

إلى عاشقي العلم،!

ما أجمل أن تعشق العلم!، فأنا من عشاق العلم والتعلم،

وبالطبع، أعشق الاستفادة مما أتعلمه، لأنه - دون شك - يقودني إلى معرفة نفسي، وأهمية معرفة الإنسان لنفسه، هي - في البداية - مفتاح معرفة الله ﷻ،

ولذلك قيل: من عرف نفسه، فقد عرف ربه، وقال الله - تعالى -: ﴿أَيْنَتَانِي الْأَفَاقِ

وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ﴾ (فصلت: ٥٣).

وبناءً على ذلك يقول الغزالي: «إن على المرء أن يتحرى معرفة حقيقة نفسه،

ما كنهها وجوهرها،؟!

ومن أين جاءت،؟!

وإلى أين ستذهب،؟!

ولماذا قُدمت إلى هذا المنزل الدنيوي،؟!

ولماذا خُلِقَ الإنسان،؟!

وما هي سعادته،؟!

وأين تكمن،؟!

وفيم يكون شقاؤه،؟!

ومن أين ينبع،؟!

كما قال الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام: الخير كله فيمن عَرَفَ قدر نفسه، وكفى بالمرء

جهلاً ألا يعرف قدر نفسه، وقال أيضاً: ما هلك امرؤ عرف قدره،».

.. وبكل بساطة، فإن معرفتك لنفسك أو لذاتك أو لشخصيتك أو لكيانك، تقودك

لمعرفة ما تريد، وما عندك، وما لك، وما عليك، وما تحتاج، فهيا إلى المعرفة،!

ضاحي عثمان

القاهرة، في يوم الجمعة :

الموافق ١٢ ربيع الأول ١٤٣١هـ = ٢٦ فبراير ٢٠١٠م

Dahi24saah@windowslive.com

obeikan.com

التنويم المغناطيسي، أسئلة حائرة،!

شاهدنا أفلامًا كثيرة يقوم فيها الممثل الراحل، (عبد السلام النابلسي) بدور الشخص الذي يقود عملية التنويم المغناطيسي، وبالطبع النابلسي لا ينجح في تنويمه، بل ينام هو أوّلاً، وعلى رأي المثل «راح يصطاد صادوه»، وهو الأمر الذي جعل التنويم المغناطيسي في أذهان الناس، بمثابة عملية تمثيل أو تهريج، لدى البعض، أو هو ضرب من السحر والشعوذة عند البعض الآخر، وهو ما يثير في نفوسنا عشرات من الأسئلة الحائرة، مثل:

ما هو التنويم المغناطيسي،؟!

ما هو التنويم الإيحائي،؟!

وما علاقة النوم بالمغناطيس،؟!

هل هذه الأشياء، حقيقة،؟!

أم هو سحر وشعوذة،؟!

، وهل هو خيال، وأوهام،؟!

ما هو شعوري أثناء التنويم،؟!

ما هو المقصود بالتنويم الذاتي،؟!

ما هي خطوات التنويم الذاتي،؟!

هل كل شخص قابل للتنويم،؟!

هل هناك خطورة في التنويم،؟!

هل يفقد المرء وعيه أثناء التنويم،؟!

هل يكشف أسرارهِ، دون إرادة أثناء التنويم،؟!

هل يمكن أن يفعل شيئاً لا يريده أثناء التنويم،؟!

هل يمكن أن يتوقف المدخن عن التدخين بمساعدة العلاج بالتنويم،؟!

هل ييوح المجرم بتفاصيل جريمته وهو نائم مغناطيسياً،؟!

ما هي استخدامات التنويم،؟!

كيف يخفف الألم،؟!

هل يساعد العلاج بالإيحاء في تحسين المستوى الدراسي أو الرياضي،؟!

هل من الممكن تحسين علاقاتنا بالآخرين عن طريق العلاج بالإيحاء،؟!

هل يمكن أن ينام العرب مغناطيسياً، لإصلاح علاقتهم بالغرب، أو العكس،؟!

كيف يختار المرء من يعالجه بالتنويم،؟!

ما هي القواعد العامة، للاقتراحات «الإيحاء الإيجابي»،؟!

ما هو شعور المرء أثناء التنويم،؟!

هل يصاحبه إحساس سعيد بارتخاء جسماني،؟!

هل يظل العقل واعياً تماماً لكل ما يحدث،؟!

هل يحدث إحساس خاطئ بالوقت، فقد تمر الساعة، وكأنها عشرة دقائق فقط،؟!

هل يتعدى شعور الإحساس بالاسترخاء، الاسترخاء على كرسي مريح، مع كتاب شيق، أو

فيلم جذاب،؟!

هل هناك بعض القدرات التي تتحسن أثناء التنويم، مثل التذكر، والتخيل،؟!

هل كل شخص قابل للتنويم،؟!

هل يختلف من شخص قابل للتنويم، وآخر يرفض،؟!

هل هناك استثناءات بين الأشخاص،؟!

- هل الشخص الذي لا يرغب، يمكن أن ينام رغماً عنه،؟!
هل الشخص الذي يتمتع بمعدل ذكاء منخفض للغاية، هو الأكثر قبولاً للنوم،؟!
هل الشخص الذي يعاني من مرض نفسي شديد، يمكن علاجه بالتنويم،؟!
هل هناك خطورة في التنويم،؟!
أم لا توجد خطورة مطلقاً من التنويم،؟!
هل يفقد المرء وعيه أثناء التنويم، ويصبح ألعوبة في يد الشخص المنوم،؟!
هل يمكن إجبار المرء على عمل أي شيء دون إرادة أثناء التنويم،؟!
ما هي استخدامات التنويم،؟!
يساعد على تحقيق الاسترخاء التام،؟!
هل يساعد على استعادة النشاط،؟!
هل يحسّن القدرة على التذكر والتعلّم،؟!
هل يمكن به التغلب على المخاوف،؟!
هل يعالج التوتر الزائد والقلق عند الامتحانات،؟!
هل - فعلاً - يزيد الثقة بالنفس،؟!
هل يعالج الحالات النفسية علاجاً قطعياً وليس مؤقتاً،؟!
هل يساعد في رفع درجة مقاومة الجسم للأمراض العضوية،؟!
هل يعالج الآلام المزمنة والصداع،؟!
كيف يتم اختيار المعالج بالتنويم،؟!
هل أستاذ الطب الخاص عن أفضل من يمارس التنويم،؟!
هل الثقة في المعالج، هي القاعدة الذهبية في العلاج بالتنويم،؟!
هل

هذه الأسئلة، وغيرها الكثير والكثير، تدور في رأسي الآن، وبالتالي سأحاول أن أجيب عنها، بقدر ما هو متاح من معلومات، لكن ما أود أن أقوله أن الثقة، هي القاعدة الذهبية لأيّ علاج أو مُعالج، فإذا لم يثق المرء في طبيبه أو معالجه، ويثق في الدواء أو العلاج أنه سيقوده للشفاء، طبعًا كاسباب للشفاء، لأن الشافي هو الله - تعالى، فإن المرء لا يشعر بأي تحسّن لأي دواء، ذلك أن الحالة النفسية هي القوام، أو العمود الفقري للحالة المعنوية، والتي هي - بدورها - العمود الفقري للجهاز المناعي، فإذا كانت المعنويات عالية، كان الجهاز المناعي في أفضل حالاته، وبالتالي يمكن مع أيّ علاج أو دواء، إحداثُ التأثير الحسن للشفاء، ويشعر المرء - عندئذٍ - بتحسّن حالته، وسرعة هذا التحسّن، والآن، أدعو لكم، وأدعو لنفسي بالسعادة، والصحة والعافية، ولنفسح الوقت معًا لنقرأ، ما هي حكاية التنويم المغناطيسي؟! من أولها إلى آخرها،....