

رسالة على الصراط

في تقنيات الممارسة ومخاطرها وأعراضها

كما يعلم القارئ المهتم بموقع نور الشمس وخصوصاً القسم المتعلق بالحكمة ومعناها والتي جمعناه في رسالة الخروج إلى الداخل .. إن كل الرسالة ليست أكثر من مقدمة ترشد الإنسان الذي وصل إلى مرحلة النضج أو قارب الوصول إليها إلى طريق الحكمة المتمثل بمعرفة الواقع كما هو وإزالة الحجب التي تمنع من مشاهدة الواقع الفعلي .

لقد شرحنا في رسالة الخروج إلى الداخل بشيء من التفصيل ما هي هذه الحجب ..

وقلنا إنها طبقات الوعي التي تتراكم في وعي الإنسان ويتم زرعها فيه منذ ولادته .. من خلال هذه الطبقات يدرك الإنسان الواقع المحيط به والذي يظهر أمامنا نسمي ذلك .. الحياة .. الدنيا وما تحويه .

يعيش الإنسان في هذا الواقع وهو يظن أن ما يشاهده ويختبره هو الواقع .. هو كل شيء ..

تماماً كمن ولد في جزيرة يحيط البحر فيها من كل جانب يتربى هذا المرء في هذه الجزيرة ويكون جل اهتمامه بما فيها وبكيفية تدبر معاشه وأموره فيها وهو حتى لا يفكر مجرد التفكير بالسؤال هل يوجد شيء خارج الجزيرة أم لا ؟

وحتى إن فكر لسبب ما .. فينظره سريعة باتجاه البحر المحيط بكل جوانب الجزيرة وبأبعد من مد النظر فهو يصل للاستنتاج بأنه لا يوجد سوى جزيرته هذه وأن العالم كله يتمثل بجزيرته وكل ما عليه هو الاكتراث لما فيها .

الشبكة المتفاعلة أو الماتريكس هي تماماً كهذه الجزيرة ..

يعيش كل من فيها داخلها ويظنون أنها هي كل الوجود ولا يوجد شيء خارجها ..

باستثناء من وصل لمستوى النضج والذي يجد داخل ذاته أن هناك شيء ما خاطئ في هذا الظن وأنه لا يمكن أن يكون هذا كل شيء ..

يسعى هذا الإنسان للبحث والمعرفة ويقوده بحثه للدين والفلسفة والعلوم لعله يجد إجابة عما يعتمل داخله من حيرة .

وفي نفس الوقت يعاني هذا المرء نتيجة للاختلاف الذي يجده بين نفسه وبين أغلب المحيطين به الذين لا يكتراثون إلا لما هو داخل هذه الشبكة المتفاعلة ..

يجد نفسه وحيداً حائراً .. في غربة بين من حوله وحتى في غربة قاسية داخله ..

والسبب في ذلك هو أن المرء الذي وصل لمرحلة النضج هو نفسه لا يعلم ما الذي به .. هي مجرد أحاسيس وأفكار .. رفض واضطراب .. سعي لشيء غامض ومحير حتى له ..

هذا هو السبب الذي يجعل من نفس من وصل لهذه المرحلة نفساً معقدة وتبدو محيرة وغامضة للآخرين كما شرحنا في قسم أعمار الأنفس .

تأتي الحكمة لتبين لهذا الحائر سبب حيرته واضطرابه ..

وتحدد له بوضوح الشيء الذي كان يبحث عنه دون أن يعلم ما هو ..

هذا الشيء هو الواقع الفعلي والحقيقي الذي يتجاوز الشبكة .. الذي يتجاوز الماتريكس .

يأتي الحكماء ليؤكدوا لهذا الحائر أنه محق في بحثه وحيرته .. وأنه يوجد دون أدنى شك ما يتجاوز هذه الشبكة ..

توجد جزر خارج هذه الجزيرة ...

وأن الواقع أوسع وأعظم بما لا يمكن وصفه أو تخيله عندما يقارن بما يظن أغلب الناس أنه كل شيء .

يؤكد الحكماء لهذا الحائر أنهم هم أنفسهم اطلعوا على ما هو موجود خارج هذه الشبكة وأن الحائر نفسه يمكنه أن يطلع بنفسه على ما شاهدوه ..

ويحث الحكماء هذا الحائر على أن لا يعتمد على قولهم بذلك بل يطالبونه بالذهاب معهم ليشارك ما شاهدوه هم .

ولكي يتحقق الحائر من ذلك فعليه أن يسلك طريق الحكمة .

وكما أوضحنا في قسم طريق الحكمة .. فطريق الحكمة يقوم على محورين أساسيين وهما المعرفة والممارسة ..

بالمعرفة يُخبر الحكماء بعض مما شاهدوه خارج هذه الشبكة .. ويصفونه بأقصى ما يستطيعون حتى يكون الحائر مستعد ومتأهب لما سيشاهده .

وبالممارسة يعلم الحكماء هذا الحائر كيف يمكنه بنفسه أن يشاهد ويختبر ما ذكره له من مشاهدات في قسم المعرفة .

البحر وأعماقه ..

يمكن توضيح العلاقة بين الحكماء وبين هذا الحائر في بداية تعرفه على طريق الحكمة برجلين أحدهما حكيم والآخر حائر ..

يقف كلاهما على شاطئ بحر واسع .. كل ما يراياه هي أمواج من الماء تمتد لما لا نهاية ..

يظن أغلب الناس الذين يرون هذا البحر ويقفون على شاطئه أن هذا البحر لا يحتوي إلا على مياه تتحرك أمواجها .. فقط لا غير !

وكل من يولد ويعيش بينهم يتعلم من الآخرين ذلك .. أن البحر هو ليس أكثر من مياه وأمواج ولا يوجد شيء آخر يمكن البحث عنه .

والحائر في حيره واضطراب .. بين ما تعلمه من الآخرين وبين شعور غامض وغريب أن هناك شيء ما يبحث عنه ولكنه لا يجده .

يقول الحكيم لهذا الحائر إن في أعماق هذا البحر عوالم لا تعد ولا تحصى .. كائنات غريبة ومتنوعة تفوق في تنوعها وجمالها ما شاهده الحائر من قبل ..

ويقول الحكيم لهذا الحائر أنه بنفسه غاص في أعماق هذا البحر وشاهد بنفسه ذلك ويصف له شيء مما شاهد ..

ثم يطالب الحائر - والذي ازدادت حيرته من كل ذلك - بان يذهب معه في رحلة ليشارك بنفسه ما وصفه له ..

ولكن ..

لكي يتمكن الحائر من مرافقة الحكيم في هذه الرحلة عليه بتعلم مهارات لم يتعلمها من قبل ..

عليه أن يتعلم السباحة .. وعليه أن يتدرب على السباحة حتى يصبح سباحاً ماهراً ..

ثم بعد ذلك عليه التعلم التدريجي للغوص في أعماق أكبر وأكبر تزداد تدريجياً ..

عليه أن يتعلم كيف يتعامل مع التنفس داخل هذه الأعماق .. وكيف يتعامل مع الأدوات التي ستساعده للغوص في أعماق البحر ..

عليه أن يتعلم كيف يتعامل مع الأمواج القوية التي ستواجهه بمجرد أن يبدأ بالغوص قليلاً تحت السطح .. عليه أن يتعلم كيف يبحر ببراعة ويتجنب سطوة وقوة الأمواج ..

عليه أن يتعلم تدريجياً كيفية تحمل ضغط الماء ووزنه الهائل والذي سيشعر به كلما نزل لدرجة أعمق تحت السطح .. الخ
إن هذه المهارات لا بد من تعلمها وبشكل تدريجي لأنه دون تعلمها ودون الوصول لدرجة من الخبرة والبراعة فيها فإن الحائر
الذي يسعى للمشاهدة لن يتمكن من مواجهة الأعماق ..

ستلعب به الأمواج كدمية من قش .. وسيسحقه ضغط المياه والوزن الهائل له عند النزول أكثر للأعماق .

إن هذه مهارات لا بد من تعلمها وإلا فإن الرحلة لا يمكن أن تتم ..

سيظل الحائر كالأخرين يقف على الشاطئ ويظن أن البحر هو هذه المياه التي يشاهدونها ولا يوجد غيرها .

المشكلة أن الحكيم يقول ذلك للجميع ..

بعضهم لا يصدقه من الأصل .. والبعض الآخر يصدقه ولو جزئياً ولكن هؤلاء لأنهم لم يروا بأنفسهم تعتورهم الكثير من
الشكوك فيما يقوله الحكيم عما شاهده .

ولكن المشكلة هي أن من يصدقه على غير استعداد للقيام بتعلم المهارات التي يطالبهم بها الحكيم ..

لا يريدون تعلم شيء .. هم يريدون مشاهدة الأعماق من مكانهم على الشاطئ !

من خلال هذا المثال يتبين لنا الأمر بكل بساطة في كل ما ذكرناه عن الحكمة وطريقها .

ولا بد أن القارئ يفهم الآن أن محور المعرفة هو ما يصفه الحكيم ومحور الممارسة هي المهارات التي على الحائر تعلمها ليشاهد
ما شاهده الحكيم .

كيف لي أن أرى وأختبر بنفسى ؟

لقد تلقينا أسئلة من القراء المهتمين بما ذكرنا في موقعنا يسألوننا عن طريقة الممارسة بالضبط .

ونحن نعلم تماماً العلم أنهم لم يهتموا بما جاء في هذا الموقع ولم يسألوا هذا السؤال إلا لأنهم وصلوا لمرحلة النضج أو هم
قريبين منها .

هم يشكون لنا بأننا عندما تحدثنا عن طرق الحكمة ومدارسها فقد تحدثنا بشكل عام دون تحديد لطريقة معينة ..

يقول بعض القراء لنا بأنهم مهتمين أشد الاهتمام للسعي بالممارسة بعد أن فهموا أهميتها ولكنهم لا يعلمون ما عليهم أن يفعلوا
بالضبط !

يقولون أننا تحدثنا عن أن الممارسة تقوم على تمارين ذهنية ونفسية تحدها مدارس الحكمة باختلاف أنواعها وأشكالها ولكنهم لا
ينتمون لأي مدرسة ولا يعلمون ما هي هذه المدارس .. ولا يعلمون أين هي .. ولا يعلمون كيف يمكن أن ينضموا إلي أحدها لتعلم
المهارات الضرورية للممارسة الروحية التي ستؤهلهم للمشاهدة والخبرة المباشرة ..

يقول القراء محتجين علينا أن ما ذكرناه في رسالة الخروج إلى الداخل أثار اهتمامهم بشدة وحرك فضولهم بقوة ولكنه لم يشبعه ..

فهم حتى بعد الانتهاء منها لم يشبع فضولهم ولم يروى عطشهم من طريق بيّناه لهم وتركناهم بعده دون دليل ولا إرشاد .. وهم
غاضبون منا بسبب ذلك !

باختصار ..

فإن القراء الذين شكوا لنا يقولون بأنهم على استعداد للخوض في طريق الحكمة ويريدون أن يعرفوا كيف سيفعلون ذلك بالتفصيل
لا بالتعميم .. بالتصريح لا بالتلميح .

ضرورة وأسباب التعميم

نعم ..

نحن نوافق القراء على اعتراضهم وأسئلتهم ونتفهمهم كل الفهم ونقدره كل التقدير .

ونعترف للقراء الذين سألونا وشكوا لنا والذين هم في هذه المرحلة أصبحوا أخوة لنا ورفاق على طريق الحكمة بأننا تعمدنا التعميم ولهذا أسبابه التي سنجملها بالآتي :

- أن رسالة الخروج للداخل هي مجرد مقدمة عامة كما أوضحنا ذلك في مقدمة الرسالة ..

الغرض منها إعطاء فكرة عامة للباحث الذي اطلع على كتب الحكمة ولم يفهم منها الأساس والهدف الذي تدور حوله هذه الكتب ولا عما تتحدث .. وبالتالي لم يفهم ولم يقتنع بما تنادي به على أهميته ..

كتبنا هذه الرسالة لترشد هذا الباحث عن المدار العام الذي تدور حوله هذه الكتب والهدف والغاية منها وحاولنا بهذا الشرح أن نزيل العقبات العقلية التي ستعترض ما ذكر في هذه الكتب .. هذه العقبات هي التي نعتقد أنها ستكون العائق الأكبر أمام هذا الباحث والتي ستمنعه من الخوض في طريق الحكمة .

إن أي تحديد أو تفصيل لأساليب مدارس الحكمة وتقنيات الممارسة الروحية ستكون سابقة لأوانها في نظرنا ..

وستضر هؤلاء الباحثين أكثر مما تنفعهم لذا اكتفينا بالحديث عن السمات الأساسية للممارسة الروحية والتي لا تخلو أي مدرسة منها كالإرادة والعزيمة .. توجيه القلب .. التركيز .. الخ

أما القراء الذين سألونا وطالبونا بالتحديد فهم في مرحلة أعمق من هذا الباحث ..

هم لا يريدون أن يفهموا فقط بل يريدون الخوض بأنفسهم لذا تركنا لهم الأمر ليبحثوا بأنفسهم وكتبنا هذه الرسالة لمن يسألنا منهم لنجيبهم بما نعرفه وبما اختبرناه ليكون أكثر تحديداً وتفصيلاً

- إننا ظننا عند كتابتنا لرسالة الخروج إلى الداخل إن تحديد أسماء وأنواع مدارس الحكمة وتوضيح تقنيات الممارسة الروحية بالتفصيل قد يسبب نفور لبعض القراء الذين سيصددهم توضيح ذلك ..

سبب هذا النفور هو معتقدات خاطئة .. ومفاهيم باطلة موجودة في عقول الكثير من الناس بحيث أنهم بمجرد سماعهم بأسماء هذه المدارس أو تفاصيل هذه التقنيات سيسارعون بالظن أنها تخالف المعتقدات الدينية أو إنها مجرد تقنيات فارغة أو ضارة أو خطيرة ..

بل إن البعض قد يصل به الاعتقاد الخاطيء بأنها "طقوس" شريرة وشيطانية وكفرية وغيرها من الاتهامات النابعة من الجهل .

لهذا السبب تركنا الأمر بشكل عام لنمنح القارئ - ومن منطلق الحرص عليه - الفرصة ليفهم أولاً الأمر بروية وهدوء وليفتح عقله وينجذب قلبه في منأى عن أية أفكار مسبقة ومعتقدات خاطئة ..

بعد أن يحدث ذلك يمكنه البحث بنفسه ..

وإن لم يتمكن من المعرفة بنفسه أو لم تكن لديه هذه الاعتقادات من الأصل وأراد أن يتعمق أكثر فقد افترضنا أنه سيسألنا ..

عند ذلك سنجيب عليه بهذه الرسالة الخاصة بما ننصح به في حدود معرفتنا وخبرتنا .

- نحن نؤمن أن الإنسان لا يقدم على أمر باندفاع وإصرار إلا إن كانت الرغبة في هذا الأمر نابعة من الداخل .. من صميم ذاته هو ..

لذا لم نرد التدخل في رغبة وميول القراء وتركنا لهم أمر البحث والتحري بما أشرنا لهم به من مراجع .. وإن دفعتهم هذه الرغبة وهذا الحماس لسؤالنا عن الطريق .. فسندشدهم لهذه الرسالة .

- إن كنا نتفق مع قراءنا بأننا تعمدنا التعميم .. فنحن لا نتفق معهم بأننا تركناهم دون دليل وإرشاد ..

لقد أضفنا في كثير من أقسام رسالة الخروج من الداخل الكثير من المراجع من الكتب المقدسة وكتب الحكمة وغيرها من المراجع الهامة ..

أغلب هذه المراجع تتحدث في مسائل بالغة العمق والأهمية ..

واقترضنا بأن القارئ المهتم سيراجع بعض هذه المراجع وهو من خلالها ومن خلال بحثه الخاص – والذي يجب أن يقوم به - سيتمكن من الوصول للمدرسة التي يجدها مناسبة له ..

ولكن يبدو أن هؤلاء القراء على عجلة من أمرهم !

ونحن نتفهم هذا الحماس .. ونعرفه تمام المعرفة .. ولهذا كتبنا هذه الرسالة الخاصة لهم .. ومن أجلهم .

- إن بعض من هم مهتمون بهذا الموقع وما جاء فيه هم أنفسهم يتبعون إحدى طرق الحكمة ولديهم طرق يتعلمونها من مدرستهم التي يتبعونها ومن معلمهم ومرشديهم ..

اقترضنا إن ما سيجدونه في رسالتنا ستكون مفيدة لهم بتعميق فهمهم لما يتعلمونه وإزالة بعض العوائق العقلية أو الشكوك التي تعترضهم ..

لذا آثرنا أن نحيطهم بالمجمل دون تفصيل ..

لأننا ظننا إن وضّحنا بعض الطرق التي ننصح بها سيؤدي ذلك إلى إرباكهم ووضعهم في حالة من الحيرة بين ما ننصح به وما يتعلمونه من معلمهم ومرشديهم وهذا بالذات الذي لا نريده ونتجنبه بكل حال .

لذا لم نرد التدخل في طريقهم والتسبب في إرباكهم الأمر الذي سيعيقهم عن المواصلة .

- إننا من خلال هذا الموقع لا نسعى لشيء .. وليس لنا غرض ولا مصلحة ذاتية ..

ولسنا مكثرين لإنشاء جماعات وتأسيس طرق .. لهذا فنحن لم نكشف عن أنفسنا لأن ذلك لا يهمننا ..

كل ما يهمننا هو المعرفة والتقدم أكثر على طريق الحكمة ..

ولم نكتب ما كتبناه إلا لمساعدة الآخرين في مواجهة عقبات واجهناها بأنفسنا .. ومكافحة اضطراب وحيرة طالما شعرنا بها ..

ولم نكتب ما كتبنا إلا لأننا نظن أن من واجبنا فعل ذلك وعلينا القيام به .

لهذا فإننا لا نريد أن نقول لأحد افعل ذلك ولا تفعل ذلك .. وقم بهذا ولا تقم بذلك ..

لا نريد ذلك ولا نكثر له ..

لقد قمنا بما ظننا أنه علينا القيام به وترك الآخرين ليختاروا طريقهم بأنفسهم وسنعمل على مساعدتهم بالذي نعرفه ونستطيعه .

- نحن نؤمن إيماناً قاطعاً أن كل من يسعى بصدق لطريق الحكمة سيجد الطريق الذي عليه أن يسلكه ..

وإن الإنسان عندما يصبح مستعداً للسير على طريق الحكمة سيجد المساعدة تأتيه من حيث لا يعلم ..

وستصل له الأجوبة المتعطر لها تدريجياً .. شيئاً فشيئاً .. طالما أن الرغبة والإرادة موجودة ومستعرة فيه .

لقد قال الحكماء ذلك وأكدوا عليه ..

ولقد اختبرنا ذلك بأنفسنا خبرة مباشرة .. وكثيراً ما كانت الإجابات تأتي بطرق مفاجئة و بالغة الغرابة .. ومازالت كذلك .

فلهذا نحن لا نخشى على القراء ..

لأننا نعلم يقين العلم أنهم سيجدون طريقهم ..

ولعل عثورهم على هذا الموقع وسؤالهم هذا السؤال والإجابات التي سيحصلون عليها هي إحدى هذه الطرق ولعل من لم يسألنا سيكون عليه البحث بنفسه وما سيجده هو الأنسب والأفضل له .

هذه هي أهم الأسباب التي دعتنا للتعميم والابتعاد عن التفصيل ولم يدفعنا إليها إلا حرصنا على القراء ورغبتنا بنشر الفائدة والابتعاد عن الإرباك ولا غرض لنا من ذلك إلا المساعدة بما نستطيعه ونعلمه .

ونعتقد أنها أسباب مبررة !

الآن ..

بعد أن بيّنا الأسباب التي دعت لهذا التعميم .. علينا قبل الاطراد أن نوضح أمراً بالغ الأهمية على الأخ الكريم الذي وصل معنا لهذا المرحلة أن يفهمه كل الفهم .

سالك وليس حكيم ..

إننا نريد أن نؤكد للقارئ إن كاتب هذه السطور هو مجرد سالك .

نحن لا ندعي الحكمة والمعرفة الكاملة .. وقد ألمحنا لذلك كثيراً في نص رسالة الخروج إلى الداخل .

إن ما نريد أن نؤكد عليه كل التأكيد هو إننا عندما نقول ذلك فهذا ليس بدافع تواضع أو استحياء .. بل إن هذه هي الحقيقة الفعلية ..

وكما يعلم متابع موقعنا الآن .. فنحن لا نكثر إلا للوقائع !

نعم ..

نحن لا ندعي الحكمة ..

وليس لدينا إجابة عن كل شيء ..

وكوننا من جملة السالكين فنحن نتعثرون ونحتار ونضطرب ..

ونغير ونبدل ..

ونكافح كفاحاً شديداً لمعرفة ما علينا فعله ..

لدينا أسئلة كثيرة لا نعلم لها جواباً ..

ورغبات لم نتمكن حتى الآن من تحقيقها ..

وأمامنا مستويات عالية لم نصل لها ونسعى بكل ما أوتينا للوصول إليها ..

ونجاهد لمعرفة أفضل وأسلم وأسرع الطرق التي علينا السير بها لتحقيق ذلك .

بهذا فإننا نتمنى على القراء أن لا يعتبروا ما سنحدده وننصح به من طرق وتقنيات بأنها هي الطرق الوحيدة التي عليهم ممارستها ..

بالعكس تماماً ما .. سننصح به هو ما قمنا به واختبرناه وما استقر عليه أمرنا حتى الآن .

وهو قابل للتغيير والتبديل من قبلنا ..

سنكون صادقين كل الصدق في تحديد أهم التقنيات التي قمنا بها واختبرناها بأنفسنا ..

وعلى كل متابع لنا أن يضع ذلك باعتباره وإن يأخذ ما ننصح به كطريق للإرشاد .. إشارة للطريق ..

يأخذ ما يجده مناسباً له ويدع ما لم يجد .

نرجوا أن يكون ذلك مفهوماً كل الفهم .

ونتمنى .. بل نتوقع إن بعض قراءنا ممن يتبعوننا الآن سيتفوقون علينا في المكان والمكانة ..

وسيصلون قبلنا لما نسعى للوصول إليه الآن ..

وسنطلب منهم عندها المساعدة والإرشاد .. والنصح والنصيحة ..

لأن المعرفة والوصول هو هدفنا الأوحد ..

ولا يهمنا من يصل أولاً .. ولا من يرشد أولاً إلى طريق الوصول .

ما يهم بالنسبة لنا هو الوصول ..

الوصول هو هدفنا الأول والأخير .

بعد أن أوضحنا ذلك فعلياً الآن وقبل تحديد التقنيات أن نعطي فكرة أكثر تحديداً عن مدارس وطرق الحكمة .. ما هي ؟ ما أنواعها ؟ وكيف يمكن الاختيار بينها .

السمات المشتركة بين مدارس الحكمة

كما ذكرنا في رسالة الخروج إلى الداخل فإن الحكمة هي علم معرفة الواقع كما هو بالفعل ..
هذا الواقع محبوب عن الإنسان لا يدرك منه شيئاً .. لا يُدرك منه سوى شريحة ضيقة نسميها الدنيا أو الحياة .
هذه الدنيا أو الحياة هي الشبكة المتفاعلة أو الماتريكس الذي يعيش داخلها البشر ويظن أغلبهم أنه لا يوجد غيرها .
مدارس وطرق الحكمة هي الاتجاهات التي تؤكد - دون أدنى شك - لكل إنسان وجود واقع خارج هذه الشبكة وتبين
للمراغبين في المعرفة الطريقة التي عليهم إتباعها ليتمكنوا من اختبار ما وراء الشبكة خبرة مباشرة .
في كل ثقافة من الثقافات الكبرى توجد طرق ومدارس للحكمة تختلف بينها في التفاصيل وتشارك بالهدف ..
هذا الهدف هو الخروج من الشبكة واختبار الواقع الفعلي الموجود وراءها والمحيط بها .

بين الأديان وطرق الحكمة

وهنا قد يطرح سؤال بالغ الأهمية ..

فليست الحكمة وطرقها فقط هي من يتحدث عن وجود عالم خارج الشبكة ..
بل إن الأديان كلها تتنادي وتحدث عن نفس الشيء .
فالأديان كلها تتحدث عن وجود خارج هذا العالم وتدعو البشر لإتباع تعاليم الدين ليتمكنوا من الوصول إلى الجانب الآمن
من هذا العالم الغامض وتجنب الجانب المظلم منه ..
للدخول للجنة و النجاة من النار ..

وأغلبية البشر يؤمنون بالأديان على اختلافها .. وللأديان وجود قوي ومكين في عقول وقلوب وثقافة وسلوك أغلب البشر
..

فإذاً ما الذي يفرق بين طرق الحكمة وبين هذه الأديان ؟ وهل الحكمة هي شيء آخر غير الدين أم ماذا ؟

كما ذكرنا في رسالة الخروج إلى الداخل فإن الحكمة ليست دين ..

هي علم ..

هي طريقة داخل كل دين وثقافة ..

هدف هذا العلم وهذه الطريقة هو الوصول المباشر والفوري لاختبار الواقع الكلي .

لقد ذكرنا في الرسالة أن الأديان كلها هي في النهاية تتحدث عن نفس الشيء وتدعو لنفس الهدف ..

ولا يمكن أن يكون الأمر إلا كذلك ..

ففي النهاية لا يوجد إلا واقع واحد ..

فإذا كانت الأديان صادقة على اختلافاتها فلا يمكن إلا إنها تتحدث عن نفس الشيء وبذلك لا تكون الاختلافات بينها إلا بسبب الاختلافات في الثقافة والعقليات بين البشر والعصور التي تفصل بين الأجيال .

إن هذا أمر يفرضه المنطق والعقل وواقع الحال !

وكون الحكمة هي معرفة الواقع كما هو.. وأنه لا يوجد موضوعياً وفعالياً إلا واقع واحد فلا يمكن أن تكون الاختلافات بين مدارس الحكمة إلا بسبب الاختلافات بين البشر .

الفارق هو أن الأديان تخاطب عموم البشر .. أما طرق الحكمة فهي تخاطب الخاصين منهم ..

الأديان تقوم على الاعتقاد والتصديق .. وطرق الحكمة تقوم على الخبرة المباشرة ..

الأديان تكتفي بأن تبين الحقيقة للبشر بتعميم دون تخصيص .. وتبين لهم أن الواقع الخفي عنهم سيظهر لهم بعد الموت وليس أثناء الحياة ..

السبب في ذلك أن المبشرين بالأديان يعلمون أنهم يخاطبون عموم الناس ..

بشر مازالوا غير مؤهلين بعد لطرق الحكمة ..

فتضع الأديان خطوط عامة لهؤلاء البشر عليهم التقيد بها حتى يتمكنوا من العيش بسلام وهم مفعمون بالأمل .. وحتى يتمكنوا من النجاة بعد الموت .

الأمر أشبه بالوالد عندما يخاطب ابنه الصغير عندما يسأله عن مسائل تفوق فهمه فيجيبه الأب بأجوبة عامة ويطالبه بفعل كذا وكذا والالتزام به حتى لا يتعرض للمخاطر في عمره الصغير .. وحتى لا يتأثر مستقبله بفعل الوقوع في هذه المخاطر.. ثم يؤكد له أنه سيفهم أكثر عندما يكبر !

هذه هي الحقيقة ..

لا يمكن أن يفهم ويعي كل البشر بنفس الدرجة ..

هناك مستويات ومراحل متباينة تتحدد بعمر النفس .

الأنبياء والحكماء يعلمون هذه المعرفة علماً تاماً ويلتزمون بها .

الحكمة تأتي عندما يكبر هذا الصغير ويبدأ بالاقتراب من سن النضوج حيث يأتي دور الحكمة وطرقها ..

تعمل طرق الحكمة وأساليبها الآن وبعد أن أصبح الطفل رجلاً ناضجاً لتوجيهه لمعرفة الواقع الفعلي .

الأديان تتحدث عن العالم الخارج هذه الشبكة والتي لا ينكشف إلا بعد الموت ..

الحكمة تؤكد على أن العالم الأوسع سينكشف بعد الموت .. ولكنه يمكن أن يكشف أثناء الحياة أيضاً ..

فالواقع الفعلي والحقيقي موجود معنا هنا والآن ..

وهو محيط بعالمنا هذا ولا يمثل عالمنا منه إلا شريحة ضيقة فقط ..

لا يفهم عوام البشر ذلك أو أن بعضهم لا يريدون أن يفهموا .. فتكتفي الأديان بالحل الوحيد الممكن وهو الإحالة للزمن البعيد ..

أما الحكمة ولأنها لخواص البشر ولل فئة الأقل عدداً التي وصلت لمرحلة النضج فهي تتحدث بشكل مباشر لهم عما هو موجود هنا والآن .

لذا يمكن فهم طرق الحكمة ومدارسها بأنها نسخة أكثر عمقاً للدين الذي تنتمي إليه .. هذه النسخة موجهة لخواص البشر المنتمين لهذا الدين .

فمدارس الحكمة الإسلامية هي النسخة الأكثر عمقاً ومباشرة للدين الإسلامي الموجه لغالبية المسلمين .

ومدارس الحكمة المسيحية هي النسخة الأكثر عمقاً ومباشرة للديانة المسيحية الموجه لغالبية المسيحيين .

وكذلك مدارس الحكمة في اليهودية أو البودية أو الهندوسية .. أو أي دين ومعتقد آخر ..

فكل شيء له ظاهر وباطن ..

حتى الجسد له ظاهر هو الأطراف الخارجية من رأس وأيدي وأرجل .. وباطن ممثل بالقلب والدماع والرتنين ... الخ وكما أن كل شيء مادي له ظاهر هو ما يتم إدراكه ومشاهدته بالحواس .. فهو له أيضاً باطن أعمق مكون من عناصر أولية ومركبات جزيئية وذرية وما هو أعمق من ذلك .

ويكون كل ظاهر مرتبط بباطنه ومتأثر به ..

كذلك الأديان والمعتقدات .

لها ظاهر موجه للعوام .. وباطن موجه للخواص .

فالكتب المقدسة للأديان الكبرى تحتوي على معاني وأسرار وعلوم بالغة العمق والغرابة والجلال ..

قراءة نص مقدس بطريقة سطحية شكلية .. بالاعتماد على ظاهر معاني اللغة سيؤدي بالضرورة إلى فهم سطحي وظاهري وشكلي لهذا الدين ..

وهو الأمر الذي يحدث مع العوام .

لكي تُقرأ النصوص المقدسة بعمق ولكي تفهم الرسائل والأسرار الخفية التي تحتويها فهي تتطلب قراءة عميقة .. فك للرموز .. وربط للمعاني لا يمكن أن يأتى إلا للخواص الذين وصلوا إلى درجة عالية من النضج وبذلوا الجهد الكافي لتوسيع مدى الوعي والإدراك لديهم .

النصوص المقدسة تحتوي على معاني ورسائل يفهمها العامة بطريقة ويفهمها الخاصة بطريقة أخرى تماماً ..

لها باطن كما لها ظاهر ..

وهو أمر يصرح به الحكماء والسالكون دون حرج ..

وهو الأمر الذي يتسبب لهم بالكثير من الاتهامات والشكوك من قبل من لا يعلم أو من لا يريد أن يعلم .

ولكنه أمر بيّن بذاته .. وهو واقع الحال المشاهد لدى الجميع !

فأي نص كان .. كتاب .. رواية .. أو أي نص آخر ..

بل وأي حديث .. أو نصيحة .. أو تعليق يفهمه الصغار بطريقة ويفهمه الكبار بطريقة أخرى ..

بل إن المرء نفسه قد يقرأ نصاً في عمر مبكر ويفهم منه شيء .. ثم يعيد قراءته بعد سنوات عدة فيفهم منه معاني أخرى كثيرة لم تكن ظاهرة له في ذلك الآن ..

إن هذا أمر واقع لا مجال لإنكاره !

والسبب في هذا الفارق في الفهم إن القارئ نفسه كبر .. نضج .. مدى الخبرات لديه اتسع .. ومستوى الإدراك عنده إزداد عمقاً ..

وهو لهذا السبب يفهم نفس النص بطريقة مخالفة تماماً عن السابق .

وقد تحدثنا عن ذلك في الرسالة بشيء من التفصيل بقسم أسباب الخلاف .

مدارس الحكمة ومن خلال تعاليمها وتقنياتها تمكن السالك من توسيع مدى الوعي .. و تعميق مدى الفهم للحياة ومعناها .. وتصفية النفس من الشوائب والعقد التي تحجب الفهم العميق .. الأمر الذي يمكنه من فهم رسائل ستظهر له الآن بالغة الوضوح ولكنه مع ذلك لم يرها من قبل .

وكثيرون ممن لا يفهمون ذلك يتسببون بالكثير من الصراخ والعيويل الفارغ والذي لا داعي له !

ولأن مدارس الحكمة هي نسخ أعمق للأديان التي خرجت منها فهي تتشابه أكثر فيما بينها فيما تصفه .. أكثر من ظواهر الأديان التي خرجت منها .

فمدارس الحكمة الإسلامية تتشابه كثيراً فيما تصفه مع مدارس الحكمة البوذية أو الهندوسية ..

أكثر بكثير من التشابه بين ما تصفه النسخ الظاهرية لهذه الأديان .

وكما ذكرنا في الرسالة فالأشياء على تنوعها و تباينها تبدو أكثر قرباً كلما تعمقنا أكثر في مكوناتها ..

فالأشجار والأحجار والبشر والكواكب هي أشياء متباينة تماماً في الظاهر .. ولكن في العمق كلها مكونة من عدد محدد من العناصر ..

أكسجين .. نيتروجين .. كربون .. الخ

ثم بعمق أكثر هي مكونة من عدد أقل من المكونات .. إليكترونات .. بروتونات .. الخ

وكلما تعمقنا أكثر كلما قلت المكونات حتى نصل لمكوّن واحد فقط .. الوتر الفائق .

كذلك الأمر في العلاقة بين الأديان وبين مدارس الحكمة ..

الأديان التي تبدو متباينة بشدة تظهر بشكل أكثر تشابهاً عند التعمق بها من خلال طرق ومدارس الحكمة ..

ومدارس الحكمة التي قد تبدو متباينة بدرجة أقل .. بمزيد من التعمق فيها وبأساليبها ستظهر وكأنها هي مدرسة واحدة .

هذه المدرسة الواحدة هي الحكمة نفسها والتي مصدرها هو مصدر واحد .. المصدر الأول .. الموجود الحق .

هذا ما أردنا الإشارة له في الفارق بين الأديان وبين مدارس الحكمة التي خرجت منها ..
لهذا لا تضارب بينها بل هي درجات تختلف لاختلاف الفئة الموجه لها .
ولأن الحكمة موجهة للفئة الأكثر نضجاً والأقل عدداً فهي غير مفهومة بالمرّة من قبل عوام البشر ..
ولهذا تكثر المعتقدات الخاطئة بين عوام الناس حول طرق ومدارس الحكمة وكثير ما تواجه بالشك والإدانة والريبة ..
وحتى الاتهام .
ويدور الكثير من السباب والشتم والافتراءات الباطلة من قبل العوام لهذه الطرق ولمتبعيها ..
وهي نتيجة طبيعية لأن هؤلاء لم يصلوا بعد للمستوى الذي يفهموا به طرق الحكمة ومدارسها ..
أما أتباع طرق الحكمة فهم يتفهمون كل ذلك ويتحملونه بصبر .. ويميلون للانعزال عن بقية العوام في دراساتهم
وحواراتهم وممارساتهم ..
وهو الأمر الذي يتسبب بإثارة المزيد من الريبة والغموض حولهم !
بذلك نكون قد فهمنا الفارق بين الأديان وبين طرق ومدارس الحكمة التي تخرج منها .

السمات المشتركة بين مدارس الحكمة ..

لأن مدارس الحكمة وطرقها هي مدارس خرجت من ثقافات مختلفة ومتباينة من الشرق والغرب فهي ستكون - دون
ريب - متأثرة بهذه الثقافات في تحديد تقنياتها وأساليبها ..
ولكن جميع مدارس الحكمة تشترك بسمات عامة لا تخرج عنها أي مدرسة :

- طرق الحكمة ومدارسها تشير للواقع الفعلي كواقع موجود هنا والآن وليس كواقع لا يوجد ولا ينكشف إلا في زمان
آخر ..

طرق الحكمة تؤكد أنه يمكن أثناء الحياة اختبار الواقع الفعلي أو على الأقل أجزاء متناثرة منه وليس بالضرورة أن
يحدث ذلك بعد الموت ..

فالواقع الفعلي موجود قبل وجود الإنسان وأثناء حياته وسيظل موجوداً بعد مماته ..

وهو في الحقيقة موجود في آن واحد .. لا قبل فيه ولا بعد ..

الواقع الفعلي هو وجود يتخطى مفاهيم المكان والزمان كما نفهمها ..

وممكن اختباره في أي مكان أو زمان عندما تتوفر الشروط المناسبة لذلك .. وتقنيات طرق الحكمة هي التي تساعد على
توفير هذه الشروط .

- طرق الحكمة ومدارسها توجه انتباه التابع لها دائماً نحو داخل ذاته لا خارجها ..

لأن طرق الحكمة تعلم أن الواقع الفعلي هو موجود في أعماق الإنسان والعالم الذي يعيش فيه هو وجود سطحي ..
أشبه بوجود الأمواج على سطح البحر ..

لذا لكي يتمكن المرء من اختبار الواقع الفعلي فعليه أن يغوص في أعماق نفسه كما يغوص من يسبح على سطح المياه إلى الأعماق ليتمكن من معرفة ما هو موجود في الأعماق .

فكل طرق الحكمة تعلم أنه لا خروج إلا بالدخول ..

وإن الغوص في أعماق الذات ممكن بمعرفة النفس ومكوناتها ومركباتها وطبقات الوعي المكونة لها .. ثم بتجاوز هذه الطبقات .

وتقنيات الممارسة في طرق الحكمة هي التي تعلم التابع كيفية الغوص في الذات .

- طرق الحكمة ومدارسها جميعاً تقوم على الخبرة المباشرة وليس على الاعتقاد والتصديق .

الاعتقاد والتصديق لدى مدارس الحكمة هو مجرد مقدمة لبداية الطريق فقط يتم تجاوزها بالضرورة بأن يسعى التابع لها بأن يختبر بنفسه ما تم الحديث عنه ..

يحدث الاختبار بشكل تدريجي وبسيط وجوانب هنا وهناك من الواقع الكلي .. وتزداد هذه الاختبارات كلما تعمق السالك أكثر وزادت ثقته أكثر وكلما تمكن من تجاوز طبقات ذاته أكثر ..

طرق الحكمة تقوم على الخبرة والمشاهدة المباشرة ولا تقوم على الاعتقادات والتصديق ولهذا فهي علم ..

فالعلم لا يقوم ولا يأخذ إلا بما يتم اختباره فعلياً .

وكذلك الأمر بالنسبة للحكمة وغايتها .. كما أوضحنا ذلك في رسالة الخروج إلى الداخل في قسم الحكمة والعلم .

طرق ومدارس الحكمة

بعد أن فهمنا السمات المشتركة الأساسية لمدارس الحكمة سنتحدث الآن عن بعض هذه الطرق ومسمياتها في عدة ثقافات ..

من خلال معرفة هذه المسميات يمكن البحث عنها والتعمق أكثر بأنواعها ومدارسها وتفصيلها .. وعند ما يُعرف ذلك سيسهل معرفة طرق وتقنيات كل منها أو بعضها .

بطبيعة الحال نحن لن نتحدث عن تفاصيل هذه المدارس ..ولا تعريفها ولا فكرها ولا تاريخها ولا شخوصها البارزين .. لأن هذا أمر يتطلب بحث يتسع لمجديات لا تحصى .. ومدار نقاشات واختلافات لا تنتهي !

وكما يعلم القارئ الآن فنحن توجّهنا دائماً هو توجّه عملي ..مختصر .. ومرکز .

نحن نذكر هنا الأسماء ونترك للقارئ حرية البحث والوصول للحقائق التي تقنع عقله ويطمئن لها قلبه .. ولا نريد التدخل في ذلك .

تسمى مدارس الحكمة أحياناً .. بمدارس الإشراق .. التصوف .. العرفان .. الغنوصية .. المدارس الروحانية .. الباطنية .. الخ

وباللغة الإنجليزية يطلق عليها :

Mysticism , Occult ; Gnostism ; Esoteric etc..

تنوع لا نهاية له ..

من المهم أن يفهم القارئ بأننا عندما نتحدث عن مدارس الحكمة وأنواعها فلا يوجد هناك تعريف محدد لما يمكن اعتباره أنه مدرسة من مدارس الحكمة وما لا يمكن اعتباره ..

ولا يوجد اتفاق بين الباحثين والممارسين فيما كان أياً منها يعتبر مدرسة من مدارس الحكمة وبين ما لا يمكن اعتباره كذلك ..

لا يوجد اتفاق ولن يوجد اتفاق !

لهذا فالباحث في هذه المدارس سيجد أنواع لا تعد ولا تحصى من التوجهات التي تعتبر مدارس للحكمة عند البعض ولا تعتبر كذلك عند البعض الآخر والأمر كله يعود لفهم كل باحث وممارس لما يعنيه بالحكمة والممارسة الروحانية .

وحتى المدارس التي يتفق الأغلب على أنها من جملة مدارس الحكمة فهي تتفرع في داخلها لفروع وتوجهات لا تكاد تُحصى أو تعرف .

ما السبب في ذلك ؟

السبب في ذلك هو تعقيد النفس الإنسانية نفسه ..

السبب في ذلك هو تنوع المشارب والمفاهيم والقدرات الذهنية والإمكانات النفسية عند البشر .. وتنوع الأسباب والظروف التاريخية التي دعت لظهور وانتشار هذا التوجه وهذه المدرسة وانقراض تلك .

وكل ذلك ناتج عن طبقات الوعي التي تحيط بالوعي !

لذا فنحن ننصح الأخ السائل ألا ينشغل في محاولة تحديد ما لا يحدد .. وحصر ما لا يمكن حصره .. والانغماس التام بمحاولة فهم كل أنواع وأشكال هذه المدارس في كل ثقافة وكل دين .. إلا إن كان راغباً في البحث لذاته .

وبطبيعة الحال فإن مثل هذا البحث لا يخلو من الكثير من الفوائد بفهم الأسس الفكرية والأسباب التاريخية وفهم العلاقات التي تربط بين هذه المدارس وبين الثقافة والديانة التي خرجت منها وكذلك بين المدارس الكبرى وبين تفرعاتها ..

إن مثل هذا البحث يساهم في تعميق الفهم وتوضيح الكثير من المسائل المنغلقة .

ولكننا نحن نكتب هذه الرسالة ونوجّهها لمن لا يعنيه كل ذلك !

نحن نوجه هذه الرسالة الموجزة للراغبين بصدق للسير على طريق الحكمة ولا يعينهم البحث النظري .. ولا يهتمهم المعاني والتعاريف والمسميات ..

نحن نوجه هذه الرسالة لمن يريد أن يحظى ولو بلمحات عن الواقع الذي يتجاوز هذه الشبكة المتفاعلة .. الراغب في الخوض في جوهر الأمر لا في فروعه ..

نحن نوجه هذه الرسالة للإنسان الذي يريد أن يعرف تقنيات محددة يمكنه ممارستها لكي يتمكن من مشاهدة لمحات عما يتجاوز الواقع المحدود المحيط به ..

ونحن سننصح بالممارسات التي نعرفها والتي مارسناها واختبرناها بأنفسنا ..

دون أن ندّعي أنها هي التقنيات الوحيدة الصالحة .. بل على العكس فلكل مدرسة أسلوب يتناسب تماماً مع المنتمين له .

باختصار نحن نوجه هذه الرسالة للسالكين الفعليين ..

لمن يريد أن يسير على طريق الرحلة ولا يكتفي بدراسة الخارطة !

لهذا فكل ما نستطيع ذكره هنا بأن السمات التي حددناها أعلاه للفارق بين مدارس الحكمة وبين الأديان هي خصائص كافية تساعد القارئ على التفريق بين ما يمكن اعتباره مدرسة من مدارس الحكمة وما لا يمكن اعتباره .

ولكن حتى لا ندع القارئ حائراً ..

سنذكر بعض أشهر المدارس التي يتفق على إنها من مدارس الحكمة مع ذكر أسماءها بالإنجليزية ونترك للقارئ حرية البحث عنها والتعمق فيها ..

ممن يشتهر ويتفق على أنه من مدارس الحكمة :

الطرق الصوفية .. العرفان .. الهرمسية .. القبالة .. الغنوصية .. إيكاجارا .. الماهايانا .. الزن .. الفاجرايانا .. اليوغا .. التانترا .. الفيدانتا ..

وبالإنجليزية :

Sufism, Hermitism, Kabala, Gnostism, Ekagara, Zen, Vajryana, Mahayana, Yoga, Tantra, Vedanta

تداخل و اختلاط وسوء فهم

التشويه بسبب الانحراف ..

كما ذكرنا فلا يوجد اتفاق شامل ومحدد لما يمكن اعتباره مدرسة من مدارس الحكمة وما لا يمكن بين الباحثين والممارسين ..

وهو أمر يبدو مُحبطاً للبعض ..

ولا ينتهي الأمر عند ذلك !

ما يزيد الأمر إرباكاً هو أن هناك تداخل واختلاط في الفهم بين ممارسات مدارس الحكمة وبين ممارسات أخرى غامضة وغريبة .. وأحياناً مريبة !!

هذا التداخل بالذات هو الذي يشوّه صورة مدارس الحكمة في الأذهان ..

وهو أحد أهم الأسباب لنفور الكثيرين من توجّهات طرق الحكمة ..

وهو أحد أهم الأسباب التي تدعو البعض للنظر لمدارس الحكمة بنظرات يشوبها الشك والريبة والاثهام .

وسنذكر هنا بعض هذه الممارسات التي تتداخل مع طرق الحكمة وتسبب هذا الخلط وسوء الفهم :

- ممارسات تتركز حول معرفة المستقبل والأحداث التي ستقع لفرد أو جماعة أو حتى أمة :

وهي أنواع كثيرة منها التنجيم .. قراءة الكف .. قراءة الفنجان .. التارو .. علم الرمل وغيرها

- ممارسات تتركز حول معرفة المغيب والخفي في المكان أو الزمان .. أو ما خفي من سمات الأنفس :

وهي أنواع منها الرؤية عن بعد .. السماع عن بعد .. الإحساس عن بعد .. كشف الكنوز .. قراءة الأفكار .. المندل .. وغيرها .

- ممارسات تتركز حول العلاج والشفاء من الأمراض الجسدية والنفسية :

وهي أنواع منها العلاج الروحاني .. الرقية .. إخراج اللبس الشيطاني والروحاني .. الريكاي .. الإيحاء .. التنويم المغناطيسي .. وغيرها .

- ممارسات تتركز حول التأثير على الأحداث :

وهي أنواع كثيرة ومتداخلة .. منها السحر .. الطلاسم .. السيمياء .. علم الأعداد .. وغيرها .

- ممارسات تتركز حول الاتصال مع عوالم خفية وكنائس أخرى :

وهي أنواع منها .. تحضير الأرواح .. تسخير الجان .. الاتصال بروحانيات الكواكب .. الويجا .. وغيرها .

الصدق والضلال ..

يعلم القارئ كما يعلم الكثير من الناس أن كثير من هذه الممارسات هي مجرد هراء وتضليل ..

وأن الكثير من النصّابين والسارقين والمحتالين وذوي المصالح الذاتية يدعون براعتهم في بعض من هذه الممارسات .. وكثيرون هم من ضلّوا تحت تأثير دعاوى هؤلاء الأفأقيين ..

ولعل بعض القراء اكتشفوا بأنفسهم سخافة وكذب وجهل كثير ممن ادعى القيام بهذه الممارسات .

ولكن مع ذلك ..

ومن منطلق معرفتنا وخبرتنا المباشرة .. فليس كل هذه الدعاوى هي هراء ..

وليس كلها احتيال ونصب ..

هناك حقائق وراء ذلك !

وهناك فعلاً من هم قادرين على تحقيق ما يدعون من معرفة المستقبل أو التأثير على الأحداث أو الاتصال مع كائنات أخرى ..
فليس معنى أنه هناك من يدعي العلاج الكاذب .. إنه لا يوجد أطباء حقيقيون .
وليس معنى أن هناك من يدعي الفن .. إنه لا يوجد فنانون حقيقيون .
وليس معنى أنه هناك الكثير من الكاذبين .. أنه لا يوجد صادقون .
إنه أمر بالغ الحساسية والدقة بين الصواب والكذب .. بين الادعاء وبين الحقيقة ..
من خبرتنا المباشرة نعلم ونشهد بأن هناك خطوط رمادية بين الصواب الأبيض .. والضلال الأسود !
وهو أمر سيكتشفه السالك بنفسه – بعد المران الطويل - عند السير بصدق على طريق الحكمة .
نعم .. هناك فعلاً من لديه القدرة على القيام بهذه القدرات .
ولكنه نادر !!

نعم ..
الأغلبية الغالبة العظمى ممن يدعون هذه الممارسات هم من المحتالين .. والكاذبين .. والمدّعين .. وبعض منهم هم مجرد بلهاء !
ولكن هناك قلة قليلة جداً قادرة فعلاً على تحقيق ذلك ..
وهي نادرة بحيث أنه من بين المئات بل الآلاف من ممن يدعي هذه القدرات قد يوجد واحد أو اثنان ممن لديهم هذه القدرات فعلاً .
إن هذه حقيقة يعلمها كل ممارس للممارسات الروحية وبعض فترة طويلة من الممارسة سيتأكد منها بنفسه ..
لأنه هو بنفسه سيحظى ببعض المشاهدات التي ستؤكد له إن هذه الأمور موجودة وحقيقية وقد ذكرنا ذلك في رسالة الخروج إلى
الداخل عند الحديث عن الأكوان الأخرى والقدرات الخارقة .

سبب هذا التداخل وأصله وعلاقته بالممارسة الروحية

كما ذكرنا في رسالة الخروج إلى الداخل فإن الواقع الفعلي والحقيقي الذي يتجاوز الشبكة هو واقع واسع بلا حدود .. وهو واقع
يقوم على مستويات كثيرة ومتداخلة للوجود ..
وكما ذكرنا هناك فإنه وبعد حد ما لا يمكن حتى وصف هذا الواقع أو تخيله .
السالك الساعي للسير على طريق الحكمة له هدف واحد لا يحيد عنه ..
وهو الخروج من الشبكة واختبار الواقع الفعلي ثم الرجوع إلى مصدر كل شيء والذي يحيط ويفوق ويعلو كل شيء .. المصدر
الأول .. الموجود الحق .
حتى يتمكن السالك من تحقيق ذلك عليه أن يتجاوز طبقات الوعي التي تكوّنه ..
أثناء ذلك يبدأ السالك برؤية ما لم يكن يرى .. وسماع ما لم يكن يسمع ..
وذلك بسبب اتساع مدى الوعي لديه ..

ثم شيئاً فشيئاً يحظى السالك باختبار ما يتجاوز الشبكة ..

عوالم أخرى .. خبرات أخرى .. كائنات عاقلة أخرى ..

وكما ذكرنا هناك أيضاً ..

شيئاً فشيئاً وبعد ممارسة طويلة تبدأ القدرات الخارقة بالظهور على هذا السالك ..

الفارق بين السالكين على طريق الحكمة وبين من يحظون بهذه القدرات هو أن السالكين لا يكثرثون لهذه القدرات ..

بل يواصلون المسير نحو المصدر الأول الذي يعلو ويحيط ويتجاوز كل شيء ..

هم يعلمون أنها جوانب من المعرفة سيواجهونها بالضرورة في طريقهم وعليهم عدم الاكتراث لها ومواصلة المسير .. فلا طموح يفوق طموحهم ..

ولا هدف يعلو هدفهم .. أبداً .

هم يعلمون في أنفسهم ذلك يقين العلم ..

على عكس الضالين ممن يحظى بشيء من هذه القدرات !

فهؤلاء وبمجرد اتصالهم مع كائنات أخرى أو تملكهم لبعض القدرات الخارقة للعادة .. ونتيجة للغرور أو الطمع أو لكليهما .. فهم يوجهون كل اهتمامهم لهذه القدرات ولما يمكن أن تعطيه إياهم من مكانة أو سلطة .. الخ

وهذا نتيجة لمستوى نقص تطورهم .. ومستوى عمر النفس الخاص بهم ..

وكما ذكرنا في الرسالة فإن الحكماء يحذرون السالك أشد التحذير من الاكتراث لهذه القدرات لأنه طريق للضياع والضلال والخسران .. وسنتحدث عن ذلك لاحقاً .

وإن هؤلاء الذين يسعون وراء الاكتساب وراء هذه القدرات سيخسرونها لا محالة .. وسيضيعون بسببها .

من هذا يتبين لنا لماذا يحدث الخلط بين هذه الممارسات وبين طريق الحكمة .. وهو خلط وإن كان غير صائب ولكنه مفهوم على أي حال !

فكلا السالكين وذوي القدرات يمارسون ممارسات متشابهة تقول على التركيز على الداخل لا الخارج ..

وهم بذلك يتمكنون من اختراق الشبكة وكنتيجة طبيعية لذلك يتمكنون من الحصول على بعض القدرات ..

الضالون منهم سيؤخذون بهذه القدرات وسيلتفتون لها ..

وهؤلاء هم من سيضيعون بسبب هذا الالتفات وسيفقدون ما اكتسبوه لا محالة ..

السالكون يواصلون المسير نحو الهدف الأسمى .. المصدر الأول ..

أما الآخرون يضيعون ويضلون السبيل .

ولا يوجد هدف أعلى من المصدر الأول .. الموجود الحق ..

ولا توجد قدرة تفوق قدرته ولا علم يفوق علمه ..

فهو مصدر كل شيء وفوق كل شيء ومحيط بكل شيء ..

فلا يوجد كسب أعلى منه لأنه أعلى من كل شيء آخر .

ومن يصل له أو يقترب منه فلن يقدر عليه أحد .. ولن يعجزه شيء .. كأننا ما كان .

فمن ذاك الغبي الذي يترك الأصل ويتمسك بالفرع ؟ !!

فمن المهم إذاً الفهم بأنه ليس كل من بدر منه شيء من خوارق العادات هو من الضالين .. بالطبع لا ..

فالقدرات الخارقة كما ذكرنا في الرسالة هي نتيجة طبيعة لارتفاع مستوى الوعي ..

الضلال هو بالالتفات لهذه القدرات والسعي من أجلها والتبجح بها والاكتماب منها بأي شكل ..

هذه القدرات عندما تيدر من الصالحين تسمى كرامات ..

وهي حدثت وتحدث للكثير من الأولياء والقديسين والناسكين وهي تحدث بدرجة أعلى للأنبياء ومؤسسي الديانات وتسمى عندها معجزات .

وهي تحدث بدرجة أقل بكثير للسالكين الصادقين كلمحات تأتي وتذهب بسرعة .

خط وتشويه من نوع آخر ..

التشويه بسبب الجهل .

بالإضافة لكل ذلك هناك سبب آخر يدفع لتشويه طرق الحكمة ومدارسها ويؤدي إلى نفور حتى الباحثين الصادقين والساعين للمعرفة الصحيحة ..

هذا السبب هو التشويه الذي يسببه الأتباع الجهلة و غير المؤهلين للالتحاق بهذه المدارس وما ينتج عنه من انحراف ..

تقليد أعمى .. جهل وضلال .. وسخافات ..

تكون سبباً لنفور الساعين للمعرفة وصرافهم عن مجرد التفكير في إتباع منهج هذه المدارس .

فكما ذكرنا كثيراً فإن طريق الحكمة هو طريق خاص لمن وصل إلى درجه النضج الذهني والنفسي ..

المشكلة أنه ولأسباب تاريخية كثيرة فإن بعض مدارس الحكمة انتشرت وذاعت في مجتمعات عدة وفي فترات تاريخية معينة أدت لإتباعها من قبل من هم غير مؤهلين بعد من ذوي الأنفس الطفولية والشابة كشكل لممارسة الدين الذين ينتمون إليه ..

وكنتيجة طبيعية لمستوى هؤلاء الأتباع الذهني والنفسي والأخلاقي سيحدث تشويه وانحراف وجهالات .. مدارس الحكمة بريئة منها كل البراء .

فما الذي يمكن توقعه من مجموعة من الأطفال تتدارس فيما بينها دون فهم كتب فلسفية عالية المستوى ؟!

لن يكون هناك فهم ولا معرفة ..

بل مجموعة من الأفكار المشوهة والمنحرفة وغير الصحيحة ..

وكم هائل من الترهات والسخافات التي لا تتطابق مع ما تنادي به هذه الكتب والتي كتبت من قبل مفكرين عالي المستوى لمفكرين عالي المستوى .

هذا ما حدث فعلاً في التاريخ وفي الكثير من الثقافات ..

حيث انتشرت صور مشوّهة وغير صحيحة لمدارس الحكمة بين عامة الناس وتم إتباعها بطريقة خرقاء وعمياء ..
فمثلاً ..

هناك تشويه عظيم ومريع حدث للكثير من الطرق الصوفية الإسلامية من قبل أتباع جهلة غير مؤهلين لها .. ومعروف قدر الجهالات والسخافات التي نتجت ومازالت تنتج عن ذلك ..

كذلك الأمر في علم وطريق اليوغا .. والذي تحول على يد الأتباع غير المؤهلين لنوع من رياضات اللياقة البدنية وتخسيس الوزن !

وكذلك الأمر في علم وطريق التانترا .. التي تحول على يد الأتباع غير المؤهلين لطريقة لممارسة التدليك الجنسي !!

على القارئ أن يفهم إن هذه هي نتيجة طبيعية لعبث أخرق من قبل من هم غير مؤهلين في مدارس عظيمة وذات تاريخ موغل في القدم هدفها الأول هو الخروج من الشبكة المتفاعلة واختبار الواقع الفعلي والعودة للمصدر الأول .. حيث كل شيء .

إن هذا التشويه هو سبب أساس لنفور الكثير من الباحثين الصادقين والمؤهلين للمعرفة والابتعاد الكلي عن مجرد مشاركة هؤلاء الجهلة في ممارسة واحدة !

وحتى من يتمكن من هؤلاء الباحثين من التمييز بين الحقيقة الناصعة والهدف الأسمى لطرق الحكمة وبين الممارسات الشاذة والمنحرفة فإن هذا التشويه يدفع بعض الباحثين الصادقين لتجنب إتباع مدارس الحكمة التي هي أقرب لثقافتهم ولمنطلقاتهم الفكرية ..

فمثل هؤلاء الباحثين يختارون السير على طريق آخر وإتباع مدارس من ثقافات أخرى يجدونها أقرب إليهم لخلوها من أشكال التشويه الذي اعتادوا عليه .. وسنموا منه في المدارس التي تنتمي لثقافتهم الأصلية ..

فقد يتبع المسلم طريق اليوغا .. وقد يتبع الهندي طريق القبالا .. وقد يتبع الصيني التبتل المسيحي .. وقد يتبع المسيحي طريق الزن !

كل هذا لتجنب ما تراكم من تشويه في عقلية هذا الباحث لمدارس الحكمة الخاصة بثقافته والتي اعتاد على مشاهدة سخافات وجهالاتها منذ الصغر مما يوئد نفوراً عميقاً تجاهها يكون عائناً أمام تقدمه على الطريق .

ولا شك إن هذا اختياراً حكماً وسليماً ننصح به ونشجع عليه ...

فالمهم ليس نوع ولا ثقافة مدرسة الحكمة ..

المهم هو ما يرتاح إليه العقل ويرتضيه القلب .

طريق الاختيار ..

وهنا يُطرح السؤال الهام عن طريقة الاختيار ..

فالباحث عن المعرفة والذي وصل لدرجة النضج التي تؤهله للسعي وراء الحقيقة الكبرى والساعي بصدق لمعرفة الطريق سيريكه المدى الواسع والتنوع الهائل والذي يصعب حصره لمدارس الحكمة ..

أيها أتبع ؟

ما هو الأفضل والأنسب لي ؟

ليست لدي مشكلة مع أساس معتقدي وديني فهل يجوز لي إتباع طرق يُعرف عنها إنها منبثقة من دين آخر ؟
هناك مسميات غريبة عني .. للإله .. للكائنات الروحية .. للمعلمين والمرشدين .. للشخوص التاريخية التي اعتدتها فهل يجوز لي إتباعها ؟

إن كل هذه الأسئلة وكل هذه الحيرة نتيجة لسوء الفهم وضعف التمييز .. والخلط بين الدين وطريق الحكمة .

كما أوضحنا كثيراً فإن طريق الحكمة ليس دين ولا اعتقاد ..

بل طريقة .. أسلوب .. تقنيات تعمل على تحقيق الهدف من كل دين ومعتقد ..

لا يوجد دين لطرق الحكمة .. كما إنه لا يوجد دين للرياضات البدنية !

فكل الرياضات البدنية .. السباحة .. ألعاب القوى .. ألعاب الكرة .. كلها رياضات مختلفة لها هدف واحد وهو الحفاظ على اللياقة البدنية والصحة الجسدية والاستمتاع ..

كل منها طريقة مختلفة لتحقيق نفس الهدف ..

وممارسة أيها منها سيؤدي لتحقيق نفس الهدف .

وكل منها تستهوي فئات مختلفة من البشر التي تفضل وتتجذب لبعضها أكثر من البعض الآخر .

كذلك الأمر لطرق الحكمة .

فكل طرق الحكمة ومدارسها لها نفس الهدف .. وهو الخروج من الشبكة واختبار الواقع الفعلي والعودة للمصدر الأول .

ولا يمكن أن يكون الأمر إلا كذلك .. فلا يوجد فعلياً وموضوعياً إلا واقع واحد .

لذا فإن معيار اختيار السالك هو السالك نفسه .

عليه ألا يختار ولا يتبع إلا ما يستقر في نفسه .. ويرتضيه ضميره .. ويقتنع به عقله .. ويتقبله قلبه قبولاً حسناً .

نعيد هنا ونؤكد على السبيل الوحيد .. والأمن .. والسريع لاختيار طريق الحكمة ..

لا تختر ولا تتبع إلا إلى ما يرتاح إليه عقلك ويرتضيه قلبك وتستقر له نفسك .

وعلى السالك أن لا يخشى هذا التنوع .. ولا يرتبك بسببه بل على العكس فإن هذا التنوع عندما يُفهم حق فهمه فسيكون مصدر لمزيد من الغنى والثراء .. واليسر والاستمتاع .

وعلى السالك ألا يخشى ولو للحظة واحدة من خطر اختياره الطريق الأنسب .

لأنه من المؤكد واليقيني الذي لا شك فيه أن السالك الصادق والراغب بشدة للمعرفة ستأتيه المعرفة التي يحتاجها وسيفتح الطريق الأنسب له أمامه تماماً بطرق لا تعد ولا تحصى ..

لقد أكد الأنبياء والحكماء على ذلك ..

وشهد السالكون - ونحن منهم - على صدق ذلك من خبراتهم الخاصة .

فهناك من سيختار الطريق الأقرب لثقافته نتيجة للوراثة من المحيط أو الاقتناع الشخصي .. كأن يختار المسلم طريق التصوف أو العرفان متبعاً لعائلته وأسرته .. ويختار الهندي طريق اليوغا متبعاً قومته .. ويختار الصيني طريق الزن تابعاً لأهله ..

يأتي ذلك بشكل تلقائي لطيف يشعر به السالك في نفسه بأنه الأنسب له .

وقد يختار مسلم آخر طريقاً آخر غير التصوف بحيث تتشكل الظروف والأحداث لينفتح أمامه طريقاً آخر سيجده أمامه وسيكون هو الأنسب له .

إن اختيار الطريق هو أشبه بعلاقة الحب !

أنت تحب لأنك تحب .. ولا تعلم لماذا تحب ذلك الشخص أو الشيء..

ولكنك تستشعر هذا الحب في نفسك ..

أنت تعلم وحسب !

فالمهم هو الصدق والرغبة المستعرة التي لا تنطفئ ..

عندما يتحقق ذلك كل شيء سيأتي تلقائياً ..

ولهذا السبب بالذات كما ذكرنا فقد تعمدنا أن نتجنب ذكر طريق ما وتحديد تقنية ما في رسالة الخروج إلى الداخل حيث أننا أردنا أن نتجنب إرباك القارئ والتدخل في الاختيار الخاص به .

ولعل السبب الذي أوصلك لك هذه الرسالة .. وجعلك تصل معنا حتى هنا هو الذي يطرح أمامك الطريق المناسب لك .

وكما أوضحنا ذلك من قبل فنحن لا نعم كل شيء ..

وعليك مهمة ..

لا بد أن تنجزها وتنجح بها..

أن تتبع ما ننصح به كمجرد طريق للإرشاد ..

وعليك أن تتبع ما تراه مناسباً لك أنت .

كن شجاعاً وتحمل مسؤولية نفسك !

واعلم أن هناك من سيرشدك ويسدد خطاك ..

المصدر الأول .. الموجود الحق .

الذي يعلم كل شيء .. ويحيط بكل شيء .

فيما يلي سنشرح بالتفصيل التقنيات التي يمكن للقارئ المهتم بممارستها لبيدأ رحلته على طريق الحكمة ..

سنتحدث في البدء عن نوعي التقنيات التي ننصح بها وعن أهم النقاط التي يجب أخذها في الاعتبار عند الممارسة .

مدخل التقنيات

بعد كل ما ذكرناه عن الحكمة وطريقها .. حان الوقت لتحديد بعض تقنيات الممارسة الروحية والتي ننصح بها وقمنا بممارستها وما نزال .

إن القارئ المتابع لنا حتى هذه المرحلة لابد أنه يعلم إن أسلوبنا ومنهجنا هو منهج عملي في صميمه .. وهو يقوم على الاختصار والتركيز والتكثيف والابتعاد عن التفاصيل والفروع وما ينجم عنهما من إرباك وحجب للجوهر الحقيقي الكامن وراءهما . ونحن نلتزم بهذا المنهج أيضاً عند تحديد التقنيات التي سنذكرها ..

لا نريد أن ننقل القارئ بعشرات من التمارين والتقنيات المتنوعة والمتباينة في مقدار صعوبتها ..

سنعمل على تحديد تقنيات بسيطة وقليلة ومركزة ..

ولكننا لن نكتفي بتوضيح طريقة الممارسة لكل تمرين وحسب ..

بل سنعمل على إعطاء فكرة تساعد على فهم التمرين نفسه .. ولماذا هو مهم .. وما علاقته بطريق الحكمة .. وكيف يعمل التمرين فيه ..

إن هذا الفهم نراه بالغ الأهمية لأنه يساعد السالك على أن يعلم ما الذي يفعله بالضبط ..
ويساعد على فهم أسباب ما يعمل .. هذا الفهم بحد ذاته ضروري لإزالة عوائق الفكر والحصول على نتيجة أفضل وأسرع من
الممارسة .

نوعا التقنيات ..

التقنيات التي ننصح بها تنقسم إلى قسمين ..

نوع مقيد .. ونوع حر ..

التقنيات المقيدة هي مجموعة من التمارين تمارس من خلال جلسة لها وقت ومكان محدد .

التقنيات الحرة هي مجموعة من التقنيات تمارس دون جلسة بل تمارس في أوقات وأماكن غير محددة .

لا يمكن الاستغناء عن كلا النوعين ..

التقنيات المقيدة التي تمارس من خلال جلسة ..

هي تمارين يجب أن يخصص لها السالك وقتاً محدداً في اليوم للقيام بها .. وهي :

تمرين التركيز .

تمرين تقوية الحواس الخفية والخيال .

تمارين التنفس .

التانترا .

التأمل .

التقنيات الحرة التي لا تتطلب جلسات ..

هذه النوع من التمارين أقرب للسلوكيات منها للتمارين .. وهي تمارس طوال الوقت وبشكل عفوي دون تحديد جلسة مخصصة
لها .

وهي تفوق التمارين السابقة في الأهمية ..

هي سلوكيات على السالك أن يلتزم بها ويقوم بها ويعمل على تعزيزها في نفسه في أي وقت من اليوم وهي:

التذكر .. التذكر الدائم للشبكة وللهدف من اختراقها والسبب للقيام بذلك .

البحث .. البحث والتعلم في كتب الحكمة .. وفي أشكال المعرفة .

مراقبة وتصفية النفس .

التفكير .. التفكير المتواصل في الحياة وفي الأسئلة الكبرى .

التفريغ والتنفيس النفسي .

مصاحبة المهتمين بطريق الحكمة والابتعاد عن الجهلاء ..

المراجعة والتقييم قبل تعلم هذه التقنيات من الضروري أن نتحدث عن أهم الأسس التي يجب الالتزام والتقيد بها عند الممارسة لكي يضمن السالك بالحصول على النتائج المطلوبة من الممارسة ..

ضرورة المداومة

ليس المهم أن يضع السالك أمامه برنامج حافل من التمارين والتقنيات التي عليه ممارستها في أوقات عديدة من اليوم .. إن هذا في الأغلب لن يستمر ..

سيصاب السالك بالتعب والملل بعد فترة قصيرة وستبدأ الممارسة بالتقطع .. يوم يمارس .. وعدة أيام لا يمارس ! إن هذا هو الخطأ الأكبر ..

وإن القيام به لن يأتي بأي نتائج تذكر ..

لابد من الممارسة المتواصلة دون توقف ..

على السالك أن يلزم نفسه بالقيام بالتمارين التي اختارها وممارستها بشكل يومي دون انقطاع تحت أي سبب من الأسباب .

السبب في ذلك أن السالك المبتدئ على طريق الحكمة هو ككل البشر الآخرين .. غارق تماماً في الشبكة .. والتمارين التي سيقوم به هي ما ستساعده على اختراق هذه الشبكة ..

هذه التمارين تعمل ببطء وهدوء ..

وتتطلب الممارسة الطويلة لكي يبدأ السالك بالشعور بنتائج تذكر ..

يمكن فهم ذلك بأن يتصور السالك أن الشبكة هي أشبه بحائط السجن .. والتمارين ستقوم بتحطيم هذا الحائط شيئاً فشيئاً .. طوبة بعد طوبة ..

والسالك في حياته اليومية العادية هو على اتصال دائم بالمجتمع وبكل ما فيه من ضجيج ورسائل تواصل تعزز بقاءه داخل الشبكة كما ذكرنا ..

الشبكة نفسها تتعزز يومياً من خلال كم هائل من الرسائل التي تصل إلى وعي السالك ووعيه الباطن تحته دائماً على التصديق بأنه لا يوجد إلا الشبكة ..

أي أن حائط السجن يتعزز دوماً ويزداد سماكة وارتفاعاً في كل يوم ..

فالتمارين تقوم بإزالة كم ما من هذا الحائط فإذا تم التوقف في اليوم التالي ستعيد الشبكة هذا الكم الزائل سريعاً !!

لذا فلا بد من الممارسة المتواصلة حتى يتمكن السالك من فتح ثغرات في هذا الحائط العنيد .. ليتمكن من النظر من خلال هذه الفجوات على لمحات من الواقع القائم خلفها ..

ثم بتوسيع هذه الثغرات تدريجياً .. سيتمكن السالك نفسه من الفرار من السجن وما فيه .

لذلك فإننا نؤكد على ضرورة الممارسة المتواصلة دون انقطاع .

والطريقة المناسبة لتحقيق ذلك تكون باختيار عدد بسيط ومحدود من التمارين ثم المداومة عليه .. وهو ما ننصح به ونتوجه إليه ..

الالتزام بالتقنيات كما هي .. التقنيات تعمل دون وعي السالك ..

على السالك أن يفهم بأن التقنيات التي سنبينها هي تقنيات متناقلة من الحكماء إلى السالكين منذ آلاف السنين ..

جيل بعد جيل تناقل الحكماء والسالكين هذه التقنيات ..

وبعض هذه التقنيات كانت تعتبر من الأسرار التي لا تعطى لكل أحد وبعضها مازال كذلك ..

لذا فعلى السالك ألا يحاول أن يغيّر ويبدل بها من خلال تعديلات يتصور في نفسه إنها أنسب عقلاً من التقنيات القديمة !

مارس التقنيات كما هي ولا تحاول التذكي !

التقنيات هذه هي أشبه بالعلاج الذي يعطيه الطبيب وعلى المريض الالتزام به دون نقاش ..

فالطبيب يعلم ما يفعل .. وهو أعلم منك في تركيب الجسد ووظائفه وفي تراكيب الدواء وتأثيراته ..

وكذلك الأمر في هذه التقنيات فهي موضوعه من قبل حكماء تناقلوها عبر الأجيال وهم يعلمون تمام العلم ما يفعلونه وهم أعلم

منا بما يتطلبه الأمر لكي تتمكن من تجاوز طبقات الوعي التي تحجب عنا الواقع ..

فهم أنفسهم قد تجاوزوا الواقع ويعلمون ماهية هذه الحجب وكيفية التعامل معها .

كما أن لهذه التقنيات تأثيرات غامضة على جوانب متعددة من كيان الإنسان ووعيه ونفسه .. ليس بالضرورة أن يتمكن الجميع

من فهمها وخصوصاً المبتدئين منهم .

فقد يميل السالك المبتدئ للتفكير ومحاولة فهم ما هو التأثير الذي سيفعله هذا التمرين أو ذلك .. وقد يتساءل في داخله عن أهمية

ومعنى ما يمارسه من تقنيات ..

من المهم أن يفهم السالك إن لهذه التقنيات تأثيرات تتجاوز وعي السالك .. بل وتتجاوز وعيه الباطن ..

فعلية أن يمارسها كما هي حتى لو لم يفهم ما الذي ستفعله له وما الذي سيتغير في داخله بفعل هذه التقنيات .. تماماً كما أن

المريض يأخذ العلاج الموصوف له دون أن يفهم بالضرورة ما الذي سيغيره الدواء في جسده .. ودون أن يعلم كيف سيتفاعل

الدواء داخل جسده .

لذا فعلى السالك أن يمارس التقنيات كما هي وهو على ثقة أنها تفعل في داخله التغيرات التي يحتاجها حتى لو لم يعلم كيف ولا

متى .

بعد أن تعرفنا على نوعي التقنيات .. وفهمنا الضرورة اللازمة للمداومة وممارسة التقنيات كما هي سنتحدث في البداية عن التقنيات المقيّدة التي تتطلب الجلسات وكيفية ممارستها ..

التقنيات المقيّدة

الاستعدادات

التقنيات المقيّدة هي كما ذكرنا تمارين تتطلب أن يخصص السالك لها وقتاً محدداً ..

يفضل أن يكون بين 40 دقيقة .. ساعة .. أو على الأقل نصف ساعة يومياً لممارستها .

يفضل أن يكون هذا الوقت هو نفسه في كل يوم .

فمثلاً إذا اختار السالك ممارسة هذه التمارين قبل النوم فعليه بممارستها دائماً قبل النوم .. وإذا اختار ممارستها في الصباح فعليه ممارستها دوماً في الصباح وفي نفس الوقت ..

لا ننصح أن يمارس السالك هذه التمارين في أوقات متباعدة يوم صباحاً ثم في اليوم التالي ليلاً وفي يوم آخر عصباً .. الخ

السبب في ذلك أنه عند ممارسة هذه التمارين يومياً في نفس الوقت المعتاد فإن العقل يُبرمج نفسه لتقبل هذه التمارين مما يساعد على إحداث تأثير أفضل .

يمكن للسالك أن يقسم التمارين إلى قسمين يمارس كل قسم في وقت ثابت ..

فمثلاً يمارس تمارين التركيز والخيال في الصباح .. والبقية في الليل .

ولكننا ننصح أن تمارس التمارين جميعاً معاً وفي نفس الوقت .. حتى لا يتسبب ذلك في إرباكاً لنمط حياة السالك .

نترك هذا الأمر للسالك .. وننصحه بالتجربة لاختيار الأنسب له .

توقيت جلسات الممارسة ..

يمكن أن يختار السالك الوقت الأنسب له ولظروفه للممارسة ليلاً أو نهاراً ..

ولكننا ننصح أن تتم الممارسة في الليل .

السبب في ذلك أن عقل السالك في الليل يكون قد تعب من النشاط والتفكير المتواصل طوال اليوم ويكون أميل للهدوء والراحة في فترة الليل .. وهو أمر سيساعد السالك على تجنب الكثير من الأفكار التي ستتلاحق في عقله وستشوش عليه الانتباه والتركيز .

سيعلم السالك بنفسه ذلك من خلال الممارسة ..

الوقت الذي يتعب فيه العقل ويكون أميل للهدوء هو الوقت الأنسب للممارسة ..

فلا ننس أن الشبكة هي كلها وعي وأفكار في عقل السالك وأنسب وقت لاختراق الشبكة هي عندما تكون متعبة وضعيفة !

كما أن طبيعة أجواء الليل وغموضها وهدوءها أنسب لتوفير الجو النفسي المساعد على تقبل الممارسة وإحداث التأثير المطلوب .

تحديد الوقت

كل التمارين المقيدة التي سنشرحها سنطلب فيها من السالك أن يلتزم بوقت محدد عند ممارسة كل تمرين .. مثلاً تمرين التركيز يتطلب خمس دقائق .. التركيز على كل تشكرا يكون لمدة دقيقتين .. الخ .

في كل الحالات فتحديد الوقت الذي ننصح به لأي تمرين لابد أن يكون تقديري ..

لا يجب أن يشغل السالك ذهنه بتحديد الدقائق التي مرت .. فإن ذلك سيتسبب بتشتيت التركيز ..

فليكن الوقت الذي يقوم به السالك لممارسة التمارين يقاس بشكل تقديري ..

دفتر التسجيل ..

الكثير من مدارس الحكمة وخصوصاً الحديثة منها تنصح السالك بأن يخصص دفترًا للتسجيل خاصاً لممارساته الروحية .. هذا الدفتر يستخدمه السالك لتسجيل كل ما يتعلق بممارساته الروحية .. تواريخ .. تجارب .. خبرات يواجهها .. أحلام يحلم بها .. أفكار .. خواطر .. مشاعر ..

أي شيء يجده السالك مفيداً له لتسجيله وتوثيقه .. وأي شيء يجده السالك معبر عنه وعن ما يمر به ..

إن الالتزام بالكتابة في دفتر التسجيل هي عادة مفيدة .. تساهم في ضبط الفكر .. وتثبيت الالتزام بالممارسة .. وتكون مرجعاً للسالك يعود له لمعرفة مستوى تقدمه وتطوره في الممارسة .

ومرجعاً يعود له بعد سنوات طويلة عديدة .. ليتذكر .. ويبتسم !

البعض يجد أن توثيق ذلك يكون أسهل وأسرع من خلال نوع من أنواع التسجيل الصوتي ..

نحن لا نجد أن دفتر التسجيل ضرورة من ضرورات الممارسة .. ولكننا نشجع السالك على تجربته والاستمرار به إن وجدته مفيداً له .

أجواء مساعدة ..

من المفيد أن يقوم السالك ببعض الأعمال التي تساعد على إعطاء جو نفسي ملائم للقيام بجلسات التمارين ..

بطبيعة الحال فجلسة التمرين لابد أن تكون في عزلة عن الآخرين ..

ينتقل السالك إلى غرفة أخرى وحيداً مبتعداً عن الضجيج والابتعاد عن كل الأجهزة الالكترونية كالتلفاز أو أجهزة الهواتف وغيرها ..

باختصار مكان هادئ ومنعزل قدر الإمكان .

وكما نصحن السالك بالالتزام بالممارسة في نفس الوقت فنحن ننصحه بالالتزام بالممارسة في نفس المكان أيضاً إن كان ذلك ممكناً .. ولنفس السبب .

يمكن للسالك أن يضيف بعض الأجواء التي تساعد على إعطاء الجو النفسي المشجع على الممارسة ..

إضاءة خافتة .. الشموع مثلاً ..

روائح عطرية لطيفة .. البخور الخفيف مثلاً ..

ممارسة بعض التمارين الجسدية الخفيفة والسريعة قبل جلسة التمرين مثل تمارين الإطالة والشد والتي تساعد على استرخاء الجسد ..

ممارسة شيء من تدليك بعض أعضاء الجسد الأمر الذي يساعد على الاسترخاء ..

الموسيقى الهادئة .. الموسيقى التأملية مثلاً

وهي مفيدة جداً في تهيئة السالك للتمارين المقبلة ولكن لابد من الانتباه بأن الموسيقى قد تشتت التركيز إذا اهتم السالك بالاستماع إليها ..

أما إن جعلها السالك مجرد خلفية تساعد على الاسترخاء .. فلا بأس .

الأصوات البيضاء **White noise** مفيدة هنا أيضاً .. كأصوات التشويش وصوت المطر وأصوات المياه أو حفيف الشجر أو الرياح وغيرها .. وهي لها تأثير يساعد على الاسترخاء وحجب الأصوات الخارجية ..

هناك الكثير مما يمكن عمله لتهيئة أجواء مساعدة على الممارسة نترك للسالك اختيار ما يناسبه منها ..

باختصار يُنصح السالك بالقيام بأي من الأعمال التي تساعد على إعطاء أجواء نفسية هادئة ومساعدة .

وضعية الجلوس ..

أي سالك يبحث عن تقنيات الحكمة فهو لاشك سيقراً ويسمع كثيراً عن وضعيات الجلوس التي عليه أن يجلسها عند ممارسة التمارين ..

مثلاً جلسة زهرة اللوتس .. أو نصف زهرة اللوتس .. الخ

وسيسمع وسيقرأ الكثير عن ضرورة الممارسة بالجلوس على الأرض أو بأنواع من الفراش .. الخ

إذا اختار السالك أي شيء من ذلك فحسناً .. ولكننا نريد التأكيد على نقطة هامة ..

أهم شيء في وضعية الجلوس أثناء الممارسة هي أن تكون جلسة مريحة تماماً للجسم .. أي شيء آخر هو أمر فرعي .

للسالك الحرية الكاملة أن يجلس على الأرض أو يجلس على كرسي أو على السرير أو على وسادة مريحة ..

وله أن يجلس متربعاً أو بأي وضعيه أخرى يختارها ..

وله أن يجلس قائم الجذع دون سند .. أو بالاستناد للحائط .. لظهر الكرسي .. أو لوسادة ..

أهم شيء أن يكون السالك مرتاحاً ومستمتعاً بجلسته ..

وضعية الجلوس غير المريحة للجسم ستتسبب بإزعاج شديد بل وآلام في الرقبة والظهر والركبتين ستصرف السالك تماماً عن التركيز والانتباه أثناء الممارسة ..

فبعض السالكين المبتدئين يحاولون أن يقلدوا ما يشاهدونه من الآخرين بجلسات غير مناسبة وغير مريحة بالنسبة لهم .. وبعضها قد يتسبب لهم بالآلام في الظهر والرقبة والأرجل والأقدام تصاحبهم طوال اليوم !

إن هذا أمر يجب تجنبه ..

المهم في وضعية الجلوس أن تكون مريحة للسالك .. وعلى السالك أن يختار وضعية الجلوس الأنسب له .

والآن نبدأ في تفصيل التمارين التي ننصح بها ..

ونبدأ بتمرين التركيز ..

التمارين المقيدة

تمرين التركيز ..

التركيز كما ذكرنا في الرسالة هو تثبيت الفكر باتجاه واحد فقط لمدة معينة كلما كانت أطول كلما كانت أفضل .. وكما ذكرنا فإن لهذا أهميته البالغة في تحويل الفكر لما يشبه السيف أو الليزر لاختراق الشبكة .

المشكلة أنه بسبب التشويش الهائل لعشرات الأفكار المتضاربة التي تدخل وعي الإنسان في كل لحظة وخصوصاً في عصرنا الحالي حيث فكر الإنسان مليء بعشرات من الأفكار والرسائل والمهام التي تأتي من الخارج وعشرات الأفكار والمخاوف والهموم التي تأتي من داخل عقل المرء ..

بسبب كل ذلك فإن عقولنا تكاد تكون شبه عاجزة لتثبيت فكرة واحدة فقط دون دخول أدنى أفكار أخرى مهما كانت ولو لثواني قليلة .

والسالك يعلم ذلك في نفسه عندما يحاول أن يضع صورة ما في ذهنه ومحاولة الحفاظ على هذه الصورة فقط لا غير ..

سيجد أن ذلك قد يكون ممكناً لثانية أو ثانيتين على الأكثر وسرعان ما تدخل أفكار وصور أخرى وتقتحم عليه وعيه قسراً ومهما حاول .

لذا لا بد من تمرين العقل على التركيز لفترات أطول بكثير ..

والتمرين يقوم على الآتي :

بعد أن يقوم السالك بالاستعدادات التي ذكرناها وتبدأ جلسة الممارسة عليه أن يتخذ وضعيه جلوس مريحة له .

ممكن القيام بهذا التمرين واقفاً أو جالساً أو ممدداً باسترخاء على فراش مريح ..

فليأخذ السالك دقيقة أو دقيقتين للتنفس بهدوء .. وليرخي جسده قدر المستطاع ..

ليضع السالك صورة ما في ذهنه ..

مثلاً شمعة مضيئة في غرفة مظلمة .. صورة البدر .. قلم .. أي شيء آخر يجده مناسباً .. على أن تكون صورة لشيء واحد فقط ..

ليتجنب السالك الصور الكثيرة والمعقدة .. مثل صورة حديقة أو مدينة أو السماء بنجومها .. حيث أن التفاصيل الكثيرة ستجعل التركيز أصعب ..

صورة واحدة فقط أفضل وأسهل ..

ليأخذ دقيقة وهو يحدد تفاصيل هذه الصورة ..

الآن عليه أن يحاول أن ينظر في ذهنه لهذه الصورة ولا يسمح لأي فكرة أخرى مهما كانت بالدخول إلى وعيه .. فقط هذه الصورة ..

بطبيعة الحال سيجد أن ذلك مستحياً فسرعان ما ستدخل صور وأفكار أخرى وتقتحم عليه عقله ..

هذه هي قوة الشبكة تراها بعين عقلك الآن!

على السالك أن لا يجبر عقله جبراً على التركيز على هذه الصور .. وعليه ألا يقوم بشبه معركة مع هذه الصور الأخرى المقتحمة ..

المقاومة ستجعل من هذه الأفكار أشد وأقوى !

فقط استرخي ..

وثبتت فكرك على الصورة المختارة .. وعندما تدخل صور أخرى فقط تجاهلها وأعد ذهنك لصورتك ...
فإذا دخلت صورة أخرى تجاهلها أيضاً .. بكل هدوء .. دون شد أو مقاومة .. فقط أعد الذهن للصورة المختارة ..
وهكذا كلما دخلت صورة .. أعد ذهنك لصورتك .. بهدوء ودون التفكير بشيء آخر .. فقط أعد الفكر للصورة ..
في البداية لن يتم النجاح إلا لثلاث أو أربع ثواني .. ثم بالتكرار ستزيد هذه المدة بالتدريج ..
يفترض أن يتمكن السالك من تثبيت التركيز على صورة واحدة فقط لخمس دقائق كاملة .. وكلما كان أكثر كلما كان أفضل ..
إن هذه مهمة صعبة جداً ..

على السالك أن يأخذ نفسه بالتدريج وبالهدوء ..

وإذا يلتفت للتوقيت لأن التوقيت والتفكير به هو أيضاً فكرة أخرى !

فقط الصورة الذهنية المختارة .. التوقيت يكون تقديري لا تشغل بالك به ..

إذا ركز السالك ذهنه على هذه الصورة فقط لا غير ونسي أثناء ذلك كل شيء آخر بما فيه أنه يمارس تمرين للتركيز فهذه علامة مؤكدة على النجاح .

البعض يطالب أن يسعى السالك بعد فترة من الممارسة بوضع صور أخرى أكثر تعقيداً ..

ولكننا ننصح بالتركيز على صورة واحدة فقط تكون بسيطة وخالية من التعقيد أفضل وليركز السالك على إطالة مدة تثبيت الوعي على هذه الصورة بدلاً من التعامل مع صور أخرى .

التركيز على نفس الصورة في كل مرة أفضل ويساعد العقل على برمجة نفسه على التركيز ..

اختيار صورة متحركة بدلاً من الصورة الثابتة مثلاً صورة مروحة ورقية تدور .. أو صورة بندول ساعة أسهل في التركيز على الصور الثابتة لأن العقل بطبيعته المتحركة أميل للتثبيت على شيء متحرك مثله !

هذا هو تمرين التركيز ..

وهو تمرين وإن كان بسيطاً في الظاهر فسرعان ما سيعلم السالك مدى صعوبته ومدى تشوش ذهنه بالكثير من الأفكار في كل جزء من الثانية ..

النجاح يكون مؤكداً بالممارسة المتواصلة والتدرجية .

إن هذا التمرين بحد ذاته وبصرف النظر عن أهميته في الممارسة الروحية ستكون له آثار واضحة سيلاحظها السالك في الحياة العادية حيث سيجد أن عقله وبعد فترة من الممارسة سيكون أصفى من قبل وسيكون أكثر قدرة على التركيز على كل شيء آخر بسهولة أكثر من قبل .

وسيلحظ السالك أن ملكة التركيز هي ملكة قابلة للتقوية تماماً كتقوية أي عضلة في الجسم .. بالممارسة والمثابرة .

على السالك ألا يرغم نفسه على الإطالة في هذا التمرين فالإطالة تسبب الملل والتعب مما يعيق الممارسة المستمرة ..

كن هادئاً واستمتع بالتمرين .. اعتمد على التدرج والمثابرة ..

بعد أن يقرر السالك الانتهاء من هذا التمرين فليأخذ دقيقة للتنفس بهدوء .. ثم ينتقل للتمرين التالي ..

وهو تمرين الخيال وتفعيل الحواس الخفية ..

تمرين الخيال وتفعيل الحواس الخفية ..

هذا تمرين بالغ الأهمية والغموض ..

وهو التمرين الذي يساهم مساهمة فعالة في توسيع وعي السالك وتمكينه بعد الممارسة الطويلة من إدراك مدى أوسع من المدى الذي يدركه للواقع ..

كل إنسان يدرك الواقع المحيط به من خلال الحواس الخمسة .. البصر .. السمع .. اللمس .. الشم .. والتذوق .

ولكل حاسة من هذه الحواس مدى محدد لا تدرك ما هو أعلى منه ولا ما هو أدنى منه ..

فمثلاً .. البصر لا يدرك ولا يرى الضوء أو الموجة التي يزيد ترددها عن اللون البنفسجي أو يقل عن اللون الأحمر ..

البصر أعمى فوق وتحت هذا المدى .. لا يرى شيئاً ..

وكذلك الأمر في الحواس الأخرى جميعها ..

هذا التمرين يهدف إلى توسيع هذا المدى بالتدرج ..

وهو تمرين هام وحساس يتطلب المثابرة والمواصلة الطويلة حتى يأتي بمفعوله ..

وهو تمرين ممتع ..

يقوم هذا التمرين على تقوية المدى الذي تفعل به الحواس الخمسة وتوسيع مداه بتمرين خاص لكل حاسة ..

الحواس جميعها مهمة ولكن الأهم بينها هي البصر .. السمع .. اللمس ..

يمكن للسالك أن يختار التركيز على هذه الحواس الثلاث فقط إن شاء .. ويمكنه أن يواصل التمرين للحواس جميعها .

كيفية التمرين :

يبدأ السالك هذا التمرين بوضعية مريحة له سواء جالساً أو ممدداً ..

يأخذ دقيقة في التنفس بهدوء وإعداد عقله ونفسه لبدء التمرين .. هذا الإعداد يساعد على تحسين النتائج وبرمجة العقل ..

نبدأ بالبصر ..

البصر :

تمرين البصر هو شبيه بتمرين التركيز ويقوم على وضع صورة بصرية لشيء ما يختاره ..

الفارق بين هذا التمرين وتمرين التركيز أننا هنا لا يهنا تثبيت الفكر على صورة واحدة فقط .. المهم هنا أن تضع أمامك صورة ما معقدة أو بسيطة ..

مثلاً منظر البحر .. منظر حديقة .. إنسان يمشي .. حيوان واقف .. أو أي شيء آخر

يفضل اختيار الصور المحببة للنفس لأنها تساعد في الانتباه .

ليأخذ السالك وقته في اختيار الصورة وتفصيلها .. مثلاً يختار صورة رجل عمره خمسين سنة يلبس قميص لونه كذا وشعره لونه كذا .. الخ

فليحدد تفاصيل الصورة التي يختارها ..

الآن ..

بعد اختيار الصورة المرغوبة على السالك أن يحاول أن ينظر لهذه الصورة في خياله بكل تفاصيلها ..

عليه أن يحاول أن يجعلها واضحة في ذهنه كل الوضوح وكأنه يراها بالفعل ..

بطبيعة الحال الصورة المتخيلة لن تكون في ذهن السالك كالصورة الحقيقية التي يراها بعينه .. حيث تكون الصورة المتخيلة أكثر بهوتاً وضبابية من الصورة الحقيقية والتي تكون أكثر وضوحاً وحدة ..

المطلوب هو أن تنظر لهذه الصورة المتخيلة وتجعلها واضحة في خيالك وكأنك تراها بعينيك .. واضحة وحادة ..

سيندهش السالك عندما يلاحظ إنه بعد الممارسة البسيطة سيجد أن الصور المتخيلة والتي كانت في البداية تبدو مهزوزة وباهته تصبح أكثر وضوحاً وحدة ..

نتائج هذا التمرين تظهر بسرعة كبيرة على عكس نتائج تمرين التركيز الذي يتطلب وقت أطول ..

كلا التمرينين يساعدا ويقويًا بعضهما البعض كما سيلاحظ السالك ..

المهم في هذا التمرين أن يحاول السالك أن يجعل الصورة المتخيلة في ذهنه واضحة أمامه كل الوضوح وكأنه يراها بعينية ..

عليه أن يقوم بذلك بكل هدوء وباستمتاع ..

عليه أن ينتبه ويدقق حتى في تفاصيل الصورة المتخيلة وليس بشكلها العام فقط ..

التفاصيل مهمة في هذا التمرين ..

فمثلاً لو كان يتخيل صورة إنسان مثلاً ..

عليه أن يدقق في تفاصيل هذا الإنسان .. شكله .. جسمه .. شعره .. ملابسه .. التجاعيد في وجهه .. حذائه .. الغبار الذي على حذائه .. الخ

وهكذا ينظر للتفاصيل ويجعلها واضحة وكأنها أمام عينيه فعلاً ..

ليختار السالك المدة المناسبة لهذا التمرين .. مثلاً خمس دقائق أو أكثر ..

خمس دقائق جيد ..

كلما طالت المدة كلما كان أفضل .. على ألا يرهق السالك نفسه ويحافظ على الاستمتاع دون شد أو إرغام ..

بعد الانتهاء من حاسة البصر ننتقل للحاسة الأخرى ..

السمع :

الفكرة هي نفسها وهي جعل الواقع المتخيل بقوة ووضوح الواقع الحقيقي ..

في حاسة السمع على السالك أن يختار صوت ما بسيط ومألوف .. مثلاً صوت جرس .. دقائق ساعة .. خطوات مشي .. أي شيء من هذا القبيل ..

يجب تجنب الأصوات المعقدة .. كالكلاب .. أو الأغاني ..

ليأخذ السالك بعض الوقت في تحديد نوعيه هذا الصوت وتفصيله ..

بعد اختيار الصوت على السالك أن يحاول أن يصيغ السمع لهذا الصوت المتخيل ..

الصوت المتخيل بطبيعة الحال سيكون خافتاً وباهتاً .. على السالك أن يحاول أن يقوي الصوت في خياله حتى يجعله وكأنه يسمعه بالحقيقة ..

المهم هو تقوية السمع المتخيل لدرجة تقارب السمع الحقيقي ..

ليواصل السالك إصاغة السمع لمدة تعادل المدة التي قام بها في تمرين البصر ..

نتنقل الآن لحاسة أخرى ..

اللمس :

نفس الطريقة التي قمنا بها في التمرينين السابقين ولكن الآن لحاسة اللمس ..

على السالك أن يختار ملمس لشيء ما ..

أي أنه يختار أن يلمس جسماً ما .. مثلاً ملمس القطن .. الفرو .. فرو حيوان .. رمل الشاطئ .. ملمس الخشب .. أي شيء آخر من هذا القبيل ..

ليأخذ بعض الوقت في تحديد الشيء الذي اختاره ..

عليه الآن أن يحاول أن يتخيل أنه يضع يده على هذا الشيء وأنه يستشعر هذا الملمس ..

من الجيد أن يقوم السالك بتحريك يده وكأنه فعلاً يلمس شيء ما ..

عليه أن يحاول أن يجعل من اللمس المتخيل وكأنه ملمس حقيقي يلمسه بيده ..

بكل وضوح وحدة .. وبالتركيز على التفاصيل البسيطة جداً ..

ليواصل السالك تلمس هذا الشيء المتخيل لمدة تعادل المدة التي قضاه في التمرينين السابقين ..

الحواس الثلاث .. البصر والسمع واللمس هي الحواس الأهم عند الإنسان ..

يمكن الاكتفاء بذلك ويمكن الاستمرار في هذا التمرين ليشمل الحاستين الأخرتين .. الشم والتذوق ..

ننصح بالمواطلة ..

على نفس الطريقة للتمارين السابقة يستمر الأمر ..

الشم :

يقوم السالك الآن باختيار رائحة ما ..

رائحة برتقال .. تفاح .. موز .. منظف ما .. أي رائحة بسيطة ومألوفة ..

ويقوم بنفس العمل وهو محاولة أن يجعل الرائحة المتخيلة وكأنه يشمها في الحقيقة ..

يمكن للسالك أن يحرك أنفه وكأنه يشتم شيء بالفعل .. هذا التحريك يساعد .

يوصل بذلك لمدة تعادل ما قام به من قبل .

التذوق :

وكذلك الأمر في حاسة الذوق باختيار نكهة ما .. ملح .. سكر .. شيء حامض .. حلوى ما .. أو أي نكهة بسيطة ومألوفة ..

يتخيل السالك أنه يضع هذا الشيء في فمه ويحاول أن يتذوق هذا الطعم المتخيل وكأنه يتذوقه بالفعل ..

يمكن للسالك تحريك فمه ولسانه وكأنه يتذوق شيء بالفعل ..

إن هذا التحريك يساعد .. كما أنه يساهم في الاستمتاع بهذا الطعم !

يوصل السالك باستطعام هذا الشيء ويدقق تمام التدقيق في كل التفاصيل ..

المهم في كل هذا التمرين أن يحاول أن يجعل السالك الحاسة المتخيلة تكون بنفس قوة وحدة الحاسة الحقيقية ..

ينتهي هذا التمرين بذلك ..

البعض يطالب السالك بعد مدة من الممارسة على تمرين الجمع بين الحواس ..

الجمع بين الحواس :

إذا اختار السالك ذلك ففي هذا التمرين يقوم بجمع بين أكثر من حاسة معاً ..

مثلاً يختار أن ينظر لشيء ويسمعه ويلمسه في نفس الوقت ..

مثلاً أن يختار أن ينظر لقطعة صغيرة في خيالة وفي نفس الوقت يسمع صوت مواءها وحركتها وفي نفس الوقت أيضاً يتلمس فروها وجسدها وحرارتها ..

ويحاول أن يجعل هذه الصورة المتخيلة المركبة وكأنه حقيقية بالفعل .. بنفس الوضوح والحدة ..

بهذا فالسالك يجمع الحواس الثلاث البصر والسمع واللمس في صورة واحدة ..

ويمكن أن يختار السالك مثلاً أن يتخيل أمامه تفاعلة وانه يلمسها ويرفعها لأنفه ثم يشتم رائحتها الزكية ثم يأكل منها قضمه ويتذوق طعامها اللذيذ ..

بنفس الوضوح والحدة وكأنه يفعل ذلك على الحقيقة وسيساعد تحريك اليد والأنف والقدم ..

بهذا فالسالك يجمع بين الحواس الأربع .. البصر واللمس والشم والتذوق ..

وهكذا ..

يمكن للسالك اختيار أن يجمع بين الحواس كما يشاء ..

المهم هو وضوح الصور والحواس المتخيلة .. والتدقيق في أبسط التفاصيل لكل حاسة ..

تمرين الجمع هذا له تأثير أقوى على الخيال .. وله تأثير ونتائج هامة تأتي بالممارسة ..

ننصح أن يكون تمرين الجمع هو تمرين مستقل يأتي بعد تمرين الحواس كل على حدة ..

بهذا ينتهي هذا التمرين ..

وهو تمرين بالغ الأهمية وله تأثيرات هامة ستظهر لاحقاً على السالك ..

وهو يقوي الخيال بشدة وسيلاحظ السالك كما ذكرنا أن خياله يصبح فعلاً أقوى وأسهل حتى في حياته العادية ..

ننتقل الآن لتمرين هي أكثر عمقاً على كيان السالك ..

تمارين التنفس .

التنفس :

التنفس هو علم واسع في مدارس الحكمة وخصوصاً الشرقية منها كإلهند والصين وشرق آسيا ..

وهناك سالكون يمضون سنوات طويلة في تعلم وممارسة تقنيات التنفس .. بعض هذه التقنيات تعتبر خطرة جداً على حياة الإنسان إن لم تنفذ بشكل دقيق وصحيح وبعضها يعتبر من الأسرار ..

بطبيعة الحال لا يمكننا الحديث مطولاً عن علم التنفس وتقنياته في هذه الرسالة الموجزة .. كما أننا لسنا مؤهلين لذلك ..

ما يهمنا هو أن يفهم القارئ أن التنفس له تأثير أساسي وجوهري ليس فقط على حياة الإنسان بل على فكرة وعلى نفسه ..

بطبيعة الحال لا يمكن لأحد أن يعيش دون تنفس لأكثر من بضع دقائق ..

وهذه ليست حقيقة بسيطة يتم تجاوزها بسرعة ..

فهذه الحقيقة تبين العلاقة المباشرة بين التنفس وبين طاقة الحياة نفسها .. التنفس يبدو هنا كأنه حامل لطاقة الحياة ..

علم التنفس لدى مدارس الحكمة الشرقية يسمى براناياما Pranayama ..

والبرانا لدى مدارس الحكمة الشرقية هي طاقة الحياة ..

وهي طاقة حقيقية موجودة في كل مكان في الكون .. وهي الحامل للحياة نفسها ..

تماماً كما أن الطاقة الفيزيائية هي الحامل لمعنى الحركة .. فإذا لم تكن هناك طاقة .. لن تكون هناك حركة .. كذلك البرانا هي حامل لمعنى الحياة .

وللتنفس تأثير مباشر على الفكر والنفوس .. يؤثر ويتأثر به ..

الإنسان القلق .. الخائف .. الغاضب يتنفس بطريقة سريعة وحادة وسطحية ..

الإنسان المطمئن .. الهادئ .. السعيد يتنفس بطريقة بطيئة وهادئة وعميقة ..

النائم يتنفس بطريقة أبطأ وأعمق من المستيقظ ..

الحالة النفسية والفكرية تظهر .. تنعكس على التنفس جبراً ..

عندما يكون الإنسان غاضب فهو جبراً سيتنفس بسرعة .. وعندما يكون مطمئناً فهو جبراً سيتنفس بهدوء ..

والعكس صحيح أيضاً ..

فالفكر والنفوس يؤثران على التنفس ... والتنفس يؤثر على الفكر والحالة النفسية ..

فالتنفس هو الجسر بين الفكر وبين الجسد ..

ولأنه كذلك فالتنفس تأثير كبير على الجهاز العصبي لدى الإنسان والتمتع بدوره بالفكر وبالنفوس ..

فالإنسان قد لا يستطيع أن يتحكم بفكرة وحالته النفسية .. ولكنه يستطيع أن يتحكم بتنفسه ..

ولهذا يمكن بالتحكم في التنفس لتغيير الحالة الفكرية والنفسية التي يمر بها الإنسان ..

فلو تم التحكم بالتنفس عند الغضب .. وقام الغاضب بالتنفس في هذه اللحظة بهدوء وعمق لعدة دقائق سيلاحظ أن غضبه خف وأن فكره استقر بسرعة ..

وهكذا لو تنفس المطمئن بسرعة وحدة ستتغير حالته النفسية والفكرية إلى مزيد من القلق والاضطراب ...

والإنسان في عصرنا الحالي يمارس عادات سيئة وخاطئة وضارة كثيرة .. ومنها طريقة التنفس !

وهذا أحد الأسباب التي تؤدي للاضطرابات الفكرية وعدم التوازن النفسي ..

نحن لا نزود أجسادنا وبالتالي جهازنا العصبي وبالتالي فكرنا وأنفسنا بالنفوس الضرورية للحياة بشكل صحيح وكافي .. فماذا يمكن أن نتوقع !؟

لهذه الأسباب ولأسباب أخرى كثيرة فالتنفس وتقنيات التنفس تعتبر جزءاً أساسياً وجوهرياً للممارسة الروحية ..

هناك تقنيات كثيرة جداً للتنفس .. بالنسبة لنا ..

وكما هي عادتنا فنحن نفضل عدد محدود من التقنيات يتم الالتزام بها والمداومة عليها ..

ننصح نحن بثلاث تمارين للتنفس .. وهي ما قمنا بممارسته بأنفسنا ..

هذه التمارين هي :

تنفس المنخرين التبادلي .

تنفس الحجاب الحاجز .

والتنفس الفكري .

يمكن للسالك أن يختار تمرينين فقط من هذه التمارين الثلاث على أن يكون التنفس الفكري أحدهما .. ننصح بالتمارين الثلاث معاً .
ولكن قبل ذلك علينا الحديث عن التقنيات الأساسية التي يجب أن تتحقق في كل تمارين التنفس ..

التقنيات الأساسية لتمرين التنفس

التنفس عبر الأنف

في تمارين التنفس لا بد أن تتم عملية التنفس من خلال الأنف فقط وليس من خلال الأنف والفم ..

لا يجوز القيام بالتنفس إلا من خلال الأنف فقط .

ويقول أهل العلم أنه لا يجوز التنفس إلا من خلال الأنف في كل الحالات .. عند التمرين وفي الحياة العادية ..

التنفس من خلال الفم لا يكون إلا عند الضرورة القصوى .. فالتنفس من خلال الفم له مضار على الجسد والنفوس والفكر .

وعلى السالك أن يقوم بتنظيف الأنف قبل التمرين بالاستنشاق .. أو بأي طريقة أخرى ليمر الهواء في المنخرين بهدوء وسلاسة .

وعي النَّفس .. Breath Awareness

نقصد بوعي النَّفس هو الانتباه نحو النَّفس أثناء ممارسة تمارين التنفس ..

فنحن وفي حياتنا العادية نتنفس بشكل آلي دون أدنى انتباه لعملية التنفس التي يقوم بها الجسد ..

لا يصح ذلك في تمارين التنفس .

دون انتباه لعملية التنفس فلا قيمة لتمرين التنفس .. ولن يكون له أي تأثير .

يقول الحكماء أن تمرين التنفس يبدأ بوعي وينتهي بوعي .

لهذا فعلى السالك أن يولي هذه المسألة أولوية قصوى ..

كيفية الانتباه

عندما يبدأ السالك تمارين التنفس عليه أن يغمض عينيه ثم يصرف النظر عن أي فكرة أخرى وينتبه للنفس وهو يدخل ويخرج من الجسم ..

من اللحظة التي يدخل فيها النَّفس إلى الأنف .. اشعر بالهواء وهو يدخل المنخرين ..
تابع الانتباه أثناء عملية الشهيق للنَّفس وهو يدخل إلى الحلق في طريقه متجهاً إلى الرئتين .. اشعر به ..
استمتع بالإحساس المتولد عن ذلك ..

تابع الانتباه للنَّفس وهو يدخل الرئتين .. ثم تابعه وهو يخرج تدريجياً من الرئتين ..
واصل المتابعة للنَّفس وهو يصل للحلق ثم يخرج بهدوء من المنخرين ..
الآن ..

وكطريقة أفضل للمتابعة .. وهي طريقة لها تأثير أكبر وأعمق ..

فأثناء الانتباه للنَّفس وهو يدخل الجسم .. تخيل شكله ..

تخيل النَّفس وكأنه تيار من سائل هادئ أبيض اللون يدخل إلى المنخرين .. ثم الحلق .. ثم الرئتين ..

ثم تخيل هذا التيار وهو يخرج بهدوء وبالتدرج من الرئتين .. ثم الحلق .. ثم المنخرين .. اشعر بالإحساس المتولد عن حركة هذا
التيار .

كرر هذا الانتباه والتخيل في النَّفس التالي .. ثم الذي يليه إلى أن ينتهي التمرين .

التيار الأبيض الهادئ يدخل الجسم وينزل إلى الأسفل أثناء الشهيق .. ويخرج إلى الأعلى أثناء الزفير ..

إن هذه العملية تتطلب بضع دقائق للتدريب عليها ثم مع الوقت ستصبح عادة طبيعية ..

إن لهذه الطريقة تأثير كبير على إحداث استرخاء كبير في الجسم .. سعادة وطمأنينة في النفس .. وراحة شديدة .

التنفس يتم بهدوء دون تقطعات ..

وهي إحدى التقنيات الأساسية لأي تمرين تنفس ..

لا بد أن يتم التنفس بشكل هادئ وعميق ودون تقطعات ..

لا بد أن يتم دخول النَّفس وخروجه بسلاسة وهدوء .

وأثناء الشهيق فعلى السالك أن لا يجبر نفسه على ملئ الرئتين بكم زائد من الهواء .. ولا على إفراغ كل الهواء عند الزفير ..

إملاً جسديك بالنَّفس لأقصى قدر تستطيعه دون إجبار أو إزعاج .. بل بسلاسة وهدوء واسترخاء ..

التنفس المستمر دون توقف .

يفضل القيام بهذه التقنية وهي تقنية هامة في تمارين التنفس ..

وهي عدم التوقف بين الشهيق والزفير ..

عندما يدخل الهواء إلى المنخرين .. ثم الحلق .. ثم الرئتين .. وعندما تمتلئ الرئتين بأقصى قدر من الهواء دون إجبار .. ينتقل السالك فوراً لعملية الزفير دون توقف ..

شهيق .. يليه زفير .. بهدوء ودون توقف بينهما ..

يحافظ السالك على وعي النَّفس كما ذكرنا .. ويوجه انتباهه عندما يتحول التنفس من شهيق إلى زفير .. ثم يتابع الانتباه عند خروج النَّفس كما ذكرنا ..

سهولة وسرعة التعلم ..

هذه هي التقنيات الأساسية التي تصاحب كل تمارين التنفس ..

يتطلب الأمر بضع مرات من الممارسة حتى يتعلم السالك الحفاظ عليها ..

عند الاستمرار في الممارسة وبسرعة ستتحول هذه التقنيات إلى عادات طبيعية تصاحب جميع تمارين التنفس .

بعد أن تعلمنا التقنيات الأساسية للتنفس نبدأ الآن في وصف تمارين التنفس الثلاث التي ننصح بها ..

بداية تمرين التنفس

كما ذكرنا فإن السالك له الحرية أن يقسم التمارين إلى قسمين .. كأن يمارس تمرين التركيز وتمارين الخيال في النهار ويمارس البقية في الليل ..

إذا اختار السالك ذلك ففي القسم الثاني عليه أن يبدأ بتمارين التنفس .. ثم يليه التانترا ثم التأمل ..

وإن اختار السالك أن يمارس جميع التمارين في وقت واحد فليبدأ بتمرين التركيز .. ثم الخيال .. ثم التنفس .. ثم التانترا .. ثم التأمل ..

يمكن ممارسة تمارين التنفس بوضعية الجلوس المفضلة كما يمكن ممارسته بوضعية التمدد .

بعد أن ينتهي السالك من تمرين الخيال يبدأ تمرين التنفس .. وليبدأ بالتمرين الأول ..

تنفس المنخرين التبادلي Alternate Nostril Breathing

يقوم هذا التمرين في تبادل الشهيق والزفير بين المنخرين ..

هناك عدة طرق للقيام بذلك ننصح بالطريقة الأشهر وهي التالية ..

الطريقة الأولى :

يتم إغلاق أحد المنخرين بالأصابع .. لنقل إغلاق المنخر الأيسر ..

يبدأ الشهيق من المنخر الأيمن .. بعد إتمام الشهيق يُغلق المنخر الأيمن الآن بالأصابع ..

ثم يتم الزفير من المنخر الأيسر .. بعد إتمام الزفير يعاد الشهيق من المنخر الأيسر نفسه ..
بعد إتمام الشهيق يغلق المنخر الأيسر ويتم الزفير من المنخر الأيمن ..
تعتبر هذه دورة كاملة ..

تعاد العملية مرة أخرى .. حتى إتمام خمس دورات .

ينتهي هذا التمرين بإتمام خمس دورات .

على الرغم من التعقيد الظاهري لهذه الطريقة فهي في الحقيقة بسيطة ويمكن تعلمها في دقائق .
يمكن للسالك تعلم الطريقة من مقطع الفيديو المقابل .
هناك طريقة أخرى أسهل في الفهم لممارسة هذا التمرين .

الطريقة الثانية :

يتم إغلاق أحد المنخرين بالأصابع .. لنقل المنخر الأيسر ..

يتم الشهيق والزفير من المنخر الأيمن لخمس مرات متتالية .. ثم يغلق هذا المنخر ..

ويتم الشهيق والزفير من المنخر الأيسر لخمس مرات متتالية أيضاً ..

تكرر هذه العملية خمس مرات وبذلك ينتهي التمرين .

في كلا الطريقتين لا بد من الالتزام بالتقنيات الأساسية عند الممارسة .. الانتباه للنفس .. عدم التقطع .. الهدوء والسلاسة .

لتمرين التنفس التبادلي أهمية كبرى في توازن البرانا أو طاقة الحياة في داخل كيان السالك ..

وهذا سيكون له تأثير هام في إعداد السالك وتوسيع وعيه .. كما له أهمية في إعادة التوازن الفكري والنفسي للممارس .

بعد الانتهاء من هذا التمرين ننتقل للتمرين الثاني من تمارين التنفس

تنفس الحجاب الحاجز البطني Diaphragmatic Billy Breathing

وهو تمرين هام من تمارين التنفس يعتمد على تحريك الحجاب الحاجز وعدم تحريك الصدر عند الشهيق والزفير ..

يمكن القيام بهذا التمرين بوضعية الجلوس ووضعية التمدد ..

كيفية الممارسة :

يغمض السالك عينيه ..

يستنشق الهواء من الأنف بهدوء ..

أثناء دخول الهواء **يحافظ السالك على ثبات الصدر ويوسع البطن** .. عند توسيع البطن يتسع الصدر في نفس الوقت بسبب انبساط الحجاب الحاجز .. وهذا يسبب دخول كم كبير من الهواء للرتتين ..

يملاً السالك الرتتين بالهواء لأقصى درجة دون إزعاج ..

يقص السالك الآن بطنه تدريجياً أثناء عملية الزفير .. عند تقليص البطن يضيق الصدر فيسبب ذلك طرد الهواء من الرتتين ..

يتم تفرغ الهواء من الصدر لأقصى مدى دون إزعاج ..

يكرر الشهيق والزفير لثلاث دقائق ..

ينتهي التمرين بذلك

بطبيعة الحال لابد من الالتزام بالتقنيات الأساسية عند الممارسة .. الانتباه للنفس .. عدم التقطع .. الهدوء والسلاسة .

الفكرة من هذا التمرين أن يتم توسيع وتضييق الصدر من خلال حركة البطن وليس من خلال حركة الصدر .. حيث يبقى الصدر ثابتاً أثناء الشهيق والزفير .

يمكن الاستعانة بمقطع الفيديو المقابل لتعلم ذلك .

بعد الانتهاء من هذا التمرين ننتقل للتمرين الثالث من تمارين التنفس .

التنفس الفقري Spinal Breathing

وهو تمرين هام جداً وله تأثيرات غامضة وعميقة ..

وإذا اختار السالك تمرينين فقط من تمارين التنفس فهذا التمرين لابد أن يكون أحدهما ..

يمكن القيام بهذا التمرين بوضعية الجلوس أو التمدد ..

كيفية الممارسة :

يغمض السالك عينيه ..

يبدأ الشهيق بهدوء .. عند الشهيق يتخيل السالك أن تيار الطاقة الأبيض الهادئ ينزل من أعلى الرأس ويهبط نازلاً على العمود الفقري ..

يستمر الشهيق بهدوء ويستمر سريان التيار تدريجياً نازلاً إلى أن يصل إلى أسفل العمود الفقري ..

عند الزفير يعود التيار الهادئ في الاتجاه المعاكس .. من أسفل العمود الفقري إلى أعلى الرأس ..

ثم الشهيق مرة أخرى ليعود التيار من أعلى الرأس إلى أسفل العمود الفقري .. فالزفير ليعود التيار من أسفل العمود الفقري صاعداً إلى الرأس .

يستمر السالك بالتنفس بعمق وهدوء وهو ينتبه لهذا التيار من الطاقة يهبط من الرأس نازلاً إلى الأسفل عند الشهيق .. ويصعد من أسفل العمود الفقري صاعداً للأعلى عند الزفير ..

وكان هذا التيار هو تيار كهربائي يتذبذب بين قطبين أحدهما في أعلى الرأس والآخر في أسفل العمود الفقري .. ينزل عند الشهيق ويصعد عند الزفير ..

ليشعر السالك بتدفق هذا التيار الهادئ بين الرأس والعجز .. وليستمتع بهذا الشعور ..

يستمر التنفس بهذه الطريقة لثلاث دقائق ..

وبهذا ينتهي هذا التمرين ..

هذا تمرين بالغ الأهمية وله تأثير عميق جداً .. كما أنه تمرين سهل وممتع ومريح ..

بهذا ننتهي من التمارين الثلاث للتنفس التي ننصح بها ..

تمارين التنفس الثلاث هذه تهيئ السالك للانتقال للتمرين الرابع وهو تمرين بالغ العمق يمس صميم كيان السالك ..

وهو التانترا

التانترا Tantra

التانترا هي مدرسة من مدارس الحكمة موعلة في القدم ..

وهي مدرسة عظيمة لها تأثير على عدد كبير من مدارس الحكمة في الشرق بأسره ..

وتعتبر عند الكثيرين طريقة مستقلة ومنفصلة .. بينما تدمج بعض المدارس الأخرى بين تقنياتها و تقنيات أخرى .

أصل مدرسة التانترا من الهند .. ولها فروع وتنوعات في كل الشرق كما ذكرنا .

لكلمة التانترا عدة معاني منها .. آله الجسد ..

لأنها تقنية تقوم على إيقاظ طاقات الجسد البراني أو الطاقى كأداة لتحقيق الهدف باختبار الواقع الكلي والعودة للمصدر الأول .

طريق التانترا

التانترا تقوم تقنياتها بالتركيز على تفعيل وتنشيط الطاقات الداخلية الكامنة في الإنسان والتي هي ساندة في الكون بأكمله ..

لقد تحدثنا في قسم التنفس عن البرانا والتي تعتبر هي طاقة الحياة ..

هناك طاقات ومراكز ومسارات مختلفة ومتشعبة داخل كيان الإنسان مرتبطة بهذه الطاقة الكونية والتي يعلمها الحكماء ولا يعلمها سواهم ..

فكما أن هذه المراكز والمسارات موجودة في الكون فهي موجودة بصورة مصغرة في الإنسان ..

فكما شرحنا في الرسالة فالسمة الهولوجرافية هي سمه من سمات الواقع الفعلي ..

بتنشيط هذه المراكز والطاقات الموجودة في الإنسان يتم اتصالها بتلك التي تعم بالكون ..

وكما ذكرنا فهذا علم عن الواقع يختبره الحكماء ويصفونه لنا ويصفون الكيفية التي يمكن الاستفادة بها من هذا العلم بواسطة هذه التقنيات .

خلال هذه الممارسة وقبل أن يتم الاتصال الكامل يختبر الممارس خبرات كثيرة غامضة .. يذهل منها ويفرح بها أعظم الفرح ويتسع مدى الوعي لديه بشدة .. وقد يمتلك بعض القدرات نتيجة لذلك .

مدارس التانترا ..

للتانترا مدارس ثلاث أساسية هي .. كاولا **Kuala** .. ميشرا **Mishara** .. سامايا **Samaya**

المدرسة الأولى تستخدم في اتجاهات أحياناً تكون دونية .. في طقوس سحرية وجنسية وكسعي للحصول على قدرات خارقة ..

وهي سبب السمعة غير الصحيحة عن التانترا ..

هذه الاستخدامات تسمى بالطريق الأيسر **Left Path** وهو طريق يستغل قوة تقنيات هذه المدرسة لاستخدامها في الحصول على قدرات خارقة يتم استغلالها في السحر وغيره ..

يعتبر هذا الطريق الأيسر عند الحكماء طريق ضلال وضياع وذو مستوى متدني ..

فهذه الاستخدامات الدونية لن تنفع ممارسيها في شيء ..

سيُسحق من يستغلها استغلال خاطئ تماماً أمام قوة الواقع الفعلي .. طوعاً أو كرهاً .

ولقد ذكرنا ذلك ليكون القارئ على علم بالسبب للممارسات السيئة التي تسمى عند العوام خطأ تانترا .

مدرسة السامايا **Samaya** هي المدرسة الأعلى ..

وتقنياتها يقصد بها اختراق الشبكة والتحرر منها واختبار الواقع الكلي والعودة للمصدر الأول .

التقنية التي نستخدمها والتي مارسناها والتي ننصح بها هي من هذه المدرسة ..

والحديث عن التانترا من الآن فصاعداً هو الحديث عن هذه المدرسة وتقنياتها ..

التقنية التي ننصح بها .. والتي مارسناها هي إحدى أهم تقنيات التانترا .. تسمى تقنية إيقاظ الكونداليني .

إيقاظ الكونداليني **Kundalini Awakening**

الكونداليني كلمة تعني الملتفة ..

ويقصد بها الطاقة الملتفة الكامنة في كيان الإنسان .. يرمز لها كأفعى نائمة ملتفة حول نفسها .

هذه الطاقة كما يقول الحكماء .. هي طاقة كامنة .. خاملة .. تتواجد في أسفل الجسم الطاقى أو الأثيرى .

الأجساد الأخرى التي تكوّن كيان الإنسان

جسم الإنسان المدرك من قبل كل البشر هو الجسد المادى أو الفيزيائى المدرك من قبل الحواس الخمسة ..

هو جسد مبني ومكوّن من الغذاء ..

فالإنسان يأكل الطعام من النبات والحيوان ويتحول داخلة إلى لحم ودم وعظام .. الخ ..

دون طعام لا يمكن أن يستمر هذا الجسد ..

عند الموت يتحلل هذا الجسد ويعود إلى مكوناته الأصلية والتي تعود هذه المكونات لتبني أجساد أخرى ..

من الأرض خرج هذا الجسد.. وإلى الأرض يعود .

ولهذا فإن الأجساد التي ندرکہا لأنفسنا وللآخرين تسمى عند الحكماء بالجسد الغذائى أو الأرضى .

فنحن بالفعل نتكون من غذاء من الأرض ثم نعود للأرض عند الموت .. وهو أمر واقع ومشاهد وهو أمر بيّن وواضح ولا حاجة بنا للتأنترا لتعلمنا إياه !

ما يعلمه الحكماء أن هناك أجساد أخرى تكوّن كيان الإنسان لا يعلم عنها العوام شيئاً ..

فكما أن الوجود يقوم على مستويات مختلفة تعلو بعضها بعضاً وتتداخل الأعلى منها بالأسفل كما ذكرنا في الرسالة عند الحديث عن مستويات الوجود .. كذلك فهذه الأجساد موجودة ومحيطة وتتداخل مع الجسد الأرضى ويتصل كل منها بمستوى من هذه المستويات ..

فكما ذكرنا في رسالة الخروج إلى الداخل فالإنسان هو ذات فوق كل مستويات الوجود ..

الإنسان هو جزء من المصدر الأول الذي يحيط بها ويعلوها جميعاً ولا يعلوه شيء .

إن هذه الأجساد يتم اختبارها خبرة مباشرة من قبل الحكماء وبعض السالكين ..

فالإنسان إذاً مكوّن كالأقاع كله من مستويات مختلفة ..

أجساد مختلفة لا يدرك منها الأغلب من البشر إلا الجسد الأرضى كما إنهم لا يدركون إلا المستوى الفيزيائى الملموس من الوجود .

الجسد الذى يعلو الجسد الأرضى يسمى بالجسد الطاقى .. أو الجسد الأثيرى ..

وهو يقوم ويتكون من هذه البرانا الذى تحدثنا عنها لذا هو يسمى بالجسد البرانى **Pranayama Kusha**

والمستوى الوجودى المرتبط بهذا الجسد فى الكون يسمى العالم الطاقى .. أو الأثيرى .. أو النجمى .. الخ .

هذا المستوى هو المستوى الذى يعلو مستوانا الفيزيائى مباشرة ..

الجسد الأرضى أو الغذائى يقوم ويبنى على هذا الجسد البرانى ..

فالجسد الأرضى والحالة الفكرية والنفسية المرتبطة به تقوم على بنية الجسد البرانى .. تماماً كما يبنى الجسد بناء على الشيفره الوراثية ..

فالجسد البراني هو الشيفره التي تقوم عليها الشيفره الوراثية ..

إذا حدث خلل في الجسد البراني سيظهر ذلك فوراً كخلل يصيب الجسد الأرضي أو الفكر أو التوازن النفسي المرتبط به ..

الانفصال الجزئي والمؤقت بين الجسد الأثيري والجسد الأرضي يحدث أحياناً في بعض حالات النوم .. وفي حالات الخروج من الجسد .. الانفصال الكلي بينهما يحدث عند الموت .

هناك أجساد أخرى تعلو هذا الجسد البراني ..

ولكننا نقتصر هنا بالحديث عن الجسد البراني لأن تقنية إيقاظ الكوندليني التي مارسناها ونصح بها تتركز على إيقاظ هذه الطاقة

..

إيقاظ الطاقة ..

تقوم هذه التقنية على إيقاظ الطاقة الكامنة في الجسد الأثيري ورفعها للمرور في مراكز طاقة تكون خاملة وموجودة الإنسان ..

هناك مراكز طاقة كثيرة في الجسد الأثيري شبيهة بالأعضاء الأساسية في الجسد الأرضي وبالغدة العصبية الأساسية فيه ..

مراكز الطاقة الأساسية في الجسد البراني هي سبعة مراكز .. وهي موجودة على امتداد العمود الفقري ..

تسمى هذه المراكز بالتشكرا Chakra وتعني العجلة أو الدوامة ..

لكل تشكرا مكان في الجسد الأثيري ولها خصائص مرتبطة بها وحاسة من الحواس الخمس .. ويرمز لها بألوان تقابل ألوان قوس قزح من الأسفل للأعلى ..

ولها أصوات خاصة .. اهتزازات .. ذبذبات .. مرتبطة بكل منها .. هذا الصوت يتم التلطف به ذهنياً عند التركيز على التشكرا ..

الذبذبة الخاصة لكل تشكرا تساهم في تنشيط هذه التشكرا .. كنوع من عملية التحريك ..

هذه الذبذبات يعلمها الحكماء من خلال خبراتهم المباشرة ..

التشكرات الأساسية السبعة من الأسفل إلى الأعلى :

تشكرا الجذر .. Muladhara Chakra

وهي تشكرا موجودة في منطقة أسفل الجذع .. بين المخرجين .. أسفل العمود الفقري .

هي تشكرا مرتبطة بكل ما هو أساسي للحياة ومكتف .. ومرتبطة بحاسة الشم .. ويرمز لها باللون الأحمر .

الصوت الذي يساعد على تحريكها هو : لام Lam ..

ويلفظ هكذا : Laaaaaammmmm

تشكرا التمرکز الذاتي Svadhithana Chakra

وهي موجودة في منطقة وراء العضو التناسلي .
وهي مرتبطة بكل ما فيه ذائقة أو لذة جسدية أو جمالية.. مرتبطة بحاسة التذوق .. يرمز لها باللون البرتقالي .

الصوت الذي يساعد على تحريها هو : فام Vam ..

ويلفظ هكذا : Vaaaaaammmmm

تشكرا مدينة الجواهر Manipura Chakra

وهي موجودة في منطقة خلف السرة .
وهي مرتبطة بكل ما فيه حرارة وفعل وحركة .. مرتبطة بحاسة البصر .. يرمز لها باللون الأصفر .

الصوت الذي يساعد على تحريها هو : رام Ram ..

ويلفظ هكذا : Raaaaaammmmm

تشكرا النبض الذاتي Anahata Chakra

وهي موجودة في منطقة القلب .
وهي مرتبطة بكل ما هو حساس وعاطفي ورحيم .. مرتبطة بحاسة اللمس .. يرمز لها باللون الأخضر .

الصوت الذي يساعد على تحريها هو : يام Yam ..

ويلفظ هكذا : Yaaaaaammmmm

تشكرا الطهارة Vishudhi Chakra

وهي موجودة في المنطقة وراء أسفل الحلق .
وهي مرتبطة بكل ما هو صريح وصادق وواضح .. مرتبطة بحاسة السمع .. يرمز لها باللون الأزرق .

الصوت الذي يساعد على تحريها هو : هام Ham ..

ويلفظ هكذا : Haaaaaammmmm

تشكرا الأمر والبصيرة Ajna Chakra

وهي موجودة خلف ما بين الحاجبين وسط الجمجمة .. لذا تسمى بالعين الثالثة .

وهي مرتبطة بالبصيرة والكشف والحقائق الخفية .. يرمز لها باللون البنفسجي .

الصوت الذي يساعد على تحريكها هو : اوم Aom ..

ويلفظ هكذا : Aaaaaaooooooooommmmm

تشكرا الألف ورقة Sahasrara Chakra

وهي موجودة في ذروة الرأس .. في منطقة اليافوخ أعلى الجمجمة .

وهي مرتبطة بالوجود الأعلى وبالمصدر الأول .. يرمز لها باللون الأبيض .

ليس لها صوت .. فقط صمت .

مبدأ إيقاظ الطاقات الكامنة ..

تقوم التانترا على مبدأ إيقاظ الطاقة الملتفة والموجودة في الجسد الأثيري حول التشكرا الأولى .. نائمة وخاملة .

من خلال هذه التقنية يتم إيقاظ أو تفعيل هذه الطاقة وتحريكها للأعلى لتمر بكل التشاكرات في طريقها بالترتيب إلى أن تصل وتخرق التشكرا الأعلى ..

عندما تمر الطاقة في هذه التشكرات تتسبب بتحريكها وتفعيلها .. كما تُفعل الطاقة الكهربائية الدوائر الكهربائية التي تمر بها وتجعلها تعمل .

عندما يحدث ذلك تنتقل هذه الطاقة بعد أن أيقظت ومن خلال مرورها للمستويات الوجودية الأعلى ..

عندها ترفع الممارس معها لاختبار هذه المستويات خبرة مباشرة حيث عندها تحدث للممارس خبرات لا يمكن وصفها وقدرات تفوق قدراته ..

لكي يحدث ذلك فلا بد من ممارسة طويلة وصادقة والتزام بطريق الحكمة لا يتزعزع ..

قبل أن يحدث ذلك الإتصال يختبر الممارس خبرات كثيرة متنوعة تأتي وتذهب ..

هذه الخبرات تحدث نتيجة لنشاط هذه التشكرات بعد مرور الطاقة فيها ..

تكون هذه الخبرات خاطفة وسريعة وضبابية .. ولكنها تقوى وتتركز وتثبت بالممارسة المستمرة .

إن كل ذلك هو علم تمت معرفته من خلال الخبرات المباشرة للحكماء كأي علم آخر ..

وهذا الجسد الأثيري يتم اختباره فعلياً في حالات الخروج من الجسد الذي يتحدث عنها الكثيرون في مختلف الثقافات والأزمنة ..

ويتم اختباره من قبل الممارسين الذين يمكنهم بعد فترة من الممارسة مشاهدته بأنفسهم ..

يشهد كاتب هذه السطور على مشاهدته وخبرته لهذا الجسد الأثيري ..

الممارسة هي الأهم ..

من المفيد ان يفهم القارئ ويتعمق في المزيد عن كل ذلك من بحثه الخاص ..
ولكننا لا ننصح السالك بأن يشغل باله في محاولة معرفة كل شيء وفهم كل شيء ..
لأن ذلك ليس ضرورياً ..

ليس ضرورياً أن يقتنع السالك ويفهم كل شيء .. المهم هو الممارسة ..

يكفي ان يحاط السالك علماً بأسس هذه التقنية .. ثم عليه بالممارسة .. حيث أن الممارسة الصادقة والمتواصلة ستفعل الأثر المطلوب فيه حتى لو لم يفهم كل شيء أو يقتنع بكل شيء .

فالعلاج يحدث أثره في المريض سواء فهم كيف يعمل أم لم يفهم .. المهم هو اخذ الدواء بالقدر وبالكيفية الموصوفة من قبل الطبيب .

كيفية الممارسة :

بعد أن ينتهي السالك من تمارين التنفس يبدأ الآن بممارسة هذا التمرين الأساسي .. إيقاظ الطاقة الكامنة ..

لا يجب القيام بهذا التمرين في حالة التمدد ..

لابد من القيام بهذا التمرين جليوساً على الأرض أو كرسي .. والجذع قائماً ومنتصباً بارتياح .

يضع السالك اليدين باسترخاء على الفخذين ..

يقبض اليدين للأعلى باتجاه السقف .. يلامس برقة ولطف بين طرفي السبابة والإبهام لكل يد ..

يغمض السالك عيناه ..

يوجه انتباهه للمنطقة التي توجد بها التشكرا الأولى السفلى .. في منطقة بين المخرجين ..

يتخيل هذه التشكرا كأنها كرة صغيرة مشعة باللون الأحمر .. حاول أن تشعر بها بهدوء ..

أثناء الانتباه على هذه التشكرا يتم التلطف بالذهن فقط بالصوت الخاص بها .. Laaaaaammmmm

يستمر السالك بهذه الانتباه لهذه المنطقة وتكرار هذا الصوت لمدة دقيقة ..

بعد الدقيقة ..

يتخيل السالك أن هناك تيار من الطاقة الأبيض يرتفع متدفقاً بهدوء من هذه التشكرا ويرتفع للأعلى باتجاه التشكرا الثانية ..

يوجه السالك انتباهه الآن للتشكرا الثانية في منطقة الأعضاء التناسلية .. بين العضو التناسلي وبين الظهر .. في عمق الجسد ..

يتخيل السالك هذه التشكرا كأنها كرة صغيرة مشعة باللون البرتقالي .. اشعر بها ..

أثناء الانتباه على هذه التشكرا يتم التلفظ بالذهن فقط بالصوت الخاص بها ..
vaaaaaaammmmm ..
يواصل السالك هذا الانتباه لهذه المنطقة وتكرار هذا الصوت لمدة دقيقة ..
بعدها ..

يتخيل السالك أن هناك تيار من الطاقة الأبيض يرتفع متدفقاً بهدوء من هذه التشكرا ويرتفع للأعلى باتجاه التشكرا الثالثة ..
يوجه السالك انتباهه الآن للتشكرا الثالثة في منطقة السرة .. بين السرة وبين الظهر .. في عمق الجسد ..
يتخيل هذه التشكرا كأنها كرة صغيرة مشعة باللون الأصفر .. اشعر بها ..

أثناء الانتباه على هذه التشكرا يتم التلفظ بالذهن فقط بالصوت الخاص بها ..
raaaaaammmmm ..
يواصل السالك هذه الانتباه لهذه المنطقة وتكرار الصوت لمدة دقيقة ..
بعدها ..

يتخيل السالك أن هناك تيار من الطاقة الأبيض يرتفع متدفقاً بهدوء من هذه التشكرا ويرتفع للأعلى باتجاه التشكرا الرابعة ..
يوجه السالك انتباهه الآن للتشكرا الرابعة في منطقة القلب .. على القلب مباشرة .. في عمق الجسد ..
يتخيل هذه التشكرا كأنها كرة صغيرة مشعة باللون الأخضر .. اشعر بها ..

أثناء الانتباه على هذه التشكرا يتم التلفظ بالذهن فقط بالصوت الخاص بها ..
yaaaaaaammmmm ..
يواصل السالك هذا الانتباه لهذه المنطقة وتكرار الصوت لمدة دقيقة ..
بعدها ..

يتخيل السالك أن هناك تيار من الطاقة الأبيض يرتفع متدفقاً بهدوء من هذه التشكرا ويرتفع للأعلى باتجاه التشكرا الخامسة ..
يوجه السالك انتباهه الآن للتشكرا الخامسة في منطقة أسفل الحلق .. بين أسفل الحلق و خلف الرقبة .. في عمق الجسد ..
يتخيل هذه التشكرا كأنها كرة صغيرة مشعة باللون الأزرق .. اشعر بها ..

أثناء الانتباه على هذه التشكرا يتم التلفظ بالذهن فقط بالصوت الخاص بها ..
haaaaaammmmm ..
يواصل السالك هذا الانتباه لهذه المنطقة وتكرار الصوت لمدة دقيقة ..
بعدها ..

يتخيل السالك أن هناك تيار من الطاقة الأبيض يرتفع متدفقاً بهدوء من هذه التشكرا ويرتفع للأعلى باتجاه التشكرا السادسة ..
يوجه السالك انتباهه الآن للتشكرا السادسة في منطقة بين العينين .. بين الجبهة وخلفية الرأس .. في عمق الجمجمة ..
يتخيل هذه التشكرا كأنها كرة صغيرة مشعة باللون البنفسجي الهادئ .. اشعر بها ..

أثناء الانتباه على هذه التشكرا يتم التلفظ بالذهن فقط بالصوت الخاص بها ..
aaaaaoooooammmmm ..
يواصل السالك هذا الانتباه لهذه المنطقة وتكرار الصوت لمدة دقيقة ..
بعدها ..

يتخيل السالك أن هناك تيار من الطاقة الأبيض يرتفع متدفقاً بهدوء من التشكرا السابقة ويرتفع للأعلى باتجاه التشكرا السابعة ..
يوجه السالك انتباهه الآن للتشكرا السابعة في منطقة أعلى الجمجمة .. فوق اليافوخ ..
يتخيل هذه التشكرا كأنها كرة صغيرة مشعة باللون الأبيض .. اشعر بها ..
يوصل السالك هذا الانتباه لهذه المنطقة بصمت دون أي صوت لمدة دقيقة ..
بعدها ..

يتخيل السالك أن هناك تيار من الطاقة الأبيض يرتفع متدفقاً بهدوء من التشكرا السابقة ويرتفع للأعلى باتجاه التشكرا السابعة ..
ليأخذ السالك الآن نفساً عميقاً ..
ينتظر قليلاً ..

يعود السالك بانتباهه تدريجياً وبسرعة من التشكرا السابعة نزولاً إلى السادسة ثم الخامسة .. بالترتيب إلى التشكرا الأولى ..
الانتباه بالنزول يكون سريع .. بضع ثواني عند كل تشكرا ..
كما صعد بانتباهه للأعلى .. ينزل بانتباهه بسرعة للأسفل ..
يأخذ السالك نفساً عميقاً .. يفتح عيناه ..
بذلك ينتهي هذا التمرين ..

وهو تمرين يأخذ بحدود سبعة دقائق .. دقيقة لكل تشكرا ..
بعد الممارسة لفترة من الوقت وعندما يعتاد السالك هذا التمرين ننصح بمضاعفة الوقت عند كل تشكرا إلى دقيقتين .. وثلاث
دقائق أفضل .

ينتقل السالك الآن للتمرين الأخير في جلسته .. وهو التمرين الأكثر أساسية .. التأمل

التأمل Meditation

التأمل هو مراقبة شيء ما بانتباه شديد لمعرفة ماهيته ..

حقيقة التأمل تتضح عند النظر للطفل الصغير ..

الطفل الذي يحبو باتجاه شيء ما .. يقترب من هذا الشيء .. يلمسه .. ينظر إليه بفضول شديد .. يقلبه بين يديه .. يتابعه بحماس
وانتباه شديدين .. يتأمله بتركيز محاولاً معرفة ماهيته .. ولأن الطفل لا يعرف اللغة فهو لا يحدث نفسه بشيء .. هو فقط يتأمل
باهتمام ..

التأمل هو جوهر الممارسة الروحية وأداتها الكبرى ..

فما هو هذا الشيء الذي نتأمله ؟

الذات ..

ما يسعى له السالك هو النظر إلى هذا الشيء المسمى الذات وهو في عملية التأمل يحاول كهذا الطفل الصغير معرفة ماهيته .. ما هي هذه الذات ؟

الذات ..

يولد الإنسان طفلاً صغيراً .. ثم يكبر ويمتد جسده ويزداد حجمه ..

يتعلم في المنزل .. ثم المدرسة .. يواجه الكثير من الأحداث .. يصبح شاباً .. ثم رجلاً أو امرأة .. ثم كهلاً ..

خلال كل ذلك يمر بالكثير من الأحداث السعيدة والمؤلمة .. الأمانة والمخيفة ..

تتغير أفكاره طوال الوقت .. ما كان يؤمن به لا يعد يؤمن به .. ما كان يرفضه من قبل يعود ليلمسك به ويقتنع به .. ثم يتغير ذلك دوماً ..

تتغير رغباته وعواطفه طوال الوقت .. ما كان يحبه من قبل هو يكرهه الآن .. وما كان يشمئز منه سابقاً هو يتلذذ به الآن .. ثم يتغير ذلك دوماً ..

يتغير جسده طوال الوقت .. كان صغيراً وقصيراً .. أصبح ضخماً وفارعاً .. اليوم هو سمين .. غداً هو نحيف .. خلايا تولد وخلايا تموت .. تظهر التجاعيد في وجهه وجسده .. يظهر الشيب في مناطق من شعره تزداد كل حين .. يتغير ذلك دوماً ..

التغير في الجسد والفكر والنفوس والمشاعر وكل ما يكون الإنسان يحدث طوال الوقت .. كل شيء فيه يتغير .. وطوال الوقت .. لكن ..

مع كل هذه التغيرات التي تحدث لهذا الإنسان هناك شيء ما ثابت فيه .. أنه .. ذاته ..

على الرغم من كل التغيرات التي تحدث له يعلم هذا الإنسان إنها تغيرات تحدث لشيء ما ثابت فيه .. تحدث له .. هو ..

لشيء ما ثابت فيه .. يعلم أنه هو .. هو شيء معه ومدرك له طوال الوقت .. وهو حاضر على الرغم من كل هذه التغيرات التي لا تنتهي ولا تتوقف ..

ما هو هذا الشيء الثابت في كل هذا التغير ؟

الجسد ؟

لا ليس الجسد .. فالجسد في حالة تغير دائمة ..

الفكر ؟

ليس هو .. فالفكر أيضاً في حالة تغير دائمة ..

المشاعر والعواطف ؟

هي كذلك في حالة من التغير الدائم ..

لا يمكن للجسد أو الفكر أو العواطف أن تكون هي هذا الشيء لأنها تتغير .. بينما هذا الشيء ثابت دائماً وحاضر دائماً .. ولا يتغير ..

كما أنه لا يمكن أن يكون هذا الشيء الثابت هو الجسد أو الفكر أو العواطف .. لأن هذا الشيء ينسبها لنفسه ..

الجسد والفكر والنفس ليست هي هذا الشيء الثابت والدائم نفسه .. هي أشياء تابعة لهذا الشيء الثابت ولكنها ليست هي هذا الشيء الثابت ..

عندما يقول المرء هذا منزلي .. هذا كتابي .. فهو ينسب المنزل والكتاب له هو .. المنزل والكتاب ليسا هو بل هما شيان تابعان له ..

عندما يقول المرء هذه ثيابي .. فالثياب ليست هو .. الثياب شيء تابع له ..

عندما يقول هذا جسدي .. فالجسد ليس هو .. هو شيء تابع له ..

أفكاري .. عواظي .. رغباتي .. مخاوفي .. آمالي .. آلامي .. أفراحي .. كلها أشياء تنسب لهذا الشيء وليست هي نفس هذا الشيء ..

فما هو هذا الشيء إذاً ؟

ما هو هذا الشيء الذي ينسب كل شيء آخر له ؟

ما هو هذا الشيء الثابت بين كل هذه الأشياء التي تتغير ؟

هذا الشيء هو الذات ..

هو حقيقة الإنسان وجوهره الفعلى ..

وهو الجزء الذي يرتبط بالمصدر الأول .. الموجود الحق الذي يعلو كل شيء ..

الاستغراق في الشبكة ..

كما ذكرنا في رسالة الخروج إلى الداخل فإن الإنسان هو جزء من المصدر الأول .. يدخل هذا الجزء في هذا العالم من خلال طبقات كثيرة .. طبقات الوعي ..

شخصيته .. جسده .. ثقافته .. الخ

في هذا العالم تُغلف هذه الطبقات حقيقة الإنسان فينظر لنفسه ولما حوله من خلالها .. ويظن إن هذه الطبقات هي حقيقته .. هي هو ..

يصبح الإنسان هنا كمن ظن وتيقن أن ثيابه التي يرتديها هي هو .. فمن الطبيعي إذاً أن يحزن عندما تبلى هذه الثياب وتتهراً !

كما ذكرنا في الرسالة فإن الإنسان ينظر لنفسه من خلال طبقات كثيرة من الوعي تكوّن هذه الشبكة .. هذه الماتريكس .. ثم يصدقها ويظن أنها هو !

فتكون نتيجة ذلك كمن يشاهد فيلم بانتباه وتركيز شديدين ..

يصل هذا التركيز لمرحلة أنه يغرق تماماً في الفيلم الذي يشاهده .. فيظن أنه هو أحد شخصيات الفيلم الذي يتابعه ..

عندما يحدث ذلك فإنه سينتثر عظيم الأثر من الأحداث التي تقع في هذا الفيلم الذي يشاهده .. يصبح كأنه دخل في الفيلم وأصبح جزءاً منه ..

وعلى حسب أحداث القصة التي يشاهدها تجده يفرح ويبتهج .. يقلق ويخاف .. يتألم ويبكي .. ويتأثر عظيم الأثر بكل شيء ..

يأتي الحكماء ليقولوا لهذا الغارق ... توقف .. ما بك ؟!

يذكر الحكماء هذا الغارق أنه مجرد مشاهد لهذا الفيلم .. هو ليس في الفيلم .. هو ليس جزءاً من أشخاصه وأحداثه !
ولكن عندما يكون الاستغراق كاملاً لا يصدق الغارق ما يقوله الحكماء .. فيواصل البكاء والعيول !

فلا يكون هناك حل أمام هؤلاء الحكماء لمساعدة هذا المسكين إلا أن يطلبوا من هذا المشاهد أن يعود لنفسه ..

أن يصرف انتباهه للفيلم وما يحدث به وأن يوجه هذا الانتباه له هو .. للمشاهد نفسه ..

إذا كان هذا المشاهد المسكين على قدر من العقل والنضج .. وإذا كان قد تعب من كثرة الآلام التي واجهها من هذا الفيلم ويرغب بالخلص سيستمع باهتمام لما يقوله الحكماء ..

سيبدأ باتباع ما يصفونه له .. وسيبدأ بتوجيه انتباهه نحو نفسه .. سيكون ذلك صعباً في البداية ولكن مع الإصرار سيهون الأمر تدريجياً ..

بعد طول ممارسة من قبل هذا المشاهد لما ينصح به الحكماء .. شيئاً فشيئاً .. تدريجياً .. ستبدأ الحقيقة بالظهور له ..

هو ليس ظهوراً بصرياً ..

بل هو ظهور أعمق وأعلى من ذلك .. ظهور بالفهم .. بالإدراك .. بالوعي .. بالبصيرة .. وإن كان الظهور البصري قد يصاحبه ..

بصورة ضبابية في البداية .. تتضح هذه الصورة شيئاً فشيئاً ..

إلى أن يصل هذا المشاهد للحظة الحقيقة ..

سينظر الآن هذا المشاهد لنفسه .. وسيكتشف فعلاً وكما قال الحكماء أنه مجرد مشاهد ..

وسيجد أنه في مكان آخر .. وفي حال آخر مختلف كل الاختلاف عما ظنه من قبل ..

وسيضحك من نفسه !!

هذا هو التأمل !

وهذا ما يفعله التأمل .. وهذا الغرض منه ..

يطلب الحكماء من السالكين في تمرين التأمل أن يوجهوا انتباههم نحو ذاتهم كما طلبوا من ذلك المشاهد ان يفعل ..

على السالك أن يصرف انتباهه لأحداث الحياة التي حوله ويوجه انتباهه لنفسه هو .. لهذا الشيء الحاضر والثابت طوال الوقت .. للشيء الذي لا يتغير على الرغم من تغير كل شيء آخر .. للشيء الذي ينسب الأشياء لنفسه ولكنه ليس هذه الأشياء ..

من خلال المواصللة والاستمرار بإرادة لا تتزعزع .. يتمكن الإنسان من كشف حقيقة ذاته ومعرفة ما هي ..

قبل ذلك وكنتيجة للالتفات السالك نحو ذاته سيواجه هذا السالك كل الطبقات التي تكونه .. وسيختبر في طريقه خبرات لا يمكن أن يصفها ولم يكن يتخيل أنها موجودة من الأصل !

ذكرنا كل ذلك حتى يفهم السالك ما هو التأمل .. وما الهدف منه .. وما دوره .. وكيف يعمل فيه .. وما هي ضرورته وأهميته ..

هذا الفهم كما قلنا سيساعد السالك مساعدة عظيمة في أن يفهم ما الذي يفعله بالضبط .. وهو يختصر الكثير من الوقت .. ويسهل الكثير من المشاق ..

وإذا فهم السالك ما ذكرناه في رسالة الخروج إلى الداخل وما ذكرناه هناك عن حقيقة الشبكة والماتريكس .. وعن الاستغراق فيهما وكيف يحدث .. وعن الدور الذي يقوم به التأمل في إخراج من سجن هذه الشبكة ..

إذا فهم السالك كل ذلك كل الفهم فهو سيوفر على نفسه الكثير من العناء ..

آلاف الكتب والرسائل .. ونقاشات ومجادلات لا تنتهي ولن تنتهي .. سيختصرها السالك بهذا الفهم البسيط كل البساطة ..
البديهي كل البهامة ..

إن الدافع الذي دفع الحكماء لكتابة هذا الكم من الكتب والرسائل .. وإن الدافع وراء كل هذه المجادلات .. كل ذلك سببه أن الناس لا يسمعون !

لا يتعلمون .. ولا يريدون أن يتعلموا الحقيقة ممن شاهدها واختبرها بنفسه ..

نتيجة لكل ذلك تحدث هذه الدائرة التي لا تنتهي من كتب وكتب أخرى للرد .. من حجج وحجج مقابلة لها .. وجدل واعتراض ورفض ..

صياح وعويل .. وصداع لا ينتهي !

لا يلتفت السالك لكل ذلك ..

فبعد ان فهم وعرف من نفسه ما يريد .. يواصل الممارسة بكل هدوء واطمئنان ..

ويعود دوماً لجلسات الممارسة التي يعلم أهميتها بالنسبة له ..

يمارس ما تعلمه من تقنيات من مدرسة الحكمة التي ينتمي إليها .. أو مما ذكرنا هنا في هذه الرسالة من تقنيات ..

ويمارس التمارين التي ذكرناها سابقاً ويصل لهذا التمرين ليبدأ في ممارسته ..

كيفية الممارسة ..

بعد ان انتهى السالك من التمرين السابق وهو تمرين التانترا .. يأخذ نفساً عميقاً ..

يعيد يديه إلى وضع مريح على حضنه ..

يختار جلسته المريحة ..

ويبدأ التمرين ..

يمكن ممارسة هذا التمرين في وضعية الجلوس أو التمدد ..

ننصح بشدة بوضعية الجلوس .. حيث أن وضعية التمدد ستؤدي في الأغلب للنوم ..

لا نريد للسالك أن ينام في هذا التمرين .. نريده أن يكون واعياً ذهنياً ونفسياً ..

لذا فمن المهم تجنب ممارسة التأمل في وضعية التمدد .. فالعقل مبرمج من الصغر على النوم في حالة التمدد .. والاسترخاء الذي يحدث نتيجة هذا التمرين وما قبله سيغري العقل والجسد للنوم .

يغمض السالك عيناه .. يتنفس بعمق وهدوء ..

يوجهه انتباهه لذاته .. لهذا الشيء الحاضر دائماً والموجود دائماً ..

كل المطلوب هو أن تلتفت لهذا الشيء بفضول ..

لا تفكر ..

لا تسأل أسئلة عقلية تنتظر منها أجوبة .. هذا لن يجدي شيئاً ..

فقط انظر بصمت لداخل ذاتك عن هذا الشيء الحاضر دائماً الذي تسميه أنا .. ما هذه الأنا ؟ من أنا ؟

فلتكن هذه التساؤلات ليست تساؤلات كلامية داخلية .. بل مجرد استكشاف ..

هو استكشاف بفضول كاستكشاف الطفل الذي يحبو .. والذي لا يعلم اللغة ولا الكلام ..

بطبيعة الحال وبمجرد أن يغمض السالك عينيه ستتوارد في ذهنه المنات من الأفكار التي لا تتوقف ..

أفكار من الحياة والأحداث التي تحدث حول السالك .. مخاوف .. رغبات .. ذكريات .. الخ

عشرات الأفكار التي لا تتوقف تظهر على شاشة الوعي ..

يُطلب من السالك في تمرين التأمل ألا يلتفت لهذه الأفكار .. دعها تمر بهدوء ..

إنها الشبكة .. إنها الماتريكس ..

السالك يراها الآن بعين عقله !

هذه هي الشبكة التي تريد أن تخرقها .. دعها لا تكثر لها ..

على السالك ألا يتمسك بأي فكرة تمر في ذهنه ..

بمجرد أن يتمسك السالك بفكره ما مهما كانت .. ستتضح هذه الفكرة أكثر .. وستصبح أكثر حدة .. وستربط نفسها بأفكار

أخرى .. ثم أخرى .. ثم أخرى ..

وسيجد السالك أنه استغرق مع هذه الأفكار التي لا تنتهي .. وسيجد أنه غرق مرة أخرى في الشبكة !

لذا على السالك ألا يتمسك بأي فكرة .. دع الأفكار تمر .. لا تربط ذهنك بأي منها ..

فقط وجه فكرك في اتجاه هذا الشيء الثابت والحاضر دائماً ..

عندما تظهر أفكار في الذهن .. لا تقاومها .. فقط تجاهلها ..

المقاومة ستجعلها أقوى !

فقط تجاهلها وأعد انتباهك لهذا الشيء الثابت ..

وهكذا كلما وجد السالك أن انتباهه يتجه لفكرة ما ظهرت في ذهنه .. عليه أن يعيد انتباهه برفق وهدوء ودون انفعال إلى الداخل ..

إلى ذاته ..

بطبيعة الحال وكما سيختبر السالك بنفسه .. فإن الأفكار التي ترد إلى الذهن هي عنيدة جداً ولا تتوقف عن التدفق على الذهن ..

لهذا ..

ينصح السالك في بداية هذا التمرين .. وبعد إغماضه لعينيه .. أن يلفت انتباهه لتنفسه ..

الانتباه للتنفس أسهل من الانتباه لداخل الذات .. لأن التنفس شيء محسوس وملموس من الأنف وبقية الأعضاء ..

على السالك أن يبدأ هذا التمرين بالانتباه لتنفسه .. الشعور به وبحركته داخل الجسد ..
ستظل الأفكار تتدفق وعلى السالك أن يعيد انتباهه للتنفس في كل مرة .. بهدوء ورفق ودون مقاومة ..
ذهن الإنسان في هذا العصر مشوش جداً .. لذا الأفكار تتدفق عليه بسرعة وبكثافة ..

الأفكار عنيدة .. ولكن السالك أعند !

يتطلب الأمر بين عشر إلى عشرين دقيقة من الالتفات للتنفس حتى يبدأ السالك بملاحظة أن تدفق الأفكار على ذهنه أصبح أهدأ ..
وأخف بالشدة والوتيرة ..

لذا فإن أول عشر دقائق أو ربع ساعة من هذا التمرين وأثناء الانتباه للتنفس ينقضي في تخفيف وتيرة الأفكار التي تتدفق ..
ولهذا نصحن أن تتم الممارسة في الليل حيث يكون العقل متعب وتدفق الأفكار فيه أقرب للهدوء من ساعات اليقظة والنشاط ..
بعد أن يلاحظ السالك أن الأفكار قد أصبحت أبطأ وأخف في تدفقها .. يوجه انتباهه لنفسه ولذاته كما ذكرنا ..

فإذا عادت الأفكار يعيد توجيه الانتباه للذات .. برفق وهدوء ..

على السالك أن يمارس هذا التمرين لمدة عشرين إلى ثلاثين دقيقة .. وكلما طال الوقت كلما كان أفضل ..
بعد انقضاء الوقت ينتهي هذا التمرين ..

بهذا ينتهي الحديث عن تقنيات الممارسة التي تتطلب جلسة وهي كما أوضحنا بالتفصيل هي مجموعة من التمارين تتم ممارستها
والانتهاء منها خلال ما يقارب الخمس وأربعين دقيقة أو الساعة ..

يتم الالتزام اليومي بهذه التمارين جميعاً بكل دقة .. ممارسة هذه التمارين ستحدث تغييرات تدريجية على كيان السالك .. لن تكون
هذه التغييرات ملحوظة في البداية .. ولكن بعد ثلاث إلى ستة أشهر من الممارسة ستبدأ الآثار بالظهور تدريجياً على السالك وهي
التي سنتحدث عنها لاحقاً ..

يجب الانتباه ان مدة ظهور التأثيرات تختلف من إنسان إلى آخر البعض قد تبدأ عليه الآثار بعد بضعة أسابيع والبعض الآخر قد
يتطلب بضعة أشهر .. من الضروري أن يواصل السالك الممارسة دون انشغال بالآثار .. عليه أن يفهم إن التمارين تعمل بهدوء
داخل كيانه دون أدنى شك ..

عندما يمارس السالك هذه التمارين يومياً يعود لحياته الطبيعية .. ويعود للحياة وللشبكة ..

من هنا يأتي دور التقنيات الحرة التي على السالك الإلتزام بها بشكل متواصل ..

فيما يلي سنتحدث عن هذه التقنيات .. ولنبدأ بمدخل .

مدخل

كما قلنا في الموضوع السابق فإن السالك يمارس التقنيات المقيدة بجلسة ويأخذ الإلتزام بها على أقصى درجات الجدية والانضباط

جلسة الممارسة كما قلنا قد تكون في حدود الساعة .. ساعة يمضيها السالك يومياً للانتباه إلى داخل ذاته محاولاً اختراق طبقات الوعي التي تغلف وعيه وبقصد اختراق الشبكة الوهمية ومشاهدة الواقع الفعلي المخفي وراءها .. ينتهي السالك من الجلسة ثم بعدها يعود السالك لحياته المعتادة ..

يستيقظ في الصباح ويذهب للعمل .. يواجه الكثير من الناس .. والكثير من الأحداث .. مشاكل .. متطلبات .. مسؤوليات .. ضغوطات .. رتابة .. ملل .. الخ

يحاول هذا السالك أن يخفف من كل ذلك بأوقات للترفيه .. زيارات .. قراءات .. رياضة .. تجوال .. أسواق .. تلفاز .. الخ كل ذلك هو جزء من الشبكة ..

وكل شيء في الشبكة يعمل دائماً من أجل الحفاظ على بقاء كل من فيها بداخلها .. بل ويعمل على منع مجرد التفكير أن هناك شيء خارجها ..

إن هذا شيء لا يأتي بقصد أو نية ممن في الشبكة .. بل هي طبيعة الشبكة نفسها ..

الشبكة هي أشبه بالأرض التي لها جاذبية قوية تمنع كل من عليها من الانفلات منها ..

وكما ذكرنا في رسالة الخروج إلى الداخل فإنه وبالإضافة لطبيعة الشبكة هذه فهناك أيضاً من هو بوعي ونية مسبقة يسعى لإبقاء من فيها مسجونون بها .. وهي كائنات واعية وعاقلة من خارج هذا العالم .. وهذه حقيقة مؤكدة سيختبرها السالك في مراحل متقدمة ..

هذه الكائنات هي التي تسمى في أغلب الثقافات بالشياطين .. وهم حراس الشبكة .. سنتحدث عن ذلك لاحقاً

ما يهمنا أن يفهمه القارئ هنا أن الشبكة .. الحياة .. الدنيا .. تعمل بشكل أو بآخر على منع السالك من الخروج منها واكتشاف الواقع الأكبر الموجود وراءها .. والذي هو موجود معنا هنا والآن ..

فالسالك الساعي لاختراق الشبكة و اختبار الواقع الفعلي معرض دائماً للنسيان .. وللإلهاء .. وللتلملل .. وللابتعاد عن كل فكرة أو ممارسة تهدف لتحقيق هذا الهدف العظيم والذي سيررره من المعاناة التي توجد داخل الشبكة والحدود والقيود التي تتولد منها ومن طبيعتها ..

عشرات الأفكار والأشخاص والدوافع والمتطلبات التي تتلاحق على السالك وتؤثر عليه للنسيان وإهمال هدفه ..

ولقد تحدثنا عن ذلك بالتفصيل في رسالة الخروج إلى الداخل ..

والسالك نفسه سيكتشف ذلك بعد فترة وجيزة من بداية ممارسته لجلسات التمارين ..

سيجد انه وبعد الانتهاء منها ثم العودة للحياة المعتادة وما بها وما فيها سيعود بسرعة ليغرق مرة أخرى في أمواج هذه الشبكة الرهيبة ..

وحتى لو اعتاد الممارسة واعتاد هذه الجلسات .. ستتحوّل هذه الجلسات تدريجياً لمهمة باهتة .. مملة .. وستصبح عبئاً ثقيلاً عليه سيعمل على تخفيفه تدريجياً .. ثم التوقف عنه نهائياً ..

لن يعود السالك سالكاً على طريق الحكمة .. سيعود للشبكة وسيغرق فيها مرة أخرى ..

وهذا كما ذكرنا أمر سيكتشفه السالك بنفسه مع بداية الممارسة ..

وهو الخطر الأكبر الذي يحذر الحكماء منه السالكين ..

حتى لو قمتم بهذه الجلسات وبهذه الممارسات واكتفيتم بها فأنتم في عرضة تامة للعودة والوقوع في حبال الشبكة التي نعرفها جيداً ..
الخطر المحيق بكم عظيم .. هكذا يقول الحكماء للسالكين ..

فما الحل ؟

الحل يكون في الممارسة المتواصلة .. وهي التقنيات العامة التي يوصي بها الحكماء السالكين لممارستها طوال الوقت .
وهنا تأتي أهمية التقنيات التي لا تتطلب جلسات .

الحكمة ومحور الحياة ..

نريد أن نؤكد للقارئ الذي وصل معنا حتى هذه المرحلة على حقيقة لا يمكن إخفاءها ..

ونريد أن نؤكد لمن يسعى من هؤلاء القراء بصدق لأن يسير فعلاً على طريق الحكمة بعد أن فهمه وبعد أن علم أهميته له ..
وهي حقيقة لا مجال لإخفائها .. ولا مجال للتخفيف منها ..

نقول ونوجه بصدق وبحزم للسالك الساعي لاختراق الشبكة واكتشاف الواقع الكلي الذي يوجد معنا هنا والآن الآتي ..

لا يمكن أن يتحقق هذا الهدف دون أن يتحول هذا الهدف إلى أساس ومحور لحياة السالك .

الهدف الذي يسعى له السالك هو الهدف الأعظم .. وهذا الهدف لا يتحقق إلا بعد أن يكون محور حياة السالك .

فماذا نقصد بمحور حياة السالك ؟

أي أن يكون هذا الهدف هو أساس ومعيار كل شيء يفعله السالك .

فما هو محور الحياة عند بقية البشر ؟

أغلب البشر في عالمنا الحالي محور الحياة لديهم يدور حول الرزق .. الثراء وجمع المقتنيات ..

كل شيء في حياتهم يفعلونه من أجل هذا الهدف .. وكل شيء في حياتهم يتأثر بسبب هذا الهدف ..

عندما يجد أحدهم عملاً أفضل يجني منه مالاً أكبر في مكان آخر وبلد آخر .. ينتقل لهذا البلد ويغير من حياته ومن كل من يحيط به ..

عندما يجد أن علاقته بإنسان ما ستقف عائقاً أمام هدفه .. تتغير علاقته بهذا الإنسان وتتحول من الحب إلى الكراهية .. ثم القطيعة ..

وهكذا ..

كل شيء يفعله وكل شيء في حياته يتأثر بهدف الثراء .. فالثراء هو محور حياته ..

وكذلك الأمر لمن يكون محور حياته هي السلطة .. أو الشهرة .. الخ

سيصبح هذا الهدف هو الأساس الذي تدور حياته حوله .

وكما تحدثنا في الرسالة عند الحديث عن المعاناة فإن كل هذه الأهداف لا يمكن أن تدوم .. ومن هنا تأتي الحكمة وطريقها ..

ما نريد أن نقوله للسالك الساعي بصدق للوصول إلى هدف اختراق الشبكة واكتشاف الواقع الفعلي أنه لا بد أن يصبح هذا الهدف هو محور حياة هذا السالك وأساس ومعيار كل شيء يفعله .

نعم .. الإلتزام بجلسات الممارسة هو أمر ضروري ومفيد كل الفائدة ..

ولكن هذه الجلسات نفسها سبتهت .. وستحول إلى مجرد أداء آلي ومبرمج .. ومهمة ثقيلة على النفس عندما لا يكون اختراق الشبكة هو الهدف الأعلى لهذا السالك ..

فَعندما يقول الحكماء للسالكين أن الحكمة وطريقها لا بد أن تكون هي محور حياتهم فهم لا يطالبوننا بما لا نطبق .. إن هذه طبيعة الأشياء !

من يريد تحقيق هدف كبير وعظيم .. فعليه ببذل كل الجهد والوقت لتحقيق هدفه ..

وعليه أن يجعله أمام عينيه دائماً .. وألا لا ينساه أو يفتر عنه ..

وإلا لن يتحقق شيء بكل بساطة ..

فالمرء يدرس ويجتهد لسنوات طويلة للحصول على شهادة ما .. ثم يمارس في مهنته سنوات عديدة أخرى .. كل ذلك للوصول لمستوى ما من النجاح يريد وييسى له ..

وهو يجعل هذا الهدف أمام عينيه طوال الوقت ..

يبذل الجهد من أجله .. يضحي من أجله .. يفكر من أجله .. يقلق من أجله .. يحزن عندما يبتعد عنه .. يفرح عندما يقترب منه .. ولهذا يصل إليه .

فما الحال عندما يكون الهدف الذي يسعى له السالك هو الهدف الأعظم الذي لا يعلوه هدف كأنناً ما كان !!؟

لهذا السبب ولطبيعة الشبكة التي تتسبب في جذب السالكين نحوها .. وحرف من يريد الانفلات منها عن طريقه يحث الحكماء السالكين للقيام بممارسة تقنيات طوال الوقت .. وهي التقنيات الحرة التي لا تتطلب جلسة .

الغرض منها إبقاء شعلة الرغبة مشتعلة في نفس السالك .. التذكير .. الحث .. شحذ الحماس .. إيقاد العزم .. والبقاء على الطريق الصحيح .

التقنيات الحرة

هي مجموعة من السلوكيات والممارسات التي على السالك أن يداوم عليها ويحافظ عليها لتحقيق الهدف من الممارسات .. وهي تقنيات ليس لها جلسة أو وقت محدد .

قد يغري كون هذه التقنيات حرة وليس لها وقت محدد التراخي فيها .. أو تأجيلها ثم نسيانها ..

التقنيات الحرة لها أهمية تفوق أهمية التقنيات المقيدة ..

لذا من الضروري أن يراقب السالك ويتأكد أنه حريص على ممارسة هذه التقنيات .

من حسن الحظ فإن هذه التقنيات هي قريبة من نفس السالك المبتدئ وهو بالمجمل معتاد عليها بحكم الضرورة .

السبب في ذلك انه لا يسعى أحد لأن يلتفت للحكمة ومعناها فضلاً على أن يقرر السير على طريقها إلا بعد أن يكون قد وصل لسن نضج النفس ..

فقد ذكرنا في الرسالة أن طريق الحكمة لا يمكن ان يكون إلا لمن وصل عمر النفس لديه إلى مستوى النضج أو قريب منه ..

وعمر النضج بحكم طبيعته الخاصة معتاد على هذه السلوكيات والممارسات بشكل عام ..

الفارق بين الناضج الذي يمارس هذه التقنيات بحكم طبيعته وبين السالك الذي يمارسها بحكم هدفه هو فارق في الدرجة والوعي ..

فالناضج يمارس هذه التقنيات دون أن يعلم هو بنفسه لما هو منجذب لها .. وكما قلنا هناك فكثيراً ما يعاني بسبب ذلك ..

أما السالك الذي تعلم طريق الحكمة فهو يمارسها بوعي ومعرفة .. هو يعلم ما يفعل .. ولماذا يفعله .. وهذا ما سيؤدي به إلى الفوز بمنافع هذه الممارسات وقوتها ..

الناضج يمارس التقنيات ولكنه مشتت وضائع .. السالك يمارس التقنيات وهو واثق وواعي ..

فما هي هذه التقنيات ؟

هناك الكثير والكثير من النصائح والإرشادات التي توجهها مدارس الحكمة للسالكين وتختلف في درجاتها من الشدة والمرونة ..

ننصح نحن بالممارسات التالية :

التذكر الدائم .. للشبكة وللهدف من اختراقها والسبب للقيام بذلك .

التعلم الدائم .. ومحاولة الفهم في كتب الحكمة .. وفي كل مناحي المعرفة .

مراقبة النفس وتصفيتها من العوائق التي تحجب الواقع .

التفكير الدائم .. التفكير المتواصل في الحياة وفي الأسئلة الكبرى .

التفريغ والتنفيس النفسي .

مصاحبة المهتمين بطريق الحكمة والابتعاد عن الجهلاء .

هذه الممارسات تتداخل فيما بينها .. تكمل بعضها البعض .. وتقوي بعضها البعض ..

سنحدث بشيء من التفصيل عن هذه التقنيات حتى يتبين للسالك ماهيتها .. ودورها في إحداث التغيير على كيانه كله .. وعلى إحداث التحويل الكامل لشخصيته ..

ولياخذ السالك فكرة عن كيفية القيام بها ..

لنبدأ الآن بالتذكر الدائم ..

التذكر الدائم ..

التذكر الدائم للشبكة وللهدف من اختراقها والسبب للقيام بذلك .

النسيان هو أساس كل المشكلة !

كما تحدثنا كثيراً من قبل فالإنسان يدخل هذا العالم من خلال طبقات الوعي التي تكوّنه ثم يظن أنه هو هذه الطبقات .. تماماً كالمشاهد الذي ينسى أنه مجرد مشاهد فيغرق في أحداث الفيلم الذي يتابعه ويظن أنه أحد شخصه .. لولا النسيان ولولا أن المشاهد لم ينس من الأصل أنه مشاهد لما حدث الاستغراق ولما حدثت هذه المعاناة ..

وكما ذكرنا فإن طبيعة الشبكة نفسها تجذب من فيها إلى داخلها وتمنعهم من الإفلات منها .. تماماً كجاذبية الأرض ..

يحدث هذا الانجذاب من خلال السهو والإلتهاة بالأحداث .. المتطلبات .. المسؤوليات .. المخاوف .. الآمال والرغبات .. التي تتولد من خلال التفاعل مع الشبكة ومن فيها وما يحدث بينهم من علاقات شديدة التشابك ..

يتوجه الفكر بالكلية في هذا الاتجاه .. فيغرق الإنسان .. ويغرق السالك ..

حتى في الممارسة المحدودة التي تقوم على الجلسات يتعرض السالك لنفس الخطأ .. يحدث ذلك دائماً ..

من هنا على السالك أن يجد طريقة ما تساعده دوماً على التذكر ..

بعض مدارس الحكمة تفرض على أتباعها جلسات مخصصة للذكر والتذكر .. بعضها جلسات أسبوعية وبعضها يومية .. وفي مناسبات كثيرة محدده بتواريخ مخصوصة ..

ما نريد أن نقوله هنا للسالك هو إن التذكر المتواصل للشبكة وما فيها ضرورة لا بد منها .. وعادة لا بد من اكتسابها والتمسك بها ..

عند ذلك فللسالك اختيار الطريقة الأنسب التي يعيد فيها تذكر كل شيء .. الشبكة .. المعاناة .. الواقع الفعلي المحجوب والواسع بلا حدود .. القيود والحدود في هذا العالم .. الخ

يمكن أن يفعل ذلك بأي شكل ..

بعض أشكال ممارسة هذه التقنية :

مثلاً جلسات يومية ولو لدقائق للتذكر والتفكير ..

جولات منفردة للمشي ..

كتابة وتأكيذ يومي والزامي يوقع عليه السالك يومياً في وقت ما في دفتر المتابعة التي تحدثنا عنه والذي تظهر أهميته هنا ..

أشياء توضع أمام عين السالك في أماكن مختلفة ..

الإلتزام بسماع شيء ما أو قراءه شيء ما في أوقات محددة لا يخالفها السالك .. الخ

هناك عدد لا يحصر من الأعمال التي يمكن أن يقوم به السالك بشكل متواصل ومتكرر وملزم يذكّره بالهدف الذي يسعى له .. على السالك تحديد فعل ما للتذكير ويلتزم به دون أدنى مخالفة وعليه أن يعاقب نفسه عقاباً شديداً إذا حدثت المخالفة .

على السالك أن يختار إحدى الطرق التي ذكرناها .. أو يبتكر طريقة أقرب لنفسه .. في كلتا الحالتين .. فلا بد أن يلتزم التزاماً

متواصل في الطريقة التي اختارها لممارسة هذه التقنية .

سيد الواعظين ..

يقولون إن أفضل طرق التذكر وأقواها وأشدّها تأثيراً هو .. الموت .

فكثيرون هم من يدعون الموت بسيد الواعظين !

وهو كذلك ..

فنظرة على صورة لأحد الأعمى المتوفين والتساؤل عن معنى هذا الغياب .. تفكر لدقائق بالموت .. نظرة لصورة قبر ما .. كفيّلة بإعادة السالك لأصوابه إذا فكر الانحراف عن هدفه !

وبطبيعة الحال فالسالك يفهم هنا إن التفكير بالموت وتذكّره ليس دعوة للكآبة أو الحزن أو اليأس كما يظن ممن لا يعلم .. بالطبع لا .

فمن لا يعلمون وبمجرد أن يرد اسم الموت أو معناه أمامهم يسارعون إلى التهرب وصرف أذهانهم عنه خوفاً من الكآبة التي تتولد عن ذلك ..

ليس الحكماء .. وليس السالكين ..

فالحكماء والسالكون لا يخافون شيئاً ولا يهربون من شيء .. هم يواجهون كل شيء بفضول وتحدي .. حتى الموت !

الموت في نظر الحكماء والسالكين هو حقيقة من حقائق الحياة وأمر واقع لا يمكن الهروب منه .. وما هكذا حالة فلا يجب نحوه إلا المواجهة ..

الحكماء ينظرون للموت نظرة فضول ورغبة في الاستكشاف ..

هم لا يخافون منه ولهذا هم لا يحزنون عند تذكره .. تماماً كما ينظر احدنا للنوم .

الحكماء يتخطون ظاهرة الموت كما تتخطى نحن ظاهرة النوم !

وهنا تظهر عظمة علم الحكمة والذي به يتمكن السالك على طريقة من سحق كل ما كان يخيفه أو يحزنه .

والسالكون يسعون للوصول إلى هذه المرحلة جهدهم ويكون طريقهم في ذلك السير على طريق الحكمة وتذكر الموت لكي لا ينسوا الهدف ..

ولأن السالك ليس كالحكيم .. فسيظل في نفسه شيء من المهابة التي يوئدها الموت في النفوس .. وهو المطلوب والمقصود !

هذه المهابة التي مازالت في النفس من الموت هي ما يستخدمها السالك لإعادة نفسه لجادة الصواب ولصحيح الطريق إذا فكر أن ينحرف أو وجد نفسه قد انحرف بعض الشيء .

الصلاة ..

بطبيعة الحال تتبين للسالك الآن الأهمية القصوى لمفهوم الصلاة .

من المعروف أن هناك شكل ما من أشكال الصلاة ملازم لكل دين ومعتقد كائناً ما كان ..

جميع الأديان تحث أتباعها بشدة للتمسك بالصلاة والذي يكون لها أوقات محددة في اليوم .. ويكون هناك أيام معلومة يطالب فيها التابع لدين ما بالالتزام بالصلاة وممارستها بشكل أشد في هذه الأيام ..

بالنسبة للسالكين على طريق الحكمة مفهوم الصلاة يقوم في أساسه على التذكر ..

الصلاة هي المحافظة على الاتصال بالهدف الذي يسعى السالك للوصول إليه ..

فالواقع في شبكتنا المتفاعلة شديد التعقيد .. والتفاعل بين الإنسان وبين العالم وما فيه ومن فيه يستنزف الكم الأعظم من قدرات الإنسان الذهنية والنفسية .. من انتباهه .. من تذكره .. من تفكره .. من تركيزه .. ومن التفات قلبه ..

الشبكة لديها القدرة على أن تجعل الإنسان في حالة انشغال دائم ومتواصل بكل ما يحدث فيها ..

الشبكة لديها القدرة على أن تبقى اهتمام الإنسان متصلاً طوال الوقت بما يحدث فيها ..

تتمكن الشبكة دائماً من إبقاء التركيز على الأفعال والأقوال والتفاعل الذي يحدث بين الناس طوال الوقت .. طوال اليوم .. طوال الأسبوع .. طوال الشهور والسنين ..

وحتى في حالات انفراد الإنسان بنفسه .. وابتعاده الظاهري عن التواصل مع غيره .. تظل الشبكة تعمل في عقله ونفسه ووجدانه ..

الذكريات البعيدة .. الهموم .. المخططات المستقبلية .. الآمال .. الأحزان التي تتولد نتيجة للتفاعل مع الشبكة .. الطمع .. الخوف .. القلق .. كلها أفكار ومشاعر تظل تلاحق الإنسان حتى في لحظات استرخاءه وابتعاده عن العالم المحيط به ..

الشبكة تعمل دائماً .. لا تتوقف أبداً ..

حتى في النوم !

تلاحق الشبكة الإنسان حتى في نومه وأحلامه التي تعكس كل هذه الأفكار والهواجس ..

ضغط وإلحاح متواصلين لا ينقطعان أبداً ..

والسالك مثله مثل أي إنسان آخر .. يتعرض لنفس الضغط ونفس الإلحاح ..

وهنا تأتي أهمية الصلاة للسالك ..

الصلاة تقطع تأثير هذا الضغط والإلحاح المتواصل .. وتعيد توجيه انتباه السالك إلى الهدف الأساسي ..

الصلاة هي صلة الوصل بين السالك وبين الهدف الأكبر .. هي الحبل الذي يتمسك به السالك لكي يتجنب الغرق الكامل في بحر الشبكة المتلاطم ..

الصلاة تعيد تذكير السالك بشكل متواصل لأنه ينسى بشكل متواصل .. وهي تعيد توجيه انتباه قلبه للهدف الذي يسعى له ..

فالصلاة تتشابه هنا في وظائفها مع النوم ..

النوم له دور جوهري في الحفاظ على حياة الإنسان وعلى توازنه الذهني والنفسي ..

بإعادة شحن الجسد بالطاقة التي تُستنزف طوال النهار .. وإحداث تفريغ نفسي لتراكمات الهموم والآمال التي تتولد نتيجة للتفاعل مع الشبكة من خلال الأحلام ..

النوم هو ضرورة أساسية وجوهرية لحياة الإنسان .. ضرورة يجب إشباعها يومياً ..

من يُحرم من النوم خلال بضعة أيام سيُصاب كما هو معروف لضعف ووهن .. ثم خلل في الإدراك والتوازن النفسي .. ثم إذا زادت فترة الحرمان ستظهر أعراض تشابه أعراض الجنون ..

هلاوس بصرية وسمعية .. فقدان كامل للتركيز .. انفصال عن الواقع .. خلل شديد في الإدراك .. ثم بعد ذلك الموت .

كل هذا لأن الإنسان المحروم من النوم هو محروم من وظيفة إعادة التنشيط الجسدي والذهني والنفسي والتي هي حاجة ضرورية وأساسية من حاجات الحياة .

بالنسبة للسالك فالصلاة تقوم بنفس هذه المهمة ولكن في اتجاه الهدف الأكبر ..

الصلاة تعيد تنشيط الاهتمام والانتباه باتجاه الهدف وبعيداً عن الشبكة وما فيها ..

لذا فهي ضرورية ضرورة النوم بالنسبة للسالك ..

وكما قلنا فإن الأديان جميعها .. تحت بشدة على الالتزام بضرب من ضروب الصلاة يلتزم بها في أوقات محددة ..

ولكن بطبيعة الحال ونتيجة للجهل تتحول ممارسة هذا الالتزام لضرب من العمل الآلي الأخرق ..

مهمة يقوم بها أتباع الأديان بشكل مبرمج .. تُفَرِّغ الصلاة من محتواها الحقيقي وتمنعها من أداء دورها الضروري ..

بالنسبة لأغلب الناس الذين يلتزمون بأداء الصلاة التي تخص دياناتهم فهي مجرد عادة !

مجرد أداء آلي .. وظيفة من وظائف الاندماج الاجتماعي .. شكل من أشكال المداينة والنفاق .. شكل من أشكال الرياء في المظهر الخارجي .. الخ

تأدية الصلاة بهذا الشكل لن تنفع .. وجودها كعدمها تماماً !

هو الخلط والتشويه الذي يقوم به الجهلاء لأي شيء يضعون أيديهم عليه !

كل عمل بأيديهم يتم تفريغه من معناه .. وتحويله إلى عرض سخيف لمجموعة من المهرجين الفاشلين !

بالنسبة لمدارس الحكمة ولأنها النسخة الأعمق للأديان التي خرجت منها والتي هي موجهة للخواص فإن الهدف الرئيسي للصلاة يقوم على التذكير ..

إعادة تنشيط الانتباه نحو الهدف ..

إبقاء الصلة والاتصال قائماً مع ما يتجاوز الشبكة ..

هذا هو الهدف الرئيس من الصلاة .. أما شكل الصلاة وطريقتها فهو أمر ثانوي وفرعي ومتغير ..

لهذا فإن مدارس الحكمة تحت التابعين للالتزام بضرب ما من الصلاة وبشكل دوري وثابت ..

وهي تحت السالكين بشكل أشد على ممارسة الصلاة بما يحافظ لها على معناها .. الانتباه .. وتوجيه القلب ..

دون انتباه واستحضار لمعنى الصلاة .. فالصلاة هي مضيعة للوقت والجهد ..

ونحن أيضاً نحث السالك أن يلتزم بضرب من ضروب الصلاة ..

وبالنسبة لنا فأى شكل من أشكال الصلاة هو كافٍ طالما إن السالك يحافظ فيه على السمات الأساسية لأي صلاة :

الانتباه وتوجيه القلب أثناء الصلاة ..

التذكر .. وإعادة تنشيط التذكر للهدف ..

المداومة والالتزام الدوري اليومي ..

بالنسبة لنا فأى شكل يحافظ على هذه السمات الأساسية فهو شكل من أشكال الصلاة ..

بضع دقائق من الاختلاء مع النفس ..

بضع دقائق من المشي الدوري في وقت محدد ..

بضع دقائق لقراءة شيء محدد بشكل دوري ..

أو أداء الصلاة بالطريقة التي يحددها الدين الذي يتبعه السالك إذا كان تابعاً لدين ما ..

كلها أشكال من الصلاة بالنسبة لنا .. نحث السالك على الالتزام بها ونترك له حرية اختيار الشكل الذي يرتضيه قلبه والذي يقتنع به عقله ..

نظرة إلى السماء ..

كذلك فإن واحدة من أبسط وأجمل الطرق التي تساعد على التذكر والتفكير هو النظر للنجوم ..

فالنظر إلى السماء في الليل .. والتطلع إلى النجوم له تأثير كبير على نفس السالك وعلى نفس كل من له حس ..

إنه منظر ذو جمال .. وجلال ..

والنفس ودون وعي من السالك لها تعلق في هذا المنظر .. وحين ..

فحقيقة الذات هي أعلى من هذه الشبكة وأعلى من الواقع الكلي كما ذكرنا .. حقيقتها أكبر من ذلك كله ..

وذاات السالك .. وكل إنسان آخر تعلم ذلك ..

فلهذا فلها حين لمكانها الحقيقي .. واختناق وغربه من مكانها هنا ..

والنظر للنجوم يذكرها بمكانها وحقيقتها ..

ولهذا السبب يحدث هذا التأثير العميق في النفس عند النظر إلى النجوم لطالما ألهم المفكرون والفنانون والشعراء ..

لهذا نحن ننصح السالك بشدة للالتفات للنجوم إن لم يكن معتاد على ذلك .. ولتعزيز ذلك بنفسه ..

فالنفس والفكر يتوقان للعلو عند رفع الرأس والنظر لما هو عالي وجليل ..

على الرغم أن تقنيات التذكر في كثير من المدارس يكون لها جلسات وأوقات محددة وملزمة ..

بالنسبة لنا ننصح بأن تكون هذه الممارسة هي من ضمن الممارسات الدائمة والحررة والتي ليس لها وقت محدد يمارسها السالك طوال الوقت ويلزم نفسه بها بطريقة من الطرق التي يراها مناسبة ومؤثرة وتدفعه للالتزام والانضباط كما ذكرنا ..

ننتقل الآن إلى التعلم ..

التعلم الدائم ..

البحث والتعلم و محاولة الفهم في كتب الحكمة .. وفي كل مناحي المعرفة ..

القراءة والبحث هي من السلوكيات التي لا بد أن القارئ الذي وصل معنا إلى هذه المرحلة معتاد عليها بدرجة ما .. لأنها من طبيعة وضروريات المرحلة التي يمر بها القارئ الآن .. من طبيعة عمر نفسه .

نذكرها هنا للتأكيد والحث عليها .. ومطالبة السالك بتعزيزها في نفسه .. وتقويتها في ذاته .. وتعميقها والتمسك بها ..

وآلا يلتفت للجاهلين الذين يؤكدون على عدم جدواها .. على السالك ألا يلتفت لهم فهم لا يعلمون ما يقولون !

ندعو السالك لأن يقرأ في كل شيء ويبحث في كل شيء .. ولا يخشى البحث عن أي شيء ..

عليه ألا يخشى من تغيير أفكاره ومعتقداته ..

ليبحث في كل الآراء .. الأفكار .. المعتقدات .. التوجهات .. وليفهمها وليوازن بينها وليطرح ما يعتقد منها .. دون أن يخشى شيء كائناً ما كان .

فإن كان هناك شيء في حاجة للتغيير فليتغير إذاً .. دون تردد !

إن هذا البحث هو الذي يعمق الفكر .. ويزيد الذكاء .. ويوسع المعارف .. ويرفع الوعي .. وهو ما يهدف له السالك ..

لقد نصحن السالك في قسم التقنيات التي تتطلب جلسة أن يلتزم بالتقنيات كما هي حتى لو لم يفهمها ..

نعم .. ولكننا لم نقل ألا يتفكر فيها !

سيجد السالك في نفسه رغبة قوية في فهم هذه التقنيات وكيف تعمل في نفسه .. وسيجد فضولاً شديداً في نفسه في فهم العوالم التي ستتكشف له من خلال هذه التقنيات ومحاولة ربطها جميعاً في فهم واحد مشترك .. المعتقدات الدينية .. الفلسفات .. العوالم الخفية كالعالم الأثيري .. الكائنات العاقلة الأخرى .. العلوم الفيزيائية .. القدرات الخارقة .. الخ

نحث السالك على القراءة والبحث في كل ذلك وفي كتب الحكمة التي يصف فيها الحكماء من جميع المعتقدات والثقافات ما شاهدوه وما اختبروه خارج الشبكة ..

فليحاول أن يفهم السالك هذه الكتب والتي هي في أغلبها مفعمة بالرموز والرسائل الخفية .. والتي كثير منها يستصعب على الفهم ..

سيجد السالك أنه يريد أن يفهم ويربط كل ذلك بفهم مشترك واحد يرتاح إليه ويرتضيه .. وكثيراً ما سيجد صعوبة في التوفيق بين كل ذلك !

إننا نحث السالك على كل ذلك ونطالبه بالتمسك والتعمق فيه ..

ونؤكد له أن الصعوبة التي سيجدها في ربط كل ذلك بنظرة واحدة هي صعوبة طبيعية تواجه الجميع ..

والسبب في ذلك بسيط وواضح كل الوضوح ..

السبب في ذلك أن الواقع الفعلي هو واقع واسع وشديد الغرابة والتعقيد ومفعم بالعجائب والغرائب والتناقضات والأضداد ..

الواقع الفعلي أوسع بكثير من قدرات العقل لاستيعابه .. فطبيعي أن يحدث هذا الإشكال إذاً !

لهذا فنحن عندما نحث السالك للبحث والتفكير فنحن نحثه لعدم التوقف أمام الإشكالات والتعقيدات التي يجدها في بحثه بشك أو خوف ..

إن هذا التناقض وهذه الغرائب هي ما يجعل رحلة البحث ممتعة ومثيرة ..

فالإنسان لا يستمتع حتى في عالمنا هذا إلا في الأماكن المليئة بالغرائب والمفاجئات والمتناقضات العجيبة ..

ولا يوجد شيء أغرب من الواقع نفسه !

عندما نحث السالك على البحث والقراءة فنحن نطالبه بأن يلتزم بالتقنيات التي يمارسها حتى لو لم يفهمها لأن من أوصلها إلينا يعلمون أكثر منا كثيراً ..

السالكون أشبه بالطلاب الذين يأخذون من معلمهم معارف لا يستوعبونها دائماً ولكنهم يلتزمون بها لأنهم يعلمون أن من يعطيهم إياها هو أعلم منهم ..

والحكماء هم بلا شك أعلم من السالكين .. وهم بالضرورة أعلم من العوام !

فهم تمكنوا بالفعل من اختراق الشبكة التي نسعى نحن لاختراقها ..

لقد مروا بكل ما مررنا به .. وتجاوزوه .. فعندما يوصلون لنا تقنية ما فهم يعلمون ما يفعلون ..

وسيكون من التناقض أن نتبع الحكماء ثم نرد عليهم في كل شيء لا نفهمه .. فلماذا نتبعهم إذا؟!

سنكون كمّن يذهب إلى الطبيب ثم يحتج لأي دواء يعطيه إياه لمجرد أنه لا يفهم ما هو ولا كيف يعمل .. لماذا يذهب إلى الطبيب إذا؟!

إن القراءة والبحث هي من الممارسات التي تساهم مساهمة فعالة في إيقاد الرغبة .. وشحن العزم .. وتعظيم الفضول في نفس السالك للمزيد من المعرفة والاستكشاف الأمر الذي سيحثة للالتزام بالممارسة وعدم الانحراف عن الطريق ..

وإن القراءة والبحث في كتب الحكمة بالذات تساهم في تذكير السالك بهدفه والحث على الالتزام به وعدم الانجراف أمام تيارات الشبكة التي لا تتوقف .

هناك الكثير من مدارس الحكمة التي تفرض على تابعيها أن يلتزموا بجلسات محددة ومتكررة لتدارس الكتب المقدسة وكتب الحكمة وغيرها من المعارف المخصصة والكتب الخاصة ..

وتفرض عليهم الالتزام بحضورها وتكلفتهم بالكثير من الواجبات والاختبارات التي تدفعهم للمزيد من الفهم والتعمق ..

ومن لا يلتزم يطرد من المدرسة !

تكون جلسات التدارس هذه يومية أو أسبوعية بعضها قصير وبعضها تطول لتصل إلى نهار كامل ..

بالنسبة لنا ..

فنحن ندعو ان تكون هذه الممارسة من ضمن الممارسات الحرة والتي ليس لها أوقات محددة على السالك الالتزام بها وضبط نفسه للتقيد بها وإيجاد الطرق والمواضيع الأنسب للبحث فيها ..

بعض طرق الممارسة :

يمكن مثلاً للسالك أن يحدد لنفسه مجموعة من الكتب عليه قراءتها وفهمها والتفكير بما فيها خلال فترة ما .. لنقل خلال ستة أشهر ..

وعندما ينتهي منها .. يحدد مجموعة أخرى لفترة مماثلة .. وهكذا ..

إن هذا التحديد يساعد في الإلتزام والانضباط على هذه الممارسة ..

والتحديد ضروري .. انعدام التحديد سينتج عنه التأجيل .. ثم التراخي .. ثم النسيان .

لقد وضعنا في قسم المكتبة بموقع نور الشمس مجموعة من الكتب والمراجع التي نصحنها الباحثين للاطلاع عليها ..
محاولة فهم وتدارس أغلب هذه المراجع والتعمق في القضايا بالغة الأهمية التي تتطرق إليها .. كفيلة بإشغال السالك لسنوات
طويلة قادمة !

ونحن هنا نوجه السالكين أن ينطلقوا في بحثهم من هذه المراجع بأنواعها والتي أشرنا لها .. ومن خلالها يمكن للسالك بنفسه
التوسع والبحث عن المزيد .

ننتقل الآن إلى أهم تقنيّة في الممارسة الروحية بكل أنواعها .. وهي أساس وجوهر كل التقنيات .. الحر منها والمقيد .

مراقبة وتصفية النفس ..

مراقبة النفس وتصفيتهما من العوائق التي تحجب الواقع .

هي أهم التقنيات على الإطلاق .

كل التقنيات الأخرى هي توابع لهذه التقنية .

مهما اختلف مدارس الحكمة في أشكال الممارسة فإن مراقبة النفس وتصفيتهما تكون دائماً لها جميعاً التقنيّة الأساس .

وهي تنقسم لقسمين متداخلين نوضحهما هنا للسالك حتى يتبين له أهميتهما .. وحتى يتبين كيفية القيام بهما ..

هذه التقنية تقوم على مراقبة النفس .. ثم تصفية النفس .

مراقبة النفس هي تشخيص المرض .. تصفية النفس هي علاج المرض .

لا يمكن اعتبار السالك نفسه ممارساً للتقنيات الروحية دون الالتزام الصارم بهذه التقنية ..

مراقبة النفس .

مراقبة النفس هي كشف ومعرفة الدوافع التي تدفع السالك للتفكير بما يفكر به .. للتمسك بالمبادئ التي يتمسك بها .. والدوافع
التي تجعله يحب شيء ما ويميل إليه أو يكره شيء ما وينفر منه .

هي الجانب النظري الذي يكشف ويشخص الدوافع الخفية التي تخبئها طبقات الوعي .

الإنسان يدخل إلى هذا العالم من خلال طبقات الوعي .. هذه الطبقات هي التي تحدد للإنسان ما عليه فعله وما عليه تجنبه .. ما
يجب أن يحبه وما يجب ألا يحبه .. ما يجب أن يفكر فيه وما لا يجب أن يفكر به .. الخ

الإنسان في هذا العالم يفعل ويفكر ويرغب من خلال هذه الطبقات .. دون أن يعلم أنها تفعل ذلك ..

هو يوجّه في الحياة بهذه الطبقات دون أن يعلم أنه موجّه من قبل شيء ما ...

يظن أنه حر بما يفعل .. وفي الحقيقة هو يفعل ما تملّيه عليه طبقات الوعي هذه ..

يمكن النظر للأمر بتخيل أن هناك إنسان يمشي ..

وهو يتحرك من خلال موجات من الرياح خلفه .. تدفعه دون أن يشعر بها أو يعلم عنها شيئاً ..
هذا الإنسان يمشي ويتوجه بما تقرضه عليه موجات الرياح التي تدفعه من الخلف ..
إن اتجهت نحو اليمين اتجه هو نحو اليمين .. إن اتجهت نحو الشمال اتجه هو نحو الشمال ..
إن أسرعت أسرع .. إن أبطأت أبطأ ..

طبقات الوعي التي تُغلف الإنسان هي هذه الرياح .. تسمى أحياناً الوعي الباطن .. الدوافع الخفية .. الدوافع الثقافية .. العوامل البيئية .. الوراثة .. التربوية .. الخ

السالك يريد تجاوز هذه الطبقات لأن هذه الطبقات هي ما يحجب عنه الحقيقة ..
فالسالك هنا أشبه بهذا الإنسان الذي يوجّه بموجات الرياح .. ولكنه توقف فجأة ..

لأنه توقف فموجات الرياح ستمر به .. سيرها وهي تمر من حوله وسيشعر بها .. وسيرها وهي تتجاوزه ..
وسيصبح هو خلفها الآن ..

لذا بعد أن رآها وتعرّف عليها أصبح هو من يسيطر على حركته لا الرياح .. سيتمكن من الإبحار عبرها ومن خلالها ببراعة ..
وسيستخدمها للتوجه للاتجاه الذي هو يريده ويهدف إليه
هذا ما يقصده الحكماء عندما يطالبون السالكين بمراقبة النفس ..

ليس المقصود بمراقبة النفس هو أن تفعل ما تظنه الصواب وألا تفعل ما تظنه الخطأ .. لا ليس كذلك ..

فكثير مما ستظنه أنه الصواب أو الخطأ لن يكون كذلك بالفعل !

المقصود هو أن تفهم ما هي الدوافع التي تدفعك لفعل ما تفعله .. والتفكير بما تفكر به .. والرغبة بما ترغب به ..

مهما كان غامضاً وخفياً في ذاته .. لابد من الاعتراف بكل شيء مهما كان ..

ومهما كان صعباً الاعتراف به ..

مثلاً الاعتراف أن السالك هو مسير ومُستغل من قبل فرد من أفراد عائلته التي يحبها .. الأمر الذي كان يخفيه وينكره في نفسه من قبل ..

لأنه من خلال فهم هذه الدوافع فالسالك سيتعرف على طبقات الوعي التي تُغلف وعيه وتحجب عنه الحقيقة ..

وكثيراً ما سيفاجأ بما يكتشف .. بل كثيراً ما سيُصدم بما يرى ..

وسيمر بأوقات سيكتشف أنه لم يفعل في حياته أمراً واحداً كان يريده حقاً !

وأنه كان يفعل ما يفعل .. ويفكر بما يفكر .. ويطلق الأحكام كما يطلقها دوماً مدفوعاً بدوافع خفيه ليست منه ولا هو يريدتها أو يرغب بها !

يكتشف السالك أنه في كثير من الأوقات كان يريد شيء ويحكم عليه بأنه جيد .. خير .. لائق .. الخ

لأنه تعلم من الصغر .. وقيل له منذ الصغر .. أنه لابد أن يريد هذا الشيء ..

وأنه يكره شيء آخر ويحكم عليه بأنه سيء .. شرير .. غير لائق .. الخ

لأنه تعلم من الصغر .. وقيل له .. أنه لابد أن يكره هذا الشيء ..

ولقد تحدثنا عن ذلك في رسالة الخروج إلى الداخل في قسم مراقبة النفس ..

وهي من الممارسات الجوهرية التي لا يمكن أن يحدث للسالك تقدم دونها ..

وهي من الممارسات التي لا يمكن أن تكون لها جلسة محددة ..

لأنها يجب أن تحدث طوال الوقت ..

وهي تحدث في معترك الحياة الاعتيادية .. بالاتصال مع العالم والناس .. وبمواجهة الأحداث ..

في ميدان التدريب والتقييم .. في الحياة نفسها ..

لابد أن هذه الممارسة أيضاً هي من الممارسات التي اعتادها السالك من قبل أن يتعرف على طريق الحكمة .. لأنها من مقتضيات عمر النفس ..

نحن هنا نحثه على التمسك بها .. التعمق فيها .. ومواجهتها بكل شجاعة وتحدي .. وفهم أهميتها ودورها ..

الفارق هو أن السالك الآن يعلم ما يفعله عندما يبحث في هذه الدوافع ..

والأهم ان لديه هدف عظيم يدفعه لمواجهتها بشجاعة وتصفية نفسه من آثارها وسطوتها .. وتوجيهها لإيصاله لهدفه .

تصفية النفس .

تصفية النفس .. هي عملية تخطي السالك هذه الدوافع والتحرر من سطوتها عليه عندما يكتشف إنها خاطئة أو أنه لا يريدنا ولا يرغب فيها في صميم نفسه .

هي الجانب العملي الذي يعالج السالك من آثار هذه الدوافع ويمكنه من تخطيها ثم يحرره منها .

وهو الجانب الذي يكون له تأثير مباشر في إحداث تغيير في حياة السالك وكسر دوائر كان يدور بها منذ زمن بعيد .

قلنا إن مراقبة النفس تتطلب أن يعرف السالك الدوافع التي تدفعه للتفكير بالطريقة التي يفكر بها .. أو تبني الأحكام والمبادئ التي يتبناها .. أو الدوافع التي تدفعه لقيام بعمل ما أو اتخاذ طريق ما في الحياة ..

ولكن لا يتوقف الأمر عند كشف هذه الدوافع ..

لابد من تخطيها والتحرر منها .. لا يمكن التقدم على طريق الحكمة دون هذا التخطي .

وهذا يتطلب من السالك شجاعة وجسارة لا تتوفر لدى أغلب الناس ..

الشجاعة لتغيير ما يجب أن يغير .. وتعديل ما يجب أن يعدل بصرف النظر عن النتائج وعن آراء الآخرين عندما يكون ذلك ممكناً .

حتى لو تطلب منه ذلك اتخاذ القرارات الصعبة والحازمة التي تهرب منها طوال حياته .. والقيام بالتضحيات الجسام التي طالما تجنّبها ..

فعندما يكتشف السالك طبقة من طبقات الوعي التي لديه والتي كانت تدفعه للقيام بعمل أو التفكير بشيء على نحو ما فعليه عندها أن يتحرر منها ويتخطاها ..

ولنضع مثلاً للقياس عليه ..

لو كان السالك يقوم بأمر ما أو أنه كان يفكر بشيء ما من قبل الممارسة ويظن أنه يفعله بإرادته ..

ثم تبين له من مراقبة نفسه إنه **بالفعل وفي صميم نفسه** لا يقبل ما كان يفعل وغير مقتنع بما كان يفكر به .. وإنه غير راضي عما كان يفعله أو يفكر به في داخل ذاته ..

وإنه في الحقيقة كان يقوم بكل ذلك لأنه **واقع تحت تأثير** إنسان ما أو معتقد ما .. أو عادات وتقاليد ما وإنها هي التي كانت تفرض عليه فعل كل ذلك .

عندما يكشف السالك ذلك من خلال تحري النفس واستطلاع صميم الذات .. **ويصل إلى هذا الكشف وهو راضي النفس ومقتنع العقل ..**

يكون بذلك قد نجح في كشف هذا الدافع وهذه الطبقة التي تغلف وعيه .. وهذا دور مراقبة النفس .

الآن على السالك أن يفكر **ويجد الحل المناسب وعلى حسب ظرفه ووضعته لتخطي هذا التأثير وتجاوزه وتطبيقه عملياً .. والإعلان عنه وتبنيه ..**

بمعنى آخر عليه اتخاذ كافة القرارات والأفعال التي تؤدي إلى إحداث تغيير وتحرر من هذا التأثير .. **فكرياً ونفسياً وعملياً .. عليه أن يقول كفى !**

لن أتابع هذا الخطأ .. ولن أخضع لهذا التأثير وسأقوم بإحداث التغيير المطلوب لتطبيق ذلك من الآن فصاعداً .
فحتى إن كان الظرف لا يسمح بذلك بالفعل ..

يظل السالك في حالة **رفض لهذا التأثير وترقب وترصد للظروف المحيطة حتى تحين الفرصة المناسبة للتغيير ..**
عندما تحين .. عليه بالتغيير فوراً .

وخلال ذلك يعمل كل جهده الذهني والنفسي للحد من تأثير هذا الظرف على نفسه وعقله ..
يحاصره داخل نفسه .. ثم يقضى عليه ..

إن كل ذلك يتطلب الصدق والشجاعة .. وسنتحدث عن ذلك فيما بعد بالتفصيل .

المشكلة أن كثير من الناس لا يعترفون لأنفسهم أنهم واقعون تحت تأثير شيء آخر .. حتى وهم يعلمون ذلك في قراره أنفسهم ..
أما السالك الذي يعلم ذلك في نفسه فإنه يقرّ به ويعترف فيه مهما كان صعباً وصادماً ..

وحتى لو اعترف بعض الناس بما في أنفسهم بصدق .. فالأغلب إنهم لا يملكون الشجاعة الكافية لإحداث التغيير الفوري والجذري ..

وذلك بالخونع للأمر الواقع .. أو بالادعاء إن الظرف الحالي لا يسمح بإحداث التغيير ويتم التأجيل ثم النسيان .

أما السالك فهو لا يخنع ولا يكذب على نفسه لأنه يعمل من أجل نفسه .. إذا كان يعلم أنه قادر على التغيير سيحدث التغيير حتى لو تطلب ذلك تضحيات .. ومواجهة المجهول .

كما ذكرنا فالكثير من الناس يعلمون الحقيقة في قراره أنفسهم ولكنهم لا يقرون بها أو يخنعون لها ويجبنون عن مواجهتها ..

وهذا هو العائق الذي يحبسهم ويبقيهم أسفل طبقات الوعي .

اللائحة البيضاء واللائحة السوداء .. المرأة البيضاء والمرأة السوداء ..

هو أسلوب فعال يتم استخدامه من قبل الكثير من مدارس الحكمة لتعليم السالك كيفية كشف دوافع نفسه ومعرفة مخاوفه الكامنة فيه ..

يقوم هذا الأسلوب على أن يخصص السالك وقتاً ما مرة في الأسبوع .. مثلاً آخر الأسبوع .. وفي مكان هادئ ومنعزل .. يكتب لائحتين على دفتر خاص لذلك .. لائحة سوداء ولائحة بيضاء..

اللائحة السوداء ..

يكتب فيها أهم ثلاثة صفات وأعمال ومشاعر سلبية يستشعر بها خلال هذا الأسبوع ..
مثلاً ..

في هذا الأسبوع أنا غاضب من فلان .. وأفكر كثيراً في الأمر الفلاني تفكيراً سلبياً .. وأشعر بأنني أتهرب من القيام بتلك المهمة ..

اللائحة البيضاء ..

يكتب فيها أهم ثلاثة صفات وأعمال ومشاعر إيجابية يستشعر بها خلال هذا الأسبوع ..
مثلاً ..

أنا فخور بأنني أتممت هذا العمل .. أشعر بالرضا عن ذلك الأمر .. أشعر بالاطمئنان لحدوث ذلك الحدث ..
كل المطلوب هو إخراج ما في النفس ..

وليس ضرورياً أن يكون ذلك بالتفصيل .. مجرد رؤوس أقلام تكفي ..

ثم بعد ذلك يعطي بضع دقائق للتفكير باللائحة السوداء ..

ويحاول أن يكتشف الأسباب التي تدفعه لهذا الغضب .. ولهذا التفكير السلبي .. ولهذا التهرب ..

عليه أن يحاول بكل صدق وشجاعة اكتشاف الأسباب الحقيقية التي تدفعه لذلك ..

بعد ذلك يعطي بضع دقائق أخرى للتفكير باللائحة البيضاء ..

ويحاول أن يكتشف الأسباب التي تدفعه لهذا الفخر .. ولهذا الرضا .. ولهذا الاطمئنان ..

إن مجرد تحديد هذه اللائحة مهم ومفيد جداً لأن يخرج في بواطن النفس أمام النفس ..

والبحث عن المسببات والدوافع يدرّب السالك على كشف بواطن نفسه ودافعه ومخاوفه .. ثم معرفة الطريق الأنسب لمواجهتها وتخطيها ..

إنها ممارسة بالغة القوة والفعالية لممارسة مراقبة وتصفية النفس تستخدم في الكثير من مدارس الحكمة وحتى القديم منها ..

هاتان اللائحتان هما مرآتان للنفس ..

ينظر فيهما السالك لما يوجد داخل نفسه .. تماماً كما ينظر للمرأة للنظر إلى وجهه والذي لا يراه دون مرآة تعكسه له ..

فليس المقصود أن يذم السالك نفسه باللائحة السوداء .. ويمدحها باللائحة البيضاء ..

ليس الأمر كذلك ..

بل المقصود أن يكشف دوافع النفس الخافية وراءها ..

وكثيراً ما تكشف اللائحة السوداء صفات بيضاء في السالك .. وتكشف اللائحة البيضاء صفات سوداء لدى السالك !
التحري الصادق عن الدوافع الكامنة وراء هذه الصفات السوداء والبيضاء ستكشف كثير من الحقائق عن السالك ..
بعض هذه الحقائق قد تكون صادمة تماماً له !

فمثلاً قد يكون الغضب الذي يشعر به سببه أن ذلك الشخص قد كان محقاً في فعله ولكن السالك غاضب منه لأنه كسر غروره
وأثبت له أنه مخطئ .. والتمسك بالغرور خطر على السالك ..

والتهرب من القيام بالفعل قد يكون سببه أن السالك لا يحب أن يقوم بأمر هو يشعر في داخله أنه خاطئ .. وهذا أمر جيد ..
أما الاطمئنان الذي يشعر به فقد يكون سببه تمسك السالك بوهم فارغ .. وأمل كاذب !

وهكذا فإن التمسك بهذا الأسلوب يساعد السالك مساعدة كبيرة على كشف بواطن النفس ومعرفة دوافعها الخفية ..
ومع بعض الممارسة والمداومة سيتمكن السالك من اكتساب الكثير من الخبرات في كيفية تحري النفس ومراقبتها وتصفيتها ..
لذا فنحن نحث السالك على استخدام هذا الأسلوب الفعال لممارسة تقنية مراقبة وتصفية النفس .. وهي أهم التقنيات على الإطلاق
كما ذكرنا .

إن من الضروري أن يفهم السالك إنه لا يمكن أن يحدث تقدم على طريق الحكمة ولا يمكن تخطي الشبكة وكشف ما وراءها
دون كشف لهذه الطبقات و تخطي سطوتها وأثارها .. دون مراقبة النفس وتصفيتها .
من المستحيل حدوث تقدم وتجاوز للشبكة دون ذلك ..

لأن طبقات الوعي هذه هي نفسها التي تحجب ما وراء الشبكة .. فلا بد من تخطيها لتجاوز الشبكة .

لا يُسمح للسالك أن يكذب على نفسه هنا ..

لا يُسمح للسالك أن يكابر أو يتهرب من الإقرار بحقيقة وتأثير هذه الطبقات التي كشفها على نفسه مهما كانت العواقب ..

ولا يُسمح للسالك أن يكذب على نفسه ويتحجج بذرائع كاذبة للهرب من مواجهة هذا التأثير ومن تخطي هذه الطبقات .. مهما
كانت العواقب

من يكذب على نفسه في الإقرار أو التنفيذ هو ليس سالك .. فليترك هذا الطريق لمن هم أهل له .

في الحقيقة هذه التقنية بالذات من بين كل التقنيات الأخرى هي التي تفرق بين الحكماء والسالكين وبين بقية البشر .

الحكماء والسالكون هم الأقلية بين الناس لأن الأقلية من الناس لا يملكون الصدق في الاعتراف والشجاعة في التنفيذ ..

من السهل على أغلب الناس أن يقوموا ويلتزموا بتمارين مهما كانت شاقة أو مملة ولكن من الصعب على أغلب الناس الالتزام
بالصدق في الاعتراف بعوائق النفس والشجاعة في تخطيها .

لا يمكن للسالك أن يكذب على نفسه لأنه يعمل من أجل نفسه .. هو مستعد لكل التضحيات والمواجهة ..

فالسالك لديه هدف الآن .. وهو يسعى لتحقيق هدفه مهما كلفه ذلك ..

جميع مدارس الحكمة تفرض على تابعيها مراقبة أنفسهم بطرق تختلف باختلاف الثقافات والأزمنة ..

ومنها مدارس تفرض أن يتم هذا الكشف للدوافع من قبل السالك بشكل علني أمام المعلم وبقية السالكين .. مهما كانت محرجة بل ومخزية !

الغرض من ذلك تقوية عزيمة السالكين جميعاً على الاعتراف بها والتخلص منها .. والتأكيد عليهم بأن هذه الطبقات ليست هي هم .. بل هي مجرد طبقات سرعان ما سببها بريقتها وستدوي قوتها عند معرفتها والكشف عنها ..

ومن الواضح إن هذه التقنيات تستخدم الآن في أغلب مدارس العلاج النفسي والاجتماعي الحديث بطرق شتى لقوتها وقدرتها على الفعل ..

ونحن نحث السالك أن يلتزم بهذه الممارسة طوال الوقت .. فهي الكفيلة بتحريره من قيوده ومن قيود الشبكة ..
نتنقل الآن إلى تقنية التفكير الدائم ..

التفكير المتواصل في الحياة وفي الأسئلة الكبرى .

وهذه الممارسة شبيهة بممارسة القراءة والبحث التي تحدثنا عنها .. ولكن بالعكس ..

في ممارسة القراءة والبحث فالسالك يسعى للحصول على إجابات من الخارج .. يتلقى من الخارج المعارف والأفكار .

أما في هذه الممارسة فهو يُخرج ما بداخله من تساؤلات للخارج ..

عندما يبحث السالك ويقرأ فهو يتوصل لفهم قضية هنا وقضية هناك .. ويأتي التفكير لهضم كل هذا الفهم ووضعه في إطار التساؤلات العميقة التي تعتريه كإنسان موجود في هذا العالم .. هل أجابت عن هذه التساؤلات التي تدور في داخله ؟

هل يعلم الآن حقاً ما هو العالم ؟ ما هو الواقع ؟

هل يعلم من أين أتى ؟ ولماذا ؟

عندما يدرس التلاميذ ويمارسون نشاطهم في مدرسة ما .. كل الأحداث التي تقع في هذه المدرسة وكل العلاقات المتشابكة والمعقدة التي تقع بين تلاميذها ومعلميها .. كل ما يحدث في هذا المكان يبدو أن له معنى ..

هناك معنى عام لكل ما يحدث داخل هذه المدرسة .. الكل يعلم لماذا يفعل كل من بالمدرسة ما يفعلونه .

ولكن في العالم هذا كله .. في الوجود كله .. في الواقع كله وكل ما يحدث فيه ..

ما هو المعنى ؟ .. لماذا ؟ .. ما الذي يجعله ضرورياً ؟ .. وكيف يحدث ؟ .. وإلى ماذا يؤدي ؟ .. ولما كل ذلك من الأصل ؟!

تساؤلات عميقة طالما تفكر فيها الفلاسفة والمفكرون وكل ذي عقل .. وطالما عبر عنها الشعراء والفنانون .

هذه التساؤلات هي التي تميز الإنسان عن كل المخلوقات التي ندركها على هذه الأرض .. وكل شيء نفعله عدا ذلك يتشابه مع ما يفعله غيرنا من مخلوقات .

الشبكة والحياة التي نعيشها فيها تشغلنا دائماً بالكثير من المتطلبات التي لا تنتهي ..

دائماً هناك شيء لا بد من فعله .. وهدف لا بد من تحقيقه .. ودائماً هناك مشكلة لا بد من حلها ..

نسعى طوال الوقت لفعل هذا الشيء وتحقيق ذلك الهدف ولحل هذه المشكلة .. ولكن لا بد أن يتفكر السائل لما كل ذلك؟ وما معناه ؟

الأمر أشبه بانسان يجلس مطمئناً في منزله .. وفجأة تفتتح عليه أبواب الجحيم !

تُفتح الأبواب .. وتتكسر النوافذ .. يسمع ضجيج هائل .. وصراخ مخيف .. أصوات كالرعد الهادر تعم المكان .. أصوات تدعو الجميع للخروج والركض .. آلاف مؤلفة من البشر .. كبار وصغار .. رجال ونساء .. بعضهم يركضون في الطريق .. بعضهم يتسلقون الجدران والأشجار .. وبعضهم يلقون بأنفسهم من النوافذ .. الناس تتزاحم على الأبواب وفي الطرقات .. صفارات وأبواق مجلجلة تدوي .. بكاء ورجاء .. ركض وتدافع .. بشر يقعون ويتعثرون .. وآخرون يُسحقون ممن فوقهم .. الجميع يتجه إلى مكان ما .. البعض إلى التلال .. البعض إلى الوديان .. وهذا الإنسان يركض مع كل هؤلاء .. يحاول جاهداً أن يجد له طريقاً .. يتجنب السقوط والتعثر .. يتلفت .. ينادي .. يلهث .. ويبكي ..

الوضع يبدو مهولاً ومخيفاً .. وكلّ مشغول في إيجاد ملاذ وطريق للنجاة ..

ولكن .. أثناء كل ذلك ..

لا أحد يسأل ما الذي حدث ؟ .. ما سبب كل ذلك ؟

الكل يفعل .. ولا أحد يسأل ..

هذا ما يحدث في الشبكة .. وهذا ما يجري فيها !

كلّ منشغل ومستغرق في فعل شيء ما .. هدف ما .. مشكلة ما .. ولكن لا أحد يسأل ما معنى كل ذلك من الأصل ؟ وما سببه ؟

بطبيعة الحال كل من يسعى لتحقيق هدف لديه إجابات قصيرة المدى عن معنى ما يفعله ..

فإذا سألت أحدهم لماذا تسعى لهذا الهدف ؟ .. سيجيبك لكي أتجنب هذا المأزق .. تسأل لماذا تسعى لتجنب هذا المأزق ؟ .. سيجيب بجواب ما .. ثم تسأله لماذا .. فيجيب .. ثم تلاحقه بسؤالك لماذا عن كل جواب سيعطيه .. ستجد أنه بعد سلسلة من الإجابات سيجد أن هناك لماذا ليس لها جواب !

هذا ما يتفكر به المتفكرون !

والأسئلة التي لا جواب عليها هي التي ستؤدي بالسالك للوصول إلى الأسئلة الكبرى ومعرفة أهميتها وضرورتها ..

الإنسان المتفكر في الحياة ومعناها هو أشبه بالإنسان الذي توقف في ذلك الموقف المهول حيث الجميع يسعى للنجاة .. أجبر نفسه على الهدوء .. صرف انتباهه للحظات عن كل ما يحدث حوله من أهوال ليسأل سؤال بسيط واحد .. ما الذي حدث ؟ ما معنى الذي يجري ؟

فلعله لا يوجد شيء من الأصل !

إن التفكير في كل شيء هو ما يكشف للمتفكر عن أمور لم تخطر في باله ..

وعندما يعتاد السالك التفكير في الحياة وكل ما يجري فيها من أحداث سيكتشف أنه هو نفسه يسعى لأهداف لا معنى لها ..

ويحزن على أمور لا تستحق الحزن .. ويتألم من أحداث لا تستحق التألم ..

وإن هناك الكثير من المطالب التي كان يظن أنها واجبة .. هي ليست واجبه ..

ومسائل كانت تبدو له في غاية الأهمية .. هي في الحقيقة ليست مهمة ..

وأشياء كان يُهملها ويستهتر بها .. هي أساسية له وواجبة عليه ..

لهذا فالتفكير المتواصل في كل شيء هو من الممارسات التي يجب أن يعتادها السالك .. ويعززها في نفسه .. وألا يكثرث عندما يرى الأغلب من البشر لا يعيرونها اهتماماً .. وأن يمارسها بعزم وفضول وجرأة ..

وكثير ممن وصل معنا لهذه المرحلة هم من المتفكرين بطبيعتهم ..

ولكن الكثير منهم كان يخشى هذا التفكير .. ويحاول أن يجاري من حوله فيما يفعلون .. ويقلدتهم فيما يسعون .. خوفاً من الوحدة والعزلة التي طالما شعر بها .. وخوفاً من أن تعزيب هذه الممارسة سيؤدي به إلى مزيد من الاغتراب الذي طالما أخافه ..

ليس السالكين ..

فالسالكون يعلمون أهمية التفكير في الحياة وفي كل شيء آخر .. ويعلمون أن النتائج التي تترتب عن هذا التفكير هي التي ستدفعهم للحفاظ على المسير .. وهي التي ستشعل فيهم نار الرغبة للوصول للهدف المنشود .. وهي التي ستبدد الفؤور الذي يعتورهم من حين لآخر .

نتنقل الآن إلى تقنية بالغة الأهمية سواء على طريق الحكمة أو في مسيرة الحياة ..

التفريغ والتنفيس النفسي ..

جلسات التفريغ النفسي .

وهي من أمتع الممارسات وأكثرها نفعاً لنفس السالك ولتوازنه الذهني .

وهي تقوم على أن يخصص السالك وقتاً لتفريغ كل ما فيه .. كائناً ما كان .

نسمي هذه الممارسة مجازاً جلسة وهي في الحقيقة وقتاً يخصصه السالك لنفسه عندما يجد ذلك ضرورياً ولكن لا بد أن يكون ذلك على العموم بشكل دوري

في هذه الممارسة يخرج السالك كل ما فيه من هموم .. شكوك .. حيرة .. اضطراب .. ارتباك .. إحباط .. غضب .. شهوات .. رغبات .. مجون .. تهتك .. حقد .. حسد .. كراهية .. غيرة .. أنانية .. لؤم .. خبث ..

في هذه الممارسة يعرّي السالك نفسه أمام نفسه .. تماماً .

في هذه الممارسة على السالك أن لا يدع شيء في نفسه إلا ويذكره ويخرجه من ذاته لذاته ..

يتحدث فيها السالك عن رغباته الدفينة كلها كانت مخزية ومشينه ..

دون أي خجل أو مواراة .

من مثل :

أنا أدعي أنني أريد ذلك الشيء وأسعى له ولكنني لا أريده ولا أربغ به .. أشمئز منه وأحتقر كل من يمدحه ..

لا أستمتع إلا بذاك الشيء .. ولا أرتاح إلا مع هؤلاء القوم .. أشتهي هذه المرأة .. أحم بأن أكلها أكلاً !

أطمع بهذا الشيء .. أريده وأتمناه وأسلك كما إنني غير مكترث ..

أنا أكره هذا الإنسان .. وأنا حاقد على ذلك .. فعل معي كذا وكذا و أريد أن أقطع رأسه ثم أضع رأسه في قدر يغلي ! ..

أنا محبط من فشلي .. أنا مثير للرتاء .. فلان جعل مني مهزلة .. هذا أقوى مني .. ذاك أجمل مني .. وذاك ناجح وأنا فاشل ..

أنا أغار من هذا .. لديه كل شيء وليس لدي شيء يستحق الاهتمام ..

أتمنى لو أمارس هذا المحرّم .. وارتكب هذه الفاحشة ..

ما الذي عندي لأفخر به .. ما الذي فعلته في حياتي .. كم أنا فاشل .. أنا دون كل البشر .. أنا حشرة كبيرة ..

أنا أحسد ذلك .. لا أريده أن يتفوق علي .. أتمنى أن يزول عنه ما به من خير .. وأن أراه في أسوأ حال !

أنا أدعي إنني مطمئن بسبب ما أمارسه من ممارسات .. ولكنني خائف من المستقبل ومما يخبئه لي الزمان .. إدعائي كاذب ومنافق .. أنا سخي !

أقول بأنني لا أكثرث لرأي أحد ولكنني أخشى من نظراتهم وأفكارهم نحوي .. أفعل أي شيء ليحترموني ويحبوني ..

أنا لا أؤمن بالحكمة .. ولا طريقها .. مللت منها .. مثيرة للسأم .. ودافعه للملل .. كئيبة ومثيرة للغثيان ..

أنا لست قديساً .. ولا أريد أن أكون من الأولياء .. إنهم تلة من المجانين وكل ما يقولونه هراء !

أريد أن أكون ثرياً .. مشهوراً .. معروفاً ذو شأن .. أريد أن أستمتع .. أن أستولي على ملك ذلك .. وأنهب مال فلان ..

أنا رائع .. أنا أفضل من كل ممن حولي .. كلهم بلهاء وأنا العاقل .. كلهم أغبياء وأنا العبقرى المميز ..

كل شيء أفعله لا ينجح .. القدر يحاريني في كل شيء ..

لدي قدرات ليست لأحد .. ومواهب لا مثيل لها .. لا أحد يجاريني بشيء ..

أنا كريم .. وكلهم في حاجة لي .. أنا عظيم .. فعلت لفلان كذا .. ولولاي لم ينجح ذلك .. كم أنا جريء وشجاع .. أهنت فلان .. وأدبت ذلك الأبله ..

كل الممارسات التي قمت بها لم تؤد لشيء .. ولا أجد أي نتيجة .. لا أصدقهم .. إنهم حمقى كاذبون ..

تعرضت للخيانة من هذا ... غدر بي فلان .. ونهني هذا الحقير ..

أنا جبان .. دجاجة سميئة .. لا أقوى على مواجهة هذا الأمر .. أخشي من هذا الرجل .. وأرعبتني تلك المرأة عندما قالت لي كذا وكذا .. لم أتمكن من الرد على ذلك .. وسحقني فلان أمام الناس ..

أخشى مواجهة الناس لأن كل ما بي عار .. أنا مُخزي ومُشين ..

أنا خبيث .. أجامل فلان من أجل هذا الهدف .. أنا لنائم أجاري ذلك من أجل هذه الغاية ..

الخ .. الخ !

إن هذه الممارسة ليست بالهينة كما يظن الكثيرون ..

هناك الكثير مما في داخل كل إنسان مما يخجل منه أشد الخجل .. ويخاف منه أشد الخوف .. ولا يعترف به حتى أمام نفسه ..

وإن إخراج كل ذلك ووضعه أمام مرآة النفس يتطلب شجاعة وجرأة وصدق لا يتحلى بها إلا السالكين ..

فلهذه الممارسة بالغة الأهمية الدور الكبير في إخراج بواطن النفس ورغباتها .. وهذا يساعد على التخلص منها أشد المساعدة ..

ومن سيمارس هذه الممارسة سيكتشف ذلك بنفسه ..

إننا نحث السالك على القيام بهذه الممارسة كلما يجدها ضرورية في نفسه .. وكلما تراكم فيه غضب أو خوف أو رغبات دفينية وملحة ..

هي أشبه بالفضلات التي تتراكم في الجسد ويأتي الوقت الذي لا بد من إخراجها والتخلص منها ..

إذا لم يتم التخلص منها ستتسبب بالكثير من الضيق .. ثم الألم الشديد ..

وإذا لم يتخلص المرء منها على الرغم من ذلك ستسبب أعضاء الجسد .. وستقتله .

في مسيرة الحياة ومن خلال التفاعل في الشبكة وما فيها .. مع الناس والأشياء .. وفي تشابك العلاقات وتعقيدها تتراكم هذه الرغبات والمخاوف شيئاً فشيئاً في نفس كل إنسان ..

أغلب البشر يكتمونها في أنفسهم .. يتجاهلون لها .. لا يعترفون بها ..

لا يريدوا أن يعترفوا لأنفسهم بأن مثل هذه الرغبات ومثل هذه المشاعر موجودة فيهم ..

هم جميعاً يدعون أمام غيرهم وأمام أنفسهم أنهم ملائكة .. طاهرون .. شجعان .. ناجحون .. طيبون ..

كلهم يفعلون الخير .. وكلهم لا يحصدون إلا الشرور والنكران ..

كلهم أصفياء .. لا يداخلهم شر ولا يرتكبوه .. ولا حتى يفكروا فيه !

وهذا بطبيعة الحال هراء !

فكل هذه المشاعر والرغبات والأحقاد موجودة في كل نفس ..

فالنفس الإنسانية واسعة وسع الكون .. وتتسع كالكون لكل شيء !

إن النتيجة الخطيرة التي تترتب على عدم الاعتراف بهذه الرغبات والمخاوف والمشاعر هي تراكمها في النفس ..

شيئاً فشيئاً تتكثف وتزداد قوة وإلحاحاً ..

وتتسبب بالكثير من الضياع والآلام النفسية التي تظل كامنة فيه ..

تكون نتيجة ذلك الكآبة .. القلق .. الحيرة .. الاضطراب .. الحزن .. والتعاسة ..

كلها نتائج يشعر بها الإنسان في داخل ذاته ولا يجد لها تفسيراً ..

وهي بحد ذاتها مزيد من الحُجب التي تحجب الإنسان عن الواقع الكلي .. بل حتى عن الشبكة ذاتها .. تحبسه في قوقعه داخل هذه الشبكة ..

سجن داخل سجن !

وعندما تتراكم هذه الرغبات والمشاعر أكثر تبدأ بالفعل تماماً كما تفعل فضلات الجسد عندما لا تخرج .. يبدأ التسميم ..

تضغط هذه المشاعر والرغبات المكبوتة على نفس الإنسان وتؤثر عليه دون أن يشعر بذلك .. كموجات الرياح التي تحركه من الخلف .

وتحدث سلسلة من الأفعال وردود الأفعال تكون نتيجتها مزيد من الرغبات والمشاعر ومزيد من السموم ..

لهذا ..

فمن الضروري الاعتراف بها بشجاعة وإخراجها من النفس أولاً بأول .. ومنعها من التراكم ..

وهي الممارسة التي يقوم بها السالك ..

بالإضافة للخلاص منها فإن السالك من خلالها يكتشف في نفسه صفات لم يعلمها من قبل وعقد في نفسه لم يكن يعلم عنها شيء ..

وعندما يكتشف السالك في نفسه عقده ما فهو كمن اكتشف كنزاً !

فعندما يُكشف المرض .. يسهل علاج المرض ..

عندما يكتشف السالك في نفسه عقدة ما .. خوف ما .. ضعف ما .. فإنه يحاصره .. يحيط به .. يمنعه من التمدد ..

ثم يوجه كامل قوته وجهه النفسي والذهني لفك هذه العقدة ومواجهة هذه المخاوف وتقوية هذا الضعف ..

وعندما ينجح السالك في فك عقدة ما في نفسه فهو ينجح بإزالة حجاب من حُجب الوعي التي تفصله عن الشبكة وعن الواقع الكلي .. وهذا هدفه ..

بالإضافة لذلك فإنه بفك عقده النفسية .. ومواطن ضعفه وبمواجهته لمخاوفه يتمكن من العيش بسعادة في هذه الحياة ..

وتتحول حياته تدريجياً لحياة هائلة ومطمئنة وسليمة ..

وكنتيجة لذلك تتحسن مهاراته في التواصل مع الآخرين .. ويخرج من مقمق كان محبوس فيه .. وتتفجر فيه قدرات وملكات كانت حبيسة هذا القمق .. فينجح في حياته وعلاقاته .. ويتحسن نمط حياته أكثر ..

فتزول المزيد من الحُجب في نفسه وبسهل عليه أكثر اكتشاف الواقع المحجوب خلفها ..

وهكذا .. اعتراف .. ثم كشف .. ثم علاج .. ثم نجاح .. ثم إزالة حُجب ..

ونتيجة لذلك مزيد من الجرأة في الاعتراف .. ومزيد من الخبرة في العلاج .. فمزيد من النجاح في الحياة ومزيد من إزالة الحُجب ..

دائرة إيجابية يتمناها كل إنسان .. ويسعى لها السالك ويعمل من أجلها .

بطبيعة الحال هذه الممارسة لا بد أن تمارس على انفراد وبمعزل عن الناس ..

فالبعض من الناس يشكون همومهم ويكشفون عن شيء من أنفسهم لبعض الأصدقاء والمقربين .. وهذا عمل مهم ونافع جداً .

ولكن في هذه الممارسة نحن نسعى لما هو أعمق وأشد ..

نحن لا نريد للسالك أن يشكى همومه ويكشف عن شيء من نفسه .. نريده أن يتعزى تماماً !

فكما أوضحنا فإن مقدار الصدق في هذه الممارسة سيجعل من المستحيل العثور على إنسان يتقبلها مهما كان متفهماً .. وسيجعل من المستحيل ممارستها بالدرجة الأعمق من الصدق والجرأة .

لذا فلا بد من ممارستها بشكل منفرد ..

ولا بد أن يتقيد السالك بالصدق الكامل والجرأة الشديدة .. وبمبدأ التعرية الكامل !

كما انه من الضروري القيام بهذه الممارسة بشكل علني إخراجي ..

بمعنى أنه لا يجوز أن يفكر السالك في ذلك في نفسه فقط .. بل لابد أن يخرج ذلك للخارج ..

لابد أن يطرح ذلك كله للخارج .. كما تطرح فضلات الجسد ..

يتم ذلك من خلال الحديث مرتفع الصوت مع النفس .. يحادث نفسه بكل ما فيه وكأنه يخاطب شخصاً آخر .. بصوت مرتفع .

وقد يكون ذلك بالكتابة لمن يجد أن الكتابة تعبر عنه أكثر ..

أو بالحديث مرتفع الصوت أمام جهاز تسجيل .

نحن ننصح بأن تتم هذه الممارسة بالحديث مع النفس بصوت مرتفع .. أثناء المشي مثلاً .. وهذا ما نمارسه !
بالإضافة لما ذكرناه عن أهمية هذه الممارسة فهذه الممارسة أيضاً تأثير سحري وفوري بإزالة ما في النفس من هموم وضغوط ..
ففور الانتهاء منها سيشعر السالك بشعور عميق من الراحة .. طمأنينة وهدوء .. وبهجة تنعكس عليه وعلى سلوكه ..

و سينام نوماً عميقاً في تلك الليلة !

فكما ذكرنا فهي فضلات لا بد من إخراجها ..

وهي لا تعبر بالمرّة عن حقيقة السالك ..

فكما ذكرنا فإن حقيقة الإنسان هي فوق الشبكة وفوق الواقع الكلي .. جزء من المصدر الأول .

وإن هذه الفضلات هي نتيجة طبيعية لتفاعل طبقات الوعي التي تعمل داخل شبكة تفاعليه .. كما أن فضلات الجسد هي نتيجة طبيعية لتفاعل الطعام مع أعضاء الجسد .

والإنسان ليس هو أعضاء الجسد .. ولا هو الطعام .. ولا هو الفضلات التي تنتج عن تفاعلها معاً .

كذلك فالسالك ليس هو الشبكة .. ولا هو طبقات الوعي .. ولا هو الرغبات والمخاوف التي تنتج عن تفاعلها ..

تحت الكثير من مدارس الحكمة السالكين لممارسة أشكال مختلفة من هذه الممارسة بطرق تتباين فيما بينها ..

وبعض هذه المدارس تفرض يوماً ما كل شهر أو ما شابه لممارستها ثم الحديث عنها وعن ما حدث للسالك نتيجة ممارسته مع المعلم لتلقي المزيد من الإرشادات والنصائح ..

وبعض مدارس الحكمة تفرض أيضاً على السالكين ممارسة هذه التقنية علناً أمام المعلم والسالكين الآخرين !

بالنسبة لنا لا ننصح بأوقات محددة لهذه الممارسة ولكن نحث على ضرورة ممارستها بشكل دوري على الأقل مرة في الشهر ..
وأكثر من ذلك أفضل .

ننتقل الآن إلى مصاحبة السالكين والابتعاد عن الجهلاء ..

مصاحبة المهمين بطريق الحكمة والابتعاد عن الجهلاء .

مهما كان السالك شجاعاً ومقداماً في سيره على طريق الحكمة فهو لا شك جزء من مجتمع كبير في شبكة هائلة ومعقدة ومتداخلة ..

وهو كأبي فرد في هذه الشبكة الرهيبة على اتصال مباشر ومتواصل مع كل ما فيها ومن فيها ..

شاء أم أبي .. اعترف أم لم يعترف .. فهو متأثر بمن حوله .. وبما حوله ..

وكل من حوله وما حوله هم أجزاء من الشبكة ..

والغالبية المطلقة منهم لا يعلمون شيئاً عن الشبكة ولا حقيقتها ..

وحتى إن علموا لم يصدقوا .. وحتى إن صدقوا لم يحملوا كل ما يترتب على ذلك محمل الجد ..

كل ذلك سببه أعمار الأنفس كما ذكرنا سابقاً .. فطريق الحكمة ليس لذوي الأنفس الطفولية أو الشابة ..

ولكن الكثير ممن هم في الشبكة هم من ذوي الأنفس الطفولية .. والغالبية المطلقة منهم من ذوي الأنفس الشابة كما ذكرنا في الرسالة في قسم أعمار الأنفس ..

وهذا خطر كبير ..

فذوي الأنفس الشابة كالمراهقين تماماً ..

بطبيعتهم مغرورون .. عنيدون .. واثقون من أنفسهم في كل حال .. لا يقبلون المراجعة .. هجوميون وساخرون ..

لذلك فهم ينظرون لذوي الأنفس الناضجة بالشك والريبة .. والحيرة وعدم الفهم ..

وهذا ما يعزل ذوي الأنفس الناضجة ويسبب لهم كل المعاناة التي يعانونها وهذا الانطواء الذي يتميزون به .. ويؤد لديهم تلك النفوس المتعبة والمعقدة والغامضة المشهورون بها ..

وهذا حال ذوي الأنفس الناضجة معهم .. فما بالك بالسالكين الذين اختاروا طريق الحكمة!؟

هم يواجهونهم بالاتهامات والسخرية والتهوين .. ويؤكدون لهم ليل نهار على بطلان توجههم .. وفساد مذهبهم .. وخلل نظرتهم .. وعبث هدفهم ..

وهذا لا شك يؤثر على السالكين شاءوا أم أبوا .. فالكثرة تغلب الشجاعة !

وهذا التأثير إن لم يُرصد ويعالج في حينه سيزترتب عليه الكثير من المخاطر على السالكين ..

شكوك .. ثم فتور .. ثم تخلي تام عن الطريق الذي اختاروه .. ليعودوا للغرق معهم في حبال الشبكة التي سعوا الخروج منها . لهذا ..

فالحكماء يحثون السالكين ويشجعونهم على التعارف فيما بينهم .. وعلى تشارك الهموم والأحلام .. الآمال والمخاوف ..

فتعارف السالكين وتشاركهم الاهتمام والحوار .. والخبرات والمشاهدات .. يشجعهم على الاستمرار .. ويقوي فيهم الرغبة .. ويحرك فيهم ملكة التنافس على الهدف الكبير .. ويزيل عنهم الشكوك .. ويخفف بشدة من تأثير الأغلبية الغالبة ..

في الشبكة المتفاعلة وفي هذا العصر ذوي الأنفس الناضجة هم نسبة قليلة ممن فيها ..

والسالكون هم نسبة قليلة من الناضجين !

فالسالكون نادرون .. مشتتون في أماكن بعيدة .. لا يعرف بعضهم بعضاً ..

السالكون في هذه الشبكة كالأحجار الكريمة في جبال من الصخور والطين والرمال ..

والحكماء بين السالكين كالماس بين هذه الأحجار ..

فما أقل عددهم .. وما أندر وجودهم !

لكل هذه الأسباب فنحن نشجع السالك ونحثه بشدة للبحث عن يشاركونه الاهتمام بطريق الحكمة ..

ليسعى لهم .. وليتقرب منهم .. وليبذل الجهد لكسب ثقتهم ومحبتهم ..

وليفرح بعثوره إياهم على ندرتهم وقلتهم وتشتت ديارهم ..

ولينظر لهم كما ينظر للكنز الثمين من الأحجار الكريمة التي لا يفترط بواحدة منه .

فإن لهم عظيم الفائدة للسالك ..

فالسالك يقوى بإخوانه .. ويشتد بخلأنه .. ويزيد بهم استبشاراً .. ويطمئن بينهم .. ويرتاح لهم ..

يشكي لهم همه .. ويعبر لهم عن مخاوفه .. ويسألهم العون عندما تفتقر همته ويعيل صبره .. فيعينونه ويعذرونه .. ويشجعونه ويستفرونه .. ويسابقونه على الطريق .. فيزداد بذلك حماساً وتستعر فيه الرغبة من جديد .

يكون هدف العثور على مهتمين ممن ينتمي إلى مدرسة من مدارس الحكمة سهلاً نسبياً ..

ولكن هناك من السالكين ممن لا ينتمون لأي مدرسة .. ولا يعرفون أي مدرسة .. ضائعون .. تائهون ..

هم يسبرون على الدرب وحيدين ..

ومنهم بعض قراءنا الذين كتبنا هذه الرسالة من أجلهم .. هؤلاء سيجدون صعوبة في العثور على من يشاركهم هذا الاهتمام ..

لحسن الحظ فوجود الإنترنت – هذا الاكتشاف العظيم – تصبح المهمة سهلة وفي متناول اليد .. حرفياً !

ففي بضع فقرات يمكن للسالك أن يجد الكثير ممن يهتم بطريق الحكمة .. وممن هم مهتمين بالتعلم والمعرفة في هذا العلم الواسع إلى ما لا نهاية .. ويسهل تواصله وتفاعله معهم .. وهذا ما نشجع عليه أشد التشجيع ..

وسيلحظ الباحث إننا الآن نمر في مرحلة يزداد تدريجياً فيها الوعي والبحث لشيء جديد بين الناس ..

نحن نمر حالياً بفترة تكثر فيها الحيرة والاضطراب .. وتنتشتت فيها الآراء والاتجاهات من كل صوب واتجاه ..

وسيجد ان هناك الكثير من الناس في العالم الآن يبحثون عن شيء آخر غير ما يعرفونه واعتادوا سماعه .. شيء يتوقعون حدوثه ولكنهم لا يعلمون ما هو ..

وكل هذا أمر طبيعي ومتوقع ..

فالبشرية أجمعها تمر الآن بمرحلة بالغة الحساسية ..

كما أوضحنا في رسالة من السماء إلى الأرض هي مرحلة انتقال من عصر الشباب إلى عصر النضج .. وفي عصر النضج ستكون الأنفس الناضجة هي الأغلبية الغالبة ممن يعيشون فيه .

هذا التغيير الذي يحدث لدى الكثير من الناس هو تغير واضح وملاحظ ..

وهذا مما يسهل مهمة الباحث في العثور على مهتمين بطريق الحكمة .

في كل الحالات ..

وسواء وجد السالك مجموعه من المهتمين أم لم يجد ..

على السالك أن يعرض عن الجاهلين ..

وعليه ألا يكثر لهم .. وليتجاهلهم ..

وأن لا يسمح لمخلوق كاناً من كان أن يحبطه أو يثنيه عن طريق الحكمة ..

فلن ينفعه رضا أحد .. أو إعجاب أحد ..

ولن ينفعه أن ينصاع لرغبات وجهل وغباء الآخرين !

فالكثير ممن تعرّف على هذا الطريق وفهمه ووقع في قلبه موقِعاً حسناً يفرح بما فهم وتعلم .. يحب أن يشارك الآخرين بما فهم وبما انفتح أمامه ..

ويفرح السالك بالخبرات العجيبة والمذهلة التي يختبرها .. وبالأفاق التي انكشفت أمامه ..

فيحب أن يشارك غيره فرحته .. ويعبر عما في نفسه من حماس ورغبة .. ويشجعهم على أن يروا بأنفسهم ما اختبر هو من قبل ..

ولكنهما يفاجئان منهم بردود باردة .. ويُحبطان من استحالة إفهامهما إياهم .. ويُصدمان من عدم اكتراثهم !

وهذا كما ذكرنا أمراً متوقِعاً وطبيعياً بحكم طبيعة نفس أغلب من سيحدثه المتلقي الجديد والسالك ..

وقد ذكرنا ذلك في الرسالة في قسم أعمار الأنفس ..

لقد علم الحكماء ذلك منذ القدم .. وعلى السالك أن يتبعهم في ذلك أيضاً ..

عليه ألا يُتعب نفسه في محاولة إفهام من لا يريد أن يفهم .. ولا يحاول أن يلفت نظر من لا يريد أن ينظر ..

فليحاول مساعدتهم على قدر ما يستطيعون من تلقى .. وليفهم مرحلتهم وليتجاوز عنهم .. وليعرض عن الجاهلين ..

وليدعهم للشبكة .. فهي تعلم ما ستفعل !

بهذا نكون قد أنهينا الحديث عن التقنيات التي يجب إتباعها .. المقيدة والحرّة ..

من السهولة على السالك أن يلاحظ مدى التزامه بالتقنيات التي تتطلب جلسة .. فهذا أمر بيّن ..

ولكننا نحثه على الاهتمام بنفس القدر لمراقبة التزامه بالتقنيات الحرّة التي لا تتطلب جلسة ..

فمن السهل التخلي عن ممارسة هذه التقنيات كونها حرّة ليس لها وقت محدد .. فيسهل تأجيلها .. والتخفيف منها .. أو تجاوز بعضها .

وهذا لا يجوز ..

فالسالك دون التقنيات الحرّة معرض طوال الوقت لخطر فقدان الحماس .. والفتور عن الممارسة .. وترك الطريق والعودة للغرق في حبال الشبكة ..

ودون تقنية مراقبة النفس وتصفيتها فلا تقدم على الطريق من الأصل .

التقنيات الحرّة هي التي تعمل على الحفاظ على نار الرغبة مشتعلة .. وعلى تثبيت العزيمة .. وشحن الإرادة ..

وكما ذكرنا في الرسالة فإن أول شروط الممارسات الروحية لكل مدارس الحكمة هي الإرادة والعزيمة ..

تظل لدينا ممارسة واحدة أخيرة ..

التقييم والمتابعة ..

التقييم والمتابعة .

على السالك أن يخصص يومين في الشهر محددين بدقة ..

مثلاً في يوم منتصف الشهر .. ويوم آخر الشهر ..

هذان هما يومان هامان بالنسبة للسالك ..

هما يوماً التقييم والمتابعة .. لا يتأخر عنهما لأي عذر ..

وإن تأخر عن أحدهما لسبب قاهر .. فعليه بالتنفيذ في أول فرصة تتاح له مهما كانت صغيرة ..

وعليه أن يخصص لنفسه دفترًا خاصاً للتقييم ..

يكتب فيه ما يشبه الجدول .. لكل يوم من أيام التقييم صفحة مستقلة محددة بتاريخه وساعته .

عليه أن يراجع في هذين اليومين مدى التزامه بالتقنيات المقيدة المحددة بجلسة ..

يراجعهم واحدة واحدة .. وعليه أن يحدد مدى عمق انتباهه أثناء الممارسة ..

مثلاً يعطي نفسه درجة من عشر درجات يقيم فيها التزامه ومدى انتباهه أثناء الممارسة لكل تمرين على حدة ..

وأن يفعل نفس الشيء للتقنيات الحرة ..

فعليه أن يخصص مكاناً لتقييم التزامه بتقنية مراقبة النفس وتصفيته بشكل خاص ..

ويرى في نفسه هل كشف شيء جديد خلال الفترة السابقة ؟ هل تخطى الحاجز الذي اكتشفه وتحرر منه ؟

ثم عليه أن يعطي نفسه درجة من عشر درجات لمدى التزامه بهذه التقنية .

أما بقية التقنيات الحرة الأخرى فعليه ان يحدد مدى التزامه بشكل عام بهما ..

ولأن التقنيات الحرة الأخرى متداخلة بطبيعتها .. وليس لها وقت محدد .. فمن المتعذر أن يعطي لنفسه درجة من عشر تشمل كل تقنية .

لذا عليه أن يعطي درجة عامة من واحد لعشر لكل التقنيات الحرة الأخرى مجتمعة .. وليقيم مدى التزامه بها ومدى استفادته منها

..

عليه أن يأخذ هذا الأمر على أعلى درجات الجدية .

وعليه أن يعاقب نفسه عندما يجد أنه أخل بالالتزام .. كأن يحرم نفسه من شيء يحبه أو معتاد عليه ..

وعليه أن يكافئ نفسه عندما يجد أنه أحسن الالتزام .. بأن يمنح نفسه شيء يرغب فيه ويستمتع به ..

إن هذه ممارسة بحد ذاتها ..

هي في الحقيقة بالغة الأهمية ..

لأنه دون تقييم ومتابعة سيكون من المستحيل الالتزام الطويل .. ودون الإلتزام الطويل لن تكون هناك نتائج ..

وهي ممارسة لها أهمية بالغة في تدريب النفس على الانضباط وعلى برمجة العقل على الإلتزام ..

هذه الممارسة في مدارس الحكمة يقوم بها المعلم بنفسه .. يقيم من خلالها المتابعين والمريدين ..

يهاهما المتابعون ويخشون نتائجها .. ويحسبون لها ألف حساب .

أما السالك الذي يسير وحيداً فعليه ممارستها لنفسه وبأنفسه وبالطريقة التي حددناها ..

ففي النهاية السالك يعمل من أجل نفسه .. ولا معنى للغش والتهرب !

لا يمكن هنا إلا الصدق والالتزام الصارم .

فالسالكون يعلمون ما لا يعلمه غيرهم .. وهم لذلك يفعلون ما لا يفعله غيرهم .

إن الالتزام الصارم بالممارسة سيترتب عليه توسع وعي السالك .. هذا الاتساع سينعكس بتغيرات على السالك نفسه وبخبرات جديدة .. فللممارسة آثارها ..

وفي القسم القادم سنتحدث عن شيء من الأعراض والآثار التي تترتب عليها ..

ولكن حتى نفهم ذلك تماماً .. وحتى يكون القارئ على بينة وعلم وتوقع مما يمكن أن يواجهه ..

فلا بد أولاً أن نتحدث عن العوالم الأخرى وعن شيء من خبرتنا معها ..

العوالم الأخرى وخبرتنا معها .

تحدثنا في رسالة الخروج إلى الداخل عن القدرات الخارقة والكائنات العاقلة الأخرى .

وقلنا هناك بأن القدرات الخارقة تحدث نتيجة ارتفاع مستوى الوعي وعمل الوعي من خلال قوانين أعلى من قوانين واقعنا المدرك ..

عندما يقوم الإنسان بممارسة التقنيات الروحية فإن الواقع الأوسع من الشبكة سينكشف له تدريجياً ..

تأتي هذه الكشف في البداية كلمحات تأتي وتذهب بسرعة ..

ثم مع تواصل الممارسة يصبح الممارس قادراً على توسيع وعيه بشكل أكبر فينتبث ويتضح الواقع الأعلى الذي كان خفياً عنه ..

الأمر أشبه بمن يرى شيء يلوح له من بعيد .. تبدأ الرؤية ضبابية مهزوزة في البداية ثم تتضح عند الاقتراب .

عندما ينتبث الممارس بدرجة ما من الثبات يتمكن من العمل بقوانين هذا الواقع الأعلى .. وبذلك تظهر عليه القدرات الخارقة ..

إن القدرات الخارقة هي حقيقة لا شك فيها ..

ومن لا يؤمن بهذه القدرات فهو كذلك لأنه لا يصدق أن هناك واقع يتجاوز الشبكة التي يدركها ..

هو لا يصدق لأنه لا يعلم ..

هؤلاء لا فائدة معهم .. يتم تجاهلهم من قبل من يعلمون ..

فسواء صدق هؤلاء أم لم يصدقوا .. أمنوا أم لم يؤمنوا .. فالواقع الذي يتجاوز الشبكة هو حقيقة موضوعية .

وقد ذكرنا أننا اختبرنا شيء من ذلك ..

فالقدرات الخارقة حقيقة فعليه من حقائق الواقع ..

من هذه القدرات ..

الطيران .. اختراق الجدران .. الانتقال الفوري في المكان .. معرفة بعض أحداث المستقبل أو الماضي .. السماع عن بعد .. الرؤية عن بعد .. الإحساس عن بعد .. رؤية ما هو خفي في الأرض .. معرفة أفكار الآخرين .. التأثير على أفكار الآخرين .. الاختفاء .. تغيير مفهوم المكان والزمان .. الخ

وتحدثنا في الرسالة أيضاً عن الأكوان الأخرى والكائنات الأخرى ..

وقلنا أن في الوجود ما لا يعد ولا يحصى من الأكوان والعوالم ..

وعدد لا يحصى من الكائنات العاقلة الأخرى ..

والذي لا يصدق بوجود عوالم وكائنات أخرى يتم تجاهله من قبل من يعلم لنفس السبب السابق .

ونقول هنا ..

إن بعض هذه الأكوان قريب من عالمنا .. وبعضها بعيد عن عالمنا ..

ونقصد بالأكوان القريبة بأن هذه الأكوان قريبة من مستوانا الوجودي .. وبالتالي ممكن بسهولة وسرعة نسبياً الاتصال بها وبمن فيها من كائنات عاقلة ..

ونقصد بالأكوان البعيدة بأن هذه الأكوان مختلفة كثيراً عن مستوانا الوجودي .. وبالتالي من الصعوبة الشديدة بل يكاد من الاستحالة الاتصال بها وبما فيها من كائنات عاقلة ..

إن كل ما نذكره هنا يقوم على الخبرة المباشرة .. لذا هو علم .

بعض هذه الأكوان والعوالم القريبة يتم اختبارها بالصدفة من قبل بعض الناس عندما تتوفر الشروط المناسبة لذلك ..

وهناك الملايين من الشهادات التي يتحدث فيها الناس عن مصادفات كهذه موجودة في كل الثقافات والأزمنة ..

يسمي الناس هذه الكائنات عندما تنكشف لهم بالأشباح والجن والشياطين .. والملائكة .

وبعض هذه الكائنات يسميها الناس وخصوصاً في عصرنا الحاضر بأنها كائنات فضائية .. من كواكب ومجرات أخرى .. الخ

الساعون لعلم الحكمة لا تهتمهم المسميات ..

هي كلها كائنات واعية من عوالم أخرى .

بعض هذه العوالم أعلى من عالمنا في المستوى الوجودي وبعضها أدنى من مستوانا الوجودي ..

وبعضها قريب جداً من طبيعة عالمنا .

وكذلك الأمر في الكائنات الأخرى ..

فبعض هذه الكائنات هو قريب من طبيعتنا كبشر ..

فهم مثلنا يختلط فيهم المعرفة والجهل .. والخير والشر .. باختصار مثلنا تماماً

وبعض هذه الكائنات هي ذات معرفة وعلم يفوق علمنا عن الوجود والعالم بدرجات هائلة ..

بعض منها هو خير يميل للمساعدة والرحمة ..

وبعضهم يميل للشر والأذى والاستغلال ..

بعض هذه الكائنات تراقبنا وتتابعنا بشدة .. وتتداخل مع عالمنا وتحاول التأثير فيه بطرق شتى ..

وبعضها لا يعلم عنا شيئاً ..

الكائنات التي تحاول التأثير في عالمنا بعضها يهدف للمساعدة والإعانة .. وبعضها للاستغلال والتدمير .

ما نختبره .. لا ما نؤمن به

يعرف الفارئ الذي وصل معنا لهذه المرحلة أن منهجنا هو منهج عملي .. علمي .. يقوم على المباشرة والتركيز .

نحن لا يهمنا المعتقدات والأفكار والاتجاهات الفلسفية ..

يهمنا الواقع .. ما هو موجود بالفعل .

وفي الحديث عن العوالم الأخرى والكائنات الأخرى يمكن التكلم بالكثير مما نعرفه ونؤمن به ..

ويمكن الحديث عما تتحدث عنه الأديان والكتب المقدسة .. وعما تتحدث عنه كتب الحكمة وعن تفاصيل هذه العوالم وأنواعها ومسمياتها ..

هناك كتب كثيرة جداً كتبت في هذه المواضيع .. وفي كل اللغات والأزمنة ..

ويمكن كتابة الكثير في ذلك ..

ولكن هذا ليس منهجنا ..

عند حديثنا عن هذه الكائنات والعوالم الأخرى لن نتحدث في الأساس عما نؤمن به ونعتقد ..

سنتحدث عما اختبرناه فعلياً حتى الآن ..

الأشياء التي اختبرناها سنتحدث عنها كما هي ..

الأشياء التي لم نختبرها لن نتحدث عنها ..

لقد حدثت لنا خبرات مع كائنات عاقلة أخرى ..

بعض الخبرات التي اختبرناها لم نفهمها حتى الآن ..

وبعضها لا نتمكن حالياً من القطع بها .. لدينا احتمالات وظنون ولكن لا شيء أكيد ..

وبعضها توصلنا فيها لرأي اقتنعنا به بناءً على ما اختبرناه .. رأي ترتضيه عقولنا وترتاح له أنفسنا ..

هذه هي التي سنتحدث عنها هنا :

الكائنات التي اختبرناها خبرة مباشرة حتى الآن من ثلاث أنواع كما نعتقد :

كائنات سفلية .. جن .. شياطين .

والعالم الآخر الذي اختبرناه خبرة مباشرة حتى الآن هو العالم الذي يُعرف بالعالم النجمي أو الأثيري **Astral Plane** .

كل شيء في العالم الأثيري يتم اختباره بلون أبيض يميل إلى الأزرق ..

والكائنات التي اختبرناها تكون على هيئة طيف واضح المعالم .. بنفس اللون ..

وبعضها على شكل جسد كامل بنفس اللون أيضاً ..

بعض الكائنات التي اختبرناها قصيرة القامة .. بطول متر ونصف تقريباً .. نحيل الجسد .

وبعضها لها أيدي طويلة ونحيله ولها ثلاثة أصابع .

وبعضها عملاق يتجاوز العشر أمتار كما نقدر ..

هذه الكائنات العملاقة لا نعرف ما هي على اليقين ولكن لدينا ظنون .. نعتقد أنها كائنات خيرة .

بعض الكائنات التي اختبرناها تتحدث اللغة الإنجليزية .. والأغلب منها تتحدث اللغة العربية ولهجات عربية مختلفة ..

هذه الكائنات كما نعتقد يمكنها الحديث بأي لغة يفهمها المُختبر ..

هي كما نعتقد تعمل من خلال مستوى ذهني يقع وراء اللغة فهي تتحدث بطريقة ما وتحدث الترجمة من خلال العقل باللغة التي يفهمها المُختبر .

وبعضها يتكلم بلغة أشبه بالهمهمة غير المفهومة .. وبعضها أصواتها غير واضحة وكأن هناك تشويش عليها ..

كثير من الخبرات مع الكائنات يتم دون حديث متبادل .

قمنا بالحديث مع بعض هذه الكائنات ..

بعض هذه الكائنات ذكور وبعضها إناث ..

وبعضها لا نعلم إن كانت من الذكور أم الإناث .

بعض هذه الكائنات تدعي إنها من الإناث وتتحدث بصوت أنثوي واضح ولكن نكتشف إنها ذكور ..

عندما نكتشف ذلك تهرب !

تختفي كأنها تذوب وتضمحل ..

بعضها يتحدث عن أنه قادر على التشكل في عالمنا الفيزيائي بأشكال مختلفة .. وهؤلاء من الجن .

اكتشفنا من خلال الكثير من الخبرات إن بعض هذه الكائنات تتعمد الكذب والتضليل ..

وهي تسعى إما للعبث في العقل من خلال ادعاءات كثيرة .. وإما الممارسة الجنسية ..

بعض هذه الكائنات تسلك في العالم النجمي كما يسلك السفهاء من البشر في عالمنا ..

هذا النوع هو من الكائنات السفلية .. وبعضها من الجن .

الكائنات السفلية ..

الكائنات السفلية أنواع مختلفة ..

بعضها هي أجساد أثيرية انفصلت عن الجسد الفيزيائي عند الموت ولكنها أشبه بالمحبوسة والهائمة في العالم الأثيري .. هذا النوع هو ما يطلق عليه الأشباح .. وبعضهم يسميها أرواح ولكنها في الحقيقة أجساد أثيرية ..

بعضها الآخر يتم تخليقه بواسطة ممارسات سحرية تتم في عالمنا لتحقيق أهداف ما ..

من هذه الأهداف .. إحداث ضرر ما .. نقل شيء ما .. حراسة شيء ما ..

هذه الكائنات المخلقة تظل في العالم الأثيري تحوم لتنفيذ هذا الغرض عندما تتوفر الشروط لذلك ..

عندما لا تتوفر الشروط فلن تتمكن هذه الكائنات من تحقيق الهدف من تخليقها ..

سواء فشلت أم نجحت في تنفيذ المهام قد تظل موجودة وهائمة في العالم الأثيري لعقود طويلة ..

يمكن فهم هذه الكائنات بأنها شيء يشبه الفيروسات التي يتم تخليقها ثم نشرها في شبكة الانترنت .. حيث تحدث الضرر عند توفر الشروط .. وتظل هائمة في الشبكة .

بعض هذه الكائنات السفلية تتولد ذاتياً في العالم النجمي نتيجة لأفكار وعواطف قوية تحدث في عالمنا الفيزيائي من قبل البشر دون أن يعلموا بذلك .

يتم اختبار هذه الكائنات عند اختبار العالم الأثيري ..

يسهل الخلط بين الكائنات السفلية وبين الجن .

الجن نوع آخر مختلف عن الكائنات السفلية .. وهم بحد ذاتهم أنواع وأشكال متباينة كما نعتقد ..

طباع الجن قريبة إلى حد ما من طبائع البشر .. من حيث المعرفة والجهل والخير والشر ..

بعض أنواع من الجن يتم الاتصال بها والتعامل معها من قبل بعض البشر من خلال ممارسات سحرية .

من الجن الذين شاهدناهم كان على شكل أنثى عربية واضحة المعالم والصوت .

ومنهم ظهر على شكل رجل طاعن في السن .

حراس الشبكة ..

هي كائنات عاقلة وواعية من خارج هذا العالم ..

تستطيع هذه الكائنات وكائنات أخرى بشكل أو بآخر التداخل مع الجسم الأثيري للإنسان المختبر .. يمكن اختبارها من خلال العالم الأثيري .

لدى هذه الكائنات قدرة هائلة على التلاعب في العقول .. وخبرة طويلة في التعامل مع الإنسان .

ولديها قدر من المعرفة لما يدور في ذهن الإنسان وبالمشاعر والرغبات القوية الدفينة فيه .. لا نعلم كيف تعلم ذلك ولكن ذلك يبدو إنه ظاهر لها بقدر ما .

الهدف الأساسي الذي تعمل له هذه الكائنات في عالمنا هي منع الإنسان من تخطي حدود الشبكة .. الماتريكس التي نعيش فيها ..

هي أشبه بمن يريد أن يحبسنا داخل هذه الشبكة ويحرمنا من مجرد معرفة إنه هناك شيء آخر غيرها ..

نقول ذلك من خلال ما فهمناه من بعض الخبرات لنا ومن خلال ما فهمناه من خبرات أكثر لغيرنا .

لا نعلم لماذا تفعل هذه الكائنات هذا .. ولكننا نعلم إنها حريصة عليه أشد الحرص ..

لا تستطيع هذه الكائنات التأثير القسري على الإنسان ..

هي تفعل ذلك من خلال التلاعب بالأنفس والعقول ومن خلال تقنيات ذهنية ونفسية شديدة التأثير وبالغة الخبث .

هذه الكائنات لها دور كبير في توليد الأوهام لدى البشر عندما تتوفر القابلية والاستعداد عند المتوهم .

لا نعلم لماذا لا تستطيع هذه الكائنات التأثير القسري .. ولكننا نعلم إنها لا تستطيع ..

يبدو أن هناك قوانين ما في الوجود تمنعها من ذلك .

تتفاعل هذه الكائنات مع البشر طوال الوقت بالطريقة التي ذكرناها وكل هدفها من فعلها إبقاء البشر داخل هذه الشبكة الذهنية .. لهذا يمكن اعتبارهم حراس للشبكة .

وكأي حراس لسجن ما فهم يوجهون تركيز أكبر لمن يجدون فيه سعي أو اقتراب من أسوار السجن .

بطبيعة الحال يسهل معرفة إن هذه الكائنات هي ما يسمى لدى أغلب الأديان بالشياطين .

ليس منهجنا هو الحديث عن المعتقدات الدينية التي نتحدث عنهم والتي نؤمن بها ..

ولكن منهجنا هنا الحديث عما اختبرناه خبرة مباشرة .. ونقل ما شاهدناه بأمانة ..

الشياطين الذي اختبرناهم يتكلمون بصوت ذكوري شاب .. وشاهدناهم كطيف .

اختبرناهم بتنبهنا لأفعال يقومون بها في حالة من حالات الوعي بين النوم واليقظة .. عندما نكتشف ذلك نتوقف التجربة فوراً .

ما نعتقد هو إن هذه الكائنات تفعل كل ذلك وهي تعلم وتظن إننا لا نشعر ولا ندري بما يحدث .. ما يحدث هو إننا ندرك ما نقوم به عندما تحدث الخبرة ..

ما نعتقد هو إن الأمر أشبه بمن يفعل شيء مع شخص في حالة إغماء وهو يعتقد إنه لا يشعر به .. ولكن هذا الشخص يستيقظ جزئياً ويشعر بما يحدث حوله ..

عندما تحدث أي مقاومة من قبلنا تنتهي الخبرة .

هذا ما حدث معنا في هذه الخبرات .

بعض الشياطين يتم الاتصال بهم والتعامل معهم من قبل بعض البشر من خلال ممارسات سحرية ..

بعض الكائنات الأخرى من غير الشياطين يبدو أنها تقوم بشيء ما في الجسد الأثيري ..

شيء شبيه بالاختبار أو عملية ما على الجسد .. يحدث شعور بالألم الخفيف عند ذلك .

عندما نعي بذلك تتوقف التجربة فجأة ..

في كثير من الحالات التي يتم فيها اختبار الكائنات الأخرى يكون هناك شعور قوي بالخدر الكامل في الجسد حيث تتطلب أدنى حركة جهداً كبيراً ..

بعض الخبرات لا يحدث فيها هذا الخدر ..

هذا شيء من الخبرات التي اختبرناها خبرة مباشرة وتوصلنا بها لقناعة واضحة .

الكشف .

الكشف هو ليس كاختبار العوالم الأخرى والكائنات التي فيها ..

الكشف هو اختبار للواقع الأعلى .. هو اختبار لمستوى أعلى من الوجود ..

الكشف أعلى مستوى من خبرات العوالم الأخرى لأنه مرتبط بمستويات أعلى للوجود .

يحدث الكشف أثناء التأمل .. أو في حالة تشبه حالة الغياب عن الوعي .. ولكن الوعي فيها متيقظ تماماً..

نعني بذلك أنه عندما يحدث الكشف نختبر واقعاً مختلفاً كلياً ثم عندما ينتهي نعود للواقع الفيزيائي وكأننا استيقظنا من ما يشبه الغفوة أو الغيبوبة القصيرة ..

حدث ذلك معنا .. وهو يطابق تماماً مع ما يتحدث عنه السالكون والحكماء في وصف بعض الكشوفات .

أغلب الكشوف التي تقع لا يمكن التعبير عنها ..

كل ما نستطيع أن نقوله عنها أنها مذهلة .. لا مثيل لها ولا نظير .

كتب الحكمة مفعمة بالحديث عن هذه الكشوفات .. وعما شاهده الحكماء أثناءها ..

في كل الثقافات .. وفي كل مدارس الحكمة هناك كتب بالغة العمق تصف الواقع عندما يُكشف للحكماء ..

وهو واقع بالغ الغرابة ..

أغرب من الخيال .. وأغرب مما يمكن للعقل التفكير به .. وأغرب مما يمكن أن تصفه اللغة ..

ولهذا السبب فإن هذه الكتب كثيراً ما تكون موعلة في الرمزية ..

وتبدو لنا معقدة ومستعصية على الفهم ..

كل ذلك لأن الواقع الفعلي غير قابل للتعبير عنه باللغة ..

فلا يكون هناك حل أمام الحكماء سوى استخدام اللغة الرمزية كمقاربة تساعد على وصف ما شاهدوه ..

عندما يتمكن السالك من مشاهدة ولو شيء من هذه الكشوف .. سيتمكن بسهولة من فك رموز هذه الكتب ..

وسيحظى بالمزيد من هذه الخبرات ..

وسيكتشف المزيد عن عجائب هذا الواقع الموهول .

وهو واقعنا الموجود معنا هنا والآن ..

لماذا نذكر كل ذلك ؟

لقد ذكرنا شيء من خبراتنا المباشرة حتى يستعد السالك الذي ينوي القيام بالممارسات التي ذكرناها عن شيء مما قد يختبره هو

..

أو على الأقل شيء يمكن أن يقيس به اختباره هو .

وهو تمهيد يساعد في فهم الآثار التي تترتب عن الممارسة والذي سنتحدث عنها في القسم التالي ..

ليس كل الممارسين يختبرون نفس الخبرات ..

الواقع الفعلي هو واقع واسع لا حدود له .. وبالتالي فكل ممارس قد يختبر ويواجه اختبارات مختلفة ..

هذا السبب الذي يجعل من الخبرات المسجلة في الكتب تبدو متناقضة ومختلفة بعضها عن بعض .

الاختبار يتم بناءً على توجيه الممارس لوعيه بإرادته ..

وأحياناً لعوامل كثيرة أخرى تتجاوز إرادة الممارس .

الخط بين الواقع والخيال

الواقع الذي يتجاوز الشبكة هو واقع حقيقي موضوعي وفعلي .. تماماً كواقعنا الفيزيائي .

الواقع الفعلي مخفي ومحجوب بواقعنا الفيزيائي والذي هو الشبكة .

لا يمكن اختبار الواقع الفعلي إلا من خلال انتباه السالك نحو الداخل كما أوضحنا .. نحو داخل ذاته ..

التقنيات التي نصحنها بها .. المقيّدة منها والحرّة تعمل على توجيه الانتباه نحو الداخل ليتمكن الممارس من تجاوز الشبكة .

المشكلة هي أنه عندما يتجه الانتباه إلى الداخل فإن الممارس سيواجه في البداية طبقات الوعي الذي تكوّنه هو ..

لهذا السبب فكثير من الممارسين المبتدئين يحدث لهم خلط بين ما يتخلّلونه ويتوهمونه وبين ما يختبرونه ..

خلط بين الخبرات الحقيقية وبين الأحلام والأوهام التي في عقولهم ..

هذا الخلط هو سبب الكثير من المتاهات التي يضيع فيها الكثير من الممارسين .. سنتحدث عن ذلك .

على الممارس أن يكون على حذر شديد وانتباه عندما تحدث له خبرات من التي ذكرناها أعلاه ..

بعض هذه الخبرات تختلط مع خياله وأحلامه وتسبب له الكثير من الإرباك .

طريق تجنب الخلط

سنتحدث عن ذلك بالتفصيل عند الحديث عن الوهم وصفات التمييز .. ولكننا هنا نعطي توجيه أولي للسالك عن أفضل أسلوب للتعامل عند حدوث التجربة ..

الطريق الأساسي لتجنب الخلط بين الأحلام والخيال وبين الخبرات الحقيقية هو بكل بساطة ..

الهدوء والتروي!

على السالك ألا يتحمس كثيراً ويتماهى وينغمس في التجربة الجديدة التي مر بها ..
فليختبرها بهدوء وبعين ناقدة .

لا تنغمس ذهنياً ونفسياً مع التجارب الجديدة ..

فقط تابعها بهدوء ولا تتعب ذهنك في محاولة فهمها وفهم المعاني التي تشير إليها ..
بهذه الطريقة يتمكن السالك من اكتساب الخبرات التي تتراكم ..

وبذلك يربّي وينمي لديه خبرة في القدرة على الفصل بين ما يأتي من عالم آخر وما يأتي من رأسه هو ..

هذه القدرة على الفصل بين الخبرة الحقيقية وبين الوهم الذي يأتي من النفس له أهمية بالغة في الممارسة الروحية ..

لأن بواسطته يتمكن السالك من معرفة بواطن نفسه أكثر ومن كشف النقص ونقاط الضعف فيه .. وبالتالي يمكنه تجاوزها .

الكثير من الناس وبسبب هذا الخلط وعدم قدرتهم – بل و عدم رغبتهم – للفصل بين الخبرة الحقيقية التي تأتي من عالم آخر وبين الأوهام التي تتولد من أنفسهم ورؤوسهم يدخلون في متاهات كثيرة ويدخلون معهم آخرين في هذه المتاهات أيضاً ..

على السالك بكل بساطة أن يتذكر أن له هدف واحد .. المصدر الأول .

المصدر الأول هو أعلى من كل شيء آخر .. لا يعطوه شيء ولا يفوقه ..

لهذا فالسالك عندما يمر باختبار من الأنواع التي ذكرناها عليه ان ينظر ويتجه فقط نحو الهدف .

يمكن فهم ذلك بتصور إنسان يركب مركبة ويتجه إلى مدينة ما .. وهو مهتم جداً للوصول لهذه المدينة ..

الطريق بينه وبين هدفه بعيد .. سيمر بالكثير من الأماكن المختلفة ..

في بعض الأماكن على الطريق سيمر بغابات كثيفة .. و بصحاري قاحلة .. وبحيرات موحلة .. وسلاسل من الجبال .. وأحياناً سيمر ببعض القرى .. الخ

هذا المسافر سينظر لكل ما سيمر به .. ولكنه لا يتوقف ولا يخرج عن مسار الطريق ..

الخروج عن مسار الطريق قد يؤدي إلى ضياعه في أحد الجبال أو الصحاري ..

وقد يدخل في متاهات الغابة ولا يتمكن من الخروج منها .. يدور ويدور سنوات في دوائر مغلقة ..

وقد يغرق في أحد البحيرات .. أو تسحبه الأوحال لباطن الأرض ..

على السالك أن يفعل نفس الشيء عندما يمر بمثل هذه الاختبارات .

حتى لا يضيع في متاهات الأوهام أو يكون عرضة لعبث بعض الكائنات فيه ..

فليراقب ما يختبر بهدوء ويواصل المسير .

لا خطر على السالك .

على السالك ألا يخشى من مواجهة المجهول والعوالم الأخرى الخفية .. فهذا هدفه من الأصل ..

بل إن هدفه يتجاوز ويعلو كل ذلك !

على السالك ألا يخش من تعرضه لأي خطر أو تهديد من هذه الكائنات ..

الخطر ممكن في حال واحد ..

الخطر ممكن إذا سعى السالك وراء هذه الكائنات كما سنذكر في الموضوع التالي ..

عندها فقط قد يكون عرضة لاستغلال وتلاعب بعض الكائنات .. أو عرضه لأذى نفسي أو عقلي من بعض أنواع الجن .

هذا يحدث فقط لمن يسعى وراءهم طالباً المنافع الدنيوية ..

أما السالك الذي يواصل مسيره بهدوء كما شرحنا فسيكون بأمان تام .

بل أن الكائنات الأخرى هي التي تهاب مثل هذا السالك وتخشى التعرض له .. لقد اختبرنا ذلك خبرة مباشرة .

إذا فهم السالك ما ذكرناه هنا فليكن على ثقة أنه في أمان .

لذا ..

فعلى السالك الذي يقرأ هذه الرسالة وينوي بداية الممارسة أن يتذكر الآتي ولا ينسأه أبداً :

إذا استمر السالك الممارس على الطريق نحو المصدر الأول دون انحراف .. فهو في أمان تام .

إذا انحرف عن الطريق فنحن لا نعلم ما سيحدث .. ولا نضمن شيء .. ولا نتحمل أي مسؤولية .

أعد قراءة السطرين السابقين .. عدة مرات !

بعد أن تحدثنا عن كل ذلك يمكننا الآن الحديث عن الأخطار التي قد تواجه السالك وكيفية تجاوزها وتخطيها ..

المخاطر التي تواجه السالك .. وكيفية تجاوزها .

كما ذكرنا فإن الهدف من الممارسة هو تجاوز الشبكة .. ونتيجة للممارسة المتواصلة سيختبر السالك خبرات كثيرة جديدة عليه بالكلية ..

تحدثنا في القسم السابق عن بعض هذه الخبرات واما اختبرناه بأنفسنا خبرة مباشرة ..

بسبب هذه الخبرات فإن هناك محاذير ومخاطر قد تواجه السالك المبتدئ ..

السالكون الذين ينتمون لمدرسة ما ولديهم معلم يتبعونه لا نخشى عليهم ..

لأن السالكين سيعودون لمعلمهم عندما يواجهون هذه الخبرات الجديدة .. وسيتلقون من معلمهم الإرشادات والنصائح والتفسير لما يمررون به ..

المعلمون أنفسهم اختبروا ومرروا بما يمر بهم السالكون الذين يتبعونه .
لهذا فهم ينبرون الطريق للتابعين لهم ويحمونهم من المخاطر التي قد يقعوا فيها بسبب الجهل وضعف الخبرة .
المشكلة تكون لدى الممارسين للتقنيات التي لا ينتمون لمدرسة ما وليس لديهم معلم يرشدهم ويساعدهم ..
ولهذا السبب نحن نضع هذا القسم .

نريد للقارئ الذي ينوي أن يمارس التقنيات التي ذكرناها أن يكون على بينة منها .. وعلى علم فيها ..
حتى لا يقع في أي خطر أو محاذير نتيجة لجهله وعدم معرفته .
عندما يفهم الممارس هذه المحاذير تمام الفهم سيكون في أمان .

الأخطار الأساسية التي قد تواجه السالك المبتدئ .

هذه الأخطار هي على عدة أنواع أهمها :

- الخوف .. وهو نابع من الجهل .
- الانحراف .. وهو نابع من الطمع .
- الوهم .. وهو نابع من الغرور .
- اليأس .. وهو نابع من العجلة .
- وهناك أخطار وأعراض أخرى ..

سنتحدث بشيء من التفصيل على كل منها حتى يكون القارئ على بينة من أمره .

فيما يلي سنتحدث عن الخطر الأول .. الخوف ..

الخطر الأول :

الخوف .

هو احد المخاطر الأساسية التي تواجه الممارس وخصوصاً المبتدئ ..

الخوف ينبع في الأساس من للجهل .

الجهل في حقيقة الواقع الفعلي كما هو بالفعل .. وبحقيقة الإنسان وبالشبكة وعلاقتها بالواقع الفعلي ..

الجهل في حقيقة ومعنى طريق الحكمة والممارسة الروحية .. والجهل بالآثار والنتائج التي تترتب عليها وبالتوقعات التي يمكن أن تنتج عن ذلك ..

عندما يمارس السالك التقنيات التي نصحنها بها .. أو أي تقنيات أخرى من اتجاهات أخرى سيتسع مستوى الإدراك لديه لذا سيواجه خبرات جديدة عليه لم يمر بها من قبل .

من مثل هذه الخبرات :

أحاسيس جسدية كنتميل في أعلى الرأس أو الظهر .. أو تقلصات عضلية مفاجأة أثناء النوم .. اتصال مع كائنات أخرى .. رؤية أشياء لا يراها الآخرون أو سماع أصوات لا يسمعها غيره .. معرفة بعض أحداث المستقبل .. معرفته المسبقة لما قد يفكر فيه الآخرون .. رؤيته لواقع مختلف .. شعوره بحضور ما حوله .. أو شعوره بحركة ما .. شعوره أثناء النوم أنه يطير أو يقع .. تغير نمط الأحلام لديه حيث تصبح الأحلام أكثر وضوحاً وحدة من السابق .. قدرته على توجيه بعض الأحلام بشكل إرادي .. أو شعوره كأنه يخرج من جسده وقد يراه من الأعلى أو من زاوية خارجية .. الخ

وهذا الذي قد يسبب الخوف .

فالممارس الذي قد يُفاجأ بهذه الخبرات قد يصيبه الارتباك والخوف لعدة أسباب ..

قد يظن أن هناك خلل ما في عقله أو إدراكه ..

أو أن ذلك بداية لمرض ما .. جسدي أو نفسي أو عقلي .

أو يخشى من أذى الكائنات الأخرى من الكائنات السفلية أو الجن ..

أو يخشى أن لا يستطيع التمييز بين الواقع والخيال ..

أو يخشى إن استمر في الممارسة أن يصاب بمرض عقلي .. الخ

وما يزيد الأمر سوءاً هو عندما يعبر هذا الممارس لبعض أصدقاءه أو أقرباءه ممن لا يعلمون ومما يعتمدون في معرفتهم على الأقاويل الشائعة والكتب المليئة بالترهات ..

فيزيدون خوفه .. ويحذرونه من الخطر ..

وبعضهم ينفر منه وبيتعد عنه ..

وبعضهم يعرضون عليه المساعدة بقراءة الكتب المقدسة أو بالذهاب إلى بعض المشايخ والقسس .. الخ

وهو على الأغلب ونتيجة لجهل هؤلاء يضررون أكثر مما ينفعون ..

كما أن السالك ومن خلال بعض الخبرات الجديدة يحظى بلمحات عن واقع آخر غريب عنه تماماً ..

لمحات عن واقع مجهول بالنسبة له .. يختلف تمام الاختلاف عن واقع الحياة التي يعرفها ولا يعرف غيرها ..

واقع آخر يظهر كلمحات عن شيء يبدو كالأحلام وهو ليس كالأحلام .. كالخيال وهو ليس كالخيال ..

لمحات سريعة لاهي كالنوم ولا كاليقظة ولا كالأحلام !

فيخاف على نفسه من هذا المجهول .. ويخشى أكثر الابتعاد عما اعتاده وإفهامه من الحياة كما يفهمها ..

الأعراض التي ذكرناها .. الأحاسيس الغامضة .. الكائنات الأخرى .. الواقع الغريب المجهول .. الخ

كلها قد تحرك فيه الخوف بل والرعب ..

وقد يؤدي هذا الخوف إلى توقف الممارس عن الممارسة وعن كل طريق الحكمة خوفاً على نفسه وعلى من يحبهم ..

وحفاظاً على سلامة عقله ونفسه ..

وخوفاً من هذا المجهول الغامض ..

إننا نريد أن نؤكد للممارس الآتي :

إن كل هذه الأعراض التي ذكرناها هي أعراض طبيعية لا خوف ولا خطر منها .

وهي نتيجة لتأثير تقنيات الممارسة على جسد ونفس وعقل السالك .. على كيانه كله .

وسنوضحها هنا .

فالأحاسيس الجسدية :

التنميل .. التقلصات العضلية المفاجئة التي تحدث أثناء النوم أو في حالات الاسترخاء ..

الأحاسيس بما يشبه السائل على الرأس أو بعض أعضاء الجسد..

سماع نوع من الطنين الخفيف في الأذن .. يُسمع عندما يكون المكان هادئ ..

رؤية ما يشبه الأضواء عند إغماض العينين .. قد تكون هذه الأضواء باللون الأبيض أو بألوان أخرى كالأحمر والأخضر والأزرق ..

شعور الممارس أنه يقع أو يطير عند النوم .

الشعور بأن الجسد يهتز نحو اليمين والشمال .. أو الأمام والخلف على الرغم من أن الجسد ثابت ولا يتحرك .

وبعض الأحاسيس الجسدية الخفيفة الأخرى .

إذا حدثت هذه الأحاسيس فقط بعد الممارسة بعدة أشهر ولم تكن موجودة من قبل فلا خوف لأنها طبيعية ..

فكل هذه الأعراض تحدث نتيجة لتفعيل الطاقة التي تحدثنا عنها وهي البرانا Prana داخل الجسد الأثيري وتأثير ذلك على الجهاز العصبي والعضلي للممارس .

أما الشعور بالاهتزاز نحو اليمين والشمال ..

فهو نتيجة لحركة الجسد الأثيري والذي يتفاعل مع تفعيل الطاقة فيه .. ولا خوف منه بل هو أمر طبيعي .

أما الشعور بالسقوط أو بما يشبه الطيران ..

فهو أيضاً نتيجة حركة الجسد الأثيري أثناء النوم .. هذه الحركة تحدث دائماً لكل البشر ولكن السالك الآن يدركها بسبب اتساع الوعي .

على الممارس أن يتوقع مثل هذه الأعراض الجسدية ولا يخشى منها ..

بل بالعكس هي تشير إلى أن كيان السالك يتفاعل مع هذه التقنيات .

بعض هذه الأحاسيس تتوقف بعد فترة .. وبعضها يستمر .

أما الأحلام التي ستبدو أكثر وضوحاً وأكثر واقعية من السابق .. والأحلام الممكن توجيهها Lucid Dreams ..

فهي نتيجة لتقوي مدارك الممارس ولتقوي مستوى التركيز لديه ..

عليه ألا يخشى من أنه قد لا يتمكن من التمييز بين الواقع والحلم ..

لن يحدث ذلك ..

سيكون دائماً قادراً على التمييز وتذكر ما يحدث في الأحلام وما يحدث في الواقع .. وسيكون دائماً قادراً على الفصل بينهما ..
فليستمتع بطمأنينة بأحلامه الواضحة الجديدة وليوجهها كما يشتهي !

أما شعوره بأنه يخرج من جسده أثناء التأمل أو النوم أو الاسترخاء ورؤيته لجسده من الخارج ..

هذا نتيجة لخروج الجسد الأثيري من الجسد الفيزيائي وهو ما يُعرف بالطرح النجمي Astral Projection

وهي حالة طبيعية تحدث لكل البشر أثناء النوم .. كل ما هنالك انه بسبب توسع مستوى الوعي فالممارس يدرك ذلك الآن ..
ولا خطر على السالك من ذلك ..

يمكنه الاستمتاع بهذه التجربة وتوجيهها كما يشاء ..

وقد يلاحظ اختلاط هذه التجربة مع أحلامه وهذا ناجم عن الخلط الذي يحدث للسالك المبتدئ والذي ذكرناه في الموضوع السابق

المهم أن يعلم ويفهم الممارس أنه لا يوجد خطر بأي شكل من هذه الظاهر ..

هذه الظاهرة بحد ذاتها كفيلة بإقناع السالك بما يقوله الحكماء عن الأجساد الأخرى وعن حقيقة الإنسان التي ليس هو الجسد الفيزيائي ولا الأثيري بل أن حقيقته تتجاوز ذلك كله .

أما الواقع الغريب والغامض الذي قد يلوح لبعض السالكين كلمحات ..

فهو مجرد لمحات عن الواقع الفعلي الحقيقي الذي تمثل شبكتنا جزء صغير وضيق منه ..

وهي تظهر مجهولة وغامضة لأن السالك لا يرى منها إلا لمحات ..

هو كمن يرى لمحة سريعة لمكان ما في بلد بعيد ..

كأن يرى لمحة سريعة في وقت ما .. من زاوية ما .. لشارع ما في أحد البلاد البعيدة ..

إن اللمحة السريعة والتي قد لا تتجاوز ثواني هو ما يجعلها مخيفة ..

لو تثبت في هذا المنظر وتفحصه لمدة أطول لفهمه .. وعرف معناه .. ولزال عنه الخوف .

وكثيراً ما تختلط هذه اللمحات بأفكار السالك ومخاوفه عند حدوثها لأول مرة للسالك المبتدئ .. وهو ما يجعلها مخيفة أكثر ..

إن كل ذلك أمر طبيعي لا يقتضي الخوف ولا القلق ..

لقد اختبرنا أغلب هذه الظواهر ولم نجد فيها أي خطر أو خوف ..

وقد اختبرها ملايين السالكين والممارسين من كل الثقافات والأزمنة .

المدرجات الخفية

كما ذكرنا فإن المدرجات الخفية التي تنكشف للسالك تكون نتيجة طبيعية لتوسّع مدى الإدراك ..

فالشعور بنوع من الحركة حول الممارس أثناء الممارسة أو النوم ..

وسماع أصوات ورؤية أشياء لا يسمعها ولا يراها الآخرون ..

بعض القدرات التي تظهر .. مثل ان السالك يشعر بما سيحدث من أحداث قبل أن تحدث بقليل ..
مثل توقع اتصال شخص أو زيارته ثم يحدث ذلك بالفعل .. أو الشعور بوقوع حدث ما فيحدث بالفعل ..
اتصال بكائنات أخرى .

كل هذه الأعراض هي أعراض طبيعية نتيجة لتوسّع مدى الوعي .

وكما ذكرنا فلا خوف ولا خطر على السالك إن استمر في الممارسة .

كل ما على السالك فعله هنا هو الهدوء ومتابعة ما يحدث دون أن يكثر كثيراً .. ودون أن يتحمس بشدة لما يحدث أمامه ..

كل ما عليه معرفته وفهمه هو أن ما يحدث معه هو نتيجة طبيعية لتوسّع مدى الوعي والإدراك لديه ..

لن يحدث مرض عقلي ..

ولن يحدث مرض نفسي ..

ولن تتمكن أي كائنات من إذائه أو التعرض له بسوء ..

عندما يكون ذلك معلوماً ومفهوماً تمام الفهم .. سيتمكن من مواصلة الممارسة بهدوء وباستمتاع لما يختبر من خبرات جديدة ..

وسيتأكد لديه أن ما قاله الحكماء عن الواقع هو صحيح .. فتزيد ثقته أكثر .. ويشد التزامه بالممارسة .. ويتشوق لمزيد من الخبرات .

المعرفة هي كالنور الذي بظهوره يتبدد الظلام وتختفي الظلال ..

وبفهم الأعراض ومعرفة معناها يتبدد الجهل ..

وعندما يتبدد الجهل يزول الخوف الذي قد يكون عائقاً أمام استمرار السالك .

فيما يلي سنتحدث عن الخطر الثاني .. الانحراف ..

الخطر الثاني :

الانحراف .

وهو أحد الأخطار التي تواجه الممارسين ..

وهو نابع في الأساس من الطمع .

في الخوف يهاب السالك المبتدئ الخبرات الجديدة التي يختبرها في جسده ونفسه وإدراكه .. يؤدي ذلك إلى توقفه عن الممارسة .

في الانحراف يحدث العكس تماماً ..

يؤخذ السالك بهذه الخبرات فيكسر جهده ووقته في السعي لتطوير هذه القدرات واستغلالها للاكتساب منها ..

يمكن التكبسب من هذه الخبرات عندما تتطور للحصول على المال .. المكانة .. الشهرة .. السلطة ..

عندما تحدث هذه الخبرات ويعي الممارس أنها حقيقة فعلية يختبرها بنفسه يكرس كل الجهد الآن لتطوير هذه القدرات ولتقوية الاتصال مع الكائنات الأخرى للسيطرة عليها كما يظن ولاستخدامها في التكسب .
وبذلك يكون كمن توقف عن الرحلة .. وخرج عن المسار .. ونسي الهدف .

لهذا فإن الممارس ينتقل اهتمامه من الحكمة إلى معارف أخرى تتداخل وتتشابه في ممارساتها مع تقنيات الحكمة ..
من هذه المعارف .. التنجيم .. السحر .. السيمياء .. علم الأعداد .. الكشف عن الكنوز .. العلاج الروحاني .. تحضير الأرواح ..
تسخير الجان .. الاتصال مع روحانيات الكواكب .. الخ
هذه المعارف والممارسات المرتبطة بها هي التي تسبب هذا الخلط بين الحكمة وبين الممارسات الغريبة والمريبة ..
وهي التي تشوه صورة الحكمة في أذهان الآخرين ..

وقد تحدثنا عن ذلك من قبل وقلنا أن هذا التشويه وهذه الأفكار الشائعة وإن كانت خاطئة إلا إن لها ما يبررها ..
فالكثير من الممارسين لهذه المعارف يواصلون إدعائهم بأنهم من النساك والسالكين الذين يسعون وراء الحكمة .. والتصوف ..
والعرفان .. والزهد في الحياة .. والاتجاه نحو المصدر الأول .. نحو الخالق والموجود الحق .. الخ
وهم في الحقيقة ليسوا من النساك وليسوا من السالكين ..
هم ممارسين لهذه المعارف .

صعوبة التمييز

كما قلنا فإن الكثير من القدرات الخارقة تحدث مع السالكين الصادقين .. والحكماء ..
وهو الأمر الذي يجعل التمييز بين السالكين الصادقين وبين هؤلاء الممارسين يكاد يكون مستحيلًا ..
فهناك بعض السالكين الصادقين ممن يستخدمون بعض هذه القدرات لمساعدة بعض الأشخاص في بعض الحالات مثل العلاج
الروحاني ..

ومنهم من قد يتفوه بما قد يحدث من أحداث في المستقبل أو الماضي ..
ومنهم من تصله بعض الأخبار من العوالم الأخرى فينقلها صادقاً للناس ..
ومنهم من يرى بعض الكنوز في بعض الأراضي فينقل لأصحابها هذا الخبر ..
ومنهم من قد تبدر منه أفعال خارقة يشهد عليها الناس ..

لا نستطيع أن نقول أن كل ذلك هو من الممارسات الخاطئة وأن كل من يبدر منه مثل هذه القدرات ويراه الآخرون هو من
المنحرفين ..

لا نستطيع أن نقول ذلك ..

لأنه غير صحيح ..

لا يهمنا أن نطلق الأحكام على أحد ... نحن يهمنا أن نعرف ما يقع في الواقع بالفعل ..

والذي يقع في الواقع الفعلي هو أن هناك من الممارسين للممارسات المنحرفة تبدر منهم هذه القدرات .. وهناك أيضاً من
الصادقين من تبدر منهم هذه القدرات ويشهد عليها الآخرون .

خصوصاً أن الممارسين هم أيضاً يدعون الصلاح وإتباع طرق الحكمة .. ومنهم من يظهر عليه ذلك في سلوكه الظاهر وما يشتهر عنه .

وهو الأمر الذي يجعل التمييز بينهما يكاد يكون مستحيلاً حتى بالنسبة للكثير من السالكين ذوي الخبرة .. فما بالك في الناس العاديين؟!!

وهو الأمر الذي يجعل الخلط بين طريق الحكمة وبين الممارسات المريية هو خلطاً مفهوماً ومبرراً ..

هي منطقة رمادية بين الأبيض والأسود .. وهي منطقة مبهمه بين مكانين واضحين !

طريق التمييز

إن ما يميز السالكين الصادقين الذين تبدر منهم هذه القدرات وبين الممارسين المنحرفين الذين تبدر منهم أيضاً هذه القدرات هو **القصد .. هو الهدف .**

الممارسون المنحرفون هدفهم هو هذه القدرات .

السالكون هدفهم هو المصدر الأول وراء .. وأعلى .. وأقوى من كل ذلك .

ولكن المشكلة في ما يقع في الظاهر .. فيما يراه الناس .

فالسالكون الصادقون والممارسون المنحرفون يدعون في الظاهر نفس الادعاءات .. وتبدر منهم قدرات متشابهه .. وسلوكياتهم ومظهرهم يبدو متشابه على الأغلب ..

فكيف يمكن التمييز بينهما ؟

كما ذكرنا فإن التمييز من المظهر الخارجي يكاد يكون مستحيلاً .. فلا يستطيع أحد أن يدرك بواطن النفوس .

وهو ما يسبب كل هذا الخلط .. وكل هذا التشويه .. وكل هذه الأفكار المتضاربة .

ولكن هناك ما يساعد على التمييز بينهما ..

يمكن أن نحصره بالآتي :

الإشهار .. والتكسب ..

الإشهار

السالكون يحرصون على إخفاء هذه القدرات عن الآخرين .. المنحرفون يحرصون على إظهارها ..

عندما يكتسب السالك بعض من هذه القدرات فهو يحرص على إخفاءها عن الناس .. لا يتحدث عنها .. لا يتبجح بها .. لا يعلنها .. يستترها .

وقد لا يعرف عنه هذه القدرات إلا قلة قليلة من المقربين منه .

والسبب في ذلك واضح ..

وهو أن السالك لا يكثر بصدق لهذه القدرات .. ولا يريد أن يغير وجهة انتباهه والتفات قلبه نحو هذه القدرات لأنه يعلم أن ذلك سيؤدي إلى حرفه عن هدفه الذي يسعى له وبصدق ..

ويعلم أنه عاجلاً أم آجلاً سيفقد هذه القدرات إن حدث ذلك .

أما الممارسون المنحرفون فهم على العكس من ذلك ..

فهم حريصون كل الحرص على الإعلان عن هذه القدرات .. ونشرها بين الناس .. والتبجح بها وبتأثيرها .. والحديث عن القدرات التي لديهم .. وعن الأعمال التي قاموا بها للآخرين .

بيوتهم في الأغلب مليئة بالناس .. ويحيط بهم الكثير من المقربين .. ولهم شهرة ومعرفة .. يظهرون في الصحف وبرامج التلفاز .. ولديهم شبكة علاقات اجتماعية واسعة .. وبعضهم يُظهر الأبهة والثراء الخ

هذه إحدى السمات التي تساعد على التمييز .

التكسب

التكسب بطبيعة الحال ليس شرطاً أن يكون بالمال ..

بل قد يكون التكسب بالسمعة .. بالشهرة .. بالعلاقات الاجتماعية .. الخ

السالكون الصادقين لا يسعون بأي شكل من الأشكال للتكسب من هذه القدرات .. فلا القدرات ولا التكسب هدفهم .

وهم إن قاموا باستخدام هذه القدرات لنفع الآخرين وفي حالات محدودة .. فهم يقومون بذلك على استحياء .. وتواضع .. ولا يطلبون مالاً .. ويحرصون على التنبيه على الآخرين بكتمان الأمر وإخفاءه قدر الاستطاعة ..

وواضح طبعاً أن العكس تماماً ينطبق على الممارسين المنحرفين !

فهم يحرصون كل الحرص على التكسب من القدرات التي لديهم ..

يحصلون على المال من الناس بأسباب وحجج كثيرة .. لشراء مواد ضرورية .. للتصدق بها .. أو كنتيجة لمبيعات الكتب والمواد الأخرى .. الخ

ويحصلون على المكاسب الأخرى بطرق عدة .. بالحرص على الشهرة .. بالتقرب من ذوي السلطة .. بنشر الشائعات والأخبار .. الخ

فالتكسب هو أيضاً من السمات التي تساعد كثيراً في التمييز بين الصادقين والمنحرفين .

ولكن ..

لابد من الإشارة هنا أيضاً إن بعض الصادقين قد يشتهر عنهم بفعل المقربين منهم الكثير من قدراتهم .. وبعضهم قد يبدو من مظهرهم الخارجي شيء من الواجهة .. وقد يكون بعضهم من ميسوري الحال لأسباب خاصة بهم ..

فكما قلنا هي منطقة رمادية ومبهماة !

كان لابد من الإشارة لذلك حتى نكون صادقين في توضيح ما يقع في الواقع الفعلي دون أحكام ..

ولكن على العموم .. فإن سميت الإشهار والإعلان قادرتان على منحنا قدرة هامة جداً للتمييز .

ضلالات أكثر من واقع

نريد للقارئ أن يفهم إننا عندما نتحدث عن القدرات الخارقة وعن ظهورها بالفعل على السالكين الصادقين وعلى الممارسين المنحرفين فلا يعني أن هذه القدرات سهلة المنال .. وأن الكثير من الناس يمتلكونها بالفعل ..

ولا إن العالم يبدو لنا كسيرك مسلي !

بالطبع لا ..

فلكل واقع قوانينه .. هذه القوانين لا تخرق بسهولة ..

والقوانين التي تحكم واقعنا المدرك .. الشبكة التي نعيش فيها هي القوانين الفيزيائية والرياضية ..

وهي لا تخرق إلا بقوانين واقع أعلى منها ..

فالقدرات الخارقة التي تحدث بالفعل هي نادرة .. وفي كلتا الحالتين !

فالسالكون الذين قطعوا شوطاً كبيراً في الممارسة هم من قد تظهر عليهم بعض القدرات ..

وهؤلاء نسبة قليلة بين السالكين .. والسالكون أجمعهم هم نسبة قليلة جداً من الناس .

وكذلك الأمر بالنسبة للطرف الآخر .

فالممارسون المنحرفون ممن لديهم قدرات فعلية من السحرة والمنجمين والمتصلين مع الكائنات الأخرى هم أيضاً نادرون .

الأغلبية الغالبة ممن يدعي كل ذلك هم من الأفاقين .. والنصابين .. والكاذبين .. والمحتالين .. وبعضهم بلهاء !

وبعض ممن يدعي ذلك هم من المتوهمين .. وهو ما سنتحدث عنه لاحقاً .

وكذلك الأمر في الكتب التي تتحدث عن كل ذلك ..

فكثير منها مليء بالجهالات .. والسخافات .. والترهات ..

يكتب مثل هذه الكتب نفس هؤلاء المدعون والمتوهمون .. وهي مليئة بالهراء .

فحتى في الكتب والمراجع والمؤلفات في كل هذه المعارف والعلوم هناك منطقة رمادية ومبهماة !

ولكل هذا فالأمر برمته يبدو مليئاً بالأقويل المتضاربة .. والأفكار الشائعة .. والأوهام .. والتصديق .. والتكذيب .

فمن السهل أن نقول أن الأمر كله هو كذب وخرافات ..

ومن السهل أيضاً أن نقول أن الأمر كله هو حقيقي وواقعي ..

الصعب هو التمييز بين هذا وذاك في مثل هذا الأمر الذي لا يوجد مثيل له في اختلاط الحقيقي بالوهمي .. والعلمي بالجهلي .. والواقعي بالخيالي .

إن الفصل بين كل ذلك يتطلب قدرة عالية على التمييز .

ونحن في موقع نور الشمس لا يهمنا إلا الوقائع .. ما يحدث في الواقع .

فهذا فنحن نقول إن أمر القدرات الخارقة هو حقيقة فعلية وهو نتيجة لوجود واقع موضوعي فعلي خارج العالم المدرك .

وفي نفس الوقت إن القدرات الخارقة الحقيقية هو من الأمور القليلة والنادرة وأن الأغلبية الغالبة من الادعاءات هي ترهات وأوهام .

ضرر و خطر وانحراف

كل الأنبياء .. والحكماء .. وممن لديهم خبرة طويلة من السالكين يحذرون أشد التحذير من الانحراف عن طريق الحكمة الصحيح

وليس هذا نابع من تحكم .. أو قطع للمعارف الهامة ..

بل لأسباب واقعية يفرضها واقع الحال .

وكثير من مدراس الحكمة تمنع منعاً باتاً التابعين لها من الانخراط في مثل هذه المعارف الأخرى التي تخرج عن الطريق .. وتقوم سلوك من يجدون أنه يميل لهذه الانحرافات ..

ومن لا يلتزم يطرد ..

بكل بساطة لأنه لم يعد من السالكين .. لقد أصبح ممارساً لهذه المعارف .

الممارس لقدرات التأثير على الأحداث ليس سالكاً .. هو ساحر .

والممارس لقدرات معرفة المستقبل أو الماضي ليس سالكاً .. هو منجم .

وهكذا للبقية .

وطبعاً نحن هنا نقصد ذوي القدرات الحقيقية وليس الأفاقين .

ولاشك أن من الطبيعي على السالك الذي بدأ بالتعرف على خبرات جديدة أن يثار لديه الكثير من الحماس .. ويشتعل فيه الفضول

..

فالسالكون هم من ذوي الأنفس الناضجة ..

وذوي الأنفس الناضجة بطبيعتهم يسعون للمعرفة ولديهم فضول شديد لفهم العالم الذي يعيشون فيه والبحث عن الواقع الذي يشعرون بضرورة وجوده .

إن كل هذا الفضول طبيعي ومتوقع .

ولكن ..

إن منع السالك من الانخراط في كل هذه المعارف هو لحمايته من خطر مؤكد .. لا مجال لتجنبه .

السبب في ذلك هو السالك نفسه .

السالك نفسه مازال غير مستعد بعد .

فالسالك أمامه رحلة طويلة لكشف طبقات وعيه .. وتجاوز حدود ذاته .. وتصفيه نفسه من العُقد والشوائب ..

فإن انخرط في هذه المعارف قبل أن يقطع شوطاً كبيراً فيه فهذه الطبقات نفسها التي لم يكشفها .. وهذه الحدود التي لم يتجاوزها .. وهذه الشوائب التي لم يصفي نفسه منها هي نفسها التي ستؤدي إلى الإضرار به عندما يعثب بما لا يعلم .

الأمر أشبه بمنع المراهق من حمل السلاح .. وتحذيره من ذلك أشد التحذير .

فالسلاح لديه قوة هائلة على التدمير ..

والمراهق لديه الكثير من الضعف في ضبط النفس والضعف في التمييز ..

هذا الضعف هو الذي سيتسبب بالقضاء عليه عندما يستخدم السلاح وهو غير جاهز له .

سيستخدم السلاح في الوقت الخطأ .. في المكان الخطأ .. مع الإنسان الخطأ ..

وهذا أمر مؤكد بحكم كونه مرافقاً .. أي بحكم التعريف !

بسبب قوة السلاح وضعف المراهق .. فالسلاح هو الذي سيستخدم المراهق وليس العكس .

قوة السلاح ستقضي عليه وعلى مستقبله .

أما الرجل الناضج الذي من خلال الخبرات الكثيرة التي مر بها تمكن من السيطرة على نفسه .. وتوصل لقدر عالي من التمييز فلا يُخشى عليه من حمل السلاح .

سيعلم متى يستخدمه ومتى لا يستخدمه .

كذلك الأمر بالنسبة للسالك تماماً ..

فهو وبسبب أن هناك الكثير من الحجب التي تُغلف وعيه .. وبسبب أنه لم يتمكن بعد من تخطي حدود ذاته ..

فإن قوة هذه القدرات والكائنات ستقضي عليه وعلى مستقبله .. نفس الشيء تماماً !

إن الكائنات التي يمكن التواصل معها لديها قدرات هائلة على التضليل والتلاعب في العقول .

فمن هذه الكائنات ما يفوقنا خبرات وعلوم بقدر هائل ..

وهناك أنواع من الجن لديهم متوسط أعمار يفوق بما لا يقاس متوسط أعمار البشر ..

يصل بعض هذا المتوسط لمئات بل للآلاف السنين !

وبعض الشياطين من لديه متوسط أطول من ذلك بكثير !!

ونحن نؤكد على أن هذه حقيقة فعلية ..

إن ظاهرة الزمان تمر على هذه الكائنات بطريقة تختلف عما نخبره نحن .

فحتى كبار السن منا هم بالنسبة لهم ليسوا أكثر من أطفال رضع !

لذا فهذه الكائنات التي تتواصل مع البشر لديها خبرة كبيرة في التعامل مع البشر ..

كما إننا ذكرنا أنه ومن خلال خبرتنا المباشرة نعلم أن هذه الكائنات لديها قدرة ما على معرفة ما يدور في ذهن الإنسان وبما يعتمل في نفسه من رغبات ..

حتى التي تكون خفية على الإنسان نفسه ..!

لا تعرف كل شيء .. ولكن قدر منه ..

وهو قدر كافي لاستخدامه في التلاعب ..

الكائنات السفلية تستطيع ذلك ..

الجن يستطيعون ذلك بقدر أكبر..

الشياطين يستطيعون ذلك بقدر أكبر من هؤلاء ..

إنهم يروننا بطريقة تختلف عما نظن .. والشيء الذي يبدو خفياً بالنسبة لنا هو ظاهر بالنسبة لهم بقدر ما ..

فكيف يمكن للسالك والذي يمارس التقنيات الروحية لبضعة سنين ولديه الكثير لمعرفته وتخطيه يمكنه التعامل مع هؤلاء؟!

كائنات تفوقنا عمراً .. وخبرة .. وعلماً .. بقدر كبير وهي بالإضافة لكل ذلك تعرف الكثير من أسرارنا التي تخفى عنا ..

كل هذا ونحن لا نراها ولا نعلم إنها تتلاعب بنا ..

إن فرصنا معدومة تماماً أمامهم .. لا بد من الاعتراف بذلك !!

والذي لا يعترف على الرغم من كل هذه الحقائق الواضحة أو لا يريد أن يعترف هو مغرور .. ومتعجرف وهذه من سمات النفس الشابة .

وهذا الطريق ليس لذوي الأنفس الشابة ... سيقضون على أنفسهم كما سيقضي المراهق حامل السلاح على نفسه .

ولهذا السبب بالذات فإن كل الأديان تحرم على تابعيها السلوك في مثل هذه الطرق .. هو تحريم قاطع لأن الخطر كبير ..

وتحذر منه أشد التحذير ..

وهو تحريم مشهور عن الأديان جميعاً .. وهو أحد الأسباب التي تسبب هذه السمعة غير الصحيحة عن طريق الحكمة .

ولكن الذي يصل لمرحلة النضج يعلم تمام العلم أنه تحريم مقيد .. وله أسبابه المفهومة .

والذي يتجاوز مرحلة الشباب ولكنه لا يصل بعد لمرحلة النضج .. يكون في مرحلة بين المرحلتين ..

فلا يستمع لتحذير الأنبياء والحكماء ومن يفوقونه معرفة ..

وهؤلاء هم الذين يخرطون في هذه المعارف ..

فتكون النتيجة أنهم يتعاملون مع كائنات على قدر كبير من المعرفة والخبرة والخطر ..

فتستغلهم هذه الكائنات وهم يظنون أنهم يستغلونها ..

وتضللهم هذه الكائنات وهم يظنون أنهم ينتفعون منها ..

كل ذلك بسبب حماقة هؤلاء وغبثهم بما هم غير قادرين ولا عالمين به ..

فلا يجوز لمن لا يمتلك المعرفة والخبرة أن يتعامل مع المواد الخطرة .. الجرثومية والنووية ..

سيضر بنفسه من حيث لا يعلم .. وسيظن أن لا خطر هناك والدمار ينتشر في جسده وهو غافل عنه .

ولا يجوز أن يُسمح بترك الطفل الصغير الساذج على انفراد مع رجل بالغ مشهور بسوء الخلق .. ماذا نتوقع أن يحدث؟

إننا نقول ذلك لأنها الحقيقة التي نعلمها والتي اختبرناها بأنفسنا ..

فنحن أيضاً تعرضنا لأنواع من التضليل كانت بسبب هذه الكائنات دون أن نعلم أننا نتعرض للتضليل ..

ولقد اختبرنا وشهدنا بأنفسنا على قدرة التضليل الهائلة التي لدى هذه الكائنات ..

لا تحاول التذكري !

ستصدق ثم ستصدق .. وستُضلل ثم ستُضلل .. كأننا من كنت !

لديهم قدرة على التلاعب في الأفكار .. وفي الأحلام ..

ولديهم قدرة على أن يجعلوك ترى أشياء غير موجودة .. كشاشة تفتح أمامك ومثل هذه القدرة تسمى عند البعض بسحر التخيل

..

ولا ننسى أن الواقع كله هو عبارة عن ماتريكس وشبكة ذهنية وهمية .. هم لديهم القدرة على العبث بها بشكل أو بآخر .

وهم وفي بداية تواصلهم مع الممارس المبتدئ يُظهرون له جانب التعاطف .. وأنهم محبين له .. أو عاشقات له .. وأنهم صالحون يودون المساعدة .. وبعضهم يدّعي أنه من الملائكة !

والممارس المبتدئ الساذج يصدقهم ويميل إليهم ..

وبسبب نقص الخبرة والمعرفة ..

وبسبب طبقات الوعي والرغبات التي تولدها ..

وبسبب نقاط الضعف فيه والتي لم يتمكن الممارس من كشفها فضلاً عن تجاوزها ..

يتمكنون من تضليل الممارس الذي يتعامل معهم .

ويجرونه شيئاً فشيئاً .. وبهدوء وخبث شديدين حتى يتمكنوا منه تماماً ..

ويسيطروا عليه بالكامل ..

ثم بعد ذلك يبدأ الدمار .. بعد أن يغلقوا عليه طريق الرجوع .

وإن هذا الأمر واقع يحدث حتى عند التعامل مع خبثاء البشر .. فما بالك بهؤلاء !؟

لهذا ولنفس السبب .. ومن منطلق الخبرة المباشرة نحذر السالك الذي يود أن يمارس هذه التقنيات أن يلتزم بما يقوله الحكماء وأهل العلم .

طالما أن السالك يمارس وهدفه هو المصدر الأول .. فهو في أمان تام ..

إذا انحرف السالك عن هذا الهدف .. فلا نعلم ما سيحدث .. ولا نتحمل أي مسؤولية .

هذا فيما يتعلق في الكائنات الأخرى والتعامل معها ..

ولكن ليس كل القدرات هي من هذا النوع هناك قدرات أخرى لا تتطلب اتصال مع أحد من الكائنات بل فقط توسع الوعي وتقوية الإدراك من مثل معرفة المستقبل والماضي .. الطيران .. الاختفاء .. الخ

فلماذا لا يجوز أن نهتم بالانخراط في التعمق فيها ؟

لنفس السبب السابق

السالك مازال غير مستعد .

صحيح أن السالك لا يتواصل بشكل مباشر مع كائنات أخرى ..

ولكن الكائنات الأخرى لن تدعه وشانه هنا أيضاً .. ستتلاعب به دون أن يدري !

ولكن قبل الحديث عن ذلك علينا أن نلقي مزيد من الضوء عن السبب الحقيقي لتحذير الأنبياء والحكماء من الانحراف ..

المعارف العليا والطريق الصحيح لتحصيلها ..

بمجرد أن يقطع السالك شوطاً في الممارسة الروحية فإن عالم آخر سينفتح أمامه .. بل عوالم أخرى !

كائنات أخرى .. واقع مختلف .. مستويات أعلى في الزمان والمكان .. علاقات عديدة وصوتية مرتبطة بعالمنا .. تجاوز لقوانين عالمنا الفيزيائية .. الخ

معارف وعلوم غاية في الغرابة والعمق تنفتح أمام السالك ..

إن أغلب الناس لا يصدقون بكل ذلك ..

هذا أمر مفيد وهام لهم ولغيرهم !

ولكن السالك الذي بدأ مدى أوسع من الواقع يفتح أمامه سيعلم وبخبرته المباشرة إن كل ذلك هو حقيقة .. وإنه جزء من الواقع الفعلي للوجود ..

وهنا تأتي المشكلة .. هنا يتمثل الخطر ..

فالاطلاع على لمحات من هذه المعارف سيحفز السالك ويثير فضوله بدرجة شديدة .. تدفعه للرجبة الشديدة لمحاولة فهم وتعلم المزيد ..

فالسالك والممارس للتقنيات الروحية هو في النهاية باحث عن الحقيقة .. وهو لم يلتزم بالممارسة إلا لأنه يريد أن يعرف حقيقة هذا الوجود ويتخطى الحجب التي تحجب الحقيقة عنه ..

فكيف يمكن أن يُطلب من السالك تجاهل كل هذه المعارف العظيمة ورميها وراء ظهره ؟ وكيف يمكن لباحث عن الحقيقة أن يتجاهل معارف عظيمة واسعة انفتحت أبوابها أمامه ؟

السبب في ذلك إن تحصيل هذه المعارف له طريق صحيح لا بد من الالتزام به ..

نعم إن كل هذه المعارف هي معارف عظيمة لا شك ..

ولأنها كذلك فلا بد أن يسير السالك في الطريق الصحيح لتحصيلها ..

والطريق الصحيح هو الطريق الذي يحث عليه الحكماء ..

يقول العلماء إن هذه المعارف الجديدة التي تفتح أبوابها هي معارف وعلوم بالغة الأهمية والعمق ..

وتحصيلها هو أمر ضروري وهو أمر حتمي في نفس الوقت ..

ولكن ..

لأنها علوم عميقة فهي علوم خطيرة ..

ولكي يتم تحصيلها فلا بد للسالك أن يلتزم بالأسلوب الصحيح الذي سيؤدي لذلك ..

محاولة الوصول لها بعجلة وتهور وبدافع الطمع دون إعداد وتهينة سيؤدي إلى ضرر ماحق يقع على السالك وعلى غيره ..

إن هذا الإعداد والتهينة يتم من خلال التقنيات المقيدة والحررة .. ولا يتم إلا بعد قطع شوطاً كبيراً في مراقبة وتصفية النفس ..

إن تصفية النفس ليست ترفاً في طريق الحكمة .. هي ضرورة عملية !

السالك الذي يقطع شوطاً كبيراً في تقنيات الحكمة ..

والسالك الذي تخلص من كم كبير من العوائق والحُجب التي تغلف وعيه .. والتي تجثم على ذهنه ونفسه ..

والسالك الذي تمكّن تماماً من كشف دواخل نفسه وعقله ..

هو إنسان متطور .. متقدم .. هو إنسان عالي في مستواه الوجودي ..

وهو الإنسان الذي يسمى في علوم الحكمة بالإنسان الكامل .. أو الإنسان الحقيقي ..

الإنسان الكامل .. أو الذي يسعى حثيثاً وصدق ليكون إنساناً كاملاً هو الإنسان المؤهل للاطلاع على هذه العلوم والتعمق بها ..

لأن الإنسان الذي يسعى لأن يكون إنساناً كاملاً لا يمكن أن ينصاع للطمع الذي تولده طبقات الوعي لديه وبالتالي لا يمكن أن يكون عرضة لخطر تحصيل هذه المعارف عليه وعلى غيره ..

بل إن هذه العلوم والمعارف ستتحصل له كنتيجة طبيعية لسعيه لهذا الكمال والتطور ..

ولهذا السبب بالذات تظهر القدرات الخارقة على الحكماء والسالكين المتقدمين ..

وذلك لأنهم وصلوا في تطوير ذواتهم لمرحلة أصبحوا يعملون بها من خلال قوانين لمستويات أعلى من مستوانا الوجودي ..

الخطر يحدث عندما يطلع السالك البعيد كل البعد عن هذا المستوى على هذه المعارف .. ثم بسبب انبهاره بها وبسبب الطمع يسعى للتعمق في هذه المعارف بعجلة دون أن يكمل ما عليه فعله من تطوير ذاته ..

هذا السالك هو منحرف عن الطريق ..

يسعى لأن يتحصل على هذه المعارف وعلى القدرات التي تتأتى منها بعجلة .. وبطرق يظن إنها أسرع ..

فالبعض يتصل بكائنات أخرى على علم بقدر من هذه المعارف طامعاً بأن يصل لما يريد من خلالها ..

والبعض الآخر يلجأ لطرق أخرى في تعلم هذه المعارف والحصول على هذه القدرات بسرعة وبتهور ..

تكون النتيجة ولسبب أن هذا السالك غير مؤهل سيدمر نفسه لا محالة ..

إما بسيطرة هذه الكائنات التام عليه كما ذكرنا .. أو لتعرضه لأوهام هائلة تهيمن عليه تماماً .. أو لأسباب أخرى تؤدي به إلى الضياع .. الجنون .. أو الموت ..

إن هذه نتيجة مؤكدة لمن لا يلتزم المنهج الصحيح في المعرفة ..

والمنهج الصحيح يقوم أولاً على ضرورة التمكن من تصفية النفس والسيطرة على الفكر .. دون ذلك فالدمار مؤكد ..

يمكن فهم ذلك بالعلوم النووية ..

العلوم النووية هي لاشك علوم بالغة العمق .. ولأنها كذلك هي بالغة الخطورة ..

التعامل مع الطاقات النووية .. والأدوات التي تدخل بها .. والمواد الخطيرة التي تدخل في تخليقها .. كل ذلك يتطلب معرفة وتمكّن في الكثير من المعارف الفيزيائية والرياضية والهندسية ..

وهو أمر يتطلب سنوات طويلة من البحث والدراسة تحت إشراف ومتابعة ..

بعد التمكن من هذه العلوم بقدر واسع يستطيع الإنسان التعامل مع هذه الطاقة الخطيرة بأمان ..

أما من يسعى لتخليق هذه الطاقة دون أن يتمكن من هذه العلوم وباستخدام طرق وإرشادات سريعة طمعاً بقدرتها .. فهو بلا شك سيدمر نفسه وغيره ..

للمعارف العليا والعميقة منهج صحيح ومُنظم ..

وطريق الحكمة هو هذا المنهج .. أي طريق آخر سيؤدي إلى الدمار ..

يقول الحكماء إن هذه المعارف والعلوم التي تتفتح أمام السالكين الجدد والذين ينبهرون بها هي في الحقيقة لاشيء إذا ما قورنت بعلوم ومعارف أخرى أعلى منها كثيراً ..

هذه المعارف ستتكشف للسالك الملتزم والمنضبط .. والحريص على التمكن من الإبحار والغوص في أعماق نفسه ..

سينتقل من مستوى إلى مستوى أعلى .. ومن معارف عالية إلى معارف أعلى .. ومن قدرات إلى قدرات أعلى ..

وهكذا حتى يصل للمصدر الأول نفسه .. وهنا تنتهي الرحلة ..

لا يوجد أعلى من المصدر الأول .. ولا أعلم .. ولا أعظم ..

عند الوصول للمصدر الأول .. يصبح كل شيء .. لا شيء ..

من هذا يتبين لنا أن السالكين الملتزمين بطريق الحكمة هم أكثر الناس طموحاً ورغبة في المعرفة .. وهم يسعون للوصول لها بالطريق الصحيح ..

الطريق الصحيح هو الذي سيمكنهم من السيطرة على هذه المعارف .. لا العكس .

أما الآخرون الذين انحرفوا عن الطريق .. فمصيرهم الدمار .

كما ذكرنا فإن سيطرة الكائنات الأخرى على السالك المنحرف ستكون مؤكدة وستؤدي إلى دماره ..

ولكن بعض السالكين الآخرين يتجنبون ذلك بسبب قدرتهم على تجاوز عائق الطمع ..

هنا فإن السالك المبتدئ معرض لخطر آخر أعظم من خطر الانحراف ..

وهذا ما يوصلنا إلى الخطر الأكبر ..

الخطر الثالث :

الوهم

وهو أكبر الأخطار التي تواجه السالك .. وهو نابع في الأصل من الغرور

وهو أشد الأخطار وأكثرها فتكاً .. وهو السبب في ضياع الكثير من السالكين الصادقين .

الوهم هو الخطر الأكبر ..

الخوف هو أهون الأخطار لأنه ان استحكم في السالك يمنعه من الاستمرار على الطريق .. سيعود السالك للشبكة ويواجه مصيره فيها ..

وهذا أهون من النتائج التي تترتب عن الخطر الثاني ..

ففي الخطر الثاني يتعرض المنحرف لأشكال هائلة من المعاناة بعد أن يغرق تماماً في طريق الانحراف .
ولكن ..

في الانحراف يخرج السالك عن الطريق الصحيح .. وهو يخرج بإرادته وهو يعلم ما يفعل ..

يترتب على ذلك أن يضيع السالك المنحرف بين العالم المدرك و رغباته وطمعه فيه .. وبين العالم الخفي وقدراته وكائناته ..
ولكن لأن السالك المنحرف يعرف ما يفعل .. ويختار بإرادته طريق الانحراف فإن ذلك سيوفر أمامه الكثير من الفرص التي
يكتشف من خلالها الآثار السلبية لاختياره ..

مرة بعد مرة .. فإن هذا السالك المنحرف سيكتشف الضلالات والشور التي ستكشف له كلما تعمق أكثر في هذا الاتجاه .
وسيكون لديه الكثير من الفرص لمراجعة نفسه .. والإقرار بالحق .. والعودة عن هذا الطريق المنحرف ..

وهناك فعلاً من اكتشف ذلك وعاد عما فعل .. واعترف بخطأ اختياره .. وخطر اتجاهه ..

فالسالك الذي يعود يكون قد أنقذ نفسه مما سيتعرض له ان استمر أكثر .. حسناً فعل .

أما السالك الذي يكابر ويستمر على انحرافه سيقضي على نفسه كما أوضحنا .

كلما تعمق السالك أكثر في هذا الاتجاه المنحرف .. كلما أصبح طريق الرجوع أبعد وتطلب الرجوع المزيد من الجهد
والتضحيات ..

وهو السبب الذي يؤدي إلى تعاضم الخطر والانغلاق التدريجي لباب الرجعة .

لو تجنب هذا الانحراف منذ البداية لكان أفضل له .. ولوفر على نفسه الكثير من العناء!

الأمر هنا شبيه بالإدمان على المخدرات ..

يبدأ الأمر بإرادة هذا المدمن .. ويكون في بدايته ممتعاً ومثيراً ..

ثم مع استمراره في طريق الإدمان ستظهر تدريجياً الآثار الخطيرة لهذا الاختيار .. شيئاً فشيئاً يفقد المدمن السيطرة على اختياره .

ولكنه يمر بفترات كثيرة للعودة .. ويحظى بالكثير من الفرص للتراجع ..

فإن تراجع يكون قد أنقذ نفسه .. حسناً فعل ..

وإن كابر واستمر في هذا الانحراف .. سيقضي على نفسه ..

كلما تعمق المدمن أكثر في هذا الاتجاه المنحرف .. كلما أصبح طريق الرجوع أبعد وتطلب المزيد من الجهد والتضحيات ..

وهو نفس السبب الذي يؤدي إلى تعاضم الخطر والانغلاق التدريجي لباب الرجعة .

لو تجنب طريق الإدمان منذ البداية لكان أفضل له .. ولوفر على نفسه الكثير من العناء!

ليس ذلك ما يحدث في الوهم .

في الوهم ينحرف السالك عن الطريق وهو لا يعلم ذلك ..

يدخل في غابة متشابكة من الأوهام والضلالات وهو يظن أنه يسير على الطريق الصحيح ..

يدور في دوائر مغلقة لسنوات وعقود وعند البعض حتى آخر العمر ..

يضل ويضل الكثير من الناس معه .

ولكن كيف ولماذا يحدث ذلك ؟

كيفية استحكام خطر الوهم في النفس .

قلنا أن السالك في طريق خروجه من الشبكة فلا بد أن يعود إلى داخل ذاته ..

وعندما يعود لداخل ذاته فهو سيواجه طبقات الوعي التي تغلفه والتي تحجب عنه الواقع الفعلي .. وسيواجه نقاط الضعف التي فيه والتي لا يعلم عنها شيئاً ..

عليه بكشفها واحدة وراء الأخرى .. وعليه بالتغلب عليها واحدة وراء الأخرى ..

الخبرات الجديدة التي تظهر للسالك الجديد .. تسلب ليه وتثير حماسه ..

وتتفاعل مع نقاط الضعف التي فيه .. والعقد التي في نفسه ..

تصطدم في البدء بالخوف على النفس وبغريزة البقاء ..

والخوف هو أول هذه العقد وأكثرها وضوحاً وحدة ..

إذا كان الخوف على النفس هي العقدة الأكثر حساسية عند هذا السالك .. فإن السالك سيواجه عائقه الأكبر هنا ..

ومع عبث حراس الشبكة أو بعض الكائنات السفلية التي تعلم ذلك عنه بطريقه ما .. ومن خلال خبرات جديدة ستظهر أنها مخيفه ..

سيستحكم الخوف في نفسه .. وسيمنعه من الاستمرار .. فيتخلى السالك عن الطريق .

على السالك أن يعود للشبكة .. وعلى الشبكة أن تتكفل بتعليمه ..

وهكذا يعود السالك للأنفس الطفولية والشابة في الشبكة والتي لا تعلم شيء عن هذا الطريق .. ليتفاعل ويتعلم معهم في مدرسة الشبكة ..

في مدرسة الحياة ..

أما إذا تمكن السالك من تخطي هذه العقدة في نفسه .. ستصطدم هذه الخبرات الجديدة ومع تعمقها وتتاليها مع العقدة التالية ..

الطمع .. والرغبات بما في الشبكة من مكتسبات .

هذه العقدة أكثر خفاء و وضوحاً من الخوف ..

وسيصعب على السالك العلم أنه يواجهها .

إذا كان الطمع هو العقدة الأكثر حساسية عند هذا السالك .. فإن السالك سيواجه عائقه الأكبر هنا ..

سيستحكم الطمع في نفسه .. وسيتوغل أكثر في البحث عن هذه القدرات من أي طريق كان ..

ومع عبث الكائنات السفلية وبعض الجن والشياطين الذين يعلمون ذلك عنه .. ومن خلال خبرات جديدة ستظهر أنها مغرية .. سيدخل السالك في متاهات وضلالات .. وسيتخلى عن الطريق .. لن يعد سالكاً سيصبح ممارساً لإحدى هذه المعارف .

أما إذا تمكن السالك من تخطي هذه العقدة .. ستصطم هذه الخبرات الجديدة ومع تعمقها مع العقدة التالية ..
الغرور .. والتكبر ..

هذه العقدة هي العقدة أكثر خفاء ووضوحاً من الطمع .. وسيصعب على السالك العلم أنه يواجهها .. وهنا تعبت وتلاعب الجان والشياطين في عقله مستغلة علمها ذلك عنه .. سيدخلون له من هذا المدخل .. وسيضلونه بخبث شديد ..

ستتولد عن ذلك الكثير من الأوهام والضلالات التي يضيع فيها السالكون الصادقون . وكثيرون هم من ضلوا وأضلوا غيرهم ..

وسبب ذلك أن الوهم عندما يستحكم في النفس ويصدقه الممارس وينادي بضللاته يصدقها الناس الآخرين أيضاً لما يجدونه ويستشعرونه من صدق في دعوى هذا المتوهم ..

الوهم هنا لا يعتمد إضلال غيره .. هو فعلاً وحقاً يصدق ما يدعو به ..

ولأن المتوهم يصدق وهمه فهو لا يطالب الآخرين بالمال أو بالمكاسب .. ولا يسعى لها .. فيزداد تصديق الناس له واعتقادهم به . وستكون هذه الأوهام واضحة .. ومؤكدة .. ويقينية بالنسبة له ..

وسيرى الكثير مما يعتبره كأدلة وبراهين تؤكد له على صدق دعواه .. وسيرى رسائل في كل مكان حوله ..

وسيراها لأنه يريد أن يراها .. ولا يريد أن يرى أي شيء يخالفها .

سيفسر عقله له أن كل شيء يراه هو دليل على صدق أوهامه ..

وسيرى عقله الكثير من المصادفات التي سيربطها بوهمه المستحكم ويفسرها له على أنها إثباتات ورسائل ..

ستصله رسائل مما يقرأه ومما يسمعه .. ومن أفكاره وارتباطاتها .. ومن أحلامه وأحداثها .. ومن الأسماء التي تعترض له .. ومن الأحداث التي تقابله .. الخ

ولن تتأخر الكائنات الأخرى عن تزويده بالمزيد !

هذه الكائنات كما ذكرنا لها قدرة كبيرة على التلاعب في العقول .. ولديها علوم تفوق علومنا ..

وفي نفس الوقت لديها القدرة على معرفة شيء مما يدور في ذهن ونفس السالك ..

وستدخل عليه من هذه الأبواب ..

وستقوم بأفعال حقيقية في عالمنا يشهد عليها السالك ويشهد عليها غيره تؤكد له أن هناك شيء ما لا يمكن أن يكون صدفة

..

أشياء تتطاير .. أبواب تُفتح من تلقاء ذاتها.. دخان يظهر .. أصوات تُسمع .. روائح تُشم .. أشياء يتغير مكانها .. كتب تُفتح على صفحات محددة .. أحلام واضحة ومترابطة .. خبرات جديدة تؤكد كل ذلك ..

وقد شهدنا نحن على هذه الأفعال التي تقوم بها الكائنات الأخرى ..

وكثير من هذه الأحداث يشهد عليها الكثير من الناس ممن حول هذا السالك ولا يفهمونها ويخافون منها .

أما السالك المتوهم فيزداد وهمه ترسحاً .. وإيمانه تعمقاً .. ويستحكم فيه هذا الوهم بشده ..

ويستحكم في بعض ممن حوله الذي ينتقل إليهم هذا الوهم فيؤمنوا فيه ويصدقوه ..

وهو في نفس الوقت يتمسك في هذا الوهم بشده لما فيه إشباع لعقدة الغرور فيه !

وتزول بذلك الشكوك التي كانت لديه ..

ويتأكد أن هذا ليس من رأسه .. وأنه لا يمكن أن يكون مصادفة ..

وهي فعلاً ليست مصادفه ..

ولكنها ليست رسائل كما يظن المتوهم .. ولا تأكيد على صدق هذا الوهم كما يتمنى ويريد .

بل هي تلاعب من الكائنات الأخرى التي تهدف إلى إضلاله وإخراجه عن الطريق وإضلال غيره من الناس ممن ينتقل إليهم هذا الوهم ..

وبطبيعة الحال هذا السالك المتوهم لا يعلم شيء عن كل ذلك ..

أو بالأحرى لا يريد أن يعلم !

وحتى لو أعلمه وحذره معلمه ومرشده .. أو بعض أهل العلم .. فلن يستمع لهم ..

سيغضب منهم .. وسينفر منهم ..

ولن يعجز عن إيجاد المبررات التي تناقض ما وصله منهم ..

كل ذلك لأن السالك يغذي وهمه بنفسه ..

يتمسك فيه ويتمناه .. ولا يريد التخلي عنه ..

وكل ذلك لأن السالك المتوهم يستلذ بهذا الوهم فهو يشبع العقدة الأكثر حساسية فيه ..

فيعمل عقله و خياله ويضيف الكثير من الأوهام على وهمه ..

وتلتقط الكائنات كل ذلك .. فتتابع معه في تلاعبها في نفس الاتجاه ..

وهكذا دائرة لا تنتهي

هذا ما يحدث مع هؤلاء المتوهمين وهذا السبب وراء كل هذا الصداح !

أشكال من الأوهام

بعد أن فهمنا كل ذلك فعلياً أن نتعرّف على نماذج من هذه الأوهام التي تتهدد السالك في هذه المرحلة والتي أضاعت الكثير من السالكين الصادقين .. وأضلت الكثير من الناس .

هذه الأوهام تأتي بأشكال لا تعد ولا تحصى وأغلبها جامعة .. غريبة .. ومفرطة في الشطط منها :

وهم أن السالك أمامه مهمة عظيمة سيكاف بها من جهة ما ..

وهم أنه سينقذ العالم من خطر عظيم ..

وهم أنه مقدم على اكتشاف خارق في العلوم أو الرياضيات لم يتوصل إليه أحد من قبل ..

وهم أنه سيكون ذو شأن عظيم وسيشتهر بين الناس وسيتبعه الملايين في أمر ما ..

وهم أنه سيكتشف كنزاً من الذهب والجواهر الثمينة وأنه في مكان محدد .. أو منطقة معينة ..

وهم أنه سيكتشف ماء .. ثروات .. مخطوطات .. آثار .. لنفسه أو لغيره .. أو للمجتمع بأسره !

وهم أنه يرى ما يوجد في باطن الأرض .. ويشعر بذبذبات تأتي من الفضاء الخارجي .

وهم أنه يعلم متى سينتهي العالم .. ويحدد تواريخ بذلك !

وهم أنه مفكر عظيم .. فنان عظيم .. عالم عظيم .. وأن أعماله ستشتهر وستبهر الآخرين .. وستساهم في حل مشاكل العالم ..

وهم أنه قائد سياسي وتاريخي لا نظير له .. وستنتقل البشرية على يده لمرحلة جديدة ..

وهم أنه على علم بمؤامرة عظيمة .. وأنه سيكشفها للناس ويريحهم منها ..

وهم أنه على اتصال مع كائنات من الفضاء الخارجي وأنه يزور الكواكب والمجرات البعيدة !

وهم أنه يتلقى رسائل وعلوم خفيه من كائنات فضائية .. أو من الملائكة ..

وهم أن لديه قدرات خارقة .. وأنه يطير من مكان لآخر .. أو يتحكم بعقول الناس .. أو يقرأ أفكار الآخرين ..

وهم أن السالك هو نبي منزل أو نبي مرسل بدين جديد .. أو أنه يرى الأنبياء والرسل ويتحدث معهم ..

وهم أنه وصل إلى المصدر الأول .. وأن الله يتحدث معه .. يحاوره ويناجيه !

بل ووهم أنه الله نفسه .. وأنه يمشي متخفياً بين الناس !!

والكثير من مثل هذه الأوهام .. وكلها تدور حول محور واحد هو الغرور ..

لذا فكل هذه الأوهام تدور حول شيء ما عظيم وهام يحدث .. أو سيحدث مع هذا المغرور !

وهذه الأوهام ستتولد وستتحدد باختلاف بين شخص وآخر على حسب طبقات الوعي التي تغلف كل واحد على حدة ..

فالمهتم بالثروات المادية في داخل نفسه .. ستدور أوهامه حول اكتشاف كنوز و ثروات من نوع ما له أو لغيره .

والمهتم بالعلوم والاستكشاف .. ستدور أوهامه حول اكتشافات علمية ورياضية وحول كائنات فضائية ومجرات بعيدة .

والمهتم بالأديان والمعتقدات .. ستدور أوهامه حول النبوات والمذاهب والأديان .

وهكذا على حسب ميول واهتمامات المتوهم - والذي قد لا يعلم عنها شيئاً في نفسه - ستتولد الأوهام .

من المهم جداً أن لا يستخف القارئ الراغب في السير على الطريق بهذه النماذج من الأوهام ويظن أنها واضحة في شططها
وإنه لا يمكن أن يتوهم بمثل هذه الأوهام ..
ليس الأمر كذلك ..

لقد توهم الكثير من الناس بمثل هذه الأوهام .. والكثير من هؤلاء الناس ليسوا من الحمقى أو السذج بل منهم من هم عباقرة
حقيقيون .. أقوياء العقول وواسعوا المعرفة .. ومنهم من هم شديديو الذكاء .. واسعوا الحيلة وذوي عزائم جبارة ..

إن هذه حقيقة فعلية .. لقد حدث ذلك بالفعل من قبل وما زال يحدث ..

وهذا هو السبب الذي يجعل من الوهم هو الخطر الأكبر ..

فكيفية استحكام الوهم في النفس وتفاعله مع عقدة الغرور أمر بالغ الغموض والشدة ..

وكيفية تلاعب الكائنات الأخرى بعقل المتوهم وكيفية تشكيل الأفكار والأحداث في ذهنه هي كيفية بالغة القوة وعميقة التأثير ..

وقد اختبرنا ذلك بأنفسنا خبرة مباشرة ..

لذا على السالك أن يفهم إنه لا يوجد من هو محصن تماماً من امكانية تعرضه لمثل هذه الأوهام مهما بلغ من الذكاء والمعرفة ..

وهي كلها أوهام تبدو بالغة الشطط .. شديدة الغرابة ..

ليست كلها أوهام

والأمر هنا أيضاً كالموضوع السابق ..

فالقدرات الخارقة .. حقيقة واقعه تتحقق لمن توفرت فيه الشروط .

والأديان والمذاهب الصحيحة هي حقائق فعلية كما يتحدث عنها من دعا بها .. وليست هي أوهام ..

والاكتشافات العلمية والرياضية .. حقائق واقعية تحدث دائماً وتؤثر على العالم وما فيه ..

والتاريخ يثبت أن المكتشفين استشعروا بأنفسهم بأنهم مقدمين على اكتشاف شيء ما هام .. وهذا الشعور هو ما دفعهم لمواصلة
البحث ..

والسالك الذي تبدأ الخبرات الجديدة في الظهور عليه .. ويتسع وعيه يبدأ بإدراك ما لم يكن يدرك عن كائنات من خارج هذا
العالم وعن معرفة مسبقة بأحداث في المستقبل أو الماضي وعن أشياء خفيه .. الخ .

إن كل هذا يحدث .. وهو حقيقة فعلية من حقائق الواقع .

ومن لا يصدق بها فهو لا يصدق لأنه لا يعلم .. وفي الحقيقة نحن لا نكثر له !

هي حقائق فعلية .

المشكلة هي في الخلط وفي الأوهام ..

فليس كل شيء يُشعر به هو حقيقي .. وليس كل شيء يحدث هو وهم ..

كما ذكرنا سابقاً ..

هي منطقة رمادية بين الأبيض والأسود .. ومنطقة مبهمة بين مكانين واضحين .
والفصل بين الحقيقي والوهمي يتطلب قدرة عالية على التمييز ..

هذه القدرة العالية على التمييز تتقوى لدى السالك الملتزم بالطريق الصحيح ..

حيث يصبح عقله أشبه بالسيف الحاد الذي يستطيع وبسهولة أن يميز بين الحقيقي والوهمي .. بين الواقعي والخيالي ..

وهي ملكة لا تتوفر عند أغلب الناس ..

والوهم والخلط والادعاءات الباطلة تضيف على الأمر برمته قدر أكبر وأعمق من الإرباك ..

وتضيف على نار المجادلات والتشكيك .. التصديق والتكذيب وقوداً إضافياً .

أما بالنسبة للسالك الصادق في سيره على طريق الحكمة فهو يعلم ومن خبرته المباشرة وليس بناءً على معتقدات أن خوارق العادات هي حقيقة .. وأن الكائنات الأخرى حقيقة ..

كما يعلم في نفس الوقت ومن خبرته المباشرة أيضاً أن هناك أوهام وأباطيل .. وإن ليس كل ما يقال حقيقي وليس كل ما يحدث وهم .

بين الحقيقي والوهمي و صفات التمييز

التمييز في الرؤى الشخصية ..

إن كل ما ذكرناه عن هذا الخطر القاتل وعن كيفية تولده قد يسبب الحيرة والاضطراب لدى السالك الذي ينوي السير على هذا الطريق ..

بل على السالك الذي بدأت هذه الخبرات في الظهور عليه وهو لا يعلم الآن هل إن ما يراه هو حقيقي أم نابع من الأوهام ؟ .. هل ما يختبره هو نتيجة لاتساع وعيه ومداركه واطلاعه على لمحات من الواقع الخفي .. أم هو نتيجة لتلاعب كائنات أخرى وأوهام تأتي من رأسه ؟

إن التمييز يبدو صعباً .. والأمر يبدو مربكاً ..

وهو ليس كذلك ..

إن التمييز سهل ومتيسر ..

والتمييز بين الواقع والخيال ممكن بكل سهولة إن توفرت لدى السالك صفات التمييز ..

الصدق .. الشجاعة .. التروي .

هذه الصفات الثلاثة والتمسك الحازم بها كفيhle بحماية السالك من كل هذه الأوهام التي ضللت الكثير من السالكين وأضلت الكثير من الناس ..

الصدق :

على السالك أن يكون صادقاً في توجهه للهدف من كل هذه الممارسة ..

وأن يتجاوز كل رغباته الدفينة في أهداف أخرى قد يتمناها في أعماق نفسه ولكنه لا يعترف بها .. كالمكاسب .. والقدرات ..
والجاه .. الخ

هذه الرغبات هي موجودة لدى كل إنسان ولدى كل سالك ..

إن هذا أمر طبيعي ..

وهو نتيجة لتأثر السالك بالشبكة وما فيها .. و لتجذّر هذا التأثير في نفسه .

كل ما على السالك هو الاعتراف بما موجود فيه .. وبما هو من الطبيعي أن يكون موجود فيه..

وهذا يتطلب الصدق مع النفس .

عليه دائماً أن يستطلع ذاته ويكتشف رغباته الدفينة .. وأن يراقب ميوله أثناء تفاعله مع الناس والحياة ..

وعندما يكتشف رغبة في نفسه .. يعترف بها .. ويقرّ أنها موجودة في نفسه ..

عندما يكتشفها ويحددها .. سيحاصرها .. ويحيط بها .. ثم سيتجاوزها بكل سهولة ..

وهذه هي أهمية التقنيات الحرة التي تحدثنا عنها وبالذات مراقبة وتصفية النفس .. والتفريغ النفسي .

هذه التقنيات هي التي ستمكّن السالك من كشف كل رغباته ومحاصرتها ثم القضاء عليها بتذكر الهدف وأهميته والدافع له .

وهذا كله يتطلب أقصى درجات الصدق مع النفس .. والاعتراف بنقاط الضعف والعيوب والعقد الموجودة فيه .

المكابرة .. وعدم الاعتراف بالضعف والنقائص هو الذي يسبب ضياع المتوهم في أوهامه ..

فالسالك الذي يكون راغباً بشدة في الشهرة .. والشعور بالتميز .. ولفت الأنظار يدعي لنفسه عكس ذلك .

هو لا يريد أن يعترف أن هذه الرغبة موجودة فيه ..

ولا يريد الاعتراف أنه متمسك بها ولا يريد التخلي عنها ..

لهذا يصدق الوهم ..

ويرفض الاستماع لكل من يحاول لفت انتباهه لها ..

يتمسك بعناده .. ويغذي أوهامه ..

ثم يبني على ذلك سلسلة من الأسباب والمسببات .. التي تبرر وتؤكد له صدق مكابرتة .

ثم تزيده الكائنات الأخرى والتي تعلم ذلك عنه بالمزيد مما ينتظره هو ويتمناه ..

فيضل ويضلل غيره ..

وتأخذه الأوهام إلى أقوال وأفعال .. وردود أقوال وأفعال ..

ثم متاهات لا تنتهي ..

أو تأخذه الأوهام إلى عزلة واعتزال عن المحيط الذي يكتشف مع الوقت بطلان ادعاءاته ..

ومن العزلة إلى توغل في غياهب الخيال ..

وكلما توغل أكثر كلما أصبح طريق الرجوع أطول وأصعب .. وتطلبت العودة المزيد من الجهد والتضحيات .

لو توفر الصدق لما حدث كل ذلك !

ولو توفر الصدق مع النفس لتمكن السالك من كشف رغباته والاعتراف بنقاط ضعفه أولاً بأول ..

ولتمكن من القضاء على جذور الوهم في نفسه بكل يسر وسهولة ..

عندما يتوفر الصدق .. فالسالك في أمان من الوهم ومن أي شيء آخر .

الشجاعة :

السبب الذي يمنع المتوهم من الاعتراف برغباته وأوهامه هو عدم توفر الشجاعة في نفسه لتخطي الدوافع التي تدفعه للتمسك بهذا الوهم ..

والقيام بما عليه القيام به ..

فلماذا يتمسك السالك المتوهم بوهمه ؟

لأنه لا يريد أن يجابه الحياة عندما يكتشف و يعترف أنه واهم ..

الوهم الذي يتمسك فيه يعطيه حماية .. ملاذ .. مهرب من شيء ما فيه يهرب منه ويخشاه .

وهو لا يريد مجابته وتخطيه .. يخشى ذلك لسبب من الأسباب .

فكما قلنا فإن الأوهام لها أشكال مختلفة .. كل سالك يتوهم شيء ما مختلف ..

وقلنا أن سبب ذلك أن الأوهام تأتي على حسب ميول وتوجهات كل سالك وهي تختلف من سالك لآخر ..

هذه الأوهام تأتي على حسب تركيبة السالك والطبقات التي تُغلف وعيه ..

تأتي الأوهام متناسبة مع مخاوفه وآماله ..

فالذي يتوهم بأنه سيكتشف كنزاً .. يكون وهمه كذلك لأن لديه مخاوف على معيشتة ونمطها .. ورغبات في الثراء ..

وهو يتمسك بوهمه لأن وهمه يعطيه أملاً كاذباً بأنه عما قريب سيكتشف كنزاً وسيصبح ثرياً ..

وهو يتلذذ بالخيالات التي تترتب على ذلك ولا يريد التخلي عن هذه اللذة !

فماذا سيفعل لو اعترف أن ذلك وهماً ؟

إنها مصيبة !

عليه إذاً الاعتراف أنه لن يكون ثرياً بهذا الطريق السريع ..

وأن عليه الاعتراف بوضعه وتقبله .. وأن عليه السعي في الحياة واكتساب الرزق ..

وهذا ما يخشاه ويفر منه ..

إنه لا يريد الاعتراف بأنه كبقية البشر عليه السعي واكتساب الرزق ..

هو شيء آخر .. شيء عظيم ليس كبقية البشر !

لذا فهو يتمسك به وهمه ويرفض الاستماع ..

إن المتوهم يعلم ذلك في صميم ذاته .. ولكنه يكابر .

ولو توفرت لديه الشجاعة لمجابهة ما يخشاه لما كابر .. ولا اعترف بالحقيقة وقام بما عليه القيام به ..

كذلك الأمر الذي في كل أشكال الأوهام الأخرى ..

والتي كلها تدور حول شيء عظيم وهام سيظهر أو سيحدث على يد هذا المتوهم المغرور .

لماذا يتمسك المتوهم بهذا الوهم ؟

لنفس السبب أيضاً ..

إن وهمه يحميه من شيء يخشى الاعتراف به .. ويخشى من القيام بما عليه القيام به ان اعترف .

يخشى من مجابهة مخاوفه ..

فكل الأوهام التي تقوم على اكتشاف علمي عظيم .. أو المناداة بدين جديد .. أو الاتصال بكائنات أخرى .. أو التمتع بقدرات خارقة .. الخ

كلها أوهام تغذي عقدة الغرور التي فيه ..

وهي تغذيها كل على حسب ميوله وتوجهاته كما ذكرنا .. على حسب ما يعتقد هو أنه عظيم وهام وكبير .

وهو يتمسك بهذا الوهم بسبب عقدة الغرور التي فيه والتي أصبحت عائقه الأكبر الآن .

عقدة الغرور توحى له أنه شيء عظيم .. إنسان آخر مميز .. من نوع أعلى من البشر .

وبالتالي لا يمكن أن يكون مثلهم .. ولا يمكن أن يفعل ما يفعلونه .. أو يعيش كما يعيشون ..

وتحته على فعل شيء ما يؤكد ذلك للجميع ليقروا ويعترفوا به !

فيتولد لديه وهمه بالطريقة التي بيّناها ..

فإذا تخطى عن هدفه .. فماذا سيفعل ؟

إنها كارثة !

عليه الاعتراف بأنه بشر كبقية البشر .. وأن عليه القيام بكذا وكذا ..

وهو يخشى ذلك ويفر منه ..

لو توفرت لديه الشجاعة للاعتراف بذلك وللقيام بما عليه القيام به ..

لبذل الجهد وقدم التضحيات التي يجب عليه القيام بها ..

ولاتخاذ القرارات الصعبة والحازمة التي عليه اتخاذها ..

ولعمل ما يلزم لإحداث التغيير المطلوب ..

ولمواجهة مخاوف تغيير نمط الحياة وطبيعة المعيشة التي هو معتاد عليها ..

ولمجابة الآخرين ومطالبته بحقوقه التي له ..

ولتغيير المحيط والأشخاص الذين حوله والذي يعلم أنه عليه تغييرهم والابتعاد عنهم ..

لو توفرت لديه الشجاعة للقيام بكل ذلك .. لانحلت العقدة ولزال سبب التمسك ولاضحمل الوهم ..

وعندما تُحل عقدة فإن طبقة كثيفة من طبقات الوعي تزاح عن وعي السالك وتضمحل ..

وعندما يحدث ذلك تنكشف أمور في حياته ونفسه كان غافل عنها ..

ولانفتحت أبواب كانت موجودة أمام عينيه ولم يكن يراها بسبب هذا الحجاب الذي جثم على وعيه طويلاً ..

ولانكشفت أمامه طرق كان يخشى أن يسير بها ..

ولاكتشف أن الأمر أسهل بكثير مما كان يظن .. وأن ما كان يخشى منه لم يكن مخيفاً من الأصل ..

وأن النمر الذي طالما أربعه .. هو نمر من ورق ..

وأن الوحش الذي طالما أخافه وهرب منه .. هو دمية من قش !

ولتغيرت حياته .. وحُلت مشاكله واحدة بعد الأخرى ..

وزادت سعادته .. واطمأنت نفسه ..

ولعاد الآن لممارسته بقلب هادئ مطمئن .. وبعقل صافٍ غير مشوش ..

ولزاد التركيز لديه بسبب ذلك ..

ولتمكن من اختراق المزيد من الحُجب .. ولشاهد المزيد مما وراء الشبكة

هذا ما تفعله الشجاعة على مجابهة المخاوف !

وقد ذكرنا في رسالة الخروج إلى الداخل وفي قسم مسيرة الحياة أن الحكماء يطالبون السالكين دائماً على مجابهة الحياة بشجاعة وحزم ..

يقول الحكماء لو تمكنتم من ذلك لاكتشفتم أن كل مخاوفكم هي وهم .. وأن كل ما كنتم تهربون منه هو ظل ..

يترتب على ذلك مزيد من الطمأنينة والسلام الداخلي و مزيد من المشاهدات التي تتتالي من وراء الشبكة ..

والتي هي في الأصل وهم .

وقد تحدثنا عن ذلك في مراقبة وتصفية النفس ويتبين معنا هنا كيف أن الامتناع عن مراقبة النفس وتخليصها من عقدها هو سبب كل الضلال والأوهام ..

التروى :

الأوهام التي تظهر هي شر لا بد منه !

كل إنسان يتعرض لهذه الأوهام .. لأن لدى كل إنسان طبقات تُغلف وعيه .. عقد ومخاوف ..

الأوهام تظهر بسبب هذه العقد ..

يعيش البشر في بحر من الأوهام دون أن يعلموا أنهم متوهمين ..

وهم لا يعلمون أنهم متوهمين لأنهم لا يجابهون هذه الطبقات .. ولا يعلمون عن وجودها أصلاً ..

ولا يصدقون الحكماء عندما يتحدثون عن ضرورة كشفها ومجابهتها وتجاوزها ..

وذلك كما أوضحنا سببه مستوى تطور ونضج الأنفس .. عمر النفس .

السالك يعلم أكثر من ذلك ..

لأنه وصل لمرحلة أعلى من النضج فهو يعلم أهمية ما يتحدث عنه الحكماء ويصدقهم ..

يبدأ السالك في الممارسة ..

لقد بدأت المعركة الحقيقية الآن !

تبدأ الخبرات الجديدة في الظهور .. ويبدأ تلاعب الكائنات .. وتبدأ المجابهة مع طبقات الوعي ..

ويبدأ معها تولد الأوهام ..

المشكلة أن السالك يسارع في التمسك في هذه الأوهام بمجرد أن تظهر .. يتمسك بها بشده ..

ثم يغذيها ويعززها في نفسه بالطريقة التي بيّناها وللأسباب التي أوضحناها .

لو أنه لم يتمسك بهذه الأوهام ..

لو أنه التزم الهدوء وتابع هذا الوهم في نفسه وتركه دون أن يبني عليه شيء ودون أن يعيره أهميه .. لما كانت هناك مشكلة ..

يوجه الحكماء السالكين بأنهم وعند ممارستهم إذا تولدت في أنفسهم أفكار .. أحاسيس .. توقعات عن شيء ما سيحدث في المستقبل .. رؤى .. أحلام تشير لشيء ما بوضوح .. كشف .. الخ

عليهم ألا يتمسكوا بها ..

لا يولونها أهمية كبيرة في أنفسهم ..

عليهم ألا يشغلوا أنفسهم ويضيعوا وقتهم في محاولة فهمها .. ومعرفة معانيها ..

عليهم ألا يحاولوا أن يبحثوا عن أدلة وبراهين تؤكد حقيقتها ..

لأنهم إن فعلوا ذلك ستتولد الأوهام .. ثم ستكبر ..

يطالب الحكماء السالكين أن يتعاملوا مع كل هذه الأحاسيس الغامضة .. والرؤى المحيرة بتروي وهدوء شديد ..

دعوها تمر بسلام .

إن هذا هو الذي سيؤدي إلى التمييز بين الرؤى الحقيقية والأوهام .. بين الواقعي والوهمي ..

لا يوجد حل آخر !

لأنه وكما ذكرنا فبمجرد التمسك بفكرة ما .. أو معرفة ما .. أو احساس ما .. بمجرد التمسك بها والاهتمام بها سيتولد الوهم وسينمو .

وهنا تأتي أهمية السيطرة على النفس والفكر ..

كل ما على السالك فعله في حالة ظهور مثل هذه الأفكار والأحاسيس في نفسه هو ألا ينشغل بها ..
يصرف ذهنه عنها بأي طريقة يجدها مناسبة ..
بهدوء وتروي ..

وليترك الأمر للزمن .. وللواقع ..

إن كانت هذه الأفكار والأحاسيس هي حقيقة تأتي من الواقع الفعلي .. سيأتي ما يثبت ذلك عاجلاً أم آجلاً ..
إن كانت هذه الرؤى حقيقية .. فكما أنت هذه الرؤى من مصدر ما فسيأتي ما يؤكد عليها في الواقع الفعلي من نفس المصدر !
المصدر الذي ألقاها في وعي السالك .. هو نفسه الذي سيظهر ما يترتب عليها ..
هذا إن كانت حقيقية ..
أما إن كانت وهمية .. من عقل السالك ومن طبقات وعيه .. فلن يحدث شيء !
لن يظهر أي شيء بعد ذلك .. مجرد فكرة لا حقيقة لها في الواقع ..
إذا لم يتمسك بها السالك وتعامل معها بهدوء .. ستبتد بعد بضعة دقائق ..
كسحابة خفيفة تتشكل ثم تضمحل ..
ستختفي في الخيال كما ظهرت من الخيال !
إن الأمر في غاية البساطة ..
التمييز بين الرؤى الحقيقية والرؤى الوهمية سهل و يسير إن توفر التروي وعدم الاكتراث وترك الأمور لتجري كما هي ..
وترك الأمور للواقع الذي سيكشف عن مدى صحتها ..
إن كانت واقعية .. سيظهرها الواقع ..
إن كانت خيالية .. سيخفيها الخيال ..
هكذا وبكل بساطة !

وفي الحقيقة إن كلام الحكماء هو أمر يؤكد الواقع الذي يختبره كل إنسان ..
فكل إنسان يعلم ويختبر في نفسه عشرات بل آلاف الأفكار والخيالات و التوقعات التي تأتي وتذهب في كل يوم ..
أفكار وتوقعات و خيالات تظهر وتختفي في كل ساعة .. بل وفي كل ثانية ..
يحدث هذا لجميع الناس ..

هذه الخيالات تختفي كما أنت لأن الإنسان لا يعيرها اهتماماً ..
فمثلاً عند ورود اتصال هاتفك بالقرب من إنسان .. تتولد في ذهنه عشرات الخيالات التي تأتي وتذهب ..
لعله فلان .. لعلها فلانة .. لعل هذا الأمر حدث .. لعل ذلك الأمر لم يحدث .. الخ
تظهر كل هذه الخيالات في ثانية واحدة !

فماذا كان الحال إن توقف هذا الإنسان عند كل خيال من هذه الخيالات وأعاره انتباهاً؟!!

ستمضي ساعات وساعات وهذه الخيالات تجره من مكان لآخر !

هذا الأمر لا يحدث في الواقع ..

يتجاهل الإنسان كل ذلك ويمد يده للرد على الاتصال !

عند الرد سيتبين له أن واحد فقط من هذه الخيالات التي ظهرت هي الحقيقية .. والبقية كلها كانت وهمية .

وهذا نفس ما ينصح به الحكماء السالكون ..

الأفكار والخيالات ستظهر لا محالة ..

إن هذه هي طبيعة العقل نفسه .. لا يمكن منع ذلك ..

والخبرات الجديدة التي تأتي ستكون كهذا الاتصال الهاتفي .. ستظهر معها الكثير من الخيالات والأوهام ..

على السالك تجاهلها تماماً .. والتعامل معها بهدوء ..

سيظهر أيها هو الحقيقي وأيها هو الوهمي ..

مشكلة الوهم تظهر عندما يتمسك السالك بأحد هذه الخيالات التي تظهر ..

وهو يتمسك بها لأنها تروق له !

تعطيه ملاذاً .. ومهرباً .. من عقدة ما في نفسه ..

يتمسك بها .. ويبني عليها .. و يتولد منها ضلالات لها أول وليس لها آخر كما ذكرنا ..

عندما يفهم السالك ذلك تمام الفهم فهو لن يخش من عدم القدرة على التمييز .. ومن وقوعه في الأوهام ..

عندما يكابر ويرفض الاستماع لمن هم اعلم منه ..

سيقع في المحذور .

تمييز الحقيقي والوهمي في رؤى الآخرين

الصدق .. والشجاعة .. و التروي ..

هي الصفات التي يحتاج السالك أن يتمسك بها بحزم وأن يعززها في نفسه لكي يتمكن من تمييز الحقيقي من الوهمي فيما يراه ويختبره ..

لكي يتمكن من التيقن فيما إذا كان ما يراه يأتي من وراء الشبكة .. أم إنه يأتي من رأسه ونفسه !

هذه الصفات نفسها هي التي ستساعد السالك للتمييز ومعرفة حقيقة ما يدعيه الآخرون عن رؤاهم هم ..

سيتمكن من معرفة فيما إذا كان هذا المدعي هو صادق أو مجرد واهم ..

وكلما تمكن من تعزيز هذه الصفات في نفسه أكثر كلما كان أقدر على كشف الحقائق التي تعترضه في العالم والتي تأتيه من الآخرين ..

فكما أن ذو المعرفة بعلم ما .. يستطيع أن يعرف و أن يكشف بسرعة فيما إذا كان مخاطبه هو من العالمين أم من المدعين ..
وذو الخبرة في مجال ما .. سيكشف بسرعة من لا يمتلك هذه الخبرة أو من يدعيها ..
كذلك الأمر ..

فالصادق الذي استطاع تجاوز أكاذيب نفسه .. هو الذي سيكشف أكاذيب الآخرين .

والشجاع الذي واجه مخاوف نفسه .. هو الذي سيكشف فيما إذا كان مخاطبه يهرب من مخاوفه ..

والذي تمكن من ضبط نفسه وفكره ولم يركض وراء أوهامه .. هو الذي سيكشف إن كان مخاطبة يركض وراء أوهامه .
وسيعلم عندها إن كان صادقاً أم واهماً .

يؤكد الحكماء أن تعزيز الصفات التي تمكن من التمييز بين الحقيقي والوهمي داخل النفس .. هي نفسها التي ستميز بين الحقيقي والوهمي خارج النفس .

فالخارج والداخل هما شيء واحد وليسا شينين متقابلين ..

وهي حقيقة ستتكشف للسالك تدريجياً وبعد قطعه شوطاً طويلاً في الممارسة وفي تصفية النفس من شوائبها ومخاوفها وعقدها ..

انعدام الدليل لانعدام صفات التمييز

ولهذا السبب بالذات لا تأتي الأديان في الأساس بأدلة وبراهين على صدقها ..

لا يوجد دليل .. لأن الدليل هو النفس نفسها ..

وقد تحدثنا عن ذلك في رسالة الخروج إلى الداخل في قسم المصدر الأول ..

وقلنا هناك إنه لا يمكن الإتيان بدليل على حقيقة المصدر الأول ..

لأن المصدر الأول يعرف ذاته بذاته .. والنفس هي جزء من المصدر الأول ..

فالنفس هي التي ستدرك حقيقة المصدر الأول في ذاتها .. هي تعرف وحسب !

فهل يسأل أحد عن الدليل على وجوده هو ؟ .. إنه يعرف ذلك في نفسه !

إن نفسه تعرف ذلك في ذاتها ..

ولأنها تعرف فإنها لا تسأل عن الدليل على الوجود .. تماماً كمن يرى شجرة فهو لا يسأل عن الدليل على وجودها ..

رؤيتها هو الدليل على وجودها .

وإن سألت النفس عن الدليل فهذا لأنها لا ترى .. وهي لا ترى لأن هناك ما يعيق النظر ..

تماماً كما أن من يسأل عن الدليل على الشجرة فهو يسأل لأنه لا يراها .. لأن هناك ما يعيق النظر ..

لو كان يراها فلن يسأل !

وعندما تعلم النفس المصدر الأول فهي ستعلم فيما إذا كان من يتحدث عنه يرى نفس الشيء .. وبالتالي ستعلم إن كان صادقاً أم واهماً ..

ولتوضيح هذه النقطة الهامة أكثر :

لو أن إنسان ينظر إلى شجرة أمامه فهو لن يسأل عن الدليل على وجودها .. لأن رؤيتها هو الدليل على وجودها .
فإن ادعى شخص آخر أنه هو أيضاً يرى نفس الشجرة ووصفها لهذا الإنسان .. فإن هذا الإنسان سيعلم فيما كان هذا الشخص يرى بالفعل أم لا يرى ..

إن تطابق ما يريانه معاً في وصفه فمعنى ذلك أنهما يريان نفس الشيء فعلاً ..

وإن لم يتطابق فمعنى ذلك أن من يدعي الرؤية هو كاذب أو واهم ..

لهذا فإن الذي لا يصدق الأنبياء والمنادين الصادقين بالأديان الصحيحة .. هو لا يصدقهم لأنه لا يرى الحقيقة ..

وهو لا يراها لأن في نفسه وفي وعيه ما يمنعه من رؤية الحقيقة .. هذه الموانع هي هذه الحُجب والعُقد التي تُغلف وعيه ..

فإن توفرت لديه صفات التمييز من صدق وشجاعة وهدوء .. سيتمكن من إزالة الحُجب ومن رؤية الحقيقة ..

وإن لم تكن لديه هذه الصفات ..

فلن يرى مهما أوتي له من براهين ومعجزات .. سيظل يعتقد أنها أوهام وأكاذيب ..

وسيظل أعمى يسأل عن الدليل ..

وكما تبين لنا فإن الوهم هو خطر سيضطر السالك أن يواجهه ..

وهو عائق كبير ..

وهو أخطر عوائق الممارسة ..

بل هو من أخطر عوائق معرفة الحقيقة في طريق الحكمة وفي الحياة العادية بعيداً عن طريق الحكمة ..

بحر الأوهام والماتريكس .

الوهم هو الوهم ..

وأسبابه دائماً واحدة وهي عدم التحلي بصفات التمييز ..

الوهم لا يحدث فقط لدى السالكين الذين تعرضوا لخبرات جديدة قد تدفعهم لاعتقادات وظنون غريبة كما ذكرناها ..

الوهم يحدث دائماً ومع كل البشر ..

وهو الذي يخلق هذه الشبكة .. الماتريكس ..

كل المآسي وكل الصراعات وكل المعاناة التي يعانيتها البشر هي نتيجة للأوهام الموجودة في عقولهم ..

وكل الأمراض العقلية والنفسية .. الجنون .. الكآبة .. اليأس .. القلق .. هي نتيجة لهذه الأوهام .

ولاشك أن القارئ يعلم الآن ان أشكالاً لا تنتهي من الأوهام موجودة ومستشرية لدى كل البشر ..

الفارق بين أوهام الناس وبين أشكال الأوهام التي ذكرناها هو أن أوهام الناس هي أقل حدة وأكثر خفاءً ..

وأكثر ميلاً لأن تظهر طبيعية ومعقولة ..

فأغلب الناس لا يعتقدون في أنفسهم أنهم من الأنبياء .. أو أنهم على تواصل مع كائنات فضائية .. الخ

لا تصل أوهامهم لهذه الدرجة من التطرف !

ولكن لدى كل البشر أشكال لا تنتهي من الأوهام ..

الأنبياء والحكماء هم فقط من لا يوجد لديهم أوهام .. لهذا فهم يختبرون الواقع الفعلي .

كل الناس لديهم أوهام أنهم أفضل من غيرهم .. أجمل .. أذكى .. أعلم .. أقوى .. أنبل .. أصدق .. الخ

وهذه الأوهام تتباين في شدتها بين الناس .. وتختلف في أشكالها وتوجهاتها على حسب الميول وطبقات الوعي ..

هذه الأوهام هي التي تسبب التصادم .. والتقاتل .. وهي التي تؤدي للبعث لانتراع حقوق غيرهم .. وللبعث للطمع بما في يد الآخرين .. وحسرة البعض الآخر على انعدام حصولهم على ما يتوهمون أنه حقهم ..

كل هذه الأوهام تولد أفكار تقابل بأفكار مضادة .. وأقوال تقابل بأقوال مضادة .. ثم أفعال تواجه بردود أفعال ..

وهكذا سلسلة لا تنتهي ..

الماتريكس .. الشبكة المتفاعلة .. هي مجموع كل هذه الأوهام المتفاعلة ..

لهذا هي وهم ..

والسبب في ترسخ هذه الأوهام وتواصل تفاعلها هو عدم تحلي الناس وتمسكهم بصفات التمييز ..

وبالتالي في التسرع بالتمسك في هذه الأوهام والانجرار معها إلى متاهات ..

وهذا هو الذي ولد هذه المتاهة الكبرى التي نعيش فيها .. والتي تضيق علينا يوماً بعد يوم ..

والتي نسميها الحياة ..

والتي هي الماتريكس .. الشبكة المتفاعلة ..

هي بحر من الأوهام .. بحر هائج ومتلاطم الأمواج ..

يغرق الناس في بحر الأوهام هذا ويسعون للنجاة .. ويعانون بسبب ذلك ..

لو تمسك كل إنسان بصفات التمييز .. ووجهها بحزم للتمييز بين الوهمي والحقيقي فيما يدور في ذهنه ..

لو فعل ذلك كل إنسان ..

لأصبح الجميع من الحكماء الذين يرون الحقيقة كما هي .. والواقع كما هو موجود بالفعل .. دون أوهام وظنون وضلالات ..

ولاختفت الشبكة على الفور.. ولظهر الواقع الفعلي على الفور !

ولكن الناس يتمسكون بأوهامهم ويتشبثون بها .. ولا يكثرثون لكلام الحكماء عندما يطالبونهم بالتخلي بصفات التمييز ..

ولهذا يختبرون الشبكة .. ويعانون منها ..

ويصيحون ويبكون !

ولكن السالك مختلف ..

السالك هو إنسان من ضمن هؤلاء الناس .. ولديه أوهامه التي يعاني بسببها ..

ولكن السالك يسعى لأن يتخلص من هذه الأوهام .. ويسعى لمعرفة الحقيقة الفعلية ..

والنجاة من الغرق في هذا البحر الرهيب ..

لهذا فهو يتمسك بصفات التمييز ويعززها في نفسه .. ثم يستخدمها ليُخرج نفسه شيئاً فشيئاً من هذه الأوهام ومن مجموع

تفاعلها ..

من الماتريكس ..

أوهام السالك الخاصة وكيفية مواجهتها ..

عندما يبدأ السالك في الممارسة سعيًا وراء معرفة الحقيقة والواقع الفعلي .. وعندما يلتزم بحزم في ممارسة التقنيات ..

تبدأ الخبرات الجديدة في الظهور ..

يكتشف السالك الآن ومن خبرته المباشرة أن هناك واقع آخر .. وهناك كائنات أخرى .. وهناك قدرات خارقة بالفعل ..

وهو الأمر الذي لم يكن يعتقد به من قبل .. كما أن أغلب الناس لا يعتقدون به ..

وهذا يسبب تولد الأوهام الغريبة والجامحة لدى السالكين ..

وهي أنواع الأوهام التي ذكرناها من قبل ..

أغلب الناس لا يتوهمون بمثل هذه الأوهام لأنهم لا يعتقدون أن وراءها حقائق فعلية .. فتكون أوهامهم أقرب لأن تظهر طبيعية

ومعقولة بالنسبة لهم ولغيرهم ..

أما السالك ولأنه اختبر بنفسه وعلم أن هناك كائنات أخرى .. وعوالم أخرى .. وقدرات .. وخوارق .. وهي موجودة بالفعل ..

فينطلق الخيال لديه لأقصى مداه !

وتتولد لديه هذه الأوهام الجامحة ..

هذا هو السبب الذي يجعل من أوهام الناس أقل جموحاً وشططاً من أوهام السالكين .. وكلها أوهام !

المشكلة أن السالك يعلم أن ليس كل شيء من الأوهام ..

حتى الجامعة منها قد لا تكون وهماً ..

هناك قدرات خارقة يقوم بها الحكماء بالفعل .. ويقوم بها بعض المنحرفين الذين يمتلكون قدرات فعلية ..
وهناك أديان حقيقية .. واكتشافات عظيمة .. الخ

فلماذا لا تكون الأفكار التي في عقله هي حقائق وليست أوهام ؟ كيف يعرف ؟ وكيف يميز ؟

طريق التمييز :

كما ذكرنا بالتمسك بصفات التمييز ..

ينصح السالكون ذوي الخبرة إخوانهم السالكين المبتدئين .. بالآتي :

عندما تتولد في ذهنك فكرة ما جامحة واعتقاد ما غريب .. أو شعور ما غامض .. محير .. ولا تعلم أهو حقيقي أو وهمي .
فافتراض على الفور أنه وهم ..

وغالباً هو وهم ..

أول شيء على السالك القيام به هو افتراض أن هذا الاعتقاد هو وهم يأتي من رأسه ..

بعد ذلك يبدأ التحري ..

وذلك باستخدام صفات التمييز ..

لا بد هنا على السالك المبتدئ أن يطبق صفات التمييز بحزم وصرامة شديدين ..

أشد من السابق بكثير ..

ويفترض أن ما يدور في ذهنه أنه وهم ..

ثم يعود لنفسه ويرى ما هي الرغبات التي في نفسه والخافية عنه التي تكشفها هذه الفكرة ؟

عليه باستخدام صفة الصدق .. بكل حزم .

ثم يفكر في نفسه ؟ ماذا لو كانت هذه الفكرة الغريبة وهماً ؟

ما الذي علي مواجهته في حياتي حتى لا أكثرث لهذه الفكرة ولا أتمسك فيها ؟

ما الذي علي القيام به في حياتي حتى لا أتمسك بهذه الفكرة الغريبة ؟

ما هو الشيء الذي أهرب منه .. وأخشى مواجهته ويحقق لي هذا الوهم ملاذاً ومهرباً منه ؟

عليه باستخدام صفة الشجاعة الآن .. بكل حزم .

عليه بكشف ما هي هذه المخاوف .. واحداً واحداً .. بكل صدق وحزم وشجاعة ..

ثم سيتبين له عند كشفها ما عليه القيام به للتخلص منها ..

عندما يكتشف أن عليه أن يقوم بعمل ما .. فعليه بفعله على الفور ..

وعندما يكتشف أن عليه اتخاذ قرار صعب .. فعليه اتخاذه على الفور..

السالك يعمل كل هذا من أجل نفسه .. ومن أجل صالحه ..

عليه أن يقوم بكل ذلك بصدق وبأقصى جهد ..

فلا معنى للكذب على النفس والمراوغة هنا !

فهذه هي مراقبة وتصفية النفس عندما توجه للتعامل مع الأوهام .

بعد أن يقوم بكل ما عليه القيام به .. عليه أن يستطلع داخله .. ويسأل ..

هل ما زالت هذه الفكرة الغريبة موجودة وبنفس الشدة ؟

إذا كانت قد زالت .. أو خف بريقها .. فهذا يعني أن هذه الفكرة التي ظهرت في ذهن السالك هي مجرد وهم ..

وقد زال .. وبذلك يكون قد نجح في التمييز بين الحقيقي والوهمي ..

من حق لسالك هنا أن يفخر بنفسه ..

أما إن ظلت هذه الفكرة موجودة كما هي على الرغم من كل جهود السالك الصادقة والحازمة .. فهذا قد يعني إنها قد تكون حقيقة فعلية وليست وهماً ..

هنا ..

على السالك استخدام الصفة الثالثة من صفات التمييز ..

التروي .. عليه الالتزام بها بكل حزم ..

هذه الفكرة الغريبة التي لم تنزل بعد كل ما قام به السالك .. فليدعها موجودة ..

لا يكثرث لها .. لا يتمسك بها ..

عليه ألا يحاول بذل كل شيء بمبالغة وحرص من أجل تحقيقها أو اكتشاف حقيقتها ..

عليه أن يضبط نفسه وفكره ضبطاً شديداً لكي لا يجعل من هذه الفكرة هوس ينشغل به .. ولا يفكر إلا به .. ولا يعمل إلا من أجله ..

فليتعامل معها كأى شيء يمكن أن يتحقق أو لا يتحقق .. ولينشغل بما عليه القيام به ..

وليترك الأمر للزمان وللواقع ..

حيث سيتبين له الحقيقة ..

باختصار بعد أن تم استخدام صفتي الصدق والشجاعة وتبين إن هذه الفكرة قد يكون وراءها ما هو حقيقي .. عندئذ فليدع السالك هذه الفكرة بهدوء ..

لا تذهب إليها دعها هي تأتي إليك .. إن كانت حقيقية فمما لا شك فيه إنها ستأتى وستتحقق دون أي جهد يذكر منك ..

النجاح والفشل في التمييز والمعيار العام للاستناد إليه ..

قد يبذل السالك جهداً صادقاً للتحري عن حقيقة هذه الفكرة من خلال صفات التمييز كما ذكرنا .. ويتحرى ذاته ويكتشف إن الفكرة هذه تبدو حقيقية ومازالت مشتتة في نفسه ..

قد يبذل السالك جهداً صادقاً بذلك .. ولكنه مع ذلك يفشل في أوامه وبين الحقيقة ..

بمعنى أنه الفكرة التي طرأت هي في حقيقتها وهم من رأس السالك .. ولكنه لم يتمكن من كشف ذلك على الرغم من جهده ..

يحدث هذا كثيراً مع السالكين المبتدئين الذين لم يتمكنوا بعد من مراقبة وتصفية أنفسهم .. والذين لم يقطعوا شوطاً طويلاً فيها ..

فمراقبة النفس وتصفيتها .. واستخدام صفات التمييز للفصل بين الحقيقي والوهمي هي مهارات ذهنية ونفسية بالغة العمق ويتطلب التمكّن الجزئي منها ممارسة ومران طويلين ..

ولأن السالك المبتدئ هو الأكثر عرضة للأوهام لضعف خبرته في التحري عن دواخل النفس .. ولا نبهاره وتأثره الشديدين في الأفعال التي تقوم بها الكائنات الأخرى للتلاعب بعقله ..

لهذا نعطي السالك المبتدئ هنا معياراً عاماً للاستناد إليه ليكشف السالك فيما إذا نجح فعلاً في التمييز أم لم ينجح ..

المعيار العام .

إذا وجد السالك إنه منشغل تمام الانشغال في هذه الفكرة التي ظهرت له .. ووجد أنه مهووس بها ولاحظ ذلك في نفسه .. وإذا وجد أنه بدأ بالبحث والسعي العملي .. والسؤال هنا وهناك .. وطلب المساعدة من فلان وفلان من أجل تحقيقها والتثبت منها ..

إذا وجد ذلك في نفسه ..

فهي علامة شبه مؤكدة إن هذه الفكرة هي وهم وإنه لم يتمكن من كشفها حتى بعد تحريه ..

فكل ما عليه هنا أن يلجأ للتروي ويدع هذه الفكرة ويتجاهلها .. ولا ينشغل بها حتى يأتيه اليقين .

من خلال ما ذكرنا عن طريقة كشف السالك المبتدئ للأفكار الغريبة التي تظهر في ذهنه يتبين معنا إن التعامل معها هو كشف وتحري ..

هو الأسلوب الصحيح للتعامل مع أي فكرة كانت ..

هو الأسلوب العلمي الدقيق .. الموضوعي الذي يتجنب رغبات النفس وميولها ..

هو الأسلوب الوحيد الصحيح الذي يمكن بواسطته معرفة ما هو موجود بالفعل .. بصرف النظر عن الرغبات والميول ..

وقد ذكرنا كل ذلك بشيء من التفصيل والتدقيق لأننا نعلم أن السالك والمبتدئ بالذات ستتولد لديه أوهام وأفكار جامحة من نوع ما .. وستبدو واضحة في ذهنه .. وسيؤثر بها بشدة ..

وهي أمر طبيعي يحدث مع كل السالكين ..

وأغلب هذا النوع من الأفكار تكون في حقيقتها مجرد أوهام ..

ولكننا لا نستطيع أن نقول أن جميع هذه الأفكار هي أوهام ..

لا نستطيع أن نطلق هذا الحكم ..

لأنه غير صحيح ..

هناك بعض من هذه الأفكار هي حقيقية كما ذكرنا ..
لذا يكون على السالك مهمة التمييز بين الحقيقي والفعلي ..

توالي الأوهام

عندما يلتزم السالك بالتحري عن الأفكار الغريبة التي تظهر في ذهنه مستخدماً صفات التمييز كما ذكرنا ..
وعندما يكتشف أن بعض هذه الأفكار هي بالفعل وهم ..
وقد قام بما عليه فعله ..

يكون بذلك قد خطى خطوة هامة على طريق الحكمة ..
ويكون قد تخطى حاجز كبير في نفسه .. وأزال طبقة من طبقات الوعي الجائئة على وعيه ..

ويعلم بذلك إنه يسير على الطريق الصحيح ..

ولكن هذا ليس كل شيء !

ستظهر أوهام جديدة ..

ولكنها هذه المرة ستكون أقل جموحاً وغبابة من الفكرة السابقة ..

لأن السالك الآن أصبح مدرباً على التعامل مع الأفكار الغريبة والجامحة ..

الأوهام الجديدة ستظهر ولها بريق أقل من السابقة .. وأقل إثارة .. وأقرب لأن تبدو طبيعية ومعقولة ..

وهذا يجعلها أقرب لأن تكون حقيقية .. وأسهل في القبول ..

وهذا ما يجعلها أخطر .. وأخبث !

على السالك ألا يتهاون بشيء من ذلك ..

فهذه الأوهام المتوالية .. تحدث للجميع .. السالكين وغير السالكين ..

هي تحدث وتتوّد طوال الوقت مع كل الناس كما ذكرنا ..

والناس يتأثرون بها ويتحركون بفعل تسلطها عليهم طوال الوقت دون أن يعلموا ذلك ..

كالرجل الذي تحركه الرياح من الخلف دون أن يدري ..

وكالعبد الذي توجهه السياط كما تشتهي !

ليس السالك ..

السالك الآن يسعى لرصدها .. وكشف حقيقتها ..

فالسالك لا يسعى إلا للحقيقة .. ولا يسعى إلا لحرق الأوهام وتبديدها ..

السالك هنا كالعالم الباحث تماماً .. لا يسعى إلا لمعرفة الحقيقي والتخلص من الوهمي ..

لذا هو يلتزم بنفس ما ذكرنا مع هذا الوهم الجديد ..
وهو الآن أقدر وأكثر مهارة بفعل عمله السابق .. وخبرته التي نمت بتعامله مع الوهم السابق ..
فينتهي من هذا الوهم .. ليظهر وهم آخر .. وآخر ..
وهكذا يفعل بكل هدوء وبساطة .. واستمتاع ..
يكشف الأوهام واحداً .. واحداً ..
يكشفها ويجلد بها الأرض !

حرق الأوهام وطريق الحكمة ..

إن حرق الأوهام التي تظهر وتتوالى على ذهن السالك هو نفسه طريق الحكمة ..
طريق الحكمة ليس أكثر من كشف الواقع كما هو بالفعل ..
ولكي يُكشف الواقع الفعلي لابد من حرق وتبديد كل الأوهام التي تغلفه ..
وهو يحدث من خلال الممارسة للتقنيات المقيدة .. والتقنيات الحرة والتي تتبين أهميتها الكبرى هنا ..
إن الشبكة المتفاعلة .. الماتريكس .. هي كلها مجموعة من الغيوم الكثيفة من الأوهام والتي تحجب نور الواقع الفعلي ..
تماماً كما تحجب الغيوم الكثيفة نور الشمس ..
والتمييز بين الحقيقي والوهمي هو صميم رحلة السالك ..
بالانتقال من وهم لآخر .. وباستخدام تقنيات الممارسة المقيدة والحرة ..
وباستخدام صفات التمييز كأدوات لفصل الحقيقي عن الفعلي ..
يظهر الحقيقي ويتبدد الوهمي ..

طريق الحكمة .. والممارسة الروحية هما عملية تمييز متواصلة .. بحث وتحري مستمرين .. وتبديد للأوهام لا يتوقف ..

هذا التمييز نفسه .. هذا التحري وهذا البحث .. وهذا الاستخدام الحازم لصفات التمييز هو الذي يؤدي إلى تطور السالك ..
هو الذي يوسع الوعي .. ويقوي المدارك .. ويرفع الذكاء .. وينمي المعرفة ..
وهو الذي يدرّب السالك على تحري نفسه .. واكتشاف مكنون ذاته .. وكشف رغباته ونقاط ضعفه ..
فيتعمق بهذا التحري فهمه لنفسه وللعالم ..

وتترابط لديه ظواهر كانت تبدو متباعدة .. وسيفهم ما لم يكن يفهم ..
وسيحظى بالكثير من لحظات الفهم المفاجئ ..

وسينال الكثير من حالات الكشف العظيم لحقائق ستبهره إبهاراً .. وتهزه هزاً ..
سيفرح بها أشد الفرح ..

وسيفخر بنفسه لاكتسابها بفعل جهده وعمله الصادق ..

وسيقتررب السالك خطوة واسعة من الحكمة والحكماء .. ومن معرفة واختبار الواقع الحقيقي كما هو ..

كل ذلك بطبيعة الحال يفترض الصدق الكامل والالتزام الصادق من السالك ..

وأخذ البحث عن الحقيقة وفصل الوهمي من الواقعي في ذهنه على أقصى درجات الجدية ..

أما من يخدع نفسه .. ويركض وراء أوهامه .. لن ينال إلا الفشل ..

ولن يحصد إلا الخيبة والمعاناة ..

سيتمسك بأوهامه بشدة .. وسيضيع في متاهات الشبكة .. وسيضحك عليه الناس .

الأوهام والتمسك بها هي عوائق أمام الإنسان .. والسالكين ..

وقد بينا أن التمسك الحازم بصفات التمييز هو الذي سيسحق هذا العوائق .. وسيحيلها إلى غبار ..

وسيجعل من تخطيها أمراً سهلاً وميسوراً وآمناً ..

وكما ذكرنا من قبل فإن كاتب هذا السطور تعرض بنفسه لهذا الخطر .. وتولد لديه وهم ..

أضافت له الكائنات الأخرى الكثير من الفاعلية !

وقد تمكن من تخطي هذه العقبة وتجاوز هذا الوهم بعد معاناة وبعد الدخول في متاهات ..

والصراع مستمر مع هذه الأوهام !

ولهذا نحن نكتب هذه الرسالة وهذا القسم الخاص عن الأخطار والمحاذير حتى يكون السالك على بينه مسبقاً من كل ذلك فيسهل عليه كشف ذلك وتجاوزه بسرعة وسهولة ..

بعد أن يتعلم السالك كيفية التعامل مع خطر الوهم طوال الوقت .. هذا الخطر الأكبر في رحلته على درب الحكمة ..

قد يواجه خطر آخر ..

الخطر الرابع :

اليأس .

وهو أحد الأخطار التي تواجه السالك .. وهو نابع في الأساس من العجلة .

والعجلة قد تؤدي بالسالك إما إلى التملل .. أو إلى التشدد في الممارسة .

فقد يبدأ السالك الممارسة متوقفاً حدوث آثار الممارسة على نفسه .. ومتوقفاً مشاهدته للخبرات الجديدة والتي يسعى لها ..

ومواظباً على ممارسته بالتزام وانضباط لبضعة أسابيع أو أشهر ..

ولكن لا شيء يحدث !

لا خبرات جديدة .. ولا كشوف .. ولا آثار جسدية .. ولا أي شيء !

سيصاب هذا السالك في البداية بالحيرة عن سبب ذلك .. وسيتساءل بقلق عن سبب عدم حدوث شيء على الرغم من معرفته بأنه ضروري الحدوث ..

ومع الوقت سيتسرب الشك إلى نفسه ..

وسيتساءل إن كان هناك خلل ما .. وفيما إذا كان يقوم بشيء خاطئ .. فيعيد المراجعة ويقوي الانتباه والتركيز أثناء الممارسة .. ولكن لا شيء يحدث !

بعد بعض الوقت سيتعمق الشك في الطريق كله .. سيصاب بالملل .. واليأس ..

وسيتولد لديه وهم أنه إما أن الطريق كله هو مجموعة من الترهات والهراء .. وإما أن هذا الطريق لا يناسبه وإنه لا يملك الموهبة أو القدرات التي تؤهله لذلك ..

وبعد ذلك .. سنفتقر حماسه .. وتتقطع ممارسته .. ثم سيتوقف ويترك الطريق .

أو قد يتجه السالك باتجاه المعاندة والتشدد على النفس في الممارسة..

السالك هنا يتعرض لأحد الأخطار وهو اليأس ..

وهو كما ذكرنا هو خطر نابع من العجلة ..

وهو يؤثر أكثر ما يؤثر على الأشخاص الذين هم بطبيعتهم عجولون مندفعون .. وقليلو الصبر .

نفس هذا الخطر قد يتعرض له السالك الذي اختبر خبرات جديدة ولكن بعد تمكنه من التغلب على أوامه التي تولدت في نفسه انقطعت هذه الخبرات ولفترة طويلة ولم يعد يلاحظ شيء جديد ..

قد يعتقد هذا السالك أيضاً أن هناك خلل ما قد حدث .. أو لعله فقد المواهب المطلوبة التي تمكنه من اختبار القدرات ..

وهو في النهاية أيضاً يصل إلى اليأس .. ويترك الممارسة والطريق كله .

أو يتجه باتجاه العناد والتشديد على النفس في الممارسة ..

إن من المهم أن يعلم كل سالك وكل من ينوي السير على طريق الحكمة الآتي :

السير على طريق الحكمة لا يتطلب أي مواهب على الإطلاق ..

ووصول السالك للمصدر الأول هو حتمية .. هو شيء يفرضه طبيعة الواقع الفعلي نفسه ..

من يظن أنه في حاجة لتعزيز مواهب أو إضافة شيء ما إلى نفسه كائن ما كان فهو لم يفهم شيء من كل ما ذكرناه في رسالة الخروج إلى الداخل ..

عليه بالعودة لقراءة الرسالة من جديد وبانتباه أشد هذه المرة !

لقد ذكرنا وكررنا مراراً وتكراراً..

إن حقيقة الإنسان هو أنه جزء من المصدر الأول .. هو ليس شيء غريب عنه ..

ذكرنا إن الإنسان في صميم حقيقته هو شيء أعلى من الشبكة وأعلى من الواقع الكلي بأكمله ..

هو شيء فوق كل هذا يرصد الواقع الكلي وكل الشبكات التي فيه .. ومنها شبكتنا هذه ..

الإنسان في هذا العالم .. في هذه الشبكة هو الغريب عن حقيقته الفعلية ولذلك هو يعانى ..

فلا توجد صفات إضافية .. ولا مواهب مطلوبة .

كل ما عليه أن يعود لحقيقته الموجودة فيه من الأصل ..

الإنسان يختبر هذه الشبكة ويعانى فيها لأن على وعيه طبقات وحُجب .. عندما يزِيل هذه الحُجب سيدرك حقيقته فوراً ..

إن أزال طبقات وعيه كلها في هذه اللحظة .. سيدرك حقيقته في هذه اللحظة .. وفوراً !

هو كَمَن فَتَحَ عينيه ورفع عنها الجفون التي تغطيها .. سيرى فوراً ..

فلا يوجد شيء لإضافته .. لا صفات ولا مواهب ..

بل بالعكس تماماً فالمطلوب هو التخلص من الموجود فيه !

على السالك أن يتذكر ذلك دائماً .. ولا ينساه ..

وعدم حدوث شيء على الرغم من الالتزام بالممارسة فهو لا يعني إلا أن السالك يشاهد الآن صحراء قاحلة في طريق رحلته إلى الهدف .

فكما ذكرنا في موضوع سابق فإن السائر على طريق الحكمة باتجاه المصدر الأول كالذي يريد القيام برحلة باتجاه مدينة ما هي هدفه ..

والرحلة بعيدة .. سيمر ويشاهد الكثير على الطريق .. جبال .. غابات .. وديان .. بحار .. وصحاري ..

السالك الذي لا يحدث له شيء هو يمر بصحراء قاحلة !

كل ما عليه هو المواصلة بهدوء .. وبطمأنينة ..

الوصول نتيجة حتمية تفرضها طبيعة السالك نفسه ..

كونه إنسان فهو لا شك جزء من المصدر الأول .. وكونه جزء من المصدر الأول فهو لا شك سيصل .

وفي الحقيقة إن عدم حدوث شيء للسالك بعد مرور بضعة أشهر .. أو سنة أو أكثر من الممارسة هي علامة جيدة له !

والسبب في ذلك إن هذا يدل على أنه ليس لديه الكثير من العوائق في الطريق ..

أو أن هذه العوائق ليست بالخطورة التي لدى غيره من السالكين الذين تمكنوا من مشاهدة خبرات قبله .

فكما ذكرنا فالعوائق هي طبقات الوعي .. العُقد التي في النفس .

وعندما تبدأ الممارسة ويتجه وعي السالك إلى داخله فهو سيواجه هذه الطبقات وهذه العوائق في طريق عودته للواقع الكلي والمصدر الأول ..

وعندما يواجه العقد تبدأ الكائنات بالتلاعب كما ذكرنا ..

فكثير من الخبرات الجديدة التي تحدث للسالك المبتدئ كالرؤى .. والمشاعر الغامضة لحدث شيء ما قريب .. معرفة بعض

الأشياء من المستقبل .. الأصوات والمشاهدات التي لا يراها غيره .. الخ

كثير منها يكون في البداية بفعل تلاعب الكائنات الأخرى فيه ..

هذا التلاعب قصده إما تحريك الخوف أو الطمع أو توليد الوهم في نفسه كما أوضحنا .. وكل ذلك لصرفه عن الطريق الصحيح .

فالسالك الذي لا يحدث معه شيء فهو لا يحدث معه شيء لأن الكائنات الأخرى لا تتلاعب فيه الآن ..
ما زال لم يواجه عقدة من عقد نفسه بعد حتى تستخدمها هذه الكائنات في تحريك الخوف أو الطمع أو الوهم ..
وهذا يدل على أن في نفسه صفاء يتجاوز ما لدى غيره .. وهذا شيء جيد ..

ولكنه بطبيعة الحال فإنه لا بد أن يواجه طبقات الوعي لديه عاجلاً أم آجلاً .. فكونه يختبر هذه الشبكة فهو يختبرها من خلال
طبقات موجودة فيه حتماً ..

كل ما هنالك إن هذه الطبقات التي لديه أخف وأقل تعقيداً من غيره من السالكين وهذا ما سيجعل من رحلته أكثر يسراً وهدوءاً ..
فبعض السالكين يواجهون مصاعب أكثر بكثير من غيرهم وهذا يعتمد على تركيب كل منهم .. وعلى طبقات الوعي التي تغلف
وعي كل منهم وعلى العقد المتشابكة في نفسه ..

كل ما على السالك أن يطمئن .. ويواصل الممارسة وهو على يقين من الوصول ..

وليتأكد أن التقنيات التي يمارسها لا تتطلب منه إلا المتابعة والانتباه قدر المستطاع ..

بهدوء وببساطة ودون شد أو تعجل ..

وإنه طالما فهمها عند قراءتها له فإنه دون شك قادر على ممارستها بالطريقة الصحيحة ..

فلا توجد طريقة صحيحة وطريقة خاطئة !

طالما أن التعليمات متبعة وهي بسيطة وليست كثيرة وكلها تقوم على الاسترخاء والراحة .. وعلى الانتباه ..

إذاً فهو يمارسها بالشكل الصحيح ..

فواصل الممارسة وهو على يقين بأنها تعمل في نفسه وكيانه .. تماماً كما يعمل الدواء في الجسد دون أن يشعر به المريض ..

عليه أن يتمسك بتقنية المراجعة والتقييم ..

وأن يعزز ملكة الصبر لديه .. فهو على الأغلب عجول !

وعليه أن يتذكر أن أي هدف أو نجاح في هذه الحياة .. وهذه الشبكة يتطلب سنوات من الجهد والمداومة .. والحرص والمتابعة ..

فكيف الحال لمن هدفه يتجاوز الشبكة كلها لما يفوقها بلا ما لا يمكن وصفه ..

فقد يفهم السالك كل ذلك .. ويتجه باتجاه التشدد بدلاً من ترك الطريق ..

فالسالك الذي لم يحدث له شيء .. أو السالك الذي حدثت له خبرات قد يندفعان باتجاه التشدد في الممارسة ..

وكأنهما يريدان حرق المراحل حرقاً .. وتخطيها قفزاً !

ويريدان المزيد والمزيد من الخبرات والمشاهدات ..

قد يدفعهما ذلك للتشدد في الممارسة .. وقضاء ساعات وساعات في الممارسة المقيدة ..

وساعات بل وأيام في الممارسة الحرة التي تتطلب تذكرًا وتفكيراً .. وكشفاً عن بواطن النفس ودوافعها .. وعن التنفيس بما فيها ..

الخ

وهذا يؤدي بهما إلى الانزلال والابتعاد عن الحياة .. والتهرب من المسؤوليات والالتزامات التي عليهم القيام بها تجاه أنفسهم ..

وأسرهم ومجتمعاتهم ..

يحدث ذلك لبعض السالكين من ذوي العزيمة الشديدة .. أو من ذوي الأنفس العجولة المتهورة ..

فنجدهم قد تركوا كل شيء وراءهم ونبذوه .. بحجة أنهم يبحثون عن ذواتهم .. ويسعون وراء الحقائق الكبرى .. الخ
فتراهم انعزلوا عن العالم وما فيه .. وابتعدوا عن الأنظار وانشغلوا بأنفسهم ..

ويؤكد لهم ذلك ما يعرفونه عن كبار السالكين والحكماء .. الذين اعتزلوا الحياة ونبذوها ..

وعن الصورة المتداولة عن الحكماء المنعزلين في الصحارى والغابات .. والكهوف والبراري ..

وهذا لا يجوز أبداً ..

وهو خطر عظيم يجب تجنبه بأي ثمن ..

فقد ذكرنا في رسالة الدخول إلى الداخل وفي قسم مسيرة الحياة أنه لا يجوز على السالك والذي يمارس منذ بضع سنوات أن يترك
الحياة وينعزل عنها في محاولة لتقليد الحكماء .. أو لظنه أنه أصبح حكيماً ..

إن هذا وهم من جملة الأوهام !

والطريق الوحيد لكشف هذا الوهم كالتريق في كشف كل الأوهام الأخرى .. صفات التمييز .

باستخدام صفات التمييز بصدق يعلم السالك فيما إذا كان عليه التشدد في الممارسة أم لا ..

صفات التمييز كفيلة بكشف ذلك بسرعة ..

فعندما يجد السالك من خلال صفات التمييز إنه يجبر نفسه جبراً في الممارسة ..

وأنه ينزع نفسه نزاعاً عن الحياة ..

فهذا معنى ذلك إنه على عجلة من أمره .. وإنه يهرب من شيء ما يخشاه ويخشى مواجهته ..

ويجعل من وهمه ورغبته في التشدد والانعزال ملاذاً يتمسك به للهرب من الحياة .. والتخلي عن المعركة .. والتراجع عن
الحرب والمواجهة مع الحياة ..

ولقد ذكرنا في الرسالة وفي قسم مسيرة الحياة إن نتيجة ذلك ستكون تحطيم السالك تحطيماً كاملاً .. سيؤدي به إلى اليأس
والانهيار ..

سيتفتت عقله .. وستتحطم نفسه بفعل هذا التشدد ..

وقد حدث ذلك للكثير من السالكين الصادقين .. الذين تشددوا في ممارساتهم بحجة السعي للحقيقة وهم في الحقيقة يهربون من
الحياة ..

لقد تمسك هؤلاء السالكين بوهمهم .. الذي يحميهم من الحياة التي يخشون مواجهتها ..

فلم ينتج عن ذلك إلا ما ينتج عن التمسك بأي وهم آخر ..

الخيبة .. والخذلان .. واليأس والدمار ..

التحطيم الكامل للنفس والعقل .. ثم الجنون ..

ويثبت التاريخ الكثير من الأقوال والأوهام الجامحة التي نادى بها هؤلاء المتوهمين !

كما ذكرنا في الرسالة وفي قسم مسيرة الحياة .. فإن الحياة ليست عبثاً ..

الحياة هي ميدان التقييم والتدريب ..

لا يمكن للسالك أن يعرف مكنون ذاته .. ونقاط ضعفه .. إلا من خلال التفاعل في الحياة ومن فيها من ناس وما بها من أحداث ..

بغير ذلك ستظل هذه المكونات والرغبات ونقاط الضعف والميول موجودة فيه كامنة تحركه من حيث لا يعلم ..

إن انعزل السالك عن الحياة وهرب منها .. وإن ادعى واهماً إنها ليست فيه .. ستحطمه هذه الرغبات وهذه الميول ..

تماماً كما تحطم مطرقة هائلة قطعة من الكعك !

وتكون نتيجة لذلك الكثير من الأفكار الوهمية الجامحة التي تخرج على الناس من هؤلاء فتزيد التشويه والتشكيك بطريق الحكمة وبتجاه الحكماء ..

وتصب المزيد من الوقود على نار المجادلات والتصديق والتكذيب كما ذكرنا ..

لذا ..

لا بد أن يفهم السالك تمام الفهم ذلك ..

لا يمكن تخطي المراحل ..

لا يمكن للإنسان العادي أن يصبح عداءً عالمياً خلال بضعة أشهر بالتشدد بالتدريب والممارسة .. إن ذلك سيدمر جسده تدميراً ..

ولا يمكن إجبار الطفل الصغير على فهم العلوم العليا خلال بضعة سنوات بالتشدد في التعليم والتلقين .. إن ذلك سيحطم عقله الصغير ..

ولا يمكن أن نتوقع من طعام ما أن ينضج في دقائق بتشديد النار عليه .. سيحرق هذا الطعام .. وسيحرق الوعاء !

لابد من أخذ الأمور بالتدرج والتروي ..

وإعطاء كل شيء وقته الضروري له ..

السالكون المنحرفون يسعون لتخطي المراحل بسرعة .. فيضيعون

المتوهمون يتخطون المراحل ويظنون إنهم حققوا قدرات خارقة بينما الطريق مازال أمامهم طويل .. فيضيعون .

والمتشددون يسعون لتخطي المراحل في التشدد بالممارسة .. فيضيعون .

نعم .. الرغبة الشديدة بالتقدم على طريق الحكمة مهم ومفيد ..

ولكن لا يجب أن لا يصل لدرجة التشدد والإجبار ..

وبفرض التشدد بالممارسة .. وبالسعي للهروب من الحياة والالتزامات ..

وبفرض الزهد على النفس فرضاً ..

الحكماء لا يفرضون على أنفسهم شيء أبداً ..

الزهد الذي يظهر منهم هو تابع من صميم ذاتهم .. هو طبيعي بالنسبة لهم ..

كزهة الرجل بألعاب الأطفال وعدم اكترائه بها .. لا إجبار هنا ولا تشدد ..

وكذلك الأمر في طريق الحكمة ..

إن كل هدف كبير يتطلب الوقت والمراحل للوصول له ..

ولا يوجد أعلى من هدف السالك ..

فتوقع الوصول لهذا الهدف خلال بضعة أشهر أو سنين هو سلوك طفولي .. تهور وهوج .. تململ ودلال !

وهذا لا يليق بذئ نفس ناضجة فضلاً عن سالك !

فإذا كان الأمر كذلك ..

ووجد السالك في نفسه هذا السلوك الطفولي وهذا التطلب وهذه العجلة .. فليعلم إن هذه هي الصفة بالذات هي التي يجب أن يتخطاها في نفسه ..

ودون أن يتخطى السالك حدود ذاته لن يتمكن من اختراق الشبكة .. فالحدود هي التي تمنعه من ذلك ..

ولهذا هي اسمها حدود للذات .. لأنها تحد الذات عن الانطلاق !

فالتملل .. والتشدد .. صفتان منبعضهما العجلة ..

فإذا وجد السالك هذه الصفات في نفسه ..

ووجد أنه يتملل من الممارسة .. فليأخذ نفسه بالشدة وليعلمها الانضباط .

وإن وجد في نفسه الميل للتشدد .. فليأخذ نفسه بالهدوء والسكينة وليعلمها التروي .

وليلزم نفسه بمهام تتطلب الهدوء والصبر .. والانضباط والالتزام .. والتدرج والتروي ..

وأهم ما يمكن فعله لتقوية ملكة الصبر والانضباط هو الالتزام الصارم والحاسم بالتقنيات التي ذكرناها .. والالتزام الصارم بالتدرج والتروي فيها ..

والصبر على اجتياز المراحل في وقتها ..

والالتزام بتقييم نفسه بذلك .. ومحاسبتها عليه

فإن تمللت .. عاقبها بالتشدد ..

وإن تشددت .. عاقبها بالهدوء !

بالالتزام بالتمارين المذكورة تتعزز لديه ملكة الصبر والتدرج ..

وسيتمكن عندها من تجاوز هذا العائق في نفسه .. وعندها يكون قد أزال حجاب من حُجب الوعي التي تغلف وعيه ..

عندما يحدث ذلك بصدق وجدية ..

فليتوقع المزيد من التقدم .. والمزيد من الخبرات التي تأتي بالتدرج ..

فهي قريبة وقادمة لاشك ..

إن هذه في نظرنا هي أهم الأخطار التي تواجه السالك الصادق على طريق الحكمة ..

أوضحناها بشيء من التفصيل عن حقيقتها وكيفية مواجهتها لما نعلمه من حتمية مواجه السالك الصادق لها ..
يتبقى هناك بعض الأخطار الأخرى والتي هي أقرب للأعراض منها للأخطار ..
لنتحدث عنها ..

أخطار وأعراض أخرى ..

مدخل

رحلة السير على طريق الحكمة ليست بالرحلة اليسيرة ..

هي ليست هزلاً !

إنها الرحلة التي لا بد للإنسان أن يسير بها ..

هي قدر الإنسان شاء أم أبى ..

وهي رحلة خطيرة مليئة بالفخاخ والمتاهات ..

لذا فالسالك يواجه خلالها الكثير من الأخطار التي إما أن تفرض عليه الرجوع والعودة للشبكة .. أو الانهيار تحت تأثير الضغط الموجود على حدودها ..

وقد أوضحنا في المواضيع السابقة أهم الأخطار وأشدّها فتكاً والتي لا بد للسالك من مواجهته لها ..

إن كان من السالكين الصادقين ..

وبيّنا ماهية هذه الأخطار وكيفية عملها في ذهن السالك ونفسه .. وكيفية مواجهتها والتغلب عليها ببسر وأمان ..

يتبقى بعض الأخطار التي قد تواجه بعض السالكين وقد لا تواجه بعضهم الآخر ..

الأمر هنا يعتمد على تركيب السالك وطبقات وعيه .. فالبعض قد يعاني منها كلها والبعض قد يعاني من بعضها ..

سنشير لها هنا حتى يتبين السالك الصادق ماهيتها .. ويعلم أنها أعراض طبيعية يتعرض لها السالك كما يتعرض لها غيره ..

وسنبين كيف يمكن للسالك أن يتخطاها ليضمن لنفسه رحلة آمنة .. وسريعة نحو الهدف ..

فالمشكلة دائماً في الجهل ..

عندما يجهل السالك حقيقة هذه الأخطار وعندما يستشعر بها في نفسه فقد يعطيها حجماً أكبر من حجمها ..

وقد يهابها .. ويضطرب بسببها ..

وفي هذه الحالة فطبقات الوعي جاهزة تماماً لتوليد الأوهام !

والكائنات الأخرى مستعدة وجاهزة دائماً لإعطاء المزيد من الحدة لهذه الأوهام !

ولكن ..

عندما يفهم السالك حقيقة هذه الأخطار .. ويعلم أنها لا تواجهه وحدة .. وأنها مرحلة طبيعية ومتوقعة على طريق الحكمة ..

عندها يسهل التعامل معها .. ويسهل مواجهتها وتخطيها ..

من هذه الأخطار يمكننا تحديد الآتي :

الارتباك الشديد بين الشبكة وما وراها .

التصلب في التعامل مع الحياة وما فيها .

الاشمزاز من الشبكة وما فيها ومن فيها .

الكآبة و فقدان حس المتعة والاستمتاع .

يمكن الاستعانة بهذه الأخطار للفهم والقياس على أخطار أخرى قد تكون لم نذكرها في هذه الرسالة ..

سنتحدث فيما يلي عن الارتباك ..

الارتباك الشديد بين الشبكة وما وراها ..

وهو عرض يظهر كثيراً للسالكين الصادقين في سنواتهم الأولى على طريق الحكمة ..

وهو ناتج عن عدم التمكن والخبرة في التعامل مع الحياة من خلال تقنيات الممارسة ..

فالسالك الذي فهم التقنيات وتعلمها .. والذي يعيش في داخل الشبكة ويواجه ما فيها ومن فيها من خلال علاقات بالغة التشابك والتعقيد ..

والذي يحاول في نفس الوقت الالتزام بالتطبيق المتواصل لهذه التقنيات على ما يواجهه من الشبكة ومن تأثير تفاعلها مع طبقات وعيه ..

فهو لا شك سيكون عرضه لارتباك شديد ..

بين ما يعلم ما عليه فعله .. وبين ما يعلم ما يجب فعله ..

الشبكة تولد ضغوطاً شديداً على السالك وعلى الإنسان العادي على حد سواء ..

وهي تضغط على كل من فيها بشدة وبشكل متواصل ..

متطلبات الحياة .. المسؤوليات .. العلاقات الاجتماعية .. الضغوط الاقتصادية .. الرغبات .. المخاوف .. الأحداث .. الخ

هذا الضغط يشتد أكثر وأكثر في كل مرحلة تاريخية تمر بها الشبكة ..

والمرحلة التاريخية التي نمر بها الآن تجعل ضغوط الشبكة على الجميع هائلة .. الشبكة نفسها تضيق وتضيق في كل مرة أكثر ..

وتخنق الجميع ..

وهذا بفعل النظام الاجتماعي وتغيراته والتي تحدثنا عنها بالتفصيل في رسالة من السماء إلى الأرض ..

بمعنى آخر الضغط هائل على الجميع !

الضغط يقع على الجميع ..

على السالكين وعلى العوام من غير السالكين ..

العوام يتعاملون مع كل ذلك بالطريقة نفسها .. وهي الطريقة التي تفرضها طبقات الوعي لديهم ..

ولهذا فهم يدورون و يدورون في دوائر مغلقة من المعاناة والصراعات التي لا تنتهي ..

يكون نتيجة كل ذلك الكآبة .. الحزن .. القلق .. اليأس .. التطرف .. وغيرها الكثير من أشكال المعاناة والتي تحدثنا عنها في رسالة الخروج إلى الداخل ..

السالك يعلم ما هو أفضل من هؤلاء كثيراً ..

لقد اكتفى من كل ذلك .. ويود الخلاص من كل ذلك !

فيلتفت باهتمام لطرق الحكمة ويتعلم أسسه وتقنياته ..

المشكلة تحدث عند السالك عندما يحاول ان يطبق ما تعلمه من تقنيات الحكمة .. مراقبة النفس .. التحري عن الدوافع .. التفكير .. تجاوز العوائق .. الخ

سيجد أن ذلك مربكاً ومحيراً ..

لا يكاد يعرف من أين يبدأ وأين ينتهي !

تعرض لهذا الموقف .. ولذلك الحدث .. ولخيانة من هذا .. ولتحدي من ذاك .. ولمطالبات من هؤلاء .. كيف سيتعامل مع كل ذلك بالطريقة التي يجب أن يتعامل بها السالك ؟

إن الأمر يبدو مربكاً في التوفيق بين كل هذه الاتجاهات المتضادة ..

هو أشبه بإنسان مقيد بسلاسل كثيرة .. يشده كل منها باتجاه مختلف ..

متطلبات الحياة وأحداثها .. ردود الفعل التي هو معتاد عليها .. وتقنيات الحكمة وطرقها ..

كل منها له سلسله وكل منها يشد باتجاه مختلف ..

وكلها تشد بقوة !

والسالك يبدو هنا وكأنه يتحطم أمام كل هذه الضغوط ..

لا يواجه هذا العرض السالكون الذين حياتهم على العموم سلسله ومتناغمة والذين هم راضون بشكل عام عن حياتهم .

ولكنه يظهر واضحاً على السالكين الذين حياتهم مليئة بالاضطرابات والتناقضات .. والذين هم على العموم غير راضين عن حياتهم .

وهو يولد ضغوطاً ذهنية ونفسية هائلة على السالك الحريص على الالتزام بطريق الحكمة ..

تتسبب هذه الضغوط بالتوتر العصبي .. القلق .. الإحباط .. والغضب ..

ثم تتحول بعد ذلك إلى كآبة .. شعور بالعجز .. ثم يأس .. فانهيار ..

طبعاً الكثير من العوام يتعرضون لهذه المشاعر تحت تأثير الشبكة كما ذكرنا ..

ولكننا نقصد هنا السالك الذي يحرص على تقنيات الحكمة .. والتي تتسبب تقنيات الممارسة بمزيد من الضغوط عليه ..

والارتباك في كيفية التوفيق بينها وبين الحياة ..

إن كل ذلك أمر طبيعي ..

على السالك أن يفهم أن هذه الضغوط التي تسببها تقنيات الممارسة هي علامة مهمة ومفيدة ..
هذه الضغوط بحد ذاتها هي علامة على حرص السالك على الطريق وعلى السير فيه ..

لا بد أن يفخر السالك بنفسه بسببها !

فلو لم يكن حريصاً على الطريق لما تعرض لهذه الضغوط ..

هذا الحرص أساسي وجوهري .. ولا بد من الحفاظ عليه وتعزيزه على طول الطريق ..

إنه توجه القلب نحو الطريق .. والذي لا يمكن السير دونه ..

وعلى السالك أن يفهم أيضاً إن هذا الارتباك هو أيضاً طبيعي ومفهوم ..

وهو أمر متوقع في بداية الطريق ..

وسببه هو أن السالك مازال جديداً على هذه الممارسة .. ولم يتمكن منها .. ولم يتمرس بها بعد.

وقد أشرنا لذلك في رسالة الخروج إلى الداخل ..

وقلنا أن الأمر أشبه بتعلم قيادة السيارة ..

فالمتعلم الجديد يكون في حالة شديدة من الارتباك في الأيام الأولى لقيادته ..

وبين التوفيق بين كل المتطلبات التي تفرضها القيادة ..

الانتباه للطريق .. النظر للمرائي .. الانتباه للسيارة .. للشارع .. للناس الذين يمشون .. للسيارات الأخرى .. الخ

الأمر يبدو مربكاً جداً .. ويتطلب جهداً ذهنياً هائلاً ..

ولكن وبعد فترة من الممارسة سيتمكن المتعلم من التعامل مع كل ذلك بكل يسر وسهولة .. عندما يتمكن من الأمر .

نفس الشيء هنا ..

السالك الذي يعيش حياة سلسلة هو أشبه بمن يتعلم القيادة في منطقة ريفية خالية من الناس والسيارات .. أو القليل منها ..

لذا يكون ارتبائه أقل ..

السالك الذي يعيش حياة مضطربة هو أشبه بمن يتعلم القيادة في مركز المدينة وفي ساعة الازدحام !

لا شك أن ارتبائه سيكون أشد .. واضطرابه أعظم ..

في كلا الحالتين فهذا الارتباك ناجم عن عدم التمكن ..

وهو أمر سيسهل تدريجياً بالممارسة المتواصلة ..

دون ممارسة لن يزول هذا الارتباك ..

شيئاً فشيئاً سيتمكن السالك من التعامل مع الحياة ومتطلباتها .. ومن تقنيات الممارسة التي يطبقها على الحياة بكل يسر وسهولة ..

ولن يتطلب الأمر أي جهد يذكر ..

تماماً كسائق السيارة المتمرس والذي يقود بكل يسر .. ودون جهد ..
خلال فترة الارتباك تظهر أهمية التقنيات الحرة هنا مرة أخرى .. وخصوصاً تقنية التفريغ ..
إن الأمر كله سهل ويسير بشيء من الممارسة والالتزام ..
المهم أن تتوفر الإرادة والعزيمة وتوجه القلب ..
بعد ذلك كل شيء يسير ..
فيما يلي سنتحدث عن التصلب في التعامل ..

التصلب في التعامل مع الحياة وما فيها .

قلنا أن على السالك الالتزام بصفات التمييز .. والتقيّد بها بحزم ..
ليتمكن من تخطي الأوهام التي تظهر في ذهنه نتيجة للممارسة أو في مجمل أحداث الحياة ..
الأوهام الجامحة .. والأوهام الأليفة !
والشجاعة هي إحدى صفات التمييز .. والتي بالالتزام الصارم بها يتمكن السالك من مواجهة مخاوفه التي يهرب منها .
فناثير الشجاعة لا يظل داخل عقل السالك ونفسه .. بل إنه يخرج للعالم الخارجي ..
من خلال قرارات صعبة يتم اتخاذها .. وتغيرات على نمط الحياة والمعيشة ..
وتغيير للمحيطين والأصدقاء .. ومواجه الآخرين والمطالبة بالحقوق التي له والتي خشي المطالبة بها من قبل ..
من خلال بذل الجهد .. وتقديم التضحيات ..
ومن خلال مواجهة المجهول الذي يترتب على كل هذه التغيرات ..
قد يدفع الحماس وضعف الخبرة لدى السالكين الجدد بهم إلى القيام بأعمال متطرفة لا يجوز القيام بها ..
تغيير مفاجئ للسلوك .. طرد قاس للآخرين ورفضهم ..
قطع عنيف لعلاقات قديمة .. تغيير أهوج لعمل أو مهنة .. تشدد مبالغ فيه في المطالبة الفورية باسترداد الحقوق ..
وهذا يحدث في الأغلب للسالكين من ذوي العزم والإرادة القوية .. وذوي الأنفس العجولة والمتهورة ..
النتيجة بالطبع ستكون كارثية !
ولن تأتي بالتأثير المطلوب .. وستولد هذه النتائج مزيد من الأحداث التي تولد مزيد من الأوهام ..
فأفعال وردود أفعال .. ودائرة سلبية لا تنتهي ..
أن الأمر ليس كذلك ..
فالسالك تشدد في استخدام صفة الشجاعة ..

ونسى صفة التروي !

إن التغييرات المفاجئة قد تكون متعذرة .. وأن التشدد بإحداثها قد يؤدي لما هو أسوأ منها ..
إن على السالك الملتزم بصفة الشجاعة أن يتحلى بالمرونة والذكاء في التعامل مع التغيرات التي عليه اتخاذها ..
الحياة تتطلب المرونة كما تتطلب الشجاعة .. وبنفس الدرجة .
التفكير .. والمراجعة .. والتأني .. والسماحة .. والصبر .. كلها ضرورية للتعامل مع الحياة وتغيراتها المعقدة والشائكة ..
التشدد .. والتصلب .. والعجلة .. والتهور .. لن تنفع .
قد يعلم السالك أن عليه اتخاذ قرارات صعبة .. ولكن التنفيذ قد يتطلب التدرج ..
وقد يكون من المستحيل إحداث تغيير مفاجئ في علاقة ما .. قد يتطلب الأمر الصبر عليها ..
وقد يتطلب المطالبة الفورية بحق مشروع فقدان لحقوق أخرى أهم ..
وقد يتسبب تغيير مفاجئ للسلوك إلى إرباك مقربين .. وإيذاء محيطين .. وإحزان محبين ..
وكل ذلك لا يجوز ..
وسيتسبب بآثار أسوأ تولد نتائج أسوأ من السابقة !
لا بد من التأني .. والتدرج .. والمرونة ..
فكثير من الأوضاع الصعبة قد يكون من غير الممكن تغييرها فوراً .. مما يتطلب الصبر عليها ..
والصبر ملكة من الضروري أن يتحلى بها السالك ..
فإن لم يكن من البد على الصبر على وضع ما فلا يتوقف السالك هنا مستسلماً ..
بل يوجه جهده الذهني والنفسي في الحد من تأثير هذا الوضع على النفس والحد من سطوته على حياته وعلى سعادته وهدوءه
النفسي الداخلي ..
وهو أمر ممكن تحقيقه لأنه يعود للسالك نفسه ..
وسيكسب السالك من ذلك خبرات عميقة عن نفسه وفكره وعن العالم أيضاً ..
وقد تتطلب بعض الظروف الأخذ بالحلول الوسط دون بد إما لتعذر الحلول الكاملة أو تفهماً وتعاطفاً مع أحد آخر .. فليتخذ
السالك عندها الحلول الوسط وليلتزم بالمرونة والتعاطف قدر الإمكان ..
فما لا يؤخذ بالشدّة .. يؤخذ بالمرونة ..
وما لا يؤخذ بالقسوة .. يؤخذ بالحنان ..
وما لا يؤخذ بالعجلة .. يؤخذ بالصبر ..
وما لا يؤخذ بالمباشرة .. يؤخذ بالمرأوة !
ما نقصده من كل ذلك إن ظروف الحياة شديدة التباين .. وكثيرة التعقيد .. متشابكة ومعقدة ..
ومتغيرة وغير متناهية ..

ولا يمكن إعطاء تعليمات محددة لما هو غير محدد .. ولا إرشادات منتهية لما هو غير منتهى .

كل ما نريد أن نؤكد عليه للسالك هو أن الشجاعة هي شيء .. والتشدد هو شيء آخر ..

الشجاعة التي ذكرناها وطالبنا السالك بالتمسك بها بحزم تعني في الأساس شيء واحد ..

هو القيام بفعل ما مباشر لمواجهة العُقد التي تولد الأوهام ..

الفعل لإحداث تغيير هو المطلوب .. وهو الأمر الثابت الذي لا بد من الالتزام به بحزم ..

ولكن كيفية الفعل .. فهو أمر متغير على حسب الظروف والموقف والزمن ..

إنها الحياة والتعامل بها !

وهي عملية متواصلة من البحث والتجربة والخطأ ..

عند معرفة فعل ما يجب اتخاذه لمواجهة المخاوف فلا بد من العمل بأفضل الحلول وأقلها ضرراً على الآخرين إن كان ذلك ممكناً.

لا بد من التشدد وقت الشدة .. والمرونة وقت المرونة ..

وفعل أقصى ما يمكن لإحداث التغييرات المطلوب بأقل التكاليف .

ثم مشاهدة النتائج التي تترتب على ذلك ..

فإن فعل السالك ما باستطاعته واكتشف إنه أخطأ في فعل ما .. فعليه التراجع عنه وإحداث التغيير المطلوب ..

وعليه ألا يتوقف كثيراً بأسى عند الخطأ ونتائجه ..

فليتعلم من الخطأ وليواصل المسير ..

إن من المهم أن يفهم السالك هو أن الالتزام في الممارسة ستساعد السالك حتى على مواجهة صعوبات الحياة وما فيها ومن فيها ..

لأن الممارسة توسع مدارك السالك وترفع من ذكائه .. فسيتمكن عندها من النظر لكل حياته نظراً صحيحاً ..

ولأن الممارسة ستمكّن السالك من تخطي حواجز عميقة في نفسه لطالما منعه من الالتفات للحلول كانت أمامه ..

وأبواب ومداخل كانت أمامه عينيه .. ولم يرها بسبب هذه الحواجز ..

ولأن الممارسة ستقوي شجاعة السالك وجسارته وسترفع من ثقته بنفسه بسبب تخطيه لعُقد نفسه ..

الأمر الذي سيمكّنه من القيام بأعمال لم يتخيل إنه قادر عليها من قبل ..

والتفكير ببدائل لم يكن يجرؤ على التفكير بها من قبل ..

كل ذلك سيساعد السالك على تخطي عقبات الحياة وصعوباتها ببسر وبراعة ..

وهي مهارات سيكتسبها تدريجياً كلما أوغل في الممارسة .. وتعمق فيها .. وتمكن منها ..

لقد قال الحكماء والسالكون المتقدمون ذلك من قبل ..

ونحن نشهد على صحة ذلك من خبرتنا المباشرة ..

وسيشهد السالك على ذلك بنفسه .

بالإضافة لعرض التصلب فقد يتعرض السالكين لعرض آخر .. الاشمزاز ..

الاشمزاز من الشبكة وما فيها ومن فيها .

مما لاشك فيه أن الالتزام الطويل بتقنيات الممارسة توسع الوعي .. وتزيد الذكاء .. وتحد الفكر .. وتعمق العقل ..

وتصحح المفاهيم .. وتهذب النفس .. وتصفي الذات .. وتحول العقل إلى ما يشبه السيف الحاد القادر على الفصل بين الحق والباطل .

كل هذه النتائج سياتررتب عليها فهماً أعمق للعالم وما فيه .. وترابط للأحداث والظواهر التي بدت مشتتة متناثرة في السابق ..

ولحظات عظيمة لفهم ما كان غامضاً .. وانبهاراً بكشفا لقضايا طالما كانت مبهمة ..

وحلول سهلة ومفاجئة لمشاكل ومسائل كانت معقدة .. وحلاً لعقد في النفس وفي الحياة لطالما كانت متشابكة ..

فكما ذكرنا في رسالة الخروج إلى الداخل وفي قسمة الكل وأجزائه والعالم كوحدة واحدة هو إن العالم كله .. الوجود كله هو شيء واحد ..

هو وحدة واحدة مترابطة ومتحركة لا يمكن فصل أجزاءه عنه ..

الواقع ككل هو أشبه بشاشة سينمائية .. تعرض صورة متحركة ومتغيرة .. هذه الصورة هي صورة واحدة ..

المشكلة إن الجاهل في هذه الحقيقة ينظر لمربع صغير من هذه الشاشة .. جزء صغير من الشاشة لا يرى غيره ..

ثم يحاول بالنظر لهذا الجزء من فهم الحركة الكلية التي تحدث في الشاشة كلها ..

إن هذا أمر مستحيل !

لهذا تبدو الصورة في عين الجاهل غير مفهومة .. عشوائية .. لا معنى لها ولا نمط ..

أما الأنبياء والحكماء فلأنهم يرون الصورة التي تعرض على الشاشة بأكملها ..

لهذا فهم يفهمون لماذا تتحرك في هذا الجزء بهذه الطريقة وبذلك الجزء بتلك الطريقة الأخرى .

هم يستطيعون الفهم وربط الأجزاء لأنهم يرون الصورة بأكملها .. الواقع الفعلي كله ..

السير على طريق الحكمة والالتزام بالممارسة الروحية يمكّن السالك من رؤية أجزاء أكبر وأكبر من صورة العالم الواحدة ..

كلما رأى قسماً أكبر .. كلما تترابط لديه الأجزاء أكثر.. وكلما تعمق لديه الفهم للعالم وما فيه ..

السالك الذي قطع شوطاً جيداً على طريق الحكمة هو أيضاً يرى جزءاً يكبر تدريجياً للصورة الكلية ..

ويفهم أكثر ترابط العالم وأجزاءه ..

ولكنه يواجه كل يوم .. ويصطدم في كل ساعة مع الكثير من الحماقات التي يولدها الجهل بكل ذلك ..

أفكار العوام وفهمهم السقيم .. سلوك ومعتقدات مبنية على ذلك .. عادات وتقاليد .. أفكار وفلسفات .. فهم خاطئ ومنحرف لكل شيء ..

يواجه ذلك بأفعال الناس الذين يتعامل معهم والذين يسمع عنهم .. في السياسة التي تدور أحداثها .. في الاقتصاد وكيفية إدارته .. في المجتمع وثقافته وسلوكياته ومعتقداته .. في أساليب التعليم والتربية .. في النظر للأديان والعلوم .. الخ

كلها أفكار ومفاهيم خاطئة نابعة من الفهم الخاطئ لما يحدث في الواقع بالفعل ..

عندما يقرأ .. عندما يتابع .. عندما يتعامل مع الآخرين .. عندما يسمع لهم بكل أشكال السمع .. هو يواجه الجهل ..

في كل مكان يتوجه إليه !

كلما تعمق فهم السالك أكثر .. وتحسنت نظرتة للواقع الفعلي كما هو موجود بالفعل .. كلما تفتحت عيناه على الحقيقة أكثر ..

وكلما تفتحت عيناه على الحقيقة .. كلما شاهد واختبر بنفسه مدى عمى الناس والعالم الذي يعيشون فيه !

مدى تخبطهم .. وتلاطمهم وتصادمهم بالجدران ..

عالم ضائع .. وناس ضائعون ..

عالم ضال .. وناس ضالون ..

عمى يقودهم عميان !

إن كل ذلك مثير للسأم والأسى في نفس من يعلم .. والذي يتأثر معهم في عالم قلبوه رأساً على عقب !

كلما تقدم السالك على الطريق كلما زادت جرعات الجهل التي عليه تجرّعها يومياً !

وإن أكثر ما يزيد الأمر سوءاً فوق كل ذلك .. هو العناد والمكابرة والتبجح بالجهل .. وعدم الاكتراث للمعرفة من قبل اغلب البشر ..

يحاول أن يفهمهم .. فلا يفهمون ..

يعلمهم .. فلا يتعلمون ..

يعرض عليهم الحقائق .. فيتمسكون بالأباطيل ..

يقدم لهم الوقائع .. فلا يقبلون إلا الأوهام ..

يكلّمهم بحرص وحماس .. فيواجهونه ببرود وبلادة ..

يحثهم على تبسيط الفهم .. فيتفذلكون ..

ويطالبهم بالبداهة .. فيتنتطعون ..

يلفت انتباههم لأصل البلاء .. فيلتفتون للفروع ..

يوجههم للجوهر .. فيتمسكون بالمظهر ..

كل ذلك بتبجح .. وعناد ومكابرة .. ومراوغة لا تنتهي .. وثقة زائدة بالجهل الذي هم عليه .. وغرور عن التعلم والفهم من غيرهم ..

إن السأم هنا يتحول لاشمئزاز ..

والاشمئزاز .. ينمو مع كل هذا ليتحول لاحترار ..

فيمل السالك بعد ذلك من العالم وما فيه .. ويسأم الناس وما لديهم .. يشمئز منهم ويحتقرهم ..

إن هذا عرض من الأعراض التي تحدث لا محالة بعد كل خطوة كبيرة يخطوها السالك على طريق الحكمة ..

وهو عرض مبرر ومفهوم ..

فالعالم حقاً مليء بالهراء !

ولكن ..

على السالك هنا ألا يبالغ في غيه .. وفي رفضه لهذه المفاهيم السقيمة ..

وعليه ان يضبط نفسه وفكرة لمنع المبالغة في كل ذلك ..

وعليه أن يتذكر أنه هو جزء من هذا العالم .. وإنه كان في يوماً ما من الجاهلين ..

وأنه ومنذ وقت قليل كان يرى ما يرى الآخرون في كثير من الأمور أو بعضها ..

فليس معنى أنه فهم أمراً ما وعلم ما به من ضلال أن يفهم العالم كله ما فهمه .. ويرى ما رآه ..

وما أدراه لعله مخطئ بفهمه الحالي كما كان مخطئاً من قبل ؟

فهو لم ير العالم كله بعد ..

وما زال في الشبكة ولم يخرج منها !

ولو خرج منها لعلم أن كل ذلك الجهل وكل هذا الفهم السقيم .. وكل ما عليه الناس من أباطيل هو جزء من الصورة الكلية .. وليست خارجة عنها .

وأنه جزء من تحرك وتغير الواقع الكلي .. يمثل كل إنسان منه جزءاً ضرورياً ..

فالكل هم في النهاية في هذا الواقع وحدة واحدة لا تتجزأ .

وعليه ألا ييأس من العالم وما فيه ..

ففي العالم خير ..

وفي العالم راغبون في التعلم كما كان راغباً هو في التعلم ..

وخصوصاً في هذه المرحلة الشائكة التي تمر بها الشبكة ومن فيها ..

هناك الملايين ممن هم غير راضين عن كل ما يحدث .. رافضون وينتظرون أمراً ما ..

محتارون وضائعون ..

هناك الملايين ممن يرغبون في إحداث تغيير جذري في أنفسهم وفي العالم ولكنهم لا يعلمون كيف ؟ ولا ما عليهم فعله ؟

وكما أن السالك تعلم بعد أن كان جاهل .. واهتدى للطريق بعد أن كان ضالاً ..

فهناك الملايين ممن يسعون لذلك وهم جاهزون له ..

إن المشكلة إن شعور الاشمئزاز هذا إن استحكمت في النفس فسيجعل الحياة في هذا العالم مستحيلة ..

والخطر الكبير الذي على السالك تجنبه بأي ثمن هو إن هذا الشعور سيؤدي مع الوقت ولا محالة للغرور والتعالي ..

والغرور هو أصل الوهم ..

والوهم هو الخطر الأكبر ..

فإن لم يضبط السالك نفسه وفكره وسمح لهذا الشعور الخاطئ بالتمدد والاستحكام في نفسه ستتولد منه أوهام كثيرة ..

وسيعود السالك مرة أخرى للأوهام الجامحة !

وستصبح عائقاً جديداً أمامه .. وأمام تقدمه على الطريق ..

والسالك يفعل أي شيء لتجنب ذلك .. وبأي ثمن ..

فعلى السالك هنا الالتزام بصفات التمييز ..

والتمسك بالتواضع ..

ففوق كل ذي علم عليم ..

فلا يجوز الاشمزاز والاحتقار ..

ليس هذا من سلوك الحكماء !

فلا يجوز للكبير الناضج أن يحتقر أو يشتمن من جهل الطفل الصغير ..

بل إن هذا يجب أن يدفعه للتعاطف معه .. والرغبة في المساعدة ..

دون إرغام وتشدد ..

بأن يعطي الآخرين على قدر تلقيهم .. وعلى مقدار استيعابهم .. كما يعطي الكبير الصغير الفهم على التدريج ..

فالناس وعقولهم كالأوعية .. بعضها كبير قابل لتقبل كم كبير من المعرفة .. وبعضها لا يكاد يحتمل قطرة من المعرفة أو بضع قطرات !

وليسعى هو لعمل التغيير الذي يطالب به الآخرون ..

وليسأل نفسه عما قام به هو في هذا العالم لإحداث تغيير ما ؟

وما الذي عليه فعله للقيام بذلك ؟

فليتوقف عن الشكوى .. وليبدأ العمل ..

وليضيء شمعة .. ولا يلعن الظلام .

الكآبة و فقدان حس المتعة والاستمتاع .

بعض السالكين .. وخصوصاً المبتدئين منهم بعد أن يخطو قليلاً في طريق الحكمة .. ويتمرسون بعض الشيء في تقنياتها ..

وبعض شيء من الخبرات الجديدة والكشوف الهامة ..

يتأكدون من أن كل ما قاله الحكماء هو عين الصواب .. ورأس الحقيقة .

وكل ما قالوه عن العالم وما فيه .. وعن المعاناة وأشكالها .. وعن مصير الإنسان وقدره صادق ..
فقد شهدوا ذلك الآن بأنفسهم ..

عندما يحدث ذلك ينغمس هؤلاء السالكين أكثر في كتب الحكمة و أقاويل الأنبياء والحكماء ..

ويوغلون كثيراً في الممارسة .. وينفرون من الحياة وما فيها من بهارج ..

ولا يفكرون إلا بالموت وآثاره .. والمعاناة التي يمر بها الإنسان منذ ولادته وحتى مغادرته لهذه الشبكة ..

ولا يفكرون إلا بذلك .. ولا يتكلمون مع غيرهم إلا به .. ولا يقرءون إلا عنه .. ولا يستمعون إلا له ..

ويبعدون أنفسهم عن الاستمتاع بالحياة وما فيها ..

بحجة أن الحياة وهم من يتبعه كمن تبع السراب .. ومن يلتفت إليه يغرق في غياهب الشبكة ..

يحزنون على هذا المصير .. وينظرون لكل شيء من هذا المنظور ..

فتتحول حياتهم ونظرتهم إلى سواد في سواد ..

فيمل الآخريين وينفرون منهم .. ويبعدون عنهم للكآبة التي يبعثونها في القلوب .. وللسواد الذي يصبغون فيه كل شيء من حولهم ..

وحتى هم .. فإن أنفسهم تمتلئ بالحزن .. وقلوبهم تُفعم بالكآبة ..

لا تجدهم يضحكون ولا يبتسمون ..

يمشون وقد احنوا ظهورهم من ثقل المهمة .. ومن سوء الحال !

وكثيراً من هؤلاء السالكين تجدهم يتلبسون منظر الحكماء الزاهدين كما يظنهم عليه ..

ويقلدونهم كما يظنهم في كل شيء ..

فيلبسون كما يعتقدون أنهم يلبسون .. ويمشون كما يعتقدون أنهم يمشون .. ويأكلون مما يظنهم يأكلون !

كل ذلك دون قصد منهم أو تعمد ..

إن كل ذلك نتيجة لضعف التمسك بصفات التمييز .. وبصفة الصدق بالذات ..

فلو كان هؤلاء السالكين صادقين فعلاً .. لاعترفوا لأنفسهم بأنهم يرغبون في الحياة ..

ويحبون أن يفرحوا كما يفرح الآخريين .. ويضحكون كما يضحك غيرهم .. ويستمتعون كما يستمتع الناس ..

ولكنهم يخفون كل ذلك بأنفسهم .. ويدعون عكسه ..

وحتى لا يضغط عليهم ما خفوه داخل أنفسهم من رغبات بالفرح والبهجة .. يكتلون أنفسهم ويحيطونها بهذا الكم الهائل من الكآبة والحزن ..

إن هذا انحراف عن طريق الحكمة .. وفهم سقيم لمعناها وغايتها ..

إن غاية الحكمة هي السعادة المطلقة !

وقد ذكرنا ذلك في رسالة الخروج إلى الداخل في قسم غاية الحكمة ..

وتحدثنا إن علم الحكمة يؤكد على أن حقيقة الإنسان الفعلية هي أنه سعيد سعادة مطلقة .. وهي سعادة لا مثيل لها ولا نظير لأنها تجمع كل أشكال السعادة في حالة واحدة ..

وهو سعيد هذه السعادة الآن .. في هذه اللحظة !

ولكنه لا يختبر هذه السعادة ولا يشعر بها لأن طبقات الوعي لديه تخفيها عنه .. تماماً كما تخفي الواقع الفعلي ..

هذا ما يتحدث عنه الحكماء وهذا ما يؤكد عليه علم الحكمة والتي اختبره الكثيرون خبرة مباشرة ..

فإذا كانت غاية الحكمة هي السعادة المطلقة .. فكيف يمكن لطريقها أن يكون طريق حزن وكآبة وتخلى عن المباهج ؟
إن هذا لا يمكن ..

عندما يتحدث الحكماء عن الموت .. والمرض .. والمعاناة التي توجد في الشبكة هم يتحدثون عن واقع فعلي ..

واقع يختبره كل الناس ويعانون منه ..

بعضهم يتقبله بأسى .. وبعضهم يحاول تناسيه وتجاهله لعجزه وخوفه من التفكير فيه ..

الفرق هو أن الحكماء هم الوحيدون الذين يقولون أنه لا داعي للقبول مع أسى ولا داعي للتجاهل بدافع الخوف ..

كل المعاناة التي توجد في الشبكة هي وهم .. كالشبكة نفسها !

لا يوجد شيء يخيف .. ولا يوجد شيء يمكن الهروب منه ..

ولكي يمكن التثبت من ذلك فعلى الإنسان أن يواجه مخاوفه هذه .. ويحاربها .. ويزيل الطبقات التي تولدها وتولد ما يخيف الناس منها ..

إنكم تخافون من أفعى .. وهي في الحقيقة حبل ملقى على الأرض !

وتخافون من شبح .. وهو في الحقيقة ظلكم أنتم !

الحكماء لا يخافون ولا يحزنون ..

لأنهم يعلمون أن حقيقة الواقع الفعلي .. هي سعادة مطلقة ..

وإن هذا ليس تفاؤل منهم .. بل هذه هي الحقيقة الفعلية التي اكتشفوها واختبروها بأنفسهم ونقلوها لنا ..

إن الحكمة تؤكد إن كل المعاناة بكل أشكالها لها حل جذري ونهائي .. وهو بإزالة المسببات التي تسببها ..

وطريق الحكمة هو العمل على إزالة هذه المسببات التي تولد المعاناة ..

فكيف يمكن لمن يسير على طريق الحكمة أن يكون كئيباً حزيناً ؟!

الأمر أشبه بمن استشرى في جسده مرض خطير وعضال .. ولا علاج له .. وهو حزين على حالة ومصيره ..

ثم يأتيه من يؤكد له على وجود علاج نهائي وناجع .. ويطالبه على السير على طريق العلاج للوصول للشفاء التام ..

فكيف لهذا المريض أن يكون حزيناً وهو يسير على هذا الطريق ؟!

إن كل هذه الكآبة التي يتمسك بها السالكين .. ويفرضونها على أنفسهم وعلى غيرهم ناجم عن الضعف في الفهم وفي الفعل ..

فالسالك هذا مازال موجود في الشبكة متأثر بمعاناتها .. ولم يلتفت قلبه لما وراءها مما لا يوجد فيه معاناة من الأصل .
وهذا التلبس والتقليد لمنظر الحكماء .. وادعاء التشبه بهم هو تلبس سقيم ..
فالسالك لا يقلد أحد ..

فكل تقليد لأي أحد هو انغماس في صورة هذا الشيء الذي تم تقليده ..

بمعنى أن هذا السالك يضع الصورة التي يظن أن الحكماء عليها في ذهنه ثم يغرق في هذه الصورة ويظن أنها هو ..

إنه استغرق آخر .. وطبقة إضافية تضاف على طبقات الوعي !

المطلوب إزالة الطبقات .. ولكن السالك يضيف عليها طبقة جديدة !

لا تحاول تقليد أحد .. كن كما أنت ..

فما تظنه أنت هي طبقات من الوعي تقول لك من أنت .. الشخصية .. التربية .. التعليم .. ما يجب أن تقوله .. ما يجب أن تفكر فيه .. ما يجب أن تحبه ..

كلها طبقات تقول لك من أنت .. وهي الطبقات التي يجب إزالتها لكي يتمكن الإنسان من معرفة حقيقته الفعلية ..

المسألة كلها هي أن تعرف من أنت على الحقيقة !

لذا على السالك أن يسعى لاستكشاف نفسه وأن يكون كما هو عليه بالفعل .. دون تقليد .. ودون صور ذهنية .. ودون طبقات .

عندما تزال طبقة من طبقات الوعي .. وحاجز من حواجز النفس نتيجة للممارسة فإنهما عظيمًا يزاح عن النفس ..

مع كل طبقة تزال من على وعي السالك .. تشرق النفس أكثر .. يلمع بريقها أكثر ..

ويشعر السالك أنه تنفّس الصعداء .. وأن وزنه خف لأن ثقلاً عظيماً زال عن كاهله بفعل إزالة هذه الطبقات وتخطي الحدود التي تولدها ..

فيشعر بحرية أكبر .. وتتفجر فيه مواهب كانت مكبوتة .. وملكات كانت خفية .. وقدرات لم يتخيل أنها فيه !

إن كل ذلك حقيقة فعلية يشهد عليها السالكون عندما يتمكنون من إزالة طبقة من طبقات الوعي وتخطي حاجز من حواجز النفس الدفينة ..

ونحن نؤكد ونشهد عليها أيضاً من خبرتنا المباشرة ..

وهي من أعظم وأروع الخبرات ..

وهي التي تدفع للمزيد من الرغبة في التمرس في الممارسة لإزالة المزيد من الطبقات ..

وتخطي المزيد من الحدود والحواجز .. واكتساب المزيد من الخفة والحرية ..

وكل ذلك عندما يحدث تظهر حقيقة السالك أكثر .. ويظهر معدنه البراق اللامع ..

ويعمل ويتفاعل مع العالم الآن بحقيقته الجديدة التي انكشفت له الآن .. بعيداً عن أكاذيب الماضي .. وأقنعة الزمان السابق على الممارسة .

هذه الرحلة كلها برمتها .. من كشف الحدود .. وبذل الجهد .. وتغيير السلوك ونمط المعيشة .. والتعامل بجسارة وجراءة مع الحياة .. إنها كلها رحلة رائعة وممتعة ..

السالك في هذه الرحلة يمتلك حياة غنية وثرية كل الشراء ..

بالمشاعر والأحاسيس .. بالتفكير والتحري .. بالمكافحة والمجاهدة .. بالإخفاق والنجاح .. بالتجارب الجديدة .. والكشوف العظيمة .. والفهم المشرق .. والمعارف العميقة عن كل شيء .. والترابط الغريب بين الأحداث ..

إن حياة السالك خالية من الملل والفراغ .. والتخفي وراء الأقنعة والحدود .. والسير جانب الحائط خوفاً من الانكشاف ..

والسعي وراء رتبة لا تتغير .. وخوف من المجهول .. وأيام كلها كيوم واحد لا يتبدل ..

حياة رمادية .. لا طعم لها ولا لون !

أما حياة السالك فكما ذكرنا مفعمة بالألوان جميعاً .. وبالنكهات كلها حلوها ومرّها .. و بالروائح على اختلاف أريجها ..

إنها الحياة كما يجب أن تُعاش !

فكيف يمكن أن يكون هذا الطريق هو طريق كآبة وحزن .. وابتعاد عن الفرح والاستمتاع ؟

فعلى السالك الذي يجد هذا الميل في نفسه للكآبة والابتعاد عن الاستمتاع في الحياة أن يلتزم صفات التمييز .. وأن يبحث في نفسه عن الأسباب التي تؤدي لذلك ..

وعليه أن يكشف بشجاعة وحزم عن الشيء الذي يخشاه من الحياة .. وعن السبب الذي يجعله يهرب من المتعة وينكر رغبته فيها ..

والذي تحميه هذه الكآبة المصطنعة منه .. ويوفر له هذا السواد منه الملاذ ..

فهل هو الغرور والرغبة بالإثبات لنفسه ولغيره إنه متميز ليس كبقية البشر لا يسعى لما يسعون ولا يرغب بما يرغبون ؟

أم هو الخوف من مكانه في الحياة والذي يظن أنه لا يستحقه ؟

أم هو هروباً من مواجهة الحياة والناس ؟ ولماذا هذا الخوف ؟

فليبحث في ذاته عن السبب لهذا الادعاء ..

وليواجه مخاوفه وليعد إلى ميدان الحياة ليتعلم المزيد عن نفسه ..

وليحرق المزيد من الأوهام .. سعياً وراء الهدف الأكبر ..

خاتمة

لا شك أنه تبين لنا من خلال كل ما ذكرناه عن طريق الحكمة وممارسة تقنياتها إن السير على طريق الحكمة هو عملية تغيير جذري وكامل في صميم كيان السالك ..

في الفكر .. في النفس .. في الأخلاق .. وفي السلوك ..

في النظر إلى النفس والعالم .. وفي تغيير الأهداف والطموحات والتوجهات ..

هي عملية تحوّل كامل للسالك ..

لا يمكن للسالك الذي قطع شوطاً لبضعة سنوات على طريق الحكمة أن يكون هو نفس الإنسان الذي بدأ الرحلة ..

يتوقف السالك بعد بضعة سنوات من الممارسة لينظر إلى نفسه كيف كان قبل ذلك .. لن يعرف نفسه !

سينظر لذاك الإنسان وسيتعجب كيف كان .. وكيف أصبح ..

وكيف قفز قفزات هائلة خلال بضعة سنوات من الممارسة ..

تطور فكرة .. واتسعت مداركه .. وتغيرت أفكاره .. وتبدلت أولوياته .. وتقوت شخصيته .. وزادت ثقته بنفسه وبالعالم ..

وتخطى الكثير من الحدود التي طالما قهرته وحبسته في قمم لا مخرج له ..

وتخلص من الكثير من الهموم التي طالما أثقلت صدره .. والمخاوف التي طالما أقلقته منامه ..

والتي تبين له الآن إنها لم تكن سوى ظلال ..

وكل هذا بطبيعة الحال سينعكس على تغيير في حياة السالك العملية .. وعلى حالته الذهنية والنفسية .. وعلى مهاراته الاجتماعية .. وعلى قدراته العملية ..

وهو لا شك وكما ذكرنا سيفجر فيه طاقات .. وملكات .. ومواهب .. وقدرات .. لم يكن يعلم أنه يمتلكها .. ولم يكن يتخيل أنه يحظى بها ..

هذا كله بالإضافة للخبرات الجديدة .. واللحاحات التي تأتي من عوالم مجهولة لا يعلم عنها أحد ..

يتساءل الكثيرون عن وجودها وعن عدم وجودها .. ويتناقشون ويتجادلون ويتصارعون .. بينما هو يشاهد مشاهدة العين ويختبر خبرة مباشرة ..

فلا حاجة له بعد كل ذلك لرأي أحد .. ولا لاعتقادات أحد ..

وبطبيعة الحال يتبين لنا من كل ذلك إن تقنيات الحكمة هي اقتحام مباشر وجبار لذهن السالك ونفسه ..

وهي في صميمها تقنيات ذهنية ونفسية توجه السالك نحو داخل ذاته .. للكشف عن الحواجز الخفية الكامنة في ثنايا عقله ونفسه والتي لم يعلم عنها شيئاً من قبل ..

هي تقنيات يتأثر السالك بممارستها تأثراً شديداً .. يزلزل فيه كيانه كله .. ويتعرض ذهنه ونفسه لصدمات هائلة تؤثر فيه بشدة وتحفر فيه عميقاً ..

فلا يمكن لتقنيات الحكمة أن تكون مجموعة من التمرينات الجسدية .. والحركات البهلوانية من شد وإرخاء !

ولا هو ورعاً زانفاً .. وتعبداً أخرقاً .. وتمسكاً بقشور تافهة .. وتشبثاً بمظاهر كاذبة ..

كما يشتهر بين العوام عن طرق الحكمة .. وكما يتداولون بينهم ما يفهمونه من مدراس الحكمة الشرقية منها والغربية ..

إن هذا كله هراء !

ليس هذا طريق الحكمة ..

باختصار..

طريق الحكمة هو تقنيات نفسية وذهنية ينقلب فيها كيان السالك كله رأساً على عقب !

ويتحول فيها الممارس تحوُّلاً كاملاً ..

يخرج منها كالوليد الجديد الذي خرج من بطن أمه بعد عسر وألم ..

وكل هذا بالطبع لا يحدث إلا للسالكين الصادقين الذين يأخذون الأمر على أقصى درجات الجدية ..

ويبدلون جهداً وجهاداً في كشف أنفسهم .. والتغلب على مخاوفهم ..

ويطبقون ما يتعلمونه من تقنيات أثناء تفاعلهم مع العالم ومع الناس .. ويراقبون أنفسهم مراقبة حثيثة لا تنقطع ..

يحاسبون أنفسهم .. يراجعون ويقيمون ..

يحاسبونها حساباً شديداً إن قصرت .. ويجازونها جزاءً سخياً إن تطورت ..

يتعبون ويستريحون ..

ويأخذون أنفسهم بالشدّة وباللين .. وبالصلابة وبالمرونة ..

ويربون عقولهم وأنفسهم كما يربون طفلاً صغيراً يوجهونه لمستقبل أفضل له ..

ولهذا فهم يغفرون لأنفسهم زلاتها .. ويتفهمون دوافعها ورغباتها ..

ويتسامحون مع أنفسهم أحياناً .. ويقسون عليها أحياناً أخرى ..

تماماً كما يتعامل مع طفلة الصغيرة .. أو ابنه المراهق !

فكما ذكرنا الفكر والنفس ليسا هم السالك .. هما شيئان تابعان له ..

كل هذا خلال التفاعل في الحياة والتعامل مع الناس والتعرض للأحداث والمواقف ..

فالحياة هي ميدان التقييم والتدريب كما ذكرنا في رسالة الخروج إلى الداخل ..

هذا كله هو الذي يحدث الأثر الذي ذكرناه .. والتغير الجذري الذي تحدثنا عنه ..

وهو يتطلب التطبيق .. والجهد والجهاد ..

أما من يكفي بفهم تقنيات الحكمة وتطبيق بعضها وترك البعض .. والذي يرخي لنفسه حبل التراخي .. فلن يحدث له أي تغيير

..

هو بكل بساطة يضيع وقته ..

ففهم التمارين الرياضية شيء وممارستها شيء آخر تماماً !

فالفهم يتطلب اطلاع .. أما الممارسة فتطلب إصرار ومداومة ومجاهدة ..

وكما يتضح لنا من كل ما ذكرناه عن تقنيات الحكمة وأخطارها وأعراضها .. فإن ممارسة تقنيات الحكمة لتجاوز الشبكة المدركة إلى واقع أوسع يقع خلفها هو أشبه بالسير على جسر ضيق بين عالمتنا هذا وعالم آخر أوسع وأغرب موجود معنا هنا والآن ولكننا لا ندركه ..

يسير السالك على هذا الجسر الضيق وتحتة نيران تفور .. وبحار متلاطمة .. ووحوش تسبح تحته وتفتح أفواهها منتظرة منه أن يقع لتلقفه بأفواهها المخيفة !

والجسر نفسه ضيق .. ومليء بالمزالق والثغرات .. والفخاخ والعقبات ..

والسالك يسير على هذا الجسر خائفاً من السقوط والتعثر .. مرة يمشي .. ومرة يحبو .. ومرة يزحف .. ومرات يتوقف ليستريح ولينظر أين وصل ..

إنه الصراط ..

بين عالم ندركه .. وعالم خفي عنا موجود معنا هنا والآن ..

لقد بيّنا في هذه الرسالة كما أوضحنا في المقدمة التقنيات التي ننصح بها من مقيدة وحررة والتي مارسناها نحن .. ومازلنا .. وتحدثنا عن شيء من خبراتنا حتى يكون السالك على توقّع لما يمكن أن يحدث له أو ليقبض عليه ما يحدث له وما لم يحدث لنا .. وتحدثنا عن المخاطر التي قد يواجهها السالك في نفسه خلال سيره على هذا الطريق ..

وهي المخاطر التي تعرضنا لها نحن في رحلتنا .. ليكون على بيّنة من أمره .. وليفهم ما يمكن أن يحدث معه ولا يخشى منه وليعلم كيف يواجهه ويتخطاه ..

وقد أوضحنا ذلك قدر استطاعتنا .. وعلى قدر معرفتنا وعلمنا .. وبقدر خبرتنا التي حصلنا عليها ..

راجين أن يكون في ذلك فائدة لغيرنا من أخواننا السالكين ..

ولتكون هذه الرسالة مرشد ومساعد .. لا تقول للقارئ ما عليه فعله بل تعينه وتثير له جانب من الطريق ..

فنحن سالكون ولم نصل بعد .. وأمامنا قطع مسافات لا نعلم كم هي ..

ولكننا مستمتعون بالرحلة على الرغم من كل المشاق .. سعداء ومبتهجين فيما نفعل .. وفخورون بأنفسنا وبما نطمح له ..

فهي رحلة رائعة من أولها لآخرها ولا تزيدها المخاطر إلا حماسة وإثارة !

وخلال كل ذلك نحن واثقون من النجاح .. فنحن نعلم إن من يريد يصل ..

وهنا نترك القارئ الذي يسعى السير على طريق الحكمة .. والسالك الذي يرافقنا الطريق ..

نتركهما دون وداع .. بل على أمل اللقاء .. قريباً نلتقي .. وراء الشبكة ..

لنلتقي معاً هناك في الواقع الحقيقي والفعلي .. والذي هو موجود معنا هنا.. والآن ..

هل يوجد أعجب من ذلك ؟

هل يوجد أروع من ذلك ؟

إلى اللقاء