

طريقة السيّد

تحضير العقل للاندماج مع آيات ووظائف القوى الخارقة

الجزء الثاني

ضبط العقل وترويضه

علاء الحلبي

طريقة السيد^٣

تحضير العقل للاندماج مع آليات ووظائف القوى الخارقة

الجزء الثاني

ضبط العقل وترويضه

تأليف

علاء الحبيبي

مقدمة

إن كل من يعتقد بأن هذا العمل هو ليس سوى مجموعة من الوصفات السحرية التي تساعده بسهولة ودون أي مجهود في إحراز المجد والثروة والنفوذ والقوة التي تمكنه من تدمير أعدائه، وجب أن يعلم منذ البداية بأنه سينتهي من هذا الكتاب خائب الأمل ودون أن يحقق أي نتيجة مرضية.

العديد من المذاهب والأديان تجهل المعنى الحقيقي لهذا العلم التجاوزي الفاتن الذي نسميه "السحر"، حيث يربطونه بما يعرف بالشعوذة والعرافة المبتذلة والتأمر مع القوى الشريرة وغيرها من مصطلحات سوداء. لذلك فهو ليس مفاجئاً أن الكثير من الناس يشعرون بالخوف أو الارتياح عندما تُذكر أمامهم كلمة "سحر". لقد ساهم المشعوذون والدجالون وحتى السحرة الاستعراضيون في تشويه سمعة هذا المصطلح، وبعد أخذ هذه الحالة في عين الاعتبار، لم يعد مفاجئاً أن ينظر الناس إلى العلوم التجاوزية بعين الإغفال وعدم الاحترام.

وجب العلم بأنه في الأزمنة البعيدة كان كبار الكهنة الذين احترقوا الفنون التجاوزية في الشرق يُعتبرون أرفع الحكماء مرتبةً وبالتالي نالوا قدر كبير من الاحترام والتقدير. أما المشعوذون الذين يمارسون السحر الأسود، فقد كانوا مطلعين على بعض من هذا العلم الجليل، ربما من خلال الانتساب لفترة معينة إلى إحدى مدارسه السرية، لكنهم انشقوا عن الصراط المستقيم وبالتالي يُعتبرون سحرة مزيفون يدعون إلى صيغة مزورة للحكمة الأصيلة، وغالباً ما يعتمدون على جهل الناس وسذاجتهم في سبيل تحقيق غاياتهم الدنيوية الأنانية، وذلك عبر الكذب والخداع. التجاوزي الأصيل يعمل دائماً على احتقار ممارساتهم المخزية ويزديريها.

في الحقيقة، هذا العلم التجاوزي الجليل هو علم مقدس، ويمكن اعتبار أنه يمثل مجموع كل المعارف الأخرى لأنه يعلم كيفية التعرف على القوانين الكونية الأساسية واستخدامها لمنافع البشرية. ليس هناك أي اختلاف بين السحر والتصوف أو أي مصطلح آخر يشير إلى مجال الروحانيات أو السمو الروحي. أينما وجدت علم تجاوزي أصيل، مهما اختلفت اللغة أو الثقافة أو العرق، سوف تلاحظ

بأنه يستند على ذات المبادئ ونفس القوانين، رغم أن ممارسته قد تختلف بين الشعوب من حيث الاسم أو المظهر أو الأسلوب.

بعد الأخذ بعين الاعتبار قانون القطبية، وهو أحد المبادئ الكونية الأساسية، نجد أن كل شيء في الكون له قطب معاكس، مثل الخير والشر، النشط والخامل، الناقص والزيادة، الموجب والسالب، النور والظلام، .. وهكذا، نستنتج بأن كل علم أو ممارسة يمكن أن يخدم الغايات الشريرة كما الخيرة. دعونا نأخذ مثال السكين، وهو أداة تُستخدم عموماً لتقطيع الأطعمة كالفأكهة مثلاً، لكن هذه الأداة تُعتبر خطيرة جداً عندما تقع في يد المجرم السفاح. كما ترون، الأمر يعتمد على طبيعة الفرد الأخلاقية وليس على المجال الذي يمارسه. هذا المثال ينطبق على كافة العلوم التجاوزية. لقد اخترت في كتابي المصطلح "تجاوزي" (بدلاً من ساحر) للإشارة إلى كل من تلاميذي، وهو يرمز إلى أعلى درجات الحكمة وأعمق مستويات التلقين النظري والعملية.

لقد سعيت جاهداً لأن أكون واضحاً بقدر الإمكان في كتاباتي لكي تتوضّح الحقيقة أمام أكبر عدد ممكن من الناس، مع أنها كانت مهمة صعبة ومضنية في بعض الأحيان لإيجاد الكلمات البسيطة الضرورية لاستيعاب القراء. سوف أترك الحكم لكم إذا نجحت في مهمني أم لا. لقد أجبرت في بعض الأماكن على تكرار الأفكار عمداً لكي أوفّر على القارئ عناء العودة إلى صفحات سابقة وردت فيها من قبل. كل ذلك من أجل تسهيل الأمر على القارئ المرید.

هناك الكثير من المهتمين بالعلوم التجاوزية الذين يتذمرون من عدم توفر أي فرصة لهم للتدرّب على يد معلّم أو سيّد أصيل يفقه هذا المجال بشكل سليم. لهذا السبب نجد أنه إلى جانب ذلك العدد القليل من الأشخاص الموهوبين طبيعياً بقدرات استثنائية، يوجد عدد أقلّ من الأشخاص الذين طوروا قدرات استثنائية نتيجة حوزتهم على هذه المعرفة السريّة الأصيلية. بالتالي يبقى هناك عدد كبير من الساعين الجادين الذين حُرّموا من هذه النعمة مما اضطرّوا إلى سلوك الطريقة الصعبة والمتمثلة بالخوض في عدد كبير من الكتب والمراجع ليخرجوا بين الحين والأخرى بحبة لؤلؤ واحدة صغيرة من كنز تلك المعرفة الهائلة.

لكن على أي حال، الشخص الذي يهتم جدياً بتطوره الروحي، وليس ملاحقة الحكمة المقدسة لمجرد إشباع فضوله أو تحقيق رغبات دنيوية، سوف يجد في هذا الكتاب ما ينوب عن المعلم أو السيد ليرافقه في تقدمه على الدرب. لا يستطيع أي سيد أو معلم، مهما كانت مرتبته الروحية، أن يقدم للمريد أكثر مما يقدمه هذا الكتاب. إذا استطاع المتدرب الصادق أو القارئ المهتم أن يجد في هذا الكتاب كل ما كان يبحث عنه دون جدوى في مراجع أخرى عبر السنين، فهذا يعني أن الكتاب قد حقق الغاية المرجوة بالتمام والكمال.

فرانز بارديون

مؤلف كتاب مدخل إلى الهرمزية

القسم نظري

[١]

حول العناصر الأربعة

كل شيء تم خلقه، إن كان على المستوى الكوني أو المستوى الذري، في العالم الكبير (الكون) وكذلك الصغير (الإنسان)، تم ذلك بفعل العناصر. لهذا السبب، وجب منذ بداية التدريب أن اتفرغ لشرح هذه القوى والإضاءة على معانيها العميقة ومظاهرها المتعددة. لقد تم ذكر القليل في الأدبيات السحرية عن قوى العناصر، ولهذا السبب جعلته من مهمتي معالجة هذا المجال المعرفي الذي لازال مجهولاً وإزالة الحجاب عن القوانين المتعلقة به. ليس سهلاً تنوير المبتدئين الجدد في هذا المجال، حيث المهمة لا تتوقف فقط عند إثبات وجود هذه العناصر ونشاطاتها وتأثيراتها، بل سوف أجعلهم قادرين على التعامل مع هذه القوى بشكل عملي وفعال.

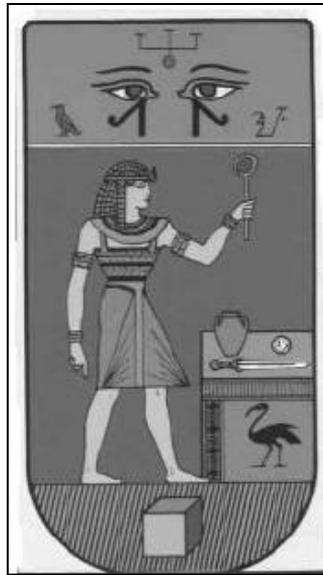
الكون بكامله يشبه آلية الساعة الميكانيكية بكل ما تشمله من مسننات وعجلات متداخلة ومتكافئة مع بعضها البعض. حتى فكرة الخالق (جلّ جلاله) باعتباره الكيان الأسمى يمكن استيعابه من قبلنا عن طريق تقسيم مظاهره وفقاً للعناصر. سوف نتعرف عليها لاحقاً في الفقرة المتعلقة بفكرة الخالق [عزّ وجلّ] (تحت عنوان: بخصوص الإله الأعلى).

حسبما ورد في أقدم المخطوطات الشرقية (الهندية عموماً)، أشاروا إلى العناصر باسم "تاتوا". في الأدبيات الغربية (الأوروبية والشرق أوسطية) يتناولونها على أساس أن لها تأثيرات إيجابية وسلبية، حيث أنه لا يمكن القيام بأي عمل إلا إذا توافقت مع التأثير الإيجابي للعناصر وإلا وجب التوقف عنه فوراً. وجب عدم الشكّ بصحة هذه الحقيقة، لكن كل ما تم كتابته حتى الآن لا يتعدى موضوع التأثيرات فقط، وحتى أن هذا الموضوع ورد في المخطوطات بطريقة غير واضحة أو كاملة. يمكننا الاطلاع على تأثير العناصر في أعمالنا الفردية المختلفة من خلال قراءة الكتب الفلكية.

في هذا الكتاب سوف أتجاوز هذا الحد لأتعمق أكثر في سرّ العناصر ولذلك فقد اخترت مدخل مختلف إلى الموضوع، رغم أنه يتشابه كثيراً مع مدخل علم الفلك إلا أنه بعيد الصلة عنه. القارئ الذي يجهل تماماً عن هذا المدخل الجديد سوف يتعلم كيف يستخدمه بطرق مختلفة، وسوف أشرحها

بالتسلسل مع تقدمنا عبر الفصول ومراحل التدريب المختلفة. والشرح لا يتوقف عند الحد النظري للموضوع بل يتجاوز ذلك إلى حد التطبيق العملي أيضاً، حيث في هذا الأخير يكمن أعظم الأسرار.

في أقدم كتب الحكمة، وهو مجموعة أوراق "التاروت"، تم الكشف عن الغموض العظيم المتعلق بالعناصر وأهميتها الكبرى في العمل التجاوزي (السحري). الورقة الأولى من مجموعة "التاروت" تصوّر الساحر وهو يشير إلى معرفة العناصر والسيطرة عليها عبر اتقان التعامل معها واستخدامها. من بين الرموز التي تظهر في الصورة نجد: الصولجان الذي يحمله الساحر ويمثل عنصر النار، وعلى الطاولة أمامه نجد السيف الذي يمثل عنصر الهواء، والجرّة التي تمثل عنصر الماء، والعملة النقدية (دينار) تمثل التراب. (كما في الشكل التالي).



الورقة الأولى من مخطوط "التاروت"

هذا يثبت دون أدنى شك بأن الحكماء القدامى قرروا بأن الدرس الأول الذي على الطالب التجاوزي تعلمه يتناول موضوع العناصر وسيادتها. وبالتالي، التزاماً مني بهذا التقليد القديم، سوف أولي اهتمام كبير لموضوع العناصر، حيث كما ترون، مفتاح العناصر يمثل العلاج الأساسي لكل المسائل التي يمكننا مواجهتها. إنه بكل تأكيد المفتاح الذهبي لكل الأسرار.

وفقاً للترتيب الهندي للعناصر (يسمونها "تاتوا")، فهي تتسلسل على الشكل التالي:

١. أكاشا: ويمثل مبدأ الأثير (الجوهر)

٢. تيجاس: ويمثل مبدأ النار

٣. واجو: ويمثل مبدأ الهواء

٤. أباس: ويمثل مبدأ الماء

٥. بريثيفي: ويمثل مبدأ التراب

وفقاً للتعاليم الهندية، قيل بأن العناصر الأربعة الأساسية (نار، هواء، ماء، تراب) انبعثت من العنصر الخامس (الأثير أو الجوهر). بالتالي فإن "الأثير"، أو "أكاشا" وفق المفهوم الهندي، يمثل السبب الأول للخلق ووجب اعتباره قوة خامسة، أي "الجوهر" الذي تولد منه كل الأشياء. في أحد الفصول التالية سوف أعزف الطالب على المزيد عن هذا العنصر الجوهري الخفي.

سوف أذكر في الصفحات التالية خصائص كل عنصر على حده، مبتدئاً من المستويات العليا نزولاً إلى المستوى المادي. لا بد من أن القارئ أدرك عدم سهولة مهمة تفسير سر الخلق بالكامل والتعبير عنه بلغة مفهومة بحيث يسمح للجميع استيعابها وتكوين صورة واضحة عنها. سوف أشرح أيضاً موضوع العناصر بالتفصيل وخصوصاً القيمة العملية من هذه المعرفة بالذات، حيث يصبح ممكناً للعالم، إن كان كيميائي أو فيزيائي أو تجاوزي أو صوفي أو يوغوي أو غيره، أن يستخلص فائدة عملية منها. إذا نجحت في تعليم القارئ بحيث يصبح قادراً على التعامل مع الموضوع بالطريقة السليمة ليجد المفتاح العملي لفرع المعرفة الذي يناسبه، فسوف أكون سعيداً لرؤية الغاية من هذا الكتاب تتحقق.

مبدأ النار

وفقاً للفلسفة الهرمزية، المبدأ الأول الذي ولد من رحم المحتوى العقلي خلال عملية الخلق هو مبدأ النار. هذا المبدأ، كما المبادئ الثلاثة الأخرى، يجسد تأثيراته ليس فقط في العالم المادي بل في كل شيء مخلوق وفي كافة المستويات الوجودية. الخواص الأساسية لمبدأ النار هي الانتشار والحرارة. هاتين الخاصيتين تدلان على أنه في بداية الخلق ولد النار والنور معاً، وبالتالي نجد أن النور يعود

أصله إلى النار. كما أن لهذا المبدأ طبيعتين رئيسيتين: الحماوة والجفاف. كل مبدأ من المبادئ الأربعة له قطبين: الفاعل والمفعول، أو السالب والموجب. الموجب يمثل دائماً التأثيرات البناءة والخلاقة والمنتجة، بينما السالب يمثل التأثيرات المدمرة والمفككة. يوجد دائماً قطبين أساسيين وجب تمييزهما في كل مبدأ. لطالما اعتبرت الأديان بأن الخاصيات الإيجابية خيرة والخاصيات السلبية بأنها شريرة، لكن في الحقيقة، ليس هناك أشياء شريرة وأشياء خيرة، فهذه التصنيفات هي مجرد تصورات بشرية. ليس هناك خير وشر في الكون، بل كل شيء خُلق وفقاً لقوانين محددة وثابتة، وهذه القوانين تعكس المبدأ الإلهي، و فقط عبر معرفة هذه القوانين نستطيع الاقتراب من الإله الأعلى [جلّ جلاله].

كما ذكرت سابقاً، يحوز مبدأ النار على خاصية التوسّع، وهذا يعني أنه يمثل السيولة الكهربائية (كما توصفها الفلسفة الهرمزية)، لكن هذه الأخيرة لا تمثل القوة الكهربائية التي نألفها في حياتنا اليومية رغم أنها تشاركها ببعض الميزات. مبدأ النار كامن وفاعل في كل الأشياء المخلوقة، لأنه يمثل أحد المبادئ الأساسية التي خلقت الكون بكامله، وبالتالي كما في الأعلى كذلك في الأسفل.. كل ما يحصل على المستوى الكوني لا بد من أنه يحصل في كل ذرة وجزء وفي كل مادة مرئية ولا مرئية في الكون.

مبدأ الماء

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

بما أن هذا المبدأ يحوز على خاصية الانكماش والانقباض، فهذا يعني أنه يمثل السيولة المغناطيسية (كما توصفها الفلسفة الهرمزية). مبداء النار والماء يفعلان فعلهما في كافة العوالم. وفقاً

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

مبدأ الهواء

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

خلال لعبه دور الوسيط بين مبدئي النار والماء انتحل مبدأ الهواء طبيعة حماوة من النار والرطوبة من الماء. دون هاتين الخاصيتين لا يمكن تصوّر وجود أي حياة. كما أن لمبدأ الهواء قطبين: الأول إيجابي مانح للحياة والثاني سلبي مدمر للحياة. مهمة هذا المبدأ هي توجيه السيولة الكهربائية والمغناطيسية لكل من النار والماء.

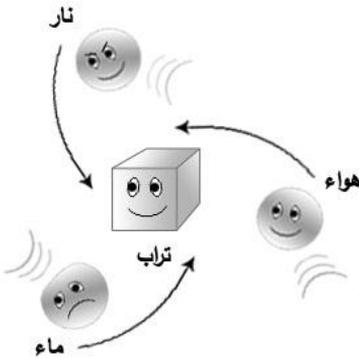
وجب عدم اعتبار المبادئ الأربعة بأنها تمثل النار والماء والهواء والتراب بشكل فعلي، أي كما ندركها بمظهرها المتجلي في حياتنا الأرضية، بل هي قوى كونية تشمل كل الوجود التجاوزي والمادي معاً لكن تم الرمز إليها بهذه الأشياء الأرضية لأنها قريبة الشبه وفق مفهومنا الأرضي.

مبدأ التراب

كما حالة مبدأ الهواء الذي لا يمثل عنصر فعلي، الأمر ذاته ينطبق على مبدأ التراب. فهذا المبدأ الأخير ولد نتيجة تفاعل المبادئ الثلاثة السابقة وأصبح له خصائصه التي تميزه عنها. له طبيعتين رئيسيتين: الجفاف والبرودة. الخاصية التي نُسبت لمبدأ التراب هي الصلابة. هذه الخاصية هي التي منحت شكل مادي صلب للمبادئ الثلاثة السابقة. لكن بنفس الوقت، بهذه الحالة تكون المبادئ الثلاثة قد تقيّدت بمحدوديات مكانية وزمانية بحيث أصبحت قابلة للقياس والوزن. التفاعل المتبادل

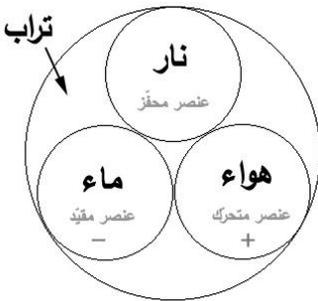
بين العناصر الثلاثة، ومُضافاً إليها عنصر التراب، وُلد تفاعلاً رباعياً مما يجعل عنصر التراب (الذي يشمل العناصر الأخرى) ممثلاً لسبب الكهرومغناطيسية رباعية الأقطاب.

إذاً، بخلاف العناصر الثلاثة السابقة، نجد لمبدأ التراب أربع أقطاب، وسيولته كهرومغناطيسية (نتيجة اندماج كهرباء النار مع مغناطيس الماء). بالتالي كافة مظاهر الحياة يمكن تفسيرها وفق حقيقة أن كل العناصر تعبر عن نفسها عبر العنصر الرابع فحسب، أي عنصر التراب.



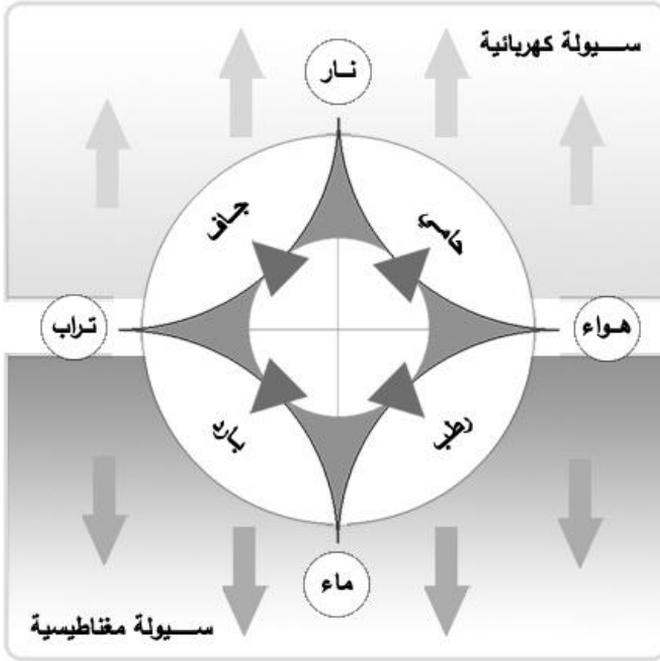
عنصر التراب هو الوحيد الذي يتجلى بصيغة مادية لأنه محكوم بعاملتي المكان والزمان، وبسبب طبيعته الكهرومغناطيسية، بينما العناصر الثلاثة الأخرى تقبع في الخفاء، واختلاف معاييرها وشدة تفاعلها هو الذي يحدد المظهر النهائي لعنصر التراب (المادة)

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



كل مادة مهما كان نوعها تتألف من العناصر الأربعة [نار، هواء، ماء، تراب] كما هو مبين في الشكل المقابل. وتكون خواص المادة أو نوعها أو هيئتها حسب ما يحدده اختلاف المعايير التي تتسم بها العناصر الأربعة.

التفاعل التبادلي للعناصر الثلاثة الأولى، وكذلك عنصر التراب، أنتج تفاعلاً رباعياً. وهذا يجعل مبدأ التراب يعتبر، حسب وصف الحكماء الأوائل، مغناطيس رباعي الأقطاب. والسيولة التي نسبت للقطب الذي يمثله عنصر التراب هي سيولة كهرومغناطيسية (الشكل التالي). يمكن بالتالي وصف وتفسير كل الحياة المخلوقة وفق حقيقة أن كافة العناصر هي نشطة في العنصر الرابع وهو عنصر التراب.

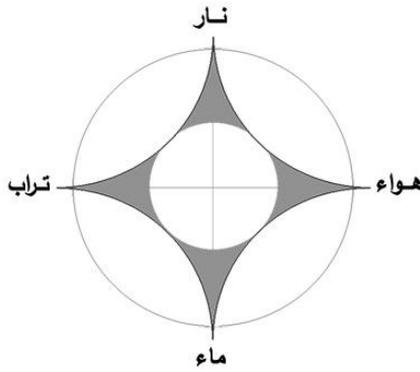


مغناطيس رباعي الأقطاب

كل كائن أو كيان مهما كان نوعه أو شكله أو هيئته، أو مهما كان العالم أو المستوى أو التدرج الذي ينتمي إليه، هو مؤلف من هذه التركيبية المبينة في الصورة: المبادئ الأربعة [النار، الهواء، الماء، التراب] (يسمونه مغناطيس رباعي الأقطاب)، وينبعث من قطبيه السيولة الكهربائية [+] والسيولة المغناطيسية [-].

المغناطيس رباعي الأقطاب

غالباً ما نجد في الأدبيات الهرمزية مصطلحات يصعب فهمها بسهولة لأنها بكل بساطة تمثل مفاهيم غير مألوفة لدينا. المغناطيس رباعي الأقطاب هو المصطلح الذي أطلقه التجاوزي الشهير "فرانز باردون" على ما تشير إليه الأدبيات الهرمزية عموماً باسم "صليب القوى المتوازنة" (الشكل التالي) وهذا الشكل يساعد كثيراً في فهم الفكرة. يبدو واضحاً أن هذا الشكل هو نموذج مبسط لنموذج المغناطيس رباعي الأقطاب الذي أوجده "فرانز باردون" وذلك لسبب رئيسي هو توضيح العلاقة التفاعلية ليس بين العناصر الأربعة فحسب بل أيضاً بين السيولتين الكهربائيتين والمغناطيسية.



"صليب القوى المتوازنة" وفقاً للأدبيات الهرمزية

لكن رغم هذا كله، لم نفهم بعد سبب الاختلاف الكبير بين أشكال ومظاهر المواد في الطبيعة من حولنا. كيف حصل هذا الاختلاف طالما أن كل من هذه المواد المختلفة مؤلفة من ذات المكونات الأربعة الموصوفة سابقاً؟ الجواب بسيط: لقد تعرّفنا على هذه المكونات خلال تصوّرنا للمادة في حالة نموذجية، أي عندما تكون المكونات متعادلة في المعايير، لكن الواقع يختلف تماماً، حيث ما من مادة في الوجود تتعادل فيها معايير هذه المكونات. دائماً ما تكون المكونات متفاوتة في المعايير وبالتالي تختلف كل مادة بالمقارنة مع الأخرى. إذاً، السبب الذي يجعلنا نرى كل هذا التنوع في الكون يعود إلى اختلاف في معايير تفاعل مكونات المادة مع بعضها. أي اختلاف تفاعل العناصر الأربعة يؤدي إلى اختلاف بنية المادة ومظهرها ولونها وغيرها من خواص وسمات. يمكن توضيح هذه الفكرة من خلال الشرح المختصر التالي. كل حدث في الطبيعة مؤلف من أربعة مراحل. إذا

فمنا بركل كرة قدم فسوف تتطلق مدفوعة بالاتجاه الذي حددناه. سوف تسير الكرة متسارعة لمسافة معينة محافظة على توجيهها. ثم ما تلبث أن تبدأ بالتباطؤ تدريجياً بفعل قانون العطالة، إلى أن تتوقف تماماً. إذاً، يمكن استخلاص الحالات الأربعة التي مرّت بها الكرة على الشكل التالي:

[١] الركلة تمثّل قوة الدفع أو المحرّك الأول، وهذا وضع الكرة في [حالة انطلاق]. [٢] سير الكرة متسارعة لمسافة معينة بفعل قوة الزخم وضعها في [حالة حركة]. [٣] تباطؤ الكرة بفعل قوة العطالة وضعها في [حالة كبح] أو تقييد. تنتهي عند مرحلة رابعة هي [٤] حالة التوقف مما يتطلب الأمر دفعة جديدة لتتطلق مرة ثانية.

الشكل التالي يمثل مراحل حركة الكرة كما وصفناها:

توقف	عطالة	حركة	دفع
			
تراب	ماء	هواء	نار
الجمود، الثبات، الثقل، التكتّل، مجموع الحركات السابقة..	المحتوى، الاحتواء، الاحتضان، التلقّي، الكبح.. إلى آخره.	الحركة، التسارع، النشاط، الحيوية، الاتصال.. إلى آخره.	الاندفاع، الانطلاق، الإرادة، التحفيز، الهيمنة.. إلى آخره.

هذه الحركة (رباعية المراحل) الدائمة والمستمرّة متجلية في كامل الكون وعلى كافة المستويات. تبدأ أولاً بشكل بسيط، ثم تتخذ تدريجياً أنماط أكثر تعقيداً، فبدأ ظهور أشكال مركبة وبُنِي معقّدة. ومع تسلسل العملية من المستوى البسيط إلى المستوى المعقّد يبدأ ظهور المكونات المناسبة لتجلي الحياة العضوية. ثم تتجلى الحياة ذات التكوينات المعقّدة التي يتعدّر استيعابها.. وهكذا إلى لانهاية. إنها مسيرة لانهاية، متدرّجة ومترابكة من الحياة والكيونة، من الشكل والهيئة، والتنوّع اللامحدود.

بالعودة إلى السؤال حول سبب الاختلاف الكبير بين أشكال ومظاهر المواد في الطبيعة من حولنا. كيف حصل هذا الاختلاف طالما أن كل من هذه المواد المختلفة مؤلفة من ذات المكونات الأربعة الموصوفة سابقاً؟ يمكن توضيح الفكرة من خلال العودة إلى مثال الكرة. كلما ركلت الكرة سوف لن تتوقف بنفس الطريقة والوضعية التي توقفت بها في المرة السابقة. لا بد من وجود اختلاف في درجة الدفع (الركلة)، ودرجة الحركة، ودرجة العطالة، مما يجعل وضعية التوقف مختلفة.

الحالة النهائية	مقيد	متحرك	محفز
			
	% ٣٤	% ٢٦	% ٦٠

الحالة النهائية	مقيد	متحرك	محفز
			
	% ٥٧	% ١١	% ٣٢

الحالة النهائية	مقيد	متحرك	محفز
			
	% ٣٥	% ١٥	% ٥٠

الحالة النهائية	مقيّد	متحرك	محفّز
			
	% ١٢	% ٦٧	% ٢١

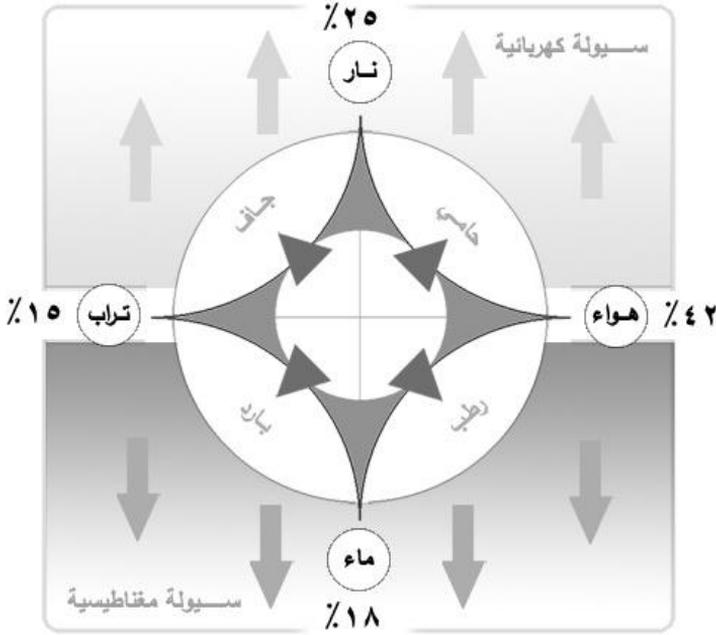
لاحظ كيف أن الاختلاف في معدّلات قوّة العناصر (الممثلة في خانات الصورة السابقة) يحدد مظهر الخانة الرابعة. الأمر ذاته ينطبق على الاختلاف بين المواد من حيث الشكل والبنية واللون وغيرها من سمات مختلفة، إذ أن الفرق يكمن في اختلاف معايير العناصر المكونة لهذه المواد.

يمكن تشبيه العملية باختلاط الألوان الرئيسية الثلاثة، الأحمر والأزرق والأخضر. مجرد أن طغى أحد هذه الألوان على اللونين الآخرين، حتى لو بدرجة واحد، سوف يحصل تغيير في اللون الناتج من اجتماعها.

هكذا كان يتعامل علماء الخيمياء مع المادة في العصور القديمة، وكانوا يستخدمون مصطلحات [النار] (عنصر محفّز) و[الهواء] (عنصر متحرك) و[الماء] (عنصر مقيّد) و[التراب] (مجموع تفاعل العناصر الثلاثة السابقة في المادة أو الكائن). وهذه المصطلحات (نار، هواء، ماء، تراب) لازلنا نألفها جميعاً رغم جهلنا الكامل لمضمونها العلمي الحقيقي. بالإضافة إلى أن الفلاسفة القدامى استخدموا نفس المعادلة التفاعلية بين هذه العناصر (لكن على مستوى الوعي) لتحليل طبائع الأشخاص وأمزجتهم. واستخدمها الأطباء أيضاً لتحليل نوع الأمراض، حيث هي ذاتها التي يسمونها أخلاط وأمزجة، وتعني حرفياً مجموع امتزاج أو تخالط العناصر الأربعة في الكيان (الجسدي أو العقلي أو النفسي).

بالنسبة لمفهوم المغناطيس رباعي الأقطاب، فهو مشابه تماماً للفكرة السابقة رغم اختلاف مظهر الشرح والبيان. بدلاً من إظهار خانات متسلسلة تبين العناصر الأربعة بطريقة تسلسلية، يقوم شكل

المغناطيس رباعي الأقطاب بإظهار العناصر على شكل صليب. يمكننا تطبيق الفكرة السابقة (اختلاف معايير العناصر) على مفهوم المغناطيس رباعي الأقطاب كما الشكل التالي:



أي اختلاف في معايير العناصر، في نموذج المغناطيس رباعي الأقطاب، ينتج كيان مختلف. وتختلف ميزاته وخصائصه حسب اختلاف معايير العناصر.

كل كائن أو كيان في الكون مؤلف من هذه التركيبة النموذجية والتي نسميها مغناطيس رباعي الأقطاب. وأي اختلاف في معايير عناصرها يؤدي إلى اختلاف في مظهر وهيئة الكائن. وجب الملاحظة أن السيولتين الكهربائيتين والمغناطيسية تختلفان معايير انبعاثهما حسب اختلاف معايير العناصر المكونة للمادة المعنية.

في مركز المغناطيس رباعي الأقطاب يكمن ما يسمى "نقطة العمق"، وهنا يكمن الأثير (أكاشا) الذي ينبعث منه كل شيء. الكون بالنسبة للفلسفة الهرمزية هو لا نهائي وغير محدود، لكن هذه النقطة المركزية في المغناطيس رباعي الأقطاب والتي تمثل الأثير (أكاشا) هي موجودة في كل

مكان وكل زمان في الكون وعلى كل مستويات الوجود، هي تمثل السبب والماهية في كل نقطة برحاب تلك الأبدية الكونية.

التفاصيل المتعلقة بتأثيرات وتجليات العناصر الأربعة في المستويات والعوالم المختلفة سوف أذكرها بالتتابع عبر الفقرات التالية. الغاية الرئيسية هي أن يكون القارئ صورة عامة عن آلية عمل وتأثير مبادئ العناصر الأربعة في كافة الحالات والتجليات الوجودية.

النور والظلام

نشأ النور من مبدأ النار. لا يمكن تصور النور من دون النار ولهذا السبب بالذات هو أحد مظاهر النار. كل عنصر ناري قابل للتحويل إلى نور وكذلك العكس صحيح. لهذا السبب نجد أن النور متصل بكافة الخصائص المتعلقة بالنار، مثل اللعان والنفاذ والانتشار والتمدد.

الحالة المعاكسة للنور هي الظلام، الذي ينشأ من مبدأ الماء. الظلام يحوز على الخصائص المعاكسة لتلك التي يحوزها النور. في غياب حالة الظلام نجد أن النور ليس غير قابل للتمييز فحسب بل لن يكون موجود أصلاً. الأمر الواضح بخصوص النور والظلام هو أنهما نتجا من التفاعل المتبادل لعنصري النار والماء. النور يمثل الجانب الموجب، بينما الظلام يمثل الجانب السالب. هذا التفاعل المتبادل بين النور والظلام هو موجود في كافة العوالم.

المبدأ الأثيري (أو أكاشا)

ذكرت أكثر من مرة سابقاً، خلال وصف العناصر، بأنها تولدت من المبدأ الأثيري. بناء على ذلك نستنتج بأن المبدأ الأثيري هو الشيء النهائي، الأسمى، الأكثر قوة.. هو شيء يصعب تصوره أو استيعابه.. هو يمثل السبب الأول لكل الأشياء الموجودة والمخلوقة. باختصار يمكننا القول بأنه يمثل عالم السببية. هو عالم متجاوز للزمان والمكان. هو اللامخلوق والغير قابل للاستيعاب وبالتالي يعجز تعريفه. هو يمثل القوة الخامسة وفقاً للفلاسفة القدامى خلال حديثهم عن العناصر الأربعة. إنها القوة الأصلية. كل شيء مخلوق من قبلها ويبقى في حالة توازن بفضلها. هي تمثل مصدر

الأفكار والنوايا. هي تمثل العالم السببي الذي تعتمد عليه ديمومة الخلق من أعلى مستوياته حتى أدناها. هو الجوهر الذي قصده الخيميائيون. هو "الكل" في الكل.

مبدأ السببية (أو كارما)

إنه قانون ثابت لا يتغير. كل سبب ينتج تأثيراً متوافقاً له. هذا القانون يعمل في كل مكان بصفته الحكم الأكثر سموماً. كل عمل يتأصل من سبب ويتبعه نتيجة. بالتالي علينا أن لا نقبل هذا المبدأ بصفته يحكم فقط أفعالنا الخيرة، بل معانيه تتجاوز ذلك إلى أبعاد كثيرة. يشعر الناس فطرياً بأن العمل الخير يجلب نتائج خيرة، والعمل الشرير يجلب نتائج شريرة، أي كما يقول المثل: ".. ما يزرعه الشخص سوف يحصده..". الجميع ملزم بمعرفة هذا القانون واحترامه. قانون السببية يحكم مبدأ العناصر أيضاً. لا مجال الآن للدخول في تفاصيل هذا المبدأ، لكنه سهل الاستيعاب وهو واضح بحيث يستطيع الإنسان العقلاني فهمه بسهولة. يرتبط بهذا المبدأ أيضاً مبدأ التطور أو التنمية، حيث التنمية تمثل أحد جوانب مبدأ السببية.

[٢]

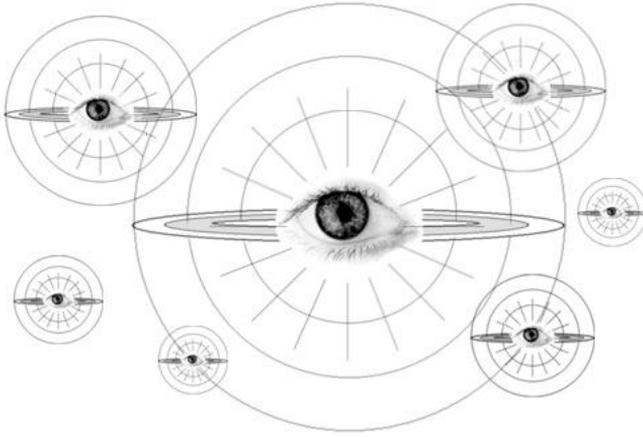
الإنسان

والمستويات الثلاثة لكيونته

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

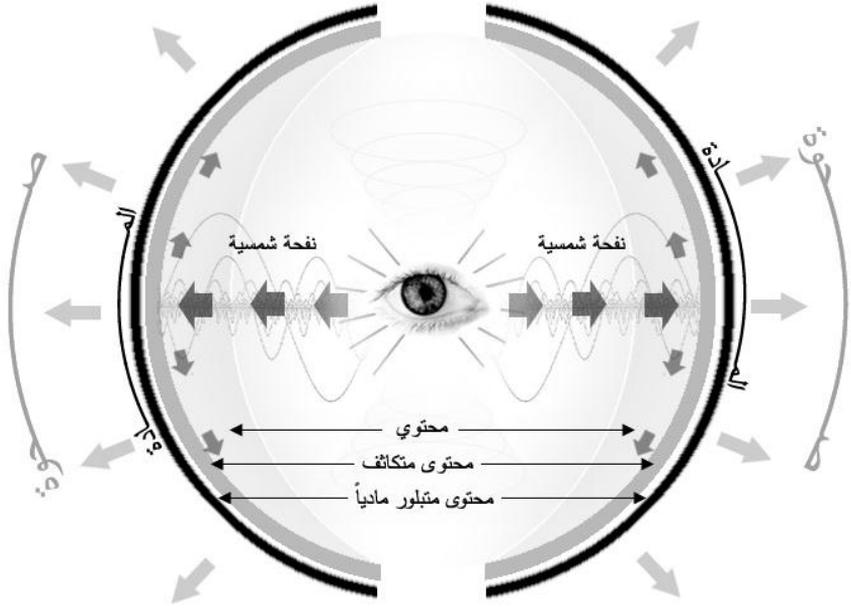
المشكلة مع المراجع القديمة التي انحدرت إلينا من الماضي هو أنه تم ترجمتها وتفسيرها بشكل خاطئ، حيث راح الفقهاء المزعمين يفسرونها على هواهم وبالاعتماد على معرفتهم المحدودة مما أدى إلى حصول انحراف كبير عن الحقيقة.

وفقاً للمبدأ الشمسي الذي أخذ به الحكماء القدامى، كل نقطة في الكون المتجلى تمثل شمس مركزية قائمة بذاتها. وهذا يعني بالتالي أن كل نقطة في الكون المتجلى تمثل مركز للوعي. أينما يوجد مركز تكاثف للمحتوى الكوني لا بد من وجود وعي. وقد رأينا كيف أن الوعي الذي يقصده الحكماء هو مبدأ الشمس (المُمثِّلة برمز العين). وبالتالي، فإن كافة أشكال الحياة "الفردانية" هي عبارة عن "شموس" (مراكز انبعاث للوعي) بحيث تمثل انعكاسات مختلفة للشمس الكونية المركزية. بالتالي، عندما يتحدث القدامى عن الشمس ويشرحون مظاهرها وقواها المختلفة فالأمر لا يقتصر على الشمس الكونية المركزية، أو تلك التي تقع وسط نظامنا الشمسي، بل يشمل كل الشموس في الوجود، أي كافة الكائنات الفردية في الكون، وهذا لا يستثني الجسيمات الذرية التي هي أيضاً تعتبر شمس دقيقة. ما ينطبق على الشمس الكونية ينطبق على باقي الشموس في الوجود.



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

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



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

من خلال شرح هذا النموذج الشمسي سوف نتعرف على الآلية الفعلية للتجسيد المادي الذي تسببه النواة الشمسية النابضة على الدوام. المادة الصلبة تنشأ أساساً نتيجة النبض الشمسي الذي يدفع بالمحتوى الأثيري لينكاثف على محيط الفقاعة الشمسية. هذا التناوب هو الذي يجعل الذرة تتناوب بين حالة طاقة وحالة مادية، أي حالة اختفاء وظهور متناوب على مسرح الوجود.

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



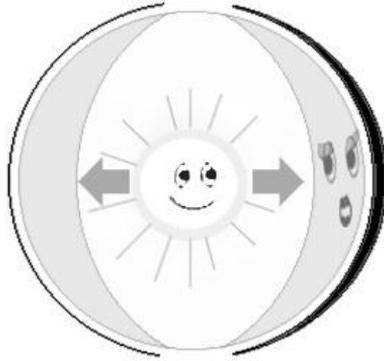
المبادئ الأربعة متجانبة بوضوح في مسيرة النبضة الشمسية نحو التجسيد المادي. تندفع النبضة من الشمس، فتتسارع نحو المحيط، لكن ما تلبث أن تتباطأ (عطالة) بسبب تكاثف المحتوى عند جدار الفقاعة، فتتوقف النبضة عند جدار الفقاعة جاعلة المحتوى المتكاثف يتبلور مادياً.

المحتوى الأثيري داخل الفقاعة الشمسية (البيضة الكونية) قد تجمّع بفعل قوة الدفع المنبعثة من المذبذب المركزي (أي الشمس) فنشأ ما يمكن اعتباره تدرّج متكاثف للمحتوى الأثيري على محيط الفقاعة. هذا المحتوى المتكاثف هو نابض بطبيعته وذلك تجاوباً مع النبضة الشمسية. من هنا جاء المفهوم القائل بأن المادة هي محتوى أثيري متذبذب أصبح في درجة معيّنة من الصلابة.

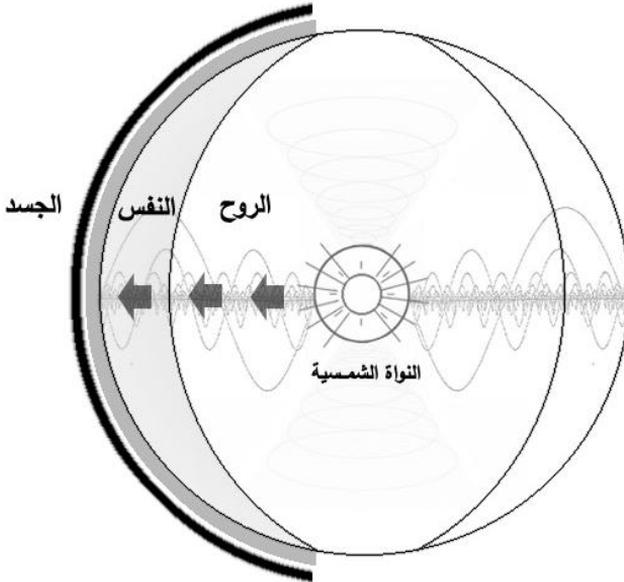
هذا المخطط للتجسيد المادي ينطبق على كافة الشموس في الوجود، بكل تجلياتها ومظاهرها ومستوياتها. تنطبق على المستوى الذري كما على مستوى المجرات.. في الجانب الظاهري كما في الجانب الباطني.. المبدأ ذاته متجلي في كل مكان وزمان. الشكل التالي يبيّن تدرّج لوني بين قطبين رئيسيين يمثلان الشمس المركزية (أبيض) والتجسيد المادي (أسود) ويمتد بينهما تدرّج متكاثف للمحتوى الأثيري الذي تعرّض للضغط نتيجة الدفع الدائم والمستمر لنبض الشمس المركزية.



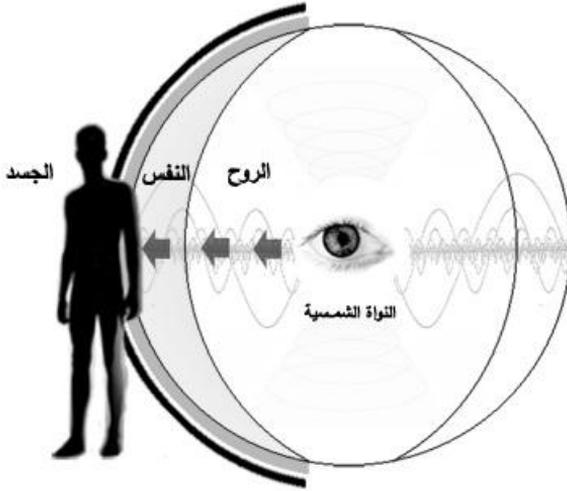
مقطع عرضي للنواة الشمسية والنفحة الشمسية وتدرجات المحتوى الأثيري للفقاعة الشمسية



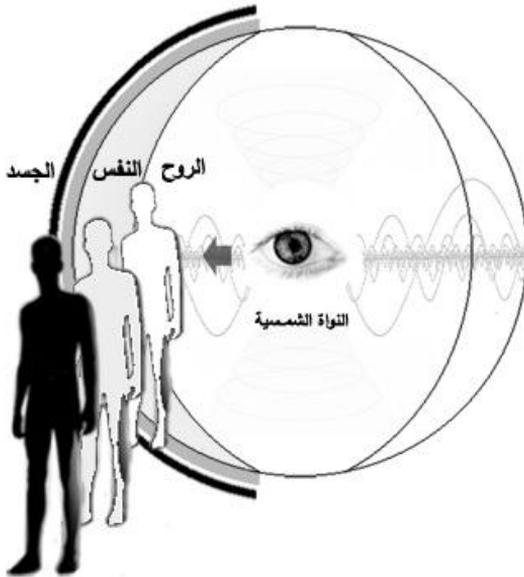
وفقاً للنموذج الشمسي لشرح آلية التجسيد المادي، التناوب المستمر للنواة الشمسية يدفع بالمحتوى ليتكاثف على محيط الفقاعة الشمسية. المادة الصلبة تنشأ أساساً نتيجة النبض الشمسي الذي يدفع بالمحتوى الأثيري ليتكاثف على محيط الفقاعة الشمسية. المادة هي عبارة عن محتوى أثيري متبلور مادياً، أي هي تبدو صلبة لكنها غير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



بناء على الشرح السابق يمكننا الاستنتاج بأن الفقاعة الشمسية مؤلفة من نواة شمسية و**نفحة شمسية** (روح) ثم **محتوى متكاثف** (نفس) ينتهي بتجسيد مادي (جسد)



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



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



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

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

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

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

[١]

بخصوص الجسد المادي

تزعم الفلسفة الهرمزية، كما تفعل أيضاً الديانات السماوية، بأن الإنسان هو صورة الله [تعالى] على الأرض، لكن وجب عدم أخذ هذه العبارة بمعناها الحرفي بل ضمن المعنى الذي يجعل الإنسان مخلوقاً بنفس الآليات والعوامل التي خلق بها الكون. أي أن التشابه مع الله [تعالى] ليس في الشكل والصورة الفعلية بل في الآلية والعوامل التي أدت إلى الخلق. الإنسان وكافة المخلوقات الأخرى يتشابهون مع الكون بنفس المبادئ والقوانين التي أدت إلى تجليهم في الوجود. كل شيء موجود ويحصل على مستوى كوني هو منعكس، بدرجة أصغر طبعاً، على مستوى الإنسان. لهذا السبب يشير الهرمزيون إلى الإنسان على أنه يمثل العالم الأصغر والكون هو العالم الأكبر. إنها حقيقة راسخة أن الطبيعة بكاملها مع كل قواها ونشاطاتها متجسدة في الإنسان، وإنه من مهمة هذه الفقرة توضيح هذه المسألة.

أنا لا أنوي وصف المجرىات العضوية المألوفة في الجسد، حيث كل فرد يستطيع إيجاد معلومات وافرة عنها في الكتب المنشورة في كل مكان. ما سوف أعلمه عن الإنسان هو من وجهة النظر الهرمزية، وسوف أنور الأفراد المهتمين بهذا المجال عن كيفية استخدام المفتاح الأساسي، وهو تأثير العناصر، بالطريقة الصحيحة.

هناك مقولة معروفة تقول: "العقل السليم في الجسم السليم.."، والحقيقة الفعلية لهذه المقولة تثبت نفسها مباشرة أمام كل من يتناول مسألة الإنسان. أول سؤال يمكن أن يخطر لك هو عن ماهية الصحة من وجهة النظر الهرمزية. لا يستطيع الجميع الإجابة على هذا السؤال من اللحظة الأولى. لكن من الزاوية الهرمزية، تعتبر الصحة حالة تناغم كامل لكافة القوى النشطة في الجسم، لكن أهم جوانب هذا التناغم هو ذلك الذي يشمل الخصائص الأساسية للعناصر الأربعة. وجب عدم حصول اختلال كبير في توازن العناصر بحيث يؤدي إلى نشوء تأثير مرئي وملموس وهو الذي نسميه مرض. الخلل الذي يؤدي إلى نشوء المرض ينتج من اضطراب في آلية عمل العناصر العاملة داخل الجسم. الشرط الأساسي بالنسبة للمبتدئ في هذا المجال هو أن يركز اهتمامه بالكامل على

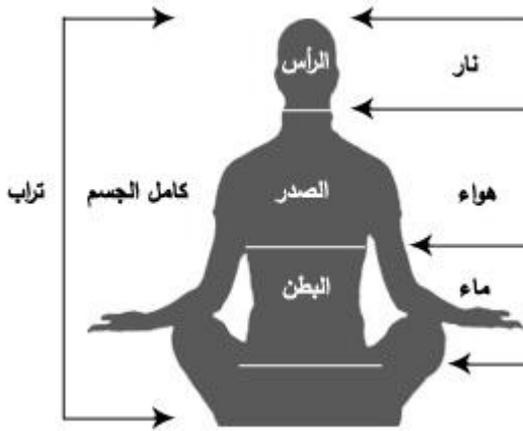
الجسد لديه. على الانطباع الخارجي للجسد أن يشبه الثوب الجميل، هذا الجمال بكل مظاهره يمثل جانباً من الجمال الطبيعي الرياني. أنا لا أقصد ذلك الجمال الذي يمتع رغباتنا أو يتناغم مع ذوقنا، لأن التناغم أو التناظر يعتمدان على التفاعل المتبادل للعناصر. الصحة السليمة هي شرط أساسي لنموننا الروحي. إذا كنا نرغب في العيش في الجمال، علينا أولاً جعل منزلنا أو جسمنا جميلاً وذلك عن طريق اكتساب صحة جيدة من خلال موازنة العناصر في الجسم فجعله متناغماً.

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

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

الفقهاء المتمرسون في هذا المجال، والذين عاشوا في كل العصور الماضية، لم يوصفوا تأثيرات العناصر على وجه التحديد، ربما لتجنب سوء استخدام هذه المعرفة، لكنهم كانوا على معرفة جيدة بها. قاموا بتقسيم الإنسان إلى ثلاثة مفاهيم أساسية، نسبوا الرأس إلى المبدأ الناري، والبطن إلى المبدأ المائي، والصدر إلى المبدأ الهوائي بصفته المبدأ الوسيط بين النار والماء. كم كانوا محقّين

بهذا التقسيم الذي يبدو جلياً من النظرة الأولى، حيث كل ما هو ناري يحصل في الرأس. بينما في البطن لا بد من أن يحصل أمر معاكس والذي له طبيعة مائية، حيث الإفرازات وعمل العصارات المختلفة إلى آخره. الصدر متعلق بالهواء وله وظيفة وسيطية، حيث تحصل عملية التنفس بشكل ميكانيكي. أما المبدأ الترابي مع قوته في التماسك أو قدرته على التجميع، فهو يمثل كامل الجسم بما يشمله من عظم ولحم.

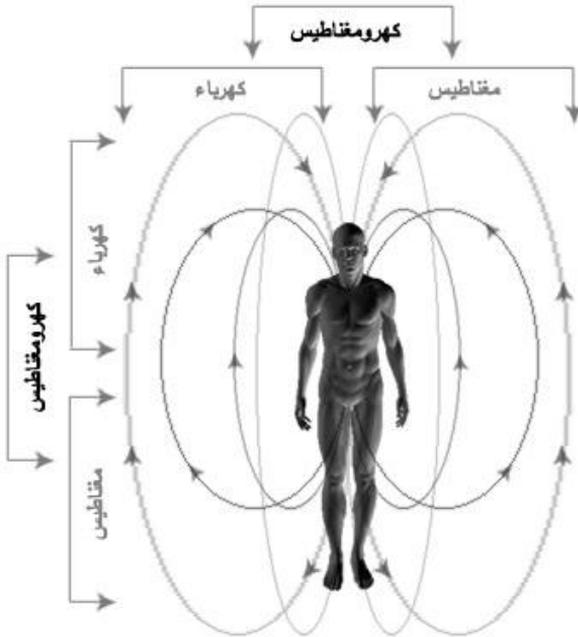


أحد التقسيمات التي تم إجرائها لجسم الإنسان وفق مفهوم العناصر الأربعة. الرأس يمثل المبدأ الناري، والصدر يمثل المبدأ الهوائي، والبطن يمثل المبدأ المائي، وكامل الجسم يمثل المبدأ الترابي.

والآن لا بد أن يخطر السؤال حول موقع المبدأ الأثيري (أكاشا) في الجسم المادي. بعد التفكير العميق في هذه المسألة لا بد أن الجميع سوف يتمكن من الإجابة على هذا السؤال بنفسه، حيث سوف نجد هذا المبدأ الأثيري مبطن بهيئته المادية في الجسم داخل الدم (عند الأنثى) والسائل المنوي (عند الذكر) وكذلك في التفاعل المتبادل لهاتين المادتين في المادة الحيوية، بالإضافة إلى علاقتهما الجوهرية بحيوية الجسم.

كما علمنا سابقاً، مبدأ النار ينتج سيولة كهربائية ومبدأ الماء ينتج سيولة مغناطيسية. كل من هاتين السيولتين لها انبعاثات ثنائية القطبية: فاعلة ومنفصلة، أو سالبة وموجبة. والتأثيرات والتفاعلات المتبادلة لانبعاثات الأقطاب الأربعة تشبه إلى حد كبير المغناطيس رباعي الأقطاب tetra-polar

magnet. لهذا السبب، فإن السيولة الكهرومغناطيسية في جسم الإنسان، بكل انبعاثاتها، هي ذاتها الطاقة الحيوية التي تحدث عنها المراجع الطبية والروحية والماورائية وأشارت إليها بأسماء مختلفة مثل المغناطيسية الحيوانية أو الطاقة الأودية أو حقل الطاقة الإنساني أو غيرها من أسماء مختلفة. لكن وفقاً للعلم الهرمزي، فإن شدة انبعاث هذه السيولة الكهرومغناطيسية تعتمد على استطاعة أو فعالية العناصر الأربعة في الجسم. كلما كان أداءها متوازناً وسليماً كلما زادت شدة انبعاث الطاقة الحيوية. بناء على هذه الحقيقة المهمة اتخذ المعلمون القدامى إجراءات مناسبة ممثلة بتمارين وسلوكيات محددة تعمل على موازنة العناصر الأربعة في كينونة المرید مما يؤدي في النهاية إلى تنشيط الطاقة الحيوية بشكل كبير. عندما أقول تمارين لا أقصد التمارين الجسدية فقط بل تمارين عقلية معيَّنة، وعندما أقول سلوكيات فأقصد بذلك محاولة بقدر المستطاع المحافظة على توازن التركيبة النفسية والذهنية للفرد في حياته اليومية وهذه مهمة صعبة بالنسبة للإنسان العادي إذ تحتاج إلى تغيير كامل في طريقة التفكير وتغيير طريقة النظر إلى الأشياء، وهذا يتطلب فلسفة خاصة توجه الفرد نحو هذا المسار وتحثه على التغيير بقناعة تامة.



مجال الطاقة الحيوية للإنسان هو نو طبيعة كهرومغناطيسية

بمساعدة بعض التمرينات المحددة، بالإضافة إلى السلوك السليم، وكذلك الإلتزام الكامل بأحكام هذه الموضوع، يمكن حينها زيادة كثافة وقوة وتأثير السيولة الكهرومغناطيسية والسيطرة عليها حسب الطلب والرغبة، وفق ما تتطلبه الحاجة. أما كيفية تحقيق هذه الحالة فسوف يتم شرحه بالتفصيل في القسم العملي من هذا الكتاب.

أعيد وأذكر بأن السيولة الكهربائية والسيولة المغناطيسية التي أتحدث عنها ليس لها أي صلة بالمجالين الكهربائي والمغناطيسي الذين نعرفهما عموماً في مجال الفيزياء، رغم وجود تشابه في جوانب معينة. إن قانون التشبيه يمثل عامل مهم جداً في العلم الهرمزي. لكن الإمام الجيد والسليم بهاتين السيولتين ووفق المنهج الهرمزي يجعل الفرد قادراً على صنع المعجزات.

يحتوي الطعام على خلطات مختلفة ومتنوعة من العناصر. النتيجة الحتمية لتناول الطعام هو حصول إجراءات كيميائية في الجسم مما يسمح بتخزين العناصر الأربعة فيه. من وجهة النظر الطبية، إن تناول الطعام المصحوب مع عملية التنفس يؤدي إلى عملية احتراق المواد الغذائية في الجسم. لكن العالم الهرمزي يرى أكثر بكثير من مجرد عملية كيميائية، إذ يرى عملية الاحتراق الحاصلة للمواد الغذائية بأنها تفككها لغايات أخرى تختلف عن الغاية الغذائية فحسب. العناصر التي يهتم بها العالم الهرمزي ليست العناصر الغذائية بل العناصر الأربعة الرئيسية. إن تناول الطعام يهدف في المقام الأول إلى موازنة العناصر الرئيسية في الجسم (وبالتالي في كيان الفرد ككل). تبين أن أي خلل في معادلة وجود العناصر الأربعة في الجسم (زيادة أو نقصان) يؤدي إلى خلل أو تغيير ما في نفسيته. من أجل التوضيح يمكن اللجوء إلى مثال واضح وبسيط: إذا زاد أداء عنصر النار عن حدّه خلال قيامه بوظيفته المعهودة في الجسم فلا بد من أن يراودنا شعور بالعطش، بينما زيادة أداء عنصر الهواء يجعلنا نشعر بالجوع، وزيادة أداء عنصر الماء يجعلنا نشعر بالبرد، وزيادة أداء عنصر التراب يُشعرنا بالتعب والإرهاق. ومن جهة أخرى، زيادة منسوب أي من العناصر يسبب تأثيرات قوية في الجسم. زيادة منسوب النار مثلاً يخلق توق إلى الحركة والنشاط، وزيادة منسوب الماء تزيد نشاط العملية الإفرازية (تعرّق مثلاً)، وزيادة منسوب الهواء يشير إلى وجوب الاعتدال في تناول الطعام، وزيادة منسوب التراب يزيد الميل إلى الجنس الآخر.

إذاً، من خلال الأمثلة السابقة نجد أن الطعام يلعب دور كبير في زيادة أو نقصان منسوب العناصر في الجسم مما يجسّد حالة نفسية وصحية معيّنة، وبالتالي يوصى الاعتدال في تناول الطعام ووفق منهج منظمّ وسليم من أجل المحافظة على توازن العناصر في الجسم فتستمرّ الحالة الصحية السليمة. مجرد أن حصل أي خلل أو عدم انسجام في تأثير العناصر، حيث يضعف أحدها أو يطغي أحدها على الأخرى الباقية، وجب حينها اتخاذ الإجراءات المناسبة، وذلك عن طريق تناول الطعام المناسب أو تناول الأعشاب المناسبة لاستعادة التوازن إلى عناصر الجسم. على هذه الحقيقة تحديداً يعتمد طب الأعشاب والذي فقدت أصوله العلمية مع مرور الزمن وانتهى به الأمر بشكله الحالي الذي نألفه اليوم، إذ نرى الأطباء يوصفون عشبة معيّنة لعلة معيّنة لكنهم لا يعرفون السبب وراء قدرتها على شفاء العلة. أي طب الأعشاب الذي نعرفه اليوم أصبح تقليد شعبي أكثر من كونه يستند على أسس علمية. في حالة حصول خلل في معادلة العناصر في الجسم، يمكن لمنظومة غذائية معيّنة متبعة لبعض الوقت أن تكون كافية لتصحيح الخلل، لكن إذا استمرّ هذا الخلل لفترة طويلة دون اتخاذ إجراءات حياله وتحوّل إلى علة أو مرض فلا بد من اللجوء إلى الأعشاب لأنها أكثر فعالية وتأثيراً من الطعام العادي. كافة الأنظمة العلاجية التي سادت في الزمن القديم تعتمد على هذا الأساس (إصلاح الخلل في معادلة العناصر). حتى الطب اليوناني القديم الذي يعمل بمفهوم الأخلاط الأربعة (والذي برع فيه ابن سينا) مبني على مبدأ إصلاح الخلل في معادلة العناصر الأربعة في الجسم.

لقد تحدثنا عن الأعشاب والمواد الغذائية المختلفة بصفاتها مؤثرات فعلية في معادلة العناصر داخل الجسم، والسبب طبعاً يعود إلى طبيعتها المختلفة وفق مفهوم العناصر، حيث يوجد نباتات أو ثمار نارية وهوائية ومائية وترابية. والأمر ذاته ينطبق على الأعشاب. وحتى النبتة ذاتها مهما كان نوعها يمكن تقسيمها إلى أربع أقسام وكل منها محكوم بأحد العناصر، حيث الجذور تمثّل عنصر التراب، والأوراق تمثّل عنصر الماء، والزهرة تمثّل عنصر الهواء، والبذور تمثّل عنصر النار. بالإضافة إلى أنه رغم انتمائها لعنصر معيّن إلا أنها تتسم بخاصية واحدة لهذا العنصر وليس الثانية، أي هناك نباتات جافة وأخرى رطبة وأخرى باردة وأخرى حامية. في الحقيقة، قد يبدو الأمر معقداً للوهلة الأولى لكن مجرد أن تعرفنا على المنهج العلمي الذي بني عليه طب الأعشاب سوف نتوضح أمور كثيرة وسنتمكن بعدها من تحقيق معجزات علاجية بكل ما تعنيه الكلمة.

بالإضافة إلى ذلك، وفقاً للمفهوم الطبّي القديم، يوجد أوقات محددة لتناول الدواء أو القيام بالعلاج المناسب، حيث المسيرة الإيقاعية السنوية والشهرية واليومية للطاقة الشمسية تؤخذ في الحسبان. والأمر لا يتوقف عند هذا الحد بل يجب أخذ عمر المريض في الحسبان أيضاً، حيث حياة الإنسان مقسومة إلى أربع مراحل مختلفة وكل مرحلة محكومة بأحد العناصر الأربعة.

وفقاً للتقسيم الرباعي للسنة (الفصول الأربعة) نجد أن الربيع يمثل النار، والصيف يمثل الهواء، والخريف يمثل الماء، والشتاء يمثل التراب. أما اليوم الواحد فمقسوم أيضاً إلى أربع أقسام، حيث الفترة المحيطة بشروق الشمس (من ٣ إلى ٩ صباحاً) تمثل فترة النار، والفترة المحيطة بالظهيرة (من ٩ صباحاً إلى ٣ ظهراً) تمثل فترة الهواء، والفترة المحيطة بغروب الشمس (من ٣ ظهراً إلى ٩ مساءً) تمثل فترة الماء، والفترة المحيطة بمنتصف الليل (من ٩ مساءً إلى ٣ صباحاً) تمثل فترة التراب.

أما حياة الإنسان فهي مقسومة إلى أربع مراحل: [١] سن الطفولة إلى سن الشباب تمثل مرحلة النار (ربيع العمر)، [٢] سن الشباب إلى سن البلوغ تمثل مرحلة الهواء، [٣] سن البلوغ إلى سن الكهولة (خريف العمر) تمثل مرحلة الماء، [٤] سن الكهولة إلى سن الشيخوخة تمثل مرحلة التراب.

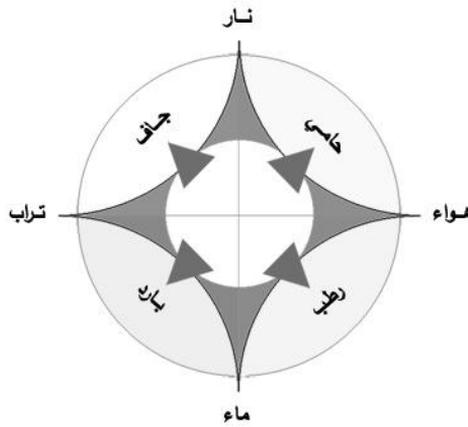
مختصر صفات وخصائص العناصر الأربعة وفق المفهوم القديم

[١] النار: حامّي/جاف. هو العنصر الأكثر نشاطاً. قوي، متطاير، متفجّر، باعث للطاقة، خفيف متصاعد، متخلّل. راسح، نقي، مستأصل، موجز، أبيض، متحوّل. يمثل المرّة الصفراء في أخلاط الجسم، الطبع النزق.

[٢] الهواء: رطب/حامّي. هو العنصر الأكثر رقة ونفاوة. طبيعة جارية وسيولية، يملئ كل فراغ. تبادل، حركة، اتصال. متصاعد، خفيف، متخلّل. يمثل الدم في أخلاط الجسم، الطبع متفائل.

[٣] الماء: بارد/رطب. العنصر الأكثر انفعالاً وتقبلاً. المتلقي والمستوعب الأكبر للطاقة. طبيعة جارية وسيولية، يبرّد، يرطب، يزلّق، يذيب، يفكّك، ينصّف، ينقي، يتسرّب للأسفل. يلقح وينتس بصفته مصدر الحياة. يمثّل البلغم في أخلاط الجسم، الطبع بارد متأثر.

[٤] التراب: جاف/بارد. العنصر الأثقل والأكثر كثافة وصلابة. يسحب، يبقي، يقسي، يخنّز، يُرسّب، يحفظ، يعرّز، يدعم، يتحمّل. يمثّل المرّة السوداء في أخلاط الجسم، الطبع سوداوي.



المغناطيس رباعي الأقطاب، لكن دون إظهار السيولتين الكهربائيتين المغناطيسية، ويظهر الطبايع التي تتوسط العناصر

.....

بالعودة إلى الجسم، وبخصوص السيولتين الكهربائيتين والمغناطيسية، فإن قطبيهما الفاعل والمنفعل يتكفلان بوظيفة تشكيل خلطات حمضية في كافة الأجسام العسوية وغير العضوية، وذلك من وجهة النظر الكيميائية، وكذلك من وجهة نظر علم الخيمياء أيضاً. بالمفهوم المتعلق بقطبيتها الفاعلة فهي بناءة، بينما قطبيتها المنفعله تجعلها مدمرة ومفككة ومزيلة. كل هذا يفسر الوظائف البيولوجية للجسم. النتيجة النهائية هي استمرارية دورة الحياة، التي جلبت إلى الوجود، ثم ازدهرت ونضجت ومن ثم تلاشت. هكذا هي مسيرة كل الأشياء المخلوقة في العالم المادي.

مبدأ الكهرومغناطيس

وصيغ تجليّه في أعضاء الجسم

تحدثت في موضوع "العناصر الأربعة" عن أداء هذه الأخيرة في الجسم بشكل عام لكن في الحقيقة كل جزء وقسم وعضو ومنظومة داخل الجسم لها معادلتها الخاصة من تفاعل العناصر وبالتالي لها تعبيرها الخاص من قطبية الانبعاث الكهرومغناطيسي. إنه لأمر مثير فعلاً أن نجد في المنظومة العضوية المعقدة للجسم بعض الأعضاء تتجسد فيها السيولة الكهربائية من الداخل إلى الخارج والسيولة المغناطيسية من الخارج إلى الداخل، بينما في أعضاء أخرى نجد العكس حيث تتجسد السيولة الكهربائية من الخارج نحو الداخل والسيولة المغناطيسية من الداخل نحو الخارج، لكن رغم ذلك نجد كافة الأعضاء تؤدي وظائفها المختلفة وتحافظ على علاقتها المتبادلة مع بعضها البعض وبطريقة متناغمة ومنسجمة. هذه المعرفة بالانبعاث القطبي الكهرومغناطيسي تُسمى في المدارس السريّة بـ"علم التشريح السحري للجسم"، والمعرفة المتعلقة بتأثيرات هذا التشريح السحري هي مهمّة جداً لكل من يرغب في معرفة جسمه فعلياً واحتراف طريقة التحكم به والتأثير عليه.

فيما يلي وصف سريع ومختصر للتشريح السحري لجسم الإنسان وفق مفهوم السيولة الكهربائية/المغناطيسية، وهو مشابه لمفهوم الـ"ين/يانغ" لكنه أكثر فعالية. هذه المعرفة تمثل مكسب ثمين للمعالجين بالطاقة عموماً وخاصة الذين على إمام الجانب الكهربائي والمغناطيسي للطاقة الحيوية. ذكرت سابقاً أن الجانب الأيمن للجسم بكامله هو كهربائي نشط (ويكون العكس إذا كان الفرد عسراوي) بينما الجانب الأيسر مغناطيسي منفعل. لكن الأعضاء التي يتألف منها الجسم لها قطبيات أيضاً، وتكون قطبياتها على الشكل التالي:

[١] الرأس: الجانب الأمامي كهربائي، الجانب الخلفي مغناطيسي. الجانب الأيسر كهربائي. الجانب الأيمن مغناطيسي. وسط الرأس كهربائي.

[٢] العينين: القسم الأمامي للعين حيادي (متعادل القطبية) وكذلك القسم الخلفي. الجانب الأيمن كهربائي وكذلك الجانب الأيسر. بينما القسم الداخلي مغناطيسي.

[٣] الأذنين: القسم الأمامي حيادي، وكذلك القسم الخلفي. الجانب الأيمن مغناطيسي، والجانب الأيسر كهربائي. القسم الداخلي حيادي.

[٤] الفم مع اللسان: القسم الأمامي حيادي، وكذلك القسم الخلفي. الجانب الأيمن حيادي، وكذلك الجانب الأيسر. القسم الداخلي مغناطيسي.

[٥] الرقبة: القسم الأمامي والخلفي وكذلك الجانب الأيمن مغناطيسي. الجانب الأيسر والقسم الداخلي كهربائي.

[٦] الصدر: القسم الأمامي كهرومغناطيسي. القسم الخلفي كهربائي. الجانب الأيمن والقسم الداخلي محايد. الجانب الأيسر كهربائي.

[٧] البطن: القسم الأمامي كهربائي. القسم الخلفي والجانب الأيمن مغناطيسي. الجانب الأيسر كهربائي. القسم الداخلي مغناطيسي.

[٨] اليدين: القسم الأمامي لليد محايد، وكذلك القسم الخلفي. الجانب الأيمن مغناطيسي والجانب الأيسر كهربائي. القسم الداخلي محايد.

[٩] أصابع اليد اليمنى: القسم الأمامي والخلفي محايد. الجانب الأيمن كهربائي، وكذلك الجانب الأيسر. القسم الداخلي محايد.

[١٠] أصابع اليد اليسرى: القسم الأمامي والخلفي محايد. الجانب الأيمن كهربائي، وكذلك الجانب الأيسر. القسم الداخلي محايد.

[١١] القدمين: القسمين الأمامي والخلفي محايدين. الجانب الأيمن مغناطيسي. الجانب الأيسر كهربائي. القسم الداخلي محايد.

[١٢] الأعضاء التناسلية الذكرية: القسم الأمامي كهربائي. القسم الخلفي محايد، وكذلك الجانبين الأيمن والأيسر. القسم الداخلي مغناطيسي.

[١٣] الأعضاء التناسلية الأنثوية: القسم الأمامي مغناطيسي. القسم الخلفي والجانبين الأيمن والأيسر محايد. القسم الداخلي كهربائي.

بمساعدة هذا التشریح السحري، بالإضافة إلى مفهوم الكهرومغناطيس رباعي القطبية، يستطيع المرید إجراء الكثير من التشابهات والإسقاطات الأخرى. من خلال إجراء التشبيهات بين جسم الإنسان والأشياء الأخرى سوف يتعلم الفرد كيف يجري مقارنات بين صيغ مختلفة لمعادلات تكوين العناصر الأربعة في الأشياء المختلفة، وخلال هذه العملية الاستكشافية سوف يتعلم الكثير.

ملاحظة: لقد خصصت قسم خاص في الجزء التالي من هذا الكتاب للتعلم على كيفية التعامل مع هاتين السيولتين وإنتاجهما لغايات كثيرة منها العلاج وفق هذه الطريقة الكهرومغناطيسية.

الفقرة المتعلقة بالجسد المادي قد انتهت. لا أزعم بأن كافة المواضيع المتعلقة بهذا الجانب قد تم ذكرها هنا، لكن على أي حال، من ناحية العناصر، أقصد بذلك المغناطيس رباعي القطبية، فقد قمت بمعالجة المسائل الأكثر أهمية بخصوص الجسد المادي.

[ب]

بخصوص العالم المادي

في هذه الفقرة سوف لن أوصف العالم المادي ولا عالم المعادن أو النبات أو الحيوان، ولن أتناول المجريات المادية في الطبيعة، لأن الجميع قد تعلم سابقاً في المدرسة بحقائق كثيرة عن هذا الجانب مثل وجود قطبين شمالي وجنوبي، وكيف يتأصل هطول المطر، وكيف تحصل العواصف.. إلى آخره. قد لا يكون المبتدئ مهتماً كثيراً بهذه الأمور، بل يفضل السعي إلى معرفة كل شيء بخصوص العالم المادي من ناحية العناصر الأربعة وقطبياتها. لا داعي للتشديد على حقيقة وجود على كوكبنا كل من النار والهواء والماء والتراب، وهذه حقيقة واضحة جداً بالنسبة لكل شخص عقلائي. لكن مع ذلك، إنه مفيد جداً أن يصبح المرید يألف المسببات والتأثيرات التي للعناصر الأربعة ويعرف كيف يستخدمها بشكل صحيح وفقاً للتشبيهات المتناظرة في العوالم الأخرى. أما كيف يمكن التواصل مع عوالم عليا عبر معرفة العناصر المادية فهذا سوف نتعرف عليه في أحد الفصول القادمة في الكتاب خلال الحديث عن التطبيق العملي للعلم التجاوزي. لكن في الوقت الحالي، إنه مهم معرفة أنه في عالمنا المادي نجد أن عمل العناصر بهيئتها الأكثر رقة يكون متطابقاً مع عملها في جسم الإنسان. من خلال التشبيهات مع جسم الإنسان، يستطيع الفرد أن يعرف كيف يوصل بين العناصر المتناظرة، فيكتشف بأن إجراء التشبيه مع جسم الإنسان هو عمل مبرر وسليم. في الفقرة السابقة التي تتناول الجسم المادي ناقشنا نمط الحياة العناصر ووظائفها داخل الجسم، وإذا نجح المرید في استخدام العناصر التي في هيئتها الأكثر رقة سوف يتمكن من إنجاز أشياء عجيبة في جسمه، وليس هذا فحسب، بل يمكنه إثبات حقيقة أن لا شيء مستحيل في هذا الخصوص.

العنصر الترابي يتضمن المغناطيس رباعي القطبية الذي يشمل قطبيته وكذلك تأثير العناصر الأخرى. المبدأ الناري، بهيئته الفاعلة، يصنع المبدأ المنشط في الطبيعة. وفي هيئته السلبية يصنع حالة تدمير وتفكيك. أما المبدأ المائي، بقطبيته المنفصلة يصنع التأثيرات المعاكسة تماماً لمبدأ النار. أما مبدأ الهواء، بقطبيته الثنائية، يمثل الجوهر المحايد والموازن والمحافظ في الطبيعة. أما مبدأ التراب، وفقاً لخاصية التلاحم والتكتل لديه، يشمل على العنصرين الأساسيين المتمثلان بالنار والماء ويرافقهما العنصر الموازن المتمثل بالهواء، بالتالي وجب اعتباره العنصر المادي الأكثر كثافة. من

خلال تفاعل عنصر النار مع عنصر الماء ينتج لدينا، كما شرحت سابقاً بخصوص الجسم، السيولة الكهربائية والسيولة المغناطيسية، وما السيولتين الأساسيتين المتأصلتين، وفق القوانين ذاتها، في الجسم ولديهما تأثيراتهما المتبادلة. كلا العنصرين، النار والماء، مع سيولتيهما، يمثلان السبب الأجل لكل ما يحصل مادياً في كوكب الأرض. هي مثلاً تؤثر على المجريات الكيماوية داخل وخارج الكوكب في عوالم النبات والمعادن والحيوانات. بالتالي يمكننا ملاحظة السيولة الكهربائية موجودة في مركز الكوكب، بينما السيولة المغناطيسية موجودة على السطح. هذه السيولة المغناطيسية لسطح الكوكب، بغض النظر عن خاصيات المبدأ المائي أو خاصية التماسك الترابي، نرى هذا السطح يجذب ويمسك كافة الأشياء المادية.

وفقاً لخصائص معينة للجسم، والتي تعتمد على اجتماع العناصر، نجد أن كل شيء، من جانب السيولة الكهربائية، لديه انبعاثات معينة، وبالتالي فإن ما يُسمى الترددات الإلكترونية هي التي تتجذب من قبل السيولة المغناطيسية العامة لكامل العالم المادي. هذا الإنجذاب يُسمى عموماً الوزن. بالتالي فإن ما يظهر بأنه وزن هو في الحقيقة عبارة عن قوة جاذبة لسطح الأرض. قوة الانجذاب المعروفة جيداً لمعدني الحديد والنيكل هي مثال بسيط على ما يحصل على نطاق أكبر، أي على مستوى الكوكب. ما نفهمه على هذا الكوكب على أنه كهرباء أو مغناطيسية هو ليس سوى أحد مظاهر المغناطيس رباعي القطبية. حيث نعلم سابقاً بأنه من خلال عملية ميكانيكية بسيطة يمكننا الحصول على الكهرباء من المغناطيسية، وكذلك العكس صحيح، حيث يمكننا الحصول على المغناطيسية من الكهرباء. إن عملية تحويل قوة إلى أخرى هي عملية كيميائية أو سحرية معروفة مسبقاً. لكنها مع مرور الوقت لم تعد هذه العملية تعتبر كيميائية أو سحرية بل أصبحت تُنسب حصراً إلى مجال الفيزياء. لهذا السبب، من الواضح أنه يمكن إدخال مفهوم المغناطيس رباعي الأقطاب إلى هذا المجال العلمي الحديث أيضاً.

وفقاً للقانون المتعلق بمسائل المغناطيسية والكهرباء، ليس فقط في الجسم كما أسلفت ذكره في الفقرة السابقة، بل أيضاً في العالم المادي ككل، كل عالم هرمزي يعلم جيداً بأن ما في الأعلى هو كما في الأسفل. كل متمرس خبير يعلم كيف يستخدم القوى العناصر أو يحوز على سرّ الكلمة رباعية الأحرف (tetragrammaton) على كافة المستويات، يستطيع أيضاً إنجاز أمور عظيمة كثيرة في عالما المادي، وهي أشياء قد يعتبرها الفرد العادي بأنها معجزات. لكن الخبير المتمرس لا يرى أي

معجزة في هذه الأعمال لأنه معزز بمعرفة واسعة عن القوانين لدرجة أنه يستطيع تفسير أكثر الظواهر غموضاً.

كل شيء على كوكبنا يمر في حالة ازدهار ونضوج ثم ينتهي به الأمر إلى التلاشي والزوال. لكن الخبير المتمرس يفهم جيداً بأن الموت المادي لا يعني التلاشي والزوال كلياً حيث ينتقل الكائن إلى حالة من اللاشيء. ما نعتبره موت أو فناء هو ليس سوى عملية انتقال من مرحلة إلى أخرى. العالم المادي بكامله انبعث من المبدأ الأثيري (أكاشا). بالإضافة إلى أن هذا العالم المادي لازال تحت سيطرة وتحكم هذا المبدأ ذاته. المبدأ الأثيري غير محكوم بعامل المكان والزمان، ولهذا السبب نرى اختراعات مثل الراديو والتلفزيون واللاسلكي وغيرها من وسائل إرسال تعتمد على عامل اللامكان، حيث يمكنها التواصل مع مسافات بعيدة بشكل لحظي. هذه الاختراعات في الحقيقة تعتمد على مبدأ السيولتين الكهربائية والمغنايسية ونشاطها عبر الأثير. المبادئ والقوانين الجوهرية تبقى ذاتها دائماً وأبداً. يمكن تأليف كتاب شامل ومثير عن تأثيرات السيولات الكهربائية والمغنايسية بتجلياتها المختلفة في العالم المادي. لكن القارئ المهتم الذي قرر السير في درب العلم التجاوزي، والذي لا يرغب أن تعيقه دراسة المبادئ، سوف يجد عبر خبرته الخاصة كل ما يحتاج معرفته عن القوى والخصائص المختلفة. ثمار أتعابه وكذلك الرؤية العميقة التي يكسبها خلال اختباره في هذا المجال سوف تعوض له بسخاء عن ما فات عليه من أبحاث ودراسات نظرية.

[ج]

بخصوص الجسم النفسي

(الجسم النجمي Astral)

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

من خلال الذبذبات الأكثر رهفة للعناصر، ومن خلال السيولتين الكهربائيتين والمغناطيسية المنبعثة من قطبيتها، أي بمعنى آخر، من خلال الإنسان تحديداً، تتجلى النفس بعد انبعاثها من الذبذبات المرهفة للمبدأ الأثيري. بنفس الطريقة التي تعمل بها العناصر في الجسم المادي، نجد أن النفس (الجسم النجمي) تعمل. يقوم المغناطيس رباعي القطبية، بنفس خصائصه المحددة، بدمج أو وصل النفس مع الجسم المادي. هذا الدمج يحصل مع الجسد المادي بفعل التأثير الكهرومغناطيسي للعناصر. الخبراء المتمرسين يشيرون إلى هذا السلوك النشط للعناصر، أو ما يُسمى السيولة الكهرومغناطيسية للنفس، باسم "المصفوفة النفسية" أو "الحياة" عموماً. هذه المصفوفة النفسية، أو ما يسمى السيولة الكهرومغناطيسية للنفس، لا تمثل "الأورا" أو الهالة المحيطة بالجسم والتي نألها. هذه المصفوفة النفسية، أو السيولة الكهرومغناطيسية، هي صلة الوصل بين الجسم المادي والنفس. المبدأ الناري يجسد في النفس كل ما هو بناء، بينما المبدأ المائي يجسد كل ما هو إحيائي. مبدأ الهواء هو الموازن. ومبدأ التراب يجسد كل ما هو مزدهر ومركب وحافظ في النفس. نستنتج بالتالي أن الجسم النفسي يمارس نفس الوظائف التي يمارسها الجسم المادي.

الإنسان مجهز بخمسة حواس وذلك توافقاً مع العناصر الخمسة، وتستخدمها النفس (الجسم النجمي) بمساعدة الحواس الجسدية، فتستعملها لاستقبال الإدراكات المختلفة من العالم المادي. الروح الأزلية لدينا تترك هذا الاستقبال عبر الحواس الخمسة من خلال النفس والجسم المادي. أما لماذا تكون هذه الروح أزلية فسوف نعرف السبب في فقرة قادمة. من دون وجود نشاط للروح داخل النفس فسوف تكون هذه الأخيرة خالية من الحياة وسوف تفكك نفسها إلى أجزاء متناثرة.

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

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

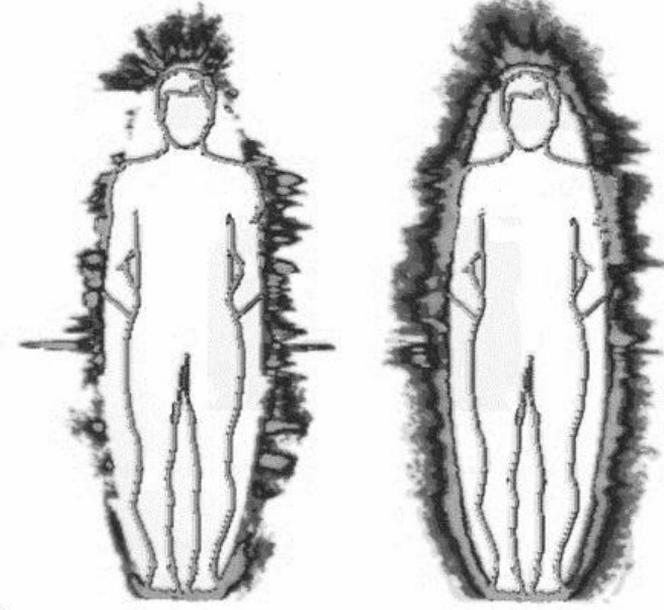
٢. الطبع المتفائل sanguine في جانبه الإيجابي له السمات الجيدة التالية: القدرة على النفاذ والتخلل، الاجتهاد، المرح، البراعة، اللطف، الوضوح، قليل الحزن، الابتهاج، التفاؤل، اللهفة، الاستقلالية، الألفة، الحنكة.. إلى آخره. وفي جانبه السلبي له السمات السيئة التالية: الشعور الدائم

التحدّي، إزدراء، نزعة طبيعية للثرثرة ونقل الكلام، عدم الثبات، دهاء، خبث، عدم الأمانة، تقلّب،.. إلى آخره.

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

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

هذه الطبائع الأربعة، بجوانبها الإيجابية والسلبية، تتجلّى في الفرد بدرجات متباينة فتشكّل خلطات فريدة عند كل فرد وتمثّل المكونات الأساسية لشخصيته. أما قوة ظهورها أو اختفاءها في الشخصية فتعتمد على أي سيولة غالبية في كيان الفرد، المغناطيسية (الانطواء داخلاً) أو الكهربائية (التجلى خارجاً). التأثير الإجمالي لخلطة الطبائع ينتج انبعاث من الطاقة يشيرون إليه عموماً بـ"الهالة" أو الأورا aura. لكن وجب عدم الخلط بين هذه الهالة وبين المصفوفة النفسية، لأنه يوجد فرق كبير بين هذين المفهومين. المصفوفة النفسية تمثّل المادة الواصلة بين النفس والجسد، بينما الهالة هي انبعاث ناتج من تفاعل العناصر مع الخصائص المختلفة في النفس والتي تكون إما فاعلة أو منفعة حسب الحالة. هذا الانبعاث من النفس، أو الهالة، ينتجذب ذبذبة معينة تتوافق مع لون معين.



بالاعتماد على عامل اللون يستطيع الممارس الخبير أن يميز بين لون هالته ولون هالة الآخرين مستخدماً بصيرته النفسية (النجمية). بالاعتماد على هذه الهالة، يستطيع المستبصر أن يحدد ليس فقط شخصية الفرد الأساسية، بل يمكنه أيضاً إدراك القطبية الذبذبية للنفس إن كانت إيجابية أو سلبية، ومن ثم التأثير فيها إذا أراد ذلك. سوف أشرح هذا الموضوع بالتفصيل في الكتاب. المهم أن نعرف الآن حقيقة أن خلطة طبائع الإنسان تؤثر بشكل كبير على شخصيته، وكلاهما مع مجموع تأثيرهما تخلقان انبعاث محدد يشكل الهالة بذبذبتها الخاصة ولونها الخاص.

ذكرت سابقاً أنه، وفقاً للعناصر، النفس مقسمة بنفس الطريقة التي قُسم بها الجسد المادي. بالتالي فإن الوظائف والقوى والخصائص النفسية لديها مقعدها أيضاً في النفس وفي مراكز معينة متوافقة مع العناصر ويسميتها الفلاسفة الهنود الشاكرات charkas. إن عملية تفعيل هذه الشاكرات تسمى في التعاليم الهندية الكونداليني يوغا Kundalini yoga. لا أعتقد أن الحديث عنها مناسباً هنا، حيث القارئ المهتم بهذا الموضوع سوف يجد الكثير من المراجع المخصصة في شرحه بالتفصيل.

بعد وصف الجسم النفسي (النجمي) أصبحت المهمة الرئيسية هي إقامة صلة وصل بين العناصر الأربعة وبين أقطابها الإيجابية والسلبية داخل النفي ومن ثم تقديم فكرة واضحة عنها. سوف يلاحظ الفرد بأن الجسد وكذلك النفس، مع تأثيراتهما، هما حيان ويعملان باستمرار، وأن بقائهما أو دمارهما يعتمد على القوانين الثابتة للمغناطيس رباعي الأقطاب، والتي تحكمهما. إذا اجتهد المرید في التأمل ملياً بهذا الموضوع سوف يكسب فكرة واضحة، ليس عن وظائف الجسد فحسب، بل أيضاً عن تلك التي للنفس، ومن ثم يتوصل إلى معرفة واضحة عن تفاعلها المتبادل وفقاً للقوانين الأساسية التي تحكم هذا الجانب.

[د]

بخصوص العالم النفسي

(العالم النجمي)

العالم النفسي (النجمي) لم يُخلق بفعل العناصر الأربعة بل هو عبارة عن درجة معينة من الكثافة الأثيرية والتي تسبق مباشرة الكثافة المادية. بالتالي، كل ما يحصل في العالم المادي يكون قد حصل مسبقاً وسوف يحصل في العالم النفسي، لأن هذا العالم الأخير هو أساس كل شيء موجود في العالم المادي. بالإضافة إلى ذلك، فيه توجد الضوابط التي تدير الأمور وكذلك العوامل المسببة التي تخلق الأشياء في العالم المادي. كما ذكرت سابقاً، فإن أكاشا يمثل الدرجة الأكثر رقة من الأثير، والتي منها تنبعث، إلى جانب الذبذبات الأخرى، الذبذبات الكهربائية والمغناطيسية. نستنتج بالتالي حقيقة أن هذا المستوى الأثيري العالي، أو هذا العالم الذبذبي عالي التردد، يمثل المصدر الأساسي للضوء والصوت واللون والإيقاع والحياة المتجلية في كافة المخلوقات. بما أن أكاشا تمثل مصدر كل شيء موجود، فهذا يجعلنا نستنتج بأن كل شيء مخلوق ولازال يُخلق وسوف يُخلق في المستقبل هو منعكس في أكاشا. بالتالي في العالم النفسي (النجمي) يمكن رؤية انبعاث الأبدى اللامتناهي، الذي ليس له بداية ولا نهاية، بالتالي هو متجاوز للمكان والزمان. الخبير المتمرس الذي يستطيع التجول في هذا العالم يمكنه إيجاد كل شيء هنا، مهما كان هدفه، إن كان ينتمي للحاضر أو الماضي أو المستقبل. أما درجة قدرة الخبير على الإدراك في هذا العالم، فتعتمد على درجة كماله ونقاوته وارتقائه.

يشير الأرواحيون والباطنيون ومعظم الديانات إلى هذا العالم باسم العالم الآخر، أي العالم الذي ينتقل إليه الأموات. لكن هذه فرضية ليس لها أساس من الصحة. الخبير المتمرس يعلم جيداً بأنه لا يوجد شيء يسمى عالم آخر، وهو لا يشعر بأي خوف من الموت لأن هذا المفهوم هو غريب عنه. إذا حصل أي انحلال في عمل العناصر أو انفصال مفاجئ مما أدى إلى انفكاك المصفوفة النفسية الواصلة بين الجسد المادي والكيان النفسي، حينها سوف ينتج ما نسميه موت، والذي هو في الحقيقة ليس سوى عملية انتقال من العالم المادي إلى العالم النفسي ومن ثم إلى العالم الروحي. بالاعتماد على هذا القانون، ليس لدى الخبير المتمرس أي خوف من الموت، لأنه مقتنع بأنه لن ينتقل إلى

حالة عدم يقين. من خلال سيطرته على العناصر، بالإضافة إلى قدرات كثيرة أخرى، يستطيع أيضاً تحقيق حالة انفصال إرادي للجسم النفسي عن الجسد المادي. حينها يستطيع السفر إلى أبعد المناطق، وكذلك يتنقل بين العوالم والمستويات الوجودية المختلفة مستخدماً الجسم النفسي فقط كوسيلة للتنقل. هذه هي "ظاهرة الخروج عن الجسد" التي هي معروفة جيداً لدى الكثيرين حول العالم.

وفقاً للمراجع والتقارير القديمة، فإن العالم النفسي (النجمي) مأهول بكائنات كثيرة ومتنوعة. وحتى ساد اعتقاد واسع الانتشار بأن هذا العالم مأهول بأرواح الأموات الذين غادروا العالم المادي، لكن هذا الاعتقاد هو خاطئ بكل تأكيد. الأمر ذاته ينطبق على ذلك الاعتقاد الآخر والذي يتحدث عن وجود أرواح شريرة تعود لأشخاص عاشوا سابقاً في العالم المادي، وهذه الأرواح يتواصل معها الذين يعملون في مجال السحر الأسود والذين يسخرونها لتحقيق غايات دنيوية شريرة. بالإضافة إلى عدد كبير ومتنوع من الكائنات الخرافية الأخرى التي تترجم بها الموروثات الشعبية في كل مكان حول العالم. كل مجتمع محلي له كائناته الخاصة ورواياته الخاصة عنها. في الحقيقة لا يمكن إحصاء أنواع الكائنات التي يُزعم وجودها في هذا العالم النفسي (النجمي) لكن ما أستطيع تأكيده هو أنها جميعاً أوهام بأوهام، حيث ليس لها أي وجود فعلي إطلاقاً. لكن الذي يجعل الفرد يراها فعلياً خلال دخوله هذا العالم (خلال حالة الخروج عن الجسد أو خلال الحلم) هو أنه يخضع لاعتقاد جازم بوجودها، وبالتالي الذي يجعله يراها هو إيمانه بوجودها وليس لأنها موجودة فعلاً. الأمر الذي يميز ذلك العالم هو أنه يمكنه تجسيد كل ما يعتقد به الفرد بحيث يستطيع رؤيته ماثلاً أمامه وكأنه حقيقي. لكن هناك نقطة أخرى مهمة وجب أخذها بالحسبان. الشرط الآخر الذي يحدد نوعية الكائنات التي يراها الفرد خلال زيارته ذلك العالم هو درجة ارتقائه ونقاوته ومدى نبل أخلاقه، حيث إذا كانت هذه الدرجة عالية فسوف يرى الفرد كائنات جميلة ومحبية إلى القلب، لكن إذا كانت الدرجة متدنية فسوف يرى كائنات قبيحة وشريرة. الأمر إذاً يعتمد على ارتقاء نفسيته. أما الذي لا يؤمن بوجود أي كائنات فسوف لن يرى أي كائن خلال سفره في ذلك العالم.

صحيح أن العالم النفسي غير مأهول فعلياً أو طبيعياً بكائنات من أي نوع، لكنه في الحقيقة، وحسبما كشفت عنه الخبرة العملية، قابل أن يجسد أي نوع من الكائنات التي يفترض المعتقد العام وجودها. لكن الإيمان الجازم ليس السبب الوحيد الذي يؤدي إلى تجلّي الكائنات، حيث يوجد أسباب

كثيرة أخرى. يوجد مثلاً كائن يسميه التجاوزيون "أسروع" أو "العَلَق" larvae وهو كائن يتشكل في المستوى النفسي بطريقة واعية أو غير واعية من قبل الفرد، هذا الكائن يتشكل نتيجة التفكير الحسي الديويوي الشديد والمركز، لكنه ينمو ويزدهر نتيجة التكرار أو العادة الدائمة. أوضح مثال على ذلك هو عادة التدخين. إن قوة الإدمان على التدخين والتعلق به ناتجة من نمو هذا الكائن في العالم النفسي لدرجة أصبح صعباً القضاء عليه بسهولة، وهذا يجعل عادة التدخين صعبة الإيقاف. المهم أن نعلم أن هذه الكائنات ليست حقيقية، لكنها عبارة عن هياكل حيوية تعيش وتزدهر على انفعالات وعواطف حيوانية دنيوية تابعة للعالم المادي. إن غريزة البقاء لدى هذه الكائنات النفسية تجذبها إلى أولئك الأشخاص الذين يتبعون غرائزهم بدرجة كبيرة، فراها تزدهر على المستوى النفسي لأولئك الأشخاص، فتعيش وتتغذى على الانبعاثات العاطفية التي ينتجها أولئك الأشخاص. الإنسان العادي الذي هو محكوم طبيعياً بمجموعة واسعة ومتنوعة من الانفعالات والعواطف الدنيوية، وبالتالي سوف يخلق مجموعة واسعة ومتنوعة من هذه الكائنات النفسية لديه. ويبدأ بعدها صراع كبير في المستوى النفسي للفرد، وإذا استطاع التغلب على نزواته وشهواته المختلفة فهذا يجعله مؤهلاً لأن ينتصر على تلك الكائنات ويزيلها من كيانه النفسي، لكن إذا كان الفرد محكوم تماماً من قبل نزواته وشهواته فسوف تزدهر تلك الكائنات وتعيش دائماً وأبداً على حساب طاقته الحيوية وانفعالاته النفسية. لهذا السبب نرى أن هذه المسألة لها أهمية كبرى في مجال التدريب التجاوزي، حيث وجب على المريد التخلص من أكبر عدد ممكن من هذه الكائنات النفسية خلال تقدمه في الدرب نحو السيادة. لهذا السبب تم تخصيص تمرين لهذه المسألة في بدايات القسم العملي وهو بعنوان "الفحص والتصحيح الذاتي".

بالإضافة إلى ذلك كله، وجب العلم أنه يوجد كائنات نفسية مشابهة لتلك التي ذكرتها سابقاً لكن الفرق هو أنه يتم خلقها وزرعها إرادياً في المستوى النفسي للضحايا، بواسطة السحر الأسود، وذلك بهدف تجسيد أذى معين لدى الضحية المستهدفة. وهذا الموضوع سوف يتم شرحه لاحقاً في الجزء التالي من هذا الكتاب.

الكائنات النفسية الأهم والتي وجب عدم تجاهلها بل معرفتها جيداً والتعامل معها في العالم النفسي (النجمي) هي تلك التي تتعلق بالعناصر الأربعة. هذه الكائنات هي منقسمة إلى أربعة أنواع توافقاً مع عدد العناصر. كل ثقافة وحضارة تشير إليها بأسماء مختلفة وتمنحها أوصاف مختلفة، لكن

الخصائص تبقى هي ذاتها. هذه الكائنات تمثل صلة وصل بين العالم النفسي والعناصر الأربعة في العالم المادي. أما كيفية إقامة تواصل مع هذه الكائنات، وكيفية التحكم بها، وما يمكن تحقيقه من خلال استخدامها، كل هذا سوف يتم شرحه وتطبيقه في القسم العملي من هذا الكتاب (الجزء الثالث من الكتاب) حيث تم تخصيص فصل كامل بعنوان "العمل التجاوزي مع العناصر".

بالنسبة لكل من يستبعد وجود هكذا عالم نفسي أو نجمي، أعتقد أن التجربة هي أكبر برهان. لا أعتقد أن النفي أو الإنكار يفيد في هذه الحالة. بعد أن خضت التمرينات بشكل صحيح واستطعت تفتيح عيونك النفسية وتصبح قادراً على رؤية ذلك العالم، حينها يمكنك الحكم إن كان صحيح أو وهمي. لكن قبل ذلك أنصحك بأن تبقى صامتاً دون الخروج بأي حكم مسبق على الموضوع. على الشخص، إذا كان صادقاً مع نفسه، أن يختبر بالتجربة العملية قبل إصدار أي حكم مسبق.

[هـ]

بخصوص الجسم الروحي

(أو الجسم العقلي)

لقد جعلته واضحاً في فقرة سابقة، عبر صورة توضيحية، كيف أن الجسد المادي والنفس يخدمان كثوب أو كساء خارجي للروح. الروح هي القسم الخالد في كيان الإنسان، وبالتالي هي تمثل الصورة الفعلية لله [تعالى] في الإنسان. أنه ليس سهلاً وصف وتعريف شيء مقدس وتجاوزي وخالد وغير قابل للزوال. لكن هنا، كما باقي المسائل الأخرى، يمكن لمفتاح المغناطيس رباعي الأقطاب أن يكون مساعداً لنا بشكل كبير .

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

١. مبدأ النار يمثل الجانب المندفع، وهو يتجلى على شكل إرادة.
٢. مبدأ الهواء يمثل الجانب العقلي، وهو يتجلى على شكل فكر.
٣. مبدأ الماء يمثل المحتوى الأثيري، وهو يتجلى على شكل شعور.
٤. مبدأ التراب يمثل اجتماع المبادئ الثلاثة السابقة فتجلى على شكل صحوة الأنا.

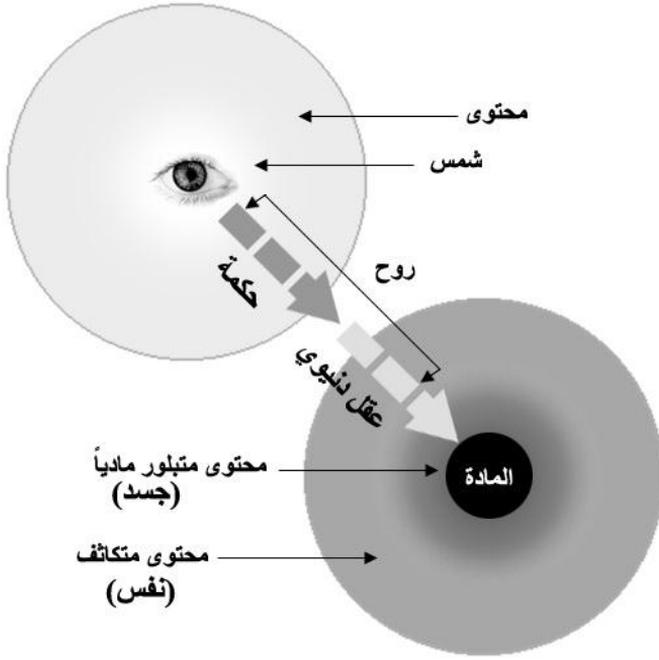
كافة الخواص والمميزات الأخرى التي تتسم بها الروح الفردية مندرجة ضمن هذه المبادئ الرئيسية الأربعة. أما المبدأ الخامس، أي المبدأ الأثيري أو أكاشا، فهو يتجلى، في مظهره الأرقى في الإيمان الصافي، بينما في مظهره الدنيوي في الغريزة وحب البقاء.

كل من المبادئ الأربعة المذكورة سابقاً لديها مظاهر كثيرة أخرى ومقسومة إلى قطبي السالب والموجب. جميعها معاً تشكّل ما نسميه وفق المفهوم العام بـ"الروح". لهذا السبب يمكن اعتبار مبدأ النار مسؤول عن العزم والقوة والانفعال، ومبدأ الهواء مسؤول عن قوة التمييز والمقارنة والحكم السليم، ومبدأ الماء مسؤول عن الوجدان والضمير والحدس، ومبدأ التراب مسؤول عن الفردانية والغرائز ونزعة الحفاظ على الذات والتنازل. هذه مجرد أمثلة وعينات من قائمة الخصائص الطويلة التي تتسم بها الروح. لكن أعتقد بأن ما سبق كافٍ لتوضيح الفكرة لدى المرید، ويمكن أن يقوم هو بإنشاء قائمة طويلة من الخصائص الأخرى، وذلك عبر الدراسة والبحث والتفكير الطويل والتأمل العميق في الموضوع، وهذا بالتوافق طبعاً مع قوانين المغناطيس رباعي الاقطاب. أي يصنع أربعة جداول، ويجعل كل جدول ممثلاً لأحد العناصر الأربعة، ومن ثم يدخل في الجدول الخاصية التي تتوافق مع العنصر الحاكم لذلك الجدول. هذا عمل شاق لكنه يستحق التقدير والمكافئة، لذلك وجب عدم تجاهله أو إهماله، لأنه سوف يؤدي حتماً إلى نجاح كبير ونتائج مفيدة.

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

ملاحظة مهمة:

المحتوى الذي تتألف منه الروح هو محتوى عقلي. ينطلق هذا المحتوى في العالم العلوي على شكل حكمة، لكنه ينتهي في العالم الدنيوي على شكل عقل أو فكر دنيوي. (كما في الشكل التالي)



الروح (أو النفحة الشمسية) تنطلق من النواة الشمسية على شكل حكمة لكنها تنتهي في المستوى الدنيوي على شكل عقل دنيوي. لهذا السبب يُشار إلى العالم الروحي أحياناً باسم العالم العقلي، لأنهما يمثلان الشيء ذاته.

لذلك، غالباً ما يشيرون إلى هذا القسم الروحي من كيان الفرد باسم الجسم العقلي. وبالتالي فالعالم الذي ينشط وسطه هذا القسم في الإنسان هو عالم عقلي تماماً، لكنني أشرت إليه بالعالم الروحي رغم أنه مؤلف من محتوى عقلي. لقد حصل لغط كبير بخصوص هذا القسم من الإنسان وبالتالي بعض المدارس الروحية انحرفت بعيداً عن مسار الحقيقة وضلت الطريق، ومدارس أخرى راحت تبكر مفاهيم غريبة عجيبة عن هذا القسم الروحي لا تمت للحقيقة بصلة. في الفقرة التالية سوف أتحدث عن العالم الذي ينشط وسطه الجسم الروحي (العقلي)، وقد سميت به العالم الروحي.

[و]

بخصوص العالم الروحي

(العالم العقلي)

كما أن للجسد المادي عالمه الخاص الذي ينشط وسطه، وكذلك الجسم النفسي لديه عالمه الخاص، نجد أيضاً أن الجسم الروحي لديه عالمه الخاص ويسمى العالم الروحي أو العالم العقلي. كلا العالمين، المادي وكذلك النفسي، انبعثا من المبدأ الأثيري (أكاشا)، وذلك من خلال المبادئ الأربعة (العناصر)، وهذا الانبعاث كان بواسطة اندفاع العالم الروحي المنبعث من المبدأ الأثيري أولاً.

كما يشكّل الجسم النفسي مصفوفة نفسية عبر السيولة الكهرومغناطيسية للعالم النفسي والتي ترتبط بالجسم المادي، نجد أن السيولة الكهرومغناطيسية للعالم الروحي تشكّل مصفوفة روحية (عقلية) تربط الجسم الروحي (العقلي) بالجسم النفسي (النجمي). هذه المصفوفة الروحية، أو المحتوى العقلي، تمثل أرق أشكال المبدأ الأثيري (أكاشا) الذي يصون ويتحكم بالنشاط الروحي داخل الجسم النفسي (النجمي).

وبنفس الوقت، هذا المحتوى العقلي هو ذو طبيعة كهرومغناطيسية ويعتبر مصدر وموجه الأفكار نحو وعي الروح، ومنها توضع الأفكار في حالة تنفيذ عملي عبر الجسم النفسي ومنه إلى الجسد المادي. لذلك هذه المصفوفة الروحية، أو المحتوى العقلي، بسبب ثنائيتها القطب، تمثل المحتوى الأكثر رقة يمكننا تصورها في جسد الإنسان.

في الوقت ذاته، العالم الروحي (العقلي) هو عالم الأفكار التي تأصلت من الجوهر الروحي (النواة الشمسية). كل عملية ذهنية مسبقة بفكرة أساسية والتي، وفقاً لخاصيتها، تتقبل هيئة محددة، ثم تصل إلى وعي الأنا عبر المبدأ الأثيري ومن ثم إلى المصفوفة الروحية أو المحتوى العقلي، بصفتها تعبير عن الفكرة الأساسية لكنها تتخذ شكل صورة ذهنية مكونة. هذا يجعلنا نستنتج بالتالي حقيقة أن الإنسان بذاته ليس مبتكر الأفكار، بل أصل كل فكرة يعود إلى العالم الروحي. روح الإنسان هي مستقبل الأفكار من عالم الأفكار الروحي، وذلك وفقاً للظرف أو الموقف الراهن الذي يكون فيه.

وعالم الأفكار الروحي هو منتشر في كل مكان، هو "الكل" في الكل، وبالتالي كل فكرة جديدة أو اختراع جديد أو كل ما نؤمن بأننا ابتكرناه بأنفسنا هو صادر أصلاً من عالم الأفكار الروحي والذي هو متوفر للجميع. إن قدرة استقبال الأفكار أو القدرة على التعبير عنها تعتمد على مدى نضج أو توجه الروح لدى الفرد.

كل خاطر متصل بعنصر واحد صافي، خصوصاً إذا كان الخاطر يتضمن أفكار مجردة. لكن إذا كان الخاطر يستند على مجموعة تركيبات فكرية من العالم الروحي، يكون هناك عناصر مختلفة مؤثرة بشكلها وكذلك بانبعائها. فقط الأفكار المجردة لديها عناصر صافية وانبعاثات قطبية نقية خلال انحدارها مباشرة من المستوى السببي للفكرة. من هذا الإدراك يمكننا أن نستنتج حقيقة وجود أفكار كهربائية صافية، وأخرى مغناطيسية صافية، وأخرى محايدة أو حيادية، وذلك بالاعتماد على زاوية تأثيرها. وفقاً للفكرة، كل خاطر في العالم الروحي (العقلي) له شكله ولونه وذبذبته الخاصة. من خلال المغناطيس رباعي الأقطاب التابع للروح، يصل الخاطر إلى الوعي ومن ثم يتم تقديمه إلى مرحلة التجلي.

كل شيء مخلوق في العالم المادي لديه سببه المتأصل في العالم التصوري عبر الوعي الروحي، حيث ينعكس هناك. إذا كان الأمر المعني ليس فكرة مجردة، يمكن تجلي مجموعة هيئات فكرية متكثلة. يمكن لهذا خواطر أن تكون ذات قطبية كهربائية أو مغناطيسية أو كهرومغناطيسية، فهي تُحدد وفقاً للخاصية العنصرية للفكرة.

العالم المادي محكوم بعامل المكان والزمان. العالم النفسي محكوم بعامل المكان. أما العالم الروحي فهو متجاوز لعامل المكان والزمان. الأمر ذاته ينطبق على الخصائص الذهنية. إن استقبال الخاطر في الجسد المادي، عبر وصلة كل من المصوفة النفسية والمصوفة الروحية، يتطلب وقت من الزمن للتجلي لأنه محكوم بعامل المكان والزمان. بالإضافة إلى ذلك، فإن تسلسل الأفكار يكون مختلفاً بين شخص وآخر، وذلك يعتمد على اختلاف البلوغ العقلي بينهما، حيث كلما كان الفرد متقدماً ومتحضراً كلما زادت سرعة نشوء وتطور الأفكار في الذهن.

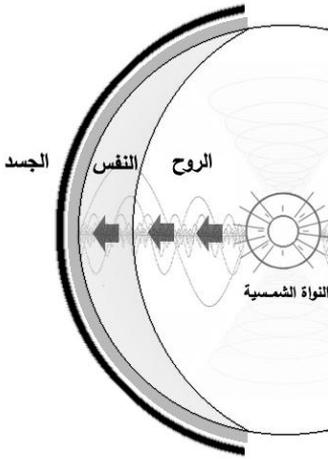
كما أن العالم النفسي مأهول بكائنات معينة، نجد أن العالم الروحي (العقلي) مأهول أيضاً. نجد مثلاً وجود الكائنات العنصرية elementals (الاسم مشتق من مفهوم العناصر الأربعة). وهي كائنات مخلوقة بطريقة واعية أو غير واعية من قبل الإنسان ويكون ذلك نتيجة التفكير الكثيف والمُكرّر. الكائن العنصري ليس بدرجة من الكثافة لكي يكسب لنفسه جسد نفسي (نجمي). بالتالي فإن تأثيره محدود ضمن نطاق العالم الروحي (العقلي). الكائن العنصري مجهّز بكمية معينة من الوعي وبالتالي لديه غريزة بقاء. قد يلجأ الممارس الخبير أحياناً إلى خلق وتسخير هذه الكائنات. أما مسألة كيفية خلق هكذا كائنات عنصرية، وكيف يُحفظ بقائها وديمومتها، وكيف يتم استخدامها وتسخيرها لغايات محددة، فسوف يتم مناقشتها وشرحها في القسم العملي من هذا الكتاب (الجزء الثالث).

في الحقيقة يوجد الكثير مما يمكن قوله والحديث عنه بخصوص العالم الروحي (العقلي)، لكن ما ذكرناه وشرحناه هنا هو كافي لإطلاق عملية التدريب، كما تساهم بشكل كبير في تنوير المرید بخصوص العالم الروحي (العقلي).

ملاحظات بخصوص العوالم الثلاثة

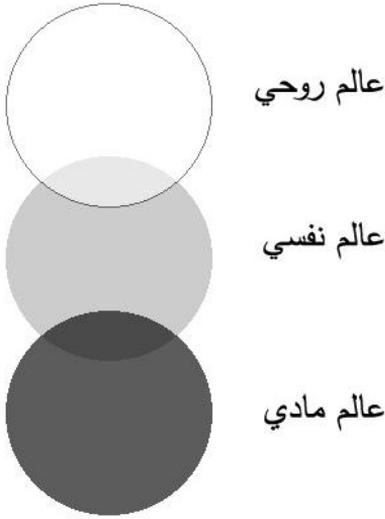
(المادي، والنفسي (النجمي)، والروحي (العقلي)

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

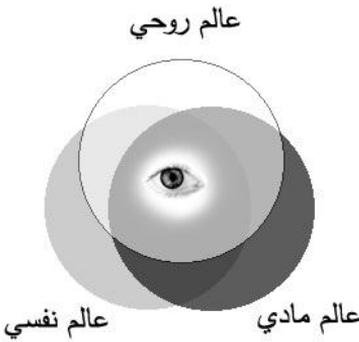


بناء على المبدأ الشمسي، يمكننا
الاستنتاج بأن الفقاعة الشمسية مؤلفة من
نواة شمسية و**نفحة شمسية** (روح) ثم
محتوى متكاثف (نفس) ينتهي بتجسيد
مادي (جسد)

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



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



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

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

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

الإدراك لدينا هو عملية مركبة

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

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

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

من جانب آخر، هذه الطريقة المشروحة سابقاً هي مجدية بالنسبة لمن يمارس الخروج عن الجسد، حيث طريقة إدراك الأشياء هي التي تحدد نوع العالم الذي انتقل إليه الفرد خلال خروجه عن جسده، أي إن كان العالم النفسي (النجمي) أو العالم الروحي (العقلي). فخلال السفر في العالم النفسي، يستطيع الفرد تحسس خامة المواد وكذلك الشعور بالحرارة والبرودة.. إلى آخره، كما باستطاعته سماع الأصوات وشم الروائح وتذوق النكهات.. إلى آخره. بينما خلال السفر في العالم الروحي، لا

يوجد أي من هذه الأساسيس السابقة تجاه الأشياء المادية، كل شيء هو فكري مجرد ويصعب التعبير عنه بكلمات.

كافة جوانب هذه المسألة سوف تتوضح تدريجياً مع تقدمنا في التمارين والشروحات المرافقة لها. سوف يتعلم المرید كيف يختبر هذه العوالم بنفسه وكذلك يصبح مدركاً بأقسام كيانه الخاص وتوافقها مع تلك العوالم الوجودية خلال الاختبارات والتجارب العملية الموصوفة في هذا الكتاب بجزءه الحالي والجزء اللاحق.

[٣]

بخصوص مسألة

الحقيقة

دعونا نترك موضوع الإنسان بأقسامه الثلاثة وثلثت إلى مسائل أخرى وجب أن يعالجها المرید خلال تقدمه في الدرب. أولاً يوجد مسألة الحقيقة. عدد كبير من الفلاسفة أولوا اهتمامهم الجاد لهذه المسألة، وهذا ما سوف نفعله الآن. سوف نتعامل هنا فقط مع تلك الجوانب من الحقيقة التي وجب أن نكون على إلمام بها بشكل جيد. الحقيقة تعتمد على بصيرة كل فرد على حده. وبما أنه لا يمكننا جميعاً الحوزة على نفس مستوى البصيرة أو الإدراك، يستحيل علينا بالتالي تعميم حقيقة واحدة. من هذا المنطلق وبالتوافق مع مستوى البلوغ، كل فرد يكون لديه حقيقته الخاصة، بشرط أن يراها ويختبرها بصدق. فقط من يعرف ويختبر القوانين المطلقة للعالم الأكبر والعالم الأصغر هو المؤهل لأن يتكلم عن الحقيقة المطلقة. بعض الجوانب للحقيقة المطلقة لا بد من أن تُكشف لكل فرد. لا أحد بكل تأكيد يمكن أن يشك بوجود أشياء مثل الحياة والإرادة والذاكرة والذكاء، وهذا يجعله يمتنع عن النقاش حول إمكانية وجود هذه الحقائق. ليس هناك أي متمرّس خبير يقبل أن يفرض حقيقته الخاصة على أحد لم ينضج بعد لتقبلها. فهذا الآخر لن يفعل شيء حيالها سوى تقييمها من وجهة نظره الخاصة. بالتالي فإنه من غير المجدي مناقشة عديمي الأهلية بخصوص حقائق سامية. هذا باستثناء أولئك الذين يتوقون إلى البحث عن الحقيقة السامية مما يجعل نضجهم قريب ليمكنوا من تقبلها. أي خيار غير ذلك لكشف الحقيقة سوف يمثل عملية استباحة وتدني، ومن وجهة نظر العلم التجاوزي، يكون هذا العمل خاطئ وغير سليم. عند هذه النقطة وجب علينا تذكر العبارة الشهيرة في الكتاب المقدس: "لا ترموا اللؤلؤ أمام الخنازير حتى لا تدوسها تحت أقدامها.."

من أجل أن يكون الفرد مؤهلاً للاطلاع على الحقيقة، وجب أن يحوز على إمكانية التمييز بشكل سليم بين المعرفة والحكمة. تعتمد المعرفة، في كافة مجالات الوجود الإنساني، على قدرة العقل في التقبل والفهم، ودرجة رشد، وقوة ذاكرته، بغض النظر إذا استطعنا أو لا، إغناء معرفتنا بالقراءة أو التعليم أو غيرها من اختبارات. هناك فرق كبير بين المعرفة والحكمة، وأنه أسهل بكثير اكتساب المعرفة بالمقارنة مع الحكمة. هذه الأخيرة لا تعتمد أبداً على المعرفة، رغم أنها متشابهان إلى حد

معين. مصدر الحكمة هو الله [تعالى]، أي بمعنى آخر، في المبدأ السببي الكامن في كافة مستويات العوالم الثلاثة: المادي والنفسي والروحي. بالتالي فإن الحكمة لا تستند على العقل والذاكرة، بل على درجة الرشد والنقاء والكمال الذي تحوزه شخصية الفرد. يمكن اعتبار الحكمة أيضاً عبارة عن مرحلة تطور للأنا. بالتالي فإن البصيرة لا تمر عبر العقل، بل عبر البديهة والإلهام. يتم تحديد درجة الحكمة من خلال مستوى تطور الفرد ونموه ورفقيه.

هذا لا يعني أنه علينا إهمال المعرفة، بالعكس تماماً، وجب على المعرفة والحكمة أن يسيران معاً. بالتالي على المرید أن يحاول دائماً التقدم في مجال المعرفة بنفس تقدمه في مجال الحكمة، حيث وجب أن لا تتباطئ أي منهما خلال مسيرة النمو والارتقاء. إذا بقي كل من المعرفة والحكمة متوازياً بنفس المستوى خلال التقدم والارتقاء، حينها يستطيع المرید أن يستوعب كافة قوانين العالم الأصغر والعالم الأكبر، ليس فقط من وجهة نظر الحكمة، بل من الجانب الفكري أيضاً، أي بمعنى آخر، يتقدم بطريقة ثنائية القطب، حيث يدركهما ويستخدمهما في سبيل تطوره وارتقائه.

خلال دراسة كافة المستويات والعوالم، تعرفنا على أحد القوانين العديدة، وهو يمثل المفتاح الأول، وهو سر المغناطيس رباعي القطبية. لأنه يمثل مفتاح كوني، يمكن استخدامه لحل كافة المسائل ومعرفة كافة القوانين وكل أنواع الحقيقة، أي بمعنى آخر، يمكن حل كل شيء، لكن بشرط أن يعرف المرید كيف يستخدمه بشكل مناسب وسليم. مع مرور الوقت حيث يبدأ نموه بالتكشّف ويصبح متقدماً في العلم الهرمزي، سوف يطلع على جوانب كثيرة أخرى لهذا المفتاح، وحينها سوف يُجبر على تقبله بصفته يمثل قانون راسخ وغير متغيّر. لن يعد المرید يتجول في الظلام وعدم اليقين، بل سوف يحمل شعلة بيده، النور الذي سوف يخترق ليل الجهل.

[٤]

بخصوص مسألة

العقيدة

خلال خبرته وتجربته العملية، سوف يسلم المرید إيمانه لعقيدة كونية. سوف يكتشف بأن كل ديانة لديها نقاطها الجيدة إلى جانب أخرى سيئة. بالتالي سوف يحتفظ لنفسه بالنقاط الجيدة من كل الديانات ويتجاهل النقاط السيئة. هذا لا يعني طبعاً أن عليه تغيير دينه، لكنه سوف يعبر عن رهبة واحترام تجاه كل شكل من أشكال العبادة، حيث كل ديانة لها مبادئها السليمة بخصوص الله [تعالى]، مهما كان نوع الديانة، إن كانت المسيحية أو الإسلامية أو البوذية أو أي نوع آخر من الديانات. لكن مع ذلك يمكنه أن يبقى ملتزم أساساً بديانته الخاصة. لكنه في النهاية لن يكون مكثفياً أو راضياً بالتعاليم الرسمية التي يتلقاها من دينه الخاص، وبالتالي سوف يحاول الغوص أعمق في ورشة عمل الإله الأعلى. هذه هي غاية المنتسب إلى المدرسة السرية. المعرفة أكثر. وفقاً للقوانين الكونية، المرید سوف يقوم بالنهاية بصياغة وجهة نظره الخاصة بخصوص الوجود والكون، وبعدها سوف تصبح وجهة نظره هذه تمثل ديانته الحقيقية. سوف يتوصل إلى قناعة تقول بأنه، بغض النظر عن العيوب، كل مدافع عن الدين سوف يحاول جاهداً لتقديم ديانته على أنها الأفضل بين الأديان. كل حقيقة دينية هي حقيقة نسبية واستيعابها يعتمد على درجة رشد الفرد المعني. بالتالي لا يتدخل المتمرس الخبير في هذا الموضوع مع أحد، ولا حتى يحاول صرف وجهة أحد عن حقيقته الخاصة، ولا ينتقده أو يستنكره أو يلعنه. في أعماق قلبه، قد يشعر المتمرس الخبير بالشفقة على المتعصبين الدينيين أو حتى الملحدين، لكن من دون إظهار مشاعره للعلن. دع الجميع يتمسكون كما يشاؤون بما يعتقدون أو يؤمنون به طالما أن هذا يجعلهم سعديين وراضين. لو التزم الجميع بهذه القاعدة المبدئية لما كان هناك كره وحقد وصراعات دينية ومذهبية على وجه الأرض. لما كان هناك أي سبب للنزاعات، حيث كانت كافة التوجهات الفكرية والدينية تعيش بسعادة وهناء جنباً إلى جنب.

[٥]

بخصوص مسألة

الإله الأعلى

منذ أقدم الأزمان، كان الإنسان يؤمن بوجود شيء أو كائن يتجاوز الاستيعاب البشري. كان المعبود متجاوز لهذا العالم المرئي والملموس، وآمن الإنسان بوجوده بغض النظر عن مفاهيمه الخاصة أو العامة التي نشأ عليها بخصوص الإله. كل ما عجز الإنسان عن فهمه واستيعابه كان يُنسب إلى قوى أعلى من المستوى الذي يمكن لبدنيته تمييزها. بهذه الطريقة صُنعت كافة الآلهة، الخيرة والشريرة، التي عبدتها البشرية. مع مرور الزمن، تم عبادة طيف واسع من الآلهة والملائكة وأشباه الآلهة والشياطين والأشباح والأرواح.. إلى آخره، بغض النظر إن كانت حقيقية فعلاً أو أنها كانت مجرد بدع وهمية تعيش فقط في خيال المتعبدين. مع تقدم البشرية عبر القرون الثلاثة الأخيرة، راحت فكرة الإله الأعلى تتقلص تدريجياً، خصوصاً مع ظهور العلوم الحديثة والتي راحت تفسر الظواهر الطبيعية، المنسوبة مسبقاً إلى الآلهة، بشكل عقلائي ووفق منطق علمي. يمكن تأليف مجموعة كبيرة من الكتب إذا أراد الفرد شرح تفاصيل الأفكار المختلفة التي تمحورت حول الإله الأعلى لدى الأمم والحضارات عبر التاريخ الطويل.

دعونا الآن نتناول موضوع الإله الأعلى من وجهة نظر السيد التجاوزي. بالنسبة للإنسان العادي، تخدم فكرة الإله الأعلى كداعم لروحه ومصدر مواساة له، لكن ليس إلى درجة توقعه في حالة عدم يقن. بالتالي يبقى الإله الأعلى بالنسبة له يمثل شيء غير مفهوم أو ملموس وغير قابل للاستيعاب. لكن الأمر معاكس تماماً بالنسبة للسيد التجاوزي الذي يعرف الإله الأعلى بكل جوانبه ومظاهره. هو يتقدم إليه برهبة وخشوع لأنه على يقين بأنه خُلِق بصورته، وأنه بالتالي يمثل قطعة منه. السيد التجاوزي يرى واجبه ومهمته الأولى وغايته المقدسة المتمثلة بالإنحداد أو الاندماج مع الإله الأعلى، وذلك عن طريق السعي إلى أن يصبح إنسان إلهي. الارتقاء إلى هذا الهدف الأسمى سوف أوصفه لاحقاً. إن صناعة هذا الاتحاد الصوفي مع الإله الأعلى تشمل عملية إنماء الأفكار الإلهية، ابتداء من الخطوات الأدنى وصولاً إلى الأعلى، وبدرجة تمكن الفرد من تحقيق الاندماج مع المستوى

الكوني. كل فرد لديه الحرية للتخلى عن فرديته أو الاحتفاظ بها. النوابع الذين حققوا الاندماج مع المستوى الكوني يعودون في العادة إلى العالم الارضي ويكونوا موكلين بمهمة إلهية محددة.

خلال هذا النوع من الارتقاء، يكون السيد التجاوزي إنسان متصوّف بنفس الوقت. هو يمارس عملية الاندماج هذه ومتخلياً تماماً عن فرديته. هو يدخل بشكل طوعي في حالة انحلال مع الكلّ، وهذه الحالة يسميها الصوفيون حالة "الموت الصوفي".

من الواضح أن الانخراط في هذا المجال من التدريب يدمج بين المسار الصوفي والمسار التجاوزي. وفي الحقيقة فإنه ليس هناك سوى مسار تدريبي واحد يشمل الاثنين، وهذا أصبح اليوم يناقض توجه كافة المدارس الروحية والصوفية القائمة والتي تتعامل مع المسائل الأرقى والأسمى عبر التأمل وغيرها من تمارين روحية أخرى، دون المرور عبر الخطوات الأولى في هذه الدرب. هذا العمل مشابه تماماً لبدء الفرد رحلته الدراسية من الجامعة مباشرة، دون المرور عبر مرحلة الدراسة الابتدائية والإعدادية. قد تكون نتائج هذا النوع من التدريب أحادي الجانب كارثية في بعض الحالات، وأحياناً قاسية ومريرة، ويتوقف الأمر على مواهب الفرد وقدراته الفردية. غالباً ما نجد الخطأ كامن في المفاهيم الآتية من الشرق (الهند عموماً) حيث تعتبر الفلسفة التجاوزية هناك بأن الجسد وكذلك النفس يعتبران بأتهما "مايا" أي وهم، وبالتالي لم يمنحوا هذين الجانبين سوى القليل من الاهتمام. لا يمكننا تناول تفاصيل هذا الموضوع هنا لأنه سوف يحتل مساحة واسعة من هذا الكتاب. من خلال الإلتزام بمنظومة إنمائية مدروسة بعناية، وتسير خطوة خطوة، سوف لن يكون هناك أي مشكلة أو فشل أو نتائج محبطة، وذلك لسبب واحد وهو أن النضوج يحصل ببطء لكنه يحصل بشكل ثابت وأكد. إنها مسألة شخصية تماماً اختيار الخبير المتمرس فكرته الخاصة عن الإله الأعلى، ويمكنه أن يختار بين المعبودين القائمين اليوم حول العالم مثل بوذا أو براهما أو المسيح أو غيرهم الكثيرون. الخبير المتمرس يعلم جيداً بأن جميع المعبودين يستندون على نفس الفكرة ونفس المبدأ رغم اختلاف المظاهر الشكلية والتي تفرضها الثقافة المحلية. حتى أنه يوجد طريقة أخرى متبعة للعبادة. المتصوف النقي مثلاً يرغب في أن يتقرب من الإله الأعلى بمحبة واحتضان. والممارس اليوغي أيضاً يتوجّه إلى الإله الأعلى مختاراً جانب واحد من جوانبه. ممارس الباكتي يوغا يختار طريق المحبة والإخلاص، بينما ممارس الرجا يوغا، وكذلك ممارس الهاتا يوغا،

يختاران طريق السيطرة على النفس وقوة الإرادة، أما ممارس الجنانا يوغا فيختار طريق الحكمة والمعرفة.

والآن دعونا نتعرف على الإله الأعلى من وجهة نظر العلم التجاوزي، أي وفقاً للعناصر الأربعة: المبدأ الناري يكشف عن كنيّة القدرة، والمبدأ الهوائي يكشف عن كلية المعرفة والحكمة، والمبدأ المائي يكشف عن كلية المحبة والحياة، والمبدأ الترابي يكشف عن كلية الوجود وكذلك الأبدية والخلود. هذه المظاهر الأربعة تجتمع لتشكل كينونة الإله الأعلى. دعونا نسير على درب الوصلة إلى الإله الأعلى بشكل عملي وخطوة خطوة، مبتدئين من العالم الأدنى حتى نصل إلى إدراك حقيقي للإله الأعلى الكامن في داخلنا. دعونا نحى الإنسان السعيد الذي وصل إلى هذه الغاية السامية وهو لازل في وجوده الأرضي. دعونا نبدد مخاوفنا من الآلام، حيث جميعنا في النهاية سوف نحرز هذه الغاية السامية.

[٦]

بخصوص مسألة

الزهد والتنسك

منذ أقدم الأزمنة، اعتبر التنسك من قبل الأديان والمذاهب والتوجهات الفكرية والأنظمة التدريبية المختلفة بأنه يمثل مسألة مهمة جداً. لكن يبدو أن عدد كبير من الأنظمة التدريبية في الشرق حوّلت التنسك إلى تعصّب، مما سبب ضرر كبير من خلال المبالغة والغلو والطغيان المتوحّش أحياناً، وكل هذه الممارسات هي غير شرعية وغير طبيعية أصلاً. ممارسة عملية "إماتة الجسد" مثلاً، تُمارس بطريقة خاطئة وتكون أحادية الجانب، أي كما لو أنك تعمل على إنماء وتطوير عضو واحد فقط في الجسم بينما تهمل الأعضاء الباقية. إذا كان التنسك يخدم الجسد البشري من الجانب الغذائي مثلاً، أي الصيام الذي يهدف إلى التخلّص من الخبث في الجسم وغيره من شوائب أخرى، أو شفاء الجسم من بعض الأمراض أو التعويض عن حالات التفاوت في معايير الجسم، حينها يمكن الانخراط بإجراءات تنسكية والتي تُطبق بشكل عقلائي مع الحذر الشديد من المبالغة في هذا المضمار.

أما الذين يمارسون أعمال جسدية شاقة، فسوف يكونوا بكل تأكيد أغبياء جداً إذا حرّموا أجسادهم من أغذية ومواد ضرورية لتنشيطها وتعزيزها والمحافظة على بقائها سالمة، وكل هذا لأنهم ملتزمون أو مهتمون بممارسة اليوغا أو الصوفية عموماً. هكذا توجهات مبالغ بها سوف تؤدي دون شكّ إلى حصول مشاكل خطيرة في الصحة.

العيش حصراً على منظومة غذائية نباتية ليس له دور مهم في عملية التقدم الروحي أو النمو الفكري. أهميتها تأتي عندما يفترض منها أن تكون وصفاً علاجية تهدف إلى إزالة الخبث والشوائب من الجسم. أحياناً، في بعض الأعمال التجاوزية يُفرض على الممارس أن يمتنع عن أكل اللحم أو أي منتج حيواني بصفتها عملية تحضيرية لكي ينجح في إنجاز بعض الأعمال التجاوزية المحددة، لكن حتى هذه العملية تكون مؤقتة وتدوم لفترة قصيرة. بالإضافة إلى الجانب الغذائي، الأمر ذاته ينطبق على جانب الممارسة الجنسية أيضاً.

لكن في النهاية، في سبيل مصلحة النمو الصوفي/التجاويزي للمريد، عليه أن يكون معتدلاً في المأكل والمشرب وكذلك عليه اتباع طريقة حياة معقولة ومنتزعة. في الحقيقة، يستحيل فرض قواعد أو صفات محددة على المريد، لأن طريقة العيش تختلف بين فرد وآخر حسب قدرات وخصائص وميول كل منهم، بالتالي إن طريقة العيش التي يختارها المريد هي موضوع شخصي. حيث كل من المريدين يعلم أفضل من غيره ما يصلح له وما يضره. إن لواجب مقدس المحافظة على التوازن في كل جانب من جوانب الحياة.

يوجد ثلاثة أنواع مختلفة من التنسك: [١] التنسك العقلي أو الفكري. [٢] التنسك النفسي. [٣] التنسك الجسدي أو المادي. النوع الأول له علاقة بضبط الأفكار والخواطر، والثاني ينخرط في جعل النفس نبيلة وراقية وذلك من خلال التحكم بالعواطف والشهوات والغرائز، أما النوع الثالث فهو متعلق بجعل الجسم منسجم ومتناغم وذلك من خلال عيش حياة معتدلة ومتوازنة. في غياب هذه الأنواع الثلاثة من التنسك، والتي يجب ممارستها معاً وفي الوقت نفسه وبالتوازي مع بعضها، يستحيل تحقيق أي سيادة تجاوزية. لكي نتجنب أي نمو غير متوازن، يجب علينا عدم إهمال أي من هذه الأنواع الثلاثة. يمكن التعرف على المزيد من المعلومات عن كيفية تحقيق الأمر بشكل سليم وذلك في القسم العملي من هذا الكتاب.

قبل أن نختم القسم النظري الذي شرح بعض المبادئ المهمة، أنصح المريد بأن لا يكتفي بقراءة هذا القسم بل يجب أن يستحوذ على تفكيره عبر التأمل العميق بأفكاره. من سوف يكون سيدّ تجاويزي عليه أن يرى الحياة معتمدة كلياً على عمل العناصر في كافة العوالم والمستويات الوجودية. يجب أن يراها في الأشياء العظيمة والصغيرة، في العالم الأصغر وكذلك العالم الأكبر، في كل مكان نجد القوى المختلفة في حالة نشاط، إن كان بشكل مؤقت أو أبدي. مبتدئاً من إدراك هذه الفكرة السابقة، سوف تجد أنه لا يوجد موت بالمعنى الفعلي للكلمة، بل كل شيء يستمر بالحياة والتحوّل والنزوح نحو الكمال، وهذا ما تقره القوانين الأساسية للوجود. لهذا السبب نجد أن السيدّ التجاويزي لا يخاف من الموت، لأنه يؤمن بأن الموت الجسدي هو مجرد انتقال من حالة إلى حالة. هذا بالتالي لا يجعله يؤمن بالجنة والنار وفق المفهوم الشائع. إن كهنة الأديان المختلفة يلتزمون بهذا المفهوم الشائع لسبب واحد فقط، وهو أنهم يريدون من الرعايا أن ينضبوا ويشدوا الصفوف. هذا المفهوم يخدم في إثارة الخوف من الجحيم والعقاب وفي الوقت نفسه التبشير بالجنة للأشخاص المنضبطين

أخلاقياً. الأشخاص العاديين يتأثرون بوجهة النظر هذه، وبالتالي خوفاً من الجحيم والعقاب يحاولون بكل ما عندهم أن ينضبطوا أخلاقياً.

أما السيد التجاوزي، فهو يرى في الغاية من القوانين الأخلاقية ما هو أعمق من ذلك، حيث يرى ما يجعل كل من العقل والنفس أكثر نبلاً وتوقيراً. لأنه فقط داخل النفس النبيلة تتجلى القوى الكونية وتستطيع أن تفعل فعلها، خصوصاً إذا تم تدريب الجسد والنفس والروح معاً بحيث ينمو الثلاثة بشكل متوازي ومتساوي كما سنشرح في القسم العملي من هذا الكتاب.

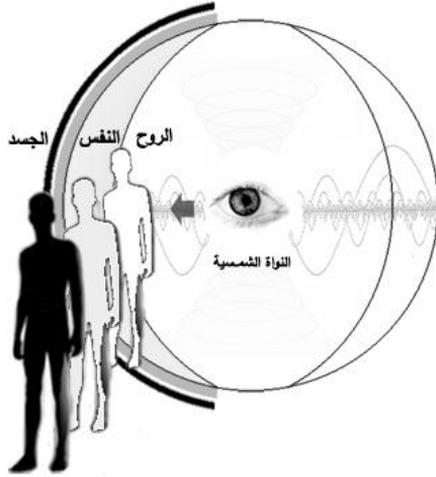
الغاية الجوهرية من هذا المنهج التدريبي

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

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

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

ذكرت سابقاً بأن كينونة الإنسان مؤلفة من ثلاثة أقسام رئيسية: [١] القسم الروحي، [٢] القسم النفسي، و[٣] القسم الجسدي المادي. وقد صورت هذا التقسيم وفق الشرح المصوّر التالي:



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

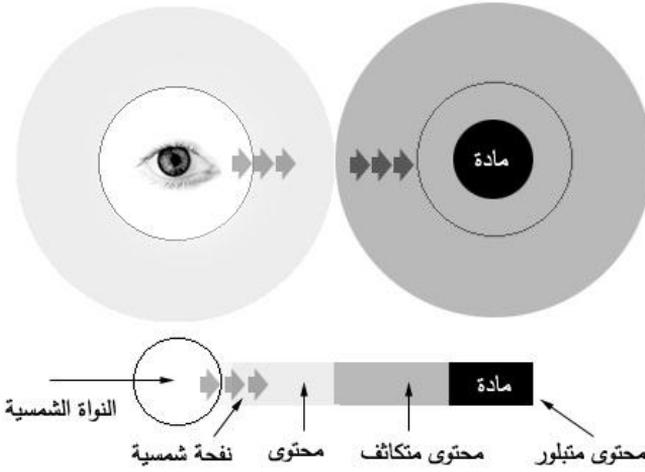
لكن إذا أردنا الدخول في تفاصيل هذا المبدأ الشمسي سوف نكتشف أمور تفصيلية كثيرة لها أهمية كبيرة في موضوعنا الحالي. الشرح المصوّر التالي يكشفها لنا بوضوح:

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



مقطع عرضي للنواة الشمسية والنفاحة الشمسية وتدرجات
المحتوى الأثيري للفقاعة الشمسية

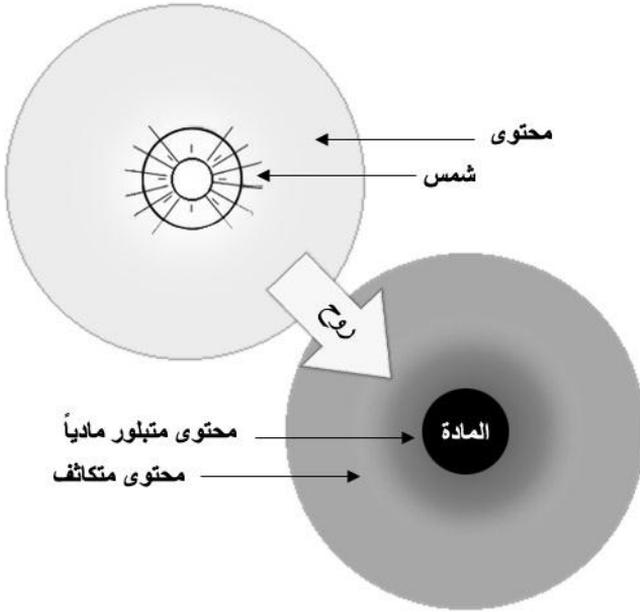
ذكرت في الجزء العاشر من مجموعة "من نحن" (شمس الشموس)، بأنه لكي تتوضح فكرة المبدأ الشمسي علينا تصوّر وجود فقاعتين بدلاً من واحدة. أي كما هو مبين في الشكل التالي.



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

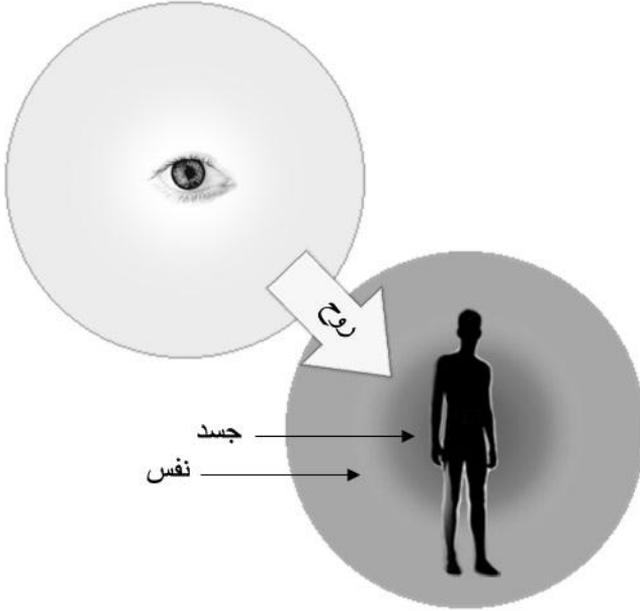
إذاً، أصبح لدينا عالمين: عالم علوي وعالم دنيوي. كل مخلوق في هذا الكون هو مؤلف من هذين العالمين. العالم الدنيوي هو الذي يشمل المخلوقات بصيغتها المادية والتي هي محكومة بعاملي

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



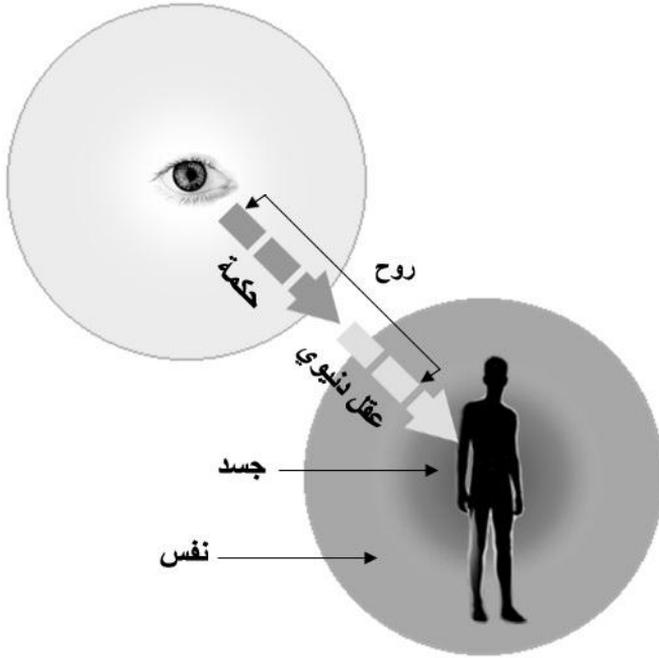
دون هذه الطريقة في تشريح الفقاعة الشمسية لا يستطيع المرید فهم واستيعاب الشرح المتعلق بآلية عمل وأداء الشمس الباطنية وكيفية حصول التجسيد المادي وغيرها من مجريات وأحداث وصفتها التعاليم المتعلقة بالجانبين الباطني والظاهري.

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



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

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

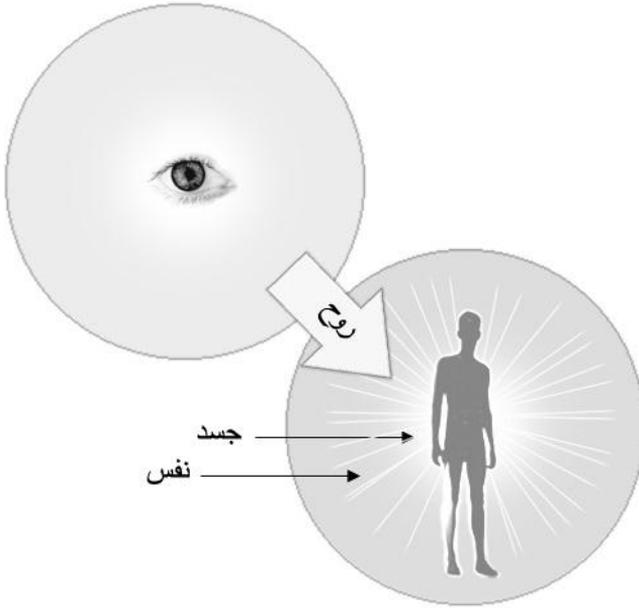


تشمل الروح في طبيعتها محتوى عقلي. وهذا المحتوى العقلي يكون خلال وجوده ضمن حدود العالم العلوي على شكل حكمة، لكن عند دخوله العالم الدنيوي يصبح على شكل عقل دنيوي.



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

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



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

يجدر الملاحظة أن السعي إلى تقريب الجانب الدنيوي من كيان الإنسان إلى التشابه مع الجانب العلوي هو الغاية التي تنشدها المذاهب الصوفية أيضاً، لكن طريقتها في تحقيق ذلك، رغم اختلافها بين المذاهب الصوفية المختلفة، لا تشمل السعي لتنمية القدرات الخارقة بل يمكننا القول أن غايتها عبادية فحسب. بينما المنهج الذي نحن بصدده يختلف عنها في هذا الجانب، حيث غايته تنمية

القدرات والقوى الخارقة وتحضير العقل للتعامل معها بشكل مجدي وسليم. أما كيفية تحقيق هذه الغاية، فهي مشروحة بالتفصيل في المنهج التدريبي الموصوف في هذا الكتاب.

قلنا بأن هذا المنهج التدريبي يشمل كامل الأقسام الثلاثة للكينونة الدنيوية للإنسان. أما الجوانب المراد تطويرها في كل قسم من هذه الأقسام فيمكن الإشارة إليها بسرعة على الشكل التالي:

١- في القسم الروحي (العقلي):

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



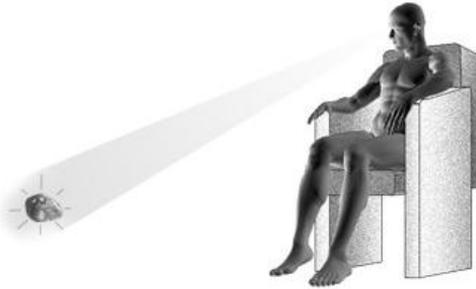
"الوعي الديناميكي" هو المسؤول عن كافة الظواهر الماورائية التي يصنعها الإنسان، إن كان في

موقع وجوده أو بعيد عنه آلاف الكيلومترات

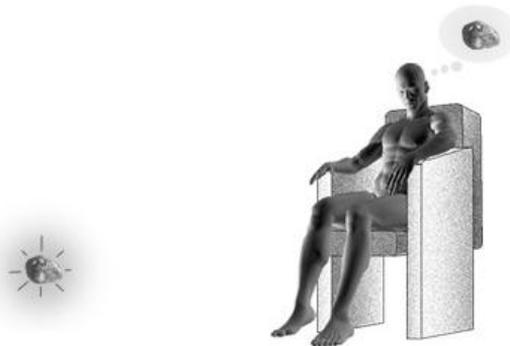
خلال النظر إلى ذلك الطيف الواسع من الظواهر والقدرات العقلية الخارقة التي استعرضها الإنسان في كل مكان وزمان لطالما تساءلنا: كيف تتم العملية؟ ما هي الآلية التي تعتمد عليها؟ وكلما كثرت الظواهر وتوَّعت زاد الأمر تعقيداً بحيث نظن أن كل ظاهرة لها آليتها الخاصة وبالتالي لها منهجها

الخاص وإجراءاتها العقلية/الجسدية الخاصة، فنسلم في النهاية بأن المسألة أكثر تعقيداً من مستوى استيعابنا. لكن الأمر ليس كذلك في الواقع. جميع هذه الظواهر تستند على مبدأ واحد، آلية واحدة، قانون واحد.. وجميعها تتمحور حول ظاهرة واحدة: "الوعي الديناميكي"، لكن نادراً ما يؤتى على ذكره أو وصفه في أي من التعاليم والفلسفات القديمة. أو ربما ذُكر في بعضها لكن أسيء ترجمتها فكوّنت صورة خاطئة تماماً بخصوصه.

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

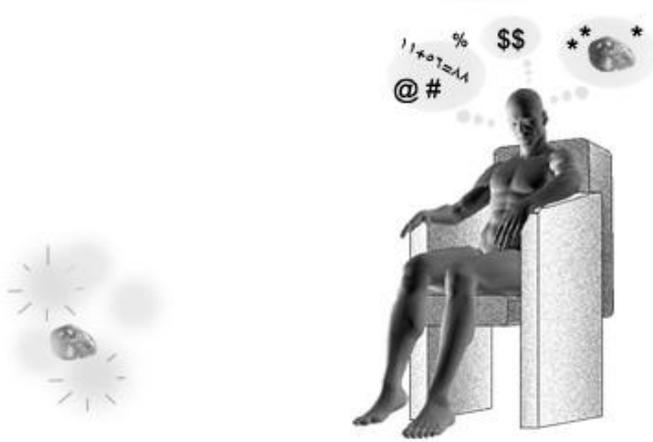


[١] المظهر الإشعاعي: ويتمثل بتوجيه الانتباه مباشرة نحو الشيء المستهدف فكراً، أي على شكل ضوء المصباح. وهذا هو المظهر الذي نألفه عموماً.



[٢] المظهر الرنيني: ويتمثل بحصول رنين متناغم بين الفرد وبين الشيء الذي يستهدفه فكراً، أينما كان موقعه ومهما كانت المسافة الفاصلة بينهما.

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



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

الهدف الأول للمنهج التدريبي، في التمارين المتعلقة بالقسم الروحي، هو تصحيح هذا القصور الذي يعاني منه الوعي الديناميكي لدينا. وبعد أن ينشط ويصبح شديداً يمكنه حينها تحقيق كل ما يمكننا تصوره من إنجازات خارقة وماورائية.

٢- في القسم النفسي (النجمي):

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

يمكن مع النفس العليا فهذا يعني العمل على العواطف والمشاعر والميول الأخلاقية لدينا ومعالجتها بطريقة معينة سوف نتعرف عليها بالتفصيل في الكتاب.



يمكن تصوّر النفس الدنيوية بأنها كتلة معلوماتية هائلة تلعب دور أساسي في خلق وتكوين وتسيير وإدارة الجانب المادي بكامل تفاصيله وفي أدقّ جزئياته. وفي قسمها الأعلى تكون متصلة مع القسم العلوي الجليل من الكيان.



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

٣- في القسم الجسدي (المادي):



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

أداة التدريب الرئيسية في الممارسة التجاوزية

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



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



بناء الأجسام يتعامل بشكل أساسي مع الجانب العضلي/العصبي من الجسم بما يشمله من تمارين خاصة ومنظومة غذائية خاصة ومفاهيم مختلفة بخصوص الجسم عموماً.

منهج التدريب التجاوزي مشابه من حيث المبدأ رغم اختلافه من حيث الموضوع والغاية. هو يهدف أولاً إلى تنشيط ذلك الجانب من الجسم المتعلق بتعزيز العناصر المسؤولة عن آليات القدرات الخارقة أو التعامل مع العالم التجاوزي عموماً، وهذا الجانب ليس له علاقة بأي من تلك الجوانب الجسدية التي تعلمناها في دروس التشريح في المدرسة. المسألة لا تتعلق بالجهاز العضلي ولا العظمي ولا العصبي، بل بمنظومة خفية تماماً عن إدراكنا المرئي والملموس رغم وجودها فعلياً وتلعب دوراً جوهرياً للمحافظة على بقائنا. وبسبب طبيعتها الخفية تجاهلها العلم المنهجي تماماً خلال تناول موضوع تشريح جسم الإنسان. نحن نتكلم عن منظومة الطاقة الحيوية التي لها مساراتها وتياراتها ومراكزها الخاصة، مثلها مثل أي جهاز آخر في الجسم. إنها تمثل دارة طاقة قائمة بذاتها ومنتشرة في كافة أنحاء الجسم كما تنتشر العروق العصبية والأوردة الدموية. هذه الحقيقة لم تعد تعتمد على مزاعم الماورائيين وغيرهم من متصوفي الحضارات الغابرة فحسب بل أثبتت علمياً وأصبح لها مصطلحات علمية خاصة تشير إليها. هذا الجانب أصبح معروفاً اليوم باسم "الجسم الطاقوي الحيوي".

الأمر الآخر المهم بخصوص هذا الجسم الطاقوي هو أنه مرتبط بشكل جوهري ووثيق بالتصور والخيال، وهنا يدخل عامل جديد ومفهوم جديد إلى هذا المجال. وبالتالي، كما الأدوات الرياضية

التي يستخدمها الرياضيون للتدريب الجسدي، نجد أن التصوّر هو الأداة التدريبية الرئيسية التي يستخدمها التجاوزيون في تنمية مكوناتهم الطاقية والروحية.

بخصوص مسألة الخيال والتصوّر

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

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

المشكلة هي أن ٩٩% من الناس يظنون بأنهم لا يستطيعون التصوّر، وهذا اعتقاد خاطئ لا أساس له. في الحقيقة، فإن ١٠٠% من الناس يستطيعون التصوّر بشكل جيد، حتى أنهم يفعلون ذلك كل الوقت، لكنهم لا يعرفون بأنهم يفعلون ذلك. هذا الإرباك الكبير الحاصل بخصوص الموضوع يعود سببه إلى أن التصوّر لم يُشرح ويُعلّم بشكل صحيح. التصوّر هو سهل جداً ولا يتطلب أي وقت أو جهد لكي نتعلمه، لأنه يمثل قدرة طبيعية تولد معنا فطرياً والجميع يستخدمه دائماً لكنه يجهل ذلك. وهنا بالذات تكمن العقبة التي تمنع الكثيرين من النجاح في التدريبات التجاوزية. أي المشكلة لا تكمن في قدرتنا على التصوّر، بل في جهلنا بأننا نتصوّر دائماً لأننا لم نحدد ما هو التصوّر بالضبط، والفرق بين الحالتين كبير جداً.

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

تخيّل وجود برتقالة .. هذه البرتقالة موضوعة على صحن لونه أزرق وأنت تريد أكلها .. أغرس أظفرك في قشرتها وأبدأ بنقشها .. استمر في نقشها إلى أن تنتهي منها .. والآن أصبحت القشور متراكمة على الصحن والبرتقالة موضوعة فوقها .. الآن قسّم البرتقالة إلى بروج، وكلما انتهيت من تقسيم برج ضعه على الصحن .. بعد الانتهاء من فصل جميع البروج قم بأكل واحد منها ..

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

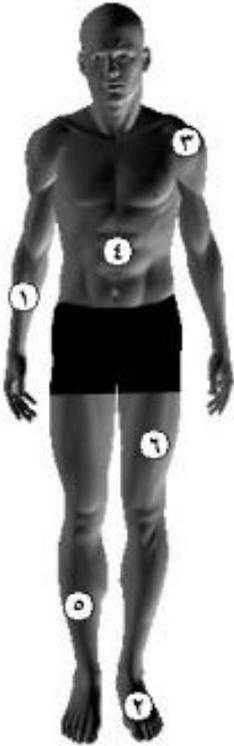
ذكرت سابقاً بأن التفكير لدينا مؤلف من قسمين: فكري والعاطفي. معظمنا يجهل هذه الحقيقة، ونسبة كبيرة من الناس لا يستخدمون الإثنين معاً. الأغلبية تستخدم الجانب الفكري فقط خلال عملية التصرّو. التعريف الأولي للتصرّو هو عيش الحالة وكأنها حقيقية، وهذا يعني ليس عن طريق الفكر فحسب بل عن طريق الشعور أيضاً. الأغلبية إذاً يفكرون بالحالة خلال تصورها، لكنهم لا يعيشونها، أي لم يستخدموا الشعور، وهنا تكمن المشكلة.

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

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

العلمي الرسمي لموضوع التصوّر، وليس هذا فحسب، بل التعريف العلمي للإنسان عموماً. وجميعها في الحقيقة تعريفات ناقصة إن لم نقل خاطئة بالكامل. العلم المنهجي لازال يفصل بين العقل والجسد، حيث يصرّ على أنه ما من تأثير للفكر على الجسم، مع أن هذه الفكرة خاطئة تماماً. وبناء على هذا التعريف العلمي، استنتج الناس بأن التصوّر ليس له أهمية كبيرة كما تزعم التعاليم التجاوزية والروحية المختلفة. (تحدثت بإسهاب عن علاقة العقل بالجسد في أكثر من مكان في مجموعة "من نحن" وبالتالي لا أعتقد بأن ذكرها مناسب هنا).

دون تخصيص الوقت على الشرح النظري، دعونا نجري تمرين بسيط يساهم في إثبات أهمية التصوّر ومدى فعاليته، بحيث يثبت أن له تأثير ملموس، ليس على جسمنا فحسب بل على أي شيء نستهدفه بتفكيرنا. لكنني سأكتفي هنا بتأثير الفكر على الجسم.

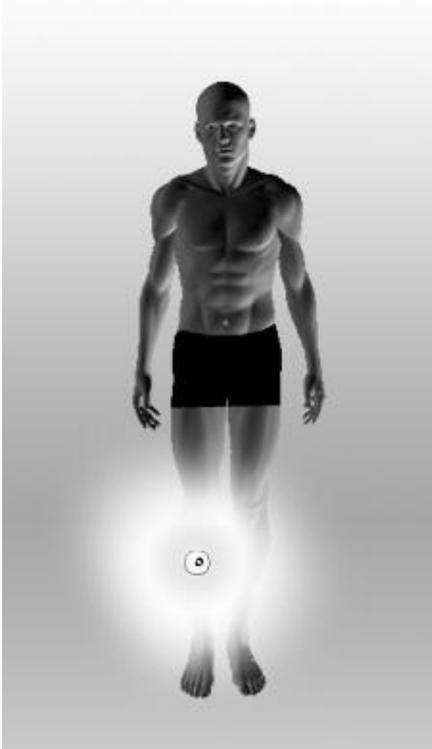


يمكنك اتخاذ أي وضعية مريحة تتناسبك، كالجلوس أو الاستلقاء، المهم أن تحقق أكبر قدر من الاسترخاء الجسدي والهدوء النفسي والفكري، مع إغلاق العينين. خلال هذه التجربة سوف تقوم بالتركيز على نقطة معيّنة في الجسم لديك من أجل استهدافها بتفكيرك. الصورة المقابلة توفر لك بعض النقاط التي يمكن التركيز عليها في الجسم (مع أن الخيار يعود لك في النهاية).

اختر إحدى النقاط، ولنقل النقطة رقم [٥] في الصورة (أسفل الرجل اليميني). بما أنك جديد على هذا التمرين، يُفضّل في البداية أن تلمس النقطة التي تختارها بأصبعك، أو تحكها بأظفرك، قبل التركيز عليها لكي تحدد موقعها شعورياً، حيث أنك ستستخدم الشعور والتصوّر، لأن عينيك مغمضتان.

إذاً، بعد فترة من الاسترخاء والهدوء، اخترت نقطة معينة في جسدك، ثم لمستها أو حككتها من أجل تنبيه الشعور (لأن العينين مغمضتان)، ابدأ بالتركيز على تلك النقطة بالذات، مستخدماً التفكير والشعور معاً، وتتم العملية كما يلي:

ركّز انتباهك على المنطقة التي لمستها في جسدك، وخلال التركيز ابدأ بالتعداد من واحد إلى عشرين مثلاً، لكن ببطء، مع المحافظة على الاسترخاء والهدوء. خلال عملية التعداد ستشعر بنشوء مجال طاقة في المنطقة التي تستهدفها بتفكيرك. وسوف تزداد شدتها مع الوقت (وفق تزايد حالة الهدوء النفسي). بعد أن شعرت أنها تكاثفت إلى حد معين، توقف عن التعداد، لكن حافظ على الاسترخاء والهدوء. حاول أن تبقي على هذه الطاقة المتشكّلة في تلك النقطة لأطول فترة ممكنة. إذا أردت إزالتها، كل ما عليك فعله هو الكف عن التفكير بها والخروج من حالة الاسترخاء والهدوء النفسي، فتتلاشى تلقائياً. (الشكل التالي)



إن كتلة الطاقة التي شعرت بها في تلك النقطة من جسدك قد تشكلت لأنك ركزت طاقة الانتباه في هذه النقطة تحديداً فتكاثفت فيها مع ازدياد الهدوء النفسي وشدّة التركيز على هذه المنطقة تحديداً.

الآن سوف نحرك كتلة الطاقة المتشكلة في الموقع الذي ركزنا عليه انتباهنا، مستخدمين التصور. أي سوف نتصور فرشاة تتحرك ذهاباً وإياباً في تلك المنطقة من الجسم، كما في الشكل التالي.



بعد أن تغمض عينيك وتسترخي وتهدأ لفترة قصيرة، ثم ركزت انتباهك على منطقة محددة من الجسم، أسفل الرجل اليمنى مثلاً، ثم بدأت تشعر بكتلة الطاقة تتشكل هناك، ابدأ بتصور فرشاة تلمس تلك المنطقة من الجسم ومن ثم حركها للأعلى والأسفل بشكل مستمر. ابقى محافظاً على هذا التصور حتى تبدأ بالشعور فعلياً بتلك الفرشاة وحركتها المستمرة للأعلى والأسفل. هذا الشعور سيزداد ويشند مع مرور الوقت، وسوف تشعر في النهاية بوجود فرشاة فعلياً وتقوم بعملها على أرض الواقع.

يمكنك تصور استخدام أنواع أخرى من الفرشاة (واحدة أكثر قساوة أو أكثر نعومة) أو أدوات مختلفة أخرى، أو حتى الأصبع، لتحريك المنطقة التي تستهدفها بتفكيرك. (كما في الشكل التالي)



بدلاً من الحركة المستمرة للأعلى والأسفل، يمكنك تحريك الفرشاة، أو الأصبع، بشكل دائري في المنطقة التي تستهدفها بتفكيرك. تصوّر بأن أصبع يلامس الجلد في تلك المنطقة من جسمك، ويتحرك بشكل دائري، واستمر في تصوّر العملية بينما يكون انتباهك مركّز على تلك المنطقة، فتشعر بعد مدة بأنك بدأت تحسّ فعلياً بوجود اصبع هناك وتتحرك بشكل دائري فوق الجلد.

كما رأينا من خلال التمرينات السابقة، فإن التصرّو لا يعتمد كلياً على التخيل البصري، بل على الحواس الأخرى أيضاً، حيث استخدمنا في هذه التمارين حاسة اللمس مع الشعور مع الوعي الجسدي، ولم نعتمد على أي خيال بصري. يوجد عوامل كثيرة أخرى تدخل في عملية التصرّو، وسوف نتعرف على ما يفيدنا منها في هذا الكتاب. المهم أن نتذكر حقيقة مهمة جداً، وهي أن التصرّو أو التخيل ليس عمل وهمي عديم الصلة بالواقع، بل بالعكس، حيث هذه الأمور تمثل أساس كل شيء واقعي وملموس، وهذا ما سوف نكتشفه في هذه المجموعة من الكتب.

لهذا السبب، وجب منح أهمية كبرى لموضوع التصرّو والخيال، لأن كامل هذا الكتاب يعتمد عليهما في تدرّيباته. إذا لازلت تعتبر هذين الموضوعين عبارة أن وهم ليس له أي علاقة بالواقع وبالتالي لا أهمية له في الجانب المادي الملموس، فعليك إعادة النظر في المسألة. وإذا بقيت مصراً على رأيك، أنصحك بأن تترك هذا الكتاب لأنه ليس فيه أي فائدة لك.

القسم العملي

[١]

[... الخطوة الأولى ...]

الآن سوف نبدأ بالجانب العملي من التدريب. علينا أن ننتبه دائماً لحقيقة وجوب تدريب كل من الجسد والنفس والروح معاً وفي نفس الوقت، وإلا لكان مستحيل ان نحافظ على حالة توازن في النمو التجاوزي. سبق وقمت بلفت الإنتباه في القسم النظري إلى مخاطر النمو عن طريق التمرين أحادي الجانب. بالإضافة إلى أنه لا يُنصح بالاستعجال في عملية التنمية، لأن كل شيء بحاجة إلى وقت قبل أن يستوي وينضج. الشروط الأساسية للنمو هي الصبر والمثابرة والثبات. لكن في النهاية سوف يُكافئ المرید على الآلام التي عاناها خلال العملية. كل من قرر الانخراط في هذه الدرب عليه اعتباره واجباً مقدساً عليه أن يمارس التمارين بشكل منتظم. عليه أن يكون ودود وكریم ومتسامح مع أخيه الإنسان، لكن بنفس الوقت يكون قاسي ومتشدد على نفسه. هذا السلوك فحسب سوف يتبعه النجاح الأكيد في مجال العمل التجاوزي. امتنع عن الانتقاد والاستنكار وقم بمسح مدخل منزلك أولاً قبل انتقاد مداخل الآخرين. لا تسمح لأحد أن يطلع على أعمالك الخاصة. على المرید التجاوزي أن يحافظ على السرية بخصوص طريقته ومسيرة نموه ونجاحه. هذه السرية تمنح أرفع القوى لمن حافظ عليها، وكلما تم الإلتزام بهذه الوصاية كلما سهل الوصول إلى تلك القوى العليا. حاول أن تحافظ على السرية لأكبر قدر من الوقت لكي تكسب المزيد من المساحة الزمنية الممكنة لتتقدم وتنمو.

ليس ضروري أبداً تضييع وقتك الثمين وأنت تجلس أمام التلفاز لساعات طويلة أو قضاء الوقت مع صحبة غير مجدية أو القيام بأعمال عديمة الفائدة. الوقت يتسرب كما الماء ويضيع دون رجعة. عليك تخصيص مدة معينة من الوقت، لكن الأهم من ذلك هو الإلتزام بالوقت الذي خصصته. يمكن السماح ببعض الإستثناءات للتقصير لكن فقط في حالات حتمية وطارئة. الإنسان قابل بسهولة لأن يخلق عادات دائمة، وعندما يلتزم الفرد بجدول زمني محدد لممارسة التمارين فسوف يشعر مع الوقت بأنه مجبور على ممارستها دائماً. بنفس الطريقة التي تحكنا حاجات ضرورية في الحياة مثل الطعام والشراب والنوم وغيرها، وجب أن ينطبق الأمر ذاته على التمارين التي نمارسها والتي وجب أن تتحول إلى عادة دائمة. هذه هي الطريقة الوحيدة التي تضمن لنا النجاح الأكيد والكمال. ليس هناك مكافئة دون اجتهاد ومثابرة. لقد صيغت التعليمات في هذا الكتاب كما لو أنها خصصت

للشخص الأكثر انشغالاً في حياته اليومية. بالتالي، من له قدر كافي من وقت فراغ يمكنه الإلتزام بتمرينين أو أكثر بنفس الوقت.

الخطوة [١]

التدريب الروحي

التحكم بالأفكار: ضبط وإخضاع الأفكار والخواطر

اجلس على كرسي مريح أو استلقي على أريكة. ارخي كامل الجسم، أغمض عينيك وراقب سلسلة أفكارك لمدة خمس دقائق، محاولاً حفظها خلال جريانها بذهنك. في البداية سوف تلاحظ بأن ما يجري في ذهنك هو أفكار وخواطر تتعلق بشؤونك اليومية، هموم العمل مثلاً وغيرها من مواضيع. تصرف كما لو أنك مراقب صامت لجريان هذه الأفكار المتسلسلة، كما لو أنك مستقل عنها ومتحرر منها. سوف يكون هذا التمرين سهلاً أو صعباً بالنسبة لك، هذا يعتمد على الحالة العقلية التي تكون فيها حين ممارسة التمرين. النقطة الأساسية هي أن لا تنسى نفسك، وأن لا تفقد سلسلة الأفكار، بل أن تلاحقها بانتباه وبيقظة. احذر من الوقوع في النوم خلال ممارسة هذا التمرين. إذا بدأت الشعور بالتعب، توقف فوراً وقم بتأجيل التمرين إلى وقت آخر حيث لن تكون في حالة تجعلك تستسلم للتعب أو النوم. يقوم الممارس من الهنود برش بعض الماء البارد على وجوههم أو فرك الماء على الجانب الأعلى من أجسادهم لكي يبقوا في حالة نشاط ثم يستمروا بتمارينهم الخاصة لكي لا يضيعوا وقتهم الثمين. قم بالنفس العميق عدة مرات قبل البدء بالتمرين، فهذا يمنع التعب أو النعاس. مع مرور الوقت، كل مرید سوف يجد بعض الحلول الآتية لوحده. هذا التمرين الذي يهدف إلى التحكم بمجرى الأفكار وجب ممارسته في الصباح وكذلك في الليل. بعد أن تبدأ بمدة (٥) دقائق للتمرين، وجب تمديد فترة التمرين دقيقة واحدة كل يوم، وذلك لكي يسمح لسلسلة الأفكار أن تلاحق ومن ثم التحكم بها دون أي تقطع أو انحراف لمدة (١٠) دقائق على الأقل خلال مرور اسبوع من بدء التمرين.

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

عند بدء التمرين، سوف يلاحظ المرید النبیه کیف أنه فی البدایة تتدفق الأفكار فی ذهنه بسرعة بحیث یواجه صعوبة فی تذکر الكثير من هذه الأفكار المتنوعة. لكن مع تکرار التمرین، من الأول إلى التالی وإلى التالی... وهكذا، سوف یلاحظ بأن الأفكار بدأت تتضبط وتصبح أقل عشوائیة، وتعتدل رويداً رويداً، حتی فی النهایة یلاحظ بأنه فقط القلیل من الأفكار تظهر فی ذهنه، وكأنها تأتي من مسافة بعيدة، ثم تذهب لیأتی غیرها، وهكذا.

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

تمرین

بعد أن تم ممارسة التمرین السابق بشكل متكرر وأصبح المرید قادر على تنفيذه بنجاح، سوف ننقل إلى التدريب الحقيقي للمستوى الروحي. إلى الآن تعلمنا كيف نتحكم بأفكارنا. التمرین التالی یهدف إلى عدم السماح فی الذهن لأي أفكار غير مرغوبة تتطفل بعناد وتفرض نفسها تلقائياً. مثلاً، وحب أن نستطيع عدم إشغال أنفسنا بهومنا الیومیة فی العمل أو العلاقات الشخصية بعد أن نعود إلى المنزل حیث دائرة خصوصیتنا. كافة الأفكار التي لا تتعلق بخصوصیتنا وحب أن نحیها جانباً، علينا أن نحاول أن نصبح شخصية مختلفة تماماً وعلى الفور. وبطريقة معاكسة، علينا فی مكان العمل أن نركز كل اهتمامنا على العمل بحیث لا نسمح لها أن تشتت بعيداً نحو المنزل أو العلاقات الخاصة أو أي مكان آخر. وحب ممارسة هذا الأمر بشكل متكرر حتی تتحول مع الوقت إلى عادة. أكثر من ذلك كله، وحب على المرید أن یعود نفسه على إنجاز أي عمل یقوم به ویكون متمتعاً بوعي وانتباه كامل فی ذلك العمل. هذا الأمر ینطبق على العمل الذي یقوم به فی مكان عمله، أو أي عمل خاص آخر. مهما كان نوع العمل أو مدى تفاهته أو أهميته. وحب المحافظة على ممارسة هذا التمرین على مدى الحیاة، لأنه یجعل العقل والفكر أكثر حدة، كما أنه یقوي كل من شدة الوعي والذاكرة.

تمرین

بعد أن احترف هذا التمرین السابق بدرجة معينة، یمكن للمرید أن ینتقل إلى التمرین التالی. الغایة من هذا التمرین التالی هو التمسك بفكرة أو خاطر واحد وحید فی الذهن لأکبر وقت ممکن، وذلك

مع قمع أي فكرة أو خاطر آخر يحاول فرض نفسه بالقوة على مسرح الذهن. لهذه الغاية، قم باختيار أي سلسلة أفكار أو خواطر أو صورة فكرية مناسبة لذوقك الشخصي. أرفض بقوة كافة الأفكار والخواطر الأخرى والتي ليس لها علاقة بالفكرة التي تتصورها في ذهنك. ربما في البداية يمكنك النجاح لعدة ثواني فقط، لكنك سوف تتمكن من تنفيذ المهمة بنجاح لمدة دقائق. عليك أن تتمكن من التركيز بثبات على فكرة واحدة وحيدة لمدة (١٠) دقائق على الأقل.

تمرين

إذا نجحت في تنفيذ التمرين السابق بشكل متكرر دون أي هفوة أو خطأ، أصبح بإمكانك الآن الانتقال إلى التمرين التالي. سوف نتعلم الآن كيف نخلق فراغ كامل في الذهن. استلقي بشكل مريح على السرير أو الأريكة، أو اجلس بشكل مريح على كرسي وقم بإرخاء كامل جسمك. أغمض عينيك. قم بما لديك من همة ونشاط ذهني باستبعاد أي فكرة أو خاطر يحاول الظهور في الذهن. وجب أن لا يحصل شيء إطلاقاً في ذهنك. وجب أن يسود فراغ فكري كامل. والآن حافظ على هذا الفراغ الفكري دون أن تستترد أو تنسى نفسك. في البداية، سوف تتمكن من النجاح في هذه المهمة لمدة ثواني فقط، لكن من خلال التمرين المستمر والمتكرر سوف تتحسن حالتك كثيراً في هذا المضمار. سوف تتحقق الغاية من هذا التمرين إذا حافظت على فراغ الذهن لمدة (١٠) دقائق دون أن فقدان السيطرة على نفسك أو حتى النوم.

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

الخطوة [١]

التدريب النفسي

الفصل والإصلاح الذاتي

كما ذكرت سابقاً في قسم "التعليم النظري"، فإن جسم الإنسان (وكل كائن حي) يحوز على سيولة كهرومغناطيسية تتجلى بانبعثات مختلفة، وهي ذاتها الطاقة الحيوية التي تحدثت عنها المراجع الطبية والروحية والماورائية وأشارت إليها بأسماء مختلفة مثل المغناطيسية الحيوانية أو الطاقة الأودية أو حقل الطاقة الإنساني أو غيرها من أسماء. معظم المناهج التدريبية في المدارس الروحية تهدف إلى تنشيط هذه الطاقة الحيوية في الجسم لأسباب صحية وبيولوجية وروحية. وكما علمنا سابقاً، فإن شدة انبعث هذه السيولة الكهرومغناطيسية تعتمد على استطاعة أو فعالية العناصر الأربعة في الجسم. كلما كان أداءها متوازناً وسليماً كلما زادت شدة انبعثات الطاقة الحيوية.

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

المهمة الأولى التي يتوكلها المرید هي معرفة نفسه. من هنا جاءت المقولة الفلسفية ".. أعرف نفسك..". كل منظومة فلسفية، مهما كان نوعها أو منهجها، تضع هذا الشرط الأساسي في المقام الأول. دون معرفة الذات سوف لن يكون أي تقدم من أي نوع خلال مسيرة التطور التجاوزي. الطريقة المجدية التي وضعها القدماء في سبيل سبر الذات ومعرفتها تتمحور حول مفهوم العناصر الأربعة. على المرید أن يفحص نفسه بصدق لكي يجري التحول العقلي المناسب لتحقيق التوازن المطلوب في نفسه.

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

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

لذلك على المرید أن يكرس بعض الدقائق من الوقت لانتقاد الذات في الصباح وفي الليل. إذا سحنت لك فرصة بعض اللحظات وسط النهار قم ببعض التفكير في ذاتك، ربما لازال يوجد بعض العيوب المخفية في مكان ما بداخلك، وإذا اكتشفتها قم بتسجيلها فوراً ولا تنسى أي منها. متما وجدت سيئة أو عيب معين لا تتوانى عن تسجيله على الفور.

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

الأمر الذي يهمنا بخصوص هذا المنهج هو محاولة المرید تقسيم العيوب والنواقص التي يكتشفها في نفسه إلى أربع أصناف، إي إدراجها في أربع خانات وكل منها منسوبة لأحد العناصر الأربعة. قد

يصاب المرید بالإرباك خلال تصنيف هذه العيوب حيث يحتار إلى أي عنصر ينسب عيب معين، لكنه سينجح مع مرور الوقت في العملية إذ بعد تقدمه في التعاليم النظرية المرافقة للعملية لم يعد يجد بعدها مشكلة في ذلك.

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

ملاحظة: لكي تجمع المزيد من الصفات السيئة والجيدة التابعة لكل عنصر من العناصر الأربعة، يمكنك العودة إلى موضوع "العناصر الأربعة" في الجزء التاسع من مجموعة "من نحن".

في الأسبوع التالي على المرید أن يتأمل في كل عنصر على حده في جدول العناصر. ثم يقوم بتقسيم قائمة كل عنصر إلى ثلاثة مجموعات (أي تقسيم قائمة العنصر الواحد إلى ثلاثة أقسام). يقوم في المجموعة الأولى بإدخال العيوب الأكبر، خصوصاً تلك التي تؤثر عليه بشكل أقوى أو تحصل دائماً وفي كل فرصة. المجموعة الثانية تشمل العيوب التي تحصل بشكل أقل وهي أدنى في درجة ظهورها. وفي المجموعة الثالثة يدخل تلك العيوب التي تحصل بين الحين والآخر. على المرید أن يقوم بنفس العمل مع العيوب التافهة وغير المهمة أيضاً. عليه العمل بهذ الجانب بهمة وحماس وفي كل الأوقات. الأمر يستحق هذا الجهد.

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

آخره. وتحت عنوان عنصر التراب يدرج ميزات مثل: الاحترام، التحمل، إخلاص في العمل، إتقان، رزانة، دقة المواعيد، ومسؤولية.. إلى آخره.

القائمتين البيضاء والسوداء لسمات النفس

بعد الانتهاء من سبر نفسه وتصنيف الخصائص السيئة والجيدة يصبح لديه لائحتين: لائحة سوداء تحتوي السمات السيئة والأخرى بيضاء تحتوي السمات الجيدة. هاتين اللائحتين تمثلان مرأتين خفيتين للمريد، وبالتالي لا يحق لأحد الاطلاع عليهما غير صاحبهما. على صاحب هاتين اللائحتين أن يعمل عليهما باستمرار حتى يتوسع بمحتوياتهما ويجعلهما دقيقتان بأكبر قدر ممكن. إذا تذكر إحدى الصفات، السيئة أو الحسنة، خلال مسار تدريبه لاحقاً عليه العودة إلى هاتين اللائحتين ويضيف الصفة الجديدة في المكان الذي يناسبها في الجداول. هاتين اللائحتين، أو المرأتين، تساعدان المرید على التمييز بدقة أي من العناصر الأربعة هو المهيمن في اللائحة السوداء أو البيضاء. هذا التمييز هو ضروري لكي يحرز المرید حالة توازن تجاوزي، والنمو المستقبلي يعتمد على هذه الحالة بشكل كبير. أما طريقة معالجة العيوب والسيئات فسوف أتأولها بالتفصيل لاحقاً.

الخطوة [١]

التدريب الجسدي

١- الاهتمام بالجسد المادي

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

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

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

٢- سرّ التنفّس

وجب منح التنفّس اهتمام واعتبار كبير. في الحالة العادية كل مخلوق حيّ يقوم بالتنفّس. لا يوجد حياة بالمطلق من دون تنفّس. من الواضح أنه على المرید معرفة أكثر من كون التنفّس هو عبارة عن استنشاق الأوكسجين والنيتروجين والتي تمتصهما الرئتين ثم تزفرهما بصيغة ثاني أكسيد الكربون ونيتروجين. لا يمكن للرئتين الوجود دون عملية التنفّس والغذاء. كل ما نحتاجه لكي نحيا،

وما يحافظ على حياتنا، هو الفكر والتنفس والطعام، وهذه العملية هي رباعية القطبية، أي تشمل العناصر الأربعة زائد العنصر الخامس الذي هو العنصر الحيوي أو المبدأ الأثيري (أكاشا) كما شرحت سابقاً في موضوع العناصر بالقسم النظري من الكتاب. الهواء الذي نتنفسه لديه درجة من الكثافة أكثر رقة من الكثافة التي يحوزها الطعام. لكن وفقاً لقوانين الكونية، كلهما يحوزان على نفس الطبيعة، وهي طبيعة رباعية الأقطاب وتخدم في إبقاء الجسد حياً.

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

إذا زرنا في الهواء الذي نتنفسه فكرة أو خاطر أو صورة ذهنية، إن كانت مجردة أو واقعية، فسوف ينطبع في هذا الهواء المبدأ السببي الذي ينقله عبر السيولتين الكهربائية والمغناطيسية إلى محتوى الهواء. هذا الهواء المُخصَّب سوف يلعب دور مزدوج عندما ينتقل إلى الرئتين عبر الأوردة الدموية. في المقام الأول، الجزيئات المادية للعناصر سوف تساهم في المحافظة على الجسم. وفي المقام الثاني، السيولة الكهرومغناطيسية المشحونة بالفكرة أو الصورة المعنية سوف تقود الهواء الكهرومغناطيسي الملون بالفكرة المعنية من مجرى الدم عبر المصفوفة النفسية ثم إلى الجسم النفسي، ومن هناك إلى الكيان الروحي الخالد عبر المصفوفة الروحية (العقلية).

هذه هي الآلية التي يكشفها "سر التنفس" في أدبيات التعاليم التجاوزية. الكثير من الأنظمة الدينية تستخدم عملية التنفس الإرادي لغايات بناءة، كما هي الحال مع منظومة هاتا يوغا، لكنها في الحقيقة لا تعرف الطريقة الصحيحة لإجراء هذه العملية. الكثير من الممارسين في هذه المنظومة عانوا من أضرار خطيرة في صحتهم، وذلك بسبب تمارين التنفس الشاقة والمبالغ بها والتي تفرضها

تلك المنظومة التدريبية. خصوصاً عند ممارستها بشكل مستقل، أي في غياب إرشادات معلم متخصص (غورو). في معظم الحالات، كان يتم إغراء القارئ غير الخبير بممارسة تلك التمارين الشاقة لأنها تؤدي إلى الحيازة السريعة على القدرات الخارقة. لكن هذه الوعود هي واهية، حيث يوجد شروط كثيرة غائبة تماماً في ذلك المنهج التدريبي والتي يجب أن تحضر قبل الحصول على نتائج مجدية. إن قارئ هذا الكتاب الذي بين يديه الآن، سوف يتمكن من تحقيق الكثير من النتائج المجدية بخصوص القدرات الخارقة، لأن هذا الكتاب يتبع منظومة تدريب أصيلة وتعود إلى ذلك الزمن المجيد الذي سادت فيه المدارس المهيبة والرائعة التي تعرف ماذا تفعل ولماذا تفعل ما تفعله، وما الغاية النهائية لما تفعله. سوف يجد القارئ في هذا الكتاب كل ما يلزم ليساعده إلى التوصل للنهائية المرجوة بأمان وسلام. المهم أن يلتزم بالتمارين المشروحة وبالتدريج، خطوة خطوة.

أصبح واضحاً في النهاية أنه ليس كمية الهواء المستنشق هي الأهم، بل جودة هذا الهواء والتي تحددتها الفكرة أو الصورة الذهنية المزروعة في محتوى هذا الهواء. بالتالي ليس ضرورياً، ولا ينصح به، ضخ الرئتين بالهواء حتى تمتلآن كلياً، حيث هذا العمل يحملهما عبئ إضافي وغير ضروري. عليك بالتالي ممارسة تمرين التنفس ببطئ وهدهوء، دون أي تسرع أو عجلة.

التمرين

اجلس مرتاحاً ومسترخياً، أرخي كامل الجسم، وتنفس من خلال الأنف. تخيل بأنه مع الهواء الذي تستنشقه، يتجلى الصحة الجيدة والهدوء والاطمئنان والنجاح... وكل شيء آخر تتمناه وتبتغيه، سوف يدخل مع الهواء إلى جسمك عبر الرئتين والدم. يجب أن تكون الصورة الذهنية للفكرة التي تبتغيها واضحة جداً وقوية جداً لدرجة أن الهواء الذي تخصبه بالفكرة المرجوة يصبح مشبعاً بشدة بالفكرة لدرجة أن ماتتمناه أصبح حقيقة واقعية. يجب أن لا يكون لديك أي شك بمصادقية أو واقعية ما تفعله. لكي نتجنب الإحباط، يكفي أن نبدأ التمرين بالقيام بـ(٧) استنشاقات في الصباح و(٧) أخرى في الليل قبل النوم. بعدها، قم بزيادة عدد الاستنشاقات تدريجياً بحيث تزيد استنشاقاً واحدة في كل مرة. لا تستعجل أو تتبالغ في ممارسة التمرين، كل شيء بحاجة إلى وقت حتى ينضج ويستوي. لا تنتقل إلى تخيل فكرة جديدة كل مرة أو كل عدة مرات. استمر في التركيز على فكرة واحدة حتى تتحقق. إذا كان المرید موهوب بقدرات فطرية من المستوى العالي، يمكن للنجاح أن يتجلى بسرعة، ربما بعد أسبوع، لكن كل هذا يعتمد على درجة الخيال والقابلية والجدارة. البعض الآخر ربما يحتاج

إلى أسابيع عديدة أو حتى شهور قبل تحقيق الفكرة المرجوة. لأن نوعية الفكرة المرغوبة تلعب دور مهم في العملية. لذلك من الأفضل عدم اختيار أمنيات أنانية وغير منطقية. يُفضل الإلتزام بمستوى الأمنيات المذكورة سابقاً، مثل السلام والصحة والأمان والنجاح. بعد زيادة عدد الاستشاقات للهواء مع مرور الوقت، يُنصح بأن لا تجعل مدتهاها في النهاية تزيد على نصف ساعة. المدة الأفضل لهذا التمرين هي (١٠) دقائق، لأنها كافية ومناسبة لك.

٣. التناول الواعي للطعام

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

أجلس أمام طبق الطعام الذي تريد أكله، وبالتخيّل الأكثر شدّة ممكنة، ركّز على الرغبة التي اخترتها وكأنها متجسّدة فعلياً في الطعام ويكون تأثيرها قوياً كما لو أنها حصلت فعلاً. إذا كنت وحيداً، بحيث لن يقطعك أحد أو يشاهدك أحد، مد يدك فوق الطعام بطريقة المباركة خلال تصوّر رغبتك. إذا لم تتوفر لك هذه الفرصة، قم على الأقل بطبع رغبتك على الطعام الذي تتناوله. ثم ابدأ بتناول الطعام ببطء وبوعي كامل، مع القناعة فعلية بأن رغبتك تدخل مع الطعام إلى جسمك ومن ثم تنسرب إلى أذق الشرايين والشعيرات العصبية. وجب أن يُعتبر تناول الطعام دائماً عمل مقدس بالنسبة لك. لا يُنصح بتناول الطعام بسرعة، فهذا ما يفرضه دستور المجال التجاوزي الذي يخطر فيه المرید. كافة أنواع الطعام والشراب هي مناسبة لعملية طبع الرغبات. لكن بشرط أن يتم تناول الطعام والشراب المطبوغ بالرغبة كاملاً دون ترك بقايا منها. حاول في البداية أن تبقي الرغبات المطبوعة في الطعام متعلقة فقط بالأمر الصحية والسلام الداخلي. لا تتبالغ في الرغبات التي تتشدها.

الأمر الأهم الذي يجب الإلتزام به هو عدم القراءة أو مشاهدة التلفاز أو سماع الراديو خلال تناول الطعام. لسوء الحظ، معظم سكان العالم أصبحوا منخرطين في هذه العادة. حتى إقامة حوار أو نقاش خلال تناول الطعام هو غير مستحب وفقاً للشريعة التجاوزية. وجب على الفرد أن يأكل مع

التركيز فقط على ما يرغبه حيث ينطبع في الطعام الذي يتناوله. وجب الملاحظة أنه لا يجوز ربط الرغبة المرجوة مع رغبة أخرى بنفس الوقت. مثلاً، إذا كنت تشد الصحة في رغبتك خلال تخصيب الهواء الذي تتنفسه، عليك أن لا تشد شيء آخر، كالنجاح مثلاً، خلال طبع رغبتك في الطعام الذي تتناوله. إنه من الملائم والمفيد أن توحد رغبتك في كل من عملية التنفس وتناول الطعام، وذلك لتجنب حصول أي تناقض في الذبذبات أو الانبعاثات الحاصلة في جسمك. تذكر المثل الشهير: "الذي يلاحق أرنبين بنفس الوقت لن يصطاد أي منهما..".

٤- سحر الماء

يحتل الماء أهم جانب في حياتنا اليومية والعامة، هو ضروري للشراب وتحضير الطعام والغسيل والأعمال الصناعية وغيرها من استخدامات لا محدودة. لكن له أهمية كبيرة أيضاً في مجال تنميتنا التجاوزية، حيث العنصر المائي قد يثبت بأنه عامل عظيم. كما ذكرت سابقاً في القسم النظري من هذا الكتاب، عنصر الماء يحكم المغناطيسية أو القوة الجاذبة، وهذه الخاصية بالذات هي التي سوف نستثمرها في عملية تطوير ملكاتنا. كافة الكتب التي تتناول موضوع المغناطيسية الحيوانية أو انبعاثات طاقة الأود od وغيرها من مواضيع مشابهة، أشارت إلى حقيقة أن الماء قابل للمغنة أو "الأودة" od-ized، لكن المشكلة مع جميع تلك الكتب هي أن معلوماتها قليلة وغير كافية حول كيفية تضخيم هذه الخاصية للماء واستخدامها بطريقة مختلفة تماماً. ليس فقط الماء بل جميع أنواع السوائل لديها خاصية الجذب، مهما كانت التأثيرات التي تجذبها وتحفضها، جيدة أو سيئة. بالتالي يمكننا اعتبار عنصر الماء، خصوصاً النوع المتجلي مادياً، بأنه نوع من المراكم، أي يمكنه تخزين الطاقات المختلفة كما تفعل البطارية. كلما كانت درجة حرارة الماء أكثر برودة كلما زادت استطاعتها الاستيعابية. وتكون أكثر تجاوباً عندما تكون في درجة حرارة [٤ C]. كلما زادت حرارة الماء تتناقص تدريجياً قدرتها الاستيعابية. وعندما تصبح درجة حرارتها [٣٦-٣٧ C] تصبح غير قابلة للمغنة الحيوية أو تخزين المعلومات.

لكن ما يهمنا يتعلق بخاصية القوة الجاذبة وقيمتها العملية بخصوص المغناطيسية التي تنتج من تفاعل العناصر وهذه حقيقة لا يمكن إنكارها. إن عملية تخصيب الرغبة (عبر مبدأ "أكاشا" الحاصر في كل مادة ومحتى وبالتالي هو حاضر في الماء) يمكن أن تتم في أي شيء وفي أي درجة حرارة مهما كانت. إن قطعة خبز أو حساء ساخن أو فنجان قهوة أو شاي، يمكن شحنها تجاورياً. لكن هذا

الشحن لا يعتمد على الاستطاعة التخزينية لعنصر الماء بل يحصل عبر المستوى السببي للقوة الخامسة للعناصر، ويتجلى عبر السيولة الكهرومغناطيسية للعناصر المعنية. إنه لأمر مهم جداً الانتباه لهذا الفرق لكي نتجنب الأخطاء. مثلاً، إنه مستحيل مغنطة طيق من الحساء لأن القوة التخزينية لعنصر الماء قد ضعفت بسبب ارتفاع الحرارة. لكن يمكن تخصيص الحساء بنفس الرغبة عبر المستوى السببي للقوة الخامسة للعناصر.

دعونا الآن نتناول سحر الماء من الجانب العملي. في كل مرة تغسل فيها يديك، فكّر بشدة أنه عبر عملية الغسيل، أنت لا تزيل الأوساخ عن جسمك، بل تزيل أيضاً الرجس وعدم الطهارة من النفس لديك. تصوّر بأن الفشل والمشاكل والإحباط والمرض وغيرها بأنها تتجلي عنك مع الماء خلال عملية الغسيل. افعل الأمر نفسه عند الاستحمام، تصوّر بأن العيوب المذكورة سابقاً تتجلي عنك وتجري بعيداً مع الماء. يمكنك أيضاً تغطيس يديك في ماء باردة لفترة قصيرة ثم تركّز على القوة المغناطيسية/النفسية وهي تسحب كل العيوب والسيئات من جسمك ومن نفسك. حافظ على قناعتك الكاملة بأن كامل السيئات والعيوب تتجرف منك نحو الماء. سوف تتفاجأ من النجاح الذي تحصده خلال وقت قصير بعد إجراء هذا التمرين البسيط إذا عرفت كيف تمارسه بشكل صحيح. الماء الذي أجريت عليه هكذا تمارين وجب التخلص منه فوراً. هذا التمرين له تأثير هائل إذا أجريته وأنت تغطس في وادي أو نهر جاري، حيث يكون كامل الجسم (ما عدا الرأس) مغمور تحت الماء.

يمكنك ممارسة هذا التمرين بطريقة أخرى. يمكنك مغنطة الماء الذي سوف تستخدمه، أو تخصيصه بالرغبة المرجوة، بينما لازال الماء في الطشت. حاول المحافظة على قناعة تامة وشديدة بأنه عبر الغسيل بهذا الماء سوف تنتقل القوة المخزنة فيه إلى جسمك ومن ثم تتجلى الرغبة المرجوة. (بخصوص موضوع المغنطة فسوف أتناوله لاحقاً في هذا الكتاب). بالنسبة المريدات الأنثى، يوجد طريقة ثالثة لممارسة هذا التمرين. يمكنهن تركيز مغنطتهن على فكرة أن الماء تجعل الوجه والجلد تبدو أصغر سناً وأكثر مرونة وأكثر جاذبية. لذلك يُنصح بأن لا يُغسل الوجه بالطريقة العادية بل تغطيسه بالكامل في الماء المشخونة لمدة ثواني معدودة. وجب تكرار عملية التغطيس (٧) مرات على الأقل في كل مرة.

يوجد فرصة أخرى جيدة بالنسبة للمريد والتي يجب عدم تجاهلها. أقصد هنا عملية غسل العين. يقوم المريد في الصباح بتغطيس وجهه في ماء تم غليه في اليوم السابق وموضوع في طشت صغير، وبعد تغطيس وجهه يقوم بفتح عينيه داخل الماء. بعد فتح عينيه يقوم بتحريك البؤبؤ يميناً وشمالاً وإلى فوق وتحت. يجب أن يكون عدد الغطسات (٧) في كل مرة. في البداية سوف يصاب بحالة تحسس ويعاني من وخز خفيف في عينيه، لكن هذه الحالة سوف تزول مع تكرار العملية حيث تتأقلم العينان مع التمرين لاحقاً وتكسب مناعة. لا تنسى أن تمغظ الماء الذي سوف تستخدمه لهذه الغاية، ومن ثم تخصيبه بالرغبة التي ترجوها. في الحقيقة فإن هذا التمرين هو مفيد جداً للأشخاص الذين يتدربون على الإستبصار (هذا ما سوف أتأوله في الجزء التالي) حيث هذه العملية تطوّر القدرة الاستبصارية بشكل كبير، خصوصاً إلى قمت بتخصيب الماء بهذه الرغبة تحديداً.

هذا يكفي الآن بخصوص التنمية الجسدية والتدريب الجسدي.

ملخص التمارين في الخطوة الأولى

الخطوة [١] . التدريب الروحي

١. التحكم بالأفكار
٢. ضبط الأفكار
٣. إخضاع الأفكار
- أ. جلسة تحكم بالأفكار مرتين في اليوم
- ب. قمع بعض الأفكار. التمسك بفكرة واحدة مختارة. خلق حالة فراغ في الذهن.
- ج. اقتناء فكرة لتدوين الاختبارات اليومية. انتقاد الذات. التخطيط لسلسلات فكرية لليوم أو الأسبوع المقبل.

الخطوة [١] التدريب النفسي

١. الفحص والتصحيح الذاتي
٢. صنع قائمتين (سوداء وبيضاء) لتدوين سمات النفس وفقاً للعناصر، وفي ثلاثة مستويات مختلفة.

الخطوة [١] التدريب الجسدي

١. الاعتياد على طريقة حياة معينة
٢. سرّ التنفّس
٣. تناول الوعي للطعام
٤. سحر الماء

إن الحد الذي وُضع لمدة إكمال هذه التمارين يُقدّر بحوالي شهر، وهي مصاغة لتتناسب مع أفراد يتمتعون باستعدادات متوسطة. الذين سبق ومارسوا التأمل أو التركيز الفكري قد ينجحون في إكمال التمارين ضمن المدة الموضوعية سابقاً. بينما الذين لم يمارسوا هذه الرياضات أبداً عليهم أن يمددوا فترة التدريب أكثر. النجاح يعتمد بشكل رئيسي على المؤهلات الشخصية للفرد. أما بخصوص ممارسة التمارين، فإنه من غير المجدي أن يمرّ المتدرب على التمارين بشكل سطحي دون أن يمارسها ويتقنها ويحترفها جيداً. عليه ممارسة هذه التمارين بالتدرج وبالترتيب المتسلسل الذي ذكرت فيه.

[٢]

[... الخطوة الثانية ...]

فكرة عن الإيحاء الذاتي

سرّ العقل الباطن

قبل الشروع في وصف تمارين الخطوة الثانية، دعوني أشرح سرّ العقل الباطن وأهميته العملية. بنفس الطريقة التي للوعي العادي مقعده في النفس ويتم تفعيله من قبل الدماغ في الجسد المادي (الرأس)، نجد أن العقل الباطن هو ملك حصري للنفس، وله مقعد أيضاً في الجسد المادي وهو المخيخ (في مؤخرة الرأس). وفقاً للتطبيقات التجاوزية، دعونا ننخرط قليلاً في دراسة الوظيفة النفسية للمخيخ، أي وظيفة ما نسميه العقل الباطن.

لدى كل فرد يتمتع بحواس سليمة وعقل سليم، نجد أن الوعي الطبيعي سليم. أي هو دائماً وفي أي وقت يستطيع استخدام وظائف الوعي الطبيعي. وفقاً لما نتج من دراسة الحكماء، ليس هناك قوة في الكون أو في الإنسان والتي لا تتراوح بين قطبين نقيضين. بالتالي يمكننا اعتبار العقل الباطن بأنه القطب النقيض للوعي العادي. كل ما نصنّفه وفق مفاهيم التفكير والشعور والإرادة والذاكرة والمنطق والذكاء.. مستخدمين الوعي العادي، ينعكس في العقل الباطن بطريقة نقيضة. أي بمعنى آخر، يمكننا اعتبار عقولنا الباطن بأنه خصمنا المعارض. الحافز أو الدافع لكل ما هو غير مرغوب، مثل الانفعالات والهفوات والنواقص، ينبع من هذا القسم المناقض للوعي العادي، أي من العقل الباطن. لذلك يقع على عاتق المرشد مهمة الفحص الذاتي، وذلك بهدف الكشف عن أعمال هذا العقل الباطن وفقاً لمفتاح العناصر الأربعة أو المغناطيس رباعي الأقطاب. هذه المهمة تعتبر عمل بالغ الأهمية وبالتالي على المرشد أن يسعى جاهداً خلال تأملاته على نفسه أثناء جلسات فحص الذات (المذكورة في فصل تدريب النفس في الخطوة الأولى).

العقل الباطن إذاً هو المحقّر الرئيسي على كل شيء لا نرغبه أو نتمناه. دعونا نتعلم كيف نحول هذا الجانب المخاصم في نفسنا بحيث ليس فقط يمتنع عن أذيتنا، بل بالعكس، حيث يساهم في تحقيق

رغباتنا. العقل الباطن بحاجة إلى عاملي الزمن والمكان لكي يتحقق تأثيره في العالم المادي، فهذين العاملين يمثلان المبدئين الأساسيين لتحويل الأشياء إلى واقع مادي بعد انبعاثها من العالم السببي. من خلال تجريد العقل الباطن من عاملي الزمن والمكان، فسوف يتوقف القطب النقيض عن التأثير علينا، وحينها يمكننا تحقيق أمنياتنا ورغباتنا بواسطة العقل الباطن. هذا الإلغاء المفاجئ لدور العقل الباطن يمنحنا المفتاح للاستخدام العملي للإيحاء الذاتي. فمثلاً، إذا غرسنا في العقل الباطن رغبتنا في عدم الاستسلام، غداً أو أي وقت آخر، لأي من عاداتنا السيئة، مثل التدخين أو شرب الكحول، سوف يكون لدى العقل الباطن وقت كافٍ لوضع العقبات في طريقنا، بشكل مباشر أو غير مباشر. في معظم هذه الحالات، خصوصاً في حضور قوة إرادة ضعيفة أو غير مطوّرة، ينجح العقل الباطن غالباً في إفشال العملية. لكن على الجانب الآخر، إذا استثنينا من إيحاءنا الذاتي مفاهيم متعلقة بالمكان والزمان خلال زرع رغباتنا فيه، نجد أنه فقط القطب الإيجابي منه يؤثر علينا، وهذا يكون على توافق مع الوعي العادي، وبالتالي لا بد لرغبتنا المغروسة في العقل الباطن أن تتجح في التحقق. هذه المعرفة والإمكانات المصاحبة لها هي ذات أهمية كبيرة للنمو التجاوزي للفرد، وبالتالي وجب منحها الاعتبار الوافي خصوصاً من جهة الإيحاء الذاتي.

يوجد أهمية كبيرة لصياغة الكلمات خلال صناعة إيحاء ذاتي، حيث وجب دائماً أن يتم التعبير عنه بشكل يجعله أمر حتمي وبالطرف الحاضر زمنياً. مثلاً، وجب أن لا تقول: ".. سوف أتوقف عن التدخين.."، بينما الشكل الصحيح للتعبير هو: ".. أنا لا أدخن.."، أو يمكنك القول: ".. أنا لا أحب التدخين..". وهكذا مع باقي المواضيع الأخرى التي تريد الإيحاء بخصوصها، بطريقة إيجابية أو سلبية. المفتاح الذهبي الذي يقرر نجاح الإيحاء يكمن في طريقة صياغته كلامياً. هذا هو الجانب الأهم والذي وجب أخذه في عين الاعتبار إذا أردت أن تجري عملية إيحاء ذاتي عبر العقل الباطن. يكون العقل الباطن نشطاً بالطريقة الأكثر تأثيراً واختراقاً خلال الليل، حيث يكون الفرد نائماً. خلال حالة النوم، يكون النشاط الطبيعي للوعي غائب تماماً، والعقل الباطن يعمل مكانه. بالتالي، الفترة الأفضل لقابلية استقبال الإيحاء الذاتي هي عندما يكون الجسم مسترخي في الفراش وهو في حالة نعاس. أي قد يكون ذلك قبل النوم مباشرة أو بعد الصحوة من النوم مباشرة، حيث نكون في حالة نصف صحوة. لكن هذا لا يعني أن أوقات أخرى لا تناسب عملية الإيحاء الذاتي، لكن الفترتين المذكورتين سابقاً هي الأكثر رجاءً، حيث يكون العقل الباطن حينها في حالة استجابة قصوى. لهذا السبب نجد أم المتمرس الخبير لا يذهب إلى النوم أبداً وهو في حالة عاطفية مثل الغضب أو

الإحباط أو غارق بالهموم المختلفة، لأن هذا يكون له تأثير سلبي كبير على عقله الباطن. لذلك اذهب دائماً إلى النوم ولديك أفكار وخواطر سلمية ومتناغمة وتستهدف دائماً مواضيع تتعلق بالنجاح والصحة الجيدة والمشاعر المحببة والجميلة.

قبل أن تبدأ ممارسة الإيحاء الذاتي عليك اقتناء مسبحة (إذا كنت تعيش في البلاد العربية) أو صنع واحدة (إذا كنت في بلاد أجنبية). المسبحة العادية (٣٣ حبة) توفي بالغرض. هذه الأداة هي فقط من أجل تساعدك على معرفة عدد المرات التي تكرر فيها العبارة التي قمت بصياغتها للإيحاء الذاتي، وذلك لكي لا ينصرف انتباهك عن الإيحاء وتنتهي بعملية التعداد. هذه الأداة، أي المسبحة، سوف تخدمك أيضاً لتعداد كم مرة واجهت عقبة أو تعطيل معين خلال ممارسة تمارين التركيز والتأمل. بدلاً من إشغال عقلك بالتعداد رقمياً، كل ما عليك فعله هو إزاحة حبة في المسبحة من جنب إلى جنب.

إن التطبيق العملي للإيحاء الذاتي هو بسيط جداً. إذا قمت بالصياغة الكلامية لما ترغب تحقيقه حيث تكون العبارة دقيقة ووفق ظرف مكاني وزماني مناسب وتكون العبارة حتمية، مثل: " .. أنا أشعر أفضل وأفضل كل يوم.."، أو " .. أنا لا أحب التدخين.. " (أو الكحول أو غيرها..)، أو " .. أنا بصحة جيدة ومكتفي وراضي وسعيد.."، حينها تكون جاهزاً للشروع في التطبيق العملي. قبل النوم مباشرة، احمل المسبحة بيدك ثم أبدأ، إما بكلام منخفض الصوت أو في كلام ذهني غير مسموع، وفقاً للحالة المحيطة بك أثناءها، ابدأ بتكرار العبارة التي قمت بصياغتها، وكلما انتهيت من العبارة قم بزياحت حبة من المسبحة إلى الجانب الآخر، ثم ابدأ بلفظ العبارة مرة أخرى، وهكذا. استمر في تكرار العبارة حتى تنتهي من نقل كافة الحبات في المسبحة. حينها تعرف بأن عدد المرات التي كررتها هي (٣٣) أي بعدد الحبات. النقطة المهمة هي أن تتصور الأمنية التي توحىها ذاتياً وكأنها تتحقق فعلياً وصار لها وجود حقيقي وواقعي. إذا لم تشعر بعد بالنعاس قم بتكرار العملية مرة أخرى، أي (٣٣) مرة أخرى. حاول التفاعل فعلياً مع الفكرة التي توحىها والتي تصورتها بأنها تحققت. استكر في فعل ذلك حتى تغط أخيراً في النوم وتكون الأمنية لازلت قائمة في الذهن. عليك محاولة نقل أمينتك معك إلى النوم. إذا صادف وغطبيت في النوم بينما كنت لازلت تكرر العبارة الإيحائية فسوف تتحقق الامنية دون شك.

في الصباح، بعد أن تصحو ولازال لديك وقت إضافي قبل النهوض إلى أشغالك اليومية، التقط المسبحة وقم بتكرار العملية التي مارستها في الليلة السابقة. بعض الأشخاص يصحون عدة مرات في الليل، ربما لدخول الحمام أو غيرها من أسباب. إذا حصل هذا معك، يمكنك إجراء هذه العملية في حينها، وهذه فرصة جيدة لأن هذه الحالة تساعد على تحقيق الأمنيات بشكل أسرع.

ملاحظة: ظهر في منتصف القرن الماضي طريقة جديدة لإجراء هذا الإحياء الذاتي وهو تسجيل العبارة الإيحائية بشكل متكرر على شريط مسجلة ومن ثم تشغيل هذه الأخيرة طوال الليل بينما يكون الفرد نائماً. أنا شخصياً لا أعتقد بأن هذه العملية لها فعالية وتأثير قوي بنفس مستوى الطريقة الطبيعية السابقة، لأن الإحياء بالكلام يصحبه طاقة حيوية معينة لا يمكنها أن تتجلى في حالة المسجلة والشريط.

والآن يبرز السؤال المهم: ما هو نوع الأمنيات التي يمكن تحقيقها من خلال الإحياء الذاتي؟ مبدئياً، يمكن تحقيق أي أمنية مهما كانت طالما تعلقت بالروح والنفس والجسد. أمنيات مثل: تنقية الشخصية، قمع الخواص السيئة والنواقص، وتصحيح الاختلالات، وتحسين الصحة أو تنشيطها وإعائها من المرض، إلغاء أو تحسين الاستعدادات السيئة أو الحسنة، تنمية الملكات المختلفة.. وهكذا. أما الأمنيات والرغبات التي هي خارج نطاق كيان الفرد، مثل ربح ورقة يانصيب أو امتلاك قصر أو سيارة فاخرة، فهي بكل تأكيد لا تتحقق بهذه الطريقة أبداً.

الخطوة [٢]

التدريب الروحي

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

ضع بعض الأشياء أمامك، مثل سكين وقارورة وعلبة كبريت وقلم، ثم تبت عينيك على هذه الأشياء لبعض الوقت. حاول أن تتذكر أشكالها وألوانها بالضبط. ثم أغمض عينيك وحاول أن تتصور أحد هذه الأشياء بشكل واضح في مخيلتك، وكأنه يمثل واقع حقيقي. إذا اختفى هذا الشيء من مخيلتك خلال تصوره حاول أن تسترجعه مرة أخرى إلى مخيلتك. في البداية سوف تتجح في هذه التجربة لمدة لا تتعدى ثواني، لكن مع الممارسة المستمرة سوف يظهر الشيء بشكل أوضح في المخيلة وسوف يطول بقاءه ويقبل اختفائه من مسرح المخيلة. لا تستسلم للإحباط إذا تكرر الفشل لفترة طويلة، وإذا شعرت بالتعب ما عليك سوى تحويل انتباهك إلى شيء آخر أمامك ومارس هذا التمرين عليه. في البداية حاول أن لا تتجاوز مدة التمرين (١٠) دقائق، لكن بعد فترة يمكنك تمديد فترة التمرين تدريجياً حتى تصل المدة (٣٠) دقيقة. يمكن اعتبار غاية التمرين تحققت عندما تصبح قادراً على تصور أحد الأشياء في خيالك بشكل واضح لمدة (٥) دقائق دون أي تشويش أو تعطيل.

إذا نجحت في ممارسة التمرين السابق بشكل سليم، سوف تحاول الآن أن تتصور الشيء المعني لكن بعيون مفتوحة. وجب أن تتصور الشيء وهو معلق في الهواء ومائل أمامك بشكل واضح وجلي وكأنه حقيقي. وجب عدم رؤية أو ملاحظة شيء آخر باستثناء الشيء الذي تتصوره وأنت مفتوح العينين. إذا نجحت في تصور الشيء معلق بوضوح في الهواء أمام نظريك ولمدة (٥) دقائق دون أي تعطيل أو تشويش، تكون قد حققت الغاية من هذا التمرين بنجاح.

بعد تمرين التركيز البصري، دعونا الآن ننتقل إلى ممارسة تمرين التركيز السماعي. في البداية، وجب أن يلعب الخيال الخلاق دور معين. مثلاً، يستحيل علينا القول: ".. تخيل تكتكة الساعة.."،

أو شيء آخر من هذا القبيل، لأن مفهوم التخيل يشمل عموماً عرض تصويري، وهذا لا يتناسب مع التمرين السماعي. لكن من أجل فهم أفضل للموضوع علينا القول: "تخيل بأنك تسمع تكنتكة الساعة..". بالتالي علينا استخدام هذا التعبير الأخير. الآن تصوّر بأنك تسمع تكنتكة ساعة معلقة على الجدار. سوف تنجح في ذلك بالبداية لكن لمدة ثوان معدودة، كما هي الحالة مع التمارين السابقة. لكن إصرارك المستمر في تكرار هذا التمرين سوف تتمكن من سماع صوت التكنتكة بشكل أفضل وأفضل مع مرور الأيام، ودون أي عقبات أو معيقات. بعدها، حاول أن تستمع في مزيلتك إلى تكنتكة ساعة يد، أو مجموعة أجراس صغيرة وتكون مختلفة الأصوات. يمكنك أيضاً ممارسة هذا التمرين على أصوات مختلفة أخرى، مثل صوت ناقوس (طبق نحاسي كبير) أو صوت مطرقة، أو صوت خريشة، أو خرفشة أو قصف الرعد أو صلصلة (خشخشة) أو هبوب الريح، أو أنغام آلة كمان أو بيانو أو غيرها من آلات موسيقية. عندما تمارس هذا النوع من التمارين، حاول جاهداً أن تبقى ضمن حدود التركيز السماعي دون السماح لظهور أي صورة ذهنية من أي نوع، هذه نقطة مهمة وجب الإلتزام بها. إذا ظهرت صورة ذهنية ف مزيلتك، قم بإزالتها فوراً. زنة الجرس التي تتصوّر بأنك تسمعها، وجب أن لا تستنفض أي صورة ذهنية للجرس. يمكن اعتبار هذا التمرين مكتمل وناجح فقط بعدما تتمكن من المحافظة على التخيل الصوتي لمدة (٥) دقائق.

بعد التمرين السماعي سوف ننقل إلى التمرين الحسيّ. حاول أن تستنفض شعور بالبرد أو الدفء أو الجاذبية أو الخفة أو الجوع أو العطش أو التعب أو غيرها. حاول أن تبقى على هذا الإحساس لمدة (٥) دقائق على الأقل، دون استنفض أي صورة ذهنية أو تخيل سماعي من أي نوع. إذا اكتسبت قدرة التركيز إلى درجة تمكنك من خلق شعور اخترته ومن ثم حافظت عليه في مزيلتك طوال المدة المذكورة سابقاً، تكون قد نجحت في اختبار هذا التمرين وتصبح مخوّل للانتقال إلى التمرين التالي.

دعونا الآن نتناول تمرين التركيز على حاسة الشمّ. تخيل بأنك تقوم بشمّ رائحة مجموعة ورود متنوعة مثل الورد والليلك والبنفسج وغيرها من ورود، ثم قم بالثبات على هذا التخيل دون السماح أي صورة ذهنية تظهر تلك الورد. حاول ممارسة هذا التمرين مستخدماً روائح كريهة من أنواع مختلفة. استمر في ممارسة هذا التمرين التركيزي حتى تصبح قادراً على تخيل أي رائحة وتحافظ على تخيلها لمدة (٥) دقائق. بعدها انتقل إلى التمرين التالي.

التمرين الأخير في هذا الفصل يتعلق بالتركيز على حاسة الذوق. دون التفكير بأي طعام أو شراب أو تصور أي منها ذهنياً، عليك التركيز على الطعم فحسب. اختر في تمرينك الأول مذاق قوي مثل طعم حلو أو مرّ أو مالح أو حامض. بعدها يمكنك أن تنتقل إلى مذاق البهارات المختلفة مثلاً. إذا نجحت في خلق إحساس بأي من المذاقات السابقة وحافظت عليه لمدة (٥) دقائق، تكون الغاية من التمرين قد تحققت.

قد يواجه بعض المتدربين خلال ممارسة هذه التمارين مشاكل صغيرة أو كبيرة حسب الحالة. هذا يعني أن الوظيفة الدماغية المتعلقة بالحسّ المعني قد تعرضت للإهمال وعدم الاستخدام لفترة طويلة مما أعاق نموها. لكن هذه ليست مشكلة كبيرة بل فقط تحتاج للمزيد من الوقت في ممارسة التمرين المتعلق بالحاسة المعنية وبعدها تزول المشكلة. معظم الأنظمة التدريبية الأخرى تهتم فقط بحاسة أو اثنتين أو ثلاثة حواس بالحد الأقصى. لكن هذه طريقة خاطئة للتدريب، حيث ممارسة تمارين التركيز باستخدام الحواس الخمسة بالكامل سوف تساعد على تقوية الجانب العقلي (الوعي الديناميكي) وكذلك تنشيط الإرادة، بالإضافة إلى أنك ليس فقط تتعلم كيف تتحكم بكامل الحواس بل أيضاً تتميتها إلى حد الكمال. وجب أن تكون حواس السيد التجاويزي نامية تماماً وبشكل متوازي مع بعضها، بالإضافة إلى أنه قادر على التحكم بها جميعاً. هذه التمارين هي ذات أهمية كبرى بالنسبة للنمو التجاويزي، وبالتالي وجب عدم إهمالها أو تجاهلها.

الخطوة [٢]

التدريب النفسي

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

١. الاستخدام المنهجي للإيحاء الذاتي وبالطريقة التي وصفتها سابقاً.
٢. تحويل الانفعالات إلى خصائص معاكسة، وذلك من خلال الإيحاء الذاتي أو عبر التأمل المتكرر في التأكيد المستمر على الخصائص الجيدة.
٣. الإنتباه الدائم وقوة الإرادة. من خلال استخدام هذه الطريقة، عليك أن لا تسمح بأي فورة أو هيجان أو تكشف لأي انفعال سلبي، حيث تقوم بمصارعته وقمعه في مكانه. هذه الطريقة هي الأصعب وهي تناسب الأشخاص الذين يملكون إرادة قوية، أو إصرار قوي على محاربة انفعالاتهم.

إذا كان يتوفر لدى المرشد وقت كافي ويتمنى أن يتقدم في هذا المجال بأسرع ما يمكن، يمكنه أن يستخدم كامل الطرق الثلاثة المذكورة سابقاً. والوسيلة المثمرة أكثر هي أن يوجه كافة الطرق الأخرى

المذكورة في الكتاب والتي يستخدمها نحو غاية واحدة، مثل طريقة تناول الواعي للطعام، وسحر الماء، .. وهكذا. حينها لن يكون النجاح بعيداً عن المرید.

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

الخطوة [٢]

التدريب الجسدي

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

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

التمرين

أجلس مرتاحاً ومسترخياً على الكرسي، أو استلقي على الاركة أو الأرض، وقم بإرخاء كامل عضلاتك. حاول أن تشعر وتفكر بأنه، مع كل شهيق للهواء، ليس فقط الرئتين تفعلان ذلك، بل كامل الجسد أيضاً. كن على قناعة تامة بأنه، بالترافق مع الرئتين، كل مسامة من مسامات الجلد تتلقى القوة الحيوية وتقلها إلى داخل الجسم. عليك أن تشعر بأنك عبارة عن اسفنجة جافة والتي، عندما يتم تغطيسها في الماء، تمتصه بنهم (كما في الشكل التالي). عليك أن تشعر بنفس الطريقة عندما تشهق الهواء خلال التنفس عبر مسامات الجلد. بهذه الطريقة سوف تمرّ القوة الحيوية من

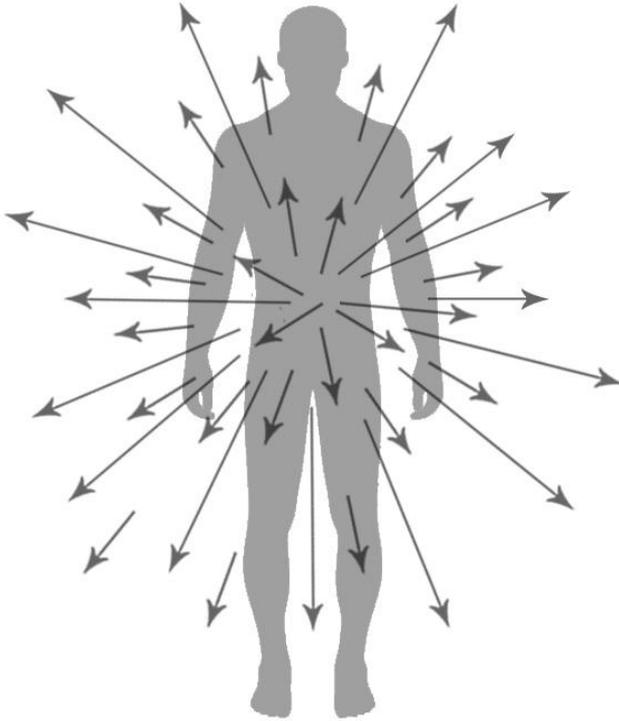
المبدأ الأثيري المحيط بك إلى داخلك. وفقاً لطبيعة شخصيته، كل فرد سوف يشعر بهذا الدخول للقوة الحيوية عبر مساماته الجلدية بطريقة مختلفة.



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

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

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



زفير الهواء خارجاً خلال عملية التنفس عبر المسامات الجلدية

التمرين

التمرين التالي يتعلق بموضوع السيطرة على الجسم. الأمر يتطلب حرفة كبيرة أن تجلس ساكناً ومرتاحاً لفترة طويلة، وبالتالي من الضروري أن نتعلم كيف نفعل ذلك. اجلس على كرسي، بطريقة تجعل العمود الفقري لديك يبقى مستقيماً. في البداية، مسموح لك أن تسند ظهرك إلى الورا على

مسند الكرسي. اجعل القدمين ملتصقتين ودعهما يشكلان زاوية قائمة مع الركبتين. أجلس مسترخياً، دون استثارة أي من العضلات، وكلا اليدين مرتاحتين على الفخذين. قم بتوقيت ساعة المنبه بحيث يطلق الصوت بعد (٥) دقائق. والآن أغمض عينيك وراقب جسمك بالحس والشعور. في البداية سوف تلاحظ بأن العضلات أصبحت تتلملم نتيجة الاستثارة العصبية. أجبر نفسك، بقدر ما تستطيع، على المواظبة في الجلوس ساكناً بنفس الوضعية. مهما بدى هذا التمرين سهلاً، إلا أنه في الحقيقة صعب التنفيذ العملي بالنسبة للمبتدئ. إذا نزحت الركبتين الملتصقتين إلى الانفصال عن بعضهما بشكل مستمر، قم بربطهما بخيط كحل للمسألة. إذا استطعت أن تحافظ على هذه الوضعية دون تأرجح أو اهتزاز أو تحرك من أي نوع، ولمدة (٥) دقائق، قم بزيادة مدة الجلسة التالية دقيقة واحدة، واستمر في زيادة دقيقة إضافية في كل جلسة تالية حتى تصل المدة إلى (٣٠) دقيقة. إذا أصبح بإمكانك أن تجلس ساكناً دون حراك لمدة (٣٠) دقيقة تكون الغاية من هذا التمرين قد تحققت. عندما تصل إلى هذه النقطة الأخيرة سوف تصرّح بأنه ما من وضعية أفضل من هذه الوضعية لراحة الجسم واسترخاءه.

إذا رغبت أحدهم في استخدام هذا النوع من التمارين المتعلقة بقوة التحمل الجسدي لهدف تنمية قوة الإرادة، يمكنه صياغة عدد متنوع من الوضعيات الجسدية وفقاً لاختياره الخاص، بشرط أن يوفر شرط الجلوس مرتاحاً ومسترخي دون أي معيقات لمدة ساعة كاملة. أتباع منظومة اليوغا الهندية يوصفون وضعيات جسدية كثيرة (يسمونها أسانا asana) ويزعمون بأن الفرد سوف يكسب العديد من القوى الخفية من خلال اتقان تلك الوضعيات. أنا شخصياً لا أعتقد بأن الوضعيات وحدها يمكنها أن تمنح الفرد قوى خفية، بل ربما قوة الإرادة والتصميم والإصرار التي ينميها الفرد من هذه التمارين قد تلعب دور رئيسي. بالعودة إلى موضوعنا الرئيسي، نحن في هذا المنهج التدريبي الحالي نحتاج إلى وضعية واحدة فقط، مهما كانت هذه الوضعية، والوضعية الأسهل والأكثر بساطة هي تلك التي وصفناها سابقاً. الهدف منها هو إراحة الجسم وتنشيط قوة الإرادة. النقطة الرئيسية هي تلبية حاجة كل من الروح والنفس لفعل جسدي ثابت وهادئ ومريح. وهذه مسألة سوف نناقشها لاحقاً مع تقدمنا في التمارين. بالنسبة للمريدين الذين شعروا بالتعب، عقلياً وجسدياً، خلال ممارسة التمارين التابعة للخطوة الأولى والثانية، وكانوا يغطون في النوم بشكل مستمر خلال تمارين التركيز والتأمل، سوف يمارسونها بشكل أفضل إذا اتخذوا الوضعية المذكورة هنا.

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

هذه نهاية تمارين الخطوة الثانية

ملخص التمارين في الخطوة الثانية

. الإيحاء الذاتي أو الألباز المحجوبة للعقل الباطن

الخطوة [٢] . التدريب الروحي

١. تمارين على التركيز

أ . بصري

ب . سماعي

ج . حسّي

د . شمّي

هـ . ذوقي

بالإضافة إلى تكملة معمّقة للتمارين المتناولة لموضوع إلغاء الأفكار السلبية

الخطوة [٢] التدريب النفسي

١. التوازن النفسي من ناحية العناصر الأربعة، تحويل الشخصية أو تهذيبها

أ . عن طريق السيطرة بالقوة

ب . عن طريق الإيحاء الذاتي

ج . عن طريق التحوّل أو التحويل إلى الخاصية المعاكسة

الخطوة [٢] التدريب الجسدي

أ . التنفس الواعي عبر مسامات الجلد

ب . التموضع الواعي للجسم (التحمّل)

ج . السيطرة على الجسد في الحياة اليومية وفق الإرادة

قبل الذهاب للنوم، وجب أن تأخذ معك أجمل وأنقى الأفكار والخواطر

.....

[٣]

[... الخطوة الثالثة ...]

المعرفة، الابتغاء، التجزؤ، الصمت. هذه هي الأعمدة الأربعة للمعبد، كما يعبر عنها الحكماء الأوائل. المعبد هنا يعني العالم الأكبر أو العالم الأصغر الذي بني على أساسهما العلم التجاوزي المقدس. وفقاً للعناصر الأربعة، السمات السابقة تمثل خصائص جوهرية وجب أن تكون حاضرة عند كل ممارس تجاوزي إذا كان يطمح إلى حالة الكمال في هذا العلم الجليل.

الجميع يستطيعون الحياة على معرفة تجاوزية عبر الاجتهاد والمثابرة، والسيادة على القوانين سوف تقودهم، خطوة خطوة، إلى الحكمة النهائية. أما الابتغاء، فهي إحدى مظاهر قوة الإرادة والتي يمكن اكتسابها عبر الصلابة والصبر والمثابرة في العلم المقدس، خصوصاً في تطبيقه واستخدامه العملي. من لا ينوي إرضاء فضوله فحسب، بل متحمس إلى الانخراط في الدرب المؤدي إلى أعالي مستويات الحكمة، عليه أن يحوز على إرادة صلبة وثابتة. أما الجرأة، فهي من صفات الذي لا يهاب التضحية أو العقبات والعوائق على أنواعها، وغير مبالي بآراء الآخرين، ويحافظ على هدفه بثبات في عقله، مهما واجه من فشل أو نجاح، وسوف يتوصل إلى كشف السر. أما الصمت، فله أهمية كبيرة. المتبجح الذي يدعي بأمور كبيرة ويستعرض حكمته للعامة سوف لن يكون سيد تجاوزي أصيل. التجاوزي الحقيقي لا يظهر أبداً قدرته وقوته وسلطته، بالعكس تماماً، حيث يفعل أي شيء حتى لا يكشف عن نفسه فيضيع. الصمت هو قوة بحد ذاتها. كلما كان كتوم بخصوص معرفته وخبرته، دون أن يتفوق وينعزل عن الناس، كلما زادت فرصة مكافأته من قبل المصدر الأسمى.

من يهدف إلى حياة المعرفة والحكمة عليه أن يفعل ما بوسعه ليتمتع بالخصائص الأربعة المذكورة سابقاً، حيث لا يمكن تحقيق شيئاً على الإطلاق في المجال التجاوزي المقدس دون حضور هذه الشروط الأساسية.

الخطوة [٣]

التدريب الروحي

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

[١] التمرين

تخيل وجود ساعة معلقة على الجدار وبندولها يتحرك يميناً ويساراً. وجب أن يكون تصوّر كمالاً وبناء وكأنه حقيقي وواقعي، أي كأن الساعة معلقة على الجدار أمامك. تمسك بهذا التصوّر الذي يشمل حاستين معاً، البصري والسماعي، لمدة (٥) دقائق. سوف تتجح في البداية لمدة ثواني معدودة فقط، لكن مع الممارسة المستمرة سوف تتمكن لاحقاً من الثبات والمحافظة على تصوّر هذا المشهد لفترة أطول. تذكر أن الممارسة المستمرة هي الطريق إلى الكمال. قم بتكرار هذه التجربة مستخدماً شيء آخر تتصوره بدلاً من ساعة جدارية، مثل جدول ماء صغير وتسمع بنفس الوقت صوت خرير الماء، أو حقل من نبات الذرة أو القمح ويحركه الريح وأنت تستمع إلى هسهسة الهواء وهو يمر عبر الأعشاب. حاول أن تبحث بنفسك عن سيناريوهات ومشاهد أخرى، رتبها بحيث يمكن استخدام حاستين أو ثلاثة لإدراكها خلال عملية التخيل. يمكن إقامة تمارين أخرى تتألف من تصورات بصرية وسماعية مع إدخال حاسة ثالثة، مثل حاسة اللمس. وجب أن تعمل على تنشيط وتدريب كافة الحواس على التركيز. هذا شرط أساسي وضروري من أجل التقدم في العمل التجاوزي. لا أستطيع التشديد أكثر على أهمية هذه التمارين بالنسبة لنمو الفرد إلى مرتبة السيد التجاوزي. قم بممارسة هذه التمارين على أنواعها بحذر وتأنٍ وبشكل يومي. عندما يصبح بإمكانك التركيز بحاستين أو ثلاثة بنفس الوقت ولمدة (٥) دقائق على الأقل، تكون مهمتك قد أنجزت. إذا شعرت بالتعب خلال قيامك بتمرين التركيز، توقف وامتنع عن إكمال التمرين، قم بتأجيل التمرين إلى وقت آخر يكون مناسب حيث تكون أنت جاهز عقلياً وجسدياً. احذر من النوم خلال ممارسة التمرين. تشير الخبر إلى أن ساعات الصباح الأولى هي الأنسب للأعمال المتعلقة بالتركيز الذهني.

مجرد أن اكتسبت مهارة معينة في تمارين التركيز السابقة، وإذا أصبحت قادر على التعامل مع حاستين أو ثلاثة بنفس الوقت خلال التركيز ولمدة (٥) دقائق على الأقل، أصبح بإمكانك الانتقال إلى التمارين اللاحقة.

التمرين [٢]

اختر وضعية مريحة، وهذا أمر ضروري جداً لكافة أعمال التركيز. أغض عينيك وكون صورة ذهنية واضحة جداً لموقع تعرفه مسبقاً في أحد الأرياف. يمكن أن تكون صورة ذهنية لمنزل أو حديقة أو مرج أو أرض بور أو حرش أو غابة.. إلى آخره. حافظ على هذه الصورة في ذهنك. وجب أن تحسب حساب كل تفصيل في الصورة مثل الألوان والأضواء والأشكال وغيرها. كل ما تتصوره وجب أن يكون حقيقي بحيث بإمكانك لمسه بيديك، كأنك حاضر في الموقع فعلياً. وجب أن لا يستثنى أي شيء من المشهد. إذا صارت هذه الصورة الذهنية ضبابية أو تكاد أن تختفي، استرجعها مرة أخرى وبشكل أوضح. إذا استطعت أن تحافظ على استمرارية هذه الصورة الذهنية بشكل واضح لمدة (٥) دقائق تكون المهمة قد أنجزت بنجاح.

في الخطوة التالية من هذا التمرين سوف ندخل التركيز السماعي إلى نفس الصورة الذهنية سابقة. ربما كنت تتصور غابة رائعة، في هذه الحالة قم بالتركيز على سماع تغريد العصفير المختلفة، وخرخرة الغدير، وخشخشة النسيم، وندين النحل،.. وهكذا. عندما تتجح في هذا التصور، حاول أن تتخيل صورة ذهنية أخرى. هذا التمرين سيعتبر ناجحاً مجرد أن أصبحت قادراً على تصور أي منطقة أو مكان أو موقع تختاره وقمت باستخدام ثلاثة حواس على الأقل، وذلك لمدة (٥) دقائق.

إذا توصلت إلى هذه الدرجة من التركيز، حاول أن تمارس التمرين ذاته لكن مع الإبقاء على عينيك مفتوحتين. يمكنك تثبيت نظرك نحو نقطة واحدة على الجدار مثلاً، أو التحديق إلى الفراغ. هذا بالتالي يجعل الأشياء المادية المحيطة بك تختفي تماماً أمام ناظريك، وبدلاً منها يظهر المشهد الذي تتخيله وهو يطوف أمام عينيك مثل السراب. عندما تصبح قادراً على الاحتفاظ بهذا التصور لمدة (٥) دقائق يمكنك الانتقال إلى تصور آخر تختاره بنفسك.

يمكن اعتبار التمرن مكتملاً بنجاح عندما تصبح قادراً على خلق أي تصوّر ذهني تختاره مع ترك العينين مفتوحتين، والمحافظة على تركيز عدة حواس بنفس الوقت لمدة (٥) دقائق. في كافة تمارين التركيز القادمة، عليك القيام بنفس الطريق المذكورة هنا في هذا الفصل.

التمرين [٣]

تعلمنا سابقاً كيف نتصوّر أماكن ومواقع نعرفها مسبقاً حيث رأيناها من قبل. دعونا الآن نحاول تصوّر مواقع لم نراها من قبل في حياتنا. في البداية علينا تجري العملية من خلال إغماض العينين، وبعد أن ننجح في إجراء التمرين مستخدمين حاستين أو ثلاثة بنفس الوقت، حينها يمكننا إجراء العملية وعينينا مفتوحتين. سوف يُعتبر التمرين مُنجز بنجاح إذا تمكنا فعلياً من المحافظة على هذا التصوّر لمدة (٥) دقائق مع عينين مفتوحتين.

التمرين [٤]

دعونا الآن ننقل من الأشياء الجامدة إلى الكائنات الحيّة. علينا في البداية تصوّر حيوانات مختلفة مثل الكلاب والقطط والطيور والأحصنة والبقر والدجاج.. إلى آخره. علينا تصورها بحيث تظهر في الذهن بشكل واضح وجلي كما فعلنا في تمارين التركيز السابقة. قم في البداية بممارسة التمرين وعينيك مغمضتين، واجعل مدة التمرين (٥) دقائق، ثم بعد النجاح في إنجاز التمرين قم بممارسته مع عينين مفتوحتين. حاول أن تحترف هذا التمرين بشكل جيّد. تصوّر حركات الحيوانات، مثل القطة تتلطف نفسها أو تلتقط فأرة أو تلعق الحليب، أو تصوّر الكلب وهو ينبج، أو الطير وهو يطير، ... وهكذا. يستطيع المرید أن يختار مشاهد مشابهة وفقاً لرغبته، لكن عليه ممارسة التمرين في البداية وعينيه مغمضتين، ثم يمارسها لاحقاً وعينيه مفتوحتين. إذا استطعت تنفيذ التمرين بنجاح لمدة (٥) دقائق دون أي اضطراب أو إعاقة من أي نوع، تكون الغاية من التمرين قد تحققت ويمكنك حينها الانتقال إلى التمرين التالي.

التمرين [٥]

عليك الآن التركيز على أشخاص بنفس الطريقة المشروحة سابقاً. ابدأ أولاً في تصوّر اشخاص تعرفهم، مثل الأصدقاء أو الأقارب أو المعارف عموماً. ثم انتقل بعدها إلى تصوّر أشخاص متوفين (أموات)، ثم انتقل إلى تصوّر أشخاص غرباء تماماً بحيث لم تراهم من قبل في حياتك (سأتناولهم

في التمرين التالي). تصور في البداية ملامح الفرد، ثم الرأس بالكامل، وأخيراً تصوّر جسده بالكامل مع ثيابه. ابدأ دائماً بعينين مغمضتين ثم افتحهما في تمرين لاحق. عليك أن تحافظ على الصورة الذهنية لمدة (٥) دقائق قبل أن تنتقل إلى التمرين التالي. خلال تصوّر الأشخاص لا تنسى أن تصوّر حركاتهم، مثلاً، خلال المشي أو العمل أو الحديث أو غيرها. إذا حققت نجاح باستخدام حاسة واحدة، البصري مثلاً، قم بإضافة حاسة أخرى، السماعي مثلاً، بحيث تستطيع سماع الشخص وهو يتكلم وتتخيّل خلالها نبرة صوته. حاول دائماً أن تدمج الخيال مع الواقع، مثل، نبرة الصوت أو طريقة الكلام إن كانت سريعة أو بطيئة، تصوّر الشخص بشكل دقيق، أي كما هو عليه في الواقع. مارس التمرين في البداية وعينيك مغمضتين، ثم افتحهما لاحقاً في تمرين تالي.

التمرين [٦]

إذا نجحت بتصوّر أشخاص تعرفهم في التمرين السابق، قم بتركيز خيالك على أشخاص غرباء تماماً، متصوراً ملامحهم وأصواتهم المختلفة. يمكن أن يكونوا من الجنسين وفي مختلف الأعمار. بعد ذلك، تصوّر أشخاص من أعراق مختلفة، نساء ورجال وأطفال، من عرق أفريقي وهندي وصيني وأوروبي.. إلى آخره. بعد النجاح في هذا التمرين، أي بعد استطاعتك المحافظة على الصورة الذهنية لمدة (٥) دقائق، مع عينين مغمضتين ومن ثم مفتوحتين، تكون الغاية من التمرين قد تحققت.

كل هذه التمارين السابقة تتطلب مثابرة وتحمل وإصرار وصلابة لكي تتمكن من التعامل مع صعوباتها الكبيرة. لكن الذين يبرعون بها سوف يكونوا راضين جداً بالقوى التي يكسبونها من خلال هذه التمارين المختلفة على التركيز. الوعي الديناميكي لدى المرشد سوف يصبح قوي جداً وجاهز للعمل وتحقيق كامل رغبات صاحبه. الخطوة التالية سوف تعلم المرشد كيف ينشط تلك القوى. هكذا تمارين على التركيز لا تكفي بتنشيط قوة الإرادة وملكة التركيز، بل أيضاً كافة القوى الفكرية والعقلية، حيث ترفع القدرة التجاوزية لدى العقل إلى مستوى أعلى. مع العلم أن هذه التمارين السابقة هي ضرورية جداً لخلق أساس متين لقدرة التخاطر وانتقال الافكار، والخروج عن الجسد، والإستبصار، وغيرها من قدرات عقلية أخرى. دون حضور هذه الملكات الأخير يستحيل على السيد التجاوزي القيام بعمله. بالتالي عليك تسخير كامل جهودك لممارسة التمارين السابقة وإنجازها بنجاح.

الخطوة [٣]

التدريب النفسي

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

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

عنصر النار

هذا العنصر، مع طبيعته التوسعية والتمدد إلى كافة الاتجاهات يحوز على خاصية الحرارة. دعونا في البداية نحصل على هذه الخاصية بحيث ننتجها وفق إرادتنا في الجسم وفي النفس. في التمارين التي تناولت التحكم بالجسد اتخذنا وضعية جلوس معينة تسمح لنا بأن نبقى في حالة مريحة ومتحررة من أي تعطيل أو إزعاج. الهنود يسمون هذه الوضعية أسانا asana. من أجل سهولة فهم الفكرة، سوف أستخدم نفس الاسم خلال شرح التمارين الأخرى في هذا الكتاب. اتخذ وضعية "أسانا" مناسبة لك ثم تصوّر نفسك في مركز عنصر النار والذي هو على شكل كرة كبيرة تغطي كامل الكون. تصوّر بأن كل شيء حولك، حتى الكون ذاته، هو ذو طبيعة نارية. الآن، قم باستنشاق عنصر النار بواسطة الأنف، وبنفس الوقت، بواسطة مسامات الجسم بالكامل (التنفس عبر المسامات). قم باستنشاق أنفاس عميقة ومنتظمة، دون ضغط الهواء المستنشق أو إنهاك الرئتين. وجب أن تتصوّر الجسم المادي وكذلك النفسي بأنهما يشبهان الوعاء الفارغ، وإليه يُملأ أو يُسحب

عنصر النار مع كل نفس تشهقه. وجب أن تزداد شدة الحرارة التي تسحبها تدريجياً مع كل نفس تشهقه. وجب أن تتزايد مع الحرارة قوة التمدد التي يتميز بها عنصر النار. وجب أن يعلو ضغط النار أكثر وأكثر حتى تشعر في النهاية بأنك تشبه الجمرة الحمراء الساخنة جداً.



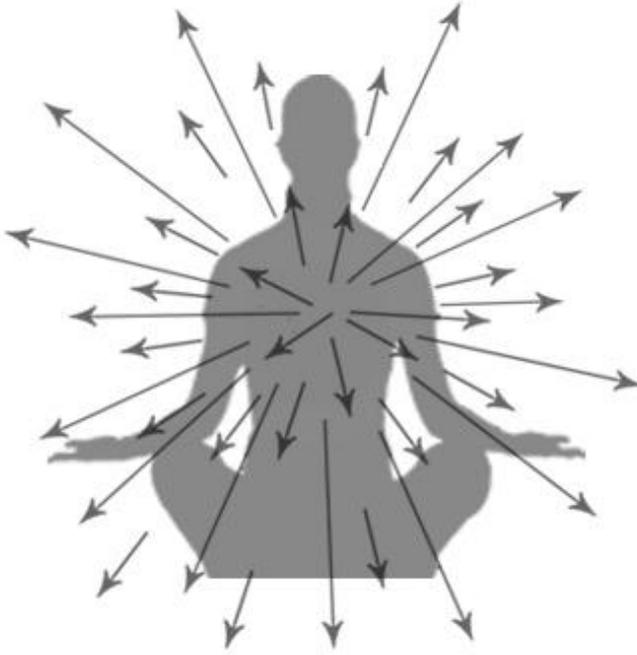
بالإضافة إلى استنشاق العنصر بواسطة الأنف خلال شهيق الهواء، يتم سحبه بواسطة مسامات الجسم بالكامل عبر التصوّر وتركيز الانتباه

كامل هذه العملية المتمثلة بشهيق العنصر الناري إلى الجسم هي بالطبع عملية خيالية، لكن وجب أن تمارس هذا التمرين بحيث يكون تخيلك لسحب عنصر النار وكأنه واقع حقيقي، مع أنك سوف تشعر بحصول هذه العملية فعلياً. ابدأ التمرين من خلال القيام باستنشاق العنصر الناري (٧) مرات فقط، ثم قم بزيادتها مرة واحدة مع كل تمرين تالي، حتى يصبح عدد المرات (٢٠) أو (٣٠) حيث هذا يكفي. فقط الأشخاص الأقوياء جسدياً وشديدياً الإرادة يُسمح لهم بتجاوز هذا العدد لكن مع تعقل وحذر أيضاً. استخدم المسبحة خلال تعداد مرات الشهيق، وذلك من خلال زياحة حبة من جنب إلى جنب مع كل عملية شهيق واحدة. في البداية يمكن إدراك الحرارة المتصورة على المستوى النفسي فحسب، لكن مع تكرار هذا التمرين، سوف تتجلى الحرارة على المستوى النفسي والجسدي بحيث يمكنك الشعور بها بوضوح. لكن عليك الحذر، حيث من حالة ارتفاع لحرارة الجسم (حيث يبدأ

(التعرق) يمكن أن تتطور إلى حالة مرضية. لكن إذا أحرز المريد حالة توازن كامل في النفس (كما وصفتها في تمارين سابقة) لن يصاب بأي أذى من مراكمة العناصر في كيانه.

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

لازال يوجد اليوم في الشرق الأقصى خبراء متمرسين يقومون بممارسة هذا التمرين لمدة سنوات ويستطيعون تكثيف عنصر النار بداخلهم إلى درجة تمكنهم من المشي عراة وحفاة القدمين في الشتاء القارص دون أن يتأثروا بالبرد الشديد. يستطيعون مثلاً أن يجففوا، خلال دقائق، الألبسة القماشية التي يلفونها حول أجسادهم. من خلال مراكمة عنصر النار، يستطيعون التأثير حتى على البيئة المحيطة بهم، فيستطيعون مثلاً إذابة الثلج والجليد، ليس فقط في محيطهم المباشر، بل في مواقع تبعد عنهم مسافات طويلة جداً تعد بالكيلومترات. أما عملية إشعال النار في الموقد أو تسخين الطعام في أوعية فخارية أو معدنية، فهذه تعتبر إنجازات بديهية لا تستحق الذكر حتى. يمكن خلق هذه الظواهر وغيرها الكثير من قبل أي فرد تعلم كيف يصنعها واجتهد في تطبيق ما تعلمه بشكل عملي. الامر يتطلب الوقت والمجهود والصبر الكافي لتحقيق النتيجة المرجوة.



مع زفير الهواء من الفم مصحوباً مع العنصر، يتم زفيره عبر المسامات الجلدية لكامل الجسم،
فيخرج منه العنصر ليتلاشي في الكون مرة أخرى

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

عنصر الهواء

دعونا الآن ننتقل إلى التمارين المتعلقة بعنصر الهواء. ما شرحتة سابقاً بخصوص عنصر النار
ينطبق بنفس الطريقة على عنصر الهواء، لكن هناك اختلاف في التصور الحسيّ وجب أخذه بعن
الاعتبار. اتخذ وضعية جلوس مريحة، أغمض عينيك، تصوّر نفسك قابع وسط كتلة هوائية تملأ
الكون بكامله. عليك أن لا تدرك أي شيء في محيطك، وجب أن لا يوجد شيء سوى الفراغ المملوء
بالهواء ويغطي كامل الكون. أنت الآن تستنشق عنصر الهواء إلى الوعاء الفارغة للنفس والجسد،
وذلك عبر التنفس الكامل (أي عبر الرئتين والمسامات الجلدية لكامل الجسم). كل نفس تشهقه يملأ

كامل الجسم إلى أقصى الحدود بالمزيد والمزيد من الهواء. عليك أن تحافظ بثبات على تصوّر جسمك وهو يُملأ بالهواء عبر كل نفس تشهقه وبطريقة مشابهة لنفخ بالون. أدمج هذا التصوّر بتصوّر آخر يجعل الجسم لديك يصبح أكثر خفّة، خفيفاً بنفس خفة الهواء ذاته. وجب أن يكون الشعور بخفّة الوزن شديد جداً إلى درجة لم تعد تشعر بجسمك إطلاقاً.

بنفس الطريقة التي مارستها في التمرين على عنصر النار، ابدأ هذا التمرين الحالي بـ(٧) شهقات للملئ بالهواء، ثم أنهى التمرين بـ(٧) زفرات للتفرغ من الهواء. بعد الانتهاء من التمرين، وجب أن يكون لديك شعور إيجابي بعدم وجود أي جزئية متبقية من عنصر الهواء داخل جسمك، وبالتالي أصبحت تشعر بحالة طبيعية كما في السابق. لكي تتجنب التعداد بنفسك، استخدم المسبحة كما في التمرين السابق. قم بزيادة عدد الشهيق والزفير مرة واحدة مع توالي التمارين، لكن أحذر من زيادة عدد المرات أكثر من (٤٠) مرة.

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

عنصر الماء

الآن يأتي وصف ممارسة التمارين المتعلقة بعنصر الماء. اتخذ الوضعية المريحة التي اعتدت عليه الآن، أغمض عينيك، وانسى وجود كل ما يحيط بك. تصوّر بأن الكون بكامله هو عبارة عن محيط هائل من الماء، وأنت تقبع في مركزه. املاً الجسم لديك بعنصر الماء عبر عملية التنفّس الكاملة (أي عبر الرئتين والمسامات الجلدية لكامل الجسم). عليك أن تشعر ببرودة الماء الذي يملأ كامل جسمك. إذا ملأت كامل الجسم بعنصر الماء عبر (٧) جولات شهيق، عليك بالتالي إفراغه عبر (٧) جولات زفير. عند انتهاءك من آخر جولة زفير، وجب أن لا يبقى أي جزيء متبقي من هذا

العنصر في الجسم. هنا أيضاً سوف تساعدك المسبحة كثيراً في عملية التعداد. إذا بدأت التمرين الأوّل بـ(٧) جولات تنفّس، قم بزيادتها جولة واحدة مع كل تمرين جديد. كلما استمررت بممارسة هذا التمرين كلما أصبحت تشعر بالخواص الباردة لعنصر الماء الذي يملأ جسمك. سوف تصل إلى مرحلة بحيث تشعر بوجود قطعة جليد في داخلك. على كل من هذه التمارين أن لا تتجاوز (٢٠) دقيقة. مع مرور الوقت، سوف تتمكن من الإبقاء على جسمك بارداً كما الثلج حتى في أكثر الأجواء حرارة.

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

عنصر التراب

تبقى لنا العنصر الأخير لكي نوصفه وهو عنصر التراب. أجلس في الوضعية المريحة التي اخترتها في التمارين السابقة. هذه المرة، تصوّر بأن الكون بكامله مملوء بالتراب وأنت تجلس في مركزه. لكن لا تتصوّر التراب بأنه قطعة قخارية واحدة، بل مادة ترابية كثيفة. الخواص المحددة لهذه المادة الترابية هي الكثافة والجاذبية. الآن عليك أن تملأ جسمك بهذه المادة الثقيلة. ابدأ مرة أخرى بـ(٧) جولات من التنفّس مع زيادة جولة واحدة مع كل تمرين جديد. عليك أن تراكم أكبر قدر من المادة الترابية في داخل نفسك حتى يبدو جسمك ثقيلاً ككتلة الرصاص ويصبح مشلولاً بفعل الوزن. أما طريقة زفير هذه المادة خارجاً فهي مشابهة لما ذكرته في التمارين السابقة. وجب أن يكون عدد الزفرات متساوي مع عدد الشهقات. في نهاية هذا التمرين عليك أن تشعر بحالة طبيعية كما كنت قبل التمرين. على أقصى مدة للتمرين أن لا تتجاوز (٢٠) دقيقة.

يستطيع الخبير المتمرس استعراض أنواع مختلفة من الظواهر عبر التحكم بعنصر التراب، أشهرها هي المناعة التي يكتسبها ضد السيوف وغيرها من أشياء حادة بحيث لا تؤثر على جسمه ولو تم غرسها فيه. يمكن للمريد التأمل في الموضوع ومن ثم الخروج بالكثير من الظواهر الأخرى التي

يمكن استعراضها من خلال عنصر التراب. إن السيادة على العناصر تنتمي إلى الفصول السرية للعلم التجاوزي ولم يُكشف عنها إلا القليل جداً عبر التاريخ، هذا لأن السر الأعظم محجوب بين طيات المعرفة بالعناصر الأربعة. هذه المعرفة تمثل القسم الأهم من العلم التجاوزي، ومن لا يحوز السيادة على العناصر لن يتقدم أبداً في هذا العلم.

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

الخطوة [٣]

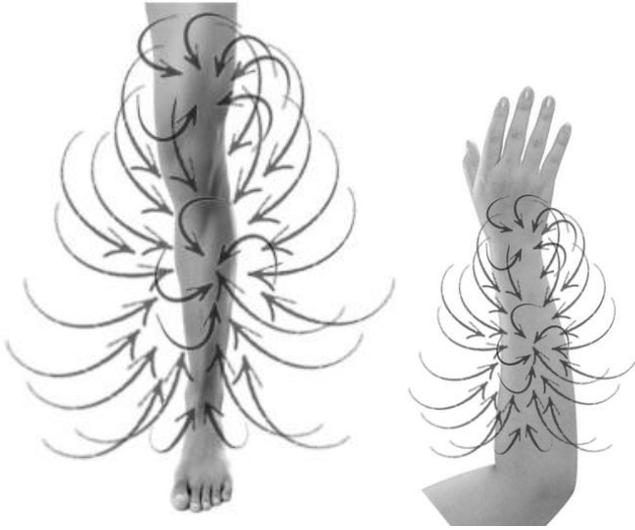
التدريب الجسدي

لا بد من أن إجراءات الخطوة [١] من التدريب الجسدي أصبحت الآن تمثل عادة يومية لدى المريد. دعونا بالتالي ندخل في تفاصيل أكثر هنا. وجب أن يكون المريد قد أصبح قادراً على اتخاذ وضعية جلوس مريحة ويستطيع الثبات فيها لمدة نصف ساعة على الأقل. بالإضافة إلى أنه قد اتقن الآن عملية التنفس عبر المسامات الجلدية لكامل الجسم. الآن سوف تحدّد عملية التنفس هذه من كامل الجسم إلى أجزاء محددة منه، أو أعضاء محددة، وفقاً ما تقرّه الحاجة. وجب على المبتدئ أن يستطيع في نهاية هذه التمارين أن يسمح لأي جزء في جسمه أن يتنفس عبر المسامات. يبدأ من القدمين وينتهي عند الرأس. أما طريقة فعل ذلك عملياً فهي كما يلي:

التمرين [١]

اجلس في وضعيتك المريحة واغض عينيك. ركز انتباهك، أو انقل كامل الوعي لديك، باتجاه أحد الرجلين. ليس مهم إذا بدأت بالرجل اليسرى أو اليمنى. تخيل بأن هذه الرجل تعمل كما الرئتين، أي أنها تتنفس (شهيق/زفير) القوة الحيوية من الكون بالتزامن مع نفسك الرئوي العادي. هذه القوة الحيوية سوف يتم سحبها (شهيق) من الكون المحيط ومن ثم إطلاقها (زفير) لتعود إلى الكون المحيط. بعد نجاحك في إتمام العملية خلال (٧) جولات من التنفس (شهيق/زفير) انتقل إلى الرجل الثانية. بعد أن تنجح في فعل نفس الشيء مع الرجل الأخرى، انتقل إلى أحد اليدين. قم بنفس العملية مع اليد الأولى ثم الثانية. بعدها قم بعملية التنفس من خلال اليدين معاً. إذا حققت النتائج المرجوة بنجاح، انتقل إلى العمل على الأعضاء الداخلية في الجسم. مثل العضو التناسلي، الأمعاء، المعدة، الكبد، الرئتين، القلب، الحنجرة، والرأس.

سوف تتحقق الغاية من هذا التمرين إذا تمكنت من جعل كل عضو من أعضاء الجسم لديك يتنفس بالطريقة الموصوفة هنا. وجب عدم استثناء أي عضو مهما كان صغيراً. هذا التمرين مهم جداً لأنه يمنحنا فرصة للتحكم بكل جزء من الجسم، أو شحنه بالقوة الحيوية، أو علاجه وإعادة تنشيطه أو إحياءه من جديد.



إن عملية التنفس عبر مسامات اليد أو الرجل ليست صعبة كما يعتقد الفرد، لكنها تتطلب ممارسة مستمرة وقوة تصوّر وتركيز الانتباه على الموقع المعني



الأمر ذاته ينطبق على الأعضاء الداخلية، حيث الأمر يتطلب الصبر في المحاولات المتكررة والممارسة السليمة، مع تركيز الانتباه في الموقع المعني، وبعدها تصبح العملية سهلة وعادية عند ممارستها.

بعد أن تمكنا من تطبيق هذا التمرين على أنفسنا، لم يعد صعباً تطبيقه على أشخاص آخرين خلال عملية نقل الوعي (سوف أشرحها لاحقاً) والتي تلعب دور كبير في عملية انتقال القوة البايومغناطيسية خلال العلاج التجاوزي. لهذا السبب، يُرجى الاهتمام جيداً بهذا التمرين.

التمرين [٢]

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

عليك أن تشعر بضغط القوة الحيوية كما البخار المضغوط بداخلك، وتصور بأن القوة الحيوية المضغوطة تخرج من جسدك كما الموجات الحرارية. أينما وجهت الانتباه لديك سوف تنطلق موجات القوة الحيوية لتصيب الهدف. هي تنطلق منك طبعاً بعد أن تأمرها بذلك. المهم أنه مع كل نفس تأخذه إلى جسمك مصحوباً مع القوة الحيوية من الكون، تزداد شدة الضغط بداخلك وتزيد كذلك شدة الإشعاع الحيوي الذي ينبعث منك وينتشر حولك بحيث يبلغ قطر انتشاره عدة أمتار (كما في الشكل التالي). بعد التمارين المتكررة يصبح بإمكانك بعث هذه القوة الشديدة لمسافة كيلومترات. عليك أن تشعر فعلياً بضغط وتوغّل الإشعاعات المنبعثة منك. الممارسة تصنع الكمال. ابدأ من خلال الاستنشاق (٧) مرات، ثم قم بزيادتها مرة واحدة يومياً. وجب أن لا يتجاوز كل تمرين (٢٠) دقيقة كحد أقصى. ممارسة هذه التمارين ضرورية في مهمات وتجارب تتطلب مصروف كبير وكثيف من القوة الحيوية، مثل علاج المرضى أو التخاطر أو مغنطة الأشياء أو غيرها من أعمال مشابهة. إذا لم تعد القوة الحيوية مرغوبة بهذه الهيئة التراكمية في الجسم، وجب حينها إعادة الجسم إلى حالته الطبيعية، أي تفريغه بالكامل من القوة الحيوية المخزنة فيه، لأنه لا يُنصح بعيش الحياة اليومية بينما يكون الشخص مراكماً بداخله ضغط حيوي متجاوز للحد الطبيعي، لأن هذا يرهق الأعصاب ويسبب تهيج عصبي وإجهاد وغيرها من تأثيرات سلبية أخرى.



انبعاث الطاقة المشعة من الجسم بالتزامن مع مراكمة القوة الحيوية فيه

يتم إلغاء العملية من خلال إعادة القوة الحيوية المخزنة في الجسم إلى الكون، وذلك عبر تصوّر خروجها أثناء الزفير. تجري العملية من خلال استنشاق الهواء النقي، أي دون تصوّر دخول القوة الحيوية معه. ثم تطلق القوة الحيوية المخزنة خارجاً أثناء الزفير، وتستمر في عملية التفريغ هذه حتى تشعر حصول حالة توازن بداخلك. بعد مدة طويلة من الممارسة المستمر، يصبح بإمكان الممارس إطلاق القوة الحيوية إلى خارج جسمه مرة واحدة، أي كما حالة انفجار دولااب مطاطي والذي يخرج منه الهواء مرة واحدة. لكن يجب عدم ممارسة هذا التفريغ الفوري قبل أن يكتسب الجسم قوة مقاومة بدرجة عالية. بعد اكتساب درجة معينة من المهارة في هذه العملية، يمكنك الانتقال إلى تطبيق نفس التمرين لكن على أجزاء وأعضاء منفردة في الجسم. أجري التمارين ببطئ وخطوة خطوة. حاول أن تركز اهتمامك على اليدين. لكن الأسياد يتجاوزون اليدين ويركزون اهتمامهم بالعينين. يستخدمون العينين لفرض إرادتهم ليس على فرد واحد فحسب بل على مجموعة كاملة حاضرة في المكان، وبعض الأحيان يؤثرون على حشود كبيرة من الناس. لكن دعونا نهتم باليدين لأن هذا الجانب يفيدنا كثيراً في حياتنا اليومية، ويمكنه أيضاً التأثير على الأفراد كما العيون، لكن

أهم المواضيع التي نستفيد فيها من اليدين هي تلك المتعلقة بالعلاج. الممارس التجاوزي الذي يستطيع إنجاز هكذا ظواهر بيديه يعتبر حينها بأنه يحوز على يدين مباركتين. هذا هو السر وراء الغموض الذي يكمن في ظاهرة المباركة من خلال وضع اليدين.

تكون الغاية من هذا النوع من التمارين قد تحققت بعدما يتعلم المرید كيف يراكم القوة الحيوية ليس فقط في كامل جسمه بل في كل جزء منفرد منه، وأن يتمكن من بعث الإشعاعات من هذه القوة المخزنة بداخله خارجاً نحو أهداف بعيدة عنه. مجرد أن يبرع المرید في تطبيق هذا التمرين، تكون الخطوة الثالثة من التدريب الجسدي قد اكتملت ويصبح ممكناً الانتقال إلى الخطوة الرابعة.

ملحق

الخطوة [٣]

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

على سبيل المثال، سوف يصبح قادراً على تحرير أي حجرة أو موقع أو المكان الذي يعيش فيه من التأثيرات السلبية. يصبح قادراً على علاج المرضى بنجاح، حتى عبر مسافات بعيدة، لأنه يستطيع بعث قوته الحيوية إلى أي مكان في الأرض. بالإضافة إلى ذلك، فإن قوته المنبعثة تسمح له بأن يشحن الأشياء المختلفة بما يرغبه من تأثيرات. يكتشف حينها الممارس بنفسه أين ومتى يمكنه استخدام ملكاته التجاوزية. لكن عليه أن لا ينسى بأن القوى التجاوزية يمكن استخدامها لتحقيق غايات شريرة كما الخيرة. تذكر تلك المقولة الشهيرة: ". سوف تحصد ما زرعته..". اجعل غايتك النهائية دائماً نبيلة وهادفة لخير البشرية.

إن تقنيات وتطبيقات الطاقة الحيوية (أو البايومغناطيسية) هي متنوعة بشكل واسع، وفيما يلي سوف استعرض بعض العينات من هذه التطبيقات:

إشباع فضاء المكان بطاقة حيوية مبرمجة

من خلال التنفّس الرئوي والمسامي لكامل الجسم، استنشاق القوة الحيوية وراكمها بواسطة التّصوّر بحيث تتضغظ في كامل الجسم حتى تصبح مشعة بشكل نشط وفعال. تصوّر بأن جسمك بكامله

أصبح مفعماً بطاقة مشعة، شمس فردية. مع كل جولة استنشاق تقوي حضور القوة الحيوية المضغوطة وكذلك قوة الطاقة المشعة المنبعثة منك، فتملاً هذه الأخيرة الحجر التي تعيش فيها. بمساعدة هذه القوة المشعة، وجب أن تصبح الحجر مُضاءة بالكامل كما نور الشمس. مع تكرار هذا التمرين بمثابة وإصرار، يصبح بإمكانك إضاءة الحجر حتى في الظلام وبدرجة يمكن أن تبدو الأشياء الموجودة في الغرفة مرئية بوضوح، ليس من قبل الممارس فحسب بل كل من حضر في المكان، لأنه يمكن لهذه الطريقة أن تجسد نور القوة الحيوية بشكل فعلي كما لو أنه ضوء النهار، رغم أن هذا التمرين يبدأ على شكل تصوّر وتخيل فحسب.



مراكمة القوة الحيوية وانبعثت الطاقة المشعة من الجسم الذي يبدو وكأنه شمس

لكن هذه الظاهرة وحدها لن ترضي السيد التجاوزي طبعاً، والذي يعلم بأن القوة الحيوية لها خاصية كونية، حيث هي ليست فقط حاملة لأفكاره وخواطره ورغباته، بل هي أيضاً منفذة لتصوراته وتخيالاته بحيث يستطيع تحقيق كل شيء عبر قوته الحيوية. لكن تحقيق ذلك يعتمد على قوة التصوّر والخيال.

إذا استطاع الممارس أن يملأ الحجر بالطاقة المشعة منه، كما وصفتها بالفقرة السابقة، عليه حينها أن يتصوّر ما يريد تحقيقه، مثل، الرغبة في تلاشي وتبديد وإخفاء كافة التأثيرات النفسية والتجاوزية

الحاضرة في الحجرة. أو يرغب في أن يسود شعور بالأمان والاستقرار في الحجرة بحيث يطغي على كل من دخل إليها.

بالإضافة إلى ذلك، يستطيع الممارس أن يُشبع فضاء الموقع برغبة الإفادة من كافة أعماله ومشاريعه من ناحية الإلهام والنجاح وغيرها. الممارسين الأسياد يجربون أماكنهم الخاصة من الزوار والدخلاء غير المرغوبين من خلال إشباع فضاء المكان بمشاعر القلق وعدم الراحة التي تصيب الفرد مجرد دخوله، فيغادرون فوراً دون أي رغبة في اللقاء ولو للحظة. هكذا أماكن تكون مزروعة أو مشبعة بأفكار إنذارية رادعة. لكن هناك حالات أكثر خطورة من هذا، حيث تدفع الدخيل لأن يصاب بالشلل أو النفور الجنوني. كما نرى، فإن أمام الممارس خيارات عديدة وإمكانيات متنوعة. تستطيع من خلال الإرشادات المذكورة هنا أن تبتكر وسائل كثيرة لتحقيق غايات عديدة مستخدماً هذه الطاقة المشعة التي تشبع المكان بها.

يمكن للمارس أن يعيد القوة الحيوية التي راكمها في جسمه إلى الكون، من خلال الزفير في عملية التنفس، تاركاً الطاقة النورانية المشعة مزروعة في المكان، وذلك بمساعدة خياله أو قوة التصور لديه. لكن من خلال قوة التصور ذاتها، يستطيع الإيحاء بحضور القوة الحيوية مباشرة من الكون إلى الموقع المعني، دون حاجة لمراكمتها في الجسم، لكن هذه القدرة تتطلب فترة طويلة من الممارسة والتمرين قبل أن تتجلى. بهذه الطريقة يستطيع الممارس إشباع فضاء المكان برغباته وأمنيته. ليس هناك حدود بالنسبة للتصور المدموج مع قوة الإرادة مع الإيمان مع القناعة راسخة. هذه هي الخلطة السحرية التي تصنع المعجزات.

هذه التمارين ليست محدودة في نطاق حجرة واحدة. يستطيع الممارس أن يشبع فضاء حجرتين أو عدة حجرات بنفس الوقت. هو يستطيع حتى أن يشحن منزل بكامله بقوته الحيوية وطاقته المشعة، وذلك وفق الطريقة المشروحة سابقاً. بما أن الخيال والتصور لا يعرفان أي حدود زمانية ولا مكانية، هذا يجعل الممارس قادر على تحقيق الإنجازات السابقة عبر مسافات بعيدة. مع مرور الوقت ومع تحسن ممارسته، يصبح المرید قادر على شحن أي موقع مهما كان وأينما كان. لكن بسبب نموه الأخلاقي الذي لا بد من أنه بلغ الآن، يستحيل أن يستخدم ملكاته التجاوزية لتحقيق غايات شريرة،

بل عليه السعي دائماً إلى تحقيق الأمور النبيلة فحسب، وحينها سوف تصبح قوته غير محدودة، والممارسة المستمرة تصنع دائماً الكمال.

البايومغناطيسية (المغناطيسية الحيوية)

دعونا الآن نتعامل مع خاصية أخرى للطاقة الحيوية والتي لها علاقة خاصة مع العمل التجاوزي. كما رأينا سابقاً، كل شيء، كل حيوان، كل كائن بشري، كل هيئة فكرية، يمكن شحنها جميعاً بالقوة الحيوية مصحوبة برغبة معينة قابلة للتجلي. القوة الحيوية لها خاصية التقبل للأفكار والمشاعر والتي تؤثر عليها أو تختلط معها. بالتالي فإن القوة الحيوية المركزة سوف تختلط مع أفكار أخرى غريبة، وهذه الحقيقة تضعف تأثير الفكرة المزروعة فيها أو حتى تحرفها، هذا إذا لم يقوم الممارس التجاوزي بين الحين والآخر بتعزيز الفكرة المزروعة بشكل متكرر، فيعيد إحياء الرغبة المرجو تحقيقها. لكن هذا يعني تضييع للوقت وليس مفيداً للنجاح النهائي. التأثير المرغوب سوف يبقى فقط طالما بقي الضغط مؤثراً في الاتجاه المرغوب. وإلا سوف تتلاشى القوة الحيوية، حيث تختلط مع ذبذبات أخرى، ومن ثم يزول التأثير تدريجياً. لكي نتجنب هذا، وجب على الممارس التجاوزي أن يكون على إمام كامل بقوانين البايومغناطيسية. القوة الحيوية لا تتقبل فقط الفكرة والمفهوم والخطر والشعور، بل أيضاً الأفكار الزمانية. وجب الأخذ بعين الاعتبار هذا القانون الذي يحترم هذه الخاصية المحددة من القوة الحيوية عند التعامل معها. والأمر ذاته خلال التعامل مع العناصر الأربعة. لذلك، أثناء شحن الرغبات بمساعدة الطاقة الحيوية، تذكر دائماً عاملي الزمان والمكان. في الممارسة التجاوزية عليك أن تعتبر الأحكام التالية قبل كل شيء آخر:

العمل مع المبدأ الأثيري (أكاشا) هو متجاوز للزمان والمكان. في العالم الروحي (العقلي)، يقسمه الدنيوي يكون العمل مع عامل الزمن. في العالم النفسي يكون العمل مع عامل المكان. في العالم المادي يكون العمل مع المكان والزمان معاً.

سوف أشرح وظائف البايومغناطيسية من خلال بعض الأمثلة. بمساعدة قوتك الحيوية، قم بشحن حجرة برغبة أنك تشعر بحالة جيدة عندما تدخلها. قم بإشباع هذه القوة برغبة أنه طالما تعيش بهذه الحجرة سوف يدوم التأثير ويستمر. استمر في تجديد عملية الشحن هذه، حتى عندما تغادر الحجرة أو غبت عنها لمدة زمنية طويلة. إذا دخل أحد غيرك الحجرة جاهلاً بوجود تراكم للقوة الحيوية سوف

يشعر بعدم الارتياح في المكان. بين الحين والآخر، يمكنك تعزيز كثافة وقوة طاقتك المشعة في الحجرة من خلال تكرار الرغبة المرجوة. إذا كنت تعيش في حجرة تم التأثير عليها بهذه الطريقة الإيجابية، سوف تعمل القوة الحيوية المخزنة دائماً على بعث تأثير جيد على صحتك وعلى جسمك عموماً.

القوة الحيوية القائمة في هذه الحجرة تحوز على دذبذة الرغبة المتعلقة بالصحة. إذا أردت أن تجري تمارين أو أعمال تجاوزية من أي نوع داخل هذه الحجرة والتي ليس لها أي علاقة بالصحة، أي أنك بدأت تتبع دذبذة فكرية مختلفة، سوف لن تحرز نتائج جيدة كما في حجرة غير مشحونة أو حجرة مشحونة برغبة متوافقة مع العمل الذي تريد القيام به. بالتالي يُصح دائماً أن تشحن الحجرة بدذبذة فكرية تتوافق مع العمل أو التمارين التي تريد إجراؤها في الحجرة.

في حالة أخرى على سبيل المثال، يمكنك أن تشحن خاتم أو حجر كريم أو أي شيء آخر بأمنية تجعل الشخص الذي يحمل هذا الشيء محظوظاً وناجحاً دائماً في مساعيه. لهذه العملية يوجد إمكانييتين للتوقيت والتحصير. الطريقة الأولى تتمثل بتثبيت القوة الحيوية في الشيء المعني (حجر أم معدن) مصحوبة مع تركيز خيالك والأمنية المرجوة، وتوقيتها بحيث تبقى القوة قائمة إلى الأبد داخل هذا الشيء، أو حتى تسحب المزيد من القوة من الكون لجلب الحظ والنجاح للشخص المعني مجرد أن لبس هذا الشيء أو حمله معه. يمكن طبعاً شحن هذا الشيء بقوة مؤقتة وليس دائمة إذا أردت ذلك، بحيث يزول التأثير مجرد أن تم تحقيق الغاية المستهدفة.

أما الطريقة الثانية، فتسمى عملية الشحن الكوني، والتي تجري بنفس الطريقة السابقة، لكن مع إضافة إلى ذلك، تكون الأمنية المزروعة دائمة مع دوام بقاء الشيء المعني (خاتم أو حجر أو اسورة..) وحاملها أو لابسها سوف يستفيد من الحظ والنجاح طالما بقي هذا الشيء موجود. هكذا صيغة من الشحن والتي غالباً ما يجريها السيد التجاوزي سوف تبقى على ديمومة التأثير على مدى قرون من الزمن. حتى أنه هناك قوى مزروعة في أماكن معينة (خصوصاً في المواقع الأثرية المصرية) تدوم لآلاف السنين دون أن تزول أو تضعف.

إذا تم شحن تعويذة أو طلسم أو خاتم أو غيرها من أشياء خصيصاً لاستخدام شخص واحد محدد، ثم وقع هذا الشيء المشحون في يد شخص آخر، فهذا الأخير لن يستفيد أو يتأثر بهذا الشيء. لكن إذا عاد هذا الشيء إلى صاحبه الأساسي فسوف يستمر التأثير دون انقطاع.

سوف أوصف الآن مجال آخر تكون فيه القوة الحيوية نشطة وفعالة، وهو مجال يُشار إليه عموماً بالمغناطيسية العلاجية. إذا قام الممارس التجاوزي بعلاج شخص مريض، إن كانت الوسيلة عبر التدليك المغناطيسي أو وضع اليد أو عبر مسافة بعيدة (مستخدماً التصوّر وقوة الإرادة)، عليه أن يولي اعتبار لقانون الزمن إذا أراد أن تكون النتيجة ناجحة. المجرى الروتيني لجلسة المغنطة هي كما يلي:

بمساعدة التصوّر والخيال، يجعل الطبيب الممغنط قوته الحيوية تجري خارج جسده، غالباً من يديه، وتدخل إلى جسم المريض. هذه الطريقة تفرض على الطبيب الممغنط أن كون في حالة سليمة وإيجابية ويحوز على كمية زائدة من القوة الحيوية، وإلا سوف يجلب إلى نفسه خطر صحّي كبير. يمكن القراءة عن الكثير من الحالات المؤسفة والتي عانى فيها الطبيب الممغنط من ضرر كبير في صحته نتيجة نقل كمية زائدة من قوته الحيوية، فأصيب بانهيار عصبي كامل، هذا ولم نتكلم عن تأثيرات جانبية أخرى مثل أمراض القلب وغيرها من حالات خطيرة. لا يمكن تجنب هذه النتائج المؤسفة إذا صرف الطبيب الممغنط كمية من القوة الحيوية أكبر من قدرته على تعويضها، خصوصاً إذا كان يعالج مجموعة من الأشخاص دفعة واحدة.

هذه الطريقة في العلاج لها سلبية أخرى، وهي أن الطبيب الممغنط يستخدم قوته الحيوية لنقل ذبذباته النفسية الخاصة وكذلك ميوله الشخصية إلى المريض، وبالتالي يؤثر عليه نفسياً بطريقة غير مباشرة. بالتالي يجب أن يكون الطبيب الممغنط متمتعاً بشخصية نبيلة بحيث تكون سلبيات شخصيته قليلة جداً أو غائبة تماماً. ومن جهة أخرى، إذا كان الطبيب الممغنط يعالج مريض تتسم شخصيته بسمات أسوأ من الطبيب فسوف يسحب هذا الأخير، وبطريقة غير مباشرة، التأثيرات السيئة من المريض إلى نفسه. وكلا الحالتين السابقتين غير مؤاتيان للطبيب. لكن الطبيب الممغنط الذي انخرط وتدرّب في العلم التجاوزي لا يعطي المريض كامل القوة الحيوية الموجودة في جسمه،

بل يسحبها من الكون المحيط ويجعلها تجري إلى جسم المريض مباشرة عبر يديه، وتكون مرفقة مع الرغبة المركزة بخصوص الصحة.

ف كلا الطريقتين، وجب تكرار عملية المغنطة دائماً إذا أردا الممارس النجاح السريع. لأن الخلل الصحي أو المرض يعملان على امتصاص واستهلاك القوة الحيوية المنقولة لجسم المريض بشكل سريع وتبقى هذه الحالات المرضية طامعة بالمزيد من القوة الحيوية لكي تستهلكها. لذلك وجب تكرار جلسات العلاج دائماً وباستمرار لمنع تدهور الحالة المرضية.

بخصوص هذا الموضوع فالأمر مختلف تماماً بالنسبة للسيد التجاوزي. المريض يشعر بارتياح فور قيام السيد بإجراءه الخاص في العلاج بالطاقة. أي بعد أن يجري مراكمة فعالة للقوة الحيوية في جسمه ومن ثم يبعث إشعاعات ضوئية من القوة الحيوية. يستطيع السيد توظيف وسائل وطرق كثيرة بنجاح، لكن عليه في جميع الأحوال أن يستخدم التصور مربوطاً مع تركيز الرغبة، متمنياً أن يصبح المريض أفضل وأفضل، ساعة بعد ساعة، يوم بعد يوم. سوف أذكر المزيد من الوسائل لاحقاً، والتي يمكن لاتباعها مساعدة السيد على معالجة المرض.

قبل كل شيء، وجب أن يكون السيد التجاوزي متوسعاً في تحليل الحالة الصحية ومعرفة أنواع الأمراض وعوارضها. يمكنه أن يكسب هذه المعرفة عبر الدراسة المتأنية للأدبيات الطبية. والمعرفة التشريحية هي أساسية في هذا المجال. هو ليس مهملأً أو أهوج لكي يقوم بمعالجة أمراض جراثومية ناتجة من عملية جراحية أو أمراض جراثومية معدية. لكن في هكذا حالات يمكنه أن يساهم في تسريع عملية الشفاء ويساهم أيضاً في تسكين الألم. وهذه الأمور يمكنه إنجازها حتى من مسافات بعيدة. قد يكون مفيد جداً إذا تخصص الأطباء بهذا المجال، وإلى جانب وسائل العلاج التي تعلموها في المدرسة، كم هو جميل لو تعلموا القليل من التطبيقات في الممارسة التجاوزية لكي يضمنوا الشفاء لمرضاهم.

بالإضافة إلى ذلك، لكي ينجح العلاج بشكل كامل، على الممارس التجاوزي أن يقوم بالعلاج بدافع المحبة الصافية لأخيه الإنسان، وليس لغاية الريح المادي أو كوسيلة لتعزيز مقامه الاجتماعي. لا تتسلق إلى الأعلى على حساب سذاجة الناس ومصائبهم. تمسك بمثالية الخير، حينها لن تقشل

البركة من التجلي في حياتك. بعض الممارسين التجاوزيين المثاليين يعالجون المرضى من بعيد دون أن يعلم أولئك بذلك. هذا هو نوع المساعدة الأكثر نعمة وبهجة. دعونا في ما يلي نذكر بعض الطرق التقليدية التي يستخدمها الممارس التجاوزي دون أن تتضرر صحته أو نظامه العصبي.

قبل الاقتراب من فراش المريض، قم بإجراء سبعة جولات تنفّس من الرئتين والمسامات، وراكم كمية هائلة من القوة الحيوية، ساحباً إياها من الكون إلى داخل جسمك، ثم دع القوة الحيوية المتراكمة في داخلك أن تشعّ بنور ساطع كما الشمس. من خلال تكرار استنشاق القوة الحيوية، حاول أن تنتج طاقة مشعّة حول جسمك يبلغ قطرها حوالي (١٠) أمتار، وذلك بحيث يساوي القوة الحيوية لعشرة أشخاص معاً. عليك أن تشعر بأن القوة الحيوية المتراكمة بداخلك تشعّ بسطوع كما لو أنها شمس. إذا اقتربت من المريض وأنت تشعّ بهذه الطريقة، سوف يشعر بالانفراج فوراً، سيراوده إحساس بالراحة. وإذا لم يكن مصاباً بحالة مرضية مؤلمة جداً، سوف يشعر بتسكين فوري. يمكنك أن تنقل إليه الطاقة المشعّة المتراكمة لديك ويتوقف عليك لتتصرف كما تشاء. التجاوزي المحترف لا يحتاج إلى إجراء تدليك ولا وضع اليد، لأنه يعلم بأن هذه الإجراءات هي زوائد شكلية تعزّز تطبيق إرادته ونيته على أرض الواقع. يمكنه أن يبقي عينيه مغمضتين أو مفتوحتين خلال العملية. إذا أردا يمكنه النظر مباشرة إلى المريض، لكي ليس عليه أن يفعلها مباشرة. في هذه الحالة، فقط التصوّر يفعل فعله. لكن أثناء عملية انتقال القوة، يمكن للممارس التجاوزي أن يجلس مع المريض لكن دون التواصل معه شخصياً. تصوّر بأن الطاقة المشعّة المحيطة بك تجري قدماً إلى داخل جسم المريض وتتراكم فيه، مخترقة ومنيرة كافة مسامات المريض. اجعل قوة إرادتك تأمر الطاقة المشعّة المضغوطة داخل المريض أن تجلب له الشفاء الفوري.

عليك أن تكون مقتنع كل الوقت بأن المريض يشعر أفضل من ساعة إلى أخرى، وأنه يبدو أفضل فعلياً مع مرور كل يوم، وعليك أن تأمر تلك الطاقة المشعّة أن لا تتسرّب من جسم المريض قبل أن يشفى بالكامل. إن شحن جسم المريض كميّاً بطاقة مشعّة مكثفة بهذه الدرجة سوف يجلب له الشفاء خلال فترة قصيرة بالمقارنة مع نوع المرض. كرر عملية الشحن بعد فترة، وعزز شدة الطاقة المشعّة المتكاثفة مسبقاً، وسوف تتفاجأ كثيراً من ملاحظة النجاح الباهر الذي حققته. أولاً، الطاقة المشعّة لا يمكنها التسرّب لأنك قمت بتثبيتها في جسم المريض وأمرتها بتجديد نفسها باستمرار. ثانياً، قمت بتثبيت التوقيت بحيث على الجسم أن يشعر بأنه أفضل من ساعة إلى ساعة ومن يوم إلى يوم.

وثالثاً، قمت بتثبيت موقع القوة ضمن المجال المكاني للجسم، وعند هذه النقطة، وجب أن ضبط قوة الإشعاع بحيث تنشط ضمن مجال قطره متر تقريباً خارج الجسم، وهذا متساوي مع قطر إشعاع الشخص العادي. بهذه الطريقة تكون حققت شروط القانون المادي للزمان والمكان.

خلال استخدام هذه الطريقة، سوف يلاحظ الممارس التجاوزي بأن طاقته المشعة التي نقل منها إلى المريض لا تنقص أو ينخفض وهجها، بل تبقى مشعة لديه بنفس درجة الشدة كما السابق. هذا يعود إلى حقيقة أن القوة الحيوية المراكمة في الجسم تجدد نفسها تلقائياً، أي يتم استبدال الإشعاع المستنزف مباشرة. بالتالي من الواضح أن الممارس التجاوزي يستطيع علاج مئات المرضى بنفس الوقت ودون أن يدمر بنيته الجسدية ولا الفكرية ولا العصبية.

وجب اتباع طريقة أخرى مختلفة إذا كان الممارس التجاوزي يضغط القوة الحيوية مباشرة في جسم المريض أو في الجزء المصاب من جسمه. وجب أن يتم ذلك فقط عن طريق المسامات مرفقة مع التصور بأن القوة تجدد نفسها تلقائياً من الكون، حتى اللحظة التي يتم فيها العلاج الكامل. هنا أيضاً نجد أن الرغبة المتصورة للشفاء الكامل محدودة بالمكان والزمان. لكن هذه الطريقة الجديدة لا تُمارس سوى على المرضى الذين لم يُستنزف جهازهم العصبي بالكامل وبالتالي يمكنهم تحمل ضغط معين نتيجة تراكم القوة الحيوية. في حالة ممارس تجاوزي متمرس جيداً، تكون القوة الحيوية المتراكمة قد تجسدت بكل تأكيد، وهذا يعني أنها صارت قوة مادية متكاثفة بحيث يمكن مقارنتها بالقوة الكهربائية. هذه الطريقة، بالمقارنة مع الطرق الأخرى، هي الأكثر شعبية لأنها بسيطة جداً وفعالة جداً.

خلال العمل مع القوة الحيوية والمغناطيسية، على الفرد أن يولي اعتباراً لعامل المكان والزمان. بالنظر إلى هذه الحقيقة، ذكرت عدة أمثلة متعلقة بعلاج الأمراض، وأستطيع ذكر عدد أكبر من الطرق لعلاج المرضى من زاوية البايومغناطيسية. يستطيع الممارس التجاوزي مثلاً أن يقيم تواصل مع عقل المريض خلال نموه ويحقق وسائل علاجية كثيرة في جسم المريض النائم. بخلاف علاج المرضى بالقوة الحيوية، يمكنه علاجهم تجاوزياً بمساعدة العناصر والسيولتين المغناطيسية/الكهربائية. الوصف المفصل لكامل الطرق والوسائل وإمكانيات العلاج يمكنها أن تملأ كتاب كبير. في هذا العمل سوف أكتفي بذكر إجراءات علاجية بسيطة مع الأخذ بعين الاعتبار

عاملي المكان والزمان، وأقصد البايومغناطيسية. الأسياد التجاوزيين الكبار، وحتى الأولياء القديسون الذين سمعنا عنهم عبر التاريخ، والذين دربوا ملكة التصور لديهم إلى حد الكمال بحيث تتجسد تصوراتهم على أرض الواقع وفي كافة المستويات، هؤلاء لا يحتاجون إلى طرق ووسائل علاج. كل ما على هؤلاء الأشخاص فعله هو التعبير عن أي رغبة وسوف تتحقق بنفس اللحظة.

هذه نهاية تمارين الخطوة الثالثة

ملخص التمارين في الخطوة الثالثة

الخطوة [٣] . التدريب الروحي

١. التركيز على أفكار باستخدام حاستين أو ثلاثة حواس بنفس الوقت
٢. التركيز على أشياء، مشاهد، مواقع.
٣. التركيز على حيوانات وكائنات بشرية

الخطوة [٣] التدريب النفسي

١. استنشاق العناصر في كامل الجسم
أ. النار . حماوة
ب. الهواء . خفة وزن
ج. الماء . برودة
د. التراب . جاذبية

الخطوة [٣] التدريب الجسدي

١. استدامة التدريب الجسدي في الخطوة [١] والتي يجب أن تصبح عادة يومية
٢. مراكمة القوة الحيوية:
أ. من خلال التنفس عبر الرئتين والمسامات في كامل الجسم
ب. مراكمة القوة الحيوية في أجزاء متفرقة من الجسم

ملحق الخطوة [٣]

١. إشباع فضاء المكان بالطاقة لأسباب صحية أو نجاح أو حماية.. إلى آخره
٢. البايومغناطيسية

.....

[٤]

[... الخطوة الرابعة ...]

قبل وصف التمارين الصعبة نسبياً في هذا القسم، أود أن أشير مرة أخرى إلى أنه على المرید عدم التسرع في مسيرة نموه التجاوزي. من المفروض أن يتأني ويسخر وقت كافي لهذه الغاية إذا أراد تحقيق نجاح فعلي بهذا المجال. عليه أن يكون مثابر وحازم في كافة التمارين المذكورة في الخطوات السابقة قبل أن ينتقل إلى ممارسة التمارين اللاحقة.

الخطوة [٤]

التدريب الروحي

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

كما فعلنا في تمرين التركيز على الأشياء، ضع أமாக بعض الأشياء التي تستخدمها يومياً. بعد الجلوس في وضعيتك المعهودة، ثبت عينيك على أحد هذه الأشياء لفترة قصيرة، احفظ شكل ولون وحجم هذا الشيء في ذهنك بشكل ثابت. والآن تصوّر نفسك بأنك انتقلت إلى ذلك الشيء. بطريقة ما، عليك أن تشعر بأنك تمثل ذلك الشيء وتتبنى كامل خصائصه. عليك أن تتيقن بأنك مربوط بالكامل مع ذلك الشيء التي وضعت نفسك فيه، عاجز تماماً عن مغادرته إلا بتأثير خارجي لا يخصك. حتى أنه عليك، من خلال التركيز المكثف، أن تعتبر الأشياء المحيطة بك من زاوية وجودك في ذلك الشيء وأن تستوعب علاقته مع الأشياء الأخرى المحيطة. مثلاً، لنفترض بأن الشيء الذي نتقّمه موجود على الطاولة، عليك بالتالي أن تشعر بالعلاقة بين الشيء والطاولة، وكذلك باقي الأشياء الأخرى الموجودة على الطاولة، بما في ذلك كامل الحجرة التي يوجد فيها الشيء. بعد نجاحك في هذا التمرين متقماً أحد الأشياء، يمكنك بعدها الانتقال إلى أشياء أخرى لتتقّمها. تتحقق الغاية من هذا التمرين إذا تمكنت من وصل الأشياء التي اخترتها بالوعي لديك، بحيث تتبنى شكلها وحجمها وخاصيتها، وأن تبقى متقماً لها لمدة (٥) دقائق على الأقل ودون أي انقطاع أو تعطيل. وجب أن تتمكن من تغفل أو تنسى جسمك بالكامل.

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

المرغوب. سوف يعلم المريد لاحقاً مدى أهمية هذه التمارين الأولية بالنسبة للأعمال التجاوزية التي سأوصفها في الجزء التالي.

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

إذا تمكن المريد من ممارسة التمرين بنجاح بحيث أصبح قادراً على نقل الوعي لديه إلى أي حيوان وتقمص طبيعته بشكل كامل وذلك لمدة (٥) دقائق دون أي عقبة أو تعطيل، أصبح بإمكانه بعدها ممارسة هذا التمرين على الكائنات البشرية. عندما تباشر بهذا التمرين، ابدأ بممارسته على أشخاص تعرفهم، مثل الأصدقاء وأفراد العائلة والذين تستطيع حفظ صورهم في ذهنك. لا حاجة للتفريق بين الجنسين أو تمييز بين الأعمار. وجب على المريد أن يكون واثقاً بخصوص كيفية نقل الوعي إلى جسم الآخر بحيث يشعر ويفكر وكأنه يمثل الشخص الآخر فعلياً. بعد الانتهاء من ممارسة هذا التمرين على المعارف، حان الوقت لممارسته على أشخاص غرباء بحيث لم يراهم المريد من قبل. هذا يعني أنه عليه تصورهم في خياله. يمكنه اختيار أشخاص من أعراق مختلفة لإجراء الاختبار عليه. يمكن اعتبار التمرين بأنه حقق غايته إذا تمكن المريد أن ينقل الوعي لديه إلى الشخص الوهمي الذي تصوّره، وتقمص شخصيته لمدة (٥) دقائق على الأقل. كلما طالت مدة ممارسة هذا التمرين كلما زادت الفوائد التي يحصدها المريد لاحقاً خلال التطبيقات العملية.

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

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

الخطوة [٤]

التدريب النفسي

في هذا الفصل سوف نوسّع العمل المتعلق بالعناصر. تعلمنا كيف نسحب العنصر من خلال التنفس عبر الرئتين والمسامات، وأن نجعلها تتجلى بخصائص محددة في كامل الجسم. الآن علينا أن نشحن أجزاء منفردة من الجسم بأي عنصر نرغبه، ويمكن فعل ذلك وفق طريقتين وعلى المرید أن يتعلمهما ويتقنهما. الطريقة الأولى هي كما يلي:

بنفس الطريقة الموصوفة في التدريب النفسي للخطوة [٣]، عبر الاستنشاق بالرئتين والمسامات، أنت تتنفس العنصر ليدخل وينتشر في كامل الجسم ويتراكم هناك. هذا يعني أنك تتنفس خارجاً (زفير) دون استخدام أي تصوّر. خلال الاستنشاق، أوصل تصوّرک للمشاعر المرتبطة بالميزات المخصصة للعنصر المعني، أي مثلاً، عنصر النار يخلق شعور بالحرارة، عنصر الماء يخلق شعور بالبرودة، عنصر الهواء يخلق شعور بخفة الوزن، عنصر التراب يخلق شعور بالجاذبية (ثقل الوزن). الآن ابدأ التمرين عبر الاستنشاق (٧) مرات. لكن بدلاً من إزالة العنصر المتراكم في الجسم من خلال إعادته إلى الكون، قم بتوجيهه نحو الجزء الذي اخترته في الجسم، وراكمه هناك مع الخاصية المنسوبة له (أي إذا كان العنصر نار فخاصيته الحرارة.. وهكذا). عليك أن تشعر بالعنصر المضغوط وكذلك خاصيته في ذلك الجزء من الجسم أكثر من كامل الجسم. كما حالة البخار الذي ينتج ضغط عالي عند ضغطه، وجب أن يتغلغل العنصر في كامل الجزء من الجسم بما فيه من لحم وعظم وجلد. في النهاية، إذا بدأت تشعر بالخاصية المنسوبة للعنصر المعني (الحرارة مثلاً) وهي تتنامى وتتضخم بشكل كبير في ذلك الجزء من الجسم، اجعل العنصر يتلاشى بمساعدة التصوّر في كامل الجسم، ومن خلال التنفس خارجاً (أي الزفير عبر الرئة والمسامات كما وصفته في الخطوة [٣]) اجعل العنصر ينطلق خارجاً ليندمج مع الكون مرة أخرى. وجب ممارسة هذا التمرين مع كل عنصر من العناصر الأربعة، كل عنصر لوحده، ويتم ذلك مع كل عضو خارجي أو داخلي في الجسم، باستثناء الدماغ والقلب. لتجنب أي عطب أو ضرر، أيّك أن تراكم أي من العناصر في هذين العضوين. فقط السيد المتمرس والذي هو خبير متكامل في إدارة العناصر يمكن أن يسمح لنفسه مراكمة معينة في القلب والدماغ دون تدمير نفسه. هو يعرف جسمه جيداً وبالتالي يعرف كيف يتعامل معه. كل

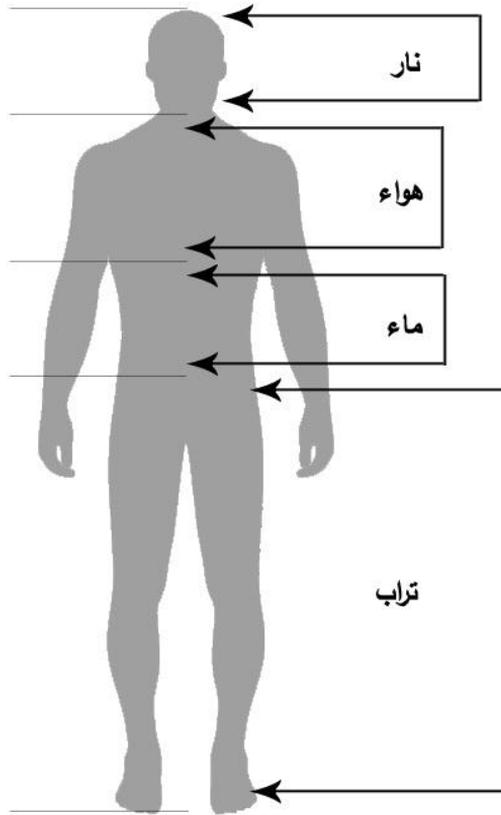
عضو من أعضاء الجسم، بما في ذلك القلب والدماغ، هو مصمم لاستيعاب إمدادات من العناصر وخصائصها، لكن هذا يحصل طبيعياً ودون حاجة للمراكمة الاصطناعية التي وصفناها في التمارين.

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

هناك إمكانية أخرى لتفريغ العنصر من العضو الجسدي، وذلك ليس من خلال مروره عبر الجسم ومن ثم إطلاقه للكون عبر التنفس الرئوي والمسامي، بل من خلال إطلاقه من العضو إلى الكون مباشرة عبر المسامات، وذلك بمساعدة التصور. هذا الإجراء هو أسرع. ويجب على الممارس أن يتقن الطريقتين معاً وعليه أن يفهم كيف يتعامل معهما وفق إرادته.

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

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



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

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

اتخذ وضعيتك المفضلة (أسانا). خلال التنفس عبر الرئتين والمسامات، استنشق عنصر التراب مع ميزته الخاصة (الجاذبية) ثم راكمه في المنطقة المتوافقة مع عنصر التراب، أي المنطقة الممتدة من أسفل القدمين عبر منطقة العضو التناسلي وصولاً إلى عظمة الريف. قم باستنشاق عنصر التراب (٧) مرات، دون أن تطلق العنصر خارجاً خلال الزفير، هذا بالتالي يجعل هذا العنصر يملأ المنطقة المتوافقة معه ويؤثر عليه بخصائصه. ابقِ عنصر التراب في تلك المنطقة ثم انتقل إلى عنصر الماء، فاستنشقه بنفس الطريقة الموصوفة سابقاً، (٧) مرات، واملأ المنطقة المتوافقة مع عنصر الماء، أي البطن، وراكم العنصر هناك دون إطلاقه مع الزفير. ثم انتقل إلى العنصر التالي، أي عنصر الهواء، واملأ منطقة الصدر بهذا العنصر بنفس الطريقة، (٧) مرات، واترك هذا العنصر مخزناً في هذه المنطقة المتوافقة معه. وأخيراً جاء دور منطقة الرأس وعنصر النار. ابدأ بملئ هذه المنطقة بعنصر النار بنفس الطريقة الموصوفة سابقاً، (٧) مرات. استنشق عنصر النار خلال الشهيق وامتنع عن إطلاقه خلال الزفير. اتركه مخزناً في منطقة الرأس. أصبحت كمال المناطق الآن محملة بمخزون العناصر المتوافقة معها. ابقى على هذه الحالة لمدة (٢) دقيقة، ثم ابدأ بعدها بتفريغ العناصر. ابدأ من حيث انتهيت، أي من منطقة الرأس وعنصر النار. افعل ذلك من خلال استنشاق النفس الخالي من العنصر (٧) مرات، ثم أطلق العنصر مع النفس خلال الزفير (٧) مرات ليتلاشى في الكون. بعد تفريغ منطقة الرأس من عنصر النار، انتقل إلى المنطقة التالية، أي منطقة الصدر وعنصر الهواء. بعد التفريغ وفق الإجراء الموصوف سابقاً، انتقل إلى المنطقة التالية، أي منطقة البطن وعنصر الماء. ونصل أخيراً إلى المنطقة الأخيرة وعنصر التراب. الآن أصبح كامل الجسم مفرغاً من العناصر المراكمة فيه.

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

إن لهذه التمارين أهمية كبرى، لأنها تقيم حالة تناغم بين المستوى المادي والنفسي وبين القاعدة الكونية للعناصر الأربعة. إذا حصل وأصاب الممارس التجاوزي حالة خلل أو عدم تناغم في كيانه بسبب ظروف معينة، كل ما عليه فعله هو ممارسة هذه التمارين وسوف يستعيد حالة التوازن والتناغم. سوف يختبر التأثير المريح للتناغم الكوني بكامله، وهذا ليس لمدة ساعات بل لأيام عديدة. هذا التأثير يخلق بداخله شعور بالسلام والسعادة.

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

الخطوة [٤]

التدريب الجسدي

وجب أن تكون الآن تمارين التدريب الجسدي في الخطوة [١] قد أصبحت عادة يومية. وتلك التي للتدريب الجسدي في الخطوة [٢] ووجب تعزيزها وترسيخها وفقاً لما يسمح الوقت والفرصة. ووجب أن يتحلى المرید بالمقدرة التي تمكنه من الإلتزام بحزم وثبات بأي نوع من الزهد أو تقشف قد يلزم نفسه به، دون حاجة لمصارعة الإغراءات أو حتى الخصوع لأي منها. كما ووجب التعمق أكثر بخصوص تمارين التدريب الجسدي في الخطوة [٣]. ووجب على الفرد أن يروّض نفسه لوضعية الجسد بحيث يصبح قادراً على تحمّل وضعية الجلوس التي أختارها (أسانا) لمدة ساعات دون أي شعور بالاضطراب أو العصبية أو التوتر أو التشنّج. ووجب أيضاً تعزيز شدة الانبعاث الإشعاعي بحيث يصبح أكثر عمقاً وتوسعاً، أي زيادة ديناميكته، وهذا ووجب تحقيقه بفعل التّصوّر والتأمّل العميق. على المرید أن يحترف الاستخدام العملي للقوة الإشعاعية مهما كانت الغاية والحالة أو الموقف أو الوضع. ووجب أن يحرز درجة من كمال بحيث أن أي رغبة يزرعها في القوة الإشعاعية سوف تتحقق فوراً. بهذه الحالة يصبح قادراً على مساعدة الذين يعانون من حالات مرضية أو أوضاع مستعصية أخرى، وبالتالي يجلب لنفسه بركات عظيمة.

الآن سوف نتقدم إلى موضوع جديد لازال مجهول بالكامل اليوم، ويتعلق بوضعيات الجسم، وكذلك إيماءات ووضعيات الأصابع، وهذه الحركات معروفة عموماً باسم "الشعائر" أو "الطقوس". المبدأ الجوهرى للطقوس يستند على تأكيد فكرة معينة، أو سلسلة أفكار بكاملها، وذلك من خلال نموذج محدد من التعبير جسدي، أو العكس بالعكس، حيث يتم الإيحاء بسلسلة من الأفكار عبر حركة أو إيماء جسدي، والذي سوف نشير إليه وفق الأدبيات الهرمزية باسم "استحضار". والقصد منه هو استحضار طاقة أو قوة أو مخلوق تتجاوزي بواسطة القيام بحركة جسدية بسيطة أو معقدة حسب الحالة. هذا هو المبدأ العام الذي يمثل كامل الطقوس الدينية والسحرية التي نعرفها حول العالم وعلى مدى التاريخ. هذا المبدأ يقول بأنه ليس فقط أي فكرة يمكن التعبير عنها بحركة جسدية، بل يمكن ربطها أيضاً بمهمة معينة. هذا يتعلق أيضاً بأي كائن حيّ أيضاً، حيث أي كائن ليس له اسم خاص وهيئة خاصة وعلامة خارجية ليس له أهمية أو وجود أصلاً. كافة الإجراءات والطقوس السحرية

تستند على هذه الفرضية الأولية، وكذلك الحال مع كل منظومة دينية بطقوسها الخاصة، والتي تعود جذورها إلى أزمنة غابرة. لكن يوجد حقيقة مهمة وهي أنه جزء قليل منها فقط تم كشفه أمام الجماهير، بينما معظمها بقي محفوظاً بسرية كبيرة ومحروس بعناية تامة بحيث يكون متوفر فقط للكهنة الكبار والأسياذ الخبراء. إن كل طقس من الطقوس يتوافق مع غاية معينة، بغض النظر إن كانت الطقوس تجري في التبت أو بين كهنة "بالي" في الهند أو بين السحرة المتمرسين في كل مكان حول العالم. المبدأ الأساسي يبقى هو ذاته في جميع الأحوال. حتى في المحكمة (في الغرب عموماً) حيث رفع اليد بثلاثة أصابع واقفة للهلان تأكيداً على قول الحقيقة، يمكن اعتبارها إيماءة جسدية لها معنى خفي. من وجهة النظر المسيحية فإن الأصابع الثلاثة الواقفة لليد المرفوعة ترمز إلى الثالوث المقدس. كل من المحافل السرية وكذلك الطوائف الباطنية لديها شعائرها الخاصة. المحافل الماسونية مثلاً متصلة بإشارات محددة وكلمات محددة ولمسات محددة. يمكن الحديث مطولاً بخصوص هذه المسألة من وجهة النظر التاريخية. لكن في الحقيقة، هذا الموضوع لن يفيدنا أبداً في تدريبنا التجاوزي، والتوسع في دراسته هو عديم الجدوى.

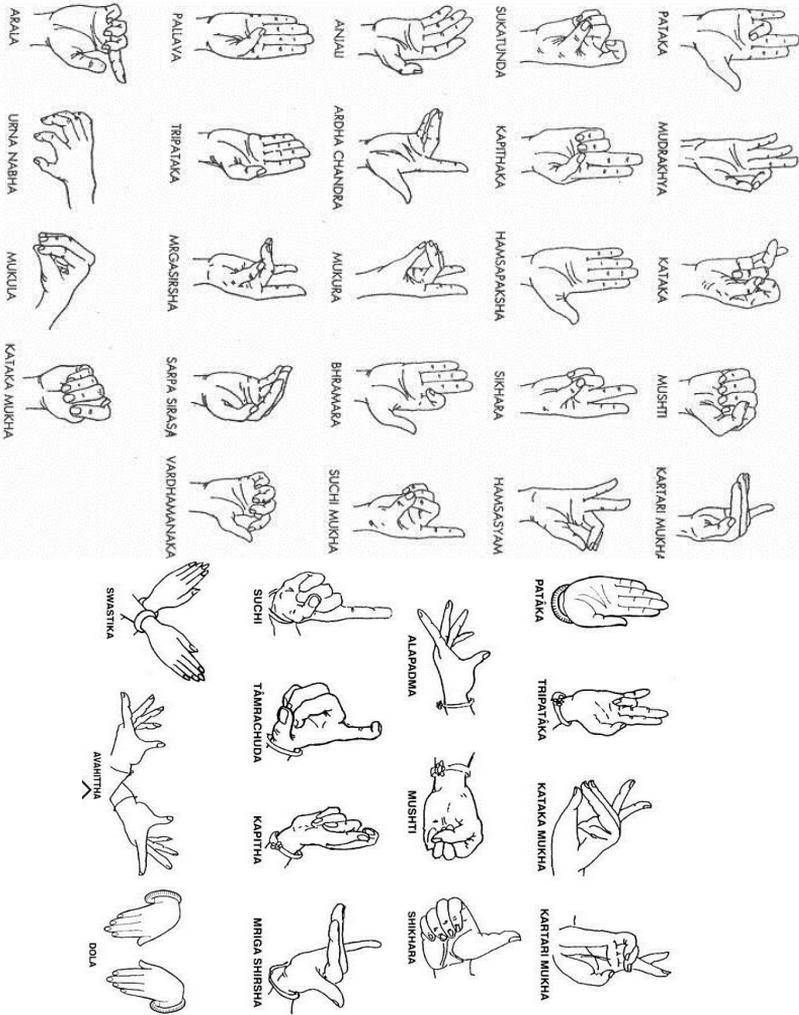


حتى ممارسي فنون القتال يجرون حركات نعتبرها نحن بهلوانية عديمة القيمة وليس لها علاقة بالقتال، لكن هذا غير صحيح، حيث كل حركة يقومون بها هي عملية استحضار لقوة أو طاقة معينة أمضوا سنوات طويلة في تعلّم كيف يستحضرونها بهذه الحركات.

إنه ليس مهم إطلاقاً بالنسبة للممارس التجاوزي إذا قرأ كتب حول طريقة معينة يتبعها ممارس آخر لرسم طلسمه أو ختمه الخاص، بغض النظر إن كان الختم يرمز للأبدية أو القدسية أو الطهارة، أو أنه ملبوس بكائنه الخاص أو بالملائكة بهدف الحماية، وكذلك الحال مع اللاما في التبت الذي يرسم الماندالا الخاصة به ويقيم التاتغاتوس كرمز للإله الحامي. الممارس التجاوزي ليس بحاجة إلى تقليد أي من هؤلاء ولا بحاجة إلى إرشاداتهم الغريبة لأنه يعلم جيداً بأن هذه الطلاسم والأختام والرموز هي مجرد معززات ذهنية للعقل. في هذا الفصل من الخطوة [٤] سوف يتعلم المرشد كيف يصنع طقوسه الخاصة، وكذلك إيماءاته وحركات أصابعه المرتبطة بمهمات تجاوزية معينة. كل هذا يعتمد على فريته وإدراكه الخاص للأمور. الكثير من الممارسين التجاوزيين حققوا عبر طقوس بدائية وبسيطة أكثر مما حققه المتأمل الفلسفي بكل ما يستعرضه من إجراءات معقدة في طقسه. ليس ممكناً تقديم توجه محدد في هذه المسألة، حيث على المرشد أن يتصرف بديهياً وعليه أن يفهم كيف يعبر عن الأفكار وتسلسل الأفكار وكل شيء يرغب في تحقيقه من خلال إيماءات بسيطة ومناسبة أو وضعيات محددة للأصابع أو طقوس محددة. هو مثلاً لن يعبر عن فكرة المباركة بواسطة إيماءة تتمثل بقبضة يد جاهزة للقتال. هذا غير مناسب. عليه أن يصيغ طقسه الفردي والسري وفقاً لوضعه وموقعه الخاص بحيث لا يلحظه أحد أو يراقبه. هناك ممارسين تجاوزيين يمارسون طقوس غير ملحوظة حتى لو كانوا وسط حشد من الناس، وذلك من خلال تحريك أصابعهم في جيوبهم. أي بالتوافق مع العناصر الأربعة، يستخدمون أصابعهم كممثلات للعناصر، أصبع السبابة منسوبة لعنصر النار، الإبهام منسوب لعنصر الماء، الأصبع الوسطى منسوبة للمبدأ الأثيري (أكاشا)، أصبع البنصر منسوب لعنصر التراب، والخنصر منسوب لعنصر الهواء. أصابع اليد اليمنى تمثل العناصر بجانبها الإيجابي، بينما أصابع اليد اليسرى تمثل الجانب السلبي. هذا المثال البسيط كافي لتوضيح الفكرة.

تعلم كيف تمنح إشارات منفردة لأفكار محددة. لكن ابقى محافظاً على سريتها، لأنه إذا استخدم شخص آخر نفس الإشارة لنفس الفكرة فسوف يضعفها من خلال استنزاف قوتها. قم بوصل أو ربط رغبتك الشخصية والتي تتوق إلى تحقيقها بطقس بسيط أو إيماءة بسيطة، يُفضّل استخدام الأصابع، ثم تصوّر بأن رغبتك قد تحققت بفضل هذه الإيماءة. أو تصوّر بأن الرغبة قد تحققت أصلاً وأنت سعيد بذلك. إن معادلة "الإيمان بأن الرغبة تحققت أصلاً" هي قابلة للتطبيق في هذا الموضوع

أيضاً. وجب في البداية ممارسة تصوّر تحقيق الرغبة المرتبط بالإيماء أو الطقس مع شعور بالتأكيد على واقعية هذه العملية، بالإضافة إلى الثقة بالنفس وإيمان راسخ بالنجاح.



عينات من الوضعيات المختلفة للأصابع والتي تستخدم عموماً في الممارسات الروحية في مذاهب مختلفة في الهند والشرق الأقصى وتسمى "مودراس". ليس ضرورياً أن نتبع طرق هذه المذاهب المختلفة، بل يمكننا الاستفادة في معرفة وضعيات الأصابع المختلفة ثم منحها المعاني الخاصة بنا

وجب في البداية استخدام الطقس موصولاً مع التصور. لكن لاحقاً، خلال التعامل مع تصور الرغبة وتحققها، سوف تُحدث دون وعي على استخدام الإيماءة أو الطقس بشكل لا إرادي أو أوتوماتيكي. عند وصولك إلى هذه النقطة، أي تصبح الرغبة عبارة عن تفعيل أوتوماتيكي لخيالك، سوف تجري العملية بطريقة عكسية، أي، تقوم بالإيماءة أو الطقس، ثم يطلق التصور والقوة المعنية بالرغبة تأثيرهما بشكل أوتوماتيكي. هذه هي الغاية الحقيقية للطقس أو الإيماءة بالأصابع أو الأطراف. مجرد أن صار الطقس ذاتي التفعيل مع التصور، سوف يصبح كافياً لأن تمارس الطقس فحسب حتى تحقق المفعول أو التأثير أو النتيجة التي تتمناها. يمكننا تشبيه هذه الحالة للبطارية المشحونة جيداً والتي لا تحتاج سوى الوصلات المناسبة لكي تفرغ التيار الكهربائي. من خلال تكرار عملية التصور مربوطاً بالإيماءة أو الطقس الذي اخترته، يتشكل مدخر للطاقة في المستوى السببي للمبدأ الأثري (أكاشا) فيتبنى الذبذبة الضرورية (سيولة كهرومغناطيسية) وكذلك اللون والصوت وكافة الردائف الأخرى التي تتوافق مع الرغبة أو الغاية المرجوة. يمكننا القول بأنها تمثل الجزيئات الدموية لكامل الحالة. إذا تم شحن هذا المدخر للطاقة عبر التكرار، فسوف يساهم الطقس أو الإيماءة في تفرغ هذه الطاقة المشحونة، فيتجلى التأثير المرتقب بصيغة واقعية وملموسة. لذلك، فإنه من المفيد أن لا تفصح عن هذه العملية، وإلا يمكن لشخص آخر أن يسحب كامل مخزون الطاقة من خلال إجراء نفس الطقس أو القيام بنفس الإيماءة فيستفيد هو من النتيجة المتجلية بصيغة واقعية وملموسة، وهذا سيكون على حساب الممارس الأصلي.

بعض المحافل السرية، مثل الماسونية، تفرض على المبتدئين لديها ممارسة طقوس معينة تعمل في الحقيقة على شحن هكذا نوع من الطاقة المخزنة ماورائياً. رغم جهل المبتدئين بهذه الحالة كلياً، لكن المستفيدون الوحيدون من العملية هم الأسياد الكبار في المحفل، حيث يحصلون على طاقة مجانية مشحونة إلى ذلك المخزون الذي لا أحد يعرف كيف يستفيد منه غيرهم. لكن مجرد أن بدأ المبتدئون يتقدمون في مراتب المحفل بحيث راحوا يستوعبون ماذا يجري وكيف يجري، ينصحهم الأسياد الكبار بأن يتوقفوا عن إجراء هذا الطقس لأنه غير مجدي بالنسبة لهم.

المبدأ ذاته يعمل في باقي الممارسات الطقسية مهما كان نوعها، دينية أو مذهبية أو حتى سياسية. إن طريقة التحية مثلاً في بعض الأحزاب السياسية، النازية مثلاً، وغيرها من حركات إيحائية أخرى، تخلق لنفسها مخزون من الطاقة في العالم السببي وهناك من يستفيد منها بكل تأكيد، دون أي معرفة

أو إدراك من الأعضاء المنتمين لتلك الأحزاب. العلاجات العجيبة التي تحصل في أماكن مقدسة مختلفة كالمزارات والمواقع الدينية تعمل في الحقيقة على نفس المبدأ. في تلك المناطق المقدسة، يقوم المؤمن المكرس نفسه، دون أن يدري، بسحب القوة الروحية من المستوى السببي حيث يكمن مخزون الطاقة التابع للمكان، والذي يكون ممثلي نتيجة شحنه من قبل آلاف أو حتى ملايين العابدين المخلصين والذين إيمانهم راسخ ومتين. التأثير العجيب للعلاج يحصل بهذه الطريقة بالضبط. السيد التجاوزي المدرب بشكل صحيح سوف يجد دائماً تفسير صائب وسليم لهذا نوع من الظواهر وذلك بالاعتماد على إمامه بالقوانين الكونية. يستطيع السيد، دون شك، أن يستخدم معرفته بقوانين القطبية ويسحب كل الطاقة المخزنة في المستوى السببي لأي مكان من هذه الأماكن المقدسة ومن ثم يقوم بعلاجات عاجبية أو غيرها من معجزات أخرى حسب ما يرغب ويريد. لكن على المستوى الأخلاقي، فإن السيد يعتبر هذا العمل نوع من السرقة وبالتالي يرفض أن يذني نفسه إلى هذا المستوى الغير أخلاقي، لأنه يحوز على بدائل كثيرة أخرى يمكنه الاستعانة بها.

دعونا الآن نعود إلى الموضوع الرئيسي، أي الشعائر والطقوس. ذكرت سابقاً بأن أي فكرة أو رغبة أو تصوّر معين يمكن تحقيقه عبر إجراء الطقس، مهما كان العالم المعني، مادي أو نفسي أو روحي. مدة تحقيق الرغبة المنشودة يعتمد طولها على مدى النمو العقلي والاجتهاد والمثابرة في استخدام الطقس. على الممارس أن يختار أفضل الطقوس والتي لها طبيعة كونية بحيث يستطيع استخدامها طوال حياته. كلما قلّ عدد الرغبات التي يريد تحقيقها كلما كانت فرصة تحقيقها أسرع وأقوى. لنفترض بأن الطقوس التي اختارها لا تؤدي وظيفتها بشكل كافي في البداية، عليه حينها عدم دمجها أو ضمها إلى أخرى تعمل. عليه في البداية أن يكتفي بطقسين أو ثلاثة. بعد توصله إلى المستوى الحالي من النمو، سوف يفهم الممارس جيداً كيف يزن الأمور، كما أنه يعلم أيضاً كم يستطيع شحنه والتعامل معه.

هذه نهاية تمارين الخطوة الرابعة

ملخص التمارين في الخطوة الرابعة

الخطوة [٤] . التدريب الروحي

١. إنتقال الوعي:

أ . إلى أشياء جامدة ونباتات

ب . إلى حيوانات

ج . إلى كائنات بشرية

الخطوة [٤] التدريب النفسي

١. مراكمة العناصر:

أ . في كامل الجسم

ب . في أجزاء منفردة في الجسم، بواسطة طريقتين مختلفتين

٢. خلق حالة تناغم بين العناصر في مناطقها المخصصة في الجسم:

أ . نار . الرأس

ب . هواء . الصدر

ج . ماء . البطن

د . تراب . عظمة اليردف، العضو التناسلي، القدمين

الخطوة [٤] التدريب الجسدي

١. الطقوس وتطبيقها العملي:

أ . الإيمانات

ب . المعاني والوصلات

ج . وضعيات الأصابع

.....

[٥]

[... الخطوة الخامسة ...]

قال أرخميدس الحكيم يوماً: " .. دلني على نقطة واحدة في الكون وسوف أحرك منها كوكب الأرض..! "

القليل جداً من الناس ربما عرفوا أن هذه الجملة تحجب سرّ باطني عظيم، وهو سرّ البعد الرابع. كما نتذكر جميعاً من أيام المدرسة بأن كل شيء يحوز على شكل، كل شخص لديه طول وعرض وارتفاع. هذه تعريفات مألوفة جيداً بالنسبة لنا جميعاً. لكن إذا في وسط الشكل، كرة مثلاً، نصورنا وجود خطين متقاطعين، عند تقاطع الخطين نحصل على نقطة، هذه النقطة تسمى نقطة العمق. من المؤكد أن أرخميدس كان يفكر بهذا الموضوع بالذات، لأنها في الحقيقة تمثل نقطة البداية، نقطة الانطلاق، نواة كل شكل من الأشكال. من هذه الناحية، يمكن اعتبار أن كل نقطة هي موضوعية بشكل متناسق، أي أنها في حالة توازنها الحقيقية. هذا هو اساس سرّ البعد الرابع، حيث مفهوم الزمان والمكان، وكذلك اللازمان واللامكان، وبالتالي نجد أيضاً سرّ العمل التجاوزي الفراغي. يُنصح المرید بأن يتأمل بعمق بخصوص هذه المسألة، لأنه سوف يتمكن بعدها من أن يغوص في مسائل عميقة لم يحلم بها من قبل، وسوف تكون المكاشفة الغيبية من بين المكافئات التي يكسبها. بخصوص التدريب الروحي في الخطوة [٥]، سوف نتناول موضوع العمل التجاوزي الفراغي.

[٥] الخطوة

التدريب الروحي

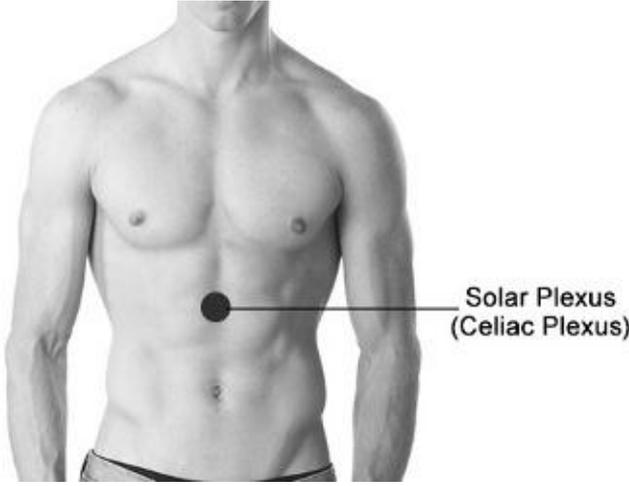
مع انخراطه بكافة التمارين السابقة لا بد من أن المريد حقق قدرة معينة على التركيز وأنه تعلم كيف يحول الوعي لديه وفق إرادته بحيث يجعله يتوافق مع أي شكل أو كائن، وسوف يكون قادر على الرؤية بشكل أبعد وأعمق. تعليمات الخطوة [٥] سوف تستعرض لنا كيف ننقل الوعي لدينا إلى مركز (قلب) أي شكل أو كائن، انطلاقاً من أصغر ذرة وصولاً إلى أكبر كون في الوجود. بهذه الطريقة، المريد لا يتعلم فقط كيف يفهم ويتبرمج كل كائن من مركزه، بل يتعلم أيضاً كيف يسيطر عليه من الداخل. الملكات التي سوف نكتسبها من التمارين التالية هي مهمة جداً. خصوصاً التوازن العقلي الذي هو من الخصوصية الجوهرية للمبدأ السببي (أكاشا) للعقل. دعونا بالتالي ننتقل فوراً إلى التمارين العملية.

اجلس بوضعيتك المعهودة. ضع بعض الأشياء الكبيرة أمامك، ويفضل أن تكون الأشياء في البداية صلبة وغير مفرغة من داخلها. أشياء مثل كرة صلبة أو مكعب أو حجر أو غيره. ثبت نظرك لفترة قصيرة إلى أحد هذه الأشياء، ثم اغمض عينيك وانقل الوعي لديك إلى نقطة العمق لهذا الشيء، أي إلى مركزه. وجب أن تكون عملية انتقال الوعي لديك مركزة جداً إلى درجة تجعلك تنسى جسدك بالكامل. هذا التمرين صعب جداً، لكن الممارسة المستمرة تصنع الكمال. وجب أن لا يخاف أحد من الفشل مهما طال أمده في البداية، بل وجب أن يستمر في تكرار التمرين باجتهاد ومثابرة حتى ينجح في النهاية. لأن الإنسان معتاد على الأبعاد الثلاثة فحسب، لا بد من أن يواجه الصعوبات في البداية، لكن هذه الصعوبات سوف تزول تدريجياً مع تكرار التمرين حتى يصبح معتاد على التركيز في أن يكون في نقطة العمق لأي شيء. إذا نجحت في البقاء على هذه الحالة لمدة (٥) دقائق مع وجود الوعي لديك في مركز الشيء الذي اخترته، يمكنك الانتقال إلى التركيز على شيء آخر. وبعد تحقيق نفس النتيجة الناجحة، اختر شيء آخر للتمرّن عليه، لكن هذه المرة ليكون الشيء غير متناظر في شكله. عليك في كل مرة تنتقل فيها الوعي لديك إلى مركز الشيء أن تشعر بأنك صغير بقدر حجم البذرة النباتية الصغيرة جداً، أو حتى الذرة. إذا استطعت فعل ذلك دون أي انقطاع أو تعطيل، انتقل إلى التمرين التالي، الذي تقوم فيه بالتحكم بأبعاد الشيء وشكله من خلال نقطة العمق

التي تكون قابع فيها. كلما شعرت بأنك أصغر حجماً والوعي لديك يتقلص، كلما بدى قطر الشيء وعرضه أضخم بالنسبة لك. من وجهة نظرك، الشيء الذي تتمرن عليه سوف يمثل الكون يكامله، وعليك التمسك بهذا الشعور لأطول مدة ممكنة. مجرد أن استطعت ممارسة هذا التمرين دون أي تعطيل على شيء متناظر الشكل وشيء آخر غير متناظر، يمكنك الانتقال إلى شيء آخر. يمكن اعتبار أنك أنجزت هذا التمرين بنجاح إذا أصبحت تستطيع ممارسته على أي شيء مهما كان نوعه. بعد عدد كبير من التمارين على انتقال الوعي إلى نقطة العمق لأشياء متعددة، سوف تكسب قدرة على النظر في أي شيء وتدرک بديهياً التكوين المادي والعقلي لذلك الشيء. بنفس الوقت، سوف تكتسب قدرة التأكيد على أي شيء من نواته، أو تشحنه تجاوزياً وفق إرادتك، وبالتالي يمكنك تفتيح المستوى العقلي لأي شيء برغبتك الخاصة. تعلمنا سابقاً، في الخطوة [٤]، كيف نتغلب على هذه المسألة عبر مراكمة القوة الحيوية، من الخارج إلى الداخل، وهذه الخطوة الحالية سوف تعلمنا كيف نفعل ذات الشيء لكن بطريقة أكثر إثارة، من الداخل إلى الخارج.

على الممارس أن يكتسب التأثير ذاته لكن على الحيوانات والكائنات البشرية. عليه أيضاً أن يتمكن من إنجاز هذا التأثير على أشياء بعيدة عن موقع وجوده، أي تكون غائبة عن مجال نظره. الوعي لا يعرف الحدود إطلاقاً، بالتالي يستطيع الممارس أن ينقل الوعي لديه إلى أبعد المسافات. مجرد أن وصل المرید إلى هذه النقطة، يمكنه بعدها أن ينقل الوعي لديه إلى البعد الرابع لكيانه الخاص، أي إلى مستوى المبدأ الأثيري (أكاشا) في كيانه. أما طريقة ممارسة التمرين فهو كما يلي:

اجلس في وضعيتك المعهودة واغمض عينيك. قم بنقل الوعي لديك إلى منتصف الجسم بالضبط، أي إلى وهدة المعدة، أي عند الصفيرة الشمسية (الشكل التالي). عليك أن تشعر بأنك مجرد نقطة، أو أنك ذرة صغيرة قابعة في الوسط بين العمود الفقري وهدة المعدة. هذا الوسط هو مركز الجاذبية لجسمك. حاول أن تبقى هناك مع وعيك لمدة (٥) دقائق على الأقل. يمكنك استخدام ساعة منبه لكي تدرک التوقيت. قم بإدراك جسمك انطلاقاً من هذه النقطة. كلما تخيلت نفسك صغير جداً، كلما كان إدراكك للجسم بأنه أكبر حجماً، بحيث يبدو لك بأنه كون كبير. عند هذه النقطة، قم بالتأمل على الشكل التالي: " .. أنا أمثل مركز الجسم لدي، بالتالي أنا القوة المقررة فيه..".



موقع الصفيرة الشمسية في الجسم

وجب أن لا يُحبط المريد من الصعوبات التي يواجهها في البداية. حتى لو تمكن من المحافظة على الحالة لمدة ثواني معدودة في البداية، لكن هذه الثواني سوف تتحول إلى دقائق من خلال التمرين المستمر. المدة المقبولة للبقاء في نقطة العمق هي (٥) دقائق. من خلال العمل بهذه الخطوة ووجب أن يستطيع المريد نقل نفسه في أي لحظة أو موقف إلى نقطة العمق هذه، أي إلى رحاب المبدأ الأثيري (أكاشا)، ومن هناك يمكنه إدراك والسيطرة على كل شيء يتعلق بكيانه. هذا الانتقال للوعي إلى المبدأ الأثيري يمثل الحالة الأصلية للغيبوبة التجاوزية وتمثل المرحلة الأولية للتواصل مع الوعي الكوني. سوف أوصف الممارسة المتعلقة بهذا التواصل مع الوعي الكوني في الجزء التالي.

وجب عدم الخلط بين هذه الغيبوبة التجاوزية الأصيلة وبين تلك الحالة التي يدخلها الوسيط الأرواحيين، هذا إذا كانوا أصيلين وغير مخادعين. غالباً ما حصل التزوير والخداع في هذا المجال لتضليل الأشخاص الساذجين. العاملين في المجال الأرواحي يدخلون في غيبوبة أو شبه غيبوبة بمساعدة دعاء أو ترتيلة أو حالات تأملية مختلفة، فيحفزون على إحداث تغيير للوعي أو استبداله بوع آخر تماماً. في هذه الحالة تتجلى أنواع كثيرة من الكائنات الخفية التي تتوافق مع معتقداتهم، كأرواح الموتى أو الجن أو غيرها من كائنات تتوافق مع الثقافة العامة للمجتمع المحلي للوسيط الأرواحي. لكن وجهة النظر الهرمزية، هكذا ممارسات تعتبر نوع من الهوس أو الهاجس الذي يستحوذ على المرء، حتى لو حصلت تجليات مرئية وملموسة ولو كانت الكائنات الخفية خيرة

بطبيعتها. إنها مجرد أوهام تتجلى بفضل قدرة الإنسان على خلق وتجسيد كل ما يؤمن بوجوده. سوف أوضح هذا الموضوع بالتفصيل في الجزء التالي خلال تناول الكينونات الفكرية وطريقة خلقها واستثمارها. السيد التجاوزي الأصيل لا يشك بمصادقية هكذا أعمال أرواحية، لكنه يشعر بالشفقة فعلياً على أولئك الوسطاء. يستطيع السيد التجاوزي أن يقيم علاقات مع كائنات خفية لكن بطريقة مختلفة تماماً، حيث هو يدرك ماذا يفعل. سوف أتناول هذا الموضوع في الجزء التالي.

الخطوة [٥]

التدريب النفسي

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

أجلس بوضعيتك المعهودة. استنشق عبر الرئتين والمسامات، وبمساعدة التصرّ، اضغط عنصر النار إلى جسمك عبر المراكمة المستمرة. أنت تستنشق عنصر النار مصحوباً مع خاصية الحرارة، وبنفس الوقت يكون الزفير مجرد نفس عادي. إذا صارت الحماوة داخل جسمك شديدة، إي إذا كان هناك مراكمة كافية لعنصر النار في الجسم، دع العنصر يتسرب عبر الصفيحة الشمسية، مستخدماً التصرّ، واملأ الغرفة التي تتواجد فيها بالكامل بعنصر التراب. بينما تقوم بتفريغ العنصر من جسمك، وجب أن يكون لديك شعور بأن جسمك يتخلص بالكامل من العنصر، وهذا الأخير قد انتشر في كامل الغرفة، أي بنفس الطريقة التي اتبعتها خلال إشباع الغرفة بالقوة الحيوية. قم بتكرار كل من عملية المراكمة ومن ثم التفريغ عدة مرات، وبعد كل عملية تفريغ تكون قد أضفت المزيد إلى عنصر النار الموجود سابقاً. مجرد أن فرغت العنصر وتحررت منه، عليك أن تشعر به وهو يتراكم في الغرفة من حولك، حاول الإحساس بأن الغرفة تزداد حرارتها. بعد تكرار هذا التمرين عدة مرات سوف تصبح الحرارة واقعاً ملموساً في الغرفة بحيث أي شخص آخر يدخل الغرفة يستطيع الشعور بحرارتها. يمكن استخدام ميزان حرارة لكي يكشف لنا كم نستطيع تكثيف تصوّرنا ليتحول إلى حرارة بحيث يمكن تجسيد حرارة فعلية في الغرفة. نجاح هذا التمرين يعتمد كلياً على قوة الإرادة وملكة التصرّ لدينا. ليس ضرورياً بالملف في هذه الخطوة أن نتّمكن من خلق كمية كبيرة من الحرارة

المادية بحيث يمكن قياسها بميزان الحرارة. لكن لنفترض بأمر المرشد أراد أن يتخصص بهذا الموضوع بالذات فيمكنه فعل ذلك بواسطة التعليمات السابقة، وهذا يتطلب كمية إضافية من الجهد والمثابرة. لكن المرشد النبيه لا يكتفي بهذا ظواهر غير هامة، ويفضل الاستمرار في تنمية نفسه أكثر، لأنه مقتنع بأنه يستطيع اكتساب أكثر بكثير من هذه القدرة مع مرور الوقت.

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

ما أن يشحن الغرفة بعنصر النار، يستطيع الممارس أن يغادر الغرفة في أي وقت يشاء دون أن يتلاشى العنصر في غيابه. يستطيع الممارس أن يلزم العنصر بالبقاء قائماً في أجواء الغرفة لأي مدة من الزمن. نجاحه في هذه العملية يعتمد على قوة إرادته وتصوره. لكن هناك أمر آخر مختلف وجب ذكره عند هذه النقطة. لنفترض بأن الممارس يجري تمرينه في الهواء الطلق، أي في مكان مفتوح، فهذا يفرض عليه تصور مساحة محددة ليغطيها التأثير، مهما كان كبر المساحة. ليس هناك حدود للخيال والتصوّر.

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

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

تمرين

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

تمرين

اجلس في وضعيتك المعهودة. استنشق عنصر النار عبر الرئتين ومسامات كامل الجسم ثم راكمه هناك في الجسم حتى يراودك الشعور بالحرارة. والآن تصوّر عنصر النار المراكم في الجسم بأنه يشكّل كرة من النار يبلغ قطرها بين (١٠) و(٢٠) سنتيمتر عند الصفيرة الشمسية. على هذه الكرة المضغوطة أن تكون نارية ومشعة بحيث تشبه الشمس. والآن تصوّر بأن هذه الكرة تتحرك خارجة من الصفيرة الشمسية ومن ثم توقفت لتخلق في الهواء أمامك. قلنا بأنه على هذه الكرة أن تشبه الشمس، أي وجب أن نتصورها ببيضاء حارة جداً وتتبعث منها الحرارة. حافظ على هذا التصوّر لأطول فترة ممكنة. إذا اقتربت يديك منها بينما تخلق أمامك سوف تشعر بالحرارة المنبعثة منها. قم بإنهاء هذا التمرين من خلال تصوّر الكرة تتلاشى تدريجياً في الفضاء الكوني، أو من خلال تفجيرها فجأة إلى العدم. وجب أن تألف الطريقتين معاً. عليك أن تتعامل بنفس الطريقة مع كل من عنصر الهواء والماء والتراب. ومن أجل توفير بعض المساعدات، عندما تتعامل مع عنصر الهواء تصور بأن لونه أزرق سماوي عندما تضغط. أما بخصوص عنصر الماء، فعليك تصوره في البداية، عند

ضغطه، على شكل قطعة جليد كروية الشكل. أما عنصر التراب، فعليك تصوره بعد الضغط بهيئة كتلة من الطين ولونها بني أو فخاري.

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

تمرين

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

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

كرر الإجراء ذاته مع عنصر الهواء، ساحباً إياه من الكون الذي جعلته على شكل كرة عملاقة وأنت في مكزها، فينزل عنصر الهواء عليك من كافة الاتجاهات، فيملأ الغرفة ويتكاثف فيها. بعد الانتهاء من هذا الإجراء سوف يمتلكك الإحساس بأنك تطوف وسط محيط لامحدود من الهواء، متحرراً من الجاذبية والقوة الجاذبة. في غرفة مملوءة بعنصر الهواء، عليك أن تشعر بأنك خفيف كما البالون.

يمكنك بعدها إزالة عنصر الهواء المتكاثف وجعله يتلاشى إلى مادته الأولية بنفس الطريقة الموصوفة مع عنصر النار سابقاً.

افعل الأمر ذاته مع عنصر الماء. تصوّر بأنك تسحب هذا العنصر إليك نزولاً من محيط لامتناهي، يكون في البداية على شكل بخار بارد، وكلما اقترب نزولاً نحوك يبدأ بالتكاثف ويبدأ رويداً رويداً. املاً كامل الغرفة بهذا البخار البارد وتخيل نفسك في وسط هذا العنصر المائي. عليك أن تشعر ببرودة جليدية. في اللحظة التي تشعر فيها بالبرد، قم بإزالة عنصر الماء مرة أخرى ودعه يتلاشى إلى حالته الأولية جاعلاً إياه يجري بعيداً إلى العدم. بهذه الطريقة، يكون المرید قادر على تبريد وإنعاش غرفته خلال لحظات، حتى في أيام الصيف الحارة.

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

أصبح الآن واضحاً أن سحب العناصر وتجسيدها يحصل أينما ركزنا بالضبط، دون أن يمر العنصر عبر الجسم. أي أن كل شيء يحصل خارج الجسم. على المرید أن يتقن كلا الطريقتين بشكل جيد لأن بعض المهمات التجاوزية تحتاج إلى العنصر الذي يمر عبر الجسم مثل الحالات العلاجية. وعلى الجانب الآخر، سوف يحتاج الممارس عناصر متجلية من الكون مباشرة وذلك لخلق كينونات فكرية أو غيرها من مهمات سوف أذكرها في الجزء التالي. بعد أن يبرع المرید في هذا التمرين يمكنه أن ينتقل إلى التمرين التالي.

تمرين

مهمة هذا التمرين هي سحب العنصر من الكون لكن ليس من أجل ملئ المكان كما وصفته سابقاً بل من أجل تكثيف شكل معين، مشابه لما وصفته في تمرين سابق عندما تحدثت عن كرات ومكعبات ومخاريط، لكن في ذلك التمرين قمنا بتكوين هذه الأشكال عند الصفيرة الشمسية قبل أن

نقلها إلى خارج الجسم لتخلق في الهواء أماننا. الفرق مع هذا التمرين الحالي هو أن تكوين الأشكال لن يحصل داخل الجسم بل مباشرة خلال تحليقها في الهواء بعد سحبها من الكون المحيط. في نهاية المطاف، على الممارس أن يعرف كيف ينتج كرة نارية وكرة هوائية وكرة مائية وكرة ترابية. أعتقد أن هذه المهمة لم تعد صعبة بعد أن برع الممارس في عملية التصور. بعد أن يحقق هذه المهمة دون أي عيوب أو تعطيلات، ينتقل إلى صنع أشكال أخرى مختلفة من العنصر الذي يطوف أمامه في الهواء. بعد صنعها وجعلها تطوف لفترة معينة بشكلها الجديد، قم بإزالتها ودعها تتلاشى مرة أخرى في الكون. عليه دائماً أن يشعر بالخواص المتعلقة بالعنصر الذي يتعامل معه، عليه أن يستطيع مع الوقت أن يجعل شخص عادي حاضر في المكان أن يتمكن من الشعور بالخواص التابعة للعناصر. هذه إنجازات رفيعة بالفعل، وهي ناتجة من مجهود كبير يُبذل في هذا المجال. باختصار نقول، خلال مجرى هذه التمارين، وجب على المرید أن يكون قد تعلم كيف يكثف كل عنصر من العناصر من الكون ويفهم كيف يضغطه ويحوّله إلى أي شكل يختاره.

تمرين

الأسياذ التجاوزيين الذين تدربوا جيداً بهذا المجال يستطيعون تكثيف العنصر إلى درجة تجعله يصبح قوة مادية ملموسة. لهذا السبب يمكنهم إشعال موقد النار بمساعدة عنصر النار مثلاً، وحتى المسافة لا تمثل أي عبة لتحقيق هذا الإنجاز. يمكن لمرید أن يحقق هكذا إنجاز بسهولة. ابدأ في التدريب على سحب عنصر النار من الكون لتشكل كرة نارية. لا تجعل العنصر يمر عبر الجسم. قم بضغط وتكثيف الكرة النارية حتى تصبح بحجم حبة خرز صغيرة، لكن وهجها شديد بحيث أصبحت تمثل شرارة نارية. بعد تحقيق ذلك حرك هذه الحبة النارية باتجاه كتلة من القطن أو الصوف المبلول بسائل وقود سريع الاشتعال (مثل البنزين أو الكحول الإيثيلي) واجعل الحبة النارية تثبت هناك. بعدها قم بتحضير حبة أخرى بنفس الطريقة لكن هذه المرة تكون من عنصر الهواء. مجرد أن حركت حبة الهواء باتجاه النار الكامنة عند كتلة القطن سوف تشتعل هذه الأخيرة فوراً وتحترق حتى النهاية. بعد أن نجح المرید بهذه التجربة البسيطة، يمكنه الانتقال إلى أشياء أقوى مثل الشمعة أو فانوس الكاز. حتى أنه يستطيع تحقيق هذا الإنجاز عبر مسافة بعيدة. يمكنه مثلاً، خلق حبة نارية بالطريقة الموصوفة سابقاً، ثم يجعلها تثبت داخل قارورة زجاجية أو كأس زجاجي، ثم يخلق حبة مائية بنفس الطريقة، ثم يرسل هذه الأخيرة بشكل خاطف نحو الحبة النارية ومجرد أن لامستها

يحصل انفجار يؤدي إلى تحطيم الوعاء الزجاجي إلى أجزاء. يستطيع الممارس التجاوزي ابتكار الكثير من الألعاب المماثلة لأنه يعلم ويتقن القوانين التي تحكم هذه الظواهر.

لكن السيد التجاوزي لن يضيع وقته في هذه الأعمال التافهة بالنسبة له. هو يعلم جيداً بأنه يستطيع إنتاج أو إلغاء ظواهر كبرى مثل البرق والرعد والشتاء وغيرها بواسطة العناصر الأربعة. كل تلك القوى الطبيعية والتي تدهش الإنسان العادي بتجلياتها المتنوعة ليس لها أي قيمة بالنسبة للسيد التجاوزي. البعض من الأسياد تخصصوا في مجال التعامل مع الطبيعة، لكن هناك من فضل الإستمرار في الارتقاء قدماً بمستواه التجاوزي ولم يتوقف عند هذا الحد.

إن السيادة على العناصر يعني بكل تأكيد سيادة على ظواهر الطبيعة بكل أنواعها. يمكننا تذكر ذلك الإنجاز الذي يستطيع تحقيقه الفاكير الهندي ويتمثل بإنماء شجرة خلال ساعة واحدة، بعد أن كانت قبل ذلك مجرد بذرة صغيرة. هذا الإنجاز لا يمكن أن يتم دون السيادة على العناصر الأربعة.

هناك الكثير من الإمكانيات المتوفرة أمام المرید الذي يقرر أن يتخصص في التعامل مع العناصر الأربعة، خصوصاً بعد أن حاز على إمكانية تكثيف وتجسيد العنصر الذي يتعامل معه بحيث صارت قوة العنصر تمثل تجسيد مادي. بعد حيازته على إمكانية لفعل ذلك، يستطيع مثلاً، من خلال تكثيف عنصر التراب في جسده، أن ينتج حالة مناعية لجسمه تشبه تلك التي يستعرضها الصوفيون حول العالم. أي، يمكنه غرس آلات حادة في جسمه دون أن يشعر بأي ألم أو يفقد نقطة دم واحدة، ولا حتى يترك ندبة جرح في جسمه بعد إجراء العملية. يستطيع أيضاً الاستلقاء على لوح من المسامير، كما يفعلوا في الهند، دون أن يصب بأي أذى في جسمه. كما أنه يستطيع علاج جروح عميقة في جسمه أو جسم شخص آخر مستخدماً عنصر التراب، دون أن يترك أي ندبة مكان الجرح. هذا يعني أن الجرح العميق الذي يحتاج إلى عملية جراحية في المشفى يستطيع السيد التجاوزي علاجه خلال دقائق دون أن يترك أثر مكان الجرح. عنصر التراب الذي يكثفه خارج جسمه يمكنه من من تكثيف أي فكرة أو انطباع أو كائن خيالي، وإلى درجة تجعله مرئياً بالنسبة للآخرين، حتى يمكن تصويره فوتوغرافياً. كما أن للسيد التجاوزي إمكانية كبيرة على إحداث شلل أي شخص أو حيوان من خلال إطلاق خاطف وسريع لعنصر التراب. هناك في الحقيقة الكثير من الإمكانيات الأخرى لاستخدام هذا العنصر لكن أعتقد بأن الأمثلة السابقة كافية لتكوين فكرة عامة.

أما بخصوص عنصر الماء فله الكثير من الاستخدامات والتجليات. عندما يتم استحضاره وتكثيفه بشكل شديد، يساعد الممارس على تحمل أقصى درجات الحرارة دون أن يصاب جسمه بأي أذى أو حروق. عندما يُستحضر عنصر الماء ليتكاثف في اليدين، يصبح بإمكان الممارس أن يمسك بقطع معدنية ساخنة جداً ولونها أحمر متوهج، دون أن تصاب يديه بأي أذى. حتى أنه يستطيع أن يقف مبتسماً وسط حريق كبير، دون أن يصاب بأذى من أي نوع. بالإضافة إلى ذلك، يستطيع الممارس أن يطفئ أي نوع من الحريق، ومهما كان حجمه، بواسطة إشباع الموقع بعنصر الماء المكثف. هذا ولم نتكلم عن استخدام هذا العنصر لجلب الأمطار، وطربيب الأجواء وغيرها من معجزات طبيعية أخرى.

أما عنصر الهواء، فيمكن من خلاله تحقيق الكثير من العجائب المذهلة، لكن أهمها هي قدرة تجسيد ظاهرة الاسترفاع، أي رفع الأشياء في الهواء. إذا قام الممارس بتكثيف هذا العنصر في جسمه بشكل مستمر، سوف تتجلى الخاصية الرئيسية لهذا العنصر وبالتالي سوف يشعر الفرد بأن وزنه أخف من وزن الريشة، وبعدها يستطيع رفع نفسه ويطوف في الهواء كما البالون. بالإضافة إلى ذلك، يمكن تكثيف هذا العنصر في حجر أو صخرة أو أي شيء ثقيل، وبعد أن يتم إشباعه بهذا العنصر سوف يرتفع ويطوف في الهواء خالي تماماً من الوزن. هذا ولم نتكلم عن دور هذا العنصر في جلب الرياح أو التحكم بمسارها. وغيرها من ظواهر عجيبة يمكن تحقيقها بواسطة هذا العنصر.

أما عنصر النار، فبمساعده يستطيع الممارس أن يتحمل أقصى درجات البرد بعد أن يكتف عنصر النار في جسمه. هناك ممارسة تُسمى "تومو" في التبت، حيث يستطيع اللاما هناك، خلا فصل الشتاء، أن يجففوا قطع قماشية كبيرة مبللة بالماء، وذلك من خلال لفها حول أجسادهم ومن ثم يقومون بمراكمة عنصر النار في داخلهم. ذكرت سابقاً كيف باستطاعتك إشعال النار في موقد أو أي مادة قابلة للاشتعال مجرد أن كثفت فيها عنصر النار. في الحقيقة يوجد الكثير من الاستخدامات المتنوعة الأخرى لكن أعتقد بأن الصورة تكونت جيداً.

سوف أنتهي عند هذه النقطة بخصوص التدريب على التعامل مع العناصر الأربعة. مع أنه يوجد الكثير من التطبيقات الأخرى لكن تركناها للجزء التالي من هذا الكتاب. لا يُتوقع من أحد أن يتقدم قبل أن يمر على كامل التمارين الواردة في هذا الكتاب. لقد تم صياغة التمارين، وبطريقة تسلسلية،

لكي تعزز بعضها البعض وتكون متكاملة. لذلك لا يمكن للفرد أن يلتزم بتمرين واحد ويكتفي به. وجب العلم أن الأخذ ببعض التمارين وترك البعض الآخر قد يسبب أضرار على مستوى الصحة كما أن النجاح لن يأتي أبداً. وجب اعتبار هذه الحقائق جيداً. لكن من يمارس التمارين بالتسلسل وبمتابعة واجتهاد يمكنه التقدم مع ضمير مرتاح ويستطيع حينها أن ينمي قدرته التجاوزية بسهولة وسرعة كبيرتين.

الخطوة [٥]

التدريب الجسدي

في هذه الخطوة من التدريب الجسدي سوف نهتم بالحركة اللاإرادية التي يعتمد عليها الأرواحيون خلال جلساتهم التي يقيمونها لتحضير الأرواح كما يزعمون، أو كما هم يعتقدون فعلياً. فخلال هذه الجلسات يقوم المحضّر باستعراض الكثير من الأعمال التي تؤكّد وجود كائنات خفية، مثل حركاته اللاإرادية (الكتابة الأوتوماتيكية مثلاً) أو تلفظه بكلام غريب والكشف عن معلومات لا يعلمها مسبقاً في الحالة العادية وغيرها من أمور مشابهة. لقد تناولت هذا الموضوع بالتفصيل في إصدار سابق، وتوصلت إلى استنتاجات تستبعد تماماً وجود كائنات خفية كما يزعم الأرواحيون (مثل الجن والأشباح وغيرها). لا أعتقد بأن تفسيراتهم الماورائية لهذه الظاهرة هي صحيحة وسليمة منطقياً، حتى من وجهة النظر الماورائية. بخصوص معشر الجن، وهي الكائنات الخفية المألوفة في بلادنا، لا أعتقد بأن هذه الكائنات موجودة أصلاً كما يوصفونها. أما الجن المذكور في النصوص المقدسة فهو مختلف تماماً. الجن الذي يقصده الكتاب الكريم ليس له علاقة، لا من قريب ولا من بعيد، بالجن الذي يتعامل معه المحضرون والماورائيون. إذا كانت النصوص المقدسة قد تم تفسيرها بشكل خاطئ، فهذا ليس ذنب النصوص ولا يمكن أن نجعل تلك التفسيرات الخاطئة مبررات سليمة يمكن أن يعتمد عليها المشعوذون.

على أي حال، لقد تبين بالإثبات العملي وجود كائن خفي داخل كل كائن بشري وقد أشرت إليه في كتاباتي باسم النفس الخفية. يبدو من خلال الاختبار والتجربة أن هذا الكائن هو عظيم جداً بحيث يعلم أكثر مما نعلمه ولديه إمكانيات أكثر مما نستطيع نحن إنجازه. لكن يبدو أن جهل الناس بوجوده في داخلهم جعلهم يعتقدون بوجود كائنات خفية خارج كيانهم وليس داخله. هذا الجهل بوجوده وغياب العلم الأصيل الذي يعلم كيفية التواصل معه والاستعانة به في كافة النواحي أدى إلى نسيانه تماماً من قبل الناس وفي فترات تاريخية قديمة جداً.

لن أتناول موضوع هذا الكائن الخفي هنا في هذا الفصل، بل سوف نحضّر جسدنا للتواصل معه عبر الحركات اللاإرادية (مثل تحريك البنودول أو الكتابة الأوتوماتيكية أو غيرها). لكن ليس جميع

الحركات الإرادية هي متحررة من تأثيرات خارجية أو باطنية على أنواعها. لهذا السبب سوف نجري تمارين لكي نجعل الحركة الإرادية لدينا متحررة تماماً من أي مؤثر خارجي وبالتالي تصبح الساحة فارغة لتدخل النفس الخفية لدينا. سوف نجري تمرين الارتفاع الإرادي للأصابع ولاحقاً اليد. هذه الحركة الإرادية مشهورة في بلادنا على أساس أنها من عمل الكائنات الخفية، لكن الأمر ليس كذلك في الحقيقة. بهذا التمرين سوف نحضّر الجسد لدينا لكي يستجيب مع أي تحفيز من قبل النفس الخفية وليس غيرها من كائنات خرافية أخرى والتي يحقّز العقل الباطن لدينا على تجليها أو تجلي تأثيراتها رغم أنها مجرد أوهام.

التمرين

أجلس مرتاحاً أمام طاولة وضع يديك عليها. مارس عملية مراكمة القوة الحيوية في اليد اليمنى وركز على حقيقة أنك تستطيع إدارة يدك وأصابعك بواسطة قوة الإرادة فقط لا غير. (أي دون تدخل العضلات). بعدها، بواسطة التصوّر، دع القوة الحيوية المراكمة في اليد أن تتلاشى وتعود لتندمج مع الكون مرة أخرى. الآن ابدأ بتمرين الارتفاع الفعلي. قم بمراكمة عنصر الهواء في أصبع السبابة لليد اليمنى، وركز على فكرة أن السبابة أصبحت خفيفة كما الهواء. والآن حاول أن تتصوّر بأنك ترفع السبابة بمساعدة قوة الإرادة (وليس العضلات) تاركاً الأصابع الأخرى مع اليد ساكنة دون حراك على الطاولة. عليك أن تشعر بأنه ليس العضلات هي الرافعة للأصبع بل قوة الإرادة لديك هي التي تفعل ذلك. بعد محاولات عدة، لا بد من أن تتجح في النهاية في رفع الأصبع، بعد ارتفاعها لفترة دعها تنزل إلى مكانها مستخدماً قوة الإرادة. إذا توقفت عن التركيز أثناء ارتفاع الأصبع سوف ينزل هذا الأخير لوحده. يمكنك اختبار هذه الحالة لكي تعلم إن كانت قوة الإرادة هي الفاعلة في العملية أو أن العضلات تتدخل في العملية.

إذا نجحت في رفع أصبع السبابة مستخدماً قوة الإرادة فقط، يمكنك بعدها الانتقال إلى الأصابع الأخرى واجرئ عليها نفس التمرين الموصوف سابقاً. يمكن اعتبار الغاية من هذا التمرين قد تحققت عندما تتجح في رفع وتنزيل كامل أصابع اليد اليمنى مستخدماً قوة الإرادة فحسب. والآن قم بنفس التمرين على اليد اليسرى وأصابعها. بعد أن تنتهي من هذا التمرين بنجاح، قم بممارسة نفس الإجراء على اليد اليمنى بالكامل، محاولاً رفعها بنفس الطريقة الموصوفة سابقاً مع الأصابع. وبعد النجاح في العملية انتقل إلى اليد اليسرى. بعد أن حققت نجاحاً في التمارين السابقة، قم الآن برفع اليد،

ليس من الرسغ بل من المرفق. يمكنك أن تجري التمرين لاحقاً على اليدين معاً، وطبعاً بمساعدة قوة الإرادة فقط وليس العضلات.

ملاحظة: قد يقرر المريد أن يستمر في التوسع بهذه التمارين حتى يشمل كامل الجسم، وسوف ينجح في النهاية دون شك لكن بعد فترة زمنية طويلة. سوف يتمكن من رفع كامل الجسم في الهواء بمساعدة قوة الإرادة. سوف يصبح بإمكانه المشي على سطح الماء دون أن يغرق. سوف يستطيع أن يرتفع في الهواء بكامل جسمه ويحقق العديد من الإنجازات المشابهة. لكن من الواضح أنه عليه التدريب وممارسة التمارين المذكورة سابقاً لسنوات عديدة قبل أن يحقق هذه الإنجازات. يستطيع الأسياد التجاوزيين إنتاج هذه الظاهرة دون أي صعوبة ودون أن يضطروا إلى إجراء التمارين السابقة لمدة سنوات، لأن نموهم وتطورهم التجاوزي هو أرفع مستوى. يستحيل أن نشهد سيد تجاوزي من المرتبة العليا يستعرض هذه القدرة دون سبب ضروري يدفعه إلى ذلك، فما بالك استعراضه أمام العموم ليرضي فضول الناس.

في مستوانا الحالي من النمو، سوف نكتفي بمرحلة تحريك الأيدي والأصابع بواسطة قوة الإرادة. تذكر أننا بصدد موضوع آخر مختلف عن الارتفاع في الهواء. نحن بصدد تفعيل حركة لإرادية خاصة سماها الباحثون في بدايات القرن الماضي "الايديوموتور" وهي حركة لا إرادية تستجيب لمحفزات فكرية وليس جسدية. وجب أن نجعل هذه الحركة متحررة تماماً من أي محفز فكري غير منضبط. جميعنا نعلم أن العقل الباطن لدينا مليء بالمعتقدات والقناعات الخاطئة والخرافية والتي تحاول أن تتجلى عبره إلى الواقع الفعلي، وهذا بالذات ما سوف تفعله إذا قمنا بممارسة هذه الحركة الإرادية دون تدريبها على الإنضباط والإمتثال لإرادتنا. والتمارين المذكورة في هذه الخطوة تساعدنا على ذلك بكل تأكيد. بعد الانتهاء من التمارين السابقة بنجاح، سوف ننقل إلى تمرين تحضيري آخر والذي هو ضروري ليمكننا من ممارسة التواصل مع الكائن الخفي لدينا. يجري التمرين على الشكل التالي:

التمرين

أجلس عند الطاولة واجعل يديك ترتاح عليها بسكون. والآن حاول أن تتصور بأن يد شبحية تخرج من اليد المادية التي ترتاح على الطاولة. هذه اليد الشبحية هي تابعة للجسم النفسي لديك. بعد

خروجها من اليد المادية ضع هذه اليد الشبحية (النفسية) بجانبها، أو اجعل اليد الشبحية تنزل وترتاح على ركبتيك. عليك أن تعتبر اليد الشبحية بأنها تمثل اليد الحقيقية. أما اليد الحقيقية فعليك اعتبارها غير فعالة ولا تمثل سوى قشرة مفرغة من المضمون النفسي والروحي، لذلك هي جامدة في موقعها دون حراك. إذا تمكنت من إجراء هذه العملية بنجاح، أبقى على هذه الحالة الجديدة لفترة من الوقت، قم بإعادة اليد الشبحية إلى اليد الحقيقية وانهي التمرين. قم بتكرار هذا التمرين عدة مرات حتى تستطيع في النهاية أن تحافظ على تجلي اليد الشبحية كما وصفتها سابقاً لمدة (٥) دقائق. يمكنك العمل على اليد الأخرى بنفس الطريقة. مجرد أن أصبحت قادر على تنفيذ هذا التمرين بشكل جيد يمكنك اعتبار نفسك محضراً للتواصل مع النفس الخفية من خلال الحركة اللاإرادية التي يمكن أن تتجلى عبر عدة وسائل، مثل طريقة البنودول الكاشف، والكتابة الأوتوماتيكية، وغيرها من وسائل تُستخدم عموماً من قبل الأرواحيين للتواصل مع الكائنات الخفية المزعومة.

ملاحظة: لا أعتقد بأن شرح الطرق المختلفة المتبعة من قبل الأرواحيين هي مجدية هنا، لأن المرید سوف يتجاوز هذه المرحلة في الجزء التالي ولم يعد بحاجة إلى الاستعانة بهذه الوسائل التي تعتبر بدائية بالنسبة لما سوف يأتي لاحقاً. لكنني أنصح بإعادة قراءة مجموعة "علم القياس النوعي" التي تتناول طريقة استخدام البنودول الكاشف، وقد انتهيت من كتابتها بصيغة جديدة وفيها معلومات كثيرة جديدة وموسعة. بعد إجراء التمارين السابقة سوف تلاحظ بأن استخدام البنودول أصبح مختلفاً بالمقارنة مع الفترة السابقة لإجراءك التمرين.

يُفضل أن يجتهد المرید في مراجعة كافة التمارين الواردة في هذا الكتاب وإعادة فحص نفسه إذا كانت حاضرة لتطبيق أي تمرين بشكل جيد أو أقل من المتوقع. تذكر أن بعض التمارين يجب أن تتحول إلى عادات يومية. مهما كان الأمر، على المرید مراجعة كامل التمارين والتعمق فيها أكثر وأكثر وذلك لكي يضمن النجاح الأكيد في التمارين والتطبيقات التي سيتعرف عليها في الجزء التالي.

هذه نهاية تمارين الخطوة الخامسة

ملخص التمارين في الخطوة الخامسة

الخطوة [٥] . التدريب الروحي

١. العمل التجاوزي الفراغي والتعامل مع نقطة العمق

الخطوة [٥] التدريب النفسي

١. إطلاق العناصر إلى الخارج:

أ . عبر الجسم، بعد مراكمتها في الصغيرة الشمسية

ب . بعد مراكمتها في اليدين، وخصوصاً عبر الأصابع

٢. إطلاق العناصر دون المرور عبر الجسد

الخطوة [٥] التدريب الجسدي

١. التحضير للتواصل مع النفس الخفية

.....

الخاتمة

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

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

معظم الناس محكومون بالنموذج المادي للحياة، وإلى درجة تجعلهم عاجزين عن فهم أي شيء أسمى وألطف من العالم المادي الكثيف، فما بالك يدركونه فعلياً. لكن الأمر مختلف كلياً بالنسبة للسيد التجاوزي الذي طور حواسه مما يمكنه من الرؤية والإدراك أبعد من المستوى المادي بكثير، لذلك هو مقتنع بوجود قوى وعوالم وكائنات أسمى وأرقى. بالتالي هدفنا الرئيسي من التدريب هو أن نصبح مؤهلين لأن ندرك ونرى، بل ونتحكم أيضاً، ليس في العالم المادي فحسب، بل العوالم الأسمى على حد سواء. لكن دعونا نلتزم بالممارسة التدريبية ونتأمل خيراً ينتظرنا في نهاية هذا الدرب.

بعد أن مارس التمارين المذكورة في الكتاب الحالي، أصبح المرید مؤهلاً إلى خوض المرحلة التالية من التدريب العملي. سوف يتعرف المرید على الكثير من الحقائق والظواهر الجديدة التي يتمتع بها الكائن البشري لكنه يجهلها تماماً.

.....

انتهى

الفهرس

٥ مقمة

القسم النظري

٩ حول العناصر الأربعة
١١ مبدأ النار
١٢ مبدأ الماء
١٣ مبدأ الهواء
١٣ مبدأ التراب
١٦ المغناطيس رباعي الأقطاب
٢١ النور والظلام
٢١ المبدأ الأثيري (أكاشا)
٢٢ مبدأ السببية (كارما)
٢٣ الإنسان ومستوياته الثلاثة
٣٠ بخصوص الجسد المادي
٤١ بخصوص العالم المادي
٤٤ بخصوص الجسم النفسي (الجسم النجمي)
٤٩ بخصوص العالم النفسي
٥٣ بخصوص الجسم الروحي (الكيان العقلي)
٥٦ بخصوص العالم الروحي (العقلي)
٥٩ ملاحظات بخصوص العوالم الثلاثة
٦٣ بخصوص مسألة الحقيقة
٦٥ بخصوص مسألة العقيدة
٦٦ بخصوص مسألة الإله الأعلى

٦٩ بخصوص مسألة الزهد والتسك
٧٢ الغاية الجوهرية من هذا المنهج التدريبي
٨٤ أداة التدريب الرئيسية في الممارسة التجاوزية
٨٧ بخصوص مسألة الخيال والتصور

القسم العملي

٩٦ الخطوة [١] . التدريب الروحي
	التحكم بالأفكار، ضبط الأفكار، إخضاع الأفكار
٩٩ الخطوة [١] التدريب النفسي
	١. الفحص والإصلاح الذاتي
	٢. القائمتين البيضاء والسوداء لسماة النفس
١٠٣ الخطوة [١] التدريب الجسدي
	١. الجسد المادي
	٢. سر التنفس
	٣. تناول الوعي للطعام
	٤. سحر الماء
١١٥ الخطوة [٢] التدريب الروحي
	١. الإيحاء الذاتي، سر العقل الباطن
	٢. تمارين التركيز
	٣. تمرين بصري
	٤. تمرين سمعي
	٥. تمرين لمسي
	٦. تمرين الشم
	٧. تمرين الذوق
١١٨ الخطوة [٢] التدريب النفسي
	١. التوازن النفسي من ناحية العناصر

٢. تحويل النفس وتثبيتها
٣. عبر الإيجار أو السيطرة
٤. عبر الإيحاء الذاتي
٥. عبر التحوّل
- ١٢٠ **الخطوة [٢] التدريب الجسدي**
١. التنفس عبر مسامات الجلد
٢. وضعية الجسد
٣. إدارة الجسم في الحياة اليومية
-
- ١٢٧ **الخطوة [٣] التدريب الروحي**
١. تركيز الفكر من خلال حاستين أو ثلاثة
٢. التركيز على الأشياء والمواقع والمشاهد
٣. التركيز على الحيوانات والبشر
- ١٣١ **الخطوة [٣] التدريب النفسي**
١. استنشاق العناصر إلى كامل الجسم
٢. عنصر النار
٣. عنصر الهواء
٤. عنصر الماء
٥. عنصر التراب
- ١٣٨ **الخطوة [٣] التدريب الجسدي**
١. ترسيخ تمرين الخطوة [١] إلى أن يصبح عادة دائمة
٢. مراكمة القوة الحيوية
- أ. المراكمة من خلال التنفس عبر الرئتين والمسامات إلى كامل الجسم
- ب . المراكمة في أقسام مختلفة في الجسم
٥. تخصيب الفراغ المحيط لأسباب مختلفة: صحية، نجاح، إلى آخره
٦. الجايومغناطيسية

- ١٥٥ **الخطوة [٤] التدريب الروحي**
 ١. عملية زرع الوعي
 أ. في الأشياء
 ب. في الحيوانات
 ج. في الكائنات البشرية
- ١٥٨ **الخطوة [٤] التدريب النفسي**
 ١. مراكمة العناصر
 أ. في كامل الجسم
 ب. في أقسام متفرقة من الجسم
 ٢. خلق تناغم بين العناصر في مناطق مختلفة من الجسم
- ١٦٣ **الخطوة [٤] التدريب الجسدي**
 ١. الشعائر وتطبيقها العملي
 أ. الإيماءات والإشارات
 ب. وضعيات الجلوس (أسانا)
 ج. وضعيات الأصابع (مودراس)
-
- ١٧١ **الخطوة [٥] التدريب الروحي**
 ١. العمل التجاوزي الفراغي والتعامل مع نقطة العمق
- ١٧٥ **الخطوة [٥] التدريب النفسي**
 ١. إطلاق العناصر إلى الخارج
 أ. عبر الجسم، بعد مراكمتها في الصفيحة الشمسية
 ب. بعد مراكمتها في اليدين
 ٢. إطلاق العناصر دون المرور عبر الجسد
- ١٨٤ **الخطوة [٥] التدريب الجسدي**
 ١. التحضير للتواصل مع النفس الخفية
- ١٨٩ **خاتمة**

