

د. ديباك شوبرا

التناغم القدري

تسخير القوة اللا محدودة للتناغم في صنع المعجزات



ترجمة
د. يحيى العريضي



التناغم القدري

تسخير القوة اللامحدودة للتناغم في صنع المعجزات



عنوان الكتاب : التناغم القدري

تسخير القوة اللامحدودة للتناغم في صنع المعجزات

اسم المؤلف : د. ديباك شويرا

ترجمة : د. يحيى العريضي

الناشر : دار الفرق

الطبعة الأولى : 1434هـ - 2013م

التنفيذ والإشراف : دار الفرق

التدقيق اللغوي : حسام بركات

الإخراج الفني : وفاء الساطي

جميع الحقوق محفوظة

دار الفرق للطباعة والنشر والتوزيع

سورية - دمشق

هاتف : 6660915 - 6618303 (11-00963)

ص.ب. 34312 فاكس : 6660915 (11-00963)

**البريد الإلكتروني : Gmail.com
alfarqad70@ < hotmail.com
yahoo.com**

الموقع على شبكة الإنترنت : http://www.alfarqad.com

التناغم القدري

تسخير القوة اللامحدودة للتناغم في صنع العجزات

الدكتور ديباك شوبرا

ترجمة

د. يحيى العريضي

الفهرس

11.....	الكاتب في سطور
13.....	إشادات بالكاتب
15.....	للكاتب أيضاً
17.....	مقدمة
31.....	الجزء الأول: الوعد بقدرات غير محدودة
33.....	(1) المادة، العقل، الروح
35.....	المستوى الأول: المجال المادي
36.....	المستوى الثاني: المجال الكوانتيمي
43.....	المستوى الثالث: مجال العقل الكلي
46.....	دلائل المجال الافتراضي
59.....	(2) التناغم في الطبيعة
75.....	(3) طبيعة الروح
93.....	(4) القصد
117.....	(5) دُورُ المصادفة
120.....	أعاجيب الدنيا
127.....	صدقة الكون
133.....	الانتباه والنية
136.....	تعزيز الصدفة وحضنها
147.....	(6) الرغبات و"النماذج الأصلية" (ARCHETYPES)
152.....	هدف النماذج الأساسية ARCHETYPE
154.....	إيجاد نموذجك الأساسي ARCHETYPE
165.....	الجزء الثاني: تمهيد سبيل المصير
167.....	(7) التأمل و / المافتراز /

- 169..... كيفية التأمل
- 171..... المانترات
- 174..... سوترا – SUTRA
- 181..... (8) المبدأ الأول: أنت مويجة في بنية الكون
- 184..... التمرين الأول: الشاهد الصامت
- 185..... التمرين الثاني: لماذا أنت هنا؟
- 187..... مقولات سوترا للمبدأ الأول
- 189..... (9) المبدأ الثاني: عبر مرآة العلاقات أكتشف ذاتي الكونية
- 195..... التمرين الثالث: قبول الثانية
- 198..... التمرين الرابع: ناماستي NAMASTE
- 199..... مقولات سوترا للمبدأ الثاني
- 201..... (10) المبدأ الثالث: افهم حوارك الداخلي فهماً كاملاً
- 203..... الحوار الداخلي وقوة الذات
- 207..... التمرين الخامس: النار في عينيك
- 208..... مقولات السوترا للمبدأ الثالث
- 211..... (11) المبدأ الرابع: القصد يحبك نسيج الكون المطرّر
- 215..... التمرين السادس: تركيز القصد
- 218..... التمرين السابع: سوترا القلب
- 221..... مقولات السوترا للمبدأ الرابع
- 223..... (12) المبدأ الخامس: هدّب تشوشك العاطفي
- 227..... التمرين الثامن: التعامل مع الألم
- 230..... التمرين التاسع: التواصل اللاعنفي
- 231..... الخطوة الأولى : فصل المراقبة عن التقويم
- 232..... الخطوة الثانية: عرف مشاعرك
- 233..... الخطوة الثالثة: إفصح عن حاجاتك بوضوح
- 234..... الخطوة الرابعة: اسأل، لا تطلب
- 236..... التمرين العاشر: معالجة غضب الطفولة

- 239 مقولات سوترا للمبدأ الخامس
- 241 (18) المبدأ السادس: احتقل برقصة الكون
- 243 التمرين الحادي عشر: إيجاد الكون بداخلنا
- 246 مقولات السوترا للمبدأ السادس
- 249 (14) المبدأ السابع: الوصول إلى مبدأ اللااحتمالية
- 252 التمرين الثاني عشر: إجمال كل ما تقدم
- 255 مقولات السوترا للمبدأ السابع
- 259 (15) الحياة بتناغم قدري
- 261 التناغم القدري وحالات الوعي
- 266 كيف تنتقل عبر مراحل الوعي
- 268 ما تتوقعه من التناغم القدري
- 270 قصيدة لمواطن أمريكي غير معروف
- 271 الخاتمة
- 275 المراجع بالإنكليزي
- 275 ملحق
- 282 ملحق (أ)
- 282 الهرمية
- 291 ملحق (ب)

أنا الضوء المتوهج للحكمة الإلهية
أضيئ جمال السهول
مفي الماء يتلألأ
أضيئ الشمس والقمر والنجوم
بالحكمة أرسم نظامها
أزین الأرض
أنا النسمة الخالقة لكل خضرة
أنا المطر القادم من الندى
أنا راسم بسملة العشب
بفرحة الحياة
أنا من يستمطر الدموع
جواهر كل خير
أنا التوت والشوق إلى الخير والبركة

هیلدغارد

1098 – 1179

الكاتب في سطور

الدكتور ديباك شوبرا كاتب ومحاضر وطبيب مميّز، أنجز عدداً من الكتب الأفضل مبيعاً عالمياً منها:

«الجسد دائم الشباب»، «العقل السرمدى»، «كيف تعرف الله»، «كتاب الأسرار».

مؤسس «مركز تشويرا للسعادة والرفاه» في كاليفورنيا.

إشادات بالكاتب

- «اتفق مع الدكتور تشوبرا بأنه إذا ما أردنا تغيير العالم، علينا أن نبدأ بتغيير أنفسنا إنها الرسالة التي طالما بشرت بها على الدوام»

الداليا لاما

- «إنه بلا شك أكثر الفلاسفة شفافية وإلهاماً في عصرنا»
ميخائيل كورياتشوف

- «لا يزال ديباك منارة تقودنا إلى أعماق وغياب السعادة الروحانية الصحيحة»

جيمس ردفيلد

كاتب النبوءات السماوية وأسرار «الشمبالا»

- «لقد أهدى تشوبرا الملايين إلى الروحانية، ولهذا له عظيم امتناننا»

كن ولبر كاتب «علم النفس الكامل»

• «نجم الروحانية الجديدة»

صحيفة الفارديان

• «الشاعر النبي للطب البديل»

مجلة تايم

للكتاب أيضاً

- خلق الحياة
- العودة إلى رتشي
- الشفاء الكوني
- الصحة المثالية
- حياة بلا شروط
- الجسد الأبدي والعقل
- السرمدى
- رحلة في الشفاء
- خلق الوفرة
- الوزن الأمثل
- النوم الهائئ
- قوانين النجاح الروحي
- السبعة
- عودة مارلين
- طاقة بلا حدود
- الانتصار على الإدمان
- طريق الحب
- سبعة قوانين روحانية للأباء
- شفاء القلب
- أبدية يومية
- ملائكة الضوء
- على ضفاف الأبدية
- الروح في الحب
- العودة إلى الشباب والعيش
- المديد
- الجرح الأعمق
- الملاك قريب
- بنات السعادة

مقدمة:

تحدث المعجزات يومياً؛ لا في قرى الريف النائي أو الأمكنة المقدسة من كوكبنا؛ بل هنا وبين ظهرانينا وفي حياتنا؛ إنها تتبجس من مصادرها المخبأة؛ وتحيطنا بالفرص، ثم تختفي، إنها كالشهب اليومية. رغم ندرتها، ما إن نلمح تلك الشهب حتى نشعر بسحرها. حقيقة الأمر أنها تخط السماء على الدوام. ولكننا لا نلمحها خلال النهار، أما في الليل فلا نراها إلا إذا اتجهت أنظارنا إلى السماء في الوقت المناسب.

ورغم اعتقادنا بأنها ظواهر غير عادية، إلا أن المعجزات تخط أيضاً مخترقة وعينا كل يوم. ومن هنا فإن الخيار لنا لنلحظها أو نتجاهلها دون أن نعي بأن أقدارنا قد تربط بها. ولّف نفسك لوجودها، وبلحظة تتحوّل الحياة إلى تجربة مذهلة وأكثر عجائبية وممتعة مما يمكن أن تتصوّر. تجاهلها، وستكتشف أن فرصة قد طارت من يدك بلا رجعة. ولكن يبقى السؤال فيما إذا كنت ستلتقط تلك الأعجوبة إذا ما ظهرت. وإن أنت أدركتها فماذا عساك تفعل بها؟ وإذا ما تسنى لك أن ترتب أعجوباتك فأياها ستختار؟

هناك عالم بقدرات نقيّة موجود بداخلك يتجاوز عالمك المحسوس وأفكارك وعواطفك. في ذلك العالم أي شيء وكل أمر ممكن بما في ذلك المعجزات، وخاصة المعجزات، ذلك الجزء منك ممزوج بكل شيء في الكون ماضياً وحاضراً ومستقبلاً.

لقد كرّست حياتي لكشف وتعليم طرائق تواكب مجال الاحتمالات اللانهائية هذا بحيث نتمكن من إعادة توجيه وتحسين حيواتنا مادياً وعاطفياً وروحياً. لقد ركزت في كتب سابقة على أهداف محددة. فكتبت على سبيل المثال حول تمتع المرء بالصحة المثالية، وبإيجاد الطريق الأمثل للحب، وفي البحث عن الباربي تعالى. أما هذا الكتاب فإنه يحمل أهدافاً كبيرة. لقد صُمّم ليهدّي إلى الحقيقة الأعمق الكامنة في خفايا الحياة اليومية. ومن خلال ذلك فإنه يهدف إلى اكتشاف المصير الحقيقي للإنسان وكيفية تشكيله وصناعته. إنه الطريق نحو الكمال الذي يوصل في نهاية المطاف إلى النورانية.

فتت لأكثر من عقد بفكرة مفادها أن للمصادفة دوراً كبيراً في تشكيل وإدارة حياتنا. لا بد من أنك خبرت أحداثاً مذهلة أو خارقة ربما عند قيامك بتظيف خزانة لديك تقع يدك على هدية من شخص ما تحدثت معه لسنوات، وفي غضون ساعة يرن جرس هاتفك بمحض المصادفة.

بصادفك مقال في صحيفة يتحدث عن سرطان الجلد وتقرر دون سبب واضح أن تحتفظ بذلك المقال بعد قراءته، وبعد شهر يتصل قريب ليخبرك بأن نتائج تحليل أجراه تفيد بإصابته بهذا المرض؛ وتشاء المصادفات أن المعلومات الموجودة في ذلك المقال سيكون لها عظيم التأثير في خياراته في المعالجة التي ستؤدي في النهاية إلى إنقاذ حياته. وقد تتعطل سيارتك في طريق مهجورة وبعد انتظار يائس لساعات تشاء المصادفات أيضاً أن أول حافلة تطل وتظهر في ذلك المكان ليست إلا قاطرة للسيارات.

هل يمكن أن نعزو ما يحدث لمجرد مصادفة؟ بالتأكيد ممكن، ولكن بعد الفحص والتمحيص لا بد من أن تكون هناك ومضات أعاجيبية.

كلما مرت معنا تجربة كالتى ذكرت أعلاه، أمكننا اعتبار ذلك حدثاً اعتباطياً في عالم فوضوي؛ وقد تثبت الأيام أن لتلك التجربة أثراً في تغيير حياتنا.

أنا لا أؤمن بالمصادفات الخالية من المعنى، أعتقد أن كل مصادفة رسالة أو مفتاح لغز لوجه من أوجه حياتنا يستلزم اهتمامنا.

هل أصخت السمع مرة لذلك الصوت الهادئ الساكن البسيط العميق في داخلك؟ هل انتابك شعور قاطع عن أمر أو شخص ما؟ ذلك الصوت البسيط وذلك الشعور القاطع ليسا إلا أشكالاً من التواصل تستحق وتسترعي الانتباه.

المصادفات هي ذلك النوع من الرسائل. إن الانتباه لمصادفات الحياة يعلّم الإصغاء والانصياع لرسائلها بوضوح أكثر. ومن خلال فهم القوى المشكّلة للمصادفات يمكن للمرء أن يؤثر بتلك القوى ويشكّل مصادفاته الخاصة به ويستفيد من الفرص التي تهيئها؛ ويخبّر الحياة ويعيشها كأعجوبة تتكشف معالمها وخفاياها بشكل يبعث على الخشوع في كل لحظة.

معظمنا يعيش حياته مكللة بشيء من الخوف وقليلاً من التوتر والإثارة. نحن كأطفال يلعبون لعبة «الطميمة»، نرغب بأن نُكشف، ولكن نأمل بالألا يحدث ذلك. كل ذلك يحدث ونحن نقضم أظافرنا بحالة من التوقع والاستباق الأملي. نقلق عندما تقترب الفرصة منا وتقرع بابنا ونختبئ في غياهب الظل عندما يغلبنا الخوف. ما هكذا تُعاش الحياة. العالمون بكنه الحقيقة - أولئك المتورون (بمعرف بعض الثقافات) لا يغشى قلوبهم الخوف ولا يقلقون. وما إن تدرك آلية عمل الحياة - المتمثلة بتدفق الطاقة والمعلومات والذكاء الموجهة لكل لحظة حياة - عندها تبدأ بالتعرف إلى القدرة الكامنة في تلك اللحظة. عندها لن تزعجك أو تضرك الأمور الدنيوية التافهة، عندها يتلجّ صدرك ويرتاح قلبك وتبدأ المصادفات تنهال على حياتك زرافات ووحदानا.

عندما تعيش حياتك بتقدير للمصادفات ومعانيها تتصل بالمجال الجوهرى لاحتمالات لا نهائية؛ وعندها تبدأ الرحلة

الساحرة. وهذه أسميها «تأغم القدر» أو «القدر التناغمي» أو «التناغم القديري» «Synchrodestiny»، الذي فيه يصبح الاكتمال المتناغم للأمني ممكناً. يستلزم التناغم القديري الوصول إلى المكان الأعمق في الذات، وفي الوقت نفسه يقظة وإدراكاً للرقصة المعقدة للمصادفات في العالم المادي. يتطلب ذلك فهماً للطبيعة العميقة للأشياء، وإدراكاً لمنابع الذكاء المسؤولة عن خلق عالمنا على الدوام؛ وفي الوقت ذاته امتلاك النيّة في متابعة فرص محددة للتغيير حال ظهورها.

قبل الولوج بالتفاصيل العميقة لهذا الموضوع، لنجر هذه التجربة الصغيرة: اغمض عينيك وفكّر بما كنت تقوم به خلال الأربع والعشرين ساعة الماضية؛ ثم ارجع بذاكرتك من نقطة وجودك الآن إلى حيث كنت بالأمس في اللحظة ذاتها. واستحضر بخيالك قدر ما تستطيع من أفكار تعبر ذهنك ومشاعر أثرت في قلبك.

مع قيامك بذلك، اختر مسألة من الأربع والعشرين ساعة الماضية وركّز على فكرة بعينها. ليس بالضرورة أن تكون غاية في الأهمية أو الإثارة... فقط مسألة تعاملت معها في اليوم السابق. إن كنت قد زرت المصرف، يمكنك اختيار مسألة المال أو التمويل.. إن كنت في زيارة طبيب يمكنك اختيار مسألة الصحة.. إن لعبت كرة المضرب أو الغولف يمكنك التركيز على الرياضة. فكّر بهذا الموضوع لبضع ثوانٍ.

والآن عد بذاكرتك إلى خمس سنوات خلت الواحدة بعد الأخرى لتصل إلى التوقيت ذاته قبل خمس سنوات. حاول أن تعرف أين كنت في تلك اللحظة وماذا كنت تقوم به. حاول أن تصوّر حياتك في تلك اللحظة بقدر ما تستطيع من وضوح.

وما إن تشكّل صورة ذهنية واضحة لحياتك بما كانت عليه منذ خمس سنوات ادخل الموضوع أو المسألة التي اخترتها للتفكير بها قبيل أربع وعشرين ساعة... صحة... مال أو غيرها. والآن تابع انخراطك بالمسألة التي اخترت خلال خمس السنوات الماضية حتى اللحظة. حاول تذكر ما استطعت من أحداث في المسألة ذاتها. إن كنت قد اخترت «الصحة» كموضوع، فربما تتذكر الأمراض التي أصابتك وكيف قادتك من طبيب لآخر، وكيف قررت ربما الإقلاع عن التدخين، وكيف أثر كل ذلك على مجريات حياتك، وما في طبيعة الحمية التي اتبعت، وأياً من آلاف الاحتمالات الممكنة، ابدأ هذا التدريب الآن؟

خلال تفكيرك بالمسألة التي اخترت وكيفية تأثيرها بحياتك وبطريقة عيشك الحالية، لا بد من أنك اكتشفت عدداً من المصادفات. جزء كبير من الحياة يعتمد على لقاءات المصادفة وعلى تحولات قدرية وممرات تنفتح فجأة باتجاهات جديدة. وهناك احتمال كبير بأن موضوعاً معيناً في حياتك تجده مرتبطاً بنواح كثيرة من هذه الحياة. حتى لو بدت ناحية معينة على درجة

لا تُذكر في الأهمية. ومن خلال متابعتك لتاريخك الشخصي بهذه الطريقة تجدك تراكم مقداراً كبيراً من الإطلاع والرؤية لدور المصادفة في حياتك. بإمكانك أن ترى كيف أن تفصيلاً بسيطاً قد غير حياتك حال اتخاذه طريقاً مختلفةً عن الوجهة المألوفة ليتحوّل عملك إلى مجال آخر ومع أناس آخرين.

حتى عندما تعتقد أن حياتك قد رُسمت بكلّيتها، فإن الأحداث تأخذ اتجاهاً يحدد مصيرك بطريقة لم تتخيلها من قبل. إن المصادفات والأعاجيب البسيطة التي تحدث في كل يوم من أيام حياتك ليست إلا إشارات وعلامات لمخطط أكبر ينسجه الكون لك بشكل يفوق ويتجاوز ما فكرت أو حلمت به. إن حياتي التي تبدو محددة المعالم ليست إلا سلسلة من المفاجآت الدائمة؛ أما ماضيي فهو مليء بالمصادفات الهائلة التي قادتني إلى ما أنا فيه اليوم.

لقد خدم والدي في الجيش الهندي كطبيب شخصي للورد «ماونت باتن» آخر حاكم عام للإمبراطورية البريطانية في الهند. خلال قيامه بواجبه أمضى والدي وقتاً كبيراً مع السيدة «ماونت باتن» بحيث أصبحا صديقين؛ وعبر تلك الصداقة تم تشجيع والدي باتجاه التقديم على منحة تؤهله للزمالة في الكلية الملكية للعلوم الطبية مما استدعى ذهابه إلى إنكلترا عندما كنت في السادسة من العمر. ومباشرة بعد انضمام والدتي إليه ومغادرتها الهند؛ بقيت وأخي برعاية جدي وجدتي.

في يوم من الأيام، أرسل والدي برقية من إنكلترا تقول إنه أخيراً قد اجتاز كل امتحاناته. كان ذلك يوماً عرمرماً للجميع في بيتنا. كان جدي فخوراً بالإنجاز العظيم لابنه فدعانا لاحتفال كبير. لم يكن هناك في حياتنا يوم أكثر إثارة من ذلك اليوم. أخذنا جدي إلى السينما، وإلى كرنفال وإلى المطعم، واشترى لنا ألعاباً وحلوى. كان النهار بأغلبه عاصفة من الفرح العظيم، ولكن في وقت متأخر من تلك الليلة استيقظت وأخي على صوت عويل؛ فرغم أننا لم نعرف ما حدث مباشرة إلا أن جدي كان قد توفي في تلك الليلة، وما كان ذلك الصوت الذي أيقظنا إلا النحيب المكرب لنسوة الجداد. نقل جثمان جدي وأحرق ونثر الرماد في نهر الفانج.

كان أثر ذلك علينا عميقاً، كنت أبقى الليالي ساهراً أفكر بمصير جدي وفيما إذا كانت روحه قد نجت بعد موته. أما أخي فكان وَقَعُ الحدث عليه مختلفاً؛ لقد بدأ جلده بالتساقط وكأنه تعرض لشمس حارقة. لم يكن هناك سبب طبي وراء ذلك؛ واستشرنا مختلف الأطباء ليقول لنا أحد الأطباء الحكماء بأن ما يحدث هو نتيجة للأحداث المؤلمة في حياتنا والتي جعلت أخي مهيبض الجناح وكجرح بلا ضماد؛ وما تقشر الجلد وسقوطه إلا علامة على حالة من سرعة العطب. وتوقع الطبيب توقف تساقط الجلد حال عودة والدي إلى الهند. وبالفعل؛ ما إن عادا حتى انتهت العلة.

وبالنظر إلى الوراء، أرى أن تلك الأحداث المبكرة لم تكن إلا البذور الأساسية لحياتي؛ وتحديداً بحوثي في فهم طبيعة الروح ودراساتي في ترابط الذهن والجسد صحياً. لقد كانت مهنتي المختارة سلسلة طويلة من المصادفات تبدأ حيث أختار أن أتطلع؛ وما إحدى هذه البدايات إلا روايتي عن صداقة والدي مع السيدة «ماونت باتن».

هناك أيضاً أحداث تبدو اعتباطية كان لها بالغ الأثر عليّ، فعندما كنت في المدرسة، كان أعز أصدقائي فتى يدعى «أوبو» كان «أوبو» ماهراً جداً باستخدام المفردات. وفي درس اللغة الإنكليزية، عندما يُطلب منا كتابة مقالة، كانت الدرجة التي ينالها هي الأعلى. لقد كان من النوع الذي تشتهي أن تمضي معه طيلة وقتك. كنت أتمنى أن أقلد "أوبو" بكل ما يفعل فعندما قرر أن يتابع دراسته في الكتابة جعلت من ذلك خياراً لي أيضاً.

أما حلم أبي بالنسبة لي فكان أن أصبح طبيباً. وعندما جلسنا لمناقشة المسألة اعترضت وقلت إنني لا أريد أن أصبح طبيباً، فلا رغبة لي بالطب؛ أريد أن أصبح كاتباً عظيماً يوماً أوؤلف الكتب. وبعد ميلادي الرابع عشر بفترة قصيرة أهداني والدي ما أقرأه من أعمال أدبية كبيرة، لـ «سمورست موم» و«سنكلير لويس» و«لويد دوغلاس». ورغم عدم ذكر ذلك حينه، إلا أن لكل تلك الكتب علاقة بالطب والأطباء. لقد تركت تلك

الكتب أثراً هاماً في حياتي فأوقدت شرارة رغبة في داخلي تدفعني باتجاه أن أكون طبيباً.

بدا لي أن دراسة الطب هي الطريق الأمثل لأبدأ بكشف عالم الروحانيات. اعتقدت أن كشف خبايا الجسد البشري قد يقودني يوماً ما إلى غياهب الروح. لو لم أقابل صديقي «أبو» لما تطور غرامي بالأدب والكتابة. ولو اختلف مسلك والدي من خلال وقوفه في وجهي بخصوص قراري حول الكتابة بدلاً من أن يشجعني بأدبيات رائعة حول الأطباء وعالمهم، لأصبحت صحافياً؛ ولكن كل تلك الأحداث التي تبدو مبعثرة وتلك الشبكة من العلاقات بدءاً بوالدي إلى السيدة «ماونت باتن» مروراً بأخي وإنتهاءً بصديقي «أبو»... كل ذلك كان متناغماً بعضه مع بعض؛ وكأن مؤامرة من المصادفات قد تناغمت لتشكّل تاريخي الشخصي وتقودني إلى الحياة التي أعيشها بامتلاء اليوم.

كل واحد منا مندمج في شبكة من المصادفات تلهمنا وتساعد في توجيه حياتنا. في هذه اللحظة بالذات يدفعني قدرى أن أكتب هذا الكتاب لأتواصل معكم عبر هذه الكلمات فوق صفحاته. إن حقيقة قراءتكم لهذه الكلمات في هذه اللحظة، أو حقيقة دخولكم إلى المكتبة لتجدوا هذا الكتاب وتفتحوا غلافه وتكريسكم الوقت والجهد لمعرفة «التناغم القدرى» ليس إلا من تلك المصادفات التي تغيّر الحياة. أي ظروف دفعتم باتجاه هذا

الكتاب؟ كيف اخترتم هذا الكتاب من بين آلاف الكتب الموجودة؟ أي تغيرات اعتقدتم بأنكم صانعوها في حياتكم عند قراءة مقاطع الكتاب والولوج فيها؟

إن قبول شبكة المصادفة في حياتنا ليس إلا مجرد مرحلة أولى في فهم «التناغم القدري» أما المرحلة التالية فتتمثل بتطوير الوعي لاستيعاب المصادفات حال حدوثها. من السهل أن نرى وندرك المصادفات لاحقاً؛ ولكن أن نلتقطها حال وقوعها، فالمرء في موقع أفضل للاستفادة من الفرص التي تقدمها هذه المصادفات. ووعي ذلك يتحوّل أيضاً إلى طاقة. وبقدر ما نغيرها من اهتمام، بقدر ما يزداد احتمال وقوعها، الأمر الذي يعني كسب المزيد من المقدرة على الوصول إلى الرسائل التي تهدي المرء إلى ممرات واتجاهات حياته الحقيقية.

أما المرحلة الأخيرة من عيشك حالة «التناغم القدري» فتتجلى بامتلاكك وعباً كلياً بالتشابك العضوي بين كل ما هو موجود في هذا الكون؛ ومعرفتك بأن كل أمر يؤثر بالأمر الآخر، وكلها في حالة تناغم مع بعضها البعض وكأنها جسد واحد تتناغم أعضاؤه.

تصوّر قطيعاً من السمك أو سرباً من الطيور؛ وفي ومضة عين يتم تغيير الاتجاه فترى الجميع منسجماً تماماً بحركته، كأنه يسير في مخطط مرسوم. الأدهى من ذلك أنه لا توجد أوامر أو إيعازات

تعطى للقطيع أو السرب، فالسمك لا يفكر؛ كل ما يحدث يتم تلقائياً، فالتناغم يرسمه ويصممه ذكاء عظيم معمم مسكنه قلب الطبيعة يتجلى في كل مخلوق من خلال ما يُطلق عليه الروح.

فعندما نعيش بمستوى الروح تحدث أشياء كثيرة لا نعهدها بمستويات أخرى. عندها نصبح على دراية بالنماذج الخلّابة والإيقاعات المتناغمة النازمة لحياتنا. عندها نستوعب حياة ذاكرتنا وخبرتنا المتراكمة التي شكّلت كينونتنا الحالية. عندها يتساقط الخوف ويزول الاضطراب ونمعن النظر بعالم تنجلي ملامحه أمامنا.

عندها نشهد شبكة المصادفات المحيطة بنا ونتأكد من أن هناك معنى حقيقياً لكل ما يمكن أن يدور حولنا من أحداث مهما صغرت. نكتشف ذلك من خلال الإمعان في الانتباه وإعمال النية في كل تلك المصادفات؛ وبذا يمكننا أن نخلص بنتائج من حياتنا التي نحيا؛ هنا نتصل بكل ما حولنا من مادة وبشر في الكون عبر إدراكنا للروح الجامعة بين كل ما هو موجود. نحن بذلك نشكّل قدرنا بيدنا بشكل واع ونجعل منه التعبير الخلاق الذي لا حدود له والذي أريد له أن يكون هكذا.

ومن خلال القيام بذلك، نعيش أعمق الأحلام، وترتقي لنصبح أقرب ما يمكن من حالة التنوير والنورانية. وهذه هي معجزة التناغم القدرى.

وزعت الصفحات القادمة في قسمين؛ الأول يتفحص الديناميكيات الفاعلة في المصادفات وتناغمها والقدرية المتناغمة، بمعنى يتناول هذا القسم طبيعة عملها. أما القسم الثاني فيفطي المبادئ السبعة للتناغم القدري إضافة إلى مخططات يومية لاستخدام ما تعلمته. فإن كان القسم الأول يجيب عن السؤال: كيف تعمل المصادفة؟ فالثاني يجيب عن السؤال «ماذا يعني ذلك بالنسبة لي؟».

أولئك من بينكم الذين أتوا بهدف محدد مبین؛ أو أولئك الذين قرؤوا كتبي السابقة، يمكنهم الانتقال مباشرة إلى الدروس. مع ذلك، هناك فوارق دقيقة وتفصيلات في المناقشة هذه إضافة إلى معلومات إضافية وملاحظات مركزة على الجميع فهمها قبل المتابعة.

على الجميع أن يلحظ أنه خلال عشر السنوات الماضية تطوّر مفهوم «التناغم» ولا يزال. يحتمل أن تكونوا قد حضرتتم مساقاً تعليمياً أو استمتعتم إلى أشرطة حول الموضوع عليكم اعتبار ذلك {«التناغم القدري»} مقدمة في الموضوع" الجزء الأول، أما الجزء الثاني فهو {«التناغم القدري»} فهم متقدم وأوضح للظاهرة - نظرية وخبرة {.

أما بالنسبة للمستجدين في هذا الموضوع، فإنني أحثكم على ألا تفقدوا الزخم. لقد حاولت جاداً أن أجعل من هذا الكتاب

الأكثر وصولاً وتحديثاً وآمل أن أكون قد نجحت بذلك. لا بد من تقارب بعض المسائل الشائكة حيث تشعرون بأنكم لا تستوعبوا كل ما يقال؛ لكنني أعدكم بأن تستوعبوا كل شيء. يجب ألا تعرقل فهمكم أية فقرة أو صفحة. كل فصل يمهد للذي يليه ويساهم ببنائه. وعادة ما سيجد القراء أن الفصول التالية توضح النقاط الأقل وضوحاً عند مقاربتها للمرة الأولى. أمامنا هدفان: الأول فهم آلية عمل «التناغم القدرى» والثاني تعلّم التقنيات المحددة لتسخير قوتها من أجل حياتنا اليومية.

هذا الكتاب لن يغير حياتك بين ليلة وضحاها، ولكن إذا رغبت بتكريس بعض الوقت كل يوم، ستجد أن المعجزات ليست فقط ممكنة بل غزيرة. يمكن للمعجزات أن تحدث كل يوم، وكل ساعة، وكل دقيقة في حياتك.

في هذه اللحظة ترقد بذور القدر المثالي هاجعة بداخلك، فلتطلق كمونها ولتعش حياة مليئة بالعجائب أكثر من الأحلام... لأرينك كيف يكون ذلك.

الجزء الأول

الوعد بقدرات غير محدودة

(1)

المادة، العقل، الروح

منذ لحظة إدراكنا للعالم من حولنا، نبدأ بعملية البحث عن مكاننا فيه، ونطلق أسئلتنا السرمدية: لماذا أنا هنا؟ ما مدى ملائمتي في المخطط العام لما هو موجود؟ ما قدرتي ومصيري؟ كأطفال نفكر بالمستقبل كصفحة بيضاء يمكننا كتابة قصصنا عليها. وتبدو الاحتمالات بلا نهاية. يغذينا وعد الاكتشاف والبهجة المطلقة في العيش منغمسين في إمكانيات بلا حدود. وما إن نكبر ونصبح يافعين ونبدأ بمعرفة محدوديتنا، تضحي رؤيتنا للمستقبل ضيقة. فكلُّ ما ارتقى بمخيلتنا يومياً ينزل الآن فرعاً وثقلاً وقلقاً على أرواحنا. ما كان بالأمس لا يبدو يضحى ضيقاً ومعتماً.

هناك طريقة لاستعادة تلك الفرحة الجامعة وذلك الأفق بكل احتمالاته غير المحدودة. كل ما هو مطلوب ليس أكثر من فهم للطبيعة الحقيقية للواقع وإرادة لمعرفة الترابط واللائقصالية بين كل الأشياء؛ وبمساعدة وسائل محددة ستجد العالم يفتح لك

بواباته مشرعة، وكل تلك الفرص والحظ الطيب الذي كان يبزغ أمامك من وقت لآخر، ها هي ثانية تواكبك بتواتر دائم؛ فما قوة هي التناغم القدرى؟ تخيل نفسك للحظة في غرفة مظلمة ويبيدك مصباح باتجاه واحد، وما إن تضيئه حتى ترى لوحة معلقة على جدار. قد تقول: بالتأكيد هذا عمل فني رائع! ولكن، هل هذا كل شيء؟ وبعدها بلحظة ينير المكان بكليته من عل؛ وتنظر حولك لتجد نفسك في متحف فني بمئات اللوحات كل واحدة منها أجمل من الأخرى؛ وما إن تتكشف لك كل تلك الإمكانيات، حتى تجد أن أمامك الحياة بكاملها لتدرس الفن وتحبه؛ وما أنت الآن بمحدود ومحصور برؤية لوحة وقع عليها الضوء الخفيف لذلك المصباح.

هذا هو وعد التناغم القدرى. إنه ينير الأضواء؛ ويعطينا القدرة لاتخاذ القرارات بدلاً من إطلاق التخمينات العمياء خلال حراكنا شبه الكسيع في حياتنا. إنه يمكننا من رؤية معنى الحياة، وفهم الترابط والتناغم في كل الأشياء، واختيار الحياة التي نريد أن نحيا. مع التناغم القدرى نمتلك قدرة التحول في حياتنا حسبما ننوي.

الخطوة الأولى في حياة كهذه تتمثل بفهم طبيعة مستويات الوجود الثلاثة:

المستوى الأول: المجال المادي

المستوى الأول للوجود مادي أو فيزيولوجي، وهو الكون الظاهر، ومعرفتنا به هي الأكثر، وهو ما نسميه العالم الحقيقي. يحتوي المادة والأشياء بحدودها الثابتة، وكل ما هو ثلاثي الأبعاد، وهو الذي يحتوي كل ما نخبره بحواسنا الخمس: كل ما نراه ونسمعه ونشمه ونتذوقه ونحسه. ويشمل ذلك أجسادنا، والرياح، والأرض، والماء، والغازات، والحيوانات والميكروبات والجزيئات، وصفحات هذا الكتاب. في العالم المادي، يبدو انسياب الزمن خطياً مستقيماً يمتد من الماضي مروراً بالحاضر إلى المستقبل. وهذا يعني أنه في المجال المادي هنالك لكل شيء بداية ومنتصف ونهاية؛ وبذا لا يكون أدياً. الكائنات الحية إذاً تولد وتموت. فالجبال تشهق من حمم الأرض الملتهبة ثم تضمحل بفعل هطل الأمطار وهبوب الرياح العاتية.

العالم المادي - كما نعهده - تحكمه قوانين ثابتة في السبب والنتيجة؛ ومن هنا يصبح كل أمر متوقعاً. فيزياء نيوتن تمكنا من قراءة الفعل وردة الفعل، فحين ترتطم كرات البلياردو ببعضها البعض بسرعة معينة وبزوايا محددة، يمكننا توقع ومعرفة الخط الذي ستسلكه بدقة على طاولة البلياردو. يمكن للعلماء حساب الكسوف الشمسي بمنتهى الدقة، إن فهمنا الحضيف البدهي لعالمنا يأتي مما نعرفه في المجال المادي لعالمنا.

المستوى الثاني: المجال الكوانتيمي⁽¹⁾

في المستوى الثاني للوجود كل شيء يتألف من طاقة ومعلومات. وهذا ما يسمى المستوى (الكوانتيمي) الطاقى. كل شيء في هذا المستوى ليس مادياً أي لا يمكن لمسه أو استيعابه عبر الحواس الخمس.

عقلك، أفكارك، ذاتك، الجزء الذي تسميه تقليدياً «نفسك» كلها أجزاء من المستوى الطاقى. هذه الأشياء ليست صلبة، ومع ذلك تدرك أن نفسك وأفكارك أشياء حقيقية. من السهولة بمكان أن تفكر بالمجال الطاقى كمسألة عقلية أو ذهنية، إلا أنه يحتوي ما هو أبعد من ذلك.

بالحقيقة، كل شيء في الكون المرئي هو تجل للطاقة والمعلومات - في العالم الكوانتيمي وما العالم المادي إلا جزء من العالم الكوانتيمي.

يمكن طرح ذلك بالقول إن كل ما في العالم المادي جوهره الطاقة والمعلومات. تقول معادلة «أينشتاين» الشهيرة إن (الطاقة) /ط/ تساوي (الكتلة) /ك/ مضروبة بمربع سرعة الضوء /س/ $ط = ك س^2$.

(1) ما له علاقة بالطاقة: Quantum الكوانتيمي.

وهذا يدلنا على أن المادة / الكتلة هي الطاقة بطرق مختلفة؛ أي {ط = ك}.

أحد أول دروس العلوم تقول إن كل مادة مصمطة تتألف من جزيئات والجزيئات تتألف من أجسام أكثر صغراً تسمى الذرات.

تصل بعد كل ذلك إلى القول بأن هذا الكرسي الذي نجلس عليه يتألف من ذرات تصعب رؤيتها إلا بمجهر خارق القدرات. وفي دروس لاحقة نتعلم بأن تلك الذرات تتألف من جزيئات ذرية لا جسم لها على الإطلاق. وإن أردنا معرفة كنهها فهي حرفياً جيوب أو موجات من المعلومات والطاقة. وهذا يعني أنه في هذا المستوى من الوجود، الكرسي الذي تجلس عليه ليس إلا طاقة ومعلومات.

يصعب استيعاب هذا المفهوم بداية؛ فكيف يمكن لموجات طاقة غير مرئية ومعلومات أن توجد على شكل مادة صلبة؟! والجواب هو أن الأحداث في المستوى الكوانتي تتم بسرعة الضوء، وبسرعة يصعب على حواسنا معالجتها أو استيعابها؛ فمن الصعوبة بمكان أن نلتقط كل ما يساهم بتكوين إدراكنا. نستوعب الأشياء عبر اختلاف واحدها عن الآخر وذلك لاحتواء موجات الطاقة معلومات مختلفة تحددها ترددات واهتزازات موجات الطاقة. يشبه هذه الحال عملية الاستماع إلى محطة راديو؛ فإن استمعت للمحطة التي تبث على تردد الـ 9 FM101. فستجدك تستمع إلى أغانٍ صاخبة. تُسجَّل المعلومات المختلفة للطاقة بناء على تردداتها.

إذاً، يتألف العالم المادي للأشياء من المعلومات المحتواة في الطاقة التي تتذبذب بترددات مختلفة. ويعود سبب عدم رؤيتنا للعالم كشبكة طاقة إلى أن الاهتزازات تتم بسرعة فائقة. ونظراً لبطء حواسنا فلا يمكنها تسجيل إلا مقاطع من الطاقة والفعالية، وهذه المقاطع ليست إلا «الكرسي» و«الجسد» والماء أو أي مادة في العالم المرئي.

يشبه ذلك ما يحدث خلال مشاهدة فلم سينمائي، وكما هو معروف فإن الفيلم مصنوع من صور مفردة ثابتة تفصلها فراغات. وإذا ما نظر المرء إلى فلم على بكرة العرض فسيشاهد اللقطات المفردة والفراغات بينها ولكن عند مشاهدة الفيلم ذاته كاملاً تُسلسل الكوادر سوية وتُعرض بسرعة بحيث لا تتمكن حواسنا من التقاط الكوادر (الصور) منفردة، وبدلاً من ذلك ترانا نشاهد جدولاً متصلاً من المعلومات.

على المستوى الطاقوي تشكل المقاطع المتنوعة لحقول الطاقة التي تتذبذب بترددات مختلفة والتي ندركها كمواد صلبة... تشكل جزءاً من ميدان الطاقة الكلي. وإذا ما تمكنا من تلقي كل ما يحدث على المستوى الطاقوي (الكونتيوم) فسندرك بأننا جميعاً جزء من مجموعة طاقوية وكل ما في الكون ليس إلا تركيباً طاقوياً يطفو في الكلية الطاقوية. وفي أية لحظة يمكن لمجالك الطاقوي أن يلمس أو يؤثر بالمجال الطاقوي للآخرين؛ وكل

منا يتجاوب بطريقة ما مع تلك التجربة. جميعنا تجليات لتلك الطاقة والمعلومات الجمعية.

أحياناً ترانا نشعر بهذا الترابط. هذا الإحساس غامض، ولكنه يصبح واضحاً تماماً أحياناً - كثيرون منا خبروا الدخول إلى غرفة والإحساس بأن التوتر كثيف لدرجة يمكن قطعه بسكين، أو التواجد في كنيسة أو جامع أو الإحساس بالانغماس بهالة من السلام.. تلك هي الطاقة الجمعية للمحيط ممزوجة بطاقتك الذاتية التي تسجلها على مستوى معين.

على المستوى المادي، ترانا نتبادل الطاقة والمعلومات. تخيل نفسك واقفاً في شارع وتشم رائحة دخان سيجارة لشخص يبعد عنك مسافة قصيرة؛ فهذا يعني أنكما تتنفسان الهواء ذاته؛ فما الرائحة إلا أثر ينبهك بأنك تستنشق نفسَ إنسان آخر. إن لم يكن هناك وجود للأثر؛ أي إن لم يكن عابر السبيل ذاك يدخن بالقرب منك فستبقى الحال ذاتها بأنك تستنشق الهواء الذي يتنفسه ذلك الشخص؛ فأنت لم تدرك هذه الحقيقة إن لم يكن ذلك الشخص يدخن. وما الذي يمكن أن نسمي التنفس؟ إنه ثاني أكسيد الكربون والأكسجين الناتج عن العملية الأيضية لكل خلية في جسد ذلك الشخص. فهذا ما تستشقه، كما يستشق الآخرون نفسك، فنحن على الدوام نتبادل أجزاءً من ذواتنا؛ أجزاءً مادية وجزيئات قابلة للقياس من أجسادنا.

وعلى مستوى أعمق، لا يوجد فعلياً أيّ حواجز بيننا وبين أي شيء آخر في العالم؛ فعندما تلمس شيئاً يبدو صلباً كما لو أن هناك حدوداً واضحة بينك وبينه. يقول علماء الفيزياء إننا نخبر تلك الحدود كحدود صلبة لأن كل شيء مكوّن من ذرات، والصلابة هي حس تلاطم الذرات بعضها ببعضها الآخر.

لكن دعنا نفكر بماهية الذرة. للذرة نواة صغيرة محاطة بغيمة من الإلكترونات، وليس هناك غلاف خارجي صلب... هناك مجرد غيمة إلكترونية. ومن أجل تصوّر ذلك، لتخيّل حبة فستق في ملعب كرة قدم. حبة الفستق تمثل النواة والملاعب يمثل حجم الغيمة الإلكترونية حول النواة. فعندما نلمس مادة ما، نستشعر الصلابة عبر التقاء إلكتروناتها؛ وهذا هو تفسيرنا للصلابة آخذين بعين الاعتبار رهافة (أو الرهافة النسبية لـ) حواسنا. لقد برُمجت أعيننا أن ترى الأشياء صلبة وثلاثية الأبعاد. النهايات العصبية لدينا مبرمجة أن تشعر بالأشياء صلبة وثلاثية الأبعاد في جوهر وحقيقة المجال الطاقوي (الكونتيوم) لا يوجد صلابة؛ أو هل هناك صلابة إذا ما التقت غيمتان؟ بالتأكيد، لا، تمتزجان وتتماهيان وتفترقان. وهذا بالضبط ما يحدث عند لمسك شيئاً ما. حقل الطاقة لديك (الغيوم الإلكترونية) تلتقي؛ جزء بسيط منها يمتزج ويتماهى ثم يتم الافتراق. رغم اعتبارك ذاتك كلاً واحداً؛ إلا أنك فقدت جزءاً من الحقل الطاقوي في الشيء الذي لمست،

وكسبت بالمقابل جزءاً من الحقل الطاقي لذلك الشيء؛ ففي كل تلاقي، يتم تبادل الطاقة والمعلومات، ويحدث فينا وفي الأشياء تغيراً ربما مجهرياً، بهذه الطريقة يمكننا أن ندرك كم نحن متصلون بكل شيء في العالم المادي. نحن على الدوام نتشارك بأجزاء من مجالاتنا الطاقية؛ ومن هنا فكنا مترابطون نفسياً وذهنياً على مستوى الطاقة هذا.

فقط في عالمنا الشعوري، تخلق حواسنا المحدودة عالماً صلباً من الطاقة والمعلومات الصافية؛ ولكن ماذا لو كان بإمكاننا أن نرى عبر هذا المجال الطاقي؟ أي إذا ما كان لدينا عيون طاقية؟ بالحقيقة؛ في المجال الطاقي، أن كل ما نفكر به كجسم صلب ليس إلا وميضاً يدخل ويخرج في فراغ بسرعة الضوء، تماماً كالصورة الثابتة وما يتبعها من فراغ في فيلم سينمائي. وما الكون برمته إلا ظاهرة إنارة وإطفاء مستمرة. إن الاستمرارية والصلابة في العالم لا وجود لها إلا في المخيلة، تغذيها الأحاسيس التي لا تستطيع تبيين موجات الطاقة والمعلومات المكوّنة للمستوى الطاقي للوجود. في حقيقة الأمر نعيش جميعاً في حالة من الوميض داخِلين الكون وخارجين منه على الدوام. وإذا ما قمنا بعملية تنقية وتطهير حواسنا يمكننا بالفعل أن نرى الفجوات في وجودنا. نحن هنا، وفي لحظة أخرى لسنا هنا، وفي ثالثة نعود. إن الإحساس بالاستمرارية تحمله فقط ذاكرتنا.

هناك حالة مشابهة يمكنها تسليط الضوء على هذه النقطة: يعرف العلماء بأن الحلزون يحتاج حوالي ثلاث ثوان ليلتقط ويسجل الضوء. لتتخيل أن حلزوناً يراقبني، وأنتني غادرت الغرفة وسرقت مصرفاً خلال ثلاث ثوان. بالنسبة للحلزون أنا لم أغادر الغرفة. وإن تخيلنا بأنه يمكنها الشهادة في المحكمة، فيمكنني أن أستخدم هذه الشهادة بأنني لم أغادر الغرفة؛ فبالنسبة للحلزون، يقع الزمن الذي غادرت فيه الغرفة ضمن الفجوة الزمنية الموجودة بين صورة وأخرى في الوجود الومضي، فحس الاستمرارية لن يسجل تلك الفجوة.

إن الخبرة الحسية للمخاليق الحيّة ليس إلا مجرد تركيب إدراكي اصطناعي بحت يولده الخيال. هناك قصة لكاهنين ينظران إلى علم يخفق في الهواء. يقول الأول: «العلم يخفق» والآخر يقول: «لا، الريح تتحرك» يأتي معلمهما ويطرحان السؤال عليه؟ «من منهما على حق؟» يجيبهما: «كلاهما على خطأ». الوعي وحده الذي يتحرك؛ ومع تحركه يتخيل العالم في كينونته.

إذاً ليس العقل إلا حقلاً من الطاقة والمعلومات؛ وكل فكرة هي مجال من الطاقة والمعلومات. لقد تخيل الإنسان جسده الفيزيولوجي والعالم المادي من حوله وجلبهما إلى عالم الوجود من خلال إدراكه للفعالية الطاقية ككيان مادي مميّز؛ ولكن يبقى السؤال: ما مصدر العقل المسؤول عن هذا التخيل؟

المستوى الثالث: مجال العقل الكلّي

يشكّل المجال الثالث العقل أو الوعي؛ ويمكن تسميته بالمجال الافتراضي، أو المجال الروحي، أو حقل القدرات الكامنة، أو الكينونة الكونية، أو العقل الكلّي، إنه حيث الطاقة والمعلومات تتبجس من بحر من الاحتمالات والممكنات أن مستوى الطبيعة الأساسي والأكثر جوهرية فيها ليس مادياً، وما هو كذلك بمجمع من الطاقة والمعلومات؛ إنه القدرة الصافية الكامنة. مجال الحقيقة الكلّية هذا يعمل خارج الزمان والمكان، واللذان لا وجود لهما في هذا المستوى. ويسمى الكلّي أو اللا محلّي أو الكوني، لأنه لا يمكن حصره بمكان وما هو بداخلك أو في أي مكان خارجك، إنه ببساطة هو.

ذكاء أو عقل المجال الروحي هو الناظم لمجمع الطاقة في كيانات قابلة للإدراك؛ وهو الذي يربط الجزيئات الكونتيمية في ذرات والذرات في جزيئات، والجزيئات في بُنى؛ إنه القوة الناظمة لكل الأشياء. قد يكون هذا المفهوم على درجة من التعقيد بحيث يكاد يستحيل استيعابه. إحدى طرق التفكير البسيطة بهذا المجال الافتراضي هي أن ندرك الطبيعة الثائية لأفكارنا. عند قراءتك لهذه الكلمات ترى عيونك الطباعة السوداء على هذه الصفحة، ويقوم دماغك بترجمة الطباعة إلى رموز وأحرف وكلمات، ومن ثم محاولة معرفة معانيها. لكن؛ ارجع خطوة إلى

الوراء وأسأل: من هو أو ما هو الذي يقوم بعملية القراءة؟ ما الوعي الذي يشكل الأساس لأفكارك؛ ألا ترى أن هناك ثنائية في هذه العمليات الداخلية. ذهنك منشغل بعملية تفكيك الرموز ويقوم بعملية تحليل وعملية ترجمة؛ فَمَنْ إذاً هذا الذي يقوم بعملية القراءة إذاً؟ من خلال حرف الانتباه البسيط هذا، يمكن للمرء أن يعي هذا الوجود في داخله؛ وهذا الوجود ليس إلا القوة التي تقوم بعملية التحصيل المعرفي. هذه القوة هي الروح إنها الذكاء الكوني، وعملها يتم على ذلك المستوى الافتراضي.

وكما المعلومات والطاقة تصوغ إيهاماً للعالم المادي، فإن المجال اللامكاني أو الكوني يخلق ويتناغم نشاط المعلومات والطاقة. وحسب الدكتور «لاري دوسي» الرائد في الميتافيزيقيا، فإن الأحداث غير المكانية أو الكونية تتصف بثلاث خواص تميّزها عن أحداث العالم المادي. إنها بداية متلازمة؛ حيث أن توافقها لا تَوسُطُ فيه؛ وهي كاملة ثانياً، ومباشرة ثالثاً. لنرَ ما يعنيه بذلك:

- إن سلوك حَدَثَيْن (دو ذريّين) أو أكثر متشابك بلا سببية، بمعنى أن أحدهما ليس مسبباً للآخر أو العكس؛ ومع ذلك، فسلوك أحدهما يتناغم مباشرة ويرتبط بالآخر. بكلام آخر، يبدو أن كأنهما يرقصان للحن ذاته، رغم عدم تواصلهما واحدهم بالآخر بالمعنى التقليدي للتواصل؛ وهذا هو معنى عدم التوسط.

• إن التواصل بين تلك الأحداث الكونية كامل؛ بمعنى أن قوة التناغم لا تتعدم بأكبر أوقوة المسافة الزمانية والمكانية. على سبيل المثال؛ إن كنا سويّة في غرفة واحدة نتحدث، فإن أصواتنا ستكون أقوى من أن يكون واحدنا في أول الشارع والآخر في نهايته؛ فمع بعد المسافة يضعف الصوت، إن لم نقل يتلاشى.

أما فيما يتعلق بالمجال اللامكاني أو الكوني فنسمع بعضنا البعض بغض النظر إن كنت تجلس ملتصقاً بي أو في نهاية الشارع، أو حتى في قارة أخرى.

• أما الخاصة الثالثة فهي المباشراتية، فليس هناك من حاجة لزمن الرحلة بالنسبة للأحداث الكونية اللامكانية. كلنا يعلم بأن الصوت والضوء يرتحلان بسرعات مختلفة؛ وهذا يفسر بأننا نرى ضوء البرق قبل أن نسمع صوت الرعد. بالنسبة للأحداث اللامكانية الكونية ذلك الفرق ينعدم؛ لأن التوافقات اللامكانية الكونية لا تتبع الفيزياء الكلاسيكية؛ فليس هناك إشارة، ولا ضوء، ولا صوت أي ليس هناك من مادة ترتحل. التوافق بين الأحداث التي تتم في المجال اللامكاني الكوني أو الافتراضي لحظياً دون زمان أو مكان أو سبب، ودون تعرض للتلاشي خلال الزمان أو المسافة.

العقل الكلي في كل مكان باللحظة ذاتها، ويمكنه التسبب بنتائج متعددة في آن معاً وفي أمكنة مختلفة. بناءً على

هذا المجال الافتراضي فإن كل شيء في هذا الكون منظم ومتناغم. وهذا هو مصدر المصادفة بالغة الأهمية للتناغم القدرى. وما إن تتعلم أن تعيش في هذا المستوى حتى تتمكن من تلبية كل رغباتك في الحال وبإمكانك اجتراف المعجزات.

دلائل المجال الافتراضي

إن العالم الافتراضي ليس خيلاً مكسباً أو نتيجة لتوق بشري لقوة كونية أعظم من ذاتنا. رغم نقاشات وجدالات الفلاسفة حول مسألة وجود الروح لآلاف السنين، إلا أنهم ظلوا حتى القرن العشرين حيث تقدم العلم ببعض البراهين حول وجود العقل أو الذكاء اللامكاني، أو العقل الكلي.

لا أدري كم سيكون النقاش التالي ذا وزن إلا أن الفوص فيه حتى النهاية قد يشبع فضول القارئ كما غمرني بالإثارة والتعجب عندما بدأت الدخول في غياهبه.

فمعظمنا تعلم في دروس العلوم وهو يدرك أن الكون مؤلف من جسيمات صلبة وموجات. لقد تعلمنا بأن الجسيمات تشكل البناء الأساس للأجسام الصلبة في عالمنا. تعلمنا بأن أصغر وحدات المادة كالإلكترونات في الذرة هي جسيمات وتعلمنا أيضاً بأن الموجات - كالموجات الصوتية والضوئية - ليست صلبة. ولم يكن

هناك يوماً لَبَسُ في هذه المسألة؛ فكانت الجسيمات هي الجسيمات على الدوام، وكذلك الحال بالنسبة للموجات. بعد حين اكتشف الفيزيائيون بأن هناك جسيمات «دو ذرية» تشكل ما يعرف بـ «الرزيمة الموجية» Wave Packet. رغم أن موجات الطاقة تقليدياً ذات طبيعة متصلة متناظرة ومتساوية الأطراف والذرى، فإن الرزيمة الموجية هي تكثيف للطاقة. (لنتخيل جهاز تشويش ذا أطراف وذرى حادة وسريعة يمثل نطاقاً أو مدى الموجة.

موجة / Wave الرزيمة الموجية Wave Packet

هناك سؤالان يمكننا طرحهما بخصوص الجسيم في هذه الرزيمة الموجية: (1) أين هي؟ و(2) ما زخمها؟ لقد اكتشف الفيزيائيون بأنه يمكننا أن نطرح أحد السؤالين لا كليهما. فمثلاً، حال طرح السؤال: «أين هي؟» مثبناً وتقوم بتثبيت الرزيمة الموجية في موقع ما، فإنها تصبح جسيماً. وإذا ما طرحنا السؤال: «ما زخمها؟» فنكون بذلك اتخذنا القرار بأن الحركة هي العنصر الحساس في المسألة، لذا فنحن نتحدث عن موجة.

إذاً، هل هذا الذي نتحدث عنه (جسيم موجة) أم (جسيم) أم (موجة)؟ ذلك يعتمد على أي من السؤالين سنطرح. في كل لحظة يمكن أن يكون (جسيم الموجة) جسيماً أو موجة وذلك لعدم

معرفتنا بالاثنين في آن معاً: الموقع والزخم لجسيم الموجة بالحقيقة، وكما اتضحت الأمور في البحوث فإنه حتى نقيس مكانها أو زخمها فإنها (جسيم) و(موجة) في آن معاً. وهذا ما عُرف بمبدأ الشك عند (هايزنبرغ)، وهو أحد البنى الأساسية في الفيزياء الحديثة.

لنتخيل صندوقاً مقفلاً وبداخله «جسيم موجة» هويتها غير ثابتة حتى تُلحظ أو تُقاس بطريقة ما. هنيهة قبل لحظها، تبقى هويتها فرضية مجردة؛ فهي «موجة» و«جسيم» في آن معاً؛ ووجودها يقتصر على المجال الافتراضي فقط. بعد أن يتم اللحظ أو القياس يسقط الافتراض ويبقى لدينا احتمال واحد إما جسيم أو موجة. وبوجود طريقتنا الحسية في تقويم العالم؛ فإن وجد الشيء بأشكال متعددة في الوقت ذاته (أي أن أكون نائماً ومستيقظاً أو منحنيماً ومستقيماً) في آن معاً؛ مسألة مخالفة تماماً لمنطق المسلّمات والبداهات. ولكن هذه بالضبط أعجوبة العالم (الكوانتيمي).

هناك تجربة ذهنية قدمها الفيزيائي «أروين شرودنغر» Erwin Schrödinger يشير فيها إلى أنواع من الأحداث الغريبة والتي أضحت ممكنة في العالم الكوانتيمي (الافتراضي) Quantum World ، تخيل صندوقاً مغلقاً فيه «جسيم موجة» و«هرة» وذراع صغير و«قدر فيه أكل للقطط» وغطاء الصندوق ليس موصداً.

إن تحول «جسيم الموجة» إلى مجرد «جسيم» فبدوره سيحرك الذراع الذي سيفتح بدوره أيضاً غطاء القدر، الأمر الذي سيمكّن القطة من الوصول إلى الغذاء.

وإن تحول «جسيم الموجة» إلى موجة يبقى الغطاء على قدر الأكل محكماً؛ فإذا ما فتحنا الصندوق، (نحن هنا نلاحظ) فسنرى قدراً فارغاً (وهرة سعيدة) أو قدراً مملوءاً (وهرة جائعة). كل ذلك يعتمد على نموذج ملاحظتنا.

والآن ها هو الجزء الذي يذهل الدماغ: قبل أن ننظر إلى الصندوق ونقوم بعملية الملاحظة، القدر مملوء وفارغ في آن معاً؛ والقطة أكلت وجائعة في آن معاً. إنها الملاحظة فقط التي حولت الإمكانية إلى حقيقة. وبقدر ما يبدو ذلك مذهلاً، أتمّ الفيزيائيون مؤخراً تجربة تثبت هذه الظاهرة من خلال عرض ذرة "بيريليوم" غير مشحونة وغير مرئية قادرة على أن تكون في موقعين منفصلين في الوقت ذاته.

الأكثر إذهالاً للعقل هو أن فكرة وجود مكانين بحد ذاتها ليست إلا خدعة إدراكية. بكلام آخر، قد يكون حدثان مرتبطان في مكانين مختلفين ليسا إلا حركتين لحدث واحد. لنتخيل سمكة منفردة في حوض للسماك أمام كاميرتي فيديو تسجل حركاتها. تموضعت الكاميرتان واحدة إلى يمين الأخرى وعرضتا صورهما المستقبلية على شاشتي فيديو منفصلتين في غرفة مجاورة.

يمكنك مشاهدة سمكتين وتُذهل عندما تتحرك واحدة أو تدور في اتجاه معين بحيث يكون مسلكها متطابقاً مباشرة مع سلوك السمكة الأخرى. بالطبع أنت لا تعرف ولست بصورة ما يجري خلف الستار. إن كنت تعلم فسترى بأنك تشاهد سمكة واحدة. إذا ما وضعنا عدة كاميرات في زوايا مختلفة، وعرضنا الصور الملتقطة على عدة شاشات في الغرفة ذاتها، فسيددهشك أن كل تلك الأسماك المختلفة في حالة توافق تواصل لي لحظي مع بعضها البعض.

يرى بعض ذوي الرؤى أتباع بعض التقاليد الصوفية إن ما نخبره كل يوم ليس إلا حقيقة معروضة حيث الأحداث والأشياء تبدو منفصلة زماناً ومكاناً. في العالم الأعمق، كلنا أعضاء في جسد واحد، وكلما تحرك جزء من هذا الجسد يتأثر كل عضو فيه مباشرة.

يقترح العلماء أيضاً مستوى للوجود يدعونه: «فضاء مينكوفسكي العُلوي ذا الأبعاد الثمانية» في هذا البعد المُدرك رياضياً يكون البعد بين حدثين مهما بدوا منفصلين في الزمان والمكان هو صفر دائماً. مرة أخرى يشير ذلك إلى بعد في الوجود حيث جميعنا بلا انفصال كينونة واحدة. قد يكون الانفصال مجرد وهم. عندما نستشعر الحب بأي شكل كان، فهو كفيل بتجديد هذا الوهم.

لأن الملاحظة هي مفتاح تحديد جسيم الموجة ككيان منفرد. اعتقد «نيلر بوهر» وفيزيائيون آخرون بأن الوعي وحده كفيل بإسقاط جسيم الموجة هذا. وهنا يمكن القول إنه بدون الوعي سيوجد كل شيء دون تحديد أو كرزيمات موجية أو كافتراض صافٍ.

تلك كانت إحدى النقاط المفتاحية في هذا الكتاب. لنكررها بسبب أهميتها القصوى: «دون أعمال الوعي كرقب ومفسّر سينوجد كل شيء في هذا الوجود كافتراض».

هذا المفترض الصافي هو المجال الافتراضي؛ وهو ثالث مستويات الوجود. إنه لا مكاني، ولا يمكن أن يُستفد؛ إنه لا نهائي، شامل، غامر وبلا حدود. إن التماهي مع تلك القدرة الكامنة المفترضة كفيل بصناعة المعجزات.

المعجزات كلمة غير إعجازية. لنعد إلى الفيزياء ونرَ كيف وثّق العلماء بعض الأحداث المدهشة التي تقع بموجب هذا المستوى الافتراضي القدرة الكامنة. مأسوراً وقلقاً تجاه الإمكانيات التي توفرها الفيزياء الكونتيمية.

قام «ألبرت أينشتاين» بتصميم تجربته الذهنية الخاصة: (لنتخيّل خلق جسيمي موجة متشابهين يُطلقان في اتجاهين متعاكسين فما الذي يحدث إن سألنا عن موضع جسيم الموجة (أ) وعن زخم جسيم الموجة (ب). لتتذكر بأن الجسيمين متشابهان،

وأى قياسات تُحسب لواحد منهما ستكون بالضرورة صحيحة بالنسبة للآخر. إن معرفة موضع جسيم الموجة (آ) {وبذا طَوَّيها بجسيم} ينبئنا في الحال عن موضع الجسيم (ب)، ويطويه بناء عليه بجسيم.

إن معاني وتضمينات هذه التجربة الذهنية (والتي صدّقت رياضياً وتجريبياً) هائلة. إذا ما كانت مراقبة جسيم الموجة (آ) تؤثر في جسيم الموجة (ب)، فهذا يعني أن هناك ارتباطاً لا مكانياً أو تواملاً يحدث حيث يتم تبادل المعلومات بسرعة تفوق سرعة الضوء دون أن يكون هناك تبادل للطاقة. هذا يناه في أي رؤية بدهية للعالم. تعرف هذه التجربة الذهنية بـ (مفارقة أينشتاين - بودولسكي). وبالْحَقِيقَة تظهر التجارب المخبرية بأن قوانين الفيزياء الكوانتية متماسكة والتواصل والترابط حقائق لا غبار عليها.

لنوضح مدى أهمية هذه النقطة بمثال يبدو مبالغاً به، لكنه على الأقل - يحدث في العالم المادي؛ ومن هنا قد تكون ملاحظة تبعاته أسهل. تخيل شركة ترسل طردتين متشابهتين في آن معاً؛ أحدهما لي إلى ولاية كاليفورنيا، وآخر لك في بيتك يحتوي كلٌّ من الطردتين جسيماً موجياً غير مرئي بقدره كامن افتراضية صافية. أنت وأنا نتلقى الطردتين في الوقت ذاته ونفتحهما أيضاً في الوقت ذاته. مباشرة قبل أن أقوم بقص اللاصق أخلق صورة ذهنية

لما أريد أن يكون عليه محتوى الصندوق. عند فتح الصندوق، أجد أنه يحتوي ما تخيلته تماماً: «آلة كمان». يشكل ذلك نصف المعجزة فقط. عندما تفتح صندوقك تجده أيضاً يحتوي آلة كمان. عندما تخيلت ما أردت أن يحتوي الصندوق؛ طُويت الجسيمات الموجية آخذة شكلاً محدداً. أضف إلى ذلك أن أيّاً كان ما تخيلته، فلا بد من أن يكون قد أثر في الجسيمات الموجية في الصندوق المُرسَل إليك، يمكننا إعادة هذه التجربة مراراً وتكراراً، وستجدنا نخرج بالنتيجة ذاتها ما أتخيلُه لنفسي يناظره في الوقت ذاته ما هو لك. حقيقة، لا يمكنني فقط التأثير بشكل مجموعة من الجسيمات الموجية بل إن الجسيمات الموجية ذاتها قادرة على إيصال الشكل الذي تتخذه عبر المسافة الفاصلة بين بيتي وبيتك بسرعة تفوق سرعة الضوء. وهذا ما قصد بالتواصل أو التوافق الالامكاني الكوني.

لقد أجرى الباحث «كليف باكستر» - من مؤسسة «تشوبرا» تجارب مثيرة عام 1972 حيث طوّر منهجية لدراسة خلايا البشرية تم عزلها من جسم إنسان، لقد أخذ حيوانات منوية ودرس كهربطيسيتها مستخدماً أدوات ال EEG. جلس صاحب الحيوانات المنوية في غرفة تبعد عن المخبر 15 متراً. فتح كبسولة من (نترات الأميل) سحقها واستنشق غبارها فحدثت فعالية كهرومغناطيسية فورية في الحيوانات المنوية.

قام كليف باستر بعزل خلايا بيضاء لدراستها ، وحدث ما هو مثير. كجزء من الإجراءات المخبرية قام بعملية الطرد المركزية لللعاب للحصول على عدد مركّز من الخلايا ووضعها في أنبوب مخبري وأدخل سلكاً ذهبياً ممغنطاً وموصولاً بأدوات من نوع EEG. حُطرت له فكرة مفاجئة خلال التجربة ومفادها أن يجرح يده قليلاً ليرى فيما إذا كانت الخلايا البيضاء تتأثر بذلك تحرك إلى رف ليقلب مبضعا معقماً. عندما عاد ونظر إلى الجدول الذي يسجّل الفعالية الكهرومغناطيسية للكريات البيض؛ وجد أنها قد سجلت سلفاً فعالية شديدة خلال ذهابه وبحثه عن المبضع. بكلام آخر لقد كانت خلاياه البيض تتفاعل مع نيّته بجرح يده حتى قبل أن يقوم بعملية الجرح.

في مناسبة أخرى كان باكستريدرب زميلاً على عملية الحصول على كريات البيض من اللعاب. وخلال العملية دار بينهما حديث حول مقال في مجلة الـ «بلي بوي» عن "وليام شوكلي" عالم إشكالي حينذاك. تذكر باكستر فجأة أن لديه نسخة من المقال في مكتبه، انطلق فوجد العدد إياه وجلبه إلى المخبر. في تلك الأثناء كان الزميل قد أنهى عملية الجمع وقام بتوصيلها كهرومغناطيسياً. سلّط باكستر عدسة كاميرا فوق كتف الزميل وذلك من أجل مقارنة ما يراه الزميل خلال عملية الجمع؛ وعدسة كاميرا أخرى فوق الجدول الذي يُسجّل عليه ما

يحدث للخلايا. ثم تمت مطابقة ما سجلته الكاميرتان من خلال تقانات عالية الدقة. وُجد أنه خلال ذهاب باكستر لجلب المجلة كان الزميل قد قال شيئاً مناقضاً لما قاله باكستر مما جعل الجدول يسجل حركة شديدة في خلاياه البيضاء. وما إن أزيح الموضوع من ساحة النقاش حتى عادت الخلايا إلى وضع أكثر هدوءاً. وبعودة باكستر وفتح المجلة عادت الخلايا لتسجيل ارتفاعات وانخفاضات كهرومغناطيسية عالية. يقول باكستر عندما كان الزميل يقوم بملاحظاته كانت الخلايا قد سجلت ارتفاعاً وانخفاضاً ملحوظين، مما يفيد بأن هناك تغييراً لما يجري في ذهنه من مشاعر وأفكار. وذلك وضع نهاية لأي شك.

قام باكستر بتجارب متنوعة على هذا الصعيد، حيث شمل بعضها نباتات وبكتريا متنوعة أظهرت قدرة على التواصل البيولوجي، ومن هنا الاستنتاج بأن كل الخلايا الحية تحتوي على وعي خلوي وبإمكانها التواصل مع خلايا أخرى من نسيجها العضوي ومن مخاليق أخرى حتى لو كانت بعيدة عن بعضها البعض. زد على ذلك أن هذا التواصل لحظي ومباشر وغير مدبّر.

وخاصة أن البعد في المكان هو أيضاً بعد في الزمان. ومن هذا الاستنتاج بأن الأحداث البعيدة زمنياً عن بعضها التي تحدث إمّا في الماضي وإمّا في المستقبل يمكنها التقارن والتوافق والتزامن والتوافق وكامتداد لهذه البحوث يمكن البرهان على أن ذلك

التواصل غير المكاني يتم بشرياً أيضاً؛ ففي تجربة غرنبرغ الشهيرة والمنشورة عام 1987 استخدم العلماء أداة لقياس الموجات الدماغية لأشخاص يتأملون معاً. وُجد أن بعض الأزواج من هؤلاء المتأملين يظهرون توافقاً قوياً في نماذج موجات دماغهم مما يوحي بوجود رباط قريب أو علاقة ذهنية بينهم. كان المتأملون ينتبهون عند شعورهم بأنهم في حالة تواصل مباشر مع بعضهم البعض، وقد أكد ذلك الآلات التي كانت تقيس موجاتهم الدماغية.

كان أولئك المتأملون يقومون بما يقومون به جنباً إلى جنب لمدة عشرين دقيقة؛ ثم يُؤخذ كل واحد إلى غرفة منفصلة عن الأخرى، ويطلب منهم محاولة التواصل مع الآخر في الغرفة المنفصلة. أحد المتأملين كان يُعرض لأضواء باهرة تشع في الغرفة المنفصلة الأمر الذي أحدث ومضات من نوع ما في موجات دماغه سُميت افتراضات قدرات كامنة مثارة. الشيء المثير في التجربة إنه ليس فقط من تعرض للأضواء المبهرة قد عكس دماغه تلك الومضات المثارة بل ذلك المتأمل الذي يتم التواصل معه من قبل من تعرض للأضواء كان يظهر في موجات دماغه أثر لتلك الأضواء. فهذان الشخصان كانا مرتبطين في مستوى أعمق (عبر التأمل)؛ وما كان يحدث لواحد منهما كان يحدث للآخر في اللحظة ذاتها.

يصعب شرح هذه النتائج بأية وسائل إلا عبر التوافق اللامكاني الكوني الذي يتم في المجال الافتراضي، مجال الروح

الموصلة والناظمة والمناغمة لأي ولكل شيء، هذا المستوى من الذكاء أو الوعي غير المحدود موجود في كل مكان ويتجلى في كل شيء. رأيناه فاعلاً في مستوى الجسيم ما تحت الذري (Subatomic)؛ ورأيناه يصل شخصين في مستوى يتجاوز الفصل أو الانفصال. ربما على المرء أن يذهب إلى مخبر ليرى هذا الذكاء الكلي اللامكاني الكوني في تجلياته الفعلية. البرهان في كل مكان، في الحيوانات في الطبيعة وحتى في أجسادنا.

(2)

التناغم في الطبيعة

نظراً لتكرار مشاهد التناغم في الطبيعة فإنها تصل إلى درجة تصبح عادية أو اعتيادية. لكن إذا ما نظرنا بتمعن شديد إلى شبه المستحيل الذي يحدث، فسنرى أي معنى يحمله مبدأ التناغم. انظر مثلاً إلى السماء الصافية وراقب سرياً من الطيور عن كثب - وكفريق السمك الذي ذُكر سابقاً - ترى ذلك السرب يتحرك بتشكيل مطلق التوحيد عند تغييره اتجاهه؛ الكل ينفذ الحركة ذاتها بتناغم مطلق. يمكن أن يحتوي ذلك السرب مئات من الطيور، ولكن كل فرد منها يتحرك بتناغم مع كل فرد من المجموعة دون وجود قيادة واضحة، يغيرون اتجاههم آنياً. الكل يغير اتجاهه في اللحظة ذاتها، ويقوم بذلك بكمال. إنك لن تجد طيراً يصطدم بآخر خلال الطيران، يرتفعان ويدوران ويقاطعان كعضو واحد، وكأن أمراً قد أُصدر لينفذ الجميع فوراً؛ فكيف يحدث ذلك؟ ليس هناك مثلاً متسع من الوقت لتبادل أية معلومات؛ إذاً أي توافق في فعالية وعمل الطيور يحدث على مستوى لا مكاني كوني.

يعمل الفيزيائيون لأعوام على اكتشاف الميزة التي تقود حركات الطيور؛ ولكنّ عملهم حتى الآن دون جدوى. إن التعقيد والدقة المتناهية لسلوك الطيور تحيّر العلماء على الدوام. يدرس المهندسون حركة الطيور من أجل كشف بعض المبادئ التي يمكن أن تتحوّل إلى حلول للاختناقات المرورية. إنهم يبحثون في إمكانية استغلال الميكانيكيات الحسية المستخدمة من قبل الطيور لترجمتها إلى دليل في تصميم الطرقات أو السيارات بحيث تختفي الحوادث الطرقية.: معرفة كهذه تزودنا بمعلومات مسبقة عما ستفعله كل سيارة في كل لحظة. مشروع كهذا لن ينجح لأنه ليس هناك من آلية مقارنة يمكن إسقاطها إلى العالم الآلي من ذلك العالم اللامكاني. إن التواصل اللحظي الذي نشهده في أسراب الطيور عادة يأتي من المستوى الروحي؛ إنه تنظيم الذكاء اللامكاني الكوني في المستوى القدراتي الافتراضي. نتيجة ذلك العالم هي التناغم، إنه عالم المخلوقات المتناغمة مع بيئتها وعوالمها وذواتها؛ إنها ترقص على نغم نظام كوني متناغم.

رغم أن الطيور والأسماك تقدم مثلاً مذهلاً عن التناغم في الطبيعة، إلا أن الأمثلة لا تقل عن عدد الخلائق على سطح كوكبنا. فكل الخلائق الاجتماعية تظهر براهين على التواصل الكوني. فالدراسات المكثفة حول الحشرات والحيوانات القطيعية تظهر تجاوبها مع التهديدات المدهامة. بما هو أسرع مما يمكن شرحه عبر طرق تواصل عادية.

أجرى العالم روبرت شيلدريك دراسات مثيرة تظهر حالات من التواصل الكوني بين الكلاب وأصحابها من البشر. يمكن للبشر والكلاب أن يشكلوا صيغة عقدية قريبة للغاية. لقد وثق شيلدريك حالات لكلاب تعرف متى يعود أصحابها إلى البيت، وذلك ما بين عشر دقائق إلى ساعتين. فالكلب في ذلك الوقت يقف عند الباب وينتظر كأنه يستبق قدوم صاحبه. قال المشككون إن ذلك مسألة عادة، حيث إن صاحب البيت يعود في وقت محدد كل يوم، أو أن الكلب يسمع صوت السيارة أو رائحة صاحبه على بعد أميال. الكلاب على أية حال قادرة على التنبؤ بقدوم أصحابها حتى لو كانوا سيعودون في أوقات غير متوقعة، أو في سيارة مختلفة أو مشياً على الأقدام، أو عندما يكون هبوب الريح في اتجاه معاكس حيث يستحيل وصول رائحة صاحب إلى البيت.

هذا حقيقة ما يحدث مع كل الكلاب وكل أصحابها؛ ولكن عندما يحدث ذلك فنحن أمام ظاهرة هائلة. الأكثر إدهاشاً، أن العالم شيلدريك بيّن أن الكلاب يمكنها التقاط النيّة. لنقل أن صاحب الكلب في باريس في رحلة لأسبوعين؛ والكلب في لندن. إذا ما غير صاحب الكلب مخططه فجأة قبل أسبوع من نهاية رحلته، فإن الكلب يُظهر علامات التنبؤ ذاتها. فما إن يفكر صاحب الكلب بالعودة قبل أسبوع، حتى ينهض

الكلب من مكان استرخائه ويجلس أمام الباب هازماً ذيله منتظراً قدوم صاحبه.

للتأكد من أن تلك الملاحظات ليست أكثر من تفكير أمنياتي يدور في خلد صاحب الكلب، بحثت الدراسات بكيفية ردة الفعل المحددة للكلاب حول نية أصحابها في العودة إلى البيت. تم تركيب كاميرات فيديو ترصد المكان المحتمل وجود الكلب فيه: سريره أو عند الباب أو المطبخ. يخرج صاحبه دون أدنى فكرة حول اتجاهه أو موعد عودته. ذلك القرار اتخذه العلماء في التجربة.

فقط بعد صعود صاحبة الكلب إلى السيارة قام العلماء بإعطائها تعليمات إلى أين تذهب. بعدها بفترة كان العلماء يتصلون بصاحبة الكلب للاستعداد للعودة. كانت تلك التوقيت تُسَجَّل، وكانت الكاميرا تسجل حركة الكلب وتوقيتها، فما إن بدأت صاحبة الكلب بالإستعداد للعودة إلى البيت حتى يتوجه الكلب نحو الباب منتظراً قدوم صاحبه؛ وذلك بغض النظر عن مكان تواجدها وعن وقت ذلك وعن المدة اللازمة للوصول إلى البيت.

ما من شك بأن هناك تواصلًا قوياً بين بعض الناس والكلاب التي يربونها؛ هناك توافق هائل بين المخلوقين إنهما متناغمان. وعبر هذا التناغم فإن الكلب وصاحبه يعيشان حالة التواصل الكوني غير المكاني.

الأمثلة على التناغم يمكن وجودها أكثر في عالم الحيوان، لأن الحيوانات أكثر التصاقاً بالطبيعة الجوهرية للأشياء.

نحن كبشر نفقد حس التواصل هذا ونضيع بهموم الحياة من أجرة إلى سيارة إلى البيت إلى ملايين القضايا التي تصرفنا عن ذلك الحس. وحالما نطوّر ذاتاً وحساً في «الأنا» مختلفاً عن الجميع، تغيب وتبتهم تلك التواصلات وتصبح مبهمة.

بعض الناس يخبرون حالات تناغم قوية رغم أنهم لا يتأملون. لا بد وأنا سمعنا بحالات توائم متشابهين يولفون أحاسيسهم لما يشعر أو يفكر به شق التوائم الآخر. هذا النوع من الارتباط يمكن وجوده بين الأفراد شديدي الترابط. كنت أتحدث لمريض مرة عندما شعر بألم حاد في معدته وبدأ يتدحرج على الأرض. عندما سألته عما حدث، أجابني: «وكأن أحد طعني بسكين في هذا المكان» لنكتشف لاحقاً أنه في اللحظة ذاتها كانت أمه قد نُشلت وطُعن في معدتها، لقد كان ارتباطه بأمه قوياً للغاية وكانت تلك أعمق علاقة في حياته. لقد كانا منسجمين في مستوى معين لدرجة أن فيزيولوجيتهما كانت واحدة. ويمكننا القول إنهما كانا مقطورين ببعضهما البعض.

القطر ليس إلا كلمة أخرى للتعبير عن التطابق وعن التناغم، تستخدم من قبل العلماء لوصف حالة التلبس بمادة أو قوة أخرى. على سبيل المثال يمكن للجسيمات أن تكون مقطورة على

شكل تيار سائل وتساب منغمرة فيه. العبارة تساعدنا في وصف كيفية تقارن الأشياء مع بعضها البعض. علينا التذكّر بأن التناغمية تحدث فقط عندما يكون البشر والحيوانات والأشياء تشترك بعلاقة تقارب شديدة أو أنها مقطورة بعضها ببعض.

في أحد أمثلة الاقتران، لاحظ الباحثون الميدانيون قبائل أفريقية فيها الأمهات فيها شديداً الالتصاق بأطفالهن بدءاً من أولئك الذين لم يولدوا بعد. ففي لحظة الحمل، تقوم الأم باختيار اسم وتؤلف له أغنية؛ وتقوم كذلك بغناء تلك الأغنية طيلة فترة الحمل حيث لا يزال الطفل في رحمها. وخلال الولادة يجتمع الجيران ويغنون تلك الأغنية للطفل أيضاً.

لاحقاً - وفي كل نقطة علام من حياة ذلك الطفل تُغنى له تلك الأغنية: عيد ميلاده، حال دخوله عالم اليافعين، خلال بدء شبابه، عند خطبته وعند زواجه. تصبح تلك الأغنية مرساة للعقد الأصلي بين الأم وابنها، وتمتد إلى ما بعد الموت حيث تُغنى تلك الأغنية في جنازته. هذه طريقة لقطر ذلك المخلوق في عالم الأم وعالم القبيلة أيضاً. ذلك يخلق اتصالاً حميمياً لدرجة أنه إذا كان ذلك الطفل في غابة والأم في الحقول، وإن أصاب الطفل مكروه من أي نوع تشعر الأم بالمكروه ذاته في جسدها في اللحظة ذاتها.

هناك مثال آخر معروف تماماً يخص التواصل اللامكاني بين الأم وطفلها يتمثل بإندرار حليب الأم من ثديها حال بكاء

الطفل من أجل الرضاعة حتى لو كان الاثنان في أمكنة مختلفة.

المتأملون الذين ورد ذكرهم في الفصل السابق يعرفون ويحب بعضهم البعض قبل التجربة التي تمت ولكنهم قُطروا ببعضهم البعض أكثر عبر التأمل ذاته.

أن يحدث الارتباط الاجتماعي بين الزوج والزوج وبين الأخوة والأخوات شيء، ولكن حتى يتم التواصل المكاني يجب أن يكون هناك ارتباط أعمق أيضاً. يبدو أن حدوث هكذا ترابط أمر غاية في التعقيد، ولكن في حقيقة الأمر كلنا في حالة ارتباط دائم بالذكاء أو العقل اللامكاني، حقيقة وجود أجسادنا بحد ذاتها يعتمد بكليته على التواصل الكوني اللامكاني.

والآن، كيف يمكن لشيء حقيقي وجوهري كأجسادنا أن يعتمد على التواصل الافتراضي؟ لنقل إن الجسم البشري يتألف من مئة مليار خلية تقريباً؛ بمعدل ألف خلية لكل نجم من نجوم درب التبان. يستلزم إنتاج مئة المليار خلية هذه استخراج فقط خمسين نسخة مطابقة بدءاً من البيضة المخصبة وحيدة الخلية. تعطيك عملية النسخ الأولى خليتين؛ والثانية أربعاً، والثالثة ست عشرة، وهكذا...

وبالنسخة الخامسة عشرة يكون في الجسد مئة مليار خلية وهنا تتوقف عملية النسخ. إذاً كل خلايا الجسد تبدأ من واحدة

فقط. تلك الخلية الأولى تُنسخ وتُنسخ؛ وخلال العملية تتم عملية التمايز بينها. هناك 250 نوعاً من الخلايا في جسم الإنسان ابتداءً من الخلية الدهنية المكورة البسيطة، إلى الخلية العصبية الرقيقة المتشعبة. لا فكرة حتى الآن لدى العلماء عن كيفية أن تنتهي منقسمة إلى أنواع عديدة من الخلايا التي تعاود تنظيم نفسها لتكون المعدة والدماغ والجلد والأسنان، وكل تلك الأجزاء عالية الاختصاص من الجسيم البشري.

إضافة إلى قيامها بمهمتها المحددة في الجسم، تقوم كل خلية بملايين الأشياء كل ثانية كي يبقى الجسم فاعلاً: إنتاج البروتينات، موازنة نفاذية الأغشية ومعالجة النترات هذا إذا سمينا عدداً محدوداً من تلك العمليات المعقدة. أضف إلى ذلك أنه على كل خلية أن تعرف ما تقوم به الخلايا الأخرى وإلا يحدث انهيار في الجسم. الجسم البشري يكون فاعلاً فقط إن كان يعمل بتناغمية؛ وكل ذلك يمكن أن يتم فقط عبر التطابق والتوافق اللامكاني. كيف لا يكون تنسيقها كذلك تماماً ولدينا مئة مليار خلية تقوم كل واحدة منها بمليون وظيفة في الثانية لدعم مخلوق بشري حي يتنفس؟! وكيف لجسم بشري أن يولد الأفكار ويزيل الفضلات ويطلق الابتسامات لطفل ويعتني بطفل في الوقت ذاته؟

كي أحرك إبهامي، عليّ أولاً أن أولّد الفكرة بأنني سأقوم بذلك. الفكرة بدورها تفعل القشرة الدماغية؛ التي بدورها ترسل نبضاً عصبياً عبر العמוד الفقري إلى قدمي وتحرك إبهامي. ذلك بحد ذاته أعجوبياً.

والآن، من أين أتت الفكرة؟ قبل تلك الفكرة، لم يكن هناك طاقة، ولكن ما إن أتتني الفكرة والنية لأحرك إبهامي حتى ولّدت عاصفة كهرومغناطيسية منضبطة في دماغي، انتقلت إلى الأعصاب ودفعتها إلى إفراز عنصر كيميائي من نوع ما. ومن ثم حُرّكت إبهامي. هذه مجرد عملية خطيّة آلية (ميكانيكية) محلية... باستثناء الجزء الأول إياه من العملية ألا وهو الفكرة التي بدأت كل شيء. والسؤال هو: كيف خلقت تلك الفكرة الكهربائية بداية؟ العلماء يفهمون آليات الجسد وفعله الافتراضي، والسيالات العصبية والتقلصات العضلية...

وتبقى المشكلة أن لا أحد يعرف بعد ولا تجربة أثبتت من أين أتت الفكرة. فالفكرة لا تُرى؛ ولكن بدونها سنكون بحالة شلل إن لم يكن هناك فكرة، فلا يمكن تحريك الإبهام. بشكل أو بآخر يصبح وعي المرء معلومات وطاقة؛ ولكن أين يتم ذلك؟ الجواب: تنشأ الفكرة في العالم الافتراضي Virtual World.

أجسادنا تتصرف بتناغم طيلة الوقت. عندما يحدث أي اضطراب في أجسادنا فيزيولوجياً يتداعى له سائر الجسم. مثلاً،

افتراض أنك لم تأكل طيلة اليوم وبدأ مستوى السكر لديك بالانخفاض، ستجد مجمّعاً من تناغم الأحداث يعمل ليعيد مستوى السكر إلى وضعه. يقوم البنكرياس بإفراز هرمونات تدعى غلوسين التي تقوم بتحويل السكر المخزن في الكبد إلى مادة الغلوكوز التي توفر الطاقة على الفور. إضافة إلى ذلك تطلق الخلايا الدهنية أسيداً دهنياً وغلوكوزاً باتجاه الدورة الدموية ويقوم الجهاز العصبي بتحريض العضلات الهيكلية للتخلي عن السكر المخزن. كل تلك الأشياء تتم لحظياً. ينخفض مستوى الأنسولين والقلب يتسرع والطاقة تتحرك إثر ذلك. تقريباً مليون شيء يحدث في الجسد بهدف إعادة مستوى السكر إلى الطبيعي. وهذه فقط واحدة من بين العمليات التي تتم في الجسم في آن معاً. كل ذلك ممكن فقط من خلال التواصل الكوني اللامكاني حيث تتوافق المعلومات بسرعة تفوق سرعة الضوء، وكل ذلك خارج حدود الفيزياء الكلاسيكية.

البعض اقترح بأن هذا التواصل اللامكاني ينشئه الرنين الناتج للنشاط الكهربائي للقلب. في القلب شيء يدعى صانع الإيقاع الذي يجعل القلب ينبض بشكل اعتيادي 72 نبضة بالدقيقة. صانع الإيقاع في القلب يطلق نبضاً كهربائياً يتسبب بانقباض القلب آلياً. عندما يمر بك تيار كهربائي، يتشكل حولك مجال كهربائيسي. (المجالات الكهرومغناطيسية عبارة عن

فوتونات تسلك مسلكاً معيناً). القلب بكل خفقان له بيث طاقة كهرومغناطيسية إلى أنحاء الجسم كافة ؛ كما أنه يرسل مجاله المغناطيسي خارج نطاق الجسم (إذا ما تم تضخيم المجال بحيث يلتقطه ويسجله آخرون) تلك الطاقة ترسل إلى أجزاء الجسم كافة. وبهذه الطريقة يكون القلب بمجاله الكهرومغناطيسي مصدر الذبذبات للجسم. إنه يخلق مجال رنين بحيث تبدأ كل خلية في الجسم بالانقطار بالخلية الأخرى بحيث تصبح كل خلية متناغمة مع الخلية الأخرى.

عندما تتجمع الخلايا في مجال الرنين ذاته، تكون جميعها ترقص على اللحن ذاته. تظهر الدراسات بأنه عندما نفكر بشكل إبداعي أو عندما نكون في حالة شعور بالطمأنينة والأمان والسكينة، أو عندما تتابنا حالة من الحب، تقوم هذه المشاعر بتوليد مجال كهرومغناطيسي متناغم. المجال الكهرومغناطيسي هذا يتم بثه إلى أنحاء الجسم كافة. يولد ذلك أيضاً مجالاً من الرنين يدفع كل خلايا الجسم للتماسك بعضها مع بعض كل خلية تعرف ما تفعله الخلية الأخرى، لأنها تقوم بالعمل ذاته كلها، مع احتفاظ كل نوع باختصاصه الذي يؤديه ببراعة وتمييز ودقة متناهية. الخلايا المعدية تصنع الحموض الهيدروقلوية؛ وخلايا المناعة تولد الأجسام المناعية؛ وخلايا البنكرياس تصنع الأنسولين... وهكذا دواليك...

في الجسم السليم، هذا التناغم ينتظم بشكل كمال. والناس الأصحاء يعيشون حالة التناغم الجسدي هذه.

عندما يفزو المرض الجسد يحدث انفلات في أحد هذه الإيقاعات حيث يشكل التوتر أكبر معطل لهذا الإيقاع؛ إن كنت متوتراً، إن انتابتك مشاعر عدوانية فستجد أن توازن جسدك يتعطل.

إن التوتر يقطع تواصلنا الكوني اللامكاني مع كل شيء. عندما تعاني من مرض ما، ذلك الجزء المشتكي من جسدك يبدأ بالانقطاع عن عالم التواصل الكوني.

هناك عواطف كثيرة تتسبب بأفعال واضطراب المجال الكهرومغناطيسي في القلب لكن الأكثر توثيقاً ودراسةً بينها هما الغضب والعدوانية.

وما إن يضطرب التناغم، يبدأ جسدك بالتصرف بشكل مبعثر؛ ويحدث قمع لنظام المناعة؛ الأمر الذي يؤدي إلى مشاكل أخرى، كزيادة في الاستعدادية للإصابة بالسرطان وتسريع الشيخوخة. هذا التأثير حاد جداً إلى درجة أن الحيوانات يمكنها التقاطه. إذا ما رأى الكلب شخصاً يحمل عدوانية بداخله تراه ينبع ويتصرف بوحشية. حيثما تذهب تراك تبث صورتك الحقيقية ضمن هذا المستوى الحميمي.

ارتباطنا بالذكاء اللامكاني لا ينتهي عند حدود جسدنا. مادامت أجسادنا في حالة توازن، كذلك العالم يكون بحالة توازن بحيث يعرض ذلك التوازن عبر إيقاعات وأدوار.

خلال دورانها حول الشمس تولد الأرض إيقاعات فصلية ويتحول الشتاء إلى ربيع. والطيور تبدأ هجرتها، والأسماك تبحث في قيعان البحار كي تضع بيوضها، تفتتح الأزهار، وتتبرعم الأشجار وتتضج الثمار، وتفقس البيوض. ذلك التغيير الوحيد في الطبيعة (انحراف بسيط في مسار الأرض) يولد هذا الشلال من الأحداث الكونية. كل الطبيعة تعمل كأنها عضو واحد. حتى البشر تتتابههم مشاعر مختلفة من فصل لآخر؛ البعض يحبطه الشتاء، وآخرون يقعون بالحب في الربيع. بتأثير بيو-كيميائي، تتوافق بعض التغيرات في الجسد مع تحرك كوكبنا. الطبيعة بكليتها سيمفونية، ونحن جزء منها.

مع دوران الأرض حول محورها تزودنا بشيء يدعى Circadian (حوالي - دوراني) أو يومي أو إيقاعي، المخلوقات الليلية تستيقظ ليلاً وتنام نهاراً. تتطلق الطيور وراء قوتها في أوقات محددة تُعرف بساعات الطير. أجسادنا أيضاً تتنظم بإيقاعات حوآلانية. لقد أمضيت معظم حياتي في كاليفورنيا، ودون جهد واعٍ، ينتظم جسمي على إيقاع هذا البلد زماناً ومكاناً. جسدي يستبق شروق الشمس فاستيقظ في الوقت ذاته تقريباً كل يوم، وتتباطأ في

المساء فأبدأ بالاستعداد للنوم. خلال النوم يبقى جسدي حيويًا لأنتقل من مرحلة نوم إلى مرحلة مختلفة عبر تغيير موجات دماغي. الهرمونات التي تسيطر وتنظّم فعاليات جسدي المختلفة لا تزال تُنَجّ وتُفرز بدرجات وكميات مختلفة عن ساعات استيقاظي. كل خلية لا تزال تقوم بالمليون نشاط الذي تقوم به عادة، والجسم ككل يقوم بدورته الزمانية الليلية.

على الأرض نشعر بتأثيرات الشمس بنفس الإيقاع الحوالاتي / الدوراني وكذلك تأثيرات القمر عبر الإيقاع القمري بحركته من الهلال إلى الاكتمال.

دورات القمر تؤثر بأجسادنا التي تتماهى معها ومع حركتها الكوكبية. دورة المرأة الشهرية ذات الثمانية والعشرين يوماً تتأثر بالقمر. هناك إيقاعات شهرية أخرى تؤثر بمزاج وإنتاجية كل الناس. تأثيرات الجاذبية الشمسية والقمرية على الأرض تتسبب بالمد والجزر؛ وذلك يؤثر في أجسادنا. لنقر بأننا كنا مخاليق في المحيط منذ مليون عام. وعند انزحاننا إلى الشط لا بد وأننا جلبنا شيئاً من المحيط بمرافقتنا؛ ثمانون بالمئة من أجسادنا لها التركيب الكيميائي ذاته، ولا يزال يتأثر بالانجذاب المدّي.

كل تلك الإيقاعات؛ الفصلي منها والقمري وغيرها متناغمة مع بعضها البعض. هناك إيقاعات ضمن إيقاعات أصواتها وصداها تسمع حولنا وفي داخلنا. لسنا غريباء عن العملية؛ نحن

جزء منها نخفق لنبض الكون. الذكاء الكوني اللامكاني بداخلنا والمحيط بنا هو الروح... القدرة الكامنة التي ينبثق منها كل شيء. إنها أساس كينونتنا، إنها بلا أبعاد، لا كتلة أو حجم أو طاقة لها، ولا تحتل فراغاً؛ لا توجد في الزمان. كل الخبرات والتجارب ليست أكثر من تصورات مكانية لهذه الحقيقة الكونية غير المكانية؛ وهي قدرة كامنة فريدة موحدة. هنا كل شيء متوحد دون انفصال. في هذا المستوى المعمق للواقع أنت الذكاء الكوني غير المكاني، أنت مخلوق كوني يراقب ذاته عبر نظام أعصاب بشري. كما الموشور يوزع شعاعاً ضوئياً إلى ألوان الطيف، كذلك الذكاء الكوني يقوم بتوزيع حقيقة مفردة - عبر مراقبته ذاته - إلى طيف من التجليات.

لنفكر بالكون كمنظومة عضوية هائلة متفردة. إن اتساعه هو حقيقة إدراكية يتم تصورهما، ورغم وجودها الخارجي فإنك قد تجد نفسك تنظر إلى ملعب مليء بآلاف الناس. الظاهرة الحقيقية هي نبضة كهربائية داخل دماغك، بحيث تكون أنت الكائن غير المكاني قد فسرت ذلك على أنه ملعب كرة قدم. يقول يوغا فاسشتا وهو نص إغريقي قديم: إن العالم كمدينة صغيرة منعكسة في مرآة وكذلك الكون ليس إلا انعكاساً هائلاً لنفسك في وعيك إنه ببساطة روح كل شيء.

(3)

طبيعة الروح

تغيب «الأنا» مع اتساع وفسحة المحيط الذي يبدو ساكناً وجامداً إذا ما نظرنا إليه من مسافة بعيدة كالقمر. إنه رقعة شاسعة من الزرقة تزنر الأرض. وما إن تقترب من المحيط أكثر وأكثر حتى نجده في حركة دائمة تهيج التيارات والمد والجزر والأمواج. إننا نرى سلوك المحيط هذا كيانات مميزة. وحال تشكّل أية موجة نراها ترتفع وتكسر وتسرع الخطا نحو الشواطئ. ويبقى مستحيلاً فصل الموج عن المحيط فلا يمكنك أن تأخذ وعاء وتلتقط موجة وتضعها فيه وتصطحبها إلى البيت. إذا ما التقطت صورة لموجة، لا يمكنك أن تأتي في اليوم التالي وتلتقط نسخة مثلها تماماً.

عندما نبدأ بفهم الروح، نجد أن المحيط يقدم لنا الشبيه الرائع لتخيّل المحيط كحقيقة غير مكانية، وميدان بإمكانيات لا نهاية لها ومستوى افتراضي للوجود يناغم كل شيء. كل واحد منّا يشبه موجة في ذلك المحيط. نحن نُخلَقُ منه،

وهو يشكل جوهر من نحن. وكما الموجة تأخذ شكلاً محدداً نحن أيضاً نكتسب نماذج مذهلة من الحقيقة اللامكانية. إمكانيات المحيط اللامتناهية في الاتساع تشكل جوهر كل شيء في العالم المادي. المحيط يمثل اللامكان والموجة تمثل المحلي والمكاني. والاثان مرتبطان عضوياً.

حالمًا نعرّف الروح كمنتج للقوة اللامكانية الكونية الافتراضية لقوة يتبدى عندها بوضوح مكاننا في هذا الكون؛ فنحن كالموجة مزيج من المكاني واللامكاني. نحن نموذج فردي ينبثق من الذكاء الكوني اللامكاني والذي هو جزء من كل شخص وكل شيء آخر.

يمكننا إذاً التفكير في الروح كمكوّن من نمطين، الروح الكونية اللامكانية الشاسعة الاتساع والتي توجد في المستوى الافتراضي أو الروحي. إنها الأقوى والأنقى والأقدر على كل شيء. أما النمط الثاني فهو الجزء الشخصي المكاني الموجود في المستوى الكونيتيمي Quantum، هذا النمط هو الذي يصل إلى حيواتنا اليومية والذي يحمل جوهر من نحن. وهو أيضاً القوي والنقي والقادر على القيام بكل شيء. نفس القدرة الكامنة غير المحدودة للروح الكونية اللانهائية تسكن كل واحد منّا. روحنا الشخصية - والتي نفكر فيها - عند ذكرنا لأنفسنا - ليست إلا بروزاً للروح الأبدية.

إن استطلعنا العيش في مستوى الروح، فسنرى أن الجزء الأروع والأكثر نورانية من ذواتنا يتصل ويرتبط بنغم العالم. فسنرى أنفسنا عندها نصنع المعجزات. سنفقد شيئاً اسمه الخوف و شيئاً اسمه التوق وثالثاً اسمه الكراهية ورابعاً اسمه الاضطراب وخامساً اسمه التردد. العيش في مستوى الروح هو غوص أعمق وأبعد من «الأنا» متجاوزين محدودية الفكر الذي يلصقنا بأحداث ونتائج مكانها العالم المادي فقط.

في رحابة المحيط واتساعه المذهل لا وجود للأنا الفردية التي تصبو إلى سحب انتباه الآخرين. هناك فقط أمواج ومد وجزر؛ ولكن كل ذلك في المحصلة عالم المحيط. في النهاية لسنا أكثر من نماذج من الكونية اللامكانية تتبدى كبشر؛ ولكن في نهاية المطاف الأمر برمته مسألة روح.

مع كل ذلك، نشعر جميعاً بأننا مجرد أفراد؛ أليس كذلك؟ حواسنا تؤكد لنا بأن هذه الأجساد حقيقية، وتجول بخاطرها الأفكار الشخصية الفردية. نتعلم، نحب، نتجيب وننمي سيرنا الذاتية، ولا أدري كيف لا نشعر بهذا المحيط الشاسع يهيج بداخلنا؟ لماذا تبدو حياتنا مقيدة؟ كل ذلك يعود إلى مستويات الوجود الثلاثة.

في المستوى المادي /فيزيولوجي/ أي في ما نسميه العالم الحقيقي تكون الروح هي المراقب في قلب الرقابة. في أي وقت تراقب شيئاً، هناك ثلاثة عناصر لك.

الأول، ويحدث في العالم المادي، وهو موضوع مراقبتك.
 الثاني، ويحدث على مستوى الذهن أو العقل، وهو عملية
 المراقبة ذاتها.
 والثالث، وهو المراقب الحقيقي الذي نسميه الروح.

لنتفكر بمثال بسيط على العناصر الثلاثة للمراقبة.
 بداية تصور حيواناً فردياً ذا أربع أرجل كموضوع للمراقبة.
 بعدها عينك تتلقى عيناك الصورة البصرية للموضوع وتبث
 الإشارة إلى دماغك الذي بدوره يفسرها لتكون كلباً. اقلب وعيك
 إلى الداخل، فتصبح متبهاً لوجود ما في داخلك. الوجود هو
 روحك. وامتداد الذكاء الشاسع الكوني اللامكاني الذي يهيج
 بداخلك، العقل منخرط في عملية المعرفة، ولكن الروح هي
 العارف. إن هذا الوجود، وهذا الوعي، وهذا العارف أي هذه
 الروح لا تتغير. إنها النقطة المرجعية الساكنة وسط المشهد المتغير
 في العالم المادي المحسوس.

لكل منا روحه؛ ولأننا ننظر من زوايا معرفية وخبرائية
 مختلفة فإننا لا نلاحظ الأشياء ذاتها بالطرق ذاتها تماماً.
 إن الاختلافات في رؤية كل منا تعتمد على تفسيرات عقولنا.
 إذا كنا - أنت وأنا - نراقب، فلا بد أن لدينا أفكاراً مختلفة ربما

أراه كحيوان وحشي، وقد أخاف. ربما تنظر إلى الكلب ذاته وتراه رقيقاً أليفاً، أدمغتنا فسرت مراقبتنا ورؤيتنا له بشكل مختلف. أنا، عندما أرى كلباً أهرب. ولكنك عندما ترى كلباً تصفرّ له وتلاعبه.

التفسير والترجمة تتم على المستوى العقلي الدماغي، لكن أرواحنا الفردية هي التي قد برمجتها الخبرة. فعبر ذاكرة الخبرات السابقة، تؤثر الروح في خياراتنا وتفسيراتنا في الحياة. بذور الذاكرة الصغيرة تتراكم في الفرد على مر السنين. هذا المُرْكَب المؤلف من الذاكرة والخيال والمستند على الخبرة يدعى (الكارما). تتراكم الكارما في الجزء الشخصي من الروح، وهي موجة تسكن جوهر وجودنا وتلوّنه. هذه الروح الشخصية تحكم ضميرنا وتقدّم لوحة مواصفات وتحكم بنوعية وشكل شخصنا وكيف سنكون. إضافة إلى ذلك، فإن الأفعال التي نقوم بها قد تؤثر في هذه الروح الشخصية وتغيّر من الكارما لدينا إما إيجابياً أو سلبياً.

الجزء الكوني اللامكاني من الروح لا يلمسه أي من أفعالنا، لكنه مرتبط بالروح النقيّة اللامتغيّرة. حقيقة أن تعريف «التوير» هو الاعتراف بأنني كإنسان مخلوق لا نهائي وأرى، وأرى، أراقب وأراقب من وجهة نظر مكانية. مهما تغيّرت كينونتنا، بغض النظر عمّا ارتكبناه في حياتنا، فمن الممكن دوماً التناغم

مع الروح الكونية - الميدان اللانهائي للقدرة النقية الكامنة -
وتغيير اتجاه قدرنا. وهذا هو التناغم القدرى - والذي يستفيد من
هذا الترابط بين الروح الشخصية والروح الكونية من أجل صياغة
حياتنا.

بذور الذاكرة التي تبنيها الخبرة - أي ما يسمى «الكارما» -
تحدد من نحن؛ لكن فردية روحنا الشخصية تصوغها أشياء
أكثر من الكارما. علاقاتنا تلعب دوراً في تركيب أرواحنا.
لأشرح ذلك من خلال تفحص معمق لمختلف جوانب وجودنا. عندما
ننظر إلى أجسادنا، نكتشف بأننا حقاً مزيج من جزيئات
مكررة. تُخلق خلايا جسدنا وتموت وتبديل مرات عديدة خلال
حياتنا.

فنحن نعيد صياغة أنفسنا على الدوام. كي نتجدد تحوّل
أجسادنا الطعام الذي نتأوله إلى وحدات بناء للحياة. تزودنا
الأرض بالغذاء الذي نحتاج لتجديد أنفسنا. وعندما نفقد خلايا
تعود هذه الخلايا إلى الأرض. يمكننا إذاً القول بأننا نتحوّل
باستمرار عبر إعادة تكرار الأرض.

من جانب آخر لننظر في عواطفنا التي هي بدورها طاقة
مكررة أيضاً. فالعواطف لا تولد معنا. إنها تأتي وتروح حسب
الظروف والأوضاع والعلاقات والأحداث. في الحادي عشر من
أيلول 2001؛ تاريخ كارثة المركز التجاري العالمي والبنتاغون

كان الخوف والرعب العاطفيتين المهيمنتين اللتين ولدتهما أحداث ذلك اليوم. تلك العواطف استمرت لشهور. العواطف لا تتولد بشكل معزول. إنها تحدث بسبب نوع من التفاعل مع المحيط والاحتكاك بالبيئة. بغياب الظروف والعلاقة لا يوجد عواطف. رغم إصابتي بالغضب الشديد، فهذا الإحساس ليس من جوهرى، إنه غضب غذائي واستقر بداخلي لتلك اللحظة.

فكرت بآخر مرة كنت فيها محاطاً بأناس يعيشون مشاعر متشابهة... عصبية غاضبة، أو نداءبون في جنازة أو مشجعون في مباراة كرة قدم فاز فيها فريقهم. ليس سهلاً ألا يندمج المرء في تلك العاطفة لأن ذلك مفحم إن عبر عنه عدد هائل من البشر في وقت واحد. في أوضاع كهذه لا الغضب ولا الحزن ولا الفرح خاصة بك ولك. كل عاطفة تعتمد على السياق والظروف والعلاقات التي تحدد حقيقتك في تلك اللحظة.

وماذا عن أفكارنا؟ أفكارنا معلومات مكررة. كل فكرة لدينا هي جزء من بنك معلومات. قبل مئة عام، كان من المستحيل أن يقول إنسان أريد الذهاب إلى «ديزني لاند» على الخطوط الجوية الأمريكية. لم تكن تلك المفاهيم «ديزني لاند» و«الخطوط...» موجودة أصلاً؛ لذا لم تكن تلك الفكرة موجودة في بنك معلوماتي أصلاً. كل الأفكار - باستثناء الأصلية منها - ببساطة معلومات مكررة. حتى الأفكار الأصلية ليست إلا

قفزات كوانتيمية (من عالم اللامكان) خلاقة جذرها بحر المعلومات الجمعية المكررة.

رغم أن عبارة «القفزة الكوانتيمية Quantum Leap» أصبحت مألوفاً في الحديث اليومي فإنها تحمل معنىً محدداً. عندما نتعلم عن الذرات في المدرسة يُقال لنا عادة إن هناك نواة تحتوي بروتونات ونيوترونات، وإن إلكترونات تدور حول النواة في مدار محدد بمسافات متفاوتة.

ذرة الصوديوم (Na)

يُقال لنا إن الإلكترونات تبقى في مدار محدد؛ ولكنها أحياناً تنتقل إلى مدار آخر. إذا ما امتص إلكترون طاقة ما؛ فإنه يقفز إلى مدار أعلى؛ أما إذا أطلق وخسر الطاقة فإنه يسقط إلى مدار أخفض. الأمر الذي لم نعلمه قط إنه عندما يغيّر إلكترون مداره، فإنه لا يتحرك في الفضاء ليصل إلى موقع جديد، بل إنه في اللحظة ذاتها يكون الإلكترون على المدار (أ) وفي اللحظة التالية تراه على المدار (ب) دون أن يرتحل في الفضاء بين المدارين. وهذا هو المقصود بالقفزة الكوانتيمية الكونية اللامكانية. تمثل هذه القفزة تغيراً في الوضع.

من ظروف ما إلى ظروف أخرى بشكل فوري عبر الظروف المحيطة بهما.

يدرك العلماء بأنهم لا يستطيعون التنبؤ بزمان أو مكان حدوث القفزة الكونتيمية. يمكنهم فقط خلق نماذج رياضية تمكنهم من تقدير تلك القفزات. وفي مستوى تحت ذري (دو ذري) حالة اللاتنبؤ هذه تبدو بلا تبعات. إذا ما قفز إلكترون من مدار إلى آخر، فما تبعات ذلك على الإنسان؟ حقيقة، عندما نفكر بكل الذرات في الكون، وبكل اللاتنبؤية هذه، نجد أنفسنا مجبرين على رؤية العالم بطريقة مختلفة.

أدرك العلماء صعوبة التنبؤ بالنسبة للطبيعة، وسعوا لاستخلاص معنى لذلك. حتى الأشياء التي تبدو بسيطة للغاية محكومة بمبدأ اللاتنبؤية. أين ومتى تظهر الفقايق في قدر ماء يغلي، مثلاً؟ أي شكل أو نموذج يأخذه الدخان المنطلق من سيجارة والعة؟

كيف ستموضع جزيئات ماء شلال وترتبط بوضعها النهائي في القاع؟ وكما ذكر «جيمس غليك» في كتابه (العبت) فإنه بالنسبة للفيزياء الكلاسيكية، لا بد وأن الله أخذ هذه الجزيئات المائية وخلطها بنفسه.

علم الفيزياء العبتية يحاول التنبؤ عبر نماذج رياضية معقدة. في المثال الكلاسيكي الذي يتحدث عن فراشة ترف بأجنحتها في تكساس وبعد ستة أيام يحدث طوفان في طوكيو. لا يبدو الارتباط واضحاً؛ لكنه موجود. ذلك التغير البسيط في ضغط

الهواء الذي يمكن أن تسببه الفراشة يمكن أن يُضَاعَفَ وَيُضَخَّم وينتج عنه إعصارٌ. ولكن ذلك يستحيل التنبؤ به.

ولذلك يكون المتنبؤون الجويون على خطأ معظم الوقت، وأي نبوءة جوية تزيد على ثمان وأربعين ساعة غير موثوقة. رغم ذلك، فمن بين الحدوثات المحتملة في عالمنا يبقى الطقس أكثر قابلية للتنبؤ من أي شيء آخر تقريباً.

ما يقوله ذلك على المستوى الروحي هو أنه لا يمكننا أن نعرف أي اتجاه ستأخذه الحياة، أو أي تغيير في خفقات جناحي الفراشة سيتسبب به بخصوص مصيرنا. وفي الوقت ذاته يفيدنا بأننا لن نتمكن قط من فهم ما يدور في ذهن الرب. يستحيل علينا فهم الكيف والأين والمتى لأي شيء بما في ذلك غليان الماء. علينا الاستسلام لـ «اللايقينية» Uncertainty ونحن نتبصر بجمالها الخارق.

كل عملية الخلق تستند إلى القفزات الكونتيمية و«اللايقينية» في لحظات زمنية معينة، أفكار جديدة تنبثق من بحر المعلومات.

لم تتولد تلك الأفكار من حظ الفرد، لكن مصدرها يكون الوعي الكلي. لهذا السبب تكون الاكتشافات العلمية الهامة نتاج عمل شخصين مختلفين أو أكثر في الوقت ذاته. الأفكار تسبح في الوعي الجمعي سلفاً والعقول المجهزة تكون

مستعدة لترجمة هذه المعلومات. هذه طبيعة العبقورية والمتمثلة بالقدرة على التقاط المؤلف حتى عندما لا يكون أحد على علم بوجوده. في وقت ما ، قد تكون الفكرة الخلاقة المبدعة غير حاضرة ، وفي لحظة أخرى تجدها جزءاً من عالمنا الواعي. وفي ما بين اللحظتين ، أين يمكنها يا ترى أن تكون؟ إنها تأتي من المجال الافتراضي ذي القدرات الكامنة وعلى مستوى الروح الكونية حيث كل شيء كامن القدرة أو افتراضي.

أحياناً هذا الافتراضي يخلق شيئاً متوقعاً ، وأحياناً يخلق ما هو جديد ولكن في ذلك العالم كل شيء موجود سلفاً.

إذا كانت أجسادنا مواد أرضية مكررة ، وعواطفنا طاقة مكررة وأفكارنا معلومات مكررة ، فما الذي يجعلنا أفراداً؟

ماذا عن شخصيتنا؟ شخصيتنا ، حقيقة ، لا تنشأ معنا. الشخصية تخلق عبر تمثّل انتقائي لأوضاع معينة وعبر العلاقات مع الآخرين والمحيط. فكّر بصديق عزيز. كيف تعرف ذلك الشخص؟ كثيرون منا يقومون بذلك عبر وصف أشخاص معينين بحياتهم أو أزواجهم أو أطفالهم ، أو آبائهم ، أو زملائهم في العمل. نَصِفُ الناس أيضاً في السياق الوضعي في حياتهم: أي مهن يقومون بها ، أين يقطنون ماذا يفعلون للتسلية. ما نسميه «شخصية» مبني على أسس من العلاقات والأوضاع.

والآن يمكننا طرح سؤال مفاده أنه إذا ما كان جسدي، وعواطفني وأفكاري وشخصيتي ليست أصلية، وما أنا بصانعها، فمن أنا بالحقيقة؟! حسب كثير من التقاليد الروحية، أحد أهم الحقائق العظيمة تقول: (أنا الآخر) دون الآخر لما وُجدنا، روحك انعكاس لكل الأرواح. تصور أنك تحاول فهم الشبكة المعقدة للتواصل الشخصي الذي جعلك من أنت وما أنت عليه الآن - كل أسرتك، أصدقائك، كل معلم وزميل دراسة مرّ عليك، كل عامل رأيت أو زرت، كل من عملت معه أو تواصلت معه في أي مرحلة من حياتك ومن ثم، حتى تفهم كل أولئك البشر وأي تأثير لهم عليك، فليس أمامك إلا أن تعرف ماهية كل أولئك. إذا الآن عليك أن تصف شبكة العلاقات المحيطة بكل واحد من أولئك الناس الذين يشكلون شبكة من العلاقات. في النهاية ستجد بأنك تحتاج إلى وصف الكون بكليته من أجل أن تصل إلى وصف شخص بعينه. بالحقيقة كل فرد في هذا الكون هو الكون ذاته بكليته. فأنت اللانهائي، إذا ما نُظِرَ إليك من وجهة نظر محلية محددة. إن روحك هي ذلك الجزء منك، وهي كونية وفردية في آن معاً. وهي انعكاس لكل الأرواح الأخرى في الكون.

إذا ما أردنا تعريف النفس (الروح) بهذه الطريقة عليك إذاً أن تفهم بأنها شخصية وكونية في الوقت ذاته؛ ولهذا معنى

وتضمنيات تتجاوز الخبرة الذاتية للحياة. الروح هي المراقب الذي يُفسر ويختار ضمن احتشاد من العلاقات. هذه العلاقات تشكل الخلفية والمشهد والشخصيات والأحداث التي تصنع قصة حياتنا. وكما الروح تُخلق من خلال العلاقات وتكون انعكاساً لكل تلك العلاقات فإن تجربة الحياة تُخلق من السياق والمعنى.

أعني بالسياق كل ما يحيط بنا ويمكننا من فهم الأعمال الفردية، والكلمات والوقائع أو أي أمر آخر. فللكلمة مثلاً عدة معانٍ بناءً على ما يحيط بها أو على سياقها. إذا ما قلت كلمة (bark - ينبج / لحاء) دون سياق، فلن تعرف إذا كنت أقصد «نباح كلب» أو «لحاء الشجرة»، عندما نقول إن شخصاً أخذ كلامنا (خارج سياقه)؛ ندرك أن كلماتنا قد أُسيء فهمها، لأن السياق يحدد معنى كل شيء. جريان الكلام كجريان اللغة. السياق يحدد تفسيرنا لما نواجهه في الحياة؛ وتلك التفسيرات تصبح خبرتنا في الحياة.

أخيراً نأتي إلى تعريف أكمل للروح: «الروح هي المراقب الذي يفسر ويختار بناءً على «الكارما»، إنها أيضاً مجموعة من العلاقات ينبثق عنها معنى وسياقات؛ وهي ذلك الانسياب من المعنى والانسياب للذاتان يخلقان الخبرة» إذاً؛ إنه من الروح نقوم بخلق حياتنا.

وكما سأشرح لاحقاً فإن أفضل مقارنة لفهم الطبيعة الثنائية للروح ولتماهي مع الحقل الكوني اللامكاني للقدرة الكامنة تكون في التأمل.

يمكننا التأمل من الوصول إلى مستوى روحي عبر تجاوز حيرة الأفكار والعواطف التي طالما ربطت انتباهنا في العالم المادي.

عندما نغمض أعيننا من أجل التأمل تتراقص الأفكار تلقائياً. هناك نوعان من الأفكار تأتيك: التخيلات والذكريات.

وكما ناقشنا سابقاً، فإن هذه الأفكار لا تنشأ في جسدك المادي (الفيزيولوجي).

لنجرهذه التجربة التفكيرية الصغيرة: فكر بعشاء البارحة. هل تتذكر ما كنت تأكل؟ كيف كان طعم الغذاء؟ أي أحاديث كانت تجري؟ والآن؛ أين كانت تلك المعلومات قبل أن تُطلق الأسئلة السابقة؟ ذلك العشاء حَدَثٌ؛ لكن المعلومات حوله لم تكن موجودة إلا بشكلها الافتراضي الكامن القدرة. وإذا ما دخل طبيب جراح إلى دماغك فلن يجد أثراً للطعام الذي تناولته في العشاء. تسكن الذاكرة في مستوى الروح حتى نستدعيها. وما إن نقرر بوعي أن نستذكر العشاء، حتى يبدأ مؤشر النشاط الكهربائي ومؤشر السيالة الكيميائية بالعمل، ولكن قبل أن نطلق عنان الذاكرة، فليس لها من مكان في ذاكرتنا. ببساطة،

إطلاق سؤال ومحاولة استدعاء حدث حولًا الذاكرة الكامنة الافتراضية إلى ذاكرة حقيقية.

يصح الشيء ذاته بالنسبة للمخيّلة، فحتى تنهض فكرة من العالم الافتراضي فلا وجود فعلي لها في حياتنا المادية أو الذهنية، ولكنّ للمخيّلة تأثيراً هائلاً على الذهن والجسد. هناك تجربة مألوّفة وذات تأثير كبير وهي تخيل تقطيع ثمرة ليمون إلى قطع كبيرة ووضع واحدة بين أسناننا والعض عليها. فترى الإنسان يتخيل عصيرها ينبجس في الحلق. وإذا لم تكن مختلفاً عن بقية البشر فإن تلك الفكرة السريعة ستقود إلى اندفاع اللعاب إلى الحلق... وتلك هي طريقة قول الجسد بأنه يصدق ما يقوله له الذهن. مرة أخرى أين كانت تلك الليمونة قبل أن أطلب منك التفكير بها؟ لا وجود لها إلا في المستوى الافتراضي الكامن القدرة.

إذاً، النية، المخيّلة، الرؤيوية، السليقية، الإلهام، المعنى، الهدفية، والفهم لا علاقة لها بالدماغ. إنها تتناغم فعاليتها وعملها عبر الدماغ؛ ولكنها من خواص العالم الكوني أي العالم ما وراء مكاني أو زماني. رغم كل ذلك، يبقى تأثيرها طاغياً وتستشعره بقوة؛ حال دخولها أذهاننا، لا بد من القيام بشيء تجاهها، وما نقوم به يحدد جزئياً ما نكون ومن نكون. وذلك لأننا نمتلك عقولاً تمنطق الأمور فنميل لنسج قصص حول تلك الأفكار. قد

تفكر كما يلي: «زوجي يحبني» أو «أولادي سعداء» أو «أتمتع بعملتي»؛ فترك تتسج قصصاً منطقية حول هذه الأفكار. ومن ثم تخلق معنى لها؛ وبعدها تتطلق وتعيش تلك القصص في العالم المادي الفعلي؛ وهذا ما نسميه الحياة اليومية.

نشق قصصنا من علاقات وسياقات ومعانٍ تطلقها الذاكرة الناشئة من كارماً (خزان معرفي) خبراتنا. وخلال عيشنا لتلك القصص نبدأ بالتأكد من أنها ليست أصلية. رغم اختلاف تفصيلات تلك القصص بين شخص وآخر، إلا أن مواضيعها وبواعثها لا زمنية وهي نماذج مطبوعة تُعاد مراراً وتكراراً فيها الأبطال والأشرار، الخطيئة والعتو؛ الإلهي والشيطاني، الشهوة الممنوعة والحب العذري غير المشروط. تلك هي الأفكار التي تجذب الملايين للمسلسلات ولأعمدة ومقالات النميمة والصحافة الصفراء حيث نرى تلك القيم بشكلها المبالغ فيه. يفتتنا ذلك لأن جانباً من روحنا يتماهى مع تلك القصص.

هذه القصص ذاتها تشكل النماذج الأصلية archetypes المُمثِّلة بشكل مبالغ به في الميثولوجيا (الأساطير). فإن تفحصنا الأساطير الهندية أو اليونانية أو المصرية فإننا سنعثر على المواضيع والبواعث والدوافع ذاتها. مسرحة هذه القصص أكثر إغراء وأكثر دراماتيكية من شكلها النثري لأن صدى رنينها يُسمع في أرواحنا.

في كل شخص تقريباً تتم هذه المشاركة في القصص بشكل آلي دون وعيه. نعيش كممثلين في مسرحية يقدم لنا من نصها سطرٌ واحداً لحظة بلحظة؛ نقدم الدور دون فهم للقصة بكاملها. ولكن ما إن يتصل المرء بروحه حتى يرى نص المسرحية بكاملها. هنا تفهم. لا تزال تشارك بالمسرحية، ولكنك الآن تشارك بسعادة وبوعي وباكتمال. يمكنك الاختيار بناءً على المعرفة ومن منطلق الحرية. كل لحظة تحمل قيمة أعمق تأتي من تقدير للمعنى في سياق حياتك.

أما الأمر المثير والمبهج أكثر فهو أننا أنفسنا نصبح قادرين على إعادة كتابة وتغيير أدوارنا عبر استخدامنا للقصدية، وعبر التقاطنا الفرص التي تسنح من خلال المصادفات، ونكون بذلك صادقين مع نداء أرواحنا.

(4)

القصد

ما من طفل سمع بقصة علاء الدين الذي يحلم بمصباح سحري ما أن يلمسه حتى يخرج عليه جنّي يحقق له ما يتمناه. وما أن نكبر حتى نستوعب بأنه ليس هناك مصباح ولا جنّي ما يترك تلك الأماني حبيسة في داخلنا. والآن، أي أمنيات تتمناها؟ ما الذي يشبع حاجاتك في أعرق وأكثر المستويات أساسية archetype your ؟ ما الذي يسمح لروحك بإكمال مصيرها؟

كل ما يحدث في الكون يبدأ بالقصد. عندما أقرر تحريك إبهامي أو أن أشتري هدية عيد ميلاد لزوجتي، أو أشرب فنجان قهوة أو أن أكتب هذا الكتاب؛ فأنا أبدأ كل ذلك بقصدية. هذه القصدية تبزغ في العالم الكوني أو اللامكاني، لكنها تتموضع في الذهن الفردي. ومع تموضعها تصبح حقيقة مادية.

الحقيقة المادية، فعلياً، لا تجد طريقها للوجود لولا القصدية. يفعل القصد الترابطية الكونية التاغمية في الدماغ. ما أن يكون هناك إدراك للحقيقة الواقعية حتى تظهر المناطق المتغايرة في

الدماغ ربطاً وجهياً وترددات لنماذج ومضية لبعض النيترونات في أجزاء مختلفة من الدماغ. هذا نوع من التناغم الكوني مقداره حوالي أربعين هيرتس بالثانية.

هذا التناغم والذي يسمى أيضاً «الربط» متطلب أساسي من أجل الإدراك. بدون ذلك لا ترى الشخص كشخص، أو البيت كبيت، أو الشجرة كشجرة، ولا الوجه في صورة فوتوغرافية كوجه. ربما تلمح فقط نقاطاً سوداء وبيضاء، حقيقة الأمر أن ما يقوم به والإدراك ليس إلا تسجيلاً كهرومغناطيسي لوميض شارات وانطفائها في الدماغ. والتناغم الذي ينظمه القصد يحوّل النقاط والبقع، والخطوط المبعثرة، والشحنات الكهربائية، وأنماط الضوء والظلام إلى كُلية (غيشتالطية) تخلق صورة للعالم وتحولها إلى خبرة ومعرفة ذاتية. العالم لا يوجد كصور، ولكن كأحزمة ومضات ضوء وظلام، ونقاط وبقع وهذه الكودات الرقمية أو ما يبدو كشرارات كهربائية عشوائية.

يقوم التناغم عبر القصد بتنظيم الصوت والبنية والشكل والذوق والرائحة كخبرات في الدماغ البشري. ومن خلال ذكائك الكوني تسمى تلك الخبرة أو بالمعرفة، وفجأة هناك خلق لأمر مادي في الوعي الذاتي.. العالم قبل لحظه، والنظام العصبي - قبل الرغبة والقصد في لحظ أمر ما - كلاهما يُوجدان كميدان فوضوي (دائم التغيير) ديناميكي غير خطي من فعاليات في حالة

غير مستقرة ينظّم القصد بتناغم الفعاليات غير المرتبطة ببعضها البعض وتلك التي تبدو فوضوية في كون لا مكاني بشكل عالي الترتيب ذاتي الانتظام يظهر كعالم منظور، وعبر جهاز عصبي من خلاله ينتظم العالم. القصد لا ينشأ في الجهاز العصبي رغم أنه يتناغم عبره. وهو أيضاً مسؤول عما هو أكثر من الإدراك والفهم. فكل التعلّم والتذكّر والمحاكمة العقلية، والاستنتاج والاستقراء والفعاليات الدماغية على الدوام مسبوقه بقصدية. القصد هو أساس الخلق.

تقول النصوص القديمة: «جوهر الإنسان نيته؛ وكما تكون الرغبة تكون النيّة؛ وكما يكون القصد، تكون الإرادة؛ وكما تكون الإرادة، يكون الفعل؛ وكما يكون الفعل يكون المصير» يأتي مصيرنا في نهاية المطاف من أعرق مستوى للرغبة، ومن أعرق مستوى للقصد. والاثان مرتبطان عضوياً.

ما القصد؟ معظم الناس يقولون إنه التفكير في مسألة ما يريد المرء إنجازها في حياته أو يبغها لنفسه. بالحقيقة هو أكثر من ذلك. القصد طريقة لإشباع حاجة معيّنة لديك مادية كانت أم علاقية، أو لامتلاء روعي، أو للحب؛ القصد فكرة لديك تساعدك في تلبية حاجة. والمنطق يقول إنه ما أن تشبع تلك الحاجة حتى تصبح سعيداً.

إن رأينا القصد هكذا، فإن هدف كل مقاصدنا أن نكون سعداء منجزين. بداية، إن سئلتنا عما نبغيه، فقد نقول: «نريد مزيداً من المال» أو «نريد علاقات جديدة». وإذا ما سئلتنا عن سبب ذلك، قد نقول: «نريد ذلك من أجل مزيد من الوقت نمضيه مع أطفالنا»، أو «عندها أصبح أكثر سعادة». يمكننا أن نرى هاهنا أن الهدف النهائي لكل الأهداف هو الامتلاء على المستوى الروحي؛ والذي نسميه السعادة، أو الفرح أو الحب.

كل الفعاليات في الكون تُنتج بالقصد. وحسب التقاليد (الفيديانتية) «القصد أحد قوى الطبيعة». القصد يحافظ على توازن عناصر الكون وقواه التي تجعل الكون يستمر.

حتى الخلق يتناغم عبر القصد. الخلق يأتي على المستوى الفردي، ولكنه يتم أيضاً على المستوى الكوني جاعلاً العالم يحدث قفزات (كونتيمية) في تطوره. في النهاية عندما نموت تقوم الروح بقفزة كونتيمية في عالم الخلق، بالحقيقة نقول: «عليّ الآن أن أعبّر عن ذاتي وأتجلى في منظومة جسدية عقلية جديدة» إذاً القصد يأتي من الروح الكونية، تتموضع في الروح الفردية ومن ثم تتجلى في عقل محلي فريد.

من خلال خبرتنا بالماضي نخلق الذكريات التي هي أساس المخيلة والرغبة. الرغبة أساس الفعل، مرة أخرى؛ وهكذا الدورة تعيد نفسها. في التقاليد الفيديكية وفي البوذية تعرف هذه الدورة

ب (دولاب السامياراه) وهي أساس الوجود الأرضي، حيث «الأنا» الكونية اللامكانية تصبح «الأنا» المكانية أو الأرضية عبر مرورها بفترة عملية (الكارما).

عندما يتكرر القصد تتولد العادة؛ ويقدر ما يتكرر القصد، تزداد احتمالية خلق الإرادة الكونية الواعية للنموذج ذاته ويتجلى القصد في العالم المادي. وإذا ما استذكرنا مناقشة المسألة الفيزيائية السابقة، فالجسيم الموجي في صندوق غير ملحوظ هو في الوقت ذاته موجة وجسماً، ويأخذ شكلاً فقط عند لحظه. حال لحظه فإن الاحتمالية تضحي صيغة محددة. هذه هي الفكرة ذاتها، فإنه فقط في حال القصدية المتكررية، يصبح النموذج في الذهن اللامكاني قابلاً للتحوّل باتجاه القصد متجلباً كحقيقة مادية. هذا يخلق الوهم تجاه ما يمكن أن يُسمى صعباً أو سهلاً؛ ممكناً أو مستحيلاً. ومن هنا، إذا ما أردت الخلاص من الدنيوي، عليك أن تتعلم كيف تفكر وتحلم بالمستحيل. فقط عبر الأفكار المكررة يمكن للمستحيل أن يصبح ممكناً من خلال نية وقصد العقل الكلي اللامكاني.

عقلك الكوني اللامكاني مثل عقلي الكوني اللامكاني، وهو أيضاً مثل العقل الكوني اللامكاني لدى زرافة أو كركدن أو دودة. حتى الصخرة لديها عقل كوني لامكاني. هذا العقل الكوني اللامكاني، هذا الوعي الصافي المطلق، هو

الذي يعطينا معنى «الأنا»؛ الأنا التي تقول: «أنا فلان»، الأنا التي تقول: «أنا طير»؛ إنها التي تقول من أنت أو من تعتقد نفسك أن تكون.. هذا الوعي الكوني هو «الأنا» الوحيد الموجود؛ لكن تلك «الأنا» الفريدة الكونية تميز وتأخذ أشكالاً لا نهائية من أدوار تكون فيها المراقبة والمراقبة، الرائية والمرئية، عضوية الشكل ولا عضوية الشكل... إنها كل الكائنات والأشياء المكوّنة للعالم المادي. عادة الوعي الكوني ونمطيته المتمثلة بتمايزه وتجلياته في أشكال ووعي مختلفة موجود قبل التفسير والقراءة لكيونته؛ فقبل أن يقول «الأنا»: «أنا فلان» أو «أنا زرافة» أو «أنا دودة» كان في حقيقة الأمر لأنا أكون. إن القدرة الخلاقة الكامنة وغير المحدودة للأنا تقوم بتنظيم الأنا الاجتماعية في تلك الأنا التي هي «أنا» أو «أنت» أو أي شيء آخر في هذا الكون.

هذا المفهوم هو ذاته مفهوم مستوي الروح: الروح الكونية والروح الفردية، ولكنه هاهنا قد وُضع في السياق الشخصي.

كبشر، تعودنا أن نفكر بذواتنا الفردية كـ (أنا)، دون أن نلاحظ أن نعي الذات الكونية الأعظم والمسماة أيضاً بالروح الكونية. إن استخدام كلمة «أنا» ليس إلا مجرد علامة إسناد ذكية نستخدمها لموضعة وجهة نظرنا داخل الروح الكونية. ولكن عندما نعرف أنفسنا كأنا فردية فقط، فإننا نفقد القدرة على الذهاب بخيالنا إلى ما بعد حدود ما يُعتبر تقليدياً عالم

الممكن. في «الأنا» الكونية، ليس فقط كل شيء ممكناً، بل موجوداً؛ ويحتاج فقط إلى النية أو القصدية ليتحول إلى حقيقة في العالم المادي.

إن الفرق بين «الأنا» الفردية أو العقل المكاني و«الأنا» الكونية أو العقل اللامكاني يمكن متابعتها عن كثب في الجدول التالي:

العقل اللامكاني (الكوني)	العقل المكاني (الديوي)
1 - روح	1 - عقل ذاتوي
2 - نفس	2 - عقل فردي
3 - وعي كوني	3 - وعي فردي
4 - وعي صافي	4 - وعي مشروط
5 - تناغمي	5 - خطي
6 - يعمل خارج المكانية والزمنية والسببية.	6 - يعمل مكانياً وزمنياً وسببياً
7 - لا زمني ولا محدود	7 - مربوط بالزمن ومحدود فيه
8 - سليقي وخلّاق	8 - معقلن
9 - غير مشروط، تطابقي بلا حدود وخلّاق بلا ضفاف.	9 - مشروط بالطرق الاعتيادية للتفكير والسلوك تشكّله الخبرة الفردية والجمعية.
10 - يوحد وينغم	10 - يفصل ويفارق

العقل المكاني (الديوي)	العقل اللامكاني (الكوني)
11 - حوار داخلي: «هذا أنا وهذا لي»	11 - حوار داخلي: «الكل وأنا ولي»
12 - طفيان الخوف	12 - سيادة الحب
13 - يعمل بالطاقة	13 - يعمل دون الحاجة للطاقة
14 - محصن تجاه النقد والمديح	14 - يحتاج إلى موافقات
15 - يدرك أن «الأنا» المراقبة والمراقبة واحدة.	15 - يفسر «الأنا» في المراقبة كأمر مختلف عن «الأنا» المراقبة.
16 - يرى الارتباطية الاسببية والتوافق المشترك.	16 - نموذج التفكير لديه: سبب ← نتيجة
17 - لا خوارزمي	17 - خوارزمي
18 - لا استمراري	18 - استمراري
19 - فوق وعيي	19 - وعيي
20 - فاعل على الدوام، ولكن أكثر حضوراً مع سهوة أو انسحاب الحواس؛ كما في حالات النوم، أو الأحلام، أو التأمل، أو النعاس،	20 - فاعل في ظل فعالية الحواس، لأن التجربة الحسية دنيوية.

العقل المكاني (الديوي)	العقل اللامكاني (الكوني)
أو الفَشيّة، أو النَشْوة، أو الصلاة.	
21 - يعبر عن ذاته من خلال نُظم صماء لا إرادية، والأهم، عبر مناغمة هذه النظم (وأيضاً من خلال مناغمة الخاص والكوني أو الكوني الأصغر والكوني الأكبر).	21 - يعبر عن ذاته من خلال الجهاز العصبي الإرادي (الخيار الفردي).

إن الفرق بين العقل الديوي والعقل اللادنيوي، كالفرق بين العادي والخارق. عقلنا الديوي فردي وشخصي. إنه حمّال «الأنا» فينا. إنها «الأنا» ذاتية التعريف والتي تجوب العالم في خدمة عاداتنا المشروطة. بجوهره، يقوم العقل الديوي بفصلنا عن بقية الخلق. يضع العقل الديوي حواجز سميكة ومفبركة تجعل معظمنا مجبراً على الدفاع عنها حتى لو عنى ذلك فصل أنفسنا عن المعاني الأعمق والروابط المفرحة النابعة من الإحساس بأننا جزء من الكون. العقل الديوي مرهق، يمشي بتثاقل، منطقي دون أحساس بالطرافة أو الإبداع. يحتاج إلى الانتباه والموافقة الدائمين، وبذا هو عرضة للخوف والخيبة والألم.

العقل الكوني - في المقلب الآخر - روح نقية ونفس صافية يكمله الوعي الكوني. يعمل خارج حدود الزمان والمكان العاديين. إنه القوة النازمة الموحدة في الكون. ديمومته ومجاله بلا حدود. لا يتطلب انتباهاً أو طاقة أو موافقة. إنه كليّ بذاته؛ ومن هنا يجذب الحب والاستحسان... إنه دائم الإبداع؛ إنه المصدر الذي ينساب منه كل الخلق. يمكننا من التخيل خارج ما يراه العقل الدنيوي كأمر ممكن وأن نفكر خارج الصندوق وأن نعتمد بالمعجزات.

يدعم العلم القفزات الخلاقة التي اتخذها العقل الكوني. إن الفجوات في التطور بين المراحل في سجل المستحاثات ينبئ بقفزات إبداعية للخيال عكستها الطبيعة ذاتها وهذه فرضية تسمى بـ «التوازن المتقطع». على سبيل المثال هناك مستحاثات للبرمائيات، وللطيور؛ ولكن ليس هناك مستحاثات لما هو بينهما. ذلك ينبئ بقفزة كونتيمية للخيال، حيث البرمائيات أرادت أن تتعلم الطيران؛ وكان أن تجلى ذلك في الطيور من خلال القصد. يعتقد العلم بأن الثدييات الأساس قد تطورت إلى الإنسان؛ ولكن ليس هناك من سجل لمستحاثات للمرحلة بينهما. أي هناك «حلقة مفقودة»، بداية كان هناك ثدييات، وبعدها ظهر الإنسان فجأة. وماذا عن الذي بينهما؟ الجواب: «لا شيء».

قفزات الخيال تلك تتطور باستمرار إلى ما نعرفه بـ «الكون». في مسيرة حياتنا شهدنا «التلفاز» و«الإنترنت» و«الـي - ميل» و«التقنيات النووية» و«الاكتشافات الفضائية». يقودنا الخيال حيثما نذهب. ورغم أن الخيال ميزة للوعي الكوني، تتم مصادرتة من خلال التعابير الدنيوية، باستطاعة البشر أن يذهبوا بإبداعاتهم أبعد من ذلك بكثير. يمكن للبشر عبر العقل الدنيوي أن يختاروا من خلال القصد؛ أما العقل الكوني فيمكنه الاهتمام بالتفاصيل بشكل متناغم قدرتي من أجل تحقيق ذلك القصد. وهكذا تصبح الأحلام حقائق.

دعوني أشرح ذلك بمثال: «الأنا» الدنيوية، والتي هي الكاتب (ديباك) يريد أن يشعر بالراحة عبر الرياضة وتخفيض الوزن. (ديباك) «الأنا» الدنيوية يركض كل يوم، إما على الشاطئ أو على جهاز المشي. «الأنا» الدنيوية عند (ديباك) تجعل ذلك ممكناً من خلال جعل جسد (ديباك) يقوم بوظائف عديدة في الوقت ذاته: على القلب أن يخفق بشكل أسرع من قبل ويضخ مزيداً من الدم، على النسج أن تستهلك مزيداً من الأوكسجين، على الرئتين أن تتنفسا بشكل أسرع وأعمق، والسكر - الذي هو الوقود في الجسم - عليه أن يحترق إلى ثاني أوكسيد الكربون وماء كي تتولد الطاقة. وإن نقص مصدر الطاقة، يجب أن يحضر الأنسولين كي يتم استخدام الفليكوجين المخزن في الكبد كوقود. على

الخلايا المناعية أن تُفَعَّلَ بحيث يتمكن عقل الجسد مقاومة الالتهاب حيث الركض يتم في الطبيعة. هذه مجرد قائمة مختصرة للأشياء التي يجب أن تتم بوقت واحد وبتناغم بحيث أتمكن من تحقيق قصدي بالركض. بالحقيقة هناك مليارات ومليارات الفعاليات التي يجب أن تحدث كونياً - وفي الوقت ذاته - كي يتمتع (ديباك) بالركض.

وكما يمكننا أن نلاحظ، فإن عمل الجسد ينظمه العقل الكوني. وبينما تتم مناغمة كل تلك العمليات، يتمتع ديباك بركضته. إنه لا يقلق فيما إذا كان قلبه سيقوم بضخ الكمية الكافية من الدم، أو فيما إذا كانت كبده ستسسى أن تقوم بعملية الاستقلاب اللازمة لتحويل الغليكوجين إلى سكر. كل تلك الوظائف من عمل الذكاء الكوني، «الأنا» الدنيوية تنوي و«الأنا» الكونية تنظّم كل تلك التفاصيل بتناغم.

المشكلة أن «الأنا» الدنيوية لا تتعاون دائماً؛ وتقوم باتخاذ القرارات السيئة لتصور رجلاً يدعى «جون سمث». إنه في حفلة، ويقول: «أقضى وقتاً ممتعاً في الحفلة»، يحتسي بعض الكحول، ينتشي، ويكسب أصدقاء جدد. جون سمث الكوني أيضاً يستمتع بالحفلة؛ يخلق الترابط ويتمتع باللحظة. ولكن ماذا لو قال جون سمث الدنيوي: «هناك مرح كثير» «ربما عليّ أن أشرب المزيد واسُكّر» معروف أن السُكْر حالة من الفصل. «الأنا»

الكوني يجعل «الأنا» الدنيوي يعرف بأن لذلك القرار ثمن. «الأنا» العقلي يجعل «الأنا» الدنيوي يُصاب بصداق ودوخة في الصباح التالي. وهذه هي طريقته للتواصل مع «الأنا» الدنيوي حيث يقول بالحقيقة: إن أسأت لنفسك، فستمرض.

إن قام «الأنا» الدنيوي بتجاهل «الأنا» العقلي الذي يحاول نهيهِ عن تلك الفعل؛ فإنه سيواجه تبعات أسوأ، إن تجاهل «الأنا» الدنيوي الرسالة وسَكِرَ يومياً، فإن جون سمث الدنيوي قد يخسر وظيفته؛ ويخسر دخله ويدمر علاقته الأسرية، وربما يُصاب بتشمع كبدي وفي النهاية يموت.

لماذا؟ حقيقة لأن القرار بالشرب لم يكن مناسباً لجون سمث الدنيوي والكوني. لم يكن قصداً نقيّاً لأن الأنا الدنيوي أفسده فتغيّر شكله عند انتقاله من العقل الكوني إلى العقل الدنيوي. يمكن للقصْد أن يتحقق بتناغمية إن خدم حاجات كليهما «الأنا» الدنيوية» و«الأنا الكونية» القصْد الكوني تطوري. لذا، فهو يتحرك باتجاه تفاعلات متناغمة تخدم الخير الأكبر.

ينشأ القصْد دائماً في المجال الكوني. وفي نهاية المطاف، مَنْ يقوم بتحقيق القصْد الدنيوي هو القصْد الكوني مادام يخدم العقل الدنيوي («الأنا») والعقل الكوني (الروح الكونية). عندها فقط يتعاون العقلان الدنيوي والكوني. هناك على أيّ حال عامل مذهل في هذه المسألة؛ هناك ملايين البشر ومليارات الأشياء على

كوكبنا، وكل منها له مقصده الدنيوي. لنقل إنني نويت أن أقيم حفلة، وأخطط أن أقدم الكثير من المعجنات ومن أجل ذلك اشترت الطحين والسكر ومختلف العناصر المطلوبة. قمت بتخزين ذلك، فجذب النمل والفار. ولتلك نوايا بالتهام الطحين والسكر. وما إن أكتشف ما يقوم به الفار أشترت مصيدة ومبيدات. بعض الفئران تموت؛ وتهجم البكتريا وتفسخ أجسادها. إذا ما عدنا خطوة إلى الوراء ونظرنا إلى السيناريو، فإننا سنشهد مؤامرة في أحداث مترابطة، كلها بزغت مترافقة، وقاد واحدها إلى الآخر. كي تتم مسرحية كهذه، يجب بداية زرع السكر والقمح؛ وهذا يستلزم مزارع، ومزارعين، وهطل أمطار، وأشعة شمس، وآليات، ومستهلكين، وتجاراً، وتجار جملة، وسائقين، وسكك حديدية، وأسواق تجارة ومالية، ومخازن بيع وموظفيهم، ومستثمرين ومبيدات، ومصانع كيميائية، ومعرفة بالكيمياء... الخ.

وعدد العقول الدنيوية المنخرطة في المسألة ضخم جداً.

السؤال المطروح هنا هو: «من يؤثر في الآخر؟» قصد من يخلق الأحداث؟ كان قصدي أن أصنع المعجنات ليس إلا. فهل قصدي يؤثر في كل مسلك الكوكب بكليته بدءاً بالمزارعين مروراً بالبورصة وأسعار الدقيق وليس انتهاءً بسلوك الفئران والنمل وملايين أخرى من الأحداث؟! وهل كان هدفي في صناعة بعض

المعجزات هو الوحيد الذي على العالم أن يتفاعل معه؟ قد يعتقد الفأر - إذا فرضنا أنه قادر على معرفة نيته - إن تلك النية كانت مسؤولة عن خلق تلك السلسلة من الأحداث ابتداءً بتجار القمح إلى أوضاع الطقس وإنهاءً بقراري بخصوص صناعة المعجنات. بالحقيقة يمكن للبكتريا أن يعتقد بأن قصدها قد هندس فعالية الكون برمته بما في ذلك قراري المتعلق بشراء المبيدات التي خلقت البروتينات اللازمة لاستهلاكها. قد تبدو الأمور معقدة ومربكة إذا بدأنا نسأل عن القصد الذي كان وراء أي حدث.

فمن يقصدُ ذلك الذي يُولد كل هذه الفعاليات؟ في الحقيقة أن «الأنأ» التي هندست كل تلك الأحداث ليست إلا تلك الأنأ الكونية هذه القوة المنظمة تتسق وتناغم عدداً غير محدود من الأحداث في آن معاً، العقل الكوني دائم الارتداد على ذاته؛ يجدها شاحداً قدراته على الخلق بحيث لا يفتر متجدداً في كل لحظة. رغم أن القصد ينبع من «الأنأ» الكونية المفردة، من إدراكها وإدراك الفأر والقطة والنمل والجراثيم وعند أولئك الذين سيأتون إلى الحفل فإنه يبدو كأنه «الأنأ» الشخصية.

في كل مكان، يمكن لكل بناء عضوي يكون في حالة تفكير تقول: «قصدي...». الكل يعتقد بأن ذاته الدنيوية الشخصية هي التي تقوم بشيء ما، لكن ضمن المخطط الأكبر، فإن كل تلك العقول الدنيوية تنهض سوية مبدعة واحدها الآخر

عبر العقل الكوني. فالأشجار تتنفس حتى أتمكن من التنفس
 كإنسان. والأنهار تجري كي يجري دمي. في النهاية، هناك ذاتٌ
 واحدة فيأضة وافرة أبدية متناغمة غير منفصلة. وكل فصل في
 كنهها ليس إلا وهماً. إن الأنا الدنيوية تحقق ذاتها كذات كونية
 عند ارتباط الاثنتين. عندها تبدأ بالشعور بأن هناك ذاتا كونية
 واحدة. وما أن ترتبط حتى تبدأ بالإحساس بالثقة والحب والسماح
 والامتنان والرحمة، والرضى واللا فعل. هكذا تعمل الصلاة.
 يقول الشاعر «تينيسن»: «الصلاة مجلبة لأشياء لا يحلم بها العالم».
 ولكنها الصلاة غير المُجَبَّرة عنوة، إنها البارعة الدقيقة،
 الراضية، الممتة، الواثقة، المحبة، الرحمانية التي تمكّن «الأنا»
 الدنيوية من أن تُخَبَّر وتصبح الذات الكونية.

نحن متعلقون بذاتنا الشخصية الفردية الدنيوية إلى درجة
 تجعلنا نقفل أعيننا عما خلفها. الجهل وعي مقفل. حتى ترى شيئاً
 عليك تجاهل كل ما حوله، وهكذا يصبح الكوني دنيوياً.
 عندما ألحظ أمراً أتجاهل أي شيء آخر حوله والذي قد يساهم
 بوجوده ويكون بالتالي جزءاً منه، عندما تلحظ «الأنا» / وهي
 ذاتي / أمراً، إنما هي تلحظ المحدد وتجاهل الكوني؛ ولكن
 عندما تلحظ «الأنا» الكونية مني، فإنها ترى تدفق الكون،
 فإنها تجعل المحدد ممكناً.

إنها هذه الترابطية، وهذه اللا فصلية، ما يجعل الحياة ليس فقط ممكنة، بل أعجوبية. يتشظى ذلك البحر الكوني من الترابط إلى موجات منفردة تنتشر على شكل رذاذ يومض كالألماس عاكساً بعضه البعض للحظة؛ لينحسر بعدها إلى قاع المحيط. هناك لحظة أبدية واحدة. حب أبدي، روح، أو وعي تتحول لحظياً إلى رائي ومرئي. لسنا كبشر إلا تلك الحبات المسية، واحدنا جميل وفريد للحظة وكل واحد منا جزء من الآخر، وحالنا كحال الألماس يعكس بعضه بعضاً. كلنا ننهل من الحب والروح والوعي لحظة تخيلٌ للأنا الكونية. بينما تخلق الذاكرة والعادة والتفسير وهماً من الألفة والتشابه لاستمراريتنا من لحظة إلى أخرى؛ إلا أن هناك احتمالات لا نهائية في جوهرينا - احتمالات لا نهائية لا تحتاج إلا إلى قصدية لتحولها إلى حقيقة.

القصد يناغم إمكانيات لا نهائية. ربما تتساءل أي المقاصد مثالي. ما الذي تطلبه إن كان يمكن لقصد أن يتحقق فوراً؟ إذا كان قصدك مجرد أمنية شخصية، ويخدم إشباعاً ذاتياً؛ فعندها سيكون «الأنا» الدنيوي و«الأنا» الكوني بلا تناغم. كم مرة سمعت أناساً يتمنون الفوز بجائزة «يانصيب»؟ ذلك ممكن الحدوث ولكن فقط إذا كان تحقيق ذلك القصد يخدمك ويخدم الهدف الأكبر.

يمكنك القول لنفسك: «أريد أن أربح كي أشتري لنفسى سيارة فاخرة». حتى لو كان ذلك القصد يخدم العديدين: أنت، صانع السيارة، موظفيه، المستثمرين والاقتصاد؛ لكنه ليس بقوة قصد كقصد الأم تيريزا. لأن رغبتها بجمع الأموال كانت نتيجة لرغبة من أجل إشباع الآخرين كانت للنيل والعطاء على مستوى أنبل وأعمق؛ كانت من أجل خدمة سلسلة الكون. عندما تتم خدمة القصد الكوني من قبل القصد الدنيوي فإنه أكثر كلفة وأكثر تأثيراً.

لكل قصد يمكننا أيضاً أن نسأل: «كيف يمكن أن يخدمنى ذلك وكيف يمكن أن يفيد كل من لي به علاقة؟» إذا كان الجواب بأن ذلك سيخلق فرحة حقيقية وإشباعاً لي ولكل من قد يتأثر بفعلى، فإن قصدى - إضافة إلى التسليم للعقل الكونى - سيهندسان تحققه. هناك طرق لكشف القصد والنية الصافية الحقيقية المتعلقة بمصير حياتك، والتي سنناقشها مفصلاً لاحقاً. ولكن الطريقة الجوهرية الأساسية تبدأ من وعى ثابت هادئ في خلق قصد في قلبك وبجعل ذاتك الدنيوية تنغمس في الذات الكونية فاسحاً في المجال لإرادة الله أن يكمل ذلك من خلالك. لقد دريت الآلاف على هذه الطريقة، ويعود هؤلاء لإخباري بأن ذلك نجح معهم كما نجح معي.

يتمثل جزء من الصعوبة بصياغة قصد لا يتدخل مع القصدية الكونية. في الدول النامية التي تعاني من نقص في الغذاء حاول العلماء إنتاج أرزاً ذهبياً مهندساً جينياً يحتوي مبيدات حشرية طبيعية بحيث ينمو الأرز بوفرة.

لكن اعترضت ذلك مشكلات كبيرة، فالأرز المهندس جينياً لا يحتوي النكهة الطبيعية الجاذبة لحشرات مختلفة تكمن أهميتها بالحفاظ على استمرارية السلسلة الغذائية. يخشى علماء البيئة من أن هذا النوع من الأرز الذي قد يُخلّ بالنظام البيئي ويعطلّ في النهاية الجو العام مما قد يشكّل تبعات في الكوكب برمته. الوعي المحلي المحدود الباحث في وضع محدد يحاول حلّه محلياً. أما الوعي الواسع المتمثل بالأنا الكونية فإنه ينظر في العلاقات، وفي الطيور وفي النحل، وفي السناجب، والجراد وفي الطقس (يجب أن يكون هناك تجمع من الأشجار والورديات كي يسود طقس من نوع ما). يمكن لقصد طيب أن يعود بالسلبيات إذا ما تم تجاهل الذات الكونية. إن الروابط المذهلة هذه لا تستلزم فقط اللا أنانية بل تتسيقاً مع كل الذوات النابعة من الذات الكونية.

لا دفع أو إجبار أو استكبار تجاه القصد عليك التفكير به كما تفكر بالتقاط فقاعات الصابون المتطايرة في الهواء؛ إنها محاولة شفاقة حساسة لا تُدفع ولا تُضبط ولا تُستعجل.

الشيء ذاته ينطبق على التأمل والنوم. فلا يصح أن نقول: «أحاول أن أنام» أو «أحاول أن أتأمل». هذه الفعاليات تستلزم الرضى والتسليم؛ فبقدر ما تكثف من محاولاتك بقدر ما تقل فرص نجاحك بالقيام بها. التأمل يحدث، والنوم يحدث. الشيء ذاته ينطبق على القصدية؛ فبقدر ما نقلل من تدخلنا به، بقدر ما نرى بأن له طاقته المنظمة اللانهائية. يحمل القصد بداخله آليات إنجازه وتحققه، تماماً كما البذرة التي تحمل بداخلها كل ما يلزمها لتكون شجرة أو ثمرة أو وردة علياً فقط أن أغرسها في الأرض وأسقيها، وما على البذرة ذاتها - دون تدخلنا - إلا أن تخلق كل شيء لاحقاً.

القصد أو النية ليسا إلا بذرة في الوعي أو الروح. إن انتهت إليها تجد أن وسائلها بداخلها للتحقق والتمام. إن القوة التنظيمية اللانهائية للنية تناغم عدداً لا محدوداً من التفاصيل في وقت واحد.

النية تخلق المصادفات. إنها السبب وراء حدوث شيء عندما يجول في خاطرك. القصد سبب بقدره البعض على التسكين أو الشفاء اللحظي لأنفسهم. القصد يناغم كل عمليات الخلق في الكون. ونحن كبشر قادرون على خلق تغيرات إيجابية في حياتنا من خلال القصد.

فلماذا نخسر تلك القدرة؟ نفقد هذه القدرة عندما تطفي «صورة الذات» على «الذات»؛ أي عندما نضحّي بذاتنا الحقيقية مقابل «الأنا».

معرفتي بأنني منفصل عنك تبدأ في الثانية أو الثالثة من العمر. في تلك السن يبدأ الطفل بالتمييز بين «أنا» و«الآخر» و«لي» و«ليس لي». إن فصلاً من هذا النوع يخلق الاضطراب. في الواقع العالم ليس منفصلاً عنّا، لكنه جزء من تيار الوعي. يصبح القصد فاعلاً عبر تسخير القوى الخلاقة المتأصلة في الكون. كما نملك خاصية الإبداع الذاتي، يظهر الكون إبداعاً. الكون واعٍ وحي ويتجاوب مع مقاصدنا عندما نطوّر علاقة حميمة مع الكون وننظر إليه لا كجسم منفصل بل كامتداد جسدي لنا.

يمكننا استعادة قوة القصد فينا عبر العودة للنفس الحقيقية أو تحقيق الذات. هؤلاء الذين يحصلون على تحقيق للذات، يعيدون تأسيس ارتباطهم مع العقل الكوني. لا رغبة لدى هؤلاء للتلاعب بالآخرين أو السيطرة عليهم. هؤلاء متحررون من النقد والتملق والمديح.

هؤلاء لا يشعرون بالدونية تجاه أحد؛ وما هم بمتعالين على أحد. إنهم على اتصال مع مرجعية داخلية هي أرواحهم لا أنانياتهم. الاضطراب بالنسبة لهؤلاء ليس بقضية، لأن مصدره هو حاجة «الأنا» لحماية نفسه ذلك الاضطراب هو الذي يتدخل ويخلط

تلقائية القصد. القصد هو الآلية التي عبرها تحوّل الروح ذاتها إلى حقيقة محسوسة.

الروحانية الناضجة تتطلب ارتقاء الوعي؛ فإن كنت رصيناً عاقلاً فإنك تتجاوب مع التغذية الراجعة والملاحظات؛ وتكون محصناً تجاه النقد أو المديح والتملق تتعلم أن تسلّم وترضى دون قلق حول النتائج. لك ثقة بما سيتمخض عن ذلك وتبدأ برؤية التناغمية المنظمة من حولك. يوفر القصد فرصاً عليك أن تكون متبهاً لها. الحظ السعيد التقاء بين الفرص والاستعداد لها. يوفر لك القصد فرصاً، ولكن يبقى عليك أن تقوم بشيء حال توفرها. عندما تشرع بعمل، ليكن موقفك كما لو أنك لا تقوم بشيء. ليكن موقفك كما لو أن أفعالك حقيقة أفعال الذكاء الكوني والروح الكونية الناضجة، ستبدأ بلحظ تلاشٍ كبير للاضطراب والقلق؛ وسيكون تعلقك بالنتائج أقل بكثير.

التوتر نوع من القلق؛ إن كنت متوتراً، فلا يمكنك حتى التفكير بالتناغم؛ التناغم وسيلة للتواصل مع الله؛ إنه السبيل للمعنى والهدف في حياة المرء. إنه الوسيلة للحصول على تجربة الحب والحنو والرحمة. إنه أداة الربط مع العقل الذكي للكون. إذا كان اهتمامي منصباً على أوضاع تثير التوتر فإنه من الصعب الولوج إلى حالة التناغم. من أجل القيام بذلك على المرء أن يتخذ موقف الرضى والتسليم للمجال الكوني الأعظم من أي أمر

يمكن تخيُّله. إن الرضى والتسليم يستلزم قفزة في عالم الإيمان، قفزة في المجهول. حوارك الداخلي يمكن أن يدعم ذلك بالقول: «الأمور لا تسير على هواي؛ سأرضى وأسلم بما ستؤول إليه الأمور». شعوري فكرّتي «أنا» و«لي» يجب أن يكبر ويتسع. إن اتخذ المرء قفزة الإيمان هذه سيكافأ بشكل كبير. إذا ما وجد المرء نفسه قلقاً على ديون الشهر القادم، فسيكون من المناسب أن يذكر نفسه بأن قصده ليس فقط في تلبية حاجاته بل في إرسال أطفاله إلى المدرسة وفي أن يساهم اجتماعياً مع أهل الحي. كل الناس يريدون تلبية حاجاتهم الحياتية هذه، ولكن أن تعبّر عن قصدك ونيتك في تلبية ذلك يأخذ الأمور إلى العقل اللانهائي ويعلن: «إنني أضع كل ذلك بعهدتك وبتصرفك، لن أقلق تجاه هذه المسائل، لأن الذكاء الكوني، الساكن بداخلي، سيهتم بالأمور».

كتاب كبار وموسيقيو الجاز وفنانون عظام وعلماء يتحدثون عن تجاوز هوياتهم الفردية والسمو فوقها عندما يبدعون. لقد عملت مع موسيقيين وكتاب أغنية كثر، وما عهدت أياً منهم يفكر بالمكافأة المادية عند كتابته كلمات أغنية أو تأليف لحن لأغنية، تستلزم الأغنية الجديدة أو اللحن الجديد الرضى والتسليم، والوضع في حاضنة المجال الكوني وترك الأغنية تتساب... كل العمليات الإبداعية تعتمد على مرحلة من

الحضانة ومن ثم الإطلاق. التناغم عملية خلقية. وفي هذه الحالة، بالتالي، فإن العقل الخلاق هو الكون ذاته. عندما يرحل القلق الذاتي، يدخل الذكاء الكوني.

تذكر بأن أفكارك يجب ألا تتناقض مع تصميم الكون، أمنيتك بريح جائزة الـ «يانصيب» قد تضخم إحساسك بالانفصال عن الكون. غالباً ما يعاني رابحو الجوائز تلك من العزلة عن الأصدقاء والأهل ومن الحزن. فعندما يصبح المال هو الهدف، فإنه يعزلك.

كيف يمكنك أن تعرف أيّاً من مقاصدك يمكن أن يتحقق. يكمن الجواب بالانتباه إلى المفاتيح الدّالة التي يوفرها العقل الكوني.

عليك مراقبة المصادفات في حياتك؛ فالمصادفات عبارة عن رسائل. إنها إشارات من الله أو الروح أو الحقيقة الكونية تحفزك أن تخرج من حالة (الكارما) المكيفة والمشروطة، أي من نموذج تفكيرك المألوف. إنها تقدم لك فرصة للدخول في مجال الوعي حيث تشعر بأنك مُحاط بمشاعر حب وعناية الذكاء اللانهائي الذي هو مصدر وجودك. التقاليد الروحية تسمى هذه الحالة بحالة النعمة الإلهية أو الرحمة أو الغفران، أو الحظوة أو الرضا والحسن والتناسق والسمو.

(5)

ذُورُ المِصَادِفَةِ

إن الحديث عن المصادفة كرسائل مُرَمَّزة آتية من الذكاء الكوني تجعل الحياة تبدو كرواية غامضة. انتبه؛ وترقب الأدلة والمفاتيح وفكِّك شيفرة معانيها، وفي النهاية ستتكشف الحقيقة، بطرق عديدة، هذا بالضبط ما يحدث. في نهاية المطاف، الحياة ليست إلا لغزاً غامضاً.

الأمر الذي يجعل الحياة مليئة بالألغاز غامضة تتمثل بمصيرنا الذي يبدو خفياً علينا؛ ففي نهاية حياتنا فقط نكون في وضع يمكننا من النظر إلى الخلف لنرى المسار الذي اتبعناه. وفي النظرة إلى الخلف تبدو رواية حياتنا منطقية تماماً. يمكننا أن نتبع الاستمرارية التي جمعنا خبرتنا الحياتية بناءً عليها. حتى هذه اللحظة من حياتك - وبغض النظر عن عمرك الحالي - يمكنك أن تنظر إلى الخلف وتلاحظ كم كان طبيعياً أنسياب حياتك من محطة إلى محطة تالية، ومن مكان أو عمل إلى آخر، ومن مجموعة من الظروف إلى أخرى ومن رزمة من الظروف إلى رزمة

أخرى مختلفة تماماً؛ لاحظ محدودية الجهد المبذول إذا ما قُيد لك فقط أن تعرف إلى أين يقودك طريق حياتك. كثيرون ينظرون إلى الخلف ويسألون: «ما الذي كان يقلقني؟ لماذا كنت قاسياً على نفسي أو على أطفالتي؟».

لو كان بإمكانني أو أعيش بمستوى الروح طيلة الوقت، لما كان هناك حاجة للإدراك المؤخر من أجل تقدير الحقائق العظيمة للحياة؛ كنا لعرفناها مسبقاً، كنا لشاركنا في خلق مغامرات حياتنا، أو لكان خط الحياة مرسوماً بوضوح، فما من حاجة للشاخصات، أو الأدلة أو المصادفات

معظمنا لا يعيش بمستوى الروح وعلينا بناءً عليه أن نعتمد على المصادفات لترينا إرادة الكون. الكلمة ذاتها (Coincidence) تشرح المقصود بها: فالبادئة «Co-» بالإنكليزية تعني «مع» و(Incidence) يعني «حدث» أي «مع الحدث» فكلمة «مصادفة» بالإنكليزية تشير إلى أحداث أو أفعال تتم في وقت واحد وبما أن خبرتنا بالمصادفات كونية الطبيعة، فإننا نعتبرها كمسلمات أو بدهيات أي التواءات حياتية بسيطة تدهشنا ونسأها بسرعة.

المصادفات أكبر وأكثر بكثير من أن تكون اندهاشات عابرة. المصادفة مفتاح لقصد الروح الكونية، وبذا تكون غنية بدلائلها. البعض يستخدم عبارة «مصادفة ذات دلالة» لوصف الأحداث المتواقفة كحامل لمعانٍ خاصةٍ للشخص الذي يخبرها.

أما أنا فأعتقد أن عبارة « مصادفة ذات دلالة » تحمل تكرارية ومعلومات رائدة، لأن كل مصادفة بالضرورة تحمل معنى؛ وإلا لما حدثت أصلاً. إن مجرد وقوعها بحد ذاته حامل للمعنى الهام هو أننا نلاحظها وأحياناً أخرى لا نتمكن من ذلك.

أي معنى تحمله المصادفة؟ الجزء الأعمق في الإنسان يدرك ذلك؛ لكن ذلك الإدراك يجب أن يُحضّر إلى السطح. إن المعنى لا يأتي من المصادفة ذاتها. إنه يأتي من الإنسان ذاته... ذاك الذي يمر بالتجربة. بالحقيقة، إنه دون مشاركتنا فلا معنى لأي مصادفة. نحن من نعطي الأحداث معناها. ونعطيها المعنى من خلال القصد. المصادفات رسائل من العالم الكوني تقودنا إلى مسارات فعل من أجل تحقيق أحلامنا ومقاصدنا. عليك إذاً بداية أن تقصد، ومن ثم أن تتواصل مع ذاتك الروحية. عندها فقط يكون لديك مجال لاستخدام المصادفة من أجل تلبية القصد.

أن يكون لديك قصد أمر سهل؛ إنه بسهولة التمني لنفسك. ولكن أن تكون روحانياً ليس بالأمر السهل. كثير من الذين يعتقدون بأنهم روحانيون لم يولفوا بعد مع القوة الروحانية الشاسعة كالمحيط. إنهم يسبحون على سطح المحيط، وما غطسوا يوماً ليكتشفوا أعماق وغياب التجربة الكونية.

أعاجيب الدنيا

الأعاجيب ظواهر حقيقية. كل الثقافات تتحدث عن وجود الأعاجيب؛ وكلُّ يستخدم لغة مختلفة عن الأخرى. نسمي أحداثاً معينة معجزات عندما تتحقق نتيجة معينة بشكل دراماتيكي: نريد مثلاً أن نشفى من مرض عضال أو أن نحصل على ثروة ما أو أن نجد ونكتشف ما يحيرنا؛ وما أن تتحقق هذه الأشياء حتى نصرخ: «يا للمعجزة!» عند شخص ما نية أو رغبة أو فكرة وتجدها تتحقق. المعجزة إذاً عبارة عن مثل دراماتيكي يتجلى ويتحقق عندما يتماهى المرء مع المجال الروحي ويستخدم التصدية كي يتجلى المصير.

لأعطيكم مثلاً على مصادفة هائلة: كان «ديفد» مرتبطاً بعلاقة حب مع «جوانا». كان مغرمًا بها ولكنه متردد بخصوص الزواج. أخيراً قرر أن يصطحب جوانا إلى المنتزه؛ وهناك أراد أن يعرض عليها الزواج؛ وكان لا يزال في حالة حيرة. وعندما استيقظ صبيحة ذلك اليوم كان مفعماً بمشاعر السكينة والسلام والإحساس بأن كل شيء سيكون على ما يرام. وبينما كان يفرش المكان بحرام ويرتب أدوات النظهة مرت طائفة شرعية فوق رؤوسهم تحمل يافطة كبيرة. رفعت جوانا ناظرها نحو اليافطة وسألت عما يمكن أن تكون قد حوته تلك اليافطة فالتفت ديفد مندهشاً؛ وإذا باليافطة تحمل العبارة التالية: «جوانا

أطلب يدك!!» أمعنا النظر، وكان هناك بالفعل عبارة تقول: «جوانا تزوجيني». رمت جوانا نفسها بين ذراعيه وقبّلته؛ وفي تلك اللحظة أدرك ديفد أن زواجه منها أمر مناسب له. وفي اليوم التالي قرأ في الجريدة المحلية؛ بأن شخصاً آخر ركب طائرة وتقدّم للزواج من صاحبتة وكان اسمها جوانا وكانت تلك الطائرة في الوقت المناسب فوق المتزّه بالنسبة لديفد. كان ذلك الحدث العجائبي مفتاحاً لمستقبل ديفد؛ وكان معجزة. ولا يزال الاثنان متزوجين وسعيدين حتى تاريخه.

هؤلاء غير المهتمين بالروحانية يعزّون مثل هذه الأحداث للحظ. شخصياً أعتقد أن الحظ - على الأقل بالطريقة التي نعرفه - لا علاقة له بالأمر. ما يسميه الناس بالحظ ليس إلا استخدام التناغم لتحقيق المقاصد. لويس باستور العالم الذي اكتشف بأن الجراثيم تتسبب بالأمراض قال: «إن الحظ يفضّل العقل المستعد» وهذا يمكن تحويله إلى المعادلة التالية: الفرصة + الاستعداد = الحظ السعيد. عبر دروس التناغم القدري، ممكن جداً خلق استعداد ذهبي من خلاله يبدأ المرء برؤية لحظات حظ أو فرص في الحياة؛ وعندما يلحظها المرء ويلتقطها فتراها تتغيّر كل شيء. «الحظ» هو المفردة التي نستخدمها في عالم اليوم لوصف المعجزات.

إذن «التناغم»، «المصادفات المتناغمة»، «المعجزات»، «الحظ الطيّب» كلها مفردات مختلفة للتعبير عن الظاهرة ذاتها. كما

رأينا فإن ذكاء الجسد يعمل عبر المصادفة والتناغم. الذكاء الممتد للطبيعة والشبكة العظيمة للحياة أيضاً تعمل من خلال المصادفة والتناغم، تماماً كما يعمل الذكاء المعمق للكون.

حالما تبدأ برؤية المصادفات كفرص حياة، تصبح كل صدفة ذات معنى. وكل مصادفة تصبح فرصة للإبداع. كل مصادفة تتحوّل إلى فرصة لك كي تكون الشخص الذي يريده الكون أن تكون.

هذه هي الحقيقة المطلقة للتناغم القدرى علة الكون بكليته تخطط - بشكل يشبه التأمّر - من أجل خلق مصيرك الشخصي ومن أجل القيام بذلك تراها تستخدم الروابط الكونية اللا سببية. إذا ما نظرنا بعمق إلى الصدفة التافهة في حياتنا، فسنجد أن لها تاريخاً منسوجاً ومربوطاً بقدر شخصي. «لا سببي» تعني أن الأحداث مرتبطة دون وجود علاقة سبب ومسبب بينها، على الأقل ظاهرياً.

للكلمة جذر يوناني يعني «دون سبب». وإذا ما عدنا إلى المثال الذي أوردناه في الفصل الأول: ما علاقة حب السيدة «ماونت باتن» لوالدي بقراءتي للكاتب «سنكلير» أو بإلهامي من قبل صديقي «أويو»؟ ليس هناك من رابط غير أنهم جميعاً جزء من تاريخي الذي قادني إلى قدرى الخاص، ما من واحد من هذه الأحداث قد سبّب بحدوث الآخر: لم تأمر السيدة «ماونت باتن» والذي أن

يعطيني كتاباً لـ «سنكلير» كي أقرأه. رغم ذلك تفاعل الحدثان مع بعضهما البعض لصناعة مستقبلتي. كانا جميعاً مرتبطين ببعضهما البعض على مستوى أعمق.

لا يمكننا حتى تخيّل القوى المعقدة وراء كل حدث يتم في حياتنا؛ فهناك حبكة من المصادفات تخطط شبكة «الكارما» أو المصير وتخلق حياة الفرد. إن السبب الكامن وراء عدم خبرتنا للتناغم في حياتنا اليومية هو عدم عيشنا في المستوى الذي يتم فيه ذلك التناغم. عادة نرى العلاقات المبنية على السبب والمسبب:

هذا بسبب كذا، وذاك بسبب هذا، وهذا يتسبب بتلك سلسلة خطية من الأحداث. ولكن ما تحت السطح، هناك شيء آخر يحدث. هناك شبكة غير مرئية من الترابطات والأحداث المتواصلة. وما إن تتجلى، فإننا نرى كيف يتم نسجُ وحبكُ مقاصدنا ضمن هذه الشبكة، التي تتجاوز حدودها السياق؛ والأكثر كلفةً بطبيعتها، والأكثر تعاقدية بعلاقاتها؛ والأكثر طبيعية وخلقية من تجاربنا السطحية.

غالباً ما ندخل في روتين معين في حياتنا فترانا نتبع الخط ذاته مرة بعد مرة بعد مرة، ونتصرف بالطريقة المتوقعة ذاتها. نبرمج أدمغتنا بطريقة معينة ونتابع؛ فكيف يمكن للمعجزات أن تحدث إذا كان مسيرنا بلا عقل ولا تفكير ولا وعي. المصادفات كوامضات الطرقات تلفت انتباهنا إلى أمور هامة في حياتنا. إنها

الومضات المنيرة والمنبّهة المتجاوزة للتشوهات والانحرافات الحياتية اليومية. يمكننا تجاهل هذه الوامضات والمتابعة ويمكننا أيضاً الانتباه إليها والولوج في المعجزة التي تنتظرنا وعيشها.

عندما كنت أنهي تدريبي الطبي؛ كنت أعلم أن اهتمامي ينصبّ على دراسة الغدد الصمّ العصبية؛ أي دراسة عمل كيماويات الدماغ. حتى في ذلك الوقت، كنت أدرك أن ذلك هو مكان التقاء العلم والوعي. وكانت رغبتني كشف ذلك. تقدمت لمنحة زمالة للتدرب مع أشهر خبراء الغدد الصم عالمياً. كان ذلك العالم والرفيع المقام يقوم بعمل يستحقّ عليه جائزة نوبل. وكم كنت تواقاً لفرصة التعلّم منه. من بين آلاف الطلبات قبل طلبي مع ستة من الزملاء للعمل مع ذلك العالم. وبعد فترة قصيرة من بدء عملي معه تيقنت من أن مهمة مخبره كانت لإرضاء «الأنا» أكثر من كونها لخدمة العلم. كنّا كتقنيين نُعامل كآلات مهمتها إنجاز مطبوعات وبحوث بقدر ما نستطيع، كان ذلك مرهقاً وغير مرضٍ. لقد أعمى عيوننا وهم العمل مع رجل شهير جداً؛ وما شعرت بالتعاسة في حياتي كما شعرت في تلك الفترة. لقد التحقت بذلك المكان الاعتقادي بأهميته ومثاليته لأكتشف بأنني لا أفعل شيئاً طيلة اليوم إلا القيام بحقن الفئران بمختلف أنواع الكيمياويات.

كنت كل صباح أمسح صحيفة (البوستن غلوب) باحثاً عن إعلانات وحاملاً خيبتني في أعماقي، معتقداً في الوقت ذاته أن ما اخترته من طريق ليس إلا عليّ الاستمرار به. أذكر أنني قرأت إعلاناً عن وظيفة في غرفة الإسعاف في أحد المشافي المحلية. حقيقة الأمر أنه ما فتحت تلك الصحيفة إلا ووقعت عيناى على ذلك الإعلان. حتى لو كنت أتصفح الصحيفة بسرعة فتراها تفتح على الصفحة التي تحمل ذلك الإعلان، أقرأه عادة ثم أخرجها من ذهني، في داخلي كنت أتصور نفسي أعمل في غرفة الإسعاف وأساعد الناس بدلاً من قيامي بحقن تلك الفئران بالكيمياءويات ولكن حلمي يقول إنه صعب عليّ تبديل منحتي في ميدان الغدد الصم الشهيرة بعمل كهذا.

أحد الأيام قام أستاذ الغدد الصم الشهير بمخاطبتي بطريقة واعدة ومهينة، تجادلنا. خرجت إلى منطقة الاستقبال لأهدئ نفسي وفي تلك اللحظة بالذات وقع ناظري على صحيفة البوستن غلوب وبدقة على تلك الصفحة التي تحمل إعلان غرفة الإسعاف ذاته... الإعلان الذي طالما أشحت بوجهي عنه لأسابيع. وكانت المصادفة أقوى من أن يتم تجاهلها. أخيراً كل قطعة من الصورة سقطت في مكانها. تيقنت من أنني في المكان الخطأ أقوم بالعمل الخطأ. لقد قتلتني روتين المكان وقتلتني تلك الذات المتضخمة التي يحملها الأستاذ، مللت تلك الفئران المسكينة، وأكثر ما أتعبنى كان ما

يقوله لي قلبي إنني لم أكن أعمل ما كنت أحبه، لقد تبغني ذلك الأستاذ إلى مرآب المشفى صارخاً بأعلى صوت منحتة إياه رثناه قائلاً بأن سيرتي الأكاديمية تتدمر متوعداً إياي بالألا يسمح لعيادة في العالم أن تمنحني أية فرصة.

قدت سيارتي مباشرة إلى غرفة الإسعاف التي حملها الإعلان وصدى صوته لا يزال يهدر في رأسي، تقدمت لتلك الوظيفة وبدأت العمل في اليوم ذاته. لأول مرة بدأت معالجة أناس كانوا حقاً يعانون. للمرة الأولى، ومنذ وقت طويل، أشعر بالسعادة. لقد كان إعلان صحيفة البوسطن غلوب يدعوني لأسابيع، لكنني كنت أتجاهله. أخيراً لحظتُ المصادفة وتمكنت من تغيير مصيري؛ فرغم أن العمل المخبري كان كل ما صَبَّوتُ إليه طيلة حياتي، إلا أن انتباهي لتلك المصادفة قد فسح لي في المجال أن أكسر النمط الاعتيادي الذي درجت عليه. كانت تلك رسالة موجهة لي؛ لقد كانت مشعل طريق حياتي الخاص. كل ما كنت قد فعلته لحينه في حياتي كان إعداداً واستعداداً لذلك التغيير. البعض اعتقد بأن منحة الغدد الصم ذاتها كانت خطيئة؛ ولكنني لو لم أحصل على تلك المنحة لما كنت في بوسطن بداية. ولو لم أكن أعمل في مختبر الغدد الصم لما كنت قد رأيت ذلك الإعلان أصلاً، ولما شعرت بنداء قلبي الحقيقي، تفاصيل بلا حدود يجب أن تقع في مكانها كي يصل ذلك الجزء من حياتي إلى التمام.

وكما تقول قصيدة لـ «رومي» أحد الشعراء والفلاسفة المفضلين لدي: «هذه ليست الحقيقة الحقيقية». «الحقيقة الحقيقية وراء الستار». «بالحقيقة نحن لسنا هنا». «هذا ظلنا». ما نخبره كحقيقة يومية هو مجرد لعبة ظل. خلف الستار، هناك روح ديناميكية حيّة وأبدية إنها خارج نطاق الزمان والمكان. ومن خلال الفعل على ذلك المستوى يمكننا التأثير بمصيرنا. ويحدث ذلك عبر مناغمة علاقات لا سببية تشكل المصير... ومن هنا اسمها التناغم القدري. عبر التناغم القدري، نساهم بوعي بخلق حياتنا من خلال فهم العالم الما وراء حواسنا؛ من خلال عالم الروح.

صدفة الكون

لا شيء، لا شيء بالمطلق ممكن أن يوجد لولا مجموعة هائلة من المصادفات. قرأت مرة مقالاً لفيزيائي يصف الانفجار الأكبر الذي نشأ على أثره كوكبنا ، في تلك اللحظة كان عدد الجسيمات الناشئة أكثر بقليل من عدد الجسيمات المضادة؛ حدث بعدها تصادم بينهما والتهمت بعضها البعض وملاّت الكون بالفوتونات «وحدات ضوئية»، نظراً للتوازن البدئي كان هناك بعض الجسيمات التي لم تتعدم أو تلتهم بعضها البعض؛ فكانت تلك هي التي خلقت ما نعرفه بالعالم المادي. فأنت وأنا وبقية

الكون بما في ذلك النجوم والمجرات ليست إلا بقايا من لحظة الخلق الأولى. يبلغ عدد تلك الجسيمات الباقية عشرة مرفوعة للقوة ثمانين أي العدد واحد وأمامه ثمانون صفراً؛ لو كان العدد أكبر بقليل لكانت القوات الجاذبة أجبرت هذا الكون حديث التكوين على الانهيار مشكلاً ثقياً أسود ضخماً مما كان سيعني بأنه لن يكون هناك لا أنت ولا أنا ولا كواكب أو مجرات. ولو كان عدد تلك الجسيمات المتبقية أصغر أو أقل بقليل لتمدد العالم واتسع بشكل شاسع وسريع لما توفر الوقت الكافي واللازم لتشكيل المجرات كما حدث.

كانت الذرات الأولى هي الهيدروجين. لو كانت قوة الطاقة الحاملة لنواة الذرة الهيدروجينية أقل بنسبة ضئيلة جداً لما تشكل الهيدروجين الثقيل (الديتيريوم) وهو المرحلة التي يمر بها الهيدروجين قبل تحوُّله إلى (هيليوم) ولبقي الكون مجرد هيدروجين نقي.

من جانب آخر لو كانت القوى النووية أقوى بنسبة ضئيلة جداً لاحترق كل الهيدروجين بسرعة غير تارك أي وقود من أجل النجوم. لذا الوضع كالتالي: كما احتاجت قوى الجاذبية أن تكون بالقوة اللازمة بدقة كانت؛ وأن تكون القوى الكهرومغناطيسية بالقوة اللازمة بدقة لحمل الإلكترونات كانت - بلا زيادة ولا نقصان على الإطلاق.... كل ذلك من أجل

تطور النجوم والكواكب إلى مستعرات⁽¹⁾ عملاقة ومن أجل
تطور العناصر الثقيلة.

استلزم تطور الأكسجين والكربون - العنصران الضروريان
لخلق النظم الحيّة - مصادفات عدة ليحدث وليستمر بالحدوث
منذ لحظة الانفجار الأكبر: إذا عدنا لبدء الزمن فأن أوجدَ أنا
وأنت ويوجدَ الكون بنجومه ومجراته وكواكبه فإنه لحدث غير
محتمل - إنه مصادفة مطلقة - إنه لمعجزة.

لو تسنى لك النظر إلى الكون في أي لحظة في ذلك الزمن لما
تمكنت من رؤية النموذج الكلّي في تطوره. عندما كانت النجوم
تتشكّل ما كنت لتتخيّل الكواكب فما بالك بالزراف أو
العناكب أو الطيور أو البشر. عندما التقت النطفة بالبيضة لخلق
الكائن البشري - الذي هو أنت - ما كان لأحد ليتخيّل القصة
الهائلة لحياتك، ولا الميول والانحرافات الخارقة لماضيك أو البشر
الذين ستقابلهم، أو الأطفال الذين ستجبههم أو الحب الذي
ستحمله أو الانطباع الذي ستركه في هذه الأرض. وها أنت ها
هنا، الدليل الحي على العجائب اليومية؛ فليس لمجرد أننا لا
نستطيع لحظ العجائب كما نشاهد الألعاب السحرية، إن تلك

(1) مستعر: نجم يشتد ضوءه ويخبو ثم يعود للضوء وهكذا.

العجائب غير موجودة. كثير من تلك المعجزات يحتاج إلى الوقت ليُكتشف ويُفهم.

إليكم مثلاً آخر من حياتي، مثال يوضح الآليات البطيئة للتأغمية. بدأ ذلك عندما كنت في العاشرة حيث اصطحبنا والدي - أنا وأخي - في يوم من الأيام لمشاهدة لعبة /الكركت/ بين الهند ودولة أخرى، في دول الكاريبي لاعبو كركت مذهلون، بعضهم يستطيع إطلاق الكرة بسرعة 95 ميلاً بالساعة، خلال تلك اللعبة كانت الهند تخسر أمام تلك الدولة بخمس نقاط - وكان ذلك كارثة بالنسبة لفريق الهند. ثم ظهر على المشهد لاعبان شابان سليم وموهان.

كانا مذهلين حيث دافعا بشكل رائع، سدا وسجلا ونقلنا فريق الهند إلى الفوز بتلك المباراة الأمر الذي بدا شبه مستحيل. ضجت المدرجات بالفرح والاحتفال. بالنسبة لي ولأخي تحول اللاعبان إلى أبطال بالنسبة إلينا. وكل ما فعلناه في تلك الفترة هو أن نحلم بلعبة الكركت. قمنا بإنشاء ناد للكركت وبدأنا نجمع المعلومات حول سليم وموهان.

وبعد أربعين عاماً، كنت وثلاثة من أصدقائي نمضي عطلة في أستراليا. لم يكن باستطاعتنا في أحد الأيام أن نجد سيارة إلى المطار فالكل كان منشغلاً بلعبة كركت بين أستراليا والدولة الكاريبية إياها، ما كان بإمكاننا أن نستأجر سيارة

لأنها كانت جميعاً محجوزة بسبب المباراة. في نهاية المطاف، أخبرنا نادل في الفندق بأن هناك سيارة لوموزين ستطلق إلى المطار، وهناك أشخاص آخرون يستقلونها؛ ولا يمانعون اشتراكنا معهم بالرحلة. شعرنا بأننا محظوظون واستقللنا سيارة الليموزين مع من فيها. كان بداخلها امرأة تدعى «كاملة» ورجل آخر. وخلال رحلتنا إلى المطار كنا نسمع صراخ السائق وحماسه فسألنا عما كان يجري. أخبرنا بأن فريق الدولة الكاربية كان يلعب الكركت مع الفريق الأسترالي وكان يهزمه، في تلك اللحظة كان الوعي عندي مفرقاً بذكريات تلك اللعبة في طفولتي. اللعبة التي شهدت مضى عليها عقود من الزمن، ولكنني لا زلت أذكرها بدقائقها فشرحت تفصيلاتها لمن كان في السيارة.

عند وصولنا إلى المطار وعند شباك التذاكر، قال الموظف للسيدة «كاملة» بأن رحلتها في اليوم التالي وليس في ذلك اليوم. سألت فيما إذا كان بإمكانها أن تسافر في ذلك اليوم، ولكن كانت كل الأمكنة محجوزة. اتصلت بفندقها كي تحجز ليلة إضافية ولكن الفندق أيضاً كان كامل الحجز بسبب مباراة الكركت. أحد أصدقائي تحدث للسيدة «كاملة» عن المؤامرات والمصادفات غير المحتملة؛ وكيف تكون المصادفات مؤشرات على إرادة الكون، وانتهى بها الأمر بمرافقتنا على رحلتنا في

الطائرة ذاتها بعد تغيير في الحجز. في الطائرة، عرفني الشخص الذي يجلس إلى يساري فأخرج نسخة من كتاب سابق لي وطلب مني أن أوقعه له. سألت عن اسمه فقال «رامو». فقلت تمام «رامو»؛ وما كنيته؟ فقال: «مينون»، فقلت بدهشة: لا تقل لي بأنك ابن «موهان مينون»! فأكد لي أنه ابنه فعلاً. كان أبوه بطلي في الكركت منذ عقود وها هو يجلس إلى جانبي في يوم لعبة الكركت التي تذكرتها وتذكرت طفولتي منذ لحظات. فأني مصادفات هذه! كنت مفعماً بالعواطف. سألته فيما إذا كان يجيد اللعبة، فأجابني بأنه كان يلعبها منذ فترة بمرافقة شخص اسمه «راي في مهرا». وما أن نطق الاسم حتى صرخت السيدة «كاملة» الجالسة في المقعد خلف مقعدي: «راي في مهرا» هو أخي. وبدأ حديثاً طويلاً ممتعاً، وتحدثنا عن بعض الأعمال التي يمكن أن يقوموا بها معاً. فكنت صلة الوصل المحظوظة في تحويل حياة هذين الشخصين الغريبين اللذين قابلتهما لتوي. بعد أربعين عاماً من تلك المباراة، استطاعت شبكة الوصل غير المرئية أن تخلق فرصاً جديدة. المرء لا يمكنه معرفة كيفية أو زمن عودة ظهور فرصة ما. لا يمكن للمرء أن يعرف متى تقود مصادفة إلى مصادفة يمكن أن تكون فرصة العمر.

الانتباه والنية

يهتدس الوعي نشاطاته تجاوباً مع الانتباه والنية (القصد) إن أي أمر تركّز انتباهك عليه يصبح مشجّوناً بالطاقة. وأي أمر تزيح انتباهك عنه يضمحل. من جانب آخر، فإن النية مفتاح التحوّل. يمكننا القول إذاً، إنّ الطاقة؛ والنية تُفعل حقل المعرفة والمعلومات التي تسبب التحوّل.

كلما تكلم المرؤ يقوم بنقل المعلومات عبر حقل الطاقة مستخدماً الموجات الصوتية. وكلما أرسل أو استقبل بريداً إلكترونياً، فإنك تستخدم الطاقة والمعلومات. هناك معلومات في الكلمات التي تختارها؛ والطاقة هي النبضة الكهرومغناطيسية التي ترتحل في الفضاء المؤتمت. المعلومات والطاقة مرتبطان غير قابلين للفصل.

هل لاحظت مرة كيف أنك حالما تبدأ بالانتباه لكلمة أو شيء أو لون محدد، فإنه لا يفتأ ولا ينفك عن الظهور الدائم حولك، كانت أول سيارة اقتنيها من نوع «السلحفة فوكس فاغن»، لم أكن أعير اهتماماً للسيارات وما كنت ألتفت لذلك النوع من السيارات؛ ولكن ما أن اشتريت تلك السيارة حتى بدأت أراها في كل مكان من حولي، لم يكن ذلك لأن تلك السيارات تلعب دوراً كبيراً في العالم ولكن انتباهي لها جعل أي أمر يتعلق بذلك النوع يحضر إلى ساحة ذهني وانتباهي.

ملايين الأشياء تحدث يومياً لا تجد طريقها إلى عقلنا الواعي، أصوات الشارع، محادثات البشر من حولنا، مقالات صحف تلمحها أعيننا بسرعة، ألوان أحذية، رسومات على الثياب، روائح، بنى وتراكيب، نكهات..... يستطيع وعينا تدبر مقدار معين من المعلومات؛ فلدينا إذاً انتباه انتقائي. إن أي أمر نختار تركيز انتباهنا عليه يجعله متجاوزاً لنظام الفلترة الذهنية عندنا. تصوّر مثلاً أنني أتحدث إليك في حفلة. يجري بيننا محادثة مثيرة، وبقية الحفلة هي الخلفية الصوتية؛ ولكن أحدهم في الجانب الآخر من المكان يبدأ بالتحدث عنك، وفجأة تبدأ بالإصغاء لما يُقال؛ ضجيج الاحتفال يختفي ورغم تحدثي إلى أذنك مباشرة فلا تسمعي.... تلك هي قوة الانتباه.

في العالم المادي (الفيزيولوجي) لدينا طرق مختلفة للحصول على المعلومات: كتب، صحف، تلفاز، راديو، هاتف نقال، كل تلك الطرق من التماهي مع المعلومات متوفرة لنا. يمكنك الإصغاء إليها عبر أجهزتك الحسية: تنظر، تصغي، تشعر، تشم، تتذوق. ولكن إذا ما أردت استقبال رسائل الروح، فعليك استخدام وسائل مختلفة.

عادة ما لا يكون انتباهنا مركزاً في البعد غير المرئي، ولكن كل ما يحدث في العالم المرئي يعود بجذوره إلى ذلك البعد غير المرئي. كل شيء مرتبط بكل شيء آخر. في العالم الروحاني

هذه الارتباطات تصبح واضحة، لكن في العالم المادي، نلمح هذه الروابط من خلال التلميحات التي تقدمها المصادفات إلينا. وكما يوّد الانتباه الطاقة، كذلك تقوم النية بتحويل تلك الطاقة. النية والانتباه هما الأداتان الأقوى لدى الخبير روحانياً. هما المنبّهان لجذب نوع معيّن من الطاقة وآخر من المعلومات.

لذا، بقدر ما تركز الانتباه على المصادفات، بقدر ما تجذب مصادفات أخرى تساعدك في إيضاح معانيها. إن تركيز انتباهك على المصادفة يجذب الطاقة وتساءل: «ماذا يعني ذلك؟» فتجذب المعلومات. والجواب يأتيك رؤيةً محددة أو شعوراً سيلقي أو مواجهة معينة أو علاقة جديدة. قد تخبر أربعمائة من مصادفات غير مرتبطة، ومن ثم تشاهد أخبار المساء. ثم تقول: آه، هذا ما عنته تلك المصادفات لي. بقدر ما تركز انتباهك على المصادفات، وبقدر ما تستفسر عن قيمتها؛ بقدر ما يرتفع احتمال حدوثها، وبقدر ما يتضح معناها. وما أن ترى المصادفات وتفسرها، حتى يفتح طريق تليبيتها.

في معظم تجارب الناس، يسكن الماضي في الذاكرة فقط، ويسكن المستقبل في المخيلة؛ لكن في العالم الروحي، فإن الماضي والحاضر وكل احتمالات الحياة تحضر في الوقت ذاته. كل شيء يحدث في الوقت ذاته. وكأنني أشغل قرصاً مصمطاً بخمسة وعشرين مساراً، ولكن في هذه اللحظة بالذات أتابع

واحداً من تلك المسارات. كل تلك المسارات تكون على القرص في الوقت ذاته الذي أتابع به واحدة منها.

إن وُجد مغيّر مسارات لتجربتي الحياتية يمكنني الاستماع إلى الأمس واليوم وغداً ببسر متساوٍ. هؤلاء الذين يصفون للنفس العميقة، يمكنهم الولوج في هذا المجال الأعمق لأن هذه النفس غير منفصلة عن الكون. يقول البوذيون بأن نفسك كينونة داخلية متداخلة مع كل ما هو موجود. أنت جزء لا يتجزأ من ضباب كوني كونتيمي.

تعزيز الصدفة وحصنها

نعرف الآن بأن تركيز انتباهك على المصادفات يجذب المزيد منها؛ وإعمالك النية / القصد يوضح معانيها. بهذا الشكل تصبح المصادفات تلميحات تتبع بإرادة الكون وتزودنا بطريقة نرى من خلالها تناغمها كي نستغل الفرص اللامحدودة للحياة. ولكن بوجود مليارات أجزاء المعلومات الواردة إلينا بمختلف الأوقات، كيف يمكننا معرفة ما علينا أن نركز انتباهنا عليه؟ كيف يمكنك تجنب البحث عن المعنى في أي فئجان من الشاي أو أي إعلان تلفزيوني أو أي نظرة تختلسها أو يختلسها عابر سبيل؟ وفي المقلب الآخر؛ كيف نحرض على ألا تفوتنا فرصة ثمينة؟

تصعب الإجابة بسهولة عن هذه الأسئلة. إن جزءاً من تعلمك أن تحيا بتناغم قدري، هو أن تعرف كيف تصبح أداة حساسة تجاه ما يحيط بك. للحظة الآن، حاول إغماض عينيك. حاول أن تشعر بكل ما يحيط بك. أي أصوات تسمع؟ ماذا تشم أو تشعر أو تتذوق في هذه اللحظة بالذات؟ ركّز انتباهك للحظة على كل حاسة إفرادياً وكن متيقظاً تماماً.

إن لم تقم بتمرين كهذا من قبل فإنك وقد فقدت الكثير من المحفزات المألوفة ليس لأنها قد تكون باهتة، بل لأننا نشأنا متعودين على وجودها المألوف فلا نعيها اهتماماً، مثلاً، ماذا شعرت؟ كيف كانت الحرارة؟ هل كان هناك نسمة؟ هل كان الهواء ساكناً؟ أي أجزاء من جسدك كانت على احتكاك بالأشياء؟ هل شعرت بضغط الأشياء على تلك الأجزاء من جسدك؟ ماذا عن الأصوات؟ معظمنا يستطيع التقاط صوت كلب ينبح في البعيد؛ أو صوت الأطفال وهم يلعبون بالغرفة المجاورة؛ ولكن ماذا عن الأصوات المرهفة؟ هل تسمع هبات الهواء القادمة من المكيف أو هبوب الفرن؟ هل تستطيع سماع أنفاسك أو قرقعة أمعائك؟ ماذا عن همهمات السير على الطريق؟

هؤلاء الحساسون تجاه الأحداث والمحفزات من حولهم، يكونون على درجة من الحساسية تجاه المصادفات التي يرسلها الكون.

التلميحات التي تصل إلينا لا تأتي دائماً بالبريد ولا تشع على شاشة التلفاز (رغم أن ذلك يحدث أحياناً)، التلميحات قد تكون مرهفة كرائحة تبغ الغليون المنبعثة من نافذة مفتوحة تذكرك بأبيك الذي يذكرك بكتاب أحبه والذي قد يتفاعل في داخلك ليلعب دوراً هاماً في حياتك لحظتها.

على الأقل؛ مرة في اليوم، ركّز لدقيقة أو دقيقتين على إحدى حواسك الرؤية - السمع - الذوق - اللمس - والشم، وافسح المجال لنفسك أن تلاحظ ما تيسر من جوانب هذا الإحساس. قد يستلزم ذلك جهداً في البداية، ولكنك ستجد نفسك تقوم به بشكل طبيعي. بإمكانك إغلاق نوافذ الحواس الأخرى إن وجدتتها تلهيك عن التركيز مثلاً حاول أن تأكل أشياء مختلفة مغلقاً أنفك وعينيك مركّزاً على تركيب الغذاء.

المحفّز الأقوى والأكثر غرابة سيُجلب انتباهك بالطبع. هذه هي الأشياء التي عليك التمعّن فيها ضمن بيئتك. وبقدر ما تزيد احتمالية المصادفة بقدر ما تزيد إقناعية وقوة التلميح.

إذا ما كنت تفكر بالزواج، فإن انتباهك لإعلانات خواتم الزواج ليس إلا مصادفة ضعيفة لأن إعلانات كهذه متوفرة بكثرة، لكن وجود يافطة مكتوب عليها «جوانا تزوجيني» تطير فوق رأسك في وقت ينشغل ذهنك بالتقدم لـ جوانا صاحبتك والتي

تريد التقدم إليها أمر شبه مستحيل، ورسالة قوية بخصوص الطريق الذي اختطه الكون لمصيرك.

عندما تظهر مصادفة ما، لا تتجاهلها. اسأل نفسك عن الرسالة، وعن العبرة أو المعنى أو الأهمية. ليس عليك أن تبحث عن إجابات لتلك الأسئلة. اسأل السؤال، وسترى الجواب يبرز.

قد يصل كرؤية مفاجئة، أو تجربة خلاقة تلقائية... أو قد تكون شيئاً آخر مختلفاً ربما تقابل شخصاً له علاقة بالمصادفة التي ظهرت... لقاء، علاقة، وضع أو ظرف سيعطيك مفتاحاً أو تلميحاً لمعنى ذلك وتراك تقول بدهشة: «آه... إذاً هذا كان معنى ذلك!».

لننظر إلى جدالي مع عالم الغدد الذي شكّل القشة التي قصمت ظهر البعير والذي في آخر المطاف أعطى في النهاية معنى حقيقياً لصفحة الإعلان في صحيفة «البوسطن غلوب» الذي كنت ألاحظه دون الاهتمام به.. إذن يكمن المفتاح في الانتباه والاستفسار.

الأمر الآخر الممكن فعله من أجل الاهتمام بالمصادفة هو أن يحتفظ المرء بمفكرة للمصادفات في حياته. فبعد أعوام من تسجيل الملاحظات، يمكنك تصنيف المصادفات إلى «بسيطة لا تُذكر» و«متوسطة» و«ضخمة» و«مزدوجة الضخامة» يمكنك القيام بذلك بأسهل ما تراه من طرق. للبعض، أسهل طريقة هي تسجيل في مفكرة ووضع خط تحت كلمات أو عبارات أو أسماء

أشياء تظهر كمصادفات. البعض الآخر يحتفظ بمفكرة خاصة بالمصادفات؛ هؤلاء يبدؤون بصفحة جديدة لكل مصادفة تبدو ذات أهمية ثم يكتبون في الصفحة ذاتها أي روابط تبدو على علاقة مع تلك المصادفة.

لهؤلاء الراغبين بتطوير مسألة المصادفة أنصح بتلخيص وتكثيف النقاط المتعلقة بما يظهر كمصادفة. هذه طريقة لتضع نفسك كمراقب لحياتك، وأحلامك بحيث تصبح المواضيع والروابط والأحلام والمصادفات أكثر وضوحاً، لأن ارتباطنا بالروح الكونية يكون أكثر وضوحاً خلال الحلم. هذه العملية تمكّنك من الولوج بمستوى جديد من المصادفات.

عندما تذهب إلى فراشك مساءً، وقبل أن تخلد للنوم، اقعِد لدقائق وتخيّل بأنك ترى على شاشة وعيك كل ما حدث في ذلك اليوم.

شاهد يومك كفيلم سينمائي. تخيّل نفسك مستيقظاً في الصباح، تغسل أسنانك، تتناول فطورك، وتقود سيارتك إلى العمل، تقوم بعملك، تعود إلى المنزل، تتناول طعام الغداء... أي كل ما حدث حتى لحظة وجودك في الفراش، لا حاجة لتحليل أو تقويم أو الحكم على ما تراه... ما عليك إلا أن تشاهد الفيلم فقط. شاهدها بكليتها. قد تلحظ أشياء لم تعرها اهتماماً في وقتها. قد تلحظ بأن شعر المرأة التي رأيت خلف الصيدلية يشبه

شعر والددتك عندما كنت يافعاً؛ أو قد يلفت اهتمامك طفل تسجبه أمه في مخزن للتبضع وهو يصرخ. مذهلة الأمور التي تظهر في الفيلم ولم تلحظها بوعي خلال اليوم.

وأنت ترقب مرور يومك في الفلم، خذ فرصة النظر إلى نفسك بموضوعية. قد تجد نفسك تقوم بأمر تشعر بالفخر تجاهه؛ أو قد تجد نفسك تقوم بما هو محرج لك. مرة أخرى، الهدف ليس تقويمياً، لكن من أجل الوصول إلى رؤية أعمق لمسلك بطل الفيلم الذي هو أنت.

ما أن تنتهي من التسجيل المكثف لذلك اليوم - التي قد تأخذ من وقتك من خمس دقائق إلى ثلاثين - قل لنفسك: «كل ما شاهدته، أي هذا الفيلم لحياتي ذلك اليوم - هي الآن في الحفظ والصون، يمكنني الآن أن أستدعي تلك الصور التي أشاهدها إلى ساحة شعوري، ولكن ما أن أتركها تطير فإنها تختفي» انتهى الفيلم. والآن؛ وعند خلودك إلى النوم، قل لنفسك: «وكما سجلت أحداث اليوم، فإنني أعطي نفسي وروحي ووعيي التعليمات لتشهد أحلامي». في البداية لن تلحظ الكثير من التغيير. ولكن إذا مارست ذلك ليلاً لأسابيع، فستبدأ بالحصول على صورة واضحة قوامها بأن الحلم هو العرض السينمائي وأنت المشاهد. عندما تستيقظ في الصباح، حاول استدعاء وتسجيل ما حدث ليلاً كما فعلت بأحداث اليوم.

ما أن تتمكن من استدعاء فيلم أحلامك، حاول أن تسجّل المشاهد التي تتذكرها بشكل أفضل. ضمّتها في مفكرتك. أعط خصوصية للمصادفات. إن الذكاء الكوني يزود بمفاتيح خلال نومنا تماماً كما يفعل خلال ساعات يقظتنا. خلال النهار أقابل أناساً، نتواصل، أجد نفسي في أوضاع وضمن ظروف وأحداث وعلاقات... وفي الليل أيضاً أجد نفسي في هذه الأوضاع. الفرق هو أنه في النهار يبدو كأن هناك تفسيراً منطقياً وعقلانياً لما يحدث. أحلامنا ليست فقط عرضاً وإسقاطاً لوعينا، لكن بالحقيقة لكيفية تفسيرنا لمسارات حياتنا. آليات الحلم وآليات ما يحدث لنا - في ما يسمى الحقيقة - هي الإسقاطات ذاتها للروح. وما نحن إلا شهود.

الأمر الذي يبدأ بالحدوث عندها إذاً هو أننا نبدأ برؤية تناغمات، وصور تكرر ذاتها في الحلم وفي حقائق كل يوم. والمزيد من المصادفات تزودنا بمفاتيح لهداية مسلكنا. عندها نبدأ التمتع بالمزيد من الفرص، والمزيد من الحظ الطيب. تلك المفاتيح تبدأ بإظهار اتجاه حياتنا. وعبر حالة التسجيل الاستدعائي هذه، سنرى نماذج مكررة ونبدأ بكشف أحجية الحياة وسرها.

هذه العملية مفيدة للتخلّص من العادات الهدّامة. في الحياة مواضيع تعرضها؛ بعضها لمصلحتنا، وبعضها يعمل ضدنا، وخاصة إن كررنا النماذج ذاتها مرة تلو مرة آملين بالحصول على نتائج

مختلفة. مثلاً، أولئك الذين يتعرضون للطلاق يقعون في الحب ثانية، وتراهم ينتهون بالعلاقة إياها تماماً. إنهم يكررون المأساة ثانية، إنهم يعيشون الكذب ذاته ويتساءلون: «لماذا يتكرر حدوث ذلك لي؟» إن عملية التسجيل الاستدعائي تساعدنا في مشاهدة هذه النماذج، وما أن نتبينها، نستطيع أن نقوم بخيارات أكثر وعياً. التسجيل المفكراتي ليس ضرورياً بالمطلق، لكنه يساعد بدفع التبصر والمصادفات إلى الوضوح.

إذاً عليك التيقظ في ملاحظة المصادفات خلال حياتك اليومية وأحلامك الليلية، وعليك الانتباه لأي أمر يخرق نطاق الاحتمالية أي الإحصائية المحتملة لحدث (مكا - زماني). كئنا بحاجة إلى تخطيط الأمور إلى حد ما وبجاجة الافتراضات حول غدنا رغم معرفتنا بما قد يحدث. إن أي أمر يفلق مخططاتنا، أو أي أمر يزيحنا عن مسارنا الذي نعتقد بأننا نسلكه؛ يمكن أن يقدم لنا تبصراً هاماً. حتى غياب أحداث تتوقعها يمكن أن يكون تلميحاً أو مفتاحاً لإرادة الكون.

هؤلاء الذين يجدون صعوبة في النهوض من فراشهم صباحاً للذهاب إلى وظيفة يكرهونها، هؤلاء الذين يجدون صعوبة في الانخراط بالنشاطات المهنية، هؤلاء الذين يشعرون بالموت العاطفي بعد يوم قاتل في مكاتبهم.... هؤلاء عليهم الانتباه إلى هذه المشاعر التي تتتابهم.

هذه المشاعر هي إشارات بأنه لا بد من وجود طريقة لتحقيق ذات أفضل في حياتهم. قد تكمن المعجزة في مكان خفي. فلن تعرف حتى يتكون لديك مقصد ونية وترفع درجة تلمسك لمفاتيح الكون، وتتبع سلسلة المصادفة مما سيساعد في خلق المصير الذي ترغب فيه أكثر.

طبيعي أن تكون الحياة صعبة، ولكل منا مشاغله اليومية ومسؤوليات وواجباته التي يمكن أن تصبح غامرة. قد تأتيك المصادفات طائفة من كل الاتجاهات أو قد تجف بالمطلق؛ فكيف لك أن تجذب طريقك في عالم بهذا التعقيد؟ خذ خمس دقائق يومياً واجلس بصمت! واطرح هذه الأسئلة على نفسك وقبلك! من أنا؟ ماذا أريد لحياتي؟ ماذا أريد من حياتي اليوم؟ ومن بعد إرضَ وسَلِّم، ودع تيار وعيك وصوتك الداخلي الأهدأ يقدمان الإجابات. وبعد خمس دقائق دوّن ذلك. افعل ذلك يومياً، وستُدْهَش ستنتظم الأوضاع والظروف والأحداث والبشر حول تلك الأجوبة. وسيكون ذلك بداية التناغم القدرى.

للبعض، الإجابة عن هذه الأسئلة للمرة الأولى قد تكون صعبة. كثيرون منا ما تعودوا التفكير بناءً على رغباتهم وحاجاتهم؛ وإن فعلوا، فإنهم لا يتوقعون تلبيتها. إن لم تكن قد حددت أهداف حياتك، ماذا تفعل؟ يسعفنا إعطاء الكون لنا مفتاحاً ما أو بوصلة ضخمة تشير إلى الاتجاه الذي علينا إتباعه،

بالحقيقة؛ البوصلة متوفرة؛ كي تجدها عليك فقط النظر داخل
نفسك كي تكشف أنقى رغبات روحك وحلمها لحياتك. اجلس
بسكينة، وما أن تكشف عن تلك الرغبة وتفهم جوهر طبيعتها
فستجد أن لديك منارة دائمة تتبدى بصيغة رموز بدئية.

(6)

الرغبات والنماذج الأصلية-

(Archetypes)

نصل الآن إلى جوهر التناغم القدري. لقد اكتشفنا الطبيعة الشائبة للروح. وفهمنا بأننا جزء لا يتجزأ من الذكاء الكوني، تماماً كما الموجة جزء لا يتجزأ من المحيط. تعلمنا أن نرى التناغمية في كل الأشياء، ونراها اللُّحمة والنسيج والأصل والرحم الذي يصل إلينا بأصل الكون. تعلمنا أن نقوم المصادقات كرسائل من الذكاء الكوني توجهنا نحو مصيرنا، وعرفنا بأن مقاصدنا يمكن أن تؤثر في ذلك التوجه، كل تلك الكشوفات أساسية كي نعيش حياة ممتلئة. ولكن عندما نبحث عن دليل يساعدنا في بناء حياتنا اليومية، يبقى علينا أن نجيب على السؤال المركزي حول ذاتنا: ما أحلامي ورغباتي؟ ولا يمكن الإجابة على هذا السؤال إلا بإضافة سؤال آخر ألا وهو: «من أنا؟» وماذا أريد، وما هدي في من طور الحياة هذا؟!

إننا ندرك بأن أعمق علاقاتنا ومعانينا وسياقاتنا مصدرها الروح. ونعلم أن تطلعاتنا العظيمة والرائعة والأسطورية التي نتوق إليها تتبع وتستقي من الروح. في زمننا على هذه الأرض، تلك الروح المتفرّدة لا تتحقق وتمتلئ حتى تكمل توقعها وتطلعها الأسطوري، والذي يمكن تسميته بالمخطط الأعظم الذي تنتظم حوله أقدارنا. داخل كل كائن بشري هناك مسألة طموحة تواقّة، وهي عبارة عن صحيفة للعيش البطولي، إنها إله أو إلهة في جنين يتوق للولادة والانبعاث. هذا الذي قُصد من وجودنا، إنها الذات التي ننكرها على أنفسنا، لأن معظمنا لا يستطيع أن يرى ميدان القدرة الكامنة غير المحدود الذي يفتح أمامنا. تلك هي ذاتنا الأفضل، الذات غير الأنانية، ذلك الجزء الكوني فينا والفاعل عبرنا من أجل خير وصالح الكل.

هؤلاء الذين يعيشون حياة عادية وافرة لم يتصلوا بالكائن الأسطوري بداخلهم. بإمكان المرء أن يمهد الطريق إلى النورانية من خلال فهم المخطط المكتوب على روحه، ومن خلال حضن وتنمية العلاقات التي تزوّده بالسياق والمعنى ومن خلال أعمال وتفصيل الدراما الأسطورية التي يلد منها الحب وتخلق الرحمة. ومنها ينبثق الاكتفاء ويخلق الكمال.

هذه القصص الأسطورية، هؤلاء الأبطال والبطلات بداخلنا يُسمون النماذج الأصلية (Archetypes). النماذج الأصلية هي

مميزات خالدة موطنها الروح الجمعية الكونية. هذه الصفات أو الميزات هي بيانات لمخيلة وتوق وأعمق رغبات روحنا الجمعية. إنها صفات ومميزات أبدية الوجود. نراها في كتابات الثقافات القديمة وفي الأدبيات عبر العصور. شكلها يتغير حسب موقعنا في التاريخ ولكن جوهرها لا يتغير. تلك النماذج الأصلية نراها تتجسد في السينما وفي المسلسلات والصحف. في كل مرة نرى فيها شخصية (أكبر من الحياة) فإننا نشاهد تجسداً لنموذجنا الأصلي. تُقدّم تلك الشخصيات بلا تعقيدات؛ فيهم نقاء السريرة مهما كان القصد تُقدّم كأناسي: إلهيين أو شيطانيين؛ مقدسين أو مدنسين، الخاطئ أو القديس؛ المفامر، الحكيم، التحري، المنقذ، المحبوب، المخلص... كل تلك الشخصيات تجسيدات مبالغ بها للطاقة الواعية للروح الجمعية.

النماذج الأصلية تلد من الروح الجمعية، ولكنها تُجسد تمثلياً بأرواح فردية. دراماها الأسطورية تدور يومياً في عالمنا المادي. يمكننا النظر إلى الممثلة «مارلن منرو» ونرى فيها بسهولة تجسيدا لـ «أفرويديت» إلهة الجنس والجمال. ونرى «روبرت دوني» ونرى فيه تجسيدا لـ «دايونيسيس» أو «باخوص» الروح الفكاهية غير المروّضة. وما كانت الأميرة ديانا إلا «أرتيمس» غير الملتزم بالأعراف والقواعد الملكية، فقد كسرت القواعد وكانت المحارب الذي لا يخاف والمقاتل من أجل ما يؤمن به.

كل كائن بشري مدوزن على نموذج أصلي archetype معين أو أكثر. كل منا موصولة أسلاكه على مستوى الروح لينفذ ويعرض ميزات وخصائص أصيلة معينة. عندما تبرعم بذرة فإنها تطلق القوى المُنْمِزجة التي تسمح لها بالتطور إلى نوع معين من النباتات. بذرة البندورة تنمو لتصبح نبتة بندورة على الدوام ولا يمكن أن تنمو لتصبح زرعة ورد. إن تفعيل النموذج الأساسي archetype يطلق قواه المُنْمِزجة لتجعلنا نصبح ما قد صُممنا أو قُدِّر لنا أن نكون سلفاً. تنعكس نماذجنا الأصلية الفريدة برغباتنا ومقاصدنا. إذاً، «من أنت؟» و«ماذا تريد؟» و«ما هدف وجودك؟» في جوهرها أسئلة تخاطب الروح. وكما تجد الإجابات، عليك مخاطبة جزء من الروح الفريد فيك. وعند قيامك بذلك، يمكنك تعريف نموذجك الأصلي الفريد archetype.

نعيش في مجتمع مفطور على العيش بأهداف محددة بالمطلق بحيث يكون لكل شيء اسم؛ ولكن ذلك أمر أقل إفادة عندما نستكشف طبيعة الروح البعض يسميني كاتباً، آخرون يدعونني مفكراً روحانياً أو طبيباً عقلياً - جسدياً أو مستشاراً شخصياً، أولادي يفكرون بي كأب وزوجتي تراني رفيقها، كل تلك الأدوار تساهم بتعريفي؛ لكن «من أنا» تظهر باستمرار مع تكشُّف مصيري. إذا ما أطلقت اسماً على نفسك يلتصق بك وتصبح كفراشة محبوسة في جرة. إن تبني نموذج أصلي

archetype ليس بإطلاق اسم لأن ذلك لا يخص التحديد أو المحدودية بل على العكس تماماً. النماذج الأصلية archetype عبارة عن نماذج حياة وصور وأفكار تقود مسار حياتنا باتجاه مصير الروح النهائي.

تعرفك على طبيعتك الحقيقية وجعلها تزدهر هو جزء من جمال العيش من مستوى الروح - بذا يصبح المرء البطل أو البطلة لقصة أسطورية إذا ما تركنا أنفسنا نتمايل تحت تأثير قوى العالم المادي - أكانت خيرة أم لا؛ فإننا نتحرف عن مصير أرواحنا. نبدأ برغبة أشياء ليست لنا. نبدأ بحمل نوايا لا تتسجم مع مقاصد الكون. ما شكل هذه القوى؟ قد تكون أصدقاء أبرياء يسدون النصيحة معتقدين أنها تخدم أغراضنا. وقد تشبه تلك القوى رسائل إعلامية واسعة الانتشار تفوننا كي نشترى بضائع ما أنزل الله بها من سلطان؛ وقد تكون مغرية كمكتب في مكان استراتيجي وعمل يافطة تقول: نائب رئيس الشركة ومرتب مليوني... تلك رسائل من العالم المادي. المخطط الأساسي لما يريده الكون للفرد يتموضع في مستوى الروح، نتلقى تلميحات ومفاتيح بصيغة مصادفات، ونحصل على الهداية بصيغة النماذج الأساس archetype.

لذا كيف يعرف المرء أي مصير مكتوب له، وأي حلم هو مجرد نتاج لثقافتنا الاستهلاكية؟ كم فتاة صغيرة تحلم بأن

تكون «برتني سبيرز»؟ كم ولد صغير يطمح بأن يصبح «مايكل جوردان»؟ نحاكي هؤلاء النجوم لأنهم يجسدون نماذجهم الأصلية archetype. لقد نجح هؤلاء في اتباع مساعيهم الداخلية.

هدف النماذج الأساسية Archetype

كشف النماذج الأساسية archetype تجربة شخصية بامتياز. لا أحد يستطيع النظر إليك، حتى لو كان يعرفك تماماً، ويقول: «آه، هذا نموذجك الأساسي» تقول «الفيدديكية» - وهي التقليد الهندي القديم للحكمة - ما لم تتمكن من الاتصال بتلك الحالة الجنينية للإله أو الآلهة المحتضنة بداخلك، ما لم تدع ذلك الجنين يكتمل الولادة؛ فحياتك ستبقى دنيوية مبتذلة، ولكن حال تعبيرها عن نفسها عبرك، فستقوم بالأمر العجيبة والعظيمة.

نميل هذه الأيام إلى البحث عن النماذج الأساسية الرمزية في المشاهير، ولكن علينا أن نغذي ذلك التحقق الكامل للنموذج الأساس في أنفسنا. إنها جزء مما أوجدنا. إنها المادة المكونة لأحلامنا. إنها مادة الأسطورة، إنها مادة جذوة القصص. هذا ما يلهم الأفلام العظيمة. في فيلم «ستار وورز» Star wars حرب النجوم، «لوك سكاووكر» هو تعبير عن النموذج الأساسي للمغامر الأبدي المستعد للمخاطرة من أجل كشف المجهول.

الأميرة «لييا» كـ «أرتيمس» الصيَّادة المستقلة تمثل «الحامية» أو «الوصية» أما «يودا» فهو الكشَّاف الحكيم، حافظ المعرفة القوية المرتبط بالذكاء الكوني. هذه صور من مخيلتنا الجمعية؛ إنها نماذج أساسية قديمة بصورٍ مستقبلية.

النماذج الأساسية حيوية لفهم وتحديد هويتنا؛ إنها تعبير عن الوعي الجمعي. الأسطورة نبع حضارتنا. أحد تبعات حرمان الناس من «الميثولوجيا» (الأسطورة) على أنها في إطار تنظّم عصابات الشارع. لماذا؟ ببساطة، لأن للعصابة قائداً، ولديها طقوس وشعائر سلفية... وهذه أساسيات في الأسطورة. أولادنا تلتحق بهكذا مجموعة بحثاً عن تجربة أسطورية. عندما يقوم شخص ما بعمل هائل، عندما يسير الرواد على سطح القمر، وعندما ينبري طيار بمفرده قاطعاً الأطلسي فإن هذه مطالب أسطورية.

العصابات والأفلام والمسلسلات والمشاهير أمور فاتتة، بالضبط لأنها تلمس وتراً أسطورياً؛ لكن كل أولئك بدائل ثانوية للأسطورة. النماذج الأساسية يمثلها أشخاص مثل «المهاتما غاندي» و«مارتن لوثر كنج»؛ أي أن أي شخص يتجاوز الحياة اليومية ويلج في عالم الأعاجيب. يستطيع هؤلاء أن يحققوا العظمة لأنهم تتاغموا مع الوعي الجمعي الذي أعطاهم القدرة على رؤية خطوط أمور عدة في وقت واحد ويتبؤون بالمستقبل بناءً على خيارات اللحظة.

يُقال إنه عندما رُمي غاندي خارج قطار في «دوربان - جنوب أفريقيا» فإنه أغمض عينيه ليرى الإمبراطورية البريطانية تتهار عالمياً. ذلك الحدث العابر غير مجرى التاريخ.

هكذا أحداث تخلق انعطافاً في آليات الفهم والإدراك. عادة، دماغنا يمكننا من رؤية ما يحدث ها هنا، أي ما يدور أمام ناظرينا؛ ولكن من وقت لآخر يمكننا إيقاظ قدرات كامنة ساكنة وتفعيل حكمة استخدامها. يشار إلى ذلك بالسنسكربتية بـ «سطبس» وتعني القوى الخارقة، أو التخاطر؛ وكلها منتجات المستوى الكوني، هذه القوى تزهر كأساطير.

إيجاد نموذجك الأساسي Archetype

إن عملية إيجاد نموذجك الأساسي عملية مفرحة، عليك ألا تقلق تجاه أي خيار تقوم به دون تعمق؛ لأن النماذج الأساسية تتبع من الوعي الجمعي؛ لأن كل نموذج موجود داخل كل واحد منّا؛ ولكن بعضها يتجلى بشكل أكثر قوة. هدفك أن تجد واحداً أو اثنين أو حتى ثلاثة نماذج يرشق لها قلبك أكثر وتشعر بالتصاقها الفعلي بك. لا تختار تلك التي تتمنى أن تكون، أو تلك الميزات التي تجد نفسك معجباً بها أكثر؛ اختر فقط تلك التي تشعر أنك مشدودٌ إليها، والتي تحرضك وتلهمك، ستعرفها حتماً لحظة تجدها. الأمر الأهم، ليس هناك أجوبة خاطئة.

لمساعدتك في بحثك، جرب التمرين التالي والمطوّر عن عمل زميلتي «جوان هاوستن» كاتبة «الحياة الأسطورية Mythic Life» والذي أنصح به. بداية ارتح، وصفّ ذهنك. بشكل مثالي، الفقرات التالية يجب أن تتلى عليك وأنت مغمض العينين؛ إن كان بالإمكان سجلها على شريط واسمعها بحيث تتمكن من تخيل المشهد بوضوح أكبر؛ لكن حتى القراءة بوضوح وبعقل منفتح مُفضلةً أيضاً.

ابدأ بأخذ نفس عميق مرات عديدة. وبهدوء: شهيق... زفير مطلقاً أي توتر أو كرب أو أي مقاومة يحملها جسدك. استمر بتففسك البطيء والعميق والسلس جاعلاً كل شهقة أو زفرة تأخذك إلى مكان أعمق وأهدأ وأكثر استرخاءً.

والآن، تخيل بأنك تسير في طريق ريفي تزنره الأشجار بعيداً عن صخب المدينة وأنت تمشي مكحلاً عينيك بجمال الريف وطيبوره فوقك وأرانبه تلعب حولك وفراشاته تتراقص في كل مكان. تخرج إلى فضاء فتري كوخاً جميلاً بابه مفتوح يرحب بضيوفه تنظر إلى الداخل فتري خلوة وممرأ يقود إلى خلف الكوخ، تشعر بالراحة والأمان كما لو أنك تعود إلى مسقط رأسك، تمشي في الممر فيقودك إلى غرفة، تلاحظ باب خزانة، تفتحه، تدفع الثياب جانباً، تكتشف فتحة في ظهر الخزانة، تدخل باتجاه الفتحة التي تقودك إلى درج حجري قديم ينزل

داثرياً، الضوء خافت، فتتزل بحذر خطوة خطوة متمسكاً بالدربزون كي لا تقع، وتتابع النزول أكثر وأكثر، أخيراً تصل أسفل الدرج لتجد نفسك على حافة نهر عريض تعكس مياهه ضوء القمر إشعاعاً فضيلاً. تجلس على حافة النهر تصفي إلى انسيابه وتحقق بأبدية سماء ليلية تملؤها النجوم.

في البعيد تلمح قارباً صغيراً يبحر نحوك، يشطط القارب وينهض شخص بروب طويل يومئ إليك بالركوب. شاعراً بالأمان تصعد ويناولك ثوباً تزيّنه الرموز القديمة، يبحر القارب في قناة ضيقة تبدو بلا نهاية. رجل القارب الملتحي في المؤخرة يبدأ بتمتمات غير مالوفة. بعد دقائق تلاحظ أن أحاسيسك أضحت أكثر تيقظاً.

تسترخي؛ لكن تشعر بنشوة غريبة.

يظهر ضوء في نهاية النفق ويصبح أكثر سطوعاً. مع اقترابك من الضوء تدرك بأنها دعوة لولوج العالم الافتراضي. وما أن تقبل وتدمج نفسك في الضوء حتى تجد بأنك أصبحت بلا وزن. تطفو فوق القارب لتجد نفسك منغمساً في الضوء المنعش. تصبح الضوء ذاته، أنت الآن كائن افتراضي؛ أنت كوكب مُشع، من هذا العالم صافي القدرة الكامنة يمكنك الانغماس بالعالم الكونتيامي والحقيقة المادية بأي صيغة أو شكل؛ وفي أي بقعة مكانية أو زمانية تشاء.

تصل إلى أعماق وجودك النوراني وتنبثق كالإلهة «حيرة» ملكة الأولمبيات وكل آلهة الإغريق رمز القوة الملكية والجمال. العالم بأمرتك مليء بالثقة والسلطة، رعاياك يعتمدون على يقينيتك وقوتك. أنت التجلي النهائي للثقة بالنفس. تذوق معنى أن يكون لديك وعي هذه الآلهة الجبارة، تمتّع بكم هو مثير أن تتحرك بجسدها؛ أشعر بمدى المتعة بأن تكون لك إشارات أو كلامها أو ملامح وجهها. انظر إلى العالم بعينيها، واسمعه بأذنانها.

والآن ودّع تلك الآلهة وعد إلى شكلك الضوئي الافتراضي. مرة أخرى، أنت في عالم القدرة الكامنة النقيّة تبض بكل الممكنات. ادخلْ أعماق كينونتك الضوئية / النورانية وانبثق كملك مُسن حكيم ماهر بإدارة دفة سفينته عبر عواصف الحياة. أنت الحكيم الملتحي أنت «رسبي» العظيم الذي يرى صيغ الحياة وظواهرها كرقصة كونية.: أنت في هذا العالم لكنك لست منه، وكل كلمة من كلماتك أو أفكارك أو أفعالك تعبر عن العصمة المطلقة. أشعر بحالك كيف يكون وأنت تمتلك وعيا حكيما ، ويكون لك أفكاره، وخطابه، وملامحه، حاول أن ترى العالم من خلال عينيه.

والآن اطلق سراح الناظر وعد ثانية إلى جوهرك ككائن ضوئي افتراضي. غُصْ إلى أعماقك وانبثق كمخلّص. أنت نور

الرحمة تشع بالأمل والعضو. وجودك يزبح الظلمة مهما كانت كالحة، أنت جوهر تجلي الآلهة، جوهر المسيح وبوذا. جوهر طبيعتك يحوّل التجربة إلى إيمان. اشهد الأفكار التي تبرز في ذهن المخلص. تحسّس العواطف التي تملأ قلبه، اخبر العالم من خلال عينيه ممتلئاً بالحب والرحمة لكل الكائنات العاقلة.

والآن أطلق سراح المخلص، وعد إلى جوهرك الأساسي. أنت الكائن النوراني الافتراضي أنت بركة الطاقة الكونية النقيّة. أنت القدرة الكامنة لكل ما كان، وما يكون، وما سيكون. ادخل في أعماق هذه الطبيعة النورانية وانبتق كأماً إلهية. أنت القوة الجوهرية المغذية حيّة بطاقة بث الحياة. أنت «جيميترشاكتي»، الوجه الأنثوي لله. أنت الأم الإلهية التي تهب لطفها الحاني لكل الخلق. أنت أساس القوة الخلاقة التي تولّد للصيغ والظواهر. اخبر وعي الأم الإلهية، اشهد الخلق عبر عينيها، اسمع الخلق بأذنيها. ازهر واشهق نفس الأم الإلهية.

والآن أطلق الأم الإلهية، واستأنف طبيعتك الجوهرية كضوء صافٍ، كطاقة حقيقية أساسية، حي بالممكنات لتتجلى كأبي شيء تريد. غص في أعماق وجودك وانبتق كـ «دايانوسس» إله الإثارة والنشوة والثمالة، إله الإفراط والتخلي. أنت تجسيد التسليم الكلي للحظة. طبيعتك تقول لا توفير لشيء ولا ادخار لأمر من أجل الانغماس في تجربة العيش والحياة. أنت ثمل بالحب.

إخبر العالم بوعي «دايانوسس». اشعر بالثمالة، أدرك العالم من خلال عيون «دايانوسس» اسمع موسيقا الكون كاحتفال بوجودك. سلّم نفسك لنشوة الأحاسيس والروح.

والآن أطلق دايانوسس وعد إلى حالة الطاقة الأساس للنور الصافي الحقيقي. جد نبض الحكمة والذكاء في قدراتك الكامنة اللانهائية؛ وانبثق كالإلهة «سارا سواتي» أو «أثينا».

أنت حامي الحضارة بالتزامك بالمعرفة والحكمة والفنون والمعرفة العلمية. أنت محارب روحاني حقيقي مكرس لتدمير الجهل الذي يمكن أن يعرقل التعبير عن الحقيقة. اخبر واعي إلهة الحكمة. انظر إلى العالم بعينيها. أنت النقاء والأناقة وأنت الرقي والحكمة بأعلى قيمها.

والآن اترك إلهة الحكمة، وعد إلى حالة الطاقة الأساس للنور الصافي الحقيقي. عد وانغمس بكينونتك غير الظاهرة وغير المحدودة النابضة بالقدرات الكامنة. غُصْ في جوهر نورانيتك الأساس وانبثق كـ «أفروديت» إلهة الحب والجمال. فأنت تجسيد للشهوانية والحسية والعاطفة. بحضرتك الكائنات البشرية تفقد عقولها وتتحرّق شوقاً لشهوانية إلهة الحب. اخبر وعبّر واعي إلهة الحب. جرّب جسد إلهة الحسية. تذوّق شهوانيتها. حدّق بالعالم عبر عينيها.

والآن اترك إلهة الحب، وعد إلى أصلك كنور، ككائن نادر وكإمكانيات بلا حدود. غُص في جوهرك وانبثق كالطفل المقدس لتجلي القدرات الإلهية الصافية. أنت تقمصُ البراءة المُجَسَّد التَّرْقُب. الحب غير المشروط. أنت المانح والمنوح. وُلِدْتَ لأبوين مقدسين. أنت الملائم للمصير وللقدرات الكونية الكامنة. انظر إلى الكون بعيون الطفل المقدس، واشعر بالحب ينساب عبر قلبك البريء. وعش لهوك كطفل من نور وابتهج بكينونتك.

اطلق سراح الطفل المقدس؛ واستشعر نفسك ككائن نوراني حقيقي، واسترح في لا محدوديتك. أنت نبضة قلب خافقة من الطاقة قادر على خلق ما تريد. غُص بعمق إلى جوهر نورانيتك وانبثق ككيميائي كوني. أنت الساحر المطلق القدرات، القادر على إيجاد شيء من لا شيء؛ وأي شيء إلى لا شيء. أنت تدرك أن عالم الحواس بلا معنى. أنت ترى العالم المادي كتعبير عن طاقتك الواعية والتي بإمكانك تحويلها إلى مادة عبر قصديتك وانتباهك.

يمكنك أن تظهر بأي شكل تريد حياً أو جماداً؛ فأنت الوعي بكل تخفيّاته. أنت «كرشنا» الكيميائي الكوني القادر على الظهور بأي شكل يختار. خض تجربة تحويل أفكارك إلى ظواهر. شاهد العالم بعيني «كرشنا». اشعر بالكون كجسدك. لست في الكون بل الكون فيك.

والآن للدقائق القليلة القادمة، العب ببطاقتك الخلاقة، متجلباً كأى شكل تريد، قد يكون ذلك الشكل أحد النماذج الأساسية archetype التي ذكرناها. لتصبحن أي كائن تريد أن تخبر. تقمص وعي فنان أو موسيقي عظيم. اخبر العالم كقائد سياسي قوي. لتصبحن نسرأ، واخبر العالم كطائر شراعي؛ كن تمساحاً وعش وعي كائن تحت - مائي لعوب. ليس هناك من حدود لتجلياتك الممكنة.

تمتع بذاتك الافتراضية الفيّاضة بالمعرفة والخبرة بمقدراتك الكامنة اللامحدودة. في هذه الصيغة أنت كل الآلهة والنماذج الأساسية والصور الأسطورية في جسد واحد. للدقائق القليلة القادمة، دع أية صور، أو عبارات أو رموز أو كلمات ترد أن تتجسد في وعيك. عندما تشعر بأنك خبرت طبقاً واسعاً من الإمكانات الممتعة.

اختر ثلاثة رموز أو كلمات أو عبارات تتناغم معك وتلهمك وتحثك لها صفة النموذج الأساسي archetype. قد تكون آلهة معروفة لديك؛ قد تكون صوراً، أو حيوانات، أو رموز عناصر، أو قوى كونية أو كلمات أو عبارات أو أي ميزة تعني لك شيئاً، أو أي أمر غاية في الراحة لك عند وروده إلى ذهنك. ستشعر أنه إن تمكنت أن تستدعي هؤلاء الناس وتلك الصفات إلى عالمك وأن يقوموا بالتعبير عن ذواتهم وجوهرهم عبر شخصك، فستكون

قادراً على تحقيق الأمور العظيمة والعجائبية. إنصح عادة بأن يختار الرجال أحد النماذج الأنثوية كنموذج أصلي / أساسي archetype ؛ وأن تختار النسوة على الأقل نموذجاً أصلياً archetype ذكورياً. بداخلنا جميعاً ميزات ذكورية وأنثوية في الوقت ذاته ، فتجاهل المرء جانباً من ذواته يخمد مصدرها للعاطفة الشخصية.

دون تلك الرموز أو النماذج الأصلية archetypes. ثم ابدأ بجمع أعمال فنية أو صور أو رموز أو مجوهرات تذكر بتلك النماذج الأصلية. البعض يخترعون مذبحاً صغيراً لنماذجهم كما كان يكون مركز البحث ذاته. إذا كانت الميزات الأساسية لنماذجك قابلة للتعبير عنها بكلمات أو عبارات، اكتبها على قصاصات ورقية بحيث يكون لديك شيء يذكرك بها. على الأقل مرة في اليوم - ويُفضّل بعد التأمل - انظر إلى تلك القصاصات وبصمت ارسل لهؤلاء المذكورين فيها دعوة تقول: «أرجوك أن تأتي وتعبّر عن ذاتك من خلالي» دع ذلك يكون المذكر بإلهام حياتك؛ عندما تشعر بالضيق أو الانشغال بالعالم، سيكونون بوصولك للعودة إلى ذاتك الحقيقية.

بدلاً من اتباع آخر موضة أو محاكاة نجم سينمائي، قم بنمذجة ذاتك وأفكارك وأعمالك طبقاً لنموذجك الأصل (Archetype). يفعل الناس ذلك يومياً دون إدراكهم بأنهم يقومون به. هل سمعت بالسؤال القائل: «ما الذي يمكن أن يفعله السيد

المسيح؟ إن المسيحيين الذين يجدون أنفسهم في ورطة حياتية أو بحاجة لاتخاذ قرار هام أو فعل حاسم. يُشجّعون على طرح سؤال كهذا. إنها طريقة لاستخدام النموذج الأصلي archetype للمخلص؛ الذي يتجسد بالسيد المسيح، كدليل حياة.

الجزء الثاني

تمهيد سبيل المصير

(7)

التأمل و / المافتراز /

التأمل هو أقوى أداة نملكها كي نتعلم العيش بتناغم مصيري، ونرى أنماط الكون التواصلية ونصنع المعجزات التي نتمنى.

التأمل يمكننا من تركيز اهتمامنا وانتباهنا في تلك المخططات الدقيقة التي تفسح لنا في المجال لولوج عوالم غير مرئية أو مُشتقة من الطاقة والمعلومات.

إذا أعطاك طبيبك وصفة قوامها المشي لعشرين دقيقة يومياً وقال لك إن ذلك يؤدي إلى صحة جيدة، وهدوء بال، وانعقادٍ من القلق، وزيادة في النجاح الشخصي والمهني، ألا تتبّع نصيحة وتوصية كهذه؟ معظم الناس، على الأقل يحاولون. وصفة التناغم المصيري تقول التأمل لربع ساعة أو عشرين دقيقة لمرتين يومياً يتبعها توجيه دعوة لنموذجك الأصلي archetype (كما شُرح في الفصل السابق).

إن قمت بذلك مرتين يومياً، فستبدأ بمشاهدة تحوّل في حياتك. إضافة إلى ذلك فإنه غير مطلوب منك شيء إلا متابعة حياتك كما كانت سابقاً. تأمل في الصباح، وعش باقي يومك؛ ومن ثم تأمل ثانية في المساء. هذا الأمر يحد ذاته كفيل بوضعك على طريق تحويل حياتك وخلق المعجزات التي تريدها.

كل ما قرأته في هذا الكتاب لم يكن إلا إعداداً للتدريب الفعلي للتأمل الذي سيقودك إلى التتوير وعيش التناغم المصيري لم تكن تلك المقدمة ضرورية بقدر ما هي متعة. إذا ما احتاج كل شخص إلى فهم الفيزياء الكونتيمية كي يصبح مستتيراً، فالمتخصصون فيها إذن هم الوحيدون الذين ينالون النورانية. كما هو معروف، فإن الفيزياء الكونتيمية قد دفعت مسألة الروح قدماً من خلال استفساراتها حول المعنى الأعمق للحياة، من بين هؤلاء العلماء العظام «ولفنانغ بولي» و«كارل يونغ». وهما أول من تحدث عن التناغمية، هناك آخرون مثل «إرون شرودنغ»، «بول ديراس»، «ورنر هايسنبرغ» «ماكس بلانك»، «ديفيد بوم» و«جون ويلر». يعتقد هؤلاء بأنه لا يمكن فهم الفيزياء الكونتيمية، ما لم نعتبر الوعي ونشمله كعنصر أساس في جوهر الحقيقة. ليس بالضرورة أن نفهم الدين أو الفلسفة أو العلوم لنصل إلى معرفة بالروح. كل ما علينا فعله هو أن ننتبه إلى التعاليم التالية.

التأمل عملية بسيطة، ولكن يصعب شرحها، ستجده أمراً بسيطاً مجرد بدأت ممارسته بانتظام. سأقدم أساسيات التأمل بحيث تتمكن تطبيق مبادئ التناغم القدري بنجاح.

• كيفية التأمل

أدمننا ناشطة على الدوام، تقفز من فكرة إلى أخرى، ومن عاطفة إلى أخرى، وللقيام بعملية الاتصال بالذكاء الكلي تحتاج الروح الكونية - الساكنة فينا، والجزء منا جميعاً - إلى طريق يتجاوز ضباب الأفكار التي تصرف الانتباه عن الجوهر وتخفي ذلك الذكاء عنا. إن صعوبة شقّ طريقنا عبر ذلك الحاجز تماماً كصعوبة شقنا طريقنا عبر الضباب الحقيقي: إذا ما أردت أن ترى نهاية الشارع في يوم ضبابي، لا يمكنك فعل أي شيء مادي للقيام بذلك. عليك الانتظار، بصبر وهدوء كي يتبدد الضباب ويرتفع من ذات نفسه. أحياناً تظهر فجوة واضحة، وعندها يمكنك أن تلمح ما يقع أمامك. الشيء ذاته ينطبق على الأفكار. إن كنا هادئين نواجه لحظات من الصمت الصافي. أسمى تلك «فجوات» ذهنية. من خلال هذه الفجوات يمكننا أن نلمح المستوى الأعمق للروح. كل لحظة تزيد فهمنا؛ وفي النهاية يتسع وعينا.

هدف التأمل هو التوقف عن التفكير للحظات. إنه انتظار انقشاع الضباب الذهني ولمح الروح في الداخل. إن السيطرة على

طوفان الأفكار صعب للغاية عند معظم الناس. المبتدئون في المحاولة غالباً ما يُحَبَطون جداً؛ ولكن الإحباط ليس إلا واحداً من موجات الأفكار أو العواطف التي تعترض طريق الصفاء المطلوب. الهدف هو الانعتاق والتحرر من كل الأفكار بهدوء وكُمون.

هناك طريقة مألوفة للبدء بالتأمل تكون بالتركيز على أمر بعينه بمنتهى اللطافة بحيث يصبح من الصعب دخول أي أفكار شاردة إلى الذهن. لنبدأ بالتأمل عبر التنفس.

لتبدأ بالتأمل جيد وضعاً مريحاً، اجلس على كرسي مريح وقدماك مسطحتان على الأرض، ضع يديك في حضنك وكفّيك نحو الأعلى، أغمض عينيك وابدأ بمراقبة تنفسك؛ راقب دخول وخروج النفس دون أية محاولة للسيطرة عليه. قد تجد بأن تنفسك التلقائي يتسرع أو يتباطأ، يتعمق أو يتسطح؛ وربما يتوقف للحظة. راقب التغيرات دون مقاومة أو استباق في أي لحظة يشرد ذهنك أو انتباهك إلى أي شيء في محيطك، أو إلى أي إحساس في جسدك أو أي فكرة في رأسك، بلطف أعد وعيك وتركيزك على التنفس.

هذا هو التأمل الأساسي. وما أن يصبح الشخص مرتاحاً بالجلوس بهدوء وبالتركيز على التنفس؛ أنصح بإضافة (المانترا) والتي تخلق بيئة ذهنية تمكّنك من توسيع وعيك.

(المانترات)

تتألف كلمة «مانترا» من جزأين: «مان» وهو الجزء الصوتي لكلمة «مايند» / Mind / (عقل أو ذهن)؛ الثاني «ترا» وهو الجزء الصوتي لكلمة «أداة» أي أن كلمة «مانترا» تعني حرفياً «أداة العقل» تقاليد الحكمة القديمة للـ «فيدانتا» فحصت مختلف الأصوات في الطبيعة، أي الذبذبات الأساسية للعالم من حولنا. وبحسب «الفيدانتا» هذه الأصوات تعبير عن العقل الكوني أو اللانهائي، وهي التي تشكل أساس كل لغة. مثلاً، إذا ما أطلقت كل حروف الهجاء الصائط منها والصامت، فستجد أن تلك الأصوات هي ذاتها التي يطلقها كل أطفال العالم وفي العمر ذاته في طور اكتسابهم للغة. هذه الأصوات تحتوي أيضاً الذبذبات ذاتها التي تطلقها الحيوانات. وإن أصححت السمع بعناية فستجدها في كل مكان في الطبيعة، إنها أصوات صفير / كريح، وطقطقة النار، وانفجارات الرعد، وجريان النهر، وهدير الأمواج... الطبيعة ذبذبة. الكائن اللانهائي يذبذب، وتلك الذبذبة إيقاعية متناغمة موسيقية بدائية أساسية أصلية. الذبذبة هي الأداة التي تقوم القدرة الكامنة اللانهائية بالتجلي بصيغة الكون الظاهر.

نعرف أنّ الكون الظاهر - والذي يبدو مكوناً من مواد صلبة - ليس إلا ذبذبات لمواد مختلفة تهتز بترددات مختلفة. بالتأكيد، إذا ما قمنا بركل صخرة ضخمة فلن نشعر بالذبذبات، بل نشعر

بالألم، ولكن مجرد إحساس القدم بالألم، والدماغ الذي يسجّل الألم ليس إلا ذبذبات؛ فالذبذبات تتفاعل مع بعضها البعض؛ وبدورنا نقوم بتفسير ذلك كمادة وكإحساس. «مانترا» كلمة تصف ميزة الكون هذه.

قدماء الناظرين من الحكماء سمعوا تلك الذبذبات الكونية عندما كانوا يغمسون في أعماق تأملهم. بإمكاننا سماع تلك الذبذبات في أي وقت نشاء، إنها مسألة بسيطة للغاية. إن هدأت ذهنك وجلست بصمت، ستسمع الذبذبات، يمكنك تجريب ذلك في أي وقت تشاء. حتى عندما تغطي أذنيك؛ تسمعها. جسديك يذبذب على الدوام، ولكن الأصوات ناعمة لدرجة أنك لا تسمعها عادة. ولكن إذا ما جلست بهدوء دون ضجة حولك، فإنك ستسمع الخلفية مهمة في الهواء. وإن بدأت بالانتباه إلى المهمة الخلفية ومع التدرّب فإنك بالتأكيد ستخلص إلى سماع كل (المانترات) التي سجلتها الأدبيات (الفيديكية).

يرى الفيديكون أيضاً بأنك إن أنشدت (مانترا) بصوت عالٍ فإن نمط ذبذباتها الخاص سيولد تأثيراتها الخاصة بها ويمكنها أن تولّد أحداثاً في عالمنا المادي. قراءة أو استظهار أو إنشاء (مانترا) ذهنية سيولد ذبذبات ذهنية؛ وتصبح آنئذ أكثر تجريباً. وفي النهاية تأخذك إلى حقل من الوعي الصافي أو إلى الروح حيث صدور الذبذبة. إذاً (المانترا) هي طريقة جيدة للارتقاء والرجوع إلى

مصدر الفكرة والتي هي وعي صافٍ. لهذا بعض (المانترات) يُنصحُ بها لأنها تُحدث ذبذبات معيَّنة.

(المانترا) التي استخدمها وأنصح بها لتحقيق التناغم القدري هي «المانترا» البسيطة: (So-hum) {سوو - هَم} وهي «مانترا» التنفس، فإن أنت راقبت تنفسك ستسمع {سوو - هَم} (So-hum) مع نزول وخروج الهواء من الرئتين. مع الشهيق تُسمع ذبذبات على شكل الصوت (سوو) «So»؛ ومع الزفير تسمع ذبذبات على شكل الصوت (هم) «hum». بإمكانك تجربة ذلك: اشهق بعمق، أغلق عينيك وفمك، وازفر بقوة عبر الأنف. إذا ركزت انتباهك، ستسمع بوضوح شديد Hum (هم).

إن إحدى تقنيات التأمل تتمثل بالتركيز على مصدر التنفس. وعيناك مغمضتان، اشهق وفكّر بكلمة (سوو - سوو)، وفي الزفير أيضاً فكّر بـ (hum - هم) تدريجياً، يصبح التنفس والصوت أكثر وأكثر هدوءاً إلى حد تشعر بأنه يتوقف. من خلال تهدئة تنفسك، يهدأ ذهنك أيضاً. وحال ارتقائك «مانترا» التنفس (So - hum) تختفي، وبنفسك يتوقف لحظياً؛ الزمن ذاته يتوقف فأنت في ميدان الوعي الصافي، في المجال الكوني، في عالم الروح، في قاع الكينونة.

(المانترا) إذاً هي طريقة كي تخبر الوعي الكوني. لقد استخدم (المانترا) (الأبورجويون) و(الهنود) و(سكان أمريكا

الأصليين) إضافة إلى ثقافات عدة لآلاف السنين، في كل ثقافة، تشمل (المانترا) ترانيم تخلق ذبذبات خاصة، وأصوات كونية تخلق شيئاً من لا شيء؛ وهذا ينقل الطاقة من اللا ظاهر إلى الظاهر.

سوترا - Sutra

السوترا (Sutra) هي (مانترا) ذات معنى. إذا كانت المانترا لا تحمل معنى لأنها مجرد ذبذبات أو صوت، فإن لـ (سوترا) معنى. (المونترا) تصبح (سوترا) إن كان هناك نية أو قصد في الصوت.

كلمة (سوترا - Sutra) سنسكريتية لها علاقة بالكلمة اللاتينية «سوتورا» والتي تشكل جذراً للكلمة الإنكليزية «Suture» والتي تعني (الضم عبر الخياطة) أي يخيّط؛ وأعتقد أن جذر الكلمة من العربية القديمة في كلمة (سَتر).

(سوترا) إذا قطبة في الروح، وهذه القطبة من النية أو القصد. كلاهما «المانترا» و«السوترا» تفسحان في المجال إلى الارتقاء نحو الوعي الأرسخ. بإمكانك إذاً استخدام (المانترا) - /سوو - هم / /So - hum / للارتقاء؛ ومن ثم استخدام الكلمة الفعلية (سوترا) لتضمنين قصد معين في وعيك.

الرسائل في الـ (سوترا) بسيطة ومعقدة في آن معاً. إن أنت أطلقت الـ (سوترا) «أبام برابماسمي» (Abam Brabmasmi) ومعنى

ذلك «جوهر وجودي هو الحقيقة المطلقة، إنه جذر وأساس الكون، ومصدر كل ما هو موجود»؟ فقد يأخذ ذلك يوماً كاملاً أو يحتل نصف كتاب لشرح وفهم تلك الجملة؛ ومع ذلك فإن الـ (سوترا) تحتوي فهماً كاملاً لتلك الفكرة المعقدة؛ فهذه الـ (سوترا) الموجودة في هاتين الكلمتين تلخص ذلك الفهم الكامل. من خلال مجرد وضعك قصديك في تلك الـ (سوترا) ستخبر وتستوعب الشرح الكامل الذي تحتويه.

هناك مانترات وسوترات استُخدمت بنجاح لآلاف السنين وستجدها في الفصول القادمة. إنها تمهد طريق التأغم القديري رغم أن الكلمات السنسكريتية التي تجسد هذه السوترات قد تبدو غريبة عليك، فإن ذلك لا يقلل من تأثيرها الكبير؛ فإنه ليس مطلوباً منك أن تفهم معاني السوترات حتى تقوم تلك السوترات بعملها. تذكر أن تلك الأصوات هي أصوات الطبيعة ومعانيها ملتصقة طبيعياً بها. إن الروح تفهم معانيها حتى لو لم تفهمها أنت.

لماذا نستخدم هذه الكلمات القديمة كـ (مانترات) و(سوترات) بدلاً من كلمات حديثة؟ للجواب علاقة بالفعالية. إن استخدام (مانترات) و(سوترات) حديثة تجعل ببساطة عملية تمثّل التأغمية أكثر صعوبة. لنفكر بالأمر التالي: هناك طرق عدة يمكنني أن أسلكها للوصول إلى بيتي: بإمكانني أخذ طريق

المحلّق؛ يمكنني استخدام خارطة طريق ويمكنني ركوب مروحية، ويمكنني أن أذهب إلى الساحل وأستقل سفينة؛ ولكنني إذا ما اتبعت طريقاً معروفاً تماماً... طريقاً مألوفاً اتبعته آلاف المرات، فستكون الرحلة أسهل حتماً. وبشكل مشابه فإن الـ (سوترات ومانترات) قد استُخدمت لآلاف السنين من قبل الملايين عبر الأجيال وأثبتت بأنها توفر الطريق الأسهل للارتقاء وللوصول إلى المستوى الكوني.

هناك أيضاً قيمة إضافية في استخدام مسألة استُخدمت لهدف معين مرّات ومرّات؛ فكل مرة تُستخدَم فيها (مانترا أو سوترا) تساعد في ازدياد احتمالية النتيجة ذاتها إذا ما استُخدمت ثانية. إذا ما استحضرنّا تجربة الجسيم والموجة في الفصل الأول، فلا بد أن نتذكر أنه في كل مرة ينحسر فيها الجسيم الموجي في نموذج موجي فإنه يزيد احتمالية ذلك الانحسار بالشكل ذاته تماماً في المستقبل. السوترات هي عبارة عن مقاصد ونوايا تزيد من احتمالية انحسار أو إنطواء وظيفة موجية إلى نطاق احتمالي متوقّع. وهذا يعني أنه بقدر استخدام (سوترا) ما بقدر ازدياد احتمالية تحقّق المقصد أو النية. لذا فإنه من الأفضل استخدام (سوترا) قديمة مألوقة الاستخدام من استخدام (سوترا) جديدة. حاول ألا يحبطنك استخدام السنسكريتية؛ بل رحّب باستخدام الكلمات القديمة كحليفة لك في بحثك عن الارتقاء المؤدي إلى التناغم القدرى.

الفصول السبعة التالية تصف مبادئ التناغم القدري وتقدم تمارين تقويّ فهمك لها. الفصول السبعة هي طرق تفكير حول مواصفات الذكاء الكوني وربط له بحياتك. كل مبدأ يقدم درساً أي أن الطريقة الجديدة لربطه يقربك من الروح باحتمالاتها الممكنة اللانهائية.

هناك برنامج إنجاز التناغم القدري، وهو الطريقة المحددة لاستخدام كل العناصر التي تمت مناقشتها حتى الآن:

- 1 - ابدأ يومك بالذهاب إلى مكان هادئ، حيث لا يزعجك أمر. واجمع رموزاً لنموذجك الأصلي archetype وضعها أمامك.
- 2 - تأمل لمدة عشرين دقيقة مستخدماً (مانترا) الـ (سوو - هم) (So - hum)، هذا يوسّع وعيك ويضعك في حالة ذهنية مستقبلة.

- 3 - مباشرة بعد إنهائك عملية التأمل، وبعد أن تفتح عينيك؛ انظر إلى رموز نموذجك الأساس archetype وادعُ أو استحضر الطاقات النموذج الأصلي كي تعبّر عن ذاتها عبرك. قل: «أطلب بأن تصبحي جزءاً مني وتعملي من خلالي. قوديني عبر حياتي».

- 4 - اقرأ مبدأ التناغم القدري المخصص لهذا اليوم بالذات. هناك سبعة مبادئ للتناغم القدري وسبعة أيام في الأسبوع. يوم تبدأ اقرأ المبدأ الأول. غير مطلوب منك أن تستوعب كل مفهوم

يحتويه ذلك المبدأ. فقط اقرأه. وفي اليوم الثاني، انتقل إلى المبدأ الثاني، وفي الثالث إلى المبدأ الثالث؛ وهكذا. أنصح بعدم القفز والتقل بين المبادئ؛ فهي مرتبة بحيث يبني كل واحد الآخر ويمهد له. وفي اليوم الثامن، عد إلى المبدأ الأول وابدأ السلسلة ثانية.

في كل مبدأ (ساترا) تكبسّل تعاليم ذلك المبدأ. حاول أن تفهم معنى تلك (الساترا) قم بالتمرين المرتبط بـ (الساترا) لتصبح جزءاً من حقيقتك. وبعد عدة أسابيع، يمكنك قراءة الـ (الساترا) وحدها وتحصل على الفائدة الكاملة، وكأنك قرأت الفصل بأكمله. بالشكل المثالي، ستتابع هذا البرنامج يومياً؛ وكل أسبوع وشهر يجعلك أقرب لتحقيق مصير حياتك.

الخطوات الأربع السابقة لن تأخذ من وقتك أكثر من عشرين إلى ثلاثين دقيقة. كرّر العملية في الليل أيضاً.

لبقية اليوم، ليس عليك أن تقوم بأي شيء خاص. فقط عش حياتك بالطريقة العادية المألوفة. تأمل الصباح يركز قصديتك ونيتك لليوم برمته. من خلال قراءتك للمبدأ، فإنك تخلق النية، ومن ثم دع الذكاء الكوني أن يناغم ملايين الأحداث التي يجب أن تحدث كي يتحقق القصد. هذا كل ما عليك القيام به.

رغم أن القصد يعمل بذاته عبر تناغمية ينظمها الذكاء الكوني، يمكن لهذه التناغمية أن تتعطل بفعل الأنا. كيف

يمكنك أن تعرف متى يعترض الأنا طريق أحلامك؟ هناك مفاتيح عدة وأهمها القلق. في أي وقت تكون نفسك أو روحك مغطاة بصورة نفسك أو بالأنا عندك، فستشعر بالقلق. نفسك الجوهرية الحقيقية لا قلق فيها. راسخ القلب لا يشعر بالقلق. تلك المشاعر إشارات بأن ارتباطك بالكينونة اللامادية مفلق. لكثيرين، هذا الأمر متكرر. والطريقة لكسر هذه العقبة، والاستعادة التركيز المفقود بسبب إحساسك بالتوتر والقلق، هي عبر الانتحاء الشمسي. والانتحاء هو آلية طبيعية في النباتات تجعلها تنمو باتجاه الضوء. أعتقد أن أفكارك ومقاصدك تماثل هذا الضوء، والعالم ذاته ينمو باتجاه تنفيذ هذه المقاصد والنوايا. استخدم عبارات الـ (سوترا) الموجودة في نهاية كل فصل من الفصول السبعة القادمة عندما تشعر بالتوتر أو الاضطراب أو القلق أو تفقد رسوخك أو توازنك خلال اليوم. في كل يوم عد إلى مقولة الـ (سوترا) المخصصة لذلك اليوم. (قد تجد يسراً في تصويرك لتلك المقولات وحملها بحيث يمكنك استخدامها عند الحاجة لإعادة تثبيت إحساسك بنفسك) اقرأ المقولة الأولى بصمت ودغ صورة تحضر إلى ساحة وعيك. وجمال تسجيلك الصورة قل الـ (سوترا) المخصصة لذلك اليوم. وهم بالشئ ذاته بالنسبة لكل مقولات ذلك اليوم. وما أن تنتهي من كل المقولات /والتي لن تأخذ أكثر من دقيقة/ ستشعر بالتوازن ثانية.

في نهاية كل فصل ستجد تمريناً أو أكثر مصممة كي تشرح المبادئ وتقودك تجاه فهم أعمق لك (سوترا). هذه ليست جزءاً من التأمل اليومي؛ لكنها إضافات؛ جربها حالما شعرت بالحاجة لخطوة إضافية تجاه فهم مبادئ التناغم القديري.

في النهاية، هذا حقيقة كل ما تحتاجه كي تصل إلى مكان حدوث التناغم القديري... المبادئ السبعة، الـ (سوترات) السبع، نموذجك الأصلي، قدرة على التأمل مستخدماً «السوو - هم» (So - hum) مانترا، إضافة إلى مقولات الـ (سوترا) لتقرأها عندما تشعر بأنك بدأت تفقد توازنك. ها هي الأدوات التي تجعل المعجزات تحدث بين يديك.

(8)

المبدأ الأول: أنت مويجة في بنية الكون

(سوترا) «أهام براهيماسي» {أب - هم براب - ماهس - مي} وتعني: «إن جوهر وجودي هو الحقيقة المطلقة، إنه جذر الكون وأساسه؛ إنه مصدر كل ما هو موجود».

يعترف أول مبدأ للتاغم القدري بالذكاء المصدري المنشئ لجسدي ولجسدك وللكون ككل، أي المصدر لأي شيء من النجوم والكواكب إلى المجرات وحتى الجزيئات ما تحت الذرية. ميدان الذكاء الواعي هذا هو منبع الكون؛ إنه الجسد الامتدادي الذي نشترك فيه جميعاً؛ إنه يربطنا جميعاً؛ فجوهر وجودي هو جوهر وجودك أيضاً؛ وهو جوهر كل الكائنات.

أنت وأنا والكون واحد، أنا الكون متموضع في كائن بشري مفرد. الكون، متموضع في جسدك أيضاً. تقرأ هذه الكلمات في هذه اللحظة بالذات في زمان ومكان محدد. كلانا موجود كمويجات معينة في ميدان الذكاء الواعي. كل ملمح من حيواتنا يُهندس ويُعبّر عنه من خلال ذكاء كوني بلا حدود ألا

وهو بحر الوعي اللانهائي الذي نشأ أنت وأنا والكون منه . حتى أفكارنا وأمنياتنا ورغباتنا وأحلامنا هي منه أيضاً. كل ذلك استعراض للكون الكلي. وعندما تُثبِن بأن المقاصد والرغبات فيك هي ذاتها مقاصد الكون ورغباته، فإنك ستتخلى عن الرغبة في السيطرة تاركاً الحياة العجائبية التي وُلِدَتْ مبرجاً عليها تتبدى عبر روعة غير متخيَّلة.

ما أن تفهم هذا المبدأ، فإنك ستفهم (السوترا) للمبدأ الأول للتناغم القدرى: لجوهر وجودي هو الحقيقة المطلقة، إنه جذر وأساس الكون ومصدر كل ما هو موجوداً وعلى بساطة هذه المقولة، فإن عمقها قد يستغرق حياة بكاملها من التفحص الدقيق ومعناها بالنسبة لحياتنا غاية في العمق. عند استيعابنا الكامل لهذه (السوترا) كل شيء يضحى ممكناً لأن كل شيء موجود سلفاً في داخلنا. أنا وأنت واحد؛ وكل منا هو الكائن اللانهائي الذي يعرض وجهة نظر معيَّنة – وجهة نظرك ووجهة نظري. ذاتي غير منفصلة عن كل ما هو موجود، كما نفسك أو ذاتك غير منفصلة عن كل ما هو موجود.

قوة هذه الفكرة تظهر عندما ندرك أن الذات تعمل بتناغم. لأنني امتداد للذكاء الواعي، والذكاء الواعي هو مصدر كل الحقيقة، فأنا مصدر كل الحقيقة. فأنا أخلق تجربتي.

القصد ينبع من أعمق رغباتنا؛ وهذه الرغبات تشكلها (الكارما) أنت وأنا لا نمتلك (الكارما) ذاتها؛ لذا ليس لنا الرغبات ذاتها. لقد أحببنا أناساً مختلفين، وانحنينا لأضرحة مختلفة، وصلينا على محاريب مختلفة. خاصيات الرغبة فريدة في كل منّا.

مع ذلك، إن نحن تتبعنا سلسلة الرغبات، سنجد بأننا في النهاية واحد. كلنا نريد أن نكون سعداء. كلنا نبغي الإحساس بالتحقق. كلنا نريد معنى وهدفاً لحياتنا. كلنا نريد إحساساً بالارتباط بالله وبالروح. كلنا نريد الآخرين أن يحبونا ويحترمونا. وكلنا نريد الشعور بالأمان. هذه الرغبات كونية؛ لكن الطريق التي تتبعها لبلوغها تخصصنا بامتياز؛ وذلك يعتمد على خبراتنا الفردية وذاكرتنا أو (كرمانا) كلنا نتجه نحو المصير ذاته، ولكننا نأخذ دروباً مختلفة. نصل معاً، رغم سلوكنا سبلاً مختلفة.

التمرين الأول

الشاهد الصامت

اذهب إلى مكان هادئ حيث لا يحتمل أن يزعجك أحد. ضع شريطاً من الموسيقى المهدئة. أغمض عينيك. وأنت تقوم بذلك، أدر انتباهك إلى من يصغي فعلاً. ابدأ بملاحظة وجهين لذاتك، أذناك تلتقطان الصوت، ودماعك يعالج النغمات الموسيقية، ولكن كل ذلك ليس إلا آليات السمع، فمن ذا الذي يربط الأنغام ببعضها البعض؟ هل تفكر بعملية الإصغاء؟ من ذا الذي يقوم بالإصغاء الفعلي؟

راقب الشاهد الصامت، المستمع الصامت الحاضر أبدأ.

هذا الحضور موجود ليس بشخصك فقط؛ ولكن في الفضاء حولك؛ إنه ذلك الجزء من ذاتك؛ إنه ذاك الذي يتجاوز أفكارك ومشاعرك اللحظية، ذلك الجزء الذي لا يتعب ولا ينام وغير القابل للانتهاك. عليك الاعتراف بأن ذلك الشاهد الصامت موجود على الدوام. إنه ذلك الجزء منك الممكن لمحه عند إسكات وإيقاف تَبَعُثُرِ أفكارك عبر التأمل. أتشعر بداخلك بتيار الوعي الأعمق هذا؟ إن الانتباه لهذا الشاهد الصامت هو بداية الانتباه لحقل الذكاء الواعي مصدر كل التناغمات في حياتنا.

التمرين الثاني لماذا أنت هنا؟

تحتاج ورقة وقلماً لهذا التمرين، وتحتاج أيضاً عشر دقائق دون مقاطعة. اسأل نفسك: «لماذا أنا هنا؟» واكتب أول شيء يأتي إلى ذهنك. هذا السؤال مفتوح على كل التفسيرات، لذا اكتب أية أفكار يثيرها هذا السؤال. لا تقلقك الكتابة ذاتها. ليس مطلوباً منك أن تكتب جملاً كاملة.

اطرح السؤال مرة أخرى: «لماذا أنا هنا؟». اكتب جواباً جديداً. قم بذلك عشرين مرة؛ استمر بالبحث عن طرق جديدة لتفسير السؤال بحيث يكون كل جواب فريداً من نوعه ويخاطب وجهاً مختلفاً للسؤال.

والآن راجع أجوبتك. بماذا تتبئك؟ هل ترى نمودجاً أو تطوراً من نوع معين فيها؟ أي شيء يقول لك ذلك عن حياتك؟

يمكنك رؤية حياتك كسلسلة من الأحداث الخارجية والداخلية ولكن يمكنك أيضاً أن تتعلم رؤية تلك الأحداث مرتبطة ببعضها البعض وبشيء أكثر روحانية. عند قيامك بذلك،

ستبدأ برؤية حياتك كفرصة من خلالها تشارك بالنعمة التي تستطيع بمفردك أن تضيفها على العالم. هذا أحد الأجوبة على السؤال: «لماذا أنت هنا؟» وجود هذا النوع من الوضوح في الهدف يساعدك على تركيز مقاصدك.

مقولات سوترا للمبدأ الأول

- تصوّر أن الكون بكيّته يكتمل بداخلك.
(عندما تحضر الصورة بذهنك؛ قل: آهام براهماسمي:
«Aham Brahmasmi»).
- تصوّر بأنك مرتبك مع كل ما هو موجود.
(آهام برهماسمي).
- تصوّر أنك حبة سبحة من الكرستال، وأنتك تعكس نور
كل الكائنات، وتعكس أيضاً ضوء الكون كله.
(آهام برهماسمي).
- تصوّر أنك شعاع في جديلة الكون ترتبط مع كل
الشعاعات.
(آهام برهماسمي).
- تصوّر أنك أبدي.
(آهام برهماسمي).

(9)

المبدأ الثاني:

عبر مرآة العلاقات أكتشف ذاتي الكونية

(سوترا) «تات تفام آسي»

وتعني: «أرى الآخر في نفسي وأرى نفسي في الآخرين».

إن معرفة عمل العلاقات الإنسانية أحد أهم المفاتيح للتناغم القدري. في الغرب يعتمدون على علم النفس الشعبي للتوصل إلى استراتيجيات إدارة الأفكار والمشاعر. غالباً ما تقترح كتب تحسين الذات التلاعب بعلاقاتنا كي تصبح أكثر قبولاً؛ لكن خلق علاقات إنسانية إيجابية ليس مجرد تكتيكات؛ إنها تعني تزويد البيئة البشرية التي يمكن للتناغم القدري أن ينمو أو يتحقق فيها. إنها على درجة من الجوهرية بقدر ما هي الجاذبية جوهرية وبقدر ما هو هواء التنفس جوهرية.

الـ (مانترا) لهذا المبدأ تعني: «أنا هو ذلك...» يستند هذا المبدأ على المبدأ الأول القائل أن كلنا امتدادات لحقل الطاقة الكوني؛ أي كلنا كينونة واحدة بوجهات نظر مختلفة. مبدأ «أنا هو ذلك»

يتضمن النظر إلى كل شيء في العالم والتأكد بأننا ننظر إلى نسخة أخرى من ذواتنا. أنا وأنت واحد. كل شيء واحد. أنا هو ذلك؟ أنت هو ذلك، كل هذا هو ذلك. كلنا مرآة للآخرين؛ وعلينا التعلم بأن نرى أنفسنا في انعكاس الآخرين. هذا يسمى مرآة العلاقة. عبر مرآة العلاقة أكتشف ذاتي الكونية. لهذا السبب، فإن تنمية العلاقات أهم شيء في حياتنا. عندما أنظر حولي، كل ما أراه هو تعبير عن نفسي.

العلاقة؛ إذاً، أداة للتطوّر الروحي، والهدف النهائي هو الوصول إلى وحدة الوعي. نحن جميعاً بشكل حتمي جزء من الوعي الكوني ولكن الاختراق الكشفي الحقيقي يتم عندما ندرك هذا الترابط في حيواتنا اليومية.

العلائقية هي أحد أهم الطرق تأثيراً لولوج وحدة الوعي لأننا على الدوام في حالة علائقية. لنتمتع بشبكة علاقاتنا: الآباء، الأبناء، الأصدقاء، الزملاء والعلاقات العاطفية. كلها بجوهرها تجارب وخبرات روحية. عندما تحب، مثلاً، ينشأ لديك إحساس بغياب الزمن. تكون في تلك اللحظة بحالة تصالح مع اللايقينية، تشعر بالروعة ولكن ينتابك إحساس بأنك عرضة للاختراق. تشعر بالحميمية لكن بالافتضاح. إنك تتحوّل، وتتغيّر ولكن دون خوف؛ ينتابك العجب. هذه تجربة روحية.

عبر مرآة العلاقات... كل العلاقات... نكتشف حالات وعي ممتدة. من نحبههم ومن ينفرون منا ليسوا إلا مرآة لأنفسنا. إلى من ننجذب؟ ننجذب إلى أولئك الذين يحملون الصفات ذاتها؛ ولكن هناك ما هو أكثر من ذلك. نريد أن نكون بصحبتهم، لأننا نشعر بشكل لا شعوري، بأن قيامنا بذلك قد يظهر المزيد من صفات التشابه أيضاً. وللأسباب ذاتها ينفّر منا أناس بعكسهم بمسلكهم صفات نستكرها في ذاتنا أيضاً. إذا كانت لديك ردة فعل سلبية تجاه شخص ما، تأكد من أن ذلك الشخص يملك صفات تماثل صفات لديك، وهي صفات لا تحبها. إذا كنت راعباً بقبول تلك الصفات؛ فما كانت لتزعجك.

باعترافنا بأننا نرى أنفسنا بالآخرين، فإن كل علاقة تصبح أداة في تطوّر وعينا. ويتطور وعينا فإننا نخبر كامتداد لحالات الوعي. إنه في حالات الوعي الممتدة هذه أي عندما نصل إلى المجال الكوني يمكننا أن نخبر التناغم القدري.

في المرة القادمة عندما تتجذب إلى شخص ما، اسأل عما جذبك إليه. هل هو الجمال؟ الرقة؟ الأناقة؟ القوة؟ النفوذ؟ الذكاء؟ عليك أن تعرف، أنه مهما كان عامل الجذب فإنه يزدهر ويتفتح عندك أيضاً. انتبه إلى هذه المشاعر، وستتمكن من البدء بعملية معرفة نفسك تماماً.

الشيء ذاته ينطبق على أولئك الذين ينفرون منك. أن تصبح منسجماً مع ذاتك أكثر، عليك فهم واحدة من مواصفاتك الأقل جذباً. إن الطبيعة الأساسية للكون تكمن في تعايش القيم المتناقضة. لن تكون شجاعاً إن لم يوجد الجبان في داخلك. لن تكون كريماً إن لم يتوفر ذو اليد المقبوضة بداخلك. ولن تكون فاضلاً، ما لم تحتو القدرة على الشر.

نمضي معظم حياتنا في حالة إنكار لذلك الجانب المظلم في أنفسنا ونخلص إلى إسقاط تلك الصفات على الآخرين ممن نعرفهم. هل تعرف أناساً تبدو مهمتهم في الحياة هي جذب السيئين إلى حياتهم. لا يدرك هؤلاء عادة لماذا يحدث ذلك في حياتهم المرة تلو الأخرى. الحقيقة لا تكمن بأنهم يجذبون تلك الظلامية لكنها تكمن في عدم اعترافهم بذلك الشيء داخل أنفسهم ذاتها. أن تجد شخصاً لا تحبه هو فرصة لتقبّل مفارقة تعايش المتناقضات ولكشف وجه جديد لنفسك.

إنها خطوة أخرى باتجاه تطوير نفسك الروحية. إن أكثر الناس استنارة في العالم هم المحتضنون لكلية قدرتهم النورانية والظلامية الكامنة .

عندما تكون بصحبة أناس يمتلكون ويعترفون بميزاتهم السلبية فلن تشعر بأنك موضوع تقويم من قبلهم.

فقط في حضرة أولئك الذين لا يرون إلا الخير والشر، والصح والخطأ كصفات خارج أنفسهم تصدر الأحكام.

عندما نكون مستعدين لتقبّل جوانب النور والظلام في أنفسنا يمكننا البدء بإشفاء أنفسنا وعلاقاتنا. ابدأ بشكل بسيط بالشخص الأقبح الذي يمكن أن تفكر به. مثلاً؛ فكّر بأدولف هتلر، وقل: كيف يمكنني أن أكون مثل هتلر؟ كثيرون يرفضون تماماً أن يكون فيهم أي ميزة من هتلر مهما صغرت. لكن، فكر بعمق أكثر! هل فكّرت بالتحيز ضد شخص أو مجموعة بشرية ما لمجرد انتمائهم لجهة أو عرق أو لون أو لهجة أو بسبب إعاقة ما؟

إذا استطعت أن تفكر بمثال كهذا في حياتك؛ فعليك إذاً تقبّل التشابه بينك وبين هتلر. كلنا متعدّدو الأبعاد وفي الوقت ذاته وحيدو البعد. أي شيء موجود في العالم موجود هنا أيضاً. عندما نقبل هذه الميزات المختلفة في أنفسنا نعترف بارتباطنا بالوعي الكوني ونوسّع وعينا الشخصي.

هناك قصة صوفية رائعة تشرح كيفية تأثير هذه الحالة المرآتية على حياتنا. دخل رجل قرية وذهب لمقابلة رجل صوفي معلم، وهو حكيم القرية المسن. قال الزائر: «أحاول أن أقرر الانتقال أو عدم الانتقال إلى هذه القرية. وأتساءل أي جيران يمكن أن يكون أهلها». «هل أخبرتني عن أهل هذه البلدة؟». قال

المعلم الصوفي: «قل لي أي أناس كنت تعاشر حيث كنت تعيش». قال الزائر: «أوه... إنهم لصوص ومخادعون وكذابون» قال المعلم الصوفي: «الناس أنفسهم يعيشون هنا أيضاً». غادر الزائر ولم يعد. بعد نصف ساعة دخل رجل آخر البلدة؛ بحث عن المعلم الصوفي وقال: «أفكر بالانتقال إلى هذه البلدة، هل أخبرتني أي أناس يعيشون في هذه القرية؟». مرة أخرى، سأل المعلم الصوفي: «قل لي أي أناس كنت تعاشر حيث كنت تعيش؟» قال الزائر: «أوه... لقد كانوا الألف والأكيس والأرحم والأحب، سأشتاق إليهم كثيراً». قال المعلم الصوفي: «الناس أنفسهم يعيشون هنا أيضاً».

هذه القصة تذكرنا بأن الصفات التي نراها أكثر وضوحاً في الآخرين هي ذاتها الموجودة داخل أنفسنا. عندما نتمكن من الرؤية بمرآة علاقتنا؛ يمكننا من البدء برؤية ذواتنا بكلّيتها. للقيام بذلك، علينا أن نكون مرتاحين تجاه غموضنا ونقبل كل جوانب أنفسنا. وفي مستوى أعمق، علينا الاعتراف بأننا لسنا ذوي مثالب لأن فينا صفات سلبية. لا أحد يمتلك فقط صفات إيجابية. أن نعترف بامتلاكنا صفات سلبية يعني ببساطة أننا كاملون. وبذلك الكمال نحصل على طريق وصول لأنفسنا الكونية.

التمرين الثالث

قبول الثنائية

تحتاج قلماً وورقة لهذا التمرين.

فكر بشخص تجده جذاباً جداً. في الجانب الأيسر من الورقة، عدد عشر صفات مرغوبة يملكها هذا الشخص. اذكر كل ما يخطر في البال. اكتب بسرعة. يكمن السر في ألا تعطي لوعيك الوقت كي يدقق ويصحح وينضد أفكارك. لماذا تحب هذا الشخص؟ لماذا تجده جذاباً؟

ما الذي يعجبك فيه أكثر؟ هل ذلك الشخص لطيف، محب، مرن، مستقل؟ هل يكمن إعجابك به لأنه يسوق سيارة جميلة أم لأن تصفيف شعره مفر؟ أم لأنه يسكن في بيت مرغوب؟ أنت الوحيد الذي سيرى القائمة؛ فكن بمنتهى الصراحة. إن تمرقل إكمالك لعشر صفات؛ قل بصوت عال: «أحب هذا الشخص لأن.....» وأملأ الفراغ. بإمكانك كتابة ما اشتهيت من صفات؛ لكن لا تتوقف قبل أن تصل إلى عشرة.

والآن غير الاتجاه واستحضر شخصاً تجده كريهاً، يزعجك ويؤذيك ويفضبك، أو يجعلك غير مرتاح بطريقة ما. ابدأ بتحديد تلك الصفات أو الميزات التي تجدها غير جذابة. وعلى الجانب الأيمن من الصفحة عدّد عشر صفات غير محمودة. لماذا لا تحب ذلك الشخص؟ لماذا تنزعج وتغضب منه؟ اكتب ما شئت من الصفات؛ ولكن لا تتوقف قبل أن تعدد عشرًا منها.

عند انتهائك من القائمتين. فكّر ثانية بالشخص الذي تجده جذاباً وحاول أن تجد ثلاث صفات غير جذابة فيه. لا تقاوم. ليس هناك من شخص كامل. (بقدر قبورك ذلك في الآخرين، بقدر ما ستقبل ذلك نفسك). بعدها فكّر بالشخص الذي لا تجده جذاباً، وحدد ثلاث صفات تجدها مرغوبة فيه.

الآن، بين يديك على الأقل ست وعشرون صفة على الصفحة. أعد قراءة الصفات وضع دائرة حول أية صفة تجدها في نفسك شخصياً. إن كتبت «رحوم» كصفة من صفات الشخص الذي تحب، اسأل نفسك إن كانت هذه الصفة من صفاتك. إذا كان الأمر كذلك، فضع دائرة حولها. لا تفكر بالأمر كثيراً؛ فقط تجاوب مع انطباعك الأول. تفحص كل الصفات في القوائم، وضع دائرة حول كل كلمة تصف ميزة تعرفها بطبيعتك.

انظر إلى القائمة ثانية، وحدد الكلمات خارج الدوائر التي لا تنطبق عليك على الإطلاق؛ أي الكلمات التي لا تصفك على الإطلاق. ضع إشارة بجانب كل منها.

أخيراً عد إلى الكلمات التي وضعت ضمن دائرة وحدد الثلاث التي تصفك تماماً. اقلب الصفحة ودوّن هذه الكلمات الثلاث. ثم عد وانظر في الكلمات التي وضعت إشارة بجانبها، وحدد أهم ثلاث بينها أبعد ما تكون عن صفاتك الحقيقية. اكتب هذه الكلمات في الجانب الآخر من الصفحة. اقرأ بصوت عال الكلمات الست على ظهر الصفحة، الثلاث الأقرب والثلاث الأبعد. أنت في المحصلة مجمل تلك الصفات والميزات.

الصفات التي أنكرت بشدة هي أيضاً جزء منك؛ وربما هي ذاتها المسؤولة عن إثارة معظم الاضطرابات في حياتك. إنك تجذب الآخرين بمجمل هذه الصفات الست؛ بالإيجابية جداً لأنك قد تعتقد بأنك لا تستحقها، والسلبية جداً لأنك ترفض الاعتراف بوجودها في حياتك.

حال تمكنت من رؤية نفسك في الآخرين، يصبح من الأسهل كثيراً أن تتواصل معهم. وعبر ذلك الاتصال يمكنك اكتشاف وحدة الوعي. عندها سينفتح الباب نحو التناغم القدري. هكذا هي قوة مرآة العلاقة.

التمرين الرابع

ناماستي NAMASTE

كلمة «ناماستي» السنسكريتية تعني «الروح بداخلي تُجلُّ الروحَ بداخلك».

عندما تقع عيناك على عين شخص آخر، قل «ناماستي» بشكل صامت. هذه طريقة للاعتراف بأن الطرف الآخر هو ذاته الكائن ها هنا.

عندما تقوم بذلك، فإن كل جزء فيك من لغة جسدك إلى تعابيرك إلى نغم صوتك سيتم الانتباه إليه من قبل الشخص الآخر في مستوى عميق جداً. رغم أن هذه التحية صامتة، سيجل الفريق الآخر - شعورياً أو لا شعورياً الاحترام الكامن في تحيتك الصامتة. تدرب على هذا التمرين لأيام وحاول أن ترى إذا لاحظت أي فرق في تفاعلك مع الآخرين.

مقولات سوترا للمبدأ الثاني

• تخيّل أن روحك ليست فقط فيك بل في كل الكائنات، وفي كل ما هو موجود.

(تات تفام آسي tat tvam asi).

• تخيّل أن كل واحد هو انعكاس لذاتك.

(تات تفام آسي tat tvam asi).

• تخيّل أنه عند نظرك إلى الكون فأنت تنظر في مرآتك.

(تات تفام آسي tat tvam asi).

• تخيّل بأنك ترى ما يراه الآخرون.

(تات تفام آسي tat tvam asi).

• تخيّل بأنك تستطيع أن تشعر بما يشعر به الآخرون.

(تات تفام آسي tat tvam asi).

• تخيّل بأنك جُبلة من الصفات التي أكثر ما تعجبك في الآخرين.

(تات تفام آسي tat tvam asi).

• تخيل أن الآخرين يعكسون الصفات التي تحبها بنفسك.

(تات تفام آسي tat tvam asi).

• تخيل بأنك شخص صورتك في سلسلة من المرايا حيث ترى نفسك لأميال وكل انعكاس تراه هو أنت؛ ولكن يبدو مختلفاً.

(تات تفام آسي tat tvam asi).

(10)

المبدأ الثالث:

افهم حوارك الداخلي فهماً كاملاً

(سوترا) لسات شيت أناندا] وتعني: «حواري الداخلي يعكس نار روجي».

المبدأ الثالث يصف كيفية خلق العقل للحقيقة. وكيف - إنه عبر تمكّنك من حوارك الداخلي - تستطيع تحويل الحقيقة غنى.

الماترا (سات شيت أناندا) أي «حواري الداخلي يعكس نار روجي» تقول لنا وإن الروح هي مكان الحب والمعرفة والنميمة.

عبارة (سات) تعني «الحقيقة» أي الانعتاق من كل المحدوديات؛ (شيت) تعني «المعرفة» المطلقة التلقائية أو الوعي الصافي؛

(أناندا) تعني «النميمة» والفرح المطلق والتمام والكمال. فالذي تعنيه تلك العبارة بكليتها هو: أن روجي محررة من كل المحدوديات. روجي فيها معرفة تلقائية. روجي في حال من التمام والكمال.

يشكل الحوار الداخلي إحدى أهم ميزاتنا الأساسية. عندما نقابل انساناً جديداً، تعودنا أن ننظر إلى الطريقة التي يرتدون فيها ملابسهم والسيارة التي يسوقون، والساعة التي يضعون في أيديهم. وبناءً على كل تلك المفاتيح أو الملامح الخارجية، نكون انطباعاً عن الشخص الذي نقابل لكن ذلك التقويم السريع ليس أكثر من حوار يجريه «الأنا» هينا مع ذاته. ذلك الصوت البسيط داخل رأسك يقوم بعملية تقويم هذا وذاك. هذا الحوار الداخلي له وظيفة هامة الا وهي أنه من خلال إطلاق الأحكام يساهم بالبقاء. «قد يكون ذلك الشخص خطيراً». «قد تكون تلك الفاكهة لذيدة». «هذا ليس الوقت المناسب لأطلب زيادة من رب العمل»... كل تلك الأحكام قد تكون مفيدة؛ لكن ذلك الصوت البسيط في داخلك يسمى لجعلك تعتقد بأنه هو أنت، وأنت هو؛ وأن أهدافه هي أيضاً أهدافك ومقاصده ونواياه هي مقاصدك ونواياك. ولكن - كما رأينا سابقاً - هناك مكان بداخلك يسكنه ذلك ((الشاهد الصامت)). من ذلك المكان تتمكن من الاتصال بالروح بحيث يفسح العقل الدنيوي المجال للعقل الكوني. ويمكن الوصول إلى ذلك المكان عبر التأمل.

الحوار الداخلي وقوة الذات

تناغم المرء مع مجال الذكاء يخلق التوازن البدني وال عاطفي والروحي. هذا وضع يمنحك القوة والمرونة لمواجهة أي تحدٍ دون أي جهد يُذكر. تصبح قادراً على تحويل أي تحدٍ إلى أمرٍ في صالحك وتستلهم مزيداً من القوة من مواجهة التحدي.

حوارنا الداخلي يعطينا هذا النوع من القوة المتألقة لأنه في حقيقة الأمر حوار داخلي في ميدان الذكاء الواعي. عندما نكون في حالة تناغم مع الوعي الكوني؛ أي عندما نتناغم في ميدان الوعي الكوني، فإننا نمتلك ناصية القوة النابعة من القوة اللامحدودة. هذه القوة تأتي من الداخل، وعند حيازتها لا يصعب عليك أمر.

هناك نوعان من القوة النابعة من النفس. الأولى قوة «الأداة» وهي قوة امتلاك اسم شهير مثلاً، أو الغنى أو المهنة الرفيعة. قد تكون قوة «الأداة» هائلة؛ ولكنها قد تنتهي بنهاية المطاف. القوة الحقيقية تأتي من الداخل ولها أساس روحي لا مادي. إنها خالدة ولا تموت بموت جسدك. مع «الأداة» تأتي الهوية والقوة من مرجع خارجي: حالة، وضع، رمز، علاقة، مال... الخ مع «قوة النفس» الداخلية تأتي الهوية من خلال الإصغاء للنفس الحقيقية، والقوة تأتي من المرجعية الداخلية للروح.

عندما تتطلق من هذه المرجعية الداخلية، يصبح إحساسك بنفسك واضحاً غير متأثر بعوامل خارجية. هذا هو مصدر القوة الشخصية. عندما تفشل العناصر الخارجية في التأثير على إحساسك بنفسك تصبح محصناً تجاه النقد والإشادة؛ وتستوعب عندها بأننا جميعاً متساوون، لأننا جميعاً مرتبطون بتيار الوعي الذكائي ذاته. هذا ما يجعلك تفهم بأنه مع سيرك في حياتك فإنك لست أدنى من أحد ولا أرفع من أحد. ليس عليك أن تترجى أو تستجدي أو تقنع أحداً بأي شيء لأنه ليس عليك أن تقنع أو تستجدي أو تترجى نفسك.

وبقدر ما يبدو ذلك رائعاً، فإن عدداً محدوداً من بيننا يحققون حالة المرجعية الداخلية هذه. غالباً ما نشوّه الرسالة من خلال سماحنا لك «الأنا» بالتدخل؛ فأفكارنا عبر أسرها (بالعوامل الخارجية كالمال والعمل والعلاقات المتوترة) تراها في النهاية تعيق تطورنا الروحي لنجد أنفسنا نتحرك باتجاه معاكس للاتجاه الذي نريد.

أفضل طريقتين للتغلب على هذا الحال هما «التأمل» و«ممارسة الحوار الداخلي الإيجابي» بوعي. إن الحوار الداخلي الإيجابي يساعدنا بالتحرك نحو الاتجاه الصحيح وينشط التطور الروحي. مع الحوار الداخلي الإيجابي يمكننا خلق قوة النفس.

افرض مثلاً أنك غير راض عن وظيفتك وتريد أن تجد وظيفة جديدة. تبدأ في البحث في إعلانات الصحف والتحدث إلى أصدقاء عارفين بسيرة عملك؛ ولكن لا يحدث ما تريد. قد تصبح محبطاً؛ وقد يستخلص حوارك الداخلي بأنه ليس هناك من شيء في الأفق ينتظرك. لاحظ كيف أن هذا الجواب يتناقض مع مثال من منطقة مختلفة من العالم. افرض أن صياداً في غابات الأمازون يواجه صعوبة في إيجاد الطرائد. إن هو ذهب إلى كاهن ساحر لمعالجة الوضع، فلا الصياد ولا الساحر سيبحثان في أي مكان فالأمر متعلق بالصياد ذاته من أجل حل المشكلة فلن يخطر في بالهما قول مثل: «لا يوجد طرائد أو صيد في المكان» لأنهما يعرفان بأنها متوفرة. المشكلة هي أن هناك أمراً في الصياد ذاته يمنعه من إيجاد الطرائد. ربما هناك شيء فيه يهرب الطرائد. يطلب الساحر من الصياد أن يردد تعويذة مصممة لتغيير ما في قلب الصياد وعقله، لأن العقل والقلب هما اللذان يسيطران على الواقع الخارجي.

عندما نجد أنفسنا ننظر إلى العالم ونقول: «ليس هناك شيء لي في الخارج» علينا ربما أن ننظر في قلوبنا وعقولنا ونقول: «إن لم يكن هناك شيء لي في الخارج؛ أليس هناك ما هو موجود هنا؟» علينا تفحص حوارنا الداخلي لنكتشف النقطة التي تغلق انسياب الطاقة الواعية، ونزيع «الأنا» ونزيع من وجه ذلك الانسياب، وندع نار الروح تشع عبرنا.

إن كانت لديك نار في الروح، فإن التقاليد «الفيديكية» تقول بإنها تنعكس في إشعاع عينيك. إنها تنعكس تلقائياً في لغة جسدك وحركته. كل ما تفكر به وتشعره وتقولُه وتفعله سيعكس تلك النار الروحية ذاتها. كيف يبدو ذلك؟! ليس هناك مُطلقات، لكن الروح تنعكس في الكلام المنزّه والسلوك المعصوم، وتحجم عن أي شيء يمكن أن يُعتبر مؤذياً.

تنعكس الروح في الثقة والسعادة، والطرفة، والجرأة، واللفظ والتفكير. إن نوعية حوارك الداخلية واضحة وضوح الشمس للآخرين رغم أنه قد لا يلتقط كما هو من قبل الآخرين. عندما تتدرب على الحوار الداخلي، ستري الناس يميلون إلى التعاقد معك، ويساعدونك ويكونون قريبين منك. تراهم يريدون مشاركتك الحب والمعرفة والنعمة التي تشع من عينيك والتي تنعكس في كل تصرف تقوم به. هذه هي القوة الداخلية الحقيقية.

التمرين الخامس النار في عينيك

النار في روحك تنعكس في عينيك. عندما تنظر في مرآة، حتى لو كان ذلك لثانية أو ثانيتين، اخلق تواملاً بصرياً مع صورتك وكرر بصمت المبادئ الثلاثة التي تشكل أساساً لمحوّلة النفس. بداية قل لنفسك:

«أنا متحرر تماماً من آراء الآخرين الجيدة والسيئة».

ثانياً:

«لست أدنى من أحد».

ثالثاً:

«لا أخاف أيّاً ولا كلّ التحديات».

انظر إلى المرآة وشاهد كيف ستمعكس عيناك هذه المواقف عليك. فقط بعينيك لا بملامح وجهك. انتظر ذلك الإشعاع كي يذكرك بالنار في روحك.

مقولات السوترا للمبدأ الثالث

• تخيل أنك متوازن وفي سلام مطلق.

(سات شيت أناندا)

• تخيل بأنك تنظر إلى العالم بعلم وسلام.

(سات شيت أناندا)

• تخيل بأن كل الكائنات مثلك.

(سات شيت أناندا)

• تخيل بأنك لا تعباً للذم أو المديح.

(سات شيت أناندا)

• تخيل بأنك تركّز على الرحلة لا على الاتجاه.

(سات شيت أناندا)

• تخيل أنه بحضورك يمكن التغلب على العدوانية عبر السلام

الأعمق.

(سات شيت أناندا)

• تخيّل أنك منفصل عن العواقب.

(سات شيت أناندا)

• تخيّل أن محيطاً عميقاً من السكينة يسكن بداخلك لا يتأثر بأي أنواع.

(سات شيت أناندا)

• تخيّل أن الحب يشع فيك كمنار أضرمت في الهواء المطلق.

(سات شيت أناندا)

• تخيّل أنك واقع في حب كل شيء وكل شخص وتخيّل أنك نمل بالحب.

(سات شيت أناندا)

• تخيّل أن الجواب الصحيح يأتيك تلقائياً عندما يواجهك أي سؤال.

(سات شيت أناندا)

• تخيّل بأنك تعرف تماماً ما تفعله في أي ظرف.

(سات شيت أناندا)

(11)

المبدأ الرابع:

القصد يحيك نسيج الكون المطرّز

سوترا: (سان كال با) ومعناها: «لما صدي قوة تنظيمية لا نهائية».

إن مقاصدنا تجلّ لكلية الكون لأننا جزء من الكون. إنها تحمل في طياتها آليات تحققها؛ فكل ما نحتاجه ليس إلا وضوحاً في تلك المقاصد. إن تمكّنا من إزاحة «الأناء» جانباً فالمقاصد تتحقق بذاتها. تجذب مقاصدنا العناصر والقوى والأحداث والأوضاع والظروف والعلاقات اللازمة لتحقيق القصد المراد. لسنا بحاجة للانخراط في التفاصيل؛ فربما تنعكس المحاولات المكثفة سلباً علينا. دع الذكاء الكوني يناغم الأحداث في الكون من أجل تلبية وتحقيق مقاصدك. القصد أو النية قوة في الطبيعة قوة تشبه الجاذبية؛ لكنها أكثر قوة. غير مطلوب من أحد أن يركّز على الجاذبية كي تعمل. لا أحد يستطيع أن يقول: «أنا لا أؤمن بالجاذبية» لأنها قوة فاعلة في العالم فهمناها أم لم نفهمها. القصد أو النية تعمل بالطريقة ذاتها.

كمثال بسيط. عد إلى وقت كنت تحاول فيه تذكر مسألة تافهة... اسم شخص أو عنوان كتاب، تكون على رأس لسانك كما يقال ولكنك لا تستطيع استدعاءها. عند محاولتك التذكّر فأنت شغلت النية؛ ولكن بقدر ما تُجهدُ نفسك بالتذكّر بقدر ما تبتمد المعلومة من ذاكرتك الواعية؛ ولكن إذا ما أزحت «الأنا» عن الطريق، وتخلّيت عن عملية التذكر بحيث يرتحل قصدك إلى المجال الافتراضي بقدراته التنظيمية غير المحدودة، بقدر ما تتمكن من استرجاع ما تريد معرفته. حتى لو انتقلت إلى أفكار أخرى، فإن المجال الافتراضي سيستمر بالبحث عن المعلومة دون مشاركتك الواعية. قد تمام لاحقاً؛ أو ربما تكون في دار سينما تتابع فلماً، وفجأة ذلك الاسم الذي تحاول جاهداً تذكره تراه يقفز إلى مجال وعيك. وهذا المثال المؤلف يشرح الطريقة التي يعمل بها القصد. كل ما علينا القيام به هو خلق القصد أو النية ومن ثم نترك الكون يتسلم المهمة.

الاستعداد أو المشاركة الوحيدة المطلوبة لإطلاق قوة القصد لا تزيد عن عملية ربط مع ميدان الذكاء الواعي الممكن الوصول إليه بطرق عدة وأهمها التأمل. عندما يصل المرء إلى مستوى معين من الوعي، فإن أي شيء ينويه أو يقصده يحدث.

هناك أناس واصلون إلى حقل الذكاء الواعي لدرجة أن كل ما ينونه أو يقصدونه يتجلى حيث أن نظام الكون بكلّيته يتناغم

حوله. بالطبع ليس بالضرورة صحيحاً أن كل قصد شخصي يتحقق. في الواقع هؤلاء الموصولون بالذكاء الواعي يتبنون المقاصد الكونية. تتحقق مقاصدهم فقط لأن العقل الكوني يستخدم مقاصدهم لتحقيق مآربه.

علينا البحث عن الفرص لممارسة المقاصد، لأن مجتمعنا بمجمله لا يهيئ ذلك. إن كنت مثل معظم الناس، فليس هناك فرص كثيرة للانعزال في قمة جبل حيث يمكنك التركيز على تطوير روحانيتك؛ الأكثر احتمالاً إن فرصتك الوحيدة في لحظة حرية تكون عندما تحجزك زحمة سير خانقة أو عند انتظارك الطويل لهاتف هام في مكتبك. تلك هي لحظات أكثر احتمالاً لممارسة تطوير الوعي والمقصد المبني روحياً.

القصد ليس مجرد نزوة. إنه بحاجة إلى انتباه، ويتطلب حالة فصل؛ عندما تخلق القصد ذهنياً، عليك فصل نفسك عن النتائج وترك الكون يتدبر تفصيلات التَّحَقُّق. إن لم تفعل ذلك فإن «الأنا» يتدخل ويفلق العملية. ستشعر بالإحباط إن لم يتحقق قصدك بالسرعة اللازمة؛ وقد يتهدد إحساسك بأهمية ذاتك؛ أو ربما تبدأ بالشعور بالأسف على نفسك. القصد في الطبيعة يهندس تحققه الذاتي. الشيء الوحيد الذي يمكن أن يتدخل في هذه العملية أو يؤثر فيها هو سيطرة رغبات وحاجات «الأنا» وهمومه واهتماماته الأنانية.

بالطبع، الطريقة الأمثل لتحقيق مقاصدك تكمن في موازنة تلك المقاصد والنوايا مع القصد الكوني؛ أي أن تخلق تناغماً (هارمونياً) بين ما تقصده وما يقصده الكون لك. وما أن يتحقق هذا التوافق، ستجد أن التناغمية تضطلع بدور أعظم في حياتك، إن الطريقة الأمثل لخلق ذلك التناغم تكمن في تنمية ورعاية وتغذية حالة من الامتتان والحمد في داخلك.

اعترف بالحمد والامتتان لكل شيء في حياتك. اشكر وجود مكان لك في هذا الكون واشكر الفرصة المتاحة لك للسمو بالمصير الذي نتشارك به جميعاً. جزء من خلق التوافق والتناغم الهارموني يستلزم التخلي عن ذكر الشكاوى والمظالم بأنواعها. الشكاوى والمظالم تأتي من «الأنا» ذاته. لا مشكلة للحيوانات مع المظالم والضغائن. تلك أمور تعيش بيننا كبشر بحيث تُثقل المقاصد عادة بكل أنواع الأحمال العاطفية. عليك أن تجعل ذلك يتهدد من أجل خلق مقاصد نقيّة صافية.

التمرين السادس تركيز القصد

إن أفضل طريقة للتركيز على المقاصد هي بكتابتها. رغم أن ذلك قد يبدو خطوة أولى واضحة، إلا أنها خطوة يتجاهلها كثيرون. ولهذا السبب تبقى مقاصدهم بلا تركيز فلا تتحقق.

اذهب إلى مكان هادئ حيث من غير المحتمل أن تُزعج. اكتب ما تريده في مختلف مستويات الرغبة. ضمّن ما تكتبه رغبات مادية وأخرى تشبع الأنا وثالثة في العلاقات، ورابعة في تعزيز الذات إضافة إلى رغبات روحية. وكن دقيقاً بقدر الممكن.

اسأل نفسك عما تبغيه على المستوى المادي في مجالات البحبوحة والوفرة أتريد أن تملك بيتاً بأربع غرف نوم؟ دون ذلك. أتريد أن تتمكن من إرسال أطفالك إلى الجامعة؟ فكّر أيضاً برغباتك تجاه الإشباع الحسي صوتاً ولساً ونظراً وذوقاً وشمّاً وتحسساً... أي شيء يشبع الحواس. دون ذلك.

اسأل نفسك عما ترغبه بخصوص العلاقات. اكتب رغباتك بكل العلاقات التي تريد، شراكات رومانسية، أطفال، أصحاب، آباء، أصدقاء؛ إضافة إلى علاقات مهنية.

اكتب ما تريده بخصوص الإنجازات الشخصية ومسألة الاعتراف بشخصك. دون ما تريده على مستوى كوني أوسع. كيف يمكنك أن تكون ذا فائدة.

ما الذي تريده من حياتك بخصوص مجتمعتك، بلدك، حضارتك. أي مساهمة تريد أن تقدم؟ اكتب ما تريده عندما تفكر باكتشاف أعلى درجة إحساس بنفسك. من تريد أن تكون؟ أي روحانية تريد أن تضيف إلى حياتك؟ اكتب كل ما ترغب به على ورقة منفردة؛ ضف أو احذف من القائمة ما يتغير أو يتحقق من رغباتك.

تأمل كيف ستكون الحياة إذا ما تحققت كل تلك الرغبات. حاول أن ترى إذا ما كان بإمكانك أن تخلق رؤى داخلية لتحقق أصيل على المستويين المادي والروحي. لا يقلقنك وجود هذه الرؤى في أي ترتيب كان، أو فيما إذا كانت واقعية أم لا. فقط شاهدها تحدث. اشعر بها بحواسك الخمس. الهدف هو وجود انتباه متوافق ومتطابق في كل تلك المستويات الأربعة من التطلع؛ عندما يكون ذلك التوافق شغلاً، سيكون الحوار الداخلي قوياً جداً وواضحاً، وسيساعدك في حيازة وحدة في الوعي.

المقاصد لا تحتاج إلى انتباه مستمر، ولكنها تحتاج أن تبقى مركزة. هذه عادة تطورها مع الزمن. انظر إلى قائمتك مرة أو

اثنين يومياً. أعد قراءتها مباشرة قبل عملية التأمل. عند ولوجك في التأمل عليك إسكات «الأنا». عندها، يختفي «الأنا» وكنيجة لذلك، تتفصل عن النتائج والتبعات، ولا تتخرط في التفاصيل، وتترك القوة المنظمة اللانهائية للذكاء الأعمق تهندس وتنفذ التفاصيل في مقاصدك. يكمن المفتاح في الابتعاد عن مستوى «الأنا» ومن مستوى الذات واعتباراتها من أجل تمكين الذكاء الكوني من هندسة وتلبية رغباتك عبر التناغم القدري.

في البداية بإمكانك أن تكون أنانياً كما تشاء. في البداية كل مقاصدك قد تكون عن «الذات» والتفاصيل البسيطة التي تريدها أن تحدث في حياتك؛ ولكن في النهاية ستأكد من أن الهدف هو إنجاز على كل المستويات ليس فقط على مستوى «الأنا» أو المستوى الشخصي فقط. مع البدء برؤية مقاصدك تتحقق، اهتماماتك الذاتية تبدأ بالتقلص لأنك ستعرف بأنه بإمكانك الحصول على كل ما تريد. عندما يكون لديك غذاء كافٍ للأكل فلن تتأبك هواجس بتناول الطعام طيلة الوقت. الشيء ذاته ينطبق على المقاصد؛ فعندما تدرك أن التحقق ممكن، فستفكر أقل بحاجياتك الشخصية وأكثر بحاجات بقية العالم، هذه عملية تتم على مراحل. كن صبوراً؛ ولكن راقب بدء المعجزة.

التمرين السابع

سوترا القلب

هذا تمرين تأمل يعرض قوة القصد؛ لكنه أكثر من عرض. قم بذلك بانتظام بحيث تمكّنك هذه الطقوس من تركيز انتباهك وقصدك.

اذهب إلى مكان هادئ بحيث لا تُزعج لخمسة عشرة دقيقة. إغمض عينيك وتدرّب على صوت «المانترا» البدئي (سو - هم) (So - hum) لخمسة دقائق مركزاً وعيك على تنفسك.

بعد خمس دقائق ركّز وعيك الذهني على منطقة قلبك وسط صدرك، وانتباهك على قلبك؛ قد تشعر بأن قلبك قد قوي نبضه. هذا أمر طبيعي. وأنت تستشعر نبض قلبك ابداً أيضاً باستشعار حالة من الامتنان. والطريق إلى ذلك تكون بالتفكير بكل الأشياء والأحداث والعلاقات في حياتك التي من أجلها يجب أن تكون ممتناً. دع تلك الصور تظهر في ساحة وعيك بينما تركيزك ينصبّ على قلبك. خذ دقيقة لتفكر بكل أولئك الذين تحب، وأولئك الذين يشاركونك حُبهم.

بعدها قل لنفسك:

«كل قرار اتخذه هو اختيار بين الشكوى والمعجزة؛ سأترك الشكوى والمظالم وأختار المعجزات».

بعض الامتعضات والمظالم ومن يرتبط بها قد تظهر في وعيك لحظتها. إن حدث ذلك؛ فقط، قل: «سأترك المظالم وأختار المعجزات» وعد إلى وعيك تجاه قلبك ثانية، وبشكل واع تنفس باتجاه قلبك مباشرة. عند قيامك بذلك؛ قل لنفسك:

«الحب، المعرفة، النعيم، الحب...» ثم تنفس بعدد تلك الكلمات؛ وبين كل شهيق وزفير توقف لثوان. قم بذلك لثلاث أو أربع دقائق.

من خلال تأمل (سوترا) القلب، ستبدأ نار الروح المتمثلة بالحب والمعرفة والنعيم بيث ذاتها عبر القلب. وهنا يتم اللقاء المقدس بين المبدأين الثالث والرابع: نار روحك تبدأ الآن في خلق قصدك.

بعد قولك «سأتخلي عن الشكوى وأختار المعجزات» عدة مرات، ابدأ بتكرار عبارة: «ستحققين Thy will be done» هذا يعدّ ذهنك لتلقي قصد الذكاء الكوني، ولفهم أن ذلك هو قصدك ذاته أيضاً.

بعد حوالي الدقيقة، أطلق سراح كل أفكارك، وعد بوعيك كلياً إلى قلبك. استشعر نبض قلبك إما كصوت أو كإحساس. استشعره يخفق.

ما أن تشعر بقلبك، انقل وعيك إلى يديك، واشعر بنبض قلبك في يديك. ادخل القصد كي يزداد جريان الدم في يديك. فقط، إنو. ما أن يزداد جريان الدم في يديك، حتى يزداد الخفقان أو تشعر بالدفء أو الوخز أو أي إحساس آخر. إدخل قصد زيادة الدفء بحيث تصبح يداك أكثر دفئاً. استشعر الدفء بيديك عند قيام قصدك برفع منسوب جريان الدم.

عندما تصبح يداك دافئتين، انقل وعيك إلى وجهك - الجزء العلوي من الوجه - حول محجري عينيك، واستحضر القصد ذاته. زد جريان الدم إلى وجهك ليتورّد ويدفأ، فقط استحضر القصد. قد تشعر بالنبض أو الوخز حول عينيك مع ازدياد جريان الدم ودفء الوجه.

أخيراً عد بوعيك إلى قلبك. تخيّل وجود رأس دبّوس مضيء ينبض في قلبك يماثل بوميضه دقات قلبك. رأس الدبوس المضيء هذا هو ضوء روحك، إنه ينبض بالميزات الثلاث لروحك: الحب والمعرفة والنعيم أو (سات شيت أناندا) وهي الـ (سوترا) للمبدأ الثالث في الفصل العاشر. خلال نبضه استشعر وميض الحب والمعرفة والنعيم. إنه يرسل الضوء المشع إلى بقية أعضاء جسدك. بهدوء دع ذلك الومض المنير يتلاشى من وعيك، واصغ إلى جسدك. استشعر الأحاسيس ثم افتح عينيك. انتهى التأمل.

مقولات السوترا للمبدأ الرابع

• تخيّل الكون بكيّته كمحيط شاسع من الوعي؛ ومقاصدك تتطلق من داخل قلبك وتسري عبر محيط الوعي الشاسع هذا.

(سان كالبا)

• تخيّل قصدك ينظّم ويهندس نشاطات الكون اللانهائية ويوازن النظام البيئي بكيّته.

(سان كالبا)

• تخيّل أن قصدك يمكن أن يجلب السعادة والفرح لهؤلاء المحزونين.

(سان كالبا)

• تخيّل بأنك تستطيع أن تجلب النجاح لهؤلاء الذين يفشلون.

(سان كالبا)

• تخيّل بأنك تستطيع أن تجلب القوة لهؤلاء الذين يشعرون بالضعف والخوف.

(سان كالبا)

• تخيّل بأنك تستطيع أن تجلب الأمل لهؤلاء الذين يشعرون بالعجز.

(سان كالبا)

• تخيّل بأن أفكارك تؤثر بالقوة الطبيعية للكون، بحيث تستطيع أن تجلب المطر وضوء الشمس والفيوم وقوس قزح.

(سان كالبا)

• تخيّل بأن كل فكرة لديك، كل كلمة تنطق، وكل فعل لك يجلب فائدة للعالم.

(سان كالبا)

(12)

المبدأ الخامس: هدب تشوشك العاطفي

(سوترا: موكشا: وتعني أنا متحرر عاطفياً

عندما ندرك أن الحقيقة الخارجية لا يمكن فصلها عن الحقيقة الداخلية وعندما نفهم بأن الكون ليس إلا امتداداً لجسدنا، يصبح واضحاً بأن الطاقة السلبية داخل أنفسنا مُدمِّرة. التشوش العاطفي عائق أساسي للتحقق التلقائي للرضا؛ ولكن من الممكن تحويل الطاقة السلبية إلى مستوى عالٍ من الوعي.

كلمة «موكشا» تعني «الحرية». فكما أوحى تلك (السوترا)، فإنها تعبر أو تقول التالي: «أنا حر عاطفياً، روحي منفصلة عن (الميلودراما) التمثيليات العاطفية. أنا متحرر من الاحتجاج والامتناع والشكوى والعدوانية والذنب. أنا متحرر من إعطاء أهمية كبيرة للذات أو القلق أو الشفقة عليها. يمكنني أن أهزأ من نفسي. أرى في الحياة هزلاً». كل ذلك متضمنٌ في تلك الحرية؛ فإن لم أكن حراً عاطفياً فإنني أحجب وأشوش نور خبرة الروح مع «الأنا»؛ وأهم مقاصدي تبقى بلا تحقق.

في النهاية الحرية العاطفية تقود إلى الحرية النفسية والروحية أيضاً. هناك نوعان من العاطفة: «المسرة» و«الألم»، إما الشعور المريح أو الشعور الموجه. معظم الناس يعتقدون بأن العاطفتين الأساسيتين هما «الحب» و«الخوف»، ولكن هاتين العاطفتين هما بالحقيقة مجرد الاستجابة للمسرة والألم. يعني «الحب» الاقتراب منه لأنه يجلب المسرة، «الخوف» يعني بأننا نريد الابتعاد عنه لأنه يجلب الألم.

نمضي حياتنا سعياً وراء المسرة وتجنباً للألم. الأشياء التي تجلب المسرة أو الألم تختلف من شخص لآخر، المسرة والألم يتبعان من الحاجات. إن كان لدي توقع شديد للبوظة، وتجلب لي البوظة فإنني سأفسر ذلك كأمر مُسرٍ. إن كان لديك حساسية للبوظة وأحدهم جلبها لك، فتلك الاستفقاءة مجلبة للألم. كل ذلك يتعلق بالإدراك والتفسير. إنه «الأنا» الذي يفسر الأشياء على أنها مسرة أو مؤلمة. الأنا يعتبر أي عبور لحدوده دون إذن كأمر مؤلم.

إن الوضع الأصح والأمثل هو وضع التوازن. في أي وقت ينتابنا تشوش أو اضطراب عاطفي فإننا نُخلّ بتوازننا الداخلي الطبيعي الأمر الذي قد يُغلق تطورنا الروحي وقد يفصلنا عن حالة التناغم القدرى. هذا لا يعني بأن العواطف بذاتها مؤذية ومطلوب تجنبها. كبشر لدينا على الدوام عواطف؛ هذا جزء من الحالة الإنسانية؛ ولكن التطرف في العواطف يخرجنا عن نهج الحياة الصحيح.

سيكون هناك على الدوام أحداث وعلاقات في حياتنا تثير عواطف قوية في داخلنا. سيكون هناك على الدوام أمور في عالمنا تسبب الألم والقلق؛ ولكن علينا تجنب الوقوع في وحول عاطفة بعينها.

فكر بالحياة كنهر بضفتين - المسرة بجانب، والألم في الجانب الآخر. أفضل طريقة للإبحار أن تبقى في الوسط وتتحرك بشكل متساوٍ بين الضفتين. إذا ما تهت واقتربت من أحدهما زيادة يتأخر عبورك وتخاطر بالفرق. إن الكثير من المسرة يولد الإدمان، وكثير من الألم قد يكشف تمتعك بالحياة.

هام أن نلفت إلى أن الألم بالضرورة جسدي، قد يكون ألماً عاطفياً أو ربما ذكرى ألم ماض. رغم أن غريزتنا الطبيعية تدفعنا باتجاه توقي الألم، إلا أنه علينا التعامل معه حال وقوعه، والاطمئنان لاحقاً في حياتنا على شكل تشوش أو اضطراب عاطفي. الشكل الذي تأخذه قد يكون مختلفاً عما نتوقع، لكنه سيطفو كأرق أو مرض أو قلق أو إحباط.

ربما يكون الغضب أكثر العواطف تدميراً. إن الهدف النهائي للتحوّل الروحي هو التوّج، وهو الحال الدائم من وحدانية الوعي واليقظة الأبدية فإنك والعالم نماذج من نسيج واحد جبلته الذكاء الكوني.

يدفعنا الغضب إلى إيذاء الآخرين محركاً إيانا باتجاه معاكس للتتوير ووحداية الوعي. الغضب ابن «الأنا»؛ فبدلاً من

أن يدفع المرء باتجاه التأغيم والتتوير تراه يدفعه إلى الوراء مغلماً عليه باب رسائل الكون التحويلية.

من الضرورة بمكان، إذأ، أن نسيطر على هذا النوع من الاضطراب العاطفي. تنفيس الغضب غير مجد. تنفيس الغضب يلهب الغضب وينميه. المشاعر الغاضبة يجب أن تُعالج بشكل إيجابي وبسرعة حال ظهورها. هدف ذلك ليس لسكب الوقود على الغضب، ومحاولة مهده لواده بل علينا قلبُ الغضب أو أي عاطفة هدأمة أخرى بداخلنا.

الخطوة الأولى في قلب هكذا عواطف تتمثل بتحمل مسؤوليتنا تجاه مشاعرنا. علينا بداية أن نعترف بوجودها؛ ونسأل: «بماذا نشعر؟» «أين نشعر بها في جسدنا؟» وما أن تحدد الشعور، علينا أن نكون شهوداً عليه. علينا أن نخبره بما استطعنا من موضوعية وكأننا شخوصاً آخرون نراقبه. الألم يثير الغضب. علينا وصف الألم بهذه الطريقة الموضوعية.

بعد تحديدنا الألم بهذه الطرق، بإمكاننا أن نعبر عنه ونخرجه ونشارك الآخرين به. قم بتحويل تجربة مؤلمة إلى وعي وإدراك جديد. في النهاية يمكننا أن نقدّر الألم كخطوة أخرى على طريق التتوير الروحي. وعندما تحتضن الألم بهذه الطريقة، يختفي الاضطراب العاطفي، وتصبح الطريق إلى التأغيم واضحة مرة أخرى.

التمرين الثامن التعامل مع الألم

يستلزم هذا التدريب حوالي عشر دقائق في مكان هادئ لا يزعجك فيه أحد، ابدأ بالتأمل للحظات.

وعيناك مغمضتان تذكر حدثاً أو وضعاً من الماضي كان مزعجاً لك قد يكون ذلك جدالاً، أو جرح مشاعر، أو أي مواجهة جعلتك غاضباً. حاول تذكر ما استطعت من التفاصيل. حاول خلق فيلم ذهني لما حدث بالضبط.

الخطوة الأولى للتعامل مع ألم ذلك الموقف تكمن بتحديد ما تشعر به تماماً. أي كلمة تصف ما تشعر به بمنتهى الدقة. حاول أن تخرج بكلمة واحدة قد تشمل أكبر عدد ممكن من المشاعر، والآن ركز على تلك الكلمة لثوان.

دع انتباهك ينتقل تدريجياً من تلك الكلمة إلى جسديك. أي أحاسيس جسدية تتابك كنتيجة لميشك تلك العاطفة ثانية؟ لكل عاطفة أبعاد جسدية وذهنية لا يمكن فصلها. مشاعرنا تحدث في أجسادنا وفي أذهاننا أيضاً في اللحظة ذاتها. استشعر

الأحاسيس التي ولدها ذلك الحدث الذي تفكر به. هل تحولت يداك بشكل آلي إلى قبضتين؟ هل تشعر بتقلص في معدتك؟ ألم في أحشائك؟ لاحظ كيف تخبر العاطفة جسدياً وحدد مكانها في نقطة معينة من جسدك.

تتمثل الخطوة التالية بالتعبير عن تلك المشاعر، ضع يدك على ذلك الجزء من جسدك لتشعر بمكان تموضع ذلك الشعور. قل بصوت عالٍ: «يؤلمني هنا». إن كان هناك أكثر من مكان للألم، لمس كل مكان وكرّر عبارة: «يؤلمني هنا».

لكل ألم عاطفي، نمتلك قوة في داخلنا تجعل الألم يختفي. ردة فعلنا تجاه الأحداث الخارجية تتمركز بأجسادنا. نحن نخلق العواطف التي تخلق الألم الجسدي. عندما نستوعب تلك الحقيقة البسيطة، يمكننا تعلم تغيير طريقة تجاوبنا مع الأحداث الخارجية. يمكننا اختيار طريقة ردة فعلنا للأحداث في العالم. إذا تجاوبنا بغضب وعدوانية وإحباط وقلق أو أي عاطفة متوترة؛ فإن أجسادنا تتبعنا وتقلدنا من خلال فرز هرمونات وتقلص عضلات ومظاهر جسدية أخرى تسبب لنا في النهاية ألماً حقيقياً. علينا إذاً أن نتذكر بأن هذه التبعات هي مسؤوليتنا؛ بحيث أنه يمكننا تغيير ردات فعلنا بطرق أقل إيذاء من الناحية الشخصية. يمكننا التحرر من الدراما العاطفية والاضطرابات. تأمل للحظة بمفهوم المسؤولية الشخصية عن ردات الفعل العاطفية.

ما أن يتم تحديد مكان الألم والاعتراف به، وبعد تحمل المسؤولية تجاهه؛ بإمكانك التجردّ منه. ضع انتباهك في الجزء الذي يحمل الألم من جسدك. مع كل زهرة تنفس، ليكن لديك النية في التخلص من التوتر الذي تحمله. لنصف دقيقة، ركّز على التخلص من التوتر والألم مع كل نفس. دعه يذهب. تنفّسه.

الخطوة التالية هي التشارك بالألم. تخيّل بأنك تمكنت من التكلّم مع الشخص ذي العلاقة بالحادث الذي استدعيت من أجل هذا التمرين «ما الذي ستقوله لذلك الشخص؟» وأنت تفكر بهذا، تذكر بأن الشخص لم يكن سبب ألمك. لقد كان ذلك ردة الفعل العاطفية التي تجلت بألم جسدي ومن هنا أنت تحملت المسؤولية. وأنت عارف بهذا، ماذا ستقول لذلك الشخص؟ الذي تختار أن تقوله سيكون شخصياً لك ولوضعك. أي أمر تقوله لتتشارك بالألم الذي عشته سيساعد بتطهيرك من تلك التجربة نهائياً على مستوى الوعي. شارك بما شعرت، شارك بما تشعر به الآن، شارك بما تتوي فعله في معالجة مشاعر كهذه مستقبلياً. يمكن استخدام هذا التمرين كلما شعرت باضطراب عاطفي بحياتك. عند انتهائك من التمرين، خذ دقيقة لتحتفل بأنك استخدمت هذه التجربة المؤلمة من أجل الارتقاء إلى مستوى أعلى من الوعي، إذا استخدمت هذا التمرين بشكل مواظب ومنتظم، ستتمكن بالنهاية من تحرير نفسك من الاضطرابات العاطفية والألم، ممهداً طريقك كي تخبرَ التألمية.

التمرين التاسع التواصل اللاعنفي

دائماً، ستكون هناك ظروف وأوضاع في حياتك يقوم أحدهم بتجاوز بعض الحدود مولداً بعض ردات الفعل العاطفية العنيفة. هذا التدريب مشتق من كتاب ممتاز لـ «مارشال روزنبرغ» بعنوان: «التواصل اللاعنفي».

هناك أربع خطوات في التواصل اللاعنفي تتضمن أسئلة أربعة تسألها لنفسك عندما تجد نفسك في حالة دفاعية... عندما يثيرك شخص ما، تجد أن الأمر مفر لتثيره بالمقابل؛ لكن ذلك ليس بالجواب المستحسن؛ هذا ليس بنأء؛ إنه يضيّع طاقة ذاتية قيّمة. إنه يخلق مزيداً من الاضطراب في العالم. لتقوم بهذا التمرين فكّر بحديث أزعجك أو أثارك أطلقه أحدهم بطريقة ما. ضع تلك التجربة في ذهنك؛ وقم بإتباع الخطوات الأربع التالية:

الخطوة الأولى : النصل المراقبة عن التقويم

عرّف ما حدث فعلاً بدلاً من الاعتماد على تفسيراتك لما حدث. كن موضوعياً بقدر إمكانك عند وصفك الحدث؛ واسأل نفسك: على ماذا ترد فعلاً؟ ما الذي حدث فعلاً؟ ما الذي رأيته وسمعته؟

مثلاً، ربما تكون في سيارتك تسوقها وتفكر فيما إذا كنت بحاجة للعشاء. تلك الليلة عندما تلحظ زوجتك صمتك وتساءلك: «ما الذي يزعجك؟» وتجيّبها: «لست منزعجاً من أي شيء»، كنت فقط أفكر بالعشاء». زوجتك هاهنا تجاوزت مع صمتك بعملية تقويمية لا بمراقبة. في أي وقت تحمل معنى لفعل ما فأنت تفسر أو تقوّم.

والآن حاول أن تعرف أي من الجمل التالية تقويمية وأيها مجرد مراقبة وصفية:

- 1 . رأيتك تتغزل بتلك المرأة في الحفلة.
- 2 . رأيتك تتكلم مع تلك المرأة في الحفلة لأكثر من ساعة.

(1) أستطيع أن أرى بأن عملك أضحى أكثر أهمية بالنسبة إليك من أسرتك.

(2) تغادر إلى عملك قبل الفجر، وتأتي في العاشرة ليلاً يومياً خلال الأسابيع الثلاثة الماضية.

1] لم تعد تحبني أبداً.

2] لم تعد تقبلني عند عودتك من العمل إطلاقاً.

عندما تجد نفسك تجيب بردة فعل عاطفية، توقف للحظة وحاول أن تتبين الفرق بين تفسيرك للحدث والرصد الموضوعي له. الملاحظات الرصدية تمكننا من معرفة الدرجة التفسيرية لردنا على الآخرين، والتي تسمح لنا من جانبها بتغيير نماذج الرد على أفعالهم.

الخطوة الثانية: عرف مشاعرك

فكر بنفسك وبطبيعة المشاعر التي ظهرت كنتيجة لوضع ما. «بماذا أشعر؟» عند وصفك لمشاعرك، استخدم لغة تعكس فقط المشاعر التي تعلم بأنك مسؤول عنها، وتجنب الكلمات التي تجعلك ضحية، مثلاً، قد تشعر بالتقدير أو بالفضب أو العدوانية أو الاضطراب أو الخوف، أو الشجاعة أو الجمال أو الثقة أو النعمة أو الذهول أو الارتباك أو الفرح أو الحرية أو الابتهاج أو الهدوء أو الدهشة أو الفرح أو الشوق أو الأمل أو السعادة أو التفاؤل أو الكبرياء أو التألق أو الارتياح أو الحساسية أو الخجل أو الملل أو الارتباك أو الكآبة أو الوهن أو السخط أو

التعاسة أو الغباء أو الإرهاق أو الذنب أو العداوة أو الغضب أو الحسد أو لكسل أو الوحدة.

حاول تجنب الكلمات التي تجعل إنساناً آخر يجملك تشعر بشكل معين مثلاً، لن تشعر بأنك مهاجمٌ من قبل نفسك؛ تلك العاطفة لا تثبتق منك ولكن من خلال جوابك للأخر. هنالك أيضاً كلمات عليك تجنبها مثل: مهمل، مخدوع، مقموع، مُصقّر، مبتز، منهك، مرفوض، مفتصب، غير مسموع له، مُساء فهمه، مهيض الجناح. عند استخدامك هذه الكلمات لتعديد مشاعرك، هذا يعني بأنك تعطي الآخرين تمادياً على عواطفك. إن قمت بذلك فإنك تدفع الآخرين إلى إثارة هذه العواطف لتجد نفسك في حلقة مفرغة. من الصعوبة بمكان أن تكون سعيداً حتى تمتلك ناصية عواطفك.

الخطوة الثالثة: إفصح عن حاجاتك بوضوح

اسأل نفسك، عما تريده من ذلك الوضع. لن يكون لديك مشاعر قوية، إن كانت كل حاجاتك قد حُققت. حدد الحاجة بالدقة الممكنة. إبدأ بردات فعلك الصميمية، ثم تابع سلسلة رغباتك حتى تجد أمثلة محددة لأشياء تطلبها. مثلاً: «أريد أن أشعر بأنني محبوب» «لماذا؟»: «أشعر بالوحدة - أريد أن أشعر بأنني أقل وحدة». لماذا؟ «ليس لدي أصدقاء مقربون - أحتاج أن

أجد بعض الأصدقاء وأطوّر علاقات». خط التفكير هذا يقود في النهاية إلى شيء تستطيع طلبه من شخص آخر، لا تستطيع أن تطلب من شخص آخر أن يجعلك محبوباً؛ هذا خارج نطاق قدرات أي إنسان؛ ولكنه يمكنك الطلب من شخص آخر أن يخرج معك إلى السينما أو أن يأتي إلى حفل أو إلى فنان قهوة.

الخطوة الرابعة: اسأل، لا تطلب

حال تحديدنا حاجة ما وجاهزيتنا لنطلب، فإننا عادة ما نطلب لا نسأل تَحَقُّق حاجاتنا. الطلبات أقل احتمالاً للتحقق لأن البشر يتجاوبون بشكل سيء مع المطالب. معظم الناس يكونون سعداء في تلبية السؤال لا الطلب.

مثلاً، بدلاً من أن تقول: «اجلب الثياب» سيكون التجاوب معك أكثر إيجابية إذا سألت: «هل بإمكانك، رجاءً، أن تجلب الثياب؟».

إضافة إلى ذلك - وكما في الخطوة 3 - تريد طلب مسلك محدد. ويقدر ما يكون المسلك محددًا بقدر ما سيتحقق. مثلاً، بدلاً من القول: «أحبني إلى الأبد» ربما تقول: «ألا تزوجتني؟» وبدلاً من السؤال العام: «هل نستطيع قضاء مزيد من الوقت معاً». ربما تسأل: «هلا ذهبنا إلى المنتزه هذا المساء».

هذه الخطوات مفيدة في كل الظروف؛ ولكنها أكثر فائدة في حالات الصراع. عندما تكون في وضع متوتر، افسح المجال لنفسك أن تتراجع عن عواطف اللحظة وتختار تواصلاً واعياً. ماذا تلحظ؟ بماذا تُشعرُك؟ حدد حاجتك. قدّم سؤالاً، سيساعد ذلك في تقصير دائرة وضع متفجر كمونياً، ويعيد إليك توازنك أو رباطة جأشك؛ على الأقل استعادتها.

التمرين العاشر

معالجة غضب الطفولة

لهذا التمرين تحتاج إلى عشر دقائق دون مقاطعة.

فكر بالأمس، تصور ذاكرتك كمسجل فيديو يمكن أن تعود إلى أي وقت تختاره. أعدها الآن أربعاً وعشرين ساعة. أين أصبحت بعض الأشياء التي قمت بها خلال ذلك اليوم؟ هل أخافك شيء أو جعلك غاضباً؟ ليس بالضرورة أن يكون ذلك الشيء هاماً أو دراماتيكياً؛ ربما يكون الشعور باللاصبر لانتظارك لوقت طويل في صف، أو أن تكون شهدت وقاحة أو قلة أدب شخص ما. للدقيقة التالية، حاول أن تتذكر أحداث اليوم بالتفصيل الذي تستطيع. ركّز على لحظة غضب متيقظاً لأحاسيس جسديك كما للعواطف في ذهنك.

بعدها، أعد ذلك الشريط إلى أبعد من ذلك. فكر بالضبط بسنة خلت. حاول تذكّر ما كنت تفعله منذ عام، أو بقدر ما تستطيع تذكره. ما الذي كان يدور في ذهنك في ذلك الوقت. هل تذكر بأنك كنت قلقاً أو غاضباً بخصوص شيء ما؟ حاول

الإحساس بالمشاعر التي انتابتك جسدياً وذهنياً. هل المشاعر التي انتابتك مشابهة للمشاعر التي انتابتك البارحة؟

حاول الآن تذكرَ حادثة من طفولتك. وهو أبكر وقت في حياتك تتذكر أنك كنت حقاً غاضباً. اجلب تلك التجربة إلى ساحة وعيك. أين كنت عندما حدثت؟ مَنْ كان هناك أيضاً؟ مَنْ جعلك غاضباً جداً أو ما هو السبب. أشعر بكل تلك الأحاسيس التي ولّدها ذلك الغضب.

لاحظ كيف تراكم الخوف والغضب على مر السنين. رغم أنك لا تستطيع تذكُر ذلك، إلا أن هناك حقبة في حياتك - قبل أن تشعر بالغضب والخوف - حقبة من السلام والطمأنينة. حاول أن تتخيّل ما يمكن أن يكون شكل تلك الفترة من النعيم المطلق. حاول التركيز على وقت يسبق الخوف والغضب.

أعد ذلك الشريط الخيالي حتى تملأ الشاشة من أي كادر واستشعر غياب الحواجز وتبخرها بين نفسك ومحيطك. للدقيقة القادمة حاول استشعار الغياب الكامل لفضبك المتراكم وللخوف ولك «الأنا».

وبوجود واستمرار الإحساس بالنعيم في وعيك، ابدأ بدفع ذلك الفيديو إلى الأمام ثانية. زر النقاط ذاتها في حياتك الطفولية حيث أوقفت لحظات الغضب والخوف، ثم في فترة مراهقتك، إلى عام مضى وصولاً إلى الأمس. خلال رؤيتك لتلك الصور ثانية، أعد

إدخال تجربة النعيم إلى المشهد. وبدلاً من فسحك المجال للحظة غضب تتراكم فوق لحظة أخرى؛ إبدأ بمسح تلك اللحظات واحدة بعد الأخرى... منذ الطفولة حتى يوم أمس بدقيقة أو ما شابه، حاول استشعار الغضب والخوف يُمسحان بوساطة ذاكرة النعيم هذه. ومع عملية مسح هذه الأحاسيس، إفسح في المجال للتراكم السام للغضب والخوف لسنين أن يُمسح من روحك.

يمكنك استخدام هذا التمرين في أي وقت لمهاجمة مشكلة الغضب في جذورها. كثيرون يجدون الليل وقتاً مناسباً للقيام بذلك... وتحديداً قبل النوم. وهكذا يستيقظون متنعمين وبلا أثر للغضب.

مقولات سوترا للمبدأ الخامس

• تخيّل نفسك بلا شكل مادي... وميداناً من الوعي في كل مكان وزمان.

(موكشا)

• تخيّل بأنك رميت خلف ظهرك وللأبد أي شعور بالغضب أو الامتصاص.

(موكشا)

• تخيّل بأنك خالٍ من اللوم، ومتحرر من الإحساس باللوم أو الذنب.

(موكشا)

• تخيّل بأنك لم تُجرّ إلى الميولودراما أو الهرع.

(موكشا)

• تخيّل أنه بإمكانك اختيار الشعور العاطفي الذي تريد أن تعيشه.

(موكشا)

• تخيل أنه بإمكانك أن تضع أي هدف تريد إنجازه وتحققه بالواقع.

(موكشا)

• تخيل بأنك متحرر من أي قهر أو إكراه اعتيادي أو أي مسلكيات منمذجة.

(موكشا)

• تخيل بأنك متحرر من أي إدمان.

(موكشا)

• تخيل بأنك ما ساهمت بالنميمة قط.

(موكشا)

• تخيل بأنك حر في التجاوب على أعلى المستويات، بغض النظر عن الوضع القائم وعن كيفية تصرف أي شخص آخر.

(موكشا)

• تخيل بأن ليس هناك حدود لما يمكنك أن تبيّنه.

(موكشا)

• تخيل بأنك تستطيع أن ترى احتمالات وم احتمالات لا نهائية في كل وقت.

(موكشا)

(18)

المبدأ السادس: احتفل برقصة الكون

الـ (سوترا): (شي فا شوك تي) وتعني:

« الآلهة موجودة في داخلي

وهي تعبّر عن كل صفاتها وقواها من خلالي».

يحضنا المبدأ السادس على عيش الحياة بكل أبعادها من

خلال احتضان وقبول الجوانب الذكورية والأنثوية في وجودنا.

إحدى طرق عيش الجانبين تكون باستحضار النماذج

الأصلية archetypes للذكورة والأنوثة. – حسب «كارل يونغ»

النماذج الأصلية archetypes عبارة عن ذكريات موروثّة تتمثل

بأذهاننا كرموز كونية يمكن لحظها في أحلامنا وفي الأساطير.

إنها حالات وعي. النماذج الأصلية archetypes هي عبارة عن

تمركزات مكثفة للطاقة النفسية.

تكون هذه النماذج كقدرات ساكنة تستقر هاجعة ساكنة

في الوعي. لكل فرد على الأقل نموذجاً أصلياً archetype يبقى

ساكناً حتى يُثار من خلال وضع في المحيط أو في الوعي

أو اللاوعي من حياة الإنسان الذهنية. ما أن تتم إثارة النموذج الأصلي archetype حتى تتجلى صفاته وقواه من خلال الإنسان. ما يفعله المرء في حياته ليس إلا تمثيلاً لصفات نموذجه الأساسي archetype. مثلاً، الشخص الذي يستخدم قوى استثنائية في العالم كملك أو رئيس يكون نموذجه الأساس archetype «زيوس» أو «هير» بقواهم وقيادتهم. وإذا كان ذلك الشخص حكيماً بشكل استثنائي، يكون له ربما ميزة من «أثينا» كنموذج أساس archetype للحكمة.

يمكن للمرء أن يطلق نموذجه الأساس archetype من خلال القصد. حال اكتشاف النموذج الأساس archetype يمكن البدء باستحضاره يومياً.

أحط نفسك بالرموز والكلمات والصور التي تذكرك بنموذجك الأساس archetype. بوجود تلك الرموز قريباً من فراشك، دعها تكون أول شيء تنظر إليه عند استيقاظك في الصباح. اسأل نموذج الأساس archetype المساعدة والهداية والحكمة واطلب منه أن يكون جزءاً منك ويعمل من خلالك. ليتم ذلك بقولك: «اطلب أن تكون جزءاً مني وتعمل من خلالي. اهدني في حياتي».

إذا ما دعيت نماذجك الأساس archetype بهذه الطريقة بعد تأملاتك اليومية فستبدأ بالإحساس بوجودها بقوة أكبر ومباشرة أكثر. يمكنها أن تهيئ الوصول إلى القوى الكامنة بداخلك.

التمرين الحادي عشر إيجاد الكون بداخلنا

اقرأ ما يلي وسجله في شريط ثم اسمعه. بداية اجلس بهدوء مغمضاً عينيك. هدى حوارك الداخلي من خلال مراقبتك لتنفسك. بعد دقائق ركز انتباهك على قلبك. تصور قلبك عالماً ينبض بالضوء في هذا الكون. تخيل كائنين سماويين أو ثلاثة، أو نموذجين أساسيين أو ثلاثة من الطاقة. قد يكون هؤلاء ملائكة أو آلهة. والآن تصور باقي جسدك كقطعة من نور. والآن تصور هذا الجسد النوراني للكائنات السماوية بعالمها النابض ينتشر ليملاً المكان الذي تجلس فيه بكليته.

دع ذلك الامتداد يخرج من حدود المكان بحيث أنك لم تعد فيه بل هو أضحى بداخلك. استمر بتمديد هذا الجسد النوراني حتى تصبح المدينة التي تعيش فيها داخل كينونتك النورانية... المباني، الناس، المواصلات والريف....

استمر بتوسيع الحس بالذات لتحتوي في كينونتك الفيزيولوجية البلد الذي تعيش فيه، ثم قارتك كاملة وفي النهاية

الكوكب بكليته. والآن لاحظ بأن العالم كله موجود فيك: كل الناس، كائنات حية أخرى، الأشجار والغابات والأنهار والجبال؛ هطل المطر والشلالات وأشعة الشمس والأرض والماء... كل ذلك أجزاء في كينونتك تماماً كمختلف الأعضاء في جسدك.

والآن، وبهدوء، قل لنفسك:

«لست في العالم، بل العالم بداخلي» / والآن اطلب من الكائنات السماوية التي لا تزال ترقص في عالمك النابض أن تصح أي اختلالات تلحظها في عالمك. اطلب منها تلبية أية رغبة لديك وأن تجلب التناغم والجمال والشفاء والفرحة لكل جزء من ذاتك الكونية. استمر بتوسيع إحساسك بالنفس لتشمل الكواكب والأقمار والنجوم والمجرات.

والآن، قل لنفسك: «لست في الكون، بل الكون بداخلي». وبهدوء وببطء ابدأ بتقليص حجم النفس الكونية، حتى تستطيع تلمس جسدك الشخصي ثانية. تخيل مليارات الخلايا في جسدك... كلها جزء من رقصة؛ وكل خلية عبارة عن كون بذاتها. ذكّر نفسك بأن كينونتك الحقيقية تسكن كل تلك المستويات من الخلق ابتداء من العالم الأصغر إلى العالم الأكبر... من الذرة إلى الكون... من جسدك الشخصي إلى جسدك الكوني. ذكّر نفسك أنه في كل مستوى من وجودك، تتوفر لك الطاقات الإلهية

التي تهندس كونياً تلك الرقصة الكونية من أجل خلق تفاعل متناغم للعناصر والقوى القادرة على تلبية أية رغبة. وهنا ما عليك إلا أن تعبّر عن امتنانك لتلك الطاقات (الأركيتايبيّة archetypal) النموذج أساسية.

والآن ابق جالساً أو مضطجعاً بهدوء شاعراً بكل الأحاسيس في جسدك. قد تشعر بالوخز والانتعاش والنشوة. وبعد دقيقتين أو ثلاث؛ افتح عينيك... انتهى التمرين.

مقولات السوترا للمبدأ السادس

• تخيل بأنك قابل لتغيير الشكل.

(شيفاشاكتي)

• تخيل بأنك تستطيع أن تكون ذكراً وأنثى إن اخترت متى تشاء.

(شيفاشاكتي)

• تخيل بأنك قوي، حازم، شجاع، مفوه، وجبار.

(شيفاشاكتي)

• تخيل بأنك جميل، شهواني، سليقي، معز، رؤوم.

(شيفا شاكتي)

• تخيل بأنك راسخ كجبل.

(شيفا شاكتي)

• تخيل بأنك مرن كالريح.

(شيفا شاكتي)

• تخيل بأنك ملاك بأجنحة.

(شيفا شاكتي)

• تخيل بأنك كائن نوراني برحمة لا نهائية.

(شيفا شاكتي)

• تخيل بأنك كائن إلهي طوع بنانه الأجرام السماوية.

(شيفا شاكتي)

• تخيل ثانية بأنك قابل لتغيير الشكل، وتستطيع أن تكون أي

حيوان أو طير أو حشرة أو نبتة أو حتى صخرة.

(شيفا شاكتي)

• تخيل بأن كل الكائنات الأسطورية تسكن فيك، وبعضها

ليس إلا نماذجك الأساسية المفضلة.

(شيفا شاكتي)

• تخيل أنه بإمكانك أن تكون الأبطال والبطلات الأكثر

إعجاباً لديك.

(شيفا شاكتي)

(14)

المبدأ السابع: الوصول إلى مبدأ الاحتمالية

(سوترا): ري تام

أنا يقظ، متيقظ للمصادفات، وأعرف بأنها رسائل من الله.
أرقص على أنغام الكون.

يجسد المبدأ السابع كل جوانب التناغم القدري الأخرى
ليشكل مقارنة للحياة مصدرها الوعي الآمن، حيث تعني عبارة
«ري تام» (أنا متيقظ لمؤامرات الاحتمالية).

لكل حدث احتمالية معينة في الوقوع. احتمالية ربح جائزة
اليانصيب منخفضة جداً. واحتمالية ربحها دون شراء بطاقة
أخفض بكثير. نرفع درجة احتمالية وقوع أمر ما بأعمالنا
وأفعالنا. وكثير من أفعالنا محددة بحالة (الكارما) عندنا...
والتي هي تلك التفسيرات لخبرات سابقة ولعلاقات تشكل
ذكريات حياتنا ورغباتنا وتؤثر فيها إذا كان لدينا خبرة سابقة

بأننا محظوظون، فإن احتمال شرائنا لبطاقة يانصيب ترتفع. لكن شخصاً لم يربح شيئاً في حياته قد يشعر بالهزيمة حتى قبل شرائه البطاقة، وقد لا يشتري بطاقة أبداً.

لذا، عليك – حتى تغيّر حياتك – أن تتحرر من حالة (الكارما) الحالية لديك. عليك أن تغيّر تفسيرك لما يحدث في حياتك. عليك أن تحوّل نفسك إلى شخص احتمالية حدوث اللامحتمل عنده تزداد. وهذا التحوّل يحدث على مستوى الروح؛ فالروح هي ما يعطي للأحداث معناها. تتخذ الروح قرارات فعل عبر تأثيرها على أذهاننا؛ وهناك ذاكرة لكل حدث؛ وهي التفسير أيضاً. المعنى والتجربة والتفسير والذاكرة والرغبة كلها مترابطة من خلال دورة (الكارما).

تعودنا على القيام بالأمر بطريقة معينة، ونستمر بتلك الطريقة بحكم العادة، ببساطة لأن ذلك مريح. حتى تغيّر حياتك، عليك إيجاد طريقة لكسر ذلك النموذج.

هذا أمر ليس سهلاً؛ لكننا نقوم به كل يوم. أفضل طريقة هي أن تنتظر علامات احتمالات جديدة – وهذه الإشارات تأتينا على شكل مصادفات.

المصادفات رسائل من المجال الكوني، وهي دعوات لكسر العقود (الكارمية). المصادفات تدعونا إلى التخلي عن المؤلف واحتضان اللامألوف. المصادفة عبارة عن قفزة (كونتيمية) خلاقة

في مسلك الكون ذاته. وبما أن المؤلف هو ذاته عادة من برمجة مسبقية؛ فالخلق والحرية توجدان في اللامألوف - إنها أي شيء يخترق مجال الاحتمالية التي أسستها ونصت عليها (الكارما). ومن هنا أهمية البحث عن المصادفات والاحتفاظ بسجل لها. عندما تلاحظ مصادفات، بإمكانك كشف معانيها المستورة لحياتك.

المصادفة تعريفاً هي تجربة متاغمية؛ تأتي من العالم الكوني وتؤثر بعالمنا بطرق غير متوقعة. حقيقة كونها مصادفة تعني بأنها رسالة من الله. علينا أن ننتبه ونفعل؛ فهذه فرصتنا للتجاوب الخلاق أن هدف التصوير هو تجاوز نموذج الاحتمالية وتجريب الحرية.

لا تترك فرصة لتري ما رسمه لك الكون. وإن انتهت للمصادفات فستجد بأنها تزداد خالقة المزيد من الفرض.

هذا هو سر التناغم القدري. كل الأفكار المُقدّمة ها هنا هي المبادئ الناظمة للكون؛ فإذا ما جعلتها مشاعيل هداية لحياتك، ستعيش حياة الأحلام. إن فهمك بأن هذه المبادئ ليست تجريدات، وبأنها فعلاً مؤثرة بكل شيء نقوم به، فهذا أكثر من مجرد حالة وعي؛ إنه نوع من الاحتفالية حقاً. عندما تتقن التناغم القدري، وعندما تتعلم مناغمة حياتك مع الكون ذاته، فأنت تحتفل بالرقصة الكونية.

التمرين الثاني عشر

إجمال كل ما تقدم

اذهب إلى مكان مليء بالأحداث كمركز تسوق، اشتر ما تأكله. واجلس على مقعد؛ وأغمض عينيك. وبكل اليقظة والوعي، تذوق الأكل وشم رائحته واستشعر تركيبته. وعيناك مغمضتان، انتبه إلى كل الصخب من حولك. ما الموسيقا في الخلفية؟ هل هي موسيقا عيد الميلاد؟ هل هي موسيقا فلم؟ هل بإمكانك توليف سمعك لتصفي إلى المحادثة المجاورة لك؟ هل تسمع عبارات مبعثرة... كلمات؟ هل هناك جذب خاص لبعض الأصوات وهل يلفت بعضها انتباهك أكثر؟

والآن ضع وعيك في جسدك وأشعر بكل ما حولك؛ قساوة أو طراوة المقعد، خشبه، معدنه أو نسيجه؟

والآن افتح عينيك على المشهد من حولك؛ الناس الذين يمشون، الألوان، الحوانيت، المواد المعروضة في النوافذ، ودور العروض الفنية.

والآن أغمض عينيك ولاحظ في مخيلتك ثانية ما شهدته... المذاقات، الروائح، التراكيب، الألوان، والمواد التي رأيت والأصوات التي سمعت؛ والآن اختر مادة خبرتها كل واحدة من أحاسيسك. مثال على ذلك: بوظة الفريز على لسانك، رائحة الخبز، لمسة أحجار الرصف تحت قدميك، لوحة لمنظر غياب الشمس وراء الهضبة، أغاني الميلاد، وموسيقا فلم «جيمس بوند» (الإصبع الذهبي) «Gold Finger».

والآن قل لنفسك بأن كل تلك الأصوات والروائح والأشكال والمذاقات جزء من القصة. اسأل نفسك عن ماهية القصة. واسأل نفسك الكونية أن تكشف القصة لك. والآن استرخ وسلّم وافترض بأن نفسك الكونية ستزودك بالإجابة على شكل تجربة تناغمية.

التمرين أعلاه مثال حقيقي لتجربة أجريتها في مركز تسوق خلال فترة عيد الميلاد. بعد عام كنت في (جامايكا). قمت برحلة إلى الريف هناك فرأيت مشهداً لتلك اللوحة التي حوت غياب الشمس وراء الهضبة. علمت أيضاً من خلال استفساراتي بأن تلك الهضبة تدعى هضبة (الفريز) وأن فلم جيمس بوند (الإصبع الذهبي) قد تم تصويره هناك. كان هناك فندق جميل على تلك الهضبة، فدخلته، وكان هناك صالة رياضية سُعدَ مديرها بدعوتي ولقائي، وأخبرني بأنه كان يبحث عني لأسابيع لأنه

كان يريد استشارة حول العلاج (الأبروفيديكبي). وانتهى بنا الأمر للحديث عن تعاون. وبعد سنين التقيت صاحب الفندق الذي كان أيضاً صاحب شركة تسجيلات. كانت زوجته تعاني من مرض استشارتني بخصوصه؛ وأصبحنا أعز أصدقاء، وساعدني بنصائحه عندما أنتجت أول قرص موسيقي مدمج يحتوي تأملات للشفاء. وبعد سنوات تطورت صداقتنا ونشعر بالترابط بروح الحب ونعرف بأننا مرتبطون (كارمياً).

مقولات السوترا للمبدأ السابع

• تخيّل بأنك تتحرك بإيقاع نبضات الكون الواعي.

(ري تام)

• تخيّل بأنك ترقص على نغم الكون.

(ري تام)

• تخيّل أن إيقاعات جسدك منتظمة تماماً.

(ري تام)

• تخيّل جسدك سيمفونية.

(ري تام)

• تخيّل بأنك عندما تتطلع إلى شيء يقوم الكون بتزويدك

بالمفاتيح اللازمة على شكل مصادفات.

(ري تام)

• تخيّل بأن هناك رابطاً بين ما يحدث في أحلامك وما يحدث في

يقظتك.

(ري تام)

• تخيل نفسك تتحوّل إلى كائن أعلى.

(ري تام)

• تخيل بأن هناك معنى وهدفاً لكل ما يحدث لك أو ما تقوم به.

(ري تام)

• تخيل بأن لديك مساهمة تقدمها للعالم.

(ري تام)

• تخيل الحياة مليئة بالمصادفات.

(ري تام)

• تخيل بأنك تلاحظ كل ما قد يلاحظه الآخرون.

(ري تام)

• تخيل بأنك ترى المعنى المستور وراء الأحداث.

(ري تام)

• تخيل الحياة مليئة بالخبرات والتجارب بالغة الذروة.

(ري تام)

• تخيل أن لديك قدرات ذكاء نادرة تستعملها لخدمة ومساعدة الآخرين

(ري تام)

• تخيل كل علاقاتك معززة ومرحة.

(ري تام)

• تخيل بأنك تسعد بلعبك ومرحك.

(ري تام)

(15)

الحياة بتناغم قدري

أود العودة ثانية إلى سؤال طرحته في بداية هذا الكتاب: «لو كنت تعرف بأن المعجزات تتحقق، أي معجزات تتمنى؟».

معظم الناس يحلمون أولاً بمقدار وافر من المال. إن رصيماً في البنك مقداره مليار دولار يعني القليل أو انعدام القلق والتوتر المادي. نميل إلى الاعتقاد بأنه حال امتلاكنا ذلك النوع من الأمان، سنكون أحراراً في اختيار الحياة التي تجعلنا الأسعد، وتلك التي تشبع حاجاتنا الداخلية، وتلك التي تجعل حياتنا في هذه الأرض ذات قيمة. لو علمت بأنك يمكن أن تحصل على كل ذلك وأن تفعل ما تريد؛ ما الذي تختار امتلاكه أو فعله؟

التناغم القدري يفسح لك في المجال لتجعل هذه المعجزات تتحقق، ودون حدود وبلا نهاية. ويقوم بذلك بدفعك بلطف من المجال الدنيوي إلى المجال الكوني. عندما نعيش فقط في المجال الدنيوي نصبح محدودين وضحلين؛ ويكون حسابنا الروحي في المصرف فارغاً، ففي المجال الدنيوي حيث يستقر معظمنا طيلة

الوقت، لا يمكننا على الإطلاق معرفة ما سيحدث لاحقاً؛ هل نمضي يوماً أو أسبوعاً أو شهراً؟ أعمالنا هنا تحمل هموم القلق والاضطراب، وأفكارنا غائمة بالشكوك، ومقاصدنا مغلقة بهموم «الأنا».

إن استخدامك للتناغم القدري للاتصال بالمجال الكوني يمكنك من دخول عالم من الإبداع اللانهائي والتوافقية اللامحدودة. هنا تمتلك أماناً داخلياً، تكون متحرراً من القلق والاضطراب وتكون حراً لتصبح الشخص الذي خلقت لتكون. لديك معادل روحي يساوي مليار دولار في المصرف. في المجال الكوني لديك تموين غير محدود من المعرفة ومن الإلهام والخلق والقدرة الكامنة. لديك إمكانية الوصول إلى ذخيرة غير محدودة من كل شيء يقدمه الكون. تكون منعماً هادئاً وآمناً تجاه أي شيء يحدث في حياتك.

مبدأ التناغم القدري يقدم درياً مباشراً لتطوير ارتباط الإنسان بالمجال الكوني. على الإنسان أن يمارس التأمل ويراجع مقولات (السوترا) يومياً؛ وفي الحال سيجد نفسه مرتبطاً بالروح بطريقة تجعل المعجزات ليست فقط ممكنة، بل جزءاً من الحياة اليومية.

وكأي رحلة ذات قيمة، فإن العيش في التناغم القدري يستلزم بعض التضحية من جانب الإنسان. على المرء أن يتخلص من

أفكاره المغلوطة بأن العالم يعمل كآلة سلسلة دون وعي. على المرء أن يتخلى عن الفكرة السائدة بأنه وحيد في العالم. عليه التحرر من الفكرة السائدة بأن حياة سحرية أمر غير ممكن. البعض يحيا حياة سحرية كل الوقت. لقد تعلموا كيفية الاتصال بطاقتهم اللامحدودة الكامنة في قلب الكون.

تعلموا أن يرقبوا الإشارات المفتاحية الدالة على المقاصد الكونية المتمثلة بالمصادفات، وأن يستخلصوا العبرَ من هذه الإشارات حتى يعرفوا أي أفعال مطلوبة منهم من أجل زيادة احتمالية حدوث أشياء عجائبية.

التناغم القدري وحالات الوعي

حسب (الفيدانثا) الهندية، هناك سبع حالات للوعي، ولكن معظمها لم يُبحث من قبل الباحثين الطبيين الحديثين. الحقيقة أن بعضها لم يُعترف به في العلوم السائدة. في الهند، أحد أهم ذوي الرؤية في القرن العشرين «سري أورو بوندو»، يقول: «لأننا لا زلنا في المراحل الأولى من التطور البشري فإن معظمنا يَخبرون فقط المراحل الثلاث الأولى من الوعي وهي: (النوم) و(الحلم) و(اليقظة) ففي النهاية سندرك ونعرف حالات الوعي الأكثر اتساعاً؛ وعند ذلك فإن مفاهيم كالتناغم القدري والتواصل عن بعد (التيليپاثي)

والاستبصار (Clairvoyance) والمعرفة بالحياة السابقة (Re-incarnation - التقمص) ستصبح مقبولة بشكل عادي.

إن كل واحدة من حالات أو أوضاع أو مراحل الوعي تمثل زيادة في معرفتنا بالتاغمية؛ وكل مرحلة تطويرية تقرينا من التنوير. الكل تقريباً يخبر المراحل أو الأوضاع التي ذكرت أعلاه. ولسوء الحظ معظم الناس لا يتجاوزون تلك الأوضاع أو المراحل الأساسية البدئية.

المستوى الأول من الوعي هو النوم العميق. في النوم العميق هناك بعض الوعي، فنحن في هكذا حال لا نزال نتجاوب مع الصوت والضوء الشديد أو اللمس ولكن على الغالب حواسنا تتبدل ولا يبقى فينا إلا القليل من الفهم والإدراك.

المستوى الثاني من الوعي هو الحلم. في الحلم نكون أكثر تيقظاً من حالة النوم وأكثر تنبهاً من حالة النوم العميق. عندما نحلم نكون في حالة عيش خبرة ما؛ نرى صوراً ونسمع أصواتاً. نحن حتى نفكر في أحلامنا. عندما نحلم، يبدو عالم حلمنا حقيقياً وهاماً وقريباً. فقط بعد استيقاظنا ندرك بأن حقيقة الحلم كانت محصورة بتلك اللحظة التي كنا نحلم خلالها وما هي أيضاً بقريبة كحال يقظتنا.

الوضع الثالث للوعي هو اليقظة. هذا هو الوضع الذي يجد معظمنا أنفسهم فيه معظم الوقت. درجة نشاط الدماغ في وضع

يقظة الوعي مختلفة تماماً إذا ما قُورنت بدرجة فعاليته خلال النوم العميق والحلم.

الوضع الرابع للوعي يقع عندما نلمح الروح فعلياً ولو للحظة أي عندما نرتقي؛ وعندما نكون في حالة هدوء وسكينة مطلقة ونعي ذلك الرقيب (الروح) بداخلنا. هذه الحال من الوعي تتم عند تأملنا، أي عندما نلاحظ الفجوة (تلك اللحظة الساكنة بين الأفكار) هؤلاء الذين يتأملون يخبرون ذلك كلما تأملوا. كنتيجة لذلك فإن إحساسهم بذاتهم يتسع.

الوضع الرابع من الوعي أيضاً له تبعاته الفيزيولوجية. في هذا الوضع تنخفض مستويات الكورتيزول والأدرينالين؛ وكذلك التوتر وضغط الدم؛ وفعالية المناعة تزداد. أظهر علماء الدماغ بأنه عندما نخبرُ الفجوة بين الأفكار تكون فعالية دماغنا مختلفة عنها عندما نكون مجرد يقظين أو متبهبئين. بمعنى آخر، فإن لمح الروح ينتج تغيرات فيزيولوجية في الدماغ وفي الجسد أيضاً. في الحالة الرابعة من الوعي - لمجرد لمحنا للروح - فإننا أيضاً نلمح بدايات التناغمية.

الوضع الخامس من الوعي يدعى الوعي الكوني. في هذه الحال تستطيع روحك أن ترقب جسدك المادي. هنا يذهب وعيك إلى ما هو أبعد من كونك يقظاً جسدياً، وإلى ما هو أبعد من لمح الروح، إنه يذهب إلى وعي وتببه لمكانك كجزء من الروح

اللانهائية. حتى عندما يكون جسدك نائماً، تقوم روحك (المراقب الصامت) برؤية جسدك النائماً عميقاً وكأنك تعيش خبرة خارج ذلك الجسد. عند حدوث ذلك هناك وعي مراقب متبهِ؛ ليس فقط عند نومك وحلمك ولكن عند يقظتك أيضاً. الروح تراقب وأنت الروح المراقب يراقب الجسد عند نومه، وفي الوقت ذاته يرقب الحلم. التجربة ذاتها تحدث في الوعي اليقظ. قد يقوم جسدك بعملية رياضية (لعبة تنس) أو مشاهدة تلفاز أو حديث على الهاتف وخلال كل ذلك تقوم روحك بمراقبة الجسد / الذهن خلال تلك النشاطات.

المنزلة الخامسة تدعى الوعي الكوني لأنه أصبح هناك لوعيك ميزتان: دنيوية وكونية في آن معاً. في هذه الحال الخامسة، عندما تشعر بارتباطك بالذكاء الكوني، تبدأ التاغمية فعلياً بالتجلي. في هذه المرحلة، تتيقن بأن جزءاً منك دنيوياً والجزء الآخر - لكونيته - مرتبط بكل شيء. أنت هنا تعيش إلى الثمالة بحالة من اللانفصالية (التلازمية) مع كل ما هو موجود. سليقتك وإبداعك وبصيرتك تزداد، تقول البحوث إنه عندما يصل البعض إلى حالة الوعي الكوني، فإن موجاتهم الدماغية تتصف بالتأملية حتى عند قيامهم بأي فعالية، قد يكون هؤلاء في وضع يلعبون فيه كرة القدم، ولكن موجات دماغهم تكون في حالة مشابهة ومطابقة لمن يقوم بعملية التأمل.

الوضع السادس من الوعي يدعى الوعي الإلهي. في هذا الوضع يصبح الشاهد أو المراقب أكثر يقظة. في الوعي الكوني لا تشعر فقط بوجود الروح في نفسك بل تبدأ بالشعور بتلك الروح ذاتها في كل الكائنات. ترى الروح ذاتها في النباتات حتى تصل إلى رؤية الروح في الصخور أيضاً. تدرك ها هنا بأن قوة الإحياء (Animating Force of Life) تعبّر عن ذاتها في كل ما هو موجود في الكون في الرائي والمرئي في الشاهد والمشهود.

إن الوعي الإلهي يمكننا من رؤية وجود الله في كل ما هو موجود. يستطيع من وصل إلى هذا المستوى أن يتواصل حتى مع النباتات والحيوانات.

هذا ليس حالاً ثابتة من الوعي. فالمرء يدخله ويخرج منه. لكن معظم الأنبياء وذوي الرؤية عاشوا بحالة الوعي الإلهي.

سابعاً وآخر مرحلة من الوعي والهدف النهائي والمطلق يدعى الوعي التوحيدي. ويمكن أن يُسمى ذلك أيضاً بالتوحيدي أو النوراني أو التوّري. في الوعي التوحيدي الروح في الواعي والروح فيما يتم وعيّه تتدمجان وتتوحدان. عند حدوث ذلك، ترى العالم بكليته كامتداد لوجودك. فأنت لا تتماهى فقط مع وعيك الخاص، لكنك ترى العالم كلّه كإسقاط وتصور وانعكاس وتجل لنفسك ذاتها.

هناك تحوّل كامل للنفس الذاتية إلى النفس الكونية. في هذا المستوى أو هذه المرحلة تصبح المعجزات أمراً مألوفاً، ولكنها في حقيقة الأمر لا تعود ضرورية لأن عالم الإمكانيات والمحتملات اللانهائي متوفر بين يديك في كل لحظة. أنت هاهنا تتجاوز الحياة وترتقي فوقها. وتتجاوز الموت وترتقي فوقه، أنت الروح الدائمة وما كان وما سيكون.

كيف تنتقل عبر مراحل الوعي

التناغم القديري يُسرّع قدرتنا للتقدم عبر مراحل الوعي باستخدام أربع منهجيات:

الأولى: والأهم تتمثل بالتأمل اليومي؛ فالتأمل يمكننا من لحظ الروح عبر الفجوات بين الأفكار ونكتشف المراقب الصامت داخلنا. إنها الخطوة التي تنقلنا ثالثاً من حالات الوعي إلى الحالة الرابعة... أي من مجرد اليقظة إلى اليقظة ووعي الروح.

الثانية: هي ممارسة الاستذكار المكثف كما وُصفت في الفصل الخامس. هذا التلخيص الاستذكاري يشجع ويحفز ذلك المراقب الصامت القادر على نقلنا من حالة الوعي الرابعة إلى الحالة الخامسة. إنه يسمح لنا بأن ندرك أن ما كان حقيقياً في النهار هو الآن جزء من الحلم كما حقيقة الحلم تتلاشى عند

استيقاظنا. إن مجرد قولك لنفسك: «أريد أن أشهد أحلامي» يمكنك من أن تعيش ما يدعو الناس «حالة الحلم الشفافة الصافية». عندها يمكنك أن تصبح بالحال مصمماً ومخرجاً لأحلامك تغيرها وتبدلها بإرادتك.

إذا أنت استدعيت تلخيصاً ليقظة يومك وأحلامك، ستبدأ في النهاية تعيش وتخبر مشاهدة لحظات يقظتك وأحلامك معاً.

الثالثة: تتضمن احتضان ورعاية وإنعاش العلاقات من خلال عيشها كروابط روح بروح لا ك «أنا» ب «أنا» هذا ييسر الانتقال إلى المستوى السادس من الوعي. إن تركك لحاجتك لموافقة ورضى الآخرين وحاجتك للسيطرة عليهم يسرع هذه العملية.

عندما يكون الناس متناغمين مع بعضهم البعض بحق فهم يعيشون تناغماً بعلاقاتهم.

الرابعة: تتضمن قراءة السوترات. من خبرتي، إن أنت قرأت الجملة ذاتها، السوترا ذاتها، كل يوم، ستأخذ تلك الجملة معنى جديداً وتولد خبرات وتجارب جديدة مع اتساع وعيك ويقظتك وتتورك.

تقول الحكمة (الفيدوية) «المعرفة تختلف مع اختلاف حالات الوعي». مع اتساع وعيك، تبدأ الجملة الجديدة باكتساب ظل فارق دقيق من المعنى؛ الأمر الذي يولد فهماً أعمق. ذلك الفهم يؤثر بكيفية استشعارنا للعالم؛ وذلك الاستشعار سيؤثر بحال

وعينا. مع التدريب والزمن، ستتعلم أن ترى العالم بطرق لم تفكر بها من قبل؛ وما عهدتها. ستراه عالماً مليئاً بالسحر والمعجزات مليئاً لكل أمنية قلبية.

ما تتوقعه من التناغم القدرى

رغم أن الأفكار المُقدّمة في هذا الكتاب قد تكون بداية حياة ملوها التطور والإتمام والإنجاز والإكمال؛ فإن الأمر يعود إليك كي تختار أم لا عملية اختراق مؤامرة الاحتمالية لتجد الكنوز المخبأة خلفها. قد تبدأ بالسير على طريق التناغم القدرى كطريق لنيل الثروة أو لإقامة علاقات أكثر جوهرية أو لتصبح أكثر نجاحاً في مسيرة عملك. التناغم القدرى بمقدوره أن يحقق لك ذلك حتماً؛ لكن الهدف النهائي للتناغم القدرى هو توسيع وعيك وفتح منفذ لك باتجاه النورانية؛ فتمتع بالرحلة. كل مرحلة تجلب عجائب وطرقاً جديدة للعيش وفهم العالم. فكّر بالتناغم القدرى كولادة جديدة أو كاستيقاظ. وكما تختلف أيام يقظتك بشكل دراماتيكي وأكثر إثارة من أن تكون في نوم عميق فإن يقظتك لحالات الوعي الخامسة والسادسة والسابعة تزوّدك بفسحة ومدى وإتساع لما يمكن أن تخبره أو تعيشه.

عبر التناغم القدري يمكنك أخيراً أن تصبح الشخص الذي قصده الكون لك أن تكون... قويا كالرغبة وخلاقاً كالروح. كل ما يحتاجه الأمر هو توفيق للانضمام لرقصة الكون وإرادة لالتقاط معجزات الروح.

ما أن تبدأ هذه المعجزات بالازدياد كجزء من خبرة الحياة ستبدأ بالإدراك بأن التناغم القدري ليس إلا أحد أعراض ظاهرة أكثر عمقاً. الظاهرة الأعمق هي تحوّل بهويتك وإيقاظ لذاك الذي هو أنت فعلاً وحقيقة، ستبدأ الفهم بأن ذاك الذي هو أنت الحقيقي ليس شخصاً على الإطلاق. أنت الحقيقي ميدان من الذكاء بداخله يقوم الشخص الذي عُرف تقليدياً بأنه أنت، والأشخاص الآخرون والمحيط الذي يتعايش الجميع فيه... يقومون بالنهوض معاً والتطور معاً كنتيجة لتفاعلات ذاتك نفسها. ستتوقف عن التفكير بالكون كمحصلة جمع لجزئيات منفصلة مميزة، بل ككل منسجم صامد فيه الشخصية التي عُرفت بها وبأفكارها، والآخرون وأفكارهم، والأحداث والعلاقات المعتمدة على بعضها البعض، والنماذج المتداخلة... كل ذلك مسلك فردي لذاتك الكونية. أنت هنا السر المضيء حيث الكون بكل أشكاله وظواهره يشع ويخفت. عند بزوغ فجر هذه الحقيقة يكون التحوّل الكامل لنفسك الشخصية إلى نفسك الكونية، وتكون المعرفة التجريبية للخلود؛ وتكون نهاية

الخوف... حتى الخوف من الموت. عندها تصبح كائناً يشع بالحب
كما الشمس تشع النور ها أنت أخيراً تصل إلى المكان الذي
انطلقت رحلتك منه أساساً.

الذات الدنيوية حالة مرور بالعبور ومسلك أني للذات
الكونية. تأتي الذات الدنيوية وتذهب؛ بينما الذات الكونية
تستمر بالتطور والارتقاء عبر خبرات أعلى من التجريد والخلق.

قصيدة لمواطن أمريكي أصلي غير معروف

لا تقف جنب قبري وتتحب... فأنا ما عدت ساكنه...
لا النوم أعرفه ولا المنون...

أنا ألف عاصفة تهب... أنا ومض ألماس الثلوج
أنا ضوء شمس فوق حبّات القمح... أنا في الخريف
ذرات الهروف

أنا في السكون الناعم ضوء الصباح... عصفور برق طائر
حتى الهفوف

لا تقف جنب قبري وتتحب... أنا لم أعد ساكنه...
أنا لا أموت

الخاتمة

تعلمت في هذا الكتاب ممارسات جوهرية لتحقيق تلبية تلقائية لرغباتك عبر تسخير متناغم للقوة اللانهائية للمصادفة والتناغمية. هذه الآليات، وخاصة «السوترا» مشتقة من أقدم تقاليد الحكمة في العالم؛ «الفيدانتا» الهندية. في السنسكريتية، كلمة «فيدا» تعني (المعرفة)، أما «الفيدانتية» فهي رأس أو ذروة أو تأوج المعرفة. بكلام آخر، «الفيدانتا» هي زبدة أو خلاصة «الفيدا».

المقولة الأساس في أدبيات هذه المعرفة القديمة هي أن: (الروح أو الوعي هي الحقيقة المطلقة)؛ إنها الأساس الكوني للوجود، الذي يتوزع في حقيقة موضوعية وذاتية في آن معاً. الذاتية توجد كأفكار وعواطف ورغبات ومخيلة وذكريات ونزوات وطموحات معمقة. أما الحقيقة الموضوعية فهي جسدك الفيزيولوجي والعالم الذي تخبره عبر حواسك. تتعايش الحقيقتان وتتكافلان في آن معاً. لا تسبب واحدهما الأخرى. تترابطان لا سببياً. حالهما كحال الخلية في الرحم تنشق وتتوزع إلى خلايا دماغية وأخرى عصبية وثالثة بولية. عبرها نُخْبِرُ العالم. وكذلك الروح الكونية تنقسم إلى المشاهد والمشاهد، وإلى الحواس الفيزيولوجية والعالم الفيزيولوجي والبنية الحيوية وبيئتها وإلى الأفكار والعواطف.

عالمك الداخلي والخارجي جزء من سلسلة متواصلة منفرد وميدان نشاط متوحد. العالم الخارجي مرآة لك في زمان ومكان محددين. كثيرون عبّروا عن هذه الفكرة بطرق مختلفة. المعلمون الروحيون يخبروننا أنه إذا ما أردنا أن نعرف حال أو مستوى وعينا، علينا النظر حولنا لنرى ما يحدث لنا. وإذا ما أردنا معرفة حال أو مستوى الوعي الكلي، علينا النظر لنرى ما يحدث في العالم. في أي لحظة زمانية، حقيقتك الشخصية تتظلمها وتهندسها حواسك مصادفاتياً وتناغمياً.

إذا كان إحساسك بذاتك ضيقاً أو محدوداً فذلك ينعكس في محدودية وضيق جسدك، ورؤيتك الخائفة وبيئتك غير الآمنة. من جانب آخر؛ إذا كان إحساسك بذاتك فسيحاً، فإنه سيخبر جسداً مسترخياً وبيئة صديقة منفتحة حيث مقاصدك تتحقق تناغمياً. ذاتك الرحبة تشعر على الدوام بالقيمة والأمان والحرية والانطلاق والانسيابية والرغبة من عظمة الكون ولغزيبته. الإحساس بالذات يحدد أيضاً موقف المرء من الحياة والعالم. فالطمع والغطرسة، والعدوانية، والنق، والسخط، والتعاسة كلها تظهر في الذات الضيقة. أما التشاركية، والتواضع، والاحتضان والرعاية، والمواساة، والحسن والرضى؛ فكلها تظهر في النفس الطيبة الرحبية الواسعة.

وبالمعنى الأوسع للإحساس بالذات، فإن الكتلة المنتقدة في المجتمعات والتجمعات والمؤسسات تحدد مواقف هذه المنظومات الأكبر أي موقف الذات الجمعية.

عندما تكون هوية ثقافة ما محدودة أو ضيقة، فيكون هاجسها الريح والتنافس غير الرحيم والهيمنة الاقتصادية والتطرف القومي والصراع العسكري والعنف والخوف.

إذا ما أرادت مجموعة نقدية في ثقافة ما أن تعبر عن الذات الجمعية بشكل رحيب، فهؤلاء لا يلبّون فقط رغباتهم الشخصية، وإنما يغيرون جوهر الطريقة التي تعبر عنها تلك الثقافة عن ذاتها. في ثقافة متحوّلة كهذه، يكون التركيز على الخدمات لا على الجشع؛ على التعاون لا على المنافسة؛ على القلوب المفتوحة لا على الأسواق المفتوحة. تكون ماركة أو دمغة تلك الحضارة حل الصراعات لا عنفياً والرحمة والتواضع والسلام والعدالة الاجتماعية والاقتصادية.

إذا ما نظرنا إلى العالم اليوم، فإننا نشهد هرمية متشابكة لأحداث متواكبة يعتمد واحدها على الآخر. يدعي علماء الاجتماع بأن مسلكنا الجمعي يخلق بيئة غير داعمة وضعيفة بسبب استنزاف الغابات والمناجم والوقود الحيوي، ما يؤدي بدوره إلى الدفيئة، والتغير المناخي والطقسي والزلازل وارتفاع منسوب المحيط. من حيث الشكل، لا تبدو هذه الأمور مرتبطة ببعضها البعض، لكنها فعلاً مرتبطة. إنها نتيجة لإحساس ضيق ومحدود بالذات الجمعية حيث تظهر متواكبة متناغمة متوافقة. إن الصراع الديني والتلوث والإرهاب واستنزاف التربة والمفاعلات النووية والإدمان وانتراض بعض الكائنات والفقر والجريمة وحروب المخدرات والطوفانات وتجارة السلاح والمجاعات والأسلحة

الكيمائية، والمواد الكيميائية في الأغذية والحروب كلها أمور مرتبطة ببعضها البعض لا سببياً.

إذا ما تمكن كل منا أن يطمح للتعبير عن الذات الرحبة الفسيحة الواسعة الرحومة، وإذا ما تمكنا من تبادل المعرفة بخصوص ذواتنا هذه؛ فإنه يمكننا خلق بيئة مبنية على احترام الحياة وإعادة التوازن للمحيطات والغابات والحياة البرية. هذه البيئة التي أعيد إحيائها ستشهد بدورها تواكب بروز أحداث متواقة يتمخض عنها عالم جديد. سنشهد بدورنا على هذا الكوكب الجديد إحساساً بالقداسة وراحة البال وتشاركية اقتصادية وبحبوبة وصناعات طاقة كفوءة نظيفة، وفهماً علمياً للواقع الجديد وازدهاراً للفن والفلسفة ووعياً حقيقياً لوحدانيتنا. في مجتمع كهذا سنرى بوضوح أن الحب هو القوة المطلقة في جوهر الكون.

إن قدرتك التلقائية على تلبية رغباتك تتناسب طردياً مع معرفة ذاتك الكونية. رغم أن ثقافات الحكمة - وخاصة «الفيدائية» - تقدم لنا تبصراً معمقاً في الحقيقة الكونية؛ إلا أن العلماء قد بدؤوا حديثاً في استكشاف هذا المجال.

لقد ركزت في طيات هذا الكتاب على هذا الأساس العلمي الجديد لفهم التناغمية والتلبية التلقائية للأمانى أو الرغبات. للاستزادة، هناك مراجع أدرجها في الصفحات التالية:

المراجع بالإنكليزي

SELECTED

REFERENCES ON NONLOCALITY

Astin, J. A., Harkness, E., and Ernst, E. (2000). "The efficacy of 'distant healing': a systematic review of randomized trials." *Ann Intern Med* 132(11), 903–910.

Bastyr University of Washington and the Chopra Center on Neural Energy Transfers Between Individuals Who Have Undergone Chopra Center for Well-Being Programs. A joint collaboration. *Private communication.*

Braud, W. G. (1990). "Distant mental influence on rate of hemolysis of human red blood cells." *J Am Soc Psychical Res* 84, 1-24.

Braud W., Shafer, D., and Andrews, S. (1993). "Further studies of autonomic detection of remote staring: replications, new control procedures, and personality correlates." *J Parapsychol* 57, 391-409.

Byrd, R. C. (1988). "Positive therapeutic effects of intercessory prayer in a coronary care unit population." *Southern Med J* 81(7), 826-829.

Delaney, D. L., and Sah, S. (1994). "Cognitive and physiological psi responses to remote positive and neutral states." From proceedings of presented papers, 37th Annual Parapsychological Association Convention, Amsterdam, The Netherlands, 128-138.

Dossey, L. (1993). *Healing Words: The Power of Prayer and the Practice of Medicine*. San Francisco: HarperCollins.

Grinberg-Zylberbaum, J., Delaflor, M., Attie, L., and Goswami, A. (1994). "The Einstein-Podolsky-Rosen Paradox in the Brain: The Transferred Potential" (physics essays). *Rare manuscripts*.

Harris, W. S., Gowda, M., Kolb, J. W., Strachacz, C. P., Vacek, J. L., Jones, P. G., Forker, A.,

O'Keefe, J. H., and McCallister, B. D. (1999). "A randomized, controlled trial of the effects of remote intercessory prayer on outcomes in patients admitted to the coronary care unit."

Krucoff, M. W. (2000). "Growing the path to the patient: an editorial outlook for alternative therapies." *Altern Ther Health Med* 6(4), 36–37.

Krucoff, M., et al. (2001). "Integrative noetic therapies as adjuncts to percutaneous intervention during unstable coronary syndromes: monitoring and actualization of noetic training (MANTRA) feasibility pilot." *American Heart Journal* 142(5), 760–767.

Kwang, Y., et al. (2001). "Does prayer influence the success of in vitro fertilization—embryo transfer?" *J Repro Med* 46(9), 1–8.

Nash, C. B. (1982). "Psychokinetic control of bacterial growth." *J Am Soc Psychical Res* 51, 217–221.

Radin, D. I. (1997). *The Conscious Universe: The Scientific Truth of Psychic Phenomena*. New York: HarperEdge.

Schlitz, M. J. (1995). "Intentionality in healing: mapping the integration of body, mind, and spirit." *Alternative Therapies* 1(5), 119–120.

———. (1996). "Intentionality and intuition and their clinical implications: a challenge for science and medicine." *Advances* 12(2), 58–66.

Schlitz, M., and Braud, W. (1991). "Consciousness interactions with remote biological systems: anomalous intentionality effects." *Subtle Energies* 1, 1–20.

———. (1997). "Distant intentionality and healing: assessing the evidence." *Alternative Therapies* 3(6), 62–73.

Schlitz, M., and Harman, W. (1999). "The implications of alternative and complementary medicine for science and the scientific process." In *Essentials of Complementary and Alternative Medicine*. Edited by W. B. Jonas and J. S. Levin. Philadelphia: Williams & Wilkins.

Schlitz, M., and LaBerge, S. (1994). "Autonomic detection of remote observation: two conceptual replications." From proceedings of presented papers, 37th Annual Parapsychological Association Convention, Amsterdam, The Netherlands, 352–364.

Schlitz, M., and Lewis, N. (1996, Summer). "The healing powers of prayer." *Noetic Sciences Review*, 29–33.

Schlitz, M., Taylor, E., and Lewis, N. (1998, Winter). "Toward a noetic model of medicine." *Noetic Sciences Review*, 45–52.

Schwartz, G., and Chopra, D. "Nonlocal anomalous information retrieval: a multi-medium multi-scored single-blind experiment." *Private communication*.

Snel, F. W., and van der Sijde, P. C. (1994). "Information-processing styles of paranormal healers." *Psychol Rep* 74(2), 363–366.

Stapp, H. P. (1994). "Theoretical model of a purported empirical violation of the predictions of quantum theory." *Am Physical Soc* 50(1): 18–22.

Targ, E. (1997). "Evaluating distant healing: a research review." *Altern Ther Health Med* 3(6), 74–78.

———. (2002). "Research methodology for studies of prayer and distant healing." *Complement Ther Nurs Midwifery* 8(1), 29–41.

Wilber K. (1996). *A Brief History of Everything*. Boston: Shambhala.

Wirth, D. P. (1995). "Complementary healing intervention and dermal wound reepithelialization: an overview." *Int J Psychosom* 42(1–4), 48–53.

ملحق

إن فهم طبيعة النفس الكونية مهمة محيرة، لكنها غاية في الأهمية. يشتمل هذا الملحق جزأين مثيرين جداً لهؤلاء الراغبين في تطوير فهمهم للموضوع أكثر.

الأول يتناول ما تمت مناقشته حتى الآن ولكن عبر نقلة من رؤية فلسفية تاريخية جذورها في الشرق القديم إلى حضارات اليونان والرومان والمصريين. وكالعادة، هناك فائدة ترجى من متابعة الأمور من وجهة نظر طازجة.

الثاني، يقتبس قصة من النصوص الفيديكية العظيمة لشرح «ذاك الذي لا يرى لكن يجعل الرؤية ممكنة، وذاك الذي لا يُعرف لكن يجعل المعرفة ممكنة، وذاك الذي لا يُمكن أن يُتخيل لكن يجعل التخيل ممكناً».

آمل أن تكون هذه الإضافات مفيدة.

ملحق (أ)

في الصفحات السابقة استكشفنا كيفية تَخَلُّق النفس في الكون، وتعلمنا كيف نستخدم هذه المعرفة عملياً في تحقيق الرغبة. من أجل هذه الأغراض، تم تفسير فلسفة (الفيداندا) في إطار علمي حديث ومعاصر.

خشية من اعتقاد القارئ بأن هذه المعرفة توجد فقط في مدارس الشروق الباطنية تقدم المقاطع التالية رؤى موازية قريبة من الفلسفة الهرمسية التي انتقلت عبر العصور في المدارس القديمة لليونان والرومان والمصريين.

الهرمزية⁽¹⁾

فلسفة صوفية روحية باطنية تتعاطى السحر والكيمياء وتجليات أخرى من العالم الروحي إلى العالم المادي. يعود أصل المعرفة والحكمة الهرمزية إلى هرمز الحكيم الذي لا يُعرف عنه

⁽¹⁾ نسبة إلى هرمز الحكيم.

إلا ما ندر؛ بما في ذلك ميلاده ومسقط رأسه. يعتقد العلماء بأنه عاش في الألف الثاني قبل الميلاد، مصري الجنسية، مخترع الفنون والعلوم كما يألّفها الغرب. قارب أحجية هرمز علماء رويون كثر من الإغريق والرومان في وثائق ودراسات قديمة كثيرة. رفعته الأساطير إلى مرتبة الألوهية، حيث يرى فيه البعض «الإله توت عنخ آمون» إله الشفاء والذكاء والأدب، وبحسب أحد التقاليد هو من هندس الأهرام الأكبر في الجيزة.

خلال الألفيتين السالفتين شكل هرمز منبعاً للكتابات وتعاليم روحية وصوفية كثيرة؛ ومن الجدير ذكره هو أن مصدر تلك التعاليم قد يعود إليه أو لمجموعة من ذوي الرؤى اليونان والرومان والمصريين؛ على أية حال يمكن تلخيص أساسيات معتقدات تلك الفلسفة التوحيدية بالرؤى أو المبادئ التالية:

• الرؤية الأولى:

تقول إن كل شيء في هذا الكون هو تجلٍ للروح. فالروح هي وضع كينوني منه ينبثق الفضاء والزمان والمادة والطاقة والسببية. الروح لا نهائية وبلا حدود أو ضفاف تحتوي الكون كله؛ ولا يوجد شيء خارجها أو يحيط بها، إنها مصدر سلسلة الكينونة بكليتها، والوجود بكليته فالكون ينبثق منها وهي حاويته وهي مصدره ومنتهاه. وهذا وصف واضح للمجال الكوني.

• الرؤية الثانية:

تقول الرؤية الثانية إنه ما أن تتجلى الروح حتى يتضح بأن: (الكل محتوئاً في كل جزء) يطلق العلم الحديث على هذا النموذج الرؤيوي النمط التوحيدي أو ذاتي التكوين وفيه (الكل محتوئاً وموجود في كل جزء). فكما الذرات تعكس الكون كذلك الجسم البشري يعكس الجسم الكوني والعقل البشري يعكس العقل الكوني الكلي - والآن ما الذي يعنيه هذا الأمر؟

إنه ينطلق من مبدأ يقول بأن كل ما تراه أو تدركه أو تتخيله، هناك قدرة كمونية لكل الأشياء بالمثل؛ فالكون كله مكثف وموجود في نقطة كما المحيط بكليته تلخصه أي قطرة ماء في أعماقه. تعبّر فلسفة «الفيدانتا» عن هذه الرؤية بالقول: «ما هو هنا موجود في كل مكان،

وما هو غير موجود هنا لا وجود له».

ينص هذا المبدأ على أنه غير مطلوب من المرء أن يذهب بعيداً في البحث عن الحقيقة، فهي على الدوام أمام بصره وبصيرته تحديق بعينيه على الدوام؛ فعندما تنظر قائلين إنه إذا ما كان على كوكبنا بشر فلا بد من وجود بشر في مناطق أخرى من الكون. فالجواب على ذلك بالتأكيد المطلق. أن تفحص الجزيئات كاستكشاف المجرة. كل شيء موجود في جذر كينونتك. الأدبيات الدينية تتحدث عن وجود مملكة الفردوس في أعماق

الإنسان... ها هو بيت الكنز أمامك النظام التعليمي الدنيوي في كل عالمنا مبني على تراكم المعلومات، ولكن حقيقة الأمر تتمثل بأنه بقدر ما راكمنا من معلومات بقدر ما ازداد خطؤنا وكلما فقدنا الحكمة الموروثة في داخلنا مذ وجدنا؛ على المرء أن يبحث عن الحقيقة بداخله؛ عليه أن يقرع باب كينونته، وهذا ما يعرف بالسليقية والإبداع، والرؤيوية والنبوءة، ولهذا تركز الحكمة على الرؤى والرأي لا المشهد المرئي، فالرأي هو الذات فوق الدنيوية.

• الرؤية الثالثة:

تقول الرؤية الثالثة إن كل شيء يتألف من ذبذبات Vibration وإن الوعي ذاته يتألف من ذبذبات بترددات متنوعة يتولد عنها أشكال وظواهر الكون التي نرى. البشر حقول طاقة واعية، وكذلك بقية الكون. إذا ما أردت تغيير العالم من حولك ما عليك إلا أن تتغير ذبذباتك. وما أن تتغير حتى تتغير نوعية محيطك. تمثل الأوضاع والظروف والأحداث والعلاقات التي تواجهه وتقارب وتعيش انعكاساً لحالة الوعي الذي تمتلكه. العالم مرآة. إذا ما كنت انعكاساً للذات الكونية فالعالم بكليته رهن إشارتك.

• الرؤية الرابعة:

تقول هذه الرؤية إن: «التغيير هو الثابت الوحيد» حيث أن كل شيء إلى زوال والاحتفاظ بأمر ما كاحتفاظ المرء بنفسه؛ فإن حبسته لوقت طويل تختنق. في النهاية تتمثل الطريقة الوحيدة للحصول على شيء ما في الكون المادي بتركك له لا باحتفاظك به.

هذه نقطة غاية في الحساسية، وتعني أن أفضل النتائج يمكن تحصيلها عندما يتم التركيز على العملية ذاتها لا على نتائجها؛ فالانشغال بالنتائج يخلق الاضطراب والتوتر اللذان يتدخلان بالانسحاب التلقائي للذكاء عند تدفقه من المجال الباطني «الروح» إلى المجال الظاهر «العالم المادي». والحقيقة القائلة بأن التغيير هو الثابت الوحيد تعني بأننا نعيش على الدوام في المجهول. وكل ما نسميه بالمعلوم ليس إلا من عالم الماضي والشيء الوحيد الذي يمكن أن نقوله عنه بيقينية هو أنه لم يعد موجوداً. المعلوم هو سجن الماضي المشروط. المجهول أو غير المعلوم هو الوحيد الجديد أو الطازج؛ وهذه ميزة لحقل الاحتمالات اللانهائية. جهابذة هذا الميدان المعرفي ينصحون المرء بالانسحاب مع التيار، والانسحاب هو حقل ومجال التغيير، فما لا يتغير يتخ ويموت. التغيير هو إيقاع ورقص الكون. على المرء أن يمتلك فقط نيةً محددة وتتمثل بالرضى والتسليم والسير مع التيار منفصلاً عن

النتائج وما قد يتمخض عن الأحداث في الوقت ذاته هذه هي آليات إشباع الرغبات وهي التي تنظم القدرية المتناغمة.

• الرؤية الخامسة:

تقول إن كل أمر - مادي أو معرّفِي - يحمل ضده في الوقت ذاته. فما بيد المرء الآن - سيئاً كان أم جيداً - يحمل ضده في الوقت ذاته. فمهما بلغت درجة اكتئاب المرء، وأدرك أن هذه الحالة تحمل عكسها؛ وقام بتمثل وتنمية ذلك في داخله فسيدخل الفرج إلى وعيه. إن إزاحة الانتباه عن اليأس وتركيزها على السعادة كفيلة بجعل أزاهير الفرح تتفتح. وبالمقابل، إن كان المرء في ذروة السعادة عليه أن يحذر من عكسها الذي يمشي بمحاذاتها في الوقت ذاته. إن الانتباه إلى هذا المبدأ أي أن مجمل الخلق مبني على الخلق المشترك والوجود المشترك للأضداد.

• الرؤية السادسة:

تقول إن هناك إيقاعاً محدداً لكل شيء. دورة الحياة ذاتها تقدم خير دليل على ذلك: في البدء يكون الإخصاب ويتبعه الحمل ثم الولادة فالنمو والنضج وصولاً إلى انتهاء الدورة بالموت ومن ثم التجدد بدورة جديدة. لكل شيء دورته. الأمر الأساسي في التناغمية يتمثل بأن دورات وفصول الحياة متناغمة ومنسقة مع دورات وفصول الكون. وكما يقول مثل صيني فإن الربيع تدل

عليه الزهور والصيف نسماته العليقة، والخريف أوراقه، والشتاء ثلجه؛ فتناغم المرء أفضل فصوله. فإن كان الإنسان راسخاً في علم مركزية الحياة ولحظة الحاضر، يكون على اتصال بذاته الربانية التي تنظّم إيقاع رقص الكون وتناغمه. وعندما يكون إيقاع المرء متناغماً مع إيقاع الكون فقدرية التناغم تصنع المعجزات.

• الرؤية السابعة:

تقول هذه إن لكل حدث أسباباً لا نهائية العدد تؤدي إلى نتائج لا نهائية العدد أيضاً؛ فعلاقة «السبب والنتيجة» ليست خطية. مبدأ الاعتمادية المتبادلة للأحداث المتواقتة تظهر الأسباب الكامنة وراء كل حدث.

• الرؤية الثامنة:

تفترض الرؤية الثامنة بأن الطاقة الخلاقة في الكون تنعكس كطاقة جنسية. كل ما هو موجود يُولد من هذه الطاقة الأولية الأصلية البدائية. الطفل يُولد منها، والزهرة تتفتح عبرها وكذلك الثمرة. لا شيء في عملية الخلق يخرج على هذا المبدأ. في الكائنات البشرية تتجلى هذه الطاقة البدائية بالعاطفة والإثارة والتيقظ. عندما نكون على اتصال مع نفسنا الكونية تجدنا نُخبر الحماس والإلهام تلقائياً. كلمة «حماس» (enthusiasm)

تحتوي جذرين «en-» و«theos» وتعني أن تكون واحداً مع الله؛ أي «التوحد» أو «التوحيد»، وكلمة «إلهام» (Inspiration) أن تكون واحداً مع الروح. الإلهام والحماس والعاطفة والاهتياج تعطي الطاقة لمقاصدنا ونوايانا وبذا تُسرّع التحقق التلقائي لرغباتنا.

• الرؤية التاسعة:

تقول هذه الرؤية إننا نستطيع توجيه طاقتنا البدائية الأصلية هذه عبر قوة الانتباه والنية. كما رأينا، فإن كل ما نركّز انتباهنا عليه (وبذا نركّز طاقتنا) يزهر. وكل ما نشيح بانتباهنا عنه يذبل. الانتباه والقصد مفتاحا التحول لوضع أو ظرف أو شخص أو شيء.

(السوترات) في هذا الكتاب رموز لإطلاق وتفعيل النية والانتباه.

• الرؤية العاشرة:

تقول إنه بإمكاننا تحقيق التناغم من خلال تلك القوى والعناصر الكونية التي نسميها مذكراً أو أنثى. ترى إحدى الفلاسفات الهرمسية التي تُسمى «مبدأ الجندر/الجنس/النوع» بأن العاطفة الحقيقية تبرز فقط إذا كان هناك توازن في القوى الذكورية والأنثوية في كينونتك. الطاقة الذكورية تدفع بميزات كالعدوان والحزم والفعل والشجاعة بينما الطاقة الأنثوية يمكن رؤيتها في تقدير الجمال والسليقية والاحتضان والعاطفية والرقّة.

الأعمال الفنية العظيمة تحتوي دائماً تفاعلاً متناغماً للذكورة والأنوثة، «الين» و«اليانغ»، و«السوترا» «شيفا شاكتي» يقصد بها تفعيل التفاعل الهارموني (التناغمي) لطاقتي النموذج الأصلي للذكر والأنثى في الذات الكونية.

• الرؤية الحادية عشرة:

تفترض هذه الرؤية بأن الطبيعة الداخلية لكل كائن (مهما كانت شريرة) هي الحب؛ وهذه الميزة الأساسية تتضح حال تكشف حبنا. الحب، إذًا، ليس مجرد حالة وجدانية أو فكرة عاطفية؛ إنه الحقيقة المطلقة في جو الخلق كله. إنه غير مشروط ولا حدود له. إنه يشع من داخلنا حال تواصلنا مع نفسنا الكونية. هذه المبادئ الأحد عشر هي مبادئ سيميائية حوتها أعمال «هرمز» و«ترايماجستوس» و«الفيدانتا» وكل الفلسفات الإنسانية الخالدة.

وما أن نستوعب هذه الرؤى حتى تتسع مواقفنا الداخلية، وأفكارنا وأحلامنا ومشاعرنا تجاه مختلف الأوضاع والأحوال. فمثلاً، من خلال تناغمنا وتماهينا مع دورات وإيقاعات وفصول الحياة؛ فإننا لن نحزن أو نكرب أو نُوجع أو نُبز من أي ظرف أو وضع مهما كان على الإطلاق.

ملحق (ب)

القصة التالية مقتبسة من أعظم نصوص الثقافة
«الفيدانتيكية» «The Chandogya Upanishad» (تشاندوغيا
أبانيشاد) تصف بجمالية رفيعة طبيعة النفس الكونية.

«منذ آلاف السنين أرسل الحكيم «أوذالاكا أروني» ابنه
«سفيتاغيتو» البالغ من العمر اثني عشر عاماً إلى مرشد روحي
هندي عظيم كي يدرس الولد بعمق الحقيقة المطلقة. درس
سفيتاغيتو لاثني عشر عاماً عند معلمه وحفظ غيباً كل
«الفيديات»، وعندما عاد سفيتاغيتو إلى الوطن، لاحظ الأب بأن
ولده قد تعلم ما يلزم أن يتعلمه، فقرر أن يضع ابنه أمام سؤال،
فقال: «يا بني، ما هو الشيء الذي لا يُسْمَعُ، ولكنه يجعل السماع
ممكناً؛ وما الشيء الذي لا يُرى، ولكنه يجعل الرؤية ممكنة؛
وما الشيء الذي لا يُعْلَمُ، ولكنه يجعل معرفته ممكنة؛ وما
الشيء الذي لا يمكن تَحْيُلُه، ولكنه يجعل التَحْيُلُ ممكناً؟».

بدت على سفيتاغيتو الحيرة والسكون؛ فقال أبوه: «عندما
تدرك حبة من الصلصال؛ فإن كل ما هو مصنوع من الصلصال

يصبح معروفاً لديك، وعندما تعرف مثقال ذرة من الذهب فإن كل ما هو مصنوع من الذهب يصبح معروفاً لديك؛ فالفرق بين قطعة مجوهرات وأخرى ليس إلا في شكلها واسمها. في الحقيقة كل المجوهرات الذهبية من معدن الذهب وكل القدور المصنوعة من الصلصال من مادة الصلصال ألا أفدتني يا بني بما هو ذلك الشيء إذا عرفنا الكل يمكن أن نعرفه؟».

أجاب سفيتاغيتو: «للأسف، معلمي لم يزودني بتلك المعرفة. ألا أفدتني؟»

حسناً؛ قال أودالاكا، الأب، دعني أنبتك:

«إن الكون بكليته حقيقة واحدة؛ وهذه الحقيقة هي الوعي الصافي؛ فالوعي الصافي هو الوجود المطلق. إنه الأول الذي لا ثاني له. في البدء قال الأول لنفسه، «سأتخلق بالكثير، وأكون الرائي والمرئي. تجلّى الأول بالكثير، وأصبح نفس الكل. إن كينونات كل الأشياء واحدة. وذلك الواحد الأحد هو الجوهر الثابت لكل ما هو موجود. أنت منه، يا سفيتاغيتو».

بالطريقة ذاتها يصنع النحل الرحيق من مختلف الزهور؛ وما أن يتم صنع العسل، لا يستطيع الرحيق أن يقول:

«أنا من هذه الزهرة أو تلك» وهكذا أنت؛ فما أن تندمج مع نفسك الكونية تضحي واحداً متوحداً مع نفس كل ما هو كائن. تلك هي حقيقة نفس الكل وها أنت يا سفيتاغيتو منها وفيها.

قال الشاب: «زدني، ونورني أكثر أبتاه!»

توقف الأب هنيهة قبل الكلام، ثم استفاض:

«ولدي، إن نهر «الغانج» يجري شرقاً، ونهر «الأندوس» إلى الغرب؛ ومع ذلك كلاهما يصبحان البحر. وما أن يصبحان البحر، فإنهما يتوقفان عن القول: «أنا الغانج» أو أنا «الأندوس». وهكذا، بني كل ما هو موجود منبعه النفس الكونية، وتلك النفس هي الجوهر الثابت لكل. إنها النفس الحقيقية. وسفيتاغيتو؛ أنت هي.

يتابع:

«عندما يذوي الجسد ويموت، لا تموت الروح؛ فالنار لا تحرقها، ولا الماء يبيلها، ولا الريح تنشفها، ولا الأسلحة تمزقها. إنها غير مولودة، ولا بداية لها ولا نهاية؛ إنها خارج الزمان والمكان، إنها تعمّ وتتسع الكون؛ سفيتاغيتو، أنت هي.»

قال سفيتاغيتو بحماس؛ زدني علماً أبتاه نورني أكثر.

قال أوديليك، الأب: من شجرة آتني بفاكهة «النياغرودا».

جلب سفيتاغيتو الثمرة.

قال الأب: «اكسرها وافتحها يا بني.»

فعل سفيتاغيتو ما أمر به.

قال الأب: ماذا ترى يا بني؟

قال الابن: بذوراً صغيرة، يا أبتى.

قال الأب: اكسر واحدة منها.

كسر الابن واحدة منها.

سأل الأب: ماذا ترى يا بني؟

قال الابن: أرى أنه لم يبق شيء يا أبت.

قال الأب:

«ذاك الذي لا تراه هو الجوهر الثابت، ومنه تأتي كل شجرة

«النياغرودا».

وكذلك الكون، فإنه يولد من تلك الروح الكونية.

أخيراً طلب أوديلاك من ولده أن يضع مكعباً من الملح في

قدر ماء. وفي اليوم التالي طلب منه أن يخرج أو يعيد إليه ذلك

المكعب من الملح.

أجاب الولد: «لا أستطيع أن أعيده إليك لقد ذاب».

طلب الأب من ابنه أن يتذوق طعم الماء على سطح القدر؛

وقال: «قل لي كيف هو؟»

أجاب الابن: «إنه مالح، يا أبت».

قال الأب: ذقه في وسط القدر، وقل لي كيف هو!!

فعل وأجاب: إنه مالح يا أبت.

قال الأب: ذقه في قاع القدر وقل لي، كيف هو!!

فعل وأجاب: إنه مالح أيضاً يا أبت.

قال الأب: «كما الملح يتموضع في المكعب ثم ينحلّ بالماء وينتشر، كذلك نفسك / روحك تتموضع في آن معاً في جسدك وتعم الكون بكليته».

وتابع أوديلاكا: «ولدي الغالي، أنت لا تدري الروح بجسدك لكن بدونها لا يكون هناك إدراك. لا يمكنك أن تشكل مفهوماً عن الروح؛ لكن بدونها تشكيل المفاهيم مستحيل، لا يمكنك تخيل الروح؛ لكن بدونها التخيل غير ممكن».

لكن متى أصبحت الروح، أنت تحيا في مستوى الروح ستصبح مرتبطاً بكل ما هو موجود، لأن الروح أو النفس هي مصدر كل ما هو موجود.

إنها الحقيقة والواقع والوجود والوعي المطلق - سمها ما شئت - إنها الحقيقة المطلقة ومنشأ كل الوجود. وأنت هي سفيتاغيتو. عش في هذا المستوى، سفيتاغيتو، وكل رغباتك تتحقق لأنه من هذا المستوى فإنها لن تكون فقط رغباتك الشخصية ستكون متناغمة مع رغبات كل ما هو كائن. تدرب سفيتاغيتو على كل ما تعلم وأصبح من أعظم ذوي الرؤية في الثقافة «الفيدانتيكية».

تم بعون الله.. الروح الكونية



التناغم القدرى

هل ستتمكن من إدراك معجزة ما إذا رأيتها؟
يبين الدكتور ديباك شوبرا، الرائد الأكثر مبيعاً
في طب العقل / الجسد، أنه لا يوجد شيء يمكن
أن نسميه مصادفة لا معنى لها. فالمصادفات
رسائل مستمرة تشير إلى القوة الكامنة العجيبة
التي نستطيع بواسطتها أن نغير حياتنا إذا
عرفنا القوى التي تشكلها.

في هذا الكتاب الرائع، يكشف ديباك شوبرا
مبادئ التناغم القدرى السبعة، ويفسر طريقة
تطبيق هذه المبادئ في حياتنا الخاصة. إن
بدور المصير المثالي تكمن فينا بالذات. وكتاب
التناغم القدرى يبين لنا طريقة تحرير قدراتنا
الكامنة وبناء مستقبل أكثر روعة من الأحلام.

ديباك شوبرا هو الرائد في الطب البديل.

بل كلينتون

دار الفرقد

للطباعة والنشر - دمشق - سوريا