاعاً بترددٍ معين أو بمجالٍ دقيقٍ للطاقة يبقى ضمن مجال الوعي بشكلٍ دائم. وهكذا يتم تسجيل أيّ شخصٍ أو كائنٍ كان قد عاش في أي وقتٍ من الماضي مع كل ما يخصّه، ويشمل ذلك الأحداث أو الأفكار أو الأفعال أو المشاعر أو المواقف إلى الأبد، ويمكن استرجاعها في أي وقتٍ في الحاضر أو في المستقبل.

### الأسلوب

في اختبار العضلات تكون النتيجة «الاستجابة» أو «عدم الاستجابة» لتحفيزٍ معيّن. وعادةً ما يتم ذلك عن طريق الشخص الخاضع للتجربة الذي يمد ذراعه ليقوم المختبر بالضغط على رسغ الذراع الممدودة بشكلٍ خفيف وذلك باستخدام إصبعين. وعادةً ما يحمل هذا الشخص الخاضع للتجربة في جسمه مادةً لاختبارها على الضفيرة الشمسية (النقطة المسؤولة عن أعضاء الجسم والتي تقع أسفل الحجاب الحاجز) من جهةٍ أخرى. يقول المختبر للشخص الخاضع للاختبار «قاوم»، فإذا كانت المادة التي يجري اختبارها مفيدةً للشخص الخاضع للاختبار فإن الذراع ستكون قويةً، وإذا لم تكن مفيدةً أو كان لها تأثيرٌ سلبيٌّ فإن الذراع ستضعف، والاستجابة سريعةً جداً وموجزة.

من المهم أن نلاحظ أن النية بالإضافة إلى المختبر والشخص الخاضع للاختبار

كلاهما يجب أن يقع تقييمه فوق المستوى 200 من أجل الحصول على استجاباتٍ دقيقة.

وقد أظهرت تجارب مجموعات الحوار الإلكترونية أن العديد من الطلاب يحصلون على نتائج غير دقيقة. وتظهر أبحاثٌ أخرى أنه عند مستوى التقييم 200 لا تزال هناك فرصةٌ للخطأ بنسبة ثلاثين في المئة، بالإضافة إلى ذلك فإن أقل من اثني عشر في المئة من الطلاب يحصلون على الدقة المناسبة، ويرجع ذلك بشكل أساسي إلى التمسك اللاواعي بالمواقف (جيفري وكولير، 2007

## Jefry and Colyre.

وكلما ارتفعت مستويات الوعي لدى فريق الاختبار ازدادت دقة النتائج التي يتم التوصل إليها. الموقف الأفضل هو واحدٌ من العزل السريري الذي يثير إحدى القضايا بقضيةٍ سابقة، «قياساً بأعلى مستوى للجودة، يعتبر التقييم صحيحاً فوق القيمة 100. فوق القيمة 200»، الخ. الصيغة «أعلى مستوى للجودة» تزيد من الدقة لأنه يتجاوز المصالح الشخصية لخدمة الذات والدوافع.

كان هناك اعتقادٌ سائدٌ لسنواتٍ عديدة بأن الاختبار هو استجابةٌ موضعيةٌ لوخر الجسم بالإبر أو لنظام المناعة، ولكن الأبحاث كشفت في وقتٍ لاحق أن الاستجابة ليست استجابةً موضعيةً للجسم على الإطلاق، بل هي استجابةٌ عامة للوعي ذاته لطاقة مادةٍ أو قضية. ومذا ما يعتبر صـحيحاً أو مفيداً أو أن الحياة المتطورة تقدّم استجابةً إيجابيةً تنبع من مجال الوعي غير الشخصي الذي يوجد في كلّ كائنٍ حيّ. ويشار إلى هذا بالاستجابة الإيجابية التي تبديها عضلات الجسم التي تصبح قوية. وهناك أيضاً الاستجابة المرافقة للحدقة (العيون تتوسع مع الزيف وتتضيق مع الحقيقة)، بالإضافة إلى التغيرات في وظيفة الدماغ التي تم الكشف عنها عن طريق التصوير المغناطيسي. (ونذكر على

سبيل تقديم الفأيدة بآن العضلات الـدالّية هي عادةً الأفضّل استخداماً كعضلة استدلالية، ولكن ذلك لا يعني أنه لا يمكن استخدام أيّ عضلة من عضلات الجسم لهذا الغرض).

قبل طرح السؤال (على شكل تصريح)، من الضروري أن يتم تحديد «الإذن» الذي ينص على أن «لديّ إذنٌ بالسؤال عما يدور في ذهني». (نعم/لا) أو «هذا التقييم يخدم المستوى الأعلى للجودة».

إذا كانت التصريح كاذباً أو كانت المادة ضارّة، تصبح استجابة العضلات للأمر «قاوم» ضعيفةً بشكلٍ سريع، وهذا يدل على أن التحفيز سلبيّ، أو غير صحيح، أو مضادٌ للحياة، أو أنّ الجواب هو «لا». الاستجابة سريعةٌ ووجيزة المدة. وعندها سوف يتعافى الجسم بسرعةٍ ويعود إلى الشد العضلي العادي.

هناك ثلاثة سبلٍ لإجراء الاختبار يستخدم أحدها في البحث، ويتطلب استخدامه بشكلٍ عامٍ أيضاً شخصين: المختبر والشخص الخاضع للاختبار، ويفضّل الوضع الهادئ مع عدم وجود موسيقى الخلفية. يغلّق الشخص الخاضع للاختبار عينونه. يجب على المختبر أن يصوغ «السؤال» ليتم طرحه على شكل قضية، ومن ثمّ يمكن الإجابة على القضية بـ «نعم» أو «لا» من خلال الاستجابة العضليّة. على سبيل المثال الشكل غير الصحيح هو أن نسأل: «هل هذا حصانٌ سليم؟» أما الشكل الصحيح فهو جعل القضية «هذا الحصان سليم»، أو القضية الملازمة لها «هذا الحصان مريض».

بعد تحضير القضية يقول المختبر: «قاوم» للشخص الخاضع للاختبار الذي يحمل الذراع الممتدة على الأرض. يضغط المختبر باستخدام إصبعيه على معصم الذراع الممتدة بشكلٍ حاد وبقوةٍ خفيفة. قد يبقى ذراع الشخص الخاضع للاختبار قوياً، مشيراً إلى «نعم»، أو قد يصبح ضعيفاً مشيراً إلى «لا»، وتكون الاستجابة قصيرةً

وفورية.

وهناك طريقة ثانية يمكن للمرء تجربتها لوحده هي طريقة الحلقة «O» «-O ring». يتم وضع الإبهام والإصبع الوسطى لنفس اليد معاً بإحكام لتكوين الشكل «O»، وتستخدم سبابة اليد على شكل خطاف من جهة أخرى في محاولة لفصلهما عن بعضهما. هناك فارق ملحوظ في القوة ما بين الاستجابة «نعم» و«لا» (روز 2001).

الطريقة الثالثة هي الأبسط، مع أنها مثل الطرائق الأخرى تتطلب القليل من الممارسة. ببساطة ارفع غرضاً ثقيلاً مثل قاموس كبير أو زوج من الطوب من على طاولة ارتفاعها بمستوى الخصر. ضع في ذهنك صورة أو قضية صحيحة ليتم تقييمها وعندئذ ارفع.

ثم بشكلٍ معاكسٍ لذلك، ضع في ذهنك شيئاً خاطئاً. لاحظ السهولة في رفع الثقل عند وضع الحقيقة في الذهن، والجهد الأكبر اللازم لرفع الحمل عندما تكون القضية زائفة (غير صحيحة). ويمكن التحقق من النتائج باستخدام طريقتين آخرين.

### تقييم مستوياتٍ محدّدة

النقطة الحرجة الفاصلة بين الإيجابي والسلبي، أو بين الصواب والخطأ، أو بين ما هو بناءٌ أو مدمرٌ تقع عند مستوى التقييم 200

(انظر الخريطة في الملحق ب). أيُّ شيءٍ يقع فوق المستوى 200 أو أنه صحيح يجعل الشخص موضع الاختبار قوياً، وكل ما هو أدنى من المستوى 200 أو أنه زائفٌ يتسبب للذراع بالضعف.

يمكن اختبار أيِّ شيءٍ في الماضي أو في الحاضر بما في ذلك الصور أو القضايا أو

الأحداث التاريخية أو الشخصيات البارزة. وهي لا تحتاج إلى التعبير عنها لفظياً.

## التقييم العددي

على سبيل المثال: «تعاليم رامانا ماهرشي يقع تقييمها فوق المستوى 700» (نعم/لا). أو «تقييم هتلر فوق المستوى 200» (نعم/لا). «عندما كان في العشرينات» (نعم/لا). «في الثلاثينات» (نعم/لا). «في الأربعينات» (نعم/لا). «حين وفاته» (نعم/لا).

## تطبيقات

لا يمكن استخدام اختبار العضلات للتنبؤ بالمستقبل، ومن ناحية أخرى ليس هناك حدود لما يمكن أن يتم السؤال عنه. الوعي غير محدود بالزمان أو بالمكان، ومع ذلك فقد يتم رفض الإذن. جميع الأحداث الحالية أو التاريخية متاحة للاستفسار. الأجوبة ليست شخصية ولا تعتمد على نظم الاعتقاد لكل من المختبر والشخص الخاضع للاختبار. على سبيل المثال ارتداد البروتوبلازم من المحفزات الضارة ونزيف اللحم. هذه خصائص مواد الاختبار وهي غير شخصية. الوعي في الواقع يعرف الحقيقة فقط لأن الحقيقة فقط هي التي تثبت وجودها الفعلي، وهو لا يستجيب إلى الباطل لأن الباطل لا وجود له في الواقعية. كما أنه لن يستجيب بدقة للتساؤلات غير المتكاملة أو الأنانية.

وبعبارة دقيقة فإن نتيجة الاختبار هي إما الاستجابة «on» أو عدم استجابة «not on»، بشكلٍ مماثلٍ للمفتاح الكهربائي حيث نستخدم المصطلح «on» لنقول بأن الكهرباء موصلة، وعندما نستخدم مصطلح «off» فنحن نعني تماماً بأنها مقطوعة. في الواقع ليس هناك شيء من هذا القبيل «الانقطاع». هذ قضية خفية ولكنها حاسمة لفهم طبيعة الوعي. الوعي قادرٌ على الاعتراف بالحقيقة فقط، فهو مجرد فشلٍ في الرد على الباطل. وبشكلٍ مماثلٍ فإن المرآة تعكس الصورة

فقط إذا ما كان هناك شيءٌ أمامها لتعكسه، فإن لم يكن أمام المرأة جسمٌ فلن يظهر فيها شيءٌ.

## تقييم مستوى

يتم تقييم المستويات نسبةً إلى مقياسٍ مرجعيٍّ محدّد. وللوصول إلى نفس الأرقام الواردة في المخطط الموضح في الملحق B،

يجب أن يتم وضع مرجعيةً لذلك الجدول أو عن طريق عبارةٍ مثل: «بحسب مقياس الوعي البشري من 1 إلى 1000، حيث يشير المستوى 600 إلى التنوير، فإن هذا يقع عند مستوى تقييمٍ يزيد على (عددٍ ما)»، أو «بحسب مقياس الوعي بما أن المستوى 200

هو مستوى الحقيقة والمستوى 500 هو مستوى الحب فإن هذه القضية يقع تقييمها فوق». (كتابة رقمٍ معيّن).

## معلومات عامة

يريد الناس عموماً تمييز الحق من الباطل، ولذلك يجب أن تكون القضية محددةً للغاية. تجنّب استخدام مصطلحاتٍ عامّةٍ مثل:

عملٌ «جيد» يستحق تقديم طلبٍ للحصول عليه. «جيد» من أية ناحية؟ جدول الأجور؟ ظروف العمل؟ فرص التطوّر؟ نزاهة رب العمل؟

## الخبرة

التألف مع الاختبار يجلب الخبرة المتقدمة. الأسئلة «الصحيحة» التي يجب طرحها تظهر تباعاً ويمكن أن تكون في الغالب دقيقة بشكلٍ كبير. إذا عمل المختبر نفسه مع الشخص الخاضع للاختبار معاً لفترةٍ من الزمن، فإن أحدهما أو كلاهما سوف

يطوّر ما يمكن أن يصبح دقةً مذهلةً في القدرة على تحديد ماهية الأسئلة المحدّدة التي ستطرح، على الرغم من أن الموضوع قد يكون غير معروفٍ تماماً من قبل أيّ منهما. على سبيل المثال فقد المختبرِ غرضاً وبدأ بقوله: «تركته في مكنتي» (الجواب: لا). «تركته في السيارة» (الجواب: لا). وفجأةً «يرى» الخاضع للاختبار الغرض ويقول: «أسأل، إنه معلقٌ على الجانب الخلفي لباب الحمام». ويقول المختبرِ: «الغرض معلقٌ على الجانب الخلفي لباب الحمام؟». (الجواب: نعم) في هذه الحالة بشكلٍ فعليٍّ، لم يكن الخاضع للاختبار يعلم حتى بأن المختبرِ توقف للترود بالوقود وترك سترته في حمام محطة المحروقات.

يمكن الحصول على أية معلوماتٍ حول أي شيءٍ في أيّ مكانٍ، في الوقت الحالي أو في الماضي أو الفضاء، اعتماداً على الحصول على إذنٍ مسبق. (في بعض الأحيان يحصل المرء على «لا»، ربما لأسبابٍ كارميّةٍ أو لأسبابٍ غير معروفةٍ أخرى). ويمكن التحقق من دقتها بسهولةٍ عن طريق تفحصها بالمقاطعة. وكل من يتعلم هذه التقنية، سيجد أمامه الكثير من المعلومات المتاحة على الفور بشكلٍ يزيد على ما يمكن أن تحمله جميع أجهزة الحواسيب والمكنتبات في العالم. وبذلك فإن الاحتمالات غير متناهية بشكلٍ واضح والتتقيب عنها مشوّق.

## المحددات

لا يكون الاختبار دقيقاً ما لم يكن الأشخاص الخاضعون للاختبار أنفسهم يقعون عند مستوىٍ يفوق المستوى 200، بالإضافة إلى لئون النزيّة لاس-تخدام الاختبار متكاملةً ويقع تقييمها أيضاً فوق المستوى 200. والشروط هو واحدٌ من الموضوعية المنفصلة والمواءمة مع الحقيقة بدلاً من الرأي الشخصي. وهكذا فإن محاولة «إثبات وجهة نظر» يلغي الدقة. وفي بعض الأحيان لا يستطيع المتزوجون لأسباب لم يكتشفوها بعد أن يستخدموا بعضهم البعض كمواضيع للاختبار، وقد يضطرون إلى العثور على شخصٍ ثالثٍ

ليكون شريكاً في الاختبار.

الشخص المناسب الخاضع للاختبار هو الشخص الذي يصبح ذراعه قوياً عندما يتم وضع كائن أو شخص محبّب في الدهن،

ويصبح ضعيفاً عندما يتم وضع أشياء سلبية في الدهن مثل الخوف والكرهية والشعور بالذنب، وما إلى ذلك (على سبيل المثال ونستون تشرشل يجعل المرء قوياً، وبن لادن يجعل المرء ضعيفاً).

وفي بعض الأحيان، يعطي الشخص المناسب الخاضع للاختبار استجاباتٍ متناقضة. ويمكن أن يتم مسح هذا عادةً عن طريق القيام بـ «thymic thump». (باستخدام قبضة مغلقة اطرق ثلاث مراتٍ على الجزء العلوي من عظم القص مع الابتسامة، وقل «ها ها ها» مع كل طرقة وتصور ذهنياً شخصاً ما أو شيئاً يكون محبباً)، وسيختفي عندئذٍ الاختلال المؤقت.

وقد ينتج هذا الخلل عن وجود المرء مع أشخاصٍ سلبين في الآونة الأخيرة، والاستماع إلى موسيقى الروك الصاخبة، ومشاهدة البرامج التلفزيونية العنيفة، ولعب ألعاب الفيديو العنيفة، وما إلى ذلك. إن للطاقة السلبية للموسيقى تأثيرها الضار على نظام الطاقة في الجسم الذي يمتد إلى نصف ساعة بعد إيقاف تشغيلها، كما تعد الإعلانات التلفزيونية أو اللوحات الإعلانية التجارية أيضاً من المصادر الشائعة للطاقة السلبية.

وكما لوحظ سابقاً فإن هذا الأسلوب لتمييز الحقيقة من الزيف، والمستويات المعيارية للحقيقة لها متطلباتها الدقيقة. ونظراً للقيود تم توفير مستويات معيارية لتكون مرجعاً جاهزاً في الكتب السابقة، وعلى نطاقٍ واسعٍ في كتاب الحقيقة مقابل الزيف.

## تفسير

اختبار قوة العضلات هو اختبارٌ مستقلٌ عن الرأي الشخصي أو المعتقدات الشخصية، وهو استجابةٌ غير شخصيةٍ لمجال الوعي،

تماماً كما هي البروتوبلازما غير شخصيةٍ في استجاباتها. ويمكن البرهان على ذلك من خلال الملاحظة بأن استجابات الاختبار هي نفسها سواء كانت ملفوظةً أو تم الاحتفاظ بها بصمتٍ في الذهن. وبالتالي، فإن الشخص الخاضع للاختبار لا يتأثر بالسؤال لأنه لا يعرف حتى ما هو ذلك السؤال، وإثبات ذلك، قم بالتمرين التالي:

يضع المختبر في ذهنه صورةً غير معروفةٍ للشخص الخاضع للاختبار ويصرح بما يـلـي «الصورة التي أحملها في ذهني إيجابية» (أو «صحيحة» أو «يقع تقييمها فوق المستوى 200»، وما إلى ذلك). عند توجيه الرسالة يقاوم الشخص الخاضع للاختبار عندئذٍ الضغط المطبق على المعصم إذا كان المختبر يحمل في ذهنه صورةً إيجابيةً (على سبيل المثال أبراهام لينكولن، يسوع،

الأم تيريزا، وما إلى ذلك)، وتغدو عضلات ذراع الشخص الخاضع للاختبار قويةً. وإذا ما كان المختبر يحمل في ذهنه قضيةً كاذبةً أو صورةً سلبيةً (على سبيل المثال ابن لادن وهتلر وهلم جرا)، فإن الذراع يصبح ضعيفاً. وبما أن الشخص الخاضع للاختبار لا يعرف ما في ذهن المختبر، فإن النتائج لا تتأثر بالمعتقدات الشخصية.

## الاستبعاد

يقع كلٌّ من التشكيك (مستوى التقييم 160) والتهكُّم بالإضافة إلى الإلحاد تحت مستوى التقييم 200 لأنها تعكس حكماً مسبقاً سلبياً. وفي المقابل

فإنّ الاسـتفسار والاسـتقصاء الصـحيح يتطلّب عـقلاً منفتحاً ونزاهةً مجرّدةً من الغرور الفكري. الدراسات السلبية لمنهجية الاختبار جميعها تقع دون مستوى الوعي 200 (عادةً عند المستوى 160)، كما يفعل الباحثون أنفسهم.

حتى أن الأساتذة الشهيرين الذين قد يتم تقييمهم عند مستوى أدنى من المستوى 200 يبدون مدهشين للشخص العادي. وبالتالي فإن الدراسات السلبية هي نتيجة للتحيّز السلبي. على سبيل المثال تصميم الباحث فرانسيس كريك Francis Crick الذي أدى إلى اكتشاف نمط الحلزون المزدوج للحمض النووي DNA الذي يقع تقييمه عند المستوى 440. كان آخر تصميمٍ لبحثه الذي يؤيّد إثبات أن الوعي هو مجرّد نتاج للنشاط العصبي، يقع عند المستوى 135 فقط. (كان ملحقاً).

فشل الباحثون الذين يقومون بأنفسهم أو عن طريق الخطأ بتصميم بحوثٍ خاطئة تقع تقييمها دون المستوى 200 (جميعها تقع في حدود المستوى 160) يؤكّد حقيقة المنهجية نفسها التي يدعون دحضها. «لا بد» لهم من الحصول على نتائج سلبية، وهو ما يحدث، مما يثبت بشكلٍ متناقض دقة الاختبار لاكتشاف الفرق بين الأمانة غير المتحيّزة وعدم الأمانة.

أيّ اكتشافٍ جديد قد يقلب عربة التفاح ويُنظر إليه كتهديدٍ للوضع الراهن لأنظمة الاعتقاد السائدة. أبحاث الوعي تلك التي تؤكّد الواقع الروحي تعمل بطبيعة الحال على إسقاط المقاومة، على اعتبار أنّها هي في الواقع مواجهةً مباشرةً لسيادة جوهر الأنا نفسها، والتي هي عنيدهً ومتشبهةً بالرأي بالفطرة.

الفهم محدودٌ تحت مستوى الوعي 200 ويقتصر على هيمنة العقل السفلي القادر على تمييز الحقائق، ولكنها مازالت غير قادرة على إدراك المقصود بمصطلح «الحقيقة» (إنه يخلط بين *res interna* و *res externa*)، ومذه

الحقيقة لديها مرافقات فيزيولوجية تختلف عن الزيف. بالإضافة إلى ذلك الحقيقة بديهية كما يتضح من استخدام تحليل الصوت، ودراسة لغة الجسد،

واس-تجابة الحدقة، وتغيرات التخطيط الـدماغي الـكهربائي EEG، وتقلبات في التنفس وضغط الدم، والاس-تجابة الـكهربائية «الكلفانية» للجلد، والتغطيس، وحتى تقنية هونا Huna لقياس المسافة التي تشع بها الهالة من الجسم. بعض الناس لديهم تقنية بسيطة جداً تستخدم الجسم الواقف مثل البندول (يسقط نحو الأمام مع الحقيقة ونحو الخلف مع الزيف).

باستخدام صيغة أكثر تقدماً المبادئ السائدة هي أن الحقيقة لا يمكن دحضها بالزيف كما أن الضوء لا يمكن دحضه بالظلام. لا يخضع غير الخطي لقيود الخطي. الحقيقة هي من نموذج مختلف عن المنطق، وبالتالي فهي ليست قابلةً للـ«إثبات»، على اعتبار أن ما هو قابلٌ للإثبات يقع عند المستوى 400 فقط، ومنهجية أبحاث الوعي تعمل عند مستوى 600 وهي في واجهة بينية ذات أبعادٍ خطيةٍ وغير خطيةٍ.

## التناقضات

ويمكن الحصول على تقييماتٍ مختلفة مع مرور الوقت أو من قبل باحثين مختلفين لأسباب متنوعة:

1 - تتغير الأوضاع والأشخاص والسياسة والسياسات والمواقف مع مرور الوقت.

2 - يميل الناس إلى استخدام طرائق حسية مختلفة عندما يضعون شيئاً ما في أذهانهم، أي البصرية أو الحسية أو السمعية، أو الشعور. ولذلك فإن «أمك» قد تبدو كما هي، كما تشعر، وما إلى ذلك، أو أن هنري فورد يتم تقييمه كأب، وكصناعي لتأثيره على أمريكا، أو لمعاداته للسامية الخ.

3 - تزداد الدقة مع تزايد مستوى الوعي. (المستويات الواقعة ضمن نطاق المستوى 400 وما فوقه هي الأكثر دقة). يمكن للمرء أن يحدد السياق ويتمسك بالشكليات السائدة. سيحصل نفس الفريق الذي يستخدم نفس التقنية على نتائج متسقة داخلياً. تتطور الخبرة مع الممارسة. غير أن هناك بعض الناس غير القادرين على اتخاذ موقفٍ علميٍّ منفصل، ولا يستطيعون أن يكفوا موضوعيين، وذلك يجعل طريقة الاختبار غير دقيقة من أجلها. التفاني والنوايا للحقيقة يجب أن تعطى الأولوية على الآراء

الشخصية ومحاولة البرهان على أنها «صحيحة». ملحوظة

في حين تم الاكتشاف بأن هذه التقنية لا تصلح للأشخاص الذين يقع مستوى تقييمهم دون المستوى 200، فلقد تم الاكتشاف في الآونة الأخيرة كذلك أن هذه لا تصلح للتطبيق إذا كان الأشخاص الذين يقومون بالاختبار ملحدون. قد يكون هذا مجرد نتيجة لحقيقة أن الإلحاد يقع دون المستوى 200، وأن إنكار الحقيقة أو الألوهية (المعرفة غير المحدودة) يجرد كارمياً الشخص المنكر تماماً مثلما ينكر الكره الحب.

كما اكتشف مؤخراً أن القدرة على دقة اختبار تقييم الوعي يزيد من المستوى الأعلى للوعي للمختبرين. الناس الذين يندرجون في النطاق العالي للمستوى 400 وما فوقه يحصلون على نتائج الاختبار الأكثر موثوقية في الدقة (جيفري وكو 2007).

### ملخص السيرة الذاتية

- مارس الدكتور هاوكينز الطب النفسي منذ عام 1952 وهو عضو شرف في الجمعية الأمريكية للطب النفسي والعديد من المنظمات المهنية الأخرى. وقد-

ش.مل ج.دول لقاءات ه.عل.ى التل.فزيون الوطن.ي ب.برامج

The McNeil/Leher News Hour

The و

The Today Show و Barbara Walters Show

والأفلام الوثائقية العلمية، والعديد من البرامج

الأخرى.

- وهو مؤلف للعديد من المنشورات العلمية والروحية، والكتب، والأقراص المدمجة، وأقراص الفيديو الرقمية، وسلسلة المحاضرات. وشاركه الحائز على جائزة نوبل في الكيمياء لينوس بولينغ Linus Pauling في تأليف كتابه المميز الطب النفسي بالتصحيح الجزيئي Orthomolecular Psychiatry. وكان الدكتور هاوكينز على مدى سنوات عديدة مسـتشاراً للأسقفية والأبرشيات الكاثوليكية، والأخوية الرهبانية، وأخوية الديانات الأخرى.

- وقد حضر الدكتور هاوكينز على نطاقٍ واسعٍ، وذلك بظهوره في دير وستمنستر، وجامعات الأرجنتين، ونوتردام، وميشيغان.

وفي جامعتي فورد هام وهارفارد؛ ومنتدى أوكسفورد في إنجلترا. وألقى محاضرة لاندسبرغ السنوية في كلية الطب بجامعة كاليفورنيا في سان فرانسيسكو، وهو كذلك مستشارٌ للحكومات الأجنبية في الدبلوماسية الدولية وكان له دورٌ فعّالٌ في حل الصراعات الطويلة الأمد والتي كانت تشكل تهديداتٍ كبيرة للسلام العالمي.

- اعترافاً بمساهماته الإنسانية أصبح الدكتور هاوكينز في عام 1995 فارساً لأخوية الهيئة الدينية لمستشاري القديس يوحنا في القدس، التي تأسست في عام

- على الرغم من أن الحقائق الواردة في هذا الكتاب مستمدةً علمياً ومرتبئةً بشكلٍ موضوعيٍّ، فإنها مثل جميع الحقائق التي تم تفحصها شخصياً. التسلسل اليومي المستمر مدى الحياة للحالات الانفعالية للإدراك ابتداءً من سنٍّ مبكرة كان الإيحاء الأول بدايةً،

ثم أعطى التوجيه لعملية الإدراك الذاتي التي تبلورت أخيراً في سلسلة الكتب هذه.

- في سن الثالثة ظهر الوعي الكامل المفاجئ للوجود، الفهم غير الملفوظ ولكن الكامل لمعنى «أنا»، متبوعاً بشكلٍ مباشر بالإدراك المخيف بأني «أنا» قد لا أكون دخلت إلى الوجود على الإطلاق. وكانت هذه الصحوه اللحظية من النسيان إلى الإدراك الواعي،

وفي تلك اللحظة ولدت الذات الشخصية ودخلت ثنائية «يكون» و«لا يكون» الإدراك الذاتي.

- خلال مرحلة الطفولة والمراهقة المبكرة، بقيت مفارقة الوجود والسؤال عن حقيقة الذات مصدر قلقٍ متكرر. قد تبدأ الذات الشخصية في الانزلاق مرةً أخرى ضمن الذات الإلهية النزيهة العظيمة، والخوف الأولي من عدم وجود - الخوف الأساسي من العدمية - سيتكرر.

- في عام 1939 أثناء عملي كموزع للصحف على دراجةٍ، قاطعاً طريقاً يمتد لسبعة عشر ميلاً في ريف ولاية ويسكونسن، وفي ليلةٍ من ليالي الشتاء المظلمة حيث كنت قد قطعت أميالاً عن المنزل في عاصفةٍ ثلجيةٍ شديدةٍ هبطت الحرارة فيها إلى عشرين درجةً تحت الصفر، وانزلقت الدراجة على الجليد، ومزقت الرياح الشديدة الصحف الموجودة في سلة المقود، وبعثرتها على الحقل المغطى بالجليد والثلج. انهمرت الدموع من عيني بسبب الإحباط والإرهاق، وكانت ملابسي قد

تجمّدت وتصلّبت. للهروب من الريح قمت بكسر السطح الجليدي لكمةٍ عاليةٍ من الثلج، وأحدثت ضمنها حفرةً زحفت إلى داخلها، وسرعان ما توقفت عن الارتجاج وشعرت بدفءٍ ممتع، ثم سادت حالةٌ من السلام تفوق كل وصف، وترافق ذلك مع اضطراب الضوء ووجود الحب اللامحدود الذي لم يكن له بدايةٌ ولا نهاية، كما كان من غير الممكن تمييزه عما في داخلي. وتلاشى الجسم المادي والمناطق المحيطة به مع اندماج إدراكي مع حالة التنوير الدائمة الحضور، وأصبح العقل صامتاً، وتوقفت جميع الأفكار، وكان الوجود اللامتناهي هو كل ما كان أو ما يمكن أن يكون ما وراء كل وقتٍ أو وصف.

- بعد ذلك الخلود تنبّهت فجأةً لشخصٍ يهزُّ ركبتي، ثم ظهر لي وجه والدي الملهوف. كان هناك تردّدٌ كبيرٌ في العودة إلى الجسد مع كل ما كان يستتبع ذلك، ولكن بسبب حب والدي وآلامه، قام الروح بتغذية الجسد وتنشيطه. كان هناك تعاطفٌ مع خوفه من الموت على الرغم من أن مفهوم الموت بدا في الوقت نفسه سخيلاً.

- لم تناقش هذه التجربة الذاتية مع أيّ شخصٍ لعدم وجود السياق المتاح للحديث عنها، لم يكن من الشائع أن نسمع عن التجارب الروحية سوى تلك التجارب التي وردت في حياة القديسين، ولكن بعد هذه التجربة، بدأ الواقع المسلم به في العالم يبدو لي مؤقتاً فقط؛ وفقدت التعاليم الدينية التقليدية أهميتها بالنسبة لي، ومن المفارقات أني أصبحت ملحداً. وبالمقارنة مع نور الألوهية الذي كان ينبير الوجود كله كان إله الدين التقليدي يشرق باهتاً حقاً، وبذلك تحل الروحانية محل الدين.

- خلال الحرب العالمية الثانية، كان الواجب الخطير المترتب على كاسحة ألغام في كثيرٍ من الأحيان يجعلها قريبةً من الموت،

ولكن لم يكن هناك خوفٌ منه، وكأن الموت قد فقد حقيقته. بعد الحرب توجهت نحو المدرسة الطبيّة مأسوراً بتعقيدات العقل والرغبة في دراسة الطب النفسي. وكان مدرّبي المحلل النفسي والأستاذ في جامعة كولومبيا ملحداً أيضاً، وكان لكلينا نظرةً قائمة عن الدين. مضى التحليل على ما يرام، وكذلك الأمر بالنسبة لمهنتي، وتبع ذلك نجاحي.

- ومع ذلك لم أكن مستقراً في الحياة المهنية، وأصبحت مصاباً بأمراض التقدم القاتلة التي لا تستجيب لأي علاج متاح. في سن الثامنة والثلاثين، بلغت الحدود القصوى وعلمت بأنني على وشك الموت. لم أكن مهتماً للجسد ولم أعره أي اهتمام، ولكن روحي كانت في حالة من الألم الشديد والقنوط، ومع اقتراب اللحظة الأخيرة، لمعت في عقلي فكرة «ماذا لو كان هناك إله؟» ولذلك دعوت في صلاتي: «إذا كان هناك إله، فأنا أطلب منه مساعدتي الآن». استسلمت إلى الله أيّاً كان ومضيت في غياهب النسيان.

عندما استيقظت، حدث تحوُّلٌ فادحٌ للغاية تمثل في صدمتي وهلعي.

- ولم يعد ذاك الشخص الذي يمثلني موجوداً، مع عدم وجودٍ للذات الشخصية أو للأنا، إلا الوجود اللانهائي لهذه القوة غير المحدودة التي كانت تمثل كل ما في الكون. هذا الحضور كان قد حلّ محلّ ما كان «لي»، وأصبح الجسد وأفعاله مسيطراً عليه فقط بالإرادة اللانهائية للحضور. كان العالم متنوراً بنقاء الوحدة اللانهائية التي أعربت عن نفسها في تكشّف الجمال والكمال اللامتناهي لكل الأشياء.

- مع استمرار الحياة استمر هذا السكون، مع عدم وجود الإرادة الشخصية. انصرف الجسد المادي لأداء أعماله تحت إشراف إرادة الحضور اللامتناهي في قوتها ولكنها اللطيفة للغاية بشكل رائع. في تلك الحالة لم تكن هناك حاجة

للتفكير في أيّ شيء، حيث كانت الحقيقة كلها بديهيةً، ولم يكن هناك تصوّر ضروريّ أو ممكنٌ حتى. في الوقت نفسه شعر الجهاز العصبي الجسدي بالإرهاق الشديد، كما لو أنه كان يحمل طاقةً تفوق بكثير القدرة التي صُمّمت داراته لتحملها.

- ولم يكن من الممكن العمل بفعالية في العالم، وقد اختفت جميع الدوافع العادية، تماشياً مع جميع المخاوف والقلق. لم يكن هناك شيء يتم السعي إليه على اعتبار أن كل شيء كان مثالياً، ولم يكن للشهرة والنجاح والمال أيّ معنى. وحث الأصدقاء على العودة العملية إلى الممارسة السريرية، ولكن لم يكن هناك أي دافعٍ عاديّ للقيام بذلك.

- وقد أصبح هناك الآن القدرة على إدراك حقيقة أن الأساس الذي تقوم عليه الشخصيات: أصل المرض العاطفي يكمن في اعتقاد الناس بأنهم كانوا يمثلون شخصياتهم، وهكذا من ظنهم بأنفسهم، استأنفت الممارسة السريرية وأصبحت ضحمةً في نهاية المطاف.

- حضر الناس من جميع أنحاء الولايات المتحدة، وشمل هذا الاختبار ألفي مريض خارجي، الأمر الذي تطلب أكثر من خمسين معالجاً وموظفاً آخرين، ومجموعة من خمسة وعشرين مكتباً، ومختبرات البحوث والكهربائية الدماغية. كان هناك ألف مريض جديد سنوياً. وبالإضافة إلى ذلك، كانت هناك ظهوراً في البرامج الإذاعية والتلفزيونية، كما ذكر سابقاً. في عام 1973 تم توثيق البحوث السريرية بشكلٍ تقليديّ ضمن كتاب الطب النفسي بالتصحيح الجزيئي Orthomolecular Psychiatry. وكان هذا العمل قبل عشر سنواتٍ من وقته وأثار بعض الضجة.

- تحسّنت الحالة العامة للجهاز العصبي ببطء، وعندها بدأت ظاهرة أخرى. كان

هناك مجموعة حلوة ولذيذة من الطاقة تتدفق باستمرار في العمود الفقري وفي الدماغ مما خلق إحساساً مكثفاً بالمتعة المستمرة. حدث كل شيء في الحياة عن طريق التزامن،

وتطور في تناغم تام. كانت المعجزة أمراً شائعاً، وكان أصل ما يسميه العالم المعجزات هو الحضور، وليس الذات الشخصية. ما تبقى من «لي» الشخصية كان مجرد شاهد على هذه الظواهر. الـ «أنا» الأعظم أعمق من ذاتي السابقة وأفكاري حددت كل ما حدث.

- الحالات التي كانت حاضرة قد تم نقلها عن طريق أناس آخرين على مر التاريخ، وأدت إلى التحقيق في التعاليم الروحية، بما في ذلك تعاليم بوذا والحكماء المستنيرين وهوانغ بو والمعلمين الأكثر حداثة مثل رامانا ماهشري ونيسارغاداتا مهاراج. وهكذا تم التأكد أن هذه التجارب لم تكن فريدة من نوعها. غيتا بهاغافاد الآن عمل إحساساً كاملاً، وفي بعض الأحيان حدثت نفس النبوة الروحية التي أبلغ عنها سري رامانا كريشنا والقديسين المسيحيين.

- كان كل ما في العالم من أشياء وأشخاص مضيئاً وجميلاً بشكل رائع. أصبحت جميع الكائنات الحية مشعة وعبرت عن هذا الإشعاع بسكون وبهاء. وكان من الواضح بأن البشرية كلها في الواقع محفزة بدافع من الحب الداخلي ولكنها ببساطة أصبحت جاهلة. يعيش معظم الناس حياتهم مثل النيام غير مدركين من هم حقاً. بدأ الناس من حولي كما لو أنهم كانوا نائمين، وكانوا جميلين بشكل لا يصدق وكأنهم كانوا يحبون الجميع.

- كان من الضروري وقف الممارسة المعتادة بالتأمل لمدة ساعة في الصباح، ثم تكرار ذلك مرة أخرى قبل العشاء لأن ذلك من شأنه أن يزيد من النعيم إلى حد لم يكن من الممكن التعامل معه، وهي تجربة ماثلة لتلك التي حدثت مع كتلة

الثلج والتي قد تتكرر مع أي صبي، وأصبح من الصعب على نحوٍ متزايدٍ ترك تلك الحالة والعودة إلى العالم. الجمال الرائع لكل الأشياء كان يسطع بكل ما فيها من الكمال، وفي الوقت الذي يرى فيه العالم القبح يكون هناك جمال الخلود فقط. هذا الحب الروحي يغمر كل التصورات، وتختفي جميع الحدود ما بين هنا وهناك، أو ما بين الحاضر والمستقبل أو ما بين الفواصل.

- خلال السنوات التي انقضت في الصمت الداخلي، نمت قوة الحضور، ولم تعد الحياة شخصيةً لأن الإرادة الشخصية لم تكن موجودةً. لقد أصبحت الـ «أنا» الشخصية وسيلةً للوجود اللامتناهي وانتشرت كما أريد لها، وكان الناس يشعرون بسلامٍ استثنائي في هالة ذلك الحضور. سعى الباحثون للحصول على إجابات ولكن بما أنه لم يعد هناك أيّ شخصٍ مثل ديفيد، كانوا في الواقع يتقنون إجاباتٍ من ذاتهم الإلهية الخاصة بهم، والتي لم تكن مختلفةً عن تلك التي تخصني. ومن كل شخصٍ تشعّ الذات الإلهية نفسها من إشراقة عينيه.

- حدثت معجزةٌ ما وراء الفهم العادي، حيث اختفت العديد من الأمراض المزمنة التي عانى منها الجسم لسنوات. تمت تسوية البصر بشكلٍ عفويٍّ، ولم يعد هناك حاجة إلى النظارة طيلة الحياة.

- في بعض الأحيان، تبدأ الطاقة اللطيفة الرائعة والحب اللامتناهي فجأةً بالإشعاع من القلب نحو مشهد بعض المصائب. وبمجرد القيادة على الطريق السريع تبدأ هذه الطاقة الرائعة بالإشعاع من الصدر. بينما كانت السيارة تقترب من أحد المنعطفات وقع حادثٌ تلقائي، وكانت عجلات السيارة لا تزال تدور. مرت الطاقة بكثافةٍ كبيرة في ركاب السيارة ثم توقفت من تلقاء نفسها. وفي مرةٍ أخرى بينما كنت أسير في شوارع مدينة غريبة، بدأت الطاقة تتدفق نحو الأسفل ووصلت إلى مشهد قتالٍ بين عصابات.

سقط المقاتلون وبدأوا يضحكون، ومجدداً توقفت الطاقة.

- وحدثت تغييرات عميقة في التصور دون سابق إنذارٍ في ظروفٍ غير محتملة. أثناء تناولي الطعام بمفردي في مطعم روثمان في جزيرة لونغ آيلاند تكثف الحضور فجأة حتى انصهر كل شيء وكل شخصٍ كان قد ظهر منفصلاً في التصور العادي ضمن عالمية الخلود والوحدانية. في الصمت الساكن أصبح من الواضح عدم وجود «أحداث» أو «أشياء» وبأنه ليس هناك ما «يحدث»

فعلياً لأن الماضي والحاضر والمستقبل هي مجرد تزييف للإدراك، كما هو وهم الـ «أنا» المنفصلة خاضعٌ للولادة والموت. وبما أن الذات الكاذبة المحدودة المنصهرة ضمن الذات الإلهية العالمية بأصلها الحقيقي، كان هناك شعور لا يمكن إنكاره بالعودة إلى الحالة الأصلية من السلام المطلق والارتياح من المعاناة كلها. إن مجرد وهم الشخصية هو أصل المعاناة كلها. عندما يدرك المرء بأن أحدا هو الكون، بالكامل مع كل ما يكون إلى الأبد دونما نهاية، حينها لن يكون هناك المزيد من المعاناة.

- جاء المرضى من جميع بلدان العالم، وكانت حالة البعض منهم الأكثر يأساً من بين الحالات الميؤوس منها. مشوهون، يتلون من الألم، ملفوفون بأغطيةٍ رطبةٍ للانتقال من المستشفيات البعيدة جاءوا على أملٍ لعلاج الذهان المتقدم، والاضطرابات العقلية الخطيرة وغير القابلة للشفاء. وكان البعض منهم من كاتالونيا، ومعظمهم كان أبكماً لسنوات. ولكن في كل مريضٍ تحت مظهر الإعاقة كان هناك الجوهرة المشرق من الحب والجمال، والذي ربما قد يكون محبوباً عن الرؤية العادية نظراً لأنه أو لأنها قد أصبحت غير محبوبين نهائياً في هذا العالم.

- في أحد الأيام تم إحضار امرأة كاتالونية بكماء إلى المستشفى وهي مقيدة،

وكانت تعاني من اضطرابٍ عصبيٍّ حادٍّ ولم يكن بوسعها الوقوف. تموجت ملتويةً على الأرض إثر نوبة من التشنُّج وشخَّصت عينيها. كان شعرها متلبِّدًا. كانت قد مزقت كل ملابسها وتلفظت بأصواتٍ من حلقها. كانت عائلتها غنيةً نسبياً. وفي المحصّلة وعلى مر السنين كانت قد تمت معاينتها من قبل عددٍ كبيرٍ من الأطباء والمتخصصين ذوي الشهرة من جميع أنحاء العالم، وقد تمت تجربة كل أشكال العلاج عليها حتى تم التخلي عنها واعتبارها حالةً ميؤوسٌ منها طبيًا.

- برز سؤالٌ قصيرٌ غير شفهيٍّ: «ماذا تريد أن تفعل معها، يا الله؟» ثم أدركنا بأنها كانت بحاجةٍ لأن تكون محبوبَةً فقط، وهذا كل ما كانت تحتاجه. كانت ذاتها الداخلية تشعّ من خلال عينيها ومع الذات الإلهية المرتبطة مع جوهر ذلك الحب. في تلك الثانية،

كانت تلتئم عن طريق إدراكها من تلقاء نفسها من كانت هي حقاً؛ ولم يعد ما حدث لعقلها أو لجسدها مهماً.

- هذا في جوهره ما حدث لعددٍ لا يحصى من المرضى. فبعضهم تعافى في أعين العالم والبعض لم يتعافى، ولكن حدوث التعافي السريري لم يعد ذا أهميةٍ بالنسبة للمرضى، وقد انقضت معاناتهم الداخلية، لأن شعورهم بالحب والسلام الداخلي أنهى آلامهم. ولا يمكن تفسير هذه الظاهرة إلا بالقول بأن رحمة الحضور أعادت صياغة واقع كل مريض بحيث تم تعريضه للشفاء عند مستوى تجاوز العالم ومظاهره. السلام الداخلي للذات الإلهية يغمرنا بعيداً عن الزمان والهوية.

- كان من الواضح أن كل الألم والمعاناة تنشأ من الأنا فقط وليس من الله. وقد تم إيصال هذه الحقيقة بصمتٍ إلى أذهان المرضى. كانت هذه هي العقبة العقلية في المرأة الكتالونية البكماء الأخرى التي لم تتكلم لسنواتٍ عديدة. خاطبته الذات الإلهية من خلال العقل: «أنت تلوم الله على ما فعلته نفسك بك». قفز من

الأرض وبدأ يتكلم، إلى حد كبير مما تسبب بصدمةٍ كبيرةٍ للممرضة التي شهدت الحادث.

- وأصبح العمل أشد إرهاقاً على نحوٍ متزايدٍ ومضنياً في نهاية المطاف، وتم تجميع المرضى بانتظار فتح الأسرّة على الرغم من أن المستشفى كان قد شيّد جناحاً إضافياً لإيوائهم، وكان هناك إحباطٌ هائلٌ من أنه يمكن مواجهة المعاناة الإنسانية لدى مريض واحدٍ فقط في كلّ مرة، وذلك كمن ينزح ماء البحر. ويبدو أنه يجب أن تكون هناك طريقةٌ أخرى لمعالجة أسباب التوعك الشائع والتدفق الذي لا نهاية له من الألم الروحيّ والمعاناة الإنسانية.

- وأدى ذلك إلى دراسة الاستجابة الفيزيولوجية (اختبار العضلات)، والتي أسفرت عن اكتشافٍ مذهسٍ، هو «الثقب» بين اثنين من الأكوان هما العالم المادي وعالم العقل والروح، وهو الواجهة بين الأبعاد. في عالمٍ مليءٍ بالنيام الذين فقدوا من مصدرهم، وهنا كان الوسيلة للاسترداد والتوضيح للجميع بأن يروا بأنه قد تم فقدان التواصل مع الواقع الأعلى، وأدى ذلك إلى اختبار كل مادة وفكر ومفهوم يمكن أن يخطر في الذهن. وقد ساعد هذا المسعى من قبل طلاي ومساعدتي البحوث، ثم تم الاكتشاف الكبير:

عن-دما تص-بح جم-يع المواض-يع ض-عيفةً من المحفزات الس-لبية، مثل أض-واء الفلوريس-انت والمبي-دات الحش-رية والمحلي-ات الاص-طناعية، ف-إن ط-لاب التخصّص-ات ال-روحيّة ال-ذين ارتق-وا بمس-تويات الإدراك ل-ديهم ل-م يص-بهم الض-عف كما يص-يب الن-اس العاديين. لقد تغيّر شيءٌ مهمٌ وحاسمٌ في وعيهم. ويبدو أن ذلك نتج لأنهم أدركوا أنهم ليسوا تحت رحمة العالم، بل تأثروا فقط بما تعتقد عقولهم. ربما تظهر عملية التقدم الحثيث نحو التنوير لزيادة قدرة الإنسان على مقاومة تقلبات الوجود، بما في ذلك المرض.

- تمتلك الذات الإلهية القدرة على تغيير الأشياء في العالم بمجرد تصوُّرها؛ لقد غيرَ الحبُّ العالم في كل مرةٍ حل فيها محل عدم الحب. يمكن تغيير وجه الحضارة بأكمله بشكلٍ كبيرٍ من خلال تركيز قوة الحب هذه في نقطةٍ محدَّدةٍ جداً، وكلما كان يحدث ذلك،

كان التاريخ ينقسم إلى تشعباتٍ جديدة.

- ويبدو الآن أن هذه الأفكار الحاسمة لا يمكن أن تصل إلى العالم فحسب، بل يمكن أيضاً أن تظهر بوضوح ولا يمكن دحضها.

ويبدو أن المأساة الكبرى للحياة البشرية كانت دائماً بأنه يمكن خداع النفس بسهولة؛ كان الخلاف والنزاع نتيجةً حتميةً لعدم قدرة البشرية على التمييز بين الزيف والحقيقة. ولكن هنا كانت الإجابة على هذه المعضلة الأساسية، وهي طريقةٌ لإعادة صياغة طبيعة الوعي نفسه وجعلها قابلةً للتفسير التي لا يمكن الاستدلال على خلاف ذلك.

- لقد حان الوقت لمغادرة الحياة في نيويورك، مع شقة المدينة والمنزل في لونغ آيلاند من أجل شيءٍ أكثر أهميةً. كان من الضروري جعل «نفسي» كاملاً كأداة، وقد استلزم ذلك ترك العالم وكل ما فيه من أشياء، واستبدالها بحياةٍ منعزلةٍ في بلدةٍ صغيرةٍ حيث أنفقت السنوات السبع التي تلت ذلك في التأمل والدراسة.

- الحالات المفرطة من النعيم عادت بشكلٍ غير مأمول، وفي نهاية المطاف برزت الحاجة لمعرفة كيفية كونك في الحضرة الإلهية مع بقائك تعمل في العالم. وقد فقد العقل ما يحدث في العالم بأسره. من أجل إجراء البحوث وكتابة المؤلفات كان من الضروري وقف جميع الممارسات الروحية والتركيز على عالم الشكل. ساعدت قراءة الصحيفة ومشاهدة التلفاز على الوقوف على قصة الفاعل والأحداث الكبرى وطبيعة الحوار الاجتماعي الحالي.

- إن التجارب الذاتية الاستثنائية للحقيقة، التي هي العالم الصوفي الذي يؤثر على البشرية كلها بإرسال الطاقة الروحية ضمن الوعي الجمعي، غير مفهومة لغالبية البشرية ولذلك فهي ذات معنى محدود بالنسبة لهم باستثناء بقية الباحثين الروحيين الآخرين. وأدى ذلك إلى بذل جهدٍ عادي، لأن مجرد كونه عادياً هو في حد ذاته تعبيرٌ عن الألوهية. يمكن اكتشاف حقيقة الذات الأصلية للمرء من خلال سير الحياة اليومية. العيش مع الرعاية والعطف هو كل ما هو ضروري، وما تبقى من أمورٍ تكشف عن نفسها في الوقت المناسب. شتان ما بين الله والشيء المتبدل.

- وهكذا بعد رحلةٍ دوريةٍ طويلةٍ للروح، كان هناك عودةٌ إلى العمل الأكثر أهميةً والذي كان محاولةً لجعل الحضور على الأقل أقرب قليلاً ليصبح في متناول أكبر عددٍ ممكنٍ من الكائنات.

- الحضور صامتٌ وينقل حالة السلام التي هي المكان الذي فيه ومن خلاله يكون لكل شيءٍ وجوده وتجربته. هو لطيفٌ لدرجة لامتناهية، ولكنه مثل الصخور. معه يختفي الخوف كله. يحدث الفرح الروحي عند مستوى ساكنٍ من النشوة التي لا يمكن تفسيرها. وبما أن اختبار الوقت يتوقف فليس هناك أي تحوُّفٍ أو ندم ولا ألم أو ترُّب. مصدر الفرح لا نهاية له وحاضرٌ أبداً. ومع عدم وجود بدايةٍ أو نهايةٍ لن يكون هناك خسارةٌ أو أسىٌ أو رغبة. ولا حاجة للقيام بشيءٍ فكل شيءٍ يكون بشكلٍ مسبقٍ مثاليًا وتاماً.

- عندما يتوقف الوقت تختفي جميع المشاكل، فهي مجرد أشياء مصطنعة من وجهة نظر الإدراك. عندما يسود الحضور لا يوجد المزيد من المطابقة مع الجسم أو العقل. عندما يغدو العقل صامتاً يختفي التفكير «أنا» أيضاً، ويشعُّ الإدراك النقيّ لإلقاء الضوء

على ما يكون المرء وما كان عليه حاله وما سوف يكون دائماً، وراء كل العالمين وجميع الأكوان، بعد مرور الوقت، وبالتالي من دون بداية أو نهاية.

- يتساءل الناس: «كيف يمكن للمرء أن يصل إلى هذه الحالة من الإدراك»، ولكن قليلاً منهم يتبع الخطوات لأنها بسيطة جداً. أولاً كانت الرغبة في الوصول إلى تلك الحالة مكثفة. ثم بدأ الانضباط للعمل مع الغفران الدائم والعطف واللطف، دون استثناء. يجب على المرء أن يكون رحيماً تجاه كل شيء، بما في ذلك الذات والأفكار. وجاء بعد ذلك الاستعداد لتعليق الرغبات مؤقتاً في التنازل وتسليم الإرادة الشخصية في كل لحظة. مع تسليم كل الفكر أو المشاعر أو الرغبات أو المآثر لله، يصبح العقل صامتاً بشكلٍ تدريجي. في البداية يعمل على إطلاق قصصٍ وفقراتٍ بأكملها، ويولي ذلك الأفكار والمفاهيم. عندما يتخلى المرء عن الرغبة في امتلاك هذه الأفكار، فإنها لن تصل إلى مثل هذا الإسهاب وتصبح مبعثرةً بمجرد صياغتها نصفها فقط. وأخيراً فإنه كان من الممكن إخماد الطاقة التي تقف وراء الفكرة نفسها قبل أن تصبح فكرةً.

- مهمة الثبات والثبات التي لا هوادة فيها للتركيز، مع عدم السماح حتى بلحظة التهاؤ عن التأمل، تتواصل أثناء القيام بالأنشطة الاعتيادية. كان ذلك يبدو في البداية في غاية الصعوبة، ولكن مع مرور الوقت، أصبح معتاداً وتلقائياً ويتطلب القليل والقليل من الجهد، وأخيراً أصبح يسيراً. العملية تشبه صاروخاً يغادر الأرض، فهو يحتاج في البداية لقوة هائلة، ثم تغدو حاجته لهذه القوة أقل فأقل مع مغادرته مجال الجاذبية الأرضية، وأخيراً فإنه يتحرك ضمن الفضاء تحت تأثير دفعه الخاص.

- فجأةً ودون سابق إنذارٍ حدث تحوُّل في الإدراك وكان الحضور هناك لا لبس فيه، ومحيطٌ بكل شيء. كانت هناك بضع لحظات من الخوف عند موت النفس، ومن ثم استلهمت حتمية الوجود ومضةً من الرهبة. وكان هذا الاختراق مذهلاً

وأكثر كثافةً من أي شيءٍ سبقه، حيث أنه ليس له نظيرٌ في الخبرة العادية. وتم تلقي الصدمة العنيفة بالحب المترافق مع الحضور. وبدون الدعم الذي يقدمه هذا الحب وحمائته كان من الممكن إبادة المرء.

- وتبع ذلك لحظةً من الرعب على اعتبار أن الأنا تتمسك بوجودها فإن إخافتها ستكون عديمةً، وبدلاً من ذلك عندما كانت تموت كان يُستعاض عنها بالذات الإلهية على أنها الواقعية كلها، الكل الذي يكون فيه كل شيءٍ معروفاً وواضحاً في التعبير المثالي عن جوهره الخاص. مع عدم التموضع جاء الإدراك بأن المرء هو كل ما كان أو يمكن أن يكون. الواحد هو الشامل والكامل، وراء نطاق كل الهويات، وراء نطاق الذكورة والأنوثة، وحتى خارج نطاق الإنسانية نفسها. لا يحتاج المرء مرة أخرى إلى الخوف من المعاناة والموت.

- ما يحدث للجسم من هذه النقطة غير مادي. عند مستوياتٍ معينة من الوعي الروحي، وأمراض الجسم تشفى أو تختفي تلقائياً.

ولكن في الحالة المطلقة ليس للاعتبارات التالية صلة. الجسم ينفذ منهجه المتوقع ليعود عندئذٍ من حيث جاء. إنها مسألة لا أهمية لها ولا يتأثر بها المرء. يظهر الجسد على أنه «هذا»، «it» بدلاً من كونه «أنا»، «me» كشيءٍ آخر مثل أثاثٍ في غرفة. قد يبدو هزلياً أن الناس لازالوا يعتبرون الجسد كما لو أنه الفرد «أنت»، ولكن لا توجد وسيلةٌ لشرح هذه الحالة من الإدراك لغير المدركين.

فمن الأفضل للمرء أن يمضي في عمله ويترك العناية الإلهية للتعامل مع التكيف الاجتماعي. ومع ذلك فعندما يصل المرء إلى النعيم سيكون في غاية الصعوبة إخفاء هذه الحالة من النشوة العظيمة. قد يكون العالم مبهرأً، والناس يأتون من بعيد ومن كل حدبٍ وصوب ليدخلوا في هالة الصحة. قد يحدث التجاذب بين الساعين للروحانية والفضوليين روحياً، كما قد يكون الأشخاص السقيمين للغاية

هم من يبحثون عن المعجزات. يمكن للمرء أن يصبح المغناطيس الجاذب لهم ومصدر الفرح لهم. عادةً تكون هناك رغبة عند هذه النقطة لمشاركة هذه الحالة مع الآخرين واستخدامها لصالح الجميع.

- النشوة التي ترافق هذا الشرط ليست ثابتة تماماً، فهناك أيضاً لحظات من العذاب العظيم. والحالة الأكثر حدّة تقع عندما تتقلب الحالة وتتوقف فجأة دون أي سبب واضح. هذه الأوقات تجلب فتراتٍ من اليأس الشديد وخوف المرء من أن يتم التحلي عنه من قبل الحضور. هذه السقطات تجعل الطريق شاقّةً، وتجاوز هذه الانتكاسات يتطلب إرادةً كبيرة. ويصبح من الواضح في النهاية أن المرء يجب أن يتجاوز هذا المستوى لئلا يعاني باستمرارٍ من «انحدار النعيم». وعندئذٍ لا بد من التحلي عن تألق النشوة عندما يدخل المرء على المهمة الشاقة المتمثلة في تجاوز الازدواجية حتى يصبح المرء وراء كل المعارضات وتجاوز الصراعات الناتجة عنها. ولكن بما أن المسألة الأساسية هي التحلي بسعادة عن السلاسل الحديدية للـ «أنا»، فذلك هو تماماً التحلي عن السلاسل الذهبية للفرح النشوة. ويتم الشعور كما لو أن المرء يتخلى عن الله، لينشأ مستوى جديد من الخوف الذي لا مثيل له.

هذا هو الرعب النهائي من الوحدة المطلقة.

- بالنسبة لأننا كان الخوف من عدم الوجود هائلاً، وكان يتم التراجع عنه مراراً عندما يبدو فهمه قريباً. ثم أصبح الغرض من المعاناة والليالي المظلمة للروح واضحاً. إنها لا تطاق لدرجة أن آلامها الحادة تحثُّ المرء على بذل الجهد الشديد المطلوب للتغلب عليها. عندما يصبح التذبذب بين السماء والجحيم لا يشمل فإنه يجب التسليم بالرغبة في الوجود نفسه. بمجرد أن فعل هذا قد ينقل المرء أخيراً إلى ما وراء ازدواجية الوجود مقابل العدم، ما وراء الوجود أو عدم الوجود. هذا التتويج للعمل الداخلي هو المرحلة الأكثر صعوبةً، نقطة التحول النهائية، حيث

يدرك المرء تماماً أن وهم الوجود الذي يتجاوزه المرء هنا نهائيٌّ. وليس هناك تراجع عن هذه الخطوة، وشبح عدم الرجعة هذا يجعل الحاجز الأخير يبدو الخيار الأكثر ترويعاً للجميع.

- ولكن في الواقع، في هذه الكشف النهائي للذات، الفناء للازدواجية الوحيدة المتبقية لتجانس الوجود وعدم الوجود يذوب ذاتياً في الألوهية الكونية، مع عدم ترك وعيٍ فرديٍّ ليتم اختياره. الخطوة الأخيرة حينئذٍ يتم اتخاذها من قبل الله.