"أرفع وأسمى من خطيئة اللاوعي"

هناك عدة أسئلة هنا:

السؤال الأول: **تحدثت بالتقنية الأخيرة "عندما مزاجك ضد شخص ما أو لأجل رفعة شخص ما، لا تقدم على مناقشة أحد ابداً، لكن ابقَ متمركزاً" وعند تجربتنا هذه التقنية على الغضب أو الكراهية أو .. شعرنا إننا نقمع عواطفنا، أصبحت عواطفنا معقدات مكبوتة، الرجاء توضيح طريقة التحرر من العواطف المكبوتة للتمرس بهذه التقنية.**

التعبير (الإفصاح) والقمع هما وجهان لعملة واحدة، يبدو أنهم متناقضين، ولكنهم بالمضمون لا يختلفان مطلقاً، بالتعبير وبالكبت بكلاهما يكون الآخر هو المركز.

أنا غاضب أنا أقمع غضبي، كنت ذاهباً لأسقط جام غضبي عليك، والآن قمعت هذا الغضب اتجاهك، فأنت مدرك لهذا الغضب سواء أفصحت عنه أم كبته بالداخل، التقنية ليست للقمع، التقنية هي تغير جذري لكلتا الظاهرتين القمع والإفصاح. تقول التقنية لا تقدم على مناقشة أحد أبداً - أي لا تسقط هذه المشاعر على

obeikandi.com

الآخرين، أنت دائماً المصدر، التشديد ليس على التعبير ولا على الكبت، التشديد على معرفة مصدر هذه المشاعر من أين استيقظت هذه المشاعر، عليك بالتحرك إلى المركز، اكتشف منشأ هذه المشاعر بالباطن سواء حب أو غضب أو كراهية .. عندما تقمعها لا تتحرك للمركز، وتصارع ضد حالة التعبير عنها.

استيقظ الغضب بالداخل، بالحالة العادية يمكنك القيام إما بالتعبير عنه أو بقمعه، وبكلتا الطريقتين مازلت متعلقاً بالآخر ومهتم بالطاقة الناتجة عن الغضب وطريقة تحركها - ولست مهتماً بالمصدر.

هذه التقنية من أجل نسيان الآخر تماماً، فقط انظر إلى طاقتك إلى منشأ الغضب وتحرك عميقاً نحو المصدر الباطني الذي تنشأ منه هذه المشاعر، باللحظة التي تجد فيها المصدر، ابقَ متمركزاً به، لا تفعل شيئاً مع الغضب، تذكر بطريقة التعبير تفعل شيئاً ما مع الغضب، وكذلك بالقمع تعمل شيئاً ما للغضب، لا تفعل شيئاً لا تتلامس معه، فقط استخدمه كمعبر، اذهب عميقاً بواسطته إلى مكان المنشأ، وبلحظة ستجد ذلك المصدر ويصبح من

السهولة أن تتمركز هناك، الغضب يجب أن يستخدم كممر حقيقي لكشف المصدر، أي عواطف يمكن استخدامها.

عندما تقمع لا تذهب للبحث عن المركز، أنت فقط تتصارع مع الطاقة التي تشكلت وكادت أن تطفو على السطح، يمكنك قمعها ولكنها ستظهر عاجلاً أم آجلاً حيث لا يمكن التصارع مع الطاقة الناشئة عنها إلى الأبد، كنت على وشك التعبير عنها تجاه شخص أزعجك، ولكنك ستعاود التعبير عنها مع شخص أخر، حيثما تجد شخصاً أضعف منك تُعبر عن هذه الطاقة، باستثناء ذلك ستخلق حالة من التوتر والعبء وربما المرض أيضاً.

لن تستمر بكبت مشاعرك لذا ستظهرها، وإذا لم تظهر تصبح قلقاً مكتئباً بسببها. القمع حقيقة لا شيء سوى عملية إرجاء المشاعر وتأخير حدوثها فقط. ربما غضبت من مديرك بالعمل ولم تستطع الرد، كنت تتمنى دفعه بقوة ولكن ذلك غير مجدٍ، لذا تنتظر فرصة للتعبير عن هذا الغضب، عندما تعود إلى المنزل يمكن حينها أن تغضب من زوجتك، أو أطفالك أو الخدم.

obeikandl.com

بمجرد وصولك المنزل تبحث عن أسباب لتصب جام غضبك عليها، المرء ذو عقلية حيوانية، يفتش عن أسباب تافهة لتصبح جوهرية لخلق حالة الغضب حيث لديك شيء ما يجب أن تعبر عنه.

القمع عملية إرجاء المشاعر لفترة زمنية أسبوع، شهر، سنة، ويمكن لكامل العمر أيضاً، ولكنك ستظهرها يوماً ما (ربما حتى بحياة أخرى) هذه التقنية لا تهتم بالقمع أو التعبير، إنها تستخدم مزاجك، كطريق للعبور عميقاً داخل ذاتك.

اعتاد (كرديجيف) خلق حالة الغضب والضغينة على المريدين أو أي حالة أخرى، وذلك بشكل اصطناعي بحيث لا يكون المريد واعياً لها، كان (كرديجيف) يجلس مع مريديه وعندما يتدخل أحد ما يصبحوا جاهزين لخلق حالة الغضب بالداخل.

يقول أحد ما شيئاً، وتبدأ المجموعة بالكامل بإهانته ليصل مرحلة الاهتياج كشعلة ملتهبة، وعندما يلاحظ (كرديجيف) تلك النقطة (الذروة) حيث يمكن أن يظهر الغضب أو يتفجر، عندها يقول: "أغلق عينيك، الآن كن

واعياً لمصدر الغضب وعد لنفسك".
عندها فقط تدرك هذه الحالة التي تخلق الشروط المواتية لها، لا أحد يريد إهانتك، ولكنها ضرورية لإيقاظ الغضب، ولعودته للمصدر، الطاقة تهبط عميقاً نحو مصدرها، هذه الطاقة تساعدك لتتعرف من أين جاء هذا الشعور، الآن يمكنك أن تتصل بالمصدر الأساسي، إنها واحدة من أنجح الطرق التأملية.
يمكن أن تبدع أي حالة نفسية، ولكنك لست بحاجتها، خلال اليوم تواجه كافة الحالات، استخدمها للتأمل، عندها انسَ الآخر تماماً، ولا تقمع أي شيء بل تحرك للداخل نحو المصدر دع الطاقة تتوجه للمصدر، فالطريق ساخن حينها وباللحظة التي تصل بها لمصدرها الأساسي تستقر الطاقة عميقاً بالمركز.
إنها ليست حالة الكبت فالطاقة عادت إلى مصدرها الأصلي، وعندما تستطيع تجميع هذه الطاقة عميقاً إلى المصدر، تصبح السيد، طاقتك عندها غير مشتتة، عند هذه اللحظة من استقرار الطاقة لا حاجة للتعبير أو القمع أنت الآن غير غاضب البتة، هذه الطاقة نبعت من الداخل،

وعندما تعود الطاقة إلى ذات المصدر، تعود لحالتك التي سبقت حيث لم يكن هناك أي غضب.

تذكر أن الطاقة ليست الغضب ولا الحب ولا البغض، الطاقة ببساطة طاقة طبيعية، نفس الطاقة تصبح محبة ونفس الطاقة تصبح غضباً ونفس الطاقة تصبح جنس، ونفسها تصبح كراهية، كلها أشكال للطاقة، أنت تعطي الشكل عبر العقل، والطاقة تتحرك عبر الشكل المُعطى لها.

لذا إذا تحركت بالحب عميقاً لن يكون هناك طاقة كبيرة للغضب، وإذا لم يكن هناك أي حب، تكون طاقة الغضب كبيرة، وإذا كانت الطاقة تُصرف بالجنس تكون أقل عنفاً، وإذا كانت الطاقة لا تخرج بالجنس تصبح أكثر عنفاً، وهذا السبب بأن الجنود لا يسمح لهم بإقامة علاقات جنسية لأنها تجعلهم أضعف بالقتال.

فإذا سمح بالجنس سيغدو الجنود أضعف بالقتال وأقل قسوة، لذا فإن التمدن والحضارة إذا وصلت للذروة لا وجود لأي عنف، وهذا هو السبب أن الأمم المتحضرة تُضحي بجزء من تمدنها وحضارتها وتخلق الأزمات

obeikandl.com

والحروب لأنه لا ينبغي أن يفهم المرء الجنس الصحيح وينجزه بالكامل، يمكن أن تقاتل بسهولة إذا لم تنجز الجنس.

إذا كنت ترغب بعالم يسوده السلام تحتاج إلى التحرر من الجنس، أما إذا رغبت بعالم يسوده العنف و الحروب عندها عليك إدانة الجنس واتخاذ المواقف العدائية منه.

يبدو الأمر متناقضاً حقيقة، أولئك القديسين ورجال الدين يدعون إلى السلام، ويتخذون مواقف ضد الجنس بذات الوقت، إنهم يخلقون مناخاً معادياً للجنس وبنفس الوقت يدعون إلى السلام العالمي والمحبة، حيث لا حروب، إنها سخافة وتفاهة، إنها حقيقة صرخة نحو الحرب والمآسي، "اصنع الحب عندها لا تصنع الحروب" إنها الحقيقة إذا كان الحب أكبر لا يمكن صنع الحروب.

أولئك الذين يدعون رجال الدين هم أكثر عنفاً وغضباً لأنهم قمعوا الجنس، يحدث الغضب بلا سبب إنهم كتلة من الغضب - فقاعة تنتظر أن تنفجر - كامل الطاقة لا تظهر خارجاً، إنها تتحول لبركان باستثناء أن تهبط عميقاً إلى المصدر، العذوبة والتبتل لا يمكن أن تكون الطريق

obeikandi.com

الصحيح لتزهر مجتمعاتنا نحو اللاعنف، عند قمع الجنس تتحول الطاقة إلى العنف، وإذا تحركت طاقة الجنس هبوطاً إلى المركز، تصبح بريئاً كالطفل.

الطفل لديه طاقة جنسية أكبر من طاقتك بكثير ولكنها تبقى بالمصدر، هي لم تتحرك إلى الجسم بعد، عندما ينضج الجسم والغدد تصبح جاهزة، تتحرك الطاقة إلى الجسم، لماذا يظهر الطفل بمنتهى البرأة؟ لأن الطاقة بالمصدر، إنها لا تتحرك، إنها تحدث مرة أخرى إذا أصبح أحد ما متنوراً، كامل الطاقة تتحرك إلى المصدر، ويصبح كما الطفل، وهذا ما يعنيه يسوع حين يقول: "لا يدخل ملكوت اللّه إلا أولئك الذين هم كالأطفال".

ما يعني بذلك، علمياً إنها تعني أن كامل طاقتك تتحرك باتجاه الداخل (تعود) إلى المصدر، إذا عبرت عن الطاقة تتحرك خارجاً، وحينها يظهر السلوك الذي تظهر الطاقة عبره وتتعود عليه، فتتسرب الطاقة عبره، وإذا قمت بقمعها لا تتحرك الطاقة باتجاه المصدر ولا تتحرك خارجاً أيضاً، تبقى مُعلقة، والطاقة المُعلقة عبء ثقيل.

لذا إذا ظهر الغضب للخارج تشعر بارتياح، وإذا بددت

obeikandl.com

الطاقة من خلال الجنس تشعر بارتياح، وإذا حطمت شيئاً تحرر الكراهية وتدرك بعض الراحة، ما سبب هذه الراحة؟ لأن الطاقة المكبوتة تحمل عبئاً ثقيلاً، يصبح عقلك غائماً مكفهراً عبرها، عليك إما قذفها للخارج أو إعادتها إلى مصدرها الأساسي.

إذا عادت الطاقة إلى المصدر تغدو عديمة الشكل، بالمصدر الطاقة عديمة الشكل (شفافة - نقية) مثلاً الكهرباء بلا شكل، عندما تتحرك بالمروحة تعطيها شكلاً معيناً، وعندما تتحرك بالمصباح تأخذ شكلاً آخر، إنها تتخذ آلاف الأشكال من الطاقة، إنها مصدر لكل هذه الأشكال، فالشكل يأخذ متطلبات تقنية للحركة، الغضب تقنية، والكراهية والجنس والحب والبغض كلها أشكال تقنية لطاقة واحدة عديمة الشكل، عندما تمر الطاقة عبر قناة البُغض يحدث البُغض، وعندما تمر بقناة الغضب يحدث الغضب، وكذلك بالحب والكُره، إنها ببساطة طاقة نقية ليست الحب ولا الغضب ولا الكراهية، فهي بريئة وطاهرة، لذا يبدو (بوذا) طاهراً ونقياً بالمطلق كما الأطفال، فالطاقة

عديمة الشكل تتحرك عميقاً إلى المصدر دوماً.

لا تُعبر عنها لأنك تُضيعها حينها، وتساعد الآخرين أيضاً على إضاعة طاقتهم. ولا تقمع الطاقة فتبقى معلقة، والتي ستعاود الظهور بأشكال مختلفة.

تقول التقنية لا تفعل شيئاً مع المزاج، فقط عد إلى مصدر الطاقة التي غيرت المزاج، وعندما المزاج ساخناً يكون المر واضحاً ومرئياً بالداخل، استخدم مزاجك للتأمل، النتيجة مُعجزة بحد ذاتها، باللحظة التي تعثر بها على المفتاح الذي تعود من خلاله طاقتك النقية إلى المصدر، ستصبح شخصاً بطبيعة متميزة مختلفة.

عندها لن تبعثر طاقتك بأي شيء، سيبدو ذلك حماقة حقيقية، اعتاد (بوذا) القول: "عندما تكون غاضباً من شخصاً ما، فأنت تعاقب نفسك بسبب خطيئة الآخر".

لقد أهانك هذا ما فعله فقط، وأنت تعاقب نفسك بأن تصبح غاضباً، أنت تبعثر طاقتك، إنها الحماقة بعينها. إذا استمعت لـ (بوذا) أو يسوع أو (مهافيرا)، تبدأ بكبت الطاقة، تبدأ بإخمادها، نظن إنها مشاعر سلبية ويجب أن لا تظهر، لذا ما العمل؟ اقمع الغضب، لا تكن غاضباً،

obeikandl.com

تصارع مع الغضب واكبته بالداخل، وبذلك فإنك ترقد على بركان قابل للإنفجار أي لحظة، تحاول أن تجمع الغضب بالداخل، فيتراكم الغضب لكامل اليوم ويتجمع لكامل الشهر والسنوات ولعدة أجيال .. كامل الغضب بحياتك وكامل الغضب لأجيال سابقة كلها هنا متراكمة، يمكن أن تنفجر أي لحظة، وعندها يصبح المرء خائفاً، كل لحظة تشعر بصراع داخلي عميق وهائل.

يقول علماء النفس: من الأفضل أن لا تقمع الغضب بل أن يظهر للخارج، ولكن الأديان لا يمكنها قول ذلك، يقول الدين بالتعبير عن الغضب تؤذي نفسك والآخرين، والقمع مؤذي أيضاً، ولكنه لا يمنحك حلاً، إلا الصراع مع النفس.

تحرك نحو المصدر بحيث تعود الطاقة أدراجها إلى المصدر فتغدو عديمة الشكل، تنتشر حينها طاقة عظيمة بدون غضب مطلقاً، تشعر عندها بطاقتك، بحيوية هذه الطاقة، هي زاخرة مفعمة بالحيوية، تمتلك لحظة حياة لا شكل لها، ستترك أثراً عميقاً بحضورك، أنت لا تريد السيطرة على أحد، لكن بمجرد حضورك ستمنح الآخرين طاقة

إيجابية كبيرة من المصدر من الباطن.
إذا ما جاء شخص إلى (بوذا) أو (كريشنا) يشعر فجأة بتغير طبيعة الطاقة لديه وذلك لأن مصدر الطاقة لديهم هائل، بلحظة اقترابك تصبح ممغنطاً، لا أحد حاول أن يجذبك، لم يقم أحد بشيء ما، كان حضور (بوذا) أو (كريشنا) مصدراً لكل الطاقة الإيجابية.
(بوذا) قبل أن يصبح مستنيراً كان لديه خمسة مريدين، وكانوا متقشفين زاهدين نتيجة لتنسك (بوذا)، قام (بوذا) بإبداع تقنيات عديدة لتهذيب الجسد وكانت تتضمن تعذيب الجسد بعدة طرق، وكان المريدين متحمسين. بعدها استنتج (بوذا) أنها تقنيات سخيفة للغاية، لأنك بتعذيب جسدك لن تدرك نفسك، وعندئذ ترك (بوذا) درب التقشف والتنسك لصالح طريق الاستنارة. لكن هؤلاء المريدين الخمسة انفضوا عنه حالاً لمجرد تركه التنسك.
قالوا: "لقد هويت للأسفل، أنت لم تعد متنسكاً بعد" وغادروا، وعندما استنار (بوذا)، فإن أول ما خطر بباله هؤلاء الخمسة بدأ بالبحث عنهم، يجب أن يخبرهم ما وجد، شعر بالواجب اتجاههم، وسافر إلى عدة أماكن

obeikandi.com

بعيدة للبحث عنهم، كانوا بمنطقة تدعى (سارناث) لم يزرها (بوذا) أبداً من قبل، جاء فقط من أجل هؤلاء الخمسة. وصل (بوذا) إلى (سارناث) مساءً، والشمس تهم بالمغيب، وكان هؤلاء الخمسة يجلسون على هضبة صغيرة، وعندما شاهدوا (بوذا) قادم قالوا: "هذا الوضيع الذي سقط بالهاوية يأتي إلينا، لن نُعيره أي اهتمام ولا حتى أي احترام كضيف عادي.

لذا أغلقوا أعينهم و(بوذا) بدأ يقترب أكثر وأكثر فأصبحوا يشعرون بتغير بالعقلية، إلى أن أصبح الوضع صعباً، وباقتراب (بوذا) منهم فجأة فتحوا أعينهم ونزلوا عند قدميه، قال (بوذا) لما تفعلوا ذلك؟

أجابوا: "لم نفعل ذلك، وإنما حدث ما حدث، ماذا جنيت ماذا حصل معك؟ لديك قوة مغناطيسية، لقد سحبتنا باتجاهك، كأننا منومين مغناطيسياً"، قال(بوذا): "لم أقم بأي عمل، لكن شيء ما حصل بالداخل، كامل الطاقة هبطت إلى المصدر، وأشعر بهذه الطاقة عندما أمشي ويشعر بها الآخرون".

ظل أعداء (بوذا) و(مهافيرا) يتحدثون لقرون: "إنهم سيؤون

يستخدمون التنويم المغناطيسي"، هنا لا وجود للتنويم المغناطيسي، عندما تهبط طاقتك إلى مصدرها الأصلي، تصبح متمركزاً ممغنطاً، وهذه التقنية لتخلق المركز الممغنط بالداخل.

السؤال الثاني: **بالأمس تكلمت أن تقنية التأمل بدون تعلق بالعقل هامة جداً، ولكن بالغرب مئات علماء النفس الفرويدين، وأطباء الأمراض العقلية متمرسين بهذه التقنية، ولا يبدون اهتماماً بتطوير وترقي الجوهر، ما هي أسباب عدم نجاحهم بالجوهر(الكينونة)؟**

هناك عدة أمور يجب ملاحظتها، علماء النفس الغربيون لا يؤمنون بجوهر الإنسان حتى الآن، إنهم يؤمنون فقط بالعقل، لا شيء أسمى من العقل لديهم، فإذا لا يوجد ما هو أعلى من العقل، مهما كان عملك لن تساعد الإنسان حقيقة، على الأغلب يمكن أن يصبح الشخص طبيعياً بأحسن الحالات، والآن من هو الطبيعي؟ فقط معدل متوسط، ما نسميه بالمتوسط، والحقيقة هذا التوسط لاشيء إلا أنك منضبط بين الحشود، وإذا ظهر عدم

obelkandi.com

التوافق يقوم الأطباء النفسين بضبطه ضمن الحشود (عامة الناس) مرة أخرى.

العامة ليست مهمة بالنسبة لهم، فإذا كنت من ضمن العامة لا وجود لمشكلة، لا يوجد معيار للعامة، لا وجود للتمييز، بالنسبة للغرب لا يوجد معيار للعامة، لا يوجد معيار للمجتمع، لكن المجتمع نفسه مريض، بالنسبة لنا (بوذا) هو المعيار، باستثناء أن تصبح كما (بوذا) ستبقى مريضاً.

بالنسبة لعلماء النفس الغربيون للمجتمع معايير، (بوذا) ليس معياراً، ولعدم إيمانهم بإمكانية امتلاك الإنسان للكينونة، لا وجود للتنوير الباطني، ولكن أذا أضأت الكينونة الباطنية تحدث الاستنارة. علماء النفس هؤلاء مجرد معالجين، مثل أي قسم طبي، تحاول تعديل وضعك، ولكنها لا تُحدث التجاوز والسمو، الشرقيين يسعون لتجاوز العقل ولا يؤمنون بالمرض العقلي.

تذكر نحن لا نؤمن بالمرض العقلي، بالأحرى العقل هو الداء، بالنسبة لهم العقل ليس المرض، بالنسبة لنا العقل هو سبب الداء، العقل لا يمكن أن يكون سليماً، لذا لا يبدو

obeikandi.com

الشخص العادي سليماً، إنه فقط ضمن الحدود، والشخص غير الطبيعي هو الذي يذهب خارج الحدود، والاختلاف بين النمطين فقط بالدرجات، بالكمية وليس بالنوعية.

فقط درجة واحدة تفصل بينك وبين الشخص المجنون، لا فرق بالنوعية بتاتاً، اختلاف بسيط بالكمية، هو مجنون بدرجة صغيرة زيادة عنك، أنت ضمن ذات الحدود، ما زلت تمشي على الدرب لكن المجنون سبقك.

يحاول علماء النفس الغربيين إعادته إلى الحظيرة، إلى القطيع، وبذلك يعود طبيعياً، أنه أمر جيد بقدر ما يعود الشخص إلى طبيعته، بالنسبة لنا إذا لم يذهب المرء أسمى وأرفع من العقل يبقى مجنوناً ومعتوهاً بالنسبة لنا العقل نفسه هو الجنون، نحن نعمل على انحلال العقل لنصل إلى ما هو أبعد من العقل، وهم لديهم تقنيات لحل العقل واسترخائه بهدف ضبطه، ليس لديهم أي فكرة عن الذهاب أبعد من العقل لديهم فقط الضبط، لكن تذكر ذلك" إذا لم تذهب أبعد من نفسك وأرفع منها، لن يحدث شيء يستحق الذكر، إذا لم تصل إلى شيء أعلى وأسمى

obeikandl.com

فالحياة برمتها عديمة المعنى".

بالنسبة لفرويد الإنسان لا يمكن أن يحصل على السعادة الحقيقية، الجوهر الحقيقي للإنسان لا يصله إلى السعادة، إذا تمكنت من أن تكون غير حزين هذا جيد، أن لا تكون مكتئباً حزيناً هذا كافٍ فقط كن راضياً، لا يمكن أن تصبح سعيداً لأن الفرويدين يقولون أن السعادة تقبع بالفطرة وبالغريزة، إنها تقبع بالفطرة كما الحيوانات، ولذا فالإنسان لا يستطيع لأسباب متضاربة، عندما تتخلص من الأسباب تعود إلى الفطرة وتعود سعيداً عندها، ولكن عندها لن تكون واعياً للسعادة (كالحالة عند الحيوان) وهذا يخلق التناقض لديهم.

بالحالة الحيوانية تكون سعيداً ولكن بدون وعي، إذا حاولت أن تعيها تضيع السعادة، وليس ممكناً أن تصبح كالحيوان، فتتضارب الأسباب بكل شيء، الإنسان لا يمكنه أن يعيش بالأسباب ولا يمكنه أن يعيش بلا أسباب وهنا تُخلق المشاكل، لذا لا يمكنك أن تكون سعيداً طبقاً لفرويد. على الأغلب إذا كنت حكيماً يمكن أن تكون غير حزين، وهذا منطق سلبي للغاية.

obeikandl.com

إن علماء النفس بالشرق والميتافيزيقيين (ما وراء الطبيعة) وكذلك بعض المتدينين، النقطة الإيجابية المتوفرة هي إمكانية حصول السعادة، وليست فقط السعادة وإنما الغبطة والبركة، بالنسبة لعلماء النفس الشرقيين أن تكون غير سعيد يعني أن هناك احتمالية أن تغدو سعيداً، وبطريقة أخرى لن تتمكن من الشعور بعدم السعادة بالجوهر (الكينونة). المرء الذي يشاهد الظلام يمكنه مشاهدة النور أيضاً، تذكر أن الشخص الأعمى لا يشاهد الظلام، ربما ظننت أنه يعيش بظلام حالك، انسَ ذلك تماماً.

أنت لا تشاهد الظلام، لأنك بالظلام بحاجة للعيون أيضاً، إذا تمكنت من الشعور بعدم السعادة لديك عيون أيضاً، عند إمكانية شعورك بالحزن يمكن أن تشعر بالسعادة، وإذا لم تشعر بالسعادة لا يمكن أن تشعر بالحزن إنهما قطبان متعاكسان.

باستطاعتك أن تصبح سعيداً بالكامل، لكن العقل لا يمكنه ذلك، خذها بالشكل التالي: إذا هبطت إلى مستوى الجسد كالحيوان تصبح سعيداً، لأنك تنسى

obeikandl.com

عندها الأسباب بالكامل، ولكنك لا تعي السعادة، وهذا ما يتفق عليه (فرويد) مع العقل يمكن أن تعرف ولكنك لا يمكن أن تصبح سعيداً، الشرقيون يقولون يمكن أن ترتقي أسمى من العقل، فتصبح سعيداً وواعياً لهذه السعادة بذات الوقت.

لدينا هنا ثلاثة نقاط، الشخص بالمنتصف، أدنى من الحالة الحيوانية، إذهب إلى الغابة وانظر إلى الحيوانات لا يعرفون أنهم سعداء، ولكنك تشعر بأنهم سعداء، ويمكنك أن تستمع إلى غناء الطيور هناك.

لم تغنِّ أبداً مثل ذلك، وإذا نظرت عميقاً بعيونهم إنهم أبرياء وغير مشوشين، وهم سعداء ، لكنك لست سعيداً، اهبط إلى مستوى الجسد فقط عندها تصبح سعيداً، أو ارتقِ أعلى من العقل إلى كينونتك أو إلى الروح وتصبح سعيداً أيضاً، لكن بالمنتصف تبقى بالزمن دوماً، لأن العقل حقيقة ليس النهاية، إنه حبل ممتد بين حقيقتين الجسد والروح.

إنه حبل مربوط بشدة لا مجال لحله، أما التقدم للأمام أو التراجع للخلف، ولكن لا تبقَ معلقاً بالحبل، يجب التحرر

من الحبل، وذلك يتضمن احتمالين، إما العودة إلى الحالة الدنيا، أو الذهاب أسمى من العقل، فالحياة ضمن العقل تجعلك مربوطاً بشدة بالحبل، تبقى بكل لحظة غاضباً، قلقاً مضطرباً، حياة العقل إجهاد وتعب، لذا ينجح علماء النفس الغربيين بجعلك طبيعياً بمفهومهم، ولكنهم لن يجعلوك تحصل على التحقق الذاتي.

ولكن هناك نزعة جديدة فالفكر الشرقي بدأ يخترق الغرب عميقاً، بدأت طرق الشرق تتغلب وتتصهر بالغرب، الشرق يملك طرقاً لطيفة ذات تهذيب عميق، طرق صامتة، بدون عنف، بدون أي صراعات، الشرق بدأ يخترق الغرب عميقاً جداً، عاجلاً أم آجلاً علماء النفس الغربيين سيطلقون العنان لمفهوم التجاوز والترقي أسمى وأبعد من العقل.

إن الاسترخاء وانحلال العقل مفيد بالطريقتين، إذا كنت فقط تريد العقلية الطبيعية، يفيدك الاسترخاء ولكن لن تصل هنا إلى التجاوز والسمو، وإذا كان هدفك التجاوز عليك بالكثير من الاسترخاء العقلي للوصول إلى انحلال العقل بالكامل، وهذه التقنية تخلق صمتاً حقيقياً ليس

ناتجاً عن العقل. وهي تناسب العقلية المطمئنة العادية.

هناك نمطين للصمت، أحدهما عند صمت العقل، والآخر عندما لا يبقى شيئاً من العقل، والصمت عندها مختلف تماماً عن العقلية المطمئنة، بالعقلية المطمئنة العقل هناك، ولكنه ليس حدياً، نسبة الجنون هبطت، هذا كل شيء، يجب على علماء النفس الغربيين أن يصبحوا ميتافيزيقيين، عندها يمكن أن يفهموا معنى التجاوز، يجب أن تصبح عضوية أيضاً، ويجب أن تصبح ديناً شاملاً بنهاية المطاف، فقط عندها نساعد الإنسانية على التجاوز والسمو.

السؤال الثالث: **لقد شرحت لنا عدة طرق تأملية، أليس صحيحاً أنه لا توجد طريقة فعالة للغاية، ما لم يستهل المرء أي طريقة بها؟**

الطرق تصبح ذات نوعية مختلفة عندما تبدأ بها، أنا أتكلم عن الطرق ويمكنك استخدامها، باللحظة التي تعلم بها العودة بالأفكار علمياً، وتعلم كيفية استخدامها، ولكن البداية هي ذات نوعية مختلفة، إذا استهل الشخص بطريقة ما يحدث أمر مختلف حيث تتضمن البداية أشياء عديدة.

obeikandl.com

عندما أتكلم عن التقنية واشرحها يمكن أن تستخدمها بمفردك، ولكنها إذا ناسبتك أم لا كيف تشعر بها؟ الأمر عائد لك، أي نوع من الناس أنت، أمر من الصعب مناقشته. بالبدء أنت أكثر أهمية من التقنية.

عندما يبدأ المعلم عرض التقنية، يلاحظك ويدرك أي نوع من الناس أنت، يكتشف مقدار عملك خلال أجيالك الماضية، أين أنت حقاً بالحظة الحالية، أي المراكز يعمل حقاً الآن، وعندها يقرر حول التقنية، يختار التقنية المناسبة، إنها طريقة شخصية، التقنية ليست ذات أهمية، أنت المهم عبر دراسة جوهرك وإدراكه وتحليله.

أجيالك الماضية، وعيك، تركيبتك العقلية، جسدك، يتم تجزيئها إلى أقسام، تشعر عميقاً أين تقبع ذاتك الحقيقية لبرهة، لأن الرحلة تبدأ من هذه النقطة، من النقطة التي أنت بها الآن، أي طريقة أخرى لا تعمل.

يستخدم المعلم طريقة خاصة لأجلك، وإذا شعر أن هذه الطريقة الشخصية بحاجة للتعديل أو إدخال إي إضافات، أو حذف قسم منها يقوم بجعلها ملائمة لك، عندها يعطيك المقدمة، ثم يشرع بالتقنية بعدها، لذا يتم التشديد على ألا

نتحدث عن المقدمة، فهي شخصية، إنها سرية ولا تناسب شخصاً آخر إذا أخبرته عنها ربما تكون مؤذية.

إنها تبقى سرية فهي تناسبك بشكل خاص ولا تناسب أحداً سواك، حقيقة كل شخص حالة فريدة ويحتاج تقنية مختلفة، وذلك بإحداث اختلافات طفيفة لتصبح ملائمة له، إن هذه المئة واثنتي عشرة تقنية هي تقنيات عامة، الإطار العام الذي يمكنك الاطلاع عليه، يمكن أن تحاول إذا ناسبك شيء، ولكنها تختلف عن مقدمة التقنية، فالبداية شخصية بين المعلم والمريد، إنها وسيلة انتقال سرية، ويمنحك المعلم لحظة الانتقال إلى التقنية الصرفة وتبقى البداية عميقة باللاوعي.

عندما أتحدث عن كل هذه التقنيات وأنت تستمع فتنسى قسماً ويبقى البعض، وحتى يمكن أن تنسى عنوان بعض التقنيات، وأحياناً تختلط بعض التقنيات ببعضها، وتشعر باضطراب.

عندما يتفتح اللاوعي يختار المعلم اللحظة المناسبة ليعطيك التقنية، وتذهب عميقاً باللاوعي، لذا تُعطى المقدمة أحياناً أثناء النوم، ليس أثناء الوعي، أحياناً تُعطى المقدمة عند

ذروة التنويم المغناطيسي، عندما يكون وعيك وذهنك غافلَين تماماً، واللاوعي منفتح تماماً، ولذا فإن الخضوع والاستسلام مطلوب بشدة بالمقدمة. المقدمة لا تُمنح إلا بحالة الخضوع العميق، وباستثناء ذلك سيظل وعيك العقلي متيقظاً وواعياً وحارساً، عند خضوعك فإن وعيك العقلي سيتجه إلى واجباته واللاوعي سيذهب مباشرة حسب توجيهات المعلم.

عندها تتحضر للمقدمة وتأتي لحظة الدخول بها ويمكن أن تستمر لشهور بالتحضير، يجب أن تأخذ بالاعتبار الطعام الصحيح والنوم الصحيح، وكل شيء للوصول إلى نقطة الهدوء والسكينة. وبعد ذلك تدخل بالمقدمة وهي بحاجة إلى وقت طويل وتجربة شخصية وباستثناء الخضوع التام لا إمكانية لتخطيها.

لذا أنا لم أقدم مقدمات عن هذه الطرق أنا فقط أطلعك عليها، إذا شعر أي شخص أن التقنية ملائمة له بعمق عليه أن يباشر بالمقدمة، وهي عملية طويلة شخصيتك يجب أن تكون معلومة بالكامل، عليك أن تكون منفتحاً تماماً لا شيء مخبأ، فتعمل بسهولة عندها، لأن التقنية الصحيحة

obeikandl.com

عندما تُعطى للشخص المناسب بالوقت المناسب تعمل مباشرة.

بعض الأحيان تحدث أثناء المقدمة يحصل البعض على الاستنارة ويغدون متنورين، فتصبح الطريقة متقدة، مهما كان العمل فأنا لا أعطي هنا المقدمات، إنها طرق علمية لإنعاش المئة واثنتي عشرة تقنية ولجعلهم معلومين.

إذا شعر المرء بالانتباه، يمكن أن يباشر، وباهتمام حقيقي تبحث عن المقدمة المناسبة، ولكن العمل مفرداً بالتقنيات يتطلب جهداً ووقتاً طويلاً ربما سنوات وربما أجيال، وربما لن تستطيع المثابرة عليها، من خلال المقدمة تصبح التقنية أسهل وتغدو التقنية وسيلة الانتقال، بالمقدمة يكون عمل المعلم هاماً، هي علاقة حياة عميقة مع المعلم.

السؤال الرابع: لقد اقتبست قول (جورج كرديجيف) إن الهوية خطيئة، ولكن بعدة تقنيات تستخدم الهوية، مثلاً أصبح واحداً مع المحبوب، أصبح واحداً مع الزهرة، أو أن تتماهى مع المعلم، علاوة على ذلك اعتناق فرضية التأمل والروح، ذلك يجعل من (كرديجيف) صحيح بقسم فقط ومفيد بتقنيات معينه.

obeikandl.com

لا إن تعبيرك ليس صحيحاً، إنه ليس سليم جزئياً، هو سليم تماماً، ولكن عليك تفهم بعض الأمور، الهوية مسألة لاوعي، ولكن استخدامك للهوية بالتأمل يغدو وعياً صرفاً، على سبيل المثال اسمك "رام" وأحد ما أهان "رام" مباشرة تشعر بالإساءة لأنك متماهٍ بالاسم، ولكنها ليست حالة وعي، إنها حالة لاوعي، حقيقة أنت اسمك رام ولكنك ولدت بلا اسم، والاسم أعطي لك اعتباطياً من قبل الوالدين أو المجتمع. وهذا الشخص أهان الاسم الاعتباطي، وهل ذلك يستحق الغضب، لم تنظر مطلقاً بهذه الطريقة، فهذا التماهي هو اللاوعي.

عندما تتماهى مع زهرة، إنه عمل يتطلب الوعي، وحقيقة أنت لا تتماهى مع الزهرة وإنما تحاول أن تحدد نفسك بالزهرة، وبالتالي تحاول نسيان نفسك تماماً، ومن ثم تصبح واحداً مع الزهرة، وبوعي عميق، وعي لكامل العملية، وعندما يتم القيام بالتماهي بوعي يتحول إلى تأمل، وإذا قمت بتقنية يقينية بدون وعي يصبح ذلك شيئاً مختلفاً عن التأمل تذكر ذلك.

يمكن أن تصلي كل يوم صباحاً ومساءً بلا وعي، فقط

obeikandl.com

كعادة روتينية، إنها مجرد صلاة بدون وعي للعمل الذي تقوم به أثناءها، تكررها كما الببغاء، إنها ليست تأملاً بالمطلق، فإذا كان طريقك الوعي عندها يصبح تأملاً، لذا مهما كان عملك بيقظة ووعي تام يصبح تأملاً. حتى فعل القتل بوعي تام يصبح تأملاً.

هذا ما يقوله (كريشنا) لـ (أرجونا): "لا تخف اقتل الأعداء بسيفي، ولكن بوعي كامل، فلا أحد يمكن أن يموت أو يقتل"، من السهولة القتال بلا وعي، ولكن (كريشنا) يقول: كن متيقظاً بالوعي الشامل، عندها تصبح أداة للقداسة وتعلم عندها أنك لا تستطيع قتل أحد على الإطلاق.

جوهرك الباطني خالد سرمدي، لا يمكن لأحد أن يدمر بنيتك الداخلية وحقيقة أن الشكل هو الذي يموت فقط أما الباطن لا يمكن أن يموت أو يتلاشى. وهنا أريد أن أخبركم القصة التالية عن (نكارجونا) أحد أعظم الأساتذة بتاريخ الهند من عيار (بوذا) و(مهافيرا)، كان حاد الذكاء، كان عبقرياً نادراً على مستوى العالم، عندما وصل إلى عاصمة المملكة آنذاك قدمت له الملكة

obeikandl.com

باقة زهور فقد كانت مؤمنة به، قدموا له الطعام الفاخر والهدايا.

كانت هناك قطعة ذهبية مُرصعة بالأحجار الكريمة الثمينة، لم يتكلم (نكارجونا) شيئاً وأخذ القطعة الذهبية، بالحالة العادية لا يعني الذهب والمجوهرات شيئاً للسنياسن فالذهب حقيقة كالطين ولكن لماذا هذا التمييز. السنياسن لا يلمسه مطلقاً، حتى الملكة لم تشعر أنه عمل جيد كانت متوقعة أن يرفض الهدايا، كالقديسين العظام، لماذا يقبل هذه القطعة الثمينة وهو متعرٍّ دون لباس وبلا ممتلكات لمَ لم يرفضها؟ لو رفضها كانت الملكة أصرت أن يأخذها وكان شعورها أفضل.

ذهب (نكارجونا) بعيداً وشاهده لص يحمل شيئاً ما، فتبعه على الفور، كان يقطن خارج المدينة بمعبد قديم للغاية وبمفرده، عندما دخل سمع صوت خطوات أقدام، لم يلتفت إلى الخلف ولكنه علم أن أحد جاء ليأخذ ما معه، لا أحد مطلقاً تبعه إلى هذه الخرائب من قبل.

انتظر اللص خارجاً وكان (نكارجونا) يلاحظ ذلك فرمى له بالعلبة التي تحوي الهدايا الذهبية والأحجار الكريمة،

تفاجأ اللص، ولم يصدق أي نوع من الرجال هذا يجلس عارياً ضمن خرائب ويرمي بالمجوهرات لمجرد لص، دخل اللص إليه وقال: هل لي أن أسألك شيئاً؟ أجابه (نكارجونا): "تفضل اسأل" قال اللص: "أنت رميت هذه المجوهرات لي، وأرى أنك معدوم الحال، لذا لن أكذب عليك فأنا لص يريد سرقتك".

قال (نكارجونا): "لا تقلق الكل لصوص، أنت تتبعني إذاً لمَ أضيع الوقت حول أشياء غير ضرورية؟".

قال اللص: "أحياناً أنظر إلى أشخاص مثلك، فعقلي يتوق للوصول إلى هذه الحالة، إنها تبدو مستحيلة على شخص مثلي، ولكني أرجو وأصلي لكي أصبح قادراً على رمي هكذا مجوهرات وراء ظهري، أرجوك علمني شيئاً. لقد تعرفت على الكثير من القديسين ولكنهم أخبروني، اترك عملك ومهنتك أولاً، فقط عندها يمكن أن تباشر بالتأمل". قال(نكارجونا) حينها:

"إذا أخبرك أحد أن عليك ترك مهنة ما كالسرقة قبل أن تشرع بالتأمل، فإنه لا يعرف شيئاً عن التأمل مطلقاً، ما هي علاقة التأمل بالسرقة، اذهب واعمل ما تشاء، أنا

obeikandl.com

سأمنحك تقنية ويمكن أن تصبح متمرساً بها". قال اللص: يبدو أننا متفقان الآن، يمكن أن أعمل ما أشاء ولكن أخبرني ما هي التقنية؟

قال (نكارجونا): "فقط ابقَ واعياً، كن متيقظاً بالكامل عند ممارستك لعملك، عندما تأخذ شيئاً ما، كن واعياً بالكامل ومهما كان عملك كن متعلقاً به وليس متعلق بي أو بشخص آخر، وعد بعد خمس عشر يوماً، ولا ترجع إلا إذا كنت متمرساً بها".

باليوم الثالث رجع اللص وقال: "خمس عشر يوماً فترة طويلة جداً، لقد تبين لي من خلال التقنية عندما أصبح واعياً بالكامل لا يمكنني أن أسرق، وصلت إلى قصر فخم وفتحت صندوق مجوهرات ثمينة ولكنني تذكرت التقنية، أصبحت متيقظاً بالكامل وواعياً بالكامل، أصبحت كحالة (بوذا)، لم أتمكن من عمل أي شيء يداي لم تتحركا، وبدا الكنز بالكامل عديم القيمة، لذا أعدته إلى مكانه، لقد أخبرتني أنه ليس ضرورياً أن أترك عملي ولكن التقنية اخترقت روحي فتغير كل شيء من الداخل".

(نكارجونا) أجابه: "لا تعد إلي مرة أخرى، يمكن أن تختار بين التأمل والسرقة، إذا اخترت السرقة اترك التأمل وإذا اخترت التأمل اترك السرقة"، قال اللص: "لقد وضعتني بمأزق حقيقي، فقط في هذه الأيام الثلاثة شعرت بمعنى الحياة، شعرت أني أحيا، شعرت أني شخص وليس لص، لقد كانت هذه الأيام الثلاثة مليئة بالغبطة لذا لن أترك التأمل ما حييت، أرجوك اقبلني كمريد".

مهما كانت الأداة أو الشيء المستخدم إذا كان بوعي يصبح تأملاً، التماهي بوعي تأمل عظيم، أما عدم الوعي خطيئة وشر، أنت تتماهى مع أشياء كثيرة "إنها ملكي، هذا وطني، وهذه جنسيتي، وهذا علم بلادي .. حقيقتك أنك لا تتبع لأي أمة أو لأي شعب، فجميع هذه الأعلام خرافة، إنها قطع قماش، ولكنك تتماهى معها ذلك لأنك غير واعٍ وعدم الوعي إثم وخطيئة.

obeikandl.com