

"مصادر أعلى من العقل"

هناك عدة أسئلة هنا:

السؤال الأول: تكلمت البارحة أنه عند بزوغ فجر الاستتارة، فإن المسافة بين الحاجبين المتمثلة بالعين الثالثة ستغدو شاملة كلياً، ويوم آخر تحدثت أن كل المتورين متمركزين بمركز السرة، وذكرت أيضاً الوتر الفضي بمنتصف العمود الشوكي، وعرفت على أنها المراكز الأساسية الثلاثة لجذور الأنسان، الرجاء شرح أهمية الاتصال بهذه المراكز وأهمية عملها ووظائفها؟

أوشو: إن الشيء الأساسي الذي يجب فهمه حول هذه المراكز هو كلما كنت متمركزاً بهم، بهذه اللحظة أنت بالمركز، مهما كان المركز ستهبط للأسفل إلى السرة، أن تكون متمركزاً ذو مغزى كبير، فإذا كنت متمركزاً بالقلب فالقلب غير مرتبط إطلاقاً، وحتى إذا كنت متمركزاً بالعين الثالثة فهي ليست أساسية، النقطة الأساسية تمركز الوعي، مهما كانت طريقة التمركز. عندما تكون متمركزاً بأي مركز ستهبط للأسفل إلى

السرة. المركز الأساسي والأصلي هو السرة.
المركز شيء موجود، ولكن صعوبة التمركز ناتج عن
الأسباب العقلية، الرأس يخلق المتاعب، يعتمد مركز
القلب على الحب الإخلاص والوفاء والخضوع، ويعتمد
الرأس على الشك والرفض والإنكار.

أن تكون سلبياً بالمطلق أمر مستحيل، ومشككاً بالمطلق
مستحيل أيضاً، ولكنها تحدث أحياناً، المستحيل يمكن
حدوثه أحياناً، فإذا كان الشك كثيفاً لدرجة لم يبقَ
شيئاً مما تؤمن به، ولا حتى العقل نفسه، وأصبح الشك
مسيطرًا بالمطلق حتى على نفسه، ستهبط عندها إلى
مركز السرة مباشرة، ولكنها ظاهرة نادرة جداً.

الثقة أسهل بكثير، فإن تثق كلياً مسألة أسهل بكثير من
الشك الكلي، يمكن قول كلمة نعم بسهولة أكبر من
قول لا، لذا حتى لو كنت متمركزاً بالرأس، التمركز
هو الأساس، ثم ستهبط إلى مركز الأصلي، إذاً
تمركز بأي مكان، بالعمود الفقري، بالقلب، بالرأس،
أو أي مركز تجده بجسمك (متضمناً الأعضاء الجنسية)،
إن أي جزء من الجسم يمكن أن يكون مركزاً للتحرك

نحو السرة.

(التانترا) تعمل على جلب الوعي كلياً إلى المركز الأصلي، أيّاً كان المركز، استخدم (الطاو) إصبع القدم الأكبر كمركز، يتحرك الوعي إلى الأسفل إلى أصبع القدم الأكبر، ابقَ هناك انسَ الجسد، دع كل الوعي يصل هناك، حقيقة الأمر أن المركز غير مرتبط، المهم أن تكون متمركزاً، الشيء يحدث لأنك متمركز، وليس لأنك تتذكر المركز، المركز ليس ذو أهمية، التمرکز هو المهم للغاية.

لذا لا تتحير، بهذه الطرق والتقنيات المائة واثنى عشرة سوف نستخدم الكثير من المراكز، لا تصاب بالحيرة حول المركز الأهم، أو أيهم الحقيقي، أي مركز يعمل حسناً، يمكن الاختيار على هواك، إذا كنت شهوانياً جداً يمكن اختيار الأعضاء الجنسية، اختارها لأن وعيك يتدفق بشكل طبيعي باتجاهها، ومن الأفضل اختيارها، ولكن اختيار الأعضاء الجنسية مسألة صعبة، لأنه أحد المراكز الأساسية الطبيعية، فالوعي يتوجه إليه بلهفة بيولوجية، لماذا لا نستخدم قوى الطبيعة باتجاه الارتقاء

الباطني؟ اجعل منها نقطة للتمركز.

لكن الاشتراطات الاجتماعية، تعاليم قمع الجنس والمفاهيم الأخلاقية، سببت الأذى العميق، لذلك أصبحت غير مرتبطة بمركزك الجنسي، حقيقة تصورنا لأنفسنا لا يتضمن هذا المركز.

تخيل جسديك، ستشعر أن الأعضاء الجنسية خارجية وليست ذات علاقة بالجسد، لذا نجد هذا الحرص على تخبيئتها وهذا الحرص الزائد أصبح باللاوعي.

إذا جاء شخص ما من الفضاء من كوكب آخر، وشاهد المجتمعات الإنسانية، سيظن أنهم لا يملكون مراكز جنسية، وإذا استمع إلى محادثاتنا لن يجد حياة لشيء ما اسمه الجنس، سيعتقد بأن الجنس غير موجود إطلاقاً، لقد أبدعنا الحواجز والتقسيمات، وقمنا بقطع الطريق إلى مراكزنا الجنسية، وبالتالي قسمنا الجسد إلى قسمين، القسم الأعلى وهو الأرفع ويتضمن الرأس والعقل، وقسم أدنى أقل شأنًا ويتضمن الأعضاء الجنسية، وهو مُدان وغير مقبول حتى أنك لا تعتبر أن هذا القسم هو أنت.

إذا سألك أحدهم "أين أنت بجسدك؟" ستشير إلى رأسك،

لأنه الأعلى، وربما تتجه للقلب ولكنك لا يمكن أن تتجه للأسفل، إنه ليس جزء منك حتى الثياب قُسمت إلى الجزء الأعلى والجزء الأسفل، والجزء الأسفل ليس لك إنه ملتصق بك، إنه مختلف عنك ولذا نجد صعوبة باستخدام مركز الجنس للمركز، فإذا كان بإمكانك استخدامه فهو جيد جداً، الطاقة الطبيعية تتجه إلى هذا المركز، ركز عليه، عندما تشعر بدافع جنسي، أغمض عيناك واشعر بالطاقة المتدفقة إلى مركز الجنس.

اجعل ذلك تأملاً، اشعر أن تمركزك بمركز الجنس، فجأة ستشعر بتغير نوعية الطاقة، الشهوانية ستختفي، ويصبح مركز الجنس مصدراً للاستتارة، إنه مليء بالطاقة والحيوية، ستشعر أن قمة الحياة بهذا المركز، فإذا تمركزت حقيقة سوف يختفي الجنس فعلياً وبشكل مطلق عندها، ومن مركز الجنس ستشعر بجريان الطاقة عبر كامل الجسد، حتى إنها تتجاوز الجسد وتذهب إلى الكون العظيم. إذا كنت كلياً متمركزاً بمركز الجنس فجأة تعبر إلى جذرك الأساسي - السُرة.

استخدمت (التانترا) مركز الجنس وأنا اعتقد أن

(التانترا) واحدة من أعظم العلوم اقترابا في مجال ارتقاء الإنسانية، استخدام الجنس علمي جداً، فعندما تجري الطاقة من العقل إلى المركز ، لما لا نستخدم جريان طاقة الطبيعة كعربة؟ وهذا هو الاختلاف الأساسي بين (التانترا) وما يُسمى العلوم الأخلاقية، الأخلاقيين لا يستخدمون مركز الجنس للتطور والارتقاء لأنهم يخافونه. الشخص الذي يخشى الطاقة الجنسية من الصعب جداً أن ينقل نفسه، إنه يقاقل ضد التيار، ضد النهر المتدفق، من السهل أن تجري مع النهر، فقط كن عائماً، إذا كان بإمكانك العوم بدون صراع يمكن استخدام أي المركز للتمركز.

أي مركز يمكن أن يعمل حسناً، يمكن إبداع مركز خاص بك، ليس هناك حاجة ليكون تقليدياً، كل المراكز أدوات - أدوات للتمركز، عندما تكون متمركزاً ستهبط إلى مركز السُرّة تلقائياً، الوعي المتمركز سيعود إلى مصدره الأصلي الأساسي.

السؤال الثاني: ألهم (بوذا) عدداً ضخماً من الناس ليصبحوا سنياسن، كان السنياسن يلتمسون وجبة الطعام،

ويعيشون بعيداً عن المجتمع، وعن العمل والسياسة، (بوذا)
نفسه عاش حياة الزهد والتسك، وتبدو حياة التسك
الحد الأقصى المقابل لحياة البشر، إنها لا تبدو منتصف
الدرب، هل يمكن شرح هذه النقطة؟

إنها تبدو صعبة الفهم، بسبب عدم وعيك بالنهاية الأخرى
الحدية بحياة البشر، النهاية الأخرى للحياة هي دائماً
الموت، لقد تعلموا مقولة الانتحار هو الدرب، وليس ذلك
فقط بالماضي، حتى بالحاضر الآن هناك من يقول إن
الحياة سخيصة، وعديمة القيمة، والموت سيغدو ذو قيمة
أعظم. الموت والحياة هما القطبان المتقابلان، فالحياة
يقابلها الموت.

حاول تفهم ذلك وستكون نافعة لإيجاد طريق لنفسك،
فإذا كان الموت القطب المقابل للحياة، فالعقل يتحرك نحو
الموت بسهولة تامة، وهذا ما يحدث، عندما يقدم شخصاً
ما على الانتحار.

هل سبق أن لاحظت شخصاً مُقدماً على الانتحار كم هو
مرتبط بالحياة بشدة؟ فقط ذلك الشخص المتعلق بشدة
بالحياة يمكنه أن يُقدم على الانتحار. وعلى سبيل المثال،

أنت متعلق بزوجتك، وتعتقد أنك لا تستطيع العيش بدونها، ثم ماتت الزوجة أو مات الزوج، وأقدمت على الانتحار، سيتحرك العقل إلى الاتجاه الآخر لأنه متعلق بالحياة، في لحظات الإحباط يذهب العقل إلى النهاية المقابلة.

الانتحار نوعين، بالأجمال يكون الانتحار تدريجياً، بحيث تسحب نفسك من الحياة تدريجياً، تتقطع عن الحياة وتذهب ببطء للموت.

بزمَن (بوذا) كان هناك مدارس للوعظ والتوجيه للمقدمين على الانتحار، وذلك حقيقة اتجاه معاكس لحياة البشر، كانت التعاليم تنص على أن الانتحار هو الطريقة الوحيدة للخروج من الهراء الذي يسمى الحياة، الطريقة الوحيدة للتغلب على الأوجاع والألم، فبقائك حياً يحمل المعاناة، لذا أقدم على الانتحار، على هلاكك، لتترفع عن البؤس حيث لا طريقة أخرى، تفهم ذلك بعمق، فهو يحمل كثيراً من المعاني.

(سيغموند فرويد) بعد أربعين عاماً بالعمل الدؤوب على العقل البشري، وصل إلى الخلاصة التالية "أن الإنسان لا يمكنه أن يعيش سعيداً"، فالطرق العقلية تخلق البؤس،

البؤس سيتواجد بنسبة ما ، ولكنه لن ينعدم إطلاقاً ، إذا عدلت عقلك سيكون البؤس بدرجة أقل ، وهذا يبدو محبطاً للغاية وبلا أمل.

"الحياة لن تكون مليئة بالغبطة والبركة أبداً" ، يقول (سارتر): "طبيعة الحياة مروعة مليئة بالبؤس والمعاناة ، الأفضل مواجهتها ببطولة ، بلا أمل ولا رجاء ، كما حالة انعدام الأمل ، فإذا كانت الحالة كذلك لما لا تقدم على الانتحار؟ حيث لا طريقة لتسمو عن الحياة ، لما لا تغادر هذه الحياة إذا؟"

برواية (دوستويفسكي) الشهيرة "أخوة كارامازوف" الحاصلة على جائزة نوبل يقول: "أنا أبحث عن الله فقط لأعيد له بطاقة الدخول إلى الحياة ، أنا لا أرغب بالبقاء هنا ، إذا كان هناك إله فهو عنيف وقاسي" ، يقول هنا: "إنه بدون استئذاني تم رميي بهذه الحياة ، وهذا ليس اختياري ولا رغبتى ، لماذا أعيش بدون خيارى؟".

لقد كان هناك عدة مدارس بزمان (بوذا) ، حيث كانت فترة حركة ذهنية متميزة بتاريخ الإنسانية ، كانت مدرسة (كمبال) حيث يعظون بالانتحار ، وهناك جماعة تعتبر

الانتحار هو الدرب الوحيد المتاح. الحياة لا تستحق أن تعيش بها، ذلك هو الحد الأقصى المقابل للحياة. وصادف أن سألت أحد معتقي هذه المدرسة عن سبب بقاءه حياً، فأجاب: "أنا أعيش فقط لكي أعض الآخرين بضرورة الانتحار فإذا مت من سيعظ بذلك، أنا أعيش فقط لنشر هذه التعاليم".

(بوذا) كان بمنتصف الدرب، يقول (بوذا): "لا موت ولا حياة"، هذا ما يعنيه السنياسن "لا اقتراب من الحياة ولا تتافر معها" فقط البقاء بالمنتصف، يقول (بوذا): "على السنياسن البقاء بالمنتصف دائماً" هم ليسوا سلبين بالحياة، فلا إنكار للحياة ولا للموت أيضاً. عندما تتعلق بمفهوم "لا حياة ولا موت" تصبح عندها سنياسن.

إذا كان بإمكانك رؤية القطب المقابل للحياة والموت عندها يجب أن تكون بمنتصف الدرب تماماً كما السنياسن، هم ليسوا ضد الحياة، السنياسن يملكون توازناً عظيماً بالوعي، توازن بالمنتصف فقط، فإذا كانت الحياة بؤس ومعاناة، يقول العقل تحرك إلى الجهة المقابلة. إنك تعتبر حياة بوذا بائسة لأنك تقف بالحد الأقصى،

والموت أيضا سيكون بائساً لأنه النهاية الأخرى المقابلة،
البركة الغبطة فقط بالمنتصف، البركة فقط بالتوازن.
توازن السنياسن حيث لا يمين ولا يسار، فقط بالمنتصف
حيث الصمت، انعدام الحركة، انعدام الرغبات البقاء
بالمركز، لذا لا تختار الموت، الخيار بحد ذاته هو سبب
المعاناة، باختيارك الحياة تختار البؤس والمعاناة،
وباختيارك الموت تختار التعاسة والبؤس أيضاً.
الحياة والموت نهايتان حديتان، إذا اخترت أحدهما عليك أن
تذهب إلى القطب المقابل وهكذا ينتج البؤس، فالموت
متضمن للحياة، لا يمكن اختيار الحياة بدون اختيار
الموت، باللحظة التي تختار فيها الحياة تكون قد اخترت
الموت أيضاً، وهكذا تتولد المعاناة نتيجة لاختيارك الحياة،
بمجرد اختيارك للسعادة باستمرار، بدون معرفتك، تكون
قد اخترت التعاسة لأنها جزء منها.
إذا اخترت الحب تكون قد اخترت الكره أيضاً، إنه
المقابل الجوهري له، إنه متضمن ومختبئ به، عندما تختار
الحب سيترافق مع العذاب، لا تختر أبق بالمنتصف، الحق
دائماً بالمنتصف، بإحدى النهايتين الحياة وبالمقابل الموت،

لكن الطاقة تتحرك بينهما، بالمنتصف الحق. لا تختر، الاختيار يعني تفضيل قسم على آخر، البقاء بالمنتصف يعني انعدام الخيارات، عندها فقط لن تظهر التعاسة والبؤس حيث لا طريق لهم.

الإنسان صنع التعاسة نتيجة اختياراته، إن انعدام الخيارات مسألة صعبة وتبدو مستحيلة، لكن عليك بالمحاولة، عندما يكون هناك متناقضين ابق بالمنتصف، وبالتدرج سيظهر الحدس وسوف تتعرف إلى تلك المشاعر عند البقاء بالمنتصف - سيكون شعوراً لطيفاً، إنه ألطف شعور بالحياة برمتها، عند هكذا شعور لا يمكن لأياً كان أن يزعجك، ولن يكون هناك أية معاناة، ستغدو الحياة بدون بؤس ولا تعاسة على الإطلاق.

هذا ما يعنيه السنياسن من الحياة بدون معاناة، ولكنها تتطلب العيش بلا خيارات، تتطلب البقاء بالمنتصف، وكان (بوذا) مبدعاً "البقاء الدائم بمنتصف الدرب".

السؤال الثالث: أرشدنا إلى طرق عملية حول الفتحات وتطوير مركز القلب للحصول على الاستنارة.

النقطة الأولى حاول أن تكون بلا رأس، تخيل نفسك بدون

الرأس، إنها إحدى التمارين الهامة، حاول المشي وكأنك لا تحمل رأساً، بالبداية "كأنك" هذه ستجعلك متشائماً، فهذا الشعور أنك بلا رأس هو مزعج وغريب، ولكن بالتدرج ستهبط للأسفل إلى القلب.

هناك قانون واحد، ربما شاهدت شخصاً أعمى لكنه موسيقي بارز، الأعمى يمتلك حواس مرهفة وحادة كالسمع مثلاً، هو يمتلك شعوراً عميقاً بالموسيقى، لماذا؟ الطاقة التي عادة تذهب إلى العينين لا يمكنها العبور، لذا تختار طريقاً مختلفاً، إنها تمر من خلال الأذن. الرجل الأعمى لديه حساسية عميقة للمس، ستلاحظ الفرق، نحن نؤدي معظم أعمالنا من خلال العينين ولا نعتمد على حاسة اللمس كثيراً، فالطاقة تذهب إلى اليدين نتيجة عدم وجود البصر، الرجل الأعمى أكثر حساسية من غيره من المبصرين، عموماً تبدأ الطاقة بالحركة إلى مراكز أخرى إذا كان مركز ما غير موجود.

جرب هذه الطريقة إنها لإغفال الرأس، فجأة ستشعر بشيء غريب، ستشعر أنها المرة الأولى أنت بالقلب، امشي وتحرك وكأن الرأس غير موجود، اجلس للتأمل، أغمض

عينك واشعر ببساطة بعدم وجود الرأس، الرأس كأنه اختفى، بالبداية "كما لو" وبالتدريج ستشعر أن الرأس فعلاً لم يعد موجوداً، ومركزك سيهبط للأسفل إلى القلب مباشرة ستنتظر إلى العالم من خلال القلب حيث لا تفكير من الرأس.

عندما وصل الغربيون اليابان لأول مرة، لم يصدقوا أن اليابانيين كانت لديهم تقاليد لقرون مضت بأن الإنسان يفكر من خلال الجوف (البطن). قرون وقرون مضت واليابانيون يعيشون بدون الرأس، إذا سألتك أين يذهب تفكيرك ستشير إلى الرأس ولكن الياباني سيشير إلى البطن، لذا نجد العقل لديهم أكثر رصانة وهدوء وسكينة.

ولكن هذا الاعتقاد انتهى نتيجة انتشار الغرب بكل الدنيا، ولم يتبقَّ شيء من الشرق باستثناء بعض التجارب الخاصة هنا وهناك، باختفاء الشرق أصبح كل العالم الغرب، أصبحت الدنيا جزيرة مغلقة بلا اتجاهات حيث لا يوجد إلا اتجاه واحد.

أذا تأمل بدون الرأس، قف أمام المرآة وانظر عميقاً بعيونك

واشعر بأنك تنظر إلى القلب، وبالتدرّج سيبدأ مركز القلب عمله ومهامه، سوف يُغيّر شخصيتك بالكامل، وكامل بنيّتك ستتغير، فالقلب له طرقه الخاصة.

أولاً؛ حاول بدون الرأس، ثانياً؛ كن أكثر محبة، فالحب ليس وظيفة عقلية، لذا نجد أن الشخص الواقع بالحب ينسى الرأس، يقول الناس إنه مجنون، إذا لم تُجنّ بالحب لن يكون حبك حقيقياً، يجب أن تفقد الرأس، عندما يتواجد العقل يصبح الحب مستحيلاً، الحب هو وظيفة القلب ولا دور للرأس مطلقاً.

من الصعب أن تهبط من سجنك، عادة لديك موقف ثابت، إذا كنت رجل أعمال، ستبقى رجل أعمال بالسرير أيضاً من الصعب أن تتكيف مع شخصين بالباطن، وليس من السهل تغيير النمط السائد . لكن إذا وقعت بالحب ستهبط من الرأس، لأجل هذا التأمل حاول أن تكون أكثر حياً، وعندما أقول أكثر حياً أعني تغيير نوعية العلاقات دع مبدئها قائماً على الحب، ليس فقط مع زوجتك أو عائلتك أو أصدقائك، كن أكثر حياً باتجاه الحياة بأكملها. لذا نجد (مهافيرا) و(بوذا) يتكلمون عن اللاعنّف، إنه إبداع

لموقف الحب اتجاه البشرية جمعاء والحياة بأكملها. عندما يمشي (مهافيرا) كان واعياً لثلاً يقتل نملة عن طريق الخطأ، وسبب ذلك نزوله من الرأس إلى القلب، فالنملة ليست ذات أهمية إنما المشاعر، لقد خلق موقف محبة باتجاه الحياة بأكملها. كلما كانت علاقاتك تعتمد على الحب كلما أخذ مركز القلب أهميته وعمله. عندما يبدأ مركز القلب بالعمل، ستتظر إلى الحياة بعيون مختلفة، القلب يملك طريقته بالنظر للعالم، العقل لا يمكنه بتاتا النظر بتلك الطريقة، يستطيع العقل فقط التحليل والتركيب والتقسيم، فقط القلب يمنح الوحدة والانسجام، عندما تنظر من خلال القلب، يبدو كامل الكون وحدة منسجمه، أما من خلال العقل يصبح العالم ذري الطابع حيث لا وحدة متكاملة، فقط ذرات مبعثرة هنا وهناك، القلب يمنحك تجربة التكامل، الكل مُتحد به، والخالق الأسمى هو الله. إذا نظرت من خلال القلب كامل الكون سيبدو بنيةً واحدةً مجتمعة، وهذه الأحادية هي الخالق هي الله. لهذا السبب العلوم لا يمكنها معرفة الله مطلقاً، والطرق

المستعملة لن تصل أبداً إلى التوحد الأقصى، الطرق العلمية تشمل الأسباب والتحليل والتقسيم، تستطيع الوصول إلى الجزيئات والذرات، ولكن لا يمكن الوصول مطلقاً إلى الوحدة الأساسية الكلية، فالكلمة مستحيل الوصول من خلال الرأس.

لذا كن محباً للغاية، تذكر، مهما كان عمك، نوعية الحب يجب أن تكون هناك، يجب تذكر ذلك بشكل دائم، أنت تخطو على العشب، اشعر أن للعشب حياته الخاصة، كل عشب تملك الجوهرة.

كان (المهاتما غاندي) يملك نظرة مختلفة، كان لديه توجه عقلي نحو اللاعنف، كان يفكر بهذا الشأن، كان يقاتل من أجله، كان ذو طبيعة ذهنية تحليلية، لقد استخلص تجربته بكتابه "تجاري مع الحق" أن كلمة تجارب تدل على الأسباب العلمية والعقلية، كان (غاندي) جالساً مع الشاعر (رابندرناث طاغور) كانا يتزهران بالحديقة، الأرض خضراء مليئة بالحياة، قال (غاندي) لطاغور "لنجلس على العشب" قال (طاغور) "مستحيل ذلك لا يمكن أن أخطو فوق العشب، كل نبتة هي حياة مثلي

تماماً، لا يمكن أن أخطو فوق الحياة".

كن محباً حتى مع الأشياء، إذا كنت جالساً على الكرسي، اشعر بالعرفان بالجميل، فالكرسي يمنحك الراحة أثناء الجلوس، المسه بحب، ليكن شعورك المحبة، الكرسي ليس مهماً المشاعر هي الأساس.

إذا كنت تأكل كلُّ بمحبة، يقول الهنود: "الطعام مقدس" وذلك يعني أن الطعام يمنحك الحياة والطاقة والنشاط لذا كن حريصاً على محبته دائماً. عادة نتناول طعامنا بعنف، وكأننا نتقاتل مع شيء ما، ليس بمضغ الطعام وامتصاصه، إنما بالقتال وكأنك بمعركة، ترمي الأشياء إلى البطن، بدون أدنى المشاعر. المس الطعام بمحبة وبعرفان بالجميل، إنه مصدر حياتك، تذوقه، استمتع بالطعم، انسَ كل الخلافات ولا تكن عنيفاً.

أسناننا عنيفة بسبب الإرث الحيواني، الحيوان لا يملك إي أسلحة غيرها، فالمخالب والأسنان هما أسلحتها فقط، وبسبب هذا الإرث نجد الإنسان يمزق الطعام بالأسنان، أنت تقتل الطعام، كلما كان عنفك شديداً كلما رغبت أكثر بالطعام. ولكن هناك حدود للطعام لذا نذهب

للتدخين أو مضغ العلكة، وبذلك تستمتع بأنك تقتل شيء ما بأسنانك لتتفيس العنف. مهما كان عملك اعمله بمحبة، لا تعتبر ذلك هامشياً، عندها سيقوم مركز القلب بوظائفه وعمله، وستنزل عميقاً إلى القلب حيث مركز الحب، إذا حاول بلا رأس، ثانياً؛ حاول بمحبة شاملة. ثالثاً؛ كن أكثر حساسية للجمال والفن والموسيقى، المس كل شيء من خلال القلب، لو كان بإمكان العالم تعلم الموسيقى أكثر والرياضيات أقل، لحصلنا على مجتمع إنساني أفضل، لو إننا ندرب عقولنا أكثر على الشعر وأقل على الفلسفة، لحصلنا على مجتمع إنساني أفضل وأرقى.

عندما تستمع إلى الموسيقى، أو تعزف الألحان لن تحتاج العقل ستهبط من العقل، كن أكثر حساسية للفن للجمال وللشعر ربما لست موسيقياً كبيراً أو شاعراً أو رساماً موهوباً، ولكن استمتع بها، ربما تبدع بعض الصور لمنزلك أو حديقتك، ويمكنك أن تعزف بعض المقطوعات بالمنزل بالناي أو العود، ستصبح قريباً من مركز القلب، غنّ وارقص قم بعمل ينسجم مع القلب، كن أكثر

حساسية اتجاه عالم القلب، وذلك لا يتطلب جهداً كبيراً. الشخص الفقير يمكنه أن يصبح حساساً ومرتبطاً بالقلب الغنى والمال غير مطلوب، يمكن أن يشعر بحساسية للشمس أو لرمال الشاطئ، أو للشجر أو الرياح، أو السماء، كل هذا الكون موجود ليجعلك مرهف الإحساس. حياتك بالحقيقة هي كشخص يدخل قاعة السينما يشاهد الآخرين يحيون ويعشقون، أنت مجرد مشاهد سلبي ميت الإحساس، تشاهد الحياة ولا تشترك بها.

لن تشترك بالحياة إلا إذا قام مركز القلب بعمله ووظائفه، من الأفضل أحيانا الرقص والموسيقى، لن تصبح راقصاً محترفاً ولا موسيقياً عظيماً، أنت لست بحاجة إلى ذلك، بينما ترقص سيصبح مركزك القلب، أرقص بأي طريقة بحيث تعطي شعوراً للقلب، ذلك الشعور لن يحدث أبداً مع العقل، أركض أو اقفز كالأطفال، انسَ اسمك وعملك وعد كالطفل خذ الحياة باللهو أحياناً، وسيطور مركز القلب وينضج.

وعندما يحيى القلب ستتغير نوعية التفكير الذهني،

سيغير العقل ويمكن الذهاب إليه حينها، يمكن أن يقوم العقل بوظائفه حينها، ولكن العقل سيتحول إلى أداة يمكنك استخدامها، وتستطيع الابتعاد عنه أي لحظة تشاء، عندها أنت السيد، القلب سيمنحك هذا الشعور بأنك أنت السيد.

وستعلم شيئاً آخر بعد هكذا مرحلة، أنت لست العقل ولست القلب، لأنه يمكنك التحرك بين العقل والقلب عندها ستعلم أن هناك شيء آخر مجهول (س) عندما كنت بالعقل لم تتمكن من الذهاب خارجاً أبداً، عندما تتحرك من العقل إلى القلب ستشعر باختلاف كلي بكيونتك، أحياناً أنت بالقلب، وأحياناً بالعقل ولكنك لست هذا ولا ذلك.

النقطة الثالثة من خلال الوعي تنتقل إلى المركز الثالث - إلى السرة - والسرة ليست مركزاً حقيقياً، هي حقيقتك أنت، وهذا سبب عدم إمكانية تطويرها، يمكنك فقط اكتشافها.

السؤال الرابع: لقد قلت أن علماء النفس الغربيين ينصحون بعدم منع الشجار بين الأحبة، حيث أن الحب سيصبح

أكثر كثافة، بعد ذلك تحدثت عن منتصف الدرب عند
بوذا، حيث استبعد المواقف الحدية، أما بالنسبة للذين لم
يتجاوزوا بواسطة الحب أبعد من القطبين، ما هو الطريق
التي تفضلها بالنسبة لعلاقات الأحبة برأيك؟

هناك بعض النقاط الهامة، الحب عن طريق العقل يتحرك
بمجال بين قطبين متعاكسين من الحب والكرهية،
الازدواجية والثنائية هي مجال عمل العقل، فإذا أحببت
شخصاً بعقلك لن تستطيع الإفلات من القطب الآخر،
يمكن أن تخبئ هكذا شعور، ويمكن أن تقمعه، أو
يمكن تناسيه أحياناً، نتيجة لما يسمى بالثقافة، ولكن
عندها تفقد الإحساس بالاتجاهين، فتصبح مخدراً
كالميت.

إذا لم تتشاجر مع الحبيب، إذا لم تتمكن من الغضب،
فإن جوهر الحب سيضيع، إذا قمعت غضبك سيصبح جزء
منك، والغضب المكبوت لن يسمح أن تكون بكليتك
بالحب، إنه دائماً هناك، سيبقى بأعماقك كل ما هو
مكبوت ومقموع، وبالتالي سيكون الحب ميتاً، إذا لم
يكن غضبك كاملاً لن يكون حبك كاملاً وصادقاً،

كلاهما غير صادق ومخادع (الحب والغضب).

إن كل ما يسمى التعليم والثقافة والحضارة على الأرض قد أوصلنا إلى هذه المشاعر الميته بالحب، وحدث ذلك باسم الحب، يقولون إذا أحببت شخصاً ما لا تتشاجر معه ولا تغضب ولا تكره.

الحب والكراهية هما قطبان لظاهرة واحدة، إذا قضيت على الكراهية تحصل على حب ميت وضعيف، وهذا هو سبب الضعف الجنسي عند كل العائلات، إن مجرد قمع وإخفاء مشاعر الغضب والكراهية سيعمل على إعاقة طاقتك وتخفيضها باستمرار نحو الحدود الدنيا.

بمجرد الصراع مع هذه المشاعر عميقاً بداخلك، لن تكون على طبيعتك وعفويتك، فأنت تتظاهر بالحب فيصبح الحب متكلفاً عندها، وتعلم أن زوجتك تتظاهر بالحب أيضاً، الكل يكذب ويُمثل، والحياة برمتها زائفة.

عمالان يجب القيام بهما لتسمو على العقل، الأول: اذهب إلى التأمل، وثانياً: المس مستوى اللاعقل بداخلك، عندها ستحصل على الحب بلا وجود للقطب المعاكس، ولكن بمثل هكذا الحب لا وجود للإثارة ولا العواطف هذا الحب

سيبقى صامتاً، يغمره الهدوء والسلام العميق.

بوذا ويسوع عاشا الحب، ولكن ذاك الحب يخلو من الإثارة، و الانفعال، الانفعال يأتي من خلال القطب المعاكس، والقطبان المتعاكسان يخلقان التوتر والإجهاد أيضاً، لكن حب بوذا أو حب يسوع حب صامت، فقط أولئك الذين وصلوا إلى مرحلة السمو فوق العقل يمكنهم فهم هذا الحب.

كان يسوع عابراً بطريق طويل بوضوح النهار، ومن شدة التعب استراح تحت شجرة لم يكن يدري من تخص هذه الشجرة، كانت تخص امرأة فاجرة تدعى ماري، نظرت المرأة من النافذة فوجدت شخصاً جميلاً أحد أجمل من خلق على الأرض، وشعرت بجاذبية تجاهه، لقد بدت مفتونة به.

سألته: "لماذا تجلس هنا؟ تفضل بزيارتي إلى المنزل"، شاهد يسوع بعينيها الحب والعاطفة - أو ما يسمى الحب - قال يسوع: "أنا أرغب بمتابعة رحلتي فإذا حصل أن كنت مرهقاً ومررت هنا مرة أخرى سألبي دعوتك، لذا شكراً جزيلاً".

شعرت ماري بالإهانة، إنها حالة نادرة، فهي لم تدعو أي شخص لزيارتها من قبل، يأتي الناس من بعيد فقط ليأخذوا نظرة منها، حتى الملوك يرغبون دعوتها وهذا المتسول المتشرد يرفض دعوتها، لذا قالت ماري لیسوع: "ألم تلحظ حُبي، إنها دعوة محبة، لذا تعال لا ترفض دعوتي، ألا وجود للمحبة بقلبك؟".

أجابها يسوع: "أنا أيضاً أحبك، وحقيقة أن كل أولئك الذين يتظاهرون بحبك لا يحبوك، أنا فقط أحبك". لقد كان محقاً ولكن هذا الحب ذو نوعية مختلفة، هذا الحب لا وجود فيه للقطب المقابل، لا وجود للمتناقضات، لا وجود للتوتر ولا وجود للإثارة، لا وجود للانفعال، فالحب هنا ليس علاقة بين الأشخاص، إنه حالة وجودية.

أذهب أبعد من العقل، المس مستوى اللاعقل، عندها يتفتح الحب، ولكن دون القطب المعاكس، أسمى من العقل حيث لا متناقضات، أسمى من العقل كل شيء واحد، لا وجود للازدواجية، مع العقل كل شيء مجزأ ومقسم إلى قسمين، ولكن إذا كنت بالعقل عليك أن تكون حقيقياً، ذلك أفضل بكثير من أن تكون مزيفاً.

كن حقيقياً عند شعورك بالغضب من الحبيب، كن حقيقياً دون كبت أي من مشاعر الغضب، فعندها تصل إلى الحب. العقل يتحرك إلى الحد الأقصى المقابل، سيتدفق عفويًا، الشجار جزء من العقل، إنه حركة ديناميكية للعقل بين الأقطاب المتقابلة، لذا اجعل الغضب حقيقياً واجعل الشجار حقيقياً فتحصل على لحظات حب حقيقية بالمقابل أيضاً.

لذا أحب أن أقول للمحبين، كن حقيقياً للغاية، عندها ستحدث ظاهرة فريدة، فقد كنت منزعجاً من كافة التوافه عند التحرك بين الأقطاب المتعاكسة، عندما تكون حقيقياً لن تنزعج مطلقاً من هكذا تحرك، العقل المكبوت لن يعي حركة الأقطاب المتقابلة عندها، بالعقل لن يكون الغضب حقيقياً ولن يكون الحب حقيقياً، فلا وجود لتجربة حقيقية عن طريق العقل.

أنا أقترح أن تكون صادقاً، أن لا تكون مزيفاً، فالصدق له جماليته، الحبيب أو المحبوب سيتقهم الأمر عندما يكون غضبك حقيقياً وكاملاً، فقط الغضب الزائف والتظاهر بعدم الغضب أمر لا يُغتفر، الوجه الزائف فقط

لا عفو له، عندما تصبح حقيقياً سيغدو حبك حقيقياً
أيضاً، سيكون حبك الحقيقي كتعويض، ومن خلال
الحياة الحقيقية ستغدو مرهقاً، متعباً - ماذا تفعل
بنفسك - لماذا تتحرك مثل بندول الساعة من قطب إلى
آخر؟

سيبدو الأمر مملاً وعندها ستتحرك أرفع من العقل وأسمى
من القطبية، كن رجلاً حقيقياً، أو امرأة حقيقية، لا
تسمح لأي خداع، أو تظاهر، لتكن حياتك حقيقية حتى
بالألم، العذاب أمر جيد إنه تدريب حقيقي، هو تهذيب
للنفس، والحب عذاب والغضب عذاب، تذكر شيئاً واحداً
أن لا تكون مزيفاً، وقل عندها إنك لا تشعر بالحب، لا
تتظاهر بالحب الزائف، وعند الغضب قل أنا غاضب وكن
غاضباً.

من خلال العذاب والمعاناة سيتولد وعياً جديداً، ستصبح
واعياً لكل الهراء عن الحب والكراهية، أنت تحب
شخص وتكرهه بنفس الوقت، وتتحرك بدائرة مغلقة،
وهذه الدائرة تصبح شفافة من خلال المعاناة، لا تتهرب من
الألم، أنت بحاجة لعذاب حقيقي، كالنار التي تلسع، مثل

هذه الحالة الوجودية تسمى الحقيقة الجديرة بالتصديق.
كن حقيقياً ولن تبقى بالعقل، لا تكن حقيقياً وستظل
بالعقل لأجيال وأجيال..

لقد ضجرت وسأمت الشائبة (الازدواجية)، ولكن كيف
يمكن أن تضجر منها إذا لم تكن حقيقةً بها، بدون
تظاهر، عندها ستعلم أن ما يدعى بالحب العقلي لا شيء،
إنه مرض.

هناك احتمال للحب حيث لا وجود للقطب المقابل
والمعاكس، ولكن هذا الحب يأتي عندما نذهب أعلى
وأسمى من الحب ذاته، ولتذهب أسمى من الحب أقترح أن
تكون حقيقياً، كن حقيقياً بالحب، بالغضب،
بالكراهية، بكل شيء كن حقيقياً، لا تتظاهر.
بالحقيقة وحدها يمكنك أن تسمو وتتجاوز الوجود المادي،
ولا شيء غير الحقيقة.